

Phật đản: Hành trình tâm linh qua các Tu viện vùng Himalaya

ISSN: 2734-9195 18:55 24/05/2026

Phật giáo Himalaya không xem tu tập chỉ là hành trình cá nhân. Sự giác ngộ luôn gắn với cộng đồng.

Tác giả: **Rebecca Wong**

Chuyển ngữ: **Liên Tịnh**

Nguồn: <https://www.buddhistdoor.net/>

Trong truyền thống **Phật giáo Tây Tạng**, Saga Dawa là ngày Rằm tháng Tư Âm lịch, gắn với ba sự kiện trọng đại trong cuộc đời đức Phật Thích Ca Mâu Ni: đản sinh, thành đạo và nhập Niết-bàn.

Phật giáo Việt Nam gọi là mùa Phật đản, còn trên thế giới, ngày lễ này được biết đến với tên Vesak - đại lễ văn hóa tâm linh của cộng đồng Phật giáo toàn cầu.

Đây là thời khắc mà người dân Tây Tạng tin rằng mọi thiện hạnh đều được tăng trưởng công đức nhiều lần. Khi khói hương toả trên bàn thờ mờ ảo và không gian xung quanh tĩnh mịch, con người dường như nhạy bén hơn với các giác quan nơi thân, tâm. Trong khoảnh khắc ấy, ánh trăng hay đêm trăng tròn không còn đơn thuần là một hiện tượng của trời đất, mà trở thành nhịp cầu kết nối giữa thiên nhiên, vũ trụ và chiều sâu tâm thức con người.

Vượt lên trên ý niệm “*tích lũy công đức*”, Saga Dawa còn là mùa của sự quay về nội tâm. Người dân hành hương đi nhiều quanh các tu viện, đánh lễ trên những con đường đá lạnh, phóng sinh, tụng kinh và cúng dường. Tất cả không nhằm cầu xin thần lực ban phước, mà là một phương pháp chuyển hóa tâm thức, giúp con người nuôi dưỡng lòng từ bi và buông xả bản ngã.

Dưới ánh trăng Himalaya, mỗi nghi lễ đều mang tính biểu tượng sâu sắc. Đi nhiều quanh thánh địa là nhắc mình sống đúng con đường đạo; lễ lạy là thực tập hạ thấp cái tôi; còn tiếng tụng kinh tập thể chính là sự cộng hưởng của năng lượng tỉnh thức giữa cộng đồng.

Qua trạng thái thiền quán trong đêm trăng **Saga Dawa**, tác giả dẫn người đọc bước vào một cuộc "*hành hương bằng tâm thức*" xuyên qua các tu viện nổi tiếng vùng Himalaya - nơi mỗi nghi lễ, tiếng chuông và ánh nến bơ trở thành chất liệu để quán chiếu về lòng từ bi và con đường giác ngộ.



Tu viện Samye. Ảnh: theguardian.com

1. Tu viện Samye - nơi Phật pháp bén rễ trên đất Tây Tạng

Giữa vùng đất cao nguyên mênh mông, Tu viện Samye Monastery hiện lên như dấu mốc mở đầu cho lịch sử Phật giáo Tây Tạng. Được xây dựng từ thế kỷ VIII dưới thời vua Trisong Detsen, Samye là tu viện đầu tiên của Tây Tạng, nơi chính thức hình thành Tăng đoàn theo giới luật Mulasarvastivada.

Trong bài viết gốc, tác giả mô tả những ngọn nến bơ lung linh, huyền ảo, hắt tia sáng vàng óng, đung đưa mỗi khi cơn gió khẽ qua dưới tượng đức Phật Thích Ca Mâu Ni và hình ảnh **Ngài Guru Rinpoche** – đức Liên Hoa Sinh – hiện diện qua làn khói hương cùng âm thanh của những pháp khí. Đó không chỉ là mô tả cảnh quang tu viện, mà còn phản ánh tinh thần cốt lõi của Phật giáo Kim Cương thừa: sự kết hợp giữa thiền định, nghi lễ và biểu tượng tâm linh.

Tại Samye, người hành giả không chỉ học giáo lý khô cứng, mà còn thấm nhuần pháp qua âm thanh, màu sắc và không khí thiêng liêng. Đây là điều mà nhiều nghiên cứu Phật học hiện đại gọi là “**embodied spirituality**” – trải nghiệm tâm linh được quán sát bằng toàn bộ thân tâm.



Ảnh: samye.org.tw

Nếu người Việt quen hình dung chùa chiền là mái ngói cong thấp thoáng bên lũy tre, tiếng chuông chiều ngân giữa làng quê hay hương trầm lan nhẹ trong không gian tĩnh mặc, thì Samye lại mang một vẻ đẹp hoàn toàn khác.

Tu viện nằm giữa vùng thung lũng rộng lớn của Tây Tạng, phía xa là những dãy núi phủ tuyết và bầu trời xanh thẳm, sâu đến mức tạo cảm giác như đang đứng rất gần mây trời. Không khí ở đây hanh khô và đầy gió. Mỗi bước chân chậm chậm đều khiến con người ý thức rõ hơn về hơi thở của mình.

Kiến trúc Samye được xây dựng như một mandala ba chiều – mô hình vũ trụ theo quan niệm Phật giáo Mật tông. Chính điện ở trung tâm tượng trưng cho núi Tu Di, bốn góc có các bảo tháp mang màu sắc khác nhau tượng trưng cho bốn châu thiên hạ (Nam Thiệm Bộ Châu, Đông Thắng Thần Châu, Tây Ngưu Hóa Châu, Bắc Câu Lô Châu). Nhìn từ trên cao, toàn bộ tu viện giống như một “vũ trụ **Phật giáo thu nhỏ**” giữa cao nguyên Himalaya.

Điều khiến nhiều người lần đầu đến Samye xúc động không phải sự nguy nga, mà là cảm giác linh thiêng rất khó diễn tả. Ánh sáng trong tu viện thường mờ vàng bởi hàng nghìn ngọn nến bơ yak (loại nến bơ được làm từ sữa bò) được thắp liên tục. Mùi bơ quyện với mùi gỗ trầm, khói hương và tiếng tụng kinh trầm

ấm tạo nên một không gian vừa huyền bí vừa cổ kính. Những bức tường dày sẫm màu vì thời gian, các hành lang tối và tiếng pháp khí vang vọng khiến người ta có cảm giác như đang bước vào một lớp ký ức xưa cũ của Phật giáo.

Đối với người dân Tây Tạng, Samye không chỉ là một di tích. Đó là nơi đánh dấu thời điểm Phật pháp thật sự bén rễ trên vùng đất tuyết. Từ đây, giáo lý của đức Phật được dịch sang tiếng Tây Tạng, kinh điển được truyền bá và đời sống tu viện dần hình thành. Có thể nói, nếu Ấn Độ là nơi Phật giáo khai sinh, thì Samye chính là một trong những chiếc nôi đã giúp Phật giáo Himalaya trưởng thành và phát triển thành một nền văn hóa tâm linh đặc sắc kéo dài suốt hơn một nghìn năm.

2. Tu viện Sera, Tây Tạng - nơi trí tuệ được đánh thức bằng tranh biện

Tu viện Sera Monastery nổi tiếng với những cuộc tranh biện Phật học diễn ra giữa sân đá dưới bầu trời cao nguyên.

Ở đây, sự giác ngộ không được hiểu như một trạng thái nhận biết mơ hồ, mà là kết quả của quá trình quán chiếu và vấn đáp không ngừng. Những tiếng vỗ tay dứt khoát của các vị tăng không nhằm thể hiện thắng thua, mà là cách đánh thức tư duy và phá bỏ những nhận thức sai lầm.

Điều này rất gần với tinh thần đức Phật từng dạy trong Kinh Tăng Chi Bộ, đó là không vội tin chỉ vì truyền thống hay uy quyền, mà cần tự mình quán sát và trải nghiệm chân lý.



Tu viện Sera. Ảnh: <https://news.cgtn.com/>

Trong bối cảnh hiện đại, tinh thần tranh biện của tu viện Sera cũng gợi mở một ứng dụng thiết thực trong đời sống: người học Phật không nên chỉ tiếp nhận giáo lý bằng niềm tin cảm tính, mà cần có tư duy phản biện, khả năng đối thoại và sự thực chứng nội tâm.

Nếu nhìn từ góc độ của một người Việt chưa từng đặt chân tới Tây Tạng, Sera có thể khiến nhiều người bất ngờ vì nơi đây không mang vẻ yên tĩnh như hình dung quen thuộc về chùa chiền Á Đông.



Tu viện Sera. Ảnh: <https://news.cgtn.com/>

Vào mỗi buổi chiều, sân tranh biện của tu viện trở nên nhộn nhịp với hàng trăm vị tăng tụ tập thành từng nhóm dưới bóng cây. Không gian vang lên liên tục những tiếng vỗ tay mạnh, những bước chân dậm xuống nền đá và những câu hỏi được đưa ra dồn dập. Đôi lúc, người ngoài nhìn vào có thể tưởng như đang chứng kiến một cuộc tranh luận căng thẳng, nhưng thực chất đó là một phương pháp rèn luyện trí tuệ kéo dài hàng trăm năm trong Phật giáo Tây Tạng.

Các vị tăng trẻ thường phải nắm vững kinh luận trước khi bước vào tranh biện. Người đứng sẽ đặt câu hỏi, phản biện hoặc đưa ra lập luận; người ngồi phải trả lời thật nhanh, chính xác và logic. Tiếng vỗ tay đặc trưng của Sera không phải để gây áp lực, mà tượng trưng cho sự kết hợp giữa trí tuệ và phương tiện thiện xảo – một động tác mang ý nghĩa “*cắt đứt vô minh*”.

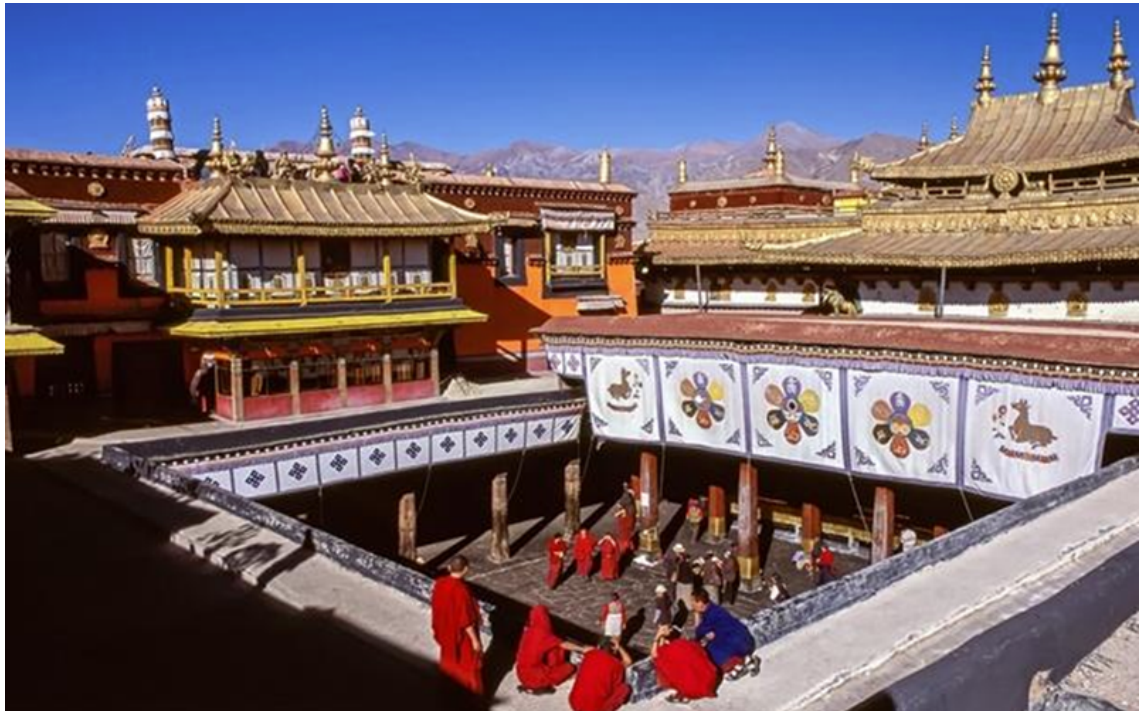
Sera cũng là một trong ba đại tu viện lớn của Lhasa, được xây dựng vào thế kỷ XV dưới thời phái Gelug phát triển mạnh. Tường tu viện phủ màu trắng xám, mái điện dát vàng nổi bật giữa nền trời xanh lạnh của cao nguyên Tây Tạng. Vào mùa đông, gió từ dãy Himalaya thổi qua khiến không khí hanh khô và lạnh buốt, nhưng sân tranh biện vẫn luôn đông người. Giữa vùng đất khắc nghiệt ấy, tri thức và sự tu học trở thành một sức mạnh tinh thần đặc biệt.

Đối với nhiều học giả Phật học, Sera không chỉ là một tu viện, mà còn là một “*đại học Phật giáo*” của Himalaya. Nơi đây cho thấy Phật giáo Tây Tạng không chỉ chú trọng nghi lễ hay thiền định, mà còn chú trọng việc rèn luyện tư duy, logic và khả năng phân tích của con người.

3. Chùa Jokhang, Lhasa - con đường của những lễ lạy

Tại Jokhang Temple, hàng ngàn người hành hương lạy lễ phủ phục toàn thân trên nền đá lạnh. Đầu gối chai sần, bàn tay bọc gỗ.

Trong Phật giáo Tây Tạng, lễ lạy không phải sự khuất phục thần quyền, mà là một phương pháp tu tập thân - khẩu - ý. Khi toàn thân chạm đất, cái tôi cũng được hạ xuống. Mỗi lạy là một lần buông bỏ kiêu mạn, tham cầu và chấp ngã.



Chùa Jokhang, Lhasa. Ảnh: <https://gody.vn/>

Bài viết gốc nhắc đến pho tượng Phật do công chúa Văn Thành mang từ nhà Đường sang Tây Tạng như một “*cửa hồi môn*”. Nhưng dưới góc nhìn Phật học, điều được truyền sang không chỉ là pho tượng, mà là cả dòng chảy văn hóa và tinh thần giác ngộ xuyên qua Con đường Tơ lụa.

Với nhiều người Việt chưa từng đến Tây Tạng, Jokhang có lẽ không giống hình dung quen thuộc về một ngôi chùa thanh vắng giữa núi rừng. Ngôi chùa này nằm ngay trung tâm Lhasa, giữa những con đường hành hương luôn đông kín người từ sáng sớm đến đêm khuya. Xung quanh Jokhang là khu Barkhor – một vòng đường cổ nơi người dân vừa đi nhiễu quanh chùa, vừa xoay kinh luân, tụng chú và cầu nguyện. Cả không gian chuyển động liên tục như một dòng sông tâm linh không ngừng chảy suốt hàng thế kỷ.



Ảnh: <https://gody.vn/>

Điều gây ấn tượng mạnh nhất khi bước vào chùa Jokhang là cảm giác cổ kính gần như nguyên sơ. Những phiến đá trước cổng chùa đã lổm xổm vì hàng triệu lượt lễ lạy qua nhiều thế hệ. Các bức tường bên trong ám đen bởi khói nến bơ yak cháy suốt ngày đêm. Không gian không sáng rực như nhiều ngôi chùa hiện đại, mà mờ tối, dày đặc mùi hương, ánh nến vàng óng ả và tiếng tụng niệm chậm rãi sâu lắng. Chính sự tối mờ ấy lại khiến con người cảm nhận rõ hơn sự linh thiêng và quý giá của thời gian.

Người **Tây Tạng** coi chùa Jokhang là trái tim tâm linh của Tây Tạng. Có những người hành hương đi bộ hàng tháng trời từ các vùng núi xa xôi để đến đây. Họ mang theo lương thực đơn sơ, ngủ ngoài đường hành hương và thực hiện hàng ngàn lễ lạy trước khi bước qua cánh cửa chùa. Với họ, Jokhang không chỉ là nơi cầu nguyện, mà là đích đến của niềm tin mãnh liệt.



Tượng Phật Thích Ca Mâu Ni, chùa Jokhang. Ảnh: Wondersoftibet.com

Pho tượng đức Phật bên trong chùa Jokhang cũng được xem là một trong những vật phẩm linh thiêng bậc nhất Tây Tạng. Theo truyền thống, tượng khắc họa đức Phật lúc mười hai tuổi và được xem là rất gần với dung mạo lịch sử của Ngài. Vì thế, nhiều người Tây Tạng tin rằng chỉ cần được chiêm bái pho tượng ấy một lần trong đời cũng là nhân duyên vô cùng lớn.

Chùa Jokhang phản ánh một nét rất đặc biệt của Phật giáo Himalaya: niềm tin không chỉ tồn tại trong tư tưởng, mà hiện diện ngay nơi thân thể và đời sống thường ngày. Từ đôi bàn tay chai sần của người hành hương, những vòng kinh luân xoay không ngừng, cho tới làn khói hương gỗ bách xù bay lên giữa trời cao nguyên, tất cả đều trở thành một phần của sự thực hành tu tập.

4. Tu viện Palcho - nghệ thuật như một pháp môn

Tại Tu viện Palcho Monastery, những vị tăng kéo bức thangka khổng lồ phủ kín sườn núi trong tiếng tụng kinh vang vọng.

Trong truyền thống Tây Tạng, tranh thangka không đơn thuần là hội họa tôn giáo. Đó được coi là “*bản đồ tâm linh*” giúp hành giả quán tưởng và an trú nội tâm. Hình ảnh đức Phật trải rộng giữa không gian khiến người xem không chỉ “*ngắm nhìn*”, mà còn cảm thấy mình đang được bao bọc bởi ánh sáng Phật giáo.

Nghệ thuật Phật giáo vì thế không phục vụ trang trí, mà là một phương tiện dẫn dắt tâm trí trở về chính niệm.



Tu viện Palcho ở Gyantse năm 1938. Ảnh của Ernst Schäfer. Từ commons.wikimedia.org

Nếu người Việt quen với tranh thờ dân gian hay những bức phù điêu trong chùa cổ, thì tại Tu viện Palcho đem đến một cảm giác hoàn toàn khác: nơi đây giống như một “*bảo tàng sống*” của nghệ thuật Phật giáo Himalaya giữa cao nguyên gió lạnh. Tu viện nằm ở Gyantse, một thị trấn cổ trên tuyến giao thương giữa Tây Tạng và Nepal, nên từ nhiều thế kỷ trước đã trở thành nơi giao thoa văn hóa, hội họa và tín ngưỡng.

Điểm đặc biệt nhất của Tu viện Palcho là tháp Kumbum nhiều tầng nằm trong khuôn viên tu viện. Bên trong tháp có hàng chục điện thờ nhỏ nối tiếp nhau như mê cung tâm linh. Những bức tường phủ kín tranh vẽ Phật, Bồ tát, mandala và các vị hộ pháp với màu sắc vẫn còn rực rỡ dù đã trải qua nhiều thế kỷ. Khi bước qua từng tầng tháp, người ta có cảm giác như đang đi xuyên qua nhiều lớp thế giới biểu tượng của Mật tông Tây Tạng.



Ảnh sưu tầm.

Vào mùa lễ hội, việc trải đại thangka trên sườn núi không chỉ là nghi thức tôn giáo, mà còn là khoảnh khắc cả cộng đồng cùng hướng tâm về điều thiện lành. Từ xa, bức tranh khổng lồ hiện ra giữa nền trời cao nguyên như một biển màu sắc phủ xuống mặt đất. Người dân Tây Tạng tin rằng chỉ cần được chiêm bái thangka với tâm thanh tịnh cũng đã là một hình thức gieo duyên lành với phật

pháp.



Ảnh sưu tầm.

Điều đáng chú ý là nghệ thuật ở Palcho không tách rời đời sống tu học. Người vẽ tranh, tạc tượng hay thêu thangka thường phải trải qua thời gian học giáo lý và thực hành nghiêm túc. Mỗi màu sắc, cử chỉ tay hay hình dáng trong tranh đều mang ý nghĩa biểu tượng sâu sắc. Vì thế, một bức thangka không chỉ được tạo ra bằng kỹ thuật hội họa, mà còn bằng sự tập trung và tâm nguyện của người thực hành.

Đối với người hiện đại, Tu viện Palcho gợi nhắc rằng cái đẹp chân chính không chỉ để thưởng thức bằng mắt, mà còn là năng lực chuyển hóa nội tâm. Khi nghệ thuật mang chiều sâu tâm linh, nó giúp con người lắng lại giữa nhịp sống vội vã và khai phóng khả năng lắng nghe chính mình.

5. Tu viện Kumbum, Thanh Hải - ký ức Phật giáo được lưu giữ bằng nến bơ

Tu viện Kumbum Monastery là nơi sinh của Tsongkhapa – nhà cải cách vĩ đại của truyền thống Gelug.

Những tác phẩm điêu khắc bằng bơ yak tại đây kể lại cuộc đời đức Phật qua từng chi tiết tinh xảo. Chất liệu bơ mềm mịn, dễ tan chảy, nhưng lại chứa đựng những câu chuyện được truyền tụng qua hàng nghìn năm. Điều ấy gợi nhắc một chân lý rất sâu của đạo Phật: mọi pháp đều vô thường, nhưng giá trị giác ngộ có

thể được truyền trao qua nhiều hình thức khác nhau.



Tu viện Kumbum ở Thanh Hải. Ảnh: buddhistdoor.net

Trong xã hội hiện đại, nơi con người bị cuốn vào tốc độ và công nghệ, việc lưu giữ ký ức tâm linh bằng nghệ thuật truyền thống chính là cách giữ cho đời sống không đánh mất chiều sâu tinh thần.

Kumbum có thể gây kinh ngạc bởi sự pha trộn rất đặc biệt giữa vẻ hùng vĩ của cao nguyên và sự tinh tế của nghệ thuật thủ công Phật giáo. Tu viện nằm ở Thanh Hải – vùng đất có mùa đông rất lạnh, bầu trời trong xanh và những đồng cỏ rộng nơi người dân du mục nuôi bò. Chính từ đời sống ấy, bơ được làm từ sữa bò trở thành một phần của văn hóa tâm linh Tây Tạng.



Ảnh sưu tầm.

Các tác phẩm điêu khắc bằng bơ yak tại Kumbum được tạo nên hoàn toàn bằng tay. Để giữ cho bơ không tan chảy, các nghệ nhân thường phải làm việc trong không gian lạnh giá hàng giờ liền. Từ chất liệu mềm mại ấy, họ tạo nên hình ảnh chư Phật, hoa sen, cảnh trong kinh điển hay cả những họa tiết nhỏ đến khó tin. Dưới ánh nến bơ vàng nhạt, các tác phẩm hiện lên sống động như chính thân phận con người giữa cõi vô thường.

Không gian Kumbum cũng mang màu sắc rất khác với các ngôi chùa quen thuộc ở Việt Nam. Những mái điện vàng nổi bật giữa nền núi xám lạnh, các dãy hành lang dài treo đầy cờ cầu nguyện nhiều màu phấp phới trong gió. Bên trong là tiếng tụng kinh trầm sâu hòa cùng mùi bơ yak và hương trầm tạo nên một cảm giác vừa linh thiêng vừa gần gũi với đời sống du mục vùng cao nguyên.



Ảnh sưu tầm.

Kumbum còn nổi tiếng bởi thư viện kinh điển cổ và truyền thống học thuật nghiêm túc của phái Gelug. Nơi đây từng đào tạo nhiều vị tăng học giả nổi tiếng của Tây Tạng. Vì thế, tu viện không chỉ là nơi hành lễ, mà còn là trung tâm gìn giữ tri thức, nghệ thuật và ký ức văn hóa Phật giáo Himalaya suốt nhiều thế kỷ.

Nhìn rộng hơn, Kumbum cho thấy một điều rất đẹp của Phật giáo: giáo lý không chỉ được lưu giữ bằng văn tự, mà còn được gửi gắm trong nghệ thuật, đời sống và bàn tay lao động của con người. Ngay cả một chất liệu bình dị như bơ yak cũng có thể trở thành phương tiện chuyên chở ánh sáng giác ngộ.

6. Punakha Dzong - âm thanh của cộng đồng tỉnh thức

Punakha Dzong hiện lên dưới ánh trăng như một pháo đài trắng giữa hai dòng sông.

Trong không gian ấy, tiếng tụng Kangyur vang lên từ vị Je Khenpo – lãnh đạo tinh thần tối cao của Bhutan – rồi lan rộng qua hàng ngàn tu viện trên khắp vương quốc.

Điều đáng chú ý là Phật giáo tại Himalaya không xem tu tập chỉ là hành trình cá nhân. Sự giác ngộ luôn gắn với cộng đồng. Khi hàng ngàn người cùng tụng kinh, cùng hành thiện và cùng hướng tâm từ bi, năng lượng tập thể ấy tạo nên một nền văn hóa nhân văn dựa trên tỉnh thức.



Punakha Dzong. Ảnh: google.com

Bhutan nhiều năm qua được biết đến với chỉ số *“hạnh phúc quốc gia”* cao nhất thế giới (Gross National Happiness). Đằng sau khái niệm ấy là ảnh hưởng sâu đậm của Phật giáo đối với đời sống xã hội: xem hạnh phúc tinh thần quan trọng không kém sự tăng trưởng vật chất.



Punakha Dzong. Ảnh: google.com

Tu viện Punakha Dzong có thể được hình dung như sự kết hợp giữa một tu viện Phật giáo, một cung điện cổ và một pháo đài giữa núi rừng Himalaya. Công trình nằm ở nơi hợp lưu của hai dòng sông Pho Chhu và Mo Chhu, được bao

quanh bởi nước và những dãy núi xanh thẳm. Vào mùa xuân, hoa phượng tím jacaranda nở dọc theo tường thành trắng khiến toàn bộ Tu viện Punakha Dzong mang vẻ đẹp vừa trang nghiêm vừa thơ mộng.



Punakha Dzong. Ảnh: google.com

Khác với nhiều ngôi chùa Đông Á có kiến trúc hướng nội và kín đáo, Tu viện Punakha Dzong mở ra bằng những khoảng sân rộng, hành lang gỗ dài và những bức tường trắng cao lớn phản chiếu ánh nắng vùng núi. Bên trong, các cột gỗ được chạm khắc thủ công với hoa văn Phật giáo nhiều màu sắc: rồng, mây, hoa sen, bánh xe pháp luân. Không gian vừa mang nét quyền uy của một trung tâm hành chính cổ, vừa giữ được sự tĩnh lặng của đời sống thiền môn.

Trong lịch sử Bhutan, Punakha Dzong không chỉ là nơi tu học mà còn từng là trung tâm chính trị của vương quốc. Đây là nơi diễn ra các nghi lễ đăng quang của nhà vua và nhiều sự kiện quan trọng của đất nước. Điều đó phản ánh một nét đặc biệt của Bhutan: văn hóa, chính trị và Phật giáo không tách rời nhau, mà cùng tạo thành nền tảng tinh thần cho xã hội.

Điều khiến nhiều người xúc động khi đến Tu viện Punakha không phải là sự đồ sộ, mà là cảm giác bình an rất rõ rệt hiện diện trong đời sống thường ngày. Người dân Bhutan đi qua tu viện với sự cung kính tự nhiên, trẻ em lớn lên giữa tiếng kinh và cờ cầu nguyện, còn các vị tăng trẻ vừa học giáo lý vừa tham gia sinh hoạt cộng đồng. Ở đó, Phật giáo không chỉ nằm trên bàn thờ hay trong kinh sách, mà hiện diện trong cách con người đối xử với nhau và với thiên nhiên.

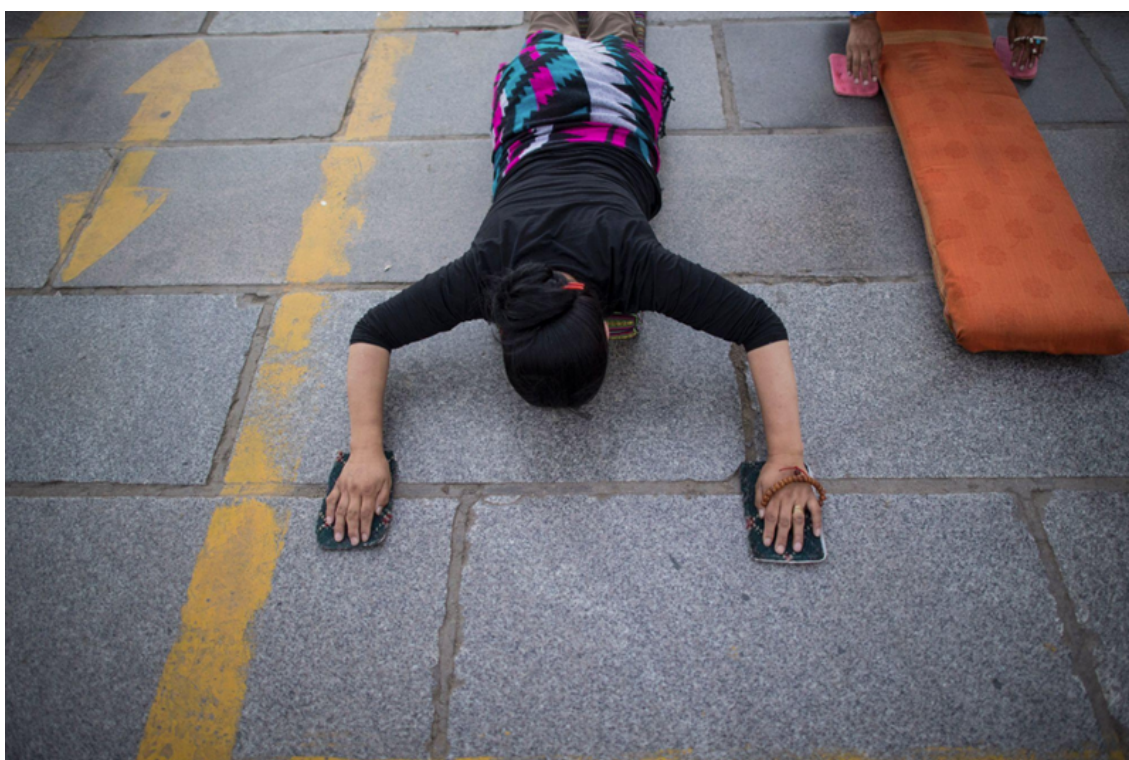
Vào những đêm lễ lớn, tiếng tụng kinh từ Tu viện Punakha Dzong hòa cùng tiếng nước sông chảy dưới ánh trăng Himalaya tạo nên một khung cảnh rất khó diễn tả bằng lời. Nó khiến người ta cảm nhận rằng sự tĩnh thức đôi khi không đến từ những điều huyền bí, mà từ cảm giác được sống trong một cộng đồng biết hướng tâm về điều thiện lành.

7. Những người hành hương - vẻ đẹp của lòng thành kính

Bên cạnh những hình ảnh đại tu viện nguy nga, hình ảnh những con người bình dị: một bà lão quỳ lạy đến mòn cả trán, hay những người dân phóng sinh cá xuống sông vào buổi sớm,...

Trong đạo Phật, giác ngộ không nằm ở những điều siêu nhiên xa xôi. Nó có thể bắt đầu từ một hành động xuất phát bởi lòng từ bi. Một lễ lạy chân thành, một lời cầu nguyện thiện lành hay một tâm niệm buông xả cũng đều là bước đi trên con đường chuyển hóa.

Bởi vậy, ánh trăng Saga Dawa trong bài viết không chỉ chiếu lên mái chùa hay tượng Phật, mà còn phản chiếu nơi từng trái tim con người đang học cách sống tử tế hơn.



Ảnh sutra tằm.

Khép lại hành trình xuyên Himalaya, tác giả quay về căn phòng thiền nhỏ bé của mình. Hương đã tàn, mặt trăng đã ngả thấp bên khung cửa sổ. Nhưng sau

tất cả những nghi lễ, âm thanh và hình ảnh huyền nhiệm, điều còn lại không phải là cảm giác thần bí, mà là một nhận thức rất giản dị: giác ngộ không nằm ngoài đời sống, mà đạo có trong đời.



Ảnh sưu tầm.

Tiếng chuông, mùi đàn hương, bước chân hành hương hay ánh mắt của một người đang lễ Phật... tất cả đều có thể trở thành cánh cửa tỉnh thức nếu con người hiện diện trọn vẹn trong từng khoảnh khắc.

Tinh thần ấy rất gần với Trung đạo mà đức Phật đã khai mở: không chạy trốn thế gian, cũng không đắm chìm trong dục lạc, mà sống giữa cuộc đời với tâm sáng biết và lòng từ bi rộng mở.

Có lẽ vì thế mà ánh trăng Saga Dawa trở thành biểu tượng đẹp của Phật giáo Himalaya. Trăng không giữ ánh sáng cho riêng mình. Nó lặng lẽ soi chiếu ánh sáng trong đêm tối đến khắp nhân gian. Cũng như lòng từ bi của người giác ngộ rất đổi âm thầm, dịu mát nhưng có khả năng chạm tới mọi trái tim đang khát khao bước trên con đường giác ngộ giải thoát.

Tác giả: **Rebecca Wong**/Chuyển ngữ: **Liên Tịnh**

Nguồn: <https://www.buddhistdoor.net/>