

# Gặp Gỡ Thăng Tôi

Phaolô Phạm Hân



Không biết từ lúc nào, khi nào tôi hay nhìn lại chính cái thăng “Tôi”. Nhìn lại chính cái “thăng tôi” cũng có nghĩa là dám tìm để gặp; dám gặp để nhìn, để nhận diện;

dám nhận diện để kiên định, và dám kiên định để rời sống ngày thứ Tư an lành và trọn vẹn hơn.

Khi nói đến gặp gỡ, chúng ta ngầm hiểu rằng gặp gỡ là trùng phùng; chạm mặt; tay bắt mặt mừng; là trực diện. Nhưng... tìm gặp “thăng tôi”, gặp gỡ chính mình cũng có nghĩa là chính mình là khách thể gặp lại chính mình cũng chính là chủ thể trong một thực thể. Điều đó không đơn giản. Bởi chủ thể khó tách rời, biến mình thành một khách thể để gặp gỡ, ôm choàng lấy nhau; nhìn lại và đánh giá nhau một cách chính xác và thành thật. Vì bản ngã chỉ một trong một con người, khó phân đôi trong một góc độ triết lý nào đó!

Vì thế, gặp gỡ chính mình phải là một thay đổi toàn diện, đơn giản và dễ hiểu hơn là thay đổi cái TÔI, hoặc (ít ra) coi nhẹ nó; là thay đổi bản ngã, lối sống; để gần gũi với chính mình hơn. Và nếu, chúng ta có thể thay đổi toàn diện, nghĩa là cái TÔI, hay còn gọi là bản ngã, tách rời, đứng riêng ra ngoài. Phân chia ra thành chủ và khách thể rạch ròi nhưng còn song hành trên con đường... journey of life thì có lẽ... cũng như bài hát “ta và em trên hai đường thẳng song hành, kiếp này làm sao gặp..... quên nhau, quên chẳng đành”. Nói nghe sao đơn giản nhưng thực tế chẳng đơn giản tí nào, (nếu đơn giản như thế thì hầu hết chúng ta đã nên thánh.)

Vậy gặp gỡ “thăng tôi” lại cũng chính là nhận diện chính bản thể và ước muốn mà Thiên Chúa đã tạo dựng nên chúng ta, và cũng có nghĩa là BẢN THỂ vẫn hiện hữu đâu đó sâu thẳm trong ta để hôm nay chúng ta cố gắng tìm lại; gặp gỡ. Nhưng tìm lại và gặp gỡ là chặng đường dài lê thê và nhiều khê bởi những yếu tố và nhu cầu rất thiết thực trong đời sống:

Chắc chắn chúng ta ai cũng có nhu cầu vật chất như: Cơm ăn, áo mặc, nơi chốn nghỉ ngơi, tiện nghi đáp ứng cho yêu cầu hằng ngày. Điều đó không có gì phản tự nhiên, nhưng con người vốn dĩ có tính lo xa, bất an, sợ mai này lỡ... thất nghiệp, đau yếu sẽ đẩy gia đình đến bên bờ vực của túng thiếu. Cho nên có cơ hội là chúng ta lại tất bật với công việc, vật lộn cùng đô la (dollars) hay nôm na là “Đô dzật”, vất giò lên cổ để chạy đua cùng thời gian. Và vì thế, vô tình chúng ta biến vật chất thành thước đo lường hạnh phúc, là chìa khóa vạn năng, là “tiên là Phật, là sức bật của tuổi trẻ, là sức khỏe của người già” mà quên hẳn hạnh phúc thật sự không nằm ở đó. Kế đến:

Chúng ta thường đóng khung những định kiến; treo nó lên tường và coi nó như bức chân dung thật tuyệt mỹ để chiêm ngắm, nghiền ngẫm hằng ngày. Bởi nó là tất cả những gì đã thuộc về mình; theo mình bao nhiêu năm qua. Là thành quả đạt được trong cuộc sống. Chúng ta luôn tự hào về nó. Sử dụng nó trên tất cả mọi phương diện, và nếu cần, chúng ta dùng những từ ngữ hoa mỹ để biện minh cho hành động, mặc dầu những hành động đó có sai trái. Tệ hại hơn nữa, đôi lúc còn đánh bóng cho nó rục rờ. Thế nên, nhìn đâu cũng thấy cái “thăng tôi” toàn thiện, ít khuyết điểm, bao dung, bác ái, khiêm nhường.

Nhưng trên thực tế thì sao? Điều đó chắc cần xét lại. Lại nữa:

Cứ ngỡ phương tiện truyền thông phải mang tính cách trung thực phản ánh đời sống xã hội, khoa học kỹ thuật và nền văn minh hiện đại. Lẽ ra, chúng ta phải tự hào về những gì con người đạt được ngày hôm nay. Nhưng... không biết sao mỗi lần tan sở về, mở TV hay radio ra nghe. Chúng ta thường có cảm giác như trái tim mình đang bị ai đó bóp nghẹt hơn là trạng thái hạnh phúc. Vì... nào là chiến tranh; nào ô nhiễm bom tạt; nào là home invasion ở đâu đây; giết người ở đâu kia; tấn công tình dục ở đâu đó. Tai nạn, hoặc toàn những tin tức không mấy tốt đẹp, dồn dập trấn áp tinh thần. Tâm hồn chúng ta lâu nay vốn dĩ bất an lại càng rung động “lắc lư con tàu đi” và giá trị con người hình như không còn kí lô nào cả; cho nên quay về nhận diện cái “thăng tôi”, gặp gỡ chính mình là điều cần thiết; vì có biết mình mới cho ta sự lạc quan đủ để thành thật với mình và với người. Mới yêu mình, yêu người thật tâm. Mới đủ bao dung, rộng lượng để cảm thông, chia sẻ. Nếu không biết mình: nhiều lúc ta có thái độ tự tôn, tự cao, tự đại thái quá hoặc ngược lại: tự ti, ngại ngùng, mất tự tin, hay dằn vò, đau khổ. Và làm sao ta có thể phóng tầm nhìn xa hơn để rồi nói đến ước mơ, hoài bão. Và cho dầu con người sinh ra trên đời đều mang một ước mơ nào đó, nhưng làm sao chúng ta bảo đảm ước mơ đó đúng đắn, chừng mực. Nếu không biết mình và giá trị đích thực của chúng ta trong cuộc sống thì hóa ra ta như đang thủ một vai diễn nào đó thật mơ hồ trong vở kịch đời? Không thấy tiếc lắm sao? Xa hơn thế nữa như lời cảnh báo của thánh José Escrivá:

“Trái tim anh em bị chao đảo và anh em bám chặt vào sự đỡ nâng của trần gian. Rất tốt; nhưng cẩn thận kẻo cái mà anh em đang bám riết để khỏi bị ngã ấy trở nên một gánh nặng chết chóc kéo ghì anh em xuống, một sợi xích trói anh em

vào cảnh nô lệ.” Thế nên, nhận diện cái “thăng tôi”, gặp gỡ chính mình để biết mình đích thực là điều rất cần thiết trong cuộc sống.

Dân gian Việt Nam có câu “Dò sông dò biển dễ dò, có ai lấy thước mà đo lòng người?”. Coi bộ lòng người còn sâu hơn biển cả và mông lung hơn không gian. Cho nên... hôm nay thế này, mai thế khác, hôm khác thế khác nữa. Không biết đâu mà lường, và còn cho đó là... sống có “cá tính”.

Chính như thủy tổ loài người: ông Adam và bà Eva, được Thiên Chúa tạo dựng rất tốt lành, thánh thiện. Thiên Chúa tạo dựng nên ông bà qua hình ảnh Mình và trong sự yêu thương rất mực. Thế mà..., có lẽ, khó “dò” được lòng ông bà, lại muốn mình được ngang, bằng đáng tạo dựng. Thế mới biết dò sông dò biển thì dễ, nhưng dò lòng người phải dò sao đây? Cho nên trong chúng ta ai là người không cần tìm về gặp gỡ chính mình để hiểu biết mình hơn?

Ừ thì gặp gỡ, nhưng... lại...

Gặp gỡ tha nhân, gặp gỡ bạn bè, gặp gỡ đồng nghiệp; chúng ta đều có đối tượng để gặp. Có đối tượng cũng có nghĩa là ngoài ta; bên ta, hoặc đâu đó để rồi chúng ta tìm gặp bằng nhiều phương tiện, nhiều cách khác nhau. Thường thì trong trạng thái động. Còn nhận diện cái “thăng tôi”, gặp gỡ lại chính mình, thì mình là đối tượng gặp gỡ. Cũng có nghĩa là quay về, hồi hướng nội tâm. Chúng ta không thể nào gặp gỡ được chính mình trong trạng thái bồn chồn, lo lắng; trong trạng thái căng thẳng của công việc, hoặc trong trạng thái quay cuồng của đam mê. Nhưng là trạng thái tĩnh. Là tĩnh lặng và cô độc.

Tĩnh lặng và cô độc trong không gian cô đọng vừa đủ là con đường, hình như tốt nhất để tìm gặp chính mình. Nhưng đôi lúc cũng gặp gỡ chính mình trong hoàn cảnh cá biệt nào đó mà đời đã đẩy ta đến tận cùng của khổ đau, như

trong dụ ngôn “Người Cha Nhân Từ.”: Người con đã sực tỉnh và muốn quay về trong trạng thái cùng cực của đói khổ, bởi thang giá trị và nhân cách của anh ta đã bị đẩy xuống đến hàng súc vật. Phải giành giật thức ăn của đàn lợn, và lúc đó cũng là cơ hội anh nhìn lại mình rất chân thật.

Xem ra đi tìm và gặp gỡ “Thằng Tôi”, nhận diện chính mình là đoạn đường dài và khó khăn nhất trong đời sống. Bởi lẽ, ta đã huân tập rất nhiều điều từ xã hội trong bao nhiêu năm qua. Những điều đó đã trở thành quán tính của mỗi một con người, và có thể trở thành đặc tính hồi nào không hay; đặc tính thay đổi màu sắc trong mọi môi trường như con tắc kè; ta cũng thế, hằng ngày gặp gỡ tha nhân trong nhiều bộ dạng khác nhau. Cho nên, trước khi gặp được chính mình là phải mất, phải cởi bỏ tất cả, và không cởi bỏ nào là không mất mát, không gây đau khổ, xót xa. Nhưng muốn tìm lại chân giá trị của đời sống mình, thì đó là con đường tắt yếu để chúng ta đi qua.

Xin mượn đoạn thơ của Nguyễn Tất Nhiên “Em hãy đứng trước gương làm dáng. Tự khen mình đẹp quá đi em. Lỡ mai kia có cất bước theo chồng. Còn đôi chút luyện lưu thời con gái.”: Vâng, khi muốn biết hình thể mình đẹp xấu, ốm, tròn, luyện lưu ra sao(?), chúng ta thường phải soi gương, vì tấm gương phản ảnh ngoại hình rất trung thực của chính chúng ta. Để từ đó chúng ta trang điểm, “ăn-diện” cho phù hợp. Nhưng... nội tâm, lấy gì soi rọi nội tâm, tâm hồn để biết chính mình khiếm khuyết điểm nào?

Là người Kitô hữu, Lời Chúa là tấm gương trong sáng và thánh thiện cao vời có thể soi rọi vào tận hang cùng ngõ hẻm của nội tâm ta; Chúa Giê-su Kitô “là đường, là sự thật và là sự sáng”, ta phải đi trên con đường ấy, sự thật ấy và dùng ánh sáng ấy soi rọi bản thân. Để từ đó mỗi một ngày ta cởi bỏ bớt một ít những gì không thuộc

về mình. Và biết điều gì cần thiết cho chúng ta. Như lời thánh Ambrose có nói:

“Linh hồn là người sử dụng, thân xác là để sử dụng; vì thế cái này là chủ, cái kia là đầy tớ.”

Trong thế giới hôm nay, con người chúng ta đôi lúc mất phương hướng, lạc lõng, hoang mang đến cùng cực; cho dầu chúng ta đang ở vị trí nào trong xã hội. Có những người giàu có và địa vị như: cô Marilyn Monroe, rất nhiều người ao ước được như cô, nhưng không biết lý do gì cô đã quyên sinh. Hoặc như ông chủ hãng phim Kodak. Tiền bạc ký thác đầy trong các ngân hàng; ông đã góp công rất lớn trong kỹ nghệ phim chụp ảnh; tiếng nói của ông có trọng lượng trong chính trường. Nhưng... trên đường về sau chuyến du lịch vòng quanh thế giới để tìm sự thoải mái và bình an cho tâm hồn. Không biết, ông có tìm được bình an không(?), hay thất vọng trong cuộc sống, cô đơn và lạc lõng mà ông đã gieo mình xuống biển tự tử. Còn rất nhiều, rất nhiều trường hợp như thế nữa trong cuộc sống hôm nay, và xem ra, câu nói của thánh nhân muôn đời vẫn đúng.


Gặp gỡ chính mình để biết mình tường tận; biết mình tường tận để yêu mình tường tận; có yêu mình tường tận mới yêu được người khác. Một vị nào đó đã nói: “Ai nói yêu người nhưng không yêu mình là kẻ nói dối”. Không hiểu biết chính mình, ta khó có thể hiểu, và gắn bó được với người.

Và có lẽ lời thánh Isaak Syria đã nói lên cái lợi ích đích thật khi gặp gỡ chính mình: “Nếu điều gì đã hợp nhất sâu xa với tâm hồn anh em, thì anh em không nên coi nó như sở hữu của mình ở đời này mà thôi, mà hãy tin rằng nó sẽ theo anh em về đời sau. Nếu đó là điều tốt, anh em hãy nên vui mừng, và trong tâm trí, anh em hãy tạ ơn Thiên Chúa; còn nếu đó là điều xấu, anh em hãy

buồn sâu, than thở, và hãy cố gắng gỡ mình ra khỏi nó trong khi anh em còn trong thân xác.”

Cho dầu chúng ta có nhận diện được cái “thằng tôi”, gỡ gỡ lại chính mình trong mức độ nào: Xa xa đứng nhìn, đến gần gần chạm mặt, hoặc quỵên lầy thân thương và hiểu biết trọn vẹn cũng cho chúng ta cái nhìn thiết thực hơn trong cuộc đời; khiêm nhường đủ để đến với người chung quanh; thành thật đủ trong mọi trường hợp và môi trường; Lạc quan đủ trong ánh mắt để tặng cho bạn bè, tha nhân cái cảm nhận gần gũi, thân thiện đủ trong nụ cười để chia cho nhau niềm hạnh phúc, và đó là nền tảng thiết lập các mối

tương quan vững bền, ổn định. Và nếu, chúng ta còn cảm thấy phân vân, e ngại để tìm gặp chính mình thì nên nghe câu này của thánh José Escrivá để xác định: “ Bạn cứ ở mãi trong tình trạng phàm tục, hời hợt và chia trí... chỉ vì bạn là một kẻ nhát. Kẻ không dám đối diện với bản thân mình là gì, nếu không phải là kẻ nhát?”

Lời của thánh José Escrivá nhấn nhủ thật mạnh mẽ nhưng thật rất cần thiết cho chúng ta trong mọi thời đại. 

## **Chuyện Cười**

### **Áp Dụng Kinh Thánh**

Có ba thầy dòng trên đường truyền đạo, ghé vô một quán bên đường dùng bữa. Hôm ấy chỉ có thịt luộc, cá kho, và rau muống chấm mắm ớt. Một thầy muốn áp dụng Kinh Thánh vào cuộc sống, nên đề nghị: Hễ ai đọc được câu Kinh Thánh liên quan đến món nào thì được ăn món đó trước.

Thầy thứ nhất thấy đĩa thịt luộc đọc liền: "Mọi sinh vật sẽ là thức ăn của các ngươi - Sáng Thế Ký". Đọc xong, thầy kéo đĩa thịt về chỗ mình tỉnh bơ.

Thầy thứ hai thấy cá kho ngon quá, vội vàng đọc: "Ngài cầm lấy 5 chiếc bánh và 2 con cá - Marcô đoạn 6". Rồi kéo tô cá kho về chỗ mình với vẻ đắc thắng.

Thầy thứ ba chỉ còn đĩa rau muống luộc. Đang nhăn nhó, thầy bỗng tươi hẳn lên. Một tay cầm chén mắm ớt, một tay bốc rau muống chấm nước mắm vẩy lên hai thầy kia và đọc: "Lạy Chúa, xin dùng cảnh hương thảo rảy nước trên con, thì con được sạch."

Hai thầy kia chạy tán loạn. Thế là thầy thứ ba ngồi xơi một mình.

## **Meo Vặt**

### **Dùng Coca-Cola để làm sạch bồn cầu**

Chất acids trong Coca-Cola giúp xóa đi những vết bẩn trong bồn cầu. Bạn hãy đổ một lon nước ngọt vào bồn cầu và giữ như vậy trong một giờ, chất acids trong nước Coca sẽ tẩy đi những vết dơ. Sau đó, chà và xả nước, bạn sẽ thấy bồn cầu sáng loáng.