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

Cư trần lạc đạo – vị thiền nhập thế và trung đạo hiện thực

ISSN: 2734-9195 10:10 27/10/2025

Tư tưởng "Cư trần lạc đạo" vì thế mang giá trị vượt thời gian – vừa là phương pháp tu tập cá nhân, vừa là triết lý xã hội về một đời sống tỉnh thức, trách nhiệm và nhân ái.

Trong **lịch sử triết học** và văn hóa Đông Á, ít có hình tượng nào dung hợp được hai bình diện tưởng như đối lập — quyền lực chính trị và tuệ giác tâm linh — như Trần Nhân Tông, vị hoàng đế – thiền sư sáng lập Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử. Đứng ở điểm giao thoa giữa vương quyền và Phật đạo, ông không chỉ là người điều hành quốc gia mà còn là người khai mở một hệ thống tư tưởng mang bản sắc Việt: Phật giáo nhập thế và Trung đạo hiện thực. Trong tư tưởng của ông, hành động và chiêm nghiệm không phải hai con đường tách biệt mà là hai chiều của cùng một tiến trình giác ngộ — nơi trị quốc, an dân, và tu tâm hợp nhất trong một phương pháp luận về tự do nội tâm.

Tác phẩm **Cư trần lạc đạo phú** không chỉ là một áng văn chương thiền học, mà còn là một bản tuyên ngôn triết lý nhân sinh sâu sắc. Ở đó, tinh thần "sống giữa đời mà không nhiễm đời" được nâng lên thành nguyên lý tồn tại: con người có thể vừa thực hiện trách nhiệm xã hội, vừa nuôi dưỡng tâm linh, mà không rơi vào cực đoan của hưởng thụ hay xuất ly. "Cư trần" không chỉ có nghĩa là sống trong trần thế, mà là an trú giữa thế giới đầy biến động với một tâm thức quân bình; "lạc đạo" không đơn thuần là vui với đạo, mà là tìm thấy an lạc khi đạo và đời hòa làm một thể.

Trần Nhân Tông đã Việt hóa tinh thần Bát Nhã và Pháp Hoa, biến trí tuệ giải thoát và phương tiện độ sinh thành nguyên lý hành động của người lãnh đạo. Bằng đời sống và tư tưởng của mình, ông khẳng định rằng giác ngộ không phải là sự tách rời khỏi thế giới, mà là khả năng hiện diện trọn vẹn trong thế giới với tâm không chấp thủ. Từ đó, hình ảnh của ông vượt khỏi khuôn khổ tôn giáo để trở thành biểu tượng văn hóa và đạo đức – biểu tượng của một nền minh triết dung hòa giữa đạo và đời, giữa tự do và trách nhiệm, giữa trí tuệ và từ bi.

Tiến trình lịch sử tư tưởng Việt Nam, Trần Nhân Tông (1258–1308) hiển lộ như một trường hợp độc đáo: nhà chính trị kiệt xuất đồng thời là hành giả thiền học, người đã dung thông đạo và đời để kiến lập một hình mẫu "giác ngộ giữa trần gian". Tác phẩm "Cư trần lạc đạo" — với lời lẽ giản dị mà tinh thâm — xác lập một nguyên tắc nhập thế của Phật giáo Việt: không tách rời niềm an lạc tâm linh khỏi hoạt động đời sống; không biến thiền thành thực thể xa lạ mà trả thiền về với nhịp sống thường nhật. Từ góc nhìn học thuật, "Cư trần lạc đạo" vừa là văn bản tu từ – thi ca, vừa là bản tuyên ngôn triết học và giáo dục: triết học vì triển khai luận đề Trung đạo (madhyamā-pratipad) trên nền Bát Nhã; giáo dục vì đề nghị được một phương pháp rèn luyện nhân cách qua đời sống tỉnh thức (mindful life) ngay trong cộng đồng và quốc gia [1, tr. 147-149]. Ở đây, trí tuệ (prajñā) không bị hiểu như tri thức thuần lý; từ bi (karuṇā) không bị giản lược thành xúc cảm đạo đức: cả hai là nguyên lý phối hợp dẫn đến một nghệ thuật sống quân bình, ứng hiện thành đường lối "hành – quán" linh hoạt trong bối cảnh Việt Nam thời Trần. Vì vậy, bàn về "Cư trần lạc đạo" chính là bàn về khả năng thiết lập Trung đạo giữa quyền vị và giác ngộ — một chủ đề có ý nghĩa vượt thời đại, nhất là trong xã hội đương đại đang đối mặt với khủng hoảng giá trị và phân cực nhận thức.

"Cư trần lạc đạo thả tùy duyên, Hễ đói thì ăn, mệt ngủ liền" là lời tuyên bố gây ấn tượng trước hết vì tính đời thường. Ở tầng hiển nghĩa, đó là nhịp sống tự nhiên: ăn khi đói, ngủ khi mệt; ở tầng triết học, đó là biểu đạt của Bát Nhã về một tâm thức đã thoát khỏi chấp trước "năng – sở", "phải – trái", "được – mất". Tinh thần "tùy duyên" ở đây không đồng nghĩa thuận theo hoàn cảnh một cách thụ động; trái lại, đó là nghệ thuật tự do nội tâm đứng vững giữa biến động — "tùy duyên bất biến": biết thuận theo điều kiện mà không đánh mất nguyên tắc từ bi – trí tuệ. Phật học gọi đó là vô tâm trên nền tỉnh thức, không phải vô cảm: vô tâm là không để vọng niệm chi phối; tỉnh thức là thấy rõ như thật (yathābhūta), nên hành vi trở về với sự giản dị và đúng lúc, "đói thì ăn, mệt ngủ liền", không bị kéo đi bởi tham – sân – si.

Tinh thần "tùy duyên" mà **Trần Nhân Tông** nêu lên chính là nền tảng của giáo dục hiện sinh và nhân bản: mỗi con người được dạy cách sống đúng với hoàn cảnh của mình, nhưng không bị đồng hóa bởi hoàn cảnh. Đây là triết lý tương đương với "ứng vô sở trụ nhi sinh kỳ tâm" trong Kim Cang Bát Nhã Kinh, tức là hành động giữa đời mà tâm không trú vào đâu cả – vô trụ, vô chấp, vô ngại [6, tr. 135–136].

Tư tưởng ấy cũng phản ánh tinh thần Trung đạo của Long Thọ, nơi giải thoát không nằm ở hai cực đoan "hữu" và "vô", mà ở chính sự thấy biết duyên khởi. Trung đạo không phải là thỏa hiệp, mà là cái nhìn siêu việt, vượt lên trên mọi nhị nguyên để hành động đúng đắn, từ bi và tự do. Nhờ đó, Trần Nhân Tông đã kiến tạo nên một mô hình đạo đức xã hội dựa trên tự do nội tâm và trách nhiệm cộng đồng – điều mà ngay cả nhiều triết gia phương Tây hiện đại mới chạm tới [5, tr. 120–122].

Khi từ bỏ ngai vàng để lên Yên Tử, Trần Nhân Tông không thoát ly trần gian, mà biến ẩn cư thành một hành động chính trị mang tính khai sáng: giáo hóa dân chúng, thống nhất tư tưởng Phật giáo, và tái định hình mối quan hệ giữa đạo và đời. Ông không xem đạo là nơi trú ẩn của linh hồn, mà là năng lượng kiến tạo xã hội. Thiền vì thế không chỉ là con đường tâm linh, mà còn là nền tảng của văn hóa trị quốc [9, tr. 144–145].

Trên nền tảng ấy, "Cư trần lạc đạo" Việt hóa tinh thần Bát Nhã – Pháp Hoa thành một "phong cách sống". Nếu Bát Nhã dạy "chiếu kiến ngũ uẩn giai không" (quán chiếu thấy năm uẩn đều không), thì Pháp Hoa triển khai "khai – thị – ngộ – nhập" tri kiến Phật cho tất cả chúng sinh — nhấn mạnh tính phổ quát của Phật tính. Trần Nhân Tông kết hợp hai đường tuệ ấy: "sắc – không bất nhị" ở cấp độ bản thể, "phương tiện thiện xảo" ở cấp độ thực hành, nhờ vậy thiền không rơi vào tịch mặc xa rời đời sống cũng không sa vào hoạt động chủ nghĩa, mà đạt tới "trung đạo sống động" giữa hành và quán, giữa trị quốc và tu tâm [7, tr. 93-94]. Nơi đó, đạo và đời không triệt tiêu lẫn nhau mà cộng hưởng: chính trị

được nhân văn hóa nhờ trí – bi, còn tu tập được hiện thực hóa nhờ trách nhiệm công dân. Sự kết hợp này tạo nên một hệ tư tưởng hài hòa giữa trí và bi, lý và sự, khiến Phật giáo Việt Nam dưới triều Trần trở thành một hệ thống tư tưởng nhập thế độc đáo. Giải thoát, trong quan điểm ấy, không còn là rời bỏ cuộc đời mà là chuyển hóa cuộc đời bằng trí tuệ và từ bi [2, tr. 278–280].

Sự độc đáo của Trúc Lâm Yên Tử nằm ở chỗ lấy hiện thực Việt Nam làm đạo tràng. Bản sắc "thiền Việt" không phải ở nỗ lực kiến tạo tông phái biệt lập, mà ở năng lực hòa giải triết học đại thừa với đạo lý dân tộc, đưa thiền ra khỏi giới hạn thiền viện để trở thành năng lực sống của cộng đồng. Ở đây, "cư trần" được hiểu là an trú trong đời sống nghề nghiệp, gia đình, xã hội; "lạc đạo" là an vui trong trí – bi, nên không đối lập với dấn thân xã hội. Các giá trị đạo đức như khoan dung, liêm sỉ, hiếu sinh được soi chiếu bởi tuệ giác, tránh được cực đoan duy ý chí hoặc chủ nghĩa hình thức. Lịch sử cho thấy khi trí – bi trở thành nguyên tắc quản trị, bạo lực và cường quyền có thể chuyển hóa thành hòa giải và kiến thiết; ngược lại, khi quyền lực không bị giáo dục nội tâm thúc đẩy, nó dễ rơi vào cưỡng chế. "Cư trần lạc đạo" đề nghị con đường thứ ba: dùng rèn luyện nội tâm để nhân văn hóa quyền lực, biến quyền lực thành phương tiện phục vụ chúng sinh — tức cộng đồng dân tộc.

Hai câu kết "Gia trung hữu bảo hưu tầm mích, Đối cảnh vô tâm mạc vấn thiền" cô đọng triết lý Phật học một cách thuyết phục. "Gia trung hữu bảo" — kho báu ở ngay trong nhà — là ẩn dụ của Phật tính nội tại: tiềm năng giác ngộ vốn có trong mỗi người, chỉ vì vô minh mà bị che khuất. Lối đọc Pháp Hoa cho thấy "tri kiến Phật" không phải đặc ân của thiểu số, mà là năng lực phổ quát; giáo dục Phật giáo vì thế không phải "chuyển giao tri thức" mà là "khơi mở tri kiến", đưa người học từ tha lực sang tự lực. "Đối cảnh vô tâm" là thành tựu của thiền quán: tâm không còn bị ngoại cảnh khuấy động. Đó không phải phủ nhận xúc cảm, mà là làm trong sạch nó bằng chính niệm – trí tuệ; từ đó, người hành giả có thể yêu thương mà không dính mắc, dấn thân mà không kiêu mạn, thành công mà không tự tôn, thất bại mà không tự ti. Theo tinh thần Bát Nhã, "tùy duyên" không phải là buông xuôi, mà là hành động trong tự do và tỉnh thức, biết thuận theo nhân duyên mà không đánh mất chính niệm. Đó là nghệ thuật sống "vô tâm nhi hành" — hành động không do bản ngã chi phối, mà phát khởi từ trí tuệ thấy rõ vô thường [5, tr. 109-112; 6, tr. 132-134]. Tóm lại, vô tâm là đỉnh cao của đạo đức vì nó khóa chặt cánh cửa của tham – sân – si mà mở ra cánh cửa của từ – bi – hỷ – xả. Triết lý ấy xuất phát từ quan niệm "sắc tức thị không, không tức thị sắc" trong Bát Nhã Tâm Kinh – tức mọi hiện tượng đều rỗng rang về tự tính, nhưng không vì thế mà hư vô; chính trong cái "không" ấy, sự sống biểu hiện trọn vẹn [2, tr. 74-76].

Từ bình diện triết học chuyển sang bình diện giáo dục – xã hội, "Cư trần lạc đạo" gợi ý mô hình sư phạm khai phóng mang bản sắc Việt: học bằng sống, rèn bằng làm, soi bằng quán. Tinh thần "tùy duyên" giúp người học không rơi vào giáo điều; tinh thần "vô tâm" giúp không sa vào vị kỷ; tinh thần "gia trung hữu bảo" khuyến khích năng lực tự học – tự trị (self-governance). Trong quản trị, đó là nguyên lý "đức trị trên nền pháp trị": pháp trị tạo khuôn khổ, còn đức trị — được nuôi dưỡng bởi nội tâm — tạo nội dung nhân văn cho khuôn khổ ấy. Nhìn như thế, "Cư trần lạc đạo" không phải bản văn ẩn dật; nó là cẩm nang cho một cộng đồng biết tu dưỡng để chung sống an hòa.

1. T. Suzuki từng nhận định rằng thiền không phải là học thuyết, mà là kinh nghiệm trực chứng, là "thấy sự vật như chúng là" – seeing things as they are [4, tr. 85–87]. Trần Nhân Tông đã Việt hóa quan niệm ấy bằng một ngôn ngữ đời thường, khiến thiền trở nên gần gũi với người dân Việt. Người nông dân cày ruộng, người thợ dệt, hay vị quan trong triều – ai cũng có thể "đối cảnh vô tâm" nếu sống trong chính niệm. Như vậy, Cư trần lạc đạo là sự dân chủ hóa của thiền học, khẳng định khả năng giác ngộ của mọi tầng lớp trong xã hội – không phân biệt xuất gia hay tại gia, vua hay dân [9, tr. 142–144].

Đặc sắc của Trần Nhân Tông là ông đã kết hợp nhuần nhuyễn giữa trí tuệ Bát Nhã – biểu trưng cho sự chiếu kiến ngũ uẩn giai không, và tinh thần Pháp Hoa – biểu trưng cho phương tiện thiện xảo, độ sinh bằng từ bi. Bằng cách này, ông xây dựng nên một mô hình Phật giáo nhập thế đặc thù Việt Nam: lấy trí tuệ làm nền, lấy từ bi làm phương tiện, lấy đời sống làm đạo tràng. Trong đó, đạo không còn là lý thuyết, mà là phương thức sống nhân bản và quân bình [6, tr. 128–130].

Từ góc độ triết học hiện sinh, tư tưởng "cư trần lạc đạo" chính là sự phản biện sớm nhất ở Việt Nam đối với hai thái cực: hưởng thụ thế gian và khổ hạnh siêu hình. Ông khẳng định rằng an lạc không đến từ việc tách mình khỏi đời sống, mà từ khả năng hiện diện trọn vẹn trong đời sống. Khi con người hiểu được tính duyên khởi của mọi hiện tượng, họ không còn nắm giữ cũng không còn chống cự. Chính đó là trạng thái "giải thoát trong hành động" – một dạng active nirvāṇa hiếm thấy trong truyền thống Á Đông [2, tr. 278–281].

Vấn đề trung đạo giữa quyền vị và giác ngộ là sợi trục xuyên suốt đời và thơ Trần Nhân Tông. Trung đạo không phải là "đi giữa" theo nghĩa thỏa hiệp; trung đạo là "đi đúng" giữa hai cực đoan: không chấp hữu để sa vào hưởng thụ quyền lực, cũng không chấp vô để rơi vào tịch mặc xa lánh nhân sinh [5, tr. 101-104]. Chính vì thế, lựa chọn thoái vị để xuất gia của Ngài không phải cử chỉ đoạn

tuyệt; đó là cao trào của đường tu nhập thế: khi quyền lực đã hoàn thành sứ mệnh, thì buông bỏ là cách để quyền lực không quay lại thống trị tâm. Ngược lại, việc xuống núi truyền pháp, dựng chùa, giáo hóa quần sinh chứng minh giác ngộ của Ngài không bỏ rơi thế sự: từ bi đòi hỏi nhập cuộc. Hai chiều buông – nắm ấy được điều phối bằng trí – bi, làm thành "đạo phong Trúc Lâm": "vô vi nhi vô bất vi" — không cố tình can thiệp, song không có gì không được xử lý thỏa đáng [3, tr. 198-200].

Về phương diện ngôn ngữ, "Cư trần lạc đạo" biểu thị mỹ học của giản dị. Đó là ngôn ngữ "phi triết ngữ" nhưng không kém phần triết học: thay vì khái niệm trừu tượng, ngôn từ dựa vào thao tác đời sống (ăn – ngủ – đối cảnh) để chỉ thẳng thực chứng. Chiến lược tu từ này nhất quán với truyền thống Thiền tông: chỉ thẳng tâm người, thấy tính thành Phật [4, tr. 87-89]. Bởi vậy, bài phú có thể đồng thời là kinh nghiệm đạo và phương pháp sư phạm: nói ít để người đọc "tự thấy"; dùng hình ảnh đời thường để dẫn nhập vào nội chứng; tránh vướng kẹt ngôn ngữ để mở đường cho trực giác Bát Nhã.

Đặt vào bối cảnh đương đại, "Cư trần lạc đạo" mở ra những bài học thiết thực. Một là bài học về tự do nội tâm: giữa kỷ nguyên quá tải thông tin và áp lực thành tích, "đói thì ăn, mệt ngủ liền" nhắc con người phục hồi nhịp sinh học – tinh thần căn bản, tránh đánh đổi sức khỏe và phẩm hạnh cho ảo tưởng năng suất. Hai là bài học về đạo đức công dân: "tùy duyên bất biến" dạy chúng ta thích ứng với thay đổi nhưng không đánh mất nguyên tắc, nhất là nguyên tắc tôn trọng sự thật và tình người. Ba là bài học về lãnh đạo: quyền lực chỉ bền vững khi được soi chiếu bởi tuệ giác và ràng buộc bởi lòng bi mẫn; khi ấy, quyết sách không chỉ hiệu quả mà còn nhân hậu. "Cư trần lạc đạo" không chỉ là một áng văn thiền học, mà còn là một bản tuyên ngôn giáo dục và nhân bản của Việt Nam thời Trần. Trần Nhân Tông không giảng đạo bằng những luận thuyết siêu hình, mà dạy con người tu trong hành động, học trong đời sống. Mỗi câu trong bài đều là một phương pháp sư phạm tâm linh – dạy con người cách nhận ra Phật tính ngay trong thân phận phàm tục. Đó là nền giáo dục khai phóng của thiền Việt, nơi mọi người – vua hay dân, tăng hay tục – đều có khả năng giác ngộ nếu biết quay về tâm mình [8, tr. 218–220]. Bốn là bài học về giáo dục: chuyển trọng tâm từ truyền thụ tri thức sang nuôi dưỡng tri kiến — tức năng lực tự thấy, tự học, tự sửa. Năm là bài học về sức khỏe tinh thần cộng đồng: thay vì thương mại hóa thiền như kỹ thuật giảm stress, hãy khôi phục thiền như đạo sống: an trú – chính niệm – trách nhiệm.

Bản sắc Phật giáo Việt được phác họa rõ nét qua "Cư trần lạc đạo": nhập thế mà không nhiễm thế, giản dị mà sâu xa, khoan hòa mà kiên định. Đây không phải một "thiền học dân tộc chủ nghĩa", càng không phải sao chép Thiền Trung

Hoa hay Nhật Bản; đó là sự cộng sinh của giáo lý đại thừa với kinh nghiệm lịch sử – văn hóa Việt, nơi gánh nặng dựng nước và giữ nước buộc tôn giáo phải gắn với đạo đức công dân và giáo dục cộng đồng. Vì thế, "thiền Việt" không dừng ở thiền môn; nó đi vào ruộng đồng, giảng đường, công sở như một nghệ thuật sống quân bình. Ở bình diện học thuật, điều này gợi ý hướng nghiên cứu liên ngành giữa tôn giáo học, đạo đức học, khoa học thần kinh và giáo dục học: khảo sát hiệu quả xã hội của "thiền như đạo sống" khác gì với "thiền như kỹ thuật"; xác định vai trò của tu dưỡng nội tâm trong văn hóa tổ chức; mô hình hóa mối liên hệ giữa chính niệm, phúc lợi tinh thần và phẩm chất công dân.

Rốt ráo, "Cư trần lạc đạo" đặt chúng ta trước một câu hỏi nền tảng: có thể nào con người vừa thành tựu đời sống xã hội, vừa không đánh mất tự do nội tâm? Câu trả lời của Trần Nhân Tông là "có", nếu biết thực hành Trung đạo. Trung đạo ở đây không phải nửa vời; đó là trí tuệ thấy được duyên khởi của vạn pháp nên không rơi vào hai bờ: hữu – vô, ngã – nhân, thành công – thất bại. Thấy như vậy, ta biết "cư trần" mà "lạc đạo": dựng xây đời sống chung mà vẫn an trú trong tính biết; lao động – sáng tạo mà không tô đậm bản ngã; dấn thân – phụng sự mà không kiệt quệ tinh thần. Trung đạo vì thế là con đường của bình an tích cực — bình an không phải rút lui khỏi đời, mà là năng lực mang lại an lạc cho đời.

Từ ngôi vị đế vương đến pháp tòa Yên Tử, Trần Nhân Tông đã sống trọn nghĩa "vua của hai cõi": cõi đời và cõi tâm. "Cư trần lạc đạo" là di cảo tinh thần của con đường ấy: đưa thiền về đời sống để đời sống trở thành đạo tràng; lấy trí – bi làm hạt nhân để quyền lực trở thành phương tiện; dùng Trung đạo để dung thông hai bờ quyền vị và giác ngộ. Đối với thế hệ hôm nay, thông điệp đó vẫn tươi mới: hãy học làm chủ nội tâm trước khi làm chủ hoàn cảnh; hãy lấy an lạc làm gốc cho thành tựu; hãy để từ bi hướng dẫn trí tuệ trong mọi quyết định. Khi "gia trung hữu bảo" được nhận ra và "đối cảnh vô tâm" được thực hành, mỗi người đều có thể làm "vua" của chính mình — vừa tự do vừa trách nhiệm, vừa an nhiên vừa dấn thân. Đó là tinh thần mà "Cư trần lạc đạo" ký thác cho muôn đời: một Trung đạo sống động mở ra từ trái tim Việt, soi đường để chúng ta đi qua thời biến động bằng sự sáng suốt và lòng nhân ái.

Kết luận

Trần Nhân Tông là hiện thân của một mô hình con người lý tưởng – bậc quân vương giác ngộ, người đã làm trọn cả hai vai: trị quốc và tu tâm. Ông không từ bỏ thế gian để tìm đạo, mà tìm đạo ngay trong thế gian; không xem quyền lực là ràng buộc, mà xem đó là phương tiện hành đạo. Trong tư tưởng của ông, Trung đạo không phải là con đường thỏa hiệp, mà là trạng thái quân bình tuyệt

đối của tâm thức, nơi con người hành động mà không bị chi phối bởi cực đoan của ham muốn hay sợ hãi. Đó là trí tuệ của người thấy rõ bản chất duyên khởi của mọi hiện tượng và từ đó đạt đến tự do nội tại.

Di sản tinh thần của Trần Nhân Tông không dừng ở phạm vi Phật giáo. Đó là một học thuyết về nhân sinh và giáo dục: khơi dậy tiềm năng giác ngộ trong mỗi con người, nuôi dưỡng khả năng làm chủ cảm xúc và hành vi, hướng tới xã hội hòa hợp dựa trên nền tảng từ bi và hiểu biết. Tư tưởng "Cư trần lạc đạo" vì thế mang giá trị vượt thời gian – vừa là phương pháp tu tập cá nhân, vừa là triết lý xã hội về một đời sống tỉnh thức, trách nhiệm và nhân ái.

Trong thế kỷ XXI, khi nhân loại phải đối diện với khủng hoảng đạo đức, mất cân bằng tinh thần và sự phân mảnh văn hóa, con đường mà Trần Nhân Tông đã đi vẫn còn nguyên giá trị khai sáng. Đó là con đường của giác ngộ giữa đời sống, nơi mỗi người học cách trở về với chính mình, nhận ra "kho báu trong nhà" – nguồn tuệ giác nội sinh vốn sẵn có. Khi con người biết sống "đối cảnh vô tâm" – nhìn thế giới bằng tâm sáng suốt, không dính mắc – thì ngay trong đời thường cũng có thể đạt được an lạc, tự do và yêu thương.

Bài học mà vị vua – thiền sư để lại không chỉ dành cho người tu tập, mà cho toàn nhân loại: chỉ khi biết dung hòa giữa lý tưởng và hiện thực, giữa hành động và tĩnh lặng, giữa cái tôi và cái ta, con người mới có thể đạt đến trung đạo của trí tuệ và hòa bình. Và khi ấy, như Trần Nhân Tông từng sống, giữa ngai vàng vẫn có thể tìm thấy giác ngộ, và giữa nhân gian vẫn có thể an trú trong đạo.

Tác giả: **Thích nữ Bảo Giác**

***

Tài liệu tham khảo:

[1] Buswell, R. E., & Lopez, D. S. (2014). The Princeton Dictionary of Buddhism. Princeton University Press.

[2] Conze, E. (1973). The Perfection of Wisdom in Eight Thousand Lines and Its Verse Summary. Buddhist Publishing Group.

[3] Harvey, P. (2013). An Introduction to Buddhism: Teachings, History and Practices. Cambridge University Press.

[4] Suzuki, D. T. (1949). Essays in Zen Buddhism. Rider & Company.

[5] Nāgārjuna. (1995). Mūlamadhyamakakārikā (The Fundamental Verses on the Middle Way) (J. L. Garfield, Trans.). Oxford University Press.

[6] Thích, N. H. (2016). Bát Nhã Tâm Kinh giảng giải. Nhà xuất bản Hồng Đức.

[7] Thích, T. T. (2010). Thiền phái Trúc Lâm đời Trần và nguồn gốc từ Thiền đời Lý. Nhà xuất bản Tôn giáo.

[8] Nguyễn, L. (2000). Việt Nam Phật giáo sử luận (Tập 1). Nhà xuất bản Văn học.

[9] Nguyễn, D. H. (1999). Thiền học Việt Nam. Nhà xuất bản Khoa học Xã hội.

[10] Trần, V. G. (1992). Lược khảo văn học Phật giáo Việt Nam thời Lý – Trần. Viện Phật học Việt Nam.