

TƯ DUY HƯỚNG NỘI CỦA PHẬT GIÁO VÀ VAI TRÒ CỦA NÓ TRONG TƯ DUY CỦA NGƯỜI VIỆT

HOÀNG THỊ THƠ (*)

Theo bài viết, tư duy hướng nội của Phật giáo không chỉ là một sản phẩm đặc thù của lịch sử tư duy Ấn Độ, mà còn là một trong những đặc trưng nổi bật của tư duy phương Đông. Thực chất của tư duy hướng nội là sự nhận thức hướng vào trong, để tâm tĩnh lặng và nhờ đó, “thấy được sự vật như chúng tồn tại”. Đó chính là cơ sở của giáo lý giải thoát của Phật giáo. Đồng thời, bài viết chỉ ra rằng, do Việt Nam tiếp thu Phật giáo khá sớm nên sự ảnh hưởng của tư duy hướng nội tới tư duy người Việt trong lịch sử là khá đậm nét và phổ biến, từ giới Phật học tới giới trí thức phong kiến và tầng lớp bình dân ở Việt Nam.

Tư duy hướng nội của Phật giáo là một sản phẩm đặc thù của lịch sử tư duy Ấn Độ từ thời Cổ - Trung đại, đồng thời là một trong những đặc trưng nổi bật của tư duy phương Đông. Phật giáo ra đời khi Ấn Độ đã có một nền tảng triết học và tôn giáo bề thế với lịch sử hơn 1500 năm trước CN và đã chuyển sang giai đoạn tư duy thứ ba, nghĩa là vượt qua các giai đoạn ① *thần (huyền) thoại* và ② *thần quyền* để đến giai đoạn ③ *nhân bản*, tức là đến giai đoạn bắt đầu giải thiêng, giải thần quyền và chuyển dần sang lấy con người làm trung tâm.

Như vậy, ngay từ đầu, Phật giáo “nguyên thủy” không còn là hệ tư duy “nguyên thủy” với tư cách sơ khởi của văn minh loài người. Thậm chí, có thể nói, *Phật giáo có tư duy triết học trước khi hoàn chỉnh tư duy tôn giáo*. Nhờ vậy, tư duy hướng nội của Phật giáo không còn ở trình độ thấp, mà đã vượt qua giai đoạn cảm tính, bản năng đơn giản. Vậy, thực chất tư duy hướng nội của Phật giáo là gì? Việt Nam là một trong những nước du nhập Phật giáo từ rất sớm và do đó, cũng tiếp thu đặc trưng tư duy này của Phật giáo. Vậy, ảnh hưởng của loại tư duy này

trong tư duy và lối sống của người Việt Nam trong lịch sử và hiện nay ra sao?

1. Tư duy hướng nội của Phật giáo

Trong kinh điển Phật giáo, đặc biệt là trong Phật học và Thiền học, thuật ngữ “*nội quán*” (*vipassana*) là một khái niệm chuyên chỉ tư duy hướng nội, có từ thời đức Phật. Người đã tiếp thu và phát triển phương thức tư duy hướng nội này từ truyền thống Bà La Môn giáo - một tôn giáo thần quyền của Ấn Độ. Ngày nay, phương thức tư duy hướng nội của Ấn Độ vẫn tồn tại trong các khóa tu tập cũng như trong các sách chuyên luận về thiền (*Dhyana, Zen, Ch'an, Meditation*) và Yoga, hay trong *Kinh Yoga (Yoga Sutra)* nổi tiếng của Ấn Độ do Patanjali biên tập từ thế kỷ thứ II sau CN. Nhiều tôn giáo phương Đông cũng thực hành phương thức này trong tu luyện, như Bà La Môn giáo (Ấn Độ giáo), Mật giáo Tây tạng, Đạo Lão, Phật giáo.

Nội quán được thể hiện một cách có hệ thống trong giáo lý Phật giáo. Có thể nói, toàn bộ giáo lý Phật giáo là một “tập kỳ

(*) Tiến sĩ, Trưởng phòng Triết học phương Đông, Viện Triết học, Viện Khoa học xã hội Việt Nam.

đại thành” có hệ thống về con người như *một chỉnh thể hướng nội/nội quán*. Trước hết, Phật giáo quan niệm con người là *con người - khổ* với những quy định tâm - sinh lý (dục vọng, ngu dốt) từ bên trong. Để diệt được khổ phải hướng vào bên trong để diệt nguyên nhân của khổ trong mỗi người. *Tứ diệu đế* quyết định hướng tư duy của toàn bộ giáo lý Phật giáo là *con người hướng nội*. Trong đó, bản thể của vũ trụ gắn liền với bản thể con người ở tầm phổ quát qua các phạm trù: *duyên khởi, vô thường* và *vô ngã*.

Cả ba phạm trù này đều phản ánh nguồn gốc, bản chất và quy luật *không* (tức *duyên khởi, vô thường, vô ngã*) của sự vận động của con người. *Không* không có nghĩa là trống không, mà là không có một thuộc tính hay sự vật riêng biệt, bất biến, vì chúng chỉ tồn tại thật trong các quan hệ (*duyên khởi*) có tính tương đối, nhất thời của các yếu tố tạo nên chúng. Do tồn tại của vũ trụ cũng như con người là sự hình thành, biến đổi, thay thế các quan hệ, nên chúng không có thuộc tính bất biến và do vậy, chúng là *“vô thường”*. Trên cơ sở đó, Phật giáo khẳng định bản thể người là *không*, tức *vô ngã*; vì đó chỉ là sự hợp tan trong quan hệ của các yếu tố (vật chất và tinh thần) trong các điều kiện (ngẫu nhiên, cần và đủ), nên nguồn gốc khổ đau của con người chính là do không hiểu quy luật phổ quát của vũ trụ, không hiểu con người cùng các quan hệ của nó luôn vận động, biến đổi (*vô thường*), mà cứ tưởng là có một *ngã/ta* đích thực tồn tại vĩnh viễn. Ý nghĩa tôn giáo ở đây là, khi con người giác ngộ được bản chất vô thường của vũ trụ, của tồn tại cũng như vô ngã của chính mình thì tức là đã giác ngộ được nguồn gốc của khổ và từ đó, chủ động; tự giác thoát được khổ.

Tứ diệu đế của Phật giáo gồm bốn

phần. *Khổ đế* chỉ ra các loại khổ, đó là: cái khổ tự nhiên do chính tồn tại có *tính vô thường* của con người quy định, như *sinh, lão, bệnh, tử*; cái khổ do tâm - sinh lý, ý thức của con người có tính xã hội quy định, như *ái biệt ly, cầu bất đắc, oán tăng hội*; cái khổ do tính duyên khởi của các yếu tố (ngũ uẩn) hợp nên, gọi là *ngũ uẩn xí thịnh khổ*. Theo *Khổ đế*, tất cả mọi người đều bình đẳng với nhau về nỗi khổ. Phàm đã là người thì đều khổ, không có sự loại trừ về đẳng cấp, xuất thân hay dân tộc. Đó là cái khổ bị quy định từ bên trong và do vậy, khi con người ta càng hướng ra ngoài để khẳng định cái *ta/ngã* thì càng khổ, càng hướng ra ngoài để tìm kiếm, thỏa mãn *tham, sân, si*, thì càng chuốc thêm khổ. Cho nên, để diệt được khổ (*vô vi, tự tại, giải thoát*), người ta phải trở vào bên trong chính mình (*hướng nội/nội quán*).

Tập đế phân tích căn nguyên của khổ rằng, chính vì tư duy, ý thức phụ thuộc vào, chấp vào hình thức bên ngoài, nên con người không tự giác về bản chất đích thực của mình là *vô ngã*. Vì bám vào hình thức bên ngoài, nên con người thường nhầm lẫn (*vô minh*) tưởng có một *ta/ngã* đích thực. Một khi con người hướng ra ngoài thì ngay lập tức vướng vào các nghiệp (*thân, khẩu, ý*), tạo nên chuỗi các nguyên nhân gây ra khổ. Chuỗi nguyên nhân gây nên quả khổ đó được khái quát thành *“Thập nhị nhân duyên”*(1).

Từ đó, *Diệt đế* chỉ ra rằng, con người cần phải hướng vào bên trong để diệt nguồn gốc của khổ, đó là diệt vô minh và dục vọng từ trong tâm tưởng. Diệt được vô minh và dục vọng là đạt tới giải thoát.

(1) *Thập nhị nhân duyên* gồm: vô minh, hành, thức, danh sắc, lục xứ, xúc, thụ, ái, thủ, hữu, sinh, lão, tử.

Tiếp đó, *Đạo đế* phân tích con đường hướng nội đúng đắn và khả thi để đi tới giải thoát, đó là sự kết hợp tu *giới - định - tuệ* trong tám bước liên hoàn hướng nội, gọi là *Bát chính đạo*(2). Đây là một hệ thống *hướng nội* kết hợp tu dưỡng thân tâm không tách rời tu dưỡng *trí tuệ*, *đạo đức* và *niềm tin* theo quy trình trở về bên trong, trở về cái ban đầu của mọi cái, đó là trở về *vô ngã*, trở về *không*.

Có thể nói, quan niệm giải thoát của Phật giáo là nhất quán con đường *hướng nội*. Trên con đường đó, mỗi người tự *quay trở vào* nhận thức về khả năng, căn cơ, trình độ của bản thân để tự đi, tự tới đích, chứ không nhờ sự ban ơn, cứu vớt của đấng siêu nhân nào. Một khi *giác ngộ* bản chất đích thực của mình, con người sẽ *tự giác* tránh xa *ái dục* và các căn nguyên tạo nên *nghiệp báo* và *luân hồi*, đó cũng là đích cuối cùng của con đường giải thoát.

Giáo lý giải thoát Phật giáo dựa trên cơ sở lý luận nhận thức về hai loại chân lý và hai con đường nhận thức chân lý. Phật giáo cho rằng, có hai con đường nhận thức: *hướng ngoại* và *hướng nội*, với hai loại chân lý: *chân lý tương đối* và *chân lý tuyệt đối*. Con đường thứ nhất là con đường của nhận thức thông thường (*hướng ngoại*), thường dựa vào kinh nghiệm và khái niệm về thế giới hiện tượng bên ngoài. Song, do bề ngoài luôn vận động và biến đổi theo quy luật *vô thường* nên con đường đó chỉ có thể tiệm cận vô cùng tới thực tại, chỉ nắm bắt được *chân lý tương đối*.

Ngược lại, con đường thứ hai, hướng vào trong để trở về tâm tĩnh lặng đến lúc không còn cảm giác về thân nữa, không còn cảm thọ nữa, cũng không còn tưởng nữa, mọi hoạt động của tâm thức đều ngưng nghỉ (*vô niệm*, hay *tịnh*, *chỉ*), được

gọi là *"nội quán"*. Khi đó, trực giác bừng sáng và nắm bắt trực tiếp được tồn tại, tức là giác ngộ được chân lý tuyệt đối. Phật giáo ý thức được rằng, sự phân đôi chủ - khách là chia chẻ, giết chết thực tại và do đó, không thể nhận thức được thực tại như là chính nó, là "khi thế giới với mọi thứ phân hai chưa bắt đầu hình thành"(3). Phật giáo khẳng định *nội quán* là phương thức khả thi nhất làm cho *tâm bình lặng*, "nhờ tâm bình lặng mà nhìn thấy được sự vật như chúng tồn tại... tâm bình lặng thì dục vọng, tham đắm do thế giới khách quan gây ra cũng không chi phối được tâm"(4), tức đạt tới giải thoát.

Tư duy hướng nội của Phật giáo nguyên thủy được phát triển liên tục qua hai trường phái triết học Đại thừa là phái Duy thức (*Hữu luận*) và phái Trung quán (*Không luận*) với những vấn đề cơ bản về bản chất, đối tượng và con đường của *thức*. Phái Duy thức phát triển nguyên lý *tính không* về bản thể nguyên sơ của *vô thức*(5) trên cơ sở bảo tồn triết lý *duyên khởi* trong *Thập nhị nhân duyên* mà đức

(2) Bát chính đạo gồm: *chính kiến*, *chính tư duy* là quá trình con người rèn luyện để nắm được một cách đúng đắn bản chất của mình là *vô ngã*, nguyên nhân của *khổ* là *vô minh*; từ đó, có định hướng rèn luyện lời nói đúng đắn: *chính ngữ*; đến hành động, việc làm đúng đắn: *chính nghiệp*; lối sống đúng đắn: *chính mệnh*; và luôn kiên trì, không ngừng tiến bộ: *chính tinh tấn*; để gạt bỏ hết mê lầm, nguyên nhân dẫn tới đau khổ: *chính niệm*; nhằm đạt tới trạng thái giác ngộ về *vô ngã*: *chính định*.

(3) Daisets Teitaro Suzuki. *Thiền* (người soạn dịch: Thuận Bạch), Nxb TP. Hồ Chí Minh, 2000, tr.234.

(4) *Trường Bộ Kinh (Digha-Nikaya)* (người dịch: Thích Minh Châu), Viện Đại học Vạn Hạnh xuất bản, Sài Gòn, 1972, tr.56-57.

(5) Theo phái Duy Thức tông, A lại gia thức là trạng thái tiềm tàng vắng lặng cho 7 thức (5 giác quan, ý thức và mặt na thức) của mỗi người. Nói cách khác, A lại gia thức chứa đựng mọi mầm mống cho các hiện tượng tinh thần và tồn tại. Mọi điều diễn ra trong thế giới đều có sẵn căn nguyên trong A lại gia thức.

Phật đã chỉ ra. Theo đó, *thức* cũng chỉ là sự kết hợp tạm thời của nhiều yếu tố trong các điều kiện (*nhân duyên*) nhất định. Phái Duy thức chủ trương đối tượng của thức là A lại gia thức, tức là vô thức, vô niệm. Con đường nhận thức là trở về với A lại gia thức vốn có bên trong, chứ không phải thế giới bên ngoài chủ thể nhận thức. Do vậy, phái này tiếp tục phát triển phương pháp tu luyện nội tâm của Yoga với mục tiêu tu luyện năng lực trực giác bằng nội quán, trở về tối tận A lại gia thức.

Phái Trung quán khai thác và phát triển chủ đề *thức* tập trung vào vấn đề khả năng và con đường nắm bắt chân lý. Xuất phát từ triết lý duyên khởi, phái Trung quán khẳng định rằng, để nắm bắt được bản chất tối hậu của tồn tại là *không* thì con người phải thoát khỏi thói quen nhận thức hướng ngoại, không được nương vào ngôn ngữ, khái niệm và kinh nghiệm, mà phải trở vào bên trong vắng lặng của vô thức, tại đó *trực giác* (tức *Bát nhã*; Pali: *Prajna*) sẽ bừng giác ngộ được tồn tại đích thực. Phái Trung quán tiếp tục khẳng định có hai chân lý: *chân lý tương đối* là khả năng nắm bắt tồn tại qua hình thức bên ngoài, nhưng hình thức là cái luôn vận động, biến đổi theo quy luật vô thường, cho nên nó không thể phản ánh đúng bản chất đích thực, tối hậu của tồn tại; *chân lý tuyệt đối* là khả năng nắm bắt tồn tại đích thực đằng sau hiện tượng bằng trực giác (*Bát nhã*). Con đường của trực giác là trực tiếp, không phụ thuộc vào hình thức, ngôn ngữ, suy lý, mà trở lui, lợi ngược dòng tâm thức, cho tới vô niệm, vô thức. Như vậy, con đường nhận thức là đi ngược, theo cách hiểu về *học* của phương Đông là “học cho đến vô học!”.

Đỉnh cao tư duy nội quán của Phật giáo được thể hiện ở Thiên tông Đại thừa

của Trung Quốc. Đó là sự tiếp thu tổng hợp cả hai trường phái Duy thức và Trung quán của Phật giáo Ấn Độ, đồng thời kết hợp thêm Đạo của Lão - Trang để thể hiện thành nguyên tắc nhận thức độc đáo “*vô chấp*”, “*vô trụ*”, “*vô trú*” trong tư duy và lối sống của thiền sư và tu sĩ Phật giáo.

Tóm lại, từ góc độ lịch sử tư tưởng, tư duy hướng nội luôn có ý nghĩa khẳng định giá trị độc đáo của tư duy Phật giáo với tư cách một trường phái tư duy của phương Đông. Nhận thức luận *nội quán* chính là lý luận về *trực giác Bát nhã* của Phật giáo Đại thừa - Thiên tông. Nó không chỉ góp phần làm phong phú thêm phạm trù trực giác (*intuition*) trong nhận thức luận của triết học hiện đại, mà còn mở ra một hướng rèn luyện, chủ động khai thác tư duy sáng tạo của con người từ một năng lực tiềm ẩn thành sức mạnh nội năng - sẵn có. Ý nghĩa của tư duy hướng nội (nội quán/trực giác) của Phật giáo có thể đánh giá sơ bộ trên một số vấn đề của nhận thức luận hiện đại như sau:

Thứ nhất, theo thuyết *tính không* của Phật giáo Đại thừa, tư duy hướng nội là loại nhận thức đặc biệt - *trực giác (vượt qua cảm tính bản năng đơn giản và lý tính trừu tượng)*. Đó là phương thức nhận thức trực tiếp đối tượng, không thông qua bất kỳ trung gian nào với một số đặc tính sau: 1) trực tiếp; 2) cụ thể, đặc thù; 3) phi ngôn ngữ; 4) có thể rèn luyện được theo kỹ thuật thiền định của Phật giáo.

Thứ hai, nhận thức hướng nội của Phật giáo có thể so sánh và làm phong phú thêm nội dung quan niệm về trực giác của tư duy phương Tây nói riêng và tư duy nhân loại nói chung. Trực giác có nhiều loại khác nhau. Song, trực giác (*Prajna*) của Thiên Phật giáo đang được coi là cùng tầng, thậm chí cao hơn trực giác siêu nghiệm. Đây là trình độ trực

giác đang còn được nghiên cứu và kiểm chứng bởi liên ngành một số khoa học hiện đại.

Thứ ba, trực giác nắm bắt được bản chất thực tại hiện hữu, cá biệt đem lại thường là đúng đắn. Tuy nhiên, khi có sự can thiệp của suy luận, nhận thức lý tính, hoặc ảo tưởng, ảo giác, thì trực giác cũng có thể sai lầm.

Thứ tư, trực giác có thể đóng vai trò tích cực và khả thi trong nhận thức thông thường hay nhận thức khoa học nói chung ở hai khía cạnh: 1) trực giác góp phần khám phá, phát minh ra tư tưởng mới; 2) trực giác là sự tổng hợp chuỗi dài các ý niệm được bừng sáng. Khả năng này có thể rèn luyện bằng thiền định hay tập trung nghiên cứu cao độ.

Sự phê phán của Phật giáo đối với hạn chế của nhận thức hướng ngoại có mức độ hợp lý nhất định từ góc độ vấn đề tính tương đối của giá trị nhận thức. Từ cơ sở này, Phật giáo đã triển khai, xây dựng phương pháp nhận thức hướng nội. Nhìn chung, Phật học và Thiền học đã vận dụng nhận thức hướng nội trong quá trình phối hợp các yếu tố tâm linh, tâm lý qua kỹ năng tập trung điều chỉnh, thậm chí đạt tới trình độ dừng dòng suy nghĩ để khai thác và phát triển năng lực trực giác của cá nhân. Cho đến nay, đây vẫn là một nội dung thú vị, độc đáo của Thiền học và Phật học cũng như thực hành thiền định của Phật giáo ở Trung Quốc, Nhật Bản, Hàn Quốc và Việt Nam.

2. Con người Việt Nam đã tiếp thu tư duy hướng nội của Phật giáo như thế nào?

Việt Nam đã tiếp thu Phật giáo từ nhiều hướng, nhiều lần, nhưng sớm nhất và trực tiếp là từ Ấn Độ, sớm hơn cả Trung Quốc, cho nên ảnh hưởng của tư duy Phật giáo đối với người Việt Nam

không hoàn toàn giống với người Trung Quốc. Sự tiếp thu đó không đơn tuyến và không phải một lần, mà còn trong quan hệ với quá trình tiếp thu và ứng dụng Nho, Lão. Và, đặc biệt, chúng đều là các tư tưởng ngoại lai. Vì thế, khi bàn về Phật giáo nói chung và tư duy Phật giáo nói riêng của người Việt Nam, chúng ta không thể tách riêng tuyệt đối Phật giáo, mà phải trừu tượng hóa một cách tương đối bằng cách nghiên cứu tư tưởng Phật giáo qua một số tác phẩm của một số đại diện tư tưởng Việt Nam trong các thời kỳ lịch sử.

Lần thứ nhất, Phật giáo vào Việt Nam khi tư duy của người Việt chưa thoát khỏi thời kỳ *thần (huyền) thoại* để bước sang thời kỳ *thần quyền*, nên sự tiếp thu tư duy Phật giáo đang ở thời kỳ *giải (giản) thần quyền* đã để lại dấu ấn sâu đậm trong tư duy của người Việt và tạo nên một tiền đề *mở* cho sự tiếp thu những cái mới, cái ngoại lai về sau, như Nho giáo, Thiên tông, v.v..

Hiện nay, chúng ta không có đủ tư liệu để phân tích tư duy của người Việt cổ đã có gì và thay đổi gì khi tiếp thu *Phật giáo* - *Bụt*(6) từ Ấn Độ. Nhưng chắc chắn, biểu tượng ông “Bụt”(7) từ bi với những triết lý về cuộc sống, như lẽ vô thường, khổ, giải thoát, luân hồi, cùng những lời khuyên con người nên kiềm chế dục vọng và làm điều thiện, tránh điều ác, tích phúc đức cho kiếp sau..., đã được tín ngưỡng dân gian của văn minh lúa nước Việt Nam tiếp nhận rất sớm và được lưu

(6) Thiền sư Thích Nhất Hạnh dùng cụm từ *Bụt giáo* để chỉ Phật giáo du nhập trực tiếp từ Ấn Độ vào Việt Nam thời kỳ trước Bắc thuộc và dùng cụm từ *Phật giáo* để chỉ sự du nhập từ Trung Quốc.

(7) “*Bụt*” là cách phát âm tiếng Việt đơn giản hóa từ “*Buddha*” khi Phật giáo Ấn Độ truyền trực tiếp vào Việt Nam.

giữ trong một số chuyện cổ tích, huyền thoại, huyền sử, cũng như trong lễ nghi, lễ hội nông nghiệp lúa nước của người Việt(8). Tới thời Trần, ta vẫn thấy vua Phật Trần Nhân Tông dùng từ *Bụt* nhiều lần trong *Cư trần lạc đạo*(9), có lẽ vì *Bụt* đã thành Phật giáo của người dân Việt.

Các trước tác và dịch phẩm Phật giáo ở Việt Nam thời kỳ này, như *Lý hoặc luận* của *Mâu Tử*, *Lục độ tập kinh*, *Bát thiên tụng Bát nhã*, *An ban thủ ý*(10)..., đã giới thiệu các nội dung giáo lý cơ bản của Phật giáo và ảnh hưởng của chúng đến tư duy, lối sống người Việt rất ấn tượng. Trong các trước tác đó, tư duy hướng nội cũng là một trong những yếu tố được giới thiệu và được tiếp thu trong thời kỳ này:

- *Lý hoặc luận* của *Mâu Tử* giới thiệu quan niệm cơ bản của Phật giáo trên tinh thần so sánh với Nho và Đạo để làm nổi ưu điểm của giáo lý Phật giáo về việc con người tự giác giải thoát khỏi khổ bằng cách hướng nội. Các phạm trù *vô thường*, *Đạo*, *Đại giác*, *thành Phật*, *chúng sinh*, *ng nghiệp báo*, *ngũ giới*, *trì giới*, *ăn chay*, *bố thí*, *vô vi*, *giải thoát*, *Nê Viên*(11),... được giới thiệu như một cách nhìn mới mẻ, độc đáo về thiện ác, về con người và lẽ sinh tử của Phật giáo cho người Việt Nam.

- *Lục độ tập kinh* giới thiệu các khái niệm về vũ trụ, nhân sinh và thiên về luận giải nội tâm, khuyên người ta tự giác thực hành tu luyện thiện định và giữ giới, đó là con đường để đạt tới giác ngộ và giải thoát, như *bản nguyên*, *vô số kiếp*, *tam giới*, *hình tướng*, *bản vô*, *tồn tại vắng lặng*, *bố thí*, *trì giới*, *nhẫn nhục*, *ngũ giới*, *hạnh Bồ Tát*, *cửu độ chúng sinh*, *quy y*, *Tam Tôn*, *Tam Bảo*, *Như Lai*, *Tứ Đại*, *Tứ Thiên*,...

- *Bát thiên tụng Bát nhã* là bộ kinh thuộc văn hệ Bát nhã, trình bày tư tưởng *tính không* - một tư tưởng cơ bản của Phật giáo Đại thừa. Tư tưởng này được

phát triển đặc biệt ở Trung Quốc và là cơ sở hình thành nên xu hướng nội quán của Thiên tông. Nó “ảnh hưởng rất lớn đến toàn bộ thiên học Việt Nam nói riêng, cũng như toàn bộ Phật giáo Việt Nam nói chung, đặc biệt là Phật giáo thời kỳ Lý - Trần”(12).

- *An ban thủ ý* là cuốn kinh có ý nghĩa như giáo trình dạy phép đếm hơi thở để điều tâm, thiền định, chủ yếu là thực hành tu luyện hướng nội(13).

Những lần du nhập Phật giáo vào Việt Nam tiếp sau chủ yếu tiếp thu Phật giáo Đại thừa từ Trung Quốc, với các phái thiền Tỳ Ni Đa Lưu Chi, Vô Ngôn Thông và Thảo Đường(14), chủ yếu qua tầng lớp trí thức, vua chúa, quan lại trong triều và một số người Trung Quốc di cư sang Việt Nam. Do đó, lần du nhập thứ hai này đã tạo nên một văn hóa Phật giáo bác học của Việt Nam với đỉnh cao là dòng thiền Trúc Lâm Yên Tử thời Trần. Tuy nhiên, Phật giáo dân gian không hề bị mất đi, mà nó tiếp tục phổ biến trong các tầng

(8) Chuyện *Tấm Cám*, chuyện *Con muỗi*, hay sự tích *Man Nương* trong *Báo cục truyện* và *Lĩnh Nam chích quái* hoặc huyền sử *Cổ Châu Pháp Vân Bản Hạnh*,...

(9) Xem: *Thơ văn Lý Trần*, tr.506.

(10) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Nxb Khoa học xã hội, Hà Nội, 1998, tr.67.

(11) *Nê Viên* có nghĩa là Niết Bàn.

(12) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.68.

(13) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.68.

(14) Tỳ Ni Đa Lưu Chi là một du tăng Ấn Độ, từ Trung Quốc sang Việt Nam năm Canh Tý (580), tu tại chùa Pháp Vân, là tổ của Thiền phái đầu tiên của Việt Nam – phái Tỳ Ni Đa Lưu Chi; Vô Ngôn Thông là một thiền sư Trung Quốc, thuộc dòng Huệ Năng sang Việt Nam, tới chùa Kiến Sơ lập phái thiền thứ hai của Phật giáo Việt Nam là phái Vô Ngôn Thông; Sư Vân Môn từ Trung Quốc sang Việt Nam khoảng giữa thế kỷ XI và thành lập Thiền phái Thảo Đường.

lớp lao động và vùng làng quê qua các lễ nghi, tín ngưỡng Phật giáo bình dân, thậm chí nhiều yếu tố Phật giáo dân gian còn ảnh hưởng trở lại một số dòng Phật giáo bác học và tạo nên đặc trưng Phật giáo Việt Nam như:

- *Tỳ Ni Đa Lưu Chi* là phái thiền lấy tên vị thiền sư Ấn Độ. Đây là dòng thiền đầu tiên ở Việt Nam. Dòng thiền này chú trọng việc tu luyện thiền định để khai thác trí tuệ Bát nhã (trực giác nội quán) và các nội năng kỳ diệu trên cơ sở thuyết *tính không* của Trung quán luận. Thiền phái này chủ trương tư duy siêu việt ngôn ngữ, với “*tinh thần không chấp trước, ... vô trú*” nghĩa là không chấp có cũng không chấp không, không trú ở có, cũng không trú ở không... cảnh giới của thiền định siêu việt ngôn ngữ văn tự và tư duy khái niệm”. Các thiền sư Việt Nam thuộc các thế hệ sau của phái này đều chịu ảnh hưởng của tư tưởng đó. Điển hình là vua Lý Thái Tông (thế hệ thứ 7), Đạo Hạnh (thế hệ 12) và Huệ Sinh (thế hệ 13) đều đề cao quan điểm về nhận thức này.

- *Vô Ngôn Thông* là phái thiền thứ hai vào Việt Nam, lấy pháp hiệu của một thiền sư Trung Quốc. Tư tưởng cơ bản của thiền phái này là tu luyện thiền định để đạt tới cảnh giới *vô niệm, vô ngôn*. Đó là “*một thế giới nội tâm hoàn toàn vắng lặng*, khi dòng suy nghĩ miên man, liên tục, lộn xộn của tâm thức được chấm dứt. Khi ấy, trí tuệ vốn có của con người bừng sáng, thực tại sẽ hiển lộ rõ ràng trước mắt. Đó chính là sự giác ngộ và giải thoát. Đó chính là Niết Bàn”(15). Các thế hệ sau của dòng thiền Vô Ngôn Thông, như Cầm Thành (tổ thứ 2) và Thiện Hội (tổ thứ 3), ... tiếp tục khẳng định rằng, “chân lý không phải ở đâu xa, mà ở ngay hiện tiền, ở trong bản thân mỗi người, nhưng chân lý đó chỉ có thể tu chứng trực

tiếp, ... mọi sự phân tích lý tính đều phương hại đến sự ngộ đạo (ngộ tâm – chân như)”(16).

- *Thảo Đường* là thiền phái thứ ba của Việt Nam, ra đời trong thời Lý, do sư Thảo Đường sáng lập và truyền đạo cho vua Lý Thánh Tông (thế hệ thứ nhất), vua Lý Anh Tông (thế hệ thứ năm). Dòng thiền này chủ yếu phát triển trong Hoàng gia và giới quý tộc có thế lực thời đó. Do vậy, nó đã có sự tác động trực tiếp đến tư duy của họ trong đường lối trị nước.

- *Trúc Lâm Yên Tử* là dòng thiền Phật giáo của Việt Nam, hình thành vào đời Trần. Vua Trần Nhân Tông là tổ sáng lập ra thiền phái này trên cơ sở tiếp thu, kế thừa tư tưởng cơ bản của các phái thiền đã có ở Việt Nam. Do đó, thiền phái này nằm ngoài đường hướng chung của Thiền tông Đại thừa. Có thể nói, đây là sự thống nhất giáo hội Phật giáo Việt Nam lần đầu tiên, “dứt bỏ các truyền thừa từ trước có nguồn gốc bên ngoài”(17). Các nhà tư tưởng Phật giáo Trúc Lâm đều là các vị vua chúa, hoàng tộc giữ các trọng trách lớn của quốc gia, đồng thời là các vị anh hùng dân tộc. Nhiều người đã để lại trước tác thể hiện tư tưởng Phật giáo Việt Nam thời kỳ này. Từ góc độ tư duy, nổi bật nhất là các trước tác bàn về các vấn đề bản thể *tính không* và nhận thức *hướng nội* đặc sắc của Thiền tông.

“Điểm đáng chú ý là các nhà thiền học thời Trần rất tích cực trong việc kêu gọi *hướng vào tâm* mà tìm thấy *tính*”, “*quay đầu nhìn vào phía bên trong*”, coi sự “*tìm thấy bản tính* là một sự *trở về*” và “nếu tự

(15) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.110.

(16) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.114, 182.

(17) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.215.

mình không tìm thấy bản tính” thì “chẳng ai có thể truyền tâm cho mình”, do đó mọi người phải tự tìm lấy!”(18). Trong lời tựa của *Thiên Tông Chỉ Nam*, vua Trần Thái Tông đã đề cao vai trò của tư tưởng Phật giáo như là đường lối trị quốc lúc đó: “...phương tiện để mở lòng mê muội, con đường sáng tỏ lẽ tử sinh, ấy là đại giáo của đức Phật. Đặt mục thước cho hậu thế; làm khuôn mẫu cho tương lai, ấy là trọng trách của tiên thánh... nay lẽ nào trẫm không coi trách nhiệm của tiên thánh là trách nhiệm của mình, giáo lý của Phật làm giáo lý của mình ư!”(19). Đến đây, ta có thể thấy khá rõ ràng là, tư duy hướng nội của Phật giáo đã được vận dụng linh hoạt trong hoạt động chính trị - xã hội ở Việt Nam thời kỳ phong kiến.

Đến thời kỳ này, có thể nói, Phật giáo Việt Nam đã chấm dứt quá trình du nhập và đã khẳng định được đường hướng và phong cách độc lập với những đóng góp to lớn cho dân tộc. Về mặt tư duy, một số phạm trù cơ bản về con đường hướng nội của Phật giáo bác học đã được nhiều nhà Phật học và Thiền học giải thích bằng tâm hồn người Việt, khiến chúng trở nên gần gũi với tư duy của nhiều tầng lớp trong xã hội. Chẳng hạn, các thuật ngữ “vô chấp”, “vô trụ”, “vô trú” của Thiền Trung Quốc được luận giải qua các thuật ngữ Việt thông dụng và dễ hiểu hơn, như “trực nhập”, “vô niệm”, “vô ngôn”, “quay đầu trở vào phía bên trong”, “trở về”, “mở lòng”,... Giới trí thức, đặc biệt là các quan lại và quân vương trong triều, đều hiểu hoặc thông thạo Phật học, Thiền học và có thể ứng dụng những kiến thức đó vào các đối sách ngoại giao, văn hóa với nước lớn Trung Quốc – cũng là một nước có truyền thống Phật giáo.

Đối với tầng lớp bình dân ở Việt Nam,

Phật giáo được coi là tôn giáo truyền thống, tuy không cao siêu như là Thiền học hay Phật học, nhưng lại chứa đựng những triết lý nhân sinh, được thể hiện sinh động qua lối sống và tín ngưỡng của người Việt một cách giản dị. Nói cách khác, tư duy hướng nội cao siêu khi đi vào tầng lớp dân thường thì được đời thường hóa, dân gian hóa, nôm na hóa, và thông tục hóa. Đối với Phật giáo dân gian, có thể thấy rằng, tư duy hướng nội không bàn tới các chủ đề bản thể hay chân lý tuyệt đối, như *Phật tính, tính không, Bát nhã, chân như, vô ngôn, vô trụ...*, mà chú trọng tới việc tu dưỡng đạo đức cá nhân một cách tự giác theo nguyên tắc hướng nội: “*Phật tại tâm*”. Việc đánh giá hành vi đạo đức đúng hay sai, thiện hay ác không phải là từ người khác, mà phải tự mình ngay thẳng với tâm mình, hay tự “mình làm mình chịu”. Việc tự đánh giá này luôn phân biệt rõ: coi trọng cái đạo đức bên trong (*tâm*) hơn là cái tài có thể thi thố với thiên hạ. Người dân thường tự nhắc rằng, “chữ *tâm* kia mới bằng ba chữ *tài*” và thực hiện phương châm “*diệt Tam độc*” (*tham, sân, si*) trong tâm để bỏ các hành vi gây *nghiệp ác* của bản thân, như *ái, ó, hỉ, nộ*; đồng thời coi đó là cách để xây dựng, bồi đắp các hành vi cao đẹp, như *từ bi, bác ái, hỉ xả...* để tích *nghiệp thiện*.

Hiện nay, để Phật giáo có thể đóng góp thực sự cho triết học nói chung, cũng như phù hợp với chủ trương “tôn giáo đồng hành cùng dân tộc”, thì việc triển khai phương thức nhận thức hướng nội này phải gắn liền với các vấn đề chung của tôn giáo dân tộc trên tinh thần “Đạo pháp

(18) Nguyễn Tài Thư (chủ biên). *Lịch sử Phật giáo Việt Nam*. Sđd., tr.220-222.

(19) *Lịch sử tư tưởng Việt Nam – Văn tuyển*, t.2. Nxb Chính trị Quốc gia, Hà Nội, 2004, tr.10.

– dân tộc – chủ nghĩa xã hội” mà Giáo hội Phật giáo Việt Nam đã lựa chọn. Từ góc độ tư duy, đối với Phật giáo bác học của Việt Nam, có thể nói, tư duy nội quán của Phật giáo được tiếp thu nổi trội trên một số đặc trưng sau: 1) lý luận khái quát về con người *nội tâm* - *đạo đức tôn giáo* (khổ và giải thoát khỏi khổ là tự chính mình từ bên trong); 2) phương thức *tư duy hướng nội*, điển hình nhất là *nhận thức trực giác của Thiền tông* Phật giáo; 3) nguyên tắc siêu vượt khái niệm, kinh nghiệm và ngôn ngữ khiến hệ *tư duy “mở”*, nên dễ dàng chấp nhận các tư tưởng ngoại lai.

Đồng thời, Phật giáo bác học Việt Nam vẫn tiếp tục nhấn mạnh đặc trưng *con người nội tâm trên cơ sở thuyết vô thường, vô ngã* để khắc phục “tình trạng thiếu cân đối trầm trọng giữa đời sống vật chất và cuộc sống tâm linh”(20) nhằm hoàn thiện các chuẩn mực nhân cách hướng nội đặc trưng của một tín đồ Phật giáo truyền thống, kết hợp với các yêu cầu của tôn giáo dân tộc trong thời đại mới, đó là góp phần “giữ gìn giềng mối đạo đức kỷ cương, tránh sự phạm pháp, tránh sự lai căng mất gốc...”(21). Theo đó, biện pháp thực hiện là phải từ chính mỗi người. Đó là, “giúp con người hiểu rõ sự thật của tự thân, sự thật của thế giới mà con người đó đang sống, thấy rõ hướng đi của đời mình, và chịu trách nhiệm về mọi hành vi của mình”, “hướng tới xây dựng con người toàn diện, nhân bản và trí tuệ”(22). Hướng nội còn là một nội dung được Phật giáo đặc biệt chú trọng trong môn Duy thức học, vì môn Duy thức học “chú trọng phân tích nội tâm, kết hợp với tu tập thiền định”(23). Trong thực tế, Phật giáo Việt Nam đang tích cực mở thêm nhiều Thiền viện nhằm phổ biến kỹ thuật thiền định để tu luyện nội tâm và để có được “trực

giác nhạy bén”(24).

Đối với Phật giáo dân gian, ảnh hưởng của tư duy hướng nội chủ yếu dưới sự hướng đạo của Phật giáo bác học, qua các bộ luận giải về kinh Phật hay giáo lý Phật giáo của các thiền sư, các nhà Phật học và qua đó, gián tiếp tác động tới tín đồ bình dân qua các hoạt động tín ngưỡng, như tụng kinh, nghi lễ hay lễ hội của Phật tử tại gia hoặc trên chùa, dần dần điều chỉnh hành vi đạo đức và tư duy hướng nội của họ.

Nhìn chung, tư duy hướng nội của Phật giáo đã góp phần tạo nên nét tư duy riêng, lối sống nhân văn của người Việt. Có thể nói, sức sống của Phật giáo phần nào cũng chính là sự cân bằng, điều hòa, chuyển giao giữa Phật giáo bác học với Phật giáo dân gian qua các phép tu luyện nội quán và đạo lý nhân văn của dân tộc Việt. Cho đến nay, nội quán của Phật giáo vẫn phát huy một số giá trị độc đáo có tính nhân văn cao. Chẳng hạn, nếu đặt mục đích để rèn luyện đạo đức từ nội tâm, làm chủ các cảm xúc, thư giãn tuyệt đối, điều chỉnh dòng ý thức và tập trung tư tưởng cao độ vượt qua các tác động nhiễu loạn bên ngoài, thì nội quán của Phật giáo vẫn là một khuynh hướng khả thi. Nó đã được khoa học về tâm - sinh lý hiện đại (phương Tây) kiểm chứng, chứng minh và đang được rất nhiều người theo học và thực hành tu tập, kể cả những người không phải tín đồ Phật giáo. □

(20) Xem: Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam (Nhiều tác giả). *Kỷ yếu Hội thảo khoa học “Giáo dục Phật giáo trong thời hiện đại”*, Nxb TP. Hồ Chí Minh, 2001, tr.13.

(21) Xem: Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam (Nhiều tác giả). *Sđđ.*, tr.215.

(22) Xem: Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam (Nhiều tác giả). *Sđđ.*, tr.63, 67.

(23) Xem: Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam (Nhiều tác giả). *Sđđ.*, tr.92.

(24) Xem: Viện nghiên cứu Phật học Việt Nam (Nhiều tác giả). *Sđđ.*, tr.221.