

Triết lý Phật dưới khía cạnh lịch sử và khoa học

Có một câu hỏi người Tây phương thường đặt ra về đạo Phật : « Đạo Phật là một triết lý, hay một tôn giáo? »

Không biết quý vị và các bạn sẽ trả lời ra sao, nhưng theo tôi, có thể trả lời là: « Cả hai. Đạo Phật vừa là một triết lý, vừa là một tôn giáo ».

Vì nhìn một cách khách quan, chúng ta phải công nhận là, về nội dung cũng như hình thức, có nhiều đạo Phật, nhiều tông phái, nhiều truyền thống khác nhau. Có những tông phái đậm màu triết lý hơn, như *Nguyên Thủy*, *Thiền tông*, có những tông phái đậm màu tôn giáo hơn, như *Tịnh Độ tông*, *Mật tông*.

Còn nếu nhìn một cách chủ quan, thì có một số người sống đạo Phật như một triết lý, một số khác sống đạo Phật như một tôn giáo, thậm chí có người sống như cả hai, lúc thường thì suy tư, lý luận, nhưng khi cần thì cúng vái, cầu xin...

Ở đây, tôi xin chỉ giới hạn vào đạo Phật như một triết lý, mà không đề cập tới đạo Phật như một tôn giáo.

Quan điểm tôi xin được trình bày ngày hôm nay là: triết lý Phật có thể hiểu sâu và chính xác hơn, nếu nhìn dưới khía cạnh lịch sử và khoa học.

Lịch sử và khoa học

Lịch sử và khoa học cùng chia sẻ một mục đích, đó là tìm hiểu « những gì đã (hoặc đang) xảy ra thực sự ». Đó là những sự kiện lịch sử và khoa học, có tính chất khách quan, dựa lên bằng chứng, có thể kiểm nghiệm được.

Thật ra lịch sử cũng là một khoa học, bởi vì là kết quả tổng hợp của nhiều môn khoa học, gọi là phụ trợ lịch sử (*auxiliary sciences of history*), như khảo cổ (*archaeology*), minh văn (*epigraphy*), cổ văn tự (*palaeography*), thủ ấn (*sigillography*), ngôn ngữ (*linguistics*), ngữ văn (*philology*), v.v. Đặc biệt các nhà ngữ văn, như GS người Pháp *André Bareaux*, đóng một vai trò rất quan trọng trong việc nghiên cứu các văn bản xưa, so sánh các bản Kinh biên soạn vào những thời kỳ khác nhau, để ấn định nguồn gốc, sự giả-chân và những đổi thay của chúng.

I. Về khía cạnh lịch sử

Chúng ta có thể tự đặt ra một số câu hỏi, cũng là một số thắc mắc gặp phải trong khi học Phật :

- 1) Vì những lý do nào đạo Phật xuất hiện?
- 2) Có thể nào biết được đâu là những lời dạy đích thực của đức Phật?
- 3) Vì sao đạo Phật lại phân chia ra, sau khi đức Phật viên tịch, thành nhiều

trường phái như vậy?

4) Có nhiều khác biệt hay không giữa triết lý đạo Phật nguồn gốc và triết lý Đại Thừa?

1) Lý do xuất hiện của đạo Phật chính là bối cảnh chính trị-xã hội-văn hóa, vào thế kỷ thứ 5 trước CN, tại vùng hạ lưu sông Hằng (1).

Bối cảnh này cũng như một mảnh đất, mà từ đó một hạt giống bắt rễ và vươn lên. Nếu không biết đặc tính của mảnh đất đó, thì chúng ta không thể hiểu được tại sao hạt giống đạo Phật lại có thể vươn lên thành cây được.

Thời đó, có nhiều triết lý-tôn giáo khác nhau, chia ra làm hai khuynh hướng: một bên, các đạo chính thống (tuân theo Kinh *Veda*), như đạo *Bà La Môn* dựa lên Kinh *Upaniṣad*, đạo *Sāṃkhya*, *Yoga*; và bên kia các đạo không chính thống (không công nhận Kinh *Veda*), chủ yếu là đạo *Jain* và đạo Phật. Đa số tin vào thuyết *luân hồi* (hay *tái sinh, saṃsāra*), và lấy mục đích là giải thoát khỏi *luân hồi*.

Đạo *Bà La Môn* là đạo chính thống, thống trị thời bấy giờ, dựa lên sự phân chia xã hội thành thế cấp, cao nhất là tu sĩ *Bà La Môn*. Giải pháp của họ là hoà nhập « *tiểu ngã* » (*ātman*) cá nhân của mỗi người vào « *Đại ngã* » (*brāhman*) của vũ trụ, nhưng chỉ có các tu sĩ thuộc thế cấp *Bà La Môn* mới thực hiện được, nhờ những công thức tế lễ mà họ được độc quyền (2).

Các thế cấp thấp, như « *cùng đinh* » hay *paria* (không được chạm tới), luôn luôn bị áp bức, hay bị gạt ngoài lề xã hội, không thể được giải thoát, nên chỉ có thể mong chờ một kiếp sau tốt đẹp hơn.

Đạo Phật xuất hiện như một triết lý phản kháng, chống lại độc quyền giải thoát của đạo *Bà La Môn*, và đem lại một sự cải cách toàn diện, trên cả hai mặt cá nhân và xã hội.

Về cá nhân, bằng thuyết « *vô ngã* » (*anattā*), đức Phật bác bỏ khái niệm « *tiểu ngã* » - « *Đại ngã* » của đạo *Bà La Môn*, và bằng « *4 Sự thật cao quý* » (*cattāri ariya-saccāni*), ngài đặt con người vào vị trí trung tâm của cuộc sống, không còn lệ thuộc vào thần linh. Con người phải tự trách nhiệm lấy mình, vì là tác nhân của sự khổ đau cũng như sự giải thoát khỏi khổ đau.

Về xã hội, tinh thần *công bằng* được thể hiện bằng sự khẳng định rằng tất cả mọi người đều có thể tự giải thoát được, bất cứ già hay trẻ, nam hay nữ, màu da, dân tộc, giàu hay nghèo, khôn hay đần, thế cấp cao hay thấp.

Một điều ít khi được để ý, là đức Phật đã thay thế vấn đề giải thoát khỏi *luân hồi* bằng vấn đề giải thoát khỏi khổ đau. Ngài nói : « *Cũng như nước các đại dương chỉ có một vị, là vị mặn, giáo lý của ta chỉ có một vị, là vị giải thoát khỏi khổ đau* » (Tiểu phẩm, *Cullavagga*, IX, I, 4).

Thay vì giải thoát khỏi vòng *luân hồi* sau khi chết, thì đức Phật dạy con

đường diệt khổ ngay trong đời sống này. Đó là một trong những đặc điểm của Phật pháp, *sanditthiko* tức là « thấy tại đây và bây giờ », và *akaliko* là « ngay lập tức ».

Có thể nói đó là một sự thay đổi mô hình tư duy (*paradigm*) hoàn toàn, về mặt triết lý và tư tưởng.

Như vậy, nhìn dưới khía cạnh lịch sử, trong bối cảnh xã hội, văn hóa thời bấy giờ tại Ấn Độ, thì sự xuất hiện của đạo Phật không có gì là ngẫu nhiên, « từ trên trời rơi xuống » cả. Có thể nói đó là một triết lý *phản kháng*, một phong trào *cách mạng*, đứng về mặt tư tưởng, tâm lý và xã hội, chống lại một truyền thống thống trị, bảo thủ, dựa lên một tôn giáo chính thống, và sự phân chia thế cấp.

Nhưng đó không phải là một cuộc cách mạng chính trị bạo động, mà là một cuộc cách mạng văn hóa, nhân bản và ôn hòa.

2) Có thể nào biết được đâu là những lời dạy đích thực của đức Phật?

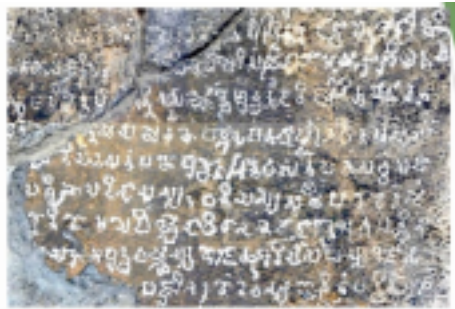
Văn hóa Ấn Độ cổ xưa chủ yếu là một văn hóa truyền khẩu.

Người ta dùng tiếng *sanskrit* cổ để truyền tụng Kinh *Veda*, và các thổ ngữ *prakrit* để trao đổi với nhau trong đời sống thường nhật. Đức Phật thường sinh hoạt tại xứ *Magādhā* nên thường nói tiếng *magādhī*, cũng như các tiếng *prakrit* khác gần đó.

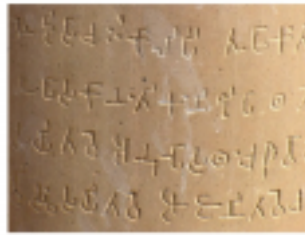
Nhưng đến thế kỷ thứ 3 trước CN mới xuất hiện chữ viết tại Ấn Độ, dưới hai dạng *brāhmī* và *kharoṣṭhī*, và nhờ đó kinh điển và văn chương mới bắt đầu được ghi chép lại. Tiếng *pali*, là một sự kết hợp của của nhiều tiếng *prakrit*, cũng xuất hiện vào thế kỷ thứ 3 trước CN, và được đặc biệt dùng để chuyển tải Kinh Phật.

Chúng ta cần phải phân biệt tiếng nói (hay ngôn ngữ) và chữ viết (hay văn tự). *Sanskrit*, *prakrit* và *pali* là các tiếng nói, trong khi *brāhmī* và *kharoṣṭhī* là các chữ viết. *Brāhmī* là chữ mẹ, sẽ sanh ra chữ con *nāgarī*, rồi chữ cháu *devanāgarī* là chữ hiện nay thông dụng nhất tại Ấn Độ. Tiếng *sanskrit*, cũng như tiếng *pali*, không có chữ viết riêng của mình, và có thể viết bằng các chữ *brāhmī*, *kharoṣṭhī*, *devanāgarī*, *Sri-Lanka*, *Miến Điện*, *Thái Lan*, v.v. và với mẫu tự la tinh, gọi là chữ IAST quốc tế (3).

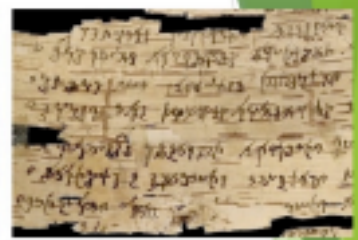
Chẳng hạn như trên hình dưới đây, chúng ta thấy một phần chiếu dụ của Hoàng Đế *Asoka* viết trên cột đá bằng tiếng *prakrit* chữ *brāhmī*, và một mẫu *Kinh Pháp Cú* viết trên vỏ cây bạch dương bằng tiếng *gāndhārī* chữ *kharoṣṭhī*. Bên cạnh là một đoạn *Kinh pali* khắc trên phiến đá bằng tiếng *pali* chữ *Miến Điện* vào tk 5. Đó là vết tích cổ xưa nhất còn lại của *Kinh pali*, vì tất cả những *Kinh pali* viết trên lá bối khi xưa đều đã bị hủy hoại.



tiếng pali
chữ **Miến Điện**
Kinh pali, khắc đá (tk 5)



tiếng prakrit
chữ **brāhmī**
cột đá Asoka (tk 3 BC)



tiếng gāndhārī
chữ **kharoṣṭhī**
Dhammapada,
vỏ bạch dương
(tk 1-3)

Sau khi đức Phật viên tịch, vào khoảng 400 trước CN, theo niên biểu được xét lại gần đây bởi các nhà Phật học, *Hội nghị Kết tập* thứ nhất được triệu tập bởi vị đệ tử lớn là *Đại Ca Diếp* tại *Rājagaha*, kinh đô xứ *Magādhā*, để cùng nhau ôn lại các lời giảng dạy của đức Phật và các giới luật. Hồi đó chưa có chữ viết, cho nên họ chỉ tụng lên để ghi nhớ, và truyền lại bằng miệng cho thế hệ sau.

Đến *Hội nghị Kết tập* thứ ba tại *Pāṭaliputtā*, kinh đô mới xứ *Magādhā*, vào giữa thế kỷ thứ 3 trước CN, tức là khoảng 150 năm sau đức Phật viên tịch, dưới sự bảo trợ của Hoàng đế *Asoka*, các tỳ kheo mới bắt đầu ghi chép lại các bài Kinh (*Sutta*), Luật (*Vinaya*) và Luận (*Abhidhamma*) trên lá bối (4).

Tại *Hội nghị Kết tập* thứ tư (mà ta có thể gọi là 4a), được tổ chức tại *Sri Lanka*, vào thế kỷ thứ nhất trước CN, chỉ giữa các tỳ kheo *Trưởng Lão Bộ* (*Sthaviravāda*). Các kinh điển được sưu tập và ghi chép lại, chia ra làm 3 Tạng (*Tripitaka*) tức là *Kinh Tạng*, *Luật Tạng* và *Luận Tạng*.

Luận Tạng, *Abhidhamma*, là phần muộn nhất, gồm những luận giải của các vị trưởng lão, gia tăng dần, cho đến khi được ngài *Buddhaghosa* (Phật Âm) vào thế kỷ thứ 5, đúc kết lại cho hoàn chỉnh, và cùng với *Thanh Tịnh Đạo Luận* (*Visuddhimagga*) do ngài biên soạn, trở thành sách tham khảo của phái *Theravāda* (nay gọi là *Nguyên Thủy*, nhưng đúng ra là *Trưởng Lão*).

Bên phía *Nhất Thiết Hữu Bộ* (*Sarvāstivāda*) thì cũng sẽ có một *Hội nghị Kết tập* thứ Tư (mà ta có thể gọi là 4b), tổ chức tại *Kashmir* vào thế kỷ thứ 2, dưới sự bảo trợ của vua *Kanishka* đệ nhất, để soạn *Abhidharma* của bộ phái đó.

Như vậy, lịch sử kết tập kinh điển cho ta thấy rõ là có một khoảng cách không thể nào tránh khỏi, giữa những « lời dạy của đức Phật » (gọi là *buddhavacana*) và những gì được ghi lại trong các Kinh và Luận *pali*.

Ngoài những sai lầm xảy ra trong khi ghi nhớ, truyền khẩu và sao chép, còn có thể có một số thêm bớt, trong một khoảng thời gian kéo dài hơn 7 thế kỷ. Ngay cả trong các Kinh *pali* cũng có Kinh « sớm » và Kinh « muộn »; những Kinh « muộn » được thêm vào sau, và dĩ nhiên không thể tin cậy được bằng Kinh « sớm ».

Còn với *Abhidhamma*, là các luận bàn, diễn giải bởi các Tổ, thì lại cần phải dè dặt hơn nữa. Chẳng hạn như trong *Thanh Tịnh Đạo Luận*, có những khái niệm đưa vào bởi ngài *Buddhaghosa* không hề giảng bởi đức Phật, như sự phân chia « 12 nhân duyên » (*dvādasanidānāni*) ra làm 3 thời, quá khứ, hiện tại và tương lai, để gắn vào với thuyết luân hồi; khái niệm « thức tái sinh » (*paṭisandhi viññāṇa*) cũng để giải thích luân hồi; và thuyết « có hành động, nhưng không có người hành động; có chèo thuyền, nhưng không có người chèo thuyền » để giải thích « vô ngã ».

Hơn nữa *Abhidhamma*, tuy mang tên rất thu hút là *Vi Diệu Pháp*, nhưng thật ra chỉ gồm có những liệt kê, xếp loại, và phân tích về tâm lý học thời xưa, phức tạp và không còn giá trị so với tâm lý học ngày nay.

Rốt cục, chỉ có một cách tới gần lời dạy đích thực của đức Phật là đối chiếu nội dung của các Kinh *pali*, và suy luận ra những điểm mạch lạc, phù hợp với nhau. Kinh *pali*, gồm 5 Bộ Kinh (*Nikāya*), chính là nơi chứa đựng tinh hoa, cốt tủy của đạo Phật, mặc dù rất dài giòng với nhiều câu lặp đi lặp lại.

3) Vì sao đạo Phật lại phân chia ra, sau khi đức Phật viên tịch, thành nhiều trường phái như vậy?

Có thể nói là sự chia rẽ Tăng già (*Sangha*) không thể nào tránh được, vì nhiều lý do.

Sau khi đức Phật viên tịch, số Tăng đoàn càng ngày càng gia tăng, và sống rải rác tại lưu vực sông Hằng và nhiều nơi khác. Mỗi năm, vào mùa an cư kiết hạ, họ không còn trở về tu học chung quanh đức Phật, cho nên tinh thần đoàn kết lỏng lẻo và phai nhạt dần.

Lối sống các Tăng đoàn và cách tôn trọng giới luật bắt đầu khác biệt, cho nên khoảng 100 năm sau khi đức Phật viên tịch, tại *Hội nghị Kết tập* thứ nhì tại *Vesāli*, có một sự bất đồng về giới luật gây nên sự phân chia ra làm hai nhóm: nhóm *Trưởng Lão Bộ* (*Sthaviravāda*), thủ cựu và khe khắt hơn về giới luật, và nhóm *Đại Chúng Bộ* (*Mahāsaṅghika*), cấp tiến và nói lỏng hơn về giới luật. Nhóm này đông hơn và gồm những tỳ kheo trẻ hơn.

Trong khi phái *Trưởng Lão Bộ* tiếp tục thu mình trong học thuật kinh điển, nghiên cứu *Abhidhamma*, thì *Đại Chúng Bộ* tỏ ra cởi mở hơn, về giới luật cũng như về thái độ đối với cư sĩ và phụ nữ. Vào thế kỷ thứ 3 trước CN, trong khi xảy ra *Hội nghị Kết tập* thứ 3 tại *Pāṭaliputtā*, *Đại Chúng Bộ* được đại diện bởi tỳ kheo *Mahadeva* (*Đại Thiên*), đưa ra 5 luận điểm biện hộ cho tính chất còn rất « người » của một vị *A La Hán* (4).

Cùng lúc đó, một trường phái phát xuất từ *Trưởng Lão Bộ* là *Nhất Thiết Hữu* (*Sarvāstivāda*), quan niệm rằng « tất cả đều có mặt, quá khứ, hiện tại, tương lai », và như vậy đặt lại vấn đề « vô thường » và « vô ngã ». Do đó, *Nhất Thiết Hữu* bị

coi là *dị giáo* (heresy) và bị đẩy về phía tây bắc, vùng *Kashmir - Gandhara*, là nơi họ sẽ phát triển mạnh trong những thế kỷ sau, và sẽ ảnh hưởng lên sự xuất hiện của *Đại Thừa*.

Đại Chúng Bộ (*Mahāsaṅghika*) sẽ tản mác đi về nhiều phía, đặc biệt phía nam và phía đông, và phân chia ra làm nhiều trường phái khác nhau. Trong các trường phái đó, có *Xuất Thế Bộ* (*Lokottaravāda*) đưa ra thuyết *Tam thân* (*trikaya*) của đức Phật, đề cao *Pháp thân* (*Dharmakaya*), tức là tính chất siêu việt, vượt không gian và thời gian của Phật, và dẫn tới sự xuất hiện của nhiều vị Phật và Bồ Tát.

Vậy thì sự phân chia đạo Phật ra thành nhiều trường phái không thể nào ánh được, vì do những đổi thay xã hội - kinh tế, có những phong trào phản kháng xuất hiện, giữa một phe bảo thủ, khắt khe về giới luật, chỉ chuyên cần vào học thuật, và một phe đòi hỏi một đạo Phật cởi mở, gần gũi với quần chúng, thay lý tưởng *A La Hán* (*arhat*) bằng hạnh nguyện *Bồ Tát* (*bodhisattva*), và có tính chất tin ngưỡng hơn.

Hai trăm năm sau khi đức Phật viên tịch, những chia rẽ đó đã trở nên trầm trọng đến nỗi các bộ phái đã phải tách rời nhau, mỗi đoàn thể đi một nơi, và tiếp tục phân chia, mỗi bên thành nhiều trường phái.

4) Có nhiều khác biệt hay không giữa triết lý đạo Phật nguồn gốc và triết lý Đại Thừa?

Đạo Phật “nguồn gốc” hay “cổ xưa” có thể định nghĩa là bắt đầu từ thời đức Phật còn tại thế tới khoảng thế kỷ thứ 3 trước CN, khi nhân *Hội nghị Kết tập* thứ 3, vị chủ trì *Mogaliputta-tissa*, biên soạn cuốn *Kathāvatthu*, trình bày hơn 200 điểm tranh luận giáo lý, nhằm xóa bỏ những quan điểm dị biệt đang nảy lên trong *Tăng già*.

Triết lý Đại Thừa (*Mahāyāna*) xuất hiện trong một khoảng thời gian dài hơn, và phức tạp hơn, vì phát xuất từ nhiều trường phái khác nhau, từ nhiều bài Kinh, Luận khác nhau, đa số bằng tiếng « *phạn tạp Phật* » (*buddhist hybrid sanskrit*). Hầu hết nguyên bản tiếng sanskrit đã bị mất, chỉ còn lại các bản dịch tiếng Hán hoặc Tây Tạng. Các Kinh điển này được dịch từ tiếng sanskrit sang tiếng Hán và truyền bá sang Trung quốc, chủ yếu qua *Con đường Lụa*, bởi các tăng sĩ gốc Ấn Độ hoặc Trung Á và tăng sĩ Trung quốc sang Ấn Độ thỉnh kinh, từ thế kỷ thứ 2 đến thế kỷ thứ 7 (5).

Các khái niệm được chuyển tải trong các Kinh Luận đó là : « *không* » (*śūnyatā*) trong Kinh *Bát-nhã Ba-la-mật-đa* (*Prajñāpāramitā*), và cuốn *Trung Luận* (*Mūlamadhyamaka-kārikā*) của ngài *Long Thọ*; « *phương tiện thiện xảo* » (*upāya kausalya*) trong Kinh *Diệu Pháp Liên Hoa* hay *Pháp Hoa* (*Saddharma puṇḍarīka*); *Như Lai tạng* (*tathāgatagarbha*) đồng nghĩa với *Phật tánh* (*buddhadhātu*), trong các Kinh *Đại Bát Niết Bàn Đại Thừa* (*Mahāparinirvāṇa*), *Thắng Man phu nhân*

(*Śrīmālādevī Siṃhanāda*), *Hoa Nghiêm* (*Avataṃsaka*), *Luận Bảo Tánh* (*Ratnagoṭravibhāga*) v.v.; *A-lại-da thức* trong các *Kinh Lăng Già* (*Laṅkāvatāra*), *Giải Thâm Mật* (*Samḍhinirmocana*), và các bộ *Luận* của trường phái *Duy Thức*; sự sùng tín *Phật A Di Đà* trong các *Kinh A Di Đà*, *Quán Vô Lượng Thọ*, v.v. Thêm vào đó còn bộ *Kinh A-hàm* (*Āgama*), tương đương với Bộ *Kinh* (*Nikaya*), nội dung rất giống *Kinh pali*, nhưng lại bị xem là thấp kém so với các *Kinh* nói trên.

Các nhà Phật học phân chia *Kinh Đại Thừa* ra làm :

- *Kinh « sớm »*, xuất hiện trước tk 2, như bộ *Kinh Bát Nhã Ba-la-mật-đa* (mặc dù theo nhà Phật học *Edward Conze*, sự biên soạn *Kinh* này kéo dài hơn 10 tk)(6); các *Kinh* nhằm giúp *niệm Phật* như *Ban Chu Tam muội* (*Pratyutpanna samādhī*); các *Kinh A Di Đà*, *Vô Lượng Thọ*; *Kinh Pháp Hoa*;

- *Kinh « muộn »* bắt đầu từ tk thứ 3, như các *Kinh* khác, chuyển tải các khái niệm *Như Lai tạng*, *Phật tánh*, *A-lại-da thức*.

Các khái niệm và *Kinh* điển đó sẽ làm nền tảng cho sự phát triển của các tông phái *Thiền Thai*, *Hoa Nghiêm*, *Tịnh Độ*, *Thiền*, và *Mật tông*, bắt đầu từ khoảng thế kỷ thứ 5 tại Trung quốc.

Thêm vào đó, còn có rất nhiều bài *Kinh* mà chính người Trung quốc cũng cho là « nghi kinh », tức là có nguồn gốc khả nghi, hoặc « ngụy kinh », tức là giả mạo, biên soạn tại Trung quốc (nhưng nên gọi là « đồ soạn » để tránh va chạm). Đó là những *Kinh 42 Chương*, *Viên Giác*, *Thủ Lăng Nghiêm* (*Śūraṅgama*, khác với *TLN tam muội*), *Địa Tạng*, *Vu Lan*, *Bách Dụ*, v.v.

Hai cuốn luận nổi tiếng : *Đại Thừa Khởi Tín Luận* (*Mahāyāna śraddhotpāda sāstra*), trước kia gán cho ngài *Mã Minh* (*Aśvaghōṣa*), và *Đại Trí Độ Luận* (*Mahāprajñāpāramitā sāstra*), gán cho ngài *Long Thọ* (*Nāgārjuna*) cũng đã được chứng tỏ là được biên soạn tại Trung quốc. Ngay cả bài *Tâm Kinh* (*Hṛdayaprajñāpāramitā*) cũng gần đây bị nhiều nhà Phật học cho biết rằng phần đầu và phần cuối được chế ra tại Trung quốc, và gán vào phần giữa dịch bởi *Kumārajīva* (7).

Đứng về mặt tư tưởng triết học, thì điều quan trọng phải nhấn mạnh là triết lý ban đầu của đức Phật là một *hiện tượng học* (phenomenology), chứ không phải là một *bản thể luận* (ontology).

Ngài nói: « Đây các Tỳ kheo, xưa cũng như nay ta chỉ nói lên sự *khổ* và sự *diệt khổ* » (*Trung Bộ Kinh*, *Majjhima-nikāya* I, 140), và mỗi khi các đệ tử đặt ra những câu hỏi siêu hình như « vũ trụ hữu hạn hay vô hạn, vĩnh cửu hay không, linh hồn sau khi chết đi về đâu, v.v. » thì ngài giữ im lặng, không trả lời. Con đường của ngài cũng là con đường « *trung đạo* » (*majjhimā paṭipadā*), tránh hai thái cực là: « tất cả vĩnh cửu » và « tất cả là hư vô » (8).

Vì vậy cho nên, khi các câu hỏi về siêu hình, về bản thể xuất hiện trở lại, và

tìm thấy trong các Kinh Đại Thừa những câu trả lời bằng: « *tự tánh* », « *Phật tánh* », « *Chân Như* », « *A-lại-da thức* », « *Sự thật Tuyệt đối* », thường còn, vĩnh cửu, vô biên... thì phải công nhận rằng những khái niệm đó chuyển tải một giáo lý mới, khác xa với giáo lý ban đầu của đức Phật. Đôi khi lại còn trái ngược lại nữa, chẳng hạn như Kinh Đại Bát Niết Bàn Đại Thừa chủ trương « *thường, lạc, ngã, tịnh* » thay vì « *vô thường, khổ và vô ngã* » !

Xét về khái niệm « *không* » trong Kinh Bát Nhã và trong các cuốn luận của ngài Long Thụ, thì thật ra, người ta - vô tình hay cố ý – dẫn tới một ngộ nhận lớn khi trình bày hai tác phẩm và tác giả này.

Thứ nhất, bài *Bát Nhã Tâm Kinh*, là bài Kinh phổ biến nhất trong các Kinh Đại Thừa, có thể gây hiểu lầm về « *không* » vì đi tới sự phủ nhận tất cả (từ 5 uẩn, 6 căn, 6 trần, 4 đế, cho đến tu tập, chứng đắc...).

Thứ nhì, *Nāgārjuna* thường bị hiểu lầm vì người ta gán cho rất nhiều tác phẩm không phải là của ngài, và phải đọc kỹ *Trung luận* mới thấy tư tưởng của ngài hoàn toàn phù hợp với đức Phật, vì đối với ngài « *không* » chính là « *không tự tánh (nisvabhāva)* » (do đó dịch *sūnyatā* là « *tánh không* » hoàn toàn vô lý, vì đã không có tự tánh thì làm gì có « *tánh không* »?), là « *vô ngã* », và cũng là « *duyên khởi* ».

Ngài cũng chủ trương « *trung đạo* » (như tên của trường phái ngài dẫn đầu là *Trung Quán, Madhyamaka*), và cũng như đức Phật, không bao giờ nói đến « *Chân lý tuyệt đối* », hay « *Chân không Diệu hữu* » như Đại Thừa muộn sau này.

Nói tóm lại, nếu theo dõi lịch sử của sự phát triển của đạo Phật, với sự phân chia ra làm nhiều trường phái, cùng với sự xuất hiện của vô số Kinh điển, sớm muộn và nguồn gốc khác nhau, thì chúng ta thấy rõ rằng triết lý Phật không thể nào đồng nhất được, mà bắt buộc phải có nhiều hướng đi, do sự diễn giải khác biệt của nhiều thế hệ tăng sĩ, ở nhiều thời điểm khác nhau. Sự khác biệt rõ rệt nhất là giữa giáo lý nguồn gốc và các giáo lý Đại Thừa, tách rời nhau ra trong khoảng thời gian 7 thế kỷ.

Xưa kia Thầy tôi, cố Hoà thượng Thích Thiện Châu, có dặn : « Học Phật phải biết phân biệt Kinh nào là *Kinh Phật*, Kinh nào là *Kinh Tổ*, đâu là giáo lý của *Phật Thích Ca*, đâu là giáo lý của các *Tổ* » (9).

Nhìn theo lịch sử thì mới thấy rõ những thay đổi, biến chuyển về kinh điển và giáo lý trong không gian và thời gian. Trộn lẫn các giáo lý xuất hiện vào thời điểm khác nhau, để cố giảng một đạo Phật đồng nhất, thì cũng không khác gì đọc một bản đồ hai chiều, mà không thấy chiều thứ ba, chiều cao thấp, tức là chiều thời gian!

Tuy nhiên, nếu nhìn dưới khía cạnh tâm lý, để thông cảm lẫn nhau, thì chúng ta có thể hiểu rằng tất cả những cố gắng thích hợp giáo lý Phật với hoàn

cảnh xã hội-văn hóa, chỉ là những « *phương tiện thiện xảo* » (*upāya kausalya*) mà các Tổ đặt ra thôi. Chung qui cũng chỉ để nhằm một mục đích: làm sao cho con người bớt phiền não, lo lắng, buồn rầu, và thêm thanh thản, phấn khởi, an vui...

II . Về khía cạnh khoa học

Các học giả Tây phương đều công nhận rằng đạo Phật là tôn giáo phù hợp với khoa học nhất. Người ta thường nhấn mạnh vào tinh thần khoa học của đạo Phật, và đạo Phật cũng có thể nhìn như một khoa học, một tâm lý học.

Vì đầu tiên, đạo Phật dựa lên « *trí tuệ* » chứ không dựa lên « *đức tin* », đồng thời có tính chất thực dụng và thực nghiệm, cũng như khoa học.

Sau đó, đạo Phật là một *hiện tượng học*, chỉ đặt trọng tâm vào sự khổ đau, cũng như khoa học chỉ nghiên cứu các hiện tượng.

Nếu theo luật gọi là « *3 giai đoạn lý thuyết* » của nhà xã hội học Pháp *Auguste Comte* (thế kỷ thứ 19) phân chia ra : giai đoạn thứ nhất là *thần học* (dựa lên hư cấu); giai đoạn thứ 2 là *siêu hình* (dựa lên trừu tượng); và giai đoạn thứ 3 là *khoa học* (dựa lên thực nghiệm), thì chúng ta có thể nghĩ rằng đạo Phật cách đây 25 thế kỷ đã đến giai đoạn thứ 3, *khoa học*, trong khi các tôn giáo khác vẫn còn ở trong hai giai đoạn đầu, *thần học* và *siêu hình*.

Xét cho cùng đạo Phật là một *tâm lý học ứng dụng* và một *tâm lý trị liệu*, và đức Phật có thể được xem là một vị *thầy thuốc* về tâm bệnh.

« *4 Sự Thật cao quý* » chính là một phương pháp y học : « *khổ* » là chẩn đoán bệnh, « *tập* » là nguyên nhân bệnh, « *diệt* » là khỏi bệnh, và « *đạo* » là đơn thuốc. Người bệnh phải tự mình đi theo con đường chữa bệnh, tức là uống thuốc, và vị thầy thuốc chẩn đoán và kê toa chính là đức Phật.

1) Thiền định và khoa học thần kinh

Thiền định là một phương pháp luyện tâm để giải thoát khỏi phiền não, lậu hoặc, dựa lên « *chánh định* » (*samma-samādhi*) và « *chánh niệm* » (*samma sati*) trong « *8 chánh đạo* », và dạy bởi đức Phật trong hai *Kinh Tứ Niệm Xứ* (*Satipaṭṭhāna*) và *Niệm Hơi Thở* (*Ānāpānasati*).

Phương pháp này được dùng trong mọi trường phái, *Nguyên Thủy*, *Thiền tông*, cũng như *Kim Cương Thừa*, nhưng trải qua bao nhiêu thế kỷ, người ta vẫn không biết tác dụng của nó thực sự ra sao.

Tại Tây phương, sự hiểu biết thật sự về não bộ mới bắt đầu từ đầu thế kỷ 20 với sự khám phá của nơ rôn, cho đến cuối thế kỷ 20 mới có những phương tiện chẩn đoán hình ảnh và thăm dò chức năng chính xác và hữu hiệu, cho thấy rõ hơn sự vận hành của hệ thần kinh.

Từ khoảng 3 chục năm nay, sự hiểu biết về tác dụng cũng như về cơ chế hoạt động của thiền định đã tiến bộ rất nhiều, nhờ hai sự kiện :

- Sự áp dụng phương pháp « *chánh niệm* » (*mindfulness*) trong y khoa, trên các bệnh liên quan đến stress (MBSR) bởi GS *Jon Kabat-Zinn* tại ĐH *Massachusetts*, với kết quả tốt được kiểm chứng bởi khoa học. Áp dụng trên các rối loạn chức năng khác, các phương pháp này được gom lại chung dưới tên MBI, *mindfulness-based intervention*, và được giảng dạy tại các Trường Đại học Y khoa và áp dụng tại các bệnh viện mọi nơi trên thế giới.

- Sự thành lập năm 1987 của Viện « *Mind and Life* », tụ họp nhiều nhà khoa học thần kinh và tâm lý học chung quanh đức *Đạt Lai Lạt Ma*, đã thúc đẩy mạnh nghiên cứu khoa học thần kinh về thiền định.

Kết quả các nghiên cứu khoa học cho thấy thiền định có tác dụng tốt:

- về mặt nhận thức (*cognitive*), thiền gia tăng hiệu suất chú ý và xử lý thông tin,

- về mặt cảm xúc (*affective*), gia tăng cảm xúc tích cực (như vui vẻ, lạc quan) và giảm cảm xúc tiêu cực (như lo lắng, bi quan).



Về lâu dài, thiền định đưa tới những thay đổi cấu trúc của não (gia tăng bề dày vỏ não và chất xám ở một số nơi, cũng như các bó sợi liên kết giữa các vùng), và làm chậm đi sự lão hóa của não

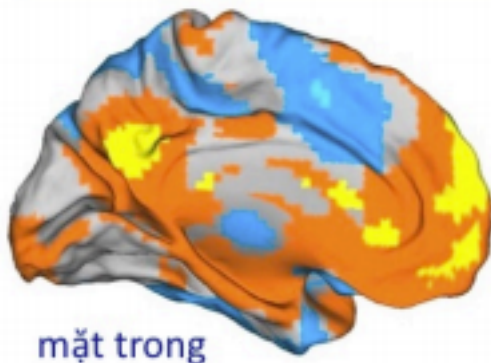
Ngoài ra, thiền định cũng có một số tác động sinh lý tổng quát tốt, như sự điều hoà hệ thần kinh thực vật, giảm *cortisol* trong máu, gia tăng miễn dịch, nhờ sự giảm stress.

Nghiên cứu cũng cho thấy các tác dụng tích cực này tương đối sớm và dài hạn, và các buổi thiền cũng không cần kéo dài quá nửa tiếng, nhưng phải đều đặn.

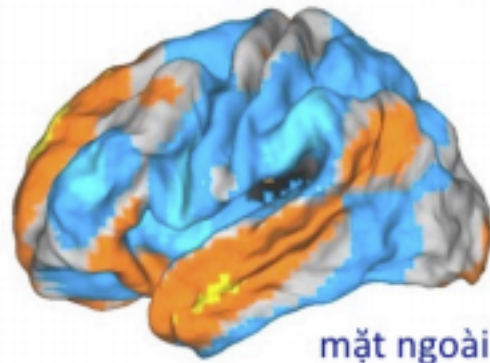
Cơ chế tác dụng của thiền định mới được hiểu rõ hơn từ khoảng 15 năm nay, nhờ những tiến bộ của khoa học thần kinh.

Vào khoảng năm 2000, nhà thần kinh học Mỹ *Marcus Raichle* phát hiện ra một mạng lưới nơ ron, gọi là « mạng chế độ mặc định » (*default-mode network*, DMN), hoạt động trong khi tâm trí có vẻ đang nghỉ ngơi, nhưng thật ra đang sao lãng và chạy lang thang, với nhiều tưởng tượng về quá khứ, tương lai (10). Mạng lưới này tương phản với một mạng nơ ron khác là « mạng tác vụ tích cực » (*task positive network*, TPN), và DMN ngưng hoạt động khi TPN, điều khiển sự chú ý, kích hoạt.

- ▶  « Mạng chế độ mặc định » (default-mode network, DMN) (≈ 2000) : tâm lang thang (*mind-wandering*)
- ▶  « Mạng tác vụ tích cực » (task-positive network, TPN) : chú tâm vào một việc



mặt trong



mặt ngoài

Người ta nhận xét rằng khi tâm lang thang (*mind-wandering*) do DMN hoạt động quá độ, thì thường xuất hiện những cảm xúc tiêu cực, như lo lắng, trầm cảm. Ngược lại, trong khi hành thiền « *chánh niệm* », thì sự chú ý tới hiện tại do hoạt động của TPN, làm tâm hết lang thang và mang lại bình thản, an lạc (11).

Như vậy thiền tập tức là tập quen điều khiển sự chú ý, không để tâm lang thang quá độ, với những hậu quả tiêu cực của nó. Và cũng như các thiền sư đã dạy, thiền định không phải là chỉ trong khi ngồi thiền, nhưng mà trong mọi giây phút trong ngày, tức là giữ tâm trong « *chánh niệm* » (*samma-sati*), trong mỗi tư tưởng, lời nói, hành động của mình.

Điều khá lý thú là người ta cũng mới khám phá ra một hoạt động của não gọi là « ý thức về ta » (*self-awareness*), sự « qui chiếu về ta » (*self-reference*) hay sự « lo lắng về ta » (*self-preoccupation*), cũng thuộc vào mạng lưới DMN, với hai vùng giữa hai bán cầu não là « vỏ trước trán giữa » (medial prefrontal) và « vỏ đai sau » (posterior cingular)(12). Cũng như DMN, hoạt động này tắt khi tâm chú ý, với sự hoạt động của TPN. Như vậy, thiền định là một phương pháp hữu hiệu để giúp mình giảm bớt cái ngã đi, quên bớt cái ngã của mình đi.

2) Kinh nghiệm « *đốn ngộ* »

Một đề tài nữa đang được nghiên cứu bởi khoa học thần kinh là kinh nghiệm « *đốn ngộ* » thường được kể lại trong *Thiền tông*.

Chẳng hạn như sau một thời gian ôm ấp « *công án* », hay bị một cú sốc tâm

lý (khi bị người Thầy la hét, véo mũi, phang hèo), hay bất chợt nghe một tiếng động, hành giả bỗng nhiên cảm thấy mình như bừng sáng, xuất thần, thấy trọn vẹn sự thật, không thể diễn tả được, và cách nhìn về cuộc đời bị đảo lộn hẳn. Kinh nghiệm đó rất ít người trải nghiệm, và đến tận gần đây vẫn chưa nhận được giải thích thỏa đáng.

Thật ra, các hiện tượng huyền bí đột biến này, thường không tiên đoán được trước, và gây nên một ấn tượng kỳ bí, không phải là đặc thù của *Thiền tông*, của đạo Phật hay một tôn giáo nào khác.

Người ta có thể gặp nó trong trạng thái *samādhi* của Ấn Độ giáo, sự xuất thần thần bí (*mystic ecstasy*) trong Do Thái giáo, Ky Tô giáo, Hồi giáo *Soufi*, hay sau một khám phá triết học hay khoa học phi thường. Nó gần với các trạng thái lên đồng, xuất thần *shamanic*, hoang tưởng do thảo dược hay thuốc gây nên ảo giác, hay trạng thái gọi là « *cận tử* » (*near death experience, NDE*).

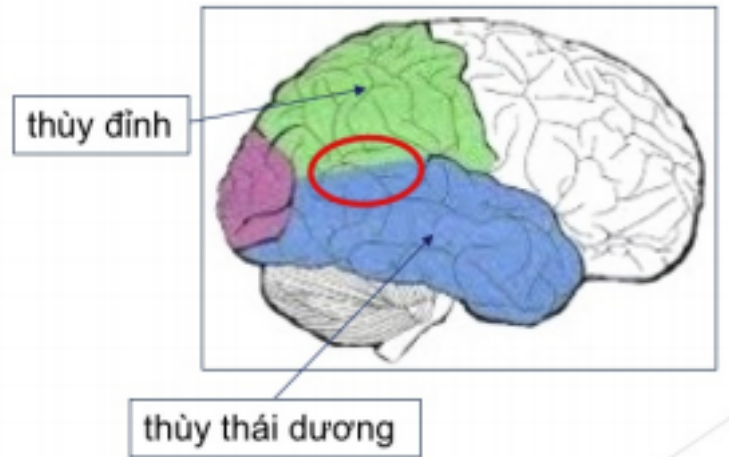
Khuyh hướng hiện nay của các nhà khoa học thần kinh là diễn giải kinh nghiệm « *đốn ngộ* » như một hiện tượng thần kinh/tâm lý đặc biệt, khá phổ biến và không đặc thù.

Các nhà khoa học hiện nay gom lại các kinh nghiệm thần kinh/tâm lý đó dưới tên là « *trạng thái biến đổi tâm thức* » (*altered consciousness states*), mặc dù chắc hẳn có nhiều khác biệt giữa các trạng thái đó (13).

Trong một thí nghiệm chụp hình và đo bằng SPECT-scan các hoạt động não bộ của một số tu sĩ Phật giáo và Ky Tô giáo trong khi thiền định hoặc cầu nguyện, hai nhà thần kinh học *Andrew Newberg* và *Eugene d'Aquili* đã phát hiện một số thay đổi chức năng xuất hiện đột ngột tại vùng « *vỏ não đỉnh sau* » (*posterior parietal*), đồng thời với cảm giác đặc biệt của các vị tu sĩ này như « *hòa đồng với vũ trụ* », hoặc trở thành « *đồng nhất với Tuyệt đối* », không còn biên giới với chung quanh. Họ đã đề nghị gọi trạng thái đó là « *kinh nghiệm đồng nhất tuyệt đối* » (*absolute unitary being*)(14).

Một điểm chung của các « *trạng thái biến đổi tâm thức* » đó là cảm tưởng « *xuất hồn, thoát ra ngoài cơ thể* ». Đó cũng là kinh nghiệm (gọi là « *cận tử* » (*near death experience*), kể lại bởi một số bệnh nhân sau một cuộc gây mê, hoặc sau khi bị *coma* do tim ngừng đập. Khoảng 10% những người đã bị tim ngừng đập kể lại kinh nghiệm này, tức là cảm thấy mình bay bổng, lơ lửng trên cao, và nhìn thấy thân mình nằm trên giường bệnh, giữa các bác sĩ và điều dưỡng.

Nhân khi nghiên cứu một số bệnh nhân bị tổn thương nơi *thùy thái dương* (*temporal*), nhà thần kinh học Thụy sĩ *Olaf Blanke* phát hiện rằng một tổn thương hay sự kích thích bằng điện tại một vùng giữa *thùy đỉnh* (*parietal*) và *thùy thái dương* bên phải, là nơi qui tụ các thông tin về vị trí cơ thể trong không gian, dẫn tới cảm tưởng « *xuất hồn* » ra ngoài cơ thể (15).



Khoa học về tâm thức đang có những bước tiến khổng lồ: ngay cả những cảm nhận vô cùng kỳ bí cũng bắt đầu được xác định là do các phản ứng lý-hóa thần kinh (16).

Khoa học cũng mang lại mỗi ngày một thêm bằng chứng là *tâm* và *não* là một, cũng như hai mặt của một thực tại, chứ không thể tách rời nhau được. Cũng như theo *cơ học lượng tử*, một đối tượng vật lý có thể xuất hiện với tính chất *sóng* và hoặc với tính chất *hạt*, tùy theo góc độ nhìn, *tâm-não* cũng có thể xuất hiện dưới dạng *tâm* hoặc *não*, tâm một cách chủ quan, và não một cách khách quan.

Kết luận

Giáo lý đức Phật rất trong sáng, giản dị và thiết thực, có thể thu tóm lại trong : « 3 pháp ấn (vô thường, vô ngã, khổ) », « 4 sự thật (khổ, tập, diệt, đạo) » trong đó có « 8 chánh đạo », « 3 môn học (giới, định, huệ) » và « lý duyên khởi ».

Người đời sau tiếp tục diễn giải, bồi đắp lớp này trên lớp nọ, gây thêm phức tạp, rắc rối, khiến cho người học Phật nhiều khi hoang mang, như lạc vào rừng rậm, hay mê hồn trận.

Nhìn triết lý Phật dưới khía cạnh lịch sử và khoa học sẽ giúp chúng ta :

- gạt bỏ các chuyện thần bí, hoang đường, cổ hủ,
- phân biệt các kinh điển tùy theo thời đại, và
- chỉnh sửa lại một số nhận thức sai lầm về triết lý ban đầu của đức Phật và về sau của các Tổ,
- đồng thời hiểu rõ hơn được tác dụng của thiền « *chánh niệm* » trong đời sống hàng ngày.

Có như vậy mới đóng góp được vào công cuộc hiện đại hóa đạo Phật và đem đạo Phật đi vào cuộc đời, trong một thế giới đầy nhiễu nhương, tao loạn, đang cần đến những giá trị tâm linh trong sáng, bao dung và thiết thực.

Trịnh Đình Hỷ

(trình bày ngày 26/06/2021 tại Webinar
tổ chức bởi Trung Tâm CASED/DEPOCEN)

Tài liệu tham khảo và chú thích

1) Richard Gombrich

Introduction - L'arrière-plan du bouddhisme

in *Le monde du bouddhisme (The World of Buddhism)*, Richard Gombrich & Heinz Bechert, Thames & Hudson Ltd, Londres, 1984

2) Chemparathy G.

La philosophie hindoue

in *Histoire universelle des philosophies et des philosophes, (De verbeelding van het denken)*, Jan Bor, Errit Petersma, Jelle Kingma, Flammarion, Paris, 1997

3) Indo-Aryan languages (Encyclopædia Britannica Online)

<https://www.britannica.com/topic/Indo-Aryan-languages>

4) Edward Conze

Buddhism – Oxford, Bruno Cassirer Ltd, 1951

(*Le bouddhisme, dans son essence et son développement*
Edit. Payot & Rivages, 1952, 1970, 1978, 1995)

5) Paul Williams

Mahāyāna Buddhism: The Doctrinal Foundations – 2nd edit

Routledge, 1989-2009

6) Nguồn gốc của bộ Kinh *Bát Nhã Ba La Mật Đa (Prajñāpāramitā Sūtra)* chưa được rõ ràng, nhưng rất có thể nảy sinh từ miền trung và miền nam, và sau đó phát triển tại vùng tây-bắc Ấn Độ (Gandhara, Kashmir) và Trung Á (Khotan), như đa số các Kinh Đại Thừa. Edward Conze, một nhà Phật học uyên thâm về Kinh *Bát Nhã*, phân biệt 4 thời kỳ phát triển của bộ Kinh này, kéo dài hơn 10 thế kỷ: từ 100 trước CN tới 100 sau CN là giai đoạn hình thành phần cơ bản của Kinh (*Aṣṭasāhasrikā*, 8000 giòng và *Ratnaguṇasaṃcaya*, bằng văn vần); trong 200 năm sau, phần cơ bản này được tăng cường mạnh mẽ, với các Kinh *Aṣṭadaśasāhasrikā*, 18000 giòng, *Pañcaviṃśatisāhasrikā*, 25000 giòng, còn gọi là *Mahāprajñāpāramitā (Đại Bát Nhã)*, và *Śatasāhasrikā*, 100000 giòng (dài nhất, 600 cuốn). Trong 200 năm tiếp theo, cho tới 500 sau CN, các ý tưởng căn bản được đúc kết lại thành những bài Kinh ngắn (*Kim Cương, Vajracchedikā*, và *Tâm Kinh, Hṛdaya*). Tuy nhiên các nhà Phật học Nhật Bản cho rằng Kinh *Kim Cương* xuất hiện sớm hơn nhiều, ngược lại với *Tâm Kinh* xuất hiện muộn hơn (tk 6?). Trong giai đoạn cuối (600-1200 sau CN), ảnh hưởng của *Mật tông (tantrism)* bắt đầu thấy rõ, với sự thâm nhập bởi các câu chú (*mantra*).

7) The Heart Sūtra: a Chinese apocryphal text? - Jan Nattier (1992).

Journal of the International Association of Buddhist Studies. 15 (2) 153-223

8) Kinh *Kaccāna-gotta* (trong Tương Ứng Bộ, *Saṃyutta Nikāya*) và Kinh *Kātyāyana gotra* (trong Tạp A Hàm, *Samyuktāgama*): « Thế giới này thường hướng về hai quan điểm: mọi sự vật hiện hữu (vĩnh cửu) và mọi sự vật không hiện hữu (hư vô). Tránh xa hai thái cực này, *Như Lai* giảng dạy cho ông con đường *trung đạo*. Đó là lý *duyên khởi* ».

9) Trịnh Đình Hỷ

Giáo lý giảng bởi Thầy Thiện Châu – Trang Trúc Lâm Thiền Viện

<http://www.truclamthienvien.fr/index.php/tailieu/201-giao-ly-gi-ng-b-i-th-y-thi-n-chau>

10) Marcus E. Raichle, and Abraham Z. Snyder A default mode of brain function: A brief history of an evolving idea

NeuroImage 37 (2007) 1083–1090

11) Véronique A. Taylor, Véronique Daneault, Joshua Grant et al.

Impact of meditation training on the default mode network during a restful state *Social Cognitive and Affective Neuroscience* 8(1), March 2012

12) Christopher G. Davey, Ben J. Harrison

The brain's center of gravity: how the default mode network helps us to understand the self

World Psychiatry 17:3 - October 2018, pp. 278-279

13) Dieter Vaitl, Niels Birbaumer, John Gruzelier et al.

Psychobiology of Altered States of Consciousness

Psychological Bulletin 2005, Vol. 131, No. 1, 98–127

14) Andrew Newberg, Eugène d'Aquili

Pourquoi "Dieu" ne disparaîtra pas – Quand la science explique la religion

Édit. Sully (2003)

15) Blanke O., Landis T., Spinelli L. et al.

Out-of-body Experience and Autoscopy of Neurological Origin

Brain, 127 Pt 2) :243-258

16) Jean-Pierre Changeux

L'homme de vérité

Edit. Odile Jacob, 2002