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

Dã tràng ơi

ISSN: 2734-9195 14:10 04/06/2026

Cứ để sóng cuốn đi những điều không cần giữ. Chỉ giữ lại tâm hồn tĩnh lặng, để mỗi ngày đi qua đều là một lần được sống sâu sắc hơn, tỉnh thức hơn và trọn vẹn hơn giữa cuộc đời vô thường...

"Dã tràng xe cát biển Đông,

Nhọc lòng mà chẳng nên công cán gì".

Đời sống vốn chẳng dễ dàng. Khổ đau vẫn hiện diện quanh ta, len lỏi trong từng mối quan hệ, từng nỗi mong cầu, từng giấc mộng chưa thành. Ta đi qua tháng năm với đôi tay cố níu giữ bao điều, nhưng lại quên mất cách tìm lại chính mình. Mọi thứ cứ thế cuộn trôi như cát dưới chân sóng, như mây ngang trời, như hơi thở vừa kịp nhận ra đã tan vào hư vô. Đến một lúc nào đó, giữa những được mất của đời người, trong ta bỗng dấy lên một tiếng thở dài rất khẽ "Thôi thì cứ để gió mang đi".



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Phải chăng chỉ khi đã đủ mỏi mệt, người ta mới hiểu rằng phần lớn những điều từng khiến mình **khổ đau** thật ra không đáng để khổ đau đến thế. Ta từng miệt mài chạy theo danh vọng tiền tài. Từng đặt cả trái tim vào những cuộc tình.

Từng ngỡ rằng chỉ cần đủ chân thành thì sẽ đổi được bình yên, sẽ **hạnh phúc**. Nhưng rồi khi những ảo ảnh lần lượt tan đi, điều còn lại chỉ là khoảng lặng sâu thẳm, trống rỗng sau tất cả.

Trong khoảng lặng ấy, ta thấy chính mình. Một lữ khách từng hoang hoải giữa cuộc đời, miệt mài vun đắp những điều tưởng chừng bền vững, nhưng rốt cuộc vẫn không thoát khỏi quy luật vô thường.

Hình ảnh dã tràng từ lâu đã trở thành biểu tượng cho những nỗ lực tưởng như vô ích. Sóng biển cuốn đi bao nhiêu lần thì dã tràng lại xe cát bấy nhiêu lần. Người đời nhìn vào và gọi đó là sự khờ dại. Nhưng nghĩ kỹ, biết đâu dã tràng lại sáng suốt hơn con người. Nó biết sóng sẽ cuốn trôi. Biết công sức của mình chẳng thể tồn tại mãi. Thế nhưng vẫn bình thản công việc của mình trong từng khoảnh khắc hiện hữu. Không oán trách biển. Không tuyệt vọng trước còn mất, không nặng lòng vì kết quả.

Trong khi đó, con người hiểu về **vô thường** nhưng lại luôn muốn chống lại vô thường. Biết hạnh phúc không thể nắm giữ mãi mà vẫn cố chấp giữ lấy. Biết mọi cuộc gặp gỡ đều có ngày chia xa mà vẫn đau đớn khi duyên tàn. Cái khổ của chúng ta đôi khi không nằm ở hoàn cảnh, mà nằm ở sự chống cự với những gì vốn là bản chất của **đời sống**. Ngày tháng cứ trôi qua trong vòng xoáy của lo toan. Nhiều khi ta tưởng mình đang sống, nhưng thật ra chỉ đang tồn tại giữa vô số ràng buộc. Một lời khen khiến lòng vui, một lời chê khiến **tâm bất an**. Một chút danh lợi đủ làm mất ngủ, một ánh mắt vô tình cũng khiến lòng chênh chao. Ta sợ thua kém người khác. Sợ bị lãng quên. Sợ không còn được yêu thương, sợ những gì mình từng vun đắp dựng xây sẽ đổ vỡ. Và chính những nỗi sợ ấy âm thầm lấy đi sự bình yên vốn rất giản dị trong tâm hồn.

Có buổi sớm mai, khi ngồi lặng nhìn nắng rơi trên hiên nhà, tôi thấy lòng mình trống trải đến lạ. Rồi chợt hiểu, thứ khiến ta mỏi mệt không hẳn là cuộc đời, mà là sự cố chấp muốn níu giữ cuộc đời theo ý mình. Giống như nắm cát trong tay, càng siết chặt, cát càng rơi qua kẽ ngón. Chỉ khi mở lòng bàn tay, cát mới có thể nằm yên một cách tự nhiên. Có lẽ trí tuệ không nằm ở việc biết thật nhiều, mà nằm ở khả năng nhận ra lúc nào cần dừng lại: Để lắng nghe chính mình, để thấy đâu là điều nên giữ, đâu là điều nên buông bởi suy cho cùng, chẳng có gì thật sự thuộc về ta. Ngay cả thân này rồi cũng trở về với cát bụi.

Ta chỉ là kẻ khách trọ giữa dòng sinh tử ghé lại một đoạn đường. Gom góp đôi chút yêu thương, đôi chút kỷ niệm, rồi lặng lẽ tiếp tục cuộc hành trình riêng mình.

Đi qua những thăng trầm, ta dần nhận ra bình yên không nằm ở hoàn cảnh bên ngoài mà nằm ở cách ta nhìn thế giới. Cùng một sự việc, người này thấy khổ đau, người khác lại thấy cơ hội để trưởng thành. Cùng một biến cố, người này chìm trong tuyệt vọng, người khác học được sự buông xả. Khi tâm an, mọi biến động đều trở nên nhẹ nhàng hơn. Khi lòng tĩnh lặng, sóng gió cũng chỉ còn là những cơn gió thoảng đi qua cuộc đời.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Khổ đau là điều không ai có thể tránh khỏi. Nhưng ta có thể học cách không để khổ đau nhấn chìm mình. Như dã tràng kia, sau mỗi lần bị sóng cuốn trôi, vẫn trở về bờ cát để bắt đầu lại. Không oán than, không trách cứ, không xem mất mát là bi kịch. Có lẽ bởi nó hiểu rằng ý nghĩa của sự sống không nằm ở việc giữ được bao nhiêu, mà nằm ở việc đã sống trọn vẹn với những gì đang có. Qua bao buồn vui của kiếp người, ta mới nhận ra điều quý giá nhất không phải là đạt được điều gì đó cho riêng mình. Điều quý giá nhất là giữ được sự trong trẻo của tâm hồn giữa cuộc đời nhiều bụi bặm. Giữ được một nụ cười giữa mất mát, giữ được ánh nhìn hiền hòa khi bị tổn thương. Giữ được lòng từ bi ngay cả khi đối diện với những điều trái ý. Bởi cuối cùng, người được cứu độ trước tiên chính là chính ta.

Vì thế, dẫu cuộc đời còn nhiều khổ lụy, ta vẫn có thể chọn cho mình cách sống nhẹ nhàng hơn. Không phải vì thờ ơ với nhân thế, mà vì đã hiểu. Hiểu rằng mọi pháp đều vô thường. Hiểu rằng mọi duyên hợp rồi sẽ tan. Hiểu rằng khổ đau, sinh khởi từ sự nắm giữ những gì vốn không thể giữ. Khi hiểu được điều ấy, lòng người tự nhiên bớt tranh luận hơn, bớt mong cầu hơn, bớt cố chấp hơn. Rồi sẽ có một ngày, ta đủ bình thản để nhìn những "công trình cát" của đời mình tan

vào sóng nước mà không còn tiếc nuối.

Biển chưa từng nợ dã tràng điều gì, chỉ có ta, đôi khi nợ chính mình một lần sống thật an nhiên. Cứ để sóng cuốn đi những điều không cần giữ. Chỉ giữ lại tâm hồn tĩnh lặng, để mỗi ngày đi qua đều là một lần được sống sâu sắc hơn, tỉnh thức hơn và trọn vẹn hơn giữa cuộc đời vô thường...

Tác giả: **Ngạn Yên**