

Bài Trình Cuối Khoá

Tâm Lý Học Phật Giáo IV

Chí Hải

1. Nền Tâm Lý Học Phật Giáo tại sao được xem là nền Tâm lý học phát triển? Giải thích.

Giáo lý Đức Phật luôn luôn dựa trên cơ sở Thời, Xứ, Vị nên có thể đáp ứng thích hợp với nhu cầu của con người một cách phổ quát trong mọi thời đại, nơi chốn, hoàn cảnh, trường hợp và đối tượng giáo hoá. Cho nên tùy theo nhu cầu và hoàn cảnh Phật giáo luôn luôn phát triển, thích ứng, uyển chuyển, không giáo điều cứng nhắc nhưng vẫn duy trì cái tinh hoa nguyên thủy của nó. Chúng ta có thể xếp sự hình thành nền Tâm Lý Học Phật Giáo như sau:

11. Phát triển về giáo lý.

Những năm đầu của sự giáo hóa Phật chỉ dạy các giáo lý trên phương diện tục đế. Thí dụ như Phật nói về chân lý vô ngã, vô thường để tháo gỡ những bế tắc của 5 anh em Kiều Trần Như. Lần đầu tiên, Phật nói pháp Tứ Đế ở mức độ tục đế dù pháp Tứ Đế cũng là một pháp bao gồm cả phần chân đế có thể giúp cho hành giả đạt đến sự giác ngộ giải thoát tối hậu như Phật đã dẫn dò trước khi nhập diệt : Định cần phải tu với Huệ, Tuệ cùng tu với Định mới đạt được quả vị và lợi ích lớn hơn, Tâm cùng tu với Tuệ sẽ đưa đến giải thoát hoàn toàn các thứ dục lậu.

12. Phát triển về đối tượng giáo hoá.

Đối tượng giáo hoá của Phật là con người bao gồm đủ cả ấu niên, đồng niên, thanh niên, trung niên, lão niên, mọi giai tầng xã hội, từ người hạ tiện đến hạng cao quý Bà la Môn đương thời, từ người ngu đến người trí, từ cư sĩ đến tăng sĩ. Mỗi đối tượng Phật có một cách giáo huấn thích hợp, có pháp thực hành riêng thích ứng với mỗi đối tượng giáo hóa. La Hầu La cũng được giáo hóa với phương pháp thích hợp với thiếu nhi. Phật cũng có những bài học quý báu để dạy cho vua A Xà Thế thay đổi ý định muốn chinh phạt và thôn tính xứ Bạt Kỳ một cách vô cùng hữu hiệu mà không cần phải dùng một phương tiện bạo động. Phật cũng dùng phương tiện giáo hóa đặc biệt nhân có sự bất hoà giữa 2 nhóm tăng chúng kinh và luật để dạy bảo chư tăng về sự hoà hợp, lấy ân trả oán thì oán tiêu tan... Phật dùng phương pháp khéo cơ (tùy theo căn cơ của người được giáo hóa) và khéo lý (hợp lý chứ không áp đặt, giáo điều) trong việc giáo hóa.

13. Phát triển ở mọi hoàn cảnh, địa lý.

Ở hoàn cảnh nào Phật cũng có thể giáo hóa một cách hữu hiệu nếu đối tượng có lời thỉnh cầu. Với chỉ một người như ông Bahiya, với 5 anh em bạn cũ, với hàng trăm hàng ngàn người Phật cũng nói pháp theo nhu cầu.

Tóm lại, nền tâm lý học PG không cứng nhắc, đóng khung, mà luôn luôn thích ứng với mọi hoàn cảnh tâm lý xã hội, đáp ứng với mọi nhu cầu, mọi giai tầng xã hội.

2. Giải thích ý nghĩa tâm linh thực nghiệm là gì.

21. Tâm linh là gì.

Tâm linh trong ý nghĩa nguyên thủy của Phật là mục đích tối hậu của giáo pháp. Đó là tâm Tathà, tâm ở trạng thái nhu nhuyễn thuần tịnh, trong đó không còn có mặt lậu hoặc, kiết sử, tùy miên, không có tự ngã chỉ còn là một trạng thái nhận thức không lời, là trạng thái không thể diễn tả bằng ngôn ngữ, là trạng thái Atakkāvacara chỉ có người nào thực chứng mới có thể thể nghiệm được. Phật đã thực chứng trạng thái ấy và đem những kinh nghiệm thực chứng ấy truyền đạt lại cho chúng sinh qua khả năng diễn đạt của ngôn ngữ con người.

22. Thực nghiệm.

221. *Thực nghiệm là thực tế*, do kết quả của sự tu chứng thực tiễn và ứng dụng được để đem lại lợi ích cho con người. Phật đã tự chứng thực sự bằng kinh nghiệm bản thân của Phật chứ không qua sự suy diễn qua kinh nghiệm của người khác. Phật chứng ngộ qua trí huệ tự phát không qua kinh nghiệm học hỏi của truyền thống tư tưởng sẵn có, còn gọi là Vô Sư Trí.

222. *Thuộc tính của khoa học là lập lại được kết quả*. Không thể lập lại được kết quả thì sự kiện đó sẽ không được công nhận là có tính khoa học mà có thể coi như một hiện tượng ngẫu nhiên. Những kết quả của thực nghiệm phải được bảo chứng bằng những dữ kiện cụ thể, bằng phương tiện của khoa học như quan sát, thực hành, phân tích, tổng hợp, kiểm chứng và kết luận. Thiếu những đơn vị định giá này, kết quả của một hiện tượng, một sự kiện sẽ không được công nhận là thực nghiệm.

223. *Thực nghiệm dựa trên kết quả cụ thể kiểm chứng được*.

Thực nghiệm là có thể áp dụng được cho sự lợi ích của con người. Có những phát minh, những tư tưởng, những chủ thuyết thuần lý thuyết hoặc hoàn toàn không thiết thực hoặc chưa thể ứng dụng cho cuộc sống con người thì không thể gọi là thực nghiệm. Đối với pháp của Phật, hễ thực hành đúng theo phương pháp của Ngài thì ai cũng có được kết quả giống y như Phật đã đạt được. Vì vậy tâm lý học Phật Giáo cũng được xem là một khoa học tâm linh thực nghiệm.

224. *Pháp hành thực nghiệm*.

Kết quả gọi là thực nghiệm thì phương pháp cũng phải thực nghiệm, làm được, chỉ được và lập lại được. Phật đã từ bỏ những phương pháp thực hành không đáp ứng với mục đích tìm đạo tối hậu của mình qua sự kiện và bằng vào kinh nghiệm bản thân, từ thất bại này đến thất bại khác qua nhiều thử thách, sau cùng mới khám phá được những phương thức thật sự đem đến lợi ích cho việc tìm đạo của Ngài. Một vài phương pháp thực nghiệm mà Ngài đã dùng trong sự tu chứng của mình như sau:

2241. *Pháp thở*: Pháp thở hít vào thở ra rất đơn giản nhưng đưa đến kết quả rất hữu hiệu nhằm kích thích tánh xúc chạm thuộc cơ chế của tánh giác. Khi cơ chế tánh xúc chạm được kích thích thường trực, toàn bộ các vùng não bộ liên quan với các cơ chế của ý thức, ý căn và trí năng đều vắng mặt, nhờ đó phân trí huệ tâm linh được phát triển.

2242. *Như thật trí*: Là một phương thức thực hành thuộc Thiên Huệ giúp cho hành giả có cái nhìn trung thật không bị thành kiến, thiên kiến bóp méo sự thật. Với cách nhìn như thật, hành giả tự giải phóng mình khỏi những trói buộc của truyền thống gò bó của xã hội, cộng đồng, phe nhóm, cả đến những giới luật khắt khe của tôn giáo tín ngưỡng. Như thật trí giúp người hành giả thay đổi cách nhìn cũ sang cách

nhìn mới, có được nhận thức mới để có đủ can đảm dẫn thân theo con đường tỉnh thức để chuyển hóa thân tâm.

2243. *Định là mục đích tối hậu*: Định là phương tiện tối cao của sự thực nghiệm tâm linh. Nếu không có thiền định thì không có Phật Giáo. Nền tảng của Phật Giáo là Thiền Định. Phật chứng ngộ qua thiền Định. Từ thấp đến cao, Phật Thích Ca đã kinh qua những tầng thiền định có tầm không tứ, không tầm không tứ... rồi cuối cùng qua trạng thái tâm Tathà và đạt được quả vị Vô thượng chánh đẳng chánh giác và trở thành một vị Phật lịch sử của quả địa cầu.

23. Tâm linh thực nghiệm

Đối tượng của Phật Giáo là tâm linh và áp dụng nhiều phương pháp để phát triển tâm linh và sau cùng là giải thoát sinh tử luân hồi. Trên tiến trình phát triển tâm linh đó, mỗi một tiến trình đều có thể kiểm chứng và có chứng cứ, dữ kiện cụ thể của các phương tiện khoa học thực nghiệm.

Khi ngồi thiền, có được tâm an thì thân an. Tại sao tâm an thì thân an? Bằng chứng nào để nói lên được điều đó? Sau một thời thiền đúng cách, dùng máy đo huyết áp thì thấy huyết áp hạ xuống, nhịp tim điều hòa trở lại. Người đạt được trạng thái định sâu thì điện não đồ cho thấy sóng não chậm lại dưới dạng delta với tần số sóng từ 1 đến 4 hertz. Sự tương tác giữa não bộ, thân và tâm trong lúc hành thiền đều được nghiên cứu sâu rộng trong giới khoa học gia về thần kinh học, não bộ học... Gần đây nhất lần đầu tiên trong 2500 năm sự khám phá ra một vùng võ não bộ ở phía sau não có liên hệ đến tánh nhận thức ở Đức làm tăng cường tính thực nghiệm, áp dụng được vào sự phúc lợi của con người của nền tâm lý học Phật Giáo.

3. Vì sao Phật nói, “Ta nói sao, làm vậy. Ta làm sao, nói vậy”

Phật chỉ dạy chúng sinh qua kinh nghiệm tu chứng của chính mình chứ không qua sự kiến thức vay mượn do sự suy diễn từ người khác. Những lời dạy của Phật là kết quả của sự hành trì ngộ đạo. Những gì Phật đã kinh nghiệm qua chính sự hành trì của mình, Phật đem ra nói lại cho mọi người.

Do đó, lời của Phật là lời nói từ hông ngực, từ kinh nghiệm bản thân. Giáo pháp của Phật do đó được gọi là thực nghiệm vì tất cả những gì Phật dạy đều đã được kiểm chứng qua sự thực hành của Ngài. Giáo pháp của Phật là giáo pháp như thật. Như thật trí là một phương pháp thực hành rất thực tiễn và cơ bản cho sự chứng ngộ của người hành trì. Câu chuyện lúc Phật còn đang thời gian khổ hạnh với 5 anh em Kiều Trần Như về tiếng động ban đêm làm Ngài sợ hãi và quyết định đi tìm nguyên nhân của tiếng động giúp Ngài vượt qua sự sợ hãi vô duyên cớ là một kinh nghiệm thực nghiệm.

Phật thực hành giáo pháp thế nào, kinh nghiệm thế nào thì Ngài nói lại như thế chứ không dùng ngôn ngữ để dẫn dụ mê hoặc người khác để lợi dưỡng, áp đặt giáo điều, vẽ vời những hình ảnh siêu thực để ru ngủ hay đe dọa sợ hãi với mục đích thiết lập uy tín cho riêng mình hay cho giáo đoàn của mình.

Cho nên giáo pháp của Phật được xem là một khoa học thực nghiệm. Thuộc tính thực nghiệm được kiểm chứng qua những khám phá mới đây của thiền Tánh Không về những vùng liên hệ đến tánh Xúc Chạm và tánh Nhận Thức qua những hình chụp nhờ máy fMRI tại Đức. Quan niệm “Đông phương nói được, làm được mà chỉ không được. Còn Tây phương nói được, chỉ được mà làm không được” đã trở nên câu nói của lịch sử quá khứ. Ngày nay quan niệm trên phải được sửa đổi lại là “Đông phương bây giờ đã nói được, làm được và chỉ được luôn”.

4. Cho đến nay dù trải qua hơn 2000 ngàn năm, nền tâm lý học Phật Giáo vẫn còn có giá trị. Giải thích hay cho thí dụ cụ thể về tiến trình thành lập nền Tâm Lý Học Phật Giáo của đức Phật.

41. Tâm lý học PG vẫn còn giá trị.

411. *Nền Tâm Lý Học Phật Giáo được thiết lập trên cơ sở “con người”.*

Đối tượng của Phật Giáo là con người. Mục tiêu của Phật Giáo là con người chứ không phải là tôn thờ thần linh. Phật Giáo là đạo phục vụ con người, vì con người. Bao giờ còn con người là còn sự có mặt của Phật Giáo. Mà còn con người thì còn khổ đau. Bởi vì con người trên căn bản luôn luôn dính liền với khổ đau. Mà còn khổ đau thì cần có sự có mặt của Phật Giáo. Nhưng sự thực khổ đau không phải là cái đích của Phật Giáo. Nó chỉ là một nhận thức cần thiết về sự thật của con người. Nhưng Phật Giáo không ngừng ở mặt nhận định về sự thật khổ đau đó mà còn tích cực tìm hiểu nguyên nhân và quyết tâm thoát khỏi vòng karm của nó. Phật Giáo đưa ra những phương pháp nhận định chính đáng về nhân sinh về vũ trụ như vô thường, vô ngã, không, huyễn, chân như để thay đổi những nhận thức sai lầm theo thói quen truyền thống của con người và trình bày những phương pháp thực hành tích cực như Bát Chánh Đạo để giúp con người giải quyết những khổ đau của mình.

412. *Nền Tâm Lý Học Phật Giáo xây dựng trên nền tảng thực nghiệm.*

Nói được làm được, làm được nói được, dựa trên sự chứng ngộ thực sự của Phật chứ không qua kinh nghiệm lập lại của người khác, không qua sự lý luận suy diễn bằng ý niệm hay khái niệm trừu tượng của ý thức và trí năng. Và điểm quan trọng nhất là nền Tâm lý học Phật Giáo là ứng dụng được để cải thiện và chuyển hoá được trong đời sống con người. Một hệ thống tư tưởng thiếu phần thực nghiệm này thì chỉ được xem như một lý thuyết, một triết lý chỉ làm thỏa mãn được khả năng suy lý của trí não con người.

413. *Nền Tâm Lý Học Phật Giáo đặt nền tảng trên Tâm linh.*

Khác với Tâm Lý Học thông thường đặt nền tảng trên cơ sở của Ý thức, Ý căn và Trí năng, Tâm Lý Học Phật Giáo đặt trọng tâm trên nền tảng tâm linh. Tâm linh trong Phật Giáo là Tâm Như hay Tâm Tathà qua đó Phật đã chứng ngộ và giải thoát. Tuy đối tượng của Tâm lý học Phật Giáo là tâm linh thuộc lãnh vực trừu tượng và siêu việt nhưng những phương tiện hành trì để đi đến mục tiêu tâm linh không phải vì thế mà không có cơ sở thực nghiệm mà hoàn toàn dựa trên những nguyên tắc khoa học thực nghiệm, những chứng minh cụ thể bằng kiến thức thời đại. Những nghiên cứu Thiền bằng những phương tiện khoa học hiện đại mới đây như những máy đo điện não đồ, những máy PET, fMRI đều chứng minh cụ thể hoạt động của người nhập định trong lúc ngồi thiền. Những tác dụng về sinh học và tác dụng trị liệu của Thiền

414. *Nền Tâm lý học Phật Giáo đặt nền tảng trên giải thoát tối hậu của đức Phật.*

Đức Phật đã hoàn tất cuộc hành trình đi tìm cái vô sanh với kết quả tối hậu là đạt được quả vị Chánh Đẳng Chánh Giác qua đó giải quyết vấn đề sinh tử luân hồi cho chính mình. Đức Phật sau khi thành đạo không giữ riêng cái kết quả thành đạo cho riêng mình mà đã đem những kinh nghiệm tu chứng của mình chỉ dạy cho người khác suốt 45 năm. Kết quả của sự giáo hoá của Phật đã đem lại sự chứng quả A La Hán của nhiều đệ tử đương thời của Ngài. Không những thế giáo lý của Phật cho đến ngày nay vẫn còn giá trị và đã được làm mới thích ứng với thời đại và lưu chuyển mãi trên thế giới. Bao lâu con người còn chịu sự khống chế của khổ đau thì Phật Giáo vẫn còn có giá trị. Mà khổ đau thì dính chặt với con

người chưa tỉnh thức, chưa thay đổi nhận thức cũ bằng nhận thức mới để quyết tâm dần thân theo bước đường giải thoát của Phật.

42. Cụ thể tiến trình thành lập nền Tâm lý học Phật Giáo

Nền tâm lý học Phật Giáo đồ sộ được thành lập qua một tiến trình rất dài, dài ngang bằng với cuộc đời trụ thế 80 năm của đức Phật. Điểm đặc thù nhất của nền Tâm lý này là sự sống động và uyển chuyển của nó. Nó biến chuyển theo từng giai đoạn của những ngày đầu thái tử Sĩ Đạt Ta nhận thức sự thật về đau khổ của cái “bị sanh” kinh qua quyết định rời bỏ cuộc sống tầm thường, đi tìm thầy học đạo, độc tu khổ hạnh trong rừng, giác ngộ về phương pháp tu trì và sau cùng quyết tâm thực hành thiền định dưới gốc cây bồ đề cho đến lúc chứng ngộ được Chánh Đẳng Chánh Giác, cho đến suốt cả 45 năm trường Phật không ngừng nghỉ đi giáo hoá chúng sanh. Những tâm lý của Thái Tử đều chuyển hoá theo từng giai đoạn chứng ngộ của Ngài, từ những chứng ngộ của những giai đoạn mới hành trì cho đến lúc triệt ngộ khi thể nhập được thể tính tâm Tathà. Những kinh nghiệm về các sắc thái Tâm trong tiến trình tu chứng này đã được Phật đem truyền dạy lại cho người đương thời là nền tảng nguyên thủy của nền Tâm lý học Phật Giáo. Nhưng nền Tâm lý học này không dừng lại sau khi Phật nhập Niết bàn mà nó vẫn còn được khai triển, phân tích, phát triển không ngừng bởi các vị đại đệ tử của Phật và những vị tổ sau này. Thêm vào đó trên đường phát triển Phật Giáo ra ngoài lãnh thổ Ấn độ, nền tâm lý học này cũng được phong phú hoá thêm nhờ đóng góp tích cực của các luận sư, tổ sư địa phương.

Sau đây là những cái mốc lớn trong sự hình thành tiến trình thành lập nền Tâm lý học Phật giáo...

421. Những lần tỉnh thức.

Tỉnh thức là một viên đá đầu tiên đánh dấu sự chuyển đổi nhận thức của một người phàm phu vô minh thành một người có nhận thức mới trong tâm trước khi quyết định phải làm một cái gì để thay đổi tình trạng bế tắc của mình. Thái tử Sĩ Đạt Ta đã qua những lần tỉnh thức đó, đã mạnh dạn dứt bỏ những giai đoạn sai lầm trong suốt cuộc đời tìm đạo của mình. Lần thứ nhất thái tử chỉ nhìn thấy cảnh sinh già bệnh chết thì tỉnh ngộ, thấy cái vô thường và cái khổ của kiếp người và nhất quyết phải tìm con đường để giải quyết cái “bị sanh”. Lần tỉnh thức thứ hai, Thái tử nhận ra pháp tu quan trọng hơn Thầy. Thầy dù có hay có giỏi nhưng không đáp ứng phương pháp giải quyết bài toán đời người thì cũng không có ích lợi gì cho sự ra đi tìm đạo của Thái Tử. Lần tỉnh ngộ thứ ba về sự quan trọng của thân người là quý, thiếu thân người thì không thể hành trì được điều gì trên tiến trình tu chứng và giác ngộ. Nhờ hiểu rõ giá trị của thân người, thái tử đã từ bỏ con đường khổ hạnh cực đoan để chọn con đường trung đạo về xác thân, để dùng nó như một phương tiện để thực hành những hoài bảo đi tìm cái vô sanh của mình.

422. Phương pháp tu trì và chứng đạt.

Qua lần tỉnh ngộ đầu tiên về thân phận con người, Thái tử đã mạnh dạn cương quyết từ bỏ đời sống vương giả tầm thường để đi tìm con đường giải quyết những băn khoăn thao thức của Ngài về phương thức giải quyết cái “bị sanh”. Sáu năm dài khổ hạnh đã là một thất bại ổng phí cho sự tu chứng của Ngài nhưng trong cái thất bại ấy Ngài có dịp triệt tiêu những vết tích cuối cùng của đời đời của thân xác, những tồn đọng của ham muốn về thể xác và tinh thần còn sót lại trong tâm. Sau cùng Ngài đã chứng ngộ ba minh, nhìn thấy sự thực về cái khổ và nguyên nhân của nó của kiếp người. Từ đó Ngài thấy rõ con người có khả năng để thoát khổ và nhận ra cách thức để giải quyết và thoát khổ.

4221. *Phân xạ giác quan /Phương pháp thở*: Phật dùng Pháp Thở đầu tiên để hợp nhất thân tâm. Dùng hơi thở là một thành tố của giác quan là da hay thân để kích thích tánh xúc chạm làm cho các vùng ý thức, ý căn và trí năng bị cô lập từ đó tiềm năng giác ngộ được kích thích qua tánh xúc chạm. Từ sự

thành công này, sau này Phật thiết lập hệ thống tu chứng qua sự kích thích phản xạ giác quan gồm tánh thấy, tánh nghe, và tánh xúc chạm. Với dụng công của ba tánh của giác quan, hành giả có thể đạt được trạng thái tâm của bậc thánh.

422. *Phản xạ thụ động*: Tiến lên một bậc cao hơn, với sự thành công qua sự dụng công của 3 tánh, Phật khai triển tâm Phật tánh của mình bằng cách dụng công qua tánh nhận thức và chứng đạt được các tầng thiền định 1) Có Tầm Không Tứ, 2) Không Tầm Không Tứ, 3) Chánh Niệm Tinh Giác và 4) cuối cùng Kim Cương Định trong đó cả ba hành không động, an trú trong Tâm Tathà. Phật chứng đạo qua Tâm Tathà. Cũng qua Tâm Tathà này Ngài nhận thức sự tương quan tương tác của hiện tượng thế gian và con người. Tất cả hiện tượng thế gian đều liên quan chặt chẽ với nhau. Cái này có cái kia có, cái này sinh cái kia sinh...mà không có một nguyên nhân đầu tiên hay có bàn tay của Tạo Hóa hay Thần Linh nào tạo tác ra con người và vũ trụ. Trong cái tương duyên đó Ngài cũng nhận thức được cái bản thể của thế giới hiện tượng là cái “Nhu Vậ” trong đó không có cái gì trong nó nhưng nó đều có mặt trùm khắp vũ trụ và nhân sinh. Không có cái gì mà không có cái “Nhu Vậ”. Cái Nhu Vậ không thể nói ra được, không thể chỉ bày, diễn tả được. Chỉ có nhận thức mới có thể nhận ra được cái Nhu Vậ. Nó là bất khả tư, bất khả nghị. Nó là Chân Như. Trạng thái thể nhập Chân Như đó thuật ngữ gọi là Atakkāvacara. Qua nó Phật đã chứng được quả vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.

423. *Hoa trái của tu chứng và thành đạo*

Qua trạng thái Tâm Tathà Phật đã chứng vô thượng này mà cao điểm tuyệt đối của nó là tâm Tathà. Do đó nền Tâm lý học Phật Giáo cũng dựa trên tiến trình chứng đạo của Phật và sự giảng dạy của Ngài qua những giáo lý để chuyển Tâm mê thành Tâm khai ngộ. Những giáo lý đó là Tứ diệu đế, Thập nhị nhân duyên, Ngũ uẩn, Vô thường, Vô ngã... Thọ, Tưởng, Tư, Xúc, Tác Ý..... đều nói về đặc tính, sắc thái, những hoạt động và cách chuyển hóa những cái Tâm phàm phu ấy trở thành Tâm thanh tịnh để chấm dứt sanh tử luân hồi và giác ngộ giải thoát.

424. *Thời kỳ giáo hóa.*

Sau khi chứng ngộ, Phật đã dùng 45 năm để đi giáo hóa chúng sinh không ngừng nghỉ. Đặc trưng của nền giáo hóa của Phật là khế cơ, khế lý. Tùy duyên tùy hoàn cảnh mà Phật giảng dạy thích hợp cho mọi căn cơ, mọi trình độ. 20 năm đầu Phật chú trọng trong việc giảng dạy các pháp hữu vi cho hàng hạ căn, trung căn, sau đó Ngài mới dùng pháp vô vi là pháp tối thượng để dạy cho hàng đệ tử sau thời gian thực hành các pháp hữu vi. Pháp vô vi mới đưa đến giải thoát sinh tử luân hồi. Giáo pháp của Phật đặt nền tảng trên trí tuệ chứ không cầu nguyện, khẩn cầu. Người tin theo Phật phải dựa trên tự lực chứ không ỷ lại vào tha lực bên ngoài. Phật luôn dặn hàng đệ tử hãy tự mình thấp đuốc mà đi.

425. *Thời kỳ phát triển.*

Sau khi Phật nhập Niết Bàn, hệ thống Tâm lý học Phật Giáo này cũng được tiếp tục phát triển qua sự đóng góp không ngừng của các bộ phái, các luận sư cũng như các vị tổ sư chứng đạo. Các vị luận sư lý giải, phân tích, luận bàn thêm để làm sáng tỏ ý nghĩa cô đọng khi Phật giảng dạy. Những đóng góp của các vị luận sư của các bộ phái như Mã Minh, Vô Trước, Thế Thân làm nền Tâm Lý học Phật Giáo thêm phong phú và giúp đỡ người sau trong việc học hỏi giáo lý nguyên thủy của Phật. Điển hình của những đóng góp này là những bộ luận A Tì Đạt Ma, Thắng Luận, Câu Xá Luận, Duy Thức Tông Luận, Đại Thừa Khởi Tín Luận... đã làm hiển minh tư tưởng của Phật và làm giàu thêm kho tàng ngôn ngữ học thuật tâm lý học qua những thuật ngữ mới chế tác thích hợp để diễn giảng, giải thích những gì liên hệ đến Tâm.

Trên đường phát triển của Phật Giáo ngoài Ấn độ, khi đến một nước khác, nền Tâm lý học Phật Giáo cũng được cung cấp thêm những kiến giải, những luận lý do các luận sư tài năng bản địa. Trường hợp Duy Thức tông và Thiên tông đơm hoa kết trái sum xuê sau khi Phật Giáo hội nhập vào nước Trung Hoa, Nhật bản, Triều Tiên và Việt Nam là những thí dụ điển hình. Ngày nay nền Tâm lý học này cũng đã mọc rễ, lớn mạnh và bắt đầu trổ hoa trên mảnh đất Âu Châu và Bắc Mỹ là nơi vốn có rất nhiều điều kiện cơ bản cần và đủ của xã hội như tự do, thịnh vượng và tinh thần chuộng thực tế để tiếp tục phát triển và đẩy mạnh sự ứng dụng của nền Tâm lý học Phật Giáo cho sự phúc lợi của đời sống con người.

5. Vì sao những hệ thống Tâm lý học Phật Giáo hiện nay còn tồn tại trên thế gian mà mỗi hệ thống không đóng được vai trò lãnh đạo quần chúng khắp nơi trên thế giới mà chỉ có giá trị trong lãnh vực hoạt động của mỗi bộ phái của mình thôi.

Nguyên nhân sự phân phái của Phật Giáo từ giáo đoàn nguyên thủy được thiết lập từ thời Phật còn trụ thế đều bắt nguồn từ sự bất đồng ý kiến về giới luật hay cách lý giải lời dạy của Phật. Vì có sự bất đồng về kinh điển nên mỗi bộ phái giải thích kinh điển theo ý riêng của mình, theo sự hiểu biết hay sự chứng ngộ của riêng mình. Do đó ý nghĩa kinh điển được giải thích càng ngày càng xa rời nguyên ý của Phật. Thời đại càng cách xa thời Phật thì luận giải càng ngày càng đi xa con đường chính thống của thời nguyên thủy.

Hơn nữa các luận sư giải thích lời dạy của Phật một cách quá chi li, quá chi tiết làm phức tạp thêm lời dạy của Phật. Thí dụ: Về trạng thái tâm Phật chỉ nói đơn giản đến 5 loại, Thọ, Tưởng, Tư, Xúc, Tác ý nhưng đến đời sau, Duy Thức Tông chia ra thêm đến 51 loại tâm khác nhau. Sự phân tích chi li cũng có cái hay là làm sáng tỏ thêm lời Phật nhưng cũng có thể làm rối rắm thêm cho người sau. Hơn nữa ngoài việc chia chẻ chi li pháp Phật, các luận sư thường bỏ qua hay chỉ đề cập sơ sài mà không khai triển một cách rõ ràng cái cốt lõi nguyên thủy của giáo pháp là Không và Chân Như. Các bộ phái hoàn toàn thất bại trong việc hướng dẫn cách dụng công đề đi vào Chân Như và Không. Chân Như Định và Không Định hoàn toàn bị bỏ quên và không được hướng dẫn chỉ dạy thực hành. Đó là một thiếu sót lớn của các bộ phái.

Do đó các bộ luận chỉ đóng được vai trò phản ảnh một mảnh nhỏ của nền giáo lý của Phật. Mỗi một bộ phái như một phản ảnh của câu chuyện người mù sờ voi, chỉ đụng chạm và diễn tả được một bộ phận của con voi mà không nhìn thấy toàn bộ con voi như người sáng mắt. Người sờ cái tai của con voi thì tả con voi như cái quạt, người sờ chân voi thì tả con voi giống như cái cột nhà. Mỗi một bộ phái cũng tương tự như vậy tùy theo một mảnh giáo lý mình tương đắc và thực hành mà diễn giải theo tri kiến chủ quan của mình. Do đó các bộ luận thư có giá trị rất giới hạn trong phạm vi chủ trương nội bộ của bộ phái của mình.

Người học Phật ngày nay cần có một thái độ khách quan, đứng ngoài và đứng trên các bộ phái để khỏi dính mắc vào tư tưởng cục bộ của các bộ phái mà luôn luôn dựa trên nền tảng của giáo lý nguyên thủy. Tuy nhiên các bộ phái cũng có công đào sâu và khai triển chi tiết làm sáng tỏ thêm một phần giáo lý liên hệ. Thái độ học Phật của chúng ta phải sáng suốt không khen chê các bộ phái nhưng nếu có những điều hay, thích hợp với giáo lý nguyên thủy thì ta nên áp dụng sau khi tham cứu vào những điều tham chiếu lớn do Phật khuyến cáo trước khi nhập Niết bàn.