



37 QUAN NIỆM CHUẨN HÔN NHÂN HÒA HỢP HẠNH PHÚC

“

*Hạnh phúc tự thân cộng với hôn nhân hoà hợp
thì có hôn nhân hoà hợp hạnh phúc. ❤️*

”

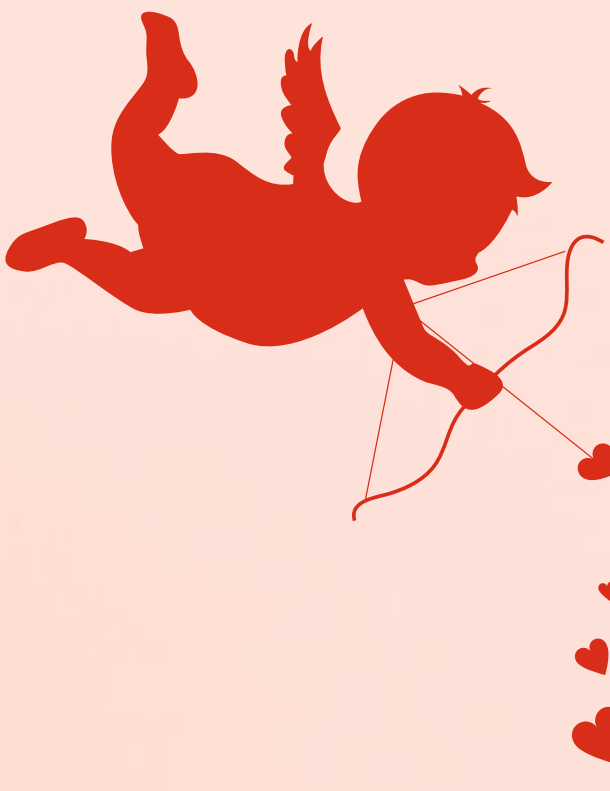




Khi xem hôn nhân như con đầu lòng, chúng ta sẽ luôn chăm sóc nuôi dưỡng hôn nhân của mình với những gì tuyệt vời nhất, thời gian tâm sức luôn hướng về đứa con tinh thần này.

Nếu mỗi chúng ta đều đặt hôn nhân là mối quan tâm đầu tiên và trên hết thì hạnh phúc của các cặp đôi sau hôn nhân sẽ ngày càng bội tăng theo thời gian.

Khi 1 người vợ xem hôn nhân là đứa con đầu lòng, họ luôn thể hiện những cử chỉ yêu thương ấm áp với chồng (nụ cười vui vẻ, những cái ôm, những cái hôn, ánh mắt chứa đựng, lời nói yêu thương,...), để chồng luôn cảm nhận sự hiện diện của mình như 1 món quà quý với vợ, nên anh luôn muốn được ở gần vợ.



QUAN NIỆM 1

NUÔI DƯỠNG HÔN NHÂN NHƯ CON ĐẦU LÒNG

Họ nghiện những cái ôm cái nắm tay chồng nên họ đơn giản lướt qua những giận hờn. Thêm vào đó, họ luôn thể hiện sự ghi nhận biết ơn chồng, làm lớn những điểm tốt của anh.

Chính vì vậy, đứa con đầu lòng- hôn nhân của họ luôn tràn ngập niềm vui và hạnh phúc.





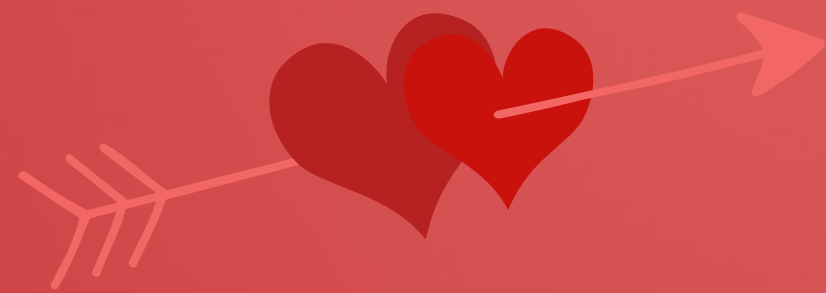
QUAN NIỆM 2

XEM BẠN ĐỜI LÀ BẠN TRI KỶ

○○○ TIN TƯỞNG

Vì là bạn tri kỷ của mình nên mình sẽ tin tưởng đối phương 1 cách tuyệt đối, sẵn sàng chia sẻ tất cả những suy nghĩ, những mong muốn, những trăn trở, những khúc mắc trong lòng.

Vì là bạn tri kỷ của mình nên mình luôn ủng hộ, đồng ngôn, đồng thuận và đồng hành cùng đối phương, mà không cần bất kỳ lí do gì.



○○○ LẮNG NGHE

Vì đối phương là người bạn tri kỷ của mình, nên mình sẵn sàng hiện diện bên cạnh, sẵn sàng lắng nghe để thấu hiểu họ, lắng nghe cả những gì họ không nói ra thành lời, sẵn sàng làm chỗ dựa vững chắc cho bạn tri kỷ của mình

Vì đối phương là bạn tri kỷ của mình nên mình luôn trân quý.

○○○ HIỆN DIỆN

Khi được đối phương xem mình là bạn tri kỷ, bản thân mình sẽ cảm thấy rất thoải mái, rất an tâm, rất tự tin vì cảm nhận được sự hiện diện của chính mình rất có giá trị đối với bạn đời.

Chính vì vậy, mình luôn muốn hiện diện, luôn muốn ở gần họ.





QUAN NIỆM 3

"GIỮA VỢ CHỒNG KHÔNG CÓ ĐÚNG SAI. HẠNH PHÚC LÀ ĐƯỢC"



Bạn chọn đúng hay Bạn chọn hạnh phúc?

Trong 1 cuộc tranh chấp cãi vã với người thân yêu, giả sử mình là người đúng, mình chiến thắng, thì hãy thử 1 lần kiểm thảo lại chính mình, những lúc đó mình có thật sự hạnh phúc? Liệu rằng mình có thật sự hạnh phúc khi mình là người chiến thắng, còn người thương của mình là kẻ thua cuộc? Mình có thật sự hả hê, có thể nào vui vẻ, thoả mãn trước vẻ khó chịu, không thoải mái, tức giận, thậm chí là buồn tủi của họ hay không? Chiến thắng đó có thật sự vẻ vang chăng?



Khi ta thật sự nhận ra rằng:

Đúng sai không còn quan trọng, hạnh phúc mới là điều mình chọn, thì chúng ta sẽ đơn giản để bỏ qua cho nhau, đơn giản để khép lại những cuộc tranh luận cãi vã không đáng có, đơn giản để lướt qua những giận hờn, trách móc, đơn giản để tôn trọng, thấu hiểu và chấp nhận tất cả ưu khuyết điểm của nhau, hay đơn giản để bao dung cho nhau.



Khi chúng ta nhận thức được đúng sai không còn quan trọng, hạnh phúc thôi là đủ thì bản thân mình sẽ cảm thấy rất tự do, rất thoải mái và an toàn khi ở bên cạnh nhau, không còn những sự dè chừng, những quan ngại, mà thay vào đó chúng ta sẽ đơn giản để liêm chính với nhau, đơn giản để chia sẻ với nhau những mong muốn, những nhu cầu thầm kín bên trong mình



QUAN NIỆM 4

**VỢ XEM CHỒNG NHƯ CHA
NHƯNG KHÔNG XEM
MÌNH LÀ CON.**

**CHỒNG XEM VỢ NHƯ CON
NHƯNG KHÔNG XEM
MÌNH LÀ CHA.**

👩 VỢ XEM CHỒNG NHƯ CHA, NHƯNG KHÔNG ĐƯỢC COI MÌNH LÀ CON.

- Vợ cần coi chồng như cha, tôn trọng và kính trọng chồng như kính trọng cha của mình.
- Bởi vì ba Nhu cầu chính của người chồng trong hôn nhân, đó là:
 - 1 Được kính trọng
 - 2 Thích dịu dàng
 - 3 Được ủng hộ, Được thừa nhận, Được thấu hiểu

Một người phụ nữ có một người đàn ông để kính trọng, thì người phụ nữ đó sẽ rất phát triển khi làm bất cứ điều gì trong cuộc đời này. Không xem mình như con, để mình có sự độc lập.

I



YOU

👨 CHỒNG XEM VỢ NHƯ CON GÁI, NHƯNG KHÔNG COI MÌNH LÀ CHA.

- Chồng cần coi vợ như con gái. Điều đó giúp cho người vợ cảm thấy được yêu thương, bao dung, chiều chuộng, chăm sóc.
- Dù con gái có như thế nào thì khi trở về, người cha vẫn luôn yêu thương. Với người vợ cũng thế, dù cho vợ có làm lỗi thế nào, chồng cũng luôn yêu thương và bao dung cho vợ.
- Chồng không được quyền xem mình là cha, để luôn yêu thương, cưng chiều mà không áp đặt lên vợ của mình.
- Bởi vì 3 Nhu cầu chính của người vợ trong hôn nhân là:
 - 1 Cảm giác an toàn
 - 2 Lãng mạn
 - 3 Được cưng chiều



QUAN NIỆM 5

ĐỊNH TÂM VỚI HẠNH PHÚC TẬN TÂM VỚI NHÂN DUYÊN



**Định tâm với nghề thì nghề không có vấn đề.
Định tâm với người thì người không có vấn đề".**

**Khi định tâm với hạnh phúc, thì hạnh phúc không còn là vấn đề.
Nghĩa là nhất định chúng ta sẽ hạnh phúc.**

- Trong hôn nhân gia đình, có những khi ta đối diện với việc chọn lựa: **chọn tiếp tục hay dừng lại, chọn nên giữ hay nên buông?** Và đa phần, việc đưa ra quyết định thường rất khó khăn, với những tranh đấu quyết liệt bên trong nội tâm chính mình.
- **Giữ hay buông, tiếp tục hay dừng lại 1 mối quan hệ, chọn sao cũng được hết,** quan trọng nhất là mình phải biết **mình thật sự muốn gì và cần gì,** chắc chắn cái mình muốn không phải là việc tiếp tục hay cắt đứt mối quan hệ đó, **cái mình thực sự mong muốn và khao khát, đó chính là hạnh phúc.**
- **Khi biết rõ đích đến của mình là hạnh phúc, thì việc định tâm với hạnh phúc, cố định tham và tưởng của mình về hạnh phúc, làm siêng làm rõ về 2 chữ Hạnh Phúc là việc mình cần phải làm. Khi đã định tâm với đích đến Hạnh Phúc, thì sẽ có thể đơn giản để "Tận tâm với nhân duyên"**
- **Khi đã thực sự tận tâm với nhân duyên,** nghĩa là chúng ta đơn giản để an vui với con người, bao dung cho con người và trân trọng biết ơn con người, dù người đó hình tượng là người mang lại bất như ý cho mình.
- **Khi thực sự tận tâm với nhân duyên,** chúng ta sẽ nhận thức được "Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính Tôi", mọi sự oán trách đổ lỗi cho người xung quanh ngay lập tức chấm dứt.
- **Khi đã tận tâm với nhân duyên,** chúng ta sẽ thay đổi nhận thức nội tâm về con người:
"Đã là con người thì đều là duyên lành".
"Những người bạn gặp cũng đúng là người mà bạn cần gặp.
Những việc gì xảy ra cũng chính là điều cần phải xảy ra".

Tổng nghiệp chúng ta quy định như vậy rồi, nếu không phải là họ thì cũng có người khác đến để làm như vậy với mình. Và chính nhờ những bài học sau những nghịch cảnh đó mà mình mới có được sự trưởng thành, nên họ chính là người thầy cuộc sống của chúng ta.



Trong 1 mối quan hệ **chỉ cần 1 người thực sự Định tâm với Hạnh Phúc- Tận tâm với nhân duyên,** thì sau tất cả, cho dù kết quả mối quan hệ đó có như thế nào thì người đó nhất định vẫn sẽ luôn hạnh phúc. Bởi vì khi đã tận tâm được với nhân duyên, họ sẽ đạt được tình yêu thương vô điều kiện, đây là thứ tình thương yêu hoàn toàn tự do, không còn bất kỳ trói buộc nào, dù có thế nào thì cũng thương người đó. Vậy thì, cho dù mối quan hệ có tiếp tục hay dừng lại, thì cánh cửa của hạnh phúc sẽ luôn chào đón họ.



QUAN NIỆM 6

TẬN NHÂN LỰC

TRI THIÊN MỆNH

Nếu ví đời người như 1 chuyến tàu và hành trình của chuyến tàu này sẽ trải qua rất nhiều trạm dừng chân, **cứ đến 1 trạm lại có kẻ lên người xuống**, có người sẽ đồng hành cùng mình hầu hết lộ trình, nhưng cũng có những người chỉ đồng hành cùng mình vài trạm hoặc một trạm mà thôi. **Cuộc sống luôn là như thế, đến rồi đi, hội ngộ rồi chia ly, kèm theo những cảm xúc của vui buồn, được mất lẫn lộn...**

Và trong hành trình ấy:

- Có khi ta mãi tiếc nuối, lưu luyến về một mối quan hệ mà mình luôn mong muốn không bao giờ có 2 chữ ly biệt, nhưng nay chẳng còn?
- Cũng có khi ta đau khổ, đến hoang mang vô định, khi đang trong 1 mối quan hệ mà bản thân "đi không nữa, mà ở cũng chẳng đáng dừng"?

Biết ơn cao nhân chỉ điểm quan niệm "**Tận nhân lực, Tri thiên mệnh**", để giúp chúng ta thấu suốt hơn về những nhân duyên mà mình có cơ hội được gặp trong đời, thấu hiểu để đơn giản an vui khi ai đó buộc phải chia tay khỏi chuyến tàu của mình, để đơn giản bao dung đón nhận mọi kết quả trong đời của mình.

"**Tận nhân lực**" nghĩa là mình tận tâm, tận lực, tận tụy với những nhân duyên, những con người mình gặp trong đời, dù là nhân duyên đó là duyên thuận hay duyên nghịch. Duyên gì cũng được, chỉ cần là con người mình gặp thì cứ tận nhân lực.

Ta sẽ "**Tri Thiên Mệnh**", nghĩa là lúc đó mình sẽ tự nhiên biết được cần làm gì, cần quyết định ra sao với nhân duyên đó, cần tiếp tục hay chủ động buông.

Vâng, muốn "**Tri thiên mệnh**", muốn biết cần làm gì với nhân duyên này, cần giữ hay buông, ở lại hay ra đi, thì cần phải "**Tận nhân lực**". Quan niệm này xác định rõ vai trò của tự thân chúng ta, **không một ai bên ngoài mình có thể quyết định**, định đoạt hay tư vấn, khuyên răn mình cần làm gì với một mối quan hệ của mình, **mà chỉ có chính mình**, mình muốn biết được số phận của nhân duyên đó thì bản thân phải "**Tận nhân lực**"

Khi đã tận nhân lực, mình sẽ đơn giản bao dung an vui và trân trọng biết ơn mọi nhân duyên trong đời của mình. Chính vì vậy, ta luôn cảm thấy hạnh phúc, đủ đầy trong suốt hành trình tận tâm, tận lực, tận sức với con người xung quanh mình.

Khi đã tận nhân lực, chúng ta sẽ thấu hiểu được "cội nguồn cuộc sống đến từ chính Tôi", thấu hiểu được tổng nghiệp và tôn trọng tổng nghiệp của mình. Nên mình sẽ an vui đón nhận mọi kết quả xảy ra, chấm dứt mọi đau khổ oán trách.

Khi đã tận nhân lực, mình sẽ đơn giản buông đặt những mong cầu, những kỳ vọng, để đổi lại sự trân trọng biết ơn những gì mình đã và đang có với nhân duyên đó. Chính vì vậy, dù có tiếp tục hay kết thúc, kết quả có thể nào đi chẳng nữa, thì bản thân mình cũng luôn hạnh phúc, an vui đón nhận.



QUAN NIỆM 7



ĐẶT LỢI ÍCH NGƯỜI KHÁC LÊN TRÊN. NHƯNG KHÔNG HẠ THẤP LỢI ÍCH BẢN THÂN MÌNH.

Quan sát các mối quan hệ xã hội, ta thường thấy một nhu cầu rất lớn trong mỗi con người. Đó chính là nhu cầu muốn người khác nghe lời mình, hay nói cách khác, đó là nhu cầu muốn ảnh hưởng người khác.

Và trong gia đình, Cha mẹ thì muốn con cái nghe lời, muốn ảnh hưởng con cái. Chồng muốn ảnh hưởng vợ, vợ thì lại muốn ảnh hưởng chồng.

Nhu cầu này của chúng ta xuất phát từ việc: con người là sản phẩm của môi trường. Chính vì vậy, nếu người thân yêu của mình không nghe lời mình thì họ cũng sẽ nghe lời người khác. Mình không ảnh hưởng, không dẫn dắt họ thì họ cũng bị người khác, bị xã hội dẫn dắt.

Cũng như chúng ta ở đây vậy, hàng ngày nếu không **nghe những lời đạo lý**, những câu chuyện gia đình hạnh phúc, thì ta cũng nghe những thông tin tiêu cực khác mà thôi. Bạn có để ý điều này hay không?

Và chúng ta thường nhân danh tình yêu thương, nên hay ra sức ảnh hưởng, muốn người thân yêu nghe lời mình. **Nhưng nếu cuộc sống của mình chưa phải là ước mơ của họ**, mình không thực sự sáng rõ về định hướng nào cho tương lai là tốt để dẫn dắt họ, mà mình lại mong họ nghe lời mình thì đâu phải là tình yêu thương thật sự, nếu không muốn nói là ta đang hại họ.

Vậy thì, thực sự mình đâu muốn người thân yêu nghe lời mình, cái mình muốn là **họ sẽ nghe lời đạo lý để luôn hướng về ánh sáng mà bước đi, mà chuyển hoá cuộc đời**. Chính vì vậy, nếu chúng ta thật sự tin tưởng con đường của hạnh phúc gia đình và giàu toàn diện là con đường xứng đáng để đi, thì đâu ngại gì để ảnh hưởng người khác, để người khác nghe lời mình. Càng ảnh hưởng được nhiều người, ánh sáng của hạnh phúc gia đình và giàu toàn diện càng soi sáng nhân gian, hình ảnh này đẹp quá phải không ạ?

Quan trọng là khi nào thì người khác nghe lời mình?

Hay khi nào mình mới có thể ảnh hưởng người khác?

Khi người khác cảm nhận được tình yêu thương của mình dành cho họ lớn hơn tình yêu thương của họ dành cho mình thì họ sẽ nghe lời mình.

Để làm được điều này, cao nhân cũng chỉ điểm cho chúng ta quan niệm
**"Đặt lợi ích người khác lên trên lợi ích bản thân mình,
nhưng không hạ thấp lợi ích của chính mình."**

Chỉ cần ta KIÊN TRÌ đặt lợi ích của người khác lên trên lợi ích của bản thân mình khi làm bất kỳ việc gì, qua thời gian, chắc chắn họ sẽ cảm nhận tình yêu thương của mình, và khi đó mình sẽ có sức ảnh hưởng với họ.

Bởi "Nước thấp là biển. Người thấp là vua"

Đặt lợi ích của người khác lên trên lợi ích bản thân mình, nhưng tuyệt đối không được hạ thấp lợi ích của chính mình.

Bởi vì qua thời gian, ta sẽ cảm nhận mình HY SINH cho người, và nếu người không đáp ứng được mong cầu của ta, ta sẽ dễ sanh tâm oán trách.

Đây là thực trạng đang xảy ra trong rất nhiều gia đình, cha mẹ thì luôn hy sinh cho con cái, vợ thì lúc nào cũng hy sinh cho chồng con, mà bỏ quên luôn chính mình, nhưng mình đâu biết được rằng: người thân yêu đâu cần mình hy sinh, họ cần mình hạnh phúc thật sự.

Khi đã tâm niệm **"Đặt lợi ích người khác lên trên lợi ích bản thân, nhưng không hạ thấp lợi ích chính mình"** trong mọi hành động, thì ta sẽ không có khái niệm bị lợi dụng, hay là bị thiệt thòi. Bởi vì, trong tâm thức của mình, mình chủ động cho đi tình yêu thương, mình đủ đầy tình thương và mình sẵn sàng cho đi, sẵn sàng đặt lợi ích của họ lên trên hết. Bởi ta vì thương mà làm, nên ta làm với trái tim thấu hiểu và yêu thương trong mình, nên ta chỉ cảm nhận hạnh phúc khi được làm mà thôi.



NHỜ NGƯỜI TRỢ MÌNH, ĐỂ CÓ CƠ HỘI THÌ TRỢ LẠI CHO NGƯỜI

Con người chúng ta thường rất hay hào phóng giúp đỡ người khác, nhưng lại khó khăn trong việc đón nhận sự trợ giúp của người khác. Bởi chúng ta đâu biết được rằng:

- Việc mình nhờ người khác "Trợ" cho mình, cũng đã là 1 sự cho đi, bởi khi đó ta giúp nuôi dưỡng thiện tâm trong họ, nuôi dưỡng trái tim biết san sẻ, biết cho đi trong họ. Nên đón nhận cũng là 1 loại hình cho đi.
- Việc mình nhờ người trợ cho mình, cũng là để gắn kết nhân duyên giữa ta và họ sâu dày hơn. Bởi vì, khi nhận được lời đề nghị giúp đỡ từ mình, họ sẽ cảm thấy rất vui và hạnh phúc vì họ cảm thấy bản thân họ có giá trị với mình.

Nên trong gia đình, chuyện gì xảy ra nếu người phụ nữ việc gì cũng ôm vào mình, ngại nhờ chồng con trợ giúp?

Vâng, chúng ta đơn giản nhận ra rằng: người chồng sẽ cảm thấy mình không có giá trị với vợ, không thấy vai trò của 1 người đàn ông trong gia đình nên ai cho họ vai trò, cho họ được thể hiện bản lĩnh đàn ông, họ sẽ ở bên người đó.

Chủ động nhờ người trợ mình, nhưng phải luôn khắc cốt ghi tâm rằng:

"khi có cơ hội mình sẽ trợ lại cho người", để bảo hộ mình và người, bảo hộ khối công đức phước đức của nhau, như vậy mối quan hệ của mình mới bền chặt được.

Bởi vì khi mình đang suy, mình cần sự tương trợ của người, là khi đó mình đang thiếu phước báu, nên càng tiếp tục nhận nhiều sự giúp đỡ của người thì bản thân mình lại càng mất phước báu, mình càng suy hơn.

Mà người giúp mình thì họ đang thịnh, mà cứ đi giúp người trợ cho người suy miết thì họ sẽ thành người chuyên phò suy, qua thời gian, họ sẽ sanh tâm ngạo mạn: cảm thấy bản thân tạo nhiều giá trị nên sẽ mong cầu, đòi hỏi, mong muốn thay đổi người khác, dần dần sẽ sanh tâm oán trách, mất phước báu, nên càng phò suy, càng giúp người thì đời sống lại càng tệ đi.

Chính vì vậy, quan niệm **"nhờ người trợ mình để có cơ hội trợ lại cho người"**, giúp chúng ta cân bằng giữa phò suy phò thịnh, giúp bảo vệ phước báu của chính mình và ân nhân của mình

Việc nhận ân nghĩa của người và luôn nhắc nhớ bản thân

"khi có cơ hội mình sẽ trợ lại cho người", thì đó chính là ta đang nuôi dưỡng nhân duyên giữa ta với người bằng nguồn năng lượng trân trọng biết ơn trong mình.

Nhưng cũng cần lưu ý rằng:

khi nhận sự trợ giúp của ai, ta thường hay có khuynh hướng mong muốn được đáp trả ngay và luôn, bởi nội tâm của chúng ta muốn "sòng phẳng", ta sợ cái cảm giác "Mắc nợ".

Nhưng ta đâu biết được rằng, việc mình lưu giữ ân nghĩa của con người trong trái tim mình với nguồn năng lượng trân trọng biết ơn, thì qua thời gian, nhân duyên giữa mình và họ sẽ sâu dày hơn.

Mình nợ người ta một, nhưng không cần vội đáp trả, cam kết trong nội tâm khi có cơ hội mình sẽ trợ lại cho họ, trả lại gấp vạn lần hơn.



Trong cuộc sống, mỗi khi cảm thấy không vui, không hạnh phúc, cảm thấy không như ý mình, thì khuynh hướng nội tâm của con người thường ngay lập tức nhìn ra bên ngoài, tìm kiếm cho mình một cái phao cứu sinh, để vịn vào đó buộc tội, mà đổ lỗi. Nó có thể là: tôi không hạnh phúc là tại vì chồng, vì con tôi. Tôi không phát triển được là tại vì sếp. Tôi thất bại là bởi thiếu may mắn, là tại môi trường không thuận lợi, tại đất nước thế nọ thế kia...

Những mô tuýp suy nghĩ kiểu này cứ thường trực trong tâm trí, hình tướng nó có vẻ như bảo vệ chúng ta khỏi những thương tổn, thách thức trong cuộc sống. Nhưng kỳ thực, chúng lại làm cho chúng ta trở nên quen thuộc với vai diễn "**Nạn nhân**" ngay trong chính cuộc đời của mình. Chẳng phải thế sao?

Hạnh phúc là của mình, an vui là của mình, nhưng khi không có nó thì ngay lập tức ta lại đổ lỗi cho người khác. Vậy chẳng phải là ta đang đặt hạnh phúc, an vui "của mình" vào tay của người khác? Cuộc đời này là của mình, nhưng mình lại bắt người khác chịu trách nhiệm cho những kết quả không như ý trong cuộc đời mình. **Đó chẳng khác nào mình đem quyền làm chủ cuộc đời mình giao cho người khác đấy sao?**

Những kết quả cuộc sống mình có ngày hôm nay, tốt hay xấu, như ý hay không như ý, đều đến từ những **CHỌN LỰA** của **CHÍNH MÌNH** ở trong quá khứ. Và dù có cội nguồn từ mình, từ chính những chọn lựa của mình, thì tuyệt đối **KHÔNG PHẢI LỖI DO MÌNH**, bởi vì dù mình có chọn lựa ra sao, dẫn đến kết quả như thế nào, thì chọn lựa đó cũng rất đúng, và rất phù hợp với tính cách, với nhận thức của mình tại thời điểm đó.

QUAN NIỆM 9

**CỘI NGUỒN CUỘC SỐNG
BẮT NGUỒN TỪ CHÍNH TÔI**

I Love you

Nếu không nhận thức "**Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi**", thì ta mãi chìm trong tư duy đổ lỗi, mãi đóng vai "**nạn nhân**", và rời xa vai "**người kiến tạo**" cuộc đời mình. Để rời cả cuộc đời này, ta mãi nhìn ra bên ngoài, và nỗ lực đến "thân tàn ma dại" để thay đổi ngoại cảnh, thay đổi những con người bên ngoài mình, để mong có được những kết quả như ý.

Nhưng đổi lại, kết quả lại là "**Mưu cầu sự thay đổi của người khác là bắt nguồn cho đau khổ. Thay đổi bản thân là khởi nguồn của hạnh phúc**". Bởi chúng ta mãi không thể nào có quyền kiểm soát những con người bên ngoài mình, cũng như những hoàn cảnh bên ngoài, cái ta có thể kiểm soát duy nhất đó chính là **chính mình**.

Chính vì vậy, ngay khi nhận thức được "**Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi**", mình ngay lập tức không còn tâm thái oán trách đổ lỗi, và thay vào đó là chủ động và chịu trách nhiệm với những hiện thực cuộc đời của mình, tập trung vào chính mình mà thay đổi, mà chuyển hoá tự thân.

Khi đã nhận thức được "**cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi**" thì lại đơn giản để khống chế cái tâm háo thắng trong mình, nên khi đó mình không còn nhu cầu "phải thắng", "phải đúng" bằng mọi giá nữa, bởi mình đã thực sự thấu hiểu được: kết quả có như thế nào thì sự việc đó cũng có nguồn gốc từ mình mà ra, dù không phải lỗi của mình, nhưng có cội nguồn từ mình.

Vì vậy, ta trở nên khiêm nhường hơn trước cuộc đời.



QUAN NIỆM 10

VỚI EM, ANH LUÔN LÀ NHẤT

"NHẤT" ở đây có 2 ý nghĩa: Một là duy nhất và hai là số một, là trên hết tất cả.

Mặc dù đàn ông trên thế gian này có hằng hà sa số, thì người đẹp nhất, tốt nhất trong lòng mình, vẫn luôn là Anh.

Quan niệm "Với em, Anh luôn là Nhất" giúp cho mỗi người phụ nữ đơn giản để đi qua những nốt trầm và chậm rãi thưởng thức những nốt thăng trong đời sống hôn nhân gia đình.

Nhận thức "Với em, Anh luôn là Nhất" thì người phụ nữ sẽ đơn giản để bao dung, an vui và trân trọng biết ơn cho người đầu ấp tay gối cùng mình, đơn giản nhìn vào, ghi nhận và làm lớn những điểm tốt của chồng.

Khi người đàn ông của bạn luôn đứng ở vị trí cao nhất trong lòng bạn, bạn sẽ đơn giản dành cho anh sự kính trọng tối thượng. Người đàn ông của bạn cũng sẽ luôn cảm thấy được tôn trọng và bản thân mình rất có giá trị với vợ, với gia đình. Chính vì lẽ ấy, bản lãnh người đàn ông trong anh sẽ được kích hoạt cao độ, anh ấy sẽ luôn toàn tâm toàn ý cùng bạn xây dựng mái ấm gia đình.

Phạm Ngọc Canxi



QUAN NIỆM 11

ĐỊNH TÂM VỚI BẠN ĐỜI, BẠN ĐỜI MÃI KHÔNG CÓ VẤN ĐỀ

Khi đã "Định tâm với người bạn đời" ta sẽ luôn trân trọng nhân duyên vợ chồng của mình, tôn trọng nghiệp duyên của mình.

Ta luôn biết rằng "Tu trăm năm mới đi chung thuyền, tu ngàn năm mới chung chăn gối" nay có nhân duyên làm vợ chồng với nhau là cơ duyên cả ngàn năm.

Khi đã "Định tâm với bạn đời" thì hình ảnh mà ta chứa đựng trong tâm trí là một gia đình hoà hợp hạnh phúc nên ta sẽ luôn chủ động hướng về hạnh phúc gia đình, chủ động học cách yêu thương và đối đãi chuẩn mực với người bạn đời, với gia đình lớn 2 bên.

Khi đã "Định tâm với bạn đời", dung lượng trái tim của ta dần được mở rộng, ta đơn giản bỏ qua những lỗi lầm, những khuyết điểm của nhau, đơn giản để bao dung, an vui và trân trọng biết ơn người bạn đời của mình.

Khi ta đã "Định tâm với người bạn đời", ta sẽ đơn giản nhận thức được rằng: "Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi". Khi phát sinh những điều bất như ý, thay vì đổ lỗi cho người bạn đời, ta quay trở về chính mình, nỗ lực học tập, thay đổi và chuyển hóa bản thân.

Khi ta đã "Định tâm với bạn đời", ta sẽ đơn giản chỉ tập trung vào điểm tốt của đối phương, ghi nhận và làm lớn chúng lên. Chính vì thế, những hình ảnh tiêu cực của đối phương trong quá khứ sẽ tan biến. Bạn đời sẽ mãi không có vấn đề.



QUAN NIỆM 12



“NHẤT DẠ PHU THÊ BÁCH DẠ ÂN. BÁCH DẠ PHU THÊ TỰ HẢI THÂM”

Nghĩa là: Vợ chồng dù ở bên nhau chỉ 1 ngày thì ân nghĩa đã như trăm ngày. Còn vợ chồng ở bên nhau lâu ngày, thì ân nghĩa đã sâu nặng như biển cả.

Chữ "Ân" ở đây là ân nghĩa, ân ái. Ý chỉ rằng, trong mối quan hệ vợ chồng, tình yêu giúp họ đến với nhau, nhưng chính những ân tình, ân nghĩa có với nhau qua năm tháng mới tạo ra tình thương, giúp vợ chồng gắn kết với nhau bền lâu.

Trong mối quan hệ vợ chồng ngày nay, hễ có chuyện gì trái ý nghịch lòng, không được như bản thân mong đợi, ta thường không coi trọng ân nghĩa vợ chồng nên hay có ý nghĩ chia tay trong đầu. Hôn nhân của người xưa thì luôn bền chặt, có thể sống đến răng long đầu bạc dù trước khi kết hôn chưa một lần được gặp mặt nhau.

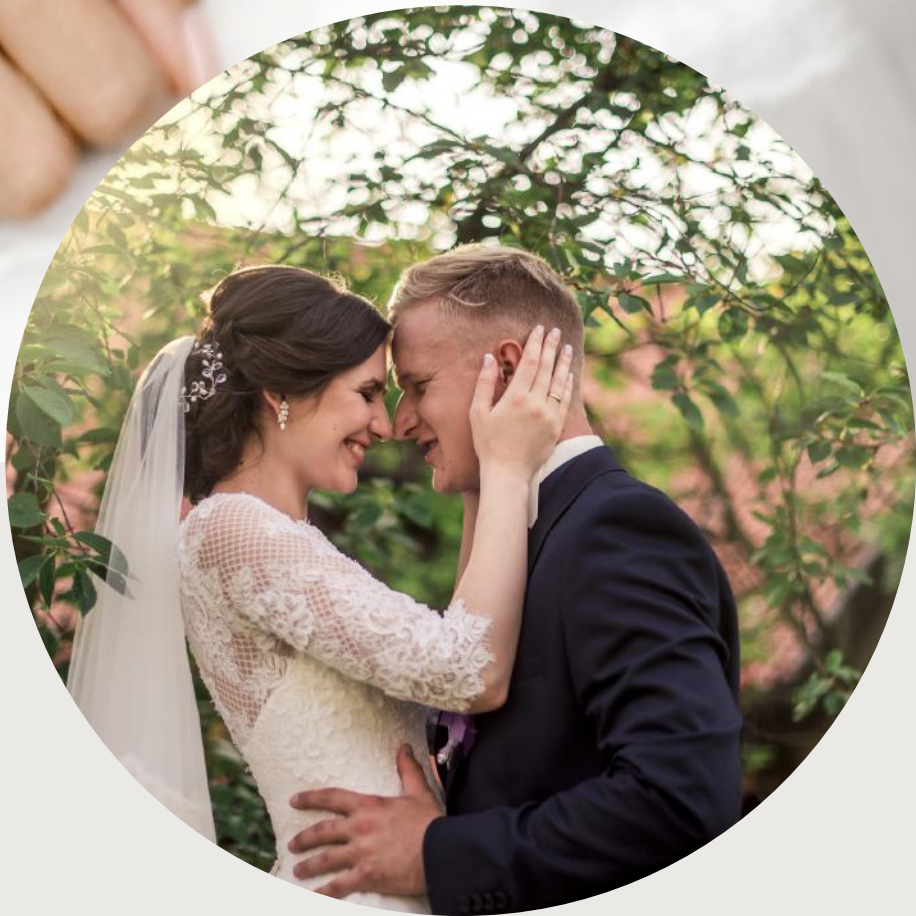
Người xưa quan niệm rằng:

Nhân duyên vợ chồng có ý nghĩa vô cùng thiêng liêng, là do trời định, là sự phối hợp âm dương của Trời Đất mà thành. Chính vì vậy, khi 2 người đến với nhau, sẽ luôn nguyện cam kết sống cùng nhau đến thiên trường địa cửu, trăm năm hoà hợp, mãi luôn vĩnh kết đồng tâm, luôn yêu thương nhau trân trọng nhau, bao dung cho nhau, cùng nhau đồng cam cộng khổ, mãi không xa lìa. Và đó là trách nhiệm và nghĩa vụ của mỗi người trong hôn nhân.





QUAN NIỆM 13



BẠN ĐỜI LÀ THẦY CỦA TA

Một bản nhạc hay không thể nào chỉ toàn nốt thăng, hay chỉ có mỗi nốt trầm, mà luôn là sự phối kết hợp hài hoà giữa những nốt thăng và trầm.

Đời sống hôn nhân gia đình cũng vậy, có vui có buồn, có lúc rộn ràng, cũng có lúc chao đảo. Để rồi sau tất cả, khi đã trải qua những thăng trầm trong hôn nhân gia đình, mỗi người đều cảm thấy ngày càng yêu thương, trân trọng nhau hơn!

Người Thầy ở đây là người Thầy cuộc sống, cho mình những thông điệp, những bài học cuộc sống, giúp mình trưởng thành, phát triển hơn.

Khi nhận thức được "Bạn đời là Thầy của ta", thì dù trong hoàn cảnh bất như ý, ta sẽ tìm bài học/thông điệp cuộc sống, sẽ nhận ra những sự thật về chính mình, mình sẽ đơn giản tập trung vào bản thân, để thay đổi và hoàn thiện mình, thay vì oán trách đổ lỗi cho đối phương.

Khi nhận thức được "Bạn đời là Thầy của ta", bản thân chúng ta sẽ đơn giản để kính trọng người bạn đời - người Thầy của mình, đơn giản để khiêm nhường trước họ. Và mình sẽ luôn cảm thấy an vui và trân trọng biết ơn khi được ở cạnh họ.

Chính vì vậy, mà trải qua những sóng gió, ta càng cảm thấy thương đối phương ngàn vạn lần hơn!



QUAN NIỆM 14



Khi nói đến hạnh phúc gia đình, chắc tất cả chúng ta đều biết đến tầm quan trọng của tình dục, hay nói chính xác là sự hoà hợp tình dục giữa 2 vợ chồng.

“ĐÀN ÔNG HAM MUỐN ĐÀN BÀ. ĐÀN BÀ HAM MUỐN NHỮNG HAM MUỐN CỦA ĐÀN ÔNG”

Người xưa hay dùng từ "phu thê ân ái" khi nói đến ý nghĩa thiêng liêng của tình dục trong chuyện vợ chồng. Vậy thì, khi vợ chồng ân ái, đâu chỉ là đơn thuần để thoả mãn sắc dục của bản thân, mà đó là sự hoà hợp âm dương của Đất Trời, sự hoà quyện vào nhau của hai con người đã có với nhau những ân tình, ân nghĩa, yêu thương.

Vậy đàn ông ham muốn gì ở đàn bà? Đó chính là cái đẹp của người phụ nữ. Và cái đẹp này không chỉ là nét đẹp ngoại hình, nét đẹp của cơ thể, mà còn là nét đẹp trong tâm hồn người phụ nữ.

Đàn bà không có ham muốn đàn ông, mà "đàn bà lại ham muốn những ham muốn của người đàn ông". Đó chính là họ ham muốn cái cảm giác được người đàn ông ham muốn mình, được người đàn ông trân trọng, nâng niu, yêu chiều từng bộ phận cơ thể của mình.

Khi đó người chồng sẽ biết cách yêu chiều cơ thể của vợ, không tập trung vào việc thoả mãn những cảm xúc của bản thân, biết cách biến thành "một bữa đại tiệc", gồm đầy đủ những món khai vị, món chính, món tráng miệng một cách tinh tế.

*Còn người vợ biết được chính xác nhu cầu của bản thân mình sẽ biết cách yêu thương trân trọng chăm sóc bản thân mình hơn, trân trọng biết ơn chồng hơn, và trân trọng nhu cầu của chồng vạn lần hơn, **thường thức bữa đại tiệc cùng chồng** với sự trân trọng biết ơn trong mình.*



Quan niệm 15

“TÌNH DỤC LÀ MỘT BỮA ĐẠI TIỆC, MÀ CẢ HAI VỢ CHỒNG CÙNG THƯỜNG THỨC”

"một bữa đại tiệc" sẽ khác gì với một đĩa cơm bình dân ngoài hàng ?

Đầu tiên phải kể đến đó chính là "Thực đơn" trong bữa đại tiệc rất phong phú: có món khai vị, món chính, món tráng miệng. Tiếp theo, "Thực khách" trong một bữa đại tiệc luôn chú trọng từ vẻ ngoài xuất hiện thật đẹp, thật lung linh; đến tâm trạng luôn sẵn sàng thoải mái; và phong thái thì từ tốn, ôn hòa, chậm rãi để thưởng thức những món ngon trong bữa đại tiệc. Thực khách cũng luôn quan tâm đến cảm xúc, cảm nhận của người đối diện mình. Và kế tiếp, chính là không gian đẹp, thơm và lãng mạn, sang trọng.

Trong khi đó, quan sát lại một đĩa cơm ngoài hàng, tất cả các món gom trong một đĩa, không gian thì bình dân, không có gì đặc sắc và người ăn thì có thể là: ăn lấy ăn để, ăn cho no nê, ăn vội ăn vàng, ăn cho xong bữa, ăn cho qua ngày đoạn tháng,... và cũng chẳng buồn quan tâm đến ai cả. Chẳng phải thế sao?

Trở lại với chuyện vợ chồng, nếu bản thân mỗi người trong cuộc đều xem mỗi một cuộc yêu như "một bữa đại tiệc", thì chúng ta sẽ có sự trân trọng biết ơn khi nhận được lời mời từ đối phương, nên tâm trạng sẽ toát lên sự hân hoan, phấn khởi vì mình "được ăn tiệc" mà. Và vì thế, chúng ta sẽ có sự chuẩn bị chu đáo từ việc sắp xếp công việc, bố trí không gian thơm mát gọn gàng (sẽ tốt hơn nếu có chút nhạc, nến, đèn, hoa,...), đến việc vệ sinh cá nhân sạch sẽ, tinh tươm, chuẩn bị quần áo phù hợp, để ý đến mùi hương cơ thể,....

Khi xem "Tình dục là bữa đại tiệc, mà cả 2 vợ chồng cùng thưởng thức", ta có sự trân trọng với những lần được ân ái bên nhau, chính vì thế mà ta đơn giản để trọn vẹn tâm trí, sống trọn vẹn từng giây phút trong "bữa đại tiệc". Ta đơn giản dẹp hết tất cả những lo toan, phiền muộn, những suy nghĩ toan tính trong đầu, để toàn tâm toàn ý cùng người thương thưởng thức bữa tiệc. Nhờ vậy mà sức phán đoán và cảm thụ vi tế của chúng ta về cảm xúc, cảm nhận của đối phương cũng được nâng lên, nên sẽ đơn giản biết cần làm gì phù hợp, cần nói gì phù hợp để giúp cả hai có được sự hoà hợp, thăng hoa.

Khi đã thực sự nhận thức được "tình dục là một buổi đại tiệc, mà cả 2 vợ chồng cùng thưởng thức", ta đơn giản để đặt lợi ích của bạn đời lên trên, ta đặc biệt quan tâm đến những cảm xúc cảm nhận của bạn đời. Như khi cả 2 vợ chồng thưởng thức bữa đại tiệc, nếu mình đã ăn xong món tráng miệng, mà bạn đời thì vẫn chưa, ta đâu thể nào một mình ăn ngấu ăn nghiến đến món chính, rồi xơi luôn món tráng miệng, mà không cần quan tâm đến bạn đời như thế nào đúng không ạ? Thì trong bữa đại tiệc tình dục cũng vậy, ta sẽ chậm rãi, tinh tế quan sát bạn đời của mình, để cùng nhau thưởng thức, cùng nhau hưởng thụ từng chút từng chút một, cùng nhau về đích.

Khi "Tình dục là một bữa đại tiệc, cả hai vợ chồng cùng thưởng thức" thì khi dùng xong các món chính của bữa tiệc, thì ta sẽ cùng nhau tâm sự, chuyện trò, nhâm nhi món tráng miệng cuối cùng. Trong bữa đại tiệc tình dục cũng thế, việc chuyện trò tâm tình với nhau sau bữa tiệc là rất cần thiết. Chúng ta sẽ biết cách tập trung vào điểm tốt của bạn đời, ghi nhận biết ơn, làm lớn những điểm tốt đẹp của người bạn đời trong lúc thưởng thức bữa tiệc cùng mình. Năng lượng trân trọng biết ơn lúc này giúp duy trì và nuôi dưỡng năng lượng thăng hoa của cả hai sau bữa tiệc.



QUAN NIỆM 16

“HẠNH PHÚC NỘI TÂM - HOÀ HỢP GIA ĐÌNH”

- Nếu gia đình hạnh phúc hoà hợp là cái **QUẢ** mà chúng ta mong muốn có được, thì **NHÂN** của nó chính là **HẠNH PHÚC NỘI TÂM** - hạnh phúc bên trong chính mình, hay còn gọi là hạnh phúc tự thân, là hạnh phúc của mỗi thành viên trong gia đình. Chính vì vậy, hạnh phúc của chính mình đâu chỉ có ý nghĩa với bản thân mình, nó còn có ý nghĩa đối với những người thân yêu, với gia đình của mình.
- Hạnh phúc nội tâm ở đây là sự an vui, sự chân thật ngay bên trong chính mình, chứ không chỉ đơn thuần là cái cảm giác vui vẻ, hài lòng, hạnh phúc mà ta có được do được thoả mãn tham và tưởng về Tài- Sắc- Danh- Thực- Thủy.
- Khi chúng ta thật sự có được hạnh phúc an vui nội tâm, mình sẽ đơn giản để thấu hiểu chính mình, yêu thương chính mình và đơn giản để hạnh phúc, hoà hợp được với chính mình. "**Thế giới bên trong quyết định thế giới bên ngoài**". Chính vì vậy, mình đơn giản để thấu hiểu, yêu thương người khác, đơn giản để hoà hợp với người khác, đặc biệt là với gia đình mình. "**Hạnh phúc nội tâm - hoà hợp gia đình.**"



- Một con người khi đã an vui hạnh phúc nội tâm thì sẽ đơn giản để an vui với con người, bao dung cho con người và luôn trân trọng biết ơn những con người xung quanh mình, đặc biệt là những người thân yêu bên cạnh mình- những đại quý nhân trong cuộc đời mình.



Chính vì vậy, để kiến tạo hạnh phúc gia đình, chúng ta cần phải quay trở về với chính mình, tìm lại hạnh phúc ở nơi chính mình, là việc ưu tiên quan trọng hàng đầu.



QUAN NIỆM 17

“NƠI NÀO CÓ NHAU. NƠI ĐÓ LÀ NHÀ”

Nhắc đến "Nhà" trong chúng ta cũng sẽ có cảm giác thoải mái, gần gũi, ấm áp, bình an đến lạ. Từ sâu trong nhận thức của chúng ta, "Nhà" luôn chiếm ngự vị trí thiêng liêng nhất. Chính vì vậy, mỗi khi đi đâu và được trở về nhà, ta thường có cái cảm giác được chở che, được trở về với nơi mình thuộc về...

Chính vì vậy, khi vợ chồng thấu suốt được quan niệm "Nơi nào có nhau, nơi đó là nhà" là khi đó Nơi nào cũng được, đi đâu cũng được, dù lên rừng hay xuống biển, dù thành thị hay thôn quê, miễn là nơi đó có anh, có em, chúng ta có nhau, thì nơi đó là NHÀ, chẳng phải chúng ta cảm thấy đơn giản để hạnh phúc hơn hay sao?

Chúng ta đơn giản để thích nghi với những điều kiện sống dù tiện nghi hay chưa tiện nghi, thuận lợi hay khó khăn ...của bất kỳ nơi nào chúng ta đến.

Chúng ta cũng đơn giản để cởi mở, gắn kết, để hoà hợp với những con người nơi đó, đơn giản để mở rộng mối quan hệ xã hội hơn rất nhiều. Vì chúng ta xem "Nơi nào có nhau, nơi đó là nhà", nên những con người nơi chúng ta đến cũng là người nhà của mình.

Khi đến một nơi xa lạ thường không thoải mái trong nội tâm, nên dễ cảm thấy khó chịu bực bội, làm ảnh hưởng đến cảm xúc của cả hai. Nhưng khi chúng ta định tâm vào nhau, định tâm vào hạnh phúc của mình, đi đến đâu cũng xem nơi đó là nhà, thì mình luôn cảm thấy thoải mái, gần gũi, ấm áp và bình an.



QUAN NIỆM 18

"TU TRĂM KIẾP MỚI ĐI CHUNG THUYỀN. TU NGHÌN KIẾP MỚI NÊN DUYÊN VỢ CHỒNG"

*(Nghĩa là: Chúng ta phải trải qua trăm kiếp để có nhân duyên đi chung thuyền.
Và phải trải qua nghìn kiếp chúng ta mới có thể nên duyên vợ chồng)*

Thấu hiểu quan niệm trên chúng ta sẽ luôn trân trọng nhân duyên vợ chồng của mình, dù là thuận duyên hay là nghịch duyên.

Nếu là thuận duyên, chúng ta sẽ có một cuộc sống viên mãn, gia đình hạnh phúc cùng người bạn đời thì càng phải trân trọng thuận duyên này, càng trân trọng, yêu thương nhau hơn và giúp cho những gia đình khác cũng có được sự gắn kết và hạnh phúc.

Còn khi gặp nghịch duyên thì lại càng phải trân trọng nhau hơn, vì đây là duyên nợ đời trước, là cơ hội để mình hoá giải và đền đáp lại những ân tình trước đây chính ta đã nợ. Chỉ khi ta bình an đón nhận, vui vẻ "trả nợ" hay chính xác là báo ân cho người thì mới có thể hoá giải nhân duyên đó.

Đã là vợ chồng thì cần trân trọng nhau, yêu thương, bao dung cho nhau, cùng nhau chia ngọt sẻ bùi, đồng cam cộng khổ, cùng nhau định tâm với "Hạnh Phúc Gia Đình".



QUAN NIỆM 19:

"CHỌN ĐÚNG ÁI NHÂN - HẠNH PHÚC CẢ ĐỜI CHỌN ĐÚNG MÔI TRƯỜNG - TRƯỞNG THÀNH CẢ ĐỜI"



'CHỌN ĐÚNG MÔI TRƯỜNG, TRƯỞNG THÀNH CẢ ĐỜI'

bản thân mỗi người chúng ta luôn thuộc về một nhóm người, một tổ chức, một cộng đồng hay còn gọi là một môi trường nào đó. Và chúng ta luôn bị ảnh hưởng bởi môi trường, bởi thế mà ông bà có câu: "Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng". Chúng ta chơi với 5 người có tính cách như thế nào thì ta sẽ là người thứ 6 như vậy.

Trân trọng biết ơn nhân duyên mình được được gắn kết với môi trường tuyệt vời; để mình có cơ hội được huân tập mỗi ngày những quan niệm chuẩn, những khái niệm nguồn có lợi, những hiện thực tuyệt vời không chỉ trong mảng hôn nhân gia đình, mà còn là sức khoẻ, tài chính... Vì thế, mình có cơ hội trưởng thành lên từng ngày.

'CHỌN ĐÚNG ÁI NHÂN - HẠNH PHÚC CẢ ĐỜI'

không phải hàm ý người chọn đúng thì có hạnh phúc, người chọn sai thì khổ đau mà tất cả những chọn lựa của chúng ta từ trước đến giờ đều đúng hết, chọn lựa của mình ngày đó đều đúng và phù hợp với nhận thức, với tính cách của chính mình lúc đó, phù hợp với tổng nghiệp, với nhân duyên của mình.

Chỉ khi ta nhận thức "Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi", ta sẽ không còn cảm thấy cuộc đời bất công, kém may mắn, buông hết những trách móc giận hờn. Ta cũng không có nhu cầu bắt người khác phải thay đổi, mà nhận thức rằng "Người duy nhất có trách nhiệm mang lại hạnh phúc cho mình, đó chính là bản thân mình".

Khi đó Mình hãy nhúng mình trong môi trường tốt, nỗ lực học tập, phấn đấu trở thành một người phụ nữ Vương Phu Ích Tử, hoặc nỗ lực trở thành một người đàn ông trưởng thành đến sự trưởng thành tận cùng của con người, một con người giàu toàn diện (tâm thái, trí tuệ, nhân cách, phẩm chất, thể chất, năng lực, vật chất) thì nhất định chúng ta sẽ trở thành ÁI NHÂN của vợ chồng mình.



QUAN NIỆM 20: "SỐNG LÂU HƠN TRONG NIỀM VUI. LƯỚT NHANH QUA NHỮNG NỠI BUỒN"

Khi chúng ta gặp những chuyện không vui, thì những cảm giác tiêu cực liên tiếp ùa về và chế ngự tâm trí của ta. Và như một bản năng, chúng ta ngay lập tức nhớ đến những chuyện buồn ở thời điểm cách đây đã rất lâu, những câu chuyện mà ta ngỡ như đã ngủ yên trong quá khứ. Thế là những sự kiện đau buồn đó có cơ hội được sống đi sống lại trong tâm trí của chúng ta, và kết quả là ta miên man trong những cảm giác tiêu cực bế tắc không hồi kết. Ta sống rất lâu trong những nỗi buồn, có phải vậy không ạ?

Thế còn niềm vui, ta đối đãi với chúng ra sao? Khi ai đó làm cho mình vui vẻ, mình hạnh phúc, giây phút đó ta đón nhận, ta vui vẻ ra mặt, tâm trạng của ta rất thoải mái. Nhưng thường thì ta chỉ vui với đúng sự kiện đó thôi, chứ ít khi nào hồi tưởng lại những sự kiện vui tương đồng trước đó, có phải vậy không ạ?



Trong mỗi quan hệ vợ chồng, khi chồng mình tặng cho mình một món quà bất ngờ. Cái cảm giác vui vẻ hạnh phúc làm mình lâng lâng. Nhưng chúng ta có liên kết món quà hôm nay với vô số những món quà trước đó, với hàng ngàn hàng vạn hành động yêu thương, chăm sóc thầm lặng của chồng mình trước đó hay không? Nhưng nếu như anh ấy lầm lỗi, Ta oán trách anh ấy hết chuyện nọ đến chuyện kia, đến mức ta nhìn người thương chỉ toàn điểm tệ, mặc cho trước đó anh đã mang đến cho mình rất rất nhiều niềm vui, hạnh phúc.

Khi ta thực sự "Sống lâu hơn trong niềm vui", ta sẽ luôn ghi nhận, biết ơn và nhắc đi nhắc lại những gì tốt đẹp mà con người mang lại cho mình. Và "Lướt nhanh qua những nỗi buồn" là ta an vui đón nhận, chấp nhận những bất như ý như nó vốn là, và đơn giản rút ra những bài học cuộc sống, những thông điệp ý nghĩa từ sự kiện bất như ý đó. Nhờ đó, chúng ta đơn giản để có hôn nhân hòa hợp hạnh phúc cùng với chồng/vợ của mình!





"ĐÂY CHỈ LÀ TẠM. MỌI THỨ RỒI SẼ QUA!"

Vạn vật trên thế giới này đều vận động và không ngừng thay đổi: mùa xuân có tươi đẹp cũng sang mùa hè chói chang, mùa thu có thơ mộng cũng sang mùa đông giá buốt... Đó chính là sự vô thường.

Mọi thứ đều luôn thay đổi. Tuy nhiên, khi ta hạnh phúc, ta như ý thì ta muốn mọi thứ mãi không đổi. Nhưng khi ta khổ đau thì ta lại muốn nó phải thay đổi, phải chuyển hoá ngay lập tức. Chẳng phải khi đó lòng tham đang chi phối ta, chỉ có muốn được, chứ không muốn mất? Chính vì vậy, ta rơi vào đau khổ.

Nhận thức được "Đây chỉ là tạm. Mọi thứ rồi sẽ qua." và Chấp nhận sự thay đổi đã là một loại hạnh phúc. Vô thường là để nhắc nhở mỗi con người chúng ta luôn trân trọng mọi nhân duyên đến và đi trong cuộc đời mình. Hiểu đúng về vô thường để ta không kháng cự, không sợ hãi, để không khổ đau khi mọi thứ thay đổi.

Ta sẽ nhận thức được đời sống này cũng chỉ là tạm, ta làm sao kiểm soát được mình sẽ rời khỏi cuộc đời này khi nào? Chính vì vậy, ta lại càng trân trọng từng ngày sống của mình và yêu thương bản thân mình. Khi đó ta mới thực sự sống một cuộc đời đáng sống, một cuộc đời với thật nhiều giá trị đẹp cho mình và cho đời.

Ta sẽ trân trọng sự hiện diện của những con người xung quanh mình, trân trọng nhân duyên vợ chồng với nhau, giúp chúng ta luôn định tâm với hạnh phúc và tận tâm với nhân duyên. Chính vì thế, ta đơn giản để an vui, bao dung và trân trọng biết ơn nhau hơn. Để rồi, khi mọi thứ qua đi, chỉ tình yêu thương ở lại...



QUAN NIỆM 22:

"CHUYỆN GÌ XẢY RA CŨNG TỐT"



Chuyện gì xảy ra thì nhất định phải xảy ra. Ta có đau khổ, phản ứng lại thì cũng không giúp mình thay đổi được hoàn cảnh.

Quan niệm: "CHUYỆN GÌ XẢY RA CŨNG TỐT" giúp ta cân bằng lại nội tâm của mình, đơn giản để chấp nhận những gì bất như ý.

Nếu không trải qua một cơn bệnh nặng, liệu bản thân có chậm lại để nhận biết mình đã chưa thật sự thấu hiểu, chưa trân trọng và yêu thương cơ thể đúng cách.

Nếu không có rạn nứt trong một mối quan hệ, thậm chí phải rời xa ta, liệu ta có thể tĩnh lặng để nhìn nhận lại chính mình, để xem mình đã thực sự trân trọng, thấu hiểu, và dụng tâm để xây dựng mối hệ này hay chưa? Đã thực sự yêu thương đúng cách một con người hay chưa?

Nếu không có những khổ đau, mất mát, liệu ta sẽ biết khiêm nhường trước cuộc sống, để có thể nhìn vào chính mình, và từ đó nỗ lực học tập, thay đổi chuyển hoá chính mình hay không?

Khi thật sự nhận thức được "Chuyện gì xảy ra cũng tốt" thì Ta sẽ thấu rõ được ý nghĩa và giá trị riêng của những biến cố và cảm nhận sâu sắc rằng: "Đời người như một dòng sông, mà khúc sông nào cũng đẹp". Tất cả những gì xảy ra trong cuộc đời mình đều phục vụ cho sự phát triển và trưởng thành của chính mình mà thôi.

Ta sẽ chấp nhận hết những phiên bản vốn thuộc về mình ở trong quá khứ, không còn nhu cầu oán trách đổ lỗi cho bất kỳ ai. Thay vào đó, ta đơn giản để thấu hiểu, để bao dung, để thương yêu thật sự một con người. Bởi vì khi đó, ta thực sự nhận thức được những con người xung quanh, dù hình tướng họ mang đến những bất như ý cho mình, nhưng chính họ là những người thầy - mang đến cho ta những bài học quý, giúp ta trưởng thành hơn.



QUAN NIỆM 23:

“ĐỘC LẬP TRONG TƯƠNG TRỢ”

Phụ nữ muốn có hạnh phúc, cần nên độc lập trong tư tưởng, trong tài chính.

Nhưng quan sát thực tế thì kết quả lại trái ngược: người phụ nữ càng độc lập, càng tài giỏi thì lại càng khó có được hạnh phúc gia đình. Đó là do chúng ta hiểu nhầm về sự độc lập là không cần phải phụ thuộc vào ai, không cần người khác giúp sức, dần dần đến sự ngạo mạn trong nội tâm, và mất hết phước báu, và cái giá phải trả chính là sự cô độc trong chính cuộc hôn nhân của mình.

Quan niệm “ĐỘC LẬP TRONG TƯƠNG TRỢ” để chị em phụ nữ hiểu đúng về giá trị mà sự độc lập mang lại trong hạnh phúc gia đình. Mối quan hệ giữa vợ và chồng vẫn luôn là mối quan hệ hỗ trợ cho nhau, bổ sung cho nhau, cùng nhau vun đắp xây dựng hạnh phúc gia đình, chứ không phải là mối quan hệ cạnh tranh hay áp bức. Chúng ta “tuy hai mà một”!

Khi đã thấu hiểu được nguồn gốc của sự độc lập của mình là nhờ sự tương trợ, sự cống hiến gánh vác của người thân yêu bên cạnh, tuyệt nhiên không phải để chứng tỏ với thế giới rằng: mình là một người phụ nữ vĩ đại, một người vợ tài ba; càng không phải là để cho cái tâm ngạo mạn, tâm bất cần con người chế ngự mình

Độc lập là để làm chủ cuộc đời, làm chủ hạnh phúc của mình, để ta có được sự tự tin nội tại, sự đủ đầy trong nội tâm. Độc lập ở đây là ta sẽ trở thành hậu phương vững chắc cho chồng mình, cho con mình, cho gia đình mình, để ta có thể bình an cùng chồng đi qua những biến động, những thách thức của cuộc sống.

Một người phụ nữ khi thật sự thấu hiểu được quan niệm “Độc lập trong tương trợ”, sẽ đơn giản có được sự khiêm tốn, luôn dành cho chồng sự kính trọng. Họ sẽ luôn ghi nhận, biết ơn những gì mà người thân yêu đã làm cho mình. Họ sẽ sẵn sàng mở lời nhờ người thương tương trợ và đón nhận sự tương trợ bằng sự trân trọng biết ơn và tình yêu thương trong mình. Và vì vậy mà đơn giản có được hạnh phúc gia đình.



Q U A N N I Ê M 2 4



PHỤ NỮ LÀM TỐT. ĐÀN ÔNG LÀM LỚN”

Từ ngàn xưa, vạn sự, vạn vật trong Trời Đất đều do âm dương hợp thành. Đàn ông (dương), phụ nữ (âm), hai thực thể này được tạo ra trong mối quan hệ tương giao mật thiết, không thể thiếu nhau được.

Người xưa cho rằng: “Nam dương, nữ âm” “Nam cương, nữ nhu”.

Có nghĩa là Người chồng là nam giới, đại biểu cho dương, cần phải cương trực, ngay thẳng, mạnh mẽ, rắn rỏi, có ý chí vươn lên, luôn chủ động, và có tầm nhìn bao quát.

Người vợ là nữ giới, đại biểu cho âm, cần lấy nhu làm trọng, nghĩa là nhu hoà, an tĩnh, mềm mỏng, dịu dàng, hiền thực, khéo léo, tỉ mỉ, nên phù hợp với cái nhìn chi tiết.

Quan niệm “PHỤ NỮ LÀM TỐT. ĐÀN ÔNG LÀM LỚN” thuận theo thuyết âm dương Trời Đất. Bởi lẽ, nếu ví đàn ông như mặt trời, đàn bà như mặt trăng, thì có phải là khi âm dương hoà hợp, mặt trăng mặt trời thay phiên nhau, phối hợp cùng nhau chiếu sáng thiên địa hay không?

Tuy nhiên, khi người đàn ông có tính cách yếu mềm, phù hợp làm tốt, người vợ tính cách mạnh mẽ, phù hợp làm lớn, nhưng vẫn có sự khiêm nhường, luôn tâm niệm “thành tựu do người” thì vợ chồng vẫn có thể an vui, hòa hợp cùng nhau.

Người đàn ông muốn làm lớn, làm chuyện đại sự, mà thiếu vắng hình bóng của một người “phụ nữ làm tốt”, chu toàn giúp mình những việc nhỏ, thì chắc chắn cũng khó thành nghiệp lớn, bởi “tiểu tiết quyết định đại cuộc”. Bên cạnh, một người “phụ nữ làm tốt”, luôn chu toàn mọi việc, thì lại rất cần có một người “đàn ông làm lớn” dẫn dắt, định hướng họ, để họ có thể vươn xa hơn, và tạo lập những giá trị lớn lao cho xã hội. Chỉ khi nhìn thấy rõ điều này, mới chúng ta mới lại càng trân trọng nhân duyên vợ chồng, ân nghĩa phu thê với nhau nhiều hơn.





LOVE

QUAN NIỆM 25

“SỰ HIỆN DIỆN CỦA NGƯỜI THƯƠNG LÀ MÓN QUÀ VÔ CÙNG QUÝ GIÁ VỚI TÔI”

Chúng ta cùng trở về với cái Hạnh phúc thuở ban đầu, khi một mối liên hệ tình cảm nảy sinh: đó có thể là nhân duyên chồng vợ, cũng có thể là nhân duyên ba mẹ và con cái, thì có phải là chỉ cần sự hiện diện, sự xuất hiện của người thương đã đủ làm trái tim ta ấm áp rồi không?

Ở cái thuở ban đầu đó, ta có đặt điều kiện gì với họ không? Hay chỉ cần Ta nhớ đến nụ cười của họ, nhớ đến khuôn mặt của họ, cũng đã tan chảy trái tim mất rồi? Rồi ta có nói với sinh linh bé bỏng trong bụng rằng: Con đó, con phải giỏi Toán, phải giỏi tiếng Anh, phải đánh đàn hay, múa đẹp thì ba mẹ mới thương...hay là, chỉ đơn giản là những cái máy động nhỏ của con, tiếng nấc cục, cũng đủ làm cho Ta hạnh phúc? Vậy chẳng phải là với Ta, “Sự hiện diện của người thương là món quà vô cùng quý giá” rồi đấy sao?

Nhưng dần dần, có phải ta cảm thấy sự hiện diện của người thương trở thành hiển nhiên. Ta mặc định người thương sẽ mãi bên mình, cho dù ta có như thế nào đi nữa. Nên ta không ngừng tham tưởng, không ngừng đòi hỏi, không ngừng mưu cầu họ phải thế này thế kia. Và kết quả ta nhận được là: “Mưu cầu sự thay đổi của người khác là bắt nguồn cho đau khổ.”

Chỉ sự hiện diện của người thương đã là món quà quá quý với ta nên ta dễ dàng buông đặt hết mọi mong cầu về họ. Thay vào đó, ta đơn giản để trân trọng biết ơn từng việc mà họ làm cho ta, dù là nhỏ nhất. Bởi vì Chỉ cần họ hiện diện thôi là quá đủ rồi, vậy mà họ còn làm việc nọ việc kia cho ta, quả thật là cảm động nội tâm rồi!

Bạn có biết được rằng được sinh ra làm Người, đã là một phước lành rất lớn rồi không? Bởi vì chỉ có Con Người mới có khả năng cải mệnh, chuyển được nghiệp. Trên thế giới này, sẽ chẳng có một phiên bản thứ hai nào giống hệt Bạn. Bạn là duy nhất. Chỉ khi ta thực sự trân quý sự hiện diện của bản thân, ta mới biết cách yêu thương thật sự một con người. Ta đơn giản để bao dung, để chấp nhận tất cả những ưu khuyết điểm vốn thuộc về họ; đơn giản để chấp nhận tất cả những biến cố, những thương tổn đã từng xảy ra. Để rồi khi mọi thứ qua đi, chỉ tình thương trong ta còn ở lại...



love

Phạm Ngọc Canxi



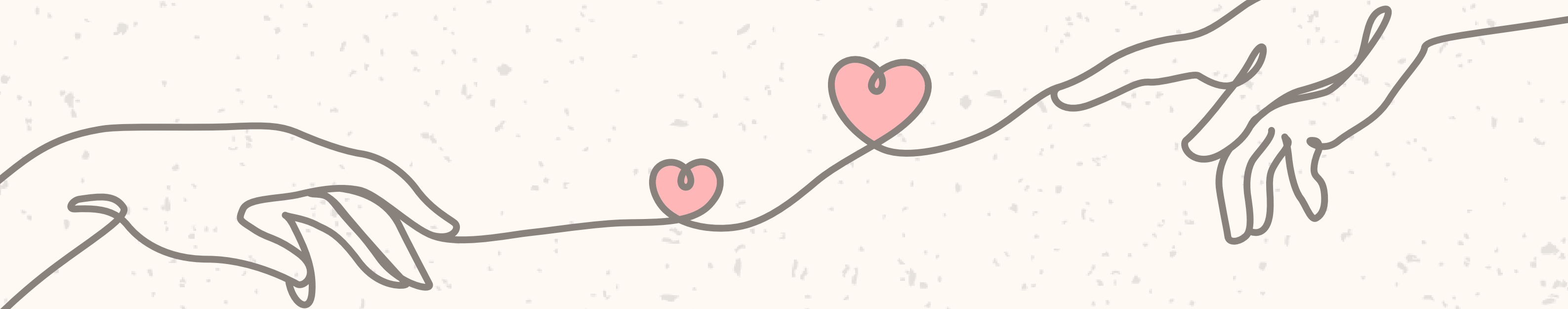
Quan niệm 26:

“VÌ NGƯỜI MÀ LÀM”

Khi nhắc đến những nghĩa cử cao đẹp giữa người với người, ta vẫn luôn được người xưa nhắc nhở rằng: “Cho đi là còn mãi”. Nhưng khi quan sát thực tế, vẫn có rất nhiều người trong xã hội “cho đi” rất nhiều, làm việc tốt rất nhiều, nhưng cuộc sống của họ lại bế tắc đầy thôi.

Chính vì vậy, đạo lý **“VÌ NGƯỜI MÀ LÀM”** giúp chúng ta đơn giản chuyển dịch lại động cơ nội tâm của mình khi làm bất cứ một việc gì, để từ đó, chúng ta đơn giản tích tạo được công đức phước đức, đơn giản có được cuộc sống an vui hạnh phúc thực sự.

Người vì bản thân mình mà làm, thì dần dần sẽ sanh tâm mong cầu, mong muốn người ta thay đổi, muốn người ta phải mang ơn mình, ghi nhận mình, nếu không đạt được thì sẽ chán nản, bỏ cuộc, và nội tâm sẽ sanh tâm oán trách con người hoặc hoài nghi chính mình.



Đối với những mối quan hệ thân thiết trong gia đình, chúng ta thường hay nhân danh “tình yêu thương” để bắt ép người thân yêu của mình phải thay đổi, phải nghe lời mình.

Nhưng ta có bao giờ chậm lại để suy nghĩ: người thân yêu của mình thật sự cần gì, họ có thật sự cần một tình yêu thương với đủ mọi điều kiện để trói buộc họ, để họ không còn chút tự do hay không?

Thật sự thì khi xét động cơ nội tâm, ranh giới giữa cái gọi là **“vì người”** hay **“vì mình”** thật sự rất vi tế, chỉ có mình mới có thể trả lời được. Khi con người đón nhận những gì mình trao tặng, ủng hộ mình, ghi nhận mình thì mình trân trọng biết ơn; còn nếu không nhận được sự ủng hộ từ họ, thì cũng an vui đón nhận, coi đó như là một lẽ thường tình, và vững tâm bền chí, kiên trì hành động đến cùng.

Và thật sự khi chúng ta thuần tâm vì con người mà làm, thì cho dù có bất kỳ khó khăn thử thách nào ngăn cản ta, thậm chí có người cản đường, phản đối ta, ta vẫn kiên trì mà làm, tin tưởng mà làm, an vui mà làm, trân trọng biết ơn mà làm.



“PHU THÊ TƯƠNG KÍNH NHƯ TÂN” (vợ chồng kính trọng nhau như khách)

Có một hiện tượng hết sức nghịch lý là: Chúng ta thường chuẩn bị những gì tốt nhất để tiếp đón người ngoài. Còn với những thân yêu của mình, vì đã quá quen thuộc, đã quá hiểu nhau rồi thì chúng ta không cần câu nệ, giữ ý giữ tứ nên thường phơi bày những tật xấu, không còn thái độ trân trọng tôn kính nhau như thuở ban đầu, dẫn đến việc mối quan hệ ngày càng xa nhau.



Quan niệm “**PHU THÊ TƯƠNG KÍNH NHƯ TÂN**”, nhắc nhở chúng ta đối đãi với người đầu ấp tay gối của mình như khách quý, để luôn giữ được hình ảnh đẹp về nhau như thuở ban đầu, nhờ vậy mà hạnh phúc gia đình ngày càng được bền chặt.

Khi “**Phu thê tương kính như tân**” không có nghĩa là khách khí khách sáo với nhau. Mà vì mình rất trân trọng đối phương, nên mình luôn lấy những gì tốt nhất đẹp nhất để đối đãi với đối phương: từ sự quan tâm chân thành, lắng nghe, diện mạo khi ở bên nhau đến việc luôn đặt lợi ích của đối phương lên trên hết.

Khi “**Phu thê tương kính như tân**”, ta cũng biết cách yêu thương, chăm sóc, trân trọng chính bản thân mình hơn. Để người khác xem mình như một vị khách quý, bản thân chúng ta phải xứng đáng là một vị khách quý.

Bởi một đạo lý rất dễ hiểu rằng: nếu ta không trọng mình, sao có thể đòi hỏi người khác phải trọng mình được?

Quan niệm “**Phu thê tương kính như tân**” là phương châm đối đãi chuẩn mực giữa hai vợ chồng, là nền tảng để tiến đến một gia đình hạnh phúc hoà hợp, bách niên giai lão, vững kết đồng tâm.



**“BỨC TRANH ĐẸP NHẤT THẾ GIAN
LÀ BỨC TRANH
SÁNG RÕ TƯƠNG LAI
CỦA GIA ĐÌNH MÌNH”**

Có một sự thật là những “nạn nhân” trong các gia đình bất hạnh có một năng lực là có thể dành hết ngày này qua tháng nọ để mô tả rất chi tiết, sống động về những vấn nạn trong gia đình họ: người bạn đời của họ tệ thế nào, con họ hư ra sao, những bất hoà trong gia đình họ kịch tính thế nào...

Nhưng khi được hỏi: “Đâu là một gia đình mà bạn mong ước có được?”, hay “Một gia đình hạnh phúc là như thế nào?”; và “Khi đó, Bạn sẽ ra sao, cảm giác của bạn như thế nào?”... Thì họ lại lặng im và suy tư vì đó dường như là điều họ ít khi nghĩ đến.

Đó giống như là một hồi chuông giúp họ tỉnh thức trở lại: hình ảnh tiêu cực chiếm hết tâm trí họ đến mức những hình ảnh tích cực không có chỗ để tồn tại.

Khi bức tranh tương lai về hạnh phúc gia đình mình được sáng rõ, nghĩa là hình ảnh về một gia đình hạnh phúc hoà hợp trong tâm trí của ta đã rõ nét, đã rất sống động và chi tiết, nghĩa là ta biết được đích đến mà gia đình mình cần hướng đến. Thì ta sẽ đơn giản định tâm với đích đến và đơn giản vượt qua những chướng ngại, khó khăn, thử thách đang cản đường ta.

Khi đã thực sự thấy được **“Bức tranh đẹp nhất thế gian là Bức tranh sáng rõ tương lai gia đình mình”**, ta cũng sẽ thực sự lấy lại vai trò làm chủ, vai trò **“người kiến tạo”** đối với hạnh phúc gia đình của mình.

Ta không còn nhu cầu oán trách đổ lỗi người thân yêu. Ta đơn giản để bao dung, để thấu hiểu, để chấp nhận trọn vẹn người thân yêu của mình. Và Bạn ạ, để có thể kiến tạo một bức tranh đẹp về tương lai gia đình mình, Bạn có thể tự tưởng tượng, tự hình dung.

Nhưng để làm được điều này, đầu tiên Bạn cần dành thời gian để “làm siêng làm rõ” với chính mình về một gia đình mà bản thân mình thực sự mong muốn. Bên cạnh đó, việc huân tập thêm nhiều khái niệm nguồn có lợi, những quan niệm chuẩn và những hiện thực tốt đẹp về hạnh phúc gia đình là điều rất rất cần thiết.



‘PHỤ NỮ CÂN DIU DÀNG, AN TĨNH NHƯ NƯỚC’

Nước là thành phần chính và chủ yếu tạo nên sự sống của vạn vật. Trong cơ thể con người chúng ta, $\frac{3}{4}$ là nước. Trong thế giới tự nhiên, nước chiếm $\frac{3}{4}$ bề mặt trái đất. Vạn vật được nuôi dưỡng nhờ nước. Nước uyển chuyển linh hoạt, len lỏi qua từng khe đá, nhưng cũng có lúc nước trở nên mạnh mẽ, cuộn cuộn, có khả năng làm sạt lở núi, đất, tạo ra lũ lụt cuốn trôi nhà cửa, công trình ...

Khi thấu hiểu được sức mạnh của nước, ta mới thật sự trân trọng biết ơn những chỉ dạy của cao nhân dành cho người phụ nữ, rằng: “Phụ nữ cân nhẹ nhàng, an tĩnh như nước”. Tại sao vậy?

Thứ nhất, Nước tạo nên sự sống của vạn vật. Và người phụ nữ đóng vai trò cực kỳ quan trọng trong việc duy trì sự sống của nhân loại. Họ sẽ đơn giản nhìn thấy được những điều tốt đẹp, tin tưởng vào sự trưởng thành của người đàn ông. Họ âm thầm khích lệ, tiếp thêm sức mạnh, nghị lực cho người đàn ông phấn đấu ngày càng trưởng thành, trách nhiệm hơn.

Thứ hai, Nước ở thể lỏng, mềm mại, luôn chảy về chỗ thấp. Nên người phụ nữ sẽ luôn biết khiêm nhường trước người đàn ông và luôn tâm niệm trong mình rằng: “Thành tựu là do người”, vì thế, họ luôn kính trọng người đàn ông của mình. Chính vì vậy, Phụ nữ chỉ cần “địu dàng, an tĩnh như nước”, người đàn ông sẽ phấn đấu mang cả thế giới về cho họ.

Thứ ba, Nước ôn hoà, bên bĩ, uyển chuyển linh hoạt nên cũng không bị tổn thương. Chính vì vậy, một “người phụ nữ dịu dàng an tĩnh như nước” chính là một người phụ nữ có trí tuệ. Họ luôn biết cách đối nhân xử thế, luôn tự nhiên biết cần làm gì, cần nói gì phù hợp trong mỗi hoàn cảnh. Họ đơn giản để bao dung, an vui và trân trọng biết ơn người thương của mình.

Thứ tư, dân gian có câu “Nước chảy đá mòn”, sự bên bĩ, kiên trì đến đá cũng phải mòn. Vì thế, khi đi qua những biến cố của đời sống gia đình, thì người phụ nữ sẽ nhanh chóng lấy lại sự cân bằng, rồi nhìn nhận và đúc kết bài học, rồi quay về hàm dưỡng chính mình, và luôn kiên trì, bên bĩ, định tâm với hạnh phúc, tận tâm với nhân duyên. Chính vì vậy, người phụ nữ sẽ đơn giản có được Hạnh phúc nội tâm và Hạnh phúc gia đình.



LOVE

QUAN NIỆM 30

“LUÔN ĐẶT NHU CẦU NGƯỜI THƯƠNG TRONG TRÁI TIM MÌNH”

Mối quan hệ vợ chồng có ý nghĩa thiêng liêng, hai vợ chồng đến với nhau là để hỗ trợ, nâng đỡ, đồng hành cùng nhau ngày một hoàn thiện, trưởng thành hơn.

Nhưng ngày nay, nhiều người trong chúng ta bước vào hôn nhân với tâm thái “Vì mình”, nên luôn mưu cầu, đòi hỏi, bắt đối phương phải chịu trách nhiệm mang lại hạnh phúc cho mình.

Họ lo sợ rằng: Nếu mình quan tâm yêu thương đối phương nhiều quá, họ sẽ hiển nhiên, họ sẽ sanh hư, không còn tôn trọng mình thì sao? Hay là, quyền lợi bản thân có bị ảnh hưởng không?

Biết ơn quan niệm: **“ĐẶT NHU CẦU NGƯỜI THƯƠNG TRONG TRÁI TIM MÌNH”** để giúp mỗi chúng ta chuyển dịch sang tâm thái “Vì người. Vì hạnh phúc của người. Vì mong muốn mang đến hạnh phúc thêm cho người” giúp chúng ta đơn giản tự nhiên biết nên làm gì, quan tâm yêu thương người thương như thế nào, và nhờ vậy, chúng ta đơn giản có được hạnh phúc gia đình dài lâu.

Khi ta luôn tâm niệm rằng: Sự hiện diện của người thân yêu đã là một món quà quý giá rồi, họ không cần phải thay đổi gì cả, họ không cần phải đáp trả cho ta; có được nhân duyên trở thành vợ chồng là phước lành rất lớn của ta rồi. Nên, việc ta quan tâm, chăm sóc người thân yêu là việc ta cần phải làm, là trách nhiệm, nghĩa vụ của ta, là cơ hội ta được tri ân họ. Thì khi đó, ta thực sự trân trọng biết ơn cơ hội mình được yêu thương chứa đựng người thương của mình.

Khi mình làm được như vậy, người thương sẽ cảm nhận được tình yêu thương rất lớn của mình dành cho họ, một tình yêu thương không có điều kiện, cho nên họ sẽ không cảm thấy hiển nhiên, mà ngược lại, họ rất trân trọng biết ơn những gì ta dành cho họ. Chính tình yêu thương lớn đó của ta dành cho họ, làm họ sẽ phấn đấu trở nên tốt đẹp hơn, chuyển hoá hơn, trưởng thành hơn. Và nguồn năng lượng trân trọng biết ơn ta dành cho nhau trong trường hợp này, sẽ giúp mối quan hệ vợ chồng ngày càng sâu đậm thương yêu, mãi mãi bền chặt.



QUAN NIỆM 31

NHU THẮNG CƯƠNG NHỢC THẮNG CƯỜNG

(nghĩa là: Mềm thắng Cứng.
Yếu thắng Mạnh)

Cổ nhân từ ngàn xưa đã chỉ dạy rằng: “Con người khi mới sinh ra thì mềm mại, nhưng khi mất đi thì cứng lại. Vạn vật cỏ cây cũng vậy, sinh ra thì mềm mại, đến khi chết đi thì khô héo”. Quan sát thế giới tự nhiên chúng ta sẽ thấy nước mềm mại nhưng lại có khả năng công phá tất cả những gì cứng cõi.

Con người thật sự thấu hiểu Đạo Cương Nhu của cổ nhân, mỗi khi có chuyện bất như ý xảy ra, thay vì phản ứng lại thì họ thấu hiểu sâu sắc đạo lý:

“Cội nguồn cuộc sống bắt nguồn từ chính tôi”.

Họ ngừng đổ lỗi, oán trách người khác, dừng lại nhu cầu bắt người khác phải thay đổi. Mà thay vào đó, họ tôn trọng, chấp nhận, thấu hiểu người thân yêu.

Khi vấn nạn đến, họ chỉ biết và đón nhận, bao dung cho con người sau đó rút ra bài học cho chính mình, và từ đó nuôi dưỡng lòng biết ơn trước những gì diễn ra trong cuộc đời. Bên cạnh, họ đơn giản tập trung vào điểm tốt đẹp của người thương, thường xuyên ghi nhận và làm lớn lên nữa. Họ đơn giản để thể hiện sự kính trọng dành cho người thương của mình, vì với họ, **“Thành tựu là do người”**. Và vì thế mà người thương của họ luôn cảm nhận được mình là người có giá trị, và ngày càng phát huy hết tiềm năng vô hạn trong họ, cũng như phấn đấu để trở nên tốt đẹp hơn.

Một người thực sự **“lấy nhu thắng cương”**, **“lấy nhược thắng cường”**, lấy sự mềm mỏng để chiến thắng sự mạnh bạo; lấy sự tĩnh tại, bình an trong tâm mình để khắc chế cuồng phong trong nội tâm của người thương; lấy yêu thương để hoá giải mọi nổi hờn; lấy sự kiên trì, định tâm để chiến thắng tất cả những khó khăn thử thách trong đời sống vợ chồng. Chính vì vậy, mà gia đạo ngày càng êm ấm, vợ chồng ngày càng vững kết đồng tâm, hạnh phúc hoà hợp hơn.

Phạm Ngọc Canxi



“NỮ TỬ VÔ TÀI, CHÍNH LÀ ĐỨC”

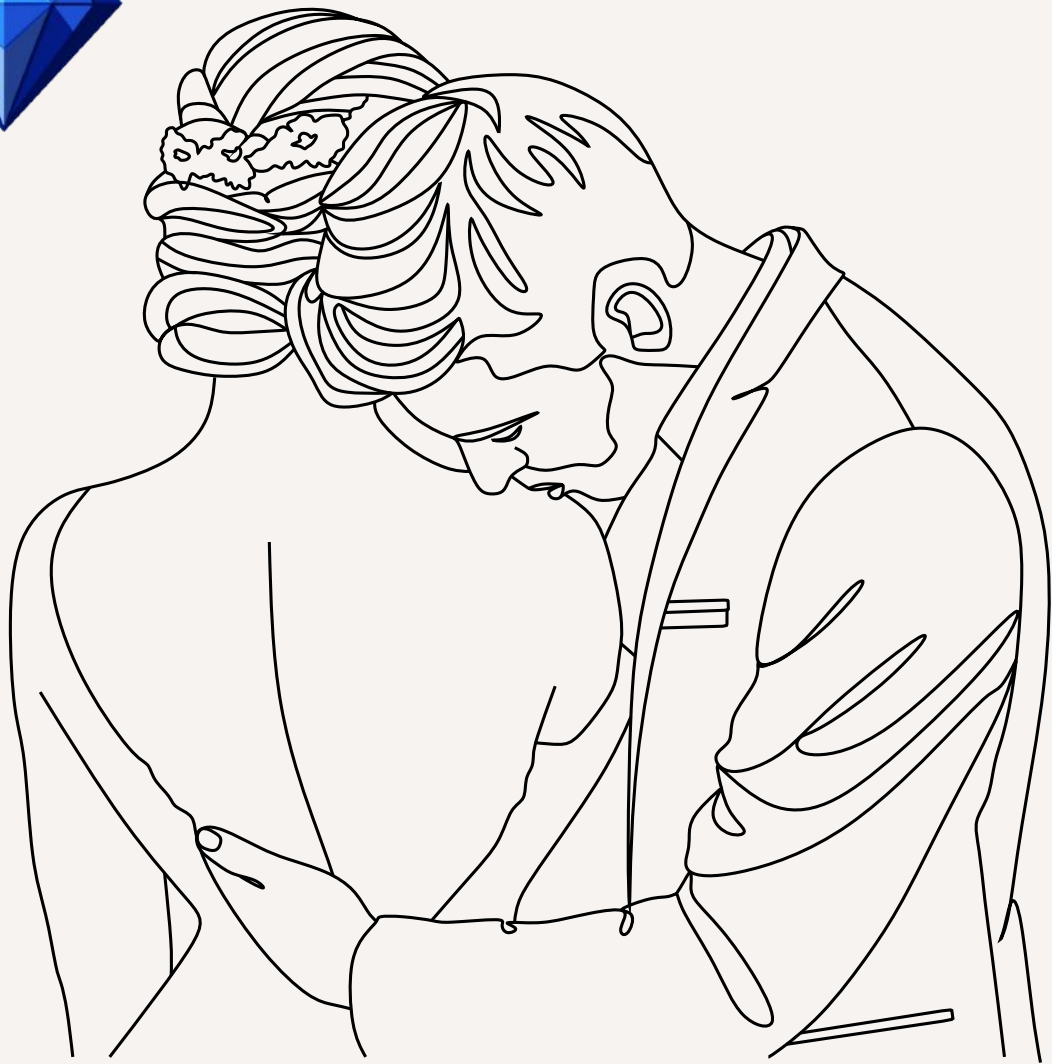
Biết ơn cổ nhân chỉ dạy quan niệm rằng “**Nữ tử vô tài, chính là Đức**” để nhắc nhở người phụ nữ chúng ta luôn cần phải lấy Đức Hạnh làm trọng, luôn chú tâm đến việc bồi dưỡng phẩm đức, làm giàu thế giới nội tâm, tu dưỡng tâm tánh, chứ không quá tập trung vào tiền tài, năng lực. Làm được như vậy, người nữ sẽ đơn giản có được sự an vui hạnh phúc nội tâm, đó là nền móng cốt lõi để phụ nữ có một gia đình hạnh phúc hoà hợp.

“Vô tài” ở đây không có nghĩa là không có tài cán gì, không làm được gì mà có nghĩa là, mặc dù rất có tài nhưng tuyệt đối không khoe khoang, không ngạo mạn, không ra vẻ ta đây tài giỏi, mà tự trọng tâm mình thực sự cảm thấy rằng “**Những việc mình đang làm là việc nên làm, cần làm**” và “**thành tựu do người**”: Những gì mình làm được là do có chồng, bố mẹ trợ sức, có con ủng hộ. Nên câu nói trên là để nhắc nhở người phụ nữ ngày nay cần phải hàm dưỡng bản thân, để luôn sở hữu phẩm đức cao thượng khiêm nhường và cung kính.

Quan niệm trên người xưa muốn nhấn mạnh cho hậu thế, về tầm quan trọng của đức hạnh với một người phụ nữ. Với một người nữ thì đức hạnh phải đặt lên hàng đầu, cần luôn quay về hàm dưỡng bản thân, chứ đừng theo đuổi tài năng, tiền tài mà bỏ qua tu dưỡng phẩm đức. Chứ cổ nhân không có ý khuyến khích người nữ không cần làm gì, không cần bồi dưỡng tài hoa của mình.

Trong mối quan hệ vợ chồng, nếu một người phụ nữ thấu hiểu quan niệm “**Nữ tử vô tài, chính là Đức**”, thì: Bản thân họ sẽ được rõ ràng hơn về điều quan trọng nhất trong cuộc đời mình, đó chính là có được **Hạnh Phúc nội Tâm và Hạnh phúc gia đình**, chứ không phải là mãi chạy theo tiền tài, danh vọng hư ảo.

Nên họ tự nhiên biết cân bằng giữa công việc và gia đình, giữa việc lao ra bên ngoài để khẳng định bản thân, với việc quay về tự thân và hàm dưỡng nội tâm mình. Họ luôn nhìn thấy được điểm tốt, thế mạnh của người thương. Đồng thời, luôn biết cách ghi nhận đối phương nên làm cho đối phương cảm thấy mình có giá trị, nên nhờ vậy người đàn ông được kích hoạt những tiềm năng vô hạn trong anh ấy, để những tài năng trong người đàn ông được hiển lộ.



LOVE.

Quan niệm 33:

**“VỢ TRỌNG DANH CHỒNG.
CHỒNG TRỌNG SẮC VỢ”**

Đàn ông tham tưởng nhiều về DANH.

Một người Vợ biết **“trọng danh chồng”**, họ sẽ biết khích lệ, khen ngợi, ủng hộ, ghi nhận chồng. Họ đơn giản thể hiện sự trân trọng biết ơn, sự kính trọng của mình dành cho chồng qua lời nói, ánh mắt, cử chỉ. Họ cũng đơn giản để nhờ sự trợ giúp của chồng.

Nhờ vậy, người chồng sẽ như được tiếp thêm sức mạnh, nghị lực và sẵn sàng phát huy mọi tiềm năng trong mình để có thể tạo thêm nhiều giá trị, làm thêm nhiều điều lớn lao hơn nữa. Và khi đó, người chồng chỉ luôn muốn được ở bên cạnh vợ mình để chở che, bảo bọc, yêu thương vợ nhiều hơn, bởi họ cảm nhận mình rất có giá trị với cô ấy.

Khi đó từng lời ta nói ra, từng cử chỉ ta thể hiện, từng hành động ta làm, mới có thể chạm đến trái tim người đàn ông của mình. Và nếu ta giả bộ thể hiện sự kính trọng, ủng hộ chồng, mà bên trong không có điều đó, thì người đàn ông sẽ cảm thấy rất tổn thương, họ coi đó là một sự xem thường rất lớn mà người vợ đã dành cho mình.

Người **“Chồng trọng sắc vợ”** thì họ sẽ biết khen ngợi, biết thể hiện sự tự hào, sự mê đắm của mình về thân hình, sắc đẹp của vợ. Khi đó người phụ nữ sẽ rất hạnh phúc và cảm giác an toàn. Người chồng trân quý cơ thể của vợ, thể hiện qua việc quan tâm, chăm sóc, cung nụng, yêu chiều cơ thể của vợ. Chính nhờ sự trân quý của người chồng, nên người phụ nữ sẽ biết cách yêu thương, trân quý bản thân mình hơn.

Đặc biệt sau khi sinh con, cơ thể của người phụ nữ sẽ thay đổi so với thời còn con gái rất nhiều, họ sẽ thiếu tự tin về sắc đẹp của chính mình. Chỉ khi người chồng thật sự thấu hiểu và trân quý những gì vợ đã dành cho mình bằng một sự trân trọng biết ơn sâu trong nội tâm, và an vui với vẻ đẹp sau sinh của vợ mình thì lời nói các anh nói ra lúc này mới thực sự chạm tim cô ấy.

Quan niệm “Vợ trọng danh chồng, chồng trọng sắc vợ” sẽ đơn giản để vợ chồng hòa hợp hạnh phúc dài lâu.



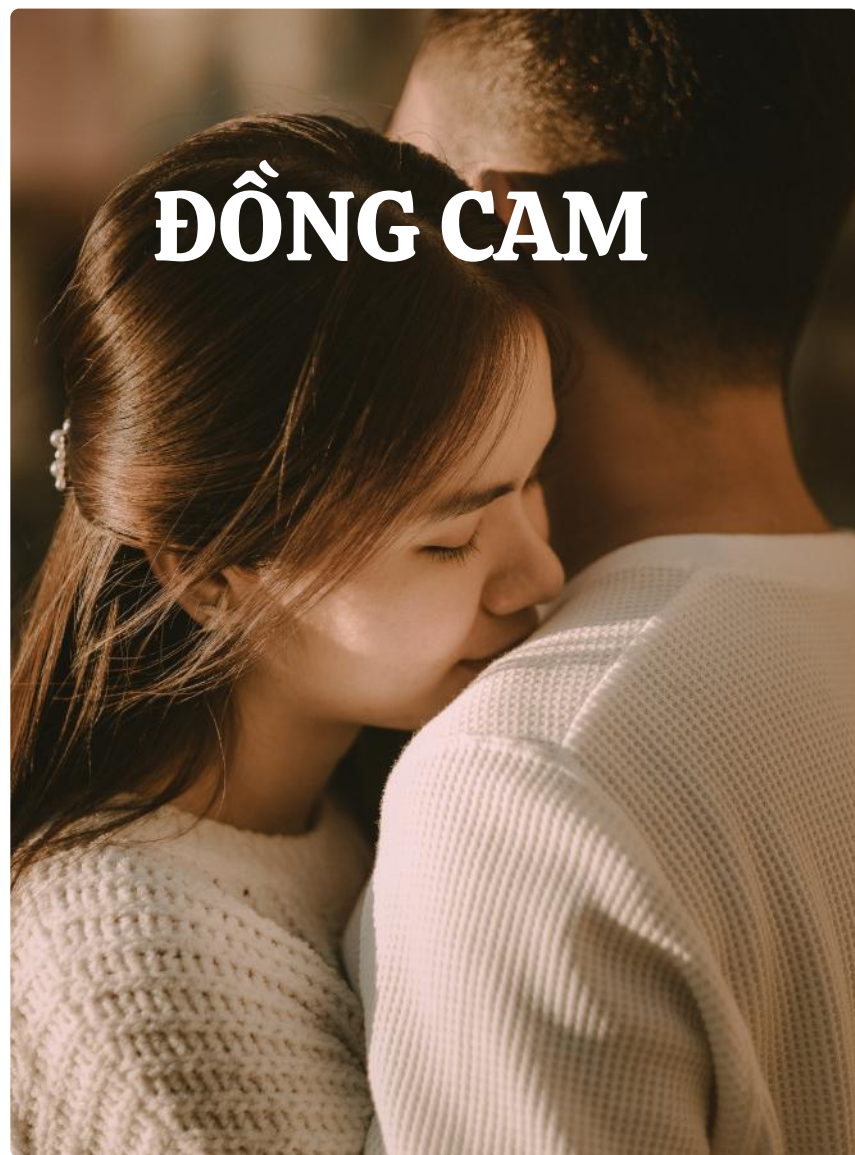
QUAN NIỆM 34



PHU THÊ



ĐỒNG CAM



CỘNG KHỔ



Phạm Ngọc Canxi

“PHU THÊ ĐỒNG CAM CỘNG KHỔ”

Trong đời sống vợ chồng ngày nay, chúng ta bắt gặp không ít trường hợp cứ nghĩ lại là ngậm ngùi tiếc nuối về khoảng thời gian đã cùng nhau “cộng khổ”, cùng nhau sống vui vẻ hạnh phúc những ngày khó khăn gian khổ, cùng nhau vượt qua những sóng gió của cuộc đời, nhưng lại không thể “Đồng cam” khi cuộc sống đã đủ đầy vật chất, khi đã vinh hoa phú quý thì lại chẳng còn có nhau.

Mặt khác, cũng không hiếm trường hợp các cặp vợ chồng có thể cùng nhau chia sẻ niềm vui hạnh phúc, cùng nhau chia sẻ cuộc sống ấm no đủ đầy, cùng nhau “đồng cam”, nhưng khó khăn hoạn nạn, biến cố xảy ra thì cũng là lúc nói lời chia tay, không thể “cộng khổ” cùng nhau.

Chính vì vậy, biết ơn quan niệm của cổ nhân rằng “Phu thê đồng cam cộng khổ” để nhắc nhở mỗi người chúng ta về ý nghĩa thiêng liêng của quan hệ vợ chồng, đó là kế ước của cả một đời người. Nên tuyệt đối không vì ngoại cảnh, không vì những hoàn cảnh khách quan, không vì bất kỳ lý do gì mà từ bỏ nhau. Vì vậy, giúp chúng ta đơn giản để “Định tâm với hạnh phúc, tận tâm với nhân duyên”.

Đồng cam Cộng khổ có nghĩa là cùng nhau chia sẻ niềm vui, cùng nhau sót chia gian khổ, nỗi buồn. Thường thì việc “đồng cam”, cùng nhau chia sẻ niềm vui, hạnh phúc, cùng nhau sống trong cuộc sống ấm no đủ đầy, sẽ dễ dàng hơn nhiều so với việc “Cộng khổ”.

Hơn nữa, nếu chỉ “đồng cam” mà không thể “cộng khổ”, hoặc chỉ có thể “cộng khổ” nhưng không thể “đồng cam”, thì trường hợp nào cũng dẫn đến việc hôn nhân chia lìa. Để có thể đồng cam cộng khổ cùng nhau, dù giàu sang hay nghèo khổ, dù hạnh phúc hay khổ đau, dù mạnh khỏe hay bệnh tật, dù cho vật đổi sao dời thì vợ chồng vẫn luôn bên nhau, yêu thương quan tâm lẫn nhau, cùng nhau sống đến Răng long đầu bạc, “bách niên giai lão” thì quan trọng nhất vợ chồng phải đồng quan niệm.

Cuộc sống vợ chồng vốn dĩ không phải lúc nào cũng bằng phẳng, trơn tru được. Nhưng chắc chắn một điều rằng, dù gia đình bạn đang trong thuận duyên hay nghịch duyên, dù là đang hạnh phúc hay khổ đau, giàu sang hay nghèo hèn,...thì chắc chắn rồi cũng sẽ qua, sẽ thay đổi. Nên hãy khắc cốt ghi tâm quan niệm “Vợ chồng đồng cam cộng khổ” để chúng ta đơn giản định tâm vào nhau, định tâm vào bến đỗ Hạnh phúc gia đình, để đơn giản đồng hành cùng nhau trong mọi khoảnh khắc của đời sống vợ chồng.



Quan niệm 35

“PHU THÊ HỮU BIỆT”

Khi nhắc đến mối quan hệ vợ chồng, chúng ta vẫn thường nghe rằng “Ta với mình tuy hai mà một”; ý chỉ hai vợ chồng là hai thực thể riêng biệt, nhưng khi quyết định tiến tới hôn nhân thì hai tâm hồn sẽ hoà quyện vào nhau làm một. Tuy nhiên càng sống lâu với nhau, thì dần dần chúng ta lại hiểu cái ý “tuy hai mà một” theo hướng: cái gì của đối phương cũng là của mình. Vì vậy mà vợ chồng tuy nghi đòi hỏi, mong cầu nhau, làm cho mối quan hệ vợ chồng ngày càng trở nên căng thẳng, nghẹt thở.

Rất biết ơn cao nhân chỉ điểm quan niệm “Phu thê hữu biệt”, để nhắc nhở chúng ta rằng vợ chồng có điểm khác biệt, “Mình với ta tuy một mà hai”, giúp chúng ta thấu hiểu, tôn trọng, và chấp nhận về những điểm khác biệt của nhau, và tập trung làm lớn những ưu điểm của đối phương, để cùng nhau đồng ngôn, đồng thuận, đồng hành, cùng nhau định tâm với bến đỗ Hạnh Phúc Gia Đình.

Dẫu cho hai vợ chồng có yêu thương nhau, hoà hợp với nhau đến đâu, thì chắc chắn vẫn có những điểm khác biệt. Những điểm khác biệt về tâm sinh lý, ưu khuyết điểm, và về vai trò vị thế chuẩn mực của mỗi bên trong gia đình. Tuy nhiên, chính những điểm “hữu biệt” này của vợ và chồng, lại là sự bổ khuyết cho nhau, tương trợ cho nhau, tạo ra sự hoà hợp, gắn kết mật thiết không thể tách rời giữa vợ và chồng, để có thể cùng nhau trưởng thành hơn, cùng nhau đi qua mọi thăng trầm của cuộc sống, trăm năm hoà hợp.

Dựa trên đặc tính tâm sinh lý, ưu nhược điểm tự nhiên của Nam và Nữ, sẽ tạo ra điểm “hữu biệt” về vai trò, nhiệm vụ trong gia đình cũng không giống nhau. Cổ nhân chỉ dạy rằng: “Nam chủ ngoại, Nữ chủ nội”. Người đàn ông cần hướng ra bên ngoài, để tạo dựng sự nghiệp, cần dùng đức hạnh cương trực, mạnh mẽ, kiên cường của mình để gánh vác việc lớn trong gia đình, có trách nhiệm lo cho vợ con chu toàn và che chở, bảo vệ, yêu thương hết mực. Trách nhiệm của một người vợ là chủ nội, gánh vác những việc trong gia đình, chăm sóc cho chồng, giúp chồng chăm con, ứng xử với mọi người trong gia đình, dùng đức hạnh hiền lương thực đức của mình duy trì sự hài hòa của mọi việc.



Quan niệm 36: ÂM TRƯỞNG - DƯƠNG TIÊU



Biết ơn cao nhân đã chỉ điểm quan niệm “ÂM TRƯỞNG DƯƠNG TIÊU” giúp chúng ta thấu hiểu về những bí quyết trong đời sống tình dục vợ chồng dựa trên học thuyết Âm Dương, Từ đó, chúng ta đơn giản để làm chủ đời sống tình dục giữa hai vợ chồng, để cùng nhau dưỡng sinh và dưỡng đức, giúp cho hạnh phúc gia đình mình ngày càng viên mãn và bền chặt .

Trong đó, quan niệm “Âm trưởng Dương tiêu” nghĩa là, khi cái âm mà tăng trưởng, phát triển lên thì cái dương sẽ mất đi, yếu xuống. Ngược lại, “Dương trưởng Âm tiêu”, có nghĩa là, khi cái dương tăng trưởng, phát triển lên thì cái âm sẽ mất đi, yếu xuống. Quan niệm này nói lên sự vận động không ngừng, sự chuyển hoá lẫn nhau giữa hai mặt âm dương. Và khi sự vận động của hai mặt âm dương đạt tới mức độ cực đỉnh của nó, thì chúng sẽ chuyển hoá sang nhau, có nghĩa là: “Âm quá hoá Dương” và “Dương quá sẽ hoá âm”

Thấu hiểu được đạo lý “Âm trưởng Dương tiêu” trong sinh hoạt vợ chồng, để có thể hoà hợp trong chuyện ái ân, thì người chồng thay vì theo đuổi khoái cảm của bản thân, sẽ chuyển tâm thái sang theo đuổi chinh phục, chinh phục vợ mình, biết nương theo cảm xúc của vợ, giúp vợ mình đạt khoái cảm nhiều lần. Nhờ vậy, vợ rất kính trọng, “tôn thờ” và trân trọng biết ơn chồng; nên phước đức của vợ sẽ được bảo vệ. Người chồng sẽ chủ động học thuật bế tinh của người xưa. Nhờ vậy mà bản thân ngày càng tráng kiện, tràn đầy sinh lực, và luôn cảm thấy tự tin, mạnh mẽ. Bên cạnh, người chồng cũng sẽ đơn giản kiểm soát được năng lượng dục và có thể chuyển sang năng lượng sáng tạo, trí tuệ khởi sinh nên người đàn ông rất bản lĩnh, đơn giản vượt qua những cám dỗ bên ngoài, giúp bảo vệ phước đức. Nhờ vậy, người vợ sẽ cảm thấy rất an tâm về chồng, cảm giác an toàn của người vợ sẽ được nâng cao độ, nên người vợ khi ấy sẽ có được sự đủ đầy bên trong nội tâm.

Người vợ sẽ tập trung theo đuổi khoái cảm của bản thân mình. Điều này đòi hỏi tinh thần người phụ nữ phải vui vẻ, thoải mái. Chính vì vậy, người vợ cần biết sắp xếp công việc gia đình, con cái chu toàn; và sẵn sàng nhờ trợ giúp của chồng, san sẻ công việc cùng chồng, để có thể thoải mái nội tâm trong những buổi đại tiệc cùng chồng. Vì niềm kiêu hãnh lớn nhất với một người đàn ông đó là chinh phục được vợ mình. Người vợ sẽ biết yêu thương trân quý bản thân, chăm sóc vẻ đẹp thanh xuân của mình, biết làm mới bản thân, để tăng cảm hứng cho chồng. Cả vợ và chồng sẽ luôn giữ tâm thái thử ban đầu, để luôn trân trọng nhân duyên vợ chồng, trân trọng người phối ngẫu cùng mình, trân trọng từng khoảnh khắc được hoà hợp cùng nhau, nên luôn coi nhau như mới, làm như lần đầu tiên, để luôn giữ được cảm giác rung động, khoái cảm như thử ban đầu.



QUAN NIỆM 37

“ĐẠO” SINH HOẠT VỢ CHỒNG CỦA NGƯỜI XƯA



Cổ nhân có câu “Nam nữ tương hành giống như Trời Đất tương sinh”. Và dựa theo thuyết Âm Dương, người xưa coi Nam là Dương, Nữ là Âm và “Độc dương không sinh, độc âm không thành”. Như vậy thì từ xa xưa, cổ nhân đã nhận thấy được rằng sinh hoạt vợ chồng (tình dục) là hoạt động sinh lý mang tính chất bản năng, tự nhiên, tất nhiên và tất yếu của con người chúng ta.

Song song đó, người xưa cũng nhắc nhở hậu thế về quan niệm “Coi tình dục như một thứ “Đạo” đòi hỏi các cặp vợ chồng phải thấu hiểu và tu luyện, để thông qua đó có một đời sống vợ chồng hợp lý, điều độ, âm dương hoà hợp, gia đình hạnh phúc viên mãn, sức khoẻ lứa đôi được tráng kiện, tuổi thọ kéo dài.

Tình dục không phải chỉ là để thoả mãn nhu cầu về ham muốn thể xác, mà cổ nhân nhìn nhận được giá trị thiêng liêng của tình dục trong mối quan hệ vợ chồng. Vạn vật trên thế gian, kể cả hoạt động tình dục, đều phải dựa theo đạo âm dương. Bởi “Âm dương là đạo của trời đất”, vạn vật trên thế gian được sinh sôi nảy nở là do âm dương mà thành. Và con người cũng không ngoại lệ.

Bởi thế người xưa nói rằng; “Trong thiên hạ có gì quý? Sự sống là quý. Sự sống ở đâu ra? Từ âm dương mà ra”. Và quan hệ vợ chồng chính là khởi đầu của nhân luân, là cội nguồn của mọi mối quan hệ trong xã hội.

Chính vì hoạt động sinh hoạt vợ chồng ảnh hưởng đến sự sinh tồn của con người, nên từ xa xưa, cổ nhân đã đặc biệt chú trọng đến vấn đề tình dục trong đời sống vợ chồng. Và người xưa cho rằng đây là “ĐẠO” cần phải thấu hiểu và tu luyện để có thể đáp ứng mục tiêu dưỡng sinh, giúp tăng cường sức khoẻ và tuổi thọ, và mục tiêu dưỡng đức, giúp con người ngày càng được trưởng thành hơn trong chân thiện mỹ, giúp bảo vệ phước đức công đức của cả hai vợ chồng, và chính nhờ phước đức trong hôn nhân được bảo vệ, hạnh phúc gia đình mới được bảo hộ dài lâu.



37 QUAN NIỆM CHUẨN HÔN NHÂN HÒA HỢP HẠNH PHÚC

“

*Hạnh phúc tự thân cộng với hôn nhân hoà hợp
thì có hôn nhân hoà hợp hạnh phúc. ❤️*

”



**Chúc Bạn Có
Hạnh Phúc Tự Thân
Hòa Hợp Hôn Nhân
Nhân Sinh Như Ý !**



Trân Trọng Biết ơn!