

## Sống thong dong



### Các bạn thân mến,

Ở cái tuổi về chiều, không còn phải đấu đá vì cơm áo gạo tiền, ta có nhiều thì giờ để nhìn lại mình, chăm sóc bản thân....Và có lẽ ai ai cũng muốn mình sẽ có được những ngày tháng thong dong, sống ung dung tự tại để nhìn cuộc sống, đất trời tự mở rộng, để thấy trái tim mình biết ơn với những đối đãi của những năm tháng qua.

Để nhận ra rằng, ta đến với thế gian này vốn dĩ không có gì cả. Danh dự, tài phú, quyền thế tuy có lợi ích nhưng cũng chỉ là vật ngoài thân, sống không mang theo, chết cũng chẳng mang đi. Nhà Phật nói rất đúng: „sống trong cát bụi, tất nhiên sẽ trở về cát bụi“, rất nhiều chuyện trên đời này không phải đã như vậy hay sao?

Nhưng nhan nhản ra đó, vì một chức vị, ta sanh tâm ganh ghét, đấu đá, lừa lọc lẫn nhau; vì một chút danh lợi thì xách dao súng tranh giành; vì một vinh dự hão, ta âm mưu thanh toán nhau, đổi bạn thành thù. Đôi khi còn đặt bẫy hại nhau, phi báng, vu khống, báo thù....thậm chí đưa nhau vào chỗ chết! Cho nên, trong ý nghĩa nhất định nào đó, dục vọng là nguyên nhân tạo ra các tội ác. Vì vậy Ung dung là một thái độ mà ta nên tu tập để giúp ta có được cái nhìn thấu rõ một thứ hạnh phúc đơn giản nằm ngoài danh lợi bạc tiền. Ngay cả việc ta không còn dục vọng hay ta kèm chế được dục vọng cũng cho ta chạm được hạnh phúc có được từ sự làm chủ chính mình.

Ung dung khiến cho ta sống chậm lại, ứng xử không hấp tấp vội vã. Ăn một mình hay ăn với bạn bè đám đông, ta nên tập ăn chậm, uống chậm, không thô tháo vội vàng, đó cũng là một cách thực tiễn để hưởng thụ cuộc sống. Trong sinh hoạt thường nhật, nên cố gắng chuyên cần, ung dung chuyên trì không chán nản, nhìn cho kỹ, ta phải thấy rằng, cơ hội mãi mãi vẫn còn và theo đó thành công, toại nguyện chắc chắn mãi mãi vẫn đến.

Người ung dung thì thường hay có đức tính khoan dung hay bao dung đi kèm đối với lỗi lầm của người khác, trong đó cũng có mặt của lòng lân mẫn xót thương,

cộng luôn cả sự thành kính lẫn khiêm cung. Họ không đùa cợt trên nỗi đau, sự thất bại của người khác. Với tâm thái ung dung, họ tránh dùng những lời lẽ cay nghiệt, luôn giữ cho tâm bình khí hòa, khiến ý kiến hay lời nói của họ càng có giá trị hơn, không gây tổn thương cho người khác.

Khi gặp trắc trở, khó khăn, người ung dung không hà khắc hay làm khó bản thân vì họ biết con người họ không phải là thượng đế toàn năng hay thần thánh gì cả, cho nên họ ung dung cho phép bản thân họ không vượt qua ngọn núi cao kia được vì sức mình chỉ có hạn, hay không thể đến những nơi quá hiểm trở, lồi lõm được hoặc cho phép bản thân không gánh nổi sự khổ sở nào đó được. Cho nên đôi khi ta phải biết khoan dung chính mình, cho phép mình thất bại, biết tha thứ cho chính mình. Đây không chỉ là kinh nghiệm đời sống, mà đôi khi ẩn trong những hành xử đó là trí tuệ lớn của đời người biết tu tập, biết ranh giới của việc mình làm, biết buông xuống, nhường chỗ cho người khác có khả năng, tài ba hơn mình và cũng biết hoan hỉ với sự thành công của ai đó.

Tập có cái nhìn thông dong, ung dung trong mọi hành động, đừng để mỗi ngày đều phải dính đầy bụi trần. Có dịp thấy phong cảnh đẹp, xin dừng chân nếu có thể để thưởng thức, nhớ khi bỏ lỡ, dù chỉ là một ngày xuân, nắng vàng mà lại là uổng cả một cuộc đời...

Người thuận theo đất, đất thuận theo trời, trời thuận theo đạo, đạo thuận theo tự nhiên...hà tất không thể cố giành giật cưỡng cầu vì sự khao khát, dục vọng của mình, rất nhiều việc trên đời không nên cưỡng cầu mà có thể toại ý được. Cho nên tu tập để sống thông dong, ung dung là ân huệ trời ban.

Mong các bạn luôn tinh tấn.

Hiên trúc – cuối hè 2021

## Bông Lục Bình

Kính mời đọc thêm những bài khác của tác giả tại:  
<http://www.vietnamvanhien.org/TamHaiDuc.html>

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

