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

Các truyền thống thiền định trong Phật giáo Đông Á

ISSN: 2734-9195 10:35 11/11/2026

Qua những biến chuyển ấy, các trường phái thiền định tiếp tục vận động và phát triển. Nền tảng cốt lõi vẫn được bảo lưu: Thực hành chính là sự chứng ngộ.

Khảo cứu nguồn gốc, những dòng truyền thừa và ảnh hưởng của Thiền tông tại Trung Quốc, Việt Nam, Hàn Quốc và Nhật Bản.

Từ Trung Quốc, Thiền tông lan tỏa đến Việt Nam, Hàn Quốc và Nhật Bản, hình thành những truyền thống thực hành đa dạng nhưng có cùng mục đích hướng đến tỉnh thức và chuyển hóa nội tâm.

Nhìn lại lịch sử, các dòng truyền thừa, phương pháp tu tập và ảnh hưởng văn hóa của Thiền tông Đông Á cũng là dịp nhận diện sức sống của truyền thống này trong thế giới đương đại.

Thiền tông là gì? Những truyền thống thiền định của Phật giáo Đông Á

Thiền (Zen) là tên gọi trong tiếng Nhật của hệ thống các truyền thống thiền định thuộc Phật giáo, khởi nguồn từ Trung Quốc với tên gọi Thiền (Chan), bén rễ tại Việt Nam với tên gọi Thiền (Thiền tông), tại Hàn Quốc là Seon và tại Nhật Bản là Zen. Dù mang những tên gọi và sắc thái riêng, cả bốn truyền thống đều cùng chia sẻ một niềm xác tín cốt lõi: Thực hành chính là sự chứng ngộ.

Các truyền thống này đặt thiền định ở vị trí trung tâm trong đời sống Phật giáo, đồng thời truyền trao tuệ giác thông qua những dòng truyền thừa thầy - trò. Trong số các truyền thống Phật giáo, Thiền tông có lẽ là nhánh được biết đến rộng rãi nhất bên ngoài châu Á. Ngày nay, nhắc đến Zen, nhiều người thường liên tưởng tới vườn đá Nhật Bản, những chiếc áo tu màu đen hay phong cách sống tối giản. Tuy nhiên, đó chỉ là một biểu hiện của truyền thống có lịch sử lâu đời và phong phú hơn rất nhiều.



Flickr Creative Commons

Trải qua nhiều thế kỷ, các truyền thống tu tập này đã hình thành nên những hệ thống kinh điển, giai thoại, nghệ thuật và cộng đồng mang bản sắc riêng. Bài viết lần theo nguồn gốc, những cuộc tranh luận định hình tư tưởng, cũng như ảnh hưởng liên tục của các truyền thống ấy trong đời sống Phật giáo Đông Á.

Các trường phái thiền định Đông Á hình thành hệ thống truyền thừa tương đối gắn bó trong đại gia đình Phật giáo Đại thừa (Mahayana), với trọng tâm là thực hành thiền tọa. Thuật ngữ “Thiền tông” (Trung: Chanzong; Hàn: Seonjong; Nhật: Zenshu) xuất hiện tại Trung Quốc vào khoảng thế kỷ VI - VII, dùng để chỉ những nhóm tăng sĩ tinh hoa chuyên chú thực hành thiền định (Trung: Chan), đồng thời gắn bó với những dòng truyền thừa của các vị thầy cụ thể.

Truyền thống này phát triển tại Trung Quốc với tên gọi Chan, tiếp nhận ảnh hưởng từ giáo pháp Ấn Độ và Trung Á. Sau đó, Thiền truyền sang Việt Nam với tên gọi Thiền (Thiền tông), Hàn Quốc với tên gọi Seon và Nhật Bản với tên gọi Zen. Mỗi truyền thống đều có lịch sử và phong cách tu tập riêng. Tuy vậy, tất cả cùng đề cao kinh nghiệm trực tiếp, sự truyền trao giữa thầy và trò, cũng như việc thể hiện sự giác ngộ ngay trong đời sống thường nhật.

Thiền tọa (Trung: zuochan; Nhật: zazen; Hàn: jwaseon) là pháp môn thực hành chủ yếu. Người xuất gia rèn luyện thông qua những thời khóa ngồi thiền kéo dài, sự hướng dẫn trực tiếp của vị thầy và quá trình tu tập nhằm phát triển tuệ giác. Dòng truyền thừa đóng vai trò nền tảng trong mối quan hệ thầy - trò, thông qua nghi thức truyền pháp chính thức, kết nối mỗi thế hệ với những vị khai sáng truyền thống, được truy nguyên về đức Phật.

Mặc dù giới nghiên cứu vẫn đặt câu hỏi về tính xác thực lịch sử của những dòng truyền thừa này, đối với các trường phái Thiền, sự tiếp nối liên tục ấy được xem là mạch sống và dấu ấn định danh quan trọng của truyền thống.

Trong lịch sử, các dòng truyền thừa lấy thiền định làm trọng tâm thường có sự phân biệt với những "trường phái nghiên cứu" (study schools) chuyên về khảo cứu kinh điển và phân tích giáo lý. Ở một số trường hợp, sự khác biệt này dẫn đến việc phân chia về mặt tổ chức. Chẳng hạn, tại Hàn Quốc, các tự viện thuộc truyền thống Seon có thể chuyên sâu theo một trong hai hướng: thực hành thiền định hoặc nghiên cứu giáo lý, từ đó hình thành những hệ thống đào tạo riêng biệt.

Theo thời gian, nhiều vị thầy đã nỗ lực hóa giải khoảng cách giữa thiền định và nghiên cứu giáo lý, kết hợp hai phương diện thành một phương thức tu tập toàn diện, nhấn mạnh sự tương hỗ và phụ thuộc lẫn nhau giữa chúng. Dẫu vậy, sự phân biệt này vẫn là một đặc điểm có ảnh hưởng sâu sắc đến tiến trình phát triển của các trường phái Thiền.

Bước sang thế kỷ XX, một nhánh của truyền thống Thiền là Zen tại Nhật Bản trở nên đặc biệt phổ biến bên ngoài châu Á. Các thiền sư và tác giả Nhật Bản đã giới thiệu phương pháp tu tập này đến châu Âu và châu Mỹ. Theo thời gian, từ "Zen" đi vào ngôn ngữ đời thường và văn hóa đại chúng phương Tây. Trong bối cảnh mới, thuật ngữ này đôi khi dần tách khỏi nguồn gốc Phật giáo, được sử dụng để gợi lên những ý niệm như sự giản dị, tĩnh tại hay vẻ đẹp tiết chế.

Tuy nhiên, Thiền tông Nhật Bản chỉ là một nhánh trong cây phả hệ rộng lớn của các truyền thống thiền định, với nhiều lịch sử, phương pháp tu tập và biểu hiện văn hóa khác nhau. Vì vậy, khi đề cập đến truyền thống tại Trung Quốc, cách gọi "Thiền Chan Trung Quốc" (Chinese Chan) sẽ chính xác hơn cách gọi "Thiền Zen Trung Quốc" (Chinese Zen). Không một truyền thống riêng lẻ nào có thể đại diện đầy đủ cho sự đa dạng của các trường phái thiền định Đông Á.

Bất chấp những khác biệt về khu vực, các truyền thống Đại thừa này vẫn có mối liên hệ mật thiết. Điểm chung căn bản của họ là niềm xác tín rằng: Giác ngộ phải được thành tựu thông qua kinh nghiệm trực tiếp, chứ không chỉ dừng lại ở tri thức giáo lý. Người thực hành cần thể nghiệm thông điệp giác ngộ của Đức Phật trong từng suy nghĩ, lời nói và hành động. Con đường ấy được khai mở ngay trong sự thực hành hiện tiền, dưới sự hướng dẫn của những người đã từng bước đi trên con đường này.

Nguồn gốc và quá trình phát triển của Thiền Chan tại Trung Quốc

Phật giáo Thiền Chan hình thành tại Trung Quốc trong thời nhà Đường (618-907), một giai đoạn thịnh vượng, ghi dấu nhiều bước phát triển quan trọng về văn hóa, tư tưởng và chính trị. Cội nguồn của truyền thống này bắt đầu từ quá trình truyền bá các giáo lý và phương pháp thiền định từ Ấn Độ sang Trung Quốc.



Tượng nhỏ Bồ Đề Đạt Ma, nhân vật được truyền thống xem là người khai sáng Thiền Chan tại Trung Quốc vào thế kỷ VI.
Ảnh: Robin Jakobsson / Flickr Creative Commons.

Từ Chan là cách phiên âm thuật ngữ Phạn ngữ dhyāna, có nghĩa là thiền định hoặc trạng thái thiền định sâu. Thiền Chan thời kỳ đầu phát triển trong bối cảnh Phật giáo Đại thừa Trung Quốc đang có nhiều chuyển biến, chịu ảnh hưởng từ hoạt động phiên dịch các kinh điển mới có nguồn gốc Ấn Độ và Trung Á. Bên cạnh đó, truyền thống này còn tiếp nhận những ảnh hưởng nhất định từ các trường phái Phật giáo khác, tiêu biểu như Thiên Thai (Tiantai) và Hoa Nghiêm (Huayan), vốn nổi bật với hệ thống giáo lý và phương pháp nghiên cứu kinh điển.

Theo truyền thuyết, một vị tăng sĩ Ấn Độ tên là Bồ Đề Đạt Ma (Bodhidharma, khoảng thế kỷ V-VI) đã truyền sang Trung Quốc phương pháp tu tập trực tiếp, lấy thực hành làm trọng tâm. Những chi tiết về cuộc đời của ngài hiện vẫn chưa được xác định chắc chắn. Tuy nhiên, trong truyền thống Thiền, Bồ Đề Đạt Ma trở thành hình tượng tiêu biểu của một bậc thầy chỉ thẳng vào bản tâm, vượt lên trên sự lệ thuộc vào ngôn từ và kinh điển để hướng người học trở về bản tính nguyên sơ của tâm.

Các thế hệ sau tôn xưng những vị kế thừa ngài là các Tổ sư, đồng thời mô tả quá trình truyền trao chính pháp từ thế hệ này sang thế hệ khác như một dòng tiếp nối không gián đoạn. Đến thời Lục Tổ Huệ Năng (638-713), Thiền Chan đã xác lập vị thế như một phong trào có bản sắc riêng trong lòng Phật giáo Trung Quốc.

Dưới triều đại nhà Đường, Thiền tông nhận được sự bảo trợ của hoàng gia và tầng lớp quý tộc, nhờ đó phát triển nhanh chóng. Nhiều tự viện được xây dựng với sự đầu tư về cơ sở vật chất, cùng những khoản cúng dường dồi dào về lương thực và vật dụng thiết yếu.

Các thiền sư như Mã Tổ Đạo Nhất (709-788) và Bách Trượng Hoài Hải (720-814) đã phát triển những phương thức đào luyện mới, bao gồm các hành động đánh, những cuộc đối đáp bằng tiếng hét và hệ thống thanh quy nghiêm ngặt dành cho tăng chúng. Đây cũng là giai đoạn xuất hiện sự phân hóa giữa hai dòng Thiền thường được gọi là Bắc tông và Nam tông, với những quan điểm khác nhau về quá trình giác ngộ: đó là kết quả của sự tu tập tiệm tiến hay có thể đạt được thông qua sự đốn ngộ.

Mặc dù các nhà sử học về sau cho rằng những cuộc tranh luận này đôi khi đã được phóng đại, chúng vẫn có ảnh hưởng đáng kể đến cách các thế hệ tiếp nối nhìn nhận sự đa dạng trong nội bộ Thiền Chan.

Đến thời nhà Tống (960-1279), Thiền Chan đã trưởng thành, trở thành một thế lực có ảnh hưởng trên cả ba phương diện tư tưởng, chính trị và tôn giáo. Truyền thống này cũng tiếp nhận thêm những yếu tố từ tín ngưỡng Tịnh độ, nghi lễ Phật giáo và hoạt động nghiên cứu kinh điển, trong khi vẫn duy trì thiền định làm nền tảng.

Các tự viện dần trở thành những trung tâm đào tạo và sáng tạo văn hóa có ảnh hưởng lớn. Tại đây, giáo pháp và những cuộc đối thoại giữa các thiền sư được sưu tập, lưu giữ trong nhiều bộ trước tác, tuyển tập, tiếp tục tác động đến phương pháp thực hành Thiền cho đến ngày nay.

Cũng trong thời nhà Tống, hệ thống “Ngũ gia” (Five Houses) của Thiền Chan được định hình. Đây là năm dòng truyền thừa lớn, về sau có ảnh hưởng sâu rộng đến sự phát triển của Thiền tại Việt Nam, Hàn Quốc và Nhật Bản.

Ngay từ buổi đầu hình thành, Thiền Chan đã kết hợp kỷ luật tu tập nghiêm mật với tinh thần linh hoạt, ứng biến. Truyền thống này có khả năng thích nghi với những biến chuyển và sự đa dạng của văn hóa Trung Hoa mà không đánh mất trọng tâm thiền định, đồng thời để lại những dấu ấn lâu dài trong đời sống văn hóa.

Giáo pháp, phương thức đào luyện và các dòng truyền thừa hình thành trong thời Đường và thời Tống đã trở thành nền tảng định hướng cho quá trình phát triển của Thiền Chan khi truyền bá khắp Đông Á.

Các dòng truyền thừa và phương thức truyền pháp: Ngũ gia Thiền Chan

Vào cuối thời Đường và đầu thời Tống, Thiền Chan đã phát triển thành nhiều dòng truyền thừa khác nhau. Những dòng này hợp thành hệ thống "Ngũ gia" (Five Houses), bao gồm: Quy Ngưỡng (Guiyang), Tào Động (Caodong), Lâm Tế (Linji), Vân Môn (Yunmen) và Pháp Nhãn (Fayan). Tên gọi của mỗi dòng thường gắn với vị Tổ sư khai sáng hoặc địa danh liên quan đến sự hình thành và phát triển giáo pháp của dòng đó.



Tự viện Thiếu Lâm, được cho là một trong những cái nôi của Thiền Chan tại Trung Quốc, có lịch sử từ thế kỷ V.
Theo truyền thuyết, Bồ Đề Đạt Ma đã đến quần thể tự viện này vào thế kỷ VI. Nguồn: Pxhere Creative Commons.

Mỗi dòng truyền thừa xây dựng phong cách và phương pháp tu tập riêng, nhưng vẫn thống nhất ở hai nền tảng cốt lõi: lấy thiền định làm trọng tâm và coi trọng sự truyền trao trực tiếp từ thầy sang trò.

Quy Ngưỡng, dòng đầu tiên trong Ngũ gia Thiền, kết hợp những biểu đạt mang tính văn chương và huyền nhiệm với phương thức truyền dạy giáo pháp thâm áo, tinh tế.

Tào Động, dòng truyền thừa về sau phát triển tại Nhật Bản thành phái Tào Động (Sōtō Zen), đề cao pháp môn "Mặc chiếu Thiền" (mozhao chan; Nhật: shikantaza). Phương pháp này nhấn mạnh sự tĩnh lặng và sáng rõ của tâm thức trong quá trình hành thiền.

Lâm Tế, được biết đến tại Nhật Bản với tên gọi Rinzai, nổi tiếng bởi phong cách giáo hóa mạnh mẽ, đầy tính đột phá. Các thiền sư sử dụng những lời nói sắc bén, những phát biểu nghịch lý hoặc hành động bất ngờ nhằm phá vỡ lối tư duy khái niệm, giúp người học vượt khỏi sự trói buộc của nhận thức thông thường.

Vân Môn sử dụng những câu nói ngắn gọn nhưng hàm chứa sức xuyên phá mạnh mẽ, có khả năng làm đảo lộn cách hiểu của người nghe chỉ bằng một lời đối đáp. Truyền thống này được ghi nhận có liên hệ với sự hình thành bộ Bích Nham Lục (Blue Cliff Record), một tác phẩm quan trọng trong văn học Thiền.

Pháp Nhãn nhấn mạnh việc dung hòa giáo pháp với những điều kiện và hoàn cảnh của đời sống thường nhật, qua đó thể hiện tinh thần tu tập thích ứng với thực tại.

Về sau, dòng Lâm Tế tiếp nhận và dung hợp các yếu tố của Quy Ngưỡng, Pháp Nhãn và Vân Môn, trở thành dòng Thiền có vị thế thống trị tại Trung Quốc.

Khái niệm "Ngũ gia" thực chất là một hệ thống phân loại được hình thành và hệ thống hóa trong giai đoạn sau, nhưng vẫn phản ánh khá rõ sự đa dạng trong nội bộ Phật giáo Thiền Chan. Các thiền sư được đào tạo trong một dòng truyền thừa có thể tiếp nhận và vận dụng phương pháp của những dòng khác. Nhiều người học cũng di chuyển giữa các cộng đồng tu tập, tiếp nhận sự truyền pháp từ nhiều vị thầy khác nhau.

Một số dòng truyền thừa về sau biến mất hoặc sáp nhập vào những dòng khác, nhưng ảnh hưởng của họ vẫn tiếp tục được duy trì thông qua kinh sách, phong cách giáo hóa và hệ thống thanh quy tự viện.

Trong Thiền Chan, dòng truyền thừa giữ vị trí đặc biệt quan trọng đối với bản sắc của mỗi cộng đồng. Các vị thầy truy nguyên và ghi chép tính chính thống của mình thông qua hệ thống các Tổ sư huyền thoại, đồng thời sử dụng khái niệm "truyền tâm" (mind-to-mind transmission) như một dấu hiệu xác nhận tính chân truyền.

Tuy nhiên, những nghiên cứu Phật học hiện đại đã chỉ ra rằng nhiều bản ghi chép về dòng truyền thừa thực chất được các cộng đồng biên soạn sau thời điểm diễn ra những sự kiện được đề cập. Các bản ghi chép này được định hình nhằm củng cố tính chính danh, quyền uy của từng cộng đồng cũng như quyền kiểm soát đối với tự viện và các nguồn lực liên quan.

Sự truyền pháp mang ý nghĩa xác nhận rằng người học đã trực tiếp chứng ngộ trạng thái giác ngộ tương đồng với vị thầy của mình. Điều đó đồng thời trao cho người đệ tử thẩm quyền giáo hóa và khả năng kế thừa vị trí của thầy trong tương lai. Chính vì vậy, vấn đề truyền thừa luôn mang ý nghĩa đặc biệt quan trọng.

Dòng truyền thừa cũng được xem như sợi dây liên kết cộng đồng, giúp duy trì sự gắn kết ngay cả trong những thời kỳ xảy ra mâu thuẫn và xung đột nội bộ.

Khi Thiền Chan truyền bá ra bên ngoài Trung Quốc, các dòng truyền pháp này đã góp phần định hình những trường phái Phật giáo phát triển tại Việt Nam, Hàn Quốc và Nhật Bản.

Tào Động và Lâm Tế có ảnh hưởng đến các truyền thống Thiền tại Hàn Quốc; Tào Động góp phần hình thành và phát triển phái Sōtō tại Nhật Bản, trong khi Lâm Tế có ảnh hưởng sâu sắc đến phái Rinzai. Giáo pháp của Vân Môn và Pháp Nhãn cũng để lại những dấu ấn nhất định trong truyền thống Thiền tại Việt Nam.

Cho đến ngày nay, nhiều thiền sư vẫn xác định bản sắc tu học của mình thông qua sự gắn bó với một trong năm dòng Thiền nguyên thủy của Trung Quốc, đồng thời tiếp tục truyền trao những câu chuyện về nguồn gốc và lịch sử đã được lưu truyền qua nhiều thế kỷ.

Những tranh luận cốt lõi và phương pháp thực hành

Thiền Chan phát triển trong quá trình đối diện với những vấn đề căn bản liên quan đến phương pháp tu tập và sự nhận thức giáo lý. Một trong những vấn đề tiêu biểu là tiến trình giác ngộ: Sự chứng ngộ diễn ra tức thời trong một khoảnh khắc hay được hình thành dần dần thông qua quá trình tu tập lâu dài?

Những người chủ trương đốn ngộ, tiêu biểu là cộng đồng tu học gắn với Lục Tổ Huệ Năng, nhấn mạnh rằng tâm vốn thanh tịnh và sáng suốt. Vì vậy, giác ngộ chính là sự trực nhận tức thời chân lý vốn có ấy. Sự chứng ngộ có thể bừng sáng trong một khoảnh khắc nhận thức rộng mở, không bị giới hạn bởi những khuôn khổ thông thường.



Chữ Hán 無 (wú), có nghĩa là “không” hoặc “không có gì”, là đối tượng quán chiếu trong phương pháp thực hành công án.
Theo giai thoại Thiền, một thiền sư được hỏi liệu chó có Phật tính hay không. Vị thầy trả lời “Không”, nhưng sau đó lại nói rằng mọi loài đều có Phật tính. Kaimon Zenkaku, “Hư vô” (mu), đầu thế kỷ XIX; tranh cuộn treo, mực trên giấy. Bộ sưu tập
Mary Griggs Burke, Viện Nghệ thuật Minneapolis / Tác phẩm thuộc phạm vi công cộng (Public Domain).

Ngược lại, những người đề cao phương pháp tiệm tu cho rằng giác ngộ chỉ có thể thành tựu thông qua quá trình tu dưỡng từng bước. Chỉ bằng sự nỗ lực bền bỉ và liên tục, con người mới có thể thanh lọc những tập khí đã ăn sâu, đồng thời phát triển và làm sâu sắc thêm nhận thức của mình.

Các thiền sư đã tranh luận về nhiều biến thể của hai quan điểm này, và đôi khi những bất đồng trở nên gay gắt. Tuy thường được trình bày như hai lập trường đối lập, trên thực tế, một số truyền thống đã tìm cách kết hợp cả hai.

Một truyền thống Thiền tại Hàn Quốc, có nguồn gốc từ Tổ Jinul (Trí Nột), người sáng lập dòng Tào Khê (Jogye), chủ trương mô hình đốn ngộ sau đó tiệm tu. Theo quan điểm này, sau khi đạt được sự giác ngộ ban đầu, người tu vẫn cần tiếp tục thực hành để chuyển hóa những chướng ngại nghiệp còn tồn đọng. Sự chứng ngộ không đồng nghĩa với việc mọi tập khí và nghiệp chướng đều lập tức được đoạn trừ.

Một vấn đề thường xuyên được đặt ra khác là mối quan hệ giữa thiền định và nghiên cứu giáo lý. Mặc dù Thiền Chan được biết đến rộng rãi nhờ phương pháp tiếp cận nhấn mạnh kinh nghiệm trực tiếp, nhiều cộng đồng Phật giáo Đông Á vẫn chú trọng nghiên cứu kinh điển, đặc biệt là những bộ kinh quan trọng như Kinh Bát nhã Ba la mật đa, Kinh Pháp Hoa và Kinh Pháp Bảo Đàn.

Một số tự viện chuyên sâu về thiền định, trong khi những nơi khác kết hợp đáng kể hoạt động nghiên cứu, khảo luận kinh điển và giáo lý. Sự phân biệt giữa "Thiền viện" và "các trường phái nghiên cứu giáo lý" dần trở thành một đặc điểm dễ nhận diện trong Phật giáo Đông Á. Tuy nhiên, trên thực tế, ranh giới giữa hai khuynh hướng này không phải lúc nào cũng rõ ràng.

Một trong những phương pháp thực hành đặc trưng nhất của Thiền Chan là sử dụng công án (Trung: gong'an). Đây là những câu chuyện đối đáp, câu hỏi hoặc lời dạy của các thiền sư thời kỳ trước, thường mang tính khó hiểu, nghịch lý hoặc vượt khỏi lối tư duy thông thường.

Tại Hàn Quốc, thuật ngữ hwadu (thoại đầu, nghĩa đen là "đầu câu") chỉ một cụm từ hoặc câu nói cốt lõi được rút ra từ công án, trở thành đối tượng tập trung quán chiếu của người tu. Tại Nhật Bản, thuật ngữ kōan được sử dụng để chỉ cả bản thân công án lẫn phương pháp thực hành thông qua công án ấy.

Công án không phải là những câu đố cần tìm ra đáp án theo lối suy luận thông thường. Đúng hơn, chúng là phương tiện nhằm phá vỡ những khuôn mẫu tư duy quen thuộc, tạo điều kiện cho người thực hành trực tiếp thể nghiệm thực tại.

Thông thường, vị thầy sẽ đưa ra một công án cho người học, sau đó kiểm nghiệm sự nhận thức của họ thông qua những buổi tham vấn riêng. Qua cách người học tiếp cận và trình bày sự hiểu biết của mình, vị thầy đánh giá mức độ chứng nghiệm của họ.

Tuy nhiên, một số thiền sư Phật giáo hiện đại đã đặt vấn đề về tính hữu dụng của phương pháp này trong bối cảnh đương đại. Sau nhiều thế hệ được truyền dạy, không ít công án và cách thức đối đáp đã trở nên quen thuộc, thậm chí có nguy cơ biến thành những khuôn mẫu lặp lại theo thói quen.

Chính những cuộc tranh luận và phương pháp thực hành ấy đã tạo nên phong cách đặc trưng của Thiền Chan. Đó là những giờ thiền định kéo dài, sự hướng dẫn trực tiếp và riêng biệt của vị thầy, cùng yêu cầu vượt qua những giới hạn của tư duy khái niệm.

Phong cách thực hành có thể khác nhau giữa các dòng truyền thừa và từng khu vực, nhưng mục tiêu căn bản vẫn không thay đổi: trực tiếp chứng nghiệm bản

tính chân thật của chính mình và đưa sự chứng nghiệm ấy vào đời sống thường nhật.

Thiền tông Việt Nam: Từ các dòng truyền thừa cổ đến tinh thần nhập thế

Những giáo lý và phương pháp thiền định được truyền từ Trung Quốc vào Việt Nam từ khoảng thế kỷ VI, hình thành truyền thống được gọi là Thiền.

Theo những bộ sử liệu được biên soạn về sau, tiêu biểu là Thiền uyển tập anh (tạm dịch: Những bậc cao tăng tiêu biểu nơi vườn Thiền), một vị tăng sĩ Ấn Độ tên là Tỳ Ni Đa Lưu Chi (Vinitaruci, ?-594) được xem là người khai lập dòng truyền thừa Thiền đầu tiên tại Việt Nam.



Tranh cuộn thời Trần (1225-1400), mô tả vua - thiền sư Trần Nhân Tông trở về sau thời gian tu hành tại am thất.
Nguồn: Wikimedia Commons.

Các ghi chép về sau cho biết ngài từng tu học tại Trung Quốc với Tam Tổ Thiền Chan là Tăng Xán (Sengcan, ?-606), trước khi xuôi về phương Nam truyền bá Phật pháp. Ngài an trú tại chùa Pháp Vân và truyền pháp cho Pháp Hiền (?-mất năm 626).

Ngoài dòng truyền thừa này, các sử liệu còn đề cập đến dòng Vô Ngôn Thông (Trung: Wu Yantong, khoảng 759-826), được liên hệ với Bách Trượng Hoài Hải (720-814), và dòng Thảo Đường, có mối liên hệ với truyền thống Vân Môn tại Trung Quốc.

Mặc dù giới nghiên cứu hiện nay cho rằng những hệ thống phả hệ này phần nào là kết quả của quá trình kiến tạo và hệ thống hóa lịch sử về sau, chúng vẫn phản ánh cách các Phật tử Việt Nam lý giải nguồn gốc truyền thừa Thiền Chan, đồng thời xác lập vị trí của Phật giáo Việt Nam trong dòng chảy rộng lớn của Phật giáo Đông Á.

Đến thế kỷ XIII, Thiền tông tại Việt Nam mang diện mạo bản địa rõ nét hơn với sự xuất hiện của dòng Trúc Lâm.

Vua Trần Nhân Tông (1258-1308), sau khi nhường ngôi để xuất gia tu hành, đã sáng lập dòng Thiền Trúc Lâm. Truyền thống này kết hợp phương pháp thiền định theo tinh thần Chan với tín ngưỡng Tịnh độ, đạo đức Nho giáo và tinh thần trách nhiệm đối với cộng đồng, đất nước.

Trúc Lâm nhấn mạnh khả năng giác ngộ ngay trong đời sống thường nhật, chứ không chỉ giới hạn trong không gian thiền đường hay tự viện. Điều này phản ánh đặc điểm dung hợp giữa đời sống tôn giáo và những mối quan tâm xã hội trong tiến trình phát triển của Phật giáo Việt Nam.

Khác với Trung Quốc, Hàn Quốc hay Nhật Bản, Thiền tông tại Việt Nam chưa bao giờ phát triển thành một thiết chế tăng đoàn biệt lập hoàn toàn. Thay vào đó, Thiền tồn tại như một dòng thực hành và tư tưởng bên trong tổng thể Phật giáo Việt Nam, cùng hiện diện với tín ngưỡng Tịnh độ, hoạt động nghiên cứu giáo lý và về sau là các cộng đồng Phật giáo Nam truyền.

Các ngôi chùa thường kết hợp cả phương pháp thiền định lẫn những hình thức thực hành tín ngưỡng, trong khi sự tham gia của hàng cư sĩ giữ vai trò quan trọng trong việc duy trì và phát triển truyền thống.

Thời kỳ thuộc địa và chiến tranh Việt Nam đã gây ra những gián đoạn đáng kể đối với các thiết chế Phật giáo. Tuy nhiên, nhiều nhà cải cách vẫn nỗ lực hiện đại hóa và khôi phục phương pháp thiền định.

Trong thế kỷ XX, Thiền trở thành một thành tố quan trọng trong các phong trào giáo dục Phật giáo dành cho cư sĩ và hoạt động dấn thân xã hội.

Thiền sư Thích Nhất Hạnh (1926-2022) đã kế thừa những dòng tư tưởng này để xây dựng tầm nhìn về Phật giáo dấn thân (Engaged Buddhism). Ngài kết hợp phương pháp thực hành truyền thống với hoạt động vận động hòa bình và những giá trị nhân văn, hướng Phật giáo đến việc giải quyết các vấn đề thiết thực của con người và xã hội.

Cộng đồng Làng Mai (Plum Village) do ngài sáng lập tại Pháp về sau trở thành một trong những trung tâm Phật giáo có ảnh hưởng quốc tế sâu rộng. Nơi đây

giới thiệu và hướng dẫn thực hành thiền định đến đông đảo người học trên toàn thế giới.

Ngày nay, Thiền tiếp tục có ảnh hưởng sâu sắc đến Phật giáo Việt Nam cả trong nước lẫn ở nước ngoài. Thiền Việt Nam không hẳn là một tông phái được xác định bằng hệ thống tổ chức và ranh giới giáo lý chặt chẽ, mà đúng hơn là một dòng thực hành xuyên suốt đời sống Phật giáo. Dẫu vậy, truyền thống này vẫn thể hiện rõ bản sắc riêng qua sự kết hợp giữa thiền định, tín ngưỡng và hành động đạo đức trong đời sống.

Thiền Seon tại Hàn Quốc: Sự kết hợp giữa thiền định và nghiên cứu giáo lý

Phật giáo du nhập vào bán đảo Triều Tiên từ khoảng thế kỷ IV, trong khi các giáo lý Thiền Chan được truyền đến khu vực này muộn hơn vài thế kỷ.

Đến cuối thế kỷ IX, Thiền Seon phát triển thành hệ thống Cửu Sơn Thiền môn (Nine Mountain Schools). Những vị tăng sĩ từng tu học tại Trung Quốc sau khi trở về nước đã thành lập các cộng đồng tu viện này, góp phần đặt nền móng cho sự phát triển của Thiền Hàn Quốc.

Các dòng truyền thừa Lâm Tế của Trung Quốc, và ở mức độ ít hơn là Tào Động, đã góp phần định hình Thiền Seon thời kỳ đầu. Tuy nhiên, các vị tăng sĩ Hàn Quốc không đơn thuần tiếp nhận nguyên trạng những giáo lý ấy mà còn điều chỉnh, phát triển chúng để phù hợp với bối cảnh văn hóa Phật giáo bản địa.



Chùa Tùng Quảng (Songgwang-sa), một trong ba ngôi chùa Tam bảo của Phật giáo Thiền Seon Hàn Quốc. Được thành lập vào năm 867, đây là một trong những tự viện Thiền lâu đời nhất tại Hàn Quốc, đồng thời là nơi đặt Trung tâm Thiền Seon Quốc tế. Nguồn: Pixabay Creative Commons.

Thiền Seon cùng tồn tại với những truyền thống khác của Phật giáo Hàn Quốc, đặc biệt là Hoa Nghiêm (Hàn: Hwaeom; Trung: Huayan), một trường phái nổi bật với hoạt động nghiên cứu giáo lý chuyên sâu.

Hwaeom tập trung nghiên cứu những giáo lý Đại thừa quan trọng được trình bày trong Kinh Hoa Nghiêm (Avatamsaka Sutra, còn gọi là Flower Ornament Sutra). Các vị tăng sĩ thường tu học cả hai phương diện, kết hợp kỷ luật thiền định với việc nghiên cứu giáo lý. Sự kết hợp này dần trở thành một trong những đặc điểm tiêu biểu của phương pháp thực hành Seon.

Một đặc trưng quan trọng khác của Thiền Seon là phương pháp thực hành thoại đầu (hwadu). Thoại đầu là một câu hỏi hoặc cụm từ được chọn lọc từ công án, dùng làm đối tượng quán chiếu tập trung nhằm xuyên phá dòng suy nghĩ phân biệt, diễn giải thông thường.

Phương pháp này bắt nguồn từ những ảnh hưởng của truyền thống Lâm Tế Trung Quốc và về sau trở thành một đặc điểm định hình diện mạo Thiền Seon Hàn Quốc hiện đại.

Trong lịch sử Thiền Seon, thiền sư Trí Nột (Jinul, 1158-1210) là một trong những nhân vật có ảnh hưởng sâu sắc nhất. Ngài chủ trương mô hình tu tập "đốn ngộ, tiệm tu", đồng thời tái thiết lập chùa Tùng Quảng (Songgwang-sa) thành trung tâm tu học nghiêm mật, kết hợp thực hành thiền định với nghiên cứu giáo lý.

Những trước tác và cải cách của ngài góp phần thống nhất Cửu Sơn Thiền môn thành tông phái Tào Khê (Jogye), hiện là tông phái Phật giáo lớn nhất tại Hàn Quốc. Theo truyền thống, việc sáng lập tông phái này về sau được ghi nhận gắn với đệ tử của Trí Nột là Thái Cổ Phổ Ngu (T'aego).

Những thế kỷ tiếp theo chứng kiến nhiều giai đoạn suy thoái, phục hưng và cải cách của Phật giáo Hàn Quốc.

Dưới triều đại Joseon (1392-1897), một vương triều chịu ảnh hưởng sâu sắc của Nho giáo, các quan lại đã tước bỏ nhiều nguồn tài chính và sự bảo trợ của hoàng gia dành cho Phật giáo. Hệ quả là nhiều tự viện và chùa chiền rơi vào tình trạng suy giảm.

Cuối thế kỷ XIX và đầu thế kỷ XX, nhiều thiền sư đã nỗ lực phục hưng đời sống tu viện. Trong số đó có thiền sư Kính Hư (Gyeongheo, 1846-1912), người được truyền thống Thiền Hàn Quốc tôn xưng là vị Tổ thứ 75.

Thời kỳ Nhật Bản chiếm đóng bán đảo Triều Tiên (1910-1945) tiếp tục tạo ra những biến động lớn. Chính quyền thực dân tổ chức lại hệ thống quản lý tự viện theo mô hình Nhật Bản, đồng thời một số yếu tố trong phương pháp thực hành Zen của Nhật Bản cũng du nhập vào các thiền viện Seon.

Sau khi bán đảo Triều Tiên được giải phóng, nhiều phong trào cải cách đã nỗ lực khôi phục giới luật và thanh quy tự viện, đồng thời điều chỉnh phương thức đào tạo tăng sĩ để đáp ứng những nhu cầu của thời đại mới. Tuy nhiên, các cải cách này cũng làm xuất hiện những căng thẳng và bất đồng, một số vấn đề vẫn còn ảnh hưởng đến Phật giáo Hàn Quốc hiện nay.

Nửa sau thế kỷ XX, những nhân vật như thiền sư Cổ Sơn (Kusan, 1909-1983) và Seung Sahn (1927-2004) đã góp phần giới thiệu Thiền Seon đến cộng đồng quốc tế.

Các ngài thành lập những trung tâm hoằng pháp và nhóm tu học dành cho cư sĩ tại Hoa Kỳ, châu Âu và nhiều khu vực khác, mở rộng cơ hội tiếp cận Thiền Hàn Quốc cho người học bên ngoài châu Á.

Ngày nay, cả giới xuất gia lẫn cư sĩ đều tham gia thực hành Seon. Nhiều ngôi chùa tại các đô thị và trung tâm nhập thất tổ chức những khóa tu lưu trú dài ngày, đồng thời cung cấp các chương trình tu học phù hợp với những người không sinh hoạt thường xuyên trong tự viện.

Thiền Seon vẫn gắn bó sâu sắc với di sản văn hóa và lịch sử Hàn Quốc, nhưng không ngừng vận động và phát triển. Truyền thống này tiếp tục duy trì trọng tâm là kinh nghiệm chứng nghiệm trực tiếp, đồng thời đề cao mối quan hệ tương hỗ giữa thiền định và nghiên cứu giáo lý.

Thiền tông Nhật Bản

Thiền Chan (tiếng Nhật: Zen) đã đến Nhật Bản từ khá sớm, vào khoảng thế kỷ IX, thông qua Saichō (767-822), người sáng lập tông Thiên Thai tại Nhật. Trong thời gian học tập ở Trung Quốc, ngài tiếp nhận các phương pháp thiền Chan. Tuy nhiên, những phương pháp này vẫn nằm trong khuôn khổ rộng hơn của việc nghiên cứu giáo lý, chứ chưa phát triển thành một dòng truyền thừa độc lập. Các tông phái Zen độc lập chỉ xuất hiện vào cuối thế kỷ XII. Myōan Eisai (1141-1215) đưa dòng Lâm Tế vào Nhật Bản, hình thành phái Rinzai; Dōgen Zenji (1200-1253) trở về từ Trung Quốc và thiết lập phái Tào Động, tức Sōtō. Đến thế

kỷ XVII, dòng thứ ba là Ōbaku được truyền sang Nhật Bản bởi thiền sư Trung Quốc Ẩn Nguyên Long Kỳ (Yinyuan Longqi; tiếng Nhật: Ingen Ryūki, 1592-1673). Ba dòng này góp phần xác lập diện mạo riêng của Thiền tông Nhật Bản trong truyền thống Chan rộng lớn hơn.



Chùa Shōfuku-ji tại thành phố Fukuoka, được xem là ngôi chùa Zen lâu đời nhất Nhật Bản, thành lập năm 1195.
Nguồn: Wikimedia Commons.

Mỗi dòng phát triển phong cách tu tập đặc trưng, dù vẫn có những điểm tương đồng. Rinzai đề cao sự rèn luyện nghiêm khắc và việc tham cứu công án nhằm khai mở tuệ giác. Sōtō đặt trọng tâm vào zazen (thiền tọa), đặc biệt là shikantaza, thường được diễn đạt là "chỉ ngồi": chính sự thực hành thiền đã thể hiện giác ngộ. Ōbaku duy trì nhiều ảnh hưởng Trung Hoa rõ nét, trong đó có các nghi thức tụng niệm và quy chế sinh hoạt tự viện. Dù khác nhau về phương pháp, cả ba dòng đều coi trọng giới luật, sự truyền thừa và tự viện như môi trường đào luyện.

Theo thời gian, Thiền Zen ngày càng thâm nhập sâu vào văn hóa Nhật Bản. Trong các thế kỷ XIV–XV, những tự viện Zen trở thành trung tâm thiền tập, giáo dục, nghệ thuật và nghi lễ. Truyền thống này ảnh hưởng đến thư pháp, hội họa thủy mặc, nghệ thuật vườn cảnh, thơ ca và cả một số môn võ thuật; đồng thời góp phần định hình văn hóa và bản sắc Nhật Bản.

Thời cận đại đem đến cho Thiền Zen cả khủng hoảng lẫn biến đổi. Trong thời Minh Trị (1868–1912), những cải cách của nhà nước làm tan rã hệ thống tự viện truyền thống, buộc các tổ chức Zen phải thích nghi với hoàn cảnh mới. Trong

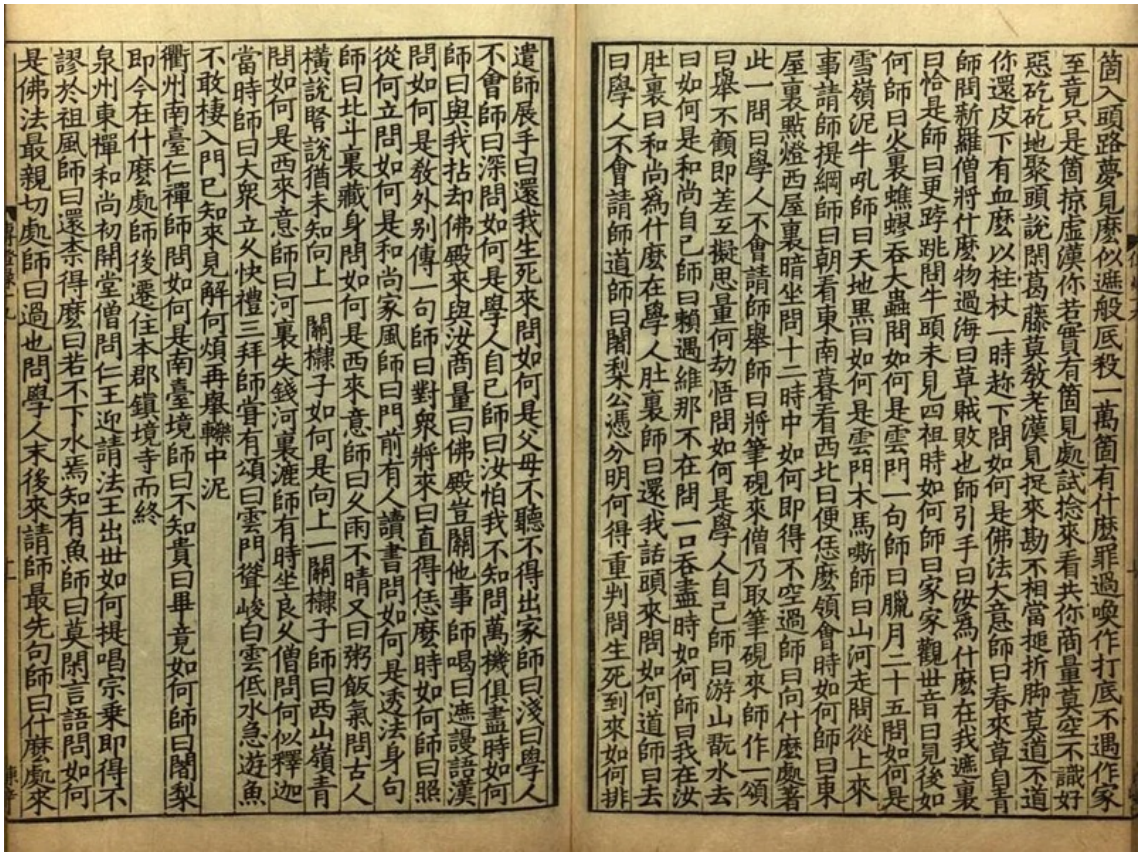
thế kỷ XX, một số lãnh đạo Zen đã ủng hộ chủ nghĩa dân tộc và chủ nghĩa quân phiệt Nhật Bản trong Chiến tranh thế giới thứ hai. Sự ủng hộ ấy góp phần hậu thuẫn cho hành động bành trướng đế quốc và xâm lược thuộc địa tại Đông Á, Đông Nam Á. Di sản này đến nay vẫn là đối tượng suy ngẫm và phê bình. Song song với đó, nhiều nhà cải cách nỗ lực phục hưng việc tu tập và mở rộng cơ hội thực hành cho cư sĩ.

Từ đầu thế kỷ XX, Nhật Bản quảng bá Thiền Zen ra nước ngoài thông qua hoạt động giao lưu văn hóa. Các tác giả như D. T. Suzuki (1870–1966) giới thiệu truyền thống này đến độc giả châu Âu và châu Mỹ. Ảnh hưởng đế quốc của Nhật Bản cũng góp phần thúc đẩy cách trình bày Zen như tinh hoa của văn hóa Nhật, khiến truyền thống này được biết đến rộng rãi trên thế giới sớm hơn Chan, Thiền Việt Nam hay Seon Hàn Quốc. Sau Chiến tranh thế giới thứ hai, các thiền sư như Shunryu Suzuki (1904–1971) và Hakuun Yasutani (1885-1973) xây dựng cộng đồng tu học tại phương Tây. Những phong trào hướng đến cư sĩ, như Sanbō Kyōdan, cũng phát triển các mô hình thực hành ngoài khuôn khổ tự viện. Ngày nay, các trung tâm Zen hiện diện tại châu Âu, châu Mỹ và nhiều nơi khác, kết hợp những hình thức tu tập truyền thống với các cách thích nghi dành cho đời sống cư sĩ.

Văn bản và hồ sơ nền tảng

Các trường phái thiền định thường được nhắc đến với quan niệm “bất lập văn tự”, nhấn mạnh thực hành hơn là kinh sách. Tuy nhiên, trên thực tế, nhiều vị khai sáng và các thế hệ kế thừa đều là những người am tường văn chương, và truyền thống này đã tạo ra một kho tàng trước tác đồ sộ.

Ngôn ngữ được sử dụng theo những cách riêng: nhằm chỉ ra điều vượt khỏi khái niệm, lưu giữ các cuộc đối thoại giữa thầy và trò, đồng thời truyền trao giáo pháp qua nhiều thế hệ.



Bản sao thế kỷ XVIII của Cảnh Đức Truyền Đăng Lục (Jingde Chuandenglu), bộ sách ghi chép tiểu sử các vị Tổ sư Thiền Chan cùng nhiều vị tăng sĩ quan trọng khác. | Thư viện Quốc hội Hoa Kỳ / Phạm vi công cộng.

Pháp Bảo Đàn Kinh là một trong những văn bản quan trọng nhất của Thiền Chan Trung Quốc. Theo truyền thống, tác phẩm gắn với Lục Tổ Huệ Năng (638–713), người trình bày giáo nghĩa đốn ngộ, về sau trở thành một nền tảng tư tưởng của Thiền Chan. Tầm quan trọng của kinh không chỉ nằm ở nội dung giáo lý: các tăng sĩ sao chép, tụng đọc và nghiên cứu văn bản này tại chùa viện, qua đó định hình cách người tu hiểu về truyền thống của mình. Những bộ sưu tập công án cũng được lưu truyền rộng rãi, trong đó có Bích Nham Lục, Vô Môn Quan và Tùng Dung Lục. Các tác phẩm này ghi lại câu chuyện, lời đối đáp của những bậc thầy thời trước, thường kèm theo phần bình giải giàu tính thi ca; trong nhiều thế kỷ, chúng được dùng làm phương tiện đào luyện người tham học.

Các cộng đồng tự viện còn biên soạn và lưu giữ ngữ lục, tức những ghi chép về lời nói, bài giảng, cuộc trò chuyện và chỉ dẫn của các thiền sư. Những văn bản này kết hợp các cuộc đối đáp sắc bén với lối diễn đạt văn chương tinh tế, cho thấy tự viện vừa là nơi tu tập kỷ luật vừa là trung tâm học thuật. Một thể loại quan trọng khác là các bộ đăng lục, hay sử truyện truyền đăng, chẳng hạn Cảnh Đức Truyền Đăng Lục. Những tác phẩm ấy ghi lại phả hệ truyền thừa và các giai thoại giáo hóa, vừa xác lập tính chính thống cho cộng đồng, vừa khơi

gợi cảm hứng tu học. Những trước tác cá nhân cũng có giá trị, như thư từ của Đại Huệ Tông Cảo (1089–1163) gửi cho học trò. Tất cả góp phần cho thấy giáo pháp được truyền trao cả trong những cuộc gặp trực tiếp lẫn qua văn bản.

Khi Thiền Chan lan rộng khắp Đông Á, vai trò của văn bản có sự khác biệt giữa các khu vực. Tại Hàn Quốc, các bộ sưu tập công án và pháp môn tham thoại đầu (hwadu) giữ vị trí trung tâm trong đào luyện. Thiền Việt Nam kết hợp các trước tác và hồ sơ truyền thừa từ Trung Quốc với những tác phẩm bản địa cùng các yếu tố tín ngưỡng, lễ nghi. Tại Nhật Bản, Shōbōgenzō của Dōgen trở thành một trước tác nền tảng của phái Sōtō, với những suy tư về thực hành và chứng ngộ; trong khi đó, các tự viện Rinzai chú trọng việc tham cứu những tuyển tập công án.

Các trường phái thiền định sử dụng ngôn từ như một phương tiện tu tập. Văn bản được tụng đọc trong thời khóa hằng ngày, sử dụng trong nghi lễ, ghi nhớ và giảng giải trong các buổi thuyết pháp. Vì vậy, kinh sách và trước tác không đứng ngoài thực hành; chúng vẫn là một phần thiết yếu của quá trình đào luyện tại tự viện cũng như các trung tâm tu học dành cho cư sĩ.

Phụ nữ trong các trường phái thiền định

Phụ nữ đã thực hành trong các truyền thống thiền định từ lâu đời, nhưng sự hiện diện của họ thường vắng bóng trong các phả hệ chính thức và những bộ sử truyền thừa. Những người biên soạn phả hệ trong bối cảnh xã hội phụ quyền thường hướng đến việc xác lập thẩm quyền của các thiết chế; trong quá trình đó, đóng góp của phụ nữ phần lớn bị gạt ra ngoài. Các trường phái thiền định không có một dòng truyền thừa chính thức do nữ giới đứng đầu được ghi nhận tương đương với hệ thống tổ sư nam giới. Dẫu vậy, tư liệu lịch sử vẫn lưu giữ những dấu vết về các nữ tu và nữ hành giả đã góp phần làm nên truyền thống.



Chùa Jinkwan-sa, ngôi chùa có từ thế kỷ XII, tọa lạc giữa vùng núi phía bắc Seoul, Hàn Quốc, hiện do chư ni quản lý. Nơi đây nổi tiếng với ẩm thực tự viện; các ni sư chuẩn bị những món ăn vừa nuôi dưỡng thân thể, vừa hỗ trợ cho quá trình
thực hành thiền Seon. | Wikimedia Commons.

Tại Trung Quốc, sử liệu Thiền Chan ghi nhận những nhân vật như Tử Thọ Diệu Tổng (Zishou Miaozong, 1095-1170), nổi tiếng về chứng ngộ sâu sắc và năng lực hướng dẫn người học. Các ghi chép kể lại những cuộc đối đáp sắc bén của bà với nam giới tham học, qua đó thách thức những định kiến về thẩm quyền trong thiền đường. Tại Nhật Bản, Mugai Nyodai (1223-1298) trở thành vị ni trưởng đầu tiên của một ni viện Zen vào thế kỷ XIII, góp phần xây dựng cộng đồng tu tập dành cho phụ nữ. Hàn Quốc và Việt Nam cũng có những truyền thống ni giới tích cực, dù tư liệu ghi lại đóng góp của họ còn ít ỏi hơn.

Trong thời hiện đại, sự hiện diện của phụ nữ trong các truyền thống thiền định trở nên rõ nét hơn. Daehaeng (1927-2012) là một trong những thiền sư Seon được kính trọng tại Hàn Quốc, được biết đến bởi tuệ giác sâu sắc và câu chuyện vượt qua những khó khăn cá nhân trong thời kỳ Nhật Bản chiếm đóng. Shundō Aoyama (sinh năm 1933) lãnh đạo một trong những ni viện đào tạo lớn của Nhật Bản, tiếp nối dòng tu học nữ giới lâu đời nhưng thường ít được ghi chép. Cheng Yen (sinh năm 1937), người sáng lập tổ chức Từ Tế tại Đài Loan, là một ví dụ về cách lòng từ bi chịu ảnh hưởng từ truyền thống thiền định có thể được thể hiện qua hoạt động xã hội.

Phụ nữ thuộc các truyền thống thiền định Đông Á hiện diện tích cực tại hội nghị định kỳ hai năm một lần của Sakyadhita - Hội Phụ nữ Phật giáo Quốc tế. Nhiều người cũng ủng hộ việc khôi phục truyền giới tỳ kheo ni đầy đủ cho ni giới Theravāda và Phật giáo Tây Tạng. Tại nhiều ngôi chùa và trung tâm tu học phương Tây gắn với các truyền thống này, ngày càng có sự quan tâm đến việc đưa những dòng truyền thừa nữ giới ra ánh sáng. Chẳng hạn, Trung tâm Thiền Rochester ở bang New York đưa vào bài xướng niệm truyền thừa lời tri ân đặc biệt dành cho những người phụ nữ vô danh đã gìn giữ và nuôi dưỡng sự thực hành Phật pháp qua nhiều thế kỷ.

Lời tri ân ấy nhắc chúng ta về điều mà sử sách thường chưa phản ánh đầy đủ: phụ nữ luôn hiện diện trong các trường phái thiền định. Họ truyền trao giáo pháp với sự sáng suốt và tận tâm không kém những người đồng tu nam giới, dù đóng góp của họ nhiều khi chưa được ghi nhận tương xứng trong lịch sử chính thức.

Mỹ học và nghệ thuật trong truyền thống Thiền

Ngay từ buổi đầu hình thành, Thiền Chan và những trường phái chịu ảnh hưởng từ truyền thống này đã sử dụng nghệ thuật như một phương tiện truyền dạy và thực hành, chứ không đơn thuần xem nghệ thuật là yếu tố trang trí. Thi ca, hội họa, âm nhạc, kiến trúc và các hình thức trình diễn nghi lễ đều góp phần chuyển tải tinh thần trực ngộ, đồng thời hỗ trợ trực tiếp cho quá trình thực hành thiền định.



Vườn Thiền tại chùa Kongobu-ji, trên núi Koya, Nhật Bản. | Wikimedia Commons.

Các thiền tăng Chan sáng tác tranh thủy mặc và thư pháp với phong cách phóng khoáng nhưng tiết chế. Họ xem mỗi nét bút như một biểu hiện của sự chứng ngộ, ghi lại tính trực tiếp và sống động của tâm ngay trong hành động. Các vị tăng cũng sáng tác thi ca nhằm chuyển tải những ý nghĩa vượt ra ngoài cách diễn giải thông thường. Đôi khi, những bài thơ này xuất hiện ngay trong các bộ ghi chép về những cuộc đối thoại giữa các thiền sư trong lịch sử.

Nghi thức tụng niệm, trì tụng kinh điển và các bài kệ cũng trở thành phương thức cất lên tiếng nói của chính pháp, kết hợp âm thanh với ý nghĩa giáo pháp thành một hình thức thực hành thống nhất.

Tại Hàn Quốc, các tự viện Seon phát triển những phong cách kiến trúc bảo đảm sự hài hòa giữa không gian tu viện với núi rừng xung quanh. Trong những không gian ấy, thế giới tự nhiên và chiều kích siêu việt gặp gỡ, hòa quyện với nhau.

Các thiền tăng Seon cũng là những người sáng tác thi ca. Đến nay, độc giả vẫn tìm đọc và thưởng thức những vần thơ của họ, khi thì mang vẻ trầm mặc, khắc khổ, khi lại hồn nhiên, dí dỏm, như một sự nối dài của chính quá trình thực hành Phật pháp.

Những nghi thức tụng niệm có sự hòa âm của chuông, trống và các nhạc cụ gõ bằng gỗ đã tạo nên sắc thái âm nhạc đặc trưng cho đời sống tự viện và sinh

hoạt tín ngưỡng tại các ngôi chùa. Cho đến ngày nay, tiếng mõ gỗ của Phật giáo, được gõ nhịp nhàng theo lời tụng kinh, vẫn vang vọng trong không gian buổi sớm tại nhiều thung lũng núi sâu.

Tại Việt Nam, truyền thống Thiền phát triển các hình thức tụng niệm và âm nhạc nghi lễ, kết hợp lối trì tụng mang tính thiền quán với những giai điệu và thực hành tín ngưỡng. Các nghi lễ tại tự viện thường phối hợp văn bản kinh điển, âm thanh và động tác, tạo nên một hình thức biểu đạt giáo pháp toàn diện, tác động đến nhiều phương diện cảm nhận của con người.

Những hình thức thực hành này góp phần đưa Thiền gắn bó sâu sắc với đời sống cộng đồng và xã hội. Phạm vi tu tập không chỉ giới hạn trong thiền đường mà còn lan tỏa vào đời sống thường nhật.

Tại Nhật Bản, mỹ học Zen tạo nên những ảnh hưởng sâu rộng và lâu dài. Các tự viện bảo trợ cho những người sáng tác thư pháp và hội họa; tinh thần giản dị, chính xác và chừng mực của Thiền cũng góp phần định hình nghệ thuật thiết kế vườn cảnh, kiến trúc và về sau là nghệ thuật trà đạo.

Âm nhạc cũng giữ một vị trí riêng biệt trong truyền thống này. Các hình thức tụng niệm Zen, được gọi là shōmyō, phát triển những đường nét giai điệu tinh tế, phức tạp và vẫn được giới xuất gia thực hành cho đến ngày nay.

Mặc dù những hình thức nghệ thuật này đã góp phần định hình điều mà nhiều người bên ngoài Nhật Bản hình dung là “phong cách Zen”, chúng thực chất chỉ là một biểu hiện trong toàn bộ phổ sáng tạo văn hóa phong phú của các truyền thống Chan, Seon và Thiền tại Đông Á.

Trong tất cả những không gian văn hóa ấy, nghệ thuật đều thực hiện chức năng như một phương thức tu tập và truyền thừa. Một nét bút, một vần thơ, một câu tụng niệm hay cách sắp đặt khu vườn đều có thể hàm chứa và trực tiếp truyền tải tinh thần giác ngộ.

Đối với các trường phái thiền định, nghệ thuật và âm nhạc không chỉ là những hình thức biểu đạt bên ngoài, mà còn là những phương thức sống và chia sẻ chính pháp.

Các truyền thống Thiền trong thế giới hiện đại

Ngày nay, các truyền thống thiền định đã trở thành những dòng thực hành mang tính toàn cầu. Các thiền sư, cộng đồng người nhập cư và những thế hệ học trò mới đã tiếp nối di sản khởi nguồn từ các tự viện Trung Quốc, đưa truyền thống này đến với cộng đồng quốc tế.

Hiện nay, các cộng đồng Chan, Seon, Thiền và Zen đã hiện diện tại châu Âu, châu Mỹ, châu Phi và châu Đại Dương. Trong đó, Thiền Zen Nhật Bản có lợi thế phổ biến sớm hơn nhờ ảnh hưởng văn hóa Nhật Bản và hoạt động hoằng pháp của các thiền sư trong giai đoạn sau Chiến tranh thế giới thứ hai. Vì vậy, Zen vẫn là nhánh Thiền có mức độ hiện diện nổi bật nhất tại phương Tây.



Khánh thành năm 1976, Dai Bosatsu Zendo Kongo-ji là một thiền viện thuộc dòng Rinzai (Lâm Tế), tọa lạc tại dãy núi Catskill, bang New York, Hoa Kỳ. Thiền viện tổ chức các chương trình tu học nội trú và khóa tu dành cho cư sĩ, người xuất gia cũng như những người tìm hiểu đời sống tâm linh thuộc nhiều truyền thống tôn giáo và nền văn hóa khác nhau. Các chương trình này phản ánh mô hình phổ biến của những trung tâm thiền định hướng đến cư sĩ tại phương Tây, nơi các phương pháp thực hành truyền thống được kết hợp với những cách tiếp cận hiện đại. | Hình ảnh từ kênh YouTube của Hiệp hội Nghiên cứu Thiền tông.

Các hình thức thực hành hiện nay rất đa dạng. Những tự viện truyền thống với chế độ tu học nội trú vẫn tiếp tục đào tạo tăng sĩ và ni giới. Trong khi đó, các cộng đồng cư sĩ thực hành tại những ngôi chùa đô thị, trung tâm nhập thất và trên các nền tảng trực tuyến.

Một số nhóm duy trì nghiêm ngặt những nghi lễ được truyền thừa từ các thế hệ trước, trong khi những nhóm khác thử nghiệm các mô hình kết hợp, điều chỉnh phương pháp thực hành để phù hợp hơn với đời sống đương đại.

Bên cạnh đó, những chương trình thiền định mang tính thế tục, không gắn với hệ thống truyền thừa chính thức, cũng xuất hiện và thu hút những người mong

muốn thực hành thiền mà không cần tham gia vào một tổ chức tôn giáo cụ thể.

Sự lan tỏa trên phạm vi toàn cầu đã đặt ra nhiều vấn đề về khả năng thích ứng văn hóa và tính chính thống của truyền thừa. Trước đây, việc truyền pháp và xác lập dòng truyền thừa thường gắn chặt với môi trường tu viện dành cho nam giới xuất gia. Ngày nay, phạm vi này đã mở rộng, bao gồm cả những vị thầy là cư sĩ trong các cộng đồng quốc tế.

Tuy nhiên, các tổ chức Phật giáo tại châu Á, vốn là nguồn cảm hứng và nền tảng truyền thừa của những cộng đồng này, không chính thức công nhận phần lớn các nhóm Thiền tại phương Tây. Những tổ chức ấy thường xem họ là các phong trào tu học dành cho cư sĩ có quan hệ liên kết, thay vì những đơn vị chính thức nắm giữ dòng truyền thừa. Quyền truyền pháp vẫn được kiểm soát khá chặt chẽ.

Trường phái Kwan Um do Thiền sư Seung Sahn sáng lập và cộng đồng Làng Mai do Thiền sư Thích Nhất Hạnh sáng lập đều phát triển mạnh mẽ trên phạm vi quốc tế. Tuy nhiên, cả hai vẫn nằm ngoài những danh sách chính thức về các vị nắm giữ dòng truyền thừa theo cách phân loại được đề cập trong bài viết.

Khoảng cách này vừa tạo ra những thách thức, vừa mở ra những không gian tự chủ. Các trung tâm Thiền tại phương Tây không nhận được sự hỗ trợ tài chính từ những tổ chức Phật giáo tại quê hương truyền thống, nhưng đổi lại, họ có thể tự quản lý hoạt động và không bị ràng buộc bởi nhiều quy ước truyền thống của các tổ chức Phật giáo châu Á.

Những nhân vật lãnh đạo như Thiền sư Seon Soeng Hyang (Barbara Rhodes, sinh năm 1948), người đứng đầu Trường phái Kwan Um, thể hiện một mô hình quyền uy và lãnh đạo tu viện linh hoạt hơn.

Việc chuyển dịch giáo pháp sang những ngôn ngữ mới và truyền bá đến các cộng đồng văn hóa khác nhau đã mở rộng đáng kể khả năng tiếp cận Thiền. Tuy nhiên, quá trình này cũng đặt ra những thách thức trong việc diễn giải và truyền tải đúng tinh thần truyền thống.

Trong một số trường hợp, chẳng hạn với Zen, những lợi ích thương mại đã giản lược truyền thống này thành một dạng thương hiệu phong cách sống, khiến Thiền bị tách khỏi nền tảng Phật giáo vốn có. Điều đó đã vấp phải sự phê phán từ cả những người thực hành tại châu Á lẫn phương Tây.

Dẫu vậy, nhiều cộng đồng vẫn kiên trì phản đối xu hướng làm loãng bản sắc truyền thống. Họ nhấn mạnh rằng các phương diện đạo đức và tính cộng đồng của việc thực hành là những yếu tố không thể thiếu để bảo đảm tính toàn vẹn

của con đường tu tập.

Ngày nay, các vị thầy không phải người châu Á ngày càng có vai trò định hình tương lai của những truyền thống này tại phương Tây. Từ Bắc Mỹ, Nam Mỹ đến châu Âu và châu Phi, nhiều vị thầy được đào tạo trong các dòng truyền thừa châu Á đang điều chỉnh phương pháp giảng dạy và thực hành để phù hợp với những bối cảnh mới, đồng thời nỗ lực duy trì sự gắn bó với nguồn cội truyền thống.

Qua những biến chuyển ấy, các trường phái thiền định tiếp tục vận động và phát triển. Nền tảng cốt lõi vẫn được bảo lưu: Thực hành chính là sự chứng ngộ. Tuy nhiên, truyền thống này đang tìm thấy những hình thức biểu đạt mới trong các không gian địa lý, ngôn ngữ và cộng đồng khác nhau.

Dòng truyền thừa khởi nguồn từ Đông Á ngày nay đã mở rộng thành một cuộc đối thoại mang tính toàn cầu.

[Ghi chú biên tập]: Bài viết được biên dịch và biên tập từ tài liệu tiếng Anh đăng trên Tricycle: The Buddhist Review. Một số thuật ngữ, tên gọi và chi tiết lịch sử được chú giải nhằm hỗ trợ độc giả Việt Nam tiếp cận các truyền thống Thiền tại Đông Á. Những vấn đề còn có cách diễn giải hoặc nhận định khác nhau trong giới nghiên cứu được trình bày theo nội dung nguồn, không mặc nhiên xem là kết luận học thuật cuối cùng.

Nguồn: Tricycle: *The Buddhist Review, "Zen Buddhism: The Buddhist Meditation Schools of East Asia".*

Theo: **Tricycle.org**/Chuyển ngữ: **Thường Nguyên**

Đường link: https://tricycle.org/buddhism-meditation-schools/

Tổng hợp chú giải thuật ngữ:

Bích Nham Lục (Blue Cliff Record): Tuyển tập công án Thiền nổi tiếng của Trung Quốc, gồm các câu chuyện, đối thoại Thiền cùng phần bình giải và bình xướng, có ảnh hưởng sâu rộng đến truyền thống Thiền Đông Á.

Bồ Đề Đạt Ma (Bodhidharma): Vị tổ sư thường được xem là người đặt nền móng cho truyền thống Thiền Chan tại Trung Quốc. Theo truyền thuyết, ngài đến Trung Quốc vào khoảng thế kỷ VI.

Cảnh Đức Truyền Đăng Lục (Jingde Chuandenglu): Bộ sử liệu Thiền tông Trung Quốc được biên soạn thời Bắc Tống, ghi chép tiểu sử và sự truyền thừa

của các vị Thiền sư qua nhiều thế hệ.

Công án (Gong'an/Kōan): Những câu chuyện, đối thoại, lời hỏi đáp hoặc tình huống đặc biệt trong truyền thống Thiền, được sử dụng làm phương tiện thực hành nhằm khơi mở nhận thức và vượt qua lối tư duy phân biệt thông thường.

Dhyāna: Thuật ngữ Sanskrit chỉ thiền định, một phương pháp tu tập quan trọng trong Phật giáo. Từ này là nguồn gốc ngôn ngữ của các tên gọi Chan (Trung Quốc), Zen (Nhật Bản) và Seon (Hàn Quốc).

Đốn ngộ: Sự giác ngộ được nhận thức một cách trực tiếp, đột nhiên, thay vì thông qua quá trình nhận thức tuần tự.

Đạo Nguyên Hy Huyền (Dōgen, 1200-1253): Thiền sư Nhật Bản, người có vai trò quan trọng trong việc truyền bá và phát triển dòng Soto tại Nhật Bản; tác giả bộ luận Shōbōgenzō.

Gong'an (□□): Cách gọi công án trong tiếng Trung Quốc.

Huệ Năng (Huineng, 638-713): Lục tổ Thiền tông Trung Quốc, nhân vật có ảnh hưởng sâu sắc đến tư tưởng Thiền đốn ngộ; được xem là nhân vật trung tâm trong Pháp Bảo Đàn Kinh.

Hwadu (□□): Thoại đầu trong truyền thống Thiền Hàn Quốc, chỉ câu hỏi hoặc vấn đề cốt lõi mà hành giả tập trung quán chiếu để phát khởi nghi tình và khai mở nhận thức.

Kōan: Cách gọi công án trong tiếng Nhật, được sử dụng phổ biến trong truyền thống Thiền Rinzai.

Lâm Tế (Linji/Rinzai): Một trong những dòng Thiền lớn của Trung Quốc, về sau phát triển mạnh tại Nhật Bản với tên gọi Rinzai. Truyền thống này đặc biệt chú trọng thực hành công án và sự huấn luyện nghiêm mật.

Mặc chiếu (Mozhao): Phương pháp thiền nhấn mạnh sự tĩnh lặng và tỉnh giác sáng tỏ, gắn với truyền thống Tào Động Trung Quốc. Hành giả thực tập an trú trong sự nhận biết sáng suốt, không chạy theo các vọng niệm.

Mã Tổ Đạo Nhất (Mazu Daoyi, 709-788): Thiền sư Trung Quốc đời Đường, có ảnh hưởng lớn đến sự phát triển của Thiền Chan và các dòng truyền thừa về sau.

Mahayana: Đại thừa, một truyền thống lớn của Phật giáo, nhấn mạnh lý tưởng Bồ tát và con đường giác ngộ gắn với lợi ích của tất cả chúng sinh.

Ngũ gia Thiền: Năm dòng Thiền lớn hình thành tại Trung Quốc trong thời Đường - Tống, gồm Lâm Tế, Tào Động, Quy Ngưỡng, Vân Môn và Pháp Nhãn.

Pháp Bảo Đàn Kinh (Platform Sutra): Tác phẩm quan trọng của Thiền tông Trung Quốc, ghi lại tư tưởng và lời dạy gắn với Lục tổ Huệ Năng, có ảnh hưởng sâu rộng đến truyền thống Thiền đốn ngộ.

Seon: Tên gọi tiếng Hàn của truyền thống Thiền Phật giáo, có quan hệ lịch sử và tư tưởng với Thiền Chan Trung Quốc.

Shikantaza: Có nghĩa là "chỉ đơn thuần ngồi", phương pháp tọa thiền đặc trưng của dòng Soto Nhật Bản, nhấn mạnh sự thực hành ngồi thiền với tâm thế tỉnh giác, không đặt nặng một đối tượng thiền quán cụ thể.

Shōbōgenzō (Chính Pháp Nhãn Tạng): Trước tác quan trọng của Thiền sư Đạo Nguyên Hy Huyền, được xem là một trong những tác phẩm nền tảng của dòng Soto Nhật Bản.

Tào Động (Caodong/Soto): Một trong những dòng Thiền lớn của Trung Quốc, về sau phát triển thành dòng Soto tại Nhật Bản, nổi bật với phương pháp tọa thiền.

Tào Khê (Jogye): Tông phái Phật giáo lớn tại Hàn Quốc, kế thừa và phát triển truyền thống Seon, hiện có vị trí quan trọng trong đời sống Phật giáo nước này.

Thiền (Chan/Zen/Seon): Truyền thống tu tập và tư tưởng Phật giáo lấy thiền định, sự tỉnh giác và kinh nghiệm chứng ngộ làm trọng tâm. Chan là tên gọi trong tiếng Trung, Zen trong tiếng Nhật và Seon trong tiếng Hàn.

Thiền Trúc Lâm: Dòng Thiền Việt Nam hình thành dưới thời Trần, gắn với Phật hoàng Trần Nhân Tông, thể hiện tinh thần kết hợp giữa tu tập, nhập thế và phụng sự dân tộc.

Thọ giới Tỳ kheo ni (Bhikṣunī/Bhikkhunī): Việc nữ tu sĩ thọ giới cụ túc theo giới luật Phật giáo, chính thức trở thành Tỳ kheo ni trong Tăng đoàn.

Tiệm tu: Quá trình tu tập, rèn luyện và chuyển hóa tâm thức từng bước, liên tục.

Trí Nột (Jinul, 1158-1210): Thiền sư Hàn Quốc có ảnh hưởng sâu sắc đến sự phát triển của truyền thống Seon, chủ trương kết hợp thực hành thiền định với nghiên cứu giáo lý.

Tùng Dung Lục (Book of Equanimity): Tuyển tập 100 công án Thiền nổi tiếng, gắn với truyền thống Tào Động Trung Quốc.

Tọa thiền (Zazen/Zuòchán/Jwaseon): Phương pháp thực hành thiền định trong tư thế ngồi, phổ biến trong các truyền thống Thiền Nhật Bản, Trung Quốc và Hàn Quốc.

Truyền tâm: Quan niệm truyền trao tinh yếu giáo pháp và sự chứng ngộ từ thầy sang trò thông qua quá trình thực hành, chỉ dạy và sự tương ứng trong nhận thức.

Truyền đăng lục (Chuandeng lu): Thể loại văn bản ghi chép lịch sử truyền thừa và sự tiếp nối pháp mạch giữa các thế hệ Thiền sư.

Vô (□ / Wú / Mu): Chữ Hán có nghĩa là “không” hoặc “không có”. Trong một số công án Thiền nổi tiếng, đặc biệt là công án về việc con chó có Phật tính hay không, chữ “Vô” được sử dụng làm đối tượng quán chiếu.

Vân Môn, Quy Ngưỡng, Pháp Nhãn: Ba dòng Thiền còn lại trong Ngũ gia Thiền Trung Quốc, lần lượt gắn với các Thiền sư Vân Môn Văn Yển, Quy Sơn Linh Hựu - Ngưỡng Sơn Huệ Tịch và Pháp Nhãn Văn Ích.