

Thân đến chùa, tâm để "ngoài cổng chùa"

ISSN: 2734-9195 09:05 03/10/2026

Và có lẽ đó cũng là một trong những điều căn bản nhất của việc đi chùa: Bước vào để học cách hạ cái tôi xuống, để khi bước ra khỏi cổng chùa, lòng mình nhẹ hơn, lời mình hiền hơn và cách mình đối xử với người khác cũng tử tế hơn.

Đi chùa là để hạ cái tôi xuống, không phải để nâng cái tôi lên. Bởi vậy, điều quan trọng không phải là ta đã đi chùa bao lâu, biết bao nhiêu bài kinh hay làm được bao nhiêu việc, mà là sau mỗi lần bước ra khỏi cổng chùa, ta có trở nên khiêm nhường, hiền hòa và biết thương người hơn hay không.

Có người đi chùa nhiều năm, thuộc nhiều bài kinh, tham gia không ít công việc phật sự. Nhưng cũng có khi, càng đi chùa lâu, cái tôi lại càng lớn. Từ một người đến chùa để học hỏi, dần dần họ trở thành người thích chỉ bảo người khác. Từ một phật tử nhiệt tình, họ trở thành người cho rằng mình có "vai trò" đặc biệt. Từ một người được quý trọng, họ bắt đầu nghĩ mình có quyền phán xét, can thiệp, thậm chí làm tổn thương người khác.

Đó là lúc người ta cần dừng lại và tự hỏi: *Mình đi chùa để tu hay để được người khác nhìn nhận?*

Vào chùa, trước hết hãy nhớ mình là một người đang học

Ngoài đời, mỗi người có vị trí khác nhau. Có người là cán bộ, doanh nhân, trí thức; có người là người có uy tín trong cộng đồng, có người có điều kiện kinh tế, có quan hệ rộng hoặc từng làm nhiều việc thiện.

Nhưng khi bước qua cổng chùa, những danh xưng ấy không phải là điều làm nên giá trị của một người tu học. Trước Tam Bảo, chúng ta đều là những người đang học đạo, đang tập sửa mình.



Thỉnh chuông tại chính điện. Lắng lòng nghe lắng lòng nghe Tiếng chuông huyền diệu đưa về nhất tâm

Đi chùa không phải để đem địa vị ngoài đời vào trong cửa Phật. Cũng không phải để tìm thêm một không gian khác cho cái tôi được khẳng định.

Người đến chùa là người đến để học cách nhìn lại chính mình: *tham ở đâu, sân ở đâu, si ở đâu, chấp ở đâu và còn bao nhiêu điều cần sửa.*

Nếu bước vào chùa mà vẫn mang nguyên cái tôi ngoài đời theo, thậm chí còn làm cho cái tôi lớn thêm, thì có lẽ ta đã bỏ quên điều căn bản nhất của việc tu học.

Biết một chút giáo lý không có nghĩa là mình đã hiểu đạo

Một trong những biểu hiện dễ gặp là sự ngã mạn sau một thời gian tu học. Thuộc một số bài kinh, biết vài thuật ngữ Phật học, nghe nhiều pháp thoại, làm được một số công quả..., người ta có thể vô tình nghĩ rằng mình đã “biết đạo” hơn người khác.

Từ đó, người mới đến chùa bị xem thường. Người chưa thuộc kinh bị coi là kém. Người có cách tu khác mình bị cho là chưa đúng.

Nhưng nếu học Phật mà càng học càng khó chấp nhận người khác, càng biết nhiều càng thích phán xét, thì những điều đã học vẫn chưa thực sự đi vào đời sống.



Phật tử tham gia sinh hoạt, tụng kinh hàng ngày tại chùa: Cùng tập học để sửa mình.

Học Phật không phải để có thêm vốn từ ngữ nhằm nói về người khác, mà để có thêm khả năng nhìn lại chính mình.

Một câu kinh được đem ra thực hành có khi quý hơn rất nhiều câu kinh chỉ được ghi nhớ bằng trí óc.

Bởi vậy, người thực sự tu tập thường không quá vội chứng minh rằng mình hiểu đạo. Họ biết mình còn nhiều điều phải học.

Được giao việc ở chùa không có nghĩa là có quyền với người khác

Chùa cần người phụng sự, đạo tràng cần người tổ chức. Các công việc phật sự cần những người có trách nhiệm và nhiệt tâm, được giao việc không đồng nghĩa với được trao quyền để lên mặt với người khác.

Có người ban đầu rất nhiệt tình làm công quả. Khi được quý Thầy tin tưởng giao thêm công việc, họ bắt đầu thay đổi thái độ: nói năng nặng nề, quát nạt người khác, tự cho mình quyền quyết định mọi chuyện.

Từ chỗ **“hộ trì Tam Bảo”**, công việc chùa dần trở thành thứ **“quyền lực”** cá nhân, đó là điều để suy ngẫm.



Phật tử tác bạch cúng dường chư Tăng trong mùa An cư kiết hạ.
Về chùa kính Pháp, trọng Tăng,
Kính ngưỡng Tam Bảo, như rằng mình tu.

Phục vụ Tam Bảo vốn là cơ hội tu tập. Người làm việc nhiều hơn lẽ ra phải học được sự nhẫn nại nhiều hơn, biết lắng nghe nhiều hơn và biết nhường nhịn nhiều hơn.

Nếu càng làm việc chùa càng khó chịu với người khác, càng được giao việc càng thích sai khiến, thì có lẽ công việc đã tăng lên nhưng công phu tu tập chưa chắc tăng theo.

Được quý trọng càng cần biết khiêm cung

Một người được quý Thầy tin tưởng, được giao nhiều việc, được ngồi gần hoặc thường xuyên tham gia các hoạt động của chùa không vì thế mà trở thành “người đặc biệt” trong đạo tràng.

Sự tin tưởng của một vị Thầy trước hết là một trách nhiệm. Đáng tiếc, có người khi được trọng dụng lại bắt đầu coi thường những người xung quanh. Ai không thuận ý thì giận dữ. Ai góp ý thì khó chịu. Ai không làm theo ý mình thì tìm cách nói xấu.

Cái tôi đôi khi rất tinh vi, không chỉ xuất hiện khi ta khoe mình giỏi, mà còn xuất hiện khi ta nghĩ rằng mình được Thầy quý hơn người khác, mình có vị trí hơn người khác, mình hiểu chùa hơn người khác.

Đến lúc ấy, ngay cả việc được tin tưởng cũng có thể trở thành nguyên nhân khiến người ta xa rời sự khiêm cung.

Người càng được quý trọng càng nên biết cúi đầu. Bởi trong tinh thần tu học, được giao trách nhiệm không phải là đặc quyền, mà là thêm một cơ hội để phụng sự và rèn luyện chính mình.

Nói về vô ngã nhưng vẫn chấp ngã rất lớn

Có một nghịch lý khá phổ biến: miệng nói về vô ngã nhưng lại rất dễ tự ái, nói về từ bi nhưng lời nói đầy sân hận, nói về nhẫn nhục nhưng chỉ cần một chuyện trái ý đã nổi nóng, nói về buông xả nhưng lại nhớ rất lâu một câu nói làm mình phật ý.

Đây là khoảng cách giữa học Phật và hành Phật. Biết giáo lý mới chỉ là bước đầu. Điều quan trọng hơn là giáo lý ấy có thay đổi cách chúng ta sống hay không.

Một người có thể chưa thuộc nhiều kinh sách nhưng biết nhường một lời, biết xin lỗi, biết tha thứ, biết không nói thêm một câu làm người khác tổn thương. Người ấy đang thực tập giáo pháp bằng chính đời sống của mình.

Ngược lại, nếu càng học nhiều mà càng tự cho mình đúng, càng thích phê phán, càng dễ nổi giận và càng khó nhìn nhận lỗi của bản thân, thì cần quay trở lại với

câu hỏi căn bản: *Ta đang dùng Phật pháp để sửa mình hay đang dùng Phật pháp để sửa người khác?*

Điều đáng sợ nhất là làm tổn thương sự hòa hợp của Tăng đoàn và đạo tràng

Trong sinh hoạt chốn thiền môn, điều cần đặc biệt thận trọng là chuyện truyền miệng, bàn luận và phán xét chư Tăng.

Thầy này thế này, Thầy kia thế kia; người này được quý, người kia không được quý, chuyện nội bộ được kể lại theo cách này hay cách khác... Nếu không biết dùng đúng lúc, những câu chuyện tưởng như nhỏ có thể trở thành nguyên nhân gây nghi ngờ, chia rẽ và mất đoàn kết.

Người Phật tử có thể có những điều chưa hiểu, có thể đặt câu hỏi, có thể trao đổi với người có trách nhiệm. Nhưng khác với việc tìm hiểu để hiểu đúng, việc truyền bá những lời đồn đoán và nói xấu người khác là chuyện hoàn toàn khác.

Đặc biệt, khi liên quan đến chư Tăng, càng cần giữ sự thận trọng, tôn kính và tinh thần trách nhiệm đối với lời nói của mình.

Không phải chuyện gì nghe được cũng cần kể lại.

Không phải điều gì mình nghĩ cũng cần nói ra.

Và không phải mọi mâu thuẫn trong đạo tràng đều cần một người đứng ra phân xử.

Nhiều khi, biết im lặng đúng lúc cũng là một hình thức hộ trì sự hòa hợp.

Chùa là nơi tạo phước, nhưng cũng là nơi thử thách công phu

Người ta thường nghĩ đến chùa là tạo phước. Điều đó đúng, nhưng chưa đủ. Chính môi trường chùa cũng là nơi cái tôi được thử thách.

Ở ngoài đời, ta có thể dễ dàng giữ vẻ lịch sự với người không thân. Nhưng trong đạo tràng, khi phải làm việc chung với những người khác tính cách, khác hoàn cảnh, khác cách hiểu, những tập khí của chính mình bắt đầu lộ ra.

“Ta có bức bối không?”

Có muốn hơn thua không?

Có muốn người khác nghe mình không?

Có khó chịu khi không được ghi nhận?

Có ghen tị khi người khác được quý trọng hơn?

Có nói xấu khi không được như ý?"

Những điều ấy cho thấy chúng ta đang tu đến đâu, có khi còn rõ hơn số năm đã đi chùa. Vì vậy, chùa có thể là nơi tạo rất nhiều phước. Nhưng nếu thiếu tỉnh thức, cũng chính nơi ấy trở thành môi trường để chúng ta nuôi lớn ngã mạn, sân hận, hơn thua và chấp chước.

Phước có thể được tạo bởi việc làm tốt, nhưng cũng có thể bị tổn thương bởi lời nói thiếu suy nghĩ và hành động gây chia rẽ.

Người tu thật thường càng đi chùa càng nhẹ mình

Có lẽ một trong những dấu hiệu dễ nhận biết nhất của sự tu tập là chúng ta trở nên nhẹ hơn, từ thân đến tâm.

“Càng hiểu, càng ít muốn chứng minh.

Càng tu, càng bớt nói về mình.

Càng làm nhiều việc, càng thấy mình còn thiếu sót.

Càng được tin tưởng, càng biết khiêm nhường.

Càng nghe nhiều pháp thoại, càng cẩn trọng với lời nói của mình.

Và càng hiểu giáo pháp, ta càng biết thương những người đang loay hoay trên con đường mà mình cũng đang đi”.

Người thật sự tu không nhất thiết lúc nào cũng nói những lời rất hay về đạo. Nhưng cách họ đối xử với người khác thường uyển chuyển, mềm mại mà người đối diện có thể cảm nhận được.

Càng đi chùa lâu mà càng hiền, càng biết nhường, càng ít phán xét, càng biết nhận lỗi, đó mới là điều đáng mừng.

Đến chùa để tu, không phải để hơn thua

Mỗi người bước vào chùa với hoàn cảnh, tâm thế khác nhau. Có người đã tu lâu. Có người mới đến lần đầu. Có người biết nhiều. Có người chưa biết gì. Có người

đến vì niềm tin, có người đến vì đang đau khổ và cần nơi nương tựa tinh thần.

“Không ai cần phải chứng minh mình cao hơn ai.

Người đến trước nên biết nhường người bước sau.

Người biết nhiều nên biết chia sẻ với người chưa biết.

Người được giao việc nên biết phụng sự.

Người được tin tưởng nên biết khiêm cung.

Và tất cả đều cần nhớ rằng mình vẫn là một người đang học.

Việc không phải của mình, đừng vội xen vào.

Lời không cần nói, đừng cố nói.

Điều chưa rõ, đừng vội phán xét.

Được người khác quý trọng, càng phải biết nhường nhịn.

Có công với chùa, càng phải biết mình đang phụng sự Tam Bảo chứ không phải xây dựng cái tôi”.

Điều một người học được từ Phật pháp cuối cùng không nằm ở việc họ có thể nói bao nhiêu thuật ngữ, thuộc bao nhiêu bài kinh hay được bao nhiêu người biết đến. Đó nằm trong cách họ sống.

Một câu Phật pháp học được mà thực hành được, có khi quý hơn ngàn câu kinh chỉ để nói về người khác.

Chùa có thể được gọi là nơi nương tựa tinh thần, là nơi học đạo, là nơi nuôi dưỡng đời sống tâm linh. Nhưng nếu ví von gần gũi hơn, chùa cũng giống như một **“bệnh viện của tâm hồn”**.

Mà đã là bệnh viện, chúng ta bước vào trước hết với tư cách là người đang cần chữa lành. Chúng ta mang theo tham, sân, si, tự ái, hơn thua, chấp chước và vô số tập khí khác.

Ta là người bệnh đang học cách chữa mình, không phải bác sĩ để đi khám bệnh cho thiên hạ.

Nhớ được vị trí của mình ở đâu, tự nhiên ta biết cúi đầu.

Biết mình còn nhiều điều phải sửa, tự nhiên ta bớt phán xét.

Biết ai cũng đang mang những nỗi khổ riêng, tự nhiên ta biết thương nhau hơn.

Có lẽ đó cũng là một trong những điều căn bản nhất của việc đi chùa: Bước vào để học cách hạ cái tôi xuống, để khi bước ra khỏi cổng chùa, lòng mình nhẹ hơn, lời mình hiền hơn và cách mình đối xử với người khác cũng tử tế hơn.

Bài và ảnh: **Thường Nguyên**