

Nẻo về giác ngộ

ISSN: 2734-9195

09:25 05/09/2025

Giác ngộ không chỉ dành cho chư tăng ni hay những bậc chân tu. Con đường ấy mở ra cho tất cả mọi người, bất kể địa vị, hoàn cảnh, tuổi tác. Điều quan trọng không phải là ta đứng ở đâu, mà là ta có chịu bước đi hay không.

Tác giả: **Trà Bình**

Trong dòng chảy của lịch sử nhân loại, con người chưa bao giờ thôi đi tìm câu trả lời cho những câu hỏi: Ta từ đâu đến, sẽ đi về đâu, và sống để làm gì?

Giữa bao biến thiên của kiếp sống, có những phút giây con người cảm thấy mệt mỏi, bất lực trước khổ đau. Chính trong những khoảnh khắc ấy, ánh sáng của đạo Phật hiện ra như một con đường. Không phải con đường dẫn tới sự huyền hoặc hay niềm tin mù quáng, mà là con đường trở về với chính mình, để nhận diện và chuyển hóa khổ đau, tìm thấy an lạc ngay trong hiện tại. Con đường đó được gọi bằng một cái tên giản dị là "*giác ngộ*".

1. Giác ngộ - sự trở về với chính mình

Trong tâm thức nhiều người, giác ngộ là cái gì đó thật xa xôi, thuộc về những bậc chân tu ngồi thiền trong núi sâu hang động.

Hiểu đúng lời dạy của đức Phật, giác ngộ không phải là một hành trình ẩn trốn cuộc đời, càng không phải là sự huyền tưởng mơ hồ. Giác ngộ là sự tỉnh thức, là khả năng nhận ra bản chất của mọi sự vật hiện tượng: **vô thường**, khổ, vô ngã.

Mỗi người chúng ta đều đã mang sẵn hạt giống giác ngộ. Khi một người biết dừng lại, lắng nghe hơi thở của mình, nhận ra dòng suy nghĩ đang cuộn cuộn chảy, thì khoảnh khắc đó chính là khởi điểm của giác ngộ. Giác ngộ không phải cái gì bên ngoài trao tặng, mà là sự tự khai mở từ bên trong.

Trong Kinh Pháp cú, đức Phật từng dạy: "*Chiến thắng vạn quân không bằng chiến thắng chính mình*". Thắng được chính mình nghĩa là thấy rõ những tham vọng, sân hận, si mê vẫn chi phối trong từng lời nói, hành động. Khi nhìn thấy

chúng, ta không còn bị chúng dẫn dắt một cách vô thức. Sự tự do ấy chính là dấu hiệu của giác ngộ.

2. Khổ đau - chiếc gương phản chiếu con đường tỉnh thức

Một trong những chân lý nền tảng mà đức Phật chỉ ra là: *“Đời là bể khổ”*. Nhiều người nghe câu này liền cho rằng Phật giáo bi quan. Nhưng sự thật lại ngược lại. Đức Phật không dừng lại ở việc chỉ ra khổ đau, mà Ngài còn chỉ cho con người thấy nguyên nhân của khổ đau, và con đường vượt qua và thoát khỏi nó.

Khổ đau vì thế không phải để ta tuyệt vọng, mà để ta tỉnh thức. Nó giống như chiếc gương phản chiếu, giúp ta nhìn thấu được đâu là gốc rễ ràng buộc mình. Mất mát dạy ta biết quý trọng những gì đang có. Bệnh tật nhắc ta gìn giữ sức khỏe và sống lành mạnh. Thất bại khiến ta thấy rõ sự mong manh của tham vọng. Tất cả những trải nghiệm ấy, nếu được nhìn bằng con mắt chính niệm, đều trở thành bài học đưa ta đến gần hơn với giác ngộ.

3. Giác ngộ trong đời thường

Xưa nay, không ít người lầm tưởng rằng để giác ngộ thì phải xa lánh thế gian, cắt đứt mọi duyên sự. Nhưng tinh thần Phật giáo vốn gắn bó mật thiết với đời sống xã hội. Từ ngàn xưa, những lời dạy về từ bi và trí tuệ đã soi sáng từng việc nhỏ bé: như cách ta ăn một bát cơm, đối xử với hàng xóm, giữ gìn môi trường thiên nhiên.

Một nụ cười trao đi trong giận dữ, một lời xin lỗi khi ta lỡ làm người khác tổn thương, một lần biết dừng tham vọng để sẻ chia cùng kẻ khốn khó - tất cả đều là những bước chân trên nẻo về giác ngộ. Không có gì lớn lao hay cao siêu, mà chỉ cần mỗi người học cách sống tỉnh thức trong hiện tại.

Điều kỳ diệu là khi tâm an, vạn vật xung quanh cũng trở nên sáng đẹp. Nhìn bông hoa nở, ta không chỉ thấy màu sắc, mà còn cảm nhận được sự nỗ lực của đất trời đã tạo ra mưa nắng để nuôi dưỡng nó. Nghe tiếng chim hót, ta không chỉ nghe âm thanh, mà còn thấy nhịp thở của sự sống. Chính sự thay đổi cách nhìn đó làm cho cuộc sống vốn đầy bất an trở nên nhiệm màu.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa (suy tam).

4. Ánh sáng Phật pháp trong lịch sử Việt Nam

Không chỉ ở Ấn Độ hay các quốc gia khác, tinh thần giác ngộ còn gắn bó mật thiết với lịch sử dân tộc Việt Nam. Từ những thế kỷ đầu Công nguyên, Phật giáo đã theo chân các nhà sư Ấn Độ, Trung Hoa đến đất Giao Châu, bén rễ và hòa quyện với văn hóa bản địa. Hình ảnh mái chùa làng, những tiếng chuông chùa chiều thu đã đi vào thơ ca, nhạc họa như một phần hồn cốt dân tộc.

Đặc biệt, Phật giáo Việt Nam còn tỏa sáng trong giai đoạn lịch sử oai hùng thời Trần. Vua Trần Nhân Tông - vị minh quân từng hai lần lãnh đạo toàn dân kháng chiến chống Nguyên, sau khi hoàn thành sứ mệnh với đất nước đã lựa chọn con đường xuất gia. Ngài sáng lập Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử, dòng thiền mang đậm tinh thần nhập thế, kết hợp hài hòa giữa trí tuệ và hành động. Đối với Ngài, giác ngộ không phải xa rời cuộc đời mà chính là dẫn thân phụng sự dân tộc bằng tâm từ bi và trí tuệ sáng suốt.

Tinh thần đó để lại dấu ấn sâu đậm trong văn hóa Việt: sống giản dị, thanh cao, lấy khoan dung làm gốc, lấy đoàn kết làm sức mạnh. Cho đến nay, Thiền phái Trúc Lâm vẫn là minh chứng cho một nẻo về giác ngộ mang bản sắc Việt Nam, vừa tỉnh thức tâm linh, vừa gắn bó với sự nghiệp dựng nước và giữ nước.

5. Ánh sáng Phật pháp trong xã hội hiện đại

Thế giới hôm nay, con người phải đối diện với nhiều khổ đau mới, như ô nhiễm môi trường, chiến tranh, khủng hoảng tinh thần, sự đứt gãy trong các mối quan hệ. Giữa guồng quay của tư tưởng tiêu thụ, nhiều người cảm thấy trống rỗng

ngay cả khi vật chất đủ đầy. Đây chính là lúc giáo lý Phật giáo trở nên cần thiết hơn bao giờ hết.

Sống tỉnh thức, nghĩa là không để mình bị cuốn đi bởi những cơn lốc của ham muốn và sợ hãi, nó trở thành chìa khóa để mỗi người giữ vững cân bằng. Trong gia đình, tinh thần từ bi và nhẫn nhục giúp hàn gắn rạn nứt giữa các thế hệ. Trong xã hội, sự thực hành chính niệm giúp con người đối xử với nhau bằng lòng nhân ái thay vì ganh ghét. Trong lĩnh vực môi trường, khi hiểu rằng con người và thiên nhiên không thể tách rời, ta sẽ sống tiết chế, biết tôn trọng và giữ gìn.

Nhiều doanh nghiệp hiện nay cũng bắt đầu ứng dụng triết lý Phật giáo vào quản trị. Họ coi trọng yếu tố con người, xem nhân viên không chỉ là “*nguồn lực*” mà là những sinh mệnh cần được lắng nghe và đồng hành. Một nền kinh tế chỉ chú trọng lợi nhuận sẽ sớm kiệt quệ, nhưng nếu đặt nền trên sự tỉnh thức và chia sẻ, nó có thể phát triển bền vững.

6. Con đường mở cho tất cả

Giác ngộ không chỉ dành cho chư Tăng Ni hay những bậc chân tu. Con đường ấy mở ra cho tất cả mọi người, bất kể địa vị, hoàn cảnh, tuổi tác. Điều quan trọng không phải là ta đứng ở đâu, mà là ta có chịu bước đi hay không.

Một người nông dân biết trân trọng hạt thóc mình gieo, một người thầy giáo biết trao truyền kiến thức bằng lòng thương yêu, một người trẻ biết nói “*không*” với lối sống buông thả - tất cả đều đang đi trên nẻo về giác ngộ. Mỗi bước chân nhỏ của một cá nhân, nếu cộng hưởng lại, có thể làm nên sự chuyển hóa lớn lao cho cả cộng đồng.

7. Nẻo về giác ngộ - hành trình không ngừng

“*Nẻo về giác ngộ*” không phải con đường ai trải sẵn. Nó là lối nhỏ được dọn từng ngày bằng chính bước chân, hơi thở và hành động của mỗi người. Và cũng không có đích đến cuối cùng nào gọi là hoàn tất. Giác ngộ là hành trình không ngừng, bởi mỗi ngày ta vẫn phải đối diện với tham - sân - si trong lòng mình. Nhưng chính sự không cùng tận ấy lại làm cho con đường trở nên đẹp.

Mỗi ngày ta được sống, mỗi ngày ta có cơ hội học thêm một chút về sự nhẫn nại, về lòng từ bi, về cách an trú trong hiện tại.

Mỗi ngày ta bớt một chút sân giận, bớt một chút tham lam, là một ngày thế giới quanh ta sẽ sáng thêm. Và đến một lúc nào đó, khi đủ lắng nghe chính mình, ta sẽ nhận ra: Phật không ở đâu xa, mà Phật ở trong tâm ta - tĩnh lặng, sáng trong,

đầy đủ.

Tác giả: **Trà Bình**