

## Vài cách sống tốt rất đơn giản, tích thêm Đức độ



**Các bạn thân mến,**

Trong đời sống hằng ngày, dù là người có tu hay không tu – tu ở đây có nghĩa là người theo một tín ngưỡng, tôn giáo nào đó thường xuyên, hay trong cuộc sống dân gian, có rất nhiều người nói là mình chỉ theo đạo ông bà... - . Chắc chắn có hôm nào đó các bạn nhận ra lòng mình nhẹ nhõm thông thả, không lo âu thì phong thái ngày đó của các bạn cũng lộ nét vui tươi, hài hòa với mọi người chung quanh, có thể gọi đó là một ngày vui, công việc trôi chảy...bằng ngược lại thì ngày đó là một ngày có nhiều buồn phiền, bất như ý và lẽ dĩ nhiên tâm thái của các bạn cũng đang tuột dốc với bầu trời đầy mây đen.

Thực vậy, tâm thái của ta như thế nào thì giá trị của ta sẽ là như vậy. Cái nhìn (nhận thức) đưa đến hành động, cách cư xử sẽ tạo nên quan điểm của từng người. Cho nên, nếu như muốn có một cuộc sống tương đối hài hòa bình yên, hạnh phúc thì nhất định ta nên giữ cho tâm mình luôn trong sáng, nhẹ nhàng, bớt đi những nỗi phiền, bất như ý không cần thiết. Nên tìm cho mình một con đường sống đúng đắn, biết phân biệt đúng sai, phải trái, đem lại niềm vui lợi lạc cho mình và cho người, luôn giữ trong tâm những ý niệm thiện lành. Ông bà ta thường có câu: „Ở hiền gặp lành“ là vậy. Khổng Tử cũng tuyên bố: „Nhân chi sơ tánh bản thiện“ và hầu hết các tôn giáo khác đều dạy mọi người nên luôn làm lành tránh dữ, sống sao cho trọn đạo làm Người.

Rồi ta cũng từng được dạy: “Phúc từ miệng mà ra, họa cũng từ miệng mà vào”. Họa hay phúc thì đều từ cái miệng mà ra cả. Nói lời thiện, thì tự khắc sẽ tạo đức cho chính mình. Bởi thế nên trong cách nói năng giao tiếp, ta cần thể hiện sự hòa nhã, nhẹ nhàng, khoan dung, độ lượng với người khác. Bình tâm, kiên nhẫn nghe họ nói hết câu, hết chuyện để hiểu sâu, hiểu thấu...trước khi mở miệng nói gì với họ, để tránh hiểu lầm, gây gổ phiền lòng. Việc nói ngay nói thẳng cũng rất tốt nhưng cũng phải tùy vào hoàn cảnh và tùy nghi mà biết cách nói giảm, nói tránh đi

một chút. Lời nói lạnh như băng hay chỉ biết ra lệnh theo ý của mình...sẽ khiến lòng người đó trở nên sắc lạnh, hãy nên hâm nóng lên và nhỏ nhẹ một chút. Một lời khen đúng thời đúng lúc luôn có giá trị hơn ngàn vàng, thậm chí có thể cứu vớt cuộc đời người được khen giữa lúc khó khăn. Và người vui vẻ, hiền hòa, biết nói lời cảm ơn, khen tặng ai đó một cách thành thật cũng tích được chút đức độ của mình.

Rồi lòng thủy chung, son sắt không những với người hôn phối mà luôn cả với bạn bè cũng nên giữ gìn không tỳ vết. Là vợ chồng thì nên sống chung thủy, một lòng một dạ, cùng nhau chia ngọt xẻ bùi, không nên đứng núi này nhìn qua núi nọ, không phá hoại hôn nhân người khác. Đã là bạn bè với nhau thì nên quan tâm, có mặt giúp đỡ lẫn nhau, nên đồng cam cộng khổ, hoạn nạn có nhau. Nếu một lúc nào đó ta sống, hành xử trong gia đình cũng như bạn bè với ý nghĩ so sánh, hơn thua, trên dưới...thì không sớm thì muộn cũng sẽ gặp quả báo khổ đau.

Các bạn cũng thấy rõ: một người sống, hành xử lúc nào cũng kiêu ngạo, nhìn người bằng nửa con mắt, thích phô trương, thể hiện tài năng của mình thì luôn có kẻ ganh ghét, không ưa, không muốn kết bạn. Có câu: “Cọng lúa thì cong mà cọng cỏ thì thẳng”. Con người sống trên đời phải biết cúi đầu, không nên khoe khoang tài năng của mình ở mỗi nơi mỗi lúc. Biết buông bỏ kiêu căng và thu mình học hỏi người khác thì đó mới là người khôn ngoan biết sống thật sự. Sự khiêm cung là một hạnh lành mà người xưa hay tán thán.

Và còn rất rất nhiều cách, nhiều phương tiện mà ta nên học hỏi và thực tập để gần gũi các bậc thiện nhân trí đức hầu tu tập và làm cho tâm mình càng lúc càng trong sáng hơn, tâm mà yên mà tịnh thì thần thái của ta cũng sẽ theo đó mà tịnh mà yên...và tất cả những trạng thái đó sẽ lộ ra trong cách ăn, nói, đi đứng, nằm ngồi cho chính bản thân và lan tỏa đến người chung quanh. Tôn giáo nào cũng luôn dạy ta, chuyện đời người, phải thận trọng phân tích thời thế, nhìn sâu hiểu thấu lành hay dữ, phúc hay họa. Gần mực thì đen, gần đèn thì sáng. Nên tránh xa những điều bất lương xấu ác và luôn biết kết giao với thiện niệm trong mọi sinh hoạt của đời sống hằng ngày.

Mến chúc các bạn luôn tinh tấn và bình an

Hiên trúc – Mùa Vọng 2023

**Bông Lục Bình**

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

