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

Nhà lãnh đạo tâm linh toàn cầu và "người cha của chính niệm"

ISSN: 2734-9195 09:11 01/10/2024

Thầy thường nói rằng Thầy chỉ "trình bày giáo lý của đạo Bụt nguyên thủy theo tinh thần Đại thừa", hay "đem đạo Bụt Đại thừa về tắm lại trong dòng suối nguyên thủy".

Năm 2008 và năm 2009 ghi dấu một làn sóng mới – một bước phát triển khá mạnh mẽ trong hoạt động của cố Thiền sư Thích Nhất Hạnh (Thầy) và tăng thân Làng Mai ở Tây phương và châu Á. Nó có nhiều điểm khá tương đồng với các hoạt động của Thầy trong những năm 1964 – 1966 trong cách lĩnh vực đạo đức (giới luật), giáo dục, và hoạt động dấn thân. Thầy đã làm mới cụm từ "*đạo Bụt dấn thân*" thành *"đạo Bụt ứng dụng"* để diễn tả chính xác hơn sự thực tập áp dụng chính niệm một cách đích thực trong mọi lĩnh vực của đời sống[i].

Đối với Thầy, là một Phật tử thuần thành và một nhà hoạt động xã hội là chưa đủ; là một học giả đạo Bụt – ngay cả đạo Bụt dấn thân – cũng chưa đủ. Giáo lý đạo Bụt, nếu muốn thực sự linh động, cần phải được ứng dụng vào đời sống hàng ngày, trong các mối quan hệ, cách tư duy, nói năng và hành động của chúng ta. Nhân dịp UNESCO mời Thầy đến thuyết trình ở Paris, Thầy đã mở rộng và làm mới nguyên tắc của một nền đạo đức toàn cầu (dựa trên Năm giới tân tu) để nó thực sự trở thành một nguyên tắc đạo đức có tính phổ quát, có thể giải quyết tận gốc rễ những bất công xã hội, bạo động, sợ hãi, lo lắng, thèm khát, cô đơn và tuyệt vọng[ii].



Cố Thiền sư Thích Nhất Hạnh dẫn đầu thiền hành với cộng đồng của mình tại Làng Mai, tháng 6/2014. Ảnh: st

Thầy đã thành lập Viện Phật học Ứng dụng Châu Âu (EIAB) ở Đức và khởi xướng một chương trình đào tạo thầy cô giáo trong việc đem chính niệm vào trường học – chương trình có tên là Wake Up Schools[iii]. Thầy cho rằng chương trình Wake Up Schools có thể hiến tặng cho các em học sinh "*một cơ hội thứ hai*" để được học những điều mà các em không được tiếp nhận từ gia đình như: cách xử lý căng thẳng và cảm xúc mạnh; cách lắng nghe sâu và nói năng bằng lời từ ái; cách chế tác một giây phút hạnh phúc cho chính mình và cho những người khác; cách nhận diện và biến ước mơ sâu sắc nhất của mình thành hiện thực.

Thầy luôn tìm tòi những cách thức không mang tính tôn giáo để chia sẻ "*nghệ thuật sống hạnh phúc*" và "*nghệ thuật chuyển hóa khổ đau*" với những người trẻ trên khắp thế giới. Với trên ba mươi năm kinh nghiệm trong việc chia sẻ sự thực tập chính niệm với gia đình và trẻ em, Thầy thấy được sự cần thiết phải gìn giữ bản chất đích thực của chính niệm khi nó được đem vào trong lớp học và môi trường giáo dục. Quyển sách Thầy cô giáo hạnh phúc làm thay đổi thế giới

mà Thầy là đồng tác giả với giáo sư Katherine Weare, đã phác họa phương hướng đem chính niệm vào trường học dựa trên nền tảng xây dựng những cộng đồng tu học có thực chất.

Ngoài ra Thầy còn khởi xướng phong trào Wake Up (dành cho giới trẻ phật tử và không phật tử cho một xã hội lành mạnh và từ bi) . Rất nhanh chóng, phong trào này đã phát triển mạnh mẽ thành một mạng lưới gồm hơn 100 tăng thân địa phương hoạt động ở châu Âu, châu Mỹ và châu Á. Các bạn trẻ cùng nhau sinh hoạt định kỳ hàng tuần, tổ chức các buổi ngồi thiền công cộng, đi bộ trong chính niệm, các khóa tu cuối tuần và các hoạt động dấn thân khác. Những chia sẻ chân thành của Thầy về cách thực tập xử lý khổ đau và cảm xúc mạnh, chuyển hóa những vướng mắc trong tình cảm cũng như ước nguyện phụng sự và giúp thế giới này tốt đẹp hơn đã chạm đến trái tim và tạo cảm hứng cho rất nhiều người trẻ[iv]. Khi những người trẻ tổ chức một buổi ngồi thiền công cộng với Thầy tại quảng trường Trafalgar, London, đã có hơn 3000 người tham dự, làm cho sự kiện này trở thành sinh hoạt thiền tập lớn nhất trong lịch sử của thành phố London.

Lối ra

Thầy nhận ra rằng quan niệm sai lầm về hạnh phúc chính là gốc rễ của khổ đau ở Tây phương: rất nhiều người cho rằng khi chạy theo tiền tài, danh vọng, quyền hành và dục lạc, họ sẽ có hạnh phúc. Thế nhưng những cái đó chỉ làm tăng thêm sự xa cách, thèm khát, bất an cũng như dẫn đến sự bất công và tàn hoại các tài nguyên thiên nhiên quý báu. Khi được hỏi điều gì làm Thầy ấn tượng nhất trong những năm đầu tiên ở tại Tây phương, Thầy nói: *"điều đầu tiên tôi nhận ra rằng thậm chí khi người ta có rất nhiều tiền, quyền lực và danh vọng, người ta vẫn có thể cực kỳ đau khổ. Nếu ta không có đủ bình an và từ bi ở trong lòng, thì không có cách gì ta có thể hạnh phúc được"*[v].

Giáo lý của Thầy nhấn mạnh đến tầm quan trọng của việc tiếp xúc cái mà Thầy gọi là hạnh phúc đích thực ngay trong giờ phút hiện tại. Thầy khẳng định rằng giúp cho mọi người tiếp xúc với hạnh phúc đích thực là cách tối ưu để giải quyết tận gốc rễ tình trạng bất công, bất bình đẳng và tình trạng chạy trốn khổ đau bằng tiêu thụ hiện đang xảy ra trong xã hội. Thầy nói khi chúng ta biết hạnh phúc đích thực là gì, ta sẽ dễ dàng sống một cuộc sống giản dị, và ta sẽ biết cách chăm sóc chính mình, chăm sóc các mối quan hệ cũng như chăm sóc đất Mẹ.



Cố Thiền sư Thích Nhất Hạnh tại chùa Từ Hiếu. Ảnh: st

Trên bình diện toàn cầu

Luôn can đảm lên tiếng về một số vấn đề hóc búa nhất của xã hội, đồng thời hiến tặng những giải pháp thực tiễn qua các pháp môn thực tập chính niệm, Thầy trở thành một diễn giả được săn đón ở cả Đông lẫn Tây phương[vi]. Năm 2008, Thầy được mời sang Ấn Độ trong một chuyến thăm chính thức với tư cách là một vị khách quý của chính phủ Ấn Độ. Thầy đã cho các bài thuyết pháp và hướng dẫn khóa tu cũng như có một bài diễn văn tại Quốc hội, gặp gỡ bà Sonia Gandhi – Chủ tịch đảng Quốc đại, và được mời làm tổng biên tập danh dự cho tờ Thời báo Ấn độ (The Times of India) trong ngày kỷ niệm Thánh Gandhi. Thầy đã được mời phát biểu tại Hội nghị Tôn giáo Thế giới (2009) và tại trường Đại học Mahidol, Bangkok cho các chính trị gia Thái lan (2010).

Năm 2011, Thầy được mời nói chuyện tại Quốc hội Mỹ lần thứ hai, và năm 2012 nói chuyện cho Quốc hội Anh tại điện Westminster, cho Quốc hội Bắc Ireland tại Stormont, và Thượng viện Pháp tại Paris. Sau buổi pháp thoại công cộng tại Dublin, thời báo của Ireland The Irish Times đã gọi Thầy là *“người cha của chính niệm”*[vii].

Năm 2014, Tòa thánh Vatican đã gửi một phái đoàn chính thức đến Làng Mai để mời Thầy đại diện cho Phật giáo tham gia Hội nghị các nhà lãnh đạo tôn giáo thế giới tại Rome để cùng ra một tuyên cáo toàn cầu phản đối chế độ nô lệ hiện đại và nạn buôn người. Khi Tổng thống Obama đến thăm Việt Nam, ông đã trích dẫn những lời dạy của Thầy về hòa giải trong bài diễn văn chính thức tại Hà nội[viii].

Phát triển ở Đông phương

Không muốn bị đóng khung bởi "*nhãn hiệu*" một vị thầy theo Thiền tông, Tịnh Độ tông hay Nam tông nên Thầy thường nói rằng Thầy chỉ "*trình bày giáo lý của đạo Bụt nguyên thủy theo tinh thần Đại thừa*", hay "*đem đạo Bụt Đại thừa về tắm lại trong dòng suối nguyên thủy*"[ix]. Tại các trung tâm thực tập thuộc Làng Mai, các nghi lễ đã được Thầy giản lược đi rất nhiều để phục hồi cái tinh yếu sống động của Thiền Phật giáo. Làm như thế, Thầy đã đi xa hơn việc chỉ đơn thuần giảng dạy "*thiền đại thừa*".

Trên thực tế Thầy đã truyền dạy một đạo Bụt hiện đại, cách tân nhưng vẫn giữ được gốc rễ của giáo lý nguyên thủy. Sự kết hợp độc đáo giữa giáo lý nguyên thủy và tinh thần đại thừa đã làm cho pháp môn của Thầy càng đặc biệt thu hút ở cả phương Đông lẫn phương Tây.

Từ năm 2008 trở đi, tầm ảnh hưởng của Thầy ở châu Á tăng lên nhanh chóng, nhất là đối với giới trẻ. Họ bị cuốn hút bởi một đạo Bụt mới qua những lời giảng của Thầy, một đạo Bụt không bị ràng buộc bởi giáo điều, nghi lễ và sự mê tín. Năm 2013, hơn 10 ngàn người đã tham dự buổi pháp thoại công cộng của Thầy ở Busan, Hàn Quốc và 11 ngàn người tại buổi pháp thoại công cộng ở Hồng Kông, nơi Thầy cũng hướng dẫn những buổi huấn luyện đặc biệt cho thầy cô giáo và nhân viên y tế. Là một trung tâm nòng cốt của Làng Mai ở châu Á, trung tâm Làng Mai quốc tế Thái Lan với hơn 200 vị xuất gia, đã và đang hướng dẫn các khóa tu ở Nhật, Indonesia, Philippines và Đài Loan.

Ở Thái Lan, Thầy đã giảng dạy và hướng dẫn khóa tu tại trường đại học hoàng gia Mahachulalongkorn (MCU), trường đại học Phật giáo lớn nhất thế giới, quê hương của rất nhiều vị học giả nổi tiếng của Phật giáo Nam Tông[x]. Tại Trung Quốc, những kinh văn cổ bằng chữ Hán được Thầy dịch ra ngôn ngữ hiện đại đã được dịch ngược lại sang tiếng Trung Quốc đương đại và được chào đón bởi một số đông độc giả.

Cũng tại châu Á, các tác phẩm thư pháp với những thiền ngữ giản dị mà sâu sắc, với nét bút thanh thoát chuyên chở năng lượng chính niệm của Thầy được rất nhiều người yêu thích. Thư pháp của Thầy đã được triển lãm một cách quy

mô tại Bảo tàng mỹ thuật của Đại học Hồng Kông (Hong Kong University Museum and Art Gallery) vào tháng 11 năm 2010; sau đó là các cuộc triển lãm tại Đài Loan (2011) và Băng Cốc, Thái Lan (2013)[xi].

Ban đầu khi viết thư pháp, Thầy chỉ muốn nhắc nhở các học trò của mình về sự thực tập chính niệm qua những câu thiền ngữ như: Thở đi con, Mỉm cười, An lạc từng bước chân, Con đã về con đã tới,... Ngày nay, những bức thư pháp của Thầy đã trở thành những tác phẩm nghệ thuật được nhiều người yêu thích trên khắp thế giới, và đã được xuất bản dưới dạng sách[xii]. Tính cho đến nay, Thầy đã viết hơn 10.000 tấm thư pháp cho các học trò của mình.

Ông thầy tu có ảnh hưởng lớn

Trong chuyến hoằng pháp cuối cùng của Thầy tại Bắc Mỹ vào năm 2013, Thầy đã hướng dẫn một khóa tu cho hơn 1500 nhà giáo dục ở Toronto, Canada; khai mạc triển lãm thư pháp của Thầy tại Broadway, New York; cho pháp thoại tại trường đại học Y khoa Harvard; hướng dẫn các buổi sinh hoạt chuyên đề về chính niệm tại trụ sở Ngân hàng Thế giới ở Washington; nói chuyện tại trường đại học Stanford; hướng dẫn một ngày tu chính niệm cho hơn 700 nhân viên của Google; và hướng dẫn một buổi chiều chính niệm cho một số Giám đốc điều hành (CEO) hàng đầu của Thung lũng Silicon, trong đó có Marc Benioff, CEO của Saleforce. Marc Benioff đã trở thành một hộ pháp rất đắc lực của Thầy. "*Anh muốn trở thành số một hay anh muốn được hạnh phúc?*", Thầy đã hỏi các CEO. "*Nếu anh hạnh phúc, anh không thể nào là nạn nhân của hạnh phúc. Nhưng nếu anh thành công, anh có thể trở thành nạn nhân của sự thành công*", Thầy nói.

Mùa xuân năm 2014, Thầy đã làm hậu thuẫn cho Christiana Figueres, đệ tử của Thầy, khi bà chuẩn bị lãnh đạo các cuộc đàm phán về khí hậu (COP-21) tại Paris. Các cuộc đàm phán đã dẫn đến Hiệp ước Paris nổi tiếng. Sau này bà Christiana Figueres đã chia sẻ rằng nhờ sự hướng dẫn và những lời dạy của Thầy mà bà đã thành công[xiii]. Ảnh hưởng của Thầy cũng lan đến cả Hollywood. Hai đạo diễn từng đoạt giải Oscar là Alejandro G. Inarritu và Alfonso Cuarón đã đến dự các khóa tu và thực tập theo giáo pháp của Thầy. Cố nghệ sĩ hài Gary Shandling cũng là một người hết lòng thực tập theo Thầy. Ông là người nói lời giới thiệu Thầy trước khi Thầy phát biểu tại Quốc hội Mỹ[xiv].

Chính niệm là con đường, không phải là một công cụ

Tháng Sáu năm 2014, trong khi sức khỏe đang suy yếu, Thầy hướng dẫn khóa tu 21 ngày với chủ đề "*Chuyện gì xảy ra khi ta đang sống? Chuyện gì xảy ra khi ta chết?*". Trong khóa tu này, Thầy đã trình bày tuệ giác của mình về nghệ thuật sống chết[xv].

Đó là thời gian sự thực tập chính niệm không mang màu sắc tôn giáo được nhiều người đặc biệt ưa chuộng. Thậm chí đến quân đội Mỹ cũng mời những chuyên gia chính niệm, trong đó có cả những giáo thọ cư sĩ của Làng Mai, đến huấn luyện quân nhân để họ có thể thi hành nhiệm vụ tốt hơn. Khi được hỏi rằng các vị giáo thọ cư sĩ có nên huấn luyện chính niệm cho quân đội hay không, Thầy giải thích rằng bất cứ khi nào một đệ tử của Thầy giảng dạy chính niệm, họ nên cống hiến một giáo pháp hoàn chỉnh, bao gồm cả đạo đức, và không bao giờ nên pha loãng hay làm biến chất sự thực tập, hoặc sử dụng nó cho một mục đích phi đạo đức.

Thầy nói "*Chính niệm là con đường, mà không phải là một công cụ*". Tháng 9 năm 2014, Thầy hoàn tất bản dịch mới của Tâm Kinh Bát Nhã, trong đó làm rõ ý nghĩa của chữ "*không*" trong Tâm kinh. Thầy giải thích "*không*" không có nghĩa là "*không có gì*", mà có nghĩa là "*không có một cái ngã riêng biệt*". Thầy đã biến những giáo lý thâm sâu của Tâm kinh Bát Nhã – một trong những bản kinh thiêng liêng nhất của đạo Bụt Đại thừa – trở thành một sự thực tập hết sức linh động[xvi].

Nguồn: langmai.org

Chú thích

[i] Bài viết "Why We Need a Global Ethic," in True Peace Work: Essential Writings on Engaged Buddhism (2019) , trang 295-302.

[ii] Xem bài nói chuyện của Thầy tại UNESCO vào ngày 7 tháng 10 năm 2006 tại kết nối này. Xem thêm các pháp thoại trong khóa tu 21 ngày "Con đường của Bụt" (tháng 6 năm 2009) về đạo đức toàn cầu. Các bài pháp thoại trong khóa tu này đã được in thành sách Good Citizens: Creating Enlightened Society (2012). Năm giới tân tu được in trong sách Để có một tương lai (NXB Văn hóa Sài Gòn).

[iii] Để tìm hiểu thêm về chương trình này, xin xem tại website wakeupschools.org, và sách "Thầy cô giáo hạnh phúc làm thay đổi thế giới" (2016), TS. Thích Nhất Hạnh và Katherine Weare đồng tác giả.

[iv] Đọc tác phẩm Cultivating the Mind of Love (1996).

[v] Phỏng vấn của John Malkin, tạp chí Shambhala Sun, ngày 1.7.2003

[vi] Thầy nằm trong danh sách 60 vị anh hùng châu Á do tạp chí Time bầu chọn năm 2006.

[vii] Thời báo Irish Times, số ra ngày 10.4.2012.

[viii] "...Hai nước đã học được bài học như Thiền sư Thích Nhất Hạnh từng nói: đối thoại thực sự là khi cả hai bên đều sẵn sàng thay đổi... Theo cách đó, cuộc chiến vốn chia rẽ chúng ta nay lại là cội nguồn của sự hàn gắn." – Trích diễn văn của Tổng thống Obama, ngày 24.5.2016 tại Hà Nội, Việt Nam. Nguồn: https://obamawhitehouse.archives.gov/the-press-office/2016/05/24/remarks-president-obama-address-people-vietnam

[ix] Phỏng vấn với Melvin McLeod, đăng trên tạp chí Shambhala Sun, ngày 17.2.2017 với tựa đề "Love and Liberation: An interview with Thich Nhat Hanh" (Tình thương và giải thoát); Xem "Trở về dòng suối nguyên thỉ" – định đề số 37 trong 40 định đề của Làng Mai, tác phẩm Làng Mai nhìn núi Thứu.

[x] Ngày 26 tháng 3 năm 2011, Làng Mai và trường đại học MCU đã ký kết văn bản Hiệp ước đối tác, một sự cộng tác giữa hai bên trong việc chia sẻ các khóa tu và ngày quán niệm, yểm trợ cho phong trào Wake Up ở Thái Lan (chia sẻ giáo lý đạo Bụt ứng dụng và đạo đức học ứng dụng với thế hệ trẻ), và phát triển một chương trình Thạc sĩ về đạo Bụt ứng dụng tại MCU.

[xi] Ngoài ra còn có các cuộc triển lãm thư pháp của Thầy tại Vancouver, Canada (2011) và tại Đức (2012).

[xii] This Moment is Full of Wonders: The Zen Calligraphy of Thich Nhat Hanh (2015)

[xiii] Bài phỏng vấn Christina Figueres của Jo Confino: "Vị anh hùng ẩn danh đằng sau công cuộc chống biến đổi khí hậu trên thế giới", đăng trên báo Huffington Post, ngày 22.1.2016.

[xiv] Bài viết "G. Inarritu trong phim tài liệu về chính niệm Walk With Me" của Leo Barraclough, đăng trên báo Variety, số ra ngày 9.3.2017.

[xv] Các bài pháp thoại trong khóa tu 21 ngày đã làm nên nội dung của quyển sách "The Art of Living: Peace and Freedom in the Here and Now" (2016)

[xvi] Xem thêm: Tâm kinh Tuệ giác qua bờ