

Kazuko Watanabe

TỦ SÁCH
SÔNG
KHÁC

Mình là nắng

việc của
mình là
chơi chang

Vũ Thùy Linh dịch



Mình là nắng,
việc của mình là chói chang

Skybooks Copyright
MÌNH LÀ NẮNG, VIỆC CỦA MÌNH LÀ CHÓI CHANG
Kazuko Watanabe

DONNA TOKI DEMO HITO WA EGAO NI NARERU
Copyright © 2017 by Kazuko WATANABE, Asahigawasou

All rights reserved.

Original Japanese edition published by PHP Institute, Inc. Vietnamese edition published by arrangement with PHP Institute, Inc., Tokyo in care of Uni Agency, and through Squirrel Right Agency, SCC. JSC.

Bản quyền tiếng Việt © 2017 Skybooks
Được xuất bản theo hợp đồng chuyển nhượng bản quyền giữa PHP Institute, Inc. và Công ty TNHH Văn Hóa và Truyền thông AZ Việt Nam, thương hiệu Skyboo



AZ VIETNAM

Mọi ấn phẩm của Skybooks đều được in trên chất liệu giấy cao cấp.



Nghiêm cấm in sao và phát hành dưới mọi hình thức nếu không có sự cho phép bằng văn bản của Skybooks.

Kazuko Watanabe

TU SÁCH
SÔNG
KHÁC

Mình là nắng

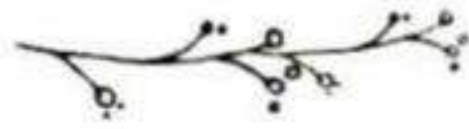
việc của
mình là
chơi chang



Thùy Linh dịch

NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

Lời nói đầu



“Ước gì con tôi đỗ vào trường đó.”

“Ước gì tôi khỏi bệnh.”

“Ước gì mình xin được vào công ty ấy.”

Chúng ta ai cũng cầu mong những điều tương tự như vậy. Thế nhưng, trên đời này, có biết bao nhiêu điều ước không trở thành sự thực: con bạn thi trượt, bệnh tình không thuyên giảm và bạn cũng không thể xin vào công ty mình muốn.

Chính những lúc như thế, nhiều người đã tự hỏi “Liệu Đức Chúa hay Đức Phật có thật trên đời không?”

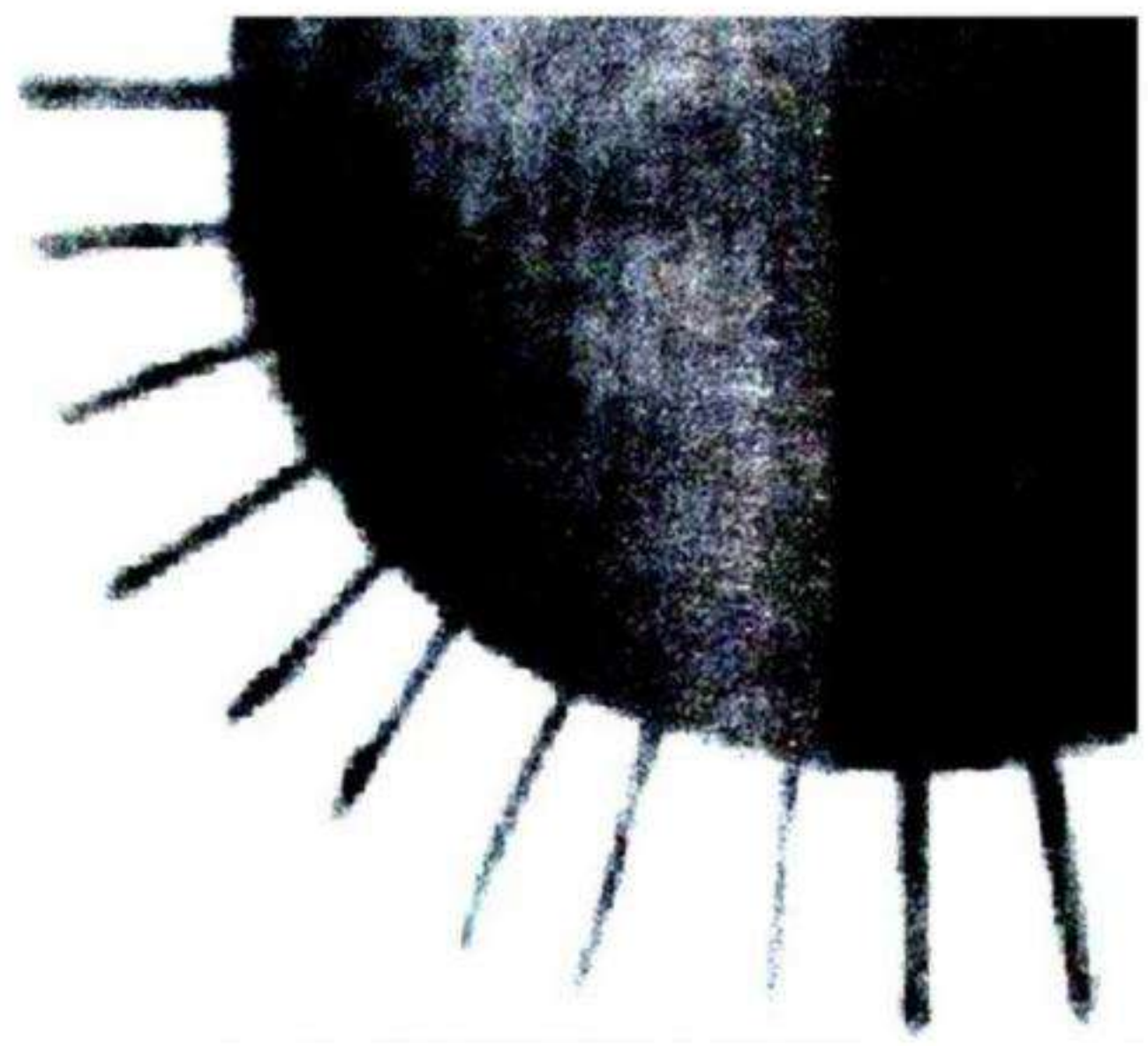
Trên thực tế, tuy “cầu nguyện, tìm kiếm, gõ cửa hạnh phúc” là những việc rất quan trọng, nhưng luôn giữ “lòng biết ơn”, khiêm nhường

khi những ước nguyện được đáp ứng còn quan trọng hơn.

Nếu bạn chỉ biết mong mỏi, chỉ biết ước ao, thì khi điều ước không trở thành sự thật hay khi bạn không thấy được những điều bạn luôn tìm kiếm, bạn sẽ càng buồn và thất vọng hơn.

Thế nhưng thực ra, chính những nỗi buồn và tuyệt vọng đó lại khiến con người ta trở nên trưởng thành hơn. Rồi đến một ngày, nhất định chúng ta sẽ nhận ra “điều thực sự quan trọng” và “điều chúng ta thực sự cần”.

Dù trong hoàn cảnh nào, vẫn hãy mỉm cười.



Chương 1:

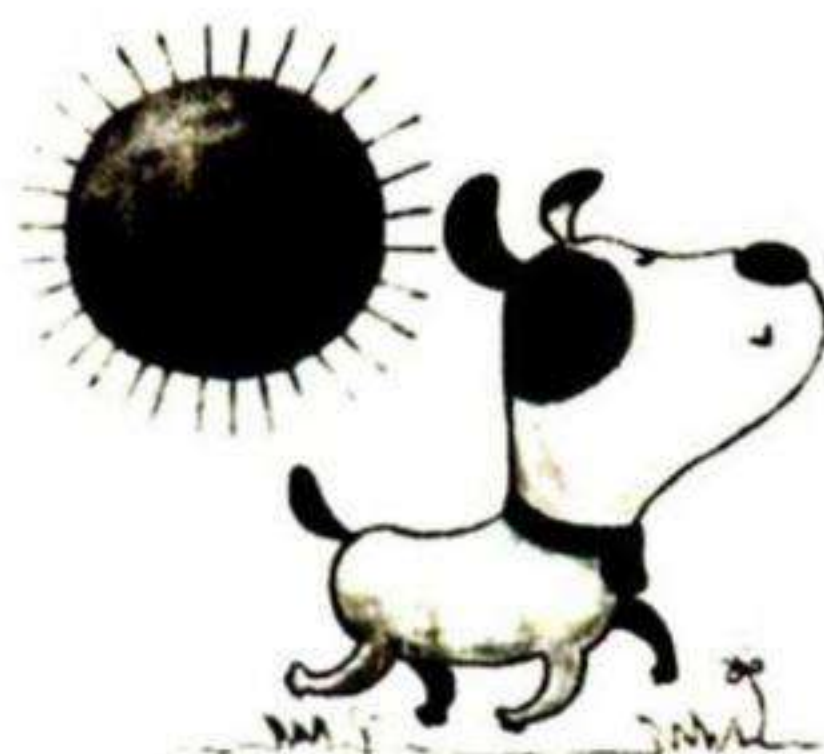
**Làm thế nào để
sống trọn vẹn khi bạn chỉ
có duy nhất một cuộc đời**

SỰ

QUAN

TÂM

Tâm quan trọng của
việc gọi tên

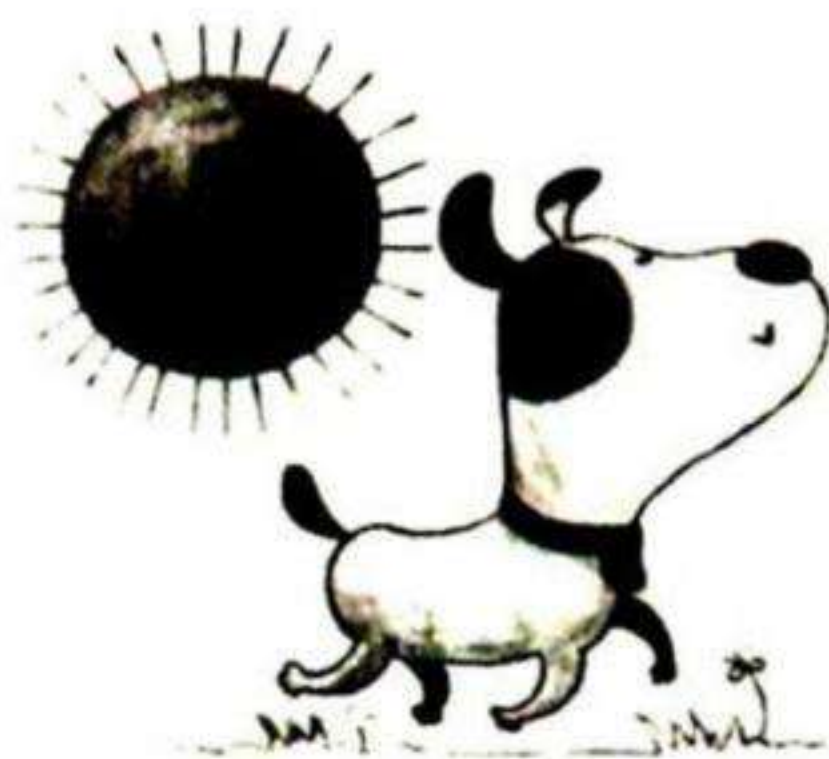


SỰ

QUAN

TÂM

Tâm quan trọng của
việc gọi tên



nhiều Mẹ đã nói rằng “Còn trẻ như thế, lại trong thời chiến thế này, chắc sẽ vất vả lắm đây.” Học sinh chúng tôi chỉ biết nghĩ rằng đúng là “vất vả” thật.

Cô hiệu trưởng mới có khả năng nhớ tên của học sinh vô cùng đáng kinh ngạc. Những lúc nhờ ai đó làm gì, cô thường lịch sự gọi tên họ và nói, “OO à, nhờ cậu nhé”, “Cảm ơn OO.”

Điều làm tôi nhớ nhất về cô là khi tôi gửi thư cho cô, thì dù có bận rộn hay bao lâu trôi qua đi nữa, nhất định tôi cũng sẽ nhận được bức thư hồi âm viết tay. Ngay cả những tấm bưu thiếp thăm hỏi nhân các dịp lễ tết cũng được cô trả lời bằng thư tay; điều đó khiến tôi không tránh khỏi xấu hổ.

Nhưng chính cô là người đã dạy cho tôi rằng những cử chỉ quan tâm dù nhỏ như thế cũng có thể khiến đối phương cảm nhận được giá trị của mình mà có lẽ đến bản thân họ cũng chưa chắc đã nhận ra.



“Gọi tên người khác”

Hành động nhỏ nhưng lại giúp con người tỉnh giấc, thêm hứng khởi để vui sống mỗi ngày.

.....

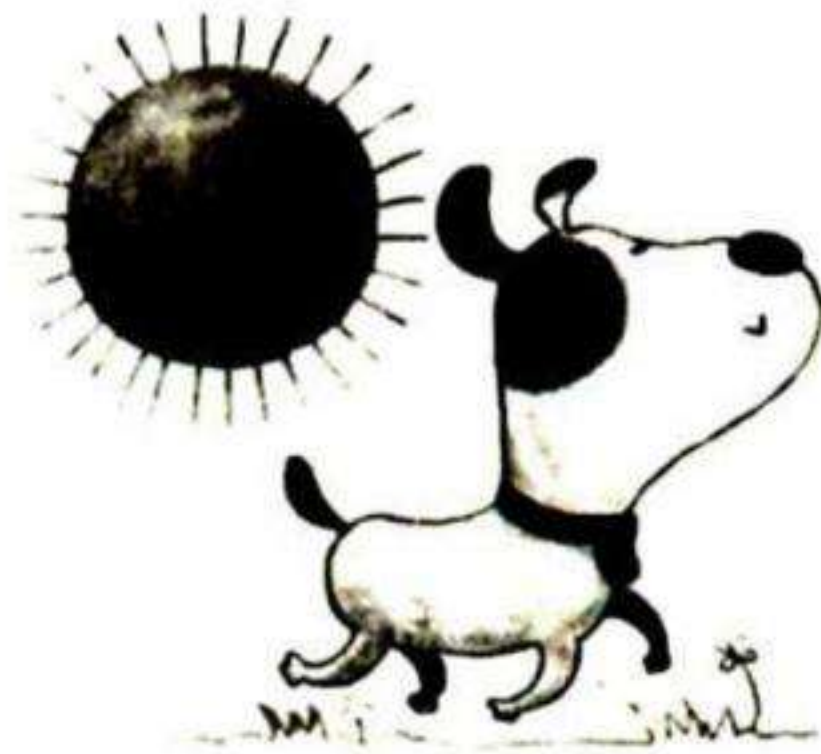
Không ngừng truyền tải thông điệp “Bạn cũng rất quan trọng đấy” chính là điều nuôi dưỡng tâm hồn con người và làm cho xã hội trở nên tốt đẹp hơn.

BỆNH

TÌNH

THÂN

Những điều khiến con người
Sống hết mình



"Con người không chỉ sống bằng bánh mì,
mà còn bằng những lời răn của Chúa."
(Phúc âm Matthew¹)

Tôi đã đọc những lời này trong Kinh Thánh cách đây khoảng hơn sáu năm trước. Tại nhà ga Shinjuku ở Tokyo, tôi ngồi cạnh một ông già râu rậm, người ngòm bản thủ đang chắt cao Kinh Thánh lên cái bàn trước mặt.

Có thật là chúng ta không thể sống t bằng mỗi bánh mì không? Trong thời đại đầy đủ cái ăn như hiện nay mà vẫn còn nhiều người tự sát. Đó có phải bằng chứng chứng minh cho điều ấy không?

Ngày nọ, một cậu sinh viên ghé thăm tôi, vừa ngồi xuống đã chìa ra một lá thư và nói rằng "Xơ đọc đi." Tôi mở thư, trong đó có mấy dòng chữ nghịch ngoạc.

"Con chỉ biết ăn và sống. Chính vì thế con chẳng thể trưởng thành thêm được nữa. Con chẳng biết trân trọng bất cứ điều gì. Chính vì thế con có chết lúc nào cũng chẳng sao. Dù ở trong môi trường dư dả tiền bạc và thời gian,

¹ Một trong bốn sách Phúc âm trong Tân Ước viết về cuộc đời, cái chết và sự Phục sinh của Chúa Jesus.

nhưng con vẫn không thể tận dụng được. Có lẽ trên đời chẳng còn người nào chìm đắm trong trống rỗng, trong sự vô cảm và chán nản đến thế."

Cậu học sinh mới chỉ hơn hai mươi tuổi, nhưng lại mang gương mặt thiếu sinh khí như thể đã hơn bốn mươi đó, là người có học thức, gia đình cũng tương đối khá giả.

Lúc ấy, tôi hỏi cậu, "Chỉ cần trên đời này có một người thực sự trân trọng con thì con sẽ không chết chứ?" Và cậu trả lời rằng "Vâng, con sẽ không chết."

"Vậy ta sẽ là người đó, nên con đừng chết. Đến lúc con chết hãy nhớ thông báo cho ta một lời."

Đến tận bây giờ, cậu học sinh ấy vẫn sống, nhưng có vẻ không được hạnh phúc lắm. Lời nói có thể vỗ về, động viên người khác, nhưng nếu bản thân mỗi người không cảm thấy có tinh thần, vui vẻ gì, thì mọi chuyện chỉ là vô nghĩa. Bởi lẽ người khác không thể suốt ngày đi theo nhắc nhở bạn rằng "Bạn thực sự quan trọng lắm đấy".

Chính vì vậy, “điều duy trì sinh mệnh con người” không chỉ là bánh mỳ mà còn là rất nhiều yếu tố khác, có như vậy thì mỗi cá nhân mới có thể thực sự “sống” trọn vẹn.





Quá nhiều người cô đơn đã mất niềm tin vào cuộc sống, đến mức nghĩ mình có sống hay chết cũng chẳng sao.

.....

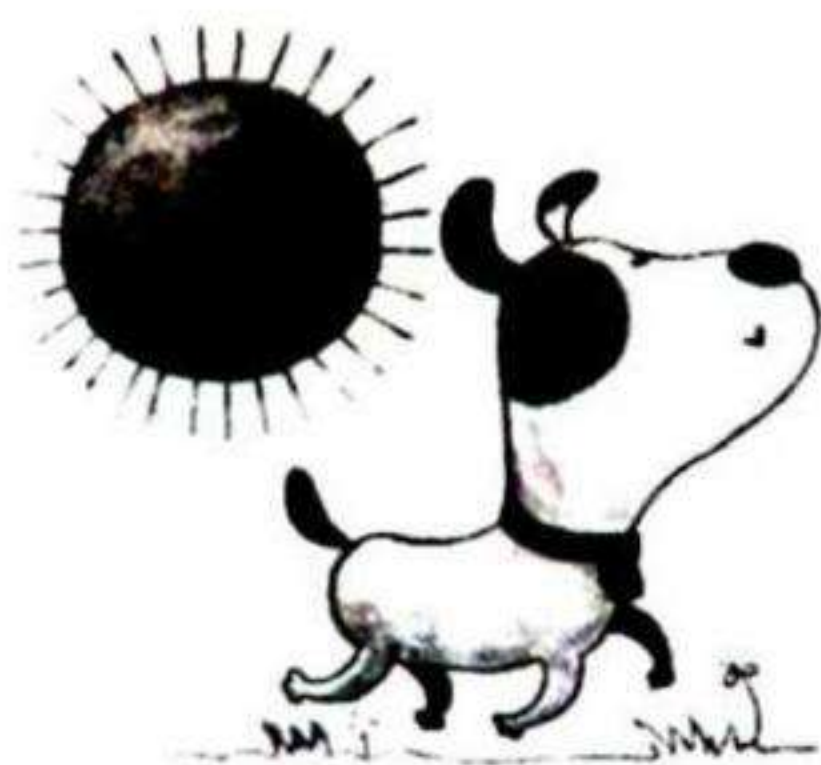
Khi con người có những triệu chứng bất an về sự tồn tại của mình, thì liều thuốc hữu hiệu nhất chính là sự dịu dàng và những lời quan tâm chân thành từ trái tim của người khác. Những thứ đó sẽ giúp người ấy sống với niềm tin rằng mình cũng thực sự quan trọng.

THỪA NHẬN

NHỮNG ĐIỂM

KHÁC BIỆT

Mở rộng mọi khả năng



Tôi nghe nói người D) Thái có một câu thành ngữ cổ là:

*Đừng nghĩ đến việc vượt qua người khác
Mà hãy trở nên khác biệt với họ.*

Những câu từ đơn giản đó là nguồn động viên cho nhiều người trong cuộc sống hàng ngày, dù chẳng cần phải nhắc đi nhắc lại nhiều lần. Có lẽ bởi thế giới hiện tại đã bị tiêu chuẩn hóa, và giá trị của từng cá nhân chỉ có thể được nhìn nhận trong sự so sánh với người khác.

Quả thực, trong đời sống hiện tại, so sánh đã trở thành một yếu tố không thể thiếu. Chính nhờ có sự so sánh, chúng ta mới biết được vị trí hiện tại của bản thân, luôn duy trì tinh thần cạnh tranh không ngừng và phát huy đến tối đa những khả năng của mình.

Tuy nhiên, chính sự so sánh này, nếu không vận dụng song hành với nhận thức rằng không cá nhân nào giống nhau hoàn toàn mà chỉ chú tâm vào những điểm ưu tú bên ngoài, thì chúng ta rất dễ xa rời mục đích chính của

giáo dục: **chính** là nở rộng các khả năng riêng
biệt của từng cá nhân.





So sánh vừa có lợi, vừa có hại.

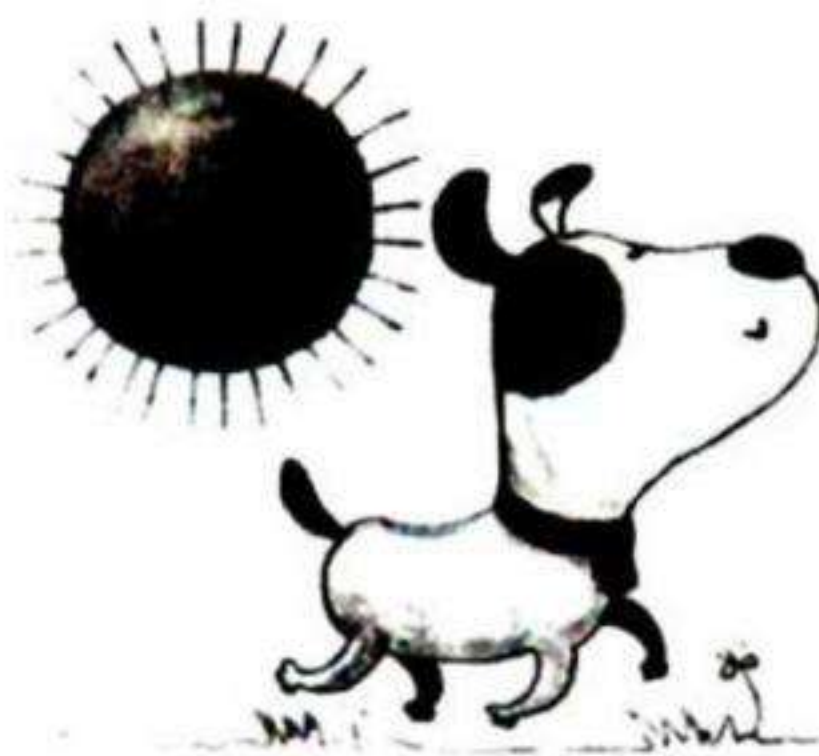
Mục đích lớn nhất của các hoạt động giáo dục là hiện thực hóa những khả năng riêng biệt của từng cá nhân.

Chúng ta không được phép quên rằng mỗi cá nhân là một thực thể hoàn toàn khác biệt.

THỬ

THÁCH

Cuộc đời chỉ có một,
làm thế nào để sống cho trọn vẹn.



Rất cảm ơn bạn đã viết thư cho tôi.

Cá tính “ghét thất bại” của bạn đôi khi cũng gây cho bạn không ít khó khăn, không theo cách này thì cách khác, phải không? Tôi cũng có tính đó, nên có thể hiểu được phần nào cảm giác của bạn.

Tôi đã nhận được lá thư của một bạn kể rằng từ hồi học mẫu giáo, bạn ấy luôn mơ ước trở thành giáo viên tiểu học. Thế nhưng khi vừa vào cấp Ba, bạn phát hiện ra mình bị bệnh tim và buộc phải từ bỏ ước mơ của mình. Khi đó bạn ấy đã rất sốc. Trong lúc tuyệt vọng, những chỉ định nghiêm ngặt của bác sĩ càng khiến cho bạn ấy suy sụp, bệnh tình mỗi lúc một tồi tệ hơn và thậm chí bạn còn nghĩ đến việc tự sát.

Chỉ riêng bệnh tật thôi cũng đủ khiến con người ta cảm thấy mệt mỏi rồi. Thế mà bạn ấy còn phải đứng nhìn bạn bè theo đuổi và từng bước đến gần với ước mơ của mình, còn bản thân lại phải đột ngột rẽ ngang giữa đường. Dù trong đầu luôn tự nhủ là “không còn cách

nào khác", nhưng thực sự bạn ấy vẫn khó chấp nhận chuyện đó.

Khi vào đại học, bạn ấy hướng tới mục tiêu trở thành giáo viên trung học để không cần dạy môn Thể dục vì sẽ ảnh hưởng đến bệnh tim. Thế nhưng, bạn ấy phát hiện ra mình bị viêm tụy, viêm dạ dày, viêm túi mật và lại tiếp tục phải từ bỏ ước mơ. Bạn ấy chia sẻ rằng khi giấc mơ bị ngăn cản không phải chỉ một lần, bạn cảm thấy mình thực sự là một kẻ thảm hại, và từ đó, không tài nào nở nụ cười được nữa.

Đó thực sự là một trải nghiệm khó khăn đúng không? Mình thì hết lần này đến lần khác phải từ bỏ mơ ước, còn người khác thì cứ từng bước từng bước đến gần với mục tiêu của cuộc đời... Những lúc như thế, nếu bạn ấy cho rằng ông Trời không công bằng cũng là lẽ đương nhiên.

Tuy nhiên, điều lớn lao nhất mà bạn ấy làm được chính là sau những trải nghiệm đó, bạn viết ra được những dòng sau:

"Để có được ngày hôm nay, con đã phải lần từng bước trên một con đường hết sức gian

nan, hết rẽ trái rồi lại rẽ phải. Thế nhưng, chính nhờ thế mà con đã có cái nhìn nghiêm túc về cuộc đời.

Gần đây, con suy nghĩ rằng: Phải chăng từ trước đến nay, con đã không sống một cách đúng mực, và vì muốn con cảnh tỉnh nên con được ban tặng những căn bệnh như vậy, để có thêm cơ hội trải nghiệm và học hỏi."

Giây phút bạn nhận ra rằng "Chỉ cần sống trọn cuộc đời của mình là tốt rồi" cũng chính lúc bạn cân bằng được tâm lý. Quả thực đúng như thế. Bạn có thể không có kỷ niệm về những chuyến du lịch, về các môn thể thao hay những bữa tiệc sinh viên giống như những người khác. Có thể tất cả những gì bạn có là chuỗi ngày trong bệnh viện vừa vật lộn đấu tranh với bệnh tật vừa cố gắng học hành.

Thế nhưng, khoảnh khắc bạn nhận ra chúng là những trải nghiệm độc nhất của riêng mình bạn và bắt đầu trân trọng chúng cũng chính là lúc bạn khai phá được những con đường mới.

Có người từng nói tầm vóc của ngày hôm nay bắt nguồn từ chính áp lực của hôm qua.

Chính nhờ những trải nghiệm khó khăn mà ngay từ khi mới hai mươi tuổi bạn đã nhận ra được rằng cuộc đời vốn không phải là “cuộc dạo chơi” mà là một “cuộc chiến”.

Và bạn cũng có cơ hội để nhận ra rằng con người không đơn thuần chỉ “sống” mà phải “sống và trưởng thành”.

Mới hai mươi tuổi mà đã nhận ra những điều đó tuy có hơi vất vả với bạn, nhưng đó cũng là điều hết sức tuyệt vời. Nhờ đó, cuộc sống của bạn từ nay về sau sẽ trở nên nhiều màu sắc hơn.

Xét cho cùng, đến cuối đời, điều quan trọng không phải là bạn có phải người thế nọ thế kia hay không, mà là bạn đã sống trọn vẹn cuộc đời duy nhất của riêng mình chưa.



Con người không chỉ đơn thuần “sống”
mà phải “sống và trưởng thành”.

.....

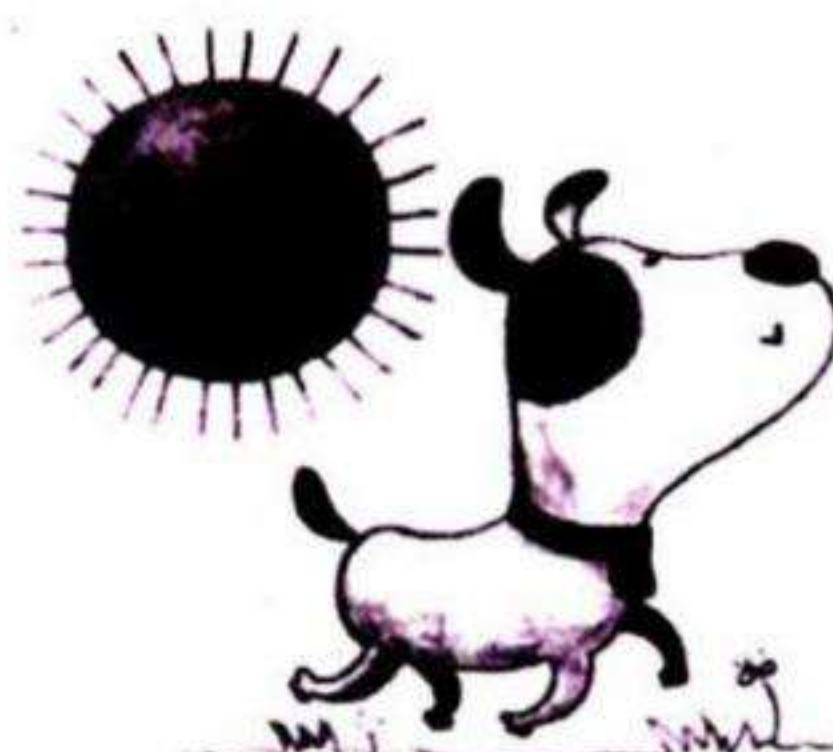
Chính những hoàn cảnh khó khăn sẽ
mang đến cho bạn cơ hội để suy nghĩ nghiêm
túc về cuộc đời, để hiểu rõ hơn ý nghĩa của
cuộc sống.

CÁI TÂM

VÀ

TÌNH YÊU THƯƠNG

Liều thuốc mang lại
dũng khí để thực sự Sống



Khi nhận chức vụ Hiệu trưởng của trường Truyền giáo Yotsuya ở Tokyo lúc chiến tranh vừa bắt đầu, nữ tu sĩ trẻ chỉ mới hai mươi tám tuổi.

Đúng như các Mẹ từng nói: “Còn trẻ thế mà, vất vả thật đấy”, cô gái trẻ ấy đã phải đương đầu với không ít áp lực do những người nước ngoài cũng như các cựu nhân viên để lại.

Khi được hỏi về những người tôi kính trọng nhất, tôi sẽ không ngần ngại mà nêu tên cô. Không phải vì cô còn trẻ mà đã trở thành hiệu trưởng, cũng không phải vì những khó khăn cô đã trải qua hay vì cô có trí tuệ siêu phàm. Lý do khiến tôi kính trọng cô chính là cô luôn trả lời tất cả, từ những tấm thiệp thăm hỏi mùa hè của tôi đến những thư từ của tất cả học sinh, từ những người đang học đến những người đã tốt nghiệp, không thiếu một ai. Dù với cô đó có là nghĩa vụ đi chăng nữa, thì tôi cũng cảm thấy đằng sau nét bút viết vội không thể nói là đẹp ấy hàm chứa biết bao tình cảm và sự tôn trọng.

Hành động trả lời tất cả thư từ, bưu thiệp của cô đã cho tôi một ấn tượng sâu sắc về sự chân thành.

Điểm cốt lõi của hoạt động giáo dục không phải là kỹ thuật, cũng không phải là kiến thức. Nếu chỉ cần kỹ thuật hay kiến thức thì thay vì để giáo viên trực tiếp giảng dạy, có lẽ ta chỉ cần nhiều dụng cụ giáo dục tân tiến, thiết bị nghe nhìn hoặc những bộ sách hay là đủ.

Nhưng những giáo cụ đó dù hiện đại đến đâu cũng không thể thực sự chạm đến tâm hồn lũ trẻ, bởi lẽ vẫn còn tồn tại một thứ không thể thiếu trong việc dưỡng thành một con người đúng nghĩa. Đó chính là “cái tâm”.

Chỉ là một tấm bưu thiếp đơn giản nhưng với người nhận, nó không hề đơn thuần như vậy, mà nó chứa đựng cả những tình cảm không thể mua được bằng tiền. Đó chính là thông điệp: “Với tôi, bạn là người vô cùng quan trọng.”

“Căn bệnh nguy hiểm nhất trên thế giới hiện nay không phải là bệnh lao phổi hay bệnh phong mà chính là trạng thái tâm lý tự cô lập, suy nghĩ mình có tồn tại trên đời hay không cũng chẳng sao.”

Những lời phát biểu của Mẹ Teresa trên báo chí sau khi giành được giải Nobel Hòa

Bình đã chạm đến những giới hạn của y khoa, đồng thời cũng chỉ ra rằng tâm lý con người cũng có thể được chữa lành.

Có một loại thuốc có thể xoa dịu nỗi cô đơn trong tâm hồn và mang đến cho người ta dũng khí để sống, mà dù có chi bao nhiêu tiền, mời biết bao chuyên gia hàng đầu đến những phòng nghiên cứu hiện đại, thì cũng chẳng thể nào điều chế được. Loại thuốc đó có tên là “tình yêu thương”. Nếu không có yêu thương thì giáo dục chẳng còn ý nghĩa nữa.





Trong giáo dục không thể thiếu “cái tâm”
và “tình yêu thương”.

.....

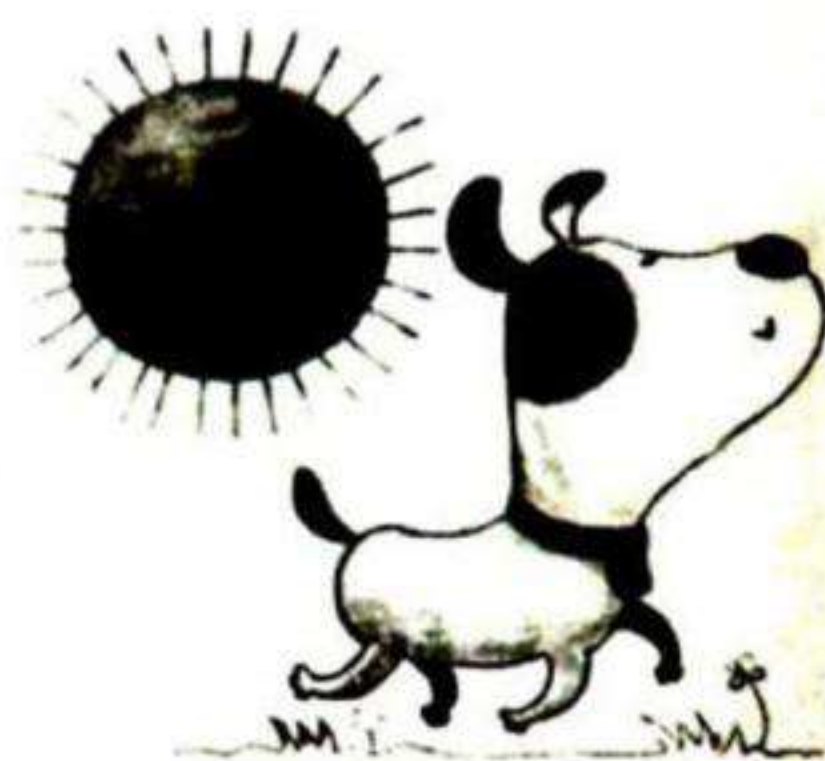
Những thông điệp đầy tình yêu thương từ
một nhà giáo tận tâm có thể cho học sinh dũng
khí để thực sự sống.

CÂU CHUYỆN

CỦA

TÂM HỒN

Những điều tôi thường nghĩ
vào mùa đông



Có lẽ bởi tôi sinh ra vào ngày lạnh nhất tháng Hai ở Hokkaido nên tôi đặc biệt yêu thích cái lạnh có thể đóng băng mọi thứ của mùa đông. Cũng vào một ngày tháng Hai tuyết phủ trắng xóa, bố tôi đã qua đời. Đó là một buổi sáng rất lạnh.

Không biết từ bao giờ, mùa đông đã trở thành một khoảng thời gian đặc biệt quan trọng với tôi.

Mùa đông của đời người chưa chắc sẽ đến sau mùa thu, cũng chẳng giới hạn là sẽ chỉ kéo dài trong ba tháng. Những khi mùa đông kéo dài, dù chỉ trong một khoảng ngắn ngủi cũng đủ để khiến chúng ta có những suy nghĩ nặng nề, như thể cả cơ thể và tâm hồn đều bị đóng băng. Ngay cả bản thân tôi cũng từng có rất nhiều “mùa đông” trong đời.

Nhà thơ Yagi Jukichi đã viết những dòng thơ sau:

⁹⁸Khi đi đến tận cùng nỗi đau,
Thì sẽ chẳng còn đau khổ nữa,
Và chúng ta sẽ chỉ tiếp tục sống.⁹⁹

Trong khi rất nhiều người đánh giá và tìm hiểu về bản chất của những khổ đau, thì tôi có đầy đủ căn cứ để nói rằng, khi đã đi đến tận sâu bên trong nỗi đau, chúng ta sẽ chỉ đơn thuần là sống, và đến khi nhận ra thì nỗi đau đã ở sau lưng rồi.

Khi viết một bản sơ yếu lý lịch, chúng ta cần phải điền đầy đủ quá trình học tập cũng như làm việc của mình. Tuy nhiên, có một điều mà chúng ta muốn viết cũng khó có thể nào viết ra được là “lý lịch những khổ đau”. Lý lịch học tập hay làm việc có thể giống với những người khác nhưng những vất vả, khó khăn mà bản thân đã trải qua thì chỉ có một, và chúng cũng là những bằng chứng rõ rệt nhất thể hiện cái Tôi của người đó.

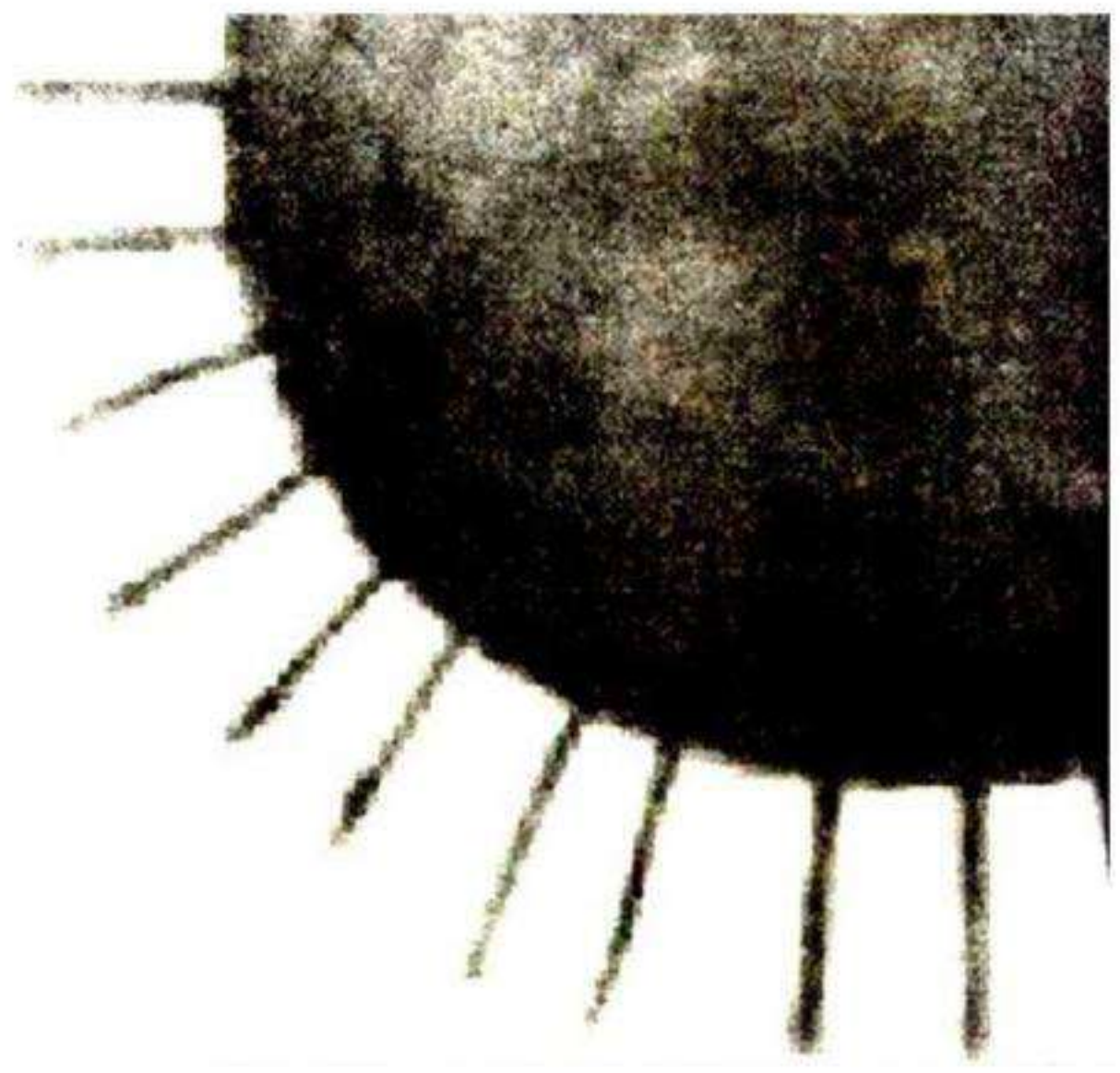
Mỗi khó khăn không thể nói thành lời mà một người đã vượt qua sẽ trở thành trải nghiệm có một không hai, thể hiện rõ năng lực của người đó.



“Lý lịch những khó khăn” mà một người
đã trải qua còn quan trọng hơn lý lịch học
tập hay làm việc.

.....

Một bản lý lịch ghi lại tất cả những khó
khăn vất vả mà bạn đã trải qua tính đến thời
điểm này. Nếu bạn biết trân trọng, chúng sẽ trở
thành những báu vật mang tên “trải nghiệm”.



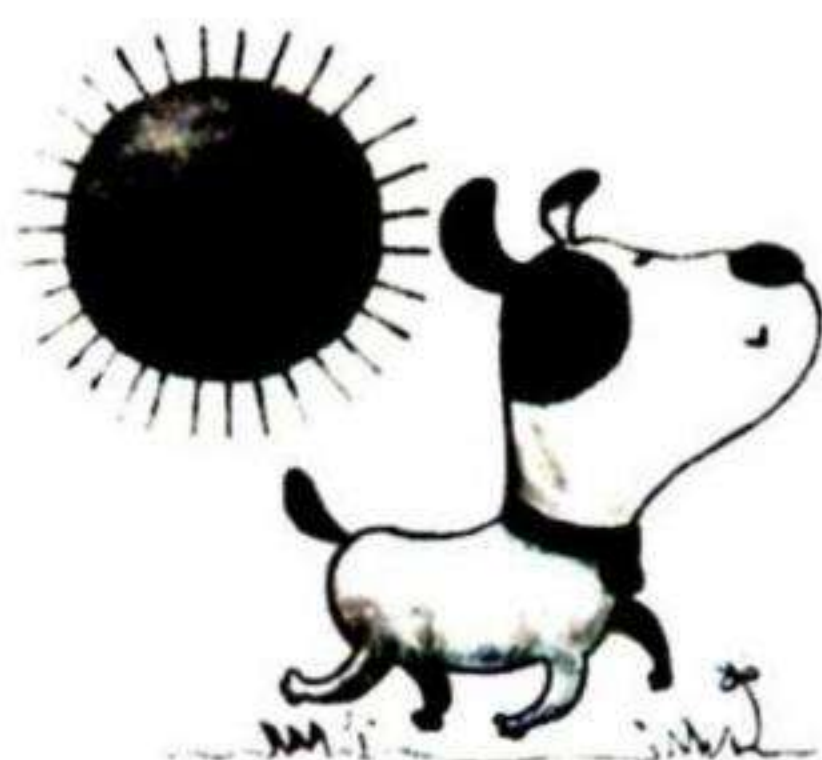
Chương 2:

**Nuôi dưỡng một
con người**

TÍN

NGƯỠNG

Cách sống là dấu ấn riêng
của mỗi con người



Mẹ Teresa đã nhận được giải thưởng Nobel Hòa Bình vào năm 1979. Lúc đó, khi được hỏi “Liệu bà có thể mang lại hòa bình cho một thế giới vẫn chưa thoát cảnh đói nghèo thế này không?”, Mẹ đã trả lời rằng “Những điều tôi có thể làm chỉ là đem tình yêu thương lớn đặt vào những hành động nhỏ mà thôi.”

Mẹ đã để lại cho đời biết bao câu nói mà đến ngày nay, khi nghe được, rất nhiều người vẫn cảm thấy tâm đắc. Lý do là bởi những lời nói chạm đến trái tim đó đều xuất phát từ chính những trải nghiệm của Mẹ chứ không phải là những lời đi vay mượn.

Tôi cũng luôn tự nhủ với bản thân rằng “Tín ngưỡng không phải là thứ mà chúng ta mang theo, mà là mục đích sống của ta.” Chính vì thế, chúng ta không chỉ đơn thuần nói rằng “Tôi đã trở thành một tín đồ Cơ Đốc giáo¹” hay “Công giáo² thì phải như thế này

¹ Christianity: Tên gọi chung của tôn giáo thờ Đức Chúa Jesus với nền tảng là Kinh Thánh.

² Catholic: Là giáo phái chính thống nhất của Thiên Chúa Giáo, có trụ sở chính đặt tại Vatican, nơi ở của Đức Giáo Hoàng người đứng đầu Tòa Thánh Chính của giáo hội.

mà Tir Lành¹ thì phải như thế kia.”

Năm mười tám tuổi, tôi nói với mẹ: “Từ trước đến nay, con luôn nghe lời của mẹ, nhưng hôm nay con xin phép được làm trái” và làm lễ rửa tội² bất chấp sự phản đối của bà.

Sai khi tôi làm lễ rửa tội về, mẹ đã bảo tôi rằng: “Nhà ta vốn thuộc dòng dõi Tịnh độ chân tông³ nà con lại thế này!” và giận đến mức ba ngày trời không nói với tôi một tiếng nào.

Một thời gian sau, vào ngày nọ, mẹ hỏi tôi: “Tiế tức là con là tín đồ Cơ Đốc giáo à?” Nói cách khác, ý của mẹ tôi là “Mẹ cho rằng Kazuki trước khi rửa tội và Kazuko sau khi cãi lời cha mẹ đi rửa tội có chút khác nhau.”

Lúc đó, tôi muốn nói với mẹ rằng, dù con đã trái ý của mẹ và làm lễ rửa tội, nhưng

¹ Protesantism: Là một nhánh thuộc Thiên Chúa Giáo nhưng không chấp nhận sự quản lí của Đức Giáo Hoàng và Tòa thánh Vatican, được thành lập thông qua cuộc cải cách tôn giáo do Martin Luther, một tu sĩ dòng Augustine phát động.

² Rửa tội, hay thanh tẩy, là nghi thức được thực hành với nước trong các tôn giáo như Cơ Đốc giáo, đạo Mandaean, đạo Mormon đạo Sikh và một số giáo phái của Do Thái giáo.

³ Là một nhánh của Phật giáo Đại thừa Tịnh độ tông ở Nhật Bản.

chẳng phải là con vắn dễ cáu giận, hay hờn dỗi, đôi khi không nói năng gì, hay trêu trọc và thi thoảng nói xấu người khác, không khác gì xưa hay sao.

Rồi tôi chợt nghĩ, ở Nhật, nếu đạo Tin Lành và Công giáo có hợp lại làm một thì số tín đồ đã chiếm đến 1% dân số chưa? Chính vì thế, ắt hẳn không ít người cho rằng “Là tín đồ Cơ Đốc giáo thì phải thế này cơ mà.” Do đó, rất nhiều người chưa từng đọc Kinh Thánh giống mẹ tôi đều băn khoăn rằng không biết một tín đồ Công giáo có những yêu cầu gì.

Lúc đó, tôi đã rất biết ơn mẹ vì đã mang đến cho mình cơ hội suy nghĩ về điều đó. Hiện tại, vẫn có khá nhiều người hỏi tôi rằng “Bà thực sự là một nữ tu sĩ sao?” Nhưng bản thân tôi chưa bao giờ tự vấn về chuyện đó.



Tín ngưỡng không phải là thứ mà chúng ta mang theo, mà là mục đích sống của ta.

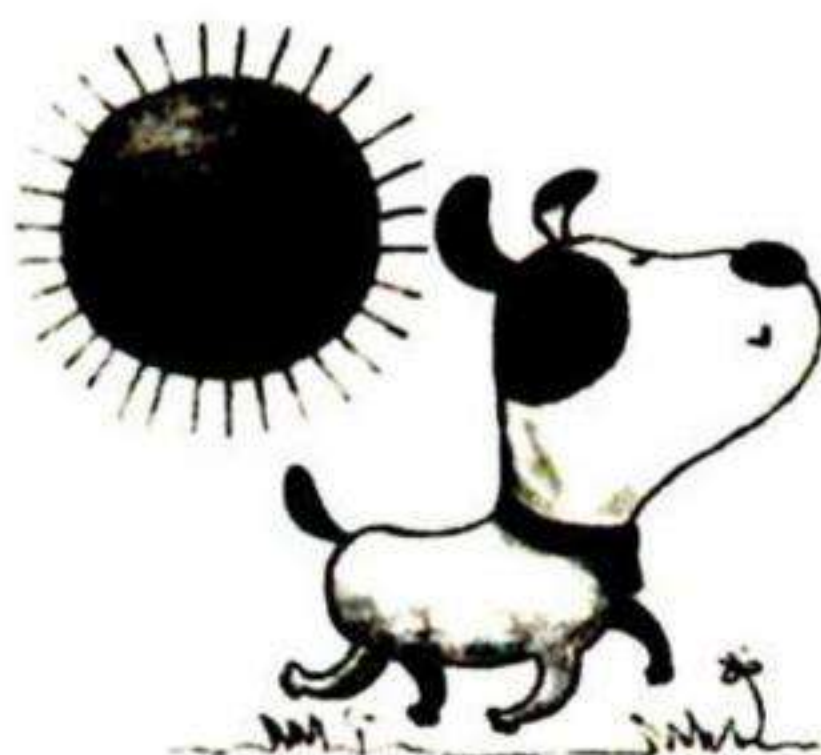
Hãy vừa sống vừa nghiệm ra đáp án cho riêng mình.

NHỮNG TÂM HỒN

XÍCH LẠI

GẮN NHAU

Hãy cố gắng thực hiện
những điều mình đã nói



Những điều đúng đắn vẫn luôn đúng đắn. Thay vì nói rằng “Vì chúng ta theo Công giáo nên phải làm thế này”, điều chúng ta cần làm là cố gắng thực hiện những điều mà mình đã nói. Không cần phải nói ra những điều trau chuốt hoa mỹ, chỉ cần sống đúng với những điều mình đã hứa là được.

Tôi từng được nhiều học sinh hỏi rằng: “Xơ luôn thực hiện đúng theo những điều mình nói sao?”

Và tôi trả lời: “Tuy cũng có những lúc không làm được, nhưng ta vẫn luôn cố gắng. Các con không cần nghĩ rằng mình bắt buộc phải làm đúng 100%, mà trước tiên, hãy cố gắng hết mình đã.”

Sự thống nhất giữa lời nói và hành động luôn rất quan trọng. Việc “đem tình yêu thương lớn đặt vào những hành động nhỏ” chính là ví dụ cho điều này.

Chẳng hạn như, mỗi ngày tôi đều chủ động nói lời “Chào buổi sáng” với mỗi học sinh mà tôi gặp. Hành động đó hẳn sẽ giúp học sinh cảm thấy ấm áp với suy nghĩ rằng “Xơ quan tâm và chào hỏi mình.”

Một lần, khi nhìn thấy đôi mắt thâm quầng của học sinh, tôi đã hỏi: “Hôm qua em ngủ có ngon không?” Sau đó, tôi khen rằng “Đôi mắt hôm nay em đi đáng yêu thật đấy.” Và trong bài cảm nghĩ về giờ học, bạn học sinh đó đã rất vui vẻ viết rằng “Hôm nay em được xơ khen đôi mắt.”

Thanh thiếu niên hiện nay đều mong muốn được nổi bật. Cả ở tiểu học lẫn trung học đều có những học sinh ồn ào, nhưng tôi cho rằng lý do là bởi các em đều có suy nghĩ “muốn được thầy cô trò chú ý” hay “muốn được thầy cô chú ý nhiều hơn.”

Tôi từng mỉm cười kể với học sinh: “Chính bản thân ta cũng có những lúc tổn thương. Những lúc như thế, ta đã đến thánh đường và tâm sự với Chúa về những điều bất công vô lý. Nhưng mà sau đó ta chẳng nhận được fax, cũng chẳng nhận được mail từ Chúa đâu.”

Các học sinh bật cười thích thú và nói rằng: “Hóa ra xơ cũng chẳng phải là người ở trên mây.”



.....

Sự thống nhất giữa lời nói và hành động là điều vô cùng quan trọng.

.....

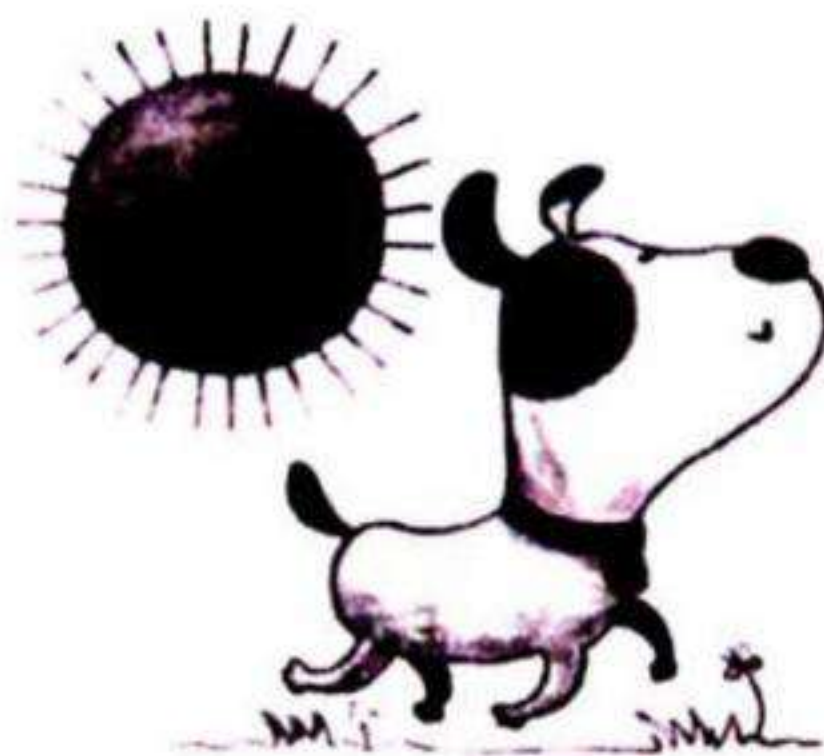
Hãy luôn gần gũi, gắn bó với học sinh, nhưng cũng đừng quên cần có lúc đứng tách chúng ra, như câu thành ngữ đã dạy: “Ôm thật chặt, đặt xuống đất, để tự bước đi.”

NHỮNG

ĐIỀU

MẸ DẠY

Sức mạnh
để vượt qua khó khăn



Từ bé tôi đã được mẹ nuôi dạy rất nghiêm khắc. Bà từng nói với tôi rằng:

“Tự thỏa mãn với những gì mình đang có là sai lầm rất lớn. Đừng bao giờ thỏa mãn với hiện tại. Hãy luôn ghi nhớ câu ‘Gian khổ tạo nên bản lĩnh’ để liên tục cố gắng không ngừng nghỉ, bởi lẽ không trải qua khó khăn thì con người không tài nào trưởng thành được.”

Dù ở trường học hay tu viện, tôi đều phải trải qua những vất vả. Nhưng nhờ lời dạy của mẹ, tôi đã có sức mạnh để vượt qua thử thách.

Khi ngoài năm mươi, tôi đã trải qua hai năm bệnh tật đầy khó khăn. Trong khoảng thời gian đó, mặc dù vẫn cố gắng lên lớp và làm việc, nhưng tôi thường xuyên thiếu tự tin, trong lòng cứ lờn vờn suy nghĩ: “Mình làm gì mạnh mẽ được như thế.”

Quả thực, dù vẫn lên lớp, nhưng đôi khi tôi không thể nói chuyện được lưu loát, thỉnh thoảng khi đang nói chuyện còn bất chợt ngừng gật. Cũng có lúc tôi nghĩ thà mình chết đi còn hơn.

Thế nhưng, đến thời điểm này, tôi lại nhận

thấy rằng nhờ khoảng thời gian bệnh tật như thế nên tôi mới biết trân trọng những lúc khỏe mạnh. Các xơ trong viện cũng nhẹ nhàng nói với tôi: “Xơ à, lúc này chúng ta có đủ người làm việc rồi. Nên xơ hãy cứ nghỉ chút đi.” Những lời đó đã cho tôi rất nhiều động lực.

Với tôi, điều khó khăn nhất chính là không thể mỉm cười thật tươi. Trước đây, tôi vẫn luôn tươi cười cất lời chào với người khác, thế nhưng, lúc này tôi không thể làm thế nữa.

Nụ cười có khả năng lan truyền rất lớn. Khi tôi mỉm cười, các bạn học sinh nhìn tôi và mỉm cười đáp lại, tôi có cảm giác mình vừa được chữa lành mọi bệnh tật trên đời.

Cùng với đó, sự biết ơn cũng là nguồn sức mạnh lớn lao để mỗi chúng ta có thể vượt qua thách thức.



Con người tuyệt đối không được tự
thỏa mãn với những gì mình đang có.

.....

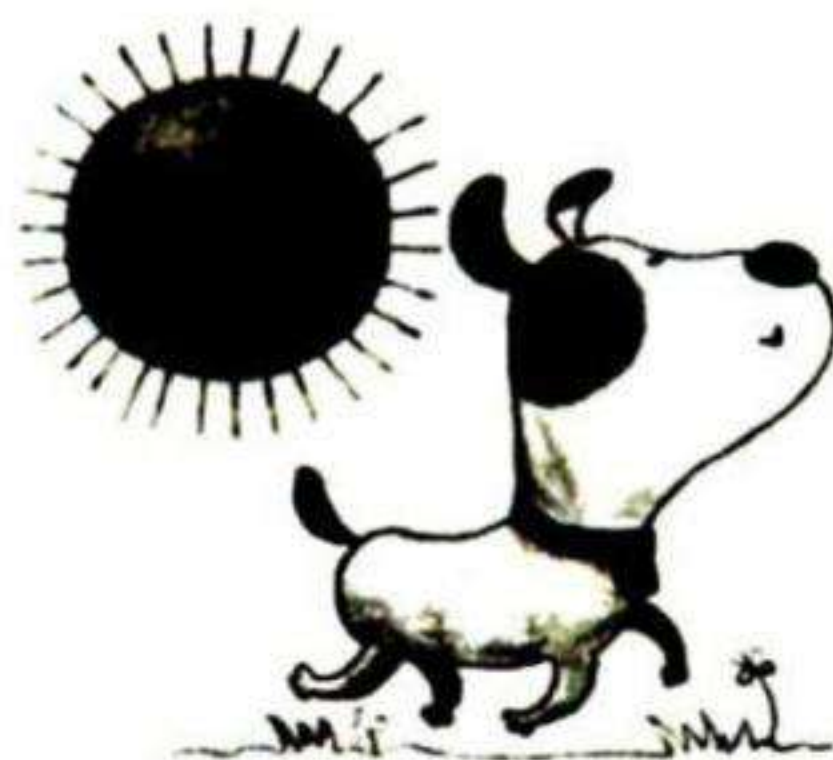
Nếu không có khó khăn thì con người
không thể trưởng thành. Tuy nhiên, trong bất
cứ hoàn cảnh nào cũng không được quên nụ
cười và thái độ “biết ơn cuộc sống”.

BIẾN NHỮNG ĐIỀU

TIÊU CỰC

THÀNH TÍCH CỰC

Bệnh tật khiến ta
hiểu được nhiều điều



Tôi hoàn toàn không hề xấu hổ vì mình có vấn đề tâm lý. Con người đều sinh ra với hai phần là “cơ thể” và “tâm hồn”. Cơ thể có đôi khi bị cảm, thì tâm lý cũng “bị cảm” tương tự như thế.

Tuy không phải là điều đáng tự hào, nhưng tôi cho rằng nếu không bị bệnh một lần thì chưa sống trọn cuộc đời. Trong lúc bệnh tật, tôi đã gặp được Đức Chúa trong vai trò một bác sĩ tâm lý. Và thực tế là, sau khi bị bệnh, tôi cảm thấy mình dịu dàng hơn, nhất là với những người ốm yếu.

Trước đó, dù không nói ra, nhưng tôi vẫn thầm đánh giá những tu sĩ không thể dậy sớm buổi sáng, từ những người trẻ tuổi “uể oải” đến những bạn cùng trang lứa “không mấy hứng khởi”, là “chẳng chịu cố gắng gì cả, tinh thần kém quá.”

Tôi đã từng nghĩ rằng với con người, luôn khỏe mạnh và tràn trề sức sống là lẽ dĩ nhiên.

Từ bài thơ “Nhờ có vấp ngã” của nhà thơ Aida Mitsuo do Nhà xuất bản Văn Hóa ấn hành, tôi đã học được một vài điều.

Mình là nắng, việc của mình là chói chang

Nhờ có vấp ngã

Chính nhờ những gập ghềnh và vấp ngã

Ta mới thấu hiểu rõ sự đời

Những thất bại lặp đi lặp lại

Chính là thứ giúp ta có thể

Nhìn người khác một cách bao dung hơn.

Dù chỉ là từng chút, từng chút

Chính vì bị bắt kịp và vượt qua biết bao lần

Ta mới có thể nhận ra

Những yếu đuối, bất cẩn của bản thân.

Chính vì bị lừa dối và phản bội

Ta mới nhận ra sự chân thành của những
người luôn ở bên

Và...

Chính chuyến đưa tiễn người thân yêu đến
nơi yên ngủ cuối cùng

Đã giúp ta nhận ra và tôn kính

Và khắc sâu vào trong cốt tủy

Sức nặng của sinh mạng con người
Và giá trị của việc được sống và tồn tại
Trên trần thế.

(Lược bỏ đoạn sau)

Vấp ngã, thất bại, bị lừa dối và phản bội
với cá nhân mỗi chúng ta đều không phải là
chuyện vui, cũng chẳng phải là việc bất cứ ai
mong muốn. Có đôi lúc, những chuyện như
vậy đến khi chẳng ai ngờ, nhưng chúng ta
hoàn toàn có khả năng biến những điều tiêu
cực đó thành tích cực.





Chính nhờ những lúc vấp ngã, ta mới biết suy nghĩ cho những người yếu thế hơn.

.....

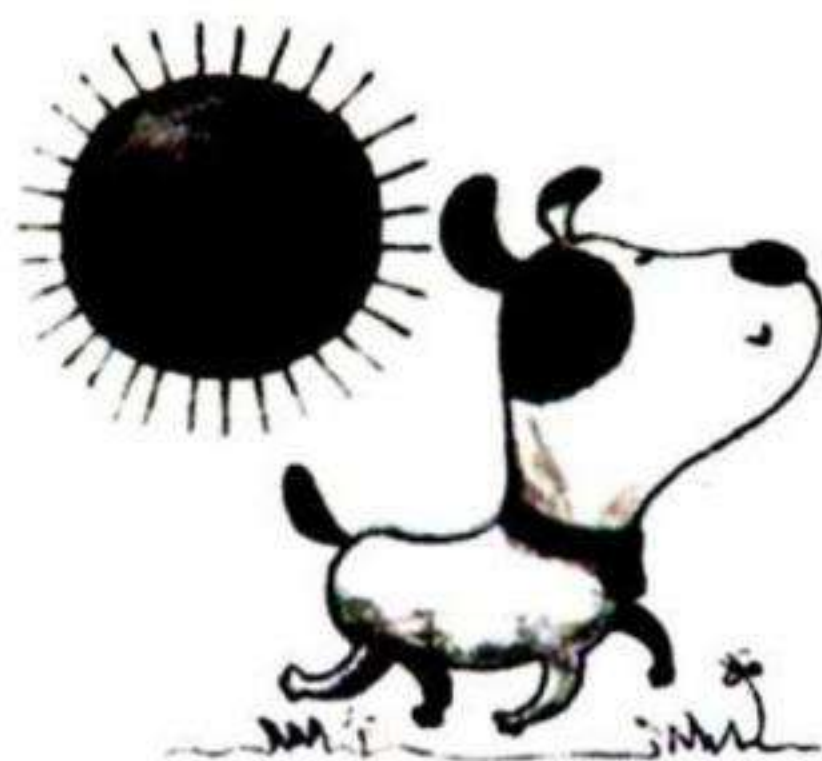
Nếu không bao giờ ốm đau bệnh tật thì có những chuyện bạn sẽ chẳng bao giờ hiểu được. Hãy cố gắng biến những điều tiêu cực thành tích cực và sống tiếp mỗi ngày.

LÀM VIỆC

BẰNG CẢ

TRÁI TIM

Những khoảng thời gian
vô nghĩa cũng
có giá trị riêng



Khả năng tiếp nhận thông tin của tôi chậm hơn những người khác. Tuy nhiên, một khi đã hiểu ra rồi thì tôi xử lý công việc khá nhanh. Dầu vậy, tôi vẫn sẽ không bao giờ quên được những lời mà mẹ tôi từng nói.

“Kazuko, tốc độ không phải là tất cả đâu. Con làm việc nhanh nhưng ẩu lắm đấy.”

Bản thân mẹ tôi không phải là người làm việc quá thông thả, nhưng những món đồ mẹ may không bao giờ bị sút chỉ, những món quà bọc trong Furoshiki¹ của mẹ cũng không bao giờ tuột giữa chừng.

Để làm được như vậy, ngoài những kinh nghiệm được tích lũy qua nhiều năm, thì tôi cho rằng mẹ đã đặt cả trái tim, đặt hết tình cảm vào từng đường kim, mũi chỉ.

Trong muôn vàn đóa hoa hồng mà Hoàng tử bé² thấy trên thế gian, cậu không tìm được bông hoa nào giống bông hoa mà mình đã bỏ

¹ Furoshiki: nghệ thuật gói quà bằng vải độc đáo và tinh tế của người Nhật Bản, gần giống với tay nải của Việt Nam và Trung Quốc thời xưa

² Hoàng tử bé: nhân vật trong tiểu thuyết cùng tên được xuất bản năm 1943 của nhà văn và phi công Pháp Antoine de Saint-Exupéry

lại trên tinh cầu đó. Một con cáo đã nói với Hoàng tử rằng:

“Chính thời gian cậu dành cho đóa hồng của mình đã khiến nó trở nên quan trọng.”

Dù cho rằng rất phiền phức, nhưng ngày ngày, cậu vẫn tưới nước, bắt sâu và chắn gió cho bông hồng. Dần dà, không biết từ lúc nào, giữa Hoàng tử bé và bông hoa hồng đã nảy sinh một thứ tình cảm kỳ lạ.

Tình yêu thương nảy nở và lớn dần trong chính những khoảng thời gian không tạo ra vật chất, không mang lại lợi ích, khoảng thời gian mà nhiều người cho là vô nghĩa.

Trong một thế giới mà tốc độ chiếm ưu thế và tính tức thời được đặt lên hàng đầu, thì những người thấu hiểu sự quan trọng của việc chờ đợi và giá trị của những khoảng thời gian vô nghĩa có thể bị xem là đi chậm hơn thời đại, là có định hướng sai lầm.

Thực ra, gần như chẳng một ai sống trên đời mà không chờ đợi bất cứ điều gì. Thế nên, chẳng phải là chúng ta cần hiểu thật rõ ý nghĩa của việc chờ đợi hay sao?

Tôi từng nghe một nhà sư nói rằng: “Tính

Mình là nǎng, việc của mình là chơi chạng

cách vội vàng chính là bằng chứng cho thấy người đó không thể được tin tưởng giao phó công việc.”

Đó cũng chính là lúc tôi thay đổi suy nghĩ muốn tất cả mọi việc phải đúng theo ý và được thực hiện theo đúng tiến độ mà mình mong muốn.





Khoảng thời gian mà bạn đã dồn hết
tâm trí hoàn toàn không hề vô nghĩa.

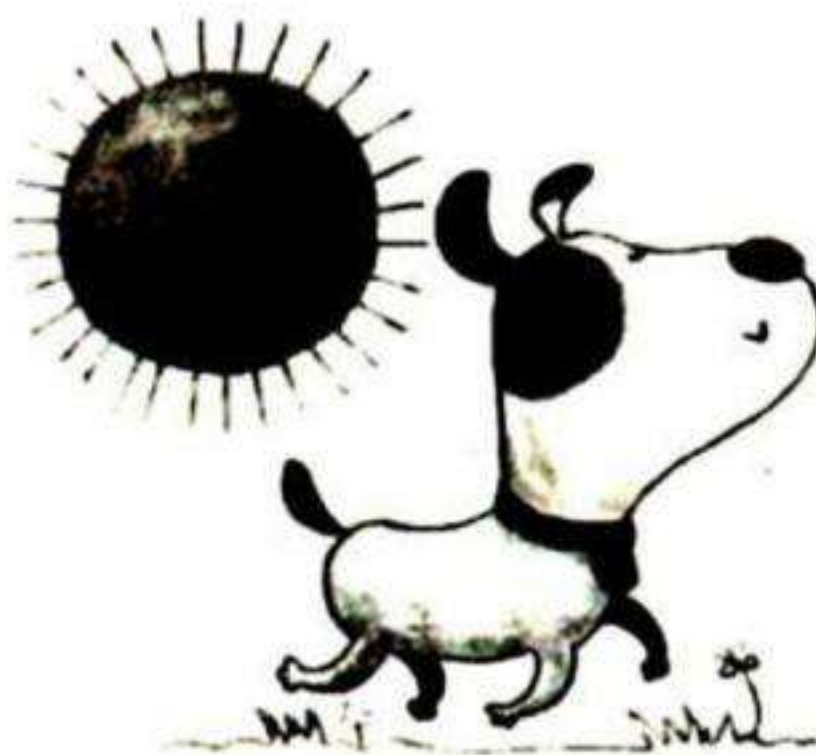
.....

Lúc nào cũng nóng vội không hẳn đã tốt.
Thời gian ta dành cho một ai đó, một điều gì
đó sẽ khiến tình yêu nảy nở và nuôi dưỡng
chúng ngày một lớn dần lên.

CHUYỆN NHÂN TÌNH

THẾ THÁI

Khi mọi chuyện không như ý



Trong một cuốn sách của mình, Edward Lean¹ đã viết: “Khoảnh khắc ta nổi giận với ‘những thứ vượt ngoài tầm kiểm soát’, chẳng hạn như hành động của người khác, cũng là lúc ta đánh mất sự khiêm nhường của chính mình.”

Ông còn viết, những người muốn và nghĩ rằng mình có thể thoát khỏi sự đối xử bất công, hiểu lầm, xa cách hay không thiện chí của người khác thì hẳn đã quên mất “nhân tình thế thái” trong xã hội.

Khi mới vào tu viện, tôi rất sợ phải giao tiếp với những người khác, trong lòng dậy sóng biết bao lo nghĩ vô lý. Lúc đó, chính cuốn sách ấy đã khiến tôi phải suy nghĩ rất nhiều.

Trong một xã hội là tập hợp của những con người không hoàn hảo, thậm chí đến cả bản thân chúng ta cũng không hoàn hảo, thì mong muốn mọi việc luôn phải vận hành hoàn hảo và đúng theo những gì mình dự liệu là một sai lầm lớn.

Trong “Sách truyền đạo” có viết rằng

¹ Edward Tangye Lean: nhà văn người Anh, người sáng lập câu lạc bộ văn học Inklings ở Oxford.

“Theo sắp xếp của thánh thần trên cao, tất cả vạn vật trên thế gian đều có mùa, mọi kỹ năng đều cần thời gian rèn giũa. Con người có sinh, có tử, vạn vật có sinh sôi thì cũng có héo tàn [...] Thành công lớn nhất của Đức Chúa chính là tất cả muôn loài đều đẹp đẽ, phù hợp với ‘mùa’ dành riêng cho mình.”

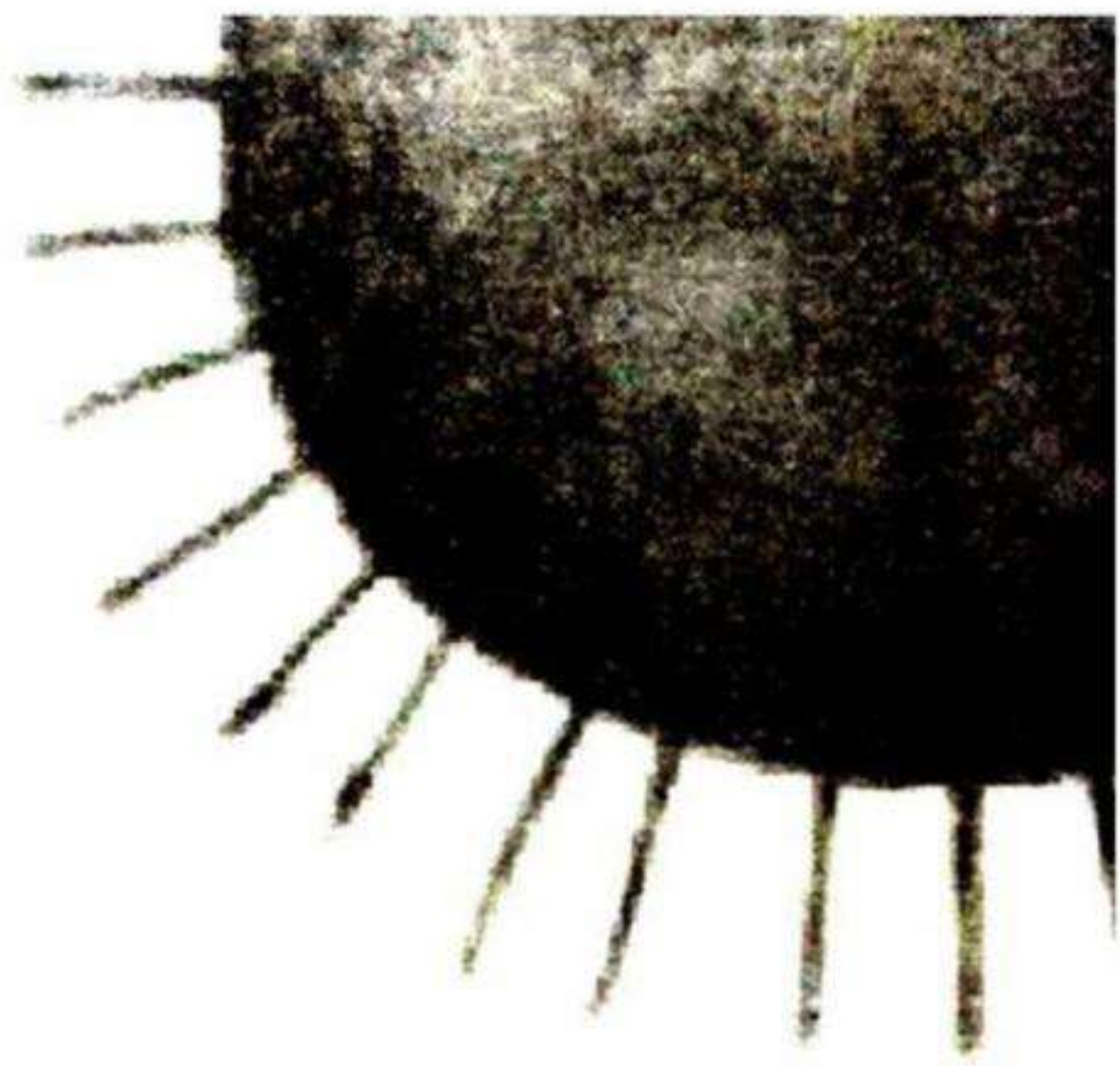
Suy nghĩ của con người không phải lúc nào cũng giống suy nghĩ của thánh thần. Trong thời đại khoa học và công nghệ phát triển rực rỡ, khi con người đã đủ lớn, tưởng như có thể khống chế được sinh tử, thì điều lớn lao thực sự chính là khi ta nắm rõ được giới hạn của bản thân.



Sống cuộc đời mà ta không thể nào hoàn toàn kiểm soát mới giúp ta hiểu thêm về vị trí của bản thân và khoan dung hơn với người khác.

.....

Trong thế giới của những con người không hoàn hảo, chúng ta đều không phải là thánh thần để có thể sống hết như tất cả những điều mình muốn.

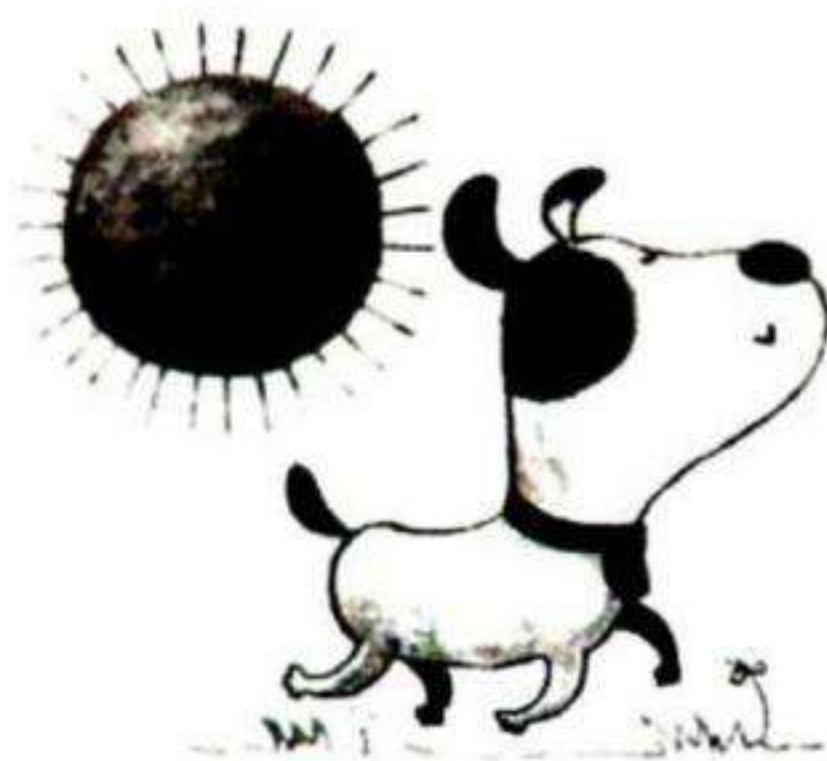


Chương 3:

**Khi điều ước thành
sự thật**

KHI TA LO LẮNG

Hãy học cách nhờ cậy
vào Chúa dù ngay cả khi sợ hãi



Những người lớn tuổi thường hay lo lắng, bất an. Lúc tôi còn là học sinh, mẹ tôi, khi ấy đã hơn sáu mươi tuổi, ngày nào cũng bắt tôi mang ô, dù trời không có vẻ gì là sẽ mưa cả. Mẹ luôn dặn tôi phải rời khỏi nhà sao cho dư dả thời gian lên tàu xe, trước khi xuống phải chuẩn bị từ trước một ga. Những lúc qua đường, nếu đang đèn xanh thì bà muốn tôi đợi cho qua một lần đèn đỏ, rồi đến lượt đèn xanh tiếp theo thì mới được qua. Theo bà, như thế sẽ tránh được việc đi được nửa đường thì đèn đỏ. Việc gì bà cũng dặn dò tôi cẩn thận như thế.

Không biết có phải vì cách nuôi dạy đó mà tôi luôn nghĩ mình cũng hay lo lắng không. Cũng có thể là do bây giờ, đức tin trong tôi chưa đủ lớn. Tôi vẫn biết trong Kinh thánh có viết “Đừng nên sợ hãi.” Và tôi cũng biết Đức Chúa ở trên cao cũng giống như Người Cha chung, dành cả trái tim để chăm lo cho chúng ta đến từng sợi tóc, cũng giống như cách người quan tâm đến từng bông bách hợp trên cánh đồng hay từng cánh chim tung bay trên bầu trời.

Thế nhưng, từ khi còn nhỏ, tôi đã luôn có

suy nghĩ hơi mê tín là nếu mình cứ lo lắng và tưởng tượng ra viễn cảnh xấu nhất, thì cái điều mình lo lắng đó sẽ không trở thành sự thực hoặc sẽ giảm bớt mức độ đi.

Có lẽ suy nghĩ đó xuất phát từ việc khi lo lắng quá nhiều và điều không hay thực sự đến, tôi có thể nghĩ rằng “À, đúng như dự đoán,” rồi dễ dàng bỏ cuộc. Còn nếu điều đó không đến, hoặc không tệ đến mức như đã đoán, tôi có thể thở phào và nói “Đúng là may thật đấy.”

Tuy có thể sẽ bị chỉ trích là đức tin chưa đủ lớn, nhưng tôi vẫn thường tự an ủi bản thân rằng ở lập trường của Chúa, khi đáp “Được, ta nhận được lời cầu nguyện của con rồi. Đừng lo lắng nữa nhé” với những người thực sự lo lắng đến mất phương hướng, Người sẽ cảm thấy có sức nặng hơn khi đáp lại những người chẳng hề lo nghĩ gì mà chỉ vô tư mở lời nhờ vả.

Chúa cũng mang trái tim hiền hòa như mỗi con người chúng ta. Và cảm giác hạnh phúc khi được người khác nhờ cậy là lẽ tự nhiên đối với con người. Vấn đề ở đây là khi nào thì ta nên ngừng lo lắng và bắt đầu nhờ cậy vào Chúa, cũng như tự giác ngộ rằng “Đừng

phàn nàn, kêu ca” về những điều mà Người đã mang lại sau khi ta cầu nguyện.

Cũng có những lúc tôi hoài nghi sự sắp xếp của Chúa. “Tại sao Người lại làm mọi chuyện ra thế này chứ? Đến con còn có thể tự sắp xếp ổn thỏa hơn.” Nhưng sau cùng, chúng ta đều có thể thở phào và nói: “Tất cả mọi nguyện ước đều đã thành sự thực, thật tuyệt vời.”

Mọi điều trên đời đều cần có thời gian và “Con người không thể nhìn thấu những việc Chúa ban từ khi khởi đầu đến khi kết thúc.” Chính vì thế, bạn an tâm hay lo lắng cũng được. Đôi khi sợ hãi, hãy cố gắng học cách đôi khi phó mặc số mệnh cho Chúa. Hình như đó là cách nghĩ hơi mâu thuẫn thì phải.



.....

Con người chúng ta được bảo vệ bởi
tình cha của Chúa và những lời răn dạy
của Mẹ.

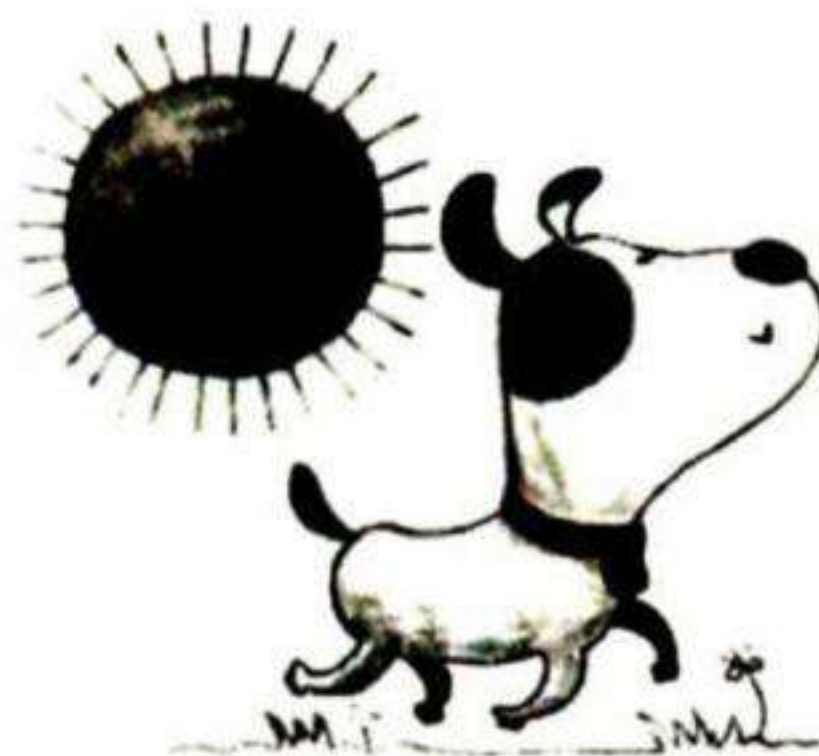
.....

Có không ít trường hợp, ban đầu chúng
ta cảm thấy thật vô lý và bất công, nhưng về
sau lại nhận ra rằng “Được như vậy thật may
mắn quá.”

VAI TRÒ

CỦA THÁNH THẦN

Tại sao chúng ta lại cầu nguyện?
Những điều chúng ta cầu nguyện
có trở thành sự thực không?



Tôi từng nhận được thư từ một học sinh đã tốt nghiệp và xin vào làm ở một công ty lớn. Em ấy đã viết như thế này:

“Nếu chúng ta cứ liên tục cầu nguyện, liệu điều chúng ta mong muốn có đến được tai Thánh Thần không? Hiện tại, con đang rất buồn.”

Bức thư ngắn ngủi ấy không hề giải thích rõ ràng lý do tại sao. Liệu em ấy buồn về các mối quan hệ xã hội, hay vì đã gặp được người mình yêu nhưng lại không thể thổ lộ tình cảm?

Tôi đã viết thư trả lời rằng “Ta tin nếu chúng ta liên tục cầu nguyện, thì chắc chắn điều ta mong ước sẽ đến tai của thánh thần. Thế nhưng, “đến được” không có nghĩa là điều đó chắc chắn sẽ trở thành sự thật.” Vừa viết thư trả lời, tôi vừa suy nghĩ nhiều hơn về việc “cầu nguyện”.

“Nếu tất cả những điều tôi cầu nguyện đều thành sự thật thì sẽ ra sao?”

“Nhiệm vụ của thánh thần là biến tất cả điều ước của con người thành sự thật sao?”

“Nếu có hai người liên tục cầu xin hai

điều hoàn toàn trái ngược nhau thì thánh thần sẽ làm thế nào?”

“Nếu cứ nghe theo những ý nguyện của con người như thế thì “Thần” có ý nghĩa gì?”

“Chúng ta có cầu nguyện nhiều đến mấy, nhưng nếu các vị Thần vẫn cứ làm theo những gì mình thích, thì có cầu nguyện hay không cũng chẳng khác gì nhau.”

Cứ thế, trong lòng tôi đặt ra rất nhiều câu hỏi về việc “Vì sao ta lại cầu nguyện”, “Cầu nguyện là gì” và “Tự do của con người và hành động của Thánh Thần.”

Quả thực Chúa cũng đã nói rằng: “Cứ xin thì sẽ được. Cứ tìm thì sẽ thấy. Cứ gõ cửa thì sẽ mở cho. Vì hễ ai xin thì sẽ nhận được, ai tìm thì thấy và gõ cửa thì sẽ được mở cho.” (Phúc âm Luca¹: Chương 11, từ câu 9 đến 10)

Tuy nhiên, những lời đó của Chúa không có nghĩa Người sẽ mang lại những điều chúng ta cầu nguyện, Người cũng không hứa rằng ta sẽ tìm thấy chính xác những gì ta tìm kiếm.

¹ Phúc âm Luca là một trong bốn sách Phúc âm trong Tân Ước viết về sự giáng sinh, cuộc đời, cái chết và sự phục sinh của Chúa Jesus.

“Có người cha nào, khi con xin cá mà lại lấy rắn đưa cho không? Hoặc con xin trứng nhưng lại cho bọ cạp? Thậm chí những kẻ xấu xa còn biết mang những thứ tốt đẹp nhất cho con cái mình, huống chi Đức Chúa Trời. Người sẽ ban Thánh Thần cho những kẻ xin Người.” (Phúc âm Luca: Chương 11, từ câu 11 đến 13)

Những câu tiếp theo trong Phúc âm Luca cũng đề cập đến việc có khả năng chúng ta sẽ được ban cho những thứ “thay thế” cho thứ mình xin.

Cầu nguyện là việc quan trọng. Tuy nhiên, theo câu số 8 trong Chương 6 Phúc Âm Matthew thì: “Trước khi ta cầu xin, Đức Chúa Cha đã biết ta cần gì”. Đức Cha không thể hiện tình yêu của mình dành cho con người bằng cách ban cho họ đúng những gì họ cầu xin.

Lý do là bởi chúng ta luôn xin những thứ mà ta “muốn”, còn Đức Ngài sẽ ban những thứ mà ta “cần”.

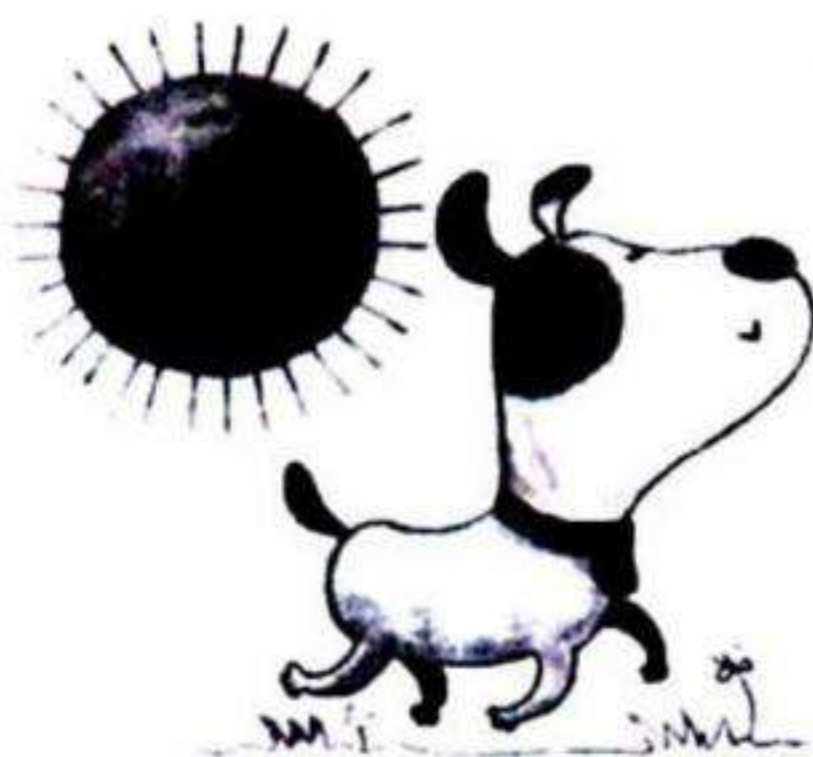


Con người luôn xin những gì họ muốn,
còn Đức Chúa luôn ban những gì họ cần.

Những người cầu nguyện mãi mà không
được hãy thử nghĩ rằng có lẽ mình cần phải
có những trải nghiệm buồn.

SẮP ĐẶT

Mọi lời nguyện ước
đều được lắng nghe



Tên bức tường của Trung tâm nghiên cứu phục hồi chức năng Đại học New York có dán một bài thơ của một bệnh nhân để lại. Đoạn thơ đó được dịch cơ bản như sau:

Tôi cầu Chúa ban cho mình sức mạnh để thực
hiện những điều lớn lao,

Nhưng Người lại ban cho sự yếu đuối để tôi học
được cách khiêm tốn.

Tôi cầu Chúa ban cho mình sức khỏe để làm
những điều vĩ đại,

Nhưng Người lại ban cho bệnh tật để tôi làm
những điều tốt đẹp.

Tôi cầu Chúa cho mình thật nhiều của cải để
được hạnh phúc,

Nhưng Người lại ban nghèo khó để tôi
khôn ngoan hơn.

Tôi cầu Chúa cho mình thành công để được người
ta ca tụng,

Nhưng Người lại ban thất bại để tôi không tự cao.

Tôi cầu Chúa cho mình mọi thứ để tận hưởng
cuộc đời,

Nhưng Người lại ban cho tôi sinh mệnh để tận
hưởng mọi thứ.

Tuy Chúa chẳng ban cho tôi bất cứ thứ gì tôi
cầu xin,

Nhưng Người lắng nghe tất cả,
Người đã biến những điều tôi giấu kín thành
hiện thực,

Trong tất cả con người trên thế gian, tôi là người
được ban phước nhiều nhất.

Mùa hè năm 1990, tôi có đến thăm thành phố St. Louis ở Mỹ và thỉnh thoảng bắt gặp bài thơ này tại các Tu viện của Dòng Tên¹. Bài thơ đó được viết bởi mục sư Roger J. Lucy. Có lẽ ông đã mắc một căn bệnh hay gặp chấn thương bất ngờ, không thể đạt được những điều mình “muốn” và chìm sâu trong khủng hoảng. Thế nhưng, từ những khủng hoảng đó, ông lại đạt đến trạng thái tinh thần mới tích cực hơn.

Suy cho cùng, câu nói “Tuy không ban cho ta những gì ta cầu xin, nhưng Chúa vẫn lắng

¹ Dòng Tên: Một dòng tu lớn của Công giáo.

Mình là nắng, việc của mình là chói chang

nghe mọi lời cầu nguyện” cũng có ý nghĩa gần giống như “Người sẽ biến tất cả những điều ước ta giữ trong lòng thành hiện thực.”





.....

Hãy bình tĩnh ngay cả khi tất cả những
điều ta cầu nguyện đều không trở thành
hiện thực

.....

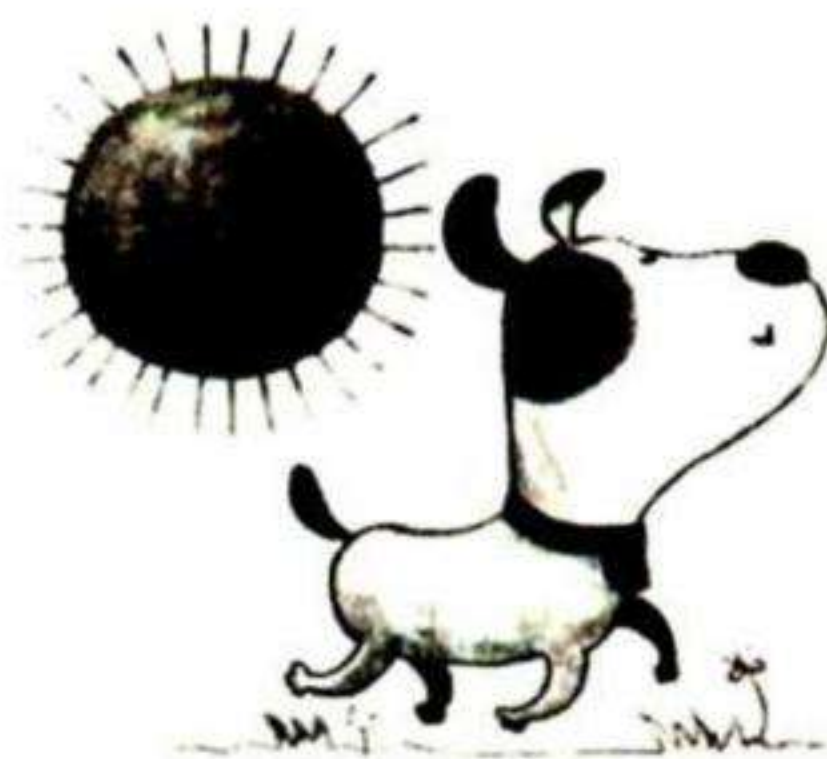
Ban cho ta những thứ ta không mong
chờ chính là cách sắp đặt riêng của cuộc
đời. Điều chúng ta cần quan tâm là bản thân
mình sau khi đã vượt qua được những khó
khăn và khổ đau.

TÌNH

KHIÊM

NHƯỜNG

Thánh thần luôn dành
cho chúng sinh những
điều tốt đẹp nhất.



Tôi rất thích từ “nhận¹” trong tiếng Nhật, nên thường cố gắng sử dụng nó trong hội thoại hàng ngày càng nhiều càng tốt.

“Con xin nhận tất cả những gì các Ngài ban. Con xin nhận với tấm lòng thành kính nhất.”

Những khi cầu nguyện như thế, tôi luôn có cảm giác nhất định điều này sẽ “chạm tới” Thánh Thần trên cao.

Tuy có thể chạm đến các ngài, nhưng không phải mong ước đó sẽ trở thành hiện thực hoàn toàn, mà các thánh thần sẽ ban cho chúng ta những điều “tốt nhất” theo tình hình thời điểm đó.

Khi hứa với người khác rằng “Tôi sẽ cầu nguyện cho cậu”, ngoài việc cầu cho điều ước của người đó sẽ thành hiện thực, thì ta cũng không nên quên cầu mong rằng người đó sẽ biết “nhận” lời “phản hồi” của Thánh Thần một cách thành kính nhất.

Tôi luôn muốn mình có thể sống theo “tôn giáo tiếp nhận”, chứ không phải là “tôn giáo

¹ Trong bản gốc dùng từ いただく, là một cách nói khiêm nhường của động từ “nhận” – người nói hạ thấp mình xuống và nâng đối phương lên.

Mình là nắng, việc của mình là chơi chang

đòi hỏi." Thường xuyên nói "Hãy ban cho con, hãy ban cho con" và cầu xin điều mình muốn không phải là cách cầu nguyện đúng đắn.

Chính từ việc đón nhận từng điều các đấng trên cao mang lại với sự biết ơn chân thành cùng lời cảm ơn: "Đúng là con đã nhận được rồi. Cảm ơn các Ngài rất nhiều," ta sẽ hiểu được ý nghĩa đích thực của việc cầu nguyện.





Hãy tưởng tượng và đặt trọn trái tim vào
những điều đã được sắp đặt.

.....

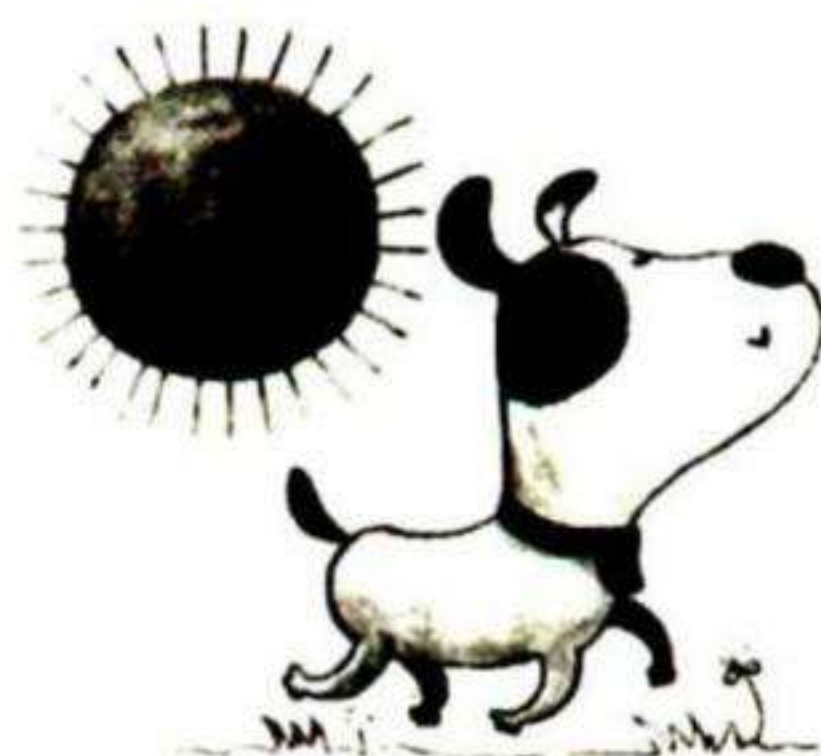
Khi được ban cho những điều không đúng
như mong đợi, thì hãy vẫn khiêm nhường đón
nhận chúng. Đến một lúc nào đó, bạn sẽ hiểu
được vì sao mình lại được gặp những điều ấy.

BÍ QUYẾT ĐỂ

LUÔN HƯỚNG VỀ

PHÍA TRƯỚC

Đặt trái tim vào
“túi của Thánh Thần”



Otu viện có một cái túi mà tôi vẫn thường gọi là “Túi của Chúa”. Chẳng hạn như khi chào hay mỉm cười với ai đó mà không được đáp lại, chúng tôi sẽ không cảm thấy tổn thương hay tức giận, mà sẽ coi những lời chào và nụ cười đó là thông điệp gửi đến Chúa và được tích lại trong cái túi.

Chúng tôi cất giữ tất cả những điều muốn trao đến Chúa vào một cái túi và hứa với Người rằng sẽ sử dụng chúng vào thời điểm thích hợp nhất, với người thích hợp nhất.

Qua thời gian, tôi đã có cơ hội đặt chân đến nhiều nơi. Những khi như thế, tôi thường cầu nguyện với Chúa: “Thưa Ngài, trên đời vẫn còn rất nhiều ông lão, bà lão đang buồn rầu. Người hãy thay con an ủi họ nhé. Hãy thay con mở lời, chuyển đến họ những thông điệp yêu thương”. Để làm được như vậy, tôi cần phải tích trữ thật nhiều vào ‘Túi của Chúa’.

Mẹ Teresa đã dạy cho tôi biết tầm quan trọng của nụ cười và cách trân trọng mỗi cá nhân con người. Bà dạy tôi mỉm cười với cả những người đang cáu kỉnh bức bối với mình. Nụ cười đó là dành cho đối phương đang ở

Mình là năng, việc của mình là chơi chàng

ngay trước mặt mình, và cũng là một “Món quà dâng tặng Chúa.”

Thật kỳ diệu là sau khi làm vậy, tôi hoàn toàn không còn cảm giác mất mát hay thiệt thòi.





Ta có thể mỉm cười bất cứ lúc nào.

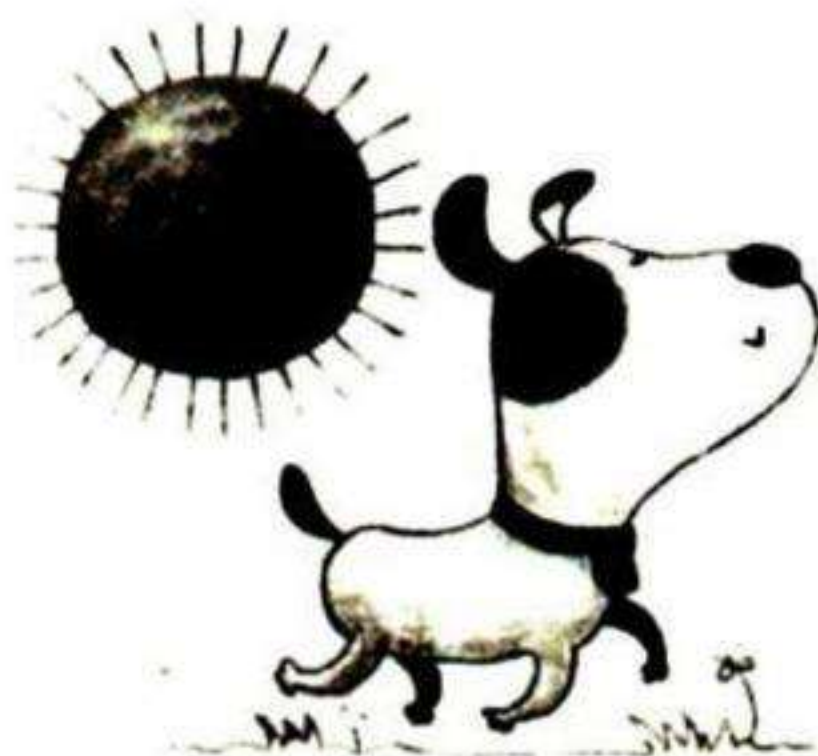
Đừng để những suy nghĩ buồn chán ảnh hưởng đến bạn. Hãy ngẩng đầu nhìn về phía trước và tiếp tục sống.

BIẾT YÊU

NHỮNG ĐIỀU

NHỎ BÉ

Để những ngày bình thường
trở thành những ngày
không thể thay thế



Dưới đây là bài thơ mang tên “Nếu có thể trở thành cây bắp cải” của một cô gái mười bảy tuổi.

Cây bắp cải vừa mới cắt
Những chiếc lá khép chặt với nhau
Xếp chồng lên nhau không một khe hở
Chắc chắn cây bắp cải ấy
Chẳng còn gì hối tiếc trên đời
Nếu tôi có thể trở thành cây bắp cải
Thì có lẽ giữa những chiếc lá sẽ toàn khe hở
Thất bại, bất an, buồn rầu, tuyệt vọng...
Có đôi lúc tôi quên hết đi
Và đến một chiếc lá
Chắc tôi cũng chẳng thể
Mang lên mình
Cây bắp cải như thế
Nếu có thật cũng nhanh chóng đổ rạp thôi
Người khác nhìn thấy chắc cũng chẳng thích
thú gì
Cây bắp cải đó, ắt hẳn

Mình là nắng, việc của mình là chói chang

Đã tự nuôi mình
Từng chiếc, từng chiếc lá
Chỉ một cây bắp cải
Vậy mà sao chói ngời.

Đây có lẽ không phải là một bài thơ quá hay. Thế nhưng, để có thể nhìn thấy sự “chói ngời” của cây bắp cải, ắt hẳn cô gái trẻ ấy phải có một trái tim tinh tế, có thể xúc động trước những thứ tưởng chừng như rất đời bình thường. Tôi mong sao cô bé sẽ không bao giờ đánh mất tâm hồn nhạy cảm đó.

Chúng ta vẫn tiếp tục cuộc sống với bao việc lặp đi lặp lại mỗi ngày. Đôi lúc, tôi cũng có những suy nghĩ hoàn toàn không giống một tu sĩ chút nào như “Rốt cuộc mình sống để làm gì.” Mọi người đều có rất nhiều việc phải làm, thậm chí còn chẳng có thời gian rảnh để mà tự hỏi mình sống vì cái gì. Thế nhưng, nếu có được chút khoảng trống trong dòng thời gian trôi nhanh đến chóng mặt này, thì nhất định, chúng ta sẽ đặt câu hỏi về mục đích sống của bản thân.

Từng khoảng thời gian trong đời đều

là món quà mà Tạo Hóa ban tặng cho mỗi chúng ta.

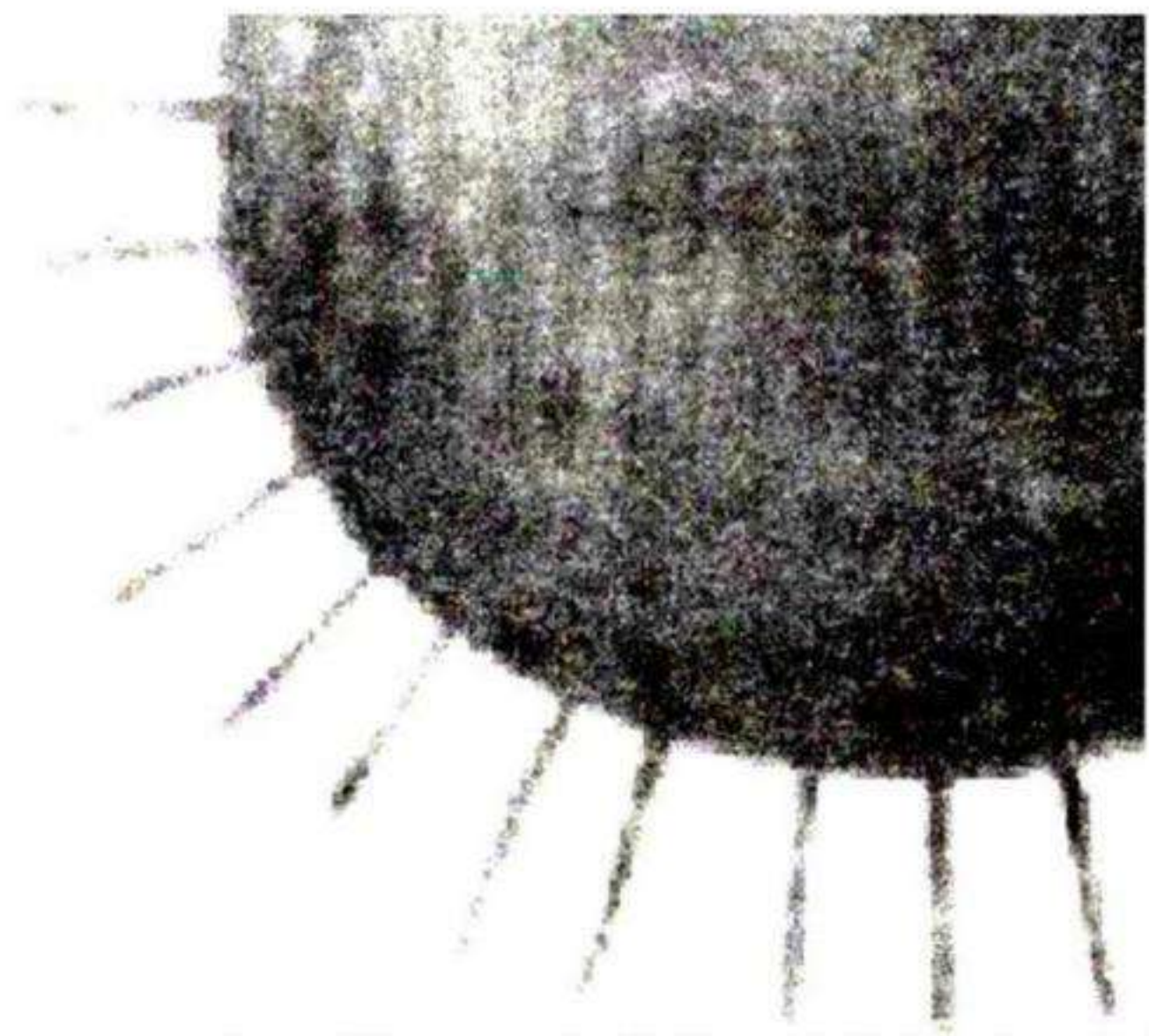
Hơn nữa, nếu chúng ta biết đem tình yêu thương đặt vào những điều nhỏ bé, thì những ngày bình thường có thể trở thành những trải nghiệm đáng giá, trở thành một lá bắp cải.





Đừng bao giờ đánh mất tâm hồn biết
rung động vì những điều nhỏ bé bình dị.

Những ngày bình thường và nhàm chán
có thể trở thành những trải nghiệm tuyệt vời
không thể thay thế. Hãy trân trọng và giữ lấy
tâm hồn mềm mỏng và khiêm nhường.



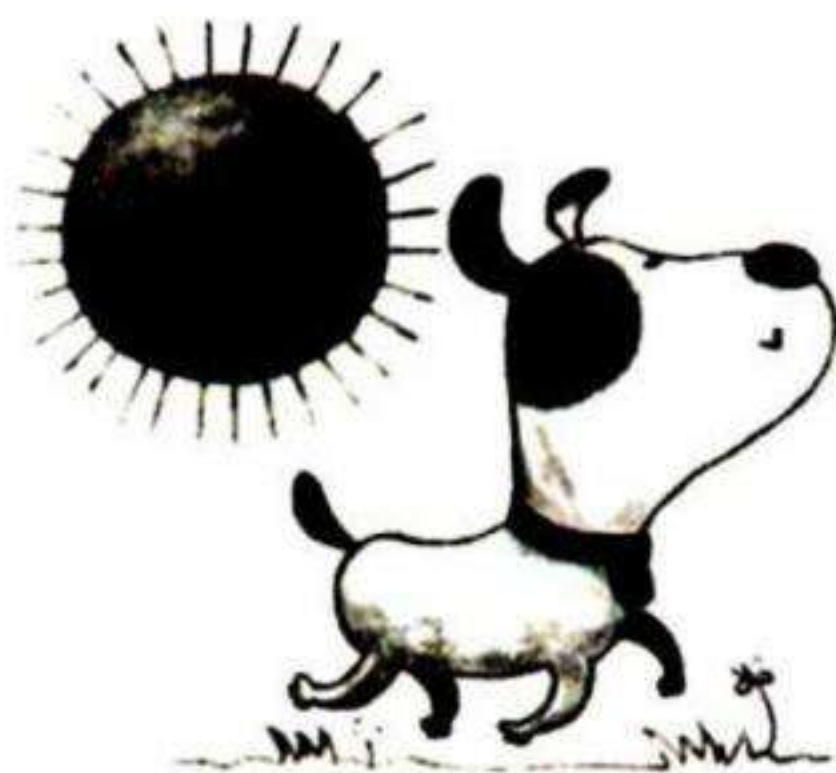
Chương 4 :

Những điều Mẹ Teresa đã dạy

ẢN TƯỢNG

ĐẦU TIÊN

Gặp Mẹ Teresa



Lần đầu tiên tôi có cơ hội gặp Mẹ Teresa là vào năm 1981, thời điểm bà sang Nhật lần đầu. Khi nghe tin Mẹ sẽ có buổi diễn thuyết ở tòa nhà Sunshine 60, Ikebukuro¹, tôi đã nhanh chóng đến hội trường.

Trước hàng dài ký giả đang xếp hàng chờ và khoảng 700 người tới nghe buổi diễn thuyết, Mẹ Teresa quấn chiếc khăn sari² có vẻ cũ, khoác trên mình chiếc áo cardigan³ màu xám, đứng trên bục diễn thuyết với hai tay chắp trước ngực.

Chủ đề của buổi hôm đó là “Hội nghị quốc tế và tầm quan trọng của sinh mệnh”. Mẹ đã nói đến việc chúng ta không nên đánh mất những sinh linh bé nhỏ bằng việc nạo phá thai, từ đó hướng đến tầm quan trọng của kế hoạch hóa gia đình với các dẫn chứng từ Kinh thánh.

Tại một đất nước không theo Công giáo

¹ Ikebukuro là khu thương mại và giải trí lớn ở quận Toshima.

² Sari là một loại trang phục truyền thống của phụ nữ Ấn Độ, vải sari có kích thước dao động từ 4-9 mét (cũng có khi dài tới 12 mét) được quấn quanh cơ thể theo nhiều phong cách khác nhau.

³ Cardigan là áo khoác len mỏng. Thông thường, những chiếc áo cardigan được đính cúc ở phía trước và được sử dụng rộng rãi, phù hợp với mọi giới tính.

Mình là năng, việc của mình là chơi chang

như Nhật Bản, trước mặt là những thánh giả không theo đạo, nhưng Mẹ vẫn diễn thuyết rất nhiệt tình về tình yêu của Chúa, về chữ thập trong Công giáo, về lòng thành kính Đức mẹ Maria và tầm quan trọng của việc cầu nguyện trong cuộc sống hàng ngày. Nhìn hình ảnh Mẹ lúc đó, có lẽ chỉ mình tôi cảm thấy bà khá “ng nghiêm khắc”, chứ không hề “nhu hòa” như tưởng tượng.

Mẹ đã cười và chia sẻ rằng “Nhiều người vẫn hay nói đùa với tôi là: Mẹ Teresa lúc nào cũng khuyến khích kế hoạch hóa gia đình, thế mà số người con của Mẹ ngày vẫn một tăng không thấy điểm dừng...”

Khi nói điều đó, tôi có cảm giác nụ cười của Mẹ thật tự nhiên. Mà cũng có lẽ tất cả những nụ cười của bà tính đến giây phút ấy đều khá nghiêm nghị.

Khoảng hai tháng trước đó, Giáo hoàng John Paul II đã đến Nhật và chinh phục trái tim người Nhật với nụ cười và sự thân thiện. Bầu không khí quanh Ngài luôn tràn ngập sức sống, rộn ràng và tươi sáng.

Còn ở Mẹ Teresa, người ta có thể thấy “nỗi buồn” chỉ có ở người ngày ngày phải chứng kiến những con người “sống không có hy vọng” do bệnh tật, cái chết và đói nghèo.





Mẹ Teresa mang đến cảm giác khá
“ng nghiêm nghị” chứ không hề “nhu hòa”.

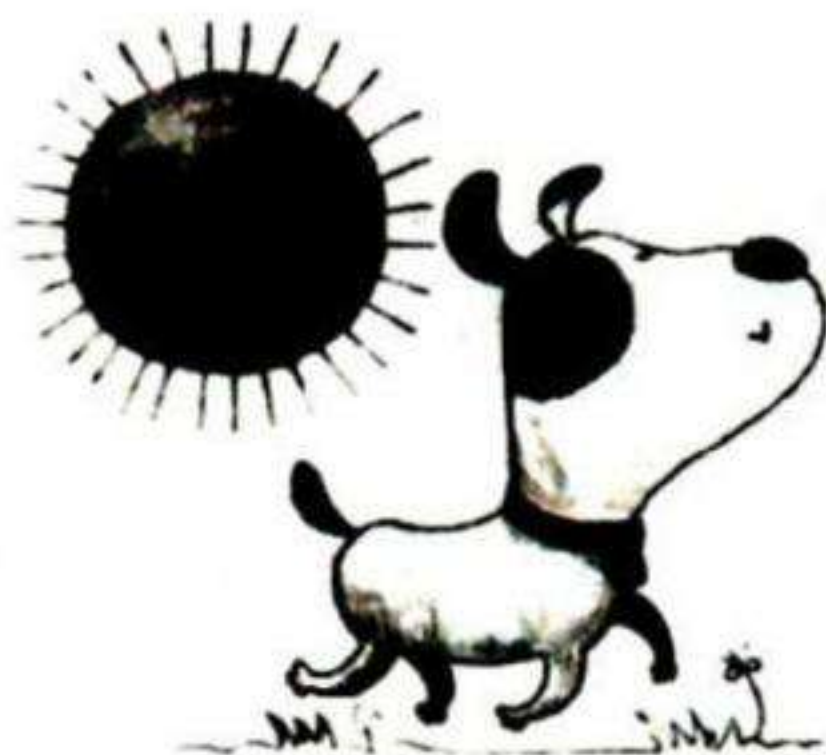
Ở Mẹ, ta có thể thấy sự mạnh mẽ, điềm
tĩnh và cả nỗi buồn của một người ngày ngày
chứng kiến những con người “sống không hy
vọng” cùng cái chết, bệnh tật và nghèo đói.

SỰ

GIÀU

CÓ

“Đẹp” nhưng “nghèo nàn”



"Tôi có hơi bị sốc văn hóa, nhưng ấn tượng đầu tiên của tôi về nước Nhật là nơi này thật đẹp."

Khi nói đến từ "đẹp", Mẹ đã dùng từ "pretty" chứ không phải là "beautiful".

"Âu phục cũng như phụ kiện của những người trên phố đều rất đẹp. Từng con phố, mỗi tòa nhà cũng rất đẹp. Bệnh viện, nhà ở, thậm chí những chiếc ô tô chạy trên đường cũng rất đẹp."

Khi nói những điều đó, gương mặt mẹ có vẻ khá nghiêm túc.

Và bà nói tiếp:

"Nhưng mà, trong những căn nhà đẹp đẽ đó mà vợ chồng chẳng có mấy thời gian gặp nhau, rồi chẳng có thời gian vui vẻ và trò chuyện bên con cái, thì họ còn nghèo khó hơn cả những gia đình sống ở khu ổ chuột dột nát bẩn thỉu ở Kolkata¹, Ấn Độ."

Trên đường đến hội trường diễn thuyết,

¹ Trong một số văn bản tiếng Anh trước đây còn được dùng là Calcutta, một thành phố miền đông Ấn Độ, thủ phủ của bang Tây Bengal.

hắn Mẹ đã thấy một Tokyo với những con đường trải phẳng, khung cảnh sạch sẽ không chút dấu vết của rác rưởi. Lúc đó, tòa nhà Sunshine 60 ở Ikebukuro cũng mới được xây xong, nên chắc hẳn đã mang lại một ấn tượng cực kỳ đẹp.

Đến cả phong cách thời trang của giới trẻ cũng rất đẹp và nhiều màu sắc. Thế nhưng, cách Mẹ dùng sự “đẹp đẽ” cùng cái “nghèo khó” đã cho tôi ấn tượng sâu sắc.

Mẹ cũng nói như sau:

“Nước Nhật cũng không thực sự giàu có lắm nhỉ. Tại sao ư, vì tôi có nghe rằng ở đây có không ít người vì lo sợ rằng mình không thể nuôi nổi đứa con sắp ra đời mà nạo phá thai. Thế nhưng, dù với bất cứ lý do gì, chúng ta cũng không nên từ bỏ một đứa trẻ.”

Tôi nghĩ điều Mẹ thực sự muốn nói là: “Nếu không nuôi nấng nổi một đứa trẻ sắp ra đời, nước Nhật có thực sự là một nước giàu có và phát triển không?”

Tất nhiên, Mẹ cũng hiểu mỗi đất nước có

Mình là nǎng, việc của mình là chơi chạng

một hoàn cảnh khác nhau, nên không hề áp đặt bất cứ điều gì.

Nhưng bà đã thể hiện rất rõ ràng những suy nghĩ từ tận sâu trong lòng mình. Với tư cách là một thánh giả, lúc đó, tôi chỉ ngồi yên lặng lắng nghe, nhưng quả thực, những điều bà nói tồn tại sâu trong lòng tôi rất lâu về sau.





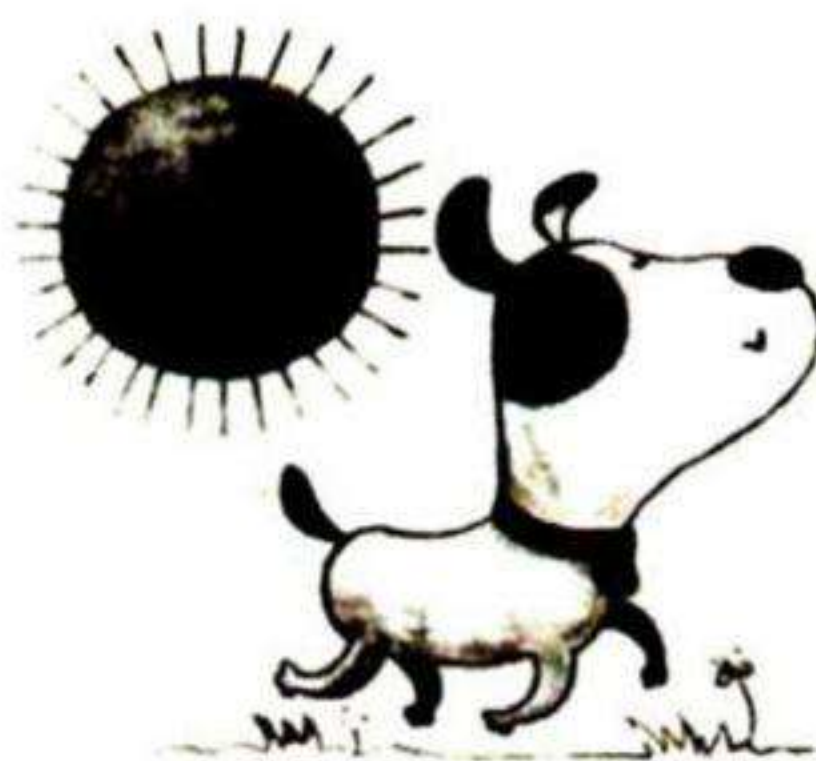
Dù có sống trong ngôi nhà đẹp, có mặc đồ đẹp đến đâu, nhưng nếu không có tình yêu, thì chúng ta vẫn thật nghèo nàn.

Mẹ Teresa đã sử dụng từ “đẹp dễ” và “nghèo nàn” cùng nhau và giúp tôi hiểu thêm về sự giàu có thực sự.

BÍ

MẬT

Lời hứa
“Sẽ luôn mỉm cười”



Lần tiếp theo tôi có cơ hội gặp Mẹ là vào năm 1984, khi mẹ sang Nhật lần thứ ba. Dịp đó, Mẹ có buổi diễn thuyết ở Hiroshima, nơi chịu ảnh hưởng nặng nề của bom hạt nhân, và trên đường về có ghé qua Okayama.

Bấy giờ, tôi đang ở Okayama và nhận được lời đề nghị làm phiên dịch, nên đến đúng ngày, tôi đã ra ga Okayama đón Mẹ. Khi vừa đến ga, tôi đã thấy rất nhiều người tập trung chờ Mẹ.

Bốn giờ chiều, khi chuyến tàu của Mẹ đến ga, Mẹ cùng một xơ khác bước xuống những bậc cầu thang. Nhìn thấy cảnh đó, tôi cũng vô thức chạy lại và bước lên cầu thang (khi đó tôi mới hơn 50 tuổi, hoàn toàn vẫn có thể làm vậy).

Mẹ hơn tôi đến 17 tuổi; bà sinh năm 1910, còn tôi sinh năm 1927.

Lúc bước xuống cầu thang, trên môi bà vẫn nở nụ cười. Nhưng thực ra, không phải lúc nào bà cũng cười như vậy.

Tôi cảm thấy cứ mỗi khi nghe tiếng phóng

Mình là nắng, việc của mình là chơi chang

viên gọi “Xin Mẹ nhìn về phía này được không ạ” là bà nhất định sẽ mỉm cười. Thay vì giữ nụ cười thường trực trên môi, thì bà thường cười về phía những người lên tiếng gọi.

Hôm đó, Mẹ đã đi shinkansen từ Tokyo đến Hiroshima, diễn thuyết rất dài rồi lại di chuyển đến Okayama. Chắc hẳn bà đã rất mệt mỏi; thế nhưng, chỉ cần có người lên tiếng gọi là Mẹ lại mỉm cười và hướng mắt về phía người ấy.

Khi những người đến nghe diễn thuyết nói “Mong Mẹ hãy dùng cái này” và tặng đồ cho Mẹ, bà luôn tiếp nhận với một nụ cười.

Lần thứ ba đến Nhật, có lẽ Mẹ đã ít nhiều quen với đất nước này. Nhưng khi bị quá nhiều người vây quanh, thì đôi lúc bà cũng cảm thấy mệt mỏi.

Nếu tôi bị vây quanh liên tục như thế, ắt hẳn tôi đã lên tiếng “Xin mọi người né ra được không”; thế nhưng, tôi hoàn toàn không thấy Mẹ thể hiện sự khó chịu đó.

Đến tối, cuối cùng chúng tôi cũng đến

điểm dừng cuối cùng. Tôi đưa Mẹ đi ăn tối và dẫn bà về tu viện.

“Cứ đi hết con đường này là sẽ đến ạ.” Tôi vừa nói vừa soi đèn pin dẫn đường cho Mẹ. Hôm đó là ngày 23 tháng 11, ngày Lễ Tạ ơn Lao động.

Trong màn đêm vừa tối vừa rét, khi hai người sóng bước bên nhau, Mẹ đã mở lời nói với tôi rằng:

“Xơ này, tôi ấy mà, bất cứ lúc nào cũng có thể nở nụ cười được. Bởi lẽ tôi đã hứa với Chúa rằng, với mỗi nụ cười của mình, các linh hồn khi về bên Chúa sẽ được vỗ về trong vòng tay của Người. Trong bất cứ hoàn cảnh nào, tôi cũng không để lộ vẻ mặt buồn chán. Không tỏ ra khó chịu. Ngược lại, Chúa cũng đã hứa với tôi rồi đấy. Cứ mỗi một nụ cười tôi trao đi, thì người sẽ chở che cho thêm một linh hồn khi về đến thiên đường.”

Đó là kế ước, là lời hứa của Mẹ với Chúa.

Không đơn thuần chỉ là mỉm cười cho phù hợp với hoàn cảnh xung quanh, mà Mẹ còn mỉm cười với suy nghĩ: “Thưa Chúa, dù có vất vả, dù có mệt mỏi đến mấy, con cũng sẽ mỉm

Mình là nấng, việc của mình là chơi chàng

cười với những người muốn chụp ảnh mình. Thế nên xin Ngài, làm ơn chở che cho những linh hồn tìm về với mình nhé.”

Biết được điều đó, tôi chợt cảm thấy xấu hổ, rằng “Ôi, sao bản thân mình lại phạm tội thế cơ chứ.” Tôi chẳng hề nghĩ được những điều như thế. Lúc đó tôi chỉ cho rằng “Nụ cười của Mẹ là phép lịch sự” hay “Có thể là Mẹ thích chụp ảnh” mà thôi.

Bản thân tôi đã được giác ngộ sâu sắc, và từ trải nghiệm ấy, tôi đã học hỏi được rất nhiều.

Từ đó, mỗi khi được các môn đồ gọi “Thưa xơ, xơ nhìn về phía này được không ạ,” thì dù tâm trạng có đang tồi tệ đến mấy, tôi cũng nhìn về phía họ với nụ cười trên môi. Tôi cũng đã hứa với Chúa.

“Thưa Chúa, con đã mỉm cười rồi, xin Người hãy tiếp nhận thêm những đứa con của Người.”

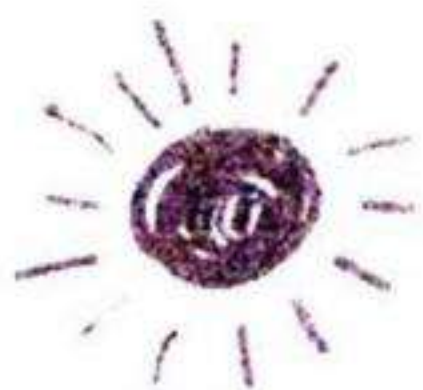
Nếu nói theo ngôn ngữ ngày nay, thì đúng là Mẹ đã gửi mail cho Chúa.

Tất nhiên, đó cũng chính là tình yêu thương. Nụ cười chính là cách để thể hiện sự

trân trọng của mình dành cho đối phương. Vậy nên mẹ đã không xem nhẹ những ký giả đang muốn ghi lại hình ảnh của mình.

Có thể cũng có người nghĩ: “Từ này đến giờ mình đã cười với hơn hai trăm người, vậy chắc là đủ rồi.” Thế nhưng, với đối phương, những tấm ảnh họ chụp được chỉ là duy nhất mà thôi.

Nụ cười, cùng với tấm lòng trân trọng mọi người, chính là món quà dâng lên Chúa.



Nụ cười của Mẹ chính là một lời hứa
ng nghiêm cần với Chúa.

.....

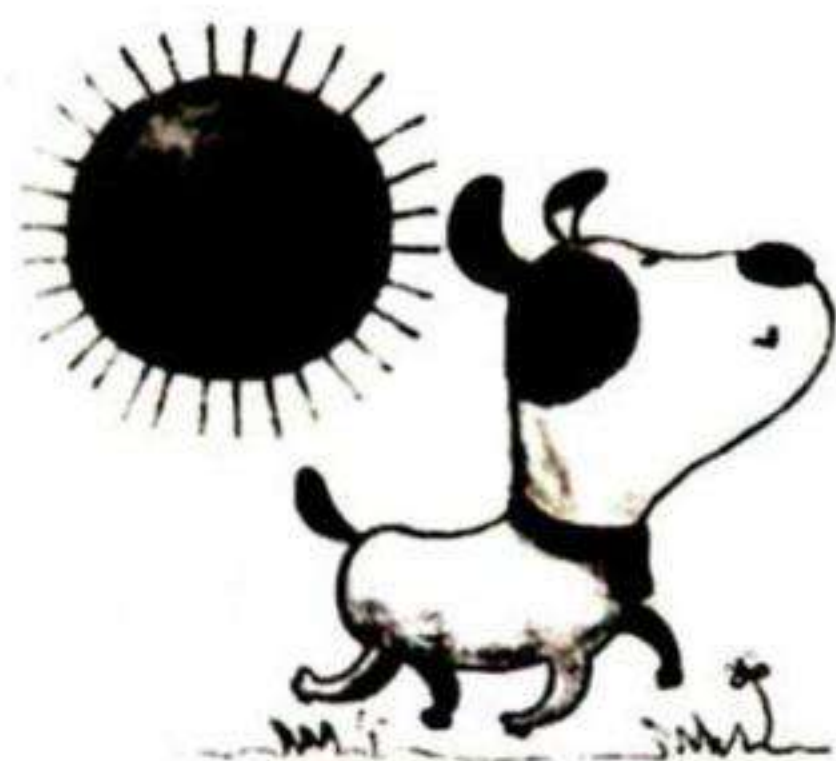
Dù có mệt mỏi đến đâu, Mẹ vẫn cho mọi
người thấy nụ cười của mình. Nụ cười đó chính
là món quà dâng lên Chúa, để mỗi linh hồn trở
về bên Người đều được chở che.

NHỮNG

ĐIỀU

QUAN TRỌNG

Không phải là từ thiện,
mà là tình yêu thương.

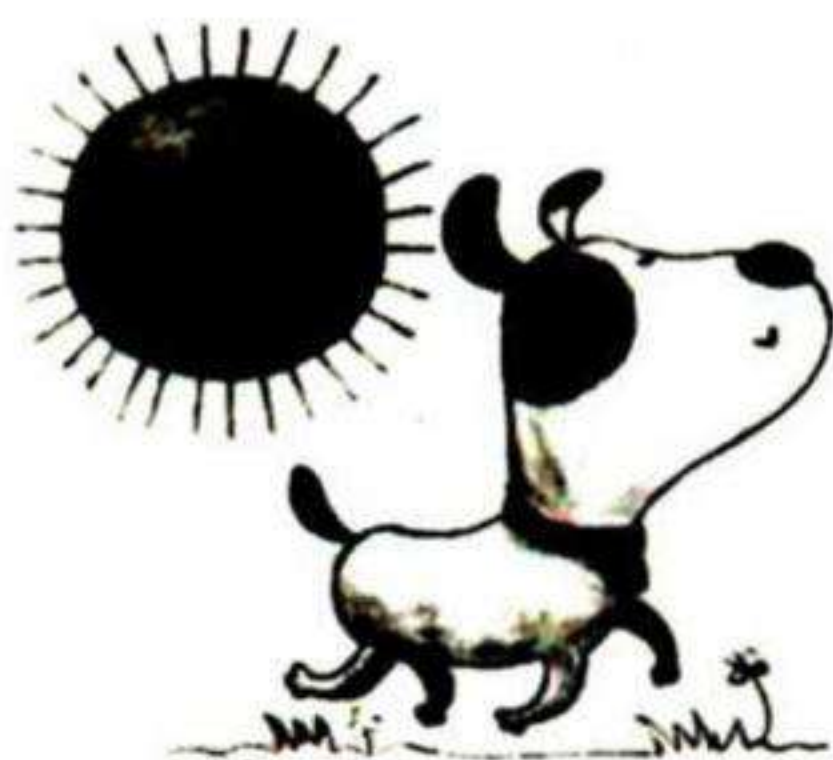


LÀ

MỘT

CON NGƯỜI

Để nhận được lời
"Cảm ơn" từ những
người đã nằm xuống





Hãy trân trọng Chúa, gia đình và những
lời cầu nguyện.

.....

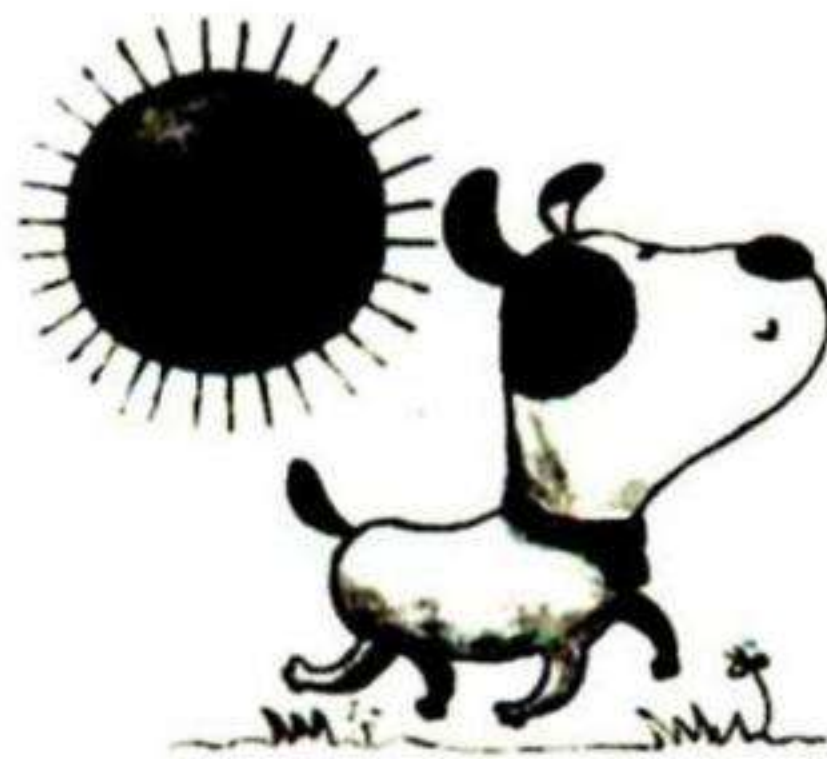
Tại Okayama, Mẹ đã diễn thuyết trước
công chúng với tất cả sự nhiệt thành, bất kể
người nghe có phải là tín đồ Công giáo hay
không.

LÀ

MỘT

CON NGƯỜI

Để nhận được lời
“Cảm ơn” từ những
người đã nằm xuống



Cuối buổi diễn thuyết là khoảng thời gian Mẹ giải đáp những câu hỏi của mọi người. Khi bà nói “Có ai có câu hỏi gì không?” thì một người đàn ông đã giơ tay và hỏi thế này:

“Con rất ngưỡng mộ Mẹ, nhưng có một điều con vẫn không hiểu nên xin phép được hỏi. Ở chỗ Mẹ chắc hẳn các dịch vụ chăm sóc y tế vẫn chưa đầy đủ. Không chỉ thiếu thuốc, mà ngay cả nguồn nhân lực cũng không thể đáp ứng được nhu cầu của người dân. Ấy thế mà tại sao, thay vì để dành nguồn thuốc và nhân lực hiếm hoi đó cho những người có khả năng sẽ khá hơn nếu được chạy chữa, người ta vẫn cung cấp cho cả những người mắc bệnh thập tử nhất sinh, dẫu cố gắng có lẽ vẫn không thể thay đổi được tình hình?”

Trong y học có quan niệm “Triage”, phương pháp được áp dụng trong những tình huống có quá đông bệnh nhân bởi thiên tai hay tai nạn trên diện rộng. Để có thể tận dụng tối đa nguồn lực về y bác sĩ cũng như thuốc men, người ta thường chia bậc ưu tiên chữa trị theo tính cấp bách và mức độ nghiêm trọng. Thứ tự ưu tiên đó được biểu thị theo dải màu đỏ, vàng, xanh lục, đen.

Chính bản thân tôi cũng đồng ý với quan điểm nên dành sự ưu tiên cho những bệnh nhân có xác suất khỏi bệnh cao nếu được bác sĩ quan tâm và có thuốc men đầy đủ. Chính vì thế, tôi cũng rất muốn nghe câu trả lời của Mẹ.

Khi nghe câu hỏi đó, Mẹ đã nghiêm mặt nói.

“Tôi không nghĩ vậy.”

Rồi Mẹ nói tiếp như sau:

“Trong số những người được đưa đến chỗ tôi, có rất nhiều người sống mà không còn hy vọng. Đó là những đứa trẻ bị bỏ rơi do người mẹ không có điều kiện kinh tế để nuôi con, thậm chí còn không có tiền phá thai, cũng không tìm được người nuôi dưỡng.

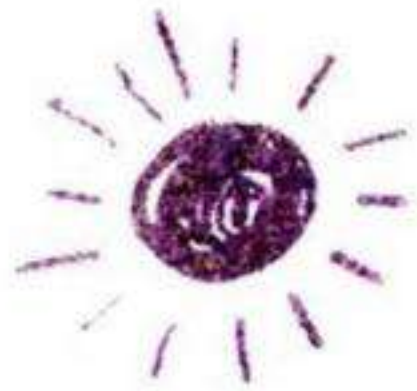
Thế là họ lớn lên không một mái nhà, không có nơi chốn để đi, sống ở trên đời mà luôn bị người khác dè bĩu là ‘phiền phức, bẩn thỉu và hôi thối’. Cuối cùng, họ bị bệnh và đến gần giờ phút lâm chung mà cũng không có ai chạy chữa.

Chính vì thế, chúng tôi đã đưa họ về. Chúng tôi đưa những con người bệnh tật ấy về

ngôi nhà của chúng tôi.

Chúng tôi cho họ uống những thứ thuốc trước đây họ chưa từng được uống, trao họ tình yêu thương trước đây họ chưa từng được cảm nhận... Đến giờ phút ra đi, hầu như tất cả mọi người đều cất lời “Cảm ơn” và nhắm mắt. Có cả những người đã ra đi với nụ cười trên môi.”





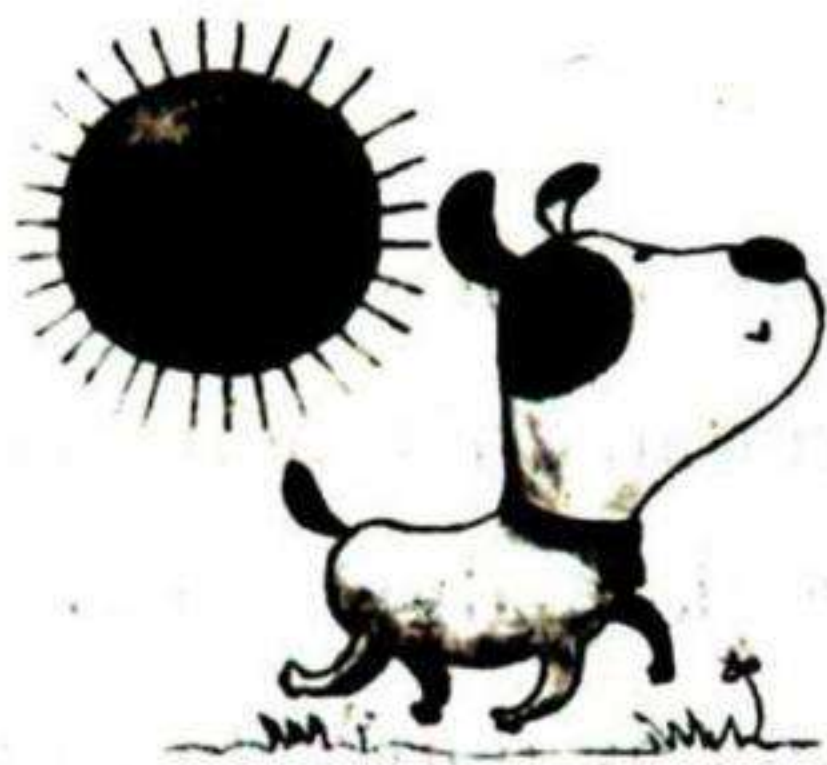
Hãy mở lòng, dành tình yêu thương
cho những người đã sống một cuộc đời
không được yêu thương.

Những người phải dựa vào thuốc men và
sự giúp đỡ từ người khác sẽ không oán trách
chúng ta, mà sẽ mang đến cho chúng ta lời
cảm ơn và nụ cười thật tươi trên gương mặt.

TÌNH YÊU THƯƠNG

VÔ BỜ BẾN

Tình yêu của Mẹ
vỗ về từng người con



Vào năm 1952, Mẹ thành lập “Mái nhà của những người đang hấp hối” cho những người vô gia cư không có tiền đến bệnh viện.

Ở nơi đó, dù không có hy vọng chạy chữa, nhưng họ vẫn nhận được sự săn sóc hết mình từ đội ngũ nhân viên. Những người chăm sóc đó đã vượt lên hết những rào cản của chủng tộc và tôn giáo, đem tình yêu thương dành cho tất cả mọi người.

Tôi hiểu, giá trị quan của Mẹ không xuất phát từ lòng thương hại. Khi phát biểu, không bao giờ Mẹ dùng từ “từ thiện”. Cội nguồn cho tất cả những điều mẹ làm chính là tình yêu. Trong tiếng Nhật, chữ 看¹ trong từ chăm sóc cũng được tạo thành từ chữ 手 (tay) và chữ 目 (mắt). Có lẽ ý nghĩa của nó chính là dang rộng vòng tay và để tâm chăm sóc. Tôi vừa dịch vừa cảm thấy vô cùng thấm thía.

Những con người sinh ra không ai cần đến, đang chết dần chết mòn và đến thời khắc cuối cùng được dùng thuốc, được chăm sóc ân cần. Khi đón những người đó về dưới mái nhà

¹ 看 khán/ khan. Trong từ 看護 có nghĩa là Chăm sóc

mình, trong lòng Mẹ đã tâm niệm: “Dù họ có thể tiếp tục sống hay sẽ ra đi, dù đây có là những phút cuối, mình cũng phải cho họ được chết như một con người, cho họ được nếm trải cuộc đời đúng nghĩa.”

Người đàn ông đặt câu hỏi đã hiểu và đáp: “Con cảm ơn Mẹ rất nhiều.”

Khi rời khỏi hội trường sau buổi nói chuyện ở nhà thờ, Mẹ đã nói: “Tôi muốn mang cái bọc kia ra ngoài.”

Tôi đang không hiểu Mẹ muốn làm gì, thì bà đứng lên cái bọc đó và nói với những người đứng ngoài theo dõi qua màn hình lớn rằng:

“Cảm ơn các bạn đã đứng ngoài này theo dõi buổi nói chuyện của tôi.”

Sau đó, bà tóm lược lại một lần nữa nội dung của bài phát biểu bên trong nhà thờ để những người bên ngoài cũng được nghe.

Mẹ đã nói: “Dẫu không thể vào bên trong hội trường, nhưng cũng giống như những người ở bên trong, các bạn đã đến tận đây để nghe tôi nói. Đối với tôi, sự hiện diện của các bạn vô cùng quý giá.”

Mình là nắng, việc của mình là chơi chang

Mẹ đã khẳng định với những người phải đứng ngoài là bà cũng coi họ là đối tượng của buổi nói chuyện hôm ấy, chứ không hề bỏ quên họ.

Dành tình yêu và sự quan tâm đến tất cả mọi người quả là hành động đúng với tính cách của Mẹ.





Mẹ Teresa trân trọng và dành tình cảm
ấm áp cho tất cả mọi người.

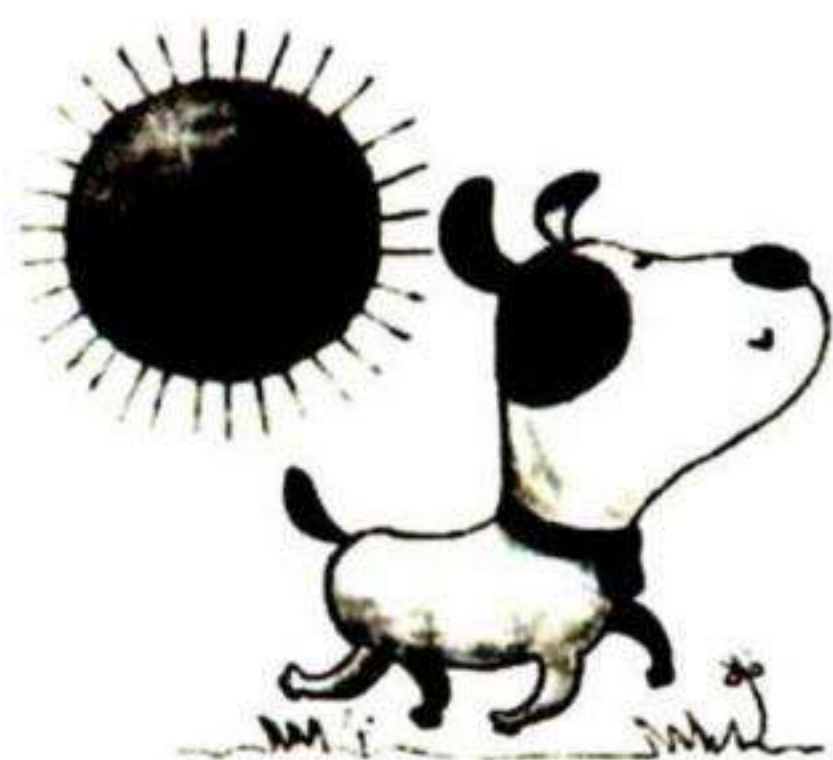
Mọi việc Mẹ làm đều không phải là từ
thiện, mà xuất phát từ tình yêu thương dành
cho những người xung quanh.

THỂ

HIỆN

TÌNH YÊU

Hãy cứ là chính mình



Tuy không phải lúc nào cũng có thể nhưng hiện tại, tôi luôn cố gắng tiếp xúc với mọi người cùng suy nghĩ rằng bất cứ ai cũng có những nỗi niềm, những khó khăn giấu kín.

Dù có bận rộn đến đâu, tôi cũng cố gắng không cho rằng mình đang làm vì công việc, mà chỉ đơn giản là “Hôm nay mình sẽ nói chuyện với người này, hay bây giờ, mình có mặt ở đây là vì người này.”

Chính vì thế, tôi luôn cố gắng nói chuyện và giải đáp hết những câu hỏi mình có thể trả lời. Tôi luôn trân trọng những người đang ở trước mặt mình.

Tôi cũng có nói với các giáo viên ở nhà trẻ của mình là: “Hãy để trẻ rời khỏi trường mẫu giáo của chúng ta với suy nghĩ mình lúc nào cũng được yêu thương.”

Dù có thể hay không, dù bệnh tật hay khỏe mạnh, dù gia đình đó giàu có hay nghèo khổ, dù đứa trẻ có ngoan ngoãn hay bướng bỉnh nghịch ngợm, thì chúng tôi vẫn muốn chúng cảm thấy mình được yêu thương và “Chỉ cần là chính mình”, chúng tôi muốn chúng lớn lên với cảm giác được trân trọng.

Dù Mẹ không trực tiếp nói từ đó nhiều, nhưng phải thú thực là tôi không mấy thích thú với việc sử dụng từ “yêu”. Tất nhiên, đó cũng là một từ rất quan trọng, nhưng tôi cho rằng thay vì nói “Tôi yêu bạn” hay “I love you” thì hãy cho đối phương biết rằng họ luôn được đón nhận. Hẳn là Mẹ cũng nghĩ vậy, nên bà vẫn luôn cố gắng truyền đạt đến những người xung quanh rằng: “Bạn chỉ cần là chính mình là được.”

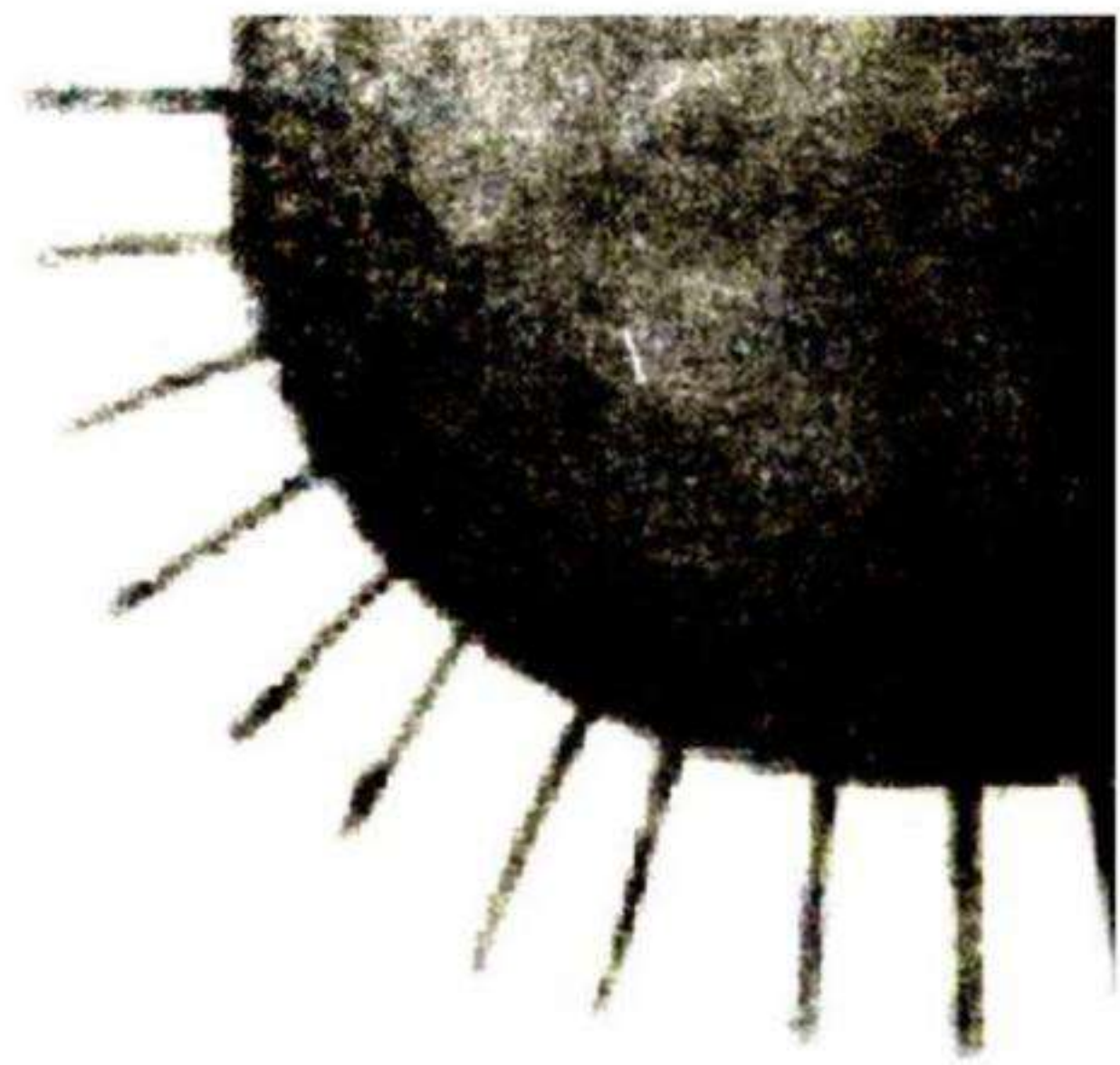




Tôi muốn mọi đứa trẻ trên đời đều
được lớn lên với cảm giác mình “được yêu
thương” và “được trân trọng”.

.....

Ký ức “được yêu thương” sẽ trở thành sự tự
tin giúp mỗi con người thành công hơn.



Chương 5:

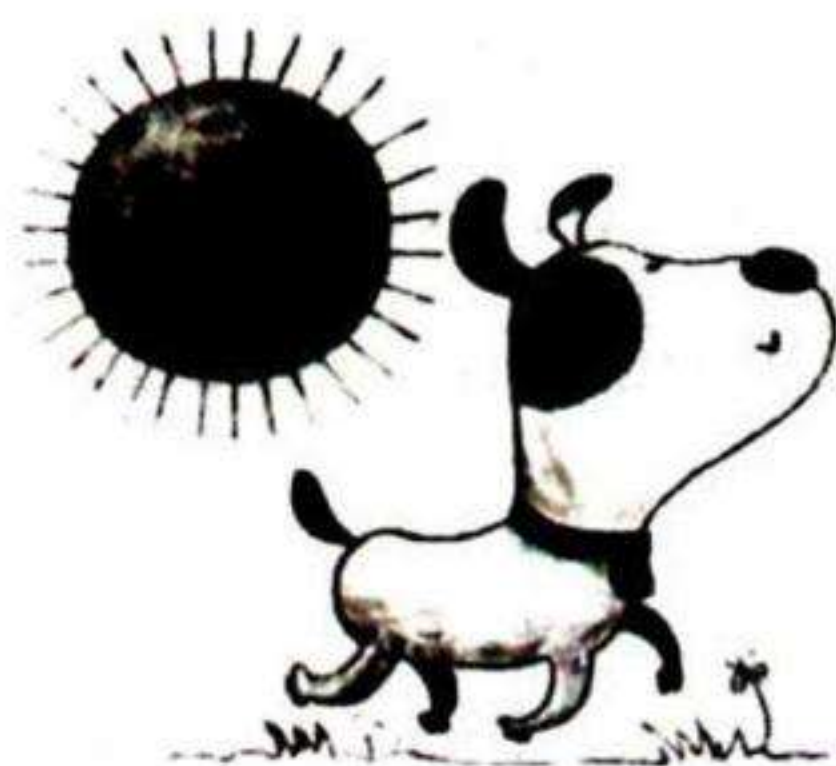
Bí quyết sống đẹp

BẦU

KHÔNG

KHÍ

Những điều Mẹ mang lại



Bầu không khí là thứ chúng ta không thể nhìn thấy bằng mắt thường, nhưng lại có thể cảm nhận bằng cả cơ thể. Khi bước vào một căn phòng, đôi khi, bạn có thể cảm nhận được là mình có được chào đón hay không. Bầu không khí vốn đang yên bình, nhưng chỉ cần thêm một người cũng có thể biến chuyển theo chiều hướng xấu.

Cũng có thể nói bầu không khí là thứ vô hình mà “trái tim con người” mang lại. Mỗi người đều được bao quanh bởi một bầu không khí riêng và trong nhiều trường hợp, bầu không khí đó được sinh ra bởi chính giá trị quan và thái độ của người đó với cuộc sống.

John Henry Newman, Hồng y giáo chủ của Anh Quốc, đã từng nhắc đến “Hào quang tình yêu của Chúa.” Hồng y Newman đã cầu nguyện rằng: “Thưa Chúa, xin Người giúp con lan tỏa mùi hương của Người đến mọi nẻo con đi.”

Mùi hương của Đức Chúa chính là bầu không khí mà chỉ có Chúa mới có thể mang lại và nếu mỗi người chúng ta có thể lan tỏa

mùi hương tốt lành đó, thì quả là tuyệt vời.

Nơi nào có tình yêu thương vô về con người và bầu không khí nhân nại khoan dung thì ở nơi đó có hòa bình.

Ngày nào Mẹ Teresa cũng nhắm lại lời cầu nguyện của Hồng y Newman. Khi đến thăm Kolkata, Mẹ đã tham dự một buổi Thánh lễ. Không khí bên ngoài rất ồn ào, những âm thanh hỗn độn theo cánh cửa sổ mở ra đường tràn vào nhà thờ. Thế nhưng, Mẹ vẫn dựa lưng vào tường, hai tay chắp lên ngực thành tâm cầu nguyện. Bầu không khí quanh mẹ lúc đó thật tĩnh lặng và khó xâm phạm.

Đó chính là bầu không khí bao quanh Mẹ, một người dành cả tâm hồn và cơ thể để thành kính với Chúa, một người sống đời tu hành nghiêm cẩn hơn bất cứ người nào khác, nhưng vẫn mỉm cười và dành tình yêu cho tất cả mọi người, nhất là những người nghèo khó để giúp họ xoa dịu những khổ đau mà họ đã phải chịu đựng.

Chính điều đó đã góp phần lan tỏa mùi

Mình là nắng, việc của mình là chơi chang

hương tốt lành của Chúa ra thật xa, đến tận
ngày hôm nay.





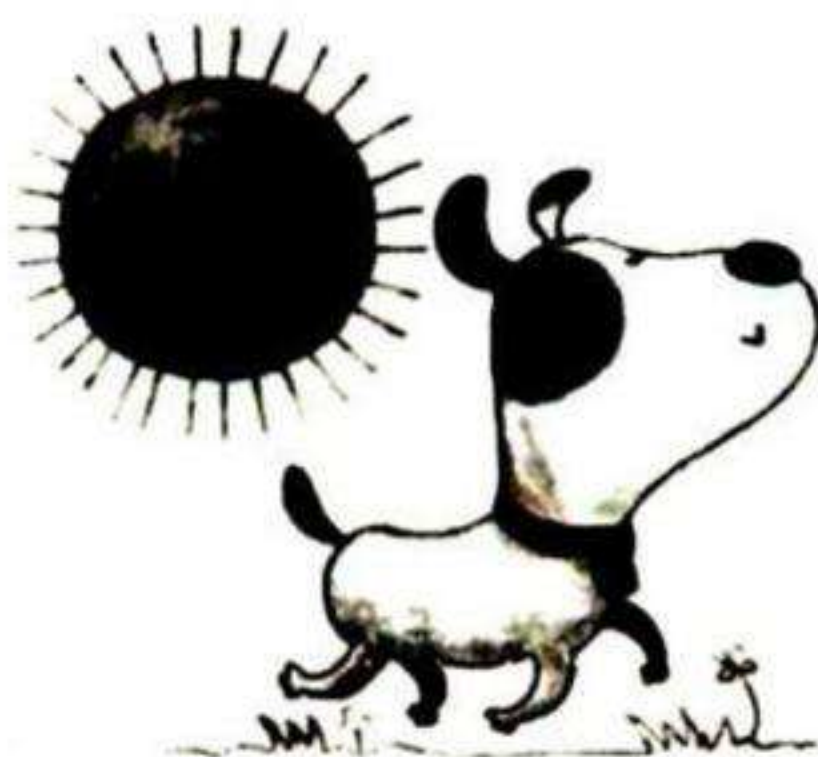
Hãy trở thành người có thể lan tỏa bầu
không khí yêu thương và khoan dung.

Bầu không khí quanh mỗi người được sinh
ra từ cái nhìn và thái độ của người đó với cuộc
sống. Tuy không thể thấy được bằng mắt, nhưng
ta lại có thể cảm nhận nó bằng cả cơ thể.

HÀO

QUANG

Sự khác biệt
giữa nhan sắc và vẻ đẹp



Mẹ Teresa thực sự là một người rất đẹp. Dù có nhìn bao nhiêu lần tôi cũng không thấy chán. Mẹ có một vầng hào quang lung lẫy tỏa ra từ cái tâm bên trong.

Cũng giống như những lời cầu nguyện, vẻ đẹp thực sự của con người toát ra từ sâu bên trong tâm hồn; mỗi tháng năm trôi đi lại ghi dấu thêm vẻ đẹp riêng biệt của mình. Nếu người đó sống một cuộc đời vất vả, những nếp nhăn gian khó có thể in dấu trên gương mặt, nhưng ẩn sâu bên trong vẫn là vẻ rạng ngời.

Cũng có những người cố gắng thay đổi dung nhan, dùng các lớp trang điểm để giấu đi những nếp nhăn, nâng mũi cao hơn, hay sử dụng các dụng cụ kích mí. Người ta có thể chi không biết bao nhiêu tiền để làm đẹp, và lúc mới nhìn qua thì đúng là đẹp thật, nhưng tôi vẫn luôn tự hỏi điều đó kéo dài được đến bao giờ.

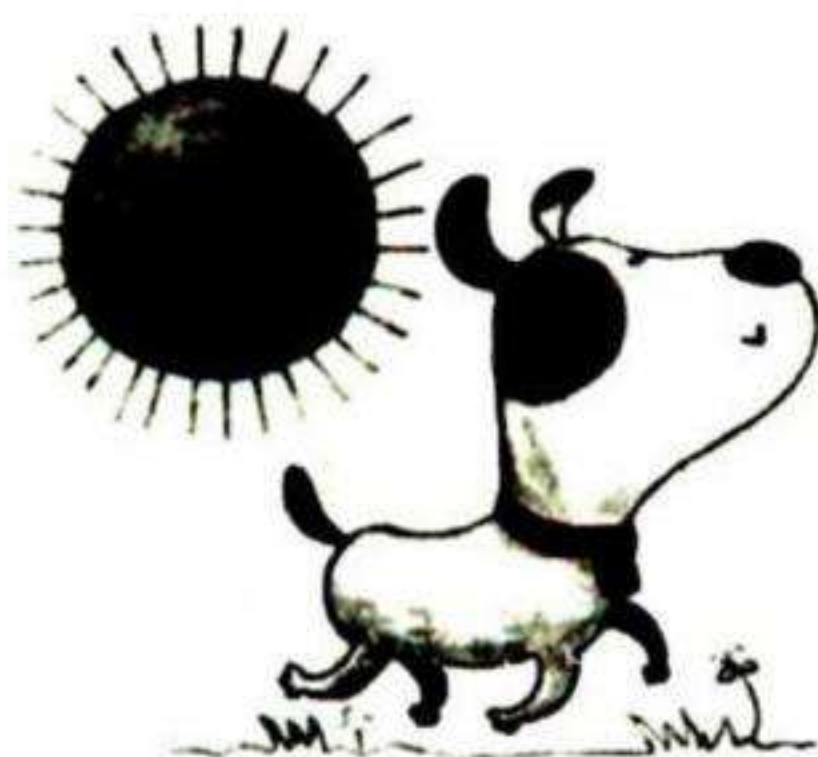
Tôi vẫn thường nói với mọi người rằng: "Để trở nên xinh đẹp thì sẽ phải tốn tiền, nhưng để có một tâm hồn đẹp thì chẳng tốn xu nào."

Vẻ đẹp tâm hồn là thứ mà từng người tự

HÀO

QUANG

Sự khác biệt
giữa nhan sắc và vẻ đẹp



Mẹ Teresa thực sự là một người rất đẹp. Dù có nhìn bao nhiêu lần tôi cũng không thấy chán. Mẹ có một vầng hào quang lộng lẫy tỏa ra từ cái tâm bên trong.

Cũng giống như những lời cầu nguyện, vẻ đẹp thực sự của con người toát ra từ sâu bên trong tâm hồn; mỗi tháng năm trôi đi lại ghi dấu thêm vẻ đẹp riêng biệt của mình. Nếu người đó sống một cuộc đời vất vả, những nếp nhăn gian khó có thể in dấu trên gương mặt, nhưng ẩn sâu bên trong vẫn là vẻ rạng ngời.

Cũng có những người cố gắng thay đổi dung nhan, dùng các lớp trang điểm để giấu đi những nếp nhăn, nâng mũi cao hơn, hay sử dụng các dụng cụ kích mí. Người ta có thể chi không biết bao nhiêu tiền để làm đẹp, và lúc mới nhìn qua thì đúng là đẹp thật, nhưng tôi vẫn luôn tự hỏi điều đó kéo dài được đến bao giờ.

Tôi vẫn thường nói với mọi người rằng: "Để trở nên xinh đẹp thì sẽ phải tốn tiền, nhưng để có một tâm hồn đẹp thì chẳng tốn xu nào."

Vẻ đẹp tâm hồn là thứ mà từng người tự

tích lũy theo thời gian, là vẻ đẹp độc nhất chỉ riêng người đó mới có. Với việc làm đẹp bằng cách trang điểm, thì dù có dùng những loại mỹ phẩm khác nhau, nhưng cùng một cách vẽ lông mày, cùng một cách đánh mắt, thì có lẽ các gương mặt cũng sẽ na ná nhau thôi.

Khi đi tắm hay bị nước mưa làm trôi mất lớp trang điểm thì ta phải làm sao? Những thứ có thể rửa trôi thì hẳn không phải là vẻ đẹp thực sự. Lớp trang điểm không trôi dù trời có mưa mới chính là vẻ đẹp đích thực.





Để trở nên xinh đẹp thì sẽ phải tốn tiền,
nhưng để có một tâm hồn đẹp thì chẳng
tốn xu nào.

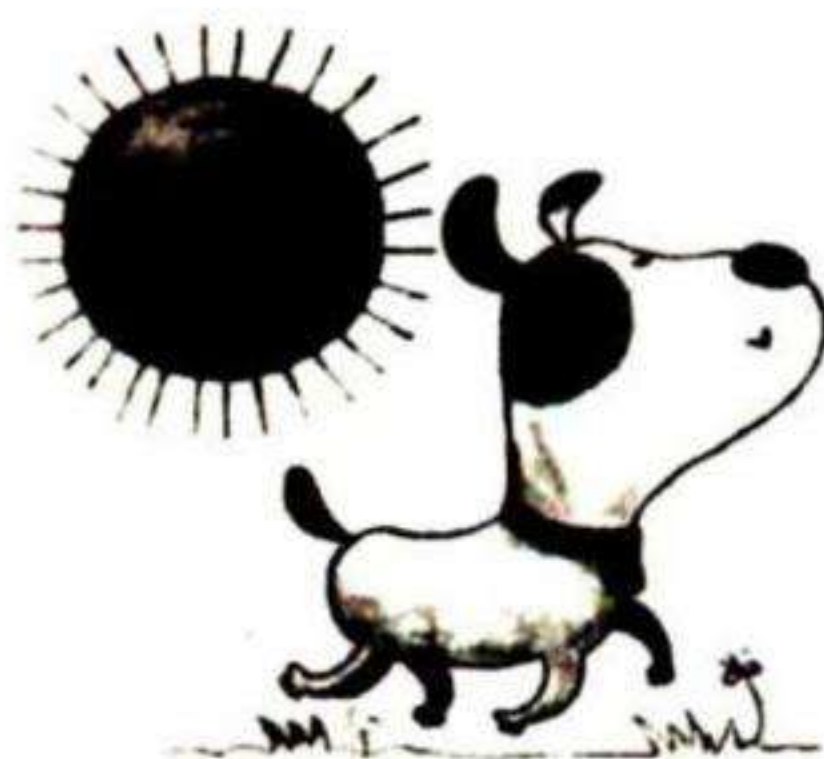
Mỹ phẩm có thể khiến chúng ta đẹp hơn,
nhưng chỉ cần dùng nước rửa là sẽ trôi đi hết.
Vẻ đẹp đích thực chính là phong thái xuất
phát từ nội tâm, khi con người ta đã trải qua
nhiều năm tháng và khổ cực.

CÁI GIẾNG

CỦA

TÂM HỒN

Ai cũng nên có
một khoảng trời riêng



Trong truyện “Hoàng tử bé” có đoạn Hoàng tử đi tìm nước trong sa mạc. Trong khi bước đi không mục đích, cậu nhận thấy sa mạc dưới ánh trăng thật đẹp biết bao.

Hoàng tử nói:

“Điều khiến cho sa mạc đẹp hẳn nằm ở chỗ nó đã giấu một cái giếng ở đâu đó.”

Cuộc đời mỗi con người cũng vậy. Nếu mỗi chúng ta đều có một “cái giếng” ở đâu đó sâu trong tâm hồn mà không ai nhìn thấy, thì bản thân chúng ta cũng trở nên đẹp dễ.

Điều đó không có nghĩa là chúng ta phải sống cuộc đời đầy ắp những bí mật phải giấu diếm người khác.

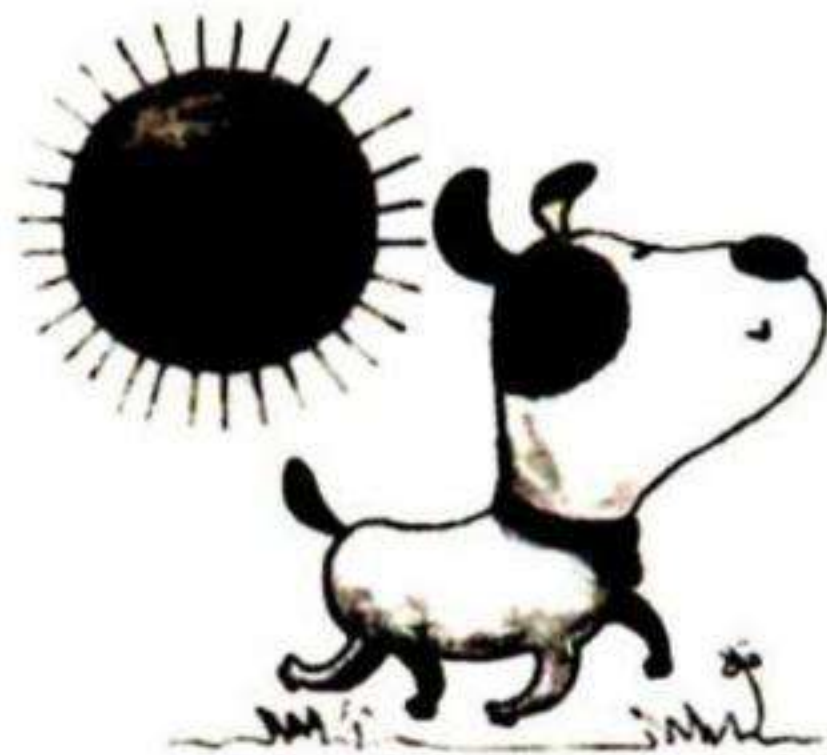
Ý tôi là mỗi chúng ta nên có một “khoảng trời riêng”, cất sâu trong bản thân mình và nuôi dưỡng nó lớn dần theo thời gian.

Đó chính là nơi mà ngoài bản thân ta, không một ai có thể xâm phạm, kể cả đó có là cha mẹ, bạn đời, bạn bè thân thiết hay người yêu. Đó cũng là nơi để mỗi chúng ta có thể phục hồi, có thể đứng dậy sau khi chạy trốn vì bị những người yêu thương, tin cậy phản bội.

THẤU

HIỂU

Không xâm phạm
vào “khoảng trời riêng”
của người khác



Giữ cho mình một khoảng trời riêng không có nghĩa là ta nên sống xa cách mọi người.

Con người dù có dùng bao nhiêu ngôn từ để giao tiếp với nhau, dù có ăn ngủ cùng với nhau bao nhiêu lâu, cũng không tránh được việc không thể hiểu hết về nhau.

Có thể nói đó chính là số kiếp mỗi người phải mang, sinh ra một mình và chết đi cũng một mình.

Nếu không giác ngộ được điều đó, thì thời khắc ta cảm thấy chỉ có thể gần hiểu hết đối phương, bất hạnh và tuyệt vọng sẽ nảy sinh. Khoảnh khắc ta nghĩ rằng “Chuyện của người đó cái gì tôi cũng biết hết” cũng là lúc ta mắc phải sai lầm to lớn.

Giữa người với người, tuy có vẻ mâu thuẫn, nhưng nếu lấy việc “không thể lý giải hoàn toàn một con người” ra làm tiền đề, thì càng ở bên nhau và cố gắng thấu hiểu lẫn nhau, tình yêu mới có thể nảy sinh.

Trong mỗi chúng ta đều có một phần “không thể chia sẻ được với người khác”, và nhờ nó, ta cũng sẽ tôn trọng những điều

Mình là nắng, việc của mình là chơi chàng

“không thể hiểu hết” của đối phương đồng thời giữ lại chút tự hào trong sự đơn độc vì những điều “không thể hiểu hết” của mình.

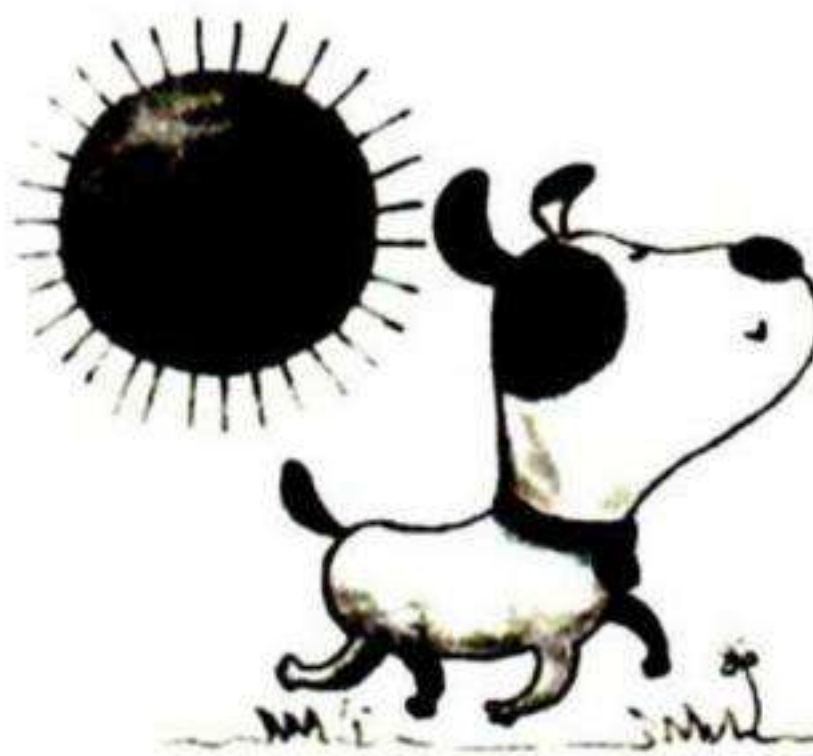
Những người có vẻ đẹp tâm hồn là những người nuôi dưỡng một khoảng trời sâu trong lòng theo năm tháng, cũng như mang nốt trái tim tinh tế và nhạy cảm, không tìm cách xâm phạm vào khoảng trời riêng của người khác.



NHỮNG LỜI NÓI

TÌNH CỜ

Bạn đã từng động viên
người khác chưa?



Chính vì tin vào sự tồn tại của Chúa, nên nhiều người mới có dũng khí để sống. Như những con cừu non lạc lối, những cậu con trai hư hỏng cũng cần được chỉ dạy về những điều thực sự có giá trị trên đời. Một người phụ nữ mắc lỗi lầm cũng cần được nghe lời vỗ về dịu dàng: “Ta sẽ không trách phạt con. Đừng bao giờ phạm phải tội lỗi ấy thêm một lần nữa.”

Người ta tin rằng Chúa sẽ mở lòng hỏi bệnh nhân đang nằm trên giường bệnh với khao khát được bình phục chưa thành tiếng: “Con có muốn ta giúp con khỏi bệnh không”; hay Người có thể hồi sinh đứa con trai độc nhất cho một góa phụ đã mất hết hy vọng sống và chìm trong nỗi đau không thể nói thành lời.

Có không biết bao nhiêu người chỉ cần được Chúa biết đến sự tồn tại của mình, chỉ cần được Ngài mỉm cười hay chạm tay lên vai là đã có dũng khí để sống, đủ sức mạnh để vượt qua khó khăn.

Vào ngày tốt nghiệp, một học sinh nói với tôi rằng: “Có lẽ cô không nhớ, nhưng mà...”

“Có một ngày, khi con đang cảm thấy trống rỗng và không thể suy nghĩ được gì, thì bỗng thấy một con chó thông thả nằm nghỉ ngơi trên sàn nhà. Lúc đó, cô đi ngang qua và nói, ‘Con chó ngoan thật đấy,’ và chẳng hiểu sao lời cô nói đã giúp con phần chấn hơn.”

Tôi hoàn toàn không nhớ gì về việc đó. Tôi chỉ vô thức nói ra thôi. Thế nhưng, học sinh của tôi lại cảm thấy những lời đó đã vỗ về tâm hồn họ.

Hàng ngày, mỗi chúng ta đều nói ra rất nhiều điều. Nhưng không biết trong số đó, có bao nhiêu điều có thể động viên, vỗ về người khác?



.....

Những lời nói vô tình đôi khi cũng có thể làm người khác phẫn chấn hơn.

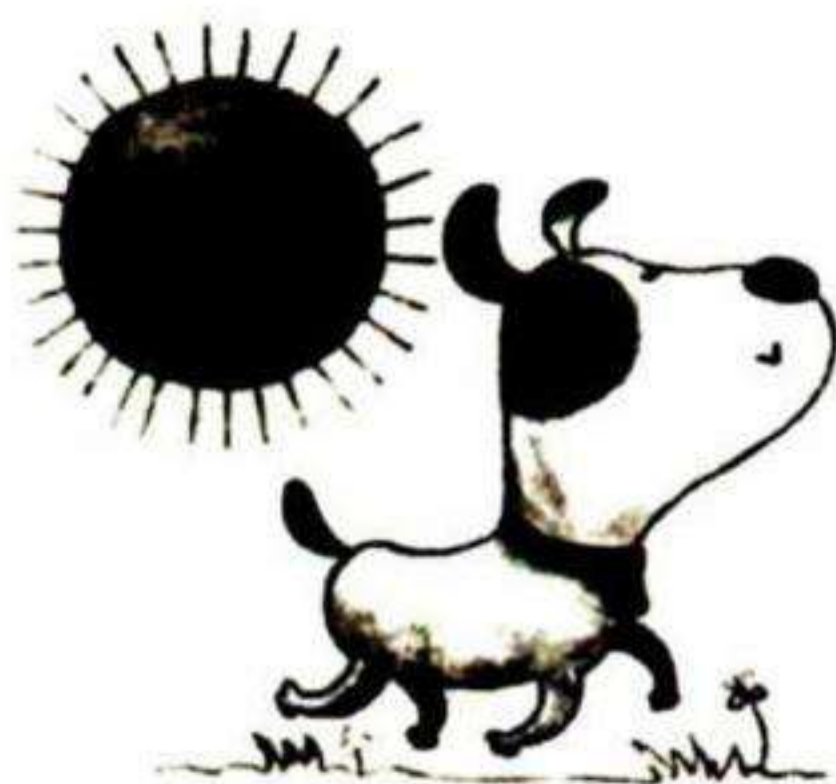
.....

Bạn đã nói những điều gì? Hãy dùng lời nói để xoa dịu những nỗi khổ đau, những lo nghĩ và để tạo bầu không khí vui vẻ nhé.

SỬ

MỆNH

Sống như một vòng hoa



Đã từ bao lâu nay, người Nhật đưa những đóa hoa vào cuộc sống hàng ngày của mình, đặt tâm hồn vào chúng và để chúng vỗ về. Bản thân tôi cũng thường xuyên mơ về “Cuộc đời của một đóa hoa”.

Lúc còn nhỏ, tôi vẫn luôn mơ mình sẽ trở thành một cô dâu xinh đẹp như hoa. Sau đó mười năm, vào thời chiến, khi phải chui rúc trong hầm trú bom để tránh những cuộc không kích, giấc mơ đã đơn giản trở thành được đủ ăn từng ngày. Sau chiến tranh, giấc mơ của tôi chỉ là có thể sống những năm tháng thanh xuân tuổi hai mươi thật rực rỡ.

Không biết từ bao giờ, ý nghĩa của “đóa hoa” trong tôi đã thay đổi. Một phần là do tôi đã bắt đầu cuộc sống tu hành, nhưng phần nhiều là do không biết tự bao giờ, “sống như hoa”, với tôi, đã trở thành cuộc sống đẹp nhất mà tôi hướng tới. Tôi biết một bài thơ nói về sự thu hút của những đóa hoa bừng nở với con người, dù rằng chúng không nhất thiết phải là những vòng hoa lớn và lộng lẫy.

Một người đã gửi cho tôi đoạn thơ được viết bằng tiếng Anh, với câu mở đầu là “Where

Mình là nắng, việc của mình là chói chang

God has planted you, you must bloom.¹” Đến tận bây giờ, tôi vẫn chưa biết có phải người đó đã tự viết bài thơ ấy hay không.

Hãy nở hoa

Ở nơi Chúa đã gieo mầm bạn,

Đừng từ bỏ với ý nghĩ chẳng còn cách nào khác.

Hãy bung nở đi

"Hoa nở" là khi

Ta mỉm cười và sống hạnh phúc

Khiến những người xung quanh cũng hạnh phúc theo.

"Hoa nở" là khi

Ta có thể sống

Và nói với những người xung quanh

Rằng nụ cười của bạn cũng là hạnh phúc của tôi

Rằng Chúa đã đặt tôi ở đây

Thật tuyệt vời

1. Hãy nở hoa, nơi Chúa đã gieo mầm bạn

Thật hạnh phúc.

Tất cả những điều ở bạn
Là sự thật chứng minh rằng

"Hoa nở" là khi
Để những người khác được hạnh phúc,
Dù có mệt mỏi đến đâu
Cũng không để họ nhìn thấy
Gương mặt bức bối, chán nản của mình.

Khi đó tôi vẫn còn trẻ, chưa thể chịu đựng được sức nặng của công việc quản lý mà mình được giao phó. Tuy không nói ra thành lời, nhưng đã không ít lần tôi nghĩ "Giá như không phải làm công việc này, giá như không bị giao vị trí này, thì tốt biết mấy."

Mỗi chúng ta đều giống một đóa hoa. Có những bông hoa lớn và cũng có những bông hoa nhỏ, có những bông nở sớm và những bông nở muộn, có những đóa hoa rực rỡ sắc màu được bày bán ở những cửa hàng lớn, cũng có những đóa hoa đơn sắc kết thúc "đời hoa" bên vệ đường.

Sứ mệnh của hoa là nở. Cho dù không có những ưu thế để như nhiều loài hoa khác, cho dù được đặt ở bất cứ đâu, thì cũng hãy bùng nổ rực rỡ, bung ra những nét đẹp mà chỉ riêng ta mới có thể mang đến cho đời.

Nhưng như vậy không có nghĩa là chúng ta không có những giây phút “yếu lòng”. Thi thoảng than phiền đôi chút rằng giá như mình được ở chỗ có nhiều ánh nắng hơn, chỗ ít gió hơn hay chỗ rộng rãi hơn cũng là hoàn toàn bình thường.

Bạn có thể có những suy nghĩ như thế, nhưng đừng để chúng lấy mất trái tim, đừng để những suy nghĩ tiêu cực làm chủ cuộc đời mình, mà hãy cố gắng hết sức để bung nở tại nơi mình được gieo mầm, giống như trong bài thơ đã viết. Cứ thế đóa hoa tâm hồn của ta sẽ trở nên đẹp để diệu kỳ.



Sứ mệnh của con người là sống với nụ
cười trên môi, để những người xung quanh
cũng cảm thấy hạnh phúc.

.....

Hãy bung nở đóa hoa của riêng mình dù
có được gieo mầm ở bất cứ đâu.

Cuốn sách này được biên tập hoàn tất
đúng mười ngày trước khi xơ Kazuko Watanabe
qua đời.



MỤC LỤC

Lời nói đầu.....	5
Chương 1: Làm thế nào để sống trọn vẹn khi bạn chỉ có duy nhất một cuộc đời.....	7
Sự quan tâm: Tâm quan trọng của việc gọi tên.....	8
Bệnh tinh thần: Những điều khiến con người "sống" hết mình.....	12
Thừa nhận những điều khác biệt: Mở rộng mọi khả năng.....	17
Thử thách: Cuộc đời chỉ có một, làm thế nào để sống cho trọn vẹn..	21
Cái tâm và tình yêu thương: Liều thuốc mang lại dũng khí để thực sự sống.....	27
Câu chuyện của tâm hồn: Những điều tôi thường nghĩ vào mùa đông.....	32
Chương 2: Nuôi dưỡng một con người.....	36
Tín ngưỡng: Cách sống là dấu ấn riêng của mỗi cá nhân.....	37
Những tâm hồn xích lại gần nhau: Hãy cố gắng thực hiện những điều mình đã nói.....	42

Những điều mẹ dạy: Sức mạnh để vượt qua khó khăn.....	46
Biến những tiêu cực thành tích cực: Bệnh tật khiến ta hiểu được nhiều điều.....	50
Làm việc bằng cả trái tim: Những khoảng thời gian vô nghĩa cũng có giá trị riêng.....	54
Chuyện nhân tình thế thái: Khi mọi chuyện không như ý.....	60
Chương 3: Khi điều ước thành sự thật.....	64
Khi ta lo lắng: Hãy học cách nhờ cậy vào Chúa dù cả trong sợ hãi.....	65
Vai trò của thánh thần: Tại sao chúng ta lại cầu nguyện? Những điều chúng ta cầu nguyện có trở thành sự thực không?.....	70
Sắp đặt: Mọi lời nguyện ước đều được lắng nghe.....	75
Tính khiêm nhường: Thánh thần luôn dành cho chúng sinh những điều tốt đẹp nhất.....	80
Bí quyết để luôn hướng về phía trước: Đặt trái tim vào "túi của thánh thần".....	84
Biết yêu những điều nhỏ bé: Để những ngày bình thường trở thành những ngày không thể thay thế.....	88
Chương 4: Những điều Mẹ Teresa đã dạy.....	93
Ấn tượng đầu tiên: Gặp Mẹ Teresa.....	94

Sự giàu có: "Đẹp" nhưng "nghèo nàn".....	99
Bí mật: "Lời hứa mỉm cười" với Chúa.....	104
Những điều quan trọng: Không phải là từ thiện, mà là tình yêu thương.....	111
Là một con người: Để nhận được lời "Cảm ơn" từ những người đã nằm xuống.....	114
Tình yêu thương vô bờ bến: Tình yêu của Mẹ vỗ về từng người con.....	119
Thể hiện tình yêu: Hãy cứ là chính mình.....	124
Chương 5: Bí quyết sống đẹp.....	128
Bầu không khí: Những điều Mẹ mang lại.....	129
Hào quang: Sự khác biệt giữa dung nhan và vẻ đẹp.....	134
Cái giếng của tâm hồn: Ai cũng nên có một khoảng trời riêng.....	138
Thấu hiểu: Không xâm phạm vào "khoảng trời riêng" của người khác.....	142
Những lời nói tình cờ: Bạn đã từng động viên người khác chưa?.....	146
Sứ mệnh: Sống như một vòng hoa.....	150

NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

Trụ sở chính:

Số 46. Trần Hưng Đạo, Hoàn Kiếm, Hà Nội

Tel: 0084.24.38253841 – Fax: 0084.24.38269578

Chi nhánh:

Số 7 Nguyễn Thị Minh Khai, Quận I, TP. Hồ Chí Minh

Tel: 0084.28.38220102

Email: marketing@thegioipublishers.vn

Website: www.thegioipublishers.vn

Chịu trách nhiệm xuất bản

GIÁM ĐỐC – TỔNG BIÊN TẬP

TS. TRẦN ĐOÀN LÂM

MÌNH LÀ NẮNG, VIỆC CỦA MÌNH LÀ CHÓI CHANG
Kazuko Watanabe

Vũ Thùy Linh dịch

Biên tập: Nguyễn Thị Phương Thảo

Bìa: Nguyễn Hào

Trình bày: Ngô Hậu

Sửa bản in: Thu An



Manager: Xuân Lê

Sách được phát hành bởi công ty TNHH Văn hóa và Truyền thông

AZ Việt Nam, thương hiệu Skybooks

Thông tin liên hệ

Email: contact.skybooks@gmail.com

Website: www.skybooks.vn

Fanpage: <https://www.facebook.com/tusachsongkhac/>

Tel: 0917997133

In 2.000 bản, khổ 12x20cm tại Công ty Cổ phần In Bắc Sơn

Địa chỉ: 262 đường Phúc Diễn, phường Xuân Phương, quận Nam Từ Liêm, TP. Hà Nội

Số xác nhận ĐKXB: 2450-2018/CXBIPH/07-184/ThG

Quyết định xuất bản số 832/QĐ-ThG cấp ngày 26 tháng 7 năm 2018

In xong và nộp lưu chiểu năm 2018.

Mã ISBN: 978-604-77-4980-5



Đầu tiên là nhận ra sự khác biệt trong tính cách của bản thân

- *Những người khó chịu hay sốt ruột trước hành động của người khác*
- *Ai cũng có lĩnh vực mà bản thân dễ phản ứng quá khích*
- *Nếu thừa nhận được sự khác biệt trong tính cách, bạn có thể xử lý mọi việc một cách bình tĩnh*

Tại sao bạn lại thấy sốt ruột với hành động của người khác?

Có những người luôn để ý và thấy sốt ruột với hành động của người khác. Giả dụ, với những người luôn có ý thức đúng giờ, thường đến trước giờ hẹn khoảng năm phút, họ rất nhạy cảm với những người đến muộn dù chỉ một chút.

Họ sẽ nghĩ rằng, “Tại sao người đó lại đến trễ như vậy?” và họ cảm thấy tức giận, muốn nói ra ý kiến của mình.

Tương tự, với những người yêu thích sự sạch sẽ, họ sẽ rất nhạy cảm với những người bừa bộn. Họ sẽ nghĩ rằng, “Mỗi ngày dọn một ít là được mà. Không hiểu sao anh ta lại có thể sống trong một căn phòng bừa bộn như thế này được”, và rồi họ cảm thấy khó chịu.

Thế nhưng, phần lớn mọi người không cau mày khó chịu nếu có người đến mượn một chút hoặc phòng bừa bộn. Chỉ có những người để ý chuyện đó mới tức giận. Những người đến mượn giờ hoặc để phòng bừa bộn không cố tình hành động như vậy để khiêu khích người khác.

Tóm lại, việc trở nên khó chịu không phải là do những hành động cầu thả của người khác, mà là do tính khắc khe về thời gian, ưa sạch sẽ một cách cực đoan của bản thân.

Chính vì sự khác biệt về tính cách đó nên chúng ta sẽ để ý từng hành động của đối phương.

Những người hay khó chịu sẽ không nhận ra sự thật là tính cách của họ khác biệt so với mọi người.

Tuy nhiên, chừng nào còn có suy nghĩ rằng tính cách của bản thân là bình thường, tính cách của người khác là bất thường, bạn sẽ mãi không thể thoát khỏi tâm trạng khó chịu. Chính vì vậy, điều quan