TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Chiếc túi bình an và độ lượng nội tâm

ISSN: 2734-9195 08:05 18/10/2026

Khoảng cách thực sự giữa con người với con người chưa bao giờ được đo bằng gót hài nhung lụa của tài sản, đài cao ngút ngàn của địa vị, hay chút may mắn vinh hoa phú quý thoáng qua như ngọn gió chiều.

Tâm thức con người vốn dĩ tự tại và nguyên sơ như cõi hư không tịch lặng tự ngàn đời. Khi không vướng bận những tơ vương trần duyên, ấy là lúc tâm hồn được thanh thoát tựa tầng mây trắng lững lờ trôi giữa trời cao gió lộng. Khi ánh sáng của tuệ giác soi chiếu để thấu suốt những ân tình thế sự đầy biến ảo, ấy là lúc tâm nhãn tỏ tường, nhìn thấu nhân gian bằng ánh mắt từ bi, trí tuệ.

Song, trớ trêu thay, khi con người để cho **vô minh** che lấp, chất chứa quá nhiều sân hận, ngã chấp và những hơn thua được mất, chiếc túi tâm tư bỗng hóa nặng trĩu oằn đôi vai gầy. Đem vô số nỗi muộn phiền nén chặt vào cõi lòng, đời người tự khắc chìm đắm trong chốn mê lộ vô hồi kết, mịt mờ không thấy lối ra.

Vạn sự phiền não muôn hình vạn trạng ở cõi thế gian này, suy cho cùng, cũng chỉ xuất phát từ hai chữ "*chấp niệm*" cố hữu:

- Trong lòng dấy lên nghìn cơn sóng gió: Ấy là khi lòng tham ái, hờn ghen hay uất hận cuồn cuộn trào dâng, khiến muôn đời ta cứ tự vướng vào những nút thắt oan nghiệt chẳng thể gỡ ra.

- Trí óc giam hãm bởi một sự việc: Ấy là khi ta cứ hoài chấp nhất vào một góc khuất tổn thương trong quá khứ, biến ngày tháng hiện tại thành ngục tù giam cầm chính tinh thần mình không lối thoát.

- Tâm trí vương vấn bởi một bóng hình: Ấy là khi ta mãi hoài niệm về những điều không thể giữ, để thời gian hữu hạn của đời người trôi đi trong vô vọng và tiêu hao vô nghĩa.



Ảnh sưu tầm

Lại tự hỏi, nếu tâm thức còn vẩn đục, ô nhiễm như tấm áo phong trần lâu ngày bám đầy cáu bẩn, thì há chi vạn sự quanh ta lại chẳng rối ren, hỗn loạn?

Tâm còn tích tụ bao trăn trở, ưu tư không chịu buông xả, thì nhân duyên trần thế lại càng trói buộc ta bấy nhiêu gánh nặng sầu thương. **Đức Phật** từng dạy rằng, buông xả chưa bao giờ là mất đi, mà kỳ diệu thay, đó chính là hành động trả sự nhẹ nhàng, thanh tịnh về lại cho thực tại nhiệm màu.

Xét cho cùng, khoảng cách thực sự giữa con người với con người chưa bao giờ được đo bằng gót hài nhung lụa của tài sản, đài cao ngút ngàn của địa vị, hay chút may mắn vinh hoa phú quý thoáng qua như ngọn gió chiều. Đoạn đường xa nhất, gian nan nhất, và đồng thời cũng là thước đo nhân cách cao quý nhất của một đời người, chính là độ rộng lượng và vẻ đẹp dung dị sâu thẳm trong tâm hồn.

Một tư tưởng khai mở sẽ quyết định lối ra cho số phận, một tâm thái **an nhiên** sẽ định đoạt kết cục của cuộc đời.

Quay về trút bỏ vỏ bọc muộn phiền, trở về với nội tâm tỉnh thức và sáng trong, đó chính là chiếc bè duy nhất đưa ta vượt qua dòng đời cuộn sóng để đến được bờ giác ngộ và bình an đích thực.

Tác giả: **Thích Vân Phong**