



# VÔ NGÃ

THÍCH TRÍ SIÊU

## GIẢI THOÁT

Khi khỏi bệnh chấp ngã, tức hoàn toàn chứng nhập Vô Ngã (Anatta) thì hành giả đắc quả A La Hán, thoát khỏi sinh tử luân hồi.

Khi khỏi bệnh chấp pháp, tức hoàn toàn thấu triệt và thể nhập Không Tánh (Sunyata) thì hành giả thành Phật, bậc Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

### Nghi vấn:

Có người hỏi vô ngã tức không có Ta, vậy nếu không có Ta thì Ai chứng A La Hán?

Nếu quán chiếu kỹ về sự chấp ngã, ta sẽ hiểu dễ dàng vô ngã. Vô ngã không có nghĩa là không còn ai hết. Sau khi chứng A La Hán, hành giả vẫn còn thân, còn 5 uẩn, thí dụ như ngài Xá Lợi Phất, sau khi chứng A La Hán, Ngài đâu có biến mất, vẫn còn sống, còn ăn, ngủ, nghỉ, nói năng, v.v... Nhưng trong tâm của Ngài không còn bám víu vào một cái Ta. Khi đi, khi đứng, Ngài thấy rõ chỉ có một sự đi, sự đứng, chứ không có Ta đi hay Ta đứng.

Thể nhập Không Tánh cũng vậy. Thể nhập Không Tánh không có nghĩa là biến mất vào hư không. Khi thái tử Sĩ Đạt Ta (Siddharta) thành Phật, Ngài đâu có biến mất, nước Ấn Độ cũng đâu có biến mất. Trong các chương sau sẽ nói rõ hơn về Vô Ngã và Không Tánh.

### Con Đường Giải Thoát

Trước khi bước chân đi tìm một pháp môn nào đó để tu tập, thiết nghĩ chúng ta cần phải nắm vững, quán chiếu nhiều về ba Diệu Đế trước. Sau khi biết rõ lý do vì sao tu hành, thấy rõ mục đích để hướng tới, chúng ta có thể lựa chọn một con đường chính đáng và thích hợp cho mình.

Tiểu thừa khi nói về Đạo Đế, thường liệt kê 37 phẩm trợ đạo: Tứ Niệm Xứ, Tứ Chánh Cần, Tứ Như Ý Túc, Ngũ Căn, Ngũ Lực, Thất Bồ Đề Phần, Bát Chánh Đạo. Trong đó Tứ Niệm Xứ được thực tập nhiều nhất và xem như pháp môn chính ở các nước Phật giáo phương Nam như: Tích Lan, Thái Lan, Miến Điện, Lào, Cam Bốt...

Đại thừa khi nói về Đạo Đế, vẫn liệt kê 37 phẩm trợ đạo, nhưng trên thực tế thì lại xiển dương các pháp môn khác như Thiền Tông, Tịnh Độ, Mật Tông... Đại thừa Phật giáo được thịnh hành ở phương Bắc: Trung Hoa, Nhật Bản, Đại Hàn, Việt Nam, Tây Tạng...

Ở đây bạn đọc có thể hỏi, tại sao Đại thừa không làm theo lời Phật dạy? Xin cho bạn hay về quan niệm của mỗi bên. Theo Tiểu thừa thì: "Tất cả những lời của Phật nói đều là chân lý". Theo Đại thừa thì: "Những gì (được xem) là chân lý đều do Phật nói". Quan niệm của Đại thừa phóng khoáng không bị hạn hẹp bởi lời kinh, dùng nhiều phương tiện thiện xảo (upaya) miễn sao đưa người đến giải thoát, đó là mục đích chính.

Trong Tứ Diệu Đế, theo tôi nghĩ thì Đạo Đế quan trọng hơn cả, vì chỉ có Đạo Đế mới làm cho đạo Phật khác hẳn các đạo khác. Vì sao? Vì các đạo khác cũng biết đời là khổ, biết tu hành để cầu sự sung sướng, nhưng con đường đi của họ hình như không đưa đến giải thoát rốt ráo.

Nói về Đạo Đế là cả một vấn đề, nói hẹp thì có 37 phẩm trợ đạo, nói rộng thì có 84.000 pháp môn. Chúng sinh vô biên, căn tánh vô lượng, không biết đề nghị đến bạn đọc pháp môn nào cho phải. Và lại dù muốn đi nữa cũng không đủ khả năng và tài đức. Riêng 37 phẩm trợ đạo thường được kê khai trong các bộ A-Hàm và bộ Đại Bát Nhã, nhưng 84.000 pháp môn thì thú thật, tôi chỉ thấy đề cập đến mà chưa tìm thấy kê khai rõ ràng trong Tập Kinh hay Luận nào. Có lẽ đây là con số tượng trưng cho pháp môn vô lượng.

Nếu bạn thực sự cầu giải thoát thì trước hết tôi thành thật khuyên bạn Quy Y Tam Bảo, sau đó không biết nói gì hơn là khuyên bạn đi tìm thầy học đạo. Ban đầu đến với đạo Phật, bạn có thể mua sách Phật đọc thật nhiều, để tạm gọi cho mình một ý niệm về con đường tu tập, sau đó bạn nên đi tìm một vị thầy để nương tựa, học hỏi. Nếu bạn thông minh, cảm thấy thấu hiểu đạo Phật mà vẫn chưa tìm được một vị thầy

để nương tựa thì bạn hãy còn thiếu thốn nhiều lắm đấy!

## Liên Hệ Thầy Trò

Ở ngoài đời có câu: "Không thầy đố mày làm nên". Từ thuở nhỏ đi học cho đến lúc lớn lên thành tài, chúng ta đã học không biết với bao nhiêu thầy giáo, cô giáo. Nếu không có các thầy giáo, cô giáo thì làm sao ngày nay chúng ta biết đọc, biết viết, biết cộng, biết trừ. Chữ thầy, ngoài nghĩa thầy giáo, cô giáo trong phạm vi học đường còn có nghĩa là người chỉ bảo mình cách làm. Ban đầu nếu không có người chỉ bảo thì mình khó có thể làm gì nên được.

Trong đạo Phật cũng vậy. Người tu hành ban đầu bao giờ cũng cần sự hướng dẫn của một vị thầy. Theo trong luật thì các vị Sa Di không được phép rời thầy của mình, và ngay cả các vị Tỳ Kheo cũng không được rời thầy của mình quá sớm, vì sợ đạo lực chưa đủ, có thể thối thất hoặc sa ngã. Như thế địa vị của thầy rất là quan trọng.

Lý do quan trọng thứ hai là nếu theo một thầy lành, ta sẽ trở nên lành, nếu theo một thầy ác, ta sẽ trở nên ác, ảnh hưởng của vị thầy không phải là nhỏ. Do đó người tu hành phải sáng suốt lựa chọn cho mình một vị thầy xứng đáng, tin tưởng. Nếu lựa chọn đúng thì sự tu hành gặp nhiều thiện duyên tiến triển. Nếu lựa chọn sai thì có thể đưa đến thối thất đạo tâm, không muốn tu hành, nhiều khi đâm ra hận và chán ghét tất cả các thầy tu khác nữa.

Làm thế nào để tìm cho đúng? Trước hết bạn phải có tâm thành cầu giác ngộ giải thoát, sau đó khẩn nguyện chư Phật, Bồ tát gia hộ cho bạn tìm được một vị thầy chân chính, xứng đáng. Khi nghe danh một vị nào đó, không được vội vã, hấp tấp mà phải trải qua một thời gian gần gũi, thân cận học hỏi và khảo xét. Theo trong quyển "Sự Sư pháp ngũ thập tụng" (Gurupancasika), tức 50 bài kệ nói về sự hầu thầy của Ngài Mã Minh (Asvaghosa) thì một vị thầy xứng đáng cần có mười điều như sau:

1. Giữ giới thanh tịnh.
2. Tu tập thiền định, có tâm vắng lặng.
3. Có trí huệ, thấu rõ mọi ảo tưởng và chướng ngại.
4. Phải có một sự hiểu biết sâu rộng hơn người đệ tử trong pháp môn giảng dạy.
5. Có tâm kiên nhẫn và hoan hỷ trong lúc dạy học.
6. Có đầy đủ nội điển Kinh Luận.
7. Thấu hiểu tánh Không.
8. Biết tùy căn cơ của đệ tử, dùng những phương tiện thiện xảo hướng dẫn.
9. Có lòng Đại Từ, Đại Bi thương đệ tử.
10. Hết lòng dạy dỗ đệ tử không nhằm mỗi, không phân biệt căn tánh, địa vị.

Nếu bạn may mắn, nhờ tích lũy căn lành từ nhiều đời trước, gặp được một vị thầy như vậy thì bạn hãy mau đánh lễ vị ấy mà xin làm đệ tử.

Trong quyển "Đại Thủ Ấn" có nói đến một phép quán đặc biệt của Kim Cang Thừa, đó là "Bổn Sư Du Già" (Guru Yoga). Tất cả hành giả tu tập Đại Thủ Ấn nói riêng, tu tập Mật Tông (Mantrayana) nói chung đều phải trải qua một thời gian tu tập về pháp môn này. Ở đây không kể lại dài dòng, chỉ xin nói sơ là trong pháp quán này, hành giả phải quán tưởng trước tiên vị Bổn Sư của mình trên đánh đầu, sau đó mới quán tưởng tiếp đến những chi tiết khác. Do đó trong Kim Cang Thừa, địa vị của thầy Bổn Sư rất là quan trọng và thiết yếu.

Nhưng Bổn Sư của Mật giáo Kim Cang Thừa có đồng nghĩa với Bổn Sư của Hiển giáo Đại Thừa không? Theo truyền thống Đại thừa thì vị thầy mà ta quy y hay thọ giới đầu tiên được xem là thầy Bổn Sư. Chữ Bổn ở đây có nghĩa là thời gian đầu tiên, thuộc về sự tương. Thêm nữa, dù người đệ tử có ưa thích, kính phục hay không thì vị thầy này vẫn là Bổn Sư. Để phân biệt với Bổn Sư của Mật Giáo, ta có thể tạm gọi vị thầy này là "sự tương Bổn Sư".

Theo Kim Cang Thừa, vị thầy nào làm cho ta giác ngộ bổn tánh thì vị đó được xem là Bổn Sư (rtsa ba'i lama). Chữ Bổn (rtsa ba) ở đây có nghĩa là bổn tánh, thuộc về lý tánh. Như vậy, vị thầy truyền giới hay bất cứ vị thầy nào khác cũng có thể trở thành thầy Bổn Sư cả. Sự thành hình của Bổn Sư không qua hình tướng bên ngoài như lập đàn, truyền giới, thọ giới, quy-y... Và vị thầy không thể nói với đệ tử: "Ta là thầy

Bổn Sư của người". Chỉ có chính người đệ tử tự lựa chọn lấy vị Bổn Sư của mình. Đây có thể gọi là "lý tánh Bổn Sư".

Chưa nhận Bổn Sư thì thôi, nhưng nếu nhận một vị thầy làm Bổn Sư thì người đệ tử phải hết lòng tin tưởng, tôn kính, cúng dường vị thầy đó xem như một đức Phật.

- Nếu xem vị thầy của mình là một người thường, thì những lời dạy của thầy sẽ là lời dạy tầm thường, và kết quả là ta sẽ chứng quả tầm thường.
- Nếu xem vị thầy của mình là một Bồ Tát, thì những lời dạy của thầy là lời dạy của Bồ Tát, và nếu y theo tu tập thì ta sẽ trở thành Bồ Tát.
- Nếu xem vị thầy của mình là một đức Phật, thì những lời dạy của thầy sẽ là lời dạy của Phật, và nếu y theo tu tập thì ta sẽ thành Phật.

Xem thầy Bổn Sư như một Bồ Tát hay một đức Phật là căn bản của Kim Cang Thừa. Không biết bạn đọc có bao giờ nhìn hoặc xem vị thầy của mình như một Bồ Tát hay một đức Phật chưa? Nếu chưa thì bạn hãy tập thử đi. Nói thì có vẻ dễ, nhưng thực tế không phải chuyện dễ làm. Ngày nào trong tâm còn chấp ngã, ngã mạn, cống cao thì ngày đó chỉ nhìn thấy những lỗi xấu của người khác, một mảy tốt còn không thấy, nói chi đến chuyện thấy là Bồ Tát, là Phật.

Riêng nói thêm về Đại Thủ Ấn, phần tu tập thường được so sánh với 3 phần trên thân thể của con người:

1. Sự tin tưởng, tôn kính vị thầy được xem như phần đầu.
2. Sự tu tập thiền quán được xem như phần thân.
3. Sự xa lìa các pháp thế gian được xem như phần chân.

Sự tin tưởng, tôn kính vị thầy mình là nguồn gốc của tất cả thành tựu, chứng đắc (siddhi).

Đến đây, tôi không biết viết thêm bao nhiêu nữa cho đủ để nói lên tầm quan trọng của một vị thầy dẫn đạo. Chỉ biết khuyên bạn đọc nên tìm một vị thầy xứng đáng để nương tựa trong suốt cuộc hành trình đưa đến giải thoát. Sự liên hệ thầy trò thiêng liêng lắm, được làm đệ tử của một vị thầy giác ngộ hay tu hành chân chính, chắc chắn ta sẽ giải thoát, không trong đời này thì trong những đời kế tiếp, vì ta đã gieo duyên (connexion karmique) với thầy đó rồi. Với lòng đại từ đại bi, vị thầy đó sẽ không bỏ ta, dù trải qua trăm ngàn kiếp.

Tim được lâu hay mau đó cũng tùy nghiệp duyên của bạn. Chư Phật, Bồ Tát, số lượng nhiều hơn số cát sông Hằng, các ngài ở khắp 10 phương, thế độ tận chúng sanh, thế nhưng sao ta chẳng thấy? Nếu chưa thấy thì bạn hãy thành tâm cầu nguyện, tụng kinh sám hối và tiếp tục tìm kiếm. Tục ngữ Tây Tạng có câu: "Khi đệ tử chín mùi, thì vị thầy tự đến".

Đa số chúng ta ngày nay rất hờ hững về liên hệ thầy trò. Người nam thường ít đến chùa, có đến chẳng nữa, với căn tánh kiêu mạn nên ít chịu hạ mình lễ lạy, cung kính, hỏi đạo quý thầy. Người nữ thì ngược lại, thường đến chùa, nhưng căn tánh hay ái nhiễm, ganh tị, nên hoặc làm công quả hầu hạ quý thầy, hoặc tâm sự những chuyện đầu đầu, ít tham vấn học hỏi đạo lý. Như thế không biết đến bao giờ mới gặp được thầy lành, bạn tốt. Bản thân vô minh, u mê từ đời vô thủy, nếu không gặp thầy lành, bạn tốt chỉ dạy, nhắc nhở thì đến kiếp nào mới mong giải thoát?