

Nếu đời không có Đạo

ISSN: 2734-9195

11:58 30/10/2025

Đạo Phật dạy rằng “vạn pháp duy tâm tạo”, là mọi khổ đau hay hạnh phúc đều khởi lên từ chính tâm ta, khi lòng đầy tham vọng, mọi thứ quanh ta đều trở nên chật chội, nhưng khi biết buông, thì thế giới lại mở ra thênh thang.

Tác giả: **Trà Bình**

Tôi thường nghĩ, nếu một sớm mai thức dậy, nhân gian này không còn đạo, không còn tiếng chuông chùa ngân trong sương sớm, không còn ánh đèn lung linh trước bàn thờ Phật, thì lòng người sẽ trôi dạt về đâu? Có lẽ khi ấy, thế gian sẽ giống một con thuyền không bến, trôi lạc giữa mênh mông sóng đời.

Từ ngàn xưa, đạo và đời vẫn song hành như hai dòng nước trong - đục hòa quyện, làm nên dòng sông nhân thế. Người ta sống có đạo, chẳng phải để tìm một cõi nào xa xôi, mà để biết dừng lại trước những tham - sân - si đang lớn dần trong lòng.

Cái gốc của đạo không nằm ở chùa chiền nguy nga, mà ở nơi tâm mỗi người biết soi lại chính mình.

Đạo Phật dạy rằng “vạn pháp duy tâm tạo”, là mọi khổ đau hay hạnh phúc đều khởi lên từ chính tâm ta, khi lòng đầy tham vọng, mọi thứ quanh ta đều trở nên chật chội, nhưng khi biết buông, thì thế giới lại mở ra thênh thang.

Tôi đã từng chứng kiến bao người chạy theo danh lợi, cuối cùng kiệt sức giữa cuộc đời bon chen, họ không nhận ra rằng, cái họ đánh mất không phải là tiền của, mà là sự an yên vốn có sẵn trong tâm.

Đạo Phật không dạy người ta tin mù quáng mà mê tín, đức Phật từng nói: “Đừng vội tin điều gì chỉ vì nghe kể lại, mà hãy tự trải nghiệm, tự soi xét bằng trí tuệ của chính mình”, bởi vậy, Phật pháp không hướng con người đến sự cầu xin, mà dẫn họ về với thực tế của nhân quả. Gieo nhân lành thì gặt quả ngọt, đó là lẽ tự nhiên, chẳng cần thần linh nào sắp đặt.

Có lần trong chuyến đi công tác ở Cà mau, tôi ghé thăm ngôi chùa ở Phú Tân, vị sư thầy chia sẻ: *“Người tu không chỉ ở trong chùa, mà ở chính nơi lòng mình thanh tịnh”*, câu nói giản dị ấy làm tôi suy ngẫm rất lâu. Hóa ra, tu đâu chỉ là cạo tóc, tụng kinh, mà là học cách làm chủ cảm xúc, biết từ bi giữa đời đầy biến động. Khi lòng an, mọi điều cũng an.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa (sưu tầm).

Trong triết học Phật giáo, chữ *“khổ”* không mang nghĩa bi quan. Đó là sự thật đầu tiên trong Tứ diệu đế - để con người nhận ra bản chất của cuộc sống là vô thường. Từ đó, họ học cách không bám víu, không sợ hãi, và biết trân quý từng phút giây hiện tại. Khi hiểu rằng mọi sự vật đều sinh diệt theo duyên, con người sẽ thôi trách móc, thôi oán than, và sống trọn vẹn hơn.

Nếu đời không có đạo, con người sẽ quẩn quanh trong mê lộ của **tham - sân - si**. Khi ấy, sự ganh ghét, hận thù, ích kỷ sẽ lấn át ánh sáng nhân tâm. Còn có đạo, người ta học được cách soi lại bản thân, biết cúi đầu trước lỗi lầm, biết nở nụ cười trước bất công, và biết cảm ơn ngay cả nghịch cảnh. Vì chỉ có khổ đau mới khiến ta hiểu thế nào là bình yên, hạnh phúc.

Nhiều người nghĩ đạo là xa rời đời, là thoát tục, là ẩn mình trong tiếng mõ. Nhưng thực ra, đạo lại hiện hữu giữa đời thường: như trong ánh mắt bao dung của mẹ, trong hành động nhường ghế cho người già, trong lời nói nhỏ nhẹ với người khác khi họ biết họ đã sai. Khi ta biết sống có đạo, tức là đã gieo một hạt

thiện lành vào thế gian. Mỗi nụ cười hiền, mỗi việc thiện nhỏ, đều là một ngọn đèn thấp sáng giữa bóng tối vô minh.

Nếu đời không có đạo, lòng người sẽ trống rỗng. Người ta có thể xây nhà cao, sắm xe đẹp, nhưng không thể mua được sự bình yên. Còn khi trong đời có đạo, dù chỉ là ánh sáng nhỏ nhoi, cũng đủ soi rọi con đường về với chính mình. Đạo giúp con người biết yêu thương mà không toan tính, biết sống khiêm nhường mà không yếu đuối, biết vươn lên mà không kiêu mạn.

Trong giáo lý nhà Phật, trí tuệ và từ bi là hai cánh của một con chim. Từ bi để yêu thương, trí tuệ để hiểu biết. Có yêu thương mà thiếu hiểu biết, con người dễ rơi vào cảm tính; có hiểu biết mà thiếu yêu thương, tâm dễ thành lạnh lùng. Khi hai điều ấy cân bằng, đạo và đời hòa làm một - con người sống giữa thế gian mà vẫn thông dong như mây trắng giữa trời.

Nếu đời không có đạo, con người sẽ mãi đi tìm hạnh phúc nơi xa xôi, mà quên rằng hạnh phúc vốn nằm ngay trong khoảnh khắc hiện tại - trong hơi thở, trong bước chân, trong lòng biết ơn những điều giản dị. Đạo không bắt ta rời đời, mà chỉ dạy ta sống cho trọn trong từng phút giây của đời.

Điều lớn lao nhất mà đạo Phật trao cho nhân thế chính là trí tuệ của sự tỉnh thức. Khi con người biết tỉnh thức, họ không còn là kẻ mộng du giữa cuộc đời. Họ sống rõ ràng, hiểu rõ nguyên nhân của khổ đau, và biết cách vun bồi hạnh phúc. Khi ấy, mỗi người trở thành một ngọn đèn tự thấp sáng cho mình, cho người, và cho cả nhân gian.

Nếu đời không có đạo, con người sẽ lạc mất phương hướng. Nhưng khi đạo hiện hữu trong từng hơi thở, từng hành vi, từng ý nghĩ - thì đời trở nên nhẹ nhõm, như buổi sớm mai tràn ánh nắng, như tiếng chuông chùa lan xa trong làn sương khói, nhắc ta rằng: sống có đạo, tức là đang sống trong ánh sáng của chính mình.

Tác giả: **Trà Bình**