

THỰC HÀNH CHÂN LÝ VÔ NGÃ: MỘT BIỆN PHÁP KẾT NỐI VỚI THẾ GIỚI NỘI TÂM

Pooja Dabral*

TÓM TẮT

Chân lý Vô ngã là pháp ấn chỉ có trong Phật giáo, cho rằng, không có một Ngã, một cái gì trường tồn, bất biến, tồn tại nằm trong sự vật mà không phụ thuộc vào cái khác. Kể từ thời Đức Phật Thích Ca Mâu Ni tìm kiếm gốc rễ và kết thúc của sự đau khổ đã mở ra nhiều khám phá thực tại đa phương diện về cả thế giới bên trong và bên ngoài. Giáo lý Vô ngã của Đức Phật cho thấy rằng có một sự khác biệt cơ bản giữa cách chúng ta nhận thức thế giới, bao gồm cả sự tồn tại của chúng ta trong đó và cách mọi thứ thực sự diễn ra. Chúng ta tin vào ngã cá nhân, tức là sự tồn tại độc lập của bản thân, dẫn đến các sự phiền não như sự dính mắc hoặc ác cảm, từ đó dẫn đến chuỗi hành động phá hoại (nghiệp) và sự chịu đựng (khổ). Chuỗi nhân quả này là do nhận thức sai lầm về thực tế và cuối cùng dẫn đến những rối loạn trong sự gắn kết của chúng ta với thế giới và với chúng sinh đồng loại. Sự tinh hoa của chân lý vô ngã đối lại quan niệm sai lầm này bằng cách bác bỏ sự tồn tại của bản ngã. Trong Kinh Pháp Cú có nói *“Tất cả các hình thức đều không có thật, ai biết và nhìn thấy điều này trở nên thụ động trong nỗi đau; đây là cách dẫn đến sự thuần khiết.”* Hơn nữa, chân lý này cũng nhận ra bản chất vô

* PhD Candidate, Department of Buddhist Studies, University of Delhi, India
Người dịch: Nguyễn Quỳnh Phương

ngã của tất cả các hiện tượng và không bác bỏ hiệu lực của luật nghiệp, để cho ta thấy sắc thái của sự vô ngã trái ngược hoàn toàn với chủ nghĩa hư vô. Bồ tát Long Thọ có nói trong Trung Quán Luận rằng ta cần tìm hiểu Chân lý Vô ngã và Giáo lý Nguyên khởi cùng nhau.

Di sản của trí tuệ này có ý nghĩa rất sâu sắc trong việc giải thoát một cá nhân khỏi những đau đớn và căng thẳng tồi tệ nhất của cuộc sống. Như đã lưu ý ở trên trong Kinh Pháp Cú, ai nhìn ra được bản chất ảo tưởng của tất cả các hiện tượng sẽ tránh được sự phiền não và từ đó ngăn chặn các hành động phá hoại và có thể đạt đến sự thuần khiết của Niết Bàn. Bên cạnh các bài thuyết trình khác về Chân lý Vô ngã trong Phật giáo Nguyên thủy và Phật giáo Đại thừa, bài viết này cũng sẽ khám phá những cách thức và tác động tích cực của Chân lý Vô ngã để đạt được sự hòa hợp trong cuộc sống và xã hội của chúng ta.

Có một thông điệp phổ quát đằng sau công cuộc tìm kiếm nguyên nhân cốt lõi và kết thúc của nỗi đau của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Nguyên nhân cốt lõi của tất cả những đau khổ của chúng ta không chỉ là sự thiếu hiểu biết mà còn là một sự hiểu lầm có chủ ý về bản chất của tất cả mọi thứ. Vậy tại sao chúng ta lại có nhận thức sai về mọi điều? Đó không phải vì chúng ta cố tình mà là do cách chúng ta nhận thức mọi điều không giống với bản chất của chúng. Triết lý về Vô ngã là một điều tra triết học tối thượng trong tư tưởng Phật giáo được chỉ ra bởi nhiều nhà triết học phương Tây cho thấy rằng “có một sự khác biệt cơ bản giữa cách chúng ta nhìn nhận thế giới, bao gồm cả sự tồn tại của chúng ta trong đó và cách mọi thứ thực sự xảy ra”. Ví dụ, chúng ta tin rằng mỗi người có một cốt lõi độc nhất ẩn sâu sau sự tồn tại của chúng ta, không bị chi phối bởi sự yếu tố tinh thần và vật chất.

Triết lý Vô ngã chỉ ra rằng đây là một lỗi cơ bản và là cơ sở cho các vấn đề đạo đức như ác cảm, đeo bám và phát triển nhiều định kiến. Sự thật đằng sau vạn vật được mô tả trong các chuyên luận Phật giáo như một sự trống rỗng hoặc shunyata trong tiếng Phạn. Triết lý Vô ngã đối lại quan niệm rằng vạn vật đều có thật với nguyên tắc Duyên khởi. Thuyết Duyên khởi, hay còn được gọi là Nhân duyên sinh, chỉ rõ là mọi hiện tượng tâm lý và vật lý tạo nên đời sống đều nằm trong một mối liên hệ với nhau; chúng là nguyên nhân của một yếu tố

này và là kết quả của một yếu tố khác, là cốt lõi của sự hiểu biết của Phật giáo về thế giới và bản chất của sự tồn tại của con người. Tìm hiểu về thuyết Duyên khởi có thể được thiết lập theo ba loại: sự phụ thuộc nguyên nhân, nguồn gốc phụ thuộc của sự phụ thuộc toàn bộ vào các bộ phận và nguồn gốc phụ thuộc của sự phụ thuộc vào chỉ định tinh thần.

Lý thuyết đầu tiên của thuyết Duyên khởi đối lại lỗi nhận thức liên quan đến sự hiểu lầm về mối quan hệ nhân quả và điều này được chấp nhận bởi cả bốn trường phái siêu hình học Phật giáo: Vaibhāsika, Sautrantika, Chittamatra và Madhyamika. Theo quan điểm thông thường của chúng ta về thế giới, chúng ta liên quan đến sự vật và sự kiện dù là vật chất hay tinh thần, như thể chúng tồn tại với bản chất bên trong và trên chính chúng. Chúng ta có xu hướng tin rằng mỗi sự vật và sự kiện này có một thực tại độc lập, riêng biệt và những cá thể riêng biệt và độc lập này tương tác với nhau. Chúng ta tin rằng một hạt giống thật có thể tạo ra một hiệu ứng thật trong một thời gian thực tại một địa điểm thực sự. Đây là một dấu hiệu rõ ràng rằng chúng ta tin vào một loại nhân quả trong đó hiệu ứng không phụ thuộc vào nguyên nhân phát sinh. Đây là loại lỗi nhận thức đầu tiên bởi vì chúng ta tin vào tính chất ngẫu nhiên thay vì sự phụ thuộc lẫn nhau về nguyên nhân. Elizabeth Napper bày tỏ quan điểm của Nagarjuna và lập luận rằng theo Triết lý Vô ngã, điều này là hoàn toàn vô lý bởi vì nếu các cá thể sở hữu sự tồn tại độc lập, nội tại như vậy có nghĩa là không có khả năng tương tác và gây ảnh hưởng đến các hiện tượng khác. Tuy nhiên, chúng ta biết rằng có nhân quả, nghĩa là có sự phụ thuộc và tính ngẫu sinh. Vì tất cả mọi thứ được ra đời nhờ vào sự tương tác giữa nguyên nhân và điều kiện, nên nó có hàm ý rằng mọi vật và mọi việc không có sự tồn tại độc lập.

Lý thuyết thứ hai của thuyết Duyên khởi cho thấy rằng có sự phụ thuộc lẫn nhau giữa các bộ phận và toàn bộ cá thể; không có bộ phận thì không thể có toàn bộ và không có toàn bộ thì các bộ phận không có ý nghĩa. Ví dụ, không có các cây riêng lẻ tạo thành rừng, rừng không có ý nghĩa và tương tự, không có rừng, các cây riêng lẻ của

rừng đó không có ý nghĩa. Sự phụ thuộc lẫn nhau giữa toàn bộ cá thể và các bộ phận này bao hàm cả về mặt không gian và thời gian.

Cấp độ thứ ba của thuyết Duyên khởi về sự phụ thuộc vào hình thức chủ quan cho thấy một số sự vật không có ý nghĩa khi tồn tại đơn lẻ mà chỉ có ý nghĩa khi tồn tại trong một tập thể và liên kết với mạng lưới của toàn bộ các sự vật có liên quan khác. Tất nhiên là chúng ta không thể phủ nhận giá trị nội tại của các sự vật và ngay cả trong suy nghĩ của Phật giáo cũng có lập luận rằng nếu các hiện tượng không tồn tại theo cách riêng của chúng, sẽ không có cách nào để khẳng định rằng chúng tồn tại. Tuy nhiên, tư tưởng Trung quán tông của luận sư Nguyệt Xứng có một mô tả rất sâu sắc về bản thể luận của các hiện tượng như Ngũ uẩn. Trung quán tông cho rằng vì tất cả mọi sự đều dựa lên nhau mà thành (duyên khởi), cho nên chúng không tồn tại độc lập. Ví dụ, một tổ hợp các cá thể tồn tại vì có sự tồn tại của các cá thể thành viên. Các cá thể thành viên, nếu tồn tại độc lập, sẽ không có ý nghĩa. Điều này nghĩa là hình thức bên ngoài của các sự vật không có giá trị thật hoặc giá trị nội tại. Trong sách Vòng bảo châu, ngài Long Thọ giải thích điều này bằng cách so sánh con người và sáu yếu tố cấu thành nên con người. Ngài Long thọ nói (trong bản dịch Hopkins, 1998),

*Một người không phải là trái đất, không phải là nước,
Không lửa, không gió, không không gian,
Không ý thức, và không phải là loài người.
Người nào khác ngoài những người này?*

*Cũng như một người không có thật
Do là một tổng hợp của sáu thành phần,
Vì vậy, mỗi thành phần cũng
Không có thật do là một tổng hợp.*

Thực chất, hình thức bề ngoài, tuy không tồn tại ở cấp độ tối hậu hay nội tại nhưng có tồn tại ở cấp độ thông thường. Bằng cách kết hợp tất cả các cá thể thành viên, trong trí óc của chúng ta đã tự hình thành định nghĩa của tổ hợp để đảm bảo sự tồn tại của hình thức bên ngoài. Ngoài

điều này ra thì vật thể đó không tồn tại. Đây là lý thuyết về nguồn gốc phụ thuộc dựa vào suy luận trí óc.

Thuyết Duyên khởi một mặt cho thấy sự tồn tại của mọi thứ đều phụ thuộc vào nguồn gốc. Mặt khác, nó cũng bao hàm tính hư vô của sự tồn tại độc lập vì nó cho thấy rằng mọi vật và mọi việc diễn ra đều phụ thuộc vào nguyên nhân, điều kiện và các thành phần tương ứng, cũng như vào những suy luận trí óc. Theo cách này, thuyết Duyên khởi đã phủ định sự tồn tại độc lập của vạn vật. Do đó, chân lý Vô ngã và thuyết Duyên khởi được cho là hai mặt của cùng một đồng tiền. Trong Trung quán luận, ngài Long Thọ có nói:

Đó là nguồn gốc phụ thuộc

Được giải thích là sự trống rỗng.

Đó là một chỉ định phụ thuộc,

Có phải chính nó là con đường trung đạo.

Ông lập luận rằng chỉ khi người ta hiểu được chân lý Vô ngã trong văn cảnh của thuyết Duyên khởi thì thuyết Duyên khởi sẽ tự phủ nhận bất kỳ quan điểm sai lầm nào về sự trống rỗng là hư vô. Vô ngã là sự trống rỗng của sự tồn tại độc lập, khiến người ta đến với sự hiểu biết rằng mọi thứ tồn tại bởi sự phụ thuộc. Do đó, chân lý Vô ngã bác bỏ sự cực đoan của khái niệm hư vô hoặc sự không tồn tại của vạn vật. Hơn nữa, vì các thành phần bên trong và bên ngoài tồn tại nhờ vào sự phụ thuộc vào nguyên nhân và điều kiện tương ứng, chúng không có bất kỳ sự tồn tại nội tại nào. Theo cách này, chân lý Vô ngã bác bỏ sự cực đoan của sự tồn tại. Do đó, trí tuệ này nhìn thấy bản chất phụ thuộc lẫn nhau của tất cả các hiện tượng và có thể giải thích chức năng của thế giới và của luật nghiệp. Ngài Long Thọ có nói trong Hiến bày Bồ đề tâm rằng:

Khi ta thấu hiểu sự trống rỗng của các hiện tượng,

Định luật kỳ diệu của nhân quả

Tỏa sáng tuyệt vời hơn,

Và đáng kinh ngạc hơn.

Ngoài ra, ngài Lạt Ma Tôn Đức Tông Khách Ba có nói trong cuốn sách Đại lộ Giác ngộ nổi tiếng toàn cầu của mình rằng, người thông minh sẽ có một niềm tin chắc chắn không thể lay chuyển rằng ý nghĩa của chân lý Vô ngã chính là thuyết Duyên. Do đó, sự trống rỗng bác bỏ cả hai thái cực – sự cực đoan của sự tồn tại, tức là sự tồn tại nội tại và sự cực đoan của sự không tồn tại, tức là chủ nghĩa hư vô – và đây được gọi là con đường trung đạo. Do đó, ngài Nguyệt Xứng trong sách Minh cú luận rằng sự trống rỗng, nguồn gốc phụ thuộc và con đường trung đạo là một. Ngài Nguyệt Xứng đã nói rằng,

“Do thiếu hai thái cực của sự tồn tại và sự không tồn tại, chân lý Vô ngã được coi là con đường trung đạo. Do đó, chân lý Vô ngã, thuyết Duyên khởi và con đường trung đạo đều đồng nghĩa với sự phát sinh phụ thuộc [đối với người đã tạo ra quan điểm Trung quán tông trong lục địa của mình].”

Theo như một nhánh Trung quán tông của Phật giáo Tây Tạng, trí tuệ của chân lý Vô ngã lập ra bản chất tối thượng của thực tế bằng cách loại bỏ sự tồn tại nội tại và độc lập, đây là vị trí triết học cuối cùng của giáo lý Phật.

Có hai lý thuyết về sự trống rỗng hay vô ngã là vô ngã của con người hoặc vô ngã của các hiện tượng. Sự vô ngã của con người có thể được hiểu ở hai cấp độ, nghĩa đen và nghĩa bóng. Bốn tư duy Phật giáo là Thắng luận tông, Kinh lương bộ, Duy thức luận và Trung quán luận (bao gồm hai chi phái Trung Quán – Tịch Khởi Tông và Trung quán – Cụ Duyên Tông) khác nhau về sự hiểu biết ở cả nghĩa đen lẫn nghĩa bóng về sự vô ngã của con người cũng như hiện tượng. Ba tư duy đầu tiên, tức là Thắng luận tông, Kinh lương bộ, Duy thức luận và một nhánh của Trung quán luận, Trung Quán – Tịch Khởi Tông, có cùng sự hiểu biết về sự vô ngã của con người ở cả nghĩa đen lẫn nghĩa bóng. Những tư duy này cho rằng sự vô ngã của con người ở nghĩa đen có nghĩa là sự vô ngã của bản thân vĩnh viễn, đơn nhất và độc lập và sự vô ngã của con người theo nghĩa bóng là sự vô ngã của thực tại đáng tự chủ. Trường phái Trung quán

– Cụ Duyên Tông thì tin vào sự vô ngã của con người dưới góc nhìn qua sự trống rỗng của sự tồn tại nội tại.

Như đã đề cập trước đây, những nguyên lý Phật giáo này cũng khác nhau trong cách hiểu về sự vô ngã của các hiện tượng. Nguyên lý Trung quán – Cụ Duyên Tông khẳng định rằng sự vô ngã của các hiện tượng cũng tinh tế không kém sự vô ngã của con người, tức là hiện tượng trống rỗng của sự tồn tại nội tại. Mặt khác, hai tư duy đầu tiên, Thắng luận tông và Kinh lương bộ, không thực sự thảo luận về sự vô ngã của các hiện tượng. Hai tư duy này nói về sự vô ngã của các hiện tượng dưới góc nhìn qua sự vô ngã của con người. Theo những tư duy Phật giáo còn lại, Duy thức luận và Trung Quán – Tự Khởi Tông, có một sự khác biệt rất lớn giữa sự vô ngã của con người và hiện tượng theo nghĩa bóng. Duy thức luận cho rằng không có đối tượng bên ngoài và khẳng định rằng tất cả các hiện tượng đều là bản chất của tâm trí và do đó không tồn tại bên ngoài tâm trí. Theo trường phái này sự trống rỗng của các hiện tượng có nghĩa là sự trống rỗng của thực tại bên ngoài. Ngoài ra, quan điểm của trường phái này về sự trống rỗng của các hiện tượng bao gồm sự trống rỗng của mối quan hệ chủ thể - đối tượng.

Hơn nữa, Trung Quán – Tự Khởi Tông bày tỏ rằng sự trống rỗng của các hiện tượng dưới góc nhìn về sự trống rỗng của sự tồn tại thực sự trong khi không bác bỏ sự tồn tại nội tại. Theo cách này, bốn nguyên lý của siêu hình học Phật giáo thúc đẩy một sự hiểu biết khác nhau và dần dần tinh tế hơn về những gì tạo nên sự thật hay sự trống rỗng tối thượng. Mặc dù những nguyên lý này khác nhau về cách diễn tả nhưng sự hiểu biết sâu sắc và kinh nghiệm về sự vô ngã được đề xuất bởi Thắng luận tông, Kinh lương bộ, Duy thức luận và Trung quán luận, Trung Quán – Tự Khởi Tông là vô cùng quan trọng vì những nguyên lý này là những bước cơ bản giúp người học dần dần và khéo léo hướng tới sự hiểu biết về sự tinh vi của vô ngã, tức là sự trống rỗng của sự tồn tại nội tại được bàn trong Trung quán – Cụ Duyên Tông.

Ta có thể đặt câu hỏi, ngoài việc tiết lộ bản chất thật của thực tế

thì chân lý Vô ngã còn có ý nghĩa nào khác không? Và có gì sai khi tin vào sự tồn tại độc lập và nội tại của sự vật không? Theo như ngài Long Thọ, trí tuệ của chân lý Vô ngã không chỉ là sự hiểu biết khái niệm đơn thuần về thực tế mà nó còn có ý nghĩa sâu sắc về tâm lý và đạo đức. Trong chương mười tám ‘Quán pháp’ của Trung quán luận, ngài Long Thọ có viết,

“Thông qua việc loại bỏ nghiệp chương và phiền não, có niết bàn.

Nghiệp và phiền não xuất phát từ ý nghĩ khái niệm.

Chúng đến từ sự bịa đặt tinh thần (nắm bắt sự tồn tại thực sự),

Chế tạo chấm dứt thông qua vô ngã.”

Trong câu này, ngài Long Thọ giải thích rằng sự đau khổ được sinh ra qua năm bước: (i) luân hồi trái ngược với Niết bàn, (ii) quy luật Nhân quả bị ô uế, (iii) phiền não, (iv) những suy nghĩ khái niệm không phù hợp đưa ra đặc tính sai cho các đối tượng và (v) những hiểu lầm về sự tồn tại độc lập của vạn vật, trong khi trong thực tế, chúng tồn tại chỉ bằng sự phụ thuộc.

Ông lập luận rằng niềm tin vào sự tồn tại độc lập của sự vật dẫn đến phiền não, từ đó dẫn đến chuỗi hành động phá hoại, phản ứng và đau khổ. Ông giải thích rõ ràng cách toàn bộ cơ chế này có thể hoạt động trong năm bước. Trước hết, niềm tin của chúng ta vào sự tồn tại nội tại hoặc độc lập của sự vật đặt một nền tảng sai lầm cho sự phiền não. Sau đó, những chú ý sai lầm này sẽ ban cho các vật thể, cả động lẫn vô tri, một giá trị hấp dẫn và gây ra ác cảm với các vật thể khác và do đó chúng ta phản ứng với các đối tượng và sự kiện nhất định với sự gắn bó và với các đối tượng khác với sự ác cảm. Kết quả là chúng ta rơi vào tình trạng rối loạn chức năng kéo dài do sự gắn kết của chúng ta với thế giới và với chúng sinh đồng loại của chúng ta, và do đó, tất cả các loại đau khổ xảy ra. Hơn nữa, ông lập luận trong dòng cuối cùng của khổ thơ này rằng chu kỳ đau khổ kéo dài này có thể được chấm dứt thông qua sự hiểu biết về chân lý Vô ngã. Nhờ vào sự thuyết phục, nhận thức và làm quen nhất quán với chân lý này, chúng ta có thể đảo ngược chuỗi hành động và phản ứng đã

nêu ở trên. Bằng cách không tuân thủ quan niệm sai lầm về sự tồn tại độc lập hay nội tại của sự vật, chúng ta sẽ không gán những thuộc tính sai cho các đối tượng, điều này ngăn chặn những phiền não và từ đó chấm dứt các hành động phá hoại hoặc ô uế.

Do đó, nếu ai đó thực sự muốn được giải thoát khỏi mọi nỗi sợ hãi, sự hiểu biết về chân lý Vô ngã là không thể thiếu. Đức Phật đã đề cập rất rõ ràng rằng những nỗi sợ hãi này không là gì ngoài kết quả của những hành động ngu dốt của chính chúng ta, được thực hiện dưới sự ảnh hưởng của bản thân và vô cùng xấu xa tự nắm bắt sự vô minh. Đức Phật đã dạy rằng,

*“Giống như trong giấc mơ của một cô gái trẻ,
 Cô đã gặp một cậu bé và nhìn thấy cái chết của anh ta,
 Cô vui mừng khi gặp mặt và tuyệt vọng về cái chết của anh,
 Xem tất cả các hiện tượng như vậy.”*

Điều này chỉ ra rằng tất cả những nỗi đau chúng ta trải qua giống như phản ứng của một đứa trẻ trước những điều đáng sợ nhìn thấy trong những cơn ác mộng. Nói cách khác, chúng bắt nguồn từ quan niệm sai lầm của chúng ta về việc xem mọi thứ là thực tế. Mọi thứ tồn tại, thế giới tồn tại nhưng chúng không tồn tại theo cách chúng xuất hiện với chúng ta. Chúng xuất hiện với chúng ta rất thực tế nhưng thực tế chúng tồn tại như trống rỗng của sự tồn tại nội tại hoặc giống như một giấc mơ. Và nếu chúng ta muốn thoát ra khỏi vòng khổ sở luân quần và không ngừng này, chúng ta nên tin vào chân lý Vô ngã qua cách học tập, suy tư và thiền định. Các cách này cũng sẽ giúp chúng ta khuất phục những nỗi đau trong cuộc sống. Thậm chí, vị thầy từ bi, Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã dạy chúng ta các cách khác nhau để đối phó với những đau khổ, chẳng hạn, Ngài dạy thiền về vô thường, các loại đau khổ, chánh niệm khác nhau để giúp chúng sinh với những định hướng tinh thần khác nhau. Nhưng trí tuệ của chân lý Vô ngã là bậc nhất trong những cách trên vì chân lý này có thể xua tan mọi phiền não của chúng ta, không chỉ bằng cách khuất phục chúng mà bằng cách loại bỏ nguyên nhân gốc rễ của chúng là tự mình nắm bắt sự thiếu hiểu biết. Ngài Long Thọ có nói trong Pháp giới tán rằng,

*“Vô thường, đau khổ và trống rỗng,
Ba điều này giúp thanh lọc tâm trí.
Pháp thanh tịnh tâm tốt nhất,
Là sự thiếu bản chất tự nhiên.”*

Ngoài ra, Đức Phật đã dạy trong Kinh pháp cú rằng tất cả các hình thức đều không có thật, ai biết và nhìn thấy sẽ trở nên thụ động trong nỗi đau và có thể đạt được sự thuần khiết. Do đó, ai học hỏi liên tục sẽ nhận ra sự trống rỗng hoặc bản chất giống như ảo ảnh của tất cả các hiện tượng và sẽ có thể chống lại được những nỗi sợ hãi và đau đớn tồi tệ nhất, và sẽ đạt được sự thuần khiết của niết bàn.

Hơn nữa, nếu khát vọng của chúng ta không chỉ là sự giải thoát cá nhân mà còn để mang lại lợi ích cho tất cả chúng sinh thông qua sự thức tỉnh hoàn toàn, dù có thực hành mười danh hiệu Phật giáo như sự hào phóng, kỷ luật đạo đức và tính kiên nhẫn sự hiểu biết về sự trống rỗng trở nên không thể thiếu. Đó là vì tất cả các thực hành này trở nên tinh khiết hoặc được hoàn thiện chỉ khi chúng được kết hợp với trí tuệ của sự trống rỗng. Ví dụ, ngài Nguyệt Xứng giải thích điều này qua khía cạnh của sự rộng lượng trên mặt đất Bồ tát đầu tiên, trong Chương một của Nhập trung đạo rằng,

*“Sự cho đi, khi không nghĩ đến người tặng, món quà, người nhận,
Được gọi là một sự cứu cánh vượt qua thế giới.
Nhưng khi chấp trước vào ba điều này xảy ra,
Thì đó là hành động của những người trần tục.”*

Hành động cho đi gắn liền với nhận thức rằng người cho, món quà, người nhận không có sự tồn tại nội tại là một minh chứng hoàn hảo của sự hào phóng. Sự cho đi không được kết hợp với hiểu biết này chỉ là một hành động trần tục. Việc thiên định không đối ngẫu về sự trống rỗng của một vị bồ tát là siêu phàm, do đó, việc thực hành gắn liền với nó là một sự hoàn hảo siêu phàm. Đó là bởi vì trí tuệ này nhận thức rằng cả ba lĩnh vực của người cho, quà tặng và

người thụ hưởng đều không có sự tồn tại nội tại. Tương tự như vậy, ông giải thích làm thế nào các vị bồ tát thực hành tất cả các sự hoàn hảo khác như kỷ luật đạo đức, sự kiên nhẫn, tập trung thiền định và trở thành siêu thế khi họ thấm nhuần sự hiểu biết về sự trống rỗng.

Để thực hành chân lý Vô ngã cần tu luyện sự yên tĩnh và bình tĩnh ở những cá nhân, những người thiền định và cũng đóng một vai trò quan trọng trong việc xây dựng hòa bình thế giới. Tình trạng của một gia đình, thành phố, quốc gia, thế giới hoặc toàn bộ vũ trụ được xác định dựa trên tình trạng của cư dân và mối quan hệ của họ với nhau không chỉ ở cấp độ cá nhân mà còn ở cấp độ hệ thống như giáo dục, kinh tế, chính trị hay môi trường. Và như đã giải thích trước đó, khi chúng ta càng thấy bản chất thực sự của tất cả các hiện tượng, tức là sự trống rỗng của sự tồn tại độc lập, chúng ta càng hiểu rõ hơn về hiệu quả của nguyên tắc phụ thuộc lẫn nhau. Thuyết Duyên khởi đã được Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đã dạy trong Đạo Càng Đại Thừa Kinh rằng một cái gì đó phát sinh vì một cái khác đã tồn tại; một cái gì đó được sinh ra bởi vì một cái khác đã được sinh ra. Điều này chỉ ra rằng bất kỳ thứ gì tồn tại, ra đời đều phụ thuộc vào một số điều kiện nhất định. Không có gì trong toàn bộ vũ trụ này có sự tồn tại độc lập hoặc nội tại.

Nếu ai đó nhìn thấy bản chất phụ thuộc lẫn nhau của tất cả các hiện tượng, người ta sẽ luôn nhận thức được thực tế rằng ngay cả hạnh phúc mà tất cả chúng ta muốn cũng là một hiện tượng phụ thuộc. Nó phụ thuộc vào nhiều yếu tố như giáo dục tốt, môi trường trong sạch, kinh tế ổn định, luật pháp và trật tự hiệu quả và hành vi của đồng bào chúng ta không chỉ đối với nhau mà còn đối với giáo dục, hệ sinh thái, kinh tế, luật pháp, quốc gia, thế giới và vũ trụ. Không còn nghi ngờ gì nữa, những vấn đề như mất lòng tin, tham nhũng, suy thoái hệ sinh thái, phân biệt chủng tộc, chiến tranh, khủng bố đều là kết quả của việc chúng ta thiếu hiểu biết về bản chất phụ thuộc lẫn nhau của vạn vật. David Bohm, một nhà vật lý nổi tiếng của thế kỷ XX, người đã đóng góp những ý tưởng không chính thống cho lý thuyết lượng tử, khoa học thần kinh và triết học của tâm trí nói,

“... Nếu chúng ta xem xét các ý thức hệ khác nhau có xu hướng chia rẽ nhân loại, như phân biệt chủng tộc, chủ nghĩa dân tộc cực đoan và đấu tranh giai cấp chủ nghĩa Marx, một trong những yếu tố quan trọng của nguồn gốc của chúng là xu hướng nhận thức mọi thứ như bị chia rẽ và ngắt kết nối.”

Từ quan niệm sai lầm này nảy sinh niềm tin rằng tất cả chúng ta và tất cả các chia rẽ này về cơ bản là độc lập và tự tồn tại, điều này thúc đẩy chúng ta tham gia vào tất cả các loại tham nhũng không chỉ ở cấp độ cá nhân mà cả quốc gia, quốc tế.

Vì lý do này, khi chúng ta càng hiểu sâu hơn về trí tuệ của chân lý Vô ngã khi thấy bản chất phụ thuộc lẫn nhau của tất cả các hiện tượng, chúng ta sẽ càng ít tuân theo quan niệm sai lầm về việc xem mọi thứ là độc lập hoặc tự tồn tại. Nói cách khác, người ta càng hiểu rõ nhiều hơn và chặt chẽ hơn về mạng lưới rộng lớn giữa sự phụ thuộc lẫn nhau của chúng sinh và thế giới chúng ta đang sống, chúng ta sẽ càng tôn trọng đồng loại, luật pháp và mệnh lệnh, hệ sinh thái và cả vai trò của giáo dục, chính trị, kinh tế trong việc xây dựng một thế giới hòa bình. Một lần nữa, theo thuyết Duyên khởi, chúng ta sẽ đóng một vai trò tích cực trong việc xây dựng thế giới mà tất cả chúng ta muốn sống. Do đó, di sản trí tuệ này có ý nghĩa rất sâu sắc trong việc giải thoát các cá nhân khỏi những đau đớn và căng thẳng tồi tệ nhất của cuộc sống và còn mang lại hòa bình trên toàn thế giới.