

Intimacy  
Trusting Oneself and the Other

# Thân mật

Cội nguồn của  
Hạnh Phúc



**OSHO**

Lâm Đặng Cam Thảo dịch



NHA XUẤT BẢN  
VĂN HÓA - VĂN NGHỆ TP. HỒ CHÍ MINH

# Lời nói đầu

Mọi người đều sợ thân thiết - nó là điều khác dù bạn nhận biết về nó hay không. Thân thiết nghĩa là phơi bày bản thân bạn trước người lạ - và chúng ta tất cả đều là người lạ; chẳng ai biết ai. Chúng ta thậm chí còn là người lạ với bản thân mình bởi vì chúng ta không biết chúng ta là ai.

Thân thiết đem bạn tới gần người lạ. Bạn phải vứt bỏ tất cả mọi phòng thủ; chỉ thế thì thân thiết mới là có thể. Và nỗi sợ là ở chỗ nếu bạn vứt bỏ tất cả mọi phòng thủ, tất cả mặt nạ của bạn, ai biết người lạ sẽ làm gì với bạn? Chúng ta tất cả đều che giấu cả nghìn lẻ một thứ, không chỉ với người khác mà với bản thân mình, bởi vì chúng ta đã được nuôi dưỡng bởi nhân loại óm yếu với đủ mọi loại kìm nén, cấm đoán, kiêng kị. Và nỗi sợ là ở chỗ với ai đó là người lạ - và điều đó chẳng thành vấn đề, bạn có thể đã sống với một người trong ba mươi năm, bốn mươi năm; tính lạ chẳng bao giờ biến mất - người ta cảm thấy an toàn hơn khi giữ chút ít phòng thủ, chút ít khoảng cách, bởi vì ai đó có thể tận dụng điểm yếu của bạn, nhược điểm của bạn, mong manh của bạn.

Mọi người đều sợ thân thiết.

Vấn đề trở nên phức tạp hơn bởi vì mọi người đều muốn thân thiết. Mọi người đều muốn thân thiết bởi vì nếu không bạn một mình trong vũ trụ này - không bạn bè, không người yêu, không ai bạn có thể tin cậy được, không người nào bạn có thể mở tất cả các vết thương của mình ra. Và vết thương không thể được chữa lành chừng nào chúng còn chưa được mở ra. Bạn càng che giấu chúng, chúng càng trở nên nguy hiểm hơn. Chúng có thể trở thành ung thư.

Một mặt thân thiết là nhu cầu bản chất, cho nên mọi người đều khao khát nó. Bạn muốn người khác thân thiết để cho người khác vứt bỏ phòng thủ của họ, trở thành mong manh, cởi mở tất cả các

vết thương của người đó, vứt bỏ tất cả các mặt nạ và cá tính giả của người đó, đứng trần trụi như người đó vậy. Và mặt khác, mọi người đều sợ thân thiết - bạn muốn thân thiết với người khác, nhưng bạn không muốn vứt bỏ phòng thủ *của mình*. Đây là một trong những xung đột giữa bạn bè, giữa người yêu: Không ai muốn vứt bỏ phòng thủ của mình, và không ai muốn tới trần trụi và chân thành, cởi mở hoàn toàn - vậy mà cả hai đều cần thân thiết.

Chừng nào bạn còn chưa vứt bỏ tất cả những kìm nén và cấm đoán của mình - cái vốn là món quà của tôn giáo của bạn, văn hoá của bạn, xã hội của bạn, bố mẹ của bạn, giáo dục của bạn - bạn sẽ không bao giờ có khả năng thân thiết với ai đó. Và bạn sẽ phải lấy bước đầu.

Nhưng nếu bạn không có kìm nén hay cấm đoán nào, thế thì bạn cũng không có vết thương nào. Nếu bạn đã sống một cuộc sống đơn giản, tự nhiên, sẽ không có sợ hãi thân thiết, chỉ có niềm vui vô cùng của hai ngọn lửa tới gần nhau thế, chúng gần như trở thành một ngọn lửa. Và sự gặp gỡ này cực kì hài lòng, thoả mãn, hoàn thành. Nhưng trước khi bạn có thể đạt tới thân thiết, bạn phải lau sạch ngôi nhà mình hoàn toàn.

Chỉ con người của thiên mới có thể cho phép thân thiết xảy ra. Người đó chẳng có gì để che giấu. Tất cả những điều làm cho người đó sợ rằng ai đó có thể biết, bản thân người đó đã vứt bỏ rồi. Người đó chỉ có trái tim im lặng và yêu thương.

Bạn phải chấp nhận bản thân mình trong tính toàn bộ của mình. Nếu bạn không thể chấp nhận bản thân mình trong tính toàn bộ của mình, làm sao bạn có thể trông đợi ai đó khác chấp nhận bạn được? Và bạn đã từng bị mọi người kết án, và bạn đã học chỉ mỗi một điều: tự kết án mình. Bạn cứ che giấu nó; nó không phải là cái gì đó đẹp đẽ để trưng bày cho người khác. Bạn biết những điều xấu đang giấu kín trong mình, bạn biết điều ác đang bị giấu kín trong bạn, bạn biết tính thú vật bị giấu kín trong bạn. Chừng nào bạn còn chưa biến đổi thái độ của mình và chấp nhận bản thân mình như một trong những con vật trong sự tồn tại...

Từ *con vật* - *animal* không xấu. Nó đơn giản nghĩa là sống động; nó bắt nguồn từ *anima*. Bất kì ai đang sống động đều là con vật. Nhưng con người đã được dạy, "Bạn không phải là con vật; con vật ở xa dưới bạn. Bạn là con người." Bạn đã được cho sự cao siêu giả dối. Sự thực là, sự tồn tại không tin vào cao siêu và thấp kém. Với sự tồn tại, mọi thứ đều bình đẳng: cây cối, chim chóc, con vật, con người. Trong sự tồn tại, mọi thứ đều tuyệt đối được chấp nhận như nó vậy; không có kết án.

Nếu bạn chấp nhận tính dục của mình vô điều kiện, nếu bạn chấp nhận rằng con người và mọi sinh linh trên thế giới là mong manh, rằng cuộc sống là sợi chỉ rất mảnh có thể bị đứt vào bất kì lúc nào... Một khi điều này được chấp nhận, và bạn vứt bỏ bản ngã giả tạo - của việc là Alexander Đại đế, Mohammad Ali ba lần vĩ đại - bạn đơn giản hiểu rằng mọi người là đẹp trong cái bình thường của mình và mọi người đều có nhược điểm; chúng là một phần của bản tính người bởi vì bạn không được làm từ thép. Bạn được làm từ thân thể rất mảnh mai. Khoảng thân nhiệt của cuộc đời bạn là giữa ba sáu độ và bốn ba độ, chỉ bảy độ là toàn thể khoảng nhiệt cuộc sống bạn. Xuống thấp dưới nó và bạn chết; vượt lên hơn nó và bạn chết. Và cùng điều đó áp dụng cho cả nghìn lẻ một thứ trong bạn. Một trong những nhu cầu cơ bản nhất là được cần tới. Nhưng không ai muốn chấp nhận rằng "chính nhu cầu cơ bản của tôi là được cần tới, được yêu mến, được chấp nhận."

Chúng ta đang sống trong giả vờ thế, đạo đức giả thế - đó là lí do tại sao thân thiết tạo ra sợ hãi. Bạn không phải là cái bạn dường như là. Dáng vẻ của bạn là giả. Bạn có thể dường như là thánh nhân, nhưng sâu bên dưới bạn vẫn là con người yếu đuối với tất cả những ham muốn và tất cả những khao khát.

Bước đầu tiên là chấp nhận bản thân mình trong tính toàn bộ - mặc cho tất cả truyền thống của bạn, cái đã đưa toàn thể nhân loại thành điên khùng. Một khi bạn đã chấp nhận bản thân mình như mình vậy, nỗi sợ thân thiết sẽ biến mất. Bạn không thể mất kính trọng, bạn không thể mất vĩ đại, bạn không thể mất bản ngã của mình. Bạn không thể mất tính đạo đức giả của mình, bạn không thể

mất tính thánh thiện của mình - bạn tự mình đã vứt bỏ tất cả những cái đó. Bạn giống như trẻ thơ, hoàn toàn hồn nhiên. Bạn có thể cởi mở bản thân mình bởi vì bên trong bạn không bị chất đầy những kìm nén xấu mà đã trở thành hư hỏng. Bạn có thể nói mọi điều mà bạn cảm thấy đích thực và chân thành. Và nếu bạn sẵn sàng để thân thiết, bạn sẽ động viên người khác cũng thân thiết. Cởi mở của bạn sẽ giúp cho người khác cũng cởi mở với bạn. Giản dị không giả dối của bạn sẽ cho phép người khác cũng tận hưởng giản dị, hồn nhiên, tin cậy, yêu mến, cởi mở.

Bạn đang bị nhốt trong những khái niệm ngu xuẩn, và nỗi sợ là ở chỗ nếu bạn trở nên rất thân thiết với ai đó, người đó sẽ trở nên nhận biết về nó. Nhưng chúng ta là những sinh linh yếu ớt - yếu ớt nhất trong toàn thể sự tồn tại. Con của con người là đứa trẻ yếu ớt nhất trong tất cả các con vật khác. Con của các con vật khác có thể sống sót không mẹ, không bố, không gia đình. Nhưng con của con người sẽ chết ngay lập tức. Cho nên yếu ớt này không phải là cái gì đó để bị kết án - nó là cách diễn đạt cao nhất của tâm thức. Hoa hồng cũng yếu ớt; nó không phải là đá. Và không cần cảm thấy khó chịu về điều đó, rằng bạn là bông hồng và không phải là đá.

Chỉ khi hai người trở nên thân thiết họ mới không còn là người lạ. Và đó là kinh nghiệm đẹp khi thấy rằng không chỉ bạn mới đầy nhược điểm mà người khác nữa - có lẽ mọi người - cũng đầy nhược điểm. Cách diễn đạt cao nhất của bất kì cái gì cũng đều trở nên yếu hơn. Rễ rất mạnh, nhưng hoa không thể mạnh thế được. Cái đẹp của nó là bởi vì sự không mạnh của nó. Vào buổi sáng nó nở cánh hoa ra để đón chào mặt trời, nhảy múa cả ngày trong gió, trong mưa, trong mặt trời, và đến tối cánh hoa đã bắt đầu rũ rời rụng; nó mất đi.

Mọi thứ đẹp, quý giá, đều sẽ rất nhất thời. Nhưng bạn muốn mọi thứ là thường hằng. Bạn yêu ai đó và bạn hứa, "Anh sẽ yêu em cả đời." Và bạn biết hoàn toàn rõ là bạn thậm chí không thể chắc chắn được ngày mai - bạn nói lời hứa giả dối. Tất cả mọi điều bạn có thể nói là, "Anh yêu em khoảnh khắc này, và anh sẽ trao tính toàn bộ

của anh cho em. Về khoản khắc tiếp anh chẳng biết gì. Làm sao anh có thể hứa được? Em phải tha thứ cho anh."

Nhưng những người yêu đều hứa hẹn đủ mọi thứ họ không thể hoàn thành được. Thế rồi thất vọng bước vào; thế rồi khoảng cách trở nên ngày một lớn hơn; thế rồi tranh đấu, xung đột, vật lộn, và cuộc sống đã từng được ngụ ý trở nên hạnh phúc hơn lại trở thành chỉ là nỗi khổ dài lâu, mòn mỏi.

Nếu bạn trở nên nhận biết rằng bạn sợ thân thiết, điều đó có thể trở thành khả lộ lớn cho bạn, và thành cuộc cách mạng nếu bạn nhìn vào bên trong và bắt đầu vứt bỏ mọi thứ mà bạn cảm thấy xấu hổ và chấp nhận bản tính của bạn như nó vậy, không như nó đáng phải là. Tôi không dạy cái "phải" nào cả. Mọi cái "phải" đều làm cho tâm trí con người ốm yếu. Mọi người nên được dạy về cái đẹp của 'đây', huy hoàng vô cùng của bản tính. Cây không biết gì tới Mười lời răn, chim không biết gì tới Kinh sách Thiên liêng. Chính con người mới tạo ra vấn đề cho bản thân mình. Bằng kết án bản tính riêng của mình, bạn trở nên chia chẻ, bạn trở thành tinh thần phân liệt.

Và không chỉ người thường mà cả những người ở tầm mức của Sigmund Freud, người đã đóng góp lớn cho nhân loại về tâm trí. Phương pháp của ông ấy là phân tâm, rằng bạn phải được làm cho nhận biết về tất cả những cái là vô thức trong bạn. Và đây là bí mật: Một khi một cái gì đó vô ý thức được mang tới tâm trí có ý thức, nó bay hơi. Bạn trở nên sạch hơn, nhẹ hơn. Ngày càng nhiều vô ý thức được làm nhẹ gánh, ý thức của bạn càng trở nên lớn hơn. Và khi miền vô ý thức co lại, lãnh thổ của ý thức mở rộng ra.

Đó là chân lí mênh mông. Phương Đông đã biết nó trong hàng nghìn năm, nhưng với phương Tây, Sigmund Freud đã giới thiệu nó - chẳng biết gì về phương Đông và tâm hồn học của nó. Đó là đóng góp cá nhân của ông ấy. Nhưng bạn sẽ ngạc nhiên: ông ấy chưa bao giờ sẵn sàng để được phân tâm cho chính mình. Người sáng lập của phân tâm học chưa bao giờ được phân tâm. Đồng nghiệp của ông ấy cứ nài nỉ đi nài nỉ lại: "Phương pháp thầy đã trao cho

chúng tôi - và tất cả chúng tôi đều đã được phân tâm - sao thầy cứ khẳng định rằng thầy không nên được phân tâm?"

Ông ấy nói, "Quên chuyện đó đi." Ông ấy sợ phơi bày bản thân mình. Ông ấy đã trở thành thiên tài lớn và phơi bày bản thân ông ấy sẽ đưa ông ấy xuống nhân loại bình thường. Ông ấy có cùng nỗi sợ, cùng ham muốn, cùng kìm nén. Ông ấy chưa bao giờ nói về giấc mơ của mình; ông ấy chỉ nghe về giấc mơ của người khác. Và đồng nghiệp của ông ấy rất ngạc nhiên - "Sẽ là đóng góp lớn lao khi biết về giấc mơ của thầy" - nhưng ông ấy chưa bao giờ đồng ý nằm ra trên tràng kỉ của nhà phân tâm và nói về giấc mơ của mình. Bởi vì giấc mơ của ông ấy cũng bình thường như của bất kỳ ai khác - đó là nỗi sợ.

Một Phật Gautam sẽ không sợ đi vào trong thiên. Đó là đóng góp của ông ấy - một loại thiên đặc biệt. Và ông ấy chắc sẽ không sợ bất kỳ việc phân tâm nào, bởi vì với người hành thiên, dần dần mọi giấc mơ của người đó biến mất. Ban ngày người đó vẫn còn im lặng trong tâm trí mình, không có lưu chuyển thông thường của các ý nghĩ. Và ban đêm người đó ngủ say, bởi vì mơ không là gì ngoài những ý nghĩ chưa được sống, ham muốn chưa được sống, khao khát chưa được sống từ ban ngày. Chúng đang cố gắng làm đầy đủ chúng, ít nhất trong giấc mơ.

Sẽ rất khó cho bạn tìm thấy ai đó mơ về vợ mình, hay về chồng mình. Nhưng điều tuyệt đối thông thường là họ mơ về vợ của hàng xóm và chồng của hàng xóm. Vợ sẵn có rồi, chồng không kìm nén cái gì khi có liên quan tới vợ. Nhưng vợ của hàng xóm bao giờ cũng đẹp hơn; cỏ bao giờ cũng xanh hơn ở phía bên kia hàng rào. Và cái mà không thể tiếp cận được lại tạo ra ham muốn sâu sắc để có được nó, để sở hữu nó. Ban ngày bạn không thể làm được điều đó, nhưng trong mơ ít nhất bạn cũng tự do. Tự do với việc mơ chưa từng bị các chính phủ tước đi.

Sẽ không lâu đâu - chẳng mấy chốc họ sẽ tước nó đi, bởi vì các phương pháp đang sẵn có, đã sẵn có, cho nên họ có thể theo dõi khi nào bạn mơ và khi nào bạn không mơ. Và có khả năng một ngày

nào đó tìm ra phương cách khoa học để cho giấc mơ của bạn có thể được chiếu lên màn ảnh. Một số điện cực sẽ được thêm vào trong đầu bạn. Bạn sẽ ngủ say, đang mơ vui sướng, làm tình với vợ hàng xóm bạn và toàn thể rạp chiếu bóng sẽ xem điều đó - và họ thường nghĩ người này là thánh nhân đấy!

Đến mức này thì bạn thậm chí có thể thấy; bất kì khi nào một người ngủ, quan sát xem: nếu tròng mắt của người đó không biểu lộ bất kì chuyển động nào của mắt người đó ở bên trong, thế thì người đó không mơ. Nếu người đó mơ thế thì bạn có thể thấy rằng mắt người đó đang chuyển động.

Có thể chiếu giấc mơ của bạn lên màn ảnh. Cũng có thể áp đặt việc mơ nào đó vào bạn. Nhưng ít nhất mãi cho tới giờ, thậm chí không thể chế nào có thể nói được về điều đó, rằng "Mọi người tự do mơ, đó là quyền tập ấm của họ."

Một Phật Gautam không mơ. Thiền là con đường vượt ra ngoài tâm trí. Ông ấy sống trong im lặng hoàn toàn hai mươi bốn giờ - không gợn sóng nào trên chiếc hồ tâm thức của ông ấy, không ý nghĩ, không mơ.

Nhưng Sigmund Freud sợ bởi vì ông ấy biết điều ông ấy mơ.

Tôi đã nghe nói về một sự vụ thực tế. Ba nhà tiểu thuyết lớn người Nga - Chekhov, Gorky và Tolstoy - cùng ngồi trên một ghé băng trong công viên và tán gẫu... và họ là những người bạn lớn. Tất cả đều là các thiên tài; tất cả đều sáng tạo ra những tiểu thuyết vĩ đại tới mức thậm chí ngày nay, nếu bạn đếm mười tiểu thuyết vĩ đại của thế giới, ít nhất năm cuốn sẽ là từ các nhà tiểu thuyết Nga - trước cách mạng. Sau cách mạng, họ đã không sáng tạo ra lấy một tiểu thuyết có phẩm chất của thiên tài. Bây giờ, đó là dưới chỉ dẫn của chính phủ. Chính phủ là nhà xuất bản duy nhất; chính phủ gọt tĩa, và những người gọt tĩa chẳng biết gì về nghệ thuật. Họ là công chức. Viên cảnh sát trưởng của Pune vừa mới hỏi rằng trước khi bài nói của tôi được xuất bản, ông ta sẽ gọt tĩa chúng - và cảnh sát trưởng làm gì với thiên? - nhưng điều đó đang xảy ra ở Nga, và bởi

vì điều đó, trong thời gian bảy mươi năm sau cách mạng, họ đã không có khả năng tạo ra một tác phẩm lớn. Nhưng trước cách mạng, Nga ở hàng đầu trong tính sáng tạo. Ba người này vẫn được tính là những tiểu thuyết gia vĩ đại.

Chekhov đang nói về những người đàn bà trong đời mình. Gorky tham gia vào; ông ấy cũng nói vài điều. Nhưng Tolstoy vẫn còn im lặng. Tolstoy là người Ki tô giáo rất tôn giáo chính thống... bạn sẽ ngạc nhiên mà biết rằng Mahatma Gandhi ở Ấn Độ đã chấp nhận ba người làm thầy của ông ấy, và một người là Tolstoy.

Và ông ấy phải đã từng kìm nén nhiều thế... ông ấy là một trong những người giàu nhất ở Nga - ông ấy thuộc vào gia đình hoàng gia - nhưng ông ấy sống như kẻ ăn xin nghèo nàn, bởi vì "được ân huệ là những người nghèo và họ sẽ được kế thừa vương quốc của Thượng đế," và ông ấy không sẵn lòng từ bỏ vương quốc của Thượng đế lại sau. Điều này không đơn giản, và nó không phải là vô ham muốn - nó là ham muốn quá nhiều. Nó là tham lam quá nhiều, nó là bản năng quá nhiều về quyền lực. Ông ấy hi sinh cuộc đời này và niềm vui của nó bởi vì nó là cuộc đời nhỏ bé... và thế rồi ông ấy sẽ tận hưởng thiên đường và vương quốc của Thượng đế vĩnh hằng. Đó là việc mặc cả hời, gần giống như xổ số, và chắc chắn.

Ông ấy sống cuộc sống rất vô dục, toàn ăn chay... ông ấy gần như thánh nhân. Một cách tự nhiên, giấc mơ của ông ấy phải đã rất xấu, ý nghĩ của ông ấy phải đã rất xấu, và khi Chekhov và Gorky hỏi ông ấy, "Tolstoy, sao ông im lặng? Nói điều gì đó đi chứ!" Ông ấy nói, "Tôi không thể nói được điều gì về đàn bà. Tôi sẽ nói điều đó chỉ khi một chân tôi ở dưới mồ. Tôi sẽ nói điều đó, và nhảy vào mồ."

Bạn có thể hiểu tại sao ông ấy sợ thế khi nói về bất kì cái gì - điều đó đã sôi bên trong ông ấy. Bây giờ, bạn không thể rất thân thiết với người như Tolstoy.

Thân thiết đơn giản nghĩa là, "Các cánh cửa của trái tim đều mở cho bạn, bạn được đón chào đi vào và là khách." Nhưng điều đó là có thể chỉ nếu bạn có trái tim không bốc mùi bởi dâm dục bị kìm

nén, trái tim không sôi lên với đủ mọi loại hư hỏng, điều là tự nhiên - tự nhiên như cây cối, hồn nhiên như trẻ thơ. Thế thì không có sợ hãi thân thiết.

Đó là điều tôi đang cố gắng làm: giúp bạn làm nhẹ gánh vô ý thức của bạn, làm nhẹ gánh tâm trí bạn, trở thành bình thường. Không có gì đẹp hơn là chỉ đơn giản và bình thường. Thế thì bạn có thể có nhiều bạn thân thiết, nhiều mối quan hệ thân thiết nhất có thể được, bởi vì bạn không sợ cái gì cả. Bạn trở thành cuốn sách mở - bất kì ai cũng có thể đọc. Không có gì che giấu cả.

Mọi năm, câu lạc bộ sẵn lại đi lên vùng núi Montana. Các thành viên rút rơm để quyết định ai sẽ làm bếp và cũng đồng ý rằng bất kì ai phàn nàn về thức ăn sẽ tự động thay thế cho anh nuôi không may mắn.

Nhận ra rằng sau vài ngày không ai muốn liều nói ra cái gì, Sanderson quyết định một kế hoạch liều lĩnh. Anh ta tìm một ít phân nai sừng tấm và thêm vào đó hai nắm món hầm đêm đó. Mọi người nhăn nhó quanh đồng lửa trại sau vài miếng đầu, nhưng không ai nói gì cả. Thế rồi một thành viên bỗng nhiên phá tan im lặng. "Này," anh ta kêu lên, "món này có mùi như cứt sừng nai tấm - nhưng mà ngon!"

Anh ta không phàn nàn. Thực tế, anh ta ca ngợi!

Bạn có nhiều khuôn mặt thế. Bên trong, bạn nghĩ điều này; bên ngoài, bạn bày tỏ cái gì đó khác. Bạn không phải là một toàn thể hữu cơ.

Thành thoi và phá huỷ chia chẻ mà xã hội đã tạo ra trong bạn. Chỉ nói điều bạn ngụ ý. Hành động theo tính tự phát riêng của bạn, đừng bao giờ bận tâm về hậu quả. Đó là cuộc sống nhỏ, và nó không nên bị làm hỏng trong việc nghĩ về hậu quả ở đây và sau đây.

Người ta nên sống một cách toàn bộ, mãnh liệt, vui vẻ, và giống như cuốn sách mở, sẵn có cho bất kì ai đọc nó. Tất nhiên bạn sẽ

không làm ra cái tên trong sách lịch sử. Nhưng phỏng có ích gì để làm ra cái tên trong sách sử?

Sống, thay vì nghĩ về việc được ghi nhớ đi. Bạn sẽ chết.

Hàng triệu người đã sống trên trái đất và chúng ta không biết thậm chí tới tên của họ. Chấp nhận sự kiện đơn giản này đi, rằng bạn ở đây chỉ trong vài ngày và thế rồi bạn sẽ qua đi. Vài ngày này không nên bị phí hoài trong đạo đức giả, trong sợ hãi. Những ngày này phải được sống hân hoan - bởi vì không ai biết gì về tương lai cả. Cõi trời của bạn và địa ngục của bạn và Thượng đế của bạn có thể nhất thì tất cả đều là giả thuyết thôi, không được chứng minh. Điều duy nhất ở trong tay bạn là cuộc sống của bạn - làm cho nó thành giàu có nhất có thể được đi.

Bằng thân thiết, bằng tình yêu, bằng cởi mở bản thân mình cho nhiều người, bạn trở nên giàu có hơn. Và nếu bạn có thể sống trong tình yêu sâu sắc, trong tình bạn sâu sắc, trong thân thiết sâu sắc, với nhiều người, bạn đã sống đúng. Và bất kì khi nào bạn ngẫu nhiên là vậy, bạn đã học được nghệ thuật này; bạn sẽ sống ở đó nữa, một cách hạnh phúc.

Nếu bạn đơn giản, yêu thương, cởi mở, thân thiết, bạn tạo ra cõi trời quanh mình. Nếu bạn đóng, thường xuyên phòng thủ, bao giờ cũng lo nghĩ rằng ai đó có thể đi tới biết ý nghĩ của bạn, giấc mơ của bạn, hư hỏng của bạn, bạn đang sống trong địa ngục. Địa ngục là ở bên trong bạn - và cõi trời cũng vậy. Chúng không phải là nơi chốn địa lí, chúng là nơi chốn tâm linh.

Lau sạch bản thân mình đi. Và thiền không là gì ngoài lau sạch tất cả những rác rưởi đã tụ tập trong tâm trí bạn. Khi tâm trí im lặng và trái tim ca hát, bạn sẽ sẵn sàng - không sợ hãi nào mà với niềm vui lớn lao - để thân thiết. Và không có thân thiết, bạn một mình ở đây giữa những người lạ. Có thân thiết, bạn được bao quanh bởi bạn bè, bởi những người yêu bạn. Thân thiết là kinh nghiệm lớn lao. Người ta không nên bỏ lỡ nó.

# Điều quan trọng trước hết: abc về thân thiết

*Mọi người đang tìm kiếm thiên, lời cầu nguyện, cách hiện hữu mới. Nhưng tìm kiếm sâu sắc hơn, và tìm kiếm cơ bản hơn, là làm sao lại được bắt rễ vào trong sự tồn tại. Gọi nó là thiên, gọi nó là lời cầu nguyện, hay bất kì cái gì bạn muốn, nhưng điều bản chất là làm sao được bắt rễ vào trong sự tồn tại. Chúng ta đã trở thành cây bị bật rễ - và không ai khác chịu trách nhiệm ngoại trừ chúng ta, với ý tưởng ngu xuẩn riêng của mình về chinh phục tự nhiên.*

*Chúng ta là bộ phận của tự nhiên - làm sao bộ phận có thể chinh phục được toàn thể? Làm bạn với nó, yêu nó, tin cậy nó, và dần dần, dần dần trong tình bạn đó, trong tình yêu đó, trong tin cậy đó, thân thiết nảy sinh; bạn tới gần hơn. Tự nhiên tới gần bạn hơn, và tự nhiên bắt đầu hiển lộ các bí mật của nó. Bí mật tối thượng của nó là tính thượng đế. Điều đó được lộ ra chỉ cho những người thực sự là bạn của sự tồn tại.*

## **Bắt đầu tại chỗ bạn đang vậy**

Cuộc sống là tìm kiếm - tìm kiếm thường xuyên, tìm kiếm tuyệt vọng, tìm kiếm vô vọng, tìm kiếm cái gì đó người ta không biết là cái gì. Có thôi thúc sâu sắc để tìm kiếm, nhưng người ta không biết điều mình đang đi tìm. Và có trạng thái nào đó của tâm trí mà trong đó bất kì điều gì bạn có cũng đều sẽ không cho bạn thoả mãn nào. Thất vọng dường như là định mệnh của nhân loại bởi vì bất kì điều gì bạn có được đều trở thành vô nghĩa vào chính khoảnh khắc bạn có nó. Bạn lại bắt đầu tìm kiếm.

Tìm kiếm tiếp tục dù bạn có được cái gì đó hay không. Dường như chẳng liên quan gì - điều bạn có, điều bạn không có, tìm kiếm chẳng nào cũng vẫn tiếp tục. Người nghèo tìm kiếm, người giàu tìm kiếm, người ốm tìm kiếm, người khoẻ tìm kiếm, người đương quyền tìm kiếm, người không có quyền tìm kiếm, người ngu tìm kiếm, người khôn tìm kiếm - và không ai biết đích xác tìm cái gì.

Chính tìm kiếm này - nó là gì và tại sao nó có đó - phải được hiểu. Dường như là có lỗ hổng trong con người, trong tâm trí con người. Trong chính cấu trúc của tâm thức con người dường như có lỗ thủng, một lỗ đen. Bạn ném mọi thứ vào nó, và chúng cứ biến mất. Chẳng cái gì dường như làm cho nó đầy, chẳng cái gì dường như giúp hướng tới hoàn thành. Đó là tìm kiếm rất háo hức. Bạn tìm nó trong thế giới này, bạn tìm nó trong thế giới kia. Đôi khi bạn tìm nó trong tiền bạc, trong quyền lực, trong danh vọng, và đôi khi bạn tìm nó trong Thượng đế, phúc lạc, tình yêu, thiền, lời cầu nguyện - nhưng tìm kiếm tiếp tục. Dường như là con người phát sốt với tìm kiếm.

Tìm kiếm không cho phép bạn ở đây và bây giờ bởi vì tìm kiếm bao giờ cũng dẫn bạn đi tới đâu đó khác. Tìm kiếm là phóng chiếu, tìm kiếm là ham muốn, ý tưởng rằng chỗ nào đó khác là điều được cần tới - rằng nó tồn tại, nhưng nó tồn tại ở đâu đó khác, không ở đây nơi bạn đang ở. Nó chắc chắn tồn tại nhưng không trong khoảnh khắc này của thời gian - không bây giờ, mà lúc nào đó khác.

Nó tồn tại đấy, ở lúc khác, không bao giờ bây giờ. Nó cứ mè nheo bạn, nó cứ lôi kéo bạn, xô đẩy bạn. Nó cứ ném bạn vào điên khùng ngày một nhiều hơn; nó đưa bạn tới phát rồ. Và nó chẳng bao giờ hoàn thành.

Tôi đã nghe về một nhà nữ huyền môn Sufi rất vĩ đại, Rabia al-Adawia:

Một buổi tối, khi mặt trời đã lặn, và có chút ánh sáng còn rơi rớt lại trên đường, mọi người thấy bà ấy ngồi trên đường tìm kiếm cái gì đó. Bà ấy là một bà già, mắt bà ấy đã kém, và thật khó cho bà ấy nhìn thấy. Cho nên hàng xóm tới giúp bà ấy. Họ hỏi, "Bà đang tìm gì thế?"

Rabia nói, "Câu hỏi đó không liên quan. Tôi đang tìm kiếm - nếu các ông bà có thể giúp được thì giúp."

Họ cười và nói, "Rabia, bà có điên không đấy? Bà nói câu hỏi của chúng tôi không liên quan, nhưng nếu chúng tôi không biết bà đang tìm gì, làm sao chúng tôi có thể giúp được?"

Rabia nói, "Thôi được - chỉ để thoả mãn các ông bà - tôi đang tìm kim. Tôi đánh mất kim." Họ bắt đầu giúp bà ấy nhưng ngay lập tức trở nên nhận biết về sự kiện là đường rất lớn, mà kim lại là thứ rất tí hon.

Thế là họ hỏi Rabia, "Bà nói hộ bà đánh mất nó ở đâu - chỗ đích xác, chính xác - bằng không thì khó. Đường thì lớn, và chúng tôi có thể cứ tìm và tìm mãi mãi. Bà đã đánh mất nó ở đâu?"

Rabia nói, "Các ông bà lại hỏi câu hỏi không liên quan. Làm sao điều đó lại liên quan tới tìm kiếm của ta?"

Họ dừng lại và nói, "Bà chắc chắn dở hơi rồi!"

Rabia nói, "Được rồi - chỉ để thoả mãn các ông bà - ta đã đánh mất nó ở nhà ta."

Họ hỏi, "Thế sao bà lại tìm ở đây?"

Và Rabia tương truyền đã nói, "Bởi vì ở đây mới có ánh sáng, và không có ánh sáng bên trong."

Chuyện ngụ ngôn này là rất có ý nghĩa. Bạn đã bao giờ tự hỏi bản thân mình bạn đang tìm kiếm cái gì không? Bạn đã bao giờ làm nó thành vấn đề thiền sâu sắc để biết bạn đang tìm cái gì không? Không. Ngay cả trong những khoảnh khắc mộng lung nào đó, những khoảnh khắc mơ, bạn có ý niệm mơ hồ về điều bạn đang tìm kiếm, nó chưa bao giờ chính xác, nó chưa bao giờ đích xác. Bạn còn chưa xác định ra nó.

Nếu bạn cố gắng xác định nó, nó càng được xác định, bạn sẽ càng cảm thấy rằng không có nhu cầu tìm kiếm nó. Tìm kiếm có thể tiếp tục chỉ trong trạng thái mơ hồ, trong trạng thái mơ; khi mọi sự không rõ ràng, bạn đơn giản cứ đi tìm, bị lôi kéo bởi thôi thúc bên trong nào đó, bị xô đẩy bởi khẩn thiết bên trong nào đó. Một điều bạn có biết: Bạn cần tìm kiếm. Đây là nhu cầu bên trong. Nhưng bạn không biết bạn đang tìm cái gì. Và chừng nào bạn còn chưa biết điều mình đang tìm kiếm, làm sao bạn có thể tìm thấy nó?

Nó là mơ hồ - bạn nghĩ chìa khoá là tiền bạc, quyền lực, danh vọng, kính trọng. Nhưng thế rồi bạn thấy những người đáng kính, những người có quyền, và họ cũng tìm kiếm. Thế rồi bạn nhìn những người cực kì giàu có, và họ cũng tìm kiếm; tới chính tận cùng cuộc đời mình, họ vẫn tìm kiếm. Giàu thế cũng chẳng ích gì, quyền lực chẳng ích gì. Tìm kiếm vẫn tiếp tục mặc cho điều bạn có.

Tìm kiếm phải vì cái gì đó khác. Những cái tên này, những cái nhãn này - tiền bạc, quyền lực, danh vọng - những điều này chỉ thoả mãn tâm trí bạn. Chúng chỉ giúp cho bạn cảm thấy rằng mình đang tìm kiếm cái gì đó. Cái gì đó đấy vẫn chưa được xác định, một cảm giác rất mơ hồ.

Điều đầu tiên đối với người tìm kiếm thực - đối với người tìm kiếm đã trở nên có chút ít tỉnh táo - là xác định tìm kiếm, là hình thành một khái niệm rõ ràng về nó là gì, là mang nó ra khỏi ý thức mơ, là đương đầu với nó trong tỉnh táo sâu sắc, là nhìn vào trong nó

một cách trực tiếp; là đối diện với nó. Ngay lập tức biến đổi bắt đầu xảy ra. Nếu bạn bắt đầu xác định tìm kiếm của mình, bạn sẽ bắt đầu mất đi mối quan tâm trong tìm kiếm. Nó càng trở nên được xác định, nó càng ít có đó. Một khi nó được biết rõ ràng nó là gì, bỗng nhiên nó biến mất. Nó tồn tại chỉ khi bạn không chú ý.

Để điều đó được nhắc lại: Tìm kiếm tồn tại chỉ khi bạn ngủ. Tìm kiếm tồn tại chỉ khi bạn không nhận biết; tìm kiếm tồn tại chỉ trong vô nhận biết của bạn. Vô nhận biết tạo ra tìm kiếm.

Vâng, Rabia là đúng. Bên trong không có ánh sáng - và vì không có ánh sáng và không ý thức bên trong, tất nhiên bạn cứ tìm ở bên ngoài bởi vì bên ngoài dường như rõ ràng hơn.

Giác quan chúng ta tất cả đều hướng ngoại. Mắt mở hướng ra ngoài, tay chuyển động, duỗi ra ngoài, chân di chuyển ở bên ngoài, tai nghe tiếng động bên ngoài, nghe âm thanh. Bất kì cái gì sẵn có cho bạn tất cả đều mở ra bên ngoài; tất cả năm giác quan đều đi vào theo cách hướng ngoại. Bạn bắt đầu tìm kiếm ở đó - chỗ bạn thấy, cảm, chạm. Ánh sáng của các giác quan rơi ra bên ngoài, và người tìm kiếm là ở bên trong.

Phân loại này phải được hiểu. Người tìm kiếm là ở bên trong - nhưng bởi vì ánh sáng là ở bên ngoài, người tìm kiếm bắt đầu đi vào theo cách tham vọng, cố gắng tìm ra cái gì đó ở bên ngoài sẽ đáp ứng. Điều đó sẽ không bao giờ xảy ra cả. Nó chưa bao giờ xảy ra. Nó không thể xảy ra được theo bản tính của mọi sự bởi vì chừng nào bạn còn chưa thăm dò người tìm kiếm, tất cả tìm kiếm của bạn đều vô nghĩa. Chừng nào bạn còn chưa đi tới biết mình là ai, tất cả những điều bạn tìm kiếm đều vô tích sự bởi vì bạn không biết người tìm kiếm. Không biết người tìm kiếm, làm sao bạn có thể đi vào chiều đúng được, vào hướng đúng được? Điều đó là không thể được. Điều đầu tiên này phải được xem xét trước tiên.

Cho nên hai điều này là rất quan trọng: Thứ nhất, làm tuyệt đối rõ ràng cho bạn đối tượng của bạn là gì. Đừng loạng choạng trong bóng tối. Tập trung chú ý của mình vào đối tượng này: Bạn đang

thực sự tìm kiếm cái gì? Bởi vì thỉnh thoảng bạn muốn cái này, và bạn cứ đi tìm cái gì đó khác, cho nên cho dù bạn thành công bạn sẽ không được thoả mãn. Bạn đã thấy những người thành công chưa? Bạn có thể tìm thấy thất bại nào lớn hơn ở bất kì đâu khác không? Bạn đã nghe câu ngạn ngữ rằng thành công này dẫn tới thành công khác. Điều đó tuyệt đối sai. Tôi muốn nói cho bạn, không cái gì thất bại như thành công. Câu ngạn ngữ này phải đã do người ngu phát minh ra. Tôi nhắc lại: Không cái gì thất bại như thành công.

Người ta nói về Alexander Đại đế rằng ngày ông ấy trở thành người chinh phục thế giới, ông ấy đóng cửa phòng lại và bắt đầu khóc. Tôi không biết liệu điều đó có thực xảy ra không, nhưng nếu ông ấy mà có chút ít thông minh, điều đó phải đã xảy ra. Các tướng lĩnh của ông ấy rất bối rối:

Điều gì đã xảy ra? Họ chưa bao giờ thấy Alexander khóc cả. Ông ấy không phải là kiểu người đó; ông ấy là chiến binh vĩ đại. Họ đã thấy ông ấy trong khó khăn lớn, trong những tình huống mà mạng sống cực kì nguy hiểm, nơi cái chết gần như chắc chắn xảy ra, và họ thậm chí không thấy nước mắt nào trong mắt ông ấy. Họ chưa bao giờ thấy ông ấy trong bất kì khoảnh khắc thất vọng, vô vọng nào. Điều gì đã xảy ra bây giờ... khi ông ấy thành công, khi ông ấy là người chinh phục thế giới?

Họ gõ cửa phòng, họ đi vào, và họ hỏi, "Điều gì xảy ra cho bệ hạ vậy? Sao bệ hạ khóc như đứa trẻ?"

Ông ấy nói, 'Bởi vì ta đã thành công, ta biết nó đã là thất bại. Bây giờ ta biết rằng ta đứng đích xác ở cùng chỗ như ta vẫn đứng khi ta bắt đầu cái vô nghĩa của việc chinh phục thế giới này. Và điểm này trở nên rõ ràng cho ta bây giờ bởi vì không có thế giới khác để chinh phục; bằng không, ta có thể vẫn còn trên cuộc hành trình, ta có thể đã bắt đầu chinh phục thế giới khác. Bây giờ không có thế giới khác để chinh phục, bây giờ không có gì khác để làm - và bỗng nhiên ta bị ném về bản thân mình.'

Người thành công bao giờ cũng bị ném về bản thân mình lúc cuối cùng, và thế thì người đó chịu đựng hành hạ của địa ngục bởi vì người đó đã phí hoài toàn thể cuộc đời mình. Người đó đã tìm kiếm và tìm kiếm, người đó là đánh cược mọi thứ mình có. Bây giờ người đó thành công, và trái tim người đó trống rỗng, và linh hồn người đó vô nghĩa, và không có hương thơm, không có phúc lành.

Cho nên điều đầu tiên là biết đích xác bạn đang tìm gì. Tôi nhấn mạnh vào điều đó - bởi vì bạn càng tập trung mắt vào đối tượng của tìm kiếm của mình, đối tượng đó càng bắt đầu biến mất. Khi mắt bạn tuyệt đối cố định, bỗng nhiên chẳng có gì để tìm cả; ngay lập tức mắt bạn bắt đầu quay hướng về bản thân mình. Khi không có đối tượng cho tìm kiếm, khi mọi đối tượng đã biến mất, có trống rỗng. Trong trống rỗng đó là việc chuyển đổi, việc quay vào trong. Bạn bỗng nhiên bắt đầu nhìn vào bản thân mình. Bây giờ chẳng có gì để tìm kiếm, và ham muốn mới nảy sinh để biết người tìm kiếm này.

Nếu có cái gì đó để tìm kiếm, bạn là phàm nhân. Nếu không có gì để tìm kiếm, và câu hỏi "Ai là người tìm kiếm này?" đã trở thành quan trọng cho bạn, thế thì bạn là người tôn giáo. Đây là cách tôi xác định tính chất phàm tục và tôn giáo. Nếu bạn vẫn đang tìm kiếm cái gì đó - có thể trong kiếp sống khác, ở bờ bên kia, trên cõi trời, trên thiên đường, điều đó cũng chẳng khác biệt gì - bạn vẫn là phàm nhân. Nếu mọi tìm kiếm đã dừng lại và bạn bỗng nhiên trở nên nhận biết rằng bây giờ chỉ có một điều cần biết - "Ai là người tìm kiếm này trong tôi? Năng lượng này là cái gì mà muốn tìm kiếm? Tôi là ai?" - thế thì có biến đổi. Tất cả các giá trị đột nhiên thay đổi. Bạn bắt đầu đi vào bên trong. Thế thì Rabia không còn ngồi trên đường tìm kim bị mất đâu đó trong bóng tối của linh hồn bên trong riêng của bà ấy.

Một khi bạn đã bắt đầu đi vào trong... Lúc ban đầu nó rất tối - Rabia là đúng, nó rất, rất tối. Bởi vì trong nhiều kiếp sống bạn chưa bao giờ ở bên trong, mắt bạn đã bị hội tụ vào thế giới bên ngoài. Bạn đã theo dõi điều đó chưa? Đã quan sát chưa? Đôi khi bạn đi từ ngoài đường, khi trời nắng chói chang và mặt trời nóng bỏng và có ánh sáng chói lọi, khi bạn đột nhiên đi vào trong phòng hay đi vào trong nhà trời rất tối - bởi vì mắt đã hội tụ quá nhiều vào ánh sáng

bên ngoài. Khi có quá nhiều ánh sáng, con người co lại. Trong bóng tối con người phải thành thoi; độ mở con người cần lớn hơn trong bóng tối. Trong ánh sáng, con người nhỏ hơn là đủ. Đó là cách máy ảnh hoạt động, và đó là cách mắt bạn hoạt động; máy ảnh đã được phát minh cùng chiều hướng của mắt người.

Cho nên khi bạn bỗng nhiên đi vào từ bên ngoài, nhà bạn có vẻ như tối. Nhưng nếu bạn ngồi thêm chút ít, dần dần bóng tối biến mất. Có nhiều ánh sáng hơn; mắt bạn đang điều chỉnh. Trong nhiều kiếp sống bạn đã từng ở bên ngoài trong mặt trời nóng, trong thế giới, cho nên khi bạn đi vào bản thân mình, bạn đã hoàn toàn quên mất cách đi vào và cách điều chỉnh mắt mình. Thiên không là gì ngoài việc điều chỉnh lại tầm nhìn của bạn, điều chỉnh lại khả năng nhìn của bạn, của mắt bạn.

Ở Ấn Độ đó là điều được gọi là con mắt thứ ba của bạn. Nó không phải là con mắt thực ở đâu đó, nó là việc điều chỉnh lại, điều chỉnh lại toàn bộ tầm nhìn của bạn. Dần dần bóng tối không còn tối nữa. Ánh sáng tinh tế, tràn ngập bắt đầu được cảm thấy. Và nếu bạn cứ nhìn vào bên trong - điều đó cần thời gian - dần dần, từ từ bạn bắt đầu cảm thấy ánh sáng đẹp bên trong. Nó không phải là ánh sáng chói chang như mặt trời; nó giống như mặt trăng hơn. Nó không chói loà, nó không chói lọi, nó rất mát mẻ. Nó không nóng, nó rất từ bi, nó rất mềm mại, nó là tác động dịu dàng.

Từ từ, khi bạn đã điều chỉnh tới ánh sáng bên trong này, bạn sẽ thấy rằng bạn ở chính cội nguồn. Người tìm kiếm là cái được tìm. Thế thì bạn sẽ thấy rằng kho báu là ở bên trong bạn, và toàn thể vấn đề đã là ở chỗ bạn đã tìm kiếm nó ở bên ngoài. Bạn đã tìm kiếm nó ở đâu đó bên ngoài, và nó bao giờ cũng ở bên trong bạn rồi. Nó bao giờ cũng ở đây bên trong bạn. Bạn đã tìm kiếm theo hướng sai, có vậy thôi.

Mọi thứ đều sẵn có cho bạn cũng như nó sẵn có cho bất kì ai khác, cũng như nó sẵn có cho vị Phật, cho một Baal-Shem, cho một Moses, cho một Muhammad. Nó sẵn có cho bạn, chỉ mỗi điều bạn nhìn sai hướng. Khi có liên quan tới kho báu, bạn không nghèo hơn

Phật hay Muhammad - không, Thượng đế chưa bao giờ tạo ra người nghèo. Điều đó không xảy ra - nó không thể xảy ra được bởi vì Thượng đế tạo ra bạn từ giàu có của ngài. Làm sao Thượng đế tạo ra con người nghèo được? Bạn là sự tuôn tràn của ngài, bạn là một phần của sự tồn tại. Làm sao bạn có thể nghèo được? Bạn giàu, giàu vô hạn - giàu như bản thân tự nhiên.

Nhưng bạn đang nhìn theo hướng sai. Hướng đó là sai. Đó là lí do tại sao bạn cứ bỏ lỡ. Và không phải là bạn sẽ không thành công trong cuộc sống đâu - bạn có thể thành công. Nhưng dầu vậy bạn vẫn sẽ là thất bại. Không cái gì sẽ thoả mãn bạn bởi vì không cái gì có thể được đạt tới trong thế giới bên ngoài mà có thể so sánh được với kho báu bên trong, với ánh sáng bên trong, với phúc lạc bên trong.

**Tự biết mình là có thể chỉ trong sự một mình sâu sắc.** Thông thường bất kì cái gì chúng ta biết về bản thân mình cũng đều là ý kiến của người khác. Họ nói, "Bạn là người tốt" và chúng ta nghĩ chúng ta là người tốt. Họ nói, "Bạn đẹp" và chúng ta nghĩ chúng ta đẹp. Họ nói, "Bạn không tốt" hay "Bạn xấu" ... bất kì điều gì mọi người nói về chúng ta, chúng ta cứ thu thập lấy. Điều đó trở thành sự tự đồng nhất của chúng ta. Nó cực kì giả dối bởi vì chẳng ai khác có thể biết được bạn - không ai có thể biết được bạn ngoại trừ bạn, bản thân bạn. Họ biết chỉ các khía cạnh, và những khía cạnh đó là rất bề ngoài. Họ biết chỉ những tâm trạng thoáng chốc; họ không thể thấm nhuần được trung tâm của bạn. Thậm chí người yêu của bạn cũng không thể thấm được vào chính cốt lõi của bản thể bạn. Ở đó bạn hoàn toàn một mình, và chỉ ở đó bạn mới đi tới biết mình là ai.

Mọi người sống cả đời mình cứ tin vào điều người khác nói, phụ thuộc vào người khác. Đó là lí do tại sao mọi người rất sợ ý kiến của người khác. Nếu họ nghĩ bạn là xấu, bạn trở thành xấu. Nếu họ kết án bạn, bạn bắt đầu kết án bản thân mình. Nếu họ nói rằng bạn là tội đồ, bạn bắt đầu cảm thấy mặc cảm tội lỗi. Bởi vì bạn đã phụ thuộc vào ý kiến của họ, bạn phải liên tục tuân theo các ý kiến của họ. Điều này tạo ra sự nô lệ, sự nô lệ rất tinh vi. Nếu bạn muốn được biết tới là người tốt, xứng đáng, đẹp, thông minh, thế thì bạn

phải nhân nhượng, bạn phải thoả hiệp liên tục với những người bạn đang phụ thuộc vào.

Và vấn đề khác nảy sinh. Bởi vì có nhiều người thế, họ cứ nhồi nhét vào tâm trí bạn bằng các kiểu ý kiến khác nhau - các ý kiến xung đột nữa. Ý kiến này mâu thuẫn với ý kiến khác; do đó lẫn lộn lớn nảy sinh bên trong bạn. Người này nói bạn rất thông minh, người khác nói bạn ngu xuẩn. Quyết định sao đây? Thế là bạn bị phân chia. Bạn trở nên nghi ngờ về bản thân mình, về bạn là ai... do dự ngập ngừng. Và độ phức tạp là rất lớn bởi vì có cả nghìn người quanh bạn.

Bạn đi tới tiếp xúc với nhiều người thế, và mọi người đều nhồi nhét ý tưởng của họ vào tâm trí bạn. Và không ai biết bạn cả - thậm chí bạn cũng chẳng biết tới bản thân mình - cho nên tất cả thu thập này đều trở thành bị lộn xộn bên trong. Đây là trạng thái điên khùng. Bạn có nhiều tiếng nói bên trong mình. Bất kì khi nào bạn hỏi mình là ai, nhiều câu trả lời sẽ tới. Câu trả lời nào đó sẽ là của mẹ bạn, câu nào đó là của bố bạn, câu nào đó là của thầy giáo bạn, vân vân và vân vân. Và không thể nào quyết định được cái nào là câu trả lời đúng. Làm sao quyết định được? Tiêu chuẩn là gì? Đây là chỗ con người bị lạc. Đây là tị dốt nát.

Nhưng bởi vì bạn phụ thuộc vào người khác, bạn sợ đi vào một mình - bởi vì khoảnh khắc bạn bắt đầu đi vào một mình, bạn bắt đầu trở nên rất sợ đánh mất bản thân mình. Bạn không có bản thân mình ngay chỗ đầu tiên, nhưng bất kì cái ta nào bạn đã tạo ra từ ý kiến của người khác sẽ sẽ phải bị bỏ lại sau. Do đó, người ta rất sợ đi vào trong. Bạn càng đi vào sâu hơn, bạn càng ít biết mình là ai. Cho nên trong thực tế khi bạn đi tới tự biết mình, trước khi điều đó xảy ra bạn sẽ phải vứt bỏ mọi ý tưởng về cái ta. Sẽ có lỗ hổng; sẽ có một loại cái không. Bạn sẽ trở thành vô thực thể. Bạn sẽ hoàn toàn mất hút bởi vì tất cả những cái bạn biết không còn liên quan nữa, và cái có liên quan bạn chẳng biết gì cả.

Các nhà huyền môn Ki tô giáo gọi điều này là "đêm tối của linh hồn." Nó phải được vượt qua, và một khi bạn đã vượt qua nó, có

bình minh. Mặt trời lên, và người ta đi tới biết bản thân mình lần đầu tiên.. Tia sáng đầu tiên của mặt trời, và tất cả đều được hoàn thành. Tiếng hót đầu tiên của chim chóc vào buổi sáng, và tất đều được đạt tới.

## Đích thực

Tính chân thực nghĩa là tính đích thực - là thực, không giả, không dùng mặt nạ. Bất kì cái gì là khuôn mặt thực của bạn, biểu lộ nó ra với bất kì giá nào.

Nhớ lấy, điều đó không có nghĩa là bạn phải lột mặt nạ người khác; nếu họ sung sướng với dối trá của họ, đấy là họ quyết định chứ. Đừng đi và lột mặt nạ bất kì ai bởi vì đây là cách mọi người nghĩ - họ nói họ phải chân thực, đích thực; họ ngụ ý họ phải đi và lột trần mọi người bởi vì "Sao anh lại che giấu thân thể mình? Quần áo là không cần thiết." Không. Xin nhớ: Chân thực với bản thân mình. Bạn không cần cải tạo bất kì ai khác trên thế giới này. Nếu bạn có thể làm bản thân mình trưởng thành, điều đó là đủ rồi. Đừng là người cải cách, và đừng cố gắng dạy người khác, và đừng cố gắng thay đổi người khác. Nếu *bạn* thay đổi, thế là đủ về một thông điệp.

Đích thực nghĩa là vẫn còn chân thực với bản thể riêng của bạn. Làm sao vẫn còn chân thực? Ba điều cần phải nhớ. Một, đừng bao giờ nghe bất kì ai, điều họ bảo bạn phải là. Bao giờ cũng lắng nghe tiếng nói bên trong của bạn, điều bạn muốn là; bằng không cả đời bạn sẽ bị phí hoài. Mẹ bạn muốn bạn là kĩ sư, bố bạn muốn bạn là bác sĩ, và bạn muốn là nhà thơ. Phải làm gì? Tất nhiên mẹ bạn đúng bởi vì là kĩ sư thì kinh tế hơn, có ích về tài chính hơn. Bố bạn cũng đúng; là bác sĩ là món hàng tốt trên thị trường, nó có giá trị thị trường. Nhà thơ sao? Bạn có điên không đấy? Bạn có dở hơi không đấy? Nhà thơ là những người đáng ghét. Chẳng ai muốn họ. Không có nhu cầu về họ; thế giới có thể tồn tại mà không có thơ ca - sẽ chẳng có rắc rối gì bởi vì không có thơ ca. Thế giới không thể tồn tại nếu thiếu kĩ sư; thế giới cần kĩ sư. Nếu bạn được cần tới, bạn có giá trị. Nếu bạn không được cần tới, bạn không mang giá trị nào.

Nhưng nếu bạn muốn là nhà thơ, cứ là nhà thơ đi. Bạn có thể là kẻ ăn xin - tốt. Bạn có thể không trở nên rất giàu từ điều đó, nhưng đừng lo nghĩ về điều đó. Bởi vì nếu không bạn có thể trở thành kĩ sư lớn, và bạn có thể kiếm được nhiều tiền, nhưng bạn sẽ không bao

giờ có sự hoàn thành nào. Bạn bao giờ cũng là kẻ khao khát; bản thể bên trong của bạn sẽ khao khát là nhà thơ.

Tôi đã nghe nói rằng một nhà khoa học lớn, bác sĩ giải phẫu được giải thưởng Nobel, đã được hỏi, "Khi giải thưởng Nobel được trao cho ông, ông trông không thật hạnh phúc. Có chuyện gì vậy?" Ông ấy nói, "Tôi bao giờ cũng muốn mình là vũ công. Tôi chưa hề muốn là bác sĩ giải phẫu ngay chỗ đầu tiên, và bây giờ không chỉ tôi trở thành bác sĩ giải phẫu, tôi đã trở thành bác sĩ giải phẫu rất thành công, và đây là gánh nặng. Tôi muốn chỉ là vũ công thôi, và tôi vẫn còn là vũ công tồi - đó là nỗi đau của tôi, nỗi khổ của tôi. Bất kì khi nào tôi thấy ai đó nhảy múa, tôi cảm thấy khổ thế, trong địa ngục thế. Tôi sẽ làm gì với giải thưởng Nobel này? Nó không thể trở thành điệu vũ cho tôi; nó không thể cho tôi điệu vũ được."

Nhớ lấy, chân thực với tiếng nói bên trong của bạn. Nó có thể dẫn bạn vào nguy hiểm; thế thì đi vào nguy hiểm, nhưng vẫn còn chân thực với tiếng nói bên trong. Thế thì có khả năng là một ngày nào đó bạn sẽ đi tới trạng thái mà bạn có thể nhảy múa với sự hoàn thành bên trong.

Bao giờ cũng nhìn: Điều đầu tiên là bản thể bạn. Đừng cho phép người khác thao túng và kiểm soát bạn - và họ là nhiều người; mọi người đều sẵn sàng kiểm soát bạn, mọi người đều sẵn sàng thay đổi bạn, mọi người đều sẵn sàng cho bạn lời chỉ bảo mà bạn không đòi hỏi. Mọi người đều cho bạn hướng dẫn về cuộc đời bạn. Hướng dẫn này tồn tại bên trong bạn rồi, bạn mang bản kế hoạch tổng thể rồi.

Đích thực nghĩa là chân thực với bản thân mình. Nó là hiện tượng rất, rất nguy hiểm; hiếm người có thể làm được điều đó. Nhưng bất kì khi nào mọi người làm điều đó, họ đều đạt tới. Họ đạt tới cái đẹp, sự duyên dáng, sự mãn nguyện tới mức bạn không thể nào tưởng tượng nổi.

Lí do mọi người trông thất vọng thế là ở chỗ không ai đã lắng nghe tiếng nói riêng của mình. Bạn muốn cưới một cô gái, nhưng cô

gái đó là người Mô ha mét giáo, còn bạn là Brahmin Hindu, bố mẹ bạn sẽ không cho phép điều đó. Xã hội sẽ không chấp nhận điều đó, điều đó là nguy hiểm. Cô gái nghèo còn bạn giàu. Cho nên bạn cưới người đàn bà giàu, theo đẳng cấp Brahmin Hindu, điều được mọi người chấp nhận nhưng trái tim bạn không chấp nhận. Cho nên bây giờ bạn sống cuộc sống xấu xí. Bây giờ bạn đi tới gái mãi dâm - nhưng ngay cả gái mãi dâm cũng chẳng giúp được bạn; bạn đã mãi dâm cả đời mình rồi. Bạn đã làm phí hoài cả đời mình rồi.

Bao giờ cũng lắng nghe tiếng nói bên trong, và đừng nghe bất kỳ cái gì khác. Có cả nghìn lẻ một cám dỗ quanh bạn bởi vì nhiều người đi bán rong các thứ của họ. Đó là một siêu thị, một thế giới, và mọi người trong đó đều quan tâm tới việc bán các thứ của mình cho bạn. Mọi người đều là người bán hàng. Nếu bạn nghe quá nhiều người bán hàng, bạn sẽ phát điên. Đừng nghe ai cả. Nhắm mắt lại và lắng nghe tiếng nói bên trong. Đó chính là tất cả thiên là gì, lắng nghe tiếng nói bên trong. Đây là điều thứ nhất.

Thế rồi tới điều thứ hai - chỉ nếu bạn đã hoàn thành xong điều thứ nhất thì điều thứ hai mới trở thành có thể được - đừng bao giờ đeo mặt nạ. Nếu bạn giận, cứ giận. Điều đó là mạo hiểm, nhưng đừng mỉm cười bởi vì đó là không thực. Bạn đã được dạy rằng khi bạn giận, mỉm cười, nhưng thế thì nụ cười của bạn trở thành giả dối, mặt nạ - chỉ là luyện tập môi và không gì khác. Trái tim đầy giận dữ, chất độc, còn môi mỉm cười; bạn trở thành hiện tượng giả dối.

Thế rồi điều khác cũng xảy ra: Khi bạn muốn mỉm cười, bạn không thể cười được. Toàn thể cơ chế của bạn thành đảo lộn bởi vì khi bạn muốn giận bạn đã không giận; khi bạn muốn ghét bạn đã không ghét. Bây giờ bạn muốn yêu; bỗng nhiên bạn thấy rằng cơ chế này không vận hành. Bây giờ bạn muốn mỉm cười; bạn phải ép buộc nó. Thực sự, trái tim bạn đầy nụ cười, và bạn muốn cười to, nhưng bạn không thể cười được. Cái gì đó nghẹt lại trong tim, cái gì đó nghẹt lại trong họng. Nụ cười không tới, hay cho dù nó tới, nó là nụ cười rất mờ nhạt và chết. Nó không làm cho bạn sung sướng, bạn không bật ra cùng nó. Nó không phải là rạng ngời quanh bạn.

Khi bạn muốn giận, cứ giận. Chẳng có gì sai trong giận cả. Nếu bạn muốn cười, cứ cười. Chẳng có gì sai trong cười to cả. Dần dần bạn sẽ thấy rằng toàn thể hệ thống của bạn đang vận hành. Khi nó vận hành, thực sự, nó có tiếng rừ rừ quanh nó. Cũng giống như chiếc xe chạy rừ rừ khi mọi sự chạy tốt - người lái xe yêu chiếc xe đều biết rằng bây giờ mọi sự đang hoạt động tốt. Có một đơn vị hữu cơ; cơ cấu này vận hành tốt.

Bạn có thể thấy điều đó - bất kì khi nào cơ cấu của một người vận hành tốt bạn đều có thể cảm thấy tiếng rừ rừ quanh người đó. Người đó bước đi, nhưng bước đi của người đó có điệu vũ trong nó. Người đó nói, nhưng lời người đó mang thơ ca tinh tế trong chúng. Người đó nhìn bạn, và người đó thực sự nhìn; nó không phải là hờ hững, nó thực sự nồng hậu. Khi người đó chạm vào bạn, người đó thực sự chạm vào bạn; bạn có thể cảm thấy năng lượng của người đó đi vào trong thân thể bạn, luồng sống được truyền qua... bởi vì cơ cấu của người đó đang vận hành tốt.

Đừng đeo mặt nạ; bằng không bạn sẽ tạo ra hoạt động sai, các khối chần trong cơ cấu của bạn. Có nhiều khối chần trong thân thể bạn. Người đã từng kìm nén giận dữ - hàm của người đó trở nên bị chần lại. Tất cả giận dữ dồn tới hàm và rồi dừng lại ở đó. Tay người đó trở nên xấu xí; chúng không có chuyển động duyên dáng của vũ công, không, bởi vì giận dữ đi vào trong các ngón tay và trở nên bị chần lại. Nhớ lấy, giận dữ có hai lối để xả ra: một lối là răng, và lối kia là ngón tay. Mọi con vật khi chúng giận dữ sẽ cắn bạn bằng răng hay chúng sẽ bắt đầu cào cấu bạn bằng chân. Cho nên móng và răng là hai điểm từ đó giận dữ được xả ra.

Tôi có hoài nghi rằng bất kì khi nào giận dữ bị kìm nén quá nhiều, mọi người đều có vấn đề về răng. Răng họ đi sai bởi vì quá nhiều năng lượng có đó và không bao giờ được xả ra. Và bất kì ai kìm nén giận dữ sẽ ăn nhiều - người giận dữ bao giờ cũng ăn nhiều bởi vì răng cần luyện tập nào đó để cho năng lượng được xả ra chút ít. Và tay của người giận dữ sẽ trở nên bị sần sùi, xấu xí. Nếu năng lượng mà được xả ra, chúng có thể trở thành bàn tay đẹp.

Nếu bạn kìm nén bất kì cái gì, đều có phản tương ứng nào đó trong thân thể cho xúc động này. Nếu bạn không muốn khóc, mắt bạn sẽ mất vẻ long lanh bởi vì nước mắt được cần tới; chúng là hiện tượng rất sống động. Thỉnh thoảng bạn kêu khóc - thực sự bạn đi vào trong nó, bạn trở thành nó, và nước mắt bắt đầu chảy từ mắt bạn - mắt bạn được lau sạch, mắt bạn trở nên lại tươi tắn, trẻ trung và trinh nguyên.

Đó là lí do tại sao đàn bà có mắt đẹp hơn - bởi vì họ vẫn có thể khóc. Đàn ông đã đánh mất cái đẹp của mắt họ bởi vì họ có khái niệm sai rằng đàn ông không nên khóc. Nếu đứa con trai nhỏ khóc, ngay cả bố mẹ cũng nói, "Con làm gì thế? Con có phải là kẻ yếu đuối không?" Vô nghĩa làm sao! Bởi vì Thượng đế đã cho bạn - đàn ông và đàn bà - cùng tuyến nước mắt. Nếu đàn ông mà được ngụ ý không khóc, thì đã không có tuyến nước mắt rồi. Số học đơn giản. Sao tuyến nước mắt lại tồn tại trong đàn ông theo cùng tỉ lệ như chúng tồn tại trong đàn bà? Mắt cần khóc, và điều thực sự hay là bạn có thể kêu khóc một cách toàn tâm.

Nhớ lấy, nếu bạn không thể kêu khóc được một cách toàn tâm, bạn không thể cười được nữa, bởi vì đó là cực khác. Những người có thể cười cũng có thể khóc; những người không thể khóc thì không thể cười. Và đôi khi bạn có thể đã quan sát ở trẻ con; nếu chúng cười to và lâu, chúng bắt đầu khóc - bởi vì cả hai điều này được nối với nhau. Trong các làng tôi đã nghe những bà mẹ nói với con họ, "Đừng cười quá nhiều; bằng không con sẽ bắt đầu khóc đấy." Thực sự đúng bởi vì hiện tượng này là không khác biệt, cùng năng lượng đi vào các cực đối lập. Cho nên điều thứ hai: Đừng dùng mặt nạ - cứ chân thực với bất kì giá nào.

Và điều thứ ba về tính đích thực: Bao giờ cũng vẫn còn trong hiện tại bởi vì mọi cái giả đi vào hoặc từ quá khứ hoặc từ tương lai. Cái đã qua rồi là qua rồi. Đừng bận tâm về nó và đừng mang nó như gánh nặng; bằng không, nó sẽ không cho phép bạn đích thực với hiện tại. Và tất cả những cái đã không tới thì đã không tới. Đừng bị bận tâm không cần thiết về tương lai, bằng không điều đó sẽ đi vào trong hiện tại và sẽ phá huỷ nó. Chân thực với hiện tại, và thế thì

bạn sẽ đích thực. Ở đây bây giờ là đích thực. Không quá khứ, không tương lai - khoảnh khắc này, tất cả. Khoảnh khắc này là toàn thể vĩnh hằng.

Ba điều này, và bạn đạt tới chân thực. Thế thì bất kì cái gì bạn nói cũng đều đúng. Bình thường bạn nghĩ bạn phải cẩn thận để nói điều đúng; tôi không nói điều đó. Tôi nói tạo ra tính đích thực, và bất kì cái gì bạn nói đều sẽ đúng.

**Chân thực không phải là cái gì đó logic.** Với chân thực tôi không ngụ ý kết luận được đạt tới bởi phương pháp logic, hợp lí. Với chân thực tôi ngụ ý tính đích thực của bản thể, không áp đặt cái gì mà bạn không là, chỉ là cái bạn đang là với bất kì rủi ro nào, chưa bao giờ trở thành đạo đức giả. Nếu bạn buồn, thì bạn buồn. Đó là chân thực trong khoảnh khắc đó, đừng che giấu nó. Đừng đặt nụ cười giả tạo lên khuôn mặt bạn bởi vì nụ cười giả tạo đó sẽ tạo ra chia chẻ trong bạn. Bạn sẽ trở thành hai - một phần của bạn sẽ mỉm cười, và tất nhiên nó sẽ là phần nhỏ, và phần lớn sẽ vẫn còn buồn. Bây giờ phân chia đã phát sinh, và nếu bạn cứ làm điều đó lặp đi lặp lại...

Khi bạn giận, bạn không bày tỏ giận dữ của mình - bạn sợ điều đó có thể phá huỷ hình ảnh của bạn bởi vì mọi người vẫn nghĩ bạn từ bi thế, và mọi người nói bạn không bao giờ giận dữ. Họ ca ngợi điều đó, và điều đó làm hài lòng bản ngã. Bây giờ, giận dữ sẽ phá huỷ hình ảnh đẹp của bạn, cho nên thay vì phá huỷ hình ảnh này, bạn kìm nén giận dữ. Nó sôi lên bên trong, nhưng trên bề mặt bạn vẫn còn từ bi, tốt bụng, lễ phép, dịu dàng. Bây giờ phân chia được thực hành. Mọi người đều thực hành nó qua toàn thể nhiều kiếp sống của mình; thế rồi phân chia trở thành tuyệt đối lắng đọng. Ngay cả khi bạn đang ngồi một mình và không có ai cả, và không cần giả vờ, bạn vẫn cứ giả vờ; nó đã trở thành bản tính thứ hai. Mọi người không chân thực ngay cả trong nhà tắm của mình; ngay cả khi họ hoàn toàn một mình, họ cũng không chân thực. Bây giờ vấn đề không phải là việc chân thực hay không chân thực; nó đã trở thành thói quen của họ. Trong toàn thể các kiếp sống của mình họ đã thực

hành, và khi bạn thực hành ngày một nhiều, khoảng cách giữa hai phần của bạn trở nên ngày càng lớn hơn.

Khi nó trở thành không thể bắc cầu qua nổi, chúng ta gọi nó là tinh thần phân liệt. Khi bạn không thể tiếp xúc được với phần khác riêng của mình, bạn gần như trở thành hai người thay vì một người; thế thì nó là bệnh tinh thần trầm trọng. Nhưng mọi người đều bị phân chia, cho nên khác biệt giữa người bị tinh thần phân liệt và người bình thường chỉ là ở mức độ. Nó không phải rất cơ bản, không phải về chất mà chỉ về lượng.

Với chân thực tôi ngụ ý không giả vờ. Là bất kì cái gì bạn đang là - khoảnh khắc này bạn buồn, vậy khoảnh khắc đó bạn buồn. Và khoảnh khắc tiếp nếu bạn trở nên hạnh phúc, bây giờ không cần tiếp tục vẫn còn buồn - bởi vì điều đó nữa, đã được dạy: bao giờ cũng nhất quán, vẫn còn nhất quán. Điều đó xảy ra, bạn có thể quan sát nó - bạn buồn, và thế rồi bỗng nhiên cái buồn mất đi, nhưng bạn không thể cười được ngay lập tức bởi vì mọi người sẽ nghĩ gì? Bạn có điên không? Vừa mới trước đó bạn đã buồn; bây giờ bạn lập tức bắt đầu cười sao? Chỉ người điên hay trẻ con mới làm điều này; điều đó không được trông đợi ở bạn. Bạn sẽ phải đợi tình huống nào đó mà dần dần bạn có thể thành thoi và bắt đầu mỉm cười và cười lại.

Cho nên không chỉ là khi bạn buồn bạn giả vờ mỉm cười, khi bạn muốn mỉm cười nữa, bạn cũng giả vờ buồn bởi vì toàn thể ý tưởng ngu xuẩn về giữ nhất quán. Từng khoảnh khắc có cách thức riêng của nó và không khoảnh khắc nào cần nhất quán với bất kì khoảnh khắc nào khác. Cuộc sống là một luồng, nó là dòng sông: Nó cứ thay đổi trạng thái của nó. Cho nên người ta không cần lo nghĩ về nhất quán. Bất kì ai trở nên lo nghĩ về nhất quán cũng sẽ trở thành không chân thực bởi vì chỉ dối trá mới có thể nhất quán. Chân thực bao giờ cũng thay đổi. Chân thực chứa các mâu thuẫn của nó - và đó là cái giàu có của chân thực, đó là cái bao la của nó, đó là cái đẹp của nó.

Cho nên nếu bạn cảm thấy buồn, thế thì buồn - không kết án, không đánh giá nó tốt hay xấu. Không có vấn đề về tốt hay xấu, nó đơn giản là vậy. Và khi nó đi, cứ để cho nó đi. Khi đó bạn lại bắt đầu mỉm cười, đừng cảm thấy mặc cảm bởi vì bạn vừa mới buồn xong, cho nên làm sao bạn có thể mỉm cười được? Cứ để ai đó trước hết kể chuyện cười, cứ để ai đó trước hết phá vỡ tảng băng, và thế rồi bạn sẽ cười. Đợi đúng khoảnh khắc. Điều đó chống lại đạo đức giả. Khi bạn hạnh phúc, thì hạnh phúc; không cần giả vờ cái gì cả.

Và nhớ: Từng khoảnh khắc đều có thực tại nguyên tử. Nó là gián đoạn với khoảnh khắc quá khứ và nó không nối với khoảnh khắc tương lai. Từng khoảnh khắc đều mang tính nguyên tử. Chúng không phải nối nhau trong một dãy, chúng không tuyến tính. Từng khoảnh khắc có cách hiện hữu riêng của nó, và bạn phải ở đó, trong khoảnh khắc đó, không gì khác. Đây là điều thực sự được ngụ ý bởi chân thực.

Chân thực nghĩa là đích thực, chân thực nghĩa là chân thành. Chân thực không phải là điều logic. Nó là trạng thái tâm hồn của việc chân thực - không phải là chân thực theo người lí tưởng nào đó, bởi vì nếu có người lí tưởng nào đó bạn sẽ trở thành giả. Nếu bạn nghĩ rằng phải giống vị Phật mới là chân thực, thế thì bạn sẽ không bao giờ chân thực bởi vì bạn không phải là vị Phật, và bạn sẽ áp đặt Phật lên bạn. Bạn có thể ngồi giống như Phật, bạn có thể gần như trở thành bức tượng đá cẩm thạch, nhưng sâu bên dưới bạn sẽ vẫn như cũ. Phật sẽ chỉ là tư thế. Và nếu bạn có người lí tưởng, bạn không thể chân thực được vào khoảnh khắc đó bởi vì người lí tưởng này bao giờ cũng có đó và bạn phải noi gương người lí tưởng.

Người chân thực không có người lí tưởng nào. Người đó sống khoảnh khắc sang khoảnh khắc; người đó bao giờ cũng sống như người đó cảm thấy trong khoảnh khắc đó. Người đó hoàn toàn kính trọng tình cảm của mình, xúc động của mình, tâm trạng của mình. Và đây là điều tôi muốn mọi người là: đích thực, chân thực, chân thành, kính trọng linh hồn riêng của mình.

## Lắng nghe bản thân mình

Bao giờ cũng lắng nghe cảm giác riêng của mình, không cần nhìn quanh. Và với việc nhìn vào mọi người, bạn không thể thấy được đích xác điều gì đang xảy ra cho họ bởi vì khuôn mặt họ không phải là thực tại của họ, cũng như khuôn mặt bạn không phải là thực tại của bạn. Dáng vẻ bên ngoài của họ không phải là cái bên trong của họ, cũng như dáng vẻ bên ngoài của bạn không phải là cái bên trong của bạn.

Đó là toàn thể đạo đức giả của xã hội - không bày tỏ cái bên trong của bạn, trung tâm của bạn, khuôn mặt thực của bạn. Giấu nó đi. Bày tỏ nó cho ai đó rất thân thiết và người sẽ hiểu. Nhưng ai là người thân thiết? Ngay cả những người yêu cũng không bày tỏ khuôn mặt của họ cho nhau. Bởi vì chẳng ai biết cả; giây phút này ai đó là người yêu, giây phút tiếp có thể không yêu nữa. Cho nên từng người trở thành giống như hòn đảo khép kín.

Đừng nhìn vào người khác, nhìn vào bản thân mình thôi. Và để cái ở bên trong của bạn đi ra ngoài, với bất kì rủi ro nào. Không có rủi ro nào lớn hơn kìm nén. Nếu bạn kìm nén, bạn sẽ đánh mất tất cả hương vị cho cuộc sống, tất cả nhiệt tình. Bạn sẽ đánh mất tất cả cuộc sống nếu bạn cứ kìm nén. Nó là chất độc; nó đầu độc bản thể.

Lắng nghe trái tim đi, và bất kì cái gì có đó, đem nó ra. Chẳng mấy chốc bạn sẽ trở nên hiệu quả trong việc đem nó ra, và bạn sẽ tận hưởng nó. Và một khi bạn biết cách là chân thực rồi, nó sẽ đẹp tới mức bạn sẽ không bao giờ lắng đọng vì cái giả nữa. Chúng ta cứ quyết định là cái giả bởi vì chúng ta chưa bao giờ ném trải cái thực. Từ chính lúc ban đầu của thời thơ ấu cái thực đã bị kìm nén. Trước khi đứa trẻ trở nên nhận biết về cái gì là thực, nó đã được dạy kìm nén điều đó. Theo cách vô ý thức, theo cách máy móc, nó cứ kìm nén mà không biết điều nó đang làm.

Chân thực với bản thân mình đi - không có trách nhiệm khác. Người ta phải có trách nhiệm với bản thể của mình. Bạn phải trả lời

được cho bản thể riêng của mình, và Thượng đế sẽ không hỏi bạn tại sao bạn không là ai đó khác đâu.

Có câu chuyện rằng khi nhà huyền môn Josiah của Hasid giáo sắp chết ai đó hỏi ông ấy tại sao ông ấy không cầu nguyện Thượng đế, và ông ấy lại chắc chắn rằng Moses sẽ là nhân chứng cho ông ấy. Ông ấy đáp, "Để ta nói cho ông một điều. Thượng đế sẽ không hỏi ta tại sao ta không là Moses đâu. Ngài sẽ hỏi ta tại sao ta không là Josiah."

Đây là toàn thể vấn đề, làm sao là chính mình. Và nếu bạn có thể giải quyết được điều này, thế thì mọi vấn đề khác trở thành không là vấn đề gì cả. Thế thì cuộc sống là điều huyền bị tuyệt vời để được sống - không phải là vấn đề được giải mà chỉ được sống và tận hưởng.

## Tin cậy bản thân mình

Chân thực là có thể chỉ nếu trước hết bạn tin cậy bản thân mình. Điều nền tảng nhất phải xảy ra bên trong bạn trước hết. Nếu bạn tin cậy bản thân mình, bạn có thể tin cậy vào tôi, bạn có thể tin cậy mọi người, bạn có thể tin cậy sự tồn tại. Nhưng nếu bạn không tin cậy được vào bản thân mình, thế thì không tin cậy nào khác là có thể.

Và xã hội phá huỷ tin cậy tại chính gốc rễ. Nó không cho phép bạn tin cậy vào bản thân mình. Nó dạy tất cả các loại tin cậy khác - tin cậy vào bố mẹ, tin cậy vào nhà thờ, tin cậy vào quốc gia, tin cậy vào Thượng đế, và vô hạn - nhưng tin cậy cơ bản bị phá huỷ hoàn toàn. Và thế thì tất cả các tin cậy khác đều là rỗng, nhất định là rỗng. Thế thì tất cả tin cậy khác đều chỉ là hoa nhựa. Bạn không có rễ thực cho hoa thực phát triển.

Xã hội làm điều đó một cách có chủ ý, theo mục đích, bởi vì người tin cậy vào bản thân mình là nguy hiểm cho xã hội - xã hội phụ thuộc vào sự nô lệ, xã hội đã đầu tư quá nhiều vào nô dịch. Người tin cậy vào bản thân mình là người độc lập. Bạn không thể dự đoán được về người đó, người đó sẽ đi theo cách riêng của người đó. Tự do sẽ là cuộc sống của người đó. Người đó sẽ tin cậy khi người đó cảm thấy thế, khi người đó yêu, và thế thì tin cậy của người đó sẽ mãnh liệt vô cùng và có chân thực trong nó. Thế thì tin cậy của người đó sẽ sống động và đích thực. Và người đó sẽ sẵn sàng để mạo hiểm tất cả cho tin cậy của mình - nhưng chỉ khi người đó cảm thấy điều đó, chỉ khi điều đó là đúng, chỉ khi nó khuấy động trái tim người đó, chỉ khi nó khuấy động thông minh của người đó và tình yêu của người đó. Bằng không thì không được. Bạn không thể buộc người đó vào bất kì loại niềm tin nào.

Xã hội này phụ thuộc vào đức tin. Toàn thể cấu trúc của nó là cấu trúc của thôi miên tự động. Toàn thể cấu trúc của nó dựa trên việc tạo ra rô bốt và máy, không phải người. Nó cần con người phụ thuộc - nhiều tới mức họ thường xuyên cần có người kiểu bạo chúa, nhiều tới mức họ đang đi tìm kiếm bạo chúa riêng của mình, Adolf

Hitler riêng của mình, Mussolini riêng của mình, Joseph Stalin và Mao Trạch Đông riêng của mình. Trái đất này, trái đất tươi đẹp này, chúng ta đã biến nó thành một nhà tù lớn. Vài người có quyền đã thu toàn thể nhân loại thành đám đông hỗn tạp. Con người được phép tồn tại chỉ nếu con người thoả hiệp với tất cả các loại vô nghĩa.

Bây giờ, bảo đưa trẻ tin vào Thượng đế là vô nghĩa, hoàn toàn vô nghĩa - không phải là Thượng đế không tồn tại, nhưng bởi vì đưa trẻ chưa cảm thấy khát khao, ham muốn, niềm khao khát. Nó còn chưa sẵn sàng đi vào tìm kiếm chân lí, chân lí tối thượng của cuộc sống. Nó còn chưa đủ chín chắn để truy tìm vào thực tại của sự tồn tại. Chuyện tình đó phải xảy ra một ngày nào đó, nhưng nó có thể xảy ra chỉ nếu không đức tin nào bị áp đặt lên nó. Nếu nó bị cải đạo trước khi cơn khát đã nảy sinh để thám hiểm và để biết, thế thì toàn thể cuộc sống nó sẽ sống theo cách rờm; nó sẽ sống theo cách giả dối.

Vâng, nó sẽ nói về Thượng đế bởi vì nó đã được bảo rằng có Thượng đế. Nó đã được nói cho một cách có thẩm quyền, và nó đã được nói cho bởi những người rất quyền thế trong thời thơ ấu của nó - bố mẹ nó, các tu sĩ, các thầy giáo của nó. Nó đã được những người này nói cho, và nó phải chấp nhận điều đó; đó là vấn đề sống còn của nó. Nó không thể nói không với bố mẹ nó bởi vì không có họ nó sẽ không có khả năng sống chút nào. Nói không quá mạo hiểm; nó phải nói có. Nhưng có của nó không thể chân thực được.

Làm sao nó có thể chân thực được? Nó đang nói có chỉ như một phương cách chính trị, để sống còn. Bạn đã không biến nó thành người tôn giáo, bạn đã làm nó thành nhà ngoại giao, bạn đã tạo ra chính khách. Bạn đã phá hoại tiềm năng của nó để trưởng thành trong bản thể đích thực. Bạn đã đầu độc nó. Bạn đã phá huỷ chính khả năng thông minh của nó bởi vì thông minh nảy sinh chỉ khi khao khát nảy sinh để biết. Bây giờ khao khát này sẽ không bao giờ nảy sinh cả bởi vì trước khi câu hỏi này chiếm quyền sở hữu tâm hồn nó, câu trả lời đã được cung cấp. Trước khi nó đói, thức ăn đã bị ép đưa vào bản thể nó. Bây giờ, không đói, thức ăn ép buộc này không thể được tiêu hoá; không có cơn đói để tiêu hoá nó. Đó là lí do tại

sao mọi người sống như các ông dẫn qua đó cuộc sống trôi qua như thức ăn chưa tiêu hoá.

Người ta phải rất kiên nhẫn với trẻ con, rất tình tảo, rất ý thức không nói gì mà có thể làm cản trở thông minh riêng của chúng tới, không cải đạo chúng thành người Ki tô giáo, người Hindu giáo, người Mô ha mét giáo. Người ta cần kiên nhẫn vô hạn. Một ngày nào đó phép màu xảy ra, khi bản thân đứa trẻ bắt đầu truy tìm. Thế nữa cũng đừng cung cấp cho nó câu trả lời làm sẵn. Câu trả lời làm sẵn chẳng giúp được cho ai cả; câu trả lời làm sẵn là đờ đẫn và ngu xuẩn. Giúp nó trở nên thông minh hơn đi. Thay vì cho nó câu trả lời, cho nó tình hướng và thách thức để cho thông minh của nó được mài sắc và nó hỏi sâu sắc hơn - tới mức câu hỏi thắm vào chính cốt lõi của nó, tới mức câu hỏi trở thành câu hỏi sống và chết.

Nhưng điều đó là không được phép. Bố mẹ rất sợ, xã hội rất sợ. Nếu trẻ con được phép vẫn còn tự do, ai biết được? Chúng có thể không bao giờ vào cùng nhóm mà bố mẹ chúng thuộc vào, chúng có thể không bao giờ đi tới nhà thờ - Cơ đốc giáo, Tin lành, thế này thế nọ. Ai biết cái gì sẽ xảy ra khi chúng trở nên thông minh theo cách riêng của chúng? Chúng sẽ không trong kiểm soát của bạn. Và xã hội này cứ đi ngày một sâu vào chính trị để kiểm soát mọi người, để sở hữu linh hồn của mọi người.

Đó là lí do tại sao điều đầu tiên họ phải làm là phá huỷ tin cậy - tin cậy của đứa trẻ vào chính nó, tự tin tưởng của đứa trẻ vào bản thân nó. Họ phải làm cho nó run rẩy và sợ hãi. Một khi nó run rẩy, nó bị kiểm soát. Nếu nó tự tin, nó không bị kiểm soát. Nếu nó tự tin nó sẽ tự khẳng định mình, nó sẽ cố gắng làm cái riêng của nó. Nó sẽ không bao giờ muốn làm cái gì của bất kì ai khác. Nó sẽ đi cuộc hành trình riêng của nó, nó sẽ không hoàn thành ham muốn của bất kì ai khác vì cuộc hành trình nào đó. Nó sẽ không bao giờ là kẻ bắt chước, nó sẽ không bao giờ là người đờ đẫn và chết. Nó sẽ sống động, rung động cùng cuộc sống tới mức không ai có thể kiểm soát được nó.

Phá huỷ tin cậy của nó, và bạn đã thiến nó rồi. Bạn đã lấy đi sức mạnh của nó; bây giờ nó bao giờ cũng sẽ bất lực và bao giờ cũng cần ai đó chi phối, chỉ dẫn, và chỉ huy nó. Bây giờ nó sẽ là người lính tốt, công dân tốt, người quốc gia tốt, người Ki tô giáo tốt, người Mô ha mét giáo tốt, người Hindu tốt.

Vâng, người đó sẽ là tất cả những điều này. Nhưng người đó sẽ không là cá nhân thực. Người đó sẽ không có gốc rễ nào, người đó sẽ bị bật rễ cả đời mình. Người đó sẽ sống mà không có rễ - và sống không rễ là sống trong khổ sở, là sống trong địa ngục. Cũng như cây cần rễ trong đất, con người cũng là cây và cần rễ trong sự tồn tại nếu không người đó sẽ sống cuộc sống rất không thông minh.

Mới hôm nọ, tôi đọc một câu chuyện:

Ba nhà giải phẫu, các bạn cũ, gặp nhau nhân kì nghỉ. Trên bờ biển, ngồi dưới ánh mặt trời, họ bắt đầu ba hoa. Người thứ nhất nói, "Tôi bắt gặp một người đã mất cả hai chân trong chiến tranh. Tôi cho anh ta cặp chân giả, và nó đã là phép màu. Bây giờ anh ta đã trở thành một trong những vận động viên chạy lớn nhất thế giới! Có mọi khả năng là trong kì thể vận hội Olympic sắp tới anh ta sẽ thắng."

Người khác nói, "Thế chưa là gì cả. Tôi bắt gặp một người đàn bà ngã từ tầng ba mươi. Khuôn mặt cô ấy dập nát hết. Tôi đã làm một việc lớn về giải phẫu cấy ghép nhựa. Mới hôm nọ tôi biết tin qua báo chí là cô ấy đã trở thành hoa hậu sắc đẹp thế giới.:"

Người thứ ba là một người khiêm tốn. Những người khác nhìn anh ta và hỏi, "Mới đây anh đã làm được gì? Có gì mới không?"

Người này nói, "Cũng chẳng có gì nhiều - mà hơn nữa, tôi không được phép nói gì về nó cả."

Đồng nghiệp của anh ta trở nên tò mò hơn. Họ nói, "Nhưng chúng tôi là bạn bè, chúng tôi có thể giữ bí mật cho anh. Anh không phải lo; nó sẽ không dò rỉ ra đâu."

Thế là anh ta nói, "Thôi được, nếu các anh đã nói vậy, nếu các anh hứa: Một người được đưa tới tôi, anh ta mất đầu trong tai nạn xe hơi. Tôi lúng túng chẳng biết phải làm gì. Tôi chạy ra vườn để nghĩ xem phải làm gì, và bỗng nhiên tôi bắt gặp cái bắp cải. Chẳng tìm thấy cái gì khác, tôi cấy cái bắp cải đó vào chỗ cái đầu. Và các cậu có biết gì không? Người đó đã trở thành tổng thống Mĩ đấy."

Bạn có thể phá huỷ đứa trẻ; dầu vậy, nó có thể trở thành tổng thống Mĩ. Có mọi khả năng cố hữu để trở nên thành công mà không có thông minh. Thực tế, không có nhiều khó khăn để trở nên thành công với thông minh bởi vì người thông minh mang tính sáng tạo. Người đó bao giờ cũng đi trước thời đại mình; phải mất thời gian để hiểu người đó.

Người không thông minh thì dễ được hiểu. Người đó khớp với động thái của xã hội; xã hội có các giá trị và tiêu chuẩn để phán xét người đó. Nhưng phải mất nhiều năm để xã hội đánh giá được một thiên tài.

Tôi không nói rằng người không có thông minh thì không thể trở nên thành công được, không thể trở nên nổi tiếng được - nhưng người đó sẽ vẫn còn là rơm. Và đó là nỗi khổ: Bạn có thể trở nên nổi tiếng, nhưng nếu bạn là rơm, bạn sống trong khổ sở. Bạn không biết phúc lành nào cuộc sống đang trút lên bạn - bạn sẽ không bao giờ biết cả. Bạn không có đủ thông minh để biết. Bạn sẽ không bao giờ thấy cái đẹp của sự tồn tại bởi vì bạn không có nhạy cảm để biết nó. Bạn sẽ không bao giờ thấy phép màu vô cùng đang bao quanh bạn, cái bắt chéo qua con đường của bạn theo cả triệu cách mọi ngày. Bạn sẽ không bao giờ thấy được nó bởi vì để thấy nó, bạn cần khả năng mênh mông để hiểu, để cảm, để hiện hữu.

Xã hội này là xã hội hướng quyền lực. Xã hội này vẫn còn hoàn toàn nguyên thủy, hoàn toàn man rợ. Vài người - chính khách, tu sĩ, giáo sư - đang chi phối cả triệu người. Và xã hội này đang vận hành theo cách không đứa trẻ nào được phép có thông minh. Phải cực kì ngẫu nhiên mà thỉnh thoảng vị Phật mới tới trái đất - cực kì ngẫu nhiên. Bằng cách nào đó, thỉnh thoảng một người thoát ra khỏi nanh

vuốt của xã hội. Thỉnh thoảng một người vẫn còn không bị đầu độc bởi xã hội. Điều đó phải là vì một số lỗi nào đó, sai lầm nào đó của xã hội. Bằng không xã hội thành công trong việc phá huỷ rễ của bạn, trong việc phá huỷ tin cậy của bạn vào bản thân mình. Và một khi điều đó được làm, bạn sẽ không bao giờ có khả năng tin cậy vào bất kì ai. Một khi bạn không có khả năng yêu bản thân mình, bạn sẽ không bao giờ có khả năng yêu bất kì ai. Đó là chân thực tuyệt đối, không có ngoại lệ cho nó. Bạn có thể yêu người khác chỉ nếu bạn có khả năng yêu bản thân mình. Nhưng xã hội kết án việc tự yêu. Nó nói điều đó là vị kỉ, nó nói điều đó là tự ái.

Vâng tự yêu mình có thể trở thành tự ái, nhưng không nhất thiết là vậy. Nó có thể trở thành tự ái nếu nó chưa bao giờ đi vượt ra ngoài bản thân nó, nó có thể trở thành một loại vị kỉ nếu nó trở nên bị giới hạn vào chính nó. Bằng không, tự yêu mình là bắt đầu của tất cả tình yêu khác.

Người yêu bản thân mình chẳng chóng thì chày bắt đầu tuôn tràn với tình yêu. Người tin cậy vào bản thân mình không thể bất tín với bất kì ai được, ngay cả với những người định lừa người đó, ngay cả với những người đã lừa người đó. Vâng, người đó thậm chí không thể bất tín được với họ bởi vì bây giờ người đó biết tin cậy còn có giá trị hơn nhiều so với bất kì cái gì khác.

Bạn có thể lừa một người - nhưng bạn có thể lừa người đó về cái gì? Bạn có thể lấy tiền hay cái gì đó khác từ người đó. Nhưng người biết tới cái đẹp của tin cậy sẽ không bị sao lãng bởi những điều nhỏ bé này. Người đó sẽ vẫn yêu bạn, người đó sẽ vẫn tin cậy bạn. Và thế rồi phép màu xảy ra: Nếu một người thực sự tin cậy bạn, không thể nào lừa được người đó, gần như không thể được.

Điều đó xảy ra mọi ngày trong cuộc sống của bạn nữa. Bất kì khi nào bạn tin cậy vào ai đó, điều trở thành không thể được cho người đó là lừa bạn, là dối bạn. Ngồi trên sân ga tàu hoả, bạn không biết người ngồi bên cạnh mình là ai - người đó là người lạ, người hoàn toàn lạ - và bạn nói với người đó, "Nhờ anh trông giúp đồ đạc hộ tôi. Tôi phải ra mua vé." Và bạn đi. Bạn tin cậy vào người lạ tuyệt đối.

Nhưng điều gần như không bao giờ xảy ra là người lạ lừa bạn. Người đó có thể lừa bạn nếu như bạn đã không tin cậy vào người đó.

Tin cậy có phép thần trong nó. Làm sao người đó có thể lừa được bạn bởi vì bạn đã tin cậy vào người đó? Làm sao người đó có thể rơi xuống thấp thế được? Người đó sẽ không bao giờ có khả năng tha thứ cho bản thân mình nếu người đó lừa bạn.

Có phẩm chất cố hữu trong tâm thức con người để tin cậy và được tin cậy. Mọi người đều thích được tin cậy. Đó là sự kính trọng từ người khác - và khi bạn tin cậy vào người lạ điều đó còn nhiều hơn thế. Không có lí do để tin cậy người đó, và dầu vậy bạn vẫn tin cậy vào người đó. Bạn nâng người này lên bệ cao thế, bạn đánh giá người này cao thế, người đó gần như không thể nào sa ngã được từ độ cao đó. Và nếu người đó sa ngã, người đó sẽ không bao giờ có khả năng tha thứ cho bản thân mình, người đó sẽ phải mang tải trọng của mặc cảm cả đời mình.

Người tin cậy vào bản thân mình đi tới biết cái đẹp của nó - đi tới biết rằng bạn càng tin cậy vào bản thân mình, bạn càng nở hoa nhiều; bạn càng ở trong cùng trạng thái buông bỏ và thanh thoi, bạn càng được lắng đọng và chân thành, bạn càng bình thản, điềm tĩnh và im lặng. Và điều đó đẹp đến mức bạn bắt đầu tin cậy ngày một nhiều người hơn bởi vì bạn càng tin cậy hơn, bình thản của bạn càng sâu sắc hơn; điềm tĩnh của bạn đi ngày càng sâu hơn vào chính cốt lõi của bản thể bạn. Và bạn càng tin cậy, bạn càng sải cánh bay cao hơn. Người có thể tin cậy chẳng chóng thì chầy sẽ biết tới logic của tin cậy. Và thế thì một ngày nào đó người đó nhất định thử tin cậy vào cái không biết.

Bắt đầu tin cậy vào bản thân mình - đó là bài học nền tảng, bài học đầu tiên. Bắt đầu yêu bản thân mình. Nếu bạn không yêu bản thân mình, người nào khác sẽ yêu bạn? Nhưng nhớ, nếu bạn *chỉ* yêu bản thân mình, tình yêu của bạn sẽ rất nghèo nàn.

Nhà huyền môn Do Thái vĩ đại, Hillel, đã nói, "Nếu ông không vì bản thân mình, ai sẽ vì ông?" Và cũng vậy, "Nếu ông chỉ vì bản thân mình, thế thì cuộc sống của ông có thể có nghĩa gì?" - một phát biểu cực kỳ có ý nghĩa. Nhớ điều đó: Yêu bản thân mình bởi vì nếu bạn không yêu bản thân mình, không ai khác sẽ có thể yêu bạn được.

Bạn không thể yêu một người ghét bản thân mình. Và trên trái đất không may mắn này, gần như mọi người đều ghét bản thân mình, mọi người đều kết án bản thân mình. Làm sao bạn có thể yêu được người cứ kết án bản thân mình? Người đó sẽ không tin vào bạn. Người đó không thể yêu được bản thân mình - làm sao bạn có thể dám yêu? Người đó sẽ nghi ngờ trò chơi nào đó, thủ đoạn nào đó, cuộc chơi nào đó. Người đó sẽ ngờ rằng bạn đang cố lừa người đó nhân danh tình yêu. Người đó sẽ rất thận trọng, tỉnh táo, và nghi ngờ của người đó sẽ đầu độc bản thể bạn. Nếu bạn yêu một người ghét bản thân mình, bạn đang cố gắng phá huỷ quan niệm của người đó về bản thân mình. Và không ai dễ dàng vứt bỏ quan niệm của mình về bản thân mình; đó là căn cước của người đó. Người đó sẽ tranh đấu với bạn, người đó sẽ chứng minh cho bạn rằng người đó là đúng và bạn sai.

Đó là điều đang xảy ra trong mọi quan hệ yêu đương - để tôi gọi nó là mọi mối quan hệ yêu đương vẫn được gọi vậy. Nó đang xảy ra giữa mọi chồng và vợ, mọi người yêu và người được yêu, mọi đàn ông và mọi đàn bà. Làm sao bạn có thể phá huỷ được quan niệm của người khác về bản thân người đó? Đó là căn cước của người đó, đó là bản ngã của người đó, đó là cách người đó biết tới bản thân mình. Nếu bạn lấy nó đi, người đó sẽ không biết mình là ai. Điều đó là quá mạo hiểm; người đó không thể vứt bỏ được quan niệm của mình dễ dàng thế. Người đó sẽ chứng minh cho bạn rằng người đó không xứng đáng yêu; người đó chỉ xứng đáng ghét. Và cùng điều đó là trường hợp với bạn. Bạn cũng ghét bản thân mình; bạn không thể cho phép bất kỳ ai khác yêu bạn được. Bất kỳ khi nào ai đó tới với năng lượng yêu quanh bạn, bạn co lại, bạn muốn trốn chạy, bạn sợ. Bạn biết hoàn toàn rõ rằng bạn không xứng đáng với tình yêu, bạn biết rằng chỉ trên bề mặt bạn trông tốt thế, đẹp thế; sâu

bên dưới bạn xấu. Và nếu bạn cho phép người này yêu bạn, chẳng chóng thì chầy - và nó sẽ chóng chừ không chầy đâu - người đó sẽ đi tới biết bạn là ai trong thực tại.

Bạn sẽ có thể giả vờ được bao lâu với người mà bạn phải sống trong tình yêu? Bạn có thể giả vờ ở bãi chợ, bạn có thể giả vờ ở câu lạc bộ Lions và câu lạc bộ Rotary - mỉm cười, tất cả đều mỉm cười. Bạn có thể diễn kịch hay và vào vai hay. Nhưng nếu bạn sống với người đàn bà hay đàn ông trong hai mươi bốn giờ một ngày, thế thì sẽ mệt mỏi lắm nếu cứ mỉm cười và mỉm cười và mỉm cười mãi. Thế thì mỉm cười làm bạn mệt mỏi bởi vì nó là rởm. Đó chỉ là bài luyện tập của môi, và môi trở nên mệt. Làm sao bạn có thể cứ dịu ngọt mãi được? Cay đắng của bạn sẽ trồi lên bề mặt. Do đó, lúc tuần trăng mật qua đi, mọi thứ cũng qua luôn. Cả hai đã biết thực tại của nhau, cả hai đã biết cái rởm của nhau, cả hai đã biết cái giả dối của nhau.

Người ta sợ trở nên thân thiết. Thân thiết nghĩa là bạn sẽ phải gạt sang bên việc vào vai diễn. Và bạn biết mình là ai chứ: không xứng đáng, toàn bản thủ; đó là điều bạn đã từng được bảo từ chính lúc ban đầu. Bố mẹ của bạn, thầy giáo của bạn, tu sĩ của bạn, chính khách của bạn - tất cả đều đã từng nói với bạn rằng bạn bản thủ, không xứng đáng. Chẳng ai đã từng chấp nhận bạn. Chẳng ai đã cho bạn cảm giác rằng bạn được yêu và được kính trọng, rằng bạn được cần tới - rằng sự tồn tại này sẽ thiếu bạn, rằng không có bạn sự tồn tại này sẽ không thể như cũ, rằng không có bạn sẽ có lỗ hổng. Không có bạn vũ trụ này sẽ mất đi tính thơ ca nào đó, cái đẹp nào đó: bài ca sẽ bị thiếu, một nốt sẽ bị thiếu, sẽ có lỗ hổng - không ai đã bảo bạn điều đó.

Và đó là điều công trình của tôi ở đây là gì: phá huỷ cái bất tín đã từng được tạo ra trong bạn về bản thân bạn, phá huỷ đi tất cả những kết án đã từng bị áp đặt lên bạn, lấy nó đi khỏi bạn và cho bạn cảm giác rằng bạn được yêu và được kính trọng, được sự tồn tại yêu mến. Thượng đế đã tạo ra bạn bởi vì ngài yêu bạn. Ngài yêu bạn nhiều tới mức ngài không thể tìm được cảm dỗ tạo ra bạn.

Khi hoạ sĩ vẽ, người đó vẽ bởi vì người đó yêu. Vincent van Gogh liên tục vẽ mặt trời cả đời mình, ông ấy yêu mặt trời nhiều thế. Thực tế, chính mặt trời đã làm cho ông ấy phát điên. Trong một năm liên tục ông ấy đã đứng và vẽ dưới mặt trời nóng. Cả đời ông ấy xoay quanh mặt trời. Và ngày ông ấy được mãn nguyện, vẽ xong bức tranh mà ông ấy bao giờ cũng muốn vẽ - và để vẽ bức tranh này ông ấy đã vẽ nhiều bức tranh khác, nhưng ông ấy đã không được mãn nguyện với chúng - ngày ông ấy được mãn nguyện, ngày ông ấy có thể nói, "Vâng, đây là điều tôi muốn vẽ," ông ấy tự tử bởi vì, ông ấy nói, "Công việc của tôi được thực hiện rồi. Tôi đã làm xong điều tôi tới để làm. Định mệnh của tôi được hoàn thành, bây giờ không ích gì mà sống nữa."

Toàn thể cuộc đời ông ấy là sự thành tâm cho bức tranh nào đó sao? Ông ấy phải đã từng điên lên trong tình yêu với mặt trời. Ông ấy nhìn vào mặt trời lâu tới mức nó phá huỷ mắt ông ấy, khả năng nhìn của ông ấy, nó làm cho ông ấy phát điên.

Khi nhà thơ làm bài thơ, chính bởi vì người đó yêu nó. Thượng đế đã vẽ bạn, ca bạn, nhảy múa bạn. Thượng đế yêu bạn! Nếu bạn không thấy nghĩa nào trong từ Thượng đế, đừng lo nghĩ. Gọi nó là sự tồn tại, gọi nó là cái toàn thể. Sự tồn tại yêu bạn, bằng không bạn đã không ở đây rồi.

Thành thoi trong bản thể mình, bạn được cái toàn thể yêu mến. Đó là lí do tại sao cái toàn thể cứ thờ trong bạn, đập rộn ràng trong bạn. Một khi bạn bắt đầu cảm thấy kính trọng và tình yêu và tin cậy vô cùng này của cái toàn thể trong bạn, bạn sẽ bắt đầu bắt rễ vào trong bản thể mình. Bạn sẽ tin cậy vào bản thân mình. Và chỉ thế thì bạn mới có thể tin cậy vào tôi được, chỉ thế bạn mới có thể tin cậy vào bạn bè của bạn được, con bạn, chồng bạn, vợ bạn. Chỉ thế thì bạn mới có thể tin cậy được vào cây cối và con vật và các vì sao và mặt trăng. Thế thì người ta đơn giản sống như tin cậy. Vấn đề không còn là tin cậy vào cái này hay cái khác; người ta đơn giản tin cậy. Và tin cậy đơn giản là mang tính tôn giáo.

Đó là điều tính chất sannyas tất cả là gì. Sannyas là hoàn tác lại tất cả những điều xã hội đã từng làm. Không phải ngẫu nhiên mà các tu sĩ đều chống lại tôi, các chính khách chống lại tôi, bố mẹ chống lại tôi, toàn thể các thể chế chống lại tôi; điều đó không ngẫu nhiên đâu. Tôi có thể hiểu được logic tuyệt đối rõ ràng của nó. Tôi đang cố gắng hoàn tác lại điều họ đã làm. Tôi đang phá hoại toàn thể hình mẫu của xã hội nô lệ này.

Nỗ lực của tôi là để tạo ra người nổi dậy, và bắt đầu của người nổi dậy là tin cậy vào bản thân mình. Nếu tôi có thể giúp bạn tin cậy được vào bản thân mình, tôi đã giúp được cho bạn rồi. Chẳng cái gì khác được cần nữa; mọi thứ khác đi theo cách riêng của nó.

## **Thân thiết với người khác: bước tiếp theo**

*Khi hai người yêu nhau thực sự cởi mở với nhau, khi họ không sợ lẫn nhau và không che giấu cái gì với nhau, đó là thân thiết. Khi họ có thể nói từng và mọi điều mà không sợ rằng người kia sẽ bị xúc phạm hay tổn thương... Nếu người yêu nghĩ người kia sẽ bị xúc phạm, thế thì thân thiết còn chưa đủ sâu đâu. Thế thì đó là một loại dàn xếp, cái có thể bị tan vỡ bởi bất kì cái gì. Nhưng khi hai người yêu bắt đầu cảm thấy rằng không có gì để che giấu và mọi thứ đều có thể được nói, và tin cậy đã đi tới chiều sâu mà cho dù bạn không nói điều đó người kia vẫn sẽ biết, thế thì họ bắt đầu trở thành một.*

## Bị thấy

Cuộc sống là cuộc hành hương, và chừng nào tình yêu còn chưa được đạt tới, nó vẫn còn là cuộc hành hương, chưa bao giờ đi tới đâu cả. Nó cứ đi theo vòng tròn, và khoảnh khắc của hoàn thành chẳng bao giờ tới, lúc người ta có thể nói, "Tôi đã đạt tới rồi. Tôi đã trở thành cái mà vì nó tôi đã tới. Hạt mầm được hoàn thành trong bông hoa." Tình yêu là mục đích, cuộc sống là cuộc hành trình. Và cuộc hành trình không có mục đích nhất định là thần kinh, lung tung; nó sẽ không có chiều hướng nào. Hôm nay bạn đi lên phía bắc, hôm khác bạn đi xuống phía nam; điều đó sẽ còn là ngẫu nhiên, bất kì cái gì cũng có thể dẫn bạn đi tới bất kì đâu. Bạn sẽ vẫn còn trôi dạt chừng nào mục đích còn chưa rõ ràng. Nó có thể là ngôi sao rất xa xăm - điều đó cũng không tạo ra khác biệt gì - nhưng nó phải rõ ràng. Nếu nó ở xa xăm, cũng được, nhưng nó phải ở đó.

Mắt bạn có thể vẫn còn được hội tụ vào nó; thế thì cuộc hành trình mười nghìn dặm không phải là cuộc hành trình dài. Nếu bạn đi theo hướng đúng, thế thì cuộc hành trình không phải là vấn đề như vậy. Nhưng nếu bạn đi theo hướng sai, hay không đi theo hướng nào cả, hay đi theo mọi hướng cùng lúc, thế thì cuộc sống sụp đổ. Đó là điều thần kinh là gì - sụp đổ trong năng lượng, không biết đi đâu, làm gì, là gì. Việc không biết chỗ nào đi, việc không biết nó tất cả là gì, để lại lỗ hổng bên trong, một vết thương, một lỗ tót, và nỗi sợ thường xuyên sẽ nảy sinh từ nó. Đó là lí do tại sao mọi người sống trong run rẩy. Họ có thể che giấu điều đó, họ có thể che đậy nó, họ có thể không phơi bày nó cho bất kì ai, nhưng họ sống trong sợ hãi. Đó là lí do tại sao mọi người sợ việc thân thiết với ai đó thế - người khác có thể thấy lỗ đen bên trong bạn nếu bạn cho phép họ cũng gần gũi và thân thiết.

Từ thân thiết - *intimacy* bắt nguồn từ gốc Latinh *intimum*, có nghĩa là lãnh thổ của bạn, cốt lõi bên trong nhất của bạn. Chừng nào bạn còn có cái gì đó ở đó, bạn không thể thân thiết với bất kì ai được. Bạn không thể cho phép *intimum*, thân thiết, bởi vì họ sẽ thấy

lỗ hổng, vết thương, và mủ rỉ ra từ nó. Họ sẽ thấy rằng bạn không biết mình là ai, rằng bạn là người điên, rằng bạn không biết bạn đang đi đâu. Rằng bạn thậm chí không nghe thấy bài ca riêng của mình, rằng cuộc sống của bạn là hỗn độn, không phải là hài hoà. Do đó mới có nỗi sợ thân thiết.

Ngay cả những người yêu cũng hiếm khi trở nên thân thiết. Và chỉ có quan hệ dục với ai đó thì không phải là thân thiết - cực thích ở bộ phận sinh dục không phải là tất cả mọi cái có đó trong thân thiết, đây chỉ là ngoại vi của nó. Thân thiết có thể có nó hay có thể không có nó. Thân thiết là chiều hướng hoàn toàn khác. Nó là việc cho phép người khác đi vào bạn, nhìn bạn như bạn nhìn bản thân mình - cho phép người khác nhìn bạn từ bên trong của bạn, mời ai đó tới cốt lõi sâu thẳm nhất đó của bản thể bạn. Trong thế giới hiện đại thân thiết đang biến mất. Ngay cả những người yêu cũng không thân thiết. Tình bạn chỉ là từ ngữ bây giờ; nó đã biến mất rồi. Và lí do ư? Lí do là ở chỗ không có gì để chia sẻ. Ai muốn phơi bày cái nghèo nàn bên trong của mình? Người ta muốn giả vờ, "Tôi giàu có đây, tôi đã đạt tới rồi, tôi biết điều tôi đang làm, tôi biết nơi tôi đang đi."

Người ta không sẵn sàng và không đủ dũng cảm để mở, để phơi bày cái hỗn độn bên trong của mình và cái mong manh. Người khác có thể khai thác nó; nỗi sợ có đó. Người khác có thể trở thành người quá chi phối, khi thấy rằng bạn đang hỗn độn. Thấy rằng bạn đang cần người chủ, rằng bạn không phải là người chủ của bản thể riêng của mình, người khác có thể trở thành người chủ. Do đó, mọi người đều cố gắng bảo vệ bản thân mình để cho không ai biết bất lực bên trong của mình, bằng không họ có thể bị khai thác. Thế giới này bao gồm nhiều khai thác.

Tình yêu là mục đích. Và một khi mục đích là rõ ràng, bạn bắt đầu phát triển giàu có bên trong. Vết thương biến mất và trở thành hoa sen; vết thương được biến đổi thành hoa sen. Đó là phép màu của tình yêu, phép thần của tình yêu. Tình yêu là lực giả kim thuật vĩ đại nhất trên thế giới. Những người biết cách dùng nó có thể đạt tới đỉnh cao nhất có tên là Thượng đế. Những người không biết cách

dùng nó vẫn còn bò trong sân chơi tối tăm của sự tồn tại; họ chẳng bao giờ đi tới những đỉnh cao đầy ánh mặt trời của cuộc sống.

## Nhu cầu về riêng tư

Con người có hai mặt, bên ngoài và bên trong. Bên ngoài có thể là công cộng, nhưng bên trong không thể thế được. Nếu bạn làm bên trong thành công cộng, bạn sẽ đánh mất linh hồn mình, bạn sẽ đánh mất khuôn mặt nguyên thủy của mình. Thế thì bạn sẽ sống cứ dửng dưng như bạn không có bản thể bên trong. Cuộc sống sẽ trở thành buồn tẻ, vô tích sự. Điều đó xảy ra cho những người lãnh đạo cuộc sống công - các chính khách, các diễn viên điện ảnh. Họ trở thành công cộng, họ mất đi bản thể bên trong của mình hoàn toàn; họ không biết họ là ai ngoại trừ điều công chúng nói về họ. Họ phụ thuộc và ý kiến của người khác; họ không có cảm giác về bản thể của mình.

Một trong những nữ diễn viên nổi tiếng nhất, Marilyn Monroe, đã tự tử, và các nhà phân tâm đã từng suy ngẫm về lí do tại sao. Cô ấy là một trong những người đàn bà đẹp nhất từng có, là một trong những người thành công nhất. Ngay cả tổng thống Mĩ, John F. Kennedy, cũng yêu cô ấy, và hàng triệu người yêu cô ấy. Người ta không thể nghĩ được bạn có thể có cái gì hơn nữa. Cô ấy có mọi thứ.

Nhưng cô ấy là công cộng và cô ấy biết điều đó. Ngay cả trong phòng ngủ đáng yêu của cô ấy khi tổng thống Kennedy ở đó, cô ấy cũng nói với ông ấy là "Thưa ông tổng thống" - cứ dửng dưng như người ta làm tình không với đàn ông mà với một thể chế.

Cô ấy là một thể chế. Dần dần cô ấy trở nên nhận biết rằng cô ấy chẳng có gì riêng tư cả. Có lần cô ấy đã đứng làm mẫu cho cuốn lịch khoả thân, và ai đó hỏi, "Cô có cái gì trên mình khi cô đứng làm mẫu cho lịch này không?"

Cô ấy đáp, "Có chứ, tôi có cái gì đó trên mình đang bật - cái radio."

Bị phơi bày, trần trụi, không cái ta riêng tư. Cảm giác của tôi là ở chỗ cô ấy đã tự tử bởi vì đó là điều duy nhất còn lại mà cô ấy có thể đã làm một cách riêng tư. Mọi thứ đều công cộng; đó là cái duy nhất cô ấy có thể làm theo cách riêng của mình, một mình, cái gì đó tuyệt đối thân thiết và bí mật. Các nhân vật công cộng bao giờ cũng có xu hướng tự tử bởi vì chỉ qua tự tử mà họ mới có thể có thoáng nhìn về họ là ai.

Và tất cả những cái đẹp là cái bên trong, và cái bên trong nghĩa là tính riêng tư. Bạn có quan sát đàn bà làm tình không? Họ bao giờ cũng nhắm mắt. Họ biết điều gì đó. Đàn ông cứ làm tình với mắt mở; anh ta vẫn còn là người quan sát. Anh ta không hoàn toàn trong hành động này; anh ta không toàn bộ trong nó. Anh ta vẫn còn là người nhòm, cứ dường như ai đó khác đang làm tình và anh ta đang xem, cứ dường như việc làm tình là trên màn hình ti vi hay trong phim. Nhưng người đàn bà biết rõ hơn bởi vì cô ấy được điều chỉnh tinh tế hơn với cái bên trong. Cô ấy bao giờ cũng nhắm mắt. Thế thì tình yêu có hương thơm hoàn toàn khác.

Làm một điều này: Ban đêm chạy đi tắm, và rồi bật đèn và tắt đèn đi. Khi có bóng tối bạn sẽ nghe thấy tiếng nước rơi rõ ràng hơn, âm thanh sẽ sắc nét hơn. Khi đèn được bật lên, âm thanh sẽ không sắc thế. Điều gì xảy ra trong bóng tối? Trong bóng tối, bởi vì bạn không thể nhìn được, mọi thứ khác biến mất. Chỉ bạn và âm thanh có đó. Đó là lí do tại sao trong tất cả các nhà hàng ngon ánh sáng quá chói đều bị tránh. Chúng toàn là ánh sáng nền. Bất kì khi nào một nhà hàng được thấp nền, hương vị đều sâu sắc hơn - bạn ăn ngon và bạn thưởng thức nhiều hơn. Hương thơm bao quanh bạn. Nếu có đèn rất sáng, hương vị không còn có đó. Mắt làm mọi thứ thành công cộng.

Trong chính câu đầu tiên của cuốn *Siêu hình* của mình, Aristotle nói rằng thị giác là giác quan cao nhất của con người. Nó không phải vậy - thực tế, thị giác đã trở thành quá chi phối. Nó đã chiếm độc quyền toàn thể cái ta và phá huỷ tất cả các giác quan khác. Thầy của Aristotle, Plato, nói rằng có phân cấp trong các giác quan - thị giác ở đỉnh, xúc giác ở đáy. Ông ấy tuyệt đối sai. Không có phân

cấp nào cả. Tất cả các giác quan đều ở cùng mức độ, và đáng phải không có phân cấp nào.

Nhưng bạn sống qua mắt: Tám mươi phần trăm cuộc sống của bạn là hướng theo mắt. Điều này không nên là như vậy; cân bằng phải được khôi phục. Bạn cũng nên sờ, bởi vì sờ có cái gì đó mà mắt không thể cho được. Nhưng cứ thử, thử sờ người đàn bà bạn yêu hay người đàn ông bạn yêu trong ánh sáng rõ, và thế rồi sờ trong bóng tối. Trong bóng tối thân thể để lộ bản thân nó; trong ánh sáng rõ nó che giấu.

Bạn đã xem tranh của Renoir về thân thể phụ nữ chưa? Chúng có cái gì đó huyền bí trong chúng. Nhiều họa sĩ đã vẽ thân thể phụ nữ, nhưng không có so sánh được với Renoir. Khác biệt là gì? Tất cả các họa sĩ khác đều đã vẽ thân thể phụ nữ như nó được nhìn qua mắt. Renoir đã vẽ nó cứ dường như nó được cảm thấy bằng tay, cho nên bức họa có hơi ấm và sự gần gũi, sự sống động.

Khi bạn sờ, cái gì đó xảy ra rất gần gũi. Khi bạn nhìn, cái gì đó là xa xăm. Trong bóng tối, trong chỗ bí mật, trong chỗ riêng tư, cái gì đó được lộ ra mà không thể được lộ ở chỗ mở, ở bãi chợ. Người khác đang nhìn và quan sát; cái gì đó sâu bên trong bạn co lại, nó không thể nở hoa. Cũng hết như bạn để hạt mầm xuống nền đất mở cho mọi người cùng nhìn vào. Chúng sẽ không bao giờ nảy mầm. Chúng cần được ném sâu vào trong bụng mẹ của đất, trong bóng tối sâu thẳm nơi không ai có thể nhìn chúng. Tại đó chúng bắt đầu nảy mầm, và cây lớn được sinh ra.

Cũng như hạt mầm cần bóng tối và riêng tư trong đất, tất cả các quan hệ sâu sắc và thân thiết vẫn còn là bên trong. Chúng cần riêng tư, chúng cần chỗ chỉ hai người tồn tại. Thế thì một khoảnh khắc tới khi thậm chí hai biến mất, và chỉ một còn lại.

Hai người yêu sâu sắc trong hài hoà với nhau thì tan biến đi. Chỉ một tồn tại. Họ thở cùng nhau, họ ở cùng nhau; tính cùng nhau tồn tại. Điều này sẽ là không thể được nếu người quan sát có đó. Họ sẽ không bao giờ có khả năng buông bỏ nếu người khác đang nhìn.

Chính đôi mắt của người khác sẽ trở thành rào chắn. Cho nên tất cả những điều là đẹp, tất cả những điều là sâu sắc, đều xảy ra trong bóng tối.

Trong mỗi quan hệ con người, tính riêng tư được cần tới. Tính kín đáo mang lí do riêng của nó để có đó. Nhớ điều đó, và bao giờ cũng nhớ rằng bạn sẽ cư xử rất ngu xuẩn trong cuộc sống nếu bạn trở thành công cộng hoàn toàn. Điều đó sẽ dường như là ai đó đã lộn túi của mình bên trong thò ra ngoài. Điều đó sẽ là hình dáng của bạn, giống như túi lộn bên trong ra ngoài. Chẳng có gì sai trong việc hướng ra ngoài, nhưng nhớ, đó chỉ là một phần của cuộc sống. Nó không nên trở thành cái toàn thể.

Tôi không nói đi vào trong bóng tối mãi mãi. Ánh sáng có cái đẹp riêng của nó và có lí do riêng của nó. Nếu hạt mầm còn trong bóng tối mãi mãi, và không bao giờ đi ra để nhận mặt trời vào buổi sáng, nó sẽ chết. Nó phải đi vào trong bóng tối để nảy mầm, để thu lấy sức mạnh, để trở nên sống động, để được sinh ra; và thế rồi nó phải đi ra và đối diện với thế giới và ánh sáng và bão táp và mưa sa. Nó phải chấp nhận thách thức của cái bên ngoài. Nhưng thách thức đó chỉ có thể được chấp nhận nếu bạn được bắt rễ sâu sắc ở bên trong.

Tôi không nói trở thành kẻ đào tẩu. Tôi không nói nhắm mắt lại, đi vào bên trong và không bao giờ đi ra. Tôi đơn giản nói đi vào để cho bạn có thể đi ra với năng lượng, với tình yêu, với từ bi. Đi vào để cho khi bạn đi ra bạn không là kẻ ăn xin mà là vua. Đi vào để cho khi bạn đi ra bạn có cái gì đó để chia sẻ - hoa, lá. Đi vào để cho việc đi ra của bạn trở nên giàu có hơn và không bị bần cùng hoá. Và bất kì khi nào bạn cảm thấy bị kiệt sức, bao giờ cũng nhớ rằng cội nguồn năng lượng là ở bên trong. Nhắm mắt lại và đi vào trong.

Tạo quan hệ bên ngoài, và tạo quan hệ bên trong nữa. Tất nhiên nhất định có mối quan hệ bên ngoài - bạn đi vào thế giới, quan hệ công việc sẽ có đó - nhưng chúng phải không là tất cả. Chúng có phần của chúng để chơi, nhưng phải có cái gì đó tuyệt đối bí mật và riêng tư, cái gì đó mà bạn có thể gọi là của riêng mình.

Đó là điều Marilyn Monroe thiếu. Cô ấy là người đàn bà công cộng, thành công, vậy mà hoàn toàn thất bại. Trong khi cô ấy ở trên đỉnh của thành công và danh vọng của mình, cô ấy tự tử. Tại sao cô ấy tự tử vẫn còn là điều bí ẩn. Cô ấy có mọi thứ để sống; bạn không thể quan niệm được nhiều danh vọng hơn, nhiều thành công hơn, nhiều uy tín hơn, nhiều cái đẹp hơn, nhiều mạnh khỏe hơn. Mọi thứ đều có đó, chẳng cái gì có thể được cải tiến thêm, và dầu vậy cái gì đó vẫn thiếu. Cái bên trong, cái ở trong là trống rỗng. Thế thì, tự tử là con đường duy nhất.

Bạn có thể không đủ liều lĩnh để tự tử như Marilyn Monroe. Bạn có thể rất hèn nhát và tự tử rất chậm - bạn có thể mất bảy mươi năm để làm nó - nhưng dầu vậy nó vẫn sẽ là tự tử. Chừng nào bạn còn chưa có cái gì đó bên trong bạn mà không phụ thuộc vào bất kỳ cái gì bên ngoài, cái chỉ là của riêng bạn - thế giới, không gian của riêng bạn, nơi bạn có thể nhắm mắt và đi, và bạn có thể quên rằng bất kỳ cái gì khác tồn tại - bạn sẽ tự tử.

Cuộc sống nảy sinh từ cội nguồn bên trong và lan toả vào bầu trời bên ngoài. Phải có cân bằng - tôi bao giờ cũng ủng hộ cân bằng. Cho nên tôi sẽ không nói rằng cuộc sống của bạn phải là cuốn sách mở, không. Vài chương mở, được. Và vài chương hoàn toàn đóng, bí ẩn đầy đủ. Nếu bạn chỉ là cuốn sách mở bạn sẽ là kẻ mãi dâm, bạn sẽ chỉ đứng ở bãi chợ trần truồng, chỉ có radio đang bật. Không, điều đó sẽ không có tác dụng đâu.

Nếu toàn thể cuốn sách của bạn mà mở, bạn sẽ chỉ là ngày mà không có đêm, chỉ là mùa hè mà không có mùa đông. Bạn sẽ nghỉ ở đâu, và bạn sẽ định tâm bản thân mình ở đâu, và bạn sẽ cư ngụ ở đâu? Bạn sẽ đi đâu khi thế giới này quá nhiều? Bạn sẽ cầu nguyện và thiền ở đâu? Không, nửa nọ nửa kia mới là hoàn hảo. Để nửa cuốn sách của bạn mở - mở cho mọi người, sẵn có cho mọi người - và để nửa kia của cuốn sách của bạn bí mật tới mức chỉ những vị khách hiếm hoi mới được phép ở đó.

Chỉ hiếm khi ai đó mới được phép đi vào bên trong ngôi đền của bạn. Đó là cách nó phải vậy. Nếu đám đông đi vào và đi ra, thế thì

ngôi đền không còn là ngôi đền nữa. Nó có thể là phòng đợi ở sân bay, nhưng nó không thể là ngôi đền được. Chỉ hãn hữu, rất hãn hữu, bạn mới cho phép ai đó vào cái ta của bạn. Điều đó chính là tình yêu là gì.

**Chúng ta bao giờ cũng sống với người khác.** Từ khoảnh khắc đứa bé rời khỏi bụng mẹ, nó chưa bao giờ một mình cả - nó ở cùng với mẹ, với gia đình, với bạn bè, với người khác. Người quen, tình bạn, các quan hệ, trở nên ngày một lớn hơn, và một đám đông tụ tập quanh nó. Đó là điều chúng ta gọi là cuộc sống. Và càng nhiều người có đó trong cuộc sống của bạn, bạn càng nghĩ mình có cuộc sống phong phú.

Khi bạn bắt đầu đi vào bên trong, tất cả những khuôn mặt đó nhạt nhòa dần đi, tất cả đám đông đó tản mác đi. Bạn phải nói lời tạm biệt với mọi người. Ngay cả với người bạn gần gũi nhất, người yêu của bạn, bạn cũng phải nói lời tạm biệt. Một khoảnh khắc tới khi bạn lại đi vào cùng không gian như bạn đã ở trong bụng mẹ của người mẹ. Nhưng thế thì đáng ra bạn phải không quen với đám đông, cho nên bạn đã không bao giờ cảm thấy một mình. Đứa trẻ hoàn toàn hạnh phúc trong bụng người mẹ bởi vì đã không có so sánh, tất cả đều là niềm vui. Bởi vì nó chưa bao giờ biết tới người khác, nó không thể cảm thấy đơn độc hay một mình - nó không có ý tưởng nào. Đó đã là thực tại duy nhất mà nó biết.

Nhưng bây giờ bạn đã biết tới đám đông, mối quan hệ, niềm vui và nỗi khổ của quan hệ, và cả hai đều có đó. Lại đi vào bên trong, thế giới bắt đầu biến mất, trở thành giống như tiếng vọng, và chẳng mấy chốc tiếng vọng biến mất và người ta hoàn toàn mất hút. Nhưng đây chỉ là diễn giải. Nếu bạn có thể đi vào thêm một chút nữa, bỗng nhiên bạn sẽ thấy bản thân mình - và lần đầu tiên bạn sẽ thấy bản thân mình. Thế thì bạn sẽ ngạc nhiên: Bạn đã bị mất hút trong đám đông; bây giờ bạn không bị mất. Bạn đã bị mất hút trong rừng rậm các quan hệ, và bây giờ bạn đã về nhà. Thế thì bạn lại có thể quay về thế giới, nhưng bạn sẽ là người hoàn toàn khác.

Bạn sẽ quan hệ, nhưng bạn sẽ không phụ thuộc; bạn sẽ yêu, nhưng tình yêu của bạn sẽ không là nhu cầu. Bạn sẽ yêu, nhưng bạn sẽ không sở hữu; bạn sẽ yêu, nhưng bạn sẽ không ghen. Và khi tình yêu không có ghen, không có sở hữu, nó là thiêng liêng. Bạn sẽ ở cùng mọi người. Thực tế, chỉ thế thì bạn mới có thể ở cùng với mọi người được bởi vì bạn *hiện hữu*; bây giờ bạn có thể ở cùng mọi người. Ban đầu bạn đã không hiện hữu, cho nên toàn thể ý tưởng về việc ở cùng với mọi người chỉ là ảo tưởng, một loại mơ.

Chừng nào bạn còn chưa hiện hữu, làm sao bạn có thể quan hệ được? Chừng nào bạn còn chưa hiện hữu, làm sao bạn có thể ở cùng người khác được? Nó chỉ là hư cấu chúng ta tạo ra, nó là lừa dối.

Chừng nào bạn còn chưa định tâm, chừng nào bạn còn chưa biết mình là ai, bạn không thể thực sự có quan hệ được. Mỗi quan hệ diễn ra mà không có việc tự biết mình chỉ là ảo tưởng. Người kia nghĩ người đó đang có quan hệ với bạn, bạn nghĩ bạn đang có quan hệ với người đó; bạn không biết bản thân mình, người kia không biết bản thân người đó. Cho nên ai có quan hệ với ai? Chẳng có ai cả! Chỉ hai cái bóng đang chơi trò chơi. Và vì cả hai đều là cái bóng, không có thực chất trong mỗi quan hệ này. Đó là điều tôi quan sát liên tục: Mọi người quan hệ, nhưng không có gì bản chất. Họ quan hệ bởi vì họ sợ rằng nếu họ không quan hệ, họ sẽ rơi vào đơn độc và cảm thấy bị mất, cho nên họ nhảy lại và bắt đầu quan hệ. Bất kì loại quan hệ nào cũng đều tốt hơn là không quan hệ gì; cho dù đó là thù địch, điều đó cũng được; ít nhất người ta cảm thấy bận bịu. Cái gọi là tình yêu của bạn không là gì ngoài một loại thù địch, cách thức lễ phép để đánh nhau, tranh đấu, cần nhần, chi phối, cách thức văn minh hành hạ lẫn nhau.

Cho nên bạn phải đi vào trong không gian này. Thu lấy dững cảm và đi vào trong nó đi. Cho dù có cảm thấy rất buồn và rất đơn độc, chẳng có gì để lo nghĩ cả; chúng ta phải trả giá này. Và một khi bạn đã đạt tới cội nguồn của mình, toàn thể sự việc sẽ thay đổi toàn bộ, và bạn sẽ đi ra khỏi nó như một cá nhân. Đó là khác biệt tôi tạo ra giữa cá nhân và cá thể. Cá thể là hiện tượng giả, cá nhân là thực

tại. Cá thể, cá tính, đều là mặt nạ, cái bóng; cá nhân là thực chất, nó là thực tại. Và chỉ các cá nhân mới có thể quan hệ, có thể yêu - người chỉ có thể chơi trò chơi.

## Nói quan hệ, không thân thuộc

Tình yêu là trạng thái của tâm thức bạn khi bạn vui sướng, khi có điệu vũ trong bản thể bạn. Cái gì đó bắt đầu rung động, toả sáng từ trung tâm của bạn; cái gì đó bắt đầu đập xung quanh bạn. Nó bắt đầu đạt tới mọi người: nó có thể đạt tới đàn bà, nó có thể đạt tới đàn ông, nó có thể đạt tới tảng đá và cây cối và các vì sao.

Khi tôi nói về tình yêu, tôi đang nói về tình yêu này: tình yêu không phải là mối quan hệ thân thuộc mà là trạng thái của bản thể. Bao giờ cũng nhớ: bất kì khi nào tôi dùng từ *yêu* tôi đều dùng nó như trạng thái của bản thể, không như mối quan hệ thân thuộc. Mối quan hệ thân thuộc chỉ là khía cạnh rất nhỏ của nó. Nhưng ý tưởng của bạn về tình yêu về căn bản chỉ là về mối quan hệ thân thuộc, cứ dường như nó là tất cả.

Mối quan hệ thân thuộc được cần tới chỉ bởi vì bạn không thể một mình được, bởi vì bạn còn chưa có khả năng của thiên. Do đó, thiên là điều phải có trước khi bạn có thể thực sự yêu. Người ta phải có khả năng một mình, và vậy mà cực kì phức tạp. Thế thì bạn có thể yêu. Thế thì tình yêu của bạn không còn là nhu cầu mà là việc chia sẻ, không còn là sự cần thiết. Bạn sẽ không trở nên phụ thuộc vào người bạn yêu. Bạn sẽ chia sẻ - và chia sẻ là đẹp.

Nhưng điều thông thường xảy ra trên thế giới là: bạn không có tình yêu, người bạn nghĩ bạn yêu không có tình yêu trong con người họ nữa, và cả hai đều hỏi xin tình yêu từ nhau. Hai kẻ ăn xin cầu xin lẫn nhau! Do đó mới có tranh đấu, xung đột, cãi cọ liên tục giữa những người yêu - về những chuyện vặt vãnh, về những thứ không quan trọng, về những thứ ngu xuẩn! - nhưng họ cứ cãi nhau.

Cãi cọ cơ bản là ở chỗ chồng nghĩ mình không có được cái mà quyền mình phải được, vợ nghĩ cô ấy không có được cái mà quyền cô ấy phải được. Vợ nghĩ cô ấy đã bị lừa và chồng cũng nghĩ rằng mình đã bị lừa. Tình yêu ở đâu? Chẳng ai bận tâm cho, mọi người đều muốn lấy. Và khi mọi người đều theo đuổi lấy, không ai lấy được

nó cả. Và mọi người đều cảm thấy lúng túng, trống rỗng, căng thẳng.

Nền móng cơ bản bị thiếu, và bạn đã bắt đầu làm ngôi đền mà không có móng. Nó sẽ sụp sập và đổ nhào vào bất kì khoảnh khắc nào. Và bạn biết đã bao nhiêu lần tình yêu của mình đã sụp đổ, và dầu vậy bạn vẫn cứ làm cùng một điều lặp đi lặp lại mãi.

Bạn sống trong vô nhận biết thế! Bạn không thấy điều mình đã từng làm cho cuộc sống của mình và cho cuộc sống của người khác. Bạn cứ lặp đi lặp lại một cách máy móc, như người máy, hình mẫu cũ, vẫn biết hoàn toàn rõ mình đã làm điều này trước đây. Và bạn biết điều bao giờ cũng là kết quả, và sâu bên dưới bạn cũng tỉnh táo rằng nó sẽ xảy ra theo cùng cách - bởi vì không có khác biệt. Bạn đang chuẩn bị cho cùng kết luận, cùng sự sụp đổ.

Nếu bạn có thể học được cái gì từ thất bại của tình yêu, thế thì điều đó là: trở nên nhận biết hơn, trở nên mang tính thiền hơn. Và với thiền tôi ngụ ý khả năng vui vẻ một mình. Rất hiếm người có khả năng phúc lạc chẳng bởi lí do nào cả - chỉ ngồi im lặng và phúc lạc! Người khác sẽ nghĩ họ điên, bởi vì ý tưởng về hạnh phúc là ở chỗ nó phải tới từ ai đó khác. Bạn gặp một người đàn bà đẹp và bạn hạnh phúc hay bạn gặp một người đàn ông đẹp và bạn hạnh phúc. Ngồi im lặng trong phòng mình và phúc lạc thế, toả phúc lạc ra sao? Bạn phải điên hay cái gì đó rồi! Mọi người sẽ nghi ngờ rằng bạn đang dùng ma túy, say thuốc.

Vâng, thiền là LSD tối thượng đấy! Nó toát ra quyền năng phiêu diêu riêng của bạn. Nó toát ra sự huy hoàng bị cầm tù của riêng bạn. Và bạn trở nên vui vẻ thế, lễ hội nảy sinh trong bản thể bạn tới mức bạn không cần có quan hệ thân thuộc nào. Dầu vậy bạn có thể nối quan hệ với mọi người... và đó là sự khác biệt giữa nối quan hệ và mối quan hệ thân thiết.

Mối quan hệ thân thiết là một điều: bạn níu bám lấy nó. Nối quan hệ là một luồng, sự chuyển động, quá trình. Bạn gặp một người, bạn đang yêu, bởi vì bạn có nhiều tình yêu thế để cho - và bạn càng cho

nhiều, bạn càng có nhiều. Một khi bạn đã hiểu số học kì lạ này của tình yêu: rằng bạn càng cho nhiều, bạn càng có nhiều... Điều này ngược lại với luật kinh tế vận hành trong thế giới bên ngoài. Một khi bạn đã biết rằng, nếu bạn muốn có nhiều tình yêu hơn và nhiều niềm vui hơn, bạn cho và chia sẻ, thế thì bạn đơn giản chia sẻ. Và bất kì ai cho phép bạn chia sẻ niềm vui của mình với người đó, bạn đều cảm thấy biết ơn người đó. Nhưng đó không phải là mối quan hệ; nó là luồng chảy tựa dòng sông.

Dòng sông đi qua bên cạnh cây, nói lời chào, nuôi dưỡng cây, đem nước cho cây... và nó chảy tiếp, nhảy múa tiếp. Nó không níu bám vào cây. Và cây không nói, "Anh đi đâu thế? Chúng ta cưới nhau rồi! Và trước khi anh có thể rời khỏi em anh sẽ cần li dị chứ, ít nhất là phải tách rời ra! Anh đang đi đâu? Và nếu anh định rời bỏ em, sao anh lại nhảy múa đẹp thế quanh em làm gì? Sao ngay chỗ đầu tiên anh đã nuôi dưỡng em?" Không, cây trút hoa của nó lên dòng sông trong lòng biết ơn sâu sắc, và dòng sông chảy tiếp. Gió tới và nhảy múa quanh cây và đi tiếp. Và cây cho hương thơm của nó lan theo gió.

Đây là mối quan hệ. Nếu nhân loại có thể trở nên trưởng thành, chín chắn, điều này sẽ là cách yêu: mọi người gặp gỡ, chia sẻ, di chuyển, phẩm chất không sở hữu, phẩm chất không chi phối. Bằng không tình yêu trở thành trò quyền lực.

## Mạo hiểm để chân thực

Không mối quan hệ nào có thể là chân thực nếu bạn cứ kìm giữ lại. Nếu bạn vẫn còn lấu cá và cứ canh chừng và bảo vệ bản thân mình, chỉ các cá tính gặp gỡ, còn các trung tâm bản chất vẫn một mình. Thế thì chỉ mặt nạ của bạn mới có quan hệ, không phải bạn. Bất kì khi nào điều như vậy xảy ra, đều có bốn người trong mỗi quan hệ, không phải hai. Hai người giả cứ gặp gỡ, còn hai người thật vẫn là những thế giới rời nhau.

Mạo hiểm có đó - nếu bạn trở thành chân thực, không ai biết liệu mối quan hệ này sẽ có khả năng hiểu tính chân thực, đích thực không; liệu mối quan hệ này có đủ mạnh để đứng trong bão tố không. Có mạo hiểm, và bởi vì nó mọi người vẫn còn rất, rất cảnh giác. Họ nói những điều phải nói, họ làm những điều phải làm; tình yêu trở thành ít nhiều như nghĩa vụ. Nhưng thế thì thực tại vẫn còn đói, và cái bản chất không được ăn. Cho nên cái bản chất trở nên ngày một buồn hơn. Cái đối trá của cá tính đè rất nặng lên cái bản chất, lên linh hồn. Mạo hiểm là thực, và không có đảm bảo gì về nó, nhưng tôi sẽ bảo bạn rằng mạo hiểm là xứng đáng nhận lấy.

Nhiều nhất, mối quan hệ có thể tan vỡ - nhiều nhất. Nhưng tốt hơn cả là tách rời ra và là thực còn hơn là không thực và ở cùng nhau bởi vì thế thì nó sẽ chẳng bao giờ thoả mãn cả. Phúc lành sẽ chẳng bao giờ bắt nguồn từ nó. Bạn sẽ vẫn còn đói và khát, và bạn sẽ cứ kéo lê, chỉ chờ đợi phép màu nào đó xảy ra.

Để phép màu xảy ra bạn sẽ phải làm cái gì đó, và cái đó là: Bắt đầu chân thật. Với mạo hiểm là có thể, mối quan hệ không đủ mạnh và có thể không có khả năng mang nổi nó - chân thực có thể là quá nhiều, không mang nổi - nhưng thế thì mối quan hệ đó không đáng gì. Cho nên phép thử đó phải được vượt qua.

Mạo hiểm mọi thứ vì chân thật đi; bằng không bạn sẽ vẫn còn bất mãn. Bạn sẽ làm nhiều thứ, nhưng chẳng cái gì sẽ thực sự xảy ra cho bạn. Bạn sẽ di chuyển nhiều, nhưng bạn sẽ không bao giờ tới

đâu cả. Hiệu quả toàn thể nhiều nhất sẽ là ngớ ngẩn. Cứ dường như là bạn đói và bạn đơn giản mơ màng về thức ăn - đẹp, ngon. Nhưng mơ là mơ thôi; nó không phải là thực. Bạn không thể ăn thức ăn không thực được. Trong nhiều khoảnh khắc bạn có thể tự lừa dối mình, bạn có thể sống trong thế giới tựa mơ, nhưng giấc mơ sẽ không cho bạn cái gì cả. Nó sẽ lấy đi nhiều thứ từ bạn, và nó sẽ không cho lại bạn cái gì cả.

Thời gian bạn dành cho việc dùng cá tính giả đơn giản bị phí hoài; nó sẽ không bao giờ quay lại bạn nữa. Cùng những khoảnh khắc đó có thể đã là thực, đích thực. Ngay cả một khoảnh khắc của tính đích thực cũng còn tốt hơn toàn thể cuộc sống mà sống không thực. Cho nên đừng sợ. Tâm trí sẽ nói với bạn cứ canh chừng người khác và bản thân mình, để giữ an toàn. Đó là cách hàng triệu người đang sống.

Freud trong những ngày cuối đời của mình đã viết trong một bức thư cho người bạn rằng như ông ấy đã quan sát kĩ càng cuộc sống của mình - và ông ấy đã thực sự quan sát sâu sắc; không ai đã quan sát sâu sắc thế, xuyên thấu thế, kiên trì thế và khoa học thế - một kết luận dường như tuyệt đối chắc chắn: rằng con người không thể sống được nếu không dối trá. Chân thật là nguy hiểm. Dối trá là rất dịu ngọt nhưng không thực. Ngon đấy! Bạn cứ nói lời dịu ngọt mà chẳng có gì với người yêu của mình, và anh ta cứ thì vào tai bạn lời dịu ngọt (mà) chẳng có gì cả. Và trong khi đó cuộc sống cứ tuột khỏi bàn tay bạn, và mọi người đang tới ngày một gần hơn với cái chết.

Trước khi cái chết tới, nhớ một điều: Yêu phải được sống trước khi chết xảy ra. Bằng không bạn sống trong vô vọng, và toàn thể cuộc sống của bạn sẽ là vô tích sự, sa mạc. Trước khi cái chết tới, phải chắc chắn rằng tình yêu đã xảy ra. Nhưng đó là khả năng chỉ có với chân thật. Cho nên chân thật đi. Mạo hiểm mọi thứ vì chân thật, và đừng bao giờ mạo hiểm chân thật vì bất kì cái gì. Để điều này là luật nền tảng: Cho dù tôi phải hi sinh bản thân mình, cuộc sống mình, tôi sẽ hi sinh nó vì chân thật, nhưng tôi sẽ không bao giờ

hi sinh chân thật vì bất kì cái gì. Và hạnh phúc vô cùng sẽ là của bạn, phúc lành không thể ngờ sẽ trút xuống bạn.

Một khi bạn chân thực, mọi thứ khác đều trở thành có thể. Nếu bạn giả dối - chỉ mẽ ngoài, thứ đồ tô vẽ, khuôn mặt, mặt nạ - chẳng cái gì là có thể. Bởi vì với cái giả chỉ cái giả xảy ra, và với cái thật, cái thật xảy ra.

Tôi hiểu vấn đề, vấn đề của mọi người yêu, rằng sâu bên dưới họ sợ. Họ cứ tự hỏi liệu mối quan hệ này có đủ mạnh để mang được cái thật không. Nhưng làm sao bạn có thể biết trước được? Không có tri thức biết trước. Người ta phải đi vào trong nó để biết nó. Làm sao bạn biết được, nếu vẫn ngồi trong nhà mình, liệu bạn sẽ có khả năng trụ được với bão tố và gió bên ngoài? Bạn chưa bao giờ ở trong cơn bão. Đi và xem - có thể bạn sẽ bị thất bại, nhưng ngay cả trong thất bại đó bạn sẽ trở nên mạnh hơn bạn ngay bây giờ.

Nếu một kinh nghiệm làm thất bại bạn, thế thì kinh nghiệm khác và kinh nghiệm khác nữa, dần dần chính việc đi qua bão tố sẽ làm cho bạn mạnh hơn và mạnh hơn và mạnh hơn nữa. Một ngày tới khi người ta đơn giản bắt đầu vui sướng trong bão tố, người ta đơn giản bắt đầu nhảy múa trong bão tố. Thế thì bão tố không phải là kẻ thù - cái đó nữa lại là cơ hội, cơ hội hoang dã, để *hiện hữu*.

Nhớ lấy, hiện hữu chưa bao giờ xảy ra một cách thoải mái, bằng không nó đã xảy ra cho tất cả mọi người rồi. Nhớ lấy, hiện hữu không thể xảy ra một cách thoải mái, bằng không mọi người đã hiện hữu chẳng có vấn đề gì. Hiện hữu chỉ xảy ra khi bạn nhận mạo hiểm, khi bạn đi vào trong nguy hiểm. Và tình yêu là nguy hiểm lớn nhất có đó. Nó đòi hỏi bạn một cách toàn bộ.

Cho nên đừng sợ, đi vào trong nó đi. Nếu mối quan hệ sống được qua chân thật, nó sẽ đẹp. Nếu nó chết, thế nữa cũng là tốt bởi vì một quan hệ giả phải chấm dứt và bây giờ bạn sẽ có nhiều khả năng để đi vào trong mối quan hệ khác, chân thật hơn, vững chắc hơn, liên quan tới điều bản chất hơn.

Nhưng bao giờ cũng nhớ, cái giả dối không bao giờ đem lại ích lợi; nó có vẻ thôi nhưng nó không bao giờ đem lại ích lợi cả. Chỉ chân thật mới đem lại ích lợi - và lúc ban đầu chân thật không bao giờ có vẻ như nó sẽ cho lại ích lợi. Dường như nó sẽ làm tan tành mọi thứ. Nếu bạn nhìn vào nó từ bên ngoài, chân thật có vẻ rất nguy hiểm, khủng khiếp. Nhưng đây là cái nhìn bên ngoài. Nếu bạn đi vào, chân thật là cái đẹp duy nhất. Và một khi bạn bắt đầu yêu mến nó, nếm trải nó, bạn sẽ đòi hỏi ngày một nhiều hơn bởi vì nó sẽ đem tới mãn nguyện.

Bạn đã từng quan sát điều đó chưa? Chân thật với người lạ còn dễ hơn. Mọi người đi cùng trên chuyến tàu bắt chuyện với người lạ, và họ khẳng định những điều họ chưa bao giờ khẳng định cho bạn bè mình bởi vì với người lạ, chẳng cái gì bị mắc mưu. Sau nửa giờ ga xuống của bạn sẽ tới, và bạn sẽ đi hẳn; bạn sẽ quên, và người đó sẽ quên điều bạn đã nói. Cho nên bất kì cái gì bạn đã nói cũng đều chẳng tạo ra khác biệt gì. Chẳng cái gì lâm nguy với người lạ.

Mọi người nói với người lạ chân thật hơn, và họ để lộ trái tim mình. Nhưng nói với bạn bè, với họ hàng - bố, mẹ, vợ, chồng, anh, chị, em - có cảm đoán vô thức sâu. "Không nói điều này, anh ấy có thể cảm thấy bị tổn thương. Không làm điều đó, chị ấy sẽ không thích điều đó đâu. Đừng cư xử theo cách này, bố già rồi, bố có thể bị choáng." Cho nên người ta cứ kiểm soát. Dần dần, chân thật bị vứt xuống tầng ngầm của bản thể bạn, và bạn trở nên rất láu cá và tinh ranh với cái không thực. Bạn cứ nở nụ cười giả tạo, chỉ được tô vẽ trên môi. Bạn cứ nói những điều tốt lành, chẳng có nghĩa gì. Bạn phát chán với bạn trai của mình hay với bố bạn, nhưng bạn cứ nói, "Được gặp anh mừng quá!" Và cả con người bạn lại nói, "Bây giờ để tôi một mình!" Nhưng về lời nói bạn cứ giả vờ. Và họ cũng làm cùng điều đó; chẳng ai trở nên nhận biết bởi vì chúng ta tất cả đều đi trong cùng một con thuyền.

Người tôn giáo là người ra khỏi con thuyền này và mạo hiểm cuộc sống của mình. Người đó nói, "Hoặc tôi muốn là chân thật, hoặc tôi không muốn chút nào. Nhưng tôi sẽ không giả dối."

Dù đánh cược bất kì cái gì, cứ thử nó, nhưng đừng đi theo cách giả tạo. Mỗi quan hệ có thể đủ mạnh. Nó có thể mang được chân thực. Thế thì nó rất, rất đẹp. Nếu bạn không thể chân thực với người bạn yêu, thế thì bạn sẽ chân thực ở đâu? Ở đâu? Nếu bạn không thể chân thực với người bạn nghĩ yêu bạn - nếu bạn sợ ngay cả với họ không để lộ chân thực, không trần trụi toàn bộ về tâm linh, nếu ngay cả ở đó bạn cũng che giấu - thế thì bạn sẽ tìm đâu ra chỗ và không gian để bạn có thể tự do toàn bộ?

Đó là nghĩa của tình yêu, rằng ít nhất trong sự hiện diện của một người chúng ta có thể trần trụi toàn bộ. Chúng ta biết rằng người đó yêu, cho nên người đó sẽ không hiểu lầm. Chúng ta biết rằng người đó yêu, cho nên nỗi sợ biến mất. Người ta có thể để lộ tất cả. Người ta có thể mở mọi cánh cửa, người ta có thể mời người này vào. Người ta có thể bắt đầu tham dự vào bản thể của người khác.

Tình yêu là việc tham dự, cho nên ít nhất với người yêu đừng không chân thật. Tôi không nói đi ra bãi chợ và chân thật bởi vì điều đó sẽ tạo ra rắc rối không cần thiết ngay bây giờ. Nhưng bắt đầu với người yêu, thế rồi với gia đình, thế rồi với những người xa xôi hơn. Dần dần bạn sẽ học rằng là chân thật là đẹp tới mức bạn sẵn lòng mất mọi thứ cho nó. Thế thì ở bãi chợ cũng được - thế thì chân thật đơn trở thành cách sống của bạn. Bảng chữ của tình yêu, chân thật, phải được học với những người rất gần gũi bởi vì họ sẽ hiểu.

## Học ngôn ngữ của im lặng

Bạn bao giờ cũng còn chỉ có quan hệ tình cờ, và khi bạn chính thức có quan hệ với ai đó, bạn có thể cứ huyên thuyên về cả nghìn lẽ một thứ bởi vì chẳng cái gì thành vấn đề cả - nó chỉ là trò giải trí.

Nhưng khi bạn bắt đầu cảm thấy gần gũi hơn với ai đó và thân thiết nảy sinh, thế thì ngay cả một lời bạn thốt ra cũng thành vấn đề. Thế thì bạn không thể chơi dễ dàng thế với lời bởi vì bây giờ mọi thứ đều có nghĩa. Cho nên sẽ có lỗi hồng của im lặng. Người ta cảm thấy khó xử lúc ban đầu bởi vì người ta không quen với im lặng. Người ta nghĩ cái gì đó phải được nói, bằng không người khác sẽ nghĩ gì?

Bất kì khi nào bạn trở nên gần gũi, bất kì khi nào có một loại tình yêu nào đó, im lặng đều tới, và chẳng có gì để nói cả. Thực tế, chẳng có gì để nói - có cái không. Với người lạ có nhiều điều để nói; với bạn bè, chẳng có gì để nói. Và im lặng trở thành nặng nề bởi vì bạn không quen với nó.

Bạn không biết âm nhạc của im lặng là gì. Bạn chỉ biết một cách trao đổi, và đó là lời nói, qua tâm trí. Bạn không biết cách trao đổi qua trái tim, từ tâm sang tâm, trong im lặng. Bạn không biết cách trao đổi bằng việc chỉ ở đó, qua sự hiện diện của mình. Bạn đang phát triển, và hình mẫu trao đổi cũ không còn tác dụng. Bạn sẽ phải phát triển hình mẫu mới của trao đổi, vô lời. Người ta càng trở nên chín chắn, trao đổi vô lời càng được cần tới hơn.

Ngôn ngữ được cần tới bởi vì chúng ta không biết cách trao đổi. Khi chúng ta biết cách trao đổi, dần dần ngôn ngữ không được cần tới. Ngôn ngữ chỉ là phương tiện rất phổ thông cơ sở. Phương tiện thực là của im lặng. Cho nên đừng lấy thái độ sai, bằng không bạn sẽ dừng phát triển. Không cái gì mất đi khi ngôn ngữ bắt đầu biến mất; đây là ý tưởng sai. Cái gì đó mới đã đi vào trong bản thể và hình mẫu cũ không đủ chứa nó. Bạn đang lớn lên, và quần áo của

bạn trở nên ngắn. Không phải là cái gì đó bị mất đi; cái gì đó đang được thêm vào bạn mọi ngày.

Bạn càng thien, bạn sẽ càng yêu, và bạn sẽ quan hệ nhiều hơn. Và chung cuộc người ta đi tới một khoảnh khắc mà chỉ im lặng mới có ích. Cho nên lần sau khi bạn ở cùng ai đó và bạn không trao đổi bằng lời, và bạn cảm thấy rất không thoải mái, cứ cảm thấy hạnh phúc đi. Trở nên im lặng và cho phép im lặng đó trao đổi.

Ngôn ngữ được cần tới để quan hệ với mọi người mà bạn không có quan hệ yêu. Vô ngôn ngữ được cần tới cho những người mà bạn có quan hệ yêu. Người ta phải trở nên lại hồn nhiên, như đứa trẻ, và im lặng. Cử chỉ sẽ có đó - thỉnh thoảng bạn sẽ mỉm cười và cầm tay, hay thỉnh thoảng bạn sẽ chỉ vẫn còn im lặng, nhìn vào mắt nhau, không làm gì cả, chỉ hiện hữu. Hiện diện gặp gỡ và hội nhập, và cái gì đó xảy ra mà chỉ bạn mới biết. Chỉ với bạn mà điều đó đã xảy ra - không ai khác sẽ trở nên nhận biết, nó xảy ra sâu thẳm.

Tận hưởng im lặng đó; cảm thấy và nếm trải và nhấm nháp nó. Chẳng mấy chốc bạn sẽ thấy rằng nó có trao đổi riêng của nó; rằng nó còn lớn hơn và cao hơn và sâu hơn và sâu lắng nhiều hơn. Và trao đổi đó là thiêng liêng; nó có thuần khiết về nó.

## **Bốn cạm bẫy**

*Mọi người sợ âm nhạc lớn, mọi người sợ thơ ca lớn, mọi người sợ thân thiết sâu sắc. Chuyện tình của mọi người chỉ là gây chuyện rồi chạy trốn. Họ không đi sâu vào bản thể của nhau bởi vì đi sâu vào bản thể của nhau, nỗi sợ có đó - cái ao bản thể của người kia sẽ phản chiếu bạn. Trong cái ao đó, trong tấm gương của bản thể của người kia, nếu bạn không được tìm thấy - nếu tấm gương vẫn còn trống rỗng, nếu nó không phản chiếu cái gì - thế thì sao?*

## Thói quen phản ứng

Phản ứng là từ quá khứ; đáp ứng là từ hiện tại. Phản ứng của bạn là từ hình mẫu quá khứ cũ. Ai đó xúc phạm bạn, bỗng nhiên cơ cấu cũ bắt đầu vận hành. Trong quá khứ mọi người đã xúc phạm bạn, và bạn đã cư xử theo cách nào đó; bạn lại cư xử theo cùng cách đó. Bạn không đáp ứng với xúc phạm này và con người này, bạn đơn giản lặp lại một thói quen cũ. Bạn đã không nhìn vào người này và việc xúc phạm mới này - nó có hương vị khác đây - bạn chỉ vận hành như người máy. Bạn có cơ cấu nào đó bên trong mình, bạn nhấn nút, bạn nói, "Người này đã xúc phạm mình," và bạn phản ứng. Phản ứng này không phải là cho tình huống thực, nó là cái gì đó được phóng chiếu. Bạn đã thấy quá khứ trong con người này.

Chuyện xảy ra:

Phật đang ngồi dưới gốc cây nói với các đệ tử . Một người tới và nhổ vào mặt ông ấy. Ông ấy chùi nó đi, và ông ấy hỏi người này, "Còn gì nữa nào? Ông muốn nói tiếp cái gì nữa?" Người này có chút ít phân vân bởi vì bản thân người này chưa bao giờ trông đợi rằng khi bạn nhổ vào mặt ai đó, người đó sẽ hỏi, "Còn gì nữa nào?" Người này đã không có kinh nghiệm nào như vậy trong quá khứ của mình. Người này đã xúc phạm mọi người và họ đã trở nên giận dữ và họ đã phản ứng. Hay nếu họ hèn nhát và yếu đuối, họ đã mìm cười, cố gắng bợ đỡ người này. Nhưng Phật chẳng giống thế; ông ấy không giận mà cũng không bị xúc phạm theo bất kì cách nào, không hèn nhát theo bất kì cách nào. Nhưng ông ấy đơn giản nói, "Cái gì nữa nào?" Không có phản ứng về phần ông ấy.

Các đệ tử của Phật trở nên giận lắm, họ phản ứng. Đệ tử thân cận nhất của ông ấy, Ananda, nói, "Thế này thì quá thể, và chúng tôi không thể dung thứ được điều đó. Thầy cứ giữ giáo huấn của thầy, còn chúng tôi sẽ chứng tỏ cho người này rằng anh ta không thể làm được điều anh ta đã làm đâu. Anh ta phải bị trừng phạt vì điều đó. Bằng không mọi người sẽ bắt đầu làm những điều giống thế này."

Phật nói, "Các ông im đi. Anh ta không xúc phạm ta, nhưng các ông đang xúc phạm ta đấy. Anh ta là người mới, người lạ. Anh ta phải đã nghe mọi người nói điều gì đó về ta, rằng 'người này là kẻ vô thần, con người nguy hiểm, người đẩy người khác ra khỏi đường của họ, nhà cách mạng, kẻ làm hư hỏng.' Và anh ta có thể đã hình thành nên ý tưởng nào đó, khái niệm nào đó về ta. Anh ta đã không nhờ vào ta, anh ta đã nhờ vào khái niệm của anh ta, anh ta đã nhờ vào ý tưởng của anh ta về ta - bởi vì anh ta không biết ta chút nào, cho nên làm sao anh ta có thể nhờ vào ta được?"

"Nếu các ông nghĩ về điều đó sâu sắc," Phật nói, "anh ta đã nhờ vào tâm trí riêng của anh ta đấy. Ta không phải là một phần của nó, và ta có thể thấy rằng người đáng thương này phải có cái gì đó khác để nói bởi vì đây là cách nói điều gì đó - nhờ là cách nói điều gì đó. Có những khoảnh khắc khi các ông cảm thấy rằng ngôn ngữ là bất lực - trong tình yêu sâu sắc, trong giận bưng bưng, trong ghét, trong lời cầu nguyện. Có những khoảnh khắc mãnh liệt mà ngôn ngữ trở thành bất lực. Thế thì các ông phải làm cái gì đó. Khi các ông đang trong tình yêu sâu sắc và các ông hôn một người hay ôm người này, các ông đang làm gì? Các ông đang nói cái gì đó. Khi các ông giận dữ, giận lắm, các ông đánh người này, các ông nhờ vào người này, các ông đang nói điều gì đó. Ta có thể hiểu được anh ta. Anh ta phải có cái gì đó nữa để nói, đó là lí do tại sao ta hỏi, "Còn gì nữa nào?"

Người này thậm chí còn phân vân hơn! Và Phật nói với các đệ tử của ông ấy, "Ta bị xúc phạm nhiều hơn bởi các ông đấy, vì các ông biết ta, và các ông đã sống nhiều năm cùng ta rồi, vậy mà các ông vẫn phản ứng."

Phân vân, lẫn lộn, người này trở về nhà. Anh ta không thể nào ngủ được cả đêm. Khi bạn gặp vị Phật, vẫn ngủ như cách bạn thường ngủ trước đây là khó, là không thể được. Anh ta cứ bị ám ảnh hoài về kinh nghiệm này. Anh ta không thể nào giải thích được điều đó cho bản thân mình, điều đã xảy ra. Anh ta run khắp người và vã mồ hôi. Anh ta chưa bao giờ bắt gặp một người như vậy; người đó làm tan tành toàn thể tâm trí anh ta và toàn thể hình mẫu của anh ta, toàn thể quá khứ của anh ta.

Sáng hôm sau anh ta quay lại chỗ đó. Anh ta quì xuống dưới chân Phật. Phật lại hỏi anh ta, "Còn gì nữa nào? Lần này nữa lại là cách nói cái gì đó mà không thể nói được trong ngôn ngữ. Khi ông tới và chạm chân ta, ông đang nói cái gì đó mà không thể nói được một cách bình thường, với cái đó mọi lời đều thành chật hẹp chút ít; nó không thể được chứa trong chúng." Phật nói, "Trông đấy, Ananda, người này lại ở đây, người này đang nói cái gì đó. Người này là con người của xúc động sâu sắc."

Người này nhìn Phật và nói, "Xin tha thứ cho tôi về điều tôi đã làm hôm qua."

Phật nói, "Tha thứ sao? Nhưng ta không là cùng người mà ông đã làm điều đó. Sông Hằng chảy mãi; nó chưa bao giờ là cùng sông Hằng đó. Mọi người đều là một dòng sông. Người mà ông đã nhổ vào không còn ở đây - ta trông giống người đó thôi, nhưng ta không phải là người đó, nhiều điều đã xảy ra trong hai mươi bốn giờ này! Dòng sông đã chảy nhiều thế. Cho nên ta không thể tha thứ cho ông được bởi vì ta không có bực tức gì với ông cả.

"Và ông cũng mới rồi. Ta có thể thấy ông không là cùng người đã tới hôm qua bởi vì người đó đã giận dữ - người đó là cơn giận! Người đó đã phỉ nhổ, trong khi ông đang lạy dưới chân ta, chạm chân ta - làm sao ông có thể là cùng người đó được? Ông không phải là cùng người đó, cho nên chúng ta quên chuyện đó đi. Hai người đó - người nhổ và người bị nhổ - cả hai đều không còn nữa rồi. Lại gần đây. Chúng ta nói về cái gì đó khác."

Đây là đáp ứng.

Phản ứng là từ quá khứ. Nếu bạn phản ứng từ thói quen cũ, từ tâm trí, thế thì bạn không đáp ứng đâu. Mang tính đáp ứng là sống động toàn bộ trong khoảnh khắc này, ở đây bây giờ. Đáp ứng là hiện tượng đẹp, nó là cuộc sống. Phản ứng là chết, xấu, mục nát; nó là cái xác. Chín mươi chín phần trăm thời gian bạn phản ứng và bạn gọi nó là đáp ứng. Hiếm khi đáp ứng xảy ra trong cuộc sống của

bạn; nhưng bất kì khi nào nó xảy ra, bạn đều có thoáng nhìn. Bất kì khi nào nó xảy ra, cánh cửa tới cái không biết mở ra.

Quay về nhà và nhìn vợ bằng đáp ứng đi, không với phản ứng. Tôi nhìn mọi người, họ có thể đã sống với người đàn bà trong ba mươi năm, bốn mươi năm, và họ đã thôi nhìn vào cô ấy! Họ biết cô ấy là "bà già," người đàn bà già này họ nghĩ là họ biết. Nhưng dòng sông cứ chảy mọi lúc. Người đàn bà này không là cùng người đàn bà mà họ đã cưới. Đó là hiện tượng quá khứ rồi, người đàn bà đó bây giờ không tồn tại ở đâu cả; đây là người đàn bà hoàn toàn mới.

Mọi khoảnh khắc bạn đều được sinh ra mới toanh. Mọi khoảnh khắc bạn đều chết đi, và mọi khoảnh khắc bạn được sinh ra. Nhưng về sau bạn có nhìn vào vợ mình, mẹ mình, bố mình, bạn mình không? Bạn đã dừng nhìn bởi vì bạn nghĩ họ tất cả đều già rồi, và phỏng có ích gì mà nhìn vào họ. Quay về và nhìn lại bằng con mắt tươi tắn, như bạn nhìn vào người lạ, và bạn sẽ ngạc nhiên người đàn bà già này đã thay đổi nhiều thế nào.

Những thay đổi vô cùng xảy ra mọi ngày. Nó là một luồng. Mọi thứ cứ chảy đi, chẳng cái gì đông cứng. Nhưng tâm trí là thứ chết, nó là hiện tượng đông cứng. Nếu bạn hành động từ tâm trí đông cứng, bạn sống cuộc sống chết. Bạn không thực sự sống - bạn đã trong nắm mồ.

Vứt bỏ phản ứng đi. Và cho phép ngày một nhiều đáp ứng hơn. Mang tính đáp ứng là có trách nhiệm. Mang tính đáp ứng, là việc đáp ứng, là nhạy cảm. Nhưng nhạy cảm với ở đây và bây giờ.

## Mắc kẹt vào an ninh

Không mối quan hệ nào có thể an toàn. An toàn không phải là bản chất của mối quan hệ, và nếu bất kì mối quan hệ nào mà an toàn, nó sẽ mất tất cả hấp dẫn. Cho nên đây là vấn đề cho tâm trí. Nếu bạn muốn tận hưởng mối quan hệ, nó phải bất an. Nếu bạn làm nó thành an toàn đầy đủ, tuyệt đối an toàn, thế thì bạn không thể tận hưởng nó được - nó mất mọi duyên dáng, mọi hấp dẫn. Tâm trí không thể được thoả mãn hoặc với cái này hoặc với cái nọ, cho nên nó bao giờ cũng xung đột và hỗn độn. Nó muốn mối quan hệ sống động và an toàn, nhưng điều này là không thể được bởi vì người sống động, hay mối quan hệ sống động, hay bất kì cái gì sống động, đều phải là không thể dự đoán được. Điều gì sẽ xảy ra trong khoảnh khắc tiếp không thể được dự đoán. Và bởi vì nó là không thể dự đoán được, khoảnh khắc này trở thành mãnh liệt.

Bạn phải sống khoảnh khắc này toàn bộ nhất có thể được bởi vì khoảnh khắc tiếp có thể chẳng bao giờ tới. Bạn có thể không có đó; người khác có thể không có đó. Hay các bạn cả hai có đó, nhưng mối quan hệ lại không có. Mọi khả năng vẫn còn để mở. Tương lai bao giờ cũng còn mở, quá khứ bao giờ cũng đã đóng. Và ở giữa hai điều này là hiện tại, một khoảnh khắc của hiện tại, bao giờ cũng run rẩy, rung chuyển. Nhưng đây là cách cuộc sống là vậy. Rung chuyển và run rẩy này là một phần của sống động - ngàn ngại, mù mờ, mơ hồ.

Quá khứ đã khép lại rồi, mọi thứ đã xảy ra, và bây giờ chẳng cái gì có thể được thay đổi, cho nên mọi thứ đều tuyệt đối đóng lại. Tương lai là tuyệt đối mở, chẳng cái gì có thể dự đoán được. Và giữa hai điều này là hiện tại, với một chân ở trong quá khứ, một chân ở trong tương lai. Cho nên tâm trí bao giờ cũng còn trong phân loại, trong trạng thái phân chia. Nó bao giờ cũng chia chẻ, nó bao giờ cũng tinh thần phân liệt.

Bạn cần hiểu rằng đây là cách mọi sự như vậy, và chẳng cái gì có thể được làm về nó cả. Nếu bạn muốn có mối quan hệ rất an

toàn, thế thì bạn sẽ phải yêu người chết; nhưng thế thì bạn sẽ không tận hưởng nó. Đó là điều xảy ra cho người yêu khi người đó trở thành chồng - chồng là người yêu chết, vợ là người yêu chết. Quá khứ đã trở thành tất cả, và bây giờ quá khứ quyết định tương lai. Thực tế, nếu bạn là người vợ bạn không có tương lai - quá khứ sẽ cứ tự nó lặp lại bản thân nó, tất cả mọi cánh cửa đều đóng lại. Nếu bạn là người chồng, thế thì bạn không có tương lai; thế thì bạn bị giới hạn, trong cầm tù.

Cho nên an ninh được thăm dò liên tục, nhưng khi bạn thấy nó bạn phát chán với nó. Nhìn vào mặt chồng và vợ mà xem. Họ đã tìm thấy an ninh - an ninh với nhu cầu rất lớn - và bây giờ mọi thứ đều ở trong sổ dư ngân hàng của họ, và luật pháp và toà án và cảnh sát tất cả có đó để làm cho mọi thứ an toàn. Nhưng bây giờ toàn thể cái duyên dáng, toàn thể tính thơ ca, đều mất rồi; tính lãng mạn không còn nữa. Bây giờ họ là những người chết - họ đơn giản lặp lại quá khứ, họ sống trong kí ức.

Nghe vợ và chồng nói chuyện mà xem. Vợ cứ nói rằng chồng không yêu cô ấy như anh ta vẫn thế, và họ cứ nói về những khoảnh khắc quá khứ, tuần trăng mật của họ và những điều khác. Vô nghĩa làm sao! Bạn vẫn đang sống. Khoảnh khắc này có thể là tuần trăng mật. Khoảnh khắc này có thể được sống, nhưng bạn đang nói về quá khứ và cố gắng lặp lại nó.

An ninh chưa bao giờ thoả mãn cả - và trong an ninh có nỗi sợ, sợ rằng mối quan hệ có thể bị mất. Nhưng đó là một phần của sống động. Mọi thứ có thể bị mất, chẳng cái gì chắc chắn cả, và đó là lí do tại sao mọi thứ đẹp thế. Và đó là lí do tại sao bạn cần không trì hoãn lấy một khoảnh khắc - nếu bạn muốn yêu một người, yêu họ ở đây, bây giờ. Yêu họ đi. Bởi vì không ai biết cái gì sẽ xảy ra trong khoảnh khắc tiếp. Khoảnh khắc tiếp có thể không có khả năng cho yêu, và thế thì bạn sẽ hối hận trong cả đời mình. Bạn có thể đã yêu rồi, bạn có thể đã sống rồi. Thế rồi hối hận bao quanh người ta, ăn năn và mặc cảm sâu sắc được cảm thấy, cứ dường như bạn đã tự tử.

Cuộc sống là không chắc chắn. Không ai có thể làm nó chắc chắn được. Không có cách nào để làm cho nó chắc chắn được. Và cũng tốt là không ai có thể làm cho nó chắc chắn được; bằng không, nó sẽ là chết. Cuộc sống là mong manh, tinh tế, bao giờ cũng đi vào cái không biết; đó là cái đẹp của nó. Người ta cần dũng cảm, phiêu lưu. Người ta cần là kẻ liều lĩnh để đi cùng cuộc sống. Cho nên cứ là kẻ liều lĩnh đi. Sống khoảnh khắc này, và sống nó một cách toàn bộ. Khi khoảnh khắc tiếp tới, chúng ta sẽ xem. Bạn sẽ có đó để xử trí nó - như bạn đã từng có khả năng xử trí quá khứ, bạn sẽ có khả năng xử trí tương lai nữa - và bạn sẽ có nhiều khả năng hơn bởi vì bạn sẽ có nhiều kinh nghiệm hơn.

Cho nên vấn đề không phải là liệu người khác sẽ có đó khoảnh khắc tiếp không. Vấn đề là ở chỗ nếu người đó sẵn có cho bạn trong khoảnh khắc này, yêu người đó đi. Đừng phí hoài khoảnh khắc này trong suy nghĩ và lo lắng về tương lai bởi vì đây là tự tử. Đừng dành ý nghĩ cho tương lai bởi vì chẳng cái gì có thể được làm về nó, cho nên đó sẽ là phí hoài năng lượng vô cùng. Yêu người này và được người đó yêu.

Đây là hiểu biết của tôi: rằng nếu bạn sống khoảnh khắc này một cách toàn bộ, có mọi khả năng là trong khoảnh khắc tiếp người này có thể vẫn sẵn có. Tôi nói *có thể* - tôi không thể hứa hẹn gì cho bạn được. Nhưng khả năng còn lớn hơn bởi vì khoảnh khắc tiếp đang tới từ khoảnh khắc này. Nếu bạn đã yêu người đàn ông, và người đàn ông cảm thấy ân huệ, và mối quan hệ đã là kinh nghiệm đẹp, niềm cực lạc, thế thì sao anh ấy bỏ bạn?

Thực tế, nếu bạn cứ lo nghĩ, bạn đang làm anh ta, buộc anh ta rời bỏ bạn đấy. Và nếu bạn đã phí hoài khoảnh khắc này, khoảnh khắc tiếp sẽ bắt nguồn từ phí hoài này; nó sẽ thành vô giá trị. Và đó là cách người ta trở thành tự tiên đoán được. Bạn cứ hoàn thành những lời tiên tri riêng của mình. Khoảnh khắc tiếp bạn nói, "Đúng rồi, mình đã nói ngay từ đầu rằng mối quan hệ này sẽ không kéo dài đâu. Bây giờ điều đó được chứng minh rồi." Thế rồi bạn cảm thấy rất tốt theo một cách nào đó; bạn cảm thấy bạn đã rất láu cá và khôn ngoan. Thực tế, bạn đã ngu xuẩn bởi vì đấy chẳng phải là bạn đã

tiên đoán được cái gì cả. Bạn đã ép buộc biến cố này xảy ra bởi vì bạn đã phí hoài thời gian, cơ hội, cái đã được trao cho bạn. Cho nên yêu người này đi và quên về tương lai đi. Vứt bỏ toàn thể cái vô nghĩa của việc nghĩ về nó. Nếu bạn có thể yêu, cứ yêu. Nếu bạn không thể yêu, quên người này đi, tìm ai đó khác. Nhưng đừng phí thời gian.

Vấn đề không phải là ở người yêu này hay người yêu kia, vấn đề là ở tình yêu. Tình yêu hoàn thành, người chỉ là cái cớ. Nhưng toàn thể sự việc phụ thuộc vào bạn bởi vì bất kì cái gì bạn làm với người này, bạn sẽ cứ làm với người khác.

Nếu bạn làm cho một người hạnh phúc, sao người đó bỏ bạn? Nhưng nếu bạn làm cho người đó bất hạnh, thế thì sao người đó không bỏ bạn? Nếu bạn làm cho người đó bất hạnh, thế thì tôi sẽ giúp người đó bỏ bạn! Nhưng nếu bạn làm người đó hạnh phúc, chẳng ai có thể giúp người đó bỏ bạn được; thế thì chẳng có ích gì cả; người đó sẽ tranh đấu với toàn thế giới vì bạn.

Cho nên trở nên hạnh phúc hơn đi. Dùng thời gian bạn có - và không cần nghĩ về tương lai; hiện tại là đủ. Từ chính khoảnh khắc này, cố gắng sống khoảnh khắc này. Dùng khoảnh khắc này không vào lo lắng mà vào việc sống. Những điều nhỏ bé có thể trở thành đẹp thế. Chút ít chăm nom, chút ít chia sẻ, đó là tất cả mọi điều về cuộc sống.

**Mọi người đều tạo ra an ninh tâm lí nào đó**, vô nhận biết về sự kiện là an ninh của người đó là nhà tù của mình. Mọi người đều bị bao quanh bởi đủ mọi loại không an ninh; do đó ham muốn tự nhiên là tạo ra bảo vệ. Bảo vệ này trở nên ngày một lớn hơn khi bạn trở nên tỉnh táo hơn với nguy hiểm bạn đang sống qua. Nhà tù của bạn trở nên nhỏ hơn; bạn bắt đầu sống được bảo vệ chắc chắn tới mức cuộc sống trở thành không thể được.

Cuộc sống là có thể chỉ trong không an ninh. Đây là cái gì đó rất nền tảng cần được hiểu: Trong khi bạn tự bảo vệ bản thân mình, bạn đang phá huỷ chính cuộc sống của mình. Bảo vệ là chết bởi vì

chỉ những người chết trong nắm mồ mới được bảo vệ tuyệt đối. Không ai có thể làm hại họ được, không cái gì có thể đi sai cho họ. Không còn cái chết nào cho họ, tất cả mọi điều đều đã xảy ra rồi. Không cái gì thêm nữa sẽ xảy ra.

Bạn có muốn an ninh của bãi tha ma không? Một cách vô tình đó là điều mọi người đang cố gắng làm. Cách thức của họ khác nhau, nhưng mục đích là như nhau. Bằng tiền bạc, bằng quyền lực, bằng danh vọng, bằng tuân theo xã hội, bằng việc thuộc vào nhóm người - tôn giáo, chính trị - bằng việc là một phần của gia đình, quốc gia, bạn đang tìm gì vậy? Nỗi sợ cái không biết bao quanh bạn, và bạn bắt đầu tạo ra nhiều rào chắn nhất có thể được giữa bạn và nỗi sợ. Nhưng cùng những rào chắn đó đang ngăn cản bạn không cho sống. Một khi điều này được hiểu, bạn sẽ biết nghĩa của *sannyas*. Nó là việc chấp nhận cuộc sống như sự không an ninh, vứt bỏ tất cả phòng thủ và cho phép cuộc sống tiếp quản sở hữu bạn. Đây là một bước nguy hiểm, nhưng những người có khả năng nhận nó đều được thưởng vô cùng bởi vì chỉ họ mới sống. Những người khác chỉ tồn tại.

Có khác biệt giữa tồn tại và sống. Tồn tại chỉ là kéo lê - kéo lê từ chiếc nôi tới nắm mồ, tự hỏi khi nào nắm mồ sẽ tới. Trong khoảng giữa chiếc nôi và nắm mồ, sao lại sợ? Cái chết là chắc chắn... và bạn chẳng có gì để mất cả. Bạn tới mà chẳng có gì. Nỗi sợ của bạn chỉ là phóng chiếu. Bạn không có gì để mất cả, và một ngày nào đó cái bạn có nhất định biến mất. Nếu cái chết mà không chắc chắn, sẽ có chất liệu nào đó trong ý tưởng về việc tạo ra an ninh. Nếu bạn có thể tránh được cái chết, thế thì một cách tự nhiên sẽ là hoàn toàn đúng để tạo ra rào chắn giữa bạn và cái chết. Nhưng bạn không thể né tránh được nó. Cái chết có đó - một khi được chấp nhận nó mất mọi sức mạnh, chẳng cái gì có thể được làm về nó. Khi không cái gì có thể được làm về nó, thế thì sao lại bận tâm?

Một sự kiện ai cũng biết là người lính đi vào chiến tranh đều run rẩy. Sâu bên dưới họ biết rằng tất cả sẽ không trở về vào buổi tối. Ai sẽ về và ai sẽ không về là không được biết, nhưng có thể là bản thân họ có lẽ không trở về nhà. Nhưng các nhà tâm lí đã quan sát

một hiện tượng kì lạ. Khi người lính ra tới tiền tuyến, mọi nỗi sợ của họ biến mất. Họ bắt đầu chiến đấu rất vui đùa. Một khi cái chết được chấp nhận, thế thì sự day dứt của nó ở đâu? Một khi họ biết rằng cái chết là có thể vào bất kì lúc nào, thế thì họ có thể quên tất cả về nó. Tôi đã ở cùng với nhiều người lính, tôi có nhiều bạn bè trong quân đội, và điều kì lạ là thấy rằng họ phần lớn là những người vui vẻ, người thành thoi nhất. Bất kì ngày nào lệnh gọi đều có thể tới - "tham gia lực lượng" - nhưng họ chơi bài, họ chơi golf, họ uống rượu, họ nhảy múa. Họ tận hưởng cuộc sống tới mức đầy đủ nhất.

Một trong các tướng lĩnh thường hay tới tôi. Tôi hỏi ông ấy, "Ông được chuẩn bị gần như mọi ngày cho cái chết - làm sao ông có thể xoay sở vẫn hạnh phúc được?"

Ông ấy nói, "Còn gì khác mà làm đâu? Cái chết là chắc chắn."

Một khi sự chắc chắn, điều không thể tránh khỏi, không thể thoát khỏi, mà được chấp nhận, thế thì thay vì kêu khóc và phàn nàn và kéo lê bản thân mình tới nắm mồ, sao không nhảy múa? Sao không làm điều đó trong phần lớn thời gian bạn có giữa cái nôi và nắm mồ? Sao không sống mọi khoảnh khắc toàn bộ tới mức nếu khoảng khắc tiếp không bao giờ tới, thì cũng chẳng có phàn nàn gì? Bạn có thể chết một cách vui vẻ bởi vì bạn đã sống một cách vui vẻ.

Nhưng rất ít người đã hiểu công việc bên trong của tâm hồn học của riêng họ. Thay vì sống, họ bắt đầu bảo vệ. Cùng năng lượng có thể đã trở thành bài ca và điệu vũ thì lại trở nên bị dính líu vào việc tạo ra nhiều tiền hơn, nhiều quyền hơn, nhiều tham vọng hơn, nhiều an ninh hơn. Cùng năng lượng mà có thể đã là hoa đẹp vô cùng của tình yêu lại trở thành chỉ là sự cầm tù trong hôn nhân.

Hôn nhân là an toàn - theo luật pháp, theo qui ước xã hội, theo ý tưởng riêng của bạn về kính trọng và điều mọi người sẽ nói. Mọi người đều sợ mọi người khác, cho nên mọi người cứ giả vờ. Tình yêu biến mất - nó không ở trong tay bạn. Nó tới như làn gió lướt tới, và nó đi như làn gió thoảng qua. Những người tỉnh táo và nhận biết nhảy múa cùng làn gió thoảng, thường thức nó tới tiềm năng sâu

nhất của nó, tận hưởng mát mẻ và hương thơm của nó. Và khi nó qua đi, họ không buồn và khổ. Nó đã là món quà từ cái không biết. Nó có thể tới nữa. Họ chờ đợi - và nó cứ tới đi tới lại mãi. Họ học, dần dần, kiên nhẫn sâu sắc và chờ đợi. Nhưng phần lớn con người trong nhiều thế kỉ đã làm chính điều đối lập. Sợ rằng làn gió thoảng có thể thoát mát, họ đóng mọi cửa ra vào, mọi cửa sổ, mọi khả năng rạn nứt mà nó có thể thoát ra. Đây là thu xếp của họ cho an ninh; điều này được gọi là hôn nhân. Nhưng bây giờ họ bị choáng - khi tất cả các cửa sổ và cửa ra vào đã bị đóng lại, và họ đã bịt kín mọi kẽ nứt nhỏ, thay vì có làn gió mát, thơm, tốt lành họ chỉ có không khí tanh lợ, chết chóc! Mọi người đều cảm thấy điều đó, nhưng lại cần dũng cảm để thừa nhận rằng họ đã phá hủy mất cái đẹp của làn gió bằng việc bắt lấy nó.

Trong cuộc sống, không cái gì có thể bị bắt giữ và cầm tù. Người ta phải sống trong cõi mở, cho phép tất cả mọi loại kinh nghiệm xảy ra, tràn đầy biết ơn khi chúng còn kéo dài. Cảm ơn, nhưng không sợ ngày mai. Nếu hôm nay đã mang tới buổi sáng đẹp, mặt trời mọc đẹp, tiếng chim hót, hoa lớn, sao phải lo về ngày mai? Bởi vì ngày mai sẽ là hôm nay khác. Có thể mặt trời mọc sẽ có màu sắc khác. Có thể chim sẽ đổi giọng hót một chút, có thể sẽ có mây mưa và điệu vũ của mưa. Nhưng điều đó có cái đẹp riêng của nó, điều đó có nuôi dưỡng riêng của nó.

Điều tốt là mọi sự cứ thay đổi; điều tốt là mọi tối không như nhau, điều tốt là mọi ngày không đích xác là sự lặp lại. Cái gì đó mới - đó đích xác là rất kích động và cực lạc của cuộc sống, bằng không con người sẽ chán thối. Và những người đã làm cho cuộc sống của mình thành hoàn toàn an toàn đều bị chán. Họ bị chán với vợ họ, họ bị chán với con họ, họ bị chán với bạn họ. Chán là kinh nghiệm của hàng triệu người, mặc dầu họ mỉm cười để che giấu nó.

Friedrich Nietzsche nói, "Đừng cho rằng tôi là người hạnh phúc. Tôi mỉm cười chỉ để ngăn nước mắt của tôi. Tôi trở nên bận rộn trong mỉm cười để cho tôi có thể ngăn nước mắt của mình. Nếu tôi không mỉm cười, nước mắt nhất định trào ra." Những thái độ hoàn toàn sai đã được dạy cho mọi người: Che giấu nước mắt của bạn,

bao giờ cũng ở cách xa mọi người, ít nhất cách người khác một sải tay. Đừng cho phép người khác tới quá gần bạn bởi vì họ có thể biết khổ sở bên trong của bạn, cái chán của bạn, phiền não của bạn; họ có thể biết ốm yếu của bạn.

Toàn thể nhân loại đều ốm yếu bởi lí do đơn giản là chúng ta đã không cho phép bất an ninh của cuộc sống được là chính tôn giáo của mình. Các thượng đế là an ninh của chúng ta, đức hạnh là an ninh của chúng ta, tri thức là an ninh của chúng ta, mối quan hệ là an ninh của chúng ta. Chúng ta phí hoài toàn thể cuộc đời mình trong tích lũy điểm thưởng an ninh. Đức hạnh, khổ hạnh, không là gì ngoài nỗ lực để được an ninh ngay cả sau cái chết. Nó đang tạo ra số dư ngân hàng trong thế giới khác.

Nhưng trong khi đó cuộc sống đẹp tuyệt trần đang tuột khỏi bàn tay bạn. Cây cối đẹp thế bởi vì chúng không sợ bất an ninh. Con vật hoang dã đẹp thế bởi vì chúng không biết rằng có cái chết, rằng có bất an ninh. Hoa có thể nhảy múa trong ánh mặt trời và trong mưa bởi vì chúng không bận tâm về điều sẽ xảy ra vào buổi tối. Cánh hoa của chúng sẽ rụng, cũng như chúng đã xuất hiện từ cội nguồn không biết, chúng sẽ biến mất trở lại vào trong cùng cội nguồn không biết đó. Nhưng trong khi đó, giữa hai điểm này của xuất hiện và biến mất, bạn lại chẳng có cơ hội để nhảy múa hay để hi vọng.

Người đích thực đơn giản vứt bỏ ý tưởng về an ninh và bắt đầu sống trong bất an ninh hoàn toàn bởi vì đó là bản tính của cuộc sống. Bạn không thể thay đổi được nó. Cái mà bạn không thể thay đổi được, chấp nhận đi - và chấp nhận nó bằng niềm vui. Đừng đâm đầu vào tường một cách không cần thiết, đi qua cửa.

## Đám bóng

Một chuyện ngụ ngôn của Trang tử:

*Có một người bị khó chịu bởi thấy cái bóng của mình và không bằng lòng với tiếng bước chân của mình tới mức người đó quyết định gạt bỏ cả hai điều này.*

*Phương pháp anh ta tìm ra là chạy khỏi chúng, cho nên anh ta đứng dậy và chạy, nhưng mọi lần anh đặt chân xuống, lại có bước khác, trong khi cái bóng của anh ta vẫn cứ bám sát theo anh ta không chút khó khăn nào.*

*Anh ta cho thất bại của mình là do việc mình đã không chạy đủ nhanh. Thế là anh ta chạy ngày một nhanh hơn, không dừng lại, cho tới cuối cùng chết ngộp.*

*Anh ta đã không nhận ra rằng nếu anh ta đơn thuần bước vào trong bóng râm, cái bóng của anh ta sẽ tan biến, và nếu anh ta ngồi xuống và tĩnh lặng, sẽ không còn bước chân nữa.*

Con người tạo ra lẫn lộn riêng của mình chỉ bởi vì con người cứ bác bỏ bản thân mình, kết án bản thân mình, không chấp nhận bản thân mình. Thế thì một chuỗi các lẫn lộn, hỗn độn bên trong và khổ sở được tạo ra. Sao bạn không chấp nhận bản thân mình như bạn đang vậy? Cái gì sai? Toàn thể sự tồn tại chấp nhận bạn như bạn đang vậy, nhưng bạn thì không.

Bạn có người lí tưởng nào đó để đạt tới. Người lí tưởng đó bao giờ cũng trong tương lai - nó phải vậy thôi; không người lí tưởng nào có thể trong hiện tại được. Và tương lai chẳng ở đâu cả; nó còn chưa được sinh ra. Nhưng bởi vì người lí tưởng này, bạn sống trong tương lai - cái không là gì ngoài giấc mơ. Bởi vì người lí tưởng này, bạn không thể sống ở đây và bây giờ. Bởi vì người lí tưởng này, bạn kết án bản thân mình.

Mọi ý thức hệ, mọi lí tưởng đều là kết án bởi vì chúng tạo ra hình ảnh trong tâm trí. Và khi bạn so sánh bản thân mình với hình ảnh đó, bạn bao giờ cũng cảm thấy rằng cái gì đó đang thiếu, cái gì đó đang lỡ. Chẳng cái gì thiếu, và chẳng cái gì lỡ cả. Bạn hoàn hảo chừng nào không có khả năng nào của hoàn hảo.

Cố hiểu điều này bởi vì chỉ thế thì bạn mới có khả năng hiểu câu chuyện ngụ ngôn này của Trang Tử. Nó là một trong những chuyện ngụ ngôn hay nhất mà bất kì ai đã từng kể ra, và nó đi rất sâu vào trong chính cơ chế của tâm trí con người. Sao bạn cứ mang người lí tưởng trong tâm trí mình? Sao bạn không đầy đủ như bạn đang vậy? Như ngay khoảnh khắc này sao bạn không giống thượng đế? Ai đang can thiệp? Ai đang ngăn cản con đường của bạn? Chính khoảnh khắc này tại sao bạn không thể tận hưởng và phúc lạc? Khối chướng là ở đâu?

Khối chướng tới từ người lí tưởng. Làm sao bạn có thể tận hưởng được? Bạn đầy ứ nhiều giận dữ thế, trước hết giận dữ phải ra đi đã. Làm sao bạn có thể phúc lạc được? Bạn đầy ứ nhiều dục thế, trước hết dục phải ra đi đã. Làm sao bạn có thể giống như các thượng đế mở hội chính khoảnh khắc này được? Bạn đầy ứ nhiều tham lam, đam mê, giận dữ thế, trước hết chúng phải ra đi đã. Thế thì bạn sẽ giống như các thượng đế.

Đây là cách người lí tưởng được tạo ra, và bởi vì người lí tưởng này mà bạn trở nên bị kết án. So sánh bản thân mình với người lí tưởng, và bạn sẽ chẳng bao giờ hoàn hảo cả. Điều đó là không thể được. Nếu bạn nói, "nếu," thì phúc lạc là không thể được bởi vì cái "nếu" đó là gây rối loạn lớn nhất.

Nếu bạn nói, "Nếu những điều kiện này được thoả mãn, thì tôi sẽ phúc lạc," thế thì những điều kiện này chẳng bao giờ được thoả mãn cả. Và thứ hai là, cho dù những điều kiện này có được thoả mãn, đến lúc đó bạn sẽ đánh mất chính khả năng mở hội và tận hưởng. Và hơn nữa, khi những điều kiện này được thoả mãn - nếu như được, bởi vì chúng không thể nào được thoả mãn đâu - tâm trí bạn sẽ tạo ra người lí tưởng thêm nữa.

Đây là cách bạn đã bỏ lỡ cuộc sống trong nhiều kiếp rồi. Bạn tạo ra người lí tưởng, và thế rồi bạn muốn là người lí tưởng đó; thế rồi bạn cảm thấy bị kết án và kém cỏi. Bởi vì tâm trí mơ của mình, thực tại của bạn bị kết án; mơ đã quấy nhiễu bạn.

Tôi nói cho bạn chính điều đối lập. Là các thượng đế chính khoảnh khắc này đi. Cứ để có giận dữ, cứ để có dục, cứ để có tham lam - bạn mở hội cuộc sống. Và dần dần bạn sẽ cảm thấy nhiều lễ hội hơn, ít giận dữ hơn; nhiều phúc lạc hơn, ít tham lam hơn; nhiều vui, ít dục hơn. Thế thì bạn đã chạm tới đúng con đường rồi. Nó không phải là cái gì khác. Khi một người có thể mở hội cuộc sống trong tính toàn bộ của nó, tất cả mọi cái sai đều biến mất. Nhưng nếu bạn cố gắng trước hết thu xếp cho cái sai biến mất, nó chẳng bao giờ biến mất cả.

Điều đó cũng giống như đánh nhau với bóng tối. Nhà bạn đầy bóng tối và bạn hỏi, "Làm sao tôi có thể thấp sáng ngọn nến được? Trước khi tôi thấp nến bóng tối này phải bị xua đi đã chứ." Đây là điều bạn đã từng làm. Bạn nói rằng trước hết tham lam phải ra đi; thế thì sẽ có cực lạc. Bạn ngu thì có! Bạn đang nói rằng trước hết bóng tối phải ra đi, và thế thì bạn có thể thấp nến, cứ dường như bóng tối có thể cản trở bạn. Bóng tối là phi thực thể. Nó là cái không, nó không có sự vững chắc. Nó chỉ là sự thiếu vắng, không phải là sự hiện diện. Nó chỉ là sự thiếu vắng của ánh sáng - thấp sáng ngọn đèn, và bóng tối biến mất.

Mở hội, trở thành ngọn lửa phúc lạc, và tất cả những cái sai đều biến mất. Giận dữ, tham lam, dâm dục, hay bất kì cái gì khác bạn gọi tên đều không phải là rắn chắc; chúng chỉ là thiếu vắng cuộc sống phúc lạc, cực lạc.

Bởi vì bạn không thể tận hưởng được, bạn giận dữ. Không phải là ai đó tạo ra giận dữ của bạn; bởi vì bạn không thể tận hưởng được, bạn đang trong nhiều khổ sở thế. Đó là lí do tại sao bạn giận dữ. Người khác chỉ là cái cớ. Bởi vì bạn không thể mở hội được, tình yêu không thể xảy ra cho bạn được - do đó mới có dục. Đó là việc giải quyết cho cái bóng. Và thế thì tâm trí nói, "Trước hết tiêu

diệt những cái này, và thế rồi Thượng đế sẽ giáng xuống." Đó là một trong những ngu xuẩn rõ ràng nhất của nhân loại, cổ đại nhất, và nó đi theo mọi người.

Khó cho bạn nghĩ được rằng tại chính khoảnh khắc này bạn là thượng đế, nhưng tôi hỏi bạn, cái gì thiếu nào? Cái gì lỡ nào? Bạn đang sống động, đang thở, có ý thức, bạn còn cần cái gì khác nữa? Chính khoảnh khắc này hãy giống như thượng đế đi. Cho dù bạn cảm thấy rằng đây chỉ là "dường như", cũng đừng bận tâm. Cho dù bạn cảm thấy, "Mình chỉ đang cho rằng mình giống thượng đế," cứ cho là vậy đi - đừng bận tâm. Bắt đầu với "dường như," và chẳng mấy chốc thực tại sẽ theo bởi vì trong thực tế bạn *hiện hữu*. Và một khi bạn bắt đầu tồn tại như thượng đế, mọi khổ sở, mọi lẫn lộn, mọi bóng tối biến mất. Trở thành ánh sáng, và việc trở thành này không có điều kiện nào phải được đáp ứng cả.

Bây giờ tôi sẽ đi vào câu chuyện ngụ ngôn hay này.

*Có một người bị khó chịu bởi thấy cái bóng của mình và không bằng lòng với tiếng bước chân của mình tới mức người đó quyết định gạt bỏ cả hai điều này.*

Nhớ lấy, bạn là người này đây - người này tồn tại trong mọi người. Đây là cách bạn đã từng cư xử, đây cũng là logic của bạn: lẫn trốn cái bóng. Người này bị khó chịu bởi thấy cái bóng của mình. Tại sao? Cái gì sai với cái bóng? Sao bạn phải bị khó chịu bởi cái bóng? Bởi vì, bạn có thể đã nghe nói, người mơ đã nói rằng các thần không có bóng. Khi họ bước đi, không bóng nào được tạo ra. Người này đã bị khó chịu bởi vì các thần này.

Người ta nói rằng trên cõi trời mặt trời mọc và các thần bước đi, nhưng họ không có bóng nào cả, họ trong suốt. Nhưng tôi bảo bạn: Đây chỉ là mơ thôi. Không ở đâu mà bất kì cái gì tồn tại, bất kì cái gì có thể tồn tại, mà lại không có bóng. Nếu nó *hiện hữu*, thế thì bóng sẽ được tạo ra. Nếu nó *không hiện hữu*, chỉ thế thì cái bóng mới biến mất.

Hiện hữu nghĩa là tạo ra bóng. Giận dữ của bạn, dâm dục của bạn, tham lam của bạn - tất cả đều là cái bóng. Nhưng nhớ chúng là bóng thôi. Chúng hiện hữu theo một nghĩa nào đó, và dầu vậy chúng không hiện hữu, đó là nghĩa của cái bóng. Nó không có thực chất. Cái bóng chỉ là sự thiếu vắng. Bạn đứng, các tia sáng mặt trời chiếu lên bạn, và bởi vì bạn, vài tia sáng không thể xuyên qua được. Thế thì hình được tạo ra, hình của cái bóng. Nó chỉ là sự thiếu vắng. Bạn cản trở mặt trời; đó là lí do tại sao cái bóng được tạo ra.

Cái bóng không phải là bản chất, bạn mới là bản chất. Bạn là bản chất; đó là lí do tại sao cái bóng được tạo ra. Nếu bạn mà giống như ma, thế thì sẽ không có bóng. Và các thiên thần trên trời chẳng là gì ngoài ma, ma được mơ bởi bạn và người lí tưởng của bạn, những người tạo ra lí tưởng. Người này bị khó chịu bởi vì người đó đã nghe nói rằng bạn trở thành thần chỉ khi cái bóng biến mất.

*Có một người bị khó chịu bởi thấy cái bóng của mình và không bằng lòng với tiếng bước chân của mình tới mức người đó quyết định gạt bỏ cả hai điều này.*

Khó chịu của bạn là gì? Nếu bạn đi sâu, bạn sẽ chẳng thấy gì ngoài âm thanh bước chân của mình. Sao bạn lại khó chịu thế bởi âm thanh bước chân của mình? Bạn là bản chất, cho nên phải có chút ít âm thanh chứ; người ta phải chấp nhận điều này. Nhưng người này đã nghe câu chuyện rằng các thần không có bóng, và khi họ bước đi không có tiếng bước chân được tạo ra. Các thần này không là gì ngoài các đối tượng mơ; họ tồn tại chỉ trong tâm trí. Cõi trời này chẳng tồn tại ở đâu cả! Bất kì khi nào cái gì đó tồn tại, âm thanh đều được tạo ra quanh nó. Đây là cách mọi sự như vậy, bạn chẳng thể làm gì được về nó. Đây là cách tự nhiên là vậy. Nếu bạn cố gắng làm cái gì đó về nó, bạn sẽ đi sai. Nếu bạn cố gắng làm cái gì đó về nó, cả đời bạn sẽ bị phí hoài, và đến cuối cùng bạn sẽ cảm thấy rằng bạn đã chẳng đạt tới đâu cả. Cái bóng còn lại, bước chân tạo ra âm thanh, và cái chết đang gõ cửa.

Trước khi cái chết gõ cửa, chấp nhận bản thân mình đi, và thế thì phép màu xảy ra. Phép màu đó là ở chỗ khi bạn chấp nhận bản thân

mình, bạn không chạy khỏi bản thân mình. Ngay bây giờ, từng người trong các bạn đều chạy xa khỏi bản thân mình. Cho dù bạn tới tôi, bạn tới tôi như một phần của sự trốn chạy của bạn khỏi bản thân bạn. Đó là lí do tại sao bạn không thể đạt tới tôi được; đó là lỗ hổng. Nếu bạn đã tới tôi như việc thoát khỏi bản thân bạn thì bạn không thể tới tôi được bởi vì toàn thể nỗ lực của tôi là để giúp bạn không thoát khỏi bản thân mình. Đừng cố thoát khỏi bản thân mình; bạn không thể là ai đó khác được. Bạn có định mệnh và tính cá nhân xác định.

Giống như ngón tay cái của bạn tạo ra dấu tay duy nhất và cá nhân - kiểu dấu tay đó chưa bao giờ tồn tại trước đây và sẽ không bao giờ tồn tại nữa, nó chỉ thuộc vào bạn thôi, sẽ không có người khác có dấu tay giống nó - cũng điều như thế là trường hợp với bản thể bạn. Bạn có bản thể duy nhất và cá nhân, vô song; nó chưa bao giờ có trước đây, nó sẽ không bao giờ có nữa, chỉ bạn có nó thôi. Mở hội nó đi! Cái gì đó duy nhất đã xảy ra cho mọi người, Thượng đế đã đem món quà duy nhất cho mọi người, còn bạn kết án nó. Bạn muốn cái gì đó tốt hơn! Bạn cố gắng là người khôn hơn sự tồn tại, bạn cố gắng là người khôn hơn Đạo, thế thì bạn đi sai.

Nhớ lấy, bộ phận không bao giờ khôn hơn cái toàn thể, và bất kì cái gì mà cái toàn thể làm đều là cái chung cuộc, bạn không thể thay đổi được. Bạn có thể nỗ lực làm như vậy và phí hoài cuộc sống của mình, nhưng chẳng cái gì sẽ được đạt tới qua nó.

Cái toàn thể bao la; bạn chỉ là một tế bào nguyên tử. Đại dương bao la; bạn chỉ là một giọt trong nó. Toàn thể đại dương mặn, và bạn đang cố gắng là ngọt - điều đó là không thể được. Nhưng bản ngã muốn làm điều không thể được, điều khó khăn, cái không thể được làm. Và Trang Tử nói, "Dễ dàng là đúng." Sao bạn không thể dễ dàng và chấp nhận? Sao không nói có với cái bóng? Khoảnh khắc bạn nói có, bạn quên nó; nó biến mất - ít nhất từ tâm trí, cho dù nó vẫn còn với thân thể.

Nhưng vấn đề là gì? Làm sao cái bóng tạo ra vấn đề? Tại sao tạo ra vấn đề từ nó? Như bạn ngay bây giờ, bạn tạo ra vấn đề từ

mọi thứ. Người này đã bị phân vân, bị khó chịu bởi việc thấy bóng của mình. Người đó chắc đã muốn là thần, người đó chắc đã muốn không có bóng.

Nhưng bạn đã như thần rồi, và bạn không thể là cái gì mà bạn đã không là. Làm sao bạn có thể là thế được? Bạn chỉ có thể là cái bạn đang là - mọi việc trở thành chỉ là đi tới bản thể, cái đã có đó rồi. Bạn có thể vẫn vơ và gõ cửa nhà người khác, nhưng đây chỉ là trò chơi trốn tìm với bản thân mình. Mọi việc tùy ở bạn gõ bao nhiêu lần lên cửa nhà người khác và bao nhiêu lần bạn vẫn vơ đây đó. Chung cuộc bạn sẽ đi tới cánh cửa riêng của mình, và đi tới việc nhận ra rằng cánh cửa riêng của mình bao giờ cũng có đó rồi. Chẳng ai có thể lấy nó đi được. Tự nhiên, Đạo, không thể bị lấy đi khỏi bạn được.

Người này bị khó chịu bởi vì cái bóng của mình. Phương pháp người đó vớ phải là chạy xa khỏi nó - đó là phương pháp mọi người đều vớ phải. Dường như là tâm trí có logic lẩn quẩn. Chẳng hạn, nếu bạn cảm thấy giận, bạn sẽ làm gì? Tâm trí sẽ nói, "Đừng giận, cầu nguyện đi." Bạn sẽ làm gì? Bạn sẽ kìm nén nó - và bạn càng kìm nén, giận dữ sẽ càng đi vào chính gốc rễ của bản thể bạn. Thế thì bạn sẽ không phải thỉnh thoảng giận và thỉnh thoảng không giận đâu; nếu bạn đã kìm nén quá nhiều, bạn sẽ *liên tục* giận. Nó sẽ trở thành máu bạn, nó sẽ là chất độc khắp nơi; nó sẽ lan toả vào mọi quan hệ của bạn. Cho dù bạn trong tình yêu với ai đó, giận dữ sẽ có đó và tình yêu sẽ trở thành bạo hành. Cho dù bạn cố gắng giúp ai đó, trong việc giúp đó sẽ có chất độc bởi vì chất độc là trong bạn. Và tất cả hành động của bạn sẽ mang nó, chúng sẽ phản xạ bạn. Khi bạn cảm thấy điều này lần nữa, tâm trí sẽ nói, "Mình vẫn chưa kìm nén đủ, phải kìm nén thêm nữa." Giận dữ có đó bởi vì kìm nén, và tâm trí nói, "Kìm nén nó nữa vào!" Thế thì sẽ càng giận dữ thêm.

Tâm trí bạn mang tính dục bởi vì kìm nén, và tâm trí nói, "Kìm nén nó thêm nữa. Tìm phương pháp và cách thức mới để kìm nén nó nhiều hơn để cho vô dục sẽ nở hoa." Nhưng nó không thể nở hoa theo cách đó được. Qua kìm nén, dục không chỉ đi vào trong thân thể, nó đi vào trong tâm trí, nó trở thành não. Thế thì người ta

cứ nghĩ mãi về nó, nghĩ đi nghĩ lại. Do đó mới có biết bao nhiêu sách báo khiêu dâm trên thế giới.

Sao mọi người lại thích xem ảnh đàn bà khoả thân? Bản thân đàn bà không đủ sao? Họ có đấy, họ còn quá đủ nữa là! Vậy nhu cầu là gì? Hình ảnh bao giờ cũng mang tính dục hơn là người đàn bà thực. Người đàn bà thực có thân thể và cái bóng, và tiếng bước chân của cô ấy sẽ có đó, và âm thanh sẽ được tạo ra. Bức ảnh là mơ; nó tuyệt đối mang tính tinh thần, não, và nó không có bóng. Người đàn bà thực sẽ vã mồ hôi và sẽ có mùi thân thể; bức ảnh chẳng bao giờ vã mồ hôi. Người đàn bà thực sẽ giận dữ; bức ảnh chẳng bao giờ giận dữ. Người đàn bà thực sẽ có tuổi, sẽ già đi; bức ảnh bao giờ cũng còn trẻ trung và tươi tắn. Bức ảnh mang tính tinh thần. Những người kìm nén dục trong thân thể trở nên mang tính dục tinh thần. Thế thì tâm trí họ đi vào dâm dục, và thế thì nó là bệnh tật.

Nếu bạn cảm thấy đói, điều đó là được, thì ăn; nhưng nếu bạn nghĩ về thức ăn liên tục, thế thì đó là ám ảnh và bệnh tật. Khi bạn cảm thấy đói, điều đó là được nếu bạn ăn và được kết thúc với nó. Nhưng bạn chẳng bao giờ kết thúc với bất kì cái gì, và mọi thứ đi vào tâm trí bạn.

Vợ của Mulla Nassrudin ốm và cô ấy phải mổ. Cô ấy ra viện về nhà sớm hơn vài ngày, thế là tôi hỏi, "Vợ anh thế nào? Cô ấy đã phục hồi sau ca mổ chưa?" Anh ta nói, "Không, cô ấy vẫn nói về nó."

Nếu bạn nghĩ về cái gì đó, nói về cái gì đó, nó có đó. Và bây giờ nó còn nguy hiểm hơn bởi vì thân thể sẽ phục hồi nhưng tâm trí có thể cứ tiếp tục mãi, tới vô tận. Thân thể có thể phục hồi, nhưng tâm trí sẽ không bao giờ phục hồi.

Nếu bạn kìm nén cơn đói trong thân thể, nó đi vào trong tâm trí. Vấn đề đã không được ném ra, nó đã bị đẩy vào. Kìm nén bất kì cái gì và nó đi vào gốc rễ. Thế thì tâm trí sẽ nói rằng nếu bạn không thành công, cái gì đó sai, bạn không làm đủ nỗ lực rồi; nỗ lực hơn nữa.

*Phương pháp anh ta tìm ra là chạy khỏi chúng.*

Tâm trí chỉ có hai phương án, tranh đấu hay chạy trốn. Bất kì khi nào có vấn đề, tâm trí nói hoặc tranh đấu với nó hoặc chạy thoát khỏi nó - và cả hai đều sai. Nếu bạn tranh đấu, bạn còn lại với vấn đề. Nếu bạn chạy trốn, vấn đề sẽ có đó liên tục. Nếu bạn tranh đấu, bạn bị phân chia bởi vì vấn đề không phải là ở bên ngoài, vấn đề là ở bên trong.

Chẳng hạn, nếu có giận dữ và bạn tranh đấu, điều gì sẽ xảy ra? Một nửa con người bạn sẽ đồng với giận dữ và một nửa sẽ đồng với ý tưởng tranh đấu. Cứ dường như cả hai tay bạn đang đánh lẫn nhau. Tay nào sẽ thắng? Bạn sẽ đơn giản tiêu tán năng lượng đi. Chẳng tay nào sẽ thắng cả. Bạn có thể tự lừa mình rằng bây giờ cơn giận của bạn đã bị kìm nén, bạn bây giờ đang ngồi trên cơn giận của mình. Nhưng thế thì bạn sẽ phải liên tục ngồi trên nó - thậm chí ngay cả kì nghỉ một khoảnh khắc thôi cũng không được phép. Nếu bạn quên về nó chỉ một khoảnh khắc thôi, bạn sẽ mất toàn thể thắng lợi.

Cho nên những người đã kìm nén cái gì đó bao giờ cũng ngồi trên những thứ bị kìm nén đó, và họ bao giờ cũng sợ. Họ không thể thành thoi được. Tại sao thành thoi lại trở nên khó thế? Sao bạn không thể ngủ được? Sao bạn không thể thành thoi được? Sao bạn không thể trong bụng bỏ được? Bởi vì bạn đã kìm nén nhiều thứ. Bạn sợ rằng nếu bạn thành thoi, chúng sẽ trôi ra. Cái gọi là người tôn giáo của bạn không thể thành thoi được; họ căng thẳng, và căng thẳng là bởi vì điều này. Họ đã kìm nén cái gì đó - và bạn nói thành thoi sao? Họ biết rằng nếu họ thành thoi, kẻ thù sẽ trôi ra. Tâm trí nghĩ, hoặc tranh đấu - và nếu bạn tranh đấu, thế thì bạn kìm nén - hoặc chạy trốn. Nhưng bạn sẽ trốn đi đâu? Cho dù bạn có lên Himalaya, giận dữ sẽ theo bạn; nó là cái bóng của bạn. Dục sẽ theo bạn; nó là cái bóng của bạn. Dù bạn đi bất kì đâu, cái bóng của bạn đều sẽ đi cùng bạn.

*Phương pháp anh ta tìm ra là chạy khỏi chúng, cho nên anh ta đứng dậy và chạy, nhưng mọi lần anh đặt chân xuống, lại có bước*

*khác, trong khi cái bóng của anh ta vẫn cứ bám sát theo anh ta không chút khó khăn nào.*

Anh ta ngạc nhiên! Anh ta chạy nhanh thế, nhưng chẳng khó khăn gì cho cái bóng cả. Cái bóng bao giờ cũng theo sau một cách dễ dàng, thậm chí không vã mồ hôi, không thở mạnh. Chẳng có khó khăn gì về phần cái bóng cả bởi vì cái bóng không phải là chất liệu, cái bóng không là ai cả. Người đó có thể vã mồ hôi, người đó có thể khó thở nhưng cái bóng bao giờ cũng bước cùng người đó. Cái bóng không thể rời khỏi bạn theo cách này được. Tranh đấu hay không tranh đấu đều chẳng ích gì. Bạn sẽ đi đâu? Bất kì chỗ nào bạn đi, bạn sẽ mang bản thân mình đi cùng mình, và cái bóng của bạn sẽ ở đó.

*Anh ta cho thất bại của mình là do việc mình đã không chạy đủ nhanh. Thế là anh ta chạy ngày một nhanh hơn, không dừng lại, cho tới cuối cùng chết ngỏm.*

Người ta phải hiểu logic của tâm trí. Nếu bạn không hiểu, bạn sẽ là nạn nhân của nó. Tâm trí có logic luẩn quẩn, nó là cái vòng luẩn quẩn, nó là hình tròn. Nếu bạn nghe nó, thế thì mọi bước đi đều sẽ dẫn bạn ngày một nhiều trong vòng tròn. Người này hoàn toàn logic; bạn không thể tìm thấy lỗi nào, nhược điểm nào trong logic của anh ta. Không có sơ hở nào; anh ta là một nhà logic hoàn hảo như Aristotle. Anh ta nói rằng nếu cái bóng mà theo anh ta, điều đó chứng tỏ rằng anh không chạy đủ nhanh. Anh ta phải chạy ngày một nhanh hơn; thế thì một khoảnh khắc sẽ tới khi cái bóng không thể nào theo được anh ta. Nhưng cái bóng là của bạn, không phải là ai đó khác đang đuổi theo bạn, Nếu điều đó là vậy, thế thì logic này đã phải đúng rồi.

Nếu ai đó khác đã đuổi theo người này, thế thì anh ta đã đúng, tuyệt đối đúng: Anh ta đã không chạy đủ nhanh, và đó là lí do tại sao người khác đã theo sau. Nhưng anh ta lại sai bởi vì không có ai khác cả. Tâm trí là vô dụng.

Tâm trí dành cho người khác, thiên dành cho bản thân mình. Tâm trí dành cho người khác, vô trí dành cho bản thân mình - đó là toàn thể nhấn mạnh của Trang Tử hay Thiền hay Sufi hay Hasid, của tất cả những người biết; của Phật, Jesus, Muhammed, của tất cả những người đã biết. Toàn thể nhấn mạnh là ở chỗ bạn có thể dùng tâm trí cho người khác, vô trí cho bản thân mình.

Người này bị lâm vào bối rối bởi vì người đó dùng tâm trí cho bản thân mình, và tâm trí có hình mẫu riêng của nó. Tâm trí nói, "Nhanh hơn, nhanh nữa lên! nếu mình chạy đủ nhanh, cái bóng này sẽ không thể theo được mình."

*Anh ta cho thất bại của mình là do việc mình đã không chạy đủ nhanh.*

Thất bại có đó ngay chỗ đầu tiên bởi vì anh ta đã chạy. Nhưng tâm trí không thể nói điều đó được, tâm trí đã không được nạp vào cho điều đó. Nó là cái máy tính, bạn phải nạp các thứ vào nó; nó là cái máy. Nó không thể cho bạn được cái gì mới; nó chỉ có thể cho bạn bất kì cái gì bạn đã nạp vào trong nó. Tâm trí không thể cho bạn cái gì mới; bất kì cái gì nó cho bạn cũng đều là thứ vay mượn. Và nếu bạn nghiện nghe lời nó, bạn bao giờ cũng trong bối rối khi bạn quay về bản thân mình. Khi có việc chuyển đổi, việc quay về cội nguồn, thế thì bạn sẽ bị khó khăn. Thế thì tâm trí này là tuyệt đối vô dụng - mà không chỉ vô dụng đâu, nó là chướng ngại tích cực, nó có hại. Cho nên vứt nó đi.

Tôi đã nghe:

Chuyện xảy ra là một hôm con trai của Mulla Nasrudin từ trường về nhà và mang theo cuốn sách về tình dục học. Mẹ nó bối rối lắm, nhưng cô ấy đợi Mulla nasrudin về. Cái gì đó cần phải được làm; cái trường canh tân này đi quá xa rồi! Khi Mulla Nasrudin về, vợ anh ta chỉ cho anh ta xem cuốn sách.

Nasrudin lên tầng tìm con trai. Anh ta thấy nó đang trong phòng mình, đang hôn cô hầu gái. Thế là Nasrudin nói, "Con, khi nào con hoàn thành bài tập về nhà, thì xuống nhà nhé."

Đây là logic đấy! Logic có bước đi riêng của nó, và từng bước theo bước khác, không có kết thúc cho nó. Người này, người sợ cái bóng của mình, đã theo tâm trí, cho nên anh ta chạy ngày càng nhanh mà không dừng lại cho tới chung cuộc anh ta chết ngổm. Ngày càng nhanh hơn và không dừng lại ... thế thì chỉ cái chết mới có thể xuất hiện.

Bạn đã bao giờ quan sát rằng cuộc sống chưa xuất hiện cho bạn không? Bạn có quan sát rằng chưa bao giờ có lấy một khoảnh khắc của *cuộc sống như vậy* đang xảy ra cho bạn không? Bạn đã không kinh nghiệm lấy một khoảnh khắc của phúc lạc mà Trang Tử và Phật nói tới. Và điều gì sẽ xảy ra cho bạn? Chẳng cái gì sẽ xảy ra cho bạn ngoại trừ cái chết. Và bạn càng tới gần cái chết, bạn càng chạy nhanh hơn bởi vì bạn nghĩ rằng nếu bạn chạy nhanh hơn, bạn sẽ thoát.

Bạn chạy đi đâu nhanh thế? Con người và tâm trí con người bao giờ cũng điên về tốc độ, cứ dường như chúng ta đang đi đâu đó và tốc độ được cần tới. Cho nên chúng ta cứ trở nên ngày một có tốc độ cao hơn. Bạn đang đi đâu? Chung cuộc, dù bạn đi chậm hay đi nhanh, bạn vẫn đạt tới cái chết. Và mọi người đều tới đúng khoảnh khắc, không một khoảnh khắc nào bị mất. Mọi người đều đạt tới đó đúng giờ, không ai đã bao giờ chậm. Tôi có nghe nói rằng vài người đã đạt tới cái chết trước thời điểm của họ, nhưng tôi chưa bao giờ nghe nói về bất kì ai đạt tới cái chết muộn cả. Một số người đạt tới chỗ cuối trước thời điểm của họ bởi vì các bác sĩ...

*Anh ta cho thất bại của mình là do việc mình đã không chạy đủ nhanh. Thế là anh ta chạy ngày một nhanh hơn, không dừng lại, cho tới cuối cùng chết ngổm. Anh ta đã không nhận ra rằng nếu anh ta đơn thuần bước vào trong bóng râm, cái bóng của anh ta sẽ tan biến.*

Điều đó là dễ dàng, dễ nhất! Nếu bạn đi vào trong bóng râm nơi không có mặt trời, cái bóng biến mất bởi vì cái bóng do mặt trời tạo ra. Nó là việc thiếu vắng các tia sáng mặt trời. Nếu bạn ở dưới cây, trong bóng râm, cái bóng biến mất.

*Anh ta đã không nhận ra rằng nếu anh ta đơn thuần bước vào trong bóng râm, cái bóng của anh ta sẽ tan biến.*

Bóng râm đó được gọi là im lặng, bóng râm đó được gọi là an bình nội tâm. Đừng nghe tâm trí. Bước vào trong bóng râm này đi, vào trong im lặng nội tâm này, nơi không tia sáng nào của mặt trời bước vào.

Bạn vẫn còn ở ngoại vi, đó là vấn đề. Ở đó bạn trong ánh sáng của thế giới bên ngoài, và cái bóng được tạo ra. Nhắm mắt lại, đi vào bóng râm. Khoảnh khắc bạn nhắm mắt lại, mặt trời không còn đó nữa. Do đó tất cả mọi cách thiền đều được thực hiện với mắt nhắm - bạn đi vào trong bóng râm của riêng mình. Bên trong không có mặt trời và không có cái bóng. Bên ngoài là xã hội, và bên ngoài là tất cả các kiểu cái bóng. Bạn đã bao giờ nhận ra rằng giận dữ của bạn, dâm dục của bạn, tham lam của bạn, tham vọng của bạn, tất cả đều là một phần của xã hội không? Nếu bạn thực sự đi vào trong và bỏ xã hội ra ngoài, giận dữ ở đâu? Dục ở đâu? Nhưng nhớ lấy, lúc ban đầu khi bạn nhắm mắt lại chúng không thực sự nhắm đâu. Bạn mang các hình ảnh từ bên ngoài vào bên trong, và bạn sẽ thấy cùng xã hội đó được phản xạ. Nhưng nếu bạn tiếp tục đơn giản đi, đi nữa, đi vào bên trong, chẳng chóng thì chầy xã hội sẽ bị gạt ra ngoài. Bạn ở bên trong, xã hội ở bên ngoài - bạn đã đi từ ngoại vi vào trung tâm.

Tại trung tâm này có im lặng: không giận dữ và không chống giận dữ, không dục và không vô dục, không tham lam và không vô tham lam, không bạo hành, không vô bạo hành - bởi vì tất cả những cái đó đều là ở bên ngoài. Nhớ lấy, các cái đối lập cũng là ở bên ngoài - bên trong bạn không cái này không cái nọ. Bạn đơn giản là sự hiện hữu, thuần khiết. Đây là điều tôi ngụ ý, như thượng đế - sự hiện hữu thuần khiết không có những cái đối lập treo quanh, tranh đấu hay chạy trốn. Không, đơn giản hiện hữu. Bạn đã đi vào trong bóng râm.

*Anh ta đã không nhận ra rằng nếu anh ta đơn thuần bước vào trong bóng râm, cái bóng của anh ta sẽ tan biến*

Và nếu anh ta ngồi xuống và ở đó tĩnh lặng, không thể có tiếng bước chân nữa. Điều đó thực sự dễ dàng thế. Nhưng điều dễ dàng thế lại khó thế cho tâm trí bởi vì tâm trí bao giờ cũng tìm cách dễ dàng hơn để chạy, để tranh đấu, bởi vì thế thì có cái gì đó để làm. Nếu bạn nói với tâm trí, "Không làm gì cả," đó là điều khó nhất. Tâm trí sẽ hỏi, "Ít nhất cho tôi một chú, để cho với việc nhắm mắt tôi có thể nói Aum, Aum... Ram, Ram. Cái gì đó để làm bởi vì làm sao chúng ta có thể còn lại mà không làm gì, không có cái gì mà đuổi theo, mà săn đuổi?"

Tâm trí là hoạt động, và hiện hữu là tuyệt đối bất hoạt. Tâm trí là chạy, hiện hữu là ngồi. Ngoại vi di chuyển, trung tâm không di chuyển. Nhìn vào toa tàu hoả đang đi mà xem - bánh xe chuyển động nhưng trung tâm mà quanh đó toàn thể bánh xe chuyển động vẫn tĩnh tại, tuyệt đối tĩnh tại, không chuyển động. Hiện hữu của bạn là không chuyển động vĩnh hằng, còn ngoại vi của bạn liên tục chuyển động. Đây là điều cần nhớ trong nhảy múa Sufi Dervish, thiền xoay tít. Khi bạn thực hiện nó, để thân thể trở thành ngoại vi - thân thể chuyển động, và bạn bất động vĩnh hằng. Trở thành bánh xe. Thân thể trở thành bánh xe, ngoại vi, còn bạn ở trung tâm. Chẳng mấy chốc bạn sẽ nhận ra rằng mặc dầu thân thể cứ chuyển động ngày một nhanh hơn và nhanh hơn, bên trong bạn có thể cảm thấy rằng bạn không chuyển động; và thân thể càng chuyển động nhanh càng tốt bởi vì thế thì tương phản được tạo ra. Bỗng nhiên thân thể và bạn tách rời.

Nhưng bạn chuyển động cùng với thân thể liên tục, cho nên không có tách rời. Đi và ngồi. Đơn giản ngồi là đủ, không làm gì cả. Đơn giản nhắm mắt lại và ngồi và ngồi và ngồi, và cho phép mọi thứ lắng đọng. Sẽ mất thời gian bởi vì bạn đã không được lắng đọng trong nhiều kiếp rồi. Bạn đã từng cố gắng để tạo ra đủ mọi loại rối loạn. Sẽ mất thời gian đấy - nhưng chỉ thời gian thôi. Bạn không cần làm cái gì cả; bạn đơn giản nhìn và ngồi, nhìn và ngồi... Thiền nhân gọi điều đó là Zazen - thiền ngồi. Zazen nghĩa là chỉ ngồi, không làm gì.

Đây là điều Trang Tử nói:

*Anh ta đã không nhận ra rằng nếu anh ta đơn thuần bước vào trong bóng râm, cái bóng của anh ta sẽ tan biến, và nếu anh ta ngồi xuống và tĩnh lặng, sẽ không còn bước chân nữa.*

Không có nhu cầu tranh đấu, và không cần chạy trốn. Điều duy nhất được cần tới chỉ là đi vào trong bóng râm và ngồi tĩnh lặng.

Và điều này được làm trong toàn thể cuộc đời bạn. Đừng tranh đấu với bất kì cái gì, và đừng cố gắng trốn khỏi bất kì cái gì. Để mọi thứ lấy tiến trình riêng của chúng. Bạn đơn giản nhắm mắt lại và đi vào bên trong tới trung tâm nơi không tia sáng mặt trời nào đã từng thấu tới. Không có bóng - và thực sự, đó là nghĩa của huyền thoại rằng các thần không có bóng. Không phải là có các thần ở đâu đó mà không có bóng, nhưng thần ở bên trong bạn không có bóng bởi vì không bên ngoài nào thấm được vào đó. Nó không thể nào thấm vào được; nó bao giờ cũng trong bóng râm.

Trang Tử gọi bóng râm đó là *Đạo*, bản tính bên trong nhất của bạn - hoàn toàn bên trong nhất, tuyệt đối bên trong nhất.

Vậy cần phải là cái gì? Một, không nghe theo tâm trí. Nó là công cụ tốt cho bên ngoài, nhưng nó tuyệt đối là rào chắn cho bên trong. Logic là tốt cho người khác; nó là không tốt cho bản thân bạn. Trong việc giải quyết với *mọi sự*, logic và hoài nghi là cần. Khoa học phụ thuộc vào hoài nghi, còn tính tôn giáo phụ thuộc vào niềm tin, tin cậy. Ngồi đi, với tin cậy sâu sắc rằng bản tính bên trong của bạn sẽ tiếp quản. Nó bao giờ cũng tiếp quản. Bạn chỉ phải chờ đợi, chỉ kiên nhẫn là được cần tới. Và bất kì cái gì tâm trí bạn nói, đơn giản đừng nghe nó.

Nghe tâm trí về thế giới bên ngoài; đừng nghe tâm trí về bên trong - đơn giản gạt nó sang bên. Và không cần tranh đấu với nó bởi vì nếu bạn tranh đấu với nó, nó có thể ảnh hưởng lên bạn. Bạn đơn giản gạt nó sang bên. Đó chính là niềm tin là gì. Niềm tin không phải là tranh đấu với tâm trí - nếu bạn tranh đấu, thế thì kẻ thù gây ấn tượng lên bạn. Và nhớ lấy, ngay cả bạn bè cũng không có tác động nhiều như kẻ thù đâu. Nếu bạn tranh đấu với ai đó liên tục, bạn sẽ bị

ảnh hưởng bởi họ bởi vì bạn sẽ phải dùng cùng kĩ thuật để tranh đấu với họ. Chung cuộc, kẻ thù trở thành tương tự nhau. Rất khó tách rời và xa cách khỏi kẻ thù; kẻ thù ảnh hưởng tới bạn.

Và những người bắt đầu tranh đấu với tâm trí lại trở thành các triết gia vĩ đại. Họ có thể nói về phản tâm trí, nhưng toàn thể việc nói của họ là về tâm trí. Họ có thể nói, "Chống lại tâm trí," nhưng bất kì điều gì họ nói cũng đều tới từ tâm trí, ngay cả cái thù địch của họ. Bạn phải còn lại với kẻ thù của mình, và từ từ các kẻ thù lỏng động quan hệ, và chúng trở thành một.

Bao giờ cũng nhớ: Không tranh đấu với tâm trí. Bằng không bạn sẽ phải nhường bước cho quan hệ. Nếu bạn muốn thuyết phục tâm trí, bạn phải giải biện luận, bạn phải dùng từ, và đó là toàn thể vấn đề. Đơn giản gạt nó sang bên. Việc gạt sang bên này không phải là chống lại tâm trí, nó là bên ngoài tâm trí. Nó đơn giản gạt tâm trí sang bên. Cũng như khi bạn đi ra ngoài bạn dùng giày, và khi bạn vào nhà bạn để nó sang bên - không có tranh đấu, không có gì. Bạn không nói với giày, "Bây giờ ta đi vào nhà, và mi không được cần tới nữa, cho nên ta để mi sang bên." Bạn đơn giản để chúng sang bên; chúng không được cần tới.

Cũng giống thế này - dễ dàng là đúng - không có tranh đấu. Dễ dàng là đúng - không có vật lộn và xung đột. Bạn đơn giản gạt tâm trí sang bên, đi vào trong bóng râm, và ngồi. Thế thì không tiếng bước chân nào còn được nghe thấy, và không cái bóng nào theo sau bạn. Bạn trở thành giống như thần. Và bạn có thể trở thành mỗi cái bạn đã là nó rồi. Cho nên tôi bảo bạn, bạn giống như thần, bạn là thần. Đừng dừng lại về cái ít hơn thế.

## Giá trị giả

Một điều rất nền tảng phải được ghi nhớ: Con người rất láu cá trong việc tạo ra những giá trị giả. Giá trị thực đòi hỏi tính toàn bộ của bạn, đòi hỏi toàn thể bản thể bạn; giá trị giả là rất rẻ mạt. Chúng có vẻ giống như thật, nhưng chúng không đòi hỏi tính toàn bộ của bạn - chỉ là hình thức bề ngoài.

Chẳng hạn, thay vào chỗ của tình yêu, tin cậy, chúng ta đã tạo ra giá trị giả, "trung thành." Người trung thành chỉ quan tâm bề ngoài tới tình yêu. Người đó làm mọi điều bộ của tình yêu, nhưng người đó chẳng ngụ ý gì bởi chúng cả; trái tim người đó ở bên ngoài các điều bộ hình thức của người đó.

Kẻ nô lệ trung thành - nhưng bạn có cho rằng bất kì ai là nô lệ, người đã bị rút lại tính con người của mình, người có toàn thể lòng tự hào và chân giá trị đã bị lấy đi mất, có thể yêu người đã làm hại người đó sâu sắc thế được không? Người đó sẽ ghét người này, và nếu cơ hội phát sinh, người đó sẽ giết người này! Nhưng trên bề mặt, người đó sẽ vẫn còn trung thành - người đó phải vậy. Điều đó không bắt nguồn từ niềm vui, nó bắt nguồn từ sợ hãi. Nó không bắt nguồn từ tình yêu, nó bắt nguồn từ tâm trí bị ước định cứ nói rằng bạn phải trung thành với chủ của mình. Nó là trung thành của chó với chủ nó.

Tình yêu cần sự đáp ứng toàn bộ hơn. Nó bắt nguồn không từ nghĩa vụ mà từ nhịp tim đập riêng của bạn, từ kinh nghiệm riêng của bạn về niềm vui, từ ham muốn chia sẻ nó. Trung thành là cái gì đó xấu. Nhưng trong hàng nghìn năm nó đã là giá trị rất được kính trọng bởi vì xã hội đã làm mọi người thành nô lệ theo nhiều cách khác nhau. Vợ được cho là trung thành với chồng - tới điểm mà ở Ấn Độ hàng triệu đàn bà đã chết cùng với cái chết của chồng họ, nhảy vào dàn hỏa thiêu và cháy tới chết. Điều đó đã mang tính kính trọng tới mức bất kì đàn bà nào mà không làm điều đó đều phải sống một cuộc sống bị kết án nhiều lắm. Cô ấy gần như trở thành người bị xã hội ruồng bỏ; cô ấy bị đối xử chỉ như người hầu trong

gia đình riêng của mình. Người ta đã kết luận rằng bởi vì cô ấy không thể chết cùng chồng mình, cô ấy đã không trung thành với anh ấy.

Thực tế, nên nghĩ về điều đó theo lối vòng: Không người đàn ông nào đã nhảy vào dàn hoả thiêu của vợ mình cả! Không ai đã nêu ra câu hỏi, "Điều đó có nghĩa là không ông chồng nào đã từng trung thành với vợ mình sao?" Những đó là xã hội của chuẩn mực kép. Một chuẩn dành cho chủ, người chủ, người sở hữu, và chuẩn kia dành cho nô lệ.

Tình yêu là kinh nghiệm nguy hiểm bởi vì bạn bị cái gì đó sở hữu, cái còn lớn hơn bạn. Và nó là không kiểm soát được; bạn không thể tạo ra nó theo mệnh lệnh. Một khi nó qua rồi, không có cách nào đem nó lại. Tất cả mọi điều bạn có thể làm là giả vờ, là kẻ đạo đức giả.

Trung thành là vấn đề hoàn toàn khác. Nó được tâm trí riêng của bạn chế tạo ra, nó không phải là cái gì đó bên ngoài bạn. Nó là huấn luyện trong nền văn hoá đặc biệt, cũng giống như bất kì huấn luyện nào khác. Bạn bắt đầu hành động, và từ từ bạn bắt đầu tin vào hành động của riêng mình. Trung thành đòi hỏi rằng bạn bao giờ cũng phải, kể cả trong sống hay chết, được cống hiến cho một người dù trái tim bạn có sẵn lòng vì điều đó hay không. Nó là cách thức tâm lí của việc nô lệ hoá.

Tình yêu đem tới tự do. Trung thành đem tới nô lệ. Trên bề mặt chúng có vẻ giống nhau; sâu bên dưới, chúng là đối lập, đối diện thẳng với nhau. Trung thành là diễn kịch; bạn đã được giáo dục về nó. Tình yêu là hoang dã; toàn thể cái đẹp của nó là ở trong tính hoang dã của nó. Nó tới như làn gió thoảng với hương thơm bát ngát, trút đầy trái tim bạn, và bỗng nhiên nơi đã từng là sa mạc lại có khu vườn đầy hoa. Nhưng bạn không biết nó tới từ đâu, và bạn không biết rằng không có cách nào đem nó lại. Nó tới theo cách riêng của nó và còn lại lâu chừng nào sự tồn tại còn muốn nó còn lại. Và cũng hết như nó đã tới một ngày nào đó, như người lạ, như

vị khách, bỗng nhiên một ngày nào đó nó mất đi. Không có cách nào níu bám lấy nó, không có cách nào giữ lấy nó.

Xã hội không thể phụ thuộc vào những kinh nghiệm không tiên đoán trước được, không tin cậy được. Nó muốn có đảm bảo, an ninh; do đó nó đã loại bỏ tình yêu khỏi cuộc sống hoàn toàn và nó đã đặt hôn nhân vào chỗ của tình yêu. Hôn nhân biết tới trung thành, trung thành với chồng, và bởi vì nó là hình thức, nó là ở trong tay bạn... nhưng nó không là gì khi so với tình yêu - nó thậm chí không được là một giọt sương trong đại dương mà chính là tình yêu.

Nhưng xã hội rất hạnh phúc với điều đó bởi vì điều đó là tin cậy được. Chồng có thể tin cậy vào bạn, tin cậy rằng ngày mai nữa, bạn sẽ trung thành như bạn hôm nay. Tình yêu không thể được tin cậy - và hiện tượng kì lạ nhất là ở chỗ tình yêu là tin cậy lớn nhất nhưng nó không thể được tin cậy. Trong khoảnh khắc này nó là toàn bộ, nhưng khoảnh khắc tiếp vẫn còn để mở. Nó có thể lớn lên bên trong bạn; nó có thể bay hơi khỏi bạn. Chồng muốn có người vợ, người là nô lệ trong cả đời cô ấy. Anh ta không thể phụ thuộc vào tình yêu được; anh ta phải tạo ra cái gì đó tựa như tình yêu nhưng do tâm trí con người chế tạo ra.

Điều đó không chỉ có trong mối quan hệ của tình yêu mà còn có trong các lĩnh vực khác của cuộc sống, rằng trung thành đã được kính trọng lớn lao. Nhưng nó phá huỷ thông minh. Người lính phải trung thành với quốc gia. Người đã thả bom nguyên tử xuống Hiroshima và Nagasaki - bạn không thể gọi người đó là kẻ chịu trách nhiệm được; người đó đơn giản hoàn thành nghĩa vụ của mình. Người đó bị ra lệnh, và người đó trung thành với cấp trên của mình; đó là toàn thể việc huấn luyện của quân đội. Trong nhiều năm họ huấn luyện bạn để cho bạn trở thành gàn như không có khả năng nổi dậy. Cho dù bạn thấy rằng điều đang được yêu cầu bạn làm là tuyệt đối sai, dầu vậy việc huấn luyện của bạn đã đi sâu thế bạn sẽ nói, "Vâng, thưa ngài, tôi sẽ thực hiện điều đó."

Tôi không thể quan niệm nổi rằng người đã thả bom xuống Hiroshima và Nagasaki là cái máy. Người đó cũng có trái tim, cũng

như bạn. Người đó cũng có vợ và con, mẹ già và cha già. Người đó cũng là con người như bạn - với một khác biệt thôi. Người đó đã được huấn luyện để tuân theo mệnh lệnh mà không hỏi và khi mệnh lệnh đã được trao, người đó đơn giản tuân theo nó.

Tôi cứ nghĩ đi nghĩ lại mãi về tâm trí người đó. Có thể quan niệm được rằng người đó đã không nghĩ là quả bom này sẽ huỷ diệt gần hai trăm nghìn người không? Người đó có thể đã không nói, "Không! Chẳng phải bị viên tướng bắn vì không tuân lệnh còn tốt hơn đi giết hai trăm nghìn người sao?" Có lẽ ý tưởng này chưa bao giờ xuất hiện cho người đó.

Quân đội làm việc theo cách tạo ra trung thành; nó bắt đầu bằng những điều nhỏ bé. Người ta tự hỏi tại sao mọi người lính trong nhiều năm đều phải tập diễu binh và tuân theo những mệnh lệnh ngu xuẩn - quay trái, quay phải, đi lùi, đi tiến - trong hàng giờ, chẳng vì mục đích gì hết cả. Nhưng có mục đích ngầm trong điều đó đấy. Thông minh của người đó đang bị phá huỷ. Người đó đang bị biến thành máy tự động, thành robot. Cho nên khi mệnh lệnh tới, "Quay trái," tâm trí đơn giản không hỏi tại sao. Nếu ai đó khác bảo bạn, "Quay trái đi," bạn sẽ hỏi, "Cái vô nghĩa gì thế này? Sao tôi phải quay sang trái? Tôi đi sang phải đây!" Nhưng người lính không được phép hoài nghi, không được hỏi; người đó đơn giản tuân theo. Đây là ước định cơ bản của người đó về trung thành.

Điều tốt cho vua và các tướng lĩnh là quân đội phải trung thành tới điểm họ vận hành như cái máy, không như con người. Điều thoải mái cho bố mẹ là con cái họ trung thành bởi vì đứa trẻ chống đối là cả vấn đề. Bố mẹ có thể sai, con có thể đúng, nhưng nó phải vâng lời bố mẹ; đó là một phần của việc huấn luyện của con người cũ đã tồn tại mãi cho tới giờ.

Tôi dạy bạn con người mới mà trong đó không có trung thành nhưng thay vào đó người này có thông minh, truy tìm, có khả năng nói không. Với tôi, chừng nào bạn còn chưa có khả năng nói không, việc nói có của bạn là vô nghĩa. Có của bạn chỉ được ghi lại như đĩa

hát; bạn không thể làm gì được cả, bạn phải nói có bởi vì nói không đơn giản không nảy sinh trong bạn.

Cuộc sống và nền văn minh chắc sẽ hoàn toàn khác nếu như chúng ta đã huấn luyện mọi người có nhiều thông minh hơn. Cho nên nhiều cuộc chiến tranh đáng ra đã không xảy ra bởi vì mọi người sẽ hỏi, "Lí do là gì? Sao chúng tôi phải giết người, những người hồn nhiên?" Nhưng họ trung thành với quốc gia này và bạn trung thành với quốc gia khác, và giới chính khách của cả hai nước này đang đánh nhau và hi sinh người của họ. Nếu các chính khách thích đánh nhau nhiều thế, họ có thể có trận đấu vật, và mọi người có thể thích thú xem trận đấu như bất kì trận đá bóng nào.

Nhưng vua và các chính khách, tổng thống và thủ tướng không đi vào chiến tranh. Những người đơn giản, người chẳng liên quan gì tới việc giết người khác, lại đi vào chiến tranh để giết và bị giết. Họ được thưởng vì lòng trung thành của mình - họ được trao huân chương chữ thập Victoria hay các loại phần thưởng khác vì tính vô nhân đạo, vì là không thông minh, vì là máy móc.

Trung thành không là gì ngoài tổ hợp của tất cả những bệnh tật này - niềm tin, bồn phẫn, kính trọng. Chúng tất cả đều là những thứ nuôi dưỡng cho bản ngã của bạn. Chúng tất cả đều chống lại phát triển tâm linh của bạn, nhưng chúng ủng hộ cho các quyền lợi được đầu tư. Tu sĩ không muốn bạn hỏi câu hỏi nào về hệ thống niềm tin của bạn bởi vì họ biết rằng họ không có câu trả lời đưa ra. Mọi hệ thống niềm tin đều giả dối tới mức nếu bị hỏi, chúng sẽ sụp đổ. Không được hỏi, chúng tạo ra những tôn giáo lớn với hàng triệu người trong bầy đoàn của họ.

Bây giờ giáo hoàng có hàng triệu người dưới mình, và từ hàng triệu người này, không một người nào truy hỏi, "Làm sao cô gái đồng trinh có thể cho sinh ra đứa con được?" Điều đó sẽ là báng bổ! Trong hàng triệu người không một người nào đã hỏi, "Bằng chứng đâu về việc Jesus là đứa con duy nhất của Thượng đế? Bất kì ai cũng đều có thể nói điều đó. Bằng chứng đâu về việc Jesus đã cứu mọi người khỏi khổ? Ông ấy đã không thể tự cứu được mình nữa

là." Nhưng những câu hỏi như thế này đều gây lúng túng, và họ đơn giản không nêu ra. Ngay cả Thượng đế cũng chẳng là gì ngoài một giả thuyết, điều mà những người tôn giáo đã từng cố gắng chứng minh trong hàng nghìn năm... đủ mọi loại chứng minh nhưng tất cả đều hư huyền, không bản chất, không hỗ trợ nào từ sự tồn tại. Nhưng chẳng ai hỏi câu hỏi đó.

Từ chính ngày đầu của cuộc sống mọi người đã được huấn luyện trung thành với hệ thống niềm tin mà trong đó họ được sinh ra. Điều đó thuận tiện cho các tu sĩ khai thác bạn, điều đó thuận tiện cho các chính khách khai thác bạn, điều đó thuận tiện cho chồng khai thác vợ, cho bố mẹ khai thác con cái, cho thầy giáo khai thác học sinh. Với mọi quyền lợi được đầu tư, trung thành đơn giản là cần thiết. Nhưng nó đưa toàn thể nhân loại vào chậm tiến. Nó không cho phép hỏi. Nó không cho phép hoài nghi. Nó không cho phép mọi người thông minh. Và người không có khả năng hoài nghi, không có khả năng hỏi, không có khả năng nói "Không" khi người đó cảm thấy rằng mọi sự bị sai, thì đã rơi xuống thấp hơn tính người rồi, đã trở thành con vật nửa người nửa ngọm rồi.

Nếu tình yêu bị đòi hỏi, thế thì nó trở thành trung thành. Nếu tình yêu được cho mà không bị đòi hỏi, nó là món quà tự do của bạn. Thế thì nó nâng tâm thức của bạn lên. Nếu tin cậy bị đòi hỏi, bạn đang bị làm thành nô lệ. Nhưng nếu tin cậy nảy sinh trong bạn, cái gì đó siêu nhân đang lớn lên bên trong trái tim bạn. Khác biệt là rất nhỏ nhưng quan trọng vô cùng: bị đòi hỏi hay bị ra lệnh, tình yêu và tin cậy cả hai trở thành giả. Khi chúng nảy sinh theo cách riêng của chúng, chúng có giá trị bản chất mệnh mông. Chúng không làm bạn thành nô lệ, chúng làm bạn thành người chủ của bản thân mình bởi vì nó là tình yêu của bạn, nó là tin cậy của bạn. Bạn đang đi theo trái tim riêng của mình. Bạn không theo bất kì ai khác. Bạn không bị buộc phải đi theo. Tình yêu của bạn bắt nguồn từ tự do của bạn. Tin cậy của bạn bắt nguồn từ chân giá trị của bạn - và chúng cả hai sẽ làm cho bạn thành con người giàu có hơn.

Đó là quan điểm của tôi về nhân loại mới. Mọi người sẽ yêu, nhưng họ sẽ không cho phép tình yêu bị theo mệnh lệnh. Họ sẽ tin

cậy, nhưng họ sẽ tin cậy theo bản thân mình - không theo bất kì kinh sách nào, không theo bất kì cấu trúc xã hội nào, không theo bất kì tu sĩ nào, không theo bất kì chính khách nào.

Sống cuộc sống của bạn theo trái tim riêng của mình, đi theo nhịp đập của nó, đi vào trong cái không biết như chim đại bàng bay ngang qua mặt trời trong tự do hoàn toàn, không biết tới giới hạn nào... điều đó không phải là bị theo lệnh. Nó là niềm vui riêng của nó. Nó là bài tập của tâm linh riêng của người ta.

## Công cụ cho biến đổi

*Đây là một trong những chân lí khó nhận ra nhất, rằng người ta vẫn còn như cũ - rằng dù chúng ta làm bất kì cái gì, chúng ta vẫn còn như cũ. Không có "hoàn thiện." Toàn thể bản ngã bị tan tành bởi vì bản ngã sống qua hoàn thiện, ý tưởng về hoàn thiện, ý tưởng về đạt tới đâu đó một ngày nào đó. Có thể không phải hôm nay nhưng ngày mai, ngày kia. Nhận ra sự kiện rằng không có hoàn thiện trong thế giới, rằng cuộc sống chỉ là lễ hội, nó chẳng giống gì như kinh doanh trong nó - một khi bạn hiểu điều này, toàn thể trò bản ngã dừng lại, và bỗng nhiên bạn được ném trở về khoảnh khắc này.*

## Chấp nhận bản thân mình

Khoảnh khắc bạn chấp nhận bản thân mình bạn trở nên cởi mở, bạn trở nên mong manh, bạn trở nên tiếp nhận. Khoảnh khắc bạn chấp nhận bản thân mình không có nhu cầu về bất kì tương lai nào bởi vì không cần cải tiến bất kì cái gì. Thế thì tất cả đều là tốt, thế thì tất cả đều là tốt như nó vậy. Trong chính kinh nghiệm đó cuộc sống bắt đầu mang màu sắc mới, âm nhạc mới nảy sinh.

Nếu bạn chấp nhận bản thân mình, đó là việc bắt đầu của chấp nhận tất cả. Nếu bạn bác bỏ bản thân mình, bạn về căn bản đang bác bỏ vũ trụ; nếu bạn bác bỏ bản thân mình, bạn đang bác bỏ sự tồn tại. Nếu bạn chấp nhận bản thân mình, bạn đã chấp nhận sự tồn tại; thế thì chẳng có gì khác để làm ngoại trừ tận hưởng, mở hội. Không phàn nàn nào còn lại, không có đổ kị; bạn cảm thấy biết ơn. Thế thì cuộc sống và cái chết đều tốt, thế thì niềm vui là tốt và nỗi buồn là tốt, thế thì ở cùng người yêu của mình là tốt và ở một mình là tốt. Thế thì bất kì cái gì xảy ra cũng đều tốt bởi vì nó xảy ra từ cái toàn thể.

Nhưng bạn đã từng bị ước định trong hàng thế kỉ để không chấp nhận bản thân mình. Tất cả các nền văn hoá của thế giới đều đã từng đầu độc tâm trí con người bởi vì tất cả chúng đều phụ thuộc vào một điều: hoàn thiện bản thân bạn. Tất cả chúng đều tạo ra lo lắng trong bạn - lo lắng là trạng thái căng thẳng giữa cái bạn đang là với cái bạn phải là. Mọi người nhất định vẫn còn lo lắng nếu có cái "phải" trong cuộc sống. Nếu có một lí tưởng phải được hoàn thành, làm sao bạn có thể thoải mái được? Làm sao bạn có thể ở nhà được? Không thể nào sống được bất kì cái gì một cách toàn bộ bởi vì tâm trí đang khao khát về tương lai. Và tương lai đó chẳng bao giờ tới cả - nó không thể tới được. Bởi chính bản chất của ham muốn của bạn, nó là không thể được. Khi nó tới bạn sẽ bắt đầu tưởng tượng ra những thứ khác, bạn sẽ bắt đầu ham muốn thứ khác. Bạn bao giờ cũng tưởng tượng ra trạng thái sự việc tốt hơn.

Và bạn bao giờ cũng có thể vẫn còn trong lo lắng, căng thẳng, lo nghĩ - đó là cách nhân loại đã từng sống hàng thế kỉ rồi.

Chỉ hiếm khi, thỉnh thoảng thôi, mới có một người thoát ra khỏi cái bẫy này. Người đó được gọi là vị Phật, một Christ. Người thức tỉnh này là người đã tuột ra khỏi cái bẫy của xã hội, người đã thấy rằng điều này là ngớ ngẩn. Bạn không thể nào hoàn thiện được bản thân mình. Và tôi không nói rằng việc hoàn thiện không xảy ra, nhớ lấy - nhưng bạn không thể hoàn thiện được bản thân mình. Khi bạn dừng hoàn thiện bản thân mình, cuộc sống hoàn thiện bạn. Trong thành thời đó, trong chấp nhận đó, cuộc sống bắt đầu âu yếm bạn, cuộc sống bắt đầu tuôn chảy qua bạn. Và khi bạn không có hẳn học nào, không phàn nàn nào, bạn nở ra, bạn nở hoa.

Cho nên tôi muốn nói với bạn: Chấp nhận bản thân mình như bạn vậy đi. Và đó là điều khó khăn nhất trên thế giới bởi vì nó đi ngược lại ước định của bạn, giáo dục của bạn, văn hoá của bạn. Từ chính lúc ban đầu bạn đã từng được bảo bạn phải thế nào. Không ai đã từng bảo bạn rằng bạn là tốt như bạn đang vậy; họ tất cả đều đặt các chương trình vào tâm trí bạn. Bạn đã bị lập trình bởi bố mẹ, bởi tu sĩ, chính khách, thầy giáo - bạn đã bị lập trình chỉ vì một điều thôi: Cứ hoàn thiện bản thân mình. Dù bạn ở đâu, cứ chạy xô đi vì cái gì đó khác. Chưa bao giờ nghỉ ngơi. Làm việc cho tới chết.

Giáo huấn của tôi là đơn giản: Không trì hoãn cuộc sống. Không chờ đợi ngày mai, nó chẳng bao giờ tới cả. Sống nó hôm nay đi!

Jesus nói với các đệ tử của ông ấy, "Ngắm hoa loa kèn trên cánh đồng. Chúng không làm việc quần quật, chúng không luôn lách, chúng không xoay sở - vậy mà Solomon không đẹp được như những bông loa kèn nhỏ mọn này." Cái đẹp của hoa nhỏ mọn này là gì? Nó là chấp nhận hoàn toàn. Nó không có chương trình trong bản thể của nó để hoàn thiện. Nó là ở đây bây giờ - nhảy múa trong gió, tắm ánh mặt trời, nói với đám mây, rơi vào giấc ngủ trong âm áp buổi trưa, tán tỉnh bướm..., tận hưởng, hiện hữu, yêu thương, được yêu.

Và toàn thể sự tồn tại bắt đầu đổ năng lượng của nó vào bạn khi bạn cởi mở. Thế thì cây cối còn xanh hơn chúng vẫn được bạn thấy bây giờ, thế thì mặt trời còn chiếu sáng hơn nó đang chiếu sáng bạn bây giờ; thế thì mọi thứ trở thành phiêu diêu, trở thành màu sắc. Bằng không mọi thứ buồn tẻ và đờ đẫn và xám xịt.

Chấp nhận bản thân mình - đó là lời cầu nguyện. Chấp nhận bản thân mình - đó là biết ơn. Thành thoi trong bản thể bạn - đây là cách Thượng đế muốn bạn là vậy. Ngài không muốn bạn theo bất kì cách nào khác cách bạn đang vậy; bằng không ngài đã làm bạn thành ai đó khác rồi. Ngài đã làm bạn là *bạn* và không là ai khác. Cố gắng hoàn thiện bản thân mình về căn bản là đang cố gắng hoàn thiện Thượng đế - điều chỉ là ngu xuẩn, và bạn sẽ ngày một điên hơn trong cố gắng làm điều đó. Bạn sẽ không đạt tới đâu cả, bạn sẽ đơn giản bỏ lỡ cơ hội lớn lao.

Để điều này là màu sắc của bạn: chấp nhận. Để điều này là tính cách của bạn: chấp nhận, hoàn toàn chấp nhận. Và thế thì bạn sẽ ngạc nhiên: Cuộc sống bao giờ cũng sẵn sàng mưa rào quà của nó lên bạn. Cuộc sống không phải là kẻ keo kiệt, sự tồn tại bao giờ cũng cho thừa thãi - nhưng chúng ta không thể nhận được nó bởi vì chúng ta không cảm thấy rằng chúng ta xứng đáng để nhận nó.

Đó là lí do tại sao mọi người níu bám lấy khổ sở - họ phù hợp với việc lập trình của mình. Mọi người cứ tự trừng phạt mình theo cả nghìn lẻ một cách thức tinh vi. Tại sao? Bởi vì điều đó khớp với chương trình. Nếu bạn không như bạn đáng phải thế, bạn phải tự trừng phạt mình, bạn phải tạo ra khổ sở cho bản thân mình. Đó là lí do tại sao mọi người cảm thấy thoải mái khi họ khổ sở.

Để tôi nói điều đó: Mọi người cảm thấy hạnh phúc khi họ khổ sở; họ trở nên rất, rất không thoải mái khi họ hạnh phúc. Đây là quan sát của tôi về hàng nghìn và hàng nghìn người: Khi họ khổ sở, mọi thứ là như nó đáng phải vậy. Họ chấp nhận nó - nó khớp với ước định của họ, với tâm trí họ. Họ biết họ đang kinh khủng thế nào, họ biết rằng họ là tội nhân.

Bạn đã từng được bảo rằng bạn được sinh ra trong tội lỗi. Ngu xuẩn làm sao! Vô nghĩa làm sao! Con người không được sinh ra trong tội lỗi, con người được sinh ra trong hồn nhiên. Chưa bao giờ có bất kì tội lỗi nguyên thủy nào, chỉ có mỗi hồn nhiên nguyên thủy. Từng đứa trẻ được sinh ra trong hồn nhiên. Chúng ta làm cho nó cảm thấy mặc cảm - chúng ta bắt đầu nói, "Điều này không được vậy. Con phải giống thế này." Và đứa trẻ thì tự nhiên và hồn nhiên. Chúng ta phạt nó vì tự nhiên và hồn nhiên, và chúng ta thưởng nó vì giả tạo và tinh ranh. Chúng ta thưởng cho nó vì là rỏm - tất cả phần thưởng của chúng ta đều dành cho người rỏm. Nếu ai đó hồn nhiên, chúng ta không cho phần thưởng nào; chúng ta không quan tâm gì đến người đó, chúng ta không có kính trọng gì người đó. Hồn nhiên bị kết án, hồn nhiên bị coi là đồng nghĩa với tội ác. Hồn nhiên bị coi là ngu xuẩn, tinh ranh được coi là thông minh. Cái rỏm được chấp nhận - cái rỏm khớp với xã hội rỏm.

Thế thì toàn thể cuộc sống của bạn sẽ chẳng là gì ngoài nỗ lực để tạo ra ngày một nhiều trừng phạt bản thân mình. Và bất kì điều gì bạn làm cũng đều sai, cho nên bạn phải tự trừng phạt mình vì mọi niềm vui. Ngay cả khi niềm vui tới - mặc cho bản thân bạn, tự nhủ mình, khi niềm vui tới mặc cho bản thân bạn, khi thỉnh thoảng Thượng đế đơn giản đâm sầm vào bạn và bạn không thể né tránh được ngài - ngay lập tức bạn bắt đầu trừng phạt bản thân mình. Cái gì đó đã đi sai - làm sao điều này có thể xảy ra cho người khủng khiếp như bạn?

Mới đêm hôm nọ một người đã hỏi tôi, "Osho ơi, thầy nói về tình yêu, thầy nói về cúng dường tình yêu của thầy. Nhưng tôi đã có gì để cho bất kì ai? Tôi đã có gì để cúng dường cho người yêu của tôi?"

Đây là ý tưởng bí mật của mọi người: "Mình chẳng có gì cả." Bạn không có cái gì sao? Nhưng chẳng ai đã bảo bạn rằng bạn có tất cả những cái đẹp của mọi hoa - bởi vì con người là hoa vĩ đại nhất trên trái đất này, sinh linh tiến hoá nhất. Không con chim nào có thể ca bài ca mà bạn có thể ca - tiếng hót của chim chỉ là tiếng động, mặc dầu chúng vẫn hay bởi vì chúng xuất phát từ hồn nhiên. Bạn có thể

hát bài ca hay hơn nhiều, có ý nghĩa vĩ đại hơn, có nhiều nghĩa hơn. Nhưng bạn hỏi, "Tôi đã có gì?"

Cây cối xanh, đẹp, các vì sao đẹp và dòng sông đẹp - nhưng bạn đã bao giờ thấy cái gì đẹp hơn khuôn mặt con người chưa? Bạn đã bao giờ bắt gặp cái gì đẹp hơn đôi mắt người? Trên toàn thể trái đất này không có gì tinh tế hơn đôi mắt người - không hoa hồng nào có thể sánh được, không hoa sen nào có thể sánh được. Và nó sâu sắc làm sao! Nhưng bạn muốn biết, "Tôi đã có gì để cúng dường trong tình yêu?" Bạn phải đã sống cuộc sống tự kết án mình; bạn phải đã từng làm bẽ mặt bản thân mình, tự thiêu đốt mình bằng mặc cảm.

Thực tế, khi ai đó yêu bạn, bạn có chút ít ngạc nhiên. "*Mình-sao? Một người yêu mình sao?*" Ý tưởng này nảy sinh trong tâm trí bạn: "Bởi vì anh ấy không biết mình, đó là lí do tại sao. Nếu anh ấy mà biết mình, nếu anh ấy mà nhìn thấu mình, anh ấy sẽ chẳng bao giờ yêu mình đâu." Cho nên những người yêu bắt đầu che giấu bản thân mình lẫn nhau. Họ giữ nhiều điều riêng tư, họ không mở các bí mật của mình bởi vì họ sợ rằng khoảnh khắc họ mở trái tim mình, tình yêu nhất định biến mất - bởi vì họ không thể yêu được bản thân mình, làm sao họ có thể quan niệm được về bất kì ai khác yêu họ?

Tình yêu bắt đầu bằng yêu bản thân mình. Đừng vị kỉ nhưng tự đầy đủ - và chúng là hai điều khác nhau. Đừng là một Narcissus, đừng bị ám ảnh bởi bản thân mình. Nhưng là một người biết tự yêu mình một cách tự nhiên là điều phải có, một hiện tượng cơ bản. Chỉ thế thì từ nó bạn mới có thể yêu được người nào đó khác.

Chấp nhận bản thân mình, yêu bản thân mình, bạn là sáng tạo của Thượng đế. Chữ kí của Thượng đế là trên bạn, và bạn là đặc biệt, duy nhất. Không ai khác đã bao giờ giống như bạn, và không ai khác sẽ giống bạn - bạn đơn giản duy nhất, vô song. Chấp nhận điều này, yêu điều này, mở hội điều này - và trong chính việc mở hội đó bạn sẽ bắt đầu thấy tính duy nhất của người khác, cái đẹp vô song của người khác. Tình yêu là có thể chỉ khi có chấp nhận sâu

sắc về bản thân người ta, người khác, thế giới. Chấp nhận tạo ra  
chỗ để tình yêu phát triển, mảnh đất mà trong đó tình yêu nở hoa.

## Đề bản thân mình mong manh

Lão Tử nói

*Khi con người được sinh ra, con người mềm và yếu; vào lúc chết, con người cứng và rắn. Khi mọi vật và thảo mộc còn sống, chúng mềm mại và dễ uốn; khi chúng chết, chúng giòn và khô. Do đó tính cứng và rắn là bạn đồng hành của cái chết, và tính mềm mại và dịu dàng là bạn đồng hành của cuộc sống.*

*Do đó khi quân đội cứng đầu, nó sẽ thua trên chiến trường. Khi cây cứng rắn, nó sẽ bị chặt hạ. Cái lớn và mạnh thuộc vào bên dưới. Cái mềm mại và yếu đuối thuộc về đỉnh.*

Cuộc sống là dòng sông, dòng chảy, sự liên tục không bắt đầu và không kết thúc. Nó không đi đến chỗ nào đó, nó bao giờ cũng ở đây. Nó không đi từ chỗ nào đó tới chỗ nào đó khác, nó bao giờ cũng đi từ ở đây tới ở đây. Thời gian duy nhất cho cuộc sống là bây giờ, và chỗ duy nhất là ở đây. Không có tranh đấu để đạt tới, không có gì để đạt tới. Không có tranh đấu để chinh phục, do đó không có gì để chinh phục. Không có nỗ lực để bảo vệ, bởi vì không có gì để được bảo vệ. Chỉ cuộc sống tồn tại, một mình, tuyệt đối một mình, đẹp trong tính một mình của nó, oai nghiêm trong tính một mình của nó.

Bạn có thể sống cuộc sống theo hai cách: Bạn có thể tuôn chảy cùng với nó - thế thì bạn cũng oai nghiêm, bạn có duyên dáng, duyên dáng của không bạo hành, không xung đột, không tranh đấu. Thế thì bạn có cái đẹp, như trẻ thơ, tựa bông hoa, mềm mại, tinh tế, không bị biến chất. Nếu bạn tuôn chảy cùng cuộc sống, bạn mang tính tôn giáo. Đó là điều tôn giáo nghĩa là gì đối với Lão Tử, hay với tôi.

Tôn giáo thông thường nghĩa là tranh đấu với cuộc sống, vì Thượng đế. Thông thường điều đó có nghĩa là Thượng đế là mục đích, và cuộc sống phải bị phủ nhận và bị đấu tranh. Cuộc sống phải bị hi sinh, và Thượng đế phải được đạt tới. Tôn giáo thông thường

này là phi tôn giáo. Tôn giáo thông thường này chỉ là một phần của tâm trí tầm thường, bạo hành, hung hăng.

Không có Thượng đế bên ngoài cuộc sống; cuộc sống là Thượng đế. Nếu bạn phủ nhận cuộc sống, bạn phủ nhận Thượng đế; nếu bạn hi sinh cuộc sống, bạn hi sinh Thượng đế. Trong tất cả những hi sinh, chỉ Thượng đế bị hi sinh. George Gurdjieff thường nói - nó có vẻ như ngược đời, nhưng nó là đúng - rằng mọi tôn giáo đều chống lại Thượng đế. Nếu cuộc sống là Thượng đế, thế thì phủ nhận, từ bỏ, hi sinh nó là đi ngược lại Thượng đế. Nhưng dường như Gurdjieff đã không biết nhiều về Lão Tử. Hay cho dù ông ấy đã biết về Lão Tử, ông ấy đã nói cùng điều bởi vì Lão Tử dường như không mang tính tôn giáo thường. Ông ấy nhiều phần giống nhà thơ, nhạc sĩ, nghệ sĩ, người sáng tạo hơn là nhà thượng đế học, tu sĩ, người thuyết giảng, triết gia. Ông ấy bình thường tới mức bạn không thể nghĩ rằng ông ấy mang tính tôn giáo. Nhưng thực sự, mang tính tôn giáo là bình thường một cách phi thường trong cuộc sống tới mức bộ phận không chống lại toàn thể, mà bộ phận tuôn chảy cùng với toàn thể. Mang tính tôn giáo là không tách rời khỏi dòng chảy.

Mang tính phi tôn giáo là có tâm trí riêng của bạn trong nỗ lực để chiến thắng, để chinh phục, để đạt tới đâu đó. Nếu bạn có mục đích, bạn mang tính phi tôn giáo. Nếu bạn đang nghĩ về ngày mai, bạn đã bỏ lỡ tôn giáo. Tôn giáo không có ngày mai cho nó. Đó là lí do tại sao Jesus nói, "Đừng nghĩ về ngày mai. Ngắm hoa loa kèn trên cánh đồng, chúng đang nở hoa bây giờ." Mọi thứ đang có, đều là bây giờ. Mọi thứ đang sống động là sống động bây giờ. Bây giờ là thời gian duy nhất, vĩnh hằng duy nhất.

Có hai khả năng. Một cách là bạn có thể tranh đấu với cuộc sống, bạn có thể có những mục đích riêng tư của mình chống lại cuộc sống - và tất cả các mục đích đều mang tính riêng tư, tất cả các mục đích đều mang tính cá nhân. Bạn đang cố gắng áp đặt hình mẫu lên cuộc sống, cái gì đó của riêng bạn. Bạn đang cố gắng kéo lê cuộc sống theo mình và bạn chỉ là một phần tí hon, vi phân, nhỏ thế, và bạn đang cố gắng kéo lê toàn thể vũ trụ cùng bạn. Tất nhiên

bạn nhất định bị thất bại thôi. Bạn nhất định đánh mất duyên dáng của mình, bạn nhất định trở thành cứng rắn.

Tranh đấu tạo ra cứng rắn. Cứ nghĩ về tranh đấu, và cứng rắn tinh vi tới quanh bạn. Cứ nghĩ về chống cự, và vỏ cứng nảy sinh quanh bạn, cái che phủ bạn như cái kén. Chính ý tưởng là bạn có mục đích nào đó làm cho bạn thành hòn đảo; bạn không còn là một phần của lục địa bao la của cuộc sống. Và khi bạn bị tách rời khỏi cuộc sống, bạn giống như cái cây bị tách rời khỏi đất. Nó có thể sống một chút của chất nuôi dưỡng quá khứ, nhưng thực sự nó đang chết. Cây cần rễ; cây cần được ở trong đất, được gắn với nó, là một phần của nó.

Bạn cần được gắn với lục địa cuộc sống, là một phần của nó, được bắt rễ vào trong nó. Khi bạn được bắt rễ vào trong cuộc sống, bạn mềm mại bởi vì bạn không sợ. Sợ hãi tạo ra cứng rắn. Sợ hãi tạo ra ý tưởng về an ninh, sợ hãi tạo ra ý tưởng về bảo vệ bản thân bạn. Và không cái gì giết chết như sợ hãi bởi vì trong chính ý tưởng về sợ hãi bạn bị tách rời khỏi đất, bị bật rễ.

Thế thì bạn sống trong quá khứ - đó là lí do tại sao bạn nghĩ nhiều thế về quá khứ. Điều đó không phải là trùng hợp ngẫu nhiên đâu. Tâm trí liên tục nghĩ hoặc về quá khứ hoặc về tương lai. Sao nghĩ nhiều thế về quá khứ? Cái đã qua là qua rồi! Nó không thể được khôi phục lại. Quá khứ là đã chết rồi! Sao bạn cứ nghĩ hoài về quá khứ, về cái không còn nữa và về cái mà chẳng gì có thể được làm? Bạn không thể sống được nó, bạn không thể ở trong nó, nhưng nó có thể phá huỷ khoảnh khắc hiện tại của bạn. Nhưng phải có nguyên nhân gốc rễ sâu nào đó cho nó chứ. Nguyên nhân gốc rễ sâu là ở chỗ bạn đang tranh đấu với cái toàn thể. Tranh đấu với cái toàn thể, tranh đấu với dòng sông của cuộc sống, bạn bị bật gốc rễ. Bạn đã trở thành tí hon, một hiện tượng tựa bao nang, đóng lại trong bản thân mình. Bạn đã trở thành một cá nhân, bạn không còn là một phần của vũ trụ đang nở rộng, cái bao la. Không, bạn không còn là một phần của nó. Bạn phải sống như kẻ keo kiệt trên nuôi dưỡng quá khứ của mình; đó là lí do tại sao tâm trí cứ nghĩ về quá khứ.

Và bạn phải tập hợp bản thân mình bằng cách nào đó để sẵn sàng tranh đấu; đó là lí do tại sao bạn cũng cứ nghĩ về tương lai. Tương lai cho bạn hi vọng, quá khứ cho bạn nuôi dưỡng, và ngay giữa hai điều này là cái vĩnh hằng, chính cuộc sống, cái bạn đang bỏ lỡ. Giữa quá khứ và tương lai bạn đang chết, không sống.

Có cách khác để hiện hữu - thực sự, cách duy nhất để hiện hữu bởi vì cách này không phải là cách hiện hữu; tranh đấu không phải là cách để hiện hữu. Cách khác là tuôn chảy với dòng sông, tuôn chảy cùng với nó tới mức bạn không cảm thấy rằng bạn tách rời và tuôn chảy với nó. Không, bạn trở thành một phần của nó - không chỉ một phần, bạn được nhận chìm vào trong nó; bạn đã trở thành dòng sông, không có tách rời. Khi bạn không tranh đấu, bạn trở thành cuộc sống. Khi bạn không tranh đấu, bạn đã trở thành cái bao la, cái vô hạn. Ở phương Đông trạng thái đó đã được biết tới như việc buông xuôi, tin cậy - điều chúng ta đã gọi là *shraddha*, tin cậy cuộc sống. Không tin cậy vào tâm trí cá nhân của bạn mà tin cậy vào cái toàn thể. Không tin cậy vào bộ phận mà tin vào toàn thể. Không tin cậy vào tâm trí mà tin cậy vào sự tồn tại. Buông xuôi, đột nhiên bạn trở nên mềm mại bởi vì thế thì không cần phải cứng rắn. Bạn không tranh đấu, không có kẻ thù. Không cần phải bảo vệ, không có thôi thúc để an toàn; bạn đã được hội nhập với cuộc sống.

Và cuộc sống là an toàn! Chỉ các bản ngã cá nhân mới không an toàn; chúng cần bảo vệ, chúng cần an toàn, chúng cần áo giáp quanh chúng. Chúng sợ, liên tục run rẩy - thế thì làm sao bạn có thể sống được? Bạn sống trong phiền não và lo lắng, bạn không sống. Bạn đánh mất tất cả vui sướng, niềm vui cực kì của việc hiện hữu ở đây - và nó là niềm vui cực kì. Nó không có nguyên nhân cho nó; nó đơn giản nảy sinh bởi vì bạn hiện hữu. Nó đơn giản bật ra bên trong bạn chỉ bởi vì bạn hiện hữu. Một khi bạn cởi mở, tuôn chảy với cuộc sống, bạn đang bật ra niềm vui liên tục, chẳng lí do nào cả! Bạn đơn giản bắt đầu cảm thấy rằng *hiện hữu* là hạnh phúc.

Đó là lí do tại sao người Hindu đã gọi điều tối thượng là *satchitananda* - chân lí, tâm thức, phúc lạc. Nó nghĩa là *hiện hữu* là phúc lạc, chân lí là phúc lạc. Không có cách hiện hữu khác. Nếu bạn

khổ, điều đó chỉ chứng tỏ rằng bạn đã mất tiếp xúc với hiện hữu. Khổ nghĩa là bằng cách nào đó bạn bị bật rễ khỏi đất; bạn đã trở thành tách rời với dòng sông, bạn đã trở thành khối chần đông cứng, tảng băng, nổi trong dòng sông nhưng không *cùng* với nó. Tranh đấu, ngay cả cố gắng đi ngược dòng - bản ngã bao giờ cũng muốn đi ngược dòng bởi vì bất kì chỗ nào có thách thức, bản ngã đều cảm thấy thoải mái. Bản ngã bao giờ cũng trong tìm kiếm tranh đấu. Nếu bạn không thể tìm được bất kì ai để tranh đấu, bạn sẽ cảm thấy rất khổ. Ai đó được cần tới để tranh đấu. Trong tranh đấu bạn cảm thấy thoải mái, bạn *hiện hữu*. Nhưng đó là cách thức bệnh hoạn, cách thức thần kinh để hiện hữu. Chứng thần kinh là tranh đấu với dòng sông. Nếu bạn tranh đấu, bạn trở thành cứng rắn. Nếu bạn tranh đấu, bạn tự bao quanh mình bằng bức tường chết. Tất nhiên, bản thể riêng của bạn chết. Bạn đánh mất mềm mại, linh động, duyên dáng, dịu dàng.

Lão Tử ủng hộ buông xuôi. Ông ấy nói, "Buông xuôi theo cuộc sống. Cho phép cuộc sống dẫn ông, đừng cố dẫn cuộc sống. Đừng cố thao túng và kiểm soát cuộc sống, để cuộc sống thao tác và kiểm soát ông. Để cuộc sống sở hữu ông. Ông đơn giản buông xuôi, ông đơn giản nói, 'Tôi không có.' Ông trao toàn bộ quyền lực cho cuộc sống, và sống cùng với nó."

Điều đó là khó, bởi vì bản ngã nói, "Thế thì tôi là cái gì? Buông xuôi, tôi không còn nữa." Nhưng khi bản ngã không hiện hữu, thực tế lần đầu tiên *bạn* hiện hữu. Lần đầu tiên bạn không phải là hữu hạn, bạn là vô hạn. Lần đầu tiên bạn không là thân thể, không là người đầu thai, bạn là vô đầu thai, cái bao la, cái cứ mở rộng mãi - vô thủy, vô chung.

Nhưng bản ngã không biết về điều đó. Bản ngã sợ. Nó nói, "Mình đang làm gì đây, đánh mất bản thân mình sao? Mình sẽ bị mất, mình sẽ là không ai cả." Nếu bạn nghe theo bản ngã, bản ngã sẽ đẩy bạn lặn đi lặn lại vào con đường thần kinh, con đường của việc là "ai đó." Và bạn càng trở thành ai đó, cuộc sống càng biến mất khỏi bạn. Nhìn những người đã thành công trên thế giới này mà xem, những người đã trở thành ai đó; những người có tên được nêu trong cuốn

sách danh nhân *Who's Who*. Nhìn vào họ, quan sát họ: Bạn sẽ thấy rằng họ đang sống cuộc sống giả. Họ chỉ là mặt nạ, không cái gì bên trong, con người hồng hoác - có thể được nhồi lông, nhưng không sống. Trống rỗng.

Quan sát những người đã trở nên thành công trên thế giới này mà xem, người đã trở thành ai đó - tổng thống, thủ tướng, người rất giàu - người đã đạt tới tất cả những điều có thể được đạt tới trong thế giới. Quan sát họ, chạm vào họ, nhìn vào họ; bạn sẽ cảm thấy cái chết. Bạn sẽ không thấy trái tim đập rộn ràng ở đó. Có thể trái tim vẫn đập, nhưng nhịp đập mang tính máy móc. Nhịp đập đã mất tính thơ ca. Họ nhìn bạn, nhưng mắt họ đờ đẫn; sự huy hoàng của sống động không có đó. Họ sẽ bắt tay bạn, nhưng trong tay họ bạn sẽ không cảm thấy hơi ấm đón chào bạn. Một bàn tay chết - trọng lượng bạn sẽ thấy ở đó, tình yêu bạn sẽ không thấy. Nhìn quanh họ; họ sống trong địa ngục. Họ đã thành công, họ đã trở thành ai đó, và bây giờ chỉ địa ngục bao quanh họ. Bạn đang trên cùng con đường đó nếu bạn đang cố gắng là ai đó.

Lão Tử nói, là không ai cả, và thế thì bạn sẽ có cuộc sống vô hạn tuôn chảy qua bạn. Với luồng chảy của cuộc sống, là ai đó là trở thành khối chần. Việc là không ai cả, cái trống rỗng bao la, lại cho phép tất cả. Mây có thể bay, sao có thể dờ trong nó. Và không cái gì quấy rối nó. Và bạn chẳng có gì để mất bởi vì tất cả những cái có thể bị mất bạn đã buông xuôi rồi.

Trong trạng thái như thế của bản thể, người ta bao giờ cũng trẻ trung. Thân thể, tất nhiên, sẽ trở nên già, nhưng cốt lõi bên trong nhất của bản thể bạn vẫn còn trẻ trung, tươi tắn. Nó không bao giờ trở nên già, nó chưa bao giờ chết. Và Lão Tử nói đây là cách mang tính tôn giáo thực sự. Gắn cùng Đạo, đi cùng Đạo, đừng tạo ra bất kì mục đích và đích riêng tư nào. Cái toàn thể biết rõ hơn; bạn đơn giản ở cùng nó. Cái toàn thể đã tạo ra bạn, cái toàn thể thờ bên trong bạn, cái toàn thể sống trong bạn. Sao bạn lại bận tâm? Để trách nhiệm là cùng với cái toàn thể đi. Bạn đơn giản đi tới bất kì chỗ nào nó đưa tới. Đừng cố gắng áp đặt và lập kế hoạch, và đừng

hỏi về bất kì mục đích nào đó bởi vì thế thì sẽ có thất vọng, và bạn sẽ trở thành cứng rắn, và bạn sẽ bỏ lỡ cơ hội sống động.

Và đây là vấn đề: Nếu bạn cho phép cuộc sống, nhiều cuộc sống hơn lại xảy ra. Jesus cứ nói, "Tới ta, và ta sẽ chỉ cho ông cách thức của cuộc sống vô hạn, cuộc sống dư thừa. Cuộc sống tràn ngập, ngập lụt." Nhưng chúng ta sống như kẻ ăn xin. Chúng ta có thể đã giống như hoàng đế, chẳng ai khác chịu trách nhiệm. Láu cá của bạn để là bản thân mình, để níu bám lấy bản ngã, là toàn thể nguyên nhân của khổ của bạn.

Bây giờ là lời kinh:

*Khi con người được sinh ra, con người mềm và yếu.*

Quan sát đứa trẻ nhỏ, mới sinh mà xem. Nó không có lớp vỏ cứng quanh mình. Nó là mong manh, cởi mở, mềm mại - cuộc sống trong sự thuần khiết của nó. Nó sẽ không như vậy lâu đâu, chẳng mấy chốc cá tính sẽ bắt đầu phát triển quanh nó, nó sẽ bị nhốt vào lồng, bị cầm tù bởi xã hội, bố mẹ, trường học, đại học; chẳng mấy chốc cuộc sống sẽ trở thành hiện tượng xa xăm. Nó sẽ ngày một giống như tù nhân. Cuộc sống sẽ cứ đập ở đâu đó sâu bên trong nó, nhưng ngay cả nó cũng sẽ không có khả năng nghe thấy tiếng đập của điều đó.

Nhưng khi đứa trẻ được sinh ra, quan sát điều đó. Phép màu xảy đi xảy lại. Lặp đi lặp lại cuộc sống cứ bày tỏ cho bạn con đường, cách hiện hữu, lặp đi lặp lại cuộc sống cứ nói rằng cuộc sống được làm mới mọi ngày. Người già chết đi, trẻ nhỏ mới được sinh ra. Vấn đề là gì trong điều đó? Điều rất rõ ràng là cuộc sống không tin vào tính cũ kĩ. Thực tế, nếu cuộc sống mà bị các nhà kinh tế cai quản, điều này sẽ dường như là rất không kinh tế, lãng phí. Một ông già - đã được đào tạo, có kinh nghiệm theo mọi cách thức của cuộc sống và thế giới - khi người đó sẵn sàng, khi người đó nghĩ người đó đã trở nên khôn ngoan, cái chết kế tục và thay thế người già này bằng một đứa bé chẳng có tri thức gì, không khôn ngoan chút nào, tuyệt đối tươi tắn, một *tabula rasa*; mọi thứ đều phải viết lại lần nữa. Nếu

bạn hỏi các nhà kinh tế, họ sẽ nói điều này là ngu xuẩn! Thượng đế đáng phải tư vấn nhà kinh tế trước hết. Ngài đang làm gì? Đó là lãng phí, cực kì lãng phí! Người tám mươi tuổi có huấn luyện thì chết đi, và đưa bé không được huấn luyện lại thay thế người đó - điều này đáng phải là đối lập lại chứ; thế thì sẽ kinh tế hơn.

Nhưng cuộc sống không tin vào kinh tế. Và điều tốt là nó không tin, bằng không toàn thế giới đã trở thành nghĩa địa lớn. Nó tin vào cuộc sống, không vào kinh tế. Nó cứ thay thế người cũ bằng người mới, người chết bằng người trẻ, người cứng bằng người mềm. Chỉ dẫn là rõ ràng: Cuộc sống yêu tính mềm mại bởi vì qua sinh linh mềm mại cuộc sống có thể tuôn chảy dễ dàng.

*Khi con người được sinh ra, con người mềm và yếu.*

Và Lão Tử nhấn mạnh vào điểm thứ hai nữa: rằng cuộc sống không tin vào sức mạnh. Yếu có cái đẹp trong nó bởi vì nó non và mềm. Cơn bão tới; cây lớn, mạnh sẽ đổ. Thực vật nhỏ sẽ đơn giản uốn mình, và thế rồi cơn bão qua đi, và chúng lại mỉm cười và nở hoa. Thực tế, cơn bão đã làm tươi tắn chúng, đã gột đi bụi bặm khỏi chúng, có vậy thôi. Chúng sống động hơn, trẻ trung hơn, tươi tắn hơn, và cơn bão đã cho chúng tắm sạch sẽ. Và cây già, rất mạnh, đã đổ bởi vì chúng kháng cự lại. Chúng không uốn được mình; chúng rất bản ngã.

Lão Tử nói, "Cuộc sống yêu cái yếu." Và đó là nghĩa của lời của Jesus, "Người được phúc lành là người nhu mì bởi vì họ sẽ kế thừa thế gian. Người được phúc lành là người nghèo, người nghèo trong tâm linh, Người được phúc lành là những người khóc bởi vì họ sẽ được an ủi." Ki tô giáo cứ bỏ lỡ nghĩa của lời của Jesus bởi vì những lời này cũng mang tính Lão Tử. Chừng nào chúng còn chưa có quan hệ với Lão Tử, chúng không thể được diễn giải đúng. Toàn thể giáo huấn của Jesus là, "Sống và yếu." Đó là lí do tại sao ông ấy nói nếu ai đó tát vào má này của bạn, chìa má kia ra cho người đó nữa. Nếu ai đó lấy áo choàng của bạn, cho người đó cả áo sơ mi nữa. Và nếu ai đó bắt bạn đi với người đó trong một dặm, đi hai

dặm. Ông ấy đang nói, "Cứ yếu đi. Người được phúc lạc là người nhu mì."

Cái gì có đó trong yếu mà được phúc lành? Bởi vì thông thường cái gọi là người lãnh đạo của thế giới, các thầy giáo thế giới, cứ nói, "Mạnh vào." Và Lão Tử này và Jesus này, họ nói, "Yếu đi." Yếu có cái gì đó trong nó - bởi vì nó không cứng rắn. Để mạnh mẽ, người ta cần cứng rắn. Để cứng rắn, người ta cần đi ngược lại cuộc sống. Nếu bạn muốn mạnh, bạn sẽ phải tranh đấu với dòng chảy; chỉ thế thì bạn mới trở nên mạnh. Không có cách khác để trở nên mạnh. Nếu bạn muốn trở nên mạnh, đi lên thượng nguồn. Dòng sông càng buộc bạn chống lại nó, bạn càng trở nên mạnh hơn. Để là yếu, đi theo dòng sông; bất kì chỗ nào nó đi, đi cùng nó. Nếu dòng sông nói, "Đi cùng ta một dặm," thì đi hai dặm. Nếu dòng sông lấy áo khoác của bạn, cho cả áo sơ mi của bạn. Và nếu dòng sông tát vào má này của bạn, chìa má kia ra.

Yếu có cái đẹp nào đó trong nó. Cái đẹp của duyên dáng. Cái đẹp của không bạo hành, *ahimsa*. Cái đẹp của tình yêu, khoan dung. Cái đẹp của không xung đột. Và chừng nào Lão Tử còn chưa được hiểu rõ và nhân loại còn chưa bắt đầu cảm thấy cần Lão Tử, nhân loại không thể sống trong hoà bình được.

Nếu bạn được dạy mạnh mẽ, bạn nhất định đánh nhau, chiến tranh sẽ tiếp tục. Tất cả các nhà lãnh đạo chính trị trên thế giới cứ nói rằng họ yêu hoà bình - và họ tất cả đều chuẩn bị cho chiến tranh. Họ nói họ ủng hộ hoà bình - và họ tất cả đều cứ tích trữ vũ khí. Họ nói về hoà bình, và họ chuẩn bị cho chiến tranh, và họ tất cả đều nói họ sợ người khác. Và người khác nói cùng điều đó! Toàn thể mọi sự có vẻ ngu si và xuẩn ngốc thế. Trung Quốc sợ Ấn Độ, Ấn Độ sợ Trung Quốc. Sao bạn không thể thấy ra được vấn đề! Nga sợ Mĩ, Mĩ sợ Nga. Họ cả hai đều nói về hoà bình, và họ cả hai cứ chuẩn bị chiến tranh. Và tất nhiên, cái mà mà bạn chuẩn bị lại xảy ra.

Việc nói của bạn về hoà bình chỉ trông như rác rưởi. Việc nói của bạn về hoà bình không là gì ngoài chiến tranh lạnh. Thực tế, các chính khách cần thời gian để chuẩn bị - trong thời gian đó họ nói về

hoà bình để cho họ có thể có đủ thời gian chuẩn bị. Trong hàng thế kỉ nhân loại đã sống chỉ trong hai thời kì: thời kì chiến tranh và thời kì chuẩn bị cho chiến tranh. Đây là hai thời kì duy nhất. Toàn thể lịch sử dường như chỉ thần kinh.

Nhưng điều này sẽ là như vậy bởi vì sức mạnh được ca ngợi, bản ngã được ca ngợi. Nếu hai người đang đánh nhau trên đường, một người mạnh hơn, người kia yếu - người yếu hơn đã ngã, và người mạnh hơn đang ngồi trên ngực anh ta - bạn đánh giá cao ai? Bạn có đánh giá cao người đã trở thành kẻ chinh phục không? Thế thì bạn bạo hành; thế thì bạn ủng hộ chiến tranh. Thế thì bạn là kẻ hiếu chiến, thế thì bạn là rất nguy hiểm và thần kinh. Hay bạn đánh giá cao người yếu? Nhưng chẳng ai đánh giá cao người yếu cả; không ai muốn được gắn với người yếu bởi vì sâu bên dưới bạn muốn giống như người mạnh.

Khi bạn đánh giá cao người mạnh bạn nói, "Vâng, đây là người lí tưởng của tôi; tôi cũng muốn giống như người đó." Nếu sức mạnh được ca ngợi, thế thì bạo hành được ca ngợi. Nếu sức mạnh được ca ngợi, thế thì cái chết được ca ngợi bởi vì mọi sức mạnh đều giết hại - giết người khác và cũng giết bạn. Sức mạnh mang cả hai tính sát hại và tự tử.

Yếu - chính từ này dường như mang tính kết án. Nhưng yếu là gì? Hoa là yếu. Tầng đá bên cạnh bông hoa là rất mạnh. Bạn sẽ muốn giống như đá hay bạn muốn giống như hoa? Hoa yếu, nhớ lấy, rất yếu - chỉ một làn gió nhỏ và hoa sẽ đi đời. Cánh hoa sẽ rụng xuống đất. Hoa là phép màu; phép màu là làm sao mà hoa tồn tại được. Yếu thế, mềm thế! Dường như không thể được - làm sao điều đó là có thể được? Đá dường như là được; chúng tồn tại, chúng có số học của chúng để tồn tại. Nhưng hoa sao? Nó dường như hoàn toàn không được hỗ trợ - nhưng dầu vậy hoa vẫn tồn tại; đó là phép màu.

Bạn có muốn giống hoa không? Nếu bạn hỏi, sâu bên dưới bản ngã của bạn sẽ nói, "Giống đá." Và cho dù bạn cứ khẳng khẳng, bởi vì đá trông xấu thế, thế thì bản ngã sẽ nói, "Nếu mình muốn là hoa,

ít nhất phải là hoa nhựa. Ít nhất phải mạnh mẽ! Gió sẽ không quấy nhiễu mình, mưa sẽ không phá huỷ mình, và mình có thể vẫn còn mãi mãi." Hoa thực tới vào buổi sáng, cười một lúc, lan toả hương thơm của nó, và rồi qua đi. Hoa giả, hoa nhựa, có thể vẫn còn mãi mãi. Nhưng nó là giả, và nó mạnh bởi vì nó không thật. Thực tại là mềm mại và yếu ớt. Và thực tại càng cao, càng mềm mại.

Bạn không thể hiểu được Thượng đế bởi vì tâm trí bạn hiểu logic của tảng đá. Bạn không hiểu logic của hoa. Tâm trí bạn có thể hiểu được toán học. Bạn không có cảm giác thẩm mỹ đó để cảm về hoa. Chỉ tâm trí thơ ca mới có thể hiểu được khả năng của Thượng đế, bởi vì Thượng đế là yếu nhất và mềm mại nhất. Đó là lí do tại sao nó là cao nhất, nó là hoa tối thượng. Nó nở hoa, nhưng nó nở hoa chỉ trong một phần giây. Một phần giây đó được biết là "hiện tại." Và chính khoảnh khắc nhỏ bé như thế mà bạn cần chú ý mãnh liệt. Chỉ thế bạn mới có khả năng thấy nó; bằng không bạn sẽ bỏ lỡ nó. Nó bao giờ cũng nở hoa - mọi khoảnh khắc nó đều nở hoa, nhưng bạn không thể thấy được bởi vì tâm trí bạn bị hỗn loạn với quá khứ và tương lai. Và hiện tại là hiện tượng hạn hẹp thế, chỉ một cái nháy mắt và nó qua rồi. Trong khoảnh khắc hạn hẹp đó Thượng đế nở hoa.

Nó là đỉnh cao nhất, điều tối thượng. Nhưng nó rất yếu, rất mềm - nó phải thế. Nó là cực đỉnh, cao trào cuối cùng, bên ngoài điều đó không cái gì tồn tại. Bạn sẽ có khả năng hiểu Thượng đế chỉ khi bạn hiểu logic của cái mềm mại và yếu ớt. Nếu bạn cố gắng để mạnh - kẻ chinh phục, chiến sĩ, chiến binh - thế thì bạn sẽ sống trong thế giới được bao quanh bởi đá, không bởi hoa, và Thượng đế sẽ là hiện tượng xa vời. Bạn sẽ không thể nào phát hiện được Thượng đế ở bất kì đâu trong cuộc sống.

*Khi con người được sinh ra, con người mềm và yếu; vào lúc chết, con người cứng và rắn.*

Cho nên điều này nên trở thành cuộc sống của bạn: Vẫn còn mềm mại, mềm và yếu; đừng cố gắng cứng và rắn bởi vì đó là cách bạn đang đem cái chết riêng của mình ngày một gần hơn. Cái chết

sẽ tới một ngày nào đó; điều đó không phải là vấn đề. Cái chết không phải là nỗi sợ, cái chết không phải là vấn đề. Cái chết trong bản thân nó là rất mềm, mềm hơn cuộc sống, rất mềm yếu. Bạn có thể nghe thấy âm thanh của cuộc sống, nhưng bạn không thể nghe thấy âm thanh của cái chết. Khi cái chết tới, nó mềm tới mức bạn thậm chí không thể biết được một giây trước lúc nó tới. Và nó yếu thế, mềm yếu đến mức cái chết không phải là vấn đề. Cái chết mà bạn đang sống bây giờ, cái đó mới là vấn đề. Cái chết trước cái chết mới là vấn đề; sống cuộc sống chết, đó mới là vấn đề. Cứng, đóng, Leibnitz có thuật ngữ cho nó. Ông ấy gọi nó là đơn tử *monad*. Monad nghĩa là bị đóng kín trong nhà tù, trong bao nang tới mức không cửa sổ nào để nhìn ra ngoài hay để bên ngoài nhìn vào trong. Đơn tử monad là căn phòng tuyệt đối đóng, không cửa sổ. Monad có nguồn gốc từ cùng gốc như monopoly - độc quyền, monastery - tu viện, monk - sư, và monogamy - chế độ một vợ một chồng; nó có nghĩa là một mình toàn bộ. Sư là người sống một mình, tu viện là nơi mọi người sống một mình. Khi bạn hoàn toàn đóng, trong một căn phòng chết, bạn ở trong tu viện. Bạn tự mình sống trong hang, bạn không thể đạt tới người khác, người khác không thể đạt tới bạn, Bạn hoàn toàn đóng kín.

Đây là cái chết cứng ngắc. Và thế thì bạn khổ, và thế thì bạn cố gắng tìm cách thức và phương tiện để làm sao không khổ. Bạn cứ tạo ra khổ bởi việc cứng nhắc; cứng ngắc, và thế rồi bạn cứ tìm kiếm các phương pháp làm sao để không khổ. Thực tế, nếu bạn hiểu hiện tượng về cách bạn đã trở nên khổ, bạn có thể vứt bỏ nó ngay lập tức. Chỉ mềm mại, tuôn chảy.

Giống như đứa trẻ, và bao giờ cũng vẫn còn giữ lại thuần khiết và mềm mại của tuổi thơ. Đừng đánh mất tiếp xúc với nó, và bạn sẽ ngạc nhiên một ngày nào đó bạn phát hiện ra rằng đứa trẻ mà bạn đã từng là nó năm mười năm trước đây vẫn còn sống động bên trong bạn. Nếu bạn biết cách tạo tiếp xúc với nó, bỗng nhiên bạn lại là đứa trẻ.

Đứa trẻ này chưa bao giờ bị mất bởi vì đó là cuộc sống của bạn, nó vẫn còn đó. Không phải là đứa trẻ chết đi và thế rồi bạn trở thành

thanh niên, và thế rồi tuổi thanh xuân của bạn chết đi, và thế rồi bạn trở thành già lão, không. Hết tầng nọ tới tầng kia tích lũy lại, nhưng cốt lõi bên trong nhất vẫn còn là một - đứa trẻ sơ sinh mà bạn đã được sinh ra đó vẫn có đó bên trong bạn; nhiều tầng đã tích lũy quanh nó, và nếu bạn xuyên thấu qua những tầng đó, bỗng nhiên đứa trẻ bùng nổ trong bạn. Bùng nổ này tôi gọi là cực lạc.

Jesus nói, "Chừng nào ông còn chưa trở nên giống trẻ thơ ông sẽ không vào được vương quốc của Thượng đế." Đây là điều ông ấy ngụ ý, và đây là điều tôi đang nói tới. Nếu bạn xuyên thấu qua lớp vỏ cứng ngắc của mình, bỗng nhiên đứa trẻ sẽ bùng nổ bên trong bạn. Bạn lại sẽ nhìn vào thế giới với con mắt hồn nhiên của đứa trẻ. Thế thì có Thượng đế.

Thượng đế không phải là khái niệm rất triết lí; nó là thế giới này được nhìn qua đôi mắt trẻ thơ. Vẫn cùng thế giới này - hoa này, cây này, bầu trời này, và bạn - vẫn cùng thế giới này đột nhiên mang phẩm chất mới của điều thiêng liêng khi bạn nhìn vào nó qua con mắt trẻ thơ. Chỉ trái tim thuần khiết, mềm mại, mềm yếu là được cần tới. Thượng đế không bỏ lỡ, bạn đang bỏ lỡ đấy. Thượng đế không vắng mặt, bạn mới vắng mặt.

*Khi con người được sinh ra, con người mềm và yếu; vào lúc chết, con người cứng và rắn. Khi mọi vật và thảo mộc còn sống, chúng mềm mại và dễ uốn; khi chúng chết, chúng giòn và khô.*

Học đi. Cuộc sống đang dạy qua nhiều cách. Cuộc sống đang chỉ dẫn con đường cách thức người ta phải thế.

*Do đó tính cứng và rắn là bạn đồng hành của cái chết, và tính mềm mại và dịu dàng là bạn đồng hành của cuộc sống.*

Nếu bạn muốn sống động hơn, sống động dư thừa, thế thì tìm kiếm bạn đồng hành của cuộc sống: dịu dàng, mềm mại.

Tất cả những ồn ào lộn xộn bạn tạo ra đều làm cho bạn thành cứng ngắc. Sống theo cách từng khoảnh khắc bạn đều tự do với khoảnh khắc quá khứ. Tình huống của bạn ngay bây giờ là giống

thể này: Bạn có ngôi nhà lớn với nhiều phòng, và trong tất cả các phòng đều có những trò chơi lắp hình. Toàn thể ngôi nhà đầy những trò chơi lắp hình - trên bàn, trên ghế, trên giường, trên sàn, treo trên trần - mọi nơi đều có trò chơi lắp hình, và bạn đã không có khả năng giải được cái gì. Bạn cố gắng giải một trò; cảm thấy rằng việc giải nó là khó, bạn chuyển sang trò khác. Nhưng trò đầu đang treo trong đầu bạn. Mà không chỉ thế, vài phần của nó bạn vẫn mang cùng mình để làm việc về sau. Thế rồi bạn cố gắng giải trò khác, nhưng bạn không thể giải được nó bởi vì bạn làm cho mình phân vân. Thế rồi bạn chuyển sang căn phòng khác, và theo cùng cách này bạn cứ lặp đi lặp lại mãi, theo vòng tròn.

Bạn bị làm hỗn loạn bởi những trò lắp hình không giải được, và dần dần bạn hoàn toàn thần kinh. Không một điểm nào trong cuộc sống được giải, và cả nghìn câu đố treo quanh bạn. Chúng điểm chuông của chúng. Chúng giết bạn.

Đừng bao giờ mang mọi thứ từ quá khứ - quá khứ qua rồi. Mọi khoảnh khắc gạt nó đi, dù giải được hay không giải được. Bây giờ không cái gì có thể được làm về nó. Vứt nó đi - và không mang các bộ phận bởi vì những bộ phận đó sẽ không cho phép bạn giải những vấn đề mới đang sống trong khoảnh khắc này. Sống khoảnh khắc này toàn bộ nhất có thể được đi, và bỗng nhiên bạn sẽ đi tới nhận ra rằng nếu bạn sống nó một cách toàn bộ, nó được giải quyết. Không có nhu cầu giải nó. Cuộc sống không phải là vấn đề để được giải, nó là bí ẩn để được sống. Nếu bạn sống nó một cách toàn bộ, nó được giải quyết, và bạn đi ra từ nó đẹp đẽ, giàu có, với kho báu mới của bản thể mình được mở ra và không cái gì treo quanh bạn. Thế thì bạn đi vào trong khoảnh khắc khác bằng tươi tắn đó, bằng tính toàn bộ này, sự mãnh liệt, để cho khoảnh khắc khác được sống và được giải quyết.

Đừng bao giờ tích lũy những khoảnh khắc không sống quanh mình; bằng không bạn sẽ trở thành cứng ngắc. Bạn có thể vẫn còn mềm mại chỉ nếu bạn không mang cái gì từ quá khứ. Sao đưa trở lại mềm mại? Chúng không mang cái gì cả. Cách thức của chúng là cách thức của hiền nhân. Nếu đưa trở giận dữ, nó là giận dữ. Trong

khoảnh khắc đó nó không bận tâm Phật nói gì về giận dữ. Nó không bận tâm về điều Mahavira đã dạy về giận dữ, "Đừng giận dữ." Nó trở nên thực sự giận dữ! Nó giận dữ mãnh liệt tới mức chính mãnh liệt này trở thành đẹp. Nhìn đứa trẻ khi nó thực sự giận dữ, toàn thân - đứa trẻ nhỏ thế, mềm mại thế, yếu thế - thỗn thức với giận dữ, mắt đỏ lên, mặt đỏ lên, nhầy nhớt, la hét, cứ dường như nó sẽ phá huỷ toàn thế giới. Sự bùng nổ năng lượng... Và khoảnh khắc tiếp giận dữ qua đi và nó lại chơi đùa, và nhìn khuôn mặt nó - bạn không thể tin được rằng khuôn mặt này vừa mới giận dữ thế ngay khoảnh khắc trước. Toàn nụ cười! Đẹp thế, hạnh phúc thế.

Đây là cách sống đấy. Khoảnh khắc này ở trong nó, nhưng ở trong nó toàn bộ tới mức không cái gì còn lại treo trên khoảnh khắc khác. Đứa trẻ sống khoảnh khắc của giận dữ; thế rồi nó di chuyển đi. Khi nền giáo dục tốt hơn là có thể trên thế giới, chúng ta sẽ không dạy trẻ con không giận dữ. Chúng ta sẽ dạy chúng giận dữ nhưng giận dữ *toàn bộ* - và không mang nó. Giận dữ trong bản thân nó không phải là xấu. Mang nó, tích lũy nó, mới nguy hiểm. Những chớp nhoáng giận dữ là đẹp - thực tế, là cần thiết; chúng cho cuộc sống sắc thái. Chúng làm cho cuộc sống mặn hơn. Bằng không bạn sẽ cảm thấy ẽo lả; bạn sẽ không có sắc thái. Nó là bài tập tốt trong bản thân nó, và nếu người ta có thể ở trong nó một cách toàn bộ và đi ra khỏi nó một cách toàn bộ, không xây xước, chẳng cái gì sai trong nó cả.

Và người có thể giận dữ một cách toàn bộ cũng có thể hạnh phúc một cách toàn bộ, có thể yêu mến một cách toàn bộ bởi vì vấn đề không phải là bạn giận dữ hay hạnh phúc hay yêu mến. Một điều bạn học từ mọi kinh nghiệm là tính toàn bộ. Nếu bạn không được phép giận dữ, bạn trở thành không đầy đủ. Bạn sống khoảnh khắc này một cách bộ phận, phần khác treo trong tâm trí. Thế rồi bạn mỉm cười nhưng nụ cười của bạn không thuần khiết; nó bị làm hỏng bởi vì giận dữ đó đang treo trong nó. Mãi bạn mỉm cười đấy, nhưng chúng là độc hại; giận dữ đã không ra đi, quá khứ đã không ra đi, bạn không hoàn toàn tự do để ở đây và bây giờ. Quá khứ đã trùm cái bóng lên bạn. Và điều này cứ diễn ra mãi. Bạn trở nên bị phân

vân. Toàn thể cuộc sống trở thành dư vị khó chịu. Thế thì bạn không thể sống được cái gì cả, bạn không thể yêu, bạn không thể cầu nguyện, bạn không thể thiền được.

Mọi người tới tôi và họ nói, "Khi chúng tôi thiền, bỗng nhiên hàng triệu ý nghĩ nảy sinh. Bình thường các ý nghĩ này không nảy sinh, nhưng khi chúng tôi thiền, thế thì chúng nảy sinh." Sao điều đó lại xảy ra? Những kinh nghiệm không đầy đủ - khi bạn thiền bạn không bận bịu, và chúng tất cả nhảy lên bạn: "Mình không bận bịu, ít nhất giải quyết chúng, hoàn chỉnh chúng, hoàn thành chúng. Mình không làm gì cả - thiền là không làm gì cả, chỉ ngồi đây. Làm điều gì đó đi! Cơ giận này có đó, giải quyết nó đi. Tình yêu này có đó, hoàn thành nó đi. Ham muốn này có đó, làm điều gì đó đi!"

Khi bạn bận, bạn bận tới mức tất cả những điều này bao quanh bạn nhưng bạn chưa bao giờ trở nên tập trung chú ý của mình vào chúng. Nhưng khi bạn thiền, chúng tất cả đều tấn công vào chú ý của bạn - "Chúng tôi chưa được đầy đủ!" Chúng là ma của quá khứ của bạn.

Sống mọi khoảnh khắc một cách toàn bộ. Và sống với nhận biết, để cho quá khứ không được mang vào. Và điều này là dễ dàng, chỉ chút ít nhận biết được cần tới - không cái gì khác được cần cả. Đừng sống trong giấc ngủ, như rô bốt; ý thức hơn chút ít đi, và bạn sẽ có khả năng thấy. Và thế thì bạn sẽ trở thành mềm mại như đứa trẻ, mềm dẻo như cây non mới mọc. Và phẩm chất này có thể được mang tới chính khoảnh khắc cuối cùng của cái chết; bạn vẫn còn mềm dẻo. Nếu bạn vẫn còn mềm dẻo, trẻ trung, cái chết xảy ra, nhưng nó không xảy ra cho bạn. Bởi vì bạn mang cuộc sống trong mình, cái chết không thể xảy ra được. Chỉ những người đã chết rồi thì mới chết. Những người vẫn còn sống động... họ quan sát cái chết xảy ra - thân thể chết, tâm trí chết, nhưng họ không chết. Họ vẫn còn bên ngoài nó, siêu việt.

*Do đó khi quân đội cứng đầu, nó sẽ thua trên chiến trường.*

Lão Tử có vẻ ngờ ngẩn. Ông ấy nói khi quân đội cứng đầu nó sẽ thua trên chiến trường, còn bạn nghĩ bất kì khi nào bạn cứng đầu bạn sẽ thắng.

*Khi cây cứng rắn, nó sẽ bị chặt hạ. Cái lớn và mạnh thuộc vào bên dưới. Cái mềm mại và yếu đuối thuộc về đỉnh.*

Rễ là cứng, chúng thuộc về bên dưới. Hoa là mềm, chúng thuộc về đỉnh. Và đây là cấu trúc đúng của xã hội: Những người mạnh mẽ thuộc vào gốc rễ, và những người mềm mại thuộc vào đỉnh. Nhà thơ và họa sĩ nên thuộc về đỉnh. Thánh nhân và hiền nhân nên thuộc vào đỉnh cao nhất. Lính tráng, chính khách, doanh nhân nên thuộc vào bên dưới; họ không nên thuộc vào đỉnh. Toàn thế giới đang lộn ngược bởi vì người cứng rắn đang cố gắng ở trên đỉnh.

Cứ dường như rễ đã trở thành chính khách, và chúng đang cố gắng đi tới đỉnh của cây, và chúng đang cố gắng buộc hoa đi xuống rễ, xuống dưới đất. Một khi thế giới này được trong cân bằng hơn - chẳng hạn ở Ấn Độ, brahmin thuộc về đỉnh. Chúng ta đã đặt họ ở trên đỉnh. Brahmin là hiền nhân, những người đã biết tới *Brahma*. Nó không phải là đẳng cấp; nó chẳng liên quan gì tới việc sinh ra; nó liên quan tới việc phục sinh bên trong. Những người đã biết tới điều tối thượng đều là Brahman. Họ thuộc về đỉnh, họ là hoa. Mọi vua chúa, mọi hoàng đế rất mạnh, đều phải tới và cúi lạy dưới chân họ. Đó là đúng cách - nhà vua, dù mạnh thế nào và dù vĩ đại thế nào, cũng vẫn là vua thôi. Con người của thế gian vẫn bị thần kinh, vẫn bị theo tham vọng và bản ngã; người đó phải cúi lạy.

Chuyện xảy ra:

Phật tới một thị trấn, và vua của thị trấn này có chút ít ngàn ngại đi đón ông ấy. Thừa tướng, một người rất già, trí huệ, bảo nhà vua, "Bệ hạ phải đi chứ." Nhà vua nói, "Điều này có vẻ không cần thiết. Ông ấy là kẻ ăn xin. Cứ để ông ấy tới! Phỏng có ích gì để ta đi ra biên giới vương quốc đón ông ấy? Ta là vua, ông ấy là kẻ ăn xin."

Thừa tướng già viết ngay lời từ chức. Ông ấy nói, "Xin bệ hạ nhận việc từ chức của thần bởi vì nếu bệ hạ đã xuống đến mức thấp thế, vậy thì thần không thể còn ở lại được. Bệ hạ phải nhớ rằng bệ hạ là vua, và ông ấy đã từ bỏ các vương quốc. Ông ấy không có gì cả. Bệ hạ có vương quốc lớn, và ông ấy không có gì. Ông ấy thuộc vào đỉnh. Và bệ hạ phải đi và cúi lạy, bằng không xin bệ hạ nhận việc từ chức của thần. Thần không thể ở đây trong cung điện này với bệ hạ được. Điều đó là không thể được với thần." Nhà vua phải đi.

Khi ông ấy cúi lạy Phật, Phật nói với ông ấy, "Không cần đâu. Ta nghe nói rằng ông đã ngàn ngại tới. Không cần tới bởi vì khi người ta ngàn ngại, cho dù người ta tới, người ta vẫn không tới. Và kính trọng không thể bị ép buộc. Hoặc ông hiểu hoặc ông không hiểu. Không có nhu cầu - ta đã tự mình tới để gặp ông. Và ta là kẻ ăn xin... ông là hoàng đế."

Bây giờ nhà vua bắt đầu kêu và khóc. Ông ta đã hiểu ra vấn đề.

Ở phương Đông, Brahman là trên đỉnh. Điều đó phải là cách thức đúng đắn để cấu trúc xã hội. Bây giờ trên khắp thế giới các chính khách đã đạt tới đỉnh. Do đó mới có khổ sở và hỗn độn - nó phải như vậy. Đỉnh đã trở thành quá nặng. Chỉ hoa mới nên ở trên đỉnh - hiền nhân, nhà thơ, nhà huyền môn. Không phải chính khách.

*Cái lớn và mạnh thuộc vào bên dưới. Cái mềm mại và yếu đuối thuộc về đỉnh.*

Lão Tử đang nói rằng nếu bạn muốn thuộc vào đỉnh, dịu dàng và yếu đi. Yếu và dịu dàng thế, mềm mại thế như cỏ, không mạnh như cây lớn.

Lão Tử có mối quan tâm sâu sắc tới tất cả những cái vô dụng. Ông ấy nói là vô dụng là được bảo vệ. Hữu dụng là nguy hiểm bởi vì nếu bạn hữu dụng, thế thì ai đó sẽ dùng bạn, bạn sẽ bị khai thác. Nếu bạn mạnh, thế thì bạn sẽ bị buộc phải vào quân đội.

Lão Tử đi qua một làng cùng đệ tử của mình và thấy một người lưng gù. Ông ấy bảo các đệ tử, "Tới người gù kia và hỏi xem ông ta cảm thấy thế nào bởi vì ta đã nghe nói thị trấn đã có chuyện rắc rối. Nhà vua đã bắt tất cả thanh niên và người mạnh khỏe vào quân đội."

Họ đi tới người gù và họ hỏi người đó. Người gù nói, "Tôi hạnh phúc! Bởi vì cái lưng tôi, họ đã không bắt tôi vào quân đội. Tôi vô dụng. Đó là cách tôi đã được cứu." Các đệ tử tường trình lại. Lão Tử nói với họ, "Bây giờ, nhớ lấy. Vô dụng. Bằng không các ông sẽ trở thành cỏ khô trong chiến tranh."

Một lần đi qua rừng họ đi tới dưới một cái cây khổng lồ; một nghìn xe bò kéo có thể nghỉ ngơi dưới nó. Toàn thể khu rừng đều bị chặt hạ, hàng nghìn thợ mộc làm việc ở đó. Lão Tử nói, "Hỏi xem điều gì đã xảy ra - sao họ đã không chặt cây lớn này?"

Các đệ tử đi và hỏi. Thợ mộc nói, "Cái cây đó tuyệt đối vô dụng. Cành của nó không thẳng, ông không thể làm đồ đạc được từ chúng - và khi ông đốt nó quá nhiều khói bay ra từ chúng tới mức nó không thể được dùng làm chất đốt. Còn lá của nó lại đắng tới mức ngay cả con vật cũng không muốn ăn chúng. Cho nên nó vô dụng thật. Đó là lí do tại sao chúng tôi đã không chặt nó."

Lão Tử bắt đầu cười to và nói với các đệ tử của mình, "Giống như cái cây kia, vô dụng. Thế thì không ai sẽ chặt đổ các ông cả. Và nhìn cây này, nó đã trở nên to lớn làm sao, chỉ bởi vì vô dụng thôi!"

Cuộc sống có thể được nhìn theo hai cách. Bạn có thể nhìn nó như tính tiện dụng: Một vật phải được dùng vì cái gì đó khác - thế thì cuộc sống trở thành phương tiện, và mục đích nào đó phải được hoàn thành. Hay cuộc sống có thể được xem như việc tận hưởng, không như một tiện ích - thế thì khoảnh khắc này là tất cả, không có mục đích, không có chủ định.

Tôi đã đọc một bài thơ mới hôm nọ. Một dòng của nó điểm trúng tôi sâu sắc. "Bài thơ không nên là phương tiện, mà hiện hữu." Tôi thích điều đó. Cuộc sống không nên là phương tiện; cuộc sống nên

hiện hữu! Mục đích lên bản thân nó, chẳng đi đâu cả... tận hưởng ở đây và bây giờ, mở hội. Chỉ thế thì bạn mới có thể mềm mại được. Nếu bạn cố gắng để hữu dụng, bạn sẽ trở thành cứng rắn. Nếu bạn cố gắng đạt tới cái gì đó, bạn sẽ trở nên cứng rắn. Nếu bạn cố gắng tranh đấu, bạn sẽ trở nên cứng rắn. Buông xuôi đi. Mềm mại và mềm yếu. Và cho phép dòng chảy của cuộc sống đưa bạn tới bất kì chỗ nào nó đưa bạn tới. Để mục đích của cái toàn thể là mục đích của bạn. Đừng tìm kiếm bất kì mục đích riêng tư nào. Là một phần, và cái đẹp và cái duyên dáng vô hạn xảy ra.

Cố cảm thấy điều đó, điều tôi đang nói. Vấn đề không phải là hiểu, vấn đề không phải là khả năng trí tuệ. Cảm thấy nó, điều tôi đang nói. Hấp thu nó, điều tôi đang nói. Để nó ở đó cùng bạn. Cho phép nó lắng đọng sâu trong bản thể bạn: Cuộc sống không nên là phương tiện; cuộc sống nên hiện hữu. Và thế thì bỗng nhiên bạn mềm mại. Mọi cứng rắn ra đi, biến mất, tan ra. Đứa trẻ được lại khám phá ra; bạn đã lại trở thành đứa trẻ, đôi mắt trong suốt đó của thời thơ ấu lại thành sẵn có. Bạn có thể nhìn, và thế rồi màu xanh lục là hoàn toàn khác. Tiếng hót của chim chóc là hoàn toàn khác. Thế thì cái toàn thể có ý nghĩa hoàn toàn khác. Nó không có nghĩa, nó có ý nghĩa. Nghĩa liên quan tới tính tiện dụng; ý nghĩa liên quan tới vui vẻ.

Vui vẻ trong nó và bạn sẽ mềm mại. Tuôn chảy cùng dòng sông. Trở thành dòng sông.

## Vị kỉ

Không ai có thể vị kỉ ngoại trừ kẻ đạo đức giả.

Từ vị kỉ đã mang liên tưởng rất kết án bởi vì tất cả các tôn giáo đều đã kết án nó. Họ muốn bạn không vị kỉ. Nhưng tại sao? Để giúp người khác...

Tôi nhớ:

Một đứa trẻ nhỏ nói với mẹ nó, và mẹ nó nói, "Con bao giờ cũng phải nhớ giúp đỡ người khác." Và đứa trẻ hỏi, "Thế thì người khác sẽ làm gì?" Một cách tự nhiên mẹ nó nói, "Họ sẽ giúp người khác." Đứa trẻ nói, "Điều này dường như là một kế hoạch kì lạ. Sao không tự giúp mình, thay vì dịch chuyển nó và làm mọi thứ phức tạp không cần thiết?"

Vị kỉ là tự nhiên. Vâng, sẽ tới một khoảnh khắc mà bạn chia sẻ bởi việc là vị kỉ. Khi bạn ở trong trạng thái tuôn tràn niềm vui, thế thì bạn có thể chia sẻ. Ngay bây giờ người khổ đang giúp người khổ khác, người mù đang dẫn đường cho người khác cũng mù. Bạn có thể cho việc giúp đỡ gì? Đó là ý tưởng rất nguy hiểm, đã lan tràn qua nhiều thế kỉ.

Trong một trường nhỏ cô giáo bảo lũ trẻ, "Ít nhất một lần một tuần các con phải làm một điều tốt." Một đứa trẻ nói, "Cô cho chúng con ví dụ nào đó về làm điều tốt. Chúng con không biết tốt là gì." Thế là cô nói, "Chẳng hạn, một bà già mù muốn qua phố; giúp bà ấy đi qua phố. Đây là hành vi tốt; đây là đức hạnh."

Tuần sau cô giáo hỏi, "Ai trong các con nhớ làm điều cô đã nói với các con?" Ba đứa trẻ giơ tay lên. Cô nói, "Điều này không tốt - gần như cả lớp chẳng làm gì cả. Nhưng dẫu sao, điều tốt là ít nhất ba em trai đã làm điều gì đó tốt." Cô hỏi đứa thứ nhất, "Con đã làm gì?" Nó nói, "Đúng điều cô đã nói đấy: Một bà già bị mù, con đã giúp bà ấy đi qua phố."

Cô nói, "Điều đó rất tốt. Thượng đế ban phúc lành cho con." Cô hỏi đứa thứ hai, "Con đã làm gì nào?" Nó nói, "Cũng điều đó - một bà già mù, con đã giúp bà ấy đi qua phố." Cô giáo đâm ra phân vân chút ít. Chúng tìm đâu ra toàn những bà già mù thế này? Nhưng đó là thành phố lớn; điều đó là có thể, chúng đã tìm ra hai bà. Cô giáo hỏi đứa thứ ba, và nó nói, "Con đã làm đúng điều các bạn đã làm: giúp bà già mù qua phố."

Cô giáo hỏi, "Nhưng các con tìm đâu ra những ba bà mù?" Chúng nói, "Cô không hiểu - không có ba bà mù đâu, chỉ có một bà mù thôi. Và khó giúp bà ấy đi qua phố thế! Bà ấy đánh chúng con và la hét ầm ĩ vì bà ấy không muốn đi qua phố. Nhưng chúng con đã định làm hành động nào đó tốt, cho dù cả đám đông xúm lại, mọi người đều mắng chúng con. Nhưng chúng con nói, "Đừng lo. Chúng cháu đang đưa bà ấy sang phía bên kia."

Mọi người được bảo giúp người khác, và họ trống rỗng bên trong bản thân mình. Họ được bảo yêu người khác - yêu hàng xóm của mình, yêu kẻ thù của mình - và họ chưa bao giờ được bảo yêu bản thân mình. Tất cả các tôn giáo, trực tiếp hay gián tiếp, đều bảo mọi người ghét bản thân mình. Người ghét bản thân mình không thể yêu được bất kì ai; người đó chỉ có thể giả vờ.

Điều căn bản là yêu bản thân mình toàn bộ tới mức tình yêu tràn ngập bạn và đạt tới người khác. Tôi không chống lại việc chia sẻ, nhưng tôi tuyệt đối chống lại chủ nghĩa vị tha. Tôi ủng hộ chia sẻ, nhưng đầu tiên bạn phải có cái gì đó để chia sẻ. Và thế rồi bạn không làm gì như ơn huệ với bất kì ai - ngược lại, người nhận cái gì đó từ bạn đang gia ơn cho bạn. Bạn phải cảm ơn bởi vì người khác có thể đã bác bỏ giúp đỡ của bạn; người khác đã hào phóng.

Toàn thể nhân mạnh của tôi là ở chỗ cá nhân nên hạnh phúc, phúc lạc, im lặng, mãn nguyện tới mức từ trạng thái thoả mãn của mình người đó bắt đầu chia sẻ. Người đó có nhiều thế, người đó giống như đám mây mưa - người đó phải mưa rào. Nếu cơn khát của người khác được dịu đi, nếu cơn khát của đất được dịu đi, đó là điều phụ. Nếu từng cá nhân đều tràn đầy niềm vui, đầy ánh sáng,

đầy im lặng, người đó sẽ chia sẻ nó mà không ai bảo người đó bởi vì việc chia sẻ là niềm vui thế. Trao nó cho ai đó còn vui sướng hơn là có nó.

Nhưng toàn bộ cấu trúc phải được thay đổi. Mọi người không nên được bảo vệ. Họ đều khổ sở - họ có thể làm gì được? Họ mù - họ có thể làm gì được? Họ đã bỏ lỡ cuộc sống của mình - họ có thể làm gì được? Họ có thể cho chỉ cái họ có. Cho nên mọi người đang cho khổ sở, đau khổ, phiền não, lo lắng cho mọi người khác, những người tới tiếp xúc với họ. Đây là vị tha sao? Không, tôi muốn mọi người hoàn toàn vị kỉ.

Từng cây đều vị kỉ: Nó đem nước về rễ nó, nó đem nhựa cây vào cành của nó, vào lá, vào quả, vào hoa. Và khi nó nở hoa, nó toả ra hương thơm cho mọi người - biết, không biết, quen thuộc, xa lạ. Khi nó nặng trĩu với quả, nó chia sẻ, nó cho những quả đó. Nhưng nếu bạn dạy những cây này tính vị tha, tất cả những cây này sẽ chết, cũng như toàn thể nhân loại đã chết - chỉ các cái xác bước đi. Và bước đi đâu? Bước đi tới nghĩa địa của họ, chung cuộc nghỉ ngơi trong nấm mồ của họ.

Cuộc sống nên là điệu vũ. Và cuộc sống của mọi người có thể là điệu vũ. Nó nên là âm nhạc - và thế thì bạn có thể chia sẻ; bạn sẽ phải chia sẻ. Tôi không phải nói điều đó bởi vì đây là một trong những luật nền tảng của sự tồn tại: Bạn càng chia sẻ phúc lạc của mình, nó càng phát triển nhiều hơn.

Nhưng tôi dạy tính vị kỉ.

## Kĩ thuật thiền

Phương pháp này và nhiều phương pháp tương tự có trong  
*Sách về bí mật của Osho*

***Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn. Vậy, gạt sang bên mối quan tâm về cái ta, trở thành từng người.***

Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn - thực tế nó là vậy đấy, nhưng nó không được cảm thấy là vậy. Bạn cảm thấy tâm thức của mình là của mình, và tâm thức của người khác bạn chưa bao giờ cảm thấy. Nhiều nhất bạn suy diễn rằng người khác cũng có ý thức. Bạn suy diễn rằng bởi vì bạn có ý thức, người khác giống bạn phải có ý thức. Đây là suy diễn logic; bạn không cảm thấy họ như có ý thức. Điều đó cũng giống như khi bạn đau đầu, bạn cảm thấy đau đầu của mình; bạn có ý thức về nó. Nhưng nếu ai đó khác đau đầu, bạn không thể cảm thấy đau đầu của người khác được. Bạn đơn giản suy diễn rằng bất kì cái gì người đó nói cũng phải đúng, và người đó phải có cái gì đó giống bạn. Nhưng bạn không thể cảm thấy nó.

Việc cảm tới chỉ nếu bạn trở thành có ý thức về tâm thức của người khác - bằng không nó là suy diễn logic. Bạn tin, bạn tin cậy, rằng người khác đang nói điều gì đó một cách chân thật, và bất kì điều gì họ nói đều đáng tin bởi vì bạn có kiểu kinh nghiệm tương tự.

Có trường phái logic nói chẳng cái gì có thể được biết về người khác, điều đó là không thể được. Nhiều nhất có thể có suy diễn, nhưng chẳng cái gì chắc chắn có thể được biết về người khác. Làm sao bạn có thể biết rằng người khác có đau như bạn, rằng người khác có lo âu như bạn? Người khác là người khác, nhưng chúng ta không thể nào thám vào họ được, chúng ta chỉ có thể chạm vào bề ngoài của họ thôi. Bản thể bên trong của họ vẫn còn là không được biết. Chúng ta vẫn còn đóng trong bản thân chúng ta.

Thế giới quanh ta không phải là thế giới được cảm thấy, nó chỉ được suy diễn ra - một cách logic, một cách hợp lí. Tâm trí nói nó có đó, nhưng trái tim lại không bị nó chạm tới. Đó là lí do tại sao chúng ta cư xử với người khác cứ dường như họ là đồ vật chứ không là người. Mọi quan hệ của chúng ta với người cũng là như nó với đồ vật. Chồng cư xử với vợ mình cứ dường như vợ là đồ vật: Anh ta sở hữu cô ấy. Vợ sở hữu chồng cũng giống như đồ vật. Nếu chúng ta cư xử với người khác dường như họ là người, thế thì chúng ta sẽ không cố gắng sở hữu họ bởi vì chỉ đồ vật mới có thể bị sở hữu.

Người có nghĩa là tự do. Người không thể bị sở hữu. Nếu bạn cố gắng sở hữu họ, bạn sẽ giết chết họ, họ sẽ trở thành đồ vật. Mọi quan hệ của chúng ta với người khác thực sự không phải là mối quan hệ "tôi-anh"; sâu bên dưới nó chỉ là mối quan hệ "tôi-nó". Người khác chỉ là đồ vật để bị thao túng, bị dùng, bị khai thác. Đó là lí do tại sao tình yêu trở thành càng ngày càng không thể được - bởi vì tình yêu nghĩa là coi người khác như người, sinh linh có ý thức, như tự do, như cái gì đó có giá trị ngang bạn.

Nếu bạn cư xử cứ dường như mọi thứ đều là đồ vật, thế thì bạn ở trung tâm, và mọi thứ chỉ để được dùng. Mọi quan hệ trở thành tiện dụng. Mọi thứ chẳng có giá trị gì trong bản thân chúng - giá trị là ở chỗ bạn có thể dùng chúng, chúng tồn tại vì bạn. Bạn có thể có quan hệ với ngôi nhà của mình - ngôi nhà tồn tại cho bạn. Nó là tiện dụng. Chiếc xe ô tô tồn tại cho bạn, nhưng vợ không tồn tại cho bạn, và chồng không tồn tại cho bạn. Chồng tồn tại cho bản thân anh ấy, và vợ tồn tại cho bản thân cô ấy. Người tồn tại cho bản thân người đó; đó là điều là người nghĩa là gì. Và nếu bạn cho phép con người được là con người và không thu người đó lại thành đồ vật, bạn sẽ dần dần bắt đầu cảm thấy người đó. Bằng không bạn không thể cảm thấy được. Mọi quan hệ của bạn sẽ vẫn còn là quan niệm, trí tuệ, từ tâm trí tới tâm trí, từ đầu tới đầu - nhưng không từ tâm sang tâm.

Kĩ thuật này nói, *Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn.* Điều này sẽ khó bởi vì đầu tiên bạn phải cảm

thấy người là người đã, là sinh linh có ý thức. Ngay cả điều đó cũng khó rồi.

Jesus nói, "Yêu hàng xóm của ông như yêu bản thân ông." Đây là cùng một điều - nhưng người khác trước hết phải trở thành một người đối với bạn. Người đó phải tồn tại theo quyền riêng của người đó, không bị khai thác, thao túng, sử dụng, không như phương tiện mà như mục đích trong chính bản thân người đó. Trước hết, người khác phải trở thành người; người khác phải trở thành "anh", có giá trị như bạn. Chỉ thế thì kĩ thuật này mới có thể được áp dụng. *Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn.* Trước hết cảm thấy rằng người khác là có ý thức, và thế rồi điều này có thể xảy ra - bạn có thể cảm thấy rằng người khác có cùng tâm thức như bạn có. Thực sự, "người khác" biến mất, chỉ tâm thức tuôn chảy giữa bạn và người đó. Bạn trở thành hai cực của một tâm thức tuôn chảy, của một dòng chảy.

Trong tình yêu sâu sắc điều xảy ra là hai người không phải là hai. Cái gì đó giữa hai người đã đi vào trong hiện hữu, và họ đã trở thành hai cực. Cái gì đó đang tuôn chảy giữa hai người. Khi việc tuôn chảy này có đó, bạn sẽ cảm thấy phúc lạc. Nếu tình yêu cho phúc lạc, nó cho phúc lạc chỉ bởi vì điều này: rằng hai người, chỉ trong một khoảnh khắc, mất đi bản ngã của mình. "Người kia" mất đi, và cái một đi vào hiện hữu chỉ cho một khoảnh khắc. Nếu điều đó xảy ra, nó là cực lạc, nó là phúc lạc, bạn đã đi vào thiên đường. Chỉ một khoảnh khắc, và nó có thể là việc biến đổi.

Kĩ thuật này nói rằng bạn có thể làm điều này với mọi người. Trong tình yêu bạn có thể làm nó với một người, nhưng trong thiên bạn phải làm nó với mọi người. Bất kì ai tới gần bạn, đơn giản tan biến vào người đó và cảm thấy rằng bạn không phải là hai cuộc sống mà là một cuộc sống, tuôn chảy. Điều này làm thay đổi động thái. Một khi bạn biết cách thức, một khi bạn đã làm nó, nó là rất dễ. Lúc ban đầu nó dường như là không thể được bởi vì chúng ta bị mắc kẹt vào trong bản ngã của mình thế. Khó mà làm mất nó, khó mà trở thành luồng chảy. Cho nên sẽ là tốt nếu lúc ban đầu bạn cố gắng với cái gì đó mà bạn không khiếp hãi hay không hoảng sợ.

Bạn sẽ ít sợ cây, cho nên điều đó sẽ dễ dàng hơn. Ngồi gần cây, cảm thấy cây, và cảm thấy rằng bạn đã trở thành một với nó, rằng có luồng chảy bên trong bạn, trao đổi, đối thoại, tan chảy. Ngồi gần dòng sông đang chảy, cảm thấy luồng chảy, cảm thấy rằng bạn và dòng sông đã trở thành một. Nằm dưới bầu trời, cảm thấy rằng bạn và bầu trời đã trở thành một. Lúc ban đầu điều đó sẽ chỉ là tưởng tượng, nhưng dần dần bạn sẽ cảm thấy rằng bạn đang chạm tới thực tại qua tưởng tượng.

Và thế rồi thử điều đó với người. Điều này là khó lúc ban đầu bởi vì có nỗi sợ. Bởi vì bạn đã từng thu mọi người thành đồ vật, bạn sợ rằng nếu bạn cho phép người nào đó được thân thiết thế, người đó sẽ thu bạn về đồ vật. Đó là nỗi sợ. Cho nên không ai cho phép nhiều thân thiết: Lỡ hỏng bao giờ cũng được giữ và được canh chừng. Quá nhiều gần gũi là nguy hiểm bởi vì người khác có thể chuyển bạn thành đồ vật, người đó có thể cố sở hữu bạn. Đó là nỗi sợ. Bạn đang cố chuyển người khác thành đồ vật, và người khác đang cố chuyển bạn - và không ai muốn là đồ vật, không ai muốn trở thành phương tiện, không ai muốn bị sử dụng. Hiện tượng mất giá trị nhất là bị thu lại thành phương tiện cho cái gì đó, không có giá trị trong bản thân bạn. Nhưng mọi người đều cố gắng. Bởi vì điều này có nỗi sợ sâu sắc và sẽ khó bắt đầu kĩ thuật này với người.

Cho nên bắt đầu với dòng sông, với núi non, với các vì sao, với bầu trời, với cây cối. Một khi bạn đi tới biết cảm giác về điều xảy ra khi bạn trở thành một với cây cối; một khi bạn đi tới biết bạn trở nên phức tạp thế nào khi bạn trở thành một với dòng sông, làm sao không mất gì mà bạn thu được toàn thể sự tồn tại, thế thì bạn có thể thử điều đó với mọi người. Và nếu nó phức tạp thế với cây cối, với dòng sông, bạn không thể tưởng tượng được sẽ phức tạp bao nhiêu với con người, bởi vì con người là hiện tượng cao hơn, sinh linh tiến hoá cao hơn. Qua con người bạn có thể đạt tới những đỉnh cao của kinh nghiệm. Nếu bạn có thể trở nên cực lạc với ngay cả tảng đá, với người bạn có thể cảm thấy cực lạc thiêng liêng xảy ra cho bạn.

Nhưng bắt đầu với cái gì đó mà bạn không sợ lắm, hay với người bạn yêu - người bạn, người yêu - người mà bạn không sợ,

người mà bạn có thể thực sự thân thiết và gần gũi mà không sợ gì, người mà bạn có thể đánh mất bản thân mình mà không hoảng sợ sâu bên dưới rằng người đó có thể biến mình thành đồ vật. Nếu bạn có ai đó như vậy, thế thì thử kĩ thuật này. Đánh mất bản thân mình một cách có ý thức vào trong người đó. Khi bạn làm mất bản thân mình một cách có ý thức vào trong ai đó, người đó sẽ đánh mất bản thân người đó vào trong bạn; khi bạn cởi mở và bạn tuôn chảy vào trong người khác, người khác bắt đầu tuôn chảy vào trong bạn và có gặp gỡ sâu sắc, giao cảm. Hai năng lượng tan chảy vào trong nhau. Trong trạng thái đó không có bản ngã, không có cá nhân, nó là có thể với toàn thể vũ trụ. Điều các thánh nhân đã gọi là cực lạc, *samadhi*, chỉ là hiện tượng tình yêu sâu sắc giữa người và toàn thể vũ trụ.

*Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn. Vậy, gạt sang bên mối quan tâm về cái ta, trở thành từng người. Trở thành cây, trở thành dòng sông, trở thành vợ, trở thành chồng, trở thành con, trở thành mẹ, trở thành bạn - điều đó có thể được thực hành mọi khoảnh khắc của cuộc sống. Nhưng lúc ban đầu điều đó sẽ khó. Cho nên làm nó ít nhất một giờ mỗi ngày. Trong giờ đó, bất kì cái gì đi quanh bạn, hãy trở thành cái đó. Bạn sẽ tự hỏi làm sao điều đó có thể xảy ra được - không có cách khác để biết làm sao nó có thể xảy ra, bạn phải thực hành nó.*

Ngồi cùng cây, và cảm thấy rằng bạn đã trở thành cây đó. Và khi gió tới và toàn thể cây đung đưa rung rinh, cảm thấy cái đung đưa rung rinh đó trong bạn; khi mặt trời lên và toàn thể cây trở nên sống động, cảm thấy sống động đó trong bạn khi cơn mưa rào tới và toàn thể cây được thoả mãn và mãn nguyện, cơn khát lâu dài, chờ đợi lâu dài đã biến mất, và cây hoàn toàn được thoả mãn và mãn nguyện, cảm thấy được thoả mãn và mãn nguyện cùng cây, và thế thì bạn sẽ trở nên nhận biết về tâm trạng tinh tế, về sắc thái của cây.

Bạn đã thấy cây đó trong nhiều năm rồi, nhưng bạn không biết tâm trạng của nó. Tỉnh thoảng nó hạnh phúc; tỉnh thoảng nó bất hạnh. Tỉnh thoảng nó buồn bã, lo âu, thất vọng; tỉnh thoảng nó rất phúc lạc, cực lạc. Có các tâm trạng. Cây sống động, và nó cảm thấy.

Và nếu bạn trở thành một với nó, thế thì bạn sẽ cảm thấy nó. Thế thì bạn sẽ cảm thấy liệu cây là trẻ hay già; liệu cây không thoả mãn với cuộc sống hay được thoả mãn; liệu cây đang trong tình yêu với sự tồn tại hay không - nó đang chống đối, chống lại, cău kỉnh, giận dữ hay không; liệu cây đang bạo hành hay có từ bi sâu sắc trong nó. Như bạn thay đổi mọi khoảnh khắc, cây cũng thay đổi - nếu bạn có thể cảm thấy mối quan hệ thân thuộc sâu sắc với nó, thấu cảm.

Thấu cảm nghĩa là bạn đã trở nên thông cảm tới mức, thực sự, bạn trở thành một. Các tâm trạng của cây trở thành tâm trạng của bạn. Và thế thì nếu điều này ngày một đi sâu hơn và sâu hơn và sâu hơn, bạn có thể nói, bạn có thể có trao đổi với cái cây này. Một khi bạn biết tâm trạng của nó, bạn bắt đầu hiểu ngôn ngữ của nó, và cây sẽ chia sẻ tâm trí của nó với bạn. Nó sẽ chia sẻ đau đớn và cực lạc của nó.

Và điều này có thể xảy ra với toàn thể vũ trụ.

Trong ít nhất một giờ mỗi ngày cố gắng ở trong thấu cảm với cái gì đó. Lúc ban đầu bạn sẽ có vẻ ngu xuẩn với bản thân mình. Bạn sẽ nghĩ, "Minh đang làm cái điều ngu xuẩn gì thế này?" Bạn sẽ nhìn quanh, và bạn sẽ cảm thấy rằng nếu ai đó khác nhìn hay ai đó khác thấy hay ai đó khác đi tới biết, họ sẽ nghĩ bạn đã thành dở hơi. Nhưng chỉ lúc bắt đầu thôi. Một khi bạn đi vào trong thế giới này của thấu cảm, toàn thể thế giới sẽ trông dở hơi đối với bạn. Họ đang lỡ quá nhiều điều một cách không cần thiết. Cuộc sống cho thừa thãi thế và họ đang bỏ lỡ nó. Họ đang bỏ lỡ bởi vì họ đóng: Họ không cho phép cuộc sống đi vào trong họ. Và cuộc sống có thể đi vào trong bạn chỉ nếu bạn đi vào cuộc sống qua nhiều, nhiều cách, qua nhiều con đường, qua đa chiều. Ở trong thấu cảm ít nhất là một giờ mỗi ngày đi.

Đây là nghĩa của lời cầu nguyện lúc bắt đầu của mọi tôn giáo. Nghĩa của lời cầu nguyện là ở trong đồng cảm với vũ trụ, là ở trong trao đổi sâu sắc với vũ trụ. Trong lời cầu nguyện bạn đang nói với Thượng đế - Thượng đế nghĩa là cái toàn thể. Tỉnh thoảng bạn có thể giận Thượng đế, tỉnh thoảng cảm ơn, nhưng một điều là chắc

chấn: Bạn đang trong trao đổi. Thượng đế không phải là khái niệm tinh thần, nó đã trở thành mối quan hệ thân thiết, sâu sắc. Đó chính là lời cầu nguyện nghĩa là gì.

Nhưng lời cầu nguyện của chúng ta đã bị mục rữa bởi vì chúng ta không biết cách trao đổi với các sinh linh. Và nếu bạn không thể trao đổi được với các sinh linh, bạn không thể trao đổi được với Hiện hữu - Hiện hữu với chữ H hoa - điều đó là không thể được. Nếu bạn không thể trao đổi được với cây, làm sao bạn có thể trao đổi được với toàn bộ sự tồn tại? Và nếu bạn cảm thấy ngu xuẩn khi nói với cây, bạn sẽ cảm thấy ngu xuẩn hơn khi nói với Thượng đế.

Đề ra một giờ mỗi ngày cho trạng thái cầu nguyện của tâm trí, và đừng làm lời cầu nguyện của bạn thành chuyện lời nói. Làm nó thành việc cảm các vật. Thay vì nói với cái đầu, cảm nó đi. Đi và chạm vào cây, ôm lấy cây, hôn cây; nhắm mắt lại và sống cùng với cây cứ dường như bạn đang ở cùng người yêu của mình. Cảm thấy nó. Và chẳng mấy chốc bạn đi tới hiểu biết sâu sắc về điều nó ngụ ý gạt cái ta sang bên, về điều nó ngụ ý trở thành người khác.

*Cảm thấy tâm thức của từng người như tâm thức riêng của bạn. Vậy, gạt sang bên mối quan tâm về cái ta, trở thành từng người.*

# Trên đường đi tới thân thiết

## Đáp lại câu hỏi

*Mọi người hỏi các câu hỏi làm cho họ cảm thấy rất thông thái. Họ muốn hỏi những câu hỏi không phải để được câu trả lời, mà chỉ để chứng tỏ tri thức của họ. Nhưng tôi là người quái chiêu: tôi không bao giờ trả lời những câu hỏi đó, câu hỏi bắt nguồn từ tri thức của bạn. Tôi đơn giản vứt chúng đi.*

*Tôi chỉ trả lời những câu hỏi mở ra vết thương của bạn bởi vì một khi vết thương của bạn được mở ra, có khả năng chữa lành. Một khi bạn phơi bày bản thân mình, bạn đang trên đường biến đổi. Và chừng nào bạn còn chưa biểu lộ khuôn mặt thực của mình, sẽ không thể làm bất kì thay đổi nào trong cuộc sống của bạn, bất kì biến đổi nào trong tâm thức bạn.*

### **Tại sao tôi thấy những người hấp dẫn đều đáng sợ?**

Người hấp dẫn là đáng sợ bởi nhiều lí do. Thứ nhất, người càng hấp dẫn với bạn, càng có nhiều khả năng rơi vào tù túng của cô ấy hay anh ấy - đó là nỗi sợ. Bạn sẽ bị sở hữu, bạn sẽ bị thu lại là nô lệ cho cái duyên dáng, cái quyến rũ, cái ma lực.

Người hấp dẫn là đang hấp dẫn và vậy mà đáng sợ. Họ đẹp; bạn muốn có quan hệ với họ, nhưng quan hệ với họ nghĩa là đánh mất tự do của bạn. Quan hệ với họ nghĩa là không phải là bản thân mình nữa. Và bởi vì họ hấp dẫn, bạn sẽ không có khả năng rời bỏ họ; bạn sẽ níu bám. Bạn biết xu hướng của mình - rằng một người càng hấp dẫn, níu bám sẽ càng nảy sinh trong bạn; bạn sẽ trở nên ngày một phụ thuộc hơn. Đó là nỗi sợ.

Không ai muốn trở nên bị phụ thuộc. Tự do có giá trị tối thượng. Ngay cả tình yêu cũng không cao hơn tự do. Tự do có giá trị tối

thượng; tiếp đó mới là tình yêu. Và có xung đột thường xuyên giữa tình yêu và tự do. Tình yêu cố gắng trở thành giá trị tối thượng. Nó không phải vậy. Và tình yêu cố gắng phá huỷ tự do; chỉ thế thì nó mới có thể là giá trị tối thượng. Và những người yêu tự do trở nên sợ tình yêu.

Và tình yêu nghĩa là bị hấp dẫn vào người hấp dẫn. Và người đó càng đẹp, bạn càng cảm thấy bị hấp dẫn, nỗi sợ sẽ càng nảy sinh bởi vì bây giờ bạn đang đi vào cái gì đó từ nơi mà việc thoát ra là không dễ dàng. Bạn có thể thoát khỏi người thường, người chất phác, dễ dàng hơn. Và nếu người này xấu, bạn tự do; bạn không cần trở nên quá phụ thuộc.

Mulla Nasruddin cưới người đàn bà xấu nhất trong thị trấn. Không ai có thể tin được điều đó. Mọi người hỏi anh ta, "Nasruddin, có chuyện gì với anh thế?"

Anh ta nói, "Có logic trong nó đấy. Đây là người đàn bà duy nhất trong thị trấn mà tôi có thể thoát được bất kì lúc nào. Thực tế, trốn thoát sẽ khó khăn hơn. Đây là người đàn bà duy nhất trong thị trấn mà tôi có thể tin cậy được. Người đẹp không đáng tin cậy. Họ có thể rơi vào tình yêu dễ dàng bởi vì nhiều người thế bị hấp dẫn tới họ. Tôi có thể tin cậy vào người đàn bà này; cô ấy bao giờ cũng chân thành với tôi. Tôi không cần lo lắng về cô ấy; tôi có thể đi ra ngoài thị trấn hàng tháng; tôi sẽ không có sợ hãi nào. Người đàn bà của tôi sẽ vẫn còn là của tôi."

Thấy ra vấn đề này đi: nếu một người xấu, bạn có thể sở hữu người đó. Người xấu sẽ phụ thuộc vào bạn. Nếu người này đẹp, người đẹp sẽ sở hữu bạn. Đẹp có sức mạnh, nó cực kì mạnh.

Người xấu sẽ trở thành nô lệ, người hầu. Người xấu sẽ thay thế cho cái đẹp đang bị thiếu trong mình bằng đủ mọi cách. Đàn bà xấu sẽ là người vợ tốt hơn đàn bà đẹp - cô ấy sẽ phải là vậy. Cô ấy sẽ chăm sóc bạn nhiều hơn, cô ấy sẽ là người bảo mẫu tốt hơn - bởi vì cô ấy biết rằng cái đẹp bị thiếu và cái gì đó phải được đưa vào thay thế. Cô ấy sẽ rất tốt với bạn; cô ấy sẽ không bao giờ chì chiết bạn,

cô ấy sẽ không bao giờ tranh đấu với bạn, cô ấy sẽ không cãi nhau thường xuyên với bạn - cô ấy không thể đảm đương được điều đó.

Người đẹp là nguy hiểm. Họ có thể đảm đương được chuyện tranh đấu. Cho nên đây là các lí do.

Bạn hỏi tôi, "Tại sao tôi thấy những người hấp dẫn đều đáng sợ?"

Họ là thế đấy. Chẳng nào bạn còn chưa hiểu và chưa trở nên nhận biết, nỗi sợ này vẫn còn. Hấp dẫn/sợ hãi là hai mặt của cùng một hiện tượng. Bạn bao giờ cũng bị hấp dẫn về cùng người mà bạn cảm thấy nỗi sợ lớn. Sợ ngụ ý bạn sẽ bị thành thứ yếu.

Thực tế, mọi người đều muốn điều không thể được. Đàn bà muốn đàn ông, đẹp nhất, quyền lực nhất thế giới - nhưng cũng muốn anh ta vẫn còn quan tâm chỉ tới cô ấy. Bây giờ, điều này là đòi hỏi không thể được. Người đẹp nhất và quyền lực nhất nhất định quan tâm tới nhiều người hơn. Và nhiều người sẽ quan tâm tới anh ta. Người đàn ông muốn có người đàn bà đẹp nhất trên thế giới, nhưng cũng muốn cô ấy vẫn còn rất trung thành với mình, thành tâm với mình. Điều đó sẽ là khó; đó là đang đòi hỏi điều không thể được

Và nhớ lấy: Nếu đàn bà nào đó trông rất đẹp với bạn, điều đó đơn giản chứng tỏ bạn không rất đẹp đâu. Và bạn cũng sợ nữa - nếu người đàn bà trông đẹp thế với bạn, điều gì đang xảy ra từ phía người kia? Bạn sẽ không trông đẹp thế với cô ấy. Có nỗi sợ - cô ấy có thể bỏ bạn. Tất cả những vấn đề này đều có đó. Nhưng những vấn đề này nảy sinh chỉ bởi vì tình yêu của bạn không thực là tình yêu mà là trò chơi. Nếu nó thực sự là tình yêu, thế thì nó không bao giờ nghĩ tới tương lai, Thế thì không có vấn đề về tương lai. Ngày mai không tồn tại cho tình yêu thực; thời gian không tồn tại cho tình yêu thực.

Nếu bạn yêu một người, bạn yêu một người. Cái gì sẽ xảy ra ngày mai - ai bận tâm? Hôm nay là nhiều thế, khoảnh khắc này là vĩnh hằng. Cái gì sẽ xảy ra ngày mai, chúng ta sẽ thấy... khi ngày

mai tới. Và ngày mai chẳng bao giờ tới cả. Tình yêu thực là của hiện tại.

Bao giờ cũng nhớ: Bất kì cái gì thực đều phải là một phần của nhận biết, đều phải là một phần của hiện tại, đều phải là một phần của thiên. Thế thì không có vấn đề gì! Và không có vấn đề về hấp dẫn, và không có vấn đề sợ hãi.

Tình yêu thực chia sẻ; nó không phải là khai thác người khác, nó không phải là sở hữu người khác. Khi bạn muốn sở hữu người khác, thế thì vấn đề nảy sinh: Người khác có thể sở hữu bạn. Và nếu người khác mạnh hơn, quyến rũ hơn, một cách tự nhiên bạn sẽ là nô lệ. Nếu bạn muốn trở thành người chủ của người khác, thế thì nỗi sợ nảy sinh rằng, "Mình có thể bị thu lại thành nô lệ." Nếu bạn không muốn sở hữu người khác, thế thì nỗi sợ không bao giờ nảy sinh rằng người khác có thể sở hữu bạn. Tình yêu không bao giờ sở hữu.

Tình yêu không bao giờ sở hữu và tình yêu không bao giờ có thể bị sở hữu. Tình yêu thực dẫn bạn vào tự do. Tự do là đỉnh cao nhất, giá trị tối thượng. Và tình yêu ở gần tự do nhất; bước tiếp sau tình yêu là tự do. Tình yêu không chống lại tự do; tình yêu là bậc đá hướng tới tự do. Đó là điều nhận biết sẽ làm rõ ràng cho bạn: rằng tình yêu phải được dùng như bậc đá cho tự do. Nếu bạn yêu, bạn làm cho người khác tự do. Và khi bạn làm cho người khác tự do, bạn được người khác làm cho tự do.

Tình yêu là chia sẻ, không phải là khai thác. Và thực tế tình yêu chưa bao giờ nghĩ dưới dạng xấu và đẹp nữa. Bạn sẽ ngạc nhiên: Tình yêu chưa bao giờ nghĩ dưới dạng xấu và đẹp. Tình yêu chỉ hành động, phản xạ, thiên - nó chưa bao giờ nghĩ chút nào. Vâng, thỉnh thoảng việc xảy ra là bạn khớp với ai đó - đột nhiên, mọi thứ rơi vào trong hài hoà. Vấn đề không phải là đẹp hay xấu. Vấn đề là hài hoà, nhịp điệu.

Ai đó đã hỏi một câu hỏi về điều George Gurdjieff thường nói, rằng với mọi đàn ông đều có một đàn bà tương ứng ở đâu đó trên

trái đất, và với mọi đàn bà đều có một đàn ông tương ứng ở đâu đó trên trái đất. Từng người được sinh ra đều có cực đối lập. Nếu bạn có thể tìm thấy người kia, mọi thứ sẽ rơi vào hài hoà ngay lập tức. Tất cả các trung tâm của họ vận hành một cách hài hoà - đó là tình yêu. Nó là hiện tượng rất hiếm hoi. Rất hiếm khi tìm thấy được một đôi thực sự khớp nhau. Xã hội chúng ta tồn tại với những điều kiêng kị, với những cấm đoán tới mức gần như không thể nào tìm ra bạn tâm giao thực, người bạn thực.

Trong huyền thoại phương Đông chúng ta có câu chuyện, câu chuyện hay, rằng lúc ban đầu khi thế giới được tạo ra, từng đứa trẻ được sinh ra không phải một mình mà như một đôi: một trai, một gái, cùng nhau, từ cùng một mẹ. Sinh đôi, khớp với nhau toàn bộ - đó là một đôi. Họ đã hoà hợp nhau theo đủ mọi cách. Thế rồi đàn ông sa ngã khỏi ân huệ - cũng giống như ý tưởng về tội lỗi nguyên thủy - và như sự trừng phạt, đôi này không còn được sinh ra từ cùng mẹ nữa. Dầu vậy, họ vẫn được sinh ra! Gurdjieff là đúng - đó là quan sát của tôi nữa. Từng người đều có người bạn thiêng liêng ở đâu đó. Nhưng tìm ra họ là rất khó bởi vì bạn có thể da trắng và cực đối lập của bạn có thể da đen; bạn có thể là người Hindu và cực đối lập của bạn có thể là người Mô ha mét giáo; bạn có thể là người Trung Quốc và cực đối lập có thể là người Đức.

Trong một thế giới tốt hơn, mọi người sẽ tìm và kiếm - và chừng nào bạn còn chưa tìm thấy người đúng, người có thể khớp với bạn, bạn sẽ vẫn còn trong một loại căng thẳng, đau khổ. Nếu bạn một mình bạn trong đau khổ; nếu bạn gặp người khác, bạn trong đau khổ nếu người khác không khớp với bạn hay chỉ khớp vừa vừa thôi. Bây giờ, qua nghiên cứu khoa học điều này cũng phải được tìm ra: rằng có người khớp, và có người không khớp. Sự thu xếp khoa học có thể được thực hiện bây giờ; từng người có thể công bố các trung tâm của mình, sơ đồ sinh của mình, nhịp điệu của mình. Bây giờ có mọi khả năng tìm ra người kia, người khớp đích xác. Thế giới đã trở nên rất nhỏ, và một khi bạn đã tìm thấy người kia... đó không phải là vấn đề về đẹp hay xấu chút nào.

Thực tế, không ai là xấu và không ai là là đẹp cả. Người xấu có thể khớp với ai đó - thế thì người xấu là đẹp với người đó. Đẹp là cái bóng của hài hoà. Không phải là bạn rơi vào tình yêu với người đẹp đâu; quá trình là chính điều đối lập. Khi bạn rơi vào tình yêu với người nào đó, người đó trông đẹp. Chính tình yêu đem ý tưởng về cái đẹp vào, không có điều ngược lại.

Nhưng hiếm khi tìm ra một người khớp toàn bộ với bạn. Bất kì khi nào ai đó đủ may mắn, cuộc sống được sống với giai điệu; thế thì có hai thân thể và một linh hồn. Đó là đôi thực sự. Và bất kì khi nào bạn có thể tìm thấy loại đôi đó, sẽ có duyên dáng lớn và âm nhạc lớn quanh họ, hào quang lớn, ánh sáng đẹp, im lặng. Và thế thì tình yêu tự nhiên dẫn vào thiên.

Mọi người nên được phép gặp gỡ và trộn lẫn để tìm ra nhau. Mọi người không nên vội vã cưới nhau. Vội vàng là nguy hiểm; nó chỉ mang tới li dị, hay nó mang tới cuộc sống của khổ sở dài, dài lâu. Trẻ con nên được phép gặp gỡ nhau, và chúng ta nên vứt bỏ mọi điều kiêng kị tiền công nghệ, những cấm đoán; chúng không còn liên quan nữa.

Chúng ta đang sống trong thời hậu công nghệ; con người đã trở nên chín chắn, và con người phải thay đổi nhiều điều bởi vì nhiều điều là sai. Chúng đã được dựng ra vào thời xưa; nó đã là cần thiết thời đó - nó không còn là cần thiết nữa rồi. Chẳng hạn, bây giờ mọi người có thể sống với nhau, đàn ông và đàn bà; không cần phải vội cưới nhau. Và nếu bạn đã biết nhiều đàn ông và nhiều đàn bà, chỉ thế thì bạn mới biết ai khớp với bạn và ai không khớp. Vấn đề không phải là mũi dài hay khuôn mặt đẹp; ai đó có thể có khuôn mặt đẹp và bạn bị hấp dẫn, và có thể có mắt đẹp và mắt to và bạn cảm thấy bị hấp dẫn, và màu tóc... nhưng những điều này không thành vấn đề! Khi bạn sống cùng nhau, sau hai ngày bạn sẽ không để ý tới chiều dài mũi nữa; và sau ba tuần bạn sẽ hoàn toàn quên hết về thể chất của người kia. Bây giờ thực tại tác động tới bạn. Bây giờ điều thực sẽ là sự hài hoà tâm linh.

Hôn nhân mãi cho tới giờ đã là chuyện rất xấu. Và các tu sĩ đã sung sướng để cho phép nó - không chỉ sung sướng cho phép nó, họ đã là những người bịa ra nó. Và có lí do nào đó tại sao tu sĩ trên khắp thế giới đã từng thiên về hôn nhân xấu xí này, điều đã từng có trên trái đất trong năm nghìn năm nay. Lí do là ở chỗ nếu mọi người khổ sở, chỉ thế thì họ mới ở trong tay của tu sĩ! Nhân loại hạnh phúc sẽ chẳng liên quan gì tới tu sĩ cả. Hiển nhiên. Nếu bạn mạnh khỏe, bạn chẳng liên quan gì tới bác sĩ cả. Nếu bạn là một toàn thể tâm hồn, bạn chẳng liên quan gì tới tu sĩ.

Và bất hài hoà tâm linh lớn nhất được tạo ra bởi hôn nhân. Các tu sĩ đã tạo ra địa ngục trên trái đất. Đó là bí mật thương mại của họ - thế thì mọi người nhất định tới hỏi họ điều cần làm. Cuộc sống khổ thế! Và thế thì họ có thể nói cho mọi người cách thoát khỏi cuộc sống. Thế thì họ có thể cho bạn những nghi lễ về cách không bao giờ được sinh ra nữa, cách thoát ra khỏi bánh xe sinh tử. Họ đã làm cho cuộc sống thành địa ngục thế, và thế rồi họ dạy bạn cách gạt bỏ nó.

Nỗ lực của tôi chính là điều đối lập: Tôi muốn tạo ra cõi trời ở đây bây giờ để cho không cần gạt bỏ cái gì cả. Không cần nghĩ tới gạt bỏ sinh tử, và không cần cái gọi là tôn giáo cổ. Cần nhiều âm nhạc hơn, cần nhiều thơ ca hơn, cần nhiều nghệ thuật hơn. Chắc chắn cần nhiều huyền môn hơn. Cần nhiều khoa học hơn. Và thế rồi sẽ có một loại tôn giáo hoàn toàn khác được sinh ra, một tôn giáo mới. Một tôn giáo sẽ không dạy bạn ý thức hệ phản cuộc sống mà sẽ giúp bạn sống cuộc sống của mình hài hoà hơn, nhiều tính nghệ thuật hơn, nhiều nhạy cảm hơn, định tâm hơn, bắt rễ vào trong đất. Một tôn giáo sẽ dạy bạn nghệ thuật về cuộc sống, triết lí về cuộc sống, và sẽ dạy bạn cách nhiều tính lễ hội hơn.

Bạn hỏi, "Tại sao tôi thấy những người hấp dẫn đều đáng sợ?"

Bởi vì sâu bên dưới trong bạn có tìm kiếm, như có trong mọi người vậy, về cực kia, và bạn không muốn bị dính líu với ai đó người có thể không là cực kia. Nhưng không có cách khác để tìm ra cực kia ngoại trừ việc tham gia vào nhiều, nhiều tình bạn, vào nhiều,

nhiều chuyện tình. Nếu bạn thực sự muốn tìm thấy người yêu của mình, bạn sẽ phải trải qua nhiều chuyện tình. Đó là cách duy nhất để học. Vứt sợ hãi đi...

Và nếu bạn bắt đầu kết liên với người xấu từ nỗi sợ của mình về người đẹp, điều đó sẽ không đem lại thoả mãn cho bạn đâu.

Gia đình Cohens thuê một căn hộ có đồ đạc. Ông Cohen đã tìm thấy chỗ, đáp ứng cho mọi yêu cầu của mình, nhưng bà Cohen lại chần chừ: "Tôi không thích căn phòng này."

"Có chuyện gì thế, Rachel? Nó chẳng phải là căn phòng xinh xắn đó sao? Tại sao, nó có tất cả những cái tiến mới nhất: giá rửa mặt, đèn tao nhã, đường nước tốt, và cả nước nóng lạnh. Sao lại không?"

"Em biết tất cả những điều anh nói, nhưng không có rèm trong buồng tắm. Mọi lần em tắm, hàng xóm có thể nhìn thấy em."

"Điều đó được thôi, Rachel. Nếu hàng xóm nhìn thấy em, họ sẽ mua rèm."

Cái xấu có thể có tính hữu dụng của nó, nhưng nó sẽ không cho bạn mãn nguyện. Và nếu bạn sợ người đẹp, thế thì nhớ rằng bạn thực sự sợ bị dính líu vào mối quan hệ sâu sắc, thân thiết đấy - rằng bạn muốn giữ khoảng cách, rằng bạn muốn giữ khoảng cách để cho bạn có thể thoát vào bất kì lúc nào nếu nhu cầu nảy sinh. Nhưng đây không phải là cách đi vào trong nó; đây không phải là cách biết bí mật của tình yêu. Người ta phải đi vào trong sự mong manh tuyệt đối. Người ta phải vứt bỏ mọi áo giáp và phòng thủ.

Nếu nó là hoảng sợ, để nó là hoảng sợ, nhưng cứ đi vào trong nó. Sợ sẽ biến mất. Cách duy nhất để vứt bỏ bất kì sợ hãi nào là đi vào trong chính điều mà bạn sợ. Nếu ai đó tới tôi và nói, "Tôi sợ bóng tối," thế thì tôi bao giờ cũng gợi ý cho họ, "Cách duy nhất là đi vào trong đêm tối, ngồi đâu đó một mình bên ngoài thị trấn dưới gốc cây. Run lên đi! Vã mồ hôi, bị thần kinh, nhưng cứ ngồi đó! Bạn có thể run được bao lâu? Dần dần, dần dần mọi thứ sẽ lắng đọng. Trái

tim sẽ bắt đầu đập bình thường... và bỗng nhiên bạn sẽ thấy rằng bóng tối không đáng sợ thế nữa. Và dần dần, dần dần bạn sẽ trở nên nhận biết về cái đẹp của bóng tối, cái mà chỉ bóng tối mới có - chiều sâu, im lặng, cái chạm mượt như nhung của nó, cái tĩnh lặng, âm nhạc của đêm tối, cơn trùng, hài hoà. Và dần dần, khi sợ hãi biến mất, bạn sẽ ngạc nhiên rằng bóng tối không phải là tối, nó có ánh sáng riêng của nó. Bạn sẽ có khả năng bắt đầu thấy cái gì đó - mơ hồ, không rõ ràng. Nhưng sáng tỏ cho cái nông cạn về mọi thứ; mơ hồ cho chiều sâu và điều bí ẩn. Ánh sáng không bao giờ có thể huyền bí được như bóng tối. Ánh sáng là văn xuôi; bóng tối là thơ ca. Ánh sáng làm lộ trần; do đó, bạn có thể còn quan tâm tới nó được bao lâu? Nhưng bóng tối lại che giấu; nó kêu gọi quan tâm lớn, tò mò lớn, để tiết lộ nó.

Nếu bạn sợ bóng tối, đi vào trong bóng tối đi. Nếu bạn sợ tình yêu, đi vào trong tình yêu đi. Nếu bạn sợ một mình, thế thì đi lên Himalaya và ở một mình. Đó là cách duy nhất để vượt bỏ nó. Và đôi khi bạn có thể chủ định làm cái gì đó, nó đem lại nhận biết lớn lao.

Có lần một thanh niên được đem tới tôi - anh ta là giáo sư của một trường đại học - và vấn đề là ở chỗ anh đi như đàn bà. Và ở đại học và là giáo sư mà lại đi như đàn bà thì rắc rối lắm. Anh ta rất ngượng ngùng. Và anh ta đã cố gắng đủ mọi phương pháp rồi.

Tôi nói, "Làm một việc này - bởi vì điều này là không thể được, điều anh đang làm; đàn ông không thể thực sự bước đi như đàn bà được. Anh đang làm cái gì đó như phép màu! Bởi vì bước đi như đàn bà nghĩa là anh phải có bầu trong bụng mình; chính bởi vì tính tròn đó của bụng bầu mà đàn bà mới đi theo cách khác. Việc thăng hàng thân thể của cô ấy là khác. Nhưng đàn ông thực sự không thể bước đi như thế được - nếu đàn ông có thể làm điều đó..." Tôi bảo anh ta, "Đây phải là cái gì đó đáng tự hào chứ! Anh đang làm phép màu. Trình diễn nó cho tôi xem."

Anh ta nói, "Thầy ngụ ý gì, phép màu sao?"

Tôi nói, "Cứ bước lại đây ngay trước tôi, và bước như đàn bà."

Anh ta thử và anh ta thất bại. Anh ta không thể bước như đàn bà được. Và tôi bảo anh ta, "Bây giờ, đây là chìa khoá. Trở lại đại học đi - mãi cho tới giờ anh đã từng cố gắng *không* bước đi như đàn bà. Từ giờ trở đi cố gắng bước đi như đàn bà với mọi nỗ lực có chủ định. Nỗ lực của anh để *không* bước đi như đàn bà đã là nguyên nhân của toàn thể vấn đề. Nó đã trở thành ám ảnh, thôi miên. Anh đã tự thôi miên bản thân mình. Cách duy nhất để giải thôi miên bản thân mình là làm điều đó một cách có chủ ý. Về đại học ngay lập tức," tôi bảo anh ta, "và bước đi quanh, và cố gắng bằng mọi cách có thể để chứng tỏ rằng anh là đàn bà."

Anh ta đã thử và anh ta đã thất bại - và từ đó trở đi anh ta đã không thành công.

Nếu bạn sợ, nhớ rằng bạn sợ người hấp dẫn cũng hết như bạn sợ người ta chạm vào rốn bạn, hay bạn sợ bóng tối, hay bạn sợ bước đi như đàn bà, hay bạn sợ cái này cái nọ, XYZ, điều đó không thành vấn đề. Nỗi sợ phải bị làm tan biến đi bởi vì sợ là quá trình què quặt, quá trình tê liệt.

Và cách duy nhất để làm tan biến nó là đi vào trong nó. Việc kinh nghiệm sẽ giải phóng. Điều đó tốt hơn là học. Điều đó tốt hơn là vứt bỏ sợ. Điều đó tốt hơn là có quan hệ với mọi người. Và thực tế, nếu bạn bắt đầu quan hệ, bạn sẽ thấy mọi người có cái gì đó đẹp trong người đó. Không ai tới mà không có cái đẹp. Có thể cái đẹp có các chiều khác nhau - khuôn mặt ai đó đẹp, giọng nói ai đó hay, thân thể ai đó đẹp, tâm trí ai đó đẹp. Không ai tới mà không có cái đẹp; sự tồn tại cho mỗi người một loại đẹp nào đó này khác. Có nhiều cái đẹp như có nhiều người vậy.

Và cách duy nhất để tiếp xúc với cái đẹp của một người là trở thành thân thiết, vứt bỏ mọi nỗi sợ, vứt bỏ mọi phòng thủ. Và bạn sẽ ngạc nhiên: Thượng đế được diễn đạt trong các hình dạng khác nhau - Thượng đế là đẹp.

Chúng ta có ba từ dành cho Thượng đế ở phương Đông: *satyam* - chân lí, *shivam* - cái thiện tối thượng, *sundram* - cái đẹp tối thượng.

Và cái đẹp là cuối cùng - Thượng đế là đẹp, Thượng đế là cái đẹp. Bất kì chỗ nào bạn thấy cái đẹp, nó là phản xạ của cái đẹp của Thượng đế. Và nếu bạn sợ cái phản xạ, làm sao bạn sẽ có quan hệ với cái thực được? Cái phản xạ có đó để học bài học để cho một ngày nào đó bạn có thể quan hệ với cái thực.

## Sao tôi cảm thấy tự ý thức?

Tự do là mục đích của cuộc sống. Không có tự do, cuộc sống không có nghĩa chút nào. *Tự do* này không ngụ ý tự do chính trị, xã hội hay kinh tế. *Tự do* này ngụ ý tự do khỏi thời gian, tự do khỏi tâm trí, tự do khỏi ham muốn. Khoảng khắc tâm trí không còn nữa, bạn là một với vũ trụ; bạn là bao la như bản thân vũ trụ.

Chính tâm trí là rào chắn giữa bạn và thực tại, và bởi vì rào chắn này, bạn vẫn còn bị giới hạn trong xà lim bóng tối nơi không ánh sáng nào đạt tới và nơi không niềm vui nào có thể thấm vào được. Bạn sống trong khổ sở bởi vì bạn không được ngụ ý sống trong chỗ nhỏ bé, hạn hẹp đó. Bản thể bạn muốn mở rộng tới chính cội nguồn tối thượng của sự tồn tại. Bản thể bạn khao khát tính đại dương, còn bạn đã trở thành giọt sương. Làm sao bạn có thể hạnh phúc được? Làm sao bạn có thể phúc lạc được? Con người sống trong khổ sở bởi vì con người sống trong cầm tù.

Và Phật Gautama nói rằng *tanha* - ham muốn - là căn nguyên gốc rễ của mọi khổ sở của chúng ta bởi vì ham muốn tạo ra tâm trí. Ham muốn nghĩa là tạo ra tương lai, phóng chiếu bản thân bạn vào tương lai, đem ngày mai vào. Đem ngày mai vào, và hôm nay biến mất, bạn không thể thấy được nó thêm nữa, mắt bạn bị che phủ bởi ngày mai. Đem ngày mai vào, và bạn sẽ phải mang tải trọng của tất cả những ngày hôm qua của bạn bởi vì ngày mai chỉ có thể có nếu những ngày hôm qua cứ nuôi dưỡng nó.

Từng ham muốn được sinh ra từ quá khứ, và từng ham muốn được phóng chiếu vào tương lai. Quá khứ và tương lai, chúng tạo nên toàn thể tâm trí bạn. Phân tích tâm trí, giải phẫu nó, và bạn sẽ thấy chỉ hai thứ: quá khứ và tương lai. Bạn thậm chí sẽ không thấy

một li hiện tại nào, thậm chí không có một nguyên tử hiện tại nào. Và hiện tại mới là thực tại duy nhất, sự tồn tại duy nhất, điều vũ trụ duy nhất có đó.

Hiện tại có thể được tìm thấy chỉ khi tâm trí đã dừng hoàn toàn - khi quá khứ không còn chế ngự bạn và tương lai không còn sở hữu bạn, khi bạn được ngắt khỏi kí ức và tưởng tượng. Trong khoảng khắc đó bạn ở đâu? Bạn là ai? Trong khoảnh khắc đó bạn là không ai cả. Và không ai có thể làm hại bạn khi bạn là không ai cả. Bạn không thể bị thương bởi vì bản ngã rất sẵn sàng nhận vết thương. Bản ngã gần như tìm và kiếm để bị thương; nó tồn tại qua những vết thương. Toàn thể sự tồn tại của nó phụ thuộc vào khổ sở, đau đớn.

Khi bạn là không ai cả, đau khổ là không thể được, lo âu đơn giản không thể tin nổi. Khi bạn là không ai cả, có im lặng lớn lao, tĩnh lặng, không tiếng ồn bên trong. Quá khứ mất rồi, tương lai biến mất - cái gì có đó để tạo ra tiếng ồn? Và im lặng được nghe thấy là tinh tú, thiêng liêng. Lần đầu tiên, trong những khoảng không vô trí đó, bạn trở nên nhận biết về lẽ hội vĩnh hằng cứ diễn ra mãi mãi. Đó là điều tạo nên sự tồn tại này.

Ngoại trừ con người, toàn thể sự tồn tại là phúc lạc. Chỉ con người đã rơi khỏi nó, đã đi lạc lối. Chỉ con người có thể làm điều đó bởi vì chỉ con người có tâm thức.

Bây giờ, tâm thức có hai khả năng: Nó có thể trở thành ánh sáng chói chang trong bạn, sáng tới mức ngay cả mặt trời cũng trông mờ nhạt nếu so với nó - Phật nói dường như cả nghìn mặt trời đã mọc lên bất thần, khi bạn nhìn vào bên trong mà không có tâm trí nó tất cả đều là ánh sáng, ánh sáng vĩnh hằng. Nó tất cả là niềm vui, thuần khiết, không tí vết, không ô nhiễm. Nó đơn giản là phúc lạc, hồn nhiên. Nó là kì diệu. Oai nghiêm của nó là không thể tả được, cái đẹp của nó là không thể diễn tả nổi, và phúc lành của nó là không bao giờ hết. *Aes dhammo sanantano* - "luật tối thượng là vậy."

Nếu bạn có thể gạt tâm trí của mình sang bên, bạn sẽ trở nên nhận biết về vở kịch vũ trụ. Thế thì bạn chỉ là năng lượng, và năng

lượng bao giờ cũng ở đây bây giờ, nó chưa bao giờ rời khỏi "ở đây bây giờ." Đó là một khả năng; bạn có thể trở thành tâm thức thuần khiết.

Khả năng kia là bạn có thể trở thành tự ý thức. Thế thì bạn sa ngã. Thế thì bạn trở thành thực thể tách rời khỏi thế giới. Thế thì bạn trở thành hòn đảo, xác định, xác định rõ. Thế thì bạn bị giới hạn bởi vì tất cả các chiều đều giới hạn. Thế thì bạn trong xà lim nhà tù, và xà lim nhà tù là tối tăm, hoàn toàn tối. Không có ánh sáng, không có khả năng của ánh sáng. Và xà lim nhà tù làm bạn què quặt, làm bạn tê liệt.

Tự ý thức trở thành tù túng; cái ta là tù túng. Còn tâm thức trở thành tự do.

Vứt bỏ cái ta và có ý thức! Đó là toàn thể thông điệp, thông điệp của tất cả chư phật của tất cả các thời đại, quá khứ, hiện tại, tương lai. Cốt lõi bản chất của thông điệp này là rất đơn giản: Vứt bỏ cái ta, tâm trí, và hiện hữu.

Ngay khoảnh khắc này khi im lặng này lan tràn khắp, bạn là ai? Không ai cả, vô thực thể. Bạn không có tên, bạn không có hình dạng. Bạn không là đàn ông không là đàn bà, không là người Hindu không là người Mô ha mét giáo. Bạn không thuộc vào bất kì nước nào, bất kì quốc gia nào, bất kì giống nòi nào. Bạn không là thân thể, và bạn không là tâm trí.

Thế thì bạn là gì? Trong im lặng này, hương vị của bạn là gì? Làm sao nó cho mùi vị hiện hữu? Chỉ an bình, chỉ im lặng... và từ an bình và im lặng đó niềm vui lớn lao bắt đầu trào lên bề mặt, phụt lên, không bởi lí do nào cả. Nó là bản tính tự phát của bạn.

Nghệ thuật gạt tâm trí sang bên là toàn thể bí mật của tính tôn giáo bởi vì khi bạn gạt tâm trí sang bên, bản thể bạn bùng nổ thành nghìn lẻ một màu sắc. Bạn trở thành cầu vồng, hoa sen, hoa sen một nghìn cánh. Bỗng nhiên bạn mở ra, và thế thì toàn thể cái đẹp của sự tồn tại - cái là vô hạn - là của bạn. Thế thì tất cả các vì sao

trên trời đều ở bên trong bạn. Thế thì ngay cả bầu trời cũng không phải là giới hạn của bạn; bạn không còn có giới hạn nào.

Im lặng cho bạn cơ hội để tan chảy, hội nhập, biến mất, bay hơi. Và khi bạn không có, bạn hiện hữu; lần đầu tiên bạn hiện hữu. Khi bạn không có, Thượng đế có, niết bàn có, chứng ngộ có. Khi bạn không có, tất cả đều được tìm thấy. Khi bạn có, tất cả đều bị mất.

Con người đã trở thành người tự ý thức; đó là việc đi lạc lối của người đó, đó là sa ngã nguyên thủy. Tất cả các tôn giáo đều nói về sa ngã nguyên thủy theo cách này cách khác, nhưng câu chuyện hay nhất được nêu trong Ki tô giáo. Sa ngã nguyên thủy là bởi vì con người ăn quả từ cây tri thức. Khi bạn ăn từ cây tri thức, quả tri thức, nó tạo ra tự ý thức.

Bạn càng thông thái, bạn càng bản ngã hơn... do đó mới có bản ngã của học giả, bác học, *maulvis*. Bản ngã trở nên được trang điểm bằng tri thức, kinh sách, hệ thống tư tưởng. Nhưng chúng không làm cho bạn hồn nhiên; chúng không đem bạn tới phẩm chất như trẻ thơ của cõi mở, của tin cậy, của tình yêu, của tính cầu nguyện. Tin cậy, tình yêu, tính cầu nguyện, ngạc nhiên tất cả đều biến mất khi bạn trở nên rất thông thái.

Và chúng ta vẫn được dạy trở nên thông thái. Chúng ta không được dạy hồn nhiên, chúng ta không được dạy cách cảm thấy ngạc nhiên về sự tồn tại. Chúng ta được bảo cho tên các loài hoa, nhưng chúng ta không được dạy cách nhảy múa quanh hoa. Chúng ta được bảo cho tên những ngọn núi, nhưng chúng ta không được dạy cách giao cảm với núi non, cách giao cảm với các vì sao, cách giao cảm với cây cối, cách hài hoà với sự tồn tại.

Không hài hoà, làm sao bạn có thể hạnh phúc được? Không hài hoà, bạn nhất định vẫn còn trong đau khổ, trong khổ sở lớn lao, trong đau đớn. Bạn có thể hạnh phúc chỉ khi bạn đang nhảy múa với điệu vũ của cái toàn thể, khi bạn đang chỉ là một phần của điệu vũ, khi bạn chỉ là một phần của dàn nhạc lớn này, khi bạn không hát bài

ca của mình một cách tách rời. Chỉ thế thì, trong việc tan chảy đó, con người mới tự do.

## **Làm sao tôi có thể vẫn còn lại bản thân mình? Tôi cảm thấy tôi đánh mất bản thân mình khi tôi sẵn sàng gần mọi người.**

Mọi người đều muốn trở thành phi thường. Đó là tìm kiếm của bản ngã: là ai đó đặc biệt, là ai đó duy nhất, vô song. Và đây là ngược đời: Bạn càng cố gắng là ngoại lệ, bạn càng trông có vẻ bình thường bởi vì mọi người đều theo đuổi cái phi thường. Nó là ham muốn bình thường thế. Nếu bạn trở thành bình thường, chính tìm kiếm là bình thường lại là phi thường bởi vì hiếm khi ai đó muốn chỉ là không ai cả, hiếm khi ai đó muốn chỉ là sự hổng hoác, không gian trống rỗng.

Đây mới thực sự là phi thường theo cách nào đó bởi vì không ai muốn điều đó cả. Và khi bạn trở thành bình thường, bạn trở thành phi thường, và tất nhiên, bỗng nhiên bạn khám phá ra rằng không có tìm kiếm bạn đã trở thành duy nhất.

Thực tế, mọi người đều duy nhất. Nếu bạn có thể chấm dứt việc thường xuyên chạy theo các mục đích cho dù một khoảnh khắc thôi, bạn sẽ nhận ra rằng bạn là duy nhất. Chẳng có cái gì để được khám phá cả; nó đã có đó rồi. Nó đã là hoàn cảnh rồi: Hiện hữu là duy nhất rồi. Không có cách khác của hiện hữu. Mọi chiếc lá trên cây đều duy nhất, mọi hòn sỏi trên bãi biển đều duy nhất; không có cách khác của hiện hữu. Bạn không thể tìm ra hòn đá tương tự ở bất kì đâu trên toàn thể trái đất này.

Hai vật giống nhau không tồn tại chút nào, cho nên không cần là ai đó. Bạn chỉ là chính bản thân mình, và bỗng nhiên bạn là duy nhất, vô song. Đó là lí do tại sao tôi nói rằng điều này là ngược đời: Những người tìm kiếm đều thất bại, và những người không bận tâm, bỗng nhiên đạt tới.

Nhưng đừng bị lẫn lộn trong lời. Để tôi nhắc lại: Ham muốn là phi thường là rất bình thường bởi vì mọi người đều có nó. Và có hiểu biết là bình thường thì lại rất phi thường bởi vì điều đó hiếm khi xảy ra. Một Phật, một Lão Tử, một Jesus có nó. Cố gắng là duy nhất đều có ở tâm trí mọi người và tất cả những người này đều thất bại và thất bại hoàn toàn.

Làm sao bạn có thể là duy nhất hơn bạn đã là vậy? Tính duy nhất đã có đó rồi; bạn phải khám phá ra nó thôi. Bạn không phát minh ra nó đâu; nó bị giấu kín bên trong bạn. Bạn phải làm lộ nó ra cho sự tồn tại, có vậy thôi. Tính duy nhất này không phải là được traу dò. Nó là kho báu của bạn. Bạn đã từng mang nó mãi mãi rồi. Nó là chính bản thể của bạn, chính cốt lõi của bản thể của bạn. Bạn chỉ phải nhắm mắt lại và nhìn vào bản thân mình. Bạn chỉ phải dừng lại một chốc và nghỉ ngơi và nhìn. Nhưng bạn đang chạy nhanh thế, bạn đang trong vội vàng thế để đạt tới nó, tới mức bạn sẽ bỏ lỡ nó.

Một trong những đại đệ tử của Lão Tử, Liệt Tử, nói rằng có lần một kẻ ngốc đi kiếm lửa với chiếc nến trong tay anh ta. Liệt Tử nói, "Anh ta không biết lửa là gì, anh ta đáng ra có thể đã nấu cơm sớm hơn. Anh ta vẫn còn đói cả đêm bởi vì anh ta đã đi kiếm lửa nhưng không thể tìm thấy nó, và anh ta cầm cây nến trong tay. Làm sao anh ta có thể tìm kiếm trong bóng tối mà không có nến?"

Bạn đang tìm kiếm tính duy nhất, và bạn có nó trong tay mình. Nếu bạn hiểu điều này, bạn có thể nấu cơm sớm hơn. Tôi đã nấu cơm và tôi biết chứ. Bạn đang đói không cần thiết - cơm có đó, nến có đó, nến là lửa. Không cần cầm nến và đi tìm. Nếu bạn cầm nến trong tay, và bạn cứ đi tìm khắp thế giới, bạn sẽ không thấy lửa bởi vì bạn không hiểu lửa là gì. Bằng không bạn đã hiểu bởi vì cây nến ở ngay trước bạn, bạn đang cầm nó trong tay mình.

Thỉnh thoảng điều đó xảy ra cho những người đeo kính. Họ đeo kính rồi, và họ đi tìm kính. Họ có thể vội vàng, và khi họ đang vội, họ tìm mọi nơi và hoàn toàn quên mất rằng họ đã đeo kính rồi. Người ta có thể lâm vào kinh hoàng. Bạn có thể đã có kinh nghiệm nào đó giống thế này trong cuộc sống của mình - bởi vì chính tìm kiếm mà

bạn trở nên kinh hoàng và lo nghĩ và rối loạn tới mức tầm nhìn của bạn không còn sáng tỏ, và cái gì đó ở ngay trước bạn, bạn không thể thấy được nó.

Đây là hoàn cảnh này. Bạn không cần tìm tính duy nhất; bạn đã là duy nhất rồi. Không có cách nào để làm một thứ thành duy nhất hơn. Từ "duy nhất hơn" là ngớ ngẩn. Duy nhất là đủ, không tồn tại cái gì như "duy nhất hơn." Nó cũng giống như từ *vòng tròn*. Vòng tròn tồn tại - không tồn tại cái gì như "vòng tròn hơn." Điều đó là ngớ ngẩn. Vòng tròn bao giờ cũng hoàn hảo; nhiều hơn là không cần. Không có mức độ của vòng tròn. Vòng tròn là vòng tròn; ít hơn và nhiều hơn đều vô dụng.

Tính duy nhất là tính duy nhất; ít hơn và nhiều hơn không áp dụng cho nó. Bạn đã là duy nhất rồi. Người ta nhận ra điều này chỉ khi người ta sẵn sàng trở thành bình thường. Đây là ngược đời. Nhưng nếu bạn hiểu, không có vấn đề - ngược đời có đó, và là điều hay, và không có vấn đề gì. Ngược đời không phải là vấn đề. Nó có vẻ như vấn đề nếu bạn không hiểu; nếu bạn hiểu, nó là hay, là bí ẩn.

Trở thành bình thường, và bạn sẽ trở thành phi thường. Cố gắng trở thành phi thường và bạn sẽ vẫn còn bình thường.

**Phải cho cái gì và phải nhận cái gì? Bây giờ tôi hiểu rằng tôi chỉ mới bắt đầu thoáng nhìn về những điều này. Tính tiếp nhận được cảm thấy như đang chết đi với tôi, và một cách tự động mọi thứ bên trong cứ đi sang báo động đỏ. Giúp tôi với! Sự tồn tại dường như khổng lồ thế.**

Tôi có thể hiểu điều gây rắc rối cho bạn. Nó gây rắc rối cho hầu hết mọi người. Điều tốt là bạn đã nhận ra nó bởi vì bây giờ việc thay đổi tình huống này là có thể. Người không may là những người đang

chịu đựng từ cùng vấn đề này mà không nhận biết về nó; bởi vì việc không nhận biết của họ, không có khả năng cho bất kì biến đổi nào.

Bạn đã dũng cảm phơi bày bản thân mình. Tôi vui sướng mê mông về nó. Tôi muốn tất cả mọi người của tôi cũng đủ dũng cảm để phơi bày bản thân họ, dù nó dường như xấu thế nào.

Ước định là cứ che giấu cái xấu và cứ giả vờ về cái đẹp. Điều đó tạo ra tình huống tinh thần phân liệt: Bạn cứ trưng bày bản thân mình, cái bạn không là; và bạn cứ kìm nén bản thân mình, cái bạn đang là. Cuộc sống của bạn trở thành cuộc nội chiến liên tục. Bạn đang tranh đấu với bản thân mình, và bất kì tranh đấu nào với bản thân mình cũng đều sẽ phá huỷ bạn. Không ai có thể thắng.

Nếu tay phải và tay trái của tôi bắt đầu đánh nhau, bạn nghĩ tay nào có thể thắng? Thỉnh thoảng tôi có thể xoay sở để tay phải cảm thấy thoải mái rằng nó là kẻ thắng, và thỉnh thoảng đổi tình huống và để tay trái cảm thấy nó là kẻ thắng. Nhưng cả hai không thể thực sự là kẻ thắng được bởi vì chúng cả hai đều là tay tôi.

Gần như mọi con người đều mang nhân cách chia chẻ. Và sự kiện có ý nghĩa nhất là ở chỗ người đó đồng nhất bản thân mình với phần giả, và người đó phủ nhận thực tại của mình. Trong tình huống này bạn không thể hi vọng làm trưởng thành sinh linh tâm linh.

Điều người hỏi này đang nói là cực kì quan trọng để hiểu. Cô ấy đang hỏi, "Phải cho cái gì?" Bạn đã bao giờ hỏi bản thân mình phải cho cái gì không? Bạn nghĩ bạn đã cho nhiều thế cho con mình, cho vợ mình, cho bạn gái của mình, cho xã hội, cho câu lạc bộ Rotary, cho câu lạc bộ Lions - bạn đang cho nhiều thế. Nhưng sự kiện là, bạn không biết phải cho cái gì.

Chừng nào bạn còn chưa cho bản thân mình, bạn chẳng cho chút nào.

Bạn có thể cho tiền, nhưng bạn không phải là tiền. Chừng nào bạn còn chưa cho bản thân mình - điều đó nghĩa là chừng nào bạn còn chưa cho tình yêu - bạn không biết cho là gì.

"... và phải nhận cái gì?" Gần như mọi người đều nghĩ mình biết phải nhận cái gì. Nhưng người hỏi này là đúng trong việc hỏi và phơi bày bản thân cô ấy, rằng cô ấy không biết phải nhận cái gì. Cũng như chừng nào bạn còn chưa cho tình yêu bạn không biết phải cho gì, cùng điều đó là đúng về việc nhận: Chừng nào bạn còn chưa có khả năng nhận tình yêu, bạn không biết phải nhận cái gì. Bạn muốn được yêu, nhưng bạn đã không nghĩ về nó: Bạn có khả năng nhận tình yêu không? Có nhiều cản trở tới mức sẽ không cho phép bạn nhận nó.

Điều thứ nhất là, bạn không có tự kính trọng nào; do đó khi tình yêu tới với bạn, bạn không cảm thấy bản thân mình đủ thích hợp để nhận nó. Nhưng bạn lại là đồng lõa xộn tới mức bạn thậm chí không thể thấy ra sự kiện đơn giản: Bởi vì bạn chưa bao giờ chấp nhận bản thân mình như bạn vậy, bạn chưa bao giờ yêu bản thân mình, làm sao bạn có thể xoay sở nhận tình yêu của ai đó khác? Bạn biết bạn không xứng đáng với nó, nhưng bạn không muốn chấp nhận và thừa nhận ý tưởng ngu xuẩn này mà đã từng được nhồi nhét vào bạn, rằng bạn không xứng đáng với nó. Cho nên bạn phải làm gì? Bạn đơn giản từ chối tình yêu. Và để từ chối tình yêu, bạn phải tìm có.

Cái có đầu tiên và dễ thấy nhất là, "Đấy không phải là tình yêu - đó là lí do tại sao mình không thể chấp nhận được nó." Bạn không thể tin được rằng ai đó có thể yêu bạn. Khi bản thân bạn không thể yêu được bạn, khi bạn đã không thấy bản thân mình, cái đẹp của bạn và duyên dáng của bạn và vĩ đại của bạn, làm sao bạn có thể tin được điều đó khi ai đó nói, "Em đẹp lắm. Anh có thể thấy trong mắt em chiều sâu, sâu thẳm, duyên dáng vô cùng. Anh có thể thấy trong trái tim em nhịp điệu, hài hoà với vũ trụ." Bạn không thể nào tin được tất cả những điều này; nó là quá nhiều. Bạn quen bị kết án, bạn quen bị trừng phạt, bạn quen bị bác bỏ. Bạn quen không được chấp nhận như bạn đang vậy - cho nên những điều này bạn có thể nhận rất dễ dàng.

Tình yêu sẽ có tác động vô cùng lên bạn bởi vì bạn sẽ phải trải qua biến đổi lớn trước khi bạn có thể nhận được nó. Đầu tiên bạn

phải chấp nhận bản thân mình mà không mặc cảm nào. Bạn không phải là tội nhân như người Ki tô giáo và các tôn giáo khác cứ dạy bạn.

Bạn không thấy cái ngu xuẩn của toàn thể vấn đề. Anh chàng nào đó ở xa xăm trong quá khứ, một Adam, không vâng lời Thượng đế, điều cũng chẳng phải tội lỗi gì mấy. Thực tế, anh ta tuyệt đối đúng là không vâng lời ông ấy. Nếu bất kì ai mà phạm tội, thì đó là Thượng đế, bởi việc cấm đoán con trai riêng của mình, con gái riêng của mình, không được ăn quả tri thức và ăn quả cuộc sống vĩnh hằng. Cái loại cha gì vậy? Cái loại Thượng đế gì vậy? Cái loại tình yêu gì vậy?

Tình yêu đòi hỏi rằng Thượng đế phải bảo Adam và Eve, "Trước khi các con ăn cái gì khác, hai cây này phải được ghi nhớ. Ăn thật nhiều từ cây trí huệ và ăn thật nhiều từ cây cuộc sống vĩnh hằng tùy thích, để cho các con cũng có thể ở trong cùng không gian bất tử mà ta đang ở trong đó." Điều đó đáng phải là điều đơn giản cho bất kì ai đang yêu. Nhưng Thượng đế lại cấm Adam không cho trí huệ nghĩa là ông ấy muốn Adam vẫn còn dốt nát. Có lẽ ông ấy ghen tị, sợ hãi, khi biết rằng nếu Adam trở nên trí huệ, anh ta sẽ trở nên bình đẳng với ông ấy. Ông ấy muốn giữ Adam trong dốt nát để cho anh ta vẫn còn kém cỏi. Và nếu anh ta ăn quả cây cuộc sống vĩnh hằng, thế thì anh ta sẽ tự mình là thượng đế.

Thượng đế này, người ngăn cản Adam và Eve phải đã từng rất ghen tị, hoàn toàn xấu, vô nhân bản, không có tình. Và nếu tất cả những điều này không phải là tội lỗi, thế thì tội lỗi có thể là gì? Nhưng các tôn giáo đã từng dạy bạn, người Do Thái và người Ki tô giáo và người Mô ha mét giáo, rằng bạn vẫn mang tội lỗi mà Adam đã phạm phải. Có giới hạn để căng chuyện dối trá ra lâu thế. Cho dù Adam đã phạm tội, bạn không thể mang tội đó được. Bạn đã được Thượng đế tạo ra, theo những tôn giáo này, và bạn không mang tính thượng đế, nhưng bạn mang sự không vâng lời của Adam và Eve sao?

Đây là cách thức phương Tây để kết án bạn - bạn là tội nhân. Cách thức phương Đông đi tới cùng kết luận nhưng từ những tiền đề khác nhau. Họ nói mọi người đều bị đày nặng bởi tội lỗi vô cùng và những hành vi ác, phạm phải trong hàng triệu kiếp quá khứ. Thực tế, gánh nặng của người Ki tô giáo hay người Do Thái hay người Mô ha mét giáo còn ít hơn nhiều. Bạn chỉ mang tội lỗi mà Adam và Eve đã phạm phải. Và nó phải đã trở thành rất phai mờ - hết thế kỉ nọ tới thế kỉ kia rồi. Bạn không phải là kẻ kế thừa trực tiếp tội của Adam và Eve. Nó đã được truyền qua nhiều triệu bàn tay; đến giờ lượng của nó phải gần như vi lượng đồng cân rồi.

Nhưng khái niệm phương Đông thậm chí còn nguy hiểm hơn. Bạn không mang tội lỗi của ai khác cả. Ngay chỗ đầu tiên bạn không mang tội của ai đó khác. Bố bạn phạm tội ác - bạn không thể bị tống vào trại giam được. Thậm chí ý thức con người thông thường sẽ nói rằng nếu người cha phạm tội hay tội ác, người đó phải chịu tội. Con hay cháu không thể bị tống vào giá treo cổ bởi vì ông phạm tội giết người.

Nhưng khái niệm phương Đông còn nguy hiểm và độc hại hơn nhiều: Chính vì tội lỗi riêng của mình mà bạn đang mang, không phải của Adam và Eve. Và nó không phải là lượng nhỏ; nó đã lớn dần lên với từng kiếp sống! Và bạn đã sống hàng triệu kiếp trước kiếp này, và trong từng kiếp bạn đã phạm phải nhiều tội thế. Chúng tất cả đều được tích lũy lên ngực bạn. Gánh nặng là như Himalaya; bạn bị nghiền nát dưới nó.

Đây là chiến lược kì lạ để phá huỷ chân giá trị của bạn, để thu bạn thành kém hơn người. Làm sao bạn có thể yêu bản thân mình được? Bạn có thể ghét, nhưng bạn không thể yêu được. Làm sao bạn có thể nghĩ rằng ai đó có thể có khả năng yêu bạn được? Tốt hơn cả là bác bỏ nó bởi vì chẳng chóng thì chầy người đã đem cho bạn tình yêu của người đó sẽ phát hiện ra thực tại của bạn, cái rất xấu - chỉ là gánh nặng dài lâu của tội lỗi. Và thế thì người đó sẽ bác bỏ bạn. Để tránh bị bác bỏ, tốt hơn cả là bác bỏ tình yêu. Đó là lí do tại sao mọi người không chấp nhận tình yêu.

Họ ham muốn, họ khao khát nó. Nhưng khi khoảnh khắc tới và ai đó sẵn sàng bày tỏ với bạn tình yêu, bạn co lại. Việc co lại của bạn có tâm lí sâu sắc. Bạn sợ: Điều này là đẹp, nhưng nó sẽ kéo dài bao lâu? Chẳng chóng thì chầy thực tại của mình sẽ bị lộ tẩy. Tốt hơn là từ ngay lúc ban đầu, tỉnh táo.

Tình yêu nghĩa là thân thiết, tình yêu nghĩa là hai người tới ngày một gần hơn, tình yêu nghĩa là hai thân thể nhưng một linh hồn. Bạn sợ: Linh hồn mình sao? Linh hồn của kẻ tội đồ, bị nặng gánh bởi các hành vi ác của triệu kiếp sống sao? Không, tốt hơn cả là che giấu nó; tốt hơn cả là không đi vào tình trạng mà người muốn yêu bạn bác bỏ bạn. Chính nỗi sợ việc bác bỏ không cho phép bạn đón nhận tình yêu.

Bạn không thể cho tình yêu được bởi vì không ai đã từng bảo bạn rằng bạn được sinh ra là sinh linh có tình yêu. Họ đã bảo bạn, "Con được sinh ra trong tội lỗi!" Bạn không thể yêu được, và bạn không thể nhận được tình yêu nữa. Điều này đã giảm thiểu mọi khả năng của sự trưởng thành của bạn.

Người hỏi này đang nói, "Bây giờ tôi hiểu rằng tôi chỉ mới bắt đầu thoáng nhìn về những điều này." Bạn may mắn bởi vì có cả triệu người trên thế giới đã trở nên hoàn toàn mù với ước định của họ, gánh nặng xấu xí mà thế hệ già hơn đã trao cho họ. Nó gây tổn thương nhiều tới mức tốt hơn cả là quên tất cả về nó đi. Nhưng bằng việc quên nó, bạn không thể loại bỏ được nó.

Bằng việc quên bệnh ung thư, bạn không thể tác động lên nó được. Bằng việc không thừa nhận nó, giữ nó trong bóng tối, bạn đang nhận rủi ro không cần thiết chống lại bản thân mình. Nó sẽ cứ phát triển. Nó cần bóng tối; nó cần bạn không biết về nó. Nó sẽ che đậy toàn thể bản thể bạn chẳng chóng thì chầy. Và không ai khác sẽ chịu trách nhiệm cho nó ngoại trừ bạn.

Cho nên nếu bạn cảm thấy rằng bạn đang có những thoáng nhìn, vài cửa sổ đang mở ra trong bạn.

"Tính tiếp nhận được cảm thấy như đang chết đi với tôi..." Bạn đã bao giờ nghĩ về điều đó chưa? Tính tiếp nhận được cảm thấy như đang chết đi với bạn - điều đó đúng. Tính tiếp nhận được cảm thấy như đang chết đi bởi vì tính tiếp nhận có vẻ như sự bề mặt. Nhận cái gì đó, đặc biệt là tình yêu, nghĩa là bạn là kẻ ăn xin. Không ai muốn ở đầu nhận bởi vì điều đó làm cho bạn thấp kém người cho. "Tính tiếp nhận được cảm thấy như đang chết đi với tôi, và một cách tự động mọi thứ bên trong cứ đi sang báo động đỏ."

Báo động đỏ được cấy vào trong bạn bởi xã hội mà bạn bao giờ cũng kính trọng, bởi cùng những người bạn đã coi là người chỉ mong điều tốt lành cho người khác. Và tôi không nói rằng họ có chủ định cố gắng làm hại bạn. Họ đã từng bị những người khác làm hại, và họ đơn giản truyền bất kì cái gì họ đã nhận được từ bố mẹ họ, từ thầy giáo của họ, từ các thế hệ già hơn.

Từng thế hệ cứ đem bệnh tật của mình cho thế hệ mới, và một cách tự nhiên thế hệ mới trở nên ngày một bị nặng gánh hơn. Bạn là kẻ kế thừa của tất cả những điều mê tín, những quan niệm kìm nén của toàn thể lịch sử. Điều cứ chuyển sang báo động đỏ không phải là cái gì đó thuộc vào bạn. Nó là ước định của bạn cứ sang báo động đỏ. Và câu cuối cùng của bạn chỉ là nỗ lực để tìm ra cách hợp lí hoá nó. Đó cũng là một trong những nguy hiểm lớn mà mọi người phải nhận biết tới.

Đừng hợp lí hoá.

Cứ đi vào chính gốc rễ của mọi vấn đề.

Nhưng đừng tìm có bởi vì nếu bạn tìm có, bạn không thể loại bỏ được những gốc rễ đó.

Phát biểu cuối cùng của người hỏi là việc hợp lí hoá. Có lẽ cô ấy đã không có khả năng thấy ra phẩm chất cố hữu của nó. Cô ấy nói, "Giúp tôi với! Sự tồn tại dường như khổng lồ thế."

Bây giờ cô ấy đang nghĩ rằng cô ấy sợ việc nhận bởi vì sự tồn tại khổng lồ thế, rằng cô ấy sợ việc cho bởi vì sự tồn tại khổng lồ thế.

Phỏng có ích gì mà đem tình yêu nhỏ bé của bạn, chỉ như giọt sương, cho đại dương? Đại dương sẽ chẳng bao giờ biết về nó; do đó không có vấn đề cho và không có vấn đề nhận. Bởi vì đại dương khổng lồ thế, bạn sẽ bị nhận chìm trong nó. Do đó nó giống như cái chết. Nhưng đây là cách hợp lí hoá của bạn.

Bạn không biết gì về sự tồn tại; bạn không biết gì về bản thân mình - chính là điểm của sự tồn tại gần nhất với bạn. Chừng nào bạn còn chưa bắt đầu từ bản thể riêng của mình, bạn sẽ không bao giờ biết tới sự tồn tại. Đó là điểm bắt đầu, và mọi thứ đều phải bắt đầu từ chính chỗ bắt đầu.

Biết bản thân mình, bạn sẽ biết sự tồn tại của mình. Nhưng hương vị và hương thơm của sự tồn tại của bạn sẽ cho bạn dũng cảm để đi sâu hơn một chút vào sự tồn tại của người khác. Nếu sự tồn tại riêng của bạn đã làm cho bạn phúc lạc thế, chính khao khát tự nhiên là đi vào các bí ẩn khác đang bao quanh bạn: bí ẩn con người, bí ẩn của con vật, bí ẩn của cây cối, bí ẩn của các vì sao.

Và một khi bạn đã biết tới sự tồn tại của mình, bạn không còn sợ chết.

Cái chết là hư cấu; nó không xảy ra, nó chỉ có xuất hiện. Nó xuất hiện từ bên ngoài. Bạn đã bao giờ thấy cái chết riêng của mình chưa? Bạn bao giờ cũng thấy ai đó khác chết. Nhưng bạn đã từng thấy bản thân mình chết chưa? Chẳng ai thấy cả; bằng không ngay cả mức tối thiểu cuộc sống này cũng trở thành không thể được. Bạn thấy đấy, mọi ngày đều có ai đó chết, nhưng nó bao giờ cũng là ai đó khác chết; nó chưa bao giờ là bạn cả.

Nhà thơ, người đã viết "Đừng bao giờ hỏi chuông điểm cho ai; nó đang điểm cho ba người" có hiểu biết sâu sắc hơn bạn. Ông ấy phải đã là người Ki tô giáo bởi vì khi ai đó chết trong một làng Ki tô giáo, chuông nhà thờ điểm để thông báo cho mọi người - những người đã đi tới trang trại của họ, tới vườn quả, những người đã đi làm việc ở đâu đó. Chuông nhà thờ nhắc họ: Ai đó đã chết. Cho nên họ tất cả quay về để chào vĩnh biệt lần cuối cùng.

Nhưng nhà thơ này có sáng suốt vô cùng khi ông ấy nói "Đừng bao giờ hỏi chuông điểm cho ai; nó đang điểm cho ba người."

Trong cuộc sống thực của bạn nó chưa bao giờ điểm cho ba người. Một ngày nào đó nó sẽ điểm, nhưng thế thì bạn sẽ không còn ở đây để nghe nó. Bạn chưa bao giờ nghĩ về bản thân mình đang ở ngưỡng của cái chết - và mọi người đều đang đứng trên ngưỡng này. Bạn bao giờ cũng thấy ai đó khác chết, do đó kinh nghiệm này là khách quan, không chủ quan.

Người khác không thực chết, chỉ đổi nhà. Sinh lực của người đó di chuyển vào hình dạng mới, vào bình diện mới. Chỉ thân thể còn lại mà không có sinh lực - nhưng thân thể chẳng bao giờ có nó.

Điều đó cũng giống như trong ngôi nhà tối khi cây nến được đốt lên và toàn thể ngôi nhà được sáng lên. Ngay cả từ bên ngoài bạn cũng có thể thấy ánh sáng qua cửa sổ, qua cửa ra vào, nhưng ngôi nhà không có ánh sáng như phần cố hữu của nó. Khoảnh khắc cây nến cháy hết, ngôi nhà sẽ trong bóng tối. Thực tế, nó bao giờ cũng trong bóng tối; chính cây nến mới là ánh sáng.

Thân thể bạn đã chết rồi. Điều cho bạn ấn tượng rằng nó đang sống là sinh lực của bạn, bản thể của bạn, cái tỏa ra qua thân thể, cái rót đầy thân thể bằng sự sống động. Tất cả mọi điều bạn thấy khi mọi người chết là ở chỗ cái gì đó đã biến mất. Bạn không biết nó đã đi đâu - liệu nó có thực đi đâu hay đơn giản dừng hiện hữu.

Những người đã biết tới bản thân mình đều biết mà không hoài nghi rằng họ là sinh linh vĩnh hằng. Họ đã chết nhiều lần, vậy mà họ vẫn sống động.

Chết và sinh chỉ là những đoạn nhỏ trong cuộc hành hương vĩ đại của linh hồn. Nỗi sợ chết của bạn sẽ biến mất ngay lập tức vào khoảnh khắc bạn đi tới tiếp xúc với bản thân mình. Và điều đó mở ra một bầu trời hoàn toàn mới để được khám phá. Một khi bạn biết rằng không có cái chết, tất cả mọi sợ hãi đều biến mất. Nỗi sợ cái không biết, nỗi sợ bóng tối... bất kì hình dạng nào, tất cả sợ hãi đều

biến mất. Bạn bắt đầu là người phiêu lưu thực sự lần đầu tiên. Bạn bắt đầu đi vào trong những bí ẩn khác bao quanh bạn.

Sự tồn tại lần đầu tiên trở thành nhà bạn.

Không có gì để sợ cả: Nó là mẹ bạn, bạn là một phần của nó. Nó không thể nhấn chìm bạn được, nó không thể phá huỷ bạn được.

Bạn càng biết nó nhiều, bạn sẽ càng cảm thấy được nuôi dưỡng nhiều; bạn càng biết nó nhiều, bạn sẽ càng cảm thấy được ân huệ nhiều; bạn càng biết nó nhiều, bạn càng sẽ là nó nhiều. Thế thì bạn có thể đem cho tình yêu bởi vì bạn có nó. Và thế thì bạn có thể nhận tình yêu bởi vì không có vấn đề bác bỏ.

Câu hỏi của bạn sẽ có ích cho mọi người. Tôi cảm ơn bạn về câu hỏi của bạn và vì dũng cảm của bạn để tự phơi bày bản thân mình. Dũng cảm này được cần bởi mọi người bởi vì không có dũng cảm này, bạn không thể hi vọng bất kì khả năng nào của biến đổi - vào thế giới mới, vào tâm thức mới, vào bản thể đích thực của bạn, cái chính là cánh cửa mở tới thực tại tối thượng và tới phúc lành tối thượng.

## **Câu trả lời thực cho sống trong thân thiết là gì?**

Để biết sự tồn tại, bạn phải mang tính tồn tại. Bạn đang không mang tính tồn tại, bạn sống trong ý nghĩ. Bạn sống trong quá khứ, trong tương lai, nhưng chưa bao giờ ở đây và bây giờ. Và sự tồn tại là ngay ở đây bây giờ. Bạn không ở đây, do đó câu hỏi này nảy sinh. Câu hỏi này nảy sinh bởi vì bạn không gặp gỡ với sự tồn tại. Bạn nghĩ bạn sống, nhưng bạn không sống. Bạn nghĩ bạn yêu, nhưng bạn không yêu. Bạn chỉ nghĩ về yêu, bạn nghĩ về cuộc sống, bạn nghĩ về sự tồn tại, và chính việc nghĩ đó là vấn đề, việc nghĩ đó là rào chắn. Vứt tất cả ý nghĩ và nhìn. Bạn sẽ không tìm thấy một câu hỏi nào; chỉ câu trả lời tồn tại.

Đó là lí do tại sao tôi cứ khẳng khẳng lặp đi lặp lại rằng tìm kiếm không thực sự về câu trả lời, tìm kiếm không thực sự để cho câu hỏi

của bạn có thể được trả lời. Không, tìm kiếm chỉ là về cách vứt bỏ câu hỏi, cách nhìn cuộc sống và sự tồn tại với tâm trí không đặt câu hỏi. Đó là nghĩa của *shraddha*, tin cậy. Đây là chiều sâu nhất của *shraddha* hay tin cậy - bạn nhìn vào sự tồn tại bằng tâm trí không đặt câu hỏi.

Bạn đơn giản nhìn. Bạn không có ý tưởng nào về cách nhìn nó, bạn không áp đặt bất kì hình dạng nào lên nó, bạn không có định kiến nào; bạn đơn giản nhìn bằng mắt trần, tuyệt đối không bị che phủ bởi bất kì ý nghĩ nào, bất kì triết lí nào, bất kì tôn giáo nào. Bạn nhìn vào sự tồn tại bằng đôi mắt như trẻ thơ, và thế thì bỗng nhiên chỉ có câu trả lời.

Không có câu hỏi nào trong sự tồn tại. Câu hỏi tới từ bạn. Và chúng sẽ cứ tới, và bạn có thể cứ tích lũy thật nhiều câu trả lời tùy thích; những câu trả lời đó sẽ chẳng ích gì. Bạn phải đạt tới câu trả lời - và để đạt tới câu trả lời, bạn phải vứt bỏ mọi việc hỏi. Khi không có câu hỏi trong tâm trí, tầm nhìn là sáng tỏ, bạn có sự sáng tỏ của cảm nhận; cánh cửa của cảm nhận được lau sạch và mở ra, và mọi thứ bỗng nhiên trở thành trong suốt. Bạn có thể đi tới chính chiều sâu. Bất kì khi nào bạn nhìn, cái nhìn của bạn đều xuyên thấu tới cốt lõi sâu nhất - và ở đó bỗng nhiên bạn tìm thấy bản thân mình.

Bạn thấy bản thân mình ở mọi nơi. Bạn sẽ thấy bản thân mình trong tảng đá nếu bạn nhìn sâu, đủ sâu. Thế thì người nhìn, người quan sát, trở thành vật được quan sát, người thấy trở thành cái thấy, người biết trở thành cái được biết. Nếu bạn nhìn đủ sâu vào tảng đá, vào cây cối, hay vào đàn ông hay đàn bà, nếu bạn cứ nhìn sâu, cái nhìn đó là vòng tròn. Nó bắt đầu từ bạn, thế rồi đi qua người khác và quay về bạn. Mọi thứ đều trong suốt thế. Chẳng cái gì cản trở. Tia sáng đi, trở thành vòng tròn, và rơi lại vào bạn.

Do đó một trong các phát biểu bí mật nhất của Upanishad: *Tat Twamasi Swetaketu*: "Người là cái đó " hay "Cái đó là người." Vòng tròn hoàn chỉnh. Bây giờ người thành tâm là một với Thượng đế. Bây giờ người tìm kiếm là một với tìm kiếm. Bây giờ người truy tìm bản thân người đó trở thành câu trả lời.

Trong sự tồn tại không có câu hỏi. Tôi đã sống trong nó đủ lâu tới giờ, và tôi đã không bắt gặp một câu hỏi nào - thậm chí không một mảnh mẩu của câu hỏi. Người ta đơn giản sống nó.

Thế thì cuộc sống có cái đẹp của riêng nó. Không hoài nghi nảy sinh trong tâm trí, không nghi ngờ bao quanh bạn, không câu hỏi tồn tại bên trong bản thể bạn - bạn là không phân chia, là toàn thể.

# Về Osho

Osho sinh ra tại Kuchwada, Madhya Pradesh, Ấn Độ, vào ngày 11 tháng 12 năm 1931. Từ thiếu thời ông đã là một tinh thần độc lập và nổi dậy, nhấn mạnh tới việc chứng nghiệm chân lí cho chính mình thay vì thu nhận tri thức và niềm tin do người khác trao lại.

Sau khi chứng ngộ ở tuổi hai mươi mốt, Osho hoàn thành việc học tập hàn lâm và dành nhiều năm giảng dạy triết học tại Đại học Jabalpur. Đồng thời, ông đã du hành trong toàn Ấn Độ để nói chuyện, thách thức các nhà lãnh đạo tôn giáo chính thống trong các cuộc tranh luận công khai, đặt câu hỏi về những niềm tin truyền thống và gạt gỡ mọi người từ mọi nẻo đường cuộc sống. Ông đọc rất nhiều, mọi thứ ông có thể tìm thấy để mở rộng hiểu biết của mình về hệ thống niềm tin và tâm lí của con người hiện đại.

Cuối những năm 1960 Osho đã bắt đầu phát triển các kĩ thuật thiền động duy nhất của mình. Con người hiện đại, ông nói, bị quá nặng gánh với những truyền thống lạc hậu của quá khứ và những lo âu của cuộc sống hiện đại đến mức người đó phải trải qua quá trình tẩy rửa sâu sắc trước khi người đó có thể hi vọng khám phá ra trạng thái thanh thoi, vô suy nghĩ của thiền.

Trong quá trình làm việc của mình, Osho đã nói về mọi khía cạnh thực của việc phát triển tâm thức con người. Ông đã cô đọng tinh hoa của điều có ý nghĩa cho việc truy tìm tâm linh của con người hiện đại, dựa trên không chỉ hiểu biết trí tuệ mà được kiểm nghiệm lại theo kinh nghiệm sống của riêng ông.

Ông không thuộc về tín ngưỡng nào cả - “Tôi là người bắt đầu cho một tâm thức tôn giáo hoàn toàn mới,” ông nói. “Xin đừng gắn tôi với quá khứ - điều đó thậm chí chẳng đáng nhớ.”

Bài nói của ông cho các đệ tử và người tìm kiếm tâm linh đã được xuất bản trong hơn sáu trăm năm mươi tập, và đã được dịch sang hơn bốn mươi ba thứ tiếng. Và ông nói, “Thông điệp của tôi

không phải là học thuyết, không phải là triết lí. Thông điệp của tôi là giả kim thuật nào đó, khoa học về biến đổi, cho nên chỉ những ai sẵn sàng chết như họ hiện tại và được sinh ra lần nữa trong cái gì đó mới đến mức họ không thể nào hình dung ra được điều đó ngay bây giờ... chỉ vài người dũng cảm mới sẵn sàng lắng nghe, vì lắng nghe là sắp nguy hiểm.

“Lắng nghe, bạn đã bước đi bước đầu tiên hướng tới tái sinh. Cho nên đây không phải là triết lí mà bạn có thể chỉ choàng vào người và đi khoác lác về nó. Đây không phải là học thuyết mà bạn có thể tìm ra sự khuây khoả cho những câu hỏi phiền nhiễu. Không, thông điệp của tôi không phải là sự truyền giao bằng lời nào đó. Nó còn nguy hiểm hơn thế nhiều. Nó không gì khác hơn là chết và tái sinh.”

Osho rời khỏi thân thể ngày 19 tháng 01 năm 1990. Cộng đồng khổng lồ của ông ở Ấn Độ tiếp tục là trung tâm trường thành tâm linh lớn nhất trên thế giới hấp dẫn hàng nghìn khách thăm quốc tế, người tới để tham dự vào việc thiền, trị liệu, các chương trình sáng tạo, hay chỉ để chứng nghiệm bản thể trong phật trường.

## **Công xã Osho quốc tế**

### **Pune, Ấn Độ**

Công xã này là trường phái kì diệu cho việc thám hiểm bên trong. Đó là phiêu lưu lớn lao nhất có đó, và cũng là lễ hội lớn nhất.

Con đường bạn phải đi qua, bạn sẽ phải đi một mình; nhưng biết rằng bao nhiêu người cũng đang du hành một mình sẽ đem lại cho bạn động viên lớn lao.

Một ốc đảo nhỏ mà trong đó cuộc sống đang diễn ra với tầm nhìn hoàn toàn khác; nơi cuộc sống diễn ra có mục đích, ý nghĩa, nơi cuộc sống diễn ra có phương pháp, nơi cuộc sống diễn ra trong tỉnh táo, nhận biết, tỉnh thức; nơi cuộc sống không phải chỉ là điều ngẫu

nhiên, nơi cuộc sống bắt đầu trở thành ngày một trưởng thành hơn theo chiều hướng nào đó.

Và đây không phải là tu viện Ấn Độ; đây là công xã quốc tế, nơi gặp gỡ của Đông và Tây. Công xã này đại diện cho toàn bộ loài người, không phải về quá khứ mà là về tương lai.

Nỗ lực của chúng tôi là để làm cho thiền trở thành có sẵn cho từng người và mọi người; bất kỳ ai muốn thiền, thiền đều sẵn có tương ứng với kiểu của người đó. Nếu người đó cần nghỉ ngơi, nghỉ ngơi cũng nên là thiền của người đó. “Ngồi im lặng không làm gì, rồi xuân tới và cỏ tự nó mọc lên” - đó sẽ là thiền của người đó. Chúng ta phải tìm ra thật nhiều chiều hướng cho thiền, nhiều như số người trên thế gian này. Và khuôn mẫu phải đừng quá cứng nhắc, vì chẳng có hai cá nhân nào giống nhau cả. Đây là cuộc cách mạng. Cá nhân phải không bị gò khít vào khuôn mẫu; nhưng khuôn mẫu thì phải vừa vặn với cá nhân. Đó là lí do tại sao bạn thấy có nhiều cách thiền thể đang diễn ra ở đây. Cách thức thì có thể là tích cực hay thụ động, cũng chẳng thành vấn đề gì, mục tiêu là một: làm sao làm cho bạn thành im lặng đến mức tất cả mọi suy nghĩ đều biến mất và bạn chỉ còn là tấm gương, phản chiếu cái đang đấy.

### **Đa đại học Osho**

Trong công xã này có ít nhất năm mươi nhóm trị liệu đang tiến hành, bởi những lí do nào đó. Đây chỉ là cách làm cân bằng lại hàng nghìn năm kìm nén. Đây chỉ là để đem lại nhẹ nhàng cho tất cả những cái bạn đã kìm nén - như người Ki tô giáo, người Hindu giáo, Phật tử. Nó chỉ hoàn tác lại cái hại của hàng thế kỉ cũ kĩ đã gây cho bạn. Các nhóm trị liệu này không phải là cứu cánh; chúng chỉ chuẩn bị cho bạn để thiền, chứng kiến thụ động về các ý nghĩ, tình cảm và hành động mà không đánh giá hay đồng nhất.

Sự bừng sáng của mỗi ngày là việc gặp gỡ vào buổi tối: một buổi lễ hai giờ với âm nhạc, nhảy múa và thiền im lặng theo dõi một trong những bài nói của Osho.

“Đấy không phải là bài học; đấy chỉ đơn thuần là phương tiện để làm cho bạn thành im lặng, vì nếu yêu cầu bạn phải im lặng không nỗ lực gì, bạn sẽ thấy rất khó khăn. Tôi đang làm cho bạn im lặng mà không phải nỗ lực gì về phần bạn cả. Việc nói của tôi trước hết là để dùng như một chiến lược tạo ra im lặng trong bạn.”

### **Để biết thêm thông tin**

<http://www.osho.com>

#### **Osho Commune International**

17 Koregaon Park

Pune 411 011 (MS) India

Tel: + 91 (212) 628 562

Fax: + 91 (212) 624 181

Email: [osho-commune@osho.com](mailto:osho-commune@osho.com)

#### **Osho International**

37 Upper Brook Street,

London W1K 7PR

United Kingdom

Tel. +44. (0) 207 493 5001

Fax. +44. (0) 207 493 1203

Office email:

[oshointernational@oshointernational.com](mailto:oshointernational@oshointernational.com)

<http://www.osho.com/oshointernational>

Để xem một số bản dịch tiếng Việt của sách Osho, và các trích đoạn bài nói của Osho, bạn có thể vào trang web:

<http://oshovietnam.net>

<http://oshovietnam.wordpress.com/>

“Lời thầy hàm chứa im lặng quanh đó, lời thầy không phải là tiếng động. Lời thầy có giai điệu, có nhịp điệu, có âm nhạc và tại chính cốt lõi của lời thầy là im lặng hoàn toàn. Nếu bạn có thể hiểu thấu lời thầy, bạn sẽ đi xuyên vào im lặng vô hạn này. Nhưng để hiểu thấu lời của Phật, cách thức không phải là phân tích, cách thức không phải là biện luận, cách thức không phải là tranh luận. Cách thức là chìm vào quan hệ với thầy, trở thành hoà hợp với thầy, đồng bộ với thầy. Trong hoà hợp đó, trong sự chân thành đó, người ta đi vào trong chính cốt lõi lời thầy. Và ở đó bạn sẽ không tìm thấy bất kì âm thanh nào, bất kì tiếng động nào; ở đó bạn sẽ thấy im lặng tuyệt đối. Và nếm trải nó là hiểu thầy.”

Osho, *Dhammapada: Con đường của Phật*, 5

“Từ lời tôi bạn có thể bùng cháy, nhưng bạn sẽ không thể nào tìm ra bất kì lí thuyết, học thuyết nào. Bạn có thể tìm ra cách sống, nhưng không tìm ra được giáo lí để thuyết giáo. Bạn có thể tìm ra tính cách nổi dậy hay tiềm nhiệm nhưng bạn sẽ không tìm thấy chủ đề cách mạng nào được tổ chức.

“Lời tôi không chỉ là ngọn lửa. Tôi đang đặt thuốc nổ đây đó, chúng sẽ nổ tung trong nhiều thế kỉ. Tôi đang đặt nhiều hơn là sự cần thiết - tôi chưa bao giờ tính hết cơ hội. Gần như từng câu đều dự định để tạo ra rắc rối cho bất kì ai muốn tổ chức tôn giáo quanh tôi.”

Osho, *Từ cá tính tới cá nhân*

**Sách Osho đã dịch sang tiếng Việt**

1	Con đường tôi con đường của mây trắng	1997
2	Biển chuyển Mật tông	1997
3	Ngón tay chỉ trăng	1997
4	Thiền là gì?	1997
5	Đi tìm điều huyền bí, tập 2	1998
6	Thiền: Tự do đầu tiên và cuối cùng	1998
7	Kinh Kim Cương	1998
8	Tôi là lối cổng	1998
9	Nhịp đập của tuyệt đối	1998
10	Tâm Kinh	1998
11	Mưa rào không mây	1999
12	Nhạc cổ trong rừng thông	1999
13	Dhammapada: Con đường của Phật, t. 1	1999
14	Con thuyền rồng	1999
15	Tín Tâm Minh: Sách về cái không	1999
16	Từ dục tới Siêu tâm thức	1999
17	Từ Thuốc tới Thiền	1999
18	Cương lĩnh Thiền: Tự do với chính mình	2000
19	Vô trí: Hoa của vĩnh hằng	2000
20	Bồ đề đạt ma: Thiền sư vĩ đại nhất	2000

21	Và hoa đã mưa xuống	2000
22	Đạo: Ba kho báu, tập 1	2001
23	Kinh nghiệm Mật tông	2001
24	Bản kinh cuối cùng, tập 6	2001
25	Chiều bên kia cái biết	2001
26	Kỉ luật của siêu việt, tập 3	2002
27	Con đường bên ngoài mọi con đường	2002
28	Không nước không trăng	2002
29	Om Mani Padme Hum	2002
30	Nansen: Điểm khởi hành	2003
31	Joshu: Tiếng gầm của sư tử	2003
32	Mã Tổ: Tám gương trống rỗng	2003
33	Rinzai: Bậc thầy của điều phi lí	2003
34	Hyakujo: Đỉnh Everest của Thiền	2003
35	Isan: Không dấu chân trên trời xanh	2003
36	Kyozan: Con người thực của Thiền	2004
37	Dogen Thiền sư: Tìm kiếm và hoàn thành	2004
38	Yakusan: Thắng tới điểm chứng ngộ	2004
39	Đi tìm điều huyền bí, tập 1	2004
40	Dhammapada: Con đường của Phật, t. 2	2004

41	Từ Thuốc tới Thiền (chỉnh lí)	2004
42	Trưởng thành: Trách nhiệm là chính mình	2005
43	Sáng tạo: Khởi nguồn sức mạnh bên trong	2005
44	Dũng cảm: Vui sống hiểm nguy	2005
45	Dược khoa cho linh hồn	2005
46	Cân bằng thân tâm	2005
47	Ta là cái đó	2006
48	Tình yêu, tự do, một mình	2006
49	Dhammapada: Con đường của Phật, t.3	2006
50	Kỉ luật của siêu việt - tập 1	2006
51	Kỉ luật của siêu việt - tập 2	2006
52	Kỉ luật của siêu việt - tập 4	2007
53	Vui vẻ: Hạnh phúc từ bên trong	2007
54	Chuyến bay của một mình tới một mình	2007
55	Nhận biết: Chìa khoá sống trong cân bằng	2007
56	Tự do: Dũng cảm là bản thân mình	2007
57	Dhammapada: Con đường của Phật, t.4	2007
58	Trực giác: Việc biết bên ngoài logic	2007
59	Dhammapada: Con đường của Phật, t.5	2008
60	Dhammapada: Con đường của Phật, t.6	2008

61	Thân thiết: Tin cậy bản thân mình và người khác	2008
62	Dhammapada: Con đường của Phật, t.7	2008
63	Từ bi: Việc nở hoa tối thượng của tình yêu	2008
64	Đạo: lịch sử và giáo huấn	2008
65	Dhammapada: Con đường của Phật, t.8	2009
66	Dhammapada: Con đường của Phật, t.9	2009
67	Cuộc sống, tình yêu, tiếng cười	2009
68	Dhammapada: Con đường của Phật, t.10	2009
69	Dhammapada: Con đường của Phật, t.11	2009
70	Dhammapada: Con đường của Phật, t.12	2009
71	Đạo - Ba kho báu - tập 2	2010
72	Đạo - Ba kho báu - tập 3	2010
73	Đạo - Ba kho báu - tập 4	2010