

Chính niệm trước lịch sử - hoài niệm quá khứ cùng tâm từ vô hạn

ISSN: 2734-9195 20:51 01/05/2025

Nhìn lại lịch sử bằng chính niệm là một hành động tỉnh thức. Sống với tâm từ vô hạn là một lựa chọn can đảm. Và chỉ khi hiểu và thương được nhau, con người mới thực sự thoát ra khỏi bóng tối của quá khứ.

Ngày 30/04 mỗi năm không chỉ là cột mốc lịch sử trọng đại của dân tộc, đánh dấu sự kết thúc của chiến tranh và mở ra kỷ nguyên hòa bình, mà còn là dịp để mỗi người Việt Nam lắng lại trong chính niệm, chiêm nghiệm về quá khứ cùng tâm từ bi rộng lớn.

Với người học Phật, ngày này không chỉ gợi nhớ đến chiến thắng hay đau thương, mà còn là lời nhắc nhở về con đường chuyển hóa khổ đau, khơi dậy tình thương vượt lên mọi phân biệt.

Chính niệm - Nhìn lại lịch sử với tâm không dao động



Hình minh họa. Ảnh: Internet

Phật giáo dạy rằng, chính niệm (sammā-sati) là khả năng ghi nhận hiện thực một cách tỉnh thức, không bị lôi cuốn bởi cảm xúc thù hận hay tự hào cực đoan.

Khi đối diện với những biến cố lớn như chiến tranh, chia ly, mất mát... tâm dễ sinh thiên lệch, hoặc là chấp thủ một bên, hoặc là phủ nhận toàn bộ những khổ đau của người khác.

Nhưng chính niệm cho ta một con đường khác: thấy sự thật như nó là, không đánh bóng, không che giấu, cũng không cố chối bỏ. Ngày 30/04, trong ánh sáng chính niệm, không còn là câu chuyện thắng - bại, bên này - bên kia, mà là dấu ấn của một dân tộc đã đi qua bão giông để bước vào hành trình hàn gắn và xây dựng.

Chính niệm giúp ta dừng lại giữa vòng xoáy của định kiến lịch sử, để thấy rõ: các bên đều đã chịu nhiều mất mát và ai cũng xứng đáng được chữa lành.

Tâm từ vô hạn - con đường chuyển hóa oán thù

Một trong những lời dạy nổi tiếng của đức Phật trong Kinh Pháp cú là: “Hận thù diệt hận thù, đời này không thể có. Từ bi diệt hận thù, là định luật ngàn thu”.



Hình minh họa tạo bởi AI.

Chiến tranh kết thúc không đồng nghĩa với oán hận được hóa giải. Nhiều người mang trong mình những nỗi đau chưa bao giờ được nói ra, những rào cản cách chia vẫn còn trong suy nghĩ, trong cảm xúc và ký ức. Bởi vậy, nếu không có tình thương và tha thứ, quá khứ sẽ mãi là vết thương khó thể lành lại.

Tâm từ trong Phật giáo không phải là sự yếu mềm, mà là sức mạnh giải thoát hận thù và khổ đau. Nhớ về ngày 30/04 cùng tâm từ, người Phật tử đón nhận tất cả những ai từng chịu đau thương, mất mát bởi chiến tranh. Chính lòng từ đó là nền tảng cho hòa hợp dân tộc, cho đoàn kết không chỉ về mặt địa lý mà cả

trong tâm tính hóa giải.

Hoài niệm để phụng sự

Hoài niệm trong Phật giáo không phải là sống mãi trong tiếc nuối hay vinh quang xưa cũ. Hoài niệm chính niệm là nhìn lại để học, để hiểu và để cùng hành động tốt đẹp hơn cho hiện tại. Mỗi bài học lịch sử là một tấm gương cho hiện tại soi chiếu. Người phật tử hoài niệm 30/04 không phải để giam mình trong một thời đoạn, mà để thấy rõ giá trị của hòa bình hôm nay, từ đó sống xứng đáng với những hy sinh của thế hệ đi trước.



Hình minh họa tạo bởi AI.

Khi chính niệm được nuôi dưỡng, người phật tử sẽ không còn hỏi: “ai đúng, ai sai?”, mà thay vào đó là: “Chúng ta đã học được điều gì từ những đau thương đó?” và quan trọng hơn, “Hôm nay tôi có đang sống bằng tâm an hòa, yêu thương và trách nhiệm?”.

Hòa bình không chỉ là sự vắng mặt của chiến tranh, mà là sự hiện diện của hiểu biết và từ tâm

Tinh thần 30/04 từ góc nhìn Phật giáo là lời mời gọi mỗi chúng ta sống tỉnh thức, yêu thương và không quên quá khứ, nhưng cũng không để quá khứ xiềng xích hiện tại. Lịch sử luôn cần được ghi nhớ, nhưng cần được nhìn bằng ánh sáng của trí tuệ và từ bi, chứ không phải qua lăng kính của thù hận hay định kiến.

Chính niệm trước lịch sử là con đường để tâm không rối loạn. Tâm từ vô hạn là sức mạnh để đi xa hơn mọi khác biệt. Và đó là cách người con Phật đồng hành cùng dân tộc, không chỉ bằng ký ức, mà bằng hành động tỉnh thức và bao dung

trong hiện tại.

Nhìn lại lịch sử bằng chính niệm là một hành động tỉnh thức. Sống với tâm từ vô hạn là một lựa chọn can đảm. Và chỉ khi hiểu và thương được nhau, con người mới thực sự thoát ra khỏi bóng tối của quá khứ.

Thiền sư Thích Nhất Hạnh từng nhắn nhủ: “Muốn cho hòa bình thực sự có mặt, trước hết mỗi người phải trở về với chính mình và thiết lập hòa bình nơi thân tâm mình”.

Ngày 30/04 vì thế không chỉ là sự kết thúc của một cuộc chiến, mà có thể là khởi đầu của một hành trình hiểu - thương - tha thứ dài lâu, nếu ta đủ tỉnh thức để bước đi cùng nhau.

Tác giả: **Minh Hiền**

** Ghi chú: Bài viết thể hiện góc nhìn và cảm xúc riêng của một Phật tử trẻ tại Hà Nội.*