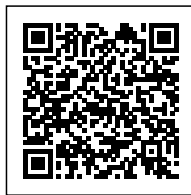


KHOA HỌC, PHẬT PHÁP VÀ Ý CHÍ TỰ DO



Tác giả: **Paola Di Maio**
Biên dịch: **Thích Vân Phong**
(Nguồn: 佛門網)

Các phương pháp tiếp cận khoa học để nghiên cứu não bộ, đôi khi có thể khám phá con người và động vật từ góc độ sinh lý học mà không có sự phân biệt, chúng tôi thấy rằng, điều này có thể ảnh hưởng đến những thắc mắc, phương pháp nghiên cứu và cuối cùng là phạm vi kết quả giới hạn.

Nghiên cứu con người giống như bất kỳ loài động vật nào khác - mặc dù là loài động vật có xương sống, trong sử dụng ngôn ngữ giao tiếp hàng ngày, từ "*động vật*" thường bị sử dụng sai - từ "*động vật*" đó dùng để chỉ tất cả các thành viên của giới Animalia trừ con người. Theo nghĩa sinh học, "*động vật*" dùng để chỉ tất cả các thành viên của giới Animalia, bao gồm cả con người.



Động vật có vài đặc điểm riêng tách chúng ra khỏi các sinh vật sống khác. Động vật là sinh vật nhân chuẩn và đa bào, giúp phân biệt chúng với vi khuẩn và hầu hết sinh vật đơn bào. Động vật sống dị dưỡng, tiêu hóa thức ăn trong cơ thể, giúp phân biệt chúng với thực vật và tảo. Chúng cũng khác biệt với thực vật ở chỗ thiếu thành tế bào cứng (thành cellulose). Tất cả động vật có thể di chuyển, ít nhất là trong một giai đoạn sống. Ở hầu hết động vật, phôi trải qua giai đoạn phôi nang (blastula), một giai đoạn riêng biệt đặc trưng ở động vật. Thực sự có khi hiểu sai lệch về con người và có thể dẫn đến việc tầm nhìn nghiên cứu bị mất tập trung, khiến các nhà nghiên cứu bỏ lỡ những đặc điểm quan trọng nhất của con người; điều gì làm cho con người trở nên độc đáo và khác biệt.

Đức Phật dạy rằng "*Thân người khó được, Trung Thổ khó sinh, Chính Pháp khó gặp*" (因身難得, 中土難生, 正法難悟, Nhân thân nan đắc, Trung thổ nan sinh, Chính Pháp nan ngộ). Là muốn nói rằng có ba điều khó đắc nhất, một người nếu có cơ duyên tu luyện, là vô cùng trân quý. Con người là anh linh của vạn vật, cũng chỉ thân người này mới có thể tu luyện, có thể tu thành Phật, tu thành Đạo. Vì vậy, hãy trân quý cơ duyên. Công danh, tài lộc không thể mang theo, khi đến thì trắng tay, khi rời đi cũng tay trắng. Hơn nữa, bị mê hoặc trong nhân gian, bị danh lợi dẫn dắt, sẽ càng tạo thêm nhiều tội nghiệp, thiện ác tất báo là thiên lý, sẽ khiến cho sinh mệnh đời sau càng thêm thống khổ. Trân quý hiện tại, tuân theo Chính Pháp đại đạo, 'phản bản quy chân, 反本歸真' mới là mục đích chân chính của làm người.

Bài viết này tiếp tục khám phá, tìm cách giải thích chính xác điều gì khiến con người trở nên độc đáo và khác biệt, Phật pháp có liên quan gì đến điều này và tất cả đều liên quan đến khoa

học thần kinh.

Làm thế nào để phân biệt giữa con người với các loài động vật khác?

Chúng ta thường nghĩ về con người như được thiên phú đặc biệt, nhưng không phải lúc nào cũng chỉ ra chính xác những điều gì khiến con người trở nên đặc biệt. Đó có phải là sự thông minh? Động vật có thể cực kỳ thông minh và hoạt ngôn. Nghiên cứu cho thấy rằng loài khỉ có thể dạy được cách đếm, con Vẹt có thể hát, chim Sáo, chim Két, chim Chà vôi có thể nói được khi lột lưỡi, chim Bồ câu và loài chó có thể đưa thư hay vận chuyển đồ vật từ đây sang kia, v.v. Đây có phải là trí thông minh?

Động vật cũng có khả năng hiểu và thực hành lòng từ bi. Không có gì lạ khi nhìn thấy những chú hổ bé mồ côi được các loài khác nhận nuôi, hoặc các trường hợp động vật này giúp đỡ các loài động vật khác khi gặp khó khăn.



Ảnh: *steemit.com*

Động vật có khả năng yêu thương, chắc chắn là tình yêu sinh học, được thể hiện qua quan hệ mẹ con bền chặt ở động vật có vú, quan hệ đực cái (âm dương) ở một số loài, cũng như những vật nuôi rất tình cảm như chó mèo. Đây có phải là tình yêu? Để xác định thế nào là trí tuệ cấp độ con người và từ bi tâm cấp độ con người, các học giả và nhà tư tưởng từ mọi thời đại đã dành rất nhiều thời gian để suy ngẫm và thử nghiệm.

Trong thế hệ của chúng ta, cuộc điều tra này được hỗ trợ bởi dữ liệu khoa học thần kinh. Tuy nhiên, cuộc điều tra khoa học thần kinh thường không nhất thiết phải được định hình để trả lời những câu hỏi rộng như vậy, nhưng chỉ nhằm mục đích hẹp là nghiên cứu khoa học của các phản ứng sinh học trong phạm vi các tham số được xác định bởi các mô hình khoa học đã được chứng minh qua thực nghiệm.

Cuối cùng, điều khiến con người khác biệt với các loài động vật khác là khả năng thực hiện quyền tự do lựa chọn, còn được gọi là ý chí tự do. Khả năng đưa ra những lựa chọn có ý thức này khác với những gì bản năng động vật cơ học sẽ chỉ huy. Đây là nơi mà Phật pháp trở nên đặc biệt thích hợp.

Phật pháp và ý chí Tự do

Mặc dù ngôn ngữ của chúng ta đã phát triển, khả năng lý luận trừu tượng và kỹ năng ứng dụng được yêu cầu để tạo ra tác phẩm nghệ thuật, thủ công và kỹ thuật, nhưng những thứ này chỉ là tạm thời. Chúng ta có thể trở nên rất uyên bác, có kỹ năng và tạo ra những tác phẩm nghệ thuật tuyệt vời, nhưng chúng ta sẽ chết và không còn gì hết. Ngay cả những sản phẩm tài năng của chúng ta: sách, tác phẩm nghệ thuật, tòa nhà,... đến một lúc nào đó rồi cũng phải thuận theo nguyên lý vô thường sinh diệt mà biến mất đi. Chúng có thể bị mất và bị lãng quên, vỡ vụn thành tro bụi, cuối cùng bị bao phủ bởi thảm thực vật.

Chúng ta đã phát hiện ra dấu vết của các nền văn minh cổ đại rất nguy nga tráng lệ và tiên tiến, nhưng phần lớn đã bị mất đi trong lịch sử. Đã trải qua bao nhiêu nghìn năm, con người phát triển các nền văn minh đã biến mất và xây dựng những thành phố tráng lệ cuối cùng trở thành hoang phế, không có lý do, sự biện minh hay bằng chứng về sự tồn tại của con người?

Khi nhận thức của con người phát triển, sự chặt chẽ ý thức của chúng ta thông qua các chọn lựa có chủ đích, không liên quan đến không gian và thời gian. Nó giống như một chữ ký vĩnh viễn gắn liền với sự tồn tại của chúng ta, trong đó chỉ là một phần hiện thân của cuộc sống.

Kinh nghiệm này tiếp tục trong suốt các chu kỳ tái sinh cho đến khi giải thoát luân hồi sinh tử, vĩnh viễn chấm dứt những nỗi khổ niềm đau. Ý thức phát triển, vừa là một phần của kinh nghiệm sống có ý thức của con người cũng như bên ngoài những ràng buộc của lĩnh vực vật chất. Theo Phật pháp, thân phận con người của chúng ta bị ảnh hưởng hoặc thậm chí bị chi phối bởi những ràng buộc vật lý và không gian, thời gian, mà bản thân chúng chỉ là do trước đây những hành động và suy nghĩ gây ra.

Nghiệp lực của con người có đủ may mắn để hưởng lợi từ những hoàn cảnh cho phép, để nhìn thấu bản chất của tâm trí và những giới hạn của nó trên lộ trình tu hành đến giác ngộ giải thoát tất cả khổ đau, đến cảnh giới cực lạc. Con đường này không chỉ nhằm mục đích giải thoát hay giảm bớt đau khổ - bản thân nó là một sự giải thoát tuyệt vời đối với những nỗi khổ niềm đau của những phàm phu tục tử - mà còn là sự giải phóng khỏi những ràng buộc về tinh thần và thể chất do bản năng động vật nguyên thủy và cơ giới của chúng ta sai khiến.

Phật pháp chỉ cho chúng ta có thể phá vỡ các chu kỳ cơ học của vận mệnh, được xác định bởi

các điều kiện xã hội, lịch sử và vật chất mà chúng ta được sinh ra. Chúng ta có thể làm điều này bằng cách kiên định áp dụng các thực hành giác ngộ và bằng cách vượt qua những cản trở bước phát triển lộ trình vượt biển khổ sông mê và đến bến bờ bên kia an lạc hạnh phúc. Do đó, chúng ta liên tục vượt qua các chướng ngại vật và phát triển đôi cánh của mình thoát khỏi bị mắc kẹt bởi điều kiện và cách phát triển ý thức của chúng ta - nâng cao nhận thức và sống phù hợp. Con đường phát triển và rèn luyện ý chí tự do này, có thể là một trong những động lực liêu lĩnh và thú vị nhất đối với cuộc sống của con người. Nó chỉ có thể thực hiện được thông qua sự tiến hóa tập trung của ý thức. Phật pháp hỗ trợ cho việc phát huy ý chí tự do một cách an toàn, bằng cách tạo ra một con đường sẵn có, đã được mở ra bởi những người đã giác ngộ trước chúng ta.

Phát triển tự do ý chí với mục đích đạt được sự giải thoát và lợi ích cho tất cả chúng sinh, là một trong những mục đích chính của các thực hành yoga và Phật pháp. Cuối cùng, chúng ta có thể bắt đầu quan sát sự phát triển này trong tâm thức, nhờ những tiến bộ khoa học thần kinh.

Yoga và Phật pháp của Ý chí Tự do

Yogi (người luyện tập môn yoga, nối kết, hợp nhất và cái ách trói buộc) được biết đến với nhiều kỳ tích khác nhau, bao gồm khả năng phát triển và duy trì ý chí tự do - đôi khi đến một mức độ cực đoan. Yogi với những thành tựu nhất định có khả năng tự do vượt trội đến mức có thể giữ một tư thế (asana) duy nhất trong thời gian dài, hoặc giảm nhu cầu về thức ăn, nước uống, thậm chí cả oxy và thậm chí có thể kiểm soát các cơ không tự chủ.



Ảnh: [wellcomecollection.org](https://www.wellcomecollection.org)

Kiểm soát hơi thở (pranayama), tư thế cơ thể (asana) và kiểm soát tâm trí, tận dụng các kỹ

thuật yoga và các phương pháp thực hành khác, là một con đường để tiến hóa từ những động vật bản năng, mà chúng ta sinh ra để hoàn toàn kiểm soát số phận và sự lựa chọn của chúng ta; một con đường dẫn đến sự tiến hóa của ý thức, mà cuối cùng dẫn đến sự giải thoát tất cả những nỗi khổ niềm đau.

Các truyền thống Phật giáo khác nhau đưa ra những con đường khác nhau để phát triển và thực hành ý chí tự do. Về cơ bản, thông qua việc mỗi người tự thực hiện quyền kiểm soát đối với tâm trí bản thân - nhận ra những cảm xúc tiêu cực và ảnh hưởng đến phản ứng hành vi của chúng ta - và sau đó hành xử một cách có ý thức theo các nguyên tắc ứng xử đúng đắn giúp tăng cường sự tự do. Mỗi trường phái Phật giáo, thậm chí cụ thể cả những vị thiền sư, pháp sư, luật sư, luận sư và giảng sư sẽ đưa ra những con đường khác nhau phù hợp với từng hành giả.

Tuy nhiên, ý chí tự do này không phải lúc nào cũng thể hiện theo các chuẩn mực xã hội được phát triển, để điều kiện hành vi của con người nhằm phục vụ những mục đích nhất định. Ví dụ bao gồm kỹ thuật thương mại hóa, chính trị, thậm chí tôn giáo: các nền kinh tế hiện đại khiến con người ngày càng phụ thuộc vào điều kiện hóa, bằng cách áp đặt các niềm tin và chuẩn mực được xây dựng, nhằm tận dụng và khai thác các xung động như dây chuyền nặng nề. Chúng ta tự mình trói buộc bởi những nhu cầu và mong muốn của bản thân, để giải phóng những thứ vốn không thuộc về bản chất nguyên sơ, nguyên thủy và tinh túy của chúng ta.

Một số cấu trúc xã hội nhất định, kết nối với sự giàu có và niềm tin, tạo ra mối liên kết trong các xã hội được thiết kế để áp đặt và trừng phạt, thông qua việc sử dụng ý chí tự do. Quá nhiều ý chí tự do bị coi là khó chịu, đặc biệt là ở phụ nữ.

Thông thường thì những người muốn tìm đường giải thoát cần phải cách ly xã hội, bao gồm cả gia đình và thân hữu bạn bè, thực hành ý chí tự do của họ ở những nơi khác, bởi vì hiện trạng chằng chịt sẽ áp đặt những giới hạn đối với kinh nghiệm sống của những người muốn thoát khỏi sự ràng buộc, trong đó có đức Phật Thích Ca Mâu Ni tôn kính của chúng ta.

Trên hết, các học viên và các hành giả cao cấp, tự bản thân kiểm soát tâm trí và cảm xúc. Họ tập trung ý định của mình để không bị ràng buộc, phản ánh theo các giá trị đạo đức của họ hơn, thay vì theo bản năng động vật hoặc chúng phản ứng có điều kiện.

Điều này thường đạt được với một số lợi ích, gọi tắt là xả ly. Hành động theo ý chí dựa trên sự lựa chọn các nguyên tắc, có nghĩa là phải chuẩn bị xả ly mọi thứ liên quan đến việc nắm bắt, các kết quả của bản năng máy móc. Nếu cần thiết, điều này bao gồm bản thân buông xả cuộc sống hoặc dường như mọi thứ là cuộc sống. Nhưng bằng cách rèn luyện ý chí tự do và từ bỏ những thành quả của tư duy có điều kiện, chẳng hạn như thành công trần tục hoặc xu nịnh, có thể phát triển một tâm trí sáng suốt, nhận thức trực tiếp và cùng với việc bớt lệ thuộc vào thế giới vật chất.

Trong bài viết tiếp theo của tôi, chúng ta sẽ tìm hiểu sâu hơn về cách hiểu điều này thông qua khoa học thần kinh, cũng như những hạn chế đối với nghiên cứu khoa học hiện tại về Ý chí Tự do.

Tác giả: **Paola Di Maio**

Biên dịch: **Thích Vân Phong**

(Nguồn: 佛門網)