

Xuân Di Lặc: Nụ cười an lạc giữa thời đại nhiều biến động

ISSN: 2734-9195 15:05 16/02/2026

Xuân Di Lặc không đến để làm mới thế gian, mà để đánh thức nụ cười an lạc vốn sẵn trong mỗi con người, nhắc con người quay về chuyển hóa chính mình.

Tác giả: **Thích Chúc Xuân**

*“Bụng lớn bao dung, cười thế sự
Tâm bi từ hoà, độ nhân gian”.*

Theo dòng chảy của thời gian, xuân vẫn trở về theo quy luật tự nhiên của đất trời. Nhưng mùa xuân của thời đại hôm nay dường như không còn mang theo sự rộn ràng của những hồi ức xưa. Xuân đến rồi đi rất nhanh; nhiều khi vừa chạm ngõ đã vội rời đi, để lại trong lòng người một khoảng trống mơ hồ chưa kịp gọi tên.

Khi thế giới vẫn còn chiến tranh, thiên tai, biến đổi khí hậu và những bất ổn kinh tế liên tiếp phủ bóng lên đời sống nhân loại, con người ngày càng chịu nhiều áp lực. Xuân lúc này không chỉ là sự chuyển mùa của đất trời, mà còn trở thành một câu hỏi trầm lắng dành cho mỗi người: giữa bão giông ấy, tâm ta đang ở đâu?

Xuân Di Lặc trở về như một lời nhắc nhở nhẹ nhàng: an lạc không đến từ hoàn cảnh bên ngoài, mà từ sự chuyển hóa và an trú của mỗi tâm hồn.

Con người thời nay bận rộn hơn bao giờ hết. Không ít người sống trong căng thẳng, lo toan, bất an và xem đó như một điều hiển nhiên của đời sống. Ít ai còn đủ kiên nhẫn để lắng nghe nhịp thở của chính mình, để cảm nhận một buổi sáng yên lành, hay để mỉm cười nhẹ nhàng giữa những ngày mưu sinh. Xuân đến, nhưng lòng người chưa chắc đã kịp nở hoa.

Hình ảnh **Di Lặc Bồ tát** trong những ngày xuân không hiện thân với dáng vẻ uy nghi, cũng không mang theo giáo điều cứng nhắc. Ngài đến với bụng tròn bao dung và nụ cười hoan hỷ; nụ cười của người đã thấu triệt vô thường, đã vượt

qua đối đãi được – mất, hơn – thua.

*“Thản phúc tiểu dung nhiếp hải chúng
Đại bồ đề tâm độ chúng sinh”*
(Bụng lớn nụ cười bao dung cả chúng sinh
Tâm đại bồ đề cứu độ chúng sinh).

Di Lạc Bồ tát không mang đến thông điệp bi quan hay lạc quan cực đoan, mà nhắc nhở con người quay về với sự **an nhiên**, sống giữa đời mà không để đời trói buộc.

Như các bậc Thiền sư xưa từng để lại những lời dạy rất giản dị nhưng sâu sắc về mùa xuân và kiếp người:

*“Xuân đến trăm hoa cười,
Xuân đi trăm hoa rụng”*
(Mãn Giác Thiền sư)

Xuân đến rồi xuân đi, hoa nở rồi hoa tàn, đó là lẽ thường. Điều quan trọng không nằm ở sự đổi thay của cảnh giới, mà ở thái độ của tâm trước sự đổi thay ấy. Khi tâm còn chấp trước, xuân đến cũng trở nên mong manh. Khi tâm đã thanh thoi, xuân chưa đến mà an lạc đã hiện tiền.

Trong dòng suy niệm ấy, có những khoảnh khắc lắng lòng, cảm thấy mình cần sống chậm lại. Không hẳn vì mệt mỏi thân xác, mà vì tâm đã mang quá nhiều gánh nặng không cần thiết. Khi tuổi đời dần chông chất, sức khỏe ngày một giảm, những vắn thơ nhẹ nhàng như hơi thở, như giọt sương đầu ngày, tự nhiên hiện ra:

THÊM TUỔI

*"Mỗi năm cũng một tuổi đời
Đất như gần lại mà trời thêm xa
Ai rồi cũng đến lúc già
Phù du bỏ lại để mà thanh thoi.
Hạt sương lấp lánh nhẹ rơi
Lá bay nhẹ giữa trời thoáng qua
Lặng nghe nhịp thở hiền hòa
Thấy thân như một đóa hoa vô thường.
Buông lo cho nhẹ cương thường
Tâm an ý tĩnh, ngát hương giữa đời*

Thong dong nở một nụ cười
Ngày qua tháng lại... tuổi đời lo chi.
Xuân về gió nhẹ thăm thì
Đón Xuân Di Lạc, nụ cười từ bi
An nhiên giữa cuộc vô vi
Không không sắc sắc... việc đời lo chi."
(Thích Chúc Xuân)



Ảnh sưu tầm

Sự lắng đọng của bài thơ gợi nhắc rằng, thêm tuổi không chỉ là thêm năm tháng của thân xác, mà còn là cơ hội để con người nhìn lại và buông bớt những chấp trước. Khi thấy rõ thân này vô thường như một đóa hoa sớm nở tối tàn, ta không còn quá khắt khe với đời, cũng không còn quá nặng nề với chính mình. Khi tâm an, đời sống tự nhiên nhẹ đi, những biến động bên ngoài không còn đủ sức khuấy động nội tâm.

Tinh thần ấy cũng được **Tuệ Trung Thượng Sĩ** diễn đạt một cách mộc mạc: *"Tâm bình thường là đạo."*

Đạo không nằm ở đâu xa. Giải thoát không phải rời bỏ cuộc đời, mà là sống giữa cuộc đời với một tâm không bị lôi kéo. Khi tâm thôi rong ruổi, đời sống bình thường tự khắc trở nên thanh thoi. Xuân Di Lạc không chỉ là hình ảnh mang tính biểu tượng, mà là một lời nhắc thực tiễn cho mỗi người trong đời sống hiện tại.

Trong một thời đại mà vật chất, danh lợi và tốc độ chi phối gần như mọi giá trị, con người rất dễ đánh đổi sự an ổn nội tâm để chạy theo những điều mong manh. Phật giáo chưa bao giờ phủ nhận những thực tại ấy. Ngược lại, Phật pháp

nhìn thẳng vào khổ đau để chỉ ra con đường chuyển hóa. Khi tâm an ổn, con người mới có đủ tỉnh táo và từ bi để đối diện với những thách thức, đủ sáng suốt để thương yêu, chia sẻ và góp phần làm dịu bớt khổ đau. Một xã hội an lành không thể được xây dựng từ những tâm thức bất an.

Vua Trần Nhân Tông, vị Thiền sư nhập thế, từng để lại tinh thần xuân rất phù hợp với thời đại hôm nay: *“Ở đời vui đạo hãy tùy duyên.”*

Tùy duyên không phải là buông xuôi, mà là không cưỡng cầu, không để mình bị cuốn theo những lo âu vượt ngoài tầm kiểm soát. Đó cũng chính là tinh thần của Xuân Di Lạc: sống giữa biến động mà không đánh mất nụ cười nội tâm.

Xuân Di Lạc đến không đòi hỏi con người phải rời bỏ cuộc sống, cũng không bảo ta trốn chạy thực tại. Ngài chỉ nhắc một điều rất giản dị: hãy sống giữa đời mà đừng để đời cuốn đi mất chính mình. Vẫn làm việc, vẫn gánh vác, vẫn yêu thương, nhưng làm tất cả bằng một tâm không nặng nề, không oán trách, không hơn thua.

Trong tinh thần Phật pháp, giải thoát không nằm ở đâu xa. Giải thoát bắt đầu từ việc thấy rõ: mọi pháp đều vô thường, mọi chấp thủ đều dẫn đến khổ đau. Khi thấy được điều ấy, con người không còn quá sợ hãi trước những biến động của thế giới. Chiến tranh, thiên tai, kinh tế khó khăn, cuộc sống gia đình, vẫn là những thực tại cần được đối diện và chuyển hóa bằng trí tuệ và từ bi, nhưng chính tâm an mới là nền tảng để con người làm được điều đó, thay vì hoảng loạn và tuyệt vọng.

Xuân Bính Ngọ 2026 rồi cũng sẽ trôi qua như bao mùa xuân khác. Nhưng nếu trong mùa xuân này, mỗi người biết dừng lại đôi chút, biết buông xuống một phần lo toan, biết quay về chăm sóc tâm mình, biết nuôi dưỡng một nụ cười hoan hỷ giữa đời sống nhiều áp lực sóng gió, thì xuân này sẽ không trôi qua vô nghĩa.

Xuân Di Lạc không đến để làm mới thế gian, mà để đánh thức nụ cười an lạc vốn sẵn trong mỗi con người, nhắc con người quay về chuyển hóa chính mình.

Khi tâm đã an, thì nơi đâu cũng là mùa xuân.

Kính chúc quý vị và các bạn một mùa Xuân Bính Ngọ tâm an ý tịnh, nụ cười Di Lạc luôn nở trên môi, giữa muôn vàn biến động vẫn giữ được tâm bình yên.

Nam Mô Bốn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật.

Nam Mô Di Lạc Bồ tát.

Tác giả: **Thích Chúc Xuân**