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

Ý nghĩa cuộc đời

ISSN: 2734-9195 14:30 13/05/2026

Ngẫm cho cùng: Đời người giống như một đám mây bay, đến rồi đi giữa bầu trời vô tận. Xin đừng vì hơn thua mà làm lòng mình hóa đá. Xin đừng vì danh lợi mà đánh mất ánh sáng lương tri. Xin đừng đợi đến lúc tóc bạc mới học cách thương người.

Lời dẫn

Trần gian một cõi, sinh tử đôi đường. **Kiếp người** như giấc mộng phù du: sinh rồi tử, tử rồi sinh, xoay vần trong bánh xe luân hồi không lúc nào dừng nghỉ. Đứng trước nấm mồ của người thân mà tự hỏi: **“Nếu sinh ra rồi cuối cùng ai cũng phải chết… vậy con người xuất hiện trên thế gian này để làm gì?”** Câu hỏi ấy, nghe qua tưởng chừng bi quan, nhưng kỳ thực lại là cánh cửa đầu tiên của minh triết, như tiếng khánh ngân giữa đêm trường, vừa lay tỉnh giấc mộng dài của kẻ mê, vừa khơi dậy niềm thao thức của người đang kiếm tìm ý nghĩa hiện hữu cuộc đời.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Từ bậc đế vương uy nghi cho đến kẻ hành khất đầu chợ; từ bậc hiền triết cho đến người lao động trú mưa nơi quán nhỏ ven đường… ai rồi cũng từng ít nhất một lần ngước nhìn bầu trời mà tự hỏi: **“Ta sống để làm gì?”**

Bởi chỉ khi con người biết mình sẽ chết, họ mới thật sự học cách sống.

Đức Phật dạy rằng mọi pháp hữu vi đều vô thường. Thân này không phải là “ta”, bởi nếu thật là “ta” thì nó đã chẳng già nua, bệnh tật và hoại diệt. Thế nhưng, dù muốn hay không, thân này vẫn đi dần về phía vô thường.

Trong Kinh Tăng Chi Bộ, đức Phật dạy: *“Này các Tỳ-kheo, nếu già, bệnh và chết không hiện hữu nơi đời này, thì Như Lai đã không xuất hiện ở đời để thuyết pháp cho chúng sinh”.*[1]

Chính vì có khổ đau, có sinh tử, có vô thường, nên con người mới thao thức đi tìm chân lý. Cũng chính vì đời người hữu hạn, nên từng khoảnh khắc hiện hữu mới trở nên đáng quý.

I. Cảnh đời huyễn mộng

Kìa xem:

Thân như bọt nước, tụ tán mấy hồi. Đời tựa bóng câu, thoáng qua cửa sổ.

Hôm nay còn phấn son rực rỡ, ngày mai có thể đã trở thành người thiên cổ. Vừa mới lên xe xuống ngựa, thoắt chốc đã lá rụng về cội:

Khi nào đứng đứng ngồi ngồi

Bây giờ thiêm thiếp như chồi cây khô”.

Cây cổ thụ nghìn năm còn có lúc đổ, thân tứ đại này mấy chục năm sao tránh khỏi tan?

Đại thi hào **Nguyễn Du** viết: *“Khi tỉnh rượu, lúc tàn canh / Giật mình, mình lại thương mình xót xa”.*[2]

Và rồi ngậm ngùi trước cảnh bể dâu nhân thế: *“Trải qua một cuộc bể dâu / Những điều trông thấy mà đau đớn lòng”.*[3]

“Rốt cuộc rồi ai cũng chết… vậy sống để làm gì?”

Người trẻ hỏi khi thất tình. Người già hỏi lúc bệnh đau. Kẻ nghèo hỏi giữa chợ đời cơ cực. Người giàu tự vấn giữa biệt thự rộng lớn mà lòng trống trải hơn sân ga cuối ngày. Có người suy tư rồi nhấp ngụm cà phê. Có người hỏi rồi bật một bản nhạc buồn. Cũng có người tự hỏi rồi đắm chìm trong giấc mộng.

Từ ngàn xưa, các bậc thánh triết Đông Tây đều thao thức trước câu hỏi ấy.

Thái tử Tất Đạt Đa sau khi chứng kiến cảnh già - bệnh - chết, đã từ bỏ cung vàng điện ngọc để tìm con đường **giải thoát**.

Triết gia Socrates từng nói: *“Một đời sống không được quán xét là một đời sống không đáng sống”.*[4]

Lev Tolstoy cũng từng ưu tư: *“Điều duy nhất khiến con người đau khổ là họ không biết mình sống vì điều gì”.*[5]

Than ôi!

Người đời sợ chết, nhưng lại sống như chưa từng sống. Sợ vô thường, nhưng lại phung phí từng ngày hữu hạn. Miệng nói “đời là cõi tạm”, nhưng vẫn tranh hơn

thua từng lời nói, từng tấc đất, từng địa vị hư danh.

Ấy mới thật là bi hài của kiếp nhân sinh.

Có người hỏi một nhà sư: “Thưa Ngài, đời người đã ngắn lại khổ, vậy xuất hiện làm gì cho mệt?”

Sư chậm rãi đáp: “Để... trả nợ. Trả cơm, trả nước, trả những lời chưa kịp nói. Và nếu khéo, còn vay thêm được chút... an nhiên”.[6]

Người xưa có câu: *“Trăm năm còn có gì đâu/Chẳng qua một nấm cỏ khâu xanh rì”.*[7]

Đời người suy cho cùng cũng giống như khách trọ ghé quán ven đường. Người đến trước uống chén trà rồi đi. Kẻ đến sau cười nói một hồi rồi cũng xách hành lý lên đường. Chỉ khác nhau ở chỗ: có người đi để lại hương thơm, có người đi không còn gì lưu dấu.

Sau khi thành đạo dưới cội bồ-đề, **Đức Thế Tôn** nhìn thấu bản chất của đời sống là vô thường, khổ và vô ngã. Ngài dạy: *“Tất cả hành là vô thường”.*[8]

Và cũng dạy rằng: *“Tự mình làm điều ác, tự mình làm ô nhiễm mình; tự mình không làm ác, tự mình làm thanh tịnh mình. Tịnh hay không tịnh là tự nơi mình, không ai thanh tịnh ai”.*[9]

Con người sinh ra không phải để hưởng thụ, cũng không phải để tranh giành hơn thua, rồi cuối cùng nằm xuống với hai bàn tay trắng.

Nếu chỉ để ăn, ngủ, kiếm tiền rồi chết đi, thì đời người chẳng khác gì chiếc lá nổi trôi vô định trên dòng sông? Một bông hoa tàn úa không buồn bằng một đời người sống mà không biết mình sống vì điều gì.

Ấy vậy mà nơi cõi nhân gian này, lắm người sống như chưa từng được sống.

Có người sáng mở mắt ra là lao vào bon chen, tối nhắm mắt lại ôm thêm vài nỗi muộn phiền. Có người tranh hơn thua từng lời nói, từng chức vị. Có người dành cả thanh xuân để kiếm tiền, rồi lại dùng hết tiền để chữa bệnh. Có người suốt đời xây nhà cao cửa rộng, nhưng đến phút cuối cùng vẫn ra đi trong cô độc.

Chuyện kể rằng có một phú ông hấp hối hỏi ba con: “Đứa nào biết liệm vàng để cha mang theo tiêu?” Đứa cả đòi xây lăng, đứa hai đòi chôn kèm. Cậu út thủng thẳng: “Con sẽ cài vàng vào nách cho cha dễ mang.” Phú ông thều thào: “Chết rồi sao tiêu được?” Cậu út cười: “lúc sống cha còn chẳng tiêu nổi, nói gì lúc chết?”. [10] Người biết sống là biết dùng tiền làm phương tiện, chứ không biến

mình thành kẻ canh giữ của cho đời sau.

“Khi ta sinh ra, mọi người cười còn ta thì khóc. Hãy sống sao cho khi ta chết đi rồi, mọi người khóc còn ta thì cười!”[11]

Một câu nói nghe tưởng nhẹ như gió thoảng, nhưng lại mang sức nặng của cả một **triết lý sống**.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Con người thường tưởng mình là chủ nhân của thế giới, nhưng thật ra chỉ là kẻ làm thuê cho tham vọng, dục lạc và danh lợi. Ta miệt mài xây những lâu đài trên cát, rồi đau đớn khi sóng đời cuốn trôi tất cả.

Vương Nhật Hưu (Long Thư cư sĩ) viết: 一日無常到, 方知夢裏人□ 萬般將不去□ 唯有業隨身□ (Nhất nhật vô thường đáo, Phương tri mộng lý nhân, Vạn ban tương bất khứ, Duy hữu nghiệp tùy thân). *“Một mai vô thường đến, mới biết người trong mộng. Muôn việc mang không được, chỉ có nghiệp theo mình”.*[12]

“Nhất thiết hữu vi pháp, Như mộng huyễn bào ảnh, Như lộ diệc như điện, Ưng tác như thị quán”.[13]

Tất cả pháp hữu vi đều như mộng huyễn, bọt bóng. Công danh như mây nổi, tiền tài như sương mai, sắc đẹp như hoa quỳnh nở trong đêm.

Có câu rằng: *“Trăm năm trước thì ta chưa có, Trăm năm sau có cũng như không”.*

Hôm nay còn sum hợp, ngày mai có thể đã nằm dưới ba tấc đất lạnh. Nghe tưởng như bi quan, nhưng thật ra đó là lời nhắc người mê tỉnh giấc giữa chợ đời.

Bởi đời vốn vô thường nên từng phút giây hiện hữu mới trở nên quý giá.

II. Ý nghĩa của sự hiện diện

Nếu cái chết là điểm đến cuối cùng, thì sự sống không phải là vô nghĩa, mà chính là một hành trình tôi luyện tâm hồn.

Con người không xuất hiện trên thế gian này chỉ để ăn rồi lớn, lớn rồi già, già rồi chết. Nếu vậy, kiếp người có khác gì chiếc lá cuối mùa, bay vài vòng trong gió rồi rơi xuống đất?

Con người sinh ra là để học thương yêu. Để học tỉnh thức. Để biết đau nỗi đau của người khác. Để từ trong vô minh mà đi về ánh sáng.

Trong Kinh Pháp Cú, đức Phật dạy: *"Dầu sống một trăm năm, Không thấy pháp sinh diệt, Không bằng sống một ngày, Thấy được pháp sinh diệt".*[14]

Sống không phải chỉ để tồn tại, mà tồn tại để hiểu vì sao mình sống.

1. Sống để phụng sự

Đức Thế Tôn không dạy con người bi quan yếm thế. Trái lại, Ngài xác định rất rõ mục đích của sự hiện hữu: *"Sự xuất hiện của một người ở đời là vì hạnh phúc cho số đông, vì an lạc cho số đông, vì lòng thương tưởng cho đời".*[15]

Có một vị Thiền sư hỏi đệ tử: "Đời người dài bao lâu?"

Người nói trăm năm. Kẻ nói vài chục năm.

Thiền sư lắc đầu: "Chỉ trong một hơi thở."

Đúng thế, hít vào mà không thở ra nữa, là hết một kiếp người.

Bởi vậy, điều đáng sợ nhất không phải là cái chết, mà là chưa từng sống có ý nghĩa.

Có người tuy ba mươi tuổi đã chết trong tâm hồn, nhưng tám mươi tuổi mới được chôn. Bởi từ lâu họ đã mục rữa trong tham lam, ích kỷ và hận thù.

Ngược lại, có người thân xác nằm xuống mà vẫn lưu danh lại cho hậu thế:

Như Bồ tát Thích Quảng Đức vị pháp thiêu thân để bảo vệ chánh pháp.[16]

Như Thánh Mahatma Gandhi sống trọn đời cho hòa bình và bất bạo động.

Như Albert Schweitzer từ bỏ đời sống danh vọng ở châu Âu đến Châu Phi chữa bệnh cho người nghèo.

Một ngọn đèn sinh ra không phải để khoe mình sáng, mà để soi đường trong đêm tối.

Một đóa hoa nở không phải để tự ngắm mình, mà để hiến hương cho cuộc đời.

Con người hiện hữu giữa nhân gian này… có lẽ cũng như vậy.

Không phải để trở thành người giàu nhất thế gian, mà để khi nhắm mắt xuôi tay, vẫn còn có người nhớ đến mình bằng một nụ cười.

Kinh Pháp Cú dạy: *"Hương các loài hoa không bay ngược gió, nhưng hương người đức hạnh ngược gió khắp tung bay".*[17]

Người có ích cho đời chưa chắc nổi tiếng. Nhưng người sống tử tế thì tự thân đã là một ánh sáng.

Có những bà mẹ bán vé số nuôi con ăn học. Có những người cha dầm mưa dãi nắng để con nên người. Có những thầy cô âm thầm gieo chữ nơi vùng sâu vùng xa. Có những người lao động nghèo vẫn sẵn sàng chia nửa ổ bánh mì cho người cơ nhỡ.

Họ đâu cần tượng đài. Chính lòng người đã là bia đá.

Họ không sống lâu hơn người khác, nhưng sống có ý nghĩa hơn người khác.

2. Sống để tỉnh thức

Ta đến cõi đời này không phải để chiếm hữu, mà để học bài học buông xả.

Nếu đời là mộng, hãy là một giấc mộng đẹp. Nếu đời là kịch, hãy diễn trọn vai của mình bằng tất cả chân thành nhưng không vướng mắc.

Thiền sư Vạn Hạnh xưa có vần thơ đối ứng rất hay:

"Thân như bóng chớp, có rồi không,

Vạn vật xuân tươi, thu não nùng.

Mặc cuộc thịnh suy đừng sợ hãi,

Thịnh suy như cỏ hạt sương đông".[18]

Thế mới biết, chết chẳng phải chấm hết, được - mất, thịnh - suy chỉ như giọt sương mai trên ngọn cỏ. Sợ hãi làm chi khi đã thấy rõ lẽ vô thường?

Triết gia Immanuel Kant từng nói: *"Hạnh phúc không phải là mục đích của cuộc đời, mà là kết quả của việc sống đúng với bổn phận".*[19]

Thiền sư Thích Nhất Hạnh viết rằng: *"Món quà quý nhất ta có thể tặng nhau là sự có mặt".*[20]

Đúng vậy.

Nhiều khi đời người không cần làm chuyện quá lớn lao.

Chỉ cần sống sao để cha mẹ bớt buồn. Bạn bè bớt tổn thương. Người gặp mình thấy nhẹ lòng hơn một chút. Ấy đã là công đức lớn.

Ta đến giữa trần gian

Không mang theo gì cả

Ra đi nằm dưới mộ

Cũng bỏ lại phù hoa.

Danh như sương đầu ngõ

Lợi tựa bóng chiều tà

Chỉ tình thương ở lại

Đi qua những phôi pha.

Mai này thân cát bụi

Trả về với mây ngàn

Xin để lại nhân nghĩa

Nở giữa cõi nhân gian. [28]

Giữa vô lượng sinh linh trong sáu nẻo luân hồi, ta may mắn được làm người, biết khóc, biết cười, biết yêu thương và biết thao thức về lẽ sống chết.

Nếu sống chỉ để hơn thua vật chất, thì chẳng khác nào đem viên ngọc quý đổi lấy cục đất ven đường.

Thiền sư Mãn Giác từng viết: *"Xuân đi trăm hoa rụng, Xuân đến trăm hoa cười. Trước mắt việc đi mãi, Trên đầu già đến rồi".*[21]

Mới hôm nào tóc còn xanh, thoắt chốc soi gương đã thấy vài sợi bạc chen ngang như dấu chân của thời gian.

Sự hiện diện của con người trên thế gian này, suy cho cùng, là để chuyển hóa khổ đau thành an nhiên, chuyển hóa vô minh thành giải thoát, chuyển hóa ích kỷ thành yêu thương.

III. Làm đóa hoa sen giữa bùn lầy cõi tạm

Sống có ích không nằm ở việc sống bao lâu, mà ở chỗ sống như thế nào.



Hình mang tính minh họa. Nguồn: Internet

Đức Vua Trần Thái Tông từng nhắc nhỡ: *"Sinh tử sự đại, Vô thường tấn tốc".*[22] (Việc sống chết là việc lớn, vô thường đến rất nhanh.)

Ngẫm cho cùng, đời người giống như một chuyến đò ngang. Có người lên đò chỉ lo giành chỗ đẹp, có người mải mê khoe áo quần, có người chen lấn hơn thua. Đến lúc đò cập bến tử sinh mới chợt nhận ra: không ai mang theo được gì ngoài nghiệp thiện và nghiệp ác.

Đức Phật dạy: *"Chúng sinh là chủ nhân của nghiệp, là thừa tự của nghiệp".*[23]

Tiền bạc, danh vọng không theo ta. Ngay cả người thân yêu nhất cũng không thể đi cùng ta qua cửa tử. Chỉ có nghiệp lặng lẽ theo sau như bóng theo hình.

Bởi vậy, điều đáng sợ nhất không phải là cái chết, mà là sống một đời vô nghĩa.

Có người sống đến chín mươi tuổi mà cả đời chưa từng biết yêu thương ai ngoài chính mình. Cũng có người chỉ sống vài mươi năm ngắn ngủi nhưng ánh sáng để lại vẫn soi mãi lòng người.

Họ không sống cho riêng mình.

Họ sống như những ngọn đèn âm thầm cháy lên giữa đêm dài nhân thế.

Một ngọn nến tuy nhỏ bé nhưng vẫn có thể thắp sáng cả căn phòng tối. Một đời người tuy hữu hạn nhưng vẫn có thể để lại ánh sáng cho thế gian.

Có người hỏi: *"Tu là gì?"*

Có lẽ tu không phải chỉ là gõ mõ tụng kinh nơi cửa thiền.

Tu trước hết là sửa lại chính mình.

Bớt một phần nóng giận, bớt một phần ích kỷ, bớt một lời cay nghiệt, bớt một niệm hơn thua. Và biết sống vì người khác nhiều hơn một chút.

Khi ta biết cúi xuống trước nỗi đau của người khác, ấy là lúc hạt giống Bồ-đề bắt đầu nảy mầm trong tâm thức.

Ta đến nhân gian tựa khói bay

Một mai tan biến giữa trời mây

Hơn thua xin gửi về cỏ nội

Danh lợi vùi chôn dưới gốc cây.

Còn chút yêu thương xin giữ lại

Cho người lỡ bước giữa đêm ngày

Nếu đời là giấc mơ dâu bể

Xin sống như làn nắng ban mai.

Không để đời mình trong oán hận

Không tham danh lợi mê hình hài

Mai này nhắm mắt cười thanh thản

Khởi uổng sinh ra một kiếp người...[28]

Hoa sen không mọc giữa đất khô sạch bụi.

Hoa sen vươn lên từ bùn lầy mà vẫn giữ được hương thơm thanh khiết.

Con người cũng vậy. Không ai trưởng thành mà chưa từng đi qua khổ đau. Không ai hiểu giá trị của bình an nếu chưa từng nếm trải phong ba.

Khổ đau không phải để nhấn chìm con người, mà để đánh thức con người.

Nếu không từng đi qua đêm tối, ta sẽ không biết quý ánh bình minh.

Nếu chưa từng mất mát, ta sẽ không hiểu thế nào là yêu thương.

Cho nên, người giác ngộ không phải là người trốn chạy cuộc đời, mà là người đi giữa cuộc đời đầy bụi mà tâm vẫn nở đóa sen thanh tịnh.

Trong Kinh Pháp Cú có dạy: *"Chiến thắng vạn quân không bằng chiến thắng chính mình".*[24]

Kẻ mạnh nhất không phải người thắng thiên hạ, mà là người thắng được tham lam, sân hận và si mê trong chính mình.

Bởi suy cho cùng, mọi sự việc trên đời đều bắt đầu từ cuộc chiến trong tâm.

Khi lòng người còn đầy tham dục, thế gian còn khổ đau.

Khi tâm biết yêu thương, cõi đời liền bớt lạnh.

Có những người suốt đời đi tìm hạnh phúc ở phương xa mà quên rằng hạnh phúc đôi khi chỉ là:

Một bữa cơm có đủ người thân.

Một buổi chiều còn mẹ cha để trở về.

Một tấm lòng biết cảm thông trước nỗi đau của kẻ khác.

Albert Einstein từng nói: *"Chỉ có cuộc sống sống vì người khác mới là cuộc sống đáng giá".*[25]

Nghe qua tưởng là triết lý phương Tây, nhưng thật ra lại rất gần với tinh thần từ bi của đạo Phật.

Bởi sống không phải để tồn tại ích kỷ cho riêng mình, mà để học cách yêu thương. Mỗi chúng ta sinh ra hãy như một đóa hoa, không giữ hương cho riêng

mình mà ban tặng cho đồng loại. Hãy sống theo tinh thần:

+ Vị tha: *"Thương người như thể thương thân*."

+ Trách nhiệm: Làm tròn bổn phận với gia đình và xã hội trước khi trở về với cát bụi.

+ Tỉnh thức: Mỗi ngày dành một phút soi lại mình, đừng để *"Ngày trôi qua mạng sống giảm dần, như cá thiếu nước"* [26] mà vẫn mải mê trong vòng danh lợi.

Một đời người có thể không làm được điều gì quá lớn lao, nhưng nếu đi qua cuộc đời này mà khiến ai đó bớt khổ hơn một chút, bớt cô đơn hơn một chút, thì sự hiện diện ấy đã không còn vô nghĩa.

Kết luận

Có lẽ **cuộc đời** là một lớp học lớn.

Trong đó: Khổ đau là bài giảng, Vô thường là vị thầy. Và cái chết là kỳ thi cuối cùng. Ai học được chữ "An nhiên", người ấy tốt nghiệp.

Con người xuất hiện trên thế gian này không phải chỉ để sinh tồn rồi biến mất như hạt bụi vô danh.

Ta có mặt để học hiểu, học thương, học tỉnh thức. Và gieo một chút ánh sáng cho cuộc đời.

Sống có ích không nhất thiết phải làm điều gì vĩ đại. Chỉ cần biết sống tử tế, biết phụng sự, biết cúi xuống trước nỗi đau của tha nhân, biết giữ lòng mình thanh sạch giữa bụi trần nhân thế. Ấy đã là ý nghĩa sâu xa của kiếp nhân sinh.

Mai này khi nhắm mắt xuôi tay, điều còn lại không phải là ta đã sở hữu bao nhiêu, mà là ta đã yêu thương được bao nhiêu.

Không phải là ta cao sang thế nào, mà là đã từng làm ấm lòng được những ai.

Người sống chỉ cho riêng mình, dẫu tồn tại trăm năm cũng như chiếc bóng lướt qua.

Người sống biết yêu thương, dẫu thân xác mất đi, hương thơm vẫn còn ở lại trong nhân gian.

Ngẫm cho cùng:

Đời người giống như một đám mây bay, đến rồi đi giữa bầu trời vô tận.

Xin đừng vì hơn thua mà làm lòng mình hóa đá. Xin đừng vì danh lợi mà đánh mất ánh sáng lương tri. Xin đừng đợi đến lúc tóc bạc mới học cách thương người.

Bởi đời ngắn lắm.

Một hơi thở ra mà không trở lại… đã là cách biệt nghìn thu.

Nhà văn Pháp Marcel Proust từng nói: *"Hành trình thực sự của khám phá không phải tìm kiếm những vùng đất mới, mà là có được đôi mắt mới".*[27] Đúng vậy, con người sinh ra trên thế gian này không phải để thay đổi cái chết (vốn không thể thay đổi), mà để thay đổi cách nhìn về cái chết.

Hỡi người đang dò dẫm giữa cõi vô thường, xin hãy thắp lên ngọn đuốc trong tâm. *Khi ấy, sinh ra chỉ là một lần mượn tạm cõi tạm, còn chết đi chỉ là một lần... trả lại đúng hẹn không thêm, không bớt, không oán, không sầu.*

Tác giả: **Thích Chúc Xuân**

Chú thích:

[1] Kinh Vô thường

[2] Truyện Kiều, Nguyễn Du, (câu 1233-1234)

[3] Truyện Kiều, Nguyễn Du, (câu 3-4)

[4] Bách khoa toàn thư triết học Stanford

[5] Lev Tolstoy

[6] câu chuyện Thiền nổi tiếng "Sống để trả nợ" - được lưu truyền trong Thiền sư Bạch Ẩn Huệ Hạc và các bài giảng của Thiền sư Thích Nhất Hạnh (Plum Village).

[7] Câu thơ dân gian Việt Nam, thường được dẫn trong văn học truyền khẩu về thân phận vô thường của kiếp người.

[8] Kinh Pháp Cú, câu 277

[9] Kinh Pháp Cú, câu 165

[10] kho tàng truyện cười Việt Nam về Trạng Quỳnh (chế giễu sự tham lam của người giàu). Giai thoại "Chôn vàng cùng cha".

[11] Tục ngữ Cherokee (Người bản địa Mỹ), Nguyên văn tiếng Anh thường là: "*When you were born, you cried and the world rejoiced. Live your life so that when you die, the world cries and you rejoice.*".

[12] Long Thư Tăng Quảng Tịnh Độ Văn (龍舒增廣淨土文), Vương Nhật Hưu (Long Thư cư sĩ). Quyển 12 (Phần tóm kết về sự vô thường và khuyên tu Tịnh Độ). [13] Bài Kệ Trong Kinh Kim Cang

[14] Kinh Pháp Cú, câu 113; Phẩm Muôn Ngàn.

[15] Kinh Tăng Chi Bộ, thuộc chương Một Pháp, phẩm Người Duy Nhất, Thích Minh Châu dịch, tập I, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội, 2015.

[16] Bồ Tát Thích Quảng Đức tự thiêu ngày 11/6/1963 tại Sài Gòn nhằm phản đối chính sách đàn áp Phật giáo của chính quyền Ngô Đình Diệm trong Pháp nạn Phật giáo 1963.

[17] Kinh Pháp Cú, Phẩm Hoa Hương, câu 54.

[18] Bài kệ “Thị đệ tử” của Thiền sư Vạn Hạnh qua bản dịch thơ nổi tiếng của Ngô Tất Tố

[19] Immanuel Kant, Groundwork of the Metaphysics of Morals, Cambridge University Press, 1998, tr. 11–12.

[20] TS.Thích Nhất Hạnh, Giận

[21] Mãn Giác, bài thơ “Cáo tật thị chúng”, dẫn theo Việt Nam Phật giáo sử luận, tập I, Nxb Văn Học, Hà Nội, 2012, tr. 184.

[22] Khóa Hư Lục, bản dịch của Thích Thanh Kiểm, Nxb TP.HCM, 1992, tr. 48.

[23] Kinh Tăng Chi Bộ, Chương 5 Pháp, Bài kinh số 57: Các sự kiện cần phải quán sát. Thích Minh Châu dịch, tập III, Nxb Tôn Giáo, Hà Nội, 2015, tr. 415.

[24] Kinh Pháp Cú, phẩm Ngàn, câu 103; Thích Minh Châu dịch.

[25] Albert Einstein, Câu nói này được ghi nhận lần đầu trên tờ The New York Times xuất bản ngày 20 tháng 6 năm 1932.

[26] Thị nhật kệ thường được tụng vào buổi chiều để hành giả nhìn lại một ngày đã qua

[27] Marcel Proust (1871-1922), *Nàng tù nhân* (*La Prisonnière*), tập 5 của bộ tiểu thuyết *Đi tìm thời gian đã mất* (*À la recherche du temps perdu*). Nguyên

văn tiếng Pháp: *“Le véritable voyage de découverte ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux.”* Câu nói này thường được dẫn trong bối cảng triết học và văn chương như một lời khẳng định về sự thay đổi nội tại thay vì tìm kiếm bên ngoài.

[28] Thơ Thích Chúc Xuân.