

Ta về với Ta

Vô Thường và Tánh Không soi chiếu bản ngã – Phần VII



Trong chiều hướng cảm nghiệm về Vô Thường - Anicca, “*Ta về với Ta*” là hành trình trở lại với chính mình, một cái Ta biết buông, biết yêu, biết chấp nhận phơi pha và ly biệt. Đây là cái Ta tuy vẫn tồn tại trong không gian và thời gian, nhưng **không còn kháng cự đời sống**. Nó mềm hơn, gần người hơn. Trong ngữ cảnh này, “về với Ta” có nghĩa là trở lại với cảm xúc chân thật, với những trải nghiệm vô thường nhưng đầy nhân tính.

Trái lại, trong Tánh Không - Sunyata, “*Ta về với Ta*” không còn là về lại một cái Ta nào hết, chỉ vì **cái Ta không thực có**. Nó chỉ là tập hợp của ngũ uẩn, do duyên sinh, không có thực thể bất biến. Cho nên về với “Ta” ở đây là về với cái không-Ta, tức là là **trút bỏ mọi ảo tưởng về ngã tính**, để an trú trong cái thấy vô ngã, tịch nhiên, tự do.

Sự khác biệt sâu sắc và bất khả bàn giữa Vô Thường và Tánh Không là:

- **Vô Thường chấp nhận cái Ta trong dòng chảy thời gian.**
- **Tánh Không tháo gỡ cái Ta khỏi mọi ràng buộc về khái niệm.**

Tuy nhiên, cả hai đều hiện hữu, liên đới với nhau, đứt khoát không loại trừ nhau, đến tùy theo từng giai đoạn về... niệm của mỗi tha nhân!



Một người có thể bắt đầu bằng việc cảm được Vô Thường, để quay về với chính mình như một cá nhân biết đau, biết đẹp. Nhưng rồi, qua thiền định hay khổ hạnh, có thể tiến xa hơn, thấy rằng “Ta” ấy cũng chỉ là một vọng tưởng, từ đó an trú trong cái Tánh Không, không còn Ta để quay về nữa.

Nói như vậy, “*Ta về với Ta*” trong Vô Thường còn khác với Tánh Không như thế nào nữa không?

1- “Ta về với Ta” trong Vô Thường và trong Tánh Không

Câu “*Ta về với Ta*” là một biểu tượng thi ca thường gắn với tinh thần buông xả và hồi quy nội tâm, có thể được hiểu rất khác nhau khi đặt trong hai không gian triết lý Vô Thường và Tánh Không.

- Trong **Vô Thường**, “*Ta về với Ta*” là **sự chấp nhận chính mình như đang là**, giữa cuộc đời luôn thay đổi. Đó là cái nhìn dịu dàng với nếp nhăn, với hoàng hôn,

với một chiếc tách sứ mẻ. Là trở về với “Ta” như một phần hữu hạn của thế gian đầy yêu thương nhưng không níu kéo.

- Trong **Tánh Không**, “Ta về với Ta” lại mang ý nghĩa **trở về với cái không-Ta**: buông bỏ cả khái niệm về “Ta” như một bản ngã có thực. Đó không còn là “về với chính mình” như một cá thể riêng biệt, mà là “tan rã cái Ta” trong dòng duyên khởi, để thấy mọi sự vật đều không có tự tính.



Vì vậy, tuy cùng một biểu đạt, nhưng trong lăng kính Vô Thường, TA về để **cảm nhận**; còn trong Tánh Không, TA về để **trống không**.

Một bên là về với cái mong manh của kiếp người.

Một bên là về với cái mệnh mông rỗng lạng của vũ trụ.

Trong **Vô Thường** (theo tinh thần Nhật Bản), “Ta về với Ta” là một **hành trình cảm xúc**, quay về với chính mình để chấp nhận thân phận người, với nỗi buồn đẹp đẽ, với những chia ly, lão hóa, và sự ngắn ngủi của đời sống. Đó là cái Ta đầy cảm xúc, có thể đau nhưng cũng có thể yêu như một chiếc lá rơi chạm đất trong thơ Haiku, hay một tiếng “bồm” của một cục đá rơi trên mặt hồ phẳng lặng.



Trong **Tánh không**, “Ta về với Ta” là một **hành trình giải ngộ**, trong đó cái “Ta” dần rơi rụng hết những lớp ảo ngã, cho đến khi nhận ra không có “Ta” nào thật sự tồn tại độc lập. Trở về là để thấy rằng không có gì để bám víu, và do đó là tự do tuyệt đối.

Nói cách khác hơn nữa là:

- **“Ta” trong Vô thường là “Ta nhân loại”.**
- **“Ta” trong Tánh không là “Ta phi ngã”.**

Cả hai cùng là một hành trình trở về, nhưng một bên về để ôm lấy, một bên về để buông xuống.

Và chính vì vậy, hai triết lý này không triệt tiêu nhau mà hơn một lần nữa, xin được lập lại, chính là bổ túc cho nhau: **“Vô Thường mở cánh cửa trái tim, còn Tánh Không mở cánh cửa trí tuệ.”**

Tôi đang chìm ngập giữa cái Ta trong Vô Thường và Tánh Không đây.

Tôi tự để cho “Trí huệ” dẫn dắt!

Và dẫn dắt đi đâu?

Trong **Vô Thường**, cái *Ta* vẫn còn hiện hữu, nhưng **mềm hơn, và biết mất**, như một cánh hoa rơi không oán trách mưa hay nắng. **Ta là dòng chảy, là người du hành, là người chứng kiến...**

Trong **Tánh Không**, cái *Ta* không còn là chủ thể nữa, mà chỉ là **hiện tượng tạm có**, như **bóng trắng đáy nước**, hiện ra đáy, mà không hề vướng bụi trần. **Ta là mây, là gió, là hư vô không bến bờ, cũng không trú xứ...**



Và một khi trí huệ dần dấy, ta không còn bám vào cái nào là “chân lý cuối cùng”.

Ta chỉ lắng nghe, rồi nghiệm ra rằng:

- “Ta” trong Vô thường là để **hiện diện** mà không sở hữu.
- “Ta” trong Tánh Không là để **giác ngộ** rằng chẳng có gì để bám víu.

Cả hai đều **không mâu thuẫn**, vì Vô Thường là cửa, Tánh Không là đích.

Một **TÁNH** làm **tâm ta mềm**, một **Tánh** làm **tuệ ta rộng**.

Bây giờ, Ta trở về với suy niệm kết thúc để chìm vào một “cái thấy” dịu dàng tự tại. Đã bao lần trong đời, ta đứng trước một cánh hoa rụng mà không dám chạm, hay lặng người nhìn ánh nắng cuối chiều mà không rõ vì sao tim mình se thắt? Đó không phải là vì buồn, mà là một thứ hiểu, hiểu rằng mọi thứ đang trải qua, đang trôi qua, đang dần phai...và chính vì thế mà nó đẹp.

Và rồi, có những khoảnh khắc, ngẩn ngui như một hơi thở, ta không còn truy cầu, không còn mong cầu bất cứ điều gì nữa. Không cần thắng - thua. Không còn được - mất. Không cần hư danh – hữu danh – chính danh. Cũng không cần di sản lớn - di sản nhỏ!



Rốt lại, Ta chỉ **hiện hữu**, không là ai, không làm gì, nhưng hiện diện...tràn đầy trong cái Không ấy.

Nếu Vô Thường là tiếng gọi dịu dàng mời ta sống trọn từng phút giây với tình thương, thì Tánh không là lời thì thầm sâu lắng dẫn ta vào cái thấy không còn giới hạn.

Một bên dạy ta khóc và yêu, một bên dạy ta lặng và buông.

Trong một thế giới đầy xáo trộn, ta không cần thêm những triết lý để sở hữu, mà cần một cái thấy để **buông đi**. Và một khi đã buông đủ, ta có thể ngồi xuống, không vì trốn chạy, mà vì không còn gì phải chạy theo. Lúc đó, **Ta trở về với chính Ta là tự do**.

Phổ Lập - Mai Thanh Truyết
Đường về Chân tâm - 2025