

# Tập mỉm cười với cuộc sống!



## **Bạn thân ơi,**

Trước tiên tôi xin nói lời cảm ơn chân thành với bà con, cảm ơn những ngày tháng mình có nhau trên con đường tu sửa để làm đẹp cuộc đời mình. Cảm ơn những phút giây tuyệt vời mà mình tỉ tê với nhau khi một trong chúng ta có chuyện gì không ổn trong lòng. Không nhiều thì ít, và cũng tùy hoàn cảnh cho phép, bạn và tôi đã có những giây phút cảm thông thật đẹp phải không? Nhưng hôm nay tôi xin mạn phép chia sẻ đến các bạn những lời mà tui thiết tình muốn và mong các bạn hiểu, đây là tấm chân tình của tôi dành riêng cho người bạn gái thân thương mà tôi biết từ lâu..

## **Các bạn thân ơi,**

Chắc các bạn cũng biết mà, cuộc sống này đôi khi có những nỗi đau không tên, có những điều mà lý trí không giải thích nổi và trái tim thì cứ tự ý quyết định... Lúc sau này, tôi thấy cô bạn thân có vẻ mệt mỏi và ốm hơn xưa, dù bạn ấy vẫn luôn tươi cười và nói chuyện huyền thuyên với mọi người...nhưng tôi có cảm nhận rằng bạn ấy đang có tâm sự, chẳng qua là bạn ấy đang cố dối lòng, ép mình vui trước mặt mọi người mà thôi. Tôi xin phép nói với bạn như thế này:

Tôi thầm hỏi, có lẽ bạn ấy sợ mọi người biết mình đang có chuyện buồn hay lo lắng điều gì phải không? Và bạn không muốn ai thương hại mình! Nhưng bạn thân ơi, xin đừng che giấu những nỗi buồn của mình bằng những cảm xúc không có thật! không tốt đâu. Bạn quên rồi sao? “Ăn cơm có canh, tu hành có bạn“ mà bạn?

Tôi thấy hai mắt bạn ấy quàn thâm, dấu vết của những đêm mất ngủ. Qua mạng, tôi biết bạn có những đêm online rất khuya và như tôi đã biết ở bạn, chắc chắn bạn sẽ ngồi trước máy vi tính hàng giờ, có thể bạn sẽ gõ những dòng chữ vô nghĩa rồi lại xóa đi lúc nào chẳng hay (vì đó là một trong những thói quen của bạn ấy một khi bạn có vấn đề gì mà tôi được biết).

Tôi thầm hiểu, có lẽ đôi khi bạn mong gặp được người quen trên mạng cũng online khuya như bạn, mong tìm ra một ai đó đang quen để tâm sự, cho dù chỉ một chút thôi, nhưng rồi bạn lại thất vọng? Hay hơn nữa, tôi nghĩ, có lúc bạn mong có một người bên

cạnh, nhưng bên phải bên trái chẳng thấy một ai, để có thể lắng nghe bạn trải hết lòng ra...nhưng đâu phải mọi mong ước nào cũng đều có được!

### **Bạn thân thương ơi,**

Tôi đã có nghe đâu đó một câu nói hay : “...*những người hay cười là những người dễ buồn nhất*“ Bạn là người hay cười lắm khi gặp bạn bè và phải công nhận là nụ cười của bạn luôn làm mọi người vui lây, lúc đó tôi thấy bạn rạng rỡ và xinh đẹp hơn bao giờ hết, nhưng có đôi lúc tôi lại ...mong nhìn thấy những giọt nước mắt của bạn, có lẽ tôi muốn nhìn thấy bạn **được** chính là mình – khi trái tim của bạn đang yếu đuối và cần được sẻ chia! Có đúng không bạn ?

Xin bạn đừng nên luôn cố làm ra vẻ như mình lúc nào cũng mạnh mẽ cũng như không nên sợ ai đó thấy mình yếu đuối, dễ gục ngã, và cũng đừng cố lao vào một việc gì đó, miệt mài, say mê như để cho thời gian trôi qua nhanh, để bạn có cơ hội quên đi một chuyện gì đó không vui đến với mình. Thật ra, đã làm người thì ai cũng vậy thôi, ai cũng có lúc yếu đuối, mệt mỏi gần như bỏ cuộc. Quan trọng là ta phải biết đối mặt với chính bản thân mình, nếu cần ta hãy khóc khi nào ta muốn, đừng ngại người khác cười mình, vì bản thân mình, ta có thể khóc một cách tự nhiên ngon lành!

Tôi biết, đôi lúc bạn thực sự bối rối, dù ngoài mặt bạn cười đó nhưng tôi cảm nhận khi ấy bạn thấy rất mệt mỏi và có vẻ bức bối; tôi có hơi lo, một khi nỗi buồn quá lớn, bạn có thể sẵn sàng làm những việc tôi tệ nhất có thể hay tự hành hạ bản thân mình. Nhưng tôi xin bạn nhớ cho một điều: Không ai thương bạn bằng chính bản thân mình đâu...duy nhất là **Bạn** mà thôi!

### **Bạn thân thương ơi,**

Thiết nghĩ, bạn hãy nên mở lòng yêu thương, hãy cứ ước mơ và nhất là hãy cứ là chính bản thân mình, hãy biết buông tay khi không thể níu giữ riêng cho mình, hãy cứ khóc cho thiệt thoải mái nếu như sức chịu đựng vượt qua giới hạn của bản thân cho phép ...rồi sau đó ngủ một giấc thật dài, thật sâu để những nỗi lo lắng phiền muộn sẽ trôi vào quên lãng...và hãy mỉm cười thật tình thật sự với cuộc sống có ta và có mọi người.

**Bạn thân ơi,** chúc bạn sẽ sớm quay trở về với bạn của ngày xưa mới lớn, vào đời tươi vui, trong sáng và đầy ước mơ, sức sống, và vẽ cho chính mình một bức tranh ĐỜI thật nhẹ nhàng, đầy bình an, được không bạn? Mong lắm thay!

Mến chúc các bạn một tuần mới dành nhiều thì giờ để hiểu và thương chính mình.

**Hiên Trúc – Đầu Hạ 2024**

**Bông Lục Bình**

[www.vietnamvanhien.org](http://www.vietnamvanhien.org)

