

8 điều hạnh phúc nhất trong cuộc đời của mỗi con người

Hạnh phúc là một trạng thái cảm xúc, hoan hỉ cao nhất của con người. Hạnh phúc là gì? Định nghĩa về hạnh phúc đơn thuần là cảm xúc thỏa mãn khi ta đạt được điều gì đó trong cuộc đời. Như vậy điều gì là hạnh phúc nhất trong cuộc đời mỗi con người?

Nhu cầu hay mong muốn được hạnh phúc luôn là khát vọng lớn nhất trong cuộc đời mỗi con người, mỗi việc làm hằng ngày dù nhỏ hay lớn, mỗi ước mơ, khát vọng trong đời người đều hướng đích đến là hạnh phúc. Người mong có được vật chất vẻ vang, người mong có được tri thức sáng tạo, hiểu biết sâu rộng, người mong có được một người bạn tốt hay đơn giản là mong còn được sống trên cõi đời này, tất cả mọi thứ khi đã sở hữu được một cách thỏa mãn đều là sự hạnh phúc. Tùy theo nhận thức mỗi con người là ta có những giá trị về hạnh phúc khác nhau, ví như đối với người này hạnh phúc là có sức khỏe để làm việc còn đối với người khác có thật nhiều tiền mới là hạnh phúc... Điều hạnh phúc nhất của mỗi con người không cố định và hiện hữu cụ thể là điều gì chung cho tất cả mọi người. Như giáo lý nhà Phật quan niệm “Hạnh phúc tương đối” vì hạnh phúc bị chi phối bởi luật vô thường. Ngày hôm nay có thể ta có nhưng ngày mai chưa chắc đã còn, hôm nay ta còn sức khỏe để sống và làm việc nhưng ngày mai ta chợt ngã bệnh. Điều hạnh phúc nhất của mỗi con người thể hiện qua những điều sau:

8 điều hạnh phúc nhất trong cuộc đời của mỗi con người

1. Ta có đạo đức – lòng biết ơn là điều hạnh phúc nhất

Lòng biết ơn không có gì là cao xa, nó hiện hữu ngay trong mỗi con người chúng ta, chúng ta cố gắng phấn đấu trong cuộc sống cũng là thể hiện sự biết ơn, ta biết ơn cha mẹ sinh thành, biết ơn bạn bè cho ta niềm vui và cảm ơn cuộc đời cho ta được sống không bị lạc lõng. Sống biết ơn là một điều hạnh phúc của con người, lòng biết ơn mang đến cho ta sức mạnh lớn lao để chinh phục cuộc sống và thậm chí chính lòng biết ơn mang đến cho ta những điều hạnh phúc khác trong cuộc đời mà ta không ngờ tới. Lòng biết ơn chính là

đạo đức lớn mà mỗi con người chúng ta cần có và phấn đấu, tu dưỡng để có được. Lòng hiếu thuận cha mẹ là sự biết ơn là một sự hạnh phúc lớn lao.

Đạo đức và lòng biết ơn không hình thành và có trong mệnh lệnh, tín điều, giáo điều hay sức ép của một giáo lý nào, đạo đức và lòng biết ơn có được do tự nguyện, tự thân mỗi con người, sản sinh ra từ chính nếp sống của chúng ta. Có đạo đức, có lòng biết ơn tạo cho ta những tương hệ trong cuộc đời hạnh phúc, giữa cha mẹ, con cái, chồng, vợ, thầy trò, hàng xóm, láng giềng, giữa chủ tớ... Chính đạo đức và lòng biết ơn của mỗi con người chúng ta trong quá khứ và hiện tại tạo nên vòng nghiệp báo – luân hồi. Việc con người tìm đến những giáo pháp nhà Phật như một con đường tu tính bản thân, hun đúc lòng nhân ái, hiếu hạnh, hiền hòa và vị tha.

2. Ta có công việc để làm và đam mê công việc

Hạnh phúc không tự thân đến với bất kỳ ai, hạnh phúc là thành quả của sự vận động của con người, bạn phải làm thì mới có được hạnh phúc bởi vậy khi bạn có công việc để làm và đam mê công việc đó là điều hạnh phúc. Một cô gái đam mê công việc giảng dạy cô cố gắng làm việc, học tập để trở thành người giáo viên và rồi cô có được công việc giảng dạy đó là hạnh phúc – trong cuộc đời của người giáo viên thật sự yêu nghề giáo thì công việc chính là điều hạnh phúc nhất. Một ông bác sĩ yêu nghề, hạnh phúc lớn nhất của ông ấy là được cứu người, thậm chí một người lao động chân tay khuôn vác nặng nhọc, hạnh phúc của họ là mong muốn ngày nào cũng có công việc để làm.

Cũng như đã nói hạnh phúc là thành quả mỗi con người đạt được khi làm việc, thì việc phấn đấu để làm tốt công việc như là điều kiện tiên quyết để có hạnh phúc. Ai cũng có ước mơ trong cuộc đời, làm việc là con đường đưa ta đến với ước mơ nhanh nhất, không ai có ước mơ rồi ngồi không mộng tưởng thì ước mơ đó sẽ thành hiện thực. Một cậu bé cụt mất đôi tay, cậu yêu con chữ và ước mơ mình có đôi tay để viết, vậy đôi tay nơi đâu? Cậu bé phải dùng đôi chân còn lại để thay thế đôi tay vốn dĩ dùng để viết làm thay công việc cho đôi tay, khi đã viết thành con chữ rồi hạnh phúc là viết được nên con

chữ dẫu thân thể không được toàn vẹn. Ai cũng vậy, muốn có hạnh phúc ta phải lao tâm vận động.

3. Có vật chất sử dụng

Dưới góc nhìn Phật giáo, vật chất không có giới hạn định mức con người ta tích lũy bao nhiêu, giới hạn duy nhất là của cải vật chất đó phải được tạo ra bằng những phương tiện chân chính, công bằng, không làm tổn hại đến sự phát triển tâm linh của mình và lợi ích của người khác. Việc sở hữu tài sản của mỗi con người được xem như là quả của nhân thiện trong quá khứ. Vật chất tiền tài là điểm tựa để con người ta tránh sự nghèo khó, bởi chính nghèo khó là nguồn căn của tội ác và chướng ngại của sự tiến bộ tâm linh – có câu “bần cùng sinh đạo tặc”.

Chúng ta coi của cải là điểm tựa của cuộc sống chứ không coi vật chất như một sự bám víu hay chất chứa, những điều này cũng tạo nên tội ác. Rõ ràng vật chất cũng có giới hạn, và hạn định quan trọng nhất là là ý thức của người làm ra và sử dụng vật chất. Sự giàu có cũng đưa đến những điều bất thiện – “Có tiền có tật”. Dù ở góc độ là người sinh ra đã được thừa hưởng sự sang giàu cũng là một điều hạnh phúc, hay là một người nghèo khó có được vật chất để thoát cảnh bần cùng cũng là điều hạnh phúc.

Thực tiễn trong cuộc sống ngày nay, vật chất quan trọng nhất chính là đồng tiền, và thực tế hơn trong cuộc sống, mỗi một công việc khi ta làm đều hướng đến giá trị hiện hữu là đồng tiền. Đồng tiền thật sự không mua được hạnh phúc nhưng có thể mua được những thứ làm nên hạnh phúc. Ta cần tiền để mua một ngôi nhà để ở, có nơi ở đó là điều hạnh phúc nhất của những người vô gia cư, cần một chỗ che mưa che nắng, hạnh phúc nhất của những người đói nghèo là có tiền để mua thức ăn và nhiều người cần tiền để chữa bệnh, để có sức khỏe, đó là những điều hạnh phúc nhất với họ.

Có vật chất để sử dụng đó là điều hạnh phúc và làm sao để giữ bền vững, tránh mất mát vô nghĩa, và trên hết đó là những vật chất hợp pháp, vật chất có được khi được làm ra từ những công việc hợp pháp, đúng đạo lý xã hội con người thì mới là hạnh phúc thật sự và lớn lao. Ai trong xã hội này khi đã

lao vào công việc cũng mong làm ra tiền, bởi tiền là thành quả khẳng định họ là được việc và có giá trị làm ra hạnh phúc.

4. Có những người bạn tốt

Có được những người bạn tốt là điều hạnh phúc nhất trong cuộc đời mỗi con người, bởi có bạn làm cho cuộc sống của chúng ta không cô độc – người bạn luôn ở bên ta, không bỏ rơi ta khi gặp khốn khó và có thể hy sinh tính mạng vì ta. Có bạn ta có nơi để chia sẻ buồn vui và cả nỗi buồn. Ai trong cuộc đời cũng có nhiều người bạn, thậm chí là có rất nhiều, nếu đơn thuần chỉ là bạn thì là vô kể, vấn đề là ta người bạn tốt mới điều quan trọng. Gặp được người bạn tốt đó là cái duyên quý giá. Bản thân chúng ta muốn có được những bạn tốt, thì chính chúng ta phải là một người bạn tốt đối với người khác, việc chọn được người bạn tốt đòi hỏi bản thân ta phải lý trí, bản thân chúng ta có cách nhìn người, tránh né những con người giả tạo, có đạo đức xấu.

Người bạn tốt, giúp ta bớt đi những nỗi đau mà ta gặp phải, khi bạn gặp phải tai ương có người bạn tốt giúp đỡ đó là điều quý giá. Thử một ngày bạn gặp nạn, đau thương chông chênh, có người ở kề bên chia sẻ và cầm đôi tay bạn níu bạn đứng dậy, hay kéo bạn ra khỏi cạm bẫy, cạm dỗ cuộc sống, khi đó có một người bạn tốt thật sự là tốt và hạnh phúc biết bao. Hãy trân trọng những người bạn hay giúp đỡ ta, ở bên cạnh ta lúc ta khổ đau hay hạnh phúc, cố vấn cho ta những kinh nghiệm cuộc sống và là một người giàu lòng trắc ẩn.

5. Ta có một cuộc sống trong sạch

Cuộc sống có trăm ngàn cạm bẫy, dẫn dụ chúng ta, có lúc ta không giữ được mình, ta lao vào xa ngã, tội lỗi. Ai cũng có khát vọng có một cuộc sống trong sạch cả, bản thân chúng ta muốn có được cuộc sống trong sạch thì tâm tính chúng ta phải sạch, chúng ta biết tu tâm, dưỡng tánh, làm điều thiện, việc đầu tiên chúng ta phải biết hiếu dưỡng cha mẹ, biết yêu thương những con người xung quanh. Công việc chúng ta chọn làm và đam mê cũng phải là công việc trong sạch, tránh xa ngã vào con đường tội lỗi. Bao nhiêu con người tù tội từng làm điều ác cũng đều mong ước đến ngày mình trở về với xã hội, về với ánh sáng trong sạch.

Cuộc sống trong sạch cũng là chính lòng ta trong sạch, thanh tịnh. Chúng ta tạo cho mình nếp sống đạo thiên, chay tịnh dưỡng thực, chúng ta tự tạo cho mình nếp sống trong sạch ngay trong chính nơi ở của chúng ta – nhà cửa sạch sẽ, lối sống và môi trường sống lành mạnh. Bản thân chúng ta không vì đuổi theo quan niệm sống trong sạch mà cố làm khắc khổ bản thân, như cuộc sống hằng ngày của mọi con người, không phải ăn chay là chỉ trường ăn rau, chay tịnh ở đây là bớt đi phần thịt, bớt sát sanh, nhờ những món ăn thiên nhiên mà vị ta thêm mạnh khỏe.

Thực tế cuộc sống ồn ào đang từng ngày trôi đi và đến, khiến con người ta căng thẳng, mệt mỏi và áp lực – chúng ta cần một bữa ăn chay với tâm thanh tịnh để cân bằng lại cuộc sống – một cách để ta sống chậm lại và thấu hiểu cuộc đời, nhân sinh hơn. Có một cuộc sống trong sạch là hạnh phúc lớn nhất trong cuộc đời mỗi con người.

6. Ta có niềm tin vào cuộc sống

Niềm tin vào cuộc sống là điều buộc chúng ta phải có. Bạn có niềm tin vào cuộc sống bạn có thể làm được nhiều điều. Đơn giản như bạn tin vào Đức Phật bạn sẽ có điểm tựa về tâm linh, tâm bạn sẽ nhẹ hơn khi cuộc sống có vướn bận. Hay đơn giản bạn có niềm tin thì bạn mới có thể sống, ví như bạn mắc bạo bệnh bạn nên tin rằng cuộc sống vẫn còn rất tươi đẹp và bao nhiêu điều chờ đón bạn thì bạn mới có niềm tin, hoan hỉ để mà mạnh mẽ để cố gắng vượt qua bạo bệnh vượt qua số phận. Niềm tin có trong chính con người bạn việc của bạn là phóng giải nó ra, như việc mở rộng trái tim để tin yêu một con người. Như vậy có thể nói có niềm tin vào cuộc sống là điều hạnh phúc nhất.

Đối với người Phật tử niềm tin vào cuộc sống luôn hướng về ba đối tượng chính là đất nước, Tổ tiên ông bà và Trời Phật. Dù chúng ta sống trong cuộc sống ngày càng hiện đại, nhưng vấn đề thờ tự Tổ tiên, ông bà và Trời Phật vẫn là một truyền thống mang tính chất con cháu biết mang ơn những người đã khuất, những người có ơn khai sinh đất nước, những con người cho ta niềm tin, và điểm tựa tâm hồn. Có niềm tin vào cuộc sống, chúng ta tụng

kinh, cầu nguyện như một cách để ta giải thoát nhân tâm khổ đau, tâm thanh tịnh.

Nường theo tâm thanh tịnh, giải thoát của chúng ta trong thời kinh, hoặc trong Thiền định, tâm của vong linh xả bỏ được tất cả nỗi khổ đau phiền muộn và sẽ được tái sinh vào cảnh giới tốt đẹp theo ý muốn.

7. Ta có lòng yêu thương

Đã có niềm tin vào cuộc sống thì bạn sẽ có lòng yêu thương con người. Đơn giản như việc bạn đi chợ, dạo phố gặp người ăn xin ta có lòng bố thí, hành thiện – bạn đã cho những con người đó hạnh phúc và cũng vô hình tạo cho chính mình hạnh phúc. Yêu thương nào cũng được đền đáp cả, không phải là đền đáp bằng vật chất mà chỉ cần là tiếng cảm ơn thôi, một ánh nhìn thân thiện thôi cũng mang đến hạnh phúc rồi. Ai có lòng yêu thương con người thì đó là điều hạnh phúc nhất mà bạn đang có.

Lòng yêu thương con người không chỉ là yêu thương những con người xung quanh mà ta còn yêu chính bản thân mình, trân quý những gì mà mình có, ngay cả sự sống của chính mình trên cõi đời này cũng là điều vô cùng quý giá. Ta không phải vì những phần uất tâm lý đến cùng cực mà làm tổn hại đến bản thể xác bản thân ta. Việc làm thương tổn đến thể xác của chính mình đối với giáo lý nhà Phật là một cái tội. Việc trân trọng bản thân cũng như chính việc ta lễ hiếu với cha mẹ.

Lòng yêu thương của chúng ta không hạn định ở mức chỉ là tình cảm giữa con người với con người mà ta phải có tình yêu với chúng sanh vạn vật, bởi bản thân ta khi được sinh ra trên cõi đời này đều mang ơn cả chúng sanh vạn vật đã cho ta cái ăn, cho ta nơi để đứng, và công cụ làm nên vật chất cải tạo cuộc sống. Mọi sự yêu thương đều vô điều kiện và không cần đền đáp thậm chí là không tồn tại sự cho nhận khi ta có lòng yêu thương. Bên cạnh đó, trong đạo Phật tình yêu thương, từ bi gắn liền với trí tuệ – chúng ta phải luôn tu tập, quan sát, lắng nghe và thấu hiểu, yêu thương phải hội tụ đủ bốn yếu tố: từ, bi, hỉ, xả. Ta có tình yêu thương để chúng sanh bớt đi khổ đau, chuyển hóa nỗi đau thành hạnh phúc.

8. Ta có trí thông minh và đam mê học hỏi

Trong đạo Phật, trong các loài sinh vật hiện hữu trên trái đất, loài người là thông minh hơn cả vì ta biết suy nghĩ, biết sáng tạo, biết thăng hoa trí tuệ và đạo đức. Con người chúng ta từ xưa, từ những thời gọi là cổ đại và lạc hậu, chúng ta có trí thông minh mới có thể cải tạo cuộc sống cho đến ngày nay là đi đến sự văn minh. Vậy thì vì sao chính chúng ta không dựa và điều mà vốn sẵn ta có đó để phát triển đời sống. Chúng ta nên cảm ơn rằng ta sinh ra là một con người có trí thông minh, nếu bản thân sinh ra không được nhanh nhạy và thông minh thì chúng ta nên hết lòng học hỏi. Trí thông minh muốn có được không chỉ từ bẩm sinh mà còn sinh ra trong quá trình học hỏi, bản thân ta phải tạo dựng sự đam mê học tập.

Cũng như những điều trên đã nói đến, chúng ta muốn có được hạnh phúc, mọi hoạt động đều hướng đến hạnh phúc ta phải làm, mà làm thì ta phải có trí thông minh, nếu không thông minh buộc ta phải cần cù học hỏi, ta có đam mê, có thể là sẽ lâu, sẽ chậm có được thành quả nhưng đó là hạnh phúc, hạnh phúc khi ta có được những điều mà chính bản thân ta làm ra hài lòng về điều đó. Con người ta phải dốc hết sức mình để học hỏi, phải bồi dưỡng trí thông minh mà trời ban đó. Trong chúng ta, kiến thức là vô hạn, những kiến thức bạn đang có được chỉ là hạt cát trên xa mạc mà thôi, hãy cố gắng học hỏi, phải càng trau dồi thêm tri thức cho bản thân. Khi có được trí thông minh và cảm nhận được lòng đam mê hạnh phúc của mình đó mới là hạnh phúc.

Nói gì đi nữa, trong cuộc đời mỗi con người có bao nhiêu giá trị sống, có bao nhiêu điều ta đạt được và không đạt được, vấn đề là ta biết cách hài lòng với những giá trị đó, có được những điều trên, đó là hạnh phúc nhất trong cuộc đời mỗi con người, ta không cần có tất cả và cũng chưa chắc ta có khả năng có tất cả những điều đó, tự bản thân bạn hãy làm ra những điều gọi là hạnh phúc nhất. Khả năng bạn có thể làm được, và đã làm ra được. Vì cho cùng Hạnh Phúc thực sự cũng chỉ là tương đối vì mọi thứ vốn vô thường trong cuộc đời này.

Bài viết: "8 điều hạnh phúc nhất trong cuộc đời của mỗi con người"
Thu Thủy