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

Triết lý "Phật tại Tâm" trong Phật giáo Việt Nam

ISSN: 2734-9195 16:05 03/11/2026

Tu Phật thực chất là tu nhân tích đức, gột rửa tâm hồn khỏi tham, sân, si. Khi tâm sáng và hướng thiện, con người sẽ luôn sống trong tỉnh thức và an lạc - đó cũng chính là phương châm sống bình dị, thiết thực.

Phật giáo du nhập vào Việt Nam từ đầu Công nguyên. Công lao truyền đạo Phật đầu tiên vào nước ta trước hết thuộc về các nhà sư Ấn Độ, cùng một số nhà sư Trung Á và Trung Quốc, trong đó có sự đóng góp nhiều mặt của người Việt. Luy Lâu (Bắc Ninh ngày nay) đã sớm trở thành trung tâm Phật giáo lớn của Việt Nam. Ngay từ những ngày đầu du nhập, Phật giáo đã thể hiện khả năng thích ứng và hòa quyện tự nhiên với tín ngưỡng bản địa, tạo nên một sức sống mới.

Đạo Phật với triết lý từ bi, bình đẳng, cứu khổ cứu nạn đã nhanh chóng được đông đảo người Việt ngưỡng mộ và tin theo. Suốt quá trình tồn tại và phát triển, Phật giáo đã để lại dấu ấn sâu sắc trong đời sống dân tộc, từ tín ngưỡng, văn hóa, phong tục tập quán cho đến thế giới quan, nhân sinh quan, tư tưởng và tình cảm. Sự hòa quyện này không chỉ góp phần định hình bản sắc dân tộc mà còn tạo tiền đề cho sự phát triển các dòng Thiền mang phong vị dân tộc Việt Nam sau này. Khi du nhập vào mỗi quốc gia, Phật giáo đều trải qua quá trình tiếp thu và sáng tạo riêng để mang đậm thần thái bản địa. Trên cơ sở đó, bài viết này tập trung làm sáng tỏ Triết lý "Phật tại tâm" trong Phật giáo Việt Nam.

Từ khóa: Phật tại tâm, Phật giáo Việt Nam, triết lý Phật giáo, bản sắc dân tộc, lịch sử Phật giáo.

Quá trình du nhập và tiếp biến văn hóa trong Phật giáo Việt Nam

Từ thời Bắc thuộc, cùng với Nho giáo và Đạo giáo, Phật giáo đã được truyền vào nước ta và nhanh chóng trở thành một bộ phận quan trọng trong dòng chảy lịch sử tư tưởng - văn hóa dân tộc. Dưới ách thống trị và áp bức khắc nghiệt của các tập đoàn phong kiến phương Bắc, việc chính quyền đô hộ dựa trên lập trường

Nho giáo để phê phán, bài trừ Phật giáo là điều khó tránh khỏi. Tuy nhiên, không vì thế mà Phật giáo bị tiêu vong; ngược lại, tôn giáo này vẫn lặng lẽ thẩm thấu sâu sắc vào đời sống tinh thần của đông đảo quần chúng nhân dân trên nhiều phương diện. Khi còn chịu áp bức giai cấp, việc quần chúng lao động tìm đến tôn giáo như một chỗ dựa tinh thần là điều tất yếu. Đánh giá về diễn biến tư tưởng của xã hội Việt Nam thời Bắc thuộc, nhóm tác giả sách *Lịch sử tư tưởng Việt Nam* (*Tập 1*) đã nhận định: *"Lúc gặp thời thì dựa vào đạo Nho, lúc thất thế thì dựa vào đạo Lão - Trang, lúc éo le khốn khó thì dựa vào đạo Phật"* (1). Đến cuối thời Bắc thuộc, Phật giáo đã lan rộng khắp mọi miền của vùng đất "An Nam đô hộ phủ" (tức nước ta bấy giờ).

Trong xã hội thời kỳ này đã hình thành một tầng lớp cao tăng đông đảo. Hầu hết các vị đều tự nguyện tìm đến với đạo Phật, lấy giáo lý từ bi để tu tập bản thân và cứu độ chúng sinh. Tầng lớp tăng sĩ cùng đông đảo tín đồ Phật giáo đã trực tiếp dấn thân, tham gia tích cực vào cuộc vận động và đấu tranh giành lại độc lập cho dân tộc. Trong chính cuộc đấu tranh sinh tử ấy, ý thức dân tộc đã hòa quyện, gắn bó chặt chẽ với ý thức Đạo của người phật tử.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Sau chiến thắng Bạch Đằng năm 938, dân tộc ta bước vào một kỷ nguyên mới: kỷ nguyên độc lập, tự chủ và phát triển. Cũng từ đây, uy tín và vai trò xã hội của Phật giáo ngày càng được khẳng định. Tôn giáo này không chỉ lan tỏa, thấm sâu vào đời sống nhân dân mà còn được triều đình công nhận, chính thức trở thành quốc giáo. Sau khi lên ngôi, vua Đinh Tiên Hoàng đã định ra các cấp bậc cho Tăng đạo song song với các cấp bậc Văn, Võ vào năm 971. Từ đây, nhiều vị cao tăng đã trở thành cố vấn đắc lực cho triều đình về cả đường lối đối nội lẫn

đối ngoại. Dù không trực tiếp đảm nhiệm công việc trong bộ máy hành chính, ảnh hưởng của Phật giáo đối với nhà nước phong kiến thời bấy giờ là vô cùng to lớn. Đinh Tiên Hoàng sau khi lên ngôi vua năm 971 đã quy định các cấp bậc tăng đạo, đồng thời với các cấp bậc văn võ. Nhiều nhà sư trở thành cố vấn cho các ông vua về đường lối đối nội và đối ngoại.

Thời Lý, dù ảnh hưởng của Nho giáo ngày càng tăng, nhưng không vì thế mà vị thế của Phật giáo bị suy giảm. Tinh thần sùng mộ Phật giáo thời Lý không chỉ thể hiện qua các sinh hoạt tâm linh hằng ngày, mà đã thẩm thấu sâu sắc, trở thành một đặc trưng cốt lõi của nền văn hóa**.**

Một đặc điểm đáng chú ý là, ngay từ khi du nhập vào nước ta, Phật giáo đã nhanh chóng hòa quyện với các tín ngưỡng bản địa, tạo nên một sức sống bền bỉ và đậm đà bản sắc dân tộc. Đến thế kỷ XIII, cùng với sự thành lập của vương triều Trần, Phật giáo Việt Nam đã bước vào một giai đoạn phát triển mới với những bước chuyển mình mạnh mẽ.

Nhận thức rõ vai trò và ảnh hưởng sâu rộng của Phật giáo đối với mọi mặt đời sống, nhà nước phong kiến đã sử dụng tôn giáo này như một công cụ hiệu quả để giải quyết các yêu cầu mà thời đại đặt ra. Nhóm tác giả sách *Lịch sử tư tưởng Việt Nam* (*Tập 1*) đã nhận định: *"Phật giáo là một yếu tố quan trọng trong kiến trúc thượng tầng ở Việt Nam từ thế kỷ thứ X đến nửa đầu thế kỷ XIV. Nó đã đáp ứng được nhu cầu củng cố địa vị của giai cấp phong kiến Việt Nam, đã được giai cấp phong kiến Việt Nam sử dụng để thu phục nhân dân và ổn định trật tự xã hội. Vả chăng, đó cũng là công việc không thể thiếu được trong nh ững bước đi đầu tiên của công cuộc dựng nước và giữ nước"* [(2)].

Kế thừa những thành tựu văn hóa bao gồm Phật giáo do nhà Lý gây dựng qua hơn hai thế kỷ, nhà Trần tiếp tục tạo điều kiện cho tôn giáo này phát triển mạnh mẽ. Tuy nhiên, dù hết lòng tôn kính Phật giáo, các vua Trần vẫn xác định dân là gốc để giải quyết hài hòa cả việc đời lẫn việc đạo. Tác giả *Lịch sử Phật giáo Việt Nam,* viết: *"Tư tưởng thân dân, lấy dân làm gốc, mà sau này chúng ta thấy biểu hiện trong những lời nói của Trần Nhân Tông, của Trần Hưng Đạo, thì đã gặp trong lời quốc sư Trúc Lâm dặn Trần Thái Tông năm 1236"* [(3)]. Trần Thái Tông là vị quân vương tiêu biểu trong việc kế thừa và vận dụng sáng tạo tư tưởng "thân dân, lấy dân làm gốc". Trong tác phẩm *Khóa hư lục*, ông từng khẳng định: *"Phàm người làm vua, lấy ý muốn của thiên hạ làm ý muốn của mình, lấy lòng của thiên hạ làm lòng của mình"* [(4)]. Nhận thức sâu sắc vai trò của nhân dân đối với cả việc đời lẫn việc đạo, cùng với tinh thần sùng mộ Phật giáo, nhà Trần đã tạo mọi điều kiện thuận lợi cho Phật giáo phát triển. Trong bối cảnh đó, Phật giáo thời Trần đã vươn lên phát triển mạnh mẽ trong sự hòa quyện, dung hợp

chặt chẽ với Nho giáo.

Tác giả cuốn *Lịch sử Phật giáo Việt Nam* từng viết: *"Các nhà thiền học uyên thâm như Thái Tông, Tuệ Trung, Thánh Tông, Nhân Tông, vào lúc vận nước nguy nan, đều trở nên những anh hùng lập nhiều chiến công hiển hách. Phật giáo thế kỷ XIII cũng vì thế mà trong sạch hơn và nhập thế hơn. Có thể nói, tinh thần dân tộc đã thổi một luồng sinh khí mới vào Phật giáo thời Trần"* (5). Không chỉ dừng lại ở Phật giáo, quá trình tiếp nhận và biến đổi Tam giáo (Nho, Đạo, Phật) nhằm phục vụ thực tiễn đã giải quyết thành công những yêu cầu cấp thiết của dân tộc. Đó chính là bản sắc và nét đặc sắc rất riêng của tư tưởng Việt Nam. Để làm sáng tỏ tinh thần nhập thế và tư tưởng độc đáo ấy, bài viết này sẽ đi sâu tìm hiểu triết lý "Phật tại tâm" trong Phật giáo Việt Nam.

Tư tưởng cốt lõi của triết lý Phật tại Tâm trong Phật giáo Việt Nam

Như đã trình bày ở trên, sau khi chấm dứt tình trạng hỗn loạn và cát cứ phong kiến cuối thời Lý, nhà Trần lên nắm quyền và nhanh chóng thu cơ đồ về một mối. Nhằm đáp ứng yêu cầu xây dựng một hệ tư tưởng thống nhất cho quốc gia, vua Trần Thái Tông - một vị minh quân hiền tài đồng thời là nhà tư tưởng Phật giáo uyên bác- đã đứng ra gánh vác nhiệm vụ lịch sử ấy. Thông qua tác phẩm tiêu biểu *Khóa hư lục*, ông không chỉ kết hợp nhuần nhuyễn giữa Thiền tông và Tịnh độ tông, giữa đốn ngộ và tiệm ngộ, mà còn thể hiện sâu sắc tinh thần dung hòa Tam giáo (Nho - Phật - Đạo).

Điểm cốt lõi trong tư tưởng của Trần Thái Tông là tinh thần quy nguyên về "Tâm". Ông khẳng định: *"Chưa rõ thì chia làm ba giáo, hiểu rồi thì cùng ngộ một tâm"* (6). Theo đó, dù hình thức biểu hiện của các học thuyết có sự khác biệt, nhưng xét về mục tiêu giáo hóa con người, hướng tâm về điều thiện và giải thoát thì đều chung một gốc. Chính việc coi "Tâm" là chủ thể của sự giác ngộ đã trở thành nền tảng quan trọng cho triết lý "Phật tại tâm"- một nét đặc sắc mang đậm dấu ấn Phật giáo Việt Nam thời Trần.

Trong lịch sử tư tưởng Việt Nam, vua Trần Thái Tông (1218–1277) không chỉ là vị minh quân kiệt xuất dẫn dắt dân tộc qua cuộc kháng chiến chống quân xâm lược Nguyên - Mông lần thứ nhất (năm 1258), mà còn là một nhà tư tưởng, một thiền sư lớn. Nét đặc sắc nổi bật nhất trong hệ thống tư tưởng của ông - tập trung rõ nét trong kiệt tác *Khóa hư lục* và bài *Thiền tông chỉ nam tự* - chính là triết lý "Phật tại tâm" (Phật ở trong lòng).

Tác phẩm của ông là sự kết hợp giữa các nghi thức tu tập và các bài giảng triết lý nhằm giúp con người buông bỏ hư vọng, trở về với bản tính chân thật.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Tư tưởng "Phật tại tâm" của Trần Thái Tông xuất phát từ chính thực tiễn biến động của cuộc đời ông. Năm 1236, trước những bi kịch cá nhân và áp lực quyền lực triều chính, ông định rời bỏ ngai vàng lên núi Yên Tử tìm học đạo giải thoát. Quốc sư Trúc Lâm hỏi vua muốn tìm gì mà lên núi. Vua đáp, chỉ muốn tu hành và thành Phật.

Trúc lâm trả lời: *"Trong núi vốn không có Phật, Phật ở trong tâm ta. Nếu tâm vắng lặng và trí tuệ phát sinh, chính đó là Phật. Nếu bệ hạ giác ngộ được tâm đó tức khắc thành Phật tại chỗ, không cần phải khổ công đi tìm cầu bên ngoài"* (7). Quốc sư Trúc Lâm khuyên: Người ở ngôi vua không thể hành động theo ý thích riêng của mình.

Câu nói ấy đã thức tỉnh Trần Thái Tông, giúp ông nhận ra rằng con đường tu Phật không phải là sự xả bỏ nghĩa vụ xã hội để trốn chạy vào chốn sơn lâm, mà là sự trở về với "Tâm" - bản tính thanh tịnh vốn có của mỗi con người.

Theo Trần Thái Tông, Tâm là gốc rễ của vạn pháp. Bản tính con người (Phật tính) vốn bình đẳng, không phân biệt giữa vua chúa hay dân thường, tăng sĩ hay cư sĩ tại gia. Ông cho rằng Phật không ở xa xôi, không nằm ở các cõi giới siêu hình, cũng không ẩn giấu nơi pho tượng hay kinh thư, mà hiện hữu ngay trong chính tâm thức sáng suốt (hằng giác) của mỗi cá nhân.

Trong *Khóa hư lục*, ông chỉ ra rằng con người bị chìm đắm trong khổ đau là do tâm bị che lấp bởi vô minh và tham - sân - si. Tu hành thực chất là quá trình "khóa hư"- tẩy sạch những vọng niệm sai lầm để "Phật tâm" tự hiển lộ.

Triết lý này đã giải phóng con người khỏi giáo điều, mở ra con đường tu tập phóng khoáng, giúp người dân không bị lệ thuộc vào hình thức lễ bái tốn kém hay các giới luật khắt khe như Phật giáo Ấn Độ và Trung Hoa.

Trên cơ sở tiếp thu có chọn lọc tinh hoa văn hóa dân tộc cùng các tư tưởng Phật giáo và Nho giáo, Trần Thái Tông đã xây dựng nên hệ thống lý luận triết học Thiền khá hoàn chỉnh. Tiếp nối và phát triển tư tưởng ấy, Tuệ Trung Thượng Sĩ (1230–1291), là một nhà tư tưởng lớn, một thiền sư lỗi lạc thời nhà Trần và là người thầy tôn kính của vua Trần Nhân Tông.

Triết lý tư tưởng của ông tỏa sáng như một mốc son độc đáo trong lịch sử Thiền tông Việt Nam, tiêu biểu qua tư tưởng cốt lõi: "Phật tại tâm". Ông đã góp phần quan trọng giúp Phật giáo thời Trần định hình một bản sắc độc đáo, tạo nên bước chuyển mình mang tính bản địa hóa sâu sắc. Sự nối tiếp tư tưởng này đã đặt nền móng vững chắc cho sự ra đời của Thiền phái Trúc Lâm- dòng Thiền đầu tiên được tổ chức như một Giáo hội Phật giáo thống nhất, chấm dứt sự phụ thuộc vào các dòng truyền thừa từ bên ngoài, đáp ứng kịp thời yêu cầu lịch sử của nhà nước Đại Việt.

Sự ra đời của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử vừa là biểu hiện rực rỡ của ý thức tự cường dân tộc, vừa là minh chứng cho sự phát triển thịnh vượng của nền văn hóa Đại Việt. Có thể khẳng định, Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử chính là đỉnh cao của sự dung hợp ấy, trở thành sợi chỉ đỏ xuyên suốt trong đời sống tâm linh của dân tộc Việt Nam qua bao thế hệ, đồng thời khẳng định mạnh mẽ triết lý "Phật tại tâm" mang đậm bản sắc Việt.

Để tìm hiểu triết lý "Phật tại tâm" của Tuệ Trung Thượng Sĩ, trước hết cần tiếp cận quan niệm của ông về bản thể - một khái niệm mà trong lịch sử tư tưởng Việt Nam, ông là một trong những người đầu tiên sử dụng và khai thác một cách hệ thống. Theo Tuệ Trung Thượng Sĩ, bản thể là cội nguồn căn bản, là khởi nguyên của vạn pháp. Bản thể vốn ẩn tàng sâu thẳm nên rất khó nhận biết; cái mà chúng ta thường quan sát được chỉ là "tướng" và "dụng" của nó. Ông viết: *"Bản thể tròn đầy mãi mãi là điều tự nhiên" (Bản thể như như chỉ tự nhiên)* [8]. Bản thể "như như" nghĩa là luôn hằng thường, tự nhiên nhi nhiên, tĩnh tại không tăng không giảm, không thêm không bớt, nên con người không cần nhọc công tìm kiếm bên ngoài. Trong bài *Tâm Vương* (Vua Tâm), ông khẳng định: *"Vua Tâm không tướng cũng không hình"* (*Tâm vương vô tướng diệc vô hình*) [9]. Theo triết lý Phật giáo, Tâm là chủ thể điều khiển các thức nên được tôn xưng là

Tâm vương. Tâm này vượt thoát mọi hình tướng hữu hình nên không thể đo lường hay định danh. Tuệ Trung Thượng Sĩ nhấn mạnh: *"Tâm thể không phải cũng không trái, Phật tính không hư cũng không thực"* (*Tâm thể vô thị diệc vô phi, / Phật tính phi hư hựu phi thực*) [10]. Tâm thể của chúng sinh vốn tự tính thanh tịnh, lìa bỏ mọi vọng tưởng chấp trước - đó cũng chính là Pháp thân của Như Lai. Tâm thể ấy từ cõi vô thủy đến nay vẫn hằng thường; tuy nhiên, do bị vô minh che lấp, con người cần công phu tu trì để bản tính ấy tự khai sáng. Còn "Phật tính" chính là tính chân giác cứu cánh. Dù diễn đạt qua "tâm thể" hay "Phật tính", Tuệ Trung Thượng Sĩ đều muốn chỉ đến tính bất biến, tự nhiên nhi nhiên của bản thể. Bản thể ấy vốn không tâm, không tướng, không hình, vượt ngoài tầm nhận thức của giác quan và không thể diễn đạt trọn vẹn bằng lời. Ông viết: *"Thể tính vốn không đỏ cũng không xanh" (Tính thể vô hồng dã vô lục)* [11]. Như vậy, bản thể hay chân tâm vốn không thể dùng ngôn ngữ phàm tình để gán ghép, mà mỗi cá nhân phải tự mình chứng ngộ. Ông khẳng định Pháp thân và Chân tính là thực tại siêu việt ngôn ngữ; nếu sa vào phân biệt đúng - sai, thị - phi thì tất yếu sẽ sa vào lầm lỡ. Từ đó, ông đúc kết ngắn gọn mà sâu sắc: *"Tâm là Phật! Phật là tâm!" (Tâm tức Phật, Phật tức tâm)* [12]. Cái "Tâm" ở đây chính là Chân tâm - tâm đã dứt sạch vọng niệm để trở về với bản tính thanh tịnh nguyên sơ, đồng nhất với Phật tính. Ở một khía cạnh khác, ông gọi bản thể là "chân diện mục" (khuôn mặt thực) - cái tự nó là chính nó, không do bất kỳ mầm mống nào sinh ra.

Xét theo giáo lý Phật giáo, vạn pháp do nhân duyên hòa hợp mà sinh nên không có tự tính thực tại; đã không có tự tính thì bản chất phải là Không. Quan niệm về bản thể của Tuệ Trung Thượng Sĩ đồng điệu với tư tưởng của Trần Thái Tông khi cả hai đều nhìn nhận bản thể là "Không" - tôn chỉ xuyên suốt của Thiền tông. Sách *Thiền uyển tập anh* từng ghi lại lời thiền sư Tỳ ni đa lưu chi: *"Đại phàm tâm ấn của chư Phật... tràn đầy như thái hư, không thiếu, không thừa, không đi, không tới... vì đối lập với các nhân duyên hư vọng mà giả đặt ra các tên gọi như vậy"* [13]. Tư tưởng bản thể "Không" tiếp tục được Tuệ Trung Thượng Sĩ cô đọng trong bài *Phật Tâm ca*: *"Khi Tâm sinh thì Phật sinh, Khi Phật diệt thì Tâm diệt" (Nhược Tâm sinh thị Phật sinh, / Nhược Phật diệt thị Tâm diệt). "Xưa không có Tâm, nay không có Phật" (Tích vô Tâm, kim vô Phật)* [14].

Khi con người nhận ra được bản ngã thanh tịnh, sáng suốt và chân thật của chính mình, đó chính là lúc họ trực nhận được Phật tính. Vì cả Tâm và Phật đều đồng nhất trong bản thể "Không", không thể tách chẻ thành các mặt đối lập, nên không thể tìm Tâm hay Phật ở bên ngoài mà phải quay về chứng ngộ nơi chính mình:

"Vạn pháp chi tâm tức Phật Tâm,

Phật Tâm khước dữ ngã Tâm hợp.

Pháp nhĩ như nhiên cắng cổ câm” [15].



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Bên cạnh đó, quan hệ giữa Phật (giác ngộ) và chúng sinh (thế giới hiện tượng) cũng được Tuệ Trung Thượng Sĩ đề cập rất rõ qua các câu thơ: *“Lông mày*

ngang, lỗ mũi dọc, / Phật và chúng sinh đều một bộ mặt mà thôi” (Mi mao tiêm hoành tị khổng thuỳ, / Phật dữ chúng sinh đô nhất diện) [16].

Theo Tuệ Trung Thượng Sĩ, Phật và chúng sinh có cùng một bản thể Không, cùng một “bộ mặt”. Do đó, khái niệm “Phật” ở đây không chỉ một vị Phật lịch sử hay siêu nhiên, mà để chỉ Phật tính, tâm thể tức sự giác ngộ. Trong khi đó, “chúng sinh” chỉ con người và vạn vật trong thế giới hiện tượng.

Mỗi chúng sinh đều sẵn có Phật tính trong mình, ai cũng có thể thành Phật nếu biết quay về tỉnh thức. Như vậy, Phật không ở đâu xa mà hiện hữu ngay trong tâm mỗi con người bình thường (chúng sinh). Nói cách khác, cái tuyệt đối (bản thể) nằm ngay trong cái tương đối (hiện tượng).

Trong bài *Trình thiền sư Tiêu Dao ở Phúc Đường*, ông viết: *“Nên biết rằng đời có vị Phật trong đám người bình thường,/ Thì đừng lạ gì đóa sen nở ra trong lò lửa”.* (Tu tri thế hữu nhân trung Phật, / Hưu quái lô khai hoả lý liên) [17]. Hình ảnh “đóa sen trong lò lửa” là một biểu tượng triết học đặc sắc, tiếp tục được ông nhắc lại trong *Phật Tâm ca*: “Một đóa hoa sen trong lò lửa hồng” (Nhất đoá hồng lô hoả lý liên) [18]. Hoa sen tượng trưng cho sự thanh khiết, bản tính thanh tịnh vốn có, vốn dĩ mọc lên từ bùn nhơ nhưng chẳng hôi tanh mùi bùn. Ngược lại, lò lửa hồng tượng trưng cho thế giới trần tục đầy rẫy phiền não, tham, sân, si. Chỉ có những ai kiên cường tu luyện, giữ vững tâm tỉnh thức ngay giữa cuộc đời trần thế bão giông ấy mới có thể giác ngộ. Điều này khẳng định quan điểm nhất quán của Tuệ Trung Thượng sĩ: tu không tách rời tục, cái tuyệt đối nằm trong lòng cái tương đối. Con người chỉ có thể thành Phật ngay giữa thế giới bình thường này.

Triết lý “Phật tại tâm” của Tuệ Trung không mang màu sắc yếm thế, trốn tránh cuộc đời, mà gắn liền với tinh thần trần tục. Theo ông, sự tu tập chân chính không nằm ở việc ăn chay niệm Phật, chuông mõ tụng kinh hay trốn vào chốn rừng sâu núi thẳm, mà nằm ngay trong chính đời sống sinh hoạt thường nhật. Mặc áo mũ triều đình hay khoác áo cà sa, làm việc nước hay thả hồn mây nước, tất cả đều là biểu hiện của Đạo. Khi tâm đã an tịnh, không bị vướng bận bởi tham, sân, si, thì “đói ăn khát uống, mệt ngủ thèm chơi” cũng chính là thiền, mọi hành động đi, đứng, nằm, ngồi đều mang hương vị của giải thoát.

Đặc biệt, tư tưởng của Tuệ Trung Thượng Sĩ còn thể hiện sự phá chấp mạnh mẽ, vượt lên trên mọi nhị nguyên đối đãi như thiện - ác, sinh - tử, phàm - thánh. Ông nhìn vạn vật bằng cái nhìn viên dung, bình đẳng. Nếu con người còn phân biệt, chấp trước vào hình tướng bên ngoài thì vẫn còn rơi vào vòng sinh tử luân hồi. Trái lại, khi thấu triệt được “Phật tại tâm”, con người sẽ đạt đến sự tự do tự tại tuyệt đối, không còn bị chi phối bởi ngoại cảnh, sống một cuộc đời chân chất, tự

nhiên và trọn vẹn từng sát na.

Triết lý "Phật tại tâm" của Tuệ Trung Thượng Sĩ là một thông điệp nhân văn sâu sắc và đầy sức sống. Nó trao cho mỗi cá nhân quyền tự chủ hoàn toàn trên con đường tâm linh: không cần cầu cạnh tha lực bên ngoài, chỉ cần quay về soi chiếu, làm chủ và thanh lọc nội tâm mình. Tư tưởng ấy không chỉ là nền tảng cho dòng Thiền Trúc Lâm Yên Tử sau này mà còn là kim chỉ nam vượt thời gian, giúp con người hiện đại tìm thấy sự bình an giữa những bão giông, áp lực của cuộc sống hôm nay. Quan điểm trên đã được nhóm tác giả sách *Lịch sử tư tưởng Việt Nam* (*Tập 1*) nhận định: "Cái gọi là tư tưởng nhập thế của Tuệ Trung chẳng qua chỉ là cái quan niệm cho rằng, người tu hành có thể sống một cuộc đời trần tục, một cách tự do không hề bị ước thúc bởi một quy định nào của giới luật nhà chùa kể cả việc ăn chay, niệm Phật, trì giới nhẫn nhục và tọa thiền. Vì họ thực hiện sự kiến tính thành Phật ngay trong cuộc sống trần tục ấy" [(19)].

Tư tưởng của Tuệ Trung Thượng Sĩ nối tiếp mạch nguồn từ Huệ Năng và Thiền tông nói chung, nhưng điểm đặc sắc ở ông là sự khẳng định trực tiếp: Tâm Phật, Tâm ta và Tâm vạn pháp là một. Luận điểm "Phật ở trong ta" trở thành kim chỉ nam cho con đường tu tập tự giác, được Phật hoàng Trần Nhân Tông kế thừa trọn vẹn và thể hiện sinh động.

Tiếp nối mạch nguồn tư tưởng từ Trần Thái Tông và Tuệ Trung Thượng Sĩ, Sơ tổ Trúc Lâm Trần Nhân Tông (1258-1308) đã đưa triết lý "Phật tại tâm" đạt đến đỉnh cao phát triển, trở thành cốt lõi tư tưởng của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử và để lại dấu ấn sâu sắc trong đời sống tâm linh Việt Nam.

Nét đặc sắc trong tư tưởng của Trần Nhân Tông là sự bản địa hóa và đời thường hóa giáo lý Phật giáo. Nếu ở các giai đoạn trước, triết lý "Phật tại tâm" chủ yếu được diễn đạt qua các thuật ngữ Thiền học cao sâu, thì đến Trần Nhân Tông, tư tưởng ấy trở nên gần gũi, sống động và đậm chất dân tộc.

Trong kiệt tác *Cư trần lạc đạo*, ông khẳng định một cách trực diện và bình dị: "Bụt ở trong nhà, chẳng phải tìm xa, Nhân khuây bản nên ta tìm Bụt, Đến cốc hay chỉn Bụt là ta" [(20)]. "Bụt" (Phật) không ẩn giấu ở chốn sơn lâm hay nơi cõi giới siêu hình, mà ngự trị ngay trong chính bản tính nguyên sơ của mỗi con người. Người đời do vô minh, "khuây bản" (quên mất bản tính thanh tịnh sẵn có) nên mới cất công lặn lội tìm Phật bên ngoài. Đến khi "cốc" (giác ngộ), họ mới chợt nhận ra bản thể chân thật của mình chính là Phật.

Triết lý "Phật tại tâm" của Trần Nhân Tông không dẫn dắt con người đến sự trốn chạy thực tại hay thái độ tiêu cực, mà mở ra tinh thần "*Cư trần lạc đạo*" (Sống giữa đời mà vui với Đạo). Theo ông, giác ngộ không nằm ở hình thức nghi lễ hay

chốn tu hành biệt lập, mà nằm ở thái độ sống và sự thức tỉnh ngay trong các sinh hoạt hằng ngày: “Cõi trần vui đạo hãy tùy duyên, Đói cứ ăn no mệt ngủ liền, Báu sẵn trong nhà thôi khỏi kiếm, Vô tâm trước cảnh hỏi chi thiền” (Cư trần lạc đạo thả tùy duyên/Cơ tắc xan hề khốn tắc miên/ Gia trung hữu bảo hưu tầm mịch/ Đối cảnh vô tâm mạc vấn Thiền) [21]. “Tâm” ở đây chính là “vô tâm” đối với vọng niệm, nghĩa là tâm không bị lôi kéo, bám chấp bởi danh lợi, tham - sân - si giữa đời thường. Khi tâm được giải phóng khỏi những chấp trước, trí tuệ Bát nhã sẽ bừng sáng, và đó chính là lúc “nhà có báu” - Phật tính hiển lộ ngay nơi chính mình.

Quan điểm này có ý nghĩa giải phóng tư tưởng vô cùng to lớn. Bằng việc khẳng định ai cũng có Phật tính, Trần Nhân Tông đã xóa bỏ ranh giới giữa tăng sĩ và cư sĩ, giữa chốn thiền môn và đời sống thế tục. Triết lý ấy khuyến khích con người quay về tu dưỡng đạo đức, làm tròn trách nhiệm với gia đình và đất nước. Chính tinh thần “Phật tại tâm” phóng khoáng này đã biến Phật giáo thời Trần thành một tôn giáo nhập thế mạnh mẽ, trở thành điểm tựa tinh thần củng cố khối đại đoàn kết dân tộc và xây dựng nền văn hóa Đại Việt phát triển thịnh vượng.

Kết luận

Triết lý “Phật tại Tâm” của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử không chỉ là một đóng góp to lớn cho lịch sử triết học Phật giáo Việt Nam, mà còn là chiếc chìa khóa tinh thần giúp dân tộc thời Trần phát huy tối đa nội lực. Tư tưởng này khẳng định bản lĩnh tự chủ của con người Đại Việt: vừa vững vàng trong công cuộc dựng nước và giữ nước, vừa sâu sắc trong đời sống tâm linh. Ngay từ buổi đầu, Trần Thái Tông đã đặt nền móng cho dòng Thiền học nhập thế khi khẳng định con đường tu hành không tách rời cuộc sống thực tại, góp phần giữ vững kỷ cương xã hội và củng cố nền tảng tư tưởng cho Đại Việt kháng chiến chống ngoại xâm.

Bên cạnh đó, triết lý “Phật tại Tâm” còn thể hiện sinh động tinh thần Tam giáo đồng nguyên - nơi đặt Phật giáo làm trụ cột tâm linh, kết hợp hài hòa với trách nhiệm xã hội của Nho giáo và tinh thần tự do, vô vi của Đạo giáo. Sự ra đời của Thiền phái Trúc Lâm Yên Tử chính là sự kết tinh, nâng tầm và phổ quát hóa triết lý này thành kim chỉ nam cho Phật giáo Việt Nam.

Mang giá trị nhân văn sâu sắc, tư tưởng “Phật tại Tâm” đã giải phóng con người khỏi sự lệ thuộc vào thần quyền hay các hình thức lễ bái cầu xin tốn kém. Triết lý ấy nhắc nhở mỗi cá nhân tự quay về trau dồi đạo đức, làm chủ tâm trí và tìm thấy sự an lạc ngay trong chính bản thân mình. Tu Phật thực chất là tu nhân tích đức, gột rửa tâm hồn khỏi tham, sân, si. Khi tâm sáng và hướng thiện, con

người sẽ luôn sống trong tỉnh thức và an lạc - đó cũng chính là phương châm sống bình dị, thiết thực.

Tác giả: **Nguyễn Đức Diện** [(1)]

Hội đồng Biên tập Tạp chí Nghiên cứu Phật học

Chú thích:

1) Phó Giáo sư. Tiến sỹ triết học

Danh mục tài liệu tham khảo:

(1. 2. 19) Nguyễn Tài Thư, *Lịch sử tư tưởng Việt Nam*, *tập 1*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội 1993, tr. 93, 219, 219.

(3. 5) Nguyễn Tài Thư, *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội 1988, tr. 215.

(4. 6) Trần Thái Tông, *Khoá hư lục*, (Đào Duy Anh phiên dịch và chú giải), Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội 1974, tr.114, 43.

(7) Thích Minh Tuệ, *Lược sử Phật giáo Việt Nam*, Thành Hội Phật giáo TP. HCM ấn hành-PL 2536-1993, tr. 277.

(8. 9. 10. 11. 12. 14. 15. 16. 17. 18.20.21). Nguyễn Huệ Chi, *Thơ văn Lý - Trần, Tập 2*, quyển Thượng, Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội 1988, tr. 253, 237, 271-273, 272-274, 272-274, 271-272, 272-275, 285, 259, 273, 506, 510.

(13). *Thiền Uyển tập anh*, Giáo hội Phật giáo Việt Nam, Phân viện Nghiên cứu Phật học, Nxb Văn học, Hà Nội 1996, tr.165.