

HẠNH PHÚC hay KHỔ ĐAU? (Điểm và Đạt Nhỏ To Tâm Sự)

Phạm Đà Giang



- Anh ơi! Phải tìm ở đâu để có được hạnh phúc trong cuộc sống hàng ngày hả anh?

Đạt thủng thẳng trả lời:

- Hạnh phúc sẽ có mặt ngay bây giờ và tại đây. Em đừng bôn ba chạy ngược chạy xuôi đi tìm hạnh phúc mãi tận đâu đâu, chỉ uống công nhọc sức con dã tràng se cát, mà chả bao giờ gặp được hạnh phúc cả. Có chăng chỉ một thoáng mỏng manh, ngắn ngủi trong khoảnh khắc mà thôi.

Đạt hỏi lại Điểm:

- Em ngồi vào bàn ăn, có bao giờ em nghĩ đến còn bao nhiêu người trên thế giới đang thiếu ăn và có nơi còn phải chết vì đói không? -Em có căn nhà đủ để tránh mưa che nắng, em có nghĩ rằng còn bao nhiêu người không nhà; phải ở thuê, ở nhờ, ở lều, ở hiên, ở gầm cầu, sạp chợ, công viên...v.v. Vậy là em đang có hạnh phúc đấy chứ.

- Còn nữa, em bước chân xuống đất. Em có thể đi đây đi đó; xuống sông, lên núi vào rừng hay đến công xưởng để làm việc... Còn người đui mù hay cụt chân đâu có đi lại được... Như thế là em đang có hạnh phúc trong tay, sao em không tự nhận biết đấy thôi.

- Chưa hết, em muốn chuyển đạt tư tưởng cho ai, hay tiếp nhận những thông tin từ bên ngoài. Thì em có thể viết thành tự hoặc đọc thành văn... So với người câm hay điếc hoặc dốt nát không biết chữ thì làm sao nghe được hay đọc được??? Thế thì em đang có chần đây hạnh phúc còn gì nữa!

Tức là hạnh phúc mà ta có được là do chính ta, do ý tưởng tâm lý của ta. Hạnh phúc không phải là một đối tượng bên ngoài ta. Hãy quay vào trong mình, vì đối tượng là chính mình Điểm ạ! Nó tùy thuộc vào những vọng cầu ước muốn về vật chất và tinh thần ở trong tâm ta, chứ không phải đi tìm kiếm từ bên ngoài đem vào. Nguyễn Du nói: "**Lòng buồn, cảnh có vui đâu bao giờ**". Thật vậy, nhiều người nghèo mà họ sống rất hạnh phúc, luôn an vui thanh thản, trong khi đó lắm người giàu sang, dư tiền thừa của thì cảm thấy cuộc đời bất hạnh. Nghĩa là em cảm thấy hạnh phúc là khi nào em được thỏa mãn những nhu cầu căn bản.

Điểm hỏi Đạt:

- Thế nào là nhu cầu căn bản anh giải nghĩa cho em hiểu?

- Căn bản là cái cốt yếu, không có không được. Chẳng hạn đối đối với cơm là căn bản, còn những món ăn nhậu nhẹt; sơn hào hải vị... là nhu cầu khoái khẩu, xa xỉ, có cũng được, không có cũng chẳng sao. Lúc bụng đói thì ăn thứ gì cũng ngon, mà chả cần phải cao lương mỹ vị mới ngon; Càng thiếu thốn bao nhiêu, đến khi được thỏa mãn ta sẽ càng thấy hạnh phúc bấy nhiêu. Lúc đang no bụng mà ăn vào sẽ mất ngon, no quá mà phải ăn thì lại thấy khổ sở giống như bị hành tội vậy. Tức là chỉ ăn khi nào cơ thể có nhu cầu cần đến mới ăn, lúc đó mới tạo cho ta hạnh phúc em hiểu không! Về nhu cầu vật chất càng đơn giản bao nhiêu, thì tinh thần càng thanh thản nhẹ nhàng bấy nhiêu em ạ! Quán tưởng và ý thức được như vậy thì lập tức hạnh phúc có mặt ngay tức khắc, vì nó ở ngay trong ta đi ra chứ đâu xa xôi gì mà phải đi tìm nó?

- Nói như anh thì đạt được hạnh phúc quá giản đơn, thế gian làm gì có khổ đau vì bất hạnh hả anh?



Đạt cười! rồi nhẹ nhàng nói rộng thêm cho Diễm để hiểu hơn:

- Sau khi thỏa mãn những nhu cầu căn bản rồi, con người lại có khuynh hướng chạy theo những nhu cầu hưởng thụ vật chất cao hơn. Chẳng hạn: ăn ngon hơn, mặc đẹp hơn, xe sang hơn, nhà cửa nguy nga tráng lệ hơn... Những nhu cầu này ta gọi là dục vọng. Khi đạt được những nhu cầu dục vọng rồi, người ta đâu chịu ngừng ở đó. Họ lại chạy theo rượu chè, hút sách, cờ bạc, trai gái... Những nhu cầu này ta gọi là nhu cầu "Áo". Và cứ thế không ngừng; hết nhu cầu này đến nhu cầu khác.. Thế là khổ đau xuất hiện; bất hạnh hình thành do lòng ham muốn dục vọng bắt nguồn từ tâm ta đi ra em có hay chăng?

- Nói như anh thì -Nếu ta muốn cuộc sống có hạnh phúc thì biết ngừng ở mức sau khi đạt đến sự thỏa mãn về: "**Nhu cầu căn bản**" mà Nguyễn Công Trứ gọi là "**tri túc, tiện túc hà thời túc**" (biết đủ là đủ, muốn cho đủ thì không bao giờ đủ cả). -Trái lại, do lòng ham muốn hưởng thụ vật chất, không chịu ngừng ở mức "tri túc" đó, mà chạy theo để nắm bắt những tiện nghi vật chất cho xác thân được hưởng sung sướng. Thì tinh thần phải khổ đau và dẫn đến bất hạnh mà thôi, phải không anh?

Đạt cười vui vẻ! Khen em mình:

- Khá, em khá lắm! Đúng vậy, có lắm người miệng nói "diệt tham" nhưng kỳ thật trong tâm vẫn tiếp tục chạy theo để níu kéo cái ham muốn cái quyền lợi và danh vọng phù phiếm ấy... Cho nên người ta phải lao tâm nhọc trí, cơ cực xác thân để đạt cho bằng được những ước muốn đó. Khi được rồi, lại muốn thêm nữa và cứ thế cho đến không cùng. Khổ đau nhất là những người có vọng cầu những gì ở ngoài tầm tay với, vì với không tới sẽ thất vọng. Mà Đạo Phật gọi là: "**Câu Bất đắc khổ**". Nếu chỉ cầu mong những gì hợp lý, trong tầm tay thì chẳng bao giờ bị tuyệt vọng thì làm gì có bất hạnh chứ!

- Tại sao người ta lại ham muốn kỳ cục như vậy hả anh?

- Đa số người ta hiểu lầm rằng: Muốn được thiên hạ họ tôn trọng mình, họ thương yêu quý mến mình. Để mình nở mày nở mặt với thế gian... Không gì bằng: có thật nhiều tiền nhiều của; không gì bằng chức vụ thật cao... Kỳ thật, tiền tài và quyền uy chỉ làm cho quần chúng sợ chứ không làm cho ai tôn trọng và quý mến mình cả. Có chăng là những tô tở, hay những kẻ nhờ cậy để hưởng ơn mưa móc... là sợ và nịnh bợ là cùng.

Diễm nghe anh mình phân tích khá hợp lý, liền hỏi thêm:

- Nói như anh thì những người giàu có lại bị lệ thuộc vào tiền bạc nó chi phối phải không? Và càng lệ thuộc vào lợi với danh bao nhiêu thì họ càng lo toan, khổ sở bấy nhiêu. Ít khi được thanh thản để hưởng hạnh phúc tròn đầy. Trong khi ấy, người có cuộc sống biết đủ, sẽ không bị lệ thuộc vào tiền tài danh lợi... Thì họ sống luôn an nhiên tự tại và hạnh phúc êm đềm...

- Đúng, em nói đúng! Cho nên con người muốn có hạnh phúc thì chỉ cần đạt tới mức nhu cầu căn bản là đủ... Xong ta lại cần đến nhu cầu tình cảm. Như tình quê hương, tình gia đình, tình bạn bè, tình trai gái, và tình yêu thiên nhiên văn thơ nghệ thuật...v.v. Tình cảm đó, nó không hình không tướng, nhưng nó tồn tại mãi mãi. Chẳng hạn ta ăn một miếng ngon, sau khi nuốt qua cổ họng khoảng 30 giây đồng hồ là dư vị không còn. Còn lại chất lượng của miếng ăn ngon đó nó vào bao tử, để nó chuyển hóa thành chất bổ dưỡng để nuôi thân, hoặc thành chất độc tố để gây bệnh hoạn cho thân... Cặn bã còn lại thành phân tống ra hậu môn là chấm dứt miếng ăn ngon. Trong lúc cái tình cảm thì bất biến.

Diễm hỏi lại anh:

- Nguyễn Công Trứ còn nói tới cái thú của chữ "Nhàn" nữa (Tri nhàn tiện nhàn, hà thời nhàn) anh nghĩa sao?

- Ô! Anh nghĩ, an nhàn không phải là giá trị của hạnh phúc, trái lại sự an nhàn nó sẽ dẫn tới "nhàm chán" rồi đi tới "**Nhàn cư vi bất thiện**" đấy. Tại sao ư? Vì bản chất của sự sống là "**luôn luôn vận động không ngừng**". Chẳng hạn quả tim không bao giờ ngừng đập, máu chẳng bao giờ ngừng luân lưu trong cơ thể, hơi không bao giờ ngừng thở; địa cầu chả bao giờ ngừng quay... Phải chăng Nguyễn Công Trứ nói về giá trị của chữ "Nhàn" là:

1) Làm việc có chừng mực; lao động chân tay hay lao động trí óc cũng cần tiết độ vừa với sức mình, chứ không phải là "**ôm đôm**" đến mức lao tâm, nhọc xác...

2) Sự "nghi ngơi" sau những lúc lao động mệt nhọc để lấy lại sức khỏe, chứ không phải là ăn không ngồi rồi, chả làm gì cả. Nếu chữ "nhàn" là không làm gì cả, thì đồng nghĩa với lười biếng, mà kẻ biếng nhác là hạng người sống ký sinh, đâu đáng nói làm gì nữa.

Phạm Đà Giang