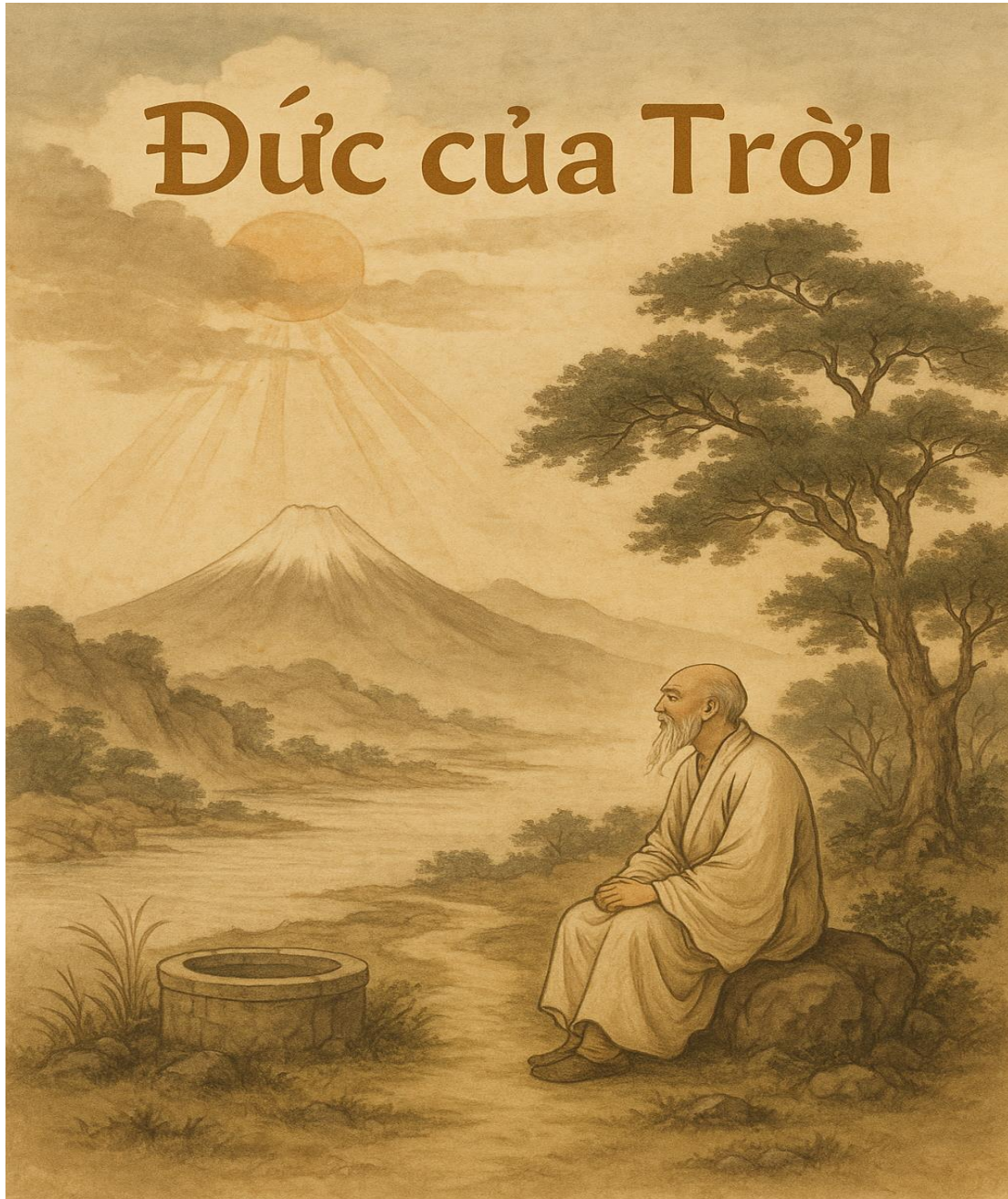


MUỐN TRƯỜNG THỌ, HÃY HỌC ĐỨC CỦA TRỜI

Một cái nhìn theo Lão Tử...

(Tác giả: Lumi Hồng Nhung)



Trong thiên nhiên, Trời không vội vã mà mọi sự vẫn hoàn tất. Cỏ mọc không gấp, mưa không vội, sông không bon chen mà chảy về biển cả. Con người – sinh vật duy nhất mang tâm ý tự do – lại thường sống trái ngược với nhịp điệu tự nhiên ấy. Họ truy cầu trường thọ, nhưng lại chọn lối sống hao tổn sinh khí. Họ tìm bí quyết sống lâu, nhưng ít ai dừng lại để học Đức của Trời – như Lão Tử đã dạy.

1. Đức của Trời là không tranh

Lão Tử viết: “*Thiên chi đạo, kỳ do thả tiến nhi bất tranh*” (Đạo của Trời, là cho đi mà không tranh giành). Trời sinh vạn vật mà không giữ lại cho mình. Trời nâng cao kẻ thấp, hạ thấp kẻ kiêu. Trời vận hành vô danh, vô cầu. Học Đức Trời là học cái tâm không tranh. Người không tranh, lòng nhẹ, khí hòa, ít bệnh.

2. Đức của Trời là mềm yếu mà vững bền

“*Thiên chi đạo, nhu nhi bất cố*” – Đạo Trời mềm mại mà không gãy. Nước là biểu tượng của Trời: mềm mà thắng cứng, thấp mà thắng cao. Người càng cứng cỏi, càng mau gãy. Người càng mềm mỏng, nhu thuận với Đạo, càng sống lâu. Tuổi thọ không nằm nơi gân cốt mà nơi tâm tánh. Một người hiền hòa, nhẫn nại, biết thuận tự nhiên, thường có khí huyết lưu thông, tinh thần an tịnh – đó là mạch nguồn của trường thọ.

3. Đức của Trời là sống vì người khác

Lão Tử dạy: “*Thánh nhân bất tự vị, cố thành kỳ tư.*” – Bậc Thánh không sống vì mình nên lại sống mãi trong lòng người. Trời ban ánh sáng cho cả kẻ lành lẫn kẻ dữ, không

phân biệt. Đức Trời là vô tư, quảng đại, vị tha. Người sống biết nghĩ cho người khác, không tích độc trong tâm, không oán hận trong lòng – sẽ ít sinh uất kết, độc tố – và kéo dài tuổi thọ không chỉ về thể xác mà cả về tinh thần, thanh danh, ảnh hưởng.

4. Muốn sống lâu – hãy sống như không sống cho mình

Trường thọ, theo Lão Tử, không chỉ là sống lâu về số năm, mà là sống lâu trong dòng chảy của Đạo, sống đúng vị trí mình trong đại thể thiên nhiên. Đó là khi ta sống như cây trong rừng, như nước trong khe – chẳng màng nổi danh hay hơn thua – mà vẫn lặng lẽ nuôi dưỡng đời sống chung quanh.

Kết luận

Người xưa nói: “Muốn sống lâu, đừng sống vội.” Lão Tử thì nói sâu hơn: “Muốn sống lâu, hãy sống thuận Đạo – sống theo Đức của Trời.” Trời không nói mà dạy, không cầu mà ban, không giữ mà còn. Người học Đức ấy, dầu không sống trăm năm, nhưng mỗi ngày sống đã là một ngày bất tử trong sự an hòa của Vũ Trụ.