

ĐỨC PHẬT A DI ĐÀ MÀU GÌ

Cư Sĩ Nguyên Giác

Có phải Đức Phật A Di Đà màu xanh, hay màu trắng, hay màu đỏ, hay màu vàng, hay màu tím? Hay là những màu khác? Chúng ta chỉ có thể dựa trên kinh điển hay là kinh nghiệm riêng của mình, nếu đã có ai từng nhìn thấy Phật A Di Đà.

Khi dựa theo Kinh, theo truyền thống Tịnh Độ các nước như Việt Nam, Trung Quốc, Nhật Bản, Nam Hàn... Đức Phật A Di Đà sẽ có màu vàng. Nếu dựa theo Phật Giáo Tây Tạng, Đức Phật A Di Đà (Amitabha Buddha) tại Cõi Cực Lạc (Pure Land of Dewachen) sẽ có màu đỏ hồng ngọc (ruby red color). Như thế, kinh điển cũng có chỗ bất đồng, ít nhất là về phương diện màu sắc.

Còn nếu dựa theo kinh nghiệm riêng của các vị đã chứng ngộ, có thể sẽ thấy khác nhau, và cách mô tả chưa chắc dùng lời nói cho vẹn toàn, cho trọn ý? Thí dụ, đã có cả triệu người Việt tại quê nhà nhìn thấy tượng Phật Ngọc khi tượng được cung thỉnh tới nhiều chùa ở cả ba miền Nam, Trung, Bắc trong tháng 3 và tháng 4 của năm 2009, nhưng nếu được yêu cầu mô tả lại màu của tượng Phật Ngọc, chưa chắc đã có một câu trả lời thống nhất.

Dù vậy, trong cả triệu câu trả lời về màu tượng dị biệt đó, chúng ta có thể hy vọng một lời chia sẻ chung nhất phần nào hay không? Thí dụ, câu trả lời chung là màu xanh. Nhưng màu xanh nào? Tất nhiên là cũng có vô số sắc độ màu xanh, từ xanh nhạt tới xanh sậm, từ xanh biếc cho tới xanh đen, và vân vân... vậy thì màu xanh như thế nào.

Đẩy câu hỏi thêm một bước: nếu gặp người mù, chưa từng biết gì về màu xanh, làm sao bạn có thể mô tả về màu của tượng Phật Ngọc cho người này



hiếu? Thêm nữa, nếu gặp người bị loạn sắc, màu xanh có thể bị nhìn ra các màu khác, tùy mức độ bệnh. Và, nếu tượng Phật Ngọc đặt trong căn phòng nhiều màu đỏ, hay nhiều màu vàng, sẽ có những phản chiếu đỏ hay vàng tùy thuộc. Như thế, màu xanh này không có tự ngã, mà cũng là từ các nhân duyên khác nhau. Và do vậy, chỉ tạm gọi là xanh, vì xanh không thật là xanh.

Thêm nữa, pho tượng Phật Ngọc khi đặt ở sân một ngôi chùa để Phật tử chiêm ngắm, từ sáng cho đến tối, tức từ khi mặt trời mới mọc cho tới khi mặt trời lặn và rồi bật đèn điện lên, sẽ có các màu biến đổi khác nhau tùy theo nắng mặt trời ban ngày và tùy ánh sáng đèn điện ban đêm. Màu xanh chỉ là màu xanh đối với mắt của một ai nhìn. Khi cả trăm người đứng quanh tượng nhìn, có thể mỗi người sẽ thấy các màu khác nhau, tùy theo hướng mình đứng nhìn, và cũng tùy theo thời điểm trong ngày.

Câu hỏi là: khi tượng Phật Ngọc trưng bày ở sân chùa, và suốt cả ngày hôm đó không có ai tới nhìn, thì tượng có màu gì? Nếu vạn pháp duy tâm, và nếu trước ngôi tượng Phật Ngọc không có một tâm nào nhìn chiêm ngắm, thì pháp có thành tựu không, và màu có thật là màu không?

Nếu nói rằng lúc đó là Không màu, thì sẽ rơi vào đoạn kiến; nếu nói Có màu, sẽ rơi vào thường kiến. Nếu nói theo Tâm Kinh Bát Nhã, rằng Có vốn thật là Không, rằng Có vốn không khác với Không... thì với tâm nào để chúng ta chứng ngộ được cảnh giới của bài Tâm Kinh?

Thêm nữa, cái nhìn của chúng sinh không phải là cái nhìn như thật, vì hầu như luôn luôn bị ảnh hưởng và dắt dẫn bởi đủ thứ dầy đặc trong quá khứ và sẽ chạy lan man sang đủ thứ về tương lai. Chúng ta biết tượng Phật Ngọc có màu xanh là nhờ ký ức, nhờ kiến thức về màu mà chúng ta huân tập trong kiếp này, và nhờ khả năng phân biệt, đối chiếu với các màu sắc khác.

Khi nhìn màu tượng, có thể có người sẽ nhớ tới màu lá chuối non trong vườn nhà thời tuổi nhỏ. Và có thể sẽ có họa sĩ sẽ suy nghĩ rằng sau này,

phải tìm cách pha màu làm sao cho đúng màu xanh của tượng này. Trong khi đó, một chuyên gia thiết kế điện toán có thể thấy rằng trong bảng các màu sắc của màn hình Windows, chưa hề có màu xanh này, và vị này sẽ suy nghĩ là sẽ tìm ra cách làm được màn hình vi tính cho có màu này; anh sẽ còn thắc mắc thêm, màu xanh trên tượng không đồng nhất, vì các nếp áo trên tượng và các hốc mắt sẽ xanh sậm hơn, thậm chí có thể sẽ là màu đen. Thế nên, sẽ không ai mô tả đúng hoàn toàn như nhau.

Mỗi người sẽ có một thế giới hình thành từ kho quá khứ và từ các niệm khởi lên trong tâm. Niệm về màu xanh đã bất đồng, thế giới mỗi người tất nhiên là bất đồng.

Lấy thêm một thí dụ. Như trường hợp một thiếu nữ đang đi trên phố. Một vị bác sĩ nhìn thấy, có thể nhận ra rằng cô này có thể đang bị đau khớp đầu gối, giả sử như thế. Một võ sư có thể nhận ra đó là tướng đi của người trải qua nhiều năm học võ Thiếu Lâm. Một nhà thiết kế thời trang có thể nhận ra thiếu nữ từng tập đi giày cao gót với dáng đi trên sàn người mẫu thời trang kiểu New York. Một nhà thơ có thể chợt thấy thiếu nữ đi như từng bước nở hoa sen. Một thiếu nữ khác có thể sẽ chê cô này đi kiểu chi mà điệu ỏi là điệu... Cũng có thể, tất cả đều đúng, nếu thiếu nữ đã trải qua các chủng tử như thế. Và một thế giới trùng trùng duyên khởi hiện lên.

Như thế, màu xanh của tượng Phật Ngọc cũng có thể không được nhìn như là màu xanh, hay ít nhất, để nói cho an toàn, sẽ được nhìn thành vô lượng màu dị biệt nhau. Như thế, đúng ra có phải là “không màu” hay không? Có phải rằng Sắc tức là Không hay không? Có phải rằng thấy màu xanh mà không phải là xanh, nên mới gọi là màu xanh hay không?

Câu hỏi có thể đẩy thêm một bậc, rằng nếu thực sự không có ai đang nhìn, hay nếu được nhìn bởi người đã chứng ngộ vô ngã, thì cái gì được nhìn, và cái màu nào được nhận ra? Đây chính là chỗ vi diệu của bài Bát Nhã Tâm Kinh vậy.

Trở về trường hợp quán Phật A Di Đà. Giả sử rằng chúng ta đang tu phép quán theo Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật. Chúng ta nên quán Phật A Di Đà cao bao nhiêu? Một trăm mét, hay một ngàn mét? Giả sử chúng ta quán ngài cao 100 mét. Nhưng khi quán ngài ở xa, thì hình tướng sẽ nhỏ hơn khi quán ngài ở gần ngay trước mắt. Nghĩa là, ngay cả các vị sư các nước, và cả các vị lạt ma Tây Tạng, cũng sẽ quán Phật A Di Đà bất đồng nhau. Vì không ai đo chính xác trong tâm mỗi người quán thân Phật cao chính xác bao nhiêu và đứng ở độ xa bao nhiêu trước mắt mình.

Chính xác, theo bản Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật, ấn bản do Hòa Thượng Thích Trí Tịnh dịch sang Việt ngữ, thì Phật A Di Đà cao *“sáu mươi muôn ức na do tha hằng hà sa do tuần,”* nghĩa là một số đo cao lớn kinh khủng, mà tâm mỗi người quán chắc chắn sẽ nhận ra khác nhau.

Một đoạn trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật còn viết, trích: *“Đức Phật bảo A Nan và Vi Đề Hi: ‘Người muốn chí tâm sanh Cực Lạc thế giới, trước nên quán tượng Phật Vô Lượng Thọ cao một trượng sáu xích ở trên mặt nước ao báu’...”* (hết trích)

Thế nào là một trượng sáu xích? Mỗi người sẽ quán khác nhau, như đã dẫn các trường hợp trên. Nếu đã bất đồng về thân tướng được quán như thế, có thể hiểu rằng thân tướng được quán dị biệt thực sự không có đúng sai, và do vậy thực sự, quán thân tướng Phật A Di Đà cũng chỉ là quán Tướng Không của tâm mình.

Làm sao có thể nói rằng độ cao của Phật A Di Đà được quán trong tâm mình sẽ giống hệt độ cao của Phật A Di Đà được quán trong tâm người khác? Tương tự, màu sắc của Phật A Di Đà cũng thế. Do vậy, thực sự quán thân Phật A Di Đà cũng chính là tự quán hiện tượng của tâm mình. Và khi niệm khởi lên tướng Phật, đó chính là Sắc. Khi tâm không khởi quán, và khi niệm trở về cội nguồn của tâm lặng lẽ, trong sáng... thì đó chính là Không. Lúc đó, thấy ngay, Sắc với Không không phải là một, không phải là khác, và thấy ngay Sắc chính là Không, và ngược lại.

Trong bản Kinh này, Đức Phật bảo Vi Đề Hi: " Nay Thái phu nhơn có biết chăng? Phật A Di Đà cách đây chẳng xa, bà nên nhiếp niệm quán kỹ cõi nước ấy thì tịnh nghiệp được thành."

Đức Phật nói rằng "cách đây chẳng xa," nhưng với các đơn vị như muôn vạn ức na do tha do tuần, hiển nhiên là phải xa vô lượng. Nhưng có đơn vị nào vừa "cách đây chẳng xa" mà vừa là xa thật xa? Như thế, chỉ có thể là tâm. Vì trong tâm, niệm về xa cũng thật là rất gần. Và khi niệm trở về nơi của tâm lặng lẽ, trong sáng, thì các khái niệm xa và gần biến mất – đó là khi Sắc cũng là Không, cũng là khi sóng trở về nước.

Bản Kinh còn viết, trong bản dịch của Hòa Thượng Thích Trí Tịnh, trích:

"Đức Phật bảo A Nan và Vi Đề Hi: "Thấy hoa tòa rồi kể nên tướng Phật. Tại sao vậy? Vì chư Phật Như Lai là thân pháp giới vào khắp trong tâm tướng của tất cả chúng sanh, nên lúc các người tâm tướng Phật, tâm ấy tức là ba mươi hai tướng, tám mươi tùy hình hảo, tâm ấy làm Phật, tâm ấy là Phật. Chư Phật Chánh Biến Tri hải từ tâm tướng sanh, vì vậy nên nhất tâm buộc niệm, quán kỹ đức Phật ấy, đức Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri." (hết trích)

Nghĩa là, Phật dạy: Đức Phật là thân pháp giới, tức là toàn tâm của chúng sanh... tâm ấy làm Phật, tâm ấy là Phật... Biến trí huệ của Chư Phật là từ tâm sanh... vậy nên, nhất tâm buộc niệm, quán kỹ Đức Phật này...

Nếu không phải là Kinh, thì chúng ta dễ dàng, theo thói quen ưa biện biệt của mình, sẽ mệnh danh, xếp loại rằng đoạn văn này là chủ trương Duy Thức Tông, hay Thiên Tông, hay Hoa Nghiêm Tông, và vân vân. Tâm ấy làm Phật, tâm ấy là Phật... Như thế, quán Phật tức là quán Tâm.

Nhưng, tâm như thế nào? Bản Kinh cũng giải thích, trích:

"Đức Phật bảo A Nan và Vi Đề Hi: "Người sanh Cực Lạc thế giới, bậc Thượng Phẩm Thượng Sanh ấy. Nếu có chúng sanh nguyện sanh Cực Lạc thế giới phát ba thứ tâm liền được vãng sanh. Những gì là ba tâm?"

Một là chí thành tâm, hai là thâm tâm và ba là hồi hướng phát nguyện tâm. Người đủ ba tâm này ắt sanh Cực Lạc thế giới.” (hết trích)

Có thể thấy rằng, có vẻ như Đức Phật không nói gì ngoài tâm. Ngay cả bước đầu tu học, cũng là tâm. Vì trong Kinh này cũng ghi, “*Một là từ tâm bất sát, đủ các giới hạnh...*” Và tương tự, chúng ta thấy lời dạy cũng là tu giới, tu định, tu huệ... và ngoài tâm không có pháp nào khác.

Trở lại câu hỏi ban đầu, Phật A Di Đà màu gì. Bản Kinh viết:

“A Di Đà Phật thân thông như ý, nơi mười phương quốc độ biến hiện tự tại. Hoặc hiện thân lớn đầy trong hư không, hoặc hiện thân nhỏ một trượng sáu xích, hoặc là tám xích. Thân hình Phật hiện ra đều màu chơn kim, viên quang Hóa Phật và hoa sen báu như đã nói ở trên. “ (hết trích)

Như thế, Phật A Di Đà màu chơn kim, tức vàng ròng. Trong kinh, các đoạn khác cũng nói, “*Ánh sáng ấy kim sắc...*” và “*sắc vàng diêm phù đàn...*”

Nếu đã quán Đức Phật hiện thân lớn, hiện thân nhỏ đều được, có cần phải nhất định quán chỉ duy một màu vàng chơn kim?

Các vị sư Tây Tạng lại dạy phép Phowa (Chuyển Di Thần Thức) cho người muốn về Cõi Cực Lạc của Đức Phật A Di Đà, rằng phải thấy Phật A Di Đà màu hồng ngọc, tức là màu “red ruby color.” Các trang web của Phật Giáo Tây Tạng đại đa số cũng ghi như thế. Có thể vào trang www.google.com và gõ nhóm chữ “Amitabha Buddha red ruby” sẽ thấy ngay rất nhiều câu mô tả sắc đỏ hồng ngọc của Phật A Di Đà.



Tuy nhiên, một trang web nghệ thuật của Tây Tạng lại cho rằng Đức Phật A Di Đà trên các tranh thangka nên là màu vàng (gold). Như thế, tranh thangka, thực ra cũng là

tranh thờ, lại hình dung Phật A Di Đà là màu chon kim, hết như bản Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật đã viết.

Trang web này có tên là Lama Thangka Art Center, và link ở đây:
<http://www.thangkapaintings.com/>

Trong đó có viết, trích:

"...All our Amitabha thangka or thangka paintings are wonderfully painted. Most of the parts are painted with gold color which makes this Amitabha Thangka or Thangka Painting beautiful and glow the color of gold when light is given to it..." (hết trích)

Dịch là:

"...Tất cả các tranh vẽ Phật A Di Đà của chúng tôi, hay các tranh thangka, đều được vẽ màu tuyệt vời. Hầu hết các phần của tranh đều vẽ bằng màu vàng chon kim, và màu này làm tranh thangka Phật A Di Đà đẹp tuyệt và lấp lánh màu của vàng ròng khi ánh sáng chiếu vào..."

Như vậy, tại sao các đại sư Tây Tạng dạy pháp quán Phật A Di Đà màu đỏ hồng ngọc, mà các họa sĩ Tây Tạng lại vẽ tranh Phật A Di Đà màu vàng ròng?

Hay, muốn cho màu nào cũng được? Đã là pháp tu để giải thoát, làm sao tự ý muốn cho tùy thích được? Tranh thangka còn để thờ, đặt trên bàn thờ Phật, đâu có phải tùy thích như tranh lập thể, trừu tượng treo ở các phòng triển lãm.

Tuy nhiên, đó là chuyện của các đại sư Tây Tạng và của các họa sĩ Tây Tạng. Không phải chuyện của chúng ta nơi đây.

Bây giờ, để nói về “nhìn.” Hay gọi là “thấy” cũng được. Nghĩa là, một hành động của mắt.

Chúng ta thử ra hè phố đứng nhìn tia nắng phản chiếu ở góc phố, ở bờ tường từ sáng cho tới chiều, rồi có thể nói là màu nắng màu gì hay không?

Thậm chí, ngay khi nhìn một mảng bờ tường (lấy khoảng diện tích một thân người, hay thậm chí diện tích nhỏ cỡ bàn tay) chỉ trong một khoảnh khắc, có ai dám nói chỉ là một màu thuần túy hay không, hay thực sự nó là mosaic, một kết hợp đa sắc (chưa cần nói tới duyên khởi, chỉ cần nói theo mắt nhìn họa sĩ)?

Như thế, khi quán thân Phật, chúng ta nên quán như một kết hợp đa sắc để thành một màu biểu kiến là vàng ròng, hay chỉ đơn giản quán là vàng ròng tron? Thêm nữa, các nếp sạm và nhạt, nên quán là màu gì? Thí dụ, như hốc mắt, nếp nhăn ở bàn tay và ngón tay, vân vân... tất phải là sạm màu, vậy là màu gì? Ngay trên khuôn mặt, màu ở trán phải khác màu ở cằm, ở cổ... không lẽ quán thuần nhất một màu như quán bức tường. Mà như đã nói, một mảng bức tường cũng không thể thuần nhất màu. Nếu tâm mình chưa bao giờ thấy một màu thuần nhất, thì làm sao quán được? Và có ai dám nói thực sự là quán được một màu thuần nhất, khi trên đời này không hề có màu nào thuần nhất – vì luật vô thường chi phối tất cả các pháp, và vì màu sắc tất sẽ biến đổi theo mắt nhìn, hướng nhìn, thời điểm, môi trường ánh sáng...

Do vậy, tất cả các phép quán, dù là quán thân Phật, thực ra là quán tâm mình.

Bởi vì, nếu không có ai đứng trước mặt Phật, nếu không có mắt ai để nhìn Phật, nếu không có nhãn căn và nhãn thức để nhận ra thân Phật, thì thân Phật màu gì?

Khi mình nhìn màu vàng của bờ tường thì sẽ thấy tâm mình màu vàng của bờ tường, nhìn màu xanh của lá thì sẽ thấy tâm mình màu xanh của lá. Nghĩa là, thực sự tâm mình không có màu, nên thấy hiện ra vô lượng sắc màu. Chính vì có tâm, nên mới thấy sắc màu. Tâm và cảnh không lìa nhau, nên gọi là nhất như.

Khi mình nhìn mái ngói cong, sẽ thấy tâm mình có hình mái ngói cong. Khi mình nhìn cột điện thẳng, sẽ thấy tâm mình có hình cột điện thẳng. Khi mình nhìn mặt trăng tròn, sẽ thấy tâm mình có hình mặt trăng tròn. Do vậy, tâm mình không có hình tướng nhất định, nên mới có thể thấy vô lượng hình tướng. Nghĩa là, tâm vốn vô tướng, nên biến hiện ra vô lượng hình tướng. Chính vì có tâm, nên mới thấy hình tướng. Tâm và cảnh không lìa nhau, nên gọi là nhất như.

Khi mình nghe tiếng nhạc trầm bổng, sẽ thấy tâm mình vang âm trầm bổng. Khi mình nghe tiếng chim kêu ngang trời, sẽ thấy tâm mình là âm vang tiếng chim kêu ngang trời. Khi mình nghe tiếng chuông chùa bên bờ sông vắng, thì tâm mình sẽ là tiếng chuông chùa. Do vậy, tâm mình vốn thực sự là vô thanh, nên biến hiện ra vô lượng âm thanh. Chính vì có tâm, nên mới nhận ra âm thanh. Tâm và cảnh không lìa nhau, nên gọi là nhất như.

Như thế, khắp pháp giới đều từ một niệm tâm mà sanh khởi. Khi không nhìn, không nghe, thì tất cả các pháp đều lặng lẽ, đều vô tướng và đều vô thanh. Khi nhìn và nghe với tâm lặng lẽ đó của vô ngã, thì không bị buộc vào tất cả hình tướng, âm thanh nào cả. Đó là khi tâm và cảnh không ngăn ngại nhau. Đó là khi Nhân và Cảnh không đoạt nhau.

Do vậy, kinh Phật là để chỉ ra tâm, không chỉ gì khác, tất cả đều là phương tiện, kể cả chú thuật và quyền phép thần thông. Đó là lý do tại sao ngài Quán Âm (Avalokeshvara) có nhiều màu khác nhau, tùy pháp môn mà hiện màu trắng, đỏ, vàng... Cụ thể, Kinh nói rằng Đức Quán Âm hiện ra 32

sắc tướng khác nhau để tùy duyên độ chúng sinh. Nói rằng 32 sắc tướng, nhưng thực sự là vô lượng, và ở vô số cõi nước.

Tương tự, tâm của mỗi người chúng ta cũng biến hiện vô lượng sắc tướng âm thanh. Khi tu pháp Quán Phật A Di Đà, là đưa vô lượng sóng niệm trở về một biển tâm lặng lẽ, thuần một màu, và đứng ra, nói cho tận cùng, là trở về “*màu sắc của cái không hề có sắc màu.*”

Bây giờ, giả sử, hôm nay chúng ta ra đứng một nơi ở ven biển bờ rừng. Một nơi thật hoang vắng. Chúng ta nghe tiếng sóng biển rì rào, tiếng gió thổi ào ạt, tiếng lá rừng xào xạc, tiếng chim kêu vọng lại, vãn vãn... Nghĩa là, chúng ta nghe một dàn hòa tấu vĩ đại của thiên nhiên. Tất cả các âm thanh đó vang trong tâm chúng ta, dù là âm thanh dồn dập thế nào, dù âm thanh nhiều tới mức nào... cũng vẫn dung chứa gọn trong tâm chúng ta. Nghĩa là, tâm mình không gọi là ít, mà cũng không gọi là nhiều được.

Giả sử, ngày hôm sau, chúng ta không ra nơi ven biển bờ rừng đó. Chúng ta biết nơi đó thật hoang vắng, không ai tới đó cả. Câu hỏi là: các âm thanh của dàn hợp tấu kia hôm sau có hay không, và nếu có thì có thế nào? Rằng, có tiếng sóng biển không, có tiếng gió gào không, có tiếng chim kêu bờ rừng không... khi không có một ai đứng đó như hôm qua?

Do vậy, quán Phật A Di Đà hay quán Cõi Cực Lạc thực ra là đi đứng nằm ngồi đều quán tâm mình. Để nhắc lại đoạn kinh đã dẫn trên trong Kinh Quán Vô Lượng Thọ Phật, bản do Thầy Thích Trí Tịnh dịch:

“Đức Phật bảo A Nan và Vi Đề Hi: “Thấy hoa tòa rồi kể nên tướng Phật. Tại sao vậy? Vì chư Phật Như Lai là thân pháp giới vào khắp trong tâm tướng của tất cả chúng sanh, nên lúc các người tâm tướng Phật, tâm ấy tức là ba mươi hai tướng, tám mươi tùy hình hảo, tâm ấy làm Phật, tâm ấy là Phật. Chư Phật Chánh Biến Tri hải từ tâm tướng sanh, vì vậy nên nhứt tâm buộc niệm, quán kỹ đức Phật ấy, đức Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri.” (hết trích)

Thế đó: lúc các người tâm tưởng Phật, tâm ấy là ba mươi hai tướng, tám mươi tùy hình hảo, tâm ấy làm Phật, tâm ấy là Phật...

Ngắn gọn, nếu bạn theo học pháp Phowa với các đại sư Tây Tạng, hãy quán Phật A Di Đà màu đỏ hồng ngọc; nếu bạn theo Tịnh Độ Tông, hãy quán Phật màu vàng ròng. Không có gì cần thắc mắc về màu dị biệt.

Trường hợp, nếu bạn tu Thiền Tông, thì nên luôn luôn tự hỏi mình câu này: Ai đang nhìn, đang nghe này... Ai đang đi, đang đứng, đang ngồi này... Cứ giữ chữ Ai đó là đủ, tới một lúc sẽ thấy rằng mình vẫn đang đi đứng nằm ngồi, nhưng thực sự là vô ngã. Lúc đó, mới hoàn toàn không còn chỗ nào nghi ngờ lời của Phật dạy.