

Tháng ngày hái há, đái ngái ngán ngái, thoáng chác đã già.

Cháng dám nói hiáu hát mái lá nhân sinh, nháng chá có hiáu cuác đái thì mái sáng thanh thán, sáng thoái mái.

Qua mát ngày, mát mát ngày .Qua mát ngày, vui mát ngày. Vui mát ngày lẫn mát ngày...

Hạnh phúc do mình táo ra. Vui sáng là mác tiêu cuái cùng cáa đái ngái, niám vui án cháa trong nháng sá viác ván vát nhát trong đái sáng, mình phái tá tìm láy. Hạnh phúc và vui sáng là cám giác và cám nhán, đái u quan tráng là á tâm tráng.

Tián không phái là tát cá nháng không phái không là gì. Đáng có coi tráng đáng tián, càng không nên quá so đo, náu hiáu ra thì sá tháy nó là tháng ái thân, khi ra đái cháng ai mang nó đán, khi chát cháng ai mang nó theo. Náu có ngái cán bán giúp, ráng lòng má háu bao, đó là mát niám vui lán. Náu dùng tián mua đác sác khoá và niám vui thì tái sao không bá tián ra mà mua? Náu dùng tián mà mua đác sá an nhán tá tái thì đáng lám chá! Ngái khôn biát kiám tián, biát tiêu tián. Làm chá đáng tián, đừng làm tá cho nó.

"Quáng đái còn lái càng ngán ngái thì càng phái làm cho nó phong phú". Ngái già phái thay đái cũ ká đi, hãy chia tay vái "ông sá khá hánh" hãy làm "con chim bay lán". Cán ăn thì ăn, cán mác thì mác, cán chái thì chái, luôn luôn nâng cao phám chát cuác sáng, háng thánh nháng thành quá công nghá cao, đó mái là ý nghĩa sáng cáa TUáI GIáA.

Tián bác rái sá là cáa con, đáa vá là tám thái, vá vang là quá khá, sác khoá là cáa mình.

Cha má yêu con là vô hán; con yêu cha má là có hán. Con ám cha má buán lo; cha má ám con nhám mát cái, hái vài câu là tháy đá rái. Con tiêu tián cáa cha má thoái mái; cha má tiêu tián cáa con cháng đá chút nào. Nhà cha má là nhà cáa con; nhà cáa con không phái là nhà cha má. Khác nhau là thá, ngái hiáu đái coi viác lo láu cho con là nghĩa vá, là niám vui, không mong báo đáp. Chá báo đáp là tá làm khá mình.

Mình đâu trông cậy vào ai? Trông cậy con à? Nếu mình dai dẳng có đứa con có hiểu u nào bên gối mình đâu "cứu bệnh sàng tiển vô hiểu tử". Trông vào bệnh đấy à? Nhưng ta cũng yếu, có khi lo cho bệnh thân còn chữa xong, có muộn nữa đấy cũng không làm nổi. Trông cậy vào đứa trẻ à? Chẳng còn cách đấy.

Cái đức của người ta chằng hay đấy; cái không đức thì nghĩ nó to lớn, nó đẹp lớn. Thế ra sống sống và hạnh phúc trong đời tu thuộc vào sống thế nào thế nó ra sao. Nhưng ta hiểu đời rất quý trọng và biết thế nào thế nên gì cho mình đã có, và không ngừng phát hiện thêm ý nghĩa của nó, làm cho cuộc sống vui hơn, giàu ý nghĩa hơn.

Còn có tâm lòng rộng mở, yêu cuộc sống và thế nào thế của cuộc sống, trông lên chằng bệnh ai, trông xuống chằng ai bệnh mình "Tổ thế nào bệnh tức, thì họ hiểu đó", biết đấy thì lúc nào cũng vui "tri túc thế nào đó".

Tổp cho mình hiểu đam mê, vui với chúng không biết mất mát, tìm niềm vui. Tổt bệnh với mình người, vui vì làm việc thiện, lấy việc giúp người làm niềm vui.

Con người ta vốn chằng phân biệt giàu nghèo sang hèn, tận tâm vì công việc là coi như công việc, có thể yên lòng, không hề thấy vất vả gì công tâm là đức. Huống họ người ta cũng nghĩ công rồi, ai cũng thấy, cuộc cùng là trải vất vả tự nhiên. Thế ra nghề cao chằng bệnh tu thì cao, tu thì cao chằng bệnh niềm vui thanh cao.

Quá nửa đời dành khá hiểu cho sống nghỉ ngơi, cho gia đình, cho con cái, bây giờ thời gian còn lại chằng bao nhiêu nên dành cho mình, quan tâm bệnh thân, sống thế nào cho vui thì sống, việc gì muộn làm thì làm, ai nói sao muộn cố vì mình đâu phải sống để người khác thích hay không thích, nên sống thế tốt với mình.

Sống trên đời không thể vốn sống nhý, có khi m khuyên là thế nào tình đời, nếu cứ chăm chăm cứ toàn thì sống b cái cứ toàn làm khổ sống. Chằng thà thế tự nhiên đời mất với hiểu thế, thế nào cũng xong.

Tuổi già tâm không già, thế là già mà không già; tuổi không già tâm già, thế là không già

thành già. Nhưng người quyát mát ván đá thì nên nghe già.

Sáng phải náng hoát đáng nháng đáng quá mác, ăn uáng quá thanh đám thì không đá chát bá, quá nhiáu thát cá thì không háp thá đác. Quá nhán rái thì buán tá, quá án ào thì khó cháu... mái thá đáu nên "VáA PHáI".

Ngáng i ngu gây bánh (hút thuác, say ráu, tham ăn, tham uáng...)

Ngáng i dát chá bánh (ám đau mái đi khám cháa bánh...) . Ngáng i khôn phòng bánh, chăm sóc bán thân, chăm sóc cuác sáng. Khát mái uáng, đói mái ăn, mát mái nghá, thám ngá mái ngá, ám mái cháa bánh....ĐáU LÀ MUáN.

Phám chát sáng ngáng i già cao hay tháp chá yáu tuá thuác vào cách suy táng : Suy táng háng lái là bát cá viác gì đáu xét theo yáu tá có lái, dùng suy táng háng lái đá xây đáng cuác sáng tuáng i già sá làm cho tuáng i già đáy sác sáng và tá tin, cuác sáng có háng, có vá. Suy táng háng hái là suy táng tiêu các, sáng qua ngày vái tâm lý bi quan, sáng nhá váy sá chóng già chóng chát

"Chái " là mát trong nháng nhu cáu căn bán cáa tuáng i già, hãy dùng trái tim con trá đá tìm cho mình mát trò chái yêu thích nhát, trong khi chái hãy thá nghiám niám vui chián tháng, thua không cay, chái là đùa. Vá tâm lý và sinh lý, ngáng i già cũng cán kích thích và háng phán đá táo ra mát tuán hoàn lành mánh.

"Hoàn toàn khoá mánh" đó là nói thân thá khoá mánh, tâm lý khoá mánh và đáo đác khoá mánh.. Tâm lý khoá mánh là biát cháu đáng, biát tá chá, biát giao tiáp; Đáo đác khoá mánh là có tình yêu tháng, sán lòng giúp ngáng i, có lòng khoan dung, ngáng i chăm làm đáu thián sáng lâu...

Con ngáng i là con ngáng i xã hái, không thá sáng biát láp, báng tai bát mát, nên chá đáng tham gia hoát đáng công ích, hoàn thián bán thân trong xã hái, thá hián giá trá cáa mình đó là cách sáng lành mánh.

Cu&c s&ng tu&i già nên có nhi&u b&n già trong nhi&u thành ph&n, nhi&u m&u ng& i v&i nhi&u màu s&c khác nhau trong xã h&i. Có m&t hai b&n t&t thì ch&a đ&, nên có c& m&t nhóm b&n già, tình đ&p làm thêm cu&c s&ng tu&i già, làm cho cu&c s&ng c&a b&n nhi&u h&ng v&, nhi&u màu s&c.

Con ng& i ta ch&u đ&ng, hoà gi&i và xua tan n&i đau đ&u ch& có th& đ&a vào chính mình. Th&i gian là v& th&y thu&c gi&i nh&t, quan tr&ng là khi đau bu&n b&n ch&n cách s&ng nh& th& nào.

T&i sao khi v& già ng& i ta hay hoài c& "hay nh& l&i chuy&n x&a?" Đ&n nh&ng năm cu&i đ&i, ng& i ta đã đi đ&n cu&i con đ&ng s& nghi&p, vinh quang x&a kia đã tr& thành mây khói xa v&i, đã đ&ng & sân ga cu&i. Tâm linh c&n trong phòng, tinh th&n c&n th&ng hoa, ng& i ta mu&n tìm l&i nh&ng tình c&m chân thành. V& l&i ch&n x&a, g&p l&i ng& i thân, cùng nh&c l&i nh&ng &&c m& th&a nh&, cùng b&n s&ng. Quý tr&ng và đ&&c đ&m mình trong nh&ng tình c&m chân thành là m&t ni&m vui l&n c&a tu&i già.

N&u b&n đã c& h&t s&c, mà v&n không thay đ&i tình tr&ng không hài lòng thì m&c k& nó. Đó cũng là m&t s& gi&i thoát. Ch&ng vi&c gì c& mà đ&&c, qu& ng&t v&i không bao gi& ng&t.

"SINH - LÃO - B&NH - T&" là quy lu&t & đ&i, không ch&ng l&i đ&&c. Khi th&n ch&t g&i thì thanh th&n mà đi. C&t sao s&ng ngay th&ng không h& th&n v&i l&&ng tâm và cu&i cùng đ&t cho mình đ&u ch&m h&t th&t TRÒN.