

## KIẾN THỨC

### Học thuyết vô thường trong Triết học Phật giáo

Phật giáo thời kỳ đầu cho rằng sự vô thường là một thực tế không thể phủ nhận và không thể tránh được, từ đó không có gì thuộc về trái đất này tồn tại vĩnh viễn, không thay đổi, tất cả sự vật, hiện tượng đều không thể nằm ngoài nguyên lý này.

Vô thường là gì?

Bài liên quan

Hãy sống an bình vì đời là vô thường

Vô thường (tiếng Pali: Anicca hay Anitya trong tiếng Phạn) là một trong những học thuyết thiết yếu và là một phần của Tam pháp ấn (ba dấu ấn của Chánh pháp gồm: vô thường, khổ và vô ngã).

Học thuyết khẳng định rằng tất cả sự sống đều có điều kiện, không có ngoại lệ, chỉ là "thoáng qua, bay hơi và không bền vững". Tất cả mọi thứ đều chịu ảnh hưởng bởi thời gian, cho dù là vật chất hay tinh thần, các đối tượng kết hợp trong một sự thay đổi liên tục của điều kiện, có thể bị suy giảm và hủy diệt.

Vô thường là một đặc tính của Tánh không, mọi thứ tồn tại dựa trên sự phụ thuộc lẫn nhau, phát sinh và biến đổi từ dạng này sang dạng khác, không có cái nào tồn tại độc lập, không có cái nào tồn tại, tất cả đều trống rỗng.

Cuộc sống con người chịu ảnh hưởng bởi nguyên lý này thông qua quá trình lão hóa, chu kỳ sinh tử lặp đi lặp lại (Vòng luân hồi), không có gì kéo dài, và mọi thứ đều phân rã. Tuy nhiên Phật giáo gợi ý rằng, thoát khỏi những điều này là có thể và đó là thông qua Niết bàn.

Vô thường (tiếng Pali: Anicca hay Anitya trong tiếng Phạn) là một trong những học thuyết thiết yếu và là một phần của Tam pháp ấn (ba dấu ấn của Chánh pháp gồm: vô thường, khổ và vô ngã). Ảnh minh họa

Vô thường (tiếng Pali: Anicca hay Anitya trong tiếng Phạn) là một trong những học thuyết thiết yếu và là một phần của Tam pháp ấn (ba dấu ấn của Chánh pháp gồm: vô thường, khổ và vô ngã). Ảnh minh họa

Người ta đau khổ khi tiếp xúc với những điều họ không thích hoặc khi họ bị tách khỏi những thứ mà họ gắn liền, những mong muốn của họ không thành tựu. Sự hiệp nhất hay ác cảm đối với những hiện tượng nảy sinh từ chấp trước và ham muốn là trách nhiệm đối với sự đau khổ của chúng ta.

Vấn đề đau khổ là cấp tính và là một vấn đề nghiêm trọng trong thế giới của chúng ta, bởi vì mọi thứ đều phải chịu sự vô thường và không có cách nào để thoát khỏi nó.

Vô thường liên quan mật thiết với học thuyết "Vô ngã", không có "cái tôi", bản ngã vĩnh cửu hay linh hồn không thay đổi. Đức Phật dạy rằng bởi vì không có đối tượng vật chất hay tinh thần nào là vĩnh viễn, tham ái hoặc chấp trước là một trong những nguyên nhân gây ra khổ đau ( dukkha ).

Hiểu được học thuyết "Vô thường" và "Vô ngã" là những bước tiến quan trọng trên con đường phát triển tâm linh của Phật giáo để hướng tới sự giác ngộ.

Ý nghĩa của vô thường trong Phật giáo

Phật giáo cho rằng có năm quá trình mà con người không thể kiểm soát và không ai có thể thay đổi. Năm quá trình này là: già đi, bệnh tật, chết, phân hủy và mất đi.

Đức Phật có cái nhìn hoàn toàn khác biệt với khái niệm cơ

bản nhất của Ấn Độ giáo và theo lời giảng của Ngài, những Phật tử đầu tiên đã không tin vào sự tồn tại của một thực tại vĩnh cửu và cố hữu có thể được gọi là Thượng đế hay linh hồn. Theo họ điều rõ ràng và có thể kiểm chứng được về sự tồn tại của chúng ta là sự thay đổi liên tục.

Do đó, Phật giáo sơ khai cho rằng, trên thế giới này không có gì được cố định và vĩnh cửu, mọi thứ đều có thể thay đổi. Đức Phật và những người theo Ngài đã nói rằng, sự suy tàn là điều có sẵn trong tất cả mọi thứ, và chúng ta nên chấp nhận nó.

Theo lời dạy của Đức Phật, cuộc sống giống như dòng sông. Đây là một khoảnh khắc tiến bộ, một loạt các khoảnh khắc khác nhau, liên kết với nhau để tạo ấn tượng về một dòng chảy liên tục. Nó di chuyển từ nguyên nhân này đến nguyên nhân khác, tác động để tác động, điểm đến này đến điểm khác, một trạng thái tồn tại với một cái khác, tạo ra một ấn tượng bên ngoài rằng đó là một sự kiện liên tục và thống nhất, nhưng sự thật là không phải vậy.

Dòng sông của ngày hôm qua không giống như dòng sông của ngày hôm nay. Dòng sông của thời điểm này sẽ không giống dòng sông trong giây phút kế tiếp. Vì vậy, cuộc sống nó thay đổi liên tục, trở thành cái gì đó hay cái khác theo từng giây từng phút.

Vô thường là sự thật không thể phủ nhận. Điều thực sự là khoảnh khắc hiện tại, hiện tại là sản phẩm của quá khứ, hoặc kết quả của các nguyên nhân và hành động trước đó. Ảnh minh họa

Vô thường là sự thật không thể phủ nhận. Điều thực sự là khoảnh khắc hiện tại, hiện tại là sản phẩm của quá khứ,

hoặc kết quả của các nguyên nhân và hành động trước đó. Ảnh minh họa

Vô thường là sự thật không thể phủ nhận. Điều thực sự là khoảnh khắc hiện tại, hiện tại là sản phẩm của quá khứ, hoặc kết quả của các nguyên nhân và hành động trước đó. Bởi vì sự thiếu hiểu biết, nên người ta cho rằng tất cả chúng là một phần của một thực tại liên tục. Nhưng trong thực tế là chúng không như thế.

Các giai đoạn khác nhau trong cuộc đời của một người đàn ông, thời thơ ấu, tuổi trưởng thành, tuổi già không giống nhau tại bất kỳ thời điểm nào. Đứa trẻ không giống khi lớn lên và trở thành một thanh niên, cho đến khi đứa trẻ trở thành một ông già. Hạt giống không phải là cây, mặc dù nó tạo ra cây, và quả cũng không phải là cây, mặc dù nó được sản xuất bởi cây.

Khái niệm vô thường và liên tục trở thành trung tâm của giáo lý Phật giáo ban đầu. Bằng cách nhận thức được nó, bằng cách quan sát nó và bằng cách hiểu nó, ta có thể tìm ra một liệu pháp thích hợp cho nỗi buồn trong cuộc sống chúng ta và đạt được sự giải phóng khỏi tiến trình này.

Không ai có thể thoát khỏi năm khía cạnh của vô thường cho đến khi đạt được giải thoát hay Niết bàn dựa trên Bát chánh đạo, thực hành những điều đúng và nuôi dưỡng những tính tốt. Trong thời gian tồn tại của mình, chúng ta không thể trốn thoát khỏi vô thường, nhưng chúng ta có thể học cách đối phó với nó bằng cách hiểu được ý nghĩa của nó và bình thản trước những thay đổi mà chúng ta không thể tránh khỏi.

Ý nghĩa của vô thường trong Ấn Độ giáo

Ấn Độ giáo cũng tin vào bản chất vô thường của cuộc

sống, nhưng họ nhìn vấn đề này theo một cách khác. Theo Ấn Độ giáo, con người có cả khía cạnh vĩnh viễn và vô thường.

Chứng nào con người còn liên quan đến những điều vô thường, con người cũng phải chịu đựng đau khổ và tái sinh, nhưng khi chuyển sự chú ý của mình đến khía cạnh vĩnh cửu ẩn giấu bên trong, chúng ta có thể mở ra một cánh cửa mới cho khả năng vượt qua vô thường và đạt được giải phóng.

Do đó, Ấn Độ giáo cho thấy rằng vô thường có thể được khắc phục bằng cách định vị và thống nhất với trung tâm của sự tồn tại trong chính bản thân mình. Trung tâm này được gọi là linh hồn hay cái tôi bất hủ, vĩnh cửu và ổn định.

Ấn Độ giáo cho thấy rằng vô thường có thể được khắc phục bằng cách định vị và thống nhất với trung tâm của sự tồn tại trong chính bản thân mình. Trung tâm này được gọi là linh hồn hay cái tôi bất hủ, vĩnh cửu và ổn định. Ảnh minh họa

Ấn Độ giáo cho thấy rằng vô thường có thể được khắc phục bằng cách định vị và thống nhất với trung tâm của sự tồn tại trong chính bản thân mình. Trung tâm này được gọi là linh hồn hay cái tôi bất hủ, vĩnh cửu và ổn định. Ảnh minh họa

Trong Ấn Độ giáo, ngã cá nhân (Atman) là chân lý cơ bản tồn tại trong mọi sinh vật ở mức độ vi mô, ngã vũ trụ (Brahman) là chân lý cơ bản và tối cao của mọi sự tồn tại. Người nhận ra Atman sẽ trở thành Brahman và đạt được sự bất tử.

Đức Phật khác biệt hoàn toàn với giải pháp đề xuất trong Kinh Vệ Đà (Veda – gốc rễ của đạo Bà La Môn và là suối

nguồn của nền văn minh Ấn Độ.) để vượt qua vô thường. Ngài đã loại bỏ hoàn toàn những niềm tin đã được thiết lập. Đối với Đức Phật, vấn đề tức thời và bức xúc nhất của cuộc sống là đau khổ và nó cần phải được giải quyết trực tiếp, mà không cần phải lo lắng về các lý thuyết đầu cơ về sự tồn tại hay sự tồn tại vĩnh cửu.

Hiểu vô thường để giảm bớt đau khổ

Nhận thức về sự vô thường giúp tôi cân bằng trong cuộc sống

Đức Phật nói rằng, đau khổ không phải là đặc tính vốn có trong thế giới của vô thường, đau khổ phát sinh khi chúng ta bám lấy nó. Khi sự bám víu biến mất, vô thường không còn gây ra đau khổ nữa. Giải pháp cho đau khổ là chấm dứt sự bám víu, nhưng không phải để thoát khỏi thế giới này.

Một phương tiện để giảm sự bám víu là nhìn thấy bản chất tạm thời của những gì chúng ta bám lấy. Cái nhìn sâu sắc này có thể chỉ cho chúng ta sự vô vọng của việc cố gắng tìm kiếm hạnh phúc lâu dài trong những gì là vô thường, hoặc nó có thể khuyến khích chúng ta kiểm tra sâu sắc tại sao chúng ta bám víu.

Vô thường có thể được hiểu theo 3 cách. Thứ nhất, sự hiểu biết rõ ràng, bình thường về vô thường. Thứ hai là sự hiểu biết từ cái nhìn sâu sắc, từ trực quan, trực tiếp nhìn thấy bản chất của sự vật. Cuối cùng, có cách nhìn thấy vô thường có thể dẫn đến giải phóng.

Sự hiểu biết bình thường về vô thường có thể tiếp cận được đối với tất cả mọi người. Chúng ta nhìn thấy tuổi già, bệnh tật và cái chết. Chúng ta nhận thấy rằng mọi thứ thay đổi, các mùa thay đổi, xã hội thay đổi, cảm xúc của chúng ta thay đổi, và thời tiết thay đổi.

Có những thay đổi làm chúng ta vui vẻ hạnh phúc nhưng cũng có những thay đổi làm chúng ta mệt mỏi buồn chán, hiểu được sự thay đổi đó là không thể tránh khỏi giúp chúng ta buông bỏ sự bám víu, mọi chuyện rồi cũng sẽ qua.

Đức Phật nói rằng, đau khổ không phải là đặc tính vốn có trong thế giới của vô thường, đau khổ phát sinh khi chúng ta bám lấy nó. Khi sự bám víu biến mất, vô thường không còn gây ra đau khổ nữa. Ảnh minh họa

Đức Phật nói rằng, đau khổ không phải là đặc tính vốn có trong thế giới của vô thường, đau khổ phát sinh khi chúng ta bám lấy nó. Khi sự bám víu biến mất, vô thường không còn gây ra đau khổ nữa. Ảnh minh họa

Một số người nghĩ rằng, vô thường làm cho con người ta bi quan, tất cả mọi thứ họ yêu quý sẽ mất đi, những giá trị, những thành tựu, gia đình...tất cả mọi thứ, vậy chúng ta sống vì cái gì? Nhưng ở một khía cạnh khác, vô thường là một sự cứu rỗi.

Tôi không có một chiếc xe hơi ở hiện tại nhưng nhờ vô thường, nó giúp tôi có niềm tin rằng tôi có thể mua cho mình một chiếc xe hơi trong tương lai. Nếu không có vô thường, tôi đang bị mắc kẹt với việc không sở hữu của một chiếc xe hơi, và tôi sẽ không bao giờ có nó. Bạn đang nghèo ở hiện tại, đừng lo lắng, bạn có thể thay đổi trong tương lai.

Tôi có thể cảm thấy chán nản ngày hôm nay và nhờ vô thường, tôi có thể cảm thấy tuyệt vời vào ngày mai. Vô thường không nhất thiết là điều xấu, nó phụ thuộc vào cách chúng ta hiểu nó. Ngay cả khi, chiếc xe hơi của tôi mới mua bị xước bởi một kẻ phá hoại, hoặc người bạn thân của tôi đã lừa gạt tôi, nếu chúng ta có quan điểm

đúng về sự vô thường, chúng ta sẽ không phải lo lắng những vấn đề này.

Chúng ta thấy rằng kinh nghiệm của chúng ta không tương ứng với bản chất thật sự của vũ trụ. Chúng ta nhận ra rằng, thực tế khác rất nhiều so với bất kỳ ý tưởng nào của chúng ta về nó. Suzuki Roshi tóm lược sự hiểu biết của Phật giáo như sau: "Không phải lúc nào cũng vậy." Ajahn Chah đã từng nói, "Nếu bạn buông một ít, bạn sẽ có một chút bình yên. Nếu bạn cho đi nhiều bạn sẽ có rất nhiều hòa bình. Nếu bạn buông bỏ hoàn toàn, bạn sẽ hoàn toàn bình an."

Ngoài sự hiểu biết bình thường về vô thường, thực hành Phật giáo thông qua thiền định giúp chúng ta mở ra một thế giới có thể cảm nhận được ngay tức khắc sự vô thường, tức là thấu suốt trong từng giây phút phát sinh và vượt qua mọi kinh nghiệm có thể hiểu được. Với chánh niệm tập trung sâu sắc, chúng ta thấy mọi thứ liên tục trong luồng chuyển động, thậm chí những trải nghiệm thường có vẻ dai dẳng.

LT