TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Ý như vạn sự

ISSN: 2734-9195 15:25 21/02/2026

"Ý như vạn sự" không phải là buông xuôi, mà là thái độ tỉnh thức trước vô thường. Ta vẫn nỗ lực, vẫn hành động, vẫn nuôi dưỡng ước mơ nhưng không để bản ngã trói buộc mình vào kết quả.

Mỗi độ xuân về, ta thường chúc nhau "vạn sự như ý". Một câu chúc đẹp, gửi gắm mong cầu mọi việc hanh thông, thuận lợi, đúng như **ước nguyện**.

Nhưng thử nhìn sâu hơn, ẩn sau câu chúc ấy là khát vọng rất đời thường, mong cho hoàn cảnh chuyển động theo ý mình. Và khi cuộc đời không vận hành như mong đợi, ta dễ sinh buồn phiền, thất vọng, thậm chí oán trách.

Giữa dòng chảy ấy, lời chia sẻ của Thầy Thích Đạo Quang gợi mở một hướng đi khác: thay vì "Vạn sự như ý", hãy tập sống với tinh thần "Ý như vạn sự".

Nếu "Vạn sự như ý" là mong ngoại cảnh chiều theo tâm mình, thì "Ý như vạn sự" lại là sự chuyển hóa từ bên trong: để tâm mình biết thuận, uyển chuyển theo từng dòng đục trong của cuộc đời.



Nguồn ảnh: Facebook

Khi mọi việc hanh thông, ta không quá đắc ý.

Khi mọi việc trắc trở, ta không quá bi lụy.

Khi thành công, không tự mãn.

Khi thất bại, không tuyệt vọng.

“Ý như vạn sự” không phải là buông xuôi, mà là thái độ tỉnh thức trước vô thường. Ta vẫn nỗ lực, vẫn hành động, vẫn nuôi dưỡng ước mơ nhưng không để bản ngã trói buộc mình vào kết quả.

Trong ánh sáng **giáo lý** nhà Phật, mọi hiện tượng đều vận hành theo nguyên lý duyên khởi: cái này có vì cái kia có, cái này sinh vì cái kia sinh. Không có một sự vật, sự việc nào tồn tại độc lập, cũng không có điều gì hoàn toàn nằm trong sự kiểm soát tuyệt đối của một cái tôi riêng lẻ. Khi đủ duyên thì thành, khi hết duyên thì tan.



Hình minh họa tạo bởi AI

Vì thế, vô thường không phải là điều bất ngờ xảy đến, mà là bản chất của đời sống. Thịnh - suy, được - mất, hợp - tan... đều là những biểu hiện tự nhiên của dòng duyên khởi đang vận hành. Nếu ta cố chấp muốn mọi thứ phải "như ý", tức là đang chống lại quy luật ấy. Sự chống đối đó chính là nguồn gốc của khổ đau.

Ngược lại, khi hiểu sâu về **vô thường**, ta không còn quá bám víu. Khi quán chiếu duyên khởi, ta bớt đổ lỗi và cũng bớt tự tôn. Ta nhận ra mình chỉ là một mắt xích trong mạng lưới nhân duyên rộng lớn. Nhờ vậy, tâm dần mềm lại, linh hoạt hơn, biết thích nghi hơn.

Giữ được "ánh nhìn bình thản" trước thịnh suy, được mất, chính là phản chiếu tự do nội tâm. Sự điềm tĩnh ấy không phải là lạnh lùng hay thờ ơ, mà là kết quả của nhiều lần biết lùi lại một bước, biết thỏa hiệp với bản ngã, biết buông đi điều không cần thiết.

Đầu năm mới, thay vì chỉ cầu mong "vạn sự như ý", có lẽ mỗi người có thể tự nhắc mình, hãy tập cho "ý" có thể hòa vào "vạn sự".

Bởi khi tâm an, cảnh tự nhiên bớt sóng gió.

Khi ý thuận, vạn sự dẫu không như nguyện, ta vẫn thấy đủ đầy.

Ý như vạn sự, có lẽ đó mới là lời chúc bình an sâu xa nhất mừng năm mới.

Đầu năm mới, cùng thực hành nhẹ đón an nhiên

Dừng lại trước phản ứng: Khi gặp điều trái ý, hãy hít sâu ba hơi và tự hỏi: "Việc này có đang vận hành theo nhân duyên riêng vốn có?". Chỉ cần chậm lại một nhịp, ta đã bớt đi một phần khổ.

Quán chiếu vô thường mỗi ngày. Mỗi tối, dành vài phút nhìn lại: hôm nay có điều gì thay đổi? Nhận diện sự đổi thay nhỏ bé ấy giúp ta bớt bám víu và linh hoạt hơn trước biến động lớn.

Giảm mong cầu không cần thiết: Đầu năm, thay vì thêm nhiều kỳ vọng, hãy thử bớt đi một đòi hỏi với người thân hoặc với chính mình. Buông một điều nhỏ, tâm sẽ nhẹ hơn nhiều.

Nuôi dưỡng tâm biết ơn: Dù thuận hay nghịch, hãy tìm điều đáng trân trọng trong hoàn cảnh ấy. Biết ơn giúp "ý" mềm lại, biết bao dung và tương giao cùng "vạn sự".

Tác giả: **Tịnh Như**

Chú thích: Bài viết tham khảo nội dung từ Facebook Đinh Thu Thảo. Nguồn link: https://www.facebook.com/share/p/1Z5rATdKL6/?mibextid=wwXIfr