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

Im lặng hùng tráng

ISSN: 2734-9195 15:16 08/08/2023

Tới Làng, thực tập giới thứ tư, ta không nói chuyện thị phi. Ta không nói chuyện thị phi của bất cứ ai và của bất cứ cơ sở nào, trong đó có các thầy, các sư cô và các đạo tràng khác. Ta cũng không nghe chuyện thị phi. Thì giờ của ta là để thực tập thiền thở, thiền đi, thiền ngồi, thiền làm việc và ăn cơm trong chánh niệm. Để sự thực tập được sâu sắc, ta cần theo dõi hơi thở và vì vậy ta không nói chuyện, trừ những giờ pháp đàm trong ấy ta chỉ nói về sự thực tập mà thôi.

Im lặng này không phải là một thứ im lặng tẻ nhạt hoặc nặng nề mà là một thứ im lặng linh động đầy sức sống gọi là Im Lặng Hùng Tráng (Noble Silence), rất cần thiết cho khung cảnh thực tập. Im lặng hùng tráng tạo ra năng lượng chuyển hóa và trị liệu. Ta nên tích cực đóng góp cho phẩm chất tu học của tăng thân về phương diện này.

Nguồn link: **https://langmai.org/thien-duong/tt-can-ban-lang-mai/im-lang-hung-trang/**