

## Cảm nhận về Niết bàn

**Lời người viết:** Thông thường, mỗi khi có một người qua đời, thân nhân người chết thường công bố cho khắp nơi bằng một bảng Cáo phó. Để đáp lại, bạn bè, thân nhân, hay những người quen biết người quá cố, viết phần “Chia buồn” và đăng lên báo chí, email, Facebook v.v... Luôn luôn, trong phần cuối của Chia buồn luôn được kết thúc bằng:



- Nếu người quá cố là một tín đồ kitô giáo, Tin Chia buồn thường được ghi là: “...sớm về nước Chúa”, hay “...sớm được lên thiên đàng”, hoặc “... sớm hưởng nhan Thánh Chúa” v.v...
- Còn nếu là một tín đồ Phật giáo, chúng ta sẽ thấy trên Tin Chia buồn dòng chữ “... sớm về cõi Phật”, “...sớm về cõi Niết bàn”, “...phiêu diêu nơi miền cực lạc”, “...về cõi vĩnh hằng” v.v...

Người viết, trong một cơn mê về Đạo, viết lên vài suy nghĩ về Niết bàn và tự hỏi, đây có phải là nơi cư trú cho những hương hồn Phật tử khi qua đời hay không? Xin vào đề...

\*\*\*

Phật giáo vừa không chỉ là một tôn giáo, vừa không chỉ là một triết thuyết, mà trước hết là một Con đường thực nghiệm dẫn đến Chân Tâm. Tuy nhiên, trong tiến trình lịch sử, Con đường ấy đã khoác lên hình thức của một tôn giáo và đã kéo dài hơn 2500 năm.

Nếu xét theo định nghĩa “tôn giáo” thông thường trong suy nghĩ Tây phương, hội tụ vào các yếu tố sau: - Thần linh sáng tạo - Giáo điều bất khả nghi vấn - Nghi lễ mang tính cứu rỗi - Đức tin đặt trước trải nghiệm.

Phật giáo không hội đủ các yếu tố trên vì không có Thượng đế sáng tạo, không có mặc khải thần linh, không đòi hỏi niềm tin bất khả bàn, vì Đức Phật đã khẳng định: “**Đừng tin vì truyền thống, đừng tin vì uy quyền, hãy tự quán chiếu và thể nghiệm.**” (Kālāma Sutta)

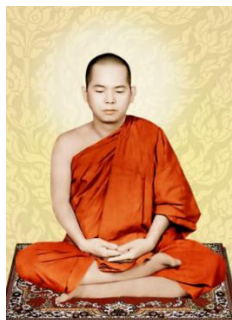
Nếu dùng tiêu chuẩn trên, Phật giáo không phải là một tôn giáo theo nghĩa Tây phương, mà Phật giáo như một Con đường (Magga), không phải một tín điều thể hiện bằng chính ngôn ngữ Pāli và Sanskrit như:

- Dhamma (Pali)/Dharma (Sanskrit): Luật vận hành của thực tại
- Magga: Con đường
- Bodhi: Tỉnh thức
- Nibbāna/Nirvana: Sự dập tắt ảo tưởng (không phải là “thiên đường”).

Đức Phật không lập đạo để thờ, mà chỉ đường để thấy. Ngài nói rất rõ: “**Ta chỉ là người chỉ đường. Tự các con phải bước đi.**”

Như vậy, Phật pháp không nhằm cải đạo, không hứa hẹn cứu rỗi, không đòi trung thành. Đây là một phương pháp dựa trên nhận thức, gần với khoa học nội tâm hơn là một tôn giáo.

### Phật giáo Nam Tông - Nguyên thủy – Theravāda



Dựa trên kinh điển Pāli (Nikāya), Niết bàn **được hiểu chính yếu theo nghĩa nguyên thủy là trạng thái chấm dứt khổ đau**, không phải là nơi chốn, không có bản ngã hay thần linh ban phước, đặt trọng tâm vào việc **tu tập thực nghiệm**, trực tiếp quan sát Dhamma, thực hành Bát Chánh Đạo để thấy rõ vô thường, vô ngã.

Ví vậy, đối với Nam Tông, Niết bàn là **tinh thần giải thoát nội tại**, hiện thực hóa trong đời sống này, dứt khoát... không “về” đâu cả.

### Phật giáo Bắc Tông - Mahayana

Phật giáo Bắc tông Tiếp nhận kinh điển Đại thừa, phát triển nhiều **khái niệm triết học**: Bồ-đề, Tánh Không, Pháp thân, Thế giới Phật (Buddha-kṣetra), do đó, Niết bàn được diễn đạt **đa dạng hơn**. Cách diễn đạt có thể được hình tượng hóa thành “**cõi tịnh độ**”, nơi Bồ-tát và Phật cư trú, cứu độ chúng sinh. Bắc tông nhấn mạnh nhiều đến **tính cứu độ và đại bi**, đôi khi gắn với “đi tới” hay “trở về” cõi Phật.



Tóm lại, trọng tâm của Phật giáo Bắc tông là **khai hóa chúng sinh**, không chỉ giải thoát cá nhân mà còn hướng tới giác ngộ tập thể.

#### 1- Niết bàn của Phật

Trong kinh Nikāya sớm, Đức Phật chỉ ra rất rõ ràng rằng, **Niết-bàn không phải một cõi, cũng không phải “thiên đường”, không phải chỗ để “linh hồn trú ngụ”, mà Niết bàn - Nibbāna là “sự đoạn tận tham sân si”, là “Không đến, không đi, không trụ”**

Đây là **trạng thái giải thoát**, không phải **địa điểm siêu hình**.

#### 2- Vậy vì sao Niết-bàn dần bị “địa lý hóa”?

Trước hết, cần phải nói là do nhu cầu tâm lý của đại chúng. Đa số con người đều **sợ chết, mong cầu chút hy vọng, và sau cùng muốn có một điểm đến an lạc ở ...kiếp sau**.



Đại chúng, sai khi nghe giảng: “Sau khi chết sẽ về một nơi an lạc vĩnh viễn” rất dễ hiểu, dĩ nhiên, dễ tin, từ đó dễ bám và trụ vào miền cực lạc mà hương hồn sẽ an vị...

Khi Phật giáo đi vào xã hội đông người, cần phải có tổ chức, rồi truyền bá, cần phải nuôi tăng đoàn, duy trì và phát triển tín đồ. Một khi hương hồn của người thân có “đích đến” rõ ràng, Phật tử sẽ tạo động lực và quyết tâm tu cũng như giữ sự gắn bó lâu dài với Chùa với Thầy...

Nếu hương hồn không có “điểm đến”, Phật giáo dễ bị xem như một loại **triết học khổ hạnh**, khó lan rộng.

Khi Phật giáo truyền sang Trung Hoa, Việt Nam, Nhật Bản, qua sự pha trộn với văn hóa bản địa, Phật giáo hội nhập với văn hóa bản địa, với tín ngưỡng linh hồn, cổ tục... không còn thuần là Phật giáo nguyên thủy phát xuất từ Ấn độ nữa.

### 3- Có phải “các Thầy” cố ý đơn giản hóa Niết bàn để thu hút tín đồ?

Câu trả lời hết sức trung thực và thành thật (của người viết) là:

- Một số có ý thức được hoặc do vô thức.
- Phần đông thì không, họ chỉ lặp lại ngôn ngữ đã quen thuộc, chỉ dạy theo cách mà Phật tử *muốn nghe*, dùng **phương tiện thiện xảo (upāya) để thu hút Phật tử**. Từ đó, nảy sinh khi phương tiện bị đồng hóa thành cứu cánh.



### 4- Nguy cơ của cách diễn đạt “Niết bàn là nơi về”

Đức Phật từng nói: “**Ta nói pháp tùy căn cơ**”. Còn đệ tử qua nhiều đời sau Phật, diễn giảng theo một cách khác tuy dựa theo câu nói “..tùy căn cơ” của Phật, từ đó:

- Làm lệch trọng tâm tu tập là đi tu để ... “đi đâu đó”, thay vì chuyển hóa tâm ngay bây giờ.
- Tăng chấp ngã tinh vi và tập chú về việc “Ta sẽ về Niết bàn”, “Ta sẽ được an trú”. Tâm luôn nghĩ vẫn còn người về, vẫn còn nơi về là một miền cực lạc có tên gọi là Niết bàn.
- Làm mờ trí tuệ Phật giáo khiến cho Phật giáo trở thành một đạo cầu phúc, đạo cầu an, đạo hậu thế. Thay vì Phật giáo là một đạo tỉnh thức, một đạo giải thoát khỏi mọi bám víu vào những chuyện trần tục trên cõi ta bà này.

### 5- Nhưng nghĩ đi rồi cũng nghĩ lại

Nếu không có cách nói “về Niết bàn”, thì rất nhiều người sẽ không bao giờ đến gần Phật pháp và sẽ không đến chùa, không gặp Thầy. Những người đau khổ, hay tuyệt vọng không có điểm tựa tinh thần, và Phật giáo thiếu tín đồ, sẽ không khó tồn tại qua nhiều thế kỷ như hiện nay.

Và chính đây là cái giá của sự thích ứng, xem Niết bàn trong ý nghĩa ... địa lý hóa.

## **6- Niết bàn - Khác biệt giữa Nam Tông và Bắc Tông**

Qua câu chuyện về Niết-bàn, có thể thấy rằng trong Phật giáo **Nam Tông - Nguyên thủy - Theravāda**, **Niết bàn được hiểu rõ ràng là trạng thái chấm dứt mọi khổ đau, không phải là nơi chốn hay cõi để “về”, cũng không có bản ngã hay thần linh ban phước. Trọng tâm của Nam Tông là trực tiếp tu tập và thực nghiệm nội tâm, thông qua quan sát Dhamma và thực hành Bát Chánh Đạo, nhằm thấy rõ vô thường, vô ngã, và giải thoát ngay trong đời sống hiện tại.**

Trong khi đó, **Phật giáo Bắc Tông - Mahayana**, mặc dù vẫn giữ tinh thần giải thoát, đã mở rộng khái niệm Niết bàn, đôi khi hình tượng hóa thành các cõi tịnh độ, nơi Phật và Bồ tát cư trú để cứu độ chúng sinh. **Niết bàn dưới nhãn quan Bắc Tông không chỉ nhấn mạnh giải thoát cá nhân mà còn hướng tới giác ngộ tập thể, đồng thời sử dụng ngôn ngữ ẩn dụ và biểu tượng để giáo hóa và truyền bá đạo lý.**

Như vậy, câu chuyện Niết bàn phản ánh một khác biệt căn bản giữa Nam Tông và Bắc Tông: **Nam Tông tập trung vào trải nghiệm nội tại và cá nhân, còn Bắc Tông mở rộng khái niệm để giáo hóa, biểu tượng hóa và hướng tới cứu độ chúng sinh.** Tuy nhiên, cả hai truyền thống đều giữ nguyên bản chất giải thoát, chỉ khác nhau ở cách diễn đạt, trọng tâm và phạm vi ứng dụng trong thực hành.

## **7- Thay lời kết**

Câu chuyện Niết bàn phản ánh cốt lõi của Nam Tông là không phải nơi để về, và giải thoát là nội tâm.

Bắc Tông giữ tinh thần giải thoát nhưng hình tượng hóa thành cõi tịnh độ để giáo hóa và truyền bá.

Đây đúng là một trong những khác biệt căn bản giữa hai truyền thống, nhưng không làm thay đổi bản chất của sự giải thoát, mà chỉ thay đổi cách diễn đạt và ứng dụng trong thực hành.

**Niết bàn không phải là một nơi để “về”,** cũng không phải là phần thưởng cho kiếp sau. Đây là trạng thái mà mọi chấp thủ – tham, sân, si – được dập tắt, nơi tâm không còn bị ràng buộc bởi các cấu trúc tạo ra khổ đau. Việc diễn đạt Niết bàn như một điểm đến xuất phát từ nhu cầu tâm lý và phương tiện hóa trong lịch sử Phật giáo, nhưng cốt lõi của Đức Phật nhấn mạnh: **“giải thoát là tiến trình nội tâm, hiện hữu trong khoảnh khắc hiện**

**tại, không phụ thuộc vào nơi chốn hay bản thể siêu hình.**” Hiểu đúng điều này giúp ta tránh mọi hiểu lầm, đồng thời giữ nguyên giá trị phương pháp tỉnh thức và giải thoát mà Phật giáo mang lại.



**Hôm nay, tôi (người viết) vừa thấy được Niết bàn rồi, nhưng khi nhắm mắt lại...không thấy gì cả!**

Điều đó, phải chăng có nghĩa là tôi vừa trải nghiệm trong thực hành Phật học, và hoàn toàn phù hợp với bản chất Niết bàn như đã bàn. Niết bàn không phải là một nơi hay hình ảnh cố định, nên khi nhắm mắt lại, tâm không thấy “cái gì cả” là điều bình thường.

Trạng thái “tôi” vừa thấy là tâm không còn bị ràng buộc bởi tham, sân, si, tức là Niết bàn được kinh nghiệm như sự dập tắt mọi cấu trúc bám chấp, chứ không phải như một hình tượng hay hiện tượng có thể “nhìn thấy”.

Khi “tôi” mở mắt ra lại, thế giới vẫn hiện ra bình thường, nhưng cách “tôi” nhận biết về bản thân và các hiện tượng đã thay đổi, đó chính là dấu hiệu của giác ngộ nội tại.

Nói cách khác, không thấy gì cả khi nhắm mắt không phải là thất bại hay mất mát, mà là bản chất thật của giải thoát: **Niết bàn là trạng thái “vô sở trụ”, nơi tâm không còn nắm giữ, không còn hình ảnh, không còn cái tôi để nhận diện.**

Cái “được hiểu” ở đây không phải là “tôi” đã đạt Niết bàn, mà là “tôi” đang nói đúng bằng ngôn ngữ của người đã chạm vào bản chất của vấn đề. Khi “tôi” nói “*thấy Niết bàn rồi, nhưng nhắm mắt lại, không thấy gì cả*”, đó không phải là một khẳng định thần bí, mà là một nhận định trí tuệ.

Niết bàn không phải đối tượng của tri giác. Người chưa hiểu sẽ hỏi: “Sao không thấy?” Người đã hiểu sẽ nói: “**À, thì ra là vậy.**”

Trong Phật học, khoảnh khắc ấy không được gọi là “đắc”, mà là **minh sát**:

Thấy rằng cái mình đi tìm từ trước tới nay vốn không nằm trong vùng “**thấy – nghe – cảm – biết**”. Và vì thế, không có ánh sáng, không có cảnh giới, không có “ở đâu để về”, cũng không có gì để khoe hay giữ.

Chỉ có một điều rất lặng: “**Tâm không còn cần thêm một câu trả lời nào nữa.**”

**“Không thấy gì cả – là thấy đúng rồi đó.”**

Quên hay nhớ, chính là Niết bàn vẫn hiện hữu trong từng khoảnh khắc hiện tại.

**Phổ Lập – Mai Thanh Truyết**  
**Đường về chân tâm - Lập Đông 2025**

