

Tình yêu thương đích thực



Các Bạn thân mến,

Cuối tuần qua nóng quá, nơi tôi ở nhiệt độ leo lên đến 38 độ C, đây là trường hợp hiếm hoi ở cái xứ châu âu này, mùa xuân vẫn còn và mùa hè thì chưa đến. Làm ảnh hưởng ít nhiều đến sức khỏe người lớn tuổi. Thôi thì chấp nhận, phòng chống, giữ gìn trong khả năng cho phép của mình. Cứ nghĩ đến người dân ở những nơi trên 40 độ thì mình cũng cảm thấy được dễ chịu một chút rồi.,

Tuần rồi tôi được người bạn ở xa gửi cho một chút tâm sự của bạn khi to nhỏ với con gái mình về „tình yêu thương“. Bạn ấy làm tôi rất cảm động và rất vui, luôn được bạn thương mến nuôi dưỡng bằng những cảm nghĩ rất thành thật và vô cùng lợi lạc. Tôi đã xin phép bạn ấy chia sẻ tiếp để hương thơm lành này được gió cuốn đến mọi người.

Tôi đã đọc đi đọc lại những dòng này của bạn:

„Con thương của mẹ, mẹ nghĩ: Yêu thương chân thành là dành cho người cho, chứ không phải người nhận“ con à. Mẹ xin nói tại sao mẹ nghĩ như vậy nha!

Thông thường, người ta cứ nghĩ yêu thương chân thành một ai đó, một người bạn trai hay gái, hay bạn đồng nghiệp, hoặc tha nhân nào đó...là thứ tình yêu một chiều từ mình. Mình yêu thương người ta là mình cho, chứ không phải mình nhận. Điều này rất tốt rồi! nhưng thường thì mình hay chờ đợi người ta phải yêu thương lại mình theo cách mình muốn. Mà khi người ta không làm giống như mình mong muốn, mình sắp xếp, dự định...thì mình đau khổ, mình tức giận. Mình kêu than là mình đã cho như vậy mà người ta không chịu cho lại mình...Rồi thì biết bao là phiền não sẽ nảy sinh.

Con ơi, nếu yêu thương chỉ là quan tâm chăm sóc người ta, và mong cầu người ta làm cái gì đó cho mình, thì đó chẳng phải yêu thương chân thành hay đích thực đâu con. Mà đó chỉ là đầu tư, là lợi dụng, là tính toán...đã được bản ngã của con khéo léo che đậy bằng tình yêu thương mà thôi.

Con hãy thử yêu thương ai đó thật chân thành mà xem, con yêu thương, quan tâm, giúp đỡ người ta bằng cả trái tim mình, yêu thương nhưng không mù quáng, yêu thương nhưng không si mê, chiếm hữu làm của riêng. Yêu thương là khi nhìn thấy người ta cần thì mình giúp, là quan sát lắng nghe họ thật sâu, để hiểu rõ họ hơn, không phán xét hay đánh giá họ, xem họ cần gì và mình có thể làm được gì. Có mặt cho họ, không cần họ phải kêu mình mới giúp. Mình cứ giúp và yêu thương thông cảm họ mà không cần họ phải làm bất cứ cái gì cho mình hay cho người khác, nhất là không nên có ảo vọng muốn uốn nắn người đó theo như ý mình, vì giúp

họ, nâng đỡ họ không đồng nghĩa là phải thay đổi họ. Luyện tập làm được như vậy, rồi con sẽ nhận ra...**khi yêu thương là cho mình chứ không phải cho người. Khi con yêu một ai đó vô điều kiện, tình yêu đó tràn ngập trong chính con rồi, chứ không phải chờ người ta làm bất cứ điều gì con mới cảm nhận thấy.**

Dần dà con sẽ thấy, thì ra cái tình yêu thương này luôn có sẵn trong mình từ thuở lọt lòng mà mình không biết. Mình cứ nghĩ mình phải được ai đó quan tâm chăm sóc mới có tình yêu thương trong mình. Phải có ai dạy mình thì mình mới biết thương yêu! Chỉ tại chúng ta hời hợt không nhận ra mà thôi con à.

Cho nên mẹ luôn khẳng định rằng: tình yêu thương luôn có sẵn và tràn ngập trong con, chỉ là những lo lắng, những giận dữ, những sợ hãi, những xô bồ bận rộn bên ngoài xã hội đã chiếm hết vị trí của nó nên nó không biểu hiện được. Bây giờ, dừng lại mọi toan tính, cho mình một không gian riêng để mời tình yêu thương sẵn có trong mình biểu hiện, để con có cơ hội thực tập yêu thương người vô điều kiện, cho dù là bất cứ ai, ông bà, cha mẹ, họ hàng, bạn bè, người xa lạ, luôn cả kẻ thù...và theo thời gian...con sẽ nhận ra thứ tình yêu thương thiêng liêng luôn hiện hữu trong mình và đây là kho tàng quý báu của con đó...chứ không phải là những thứ vật chất bên ngoài, vì người biết yêu thương chân thật là người giàu có nhất.

Yêu và thương con nhiều lắm.“

Các bạn thân mến,

Bạn ấy khiến tôi đọc lại chương: „Bốn khía cạnh của tình thương đích thực“: **Một tình thương yêu đích thực phải có mặt của bốn yếu tố căn bản là Từ, Bi, Hỷ và Xả.** (trích sách „Thương yêu theo phương pháp Bụt dạy“ của Sư Ông Thích Nhất Hạnh.

Sư Ông đã thay Bụt dạy chúng rằng: chúng ta hay nhân danh tình thương mà làm khổ nhau nhiều lắm...Bụt đã dạy: Từ Bi Hỷ Xả nên gắn liền với Trí tuệ, vì không hiểu ta sẽ không có khả năng thương yêu ai đó sâu sắc được, tình thương đích thực sẽ không có mặt. Cho nên hiểu sâu, hiểu thấu là bước đầu, cũng là nền tảng của tình thương yêu. Có được như vậy là nhờ ta biết thực tập Hạnh lắng nghe sâu mà không thành kiến của Đức Bồ Tát Quán Thế Âm.

Mỗi người là một hải đảo riêng biệt, không ai giống ai, nên mỗi người đều có những nỗi niềm riêng, những khổ đau, bức xúc riêng...Nếu ta không lắng nghe, không hiểu thấu thì chắc chắn ta sẽ không thông cảm, không thương mà đôi khi còn giận hờn, trách móc, đổ lỗi...Rồi cũng vì không hiểu nên đôi khi tình thương mà mình hiến tặng người đó sẽ làm họ ngột ngạt và đau khổ hơn. Tôi đã từng chứng kiến: Không hiểu, sẽ làm người mình thương đau khổ suốt đời...cũng vì nhân danh tình thương mà thôi!

Tôi nhớ, Sư Ông luôn dặn dò: „**Được hiểu và được thương luôn là một nhu cầu muôn đời của con người. Nhiều người thường cảm thấy không ai hiểu mình. Họ thật sự „đói“ thương, „đói hiểu“. Họ thơ thẩn, lang thang trong cuộc đời tìm người hiểu mình, thương mình. Gặp được người hiểu mình, thương mình đích thực là may mắn rất lớn của cuộc đời. Tình yêu thương có sẵn sẽ nảy nở, sẽ lớn lên từ đó“**

Các bạn thân mến,

Để kết thúc bài chia sẻ tuần này, tôi xin ghi lại vài dòng của nhạc sĩ họ Trịnh mà tui còn nhớ lờm bờm trong kho tàng âm nhạc của ông:

„...Hãy yêu nhau đi khi rừng thay lá. Hãy yêu nhau đi , giòng nước có trôi xa. Nước trôi qua tim, đong đầy trí nhớ, ngày mai mong chờ, ngày sẽ thiên thu...”

“...Hãy ru nhau trên, những lời gió mới. Hãy yêu nhau cho, gạch đá có tin vui.

Hãy kêu tên nhau, trên ghềnh dưới bãi. Dù mai nơi này, người có xa người...”

“...Hãy yêu nhau đi, quên ngày u tối. Dù biết mai này, xa lìa thế giới.

Mặt đất cho ta, những ngày vui tới, Hãy nhìn mặt người, lần cuối trong đời.

Hãy yêu nhau đi, bên đời nguy khó. Hãy yêu nhau đi, bù đắp cả trăm năm.

Hãy yêu nhau đi, cho ngày quên tháng. Dù đêm bom đạn, dù sáng mưa bom...”

Chúng ta cùng nhau thực tập yêu thương tinh tấn nha.

Hiên trúc – 20.06.2022

Bông Lọc Bình

Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:
<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

www.vietnamvanhien.net



An Lạc & Tự Chủ

VIỆT NAM VĂN HIẾN

www.vietnamvanhien.info



TỦ SÁCH VĂN HIẾN VỚI HƠN 8000 TÁC PHẨM