

CON ĐƯỜNG TRƯỜNG TRẺ

TRI THỨC & PHÁT TRIỂN

“Những lời khuyên dành cho bạn trẻ thế kỷ 21”



Daisaku Ikeda

Foreword by Duncan Sheik

Table of Contents

LỜI NÓI ĐẦU

LỜI TỰA

PHẦN I. GIA ĐÌNH

1. BỐ MẸ HAY CẢN NHẪN
2. BIỂU LỘ TÍNH CÁ TÍNH
3. QUÁ ÍT TIỀN
4. HÒA THUẬN VỚI BỐ MẸ
5. HÀNH XỬ VỚI LỜI KHUYÊN
6. QUÁ NHIỀU BÓ BUỘC HẠN CHẾ

PHẦN II. BẠN HỮU

7. TÌNH BẠN ĐÍCH THỰC
8. CHỌN BẠN TỐT
9. BẠN TỐT – BẠN XẤU
10. LÀM MẤT BẠN
11. KHI BỊ BẠN HỮU BỎ RƠI
12. ÁP LỰC CỦA ĐÁM BẠN CÙNG TRANG LỬA
13. GIỮ BẠN
14. NHỮNG NGƯỜI MÀ BẠN KHÔNG ƯA
15. XỬ TRÍ VỚI LÒNG GHEN TỶ
16. THÍCH SỐNG ĐƠN ĐỘC
17. KHUYÊN BẠN

PHẦN III. TÌNH YÊU

18. TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC
19. HÃY THÔNG THẢ
20. HÃY CỨ SỐNG THỰC VỚI CHÍNH MÌNH
21. NGHIỆN TÌNH YÊU
22. TỰ BẢO VỆ MÌNH
23. TÌNH DỤC

- 24. MANG THAI Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN
- 25. ĐỐI TRỊ VẾT THƯƠNG LÒNG

PHẦN IV. HỌC TẬP

- 26. MỤC ĐÍCH CỦA HỌC TẬP
- 27. THIẾU THỜI GIAN
- 28. BỎ HỌC
- 29. TẦM QUAN TRỌNG CỦA ĐIỂM SỐ
- 30. VÀO MỘT ĐẠI HỌC TỐT
- 31. SỢ THẤT BẠI
- 32. ĐI LÀM HAY VÀO ĐẠI HỌC?
- 33. KHÔNG CÓ TIỀN VÀO ĐẠI HỌC
- 34. TRƯỜNG DẠY NGHỀ
- 35. TẦM QUAN TRỌNG CỦA VIỆC ĐỌC SÁCH
- 36. HỌC CÁCH THƯỜNG THỨC VIỆC ĐỌC SÁCH
- 37. TẦM QUAN TRỌNG CỦA SỬ HỌC
- 38. CHÂN LÝ VÀ LỊCH SỬ
- 39. NGHỆ THUẬT CÓ KHẢ NĂNG CHUYỂN HÓA TRÁI TIM
- 40. THƯỜNG NGOẠN NGHỆ THUẬT

PHẦN V. LÀM VIỆC

- 41. CHỌN MỘT NGHỀ
- 42. TÌM RA SỨ MỆNH CỦA BẠN
- 43. TÀI NĂNG
- 44. VIỆC LÀM PHÙ HỢP
- 45. ĐỔI NGHỀ
- 46. KHÔNG LÀM VIỆC
- 47. KIẾM TIỀN
- 48. LÀM VIỆC VÌ CHÍNH NGHĨA

PHẦN VI. ƯỚC MƠ & MỤC ĐÍCH

- 49. NHỮNG GIẤC MƠ LỚN
- 50. ĐẠT TỚI TIÊU ĐIỂM
- 51. ĐỦ TRÍ LỰC

- 52. HÃY ĐI THEO TIẾNG GỌI TRÁI TIM BẠN
- 53. ĐỪNG BAO GIỜ BỎ CUỘC
- 54. CÙNG CỐ QUYẾT TÂM CỦA BẠN
- 55. TÂM QUAN TRỌNG CỦA LÒNG DỮNG CẢM
- 56. DỮNG CẢM & LÒNG TỪ ÁI

PHẦN VII. LÒNG TỰ TIN

- 57. GIỮ HY VỌNG
- 58. TIỀM NĂNG THỰC THỤ
- 59. ĐƯƠNG ĐẦU VỚI NHỮNG VẤN ĐỀ
- 60. HÃY PHÁT TIẾT TINH HOA CỦA BẠN
- 61. TỰ NHIÊN & DƯỠNG DỤC
- 62. CHUYỂN NGHIỆP
- 63. NHÌN VƯỢT LÊN NHỮNG LỖI LẦM
- 64. HÀNH XỬ VỚI SỰ CHỈ TRÍCH
- 65. TÍNH RỤT RÈ CẢ THẺN
- 66. SỰ NGỰNG NGỪNG BỐI RỐI
- 67. NHÌN NGƯỜI KHÁC MỘT CÁCH TÍCH CỰC

PHẦN VIII. LÒNG TỪ ÁI

- 68. QUAN TÂM ĐẾN NGƯỜI KHÁC
- 69. LÒNG NHÂN ÁI ĐÍCH THỰC
- 70. DỮNG CẢM GIÚP ĐỠ KẺ KHÁC
- 71. BÀY TỎ SỰ ÂN CẦN CỦA BẠN
- 72. TIẾP CẬN ĐỜI NGƯỜI KHÁC
- 73. ĐỐI MẶT VỚI SỰ VÔ CẢM
- 74. CHẶN ĐỨNG SỰ BẮT NẠT
- 75. HÀNH XỬ VỚI BẠO ĐỘNG
- 76. BẠO HÀNH VỚI PHỤ NỮ

PHẦN IX. BỨC TRANH TOÀN CẢNH

- 77. HIỂU SỰ BÌNH ĐẲNG
- 78. LÒNG DỮNG CẢM LÀ CHÌA KHÓA
- 79. QUYỀN CON NGƯỜI
- 80. CÔNG DÂN CỦA THẾ GIỚI

81. CHUẨN BỊ KHỞI ĐỘNG
82. TÌNH BẠN VÀ HÒA BÌNH
83. QUAN TÂM VỀ MÔI TRƯỜNG
84. THỰC HÀNH VIỆC BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG
85. VAI TRÒ CỦA CÁ NHÂN

LỜI CUỐI

VÀI NÉT VỀ TÁC GIẢ

CHÚ THÍCH

DAISAKU IKEDA

CON ĐƯỜNG SỐNG TRẺ

(The Way of Youth, 2000)

Đỗ Như Nghĩa *dịch*

NHÀ XUẤT BẢN TRẺ - 2006

LỜI NÓI ĐẦU

Trong những trang sau đây, bạn sẽ đọc một loạt những câu hỏi được đặt ra cho *Daisaku Ikeda*, và những mối quan tâm của những người trẻ, được bày tỏ ra với ông. Mặc dù một vài trong số những vấn đề được nêu lên có thể dường như đơn giản, có những ý tưởng rất sâu xa ẩn chứa bên trong những câu trả lời thẳng thắn của *Daisaku Ikeda*. Đó là những lời khuyên từ ái, có sức thuyết phục mạnh mẽ. Theo những lời khuyên đó, ta đi tới chỗ nhận ra khả năng của ta trong việc kiểm soát vận mệnh cá nhân của mình. Riêng với bản thân tôi, tôi thấy rằng, ông đã đưa ra những lời khuyên sâu sắc liên quan đến tình yêu và những mối quan hệ, mà 10 năm về trước, nếu đã nghe thấy nó, chắc hẳn tôi đã tránh được nhiều phiền muộn.

May thay, những lời khuyên mà tôi đã thực sự nghe theo, đã củng cố quyết tâm của tôi trong việc thay đổi những điều về chính mình, những điều mà đã kìm hãm, ngăn cản tôi thành tựu những mục đích có tính sáng tạo của bản thân tôi. Trước khi tôi được đọc những lời khuyên của *Daisaku Ikeda*, tôi không chịu được việc hát nơi công chúng – tôi không thích âm thanh giọng hát của chính mình và ngưng ngừng một cách khổ sở trên sân khấu. Không phải là chuyện tình cờ ngẫu nhiên, mà 7 năm sau, album đầu tiên của tôi đoạt huy chương vàng, và tôi được giải Grammy về Giọng Nam Hay Nhất; tôi cũng đã đi lưu diễn vòng quanh thế giới, trình diễn trước hàng triệu người.

Gần đây, tôi đọc nhiều về computer, về tầm quan trọng ngày càng tăng của nó trong thế giới của chúng ta. Chỉ cần nói rằng, theo mọi nguồn thông tin có thẩm quyền, thì trong những thập niên sắp tới, sẽ có những thay đổi mà thậm chí chúng ta không thể nào tưởng tượng nổi – những thay đổi mà sẽ hoàn toàn biến đổi bộ mặt xã hội chúng ta – về mặt xã hội, văn hóa, và chính trị. Dĩ nhiên, sự sống chính nó được đặt nền tảng trên sự thay đổi liên tục. Như nhiều người đã chỉ ra, cái thường hằng duy nhất là sự thay đổi.

Đây là lý do tại sao cấp thiết phải tìm thấy một triết lý có thể đưa ta đi qua những giai đoạn lịch sử này, để đón nhận những thay đổi tích cực và xử trí với những thay đổi tiêu cực.

Điểm thực sự quan trọng mà Ikeda thường xuyên nhấn mạnh, là việc định hướng cho những thay đổi này và tạo ra thế giới mới này – việc ấy tùy thuộc vào chúng ta, thế hệ trẻ. Tất cả chúng ta không chỉ có cái khả năng bản hữu (vốn có) để tạo ra những thay đổi này, mà chúng ta còn có trách nhiệm làm như thế, trong một cách thức từ ái, khôn ngoan.

Và tôi nghĩ, đây là mục đích của cuộc sống: *Hạnh phúc, sáng tạo và trân quý sự sống trong mọi biểu hiện kỳ diệu của nó.*

— DUNCAN SHEIK

LỜI TỰA

“Tôi có một giấc mơ!”, đó là lời của Tiến sĩ Martin Luther King Jr.^[1] Những giấc mơ của bạn là gì? Những hy vọng của bạn là gì? Không có gì mạnh mẽ hơn một cuộc sống đầy hy vọng.

Hằng ngày, tôi nhận được những lá thư từ những người trẻ khắp thế giới, và tôi nói chuyện với những chàng trai và những cô gái trẻ bất cứ khi nào tôi có dịp. Tôi thấy có nhiều người trẻ tràn đầy hy vọng và nhiệt huyết, song những người khác mà tôi tình cờ gặp, thì lại có vẻ như trĩu nặng những ưu phiền thuộc loại này hay loại khác. *Tuổi trẻ là một thời cho sự phát triển và thay đổi, nhưng nó cũng có thể là một thời của những lo âu to lớn.*^[2] Những người trẻ nhiều khi cảm thấy bất an trong xã hội, như thể là họ bị bỏ rơi một mình trong một vùng hoang dã hay một bãi chiến trường nào đó. Họ có thể cảm thấy không có ai mà họ có thể tin cậy; rằng không ai quan tâm đến họ; rằng họ không có mục đích nào trong đời.

Nhưng hãy đợi! Bạn hiểu chính mình như vậy là có đúng không? Bạn có nên đánh giá quá thấp những khả năng của bạn? Không có ai mà lại không có sứ mệnh nào đó, mục đích nào đó trên thế gian này. Và cảm thức này về sứ mệnh và mục đích là cái đem lại ý nghĩa và sự thoả mãn chân thực cho đời người.

Khi tôi 19 tuổi, tôi gặp Josei Toda, người đã trở thành vị ân sư suốt đời của tôi. Ngay cả bây giờ tôi vẫn chưa thể quên, và sẽ không bao giờ quên, những lời nói từ ái mà ông đã nói với tôi cách đây hơn 40 năm, khi tôi đang trải qua một giai đoạn rất khó khăn. “Daisaku,” ông nói, “những người trẻ phải có những rắc rối của họ. Những rắc rối là cái biến ta thành một con người hạng nhất!”

Mỗi buổi sáng, ngay cả vào Chủ Nhật, ông Toda đóng vai như là gia sư của tôi, dạy tôi về mọi loại đề tài. Và theo cách tương tự, tôi đã cố gắng nói chuyện với những người trẻ bất cứ khi nào tôi có cơ hội. Từ những cuộc

thảo luận đó mà có ra chất liệu trong cuốn sách sau đây. Phần lớn những cuộc thảo luận này, dĩ nhiên, là với những người trẻ Nhật Bản. Song những đề tài mà chúng tôi thảo luận – gia đình, bạn bè, những ước mơ, những mục đích trong đời – tôi chắc rằng, đó là những mối quan tâm chung của những người trẻ khắp mọi nơi trên thế giới.

Nicheren^[3] đã dạy rằng, một đời người có một tiềm năng vô hạn, và ông đã phát hiện ra một con đường có thể tiếp cận dễ dàng; theo con đường đó, mọi người có thể nuôi dưỡng tiềm năng này và tìm thấy hạnh phúc thực thụ trong đời.

Triết lý này, được dạy bởi Nicheren, đặt nền tảng trên việc tuyệt đối kính trọng sự sống và giá trị của mỗi cá nhân. Và bởi vì tôi hy vọng chia sẻ triết lý có giá trị phổ quát này với những bạn đọc bình thường tại Mỹ, và tại những nước nói tiếng Anh khác, nên tôi đã yêu cầu những nhà biên tập của ấn quán Middle Way Press giúp tôi sắp xếp lại cuốn sách này, và dịch ra Anh ngữ, dựa trên một loạt những buổi nói chuyện mà tôi đã có với những học sinh trung học.

Đương nhiên là một vài trong những câu hỏi được nêu ra trong những cuộc thảo luận này tỏ ra rất khó trả lời – bởi vì tôi không phải là một chuyên gia trong những lãnh vực mà họ đề cập. Ước chi tôi đã có thể trực tiếp nói chuyện với mỗi người trẻ và thấu hiểu cái đang gây khó khăn cho họ; rồi sau đó, có lẽ tôi sẽ có thể hiến tặng một câu trả lời triệt để hơn cho mỗi câu hỏi. Nhưng tôi hy vọng rằng, những ý tưởng của tôi trên những vấn đề được nêu ra, sẽ giúp mang đến cho bạn đọc một cái nhìn mới mẻ trên từng vấn đề, một cách nghĩ mới mẻ về nó. Và nơi nào liên quan đến những vấn đề có tính chất đặc biệt, tôi động viên những người trẻ tìm kiếm lời khuyên của những người lớn tuổi hơn mà họ có thể tin cậy.

Những thiên tài và những người có tài năng xuất chúng chỉ là một thiểu số nhỏ; đại đa số của xã hội, là những người bình thường, mộc mạc. Tôi là một người bình thường, với một hoàn cảnh không có gì đặc biệt. Trong tuổi trẻ, tôi đã đối mặt với cùng những vấn đề mà phần lớn những người trẻ đối mặt – mặc dù, bởi vì thuở đó tôi đang sống tại Nhật trong giai đoạn ngay

sau Thế Chiến II, tôi đã trưởng thành trong một môi trường bị chiến tranh tàn phá. Cuốn sách này được viết ra với hy vọng rằng, những người trẻ có thể thu được lợi lạc từ lời khuyên của một ai đó giống như tôi, có một chút kinh nghiệm nhiều hơn họ. Thay vì là những bài giảng đạo, được thuyết giảng bởi một người tự cho rằng mình có sự hiểu biết nào đó ưu việt hơn, tôi hy vọng bạn đọc sẽ chấp nhận những điều tôi đã viết như là lời khuyên từ một kẻ mà đã đi xa hơn họ một chút trên đường đời.

Một trong những mục đích của tôi trong đời, là giúp những người trẻ tìm thấy niềm hy vọng và lòng tự tin vào tương lai của họ. Chính bản thân tôi có niềm tin tưởng vô hạn vào thế hệ trẻ, và do vậy tôi nói với họ: “Bạn là niềm hy vọng của nhân loại! Mỗi người trong các bạn có một tương lai tươi sáng ở phía trước. Mỗi người trong các bạn có một tiềm năng quý giá đang chờ đợi được phát triển. Thành công của bạn, sự chiến thắng của bạn sẽ là sự chiến thắng của tất cả mọi chúng ta. Chiến thắng của bạn sẽ dẫn đường trong thế kỷ này,^[4] thế kỷ của hòa bình và nhân ái, thế kỷ quan trọng nhất cho toàn nhân loại”. Xin gửi đến bạn lời chúc chân thành nhất của tôi: *Chúc bạn mạnh khỏe, tiến bước vững vàng, và luôn thành công trong mọi nỗ lực của bạn.*

— DAISAKU IKEDA

PHẦN I

GIA ĐÌNH

1. BỐ MẸ HAY CẢN NHẢN

Bố mẹ tôi luôn cản nhản tôi. Tôi không thể chịu được việc phải ở nhà hơn 10 phút!

Tôi nghe điều đó mới thường xuyên làm sao! Dĩ nhiên, bên cạnh những gia đình có sự quan tâm chia sẻ, cởi mở, cũng có những gia đình không được như vậy; và nhiều người trẻ trở nên tức giận khi bố mẹ họ bảo họ phải làm cái gì. Thường khi, rốt cuộc họ im lặng, không muốn nói gì với bố mẹ họ cả.^[5]

Cả tôi nữa, thỉnh thoảng tôi cũng đã đấu tranh với mẹ tôi về việc tôi chọn sống đời tôi ra sao. Tôi thường nói, “Hãy để cho con yên! Hãy cứ để cho con làm theo cách của con.”

Những bậc cha mẹ luôn có vẻ như đang tạo ra cho con cái họ một thời gian khó khăn. Từ thời xa xưa, những bà mẹ đã từng nói những điều như, “Con hãy làm bài về nhà đi!” “Con hãy tắt TV!” “Dậy đi nào, nếu không con sẽ bị trễ học đấy!” Đó không phải là một cái gì đó mà ta có thể thay đổi. Nhưng bạn sẽ hiểu được tấm lòng của bố mẹ bạn, khi chính bạn trở thành ông bố, bà mẹ.

Bởi vậy, điều quan trọng là bạn có được một trái tim rộng mở. Nếu một người mẹ (hay bố) la hét lên với bạn, bạn có thể nghĩ: “Mẹ nói to, có nghĩa là mẹ đang khoẻ mạnh, thật tuyệt,” hay, “Ồ, mẹ đang biểu lộ tình thương đối với mình. Mình trân quý tình thương đó.” Khả năng nhìn bố mẹ theo cách này, là một dấu hiệu cho thấy sự trưởng thành của bạn, một sự trưởng thành đang ngày một gia tăng.

Trong toàn bộ thế giới thú vật, con thú cha và con thú mẹ dạy những con non của chúng cách sống còn – cách săn mồi, cách ăn, vân vân. Tương tự như vậy, bố mẹ ta dạy ta nhiều điều, phóng ta về hướng đi đúng. Đây là một điều mà ta sẽ trân quý khi chính ta trở thành người lớn.

Có một câu chuyện nổi tiếng về một chàng trai cô đơn ngồi thất thểu bên

đường sau khi cãi nhau với bố anh ta. Anh tin rằng bố anh là một người hẹp hòi, bất công – thậm chí, là một người khùng. Một người quen lớn tuổi hơn anh đi qua, đoán ra nguyên nhân nỗi buồn của anh, và nói, “Khi tôi khoảng 18 tuổi, bố tôi không nói với tôi điều gì ngoài những điều tẻ nhạt, ngớ ngẩn, khiến cho tôi điên tiết. Tôi đâm ra thực sự chán phải nghe những lời đó. Nhưng 10 năm sau, tôi bắt đầu cảm thấy rằng, mọi sự mà bố tôi đã nói đều có nhiều ý nghĩa. Tôi tự hỏi, “Bố mình đã tích lũy nhiều sự khôn ngoan như thế, từ bao giờ?”

Tôi nghĩ, điều quan trọng là bạn sử dụng chính sự khôn ngoan của bạn để tránh gây ra “chiến tranh” với bố mẹ bạn. Thêm nữa, khi bố mẹ bạn cãi nhau, như nhiều bậc bố mẹ thỉnh thoảng làm, thì điều khôn ngoan nhất cho bạn, là hãy tránh ra xa.

2. BIỂU LỘ TÍNH CÁ TÍNH

Bố mẹ tôi luôn chỉ trích áo quần và tóc tai tôi. Nhưng những cái này lại biểu lộ con người của tôi.

Tôi có thể hình dung rằng, bạn cảm thấy tính cá nhân của bạn đang bị câu thúc nếu bạn bị cưỡng bách phải làm cái mà bố mẹ bạn bảo bạn làm. Tuy nhiên, việc biểu lộ cá tính của bạn, và nổi loạn chỉ vì muốn nổi loạn, là hai việc hoàn toàn khác nhau.^[6]

Với tư cách là một phần của một toàn thể lớn hơn – bất luận đó là một gia đình hay một nhóm xã hội – điều quan trọng là ta có tinh thần và sự khôn ngoan để hòa thuận với người khác. Mềm dẻo và dung hòa được những quan điểm khác nhau là dấu hiệu của một cảm thức mạnh mẽ về bản ngã. Thay vì mù quáng đi theo đám đông hay mù quáng chống lại nó, điều hệ trọng là ta tìm kiếm sự cân bằng và hòa điệu. Đạt tới sự khôn ngoan như thế, chứng tỏ bạn có một cá tính mạnh mẽ.

Thật là một sai lầm to lớn khi tự cho phép mình trở thành vị kỷ và vô cảm với những người xung quanh ta. Không ai là một ốc đảo cả. Chúng ta sống, vây quanh bởi gia đình ta, bạn hữu ta, và phần còn lại của thế gian. Tất cả chúng ta đều có quan hệ, liên kết với nhau. Bí quyết là bộc lộ tính cách riêng của ta trong khi sống hòa điệu bên trong mạng lưới của những mối quan hệ.

Cá tính đích thực không phải là vị kỷ. Nó là một cách sống mà sẽ dẫn cả chúng ta lẫn người khác đi về một hướng tích cực, trong cách tự nhiên nhất.

3. QUÁ ÍT TIỀN

Mọi thứ mà tôi muốn làm đều cần tiền – mà tôi lại chẳng có đồng xu nào cả! Ước chi tôi có một gia đình khá giả.

Bạn có thể xuất thân từ một gia đình nghèo, và cảm thấy thất chí bởi vì bạn không thể mua những thứ mà bạn muốn. Có thể bố mẹ bạn phấn đấu chỉ để đủ trả tiền thuê nhà, hơn là để chu cấp cho những món phụ chi của bạn. Đây không phải là những tình huống bất thường. Nhiều người trẻ cũng ở trong một cảnh ngộ như bạn. Thường khi, họ nghĩ rằng tiền bạc tương đương với hạnh phúc. Nhưng mà họ đang phạm một sai lầm nghiêm trọng. [7]

Ra đời trong một dinh thự nguy nga không phải là một đảm bảo cho hạnh phúc, cũng như sinh ra trong một cái lán, không bị kết án phải chịu một số phận khốn khổ. Hạnh phúc hay bất hạnh không dính líu gì với số lượng tài sản vật chất. Ngay cả một gia đình giàu có và xem ra đáng ghen tỵ, có thể đang vùng vẫy với vấn đề trầm trọng nào đó, mà có thể là ta không biết. Thường khi, người ta có vẻ như đang hạnh phúc, nhưng bên dưới, họ có thể đang ẩn giấu một nỗi thống khổ cá nhân nào đó. Cho dù bên ngoài họ xem ra thân thiết gắn bó với nhau thế nào chẳng nữa, thì cũng khó mà thấy cái gì ở bên trong trái tim họ. Bởi vậy, đừng bao giờ xấu hổ về tình trạng kinh tế của bạn. Cái đáng nhục, là có một trái tim nghèo nàn, sống một cách bất lương.

Một doanh nhân nổi tiếng thế giới một lần nói với tôi, “Mặc dù bây giờ tôi đã đạt danh vọng và tiền tài, nhưng khi tôi còn nghèo, tôi có một cảm thức lớn hơn về mục đích và sự thành tựu. Thuở đó, tôi đã có những mục đích, và cuộc đời tràn đầy thử thách. Để có lại được cái cảm thức về sự thành tựu đó, bây giờ tôi nhận thức rằng, tôi phải tạo ra một mục đích mới: góp phần vào sự an vui và hạnh phúc của người khác.”

Chúng ta thường thấy những người bị lôi kéo vào trong những cuộc

chiến khốc liệt về tiền bạc; những người bị chìm đắm trong sự khốn khổ và chán chường nếu danh tiếng của họ mai một đi; những người hủy hoại đời họ khi họ để cho danh vọng và quyền lực làm chủ cái đầu của họ; và những người sống trong những ngôi nhà xa hoa, nơi mà những thành viên gia đình không thể chịu đựng được nhau. Rất thường khi, những người sống trong những gia đình có vẻ lý tưởng, khá giả, danh giá, thì lại bị gò bó bởi nghi thức, truyền thống và dáng vẻ bên ngoài. Họ có khó khăn trong việc biểu lộ những tình cảm ấm áp, những cảm xúc và sự hồn nhiên đích thực. Và rất thường khi, những người trẻ được số phận ưu đãi, lại gặp khó khăn trong việc đặt ra những mục đích và thành tựu chúng, bởi vì mọi nhu cầu của họ đều được chăm lo. Do vậy, khi bạn xem xét cho thật kỹ, thì giàu sang, danh vọng hay sự xa hoa có bảo đảm hạnh phúc hay không? Câu trả lời là một tiếng “không” dứt khoát.

Mọi sự tùy thuộc vào quan điểm của bạn. Thay vì nghĩ rằng, bạn không may mắn chỉ vì bố mẹ không có nhiều tiền hay thiếu học vấn, hãy chấp nhận rằng đây là một tình trạng chung. Bạn sẽ thấy rằng, cái nhân quan này sẽ cho phép bạn phát triển thành một người thực sự nhân ái. Bạn sẽ nhận thức rằng, những gian khổ của bạn chính là cái chất liệu mà sẽ khiến cho bạn có thể mở rộng tấm lòng, và trở thành một người có chiều sâu và thực chất.

Sự thực là, chỉ bằng cách nếm trải khó khăn mà bạn mới có thể trở thành loại người có khả năng hiểu được những tình cảm của người khác. Nỗi đau và nỗi sâu muộn của bạn sẽ nuôi trồng mảnh đất của bản thể nội tâm bạn. Và từ đó, bạn có thể làm nở ra bông hoa đẹp đẽ của lòng từ ái và niềm ước mong làm việc cho hạnh phúc của mọi người.

Tiền bạc, danh vọng và của cải vật chất chỉ đem lại sự thoả mãn chóng qua, một cái gì đó có thể gọi là hạnh phúc “tương đối”. Tuy nhiên, những hiền nhân thường xây dựng hạnh phúc tuyệt đối bằng cách chuyển hóa đời họ từ bên trong. Khi ta phát triển một trạng thái tâm thức bao la và chói lọi như một cung điện tráng lệ, thì bất luận ta đi đâu hay làm cái gì ta có thể gặp phải trong đời, không có gì có thể làm xói mòn hay hủy diệt được hạnh phúc của ta.

4. HÒA THUẬN VỚI BỐ MẸ

Ước chi tôi đã có bố mẹ tốt hơn.

Gia đình nào cũng có một loạt hoàn cảnh và vấn đề riêng, mà chỉ những thành viên của nó mới có thể hiểu đầy đủ. Bạn có thể tự hỏi, tại sao bạn được sinh ra trong gia đình bạn. Hay, tại sao bạn không diễm phúc có một ngôi nhà đẹp hơn, một gia đình ấm cúng hơn và khá giả hơn. Có thể, thậm chí bạn muốn bỏ nhà mà đi. Tuy vậy, một điều tôi có thể nói, là: bất luận bố mẹ bạn thuộc loại người nào, họ là bố mẹ của bạn. Nếu bạn không có họ, bạn sẽ không tồn tại. Xin hiểu cái ý nghĩa sâu xa của điểm này. Bạn được sinh ra trong một gia đình đặc thù, tại một nơi đặc thù và trên hành tinh Trái Đất này vào thời điểm đặc thù này. Bạn không được ra đời trong một gia đình nào khác. Sự kiện này bao trùm ý nghĩa của mọi sự.

Không có gì xảy ra tình cờ ngẫu nhiên, và người ta đã có sẵn mọi thứ bên trong mình để có hạnh phúc. Bởi vậy, không có kho tàng nào quý giá hơn chính sự sống. Bất luận tình huống của bạn khó khăn đến mức nào đi nữa; bất luận bạn cảm thấy bị bố mẹ bỏ quên ra sao đi nữa, thì bây giờ bạn đang hiện hữu – vẫn còn trẻ và diễm phúc có một tinh thần trẻ trung mà với nó, bạn có thể tạo dựng một cuộc sống hạnh phúc nhất, từ khoảnh khắc này trở đi. Đừng hủy hoại hay làm hỏng tương lai quý giá của bạn bằng cách đầu hàng sự tuyệt vọng hôm nay.

Hãy dũng cảm kích lệ mình tiến lên, tự nhắc nhở mình rằng, nỗi đau và nỗi sầu muộn càng sâu, thì hạnh phúc chờ đợi ta càng lớn. Hãy có sự quyết tâm trở thành một trụ cột của gia đình bạn. Cho dù bạn có một người bố (hoặc mẹ) nghiện rượu, hay lâm trọng bệnh; cho dù gia đình bạn đang trải qua những lúc khó khăn vì thất bại trong việc làm ăn, cho dù bạn phải chịu đựng nỗi đau khi nhìn thấy bố (hay mẹ) bị phê bình và đả kích, thậm chí một cách oan uổng, hay cho dù bạn bị bố (mẹ) bỏ rơi – tất cả những tình huống có vẻ như nghịch cảnh này có thể được xem như là dưỡng chất để

thúc đẩy bạn tăng trưởng mạnh mẽ hơn nữa.

Bất luận là bạn bị bố mẹ đối xử ra sao, tốt cùng, việc trở nên hạnh phúc chính là trách nhiệm của bạn, chứ không phải của họ. Quyết tâm trở thành “mặt trời”, xua tan mọi bóng tối trong đời ta và bên trong gia đình ta, việc ấy tùy thuộc vào mỗi chúng ta. Bất luận cái gì xảy ra, điều hệ trọng là bạn sống một cách tự tin, với xác tín rằng bạn là “mặt trời”. Dĩ nhiên, trong đời có những ngày có nắng và những ngày có mây âm u. Nhưng ngay cả vào những ngày có mây, mặt trời vẫn chiếu sáng. Cho dầu ta đang khổ đau, điều hệ trọng là ta phấn đấu để giữ cho mặt trời chiếu sáng rực rỡ trong trái tim ta.

Tôi quen một người trẻ, mồ côi cha; mẹ anh lâm trọng bệnh, mất khả năng làm việc, còn chị gái anh thì đang nằm nhà thương. Trong khi chịu đựng quá nhiều gian khổ trong tuổi trẻ, anh đã leo lên một ngọn núi cao trong đời, vượt lên trước những người khác khá xa. Tôi tin rằng những người trẻ nào đối đầu với những gian khổ như thế, họ sẽ là những nhà lãnh đạo của thế kỷ 21.

5. HÀNH XỬ VỚI LỜI KHUYÊN

Tôi không thích người ta – nhất là bố mẹ tôi – chỉ ra những thiếu sót của tôi.

Trong đời, một trong những điều làm phần chí nhất, là khi ta nghĩ ta là như thế này, trong khi những người xung quanh ta lại nghĩ về ta một cách ngược lại. Tuy nhiên, những người khác có thể thường hay thấy những cái về ta mà ta không thể thấy. Điều này là rất tốt, bởi vì tương tự như một tấm gương cho phép bạn nhìn khuôn mặt mình, những người xung quanh bạn có thể có tác dụng như một tấm gương, qua đó bạn thấy những khía cạnh khác của chính bạn.

Những bình luận của những người gần gũi với bạn có thể giúp bạn tập trung cá tính của bạn về một hướng tích cực. Sự giáo dục, sự hướng dẫn, lời khuyên, những lời cảnh báo và thậm chí những khiển trách mà bạn tiếp nhận, đều có thể được dùng, một cách tích cực, để hướng bạn đi theo con đường đúng. Trái lại, từ chối, không chịu lắng nghe lời khuyên của người khác, nổi loạn chỉ làm cái mà bạn muốn và gây khó chịu cho mọi người – dưới lớp ngụy trang là biểu đạt cá tính của bạn – đó chỉ là những hình thức của sự ngoan cố mà sẽ không làm lợi lạc gì cho ai cả.

Có những người chỉ ra những thiếu sót của bạn và giúp bạn vứt bỏ những thói quen xấu của bạn tận gốc rễ, điều ấy sẽ cho phép bạn, về lâu về dài, rèn đúc cá tính của bạn trong một cách thức mà sẽ hữu ích cho bạn. Nếu, ngược lại, những gốc rễ của những thói quen xấu đó vẫn còn, thì chúng sẽ dần dần tác động xấu tới đời bạn, đưa đẩy bạn về một hướng có hại và có tính hủy hoại. Khi bạn có thể nhận thức điều này, bạn sẽ thấy rằng việc từ chối lắng nghe lời khuyên là rồ dại. Điều hệ trọng, là hãy trở nên khôn ngoan.

6. QUÁ NHIỀU BÓ BUỘC HẠN CHẾ

Bố mẹ tôi đặt quá nhiều bó buộc lên tôi. Dường như họ không hiểu rằng tôi không còn bé bỏng nữa. Bằng cách nào tôi có thể thuyết phục cho họ tin điều đó?

Chắc chắn là tôi có thể hiểu được điều mà bạn đang nói. Không ai thích bị người khác kiểm soát, và thật tự nhiên để ao ước rằng ta có thể làm cái điều của riêng ta, và người khác không quấy rầy ta trong mọi lúc. Tôi biết vài học sinh mơ về sự tự do mà họ sẽ được hưởng nếu không có luật lệ nào, nếu họ có nhiều tiền bạc và thời gian, và không có những ông bố bà mẹ can thiệp họ. Nhưng, thực ra, đó là một nhãn quan nông cạn về xã hội con người.

Tự do thực thụ, rốt cùng, tùy thuộc vào cái mà bạn quyết định hiến mình cho, với tất cả trái tim bạn. Nó không có nghĩa là chỉ la cà lêu lổng và không làm gì cả. Nó không phải là tiêu tiền như nước. Nó không phải là có mọi thời gian rảnh rỗi trên đời. Nó không phải là những cuộc đi nghỉ dài. Chỉ làm như mình thích không phải là tự do – đó không gì khác hơn là sự tự nuông chiều. Tự do thực thụ nằm trong sự thử thách trước mắt, để phát triển chính mình, để đạt tới cái mục đích mà bạn đã chọn.

PHẦN II

BẠN HỮU

7. TÌNH BẠN ĐÍCH THỰC

Làm thế nào tôi có thể nói ai là những người bạn đích thực của tôi?

Trước hết, xem xét để hiểu tình bạn là gì, đó là một ý kiến hay. Tình bạn đích thực là một mối quan hệ mà trong đó bạn thông cảm với bằng hữu khi họ khổ đau và động viên họ đừng nản lòng. Và họ, đến lượt mình, cũng làm điều tương tự cho bạn.

Thường khi, tình bạn chỉ đơn giản bắt đầu bằng việc mướn một ai đó bởi vì họ trải qua nhiều thời gian với bạn, hay, có lẽ, bởi vì họ giúp bạn với bài tập về nhà của bạn. Bạn có thể mướn ai đó đã đối xử tử tế với bạn, và với họ bạn có quan hệ tốt và có nhiều cái chung. Trong khi tình bạn có thể bắt đầu một cách tự phát và tự tăng trưởng, thì tình bạn sâu sắc lại được hỗ trợ bởi một tinh thần muốn phát triển và tiến bộ. Giữa bạn và những bằng hữu của bạn cần phải có một sự cam kết là luôn ở đó để động viên và giúp đỡ nhau trong khi mỗi người làm việc để tiến về những mục đích của riêng mình trong cuộc đời.

Có tham vọng nào đó, như tốt nghiệp một đại học hay làm một đóng góp có ý nghĩa cho xã hội, là điều quan trọng. Những ai thiếu một mục đích hay hướng đi rõ ràng, tích cực trong cuộc đời, thì tình bạn của những người đó sẽ không dẫn tới đâu cả, hay đặt nền tảng trên sự lệ thuộc. Trong một số trường hợp, những loại tình bạn này thực sự khuyến khích hành vi độc hại. Trái lại, những tình bạn giữa những người vui vẻ động viên một người khác trong khi phấn đấu thực hiện những ước mơ của riêng mình, là những tình bạn mà sẽ trở nên ngày càng sâu sắc và bền lâu.

Tính cách và tính nguyên vẹn (integrity) là không thể thiếu cho việc kết bạn. Tình bạn đích thực thì không để tâm đến địa vị xã hội, hay thứ bậc, đẳng cấp (rank). Bạn chỉ có thể có những người bạn thực thụ khi bạn mở lòng ra, khi bạn chia sẻ với những người khác những gì ở trong trái tim của bạn. Một kẻ vị kỷ, ích kỷ không thể có những người bạn đích thực.^[8]

Mỗi dây nối kết trái tim một người với một người khác là sự chân thành. Đối với những người lớn, thì quyền lợi hay lợi lộc cá nhân thường hay xen vào, và những tình bạn thoáng qua, đều được hình thành do hoàn cảnh tạm thời. Song những tình bạn được tạo lập trong tuổi trẻ thì không có sự giả tạo. Không có gì tuyệt vời hay quý giá hơn những tình bạn đích thực được tạo lập khi bạn còn trẻ.

Những người bạn của bạn từ cấp 2 và cấp 3, thậm chí ở trường tiểu học, thì giống như những bạn diễn (kịch, phim) của bạn, xuất hiện với bạn trong cùng một vở kịch trên sân khấu cuộc đời. Trong số bạn cũ đó, có những người mà bạn có thể sẽ không bao giờ quên, suốt quãng đời còn lại của bạn.

Những tình bạn như thế trôi chảy một cách đẹp đẽ, như một dòng suối mát, thuần khiết. Những dòng chảy trong veo và không vẩn đục của hai người hội tụ lại trong sự chân thành, lưu chuyển một cách tích cực về phía những ước mơ của mỗi người. Phấn đấu và phát triển cùng nhau, họ chia sẻ những khó khăn của nhau, luôn động viên và hỗ trợ lẫn nhau, tạo ra một dòng sông của tình bạn, ngày càng rộng hơn, sâu hơn, và thanh khiết hơn. Vẻ đẹp và sự trong trẻo của dòng sông này sẽ tạo cảm hứng cho những ai thấy nó muốn uống nước từ nó.

Tình bạn là của cái đích thực. Đã có nhiều danh ngôn về nó qua các thời đại, như câu nói của Cicero, “Tình bạn thì gần gũi thân thiết hơn mối quan hệ ruột thịt” và “Một cuộc sống không tình bạn giống như một thế giới thiếu mặt trời” và câu nói của Aristotle, “Một người bạn giống như một bản ngã thứ hai.” Cho dầu người ta có giàu sang và danh vọng tới đâu chăng nữa, những ai không có bạn quả thật là cô đơn và buồn bã. Một cuộc sống không tình bạn dẫn đến một hiện hữu mất cân bằng và ích kỷ.

8. CHỌN BẠN TỐT

Tôi muốn có những người bạn tốt trong đời tôi. Ông gợi ý những gì?

Bạn khôn ngoan khi hiểu tầm quan trọng của tình bạn. Chắc hẳn bạn có nhiều loại bạn khác nhau – những người bạn sống cùng một vùng lân cận và với họ bạn đi học hằng ngày; những người bạn trong cùng một lớp, những người bạn trong những sinh hoạt ngoài chương trình; những người bạn chỉ để cùng la cà vớ vẩn. Đôi khi, tình bạn cũng bắt đầu như một điều tình cờ, chỉ đơn giản ngồi gần nói chuyện với nhau. Rồi một hôm một cái gì đó xảy ra, nó gây cảm hứng cho cả hai cùng cố đạt một mục đích nào đó. Rồi họ trở thành những người bạn tốt, ảnh hưởng đến nhau một cách tích cực. Những người bạn tốt nhất là những người mà với họ bạn có thể tiến bước về phía cùng một mục đích. Trong khi ta không thể chọn gia đình mình, ta có thể chọn những người bạn của ta. Đó là một chọn lựa quan trọng. Tôi thường hay nghe những câu như: “Trường học rất vui bởi vì tôi có những người bạn ở đó.” Những người khác than vãn, “Tôi có những người bạn, nhưng không có ai đủ thân để tâm sự những điều thầm kín.”

Bạn được sinh ra vào trong cái vũ trụ bao la này, trên hành tinh bé nhỏ này – Trái Đất – trong cùng một kỷ nguyên với những người xung quanh bạn. Thế nhưng thật là vô cùng hiếm hoi để tìm, trong số hằng tỷ người trên hành tinh bé nhỏ này, những người bạn đích thực, vô điều kiện, mà với họ bạn có thể hoàn toàn là chính mình, những người hiểu những ý tưởng và tình cảm của bạn mà thậm chí không cần tới ngôn ngữ.

Trong số những bạn học của các bạn, tôi chắc rằng, phần lớn trong các bạn đều có ít nhất một hay hai người mà các bạn xem là những người bạn đích thực – xin hãy nâng niu gìn giữ họ. Nhưng nếu bạn không có người bạn thân nào ngay bây giờ, cũng đừng lo lắng. Hãy chỉ tự nhủ thầm rằng, bạn sẽ có những người bạn tuyệt vời trong tương lai. Bây giờ, hãy tập trung năng lượng của bạn để trở nên một người biết quan tâm đến người khác,

không nói xấu người khác, và không phản bội lời nói của bạn. Tôi chắc rằng, trong tương lai, bạn sẽ có nhiều người bạn, có lẽ khắp thế giới.

Trong bất cứ trường hợp nào, điều quan trọng là hiểu rằng, tình bạn tùy thuộc vào chính bạn, chứ không tùy thuộc vào người kia.^[9] Tất cả tùy thuộc vào thái độ của bạn, vào cái mà bạn sẵn lòng đóng góp vào mối quan hệ đó. Tôi hy vọng rằng, bạn sẽ không là một người bạn lúc “đẹp trời” – giúp đỡ người khác khi hoàn cảnh thuận lợi, và lìa bỏ họ “không kèn không trống” khi những vấn đề xảy ra; thay vào đó, hãy phấn đấu trở thành một người gần bó, tận tụy với bạn hữu bất luận cái gì xảy ra.

Bạn có thể chuẩn bị đời mình cho những tình bạn lớn bằng cái mà bạn làm hôm nay. Đây là những gì mà bạn có thể làm để trở thành loại bạn lớn mà bạn muốn có. Thí dụ, khi bạn nhận thấy một ai đó đang lo lắng, hãy trao tặng một lời nhân ái: “Bạn trông có vẻ xuống tinh thần. Sao thế?” Hãy xem những vấn đề của người khác như của chính bạn và cố giúp đỡ. Loại quyết tâm này rất quan trọng.

Và nếu một ai đó có phản bội lòng tin cậy của bạn, hãy tự khấn nguyện rằng, bạn sẽ không bao giờ làm điều tương tự cho ai khác. Khi bạn làm một lời hứa, hãy luôn giữ lời, bất luận cái gì xảy ra. Nếu bạn làm một nỗ lực để trở thành loại người đó, thì chẳng bao lâu bạn sẽ thấy mình được vây quanh bởi những người bạn tốt.

9. BẠN TỐT – BẠN XẤU

Bố mẹ tôi không tán thành những người bạn mà với họ tôi đang la cà.

Những bậc bố mẹ nào lo lắng về những người bạn mà bạn đang giao du, là những bậc bố mẹ thực sự quan tâm đến sự an vui của bạn. Điều tương tự có thể được nói về các thầy cô. Họ không chỉ đang cố tạo cho bạn một thời gian khó khăn đâu.^[10]

Một đôi khi những bằng hữu của bạn có thể có một ảnh hưởng lớn trên bạn, lớn hơn bố mẹ hay bất cứ ai khác. Do vậy, nếu bạn chơi với những bạn tốt – những người bạn quan tâm đến việc tự cải thiện và phát triển chính mình – bạn cũng có thể có một hướng đi tích cực nữa. Trái lại, giao du với những người tự hủy hoại chính mình, có thể có những hậu quả nguy hại, kéo bạn xuống với họ. Bạn hãy có dũng cảm để không buông mình theo những ảnh hưởng tiêu cực, và hãy tránh xa những người khiến cho bạn hành xử một cách sai trái.

Ta nên giao du với những bạn tốt, có nghĩa là, ta nên cẩn thận chọn những người tốt để làm bạn và làm gương tốt cho ta. Nên tránh xa bạn xấu. Một mối quan hệ đặt nền tảng trên những động cơ ích kỷ, hay bị làm hỏng bởi những rắc rối về tiền bạc, không thể được xem là tình bạn tốt. Tương tự như vậy, một mối quan hệ với ai đó có những hành vi phạm pháp, không phân biệt được tốt xấu, thì rõ ràng đó là một mối quan hệ xấu. Một người bạn thực thụ không đòi hỏi tiền bạc từ bạn, hay không khuyến khích bạn làm những điều sai trái. Đó là điều xấu nguy trang như là tình bạn. Bạn phải lên tiếng chống lại nó và tránh bị dính líu vào. Đừng kéo dài một mối giao du với những bạn xấu. Bước xa khỏi đám bạn xấu là điều hoàn toàn đúng đắn. Hãy thảo luận tình huống của bạn với ai đó mà bạn tin cậy. Đừng chỉ một mình âm thầm lo lắng về nó.

Ngay cả một người tốt mà giao du với người xấu, thì cũng dễ bị nhiễm bởi cái xấu đó; do vậy, ta nên nghiêm khắc với chính mình về việc chỉ ra

hành vi sai trái và nguy hại. Và bằng cách chỉ ra cho người khác rằng, những hành động của họ đang gây ra sự khổ và sự đau đớn, ta có thể thúc giục họ đi theo một hướng tích cực hơn. Thật vậy, sự trung thực của ta có thể mở đường cho việc tạo ra những mối ràng buộc của tình bạn chân thực với người đó. Nói khác đi, một người bạn “xấu,” hoàn toàn có thể trở thành một bạn tốt.

Những bạn xấu là những người gây cho người khác sự rắc rối và sâu khổ. Trái lại, những bạn tốt là những người nhiệt tình động viên những người khác, truyền cho họ hy vọng và gây cảm hứng cho họ tự cải thiện bản thân. Tình bạn thực thụ đóng góp vào sự tăng trưởng của ta, vào sự sáng tạo ra giá trị tích cực trong đời ta. Ta không thể nói điều tương tự đối với việc giao du với những ảnh hưởng xấu, nơi mà kết quả duy nhất là sự trì trệ và tiêu cực – đó chỉ là việc la cà với nhau, không phải là tình bạn. Như một câu ngạn ngữ phương Tây: “Hãy nói cho tôi biết, bạn giao du với ai, tôi sẽ nói cho bạn biết, bạn là người như thế nào.”

Sau cùng, cách duy nhất để có bạn tốt, là chính bạn trở thành bạn tốt bằng cách gìn giữ sự toàn vẹn của bạn. Những người tốt tụ họp xung quanh những người tốt khác.

10. LÀM MẤT BẠN

Ta phải làm gì khi một người bạn đột nhiên không muốn nói chuyện với ta nữa?

Trái tim những người trẻ giống như những hàn thử biểu nhạy bén. Phút này bạn cảm thấy mọi sự là tuyệt vời, và phút sau bạn cảm thấy quá xuống tinh thần, đến mức bạn xác tín rằng bạn chắc chắn là kẻ vô dụng nhất trên đời. Bạn cũng bị tràn ngập bởi nỗi buồn và nỗi tuyệt vọng lớn – gây ra do những vấn đề với bằng hữu, nỗi đau tình yêu hay bệnh tật của những thành viên gia đình.

Tôi cam đoan với bạn rằng, việc trải nghiệm những cực đoan về cảm xúc và lòng tự-nghi như thế, là hoàn toàn tự nhiên; do vậy, bạn không cần phải làm tăng thêm nỗi buồn của bạn bằng cách lo lắng rằng bạn đã có những cảm xúc đó. Hãy yên tâm rằng, dù khó khăn ra sao, một ngày nào đó bạn sẽ quay nhìn lại chúng, và chúng sẽ có vẻ như chỉ là một giấc mơ.

Do vậy, thật quan trọng để nhận ra rằng khi bạn trải qua những tình huống như thế, thì thường khi điều tương tự cũng đúng với người bạn của bạn. Bởi vậy, điều tốt nhất nên làm là có dũng cảm để hỏi người bạn mà có vẻ như đang tránh mặt bạn, là cái gì đang làm bạn tâm cô ta (hay anh ta). Rất có thể bạn sẽ thấy rằng, cô ấy đối xử với bạn một cách lạnh nhạt, cũng chỉ vì tự ái mà thôi. Trong thực tế, nó như thế này: trong khi vì sợ bị tổn thương, bạn ngại việc phát hiện xem cái gì bất ổn với cô ấy, thì cô ấy cũng đang cảm thấy bị ruồng bỏ và cô đơn.

Quan hệ con người giống như một tấm gương soi. Nếu bạn đang nghĩ, “Ước chi ‘người ấy’ tử tế với mình hơn một chút, thì hẳn mình đã có thể nói với anh ta là mình cảm thấy như thế nào,” thì người đó chắc hẳn cũng đang nghĩ điều tương tự.

Thực hiện bước đi đầu tiên để khai mở đối thoại, đó là ý kiến rất hay; tuy nhiên, đôi khi cần phải có một chút dũng cảm để làm cái nỗ lực tiên khởi

đó. Nếu, mặc dù những nỗ lực này, bạn vẫn còn bị từ khước, thì người mà bạn nên cảm thấy thương xót, chính là người bạn của bạn.

Ta không thể đọc cái trong trái tim một người khác; trái tim con người thì quá chùng phức tạp. Tâm hồn con người biến dịch, đổi thay – đó là qui luật. Nếu người bạn đó cũng chia sẻ những cảm xúc tương tự về tình bạn như bạn, thì nó có khả năng kéo dài lâu. Nhưng nếu cô ta (hay anh ta) quyết định chọn việc rút lui, thì nó bị yếu mệnh. Chính bạn có thể vô tình làm cho một người bạn thất vọng, tạo ra một rạn nứt trong mối quan hệ giữa bạn và người ấy. Lời khuyên của tôi là: bạn hãy giữ vững tính nhất quán của bạn, bất kể những người khác có thể thay đổi như thế nào.

Nếu bạn bị từ khước hay bị xử tệ bởi những người khác, hãy có sức mạnh để nguyện rằng, bạn sẽ không bao giờ làm điều tương tự cho bất cứ ai khác. Những ai mà phản bội lòng tin cậy của người khác, thì chỉ tự làm tổn thương chính mình; tuy vậy, họ thường không nhận thức được điều đó. Những ai mà cố tình làm tổn thương bạn của mình thì thực sự đáng thương; nó giống như thể họ đang thọc một mũi nhọn xuyên qua trái tim của chính mình.

Tính cách và sự nguyên vẹn là rất quan trọng. Sự tôn trọng và tin cậy lẫn nhau là rất hệ trọng cho việc tạo ra tình bạn thực thụ. Đương nhiên, sẽ có những lúc bạn có những tranh cãi và bất đồng với bạn hữu. Nhưng nên luôn có một tinh thần tôn trọng và quan tâm lẫn nhau nằm bên dưới làm nền tảng. Trong tình bạn, ta không được phép chỉ nghĩ đến chính mình.

Trong bất cứ trường hợp nào, nếu một tình bạn chấm dứt, thì bạn không nhất thiết phải nản lòng. Bạn không cần phải quá khắt khe với chính mình, nghĩ rằng mọi tình bạn đều phải kéo dài mãi mãi. Điều quan trọng là bạn nhớ ý nghĩa đích thực của tình bạn, và bạn hãy lấy cái ý nghĩa đích thực đó làm nền tảng cho những phản ứng của bạn trước những người khác.

Nếu một người bạn xử tệ với bạn, đừng ngừng tin cậy người khác, hãy đi tìm một bạn mới.^[11] Nếu bạn không tin cậy bất cứ một ai, bạn có thể tránh khỏi bị tổn thương hay bị thất vọng, nhưng bạn sẽ thấy mình đang sống một cuộc sống cô đơn, bị khóa kín trong vỏ ốc của bạn. Sự thực là, chỉ những ai

đã trải nghiệm nỗi đau và gian khổ, mới có thể đồng cảm với người khác và đối xử tốt với họ.^[12] Do vậy, điều cốt tủy phải làm, là trở nên mạnh mẽ.

11. KHI BỊ BẠN HỮU BỎ RƠI

A. Phải làm gì khi cả một nhóm bạn lạnh nhạt với ta?

Hãy cho phép tôi chia sẻ với bạn câu chuyện sau đây, của một nữ sinh trung học. Tại trường, Mikkhi ở trong một nhóm rất gắn bó gồm có 7 người. Bởi vì các cô gái này mỗi lúc càng trải qua nhiều thời gian hơn với nhau, mỗi lúc họ càng nhận ra những ưu khuyết điểm của nhau, và dần dần họ bắt đầu tán gẫu về bất cứ thành viên nào vắng mặt. Mikkhi không tham dự vào những buổi tán gẫu này và cố thuyết phục họ chấm dứt việc đó. Nhưng 6 người còn lại dùng sự từ chối (tham dự) của cô như là một cái cớ để tẩy chay cô.

Trong giờ học, họ ném vào Mikkhi những cái nhìn lạnh nhạt. Họ trao cho cô những mảnh giấy nhỏ, ghi những lời khiếm nhã. Nếu họ tình cờ chạm vào cô, họ thường rú lên như thể chạm phải một vật gì kinh khủng lắm, và vội vàng chạy ra xa. Mỗi ngày là một thống khổ với cô. Với mỗi sự sỉ nhục đánh vào cô, Mikkhi cảm thấy như thể trái tim cô bị xé rách. Trong thời gian rảnh của mình, cô thường nấp trong phòng tắm nữ sinh để tránh khỏi bị làm nhục thêm.

Không tìm thấy một bạn đồng trang lứa nào khác để tin cậy, sau cùng Mikkhi tâm sự với mẹ cô về những vấn đề của cô tại trường. Mẹ cô động viên cô hãy dùng giai đoạn thử thách này để trau dồi nền tảng nội tâm của riêng cô. Và sau một thời gian luyện tâm, mặc dù cô vẫn thường xuyên trải qua sự tra tấn tại trường, nó tác động đến cô ít hơn. Cô bắt đầu xem sự khổ của cô như là nhiên liệu, như là động cơ hoàn hảo để trở nên vững chắc và hạnh phúc bên trong chính mình.

Mỗi ngày, Mikkhi nhủ thầm, “Mình sẽ không bị đánh bại! Mình sẽ trở nên mạnh mẽ!” Việc đi học trở nên ít là một vấn đề hơn. Dựa trên sức mạnh mới tìm thấy, cô quyết định có hành động tích cực để thay đổi tình huống của mình. Cô chơi với những bạn mới, và, sau cùng, cô thậm chí thay đổi

mối quan hệ của cô với những thành viên của cái nhóm ban đầu, mà đã lánh mặt cô. Mikkhi nói rằng, cô thật sự cảm thấy biết ơn họ, bởi vì họ đã gây cảm hứng cho cô để trở nên mạnh mẽ hơn, và độc lập hơn. Cô nói, bí quyết để thuyết phục những người khác thay đổi, là chính bạn trở nên một người mạnh mẽ hơn.

B. Đôi khi tôi cố gắng kết bạn mới, thì có vẻ như tôi không đủ “xịn” với họ, và tôi bị bỏ lại bên ngoài, đứng nhìn vào bên trong.

Nếu bạn bị làm ngơ, bỏ rơi hay bị trêu chọc, hãy cố đừng lo lắng quá mức về điều đó – mặc dù, có vẻ như khó để làm như vậy. Những ai xử tệ với kẻ khác, sẽ tạo ra những cái nhân xấu, vì nó mà họ sẽ hứng chịu những hậu quả; họ thực sự đáng thương.

Đồng thời, hãy nhớ rằng trải nghiệm sự ruồng bỏ và thất vọng là một sự kiện không thể tránh của cuộc đời. Chính Nicheren cũng bị nhiều môn đệ của ông bỏ rơi. Cả tôi nữa, tôi cũng đã bị phản bội bởi những người mà tôi đã tin cậy và chân thành cố gắng động viên. Nhưng tôi đã học được rằng, một đôi khi đó là điều không thể tránh được.

Đối mặt với sự ruồng bỏ, bạn phải học cách trở nên dũng cảm. Điều quan trọng là hãy tin vào chính bạn. Hãy giống như mặt trời, tiếp tục chiếu sáng một cách thành thoi, cho dầu không phải tất cả mọi thiên thể đều phản chiếu lại ánh sáng của mặt trời, và cho dầu một số ánh sáng của nó có vẻ như tỏa ra chỉ để rơi vào trong khoảng không. Mặc dù những người từ khước tình bạn của bạn, đôi khi họ có thể dần phai nhạt ra khỏi đời bạn, nhưng ánh sáng của bạn càng tỏa chiếu, thì cuộc đời bạn càng trở nên rực rỡ hơn.

Bất luận những người khác làm cái gì, điều quan trọng là bạn cứ đi lối đi riêng của bạn, tin vào chính mình. Nếu bạn cứ sống thực với chính mình, những người khác nhất định sẽ dần hiểu ra cái ý định chân thành của bạn.

12. ÁP LỰC CỦA Đám BẠN CÙNG TRANG LỬA

Giữa những bạn cùng trường của tôi, có nhiều áp lực của đám bạn cùng trang lứa, xúi giục lao vào rượu chè và sử dụng ma túy.

Tôi có thể hiểu tình cảm của những người trẻ khi thỉnh thoảng họ muốn sử dụng ma túy và rượu chè để được là một thành viên của nhóm. Nhưng uống rượu và sử dụng ma túy trong tuổi thiếu niên không phải là một cuộc phiêu lưu mà sẽ đóng góp một cách tích cực cho đời bạn. Và có tự do tiếp cận với những thứ này không phát huy tự do của bạn, như quá nhiều người trẻ tin tưởng. Nếu các bạn của bạn quá say sưa rượu chè và sử dụng ma túy, hãy tìm kiếm một nhóm bạn mới.^[13]

Rượu chè và ma túy thực sự là một cái bẫy, và một khi bạn bị sập vào trong cái bẫy đó, thì bạn mất hẳn sự độc lập thực thụ. Mỗi lúc bạn càng thêm nghiện ngập, càng muốn sử dụng ma túy nhiều hơn. Những ai mà trở thành những nạn nhân của bản năng và những dục vọng của riêng họ, thì nói một cách chính xác, họ không khác gì những con thú.

Vào năm 1275, đề cập tới một lời dạy từ hằng ngàn năm trước, Nicheren ban tặng lời khuyên phi thời gian này cho môn đệ :

“Hãy trở thành chủ nhân của tâm trí người, thay vì để cho tâm trí người làm chủ người.”

Về cơ bản, sự lạm dụng chất gây say tụt trung là do một nguyên nhân sâu xa – sự thiếu tầm nhìn xa và thiếu quyết tâm về tương lai. Quá nhiều người trẻ bị cướp mất cơ may để hiện thực hóa tiềm năng to lớn của họ bởi vì họ không duy trì một tiêu điểm trên những mục đích của mình. Theo đuổi sự vui thú khoảnh khắc đã dẫn họ tới sự bại hoại. Tôi nghĩ rằng, có thể bạn quen thuộc với nhiều thí dụ nổi tiếng, chẳng hạn như siêu sao bóng rổ của một trường đại học, được tuyển bởi Boston Celtics. Người ta kỳ vọng rất nhiều về anh ta, có vẻ như sự có mặt của anh ta sẽ đảm bảo cho một đội

bóng trở thành vô địch. Buồn thay, ngay trước khi bắt đầu mùa bóng đầu tiên của anh – trước khi anh thậm chí có một cơ hội để chơi cái pro game (trận đấu cầm chắc phần thắng) đầu tiên của mình – anh đến dự một bữa tiệc, dùng cocaine quá liều và chết. Một sự lãng phí bi đát!

Trong quá nhiều phương diện, cái chia cách những người tiếp tục sống cuộc đời hạnh phúc, thành đạt và thành công với những người không như vậy, là những chọn lựa mà họ làm trong cái giai đoạn tối hệ trọng này. Những ai mà chọn giữ những ước mơ của mình trước mắt, họ sẽ cân nhắc tầm quan trọng của việc thành tựu những ước mơ đó, chống lại việc buông mình vào rượu chè và ma túy – chỉ để tỏ ra mình là “dân xịn”; họ thấy sự thoả mãn tức thì như thế là không xứng với tổn thất.

Một số người có thể tin rằng, ma túy tăng cường sự tập trung của họ. Nhưng tôi phải nói rằng, cho dù nó có vẻ sáng chói tới đâu, thì bất cứ cái gì do ma túy gây ra, đều không phải là sản phẩm của khả năng thực thụ của bạn.

Người hấp dẫn nhất là một người có thể tiếp tục làm những nỗ lực đều đặn để đạt được những mơ ước của mình, cho dầu những người khác không công nhận sự cống hiến của họ. Một người có tự chủ là một người thực sự tuyệt vời. Điều trọng yếu là tiếp tục thử thách những mục đích của bạn.

Mặc dù, về mặt giao tế xã hội, có thể chấp nhận rượu – ở mức vừa phải, trong độ tuổi pháp luật cho phép – thật quan trọng để hiểu rằng, cái bẫy của nghiện ngập không đơn giản bớt nguy hiểm khi bạn tới tuổi thành niên (21 tuổi). Hiển nhiên, rượu chè vẫn là một bi kịch toàn cầu của những người lớn. Thêm một lần nữa, tôi mạnh mẽ nhấn mạnh đến sự cần thiết phải tạo lập những ước mơ thời thanh xuân của bạn và quyết tâm nuôi dưỡng chúng. Đó sẽ là cái thước đo tốt nhất để đo lường tất cả mọi hành động của bạn.

13. GIỮ BẠN

Tôi rất thích những người bạn mà tôi đang có. Làm thế nào để giữ họ khi thời gian trôi qua?

Trong khi ta mong muốn tình bạn được tiếp tục, tôi tin rằng, ta nên tập trung vào việc phát triển chất lượng của tình bạn đó. Hướng tới mục đích đó, ta có thể phân loại tình bạn thành 3 nhóm, tùy theo chiều sâu của nó.

Mức đầu tiên của tình bạn, là hòa thuận với nhau trong quá trình sinh hoạt thường nhật và tìm kiếm cách hưởng thụ cuộc đời cùng nhau. Đây là những tình bạn dựa trên việc có một thời gian vui thú với nhau.

Mức độ thứ hai thì cao hơn một chút. Đó là tình bạn giữa những người có những mục tiêu của riêng mình; mỗi người trong số họ có một hình dung rõ ràng về loại người mà họ muốn trở thành, loại tương lai mà họ muốn dựng xây, loại đóng góp mà họ mong ước làm cho nhân loại. Họ động viên và hỗ trợ lẫn nhau trong khi mỗi người làm việc để thực hiện những ước mơ của riêng họ và trở thành một cái gì đó trên đời. Đây là một sự động viên hỗ trợ.

Tôi đã nghe nhiều học sinh trung học nói về loại tình bạn đó: “Chúng tôi làm việc với nhau và thực hiện một cuộc trưng bày không thể tin được cho hội chợ khoa học”, “Trước mỗi lần kiểm tra, chúng tôi cùng học với nhau,” “Như là những thành viên của một đội bơi, tất cả chúng tôi thách nhau bơi 6 dặm, và tất cả chúng tôi đã làm được việc đó! Đó là một điều mà tôi sẽ không bao giờ quên!”

Nhiều, rất nhiều học sinh đã công nhận rằng họ không cô độc, và nhận thức đó đã cho họ sức mạnh để vượt qua những thách thức cam go. Họ đã đi tới chỗ trân quý sự động viên và hỗ trợ lẫn nhau.

Mức thứ ba của tình bạn là sợi dây thân ái giữa những người cùng chia sẻ những lý tưởng, dâng hiến đời mình cho chính nghĩa. Nhiều người thành tựu những điều vĩ đại trong lịch sử đã có loại tình bạn này, vốn đòi hỏi sự

tin cậy tuyệt đối. Những đồng chí đích thực không bao giờ phản bội nhau, không phản bội, ngay cả dưới sự đe dọa của cái chết. Họ không bao giờ tự phản bội mình, không bao giờ phản bội bạn hữu, hay lý tưởng của họ.

Tôi hy vọng rằng, bạn tận hưởng thời gian mà bạn trải qua với những bạn cùng trang lứa của bạn, mà không lo lắng về việc tình bạn ấy sẽ kéo dài bao lâu. Những tình bạn sâu sắc thì hiếm hoi. Nuôi trồng chúng thì giống như trồng một cây đại thụ – một quá trình khác với việc trồng những bụi cây nhỏ.

Nếu bạn vẫn giữ được sự thành khẩn trong quan hệ với người khác, thì một ngày nào đó, bạn sẽ thấy mình được vây quanh bởi những người bạn tốt, với tình bạn bền chặt và không lay chuyển như cây cổ thụ. Đừng mất kiên nhẫn. Trước hết, hãy nỗ lực tự phát triển chính mình, và bạn có thể an tâm rằng, có vô số những cuộc gặp gỡ tuyệt vời chờ đợi bạn trong tương lai.

14. NHỮNG NGƯỜI MÀ BẠN KHÔNG ƯA

Phải làm gì về những người mà với họ tôi không thể nào hòa thuận?

Hệt như có những thức ăn mà bạn thấy không ngon, trong môi trường của bạn có những người mà bạn không ưa, đó là một phần không thể tránh của cuộc đời. Mặc dù không có gì sai trái với việc không đặc biệt ưa thích những người nào đó, nhưng thật là sai trái khi làm nhục họ hay cư xử với họ một cách thù nghịch. Họ cũng có quyền hiện hữu như bạn, có những quan niệm và những cách hành xử riêng. Điều hệ trọng là trau dồi một nhân quan rộng rãi. Mọi sự đều có tương quan với nhau, và cách mà ta đối xử với kẻ khác sẽ tác động đến đời ta; do vậy, tôn trọng người khác thật là điều quan trọng, vì quyền lợi của họ cũng như vì quyền lợi của chính chúng ta.

15. XỬ TRÍ VỚI LÒNG GHEN TỶ

Tôi phấn đấu để đạt điểm cao, nhưng thường khi, các bạn tôi khiến cho tôi cảm thấy không thoải mái về những thành tích của mình.

Hãy luôn tự hào về sự chăm chỉ của bạn. Những người xuất chúng thì thế nào cũng gặp phải sự ghen tỵ và sự oán giận; do vậy, đừng lo lắng – đời là thế. Một triết gia có lần đã nói, “Chúng ta sống trong một thế giới mà ở đó, cho dù ta có nhân cách cách hoàn hảo đến đâu chẳng nữa, ta cũng không tránh khỏi bị vu khống và bị chỉ trích.” Dĩ nhiên, tôi cũng không gợi ý rằng, bạn hãy đi rêu rao khoe khoang với tất cả mọi người về những điểm số cao của bạn.

Khi tôi ở trường tiểu học, có một học sinh thuộc một gia đình giàu có, luôn ăn mặc bánh bao và có vẻ rất hạnh phúc. Tôi nhớ là đã cảm thấy ghen với cậu ta, và không chỉ có mình tôi. Đúng là, học sinh đó đã bị những bạn cùng lớp chế giễu. Song những ai hành động dựa trên những tình cảm như thế, họ bị thúc đẩy bởi một cái rất thấp hèn, gọi là thú tính. Trái lại, sự tỏa sáng của nhân tính thực thụ nằm trong việc vượt qua những cảm xúc về ghen tỵ với thái độ kiên quyết, “Tôi sẽ tạo lập một cuộc sống tuyệt vời hơn cho chính mình.” Nếu bạn ghen tỵ với kẻ khác, bạn sẽ không tiến bộ; bạn sẽ chỉ trở nên khốn khổ mà thôi. Thay vì quá dễ bị ngã gục bởi những cảm xúc của mình, tôi hy vọng bạn có thể sống chan hòa với những người khác, trong tình người nồng ấm và sự hiểu biết.

16. THÍCH SỐNG ĐƠN ĐỘC

Nếu tôi thích ở một mình hơn là ở trong một nhóm, thì sao?

Dĩ nhiên, bạn tự do chọn bạn của mình, nếu bạn ước như thế. Kết bạn theo cách của riêng bạn, với những người cùng chia sẻ những ý tưởng và cảm xúc với bạn, đó là điều hoàn toàn tốt đẹp. Đôi khi những quan hệ của ta với người khác thì quá khó khăn, đến nỗi ta muốn quát to lên, “Ước chi tôi có thể sống nơi mà không có những người khác!” Nhưng trừ phi ta trở nên một nhà ẩn dật, điều đó là không thể được. Điều hệ trọng là ta làm việc để trở thành những người có thể nuôi trồng những mối quan hệ tốt với người khác.

Trong tiếng Nhật, từ “người” (human being) gồm có chữ “người” và chữ “ở giữa”, diễn đạt cái ý tưởng rằng, con người chỉ hoàn chỉnh khi ở trong mối quan hệ với người khác. Không ai trong chúng ta có thể sống một mình. Bởi thế, việc trải nghiệm những vấn đề về quan hệ thuộc loại nào đó, là một phần không thể tránh của đời người.

Những vấn đề, những khó khăn về quan hệ là những cơ hội để phát triển và trưởng thành chín chắn. Những vấn đề như thế có thể góp phần xây dựng tính cách nếu bạn không để cho chúng đánh bại bạn. Đó là lý do tại sao điều hệ trọng là đừng tự cô lập chính mình. Không ai có thể hiện hữu tách biệt với người khác. Giữ khoảng cách với người khác sẽ nuôi trồng tính ích kỷ, và nó không thành tựu được gì cả.

Việc có được những người bạn thân có thể mang lại phần thưởng vô cùng lớn. Có một câu ngạn ngữ Mông Cổ, “Một trăm người bạn thì quý giá hơn một trăm thỏi vàng.” Những ai có bạn hữu, họ là những người giàu có.

Rất thường khi, sự động viên và khích lệ của bạn hữu thúc đẩy chúng ta tiến về sự tự cải thiện. Ta được truyền cảm hứng để có một cuộc đời thành tựu và tạo ra một thế giới tốt đẹp hơn. Chúng ta cũng làm việc với bạn hữu, cùng nhau tiến về mục đích đó.

Có những người bạn tốt thì giống như được trang bị với một đầu máy phụ mạnh mẽ. Khi ta gặp một ngọn đồi dốc đứng, ta có thể động viên nhau và tìm thấy sức mạnh để tiến về phía trước một cách đầy khí thế.

17. KHUYÊN BẠN

Tôi biết những người làm một số điều thực sự xấu, nhưng khi tôi cố nói ra với họ về chuyện đó, thì họ không xem trọng lời nói của tôi.

Cách duy nhất mà bạn có thể tạo ảnh hưởng trên những bạn cùng trang lứa với bạn, là thiết lập tình bạn đích thực với họ, từng người một.

Hãy chăm chú lắng nghe họ, nhưng cũng nói rõ với họ khi họ có những ý tưởng sai trái, và cảnh cáo họ đừng làm hỏng đời họ qua những hành động của họ. Hãy phát triển loại tình bạn mà trong đó bạn có thể nói cái cần phải được nói.

Nicheren bảo rằng, nếu ta kết bạn với một ai đó nhưng thiếu từ tâm để sửa chữa họ, ta thực sự là kẻ thù của họ. Cái cách mà bạn diễn đạt thông điệp của bạn với ai đó đang đi sai hướng, là một vấn đề của sự khôn ngoan. Qua sự suy ngẫm dựa trên lòng ao ước sâu xa muốn giúp bạn của mình, và qua việc thảo luận thẳng thắn với một ai đó mà bạn tin cậy – chẳng hạn, một vị thầy hay bố, mẹ – bạn có thể tìm thấy một đợt sóng của lòng dũng cảm từ bên trong.

Bao lâu mà bạn thực sự quan tâm đến người khác, thì một ngày nào đó, trái tim bạn sẽ dứt khoát tới được họ. Cho dù một ai đó cắt đứt [quan hệ] với bạn trong một thời gian bởi vì cái mà bạn đã nói hay làm, thì việc bạn bày tỏ lòng chân thành của bạn, sẽ được khắc vào trong đáy sâu của đời người ấy. Cái hạt giống mà bạn gieo trồng vào đời người ấy sẽ, một ngày nào đó, nảy mầm trong hình thức của một ý thức mới mẻ và tích cực, có thể thúc đẩy người bạn đó tiến về phía trước.

PHẦN III

TÌNH YÊU

18. TÌNH YÊU ĐÍCH THỰC

Si mê một ai đó, hay hẹn hò một ai đó, sẽ khiến cho đời thêm hào hứng!

Bị một ai đó cuốn hút có thể là tuyệt vời. Khi bạn phải lòng ai đó, thì cuộc đời có vẻ như được đổ đầy với kịch tính và sự hào hứng; bạn cảm thấy mình giống như nhân vật chính trong một cuốn tiểu thuyết. Nếu không thế, thì nhiều cái của đời sống thường nhật có khuynh hướng trở nên bình thường, thiếu hào hứng, và khiến cho những nỗ lực đều đặn liên tục, ngày này qua ngày khác, sẽ trở nên khó khăn. Không phải bao giờ nó cũng là điều vui thú. Câu hỏi là: Người ấy gây cảm hứng cho bạn làm việc chăm chỉ hơn, hay chia trí bạn? Sự có mặt của người ấy có khiến cho bạn quyết tâm hơn trong việc dành nhiều năng lượng hơn cho những sinh hoạt học đường, trở thành một người bạn tốt hơn, một người con hiếu thảo hơn? Người ấy có gây cảm hứng cho bạn để bạn thực hiện những mục tiêu tương lai của bạn, và làm việc để đạt được chúng?

Hay, người ấy là tiêu điểm của bạn, che khuất hết mọi thứ khác?

Nếu niềm si mê ấy đang khiến cho bạn lơ là những sự việc, quên mục đích của bạn trong đời, thì bạn đã đi sai đường rồi.^[14] Một quan hệ lành mạnh, là một quan hệ mà trong đó người ta động viên lẫn nhau để đạt tới những mục đích của mỗi người trong khi chia sẻ với nhau những hy vọng và những ước mơ. Một mối quan hệ nên là một nguồn cảm hứng, nguồn động viên, và nguồn hy vọng.

Dante Alighieri, một trong những nhà thơ vĩ đại nhất của Phương Tây thời Trung Cổ, có một cô bé tên là Beatrice như là nguồn cảm hứng của ông. Từ thơ ấu, ông đã yêu nàng từ xa. Một hôm, sau một thời gian cách biệt, chàng trai Dante, lúc ấy 18 tuổi, tình cờ gặp lại nàng trên đường phố. Sau này ông viết một bài thơ nói về niềm vui của mình vào lần gặp gỡ đó, nhan đề “Tái Tiếp Sức” (revitalisation). Trong sự vùng vẫy để diễn đạt cảm xúc của mình với người nữ trẻ tuổi, ông đã sáng tạo ra một hình thức thi ca

mới. Beatrice đã mở khóa cho tiềm năng nghệ thuật của Dante.

Tuy thế, đó sẽ vẫn là một tình yêu đơn phương bởi vì nàng kết hôn với một người đàn ông khác và chết rất trẻ. Nhưng Dante không bao giờ ngừng yêu nàng. Cuối cùng, tình yêu đó khiến cho ông có thể củng cố và làm sâu thêm cái năng lực của trái tim mình và sáng tạo ra một cái gì đó thực sự cao cả và trác việt. Trong tuyệt tác phẩm của ông, Divine Comedy, Dante mô tả Beatrice như là một hữu thể dịu dàng, từ ái, kẻ hướng dẫn ông tới Thiên Đường.

Dĩ nhiên, Dante sống trong một thời đại khác với thời đại chúng ta. Nhưng tôi nghĩ, ta có thể học được nhiều từ nhà thơ vĩ đại này; ông đã trung thành với những cảm xúc của mình, dù nó có được đáp trả hay không, và chuyển hóa chúng thành cảm hứng của đời ông. Tôi thực sự tin rằng, tình yêu phải là một cảm hứng chỉ đạo cho đời chúng ta, cái lực thúc đẩy chúng ta sống một cách dũng cảm.

Nếu bạn dùng tình yêu như một sự chạy trốn, thì dường như cái trạng thái hân hoan phấn chấn đó có thể sẽ không kéo dài lâu. Mà nếu nó kéo dài đi nữa, thì có thể bạn chỉ thấy mình thậm chí có nhiều vấn đề hơn – cùng với nhiều đau đớn và buồn sầu. Dù có cố sức bao nhiêu đi nữa, ta sẽ không bao giờ có thể chạy thoát khỏi chính mình. Nếu chúng ta cứ vẫn còn yếu đuối, thì sự đau khổ sẽ theo ta bất cứ nơi nào ta đi. Ta sẽ không bao giờ tìm thấy hạnh phúc nếu ta không thay đổi chính mình từ bên trong.

Hãy để tôi nói thêm rằng, nếu xem tình yêu chỉ như là một sự trốn chạy, thì cho dù bạn không nhận biết nó một cách hữu thức, đó cũng là sự bất kính to lớn – bất kính với cả “nửa kia” của bạn, lẫn với chính bạn.

Hạnh phúc không phải là một cái gì đó mà một ai khác – như một bạn gái hay bạn trai – có thể hiến tặng chúng ta. Ta phải thành tựu nó cho chính mình. Và cách duy nhất để làm thế, là phát triển tính cách và năng lực của ta như là một con người, bằng cách hiện-thực-hóa một cách đầy đủ tiềm năng của chính ta. Nếu chúng ta hy sinh sự tăng trưởng và tài năng của mình cho tình yêu, chúng ta tuyệt đối sẽ không tìm thấy hạnh phúc.

Trong khi còn ở tuổi thiếu niên, phạm vi kinh nghiệm của bạn hãy còn hạn chế. Có thể, bạn chưa tìm thấy cái khu vực mà trong đó tài năng của

bạn được biểu lộ một cách tốt nhất. Cho dầu bạn đã tìm thấy, thì cũng dễ rơi vào trong cái bẫy – đó là: nghĩ rằng không có gì đáng mong ước hơn là tình yêu lãng mạn. Nhưng cuộc sống thì phong phú hơn thế nhiều.

Điều quan trọng là đừng vội vã. Thật ra, không ở trong quan hệ, có thể là điều lợi lạc. Nó cho phép bạn có thì giờ để học tập và tham gia vào những hoạt động ngoài chương trình, mà sẽ giúp bạn xây dựng nền móng cho một bản ngã mạnh mẽ. Đơn độc một mình không phải là cái gì đó đáng sợ hãi, bởi vì khi đúng lúc, bạn sẽ tìm thấy đúng người để yêu. Bạn còn trẻ mà. Điều quan trọng bây giờ, là làm việc chăm chỉ để phát triển thành một con người thực sự tuyệt vời.

Bạn có một sứ mệnh quý giá – một cái gì đó quan trọng để đóng góp vào sự cải thiện người khác – mà chỉ có bạn mới có thể chu toàn. Những con người đau khổ trên thế giới đang chờ những nỗ lực dũng cảm của bạn. Lỡ là sứ mệnh đặc biệt của bạn và chỉ tìm kiếm lạc thú cá nhân, là những dấu hiệu của lòng ích kỷ. Một kẻ vị kỷ, chỉ biết chính mình, không thể nào yêu người khác một cách chân thực.^[15]

Mặt khác, nếu bạn thực sự yêu một ai đó, thì qua mối quan hệ của bạn với người ấy, bạn có thể phát triển thành một người có tình yêu trải rộng tới toàn nhân loại.

Loại quan hệ đó củng cố và làm giàu nội tâm của bạn. Sau cùng, những mối quan hệ mà bạn hình thành, sẽ phản ánh trạng thái của đời bạn. Chỉ trong chừng mực bạn tự mài giũa chính mình bây giờ, mà bạn có thể hy vọng phát triển những sợi tơ tình tuyệt vời của trái tim, trong tương lai.

19. HÃY THÔNG THẢ

Có vẻ như mọi sự trong nền văn hóa của chúng ta – từ quảng cáo cho đến nhiều tiết mục trên TV – đều bảo ta rằng tình dục (sex) và tình yêu lãng mạn là những cái làm cho ta hạnh phúc.

Cái thông điệp được chuyển tải bởi một số phương tiện truyền thông đại chúng và những ảnh hưởng khác trên giới trẻ, phản ánh một xã hội người lớn bị sa đọa; xã hội đó lợi dụng, khai thác đầu óc của những người trẻ. Những phương tiện truyền thông đại chúng tạo ra những chương trình vì lợi nhuận, mà không nghĩ đến sự an vui của thế hệ trẻ hôm nay.

Bị làm dao động bởi những hình ảnh phổ biến và áp lực của đám bạn cùng trang lứa, nhiều người trẻ đang hối hả bắt đầu hò hẹn. Có vẻ như họ cảm thấy rằng họ đang bỏ lỡ thời gian, nếu họ không có một bạn trai hay bạn gái khi TV bảo họ rằng mọi người khác xung quanh họ đều đang có.

Nhưng hãy đừng lay hoay với ý nghĩ rằng bạn phải làm một cái gì đó, chỉ đơn giản vì có vẻ như mọi người khác đang làm. Điều quan trọng là bạn thấy được những điều này đúng như chúng là. Tuổi trẻ của bạn là quý giá. Mỗi người trong các bạn là quý giá, không thể đo lường được. Thật là đại dột khi để cho mình bị giật dây bởi văn hóa quần chúng (pop). Thay vào đó, tôi hy vọng bạn sẽ kiên quyết đi theo con đường riêng của bạn.

Buông xuôi theo quan điểm cho rằng tình yêu là “tất cả” của cuộc đời, làm như thế là tự lừa dối huyễn hoặc mình rằng bao lâu mà bạn ở trong tình yêu, thì mọi thứ khác đều không có gì là đáng kể. Thật là một khái niệm lầm lạc khi cho rằng, càng chìm sâu hơn vào một mối quan hệ đau đớn và có thể là tàn phá, thì, một cách nào đó, càng tuyệt diệu.

Có một thời cho mọi sự : một thời trẻ để sống hồn nhiên, một thời để bước vào thế giới người lớn, một thời để kết hôn, vân vân. Tiến từng bước về phía trước ở mỗi giai đoạn, là phù hợp với lý tính.

Có một câu chuyện về một người đàn ông giàu có, ông ta ghen tỵ với

ngôi nhà đẹp 3 tầng của một người khác. Và do vậy, ông thuê một người thợ nề xây cho ông một dinh thự có kích cỡ như thế. Người thợ nề đồng ý và theo cách tự nhiên, bắt đầu xây từ nền móng xây lên; nhưng người đàn ông giàu có thì sốt ruột, mất kiên nhẫn, và nói, “Tôi không cần một cái móng. Và tôi không cần tầng thứ nhất hay tầng thứ hai. Tôi chỉ muốn một toà nhà cao 3 tầng. Hãy nhanh chóng xây tầng thứ ba!” Đây có vẻ giống như một câu chuyện đùa, nhưng có nhiều người đang hành xử theo cách này.

Hệt như một ngôi nhà sẽ sau cùng sụp xuống nếu nó không có nền móng, hay nếu cái nền được xây một cách cẩu thả, thật rõ ràng, nếu bạn đi theo những con đường tắt, bạn có thể mong đợi loại kết quả nào? Tương tự như vậy, thật là thiếu khôn ngoan, khi muốn sống như một người lớn, trước khi bạn có thể tự săn sóc mình một cách đúng đắn.^[16]

Rất thường khi, khi một mối quan hệ chấm dứt, thì nỗi đam mê say đắm mà đã một lần gây cảm hứng, có vẻ như là một ảo tưởng. Trái lại, những cái mà bạn học được từ sự học hỏi, thì vẫn còn mãi. Bởi vậy, điều quan trọng là bạn đừng bao giờ để cho một mối quan hệ dập tắt ngọn lửa của sự tò mò tri thức của bạn.

Điều quan trọng là, bạn làm hết sức mình ở cái mà bạn phải tập trung vào – bây giờ. Qua những nỗ lực như thế, bạn sẽ phát triển trở thành một cá nhân với một tương lai tuyệt vời. Tôi hy vọng bạn sẽ không tự bán rẻ mình, và bóp nghẹt tiềm năng vô giới hạn của bạn. Quá nhiều người dập nát từ trong trứng sự hứa hẹn sáng chói của họ trong sự theo đuổi tình yêu lãng mạn mù quáng. Như câu nói, “Tình yêu thì mù quáng” nhắc nhở ta, người ta đánh mất tính khách quan của mình khi “rơi”^[17] vào trong tình yêu.

20. HÃY CỨ SỐNG THỰC VỚI CHÍNH MÌNH

Đôi khi, khi tôi ở trong một mối quan hệ, thì có vẻ như tôi không còn là chính mình. Tôi cố sức để là cái mà người khác muốn tôi là.

Thường trực tìm kiếm sự tán thành của “nửa kia” của bạn, đó là tự hạ mình. Trong những mối quan hệ như thế, thì chưa có sự quan tâm chân thực, chiều sâu chân thực và thậm chí tình yêu chân thực. Nếu bạn không đang được đối xử theo cách mà trái tim bạn mong muốn, tôi hy vọng bạn sẽ có dũng cảm và phẩm cách để quyết định rằng, bạn thà đánh liều phải nhận sự khinh thị của “người ấy”, hơn là chịu đựng sự khổ sở.

Một người nông cạn sẽ chỉ có những mối quan hệ nông cạn. Tình yêu chân thực không phải là bám víu vào một người khác; nó chỉ có thể được vun trồng giữa hai người mạnh mẽ, an toàn trong cá tính của họ. Thay vì quá si tình đến mức có vẻ như chỉ có hai người hiện hữu (trên đời), sẽ lành mạnh hơn nhiều, khi tiếp tục làm những nỗ lực để cải thiện và phát triển chính bạn trong khi học hỏi từ những khía cạnh của “nửa kia” của bạn, những khía cạnh mà bạn kính trọng và ngưỡng mộ. Antoine Saint-Exupéry, tác giả của Hoàng Tử Bé, trong một tác phẩm gọi là Terre des Hommes^[18], đã viết, “Yêu không phải là nhìn nhau, mà là cùng nhìn về một hướng.”^[19] Những mối quan hệ kéo dài lâu hơn, khi cả hai người cùng chia sẻ những giá trị và niềm tin tương tự.

Tình yêu chân thực không phải là làm bất cứ cái gì mà người kia muốn, hay làm ra vẻ bạn là một cái gì đó mà bạn không là. Một người mà yêu bạn một cách chân thực, sẽ không khăng khăng đòi bạn phải làm bất cứ cái gì ngoài ý muốn của bạn, hay lôi kéo bạn vào một hoạt động nguy hiểm.

Không có sự tôn trọng, sẽ không có mối quan hệ nào kéo dài thật lâu, cũng như hai người không thể làm nảy nở cái tốt đẹp nhất trong nhau. Bản thân tôi hy vọng những người nam sẽ hết sức lịch thiệp với những người nữ – quan tâm tâm đến họ, tôn trọng họ và làm hết sức mình để hỗ trợ họ.

Trách nhiệm của những người đàn ông là trở nên đủ mạnh mẽ, đủ từ ái, và đủ chín chắn để quan tâm về hạnh phúc suốt đời của bạn tình của họ. Đối với những người đàn ông phấn đấu nuôi trồng phẩm chất này, đó cũng là một biểu hiện của tình yêu chân thực.

Khi bạn có con cái, cũng quan trọng để nghĩ về chuyện khi chúng yêu, bạn muốn thấy chúng được đối xử như thế nào? Nếu bạn không thể tưởng tượng ra cái “kịch bản” đó, thì bạn chưa sẵn sàng cho tình yêu.

Tôi nghĩ, ai cũng cần có ít nhất một người, mà với người đó ta có thể nói về bất cứ cái gì – nhất là về tình yêu; điều này là thật quan trọng. Tôi đặc biệt quan ngại về những người đóng kín tâm hồn trước bạn bè và gia đình – giữ một vài điều cho chính mình là tốt, nhưng đôi khi những bí mật có thể làm đau lòng bạn. Trong những vấn đề liên quan đến tình yêu, sẽ lợi lạc cho bạn nếu chấp nhận rằng, bạn không nhất thiết là vị quan toà tốt nhất của tình huống của bạn, và hãy có sự khôn ngoan quay sang những người khác để thu nhận những ý kiến và lời khuyên khách quan của họ.

Cho dầu bây giờ bạn có vẻ như đang tận hưởng tình yêu, hay cho dầu bạn nghĩ là bạn rất nghiêm túc với mối quan hệ đó, nhưng nếu bạn để cho cuộc sống yêu đương của bạn tiêu đốt hết thời gian và năng lượng của bạn, phương hại đến sự tăng trưởng của bạn, thì bạn chỉ đang đang chơi một trò chơi. Và nếu bạn luôn chơi những trò chơi, thì đời bạn cũng sẽ chỉ là một trò chơi.

21. NGHIÊN TÌNH YÊU

Ông nghĩ thế nào về những người mà phải luôn ở trong một mối quan hệ, và không bao giờ chịu được tình trạng cô độc một mình?

Mọi người có tự do sống đời của riêng mình, và tính cách của mỗi người đều khác nhau. Tuy nhiên, tôi nghĩ thật đáng tiếc, nếu thường trực chạy đuổi theo tình yêu.

Nếu một ai đó sắp có một tình yêu, há chẳng phải là tuyệt vời nếu tình yêu đó dẫn đến hôn nhân? Và, có phải là càng tuyệt vời hơn nhiều, nếu có một tình yêu lớn kéo dài suốt đời? Dĩ nhiên, điều này sẽ không luôn xảy ra. Tuy vậy, thật là bất công khi bước vào một mối quan hệ với một ai đó, nếu bạn chưa quyết định rằng bạn cam kết làm cho nó trở thành một mối quan hệ nghiêm túc, và thay vào đó, bạn luôn canh chừng tìm một cái thay thế nếu mối quan hệ này bị hỏng.^[20]

Nếu bạn thực sự có một người bạn nữ cảm thấy rằng cô luôn phải ở trong một mối quan hệ, tại sao bạn không nói chuyện với cô ấy một cách thâm tình? Hãy cố giải thích rằng, tương lai nằm giữ những khả tính vô giới hạn. Không cần phải lao vào cái gì cả; không cần phải vội vàng làm người lớn.^[21] Nếu cô bạn của bạn thích một ai đó, thì không có gì sai khi cô ấy nắm giữ tình cảm đó bên trong chính mình, trong khi quyết tâm tự trau dồi để thể trở nên loại người mà bất cứ ai cũng tự hào được ở gần. Sự tự phát triển, là nền tảng cho những mối quan hệ hạnh phúc của bạn trong tương lai.

22. TỰ BẢO VỆ MÌNH^[22]

A. Làm sao biết khi nào một ai đó chỉ đang lợi dụng mình?

Sự thực là, một số chàng trai chỉ muốn lợi dụng những cô gái để thoả mãn tình dục. Bởi vậy, các cô phải cảnh giác và phát triển những năng lực của sự khôn ngoan và phán đoán, để nhận rõ những người như thế. Có thể, đôi khi những cô gái chủ động đi bước đầu tiên trong những quan hệ tình dục, mặc dù thường khi động cơ của họ là muốn khắc sâu mối quan hệ đó, một mối quan hệ mà có thể dễ dàng tan vỡ.

Nếu mối quan hệ của bạn đang làm cho bố mẹ bạn lo âu, hay khiến cho bạn xao lãng việc học, hay khiến cho bạn dẫn mình vào một hành vi độc hại, thì bạn và người mà bạn đang hò hẹn chỉ đang có một ảnh hưởng tiêu cực đối với nhau. Cả hai [trong các bạn] đều sẽ không hạnh phúc, và rất cục, có thể là hai người chỉ làm khổ nhau thôi.

B. Bố mẹ tôi và các bạn tôi lo lắng bởi vì tôi đang hẹn hò với một người đàn ông quá nhiều tuổi hơn mình. Tôi không thấy có gì ghê gớm cả.

Nhiều phụ nữ trẻ hết sức dễ sa ngã trước những ve vãn nài nỉ của người khác phái, nhất là những đàn ông lớn tuổi hơn. Họ hành động như thể bị sửng sốt và mất khả năng làm những quyết định bình tĩnh, hợp lý tính. Đây chính là lý do tại sao những người phụ nữ trẻ rất cần, hết sức cần phải phát triển sức mạnh nội tâm và lòng tự trọng. Bởi vì, rất thường khi, họ là những kẻ bị tổn thương nhiều nhất, nên họ có mọi quyền để khẳng định phẩm cách của họ và chăm sóc cho sự an vui của bản thân. Nếu người đàn ông – trong trường hợp này – không tôn trọng cái quyền này, thì anh ta không đáng để cho ta có quan hệ gần gũi. Tuy nhiên, một số người, một khi họ đã dính vào một mối quan hệ, gặp khó khăn khi phải nói “không”, vì sợ mất người kia. Trong những trường hợp như thế, thì tình yêu giống như việc ngồi trên một xe hơi mà không có thắng. Cho dầu là bạn tiếc vì đã bước vào và muốn đi ra, cái xe sẽ không chịu ngừng. Người ta thường hay bị dính líu vào trong

những mối quan hệ, nghĩ rằng họ tự do và độc lập, nhưng tại điểm nào đó, tự thấy rằng mình đã trở thành tù nhân cho mối quan hệ đó. Điều này đúng cho cả các chàng trai lẫn các cô gái.

Đời bạn là vô cùng quý giá. Bởi vậy, tôi hy vọng bạn sẽ đối xử với chính mình với sự tôn trọng lớn nhất. Thay vì đi theo một con đường mà sẽ gây cho bạn khổ đau, hãy chọn một con đường tốt nhất cho sự an vui của bạn.

Sự thực là, tình yêu đích thực chỉ được bồi đắp giữa hai người thành khẩn, chín chắn và độc lập. Bởi vậy, điều cơ bản là bạn phải ưu tiên việc tự trau dồi chính mình và đừng bị kéo đi xa bởi tình yêu lãng mạn viễn vông.

23. TÌNH DỤC

Bạn trai của tôi muốn quan hệ tình dục với tôi. Tôi yêu anh ấy và không muốn mất anh ấy. Tôi nên làm gì?

Việc những người trẻ quan tâm đến nhiều điều, kể cả tình dục, là một phần tự nhiên trong sự phát triển của con người. Tuy nhiên, bạn có thể hối tiếc suốt đời, nếu bạn bị lôi cuốn một cách mù quáng bởi những dục vọng thân xác của bạn.^[23]

Sự thúc đẩy muốn khám phá cái khía cạnh ấy thì rất mạnh mẽ, được cung cấp nhiên liệu bởi cả thân xác lẫn tâm hồn bạn. Do vậy, điều hết sức quan trọng, là có thái độ đúng đắn và hiểu rằng, những quyết định mà bạn làm hôm nay, những hành động mà bạn thực hiện, rồi ra, chúng sẽ có những hậu quả. Tương lai của bạn không hiện hữu tại một nơi xa xôi nào. Cái hạt giống cho hạnh phúc tương lai của bạn nằm trong hành vi của bạn hôm nay, trong cái cấu trúc tâm lý của bạn tại ngay khoảnh khắc này. Bởi vậy, thật quan trọng để nghĩ về loại quan hệ tốt nhất mà bạn có thể có với bạn hữu, người yêu và bất cứ ai quan trọng với bạn. Nếu bạn yêu, tôi hy vọng bạn sẽ nhớ rằng, sau cùng, mối quan hệ tốt nhất, là một mối quan hệ mà trong đó cả bạn lẫn “nửa kia” của bạn đều tiếp tục phát triển chính mình.

Đặc biệt, những người trẻ có khuynh hướng mù quáng trong tình yêu. Nhưng tôi phải nói với bạn rằng, tình yêu có nhiều ý nghĩa hơn là việc chỉ làm bất cứ cái gì mà bạn trai của bạn gợi ý. Tôi lo ngại khi thấy rằng quá nhiều cô gái vị thành niên mang thai, nhiễm bệnh tật và đau khổ dài lâu, đôi khi suốt đời, như là kết quả của những đam mê nhất thời.

Mối quan hệ lý tưởng là một mối quan hệ mà trong đó cả hai bạn đều nhắm đến một mục đích tương lai lớn, động viên và giúp nhau phát triển. Nếu bạn trai của bạn thực sự quan tâm đến bạn, thì anh ta sẽ không ép buộc bạn phải làm bất cứ cái gì mà bạn không muốn làm.^[24] Bằng cách nói “không” một cách kiên quyết, bạn có thể thấy anh ta có thực sự thành khẩn

hay không, và thành khẩn tới mức nào.

Tôi hy vọng bạn sẽ hành động theo một hướng tương lai mà bạn đã chọn. Và cũng hy vọng rằng, bạn không bị dao động bởi những quan niệm của người khác về cái gọi là “xịn.”

24. MANG THAI Ở TUỔI VỊ THÀNH NIÊN

Tôi có thể nói gì với một người bạn nữ trẻ đã mang thai? Hay với một người bạn, mà cho đến nay còn may mắn, nhưng vẫn đang sinh hoạt tình dục một cách thiếu cẩn trọng?

Mang thai ngoài ý muốn, là một bi kịch. Những người trẻ có khuynh hướng cảm thấy mình là vô địch – rằng bất luận họ làm cái gì, thì mọi sự sẽ đều tốt đẹp. Cách hành xử này có vẻ lạc quan, nhưng thực ra, nó rất cầu thả. Không ai thoát khỏi luật nhân quả cả.

Đối với những ai đang sinh hoạt tình dục, và cho tới nay vẫn còn may mắn, hãy xem xét những điều sau đây:

Sự phá thai, nhất là trong khi còn quá trẻ, có thể là gây trầm cảm về tinh thần và nguy hiểm về thể xác. Và nếu bạn quyết định mang thai ngoài ý muốn, thì rất có thể bạn sẽ phải hy sinh nhiều hoạt động, mà trong đó những cô gái khác có thể tham dự một cách tự do. Những năm tháng thiếu nữ của bạn, là một giai đoạn để xây dựng nền móng cho hạnh phúc tương lai của bạn. Đó là cái độ tuổi khi mà cơ thể và trí óc bạn vẫn còn tươi tắn và mềm dẻo, và bạn có thể hấp thụ nhiều thứ mà sẽ quan trọng cho bạn suốt quãng đời còn lại của bạn. Đó là cái tuổi mà bạn có thể thành thạo một vài kỹ năng hay chú tâm vào việc học tập; ở độ tuổi này, bạn có thể tự do hình thành tương lai của bạn như bạn thích. Sẽ là bi đát, khi phải từ bỏ cả một bầu trời vào lúc bạn còn quá trẻ. Bạn sẽ không chỉ làm hại chính bạn, mà còn phụ lòng bố mẹ bạn và những người khác, là những người đã và đang quan tâm nhiều về bạn qua tháng năm.

Đối với cô bạn đang mang thai, tôi tin rằng điều hết sức hệ trọng, là bạn duy trì một tình bạn chân thực với cô ấy. Bạn không những nên đồng cảm với cô, mà còn phải tiếp thêm cho cô sức mạnh để tự mình đứng lên. Cô bạn đó có thể đang đau đớn hay bối rối. Trong khi tôn trọng những quyết định của cô, tôi hy vọng rằng, bạn có thể tiếp tục động viên cô. Hãy nói với

cô rằng, cho dầu hoàn cảnh của cô khó khăn thế nào chẳng nữa, thì cô vẫn hoàn toàn có thể xoay chuyển tình huống của cô thành một cái gì đó đầy niềm vui. Dĩ nhiên, không nên xem đây là một cái cớ để vứt bỏ sự đề phòng cần trọng. Tôi muốn nói rằng, dù thấy mình ở đâu chẳng nữa, bạn cũng nên luôn giữ lấy niềm hy vọng.

25. ĐỐI TRỊ VẾT THƯƠNG LÒNG

Gần đây tôi mới chia tay với một người, tôi thực sự bị trầm uất.

Có lẽ, đó là những cảm xúc mà nhiều người trải nghiệm. Nhưng, nếu bạn là nạn nhân của những ám ảnh không lành mạnh, hay quá bị quáng mắt bởi tình yêu đến mức bạn không thể thấy cái gì khác, thì bạn chỉ tự chuốc lấy niềm thất vọng. Dù gì đi nữa, hãy luôn cố hết sức để sống dũng cảm, có trái tim mạnh mẽ. Tuổi trẻ là một thời để dũng cảm tiến bước về tương lai. Bởi vậy, đừng để cho chính bạn đối hướng, lệch đường hay tụt hậu, hay ẩn nấp trong bóng tối.

Tuổi trẻ không phải là thời cho sự yếm thế hay lòng tự xót thương mình. Cái tâm thế đó là dành cho những kẻ thua cuộc. Thay vào đó, đối mặt với sự ruồng bỏ, tôi hy vọng bạn sẽ trau dồi một tinh thần chịu đựng dẻo dai, và bạn sẽ có lòng tin để nghĩ: “Nếu họ không nhận ra được sự tuyệt vời của mình, thì đó là sự thiệt thòi của họ.” John D. Rockefeller,^[25] kỹ nghệ gia và nhà từ thiện Mỹ, và đã thu góp được một gia tài khổng lồ, là một người như thế. Trong thời trẻ tuổi, khi ông còn nghèo, ông đã ngỏ lời cầu hôn với tình yêu đầu tiên của mình, nhưng bị nàng từ khước. Mía mai thay, mẹ cô gái không cho phép con gái mình kết hôn với một người mà những triển vọng có vẻ như quá mờ mịt như thế – đây là một thí dụ cho thấy việc đánh giá được cái tiềm năng là khó khăn như thế nào. Thay vì bị trầm uất, sự từ khước đó dường như chỉ thúc đẩy, động viên chàng trai Rockefeller.

Đừng để cho một trái tim tan vỡ làm nản lòng bạn. Hãy tự nói với chính bạn rằng, bạn không quá yếu đuối hay mỏng manh đến nỗi một điều nhỏ bé như vậy có thể làm bạn xuống tinh thần. Bạn có thể nghĩ rằng, không ai có thể so với người mà bạn đã mất. Nhưng người này sẽ so sánh ra sao với 10 người kế tiếp, 100 người, 1000 người kế tiếp mà bạn sẽ gặp? Bạn không thể tuyên bố với sự chắc chắn rằng, sẽ không có một người khác mà sẽ vượt xa người này trong tình cảm của bạn. Khi bạn trưởng thành hơn, cách mà bạn

nhìn người cũng sẽ thay đổi.

Tôi chắc rằng, khá nhiều người trong số các bạn đã để cho trái tim mình bị vỡ và cảm thấy không thể tiếp tục sống đời mình, và lòng tự trọng của bạn bị rách nát tả tơi. Nhưng bạn đừng bao giờ tự cho phép mình nghĩ rằng bạn là thứ bỏ đi, là kẻ vô tích sự. Không ai có thể thay thế bạn : bạn quý giá hơn tất cả những kho báu trong vũ trụ gộp lại. Cho dầu hoàn cảnh hiện tại của bạn có thể nào đi nữa, bạn vẫn là độc nhất, không thể thay thế được. Xin hãy nắm giữ lấy ý nghĩ đó, hãy chiến đấu để vượt qua mọi trở lực, và vươn lên khỏi mọi khổ đau và tuyệt vọng.

Điều hệ trọng là bạn phải trở nên mạnh mẽ.^[26] Nếu bạn mạnh mẽ, thì ngay cả nỗi buồn của bạn cũng sẽ trở thành một nguồn dưỡng chất, và những điều khiến cho bạn đau khổ, sẽ thanh tẩy cuộc đời bạn. Chính bởi vì ta đã trải nghiệm nỗi khổ lớn mà ta có thể trở nên mạnh mẽ, trưởng thành.

Tôi đã nghe người ta nói, “Nếu bạn buồn, hãy khóc – khóc cho đến khi những giọt lệ của bạn rửa sạch tất cả nỗi đau.” Giống như băng qua một con sông của sự đau khổ. Những ai đã làm như thế, sẽ có một chiều sâu và một sự toả sáng mà những kẻ xa lạ với kinh nghiệm như thế chưa từng biết đến. Điều quan trọng là đừng chết chìm trong dòng sông.

Điều quan trọng nữa, là hãy tiếp tục tiến về phía trước. Nếu bạn dùng nỗi buồn của bạn như một nguồn suối của sự tăng trưởng, bạn sẽ trở thành một người có chiều sâu và biết cảm thông, bao dung hơn – thậm chí, một con người tuyệt vời hơn. Đây là vụ mùa của nỗi đau và nỗi khổ của bạn.

Hãy ngẩng cao đầu. Bởi vì bạn đã sống với tất cả sức mạnh của mình, bạn là kẻ chiến thắng.

PHẦN IV

HỌC TẬP

26. MỤC ĐÍCH CỦA HỌC TẬP

Học tập chăm chỉ tại trường có ý nghĩa và mục đích gì? Khi ta còn trẻ, thì có gì sai trái nếu ta có một thời gian vui thú?

Những câu hỏi đó gợi tôi nhớ đến một câu chuyện hài hước. Một doanh nhân Nhật Bản đi tới một hòn đảo tại Nam Thái Bình Dương, ở đó ông ta thấy những đứa trẻ đang thư giãn trên bờ biển. Ông nói với chúng: “Đừng lãng phí thời gian nữa. Các cháu hãy đến trường ngay và khởi sự học tập!”

Chúng đáp lại, “Tại sao chúng cháu nên đến trường?”

“Nếu các cháu đến trường và học chăm,” người đàn ông nói, “các cháu có thể được những con điểm tốt.”

“Tại sao chúng cháu cần những con điểm tốt?” Lũ trẻ hỏi.

“À, nếu các cháu đạt điểm tốt, các cháu có thể vào một trường đại học tốt.”

“Và cái gì sẽ xảy ra, nếu chúng cháu vào một trường đại học tốt?”

“Nếu các cháu tốt nghiệp từ một trường đại học có uy tín, các cháu có thể làm việc cho một công ty lớn hay phục vụ trong một công sở danh tiếng. Các cháu có thể kiếm lương cao và có thể bước vào một cuộc hôn nhân tốt.”

“Rồi, sao nữa?”

“Các cháu có thể sống trong một ngôi nhà đẹp và tận hưởng cuộc đời.”

“Rồi sao nữa?”

“Các cháu có thể làm việc rất chăm chỉ, cho con cái theo học một trường tốt và rồi về hưu.”

“Và sao nữa?” Lũ trẻ chất vấn.

“Rồi các cháu có thể đến một nơi ấm áp dễ chịu và thư giãn vào mọi buổi chiều.”

“Nếu đó là mục tiêu,” lũ trẻ đáp, “thì chúng cháu không cần phải đợi. Chúng cháu đã đạt được nó rồi!”

Bởi vậy, tại sao chúng ta phải tiêu tốn quá nhiều thời gian và năng lượng cho việc học tập? Chúng ta sống đời mình với mục đích gì? Tiền bạc để làm gì?

Nếu lý do duy nhất để sống là có được tiện nghi dễ dãi, thì có thể không cần phải làm những nỗ lực căng thẳng như thế để vào một trường tốt hay tìm một chỗ làm tốt. Những trường tốt và chỗ làm tốt không tự động ban cho bạn hạnh phúc và sự thành thoi. Cho dầu bạn chạy đuổi theo chúng, không có gì bảo đảm là bạn sẽ hạnh phúc nếu bạn đạt được nó.

Chỉ bằng cách đối đầu với những thử thách của đời, bạn mới có thể hiện thực hóa cái tiềm năng của mình và hưởng hạnh phúc. Mục đích của đời ta là chu toàn một sứ mệnh – một sứ mệnh của ta và chỉ của riêng mình ta, và cố hết sức để giúp những ai đang khổ đau. Để làm như thế, bạn sẽ cần sức mạnh và tính cách. Đó là lý do tại sao tôi thường trực nhấn mạnh điều này: bằng cách làm việc chăm chỉ và tự thử thách mình bây giờ, bạn sẽ có một vụ mùa bội thu trong tương lai.

Khi tôi còn là một thanh niên, tôi có một người bạn, anh ta dễ dàng xuất sắc trong mọi thứ và được mọi người rất tán phục. Do vậy, bạn có thể tưởng tượng sự ngạc nhiên của tôi, khi, 25 năm sau, tôi nhận một lá thư từ một người bạn khác bảo tôi rằng, người này rất cuộc đã sống “một cuộc đời buồn thảm mà chỉ có thể mô tả như là địa ngục, đầy rẫy những thất bại về tài chính và những vấn đề gia đình.”

Bạn có thể hỏi, làm thế nào biết được tương lai của mình? Tôi tin rằng, bởi vì đã được cưng chiều và tán tụng quá sớm, bạn tôi đã không bao giờ học biết thế nào là lao động chăm chỉ, hay thế nào là phấn đấu để thành tựu một cái gì. Anh ta không bao giờ học biết thế nào là một cuộc đời có chiều sâu đích thực và thực chất. Vì nghĩ rằng, mọi sự mà anh ham muốn chỉ đơn giản rơi vào tay mình, anh ta không bao giờ tự thử thách mình, thậm chí còn cố sức để tránh phải nỗ lực căng thẳng nữa.

27. THIẾU THỜI GIAN

Với việc đến trường, bài làm về nhà, những công việc lặt vặt và những yêu cầu khác, tôi không có thời giờ rảnh. Tình hình này đang làm cho tôi cảm thấy bị hạn chế.

Mặc dù không phủ nhận áp lực của thời gian biểu, một đôi khi, tôi tin rằng nếu bạn xem những điều mà bạn đề cập chỉ như là những yêu cầu khó chịu, làm mất thời gian của bạn, thì đó là một cái nhìn không đúng. Nếu bạn nghĩ như thế, là bởi vì bạn thích được tự do nhiều hơn.

Bạn có một cơ hội đến trường và học tập. Bạn xem việc đến trường như là một quyền lợi, hay là một cái gì đó mà bạn bị cưỡng bách phải làm? Như là một hoạt động có tính giải phóng, hay một cái gì đó bóp nghẹt bạn, không cho bạn làm cái mà bạn muốn? Tất cả tùy thuộc vào triết lý cá nhân của bạn, tùy thuộc vào sự khôn ngoan của bạn. Nếu bạn thụ động, bạn sẽ cảm thấy bị đánh bẫy và không vui, thậm chí trong những môi trường tự do nhất. Nhưng nếu bạn có một cách tiếp cận chủ động, và thử thách những hoàn cảnh của bạn, thì bạn sẽ tự do, cho dù tình huống của bạn có thực sự bó buộc đến mấy đi chăng nữa.

Bạn càng mạnh mẽ, bạn càng tự do. Một người không có nhiều sức chịu đựng, sẽ có những khó khăn lớn khi leo thậm chí một ngọn đồi nhỏ. Một bệnh nhân, có thể không xoay sở được việc ấy. Nhưng một người mạnh khoẻ, có sức lực, có thể leo lên một ngọn núi một cách dễ dàng, với niềm say mê. Để leo lên những ngọn núi – những mục đích của đời bạn – điều hệ trọng là phải phát triển sức mạnh của bạn. Hãy xây dựng một bản ngã đủ mạnh, để mà bạn có thể chủ động tại trường và trong những sinh hoạt ngoài học đường. Nếu bạn có sức mạnh và năng lực, bạn sẽ có tự do.

Điều tương tự cũng đúng với thể thao hay âm nhạc. Để chơi môn thể thao hay nhạc cụ [đã chọn] một cách thuần thục, bạn phải đạt được một mức năng lực thích đáng, bạn phải được chuẩn bị để làm vài hy sinh, để có

thể luyện tập tới mức độ cần thiết.

Những đứa trẻ mắc những bệnh nghiêm trọng, hay sống trong những đất nước bị chiến tranh tàn phá, thường không thể đến trường, cho dù chúng muốn. Nhiều đứa trẻ trong những hoàn cảnh may mắn hơn, chúng thực sự có cơ hội đến trường, lại không bao giờ nhận biết một cách đầy đủ, là chúng thực sự tự do như thế nào. Có cơ hội đến trường – khi bạn có thể rèn luyện đời bạn cho rất nhiều cái mà bạn có thể muốn làm trong tương lai – là một dấu hiệu của sự tự do lớn nhất. Và không nhận thức được điều đó là một sai lầm.

Tôi nhớ đến một câu chuyện mà tôi mới nghe gần đây, về một chàng trai trẻ đã bị ung thư xương; anh rất đau đớn và mất khả năng hoạt động. Trong hai năm cuối cùng của đời mình, với toàn bộ thân thể bị đặt vào trong một cái khuôn bởi vì nhiều cái xương bị gãy, anh ta thăm viếng những trường trung học địa phương trong cái xe lăn, để nói chuyện về những tác hại khủng khiếp của việc sử dụng ma túy. Anh ta thường nói với những học sinh: “Bạn muốn hủy hoại cơ thể bạn với nicotine, rượu hay heroine? Bạn muốn làm tan nát nó trong một cuộc đụng xe? Bạn bị trầm cảm và muốn nhảy từ trên cầu xuống? Vậy, hãy trao cơ thể bạn cho tôi! Hãy để cho tôi có nó! Tôi muốn nó! Tôi muốn nó! Tôi sẽ lấy nó! Tôi muốn sống!”

Trong suốt cuộc chiến tranh tại Yugoslavia cũ, theo một bản tường thuật, những đứa trẻ nói về những ước mơ của chúng. Một đứa nói, “Em đã có nhiều ước mơ, nhưng chiến tranh đã cướp đi của em tất cả chúng.” Và một đứa khác nói, “Ước mơ của chúng em là sống một cuộc sống bình thường với bạn bè của chúng em, có thể đến trường.”

Trong những năm gần đây, dân tộc Rwanda của châu Phi đã trải qua một cuộc nội chiến ác liệt và tàn bạo. Trong một gia đình, những đứa trẻ mất cả cha lẫn mẹ; chỉ có chúng và Bà của chúng còn sống sót. Một trong những cậu trai lớn hơn đã bỏ học để săn sóc những đứa khác. Cậu quá buồn vì đã không còn được đến trường, đến nỗi cậu thường hay khóc suốt đêm. Những đứa em khác của cậu, những đứa vẫn còn được đi học, thường chia sẻ những bài học của chúng với cậu khi cậu từ nơi làm việc trở về nhà.

Nhưng nếu đó là toàn bộ câu chuyện, thì chúng ta sẽ phải kết luận rằng,

mọi sự tùy thuộc hoàn toàn vào môi trường của ta. Nhưng mà không phải vậy. Cuộc đời và thân phận con người không quá đơn giản như vậy. Tự do thực thụ thì có quan hệ với nội tâm của mỗi người. Một người có một đời sống nội tâm rộng lớn, thì họ rất tự do, cho dẫu bị giam nhốt trong một nhà tù chật hẹp, tù túng nhất trên thế gian.

Natalia Sats, cựu Chủ Tịch Nhà Hát Âm Nhạc Quốc gia Maxcova dành cho Thiếu Nhi, người đã chiến đấu chống lại sự áp bức và đã bị tù, cũng đã biến xà lim thành một nơi học tập. Bà động viên những bạn tù chia sẻ kiến thức chuyên môn của họ với nhau. Một người thuyết trình về hóa học; một người khác dạy y học. Bà Sats, bản thân là một ca sĩ và phục vụ các chương trình giải trí, hát những ca khúc và ngâm những bài thơ của Aleksander Pushkin, truyền cho mọi người lòng dũng cảm và niềm hy vọng.

Tôi chắc rằng bạn biết câu chuyện của Helen Keller. Lúc 18 tháng tuổi, bà bị mù và điếc. Bệnh điếc cũng khiến cho bà khó nói năng. Nhưng bằng cách làm việc cùng với cô giáo của bà là Anne Sullivan, sau cùng, bà học đọc, viết và nói, và bà tốt nghiệp trường College Radcliffe tại Boston.

Chắc chắn không ai bị hạn chế như bà : bà không thể nói, nghe hay nhìn. Thế giới của bà là một thế giới của bóng tối và im lặng. Nhưng bà xua đuổi bóng tối ra khỏi trái tim bà. Vào năm lên 9, sau cùng Helen nói được câu đầu tiên, “Trời ấm.” Suốt quãng đời còn lại của mình, bà không bao giờ quên sự kinh ngạc và niềm vui mà bà trải nghiệm vào khoảnh khắc đó. Bà đã thành công trong việc bứt ra khỏi cái nhà tù của sự im lặng mà đã giam nhốt bà.

Tuy nhiên, là con người, đôi lúc bà cũng cảm thấy cô đơn và nản lòng bởi những giờ đặng đặng mà bà phải trải qua trong việc học; bởi vì, bà phải học bằng tay^[27] một cách vất vả, trong khi những học sinh khác đang hát, nhảy múa và vui chơi. Trong Chuyện Đời Tôi, bà viết:

“Tôi trượt nhiều lần, tôi té ngã, tôi đứng im, tôi chạy đụng vào cái mép của những vật cản nằm ẩn giấu, tôi mất bình tĩnh, rồi tìm lại được, và bình tĩnh hơn. Tôi tiếp tục lê bước, tôi tiến lên một chút, tôi cảm thấy phấn khởi, tôi trở nên hăm hở hơn, leo cao hơn, và bắt đầu thấy chân trời đang mở

rộng. Mọi chiến đấu là một chiến thắng.”

28. BỎ HỌC

Tôi biết một bạn nào đó đã bỏ học, và tôi quan ngại về cái sẽ xảy ra cho anh ta.

Quan tâm về sự an vui của người khác là dấu hiệu của một người đã tiến hóa. Có nhiều cách để biểu đạt mối quan tâm của bạn. Bạn có thể, tùy thuộc vào tình huống, cho bạn ấy biết rằng bạn đang lo lắng về bạn ấy, hoặc, rằng bạn đang mong gặp lại bạn ấy tại trường. Bạn có thể viết thư cho bạn ấy hay gọi điện. Tình huống chắc hẳn sẽ không thay đổi ngay lập tức. Song những lời đơn giản như, “Mình đang mong gặp lại bạn ở trường; thiếu bạn, mọi sự sẽ không còn như cũ” có thể làm cho bạn ấy dễ dàng trở lại khi bạn ấy sẵn sàng. Nói khác đi, hãy làm phẳng phiu lối đi cho bạn ấy và khiến cho bạn ấy cảm thấy được chào đón.

Một phụ nữ trẻ bảo tôi rằng, cô ghét năm đầu tiên tại trung học, bởi vì cô không thể nào kết bạn được. Cô quyết định bỏ học vào đầu học kỳ hai, nhưng rồi một bạn cùng lớp gọi điện động viên cô và mời cô dùng bữa trưa tại trường. Cảm động và được khích lệ bởi lòng tốt của người bạn cùng lớp – và không muốn làm buồn lòng bạn ấy – từ đó ngày nào cô cũng đến trường. Cô nói, bây giờ họ là bạn thân nhất của nhau, nói chuyện với nhau về mọi thứ.

Có nhiều lý do, bao gồm cả bệnh tật, tại sao người ta có thể không đi học. Một số người có thể không mong muốn theo đuổi lối đi của nền giáo dục truyền thống, hay hoàn cảnh của họ có thể ngăn cản, không cho họ làm thế. Một học sinh, mà tôi quen, đâm ra chán trường trung học và tìm thấy một chỗ làm mà cậu ta thích. Cậu là một công nhân xuất sắc, khiến cho những ông sếp phải quý trọng.

Giống như cậu, nhiều người sống rất thoả mãn với những lựa chọn mà họ đã làm. Và cái đó là tốt. Tuy nhiên, riêng tôi, tôi hy vọng rằng bạn sẽ hoàn tất trung học và, nếu có thể, đại học. Bạn có thể học hàm thụ, trường

chuyên nghiệp, hay thi để lấy bằng tương đương trung học.

Nhưng vài người trẻ, vì những lý do khác nhau, bỏ học và tìm kiếm sự thử thách của họ ở nơi nào khác. Điều quan trọng với họ, là tiếp tục tiến về phía trước. Mỗi người trong chúng ta là con người của riêng ta – không ai thay thế được; ta không nên tự so sánh mình với những người khác. Hãy tiếp tục tiến lên, cho dầu chỉ bằng một hay hai bước, trong một thể cách trung thực với chính mình. Những ai sống đời họ trọn vẹn, không bị dao động bởi dư luận ồn ào xung quanh họ, là những kẻ chiến thắng trong đời. Đừng bao giờ bỏ cuộc. Đừng bao giờ mất hy vọng.

29. TẦM QUAN TRỌNG CỦA ĐIỂM SỐ

Cho dù tôi đã gắng sức, tôi có nhiều điểm kém và điểm trung bình. Phải chăng điều này có nghĩa rằng tôi là một kẻ thất bại?

Dĩ nhiên, có được một nền giáo dục chính quy là quan trọng, song tiềm năng con người thì không quá bị giới hạn đến nỗi nó có thể được đo lường chỉ bằng một năng khiếu là có trí nhớ tốt. Những điểm số chỉ là một phương tiện để phát hiện viên ngọc tại trung tâm của đời bạn. Bởi vậy, tôi hy vọng, bạn sẽ không tự đánh giá mình chỉ trên những con điểm hay cái trường mà bạn theo học.

Gần đây, người ta nói rằng EQ [chỉ số cảm xúc] thì quan trọng hơn là IQ [chỉ số thông minh]. Điều này chứng thực cho tầm quan trọng của những phẩm chất con người có phạm vi rộng lớn như lòng từ ái, hay tinh thần chiến đấu ngoan cường, mà không có chỉ số IQ nào có thể đo lường được. Vì lý do này, thật là đại đột khi nghĩ rằng, những con điểm của bạn vào tuổi 16 hay 18 hay bất cứ cái gì, sẽ quy định phần còn lại của đời bạn. Thật ra, tiềm năng con người thì phong phú hơn thế rất nhiều.^[28]

Cố nhiên, việc học tập của bạn là quan trọng. Song những điểm kém hiện tại của bạn không kết án bạn phải chịu một tương lai mờ mịt. Nếu bạn nghĩ theo cách này, bạn sẽ ngăn cản chính mình trong việc nuôi dưỡng những năng lực của bạn. Nếu bạn từ bỏ việc cố gắng khai quật viên ngọc trong đời bạn, thì sự phát triển cá nhân của bạn sẽ ngừng lại. Đây là một điều cần phải tránh bằng mọi giá.

Một số học sinh được nhận vào những trường đại học, nhưng lại không học hành chăm chỉ tại đó. Có một số bạn trẻ trở nên hờn hĩnh và kiêu ngạo. Thế giới cần những lãnh tụ – chứ không phải là những elitist^[29] Những bạn khác ngừng phấn đấu cho sự phát triển cá nhân sau khi bước vào một công ty lớn hay trở thành kẻ thừa lại, bác sĩ, hay luật sư. Một vài người tốt nghiệp từ những trường đại học hàng đầu, thậm chí còn làm ăn phi pháp. Nhiều

người, khi đã đạt được những mục đích cá nhân, lại quên làm việc cho những người khác.

Thực ra, việc tốt nghiệp và kiếm được một chỗ làm chỉ là sự khởi đầu, không phải là đích đến cuối cùng. Nhưng nhiều người chỉ nghĩ về cái mà họ muốn trở thành, chứ không nghĩ đến cái mà họ có thể đóng góp cho xã hội. Một nhân cách lớn không bị qui định bởi bối cảnh giáo dục hay địa vị xã hội.

Tương lai của bạn tùy thuộc vào những nỗ lực mà bạn làm và việc bạn có đi đúng đường hay không. Điều quan trọng không phải là việc bạn ra sao khi so với người khác, mà là việc bạn thế nào so với con người của bạn ngày hôm qua.

Câu hỏi là, làm thế nào ta có thể sống hạnh phúc, trong một thế cách phù hợp với bản chất thực của mình, luôn hướng về phía trước và tiến lên. Giả sử rằng bạn bị lạc trong rừng. Bạn muốn tìm đường ra và tới một đại dương, nhưng không biết phải đi đường nào. Bạn phải làm gì? Câu trả lời là, tiếp tục di chuyển về phía trước. Sau cùng, bạn sẽ tới một con sông, và khi bạn đi theo con sông xuống hạ lưu, bạn sẽ tới đại dương.

Còn trẻ có nghĩa là phải vật lộn với đủ loại vấn đề. Nó có nghĩa là giải quyết chúng, mặc dù mọi khó khăn, đẩy sang một bên những đám mây đen của tuyệt vọng và tiến về phía mặt trời, về phía hy vọng. Sức mạnh và sức bật như thế, là những con dấu chứng thực cho tuổi trẻ.

Điều quan trọng là tiếp tục di chuyển về phía trước. Trong khi phấn đấu với những vấn đề khác nhau, điều hệ trọng là bạn tiến lên – cho dù chỉ là một hay hai bước. Nếu bạn làm như vậy, về sau, khi nhìn lui, bạn sẽ thấy rằng bạn đã thực sự băng qua khu rừng trong một thời gian rất ngắn.

30. VÀO MỘT ĐẠI HỌC TỐT

Cho dù ta thực sự học chăm chỉ, cũng khó mà vào một đại học tốt.

Không được học ở đại học mà bạn chọn lựa, chắc chắn là một điều thất vọng. Nhưng, về lâu về dài, thì việc tốt nghiệp từ một trường đặc thù nào đó, cũng không quan trọng mấy. Bối cảnh học thuật không phải là tất cả; những ai khởi hành dưới những hoàn cảnh khó khăn và tiếp tục bước đi để trở thành những người có tính cách, có thể là những nguồn hy vọng và cảm hứng cho nhiều người. Điều cốt yếu là bạn tiếp tục nghiên cứu và học tập.

Một khi bạn đã được nhận bởi một trường – cho dù nó không phải là lựa chọn đầu tiên của bạn và bất luận là xã hội xét đoán nó ra sao – điều quan trọng là bạn quyết định rằng cái trường mà bạn theo học là nơi lý tưởng để bạn học tất cả những gì mà bạn muốn học. Về lâu về dài, thì thái độ này hữu ích hơn nhiều. Và đừng để cho lòng tự tin của bạn bị xói mòn bởi những dư luận của người khác.

Vâng, nếu có một trường đại học mà bạn muốn vào, thì hãy tiếp tục học chăm chỉ, chăm chỉ hơn những người khác gấp nhiều lần. Vui chơi và mơ mộng sẽ không đưa bạn tới đâu cả. Những suy nghĩ như: “La cà với bạn bè tôi thì quan trọng hơn”, hoặc, “Tôi sẽ không nhọc sức với công việc ngoài chương trình,” – sẽ không đưa bạn tới đâu cả. Không có cái gì vĩ đại được thành tựu, mà lại không có nỗ lực nghiêm túc. Trong việc học tập, không có con đường nào dễ dàng cả. Hãy học thật chăm đến mức làm ngạc nhiên mọi người. Nỗ lực to lớn đó sẽ trở thành một kỷ niệm tuyệt vời, cao cả, và viên mãn của tuổi trẻ bạn. Nó sẽ là một huy chương danh dự đáng tự hào.

Nâng niu một ước mơ về cái mà bạn muốn làm – một cái gì đó thích hợp với bạn – đó là quyền của bạn với tư cách là một con người, và tiếp tục tự thử thách mình để đạt tới, đó là bổn phận của bạn.

Mục đích của việc học không phải là việc bạn theo học đại học nào, mà là tinh thông một lãnh vực nào đó có thể đóng góp vào việc tự làm phong

phú chính mình. Có một châm ngôn, “Không học tức là tự hạ thấp chính mình.” Cái làm cho ta thành con người, đó là khả năng học tập.

Hiện nay chúng ta đang sống trong một thời đại bùng nổ thông tin. Nếu bạn không tiếp tục học suốt đời, bạn sẽ bị tụt hậu. Phát triển một đức lý suốt đời về học tập là một điều kiện bắt buộc của những nhà lãnh đạo tương lai. Những bế tắc mà xã hội đối mặt hôm nay, thực ra, là những bế tắc của những nhà lãnh đạo của nó. Và thường khi, lý do giải thích cho điều này, là họ đã ngừng học tập. Họ thiếu tinh thần và tâm trí rộng mở để lắng nghe những ý kiến của thế hệ trẻ, để dung nạp và thực thi những điều có giá trị.

Giáo dục là một nỗ lực suốt đời; do vậy, tốt nghiệp từ một trường đại học thì không đủ. Một ai đó có lần đã nói rằng, chúng ta học từ đại học chỉ vào khoảng 1/10 trong số những cái mà ta cần trong đời, bất luận là trường học đó có uy tín ra sao. Tất cả các bạn đều đối mặt với cái thách thức này: làm sao để chiến thắng trong một xã hội chú trọng đến khả năng thực thụ hơn bao giờ cả.^[30]

Đôi khi nó đơn giản như câu chuyện về con thỏ và con rùa. Một số người là thỏ, và những người khác, là rùa. Những người mà cuối cùng chiến thắng một cách vững chắc và liên tục, là những người tiến bước về phía trước cho đến khi họ đến đích. Hoàn tất cuộc đua, tự nó đã là một chiến thắng.

31. SỢ THẤT BẠI

Tôi sợ những gì người khác nghĩ về việc học hành của tôi tại trường.

Kẻ thù lớn nhất của việc học tập – bất luận ta đang học khoa học, toán, nghệ thuật, ngoại ngữ hay bất cứ môn học nào khác – là sự sợ hãi. Khi ta sợ bị chế giễu, bị coi thường bởi những người khác về những hạn chế của ta, thì sự tiến bộ trở nên rất khó khăn. Chúng ta phải dũng cảm. Bởi vậy, nếu ta bị người khác cười nhạo thì sao? Bất cứ ai chế giễu những người đang cố gắng hết sức mình, chính người đó nên xấu hổ.

Không cần phải tự so sánh mình với những người khác. Điều quan trọng là sự phát triển của riêng ta, cho dù chỉ nhích lên mỗi lúc một chút. Ta nên phấn đấu thường trực để khai quật và mài giũa viên ngọc bên trong mình. Có vô số thí dụ về những người không xuất sắc tại trung học, nhưng khi bước vào xã hội và thu được kinh nghiệm sống, họ đã khai quật được một quặng mỏ phong phú của tiềm năng vốn bị giấu kín.

32. ĐI LÀM HAY VÀO ĐẠI HỌC?

Tôi nghĩ rằng, tôi thích làm việc và kiếm tiền sau khi tốt nghiệp trung học hơn là vào đại học.

Đi làm việc hay không, sau khi tốt nghiệp trung học, đó là một quyết định mà bạn phải làm sau khi thảo luận kỹ với gia đình bạn. Tôi biết nhiều người chỉ có trình độ văn hóa phổ thông trung học, nhưng họ đang có những đóng góp tuyệt vời cho xã hội.

Tuy nhiên, đối với những học sinh trung học hiện nay, tôi hy vọng họ sẽ tiếp tục việc học của họ. Tôi mạnh mẽ động viên bạn có được một nền giáo dục đại học. Tuổi trẻ là thời gian lý tưởng cho việc học tập. Không nghi ngờ gì nữa, việc học tập bây giờ sẽ chứng tỏ là một tài sản vô giá trong đời.

Khi tôi còn là một học sinh, nước Nhật đang ở trong chiến tranh. Cho dù tôi muốn học, cũng thật hết sức khó khăn. Trong chiến tranh, việc học tiếng Anh bị cấm bởi vì nó được xem như là một “ngôn ngữ của kẻ thù.” Sau chiến tranh, thật cũng khó mà học, bởi vì hầu hết thời gian của chúng tôi được dùng vào việc kiếm sống. Tuy nhiên, tôi muốn học; do vậy, tôi theo học một trường ban đêm. Tôi ngẫu nhiên bất cứ cuốn sách nào mà tôi đặt tay lên. Cái mà tôi học lúc bấy giờ đã khắc ghi trong tôi, và tôi dùng nó trong mọi lúc.

33. KHÔNG CÓ TIỀN VÀO ĐẠI HỌC

Gia đình tôi quá nghèo để cho tôi vào đại học.

Nếu những học sinh thuộc những gia đình túng bấn về tài chánh, mà vẫn muốn vào đại học, thì họ có thể theo học chương trình 2 năm tại trường cộng đồng địa phương^[31] để khởi đầu tiến trình học tập – hay họ có thể vừa học vừa làm để hoàn tất phổ thông, bằng cách làm những công việc bán thời gian. Cũng có những học bổng, hay những chương trình cho học sinh vay. Sau cùng, tùy thuộc vào nỗ lực cá nhân của họ.

Thật là một thử thách khi phải làm việc chăm chỉ và nỗ lực từng ngày. Thử thách càng lớn, thì sự phấn khởi và cảm nhận về sự thành tựu của ta càng lớn khi ta thành công. Bằng cách làm việc hết sức, ta có thể trở thành kẻ thắng cuộc; ta có thể trở thành một người có nhân cách lớn. Một cái cây, khi bị phô ra trước những cơn gió mạnh, thì rễ của nó cắm sâu hơn. Mọi sự đều vận hành theo cách này. Nếu không có những thử thách, ta trở nên lười biếng và hư hỏng; đời ta trở nên trống rỗng và khô cằn. Và sự trống rỗng có nghĩa là không hạnh phúc.

Tôi hy vọng bạn sẽ không quá bối rối đến mức không dám nhận một món tiền cho vay, hay sợ cái công việc cần phải làm để hoàn trả nó. Chính những người không có ham muốn học tập là những người nghèo. Những người ham học mới là người giàu có.^[32]

34. TRƯỜNG DẠY NGHỀ

Bố mẹ tôi muốn tôi vào một trường đại học, nhưng tôi thích thử một cái gì đó như là một trường dạy nghề.

Bạn thật may mắn có được những bậc bố mẹ như thế!

Những trường dạy nghề và những trường đại học theo chương trình 4 năm, mỗi loại trường đều có những ưu điểm của nó. Trong xã hội hiện nay, những người có khả năng chuyên môn, có thể có một thuận lợi trong khi tìm chỗ làm. Nhưng tôi cũng nghĩ, thật là tuyệt vời nếu bạn theo học chương trình đại học 4 năm, và rồi về sau, theo một ngành chuyên môn nào đó.

Theo học một trường đại học là tự phô mình ra trước một phạm vi rộng gồm nhiều khóa học, đây là một cách tốt để trau dồi tri thức và phát triển chính mình như là một con người. Ngành giáo dục sau đại học cũng còn là một công cụ quan trọng cho việc xây dựng tính cách nữa.

Sống trong ký túc xá, tự nó cũng đã là một bài học trong đời – một cơ hội để cho bạn học cách rèn đúc những mối dây của tình bạn, và xây dựng những quan hệ bền vững giữa người với người.

Những cá nhân được giáo dục và rèn luyện tốt khắp thế giới, đều chia sẻ một mẫu số chung : kiến thức rộng và sự uyên bác trong học thuật. Giáo dục cung cấp cơ hội để con người tự nâng mình lên một mức cao hơn trong sự phát triển cá nhân.

Nó giống như việc leo một ngọn núi. Bạn càng leo lên cao, thì tầm nhìn của bạn càng rộng thêm, và thế giới càng trải rộng ra trước mắt bạn. Bạn bắt đầu thấy những điều mà trước đây bạn không thể thấy.

Dù thế nào đi nữa, thì câu hỏi về việc bạn học ở đâu – tại một trường dạy nghề, một trường cao đẳng 2 năm, hay một đại học 4 năm – là một cái gì đó mà chỉ có bạn mới có thể quyết định, dựa trên nhiều yếu tố, bao gồm cả hoàn cảnh gia đình của bạn, khả năng học vấn và những ước vọng cá nhân

của bạn. Dĩ nhiên, trong khi quyết định phải làm cái gì, điều quan trọng là bạn nên hội ý với những người khác – bố mẹ bạn, các thầy cô, bạn hữu. Nhưng một khi bạn đã quyết định và bắt tay vào hành động, thì đừng nhìn lui phía sau. Bạn không được phép sống đời mình với quá nhiều sự lưỡng lự và tiếc nuối dai dẳng.

Thành công hay thất bại trong đời, thì được quyết định trong chương cuối [của đời bạn], chứ không phải trong chương mở đầu.

35. TÂM QUAN TRỌNG CỦA VIỆC ĐỌC SÁCH

Tôi chưa bao giờ quan tâm đến việc đọc sách.^[33]

Nhiều người xem đọc sách là một công việc vặt vãnh ở nhà. Có lẽ TV kéo nhiều người xa khỏi những cuốn sách. Hay có thể là computer hay trò chơi điện tử, thì hấp dẫn hơn. Dù sao đi nữa, một số người trẻ thích đọc sách và một số khác thì không. Nhưng có một điều rõ ràng: Những ai mà biết đến niềm vui của việc đọc sách, họ có một cuộc sống phong phú hơn và có tầm nhìn rộng hơn.^[34]

Sách giới thiệu bạn với những bông hoa của đời, những dòng sông, những con đường, và những cuộc phiêu lưu. Bạn có thể tìm thấy những ngôi sao và ánh sáng, cảm nhận sự sáng khoái, hay phần nộ trước sự bất công. Bạn được thả trôi dạt trên một đại dương bao la của cảm xúc trong một con tàu của lý tính, lay động bởi làn gió mát vô hạn của thi ca. Những giấc mơ và những vỡ tuồng dần dần diễn ra. Toàn bộ thế giới sống dậy.

Đọc sách là một đặc quyền mà chỉ con người mới có được. Không có sinh vật nào trên hành tinh này có thể đọc sách. Gặp một cuốn sách hay, thì giống như gặp một vị thầy vĩ đại.^[35] Qua đọc sách, ta tiếp xúc với hằng trăm hằng ngàn cuộc đời và giao cảm, trò chuyện với những hiền nhân và triết gia từ hơn hai ngàn năm trước.

Đọc sách là một cuộc hành trình. Bạn có thể du hành về phía đông hay phía tây, bắc hay nam, và khám phá ra những con người và những địa danh mới mẻ.

Việc đọc sách vượt lên thời gian. Bạn có thể làm một chuyến viễn chinh với Alexander Người Hy Lạp, hay kết bạn với Socrates và Victor Hugo, và đối thoại với họ.

Gần như không có ngoại lệ, những vĩ nhân qua suốt lịch sử đều có một

cuốn sách mà họ nâng niu yêu quý trong suốt thời trẻ tuổi của họ – một cuốn sách mà đóng vai một người hướng đạo, một nguồn động viên, một người bạn thân và nhà cố vấn.

Để được sự thoả mãn thực thụ từ bất cứ cái gì, cần phải thực tập, rèn luyện và nỗ lực. Bạn không thể trở thành một vận động viên trượt tuyết hay lướt ván mà không rèn luyện nó. Chơi piano hay sử dụng computer cũng vậy. Tương tự như thế, muốn thưởng thức sách, cần phải kiên trì và nhẫn nại.

Việc đọc sách đưa bạn tiếp cận với những kho tàng của tinh thần con người – từ mọi thời đại và khắp mọi vùng đất của thế giới. Kẻ nào nhận biết điều này, sẽ sở hữu sự giàu có vô song. Nó giống như làm chủ vô số ngân hàng, mà từ đó bạn có thể rút ra một cách vô hạn. Và những ai đã nếm được niềm vui này, xem những cuốn sách như những người bạn, họ là những người mạnh mẽ.

36. HỌC CÁCH THƯỜNG THỨC VIỆC ĐỌC SÁCH

Bằng cách nào tôi có thể thường thức việc đọc sách nhiều hơn?

Bước đầu tiên, là tập thói quen đọc sách. Bạn có thể khởi đầu bằng cách tìm một cuốn sách về một chủ đề gây hứng thú cho bạn. Một tiểu thuyết gây hồi hộp, là một cuốn sách tốt để giữ cho bạn có thói quen đọc sách. Những thư viện và nhà sách, thì có vô số những cuốn sách với những tình tiết hấp dẫn, mà một khi đã đọc vào, tự nhiên bạn cứ muốn đọc tiếp để xem cái gì sẽ xảy ra tiếp theo. Sau khi bạn đã chọn ra một danh sách, hằng ngày hãy để ra một vài khoảnh khắc rảnh rỗi để đọc, có thể trong khi bạn đang ngồi xe buýt tới trường hay đang xếp hàng đợi, hay trước khi đi ngủ. Bạn sẽ ngạc nhiên thấy mình tiến bộ nhanh chóng ra sao.

Việc đọc sách là điều kiện cốt yếu cho tư duy.^[36] Có lẽ, bạn thậm chí có thể nói rằng, đọc sách là một dấu hiệu [biểu lộ] nhân tính của ta. Ta không nên giới hạn đời mình vào một lãnh vực, và loại trừ mọi thứ khác. Bất luận người ta có địa vị xã hội cao tới đâu, nếu họ chưa đọc những tiểu thuyết vĩ đại của những tác giả nổi tiếng của thế giới, thì họ không bao giờ có thể hy vọng trở thành một lãnh tụ xuất chúng. Xây dựng một xã hội nhân đạo, nơi mà người ta sống với phẩm cách, đòi hỏi những lãnh tụ cần phải am hiểu những tác phẩm văn học vĩ đại. Điều này là hết sức quan trọng.^[37]

37. TÂM QUAN TRỌNG CỦA SỬ HỌC

Tại sao chúng ta cần học lịch sử? Những giờ học lịch sử thật là chán, với những danh sách dài những sự kiện và nhật kỳ phải học thuộc lòng.

Môn sử quan trọng, bởi vì nó cho ta một điểm nhìn rộng hơn.

Hãy xem xét điều này: Nếu ta luôn nhìn xuống đất khi ta bước đi trên phố, ta có thể bị lạc đường. Bằng cách nhìn lên và chọn những dấu mốc nhất định để định hướng, ta có thể chắc chắn là ta đang đi đúng hướng. Hoặc, hãy tưởng tượng ta đang nhìn xuống từ một ngọn núi cao. Từ một lợi thế trên cao, thật dễ chọn con đường để tiến bước.

Cuộc đời cũng tương tự như vậy. Nếu bạn luôn có một tầm nhìn nông cạn và chỉ chú ý đến những chi tiết nhỏ sát bên mình, chắc chắn bạn sẽ sa lầy trong những quan tâm bé tí teo và không bao giờ tiến về phía trước. Ngay cả những cái rào cản tương đối nhỏ, cũng sẽ trông có vẻ như không thể nào vượt qua được. Nhưng nếu bạn có một tầm nhìn rộng lớn về cuộc đời, thì bạn sẽ tự nhiên phát hiện ra đáp số cho những vấn đề – bất luận chúng thuộc phạm vi cá nhân, xã hội, hay thậm chí liên quan đến toàn thế giới.

Bạn có càng nhiều vấn đề, bạn càng nên đọc lịch sử. Học lịch sử đưa bạn trở lại với những biến cố và cuộc đời của những người mà họ có thể soi sáng cuộc đời của riêng bạn. Bạn gặp những nhà cách mạng nhiệt thành và những kẻ phản bội đáng khinh bỉ, những kẻ độc tài kiêu ngạo và những anh hùng với kết cục bi thảm. Bạn sẽ biết đến những con người tìm kiếm một cuộc sống hòa bình, nhưng bị buộc phải lang thang qua miền hoang dã. Bạn trải qua những khoảnh khắc ngăn ngui của hòa bình, giống như một bóng mát dịu êm giữa mặt trời cháy bỏng, giữa những giai đoạn dường như dài vô tận của chiến tranh.

Bằng cách học lịch sử, bạn sẽ thấy vô số những người bị hy sinh cho cái mà bây giờ chúng ta biết là sự mê tín điên rồ; bạn cũng thấy những người

đàn ông và phụ nữ với lý tưởng của họ - họ hy sinh đời mình vì thương yêu những người đồng thời với họ. Bạn gặp những con người vĩ đại, họ tự kéo mình lên từ vực thẳm khổ đau để làm cho cái bất khả trở thành hiện thực. Bạn có thể quan sát cái “tấn tuồng” này từ xa, hay tưởng tượng rằng bạn đang ở giữa nó. Quan sát tấn tuồng này, nhìn nó diễn ra trong trí bạn, bạn tự nhiên học cách nhìn cuộc đời từ một điểm nhìn bao quát. Bạn có thể thấy chính mình đang nhấp nhô trên đỉnh sóng của dòng sông lớn của lịch sử. Chúng ta thấy từ đâu mà chúng ta đến, ta đang ở đâu, và ta sẽ đi về đâu.

Hiểu biết lịch sử, tức là hiểu biết chính mình. Ta càng hiểu biết chính mình và bản chất con người, thì bức tranh ta có về lịch sử càng chính xác. Theo quan điểm Phật giáo, lịch sử là một bản ký lục, nó ghi chép những xu hướng con người, của nhân và quả. Nó là khoa học của hoạt động con người, là ngành thống kê về chủng loại người.

Chẳng hạn, mặc dù ta không thể dự báo thời tiết với sự chính xác hoàn toàn, ta có thể dự báo những xu thế dựa trên tính xác suất và thống kê. Trái tim con người cũng không thể dự đoán trước, nhưng lịch sử cho phép chúng ta thấy những xu hướng và những con số thống kê, chúng cho ta cái nhìn sâu vào trong tương lai.

Do vậy, học lịch sử là học về con người. Lịch sử là một tấm gương hướng dẫn ta trong việc định hình tương lai. Lớp trẻ là những nhân vật chính, là những người sẽ viết những trang sử mới của ngày mai. Bạn cần một tấm gương để thấy khuôn mặt của chính mình. Tương tự như vậy, trang bị với tấm gương của lịch sử, bạn có thể thấy cái gì cần được làm trong thế giới xung quanh bạn.

Người cố vấn tinh thần của tôi, Josei Toda, dạy rằng, lịch sử là một tấm biển chỉ đường giúp ta di chuyển với sự chắc chắn lớn hơn – từ quá khứ đến hiện tại, từ hiện tại đến tương lai, về phía những mục đích của chúng ta : hòa bình, và sự sống chung hòa điệu của toàn nhân loại.

Bởi vì lịch sử được ghi lại như thế thì quá phong phú, nên không thể trông đợi một người có thể am hiểu được hết thảy mọi cái trong đó. Điều cốt yếu là đạt được một tầm nhìn bao quát, một sự hiểu biết về những nguyên lý lịch sử cơ bản. Nếu ta có thể học bằng cách nghiên cứu lịch sử,

về những khuynh hướng tiêu cực của nhân loại, thì ta có thể cảnh giác và tránh khỏi việc lặp lại một khứ đen tối, thảm khốc. Lặp lại những những điều kinh tởm của lịch sử, có nghĩa là ta đã không học được những bài học của nó. Như triết gia George Santayana^[38] đã nói, “Những ai không thể nhớ quá khứ , họ bị kết án phải lặp lại nó.”

38. CHÂN LÝ VÀ LỊCH SỬ

Càng học lịch sử, tôi càng phát hiện ra rằng, cái mà tôi đã được dạy là không đúng với sự thực.

Lịch sử không phải là cái rõ ràng, dứt khoát. Nó có thể được giải thích trong nhiều cách, đó là lý do tại sao ta không được phép mù quáng tin cái mà ta đọc trong những cuốn sách lịch sử. Napoleon mô tả lịch sử như là một câu chuyện được người ta đồng tình chấp nhận. Cái đó đúng trên vài phương diện – lịch sử được viết từ một nhãn quan đặc thù và không phản ánh chân lý tuyệt đối, khách quan.

Dĩ nhiên, chúng ta biết những nhật kỳ của những biến cố nhất định nào đó; đó là những sự kiện không thể tranh cãi. Song những kết luận dựa trên những nhật kỳ này thì không đáng tin cậy lắm. Đôi khi, chính cái trái ngược với sự thật, lại trở thành ý kiến thắng thế. Và những sự thật quan trọng hơn nhiều, thì không được ghi lại chút nào cả.

Thí dụ, hãy nhìn vào những cuộc Thập Tự Chinh, được phát động bởi những người Kytô giáo Âu Châu chống lại những thế lực Hồi giáo trong suốt thời Trung Cổ, từ thế kỷ 11 đến thế kỷ 13. Những bản tường thuật của châu Âu và Hồi giáo về những cuộc Thập Tự Chinh hầu như không có điểm nào chung! Đương nhiên, những cuốn sách lịch sử của Hồi giáo không dùng từ “thập tự chinh” – một từ nghe có vẻ anh hùng; sử Hồi giáo mô tả những ai xâm lăng những vùng đất của họ như là những kẻ gây hấn.

Thật ra, vào thời Thập Tự Chinh, nền văn minh Hồi giáo thì tiên tiến hơn nhiều so với nền văn minh châu Âu. Đạo quân Thập Tự Chinh xâm lăng những vùng đất của người Hồi giáo, tước đoạt và cướp bóc, để lại đằng sau một dấu vết của sự hủy diệt. Những cuốn sử Hồi giáo ghi chép những hành động dã man kinh hoàng mà những đạo quân Thập Tự Chinh đã gây ra.

Học về Thập Tự Chinh cũng không phải chỉ là một vấn đề hiểu quá khứ. Thành kiến và lòng thù hận giữa những nền văn minh Kytô và Hồi giáo vẫn

còn tồn tại đến hôm nay, đổ một cái bóng đen lên những cơ may hòa bình thế giới của chúng ta. Đó là vấn đề của hôm nay. Nó là một vấn đề cho tương lai.

Một thí dụ khác: Cách đây không lâu, học sinh đã được dạy rằng, Christopher Columbus đã khám phá ra Châu Mỹ. Nhưng thực ra, người ta đã sống ở đó từ rất lâu rồi. Nói “khám phá”, chỉ là cách nói theo cái nhãn quan của châu Âu. Vấn đề là, khái niệm về sự “khám phá” đã mặc nhiên hạ thấp những thổ dân nguyên thủy của châu Mỹ. Một vài kẻ chinh phục của cái mệnh danh là “Thế Giới Mới”, thậm chí còn không xem những dân tộc bản xứ như là những con người!

Trong khi những người châu Âu giông thuyền từ một đảo thuộc biển Caribe tới một hòn đảo khác, họ tàn sát những thổ dân hoặc bố ráp họ để làm lao động nô lệ, và gần như xoá sạch toàn bộ dân số. Những cư dân bản địa đã chào đón họ với vòng tay rộng mở, và những kẻ xâm lược của châu Âu đáp lại bằng bạo lực. Chúng ta có thể nói gì về cái “sự thật lịch sử” này? Cái quan điểm rằng, Columbus khám phá ra châu Mỹ đã hợp pháp hóa những kẻ “khám phá”, và do vậy, hợp pháp hóa những hành động tương tự bởi những người khác. Bên trong từ “khám phá”, là một quan điểm lịch sử tự-thị,^[39] một quan điểm về nhân loại (humanity) mà rất thường khi, biện minh cho sự nô dịch hóa những dân tộc khác vì quyền lợi của những kẻ chinh phục.

Cái này được gọi là quan điểm thực dân, là cái mà đã gây ra vô số bi kịch khắp thế giới từ bình minh của lịch sử nhân loại. Đây là lý do tại sao việc hiểu lịch sử là quan trọng. Lịch sử của nhân loại về “khám phá” trở thành một tương lai của sự thống trị dẫn tới khốn khổ và bi kịch.

Năm đặng sau sự xâm lăng châu Á của nước Nhật, là cái quan điểm thực dân hẹp hòi về lịch sử. Từ thời Minh Trị Thiên Hoàng (Meiji), bắt đầu vào năm 1868, những người Nhật chúng ta kiên quyết bắt kịp châu Âu và [nhắm vào việc] trở thành những người châu Âu của châu Á. Chúng ta ngược đãi những người châu Á bạn bè của chúng ta tương tự như cách mà những người châu Âu đối xử với những dân tộc bản địa của châu Mỹ sau khi

Columbus đến. Chúng ta đã trở thành nô lệ và nịnh bợ những người da trắng, trong khi ngạo mạn và tàn nhẫn với tất cả những chủng tộc khác.

Cố nhiên, cái mà lẽ ra chúng ta đã phải làm, là xây dựng những mối dây thân ái với những bạn bè châu Á của chúng ta và làm việc với họ để đạt tới hòa bình thế giới. Nếu những nhà lãnh đạo Nhật đã có cái nhãn quan ấy – và tầm nhìn về tương lai – thì lịch sử gần đây của nước Nhật có lẽ đã hoàn toàn khác.

Bởi vậy, bạn thấy đó, một biến cố lịch sử riêng lẻ có thể mặc lấy những ý nghĩa khác nhau tùy thuộc vào cách nó được thuyết minh, tùy thuộc vào việc bạn ở phe nào. Cả hai hình ảnh, hai cách thuyết minh này có thể hiện ra như thể là chúng có cơ sở lý luận vững chắc ngang nhau, nhưng chân lý thì lại nằm một nơi nào đó ở giữa.

39. NGHỆ THUẬT CÓ KHẢ NĂNG CHUYỂN HÓA TRÁI TIM

Người ta đã bảo tôi rằng nghệ thuật rất là quan trọng, song những lớp dạy về thưởng ngoạn nghệ thuật lại có vẻ rất ngọt ngào và dọa dẫm.

Đúng là việc giáo dục thẩm mỹ chính quy trong nhà trường có vẻ là như vậy. Nhưng chắc chắn, không ai xem một khúc hát của một con chim như là “chính quy” hay đáng sợ. Tôi cũng không chắc rằng, có ai cảm thấy khiếp sợ khi ngắm nhìn một cánh đồng hoa. Ai lại không bị lôi cuốn bởi vẻ đẹp của những bông anh đào đang nở rộ dưới ánh trăng? Và vào một ngày nắng vàng rực rỡ, tất cả chúng ta nhìn lên bầu trời xanh và nghĩ, “Tuyệt vời biết bao!” Tiếng róc rách của một dòng suối làm sáng khoái đôi tai, làm tươi mát giác quan ta. Tất cả những cái đó đều là những thí dụ của lòng yêu cái đẹp của ta, nó hồn nhiên, có tính trực giác.

Nghệ thuật là cái đẹp. Những tác phẩm nghệ thuật vĩ đại, y như cái đẹp nội tại trong thiên nhiên, là một chất nhựa thơm của tinh thần – một nguồn sức sống. Nghệ thuật có thể làm an tĩnh, và xoa dịu tâm hồn ta – nó không khiến ta phải tự vệ hay làm ta khó chịu. Nó có thể động viên ta khi ta buồn nản, nâng tinh thần ta lên khi ta căng thẳng.

Nhiều hình thức sinh hoạt hằng ngày của ta thì đầy chất nghệ thuật và văn hóa. Chẳng hạn, khi ta cố gắng để hiện ra đẹp nhất trong mắt người khác, hay làm sạch bóng căn phòng bản của ta, là ta đang phấn đấu để tạo ra cái đẹp. Một bông hoa riêng lẻ trong một bình hoa có thể hoàn toàn biến đổi một căn phòng, đem lại cho nó một nét ấm áp, dịu dàng. Đó là quyền lực của cái đẹp .

Nghệ thuật là sự giải phóng nhân tính bên trong bạn.^[40]

Những thiết chế xã hội đối xử với ta như thế ta là một cái máy. Chúng giao phó cho ta những địa vị, thứ bậc và đặt một áp lực đáng kể trên ta, buộc ta phải chu toàn những vai trò đã được xác lập của ta. Ta cần một cái

gì đó để giúp ta thu hồi lại nhân tính đã mất và bị làm méo mó.^[41] Mỗi người trong chúng ta đã đè nén những cảm xúc, và điều này đã tạo nên một tiếng kêu không lời tận đáy linh hồn ta, đợi chờ sự biểu lộ. Nghệ thuật, cả trong sự sáng tạo lẫn trong thưởng ngoạn, đem lại cho những cảm xúc này giọng nói và hình thể.

Để cho những cảm xúc đó thoát ra bằng sự theo đuổi lạc thú, điều đó có thể đủ trong chốc lát. Nhưng về lâu về dài, những trò tiêu khiển như thế không mang lại sự thoả mãn thực thụ nào, bởi vì bản ngã thực của ta, những đòi hỏi chân thực của trái tim ta, chưa được giải phóng. Nghệ thuật là tiếng kêu của linh hồn từ đáy sâu bản thể của một người.

Khi ta sáng tạo hay thưởng ngoạn nghệ thuật, ta giải phóng cái linh thức (spirit) bị kẹt bẫy ở bên trong. Đó là lý do tại sao nghệ thuật khơi dậy niềm vui như thế. Nghệ thuật – dù có được thực hiện khéo hay không – là cảm xúc, niềm vui thích của việc biểu đạt cuộc sống như nó là. Những ai thưởng ngoạn nghệ thuật đều được lay động bởi niềm đam mê và sức mạnh của nó, cường độ và vẻ đẹp của nó. Đó là lý do tại sao không thể nào tách rời cuộc đời ra khỏi nghệ thuật. Có thể là những diễn biến chính trị và kinh tế dường như thống trị trên các bản tin thời sự, nhưng văn hóa và giáo dục mới thực sự là những lực lượng định hình một thời đại, bởi vì chúng chuyển hóa trái tim con người.^[42]

Mỗi loài hoa có hương sắc khác nhau, chẳng hạn, hoa anh đào, hoa mạn, hoa lan ...; cũng vậy, mỗi người nên sống nghiêm chỉnh, đúng với cá tính độc đáo của mình; khái niệm này có nhiều cái chung với văn hóa và nghệ thuật. Văn hóa là sự nở hoa của nhân tính đích thực của mỗi cá nhân, đây là lý do tại sao nó vượt lên những ranh giới quốc gia, giai đoạn lịch sử và những phân biệt khác. Cũng tương tự, một kết quả của sự luyện tâm, là ta có thể sống một cuộc đời thực sự có văn hóa và biến mình thành một nguồn cảm hứng cho những người khác.

40. THƯỜNG NGOẠN NGHỆ THUẬT^[43]

Làm thế nào tôi có thể thưởng ngoạn nghệ thuật ngay cả khi không theo những lớp học chuyên ngành?

Chắc chắn rồi. Bạn có thể bắt đầu bằng cách chỉ đơn giản thưởng thức nghệ thuật. Đó là bước đầu tiên quan trọng nhất. Hãy xem những tác phẩm hội họa đẹp. Hãy nghe âm nhạc hay. Việc trải nghiệm nghệ thuật hay, sẽ phát triển và nuôi dưỡng tâm hồn bạn.

Hãy biết điều này: Nếu bạn bắt đầu tiếp cận nghệ thuật bằng cách phân tích hay theo kiểu học giả, rốt cục bạn rất có thể bối rối không biết nghệ thuật thực sự là cái gì. Tôi không tin rằng, những người lắng nghe một khúc hát của chim hay nhìn một đồng cỏ đầy hoa, mà lại đi phân tích nó.

Một tác phẩm nghệ thuật lớn là một tác phẩm gây cảm hứng cho bạn. Khi bạn trải nghiệm nó, chính bạn bị xúc động. Đừng nghe nhạc với đôi tai của người khác. Hãy phản ứng lại một tác phẩm nghệ thuật với những cảm xúc của riêng bạn, với trái tim và khối óc bạn. Nếu bạn tự cho phép mình bị dao động bởi những ý kiến của người khác – “Nó phải hay, bởi vì mọi người khác thích nó,” “Nó phải dở vì không ai khác thích nó” – thì những cảm xúc của bạn, tính nhạy cảm (sensitivity) của bạn (mà đây chính là cốt lõi của kinh nghiệm nghệ thuật), sẽ lụi tàn và chết.

Muốn thưởng thức nghệ thuật cho tới mức đầy đủ, bạn phải từ bỏ tất cả những khái niệm có trước. Hãy tiếp xúc với tác phẩm một cách trực tiếp, với toàn thể tồn tại (being) của bạn. Nếu bạn bị xúc động sâu xa, thì tác phẩm đó, đối với bạn, là một tác phẩm nghệ thuật lớn.

Những tác phẩm nghệ thuật lớn đều có giá trị phổ quát. Chúng nó sống động, được thấm nhuần sức sống và tinh thần mạnh mẽ của nhà sáng tạo. Nhà điêu khắc nổi tiếng của Pháp, Rodin, làm việc vào những năm '80 của thế kỷ 19, nói rằng điều quan trọng cho những nghệ sĩ là, “cảm nhận, yêu thương, hy vọng, run rẩy, sống. Nghĩa là, là một con người trước khi là một

nghệ sĩ.” Những cảm xúc con người này – hy vọng, yêu thương, giận dữ, sợ hãi – được truyền thông tới chúng ta qua tác phẩm của nhà nghệ sĩ. Những rung động của tinh thần nhà nghệ sĩ khơi dậy những rung động tương tự bên trong trái tim của riêng ta. Đây là kinh nghiệm của nghệ thuật. Nó là một cảm xúc được chia sẻ, nối kết nhà sáng tạo và người thưởng ngoạn, vượt qua những biên giới thời gian và không gian.

Dĩ nhiên, để thưởng ngoạn những tác phẩm nghệ thuật lớn, ta cần tập trung. Nhưng sự thưởng ngoạn bắt đầu với việc đơn giản trải nghiệm tác phẩm. Với âm nhạc, chẳng hạn, ta bắt đầu bằng cách lắng nghe. Với hội họa, ta bắt đầu bằng cách nhìn. Với văn học, ta bắt đầu bằng việc đọc. Tôi e rằng, nhiều người quá chú tâm đến việc phân tích nghệ thuật đến nỗi họ không thực sự nhìn thấy nó.^[44]

Chắc hẳn cách tốt nhất là xem hay nghe càng nhiều những kiệt tác được công nhận rộng rãi của nghệ thuật thế giới càng tốt, điều ấy sẽ trau dồi và tinh lọc cảm quan của bạn. Bạn sẽ tự nhiên học được cách phân biệt tác phẩm hay với tác phẩm dở.

Tiếp xúc với thứ nghệ thuật hạng hai hoặc hạng ba, sẽ không giúp bạn hiểu thứ nghệ thuật hạng nhất, nhưng nó sẽ dạy cho bạn thấy sự khác biệt. Con mắt phê phán của bạn sẽ xuất hiện. Đó là lý do tại sao bạn nên làm một nỗ lực để trải nghiệm thứ nghệ thuật hay nhất ngay từ đầu.

Bạn có thể thấy nghệ thuật lớn trong những cuốn sách, dĩ nhiên, nhưng nhìn cái thực, thì hoàn toàn khác. Nó là sự khác biệt giữa việc xem một tấm hình của một ai đó và con người bằng xương bằng thịt của người ấy. Nghệ thuật đích thực, văn hóa đích thực, sẽ làm giàu cá nhân, khích lệ việc tự biểu hiện, và mang lại niềm vui và hạnh phúc cho con người, không liên quan gì tới danh vọng hay giàu sang. Nghệ thuật và văn hóa đích thực nuôi dưỡng cái tinh thần đó, chúng làm phong phú đời ta và làm cho nó thực sự đáng sống. Bởi vậy, sẽ là rất tuyệt vời, nếu bạn có thể tìm thấy thời gian để theo những lớp học – cả trong việc thưởng ngoạn nghệ thuật lẫn trong sáng tạo nghệ thuật – bởi vì chúng có thể làm tăng trưởng con người chúng ta.

PHẦN V
LÀM VIỆC

41. CHỌN MỘT NGHỀ

Tôi bối rối không biết nên theo nghề nào.

Nhà thơ Nhật Bản Takuboku Ishii – thơ ông xuất hiện vào giai đoạn bước ngoặt của thế kỷ 20 – đã một lần viết bài thơ này, mà tôi ghi lại trong nhật ký khi tôi còn trẻ:

*Ước gì tôi có một thiên chức
Để thành tựu với niềm vui.
Một khi tôi đã chu toàn nó
Tôi ước mong được chết.*

Ông đang nói về sứ mệnh của ông, công việc mà vì nó ông sinh ra đời. Tuy nhiên, ít người đủ may mắn để biết sứ mệnh của họ ngay từ đầu. Tôi thường hay nghe những học sinh nói những điều như, “Bố mẹ tôi muốn tôi trở thành bác sĩ, nhưng tôi không chắc là tôi muốn làm cái gì,” hay, “Tôi đã muốn là một nhà báo, nhưng tôi không nghĩ rằng tôi có điều kiện để trở thành,” hay, “Những chọn lựa của tôi thì bị giới hạn bởi vì những môn học mà tôi đã chọn,” hay, “Tôi không đặc biệt thích cái gì cả, nhưng tôi muốn nổi tiếng,” hay, “Hễ cứ gặp một người mới, là những giấc mơ của tôi lại thay đổi.” Một vài người cũng đã nói với tôi, “Đôi khi tôi đâm ra sợ hãi, bởi vì tôi không có ý niệm nào về cái tôi muốn làm trong tương lai.”

Ờ, đời thì dài. Kết quả thực thụ của những phấn đấu hằng ngày [của bạn] để tìm ra sứ mệnh của bạn, có thể nó sẽ không được tiết lộ ra với bạn cho đến khi bạn bước vào tuổi 40, 50, và 60. Do vậy, điều hệ trọng, là mỗi người trong các bạn tìm thấy một cái gì đó – bất luận là cái gì – để thử thách chính mình trong khi bạn còn trẻ. Hãy xem tuổi trẻ của bạn như là thời gian để học tập và rèn luyện bản thân.

Mỗi người có một sứ mệnh – hay mục đích – độc đáo mà chỉ riêng người ấy mới có thể chu toàn. Tuy nhiên, điều đó không có nghĩa là bạn nên ngồi

yên và không làm gì cả, đợi câu trả lời đến với bạn, hay đợi một ai đó nói với bạn nó là cái gì. Bằng cách thử thách chính mình, sau cùng, bạn sẽ có thể tự mình khám phá ra sứ mệnh của bạn.

Bạn giống như một ngọn núi chôn giấu một viên ngọc quý. Viên ngọc quý ban đầu bị chôn sâu dưới đất. Và nếu nó không được mài giũa khi nó được đào lên, thì nó sẽ cứ mãi còn thô ráp. Thật đáng tiếc nếu cho đến hết đời, mà bạn vẫn chưa khai quật được viên ngọc bên trong của bạn. Bởi vậy, khi những bậc bố mẹ hay cô thầy bảo bạn nên học chăm chỉ, thực ra họ đang nói, bằng cách dẫn thân vào trong lãnh vực mà bạn quan tâm, bạn có thể khai quật cái viên ngọc trong đời bạn và tìm thấy sự thỏa mãn bằng cách làm cho nó sáng lấp lánh.

Tính kiên trì là tối hệ trọng. Bạn không thể làm cho viên ngọc bên trong bạn chiếu sáng với những nỗ lực nửa vời.

Bạn có quyền quyết định loại công việc mà bạn muốn làm; những chọn lựa thì rộng mở. Tuy nhiên, cũng cần nói thêm rằng, nhiều công việc đòi hỏi một trình độ chuyên môn và kinh nghiệm trường lớp nào đó. Một số người bắt đầu làm việc ngay sau khi rời trung học, hoặc do tự chọn hoặc do hoàn cảnh gia đình. Những người khác đi làm sau khi tốt nghiệp đại học, những người khác trở thành nội trợ, ở nhà chăm sóc gia đình. Một số người phấn đấu để trở thành công chức, và những người khác, [phấn đấu] để đạt năng lực kỹ thuật trong lãnh vực nào đó. Về cơ bản, có nhiều tùy chọn, tất cả trong số đó bạn đều có tự do chọn lựa.

Nếu bạn không thể quyết định loại công việc mà bạn muốn làm, tại sao không bắt đầu với công việc mà bạn kiếm được một cách dễ dàng, một cái gì đó mà bạn quen thuộc với? Bằng cách đó, bạn có thể đạt được kinh nghiệm thực tiễn và phát hiện ra cái mà bạn có sở trường. Trong bất cứ trường hợp nào, đừng lo lắng.

Kiểm một việc làm chỉ là khởi điểm trong việc khai mở cái năng lực của bạn; nó hoàn toàn không phải là mục đích cuối cùng. Không cần phải mất kiên nhẫn. Điều hệ trọng là bạn leo lên ngọn núi cuộc đời một cách vững chắc, mà không vội vàng và không bỏ cuộc.

Khi bạn quyết định cái mà bạn sẽ làm trong tương lai, hãy dừng mãi

tiến về phía trước một cách có chủ đích. Đừng nửa vời. Khi bạn theo đuổi một cái gì đó với quyết tâm mạnh mẽ, bạn sẽ không có gì phải hối tiếc ngay cả nếu rủi bị thất bại. Và bất luận bạn thất bại hay thành công, những nỗ lực đều đặn sẽ dẫn bạn tới con đường kế tiếp.

42. TÌM RA SỨ MỆNH CỦA BẠN

Làm thế nào tôi khám phá ra sứ mệnh của tôi trong đời?

Trước hết, tôi muốn lặp lại rằng, bạn sẽ không tìm ra nó bằng cách đứng im. Điều quan trọng là bạn thử thách chính mình trong một cái gì đó, bất luận là cái gì. Rồi, bằng cách nỗ lực đều đặn, kiên định, cái hướng mà bạn nên theo sẽ mở rộng ra trước mắt bạn một cách tự nhiên. Do vậy, thật quan trọng để mà tự hỏi mình : tôi nên đang làm cái gì bây giờ, chính khoảnh khắc này?

Nói khác đi, cái chìa khóa của vấn đề, là leo lên ngọn núi nằm ngay trước mặt bạn. Trong khi bạn đi lên những sườn núi của nó, bạn sẽ phát triển những bắp thịt của bạn, tăng cường sức mạnh và sức chịu đựng của bạn. Sự rèn luyện như thế sẽ khiến cho bạn có thể thử thách với những ngọn núi cao hơn. Điều tối quan trọng là bạn tiếp tục làm những nỗ lực như thế.

Hãy trèo lên ngọn núi ở trước mặt bạn. Khi bạn lên tới đỉnh, những chân trời bát ngát sẽ trải dài ra trước mắt bạn. Từng chút một, bạn sẽ hiểu sứ mệnh của mình.

Những ai nhớ rằng họ có một sứ mệnh độc đáo, là những người mạnh mẽ. Bất luận những vấn đề của họ là gì, họ sẽ không bao giờ bị đánh bại. Họ có thể chuyển hóa tất cả những vấn đề của họ thành ra những chất xúc tác cho sự tăng trưởng hướng về một tương lai đầy hy vọng.

Mục đích của cuộc đời là leo lên một ngọn núi, rồi đối mặt với ngọn kế tiếp, và cứ tiếp tục như vậy. Những ai kiên trì và sau cùng thành công trong việc chinh phục ngọn núi cao nhất, họ là những kẻ chiến thắng trong cuộc đời. Ngược lại, những ai trốn tránh những thử thách như thế và đi theo lộ trình dễ dàng – đi xuống thung lũng – họ sẽ kết thúc trong sự bại trận. Nói một cách đơn giản, ta có hai lựa chọn trong đời: hoặc leo lên ngọn núi trước mặt mình hoặc đi xuống thung lũng.

43. TÀI NĂNG

Tôi cảm thấy mình tầm thường, như thế là tôi không có khả năng hay tài năng nào đặc biệt.

Điều đó không đúng. Vấn đề nằm ở chỗ là người ta tự giới hạn cái năng lực của mình. Mọi người đều có một loại năng khiếu nào đó. Có tài năng không chỉ đơn giản có nghĩa là bạn phải là một nhạc sĩ, nhà văn hay nhà điền kinh giỏi – có nhiều loại tài năng. Chẳng hạn, bạn có thể là một người nói chuyện tuyệt vời, kết bạn dễ dàng, hay có tài làm cho mọi người thoải mái dễ chịu. Hoặc bạn có năng khiếu về điều dưỡng, có tài kể chuyện khôi hài, bán hàng hay tiết kiệm. Có thể là bạn luôn đúng giờ, kiên nhẫn, đáng tin cậy, nhân ái hay lạc quan. Có thể bạn yêu những thử thách mới, hoặc tận tụy cho hòa bình, hoặc mang lại niềm vui cho người khác.

Như Nicheren đã nói, mỗi người trong chúng ta thì độc đáo như một bông hoa anh đào, hoa mận, hay hoa lan. Mỗi bông hoa thì tuyệt vời một cách độc đáo; bởi vậy, mỗi bông hoa nở trong cách mà chỉ nó mới có thể nở.

Không nghi ngờ gì nữa, mỗi người có một tài năng bẩm sinh. Câu hỏi là: Làm thế nào bạn khám phá ra tài năng đó? Cách duy nhất là tự nỗ lực tới cùng giới hạn trong bất cứ cái gì ở phía trước bạn. Tiềm năng thực thụ của bạn sẽ hiện lên khi bạn dành hết mọi thứ mà bạn có cho việc học tập của bạn, cho những môn thể thao của bạn, những sinh hoạt ngoài chương trình của bạn, hay bất cứ cái gì mà bạn dẫn thân vào.

Điều quan trọng là, bạn hãy tập thói quen tự thử thách mình cho tới hết giới hạn khả năng mình. Trên một phương diện nào đó, những kết quả mà bạn đạt được thì không quan trọng. Những điểm số thực sự mà bạn nhận được tại trung học, chẳng hạn, sẽ không quyết định phần còn lại của đời bạn. Nhưng cái thói quen tự thúc đẩy mình tới cùng giới hạn, không sớm thì muộn sẽ mang lại hoa trái. Nó sẽ phân biệt bạn với kẻ khác một cách không

sai chạy. Nó sẽ khiến cho tài năng của bạn tỏa sáng.

44. VIỆC LÀM PHÙ HỢP

Tôi nên tìm kiếm cái gì khi cố tìm công việc phù hợp?

Tsunesaburo Makiguchi, vị chủ tịch đầu tiên của Soka Gakkai, nói rằng có 3 loại giá trị: cái đẹp, cái lợi, và cái thiện. Trong lãnh vực lao động, thì việc tìm một chỗ làm mà bạn thích, tương ứng với giá trị về cái đẹp; có một công việc đem lại tiền lương mà có thể chu cấp cho cuộc sống hằng ngày của bạn thì tương ứng với giá trị của cái lợi; giá trị của cái thiện có nghĩa là tìm một công việc có thể giúp những người khác và đóng góp vào xã hội.

Không mấy ai có thể tìm thấy công việc hoàn hảo ngay từ đầu. Một số người có thể có một công việc mà họ thích, nhưng nó không mang lại lợi ích vật chất; hoặc, công việc của họ có thể kiếm được nhiều tiền, nhưng họ ghét nó. Đôi khi, đó là cách những sự việc diễn ra. Một số người cũng phát hiện ra rằng, họ đơn giản không được sinh ra để làm cái nghề mà họ đã mơ ước.

Vị cố vấn tinh thần của tôi, Josei Toda, nhấn mạnh rằng, điều tối quan trọng là: trước tiên, bạn phải trở nên một nhân vật cần thiết không thể thiếu, bất cứ nơi nào mà bạn có mặt. Thay vì than vãn rằng, công việc đó không đúng với cái mà bạn đang muốn làm, ông nói, hãy trước hết, hãy trở thành một cá nhân hạng nhất ở công việc đó. Điều này sẽ mở ra lối đi dẫn đến giai đoạn kế tiếp trong đời, và trong giai đoạn đó bạn cũng nên tiếp tục làm việc hết sức. Những nỗ lực liên tục chắc chắn sẽ đưa bạn tới một công việc mà bạn thích, nó nuôi sống bạn, và cho phép bạn đóng góp vào xã hội.

Rồi, khi sau này bạn nhìn lui, bạn sẽ thấy tất cả những nỗ lực của bạn đã trở thành những tài sản quý giá như thế nào đối với lý tưởng của bạn. Bạn sẽ nhận thức rằng, không có nỗ lực và khó khăn nào của bạn đã bị uổng phí.

45. ĐỔI NGHỀ

Nếu bạn đầu ta theo đuổi một ước mơ, nhưng rồi đổi ý, và muốn theo một con đường khác, thì sao?

Cái đó hoàn toàn không sao cả. Chỉ có một ít người sau cùng làm được cái mà họ đã hoạch định hay mơ được làm, từ lúc ban đầu.

Trong trường hợp của tôi, tôi đã muốn trở thành một phóng viên nhật báo, nhưng do sức khỏe kém, tôi không thể theo đuổi nghề đó. Hôm nay, tuy vậy, tôi trở thành một nhà văn.

Có một dạo tôi làm việc cho một công ty xuất bản. Vì tại đó quá ít nhân viên, tôi phải làm việc rất vất vả – nhưng, vì thế, tôi đã có được nhiều kinh nghiệm thực tiễn.

Sau chiến tranh, tôi làm việc cho một cơ sở nhỏ khác, nhưng cái kinh nghiệm đó đã cho tôi một cơ hội để thực sự nhìn vào chính mình. Khi nhìn lại, thì mọi sự thử đó rất có giá trị với đời tôi hiện nay. Điều quan trọng là tự phát triển chính mình trong tình huống hiện tại của bạn và kiểm soát sự tăng trưởng của bạn.

Một khi bạn đã quyết định làm một công việc nào đó, tôi hy vọng rằng, bạn sẽ không là loại người dễ dàng bỏ việc khi gặp một trở ngại bé nhỏ, hay luôn cảm thấy bất an và ư than vãn. Tuy nhiên, nếu sau khi bạn đã dành cho nó tất cả, bạn quyết định rằng, công việc này không phù hợp với bạn và tiếp tục thay đổi, thì cũng không sao cả.

Tìm một chỗ đứng trong xã hội, là một thử thách; để sống còn, là một cuộc phấn đấu. Nhưng dù bạn ở đâu, đó chính xác là nơi mà bạn cần phải có mặt; bởi vậy, hãy phấn đấu ở đó, tới mức tốt nhất của khả năng bạn.

Một cái cây không cao lên và trở nên mạnh mẽ trong một hai ngày. Cũng tương tự như vậy, những người thành đạt, họ phải mất nhiều thời gian mới có được sự thành đạt, chứ không chỉ sau một vài năm. Điều này áp dụng cho mọi sự.

46. KHÔNG LÀM VIỆC

Nếu được chọn lựa, tôi thích đừng phải làm việc hơn.

Một số người xem lao động như là một công việc vất vả không thú vị, mà họ phải làm để kiếm tiền chi tiêu cho những sinh hoạt nhàn rỗi của họ. Nhưng một nhân vật trong tác phẩm Dưới Đáy, của Maxim Gorky, đã nói, “Khi lao động là một thú vui, đời là một niềm vui! Khi lao động là một bổn phận, đời là một sự nô lệ.” Thái độ của bạn đối với công việc – ngay cả công việc học hành của bạn ở đại học – chi phối một cách quyết định chất lượng đời bạn.

Một người bạn của tôi, giáo sư triết học quá cố David Norton, đã có lần nói:

“Nhiều sinh viên bị vướng trong khái niệm rằng, mục đích duy nhất của nghề nghiệp là kiếm tiền, rằng hạnh phúc có nghĩa là có tiền để thoả mãn những dục vọng của họ. Nhưng bởi vì những dục vọng này là vô hạn, họ sẽ không bao giờ có thể cảm thấy thoả mãn. Hạnh phúc thực thụ được tìm thấy trong chính công việc. Qua công việc, ta có thể phát triển, hiện thực hóa mọi tiềm năng của mình, và đem ra ngoài cái giá trị độc đáo vốn nằm bên trong – và chia sẻ cái giá trị đó với xã hội. Công việc mang lại niềm vui – niềm vui đến từ việc sáng tạo ra một cái gì đó có giá trị.

Ông nói đúng. Công việc của một người cần phải mang lại hạnh phúc cho người khác. Cuộc đời là thực sự tuyệt vời khi bạn được cần đến ở một nơi nào đó. Đời sẽ tẻ nhạt và trống rỗng biết bao, nếu chỉ vì ta có những phương tiện, mà ngày nào ta cũng chỉ theo đuổi những trò giải trí nhàn rỗi, và không làm gì khác nữa.

47. KIẾM TIỀN

Tôi nên quan tâm như thế nào với lương tiền?

Nhất là với những người trẻ, điều hệ trọng là đừng đặt quá nặng về mức lương.^[45] Bên cạnh làm việc hết sức mình ở nơi mà bạn đang làm, tốt nhất là có cái tinh thần của câu nói này, “Tôi sẽ làm nhiều hơn so với mức lương!” Đây là cách mà bạn có thể tự rèn luyện mình.

Dĩ nhiên, có lương cao thật là tốt, nhưng 100 Mỹ kim kiếm được qua công việc vất vả và nỗ lực, là một kho bằng vàng – trái lại, ăn cắp Mỹ kim hay thu được nó qua những phương tiện phi pháp, thì không có giá trị gì hơn là rác rưởi hay phân động vật. Đồng tiền ăn cắp hay trấn lột là dơ bẩn. Nó sẽ không mang đến hạnh phúc. Như một câu cách ngôn, “của phù vân để ngoài ngõ.” Những quan chức chính phủ mà đã một lần có uy tín lớn, nhưng bị bắt quả tang nhận hối lộ, họ phải sống phần đời còn lại của mình trong ô danh, bị liệt vào hàng tội phạm.

Sau cùng, hạnh phúc lớn nhất thì được tìm thấy trong việc dốc hết sức mình – với lòng tự tin và sự khôn ngoan – tại nơi làm việc, như là một thành viên gương mẫu của xã hội, làm việc chăm chỉ để đạt tới một cuộc sống viên mãn và hạnh phúc của gia đình bạn. Những ai làm như thế, là những kẻ chiến thắng trong đời.

48. LÀM VIỆC VÌ CHÍNH NGHĨA

Có phải làm việc cho một lý tưởng cao cả thì tốt hơn là chỉ có một chỗ làm nào đó?

Có nguyện vọng hiến mình cho một lý tưởng vì con người, xiển dương quyền con người và hành động dựa trên ước muốn làm việc cho hạnh phúc và an vui của kẻ khác, đó thực sự là một hoài bão đáng ca ngợi.

Tuy nhiên, nó không hề có nghĩa là bạn không thể đóng góp vào nền hòa bình và sự cải thiện xã hội nếu bạn không ở trong một nghề nghiệp hay tổ chức đặc biệt. Trong khi tôi đánh giá cao bất cứ ai làm việc cho một hội từ thiện hay trở nên một kẻ tình nguyện, [tôi biết] có nhiều người phấn đấu cho hòa bình trong khả năng khiêm nhường của riêng họ.

Tôi đã gặp nhiều người như thế, giống như Rosa Parks, người mẹ của phong trào dân quyền Mỹ, bà là một người bán hàng trong một cửa hàng may mặc; sau đó, bà khởi xướng cuộc tẩy chay xe buýt nổi tiếng tại Montgomery, Alabama, vào năm 1955. Và Adolfo Pérez Esquivel của Argentina, một nhà điêu khắc và kiến trúc sư, người đã đoạt giải Nobel Hòa Bình về những hoạt động bảo vệ nhân quyền.

Điều chính yếu, là tự hào về công việc mà bạn làm, sống trung thực với chính mình. Hoạt động là một tên gọi khác của hạnh phúc. Cái quan trọng, là bạn để cho những tài năng độc đáo của bạn được tự do biểu hiện; rằng bạn sống với sự toả sáng trọn vẹn của hiện hữu mình. Sống một cách đích thực có nghĩa là như vậy.

PHẦN VI
ƯỚC MƠ & MỤC ĐÍCH

49. NHỮNG GIẤC MƠ LỚN

Đôi khi, những ước mơ của tôi có vẻ như không thể nào thực hiện được.

Đó là điều có thể hiểu được. Cố vấn tinh thần của tôi, ông Toda, đã một lần bảo tôi, “Việc giới trẻ nâng niu những giấc mơ mà có vẻ như hầu như quá lớn, là hoàn toàn tốt đẹp. Cái mà chúng ta có thể thành tựu trong một kiếp người, luôn luôn là một mảnh nhỏ của cái mà ta muốn thành tựu. Bởi vậy, nếu bạn khởi hành với những hy vọng quá nhỏ bé, thì, có thể, sau cùng bạn sẽ không thành tựu được gì cả.”

Dĩ nhiên, nếu bạn không làm những nỗ lực nào, thì những giấc mơ của bạn sẽ không đưa lại cái gì ngoài những mộng tưởng đơn thuần. Nỗ lực, sự làm việc chăm chỉ, cái đó là chiếc cầu nối những giấc mơ của bạn với thực tại. Những ai nỗ lực đều đặn, họ sẽ ngập tràn hy vọng. Và hy vọng, đến lượt nó, khởi sinh từ những nỗ lực không ngừng. Hãy ôm giữ những giấc mơ của bạn, và tiến về phía trước càng xa càng tốt. Hãy khởi hành bây giờ, trong khi bạn còn trẻ.

50. ĐẠT TỚI TIÊU ĐIỂM

Tôi không chắc về cái mà tôi muốn làm với đời tôi. Làm thế nào tôi có thể trở nên tập trung hơn?

Mặc dù không chắc chắn về tương lai của bạn, đó là điều tự nhiên; song điều hệ trọng, là bạn hãy cố đạt được một cái gì đó – bất cứ cái gì. Ý nghĩ về cái đó có thể gây cảm giác bị tràn ngập. Nhưng như một câu châm ngôn cổ xưa, “Cuộc hành trình một vạn dặm bắt đầu với một bước đi đơn lẻ.” Việc khám phá ra những cùng đích và những giấc mơ của chúng ta bắt đầu với bước đầu tiên : quyết định tìm kiếm chúng. Từ đó, ta tiến hành từng bước một – nhích dần từng chút qua những nỗ lực hằng ngày.

Ngôi sao chạy bộ Emil Zatopek của Tiệp Khắc, người đoạt giải cuộc đua Marathon Olympic dành cho nam vào năm 1952, thấy sự luyện tập của mình quá vất vả, đến nỗi nhiều lúc anh ta thường nhủ thầm, “Mình chỉ cần chạy tới được tới cái cột điện kế tiếp.” Rồi, khi tới đó, anh ta lại tự nhủ thầm, “Ồ, mình chỉ cần tới được cái cột điện kế tiếp,” và tự đẩy mình xa thêm một chút nữa. Những nỗ lực kiên trì này, để tự thách thức mình, sau cùng dẫn anh đến thắng lợi.

Bởi vậy, hãy làm một cái gì đó! Hãy bắt đầu một cái gì đó! Trong khi nỗ lực kiên trì, bạn sẽ bắt đầu thấy những mục đích của bạn hiện như là tiêu điểm. Bạn sẽ khám phá ra sứ mệnh của bạn – cái sứ mệnh mà chỉ riêng bạn mới có thể chu toàn.

Thật là quan trọng, chẳng hạn, để phát triển những kỹ năng trong những lãnh vực mà bạn ưa thích. Cái chìa khóa là có một cái gì đó mà bạn có thể tự hào về, một cái gì đó mà bạn sẵn sàng thử thách. Nó có thể là việc xuất sắc trong toán học, một ngoại ngữ, một môn thể thao, một hoạt động ngoài chương trình, kết bạn hay làm công việc tình nguyện. Những người xung quanh bạn thường biết bạn nhiều hơn bạn tự biết mình. Do vậy, nếu bạn có đủ dũng cảm để hỏi xin lời khuyên của họ, thì bạn có thể tìm thấy những

cánh cửa dẫn vào những khả tính mới, mở ra một cách không mong đợi.

Người có những mục đích vững chắc, là người ở phía trước rất xa so, với người không có mục đích nào. Đặt ra những mục đích, là khởi điểm mà từ đó bạn bắt đầu kiến tạo đời bạn. Cho dù những mục đích của có bạn thay đổi trong khi bạn bước đi, thì chúng cũng không kém phần quan trọng. Tuổi trẻ là thời gian phấn đấu để phát triển và tự định hình mình, một thời để thử thách và rèn luyện về mặt tâm linh, tri thức, và thể lực.

Một nền tảng vững chắc là cốt tủy cho mọi sự. Không có tòa nhà nào có thể đứng được, nếu không có một nền móng. Trong cuộc đời, điều tương tự cũng đúng. Và thời gian để xây dựng cái nền móng đó là bây giờ, trong tuổi trẻ của bạn. Như nhà văn Pháp Romain Rolland đã ghi nhận rằng, một kim tự tháp không thể được xây từ chóp xuống.

51. ĐỦ TRÍ LỰC

Nếu tôi không đủ trí lực để thực hiện những giấc mơ của tôi, thì sao?

Người ta nói rằng, tối đa chúng ta chỉ dùng khoảng ½ trong số những tế bào não của ta trong suốt đời ta. Vài học giả thậm chí còn chủ trương rằng, chúng ta chỉ dùng dưới 10% trong số chúng. Nói khác đi, hầu như không có ai dùng bộ não của mình đến hết tiềm năng của nó.

Tôi cũng đã nghe nói rằng, bộ não tiếp tục tăng trưởng cho đến những năm đầu của tuổi 20. Về mặt đó, thì ta phát triển trí năng của ta được bao nhiêu trước độ tuổi 20, việc ấy sẽ ảnh hưởng lớn đến phần còn lại của đời ta – mà việc này nhấn mạnh tầm quan trọng của những năm niên thiếu của ta.

Dĩ nhiên, toàn bộ tương lai ta không tùy thuộc vào những điểm số của ta tại trường, cũng như những con điểm tốt của ta không tự động bảo đảm hạnh phúc, và những con điểm tồi không chắc là sẽ đưa tới sự bất hạnh.

Bạn không được phép tự hạ thấp chính mình. Tiềm năng con người là một điều kỳ diệu. Nếu bạn tự nhủ thầm rằng, bạn không đủ trí lực, thì bộ não của bạn sẽ thực sự trở nên lười biếng. Thay vào đó, hãy tự nhủ với xác tín rằng, “Bộ não của tôi đang ngái ngủ bởi vì tôi hầu như không sử dụng nó. Do vậy, nếu tôi chỉ cần làm một nỗ lực nào đó, tôi có thể làm bất cứ điều gì.” Trong thực tế, điều này đúng. Bạn càng sử dụng bộ não của mình, bạn càng trở nên thông minh hơn.

52. HÃY ĐI THEO TIẾNG GỌI TRÁI TIM BẠN

Đôi khi tôi đâm ra bối rối giữa cái mà những người khác muốn cho tôi và cái tôi muốn cho chính mình.

Nhiều lần bố mẹ – hay bạn hữu có thiện ý – có thể cố thuyết phục bạn đặt ra một mục đích mà với nó bạn không cảm thấy thoải mái. Mặc dù họ có thể có trong trí những điều mà bạn quan tâm nhất – và rất cần phải biết cảm ơn họ và xem xét cái mà họ nói – nhưng bạn phải lắng nghe trái tim của chính bạn.

Điều quan trọng nhất, là bạn có thể hiện thực hóa những tiềm năng của bạn tới mức nào, và bạn có thể đóng góp bao nhiêu vào hạnh phúc của kẻ khác. Để làm điều này, bạn phải rèn đúc một cá tính mạnh mẽ. Bạn cần xây dựng cho mình một nền tảng và trở nên mạnh mẽ.

Bạn có thể nói rằng, bạn muốn có một gia đình hạnh phúc, nhưng hạnh phúc không phải được đặt xuống cho bạn trên một cái đĩa. Bạn sẽ trở nên hạnh phúc chừng nào bạn phát triển được một cái “lõi nội tâm” (inner core) mạnh mẽ. Bạn có thể nói rằng, bạn muốn trở thành một người nhân ái, nhưng để thể hiện lòng nhân ái thực thụ, bạn phải mạnh mẽ.

Thật là quan trọng, nếu bạn nếm trải niềm vui có được do sống với những nguyện vọng tươi mới, và thường xuyên tăng trưởng, trong khi bạn phấn đấu để thực hiện những giấc mơ và những mục đích mà bạn đã quyết tâm theo đuổi. Nói khác đi, ta phấn đấu để đạt tới cái bản ngã tốt đẹp nhất của mình khi theo đuổi một mục đích vốn cho phép ta phát triển viên mãn và tận dụng cá tính độc đáo của ta.

Ta có thể sống một cuộc sống viên mãn khi ta làm việc để tiến về một mục đích lớn. Lãnh tụ chính trị và tinh thần của Ấn Độ, Mahatma Gandhi, là một tấm gương tuyệt vời. Khi còn là cậu bé, Gandhi rất hay cá thẹn. Luôn bị ám ảnh bởi những tên trộm, những bóng ma, và những con rắn tưởng tượng, ông không thể ngủ mà không để đèn sáng. Hướng nội, luôn lo

lẳng rằng người ta sẽ trêu cợt mình, ông phấn đấu để thoát khỏi nó trong nhiều năm, và đã gặp nhiều thất bại. Và tuy thế, như chúng ta đã biết, Gandhi tiếp tục con đường của mình, và trở thành lãnh tụ vĩ đại của chủ nghĩa dân tộc Ấn Độ, và cũng là biểu tượng toàn cầu cho việc đạt tới hòa bình bằng phương pháp đấu tranh bất bạo động.

53. ĐỪNG BAO GIỜ BỎ CUỘC

A. Một đôi khi, tôi thật khó mà tiếp tục bước đi khi vấp phải quá nhiều trở ngại.

Nếu có những giấc mơ lớn, bạn sẽ không bị bị chao đảo bởi những cú va vấp nhỏ trên đường. Ngay cả khi bạn chịu một thất bại, nếu bạn có thể giữ những mục đích của mình, thì bạn vẫn có thể có những lý do để không bỏ cuộc. Hãy tiếp tục tiến lên, cho dù nhiều lúc bạn cảm thấy, “Tôi không thể đi xa hơn được nữa.”

Sự “bại trận” trong đời là gì? Nó không chỉ đơn giản là phạm một sai lầm; bại trận có nghĩa là bỏ cuộc giữa khó khăn. Thành công thực thụ trong đời là cái gì? Thành công thực thụ có nghĩa là chiến thắng trong cuộc chiến với chính bạn! Những ai kiên trì trong sự theo đuổi những giấc mơ của mình, bất luận những rào cản nào, là những kẻ thắng cuộc trong đời, bởi vì họ đã khắc phục được những nhược điểm của họ.

Từ chối đứng lên có nghĩa là bại trận. Những kẻ chiến thắng thực thụ, là những người đứng lên mỗi lần họ ngã xuống.

Bạn tôi, Orlando Cepeda, là một vận động viên bóng chày xuất sắc, nổi tiếng trong nhiều năm, chơi chủ yếu cho San Francisco Giants. Vào năm 1958, anh là vận động viên trẻ xuất sắc của năm; và năm, 1967, là vận động viên xuất sắc của hiệp hội bóng chày quốc gia. Anh đạt thành tích tổng cộng 379 home run^[46] và được chọn 11 lần để chơi trong trận đấu toàn ngôi sao (all – star game). Anh là một trong những cầu thủ “đáng gờm” nhất trong những hiệp hội bóng chày có đẳng cấp vào những năm ’60. Mọi người đã nghĩ rằng, anh sẽ vào được Nhà Danh Dự (The Hall of Fame).^[47] Nhưng sau khi giải nghệ, có một bước ngoặt đã đưa anh tới chỗ tồi tệ. Anh bị bắt vì tội sử dụng ma túy.

Bạn không thể vào Nhà Danh Dự chỉ đơn giản bằng cách có một kỹ lục bóng chày siêu đẳng. Phẩm chất, nhân cách cũng được xem xét trong quá

trình bình chọn và xét duyệt. Sau khi bị bắt giữ, Orlando hoàn toàn bị bỏ quên bởi hội đồng xét duyệt của Nhà Danh Dự.

Vào năm 1982, một người bạn giới thiệu tư tưởng của Nichiren cho anh. Một thử thách mới bắt rẽ trong đời anh khi anh học cách đừng bao giờ bỏ cuộc, đừng bao giờ từ bỏ những giấc mơ của mình. Anh không chỉ dốc sức vào việc thay đổi đời riêng của mình, để trở thành tốt hơn, mà còn giúp những người trẻ bắt đầu lại đời mình. Anh không bao giờ đánh mất ước mơ sẽ vào được Nhà Danh, nhưng cái lý do đằng sau nó đã thay đổi. Anh muốn vào trong Nhà Dan Dự như là một tấm gương để động viên người khác cải thiện đời mình. Orlando kết giao với nhiều bạn và có nhiều đóng góp cho The Giants như là một loại đại sứ thiện chí, nhất là anh khuyến khích nhiều cầu thủ trẻ thuộc khối Latin. Những nỗ lực kiên trì của anh để cải thiện đời mình được công nhận bởi Hội Đồng Nhà Danh Dự – hội đồng này gồm một nhóm chủ yếu là những nhà báo thể thao, cầu thủ bóng, và ủy viên chấp hành các đội bóng – và vào năm 1999, anh được vẽ vang có tên trong Nhà Danh Dự.

B. Tôi có thể nói gì với những bạn tôi, họ bỏ cuộc khi đối mặt với một vấn đề?

Trước hết, bạn có thể động viên họ rằng, nếu họ biết vấn đề [khó khăn] của họ là cái gì, thì họ đã đi được nửa đường trong việc giải quyết nó.

Người ta có khuynh hướng thiếu ý chí. Đi theo con đường ít trắc trở nhất, đó là bản chất con người. Một phương pháp mà bạn có thể gợi ý cho những ai thiếu ý chí hay động cơ nội tại, là mỗi lúc hãy tập trung trên một nhiệm vụ – nó có thể là bất cứ cái gì – và bám theo nó cho đến khi họ đã tuyệt đối thoả mãn rằng, họ đã làm hết sức mình. Bước đầu tiên dẫn đến bước kế tiếp.

Cuộc đời là một cuộc đấu tranh trường kỳ với chính mình. Nó là một trò kéo co giữa việc tiến về phía trước hay quay lại phía sau, giữa hạnh phúc và bất hạnh. Những cá nhân xuất chúng, họ không trở nên vĩ đại qua một đêm. Họ tự đặt mình vào kỷ luật để vượt qua những nhược điểm, khắc phục sự thiếu nhiệt tình và thiếu động lực cho đến khi họ trở thành những kẻ chiến thắng thực thụ trong đời.

54. CÙNG CỐ QUYẾT TÂM CỦA BẠN

Tôi cảm thấy có sự giảm sút trong quyết tâm và sự sốt sắng làm việc chăm chỉ của mình.

Bất cứ ai mà đã từng làm một quyết tâm, thì họ cũng dễ thấy rằng, sức mạnh của lòng quyết tâm đó phai nhạt đi với thời gian. Cái khoảnh khắc mà bạn cảm thấy sự quyết tâm của mình bị sa sút, hãy làm một quyết tâm mới. Hãy tự nhủ thầm, “Không sao, mình sẽ khởi đầu lại từ bây giờ!” Nếu bạn ngã xuống 7 lần, hãy đứng dậy lần thứ 8 để tiếp tục. Đừng bỏ cuộc khi bạn cảm thấy nản chí – hãy đơn giản tự vực mình lên và làm mới quyết tâm của bạn. Quyết tâm của ta đôi khi có thể chao đảo, nhưng điều quan trọng là ta không đắm ra nản chí và bỏ cuộc mỗi lần như vậy. Nhận thức rằng mình đã trở nên lười biếng, là bằng chứng rằng ta đang phát triển.

55. TÂM QUAN TRỌNG CỦA LÒNG DỮNG CẢM

Đôi khi tôi sợ phải theo đuổi điều tôi muốn.

Lòng dũng cảm là rất quan trọng. Việc ta có lòng dũng cảm hay không, có một ảnh hưởng rất to lớn trên tương lai đời ta. Người có lòng dũng cảm là người hạnh phúc.

Nói thẳng ra với một người bạn mà bạn cảm thấy họ đã phạm một sai lầm, giúp một người đang gặp khó khăn, thậm chí nêu những câu hỏi trong lớp – những điều này có vẻ như chỉ là những điều vặt vãnh, nhưng thực ra, chúng rất hệ trọng. Những điều nhỏ bé cũng có tầm quan trọng của chúng. Tuy vậy, cái có vẻ như là một hành vi dũng cảm bé nhỏ, cũng là lòng dũng cảm. Điều quan trọng là sẵn lòng đi một bước về phía trước.

Nếu người lớn có những vấn đề, thì giới trẻ cũng vậy. Chừng nào mà ta còn sống, ta sẽ đối mặt với đủ loại vấn đề. Nhưng bất luận cái gì xảy ra, ta chỉ đơn giản phải sống với lòng dũng cảm và dũng mãnh tiến lên, luôn hướng về tương lai. Không ai có thể thoát khỏi những thực tế của đời thường. Cuộc đời và thế giới mà ta đang sống, giống như một biển cả bão táp; ta phải làm con đường của mình qua đó, bị va đập bởi đủ loại kinh nghiệm. Đây là một phần không thể tránh của số phận con người..

Tất cả chúng ta đều có những hy vọng và ước mơ của riêng ta, cách sống của riêng ta, những lý tưởng và niềm vui riêng, những nỗi khổ, những nỗi đau, phiền muộn của riêng ta. Cho dầu những giấc mơ của ta có tuyệt vời đến mấy đi chăng nữa, những lý tưởng của ta có cao cả mấy đi chăng nữa, những niềm hy vọng của ta có lớn mấy đi chăng nữa, thì, sau cùng, ta cần lòng dũng cảm để biến nó thành một hiện thực – khi đối mặt với những khổ đau và trở ngại. Bất luận cái gì xảy ra, ta phải tiếp tục sống, và tiếp tục làm việc để tiến về phía những lý tưởng và những mơ ước của mình. Những ý tưởng hay những kế hoạch lớn nhất của ta, lòng từ bi vô biên của ta đối với

người khác – tất cả những điều này sẽ không đi tới đâu, trừ phi ta có lòng dũng cảm đưa nó vào hành động. Không có hành động, thì như thế là chúng chưa bao giờ hiện hữu.

Những người dũng cảm là những người có sức mạnh để dũng mãnh tiến về phía trước, một cách trầm tĩnh băng qua những thăng trầm của đời, và tiến một cách vững chắc về chóp đỉnh của những mục đích và ước mơ mà họ đã chọn. Lòng dũng cảm là một tài sản hùng mạnh. Những ai thiếu dũng cảm, sẽ đi lạc khỏi con đường đúng đắn và ngã quỵ trước sự vô cảm, tính tiêu cực và những lối đi có tính hủy hoại. Họ chạy trốn khó khăn, chỉ tìm cách sống cuộc đời tiện nghi dễ dãi. Do vậy, những ai thiếu lòng dũng cảm, sẽ không thể tận tụy cho hạnh phúc của người khác, cũng như không thể tự cải thiện mình, hay thành tựu cái gì quan trọng hay bền vững. Có thể nói, cái đầu máy của họ đã bị hỏng.

Nhà thơ Goethe của Đức tuyên bố rằng, mất tài sản và thanh danh thì không quan trọng, bởi vì bạn luôn có thể bắt tay vào việc thu hồi lại chúng; trái lại, mất lòng dũng cảm là mất hết mọi thứ. Trong một bài thơ nhan đề, “Zahme Xenien VIII”, ông viết:

*Tài sản bị mất - mất ít!
Chỉ tự mình phản tỉnh
Và kiếm những cái mới.
Danh dự bị mất - bị mất nhiều!
Chỉ cần kiếm một danh tiếng tốt
Và người ta sẽ đổi cách nhìn của họ.
Lòng dũng cảm bị mất - mất tất cả!
Tốt hơn, thà đừng bao giờ được sinh ra đời.*

Nếu bạn huy động lòng dũng cảm của bạn để thử thách một cái gì đó, bạn sẽ không bao giờ hối tiếc. Sẽ buồn biết bao, nếu bạn trải qua đời mình, với niềm mong ước, “Ước chi tôi đã có thêm một chút dũng cảm.” Bất luận cái kết quả như thế nào, điều quan trọng là đi một bước về phía trước trên con đường mà bạn tin là đúng. Không cần phải lo lắng về những gì mà kẻ

khác có thể nghĩ về bạn. Dù thế nào đi nữa, đó là cuộc đời của bạn. Hãy sống thực với chính mình.

Triết gia và nhà thơ Đức thế kỷ thứ 18 Friedrich Schiller đã nói, “Những ai mạnh mẽ khi đứng một mình, họ có lòng dũng cảm thực thụ.” Tôi đã trân quý những lời đó từ khi tôi còn trẻ.

Mù quáng đi theo đám đông thì thật là sai lầm. Đi theo một cái gì đó mà không có suy nghĩ chín chắn, chỉ vì mọi người đang làm nó, dẫn đến sự lười biếng và sự vô cảm tinh thần. Và cái đó thật là nguy hiểm.

Chúng ta không được phép để cho mình bị dẫn đi lạc lối. Không bao giờ ta được phép từ bỏ sự cam kết của ta với hòa bình, lòng mong ước học hỏi và lòng yêu nhân loại của mình. Đưa những lý tưởng này vào thực hành và quảng bá chúng rộng ra những người khác, là một hành vi dũng cảm. Lòng dũng cảm nằm sâu bên trong chúng ta. Chúng ta phải huy động nó từ đáy sâu của đời mình.

56. DŨNG CẢM & LÒNG TỪ ÁI

Một cách chính xác, lòng dũng cảm là gì?

Chúng ta có thể tìm thấy biểu hiện của lòng dũng cảm trong nhiều lãnh vực của nỗ lực con người, như dũng cảm để tham gia vào một cuộc mạo hiểm; dũng cảm để đạt thành tích xuất sắc trong thể thao, nhưng đây chỉ là một khía cạnh của lòng dũng cảm. Thực hiện những trò nhào lộn liều lĩnh hay là một chiến binh, là một kiểu dũng cảm rất khác với cái mà ta đang nói tới. Một sự trình diễn nguy hiểm, có thể trông giống như sự dũng cảm, nhưng nó không có nền tảng đạo đức nào cả. Sự bạo động thể xác là thiếu trí tuệ, thiếu sự ân cần với người khác và [thiếu] tinh thần hợp tác, là những cái cốt yếu cho mọi con người. Nó hoàn toàn xa lạ với cái mà con người nên phấn đấu để đạt tới.

Dũng cảm là sức mạnh để sống đời mình theo cách đúng đắn, đi theo con đường đúng. Nó có thể mang nhiều hình thức – chẳng hạn, nghĩ về cách tốt nhất để đạt tới hòa bình cho đất nước và thế giới, và rồi hành động để làm cho điều đó thành hiện thực. Đó là lòng dũng cảm sinh ra từ niềm xác tín. Hay nghĩ về cái mà bạn có thể làm để góp phần vào hạnh phúc của nhân dân và rồi làm việc để đạt tới mục đích đó. Đó là lòng dũng cảm của tình yêu nhân loại. Trên cương vị là một bậc bố mẹ hay một thầy (cô) giáo, khám phá ra cái mà bạn có thể làm cho những đứa trẻ mà bạn có trách nhiệm phải chăm sóc, và rồi thực hiện nó; hay, nghĩ về cách làm thế nào bạn có thể hỗ trợ bằng hữu của mình và theo đến cùng – đó là lòng dũng cảm không phô trương của đời sống hằng ngày.

Loại dũng cảm quan trọng nhất, là lòng dũng cảm được cần đến để sống tốt mỗi ngày. Thí dụ, dũng cảm để học chăm chỉ hay để tạo lập hoặc nuôi dưỡng tình bạn tốt, bền vững – loại dũng cảm này hướng đời ta theo một hướng tích cực. Loại dũng cảm này có thể không hào nhoáng, nhưng nó thực sự quan trọng.

Những người đang có vị trí nổi bật, trong ánh đèn màu, những người luôn có vẻ như đang làm những điều lớn lao, quan trọng, thì không luôn luôn dũng cảm. Và không cần phải nói rằng, chiến tranh^[48] và áp bức không phải là những hành động dũng cảm, mà là của sự hèn nhát.

Những ai mà không có lòng dũng cảm, họ dễ trở thành những kẻ ăn cắp, áp bức, giết người và gây thương tật, đe dọa con người bằng vũ khí, khiêu chiến. Họ làm những điều xấu ác bởi vì họ là những kẻ hèn nhát. Sự hèn nhát thì nguy hiểm. Lòng dũng cảm chân chính có nghĩa là thực hiện những hoạt động công chính và lợi lạc; nó có nghĩa là sống một cách lương thiện. Đây là loại dũng cảm quý giá nhất.

Về cơ bản, dũng cảm là một vấn đề của lòng kiên nhẫn. Niềm mong ước của người mẹ muốn nuôi con lớn lên thành người tốt, bất luận khó khăn nào bà phải làm để thực hiện nó, là một hình thức dũng cảm cao thượng. Phía bên kia của lòng dũng cảm, là lòng từ bi. Chúng là hai mặt của một đồng tiền. Dũng cảm chân chính thì luôn được hỗ trợ bởi lòng từ bi; không có gì xấu ác hay nham hiểm đằng sau nó. Nếu có một ý định xấu nào, bạn có thể chắc rằng, nó không phải là lòng dũng cảm thực thụ. Một tình cảm của người mẹ dành cho con mình, là một thí dụ hoàn hảo của lòng dũng cảm và lòng từ bi.

Và thực ra, nếu ta hành động với lòng dũng cảm, ta thấy rằng lòng từ bi của ta dành cho kẻ khác thực sự trở nên sâu sắc hơn. Lòng dũng cảm là đức hạnh tối hậu cần phấn đấu để đạt tới.

PHẦN VII
LÒNG TỰ TIN

57. GIỮ HY VỌNG

Đôi khi tôi cảm thấy quá vô vọng và bi quan. Tôi phải làm gì để tăng cường lòng tự tin của mình?

Trước hết, xin hiểu rằng đời thì dài! Bây giờ mọi sự có ra sao, thì nó cũng sẽ không kéo dài mãi mãi. Cho dù bạn có những vấn đề, cho dù bạn đã phạm những sai lầm hay làm những điều mà bạn hối tiếc, thì toàn bộ tương lai của bạn vẫn nằm phía trước bạn. Đừng lo lắng quá về mọi trở ngại hay vấn đề. Trên hết, đừng tuyệt vọng hay bị ngã gục do sự thiếu kiên nhẫn của bạn.

Không có cái gì là vô vọng cả. Sai lầm tệ hại nhất mà bạn phạm phải khi còn trẻ, là từ bỏ một ước mơ, không dám tự thử thách mình vì sợ thất bại. Quá khứ là quá khứ và tương lai là tương lai. Hãy tiếp tục tiến về phía trước, nhắm vào mục tiêu và tự nhủ thầm, “Mình sẽ khởi sự từ hôm nay!”, “Mình sẽ bắt đầu lại từ khoảnh khắc này!” Hạnh phúc trong đời không tùy thuộc vào việc mọi sự tiến hành tốt đẹp ra sao trong tuổi trẻ của bạn. Bất luận bạn phạm bao nhiêu sai lầm, bạn luôn luôn có một cơ hội khác. Hãy nuôi tham vọng và tiếp tục phấn đấu tiến về tương lai. Nếu bạn không vui với những kết quả của bạn tại trung học, hãy cố hết sức tại đại học. Nếu kết quả tại đại học cũng không thỏa mãn bạn, vẫn còn hy vọng sau khi tốt nghiệp, trong khi bạn tự thử thách mình ở cương vị là một thành viên tích cực của xã hội. Thành công thực thụ trong đời, nó sẽ không tự phát lộ ra cho, đến khi bạn tới tuổi 40 hay 50. Nếu bạn gặp những thất bại trên đường đời, hãy tiếp tục với một tinh thần chiến đấu ở độ tuổi 40, 50, 60 và 70.

Kinh nghiệm của tôi sau hơn 27 năm, đã dạy cho tôi nhận thức được một cách rõ ràng những khuôn mẫu con người (human pattern), mà từ đó, sự chiến thắng hay chiến bại được quy định.

Nhiều trong số những người nổi tiếng nhất trong lịch sử, họ không hề có dấu hiệu xuất chúng trong tuổi trẻ của họ. Người ta biết rõ rằng, Winston

Churchill đã gặp nhiều thất bại tại trường. Mahatma Gandhi cũng không phải là một học sinh xuất sắc; ông có tính rụt rè, lại diễn thuyết dở.

Bởi vậy, đừng quá nghiêm khắc với chính mình. Bạn vẫn còn trẻ – một công trình đang diễn tiến và vẫn còn đang phát triển. Phát triển và cải thiện, là một quá trình tuyệt vời. Hãy chỉ đơn giản tiếp tục tiến lên một cách ngoan cường, để tìm con đường của bạn về phía trước, mặc dù sự khổ và nỗi đau : khổ đau là một phần của tuổi trẻ và quá trình trưởng thành của bạn. Thật vậy, đó là cách duy nhất để phát triển.

Điều quan trọng là đừng mất hy vọng. Mất hy vọng, về một phương diện, cũng giống như sống trong mùa đông của tâm hồn. Nhà thơ lãng mạn Shelley đã nói, “Nếu mùa đông đến, thì có thể nào mùa xuân còn ở xa đằng sau?” Cho dầu mùa đông có dài và khắc nghiệt tới đâu chẳng nữa, mùa xuân luôn đến theo sau. Đây là quy luật của vũ trụ, quy luật của sự sống.

Điều tương tự cũng đúng với chúng ta. Giả sử rằng, ta đang chịu đựng một mùa đông vô tận, thì chúng ta cũng không được phép từ bỏ hy vọng. Bao lâu mà chúng ta có hy vọng, thì mùa xuân vẫn đang ở gần. Nó nhất định sẽ đến.

Mùa xuân là mùa nở hoa. Tất cả mọi sự có một vẻ đẹp độc đáo riêng và một sự phát triển riêng. Mỗi người có một sứ mệnh riêng, cá tính riêng, và cách sống riêng. Thật quan trọng để nhận ra chân lý đó và tôn trọng nó. Đây là trật tự tự nhiên của vạn hữu. Đó là cách mà thiên nhiên làm việc trong thế giới của những loài hoa – và trong thế giới của con người – những loại hoa khác nhau nở hoa một cách hòa điệu trong sự phong phú đa dạng và đẹp đẽ của chúng.

58. TIỀM NĂNG THỰC THỤ

Tôi thường hay so sánh mình với người khác và cảm thấy nản lòng.

Vâng, những người trẻ thường rơi vào thói quen này. Nhưng tôi muốn nhấn mạnh điều sau đây : Đừng tự so sánh bản thân mình với những người khác. Hãy sống thực với con người của bạn và tiếp tục học tập với tất cả sức lực của bạn. Cho dù bạn bị chế nhạo, cho dù bạn chịu những thất vọng và thất bại, hãy tiếp tục tiến lên và không ngã gục. Khi bạn phát huy nghị lực và có cái quyết tâm mạnh mẽ, tức là bạn đã đi được nửa đường tới chiến thắng. Thay vì tự so sánh mọi niềm vui và nỗi sầu của bạn với người khác, hãy tập trung vào việc vượt qua những hạn chế của bạn trong tình huống hiện thời của bạn. Những ai có thể thực hiện được điều này suốt cuộc đời, họ là những kẻ chiến thắng thực thụ, những thiên tài thực thụ.

Khi bạn giữ vững những niềm tin của bạn và sống thực^[49] với chính mình, thì nhân phẩm và giá trị của bạn sẽ tỏa sáng. Khái niệm về “hiện thực hóa tiềm năng bẩm sinh của bạn” nói đến cá tính được tinh lọc nhất của bạn. Nói khác đi, nó có nghĩa là, làm hiển lộ bản chất thực của bạn và trở thành ngọn lửa soi sáng cho đời.

59. ĐƯƠNG ĐẦU VỚI NHỮNG VẤN ĐỀ

Khi tôi đối mặt với những vấn đề, sự chạy trốn đôi khi có vẻ như là giải pháp dễ dàng nhất.

Dĩ nhiên, bạn có thể chạy trốn. Bạn có tự do làm như vậy. Nhưng đó là một tự do rất nhỏ, rất tí hon. Nó chỉ đưa tới một cuộc sống rất khó khăn, một cuộc sống mà trong đó bạn sẽ bất lực, yếu đuối và hoàn toàn thất chí.

Tuy nhiên, bên cạnh sự “tự do” này, còn có một tự do lớn hơn. Tiểu thuyết gia Nhật Eiji Yoshikawa viết, “Nhân cách lớn được rèn qua gian nan.” Chỉ bằng cách tự mài giũa mình qua những khó khăn lặp đi lặp lại, mà bạn có thể dựng xây một bản ngã lấp lánh, chói sáng như viên ngọc. Khi bạn đã phát triển một trạng thái hiện hữu như vậy, sẽ không có gì làm bối rối bạn. Bạn sẽ tự do. Bạn sẽ chiến thắng. Sự gian nan, thậm chí, sẽ trở nên thú vị. Dám chấp nhận những thử thách cam go – cái đó tự thân nó đã là một tự do bao la.

Tự do là tương đối. Bạn có thể chạy trốn công việc và những khó khăn, tự tuyên bố mình là một tâm hồn tự do, nhưng bạn không thể chạy khỏi chính mình – khỏi những nhược điểm, nhân cách và số phận của chính bạn. Nó giống như cố chạy trốn cái bóng của chính bạn. Càng không thể chạy khỏi sự khổ của lão, bệnh, tử, vốn có trong số phận con người. Bạn càng cố tránh gian nan, chúng càng theo đuổi bạn một cách ngoan cố, giống như những con chó săn đuổi theo sau gót chân bạn. Đó là lý do tại sao điều quan trọng là bạn nên quay đầu lại và đối mặt trực diện với những rắc rối của bạn. Muốn mọi sự tuyệt đối tiến hành theo cách của mình, đó là điều bất khả. Thực ra, nếu không có những trở lực mà cuộc đời đưa lại, thì chắc hẳn ta sẽ không biết là tự do có giá trị như thế nào.

Bạn nên sống tuổi xuân của bạn như hoa hướng dương quay mặt về phía mặt trời. Như là một mùa của sự tăng trưởng, tuổi trẻ là một thời của cả niềm vui lớn lẫn nỗi khổ lớn. Nó đầy rẫy những vấn đề và những lo lắng đủ

loại. Nhưng thay vì chạy trốn chúng, chìa khóa là hãy tiếp tục tìm kiếm mặt trời, thách thức nỗi đau và nỗi thống khổ, vì khổ đau là một phần của việc trưởng thành.

Đừng bao giờ đầu hàng trước thất bại. Để cho một hạt giống nảy mầm, nó phải huy động một nỗ lực khổng lồ để bứt ra khỏi cái vỏ bọc cứng của nó. Cái mầm đó phải dũng cảm nỗ lực xuyên qua lớp đất dày, để vươn lên tiếp xúc với bầu trời xanh trên cao. Những gian lao mà bạn trải qua bây giờ, sẽ góp phần vào sự tăng trưởng của bạn. Bởi vậy, điều quan trọng là tiếp tục dũng mãnh tiến về phía trước, bất luận con đường có trở nên gian khổ và đau đớn đến mấy đi chăng nữa.

Tuổi trẻ là thời gian để phát triển một tinh thần kiên trì. Và những ai tiếp tục phấn đấu cho sự cải thiện, họ sẽ mãi thanh xuân, bất kể họ là ai. Ngược lại, những ai không làm như vậy, thì cho dù họ đang ở tuổi thanh xuân, sẽ vẫn là những kẻ già nua và yếu đuối trong tâm hồn.

Đời là một chiến trường, bạn phải chiến đấu để chiếm được sự tự do tối hậu và vô hạn. Ta nên sử dụng những xu hướng tiêu cực và những khổ đau như là bộ phóng để đạt tới hạnh phúc, để tự rèn đúc đời ta, tiến về một trạng thái tự do bao la.

60. HÃY PHÁT TIẾT TINH HOA CỦA BẠN

Tôi không thích nhân cách của tôi. Có thay đổi được không?

Nhiều người tin rằng nhân cách được quy định bởi số phận hay di truyền, và chúng ta không thể thay đổi gì nó được. Sự thực là, hầu hết mọi người đều đau khổ về một mặt nào đó của nhân cách mình. Nhưng bạn phải nhận thức rằng, chỉ đơn giản lo lắng về những vấn đề của bạn, sẽ không thay đổi được gì. Khi bạn nhận biết về những thiếu sót của bạn, bạn sẽ bắt đầu biết cách kiểm soát chúng và thay đổi hành vi của mình.

Thật vậy, nhân cách của con người rất đa dạng. Có một kho từ vựng để mô tả những nét nhân cách và tính cách. Người ta nói rằng, tiếng Anh có tới 18 ngàn danh từ và tính từ mô tả tính cách.

Không ai có nhân cách hoàn hảo cả. Tất cả chúng ta, không có ngoại lệ, đều có những khuyết, nhược điểm. Không thể tránh được, bạn sẽ không thích những mặt nào đó của nhân cách mình. Nhưng thật rõ đại khi bị ám ảnh bởi những cảm tưởng như thế và đâm ra tự ghét mình, hay cảm thấy mình bất xứng. Điều này chỉ ngăn cản sự tăng trưởng của bạn mà thôi.

Sự hướng nội không khiến cho người ta bất lực, cũng y như tính nóng nảy, dễ nổi cáu không khiến cho người ta trở thành vô dụng. Thí dụ, sự rụt rè của một người có thể được chuyển hóa thành những phẩm chất quý giá như tính thận trọng và sự khôn ngoan, trong khi sự thiếu kiên nhẫn có thể khiến người ta hoàn tất công việc một cách nhanh chóng và hiệu quả. Ta nên sống đúng với bản chất của mình. Bởi vậy, cho dù nhân cách căn bản của ta có thể khó thay đổi, ta có thể có những nét tích cực của nó.

Nhân cách của bạn giống như một dòng sông. Tại một điểm nhất định nào đó, những bờ của dòng sông thì hơi bị cố định. Cũng cách tương tự, cá tính của một người không thay đổi nhiều. Nhưng chất lượng của nước trong dòng sông có thể thay đổi. Nó có thể cạn hay sâu, bị ô nhiễm hay trong sạch, có nhiều cá hay không có cá. Trong khi dòng sông của ta không thể

trở nên một loại sông hoàn toàn khác, ta có thể, qua làm việc chăm chỉ, thanh tẩy nó để nhiều loại cá sẽ vui sướng bơi trong nó.

Tính cách của ta không quy định hạnh phúc hay bất hạnh của ta. Đúng hơn, chính bản chất của đời ta và cách mà ta đã sống, mới là cái quyết định hạnh phúc của ta. Mục đích của giáo dục, cũng như tất cả nỗ lực của ta hướng về sự tự cải thiện và phát triển, là phát huy cái bản chất đó. Đó là mục đích của cuộc đời. Một dòng sông chảy quanh co, nhưng không bao giờ ngừng chảy. Đây là cái cách vận hành tự nhiên của sự vật. Tương tự như vậy, nếu bạn nỗ lực liên tục, thì nhân cách của bạn sẽ cải thiện dần dần, vững chắc. Chìa khóa là tiếp tục tiến về phía trước và không bao giờ ngừng lại.

Tất cả mọi dòng sông, bất luận những khác biệt của chúng, đều chảy không ngừng và không yếu đi – để , sau cùng, ra tới biển. Nếu chúng ta cũng tiếp tục nỗ lực kiên trì, rốt cục chúng ta sẽ tới đại dương hạnh phúc của chúng ta và kẻ khác. Ta sẽ nếm được mùi vị của tự do vô biên và hiện thực hóa tiềm năng của chính mình, trong khi ta cố xúy và động viên cá tính của người khác.

Điều quan trọng, là làm mọi sự mà bạn có thể làm. Bạn sẽ ngạc nhiên hơn bất cứ ai trước mức độ thành tựu của bạn. Bạn sở hữu tiềm năng vô hạn như thế.

61. TỰ NHIÊN & DƯỠNG DỤC

Có phải con người của chúng ta thì bị quy định bởi gene, môi trường, hay cả hai?

Tôi nghĩ rằng, đó là một tổng hợp, một chút của cả hai. Và, dĩ nhiên, nhiều nghiên cứu đã được thực hiện trên chủ đề này. Tuy nhiên, về cơ bản, chúng ta là kiến trúc sư đời riêng của mình. Quan trọng hơn, là biết rằng chúng ta là kiến trúc sư cho phần còn lại của đời mình.

Từ “tính cách” (character) phát sinh từ chữ “charakter”, tiếng Hy Lạp, có nghĩa là “khắc chạm” hay “gây ấn tượng trên.” Từ một quan điểm khoa học, nhân cách và cấu tạo thể xác có thể bị quy định – ở chừng mực nào đó – bởi những gene di truyền. Nhưng chỉ biết chừng đó thôi, thì sẽ không thay đổi được gì. Điều quan trọng là ta làm gì để tự cải thiện mình.

Hiện tại và tương lai là những cái quan trọng. Đó là lý do tại sao những cái mà ta làm ngay bây giờ, thì lại quan trọng đến như vậy. Nhân cách cũng được những nhà tâm lý học nhìn bằng nhiều cách khác nhau. Một quan điểm nhìn nhân cách như những vòng tròn đồng tâm. Bản chất cơ bản nhất của ta nằm tại cái “lõi” của ta. Xung quanh nó [cái lõi] là nhân cách cơ bản được hình thành suốt thời thơ ấu bởi thói quen và tập quán. Bao quanh cái vòng tròn đó, là cái phần mà ta tạo lập ra để đương đầu với những hoàn cảnh khác nhau.

Mặc dù cốt lõi của nhân cách ta có thể giữ nguyên không thay đổi, những khía cạnh khác đôi khi có thể thay đổi, nhiều đến mức những người xung quanh ta có thể nhận xét rằng, ta có vẻ như đã trở thành một người hoàn toàn khác. Trong bất cứ trường hợp nào, ta phải sống thực với chính mình. Ta phải theo con đường của ta và cố hết sức mình để đóng góp vào xã hội. Giáo dục trang bị cho ta cái mà ta cần để làm điều đó.

62. CHUYỂN NGHIỆP^[50]

Chuyển nghiệp có nghĩa là gì? Há chẳng phải là mọi thứ đều bị tiền định hay sao?

Luật nhân quả nhấn mạnh khái niệm “nghiệp.” Nguyên lý này giải thích rằng, cuộc sống vào khoảnh khắc này bị chi phối bởi những quả tích lũy của những nhân được tạo ra trong quá khứ. Cái ta làm, cái ta nói, và cái ta nghĩ đều là những nguyên nhân. Cái khoảnh khắc mà ta làm một cái gì đó, nói một cái gì đó hay nghĩ một cái gì đó, một hiệu ứng được ghi lại trong đáy sâu của bản thể chúng ta. Rồi, khi gặp những hoàn cảnh thích hợp, hạt giống ấy trở nên hiển lộ. Những nét nhân cách thì được kết nối mạnh mẽ với nghiệp của ta. Điều đáng mừng là, không giống như định mệnh, nghiệp của ta có thể được thay đổi bởi những nhân mà chúng ta gieo từ khoảnh khắc này trở đi. Thực vậy, sự luyện tâm cơ bản là để liên tục chuyển đổi nghiệp của mình.

Ta có thể cải thiện một cách đáng kể tình huống hiện tại của mình, bằng cách làm một quyết tâm mạnh mẽ để tạo những nhân tốt hơn, từ nay về sau. Ta không cần phải tuyệt vọng, bởi vì tất cả những nhân tốt của ta sẽ, qua thời gian, mang lại một cải thiện đáng kể trong hoàn cảnh của ta.

63. NHÌN VƯỢT LÊN NHỮNG LỖI LẦM

Làm thế nào tôi có thể tập trung trên những ưu điểm thay vì trên những lỗi lầm của tôi?

Những người hay phê phán chính mình, thường lo lắng về điều này – nó là dấu hiệu của một tính cách chân thành, đáng ngợi khen.

Thật khó mà nhìn chính mình một cách khách quan. Nhưng, hãy nhớ rằng, không ai chỉ có lỗi lầm hay chỉ có những điều tốt đẹp. Tất cả chúng ta có cả hai. Do vậy, ta nên phấn đấu để phát triển và trau dồi những phẩm chất tích cực. Trong khi chúng ta phấn đấu như vậy, những thiếu sót sẽ dần giảm đi cho đến khi chúng không còn hiển lộ nữa.

Có lẽ bạn có thể hỏi một ai đó mà biết rõ bạn – một một người bạn, bố mẹ hay anh em – xem là theo họ nghĩ, thì bạn có những ưu điểm nào cần phát triển. Tôi chắc là họ sẽ kể tên nhiều phẩm chất đáng ngưỡng mộ. Cũng vậy, nếu một ai đó thân thiết (gần gũi) với bạn chỉ ra những lỗi lầm của bạn, thay vì trở nên bị xúc phạm hay bực bội, sẽ lợi lạc cho bạn, nếu lắng nghe một cách trầm tĩnh và khách quan những điều họ nói, và nỗ lực để xem nó như là sự phê bình xây dựng. Một khi bạn có được một chỗ đứng trong xã hội, sẽ không có nhiều người trung thực như vậy với bạn.

64. HÀNH XỬ VỚI SỰ CHỈ TRÍCH

Tôi thật khó mà không nghĩ về những điều làm đảo lộn tôi – nhất là khi tôi cảm thấy bị chỉ trích hay bị hạ nhục.

Tính nhạy cảm là một nét nhân cách. Trong tự thân, nó không tốt hay xấu. Nhưng nếu bạn có nét đó, bạn có thể biến nó thành tích cực.

Chẳng hạn, giả sử có một người bạn chỉ trích bạn, bạn có thể biến nó thành một điều tích cực, bằng cách nghĩ cặn kẽ về điều đã được nói, để sửa chữa một lỗi lầm có thể xảy ra. Tuy nhiên, bất luận người ta đã nói gì, thì chắc chắn đó không phải là một điều mà bạn cần phải lo lắng về. Nếu bạn cảm thấy bị tổn thương, hãy dành ra một khoảnh khắc để chúc mừng chính bạn về việc đã có năng lực tự phản tỉnh và chịu đựng sự nhục nhã. Những người thờ ơ với lời chỉ trích, thường hay bỏ mất cơ hội để tự cải thiện.

Cố vấn tinh thần của tôi, Josei Toda, đã dạy tôi về điều này, cho tôi thấy rằng, cách tốt nhất để tránh mất lòng tự tin hay rơi vào trong sự tuyệt vọng không cần thiết khi gặp sự chỉ trích, là học cách trở nên một người biết lắng nghe. Thay vì trở nên phòng thủ hoặc suy nghĩ ngay rằng đời bạn đã trở nên vô vọng, hãy tự khích lệ để phát triển bản thân. Hãy lắng nghe một cách chủ động, để tìm thấy những gì thực sự hữu ích.

Sau khi đã sàng lọc kỹ càng, để rút ra những lợi lạc có thể có, điều hệ trọng là bạn quyết tâm không ủ ê nghiên ngẫm về nó, hay rút lui vào trong cái vỏ ốc của mình.

65. TÍNH RỤT RÈ CẢ THẸN

Tôi quá rụt rè trong giao tiếp, và tôi không thích tự cường bách chính mình.

Nếu bạn là kẻ ít nói, sao không làm một người lắng nghe tuyệt vời? Bạn có thể nói với những người khác, “Xin nói với tôi về chính bạn. Tôi muốn nghe mọi thứ về bạn.” Nếu bạn cố làm cho người ta nghĩ rằng, bạn là một cái gì đó mà bạn không là, thì việc phát ngôn không gì khác hơn là một sự tra tấn. Bạn đang như thế nào, bạn cứ sống thực như vậy. Hãy để cho người ta biết con người thật của bạn – mọi thứ, thậm chí cả những cái mụn cóc của bạn.

Một số người có tật ưa nói nói lan man một cách vô tâm, mà không nói điều gì ra hồn cả. Hình như một người ít lời, thì khi họ nói ra, lời nói của họ có nhiều thực chất và chiều sâu hơn một người mà nói ra chỉ để nghe giọng nói của chính mình! Một người hành động một cách nhanh nhẹn và hữu hiệu, thì đáng tin hơn nhiều, so với người chỉ toàn nói suông thôi.

Bạn ít nói hay nói nhiều, điều ấy không quan trọng nhiều cho bằng nội tâm của bạn có phong phú và có thực chất hay không. Nụ cười duyên dáng hay một cử chỉ hồn nhiên, nhỏ bé của một người với một trái tim phong phú, cho dù người ấy im lặng, sẽ “nói” một cách hùng biện nhiều hơn bất cứ lời nói nào. Và thường khi, những người như thế, sẽ nói ra với thâm quyền và sự tự tin vào khoảnh khắc hệ trọng.

Ta luyện tâm để chính mình trở nên hạnh phúc. Nhưng ta cũng luyện tâm vì hạnh phúc của những người khác. Điều này cho phép ta tiếp cận họ với lòng từ bi. Rồi, hoàn toàn tự nhiên, ta phát triển năng lực để nói – một cách tự do và tự tin – cái mà ta muốn nói.

66. SỰ NGỰNG NGỪNG BỐI RỐI

Tôi bị bối rối, dễ bị “khớp”, và tôi thường lo lắng về cái mà những người khác nghĩ về tôi.

Sự rụt rè và cả thẹn là dấu hiệu của một bản chất nhạy cảm, dịu dàng. Có lẽ bạn đã nghe nói về Eleanor Roosevelt, một trong những phụ nữ được kính trọng nhất trong lịch sử nước Mỹ. Trong cuốn sách của bà, Học từ kinh nghiệm sống, bà viết, “Nhìn về quá khứ, tôi thấy khi còn là một cô gái, tôi đã rụt rè và cả thẹn một cách bất thường ra sao. Bao lâu mà tôi để cho tính rụt rè cả thẹn của tôi thống trị, tôi bị tê liệt một nửa.”

Qua việc tự khép mình vào kỷ luật, bà Roosevelt khắc phục điểm yếu này. Giống như phần lớn những người có tính cả thẹn, bà luôn cảm thấy lo sợ cho chính mình; do vậy bà quyết tâm bẻ gãy những gông cùm này. Bằng cách liên tục thử thách chính mình, bà Roosevelt dần dần đạt được lòng tự tin. Bà đã có những biện pháp cụ thể nào? Hôm nay, những biện pháp tương tự sẽ giúp bạn.

Bà ngừng việc cố tạo một ấn tượng, ngừng bị ám ảnh bởi những điều mà những người khác nghĩ về bà. Thay vào đó, bà bắt đầu quan tâm đến sự an vui của người khác. Bà cũng hết lòng theo đuổi những sở thích của mình. Khi làm như vậy, bà học được rằng, người ta không hơi đâu mà chú ý cái mà những người khác đang làm; và rằng, chú ý đến chính mình quá nhiều, đây thực sự là kẻ thù lớn nhất của ta. Sau khi nhận thức được điều này, sự ngượng ngùng bối rối của bà giảm bớt.

Thứ ba, bà nuôi dưỡng một cảm thức về mạo hiểm và một ước vọng được trải nghiệm cuộc đời. Bà duy trì một tinh thần linh hoạt để khám phá những cái mà đời ban tặng.

Điều quan trọng là, hãy đi cái bước đầu tiên đó. Việc dũng cảm vượt qua một nỗi sợ nhỏ, sẽ cho bạn lòng dũng cảm để đi bước kế tiếp.

Hãy vạch ra những mục đích. Dù mục đích nhỏ hay lớn, hãy làm việc để

dần dần thực hiện chúng. Xin hãy nghiêm túc và tận tụy với những mục đích của bạn; bạn sẽ không đi tới đâu, nếu bạn xem nhẹ chúng. Một tinh thần tận tụy, nghiêm túc sẽ tỏa sáng như kim cương và làm xúc động lòng người. Đó là một ngọn lửa rực rỡ cháy bên trong.

Thật là vô lối nếu để bị dính kẹt trong cái vỏ bề ngoài. Nếu ta chân thành, người khác sẽ hiểu những ý định của ta, và những phẩm chất tích cực của ta sẽ tỏa sáng.

Hành động có nghĩa là như vậy. Nếu mục đích của bạn là bơi qua một đại dương mênh mông, mà bàn chân bạn đã cảm thấy lạnh trước khi thậm chí bạn phóng xuống nước, thì bạn sẽ chẳng làm được gì. Thay vào đó, bạn cần tiến về phía trước, dán mắt vào cái đích của bạn ở đằng xa. Việc nhận thức muộn, sau khi sự việc đã xảy ra, có thể là quý giá, nhưng chấp nhận thất bại thậm chí trước khi bắt đầu, đó là tự đánh bại chính mình.

Nhà thơ Đức Goethe đã viết, “Người ta trở nên hiểu biết chính mình bằng cách nào? Không bao giờ bằng sự trầm tư, suy ngẫm, mà thật ra, chỉ bằng hành động. Hãy tìm cách làm bốn phận của bạn, và bạn sẽ biết ngay lập tức nó như thế nào với bạn.”

67. NHÌN NGƯỜI KHÁC MỘT CÁCH TÍCH CỰC

Phần lớn những bạn học của tôi và những người lớn mà tôi biết, đều có vẻ như ngớ ngẩn và sai lầm.

Sẽ tốt hơn nhiều, nếu tìm kiếm những ưu điểm trong người khác – bạn không gạt hái được gì từ việc chỉ trích những cái bất toàn của người khác.

Thật vậy, thật là hữu ích nếu mỗi ngày bạn bước lùi lại, thậm chí một khoảnh khắc, và cố xem xét những tình cảm và những phẩm chất của những người khác, những kẻ mà bạn chỉ trích. Ta nên cầu nguyện cho cho hạnh phúc của những người mà, vì bất cứ lý do nào, không làm ta vừa lòng, làm ta tức giận, hay làm tổn thương ta. Thường khi, điều này không dễ dàng. Nhưng, ta nên tìm cách thấy mặt tốt đẹp của phần lớn mọi người.

Bởi vì bao lâu mà ta tiến về phía trước và tiếp tục phát triển, ta không thể không đối mặt với những vấn đề và những đấu tranh nội tâm. Ta không thể thay đổi hoàn cảnh và môi trường của ta – bao gồm cả những người xung quanh ta – nếu không thay đổi chính mình. Nếu ta tiếp tục tự thử thách mình mà không bỏ cuộc, thì dứt khoát ta sẽ trau dồi lòng khoan dung và tâm hồn rộng mở, và nhờ đó mà trở nên hạnh phúc.

PHẦN VIII
LÒNG TỬ ÁI

68. QUAN TÂM ĐẾN NGƯỜI KHÁC

Có vẻ như hiện nay người ta quá đê tiện với nhau. Ngay cả giữa những người cùng trang lứa với tôi, tôi thấy phần lớn trong số họ không quan tâm đến sự an vui của những người khác.

Cách người ta đối xử với người khác, nhất là những kẻ ít may mắn hơn, biểu lộ nhiều về tính cách. Một cử chỉ ân cần duy nhất, có thể để lại một ấn tượng không phai mờ.

Khi tôi vào khoảng 12 tuổi, tôi đi đưa báo. Tôi muốn làm bất cứ cái gì có thể để giúp gia đình, bởi vì các anh trai tôi đã đi chiến đấu trong Thế Chiến II. Gia đình chúng tôi sống bằng nghề nuôi trồng rong biển; bởi vậy có nhiều công việc nhà, bắt đầu từ sáng sớm. Về sau, trong khi thị trấn còn đang ngủ, tôi thường ở trên lộ trình đi đưa báo. Tôi nhớ, là đã ngồi trên xe đạp trong gió lạnh căm căm, hơi thở phả ra thành những luồng khói trắng, những ngón tay tê cóng. Trên lộ trình đưa báo của mình, tôi hiếm khi thấy mặt ai trong những gia đình mà tôi đưa báo, nhưng trong một lần duy nhất mà tôi thấy, thì họ tỏ vẻ không thân thiện. Thậm chí, những con chó của họ thường gây khó khăn cho tôi.

Nhưng tôi sẽ không bao giờ quên sự ấm áp và ân cần mà một đôi vợ chồng trẻ đã biểu lộ ra với tôi. Một hôm, người vợ trẻ đang mang một cái lò nấu bằng than đá vào trong hành lang để nấu cơm. Tôi chào buổi sáng và trao cho cô tờ báo. Chào tôi với một nụ cười ấm áp, cô cảm ơn tôi và nhận xét rằng tôi luôn vui vẻ. Trao cho tôi một gói gồm những miếng khoai lang khô dày (một món ăn ưa thích của người Nhật), cô giải thích rằng, chúng đã được gửi đến từ thành phố quê hương của cô tại miền Bắc nước Nhật ngày hôm trước. Cô nói, “Cô hy vọng là cháu sẽ thưởng thức những lát khoai này” và gửi lời thăm hỏi đến bố mẹ tôi.

Vào một dịp khác, sau khi tôi đã hoàn tất việc đưa báo buổi chiều, đôi vợ chồng này mời tôi ở lại dùng bữa tối. Họ hỏi thăm về gia đình tôi. Tôi nói

với họ về bố tôi, ông đã lâm trọng bệnh và nằm liệt giường. Người chồng, để động viên tôi, nói, “Những người phấn đấu khi họ còn trẻ, thực sự là những người may mắn. Hãy học hành chăm chỉ và cháu sẽ đạt được những điều vĩ đại.” Mặc dù chuyện này xảy ra 60 năm về trước, nhưng lòng nhân ái và sự quan tâm to lớn mà họ bày tỏ với tôi vẫn khắc sâu trong tim tôi cho đến ngày nay.

69. LÒNG NHÂN ÁI ĐÍCH THỰC

Tôi cố gắng đối xử với người khác một cách công bằng. Phải chăng chừng ấy là chưa đủ?

Sự ân cần là một phẩm chất của trái tim. Từ “ân cần” trong ngôn ngữ Nhật được thành lập bởi những chữ tượng hình – gồm chữ “người” và “sự quan tâm.” Như thế, ân cần là quan tâm về người khác, cảm thông với họ nhất là khi họ đang phấn đấu chống lại nỗi buồn, nỗi đau và nỗi cô đơn. Những chữ tượng hình này cũng có thể có nghĩa là “vượt trội, xuất sắc.” Một người thực sự ân cần, một người hiểu trái tim một người khác, là một con người phi thường, một học viên danh dự của cuộc đời. Có mối quan tâm như thế đối với người khác là sống trong cách nhân đạo nhất. Nó là một dấu hiệu của một tính cách xuất chúng.

Tuy nhiên, có trái tim nhân ái không tương tự như ân cần. Ân cần có nghĩa là hành động dựa trên những tình cảm nhân ái của bạn. Điều ấy đặc biệt đúng khi sự bất công xảy ra. Thật vậy, chúng ta biểu lộ sự yếu đuối bằng cách không hành động vào một khoảnh khắc hệ trọng.

Ân cần có nghĩa là : khi một cá nhân càng đau khổ, càng nhiều khó khăn, thì tình yêu thương mà bạn bày tỏ với họ càng nhiều. Khi làm như vậy, ta có lòng dũng cảm để giúp nhau. Ân cần cũng có nghĩa là nhận ra sự bất hạnh của người khác đúng như nó là, cố gắng hiểu và chia sẻ nỗi khổ của người ấy. Điều này sẽ khiến cho bạn có khả năng phát triển bản thân và đồng thời giúp người khác trở nên mạnh mẽ. Ân cần thì có tính chủ động; đó là việc tự rèn luyện mình trong nghệ thuật khích lệ kẻ khác.

Điều quan trọng là không chỉ thông cảm hay thương hại người khác, mà còn phải hiểu những gì mà họ đang trải qua. Sự thấu cảm^[51] là hệ trọng. Đôi khi sự thấu cảm của ta có thể cho người khác sức mạnh để tiến bước.

Nhiều người trân quý sự ân cần ở người khác và muốn bày tỏ sự ân cần, nhưng đồng thời, không muốn quá bị dính líu. Những người này đã có một

ý tưởng sai lầm về bản chất của sự ân cần; họ cứ mãi giữ một khoảng cách an toàn để không làm tổn thương kẻ khác, hay không bị kẻ khác làm tổn thương. Nhưng, trái lại, ân cần có nghĩa là tự cho phép mình gần gũi với những người khác, trân quý và tôn trọng phẩm cách của mỗi người.

Tôi nhớ lại một câu chuyện về một thầy giáo tốt bụng, được tất cả học sinh của ông yêu quý. Khi được hỏi về khúc ngoặt quyết định trong đời ông, ông nói về một sự việc xảy ra từ thời thơ ấu của mình. Một mùa đông lạnh, một người mẹ và con gái của bà – họ biểu diễn trên đường phố để kiếm chút tiền độ nhật – đến nhà ông. Người mẹ chơi một cây đàn dây và hát trong khi đứa bé gái nhảy múa. Tuyết đang rơi nhẹ, và ông vừa về nhà từ cửa hàng, với một túi bánh ngọt. Ông ngồi ăn bánh trong khi xem hai mẹ con trình diễn. Khi bài ca chấm dứt, một cách hà tiện, ông cho đứa bé gái nửa cái bánh đang ăn dở.

Thấy vậy, bố ông giận dữ chạy tới bên ông và đánh đòn ông. Người cha quay sang hai mẹ con, cúi chào một cách lễ phép, và xin lỗi về sự thiếu hào phóng của con trai mình. Ông cũng nhất quyết yêu cầu con trai phải cúi đầu xin lỗi. Sau khi trao cho người mẹ và đứa bé gái những túi gạo nhỏ, ông lấy những cái bánh còn lại của con trai và trao cho bé gái.

Người cha muốn con trai mình hiểu rằng, tất cả mọi người đều bình đẳng và đáng trọng. Khi cậu bé lớn lên, cậu không bao giờ quên bài học này, và trở nên nổi tiếng về lòng nhân ái đối với người khác.

Tôi cũng nhớ lại vị chủ tịch của tổ chức của chúng ta, Tsunesaburo Makiguchi, người đã trở thành một vị hiệu trưởng nổi tiếng tại Tokyo. Khi ông còn là một thầy giáo tiểu học tại Hokkaido, trong những trận bão tuyết, ông thường đi ra ngoài để gặp những học sinh của mình khi chúng đến. Ông cũng luôn để sẵn nước nóng trong phòng học, dịu dàng nhúng những bàn tay lạnh cóng của lũ trẻ vào nước ấm và hỏi chúng, “Thế nào? Có đỡ lạnh không?”

Về sau, ông Makiguchi dạy học tại một trường nơi mà những học sinh đến từ những gia đình nghèo. Bên cạnh việc săn sóc 8 thành viên gia đình riêng của mình, trước khi rời nhà, ông thường chuẩn bị bữa ăn trưa cho những đứa trẻ đến trường mà không được ăn. Ông thường đặt thức ăn trưa

tại một chỗ kín đáo, ở đó, những đứa trẻ nghèo có thể lấy thức ăn mà không cảm thấy ngượng ngùng..

Trái tim con người có năng lực để trở nên từ ái, và năng lực đó là rất lớn.

70. DỪNG CẢM GIÚP ĐỠ KẺ KHÁC

Nếu ta bị từ khước hay thậm chí bị chế nhạo vì cố giúp một ai đó, thì sao? Hoặc, nếu nhã ý đó lại khiến họ phật lòng, thì sao?

Chắc chắn ta không biết được là một người khác sẽ đáp ứng như thế nào. Đôi khi những ý định thành khẩn của bạn sẽ hoàn toàn bị từ khước, hay bạn có thể bị trêu chọc hay thậm chí bị chế nhạo. Dù vậy, hãy nhớ rằng nếu điều này xảy ra, thì quay lại giận người mà bạn đang cố giúp, cũng không có lợi cho ai cả. Để cho nỗi sợ hãi làm tê liệt bạn, cũng là điều dại dột..

Sau cùng, điều đáng kể là ý định của bạn. Xin bạn hãy có lòng dừng cảm đi theo những mách bảo của lương tâm mình, khi có dịp giúp đỡ kẻ khác. Đời bạn sẽ mở rộng, chỉ bao lâu mà bạn có hành động vì người khác, bất luận là họ có thể phản ứng như thế nào trước lòng tốt của bạn. Sự ân cần tương đương với sức mạnh; bởi vậy, bạn càng ân cần với người khác, bạn càng trở nên mạnh mẽ hơn.

Tsunesaburo Makiguchi, vị chủ tịch đầu tiên của Soka Gakkai, không ưa thấy người khác chỉ đứng nhìn và không làm gì cả. Ông tin rằng người tốt mà nhát gan, không chiến đấu chống lại cái ác, thì sau cùng sẽ bị nó đánh bại. Ông Makiguchi thường hay nói:

“Không làm điều tốt, thì có hiệu quả tương tự như làm điều xấu. Giả sử, một ai đó đặt một tảng đá lớn giữa đường lộ. Điều này là xấu ác, bởi vì nó sẽ gây rắc rối cho những ai đi qua. Rồi, một ai đó đi tới và thấy vật cản lớn đó, nhưng – ngay cả khi biết rằng nó sẽ gây khó khăn cho giao thông – vẫn cứ để nó ở đó với thái độ, “ờ, mình không đặt nó ở đây.” Điều này dường như là một đáp ứng vô hại, nhưng, thực ra, không di chuyển tảng đá, là đang gây ra sự bất tiện cho những người qua đường tương lai, tác dụng cũng xấu như việc đặt nó lúc ban đầu.

Phần lớn mọi người đều có một tia lửa của hơi ấm hay lòng nhân ái trong trái tim họ. Không ai sinh ra đời mà có trái tim lạnh. Nhưng nếu, khi

thời gian trôi qua, người ta chôn vùi hơi ấm của họ sâu trong tim mình vì sợ bị tổn thương, họ sẽ trở nên lạnh lùng và khô cứng. Một cách tương tự, những ai vị kỷ và nghĩ rằng mọi người khác đều chống lại họ, sẽ có khuynh hướng tự vũ trang với sự chai lì vô cảm hay tính tự phụ. Hành vi như thế là hành vi thiếu nhân tính.

71. BÀY TỎ SỰ ÂN CẦN CỦA BẠN

Cách tốt nhất để giúp người khác là gì?

Điều hệ trọng là niềm mong ước chân thành muốn nhìn thấy người khác hạnh phúc. Và đó là một điều mà mỗi ngày ta nên nỗ lực để đạt tới. Ông Miguchi thường phân loại hành vi tốt đẹp thành 3 loại: hành vi nhỏ, vừa và lớn. Điều này cũng áp dụng cho sự ân cần : nhỏ, vừa và lớn.

Giả sử rằng bạn có một người bạn thường xuyên cần tiền. Biểu tiền cho bạn hữu là một hành vi của cái tốt nhỏ, còn giúp bạn hữu tìm một chỗ làm, là một hành vi của cái tốt vừa.

Nếu bằng hữu của bạn đang đau khổ do sự vô trách nhiệm và lười biếng, thì cả một món quà lẫn một chỗ làm, cả hai đều không giúp ích được gì. Số tiền sẽ bị phung phí, và chắc chắn người bạn đó sẽ mất việc do những thói quen tiêu cực của mình. Cái tốt lớn, trong trường hợp này, có nghĩa là giúp người đó đổi mặt và nhổ bật rễ cái bản chất lười biếng, là một nguồn gốc gây ra sự khổ của người bạn đó – nói cách khác, biểu dương và giúp vào việc truyền đạt một hệ thống niềm tin đúng.

Chúng ta đều biết rằng, chỉ làm việc để riêng bản thân mình có hạnh phúc, là chưa đủ. Không ai trong chúng ta có thể hạnh phúc trọn vẹn, nếu những người khác xung quanh ta đang vùng vẫy phấn đấu. Bởi vậy, sự ân cần và quan tâm nhất mà ta có thể làm, là chia sẻ những lời dạy bổ ích với người khác.

Thường khi, những nỗ lực để làm cái tốt lớn dễ bị hiểu lầm. Không nghi ngờ gì, cả bạn nữa, cũng có thể gặp một sự oán giận nào đó khi bạn cố giúp một ai đó một cách quá ân cần. Nhưng, mặc dù những nỗ lực của bạn có thể không được trân trọng ngay bây giờ, bao lâu mà bạn hành động với sự chân thành tối đa, sau cùng, người ta sẽ tin cậy bạn. Chẳng sớm thì muộn, họ sẽ thật sự biết ơn về tình yêu thương, lòng nhân ái và hành vi ân cần to lớn mà bạn đã bày tỏ ra với họ.

72. TIẾP CẬN ĐỜI NGƯỜI KHÁC

Tôi muốn là loại người mà thực sự có thể tiếp cận đời người khác bằng cách nào đó.

Sự cao cả của một người được biểu lộ qua lòng từ ái đối với người khác. Lòng nhân ái và sự ân cần với người khác cộng hưởng với cả khái niệm về từ bi của Phật giáo lẫn khái niệm cốt lõi của Kytô giáo về tình yêu. Nhìn từ một viễn cảnh rộng hơn, chúng ta hiện hữu ở đây là nhờ hơi ấm, lòng nhân ái và sự hỗ trợ không chỉ của những người xung quanh ta, mà còn của mọi sự trên Trái Đất này và trong toàn vũ trụ.

Tất cả mọi sinh vật – hoa, chim, mặt trời, đất – nâng đỡ lẫn nhau trong một bản giao hưởng đẹp đẽ của sự sống. Từ sự ra đời của hành tinh này hơn 4 tỷ năm về trước, hình thức sự sống này theo sau hình thức sự sống kia đã được thai nghén và nuôi dưỡng. Cuộc sống con người là một phần của cái chuỗi tiến hóa đó. Nếu tại bất cứ điểm nào, một mắt xích bị thiếu từ cái chuỗi đó, thì không ai trong chúng ta được sống còn hôm nay. Tất cả chúng ta là bằng chứng rằng, chuỗi này đã không bị đứt đoạn.

Sự sống sản sinh ra sự sống mới – chắc chắn đây là sự ân cần trong hình thức căn bản nhất của nó. Đào sâu hơn vào trong ý tưởng này, tôi nghĩ rằng, chúng ta có thể nói Trái Đất tự thân nó là một cơ thể sống khổng lồ tràn đầy sự ân cần. Hoạt động của toàn vũ trụ cốt yếu là một vận hành của lòng từ bi.

Những người thực sự đáng ca ngợi đều có tinh thần tự cải thiện và phát triển; và liên tục phấn đấu để trên hết tự phát triển chính mình, đó là sự ân cần đích thực đối với người khác.

73. ĐỐI MẶT VỚI SỰ VÔ CẢM

Tôi luôn luôn bị trêu chọc bởi vì tôi bị khuyết tật.

Những ai cười nhạo hay chế giễu bạn, họ tàn nhẫn và sai quấy. Họ tạo ra một gánh nặng của nghiệp bất thiện cho chính họ bằng cách phớt lờ cái quyền của bạn : quyền được được tôn trọng và được đối xử như một con người. Nhưng để cho những lời chế nhạo của họ chạm tới bạn, là một sự bại trận. Tuy nhiên, sức mạnh của bạn là một chiến thắng.

Bởi vậy, một cách cốt yếu, bạn phải trở nên mạnh mẽ hơn. Bảo vệ quyền của bạn cũng là một phần của cuộc đấu tranh cho nhân quyền. Làm cho những quyền của bạn được người khác công nhận, không phải chỉ là làm cho họ hành xử một cách thông cảm. Hãy tự hào về chính bạn như là một cá nhân, bất kể cái khuyết tật của bạn. Hãy tự hào về sứ mệnh của bạn trên đời. Muốn ân cần với người khác, ta cần phải mạnh mẽ. Ta cũng cần phải mạnh mẽ để bảo vệ nhân quyền, không chỉ của chúng ta, mà còn của những người khác nữa.

74. CHẶN ĐỨNG SỰ BẮT NẠT

Tôi thấy quá nhiều kỳ thị và sự bắt nạt trong môi trường quanh tôi.

Sự bắt nạt là chiến tranh thu nhỏ. Tính nhỏ nhen, cao ngạo, ghen tỵ, và ích kỷ – tất cả những cảm xúc hèn hạ và có tính hủy hoại đó đều vi phạm nhân quyền. Trên một qui mô lớn hơn, chúng biểu hiện như là chiến tranh và tội ác.

Bất luận vì lý do gì, sự bắt nạt là sai trái. Có thể là những kẻ bắt nạt có những cái cớ của họ – có thể họ muốn trút nỗi đau của họ lên người khác. Nhưng dù lý do hay động cơ nào, thì sự bắt nạt và kỳ thị là không thể biện minh được.

Nói cho cùng, sự bắt nạt là một tội ác chống lại nhân loại. Một phần của cuộc đấu tranh cho nhân quyền, là đứng lên chống lại những ai đang làm những điều có tính hủy hoại và gây đau đớn cho người khác. Một phần khác của cuộc chiến đấu đó, là bảo vệ những người tốt.

Khi bạn không thể làm cho những kẻ bắt nạt ngừng xâm phạm người khác qua những nỗ lực của riêng bạn, hãy nói với ai đó mà bạn tin cậy. Hãy nghĩ thật kỹ về một cách nào đó để cải thiện tình huống.

Bất luận cái gì xảy ra, xin đừng tự ty nếu bạn không thể giải quyết vấn đề. Ngay giờ đây, cho dầu bạn không thể làm hay nói một cái gì đó thích đáng, thật là quan trọng để thừa nhận rằng, sự chế nhạo hay bắt nạt, đều là hành vi sai trái.

Nếu bạn lao vào trong cuộc tranh chấp để rồi bị đánh bại, điều đó sẽ không giải quyết được gì cả. Thay vì nghĩ rằng mình vô dụng, tốt hơn bạn nên tập trung vào việc tự phát triển chính mình, để có thể có một tác dụng tích cực trong tương lai.

75. HÀNH XỬ VỚI BẠO ĐỘNG

Nhiều người trẻ đang trở nên bạo động. Một vài người thậm chí còn tự hào về điều đó. Tôi có thể làm được gì không?

Tôi được biết rằng theo sau thảm kịch bang Colorado tại trường trung học Columbine, mà trong đó 13 học sinh bị bắn chết, tổng thống Clinton đã nói, “Chúng ta phải gần gũi với con cái chúng ta và dạy chúng biết biểu lộ cơn giận dữ của chúng và hóa giải những xung đột của chúng bằng lời nói, chứ không phải bằng vũ khí.” Tôi hoàn toàn đồng ý. Không gì làm trái tim tôi đau nhói hơn là sự kiện rằng những người trẻ, những người sở hữu tiềm năng vô hạn cho tương lai, lại hủy hoại chính đời họ và đời những người khác.

Khi tôi còn trẻ, tôi mất người anh trai cả cho Thế Chiến II. Anh là một người nhân hậu, bất đồng một cách dữ dội với đường lối hành động của nước Nhật. Đau đớn về việc Nhật xâm lược Trung Quốc, anh nói, “Quân đội Nhật tàn nhẫn. Tôi cảm thấy vô cùng tiếc cho nhân dân Nhật.”

Tôi sẽ không bao giờ quên hình ảnh mẹ tôi từ phía sau, cái lưng nhỏ bé của bà run rẩy trong sầm khố trước hung tin về cái chết của người con trai cả trong chiến tranh. Ngay cả lúc ấy, tôi cảm thấy một cách sâu sắc rằng, chúng ta nên bãi bỏ chiến tranh và bạo động khỏi trái đất này, bất luận điều gì xảy ra.

Dĩ nhiên, điều hệ trọng là phải kiểm soát những yếu tố bên ngoài của bạo động bằng cách giải trừ vũ khí, bổ sung thêm những đạo luật và ký kết những hòa ước giữa những dân tộc; tuy vậy, sau cùng, cần phải hiểu rằng, bạo động khởi lên từ thú tính bẩm sinh, một phần trong bản chất của con người. Đó một trạng thái nơi mà người ta bị chao đảo bởi những ham muốn bản năng, và không có cảm thức nào về lý tính hay đạo đức. Cho dù chúng ta có thể đã xóa sạch tất cả những khí giới khỏi hành tinh này, thì bạo động sẽ không bao giờ chấm dứt, trừ phi ta kiểm soát được thú tính bên trong ta.

Vì chính lý do này, ta cần thay đổi con người của từ bên trong.

Tôi vẫn thường kêu gọi một cuộc “thi đua nhân đạo”, trong đó mọi tôn giáo, vốn dạy sự khoan dung và sự quan tâm, hãy thi đua để xem mỗi tôn giáo có thể vun trồng được bao nhiêu cá nhân quan tâm tới người khác. Trong bất cứ trường hợp nào, cây chìa khóa là một nền giáo dục đặt nền tảng trên phẩm giá của mỗi cá nhân.

Bạo động là điều xấu tuyệt đối. Bất luận điều mà bạn nói có đúng ra sao, nhưng nếu bạn dùng tới bạo lực để chứng tỏ nó, thì bạn là một kẻ thua cuộc. Cho dầu nhờ hành động bạo lực, bạn có vẻ như đang chiến thắng, rốt cùng, bạn sẽ kết thúc trong chiến bại.

Mọi sự sống đều có liên quan với nhau. Chính vì giác quan ta có khả năng hạn chế, mà ta đặt quá nhiều tầm quan trọng vào sự chia cách giữa “họ” và “chúng ta.” Do sự tương liên này, cho nên, nếu dùng bạo lực, thì bạn không chỉ làm tổn thương hay hủy hoại người khác, mà còn chính bạn nữa. Những ai dùng bạo lực và hạ thấp đời người khác, những người ấy thực sự tự hạ thấp và làm hỏng chính đời mình.

Thật là quan trọng để hiểu rằng, yếu tính của bạo động là sự hèn nhát. Bởi vì một người hèn nhát, y mới quay sang dùng bạo động. Y thiếu lòng dũng cảm để đối thoại. Mahatma Gandhi đã nói một cách hùng biện rằng, “Bất bạo động không phải là một bình phong cho sự hèn nhát, mà nó là đức hạnh tối cao của những người dũng cảm... Sự hèn nhát hoàn toàn không tương thích với bất bạo động. Bất bạo động tiền giả định khả năng để đánh trả.”

Khả năng đối thoại là bằng chứng cho trí năng của mỗi người. Dĩ nhiên, những lãnh tụ tối cao của dân tộc phải chịu trách nhiệm chính cho hiện trạng của xã hội đương đại, nơi mà bạo động đang phổ biến. Những người nhận trọng trách trong lãnh vực chính trị, giáo dục, và truyền thông đại chúng cùng chia sẻ trách nhiệm. Tuy vậy, chỉ đơn giản chỉ trích họ, sẽ không thay đổi được gì cả. Bạn không có cách nào khác hơn, là từng người một đứng lên, tin rằng những nỗ lực của bạn có thể đóng góp vào việc xây dựng một xã hội tốt hơn từ nay về sau. Bạn có thể bắt đầu bằng cách mở rộng cái phạm vi bất bạo động trong môi trường trực tiếp của bạn.

Trong khuôn khổ của tổ chức Soka Gakkai Quốc Tế, tuổi trẻ Hoa Kỳ đã và đang thực hiện những hoạt động để kêu gọi chấm dứt bạo động. Họ đang đưa 3 lời cam kết này vào thực hành:

1. Tôi trân quý cuộc đời của riêng tôi.
2. Tôi sẽ tôn trọng mọi sự sống.
3. Tôi sẽ truyền cảm hứng tới những người khác.

Khi mỗi chúng ta có khả năng trân quý đời ta, chúng ta sẽ tự nhiên có khả năng trân quý đời của người khác, nữa.

Điều quan trọng là bạn làm một cái gì đó. Phải bắt đầu bằng bước chân đầu tiên. Zero là zero, cho dù được nhân bởi một con số khác. Nhưng nói như như câu ngạn ngữ phương Đông, “Một là mẹ của hằng vạn.”

76. BẠO HÀNH VỚI PHỤ NỮ

Hiện nay, hình như có sự gia tăng trong bạo hành thể xác và tình dục đối với phụ nữ. Phải làm gì?

Không có gì thô tục cho bằng bạo hành với phụ nữ. Không được phép khoan hồng với bạo động. Tất cả đàn ông nên nhớ điều này, và nên xem những phụ nữ (đồng thời với mình) như chị em gái, mà cuộc đời của họ phải được nâng niu trân trọng. Thật xấu hổ cho phái mạnh, nếu họ không hành xử dịu dàng.

Mặc dù vậy, thật hệ trọng là phụ nữ phải biết tự bảo vệ mình với sự khôn ngoan và cẩn trọng. Nhiều hội đoàn tự nguyện giúp phụ nữ. Khi bạn nhận thức được là đời bạn quý giá ra sao, bạn sẽ làm mọi thứ có thể được để bảo vệ nó. Một điều cũng rất quan trọng, là chú ý lắng nghe lời khuyên của bố mẹ và bằng hữu mà bạn có thể tin cậy.

Những nạn nhân của bạo hành thường hay bị thương tổn sâu sắc về tinh thần cũng như thể xác. Họ mất niềm tin vào nhân tính của họ và thường hay cảm thấy bị hoen ố như thể đời họ đã bị hủy hoại. Nếu bạn là một nạn nhân của bạo hành, xin hãy nhớ rằng, bất luận thế nào đi nữa, thì phẩm giá của bạn sẽ không bao giờ thay đổi. Hãy dốc hết nghị lực, hãy vững vàng. Hãy tự nói với mình, “Tôi không phải là một người mà sẽ cho phép một chuyện như thể hủy hoại đời mình.” Ở mức độ sâu xa nhất, không ai có thể hủy hoại đời bạn. Bất luận bạn đã bị thương tổn đến đâu, bạn vẫn có thể duy trì cái phẩm giá nền tảng của bạn – không ai có thể lấy đi cái đó từ bạn mà không có sự đồng ý của bạn.

Ta biết rằng hoa sen trắng thanh khiết mọc trong một cái ao bùn lầy. Tương tự như vậy, một trạng thái tối cao của sự sống có thể mọc lên trong khi ta đang sống trong một thực tại đau đớn nhất.

Bất luận bạn có thể cảm thấy xuống tinh thần đến đâu, thì ở một nơi nào đó, đang có một ai đó cũng đang đau khổ một cách tương tự; và bạn, nhất là

bạn, có thể giúp người đó, vì bạn hiểu được tâm trạng của họ. Và trong trái tim người khác, có tình yêu mến chân thực mà bạn có thể khám phá ra.

Bạn có thể không cảm thấy mấy ưa thích việc kể những ưu phiền của mình với người khác, nhưng chỉ cần có một người mà bạn có thể tham vấn về những kinh nghiệm của bạn, cũng sẽ tạo ra sự khác biệt toàn diện trong thế giới quan của bạn. Bạn không nên chịu khổ một mình. Có một tiềm năng khó tin, ẩn giấu bên trong đời bạn. Nếu bạn tự mình bỏ cuộc, thì sự việc thậm chí càng kinh khủng hơn, bởi vì nó sẽ phóng đại sự hư hại đã có. Đừng bao giờ để cho sự đau khổ khiến cho bạn từ bỏ bản ngã thực của mình.

Nói ra thì có vẻ như kỳ lạ, nhưng mà những ai đã đau khổ nhiều nhất, hay những ai bất hạnh nhất, họ có thể trở nên những kẻ hạnh phúc nhất. Với những giọt lệ bạn nhỏ xuống, bạn có thể thanh tẩy đời bạn và làm cho nó chiếu sáng. Dũng mãnh tiến lên, đó là điều cốt tủy của sự sống.

PHẦN IX
BỨC TRANH TOÀN CẢNH

77. HIẾU SỰ BÌNH ĐẲNG

Thế giới đầy thù hận. Một người có thể làm gì?

Trừ phi ta dựng xây được một xã hội xem con người không phải như phương tiện cho một cứu cánh, mà tự thân nó là cứu cánh, thì chúng ta sẽ mãi mãi bị bế tắc trong sự bất bình đẳng, bất hạnh, và bạo động – cái mà có thể gọi là một thế giới của thú tính, nơi mà kẻ mạnh vồ chụp người yếu. Chúng ta sẽ chỉ đơn giản lặp lại những khuôn mẫu tương tự.

Điều hệ trọng là chúng ta dạy những công dân của mọi dân tộc xem chính họ và người khác, trước tiên và trên hết, như là những con người. Chúng ta phải nâng cao ý thức của mọi người về quyền con người, qua giáo dục. Trường học phải dạy quyền con người, tôn giáo phải dạy quyền con người, và những chính phủ phải tôn trọng những quyền con người.

Trái tim một đứa trẻ không hề phân biệt kỳ thị. Nếu không có người lớn dạy sự kỳ thị, thì trẻ con của mọi chủng tộc chơi vui vẻ với nhau. Và trẻ con không chút quan tâm đến việc bạn chơi của chúng khá giả ra sao, và bố mẹ những bạn đó có nghề nghiệp gì. Chúng mặc nhiên giả định rằng tất cả nhân loại đều bình đẳng.

Tận đáy sâu đời ta, mỗi người chúng ta sở hữu một thanh kiếm ngọc, chỉ riêng ta có. Thanh kiếm tâm linh hùng mạnh này xuyên thủng những lực lượng tiêu cực và bảo vệ sự công bằng. Bao lâu mà ta nhận thức rằng, ta sở hữu thanh kiếm nội tâm này và liên tục mài giũa nó vì điều thiện, ta sẽ không bao giờ bị đánh bại. Chắc chắn là ta sẽ chiến thắng.

Thanh kiếm ngọc này là trái tim ta, sự quyết tâm của ta. Nếu nó không được mài giũa, nó sẽ trở nên cùn nhọt và yếu ớt; và nếu nó cứ mãi chưa ra khỏi vỏ, nó là vô dụng trong việc chiến đấu với những trở lực. Nó không phải là một thanh kiếm tàn nhẫn và xấu ác chuyên làm hại người khác, mà là một thanh kiếm tâm linh chỉ làm điều thiện và làm lợi lạc cho kẻ khác; và như thế, nó là một kho báu. Những ai không rút kiếm ra khỏi vỏ hay mài

giữa thanh kiếm bên trong của họ vì công bằng, là những kẻ sống cuộc đời sợ hãi và rụt rè. Thanh kiếm huy hoàng này là tính cách của bạn. Như thế, mài giữa thanh kiếm bên trong có nghĩa là học tập, phát triển tình bạn và xây dựng một nhân cách vững chắc. Mài giữa thanh kiếm bên trong này là mục đích hằng ngày của mỗi người chúng ta.

Tôi đã gặp Nelson Mandela, cựu tổng thống của Nam Phi, vào hai dịp. Tổng thống Mandela chịu đựng 27 năm rưỡi trong tù – gần 10 ngàn ngày – vì những hoạt động chống chủ nghĩa phân biệt chủng tộc (apartheid) của ông. Ông là một kẻ quán quân bất khuất của nhân quyền, người đã đánh dấu sự cáo chung của chính sách phi nhân về phân biệt chủng tộc tại đất nước ông.

Nam Phi duy trì một tình trạng kỳ thị hà khắc vô song chống lại đa số công dân nó. Dưới chế độ apartheid, là một tội danh nếu những người Nam Phi da đen đi trên xe buýt “chỉ dành cho người da trắng”, sử dụng vòi nước uống “chỉ dành cho người da trắng,” đi bộ trên một bãi biển “chỉ dành cho người da trắng,” ở trên đường phố sau 11 giờ đêm, đi lại, hay thất nghiệp và sống tại những nơi chốn nhất định nào đó. Tóm lại, những người Nam Phi da đen không được đối xử như là những con người.

Vô cùng nhục nhã trước sự kỳ thị không thể tha thứ được mà ông nhìn thấy xung quanh mình, ông Mandela trở thành lãnh tụ của phong trào chống chủ nghĩa apartheid. Lòng nhiệt huyết và quyết tâm cho sự công bằng như thế, là thanh kiếm ngọc mà ông vung lên. Ông học tập, làm việc và giữ một lập trường bất bạo động nhưng kiên quyết chống lại chính phủ, quyết tâm cải thiện triệt để cái xã hội phi nhân này. Ông không bao giờ nhượng bộ, ngay cả dưới những điều kiện khủng khiếp mà ông phải chịu đựng trong nhà tù. Cuối cùng, ông đã thành công trong việc đánh bại một truyền thống kỳ thị tại Nam Phi, từng kéo dài gần 350 năm.

Những ai đã chịu đựng sự ngược đãi vì sự công bằng, họ thực sự cao cả. Ông Mandela, người đã từng bị chế nhạo và lăng nhục, bây giờ được toàn thế giới kính nể.

78. LÒNG DŨNG CẢM LÀ CHÌA KHÓA

Đâu là thành tố cốt tủy trong cuộc đấu tranh cho nhân quyền?

Chỉ khi người ta có dũng cảm đứng lên chiến đấu cho công bằng – dù họ chỉ là một người duy nhất – họ mới có thể dẫn đưa thế giới về hướng của hòa bình và điều thiện. Khi những cá nhân dũng cảm như thế hợp lực và đoàn kết lại trong sự liên đới mạnh mẽ, họ có thể làm thay đổi xã hội. Nhưng mọi thứ đó đều phải bắt đầu từ bạn. Mọi sự theo sau lòng dũng cảm của bạn.

Trong cuốn sách Một đối thoại với tuổi trẻ hôm nay, Rosa Parks, người mẹ của phong trào đòi dân quyền tại Mỹ, viết:

“Tôi không có ý niệm nào về việc lịch sử đang được tạo lập ra sao. Tôi chỉ đơn giản chán việc đầu hàng. Dù sao, tôi cảm thấy rằng, tôi đã làm đúng khi đứng lên chống lại người tài xế xe buýt đó. Tôi không nghĩ về hậu quả. Tôi biết rằng tôi đã có thể bị hành hình, hay bị đánh đập khi cảnh sát đến. Tôi chọn việc không nhượng bộ, bởi vì tôi đúng.”

Bà Sparks đã tìm thấy lòng dũng cảm để lên tiếng, bởi vì bà tin rằng bà đúng. Lòng dũng cảm luôn phát xuất từ cái đúng, từ sự công bằng. Nó đến từ niềm mong ước làm cái đúng, xây dựng một xã hội công bằng, và trở thành một con người tốt.

Nếu chúng ta muốn làm điều tốt, không chỉ cho chính mình mà còn cho thế giới nữa, chúng ta cần lòng dũng cảm. Lòng dũng cảm là sức mạnh khiến cho những hành động như thế có thể được – những hành động mà có vẻ như tầm thường, nhưng chúng thực sự chiếu sáng với sự rực rỡ của điều thiện.

Chấm dứt việc bắt nạt ở sân trường là một hành vi dũng cảm. Chịu đựng gian khổ và sống sót qua những hoàn cảnh cam go cũng vậy. Cố sống một cuộc đời lương thiện, hợp đạo đức ngày này qua ngày khác cũng vậy. Trái lại, những người lười biếng, vô tâm hay rơi vào những cách sống xấu, là

những người không có dũng cảm để thử thách đời sống hằng ngày. Trong gia đình và giữa bạn hữu, nếu ta phát biểu một cách rõ ràng quan niệm của ta, thì những sự việc sẽ rẽ về một hướng tích cực. Sẵn sàng tiến theo hướng đó và giúp người khác làm như thế, là một hình thức dũng cảm rất đáng ngưỡng mộ.

Bất luận ai nói gì, hãy luôn làm cái mà bạn tin là đúng. Nếu bạn có dũng cảm làm như vậy, thì cũng giống như có một vũ khí thần diệu có sức mạnh vô biên.

79. QUYỀN CON NGƯỜI

Tại sao nhiều chính phủ và chính dân tộc của chúng tôi phủ nhận quyền con người?^[52]

Những chính phủ sẽ chỉ thay đổi khi chính nhân dân, người này đến người nọ, quyết định đứng lên đòi quyền làm người của họ. Những ai không thể xem tất cả mọi người như là những con người giống như mình, là những người bị bần cùng hóa về tâm hồn. Họ không có nhân sinh quan lành mạnh. Họ không biết suy tư về những vấn đề sâu xa của cuộc đời. Họ chỉ quan tâm đến những quyền lợi nhỏ nhen của họ mà thôi. Xã hội của chúng ta thì đầy rẫy những người bị gặm nhấm bởi tham lam, bóc lột kẻ yếu trong khi nịnh bợ kẻ mạnh, nghĩ rằng quyền lực sẽ mang đến cho họ sự viên mãn. Khuynh hướng tiêu cực này là cái làm cho xã hội trở nên kỳ thị và quên đi quyền con người.

Con người cũng có khuynh hướng từ khước và tấn công bất cứ cái gì có khác biệt với họ, cho dù rất nhỏ. Đó là vấn đề.

Mọi người có quyền được trở hoa, phát lộ tiềm năng đầy đủ của mình như là một con người, chu toàn sứ mệnh của mình trên thế gian. Bạn có quyền này, và mọi người khác cũng vậy. Đây là ý nghĩa của quyền con người. Nhạo báng, vi phạm và lạm dụng quyền con người của kẻ khác, là hủy hoại trật tự tự nhiên của sự vật. Trân quý quyền con người và tôn trọng những người khác, là một trong những nhiệm vụ quan trọng nhất của chúng ta.

80. CÔNG DÂN CỦA THẾ GIỚI

Tôi đã nghe từ “công dân của thế giới.” Nó có nghĩa là gì?

Nhiều người nghĩ rằng, từ “công dân thế giới” có nghĩa là một người nói trôi chảy một ngoại ngữ! Nhưng nó liên quan nhiều hơn thế. Một công dân thế giới là một người có thể dễ dàng kết bạn với những người từ những đất nước khác; một người không cho rằng, những giá trị của dân tộc mình có thể áp dụng ở mọi nơi khác trên thế giới; và là một người có thể sống theo một nhân quan toàn cầu, nhìn vượt lên những ranh giới chủng tộc.

Nó cũng bao gồm tất cả những ai làm việc cho hòa bình thế giới, thành khẩn nguyện cầu cho hạnh phúc của toàn nhân loại và làm việc quên mình cho quyền lợi của người khác. Những người có một cảm thức về trách nhiệm đối với tương lai của thế giới, và hiểu rằng những ai hành động một cách thành khẩn, cũng có thể tự gọi mình là một công dân thế giới. Tóm lại, để trở thành một công dân thế giới, cần thiết phải phát triển tính cách của bạn và cảm thức về nhân loại; có lòng nhân ái, sẵn sàng làm việc cho sự an vui của mọi người và xã hội.

Có một câu chuyện nổi tiếng về Chiune Sugihara, người đã giúp đỡ dân tỵ nạn Do Thái trốn thoát cuộc tàn sát hàng loạt trong Thế Chiến II. Vào năm 1940, Sugihara là quyền lãnh sự ở lãnh sự quán tại Lithuania. Một làn sóng người tỵ nạn Do Thái từ Ba Lan, nơi mà những người Do Thái đang bị tàn sát, đến với Sugihara nộp đơn xin visa để băng qua Nhật tới một nước thứ ba. Ba lần Sugihara yêu cầu Bộ Ngoại giao Nhật bật đèn xanh cho ông ta cấp phát visa, nhưng đều bị Bộ Ngoại giao từ chối. Ông vô cùng phiền muộn, nhưng sau cùng đi đến một quyết định: “Tôi không thể bỏ rơi những người đến nhờ tôi giúp đỡ. Nếu tôi bỏ rơi họ, tức là tôi đang quay lưng với Thượng Đế.” Bởi vậy, ông lờ đi những mệnh lệnh, và cấp phát visa, cứu thoát gần 6 nghìn nhân mạng.

Sau chiến tranh, Sugihara bị buộc phải từ chức khỏi bộ Ngoại Giao vì

không tuân lệnh. Vào năm 1991, Bộ Ngoại Giao đã phục hồi danh dự cho ông, lúc ấy ông đã mất. Người vợ góa của ông, Sachiko, đã trả lời phỏng vấn của một nhật báo, “Sinh mệnh của tất cả mọi người là quý giá, không phân biệt chủng tộc. Chồng tôi tin rằng, sẽ không đúng nếu ta từ chối giúp đỡ người hoạn nạn, nhất là khi ta ở trong một vị thế có thể làm một cái gì đó.”

Người công dân thế giới đích thực có thể chia sẻ – như là một người bạn – những đau khổ, nỗi buồn cũng như hạnh phúc và niềm vui của người khác, bất kể quốc tịch hay bối cảnh sắc tộc của họ. Người công dân của thế giới có thể đoàn kết với những người khác, để phát huy những quyền lợi chung của con người.

Với tư cách là công dân thế giới, giữ lời hứa của mình là điều quan trọng. Những chính trị gia, ngay cả trong đất nước của chính tôi, tạo được một uy tín nhờ đã làm những lời hứa khi họ viếng thăm những dân tộc khác, nhưng họ quên chúng ngay khi họ đặt chân lên vùng đất quê hương. Đó chắc chắn không phải là cách để chiếm được sự tin cậy của người khác.

Tình bạn là chiếc chìa khóa. Không bao giờ phản bội tình bạn của mình, nuôi dưỡng và phát triển những sợi dây thân ái, bền chặt – đây là những phẩm chất mà một công dân thế giới phải có.

Có lẽ vài người trong số các bạn nghĩ, “Là một công nhân của thế giới, việc ấy có dính dáng gì đến tôi?” Nhưng, dù muốn hay không, trong thế kỷ này, khi bạn có một chỗ đứng trong xã hội, thế giới trở nên càng hội nhập hơn.

Tổng thống Ai Cập, Hosni Mubarak, chia sẻ với tôi nhận xét sau đây mà ông đã nghe từ một vị quan chức khác: Ngày nay không có đất nước nào thậm chí có thể tự mình sản xuất ra được một hộp diêm. Que diêm đến từ một quốc gia, sulfur từ một quốc gia khác, và chất keo đến từ một quốc gia khác nữa. Nhiều đất nước phải hợp tác để sản xuất ra ngay cả một hộp diêm.

Việc toàn cầu hóa những hàng hóa và sự sản xuất thì đang diễn ra nhanh chóng một cách khó tin, sự toàn cầu hóa thông tin cũng vậy, nhất là sự phát triển của Internet. Vì những lý do này, việc toàn cầu hóa sự giao lưu từ trái

tim tới trái tim, ở cấp độ quần chúng, thì tuyệt đối hệ trọng trong việc hướng đạo những thay đổi nhanh chóng này, đưa chúng về hướng hòa bình.

81. CHUẨN BỊ KHỞI ĐỘNG

Tôi có thể làm gì để tạo một sự khác biệt về quyền con người?

Bạn có thể bắt đầu bằng việc đọc những tác phẩm văn học hay. Bạn sẽ tìm thấy nhiều vấn đề về quyền con người được trình bày trong những tác phẩm như thế.

Thậm chí quan trọng hơn nữa, bạn có thể học cách nhận ra những phẩm chất tích cực của người khác. Một trong những bước đầu tiên trong việc thành tựu quyền con người, là trân trọng và công nhận tính cá nhân trong những người khác.

Cũng quan trọng nếu phát triển một nhãn quan vững chắc về nhân tính, nhận thức được rằng, mặc dù người khác có thể khác với ta, tất cả chúng ta đều là những thành viên của gia đình nhân loại. Theo một nhà khoa học, thì khả năng phân tích hoạt động trên một cấp độ rất nông cạn của bộ não, trong khi khả năng tổng hợp liên quan đến quá trình xử lý thông tin rất phức tạp, tinh tế, ở một cấp độ sâu hơn.

Những ai mà có thể hòa thuận với tất cả mọi loại người, xem họ như là những kẻ bình đẳng, như bè bạn, những người ấy biểu hiện sự xuất chúng đích thực của tính cách họ. Họ là những người có văn hóa và có giáo dục thực thụ.

Trái tim ta càng phong phú, nhân tính của ta càng phong phú, thì ta càng có thể công nhận và trân trọng nhân tính nơi kẻ khác. Kẻ nào bắt nạt và xem thường người khác, kẻ ấy chỉ làm giảm sút nhân tính của mình.

Quyền con người là mặt trời làm sáng rực thế giới. Do đó, tình yêu nhân loại, lòng nhân ái, sự ân cần cũng vậy. Tất cả những phẩm chất đó thắp sáng thế giới chúng ta. Ánh sáng của chúng khiến mọi loài hoa đua nở hoa rực rỡ trong xã hội, khiến cho mọi người có thể bộc lộ tiềm năng độc đáo của họ.

Sứ mệnh của bạn là làm cho mặt trời của quyền con người mọc lên trên bầu trời của thế kỷ 21. Để làm như vậy, trước hết, hãy làm cho mặt trời

dũng cảm của tình yêu nhân loại mọc lên trong trái tim của riêng bạn. Francis Williams Bourdillon đã diễn đạt rất khéo điều này trong bài thơ “Ánh sáng” của ông:

*Đêm có ngàn con mắt, và ngày chỉ có một,
Thế nhưng ánh sáng của thế giới rục rờ chết đi, khi mặt trời hấp hối.
Khối óc có ngàn con mắt, và trái tim chỉ có một,
Thế nhưng ánh sáng của toàn bộ sự sống chết đi, khi tình yêu lịm tắt.*

82. TÌNH BẠN VÀ HÒA BÌNH

Tình bạn đóng vai trò nào trong việc kiến tạo một thế giới hòa bình?

Tình bạn là một trong những nền tảng chính của nhân tính. Nó là một lực đẩy hướng về nền hòa bình thế giới và sự cải thiện xã hội. Nó là một bước đầu tiên trong tiến trình thực hiện một xã hội hài hòa. Bằng cách mở rộng phạm vi của tình bạn, ta có thể tạo ra nền tảng cho một xã hội hòa bình.

Trong một thế giới lý tưởng, tất cả mọi người sẽ là bạn hữu của nhau. Nhưng ta biết rằng, thật không may, thế giới ngày nay không được như vậy. Đó là lý do tại sao việc tích cực xây dựng tình bạn với càng nhiều người càng tốt, là vô cùng hệ trọng. Ta phải đối mặt với những thách thức của thực tế và làm những thay đổi nào mà ta có thể, cho dù chúng nhỏ bé tới đâu. Sự tích lũy của những nỗ lực như thế, sẽ dần dà dẫn đến nền hòa bình thế giới bền vững.

Tôi rất tự hào có được nhiều người bạn có tính cách và năng lực xuất chúng khắp thế giới. Và tôi có những người bạn này, bởi vì tôi đã luôn trân trọng mỗi người và mỗi lần gặp gỡ. Ngay cả những công trình quan trọng nhất, thực ra, rút lại chỉ là những mối quan hệ một-một (giữa hai người), tích lũy qua tháng năm. Nó luôn là một-một – luôn luôn như vậy.

Nhiều năm kinh nghiệm đã dẫn tôi đến chỗ kết luận rằng, không có gì cao cả hơn và mạnh mẽ hơn những mối dây từ trái tim đến trái tim giữa những người cùng chia sẻ những hy vọng, ước mơ và cùng cam kết làm việc cho xã hội. Những người như thế có một xác tín sâu sắc và một triết lý vững chắc. Họ phấn đấu để sống một cuộc sống xứng đáng và đóng góp một cái gì đó có giá trị vào xã hội của họ. Sự đoàn kết và hợp tác giữa những người có nguyện vọng vị tha như thế, là những lý tưởng cao nhất của tình bạn. Nếu những tình bạn cao cả như vậy ngừng tồn tại, thì thế giới sẽ bị đắm chìm trong bóng tối vĩnh viễn.

Phạm vi tình bạn cá nhân của chúng ta là một phần của phạm vi tình bạn

toàn cầu, nó chỉ là một. Một giọt mưa từ bầu trời, một giọt nước từ con sông, hay một giọt nước từ đại dương – tất cả đều chỉ là một giọt nước, cho đến khi chúng tích lũy lại. Những người bạn mà ta có được trong cái phạm vi nhỏ bé của riêng ta, góp phần vào việc làm lan rộng tình bạn khắp thế giới. Có được một người bạn đích thực, là một bước tiến trong việc kiến lập nền hòa bình thế giới.

83. QUAN TÂM VỀ MÔI TRƯỜNG

A. Tôi rất quan ngại về môi trường. Há chẳng phải là có một cái gì đó thực sự bất ổn với con đường mà nhân loại đang đi?

Có đấy! Hủy hoại thiên nhiên là hủy hoại nhân loại. Thiên nhiên là ngôi nhà của chúng ta. Dĩ nhiên, mọi sự sống trên hành tinh này, bao gồm cả đời sống con người, được sinh ra từ môi trường thiên nhiên. Sự tồn tại của ta có được là nhờ thiên nhiên, chứ không phải nhờ máy móc và khoa học. Sự sống trên hành tinh này không phải là nhân tạo. Chúng ta là những sản phẩm của thiên nhiên.

Có nhiều lý thuyết về nguồn gốc của nhân loại. Một số người nói rằng, những con người nguyên thủy đầu tiên xuất hiện tại châu Phi; những người khác nói rằng, những con người nguyên thủy xuất hiện tại nhiều địa điểm khác nhau khắp trái đất, gần như đồng thời. Bất luận lý thuyết nào đúng, thì không thể chối cãi rằng, chủng loại người được sinh ra từ thiên nhiên.

Do vậy, chúng ta càng tự mình quay mặt, trở thành xa lạ với thiên nhiên, thì chúng ta càng trở nên mất quân bình. Tương lai của chúng ta như là một chủng loại, là rất u ám trừ phi chúng ta nhận ra điều này.

Vấn đề của chúng ta không có gì mới mẻ. Nhà triết học Pháp thế kỷ 18, Jean Jacques Rousseau, tác giả của *The Social Contract* (Khế Ước Xã Hội), đã kêu gọi con người trở về với thiên nhiên. Văn minh, ngay cả trong thời đại của ông, đã trở thành quá máy móc, quá lệ thuộc vào khoa học, quá tập trung vào lợi nhuận, bóp méo đời sống con người làm cho nó thành ra xấu xí. Rousseau chống lại sự phát triển đầy rủi ro này.

Thật vậy, tất cả chúng ta đều muốn khoẻ mạnh. Vì lý do đó, chúng ta muốn thở không khí trong lành, thấy những bông hoa và cỏ cây xinh đẹp. Chúng ta trở về với thiên nhiên y hệt như một hoa hướng dương quay về phía mặt trời. Chúng ta phải công nhận rằng, bất cứ hành động nào phủ

nhận khuynh hướng này là một sai lầm khủng khiếp. Tất cả tiền bạc trên thế giới sẽ thế nào không mua được bầu trời xanh. Mặt trời và làn gió nhẹ thuộc về mọi người.

Không ai phủ nhận rằng, khoa học đã cải thiện cuộc sống của ta. Nhưng chúng ta cần phải tạo ra sự tương xứng giữa sự tiến bộ của khoa học với sự tiến bộ trong sự cam kết của ta – cam kết kết duy trì và bảo vệ môi trường của mình. Chúng ta cần một sự cân bằng.

Chẳng hạn, chúng ta phải nhớ đến những khu rừng. Khí oxy mà ta thở, và giữ cho ta sống, nó đến từ đâu? Từ những khu rừng, từ những loài rong biển. Rong biển phải mất hằng tỷ năm để tạo ra loại oxy này.

Còn nước thì sao? Phần lớn nước mà ta dùng đều đến từ những mạng lưới sông ngòi. Bất luận mưa hay nắng, nước vẫn chảy qua những con sông. Tại sao? Cây cối và đất xung quanh chúng hấp thụ nước, trữ lại dưới đất, từ đó nó rỉ liên tục từng chút một vào trong những con sông. Nếu không có những khu rừng và những ngọn núi rắn chắc, thì tất cả lượng mưa rơi xuống trong một ngày, sẽ lập tức chảy vào những con sông và chảy ra biển, hết như một cái bồn tắm trút hết nước khi ta kéo cái nút chặn lên.

Đất là một món quà khác của rừng. Những con thú nhỏ và vi khuẩn giúp vào việc chuyển hóa những rễ cây và lá chết của cây thành đất màu mỡ. Không có đất ấy, ta không thể trồng những loại ngũ cốc và rau cải. Ta sẽ không có thực phẩm, và nhân loại sẽ tiêu vong.

Nhiều sản phẩm khác cũng đến từ rừng. Không có rừng, ta sẽ không có những băng cao su, không có giấy, không có bàn ghế và đồ đạc bằng gỗ – không có nhà ở. Tất cả những thứ này cũng là những món quà của rừng.

Rừng tạo ra không khí mà ta thở, nước ta uống, đất mà trong đó ta trồng thực phẩm – thật vậy, nhờ cây cối mà mọi phương diện của đời ta mới có thể có được.

Và tôi nghĩ, hiếm khi ta làm sự nối kết để thấy rằng, trừ phi ta chăm sóc rừng, ta sẽ không thể bắt cá ở biển. Không có rừng, tất cả lượng mưa sẽ chảy xuống sông, rồi ra biển. Lượng mưa đó cũng mang theo vô số phù sa theo với nó. Phù sa sẽ che khuất những dòng nước, ngăn cản ánh sáng và hạ thấp nhiệt độ của biển, làm cho nó quá lạnh đối với nhiều loại cá.

Rừng cũng tạo ra những dưỡng chất mà sau cùng tìm đường ra tới biển, và trở thành thực phẩm cho sự sống ở biển.

Sự sống là một xâu chuỗi. Mọi sự vật có tương quan với nhau. Khi bất cứ mắt xích nào bị trục trặc, những mắt xích khác cũng bị ảnh hưởng. Chúng ta nên nghĩ về môi trường như là một người mẹ – Mẹ Đất, Mẹ Biển, Mẹ Trái Đất. Không có tội danh nào tệ hơn là làm hại mẹ của mình.

B. Há chẳng phải là những vấn đề môi trường quan hệ đến mọi người hay sao?

Chỉ có trí tuệ, văn hóa và niềm tin tôn giáo mới có thể dẫn ta ra khỏi thú tính vốn phá hoại tự nhiên một cách vô tâm, để lại một bãi hoang cần cỗi, tiêu điều. Quá trình sa mạc hóa hành tinh chúng ta, có quan hệ với sự sa mạc hóa của tinh thần con người.^[53]

Chiến tranh là thí dụ cực đoan nhất của sức mạnh hủy hoại này. Chiến tranh hủy diệt cả thiên nhiên lẫn tinh thần con người. Thế kỷ 20 là một thế kỷ của chiến tranh. Chúng ta phải biến thế kỷ 21 thành một thế kỷ của sự sống. Thế kỷ 21 phải là một thế kỷ mà trong đó chúng ta biến sự sống thành ưu tiên hàng đầu trong tất cả mọi lãnh vực của hoạt động con người – trong thương mại, trong chính quyền, trong khoa học.

Chúng ta nương tựa vào Trái Đất, chứ không phải là ngược lại. Trong sự ngạo mạn của mình, ta đã thẳng thừng bỏ quên điều này. Nhà du hành vũ trụ Xô Viết Gagarine, người đầu tiên nhìn Trái Đất từ không gian, tuyên bố rằng nó là một hành tinh xanh. Đây là một lời chứng vĩ đại. Màu xanh của đại dương, màu trắng của những đám mây – chúng là bằng chứng rằng Trái Đất là hành tinh đầy nước, một hành tinh lấp lánh sự sống. Đó là lý do tại sao tôi nghĩ thật là quan trọng phải có một triết lý công nhận rằng, mọi sự trong vũ trụ đều sống động và thiêng liêng.

84. THỰC HÀNH VIỆC BẢO VỆ MÔI TRƯỜNG

Làm thế nào để đối phó với những vấn đề xem ra nhỏ bé, chẳng hạn như việc xả rác?

Ném rác và hộp nhôm xuống vệ đường là hành vi ích kỷ của một người sống trong một trạng thái có thể gọi là thú tính. Những hành động như thế chứng tỏ tính ích kỷ - chúng không quan tâm gì đến người khác. Đó là một cách sống thiếu tự nhiên. Một người yêu thiên nhiên thì không thể xả rác. Ném rác bừa bãi là ném đi nhân tính của mình. ^[54]

Tương tự như vậy, một người yêu thiên nhiên có thể trân trọng những con người khác, trân trọng hòa bình; họ có tính cách phong phú, không bị ràng buộc bởi những tính toán ích kỷ về lợi lộc và thua thiệt cá nhân. Những ai sống một cách tính toán, rồi cuộc cũng tính toán giá trị của họ theo cách tương tự. Một cuộc sống như thế thì hết sức bị hạn chế.

Người ta có thể nghĩ rằng, không có phần thưởng nào dành cho việc nhặt những rác bẩn mà người khác đã xả. Nhưng thật quan trọng để làm việc này vì lòng yêu thiên nhiên – mà không cần đến lời khen nào cả.

Chỉ qua những hành động vị tha như thế, mà ta có thể sống cách tốt nhất như là một con người. Bởi vì khi kỹ thuật đã tiến bộ tới mức độ như hiện nay, thì càng quan trọng hơn bao giờ hết, là mỗi người cần phát triển một ý thức về sự bảo vệ môi trường. Bất cứ sự cải thiện hời hợt nào về vật chất chỉ là ảo tưởng, trừ phi chúng ta nâng cao chất lượng cơ bản của cuộc sống chúng ta.

85. VAI TRÒ CỦA CÁ NHÂN

Với tư cách là một cá nhân, tôi có thể tạo ra nhiều sự khác biệt không?

Tuyệt đối có thể. Mỗi nỗ lực cá nhân là hệ trọng, và thế nhưng nói suông về bảo vệ môi trường thì dễ hơn nhiều, so với việc thực hành nó. Đôi khi có những trở ngại – và đôi khi, thậm chí việc thực hành nó có thể đe dọa đến tính mệnh nữa.

Tôi tự hỏi không biết bạn đã nghe nói về nhà hải sinh vật học Rachel Carson người Mỹ hay chưa. Bà viết một cuốn sách gây chấn động gọi là Silent Spring (Mùa Xuân Lặng Lẽ), xuất bản năm 1962, mạnh mẽ phê phán vấn đề gây ô nhiễm môi trường.

Vào thời điểm đó, những loại thuốc trừ sâu rất mạnh như DDT đang được dùng khắp nước Mỹ. Ban đầu chúng có vẻ hữu hiệu, nhưng dần dần người ta bắt đầu bị nhiễm bệnh và cho thấy những dấu hiệu bị đầu độc từ những chất hóa học đó. Những côn trùng hữu ích, cá và chim đang biến mất khỏi vùng đó. “Không còn chim để hát,” R. Carson viết, “một mùa xuân lặng lẽ đang chờ đợi chúng ta.”

Cuốn sách của bà thông báo những sự kiện này cho công chúng và thúc giục nhà nước phải cấm những thứ thuốc trừ sâu nguy hiểm đó. Lập tức sau khi cuốn sách của bà được xuất bản, bà bị đả kích dữ dội.

Bà bị tấn công bởi những công ty khổng lồ mà đã tạo được những tài sản kếch sù từ việc sản xuất thuốc trừ sâu – và bởi những quan chức và chính trị gia “ở trong túi” của những công ty đó – bởi vì điều mà bà nói là đúng sự thực. Những cuộc tấn công như thế xảy ra mọi lúc, bất cứ khi nào một ai đó nói ra một sự thật khó chịu. Chúng ta phải học để nhìn xuyên suốt những “thủ thuật” của những người có quyền lực.

Tất cả những người có liên hệ với công nghiệp thuốc trừ sâu, ngay cả những tạp chí nông nghiệp, đều hợp lực lại thành một chiến dịch để làm mất uy tín của bà. Một tờ báo viết, “Cuốn sách của bà thì nguy hiểm hơn

những loại thuốc trừ sâu mà bà kết án.” Những tổ chức nghiên cứu cũng tham gia vào chiến dịch – những tổ chức nghiên cứu này, không cần phải nói, đã nhận những khoản tiền lớn từ những công ty hóa chất.

Đó là một chiến dịch lớn để dập tắt cuốn Mùa xuân lặng lẽ. Ngay cả Hội Y học Hoa Kỳ cũng phát biểu rằng, những tác dụng của thuốc trừ sâu không tạo ra sự đe dọa nào cho con người khi được dùng theo đúng chỉ dẫn của những nhà sản xuất.

Nhưng Rachel Carson đã không chịu đầu hàng. Và thậm chí bà còn đi xa hơn, tuyên bố rằng những thuốc trừ sâu chỉ là một phần của câu chuyện về những loại độc dược mà đang đe dọa thế giới của chúng ta. Sau cùng, bà chiếm được sự ủng hộ của nhân dân, và phong trào bảo vệ môi trường bắt đầu lan rộng ra khắp nước Mỹ, và khắp thế giới. Ngọn đuốc của niềm tin tiếp tục cháy sau khi bà qua đời vào năm 1964, và đã phát triển, chuyển hóa sâu sắc ý thức quần chúng.

Trong cuốn *The Sense of Wonder* (Cảm thức về sự kỳ diệu), Carson đã để lại cho thế hệ trẻ những lời sau đây: “Những ai – những nhà khoa học cũng như dân thường – cư ngụ giữa cái đẹp và những huyền bí của Trái Đất, thì không bao giờ cô độc hay chán ngán sự sống.”

Một câu ngạn ngữ Kenyan nói rằng chúng ta nên đối xử tốt với Trái Đất; nó không phải là một món quà từ cha mẹ ta, mà là một món tiền ta vay từ con cái ta. Những người lớn của thời đại ta đang để lại một di sản buồn thảm cho những người trẻ hôm nay và những đứa con mà bạn sẽ có. Với triết lý của họ – rằng việc làm tiền là mục đích quan trọng nhất trong tất cả – họ đang bán rẻ cái di sản của bạn : sức khỏe, văn hóa, môi trường và thậm chí sự sống mà thiên nhiên đã bảo vệ và nuôi dưỡng qua bao nhiêu kỷ nguyên.

Nó là di sản của bạn, bởi vậy, bạn phải hành động. Bạn, những người vẫn chưa quên cái đẹp và sự kỳ diệu của Trái Đất, hãy lên tiếng! Sự đấu tranh của bạn để bảo vệ thế kỷ 21, thế kỷ của bạn, thế kỷ của sự sống, đã bắt đầu.

Một khẩu hiệu phổ biến nói rằng “Hãy nhân ái với hành tinh chúng ta,” nhưng trong thực tế, hành tinh này đã từng nhân ái với chúng ta. Đằng sau

mỗi chúng ta có không chỉ 4 tỷ năm của lòng nhân ái từ Trái Đất, mà còn có lòng từ bi của toàn vũ trụ từ vô thủy. Bởi vậy, điều thật hệ trọng là hãy đừng vu khống hay hạ thấp giá trị đời ta. Sự sống là kho tàng quý giá nhất trong tất cả những kho tàng. Mỗi người trong các bạn là không thể thay thế được. Những kẻ mang giữ sự sống – vũ trụ, Trái Đất, và những bà mẹ – đều nâng niu con cái họ. Điều quan trọng nhất cho thế kỷ 21 là: chúng ta cần nói rộng ra khắp xã hội cái sự ân cần chăm sóc tuyệt đối và nền tảng đối với sự sống, lòng từ bi sâu xa đối với sự sống.

Nếu chúng ta làm như vậy, thì chiến tranh và sự áp bức nhân quyền sẽ biến mất. Sự hủy hoại môi trường cũng sẽ như vậy.

LỜI CUỐI

Những người trẻ là chìa khóa của tương lai. Vâng, nói thì thật dễ. Nhưng tôi biết rằng, nhiều người trong các bạn tự hỏi, liệu các bạn có thể làm gì thực sự xứng đáng, một cái gì đó có giá trị lâu dài, khi thế giới đang ở trong sự hỗn loạn như thế. Mặc dù vậy, bởi vì bạn là bạn, tôi biết rằng bạn có thể. Và bạn sẽ có thể.

Các bạn trẻ đang sống tại nước Mỹ, có một cơ hội hy hữu. Nước Mỹ tặng cho bạn sự tự do trên một phạm vi lớn, nhưng đồng thời, nó có những đám mây đen. Với tất cả những ưu điểm và nhược điểm của nó, trong một phương diện, nó phản ánh một tình trạng của thế giới hiện tại của chúng ta như một toàn thể. Bởi vậy những vấn đề mà các bạn – những người đang sống tại Mỹ – đang phải đối mặt, theo nghĩa đó, cũng là những vấn đề của tất cả mọi người, mọi nơi. Và sự thành công của bạn là niềm hy vọng không chỉ của nước Mỹ, mà của toàn thế giới.

Những vấn đề mà bạn đối mặt trong những năm tuổi trẻ của bạn, khó lòng được giải quyết trong một ngày. Nhưng bất luận chúng có vẻ vô vọng như thế nào chăng nữa, nếu bạn đối mặt với chúng với lòng dũng cảm, tôi tin rằng sớm hay muộn bạn có thể vượt qua chúng.

Hãy tiếp tục học tập, tiếp tục cố gắng, tiếp tục cho tới khi bạn đã biến sự chiến bại thành ra chiến thắng sau cùng – đó là con đường đích thực của tuổi trẻ.

VÀI NÉT VỀ TÁC GIẢ

Daisaku Ikeda là chủ tịch của Hội Soka Gakkai Quốc Tế (SGI), một trong những phong trào cách tân phát triển nhanh nhất và năng động nhất trên thế giới hiện nay. Với 16 triệu thành viên tại 156 nước, SGI phát huy giáo dục, trao đổi văn hóa quốc tế, và thiết lập nền hòa bình thế giới. Triết lý của SGI dựa trên những lời dạy của Nicheren, một nhà cải cách người Nhật, sống vào thế kỷ thứ 13. Nicheren đã dạy sự thiêng liêng của đời sống con người, trên mọi thứ khác.

Với tư cách là lãnh tụ từng gây cảm hứng cho hàng triệu người, Daisaku Ikeda đã đặc biệt chú tâm đến sự phát triển của tuổi trẻ, qua suốt 40 năm lãnh đạo tổ chức Soka Gakkai. Vào tuổi 19, ông tin theo những lời dạy của Nicheren và tiến lên kế tục vị cố vấn tinh thần của ông, Josei Toda, như là chủ tịch của Soka Gakkai vào năm 1960.

Trên cương vị một nhà hoạt động cho hòa bình, ông Ikeda đã du hành tới hơn 50 nước, gặp gỡ và tổ chức những cuộc đối thoại với nhiều người – bao gồm cả những lãnh tụ chính trị và trí thức, áp dụng niềm tin mãnh liệt của ông, rằng sự hiểu biết và sự thành tựu hòa bình thế giới bắt đầu với những cuộc tiếp xúc giữa dân tộc này với dân tộc khác. Bên cạnh hàng trăm những bằng danh dự và bằng khen được tặng cho ông khắp thế giới, ông nhận giải Hòa Bình của Liên Hiệp Quốc vào năm 1983.

Ông Ikeda là nhà sáng lập của vô số những cơ sở văn hóa và giáo dục khắp thế giới, gồm hệ thống trường Soka tại Nhật, Malaysia, Singapore, và Hong Kong, cũng như Đại Học Soka, mà chi nhánh mới nhất của nó sẽ được mở tại Aliso Viejo, California, vào năm 2001.^[55]

Ông đã viết hơn 200 cuốn sách, nhiều cuốn trong số đó đã được dịch sang gần bảy thứ tiếng. Ông cũng là tác giả của vô số sách cho thiếu nhi và nhiều tập thơ.

• CHÚ THÍCH •

[1] Martin Luther King, Jr. (1929 – 1968): Mục sư người Mỹ. Sinh tại Atlanta, bang Georgia. Lãnh tụ của phong trào bất bạo động chống phân biệt chủng tộc. Giải Nobel Hòa Bình, 1964. Bị ám sát tại Memphis, vào ngày 4. 4. 1968. [Tất cả những ghi chú trong suốt bản dịch này, đều là của người dịch. Đó là những chia sẻ chân thành gửi đến các bạn trẻ, rất mong được đón nhận sự đồng cảm của các bạn. Các bạn hoàn toàn có thể bỏ qua, nếu không thấy cộng hưởng. ĐTN.]

[2] Bạn đọc lưu ý: Tất cả những chỗ in đậm, in nghiêng trong bản dịch này, đều là của người dịch. Đó là những chỗ mà tôi thấy tâm đắc, đáng cho ta suy nghĩ. Nói như vậy, không có nghĩa là chỉ có những chỗ ấy mới đáng suy nghĩ: các bạn có thể phát hiện thêm rất nhiều chỗ khác nữa. ĐTN.

[3] Nichiren (1222- 1282): Là một vị đạo sư, nhà cách tân tôn giáo của Nhật, thế kỷ 13. Sáng lập ra giáo phái Nichiren (Nhật Liên). Tư tưởng của ông nhấn mạnh tính thiêng liêng của sự sống và sự tôn trọng cá tính của mỗi người.

[4] Ý tác giả muốn nói, đó là thế kỷ 21.

[5] Sự “im lặng” này, thường là một cuộc... “chiến tranh lạnh” rất dai dẳng!

[6] Các bạn trẻ lưu ý: Có sự “nổi loạn” đích thực, và sự “nổi loạn” giả tạo. Các vĩ nhân của thế giới – như chúa Jesus, Phật Thích Ca, Lão Tử, Socrates...– họ đều là những kẻ “nổi loạn” đích thực. Những kẻ nổi loạn đích thực có tâm hồn sáng tạo, có tư duy độc lập, họ không chịu bất cứ sự nô lệ nào trong tư tưởng, bất luận nó đến từ đâu. Phải công bằng mà nói, sự “nổi loạn” của giới trẻ hiện nay – trừ một số ngoại lệ – đa phần đều là sự “nổi loạn” giả tạo: sự “nổi loạn” của họ chỉ là hời hợt bên ngoài. Họ cố tạo sự “nổi trội” bên ngoài, qua cách ăn mặc lỗ lã, tóc tai ... nhưng bên trong, họ chỉ là một kẻ “nô lệ” của thời trang, của dư luận, của các phương

tiền truyền thông đại chúng ...

[7] Đây không chỉ là một sai lầm của giới trẻ, mà là của đa số người – kể cả “thế hệ già” – trong xu thế “thực dụng” hiện nay. Tính thực dụng, theo nghĩa xấu, theo chúng tôi, bây giờ đã có qui mô toàn cầu, không chỉ riêng Việt Nam mới có.

[8] Càng suy ngẫm, ta sẽ thấy câu này càng đúng!

[9] Đây là một câu nói rất đáng cho ta suy ngẫm!

[10] Vì cũng đã sống qua một thời tuổi trẻ, nên người dịch thông cảm sâu sắc với các bạn trẻ và các bậc phụ huynh ở điểm này: giới trẻ thường thích tự do, muốn tự khẳng định mình, nhưng họ thường gặp phải một bức tường hạn chế sự tự do của họ. Bức tường đó là uy quyền của người lớn, trong đó có các bậc phụ huynh. Do vậy, thường xảy ra sự xung đột giữa thế hệ trẻ và... “thế hệ già”! Công bằng mà nói, nếu quy trách nhiệm cho sự xung đột ấy, thì có khi lỗi ở thế hệ già, có khi ở thế hệ trẻ; có khi, ở cả hai. Thường khi, do thế hệ già yêu thương không đúng cách, và thế hệ trẻ, cũng “nổi loạn không đúng cách!

[11] Đây là một lời khuyên rất từ ái và thiết thực.

[12] Khi bạn trải nghiệm cuộc đời nhiều hơn, bạn sẽ thấy câu nói này rất đúng.

[13] Nếu các bạn theo lời khuyên này, đời các bạn sẽ tránh được rất nhiều rắc rối, nhiều nguy hiểm. Mong các bạn suy ngẫm câu nói này.

[14] Bạn hãy suy ngẫm câu nói này trước khi quá muộn!

[15] Rất đúng! Tuy nhiên, nói như vậy không có nghĩa là ta phải hoàn toàn hy sinh chính mình vì người khác. Theo Erich Fromm, nếu ta không thể yêu chính mình, thì ta cũng không thể yêu người khác. Tuy nhiên, ông phân biệt tình yêu hợp lý tính (rational love) với tình yêu phi lý tính (irrational love). Tình yêu đích thực là tình yêu hợp lý tính. Do vậy, yêu mình một cách đích thực, thì không hề mâu thuẫn với tình yêu dành cho người khác. Ngược lại, nếu ta yêu người khác bằng một tình yêu phi lý tính, thì có khi, đó chỉ là tình yêu vị kỷ! [Nếu xét thật kỹ, thì đa phần tình yêu ta dành cho người khác đều phát xuất từ một động cơ vị kỷ - ta cứ tưởng là ta

yêu họ, nhưng thực ra, ta chỉ yêu chính mình!].

[16] Đây là câu nói rất đáng suy ngẫm!

[17] To fall in love : Trong tiếng Anh, từ “fall” có nghĩa là “rơi, té.” Tôi cố ý dịch như vậy, bởi vì , quả thực, khi yêu một người, là ta đã... “té” vào trong tình yêu! Chữ “té” cho thấy rằng, khi yêu, ta thường khó lòng tự chủ được! Phương Tây có câu” Tình yêu thì mù quáng.” [Love is blind]. Cứ tưởng tượng mà xem, đã “mù” rồi, thì thật là... khó chữa!

[18] Đã có nhiều bản dịch Việt ngữ, trong đó, có bản dịch của Bùi Giáng, nhan đề : Cõi Người Ta.

[19] Nói như vậy thì ... hơi quá! Yêu nhau mà không nhìn nhau sao được! Theo tôi, ta cứ... nhìn nhau, và sau đó, cùng nhìn về một hướng!

[20] Rất đúng! Nếu ta quá “tính toán”, thì ta cũng khó lòng yêu ai được – nghĩa là, ta cũng phải... “đánh liều” một chút! [Ở đây, hình như tác giả muốn nói đến hiện tượng “bắt cá hai tay”?].

[21] Muốn “làm người lớn” trong khi mình chưa đủ điều kiện và năng lực, sẽ gây ra nhiều rắc rối không cần thiết!

[22] Các bạn thuộc nữ giới, nhất là những bạn còn quá trẻ, cần đọc kỹ và suy ngẫm chương này và các chương sau, để tránh những “sai lầm” đáng tiếc!

[23] Rất đáng suy ngẫm!

[24] Câu này cũng đáng suy ngẫm!

[25] John Rockefeller: (1839- 1937): Người Mỹ. Được mệnh danh là “vua dầu hỏa.”

[26] Đây là lời khuyên rất thực tiễn và sâu sắc!

[27] Bà phải đọc bằng chữ Braille, một hệ thống chữ nổi dành cho người mù: Trong khi người sáng mắt đọc bằng mắt, thì người mù phải dùng tay sờ vào các chữ nổi để đọc.

[28] Các bạn nào bị xem là “học kém” tại trường, cũng đừng nên bi quan. Có thể, bạn có những tài năng khác mà bạn chưa khám phá ra.

[29] Elitist: Người ưu tú. Có lẽ, ở đây, tác giả muốn phân biệt người có “khả năng thực thụ” với người chỉ có “kiến thức hàn lâm”, có nhiều kiến

thức, nhưng không biết áp dụng nó vào cuộc sống.

[30] Tôi biết có nhiều người đậu bằng C môn tiếng Anh, nhưng rồi, quên đi gần hết mọi cái đã học! Chưa kể, có rất nhiều tấm bằng đã được... mua với một số tiền nào đó! Do vậy, trong việc tuyển dụng nhân viên, người ta chú trọng vào thực học, khả năng thực thụ, còn bằng cấp, họ chỉ... “tham khảo” thêm mà thôi! Cho nên, nếu bạn có nhiều bằng cấp, nhưng bạn không thực sự có năng lực, thì chẳng sớm thì muộn, bạn sẽ... thất nghiệp!

[31] Tác giả đang nói với học sinh tại Mỹ (hoặc Nhật).

[32] Ở đây tác giả muốn nói đến sự “giàu, nghèo” về mặt tinh thần.

[33] Hiện nay, do sự “xâm lấn” của TV, và nhất là Internet, việc đọc sách đã bị ... “quên lãng” rất nhiều! Đây là một hiện tượng toàn cầu. Nhiều người đã tỏ ra quan ngại về sự sa sút của “văn hóa đọc.” Sự quan ngại đó là có cơ sở. Tuy chưa có con số thống kê cụ thể, nhưng phải thừa nhận rằng, trừ một thiểu số rất ít, đa phần các bạn trẻ hiện nay đều rất hiếm khi đọc sách [hay nếu có, thì đó cũng chỉ là một số sách chuyên môn cần thiết cho ngành nghề của họ]. Quả thực, sự suy thoái của văn hóa đọc – nhất là trong giới trẻ – là một hiện tượng rất đáng lo ngại!

[34] Bạn đã bao giờ thấy vui khi đọc được một cuốn sách hay? [Dĩ nhiên, không kể các sách chuyên ngành!] Nếu có, thì đó là dấu hiệu cho thấy rằng, bạn đã có sự tăng trưởng trong đời sống nội tâm của bạn.

[35] Cầu mong cho bạn sẽ gặp được vài cuốn sách như vậy!

[36] Rất đúng! Nếu ta không chịu đọc sách, thì tư duy của ta thường hời hợt, thiếu cơ sở.

[37] Câu này không chỉ dành cho các bạn trẻ, mà còn dành cho những... lãnh tụ!

[38] George Santayana (1863-1952): Nhà thơ, triết gia Mỹ.

[39] Tự thị: [Self-important] Tự cho là mình quan trọng hơn người khác.

[40] Đây là một nhận xét rất sâu sắc.

[41] Đây là một trong những tác dụng của nghệ thuật mà có lẽ ít ai ngờ tới.

[42] Nhận xét này rất đúng: Kinh tế và chính trị ảnh hưởng trực tiếp đến

đời sống của con người, nhưng chính văn hóa và giáo dục mới là những lực lượng định hình một thời đại. Thêm vào đó, văn hóa và giáo dục có tác dụng rất lâu dài.

[43] Các bạn lưu ý: Có loại nghệ thuật đích thực, và loại nghệ thuật... “dỏm”! Các bạn cần phân biệt được hai loại đó! Hiện nay trên các phương tiện truyền thông đại chúng [sách báo, TV...] đều cùng tồn tại hai loại “nghệ thuật” nói trên. Bên cạnh đó, dĩ nhiên cũng có những “thần tượng đích thực” và những “thần tượng dỏm”! Có một câu cách ngôn phương Tây: “Hãy nói cho tôi biết, bạn giao du với ai, tôi sẽ nói cho bạn biết, bạn là người như thế nào.” Cũng tương tự, ta có thể nói: “Hãy nói cho tôi biết thần tượng của bạn là ai, tôi sẽ nói cho bạn biết, bạn là người như thế nào.” Do vậy, bạn hãy cẩn thận: Nếu “thần tượng” của bạn thuộc loại “dỏm,” thì bạn cũng có nguy cơ thuộc loại... “dỏm”!

[44] Nói như vậy, không có nghĩa là phủ nhận sự phân tích, phê bình văn học, nghệ thuật. Tuy nhiên, nếu chú trọng quá nhiều đến việc phân tích mà bỏ quên cảm xúc hồn nhiên, thì không chừng, đó là cách tốt nhất để... giết chết nghệ thuật!

[45] Trong câu này, cần nhấn mạnh chữ “quá.” Có nghĩa, mức lương cũng quan trọng, nhưng đừng “quá” chú trọng đến nó và đặt nó lên ưu tiên hàng đầu. Chẳng hạn, nếu có thể chọn giữa một công việc có lương rất cao, nhưng không phù hợp với khuynh hướng và sở thích của bạn, và một công việc có lương tương đối thấp hơn, nhưng lại phù hợp với khuynh hướng và sở thích của bạn, thì bạn nên chọn công việc thứ hai. Bạn cũng nên biết, nếu phải làm một công việc mà bạn cảm thấy chán, bạn sẽ dễ bị stress; nếu lâu ngày, thì stress sẽ gây ra nhiều bệnh tâm thần – đó là điều mà các nhà tâm lý học đã khẳng định với những bằng chứng cụ thể, khoa học.

[46] (Bóng chày): Một cú đánh đưa bóng lọt qua hàng phòng ngự của đối phương, cho phép đồng đội ghi bàn.

[47] Nhà kỷ niệm tại thành phố New York (Mỹ), có những pho tượng bán thân để tôn vinh những người Mỹ danh tiếng trong một hoạt động đặc thù nào đó. Cứ 5 năm, lại có 5 cái tên được chọn đưa vào.

[48] Ở đây, chắc hẳn tác giả muốn nói đến chiến tranh phi nghĩa, xâm lược.

[49] True to yourself. Ở đây, có lẽ tác giả muốn nói: hãy sống với “phần tốt đẹp nhất” của riêng mình, không cần bắt chước ai khác. Tuy nhiên, ta cần biết, “sống thực với chính mình” không phải là dễ. Bởi vì, trước hết, ta phải tìm hiểu để biết “Ta là ai?” Đây là một vấn đề rất quan trọng, không thể nói trong một vài câu được. Bạn đã bao giờ đặt ra cho mình câu hỏi này chưa? Nếu chưa, thì bạn hãy thử đặt cho mình câu hỏi đó – vì đó là câu hỏi cơ bản mà bạn phải trả lời, và phải trả lời một cách cấp bách hơn cả! [Dĩ nhiên, không ai có thể trả lời một cách triệt để câu hỏi đó. Nhưng một khi đã đặt cho mình câu hỏi đó, thì ta mới có cơ hội tìm hiểu mình để hiểu mình hơn].

[50] Karma. Đây là một thuật ngữ của Phật giáo. Từ này có ý nghĩa rất sâu sắc và phong phú. Ở đây, tạm hiểu: “Nghiệp là những hành động mà ta đã làm trong quá khứ và hiện tại, kể cả những ý nghĩ của ta...” Nghiệp vận hành theo nguyên lý nhân quả.

[51] Thấu cảm [empathy]: Sự đồng cảm sâu sắc. Bác sỹ Đỗ Hồng Ngọc thường nói, trong mối quan hệ giữa bác sỹ và bệnh nhân, phải có sự thấu cảm. Ông chủ trương nhìn “bệnh nhân” như một “con người” – chứ không như một “cái máy” cần sửa chữa. Quan niệm này không có gì mới mẻ, vì đó cũng là quan niệm của mọi vị lương y đích thực xưa nay. Nhưng phải thừa nhận rằng, trong thời buổi hiện nay, khi mà số bác sỹ có lương tâm hình như không nhiều lắm, thì tiếng nói của ông là rất đáng trân trọng!

[52] Our own people: Chính dân tộc của chúng tôi, tức nước Mỹ. Tác giả đang nói chuyện với giới trẻ Mỹ. [Từ people còn có nghĩa là “nhân dân.”]

[53] Câu nói này rất sâu sắc, và cũng rất đúng!

[54] Chúng ta cần lưu ý: Một hành vi [hay câu nói] tưởng chừng rất nhỏ của ta, cũng có thể phô bày toàn bộ nhân cách của ta!

[55] Trường đại học Soka University of America được thành lập năm 2001 tại California, Hoa Kỳ. Năm 2011, được bầu là một trong những đại học hàng đầu tại Hoa Kỳ.