

Đừng nên giữ lại

Nếu bạn là một nhà văn, nhà thơ, hay một người thích sáng tác, tôi xin tặng bạn lời khuyên sau đây của bà Annie Dillard. Bà Dillard là một tác giả nổi tiếng, từng được trúng giải thưởng Pulitzer Prize về văn chương.

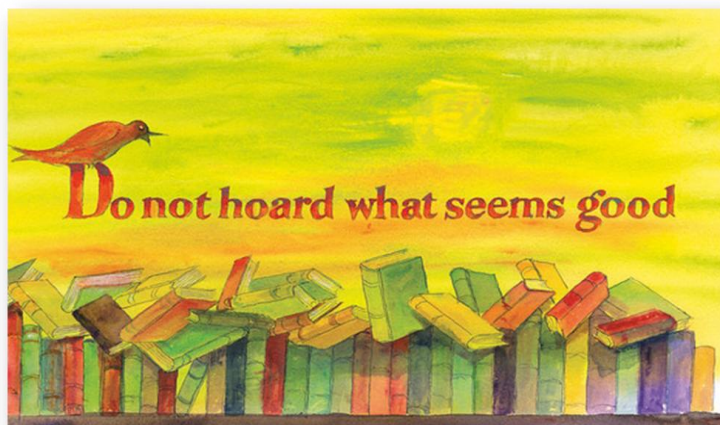
“Tôi có biết một chút ít về vấn đề viết văn, và chúng là như vậy: hãy chia sẻ hết tất cả, cho hết, sử dụng hết, tất cả, ngay tức thì, cho hết tất cả, cho hết ngay bây giờ. Đừng để dành những gì ta thấy là hay đẹp cho một đoạn khác về sau trong sách, hay dành lại cho một quyển sách khác, hãy chia sẻ nó đi, chia sẻ tất cả, chia sẻ ngay bây giờ. Sự thúc đẩy muốn giữ lại một cái gì hay, để dành cho một nơi chốn nào khác tốt hơn, là dấu hiệu báo cho ta hãy đem nó ra chia sẻ ngay bây giờ. Sẽ có những điều khác khởi lên về sau, những điều hay ho hơn. Chúng cũng như nước trong giếng, lại sẽ dâng đầy lên từ bên dưới. Cũng vậy, ý muốn giữ lại riêng cho mình những gì hay đẹp ta đã học được, không những là ích kỷ và nhỏ nhen, mà còn là tự tiêu diệt nữa. Bất cứ những gì ta không mang ra chia sẻ cởi mở và rộng rãi, ta sẽ đánh mất chúng. Ta mở chiếc tủ sắt, két bạc của mình ra và chỉ tìm thấy những tro tàn. Give it all and give it now...”

Bây giờ và ở đây

Tôi nghĩ trong cuộc sống này, có lẽ chúng ta cũng có thể lắng nghe và thử nhìn sâu vào lời chia sẻ ấy, phải không bạn? Trong đạo Phật, trên con đường tu học có một sự thực tập gọi là *hành động chân chánh, samyak-karmānta, wise action*. Nó cũng có nghĩa là trong giờ phút này ta chỉ có một việc để làm, một lời để nói, ta chỉ có mỗi bước chân này và con đường mình đang đi... Vì vậy ta hãy thể hiện hành động ấy

sao cho chân chánh, cho đẹp và sâu sắc, ngay trong giây phút này. Mà thật ra, ta cũng đâu thể hành xử theo cách nào khác hơn được phải không bạn? Và ta cũng không thể để dành nó lại cho một ngày mai nào đó khi trời nắng ấm hơn, hay đợi khi đời bớt chơi vui hơn, mới làm được! Thật ra bây giờ và ở đây ta chỉ có duy nhất một *wise action* này mà thôi, và nó có thể đơn sơ như là một bước chân an ổn, hay một hơi thở ý thức, hoặc một nụ cười vui.

Mấy tuần trước tôi có dịp về Houston thăm và tham dự buổi lễ đính hôn của đứa cháu. Nhớ mới ngày nào, mỗi khi về gặp chúng vẫn còn chạy chơi lăng xăng, tút tút bên tôi. Thời gian trôi thẳm lặng nhưng không bao giờ ngừng nghỉ, và chúng ta thì vẫn cứ mong chờ... Hôm ấy có người viết tặng cho nó câu *“Happiness is here and now.”* Hạnh phúc là bây giờ và ở đây. Nó hỏi tôi, tại sao đã nói *“here”* rồi mà còn cần phải có *“now”* nữa? *Ở đây* thì chắc chắn phải là *bây giờ* rồi, chứ còn là khi nào khác nữa đây? Tôi chỉ cười thôi. Không lẽ tôi nói với nó rằng, người lớn chúng ta phức tạp lắm, nên mình phải chế tác ra đủ văn tự, chữ nghĩa để nhắc nhở một điều rất giản dị và hiển nhiên.



Và sự thật là vậy, ta chỉ có thể buông bỏ những muộn phiền của mình trong giờ phút này, mà không thể là một ngày mai nào khác. Ta chỉ có thể học tha thứ trong khi ta đang ngồi, đứng hay đi ở ngay nơi đây, chứ không thể là một nơi nào khác. Trong giây phút này ta chỉ có một *hành động chân chánh* này, và hạnh phúc cũng chỉ có thể có mặt trong giờ phút hiện tại mà thôi.

Mặt trăng hôm qua chiếu sáng mặt trăng hôm nay

Bạn biết không, chúng ta ai cũng có một ngày mai để mơ tưởng đến, và những ngày hôm qua để nhớ về. Nhiều năm trước, trong lần đầu trở về quê hương sau nhiều năm xa, tôi tìm về căn nhà xưa, ngôi trường cũ của mình. Khi về lại, tôi thấy cảnh vật cũng vẫn không đổi thay mấy, nhưng tôi có cảm nhận dường như mình bây giờ đã khác. Nhưng thật ra tôi có khác hơn xưa không, hay cũng chỉ là một sự tiếp nối của quá khứ mà thôi? Bạn nhìn cho kỹ đi, thời gian có trôi qua nhưng thật ra có gì là mất đi chẳng! Nhớ hai câu thơ của Tuệ Trung Thượng Sĩ:

*Tạc dạ nguyệt minh kim dạ nguyệt,
Tân niên hoa phát cổ niên hoa.*

*Năm cũ hoa cười hoa năm mới,
Đêm này nguyệt sáng nguyệt đêm qua.*

(Trúc Thiên dịch)

Mặt trăng của đêm hôm qua đang chiếu sáng trong mặt trăng của đêm hôm nay, Hoa năm mới đang bùng dậy trong hoa năm cũ. Một đêm khuya mùa đông trên con đường về nhà, tôi ngược lên nhìn trăng sáng. Tôi ý thức được rằng trăng sáng đêm nay cũng là vàng trắng sáng của đêm qua. Tất cả chỉ là một sự tiếp tục.

Những hạnh phúc của ngày tháng qua cũng vẫn còn đang tiếp tục có mặt trong ngày hôm nay! Mặt trăng sáng đêm nay cũng vẫn là cùng một mặt trăng Phật đã ngược nhìn khi ngồi dưới cội bồ đề ngàn năm trước. Bạn hãy thử ngược lên nhìn cho sâu sắc đi, trong giây phút này ta vẫn có đầy đủ hết. Và nhận thức đó giúp tôi hiểu rằng, mình vẫn có khả năng chuyển hóa được tất cả những muộn phiền trong quá khứ.

Tôi thấy trong thời đại ngày nay chúng ta ai cũng biết xây dựng cho tương lai, chăm sóc cho ngày mai của mình, rất hay. Nhưng ít ai lại có khả năng sống trong giây phút hiện tại. Nhưng làm sao ta có thể sống trong hiện tại? Tôi nghĩ có lẽ là như vậy: "*hãy chia sẻ hết tất cả, cho hết, sử dụng hết, cho hết tất cả ngay lúc này. Đừng để dành những gì ta nghĩ là hay là đẹp cho một đoạn khác về sau, hay chờ một nơi nào khác...*" Nhưng xin bạn đừng hiểu rằng tôi nói chúng ta không cần đến ngày mai, cứ buông thả và sống theo những thúc đẩy của mình! Tôi chỉ muốn nói là trong giây phút này ta chỉ có một việc đang làm mà thôi, một chỗ đang ngồi, một nơi đang đứng, một bước đang đi, hay là một nụ cười, một niềm vui cho nhau. Hãy nhìn sâu và thực tập hết lòng cho nó được là một *hành động chân chánh* bạn nhé!



Theo tôi thì một hành động chân chánh là một việc làm mang lại sự tự do, tình thương và hạnh phúc, cho mình và người chung quanh. Đó có thể là một hơi thở có ý thức, một bước đi an ổn, một sự buông xả, một lời thương yêu, để giúp nhau bớt lo lắng, khổ đau... Bạn cũng đừng chờ đợi hay để dành nó lại cho một khi nào khác hơn, mà hãy *give it all and give it now*. Và tôi biết rằng, như một giếng nước trong sâu, nhờ biết cho những gì hay đẹp mà chúng ta lại có được nhiều thêm hơn...

Nguyễn Duy Nhiên

<http://duynhien.multiply.com/>