TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Không có “cái ngã”, cái gì luân hồi tái sinh?

ISSN: 2734-9195 09:05 24/04/2025

Thực tế thì không có ý niệm rằng “bạn” luân hồi, “tôi” luân hồi, hay một “cái tôi” nào đó lang thang từ kiếp này sang kiếp khác, hoặc “bản ngã luân hồi”, mà phải là “nhân quả luân hồi”.

Đặt câu hỏi sai

Câu hỏi đặt ra nghe tưởng chừng như hợp lý, nhưng thật ra ẩn chứa một sự chấp ngã vi tế bên trong đó. Không ít người đã đặt câu hỏi như vậy đối với chủ trương vô ngã, không có linh hồn, tự thể hay cái tôi nào đó trong mỗi thân xác người của Phật giáo. Rằng, Phật giáo chủ trương không có tự tính, nhưng lại thuyết về luân hồi, vậy thì,... cái gì luân hồi?

Ngay trong cách đặt vấn đề đã ngầm định rằng phải có một “cái tôi” hay một chủ thể nào đó để chịu trách nhiệm đi luân hồi.

Chúng ta thường quen suy nghĩ rằng mọi hành động đều có một bản thể bên trong thực hiện. Do vậy, khi nói đến tái sinh hay luân hồi, ta liền hình dung có một linh hồn hay bản ngã chạy từ kiếp này sang kiếp khác.

Chính thói quen tư duy ấy đã cài vào câu hỏi một giả định mặc nhiên: rằng có một “ta” thường tồn, bất biến, đi đầu thai hết lần này đến lần khác.

Trong tính lập luận của triết học Phật giáo, đặc biệt là giáo lý vô ngã, giả định đó lại chính là điều cần được xem xét lại.

Đức Phật dạy rằng không hề có một thực thể bất biến, độc lập gọi là “ngã” hay “cái tôi”. Cái mà ta gọi là “ta” chỉ là một tập hợp duyên sinh của các yếu tố luôn thay đổi, cụ thể là ngũ uẩn: thân thể, cảm xúc, tri giác, tâm hành, ý thức, hợp lại mà thành. Mỗi sát na trôi qua, các yếu tố ấy lại đổi khác, không có gì cố định để nắm bắt làm “mình”.

Vậy nếu thật sự không có một cái tôi bất biến như vậy, thì phải chăng câu hỏi “cái gì luân hồi tái sinh” đã đặt sai trọng tâm? Hiểu cách khác, câu hỏi này sai do cách hỏi.

Có lẽ ta không nên hỏi “cái gì”, mà nên hỏi “như thế nào”, rằng làm sao sự luân hồi vẫn diễn ra dù không có một linh hồn trường tồn. Để tiếp cận trực giác này, ta hãy bắt đầu bằng một hình ảnh gần gũi: *hạt đỗ nảy mầm thành cây*.

Ảnh minh họa thiết kế bởi AI - Tạp chí Nghiên cứu Phật học

Hạt đỗ và cây mầm: Hình tướng và nhân duyên

Hãy quan sát một hạt đỗ nhỏ khi ta gieo nó xuống đất. Ban đầu, đó chỉ là một hạt thô nhỏ. Rồi khi hội đủ các điều kiện, đại khái như đất ẩm, nước, ánh sáng, nhiệt độ thích hợp, ... hạt đỗ ấy bắt đầu nảy mầm. Quá trình ấy tóm gọn nhanh là từ hạt đấy, rễ đâm sâu xuống, lá và thân mềm bắt đầu trồi lên, lớp vỏ của hạt đậu rách ra, tách thành nhiều phần rồi tách khỏi cây mầm và dần dần lớp vỏ đấy chết.

Hạt đỗ đó đâu? Biến mất? Chết hẳn? Lúc này chúng ta gọi là “hạt đỗ đã nảy mầm”.

Về mặt hình tướng, hạt và cây khác nhau rõ rệt. Hạt thì bé nhỏ, còn cây mầm thì có đủ thứ, có rễ, có thân, có lá và to hơn hạt mầm rất nhiều.

Trong tiến trình này, ta có thể quán chiếu được 2 thứ.

Thứ nhất, nếu vạn vật có tự ngã. Thì cái hạt đỗ, phải vĩnh viễn là cái hạt đỗ. Hạt đỗ không thể thành cái cây được. Hai thứ đó từ tên gọi, hình dáng, đa phần mọi thứ là khác hẳn nhau.

Thứ hai, không có một thực thể nào di trú hay biến hóa thành thứ khác theo kiểu linh hồn thoát ra rồi nhập vào thân xác mới. Không có cái gì gọi là đang từ không trở thành có. Hạt đỗ nảy mầm thành cây không phải là một phép màu siêu nhiên dạng như một vật hóa thân thành một vật hoàn toàn khác biệt; đó là một quá trình nhân duyên tương tục. Khi các điều kiện hội đủ thì sự chuyển tiếp thân xác tương ưng xảy ra. Điều kiện (nhân duyên) đóng vai trò then chốt.

Xét kỹ hơn quá trình đó, ta thấy một sự chuyển biến liên tục thay vì một sự hoán đổi tức thì. Đó là một quá trình liên tục, không hề có sự gián đoạn nào giữa hạt và cây, nhưng cũng không có sự đồng nhất tuyệt đối. Điều thú vị là ở chỗ: cây mầm non ấy sinh ra từ hạt, nhưng nó không phải hạt đỗ nguyên thủy nữa. Ta không thể nhặt lại hạt đỗ ban đầu, vì nó đã tan rã vào đất, vào thân cây mới. Tuy nhiên, ta cũng không thể nói cây mầm hoàn toàn xa lạ với hạt đỗ. Rõ ràng, nếu không có hạt thì không có cây. Chính những chất dinh dưỡng trong hạt đã nuôi lớn mầm non trong những ngày đầu. Cây mầm liên tục với hạt ở chỗ nó tiếp nối kết quả của hạt theo hành trình không đứt đoạn, nhưng nó không đồng nhất với hạt vì đa phần đặc tính đã đổi thay.

Trong triết học, đôi khi người ta dùng cụm từ “bất tức bất ly” để nói về mối quan hệ nhân quả vi diệu này, nghĩa là không phải một, mà cũng không phải hai thực thể hoàn toàn tách biệt. Nói cách khác, hạt và cây là một chuỗi tiếp nối, chứ không phải hai vật thể độc lập có thể tách rời hay hoán đổi vị trí cho nhau. Chính nhờ sự biến đổi không ngừng này mà sự sống mới tiếp diễn. Nếu hạt giữ nguyên bản chất hạt mãi mãi, nó đã không thể nảy mầm. Hãy thử hình dung một hạt đỗ có một “cái ngã” bất biến, kiên quyết không thay đổi, nó sẽ nằm im vĩnh viễn như thế như một cục đá, không chịu nứt vỏ. Nhưng sự thật là hạt vốn vô ngã, chuyển hóa thành mầm cây. Nhờ vô thường, nên mọi thứ luôn đổi thay và vô ngã, không có một bản chất cố định, hạt mới có thể trở thành cây. Sự liên tục từ hạt sang cây là có thật, nhưng không cần bất kỳ “linh hồn” hay “cái tôi” nào của hạt truyền sang cây cả.

Đào sâu hơn, ta nhận ra cả “hạt đỗ” lẫn “cây mầm” chỉ là những cái tên ta đặt cho một dòng biến chuyển của vật chất và năng lượng. Thử tìm xem, trong hạt đỗ nhỏ bé kia, cái gì làm “bản chất” của hạt? Là lớp vỏ cứng bên ngoài chăng? Hay phôi mầm ẩn bên trong? Hoặc những chất bột, chất đạm dự trữ chứa trong hạt? Mỗi thành phần ấy đều chỉ là một phần của hạt, không cái nào tự thân đại diện cho “toàn thể hạt” nếu tách rời. Hơn nữa, hạt đỗ ấy từ đâu mà có? Nó là kết quả của một quả đỗ trên cây mẹ mùa trước. Bản thân quả đỗ lại do hoa đỗ kết thành, hoa đỗ do cây đỗ mẹ sinh ra…

Ngược dòng thời gian, ta thấy hạt đỗ chỉ là một mắt xích trong chuỗi nhân duyên rộng lớn của vũ trụ: đất, nước, ánh nắng, công sức người trồng, cây mẹ, hạt giống... Tất cả tương tác để cuối cùng có một hạt đỗ. Vậy thì "hạt đỗ" không hề có một tự tính độc lập; nó không tự mình sinh ra, không tự mình tồn tại và cũng không tự mình biến thành cây. Đối với cây mầm non mới nhú cũng vậy. Cây mầm đó có "bản ngã" riêng biệt không? Ta thấy nó gồm hai lá mầm, một thân nhỏ trắng xanh, vài sợi rễ. Vài ngày sau, lá mầm xanh đậm hơn rồi héo đi, những lá thật mọc ra, thân cứng cáp dần, rễ ăn sâu hơn, cây mầm lại tiếp tục đổi thay.

Nếu ta cố chấp tìm một cái "ta" bất biến của cái cây ấy, ta sẽ không tìm thấy gì ngoài những phần đang lớn lên từng giờ. Mọi đặc điểm, từ chiều cao, hình dáng lá, đến số lượng rễ, đều thay đổi. Ngay cả bộ gen của cây, thứ có vẻ cố định nhất, cũng biểu hiện khác nhau tùy điều kiện môi trường. Nói cách khác, cây mầm hoàn toàn trống rỗng về một thực thể trường tồn bất biến bên trong nó. Như vậy, khi ta nói "hạt đỗ nảy mầm thành cây", đó chỉ là cách nói giản lược trên bề mặt hiện tượng. Thực chất, không hề có một "hạt đỗ" bất biến nào để mà biến thành "cây". Chỉ có một dòng quá trình liên tục diễn ra: hạt phân rã và cây hình thành.

Luân hồi

Dòng trải nghiệm tiếp nối không mang dấu ấn ngã. Bây giờ, ta hãy quay lại với đời sống con người và câu hỏi luân hồi. Theo giáo lý nhà Phật, một chúng sinh sống, chết rồi tái sinh cũng giống như hạt đỗ kia nảy mầm thành cây. Ở đây cũng có một dòng tiếp nối của nhân duyên và biến chuyển, chứ không hề có một linh hồn bất biến nào chuyển sinh cả. Cái chết của một người có thể được ví như hạt đỗ đã tan rã, và sự sinh ra của một người mới trong cõi đời giống như cây mầm chính từ cái hạt đấy. Giữa hai giai đoạn ấy là một sợi dây liên kết, chính là nghiệp, tức những hành động, lời nói, ý nghĩ mà chúng sinh đã tạo ra. Nghiệp ở đây không phải là một vật chất hữu hình hay một tiểu linh hồn, mà là luật nhân quả, sự tương tác tương tục vận hành duyên sinh.

Nhân quả luân hồi chứ không phải "Tôi luân hồi".

Thực tế thì không có ý niệm rằng "bạn" luân hồi, "tôi" luân hồi, hay một "cái tôi" nào đó lang thang từ kiếp này sang kiếp khác, hoặc "bản ngã luân hồi", mà phải là "nhân quả luân hồi". Cũng thế với ví dụ hạt đỗ, chúng ta có nhân là hạt đỗ được gieo xuống đất, trong môi trường phù hợp, nhân duyên hội đủ và nở thành cây. Như vậy cây là cái kết quả, chứ không ai gọi là "hạt đỗ" luân hồi cả.

Toàn bộ giáo lý Phật giáo, không có nơi nào khẳng định một "ngã" đi tái sinh. Không có ai "đi" cả. Chỉ có nhân và quả luân hồi. Một hành động có ý thức từ thân, khẩu, ý, gieo xuống như hạt giống. Hạt đó khi đủ duyên thì trổ quả, ngay thời điểm quả đó trổ, thì sự phản ứng của thân xác thọ lãnh quả lại là nhân tiếp theo cho quá trình nhân quả mới, rồi lại tiếp tục sinh khởi.

Vòng tròn ấy không cần một "tôi" nào cả. Nó vận hành theo luật nhân quả nghiệp lực, thúc đẩy một dòng ý thức tương ưng tìm đến một thân mới, một môi trường sống mới, để lãnh quả. Luân hồi không phải chuyện "bản thân ta đi đâu về đâu", mà là chuyện nhân quả tiếp nối qua các hình tướng, trong một dòng vô ngã bất tận.

Cái mà gọi là "mình" ở hiện tại thực ra chứa đựng rất nhiều "phiên bản", ngũ uẩn này của tuổi thơ, ngũ uẩn này của ngày hôm qua, thậm chí của một phút trước. Mỗi "ta" ấy sinh rồi diệt, nhường chỗ cho phiên bản kế tiếp, tiếp nối không ngừng. Vậy mà "ta" vẫn cảm nhận có một sự liên tục nào đó để gọi tên "mình", bởi các phiên bản nối tiếp ấy có quan hệ nhân quả mật thiết (ký ức, thói quen, thân thể vật lý liên tục lớn lên...).

Thử hỏi, trong dòng chảy trải nghiệm miên man đó, "cái tôi" bất biến nằm ở đâu? Không ở đâu cả, nó chỉ là một ảo giác nảy sinh do sự kết nối của muôn vạn yếu tố mà thôi. Khi một đời sống chấm dứt, nghĩa là khi thân xác này tan rã (như hạt đỗ mục đi), dòng tâm thức nếu chưa được giải thoát và tuệ tri hoàn toàn, sẽ do sức mạnh của nghiệp mà tiếp tục đi đến một điều kiện mới để tái sinh xác thân phù hợp (giống như mầm cây sẽ mọc khi đủ duyên).

Nếu có ngã, thì một em bé sinh ra phải biết nói luôn, dù là ngôn ngữ thời đại nào, phải biết ăn uống, đi lại luôn chứ không cần tập lại nữa. Nhưng, lý do các em bé đều phải trải qua mọi thứ như nhau, là bởi vô ngã. Khi thân xác cũ chấm dứt, dòng chảy nhân nghiệp kiến tạo ra thân xác tương ưng, ý thức gắn với thân xác cũ làm gì còn, nó đã diệt cùng với thân xác cũ rồi, vì thế thân xác mới thường không nhớ gì ở thân xác cũ cả, cũng phải trải qua quá trình lớn lên 1 cách bình thường. Ví như cái cây mầm nói tới bên trên, một ngày nó lớn lên, rụng hạt, thì cái hạt đấy cũng phải phát triển như mọi cái hạt khác, đủ nhân duyên, thì mới lại nứt vỏ, có rễ, chồi mầm,... chứ không thể hạt rơi xuống và thành luôn cái cây được.

Nhưng điều quan trọng ở đây là sinh linh mới đó không phải là "cùng một người" với người đã mất, nhưng cũng không hoàn toàn xa lạ. Giống như cây mầm không phải hạt đỗ cũ, mà cũng không thể nảy mầm nếu thiếu hạt đỗ ấy. Nói cách khác, trong luân hồi có sự tiếp nối nhưng không có sự chuyển nguyên xi một bản thể bất biến nào. Không có ngã nào đi luân hồi, mà chỉ có nghiệp

luân hồi. Hay ngắn gọn hơn: có luân hồi mà vô ngã. Điều này giải đáp trực tiếp cho thắc mắc: “Nếu không có ngã thì cái gì tái sinh?” Câu trả lời là: chính các hành động và tâm niệm (tức nghiệp) cùng với ái dục và vô minh tiếp tục tạo nên những duyên mới, đưa đến sự sinh khởi của một đời sống kế tiếp. Tuy nhiên, những thứ ấy không phải là một “cái tôi” trường cửu; chúng chỉ là những năng lực và khuynh hướng vận hành theo luật nhân quả, hội đủ duyên thì tụ, hết duyên thì tán.

Trực nhận tuệ giác vô ngã trong luân hồi

Từ hình ảnh hạt đỗ và cây mầm, người hành giả có thể nội quán sâu hơn về chính cuộc đời mình. Ta thấy rằng sự sống của ta, qua từng giai đoạn, từng sát-na, cũng là một dòng chảy giống như hạt đỗ kia biến thành cây rồi cây lại sinh ra hạt mới. Khi hiểu sâu sắc rằng không có một “cái tôi” bất biến nào ở trung tâm của dòng chảy ấy, ta sẽ trút bỏ được rất nhiều ngộ nhận và sợ hãi. Thay vì băn khoăn về một “ta” sẽ đi về đâu, ta thấy rằng mọi hành động, ý nghĩ của mình trong hiện tại chính là nhân duyên định hình tương lai.

“Ta” chịu trách nhiệm về vòng luân hồi không bằng cách truy tìm một linh hồn bất tử, mà bằng cách gieo trồng những nhân duyên thiện lành ngay bây giờ để sự tiếp nối về sau sẽ được an lành hơn.

Khi quán chiếu thâm sâu về vô ngã, hành giả nhận ra rằng giải thoát không phải là giải thoát cho một “cái tôi” nào, mà là giải thoát khỏi ảo tưởng về cái tôi ấy. Người thực sự thẩm thấu vô ngã cũng sẽ đón nhận sự sống và cái chết một cách nhẹ nhàng hơn, bởi họ thấy rõ bản chất cuộc đời chỉ là một dòng nhân quả tiếp nối. Nỗi sợ hãi trước luân hồi hay cái chết phần lớn đến từ chỗ ta lầm tưởng có một “ngã” thật sự bị tiêu vong hoặc lưu lạc. Nhưng nếu thấy không hề có ngã ngay từ đầu, ta sẽ hiểu luân hồi chỉ đơn thuần là sự biến chuyển của các hiện tượng theo định luật.

Lời kết

Cho nên, nói tái sinh cũng chỉ là một cách gọi tạm thời, một phương tiện ngôn ngữ mà thôi, vì làm gì có một bản thể nào lặp đi lặp lại đâu, mà thực chất đây là một tiến trình không hề có “ai” tái sinh cả. Không có thực thể nào, không có linh hồn bất biến nào đi từ đời này sang đời khác. Thứ duy nhất tiếp nối là dòng chảy nhân quả cùng thân xác thọ lãnh tương ưng. Tái sinh, dưới ánh sáng của tuệ giác vô ngã, không còn là vòng tròn oan nghiệt giam giữ một linh hồn, mà là sự tiếp nối vô chủ thể, vô trung tâm, vô tự ngã, một dòng duyên sinh đang trôi, không nắm bắt được gì, và cũng không có ai để mà nắm bắt.

Cư sĩ Phúc Quang