

Từ giáo lý Ngũ Uẩn (Khandha) đến học thuyết con người (Puggala)

ISSN: 2734-9195 15:45 07/07/2025

Đạo Phật nhìn con người như một tổng hòa thân-tâm vận động trong từng sát-na, không dừng nghỉ, không thực chất, nhưng đầy tiềm năng chuyển hóa. Ngũ uẩn là bản đồ thân-tâm, giúp người tu nhìn thấy rõ nơi sinh khởi của chấp thủ, nơi bám víu khổ đau phát xuất.

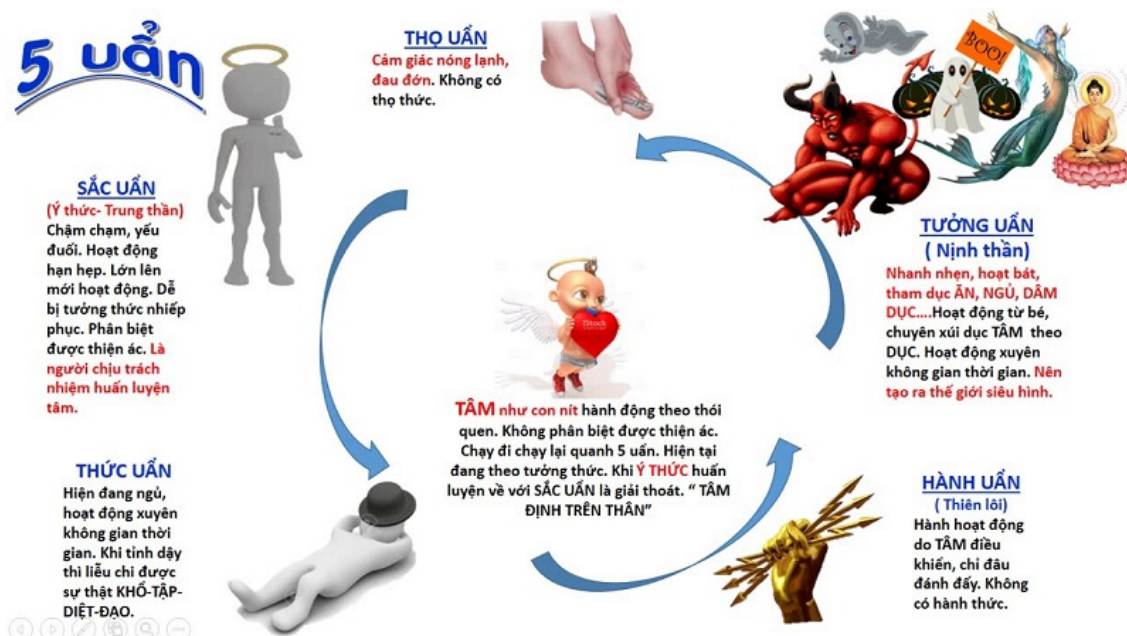
Dẫn nhập

Một câu hỏi mà mọi người luôn đặt ra rằng: “Tôi là ai?”, “Cái gì đang sống, đang đau khổ, khi mạng chung cái thân này sẽ đi về đâu?”. Những nguyên lý của logic tư tưởng ấy dù được đặt dưới dạng triết học, thần học hay tâm lý học, đều phản ánh một tâm thế tìm cầu và lý giải của thực tại nhận thức.

Trong dòng chảy tư tưởng nhân loại, rất ít hệ thống triết lý giải thích thực tại đó vừa thực tiễn và thấu triệt như Phật giáo. Đạo Phật với lối tư duy thoát ra những kiến chấp đã phân tích, hệ thống hóa khái quát những cái tướng chừng phức tạp ấy thành những phạm trù, những lĩnh vực có thể nắm bắt được đó gọi là; Xứ, Uẩn, Giới - tức là 5 Uẩn, 12 Xứ, 18 Giới.

Đức Phật với cái nhìn siêu việt từ kinh nghiệm giác ngộ qua chính nơi tự thân, đã không tìm kiếm một “ngã” bất biến nào ở sau hay bên trong con người.

Ngược lại, Ngài chỉ cho chúng sinh thấy cái gọi là “tôi” thực chất chỉ là sự kết hợp của tổ hợp Ngũ uẩn (pañcakkhandhā) hay nói cách khác là sự kết hợp giữa Danh và Sắc: sắc, thọ, tưởng, hành, thức những yếu tố luôn biến đổi, vô thường và không có tự tính.



Hình minh họa (ảnh: Internet)

Chính từ việc chấp thủ vào các uẩn này như là “ngã” (attā) mà khổ đau phát sinh. Theo đức Phật, muốn thoát khỏi khổ, con người cần phải quán chiếu đúng đắn bản chất của Ngũ uẩn; thấy rõ sự sinh khởi, tan hoại và vô ngã của chúng trong từng sát-na hiện hữu.

Tuy nhiên, khi phủ nhận một thực thể thường hằng mang tên “ngã”, Phật giáo không rơi vào hư vô luận, cũng không hủy diệt kinh nghiệm về tính liên tục của một “chủ thể đạo đức”.

Chính vì thế, giáo lý về “Puggala” tức “nhân cách” hay “chúng sinh” xuất hiện như một phương tiện hữu hiệu để mô tả một dòng hiện hữu có tính liên tục, khả năng chịu trách nhiệm đạo đức, tái sinh và tu chứng, nhưng vẫn không vi phạm nguyên lý vô ngã.

Tư tưởng này tuy tiềm ẩn trong kinh tạng nguyên thủy, được khai triển rõ nét hơn trong các bộ phái hậu kỳ như Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ, Độc Tử Bộ những nơi tìm cách dung hợp giữa tính “vô ngã” với kinh nghiệm về dòng thức và nghiệp báo mang tính cá thể.

Khái niệm “Puggala” xuất hiện không phải để phủ nhận Ngũ uẩn, mà chính là sự biểu thị của một tiến trình tâm vật lý tương tục.

Trong cách nhìn ấy, “con người” không phải là một đơn vị bất biến, mà là một dòng chảy tương tục theo nhân duyên, tạo thành “chúng sinh” như một thực thể có chức năng và trách nhiệm đạo đức trong tiến trình luân hồi và giải thoát của chính mình.

Bởi mỗi chúng sinh vì còn mê lầm, chấp thủ chưa thấy rõ, không hiểu rõ về bản chất, sự vận hành của Ngũ uẩn sinh ra vọng tưởng sai lầm, làm nhân cho quả khổ đau có mặt.

Giáo lý Ngũ Uẩn phân tích chú trọng về đối tượng con người và nhấn mạnh phân tâm lý hơn vật lý.

Chương I: Ngũ Uẩn trong Phật giáo - Giải mã cấu trúc thân tâm

1.1. Khái quát về Ngũ uẩn trong tư tưởng Phật giáo

Trong toàn bộ hệ thống tư tưởng Phật giáo, giáo lý Ngũ uẩn (Pañcakkhandhā) giữ vị trí trung tâm như một chiếc chìa khóa giúp mở ra cánh cửa giải thoát khỏi khổ đau. Thay vì tìm kiếm một bản thể bất biến, đức Phật phân tích con người thành năm nhóm hiện tượng hợp thành: sắc (rūpa), thọ (vedanā), tưởng (saññā), hành (saṅkhāra) và thức (viññāṇa). Đây là cấu trúc của toàn thể hiện hữu mà con người đồng hóa với “tôi” hay “của tôi”, và chính sự đồng hóa này là nguồn gốc sâu xa của khổ đau.

Tư tưởng ấy được đức Phật tuyên thuyết một cách rõ ràng trong bài kinh nổi tiếng *Vô Ngã Tướng* (*Anattalakkhaṇa Sutta*) khi Ngài dạy: *“Này các Tỳ-kheo, sắc là vô ngã. Nếu sắc là ngã thì sắc không dẫn đến bệnh hoạn... Nhưng vì sắc là vô ngã, nên sắc chịu sự biến hoại. Cũng vậy, thọ, tưởng, hành, thức là vô ngã”* [6, p. 870]. Theo quan điểm này, năm uẩn không phải là những thực thể độc lập hay hằng hữu, mà chỉ là dòng hiện tượng luôn biến đổi trong tương duyên. Vốn thể đã không có tự tính (svabhāva) và không thể xác lập một cái “tôi” thực hữu trong bất kỳ uẩn nào. Đây chính là nền tảng để kiến lập một cái nhìn đúng về cái được gọi là thân Ngũ uẩn, vốn là vô ngã, một trong ba pháp ấn cốt lõi của Phật giáo: *“Ngũ uẩn là năm thành tố của thân-tâm, nhưng không có một thực thể nào trong đó là ngã thể. Chúng hiện hữu nhờ vào duyên khởi, biến đổi không ngừng, và tiêu diệt theo luật vô thường”*. Không chỉ dừng lại ở phân tích mặt lý thuyết, giáo lý Ngũ uẩn còn là cơ sở tu tập thực tiễn.

Trong quá trình hành thiền minh sát (vipassanā), hành giả được khuyến khích quán sát từng uẩn trong ba phương diện: vô thường (anicca), khổ (dukkha) và vô ngã (anattā). Chính sự quán chiếu trực tiếp, không qua khái niệm, vào tiến trình thân-tâm này sẽ đưa đến xả ly, ly tham và chứng đạt giải thoát.



Hình minh họa (ảnh: Internet)

Tiếp cận từ một góc nhìn phương Tây, học giả người Đức Nyanaponika Thera đã nhận định rằng: *“Ngũ uẩn không phải là một cấu trúc học thuật trừu tượng, mà là một bản đồ tâm lý thực tiễn, giúp hành giả đi sâu vào kinh nghiệm bản thân và giải cấu trúc khái niệm về một cái ngã thường hằng”* [11, p. 56]. Ngoài ra, K. N. Jayatilleke, một triết gia Phật giáo Sri Lanka nổi tiếng, còn nhấn mạnh rằng: *“Giáo lý Ngũ uẩn cho thấy Phật giáo không phải là sự phủ nhận con người, mà là một nỗ lực vượt khỏi những ảo tưởng về cái tôi. Đó là nền tảng cho đạo đức, nhận thức và cả tâm lý học Phật giáo”* [10, p. 288]. Trên cơ sở phân tích trên, chúng ta thấy chính Ngũ uẩn là mô hình tri thức vừa mang tính biện chứng vừa mang tính trực nghiệm, mở ra một hướng tiếp cận con người không dựa trên bản thể học mà trên tiến trình học (process ontology). Con người không phải là một thực thể được xác định từ đầu, mà là một dòng chảy hiện tượng đang diễn ra, được tạo thành và thay đổi bởi các điều kiện, trong đó thân và tâm vận hành không ngừng theo luật nhân duyên.

Khi nhận thức sâu sắc rằng không có uẩn nào là “tôi”, thì màn che của sự chấp thủ đang trói buộc mình sẽ được gỡ xuống. Đó cũng chính là nền tảng này mở ra con đường chuyển hóa nhân cách nơi khái niệm Puggala sẽ được phân tích như một biểu hiện chức năng của dòng tâm lý đạo đức không có ngã thể, nhưng vẫn có tính trách nhiệm và khả năng giác ngộ.

1.2. Tính chất và vai trò của từng uẩn

Hiếu về Ngũ uẩn không chỉ là tiếp cận một cấu trúc phân tích thân tâm, mà chính là mở ra một con đường để trực diện với thực tại hiện hữu. Năm uẩn ấy: sắc, thọ, tưởng, hành, thức không tồn tại biệt lập, mà đan xen, liên hệ, tương duyên để hình thành cái gọi là “tôi”. Mỗi uẩn có một tính chất đặc thù, một vai trò riêng biệt, và đồng thời đều là biểu hiện sinh diệt của pháp giới vô thường.

Sắc uẩn (Rūpa- khandha) là yếu tố vật chất bao gồm vật lý- sinh lý. Gồm có bốn đại địa: đất- nước- gió- lửa, ngoài bốn sắc đại này thì cũng còn có 24 sắc y đại sinh nưong bốn đại này mà có mặt. *“Này Tỷ-kheo, phàm sắc gì, quá khứ, vị lai hay hiện tại, nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, như vậy là sắc uẩn”* [2, tr. 340]. Trong biển sinh tử mê mờ, sắc uẩn như một con thuyền chở lấy thân mệnh trôi lăn trên sóng nước vô thường Sắc hình hài thân thể, là biểu hiện dễ thấy nhất trong Ngũ uẩn. Thân này được cảm nhận qua xúc giác, thị giác, thính giác; nhưng chẳng tự tồn tại một mình mà luôn nương gá vào muôn duyên: *“Này các Tỷ-kheo, có bốn loại thực phẩm làm duyên sinh cho các hữu tình đã sinh và sẽ sinh: đoàn thực, xúc thực, tư niệm thực và thức thực”* [3, tr. 356]. Thân thể mong manh ấy chịu sự chi phối của tuổi tác, bệnh tật, khí hậu, thời gian và nhiều điều kiện tương tác khác. Nhưng vì si mê, chúng sinh thường lầm tưởng: *“Đây là tôi, đây là của tôi, đây là tự ngã của tôi”*. Đức Thế Tôn đã khéo chỉ rõ: *“Này các Tỷ-kheo, sắc là vô thường, sắc là khổ, sắc là vô ngã”* [4, tr. 30]. Sắc uẩn rồi cũng mục nát, tan rã như bèo lau mục nát giữa dòng ai với một trí tuệ không còn chấp thủ thấy rõ sắc uẩn thì tâm tham ái mới không có mây may cơ hội sinh khởi, chặt đứt sợi dây trói buộc sắc thân này.

Thọ uẩn (Vedanā- khandha) là cảm giác do sự tiếp xúc giữa các giác quan và đối tượng mà sinh ra thọ. Thọ uẩn ví như những làn sóng lăn tăn trên mặt hồ tâm thức, mỗi làn sóng đều được phủ kín bởi những cảm giác lạc thọ, khổ thọ hay xả thọ. Đức Phật dạy: *“Phàm cảm thọ gì, quá khứ, vị lai hay hiện tại, nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, như vậy là thọ uẩn”* [2, tr. 340]. Cảm thọ như mũi tên bén nhọn chi phối mọi hành vi: và chính thọ uẩn này nếu mà lạc thọ thì nó khiến ta đắm chìm, ưa thích và muốn lại gần sinh ra cảm giác khoái lạc, cũng thế ngược lại thì ta lại muốn tránh xa, hắt hủi và tạo khe hở cho trạng thái sân có mặt. Ta lao theo cái dễ chịu, trốn tránh điều khó chịu, và lạc lối trong vùng trung tính. Đức Phật chỉ dạy: *“Do duyên xúc nên có thọ; do duyên thọ nên có ái”* [1, tr. 533]. Chính ái khát vọng vương mắc với cảm thọ trở thành gốc rễ của trầm luân. Nhưng khi quán sát sâu sắc bản chất sinh diệt của cảm thọ; vô thường, vô ngã, và hiện hữu có điều kiện, hành giả mở được cánh cửa tỉnh thức, không còn bị cuốn trôi trong dòng phản ứng của tâm thức.

Tưởng uẩn (Saññā- khandha) là nhóm tri giác như ghi nhận đối tượng và có một khả năng đầy kinh nghiệm khi sáu căn tiếp xúc với sáu trần, như nét cọ vẽ lên

bức tranh tri giác, giúp ta nhận diện thế giới: gọi đây là hoa, kia là thân nhân, nọ là hiểm họa hay lạc thú. Nhưng tưởng không thuần tịnh, nó bị vấy màu bởi ký ức, tập khí, định kiến từ vô lượng đời. Tri giác này bao gồm cả nhận thức thế giới vật lý bên ngoài và một tri giác của sự có mặt của kinh nghiệm thông qua ghi nhận của sáu giác quan. *“Phàm tưởng gì, quá khứ, vị lai hay hiện tại... (như trên)... xa hay gần, như vậy là tưởng uẩn”* (sđđ). Đức Phật dạy: *“Cái gì là tưởng? Tưởng là nhận biết sắc xanh, sắc vàng, sắc trắng, sắc hồng, nhận biết đủ mọi sắc tướng”* [4, tr. 33]. Khi tưởng bị vô minh che phủ, nó dựng lên ảo ảnh méo mó về thế giới, dẫn dắt chúng sinh vào vọng tưởng, tà kiến. Nhưng dưới ánh sáng chính niệm, tưởng trở thành một pháp môn quán chiếu, giúp hành giả thấy rõ: mọi nhận thức chỉ là duyên sinh giả lập, không có thực thể bất biến. vì tri giác tồn tại cũng có điều kiện, cũng vô thường, rỗng không vì thế tri giác nếu ghi nhận không chính xác thì tưởng đó là vọng tưởng.

Hành uẩn (Sankhāra- khandha) ở đây chúng ta hiểu là theo nghĩa là các hiện tượng của tâm lý, đây như là nhân tạo nghiệp và hành có công năng dẫn đến quả báo, một động lực thúc đẩy quá trình tái sinh, và hành thuộc về tâm sở. hành uẩn cũng có sáu loại khác nhau do các giác quan tiếp xúc với các đối tượng. *“Có sáu tư thân này: sắc tư, thanh tư, hương tư, vị tư, xúc tư, pháp tư. Đây các Tỷ-kheo, đây gọi là hành”* [4, tr. 114]. Hành ở đây chính là “Tu”- tựa như dòng nước ngầm vi tế, vận hành sâu kín trong tâm thức. Đó là nơi nhen nhóm mọi ý định, tạo tác các nghiệp thiện, bất thiện. Hành uẩn vận động không ngơi nghỉ, dẫn dắt hữu tình qua muôn vạn kiếp sống. Đức Thế Tôn giảng giải: *“Cái gì là hành? Có ba loại hành: thân hành, khẩu hành và ý hành”* [4, tr. 34]. Người tu cần tỉnh giác trong từng sát-na khởi tâm, nhận diện ngay từ mầm mống vi tế của tư niệm, bởi chỉ khi thấy rõ hành động từ trong ý định, mới có thể chuyển hóa nghiệp lực, phá tan mắt xích nhân quả luân hồi. Và hành uẩn cũng hiện hữu nhờ vào các duyên nên cũng vô thường và luân chuyển không ngừng.



Hình minh họa (ảnh: Internet)

Thức uẩn (Viññānakhandha) là khả năng rõ biết mọi sự vật hiện tượng, không nhận ra đối tượng nhưng lại rõ biết đối tượng, như ngọn đèn thấp sáng các nhận biết. Thức sinh khởi khi căn trần tiếp xúc, hình thành sáu loại: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức. Nhưng thức không phải là thực thể vĩnh hằng hay “ngã biết” đứng ngoài dòng vận động của duyên sinh. Đức Phật dạy: *“Do duyên danh sắc nên có thức; do duyên thức nên có danh sắc”* [1, tr. 541]. Vậy thức là tổ hợp của bốn uẩn còn lại, vì các uẩn nương vào nhau để hiện hữu, không tồn tại độc lập hay tự chủ. Thức sinh diệt trong từng sát-na, bị điều kiện bởi căn và trần, quán chiếu sâu sắc hành giả sẽ thấy rõ rằng ngay cả cái ‘biết’ cũng là vô ngã, vô thường. Buông xả sự đồng hóa với thức, tâm trở nên rỗng rang, tịch tịnh, mở lối cho trí tuệ bừng sáng giữa bầu trời chân không vô nhiễm.

Tóm lại, năm uẩn ấy nếu xét riêng từng phần đều không có tự ngã, xét chung lại càng không phải một thực thể thống nhất. Chúng giống như năm cây lau tựa vào nhau, không cây nào là trụ ột thực sự, nhưng cả năm tạo nên ảo tưởng về một cái tôi bền vững.

Việc quán sát từng uẩn là phương pháp phá vỡ chấp ngã không bằng lý luận, mà bằng tuệ tri trực tiếp. Khi thấy rõ sắc là sắc, thọ là thọ, tưởng là tưởng... không còn “ta” trong đó, hành giả bước vào quá trình ly tham, thanh lọc tâm ý và tiến gần đến giải thoát. Vì năm uẩn là hai yếu tố cấu thành một con người với 2 phần Danh- sắc hay nói cách khác là thân vật lý và tâm lý.

Mỗi nhóm đều có các duyên để tồn tại đan xen nhau, mà đã nương nhau thì không có cái gọi là “ngã”- cũng không phải là ngã thể. Chính các pháp của tiến trình tâm vật lý đang vận hành. Bản chất của năm uẩn là một tổ hợp và cũng chính là nền tảng để hành giả rèn luyện tuệ giác. Chừng nào còn lầm tưởng rằng một trong năm uẩn ấy là “ta”, khổ đau còn trói buộc. Nhưng khi thấy đúng như thật, thì chính năm uẩn ấy sẽ trở thành nền tảng cho tự do. Vì thế cần rõ biết bản chất cũng như chức năng từng uẩn thì nguồn gốc khổ đau được diệt trừ.

1.3. Ngũ uẩn và tiến trình tái sinh khổ đau

Khi chúng ta đề cập đến ngũ uẩn không phải để mổ xẻ hay tách lớp hay để hình thành một hệ thống cao siêu nào về con người, vũ trụ. Mà để nhận rõ ra rằng bản chất của con người vũ trụ cũng như quá trình chuyển hóa của vạn vật. Ngũ uẩn không chỉ là cấu trúc hiện hữu của con người trong hiện tại, mà còn là chất liệu cho toàn bộ tiến trình sinh tử, tái sinh và khổ đau kéo dài vô tận trong luân hồi.

Trong cái nhìn của đức Phật, khổ (dukkha) không chỉ đơn thuần là sự bất toại, đau đớn hay mất mát, mà chính là sự hiện hữu của một thân tâm bị chi phối bởi vô minh, chấp thủ và sinh diệt không dừng. Ngũ uẩn tuy chỉ là pháp giả lập, không có thực thể, lại chính là nơi chấp thủ bám víu sâu nhất. Và vì thế, Ngũ uẩn vừa là biểu hiện của khổ đau, vừa là mắt xích then chốt của chuỗi luân hồi.

Ngay từ khi sinh ra, mỗi chúng sinh đã mang theo một tổ hợp mới của năm uẩn được cấu thành từ các nghiệp quá khứ. Sự tái sinh không phải là một “tôi” chuyển sang một thân xác mới, mà là dòng tương tục của Danh-Sắc, trong đó năm uẩn sinh khởi một cách tương duyên, mang theo nghiệp lực đã tích lũy. Quá trình ấy giống như ngọn lửa được truyền từ cây nến này sang cây nến khác: không phải là một ngọn lửa cũ, nhưng cũng không phải hoàn toàn mới.

Ngũ uẩn đóng vai trò trung tâm trong lý duyên khởi, nền tảng nhận thức sự hiện hữu không có ngã thể, nhưng lại vận hành theo nhân quả một cách chính xác. Khi vô minh và ái dục hiện diện, năm uẩn bị chấp thủ, trở thành ngũ thủ uẩn, tức năm uẩn bị ô nhiễm bởi dục vọng, bởi ý muốn sở hữu. Từ đó phát sinh chuỗi 12 nhân duyên với thủ, hữu và sinh dẫn đến lão tử, sầu, bi, khổ, ưu, não.

Trong *Kinh Tạp A-hàm*, Đức Phật chỉ rõ rằng: *“Thế nào là khổ? Đó là năm thủ uẩn: sắc thủ uẩn, thọ thủ uẩn, tưởng thủ uẩn, hành thủ uẩn, thức thủ uẩn. Chúng là gốc rễ của sinh tử, là dây trói buộc chúng sinh vào cõi luân hồi”* [5, tr. 151]. Vì chấp vào thọ nên phát sinh tham ái. Vì chấp vào tưởng nên sinh vọng

kiến. Vì hành là gốc của nghiệp nên dẫn đến tái sinh. Vì thức là dòng tương tục nhận biết nên duy trì danh sắc. Năm uẩn cứ thế mà luân chuyển trong vòng sinh tử, không có khởi thủy, cũng chưa có hồi kết.

Tư tưởng này được Walpola Rahula, một học giả Phật giáo danh tiếng người Sri Lanka, trình bày một cách giản dị mà sâu sắc: *“Tái sinh trong Phật giáo không cần một linh hồn. Năm uẩn tạo thành một dòng chảy liên tục – nơi cái ‘tôi’ chỉ là ảo tưởng, còn cái tiếp diễn là nghiệp và tâm. Chấp thủ vào Ngũ uẩn là nguyên nhân của khổ; buông bỏ chúng là sự chấm dứt khổ”* [12, p. 35]. Ngũ uẩn tự thân của từng uẩn không phải là khổ, mà chính sự chấp thủ vào năm uẩn mới là cội nguồn của khổ đau. Sắc không đáng ghét, thọ không xấu xa, hành không nguy hại nhưng khi chúng bị ô nhiễm bởi vô minh và ái dục, khi người ta đồng hóa chúng là “tôi”, “của tôi”, thì khổ liền phát sinh.

Vì vậy, gốc rễ của luân hồi không nằm ở bản thân hiện tượng, mà ở nơi tâm vọng tưởng bị trói buộc.

Tư tưởng này được làm sáng tỏ thêm trong công trình của David J. Kalupahana, một học giả Phật học phương Tây uy tín, người đã viết: *“Ngũ uẩn không là gì ngoài tiến trình kinh nghiệm hiện hữu. Nhưng chính khi tiến trình ấy bị bám víu, nhận nhầm là ngã thể, thì khổ đau bắt đầu. Con đường giải thoát, do đó, chính là tháo gỡ từng lớp chấp thủ vào mỗi uẩn, cho đến khi không còn gì có thể nắm giữ”* [8, p. 94]. Khi hành giả thực tập thiền quán, chất liệu chính niệm và tỉnh giác được duy trì thì quán chiếu với một chính kiến rằng: thân thể không phải là ta chỉ là sắc; cảm giác chỉ là những gợn sóng trên mặt hồ tâm; tưởng là hình ảnh chợt hiện; hành là những chuyển động của ý chí; và thức là khả năng nhận biết vô ngã, không chủ thể.

Quán chiếu như vậy, hành giả dần nhận ra rằng: những gì từng được nhận là “tôi” chỉ là hợp thể tạm bợ sinh khởi theo duyên, tan hoại theo duyên. Và chính từ sự thấy biết ấy, người tu mở ra một bước chuyển lớn trong hành trình tâm linh: Từ vô minh đến minh, từ thủ chấp đến buông xả, từ khổ đau đến giải thoát. Ngũ uẩn thay vì là gông cùm trở thành pháp quán, là phương tiện giúp vượt thoát vòng luân hồi sinh tử, bước vào bình an của Niết-bàn.

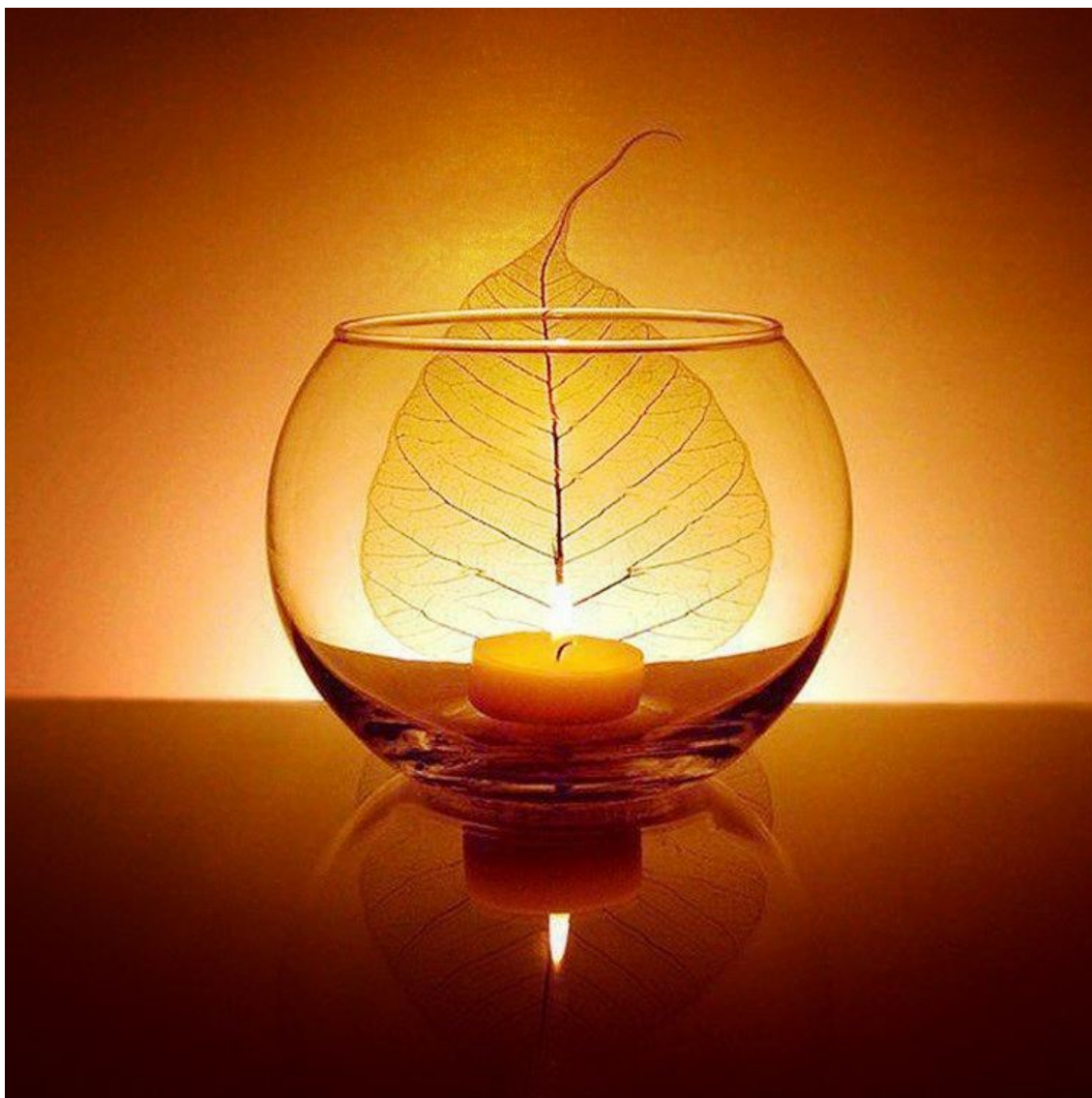
Chương II: Từ Ngũ uẩn đến học thuyết Puggala, nhân cách và tiến trình cá nhân

2.1. Khái niệm Puggala trong Phật giáo nguyên thủy và phái Độc Tử bộ

Tư tưởng vô ngã (anattā) là một trong những đặc điểm độc nhất vô nhị trong triết học Phật giáo, thách thức không chỉ các quan niệm về linh hồn trong Ấn Độ giáo, mà còn cả tư duy bản thể luận phổ biến ở các hệ thống triết học phương Tây.

Chính trong bối cảnh này, khái niệm Puggala thường được dịch là “cá nhân”, “chúng sinh”, hay “nhân cách” xuất hiện như một thuật ngữ vừa trung dung, vừa khéo léo. “Puggala” không được hiểu như một bản thể có thật, nhưng cũng không hoàn toàn bị phủ định như một ảo tưởng trống rỗng. Nó được sử dụng như một khái niệm quy ước (paññatti) nhằm chỉ đến một dòng hiện hữu liên tục trong tiến trình danh-sắc, có khả năng chịu trách nhiệm đạo đức, và cũng là chủ thể tu chứng giải thoát.

Trong Tương Ưng Bộ Kinh, đức Phật không phủ nhận sự hiện diện của “Puggala”, ngài thường nói đến “loài người này”, “người kia”, “chúng sinh ấy”, như một hình thức quy ước để mô tả dòng tâm-thân đang vận hành. Nhưng Ngài đồng thời cảnh báo, nếu chấp vào “người ấy” như một thực thể thật có, thì sẽ rơi vào tà kiến, vì: “Ai thấy pháp là thấy Như Lai, ai thấy Như Lai là thấy pháp”, mà pháp thì vốn vô ngã, vô thường, vô trụ. Vấn đề trở nên phức tạp hơn khi bước vào các luận giải của các bộ phái Phật giáo hậu kỳ, đặc biệt là phái Độc Tử bộ (Vatsīputrīya) một bộ phái nhỏ thuộc truyền thống Phật giáo nguyên thủy, nổi bật bởi quan điểm khẳng định sự tồn tại của Puggala như một thực tại có điều kiện.



Hình minh họa (ảnh: Internet)

Theo lập luận của phái này, mặc dù năm uẩn là vô thường, sinh diệt, nhưng cần có một cái gì đó tồn tại để tích lũy nghiệp, chuyển tải quả báo và tu chứng đạo quả. Cái đó không phải là ngã, cũng không đồng nhất với năm uẩn, mà là một “Puggala” tồn tại như một thực thể phụ thuộc, không tự chủ, nhưng có tính liên tục trong tiến trình nhân quả. Sự khẳng định ấy đã gây tranh luận dữ dội trong các hội nghị bộ phái, đặc biệt là với các bộ như Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ hay Kinh Lượng Bộ, vốn bác bỏ mọi khái niệm có thể dẫn đến chấp ngã.

Tuy nhiên, quan điểm của Độc Tử bộ không hoàn toàn rơi vào hữu ngã luận, mà mang màu sắc thực dụng, nhằm bảo vệ khả năng chịu trách nhiệm đạo đức và dòng liên tục đạo lộ trong tu tập.

Phân tích quan điểm này, Bhikkhu Katukurunde Ñāṇananda viết: *“Khái niệm Puggala không thể bị bác bỏ như một ảo tưởng, cũng không thể được tôn vinh như một bản thể. Đó là một hình ảnh phản chiếu từ dòng năm uẩn một giả lập cần thiết để duy trì ý niệm về đạo đức, về trách nhiệm, và về tự do trong lựa*

chọn [7, p. 77]. Tư tưởng này cũng được học giả người Bỉ Étienne Lamotte phân tích sâu trong nghiên cứu về lịch sử bộ phái Phật giáo. Ông cho rằng khái niệm Puggala của Độc Tử bộ là một nỗ lực triết học nghiêm túc nhằm giải thích tính liên tục trong đạo lộ, mà không vi phạm nguyên lý vô ngã.

Lamotte khẳng định: *“Puggala, như được định nghĩa bởi Độc Tử bộ, là một ‘chủ thể quy ước’, không độc lập với năm uẩn, nhưng cũng không đồng nhất với chúng. Chính trong sự căng thẳng giữa đồng nhất và sai biệt ấy, học thuyết này cố gắng duy trì đạo lộ cá nhân mà không rơi vào tà kiến”* [9, p. 267]. Từ đó có thể thấy, Puggala là một công cụ ngôn ngữ, một khái niệm giả định, được sử dụng để nói về dòng tiếp nối của kinh nghiệm, của tâm thức, của nghiệp lực và giác ngộ. Nó không phải là ngã, nhưng cũng không phải là phi pháp. Trong phạm trù quy ước thế gian, Puggala có thể là “ta”, “người ấy”, “vị Thánh” hay “người phàm”; nhưng trong chân đế, tất cả chỉ là sự tương duyên giữa sắc, thọ, tưởng, hành, thức không có gì độc lập hay bất biến. Năm bắt được tinh thần này, hành giả tránh được hai cực đoan: chấp ngã và đoạn kiến. Họ vừa không rơi vào chủ nghĩa cá nhân cố chấp, cũng không đánh mất khả năng trách nhiệm đạo đức và khả năng tu tập chuyển hóa.

Puggala trong bối cảnh Phật học không phải là một “ai đó”, mà là cái đang vận hành, đang tiến hóa, đang trải qua tiến trình sinh - diệt - tu - chứng. Hiểu như vậy, hành giả mới có thể bước vào con đường vô ngã mà không mất đi tính người trong đạo.

Ở đây chúng ta phải hiểu học thuyết này bằng tuệ giác, bởi vì đạo Phật khi nói đến năm uẩn chính là tổ hợp không tách rời nhau, tồn tại nương vào các duyên.

Phật giáo phân tích để chúng ta thấy tồn tại một cái được ta gọi là ngã-atta, thì thực ra trong mỗi uẩn không được xem là một tự ngã, và khi chúng kết hợp là cũng không được xem là có tự ngã.

Phật giáo không thừa nhận một thực tại siêu hình mà là một quá trình trải nghiệm thông qua năm uẩn.

2.2. Các loại Puggala và tiêu chuẩn phân loại

Trong tiến trình tu chứng và giáo hóa của Phật giáo, khái niệm Puggala dù chỉ là một giả lập quy ước (paññatti) vẫn giữ một vị trí vô cùng quan trọng. Bởi vì, trong thế giới duyên khởi này, dù vắng mặt một ngã thể thực hữu, thì vẫn có “chúng sinh” đang khổ đau, vẫn có “người học” đang bước trên đạo lộ, và vẫn có những bậc Thánh giả đã vượt qua vòng sinh tử. Khái niệm Puggala, do đó, được dùng như một cách biểu thị thực tại vận hành của con người trong sự liên

tục tâm-thân, vừa có mặt giữa đời thường, vừa hướng về giải thoát.

Đức Phật không phủ nhận khái niệm “người”, nhưng Ngài sử dụng từ đó trong giới hạn của ngôn ngữ quy ước (sammuti-sacca) như một phương tiện thiện xảo để giảng dạy.

Trong Kinh điển Nikāya, người ta có thể bắt gặp những cách phân loại “người” (puggala) rất rõ ràng, phản ánh sự khác biệt về căn cơ, đạo hạnh và mức độ tiến hóa tâm linh của từng cá nhân.

Những phân loại này vừa có tính sư phạm, giúp người học nhận biết vị trí của mình trên đạo lộ, vừa có tính hướng dẫn, mở ra viễn cảnh giải thoát tùy theo nỗ lực và trí tuệ cá nhân.

2.2.1. Phân loại Puggala theo tiến trình tu chứng Thánh đạo

Phân loại phổ biến nhất, có tính nền tảng trong toàn bộ hệ thống Phật giáo Nguyên thủy, là chia Puggala thành 8 hạng Thánh nhân (ariya-puggala) theo bốn cấp bậc Thánh quả, mỗi quả lại gồm hai giai đoạn: đang tu và đã chứng. Cụ thể:

- + Dự lưu (sotāpanna) và người đang hướng đến dự lưu (sotāpatti-magga)
- + Nhất lai (sakadāgāmī) và người đang hướng đến nhất lai (sakadāgāmī-magga)
- + Bất lai (anāgāmī) và người đang hướng đến bất lai (anāgāmī-magga)
- + A-la-hán (arahant) và người đang hướng đến A-la-hán (arahatta-magga)

Hệ thống này phản ánh một mô hình phát triển tâm linh liên tục, từ phàm sang thánh thông qua quá trình hành thiền quán sát các uẩn.

Mỗi bậc Thánh không chỉ được định danh bằng khả năng đoạn trừ phiền não, mà còn gắn liền với sự chuyển hóa sâu sắc về nhận thức, thái độ và hành vi. Từ người còn nghi ngờ Tam bảo, còn chấp thân kiến, đến người không còn tái sinh vào bất kỳ cõi nào con đường ấy chính là quá trình thanh lọc bản ngã một cách triệt để qua từng giai đoạn tâm linh.

Phân loại này xuất hiện trong nhiều bản kinh quan trọng, như *Kinh Tăng Chi Bộ*, *Kinh Trung Bộ*, và được xem là tiêu chuẩn căn bản nhất để xác định mức độ đoạn tận phiền não của một Puggala.

Nó cũng chính là thước đo cho tiến trình giải thoát của cá nhân trong đạo Phật không dựa trên đẳng cấp, tuổi tác, hay địa vị, mà dựa trên mức độ diệt trừ tham, sân, si.

2.2.2. Phân loại Puggala theo khuynh hướng hành trì

Bên cạnh tiêu chí về quả vị, kinh điển cũng phân loại Puggala dựa trên khuynh hướng căn cơ và hành trì, từ đó Đức Phật khai mở bốn con đường tu tập phù hợp với từng loại người:

- + Người thiên về tín tâm (saddhā-puggala)
- + Người thiên về trí tuệ (paññā-puggala)
- + Người thiên về định lực (samādhi-puggala)
- + Người thiên về tinh tấn (virīya-puggala)

Mỗi loại Puggala có cấu trúc tâm lý khác nhau, nên con đường tu tập cũng khác biệt. Với người tín mạnh, việc nương tựa Tam bảo và hành trì theo niềm tin sẽ là cánh cửa mở vào đạo. Với người thiên về trí, cần thiền quán minh sát để xuyên thấu vô ngã. Người có định sâu cần thiền chỉ để an trú tâm. Người tinh tấn có thể vận dụng ý chí như ngọn lửa đốt cháy phiền não. Việc nhận biết loại người mà mình thuộc về là yếu tố quan trọng trong việc tùy duyên phương tiện một tinh thần xuyên suốt trong hệ thống giáo lý và hành trì Phật giáo. Điều này còn giúp người tu không bị áp đặt theo một mô hình cứng nhắc, mà biết vận dụng khéo léo tùy theo căn tính, từ đó đi đúng hướng, không lạc đạo.

2.2.3. Phân loại Puggala theo đạo đức và tri kiến

Một phân loại khác cũng xuất hiện nhiều trong *Tăng Chi Bộ Kinh* là chia Puggala thành bốn hạng người:

- + Người đi từ tối vào tối (từ vô minh vào ác nghiệp)
- + Người đi từ tối ra sáng (vượt khỏi vô minh nhờ tu tập)
- + Người đi từ sáng vào tối (sống thiện nhưng sa đọa vì tham dục)
- + Người đi từ sáng đến sáng (sống thiện, giữ giới, tinh tấn không thoái chuyển).

Phân loại này đặc biệt mang tính đạo đức và nhân quả, giúp người tu không chú quan vào hiện tại mà luôn tỉnh giác về hướng đi trong từng hành vi. Nó cho

thấy: con người không cố định, mà chuyển hóa tùy theo cách sống, cách nghĩ và lựa chọn hành vi trong từng khoảnh khắc. Dù ở đâu, thuộc loại nào, người tu vẫn có thể chuyển hóa, bởi bản chất của Puggala trong Phật giáo không phải là định mệnh bất biến, mà là một tiến trình đang vận hành có thể bị nhiễm ô, nhưng cũng có thể được tịnh hóa.

Tóm lại, phân loại Puggala trong Phật giáo không nhằm mục đích phân chia giai cấp hay áp đặt bản chất cố định cho con người, mà nhằm nhận diện sự khác biệt trong nghiệp lực, căn tính và tiến trình chuyển hóa. Đó là cái nhìn thực tiễn, vừa đầy từ bi, vừa sắc bén về hành trình tâm linh của mỗi cá thể như những dòng sông khác nhau, nhưng đều có thể hướng về biển lớn của Niết-bàn.

2.3. Từ tiến trình Ngũ uẩn đến con đường chuyển hóa nhân cách



Hình minh họa (ảnh: Internet)

Trong cái nhìn của Phật giáo, con người không được xác lập bằng bản thể, mà bởi tiến trình một dòng vận hành phức hợp của thân, thọ, tưởng, hành và thức. Cái gọi là tôi nếu được xem như một thực thể độc lập chỉ là ảo tưởng được cấu trúc bởi vô minh và thủ chấp. Khi ánh sáng chính trí soi chiếu vào năm uẩn, hành giả bắt đầu thấy được: mình không hiện hữu như một khối nguyên vẹn, mà như một dòng pháp đang vận hành trong tính duyên sinh và vô ngã.

Chính từ nơi ấy, con đường chuyển hóa nhân cách được mở ra không bằng cách dựng lại một cái tôi tốt hơn, mà bằng cách tháo gỡ chính sự chấp ngã từ gốc rễ.

2.3.1. Từ giả lập “Puggala” đến cái nhìn vô ngã về nhân cách

Khái niệm *Puggala* được sử dụng trong kinh tạng như một hình thức ngôn ngữ quy ước, nhằm chỉ định một “người” đang hiện hữu trong thế giới, có khả năng tạo nghiệp, tu học và chứng ngộ. Tuy nhiên, khác với khái niệm “ngã” trong triết học bản thể, *Puggala* không mang nghĩa của một thực thể cố định, mà là sự biểu hiện của một dòng biến đổi, trong đó năm uẩn là nội dung vận hành, và nghiệp là động lực dẫn hướng. Chính vì vậy, trong quá trình tu tập, hành giả không hủy diệt *Puggala*, cũng không đồng hóa với nó. Thay vào đó, họ thấy *Puggala* như một phương tiện giả danh, như một “chiếc bè để qua sông”. Khi đã thấy rõ năm uẩn là vô thường, khổ và vô ngã, thì cái nhìn về chính mình cũng chuyển hóa. Không còn một cái tôi để xây dựng, bảo vệ hay tô vẽ; chỉ còn một dòng nhân cách đang tịnh hóa dần qua từng hành vi, từng sát-na tỉnh thức.

Sự chuyển hóa nhân cách trong đạo Phật không xảy ra bằng con đường lý tưởng hóa bản thân, mà bằng việc nhìn thẳng vào thực tại. Nhìn thấy sự sân giận như một pháp sinh-diệt, thấy dục vọng như một bóng mây đi ngang tâm, thấy vô minh như một màn sương có thể tan khi ánh sáng của chính kiến chiếu vào. Và như thế, từng phần ngã tưởng được tháo gỡ, từng phiền não được rửa sạch không phải bằng nỗ lực triệt tiêu, mà bằng năng lực quán chiếu.

2.3.2. Chuyển hóa nhân cách là sự tái định nghĩa chính mình bằng tuệ giác

Nếu tâm lý học phương Tây cố gắng dựng nên một cái tôi khỏe mạnh, thì Phật giáo dẫn người hành giả đi qua cái tôi để đến với cái không không phải hư vô, mà là nền tảng của tự do tuyệt đối. Nhân cách theo Phật giáo là một dòng tương tục của hành vi, của thái độ, của tri kiến và từ đó, có thể định hình lại không phải từ ngoài vào, mà từ cái thấy như thật bên trong.

Từ sắc thân, hành giả học cách buông bỏ những đồng hóa với hình hài, tuổi tác, vẻ đẹp hay bệnh tật. Từ cảm thọ, hành giả thấy rõ những phản ứng cảm xúc không phải là chính mình, và tập từ bỏ những lối phản ứng bản năng.

Từ tưởng, hành giả nhận ra các định danh, phán đoán chỉ là tàn tích của quá khứ, không nhất thiết phải tin tưởng. Từ hành, hành giả đối diện với ý chí, tập khí và học cách chuyển hóa chúng.

Từ thức, hành giả nhìn lại toàn bộ tiến trình nhận biết và bắt đầu buông xả chủ thể hóa tri giác. Toàn bộ tiến trình ấy, khi được dẫn dắt bởi giới, định và tuệ tạo nên một sự lột xác, không bằng hành vi bên ngoài, mà từ nội tâm được làm mới từng ngày. Đây không phải là sự đổi mới mang tính đạo đức xã hội đơn thuần, mà là chuyển hóa căn cơ nơi cái tôi không còn là trung tâm, mà chính pháp là

trung tâm.

Khi hành giả sống như pháp, hành xử như pháp, và thờ như pháp, thì nhân cách cũng trở thành hiện thân của đạo lộ không còn giới hạn trong cá nhân, mà là biểu hiện của sự giác tỉnh.

2.3.3. Sự hình thành nhân cách vô ngã đích đến của con đường Phật học

Khác với những nền triết học chú trọng kiến tạo nhân cách cá nhân như một lý tưởng tự lập, đạo Phật đề xuất một mô hình vượt qua mọi hình ảnh hóa về cá tính để bước vào một miền tâm linh tĩnh lặng nơi nhân cách không còn là "cái gì đó", mà là "không gì cả". Ở đây, Puggala vốn được xem như sự khẳng định một cá thể đang hiện hữu được chuyển hóa thành một biểu hiện của vô ngã.

Chính vì không có cái tôi cố định, nên Puggala có thể phát triển. Không bị đóng khung, nên có khả năng chuyển mình. Không mang tính bất biến, nên luôn mở ra cơ hội tái sinh về mặt đạo đức và trí tuệ trong từng phút giây hiện tại.

Tại nơi đó, nhân cách không còn là "của tôi", mà là pháp đang hiển lộ. Người đã đoạn tận lậu hoặc vẫn sống giữa đời cũng có thân thể, cảm xúc, tri giác, ý chí, và nhận biết nhưng các yếu tố ấy không còn bị thao túng bởi ngã chấp.

Họ sống như dòng nước chảy qua tay, như mây trắng ngang trời, không bám, không giữ, không dính mắc, mà cũng không rơi vào thờ ơ, đoạn diệt.

Mối liên hệ giữa Ngũ uẩn và Puggala không phải là một vấn đề lý luận triết học, mà là một chân dung sống động của tiến trình tâm linh.

Từ chỗ phân tích con người như pháp, đến việc vận dụng khái niệm nhân cách như phương tiện giáo dục, rồi từ đó chuyển hóa thân - khẩu-ý nghiệp thành những nhân tố làm nền tảng cho sự tái sinh. Phật giáo mở ra một cái nhìn tường tận và đầy thuyết phục mang tính khoa học rằng không những chỉ giải thích con người, mà chuyển hóa chính con người ấy từ gốc rễ. Đây là nhân cách vô ngã, nhân cách giải thoát, nhân cách không cần được công nhận nhưng luôn hiện diện trong sự bình thản, từ bi và thấu suốt.

Kết luận

Từ những phân tích về giáo lý Ngũ uẩn và học thuyết Puggala trong Phật giáo, một điều trở nên ngày càng sáng rõ: con người không được định nghĩa bởi một bản ngã cố định, mà là một tiến trình đang chuyển hóa, một dòng hiện hữu

đang vận hành theo luật nhân duyên và tùy thuộc vào tuệ giác mà dẫn đến khổ đau hay giải thoát. Phật giáo không phủ nhận con người, cũng không thần thánh hóa bản thể con người. Trái lại, đạo Phật nhìn con người như một tổng hòa thân-tâm vận động trong từng sát-na, không dừng nghỉ, không thực chất, nhưng đầy tiềm năng chuyển hóa.

Ngũ uẩn là bản đồ thân-tâm, giúp người tu nhìn thấy rõ nơi sinh khởi của chấp thủ, nơi bám víu khổ đau phát xuất. Nhưng nếu dừng lại ở phân tích, hành giả có thể rơi vào cái bẫy của trí năng: chỉ hiểu con người là hợp thể vô thường mà không thấy được đạo lộ sống động đang vận hành trong từng chuyển động của thân, từng rung động của tâm.

Học thuyết Puggala dù chỉ là một phạm trù quy ước xuất hiện như một nhịp cầu nối giữa phân tích lý thuyết và đời sống thực hành, cho phép ta nói về cá nhân, nói về trách nhiệm đạo đức, nói về khả năng giác ngộ, nhưng không rơi vào bản thể luận.

Trong sự tương tác ấy, Puggala không còn là trung tâm tự ngã, mà là một khả tính mở ra trong dòng vận động của năm uẩn. Và cũng từ đó, sự chuyển hóa nhân cách trong Phật giáo không phải là kiến tạo một “cái tôi tốt đẹp hơn”, mà là quá trình tháo gỡ chính ảo tưởng về cái tôi để rời từ nơi ấy, trí tuệ và từ bi tự nhiên sinh khởi, như hoa sen mọc lên từ bùn mà không nhiễm bùn.

Điểm độc đáo của Phật giáo là ở chỗ: càng hiểu sâu về vô ngã, càng trở nên có trách nhiệm với hành vi, lời nói, và tâm ý của mình.

Vì không có “tôi” bất biến để biện hộ, nên tất cả những gì ta làm đều là sự chọn lựa, đều có hậu quả, và đều có thể được chuyển hóa.

Chính cái nhìn vô ngã ấy làm cho nhân cách Phật giáo trở thành nhân cách khai phóng không bị định danh, không bị giới hạn, luôn vận động theo hướng giải thoát, từ một kẻ phàm đầy phiền não thành một bậc Thánh sống giữa đời mà tâm không dao động.

Tác giả: **Lê Thị Xuân (Thích nữ Thiên Tánh)** - Học viên Thạc sĩ K. IV, chuyên ngành Triết học Phật giáo, Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế.

Tài liệu tham khảo:

Tài liệu tiếng Việt:

[1] Thích Minh Châu (dịch), (2000), *Trung Bộ Kinh*, tập I, NXB Tôn Giáo, Hà Nội.

[2] Hòa Thượng Thích Minh Châu (dịch), (2012), *Trung Bộ Kinh*, tập II, NXB Tôn Giáo, Hà Nội.

[3] Thích Minh Châu (dịch), (2000), *Tương Ưng Bộ Kinh*, tập II, NXB Tôn Giáo, Hà Nội.

[4] Thích Minh Châu (dịch), (2000), *Tương Ưng Bộ Kinh*, tập III, NXB Tôn Giáo, Hà Nội.

[5] Thích Tuệ Sỹ (dịch), (2009), *Kinh Tạp A-hàm – Hợp tuyển*, Nxb Phương Đông, Tp.HCM.

Tài liệu tiếng Anh:

[1] Bhikkhu Bodhi, (2000), *The Connected Discourses of the Buddha*, vol. II, Wisdom Publications, Boston.

[2] Bhikkhu Katukurunde Ñāṇananda, (1971), *Concept and Reality in Early Buddhist Thought*, Buddhist Publication Society, Kandy.

[3] David J. Kalupahala (1975), *Causality: The Central Philosophy of Buddhism*, University of Hawaii Press.

[4] Étienne Lamotte (1988), *History of Indian Buddhism*, Université Catholique de Louvain, Louvain-la-Neuve.

[5] K. N. Jayatilleke, (1963), *Early Buddhist Theory of Knowledge*, George Allen & Unwin, London.

[6] Nyanaponika Thera, (1962), *The Heart of Buddhist Meditation*, Rider & Company, London.

[7] Walpola Rahula (1974), *What the Buddha Taught*, Grove Press, New York.