NHỮNG ĐIỀU HỐI-TIẾC NHẤT VÀO LÚC SẮP LÂM CHUNG

THANH-HIỆP

Một nữ y-tá người Úc tên là Bronnie Ware, đã có nhiều năm kinh-nghiệm chăm-sóc bệnh-nhân ở vào thời-kỳ 12 tuần lễ cuối của cuộc dời họ. Nhờ đó, cô đã có cơ-hội ghi-nhận lại những điều mà bệnh-nhân hối-tiếc nhất trước khi nhắm mắt. Khi con người sắp chết, người ta tìm hiểu người ấy có điều gì hối-hận nhất trong cuộc đời. Hầu hết các câu trả lời rất được phù-hợp với tâm-lý chung của con người ở vào giai-đoạn cuối đời. Và cô đã tổng-hợp lại thành năm điều trong quyển sách mà cô đã viết với tựa đề là: ***''Năm điều hối-tiếc nhất vào lúc sắp lìa trần''***. Điều ngạc-nhiên là không có một câu trả lời nào đề-cập đến sự ham muốn về tình-dục hay cú nhảy bungee mạo-hiểm.

1@. Nếu mà tôi có đủ sự cam-đảm để sống một cuộc đời đúng với bản-thân mình, chứ không phải là một cuộc sống mà những người khác mong đợi ở nơi tôi.

''Đây là điều hối-tiếc phổ-cập nhất. Khi mà con người nhận ra rằng cuộc đời của họ đến gần giờ-phút lâm chung, ngoảnh nhìn lại, thật dễ-dàng nhận ra có bao nhiêu giấc mơ đã trôi qua mà chưa bao giờ thành hiện-thực. Hầu hết mọi người đã không tôn trọng thậm-chí chỉ một nữa giấc mơ của mình, và giờ đây họ phải ra đi trong suy-nghĩ rằng điều nầy hoàn-toàn do những gì mà họ đã chọn lựa, hoặc không lựa chọn. Sức-khỏe mang lại một sự tự-do mà rất ít người nhận ra, cho đến khi họ không còn có nó được nữa.''

2@. Ước gì tôi đã không làm việc một cách tận lực.

''Điều hối-tiếc nầy đến từ hầu hết các bệnh-nhân thuộc về nam giới mà tôi chăm-sóc. Họ đã lơ-đểnh đối với tuổi thơ của con cái họ và sự đồng-hành với người bạn đời. Phụ-nữ có khi cũng nhắc đến điều nầy, nhưng phần đông họ đến từ thế-hệ xa-xưa, nên họ không cần phải là trụ cột của gia-đình. Tất cả những người đàn ông mà tôi đã chăm-sóc sức-khỏe cho họ, đều hối-hận một cách sâu-sắc rằng họ đã dành quá nhiều thì-giờ trong cuộc sống để chạy đua trong công việc làm.ăn''

3@. Ước gì tôi có đủ sự can-đảm để bộc-lộ cảm-xúc của mình!

''Nhiều người đã phải khắc-phục cảm-xúc của mình để giữ sự hòa-khí với những người xung quanh. Kết-quả, là họ phải tự nén mình để sống một cuộc đời tầm-thường và không bao giờ trở thành con người mà họ thật-sự có khả-năng trở thành. Nhiều căn bệnh đã triển-khai từ sự cay-đắng và oán-giận mà họ đã phải ôm-ấp trong lòng.''

4@. Ước gì tôi giữ sự liên-lạc với bạn-bè của tôi!

''Thường thì họ sẽ không thực sự nhận ra những lợi-ích đầy đủ của những người bạn cũ, cho đến những tuần lễ cuối cùng của cuộc đời, và không phải lúc nào cũng có thể tìm lại được bạn-bè. Nhiều người đã bị kẹt trong cuộc sống riêng của họ đến nổi đã để cho những tình bạn vàng trôi qua theo năm tháng. Cho đến cuối đời, họ mới cảm thấy rất ân-hận bởi vì đã không dành thì-giờ và nỗ-lực để quan-tâm đến tình bạn của mình. Và cho đến giờ hấp-hối, tất cả họ đều nhớ đến những người bạn của mình thì đã quá trễ!''

5@. Ước gì tôi sống cho bản-thân mình được hạnh-phúc hơn!

''Đây là một sự hối-hận rất là ngạc-nhiên và rất là phổ-biến. Vì cho đến phút cuối cùng, nhiều người mới cảm nhận được rằng hạnh-phúc chính là một sự lựa-chọn cho cuộc sống. Họ bị kẹt trong những mô-hình và thói-quen cũ. Cái gọi là ''sự dễ-dãi'' của sự quen thuộc đã lấn-áp tinh-thần cũng như thể-chất của họ. Sự e-ngại phải thay đổi đã khiến cho họ phải giả-vờ với mọi người xung quanh và chính bản-thân mình, rằng họ đang mãn-nguyện lắm rồi, nhưng thật ra, trong thâm-tâm, họ thèm muốn có được một nụ cười hết cở!''

Suy-gẫm:''Cũng là một chiếc bình như vậy, tại sao anh lại chứa độc dược? Cũng một mảnh đời tại sao anh phải chứa đầy những não phiền hối-tiếc như thế?''