

# TÌM HIỂU VỀ TÁNH KHÔNG

## TÁNH KHÔNG THỰC HÀNH

Khoa học là sự hiểu biết về thế giới hiện tượng bên ngoài và các ứng dụng của sự hiểu biết ấy. Đây là cách định nghĩa của khoa học ngày nay. Thế nhưng cũng có một lãnh vực hiểu biết khác, thiết lập trên nguyên tắc tiếp cận và các phương pháp nghiên cứu khác, đặc biệt liên hệ đến các hiện tượng bên trong (*tức nội tâm*), và được ứng dụng vào các hiện tượng như tri thức hay tâm thức chẳng hạn. Cả hai khoa nghiên cứu trên đây đều nhằm vào một mục đích chung là làm thế nào để mang lại sự toại nguyện và niềm hạnh phúc cho con người, và đây cũng là những mối bận tâm sâu xa nhất của họ. Đối tượng và phương pháp của cả hai ngành nghiên cứu đó đều do chính con người sáng tạo, do đó chúng nhất thiết trực tiếp liên hệ đến họ. Một khoa học gia nghiên cứu các hiện tượng bên ngoài cũng không khác gì với hình ảnh của một người đang mưu cầu hạnh phúc, vì tri thức cũng liên hệ mật thiết đến họ, dù cho họ có thành thạo trong lãnh vực này hay không. Ngược lại, bất cứ một người nào khi hướng về lãnh vực tâm linh và hằng quan tâm đến tri thức hoặc thiền định, thì nhất định sớm muộn gì cũng phải đối đầu với lãnh vực vật chất (*có nghĩa là mặc dù chỉ quan tâm đến các hiện tượng nội tâm thế nhưng trên thực tế cũng không thể gạt sang một bên sự tìm hiểu lãnh vực vật chất*). Giữa hai phương pháp tiếp cận đó (*đối với tâm linh và vật chất*), không có một phương pháp nào có thể gọi là hoàn toàn để có thể đứng vững một mình. Nếu như một trong hai phương cách có thể đứng vững một cách độc lập được, thì nào có cần đến sự hỗ trợ của phương cách kia.

### **Tính cách ngẫu biến của các hiện tượng**

Nền tảng triết học hay cách nhìn của Phật giáo đối với các hiện tượng đều hướng vào tính cách ngẫu biến (*hay ngẫu nhiên, bất định, bất ngờ..., contingency*) của chúng. Đề cập đến khái niệm ngẫu biến của mọi hiện tượng cũng có nghĩa là nêu lên tính cách

tương liên và tương kết giữa mọi vật thể (*interdependence*), tức sự hiện hữu của chúng nhất thiết phải lệ thuộc vào một thứ gì khác. Đối với một hiện tượng vật chất, người ta có thể xác định là nó hiện hữu nhờ vào các thành phần cấu tạo ra nó, đối với một hiện tượng cấu hợp phi-vật-chất thì sự hiện hữu của nó được chỉ định hoặc bởi chính tính cách liên tục của nó, hoặc bởi một thể dạng nào đó của sự liên tục ấy (*thí dụ một hiện tượng tâm thần luôn liên hệ đến sự liên tục của nó đối với thời gian hoặc những thể dạng hiển lộ hay biểu lộ của nó trên dòng liên tục ấy*). Vì thế, các hiện tượng dù thuộc bên trong (tức tâm thần) hoặc bên ngoài (*tức vật chất*) thì trong bất cứ trường hợp nào chúng cũng không thể hiện hữu độc lập với các thành phần (*đối với các hiện tượng vật chất*) hay các thể dạng hiển hiện của chúng (*đối với các hiện tượng tâm thần*).

Đối với bất cứ một hiện tượng nào, dù có cố sức tìm đủ mọi cách để xác định sự hiện hữu của chúng, thì ta cũng không thể phát hiện được bất cứ một dấu vết nhỏ nhoi nào chứng minh cho tính cách xác thực của sự hiện hữu ấy – tức là không có một mảnh vụn nhỏ nhoi nào của bất cứ một thứ gì để có thể dùng ngón tay mà trở vào đây hầu chứng minh sự hiện hữu của một hiện tượng, vì thế ta có thể kết luận rằng một hiện tượng nhất thiết chỉ hiện hữu qua sự phỏng đoán của tâm thức (*đây là một nguyên tắc khá quan trọng cần ghi nhớ, vì nó sẽ giúp theo dõi cách phủ nhận sự hiện hữu của “cái ngã” được trình bày trong các phần dưới đây*).

Mọi hiện tượng không hàm chứa bất cứ một sự hiện thực độc lập nào bên ngoài tâm thức đứng ra để phỏng đoán về sự hiện hữu của chúng (*tức là mọi hiện tượng chỉ hiện hữu qua sự phỏng đoán của tâm thức*), do đó tánh không (*vacuité, emptiness*) có nghĩa là không có bất cứ một sự hiện hữu tự chủ nào bên ngoài sự phỏng đoán của tâm thức. Vì lý do sự hiện hữu của các vật thể không mang tính cách tự phát (*tự nhiên, tự tác tạo hay tự hình thành...*) mà luôn luôn phải lệ thuộc vào vô số điều kiện, và mỗi khi các điều kiện thay đổi thì các vật thể cũng biến đổi theo. Do đó các hiện tượng chỉ hiện hiện tùy thuộc vào một số điều kiện nào đó, và đồng thời cũng tùy thuộc vào một số điều kiện khác để chấm dứt và không còn hiện hữu nữa. Thế nhưng chính sự vắng mặt đó

của mọi sự hiện hữu tự tại, không lệ thuộc vào bất cứ một nguyên nhân hay điều kiện nào, lại là cơ sở giúp cho các hiện tượng có thể biến đổi được, chẳng hạn như sự hiển hiện hay sự đình chỉ của nó, v.v... *(nhờ vào tánh không tức sự vắng mặt của mọi sự hiện hữu nội tại nên các hiện tượng mới có thể biến đổi được, có nghĩa là nếu một hiện tượng hàm chứa một sự hiện hữu tự tại, bất biến và trường tồn thì nó không còn khả năng nào để biến đổi được nữa).*

Thiết nghĩ cũng nên so sánh giữa sự giải thích khoa học về vai trò của một chủ thể đứng ra quan sát tức là người “tham dự” *(tức nhà khoa học đứng ra quan sát)* và quan điểm của Phật giáo theo đó các hiện tượng quan sát không những đơn thuần chỉ là những hình ảnh tâm thần, những phóng ảnh hay sự quán thấy của tâm thức, mà chúng không thể nào hiện hữu bên ngoài tâm thức được, *(câu này có nghĩa là những gì do một khoa học gia quan sát hay mô tả lệ thuộc vào chủ thể tức là nhà khoa học, những gì do tâm thức quán nhận nhất thiết là những hình ảnh tâm thần và bắt buộc phải lệ thuộc vào tâm thức và không thể hiện hữu bên ngoài tâm thức được)*. Tâm thức và vật chất là hai thứ khác nhau, tâm thức giữ vai trò nắm bắt và chỉ định vật chất bằng một tên gọi. Điều đó có nghĩa là đối với tất cả mọi hiện tượng và không có một ngoại lệ nào, và dù cho chúng chỉ là những tạo tác hay những biểu lộ đơn thuần của tâm thức và không hàm chứa một thực thể riêng biệt nào, thì nhất thiết phương cách hiện hữu của chúng cũng đều bắt buộc phải lệ thuộc vào sự vận hành tối hậu của tâm thức, giúp cho tâm thức phỏng đoán ra sự hiện hữu của chúng. Vì thế nên người ta cũng có thể gọi tâm thức là một thứ “chủ thể phỏng đoán”. Tóm lại phương cách hiện hữu của mọi hiện tượng cũng hoàn toàn khác biệt với “chủ thể phỏng đoán” giữ vai trò phỏng đoán ra chúng, thế nhưng đồng thời thì sự hiện hữu của chúng cũng lại trực tiếp lệ thuộc vào chính “chủ thể (đã) phỏng đoán” ra chúng. Tôi có cảm giác là quan điểm ấy có thể xem như tương đồng với những gì do khoa học giải thích liên hệ đến một chủ thể quan sát *(tức khoa học gia)*. Mặc dù có sự khác biệt trên phương diện thuật ngữ, thế nhưng thật rõ ràng là có một sự trùng hợp trên phương diện ý nghĩa.

## **Bản chất đích thật của mọi hiện tượng**

Thoạt nhìn thì các khái niệm về sự ngẫu biến và tánh không được trình bày trên đây có vẻ như hoàn toàn mâu thuẫn với nhau. Thế nhưng, nếu phân tích sâu xa hơn thì người ta cũng sẽ hiểu rằng các hiện tượng đều hiển hiện hay hiện hữu trong một khung cảnh hoàn toàn lệ thuộc vào nhau, và chính vì sự hiện hữu lệ thuộc đó mà các hiện tượng từ bản chất đều mang tính cách trống không (*mọi hiện tượng chỉ có thể hiện hữu bằng cách lệ thuộc vào nhau, bên ngoài sự lệ thuộc đó ra thì sẽ không có một hiện tượng nào có thể hiện hữu hay hiển hiện ra được, đặc tính ấy gọi là tánh không của mọi hiện tượng*). Do đó người ta có thể xác định rằng sự ngẫu biến (*ngẫu nhiên, bất định, bất ngờ – contingency*) và tánh không được thiết lập trên một cơ sở duy nhất chung cho nhau, mặc dù chúng cho thấy hai sắc thái khác nhau (*vừa bất định và biến đổi lại vừa trống không, tức có nghĩa là một hiện tượng luôn bất định nên không để lại “phía sau” một thứ gì cả ngoại trừ sự trống không, do đó ngẫu biến – contingency – và tánh không – emptiness – cũng chỉ là một*). Trên phương diện bề ngoài thì hai bộ mặt đó trái ngược nhau (*trống không và sự kiện bất định hay ngẫu biến*), thế nhưng trên một bình diện sâu xa hơn, cả hai lại tỏ ra ăn khớp và bổ túc cho nhau (*xin nhắc thêm là tánh không chẳng có nghĩa là không có gì hết mà đúng hơn là các hiện tượng luôn bất định và biến động và nhất thiết không hàm chứa một bản chất cố định và bất biến nào, vì thế nên tánh không hay bản chất biến động liên tục ấy của mọi hiện tượng cũng “ăn khớp” hay “trùng hợp” với tính cách ngẫu biến bất định của mọi hiện tượng. Thế nhưng cũng cần nhắc thêm là sự ngẫu biến đó của mọi hiện tượng cũng phải lệ thuộc vào quy luật tương liên – interdependence – tức sự tạo tác do điều kiện mà có hay là lý duyên khởi, và tất nhiên còn phải thuận theo quy luật nguyên nhân hậu quả nữa*).

Phương cách theo đó mọi hiện tượng hiển hiện khác hẳn với phương cách mà chúng hiện hữu thật sự. Khi tâm thức nắm bắt phương cách hiển hiện của các hiện tượng (*tức là sự tạo tác do điều kiện mà có*) thì nó cứ nghĩ đây là một sự hiện hữu đích thực để bám chặt vào ý nghĩ ấy hay khái niệm cá biệt ấy, và chính đây là nguyên nhân mang lại

sự sai lầm. Vì khái niệm hay ý nghĩ đó hoàn toàn lầm lẫn ngay từ cấp bậc nắm bắt đối tượng, nên được xem là hoàn toàn trái ngược với cách hiện hữu đích thật của hiện tượng, và cả với chính hiện thực nữa. Sở dĩ có sự lệch lạc hay trái ngược xảy ra giữa “những gì đúng thật” và “những gì hiển hiện” là vì các hiện tượng, tuy trên thực tế hoàn toàn không hàm chứa bất cứ một thực thể cá biệt nào, thế nhưng vẫn hiện ra với một tâm thức bình thường (*tức một tâm thức không quen suy luận về bản chất của hiện thực*) như là hàm chứa một sự hiện hữu tự chủ, mặc dù chúng không hề mang đặc tính ấy (*nói cách khác, tâm thức của một người không tu tập sẽ không quán nhận được bản chất đích thực của mọi hiện tượng và xem những gì hiển hiện ra trước mắt đều “đúng” như thế và “thật” như thế, và tất cả đều hàm chứa một sự “hiện hữu độc lập và tự tại”, thế nhưng thật ra thì đấy chỉ là những hình ảnh luôn chuyển động và biến đổi tương tự như ảo giác, chúng liên tục hiện ra và mất đi với một tốc độ mau hay chậm mà thôi*).

Cũng thế, trên thực tế tuy rằng các vật thể đều lệ thuộc vào các nguyên nhân (*tạo ra chúng*) và đều mang tính cách vô thường, bất định, luôn gánh chịu sự đổi thay, thế nhưng chúng vẫn hiển hiện ra có vẻ như là trường tồn và bất biến. Vì thế mà một thứ gì đó dù thuộc vào thể loại khổ đau thế nhưng vẫn được xem là một nguồn hạnh phúc (*thí dụ “hạnh phúc lứa đôi” mang bản chất lo buồn và kéo theo những khổ đau mênh mông, thế nhưng vẫn được xem là một nguồn hạnh phúc*), hoặc một thứ gì đó trên thực tế là sai, thế nhưng vẫn hiển hiện ra như là đúng thật (*thí dụ thấy có một lớp nước trên mặt đường dưới sức nóng của ánh nắng mặt trời*). Sự mâu thuẫn giữa phương cách hiện hữu và phương cách hiển hiện của mọi hiện tượng thường là một chủ đề suy tư mang lại nhiều sự quán xét thật tinh vi. Sự mâu thuẫn giữa “những gì đúng thật” và “những gì hiển hiện” thường tạo ra đủ mọi thứ sai lầm. Thật ra thì những gì vừa được trình bày trên đây cũng hết sức gần với khái niệm về sự khác biệt giữa phương cách hiển hiện và sự hiện hữu của một số hiện tượng mà các khoa học gia từng nêu lên (*thí dụ bản chất của ánh sáng là năng lượng, thế nhưng hình thức năng lượng đó có thể hiển hiện dưới dạng các hạt ánh sáng gọi là foton hoặc dưới dạng các làn sóng, và tùy theo các tầng*

*số khác nhau mà các làn sóng mang các màu sắc khác nhau. Bản chất của mọi hiện tượng là tánh không, thế nhưng từ bản chất tánh không đó đã phát sinh và hình thành đủ mọi thể dạng chuyển động và bất định để tạo ra cả một thế giới vô thường chung quanh chúng ta, trong đó kể cả tư duy và xúc cảm thuộc vào nội tâm của chúng ta nữa).*

Một cách tổng quát, khi đã thấu triệt được ý nghĩa của tánh không và sự bất định (*contingency*) của mọi hiện tượng là gì thì lại càng khiến chúng ta tin tưởng vững chắc hơn vào quy luật nguyên nhân hậu quả. Theo quy luật đó các nguyên nhân và điều kiện khác nhau sẽ mang lại các hậu quả, có thể là tích cực hay tiêu cực, thế nhưng luôn luôn tương quan với chúng. Nhờ sự hiểu biết đó chúng ta sẽ biết quan tâm hơn đến các nguyên nhân và ý thức hơn đến tính cách đa dạng của các điều kiện khác nhau. Nếu chúng ta đạt được một sự hiểu biết đúng đắn về tánh không hoặc đã quen thuộc với sự quán nhận về khái niệm đó, thì chúng ta sẽ tránh bớt được những thể dạng méo mó tâm thần, chẳng hạn như sự bám víu, hận thù, v.v..., sở dĩ những thể dạng lệch lạc đó có thể xảy ra là vì sự quán nhận của chúng sai lầm – sai lầm ở đây có nghĩa là không phân biệt được một cách minh bạch sự khác biệt giữa “những gì đúng thật” và “những gì hiển hiện”. Thí dụ, khi quan sát một vật thể nào đó, nhờ kinh nghiệm chúng ta có thể nhận thấy các cảm nhận của mình thay đổi tùy theo tình trạng tâm thức của mình trong lúc đó (*thí dụ trước một vật thể, một con người hay một bối cảnh nào đó, chúng ta phát lộ những xúc cảm khác nhau tùy theo tâm thức của mình lúc đó đang vui hay đang buồn, đang lo nghĩ hay thành thoi*). Mặc dù đối tượng quan sát lúc nào cũng là một, thế nhưng nếu tâm thức đang trong trạng thái bình lặng thì phản ứng của mình cũng sẽ kém mãnh liệt hơn so với lúc tâm thức đang bị tràn ngập bởi những cảm xúc thật mạnh, chẳng hạn như sự giận dữ. Phương cách hiện hữu đích thật của mọi hiện tượng, hay nói một cách tổng quát hơn là nguyên tắc của sự hiện hữu, tất cả đều là tánh không. Nếu đã hiểu được điều đó thì sau này mỗi khi nhận thấy tính cách mâu thuẫn của các thể dạng bên ngoài nơi mọi hiện tượng, thì tức khắc ta cũng sẽ nhận thấy ngay sự sai lầm của mình trong cách quán nhận lệch lạc về các thể dạng đó. Kết quả mang lại là tất cả những méo mó

ảnh hưởng đến tâm thức của mình, chẳng hạn như hận thù, bám víu, v.v..., phát sinh từ khái niệm lầm lẫn trên đây và từ những ảo giác do bản chất mâu thuẫn của mọi hiện tượng tạo ra, sẽ mất đi sức tác động của chúng.

Người ta có thể nêu lên thắc mắc sau đây: các cường độ khác nhau của tri thức (*consciousness*) hay tâm thức (*spirit*) phát sinh khi chúng nắm bắt một đối tượng (*phản ứng mạnh hay yếu của tri thức hay tâm thức trước một đối tượng quan sát*), sẽ xảy ra như thế nào? Sở dĩ các cấp bậc nắm bắt của tri thức mang nhiều cường độ khác nhau là vì chúng tương quan với các cấp bậc tinh tế khác nhau của năng lực nội tâm kích động tri thức hướng vào đối tượng. Các cấp bậc tinh tế khác nhau cũng như các sức mạnh kích động khác nhau của tri thức làm phát sinh ra tác động hướng tri thức vào đối tượng, sẽ quyết định các cấp bậc nắm bắt khác nhau cho tri thức. Cần phải suy tư về sự liên hệ giữa tri thức nội tâm và thế giới vật chất bên ngoài, vì điều này thật hết sức quan trọng. Nhiều triết gia Đông Phương, nhất là các triết gia Phật giáo, thường nêu lên khái niệm về bốn thành phần: đất, nước, lửa và khí, hoặc nếu kể thêm vào đó thành phần không gian thì tất cả sẽ phải là năm (*Đức Đạt-Lai Lạt-Ma chủ trương phải có năm thành phần, vì phải cần có không gian để chứa đựng và chuyển tải các thành phần kia*). Bốn thành phần căn bản – đất, nước, lửa và khí – phải được hỗ trợ bởi không gian, đó là thành phần giúp cho bốn thành phần căn bản có thể hiện hữu và vận hành. Không gian – tức không trung hay “ê-te” (“ether” – không gian “tinh khiết”) – được xem như cơ sở cần thiết giúp cho sự vận hành của tất cả các thành phần khác có thể xảy ra được.

Năm thành phần có thể phân chia thành hai thể loại: năm thành phần thuộc bên ngoài và năm thành phần thuộc bên trong (*thế giới của hiện thực bên ngoài và thế giới nội tâm*), và giữa hai thể loại bên ngoài và bên trong ấy luôn luôn có một sự liên kết chặt chẽ. Theo một số kinh sách Phật giáo, chẳng hạn như *Kinh Thời Luân (Kalachakra Tantra)*, thì thành phần không gian hay “ê-te” (*không trung*) không phải là một sự trống không tuyệt đối và không hàm chứa bất cứ một thứ gì cả, mà trái lại không gian được xem là cấu tạo bởi các “hạt vi thể trống không”. Các hạt vi thể trống không này làm cơ

sở giúp cho sự tiến hóa (*hay hình thành*) cũng như sự tan biến của bốn thành phần kia (*đất nước, lửa và khí*) có thể xảy ra được. Bốn thành phần này phát xuất từ cơ sở không gian và cũng sẽ quay trở lại để hội nhập với cơ sở ấy. Quá trình của sự tan biến trên đây xảy ra theo thứ tự như sau: đất, nước, lửa và khí, và quá trình của sự hình thành thì theo thứ tự như sau: khí, lửa, nước, đất. Khái niệm này sẽ dễ hiểu hơn nếu được chỉ định bằng các thuật ngữ như chất cứng (đất), chất lỏng (nước), hơi nóng (lửa) và năng lực (khí). Bốn thành phần được tạo tác từ các hạt vi thể trống không theo thứ tự từ thật tinh tế đến thô thiển, và sau đó lại tan biến vào các hạt vi thể trống không theo thứ tự từ cấp bậc thô thiển nhất đến cấp bậc tinh tế nhất (*xin chú ý hai quá trình trên đây cũng trùng hợp với hai quá trình một của cái chết và một của sự tái sinh*). Không gian hay các hạt vi thể trống không là cơ sở góp phần giúp cho toàn bộ các quá trình đó có thể xảy ra.

### **Thiền định về tánh không**

Để có thể ý thức được sự kiện tất cả các hiện tượng ảo giác đều không khác nhau trên phương diện tánh không, thì nhất thiết phải tập trung sự suy tư thẳng vào tánh không. Khi nào việc luyện tập thiền định (*thông thường*) nhằm mục đích rèn luyện tâm thức và cải thiện sự chú tâm bắt đầu mang lại kết quả, thì khi ấy ta mới có thể khởi sự luyện tập về tánh không (*có nghĩa là trước hết phải tập luyện tâm thức và sự chú tâm, sau đó mới đủ khả năng để thiền định về tánh không*).

Đối với các phép thiền định thông thường về tánh không thì không nhất thiết phải trừu tượng hóa bằng tư duy các thể dạng bên ngoài của đối tượng, thế nhưng riêng đối với các phép luyện tập tan-tra thì nhất thiết phải trừu tượng hóa từ trong tâm thức thể dạng bên ngoài của các đối tượng.

Có hai phương pháp giúp thực hiện các phép tu tập tan-tra này: phương pháp thứ nhất là chúng ta làm cho tất cả các thể dạng bên ngoài (*tức những gì hiển hiện*) tan biến hết (*trong tâm thức*) và sau đó thì thiền định về tánh không, phương pháp thứ hai thì

ngược lại phải thiền định về tánh không trước và sau đó mới làm cho tất cả các thể dạng bên ngoài của các vật thể tan biến.

Đến đây, chúng ta thử giải thích thật ngắn gọn quá trình thiền định đích thật về tánh không. Đối với quá trình này, thật hết sức quan trọng phải nhận định được những gì mà sự hiện hữu của chúng cần phải được nhận. Các học phái Phật giáo lớn đều chấp nhận các tiền đề gọi là “bốn dấu ấn của Phật giáo” (*có thể xem thêm “[Khái niệm về bốn dấu ấn trong Phật giáo](#)” của Hoang Phong*). Bốn tiền đề đó như sau:

- \* Tất cả những gì phát sinh từ các nguyên nhân đều vô thường.
- \* Tất cả các hiện tượng ô nhiễm (*có nghĩa là cấu hợp*) đều là khổ đau.
- \* Tất cả mọi hiện tượng đều không có cái ngã và đều mang đặc tính của tánh không.
- \* Chỉ có thể dạng vượt thoát khỏi khổ đau (còn gọi là niết-bàn) mới đúng là sự an bình.

Muốn thiền định về tánh không thì trước hết cũng phải hiểu là thứ tánh không nào phải đem ra để thiền định, nói cách khác tức là vật thể nào mà sự hiện hữu của nó cần phải đem ra để phủ nhận. Nếu không xác định được đối tượng của sự phủ nhận là gì thì chúng ta cũng sẽ không hình dung ra được hình bóng phát sinh từ sự khiếm khuyết của nó. Để thực hiện việc ấy, trước hết nên suy tư về chính bản thân mình, đây cũng là cách thực tế nhất (*tức thiền định về tánh không của sự hiện hữu của chính mình*).

Chúng ta vẫn thường phát biểu thật tự nhiên như sau: “*tôi làm, tôi ăn, tôi ở lại đây*” ... Vậy ta thử tìm hiểu xem “*cái tôi*” – hay cái “*chính tôi*” ấy – hiển hiện ra trong tâm thức mình như thế nào, và sau đó cố gắng tìm hiểu về “*cái tôi*” ấy trong các trường hợp khác nhau. Chẳng hạn như khi ta hình dung trở lại sự bất an xảy ra trong tâm thức khi có một người nào đó khiển trách ta một cách bất công, hoặc nhớ lại sự vui thích khi có người tán tụng mình hết lời. Trong lúc các xúc cảm đó xảy ra thì tâm thức ta vô cùng dao động, thế nhưng ta vẫn cứ cảm thấy một cách thật minh bạch “*cái tôi*” hay cái “*chính tôi*”.

Mỗi khi cái “chính tôi” hiển hiện ra trong tâm thức mình, thì hãy nghĩ ngay là nó có phải là một thứ gì khác với thân xác và tâm thức của mình hay không, và nó có phải là một thực thể độc lập hay không? Các thể dạng “chính tôi” hay “cái tôi” hiển hiện ra một cách hết sức sinh động và ta ngỡ rằng có thể dùng ngón tay để trở vào nó, để chạm vào nó như là một thành phần độc lập với thân xác và cả tâm thức của chính mình. Cái “chính tôi” là một thứ phóng tưởng tâm thần sai lầm lớn lao nhất có thể xảy ra: vậy những gì mà ta cần phải phủ nhận chính là “cái tôi” ấy.

Tóm lại đây là phương thức tiến hành quan trọng nhất và tiên khởi nhất, tức phải xác định thật đúng những gì phải phủ nhận (*phép thiền định về tánh không bắt đầu trước hết bằng cách phủ nhận cái “tôi” của chính mình*).

Điểm quan trọng thứ hai là nêu lên thí dụ giả sử như sự hiện hữu của “cái tôi” hay của “cái ngã” của tôi có thật và mang tính cách tự chủ, thì trong trường hợp đó ta phải tự hỏi xem “cái tôi” ấy hòa nhập để trở thành một với thân xác và tâm thức, hay ngược lại nó là một thứ gì hoàn toàn khác biệt với thân xác và tâm thức, bởi vì không có phương thức hiện hữu thứ ba nào ngoài hai phương thức trên đây.

Tóm lại nếu cho rằng “cái tôi” hiện hữu như một thực thể độc lập, thì bắt buộc ta phải chọn một trong hai giả thiết như sau: hoặc nó hòa nhập với thân xác và tâm thức để tạo ra một nhất thể, và trong trường hợp đó nhất định nó phải trùng hợp với các cấu hợp, hoặc nó là một thứ gì khác (*không liên hệ gì với thân xác và tâm thức*), bởi vì không có phương thức hiện hữu nào khác hơn.

Vậy điểm quan trọng thứ hai là: hoặc “cái tôi” là một thành phần nằm chung trong các cấu hợp (*ngũ uẩn*), hoặc nó phải tuyệt đối khác hẳn.

Đến đây chúng ta nên suy tư về ý nghĩ như sau: nếu “cái tôi” và các cấu hợp kết hợp lại để trở thành nhất thể, thì “cái ngã” cũng phải nhất thể và đồng thời thân xác và tâm thức cũng bắt buộc phải nhất thể theo (*không thể có một thành phần cấu hợp nằm chung trong một nhất thể, nếu đã là nhất thể thì tất cả phải nhất thể*), và tất cả sẽ được

xem chung như là “cái ngã”. Ngược lại, nếu “cái ngã” khác với các cấu hợp, và nếu các cấu hợp là những thứ tổng hợp phức tạp thì “cái ngã” cũng sẽ phải là một thứ tổng hợp phức tạp như thế.

Sau đó chúng ta lại suy tư thêm như sau: nếu như “cái ngã” hay “cái tôi” độc lập ấy hiện hữu như một thực thể riêng biệt và hoàn toàn khác với các cấu hợp, thì trong trường hợp đó “cái ngã” phải là một thứ gì đó xác thực (*hữu hình, có thể “sờ mó” được – tangible*), dù cho các cấu hợp (*trước đây từng kết hợp với nó*) đã tan biến hết. Thế nhưng thật ra thì không đúng như thế.

Phương cách lý luận trên đây cho thấy chúng ta không thể nào tìm ra được một “cái tôi” trong số các cấu hợp.

Hơn nữa sự suy luận trên đây còn giúp chúng ta khám phá ra “cái tôi” hay “cái ngã” độc lập từng hiện hiện ra trong tri thức mình thật ra chỉ là một khái niệm sai lầm, một thứ phóng tưởng của tâm thức. Trên thực tế, nó không hề hiện hữu.

Hãy nêu lên một thí dụ, vào lúc nhá nhem khi hừng đông hay hoàng hôn, một người nào đó trông thấy một con rắn và hoảng sợ, thế nhưng thật ra thì đấy chỉ là một cuộn dây thừng. Hình ảnh con rắn chỉ hiện hữu trong tâm thức của người đang hoảng sợ, đối tượng bên ngoài – tức là sợi dây thừng – không hề hàm chứa một thứ cảm tính nào về sự hiện hữu đích thật của một con rắn (*không có “con rắn” nào kết hợp với cuộn dây thừng, cũng không có “cái tôi” nào kết hợp với thân xác và tâm thức – tức ngũ uẩn – của một cá thể*).

Trường hợp tương tự như trên đây cũng xảy ra đối với các cấu hợp. Mặc dù chúng ta có cảm giác nhận thấy hình bóng nào đó của một “cái ngã” trong số các cấu hợp và có vẻ như nó thoát ra từ chính các cấu hợp ấy, thế nhưng trên thực tế trong các cấu hợp không hề chất chứa bất cứ một mảnh vụn nhỏ nhoi nào của bất cứ một thứ gì có thể xác định như là một “cái ngã”. Những gì vừa trình bày cũng tương tự như thí dụ về con rắn và sợi dây thừng trên đây, có nghĩa là con rắn không hề hiện hữu một cách thực sự, nó

chỉ là một phóng ảnh đơn thuần của tâm thức (*con rắn cuộn tròn ở bên trong tâm thức, không nằm bên cạnh cuộn dây thừng*).

Cũng tương tự như thế, dù cho chúng ta có cảm giác nhận diện được hay nắm bắt được một cá thể con người hoàn toàn khác biệt với các cấu hợp tạo ra cá thể ấy, thế nhưng trên thực tế chúng ta không thể nào xác nhận được sự hiện hữu của cá thể ấy một cách đích thật bằng cách căn cứ vào các cấu hợp: chẳng qua đấy chỉ là một thứ nhãn hiệu dán lên trên các cấu hợp mà thôi (*khi nhìn vào một con người thì cái cá thể của con người ấy được tạo dựng ra trong tâm thức mình, đối tượng bên ngoài chỉ là một sự kết hợp của ngũ uẩn, cũng tương tự như con rắn được tạo dựng trong tâm thức, bên ngoài là cuộn dây thừng*). Vì thế không có một thực chất cá biệt nào hàm chứa trong đối tượng phân tích, và chúng ta lại quay trở lại tình trạng trước đây (*tức là không tìm thấy “cái ngã” hay “cái tôi” nào trong các cấu hợp khi đem các cấu hợp ra để phân tích, “cái ngã” hay “cái tôi” ấy chỉ là một phóng ảnh đơn thuần của tâm thức*).

Đối với các thể dạng khác nhau của một đối tượng, thì nếu chúng ta nhìn chúng (*đơn thuần*) trên phương diện đối tượng thì giữa chúng không có gì khác biệt nhau (*đấy chỉ là những thể dạng luôn biến động*). Sự khác biệt chỉ phát sinh trong tâm thức đứng ra giữ vai trò cảm nhận, tức thuộc vào phía chủ thể (*đối tượng là đối tượng, chính tâm thức giữ vai trò chủ thể để phán đoán và diễn đạt sự khác biệt giữa các thể dạng của đối tượng*). Khi chúng ta đặt cái tên “con rắn” cho cuộn dây thừng thì đấy là một ý nghĩ sai lầm. Khi mặt trời lên cao, chúng ta nhìn thấy rõ đối tượng quan sát, và chúng ta gạt bỏ sự phán đoán sai lầm trước đây nhờ vào một phương cách vững chắc hơn của sự nhận thức (*cognition*), tức dựa vào một loại tri thức khác.

Cái nhãn hiệu “con rắn” áp đặt cho cuộn dây thừng có thể gây ra tai hại (*sự hoảng hốt*). Thế nhưng trong trường hợp cái nhãn hiệu ấy là một cá thể con người, và dù cho cá thể con người ấy không phải là một thực thể khách quan đi nữa, thế nhưng nếu chúng ta cứ gán cho các cấu hợp (*tạo ra cá thể ấy*) các đặc tính của một con người, thì cũng không hề hấn gì cả. Chẳng qua vì không có một thể loại tri thức nào đủ sức để loại trừ

sự sai lầm đó (có những thể loại hay phương cách khác nhau của sự nhận thức giúp phân biệt dễ dàng giữa cuộn dây thừng và con rắn, thế nhưng nếu muốn phân biệt giữa ngũ uẩn và cá thể con người thì vô cùng khó khăn, lý do là không có một thể loại tri thức nào khả dĩ thích nghi để giúp phát hiện được sự phân biệt đó. Muốn đạt được khả năng tri thức ấy người tu tập phải phát huy được Trí tuệ).

Dẫu sao đi nữa, dù cho chúng ta thực hiện được sự hiểu biết khả dĩ giúp chúng ta chấp nhận sự kiện cá thể con người hoàn toàn không hề hiện hữu đi nữa, thế nhưng các kinh nghiệm bản thân (sẵn có từ trước) của chúng ta sẽ hiện ra để chống lại sự quán thấy đó. Tóm lại người ta chỉ có thể xác nhận sự hiện hữu của cá thể con người bằng cách duy nhất là nhờ vào thể loại tri thức chủ quan – tức loại tri thức giữ vai trò dán các nhãn hiệu. Đây cũng chính là lý do giải thích tại sao mọi vật thể chỉ hiện hữu bằng tên gọi mà thôi. Chẳng qua vì không hề có một sự hiện thực khách quan nào cả (câu kết luận gọi lên cho chúng ta chủ thuyết căn bản của Duy Thức học).

### **Vài lời lạm bàn của người dịch:**

Khái niệm về bản chất tánh không của mọi hiện tượng là một trong những khái niệm đặc thù và quan trọng nhất của Phật giáo. Khái niệm đó bao hàm thật nhiều lãnh vực triết học, chẳng hạn như Triết học siêu hình (Metaphysic), Triết học về sự Hiểu biết (Epistemology), Hiện tượng học (Phenomenology)... Tất cả mọi hiện tượng (dharma) dù thuộc lãnh vực vật chất hay phi-vật-chất đều không hề hàm chứa một sự hiện hữu tự tại nào. ***Thật rõ ràng chúng ta có thể “sờ mó” được các vật thể, “theo dõi” được các biến cố, “hình dung” và “mô tả” được các hình ảnh tâm thân, cũng như “cảm nhận” được các xúc cảm trong tâm thức, thế nhưng Đức Phật lại nói tất cả những thứ ấy “không thật” và đây chỉ là “ảo giác”, và bản chất đích thật của chúng là “tánh không”.***

Hầu hết các khoa học gia, học giả và triết gia Tây phương quan tâm đến Phật giáo đều tỏ ra kinh ngạc và sững sốt trước ***khám phá thật táo bạo và siêu việt*** trên đây của Đức

Phật. Thật vậy, khái niệm về tánh không của mọi hiện tượng thật hết sức khó để thấu triệt, vì nó vượt lên trên sự hiểu biết và trí thông minh thông thường. Suốt trên dòng tiến hóa của nền văn minh nhân loại và kể cả trong thế giới ngày nay, chưa hề có một hệ thống tư tưởng, triết học hay tôn giáo nào nêu lên khái niệm đó, ngoại trừ Phật giáo.

Muốn thấu triệt được khái niệm về tánh không của sự hiện hữu dù chỉ thuộc lãnh vực lý luận và phân tích cũng phải suy tư lâu dài và tập trung tâm thức thật mạnh. Sự hiểu biết đó gồm có nhiều cấp bậc khác. Trong bài thuyết giảng trên đây Đức Đạt-Lai Lạt-Ma cho biết là dù cho ta đạt được sự hiểu biết tánh không bằng lý luận và chấp nhận “cá thể con người” hay “cái ngã” không hiện hữu đi nữa, thế nhưng kinh nghiệm sống chi phối bởi hiện thực chung quanh luôn hiện ra để chống lại sự quán nhận đó, vì thế dù cho chúng ta hiểu được “vô ngã” là gì thế nhưng chúng ta lúc nào cũng cảm thấy “chính mình” và “người khác”, “cái này” và “cái kia”, “cái tốt” và “cái xấu”, “cái đúng” và “cái sai”...

Vì thế thiết nghĩ có lẽ chúng ta nên vượt lên trên những gì thuộc vào kinh nghiệm bản thân lâu đời của mình đối với thế giới hiện tượng, hầu loại bỏ những chướng ngại cản trở sự quán nhận tánh không tuyệt đối của sự hiện hữu. Khi nào chúng ta cảm nhận được cái tánh không đó một cách trực tiếp và tự nhiên, không còn bị cản trở bởi bất cứ một xung năng nào của nghiệp lực hay một sức mạnh nào phát sinh từ tác động bản năng, thì khi đó chúng ta mới có thể tự nhận là mình nắm bắt được bản thể trống không của sự hiện hữu trong thế giới này.

Tuy nhiên, trên phương diện thực tế và thực dụng, dù chỉ quán nhận được khái niệm về tánh không của mọi hiện tượng ở một cấp bậc nào đó cũng đủ để biến nó trở thành một liều thuốc hóa giải cực mạnh, hầu giúp chúng ta loại bỏ được mọi sự bám víu vào những ảo giác trong thế giới này cũng như trong tâm thức của chính mình.

**Đức Dalai Lama XIV**

*Hoang Phong chuyển ngữ*

Nguồn: [ripvietnam.org](http://ripvietnam.org)