

MỘT SỐ ĐẶC ĐIỂM CỦA PHẬT GIÁO DẪN THÂN Ở ANH QUỐC ĐƯƠNG ĐẠI

SOME CHARACTERISTICS OF ENGAGED BUDDHISM IN CONTEMPORARY BRITAIN

NGUYỄN THOẠI LINH^(*)

THÔNG TIN	TÓM TẮT
<p>Ngày nhận bài: 31-7-2025 Ngày biên tập xong: 24-9-2025 Ngày duyệt đăng: 30-9-2025 Mã số: TCKH53-22-2025 ISSN: 2525 – 2429</p> <p>Từ khóa: Phật giáo dẫn thân; chủ nghĩa hiện đại Phật giáo; Chánh niệm; Thiền dẫn thân. Key words: Engaged Buddhism; Buddhist Modernism; Mindfulness; engaged meditation.</p>	<p><i>Phật giáo dẫn thân ở Anh Quốc đã du nhập, lan tỏa, tích hợp văn hóa Phương Tây và trở thành một bộ phận trong đời sống văn hóa tinh thần của một bộ phận cư dân Anh Quốc đương đại. Phật giáo dẫn thân ở Anh Quốc được xem là một nhóm phái của Phật giáo Phương Tây hiện đại, với tâm thế gắn bó và có trách nhiệm xã hội, tham gia tích cực vào những vấn đề toàn cầu. Tổng hợp từ nhiều công trình nghiên cứu, bài báo khoa học của các học giả châu Âu và Anh Quốc và bằng phương pháp văn bản, thông diễn, bài viết theo dạng thông tin khoa học, nhằm khái quát một số đặc điểm của Phật giáo dẫn thân ở Anh Quốc đương đại cùng bước đầu nhận định về sự biến đổi, chỉnh lý và mở rộng một số khái niệm từ triết học Phật giáo truyền thống của các học giả, nhà nghiên cứu tôn giáo Phương Tây hiện đại.</i></p> <p>ABSTRACT: <i>This paper examines the emergence and development of Engaged Buddhism in Britain as a distinctive form of contemporary Western Buddhism. Through processes of cultural adaptation and integration, Engaged Buddhism has become an integral component of the spiritual and cultural life of a segment of the British population. Characterized by a socially responsive ethos and an active commitment to global issues, this movement reflects both continuity with traditional Buddhist philosophy and significant reinterpretations shaped by modern Western contexts. Drawing on a range of scholarly publications and research by European and British academics, and employing textual and hermeneutic methods, the study outlines key features of Engaged Buddhism in contemporary Britain. It further provides initial reflections on the conceptual transformations, revisions, and expansions undertaken by Western scholars in rearticulating traditional Buddhist philosophical notions to address the challenges of modernity.</i></p>

^(*) TS. Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn, Đại học Quốc gia Thành phố Hồ Chí Minh, nguyenthaoailinh@hcmussh.edu.vn
 Bài viết phục vụ cho đề tài cấp trường: Phật giáo dẫn thân ở Phương Tây đương đại, mã số: T2024-08, “Phật giáo dẫn thân – Một hình thức Phật giáo Phương Tây đương đại”

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Phật giáo dân thân ở Anh Quốc khởi nguồn từ giữa thế kỷ XX, khi thuật ngữ này lần đầu tiên được Thiền sư người Việt: Thích Nhất Hạnh đặt ra và ông cũng là người đã phát triển các lý tưởng kết hợp các nguyên tắc truyền thống Phật giáo với sự tham gia tích cực vào xã hội để phản đối nỗi đau khổ đang diễn ra do nghèo đói, bạo lực, chiến tranh gây ra. Tuy nhiên, nhìn từ khu vực châu Á, ý tưởng, quan điểm và thực hành của Phật giáo dân thân cũng có thể bắt nguồn từ các quốc gia khác như Sri Lanka, Miến Điện và Nhật Bản. Theo quan điểm của các học giả Phương Tây, Phật giáo dân thân là một thuật ngữ được đặt ra vào cuối thế kỷ XX như một cách để thúc đẩy khía cạnh vị tha của việc thực hành Phật giáo, ứng phó với các vấn đề xã hội cấp bách của thời đại như môi trường sinh thái, đói nghèo, bạo lực và bất bình đẳng giới. Những năm 1960, Phật giáo dân thân trở nên phổ biến ở Phương Tây và Anh Quốc, các nhóm xã hội dân sự lấy cảm hứng từ quan điểm dân thân, lý tưởng của Phật giáo về việc giải quyết bạo lực, đói nghèo, hủy hoại môi trường... [4]. Theo Sallie King, Phật giáo dân thân được định nghĩa: “*Sự thống nhất bởi ý định của những Phật tử thuộc bất kỳ giáo phái nào áp dụng các giá trị và giáo lý của Phật giáo vào các vấn đề của xã hội theo cách bất bạo động, được thúc đẩy bởi mối quan tâm đến phúc lợi của người khác và như một biểu hiện của các thực hành Phật giáo của riêng họ*” [14, tr.2]. Học giả Joel Magnuson xác định: “*Phật giáo dân thân vào xã hội mang lại cho quá trình chuyển đổi này một chiều hướng xã hội. Nó đang nuôi dưỡng một thực hành Phật giáo hướng tới việc thay đổi căn bản các điều kiện trong môi trường xã hội... Phật tử dân thân buộc phải mở rộng việc thực hành của mình vào lĩnh vực xã hội và nỗ lực hướng tới sự thay đổi xã hội tốt đẹp hơn. Mục tiêu của cả công việc bên trong và bên ngoài là đảm bảo hạnh phúc cho con người và sự phát triển của các phẩm chất mang lại sự sống của thiên nhiên, đồng thời chuyển đổi các hệ thống bệnh lý thành*

các hệ thống lành mạnh được tạo ra trên tinh thần sinh kế đúng đắn” [18, tr. 3-6]. Christopher. S Queen, người biên tập hai công trình quan trọng về Phật giáo dân thân, nhận xét, hình thức này đã phát triển “*trong bối cảnh cuộc trò chuyện toàn cầu về nhân quyền, công bằng phân phối và tiến bộ xã hội*” [4, tr.1].

Phật giáo dân thân ở Anh Quốc đã phát triển nhanh trong những năm gần đây và sự thành công của Phật giáo dân thân tại Vương Quốc Anh là sự lan tỏa, ảnh hưởng tới phần lớn công chúng ở quốc gia này, với “*công cụ tinh thần mạnh mẽ để thay đổi thế giới: tư duy hòa bình truyền thống của Phật giáo*” [1]. Phật giáo dân thân ở Anh Quốc là một câu chuyện dài, do vậy trong bài viết mang tính thông tin khoa học (Science Information) xin chỉ khái quát một số đặc điểm của Phật giáo dân thân ở Anh Quốc hiện nay.

2. NỘI DUNG

2.1. Đặc điểm thứ nhất: Chính lý, mở rộng khái niệm Chánh niệm

Phật giáo dân thân ở Anh Quốc đương đại đã có những cách giải thích, lý giải mới về giáo lý của Phật giáo truyền thống, đặc biệt là hệ thống các khái niệm cơ bản: Bát chánh đạo, Tứ diệu đế, Duyên khởi, Vô ngã... điển hình nhất là Chánh niệm trong Bát chánh đạo. Chúng tôi quan tâm và tập trung phân tích khái niệm Chánh niệm trong Phật giáo dân thân bởi: 1) Đây là khái niệm trung tâm, có tính nền tảng, giá trị cốt lõi trong tu tập, thực hành thiền định của Phật tử và có thể ứng dụng cho mọi đối tượng bên ngoài Phật giáo dân thân; 2) Khái niệm Chánh niệm trong giáo lý Phật giáo Anh Quốc không chỉ chịu ảnh hưởng quan điểm, triết lý nhập thế từ các trường phái Phật giáo mới nổi ở châu Á (Phật giáo Vanayana của R. Ambekar, Phật giáo Nhập thế ở Việt Nam, Phật giáo Nhân gian ở Đông Á...), mà còn từ các tư tưởng diễn ngôn của tôn giáo Phương Tây, đôi khi còn được gọi là “Chánh niệm thế tục” (secular mindfulness).

Theo các học giả châu Âu, có sự khác biệt giữa khái niệm “Chánh niệm “của Phật giáo

nguyên thủy với khái niệm Chánh niệm của Phật giáo ở Anh Quốc. “Trong Phật giáo Nguyên thủy, Chánh niệm nằm trong nguyên lý Bát chánh đạo và mục tiêu của việc thực hành là chấm dứt đau khổ và đạt được Niết bàn (Nirvāṇa), đó là một trạng thái an lạc và hạnh phúc siêu việt” [13], đồng thời cũng là một “siêu việt, thức tỉnh giác ngộ, một sự chuyển hóa sâu sắc trong ý thức con người, đạt được thông qua rèn luyện đạo đức và thiền định” [12, tr.359-369]. Theo các Phật tử Anh Quốc, Chánh niệm (mindfulness) chính là kết quả của các phẩm chất tinh thần, là con đường hướng tới giác ngộ. Bởi vì “chỉ có đức tin, không có trí tuệ, có thể dễ dàng trở thành cả tin” nhưng nếu có quá nhiều trí tuệ mà không có đủ niềm tin thì “sai lầm, dẫn đến sự ngạo mạn, độc đoán” [6, tr.83-103]. Tương tự như vậy, việc có quá nhiều năng lượng mà thiếu tập trung sẽ gây ra kích động; ngược lại, sự tập trung quá mức mà không đủ năng lượng dẫn đến sự nhàn rỗi. Chánh niệm có một vai trò đặc biệt là bảo vệ mạnh mẽ “... tâm khỏi rơi vào trạng thái kích động do tinh tấn và hiểu biết... và khỏi rơi vào trạng thái lười biếng do tập trung quá mức...” [1, tr.620-639]. Vì vậy, Chánh niệm có vị trí và vai trò nổi bật trong sự chấm dứt tham ái, đau khổ.

Tóm lại, theo quan điểm của Phật giáo Nguyên thủy, Chánh niệm là một phần rất quan trọng của Bát chánh đạo, nó được xem là sự kiểm soát các yếu tố khác, nó giúp việc “tránh cực đoan hành xác làm suy yếu trí tuệ và loại bỏ cực đoan buông thả bản thân làm chậm tinh tấn trên con đường giác ngộ” [16, tr.213-236]. Điều này có nghĩa là Chánh niệm chỉ được coi là Chánh niệm khi nó được phát triển trong bối cảnh của Bát chánh đạo và “sự hiện diện của Chánh niệm sẽ ngăn chặn sự phát sinh của các liên tưởng và phản ứng bất thiện ở các căn” [13].

Chánh niệm trong Phật giáo dần dần được các nhà nghiên cứu Phật học Anh Quốc giải thích rằng “Chánh niệm được liên kết chặt chẽ với các khía cạnh đạo đức và giải thoát của học thuyết triết học Phật giáo: Chánh niệm bảo vệ

tâm trí khỏi phản ứng với ham muốn và sân hận và do đó ngăn ngừa đau khổ phản ứng. Nó tạo điều kiện thuận lợi, kết hợp với sự hiểu biết rõ ràng, phát triển trí tuệ mà cuối cùng dẫn đến sự giải thoát khỏi đau khổ” [15, tr. 397-422] và những phản ứng tiêu cực với cuộc sống, chẳng hạn như giận dữ, sợ hãi, đau buồn, bầm vùi. Hơn nữa, Chánh niệm được trình bày như nền tảng cho sự phát triển đạo đức và đạo đức được thể hiện trong sự nở rộ của trí tuệ và lòng từ bi, trong mối quan hệ với bản thân, chúng sinh và môi trường. Theo họ, Chánh niệm là năng lượng nhận thức và tỉnh thức trong thời điểm hiện tại, đó là sự thực hành liên tục để chạm tới cuộc sống một cách sâu sắc trong từng khoảnh khắc của cuộc sống hằng ngày. Chánh niệm là thực sự sống động, hiện diện và hòa làm một với những người xung quanh bạn cũng như với những gì bạn đang làm. Chúng ta làm cho cơ thể và tâm trí của mình hòa hợp trong khi rửa bát, lái xe hoặc tắm buổi sáng [17, tr.82]. Có thể tổng quan ngắn gọn về cách giải thích Chánh niệm của Phật giáo Anh Quốc là sự điều chỉnh phương pháp thực hành truyền thống theo cách có thể áp dụng trong bối cảnh Phật giáo cũng như không Phật giáo và thế tục. Đó là một thực hành nhằm mục đích kết hợp mọi hoạt động hằng ngày của con người. Cụ thể là những nội dung sau: 1) Chánh niệm được trình bày như một sự thực hành thiền định, là một loại năng lượng hơn là một kỹ thuật hay kỹ năng; 2) Chánh niệm không chỉ liên quan đến nhận thức mà còn liên quan đến sự thức tỉnh, nghĩa là nhận biết sâu sắc hơn trong thời điểm hiện tại thông qua việc chạm sâu vào cuộc sống hiện thực; 3) Chánh niệm là một quá trình giúp người tu tập sống trọn vẹn, tham gia tích cực vào thời điểm hiện tại thay vì chỉ quan sát thụ động; 4) Chánh niệm là một quá trình hoàn toàn hiện hữu với tất cả những gì đang xảy ra bên trong và bên ngoài người thực hành; 5) Đó là quá trình liên tục không bị gián đoạn trong mọi thời điểm của đời sống trong ngày, (kể cả khi chúng ta ở trong bếp, trong ô tô hay

khi tắm rửa), mục tiêu của việc thực hành là tinh thức với một thời điểm hiện tại thông qua việc tiếp xúc sâu sắc với cuộc sống thường nhật. Do đó, mục tiêu và phương tiện về cơ bản là một, đó là một khía cạnh quan trọng khác của Chánh niệm.

Sự phát triển của Chánh niệm còn được thể hiện ở nhiều không gian công cộng và tư nhân tại Vương Quốc Anh (bao gồm trường học, nhà tù, bệnh viện, doanh nghiệp tư nhân) bắt đầu vào khoảng giữa những năm 2000 tại Anh và đã rất thành công trong công chúng. Nhiều học giả Anh Quốc có cùng nhận xét về sự lan truyền phổ biến của Chánh niệm trên khắp Vương Quốc Anh và nhấn mạnh, các tổ chức như dịch vụ y tế quốc gia đôi khi không nhận ra đầy đủ di sản tôn giáo của mình.

2.2. Đặc điểm thứ hai: Tổ chức giáo hội và cộng đồng tín đồ

Phật giáo dẫn thân ở Anh là hình thức có tính chất mở rộng, phi tập trung và không bị ràng buộc vào một địa điểm cụ thể hoặc chịu ảnh hưởng bởi sự lôi cuốn, hấp dẫn bởi một nhà lãnh đạo giáo phái duy nhất nào. Tổ chức giáo hội và cộng đồng tín đồ Phật giáo dẫn thân có thể hình thành, xuất hiện ở bất cứ nơi nào có những Phật tử tự do và cho tất cả mọi người tham gia tích cực vào các vấn đề chính trị - xã hội. Phật giáo dẫn thân ở Anh không phải là một giáo phái mới mà là một bộ phận của Phật giáo hiện đại đã hiện tồn đồng thời là sự tích hợp nhiều hệ phái Phật giáo, do vậy, dù là Phật tử thuộc truyền thống Nguyên thủy, Phật tử Đại thừa, Kim Cương thừa, Thiên tông, Tịnh Độ tông... đều có thể trở thành thành viên, của Phật giáo dẫn thân, khi tham gia tích cực nhằm giải quyết những vấn đề thiết thực trong đời sống. Phật giáo dẫn thân được xác định và thống nhất theo ý định của Phật tử thuộc bất kỳ giáo phái nào nhằm áp dụng các giá trị và giáo lý của Phật giáo vào các vấn đề của xã hội theo cách bất bạo động, được thúc đẩy bởi sự quan tâm đến phúc lợi của cộng đồng và là thể hiện

sự thực hành Phật giáo của chính họ. Với đặc điểm này, về phương diện trong tâm trí, định danh, thật khó để xác định ai là Phật tử và ai không là Phật tử thuộc hệ phái Phật giáo dẫn thân. Do vậy, không có sự phân biệt rõ ràng giữa tăng, ni và cư sĩ tại gia.

Từ năm 1997, Vương quốc Anh có sự gia tăng đáng kể số lượng Phật tử, nhưng số lượng Phật tử thuộc các hệ phái Phật giáo dẫn thân lại chỉ có giá trị tương đối và khó xác định. Theo Phil Henry, ước tính, hơn 90% Phật tử dẫn thân ở Anh là những người Anh bản địa cải đạo sang Phật giáo. Từ những hiểu biết này, với số lượng Phật tử Anh Quốc ước tính khoảng 60.000 người, chỉ có khoảng 1,67% số người tự nhận mình là thành viên của Phật tử dẫn thân, với mức tăng trưởng là 24.000 Phật tử thuộc hệ phái Phật giáo dẫn thân trong tổng số Phật tử trên cả nước. Theo thống kê, từ năm 2011, đến năm 2021, số lượng Phật tử từ 249.000 đã tăng lên 273.000 Phật tử, dự báo xu hướng vận động của Phật giáo dẫn thân Anh quốc, số lượng Phật tử sẽ tăng trưởng nhanh chóng hơn nữa, có thể đạt tới số lượng 300.000 [2].

2.3. Đặc điểm thứ ba: Dẫn thân triệt để và có trách nhiệm xã hội

Các cộng đồng Phật giáo dẫn thân ở Anh Quốc luôn luôn hoạt động tích cực trong các phong trào xã hội. Như các phong trào yêu cầu chính phủ bãi bỏ án tử hình, xử lý chất thải hạt nhân, chống phân biệt chủng tộc, kỳ thị phụ nữ, bảo vệ động vật và môi trường sinh thái... Chẳng hạn, Tịnh xá Phật giáo Karuna, Vương quốc Anh đã có chủ trương tập trung vào sự gắn kết, có trách nhiệm xã hội với những hoạt động dựa trên lòng từ bi, hỗ trợ các dự án liên quan đến công bằng xã hội, viện trợ nhân đạo và phát triển cộng đồng. Mạng lưới Phật tử Dẫn thân (NEB) ở London, Vương quốc Anh) là một mạng lưới gồm các cá nhân, nhóm Phật tử cam kết áp dụng giáo lý Phật giáo vào các vấn đề xã hội, họ thường xuyên tổ chức các sự kiện, hội thảo, các khóa tu... nhằm tổ chức, thực hiện sự

gắn kết chặt chẽ giữa các hệ phái Phật giáo dần thân với các hoạt động xã hội. Trên hết, trọng tâm chính của Phật giáo dần thân ở Anh là tình trạng ô nhiễm môi trường, sự mất cân bằng sinh thái. Phật giáo dần thân Anh Quốc được xem là những người tiên phong trong hoạt động vì môi trường, sinh thái. Các phong trào nghiên cứu kinh văn, trao đổi học thuật, Phật giáo đều hướng đến việc giải thích và vận dụng vào sự hợp nhất giữa đạo đức Phật giáo dần thân với biến đổi khí hậu, bảo vệ môi trường và sự đa dạng sinh thái. Các tổ chức Phật giáo dần thân ở Anh thường giải thích rằng: *“Phật giáo dần thân quan tâm đến môi trường bởi mối quan hệ sâu rộng giữa Phật giáo với tự nhiên. Kinh Pali Tipitaka là một tập hợp kinh điển của Phật giáo Nguyên thủy với một quan điểm khẳng định rằng, tăng đoàn cần phải quan tâm thật sự đến môi trường và các sinh vật sống”* [9, tr.93].

Do vậy, các nhóm Phật tử dần thân vì môi trường đã hình thành trên khắp Anh Quốc, xây dựng mối quan hệ thân thiện giữa Phật giáo và thiên nhiên để ủng hộ sự bền vững, chống lại chủ nghĩa tiêu dùng và thúc đẩy việc chữa lành môi trường [10, tr.146].

2.4. Đặc điểm thứ tư: Dẫn thân vì hòa bình và bình đẳng giới

Tại Vương quốc Anh đương đại đã diễn ra liên tục các tổ chức các hoạt động vì hòa bình và các phong trào nữ quyền. Chẳng hạn như “Cuộc tuần hành xấu hổ” một phong trào bao gồm cả công dân Anh ngoài tôn giáo, nơi sáu nghìn người biểu tình tụ tập tại Quảng trường Trafalgar để phản đối Chiến tranh Việt Nam. Lý tưởng từ bi, bất bạo động của Phật giáo được vận dụng vào các phong trào dần thân đối chống chiến tranh, bạo lực, bảo vệ hòa bình và đã truyền cảm hứng cho toàn xã hội, đồng thời dẫn đến sự quan tâm và thiện cảm ngày càng tăng của xã hội đối với nhiệt huyết dần thân của Phật giáo. Cuối cùng, đây là một trong những yếu tố chính dẫn đến sự thành công của Phật giáo dần thân ở Vương Quốc Anh, với phần lớn công chúng Anh đều có chung nhận thức: *“tu*

duy hòa bình là truyền thống nhân bản của Phật giáo là một trong những quyền lực mềm, một công cụ mạnh mẽ để thay đổi” [15, tr.397-422). Do đó, với tầm nhận thức và sự quan tâm của dân chúng tại Anh Quốc, các hình thức hoạt động của Phật giáo dần thân được ủng hộ, có sự đồng tình và chia sẻ, quan trọng hơn là việc Phật giáo dần thân có vị thế, vai trò trong đời sống tôn giáo ở Anh Quốc đương đại.

Cùng với phong trào nữ quyền, Phật giáo dần thân ở Anh Quốc chủ trương tham dự tích cực vào vấn đề giới, bình đẳng giới và xem đây là một trong những Phật sự quan trọng của hoạt động dần thân triệt để vào xã hội. Những chủ trương này được ủng hộ bởi nhiều học giả, nhà nghiên cứu Phật giáo. Ví dụ, Battaglia Lisa một học giả về Phật giáo dần thân đã nghiên cứu hệ thống các bài thuyết giảng của Đức Phật và làm sáng tỏ những quan điểm kiến tạo của Đức Phật làm thay đổi căn bản tư duy truyền thống “nam trị” xây dựng một xã hội hài hòa, trong đó người phụ nữ được bình đẳng. Ví dụ, bằng cách chấp thuận cho phụ nữ xuất gia vào tăng đoàn của Ngài, Đức Phật đã công nhận khả năng trí tuệ và giác ngộ của Ni giới [2, tr.628-634]. Battaglia Lisa lập luận, phụ nữ đóng những vai trò quyết định trong truyền thống Phật giáo và văn học Pali nguyên thủy, thể hiện sự bình đẳng đến không ngờ trong đời sống tôn giáo. Các nhà nghiên cứu Phật giáo Anh Quốc cũng chứng minh, trên văn bản thực tế, việc đề cập đến những hạn chế, không thể giác ngộ do giới tính hoặc tình dục, sinh lý không xuất hiện ở bất cứ đâu trong kinh điển Phật giáo. Đức Phật định nghĩa thuật ngữ giác ngộ là một quá trình “hiện hữu” không phải là siêu hình mà do tâm trí chúng ta tạo ra. Trong tác phẩm ngày nay được gọi là “Đức Phật giác ngộ”, Đức Phật đã mô tả tất cả chúng sinh đều có khả năng giác ngộ [2].

Theo học giả Kulavir P. Pipat, Đức Phật tuyên bố, cả nam và nữ đều có thể đạt được sự cứu rỗi bất kể giới tính. Đức Phật còn chủ trương “vượt qua nhị nguyên”, những khái niệm: Đàn ông, đàn bà được coi là “hình thức

trông rộng”; sự phân chia giới tính, đối xử khác biệt là vô căn cứ. Thậm chí, Đức Phật còn đi xa hơn khi lập luận, giới tính về cơ bản không liên quan đến Phật giáo và mục tiêu cuối cùng là giác ngộ và cảnh giới niết bàn [8, tr.68-82].

2.5. Đặc điểm thứ năm: Thiền và hoạt động chia sẻ, chăm sóc sức khỏe cộng đồng - một mệnh lệnh đạo đức và trách nhiệm xã hội

Hiện nay, hoạt động Phật giáo dẫn thân ở Anh Quốc đang được ứng dụng thường xuyên và có hiệu quả trong việc chia sẻ và chăm sóc sức khỏe cộng đồng, đồng thời thiền dẫn thân đã được sử dụng để hỗ trợ tinh thần và tâm lý. Nhưng trước tiên, cần phải có một định nghĩa về “thiền” trong Phật giáo dẫn thân. Theo các học giả, nhà nghiên cứu Phật giáo dẫn thân, “thiền dẫn thân” là một khái niệm khó nắm bắt, bởi tính đa dạng, đa chiều và nhiều dạng thức, trạng thái. Thiền dẫn thân có thể ở cả sự im lặng và âm thanh. Nó bao gồm cả sự tĩnh lặng và chuyển động [11, tr.38-39]. Nó có khả năng tiếp thêm sinh lực, khai sáng và chữa lành, nhưng nếu không đúng cách, nó cũng có thể gây ra đau đớn và kiệt sức [5]. Thiền dẫn thân có nhiều phương pháp, sở hữu nhiều kỹ thuật đa dạng và đang được sử dụng ở khắp các các lĩnh vực: Công sở, trường học, bệnh viện... Do đó, các học giả Phật học cho rằng, thiền Phật giáo bao gồm nhiều kỹ thuật đa dạng được thiết kế để tạo ra trạng thái tập trung và nhận thức cao độ dẫn đến kiến thức, trí tuệ và giải thoát. Theo truyền thống Phật giáo, Thiền Vipassana được chấp nhận rộng rãi như là trường phái lâu đời nhất của Phật giáo, các nguyên tắc, giáo lý về thiền Vipassana đã trở thành trọng tâm trong thực hành Phật giáo từ nhiều thế kỷ và là nền tảng căn bản của Thiền định trong Phật giáo dẫn thân [13].

Thiền trong Phật giáo dẫn thân có mục đích thúc đẩy sự phát triển tâm linh của con người cũng như thúc đẩy hạnh phúc và an lạc. Theo nghĩa này, thiền dẫn thân trước hết là chăm sóc sức khỏe, sự an lạc cho bản thân, kế tiếp là chăm sóc người khác. Sự tự chăm sóc bản thân và người khác đang ngày càng được

quan tâm trong giới Thiền học của Phật giáo dẫn thân. Tuy nhiên, cách giải thích và thực hành chia sẻ, chăm sóc của Phật giáo dẫn thân không chỉ giới hạn ở hạnh phúc nội tâm, mà luôn định hướng về chăm sóc người khác (cộng đồng). Một số nhà Phật học nhận xét, quan điểm của Phật giáo dẫn thân về việc chia sẻ, chăm sóc cộng đồng thường được diễn giải thông qua nhiều nguyên tắc, giáo lý khác nhau, chẳng hạn như lòng từ bi (Karuna) hoặc nghiệp và công đức [7, tr.27-42].

Michal Pagis trong bài viết “*Khơi dậy sự bình đẳng: Các nghi thức tương tác im lặng trong các khóa thiền Vipassana*” đã mô tả đầy đặc điểm của cảm giác bình thản đạt được trong thiền định như một phương pháp thực hành mở rộng việc tự chăm sóc bản thân hướng ra bên ngoài cộng đồng được gọi là phép thiền “hòa hợp xã hội trong im lặng”. Thiền im lặng chia sẻ một không gian gần như hoàn toàn tĩnh lặng. Chính sự im lặng này không chỉ nuôi dưỡng sự bình đẳng với mọi người mà còn cho phép “*sự biến đổi phi ngôn ngữ của bản thân thông qua việc tạo ra một trải nghiệm cảm xúc cao độ về sự bình tĩnh*” và “*lan chuyển cảm xúc từ bản thân sang người khác như sự bình tĩnh, yên bình và phát triển tâm linh*” [11, tr.39-56].

Đối với Phật tử dẫn thân, nguyên tắc nguồn gốc phụ thuộc và thuyết nhân quả của Phật giáo là cơ sở lý luận của thiền học và thiền thực hành chăm sóc cộng đồng trần thế và hoạt động thiền định dẫn thân như một mệnh lệnh đạo đức mang tính chính trị, xã hội khác biệt với cách giải thích truyền thống của Phật giáo về sự tham gia xã hội.

Nguồn gốc phụ thuộc, học thuyết về nhân quả của triết học Phật giáo cho rằng, mọi hiện tượng đều phát sinh và phụ thuộc lẫn nhau, tồn tại trong một mạng lưới phức tạp gồm các mối quan hệ qua lại bao gồm tất cả chúng sinh và thế giới tự nhiên. Nguyên tắc cơ bản này được Đức Phật mô tả nó bằng câu nói: “*Khi có cái này, có cái kia. Với sự sinh khởi của cái này, cái kia sinh khởi. Khi cái này không có thì cái kia cũng không. Khi cái này*

chấm dứt, cái kia chấm dứt". Về cơ bản, nó cung cấp sự hiểu biết sâu sắc về bản chất của thực tại và nguyên nhân của đau khổ. Theo nguyên lý, mọi sự tồn tại đều sinh diệt do sự kết hợp của nhiều nguyên nhân và điều kiện khác nhau. Nó phát biểu rằng, không có gì tồn tại độc lập hoặc biệt lập; thay vào đó, mọi thứ đều tùy thuộc và bị ảnh hưởng bởi nhiều yếu tố. Nguyên tắc này áp dụng cho cả hiện tượng vật chất và tinh thần và thường được liên tưởng thông qua nhiều mối liên hệ khác nhau tạo thành một chuỗi nhân quả. Những mắt xích này được hiểu là tạo thành một vòng luân hồi kéo dài khổ đau và vòng luân hồi tái sinh trừ khi nó bị phá vỡ nhờ sự chấm dứt vô minh và ái dục. Theo các học giả, hiểu được duyên khởi là điều quan trọng trong Phật giáo vì nó bộc lộ mối liên hệ tương hỗ của vạn vật và nguyên nhân của đau khổ. Bằng cách nhận ra bản chất phụ thuộc lẫn nhau của thực tại, người ta có thể phát triển tuệ giác sâu sắc về bản chất vô thường, sự bất toại nguyện của tồn tại và cuối cùng là nỗ lực giải thoát.

Với sự tập trung cố định vào việc đạt được giác ngộ và thoát khỏi đau khổ, những khái niệm ban đầu của Phật giáo về duyên khởi không có mối ràng buộc nào với sự tham gia của xã hội. Tuy nhiên, khi xây dựng lại nguyên tắc này như một mệnh lệnh đạo đức chăm sóc trong bối cảnh đương đại, Phật tử dần thân. bày tỏ quan điểm rằng có lẽ trong thế kỷ XXI đã đến lúc phải tiếp tục điều chỉnh, mở rộng giáo lý Phật giáo cho phù hợp với một thế giới toàn cầu hóa, một thế giới đang ngày càng bị ảnh hưởng và biến đổi bởi các vấn đề phổ quát của nhân loại, như biến đổi khí hậu, nghèo đói, chiến tranh, bất bình đẳng... Những người theo Phật giáo dần thân đã mở rộng thiền định, Chánh niệm ra các mối liên hệ bên ngoài một cách cân trọng. Khi làm như vậy, họ đã thay đổi, mở rộng thêm cách giải thích ban đầu của Phật giáo truyền thống và tự khẳng định mình là một thế lực tương đối mới trong Phật giáo Vương Quốc Anh. Khi áp dụng những nguyên tắc mở rộng vào trần thế, Phật tử dần thân hiểu sâu hơn về mối liên hệ giữa hành

động của con người và môi trường, nuôi dưỡng ý thức trách nhiệm trước nỗi đau khổ của con người, của cả hành tinh và mọi sự sống.

Nguyên tắc mở rộng thiền học của Phật giáo dần thân là tìm cách giải thích Phật giáo truyền thống tương thích, đồng hành với các phương thức tư duy khoa học và hợp lý. Phật giáo dần thân ở Anh Quốc đã thúc đẩy mọi người chú trọng nhiều hơn vào sự tham gia và hoạt động xã hội, khuyến khích Phật tử tích cực dần thân để chuyển đổi xã hội, bình đẳng, hòa bình cho xã hội, bền vững môi trường, hoạt động chia sẻ và chăm sóc sức khỏe cộng đồng.

Như vậy, quan niệm về Thiền để chăm sóc sức khỏe, hạnh phúc cộng đồng của Phật giáo dần thân là: "chăm sóc là việc chúng ta đã, đang làm "để duy trì, tiếp tục và sửa chữa thế giới" của chúng ta, bao gồm "cơ thể, bản thân và môi trường của chúng ta" và hoạt động trong "một mạng lưới phức tạp, duy trì sự sống". Họ nhấn mạnh, con người không tách rời khỏi môi trường mà có mối liên hệ sâu sắc với nó. Hành động và lựa chọn của con người có tác động trực tiếp đến sự cân bằng mong manh của hệ sinh thái và hạnh phúc của mọi sinh vật [3, tr.35-62].

3. KẾT LUẬN

Định hình vào những thập niên cuối của thế kỷ XX, Phật giáo dần thân nhanh chóng lan tỏa và định vị được vị thế của mình trong đời sống văn hóa tinh thần, tôn giáo ở xã hội Anh quốc. Theo các học giả, nhà nghiên cứu tôn giáo Phương Tây, sở dĩ Phật giáo dần thân đạt được những thành quả như vậy trong không gian môi trường nhân sinh mang màu sắc Kitô giáo, bởi vì tư tưởng quan điểm của Phật giáo đã được điều chỉnh, mở rộng theo hướng nhập thế, không chỉ đáp ứng nhu cầu tâm linh thế tục, mà còn thể hiện sự tham dự tích cực, có trách nhiệm xã hội đối với thực tại đời sống. Sự thay đổi của Phật giáo dần thân, được các học giả, nhà nghiên cứu tôn giáo Phương Tây nhấn mạnh vào những điều chỉnh, mở rộng các nguyên lý, khái niệm cơ bản của Phật giáo

truyền thống dưới ảnh hưởng tư tưởng, quan điểm dân thân của Phật giáo nhập thế ở châu Á. Bài viết tập trung khái quát một số đặc điểm của Phật giáo dân thân ở Anh Quốc qua các phân tích, nhận định, đánh giá của các học giả, nhà nghiên cứu tôn giáo Phương Tây như: Sự mở rộng khái niệm Chánh niệm trong Bát chánh đạo; về cách thức tổ chức của giáo hội và cộng đồng tín đồ; về thực chất của thiền dân

thân và sự tham dự, tương tác, có trách nhiệm xã hội đối với những vấn đề toàn cầu đang thách thức sự hiện tồn của mọi sinh vật sống. Và đặc biệt nhất là khẳng định các giá trị cũng như cung cấp cho mọi người một phương tiện để điều hướng sự phức tạp của cuộc sống và thúc đẩy ý thức trách nhiệm tập thể đối với tình trạng liên kết với nhau của chúng ta và thế giới.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Buyukokuyan, Baris (2011), *Toward a theory of cultural appropriation: Buddhism, the Vietnam War, and the field of US poetry*, American Sociological Review.
- [2] Lisa Henry, Battaglia (2013), *Adaptation and Developments in Western Buddhism: Socially Engaged Buddhism in the UK*, London: Bloomsbury Academic.
- [3] Fisher, Berenice and Tronto, Joan (1990), *Toward a feminist theory of caring*. In *Circles of Care: Work and Identity in Women's Lives*, Edited by Emily K. Abel and Margaret K. Nelson. New York: Suny Press.
- [4] S. Queen, Christopher (2000), *Engaged Buddhism in the West*, Boston: Wisdom Publications.
- [5] Cook, Joanna (2010), *Meditation in Modern Buddhism: Renunciation and Change in Thai Monastic Life*, Cambridge: Cambridge University Press.
- [6] Cook, Joanna (2021), *Mindfulness and Resilience in Britain: A Genealogy of the "Present Moment"*, *Journal of Global Buddhism* 22: 83–103.
- [7] Kuah-Pearce, Khun Eng (2014), *Understanding suffering and giving compassion: The reach of socially engaged Buddhism into China*, *Anthropology & Medicine*.
- [8] P. Pipat, Kulavir (2007), *Gender and sexual discrimination in popular Thai Buddhism*, *Journal of Faith, Spirituality, and Social Change*.
- [9] Feer, M. Leon. ed (1973). *Samyulta Nikdya*, London: Routledge and Kegan Paul Ltd., vol. 1.
- [10] Batchelor, Martine and Kerry Brown, eds (1992), *Buddhism and Ecology*, London: Cassell.
- [11] Pagis, Michal (2015), *Evoking Equanimity: Silent Interaction Rituals in Vipassana Meditation Retreats*, *Qualitative Sociology*.
- [12] Morgan, Peggy (2004), *Skilful Means and Socially Engaged Buddhism*. In *New Paths in the Study of Religion*, Edited by Christoph Kliene, Monika Schrimpf and Katja Triplett. Munich: Biblion Verlag.
- [13] Gombrich, Richard (1988), *Theravada Buddhism: A Social History from Ancient Benares to Modern Colombo*, London: Routledge and Kegan Paul Ltd.
- [14] B. King, Sallie (2011), *Socially Engaged Buddhism (Dimensions of Asian Spirituality)*, Honolulu: University of Hawaii Press.
- [15] Bell, Sandra (2000), *A Survey of Engaged Buddhism in Britain*. In *Socially Engaged Buddhism in the West*, Edited by Christopher Queen. Boston: Wisdom Publications.
- [16] Shaw, Sarah (2021), Edited by Miguel Farias, David Brazier and Mansur Lalljee, *Theravada Buddhism and Meditation*. In *The Oxford Handbook of Meditation*, Oxford: Oxford University Press (Oxford Library of Psychology).
- [17] Hanh, Thich Nhat (1987), *Interbeing: Fourteen Guidelines for Engaged Buddhism*, Berkeley: Parallax Press.
- [18] Magnuson, Joel (2022), *The Dharma and socially Engaged Buddhism Economic*, <https://link.springer.com/book/10.1007/978-3-030-97224-0>, ngày truy cập: 30-5-2025.