

**Vẻ đẹp tâm hồn**



HẠ GIAO

*Vẻ đẹp tâm hồn*

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO



## *Vẻ đẹp bên ngoài*

Sắc diện là yếu tố rất quan trọng đối với tất cả chúng ta. Chúng ta thường soi vào gương để nhìn thấy mình mỗi ngày trong đó. Và làm cách nào không biết, miễn sao cho mình mỗi ngày càng đẹp hơn lên. Từ rất xa xưa, con người ta sau khi tìm được cái ăn, miếng mặc, tìm được một cứ địa để trú ngụ và nhận ra bóng dáng mình in xuống đáy nước nơi những dòng sông, con suối, mặt hồ, họ bắt đầu có nhu cầu làm đẹp.

Khởi điểm là chúng ta yêu thích cái dáng vẻ của chính mình. Ta thấy mình và so sánh với người khác, ta cảm nhận được mình xinh xắn hơn hay xấu xí hơn. Người khác giới cũng để ý đến ta từ chỗ ngoại hình ta có đủ sức hấp dẫn họ hay không? Và cũng từ ước muốn tình cảm này, cũng từ muốn nổi trội hơn người mà chúng ta tự

tìm cách nâng cao cấp độ sắc đẹp của mình. Các thiếu nữ thời cổ đại đã biết trang hoàng, chải chuốt bản thân bằng những đóa hoa cài lên tóc, những khố áo đan kết có hoa văn. Dần về sau nhu cầu làm đẹp, nhất là của giới nữ thì dường như không còn giới hạn nữa.

Với sự phát triển vượt bậc và không ngừng của nhân loại, đa phần các ngành nghề đều song hành được cải tiến dưới nhiều hình thức rất đa dạng và phong phú. Trong đó phương diện thẩm mỹ về thiết kế thời trang, về chế tạo trang sức, phẫu thuật để nâng cấp sắc đẹp, các loại mỹ phẩm cũng đã lên đến tầm vóc của kỹ năng và nghệ thuật. Sự tinh xảo, dưới nhiều hình thức, nhiều dòng sản phẩm, công nghệ mới tạo thuận lợi cho mọi tầng lớp trong xã hội làm đẹp.

Chúng ta thấy ngày nay không những nữ giới mà nam giới cũng có nhu cầu trau chuốt dáng vẻ bên ngoài. Và với độ tuổi nào công nghệ tiên tiến cũng đều có thể đáp ứng để phục vụ cho ngoại hình con người được trẻ trung hơn, xinh đẹp hơn. Ngay cả việc bạn muốn mình giống một

ai đó, thậm chí mỹ viện cũng có thể giúp bạn được như ý. Tuy nhiên, bên cạnh những tác dụng vẫn có khả năng xảy ra những tác hại. Nhưng mức độ phản ứng phụ hay những rủi ro không đáng kể, nên con người ta vẫn đua nhau tân trang, cải hóa sắc đẹp.

Người xấu thì chung diện lên để thay đổi, người đẹp thì cũng không vì mình đã đẹp nên thôi, mà họ muốn mình càng xinh xắn hơn nữa trong mắt người nhìn. Do đó mà chúng ta tốn rất nhiều tiền của và thời gian để chăm chút cho dáng vẻ bên ngoài. Biết rằng ta tô điểm nhân dáng cũng là một hình thức tôn trọng người khác. Nhưng một số ít người có sở thích riêng, một số khác chạy theo sự đổi thay không ngừng của mẫu mã, họ biến mình thành người lập dị, có khi thành kẻ lố lăng, họ sử dụng tiền bạc, thời gian và công sức không phù hợp thành ra không phải là hay, nên cái mà gọi là đẹp trong suy nghĩ của họ có khi là sự vô duyên, lố bịch trong mắt người khác.

Vẻ đẹp bên ngoài nhìn chung thường không có một định lượng nhất định, mặc dù

trong các cuộc thi sắc đẹp đòi hỏi những thí sinh phải có những tiêu chuẩn tương đối theo quy định, quy định này cũng mang tính chất tương đối. Và vẻ đẹp ở mỗi người cũng không giống nhau. Chúng ta thấy có người toát lên nét đẹp từ hòa, nhân hậu. Có người đẹp sắc xảo, mặn mà. Có người đẹp nhẹ nhàng, thanh thoát. Có những vẻ đẹp làm ta nhớ mãi, nhưng cũng có vẻ đẹp đập vào mắt rồi ta lại rất dễ quên. Cũng vậy, có những người đẹp bước lên được đỉnh vinh quang, nhưng có người đẹp lại có cuộc sống bình thường và một số khác chính sắc đẹp đã mang đến cho họ nhiều phiền toái và đau khổ.

Người này nhờ có ngoại hình đẹp đã bước lên ngôi cao để trở thành hoa hậu. Cô ấy được vinh danh, được trầm trồ, khen ngợi, được nhiều cơ may để tiến thân trong cuộc sống, cửa ngõ của tiếng tăm và sự sang giàu được mở ra. Người kia cũng có sắc đẹp không thua kém, nhưng cơ hội để thăng tiến không có. Cô ta lập gia đình với một người bình thường, cũng lặn lội bươn chải giữa đời để kiếm tìm cơm gạo. Một số người đẹp khác, công việc của họ chỉ là đứng mời chào



khách ở các tiệm, quán hay nhà hàng, khách sạn. Lại có người sử dụng sắc đẹp của mình làm nghề bán thân kiếm sống...

Trên cuộc đời này là vậy, có không ít người được quả phúc về thân tướng xinh đẹp, nhưng số phận họ không phải ai cũng giống nhau. Chúng ta suy nghĩ khác, quan niệm khác, được sinh dưỡng trong hoàn cảnh khác tạo nên những đích đến khác. Từ đó người ta có mẫu chốt để so sánh sự hơn kém về nhân phẩm, về năng lực, về phước báo.

Có người đẹp được tôn vinh, ca ngợi. Có người đẹp bị lợi dụng, bị rẻ khinh. Sự sai khác này bắt nguồn từ những may mắn hay xui rủi đưa đến trong cuộc đời của họ. Và nó thường biểu hiện qua hình thức của sự thông minh, khôn khéo, có nhiều thuận cảnh trong cuộc sống, còn đối tượng kia không được những điều kiện tốt như thế khiến họ có thể kém hiểu biết, có thể cư xử sai lầm, có thể họ không nỗ lực, hoặc có thể họ không may mắn chạm đến những cơ hội thuận lợi để từ đó đi lên.

Đa phần chúng ta ai cũng ưa thích mình được đánh giá là đẹp trong mắt người khác, lắm lúc còn tự hào, mãn nguyện khi thấy người trong gương mới đẹp làm sao. Vì vậy, mà chúng ta rất siêng năng chăm sóc ngoại hình. Hơn thế nữa, không chỉ lo cho sắc diện của hiện tại, chúng ta còn dùng các loại mỹ phẩm, dược phẩm, cố gắng cân bằng tâm sinh lý, điều chỉnh chế độ ăn ngủ để thắng sự tàn hoại của thời gian.

Con người không ai trẻ mãi, cũng không lấy gì đảm bảo ta giữ được sắc đẹp dài lâu, vì đó là một trong những quy luật của vũ trụ này. Thế nhưng, tiến bộ của nhân loại đã có phương cách chế ngự. Tuy nhiên, dù có thể nào chúng ta không một ai có thể đi ra ngoài quy luật rất công bằng trong cuộc sống, rằng khi chúng ta lạm dụng cái gì đó một cách thái quá sẽ bị phản tác dụng, rằng không có điều gì tồn tại mãi dưới một dạng thức với thời gian, rằng chúng ta không ai có thể tiêu xài hơn giới hạn phước báo của mình. Ai rồi cũng phải già đi theo năm tháng của cuộc đời và cũng không ai lấy gì đảm bảo sẽ chẳng có biến cố nào xảy ra để con người ta giữ được sự lành lặn, trẻ đẹp mãi mãi.

Từ những giá trị khác nhau của sắc đẹp, cũng như những điểm không bền chặt của nó, xem ra nhân loại đã uổng phí khá nhiều về công sức, thời gian và tiền của để chinh chu cho dáng vẻ bên ngoài của chính mình. Tuy rằng, nhu cầu đó cần thiết, có mang đến những lợi ích thiết thực, hỗ trợ về tinh thần, nhưng có khi sự đánh đổi làm ta bị thiệt thòi mà ta không biết. Chúng ta vẫn mãi quan tâm, chăm sóc sắc diện bên ngoài, vẫn mãi góp phần thúc đẩy mảng công nghệ thời trang, mỹ phẩm, dược phẩm tiên bộ. Đi theo đà phát triển của thế giới, chúng ta mấy ai biết dừng lại tô điểm cho tâm hồn mình sáng hơn, sạch hơn và đẹp hơn?

## *Vẻ đẹp đôi mắt*

Nếu như ai đó khen bạn có đôi mắt đẹp, dù ít dù nhiều vẫn khởi sinh trong bạn một niềm vui. Bạn hãnh diện vì điều ấy chẳng? Rất có thể, mặc cho lời ngợi ca kia có thật lòng hay chỉ là sự đả bôi, mặc cho người ta đề cập đến ưu điểm của bạn có trọn vẹn hay chỉ kiêu nửa vời, bởi tâm tính của đa phần chúng ta là như vậy. Hễ được khen là thích và bị chê thì lập tức phiền buồn, thậm chí là cáu bực, oán ghét rồi tìm cơ hội trả đũa cho vừa cơn giận.

Có thể người ấy đẹp thật, nhưng cũng có thể vì cảm tình riêng hay vì hợp nhãn với mình mà khi nhìn vào ta thấy nơi người ấy toát lên vẻ đẹp. Hoặc trong giao tiếp, ta biết rằng bản tính

con người không ai muốn mình bị chê bai, chỉ trích, nên có đôi khi để vui lòng nhau và được việc mà ta phải đánh giá nhau một cách dối lòng.

Như thế nào là đẹp? Một đôi mắt được gọi là đẹp thường thì có sức thu hút người khác ngay từ ánh nhìn đầu tiên. Và nét đẹp được đo theo những giá trị tương đối thiếu tính chuẩn mực vì không nhất thiết phải giống nhau mà tùy theo cách cảm nghiệm của từng người. Đôi mắt ấy có thể to tròn, đen lay láy và ngời sáng. Đôi mắt ấy có thể ẩn chứa điều gì đó rất xa xôi. Đôi mắt đó với hàng mi dài và cong vút. Đôi mắt đó có thể dung chứa và truyền tải được tâm hồn. Đôi mắt đó sắc sảo nhú đuôi, khiến họ nhìn ai người ấy về đem hình ảnh kia vào trong giấc ngủ...

Có khi một đôi mắt u buồn vô cảm trao gửi vào người đối diện những mối mệt ưu tư, vậy mà với một ai đó họ thấy thế là đẹp. Có khi ta bắt gặp một ánh nhìn như xé tâm can hay biểu lộ một sự hung dữ khiến ta nao lòng hay khiếp sợ, nhưng biết đâu vẫn có người cho là đẹp, là có sức hút. Có khi ánh mắt kia rất bình dị, từ hòa và khi họ nhìn ta, ta thấy lòng mình dường như ấm áp hơn lên. Có khi trong tia mắt ai đó hiện

lộ vẻ thờ ơ, lãnh đạm, ta đối tiếp với họ dù gần mà vẫn tưởng như xa, vẫn có khoảng cách khiến ta không có cảm giác thân thiện. Nhưng rồi, đôi mắt đó lăm lăm lúc khiến ta nhớ nghĩ...

Vô hạn con người, đủ mọi tầng cấp cũng chừng ấy cách cảm nhận về cái đẹp rất khác nhau. Có thể ta nhìn người ấy không chút gì ấn tượng cả, nhưng với người khác thì ngược lại. Chỉ trên dòng suy nghĩ của một con người đã có muôn ngàn ý niệm và thay đổi trong từng khoảnh khắc rất mong manh, hướng hồ chi khắp cả thế gian, chúng ta không ai có thể gạn lọc, đong đo và tính đếm được tư tưởng của nhân sinh trong vũ trụ này. Cũng vậy, ta không khẳng định được sự đúng hay sai trong cách cảm về cái đẹp hay xấu của hình tướng, vì nó còn bị chi phối bởi sở thích và nhân duyên của đối tượng.

Giả sử khi hai ánh mắt chạm nhau, người kia đã gửi vào ý thức ta một nhận định rằng đôi mắt người này rất đẹp. Hoặc ta thấy được sự chân thật, hoặc ta đọc được nỗi đau ẩn hiện, hoặc ta cảm được tính cách, hoặc ta biết được hiện tâm của họ, hoặc ta phần nào nhận diện được

quá khứ và tương lai của họ... Chính từ nơi đôi mắt hiện ra nhiều điều và thường ta không giấu được với những người thật lòng quan tâm đến ta, những người sâu sắc, nhạy cảm, những người có trực giác tốt.

Một đôi mắt đẹp có thể tạo nên sức mạnh thu hút người khác, dễ khiến người ta nhớ nghĩ về mình, dễ tạo ấn tượng tình cảm khi gặp gỡ. Đồng nghĩa bạn có cơ may sinh ra thuận cảnh trong cuộc sống. Nhưng điều đó có thật sự tốt cho cuộc đời của bạn? Dĩ nhiên là như vậy, nếu đôi mắt đó biết mở ra, biết nhìn đúng chỗ, biết đưa vào tâm để thấy chân thật, để cảm nhận từ trái tim. Đó là con mắt của trí tuệ, của tình người. Cách nhìn đó giúp bạn nhận diện chân lý, vững lòng trước nghịch cảnh, những cám dỗ của lợi danh không che được mắt bạn. Sức mạnh của uy quyền không dễ gì làm bạn gục ngã.

Đôi mắt biết mở ra là đôi mắt đi ngang qua cảnh khổ của cuộc đời không tâng lờ đi, không lướt ngang qua một cách vô tình, không xuýt xoa thương cảm nhưng chẳng biểu hiện thêm một

nghĩa cử nào. Đó là đôi mắt nhìn cuộc đời bằng một trái tim. Trái tim này biết rung động, biết xót xa, biết dừng lại trước hằng bao khổ cảnh.

Đôi mắt biết nhìn đúng chỗ là đôi mắt không ngó ngang liếc dọc để rình mò, theo dõi chuyện xấu, chuyện tốt của thiên hạ. Không đọc, không nhìn những hình ảnh mang tính chất phi văn hóa, phi đạo đức. Không tiếp nhận nhân dáng xấu xí, bản dơ, khôn khổ của người khác trong thái độ dè bĩu, khinh khi, xa lánh.

Đôi mắt biết phản hồi vào tâm là đôi mắt có sức truyền dẫn từ trực giác đến tâm hồn. Chính sự kết nối này mà tấm lòng nhân loại như đóa sen thơm bùng nở, để con người ta trao gửi cho nhau tình thân ái và sự sẻ chia.

Cuộc đời ta và những người xung quanh ta luôn sống trong khổ não bi ưu của hằng bao nghiệt ngã đã, đang và đợi chờ chúng ta phía trước. Vì vậy, mà trong phút giây hiện tại ta hãy nhìn lại quá khứ để chấn chỉnh lại cái sai, để lấy đó làm kinh nghiệm sống, để vẽ nên bức tranh hạnh phúc hơn cho tương lai, mặc dù điều đó



khiến hiện tại ta ít nhiều gì cũng trải qua những lo toan, vất vả. Và một điều là để vượt khỏi bao ám ảnh phiền buồn, để vươn lên cuộc sống cao đẹp thì bắt buộc ta phải nỗ lực hết mình trong cuộc sống nhưng không phải sống cho riêng mình mà hãy tích cực vì lợi ích của tha nhân. Tuy nhiên, chỉ những ai trong đau khổ thấy lỗi của mình thì người ấy mới có thể nhìn cuộc đời bằng đôi mắt từ ái yêu thương. Đôi mắt ấy sáng hơn bất cứ ánh sáng nào, đẹp hơn bất cứ đôi mắt nào. Nếu ta đứng nơi cao nhất, sáng sủa nhất nhưng ta không thấy được nỗi đau của kẻ khác, ta không nhìn đúng bản chất của hiện tượng, sự vật thì ta vẫn mãi là người mù lòa đắm chìm mình trong con sông cáu bẩn, tối tăm.

## *Vẻ đẹp đôi tai*

Cũng như những giác quan khác, đôi tai không kém phần quan trọng, có tác năng dụng ích cho con người. Ta có nó để nghe được từng âm thanh trong cuộc sống này, để ta nhận biết các sự vật, hiện tượng, để ta dễ dàng hiểu được nhau trong giao tiếp. Chính nhờ đôi tai mà ta có thể phân biệt được các loại âm khác nhau, để biết được nguồn gốc của nó mà có phản xạ thích ứng theo mỗi tình huống riêng. Tiếng xa hay gần, tiếng tốt hay xấu, tiếng nặng hay nhẹ, tiếng dịu êm hay gắt gỏng... hàng mớ âm thanh tạp lãn trong từng khoảnh khắc sống mà ta phải tiếp ứng, do vậy mà một người khiếm thính sẽ gặp không ít khó khăn trong môi trường sinh hoạt cộng đồng.

Ngoài chức năng để nghe, đôi tai còn là một yếu tố làm tôn thêm vẻ đẹp cho gương mặt

con người. Do vậy, mà chúng ta, nhất là người nữ cũng tốn không ít công, của và thời giờ để chăm sóc và trang trí cho nó. Các bà, các chị điem lên vẻ sáng giá cho đôi tai bằng loại trang sức làm từ kim cương, vàng, bạc, đá, nhựa... những chất liệu khác nhau, mẫu mã khác nhau tùy thuộc vào túi tiền và sở thích riêng của chị em phụ nữ. Người ta xỏ lỗ xuyên qua tai và đeo vào đó những đôi bông với hy vọng khi ai đó nhìn mình với cách trang trí thêm đôi hoa tai như vậy trông mình sẽ xinh hơn, sang trọng hơn, quý phái hơn.

Những người thiết kế cũng nắm bắt được tâm lý này và khảo sát thực tế để tìm ra nhu cầu thị hiếu chung, nhưng rồi họ phát hiện ra thời trang có cái chung nhất là trào lưu đổi mới thường xuyên. Con người ta ai cũng thích mình đẹp, thích được nổi bật và luôn đòi hỏi sự mới lạ, nên từ kiểu tóc, đến mũ nón, đến áo quần, đến giày dép, đến các đồ trang sức luôn luôn thay đổi.

Nhu cầu kích ứng sự cung cấp, tuy nói rằng đó cũng là nhân tố thúc đẩy kinh tế phát

triển, nhưng phía sau nó là những tai hại không nhỏ. Thứ nhất, người ta phải mất thời gian, công sức và tiền của vì phải chạy theo một hiện hành. Thứ hai, hình thành tính cách xa hoa, phung phí và thiếu chung thủy của con người khi chúng ta vứt bỏ đi những thứ còn giá trị sử dụng. Thứ ba, khi tôn vinh vẻ đẹp bằng những trang sức đắt tiền lại là miếng mồi béo bở kích thích lòng tham để kẻ xấu sinh tâm chiếm đoạt và gây ra tội ác. Thứ tư, tạo nên sự phân hóa giữa đẳng cấp giàu và nghèo rõ rệt hơn. Thứ năm, khi mãi chạy theo những giá trị bên ngoài thường làm cho con người ta quên tu dưỡng giá trị bên trong.

Ngày nay, nhất là giới trẻ, luôn cả các anh thanh niên cũng bắt chước chị em phụ nữ đeo hoa tai. Có cô không chỉ xâu một lỗ mà xâu hai ba lỗ, có khi xâu luôn cả một vành tai và đeo chi chít những chiếc bông đủ màu, đủ dạng. Đó như một trào lưu, một tính cách gọi là “sốc”, thích chơi nổi, không đụng hàng, cá tính riêng gì gì đó của các bạn trẻ... Chính cái lập dị đó, cái sở thích nổi trội đó, khiến tuổi trẻ các em chạy theo mãi những điều mình muốn vô ích, tai hại và suy thoái dần đạo đức trong tâm. Nhưng người

lớn cũng sẽ khó mà khuyên bảo các em, nếu như bản thân họ cũng chọn tới đời lui, cũng chờ đợi và đón nhận cái mới lạ trong phong cách chung diện của mình.

Tuy biết rằng điểm thêm một chút lên đôi tai sẽ làm khuôn mặt bạn có khác đi phần nào đó. Nó có thể khiến người đối diện thấy bạn sáng hơn, duyên dáng hơn hoặc xinh xắn hơn. Nhưng nếu như bạn không đeo gì cả, cũng chẳng làm bạn xấu đi phần nào. Chỉ cần đôi tai đó khỏe mạnh, giúp bạn nghe tốt và không bị dị tật để chúng ta khỏi phải e ngại khi sợ ai đó nhìn thấy khuyết điểm của mình là tốt rồi.

Nếu có điều kiện, bạn có thể điểm cho nó một món trang sức trong các dịp lễ tiệc để hôm ấy người ta thấy bạn đẹp hơn bình thường thôi. Bạn không cần phải cầu kỳ đúng kiểu, đúng loại và mỗi ngày mỗi mới đâu. Vì điều ấy thực chất không nâng cấp con người bạn. Dù ta nói rằng nhìn dáng vẻ, tác phong và cách ăn mặc của bạn có thể đánh giá được con người bạn, có thể đoán biết bạn thuộc thành phần nào. Điều đó không sai, vì biểu hiện bên ngoài thể hiện tính cách bên trong của bạn. Nhưng rồi cuối cùng chúng

ta đều kết luận rằng, giá trị của một ai đó phải được nhận xét từ nơi hành động và suy nghĩ của họ, khi ta thấy họ làm được điều gì cho cuộc đời này. *Vẻ đẹp* thật sự của ai đó không phụ thuộc vào nhãn hàng, vào thương hiệu, vào chất lượng sản phẩm bởi vì nó chỉ có tính chất phụ trợ cho bạn mà thôi. Khi bạn đeo một đôi hoa tai đẹp, thì đôi hoa tai đó đẹp chứ không phải bạn đẹp.

Do quan niệm tiếp nối nhau giữa bao thế hệ và lan truyền qua biết mấy con người, chúng ta cứ nô nức đi góp nhặt những thứ phù hư chóng hoại để điểm tô cho nét đẹp cũng sớm phai tàn trên thân thể, chúng ta quên hoặc không ý thức được việc đi tìm *vẻ đẹp* thật sự và lâu bền để sống hữu ích, chân chính hơn. Có thể chẳng may bạn bị khiếm thính, bạn không thể nghe được những âm thanh từ bên ngoài, nhưng tiếng vọng của cuộc sống quá đổi phiền lo và nhiều khổ cảnh làm bạn day dứt xót xa thì bạn là một kẻ điếc luôn luôn lắng nghe, để hiểu, để cảm thông và để chia sẻ. Đó là hiện tượng phi khoa học, nhưng phù hợp với đạo đức con người. Khi ta muốn nghe thì nhất định ta sẽ được nghe và ngược lại.

Trở lại vấn đề ta có đôi tai với tác năng chính là để tiếp thu được tần sóng của muôn vạn âm thanh trên cuộc đời này. Trong vô số âm thanh đó ta tạm chia ra làm hai dạng, những điều nên nghe và những điều không nên nghe. Khi ta thích nghe điều gì thể hiện đẳng cấp và tâm hồn ta thiên về hướng đó.

Ta lắng nghe những điều từ ái, nghe những lời răn dạy dù cho đó là lời trách phạt nặng nề. Ta nghe tiếng chim ca, suối chảy để cảm thụ được sự thi vị của vạn vật trong tình yêu thiên nhiên. Ta nghe dòng nhạc, nghe diễn thuyết, nghe lời kể về những mẫu chuyện truyền tải thông điệp của tình yêu thương, của đức từ ái nơi một con người, hay tinh thần kiên định, quả cảm, quật cường của hồn dân tộc. Ta nghe đó đây bao cảnh khổ sở đọa đày của muôn vàn số phận đáng thương để cảm thông và sẻ chia cùng họ. Ta nghe bài giảng về đạo lý để xây dựng cho mình những phẩm hạnh cần thiết để đối đãi với nhau tử tế hơn. Ta nghe triết thuyết của những triết gia để biết sống đời bao dung, hướng thượng. Ta nghe những tiếng Kinh cầu để cúi xuống xin đất trời cho cuộc đời này vui bớt nỗi đau...

Có không cùng những điều rất nên nghe để trong biển nhân sinh lao xao muôn ngàn ngọn sóng này, ta còn có những phút giây dừng lại để hiểu nhau, thương nhau, tương hỗ cho nhau và học hỏi nơi nhau, làm cho cái khổ vơi đi bớt và niềm vui như được nhân thêm. Cũng từ đó mà tâm hồn ta được rộng mở hơn.

Ta lắng nghe lời thị phi xuôi ngược giữa đời. Ta nghe chuyện gièm pha, nói xấu người. Ta nghe những điều vô bổ, có khi còn gây tổn thương hay thiệt hại cho ai đó. Ta nghe thiên hạ gây gổ, chửi mắng nhau. Ta nghe những lời tranh hơn, nhục mạ thô ác. Ta nghe những thể loại nhạc cuồng loạn, đảo điên. Ta nghe những lời đả bôi, đua nịnh dối lòng. Ta nghe những chuyện kể tầm phào, tào lao, vô ích...

Cũng vậy, những điều không nên nghe dường như nhiều đến vô tận. Nhưng đôi tai ta thường thích lắng nghe những điều lẽ ra ta chẳng phải nên nghe, để rồi từ đó ta bị tiêm nhiễm cái xấu, lao theo nó và trở nên bé nhỏ dần đi.

Chẳng khác gì một người khiếm thính vì ta có đôi tai mà không nghe được những điều vì



diệu ở trên đời. Không sống được trong chân lý của tình yêu thương lẫn nhau thì hành tinh này sẽ bị hoang hóa bởi sự mục rữa nơi tâm hồn mỗi con người. Nếu không nghe được cái hay, không học được điều tốt, không phân biệt được phải trái, không bênh vực công lý, không san sẻ bớt niềm đau cho đồng loại, không khai mở được trí tuệ, thì đôi tai ta không hữu dụng mà còn trở nên tác hại nếu ta nghe điều ngược lại và sống theo như thế.

Vậy nên, một đôi tai đẹp không phải vì được dính lên đó những trang sức mới lạ, đắt tiền mà nó đẹp vì tiếp thu và phản hồi lại được những điều trong cuộc sống này làm cho cuộc đời mình và cuộc đời người khác được cải hóa tốt đẹp hơn lên. Nếu ta chăm chú lắng nghe điều hay lẽ phải và ta sống tốt, nếu ta chịu khó để nghe những điều không tốt và ta biết đó là xấu để né tránh, để phòng bị, để bảo vệ mình và xây dựng cho người, thì ngay chính biểu hiện đó cho thấy đôi tai ta rất đẹp, đẹp mà không cần phải lạm dụng bất cứ một trang sức nào.

## *Vẻ đẹp của miệng*

Đôi môi thắm sắc, khuôn miệng xinh tươi của bao cô thiếu nữ đã làm cho nửa thế giới này đem về sâu giấc trong mơ. Chúng ta ai cũng thích cái đẹp, thích được ngắm nhìn và chiêm nghiệm vẻ đẹp. Dựa vào tâm lý chung này nên ai cũng khát khao đi tìm cái đẹp, nhưng trước khi thấy điều đó nơi người khác, con người ta luôn muốn thể hiện nét đẹp từ nơi bản thân mình. Ai cũng muốn mình đẹp và đẹp mãi, đẹp dần lên trong mắt người khác.

Một vành môi chín mọng kiều kỳ, hay đôi môi ấy dày và gợi cảm... mỗi người mỗi vẻ, kết hợp với các thói son đa dạng và đủ sắc màu, nhờ đó mà phái đẹp lúc nào cũng đẹp, cũng lạ và đầy quyến rũ. Chưa nói đến các cô có hàm răng trắng sáng, giọng nói rất dịu, nụ cười rất duyên thì đó người đàn ông nào gặp mà không

ấn tượng về vẻ đáng yêu như thế.

Trên gương mặt của bạn bộ phận dễ tác động vào tâm nhớ nghĩ của người khác không gì ngoài đôi mắt và cái miệng. Người ta thích bạn, khen bạn hay ghét bạn, chê bạn cũng từ bằng trực giác họ thấy và bằng cảm giác họ đánh giá thông qua biểu hiện từ trong ánh mắt bạn nhìn, hay lời từ nơi miệng bạn đã nói ra.

Bạn có đôi môi giàu sức hấp dẫn, ai một lần trông thấy bạn cười không dễ gì quên. Bạn có quyền hãnh diện về nét đẹp đó. Và bạn sẽ đẹp hơn thêm gấp bội lần nếu từ nơi miệng bạn nói ra những lời từ ái, ôn hòa. Bạn không nói lời chia rẽ, đả đàng cay, không chì chiết, đay nghiến, không căng thẳng giận dữ, không nói lời dối trá, điêu ngoa. Bạn không nói cạnh, nói khoe, không gắt gỏng, không chửi bới. Nói chung, bạn không nói lời gây tổn thương hay thiệt hại cho ai. Trái lại, bạn nói điều làm cho người khác an lòng, được vui và xây dựng trong họ niềm tin, hy vọng, giữ cho họ hòa khí, tạo cho họ cảm giác hạnh phúc. Giọng điệu bạn phát ra gửi đến tâm người khác có khi dịu dàng, có khi sôi nổi, mạnh mẽ, lại có lúc nghiêm nghị, vững chắc nhưng biểu cảm

nào cũng xuất phát từ tấm lòng chân thật và sự thương yêu bạn gửi đến người nghe.

Từ cái miệng xinh tươi đó, bạn hát những bản tình ca đi vào lòng người để nhân loại này càng biết sống gần nhau hơn. Bạn đọc những áng văn chương bất hủ đề cao những giá trị cao đẹp giữa đời. Bạn thuyết giảng những điều hay, đẹp để xóa tan thù hận, xóa bỏ dần những ranh giới đã làm cho con người sống sa đọa và rất xa nhau. Bạn nói lên những lời nguyện cầu cho tội ác dừng lại, cho cuộc đời vui bớt sầu lo, cho lòng người thanh thản. Đôi môi đó, bạn nở một nụ cười nhân hậu, hiền hòa như tưới một dòng chảy qua con kênh bao mùa hạn hán cần khô. Bạn ban tặng cho cuộc đời một mùa xuân tươi vui, ấm áp. Nhưng cũng có những lúc bạn cần phải lặng im vì lên tiếng đôi khi lại không hay, và biết đâu trong im lặng đó, người kia sẽ hiểu tâm tư của bạn.

Sống trên đời này ai biết sử dụng cái miệng của mình để nói điều vui tươi, thánh thiện đem đến lợi ích thiết thực, sự bình an và thặng hoa tâm hồn cho người khác, thì đó là người có khuôn miệng đẹp vẹn toàn, tròn trịa và duyên

dáng không ai sánh kịp. Nhưng đi cùng khắp thế gian, tìm được những con người như thế quả là quá sức ít ỏi.

Chúng ta với tâm tính của phàm phu hay ương ngạnh, cố chấp và tư lợi, nên chúng ta thường cư xử sao cho phần thắng thế về mình. Quan niệm đó, khiến ta lao vào cuộc sống với những bon chen, tranh giành mọi thứ. Ta dùng miệng lưỡi nói thẳng nói cong, nói xuôi nói ngược, sự có thành không, cái không thành có, nói lời cay độc, chua ngoa. Lại ưa thói chỉ trích, gièm pha người khác, chuyện không hay của người thì rêu rao đi khắp, lỗi của mình thì chối quanh co. Lắm chị còn có tính ngòi lê đôi mách, đặt điều dựng chuyện để cuộc đời thật giả đảo điên xen lẫn. Ta không tiếc lời tranh cãi hơn thua, mắng nhiếc, nhục mạ, thị uy với người ta ghét hay kẻ dưới quyền. Lại có khi ta không lên tiếng để bảo vệ sự thật, vì sự thật đó có thể gây bất lợi cho ta, hoặc vì ta không thích người đó, hoặc vì ta thấy họ ra sao cũng chẳng can hệ gì đến mình. Tệ hại hơn khi ta gieo tiếng xấu, chống đối hay phản bác người có chân tâm, người nói lời tốt

đẹp hướng con người về nơi chân - thiện - mỹ.

Cuộc đời sẽ đổ vỡ dần, tâm hồn con người sẽ héo kiệt đi, cuộc sống khó mà tìm được những tháng ngày an ổn cũng từ lời qua tiếng lại giữa người và người sinh ra những chuyện phiền toái không hay là vậy. Nếu bạn có chất giọng nhẹ nhàng, trong trẻo, hay trầm ấm, nếu bạn có đôi môi xinh đẹp mặn mà, nếu bạn có một nụ cười tươi thắm, nếu bạn có đôi hàm răng sáng và đều, một hay nhiều yếu tố đó kết hợp đều là lợi thế tạo cho bạn một vẻ đẹp để bạn có thể thu hút cái nhìn của người khác và chinh phục được lòng người khác. Nhưng rồi rất nhiều người trong số chúng ta đã không làm được điều đó. Chúng ta có lợi thế nhưng đã sử dụng nó một cách sai lầm, nên chúng ta chỉ đi được một nửa là cuốn hút người khác nhìn vào mình khen ngợi một câu sau đó thì chìm vào quên lãng, có khi cũng để lại ấn tượng, nhưng lại là ấn tượng không hay, khi đôi môi xinh xắn đó buông những lời khiếm nhã, kém khôn ngoan và thiếu tình người. Mà một khuôn miệng đẹp thì có đáng gì so với lời nói tốt đẹp đâu. Thay vì cực công đi thăm mỹ

cho răng miệng, sao ta lại không xây dựng tính thẩm mỹ trong từng lời nơi đôi môi đó mở chào?

Chúng ta làm đẹp thì không có gì xấu cả. Hơn thế nữa, nó còn tạo nên những bông hoa rạn rỡ cho thế gian này. Nhưng một đóa hoa có sắc mà không hương thì chỉ là hình ảnh để người ta chung diện đến lúc héo tàn họ sẽ vứt bỏ đi mà không còn gì để lưu giữ lại. Một rừng hoa như thế đồng nghĩa thế giới này sẽ bận rộn hơn, tất bật hơn, xao động hơn và cuối cùng đổ ra trên đất rác bần nhiều hơn.

Bạn hãy ướp hương vào đóa hoa xinh tươi đó, để khi bạn mở miệng ra là lời vàng ngọc tuôn trào cho thế giới này sinh động hơn, ý vị, tình cảm hơn và lòng người nhẹ nhàng hơn. Đó mới thực sự là cái miệng đẹp xinh chinh chu vẹn toàn giá trị. Cuộc đời vốn đã ấp đầy đau khổ, nếu lời nói của ta gieo rắc thêm nỗi đau cho thế giới này thì thà rằng ta là một người câm, có lẽ điều đó sẽ tốt hơn. Hãy ban tặng cho cuộc đời tiếng cười của bạn, để ai đến với bạn đều như chia được niềm vui.

## *Vẻ đẹp đôi tay*

Đôi tay rất cần cho cuộc sống, nó mang một giá trị khá lớn trong sinh hoạt hằng ngày, góp phần không nhỏ để thực hiện tốt công ăn việc làm, giúp ta có phương tiện để cống hiến công sức cho cuộc đời. Nếu có ai đó chẳng may sinh ra đã mang thân thể tật nguyền không có được đôi tay nguyên vẹn, nếu có ai đó trong xui rủi phải bị mất đi sự lành lặn của đôi tay thì là một thiệt thòi cho họ. Họ rất đáng thương vì phải gặp nhiều khó khăn trong cuộc sống. Họ bị nhiều hạn chế và trở ngại lớn. Họ cần sự giúp đỡ từ mọi người xung quanh, đồng thời bản thân phải nỗ lực rất nhiều. Hơn nữa, thân thể không



nguyên vẹn làm mất đi vẻ đẹp toàn diện của một con người, điều đó thường làm cho con người ta tuyệt vọng và mặc cảm khổ đau.

Có đôi tay ta có thể cầm, nắm mọi vật. Ta có thể tập viết một cách dễ dàng. Ta có thể xúc chạm, vuốt ve những đối tượng mà ta trù mến yêu thương. Ta có thể làm những việc được giao phó hay vuông tròn trách nhiệm của mình một cách thuận lợi, nhanh chóng nếu đôi tay ta tháo vát và biết kết hợp với đầu óc linh hoạt. Nhờ nó mà ta tự chăm sóc lấy mình và phục vụ được cho người khác.

Khi nhìn cánh tay ai đó dài, chắc khỏe ta đoán biết họ là người có thể làm nên sự nghiệp vẻ vang, có thể là nơi vững chãi cho ta nương tựa. Hay một ai đó với đôi tay thon gọn, nhỏ nhắn hẳn họ yếu đuối và thường không làm nổi công việc nặng nhọc. Đôi tay của người cơ cực khác hẳn đôi tay một kẻ quý phái giàu sang. Cũng vậy, người xộc vác, siêng năng tay chân họ không giống một kẻ lười biếng, ỷ lại. Rất nhiều biểu hiện bên ngoài mà khi nhìn vào chúng ta có thể đánh giá phần nào tính cách và đời sống của họ.

Chúng ta, nhất là giới trẻ ngày nay, bên cạnh những người năng nổ, nhiệt tình, muốn đóng góp cho xã hội, cũng có không ít đối tượng với bản tính thích nhàn hạ, thích dựa dẫm vào người khác, họ đã sống theo hai thái cực hoặc ử dật, khép mình không làm gì cả, hoặc xông xáo ra bên ngoài nhưng với mục đích ăn chơi, đua đòi làm tổn hao nhiều đến tài sản, thời gian và sức lực một cách vô ích, thậm chí có thể gây ra nguy hại cho kẻ khác.

Vậy đó, một con người đầy đủ các tứ chi được xem là bình thường, nhưng trong cái bình thường đó có người biết sử dụng đôi tay của mình để sống một đời hữu dụng, cao quý. Một người khác, sống vừa chùng cựa hẹp trong cuộc sống của riêng họ. Một số khác, sống sa đọa, lỗi lầm, sai trái tạo ra tổn thất và đau thương cho chính đồng loại của mình.

Cuộc đời vốn lắm khốn khó, với rất nhiều cạm bẫy giăng mắc buộc từng con người phải phấn đấu để vượt qua từng chặng gian nan. Trong những trở ngại của vắn nạn hay tai họa luôn có những thử thách về đạo đức và trí tuệ

khi ta ứng biến trước mọi tình huống. Nhưng rồi, người trước người sau lớp lớp góp bơi trong biển khổ, bởi lẽ ta đã sống trầm mình trong dòng chảy của tham sân, vị kỷ.

Ta có đôi tay để làm việc. Nhưng ta đã làm được việc gì và làm như thế nào? Người này sử dụng đôi bàn tay để ân cần phụng sự cho người khác. Họ có thể bưng cơm, dâng nước, dọn dẹp, may khâu, gánh vác công việc nặng nhọc cho người yếu, đỡ đần, bảo vệ người cô thế bị đàn áp, đánh đập. Họ gieo trồng cây cối xanh tươi mang cho đời bóng mát. Họ cần mẫn cày sâu cuốc bẫm tạo ra lương thực cho xã hội no đủ. Họ ươm những vườn hoa thắm sắc thơm hương. Họ chế tạo máy móc, các trang thiết bị phục vụ cho sự tiện ích của con người. Họ viết sách, làm báo, truyền tải các thông tin, gửi gắm cho nhau từng thông điệp của tình thương yêu đáng quý. Họ cúi xuống chìa đôi tay nâng đỡ người cùng khổ trong tật bệnh, đói nghèo, ly tán...

Người kia, cũng hai bàn tay như thế, cũng với hành động tích cực như thế, nhưng họ quần

quật làm việc vì mục đích cho riêng mình. Ta thấy họ hăng hái đó, nhưng họ làm chỉ để mong đem về mình phần lợi. Một người khác, họ có cuộc sống tương đối nên không mấy nhiệt tình trong công việc, cũng không quan tâm đến ai. Họ làm vì bổn phận với người thân, vì đó là trách nhiệm của mình và họ làm để nuôi sống họ.

Bên cạnh đó, lại có hạng người sử dụng đôi tay vào những việc làm phi pháp bất chính, gây thiệt hại, gieo oán thù trong lòng người khác như họ cầm hung khí để hành xử tàn bạo với nhau, hay sử dụng đôi tay để bào chế những độc tố, những thiết bị nhằm phá hoại sự sống của ai đó, hay dùng lửa để đốt nhà, nâng rượu mời người khác uống, trao đổi, mua bán, đưa ma túy cho người khác sử dụng, hay dùng tay để đánh bài, dùng tay để sát hại chúng sinh khác để phục vụ cho cuộc sống của mình, hay dùng đôi tay để cướp giật, trộm cắp tài sản của người cực nhọc làm ra...

Chúng ta thấy đó, trên hình thức cả nhân loại này đều tương đồng như nhau, nhưng họ đã dụng hình thức ấy qua những biểu hiện rất khác

nhau. Tại sao cơ thể ta may mắn được nguyên vẹn như thế mà ta không biết quý trọng nó, lợi dụng vào nó để làm điều có ích cho quần sinh? Thế gian vạn trạng này có nhiều lắm những hình ảnh sáng ngời về tinh thần lạc quan và đức kiên nhẫn. Người ta có thể mất cánh tay, thậm chí mất cả đôi chân nhưng họ đã đứng lên được và làm được những điều mà có khi một người lành lặn bình thường không làm được. Chúng ta đã học được điều gì từ họ?

Nếu ý thức đạo đức trong chúng ta khơi dậy hẳn chúng ta sẽ hổ thẹn trước những con người giàu nghị lực vươn lên như thế. Cuộc đời còn biết bao nhiêu chuyện bất toàn cần đôi tay nhân loại gắn kết lại để khóa lấp, để vun vén từng đở vỡ, thương tật cho thế gian này yên bình hơn, ấm áp hơn. Vậy mà, có không ít những con người đã nhẫn tâm bước ngang qua nỗi đau của đồng loại, họ dụng đôi tay mình vào những việc làm bất chính, phi nghĩa, phi nhân gieo thêm bao chuyện đau thương lên từng mảnh đời đã chìm trong khốn khổ. Họ có thể vì lòng thù hận riêng, vì tư lợi cá nhân, vì ác tâm, vì sự giải đãi, vì tham vọng lớn, vì yếu lòng và kém hiểu biết nên

bị ảnh hưởng, bị chi phối trước những cám dỗ, vì tình cảm mà vâng phục lắm khi cũng đưa tay phạm phải sai lầm.

Không khác những quan năng kia, đôi cánh tay cũng toát lên vẻ đẹp của nhân dáng nên con người ta cũng đầu tư chăm sóc cho nó khá nhiều. Người nam thì tập luyện thể thao cho đôi cánh tay rắn chắc, mạnh mẽ. Người nữ thì giữ cho cánh tay thon thả, trắng ngần, mềm mại. Nhưng đôi tay đó nó có đẹp chẳng nếu như nó chẳng thể mang đến một ích lợi nào cho cuộc sống này?

Có thể khi đập vào mắt người đối diện họ sẽ cảm thấy bạn đang thu hút họ với đôi tay dài đở xuống dưới đôi bờ vai gầy đẹp và từng ngón tay nhỏ nhắn, yếu mềm. Rồi họ đến với bạn, sau một thời gian họ sẽ bị rơi vào cảm giác hụt hẫng và thất vọng vì đôi tay thon thả ngọc ngà đó hóa ra là vô dụng trong cuộc sống. Bạn chẳng thể khâu được một chiếc áo, không thể hoàn chỉnh được một bữa ăn, không thể ấm lòng, dỗ ru con ngủ như những bà mẹ khác. Tệ hơn nữa, đôi tay đó vung đồng tiền bạn cật lực làm ra bằng cả mồ

hôi và nước mắt qua lối sống cờ bạc, sắm sửa một cách phung phí.

Vẻ đẹp của đôi bàn tay nếu ta đánh giá nó trên cơ bắp của người đàn ông, trên sự thanh mảnh của người đàn bà thì điều đó chỉ đúng với góc nhìn của sắc tướng. Nhưng sắc tướng cũng là một biểu hiện của tính cách con người. Tuy nhiên đó là khía cạnh của nhân tướng học, chúng ta không luận bàn ở đây. Trong cuộc sống chúng ta cần có nhân bản để an trú được nơi bình yên. Điều đó là mong cầu của hằng bao thế hệ con người, chúng ta tiếp nối nhau nhưng phải học hỏi từ nhau làm những điều tốt đẹp cho đời.

Cái nét đẹp của thân thể coi vậy mà không bền chặt. Ta được ơn trên phú cho sự vẹn toàn của thân là để ta nương vào đó lấy làm thuận cảnh mà hành điều phúc thiện. Ta hiểu vấn đề theo góc nhìn đó sẽ có hướng nhận định khác đi, đưa đến hành động khác đi.

Một đôi tay đẹp thực sự sẽ không chê bai nơi hôi hám, bẩn thỉu chấp nhận đưa tay ra để vơ vét từng rác rưởi, rong rêu. Đôi tay đó, không từ nguy nan, cơ cực sẵn sàng vươn xa để làm

được điều rất khó, sẵn sàng cúi xuống để nắm lấy bàn tay cơ nhỡ, sa hèn. Cũng chính đôi tay ấy khước từ mạnh mẽ những động thái làm tổn thương người khác. Đôi tay đó làm việc với một tinh thần cầu tiến và tích cực nhưng không phải vì mỗi lợi cho riêng mình. Đôi tay đó chìa ra nắm lấy tay ta, như truyền cho ta sức mạnh của sự yêu thương chân thành và ta được hạnh phúc trong sự bình an, ấm áp.

Ta đừng nhọc lòng đi tìm bàn tay nhỏ xinh đáng nhớ nơi thiếu nữ tuổi đôi mươi, hay đôi tay răn rỏi nơi người thanh niên vừa lớn, mà hãy nhận ra vẻ đẹp từ nơi đôi tay ấy đã làm được những gì. Một đôi tay vừa có dáng vẻ đẹp, vừa khéo léo, cần mẫn vừa giúp mình, giúp người, vừa làm đẹp cho đời, thì đó là sự kết hợp hoàn hảo rất đáng được người người ngợi khen.



## *Về đẹp đôi bàn chân*

Nơi số phận mỗi con người đều có những con đường mở ra trước mắt. Và ai ít nhiều gì cũng có từng định hướng riêng cho cuộc đời mình. Sở dĩ chúng ta có những đích đến vì ta có đôi chân để đi. Đấu tranh với sinh tồn là một chuỗi dài của sự sống buộc con người ta phải vận động để lớn dậy về thể chất, trưởng thành về tính cách, nhưng cần yếu nhất là kiếm tìm những nhu cầu cấp thiết và thực dụng để bảo đảm cơ thể con người không bị hoại diệt trước những đe dọa từ các tác nhân bên ngoài.

Không còn sự lựa chọn nào khác, chúng ta phải tự đi tìm các phương tiện để nuôi sống mình. Nhưng, trong môi trường cộng đồng đó, ta có mối quan hệ huyết thống và các mối quan hệ

xã hội tạo nên sự tương trợ để cùng nhau trú ngụ trên hành tinh này với nhiều thành phần, nhiều hoàn cảnh rất khác nhau. Tuy là vậy, nhưng sẽ rất khó khăn trong sinh hoạt và là một áp lực đè nặng lên tâm lý cho những ai sống trên đời mà thiếu mất đôi chân.

Khi mang thân tật nguyên như thế, mỗi chuyện đi lại và tự chăm sóc cho mình đã là một vấn đề lớn đối với bản thân cũng như những người trong gia đình bạn. Đó là chưa nói đến những mặc cảm về sự không nguyên vẹn giống muôn người. Khái niệm về đẹp toàn diện về thân thể trong bạn sẽ không hiện hữu, điều đó làm bạn khổ sở biết bao.

Từ những xui rủi ở lại trên phận người, hoặc bẩm sinh, hoặc tai nạn, người ấy có thể rơi vào cảnh tàn tật đáng thương như thế. Nhưng số người như vậy không nhiều, hầu hết chúng ta may mắn sinh ra trên đời đều được trời đất phú cho đôi chân để có thể bước đi trên mọi nẻo đường. Mẹ cha sinh ra chúng ta, nuôi hình hài bé con lớn dậy, tập tễnh những bước đầu đời loạng choạng, liêu xiêu. Khi ta ngã có người lớn chạy

đến đỡ nâng ta dậy. Rồi dòng sông mở lối, ta có những hướng đi.

Hằng bao khổ ải giăng ngang lối, từ khi ta tự mình đứng dậy và đi tới. Cuộc đời vốn vậy. Nếu gặp thuận cảnh ta bước trên đường ít chông gai thì bàn chân đỡ dấu tích của từng vết xước lở. Nếu gặp nghịch cảnh thì đôi chân mình như giẫm lên hầm hố, đá sỏi nguy nan làm nó rách nát và đau rát. Mà sự thuận hay nghịch luôn sinh ra từ những nguyên nhân ta có thể thấy biết và có thể không thấy biết. Nhưng dẫu sao thì ta cũng cảm ơn cha mẹ, cảm ơn trời cao đất rộng đã cho mình đôi chân để bước đi.

Ta đi đâu? Bươn chải giữa dòng đời đua chen tất bật để hái từng ánh sáng của lợi danh? Ta muốn có cơm no áo ấm, ta muốn có cửa nhà sang trọng, ta muốn có các phương tiện sinh hoạt cao cấp, ta muốn có trình độ, có học vị, có bằng cấp, có địa vị, có tên tuổi, có sự nể trọng, có được tình yêu thương, có gia đình êm ấm... Những điều ta ưa thích không khác dòng chảy một con sông không bao giờ đứt đoạn. Hơn thế nữa, nó còn phát triển theo một cấp độ tăng

tiền nhưng lúc gấp khúc nước sông ào ạt tuôn ra vùng biển lớn. Vì lý do đó ta đã bôn ba trên vạn nẻo đường, có người phải bỏ xứ xa quê, lìa dứt gia đình lặn lội đưa bước mình qua từng góc sáng tối để thỏa cầu cho được những cơn mơ.

Trên những lối đi đó ta bước qua bao nỗi buồn vui, ta từng trải qua bao thành bại. Có những lúc phải khóc và có khi lại được cười. Điều đó vốn là lẽ thường tình, vì cuộc sống luôn luôn có sự đổi thay. Nhưng không vì ý niệm đó, rồi ta cứ đi cho hết năm tháng cuộc đời mà không nhìn lại con đường mình đã đi qua và mình đã sai hay đúng.

Biết rằng trong cuộc sinh tồn vất vả này, chúng ta phải cật lực để có được những nhu cầu thiết yếu nhằm đảm bảo sự sống được duy trì và phát triển trên nhiều mặt, đó mới là tinh thần khát vọng sống, sống để nâng cao mình và xã hội. Nhưng chúng ta đã đi như thế nào?

Có những con người nhờ phước đâu đó để lại, họ sống trong hoàn cảnh tương đối đầy đủ và tiện ích, nên họ hạn chế đi ra bên ngoài kiếm tìm mỗi lợi. Tương tự, có người tuy thiếu đủ vô

chùng nhưng bản tính sống dựa giẫm, họ cũng không xông xáo ra đời mà ở yên chờ kẻ khác lo. Trái lại, có những người đi không ngại nghỉ, không bao giờ họ thấy mình đã đủ. Vì luôn muốn có những thứ từ nơi người khác, họ đã không từ nan mọi khó khăn để tìm cho bằng được.

Cũng vậy, có những bước chân mãi đi trong cuộc sống này, rất thâm lặng nhưng họ đi để nhặt từng viên đá lờm chớm, từng cọng rác khô, từng mẩu gai nhọn... họ dọn sạch con đường cho người người đi qua đó an tâm hơn. Họ làm cho cuộc đời này thơm lành, mát sạch. Họ là ai? Là những con người rất cao quý, dù có thể ta thấy họ có vẻ bình thường thôi. Nhưng họ làm được điều mà người bình thường không làm được. Họ rất hiếm hoi trên cuộc đời này!

Chúng ta hãy có cái gì thì hay sử dụng triệt để cái đó. Có mắt thì thấy cái gì cũng nhìn, có tai thì âm thanh nào cũng nghe. Có mũi thì gặp mùi gì cũng ngửi, có tay thì đụng gì cũng có ngay phản xạ muốn cầm, nắm. Cũng vậy, có đôi chân rất ít ai chịu ngồi hay đứng yên một chỗ đâu

trong khoảng thời gian nào đó hướng chi là cả đời quanh quẩn nơi cố định không đi lại đó đây. Nhưng rồi chúng ta đã đi đâu, về đâu?

Một số người đi vào vũ trường nhảy nhót cuồng loạn. Một số người đi mua sắm, chong điện. Một số người đi ăn nhậu đến say mèm. Một số người đi nghe ngóng và nói ra nói vào chuyện thiên hạ. Một số người đi tìm các thú vui như trồng hoa, câu cá, bắn chim, chơi cờ, tán gẫu. Một số người đi tô xây thành trì sự nghiệp. Một số người lợi suối trèo non để tìm cơm áo gạo tiền. Một số người nhọc lòng trần trở và cống hiến sức mình vì hạnh phúc của tha nhân. Một số người buông những tham cầu, vọng động mệt nhoài, họ tìm về với tín ngưỡng tâm linh. Lại có một số người không muốn đi đâu, cũng không thích làm gì cả.

Nói chung, có vô số con đường dưới chân ta và giữa cuộc sống muôn màu muôn vẻ này con người ta với từng suy nghĩ, từng hoàn cảnh nên đã có những chọn lựa rất riêng. Và chính sự lựa chọn này đã tạo ngược lại cho ta một số phận. Chính khi bước chân ta đi đến đâu, đi như

thế nào thể hiện được thiên hướng, tính cách, năng lực và tâm hồn của con người đó.

Chúng ta nói bước chân đi theo hai nghĩa, đi là một động thái biểu hiện sự di chuyển của con người từ nơi này đến nơi khác, và đi là tìm kiếm và thực hiện cho mình một hay nhiều mục tiêu nào đó. Nhưng hai ý này mang tính chất song hành và hỗ trợ cùng nhau, đều là hình thức ta phải rời khỏi mốc khởi hành và có xác định đích đến.

Sống trên đời chỉ trừ một số ít con người mất khả năng làm việc, không được một tinh thần bình thường hoặc sống khép mình trong những suy nghĩ hạn hẹp rồi an phận, còn lại hầu hết chúng ta đều có từng con đường phía trước lẫn sau và đôi chân ta luôn vội vã đi lên đó với hăng bao nỗi niềm có buồn và cũng có vui.

Từng bước đi qua mỗi đoạn đường, từng con đường riêng cho mỗi một con người và đi bằng phương tiện như thế nào, điều đó thể hiện cuộc sống của bạn. Nhiều cuộc sống chung lại làm nên xã hội loài người. Loài người sẽ tiến bộ hơn, sẽ hạnh phúc hơn nếu như người người đều

bước đi được trên những con đường ích lợi. Con đường đó có thể bạn đã được mở lối, hoặc bạn tự mình khai sáng, hoặc gặp ghềnh, hoặc bằng phẳng, hoặc nhỏ hẹp, hoặc thênh thang, hoặc đi đơn phương, hoặc có người đồng hành, hoặc vì hạnh phúc cho riêng bạn, hoặc vì hạnh phúc cho mọi người, bạn đều phải cố gắng để đi cho đến đích. Bạn đừng dừng lại, vì hành động bỏ cuộc chứng tỏ bạn nhu nhược, không đủ dũng khí để đối diện với cuộc sống, ý thức về trách nhiệm bản thân không cao, như vậy bạn không thể thành công và khó có hạnh phúc. Dù trên đường đi đó rất nhiều hiểm ác đe dọa, bạn vẫn phải nỗ lực để vượt qua. Sẽ chẳng có rào cản nào lớn hơn chặn lối đi của bạn bằng rào cản của tinh thần ý chí yếu kém trong ta. Bạn hãy sống vững lên như thế cho mình và cho người khác.

Chúng ta đừng phí tháng năm cuộc đời để đi tìm những điều vô bổ. Cũng đừng chăm chút đôi chân mình bằng mọi phương tiện để được người khác ngợi khen thon thả, dài đẹp. Đôi chân ta chỉ đẹp thật sự khi đi qua gian khó mà không chùn bước, bước qua hiểm nguy mà không sợ hãi, đi vào hố thẳm để cứu người mà



không sợ nguy nan, bước đi dài xa, vất vả để tìm hạnh phúc cho người mà cười vui sung sướng. Đôi chân đó không giẫm qua vùng tội lỗi, không chạm vào sự thương tổn của bất cứ ai, không nề hà lỗi mình qua dầu dơ hay sạch...

Ngược lại, ta sử dụng đôi chân của mình để đến những nơi không nên đến thì cuộc đời ta sẽ bị đưa về miền hoang mạc cằn khô vì ta đã đi sai hướng, những người như thế dẫu đôi chân bạn nhìn bên ngoài có đẹp đến mấy, sự thật bạn cũng không xứng đáng có đôi chân ấy để đi. Câu nói đó nghe có vẻ đau lòng, nhưng nếu không phản ánh gay gắt thì cuộc đời này sẽ còn biết bao con người sống lầm đường lạc lối và người trước dẫn bước người sau, ta đứng nhìn xã hội suy thoái dần như thế mà không mở ra được một con đường để chuyển hóa họ, thì chính ta cũng dừng lại vì đôi chân mình đã không biết chọn một hướng đi chân chính có ích cho đời.

## *Vẻ đẹp trong ý thức*

Thực hiện rất nhiều cuộc đua khốc liệt với người, với sự tiến hóa của xã hội, với nhu cầu tăng tiến của bản thân và gay gắt hơn hết là đấu tranh chống lại thế lực tham cầu, xấu ác trong tâm hồn mình, chúng ta lúc thắng khi thua. Dù những trận chiến đó không gây thương tâm như những cuộc tàn sát đẫm máu sẵn sàng bước qua sự sống, chết của đồng loại, nhưng hậu quả tốt hơn hay xấu hơn mà nó để lại luôn dai dẳng suốt hành trình một kiếp người.

Dù muốn dù không chúng ta cũng phải lao vào đó, nó như một quy luật của sinh tồn và chúng ta chẳng thể nào sống khác hơn. Như

ngọn lửa âm ỉ cháy đốt nóng biết bao những thứ ta cần, ta mong và ta muốn. Khi nhu cầu lên đến đỉnh khát khao, ngọn lửa đó có thể thiêu rụi cả bản tâm bình lặng, từ hòa trong mỗi con người, ta chạy theo nó bằng mọi phương cách, thậm chí là cả những thủ đoạn với cái tâm vọng động như sóng gào trong gió. Cũng có lúc ta đưa mình vào nơi thử thách cam go, vật lộn với những khó khăn nan giải, nhưng rồi ta tìm được chính mình. Cũng ánh lửa đó lập lòe trước gió nhưng không tắt, nó sưởi ấm lòng ta, cho ta cảm nhận được ta còn nhiều lý do để sống, cuộc đời sẽ đẹp nếu như ta sống đẹp.

Sự sống mong manh bởi nó không quá dài và có thể bị hoại diệt với rất nhiều nguyên do không lường trước được. Nhưng đó không phải là cái cơ để ta đến đây sống với thái độ bi quan, biếng lười, buông thả, vô tâm...Được làm người đã là một vận may hiếm có. Dầu cho con người đó có xấu xí, nghèo nàn, ngu dốt hay bị bạc đãi, rẻ khinh thì vẫn hơn một loài cầm thú chịu kiếp ngu si không có cơ hội biết mình trả nghiệp, không được học hỏi và tu tập. Với một con người có nghị lực, có hiểu biết, có lòng nhân

ái thì hoàn cảnh nào họ cũng sống được, sống tốt và an vui nữa là đằng khác. Do vậy, mà chúng ta phải học cách sống từ đó, số phận tất sẽ có sự chuyển đổi, chứ không nên tìm cách chạy trốn nghịch cảnh của cuộc đời.

Mỗi người mỗi cảnh, bạn nhìn người khác để thương khi họ khổ, để mừng khi họ vui. Bạn đừng nên so sánh họ với mình rồi sinh tâm khen, chê theo tình cảm. Từ hình ảnh người khác luôn có được bài học cho bản thân mình. Bạn lấy đó làm lẽ sống sẽ được an lòng và thắng tiến hơn. Sự sống dài hay ngắn, phúc hay họa không ai giống ai. Và chính chúng ta chứ không ai khác đã kiến tạo nên hoàn cảnh cho mình. Nhưng chúng ta luôn có sự liên đới với rất nhiều đối tượng, vì thế mà chúng ta không nên sống với những ý niệm ích kỷ cho riêng mình.

Đành rằng thân là chủ thể biểu lộ sự hiện hữu của một con người. Nhưng mọi hoạt thái của thân đều bị điều khiển từ trong tâm thức. Nếu cơ quan não ngưng trệ, mọi hoạt động của thân đều lắng dừng lại. Do vậy, mà tất cả những động thái của chúng ta luôn bắt đầu từ tác động

của ý thức khi các căn tiếp xúc với các trần, lập tức phản hồi lên não và sinh ra cảm thọ. Cho nên, những hành động đúng hay sai của chúng ta cũng là do ý thức của chúng ta biểu hiện như thế nào.

Khi nói đến từng vẻ đẹp của các quan năng ngoại thân, ta cho rằng một bàn tay đẹp sẽ không ngại nơi dơ dáy tanh hôi đi nhặt từng thứ rác rưởi cho cuộc đời này thơm sạch, sẽ đưa tay kéo lấy một người sắp ngã xuống hố sâu, sẽ sử dụng nó để góp phần làm cho tổ quốc được hưng thịnh hơn thêm. Bàn tay đó không những may áo, xây nhà mà còn khâu vá từng vết thương ở thể xác lẫn tâm hồn người khác. Bàn tay đó không đánh người, không lấy cắp của người, gieo rắc tai họa cho người. Nhưng ta làm sao có được đôi tay như thế nếu như ta không có được một tâm hồn đẹp.

Với phước tướng, nên người được đánh giá là có nhan sắc trên đời này không hiếm. Đẹp một phần thân thể là chuyện rất thường, ta thấy có nhiều người thoát nhìn từ họ toát lên nét đẹp một cách toàn diện. Nhưng vẻ đẹp bên ngoài coi

vậy mà không bền và không có giá trị cao. Chúng ta biết đi tìm yếu tố quan trọng khác đó là cái đẹp từ trong tâm hồn. Vì chúng ta hiểu chỉ có một tâm hồn đẹp mới đem đến niềm vui cho cuộc đời này và con người ta chỉ có hạnh phúc thật sự khi tâm hồn họ được bình an. Và đó là cái mà chúng ta cần. Chúng ta sống để xây dựng cho mình điều đó và cũng điều đó ta ước mơ ban tặng cho cuộc đời này.

Nếu không bắt đầu vẻ đẹp từ trong ý thức sẽ chẳng bao giờ ta có được những lời nói chân thành, tử tế, sẽ không có được những việc làm thiết thực, hữu dụng. Một khi đã không có ý thức tốt sẽ không đưa đến hành động tốt. Do vậy, muốn mọi quan năng của mình đã đẹp, còn đẹp hơn khi chúng được sử dụng để lợi mình và lợi tha thì trước hết ta phải trui rèn cho mình một cái tâm sáng, sạch và bao dung. Vì mọi động thái đều được phản ánh qua ý thức cảm quan, ta không thể thấy một người tàn phế liền kết luận họ vô dụng, họ là gánh nặng cho gia đình và xã hội. Biết đâu với tấm thân tật nguyền như thế, họ đã làm được những việc mà một người đầy đủ toàn thân như ta có khi không thể làm. Sở dĩ có những con người

vượt khỏi rào cản của nghịch cảnh như vậy vì ý thức sống, trách nhiệm và nghị lực trong họ rất cao.

Khi chúng ta vun trồng được một cội cây bám rễ sâu vào lòng đất, cây ấy sẽ lớn mạnh, vững bền, mọi hoa trái từ đó khắc sẽ sum xuê. Cũng vậy, muốn từng bước chân của mọi con người đều không ngại khó khăn gian khổ, mọi bàn tay đều rộng mở, ân cần, mọi đôi tai đều lắng nghe lời thánh thiện, mọi đôi mắt đều biết nhìn đời để yêu thương, mọi người đều nói được lời hay ý đẹp, muôn vạn trái tim đều biết rung lên trước bao cảm xúc của con người, dù cho người ấy lạ hay quen... thì ta hãy gieo hạt từ tâm, trồng cây ý thức vào trong con người mình và cũng làm như thế cho người khác. Thế giới này ai ai cũng hình thành được điều đó, hẳn trên đời đau khổ sẽ vơi đi.

Hôm nay ta đang được sống trên quốc gia tương đối bình ổn về mọi mặt. Niềm hạnh phúc đó lớn lao biết bao nhiêu! Và ta vẫn nghe đâu đó thiên tai, bệnh dịch, chiến tranh, tai nạn... lấy đi sinh mạng quá nhiều người. Quá nhiều người

lâm vào cảnh rất thương tâm. Nếu ta còn có trái tim để đập cùng nhịp với đồng loại thì ta hãy biết dừng lại những trò vui vô ích, dừng lại cách sống phung phí, xa hoa, dừng lại sự thù hằn, hơn thua, ganh ghét... Vì cuộc đời có dài đâu cho ta sống mà đi hoài trên những lối lầm. Nếu không có điều kiện để san sẻ bớt những nỗi đau của người khác, nhưng còn có lương tâm, thì ta đừng nên sử dụng không hợp lý những cái mình đang có, không thì ta sẽ sớm mất đi tất cả.

Sao ta không là ánh nắng rọi vào lòng người xua tan sự giá băng? Sao ta không là tia lửa đốt cháy những tâm niệm và hành vi xấu ác ở lòng người? Cuộc sống sẽ tất bật và muôn ngàn vất vả lo toan. Sống lo cho bản thân mình không đã cực khổ lắm rồi, sống lo cho nhiều người nỗi cơ cực càng tăng lên gấp bội. Nhưng điều đó không có nghĩa ta đừng nói rộng vòng tay. Vì ta đến đây liên quan với nhiều người, ta nợ rất nhiều món nợ, ta phải có ý thức trách nhiệm sống để trả ơn, để hy sinh. Nếu sống mà không biết phụng sự cho người khác, không nghĩ đến người khác thì cuộc sống đó thật không đáng



sống. Ta lo được cho nhiều người, tuy khổ cực tăng lên, nhưng lòng ta thanh thản vì ta đã sống đúng, đúng với vai trò và trách nhiệm, đúng với lương tâm một con người.

Ngày hôm nay ta còn thấy nhau đây, nhưng ngày mai hoặc chỉ trong một khoảnh khắc chớp nhoáng, biết đâu ta không còn cơ hội để trông thấy mặt nhau nữa. Tại sao ta lại có tâm ghét ganh, đố kỵ, thù hằn với người này kẻ khác? Ta cứ yêu lấy họ, dù rằng họ không muốn thương ta. Không sao cả, sự thiệt thòi trước mắt luôn là một bờ vui hạnh phúc phía sau. Nếu điều đó không đến với bạn, cũng là cơ hội cho bạn xây dựng vẻ đẹp của nội tâm. Một vẻ đẹp cao quý mà khắp nhân loại này ai ai cũng khao khát đi tìm, ai ai cũng tôn vinh và ca ngợi. Tâm hồn đó luôn biết cúi xuống và mọi người thấy họ đều cung kính nhìn lên.

Để xây dựng được vẻ đẹp của tâm hồn là điều không dễ. Nó đòi hỏi nơi con người rất nhiều yếu tố, mà căn bản nhất vẫn không gì khác hơn là đạo đức và sự hiểu biết. Sẽ có những lúc chúng ta đi xuyên qua bóng tối, qua khổ đau, thù hận, ganh ghét nhưng nếu thiếu sự kiên định,

lòng từ ái, tính vị tha ta có nguy cơ bị kéo trở lại bóng tối, nhuộm tâm hồn mình vào những vết mực đen. Do vậy, còn rất nhiều điều kiện cần và đủ mới bảo vệ được tâm hồn chúng ta trong sạch và thánh thiện mãi mãi.

Sống hoàn thiện bản thân rất khó, ta phải thực tập từng điều một, từng ngày một và phải luôn kiểm tra, luôn rà soát sau mỗi ý nghĩ và việc làm của mình dù điều đó rất nhỏ thôi. Nhưng ta dễ dãi cho qua những sai lầm nhỏ đối với bản thân, sau này ta cũng sẽ thứ tha và chấp nhận cái sai lớn của mình. Khi tâm hồn ta không được bảo vệ vững chắc, luôn có nguy cơ bị đánh phá trước những chướng ngại trên đường đời. Ta nhận thức được điều đó để luôn che chắn, phòng hộ nó, có như vậy ta mới tốt dần lên và làm cho thế giới này cũng tốt dần lên.

# Mục Lục

<b>Vẽ đẹp bên ngoài</b> .....	Trang 5
<b>Vẽ đẹp đôi mắt</b> .....	12
<b>Vẽ đẹp đôi tai</b> .....	18
<b>Vẽ đẹp của miệng</b> .....	26
<b>Vẽ đẹp đôi tay</b> .....	32
<b>Vẽ đẹp đôi bàn chân</b> .....	41
<b>Vẽ đẹp trong ý thức</b> .....	50

