



ĐIỂM SÁCH: SỨC MẠNH CỦA LÒNG BAO DUNG

Tên sách: Sức mạnh của lòng bao dung

Tác giả: Lại Thế Luyện

Xuất bản: 10/2010

NXB Tôn giáo

Kích thước: 12 x 20,5 cm;

Sách dày: 92 trang

Sức mạnh của lòng bao dung là một cuốn sách kỹ năng sống ngắn gọn nhưng giàu chiều sâu, đặt người đọc trước một câu hỏi rất căn bản: tâm hồn ta đang thực sự bình an, hay vẫn bị trói buộc bởi những lo âu, tổn thương và oán giận chưa được chữa lành? Từ câu hỏi ấy, tác giả dẫn dắt người đọc bước vào hành trình khám phá giá trị và sức mạnh nội tâm của lòng bao dung.

Cuốn sách khẳng định rằng bao dung không chỉ là tha thứ cho người khác, mà còn là khả năng thấu hiểu, cảm thông và chấp nhận con người trong sự bất toàn của họ. Bao dung không đồng nghĩa với nhu nhược hay dung túng cho cái sai, nhưng là một lựa chọn có ý thức của người có nội tâm vững vàng. Chính lựa chọn ấy giúp con người sống thanh thản hơn và xây dựng những mối quan hệ lành mạnh.

Nội dung *Sức mạnh của lòng bao dung* được triển khai qua 4 chương, đi từ nhận thức đến thực hành. Trước hết, tác giả làm rõ vì sao cuộc sống cần có lòng bao dung: bởi hận thù và phán xét không chỉ làm tổn thương người khác mà còn giam cầm chính bản thân ta. Bao dung được hiểu là khả năng tha thứ, rộng lượng và chấp nhận sự khác biệt, từ đó giải phóng con người khỏi những căng thẳng nội tâm không cần thiết.

Ở chiều sâu hơn, tác giả chỉ ra sức mạnh thực sự của lòng bao dung. Sự hẹp hòi, cái tôi lớn và những tổn thương chưa được chữa lành khiến con người khó bao dung. Khi nuôi giữ oán giận, con người tự làm khổ mình, dần rơi vào mệt mỏi và cô độc. Ngược lại, bao dung có khả năng giải phóng tâm hồn, hàn gắn các mối quan hệ và lan tỏa những giá trị tích cực trong đời sống cá nhân cũng như cộng đồng.

Một điểm nhấn quan trọng của sách là sức mạnh chữa lành của lòng bao dung. Tha thứ không thay đổi quá khứ, nhưng thay đổi cách ta sống với hiện tại và tương lai. Tác giả đề xuất những thực hành cụ thể để nuôi dưỡng lòng bao dung mỗi ngày: học cách đặt mình vào vị trí người khác, biết lùi lại trước xung đột, và đặc biệt là bao dung với chính bản thân mình. Nhiều người dễ tha thứ cho người khác nhưng lại khắt khe với chính mình; trong khi đó, không biết tha thứ cho bản thân chính là nguyên nhân khiến con người sống trong dằn vặt và bất an kéo dài.

Chương cuối xem bao dung như một “chìa khóa sống”, giúp con người xây dựng đời sống tinh thần bình an và bền vững. Tha thứ và rộng lượng không chỉ giải phóng người khác, mà trước hết là chữa lành chính tâm hồn mình. Một mối quan hệ chỉ có thể bền vững khi con người biết bỏ qua những lỗi lầm nhỏ và không chấp chặt vào cái tôi.

Khép lại cuốn *Sức mạnh của lòng bao dung*, điều đọng lại rõ nhất là nhận thức rằng bao dung không chỉ là một đức tính đạo đức, mà là một sức mạnh nội tâm giúp con người vượt qua khổ đau và xung đột.

Phần lớn bất hòa trong đời sống bắt nguồn từ sự chấp chặt và ích kỷ cá nhân; khi học cách bao dung và thấu hiểu, con người không chỉ hòa giải với người khác mà còn tìm lại bình an trong chính mình.

Từ góc nhìn đức tin và đời sống tu trì, *Sức mạnh của lòng bao dung* gợi mở chiều kích thiêng liêng sâu sắc của lòng bao dung. Đời tu không tách rời những va chạm, khác biệt và giới hạn rất người. Bao dung giúp người tu sĩ chấp nhận anh chị em như họ là, sống cộng đoàn trong hiệp nhất và đa dạng, tránh chia rẽ do xét đoán và so sánh. Khi bao dung trở thành chọn lựa sống, nó trở thành “chất keo” gắn kết cộng đoàn, nuôi dưỡng đời sống cầu nguyện, phục vụ và hiến thân.

Sức mạnh của lòng bao dung vì thế không chỉ là một cuốn sách kỹ năng sống, mà còn là lời mời gọi trưởng thành nội tâm. Bao dung không làm con người yếu đi, nhưng giúp con người mạnh mẽ hơn khi dám yêu thương ngay cả trong tổn thương, và trở nên giống Đức Kitô hơn trong lòng xót thương và sự tự hiến.

Nt. Maria Bùi Thị Phụng Liên, OP