



Thiền sư Nhất Hạnh và phong trào “Phật giáo Dẫn thân” trong Chiến tranh Việt Nam (P.1)

ISSN: 2734-9195

14:15 21/04/2025

Phật giáo dẫn thân, khi Ngài phát triển, phát triển từ hai nguồn chính: hy vọng canh tân Phật giáo Việt Nam và phản ứng sâu sắc trước những nỗi khổ niềm đau do chiến tranh gây ra.

Hai bài viết trước của tôi đã thảo luận về cách diễn giải lại chính niệm và lời dạy về sự tương tức (một là tất cả, tất cả là một hay cái này có vì cái kia có, cái này sinh vì cái kia sinh) của **Thiền sư Thích Nhất Hạnh**. Những điều này tạo thành nền tảng để khám phá Phật giáo dẫn thân, hay Phật giáo nhập thế (tiếng anh là Engaged Buddhism) là một khái niệm Phật học tương đối mới của Ngài, kết nối thực hành tâm linh với hoạt động xã hội.

Trong bài viết này, chúng ta sẽ tham khảo tinh thần Phật giáo Dẫn thân bao hàm ý nghĩa đi tới, một cách tự nguyện, để hành động theo một mục đích, một chủ trương nhất định của Thiền sư Thích Nhất Hạnh được hình thành và định hình thông qua những trải nghiệm cuộc sống của Ngài.

Bậc thầy hướng dẫn tâm linh có công hạnh hoằng hóa rộng rãi và ảnh hưởng sâu dày trên khắp thế giới, nhà văn hóa, nhà văn, nhà thơ, học giả, sử gia và một nhà hoạt động hòa bình, Thiền sư Thích Nhất Hạnh (1926-2022) đã sống qua thời kỳ xung đột liên tục ở Việt Nam, bao gồm thời kỳ Nhật Bản chiếm đóng trong Thế chiến II (1939-1945), Chiến tranh Đông Dương chống thực dân lần thứ nhất (1946-1954) và Chiến tranh Việt Nam (1955-1975), đã lôi kéo các cường quốc toàn cầu vào cuộc.

Những cuộc chiến tranh liên tiếp này đã ảnh hưởng sâu sắc đến sự hiểu biết của Ngài về những nỗi khổ niềm đau, chính niệm và nhu cầu thực hành tâm linh dẫn thân.

Thiền sư Thích Nhất Hạnh đã phát triển các giáo lý và thực hành dẫn thân của Ngài chủ yếu để ứng phó với những nỗi khổ niềm đau do các điều kiện chính trị và xã hội gây ra trong các cuộc chiến tranh ở Việt Nam, quê hương Việt Nam thân yêu của Ngài. (Chapman 2007; Hunt-Perry & Fine 2000).

Do môi trường ở Việt Nam thời chiến rất khác so với Pháp quốc, nơi sau này Ngài sống lưu vong, nên cuộc thảo luận này sẽ được chia thành hai giai đoạn: trong các cuộc chiến tranh ở Việt Nam và sau chiến tranh, khi Ngài đã định cư tại Pháp.

Cấu trúc này sẽ giúp minh họa cách Ngài ứng dụng thực tiễn các giáo lý và thực hành để đáp ứng nhu cầu cụ thể của mọi người trong các bối cảnh khác nhau.

Chúng ta hãy bắt đầu với quá trình tu học Phật pháp và những trải nghiệm ban đầu của Ngài khi còn là một nhà sư trẻ, đóng vai trò quan trọng trong việc phát triển sự hiểu biết của Ngài về mối liên hệ sâu sắc giữa sự chuyển hóa cá nhân và thay đổi xã hội.



Thích Nhất Hạnh năm 1966. Từ Plumvillage.org

Quá trình tu học của Thiền sư Thích Nhất Hạnh

Năm 1942 (Nhâm Ngọ), lúc 16 tuổi, Ngài được xuất gia tại Tổ đình Từ Hiếu với thầy bốn sư là thiền sư Chân Thật (1884-1968), thuộc dòng thiền Lâm Tế chánh tông và phái Liễu Quán và được nhận pháp danh Trừng Quang, nghĩa là ánh sáng tịch tĩnh. Ngày Rằm tháng 9 năm Ất Dậu (20-10-1945), Ngài chính thức được thụ giới Sa di. Lúc bấy giờ Việt Nam đang bị Nhật chiếm đóng (1940-1945), bên ngoài khuôn viên chùa tình hình rất căng thẳng. Lương thực, thực phẩm hết sức khan hiếm và đỉnh điểm là nạn đói năm Ất Dậu (1945). Đây là thời kỳ Thế chiến II, một thời kỳ vô cùng bất ổn và khó khăn. Những đau khổ mà Ngài chứng kiến trong giai đoạn này, như chúng ta sẽ thấy, đã ảnh hưởng mạnh mẽ đến cách thức hình thành Phật giáo Dẫn thân của Ngài sau này.

Thực hành Chính niệm

Theo Thiền sư Thích Nhất Hạnh: “Nền tảng đào tạo của một người mới vào nghề ở Việt Nam về cơ bản là thực hành hiện diện trong từng khoảnh khắc và làm bất cứ điều gì mình đang làm với sự tỉnh thức hoàn toàn” (Thích Nhất Hạnh 2016). Nói cách khác, chính niệm là cốt lõi của đào tạo tu sĩ Phật giáo ở Việt Nam. Nó có nghĩa là học cách hiện diện và tỉnh thức hoàn toàn trong các hoạt động hàng ngày. Cách sống chính niệm này sau này trở thành nền tảng cho cách tiếp cận Phật giáo Dẫn thân trong xã hội của Thiền sư Thích Nhất Hạnh được hiểu là đạo Phật đi vào cuộc đời. Phật giáo ở trong cuộc đời, đi vào nhân gian và hiện hữu trong cuộc sống thường nhật. Phật giáo nhập thế làm cho những nguyên lý của đạo Phật trở thành nguyên lý sống thường nhật, từ đó cải biến nhân sinh đi theo hướng thiện mỹ.

Lao động chân tay

Tại cơ sở tự viện Phật giáo, ngoài việc thiền định và nghiên cứu giáo lý đạo Phật, lao động chân tay là một phần thiết yếu trong quá trình đào tạo tu sĩ Phật giáo. Thiền sư Thích Nhất Hạnh nhớ lại việc dành nhiều giờ mỗi ngày để làm những công việc đòi hỏi thể lực như xay xát lúa gạo (giã gạo) và gánh nước, khiến vai Ngài đỏ và sưng lên (Powers 2016).

Sự nhấn mạnh vào công việc chân tay này vẫn tiếp tục cho đến ngày nay. Tầm quan trọng của lao động chân tay vẫn được thấy trong cuộc sống hàng ngày của các nhà sư và nữ tu tại Làng Mai, và ngay cả những người tinh tâm cũng tham gia vào công việc hàng ngày như một phần của việc thực hành chính niệm của họ (Dựa trên dữ liệu từ công trình nghiên cứu thực địa Tiến sĩ của tôi tại Làng Mai, tôi sẽ khám phá khía cạnh thực hành này chi tiết hơn trong các bài viết sau).

Tỳ Ni Nhật Dụng

Một khía cạnh quan trọng khác trong quá trình tu tập của Thiền sư Thích Nhất Hạnh là thực hành Tỳ Ni Nhật Dụng. Đây là những câu kệ đơn giản được đọc trong các hoạt động thường ngày để giúp chúng ta quay trở lại chính niệm. (Thích Nhất Hạnh 1997) - Ngài giải thích:

Khi còn là những người mới tu học vào chốn thiền môn, chúng tôi được trao tặng (một cuốn sách nhỏ có tên là “Tỳ ni nhật dụng” (Chính niệm trong mọi hành vi) là các thực tập có khả năng giúp người xuất gia thiết lập chính niệm hiện tiền trong mọi sinh hoạt, bao gồm thức dậy, mặc áo, ăn cơm, đi, đứng, ngồi, nằm, nói, nín, thức, ngủ v.v... nhờ đó, thân hành và tâm hành của người xuất gia trở nên thanh tịnh và đáng tôn kính) khi chúng tôi vào tu viện và được hướng dẫn phải luôn giữ nó trong tầm tay, thậm chí dùng nó làm gối vào ban đêm.

Những bài kệ trong đó dạy chúng tôi cách hiện diện với tâm trí của chính mình để quan sát bản thân trong suốt những hành động bình thường của cuộc sống hàng ngày: ăn, uống, đi bộ, đứng, nằm và làm việc. . . . Tâm trí giống như một con khỉ đu từ cành này sang cành khác. Không dễ để bắt một con khỉ. Bạn phải nhanh nhẹn và thông minh, có thể đoán được con khỉ sẽ đu sang cành nào tiếp theo. Sẽ dễ dàng để bắn nó, nhưng mục đích ở đây không phải là giết, đe dọa hoặc ép buộc con khỉ. Mục đích là biết con khỉ sẽ đi đâu tiếp theo để có thể ở bên nó. Cuốn sách mỏng gồm những câu thơ hàng ngày đó đã cung cấp cho chúng tôi các chiến lược. Những bài kệ đơn giản nhưng lại cực kỳ hiệu quả. Tập sách dạy chúng tôi cách quan sát và làm chủ mọi hành động của thân, khẩu và ý (Thích Nhất Hạnh 2000).

Cuốn sách nhỏ gồm các bài kệ này, ban đầu được viết bằng tiếng Hán cổ, được biên soạn bởi Cao tăng Độc Thể (读体, 1601-1679), một thiền sư, luật sư người Trung Quốc. Sau đó, Thiền sư Thích Nhất Hạnh đã dịch sang tiếng Việt để việc thực hành dễ tiếp cận hơn. Ngày nay, những bài kệ này đã được dịch sang nhiều ngôn ngữ, giúp bất kỳ ai muốn sử dụng chúng trong quá trình thực hành của mình đều có thể sử dụng. (Thích Nhất Hạnh 2016)

Thiền sư Thích Nhất Hạnh đã viết nhiều bài kệ để hỗ trợ và đào sâu thực hành chính niệm. Tại Làng Mai, những bài kệ ngắn này được dán ở nhiều nơi, chẳng hạn như nhà vệ sinh và phòng ăn. Chúng đóng vai trò như lời nhắc nhở nhẹ nhàng để quay trở lại khoảnh khắc hiện tại và nhận thức rõ hơn về hành động của mình.

Theo truyền thống Thiền tông cổ đại, Thiền sư Thích Nhất Hạnh khuyến khích mọi người tự viết những bài kệ của riêng mình. Vì những câu kệ này là một phần quan trọng trong giáo lý của Ngài, nên các bài viết trong tương lai sẽ khám phá xem những người tinh tâm mà tôi phỏng vấn trong quá trình thực tập Tiến sĩ của mình có thực sự sử dụng những bài kệ của Ngài hay không và liệu họ có thấy chúng hữu ích trong việc thực hành hàng ngày của họ hay không. Chúng ta cũng sẽ xem xét liệu họ có tự tạo ra những bài kệ của riêng mình hay không và họ đã thực hiện như thế nào.

Học các môn thế tục tại trường đại học

Việc học hành của Thiền sư Thích Nhất Hạnh diễn ra trong bối cảnh chiến tranh Đông Dương lần thứ nhất (1946-1954). Xung đột và bạo lực đang diễn ra trong nước tiếp tục định hình quan điểm của Ngài, đặt nền tảng sau này cho sự phát triển Phật giáo Dẫn Thân (Engaged Buddhism) của Ngài.

Sau khi xuất gia, Thiền sư Thích Nhất Hạnh tu học tại Học viện Phật giáo Báo Quốc, chủ yếu tập trung vào nghiên cứu Phật giáo truyền thống. Tuy nhiên, Ngài tin rằng các nhà sư trong thế giới hiện đại cũng nên học các môn ngoài Phật giáo, chẳng hạn như khoa học phương Tây, văn học, triết học và ngoại ngữ.

Khi Học viện Phật giáo từ chối cập nhật chương trình giảng dạy thế học, Thiền sư Thích Nhất Hạnh và một số bạn học đã rời đi vào năm 1950. Họ chuyển đến Chùa Ấn Quang ở Sài Gòn và đăng ký vào Đại học Sài Gòn để học khoa học và triết học phương Tây. Trong thời gian này, Ngài đã sáng tác thơ, văn để tự nuôi sống bản thân. (Chapman 2007) Đáng chú ý, Ngài là một trong những nhà sư đầu tiên ở Sài Gòn theo đuổi các môn học thế tục tại trường đại học như học các môn khoa học, văn chương thế giới, ngoại ngữ, triết học và tâm lý học và là một trong sáu người đầu tiên đi xe đạp. (Plum Village n.d.)

Sự ra đời và ý nghĩa của Phật giáo dẫn thân của Thiền sư Thích Nhất Hạnh với hy vọng canh tân Phật giáo Việt Nam của Thiền sư Thích Nhất Hạnh được thể hiện rõ qua nhiều thành tựu của Ngài khi còn là một nhà sư trẻ vào những năm 1950. Bao gồm việc thành lập tu viện của riêng mình, Phương Bối, trở thành tổng biên tập của tạp chí Phật giáo hàng đầu Phật giáo Việt Nam và xuất bản sách và bài viết trên báo (- Thích Nhất Hạnh 1996, 2017) Thiền sư Thích Nhất Hạnh giải thích cách thức hình thành sự tham gia xã hội của ông và ý nghĩa thực sự của nó:

Khi tôi còn là một chú tiểu ở chùa tại Việt Nam, chúng tôi, những nhà sư trẻ đã chứng kiến nỗi khổ niềm đau do chiến tranh gây ra. Vì vậy, chúng tôi rất muốn thực hành Phật giáo theo cách mà chúng tôi có thể đưa nó vào xã hội. Điều đó

không dễ dàng vì truyền thống không trực tiếp cung cấp Phật giáo dẫn thân. Vì vậy, chúng tôi phải tự mình thực hiện. Đó là sự ra đời của Phật giáo dẫn thân.

Phật giáo liên quan đến cuộc sống hàng ngày của bạn, đến những nỗi khổ niềm đau của bạn và đến nỗi đau khổ của những người xung quanh bạn. Bạn phải học cách giúp đỡ một đứa trẻ bị thương trong khi vẫn thực hành hơi thở chánh niệm. Bạn không nên để mình lạc lối trong hành động. Hành động phải đồng thời là thiền định (Malkin 2003).

Cách tiếp cận dẫn thân của Thiền sư Thích Nhất Hạnh xuất hiện vào năm 1954 khi một tờ báo mời Ngài viết về Phật giáo. Ngài nhớ lại:

Tôi đã viết một loạt mười bài viết có tựa đề “Một cái nhìn mới về Phật giáo” (A Fresh Look at Buddhism). Trong loạt mười bài viết này, tôi đã đề xuất ý tưởng về Phật giáo dẫn thân - Phật giáo trong lĩnh vực giáo dục, kinh tế, chính trị, v.v. Phật giáo dẫn thân có từ năm 1954 (- Thích Nhất Hạnh 2008).

Kết luận

Sự tu học ban đầu của Thiền sư Thích Nhất Hạnh nhấn mạnh vào chánh niệm trong cuộc sống hàng ngày, lao động chân tay như thiền định và sử dụng các bài kệ để neo giữ nhận thức trong khoảnh khắc hiện tại.

Những thực hành này đã đặt nền tảng cho Phật giáo dẫn thân của Ngài, kết nối thực hành tâm linh với hành động xã hội.

Phật giáo dẫn thân, khi Ngài phát triển, phát triển từ hai nguồn chính: Hy vọng canh tân Phật giáo Việt Nam và phản ứng sâu sắc trước những nỗi khổ niềm đau do chiến tranh gây ra. Khi còn là một nhà sư trẻ, Ngài đã nỗ lực cải cách giáo dục học Phật học và khám phá các môn học thế tục như khoa học và văn học. Những trải nghiệm ban đầu này phản ánh tầm nhìn táo bạo và mong muốn thách thức các quy ước của Ngài.

Tuy nhiên, cách tiếp cận Phật giáo dẫn thân xã hội của Ngài đã làm phật lòng nhiều nhà lãnh đạo Phật giáo theo tư tưởng truyền thống, những người cảm thấy rằng các nhà sư nên tránh tham gia vào các hoạt động xã hội hoặc chính trị.

Bài viết tiếp theo sẽ xem xét những trở ngại mà Ngài phải đối mặt và cách Ngài giải quyết chúng thông qua thực hành chánh niệm của bản thân. Những trải nghiệm này tiếp tục định hình và làm sâu sắc thêm cách tiếp cận Phật giáo dẫn thân của Ngài.

Tác giả: **Tiến sĩ Lam Yuen Ching (林宛靖)**/Việt dịch: **Thích Vân Phong**/
Nguồn: **www.buddhistdoor.net**

Tài liệu tham khảo:

Chapman, John. 2007. "The 2005 pilgrimage and return to Vietnam of exiled Zen Master Thích Nhất Hạnh." In P. Taylor (Ed.), *Modernity and Re-enchantment: Religion in Post-revolutionary Vietnam* (pp. 297–341). Singapore: Institute of Southeast Asian Studies.

Hunt-Perry, Patricia., & Fine, Lyn. 2000. "All Buddhism is Engaged: Thích Nhất Hạnh and the Order of Interbeing." In C. S. Queen (Ed.), *Engaged Buddhism in the West* (pp. 35–66). Boston: Wisdom Publications.

Malkin, John. 2003. In *Engaged Buddhism, peace begins with you*. Retrieved from <http://www.lionsroar.com/in-engaged-buddhism-peace-begins-with-you/#>

Plum Village. n.d. The life story of Thích Nhất Hạnh. Retrieved from <https://plumvillage.org/about/thich-nhat-hanh/biography/>

Powers, John. 2016. "Thích Nhất Hạnh." In J. Powers (Ed.), *The Buddhist World* (pp. 606–16). New York: Routledge.

Thích Nhất Hạnh. 1996. "The sun my heart." In A. Kotler (Ed.), *Engaged Buddhist Reader: Ten Years of Engaged Buddhist Publishing* (pp. 162–170). Berkeley, California: Parallax Press.

Thích Nhất Hạnh. 1997. *Stepping into Freedom: An Introduction to Buddhist Monastic Training*. Berkeley, California: Parallax Press.

Thích Nhất Hạnh. 2000. *Fragrant Palm Leaves: Journals 1962–1966*. London: Rider.

Thích Nhất Hạnh. 2008. "History of Engaged Buddhism." In *The Mindfulness Bell*, 4–9.

Thích Nhất Hạnh. 2016. *At Home in the World: Stories and Essential Teachings from a Monk's Life*. London: Penguin Random House.

Thích Nhất Hạnh. 2017. *The Other Shore: A New Translation of the Heart Sutra with Commentaries*. Berkeley, California: Palm Leave Press.