

Nhỏ To Tâm Sự

HẠNH PHÚC TRONG TÂM TAY

Ở Đây & Bây Giờ

- Anh ơi!

- Cái gì thế?

- Em hỏi anh một câu xưa như trái đất, nhưng lại mới toanh nhé! Chẳng là em đã từng nghe và đọc không biết bao nhiêu là ngôn ngữ nói về hạnh phúc, rồi người ta bày vẽ ra đủ thứ hạnh phúc, đoạn chỉ con đường đi đến hạnh phúc... Thế nhưng, thế gian vẫn không tìm thấy hạnh phúc đâu cả. Rồi người ta lại chỉ đường lên Thiên Đàng, hoặc về hướng Tây Phương Cực Lạc... Nhưng em chưa hề thấy ai nói đến hạnh phúc nó ra làm sao? mặt ngang mũi dọc nó thế nào? Mà bảo đi tìm nó thì có uổng công con đã trằng không hả anh?

- Trời! em tôi giỏi quá, đặt câu hỏi đáng đồng tiền bát gạo mà đã mấy ai nghĩ tới. Thật vậy, hạnh phúc là một trạng thái vui sướng khi người ta đạt được ý nguyện mà họ mong muốn vọng cầu. Nhưng em ơi! nếu chỉ có thế thì đơn giản quá, ai mà chả hiểu. Kỳ thật nó mơ hồ và trừu tượng lắm, nó ôm đồm nhiều thứ vọng cầu, ước muốn. Nó rất mù mờ về nội dung ngữ nghĩa, thế mà thiên hạ cứ đổ xô đi định nghĩa tình yêu, chứ không ai chịu vẽ chân dung hạnh phúc. Bởi thế người ta đi tìm mà không gặp là vậy, cho dù nó đang trực diện với ta.

- Anh nói cụ thể cho em nghe đi!

- Khó đấy! nếu bảo rằng: Hạnh phúc là khi nào thỏa mãn được những gì mình ước muốn à? Vậy thì những băng đảng đánh cướp ngân hàng, trộm lộn khách qua đường, rồi tẩu thoát chót lọt là hạnh phúc hay chẳng? Hoặc những kẻ nghiện ngập mà thỏa mãn những hơi xì ke ma túy cũng là hạnh phúc hay sao? Chưa hết, còn những kẻ trúng mánh, lừa bịp gian lận, đâm thuê giết mướn mà qua mặt được luật pháp thì cũng là hạnh phúc ư? Không phải vậy đâu.

- Anh nói có lý, những kẻ bạo hành và sa đọa, sau khi chúng đạt được mục đích rồi, mà cho là hạnh phúc thì không chấp nhận được anh ạ! Tại sao? Bởi vì hạnh phúc của chúng được tạo nên từ bao nhiêu sự khổ đau của người khác và chính chúng cũng phải gánh hậu quả đau khổ khôn lường sau những hành động ấy phải không anh?

- Ồ! Em quả là thông minh đấy. Cho nên thiên hạ mới nghe đến hai chữ hạnh phúc đã vội chạy đi tìm để nắm

bắt nó mà chưa hề biết mặt nó ra sao, thì dù có vượt trăm núi ngàn sông cũng không thể thấy được hạnh phúc để nắm bắt. Kỳ thật, nó ở ngay trước mặt; ngay trong tâm tay với, nó ở trong mỗi con người chúng ta, nhưng vì ta không có khả năng nhìn thấy, nên cứ chạy đi tìm nó ở mãi tận đâu đâu, trong lúc ở bên ngoài ta, làm gì có nó mà đi tìm cơ chứ!

- Anh nói rõ hơn chút nữa có được không.

- Anh em mình, tạm thời chia sẻ nó ra làm hai loại, để ta có được khái niệm về nó, ngõ hầu nắm bắt được nó ngay bây giờ và tại đây. Hai loại đó là:



Hạnh phúc thế gian và chân hạnh phúc. Thế gian xem hạnh phúc gồm những sự tốt lành, điều may mắn, phước được, an bình, mạnh khỏe, sung sướng... đạt được những điều ước muốn một cách chân chính, nhưng không quá mức nhu cầu cần thiết trong đời sống biết đủ (tri túc). Chẳng hạn:

Đối với bản thân:

* Mở mắt ra là thấy cảnh vật muôn sắc muôn màu, thấy người thấy vật, thấy cái đẹp cái xấu... Đó là hạnh phúc, nếu so với người đui mù chỉ thấy một màn đêm tăm tối, cho dù: "*Manh mục, bất manh tâm*" (Mắt mù, mà lòng chẳng mù).



* Bước chân xuống đất, có thể đi đây đi đó được, đó là hạnh phúc, nếu so với người tàn tật, phải lê lét hay nằm liệt tại chỗ.



* Muốn truyền đạt ý tưởng, có thể viết thành tự, nói lên lời... Muốn tiếp thu thông tin, có thể nghe, thấy và hiểu biết... đó là hạnh phúc, nếu so với người dốt nát, câm, điếc.

* Có cuộc sống giản đơn về tiện nghi vật chất: Chỉ ăn khi nào cơ thể cần thiết; khi bụng đói mà lòng an vui thanh thản thì dù bữa cơm đạm bạc cũng ngon. Ca dao nước ta có câu:

*"Râu tôm, nấu với ruột bầu
Chồng chan, vợ húp! gật đầu khen ngon"*

Đó là hạnh phúc, nếu so với người đang no bụng hay lúc buồn phiền tức giận, thì dù cao lương mỹ vị ăn cũng không ngon miệng.

* Làm lợi lạc cho người khác, chẳng hạn:

- Chỉ đường cho người lạc lối

- Dạy một em bé tập đọc

- Dẫn một phé nhân qua đường

- Nhặt một mảnh vỡ trên lối đi, bỏ vào thùng rác

- Tặng 5 xu cho một người hành khất
- An ủi một người đang khổ đau
- Nở nụ cười chân thật với khách qua đường
- Tỏ thái độ thương yêu với mọi người, mọi vật
- Xem bông hoa vừa nở lúc ban mai, nhìn ánh mắt trẻ thơ vô tư; không vương nét ân oán hận thù... Những việc làm nho nhỏ như thế, là trạng thái hạnh phúc từ trong tâm ta đi ra, chứ không phải từ ngoài đi vào, mà người ta phải uổng công vượt núi qua đèo đi tìm kiếm nó, “*Lòng buồn, cảnh có vui đâu bao giờ*” (Kiều).

Trái lại, những ai đó ham muốn hưởng thụ, vượt quá mức nhu cầu cần thiết hay đam mê truy lạc... thì không thể gọi là hạnh phúc được, vì hậu quả của nó sẽ dẫn đến bất hạnh...

- Theo anh, thì thế nào là nhu cầu cần thiết và thế nào là vượt quá mức cần thiết?
- Này nhé! Đói cần ăn, rét cần mặc, khát cần uống... đó là nhu cầu cần thiết. Nếu ăn phải cao lương mỹ vị mới ăn, nếu mặc phải thêu hoa kết gấm mới mặc, nếu uống phải bia hay cocacola mới chịu uống... thì đó là quá mức nhu cầu, cũng có thể gọi là ham muốn hưởng thụ... trong lúc sống không cần phải có những thứ đó mới sống được. Tục ngữ Pháp có câu: “*Manger pour vivre, non vivre pour manger*” (ăn để sống, chứ không phải sống để ăn). Tức là người nào ít nhu cầu nhất thì người đó hạnh phúc nhất. Nhưng em có hay chăng! Người đời sau khi đã thỏa mãn những nhu cầu cần thiết rồi, thì thường có khuynh hướng đi tìm sự ham muốn và khoái lạc, mà ham muốn thì không cùng, không tận. Chẳng hạn như:

- *Muốn ăn ngon, mặc đẹp, nhà sang, xe lộng lẫy...
- *Muốn có kẻ hầu người hạ để sai khiến; com bung nước rớt...
- *Muốn trúng mánh khi qua mặt được người khác.
- *Muốn thưởng thức xì ke, rượu mạnh để có cảm giác mê khoái lạc.



- *Muốn lao vào trong tình dục sa đọa...
- *Muốn có nhiều, lại muốn có nhiều hơn nữa... v.v.
- Thôi! Xin anh stop lại, còn vô vàn những cái muốn nữa, nếu anh cứ ngồi tụng như thế thì cả ngày cũng chưa hết. Bây giờ anh nói sơ qua vấn đề hậu quả của những hành động đó sẽ ra sao?
- Để thỏa mãn những ham muốn đó, thì phải mưu mô thủ đoạn, tính toán lọc lừa; lao tâm khổ trí, kể cả những hành động tàn bạo để chiếm đoạt cho bằng được những thứ phù phiếm không cần thiết đó. Hậu quả dẫn đến bệnh tật, tù tội, tử hình, phải phân ly với người thân, bị mọi người khinh chê, chứ còn gì nữa...
- Anh vừa nói đến “Chân hạnh phúc”, vậy Chân hạnh phúc nó ra làm sao cả?
- Chân hạnh phúc là sự “giác ngộ”; thực chứng được sự giác ngộ là hết mê lầm, không còn u mê tăm tối nữa, Sự giác ngộ là hiểu thấu mọi lý, mọi sự. Hiểu tất cả nhân sinh và vũ trụ... Khi ấy hết **Tham**, hết **Sân** và hết **Si** tức là được giải thoát, là chứng quả Phật. Tức là Chân hạnh phúc em ạ!

Tảo Giang



Xuân Emerald Lake

Hỡi lá thu hôm trước
 Em lẩn khuất nơi đâu?
 Suốt mùa Đông lạnh giá
 Xuân đến lộc xanh màu
 Từng bước chân về đâu?
 Đưa ta về thực tại
 Nghe chim chào thân ái
 Quên hết đời bể dâu
 Nhớ có một Thiên Sư
 Nhân lúc ngài vân du
 Có người bái kiến hỏi
 Tuổi Sư được mấy Thu?
 Mãi vui say mây nước
 Không ngăn ngại thời gian
 Tâm rỗng rang Sư đáp
 Đản tri kim nhật nguyệt
 Hà cứ thị Xuân Thu.

Viên An