

Tu hành không phải để gặp Phật mà tu để tìm gặp chính mình

Tu hành không phải vì để gặp Phật, mà vì để gặp chính mình trước nhất, tu cho tròn trước nhất đạo làm người...

>>Phật tử có thể đọc loạt bài về Đức Phật

Có phải nhất định cần thoát ly cuộc sống, chạy vào trong chùa niệm kinh lạy Phật, có phải nhất định cần chuyên chú đả tọa ngồi thiền, đọc sách tu tâm hay không?

Khi những vấn đề xuất hiện trong cuộc sống, chúng ta thường cảm giác chúng làm rối loạn việc tu luyện của chúng ta. Kỳ thực, tu hành và cuộc sống là một thể, chúng là nhất tính và đồng hành.

Tu hành cũng có thể giải quyết được nhiều vấn đề trong thực tế cuộc sống. Cách ly cuộc sống mà nói chuyện tu hành, chẳng giống như né tránh vấn đề hay sao?

Nấu cơm rửa bát, làm việc nhà cũng là một loại tu hành.

Bao nhiêu khổ não trên đời, thường khiến con người ta chuyển hướng suy nghĩ về sự yên ổn, quy ẩn nơi núi rừng, mặc thiên tịch địa, ngồi thiền, hành bộ...

Tuy nhiên, định nghĩa của tu hành tuyệt không phải chỉ có ngần ấy. Tu hành ngay trong cuộc sống, cần phải dũng cảm hơn những người tu ẩn một mình rất nhiều lần, phải cân bằng giữa công việc và gia đình, giữa áp lực và sức khỏe, giữa những mong muốn, cảm xúc, vui vẻ, khổ đau cùng vô thường.

Tìm cầu sự cân bằng trong các mối quan hệ phức tạp đan xen, trái lại càng có thể khiến chúng ta nhìn rõ bản chất thực của cuộc sống.

Đơn giản mà nói, chỉ cần bạn chuyên chú thì dù là việc nấu cơm, rửa bát, trông trẻ nhỏ... cũng là một loại tu hành.

Vậy nên, chỉ cần thời thời khắc khắc xem xét tự ngã, loại bỏ những kiêu mạn, tham cầu, kỳ vọng và sợ hãi của bản thân, để đạt được một tâm hồn thanh

tĩnh, thấy được các tầng thứ khác nhau của sinh mệnh, bạn và tôi đều sẽ thành những người thầy trong cuộc sống.

Tu luyện nhất định cần phải tôi luyện từ trong những phiền phức, những phiền não của cuộc sống hoặc từ những thống khổ trong thực tế.

Tu luyện nhất định cần phải tôi luyện từ trong những phiền phức, những phiền não của cuộc sống hoặc từ những thống khổ trong thực tế.

Mỗi rắc rối, mỗi vấn đề đều là một đạo tràng

Tu hành cần phải tu từ những vấn đề của thực tế, không thể mơ hồ nói suông, nếu không, sẽ chẳng có bất kỳ ý nghĩa gì. Bạn có thể nói ra cả một mớ lý thuyết, nhưng đến khi đụng việc lại cảm thấy khổ, cảm thấy buồn rầu, vậy thì tu hành có tác dụng gì?

Tu luyện nhất định cần phải tôi luyện từ trong những phiền phức, những phiền não của cuộc sống hoặc từ những thống khổ trong thực tế.

Đừng mượn cớ biến tu hành thành một loại trốn tránh phiền não hoặc trốn tránh cuộc sống hiện thực. Tu hành không phải là một loại phương thức chạy trốn, càng không phải là một trò giải trí tiêu khiển của tâm linh.

Đương nhiên, bạn có thể phản đối, một mực kiên trì phản đối tới cùng, nhưng kết quả vẫn là bản thân bạn chịu khổ. Tu hành cần phải bắt tay từ những vấn đề của thực tế, mỗi một rắc rối, một vấn đề thực tế đều là một thông đạo.

Đạo tràng chân chính không phải là miếu chùa, không phải thiền đường, không phải nơi núi rừng, hay nơi những người tu hành tụ tập, mà then chốt nhất của đạo tràng chính là những điều đang diễn ra, đang tồn tại ngay trước mắt.

Nếu hôn nhân của bạn có vấn đề, thế thì hôn nhân có vấn đề chính là đạo tràng của bạn; nếu như mối quan hệ của bạn và chồng có vấn đề, vậy thì mối quan hệ với chồng chính là đạo tràng; nếu như bạn và đồng nghiệp phát sinh mâu thuẫn, thì điều mâu thuẫn này là đạo tràng; nếu bạn rơi vào buồn chán của cuộc sống, nỗi buồn chán này là đạo tràng; Nếu như bạn xuất hiện vấn đề

về tiền bạc, thì tiền bạc chính là đạo tràng. Ở đâu xuất hiện vấn đề thì ở đó chính là cần tu, ở đó chính là đạo tràng.

Tu hành không phải vì để gặp Phật, mà vì để gặp chính mình trước nhất, tu cho tròn trước nhất đạo làm người...

Tu hành không phải vì để gặp Phật, mà vì để gặp chính mình trước nhất, tu cho tròn trước nhất đạo làm người...

Nếu bạn sợ hãi sinh tử, vấn đề sinh tử chính là đạo tràng. Đạo tràng chính tại mỗi khi bạn gặp khó xử, đạo tràng ngay khi bạn gặp vướng mắc. Tu hành cần phải từ trong đó mà thực tu.

Tu hành nên cần phải ở đâu có vấn đề thì ở đó tu sửa.

Ở nơi chùa chiền, thiền đường, đại sơn lâm, ở những nơi xung quanh toàn người tâm tính tốt, không xuất hiện vấn đề gì, vậy thì tu làm sao?

Tu hành không phải là hiển thị ra bên ngoài, kiểu như: “Nhìn xem tôi tu tốt chưa này? Tôi là một người tu”, mà là hướng vào chính bản thân, ví như: “Vấn đề này dù khó cũng không cản được tôi; khó cũng không thành vấn đề; cái gì cũng không thể mang đến vấn đề rắc rối hoặc phiền não cho tôi...”

Tu hành không phải vì để gặp Phật, mà vì để gặp chính mình trước nhất, tu cho tròn trước nhất đạo làm người...

>>Phật tử có thể đọc loạt bài về Thiền sư Thích Nhất Hạnh

Thiền sư Thích Nhất Hạnh