

Vui Xuân trong ánh sáng Chính pháp

ISSN: 2734-9195 14:30 06/02/2026

“Vui Xuân theo Chính pháp” không chỉ là lời khuyên đạo đức, mà là một triết lý sống mang tính ứng dụng: biết sống hạnh phúc giữa cuộc đời vô thường, không đánh mất tâm tĩnh thức.

Tác giả: **Tỳ kheo ni Thích nữ Liễu Liên**

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 01/2026

Trên cơ sở kinh tạng Nikāya, A-hàm và văn học Thiền Việt Nam, tác giả phân tích mùa Xuân như biểu tượng của vô thường, duyên khởi, tâm tịnh và pháp lạc. Bài học Phật pháp trong dịp Tết được trình bày qua hỷ xả, tri túc, chính niệm, bố thí và tu tập tĩnh thức.

Triết lý "vui Xuân theo chính pháp", vừa tùy thuận với văn hóa dân tộc, vừa nâng cao đời sống đạo đức và tâm linh trong cộng đồng Phật tử Việt Nam.



Ảnh: sưu tầm

Trong bối cảnh xã hội hiện đại, khi đời sống vật chất được nâng cao, các hình thức vui Xuân đón tết ngày càng phong phú, đôi khi bị chi phối bởi hưởng thụ,

phô trương và phóng dật.

Vì vậy, vấn đề đáng quan tâm là làm thế nào để triển khai: tư tưởng - tu tập - ứng dụng thực tiễn, nhằm làm rõ triết lý “vui Xuân trong chính pháp”, vừa vui Xuân đón Tết nhưng vừa giữ được đời sống thanh tịnh?

I. Biểu tượng và triết lý “Xuân” trong tư tưởng Phật học

Trong kinh đức Phật không trực tiếp nói về mùa Xuân, nhưng “Xuân” được phản ánh qua giáo lý vô thường (anicca), duyên khởi (paticcasamuppāda), tâm tịnh (cittavisuddhi) và pháp lạc (dhammapīti). Đây là những yếu tố tạo nên chiều sâu của biểu tượng “Xuân” trong đạo Phật.

1. Xuân và vô thường - bài học về sự sinh diệt và chuyển hóa

Xuân - hạ - thu - đông phải chăng đã phản ánh tiến trình sinh - trụ - dị - diệt của vạn pháp? Thiền sư Vạn Hạnh từng nói:

Thân như điện ảnh hữu hoàn vô,

Vạn mộc Xuân vinh, thu hựu khô.

Nhậm vận thịnh suy vô bố úy,

Thịnh suy như lộ thảo đầu phô [1].

Bài thơ giúp nhận diện được tính tạm bợ của các pháp, từ đó sống tỉnh thức hơn trong từng khoảnh khắc. Bằng tuệ giác quán thấy vô thường, qua đó cảm nhận mùa Xuân không còn là khoảnh khắc vui sướng ngắn ngủi mà trở thành pháp môn quán chiếu: mỗi chồi non mọc lên cũng là minh chứng cho tính duyên sinh, mỗi cánh hoa rụng xuống lại nhắc ta về giới hạn của kiếp người. Chính sự nẩy nở rồi tàn phai ấy làm hiển lộ vẻ đẹp chân thực của đời sống. Thế nên đức Phật đã dạy:

“Tất cả pháp hữu vi,

Như mộng, huyễn, bọt, bóng,

Như sương cũng như điện,

Hãy quán sát như thế” [2].

Hiểu lý lẽ này, giúp hành giả ngấm Xuân mà không chấp đắm, vì biết rõ Xuân đến Xuân đi đều do duyên hợp. Như vậy ắt hẳn sẽ tự thức tỉnh, khiến cho mỗi hành giả sẽ ngay nơi vô thường ấy đã tiếp xúc với Niết-bàn tịch tịnh.

2. Xuân và duyên khởi - sự vận hành tương tức

Nếu vô thường là đặc tính, thì duyên khởi là nguyên lý vận hành của mùa Xuân. Mọi hiện tượng của mùa Xuân là kết quả của vô số duyên hợp: ánh nắng, độ ẩm, khí trời, mạch sống của cỏ cây... Tất cả biểu hiện nguyên lý “cái này có nên cái kia có, cái này sinh nên cái kia sinh” (imasmim sati idam hoti). Chỉ khổ là, “do vô minh duyên hành, do hành duyên thức... như vậy toàn bộ khổ uẩn sinh khởi”[3]. Tuy nhiên, chính trong tiến trình ấy, khi có chính trí tuệ, người tu có thể “thuận duyên khởi” để chuyển hóa, “do vô minh diệt nên hành diệt, do hành diệt nên thức diệt...”[4].

Mùa Xuân, vì thế, biểu trưng cho sự chuyển hóa duyên khởi – khi tâm vô minh được soi sáng bởi trí tuệ, đời sống trở thành dòng tái sinh của thiện pháp. Qua đó cho thấy, “Xuân” là hình ảnh của sinh khởi lành mạnh, tượng trưng cho tâm thiện và những mầm giác ngộ nảy nở trong đời sống. Người học Phật không chống lại dòng chảy của cuộc đời, mà sống thuận duyên, an trú tự nhiên, giống như hoa Xuân nở rộ nhờ đủ nắng gió mưa sương.

Nên nói, hiểu được lý duyên khởi sẽ giúp người tu không chấp thủ vào cái riêng lẻ mà thấy mọi pháp tùy thuộc lẫn nhau, từ đó, trưởng dưỡng được lòng khiêm cung và tâm từ hòa.

3. Xuân và tâm tịnh - từ cảnh Xuân đến “Xuân của nội tâm”

Thiền học xem “Xuân” là biểu tượng của bản tâm thanh tịnh, nên Thiền sư Mãn Giác đã miêu tả cảnh Xuân:

“Xuân đi trăm hoa rụng,

Xuân đến trăm hoa cười.

Trước mắt việc đi mãi,

Trên đầu già đến rồi.

Chớ bảo Xuân tàn hoa rụng hết,

Đêm qua sân trước một cành mai” [5].

Xuân đến, đi là quy luật sinh diệt của vạn pháp, dù vô thường chi phối, nhưng bản tâm vẫn thanh tịnh, không sinh không diệt, cũng như “cành mai nở trong đêm Xuân tàn”.

Cành mai ấy biểu trưng cho tính giác, nên khi mùa Xuân tàn nhưng được soi sáng bởi chính pháp, sẽ cảm nhận được *“Tâm tịnh, quốc độ tịnh”* [6]: Nếu tâm thanh tịnh, thì dù giữa đông giá vẫn là Xuân; ngược lại, tâm loạn động thì giữa mùa Xuân cũng chỉ là khổ não. Vậy nên, tâm an chính là mùa Xuân vĩnh cửu, là biểu hiện của Pháp lạc, biểu trưng cho mùa Xuân hiện hữu trong từng sát-na, nếu tâm tỉnh thức. Hình ảnh này cũng chính là miêu tả tinh thần “Xuân trong cửa thiền” - Xuân của chính niệm, thế giới bằng con mắt tỉnh giác, tươi trẻ trong hiện tại.

4. Xuân và pháp lạc - niềm vui của bậc trí

Hỷ lạc là niềm vui nội tâm, phát sinh từ giới-định-tuệ, khác với dục lạc thế gian. Trong Kinh mô tả rõ ràng niềm hỷ lạc khi tâm đã ly dục, ly bất thiện pháp: *“Ly dục, ly bất thiện pháp,... chứng và an trú Sơ thiền, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sinh, có tầm có tứ”* [7].

Niềm vui đó không lệ thuộc ngoại cảnh, do an trú trong chính niệm mà cảm nhận được. Người học Phật tâm tịnh, thấy cảnh Xuân, tươi đẹp không dính mắc, hoan hỷ mà không đắm nhiễm, đó chính là đang sống trong pháp lạc, tức vui trong tỉnh thức, gọi là mùa Xuân trong thiền định.

Đức Phật dạy: “Nhu giữa đồng rác nhớt, Quảng bỏ ngoài đường lớn, Chỗ ấy nở hoa sen, Thơm sạch đẹp lòng người. Cũng vậy giữa quần sinh, Uế, nhiễm, mù, phàm tục, Đệ tử bậc chính giác, Sáng ngời với trí tuệ” [8]. Đó là niềm hỷ lạc của bậc sống trong trần nhưng chẳng nhiễm trần. Người học Phật vui Xuân không phải là niềm vui cảm xúc, mà do trạng thái tâm sáng suốt, hỷ lạc và giải thoát - gọi là Xuân Di Lạc, tức được vun đắp bằng tâm từ và hạnh phúc của sự bất nhiễm.

5. Từ Xuân đất trời tiến đến Xuân hợp nhất của đạo và đời

Phật giáo không phủ nhận niềm vui thế tục, nhưng hướng dẫn cách chuyển hóa thành niềm vui tỉnh thức. Như đức Phật dạy cư sĩ Garahadhinna, người biết sống trong hỷ lạc của pháp, dù ở giữa trần gian vẫn không nhiễm trần [9].

Như vậy, người phật tử đón Tết, nếu biết lấy tâm từ bi, trí tuệ và chính niệm làm nền tảng, thì mọi hoạt động - cúng dường, chúc tết, đoàn tụ, vui chơi - đều trở thành cơ hội thực tập chính pháp. Mùa Xuân vì thế không còn là dịp buông lung, mà là pháp môn tu tập giữa đời thường.

Từ góc độ Phật học ứng dụng, “Xuân” có thể được hiểu như ẩn dụ của quá trình hành trì. Ý nghĩa của “Xuân” trong kinh tạng và văn học thiền, ta nhận thấy: “Xuân” là biểu tượng của vô thường và duyên khởi, gợi tuệ giác về tính sinh diệt của các pháp. “Xuân” còn là hình ảnh của tâm tịnh, biểu hiện cho trạng thái an lạc và pháp hỷ. “Xuân” cũng là ẩn dụ của tiến trình tu tập, nơi mỗi hành giả đều có thể “tái sinh” trong chính pháp.

II. Mùa Xuân và tinh thần Tu học

Mùa Xuân, sinh hoạt ngày tết - lời chúc, cúng lễ, đoàn viên đều có thể trở thành pháp môn để thực hành chính niệm.

Hỷ xả - bài học đầu năm về tâm rộng mở: Mùa Xuân là dịp buông bỏ hiểm hận, khởi tâm hỷ xả. Những hành động như chúc tết, lì xì, thăm hỏi... đều là cơ hội thực tập tùy hỷ, nuôi dưỡng tâm vô lượng.

Tinh thần tri túc - hạnh phúc trong sự đủ đầy giản dị: Tết là dịp quán chiếu lại đời sống: hạnh phúc không đến từ sự dư thừa, mà từ sự biết đủ, biết ơn và sống chính niệm trong từng khoảnh khắc.



Ảnh: sưu tầm

Chính niệm và chính ngữ - nếp sống tỉnh thức: Mùa Xuân là thời điểm giao tiếp nhiều nhất, do đó chính ngữ trở thành một pháp hành quan trọng, nói lời chân thật, hòa hợp, ái ngữ. Mỗi lời chúc tết nếu được nói bằng tâm từ sẽ trở thành một “pháp thí”.

Bố thí và cúng dường - pháp tu gieo phước đầu năm: Ủng hộ quà người nghèo đón Xuân, in ấn kinh sách, đi chùa đầu năm, cúng dường thập tự, bố thí... là những hạnh lành giúp tịnh hóa tâm và tích lũy thiện nghiệp.

Vui Xuân trong tỉnh thức: Người học Phật vui Xuân mà không phóng dật - biết thưởng thức niềm vui nhưng không bị lôi cuốn. Mỗi việc làm như uống tách trà, ngắm hoa nở đều là cơ hội quán niệm vô thường và nuôi dưỡng tâm từ.

III. Triết lý “vui Xuân” trong ánh sáng chính pháp

1. Triết lý “vui Xuân” - từ hưởng thụ sang tỉnh thức

Trong đời sống hiện đại, tết và Xuân thường có xu hướng tiêu thụ và phô trương. Tuy nhiên, từ góc độ chính pháp, chúng ta có thể chuyển hóa niềm vui cảm tính thành niềm vui trí tuệ: vui trong biết đủ, tỉnh thức, hòa hợp thanh tịnh bằng một tăng thân.

Đức Phật dạy: *“Sức khỏe là tài sản tối thượng, biết đủ là của báu lớn nhất, lòng tin là bạn thân nhất, Niết-bàn là an lạc tối thượng” [10].*

Ở đây, “biết đủ” và “an lạc nội tâm” chính là vui Xuân theo Chính pháp. Người Phật tử không vui vì hưởng thụ, mà vui vì biết đủ và được sinh khởi từ sự tỉnh thức, biết ơn và hòa hợp.

Khi cảm nhận như vậy, “vui Xuân” trở thành một hình thức thiền hành trong đời thường - vừa hoan hỷ cùng cộng đồng, vừa giữ được nội tâm thanh tịnh. Đây chính là sự chuyển hóa: từ hưởng thụ cảm tính sang niềm vui trí tuệ, từ ham muốn sang cảm nhận, thấy biết mỗi phút giây của mùa Xuân là cơ hội hành pháp.

2. Mùa Xuân như phương tiện giáo dục đạo đức và tâm linh

Phật giáo Việt Nam từ lâu đã gắn bó mật thiết với văn hóa tết. Tết như là môi trường lý tưởng để giáo hóa cộng đồng về lòng biết ơn, vị tha và sống hiền

thiện. Những lễ cầu an, khóa tu đầu năm, pháp thoại Xuân, hay chương trình Xuân Từ Bi... đều mang mục đích giúp người dân hướng thiện, gieo duyên với Tam bảo.

Từ góc nhìn Phật học ứng dụng, mùa Xuân chính là “cửa ngõ giáo dục đạo đức” của xã hội. Bởi trong không khí sum vầy, con người dễ mở lòng hơn qua lời dạy của bậc hiền thiện. Như kinh Tăng Chi Bộ nói: “Ba điều khiến thế giới an ổn: biết ơn, biết báo ân, và biết tu tâm hiền thiện”[11].

Trong tinh thần đó, vui Xuân được xem như cơ hội giáo dục gồm ba điều: 1/ Giáo dục tâm biết ơn - qua lễ chùa, cúng ông bà, tri ân tổ tiên; 2/ Giáo dục lòng vị tha - qua việc bố thí, giúp đỡ người nghèo ăn tết; 3/ Giáo dục tâm tỉnh thức - sống chính niệm, không sa vào rượu chè, cờ bạc, hay sân hận đầu năm.

Như vậy, triết lý vui Xuân theo Chính pháp không chỉ giúp cá nhân an vui, mà còn xây dựng nền văn hóa đạo đức cộng đồng - nơi niềm vui đi đôi với hiền thiện, hoan hỷ song hành cùng trí tuệ.

3. Vui Xuân và tinh thần trung đạo - điều hòa giữa đời và đạo

Một điểm đặc sắc của triết lý Phật học là tinh thần trung đạo (majjhimā patipadā). Trong bối cảnh tết với ý nghĩa thiết thực: Người Phật tử không buông lung trong tiệc tùng quá độ nhưng cũng không khép mình vào khổ hạnh cô lập. Tham gia niềm vui của cộng đồng nhưng vẫn giữ giới, giữ tâm và sống điều độ. Như uống trà đầu năm trong chính niệm cũng là pháp thiền, lúc sum họp gia đình, nếu khởi tâm tri ân, cũng là cách tu tập. Nói chung, khi đời sống được chiếu rọi bởi tuệ giác trung đạo, thì mọi sinh hoạt đều trở thành đạo hạnh và mọi niềm vui đều trở thành phương tiện giác ngộ. Điều này đức Phật đã chỉ rõ: *“Không nên theo đuổi hai cực đoan: hưởng thụ dục lạc thấp hèn hay ép xác khổ hạnh; con đường trung đạo đưa đến giác ngộ, an tịnh và Niết-bàn”* [12].

4. Ứng dụng triết lý vui Xuân trong đời sống cộng đồng hiện đại

Trong xã hội đô thị hôm nay, tết đang dần thay đổi nhiều giá trị truyền thống bị thương mại hóa. Chính trong bối cảnh ấy, triết lý “vui Xuân theo Chính pháp” có thể trở thành định hướng văn hóa Phật giáo hiện đại.

Các tự viện, học viện, và cộng đồng Phật tử có thể ứng dụng triết lý này qua ba hướng:

1. a) Giáo dục - Hoằng pháp Xuân tổ chức chương trình giáo hóa mùa Xuân tại tự viện với pháp thoại mang chủ đề “Vui Xuân trong Chính pháp”, “Hạnh phúc trong tỉnh thức”, “Tết của người biết đủ”. Hoặc Phát hành ấn phẩm Phật học mùa Xuân, nhấn mạnh giá trị nhân văn và đạo đức.
2. b) Hoạt động xã hội - Từ bi như phát động phong trào “Xuân chia sẻ”, tặng quà người nghèo, cúng dường Tăng-ni già yếu. Hoặc tổ chức lễ hội Xuân với hoạt động bảo vệ môi trường, trồng cây, phóng sinh.
3. c) Tu tập - An trú tâm trong mùa Xuân, như tổ chức khóa tu “Tết tỉnh thức”, “Thiền Xuân - Bắt đầu năm mới bằng hơi thở chính niệm”, hay thực tập chính niệm trong sinh hoạt tết. Hoặc hướng dẫn Phật tử thực tập thiền hành, chính ngữ và tri ân trong sinh hoạt tết.

Những hoạt động trên không chỉ mang ý nghĩa tu học, còn góp phần định hình lối sống Phật giáo trong xã hội đương đại - nhẹ nhàng, an lạc, nhân ái và hài hòa với cộng đồng.

5. Mùa Xuân nội tâm - kết tinh của Chính pháp

Nếu tiết Xuân thế gian chỉ kéo dài vài tháng, thì Xuân của người học Phật có thể hiện hữu quanh năm, khi hành giả sống với giới-định-tuệ. Thành tựu lớn nhất của “vui Xuân theo Chính pháp” là nuôi dưỡng nội tâm để tâm an, trí sáng và tâm từ. Như đức Phật đã dạy: “Tâm phóng dật, trôi nổi như cá ra khỏi nước, khó điều phục; người trí giữ tâm, như người thợ uốn tên ngay”[13].

Khi tâm được điều phục, an trú trong chính niệm, thì mỗi phút giây đều là mùa Xuân - mùa của an lạc, của thức tỉnh và giải thoát khỏi dòng chảy vô minh.

Do đó, “vui Xuân trong Chính pháp” không chỉ là lời khuyên đạo đức, còn là triết lý nhân sinh Phật giáo: sống hòa cùng cuộc đời nhưng không bị đời cuốn trôi; tận hưởng niềm vui nhưng không đánh mất tâm tịnh.

Triết lý vui Xuân trong ánh sáng chính pháp là sự kết hợp giữa văn hóa và đạo lý, giữa niềm vui thế tục và hạnh phúc tâm linh. Nó giúp người Phật tử nhận ra rằng: mùa Xuân không chỉ là khởi đầu của năm mới, còn là khởi điểm của hành trình giác ngộ - nơi niềm vui được soi sáng bởi trí tuệ và hạnh phúc được vun bồi bằng từ bi. Khi ấy, vui Xuân không còn là một hoạt động, mà là một trạng thái tâm Xuân, tâm chính pháp, tâm Bồ-đề. Đó chính là mùa Xuân vĩnh cửu mà đức Phật và chư Tổ từng chỉ dạy, “tâm Xuân không héo úa, là pháp lạc vô cùng; Xuân ấy chẳng đến, chẳng đi cũng chẳng diệt”.

Kết luận

Trong tiến trình tư tưởng Phật học, niềm vui luôn được thẩm định và chuyển hóa trong ánh sáng trí tuệ. Vậy nên “Vui Xuân theo Chính pháp” không chỉ là lời khuyên đạo đức, mà là một triết lý sống mang tính ứng dụng: biết sống hạnh phúc giữa cuộc đời vô thường, không đánh mất tâm tĩnh thức.

Qua khảo sát kinh điển có thể nhận thấy, trong đạo Phật, “Xuân” là biểu tượng của tâm thanh tịnh và tuệ giác viên mãn. Tâm ấy không sinh diệt theo thời tiết, không tùy thuộc cảnh giới, luôn thường trụ trong từng hơi thở tĩnh thức. Mùa Xuân của đất trời chỉ tạm thời, nhưng mùa Xuân của tâm giải thoát thì bất diệt – vì được nuôi dưỡng bằng giới, định, tuệ. Như lời Thiền sư Mãn Giác: “Chớ bảo Xuân tàn hoa rụng hết, Đêm qua sân trước một cành mai”. Cành mai ấy chính là biểu tượng của tính giác thường hằng, biểu trưng một mùa Xuân bất tận.

Ở bình diện đạo đức và xã hội, triết lý vui Xuân theo Chính pháp còn mang giá trị nhân văn sâu sắc hơn. Nó khơi dậy tinh thần biết ơn, tri túc, vị tha – những phẩm chất giúp tái lập sự cân bằng trong xã hội hiện đại vốn nhiều biến động. Vui Xuân theo Chính pháp do đó không rời bỏ thế gian, mà là sống giữa thế gian với tâm vô nhiễm.

Triết lý này gợi mở một hướng đi thiết thực: đưa Phật pháp trở lại với đời sống hằng ngày qua ngôn ngữ văn hóa dân tộc. Mỗi mùa Xuân, mỗi dịp tết, thay vì chỉ là lễ nghi hay hình thức tín ngưỡng, các tự viện có thể tổ chức những chương trình giáo hóa nhẹ nhàng, giúp đại chúng hiểu sâu hơn về hạnh phúc chính niệm và niềm vui chân thật.

Triết lý vui Xuân trong Chính pháp là sự hòa quyện hài hòa giữa đạo và đời, giữa niềm vui thế tục và hỷ lạc nội tâm. Nó giúp con người bước vào năm mới với tâm an, trí sáng và hạnh phúc chân thật - chẳng phải thứ hạnh phúc đến rồi đi theo thời tiết, mà là hạnh phúc của sự thấy biết vô thường nhưng vẫn mỉm cười an nhiên. Người biết vui Xuân bằng tâm tĩnh thức, xã hội sẽ có thêm một mùa Xuân của từ bi và trí tuệ. Mỗi Phật tử sống trọn trong chính pháp, thế giới này sẽ mãi mãi nở hoa Xuân.

Tác giả: **Tỳ kheo ni Thích nữ Liễu Liên**

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 01/2026

Tham khảo tài liệu:

[1] Thiền sư Vạn Hạnh, bài kệ Thị đệ tử.

[2] Kinh Kim Cang Bát Nhã Ba La Mật (*Vajracchedikā Prajñāpāramitā Sūtra*), HT. Thích Trí Tịnh dịch, Xuất bản Thành hội Phật giáo Việt Nam, 1991.

[3] Kinh Tương Ưng Bộ, Kinh Duyên Khởi, HT. Thích Minh Châu dịch, NXB Hồng Đức, Viện nghiên cứu Phật giáo Việt Nam ấn hành, 2020, tr.289.

[4] Như trên.

[5] Tập Thiền Uyển Tập Anh, Cáo Tật Thị Chúng, HT. Thích Thanh Từ dịch, Viện Nghiên cứu Phật học Việt Nam ấn hành, 1990. [6] Kinh Duy-ma-cật Sở Thuyết, HT. Thích Trí Quang dịch, NXB Thành hội Phật giáo TP.HCM, 1992.

[7] Kinh Trường Bộ, tập I, Kinh Quả Sa-môn, HT. Minh Châu dịch, NXB Tôn Giáo, 1991. [8] Kinh Pháp Cú, kệ số 58-9.

[9] Tích Truyện Pháp Cú, tập I, Thiền viện Viên Chiếu, NXB TP. HCM, 2000. [10] Kinh Pháp Cú, kệ số 204.

[11] Kinh Tăng Chi Bộ - kết hợp ý từ 2 bài kinh: (Kataññu Sutta, A. III. 42): Biết ơn/báo ân. Và (Tayo Dhamma, A. III. 24): Ba pháp khiến thế giới an ổn, hưng thịnh.

[12] Kinh Tương Ưng Bộ, tập V, Kinh Chuyển Pháp Luân, HT. Thích Minh Châu dịch.

[13] Kinh Pháp Cú, kệ số 33-34.