



Ánh trăng Trung Thu

ISSN: 2734-9195

09:05 05/10/2025

Trăng sáng nhắc về tâm thanh tịnh, lá rụng nhắc về vô thường, cây buông lá nhắc về buông xả, ánh trăng phá tối nhắc về trí tuệ, ngày đoàn viên nhắc về trở về tự tính, và trung thu nhắc về gieo hạt từ bi.

Tác giả: **Ngộ Minh Chương**

Học viên Cử nhân Phật học Từ xa Khóa X - Học viện PGVN tại TP.HCM

Khởi hứng từ mùa thu và vầng trăng rằm

Mùa thu đi vào văn hóa Á Đông như một miền thi vị. Đó là mùa của lá vàng, của gió heo may, của hương hoa sữa thoang thoảng trong những đêm phố cổ. Nhưng hơn hết, mùa thu còn là mùa của trăng sáng. Vầng trăng rằm tháng Tám từ ngàn xưa đã là biểu tượng của đoàn viên, của những phút giây con cháu quây quần bên gia đình. Trăng tròn tháng Tám từ lâu đã trở thành biểu tượng của đoàn viên, hạnh phúc tròn đầy.

Trong truyền thống Phật giáo, hình ảnh viên mãn không chỉ dừng lại ở niềm vui gia đình sum họp, mà còn mở rộng thành biểu tượng của trí tuệ và từ bi vô hạn.

Kinh điển Bát Nhã thường ví trí tuệ như vầng trăng sáng soi khắp, có khả năng phá tan mọi màn đêm vô minh. Cũng như trăng rằm không thiếu, tâm người khi viên mãn trí tuệ và tình thương cũng không còn chỗ cho khiếm khuyết, sầu muộn.

Trong văn học Thiền - Nho, có câu đối quen thuộc: “*Nguyệt mãn thiên tâm, nhân mãn đường trung*” (月滿天心□人滿堂中), nghĩa là “*Trăng tròn đầy trong lòng trời, người sum họp đủ trong nhà.*” Đây là cách diễn đạt vừa thơ mộng vừa giàu tính biểu tượng: vầng trăng tròn ví với sự viên mãn của tâm, còn cảnh người đoàn viên ví với hạnh phúc viên mãn nơi nhân gian. (Ghi chú: Câu này không phải kinh điển Phật giáo, mà là một câu đối văn học, thường được lưu truyền trong thơ văn và lễ hội Trung thu, được các chùa và học giả Phật giáo mượn để minh họa ý nghĩa viên mãn.)

Như vậy, khi ngắm trăng thu, ta có thể quán chiếu rằng viên mãn thật sự không nằm ở sự đủ đầy vật chất bên ngoài, mà chính là sự thỏa mãn trong tâm, một nội tâm an nhiên không bị ràng buộc bởi tham cầu. Hạnh phúc lớn nhất không phải là có thêm thật nhiều, mà là thấy mình đã đủ trong hiện tại, để cùng nhau sum vầy, cùng nhau chia sẻ ánh sáng an lạc như vầng trăng sáng giữa trời thu.

Bước ra khỏi thi ca, đặt mình trong dòng mạch Phật học, ta sẽ thấy trăng thu không chỉ gợi về đoàn viên, mà còn hàm chứa những tầng nghĩa sâu xa: trăng như bản tâm, lá rụng như vô thường, gió heo may như nhắc nhở buông xả, ánh sáng trăng như trí tuệ Bát Nhã phá tan vô minh.

Chính vì thế, mỗi mùa trăng thu lại là một dịp để chúng ta quán chiếu, để từ cảnh sắc mà trở về cội nguồn tâm linh.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa

Trăng thu - biểu tượng của tâm thanh tịnh

Trong Kinh Viên Giác có nói: 譬如虚空□ 體本清淨□ 日月星辰雖有隱現□ 而虚空體無增減□ (Thí như hư không, thể vốn thanh tịnh; nhật nguyệt tinh thần tuy có ẩn hiện, mà thể hư không không tăng giảm.)

Ngắm vầng trăng thu viên mãn, ta như soi thấy bản tâm mình vốn thanh tịnh. Ánh trăng ấy không vì mây che mà mất, cũng như tâm không vì phiền não mà vĩnh viễn ô nhiễm. Người tu học, khi nhìn trăng, được nhắc nhở rằng: dù cuộc đời nhiều biến động, dù nội tâm còn tham – sân – si, thì trong sâu thẳm vẫn có

một vùng tâm sáng suốt chờ ta quay về.

Trong thiền tông, các bậc thiền sư thường ví Phật tính với ánh trăng. Thiền sư Nhật Bản Dōgen (1200–1253), vị sáng lập Tào Động tông Nhật Bản, trong tác phẩm Shōbōgenzō (Chính pháp nhãn tạng), thiền Genjōkōan, đã dùng một hình ảnh rất thi vị để diễn tả mối quan hệ giữa giác ngộ và cuộc đời: *“Bóng trăng in xuống nước, nhưng không phá vỡ nước, cũng không làm ướt trăng.”*

Ẩn dụ này cho thấy Phật đạo vốn như trăng sáng, chiếu soi khắp sông ngòi; Dù sóng lớn hay sóng nhỏ, dù tĩnh lặng hay cuộn cuộn, tất cả đều có thể phản chiếu ánh trăng. Phật pháp không hề bị hạn chế bởi biến động của thế gian, cũng như trăng sáng không hề bị nước làm tổn hại. Điều quan trọng là tâm ta có trong lặng để nhận ra ánh sáng ấy hay không. Nghĩa là trong mỗi tâm phàm phu đều có thể hiển lộ Phật tính, chỉ cần nước tâm lắng trong. Nhìn trăng thu, ta học được cách lắng lòng, để bản tâm hiển hiện.

Lá vàng rơi và bài học vô thường

Nếu trăng là biểu tượng cho tâm, thì lá vàng rơi lại nhắc ta về lẽ vô thường. Trong Tương Ưng Bộ Kinh (SN 22.45, Kinh Vô thường) dạy: *“Này các Tỷ-kheo, các hành là vô thường. Khi với chính trí tuệ như thật quán sát các hành là vô thường, vị ấy chán nản đối với khổ. Chính con đường thanh tịnh là như vậy.”*

Cảnh thu, từng chiếc lá lìa cành trong gió, khiến ta chợt nhận ra: đời người cũng như lá. Thuở ấu thơ là màu xanh mơn mớn, tuổi trưởng thành là lá non tràn nhựa sống, và khi già nua, mỗi chiếc lá đều phải rời cành. Chẳng có ai có thể cưỡng lại định luật ấy.

Nhìn lá vàng, người con Phật không bi lụy, mà nhận lấy đó như một bài pháp. Biết rằng đời sống vô thường, ta sẽ trân trọng từng giây phút, sống sâu sắc hơn, không lãng phí thời gian vào những sân hận vô ích. Và quan trọng hơn, ta sẽ không chấp thủ vào thân xác mong manh này, để rồi khổ đau khi phải buông bỏ.

Đoàn viên - trở về với tự tính

Ngày rằm tháng Tám, trong đời sống dân gian, là ngày đoàn viên. Người xa quê tìm về mái nhà, con cháu quây quần bên cha mẹ. Nhưng trong Phật học, đoàn viên còn mang một tầng nghĩa khác: đó là đoàn viên với chính tự tính, với tâm Phật sẵn có nơi mỗi người.

Bao năm rong ruổi, ta mãi mê tìm cầu hạnh phúc ở bên ngoài: công danh, địa vị, tài sản. Nhưng hạnh phúc chân thật chỉ có khi ta trở về đoàn viên với chính mình. Trong Kinh Pháp Hoa, phẩm Tín Giải (phẩm 4 – Thí dụ cùng tử), đức Phật đưa ra hình ảnh người con cùng tử bỏ cha đi lang thang, sống cảnh nghèo khổ, trôi dạt khắp nơi, không nhận ra mình vốn có một ngôi nhà đích thực. Về sau, nhờ nhân duyên, người con ấy được trở về với cha, tìm lại cội nguồn chân thật của mình.

Ẩn dụ này cho thấy, chúng sinh cũng như thế: Vì quên mất gốc, nên rong ruổi trong sáu nẻo luân hồi, chịu nhiều khổ đau không dứt. Nhưng khi quy y Tam bảo, chính là lúc chúng sinh trở về với quê hương tâm linh, trở về “ngôi nhà” xưa nay vẫn sẵn đủ trong tự tính.

Như vậy, đoàn viên không chỉ là gặp gỡ người thân, mà sâu xa hơn là gặp lại tâm Phật. Vầng trăng thu, sáng vằng vặc trên bầu trời, chính là lời mời gọi ta trở về, đoàn viên cùng tự tính vốn trong sáng, vốn thanh tịnh.

Trí tuệ Bát nhã - ánh sáng phá tan vô minh

Ánh trăng phá tan màn đêm, cũng như trí tuệ Bát nhã phá tan vô minh. Trong Bát nhã Tâm Kinh dạy: “*Chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhất thiết khổ ách*” – quán chiếu thấy năm uẩn đều không, vượt qua tất cả khổ nạn.

Các bậc luận sư và hành giả về sau thường ví trí tuệ Bát nhã như ánh sáng chiếu soi khắp mười phương, có công năng phá tan màn đêm vô minh, mở ra con đường giải thoát. Bởi lẽ, trí tuệ ấy không phải ánh sáng vật lý, mà là ánh sáng của tuệ giác, có khả năng chiếu rọi tận cùng bản chất của các pháp, để thấy rõ tính duyên khởi và tính không.

Trí tuệ không đến từ bên ngoài, mà vốn có trong tâm. Nhưng vì vô minh che lấp, ta không thấy được. Tu tập là để khơi mở trí tuệ ấy, để ánh sáng chiếu soi, giúp ta phân biệt chính tà, thật giả, thiện ác.

Trăng thu rạng rỡ trên bầu trời đêm, khiến ta hiểu rằng: không có bóng tối nào có thể tồn tại mãi khi ánh sáng bừng lên. Và cũng vậy, không có vô minh nào không thể tan khi trí tuệ phát khởi. Mùa thu, vì thế, trở thành một lời nhắc nhở: hãy nuôi dưỡng tuệ giác, để ánh sáng Bát nhã luôn tỏa chiếu trong đời.

Buông xả - bài học từ cây thu

Cây mùa thu buông bỏ lá vàng. Đó không phải là mất mát, mà là một sự chuẩn bị cho chu kỳ mới. Trong Phật học, buông xả cũng mang ý nghĩa như thế. Người

tu học buông bỏ tham lam, sân hận, chấp thủ – không phải để trở nên trống rỗng, mà để mở ra một đời sống tự do, thanh thoi.

Trong Kinh Pháp Cú (câu 336) dạy:

*"Ai sống trong đời này
Ái dục được hàng phục
Sầu rơi khỏi người ấy
Như giọt nước lá sen"*

Cây buông lá vàng để chờ ngày hồi sinh, cũng như ta buông phiền não để đón nhận sự an lạc. Nhìn lá rụng, ta học cách buông bỏ. Đó là bài học của mùa thu, bài học mà đất trời nhắc nhở từng năm.

Thiền vị trong mùa thu

Mùa thu là thời khắc lý tưởng để thực tập thiền quán. Ngồi dưới trăng, thở nhẹ nhàng, lắng nghe gió, ta có thể thực tập chính niệm sâu sắc.

Trong Kinh Trường Bộ: Kinh Tứ Niệm Xứ khẳng định: *"Này các Tỷ kheo, đây là con đường độc nhất, đưa đến sự thanh tịnh cho chúng sinh, vượt khỏi sầu bi, diệt trừ khổ ưu, thành tựu Chính lý, chứng ngộ Niết bàn. Đó là Bốn Niệm Xứ."*

Một hơi thở an tĩnh trong đêm thu có thể đưa ta trở về với chính mình. Một bước chân thông dong dưới ánh trăng có thể trở thành bước chân giải thoát. Thiền vị mùa thu vì thế không chỉ là thưởng ngoạn cảnh sắc, mà là cơ hội để nuôi dưỡng tâm tĩnh lặng.

Trung thu - gieo hạt từ bi

Rằm tháng Tám, trẻ thơ vui hội trăng Rằm, người lớn sum vầy bên gia đình. Nhưng với người học Phật, đây cũng là dịp để gieo hạt từ bi. Giáo lý Tứ Nhiếp Pháp (bố thí, ái ngữ, lợi hành, đồng sự) được đức Phật dạy như những phương tiện để nhiếp hóa và hóa độ chúng sinh. Giáo lý này thường được trình bày trong kinh điển Đại thừa, chẳng hạn như Kinh Đại Bát Niết Bàn, Kinh Phạm Võng, Kinh Bồ tát Anh Lạc và trong Du già Sư địa Luận.

Dưới ánh trăng, những món quà nhỏ được trao đi, những lời an ủi, sẻ chia được nói ra, tất cả đều là biểu hiện của từ bi. Niềm vui đoàn viên khi ấy không chỉ là niềm vui gia đình, mà còn là niềm vui cộng đồng. Ánh trăng thu, khi đi kèm với lòng từ bi, sẽ làm dịu đi bao cảnh đời cơ cực.

Lời nhắc từ ánh trăng thu

Mỗi mùa thu, đất trời lại trao cho ta một bài pháp. Trăng sáng nhắc về tâm thanh tịnh, lá rụng nhắc về vô thường, cây buông lá nhắc về buông xả, ánh trăng phá tối nhắc về trí tuệ, ngày đoàn viên nhắc về trở về tự tính, và trung thu nhắc về gieo hạt từ bi.

Như vậy, trăng thu không chỉ là cảnh sắc, mà là thông điệp. Nếu biết lắng nghe, ta sẽ thấy trong đó cả một giáo pháp vi diệu. Khi ấy, mỗi mùa thu không chỉ đi qua như một chu kỳ của đất trời, mà còn là một mùa tu học để giác ngộ.

Khi ngược nhìn vầng trăng tròn vành vạnh, ta sẽ không chỉ thấy trăng ngoài kia, mà còn thấy ánh trăng trong chính tâm mình – ánh trăng của trí tuệ, của từ bi và của giải thoát.

Tác giả: **Ngộ Minh Chương**

Học viên Cử nhân Phật học Từ xa Khóa X - Học viện PGVN tại TP.HCM