

Thông dong giữa cuộc đời: Khám phá nhân sinh quan của Trần Thánh Tông qua bài thơ Tự thuật

ISSN: 2734-9195 09:30 10/12/2024

Bài thơ Tự thuật của Trần Thánh Tông hiện lên như một kiệt tác không chỉ đơn thuần của nghệ thuật thi ca, mà còn mang trong mình một triết lý sống sâu sắc, được đan xen một cách tinh tế qua từng câu chữ.

Tác giả: **Tôn nữ Thị Tường Vy (Thích nữ Thông Diệu)**
*Học viên Cao học khoá II, chuyên ngành Văn học Phật giáo,
Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế*

Mở đầu

Với tinh thần “ung dung khoáng đạt, tùy tâm tùy cơ” [8, tr. 14.] Thiền tông đã mang trong mình sự phóng khoáng cùng với chất dân chủ, điều này đã giúp nó nhanh chóng tìm thấy mảnh đất màu mỡ trong lòng người Việt. Thiền tông không chỉ đơn thuần là một tông giáo hay một triết lý sống, mà còn là một cuộc gặp gỡ sâu sắc với những giá trị nhân văn vốn có của dân tộc, như tinh thần bình đẳng và lòng nhân ái.

Chính nhờ vào sự tương đồng này, Thiền tông đã không chỉ bén rễ mà còn tạo nên sức ảnh hưởng mạnh mẽ, khẳng định vị thế của nó trong đời sống tinh thần của người Việt Nam. Từ đó, Thiền tông trở thành một nguồn cảm hứng, thúc đẩy con người tìm kiếm sự bình yên và hạnh phúc trong cuộc sống, góp phần làm phong phú thêm tâm hồn dân tộc Việt.

Nếu như những thiền sư Ấn Độ và Trung Quốc thường tìm đến vách tường để “quán bích tọa thiền”, một hình thức thiền định tĩnh lặng, nhằm khám phá những chân lý sâu thẳm bên trong tâm hồn, thì Thiền tông Việt Nam lại thể hiện một bản sắc độc đáo và khác biệt hơn.

Các thiền sư Việt Nam luôn hướng về cuộc sống, hòa mình vào dòng chảy của xã hội, sống cùng với con người và trải nghiệm những niềm vui, nỗi khổ của đời

thường. Họ không chỉ khao khát tìm kiếm chân lý cho bản thân mà còn có một sứ mệnh cao cả hơn: Tế độ quần sinh, mang lại bình an và hạnh phúc cho mọi người xung quanh.

Ánh sáng trí tuệ và lòng từ bi của họ trở thành những ngọn đuốc soi sáng trong cuộc sống bộn bề, nhắc nhở mọi người rằng chân lý không chỉ là một khái niệm trừu tượng mà còn là điều có thể hiện thực hóa qua hành động và tâm hồn.

Thời đại nhà Trần là một minh chứng sống động cho tinh thần này, khi mà văn học và Thiền được kết nối một cách tuyệt diệu. Hình ảnh của những thiền sư trong thời kỳ này không chỉ “có công với đất nước, gần đạo pháp với dân tộc mà còn là nhà văn, nhà thơ dạt dào cảm hứng.” [3, tr. 40.]

Trong đó phải kể đến Trần Thánh Tông, không chỉ là một vị vua mà còn là người kế thừa xuất sắc tinh hoa Thiền tông từ cha mình, Trần Thái Tông chính người đã gieo hạt giống cho một truyền thống tâm linh phong phú còn Trần Thánh Tông lại chính là người bảo tồn và phát triển tư tưởng này, thấm đượm tinh thần nhân văn và sự hòa hợp với cuộc sống.

Trong thời gian trị vì của mình, Trần Thánh Tông đã không ngừng mở rộng và làm phong phú thêm truyền thống Thiền, chuẩn bị nền tảng vững chắc cho người con trai Trần Nhân Tông, người sáng lập Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử. Dòng thiền này không chỉ thể hiện tinh thần nhập thế tích cực, mà còn khẳng định giá trị nhân văn sâu sắc, mang đến một nguồn cảm hứng bất tận cho con người trong cuộc sống thường nhật. Sự kết nối giữa ba thế hệ vua Trần không chỉ là sự kế thừa mà còn là một hành trình phát triển mạnh mẽ, để lại dấu ấn sâu sắc trong lòng dân tộc.

Thế nhưng, trong các cuộc ngợi ca về Trần Thái Tông và Trần Nhân Tông, hình ảnh của Trần Thánh Tông dường như mờ nhạt hơn. Những đóng góp của ông, mặc dù to lớn và thiết yếu, thường không được ghi nhận xứng đáng. Liệu có lẽ nào, dưới bầu trời nặng trĩu di sản văn hóa và tâm linh, nhân loại vẫn chưa đủ thấu hiểu và trân trọng vai trò của vị vua đã duy trì ngọn lửa Thiền? Điều này khiến chúng ta không khỏi suy ngẫm về công lao âm thầm mà ông đã đóng góp cho nền văn hóa dân tộc.

Vì một lẽ rằng, ông còn được biết đến là một nhân vật kiệt xuất của nền văn học cổ điển Việt Nam, đã để lại cho hậu thế một di sản văn học vô cùng quý giá với tổng cộng mười sáu tác phẩm. Trong số đó, bài thơ **Tự thuật** đã thu hút sự chú ý và yêu mến của những người đam mê văn học.

Thong dong giữa cuộc đời:

Khám phá nhân sinh quan của Trần Thánh Tông qua bài thơ *Tự thuật*

自述

自從卅角入禪流，
打瓦鑽龜沒外求。
認得本來真面目，
到頭何處不休休。

縱橫不墜有無機，
萬法紛紛總不知。
喫飯打眠隨處用，
更無他事可應爲。

箇中無欠亦無餘，
佛也無兮人也無。
秋景遠來天外遠，
青山雲鎖甯都廬。

終日閑彈不調琴，
閑門無事可關心。
箇中曲破無人會，
惟有松風和此音。

一彈指破萬重山，
這箇工夫也是閑。
寒暑到來無所識，
未曾分上老人干。

"Tự Thuật"

Bài thơ không chỉ đơn thuần là những câu chữ được chấm phá khéo léo mà còn mang đến cho người đọc những cảm nhận sâu sắc và giàu tính triết lý về cuộc sống thong dong, nhẹ nhàng giữa dòng đời tấp nập, xô bồ. Tự thuật chính là một lời nhắc nhở mạnh mẽ về giá trị vĩnh cửu của trí tuệ và tâm linh.

Những cảm xúc chân thành trong bài thơ đã chạm tới trái tim của biết bao người, giúp họ tìm thấy nguồn cảm hứng tuyệt vời để theo đuổi sự bình yên và hạnh phúc trong cuộc sống hàng ngày. Mỗi câu thơ mang theo một triết lý sống, khuyến khích chúng ta không chỉ tồn tại mà còn sống thực sự với đam mê và lý tưởng của bản thân:

□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

□□□□□□□□

Tự thuật

Tự tông quán giốc nhập thiền lưu,
Đả ngoã toàn quy một ngoại cầu.
Nhận đắc bản lai chân diện mục,
Đáo đầu hà xứ bất hưu hưu.

Chung nhật nhàn đàn bất điệu cầm,
Nhàn môn vô sự khả quan tâm.
Cá trung khúc phá vô nhân hội,
Duy hữu tùng phong họa thử âm.

Tung hoành bất đoạ hữu vô ky (cơ),
Vạn pháp phân phân tổng bất tri.
Khiết phạm đả miên tùy xứ dụng,
Cánh vô tha sự khả ưng vi.

Nhất đàn chỉ phá vạn trùng sơn,
Giá cá công phu dã thị nhàn.
Hàn thử đáo lai vô sở thức,
Vị tăng phân thượng lão nhân can.

Cá trung vô khiếm diệc vô dư,
Phật dã vô hề nhân dã vô.
Thu cảnh viễn lai thiên ngoại viễn,
Thanh sơn vân toả chuyể đô-lô.

Dịch nghĩa

Tự thuật

Từ thuở còn để trái đào đã gia nhập dòng Thiền,
Dùi rùa đập ngói không cầu gì khác.

*Đã nhận ra được bộ mặt thật vốn có,
Thì đến nơi nào mà lòng không thung dung?*

*Suốt ngày thanh thoi gảy cây đàn không điệu,
Trong cánh cửa nhàn, không có việc gì đáng để tâm.
Khúc nhạc trong lòng ta đã hình thành mà không ai biết,
Chỉ có gió trên cây tùng là họa được âm thanh ấy.*

*Tung hoành mà không để rơi cơ hữu vô,
Vạn pháp rối bời đều không biết.
Ăn cơm, đi ngủ đều tùy ý,
Ngoài ra, không có việc gì khác đáng làm.*

*Một cái búng tay phá được vạn tầng núi,
Công phu ấy cũng dễ dàng thôi.
Lạnh nóng đến cũng không có cái gì để nhận biết,
Một phen cũng chưa từng can dự đến ông già này.*

*Trong lòng ta không thiếu cũng không thừa,
Phật là không, người cũng là không.
Cảnh thu xa ở ngoài trời xa,
Mây khoá non xanh mặc cái trò đô-lô. [14, tr. 406-408.]*

1. Sự thông dong giữa cuộc đời

Trần Thánh Tông đã khởi đầu cuộc hành trình thông dong giữa cuộc đời từ những ngày còn thơ, khi câu thơ: *“Từ thuở còn để trái đào đã gia nhập dòng Thiền”* vang lên như một cơn gió thoảng, mang đến cho tâm hồn người đọc cảm giác hoài niệm về những ký ức trong trẻo của tuổi niên thiếu.

Hình ảnh mái tóc “để trái đào” của những đứa trẻ con giờ đây đã trở thành một dấu mốc của quá khứ, một vẻ đẹp chân quê khó tìm thấy trong hiện tại. Những mái tóc ấy không chỉ là biểu tượng cho vẻ đẹp ngây thơ, trong sáng, mà còn mang lại một phần hồn nhiên, thuần khiết của tuổi thơ vô tư, vô lo.

Hiện nay, hình ảnh ấy chỉ còn hiện hữu trong những vần thơ cổ điển như trong bài thơ Tự thuật này, hay qua từng khung hình trong phim Truyện cổ tích Việt Nam, ngoài ra hình ảnh ấy cũng xuất hiện trên những trang truyện tranh dân gian như truyện Thần đồng đất Việt và Trạng Quỳnh.

Thế nhưng, trong guồng quay hối hả của cuộc sống và những biến động không ngừng của xã hội, vẫn tồn tại một góc nhỏ yên bình giữ gìn vẻ đẹp thuần khiết - đó chính là chốn Thiền môn. Nơi đây, chúng ta có thể bắt gặp hình ảnh những

chú tiểu “ngây thơ chân còn chập chững mà đã biết dứt bỏ trần gian phiền lụy để chọn cho mình một lối đi thanh thang trên ngàn mây xanh thắm” [6, tr. 8.] với kiểu tóc “để trái đào”, không chỉ mang lại sự dễ thương mà còn là biểu tượng cho khát vọng sống trong sự thanh tịnh, hướng tới những giá trị cao cả. Để thấy rằng dấu là ở trong ngôi nhà thế tục hay chốn xuất thế đi chăng nữa thì việc “gia nhập dòng thiền” từ tấm bé để nuôi dưỡng ước mơ tìm về chân lý vĩnh hằng là điều rất đáng trân trọng.

Tuy nhiên, không phải ai cũng có thể thực hiện điều tưởng chừng như đơn giản nhưng lại mang trong mình vẻ đẹp tuyệt vời ấy. Con đường dẫn đến sự giác ngộ và bình an không phải là lối đi dành cho tất cả mọi người, mà chỉ dành cho những ai có duyên sâu sắc với Phật pháp.

Những người này không chỉ có lòng tin vững chắc mà còn đủ dũng cảm để lựa chọn cho mình con đường đầy thử thách, gian nan nhưng cũng tràn đầy ý nghĩa và giá trị. Chỉ những tâm hồn nhạy cảm và chân thành mới có thể nhận ra rằng, giữa dòng đời xô bồ, việc tìm kiếm sự bình an nội tâm là một hành trình không hề dễ dàng. Họ hiểu rằng mỗi bước đi trên con đường này đều đòi hỏi sự kiên nhẫn, nỗ lực và một trái tim rộng mở.

Bởi vậy, ta càng thấm thía hơn lời dạy sâu sắc của đức Phật: “*Thân người khó được, giới pháp khó gặp, thời khắc dễ qua, đạo nghiệp khó thành.*” [1, tr. 15.] Những câu chữ ấy như một hồi chuông vang vọng trong tâm hồn, nhắc nhở chúng ta về giá trị của cuộc sống và sự quý báu của từng khoảnh khắc mà ta đang sống. Chính vì vậy, những ai may mắn có được thân người, có cơ hội tiếp cận với giáo lý của Phật pháp, hãy biết trân trọng và tận dụng những điều đó.

Hành trình tìm kiếm sự giác ngộ thông qua việc “gia nhập dòng Thiền” không chỉ là một mục tiêu, mà còn là một quá trình chuyển hóa bản thân, giúp ta trở nên tốt đẹp hơn, sống có ý nghĩa hơn trong cuộc đời này. Ánh sáng của Thiền thực sự dẫn dắt và giúp họ tìm thấy sự thông dong giữa dòng đời xuôi ngược.

Việc “gia nhập dòng Thiền” không chỉ đơn thuần là một phương pháp thực hành tâm linh mà còn là một hành trình sâu sắc, ý nghĩa, nhằm khám phá và hiểu biết một cách có hệ thống về bản chất của cuộc sống. Đây là một nỗ lực không ngừng nghỉ, thể hiện sự khao khát mãnh liệt trong việc tìm kiếm ý nghĩa sống và bản chất của sự tồn tại, giống như một cuộc phiêu lưu đầy thú vị vào một thế giới mới mẻ và đầy màu sắc.

Trong không gian này, những suy tư tinh tế và sâu lắng về sự sống, cái chết, cùng với mục đích cuối cùng của cuộc đời được lật mở một cách chân thật và sinh động. Tác giả đã khéo léo và tài tình kết nối giữa những hồi ức thơ ấu ngây

thơ, trong sáng với quá trình trưởng thành tâm linh của mỗi cá nhân.

Qua đó, tạo nên một bức tranh sống động và chân thực về sự chuyển giao giữa các giai đoạn khác nhau trong cuộc đời, cho thấy rằng mỗi bước đi, mỗi trải nghiệm đều đóng góp vào hành trình ý nghĩa đó.

Nhà thơ đã tinh tế khắc họa thái độ sống thanh thoi qua câu thơ *“Suốt ngày thanh thoi gảy cây đàn không điệu.”* Câu thơ như một bản nhạc êm dịu ngân vang trong không gian, mang lại cảm giác bình yên tuyệt đối, không bị đè nén bởi những lo toan hay áp lực của cuộc sống thường nhật. Hình ảnh gảy “đàn không điệu” không chỉ đơn thuần là những âm thanh phát ra, mà còn gợi lên sự tự do và thoải mái trong tâm hồn, như một cơn gió mát đổ về giữa ngày hè oi ả.

Nó tượng trưng cho một tâm hồn phiêu lãng, tự do khỏi những quy chuẩn chật hẹp của xã hội, hay những ràng buộc khắt khe của trách nhiệm. Như nhạc sĩ Trịnh Công Sơn đã từng nói: *“Mỗi đêm, tôi nhìn trời đất để học về lòng bao dung. Nhìn đường đi của kiến để biết về sự nhẫn nại. Sông vẫn chảy đời sông. Suối vẫn trôi đời suối. Đời người cũng để sống và hãy thả trôi đi những tị hiềm.”* [2, tr. 35.]

Chúng ta có thể hình dung một khoảnh khắc tuyệt vời, nơi con người sống thật với chính mình, không phải gồng mình lên để đáp ứng những kỳ vọng hay tiêu chuẩn nào từ bên ngoài. Đây là một trạng thái an nhiên, nơi mà chúng ta có thể thả hồn vào từng khoảnh khắc quý giá và trải nghiệm cuộc sống theo cách riêng của mình.

Giữa dòng đời hối hả, được sống như vậy chính là món quà tuyệt vời nhất, một sự giải thoát cho những lo âu và stress hiện hữu. Nó cho phép chúng ta dừng lại, mở rộng trái tim và tâm hồn để cảm nhận sâu sắc vẻ đẹp của cuộc sống và thưởng thức từng giai điệu của hạnh phúc:

*“Hạnh phúc do mình biết cách
Chuyện lớn biến thành nhỏ nhoi
Chuyện nhỏ nhìn như mây khói
Lòng ta - biển rộng bên đời.”* [12, tr. 115.]

Trong nhịp sống vội vã ngày nay, việc có thể thanh thoi gảy đàn như vậy chính là một điều hiếm hoi, là sự tìm kiếm trở về với bản thân mà mỗi người đều khát khao. Khoảnh khắc đó là một hành trình trở về với những giá trị đích thực của cuộc sống, nơi mà lòng ta được thanh thản và nhẹ nhàng.

Chính vì lẽ đó, thái độ sống thanh thoi không chỉ là một phương châm sống; nó còn là một niềm khao khát cháy bỏng của mỗi con người trong hành trình tìm

kiếm sự tĩnh lặng trong tâm hồn mình. Đó là lúc chúng ta thực sự lắng nghe tiếng lòng mình, chạm tới những điều giản dị nhưng quý giá, từ đó xây dựng nên một cuộc sống trọn vẹn hơn.

Những khoảnh khắc thanh thoi ấy không chỉ là một sự tạm ngưng trong guồng quay của cuộc sống, mà còn là cơ hội để chúng ta hiểu mình sâu sắc hơn, để từ đó, nâng niu và gìn giữ những điều bình dị, nhưng đầy ý nghĩa trong cuộc sống mỗi ngày.

2. Khám phá nhân sinh quan

Việc nhận thức về bản chất cuộc sống là một hành trình vô cùng sâu sắc và tràn đầy ý nghĩa, nơi mỗi cá nhân có cơ hội để khám phá những khía cạnh nền tảng của sự tồn tại cũng như tìm ra những ý nghĩa thực sự của cuộc sống.

Trong tác phẩm của mình, Trần Thánh Tông đã viết: *“Đã nhận ra được bộ mặt thật vốn có, Thì đến nơi nào mà lòng không thung dung?”*

Câu hỏi tu từ này không chỉ đơn thuần là một câu hỏi mà còn là một minh chứng cho triết lý Thiền sâu sắc, một triết lý sống giàu ý nghĩa mà nhiều người vẫn còn chưa thực sự thấu hiểu. Qua câu hỏi này, ông khuyến khích con người tìm kiếm sự bình an trong tâm hồn, bất chấp những biến động và thử thách không ngừng của cuộc sống xung quanh.

Khi mỗi cá nhân nhận ra “bộ mặt thật vốn có” của cuộc sống, đó chính là khởi đầu cho một trạng thái thấu hiểu sâu sắc về bản chất của thực tại là: *“...thế giới vũ trụ được hình thành do nhân duyên, vô ngã và vô bản chất, không do một đấng sáng thế nào tập hợp, chịu sự biến đổi, vô thường.”* [5, tr. 94.] Họ sẽ không còn bị ràng buộc bởi những ảo tưởng và những kỳ vọng không thực tế, cũng như không còn lo lắng về những điều nằm ngoài khả năng kiểm soát của mình. Hơn nữa, sự nhận thức này dẫn dắt họ đến một trạng thái tâm hồn tự tại, nơi mà bình yên và thanh thản có thể hiện diện.

Tự tại ở đây không đồng nghĩa là việc thờ ơ hay lơ đãng mọi biến động của cuộc sống. Trái lại, đó chính là khả năng chấp nhận và sống hòa hợp với những thay đổi mà cuộc sống mang lại một cách trọn vẹn, không bị phụ thuộc vào hoàn cảnh bên ngoài như *“khi ta nhận ra bên cạnh niềm vui khi mọi thứ thuận theo ý mình, còn có thứ niềm vui khi chấp nhận điều gì đó mình không như ý.”* [13, tr. 89.]

Thi nhân không chỉ khẳng định tầm quan trọng của việc thấu hiểu cuộc sống mà còn phản ánh một ước mơ sâu sắc mà nhiều người vẫn miệt mài theo đuổi -

đó là sự tự do và thanh thản trong tâm hồn. Trong xã hội hiện đại, nơi mà áp lực và lo âu về cuộc sống hàng ngày thường xuyên đè nặng lên vai mỗi người, việc đạt được trạng thái này trở nên vô cùng hiếm hoi và quý giá.

Giữa dòng đời hối hả, việc tìm kiếm sự bình an nội tại không chỉ đơn thuần là một khát khao cá nhân mà còn trở thành một mục tiêu quan trọng, giúp con người tái định hình giá trị sống, từ đó tiến bước hướng đến một cuộc sống có ý nghĩa và hạnh phúc hơn.

Chính vì vậy, chính niệm và sự tự nhận thức đang trở thành những chìa khóa hữu hiệu giúp con người mở cánh cửa đến với an lạc và tự do trong tâm hồn. Những yếu tố này không chỉ hỗ trợ họ đối diện với mọi thử thách một cách vững vàng mà còn giúp họ tìm thấy sự thanh thoát trong tâm trí và tinh thần. Khả năng này không chỉ đơn thuần là một lý tưởng xa vời mà chính là một thực tế mà mỗi người có thể hướng tới, nếu họ thực sự sẵn lòng bước vào hành trình khám phá bản thân và cuộc sống.

Câu *“Vạn pháp rồi bời đều không biết”* không chỉ đơn thuần khắc họa sự thanh tĩnh trước dòng chảy xô bồ của cuộc sống mà còn thể hiện một triết lý sâu sắc về cách tiếp cận và đối diện với những rối ren trong đời sống hàng ngày.

Ý nghĩa của câu nói này thật sự gợi nhắc chúng ta về tầm quan trọng của việc duy trì sự bình an, tâm hồn luôn tĩnh lặng giữa những sóng gió. Bởi một lẽ rằng: *“Chỉ vì sự tập hợp huân nhiễm lâu đời của chúng sinh mà phát ra sóng gió tri kiến của thần thức, vì chúng sinh buông mình theo con đường ô trược che lấp, cho nên không biết đem ánh sáng tuệ giác để chiếu soi, khiến cho bốn phương thành xứ lạ, mơ hồ không biết rõ lối về.”* [7, tr. 260.]

Trong bối cảnh hiện nay, khi cuộc sống xung quanh chao đảo với vô vàn thách thức và biến động, việc giữ vững tâm trí và cảm xúc không bị cuốn theo những hối hả, vội vã ấy là điều cực kỳ cần thiết.

Điều này không chỉ giúp chúng ta giữ được sự bình tĩnh trước những sóng gió mà còn mở ra một không gian quý giá cho việc tự tư duy và đánh giá bản thân. Khi chúng ta đối diện với những khó khăn, áp lực, việc có một tâm hồn tĩnh lặng sẽ cho phép chúng ta suy nghĩ một cách rõ ràng hơn và đưa ra những quyết định đúng đắn, thay vì phản ứng một cách tức thời do cơn sóng cảm xúc dâng cao.

Thật ra, mọi sự vật, hiện tượng mà chúng ta trải nghiệm đều mang tính tạm bợ; chúng tồn tại rồi sẽ biến mất và sự biến đổi này diễn ra không ngừng nghỉ. Nhận thức được tính chất tạm thời của mọi thứ giúp chúng ta giảm thiểu những

lo âu và căng thẳng không cần thiết. Khi xác định rằng những khó khăn hiện tại chỉ là giai đoạn tạm thời, chúng ta sẽ không dễ bị cuốn vào những năm tháng dài đằng đẳng của những suy nghĩ tiêu cực hay những cảm giác bất an. Thái độ này không chỉ giúp ta trở nên kiên cường hơn mà còn tạo ra khả năng phục hồi mạnh mẽ trước những biến cố trong cuộc đời.

Tình hình thế giới hiện nay đang rất hỗn loạn và bất ổn do sự sụp đổ của trật tự quốc tế đơn cực, dẫn đến xung đột và mâu thuẫn giữa các quốc gia. Các cuộc khủng hoảng toàn cầu đang gia tăng, từ cuộc chiến ở Syria đến tình hình căng thẳng ở Hàn Quốc. Tổng thư ký Liên hợp quốc Antonio Guterres đã cảnh báo về “thời kỳ hỗn loạn” khi các vấn đề về chính trị quan trọng chưa được giải quyết, làm gia tăng nguy cơ xung đột mới.

Bên cạnh đó, căng thẳng giữa Mỹ và Trung Quốc cùng với khủng hoảng kinh tế toàn cầu tạo ra một bức tranh âm ảm về an ninh và hòa bình cho tương lai. Trong một thế giới mà sự hỗn loạn và bất ổn dường như trở thành điều thường nhật, khả năng giữ vững sự điềm tĩnh và không bị cuốn vào những biến động xung quanh quả thật là một giá trị quý báu.

Việc thực hành triết lý này cho phép chúng ta đối mặt với mọi thách thức trong cuộc sống một cách khôn ngoan hơn, bằng cách tìm kiếm giải pháp thay vì gục ngã trong cảm giác bất lực. Nó cũng nuôi dưỡng sự tự tin, giúp cho chúng ta có thể nhìn nhận mọi thứ từ một góc độ sáng suốt và tích cực hơn.

Khi áp dụng triết lý này vào cuộc sống hàng ngày, chúng ta không chỉ đem lại lợi ích cho bản thân mà còn góp phần tạo nên một môi trường tích cực cho những người xung quanh. Sự bình an trong tâm hồn có khả năng lan tỏa, tạo ra một không gian hòa hợp, giúp các mối quan hệ quanh ta cũng trở nên bền chặt và an lành hơn.

Cuối cùng, việc sống theo triết lý *“vạn pháp rồi bời đều không biết”* chính là phương pháp luyện tập tốt nhất để sống trọn vẹn và đầy ý nghĩa ngay cả trong sự hỗn loạn của cuộc sống hiện đại.

3. Sự tự tại trong cuộc sống

Câu thơ: *“Ăn cơm, đi ngủ đều tùy ý, ngoài ra, không có việc gì khác đáng làm,”* không chỉ là lời tuyên ngôn mạnh mẽ về tự do cá nhân mà còn là bức tranh sống động về nền lối sống giản dị và tự tại của nhà vua.

Trần Thánh Tông, qua từng chữ, đã khắc họa rõ nét quan điểm sâu sắc của mình về việc giải phóng tâm hồn khỏi những gánh nặng trần thế, những áp lực

xã hội, và những quy chuẩn khắt khe mà con người thường phải mang vác.

Sự “tùy ý” trong việc ăn và ngủ không chỉ là thỏa mãn nhu cầu sinh lý, mà còn ẩn chứa một chiều sâu tâm linh, một tự do tinh thần mà mỗi người đều khát khao. Đó là hình thức giải thoát vĩ đại, mở ra cánh cửa cho tâm hồn được nhẹ nhàng, thanh thản. Những khoảnh khắc giản dị ấy, cho phép con người tìm thấy niềm vui từ những điều nhỏ bé nhất, từ đó tạo nên cuộc sống hạnh phúc và tràn đầy ý nghĩa.

Chính những hành động bình dị như “ăn cơm” hay “đi ngủ” trở thành biểu tượng của tự do, khơi dậy sức mạnh nội tại, giúp mỗi cá nhân tự quyết định cuộc sống của mình mà không bị ràng buộc bởi bất kỳ quy định nào.

Hơn thế nữa, câu thơ này còn mang trong mình triết lý sống hòa hợp giữa con người với thiên nhiên và thế giới xung quanh, khẳng định rằng mỗi chúng ta đều có quyền trải nghiệm và tận hưởng những điều giản dị nhưng tràn đầy hạnh phúc.

Trong bối cảnh xã hội hiện đại, nơi mà áp lực và căng thẳng như những đám mây u ám bao trùm, việc nhấn mạnh tầm quan trọng của sự tự do và thoải mái trở nên quý giá hơn bao giờ hết, như một lời nhắc nhở về giá trị của những điều giản dị trong cuộc sống hàng ngày. Ở đây, có sự đồng điệu kỳ lạ giữa hai thế hệ, giữa vua Trần Thánh Tông và vua Trần Nhân Tông, khi vua Trần Nhân Tông cũng khẳng định: *“Cư trần lạc đạo hãy tùy duyên, Đói cứ ăn no, mệt ngủ liền.”* [9, tr. 248.]

Dù sống ở hai thời đại khác nhau, cả hai bậc đế vương đều hướng tới lý tưởng sống nhân văn cao cả, khuyến khích mọi người tìm kiếm sự bình yên và hòa hợp trong cuộc sống của chính mình, nhấn mạnh rằng mỗi cá nhân xứng đáng được sống tự do, được tận hưởng cuộc sống theo cách riêng của mình.

Câu thơ của Trần Thánh Tông không chỉ là lời nói mà còn là thông điệp sâu sắc, khuyến khích chúng ta trân trọng từng khoảnh khắc giản dị và khát khao hướng về một tự do thực sự, nơi mà mỗi người đều có thể tự do mơ ước và thực hiện ước mơ của chính mình.

Trong bối cảnh mà nhiều người thường xuyên phải chịu đựng áp lực để đạt được những mục tiêu vật chất hay tìm kiếm sự công nhận từ bên ngoài, Trần Thánh Tông thuyết phục rằng cuộc sống nên được trải nghiệm theo cách riêng của mỗi người, tự do và đầy đủ ý nghĩa, không bị ràng buộc bởi những giá trị vật chất bề ngoài. Ông khuyến khích chúng ta tìm kiếm sự bình yên trong tâm hồn, sống một cuộc đời giản dị, hòa hợp với chính mình.

Giá trị thực sự không nằm ở những vật chất hay danh vọng phù phiếm, mà ở khả năng thưởng thức những điều nhỏ bé mà cuộc sống mang lại, như những khoảnh khắc bình lặng và sự an yên trong tâm hồn. Điều này không chỉ phản ánh một cách tiếp cận khác biệt đối với cuộc sống mà còn khẳng định giá trị thực sự của tự do trong cách mà mỗi chúng ta chọn để sống và cảm nhận thế giới xung quanh.

Cuộc sống sẽ trở nên phong phú hơn khi chúng ta có thể tự do theo đuổi những đam mê cá nhân và sống thật với bản thân, thay vì phải chạy theo những kỳ vọng xã hội. Như vậy, thông điệp của Trần Thánh Tông không chỉ là một lời nhắc nhở mà còn là một lời khuyên chân thành, khuyến khích chúng ta tự do mơ ước về một tương lai tươi sáng hơn, nơi mà mỗi cá nhân đều có thể sống thật với chính mình, hòa quyện cùng vũ trụ bao la.

Công phu tu tập mà Trần Thánh Tông đề cập đến không chỉ đơn thuần là khái niệm về nỗ lực mà còn mang một ý nghĩa sâu sắc và phong phú, được thể hiện rõ nét qua câu thơ: *“Một cái búng tay phá được vạn tầng núi.”*

Câu thơ này không chỉ nói lên sự dễ dàng, nhẹ nhàng trong việc đạt tới trí tuệ và sự giác ngộ mà còn là một minh chứng sống động cho sức mạnh tiềm ẩn của sự hiểu biết sâu sắc. Ở đây, từ “công phu” không chỉ đơn thuần ám chỉ đến những cố gắng về vật chất hay tinh thần mà còn mở ra một chiều sâu hơn về việc thẩm thấu và đón nhận bản chất của cuộc sống và con người.

Điều này ngụ ý rằng, công phu trong tu tập không chỉ là sự kiên trì, mà còn là việc tìm kiếm một cách nhận thức chính xác về thế giới quanh ta. Người tu tập cần có sự nhạy bén, khả năng quan sát và kiến thức để nhận ra những chân lý ẩn giấu trong từng khoảnh khắc của cuộc sống, bằng cách: *“Chỉ xem ngũ uẩn đều không, tứ đại vô ngã, chân tâm không tướng, không đến không đi, khi sinh tính không đến, khi chết chẳng đi, yên tĩnh viên tịch, tâm cảnh như một. Phải hiểu được như vậy mới chóng đến ngộ, không bị ba đời ràng buộc.”* [10, tr. 153.]

Qua một hành trình hạ thủ công phu, hành giả sẽ có khả năng vượt qua mọi rào cản, bất kể đó là những khó khăn về mặt ngoại cảnh hay nội tâm. Sự giác ngộ trở nên gần gũi và thực tế hơn, không còn điều gì là huyền bí hay xa xăm. Khi chúng ta tiếp cận với trực cảm tâm linh và tri thức một cách chính xác, chúng ta sẽ tìm thấy cánh cửa mở ra trí tuệ vô biên, nơi mà sự hiểu biết và tình yêu thương có thể chảy tràn.

Mỗi cá nhân đều có thể trang bị cho mình những tư lương cần thiết để vượt qua những thử thách trong hành trình tìm kiếm chân lý. Từ đó, chúng ta có thể thấu

hiếu và trân trọng những giá trị quý báu trong cuộc sống, từ tình cảm đến sự kỳ diệu của sự tồn tại.

Điều này không chỉ góp phần vào sự tiến bộ cá nhân mà còn nâng cao ý nghĩa của cuộc sống trong mối quan hệ với người khác và thế giới xung quanh. Và đây cũng chính là giá trị và ý nghĩa về cuộc đời của đức từ phụ Thích Ca Mâu Ni: *“Một người, này các Tỷ-kheo, khi xuất hiện ở đời, sự xuất hiện đem lại hạnh phúc cho số đông, an lạc cho số đông, vì lòng thương tưởng cho đời, vì lợi ích, vì hạnh phúc, vì an lạc cho chư Thiên và loài Người. Một người ấy là ai? Chính là Thế Tôn, bậc A-la-hán, Chính Đẳng Giác...”* [11, tr. 25.]

4. Tâm hồn tự do và không vương bận

Câu thơ *“Trong lòng ta không thiếu cũng không thừa”* thực sự phản ánh một triết lý sống vô cùng sâu sắc về sự hài hòa nội tâm và cảm nhận thật sự về cuộc sống. Qua đó, nhà thơ đã khéo léo thể hiện trạng thái đầy đủ mà không có sự thừa thãi hay thiếu thốn, cho thấy rằng cảm giác đủ đầy về cả vật chất lẫn tinh thần thường không thể lấy từ những gì bên ngoài.

Thay vào đó, nguồn cội của sự đầy đủ ấy bắt nguồn từ chính sự nhận thức và cảm xúc bên trong con người. Khi nói về sự “đủ”, nhà thơ không chỉ đề cập đến việc tích lũy vật chất hay những giá trị bên ngoài mà nhiều người thường coi trọng, mà còn khắc họa một hành trình tĩnh lặng và sâu sắc trong việc tìm kiếm sự cân bằng.

Sự đủ ở đây thể hiện một trạng thái tinh thần an nhiên, thoát khỏi áp lực và cạnh tranh trong xã hội hiện đại, nơi con người thường cảm thấy không đủ hoặc phải chạy theo những tiêu chuẩn khắt khe do xã hội đặt ra. Điều này không chỉ là một cách sống mà còn là một triết lý chứa đựng sự sâu sắc về việc chấp nhận thực tại và tìm kiếm niềm vui nhỏ nhoi trong từng khoảnh khắc của cuộc sống.

Qua những dòng thơ này, tác giả gửi gắm một thông điệp quý giá về việc theo đuổi hạnh phúc. Hạnh phúc đích thực không phải là một đích đến xa vời được hình thành từ những yếu tố bên ngoài như địa vị, quyền lực hay của cải, mà là một trạng thái bình yên trong tâm hồn. Đó là sự chấp nhận bản thân với tất cả những gì mình có và không có, là khả năng tận hưởng từng khoảnh khắc dù cho cuộc sống có nhiều điều thử thách.

Hơn nữa, tác giả nhắc nhở chúng ta rằng, sự đủ đầy không đến từ sự so sánh hay khát khao những gì người khác có mà chính từ việc nhìn nhận và hiểu biết sâu sắc về bản thân, về những giá trị nội tại mà mỗi người chúng ta sở hữu. Về điều này đức Thế Tôn đã dạy chúng đệ tử rằng:

"...khi được người ta khen ngợi, đừng vì lời khen mà vui mừng. Thay vào đó, các đệ tử của ngài hãy xem xét những lời khen đó có hiện hữu trong mình hay không! Nếu có thì ghi nhận là có và tiếp tục tu tập để làm lớn thiện nghiệp ấy; nếu không thì hãy nói rằng trong tôi không có những phẩm chất tốt đẹp ấy. Ngược lại, nếu bị người khác chỉ trích, phê bình, chống đối, đệ tử Phật hãy bình tâm quán chiếu, xem thử sự phê phán ấy có trong ta hay không, nếu có thì ghi nhận và sửa chữa. Nếu không có thì nói rằng những bất thiện pháp ấy không hiện diện trong cuộc sống của tôi." [11, tr. 12-13.]

Khi mà mỗi người tìm thấy sự an lạc trong tâm hồn mình và biết trân trọng những gì mình có, thì họ đã thực sự chạm tới một hạnh phúc không gì có thể lay chuyển được. Điều này cũng phản ánh một tư duy trưởng thành, nơi mà con người không còn bị mắc kẹt trong sự mơ ước về những điều xa vời, mà biết hướng về bên trong để tìm kiếm sự viên mãn và hạnh phúc đích thực.

Lại nữa, Trần Thánh Tông, với quan điểm *"Phật là không, người cũng là không"*, đã truyền tải một thông điệp sâu sắc không chỉ về sự không phân biệt giữa Phật và con người, mà còn về tính đồng nhất vĩ đại giữa con người và vũ trụ.

Triết lý này chính là một tiêu điểm quan trọng trong tư tưởng của ông, nhấn mạnh rằng trong trạng thái giác ngộ, những ranh giới tạm thời mà con người thường đặt ra để phân chia giữa mình và những thực thể khác đều trở nên vô nghĩa.

Khi nói rằng *"Phật là không, người cũng là không"*, Trần Thánh Tông thực sự hướng chúng ta đến việc vượt qua những khái niệm tách biệt, để nhìn nhận mọi thứ như là một toàn thể duy nhất. Trong trạng thái giác ngộ, các khái niệm như giới hạn, cá nhân hay sự phân biệt trở nên không còn ý nghĩa, bởi lẽ bản chất thực sự của sự sống là sự hòa quyện giữa con người với toàn bộ vũ trụ.

Quan điểm này mở ra một cách nhìn mới về mối quan hệ giữa con người với nhau, cũng như với thiên nhiên và vũ trụ xung quanh. Để thấy rằng:

Một quan điểm về Phật thế như thế sẽ tác động mạnh mẽ vào tâm thức con người trong chiều hướng thẳng tiến, được xây dựng trên nền tảng của nguyên lý đạo đức của con người, là đầu mối của thần minh, chứ không phải gì khác ngoài hiện thực con người đang sống. Hay nói cách khác, xuất phát điểm từ con người, vì con người mà sống theo nguyên lý đạo đức của con người thiết lập mà chuyển hóa thân tâm, sống tốt đời đẹp đạo. Chính xuất phát từ nhận thức như thế, mà tự thân mỗi con người luôn nỗ lực nhiệt tâm tự giác sống đúng luật nghi, phòng hộ các căn, tẩy rửa thân tâm, tỉnh thức để thiết lập các mối quan hệ giữa người với người, giữa người với môi trường sống của xã hội. [4, tr. 61-

Điều này có nghĩa là tất cả mọi tồn tại đều liên kết mật thiết với nhau, trong đó mọi hành động, suy nghĩ và cảm xúc của mỗi cá nhân đều có thể ảnh hưởng đến cái lớn hơn. Như vậy, việc hướng tới sự đồng nhất không chỉ là một khái niệm trừu tượng mà còn là một phần thiết yếu trong hành trình đạt đến sự giác ngộ.

Qua đó, chúng ta có thể hiểu rằng để đạt được sự đổi mới trong nhận thức, con người cần phải nhận ra rằng mọi thứ trong cuộc sống đều có sự liên kết và phụ thuộc lẫn nhau, tạo ra một thể thống nhất vĩ đại. Quan điểm này không chỉ thể hiện một tư duy triết học sâu sắc mà còn phản ánh sự hòa hợp và đồng điệu của con người trong dòng chảy lớn của cuộc sống, từ đó khuyến khích mọi người tìm kiếm những giá trị bền vững và cộng cảm trong hành trình hướng tới sự phát triển và giác ngộ bền vững.



Cảnh thiên nhiên thanh bình (Ảnh minh họa thiết kế bởi AI)

5. Hình ảnh thiên nhiên và cảm xúc

Câu thơ “*Cảnh thu xa ở ngoài trời xa, mây khoá non xanh mặc cái trò đô-lô*” của Trần Thánh Tông không chỉ đơn thuần vẽ nên một bức tranh thiên nhiên, mà còn khơi dậy một không gian tràn đầy chất Thiền, nơi mà sự giao hoà giữa con người và cảnh vật trở nên ngọt ngào, sâu sắc hơn bao giờ hết.

Mỗi từ ngữ được chọn lựa cẩn thận trong câu thơ như những nốt nhạc nhẹ nhàng trong bản hòa tấu của đất trời, gợi nên những cảm xúc thâm trầm và những suy tư sâu lắng của tâm hồn tác giả. Hai cụm từ “cảnh thu xa” và “trời

xa” không chỉ đơn thuần là những hình ảnh miêu tả khung cảnh, mà còn tạo ra một không gian bao la, rộng lớn, như thể mỗi người đọc đều có thể cảm nhận được một sự giải thoát khỏi những bộn bề và phức tạp của cuộc sống hàng ngày.

Không gian này không chỉ là một chốn dừng chân, mà còn là một điểm tựa thanh bình, nơi đón nhận những làn gió mát từ thiên nhiên, nơi mà con người có thể tìm thấy sự tĩnh lặng trong chính tâm hồn của mình, như một bức tranh sống động vẽ về vẻ đẹp vô tận của trời đất.

Hình ảnh “mây khoá non xanh” hiện lên như một làn sương mỏng manh, vừa bí ẩn vừa dịu dàng. Những đám mây không chỉ đơn giản là những khối chất khí tự nhiên, mà chúng còn là biểu tượng cho sự bảo vệ ngoan ngoãn của thiên nhiên đối với những đỉnh núi xanh tươi, tượng trưng cho những điều tốt đẹp và những tia hy vọng trong cuộc sống.

Đồng thời, hình ảnh này cũng mang trong mình một ẩn dụ phong phú, về những suy nghĩ thường nhật và những nỗi lo âu mà con người chai lì tự giam giữ trong tâm hồn mình. Dù bị bao vây bởi sự lo toan đời thường, nhưng sự hiện diện của thiên nhiên vẫn mang đến cho con người cảm giác an yên, thanh thản, là nơi mà họ có thể tìm về để xoa dịu những bộn bề lo âu trong tâm trí. Cũng chính vì lẽ ấy mà nói rằng *“thiên nhiên trước sau vẫn là một sự nâng đỡ thầm kín và bền vững cho mối tình của con người với cuộc sống.”* [8, tr. 11.]

Chữ “mặc” trong cụm “mặc cái trò đô-lô” là một lời nhắc nhở không thể quên về sự tự tại, ung dung trong cuộc sống, cho phép con người chấp nhận những biến đổi không ngừng của tạo hóa. Ý nghĩa của câu chữ này phản ánh một triết lý sống thấu triệt, khơi dậy niềm tin trong mỗi người rằng việc chấp nhận lẽ vô thường của cuộc sống là điều cần thiết, từ niềm vui đến nỗi buồn, từ thành công đến thất bại. Những sắc màu trầm lắng của cảnh thu không chỉ tạo nên một bức tranh sinh động về thiên nhiên, mà còn làm nổi bật một lăng kính soi rọi vào bản ngã, tâm hồn con người giữa dòng đời xô bồ.

Toàn bộ câu thơ như tỏa ra vẻ đẹp thanh tĩnh, siêu thoát, phản ánh một tâm hồn an nhiên, đã đạt được sự giác ngộ sâu sắc, vượt ra ngoài những vòng luân hồi trầm luân. Qua việc miêu tả cảnh sắc thiên nhiên một cách thâm tình, Trần Thánh Tông không chỉ khắc họa vẻ đẹp của trời đất mà còn khơi gợi những suy tư sâu sắc về cuộc sống.

Điều này nhắc nhở người đọc về sự chuyển mình của thời gian và vẻ đẹp của sự thanh thản trong tâm hồn giữa những thăng trầm của nhân sinh. Thiên nhiên trong thơ không chỉ là bối cảnh, mà còn là một người bạn tâm giao, giúp con

người khám phá ra sự đồng điệu trong tâm hồn, cùng nhau sẻ chia những cảm xúc sâu sắc nhất mà cuộc đời ban tặng. Bởi một lẽ rằng *“Cảm giác của sự an lạc, trầm lắng khi hòa điệu với thiên nhiên là một thứ gì khó diễn đạt! Chỉ tự thân cảm nghiệm mới nhận chân được giá trị của hạnh phúc do nó mang lại.”* [11, tr. 9.]

Kết luận

Bài thơ Tự thuật của Trần Thánh Tông hiện lên như một kiệt tác không chỉ đơn thuần của nghệ thuật thi ca, mà còn mang trong mình một triết lý sống sâu sắc, được đan xen một cách tinh tế qua từng câu chữ. Những ngôn từ giản dị nhưng đầy sức nặng và ý nghĩa đã khắc họa nên một bức tranh sống động về sự thanh thoát, tự tại trong cuộc sống, mở ra cho người đọc một hành trình khám phá sâu xa về bản thể của con người.

Mỗi câu thơ, giống như những nét vẽ mềm mại trên bức tranh của tâm hồn, chạm đến những cung bậc cảm xúc và suy tư phong phú. Nó dẫn dắt chúng ta đến một thế giới nội tâm phong phú, nơi mà bình an và hạnh phúc không chỉ đơn thuần là những gì đến từ những yếu tố bên ngoài như vật chất hay danh vọng, mà thực sự ẩn chứa sâu xa trong bản thân mỗi người, ngay trong từng khoảnh khắc tĩnh lặng của tâm hồn.

Qua từng dòng thơ, Trần Thánh Tông đã khéo léo truyền tải thông điệp rằng giá trị đích thực của cuộc sống không nằm ở sự giàu có hay địa vị xã hội, mà chính là tinh thần tự do, khả năng sống giản dị nhưng vẫn đầy ắp ý nghĩa.

Trong những dòng chữ nhẹ nhàng nhưng tràn đầy sức hút ấy, ông khuyến khích người đọc sống chân thực với chính mình, khám phá và tìm kiếm sự bình yên không chỉ ở những điều xung quanh mà còn ở bên trong, nơi những giá trị nhân văn luôn rục rờ và sống động. Điều này đặc biệt quan trọng trong thế giới hiện đại, nơi mà mỗi người thường bị cuốn vào những guồng quay của cuộc sống và dễ dàng quên đi những điều giản dị nhưng quý giá, những giá trị nhỏ bé nhưng lại chứa đựng nguồn sức mạnh to lớn trong việc định hình tâm hồn và tư duy của mỗi cá nhân.

Từ đó, chúng ta có thể hiểu rõ hơn về giá trị tồn tại của nhân thế và cách mà chúng ta ứng xử với chính bản thân, cũng như với thế giới xung quanh. Thông điệp ấy, mặc dù đơn giản nhưng mạnh mẽ, như một tiếng vọng êm dịu giữa lòng cuộc sống bộn bề, khơi dậy trong trái tim mỗi người những suy tư sâu sắc về lẽ sống, về cách thức mà ta tìm kiếm hạnh phúc và sự thỏa mãn trong cuộc sống.

Bài thơ không chỉ là một tác phẩm nghệ thuật mà còn là một hành trình tâm linh, đưa ta đến gần hơn với bản chất thật sự của cuộc đời, khuyến khích mỗi chúng ta dừng lại, nhìn nhận và trân trọng những giá trị thiêng liêng mà mỗi phút giây sống đem lại. Thực sự, Tự thuật không chỉ là một bài thơ, mà là ngọn đèn soi sáng con đường dẫn đến sự hiểu biết sâu sắc về chính mình và nhân loại.

Tác giả: **Tôn nữ Thị Tường Vy (Thích nữ Thông Diệu)**

Học viên Cao học khoá II, chuyên ngành Văn học Phật giáo,

Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Thích Thiện Chơn (dịch) (2013), *Tỳ Kheo ni giới bốn*, Nxb Tôn giáo.
2. Nguyễn Duy và Nguyễn Trọng Chúc (biên soạn) (2018), *Trịnh Công Sơn - Tôi là ai, là ai...*, Nxb Trẻ, TP. Hồ Chí Minh.
3. Thích Phước Đạt (2020), *Trần Thái Tông và Khóa hư lục nhìn từ góc độ văn học*, Nxb Hồng đức, TP. Hồ Chí Minh.
4. Thích Phước Đạt (2022), *Văn hóa Phật giáo Việt Nam: Tiếp biến và hội nhập*, Nxb Khoa học Xã hội, TP. Hồ Chí Minh.
5. Thích Phước Đạt, Thích Hạnh Tuệ, Thích Nữ Thanh Quế, Lương Quý Ngọc (2022), *Văn hóa Phật giáo Việt Nam*, Nxb Phụ nữ Việt Nam, TP. Hồ Chí Minh.
6. Vĩnh Hảo (2023), *Thiên thần quét lá*, Nxb Dân trí, Hà Nội.
7. Nguyễn Lang (1974), *Việt Nam Phật giáo sử luận tập 1 và 2*, Nxb Lá bối, Sài Gòn.
8. Lê Thị Thanh Tâm (2019), *Thơ ca Phật giáo Việt Nam - Đông Á nhìn từ mỹ học Thiền*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội, Hà Nội.
9. Lê Mạnh Thát (2000), *Trần Nhân Tông toàn tập*, Nxb Tp. Hồ Chí Minh, TP. Hồ Chí Minh.
10. Ngô Đức Thọ (dịch) (1990), *Thiền uyển tập anh*, Nxb Văn học, Hà Nội.
11. Thích Viên Trí (2013), *Phật giáo qua lăng kính xã hội*, Nxb Phương đông, TP. Hồ Chí Minh.
12. Thích Tánh Tuệ (2022), *An nhiên giữa những thăng trầm*, Nxb Thế giới, TP. Hồ Chí Minh.

13. Thích Tánh Tuệ (2022), Đường về chân hạnh phúc, Nxb Dân trí, TP. Hồ Chí Minh.

14. Viện văn học (1989), Thơ văn Lý - Trần II, Nxb Khoa học Xã hội, Hà Nội.