

Tỳ kheo trống rỗng

ISSN: 2734-9195

15:50 24/09/2025

Sống trong pháp Không không phải là trốn tránh cuộc đời, cũng không phải là phủ nhận mọi giá trị. Đó là sống giữa đời mà không bị đời trói buộc, thấy mọi sự như chúng thật là, buông bỏ ngã chấp để tâm an trú, tự do.

Hỏi: Bạch thầy, trong kinh điển Phật giáo con đọc nhắc đến cụm từ “Tỳ-kheo trống rỗng”. Con chưa hiểu rõ ý nghĩa là gì. Xin thầy từ bi giảng giải.

Đáp:

Trong Tương Ưng Bộ Kinh (SN 35.85 – Suññato Bhikkhu Sutta) dạy:

“Một thời, Thế Tôn trú ở Xá-vệ, tại rừng Kỳ-đà, vườn ông Cấp Cô Độc. Ở đó, Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo:

- Này các Tỷ-kheo!

- Bạch Thế Tôn!

Thế Tôn nói như sau:

*Này các **Tỳ-kheo**, vị Tỳ-kheo đi đến rừng, đi đến gốc cây, đi đến nhà trống, suy tư như sau: Cái này là trống rỗng đối với tự ngã hay đối với cái gì thuộc về tự ngã. Vị ấy quán sát như vậy, tâm được an trú, hoan hỷ, không sợ hãi, an ổn, thanh thoi. Này các Tỳ-kheo, chính vì vậy mà gọi là Tỳ-kheo trống rỗng.”* (Tương Ưng Bộ Kinh, chương 35, kinh 85, bản dịch HT. Thích Minh Châu).

“Trống rỗng” (suññatā) không phải là hư vô, mà là rỗng vắng cái “tôi” và cái “của tôi”. Khi quán chiếu, hành giả thấy rõ: thân này, cảm thọ, ý nghĩ... đều do duyên hợp, không có tự ngã thường hằng.

“Tỳ-kheo trống rỗng” là người biết quán chiếu vô ngã, sống trong pháp Không, nhờ đó đạt đến tâm an lạc, tự do. Đây cũng là gợi nhắc cho chúng ta: Muốn hạnh phúc thật sự, hãy học cách buông đi cái tôi nặng nề, để lòng rộng mở, trong sáng và tự tại.



Hình ảnh minh họa (sưu tầm).

*Sống trong pháp Không:

a. Thấy rõ duyên sinh

Người sống trong pháp Không thấy rõ mọi sự vật do duyên mà có. Ví dụ: cái thân này do đất – nước – gió – lửa hợp thành; cảm xúc này do xúc chạm, ký ức, nhận thức kết hợp mà sinh. Thấy như vậy, ta không còn bám chấp rằng: *“Đây là tôi, là của tôi”*.

b. Buông bỏ ngã chấp

Sống trong pháp Không là không để bản ngã điều khiển. Thành công thì không tự mãn; thất bại thì không tự hạ nhục. Như Kinh Vô Ngã Tướng (SN 22.59) dạy:

“Cái này không phải của tôi, cái này không phải là tôi, cái này không phải tự ngã của tôi”.

c. Tâm an trú, vô úy

Khi không còn cái *“tôi”* để bảo vệ, cái *“của tôi”* để bám víu, thì không còn sợ hãi. Người sống trong pháp Không tự do, an lạc, vì đã buông gánh nặng của ngã chấp.

Ví dụ:

Trong công việc: Khi làm hết lòng mà không chấp vào kết quả, ta bớt căng thẳng. Thành công hay thất bại đều là duyên hợp, không phải tuyệt đối *“tôi”*.

Trong quan hệ: Khi không đồng hóa người khác với “*của tôi*” (con tôi, bạn tôi, người yêu tôi), ta bớt chiếm hữu, thêm tình thương và thấu hiểu.

Trong chính mình: Khi thân bệnh, tâm khổ, ta quán: “*Đây chỉ là hiện tượng duyên sinh, không phải là tôi.*” Từ đó nhẹ bớt khổ đau.

Sống trong pháp Không không phải là trốn tránh cuộc đời, cũng không phải là phủ nhận mọi giá trị. Đó là sống giữa đời mà không bị đời trói buộc, thấy mọi sự như chúng thật là, buông bỏ ngã chấp để tâm an trú, tự do.

Như Kinh Suññata Sutta (MN 121) nói, bậc Thánh an trú trong Không sẽ đạt đến “*tịnh chỉ, khinh an, nhất tâm, định tĩnh, giải thoát*”.

Tạp chí Nghiên cứu Phật học