

# Ý nghĩa Ăn chay trong Phật giáo là gì ?

Hoang Phong

Tôi rất do dự khi đề cập đến chủ đề này, vì thật ra đã có rất nhiều sách vở, bài viết về vấn đề ăn chay. Lật trở lại chủ đề này, tôi có cảm giác như đẩy một cánh cửa đã mở rộng, vì vậy tôi chỉ ước mong có thể đóng góp thêm một vài ý kiến về ý nghĩa của ăn chay, giới hạn trong một vài quan điểm Phật giáo mà thôi.

Ăn chay không phải là một đặc thù của đạo Phật, nhiều tôn giáo khác cũng chủ trương ăn chay, chẳng hạn như đạo Jain của Ấn độ. Nhiều người không Phật giáo, hoặc không theo một tôn giáo nào cả nhưng họ ăn chay rất nghiêm túc, trong số này có nhiều người Tây phương. Trái lại một số người Phật giáo lại ăn thịt cá. Vậy thực sự ý nghĩa của việc ăn chay theo tinh thần Phật giáo là gì ?

Phần thứ nhất của bài sẽ đề cập lướt qua vấn đề ăn chay dưới khía cạnh hiểu biết khoa học. Tiếp theo, phần thứ hai sẽ nêu lên vài quan điểm đại cương về ăn chay theo kinh sách Phật giáo và các học phái Phật giáo khác nhau. Phần thứ ba sẽ lạm bàn về ăn chay một cách cởi mở hơn.

## 1. Ăn chay dưới khía cạnh khoa học

Con người là một sinh vật ăn chay hay ăn thịt ? Khoa học cho ta biết một cách minh bạch rằng từ nguyên thủy con người là một sinh vật ăn hoa quả, rễ, lá, củ và thân thực vật. Răng người không phải là răng dùng để ăn thịt, không có nanh nhọn và dài. So với kích thước của thân thể, ruột người quá dài, trung bình 18m, đó là đặc tính của sinh vật ăn cỏ, vì ruột dài giúp đẩy lực hơn vào việc hấp thu chất dinh dưỡng thấp trong thực vật.

Tổ tiên loài người sống trên cây, sau đó thích ứng với đời sống dưới đất, từ đó bắt đầu ăn thêm côn trùng bắt được dưới những tảng đá, trong cỏ hay hóc cây.... Khoa học gọi lối ăn này là lối ăn tạp, có nghĩa là ăn bất kể thứ gì. Vì phải canh chừng nguy hiểm, tức những sinh vật hung dữ ăn thịt, tổ tiên con người phải tập đứng nhón trên hai chân để nhìn thấy xa hơn, và để tránh nguy hiểm, phải tập chạy bằng hai chân, vì chạy bằng hai chân sẽ nhanh hơn là bằng bốn chân. Đó là một vài lý do trong số rất nhiều lý do khác thúc đẩy sự tiến hoá của giống người.

Khi tổ tiên con người dần dần biết đứng trên hai chân, vị trí của đầu đối với xương sống cũng thay đổi, giúp cho sọ phát triển dễ dàng hơn về phía sau, tạo cho con người có bộ óc lớn hơn. Từ bộ óc phát triển, con người biết dùng đá để đẽo, cung tên... để làm khí cụ săn bắt những thú vật lớn và khôn lanh hơn những loại côn trùng hay sinh vật nấp dưới các tảng đá hay hóc cây, lối ăn tạp cũng biến đổi đi, con người bắt đầu ăn thịt nhiều hơn.

Tiếp tục trên dòng tiến hoá, con người biết tạo ra những dụng cụ càng ngày càng tinh xảo, bắt được và giết được những con thú to lớn và hung dữ hơn. Trong số những dụng cụ tinh xảo đó gồm có súng đạn và bom nguyên tử ngày nay. Nhưng những khí cụ nguy hiểm này không còn dùng để săn bắn nữa, vì thú vật trở nên quá ngây ngô và khờ khạo so với con người. Những khí cụ ấy con người dùng để giết lẫn nhau trong mục đích tranh giành và bảo vệ miếng ăn ; mặc dù các nước hùng mạnh, sản xuất được các khí giới này, đã dư thừa thực phẩm.

Cũng nhờ vào bộ óc, con người sáng chế ra ngôn ngữ. Ngôn ngữ gồm nhiều loại khác nhau và càng ngày càng trở nên phức tạp hơn. Con người biết suy nghĩ rắc rối hơn và trừu tượng hơn, biết dùng những hình ảnh và biểu tượng để diễn đạt suy tư của mình, biết sáng chế ra văn chương, thi phú, và...triết học. Con người biết tìm ra mọi thứ thức ăn đủ loại và ăn không chừa một thứ gì, sáng chế ra thật nhiều món ăn thật cầu kỳ.

Nhưng đồng thời, nghiên cứu khoa học và thống kê y khoa, một sản phẩm của con người, lại cho biết những người ăn chay có sức khoẻ tốt hơn, ít bệnh tật hơn, nhất là các bệnh về tim mạch và ung thư, và những người ăn chay sống lâu hơn những người ăn thịt. Đây là những gì y khoa đã khẳng định. Nhờ vào những hiểu biết khoa học, rất nhiều người Tây phương ăn chay để tránh bớt ô nhiễm cho thân xác và hạn chế bớt sự tàn phá của môi sinh, bớt hấp thu vào cơ thể những độc tố và sức dinh dưỡng dư thừa từ thịt mỡ của thú vật. Những bài viết về ăn chay theo chiều hướng này rất nhiều, lại kèm thêm những chứng minh bằng thống kê, bằng những giải thích về y khoa, phân tích về sinh hoá, sinh lý học v.v...

## **2. Ăn chay theo kinh sách nhà Phật và các Học phái Phật giáo**

Tại sao phần lớn những người Phật giáo lại ăn chay ? Phật có bảo chúng ta phải ăn chay hay không ? Những lời nói đó của Phật được ghi chép trong kinh sách nào ? Những kinh sách đó có đích thực hay không ? Và thắc mắc cuối cùng được một vài bài viết nêu lên là Phật có...ăn chay hay không ?

Phần trình bày dưới đây không có chủ đích trả lời trực tiếp các câu hỏi vừa nêu lên. Một quan điểm khẳng định có thể kéo theo những tranh luận bất tận, chẳng hạn như trường hợp nhiều sách vở và bài viết, cả trong và ngoài Phật giáo, đã từng đưa ra những quan điểm khác nhau. Tác giả các bài viết ấy, tùy theo trường phái, học thuyết, xu hướng hay sự hiểu biết cá nhân, đã đưa ra những ý kiến ít hay nhiều khác biệt. Tôi chỉ nêu lên và khai triển một vài khía cạnh của các vấn đề trên đây mà thôi, người đọc tự tìm lấy những câu giải đáp cho chính mình, bất kể là câu giải đáp đó theo chiều hướng này hay chiều hướng khác, một câu giải đáp thích nghi cho mỗi người.

Thật sự, ăn chay đã bắt đầu từ thời kỳ của Phật, kể cả trước đó nữa với lối tu khổ hạnh và đạo Jain (thế kỷ thứ VI trước Tây lịch). Trước cả thời kỳ Phật giáo Bắc tông được tái lập và bành trướng vững chắc vào thế kỷ thứ II, ăn chay do Đạo

Phật chủ trương cũng đã được phổ biến rộng rãi trong dân gian ngay từ thế kỷ thứ III trước Tây lịch, bằng có là Đại đế A-Dục (Asoka, 304-232 trước TL) ăn chay, cấm giết hại thú vật và khuyến dân chúng ăn chay.

Kinh sách nhà Phật thật phong phú, nhưng vấn đề khuyến cáo trực tiếp và chi tiết về việc ăn chay không thấy đề cập đến nhiều, có thể việc này là một điều quá đương nhiên đối với người tu Phật hay chăng ? Kinh sách chỉ thường xuyên nhắc đến việc cấm sát sinh. Nhưng nếu nhìn theo một khía cạnh khác, ta cũng không thể chờ đợi và căn cứ một cách đơn giản và duy nhất vào kinh sách để chọn cho ta cách xử thế với chính ta và môi sinh chung quanh ta. Ta không thể tự ghép mình theo kinh sách một cách từ chương. Kinh bảo thế nào thì làm thế ấy, không bảo thì thôi, ta tự do làm gì thì làm. Ta cũng thấy cái tai hại của một vài truyền thống mà người tín đồ tự buộc chặt vào những tín điều bất di dịch.

Theo thống kê có 58 000 bộ kinh ghi chép những lời giảng huấn của Phật. Con số khá lớn, dù cho Phật đã thuyết giảng trong bốn mươi lăm năm liền. Đó là chưa kể đến kinh sách bị mất mát, chẳng hạn như hàng triệu quyển kinh đã bị người Hồi giáo đốt sạch ở thư viện tại Vườn nai Lộc Uyển (Sarnath); ngày nay thư viện chỉ còn sót lại một nền gạch mà thôi. Có tất cả ba lần kết tập kinh điển, lần thứ nhất một năm sau khi Phật nhập diệt tại thành Vương Xá (Rajagrha). Lần thứ hai được tổ chức tại Vệ-xá-li (Vesali), 110 năm sau khi Phật nhập diệt. Trong lần kết tập thứ hai đã thấy có những bất đồng ý kiến giữa các nhà sư, nói chung có hai hệ phái khác nhau. Lần kết tập thứ ba, còn rắc rối hơn nữa. Theo kinh điển tiếng Pa-li (Nam tông) thì lần kết tập thứ ba xảy ra tại Hoa-thị-thành (Pataliputra), vào năm 137 sau khi Phật nhập diệt. Theo các học phái Bắc tông thì lần kết tập thứ ba được tổ chức chậm hơn, tức vào năm 160, sau ngày Phật nhập diệt. Theo các tài liệu Bắc tông, địa điểm kết tập cũng không phải ở Vệ-sá-li mà xảy ra ở Ja-lan-đa-ra (Jalandhara, vùng Cachemire ngày nay). Trong lần kết tập thứ ba, đã thấy xuất hiện 18 hệ phái và có bốn ngôn ngữ khác nhau được sử dụng để ghi nhớ những lời giảng huấn của Phật. Có thể là trong lần kết tập thứ ba này, Tam tạng kinh : Kinh Luật, Kinh Tạng và Kinh Luận đã bắt đầu được ghi chép bằng chữ viết (?), nhưng không có dấu tích chính xác nào lưu lại. Theo các học giả Tây phương, kinh điển Nam Tông ghi chép bằng chữ viết xuất hiện chắc chắn vào thế kỷ thứ I trước Tây lịch cho đến giữa thế kỷ thứ I sau Tây lịch; kinh sách Bắc tông được ghi chép từ giữa thế kỷ thứ I trước Tây lịch, và kéo dài đến thế kỷ thứ VI đối với một vài kinh sách xuất hiện muộn. Nói như thế để hiểu rằng trên phương diện kinh sách ghi chép bằng chữ viết, không thể khẳng định được là kinh sách Nam tông hay Bắc tông lâu đời hơn hay đích thực hơn. Trước đó, Tăng đoàn gồm các nhà sư và những người tu hành phải học thuộc lòng kinh điển và truyền khẩu cho nhau, hết thế hệ này sang thế hệ khác, hàng trăm năm trước khi được ghi chép hẳn hoi.

Vấn đề nêu lên như trên đây giúp ta hiểu rằng phải thận trọng khi căn cứ một cách từ chương và câu nệ quá đáng vào kinh điển. Phật giáo Nam tông cho rằng không có giới luật nào trong Phật giáo ngăn cấm tín đồ không được ăn thịt. Trong số các kinh sách Nam tông có tập Trung bộ kinh (Majjhima-Nikaya), một

trong năm tập thuộc Kinh Tạng trong Tam tạng kinh, có kể câu chuyện về Đề-bà-đạt-đa (Devadatta), một người em họ của Phật chủ trương tu khổ hạnh, người này đã xin Phật ban giới nhằm vào việc cấm đoán hàng tỳ kheo không được ăn thịt. Phật không chấp thuận và dạy rằng : « *Ăn thịt có thể coi như trong sạch trong ba trường hợp, người ăn không thấy, không nghe, không có lòng hoài nghi con vật bị giết riêng cho mình* ». Tiểu sử về Đề-bà-đạt-đa do kinh sách ghi chép cũng khá rắc rối, đây là một người có vẻ khá cực đoan và đã nhiều lần ám hại Phật.

Vậy ta phải hiểu như thế nào về những luận cứ vừa kể trên đây ? Ta biết rằng Phật dạy ta phải giữ giới, và điều thứ nhất trong giới luật là cấm sát sinh. Khi còn tại thế, Phật đã tổ chức sinh hoạt của Tăng đoàn phù hợp với Đạo Pháp và môi sinh, chẳng hạn như việc *an cư kết hạ*. Mùa mưa ở Ấn độ là mùa hồi sinh của thiên nhiên và vạn vật; cây cỏ, côn trùng và muôn thú đều vươn lên sức sống, sinh sôi và phát triển. *An cư* để tránh không vô tình tàn phá thiên nhiên và dẫm đạp lên những sinh vật nhỏ bé dưới chân. Phật dạy phải *an cư*, chẳng lẽ Phật lại cho phép ăn thịt cá khi các đồ đệ của Ngài « *không thấy, không nghe, không có lòng hoài nghi con vật bị giết cho riêng mình* ».

Phật thường nhắc đi nhắc lại câu này trong kinh sách : « *Các con phải cẩn thận, luôn luôn cảnh giác và canh chừng tâm thức của các con. Tâm thức luôn luôn tìm cách đánh lừa các con* ». Tiếp tục ăn miếng thịt, khi *không thấy, không nghe, không hoài nghi* về nguồn gốc của miếng thịt, tức là ta cố tình dùng tâm thức của ta để đánh lừa ta đấy. Khái niệm về tương liên, tương tác và tương tạo của Đạo Pháp cho biết rằng mỗi hành vi, mỗi tư duy và mọi hiện tượng đều liên đới và liên kết một cách chặt chẽ với nhau. Sự kiện « *không biết, không nghe, không hoài nghi* » có thể tháo gỡ được quy luật tương liên của vạn vật hay chăng ? Nếu luật nhân quả cũng lỏng lẻo như thế thì còn có giá trị gì nữa ?

Chẳng hạn khi ta ăn thịt heo, tuy rằng ta *không thấy, không nghe, không hoài nghi con vật bị giết vì ta*, thì mỡ heo vẫn có thể làm nghẽn tim mạch của ta, và nếu con heo bị sán lải ta cũng có thể bị sán lải như thường, ta gánh chịu trực tiếp hậu quả của hành vi ăn thịt của ta. Xu hướng thúc đẩy ăn thịt, sự thèm ăn và thích ăn kích động ta và hành vi ăn thịt của ta sẽ gây ra nghiệp. Nghiệp nguyên nghĩa của nó là « hành động ». Hành vi ăn một miếng thịt bắt buộc phải có một sinh vật đứng ra gánh chịu sự đau đớn.

Tuy nhiên vấn đề ẩm thực của Phật giáo nguyên thủy, nếu giữ đúng theo ý nghĩa của Phật đã dạy thì thật là tốt : chỉ ăn một lần trước Ngọ để giới hạn sự tham ăn và ăn quá nhiều của ta; khát thực và ăn bất cứ gì để tránh cho tâm thức ta không vướng mắc và lo âu vào miếng ăn; ăn nguội lạnh và lẫn lộn mọi thứ thức ăn của người thế tục cúng dường trong bình bát để không xem đó là một sự thích thú, không kích động sự thèm khát, kén chọn hay bám níu. Tôi xin phép kể ra đây trường hợp của Tân-đồ-la Bạt-la-nọa-xà (Pindola Bharadvaja), một vị trong 16 vị La-hán. Ông đã bốc ăn một cách bình thản ngón tay cái của một người mắc bệnh cùi hiến dâng thực phẩm và làm rớt ngón tay cái lở loét trong bình bát của ông.

Nhưng tiếc thay, khát thực không thích nghi với tổ chức xã hội ngày nay nữa. Chùa chiền có bếp núc để phục vụ Tăng đoàn, chẳng lẽ ta cố tình không bao giờ héo lánh xuống bếp để *không thấy, không nghe, không biết*...

Người Phật giáo Bắc tông ăn chay nghiêm túc hơn, nhưng ăn cả trưa, cả chiều, có khi ăn rất cầu kỳ, bắt chước gần như thật các món ăn thịt cá của thế tục : nhìn giống như đúc, mùi vị cũng như nhau. Đó cũng có thể là cách đánh lừa tâm thức ta, nuôi nấng sự thèm khát và bám níu của ta. Do đó, sự tinh thức và cảnh giác rất hệ trọng trong từng hành vi của ta. Tinh thần của hành vi ăn chay quan trọng hơn là những gì đã được biến chế để ta ăn. Dù cho ăn thịt cá, ta cũng nên nghĩ đến thân xác của một sinh vật phải gánh chịu sự đau đớn để đem đến sự thích thú cho ta và nuôi dưỡng thân xác tứ đại của ta. Đồng thời ta cũng nên ý thức rằng thân xác con vật cũng như thân xác của chính ta tất cả đều vô thường như nhau.

Đến đây có lẽ người đọc cũng đã tự tìm thấy câu trả lời cho các câu hỏi được nêu lên trước khi khai triển phân đoạn thứ hai này. Tuy nhiên, câu hỏi « Phật có ăn chay hay không ? » được nêu lên trong một vài bài viết và nghiên cứu, là một câu hỏi rất tế nhị, ta nên suy nghĩ cẩn thận, thật cẩn thận. Theo tôi, tự hỏi như thế tức là ta muốn so sánh hành vi của ta và hành vi của Phật, so sánh sự hiểu biết nhị nguyên, công thức và quy ước của ta với sự hiểu biết siêu nhiên, nhất nguyên và vô phân biệt của Phật, so sánh trí tuệ vô minh của ta và Trí Tuệ thức tỉnh của Phật, so sánh tâm thức vương mắc của ta với Tâm thức giải thoát của Phật. Tự hỏi như thế tức ta tự đồng hoá ta với Phật, tự so sánh ta và Phật. Theo thiên ý của tôi đây là một câu hỏi đặt sai : một câu hỏi sai không thể có một câu trả lời đúng được. Phật từ bỏ cung điện và cao lương mỹ vị để sống khổ hạnh, có lẽ quyết tâm tu học của Phật không phải để tìm những miếng ăn ngon. Ta không nên thắc mắc về việc Phật đã dùng những thực phẩm gì, trái lại ta nên tự hỏi ta có đủ sức hiểu được những lời giảng huấn của Phật hay không.

Đại-bát niết-bàn kinh (Maha parinibana-sutta) « *kể chuyện* » về bữa ăn cuối cùng của Phật, có một chữ ghi chép không rõ : thịt heo hay nấm heo ? Nhiều người bỏ công nghiên cứu và tìm hiểu ngôn ngữ thời bấy giờ để quả quyết đây là một loại nấm gọi là nấm heo, nấm có tên gọi như thế vì người ta phải nhờ đến khứu giác bén nhạy của heo để tìm ra nấm này, giống như hiện nay người Âu châu vẫn dẫn heo và chó đánh hơi để đi tìm loại nấm truffle rất quý. Có người lại nghiên cứu thẳng về các loại nấm trong vùng nơi Phật tịch diệt xem đích thực là loại nấm gì. Có người dựa vào các thổ ngữ xưa vùng Bắc Ấn độ để quả quyết đây là một loại thịt heo khô xay thành bột (?)... Kết quả là ngày nay có nhiều bài viết xoay quanh vấn đề vừa kể. Theo thiên ý của tôi, đây là một ví dụ điển hình của sự *câu nệ*, buộc chặt ta vào kinh điển đã trải qua hàng trăm năm truyền khẩu, và cũng là một trường hợp tiêu biểu cho thấy sự *vướng mắc rất thô thiển* của tâm thức ta mà thôi, vướng mắc vào một chữ không rõ nghĩa để nghiên cứu, tranh cãi...và sau đó, biết đâu ta cũng có thể tự buộc vào tâm thức ta một chút hoài nghi vô ích, nếu không muốn nói là nguy hiểm. Trong mục đích giải thích quan điểm này, tôi xin đưa ra ví dụ như sau, tuy không phải hoàn toàn đúng với Đạo Pháp giảng dạy, nhưng có tính

cách một ví dụ cụ thể và dễ hiểu : với sự hiểu biết quy ước, công thức và nhị nguyên của ta thì đây là một miếng thịt, đây là một cái nấm ; nhưng đối với một người tu tập, dù ở cấp bậc thấp đi nữa, cũng có thể dùng cách nhìn như sau : xem hai thứ ấy chỉ là những kết hợp từ những hạt nguyên tử do cơ duyên đưa đến, chúng không khác gì nhau vì những hạt nguyên tử đều giống nhau, gồm có phần hạt nhân và những electron xoáy lộn trong không gian trống rỗng mà thôi. Tu tập không nên dừng lại ở những vướng mắc nhỏ nhặt, ta nên nhìn xa hơn, hướng tâm thức cao hơn, nhắm thẳng vào Từ bi, Trí tuệ, Giác ngộ và Giải thoát.

### 3. Lạm bàn về ý nghĩa của ăn chay

Trong phân đoạn này tôi cũng xin phép được mở đầu bằng những câu hỏi. Người đọc có bao giờ ăn chay hay chưa ? Nếu có ăn chay, thì ăn chay từ bao giờ, ăn chay trường, theo định kỳ, hay tùy hứng ? Trường hợp những người không ăn chay là trường hợp lọt ra ngoài chủ đề bản thảo rồi. Phần trình bày sau đây có thể không còn là một mối quan tâm cho họ nữa. Đối với trường hợp những người có ăn chay, các câu hỏi sau đây sẽ rất quan trọng : ta ăn chay trong trường hợp nào ? Cái gì đã kích động ta ăn chay ?

Có khá nhiều người ăn chay và sự kiện ăn chay của họ được thúc đẩy bởi những nguyên do và mục đích khác hẳn nhau, tôi xin phân chia thành nhiều trường hợp như sau.

Trường hợp thứ nhất, người ăn chay nhắm vào việc bảo tồn sức khỏe, tránh mọi bệnh tật ngặt nghèo. Đó là lối ăn chay đã được trình bày trong phần một : ăn chay dưới khía cạnh khoa học. Y khoa và khoa học đã nghiên cứu rất nhiều về vấn đề trên đây. Có nhiều người Phật giáo là bác sĩ y khoa, dược sĩ, dinh dưỡng học, sinh lý học... viết và nêu lên chủ đề này. Các bài viết ấy chứng minh sự lợi ích của ăn chay trên lãnh vực sức khỏe. Theo thiên ý của tôi, khai triển đơn thuần ý nghĩa của ăn chay theo chiều hướng như thế cũng tốt, nhưng không có gì là Phật giáo cả. Đó chỉ là cách khuyến khích cố gắng bám níu vào xác thân tứ đại và vô thường của ta bằng cách ăn chay, đây cũng là một cách gián tiếp củng cố thêm ảo giác của cái « ngã ». Người tu Phật chỉ biết ăn chay mà thôi, không chờ đợi gì cả, hậu quả về sức khỏe là một việc thứ yếu hoặc đương nhiên, dù sao sức khỏe của ta còn tùy thuộc vào vô số nghiệp và cơ duyên khác nữa. Người ăn chay trường vẫn có thể bị ung thư hay bị nghẽn tim mạch như thường, trong những trường hợp như thế ăn chay không đủ sức hoá giải những nghiệp khác quá mạnh. Ngoài ra cũng có những người miễn cưỡng phải ăn chay vì truyền thống hay ép buộc trong gia đình, hoặc vì rơi vào một hoàn cảnh nào đó... Tôi xin phép không bàn thêm về tất cả những trường hợp như vừa kể trên đây.

Trường hợp thứ hai, người ăn chay được thúc đẩy bởi một cái gì sâu xa hơn. Xin kể ra trường hợp một nhà vô địch hạng nặng về nhu đạo của Pháp, đã nhiều lần vô địch Âu châu, vô địch Thế vận hội và vô địch Thế giới. Một lần ông đi xe mô-tô và bị tai nạn, bắp chân của ông bị rách toạc ra, ông thấy thịt của ông đỏ

lòm giống như một miếng thịt bít-tết, mùi máu rất tanh, từ đó ông không ăn thịt bít-tết nướng còn máu nữa. Ví dụ kể ra sau đây tinh tế và sâu xa hơn một chút, đây là trường hợp của thi hào người Pháp tên là Alphonse de Lamartine, thuộc thế kỷ XIX. Ngày nhỏ, khi mẹ ông tình cờ giết ông đi ngang một lò sát sinh, ông thấy máu chảy lênh láng ra tận đường đi, mùi tử khí, mùi máu và mùi thịt hôi tanh không chịu nổi. Khi về đến nhà ông xin mẹ được ăn chay.

Những câu chuyện vừa kể, không có gì là Phật giáo, nhưng ta thấy có một cái gì đó phát xuất từ tâm thức ta, thúc đẩy và kích động ta một cách kín đáo. Điều ấy chưa hẳn là từ bi, nhưng có thể là một chút từ tâm đã hé lộ trong tâm thức, tuy còn rất mơ hồ. Đó là một thứ xúc cảm hiển hiện khi tâm thức tiếp xúc và bị kích động bởi quang cảnh khổ đau của chúng sinh hay đồng loại. Những trường hợp như thế xảy ra rất nhiều, biến dạng tùy theo hoàn cảnh và trường hợp, nếu ta chú ý sẽ thấy dễ dàng trong cuộc sống hằng ngày chung quanh ta. Tuy nhiên mầm mống của lòng từ tâm đó vẫn còn bị che lấp, nhiều hay ít, bởi vô minh và dễ đi vào quên lãng.

Tôi cũng xin đề nghị không luận bàn xa hơn trong trường hợp ăn chay do những kích động « mơ hồ » nơi mỗi cá nhân như vừa kể trên đây, những kích động như thế không có gì liên hệ mật thiết đến vấn đề ăn chay trong Đạo Phật.

Trường hợp thứ ba là những người Phật giáo ăn chay và ý thức rõ rệt hành vi ăn chay của mình. Vậy, đối với họ, ý nghĩa của ăn chay là gì ? Tôi xin trình bày phần này với nhiều chi tiết hơn và theo thứ tự từ thô thiển đến thật tinh tế. Để cụ thể hoá mỗi trường hợp, tôi xin chọn một vài ví dụ như sau :

**Ví dụ thứ 1 :** Những người chỉ ăn chay khi nào có nhu cầu mà thôi. Chẳng hạn một người có con sắp đi thi, cầu khẩn chư Phật một cách hết sức thành tâm và kính cẩn, xin cho con mình thi đậu, nếu đứa con thi đậu sẽ ăn chay ba tháng. Sau đó, đứa con thi đậu thật, và người này, có thể là cha hay mẹ đứa nhỏ, ăn chay ba tháng. Vậy trong trường hợp trên đây, ý nghĩa của hành vi ăn chay ở chỗ nào ? Chẳng những hành vi ấy không có một chút gì là Đạo Pháp, mà đúng hơn, đó chỉ là một sự mua bán với chư Phật, ra giá với chư Phật mà thôi. Người tu Phật phải hiểu rằng đứa nhỏ thi đậu hay thi rớt là do nơi trí thông minh của nó, do sức cố gắng của nó...tức là những gì liên hệ và xuất phát từ nghiệp của nó. Hành vi ăn chay ba tháng của một người khác là một việc không liên hệ chặt chẽ lắm với việc thi đậu.

Câu chuyện nguyện ước trên đây còn có thể xoay chuyển tệ hơn nữa. Trong trường hợp đứa nhỏ thi rớt, người này có thể trách chư Phật bất lực và vô tình trước sự cầu khẩn chân thành của họ. Hoặc câu chuyện lại biến chuyển theo một chiều hướng khác hơn như sau. Đứa nhỏ thi đậu. Sau một tháng ăn chay, người nguyện ước chịu hết nổi, vừa ăn chay vừa đếm từng ngày chờ cho đủ ba tháng sẽ mua tất cả những gì mình thèm để ăn cho thoả thích. Vừa đếm từng ngày vừa hối tiếc đã ra giá quá cao với chư Phật, và nghĩ rằng con mình dù sao cũng học giỏi, ra giá một tháng ăn chay nó cũng dư sức thi đậu. Hoặc sau khi ăn chay được một

tháng thì không còn kiên nhẫn được nữa, bèn xin tạ lỗi với chư Phật để ngưng ăn chay, vì dù sao đũa nhỏ cũng đã thi đậu rồi.

Trong trường hợp ví dụ vừa kể, ăn chay chẳng những không có gì là Phật giáo cả, mà còn là một cực hình nữa. Chư Phật luôn luôn thương xót chúng sinh, không bao giờ bày ra những cực hình như thế. Vô minh đã kích động ta và xúi dục ta chọn lấy sự đau khổ cho chính ta mà thôi.

Thật sự vô minh hiển hiện ở mọi thể dạng. Chẳng hạn, dù cho người ăn chay xem lời nguyện của mình là một việc phẩn khởi đi nữa : ăn chay với lòng hân hoan để trả nợ chư Phật, để giữ cho tròn lời hứa của mình. Sau ba tháng người này thấy nhẹ nhõm và xung xướng. Cái nhẹ nhõm đó, cái xung xướng đó là do nơi tâm thức tạo ra để lừa phỉnh ta, đó là cái xung xướng phù du, vô nghĩa và sai lầm của thế tục. Nói cách khác, những *cảm thọ* ấy, dù là *khổ thọ* hay *lạc thọ*, cũng đều do nơi vô minh tạo ra cho ta.

**Ví dụ thứ 2 :** Có hai người ăn chay theo tinh thần Phật giáo, ăn chay rất nghiêm túc mỗi tháng hai lần vào ngày rằm và ngày mùng một. Một người bán cá và một người đi chợ mua cá. Người bán cá ở chợ đang chặt đầu ếch lột da và ném vào một cái thau cạnh bên. Người mua bước đến chọn một con cá lóc. Người bán vẫn tiếp tục chặt đầu ếch và ra giá. Ngã giá xong, người bán nắm đầu con cá lóc phía dưới mang, lấy một khúc cây đập lên đầu con cá nhiều lần thật mạnh, con cá giãy giụa, tiếp theo người bán cá vừa cầm dao gọt da và vẩy cá, vừa hàn huyên với người mua. Con cá chưa chết hẳn, khi gọt da, nó lại giãy giụa, người bán cá lại cầm khúc cây đập thêm vài cái nữa vào đầu. Gọt vẩy xong, người bán cá chặt bỏ hai mang cá, chặt đuôi, chặt vây, chặt mõm cá gần tới vị trí của hai mắt, lưỡi cá lòi ra khỏi miệng, sau đó bỏ cá vào một cái bao và đưa cho người mua. Trong khi chờ người mua đếm tiền thì người bán cá lại tiếp tục chặt đầu ếch. Trong thau, những con ếch mất đầu và bị lột da vẫn co giật hai tay và hai chân, vì chung hệ thống thần kinh của ếch không tập trung hết ở não, nhưng còn phát triển dọc theo tủy xương sống nữa.

Ăn chay để phát lộ lòng tư bi, nhưng trước cảnh những con vật đang bị hành hạ và chịu đau đớn, cả hai người mua và bán không tỏ lộ một chút xúc cảm nào cả. Chẳng qua vì những hình ảnh đó quá quen thuộc và có vẻ tự nhiên như thế. Vì cuộc sống, nếu bắt buộc phải bán và phải mua, thì ít ra ta cũng giữ yên lặng để nhìn thấy cái khổ đau và chịu đựng của những sinh vật đang bị hành hạ trước mặt ta, đây là thái độ tối thiểu của một người tu Phật. Ăn chay đối với hai người vừa kể trên đây không có một ảnh hưởng gì trong tư cách và hành vi của họ. Vô minh đã che lấp tâm thức họ. Vô minh trong trường hợp này phát sinh từ thói quen, từ vô tâm, từ những hiểu biết quy ước không suy xét, từ giáo dục và lối sống trong xã hội mà họ đã hấp thụ từ nhỏ. Để phá vỡ thứ vô minh này ta phải tỉnh thức, quán xét và phân tích những hiện tượng chung quanh ta. Tóm lại hành vi ăn chay của hai người vừa kể trên đây không có một ý nghĩa gì về Phật giáo, hay ít ra cũng



không có một lợi ích gì cả. Có thể xem như một thứ *cảm thọ* trung hoà, tức *xả thọ* hay *vô cảm*.

**Ví dụ thứ 3 :** Trường hợp những người ăn chay trường theo tinh thần Phật giáo, đó là trường hợp tăng đoàn nơi chùa chiền và một số cư sĩ tại gia. Ăn chay đối với họ là một việc tự nhiên. Ăn chay trường giúp cho họ không suy nghĩ gì và không thắc mắc gì nữa về sự chọn lựa món ăn, không tìm cách ăn ngon, không lo nghĩ tìm kiếm nhà hàng nào có món ăn đặc biệt, các món đặc sản để thưởng thức... Kinh sách Bắc tông thường đưa ra hình ảnh sau đây : *một người Bồ-tát không thể nghĩ đến việc ăn thịt một sinh vật, cũng như một người mẹ không thể nào nghĩ đến việc ăn thịt đứa con do chính mình sinh ra*. Ý nghĩ ăn thịt thoát ra ngoài tâm thức của họ, nói một cách khác tâm thức của họ đã được giải thoát khỏi một phần nhỏ những vướng mắc trùng trùng điệp điệp của thế gian này.

Những người ăn chay trong trường hợp thứ 3 trước hết có mục đích giữ giới, tiếp theo đó là vì lòng tự bi. Giữ giới vì Phật đã dạy như sau trong Lăng già kinh (Lankavatara-sutra) : *« Không được khi cho rằng hợp lý và có quyền ăn thịt một con vật không phải do chính ta [là một người tu hành] đứng ra giết nó, hay không phải do chính ta sai kẻ khác giết nó (...). Có thể rồi sau này cũng có người (...) dưới ảnh hưởng của sự ham thích ăn thịt sẽ dựng lên hàng loạt những luận chứng phức tạp để bào chữa cho hành vi ăn uống của mình (...), ăn thịt dù dưới hình thức nào, bằng cách thức nào hay bất cứ nơi nào, dứt khoát phải tuyệt đối cấm đoán, không có một ngoại lệ nào cả (...). Ta không cho phép bất cứ ai ăn thịt, Ta cấm hẳn việc ăn thịt, và Ta sẽ còn vĩnh viễn cấm việc ấy (...)* ». Câu trên đây tôi trích dịch lại từ một quyển sách của Philip Kapleau, một thiền sư Phật giáo người Mỹ (*A buddhist cases for vegetarianism*, Ed. Rider, London, 1983, tr. 29).

Lục tổ Huệ Năng, sau khi thừa kế tổ Hoàng Nhẫn phải bỏ trốn và sinh sống với những người thợ săn, đã kể chuyện như sau trong Kinh Pháp Bảo đàn : *« Khi nấu ăn, họ [tức những người thợ săn] nấu chung rau cải với thịt trong một nồi. Khi họ mời tôi ăn, tôi trả lời với họ rằng trong đĩa thịt tôi chỉ ăn rau mà thôi* ». Việc cấm sát sinh được nhắc đi nhắc lại trong vô số kinh điển Phật giáo : Luật tạng (Vinaya-Nikaya), Tăng nhất bộ kinh (Anguttara-Nikaya, Tương ưng bộ kinh (Samyuttara-Nikaya)...Giới luật là một thành phần của Đạo Pháp, Đạo Pháp vô Giới luật sẽ không còn phải là Đạo Pháp. Nếu Phật giáo không chủ trương ăn chay thì Phật giáo có thể sẽ không còn là Phật giáo nữa, và biết đâu Phật giáo cũng không còn tồn tại đến ngày nay.

Ăn chay còn có ý nghĩa cao hơn là hành vi giữ giới. Phật giáo tập cho ta nhận thức được sự khổ đau cùng khắp trong thế giới luân hồi. Ăn chay để làm giảm bớt đi những khổ đau đó cho chúng sinh, tập cho ta trở thành một người « bất bạo động ». Người ăn chay theo ý nghĩa của Phật giáo là một người « thật can đảm », « bất hợp tác », « đứng ra ngoài » và « không tự trói mình » trong chuỗi dài bất tận của thèm khát và giết chóc. Nhưng cũng cần chú ý rằng nếu người ăn chay cố chấp vào việc ăn chay, câu nệ và cẩn thận từng ly từng tí, « không đụng chén

đụng đũa với người ăn thịt », cũng là một hình thức của sự *bám níu*, đi ngược với giáo lý nhà Phật.

Tôi xin trở lại cảm nghĩ đã nêu lên trong phần nhập đề, tức cái cảm giác đẩy một cánh cửa đã mở rộng khi nêu lên chủ đề ăn chay. Nhưng hầu hết những gì tôi được đọc và được nghe đều giống như một cánh cửa đẩy ra phía bên ngoài, hướng tâm thức ta vào thân xác tứ đại của ta, hoặc phóng tâm thức ta xa hơn vào môi sinh chung quanh : ăn chay để giữ giới, bảo vệ thân xác tinh khiết, thực thi lòng từ bi. Mặc dù cánh cửa đã được mở rộng như thế, nhưng tôi đề nghị chúng ta cứ bạo dạn tiếp tục đẩy cánh cửa, nhưng đẩy vào phía bên trong để bước thẳng vào tâm thức ta, quán xét sự tương liên của tâm thức ta và hành vi ăn chay xem sao ?

Thật vậy, ăn chay không phải đơn giản chỉ để giữ giới, không phải cầu mong cho thân xác được tinh khiết, cũng không phải để cứu vớt một số chúng sinh... Dù ăn chay trường ta cũng không cứu vớt được bao nhiêu sinh linh trước sự tàn phá của vô minh và bản năng tham ăn và thích ăn của con người. Nếu ý nghĩa ăn chay dừng ở mức độ như vừa kể trên đây, ta vẫn còn vướng trong sự trói buộc của *vô minh*. Nhất định ăn chay phải có một ý nghĩa cao cả hơn, tích cực hơn thế nữa.

Ăn chay là một phương thức tu tập hằng ngày của ta, luôn luôn nhắc nhở ta về lòng từ bi. Ăn chay để cải thiện chính tâm thức ta, giúp cho tâm thức an bình hơn, từ bi hơn, một tâm thức trong sáng, rộng lớn và bén nhạy, bén nhạy trước khổ đau của chúng sinh. Khi lòng từ bi được khai triển đến cực độ sẽ đưa tâm thức đến Trí tuệ. Trí tuệ tức là Giác ngộ. Lòng từ bi như thế mới gọi là Từ bi của Phật giáo. Ăn chay như thế mới gọi là ăn chay theo Phật giáo. Đó là một hành vi tích cực, cao cả, can trường và bất bạo động. Thức ăn chay là thực phẩm nuôi nấng lòng Từ bi, Từ bi là mảnh đất giúp cho Trí tuệ nảy mầm và phát triển. Một vị Bồ-tát tham thiền trong một hang động trên núi cao, chịu lạnh, chịu đói, không phải để cứu vớt một vài con vật trong lò sát sinh, nhưng để phát lộ và khai triển lòng Từ bi vô biên, trải rộng lòng Từ bi đó ra tám phương trời, mười phương Phật, để gần gũi với từng sinh vật nhỏ bé trong bốn miền không gian.

Ăn chay phải tích cực và phải biết xử dụng việc ăn chay như một phương pháp tu tập của tâm thức. Ăn chay mà *vô cảm* hay *xả cảm*, chỉ là một hành vi vô ích mà thôi. Đến đây, ta thử lạm bàn xa hơn, cao hơn nữa, đưa tâm thức vượt lên trên mọi khái niệm nhị nguyên của ăn chay và không ăn chay, vượt lên trên mọi sự gò bó, bám níu, câu nệ của giới luật, của tích lũy đạo hạnh, của từ chương trong kinh sách, vượt lên trên những gì đã được trình bày trên đây. Tóm lại đây là một chủ đề khá rộng, vì vậy tôi xin phép được mở thêm một phân đoạn mới nằm hẳn ra bên ngoài phân đoạn thứ ba.

#### **4. Ăn chay, môi sinh và sự sống**

Dù cho ta có mở rộng cánh cửa ăn chay về phía trong để bước thẳng vào tâm thức ta, nhưng nếu ta vẫn còn phân biệt bên trong và bên ngoài, phân biệt tâm thức ta với ngoại cảnh, với môi sinh, với những sự sống khác, phân biệt giữa sự sống của ta và sự sống của mọi sinh linh, trong trường hợp như thế ta vẫn còn ý thức và bám níu một cách gián tiếp vào ý tưởng về « sự sống của chính ta » ; để nuôi dưỡng sự sống đó ta quyết định « *ăn hay không ăn* » « sự sống của những sinh linh khác ». Khi còn phân biệt như thế tức là ta vẫn còn bám chặt vào cái *ngã*. Vậy ta hãy tìm hiểu và nhận định vị trí của thân xác, của tâm thức và sự sống của chính ta trong thế giới chung của mọi sinh linh xem sao.

Một vài tác giả Phật giáo viết bài bình vực chủ trương ăn thịt cá của mình bằng cách dùng luận cứ cho rằng những người ăn chay khi luộc rau cũng đã sát hại vô số sinh linh nhỏ bé trong rau cỏ và trong nước. Nhận xét này rất đúng, vì ta không thể hoàn toàn tránh hết mọi hung bạo, ngược đãi đối với tất cả chúng sinh, dù vô tình hay cố ý, dù chủ trương bất bạo động hay tu khổ hạnh cũng vậy. Từ hơn hai ngàn năm trăm năm trước, khi loài người chưa có kính hiển vi, Phật đã dạy ta rằng trong một giọt nước cũng có vô lượng chúng sinh. Khi uống một ngụm nước, khi tắm rửa... là ta đã đưa sự sống của ta va chạm và làm thiệt hại đến sự sống của những sinh linh khác. Nhưng nên hiểu rằng, sự sống của những vi sinh vật ấy còn thô sơ lắm, chưa có những xúc cảm, chẳng hạn như lo sợ hay thương yêu, giống như những sinh linh hữu tình tiến hoá hơn.

Vậy, chúng sinh nói chung và sự sống thật sự là gì ? Kinh sách chia thế giới luân hồi làm ba lãnh vực hay cõi, gọi là *tam giới* (tridhatu) : *dục giới*, *sắc giới* và *vô sắc giới*.

Cõi *dục giới* (kamadhatu) gồm có sáu loại chúng sinh phân bố theo sáu cấp bậc tiến hoá từ thấp lên cao : địa ngục, quỷ đói (preta), súc sinh, con người, chư thần (asura) và chư thánh (hay chư thiên). Tuy nhiên, con người cũng có thể lâm vào cảnh địa ngục, chẳng hạn như bị tù tội, đọa đày, rơi vào cảnh đói khổ, bị ngược đãi và nô lệ, hoặc trở thành hung dữ, tham lam và nham hiểm như quỷ đói, hoặc đần độn và khờ khạo như hàng thú vật, hoặc cao cả như chư thần hay chư thánh. Nhưng đặc tính chung của những sinh linh có giác cảm, còn gọi là chúng sinh hữu tình, trong cõi *dục giới* là *muốn ăn*, *muốn dâm* và *sợ chết*. Đó là những bản năng sâu kín nhất và tiêu biểu nhất của chúng sinh nơi cõi luân hồi, và đó cũng là những động cơ mãnh liệt nhất buộc chặt chúng sinh trong chu kỳ bất tận của tái sinh và hiện hữu. Những bản năng đó là nguồn gốc của *vô minh nguyên thủy*. Ăn chay là để hoá giải bản năng *muốn ăn* và vô minh *tham sống* của ta.

Sinh linh trong cõi *dục giới* có mười chín khả năng gọi là những khả năng ô nhiễm, những khả năng này gồm có : sáu khả năng giác cảm (ngũ quan và tâm thức, Phật giáo xem tâm thức là giác cảm thứ sáu) ; khả năng sinh tồn (sự sống) ; hai khả năng dục tính (tính dục đực và cái, hay là tính dục nam và nữ) ; năm khả năng tạo nghiệp (xấu hay tốt) phát xuất từ hành vi : khả năng cảm thấy sự sáng khoái (sukhendriya), đau khổ (dukkhendriya), thích thú (saumanassyendriya), khô

đau tinh thần (daurmanasyendriya), và vô tâm (upeksendriya) ; năm khả năng đạo hạnh của thể tục là : lòng tin (sraddhendriya), sự cần mẫn (viriyendriya), tinh tấn (smrtindriya), thiền định (samadhindriya), và sự hiểu biết minh bạch (prajhendriya).

Để cho đầy đủ, tôi kể ra đây hai cõi khác của *tam giới*, nhưng không đi vào chi tiết. Hai cõi này là cõi *sắc giới* và cõi *vô sắc giới*. Cõi *Sắc giới* là cảnh giới của chư thánh, tức những sinh linh còn mang hình tướng (đặc tính của vật chất), nhưng những sinh linh này chỉ còn mang mười lăm khả năng, bớt được một số khả năng như khả năng dâm tính và ba trong tổng số năm khả năng tạo nghiệp. Cõi *vô sắc giới* là cảnh giới của những vị đại thiên, những sinh linh vượt ra khỏi hình tướng vật chất và họ chỉ còn giữ lại tám khả năng : bớt được bảy khả năng về hình tướng (năm khả năng giác cảm và hai khả năng dục tính, chỉ còn lại khả năng tâm thức), đồng thời cũng bớt thêm được bốn trong số năm khả năng tạo nghiệp.

Trên đây là những gì kinh sách mô tả. Trên thực tế, trong cõi *dục giới*, ta nhận biết dễ dàng các loại sinh linh sống chung đụng và sát cánh nhau trong nhiều cấp bậc, từ địa ngục của ngạ quỷ (những cảnh đọa đày), quỷ đói (những người nham hiểm và ác độc), súc sinh và những sinh linh đần độn và khù khờ (súc vật), tiếp theo là con người và trên nữa là những sinh linh tinh khiết và cao cả. Hai cõi *sắc giới* và *vô sắc giới* cao hơn và tinh tế hơn so với cõi *dục giới*, vượt ra khỏi sự nhận biết nhị nguyên và quy ước của ta, kể cả khoa học. Những sinh linh trong hai cảnh giới này vẫn còn chung đụng với chúng ta trong thế giới luân hồi, nhưng chỉ có một số nhỏ trong chúng ta có tâm linh bén nhạy và vi tế nhờ vào sự tu tập lâu dài, mới cảm nhận và tiếp xúc được được những cảnh giới đó và những sinh linh trong những cảnh giới đó. Biết đâu ta đã từng gặp gỡ trước mặt những sinh linh tinh khiết, chẳng hạn như những thánh nhân trong cõi *sắc giới* (vì vẫn còn phần vật chất), nhưng ta không « thấy » được họ vì vô minh che lấp. Sinh linh trong cõi *vô sắc giới* hoàn toàn không còn mang khả năng vật chất (tức năm giác cảm) chỉ còn phần tâm thức mà thôi, vì vậy nhận biết và tiếp xúc với những sinh linh ấy còn khó cho ta hơn nữa.

Trên phương diện khoa học, cõi *dục giới* của chúng ta được mô tả như thế nào ? Khoa học chia cõi này thành ba giới : giới khoáng vật, giới thực vật và giới động vật. Giới khoáng vật, nói chung là giới vật chất, không hàm chứa sự sống. Nhưng giới đó cũng biến động, thoái hoá và tạo tác không ngừng, tùy thuộc vào các điều kiện. Chẳng hạn như nước dưới không độ sẽ đông cứng, trên 100° C sẽ bốc thành hơi. Muối ăn hòa tan trong nước, ta không thấy muối, nhưng khi nước bốc hơi, độ đậm đặc trở nên cao hơn, muối sẽ kết thành tinh thể. Những biến dạng này khá đơn sơ, tùy thuộc vào một vài điều kiện và dễ nhận thấy. Tuy nhiên, giới vật chất còn phức tạp và biến động một cách « tinh vi » hơn thế rất nhiều, khoa học cho thấy ranh giới giữa vật chất và năng lượng không thể phân biệt được một cách minh bạch, đối với thế giới cực vi (vật lý lượng tính) hay cực đại (thiên văn học) phải dùng những máy móc tối tân và toán học để chứng minh hay phỏng đoán những gì không thể hiểu hay quan sát trực tiếp được. Tất cả những biến động đó, từ

thô thiển đến tinh vi của thể giới vật chất, Phật giáo gọi chung là sự tạo tác bằng điều kiện, vì thật sự không có một vật thể nào hay một hiện tượng nào, dù vi tế hay thô thiển, tự nó độc lập cả, kể cả không gian và thời gian, tất cả đều tùy thuộc vào điều kiện. Một phần những vật thể biến động ấy tạo ra *tứ đại* của thân xác ta, hoặc nói rộng hơn là « thân xác » của tất mọi chúng sinh trong cõi luân hồi.

Ngoài giới khoáng vật là hai giới thực vật và động vật. Thông thường ta chỉ nhìn thấy hai giới này ở thể dạng đa bào (nhiều tế bào kết hợp, chẳng hạn như những sinh vật thấy được bằng mắt). Thể giới của những sinh linh cực thô sơ, như siêu trùng, vi khuẩn cho đến thực vật và động vật đơn bào, cần phải dùng các phương pháp khoa học để quan sát, như kính hiển vi chẳng hạn. Vì chúng quá nhỏ ta không thấy, nhưng thật sự chúng đông lắm, hiện diện ở khắp mọi nơi trong không gian, trong những môi sinh khắc khe nhất, trên thân xác ta, trong ngũ tạng của ta, trong miệng, trong mũi, trong nách, trong háng, trong hậu môn của ta... Chúng tạo ra lợi ích cũng có và tai họa cũng có : chúng là thành phần cơ bản của thức ăn cho sinh vật đa bào, và cũng là nguồn gốc của bệnh tật, tai ương, truyền nhiễm, và có thể giết hại vô số những sinh linh khác.

Các sinh vật đơn bào thuộc hai giới thực vật và động vật không khác nhau nhiều, các nhà sinh học cho biết ranh giới phân chia giữa hai giới này rất mong manh ở thể dạng đơn bào. Nhưng khi kết hợp để tạo ra những sinh vật đa bào thì khác, động vật có nhiều khả năng hơn. Kinh sách cho biết trong cõi *dục giới* của chúng ta, sinh linh hữu tình có 19 khả năng : giác cảm, sinh tồn, dục tính, tạo nghiệp v.v., như đã kể ra trên đây. Trong khi ấy, trong giới thực vật, các khả năng như thế không có, hoặc rất thấp. Chính là dựa vào điểm then chốt này mà người ăn chay chỉ ăn thực vật mà thôi. Tuy nhiên, trong giới thực vật, sự sống lắm khi cũng khá phức tạp. Chẳng hạn như cây mắc cở, còn gọi là cây xấu hổ hay gọi một cách văn hoa là cây trinh nữ, cũng biết cách tự vệ trước nguy hiểm bằng cách co rúm lá và cuống lá khi bị vật nào đó đụng chạm. Đây là những phản ứng thô sơ do sự teo nhỏ hay trương nở các tế bào ở nách lá và cuống lá gây ra bởi hiện tượng hút nước hay thải nước liên hệ với các tế bào chung quanh. Khám phá khoa học mới nhất và gần đây về thực vật cho biết rễ của vài loại cây tiết ra độc tố giết hại các cây khác chung quanh để tranh giành môi trường sống riêng cho chúng. Có những thí nghiệm cho thấy khi trồng cây và đồng thời vắn nhạc êm dịu thường trực thì cây cối sẽ xanh tốt và mau lớn, những hiện tượng này khoa học không giải thích được.

Sự sinh sản (dục tính) của cả hai phái thực và động vật ở thể đơn bào có thể xảy ra bằng cách chia cắt tế bào làm hai, hoặc bằng cách phối hợp hai tế bào đực và cái. Hoa đực và hoa cái là dục tính khá phức tạp của thực vật. Nhân giống vô tính (clonage) rất thông thường trong giới thực vật (giâm cây, chiết cây, cấy mầm... không cần hột), ngày nay khoa học cũng có thể nhân giống động vật tiến hoá (trường hợp con trầu Dolly).

Trước sự phức tạp đó của sự sống, hành vi ăn chay phải định nghĩa như thế nào và đứng vào vị trí nào bây giờ? Nếu cố chấp vào việc ăn cái này là chay, ăn cái kia không phải chay, thì ta sẽ gặp nhiều trường hợp bối rối. Tóm lại, ranh giới giữa động vật và thực vật không phải là tiêu chuẩn tuyệt đối, mà chỉ là tiêu chuẩn tốt nhất, để định nghĩa việc ăn chay. Ta thấy rằng muốn nhận định vị trí và sự tương liên của ta đối với các sinh linh khác trong cõi *dục giới* nói riêng và cõi *ta bà* hay *luân hồi* nói chung rất khó, nhận định vị trí và môi tương liên đó của ta trong sự sống theo những hiểu biết khoa học cũng không phải chuyện dễ: *vì tất cả mọi hình thức của sự sống liên hệ với nhau, liên kết với nhau, hỗ trợ cho nhau và hủy hoại lẫn nhau*. Trong bối cảnh tương liên như thế, xác định việc ăn chay cũng rất tế nhị. Ta có nên vượt lên trên sự gò bó của ăn chay, ăn cái này không ăn cái kia, để hoàn toàn hội nhập với sự sống hay chăng? Điều này có thể là một lối thoát: quên cái *ngã* của ta, đem sự sống của riêng ta hội nhập với sự sống của muôn loài chúng sinh? Khi ý thức được như thế, ta sẽ hiểu rằng hành vi ăn chay có nghĩa là sự kính trọng, yêu thương sự sống của muôn loài và trong sự sống đó có cả ta nữa, nhưng sự hiện diện của ta hoàn toàn vô nghĩa, chỉ là một sự tham dự rất nhỏ, rất khiêm tốn mà thôi.

Ernst Haeckel (1834-1919), một nhà động vật học và phôi học nổi tiếng người Đức, nhận thấy quá trình hình thành của bào thai (phôi), của một hải nhi chẳng hạn, bắt đầu từ dạng thể đơn bào sau đó là dạng thể kết hợp đa bào của sinh vật thô sơ, tiếp theo là dạng thể cá của thai nhi trong một bọc nước với mang và đuôi, kế tiếp là đặc tính của ếch nhái, bò sát và loài có vú. Sự hình thành của thai nhi lặp lại tất cả chu trình tiến hoá của giới động vật. Ông đã đưa ra một câu tuyên bố nổi tiếng: « *Sự hình thành của phôi là cách tóm lược ngắn gọn từ sự hình thành của cả chủng loại* » (L'ontogénèse est une courte récapitulation de la phylogénèse – Ontogenesis is a short recapitulation of phylogenesis). Nếu đúng như thế thì một cá thể cũng liên hệ mật thiết với quá khứ và suốt quá trình tiến hoá của chủng loại hay cả sự sống nói chung. Quá trình tiến hoá đó kéo dài hàng tỷ năm, từ một vi sinh vật thô sơ cho đến những động vật phức tạp như giống người ngày nay trên địa cầu. Nhận xét của E. Haeckel cũng là một phản ảnh về triết lý của khái niệm tương liên trong Phật giáo, sự tương liên này bao hàm cả quá khứ, hiện tại và tương lai của sự sống, của tất cả mọi sinh linh.

Tóm lại, khi nhận định được những hiểu biết trên đây, ta sẽ hiểu rằng cách cư xử thân thiện, yêu thương, tránh mọi hung bạo một cách vô ích đối với tất cả mọi sinh linh, từ bỏ cái *ngã* của ta, hội nhập một cách hài hoà với tất cả mọi hình thức của sự sống chung quanh ta, từ một cánh hoa đến cọng cỏ, từ con người đến thánh nhân cho đến những côn trùng trong cỏ dại, kính trọng và yêu thương mọi dạng thể của sự sống trong quá khứ, trong hiện tại và trong tương lai, mới đúng thực là cách cư xử của một người tu Phật. Cách cư xử phóng khoáng và rộng lớn như thế vượt lên trên khái niệm đơn giản về ăn chay. Ăn chay chỉ là một phương tiện cần thiết cho việc tu tập, trong mục đích phát triển lòng Từ bi mà thôi.

## 5. Kết luận

Ăn chay theo sự hiểu biết của khoa học để giúp cho thân xác ít bệnh tật hơn không có gì là Phật giáo cả, vì dù cho khoẻ mạnh đến đâu thân xác đó sớm hay muộn cũng gặp vấn đề, nó không thể tránh khỏi bệnh tật và cái chết. Xem ăn chay như một hình thức mua bán hay trao đổi với chư Phật là tự tạo cho mình một món nợ hay một cực hình, như thế thật là nguy hại cho thân xác và tâm thức. Ăn chay nhưng hoàn toàn *vô tâm* trước khổ đau của chúng sinh là một hành vi vô ích. Ăn chay để phát lộ lòng Từ bi, kiến tạo một mảnh đất cho Trí tuệ mới đúng thực là ăn chay trong tinh thần Phật giáo. Ăn chay nhưng đồng thời *vượt lên trên ý niệm của ăn chay và không ăn chay*, để hội nhập một cách hài hoà giữa tâm thức ta, thân xác ta với tất cả những sinh linh dù nhỏ bé cách mấy, dù vô hình hay hữu hình, thuộc quá khứ hay vị lai, dù đần độn và đáng thương, dù hung dữ như quỷ đói hay hiền hoà và cao thượng như chư thiên và chư thánh trong thế giới chung quanh ta nơi cõi *dục giới, sắc giới và vô sắc giới*, làm được như thế lại còn tốt hơn nữa.

Để góp thêm vào phần kết luận, tôi xin chép ra đây một bài thơ tôi làm đã khá lâu. Bài thơ xoay quanh hai chủ đề : chủ đề thứ nhất là khái niệm về tương liên, tương tác, tương tạo của mọi vật thể và mọi hiện tượng trong thế giới chung quanh ta, chủ đề thứ hai là tính chất biến động, hủy hoại liên tục và bất tận của mọi vật thể và sự sống nói chung. Trong sự biến động liên tục đó ta không thấy cái *ngã* của ta ở đâu cả. Kết luận của bài thơ là nụ cười của Phật, tượng trưng cho Giác ngộ.

### ***Bức tượng gỗ***

*Trên bệ, bức tượng Phật ngồi im,  
Tôi nghe âm vang từng thớ gỗ,  
Có tiếng chim trong rừng,  
Cả tiếng rì rào của lá,  
Thì thầm, tiếng hẹn hò của sâu.  
Trên đường vân mặt gỗ,  
Tôi thấy màu xanh trên cành,  
Ứng ánh hồng màu mây.  
Trên vết gân kẻ nứt, có nắng ấm mặt trời,  
Mạch tế bào hơi thở.  
Trên hình thù nét mặt, có bóng hình người thợ.  
Trong ánh mắt hiền hòa, có bàn tay người khắc.  
Thấm trong từng mạch gỗ,  
Dòng nhựa cây từ đất,  
Mạch nước nguồn từ sông.  
Trong hương, Tượng ngồi im trên bệ.  
Khói mê, tôi ngồi im trên chiếu.  
Bỗng tôi nghe tiếng gặm nhấm,  
Của mối mọt trong cây ?  
Của sâu bọ trong chiếu ?  
Xác thân tôi, vì sinh vật đông đảo như cát cửa sông Hằng,*

*Chúng đang sống, sinh sôi và gặm nhấm.  
Giật mình trong hốt hoảng,  
Ngước nhìn lên, qua khói mỏng :  
Hiền hòa và nhân hậu,  
Phật mỉm cười trong hương.*

*Các nhà khoa học nói rằng trên mỗi phân vuông của thân ta có khoảng 200 000 vi sinh vật thuộc loài xâu bọ, loại ve (acarions), sinh sống nhờ hơi ẩm của mồ hôi, hơi ẩm của da thịt và nhờ lớp da chết đào thải dùng làm thức ăn. Trong miệng, mũi, tai, mắt, nách, háng, hậu môn, cơ quan sinh dục... có vô số vi sinh vật sinh sống. Trong ruột, bao tử,... hàng triệu vi trùng sống chung với ta, vừa ký sinh vừa giúp đỡ ta trong việc tiêu hóa, hấp thu chất dinh dưỡng,... Không có chúng thì xác thân ta có tồn tại được chăng ? Chúng dính liền với sự hiện hữu của xác thân này. Ngoài ra cũng còn có những vi trùng đang chờ đợi hoặc đang âm thầm tàn phá ta. Vậy thì xác thân là nhà của ta hay là đất của chúng ? Hay chỉ là mảnh đất chung mà thôi. Thương chúng tất thương ta, thương ta hóa ra là thương chúng.*

*Bỗng tôi giật mình và hoảng hốt, một luồng chấn động lan truyền khắp mạch máu và tế bào trong cơ thể tôi. Nhìn lên, trong cái bất động của Tượng gỗ, tôi thấy sức sống của cả vũ trụ này, liên đới và buộc chặt với cái tồn vong và hạnh phúc của từng vi sinh vật trong xác thân tôi, và trong sâu thẳm của yên lặng mênh mông nơi gương mặt Tượng gỗ, tôi chợt thấy một nụ cười.*

*Tôi xin quỳ xuống và úp mặt lên chiếu, ước mong vạn vật bất cứ ở hình thức nào, từ hạt cát, cọng cỏ, cho đến những sinh vật bên trong và bên ngoài xác thân tôi, dù nhỏ nhoi cách mấy, hữu hình hay vô hình, trong lòng đất sâu, trên mặt địa cầu hay bên ngoài vũ trụ, ngạ quỷ hay thánh nhân, nơi a tì hay thượng giới, tất cả đều được an vui và hạnh phúc. Mong lắm thay, ước mơ lắm thay.*

*Tôi xin được ngàn năm úp mặt xuống chiếu để gần gũi với cái hạnh phúc của muôn loài sinh vật quanh tôi, trên thân thể tôi và trong xác thân tôi. Chúng tôi xin nhường nhịn nhau, chia sẻ với nhau từng hơi thở ấm cho đến những rung cảm mong manh phát sinh trên mảnh đất chung vô nghĩa và nhỏ nhoi này, tôi chỉ dám ước mơ xin được giữ lại cho tôi một nụ cười.*

Bures-Sur-Yvette (France), 17.02.07

**Hoang Phong**

Nguồn: <http://www.tuvienquangduc.com.au/AnChay/64anchay.html>

**[www.vietnamvanhien.net](http://www.vietnamvanhien.net)**