

Hiểu về giáo pháp và những ngộ nhận thường gặp

ISSN: 2734-9195 15:53 08/08/2026

Khát vọng tìm kiếm sự thống nhất giữa các tôn giáo ngày nay phần nào phản ánh sự mệt mỏi của con người trước những xung đột và chia rẽ kéo dài trong lịch sử.

Trong thế giới số ngày nay, thông tin về Phật giáo xuất hiện ở khắp nơi: từ mạng xã hội, blog, podcast, YouTube, các tạp chí học thuật trực tuyến cho đến các cơ quan truyền thông đại chúng. Cùng với đó là vô số bình luận, quan điểm và cách diễn giải khác nhau, điều dễ hiểu là, khi lượng thông tin bùng nổ, những ngộ nhận về Phật giáo cũng ngày càng nhiều hơn.

Không ít quan niệm sai lệch dần trở thành nhận thức phổ biến, được hình thành từ trải nghiệm cá nhân, những giả định mang tính văn hóa hoặc các cách diễn giải thiên chí nhưng đơn giản hóa.

Bài viết này sẽ cùng độc giả nhìn lại một số ngộ nhận thường gặp về Phật giáo. Để bạn cùng kiểm tra lại, biết đâu, bạn sẽ nhận ra rằng những gì mình từng nghĩ về Phật giáo mới chỉ phản ánh một phần của bức tranh toàn diện.

Phật tử thực hành thiền?

Ngày nay, nhiều người gần như mặc nhiên đồng nhất Phật giáo với thiền định. Tuy nhiên, trên thực tế, không phải mọi Phật tử đều thực hành thiền.



Đệm ngồi thiền (bồ đoàn). (Nguồn: NCB / Alamy Stock Photo).

Hình ảnh đức Phật ngồi thiền đã trở thành biểu tượng quen thuộc bởi thiền giữ vai trò trọng yếu trong sự giác ngộ của Ngài. Tuy nhiên, đời sống và sự thực hành Phật giáo rộng lớn hơn rất nhiều so với một phương pháp tu tập duy nhất.

Trong suốt lịch sử phát triển của Phật giáo cũng như ở nhiều truyền thống khác nhau, thiền tọa (seated meditation) chưa bao giờ là thực hành trung tâm đối với đa số tín đồ. Thay vào đó, họ chú trọng giữ gìn giới hạnh, thực hành bố thí, tích lũy công đức và các nghi lễ tín ngưỡng nhằm hướng đến một đời sống thiện lành và một tái sinh tốt đẹp hơn. Ngay cả trong hiện tại, một người vẫn có thể sống đúng tinh thần Phật giáo mà không nhất thiết phải thực hành thiền định thường xuyên.

Mối liên hệ chặt chẽ giữa Phật giáo và thiền chủ yếu được hình thành khi Phật giáo truyền bá sang phương Tây. Tại đây, thiền - đặc biệt là thiền tọa - thường được xem là cánh cửa đầu tiên dành cho những người mới tìm hiểu Phật giáo.

Ngay cả những truyền thống đặc biệt coi trọng thiền như Thiền tông (Zen), việc nuôi dưỡng chính niệm và trí tuệ cũng không chỉ giới hạn ở thiền tọa. Người thực hành còn tụng kinh, thiền hành, quán tưởng chư Phật và Bồ Tát, cũng như sáng tạo các tác phẩm nghệ thuật mang tính thiêng liêng như một phương tiện tu tập.

Trong Phật giáo Tây Tạng, thiền tọa giữ vị trí rất quan trọng, nhưng các pháp thực hành khác như lễ lạy (prostrations), quán tưởng (visualization) và sự quy

hướng, nương tựa nơi bậc Đạo sư (Guru devotion) đóng vai trò thiết yếu. Mặc dù hình thức khác nhau, tất cả đều hướng đến cùng một mục tiêu tối hậu: giúp hành giả nhận ra bản tính chân thật của chính mình.

Thực tế, một số truyền thống Phật giáo có số lượng tín đồ đông đảo nhất hiện nay lại không lấy thiền tọa làm trọng tâm.

Phật giáo Nichiren (Nhật Liên tông), xuất hiện tại Nhật Bản vào thế kỷ XIII, đặt trọng tâm vào việc trì tụng danh hiệu *Namu Myōhō Renge Kyō* (Nam Mô Diệu Pháp Liên Hoa Kinh) - tiêu đề của *Kinh Pháp Hoa*.

Tương tự, các hành giả thuộc Tịnh độ tông (Pure Land Buddhism) thực hành niệm danh hiệu đức Phật A Di Đà qua câu *Namu Amida Butsu* (Nam Mô A Di Đà Phật), như một biểu hiện của đức tin và chí nguyện vãng sinh về cõi Tịnh độ của đức Phật A Di Đà.

Điều gắn kết tất cả các truyền thống Phật giáo trong suốt chiều dài lịch sử không nằm ở một kỹ thuật tu tập cụ thể, mà ở việc quy y Tam bảo gồm: Phật, Pháp (giáo pháp của đức Phật) và Tăng (cộng đồng những người thực hành theo giáo pháp).

Vì vậy, thực hành Phật giáo không nên chỉ được hiểu đơn thuần là thiền định, mà đúng hơn là thái độ sống và một kinh nghiệm sống được chuyển hóa qua từng hành động, suy nghĩ và lời nói.

Nói một cách ngắn gọn, thiền định tuy là một phương diện quan trọng và dễ nhận thấy của Phật giáo, nhưng không phải là thực hành phổ quát đối với mọi Phật tử. Các truyền thống Phật giáo đã phát triển nhiều con đường và phương pháp khác nhau, phù hợp với căn cơ và điều kiện của từng người, song đều cùng hướng tới mục tiêu tối hậu là giác ngộ.

Chính niệm là hình thức thực hành quan trọng nhất của Phật giáo?

Trong Phật giáo truyền thống, chính niệm (Sanskrit: *smṛti*; Pāli: *sati*) luôn được đặt trong mối liên hệ hữu cơ với toàn bộ con đường tu tập. Tuy nhiên, tại phương Tây ngày nay, chính niệm thường được giới thiệu như một phương pháp độc lập nhằm giảm căng thẳng, cải thiện sức khỏe tinh thần hoặc hỗ trợ phát triển bản thân.



Các hành giả thực hành kinhhin (thiền hành). (Nguồn: Public Domain).

Hiện nay, chính niệm được giảng dạy tại phòng tập thể dục, bệnh viện, trường học và nơi làm việc như một giải pháp cho nhiều vấn đề khác nhau, từ tăng huyết áp, trầm cảm, ăn uống mất kiểm soát cho đến hiệu suất lao động suy giảm.

Đó quả thực là một kỳ vọng rất lớn dành cho chính niệm.

Mặc dù nhiều người đã thu nhận được những lợi ích tích cực từ việc thực hành này, sự phổ biến rộng rãi của chính niệm không chỉ phản ánh tính linh hoạt của nó mà còn cho thấy một sự hiểu chưa đầy đủ về vị trí của chính niệm trong truyền thống Phật giáo. Trong đạo Phật, chính niệm không đơn thuần là một kỹ thuật giảm căng thẳng mà là một thành tố không thể tách rời của toàn bộ con đường dẫn đến giác ngộ.

Nếu bạn từng tiếp cận chính niệm ngoài bối cảnh Phật giáo, rất có thể bạn đã nghe định nghĩa quen thuộc rằng đó là “sự nhận biết không phán xét trong từng khoảnh khắc hiện tại” hoặc “sự chú ý thuần túy” (*bare attention*). Mặc dù đây là cách giải thích khá phổ biến, nó vẫn chưa phản ánh đầy đủ ý nghĩa truyền thống của chính niệm.

Theo nghĩa nguyên thủy, chính niệm mang ý nghĩa “ghi nhớ”, “không quên” hay “tưởng niệm” giáo pháp (Dharma), đồng thời luôn nhớ quán chiếu xem trong từng thời điểm hiện tại, thân, khẩu và ý của mình đang vận hành theo hướng thiện hay bất thiện.

Do đó, chính niệm không phải là một pháp môn tồn tại độc lập mà là một phẩm chất của tâm được vận dụng xuyên suốt nhiều phương diện thực hành Phật giáo.

Theo Thượng tọa **Thānissaro Bhikkhu** (một vị Tỳ-kheo thuộc truyền thống Thiền lâm Thái Lan - *Thai Forest Tradition*): “*Chính niệm chân chính không chỉ là biết đặt sự chú ý đúng chỗ, mà còn là mang đến một thái độ đúng đắn.*”

Trong Bát Chính đạo, chính niệm là một trong tám yếu tố cấu thành con đường tu tập. Cùng với Chính tinh tấn và Chính định, chính niệm hợp thành nhóm thực hành về thiền định (*samādhi*). Vì thế, chính niệm không phải là sự quan sát thụ động, mà là một năng lực chủ động giúp định hướng sự chú ý theo những cách có thể giảm thiểu khổ đau và nuôi dưỡng trí tuệ.

Kinh **Satipaṭṭhāna Sutta** (*Kinh Niệm xứ* hay *Kinh Tứ niệm xứ*) thường được xem là bản kinh quan trọng bậc nhất của đức Phật về sự phát triển tâm thức. Kinh trình bày bốn nền tảng của chính niệm gồm: quán thân, quán thọ, quán tâm và quán pháp, được thực hành cả trong thiền định lẫn đời sống hằng ngày. Trong đó, chính niệm về hơi thở giữ vai trò trung tâm trong việc nuôi dưỡng sự tỉnh giác.

Theo dòng lịch sử, khi Phật giáo lan truyền đến nhiều quốc gia và nền văn hóa khác nhau, các phương pháp thực hành chính niệm cũng phát triển đa dạng để đáp ứng nhu cầu của từng cộng đồng. Nếu trước đây chính niệm chủ yếu được thực hành trong giới xuất gia thì tại phương Tây, pháp tu này ngày càng phổ biến trong cộng đồng cư sĩ.

Ở các mô hình mang tính thế tục hiện nay, chính niệm thường được tách riêng khỏi nền tảng Phật giáo. Tuy nhiên, trong giáo lý nhà Phật, chính niệm vẫn chỉ là một yếu tố trong toàn bộ con đường tu học, vốn còn bao gồm giới đức, định lực, trí tuệ cùng nhiều phương pháp thiền tập khác. Tất cả những yếu tố ấy cùng hỗ trợ người thực hành từng bước giải thoát khỏi khổ đau và tiến đến giác ngộ.

Phật giáo có phủ nhận sự tồn tại của cái “tôi”?

Quan niệm cho rằng Phật giáo phủ nhận sự tồn tại của “cái tôi” bắt nguồn từ giáo lý **vô ngã** (*anātman* trong tiếng Sanskrit; *anattā* trong tiếng Pāli). Thuật ngữ này thường được dịch là “không có tự ngã”, “phi ngã” hoặc “vô ngã”. Đây là một trong **ba dấu ấn của sự hiện hữu** (*Tam pháp ấn*), bên cạnh **vô thường** và **khổ**, đồng thời cũng là chủ đề được bàn luận trong rất nhiều kinh điển và các trước tác luận giải.



The Squatting Man của nghệ sĩ Antony Gormley, đê Markerstrekdamm, Lelystad, Hà Lan. (Nguồn: Wikimedia Commons).

Giống như nhiều giáo lý tôn giáo khác, vô ngã là một khái niệm sâu sắc và nhiều tầng nghĩa. Ngay từ thời đức Phật, giáo lý này đã làm nảy sinh không ít tranh luận và cách hiểu khác nhau. Chính việc thuật ngữ này thường được dịch là “không có cái tôi” (*no-self*) khiến nhiều người ngộ nhận rằng Phật giáo hoàn toàn phủ nhận sự tồn tại của bản thân con người.

Thực tế, đức Phật không trực tiếp trả lời câu hỏi liệu có hay không có một “cái tôi”. Ngài cho rằng những tranh luận siêu hình như vậy dễ dẫn con người vào một “rừng rậm của các kiến chấp”, gây thêm hoang mang và làm sao lãng mục tiêu quan trọng hơn là con đường chấm dứt khổ đau.

Trong cách hiểu của Phật giáo, **vô ngã** không có nghĩa là hoàn toàn không tồn tại con người, mà là không có một bản ngã cố định, độc lập và bất biến.

Trong truyền thống **Đại thừa**, nguyên lý này còn được mở rộng đến mọi hiện tượng. Mọi pháp đều **tính Không** (*śūnyatā*), tức không có một bản thể độc lập, thường hằng và tự tồn tại.

Điều mà chúng ta gọi là “cái tôi”, cũng như thế giới quanh mình, thực chất chỉ là sự kết hợp của các cảm giác thân thể, các nhận thức tâm lý và những phản ứng được hình thành từ thói quen. Tất cả đều luôn vận động, biến đổi không ngừng.

Vô ngã không thể tách rời hai nguyên lý khác của Phật giáo là **vô thường** và **duyên khởi** (*pratītyasamutpāda*). Mọi sự vật, hiện tượng, kể cả chính con người, đều hình thành từ vô số nhân duyên, rồi liên tục biến đổi và tan rã theo

các điều kiện ấy.

Nhưng nếu không có điều gì tồn tại vĩnh viễn, vậy “tôi” là ai?

Đức Phật không hề khẳng định rằng mọi thứ đều không tồn tại. Trên bình diện quy ước của đời sống thường nhật, chúng ta vẫn trải nghiệm bản thân và thế giới như những thực tại hiện hữu. Tuy nhiên, trên bình diện chân lý tối hậu, không có một hạt nhân bất biến tồn tại phía sau những trải nghiệm ấy.

Theo đức Phật, chính sự bám chấp vào một bản sắc cố định là một trong những nguồn gốc quan trọng của khổ đau.

Con người sợ già nua, lo lắng trước bệnh tật hay chống lại những đổi thay bởi chúng đe dọa hình ảnh mà ta vẫn nghĩ về chính mình: trẻ trung, khỏe mạnh và tồn tại lâu bền. Trong khi đó, sự biến đổi vốn là quy luật tự nhiên của cuộc sống.

Vì vậy, hiểu đúng giáo lý vô ngã có ý nghĩa then chốt để nhận diện bản chất của khổ đau và con đường chấm dứt khổ đau. Mỗi khi nhận ra mình đang bám víu vào những nhãn định danh hay đang không ngừng tạo dựng một cái “tôi” (*I-making*), người thực hành có thể học cách buông bỏ. Khi sự chấp thủ dần được nói lỏng, khổ đau phát sinh từ chính sự bám chấp ấy cũng theo đó giảm bớt.

Đức Đạt Lai Lạt Ma có phải là lãnh đạo của toàn bộ Phật giáo?

Mặc dù được hàng triệu Phật tử cũng như những người ngoài Phật giáo trên khắp thế giới kính trọng, đức Đạt Lai Lạt Ma không phải là người lãnh đạo toàn bộ Phật giáo.



Đức Đạt Lai Lạt Ma tại Padum, vùng Zaskar (Ấn Độ), tháng 7/2012.
(Ảnh: Olivier Adam).

Phật giáo là một hệ thống gồm nhiều truyền thống với lịch sử và giáo lý đa dạng. Cũng giống như **Giáo hoàng** không phải là người đứng đầu tất cả các hệ phái Kitô giáo, Phật giáo cũng không có một vị lãnh đạo duy nhất đại diện cho mọi truyền thống.

Đối với các đệ tử của mình, đức Đạt Lai Lạt Ma được xem là hóa thân của **Bồ Tát Quán Thế Âm** (*Avalokiteśvara*) - hiện thân của lòng từ bi.

Danh hiệu **Đạt Lai Lạt Ma** có nghĩa là “**Đại dương Trí tuệ**”, dùng để chỉ dòng truyền thừa các vị Lạt-ma tái sinh. Đức Đạt Lai Lạt Ma hiện nay là **Tenzin Gyatso**, vị thứ mười bốn mang danh hiệu này.

Ngài là nhân vật tiêu biểu nhất của truyền thống **Gelug** (Cách Lỗ phái) thuộc Phật giáo Tây Tạng, mặc dù trên phương diện tổ chức, Ngài không phải là người đứng đầu chính thức của truyền thống này.

Trong các truyền thống khác như **Phật giáo Nguyên thủy (Theravāda)** hay **Thiền tông (Zen)**, đức Đạt Lai Lạt Ma được tôn trọng rộng rãi nhưng không có thẩm quyền lãnh đạo.

Sự nổi tiếng của Ngài trên trường quốc tế chủ yếu xuất phát từ vai trò là nhà lãnh đạo tinh thần và trước đây là nhà lãnh đạo chính trị của cộng đồng người Tây Tạng lưu vong.

Sau những biến động tại Tây Tạng vào thập niên 1950 làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến các cơ sở tôn giáo và đời sống văn hóa của khu vực, đức Đạt Lai Lạt Ma rời Tây Tạng sang Ấn Độ năm 1959 và sau đó thành lập chính quyền Tây Tạng lưu vong tại **Dharamsala**, bang Himachal Pradesh (Ấn Độ).

Không chỉ là một học giả uyên bác, Ngài còn đạt học vị **Geshe** (*Ge-shé*), học vị cao cấp trong hệ thống giáo dục Phật giáo Tây Tạng, thường được ví tương đương trình độ tiến sĩ trong môi trường học thuật hiện đại.

Ngoài vai trò tôn giáo, đức Đạt Lai Lạt Ma còn được biết đến như một tiếng nói quốc tế về gìn giữ văn hóa Tây Tạng, thúc đẩy bất bạo động và bảo vệ môi trường.

Năm **1989**, Ngài được trao **Giải Nobel Hòa bình** nhằm ghi nhận những đóng góp cho hòa bình cũng như triết lý về **trách nhiệm phổ quát đối với mọi sự sống**.

Đến năm **2011**, Ngài chính thức từ bỏ vai trò lãnh đạo chính trị của chính quyền Tây Tạng lưu vong, đồng thời khuyến khích người Tây Tạng xây dựng một cơ chế lãnh đạo dân chủ.

Ngày nay, đức Đạt Lai Lạt Ma vẫn là một trong những nhân vật có ảnh hưởng lớn nhất đối với Phật giáo Tây Tạng, mặc dù mỗi truyền thống và mỗi dòng truyền thừa đều có hệ thống lãnh đạo riêng.

Trong nhiều thập niên gần đây, Ngài còn được cộng đồng quốc tế biết đến qua các cuộc đối thoại với các nhà khoa học phương Tây về bản chất của tâm thức, ý thức và não bộ.

Mặc dù nhiều bậc thầy Phật giáo khác cũng có uy tín lớn, nhưng cho đến nay vẫn chưa có nhân vật nào đạt được tầm ảnh hưởng quốc tế tương đương đức Đạt Lai Lạt Ma. Chính sự kết hợp giữa vai trò lãnh đạo tinh thần, ảnh hưởng xã hội và những hoạt động đối thoại toàn cầu đã khiến Ngài trở thành gương mặt tiêu biểu của Phật giáo trong nhận thức của nhiều người trên thế giới.

Có phải phật tử đều ăn chay?

Giới đầu tiên trong **Ngũ giới** là **không sát sinh**. Vì vậy, nhiều truyền thống Phật giáo khuyến khích việc ăn chay như một biểu hiện của lòng từ bi. Tuy nhiên, ăn chay chưa bao giờ là quy định bắt buộc đối với tất cả phật tử.

Theo kinh điển, các đệ tử của đức Phật thời kỳ đầu không phải là những người ăn chay tuyệt đối.



Một nữ Phật tử Myanmar cúng dường cơm cho các chú tiểu trong buổi khất thực hằng ngày.

(Ảnh: Pascal Mannaerts/Alamy Stock Photo).

Các vị Tỳ-kheo sống bằng hình thức khất thực và dùng bất cứ thực phẩm nào được thí chủ cúng dường. Người dân cúng những gì họ có thể chia sẻ, bao gồm cả thịt. Việc cúng dường (*dāna*) được xem là một trong những phương thức quan trọng để hàng cư sĩ tích lũy công đức.

Các vị xuất gia không được phép lựa chọn món ăn trong bát khất thực của mình. Tuy nhiên, đức Phật vẫn đặt ra những điều kiện đối với việc sử dụng thịt. Chẳng hạn, không được dùng thịt của con vật bị giết riêng để cúng mình, đồng thời cấm sử dụng thịt của một số loài như chó, voi hay hổ. Những quy định này chỉ áp dụng đối với hàng xuất gia.

Đức Phật cũng không chấp nhận đề nghị biến việc ăn chay thành giới luật bắt buộc.

Người đưa ra đề xuất đó là **Đề-bà-đạt-đa** (*Devadatta*), em họ của đức Phật và là người chủ trương đời sống khổ hạnh nghiêm ngặt hơn.

Đức Phật từ chối vì cho rằng những hình thức khổ hạnh cực đoan không phải là con đường đưa đến giác ngộ. Đồng thời, nếu giới hạn những gì người cư sĩ được phép cúng dường thì cũng đồng nghĩa với việc hạn chế cơ hội tạo công đức của họ.

Khi Phật giáo truyền sang Trung Á, Trung Quốc, Triều Tiên và nhiều khu vực khác, đời sống tăng đoàn dần ổn định hơn. Nhiều tự viện tự trồng lương thực hoặc mua thực phẩm. Do việc mua thịt đồng nghĩa với nhu cầu giết mổ, các bữa ăn chay ngày càng trở nên phổ biến.

Một số kinh điển Đại thừa, tiêu biểu như **Kinh Lăng Già** (*Laṅkāvatāra Sūtra*), đặc biệt khuyến khích ăn chay và xem việc ăn thịt là “gốc rễ của nhiều khổ đau”. Không ít Phật tử tại gia cũng tự nguyện lựa chọn chế độ ăn chay.

Ngược lại, tại Tây Tạng, điều kiện địa lý và khí hậu khiến việc duy trì chế độ ăn chay quanh năm gặp nhiều khó khăn. Thậm chí, y học Tây Tạng còn cho rằng trong một số trường hợp, thịt có lợi cho sức khỏe.

Trong lịch sử Tây Tạng, có những vị Lạt-ma không sử dụng thịt, nhưng phần lớn thì có. Đức Đạt Lai Lạt Ma hiện nay chủ yếu duy trì chế độ ăn chay, song đôi khi vẫn dùng thịt theo khuyến nghị của bác sĩ.

Các kinh điển Phật giáo cũng có những cách tiếp cận khác nhau đối với vấn đề này.

Một số bản kinh cho thấy đức Phật cho phép sử dụng thịt trong những điều kiện nhất định. Trong khi đó, **Kinh Đại Bát Niết-bàn** (*Mahāparinirvāṇa Sūtra*) lại xem việc ăn thịt là điều không tương thích với lòng từ bi, với lời dạy rằng: **“Ăn thịt làm tổn hại tâm đại từ bi”**.

Đặc biệt, trong một số nghi quỹ của **Mật tông (Tantra)**, việc sử dụng thịt còn xuất hiện như một phần của nghi lễ mang tính biểu tượng.

Ngày nay, ăn chay hay không vẫn chủ yếu là lựa chọn cá nhân.

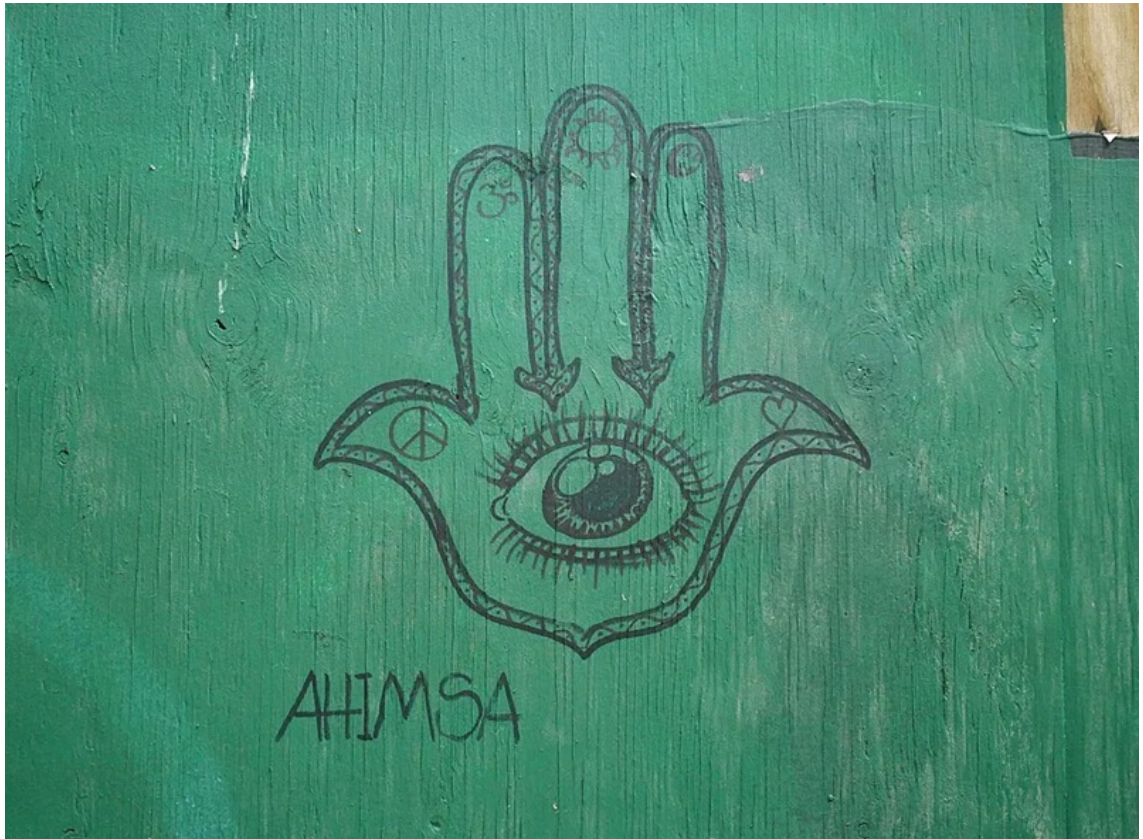
Nhiều vị xuất gia và cư sĩ thuộc truyền thống Theravāda và Phật giáo Tây Tạng vẫn sử dụng thịt, trong khi nhiều người khác hoàn toàn kiêng thịt. Việc ăn chay phổ biến hơn trong các truyền thống Đại thừa, đặc biệt tại Trung Quốc, Hàn Quốc, Việt Nam và nhiều cộng đồng Phật giáo ở phương Tây.

Bên cạnh đó, những mối quan tâm hiện đại như quyền lợi động vật, tác động môi trường và các vấn đề đạo đức trong chăn nuôi công nghiệp cũng khiến ngày càng nhiều Phật tử lựa chọn chế độ ăn chay hoặc thuần chay.

Các cuộc thảo luận về vấn đề này vẫn tiếp tục, nhưng nhìn chung, ăn hay không ăn thịt vẫn được xem là lựa chọn trong thực hành cá nhân, chứ không phải một quy định mang tính phổ quát của toàn bộ Phật giáo.

Có phải tất cả phật tử đều theo chủ nghĩa hòa bình tuyệt đối?

Nhiều người cho rằng tất cả phật tử đều theo chủ nghĩa hòa bình tuyệt đối, bởi Phật giáo luôn đề cao **bất hại** (*ahimsā*) và lòng từ bi đối với mọi chúng sinh. Thật vậy, không bạo lực là một nguyên tắc đạo đức cốt lõi, được thể hiện ngay trong giới đầu tiên của **Ngũ giới**, áp dụng cho cả hàng xuất gia và cư sĩ.



Tranh tường với chữ “Ahimsa” (bất bạo động) tại Boscombe, Dorset, Vương quốc Anh.

(Ảnh: Ethan Doyle White / Wikimedia Commons).

Tuy nhiên, lịch sử cũng như thực tiễn đương đại cho thấy vấn đề này phức tạp hơn nhiều.

Trong một số truyền thống Phật giáo, nguyên tắc bất bạo động được lý giải theo hướng linh hoạt hơn, cho phép sử dụng vũ lực trong những tình huống tự vệ hoặc nhằm ngăn chặn điều ác.

Chẳng hạn, tại Nhật Bản thời trung đại, một số tăng sĩ Thiên tông đã thành lập các nhóm võ trang để bảo vệ chùa chiền và cộng đồng của mình. Thiền sư **Đạo Nguyên** (*Eihei Dōgen*), người khai sáng **Tào Động tông** (*Sōtō Zen*), từng cho rằng trong một số hoàn cảnh, việc sử dụng sức mạnh để ngăn chặn hành vi sai trái có thể là biểu hiện của lòng từ bi.

Trong lịch sử, Phật giáo cũng không phải lúc nào cũng tách biệt khỏi quyền lực chính trị hay quân sự.

Vào **thời Muromachi** của Nhật Bản (thế kỷ XIV-XVI), nhiều võ sĩ đạo (*samurai*) chịu ảnh hưởng của Thiền tông đã tham gia các cuộc chiến tranh liên miên.

Trong giai đoạn Nhật Bản mở rộng ảnh hưởng ở châu Á (khoảng 1900-1945), một bộ phận tăng sĩ Phật giáo tại Nhật ủng hộ chính sách quân sự của đất nước. Trong khi đó, nhiều thiền sư Hàn Quốc lại tham gia phong trào chống sự chiếm đóng của Nhật Bản.

Tại Tây Tạng, trong một số giai đoạn lịch sử, các tu viện thuộc những dòng truyền thừa khác nhau cũng từng xảy ra xung đột. Ngày nay, mặc dù **Đức Đạt Lai Lạt Ma** luôn chủ trương bất bạo động trong cách tiếp cận vấn đề Tây Tạng, vẫn có một số người Tây Tạng ủng hộ giải pháp đấu tranh bằng vũ trang.

Ở thời hiện đại, nhiều cuộc xung đột sắc tộc và tôn giáo cũng chứng kiến sự hiện diện của Phật tử ở cả hai phía: vừa là nạn nhân, vừa là người tham gia bạo lực.

Cuộc nội chiến kéo dài 26 năm tại Sri Lanka là một ví dụ, khi cộng đồng **Sinhala** theo Phật giáo và cộng đồng **Tamil** theo Ấn Độ giáo đối đầu trong thời gian dài.

Tại Myanmar, một số tăng sĩ Phật giáo từng công khai ủng hộ các hành động bạo lực nhằm vào cộng đồng người Hồi giáo Rohingya.

Cũng như nhiều tôn giáo khác, Phật giáo trong lịch sử đôi khi bị cuốn vào các xung đột vì những nguyên nhân chính trị, dân tộc hoặc giáo phái.

Đức Phật thừa nhận rằng trong một số hoàn cảnh, con người có thể khó tránh khỏi việc sử dụng bạo lực để tự vệ. Tuy nhiên, Ngài luôn cảnh báo về hệ quả nghiệp báo của mọi hành vi bạo lực. Ngay cả khi được xem là chính đáng, bạo lực vẫn góp phần duy trì vòng xoáy của khổ đau.

Mặt khác, những hình ảnh có vẻ dữ dội trong nghệ thuật Phật giáo phần lớn mang ý nghĩa biểu tượng chứ không cổ vũ bạo lực.

Ví dụ, trong các bức **thangka** (tranh cuộn truyền thống của Phật giáo Tây Tạng), nhiều vị Hộ pháp hiện lên với vẻ uy mãnh, cầm kiếm hoặc đeo vòng đầu lâu. Những hình tượng này tượng trưng cho cuộc đấu tranh nội tâm nhằm đoạn trừ vô minh, chứ không phải sự hủy diệt người khác.

Tương tự, **Bồ Tát Văn Thù** (*Mañjuśrī*) cầm thanh kiếm trí tuệ để chặt đứt vô minh và mê lầm. Đây là hình ảnh biểu tượng cho cái mà nhiều học giả gọi là **“sự quyết liệt của lòng từ bi”** (*compassionate aggression*) - sức mạnh hướng đến giải thoát con người khỏi vô minh, chứ không nhằm gây tổn hại.

Trong thực hành, Phật giáo luôn khuyến khích con người giảm thiểu tối đa mọi tổn hại và nuôi dưỡng lòng từ bi. Tuy nhiên, lịch sử cũng cho thấy Phật tử, cũng như tín đồ của các tôn giáo khác, không phải lúc nào cũng có thể hiện thực hóa trọn vẹn những lý tưởng ấy trong những bối cảnh xã hội và chính trị phức tạp.

Phật giáo có dạy chúng ta phải loại bỏ mọi cảm xúc ?

Thực hành Phật giáo không giúp chúng ta “tắt” những cảm xúc khó chịu.

Cảm xúc là một phần tự nhiên của đời sống con người. Tuy nhiên, chúng không nhất thiết phải trở thành nguyên nhân của khổ đau. Trái lại, chính cảm xúc còn giúp chúng ta hiểu rõ hơn cách thức mà nhận thức và sự tỉnh thức định hình trải nghiệm của mình.

Dù là cảm xúc dễ chịu, khó chịu hay trung tính, chúng thường xuất hiện như phản ứng trước một điều gì đó.



Các vị trời đau buồn trước sự kiện đức Phật nhập Niết-bàn (Nehan-zu), Nhật Bản, thế kỷ XIV.
Tranh cuộn bằng mực, màu và vàng trên lụa. (Bảo tàng Nghệ thuật Metropolitan, New York).

Thông thường, con người có xu hướng bám víu vào những cảm xúc dễ chịu, cố gắng kéo dài chúng; ngược lại, ta tìm cách đè nén, né tránh hoặc giả vờ như những cảm xúc khó chịu không tồn tại.

Theo đức Phật, cả sự đắm chìm lẫn sự đàn áp cảm xúc đều là biểu hiện của **tham ái** và chính tham ái là động lực nuôi dưỡng khổ đau.

Ngoại trừ những bậc đã giác ngộ, hầu hết chúng ta đều liên tục bị cuốn theo ham muốn và sự chống đối, để rồi cảm xúc kéo tâm mình đi theo nhiều hướng khác nhau.

Mặc dù không thể ngăn cảm xúc sinh khởi - bởi khoa học thần kinh cũng cho thấy chúng xuất hiện chỉ trong tích tắc trước khi ý thức kịp nhận biết - chúng ta hoàn toàn có thể học cách giảm dần sức chi phối của chúng.

Thực hành Phật giáo khuyến khích chúng ta quan sát cảm xúc bằng chính niệm và sự chăm sóc nội tâm.

Việc đơn giản gọi tên chúng: “Sợ hãi”, “Giận dữ”, “Hối tiếc”, “Ham muốn”... giúp chúng ta nhận diện những khuôn mẫu phản ứng quen thuộc của bản thân.

Khi ấy, cảm xúc được phép sinh khởi rồi lắng xuống một cách tự nhiên, thay vì bị nuôi dưỡng hoặc cưỡng ép dập tắt. Điều đó cũng giúp chúng ta thoát khỏi những mô thức hành vi cũ.

Một số bản kinh mô tả các cảm xúc tiêu cực như những chướng ngại cần được “dập tắt” trên con đường giác ngộ. Chính cách diễn đạt về **con đường xuất ly** đôi khi khiến người đọc hiểu lầm rằng Phật giáo chủ trương triệt tiêu cảm xúc.

Thực ra, điều Phật giáo khuyến khích là **buông bỏ sự dính mắc vào cảm xúc**, chứ không phải loại bỏ bản thân cảm xúc.

Một số pháp môn khác hướng dẫn người thực hành chuyển hóa các cảm xúc tiêu cực thành những phẩm chất tích cực như từ bi, hỷ và xả. Đây thường được gọi là **chuyển hóa cảm xúc tiêu cực** (*transforming destructive emotions*).

Nhiều truyền thống Phật giáo còn xem mọi cảm xúc đều là những “người thầy”.

Ví dụ, khi cơn giận bùng lên sau khi cái tôi bị tổn thương, người thực hành được khuyến khích quan sát sâu hơn về nguồn gốc của cơn giận ấy.

Thay vì đè nén hoặc tìm cách biện minh, ta có thể nhận ra rằng cơn giận xuất phát từ sự bám víu vào một bản ngã cố định - hình ảnh về “người bị xúc phạm”. Chính sự thấy biết này sẽ làm suy yếu sức mạnh của cảm xúc.

Ở những cấp độ thực hành sâu hơn, người tu tập còn được hướng dẫn hiện diện trọn vẹn với năng lượng thô sơ của cảm xúc trong thân tâm, thay vì vội vàng phân tích nguyên nhân.

Khi cảm xúc được nhận diện đầy đủ, không bị chống đối cũng không bị đồng hóa, nó sẽ dần mất đi sức mạnh và tự tan biến. Đó là một bước tiến quan trọng trên con đường giác ngộ.

Những cảm xúc nặng nề như đau buồn hay sang chấn thường kéo dài rất lâu.

Phản ứng quen thuộc của con người là tìm cách đánh lạc hướng hoặc làm tê liệt cảm xúc.

Nhưng sự chữa lành đích thực chỉ bắt đầu khi chúng ta đủ can đảm đối diện trực tiếp với những cảm xúc ấy và, khi cần, nhận được sự hỗ trợ thích hợp để chúng có thể trở thành cơ hội chuyển hóa.

Phật giáo là triết học, lối sống hay là tôn giáo?

Ở phương Tây, Phật giáo thường hấp dẫn những người đang tìm kiếm một con đường tâm linh không dựa trên niềm tin vào Thượng đế, khác với các truyền thống tôn giáo Abraham (Do Thái giáo, Kitô giáo và Hồi giáo).

Đối với nhiều người, Phật giáo trước hết là một hệ thống triết học, bởi truyền thống này đề cao sự tự quán chiếu, tư duy phản biện và việc khám phá bản chất của tâm thức cũng như thực tại.



Một bàn thờ mang yếu tố Shaman giáo trong khu rừng gần hồ Khuvs gul, Mông Cổ. (Ảnh: Yuri Birukou / Alamy Stock Photo).

Tuy nhiên, nếu chỉ xem Phật giáo là một triết học thì sẽ bỏ qua một phương diện rất quan trọng của truyền thống này.

Mặc dù không thừa nhận một Đấng Sáng tạo toàn tri, Phật giáo vẫn trình bày những quan điểm về sự giải thoát, về đời sống sau khi chết và về ý nghĩa tối hậu của sự tồn tại - những đặc điểm vốn cũng hiện diện trong nhiều tôn giáo lớn trên thế giới.

Ở cốt lõi, Phật giáo mở ra con đường giải thoát khỏi **luân hồi** (*samsāra*) - vòng sinh, tử và tái sinh bất tận.

Mục tiêu ấy vượt ra ngoài phạm vi của suy luận thuần túy hay tư duy triết học, để bước vào lĩnh vực của niềm tin, sự thực hành và kinh nghiệm sống.

Điều quan trọng không chỉ là **nghĩ khác**, mà còn là **trở thành một con người khác** thông qua sự chuyển hóa toàn diện thân tâm.

Trong nhiều truyền thống, điều này còn bao gồm niềm tin vào các cõi giới, nghiệp và tái sinh, cũng như năng lực cứu độ của chư Phật và các bậc giác ngộ.

Theo nghĩa đó, Phật giáo từ lâu đã hướng con người đến một mục tiêu siêu hình: không chỉ hiểu bản chất của khổ đau mà còn vượt thoát khỏi nó.

Đó cũng là lý do nhiều học giả xem Phật giáo là một tôn giáo.

Song song với mục tiêu ấy, người Phật tử còn thực hành nhiều hình thức sinh hoạt vốn thường gắn với đời sống tôn giáo như cầu nguyện, cúng dường, lễ nghi và sự tôn kính đối với chư Phật, Bồ Tát cùng nhiều bậc thánh giả khác.

Chùa chiền và tự viện cũng đồng hành cùng con người trong những dấu mốc quan trọng của cuộc đời như sinh, hôn nhân, bệnh tật, tuổi già và cái chết, đồng thời là không gian sinh hoạt cộng đồng và tín ngưỡng.

Điều này đặc biệt rõ nét trong các cộng đồng Phật giáo châu Á tại Bắc Mỹ và châu Âu kể từ thế kỷ XIX.

Dẫu vậy, cũng có nhiều người - nhất là ở phương Tây - tiếp cận Phật giáo theo một cách khác.

Họ tập trung vào thiền định, đạo đức và tư duy triết học mà không xem mình đang theo một tôn giáo.

Đối với họ, Phật giáo có thể là một triết lý đạo đức hoặc một phương pháp rèn luyện bản thân hơn là một hệ thống tín ngưỡng.

Xu hướng xem Phật giáo chủ yếu là một triết học bắt đầu phát triển từ thế kỷ XIX, khi nhiều học giả và nhà tư tưởng phương Tây diễn giải các giáo lý như nghiệp, tái sinh và duyên khởi dưới góc nhìn khoa học, đồng thời loại bỏ những yếu tố mà họ cho là “lớp vỏ văn hóa” hay mê tín.

Cùng thời gian đó, nhiều nhà lãnh đạo Phật giáo châu Á cũng nỗ lực trình bày Phật giáo như một truyền thống tương thích với khoa học hiện đại.

Tiêu biểu là **Anagarika Dharmapala**, người đã nhấn mạnh tính hợp lý và tinh thần khoa học của Phật giáo, đặc biệt tại **Đại hội các Tôn giáo Thế giới** tổ chức ở Chicago năm 1893.

Xu hướng này vẫn tiếp tục cho đến ngày nay. Đức Đạt Lai Lạt Ma từng nổi tiếng với cách mô tả Phật giáo như một **“khoa học về tâm thức”** (*mind science*).

Vì vậy, Phật giáo hoàn toàn có thể được tiếp cận như một triết học hay một lối sống.

Tuy nhiên, đối với rất nhiều người trên thế giới, Phật giáo trước hết vẫn là một **tôn giáo** - một truyền thống đã phát triển thành nhiều hình thức khác nhau qua các nền văn hóa và các thời đại, nhưng luôn hướng đến khát vọng căn bản của con người: tìm kiếm ý nghĩa cuộc sống và con đường giải thoát khỏi khổ đau.

Đức Phật có phải là một vị thần?

Trong một câu chuyện nổi tiếng của kinh điển Phật giáo, một vị Bà-la-môn tên **Drona** gặp đức Phật ngay sau khi Ngài thành đạo. Cảm nhận nơi Ngài một điều gì đó phi thường, ông hỏi:

“Ngài có phải là một vị thần không?”

Đức Phật đáp:

“Không. Ta là người đã tỉnh thức”.



Tượng Thái tử Tất-đạt-đa tại Khu Phát triển Lumbini, Nepal. (Ảnh: Adam Jones / Wikimedia Commons).

Ở một đoạn kinh khác, khi phủ nhận mình là một vị thần, đức Phật cũng không nhận mình chỉ đơn thuần là một con người. Theo Ngài, người đã giác ngộ không còn bị giới hạn bởi bất kỳ sự định danh nào.

Nhiều người tìm đến Phật giáo bởi hình ảnh **Thái tử Tất-đạt-đa Cổ-dàm (Siddhārtha Gautama)** như một con người bình thường đã làm nên điều phi thường: tự mình chứng ngộ và chỉ dạy rằng bất kỳ ai cũng có khả năng đi trên con đường ấy.

Quả thật, truyền thống Phật giáo luôn khẳng định rằng giác ngộ là khả năng dành cho con người. Tuy nhiên, kinh điển cũng chưa bao giờ mô tả đức Phật chỉ như một người bình thường.

Nhiều bản kinh kể rằng dưới dấu chân của Ngài hiện lên **bánh xe nghìn căm**, thân thể tỏa hào quang và mang **ba mươi hai tướng tốt của bậc Đại nhân**, những dấu hiệu phân biệt một bậc giác ngộ với người phàm.

Phật giáo không thừa nhận một **Đấng Sáng tạo toàn năng** như trong Kitô giáo, Do Thái giáo hay Hồi giáo.

Tuy nhiên, kinh điển vẫn ghi lại nhiều câu chuyện về các **thần thông (siddhi)** mà đức Phật thành tựu nhờ quá trình tu chứng, như đi đến nơi khác trong chốc lát, biết được tâm người khác hay đồng thời hiện diện ở nhiều nơi.

Một số bản kinh còn kể rằng trước khi giáng sinh vào cõi người, đức Phật cư ngụ tại **cung trời Đâu Suất (Tuṣita)** - nơi các vị Bồ Tát chuẩn bị cho lần thị hiện cuối cùng. Trong một số mô tả mang tính biểu tượng, Ngài còn có thể làm chấn động trời đất.

Đức Phật sinh ra trong bối cảnh văn hóa đa thần, nơi sự hiện hữu của các vị thần được nhiều người thừa nhận. Ngài không phủ nhận sự tồn tại của họ.

Theo kinh điển, **Phạm thiên (Brahmā)** - vị thần sáng tạo trong truyền thống Ấn Độ giáo - từng thỉnh cầu đức Phật chuyển bánh xe Pháp sau khi Ngài giác ngộ.

Tuy nhiên, theo quan điểm của đức Phật, ngay cả các vị thần ấy vẫn còn ở trong vòng **luân hồi (saṃsāra)**. Giác ngộ vượt lên trên cả địa vị của chư thiên.

Trong Phật giáo Đại thừa, quanh đức Phật là một thế giới phong phú của chư Phật, Bồ Tát, chư thiên và các bậc thánh. Ở một số truyền thống, đức Phật cũng được tôn kính với những phẩm tính siêu việt gắn với hình tượng thần linh.

Chẳng hạn, hành giả **Tịnh độ tông** cầu nguyện đức Phật A Di Đà để được tiếp dẫn về cõi Tịnh độ; trong khi nhiều Phật tử phương Tây lại chủ yếu nhấn mạnh tấm gương của đức Phật như một con người giác ngộ và ít chú trọng đến các hình thức tín ngưỡng.

Trước khi nhập Niết-bàn, đức Phật từng căn dặn các đệ tử không nên chỉ tôn thờ bản thân Ngài mà quan trọng hơn là thực hành theo giáo pháp.

Linh mục Thiên tông **Kurt Spellmeyer** từng chia sẻ rằng ban đầu ông cảm thấy gần gũi với hình ảnh một đức Phật là con người hơn là một đấng siêu việt “ở quá xa những khổ đau mà Tất-đạt-đa từng tìm cách hóa giải”. Tuy nhiên, về sau ông nhận ra cả hai cách tiếp cận đều có giá trị.

Ông viết: “Tôi tin rằng chúng ta cần ít nhất hai hình ảnh về đức Phật: Tất-đạt-đa - con người tám mươi tuổi viên tịch gần thành Kushinagar và đức Phật Thích Ca mang tính vũ trụ, tỏa ánh sáng, vượt ngoài mọi khả năng thấu hiểu của chúng ta”.

Thiền tông có phủ nhận những quy tắc và truyền thống của Phật giáo?

Đối với nhiều người, **Thiền tông (Zen)** thường được xem là một nhánh đặc biệt, thậm chí bí ẩn, của Phật giáo.

Tuy nhiên, trái với quan niệm phổ biến, Thiền tông không hề phủ nhận giáo lý hay truyền thống Phật giáo. Ngược lại, truyền thống này được xây dựng trên chính nền tảng giáo pháp và sự thực hành mà đức Phật truyền dạy.



Lục Tổ Huệ Năng xé kinh, tranh thời nhà Tống (Trung Quốc). (Bảo tàng Tưởng niệm Mitsu, Nhật Bản / Wikimedia Commons).

Theo truyền thống, Thiền được **Bồ-đề Đạt-ma (Bodhidharma)** - vị cao tăng mang nhiều yếu tố huyền thoại sống vào khoảng thế kỷ V-VI - truyền từ Ấn Độ sang Trung Hoa.

Tại Trung Quốc, truyền thống này mang tên **Thiền (Chan)**; đến Việt Nam vào khoảng thế kỷ VI và phát triển thành **Thiền tông Việt Nam**; sang Hàn Quốc vào thế kỷ VII với tên gọi **Seon**; rồi truyền đến Nhật Bản, nơi đến thế kỷ XII hình thành truyền thống **Zen** như ngày nay.

Tên gọi của tất cả các truyền thống này đều bắt nguồn từ thuật ngữ **dhyaṇa** (Pāli: *jhāna*), nghĩa là **thiền định**.

Điểm chung của các truyền thống Thiền là đều xem thiền tọa là phương pháp thực hành trọng tâm.

Trong quá trình phát triển ở mỗi quốc gia, Thiền tiếp nhận thêm nhiều yếu tố văn hóa bản địa, từ đó hình thành những trường phái và phong cách thực hành đa dạng.

Dù khác nhau về phương pháp, các truyền thống Thiền đều nhấn mạnh **kinh nghiệm trực tiếp** hơn là tư duy khái niệm.

Điều này thể hiện rõ trong hai dòng Thiền Nhật Bản nổi tiếng ở phương Tây.

Lâm Tế tông (Rinzai) sử dụng **công án (kōan)** - những câu hỏi hay mệnh đề nghịch lý - nhằm phá vỡ lối tư duy thông thường và khơi mở sự giác ngộ đột ngột.

Trong khi đó, **Tào Động tông (Sōtō)** nhấn mạnh con đường giác ngộ tiệm tiến thông qua thực hành **“chỉ ngồi” (shikantaza)**.

Bên cạnh thiền tọa, Thiền còn bao gồm nhiều hình thức thực hành khác như thiền hành, tụng kinh, nghi thức dùng cơm trong chánh niệm, hội họa thủy mặc, thư pháp, nghệ thuật cắm hoa hay võ đạo.

Tất cả đều được xem là phương tiện nuôi dưỡng chánh niệm, mặc dù không phải hành giả nào cũng thực hành đầy đủ các phương pháp ấy.

Những câu chuyện nổi tiếng về Thiền như đánh học trò, đốt tượng Phật hay lời dạy:

“Nếu gặp Phật trên đường, hãy giết Phật”, đôi khi khiến người ngoài nghĩ rằng Thiền phủ nhận truyền thống Phật giáo.

Thực ra, đây chỉ là những phương tiện giáo hóa đặc biệt nhằm giúp người học phá bỏ sự bám chấp vào hình tướng và khái niệm.

Thông điệp cốt lõi của Thiền là: **tinh túy của Phật pháp nằm ở sự chứng nghiệm trực tiếp, chứ không chỉ ở kinh sách hay tượng thờ**.

Vì vậy, những phương pháp có vẻ khác thường ấy không phải là sự phủ nhận giáo pháp, mà chỉ là phương tiện hướng người học đến kinh nghiệm giác ngộ.

Thực tế, những bậc Thiền sư nổi tiếng đều là các học giả uyên bác, tinh thông kinh điển và nghiêm trì giới luật.

Họ để lại nhiều tác phẩm thơ ca, trước tác, chú giải và giáo trình giảng dạy.

Ngay cả truyền thống **công án** cũng phát triển thành một dòng văn học đặc sắc, được tôn trọng không chỉ trong Thiền tông mà còn trong toàn bộ hệ thống các truyền thống Chan.

Từ Thiền Trung Hoa cổ điển cho đến các hình thức Thiền hiện đại ở phương Tây, sự phát triển ấy luôn thể hiện hai đặc điểm song hành: vừa kế thừa giáo lý truyền thống, vừa sáng tạo để thích ứng với những bối cảnh văn hóa mới.

Dù mang nhiều nét riêng biệt, Thiền vẫn kiên định với nguyên lý cốt lõi của đức Phật: con đường giác ngộ thông qua thiền định, chính niệm và kinh nghiệm trực tiếp.

Phật giáo có cho rằng tất cả chúng ta đều là một?

Quan niệm **“vạn vật là một”** hay **“tất cả chúng ta đều là một”** thường được xem là một giáo lý trung tâm của Phật giáo.

Thực tế, đây là một cách diễn giải chưa thật chính xác.



Minh họa Lưới trời Đế Thích (Indra's Net). (Nguồn: KayVee.NET / Flickr Creative Commons).

Ngày nay, nhiều Phật tử vẫn sử dụng cách diễn đạt ấy để nói về sự gắn kết giữa mọi sự sống. Thiền sư **Thích Nhất Hạnh** gọi điều này là **“tiếp hiện” (interbeing)**.

Từ góc nhìn ấy, nếu con người, muôn loài và môi trường sống đều liên hệ mật thiết với nhau, thì việc bảo vệ thiên nhiên và đấu tranh cho công bằng xã hội trở thành một trách nhiệm đạo đức tự nhiên.

Sự nhầm lẫn thường bắt nguồn từ giáo lý **duyên khởi (pratītyasamutpāda)**, theo đó mọi hiện tượng đều sinh khởi và hoại diệt do những nguyên nhân và điều kiện nhất định.

Kinh điển diễn tả nguyên lý này bằng công thức nổi tiếng: **“Cái này có thì cái kia có, cái này diệt thì cái kia diệt”**.

Giáo lý duyên khởi cũng giải thích quy luật vận hành của **ngiệp**, tức chuỗi nhân quả chi phối sự hiện hữu.

Mặc dù đời sống của mỗi người phụ thuộc vào vô số nhân duyên, điều đó không có nghĩa tất cả hợp thành một thực thể duy nhất.

Mỗi hiện tượng sinh khởi từ những điều kiện riêng, chứ không phải từ một tổng thể đồng nhất.

Đức Phật luôn nhấn mạnh trách nhiệm cá nhân: **“Tự mình làm điều ác, tự mình làm cho mình thanh tịnh”**.

Một số truyền thống Phật giáo diễn đạt tính tương quan ấy theo những cách khác.

Kinh Pháp Hoa, một trong những bộ kinh quan trọng nhất của Đại thừa, mô tả mọi hiện tượng đều dung thông và tương nhập lẫn nhau.

Hình ảnh nổi tiếng **Lưới trời Đế Thích (Indra's Net)** - một ẩn dụ có nguồn gốc từ văn học Vệ Đà - minh họa điều này bằng mạng lưới vô tận gồm vô số viên ngọc, mỗi viên đều phản chiếu tất cả những viên còn lại.

Hình tượng ấy diễn tả sự **tương tức, tương duyên** và **phụ thuộc lẫn nhau** của mọi hiện tượng, chứ không phủ nhận sự khác biệt giữa chúng.

Vậy điều đó có đồng nghĩa với “tất cả là một” hay không?

Câu trả lời là **không hoàn toàn**.

Trường phái **Trung quán (Madhyamaka)** do **Long Thọ (Nāgārjuna)** sáng lập đã phát triển học thuyết **Hai chân lý**.

Theo đó, trên **bình diện tục đế**, các sự vật vẫn khác biệt và vận hành như chúng ta đang trải nghiệm.

Nhưng trên **bình diện chân đế**, mọi pháp đều không có tự tính cố định, nên không thể nói có sự phân chia tuyệt đối.

Hai bình diện ấy không phủ định nhau mà cùng tồn tại như hai mặt của một đồng tiền.

Tuy nhiên, trong đời sống thông thường, chúng ta vẫn là những cá nhân riêng biệt với những trách nhiệm và nghiệp quả riêng.

Đức Phật chưa bao giờ dạy rằng **vô ngã** đồng nghĩa với việc mọi cá thể hòa tan thành một thực thể duy nhất.

Điều Phật giáo khuyến khích là buông bỏ cái nhìn vị ngã để nuôi dưỡng lòng cảm thông và từ bi.

Trong thực hành, hành giả đôi khi được hướng dẫn “hòa mình” với người khác nhằm giảm bớt sự chấp ngã.

Điều đó không có nghĩa cá nhân bị xóa bỏ.

Chúng ta vẫn là những con người riêng biệt, nhưng luôn tồn tại trong mạng lưới quan hệ chặt chẽ với vô số con người và sự vật khác.

Vì thế, mặc dù **tính tương duyên và sự phụ thuộc lẫn nhau** là những nguyên lý nền tảng của Phật giáo, khẳng định rằng **“tất cả đều là một”** vẫn là cách diễn đạt quá đơn giản hóa một giáo lý vốn tinh tế và sâu sắc hơn rất nhiều.

Chính việc nhận ra sự phức tạp ấy mới là một phần quan trọng của con đường hướng đến giác ngộ.

Có phải tất cả tôn giáo và truyền thống tâm linh đều hướng đến cùng một mục tiêu?

Trong lịch sử, nhiều tôn giáo trên thế giới từng khẳng định mình là con đường chân lý duy nhất.

Ngược lại, cũng có một quan điểm khác cho rằng mọi truyền thống tôn giáo và tâm linh, xét đến cùng, đều hướng về một đích đến chung; những khác biệt giữa các tôn giáo chỉ là biểu hiện bề ngoài của cùng một chân lý nền tảng.



Con đường nhỏ phía trên thị trấn Gimmelwald, Thụy Sĩ. (Ảnh: Richard Cassan / Creative Commons).

Ngay cả những người thừa nhận sự khác biệt giữa các tôn giáo có tổ chức cũng thường tìm thấy điểm gặp gỡ trong các truyền thống huyền nhiệm như **Sufism**

(Hồi giáo huyền nhiệm), **Kabbalah** (Do Thái giáo huyền nhiệm), **Thần nhiệm học Kitô giáo (Christian Mysticism)**, **Vedānta** của Ấn Độ giáo và nhiều truyền thống khác.

Từ góc nhìn này, Phật giáo - với hình ảnh là một truyền thống khoan dung và không đặt trọng tâm vào niềm tin đối với một Đấng Sáng tạo - thường được xem như vượt lên trên mọi ranh giới tông phái và có nhiều điểm tương đồng với các truyền thống huyền nhiệm khác.

Sự nhấn mạnh vào giác ngộ, đạo đức và thiền định cũng khiến Phật giáo mang dáng dấp của một truyền thống có tính phổ quát.

Tuy nhiên, xét trên phương diện lịch sử và giáo lý, Phật giáo luôn duy trì bản sắc riêng của mình.

Ngay từ thời đức Phật, nhiều đệ tử của Ngài vốn xuất thân từ các truyền thống tín ngưỡng khác. Họ lựa chọn đi theo đức Phật vì nhận thấy sức mạnh chuyển hóa đặc biệt của giáo pháp.

Trong các kinh điển Phật giáo thời kỳ đầu cũng có nhiều cuộc đối thoại giữa đức Phật với những đạo sư thuộc các truyền thống khác, qua đó làm nổi bật những điểm đặc thù trong kinh nghiệm giác ngộ của Ngài.

Quan niệm cho rằng mọi tôn giáo đều hoàn toàn giống nhau trên bình diện giáo lý thực tế không phù hợp với lịch sử phát triển của hầu hết các truyền thống tôn giáo, trong đó có Phật giáo.

Theo giáo lý Phật giáo, chỉ con đường mà đức Phật chỉ dạy mới có thể đưa đến **giải thoát hoàn toàn**. Những hệ thống triết học hay tín ngưỡng khác tuy có thể mang lại nhiều giá trị đạo đức và tinh thần, nhưng vẫn chưa đạt đến mục tiêu cứu cánh ấy.

Trong lịch sử, nhiều nhân vật lớn của Phật giáo cũng khẳng định sự khác biệt này.

Thiền sư **Đạo Nguyên (Dōgen)** ở Nhật Bản thế kỷ XIII từng phản đối việc đồng nhất Phật giáo với Đạo giáo hay Nho giáo.

Đại sư **Không Hải (Kūkai)**, nhà sáng lập Chân Ngôn tông (*Shingon*), vào thế kỷ IX cũng xếp Phật giáo ở vị trí cao hơn Đạo giáo và Ấn Độ giáo trong hệ thống tư tưởng của mình.

Ngay cả ngày nay, một số truyền thống Phật giáo Tây Tạng vẫn cho rằng hệ thống giáo pháp của mình đầy đủ hoặc hiệu quả hơn những truyền thống xuất

hiện trước đó; trong khi một số học giả và hành giả thuộc truyền thống **Theravāda** lại xem nhiều kinh điển Đại thừa là những trước tác được hình thành về sau.

Quan điểm về tính ưu việt của truyền thống mình không chỉ xuất hiện trong văn bản mà còn được thể hiện trong nghệ thuật Phật giáo.

Ở một số tác phẩm hội họa, đức Phật được khắc họa với kích thước lớn hơn hẳn các nhân vật thuộc những truyền thống khác nhằm biểu thị sự siêu việt về trí tuệ giác ngộ.

Trong một số tranh Mật giáo, các vị thần hộ pháp còn được mô tả đang chế ngự những vị thần của các truyền thống khác. Những hình tượng này phản ánh bối cảnh lịch sử và tư tưởng của từng thời kỳ hơn là lời kêu gọi đối đầu giữa các tôn giáo.

Bước sang thế kỷ XIX, khi các nền văn hóa trên thế giới ngày càng tiếp xúc với nhau, nhiều nhà tư tưởng như **Ramakrishna** và **Swami Vivekananda** đã quảng bá một quan điểm mang màu sắc Ấn Độ giáo, cho rằng mọi con đường tâm linh đều dẫn đến cùng một chân lý.

Quan điểm ấy nhanh chóng thu hút sự quan tâm của nhiều người phương Tây.

Phong trào **Thần trí học (Theosophy)**, do **Helena Blavatsky** và **Henry Steel Olcott** khởi xướng, cũng kết hợp nhiều yếu tố của các tôn giáo, triết học và truyền thống huyền học khác nhau, từ đó hình thành quan niệm về một cốt lõi huyền nhiệm chung của các tôn giáo trên thế giới.

Sang thế kỷ XX, những học giả và tác giả nổi tiếng như **Aldous Huxley**, **D. T. Suzuki** và **Alan Watts** tiếp tục góp phần phổ biến một cách nhìn mang tính dung hợp hơn về tôn giáo tại phương Tây, đặc biệt trong giới quan tâm đến thiền định và đời sống tâm linh.

Khát vọng tìm kiếm sự thống nhất giữa các tôn giáo ngày nay phần nào phản ánh sự mệt mỏi của con người trước những xung đột và chia rẽ kéo dài trong lịch sử.

Đó là một mong muốn đáng trân trọng.

Tuy nhiên, nếu tuyệt đối hóa quan điểm ấy, chúng ta cũng có nguy cơ vô tình làm mờ đi những khác biệt về lịch sử, giáo lý và thực hành vốn tạo nên bản sắc riêng của mỗi truyền thống.

Phật giáo có cách lý giải riêng về khổ đau, về bản chất của tâm và về con đường đưa con người đến giải thoát.

Khát vọng hướng tới sự hòa hợp và tinh thần liên đới giữa các tôn giáo là điều hoàn toàn dễ hiểu.

Quả thật, trái tim của rất nhiều người vẫn rung động khi lắng nghe ca khúc bất hủ **“Imagine”** của **John Lennon**, với viễn tượng về một thế giới không còn chia cắt.

Tuy nhiên, chính trong khát vọng ấy, việc biết trân trọng bản sắc độc đáo của từng truyền thống tôn giáo - trong đó có Phật giáo - mới là nền tảng cho một cuộc đối thoại liên tôn chân thành, hiệu quả và đầy tôn trọng.

Bởi lẽ, sự đa dạng của các tôn giáo không làm nghèo đi đời sống tinh thần của nhân loại, trái lại còn góp phần làm phong phú thêm hành trình chung của con người trong nỗ lực tìm kiếm ý nghĩa cuộc sống giữa một thế giới nhiều biến động và không ít điều khó lý giải.

Viết dịch: **Chánh Thường**

Nguồn: <https://tricycle.org/buddhism-misunderstandings/>