

Nhân sinh như mộng theo tư tưởng Kinh Trường A Hàm

ISSN: 2734-9195 10:05 11/11/2024

Phật giáo cho rằng, không ai có một bản ngã thường hằng. Thân xác con người được tạo thành bởi sự giả hợp của tứ đại (địa, thủy, hỏa, phong), khi chết đi thân tứ đại lại hoàn trả về cho tứ đại.

Tác giả: **Thượng tọa Thích Thiện Hạnh**
Phó Viện trưởng phân Viện NCPHVN tại Hà Nội

"Nhân sinh như mộng chớp mắt hợp tan
Hồng trần như mây vạn niên trùng trùng phù phù."

Cuộc sống con người được ví như một giấc mộng, là để nhấn mạnh nói rằng mọi thứ chúng ta trải nghiệm, vui buồn, đau khổ, hạnh phúc, đều giống như những ảo ảnh, không thực sự tồn tại vững bền hay cố định. Khi ta tỉnh giấc nhận ra rằng, những gì ta đã trải qua không còn tồn tại nữa, điều này khuyến khích nhân sinh hướng tâm tới sự tỉnh thức, thoát khỏi ảo giác của trần gian và tìm đến sự giải thoát chân thật (Niết bàn).

Tư tưởng này được nhiều triết gia, nhà văn, và nhà thơ cổ đại Trung Quốc nhắc đến. Nổi bật nhất là Tào Tháo (曹操), người đã sử dụng ý tưởng này trong bài thơ nổi tiếng *Đoản Ca Hành* (短歌行), và Trang Tử, một triết gia Lão giáo với câu chuyện "*Trang Chu mộng hồ điệp*" giấc mộng biến thành bướm bướm, thể hiện sự mơ hồ giữa thực và hư. Đặc biệt là trong tư tưởng Phật giáo và Lão giáo. Câu này có nghĩa là cuộc đời giống như một giấc mộng, chỉ là tạm bợ và không vĩnh hằng. Và câu nói này còn được phát triển trong văn học và triết lý Phật giáo nhằm nhấn mạnh sự vô thường và ảo giác của cuộc sống, nhắc nhở con người về tính chất tạm bợ của vạn vật, giống như một giấc mộng, tất cả đều qua đi không có gì là vĩnh cửu.



Ảnh suơu tằm

Trong Phật giáo, cả hai truyền thống Nguyên thủy (Theravāda) và Đại thừa (Mahāyāna). Tuy không dùng cụm từ “*nhân sinh như mộng*”, nhưng Trường A-hàm và các kinh điển trong Phật giáo đều nhấn mạnh rằng, đời sống là vô thường và vô ngã, như một giấc mộng thoáng qua. Phật giáo dạy rằng chỉ khi nhận ra và buông bỏ sự chấp trước vào “*cái tôi*” và “*của tôi*”, con người mới có thể đạt được giải thoát và giác ngộ.

Trong Kinh Trường A-hàm, có một số bài kinh nêu bật quan điểm rằng, cuộc sống và vạn vật đều không bền vững và không có thực thể cố định, giúp con người hiểu bản chất thật của cuộc sống và thân tâm, bao gồm:

1.Kinh Vô Thường (Anicca Sutta, Tương ưng bộ kinh - Samyutta Nikaya 22.45): Đức Phật dạy rằng, vì các pháp vô thường, nên chúng gây ra khổ đau nếu chúng ta bám víu vào chúng.

2.Kinh Thập Thượng: Kinh này đề cập đến tính chất của các pháp, khẳng định rằng tất cả đều là duyên sinh và duyên diệt, không có một “*cái tôi*” hay “*của tôi*” nào thực sự tồn tại. Sự hiện hữu của chúng ta chỉ là một sự kết hợp tạm thời của các yếu tố, khi duyên tan thì mọi thứ cũng biến mất.

3.Kinh Như Lai Ấn (Tathagata Lakkhana Sutta, Tương ưng bộ kinh - Samyutta Nikaya 22.84): Ngài nêu rõ bản chất của các pháp là không bền vững, không nên chấp ngã và cần được hiểu đúng để đạt đến giải thoát.

4.Kinh Ví Dụ Con Rắn (Alagaddupama Sutta, Trung bộ kinh Majjhima Nikaya 22): Đức Phật giảng về vô thường và vô ngã, qua ví dụ con rắn, nhấn mạnh rằng giáo pháp của Ngài cần được hiểu đúng, và tất cả các pháp đều là vô ngã, không nên xem chúng là bản ngã hay sở hữu của ta.

5.Kinh Đại Duyên (Maha Nidana Sutta, Trường bộ kinh - Digha Nikaya 15): Đức Phật giảng rằng các pháp sinh khởi do duyên và không có bản chất tự hữu. Từ đó, chúng ta thấy rõ rằng không có “*ta*” hay “*của ta*”, mà chỉ là sự vận hành

của các duyên.

6.Kinh Ví Dụ Khúc Gỗ (Tương ưng bộ kinh - Samyutta Nikaya 35.241): Trong kinh này, đức Phật dùng hình ảnh khúc gỗ trôi trên dòng sông để dạy về vô thường và sự thay đổi liên tục của các hiện tượng, nhắc nhở rằng đời người cũng giống như khúc gỗ, bị cuốn trôi theo dòng chảy và không có bản chất cố định.

7.Kinh Tiểu Kinh Bài Pháp (Cula Saccaka Sutta.Trung bộ kinh-Majjhima Nikaya 35): Trong kinh này, đức Phật lý giải về vô ngã khi thuyết giảng cho Saccaka là một người theo học thuyết khác. Ngài giải thích rằng các yếu tố cấu thành thân tâm đều vô ngã và không nằm trong sự kiểm soát của chúng ta.

Trong những bài kinh trên đều có nhưng cách diễn đạt và nhấn mạnh có phần khác nhau, không diễn đạt *"nhân sinh như mộng"* nhưng nội dung và ý nghĩa tương đồng về tính chất vô thường (không trường tồn, luôn biến đổi) và vô ngã (không có một bản chất cố định là *"tôi"* hay *"của tôi"*), không thực của cuộc sống. Như trong các bài giảng của đức Phật, đặc biệt trong Kinh Kim Cang (Vajracchedika Prajnaparamita Sutra), Kinh Bát-nhã Ba-la-mật-đa (Prajnaparamita Sutras), và các trước tác của Long Thọ (Nagarjuna).

Như đã đề cập, trong Kinh Kim Cang, đức Phật đã dạy: *"Nhất thiết hữu vi pháp, Như mộng huyễn bào ảnh, Như lộ diệc như điện, Ưng tác như thị quán."* Nghĩa là: *"Tất cả các pháp hữu vi đều như giấc mộng, huyễn hóa, bọt nước, bóng ảnh, như sương mai, như ánh chớp; hãy nên quán chiếu như thế."*

Qua đó, đức Phật khuyến khích chúng ta buông bỏ, chấp ngã và chấp thủ, để sống an lạc hơn và đạt đến giải thoát. Lời dạy này nhấn mạnh rằng mọi thứ trong thế giới đều vô thường, không thực sự tồn tại vững bền, giống như một giấc mộng. Đức Phật dùng các ẩn dụ này để giúp chúng sinh nhận thức được bản chất thật của vạn pháp, từ đó giảm bớt sự dính mắc, bám víu, và giúp hành giả tiến gần hơn đến giải thoát khỏi khổ đau. Tuy nhiên, sống trong đời, ta khó có thể thoát khỏi cám dỗ của danh – lợi – tình. Chỉ khi đến hơi thở cuối đời, ta mới nhận ra rằng, tất cả những truy cầu trước kia đều trống rỗng, hư không.

*"Đời người tựa như một giấc mộng!
Tuyệt đối đừng nói rằng bạn có tiền..!!!?"*

Vì vậy hiểu được giấc mộng nhân sinh, sớm tỉnh giấc mơ, thoát ra khỏi mộng, thì mới có thể an nhiên tự tại, sống vui vẻ giữa cuộc đời. Cho nên, hãy xem nhẹ vật chất, xem nhẹ mọi dục vọng, để sống với tâm hồn thanh bạch và thanh thản, được như vậy ta sẽ là người giàu có nhất thế gian. Thế nên, thời gian

không giống như là tiền, chúng ta không thể để dành nó cho những ngày mưa gió sau này. Bất luận thế nào, chúng ta chỉ có thể có thời khắc đó, tức là hôm nay và ngay lúc này.



Ảnh sưu tầm

Khi đức Phật sắp nhập niết bàn, Ngài dạy các đệ tử rằng mọi pháp đều là vô thường, hay Kinh Vô Ngã Tướng (Anatta-lakkhana Sutta, 'S.V, 421-422'), đức Phật nhấn mạnh rằng, cuộc đời và vạn pháp chỉ là hợp thể của ngũ uẩn (sắc, thọ, tưởng, hành, thức), luôn luôn biến chuyển và không có tự tính. Điều này nhằm khuyến khích người tu quán chiếu bản chất tạm bợ và không thực sự tồn tại của các pháp, và đã nhấn mạnh tính vô thường (ancca) và vô ngã (anatta) trong mọi hiện tượng, từ đó giảm bớt chấp trước và tiến gần hơn đến giải thoát.

Vào thời đức Phật còn tại thế, tại thành Mathura, Ấn Độ, có một cô gái xinh đẹp tên là Vasavadatta. Nàng nổi tiếng khắp cả thành phố bởi có nhan sắc diễm lệ cùng với giọng hát thánh thót và những điệu múa thiên thần. Mặc dù có rất nhiều chàng trai theo đuổi nhưng Vasavadatta vẫn chưa tìm được người đàn ông nào tâm đầu ý hợp.

Một ngày nọ, nàng Vasavadatta ngồi bên cửa sổ, đôi mắt lơ đãng nhìn về xa xăm. Bỗng nhiên ánh mắt của nàng dừng lại ở một nhà sư trẻ tuổi có tướng mạo tuấn tú, phi phàm. Đó chính là tôn giả Ưu Ba Cúc Đa (Upagupta). Ngay từ cái nhìn đầu tiên, người vũ nữ xinh đẹp của thành Mathura, đã hiểu rằng đây chính là ý trung nhân mà nàng vẫn ngày đêm trông ngóng. Vậy là ngày nào nàng cũng ngồi bên cửa sổ chỉ để được nhìn thấy tôn giả Ư Ba Cúc Đa đi ngang qua, nhưng dường như ngài không hề biết đến sự tồn tại của nàng.

Không tìm được tình cảm trong lòng, nàng đã sai người hầu gái xuống phố gặp nhà sư. Người hầu gái thưa rằng: *“Thưa thầy, chủ nhân của con là Vasavadatta rất mong được diện kiến thầy”*. Tuy nhiên đâu có nài nỉ thế nào, nhà sư vẫn một mực khước từ: *“Không thể được, bây giờ chưa đến lúc, nhưng bàn tăng sẽ ghé thăm khi thời điểm đến”*.

Thời gian qua đi, Vasavadatta xinh đẹp vẫn mua vui cho đời bằng lời ca và điệu múa của nàng. Tuy nhiên, một ngày dịch bệnh đậu mùa tràn đến khiến rất nhiều người trong thành phố Mathura mắc bệnh, trong đó có Vasavadatta. Vì e sợ bệnh truyền nhiễm sẽ lây lan, người ta vội vã đem bỏ người vũ nữ ra ngoài thành. Nàng phải nằm cô độc trên nền đất, khắp người là những vết lở loét, không thức ăn, không nước uống, cũng không người chăm sóc, cái chết có thể đến bất cứ lúc nào.

Giữa màn đêm mịt mùng ấy, trong nỗi tuyệt vọng tột cùng, nàng Vasavadatta chợt nghe thấy tiếng bước chân của một người đàn ông trẻ tuổi. Ngài cúi xuống, nhẹ nhàng nâng đầu nàng dậy, lấy nước thấm lên môi và thoa dầu đàn hương lên làn da thô ráp của nàng. *“Ân nhân ơi, ngài là ai thế?”*.

“Thí chủ, thí chủ không nhận ra sao, bàn tăng chính là Ưu Ba Cúc Đa. Thời gian đã chín rồi, vậy nên hôm nay bàn tăng đến đúng như lời hẹn trước kia”.

“Năm xưa tất cả đàn ông trong thành đều ngưỡng mộ sắc đẹp của tôi, nhưng chỉ riêng ngài là không đoái hoài gì đến. Vậy hà cớ gì hôm nay ngài lại đến trong khi tôi chỉ còn lại cái xác thân tàn tạ này?”.

“Ngày đó thí chủ được mọi người vây quanh, đâu có cần đến bàn tăng như lúc này”. Thái độ thành kính và thiện tâm của Ưu Ba Cúc Đa khiến nàng Vasavadatta bật khóc. Gần cả một đời đeo đuổi, đến lúc này nàng mới nhận ra rằng mọi thứ trên đời đều thật vô nghĩa. Cũng từ đó, nàng đi theo Ưu Ba Cúc Đa để được trở về với bến bờ an lạc của Phật Pháp.

Qua câu chuyện này chúng ta thấy rằng: Nhân sinh như mộng, người ta đến cõi đời này giống như khi đang mơ, ta không biết đó là mơ, nhưng khi tỉnh giấc thì nhận ra mọi thứ đều hư ảo. Tất cả những gì gặt hái được trong cuộc đời, như danh vọng, quyền thế, địa vị, tiền tài, v.v. đều rất ngắn ngủi, hư vô. Cũng giống như nàng Vasavadatta, người vũ nữ lừng danh khắp thành Mathura năm xưa, ai có thể ngờ rằng cho đến một ngày nhan sắc diễm lệ kia không còn nữa, danh tiếng trước kia là hư ảo, và những hoan lạc một đời nay nhường chỗ cho cái đớn đau trên thể xác.

Bởi vậy: Sắc đẹp có phải của ta không? Thực tế là không, bởi nhan sắc rồi cũng sẽ phai tàn khi tuổi xuân qua đi. Danh tiếng có phải của ta không? Không phải, bởi tiếng tăm phụ thuộc vào cái nhìn của những người xung quanh. Khi cái nhìn của họ thay đổi, thì rất có thể danh tiếng của ta cũng không còn. Tình cảm, địa vị và tiền tài có phải của ta không? Cũng không, bởi đến phút cuối cuộc đời, chúng ta sẽ không mang theo được gì cho mình.

Ai cũng biết cuộc sống là mộng ảo nhưng không ai có thể thoát khỏi những cám dỗ của danh - lợi - tình. Vì vậy, trong hành trình cuộc sống, mọi thứ trên thế gian này cũng tựa như làn nước trôi trên sông. Vì vậy mà đời người khi đến thế giới này chẳng mang theo thứ gì, khi đi chỉ như một làn khói. Đời người chính là đơn giản như vậy! Vinh hoa phú quý phút chốc thoáng qua, ân ái tình thù cùng chỉ như cát bụi, hôm nay sống trong một thế giới vật chất dục vọng tràn lan, bên cạnh chúng ta là đầy những cám dỗ mê hoặc: quyền lực, địa vị, tiền tài, sắc đẹp...nếu không cẩn thận, thì trong tâm sẽ dậy sóng. Nội tâm chúng ta vốn dĩ trong sáng, thuần tịnh, bình lặng sẽ trở nên ngông cuồng, ngạo mạn và tư lợi.

Nhưng vì chúng sinh như đang mắc kẹt trong một *"giấc mộng"* của sinh tử, bị dẫn dắt bởi nghiệp và vô minh. Bằng cách tu tập giới, định, tuệ, hành giả thức tỉnh, nhận ra bản chất vô thường của đời sống, giải thoát khỏi vòng luân hồi sinh tử, giống như người tỉnh dậy từ giấc mộng, không còn bị ràng buộc bởi những ảo ảnh của cuộc đời. Thế nên, chúng ta hãy nhìn thật kỹ và suy nghiệm thật thấu đáo thì cõi nhân gian là một sân khấu thể hiện cái tôi tốt nhất, nếu như có một ngày kịch đến hồi kết, lựa chọn siêu thoát, nhất định cần thực sự từ bỏ, mà không phải bị đẩy vào con đường cụt.

Vì vậy, trong cuộc sống, có ai đó tìm hiểu giáo lý Phật đà, cũng nên cố gắng học cách (buông bỏ) từ từ những gì không cần thiết trong cuộc đời. Không nhất thiết về vật chất mà ngay cả cách đối nhân xử thế hằng ngày, chúng ta cũng nên dùng lời lẽ chân tình với những người chung quanh. Có như thế thì xã hội sẽ bớt đi những thứ gay gắt không cần thiết trong đời, cổ nhân nói rằng *"thêm bạn - bớt thù"*. Đó cũng gọi là buông-xả. Để bỏ đi những phức tạp lấy giản đơn, nương theo thế sự, tâm trước sau như sen, yên tĩnh hé nở. Lại giống như ngàn vạn khe suối, cuối cùng đều đổ về một dòng sông, róc rách trong vắt, giản dị yên bình. Chính vì vậy, mà con đường siêu thoát không cần dừng khí và quyết tâm, mà cần thiện ý và thanh tịnh. Ngày ngày những dòng chảy hối hả, vinh nhục phàm trần mà chúng ta nhìn thấy, kỳ thực đều chỉ là một vở kịch.

*"Đã biết chốn ni là quán trọ
Hơn, thua, hờn oán.. để mà chi!
Thử ra ngồi xuống bên phần mộ*

Hỏi họ mang theo được những gì.."

Cho nên, đứng trên bình diện, nhân sinh quan, chúng ta thấy ngay: *"Nhân sinh là giấc mộng dài, trăm năm trôi qua tựa như chớp mắt, cõi trần gian chỉ là quán trọ ven đường chẳng được bền lâu."* Trong kinh Đức Phật dạy rằng: *"Cõi nhân gian này cũng chỉ là cõi tạm, hay nói khác hơn là một chặng nghỉ chân rất nhỏ và ngắn hạn, trong kiếp luân hồi, đời đời - kiếp kiếp, trôi lăn trong vòng lục đạo luân hồi..."* Đến bao giờ chúng ta mới có thể thoát khỏi sông mê - bể ái...!

Bởi vì, con người không hiểu biết (vô minh), thường ngộ nhận cái *"ngã"* tồn tại, nên mọi ý nghĩ và hành động đều vì cái ngã này. Chúng sinh trôi lăn trong sinh tử chỉ vì vô minh mà lầm tưởng có một cái *"tôi"* hiện hữu, rồi bám vào nó, chấp ngã. Sự thật cái *"ngã"* ấy chẳng phải là cái *"thật ngã"*, chỉ là một giả danh, *"giả tạm"* mà thôi.

Phật giáo cho rằng, không ai có một bản ngã thường hằng. Thân xác con người được tạo thành bởi sự giả hợp của tứ đại (địa, thủy, hỏa, phong), khi chết đi thân tứ đại lại hoàn trả về cho tứ đại. Cho nên, thân xác ấy là vô thường. Tất cả những gì giả hợp đều chịu kiếp hủy hoại, không thể khác được, vạn vật hay vạn pháp đều chịu sự chi phối của lẽ vô thường, vô ngã. Không có gì là tồn tại vĩnh viễn, nên gọi là pháp vô thường. Mọi thứ chỉ là giả tạm, cho nên cũng gọi là pháp vô ngã.

Con người sinh ra từ nhiều nhân tố trong vũ trụ: nước, khoáng chất, hóa chất... Khi con người chết đi (cái tôi tan biến), nhưng những nhân tố tạo nên nó thì vẫn còn đó trong vũ trụ, chúng ở đó và tùy theo nhân duyên phối hợp (năm uẩn: Sắc- Thọ- Tưởng- Hành- Thức) với nhau hoạt động nhịp nhàng khiến người đời lầm tưởng có một cái ngã (cái tôi) tồn tại, nhưng thực chất, con người sinh diệt chỉ là sự hợp tan của ngũ uẩn. Cho nên, tất cả những sự vật hiện hữu do nhân duyên, các pháp hữu vi là một tiến trình, không phải là một nhóm thực thể đơn thuần, nguyên vẹn, ẩn tàng, không biến chuyển. Tuy nhiên, vì những thành phần của thân và tâm biến đổi quá nhanh nên ta thấy như một thực thể bất động. Ta không thấy nó luôn nhanh chóng sinh-diệt.

Do đó không có cái gọi là bản ngã (cái tôi). Tồn tại con người chỉ là vô ngã. Vô ngã là bản chất của ngã trong dòng duyên khởi của thập nhị nhân duyên. Nói tóm lại, vô ngã và vô thường là bản chất của cái *"tôi"*, bởi vì trên thực tế chúng ta không tìm được một cái *"tôi"* bất biến thường còn, thoát khỏi quy luật tự nhiên sống chết. Vì vậy chúng ta chỉ cần nhìn rõ bản thân, là có thể nhận biết thế giới vô thường, không thể thoát ra được định luật vô thường, (sinh-lão-bệnh-tử.) Trời đất có bốn mùa, Xuân - Hạ - Thu - Đông, thời tiết thì có nóng-lạnh. Vận hành của vũ trụ cứ thế chuyển động luân lưu, chẳng bao giờ đứng

yên, trường tồn vĩnh cửu.

*"Chốn ấy trăm năm ngổ tít mờ
Đâu ngờ ập đến tựa cơn mơ."*

Vì thế Trong “*Kinh Kim Cương*” có viết: “*Quá khứ tâm bất khả đắc, hiện tại tâm bất khả đắc, vị lai tâm bất khả đắc*” (Tâm quá khứ không thể có, tâm hiện tại không thể có, tâm tương lai cũng không thể có). Cho nên, Vô pháp vô thường, duyên khởi tính không. Vạn vật vì duyên hòa hợp mà sinh, cũng vì duyên mà diệt, như trong “*Tâm kinh*” viết: “*Vô quái ngại cố, vô hữu khủng bố, viễn ly điên đảo mộng tưởng. Nhất thiết tùy duyên, nhất sinh tùy duyên, phương đắc tự tại*” (Tâm không uế chướng, nên không sợ hãi, vượt khỏi sai lầm. Tất cả tùy duyên, một đời tùy duyên, luôn được tự tại). Một nhà tu hành chỉ có đủ thiền định, mới có thể ra khỏi con đường nhân sinh tù túng. Ngược lại người nào ngoan cố níu giữ cả đời không buông, vứt bỏ tạp niệm, chứng ngộ tâm bồ đề, thì không thích hợp tu hành.

*"Sống Thương và Hiểu từng giây phút
Ngay kiếp mong manh gặp bến bờ..."*

Chủ yếu Phật dạy lý vô ngã là như vậy. thấy rõ thân này không phải thật ngã thì tự nhiên thoát ly sinh tử. Nếu chúng ta thấy là thật ngã thì ngàn đời không bao giờ ra khỏi sinh tử, dù tu hạnh gì cũng thế, đó là một lẽ thật. Chúng ta chỉ cần thức tỉnh thân này tạm gá mượn, lấy đó làm bè qua sông, đừng nghĩ nó là thật, cứ lo bồi bổ tô điểm, đủ thứ mà chìm đắm, không qua sông được.

Như trong các kinh điển A hàm hay Nikaya, khái niệm Không còn dùng để chỉ sự giả hợp của các sự vật hiện tượng. Đây mới là nghĩa chủ đạo của tính Không. Cái Không này được hiểu là không có thực thể cố định (chứ không phải là hư vô, không có gì hết, không hiện hữu). Theo đức Phật, sự tồn tại của các sự vật, hiện tượng trên thế gian thật mong manh, ngắn ngủi, vô thường chẳng khác nào những bọt nước trôi trên dòng sông Hằng. Đám bọt nước ấy là rỗng không và nếu như sự hình thành và tồn tại của những bọt nước trôi trên sông là ảo ảnh, chỉ trong phút giây, có rồi không, sinh rồi lại diệt, vô thường mau chóng thì chúng ta phải chấp nhận một sự thật hiển nhiên rằng, các sự vật hiện tượng trên thế gian này vốn từ cái không mà sinh ra thành có, rồi lại từ cái có mà thay đổi, biến hoại và trở về không. Từ đó, đức Phật cho rằng, vạn vật không có tướng trạng cố định, thế giới là rỗng không như bọt nước.



Ảnh sưu tầm

Cho nên, trong Pháp hành đạo của Phật giáo nhằm mục đích “*thức tỉnh*”, nhận ra bản chất thực của vạn pháp, giúp con người thoát khỏi luân hồi sinh tử, thoát khỏi giấc mộng dài vô tận của sinh tử, không còn bị mê mờ bởi những vọng tưởng, nhận ra sự bình an trong hiện tại mà không phụ thuộc vào hoàn cảnh. Còn nếu chúng ta mê hoài thì không biết khi nào ra khỏi biển sinh tử.

Khi chúng ta hiểu cuộc đời “*như mộng*” không có nghĩa là xa rời cuộc sống, mà là sống trong đời một cách tỉnh thức, không bám víu hay dính mắc. Hành giả sống với tinh thần tự tại, không bị lụy trước thất bại hay quá đắm chìm trong thành công, sẵn sàng đối diện mọi hoàn cảnh với sự bình an trong tâm hồn, phát khởi lòng từ bi với tất cả chúng sinh, vì họ vẫn đang mắc kẹt trong giấc mộng của tham sân si và vô minh. Điều này thúc đẩy tâm nguyện giúp đỡ người khác thoát khỏi khổ đau, từ đó hành giả trưởng thành trong cả từ bi và trí tuệ.

Cho nên, kinh Pháp cú nói: “*Thà sống một ngày mà thấy được diệu pháp, còn hơn sống một trăm năm trong khổ đau, thất niệm.*” Đây là điều mà đức Phật muốn gửi gắm đến cho chúng ta. Vì vậy, chúng ta cần luôn sống tỉnh thức, để

thấy được tất cả những sự mâu nhiệm đang xảy ra với chúng ta, cũng như thấy được những nguyên nhân đưa đến khổ đau. Chỉ cần dừng tâm lại và sống một cách sâu sắc với hiện tại, tức khắc nguồn an lạc sẽ đến với chúng ta.

Như vậy, “*nhân sinh như mộng*” vừa biểu hiện tính vô thường vì tất cả đều chuyển biến không ngừng, vừa thể hiện vô ngã vì mọi thứ chỉ là duyên sinh tạm thời, không có cái tôi thật. Từ đó, Phật giáo nhắc nhở chúng ta nên sống với sự giác ngộ về tính không và duyên sinh, không nên bám víu vào ảo tưởng hay chấp ngã. Để tận hưởng cuộc đời trong sạch và trọn vẹn nhất trong những tháng ngày hiện hữu, thật có ý nghĩa, thanh tịnh tâm hồn ngay trong giây phút hiện tại.

Tác giả: **Thượng tọa Thích Thiện Hạnh**

Phó Viện trưởng Phân Viện NCPHVN tại Hà Nội