

Tìm Phật ở đâu?

ISSN: 2734-9195 11:36 15/04/2026

Tu hành là đại hải trình đơn độc nhưng đầy ánh sáng. Đừng mải mê đi tìm một vị Phật bằng xương bằng thịt hay một cảnh giới xa xôi nào đó, bởi lẽ "Pháp của Ngài thiết thực hiện tiền, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng".

Tóm tắt:

Bài viết tập trung làm sáng tỏ quan điểm về sự hiện hữu của "Phật" trong lộ trình tu tập của hành giả, đặc biệt dưới lăng kính của truyền thống ***Phật giáo Nam tông*** *(Theravada). Qua việc phân tích hệ thống "tám muôn bốn vạn pháp môn", tác giả khẳng định Pháp (Dhamma) chính là hiện thân sinh động nhất của đức Thế Tôn sau khi Ngài nhập Niết bàn. Bài viết cũng phê phán xu hướng tu tập hướng ngoại, chạy theo hình thức hoặc lệ thuộc vào cá nhân giáo phẩm, đồng thời nhấn mạnh cốt lõi của sự tu hành là tự giác, tự hành để đạt đến sự giải thoát tối hậu.*

Dẫn nhập: Nỗi ám ảnh về một hình bóng lịch sử

Trong dòng chảy của thời đại, khi các phương tiện truyền thông và hình ảnh phát triển rực rỡ, khái niệm "gặp Phật" hay "tìm Phật" vô tình bị vật chất hóa. Nhiều người bước chân vào cửa đạo với tâm thế đi tìm một đấng thần linh, một bậc siêu nhiên có thể ban phước hay hiển lộ trước mắt.

Tuy nhiên, theo kinh điển Pali, đức Phật đã khẳng định: "*Ai thấy Pháp, người đó thấy Ta*" (Yo Dhammam passati, so mam passati). Câu hỏi "Phật ở đâu?" vì thế không phải là câu hỏi về địa lý hay không gian, mà là câu hỏi về trạng thái chứng đắc và thực hành giáo pháp.

Tám muôn bốn vạn pháp môn: Di sản thay thế sắc thân



Hành giả không tìm Phật qua sắc thân mà qua di sản giáo pháp (84.000 pháp môn).

Trước khi nhập Diệt thọ tưởng định (Parinibbana), đức Thế Tôn đã di huấn rằng sau khi Ngài ra đi, Pháp và Luật (Dhamma-Vinaya) sẽ là bậc đạo sư của chúng sinh. 84.000 pháp môn không phải là những con số mang tính lý thuyết, mà là 84.000 phương thuốc điều trị 84.000 loại bệnh tâm lý, phiền não của con người.

Trong hệ tư tưởng Nam tông, Phật không tồn tại như linh hồn hằng cửu để chúng ta "gặp" theo nghĩa thông thường sau khi Ngài đã nhập diệt. Cái mà chúng ta gọi là "Phật" chính là sự kết tinh của trí tuệ (Panna) và từ bi (Karuna) đã được hệ thống hóa thành Pháp.

Việc học Pháp và hành Pháp chính là quá trình chúng ta tiếp xúc với "thân Pháp" của Ngài. Pháp không phải để cất kỹ trong tàng kinh các, cũng không phải để chiêm bái như vật phẩm tôn giáo: Pháp là bản đồ “hướng Nghiệp và dẫn Đạo”. Ta cầm bản đồ mà không đi thì vĩnh viễn không bao giờ đến đích và ta cũng sẽ không bao giờ "gặp" được người đã vẽ ra bản đồ ấy.

Sự nhầm lẫn giữa "gặp Phật" và "thành Phật"

Một trong những chướng ngại lớn nhất của người tu hiện nay là sự nhầm lẫn giữa cứu cánh và phương tiện. Nhiều hành giả dành cả đời để cầu nguyện được diện kiến Phật, được Phật tiếp dẫn, mà quên mất rằng cốt tủy của đạo Phật là **Tự giác nội tâm**.



Việc tu là để trở thành, không phải để gặp một đấng thần linh bên ngoài.

Tu hành theo phương pháp của đức Phật là để **trở thành** giống như Ngài, chứ không phải để **gặp** Ngài. Đức Phật là chứng nhân lịch sử đã đạt đến sự thức tỉnh toàn diện. Ngài chỉ ra rằng mỗi chúng sinh đều có khả năng đạt được trạng thái đó nếu thực hành đúng lộ trình: Giới - Định - Tuệ. Việc mong cầu "gặp Phật" đôi khi lại là biểu hiện của tâm tham (vị kỷ) và tâm si (u mê), xa rời tôn chỉ tự lực của hệ Nam tông. Chúng ta vững tin mình sẽ thành Phật vì chúng ta tin vào quy luật nhân quả: gieo nhân giác ngộ chắc chắn hái quả giải thoát.

Phê phán xu hướng "Tu học thời đại": Sự đánh mất cốt căn

Hiện nay, một bộ phận không nhỏ người tu và cư sĩ đang bị cuốn vào những giá trị ngoại cảnh. Chúng ta chứng kiến những "xu hướng" tu tập mới:

+ Sùng bái nơi chốn: Tìm đến những ngôi chùa nguy nga, "chùa cao cửa rộng" để tìm sự an lạc ảo.

+ Sùng bái danh tiếng: Chỉ tin theo những vị tăng học cao hiểu rộng, nổi tiếng trên truyền thông mà thiếu sự kiểm chứng bằng thực chứng cá nhân.

+ Lệ thuộc giáo sư: Biến việc tu hành thành việc nghe và làm theo lời dạy của một cá nhân duy nhất, biến đạo sư thành thần tượng thay vì một người hướng dẫn.

Hệ quả là hành giả rơi vào trạng thái "tu mướn, học thuê". Việc giải thoát vốn là chuyện của chính mình (Atta hi attano natho - Tự mình làm chỗ dựa cho chính

mình) lại bị ủy thác cho thế lực bên ngoài. Khi chúng ta quá chú trọng vào hình ảnh hoa mỹ của "Phật cảnh" hay danh tiếng của chư tăng, ta đã vô tình xây dựng thêm một tầng xiềng xích của bản ngã, làm mờ đi cái "cốt căn" của việc tự giải thoát.

Hành Pháp: Tự giác ngộ hay rập khuôn?

Trong kinh Kalama, đức Phật đã dạy rất rõ về việc không nên tin chỉ vì đó là truyền thuyết, vì đó là truyền thống, hay thậm chí vì đó là lời của bậc đạo sư mình kính trọng. Tu học đúng nghĩa là phải **"Ehipassiko"** - Đến để mà thấy, để thực chứng.



Phật hiện hữu trong sự tỉnh thức, buông bỏ và nhẫn nhục, không phụ thuộc vào nơi chốn danh tiếng.

Hành các pháp theo giáo lý là quá trình quán chiếu thân, thọ, tâm, pháp (Tứ Niệm Xứ). Đó là sự đối diện trực tiếp với nỗi đau, sinh diệt của hơi thở, những biến chuyển của tâm thức. Khi một người thực hành thiền định và đạt đến sự tĩnh lặng, sát-na đó, họ đang ở gần Phật nhất. Sự giác ngộ không đến từ việc nghe lời ai chỉ giáo một cách thụ động, mà đến từ sự bừng sáng của trí tuệ khi giáo lý được soi rọi vào thực tế thân tâm. Người khác chỉ có thể chỉ cho con đường, còn đi thế nào là việc của mỗi cá nhân.

Phật hiện hữu trong sự tỉnh thức

Vậy, Phật ở đâu? Phật không ở trên những bức tượng mạ vàng, cũng không ở trong những vần kinh kệ đọc tụng qua ngày. Phật hiện hữu ngay trong khoảnh

khắc chúng ta nhận diện được khổ đau và tìm ra con đường chấm dứt khổ đau.

+ Phật ở trong sự **Nhẫn** khi ta gặp nghịch cảnh.

+ Phật ở trong sự **Tỉnh thức** khi ta quan sát một cơn giận đang sinh khởi.

+ Phật ở trong sự **Buông bỏ** khi ta không còn bám chấp vào danh tướng, chùa cao hay học vị.

Đối với người tu theo Phật giáo Nam tông, việc thành Phật là tiến trình thanh lọc tâm thức từ thô đến tế. Khi tâm hoàn toàn vắng bóng tham, sân, si, thì lúc đó hành giả và Phật không còn là hai thực thể tách biệt.

Thay lời kết

Tu hành là đại hải trình đơn độc nhưng đầy ánh sáng. Đừng mải mê đi tìm một vị Phật bằng xương bằng thịt hay một cảnh giới xa xôi nào đó, bởi lẽ "*Pháp của Ngài thiết thực hiện tiền, không có thời gian, đến để mà thấy, có khả năng hướng thượng*".

Việc khẳng định Pháp chính là Phật không chỉ giúp hành giả tránh được những sai lầm của xu hướng tu tập hướng ngoại, mà còn củng cố niềm tin vào năng lực tự độ của bản thân.

Hãy để mỗi bước chân hành trì là một bước chân gần hơn với quả vị Phật. Đừng tìm Phật ở đâu xa, hãy tìm Phật ngay trong sự thực hành Pháp chân chính của chính mình. Chỉ khi đó, việc tu tập mới thực sự mang lại cốt lõi giải thoát, thoát khỏi lệ thuộc vào bất kỳ hình tướng hay cá nhân nào.

Bài và ảnh: **Thạch Đờ Ni**

***

Tài liệu tham khảo:

1] *Kinh Tương Ưng Bộ (Samyutta Nikaya)*, bản dịch của Hòa thượng Thích Minh Châu.

2] *Kinh Tăng Chi Bộ (Anguttara Nikaya)*, chương III, phẩm Kalama.

3] *Đại Tạng Kinh Pali*, phần Trường Bộ Kinh (Digha Nikaya) - Kinh Đại Bát Niết Bàn.

4] Các luận thuyết về Vi diệu pháp (Abhidhamma) trong truyền thống Theravada.