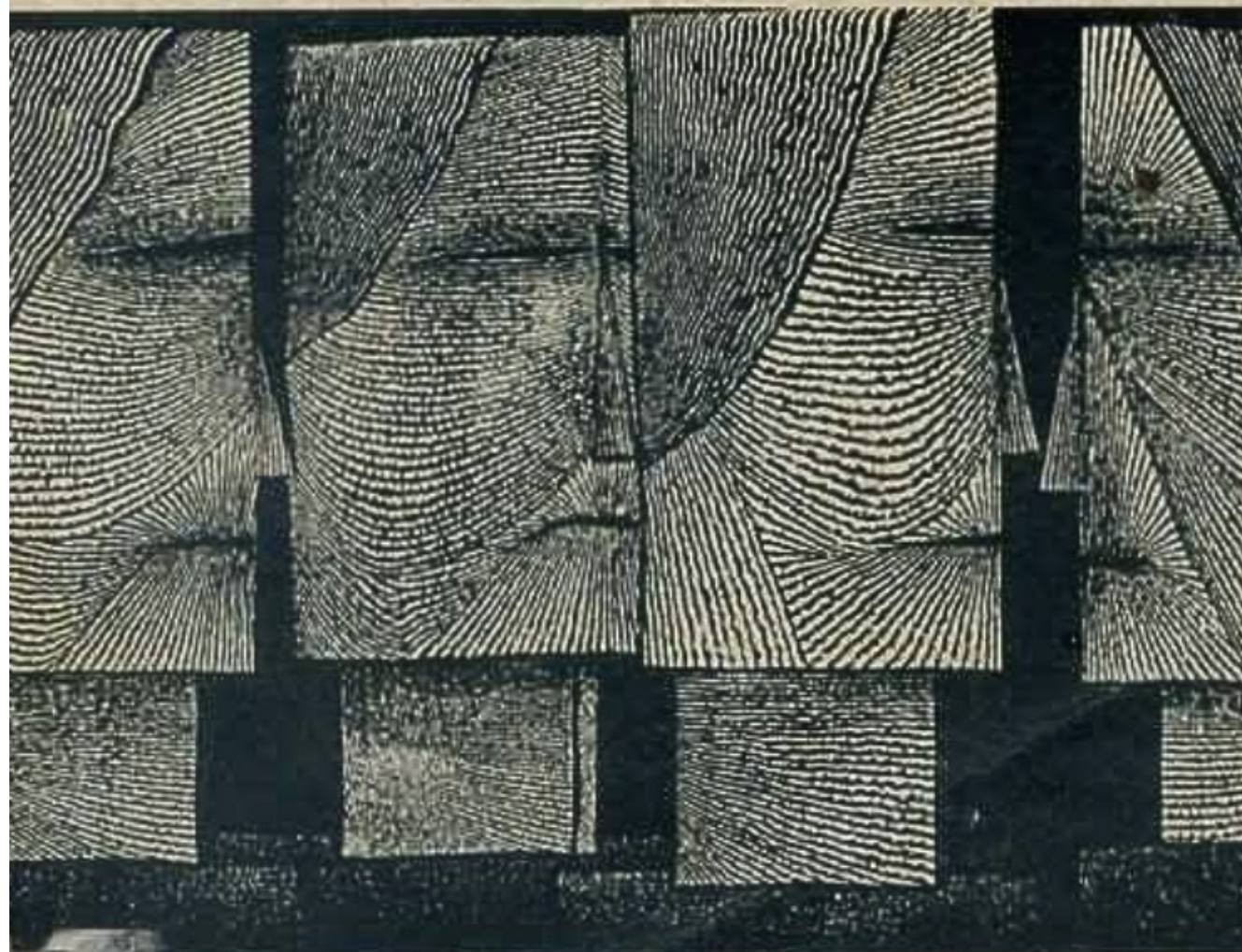


KRISHNAMURTI

Ý NGHĨA  
VỀ SỰ CHẾT  
ĐAU KHỔ  
VÀ THỜI GIAN



SÁCH MỚI.NET - EBOOK

**Krishnamurti**

**Ý nghĩa về  
sự chết,  
đau khổ  
và thời gian**

**Nguyễn Minh Tâm, Đào Hữu Nghĩa dịch**

**Mục lục**

01 02 03 04 05  
06 07 08 09 10

Nguồn:

*Bản điện tử do talawas thực hiện*

*Bản PRC do vinhhoa thực hiện.*



# THƯ VIỆN EBOOK **SÁCH MỚI.NET**



HÀNG NGHÌN ĐẦU SÁCH HAY ĐANG CHỜ BẠN  
[WWW.SACHMOI.NET](http://WWW.SACHMOI.NET)



## 1.

Buổi hôm nay tôi muốn mở đầu câu chuyện là lưu ý các ngài về chỗ quan trọng phi thường của sự tự do. Phần đông chúng ta không muốn tự do. Có thể có gia đình, có những trách nhiệm, có những bổn phận, và cuộc sống của ta đều gồm toàn những điều đó. Những luật lệ xã hội, những phép tắc luân lý đã phủ vây đời sống chúng ta. Chúng ta gánh nặng biết bao khó khăn thường nhật cũng những vấn đề của ta, và nếu có tìm được chút an ủi nào, phương cách nào để tránh được những xung chướng và những khổ não ấy thì ta đã lấy làm tự mãn một cách quá dễ dãi rồi. Phần đông chúng ta không hề muốn được tự do gì cả. Đối với tôi, dù cách nào, lối nào, chiều độ nào đi nữa, dường như một trong những điều cốt yếu của cuộc sống là phải khám phá làm sao cho mình được hoàn toàn tự do, được tự do trọn vẹn. Nhưng có cách nào làm tâm thức con người – đã bị qui định trước quá nặng nề, đã bị trói buộc lệ thuộc quá chặt chẽ vào những công việc hằng ngày, đã bị chất đầy, quá đầy những nỗi sợ hãi xao xuyến, đã quá đổi hoang mang về tương lai và quá đổi thụ động như nhút trong việc cầu an – có thể nào tâm thức như vậy mà phát khởi được nơi chính nó một cuộc chuyển hoá tận căn để, một cuộc chuyển hoá chỉ có thể phát sinh từ sự tự do triệt để mà thôi chăng?

Tôi thiết tưởng mỗi người trong chúng ta nên lưu tâm thật sự vào vấn đề ấy, ít ra là trong khi nghe những buổi nói chuyện này. Chúng ta phải tìm xem, không phải chỉ ở mặt ngôn từ, mà phải đào sâu ý nghĩa của chúng để nhập sâu vào tự thể mình, tìm xem coi chúng ta thực sự có thể được tự do hay không. Không tự do thì không thể nào thấy rõ được đâu là chân lý và đâu là sai lầm. Không tự do thì cuộc sống không có chiều sâu; không tự do thì chúng ta chịu nô lệ tất cả mọi ảnh hưởng, mọi áp lực xã hội, và vô số những yêu sách thúc bách cứ dồn dập liên miên vào chúng ta.

Trên cương vị cá thể, có thể nào chúng ta thực sự thâm nhập tự thể, có thể nào chúng ta quyết liệt đào sâu tự thể để tìm hiểu xem mỗi người chúng ta

có thể thực sự được hoàn toàn tự do toàn triệt chẳng? Chỉ có cuộc thay đổi nơi chúng là khi nào chúng ta được tự do thôi, điều ấy vốn dĩ nhiên rồi. Và chúng ta phải thay đổi: không phải thay đổi hời hợt phơn phớt, không phải thay đổi bằng cách ngắt tia đôi chút dây đó, mà bằng cách phát dậy một cuộc chuyển hoá tận căn để ngay trong cơ cấu của tư tưởng và của tâm thần chúng ta. Thế nên tôi thiết tưởng rằng điều tối trọng là nói về sự thay đổi, là thảo luận vấn đề này và tìm xem mỗi người chúng ta có thể thâm nhập được vấn đề này đến mức độ nào.

Các ngài biết tôi hiểu ý nghĩa của sự thay đổi là thế nào chẳng? Thay đổi là tư duy một cách hoàn toàn khác hẳn thường lệ, là khai mở một tâm thái trong đó tuyệt chẳng có xao xuyên âu lo trong bất cứ lúc nào, chẳng có mảy may gì xung chướng, chẳng có mảy may gì phấn đấu để chúng đạt chi cả, để cho mình là – hay trở nên – một cái gì đó. Đó là xa lìa dứt khoát mọi sợ hãi. Và để nhận hiểu thế nào là thoát ly mọi sợ hãi, tôi thiết tưởng cần phải nhận hiểu cốt chỉ của những tương giao giữa những sư và những đệ tử như thế nào, và do đó, thấy ra được ý nghĩa của sự tìm học.

Thế thường, chúng ta tìm học bằng cách nghiêm tâm, qua sách vở, qua kinh nghiệm hay bằng cách nhờ một người nào dạy dỗ. Đó là những cách thói thường để ta tìm học. Ta phú thác cho ký ức những gì nên làm và những gì không nên làm, những gì nên suy tưởng và những gì không nên suy tưởng, phải cảm nhận thế nào, phải phản ứng thế nào. Bằng kinh nghiệm, bằng nghiêm tâm, bằng phân tích, bằng thí nghiệm, bằng những cuộc phản tỉnh xem xét, chúng ta chứa vựa những trí thức để làm ký ức, rồi ký ức này phản ứng lại những xúc sự và những thiết nguyện, thế rồi ta lấy đó để mở mang sở học của ta. Tiến trình ấy ta đã quen lắm rồi: Nó là cách duy nhất để ta tìm học. Chẳng hạn không biết lái phi cơ, thế là tôi phải học lái. Có người dạy dỗ cho tôi, rồi thu hoạch kinh nghiệm mà ký ức phải gìn giữ, rồi sau đó tôi mới lái được phi cơ. Tiến trình ấy là tiến trình duy nhất mà phần đông chúng ta đều quen biết. Chúng ta tìm học bằng sự nghiên cứu, bằng kinh nghiệm, chúng ta tự học hỏi, rồi những gì học được đem ra phú thác vào ký ức để làm những sở tri và những sở tri này tác động vận dụng ra mỗi khi xúc sự hay mỗi khi ta có việc gì cần phải làm.

Thế mà tôi nghĩ rằng chúng ta có một cách học hoàn toàn khác hẳn và tôi sẽ

nói qua cách ấy với các ngài; nhưng để nhận hiểu và để tìm học bằng cách khác hẳn ấy, ta phải hoàn toàn thoát ly khỏi uy lực, nếu không thì ta chỉ được người dạy dỗ cho thôi. Và cứ lặp lại những điều ta đã được nghe dạy. Đó là lý do tại sao điều quan trọng vẫn là phải hiểu bản chất của uy lực. Uy lực gây chướng ngại, không cho ta tìm học – không cho ta tìm học theo nghĩa không chứa nhóm các kiến thức sở tri để làm thành ký ức. Ký ức luôn luôn ứng đáp bằng những khuôn đúc sẵn. Trong ấy chẳng có một mảy may gì là tự do cả. Người nào mang nặng những sở tri, còng lưng dưới gánh nặng những gì học được thì không bao giờ được tự do cả. Họ có thể rất đa văn, nhưng cái chứa nhóm sở tri đó lại làm cản trở không cho họ tự do, và do đó, họ không thể học được gì cả.

Chúng ta tích lũy đủ thứ kiến thức – khoa học, sinh vật học, các kỹ thuật, vân vân – các kiến thức này vốn cần thiết cho sự sống an lạc vật chất của con người. Thế nhưng ta cũng tích lũy các kiến thức để mà ẩn trú vào đó, để tác động thế nào cho khỏi trục trặc, để luôn luôn hành tác trong vòng giới hạn của các điều ta biết được mà thôi, và nhờ thế để tự cảm thấy mình an toàn. Không bao giờ chúng ta chịu sống trong cái vô định, ta khiếp sợ sự vô định, vì thế ta lại càng chấp chứa những kiến thức của mình nhiều thêm lên. Chính sự chứa nhóm tâm lý này là điều tôi muốn đề cập; chính sự chứa nhóm ấy ngăn ngại mất cả niềm tự do, tự tại.

Vậy hãy bắt đầu tra hỏi tự do là gì, tất ta phải tra hỏi chẳng những về uy lực, mà còn phải tra hỏi về tri thức nữa. Nếu chỉ ứng được người dạy dỗ, nếu chỉ lo nội việc chứa nhóm những điều các ngài nghe được, đọc được và chứa nhóm những thành quả của kinh nghiệm thì các ngài nghe được, đọc được, và chứa nhóm những thành quả của kinh nghiệm thì các ngài sẽ thấy rằng các ngài không bao giờ được tự do cả, vì các ngài chỉ hành tác trong khuôn khổ của những điều đã biết. Và thực ra, phần đông chúng ta đều như vậy đó. Thế thì ta phải làm sao?

Ta có thể nhận thấy tâm thần và óc não tác dụng ra sao. Óc não là sự thể thuộc về sinh vật, có tính cách tiến hoá, một sản phẩm của cuộc tiến hoá, nó sinh hoạt và tác dụng trong vòng kinh nghiệm bùng bít của chính nó, trong sở tri của nó, trong những ước mong cùng những sợ hãi của nó mà thôi. Nó cứ luôn luôn mãi miết lo tự bao bọc và tự bảo vệ không ngừng – và tới một

mức độ nào dĩ nhiên nó phải làm như vậy, vì không thế thì nó chóng bị huỷ hoại mất. Nó cần được một mức độ an toàn, vì vậy để cầu an, nó quen thói chứa nhóm đủ mọi thứ cần biết, quen thói tuân hành đủ thứ huấn thị, và quen thói cấu tạo một nếp công thức y cứ để nó sống rập theo, do đó thành ra nó không bao giờ được tự do cả. Nếu tự quan sát óc não mình và cách thức tác dụng của nó ta sẽ nhận thức được cái nếp sống y cứ công thức ấy. Trong ấy tuyệt chẳng có mảy may gì là tự tại hồn nhiên cả.

Thế thì tìm học nghĩa là gì? Có chẳng một cách tìm học khác, không tích trữ, không trở thành một hậu trường ký ức hay của sở tri, không cấu tạo những kiểu mẫu để giam cầm tù hãm chúng ta? Có chẳng một cách học không tích tụ thành một gánh nặng, không bại hoại tâm thức mà trái lại để cho tâm thức được tự do tự tại? Nếu các ngài có tự hỏi điều ấy, không phải tự hỏi một cách thiên bạc phơ, mà tự hỏi một cách thâm sâu, hẳn các ngài thấy rằng mình phải tìm hiểu tại sao tâm thức lại bám víu vào uy lực. Dù là uy lực của một đạo sư, một vị cứu thế, một quyển sách hay chính kinh nghiệm sở đắc của mình, tại sao tâm thức lại bám víu vào uy lực như vậy?

Uy lực có nhiều hình tướng lắm. Có uy lực của những sách vở, có uy lực của giáo hội, uy lực của lý tưởng, uy lực của kinh nghiệm sở đắc của các ngài, và uy lực của sở tri mà các ngài đã thu thập. Tại sao ta bám víu vào uy lực? Mỗi một kỹ thuật cần phải có những uy lực của nó, việc ấy giản dị và dĩ nhiên. Nhưng đây chúng ta nói là nói về trạng thái tâm lý của tâm thức. Bỏ ra ngoài mọi vấn đề khả năng có tính cách kỹ thuật, tại sao tâm thức lại bám víu vào uy lực trong ý nghĩa tâm lý?

Dĩ nhiên là bởi vì nó sợ sự bất định, sợ nỗi bất an. Nó sợ điều xa lạ, những bất ngờ của ngày mai. Các ngài và tôi, chúng ta có thể nào sống mà không phải chịu một mảy may uy lực nào cả, uy lực hiểu theo ý nghĩa áp chế, xác quyết, tín điều cố chấp, hiếu chiến hung hăng, khao khát muốn thành công, thèm khát danh vọng, mong muốn làm một nhân vật nào đó? Có thể nào chúng ta sống trong thế gian này – vẫn đi làm việc thông thường, vân vân – mà vẫn có được tâm thái hoàn toàn khiêm từ? Điều này rất khó hiểu, phải thế? Nhưng tôi thiết nghĩ chỉ có tâm thái hoàn toàn khiêm tốn ấy – tâm thái luôn luôn chấp nhận rằng mình không biết – thì ta mới có thể tìm học được.

Bằng không thì ta cứ vẫn luôn luôn đang làm việc chưa nhóm, và thế là chẳng còn tìm học gì nữa.

Có thể nào ta sống ngày ngày trong tâm trạng ấy không? Các ngài có hiểu câu tôi vừa hỏi đấy không? Chắc chắn tâm thái thực sự tìm học tất nhiên không có một mảy may uy lực nào cả. Mà tâm thái ấy cũng không cần có uy lực nào cả, vì tâm thái ấy vẫn đang miệt mài tìm học, tìm học chẳng những về các sự vật bên ngoài, mà cả về những gì thuộc vào một phe nhóm nào, một xã hội nào, một chủng tộc nào hay một văn hoá nào. Nếu ta cần thường xuyên tìm học như vậy về tất cả mọi sự mà không chứa nhóm chi hết, thì làm sao có được một uy lực gì, một bậc thầy nữa? Làm sao ta có thể làm đệ tử cho bất cứ người nào? Và đó là cách duy nhất để sống: không phải bằng cách tìm học ở sách vở, mà bằng cách dùng lấy ánh sáng soi rọi từ những ý muốn của chính mình, từ những cử động nội tại của tâm niệm, từ bản thể hiện hoạt của mình. Bây giờ tâm thức mới luôn luôn được tươi nhuận, để nhận thấy mỗi sự vật bằng cái nhìn mới mẻ, chứ không bằng cái nhìn cũ rích phát từ kiến thức, từ kinh nghiệm, từ những gì mình đã học rồi. Nếu ta thực sự hiểu điều ấy cho thâm sâu, thì mọi nỗ lực sẽ dứt bật, và kẻ đang nói đây không còn chút quan trọng gì nữa hết.

Tâm thái phi thường mà chân lý tỏ lộ, sự bao la của thực tại, không ai có thể ban bố cho ngài được. Nơi đây vốn không có uy lực, không có người hướng đạo. Chính ngài phải tự mình khám phá phát minh nhờ đó đưa được chút ít lương thức vào cuộc hỗn loạn mà ta gọi là cuộc sống. Đó là một cuộc viễn hành ta phải đăng trình hoàn toàn cô đơn không bè không bạn, không vợ không chồng, không sách không vở. Chỉ có thể mở cuộc viễn du ấy khi ta thực sự nhận thấy rằng mình phải hoàn toàn độc hành. Bây giờ ta đích thị là cô tịch, cô tịch chẳng phải do vì tội hận cay đắng do vì yếm thế, do vì thất vọng, mà cô tịch vì ta nhận thấy cô tịch là tuyệt đối cần thiết. Chính điều ấy, và chính việc nhận thức điều ấy trao cho ta niềm tự tại khai phóng để ta độc hành. Sách vở, vị cứu rỗi, bậc đạo sư ư? Tất cả những thứ ấy đều là chính ngài. Chính ngài thăm dò thám hiểm tự tâm, ngài phải tìm học chính mình, nói thế không có nghĩa là phải chứa nhóm những tri thức về chính mình, cũng không có nghĩa là lấy đó để quan sát những động niệm của tự tâm ngài đâu. Ngài hiểu chứ?

Để tìm học chính mình, để tự biết chính mình, ngài phải tự quan sát mình một cách tươi tắn ung dung, một cách thoải mái tự tại. Ngài không tìm học chi được về chính mình, nếu ngài chỉ áp dụng những món sở tri, nghĩa là nếu ngài tự xem xét mình thể theo những điều ngài đã học được ở một giáo sư, ở một sách vở, hay ở kinh nghiệm sở đắc của chính mình.

Cái "chính tự thể của ngài" là một thực thể lạ lùng một sự thể phức tạp và sinh hệ linh động vô cùng, hằng hằng biến đổi và tiếp nhận đủ mọi thứ kinh nghiệm. Đó là một cơn xoáy động của một tính lực vĩ đại, và không ai có thể dạy cho ngài một điều gì về nó được, không một ai cả! Đó là điểm thứ nhất mình cần phải nhận thấy. Và khi ta đã nhận thấy, khi thật sự nhận thấy rõ đúng như vậy, tất ta đã thoát ly một gánh nặng này: ta không còn tìm hỏi lời chỉ dạy khuyên lơn về những gì nên làm và hương vị lạ lùng của niềm tự do đã phảng phát hiện nhiên ở đó rồi.

Thế thì tôi phải tự biết tôi, vì khi mà tôi vẫn không tự giác, thì không sao dứt được những xung chướng, không sao dứt được sợ hãi, thất vọng, không sao nhận hiểu được gì về cái chết. Khi ta tự hiểu ta, ta mới hiểu được toàn cả nhân loại, toàn cả những tương giao trong nhân loại. Tự hiểu mình là tìm biết xác thân và những phản ứng của các hệ thần kinh, là nhận thức mỗi một cử động của tâm niệm, là hiểu cái ta gọi là ganh ghét, bạo hành, và nhìn thấy được thế nào là yêu mến, thế nào là tình thương, thế nào là toàn bộ của "bỉ" và "thù".

Tiến trình ấy không cốt ở việc lập thành những nền móng của trí thức: mà tìm học là việc phát sinh trong từng chặp từng chặp một: là cuộc vận dụng để ta tự quan sát chính mình mãi mãi, không hề chê bỏ, không hề phê phán, không hề so lường, chỉ nhìn xem thôi. Hễ vừa chê bỏ, diễn dịch, hay so lường, là ta đã có một mẫu mực về trí thức, về kinh nghiệm. Mẫu mực này làm chướng ngại việc tìm học.

Cuộc chuyển hoá tận gốc rễ của quan năng tư tưởng chỉ có thể thực hiện là khi ta tự hiểu chính mình, đó là một chuyển hoá, thay đổi cần thiết. Tôi không dùng danh từ "thay đổi" trong ý nghĩa về những ảnh hưởng mà ta lãnh thọ của xã hội, của phong thổ, của kinh nghiệm hay của những hình thức áp lực khác. Các áp lực và các ảnh hưởng chỉ đưa đẩy ta vào một

đường hướng nào đó mà thôi. Mà đây tôi muốn nói tới một cuộc thay đổi phát sinh không còn cố gắng, nhờ ta đã hiểu chính mình. Có chỗ khác biệt lớn lao giữa cuộc thay đổi do cưỡng bách phát động, và thay đổi xuất sinh một cách như nhiên, tự nhiên, tự tại.

Nếu các ngài quả thật tỏ ra đôi chút nghiêm nghị - và kể ra, nếu chẳng nghiêm nghị thì ai lại đành chịu đựng bao nhiêu khó nhọc đường xa đến đây tham dự những cuộc nói chuyện giữa cơn nóng bức thế này – thì ba tuần lễ này sẽ đưa cho các ngài một dịp tốt để tìm học, để thật sự quan sát, để thám hiểm thâm sâu. Cố nhiên, các ngài thấy đấy, tôi nghĩ rằng cuộc sống của ta rất là thiển cận. Ta biết rất nhiều điều, ta đã thu hoạch nhiều kinh nghiệm, ta có thể nói năng rất lanh lợi, mà kỳ thực thì ta không có chiều sâu. Ta sống phớt bề ngoài, thế mà ta lại cố gắng cho cuộc sống thiển cận ấy thành một việc rất là nghiêm trọng. Nhưng nơi đây tôi muốn nói cái nghiêm trọng ta không đạt được ở giai tầng thô thiển cái nghiêm trọng sát tận trong những tầng sâu thẳm của bản thể. Thật quả phần đông chúng ta không được tự do tự tại. Tôi nghĩ rằng khi mà chúng ta không thoát ly khỏi các trói buộc, các thói quen, các nhu nhược ở nội tâm, các sợ hãi của ta, thì cuộc sống của ta cứ vẫn mãi hoài vô vị và rỗng tuếch mà thôi. Rồi ta sẽ già và chết đi trong thảm trạng ấy.

Vậy trong ba tuần này, ta hãy tìm xem coi có thể nào ta phá vỡ, xuyên thủng qua cuộc sống thiển cận mà ta đã quá nhiều công phu vun vén và có thể nào đào sâu vào một thực tại nào sâu thẳm hơn nữa chẳng. Tiến trình khai quật này không lệ thuộc vào một uy lực nào cả, vì đây không phải chúng ta đến nghe ai chỉ dạy cho ta khai quật cách nào, bởi không một ai chỉ dạy sự đó cho ta được cả. Việc chúng ta tới đây, là cùng nhau tìm học những gì chân thật trong mọi sự đó. Hễ ta thật sự hiểu được thực tại, thì mọi cuộc tầm cầu uy lực tất nhiên chấm dứt. Bây giờ ta không cần sách vở nào, không đến một giáo hội nào hay một miếu đường nào, ta đã không còn làm đệ tử nữa. Cuộc đời này có một vẻ đẹp vĩ đại, một thực tại hệ thậm thâm vi diệu một tình thương rộng lớn của tự tại tự do mà từ lâu chúng ta không biết gì tới cả, vì chúng ta không được tự do tự tại. Vậy để khởi sự, tôi thiết tưởng rằng sự chú tâm của ta phải đưa ta tra hỏi về cái tự tại tự do ấy, chẳng những bằng sự phân tích ở văn tự, mà phải bằng cách thoát ly văn tự.

Các ngài hãy xem trường hợp trực khởi này: ở đây nóng bức quá, chúng ta đã làm tất cả những gì ta có thể làm để cho trại này được đủ mát mẻ. Chúng ta không thể họp nhau được sớm hơn, vì nhiều người phải đến từ những nơi xa quá. Vậy ta phải chấp nhận sự nóng bức đây là thuộc vào cái bất tiện không sao tránh khỏi. Thì đây, ta phải tự chế ngự mình – không phải bằng những ép buộc nhận hiểu và tìm học thế nào là sự chế ngự tự kỷ. Ta có thể nhận thức sự nóng bức này và không lấy đây bực bội, vì chủ đích của chúng ta, vì cuộc truy tầm của chúng ta, là việc mà tôi gọi là tìm học, vốn quan trọng hơn sự nóng bức, hơn sự thiếu tiện nghi về thân xác nhiều lắm. Việc tìm học đòi hỏi một chế ngự tự chủ, tự nó đã là một sự chế ngự, một giới hạn rồi. Nó không hàm một cuộc gạn ép nào cả, một cuộc kiểm soát bề ngoài nào cả. Mà sự thể là thế này: tôi muốn nghe, chẳng những nghe những lời nói thôi, mà còn nghe tất cả những phản ứng do các danh từ đây khởi nơi tôi; tôi muốn nhận thức mỗi một cử động của tâm niệm tôi, mỗi một tình cảm, mỗi một hành vi. Tự việc ấy đã là một giới hạn vô cùng uyển chuyển.

Thế thì thiết tưởng điều trước nhất các ngài phải phát minh là thấy coi ngài – với tư cách là một con người đang sống trong một văn hoá nào hay trong một tập đoàn nào – quả thật sự ngài có cần được tự do tự tại như ngài cần ăn uống, cần sinh lý, cần sung sướng hay không. Và ngài cũng phải biết coi ngài sẵn sàng thuận hưởng tiến bước là bao xa và bao sâu để ngài được tự do tự tại. Tôi cho đây là việc duy nhất ta có thể làm ở buổi họp đầu tiên – hay đúng hơn, đây là việc duy nhất chúng ta có thể làm trong suốt ba tuần lễ này, vì đây là việc duy nhất ta có thể cùng chia sẻ với nhau: việc đó thôi chứ không việc gì khác nữa. Các ngài hiểu chứ? Tất cả những điều khác đều trở thành tình cảm nhẹ dạ, là sung ái, là xúc động và đó đều là ảo trí. Nhưng nếu các ngài và tôi thật sự chúng ta đang truy tầm đang tự hỏi thế nào là tự tại tự do, và thật sự tìm học; tự trung nếu chúng ta được tự do, thì cả thầy chúng ta đều sẽ được tham dự vào nguồn phong phú của thực tại này.

Như lúc bắt đầu tôi đã nói rồi, ở đây không có kẻ giáo chủ cũng chẳng có người đệ tử. Cả thầy chúng ta ở đây đều đang tìm học, nhưng không phải tìm học về người đang nói này, cũng không phải tìm học về những kẻ quanh ta. Chính tự tâm mình là cái mà các ngài đang tìm học. Và nếu các ngài là người đang nói, chính ngài là người ngồi bên cạnh ngài. Nếu ngài tự học về

mình thì ngài mới có thể thương yêu người ngồi bên cạnh ngài. Bằng chẳng vậy, thì ngài không thể thương yêu gì cả, và tất cả mọi sự rốt lại chỉ là những danh từ. Ngài không thể yêu thương được người ngồi bên cạnh ngài nếu ngài có lòng ganh đua tranh chấp. Toàn cả cơ cấu xã hội chúng ta – về kinh tế, về chính trị, về luân lý, về tôn giáo – căn cứ ở sự ganh đua, tranh chấp, thế mà đồng thời ta lại bảo rằng chúng ta phải yêu thương người thân cận mình. Việc đó thế nào mà có được, vì ở đâu có sự ganh đua, tranh chấp thì ở đấy không sao có được tình thương.

Để nhận hiểu thế nào là tình thương, thế nào là chân lý, thì sự tự tại tự do là điều cần thiết, và không một ai có thể ban bố cho ngài được tự do tự tại. Tự ngài phải khám phá cho chính ngài bằng cả lao lực gian nan kiên trì.

## 2.

Hôm rồi, khi chúng ta họp mặt tại đây, tôi có nói về việc cần thiết phải có tự do, và tôi không dùng danh từ ấy ở nghĩa tự do bề ngoài hay phiến diện, tại một vài giai tầng của tâm thức, mà nói phải tự do một cách toàn triệt – tự do ngay tận ở gốc rễ của quan năng tư tưởng chúng ta, trong tất cả mọi động tác của chúng ta về mặt thân xác, mặt tâm lý và mặt tâm thần. Sự tự do ngụ hàm việc vong bật trọn vẹn mọi vấn đề, có phải thế không? Vì khi mà tâm thức được tự do thì nó có thể xem xét và tác động một cách hoàn toàn tỏ suốt, nó có thể trả lại tự thế, không một mảy may gì mâu thuẫn. Theo tôi, cuộc sống đa đoan đầy những vấn đề – dù là vấn đề về kinh tế, xã hội, riêng tư hay công cộng – vốn tổn hại hay bại hoại sự sáng suốt. Và hẳn ta cần phải tỏ ra sáng suốt. Ta cần có cái tâm thức nhận thấy tỏ suốt mỗi vấn đề lúc nó vừa xuất hiện. Cần một tâm thức khả dĩ biết tư tưởng mà không rối loạn, trước nhiệm, một tâm thức có tư chất lưu luyến, yêu thương – lưu luyến và yêu thương ở đây không dính líu chi với tình xúc động và thói đa cảm.

Đề được tâm thái tự do ấy – điều này khó hiểu vô cùng và đòi hỏi một công phu quan sát rất tường tận – ta phải có cái tâm thức tịnh định và tịch lặng, một tâm thức tác động vận dụng trọn vẹn, chẳng những ở mặt ngoài, mà tận cả ở trung điểm. Sự tự do này không phải là một sự thể trừu tượng, không phải là lý tưởng. Sự vận hành của tâm thức tự do là một thực tại. Sự vận hành của tâm thức tự do là một thực tại, không mảy may gì liên hệ với những lý tưởng và những sự thể trừu tượng. Sự tự do ấy phát sinh một cách tự nhiên, như nhiên – tuyệt chẳng do cưỡng ép, giới hạn, chế ngự, kiểm soát hay khuyến dụ gì, khi ta hiểu được toàn bộ tiến trình của những vấn đề: hiểu rõ chúng xảy đến thế nào và dứt bật thế nào. Vì, thực sự, chúng khuấy loạn tâm thức và khi ta trốn tránh chúng, ta vẫn còn mắc phải tổn thương, trói buộc, không tự do. Không giải trừ được mỗi vấn đề vừa khi nó xuất hiện, dù ở một giai tầng nào cũng thế – như về mặt thể xác, tâm lý, xúc cảm – thì tâm thức ấy không thể có tự do, và tất nhiên tư tưởng tri kiến, nhận thức không thể tỏ suốt.

Phần đông con người thường có những vấn đề, nghĩa là có những dao động trong tâm thức, chúng trú tại hình thành ra vì sự ứng đáp của ta đã không đủ sức tương nhập trọn vẹn với một hoàn cảnh bằng toàn thể bản chất của ta, hay do vì ta đã quen thói chấp nhận hoàn cảnh đó và thuận chiều với nó, cứ thế mà khiến cho ta hoá ra hôn trầm. Sở dĩ có vấn đề là vì ta không đối mặt thẳng với mỗi hoàn cảnh và không soi chiếu nó chí tận tột cùng, không phải đợi mai hẹn một, mà soi chiếu nó ngay khi nó vừa phát hiện trong mỗi phút mỗi giờ, mỗi ngày.

Mọi vấn đề đều góp phần vào việc huỷ hoại sự tự do. Dù vấn đề trú tại bất luận giai tầng nào ở ý thức hay ở vô thức, nó cũng đều đưa vào đây một yếu tố mà ta vốn không hiểu được cho trọn vẹn. Khi thì đó là một nỗi khổ đau hay một sự bất an ở thể xác, khi thì đó là cái chết của một người nào, hoặc nữa là sự thiếu hụt bạc tiền, hay có lẽ đó là sự bất lực không tìm ra Thượng đế quả là thực tại hay chỉ là một danh từ không thực chất. Và cũng có khi là những tương giao với người trong đời tư hay giữa đời công, trong cá nhân hay với đoàn thể. Không hiểu được toàn bộ các mối tương giao ấy, là càng đẩy sinh thêm những vấn đề gây nên nơi phần đông chúng ta những bệnh tật ở thân và ở tâm có thể tổn hại tâm trí ta. Rồi cuu mang những gánh nặng ấy, ta phải nương nhờ vào bao hình thức thoát ly trốn tránh: chúng ta phượng thờ nhà nước, chúng ta chấp nhận một uy lực nào đó, chúng ta cầu xin một người nào đó để họ giải quyết giùm những nỗi khó khăn của ta, chúng ta buông thả vào việc lải nhải vô ích là tụng đọc kinh kệ, chúng ta rượu chè, chúng ta dâm dật, chúng ta thù ghét, chúng ta đâm ra tủi phận thương thân, vân vân.

Chúng ta đã tạo dựng cả một hệ thống rất đầy những lối thoát ly trốn tránh – hoặc có tính cách hữu lý hoặc phi lý, hoặc có tính cách tâm loạn hay có vẻ trí thức – có thể khiến ta chấp nhận được hết tất cả mọi vấn đề nhân sinh phát hiện đến, tức là khiến ta cứ thuận chiều theo chúng. Nhưng kỳ thực là chúng đẩy sinh bao rối loạn trong tâm ta thành thử tâm ta không hề được tự do bao giờ cả.

Không biết các ngài có cảm thấy một điều cần thiết như tôi – mà cần thiết không phải cần thiết một phần, không phải cần thiết chỉ trong một thời do vì

bất ngờ các ngài gặp phải một hoàn cảnh nào đó mà cần thiết tuyệt đối, từ lúc ta suy xét đến đây tới dĩ chí hết cuộc đời ta – cần thiết chẳng nên đeo mang bất cứ một vấn đề nào cả. Nếu ta nhận thấy sự cần thiết ấy, không phải nhận thấy trong trừu tượng, mà nhận thấy rõ rệt như ta nhận thấy sự cần thiết của món ăn vật uống và của không khí tươi mát, thì sự nhận thức như vậy thành là cái cội nguồn cho các động tác của ta vừa trong tâm thức vừa trong vật lý thường nhật. Cái cần thiết đó phải hiện diện trong mọi việc ta làm, mọi điều ta nghĩ, và mọi điều ta cảm.

Vậy sự thoát ly mọi vấn đề là điều chúng ta quan tâm lưu ý – ít ra là trong buổi họp sáng nay. Có lẽ mai này ta sẽ đề cập bằng một cách khác, nhưng không can hệ chi: chỗ quan trọng là có nhận thấy rằng cái tâm thức xung chướng là cái tâm thức phá hại, vì nó cứ thường xuyên thất thế bại hoại. Sự thất thế bại hoại của tâm thức không phải do ở chỗ già nua tuổi tác – hay ở chỗ niên thiếu trẻ trung – mà bại hoại nảy sinh khi tâm thức bị rối loạn với nhiều xung chướng đích thị là mầm giống của những cơ bại hoại và những cuộc mục nát. Nếu các ngài nhận thấy điều ấy, thì câu hỏi đặt ra tất là như vậy: làm sao giải trừ được trạng thái ấy. Nhưng trước tiên tự mình phải nhận thấy chân lý này: Hễ còn đeo mang một vấn đề thuộc bất cứ loại nào, ở bất cứ giai tầng nào, trong bất cứ thời hạn bao lâu, thì tâm thức không thể có tư tưởng tỏ suốt được, không thể nhận thấy các sự vật đúng y các sự vật, nghĩa là thấy một cách táo bạo, thấy một cách tàn nhẫn, tuyệt không xúc động gì cả, tuyệt không hề tự lấy làm tủi phận thương thân.

Phần đông chúng ta đã quen thói trốn tránh ngay khi một vấn đề vừa xuất hiện, ta thấy rất khó sống cùng với nó, khó quan sát nó thôi, không phải diễn dịch, không phải chê bỏ hay so sánh, không tìm cách biến đổi nó hay chen xen vào đây bằng cách này hay cách khác. Việc này đòi hỏi một sự chú ý trọn vẹn; nhưng với chúng ta thì có gì nghiêm trọng để cho ta chú tâm trọn vẹn đâu. Chúng ta sống thiển cận và chúng ta dễ tự mãn với những lối ứng đáp dễ dàng, với những phản ứng cấp thời. Ta muốn lãng quên đi các nỗi khó khăn của ta, dẹp nó qua một bên để bắt sang việc khác. Chỉ khi vấn đề đụng chạm ta một cách mật thiết, chẳng hạn như lúc xảy ra một cái chết nào đó hay việc hết nhãn tiền bạc, hay chỉ khi chồng hoặc vợ bỏ lìa xa lánh mình – chỉ bấy giờ thì vấn đề mới trở thành cơn khủng hoảng. Nhưng ta không hề để cho một khủng hoảng đích thực nào phát sinh được trong đời

ta, ta luôn luôn né tránh dẹp bỏ nó bằng những sự giải thích, bằng những danh từ, bằng bao phương thức di biệt để thúc thủ tự vệ.

Chúng ta đã biết thế nào là một vấn đề chứ. Đó là một sự thể mà ta không thâm nhập tận cùng, đến chốn đến nơi. Chưa hiểu được trọn vẹn, tức là sự thể ấy không được tháo gỡ, nó cứ trở đi trở lại mãi mãi và mãi mãi. Muốn hiểu được nó, ta phải cần hiểu được những mâu thuẫn – những mâu thuẫn cực độ, cũng như các mâu thuẫn thường ngày – của bản thể ta: ta nghĩ một đằng và ta làm đi một ngả, ta nói một điều này mà tâm cảm của ta lại khác hẳn đi. Có cái xung đột xảy ra giữa kính trọng và khinh bỉ, giữa tính lỗ mãng và sự lễ độ. Một đằng khi tâm ý hung hăng, ngạo nghễ, mà đằng khác thì lại ra trò khiêm cung. Các ngài hẳn biết vô số những mâu thuẫn của ta, những mâu thuẫn hữu thức hay tiềm tàng, vậy thì chúng phát sinh như thế nào?

...Xin các ngài, như tôi vẫn hay nói xin các ngài đừng nghe người này thôi, mà các ngài hãy nghe cả tâm niệm của chính các ngài nữa; các ngài hãy quan sát sự vận dụng tác hàng các phản ứng của các ngài, các ngài hãy ý thức các ứng đáp của các ngài khi một câu hỏi vừa đặt ra, để các ngài tự hiểu biết chính mình cho chín chắn hơn nữa.

Thế thường, mỗi khi gặp vấn đề, ta muốn biết cách thức gì để giải quyết chúng, cách gì để đối phó chúng, làm sao thắng ngự chúng làm sao rút bỏ chúng, hay cách gì để giải quyết chúng. Tôi không hề lưu tâm mảy may gì với tất cả những thứ ấy. Đây tôi chỉ muốn biết do đâu mà các vấn đề xuất hiện, vì nếu tôi tìm thấy được gốc rễ của chỉ nội một vấn đề thôi, hiểu được rõ rệt căn nguyên của nó theo đuổi nó chí tận chỗ tột cùng của nó, thì tôi tất hiểu rõ được cả thấy mọi vấn đề. Nếu biết cách xem xét độc nhất một vấn đề nào cho toàn triệt thì tôi sẽ có thể hiểu được mọi vấn đề phát hiện trong tương lai.

Vậy các vấn đề tâm lý xuất hiện cách nào? Ta hãy xem xét chỗ này trước, vì ta biết rằng chúng làm bại hoại mọi hành vi động tác trong cuộc sống. Chỉ khi ta hiểu được và giải trừ chúng ngay trong khoảnh khắc vừa phát hiện mà không ghi nhớ lưu chuyển chúng đến giờ phút kế tiếp hay đến ngày kế tục thì ta mới có thể thu nhận mỗi hoàn cảnh mới mẻ một cách tươi nhuận

và sáng suốt. Cuộc sống của ta là một tràng gồm toàn những thách thức xúc sự và những phản hồi ứng đáp, và tất cả chúng ta phải ứng phó mỗi xúc sự một cách trọn vẹn, bằng không thì mỗi khoảnh khắc mới sẽ đem lại cho ta những vấn đề mới khác nữa. Các ngài hiểu chứ? Chỉ một điều đáng để tôi lưu tâm thôi, đó là được tự do, đó là không có những vấn đề – những vấn đề về Thượng đế, về tính dục: không có bất cứ vấn đề về bất cứ điều gì. Nếu Thượng đế trở thành một vấn đề cho tôi, thì Thượng đế không đáng cho tôi phải tìm tòi, vì muốn tìm thấy khám phá coi ra chẳng có một cái gì ấy khả dĩ gọi là Thượng đế, một thực thể tối thượng vượt qua sự so lường của tưởng niệm thì tâm thức tôi phải cần được trong suốt, bắt niêm, chẳng bị một vấn đề nào ngăn ngại cả.

Bởi lẽ đó nên ngay từ lúc đầu tôi đã nói rằng tự do là một điều cần thiết. Có người bảo với tôi rằng chính Karl Marx – thượng đế của những người cộng sản – cũng có viết rằng con người phải được tự do. Theo tôi, tự do lại là điều tuyệt đối cần thiết – tự do ngay từ đầu, đến giữa, cho đến chỗ cuối cùng – và tự do bị phủ nhận đi nếu tôi đeo mang một vấn đề sang qua ngày mai. Thế có nghĩa là chẳng những tôi phải tìm thấy coi nó xuất hiện như thế nào, mà còn cho biết làm sao xoá bỏ nó trọn vẹn, xoá bỏ như chặt phất nó đi, cho nó không còn tái diễn, cho nó đừng kéo dài lê thê, cho tôi khỏi nghĩ nhớ tới nó nữa để hòng mai kia một nọ tìm thấy giải đáp. Nếu tôi mang chuyện nó sang qua ngày mai, tức đấy là tôi tạo đất cho nó mọc gốc chầm rể, rồi việc cắt tỉa vấn đề lại thành ra là một vấn đề khác nữa. Vậy tôi phải cương quyết tức thời chặt đứt để nó được hoàn toàn dứt bật.

Các ngài đã thấy rõ sự thể là vậy. Dù vấn đề về vợ con hay về việc thiếu hụt bạc tiền hoặc về Thượng đế, dù bất về vấn đề gì, ta phải tìm xem nó xuất hiện thế nào và làm sao chấm dứt nó tức khắc.

Điều tôi nói đây không vô lý đâu. Tôi đã dẫn giải với các ngài một cách rõ ràng, minh bạch, chỗ cần thiết phải chấm dứt các vấn đề và đừng kéo dài chúng ngày này sang ngày nọ. Các ngài có hỏi chi về mấy điều vừa nói hay chẳng?

Hỏi (H): *Tôi không hiểu tại sao ngài nói rằng tiền bạc không phải là một vấn đề?*

Krishnamurti (K): Tiền bạc là một vấn đề cho nhiều nhiều lắm. Tôi không hề bảo tiền bạc không phải là một vấn đề. Tôi nói vấn đề là một điều mà ta không hiểu được trọn vẹn, dù về tiền bạc, về tính dục, về Thượng đế, về những mối tương giao của ngài với vợ, với một người thù ghét ngài – bất luận về sự việc gì. Nếu tôi mắc bệnh, hay tôi thiếu hụt tiền bạc, thì điều ấy trở thành một vấn đề tâm lý rồi. Có khi những tham muốn tính dục cũng trở thành vấn đề nữa. Đây chúng ta đang xét coi các vấn đề tâm lý xuất hiện thế nào, chứ không xét coi phải xử sự thế nào với mỗi trường hợp đặc biệt. Ngài hiểu đấy chứ? Tuy thế, quả thực là giản dị!

Ngài biết chẳng, ở Đông phương có những kẻ lìa bỏ thế gian rồi lê chân từ làng này sang làng khác với một cái bát ăn xin. Những người gọi là giai cấp Bà La Môn ở Ấn Độ từ bao thế kỷ nay đã lập thành cái phong tục là người nào lìa bỏ thế gian phải được tôn kính, được cho ăn cho mặc. Đối với người ấy, dĩ nhiên tiền bạc không thành là vấn đề rồi. Nhưng đây tôi không bào chữa gì cho cái phong tục ấy đâu! Tôi chỉ muốn dẫn giải rằng phần đông chúng ta vốn có vô số những vấn đề có tính cách tâm lý. Không phải ngài có những vấn đề tâm lý như vậy, chẳng những về tiền bạc, mà cả về việc tính dục hay về Thượng đế, hay về những mối tương giao của ngài với người khác? Chẳng phải ngài không bận tâm lo lắng muốn biết coi ngài có được người này kẻ nọ thương yêu hay không sao? Thí dụ như tôi có ít tiền quá và tôi muốn có nhiều thêm, thì việc ấy trở thành một vấn đề. Tôi lấy đó làm lo phiền và trong tâm tôi dấy sinh xao xuyến, hoặc tôi hoá ra đổ kỵ ganh ghét vì ngài có nhiều tiền hơn tôi chẳng hạn. Những điều đó bóp méo nhận thức của ta đi và đó là điều chúng ta đang nói đến. Chúng ta đang tìm xem những khổ tâm đó xuất hiện như thế nào. Thiết tưởng tôi đã nói điều ấy khá rõ ràng rồi – hay ngài muốn tôi nói thêm cho rõ nữa?

Dĩ nhiên, một vấn đề xuất hiện khi nơi tôi có cuộc mâu thuẫn. Nếu không có mâu thuẫn ở một giai tầng nào hết, tất chẳng có vấn đề gì cả. Nếu tôi không có tiền, tôi sẽ làm việc, tôi sẽ đi ăn xin, tôi sẽ vay mượn – tôi sẽ làm một việc gì đó vậy thôi và điều đó sẽ không là một vấn đề.

H: *Nhưng nếu ngài không làm được gì cả thì sao?*

K: Ngài muốn nói gì: ngài không thể làm gì được hết ấy ư? Nếu ngài có được một kỹ thuật gì hay một tri thức gì có tính cách chuyên môn, thì ngài trở thành thế này hay thế khác. Nếu ngài không làm gì khác được, thì ngài đi gánh đất vậy, cũng xong.

H: *Đến độ tuổi nào đó, một người không thể làm việc gì nữa hết.*

K: Thì kẻ ấy có tiền bảo kê bảo hiểm cho tuổi già.

H: *Không, người đó không có tiền bảo kê nào cả.*

K: Thì hẳn chết vậy, và không có vấn đề gì nữa. Nhưng vấn đề này không phải là vấn đề của chính bà, thưa bà?

H: *Đó không phải là vấn đề của chính tôi.*

K: Vậy thì bà nói là nói về một người nào khác, thế thì ta lạc đề rồi. Ở đây, chúng ta nói về chính bà, với tư cách là một con người có những vấn đề, chứ không nói về một người thân thuộc hay một thân hữu nào khác.

H: *Người đó không còn ai ngoài tôi để lo cho người. Có thể nào tôi đến nghe ngài và lại cho người ấy khổ sở?*

K: Thì bà đừng đến vậy.

H: *Nhưng tôi lại muốn đến.*

K: Thế thì bà chớ lấy đó làm thành một vấn đề.

H: *Có phải ngài bảo rằng tâm thức vốn có thể vượt lên trên một hoàn cảnh rắc rối hay bực dọc, như việc thiếu tiền bạc đây chẳng hạn?*

K. Không phải thế. Ngài thấy chăng, ngài đã trả lời trước tôi bằng cách lo tìm giải quyết một vấn đề. Ngài muốn biết coi ngài nên xử sự thế nào với vấn đề, mà tôi thì chưa nói tới việc đó. Tôi chỉ mới đặt vấn đề ra đấy mà thôi, chứ chưa nói đến cách giải quyết nó. Khi ngài nói rằng tâm thức phải

vượt lên trên vấn đề hay khi ngài hỏi người bà con hoặc người bạn tuổi già và không có tiền bạc kia phải làm sao, thì ngài có nhận thấy ngài đang làm gì đấy chẳng? Ngài chỉ trốn tránh sự kiện hiện thực... Xin đợi cho một phút! Ngài hãy nghe tôi chút đã. Đừng chấp nhận, cũng đừng gạt bỏ điều tôi nói, ngài hãy chỉ nghe thôi. Ngài không chịu nhìn nhận sự kiện hiện thực rằng vấn đề ấy là vấn đề của chính ngài, chứ chẳng phải vấn đề của một người nào khác. Nếu ngài quyết giải quyết nó xong như một con người, ắt ngài sẽ giúp hay không giúp được người kia, tùy trường hợp, cho họ giải quyết vấn đề của họ. Nhưng hễ ngài xen vào các vấn đề khác và tự hỏi mình: "Tôi phải làm gì đây?", thế là ngài tự đặt mình vào một hoàn cảnh vô phương giải đáp, và như vậy, việc ấy dĩ nhiên thành là một mâu thuẫn... Không biết ngài có hiểu tôi rõ hay không.

*H: Tôi dốt nát do vì một bệnh tật phát sinh lúc tôi còn bé, và điều này đã là một vấn đề lớn lao cho tôi trong suốt đời tôi. Làm sao tôi giải quyết nó đây?*

K: Cả thầy các ngài đều quá đổi lo toan tìm cho được những giải pháp, có phải thế không? Nhưng tôi lại không như vậy. Tôi rất tiếc. Ngay ở buổi đầu của những cuộc đàm đạo này, tôi đã nói rằng tôi không để tâm lo giải quyết những vấn đề gì của các ngài, cả của tôi nữa. Tôi không phải là người trợ giúp cho các ngài. Chính ngài là thầy của mình, là giới luật của mình. Các ngài đến đây để tìm học chứ không phải đến để nhờ ai chỉ cho các ngài phải làm thế này và đừng làm thế khác. Không phải đến đây để biết coi phải xử sự thế nào đối với trường hợp một người liệt bại, hay nghèo túng, hay dốt nát, đại loại như thế, đại loại như vậy. Các ngài đến đây để chính mình tự tìm học những vấn đề mà các ngài đang có, chứ không phải đến đây để được tôi dạy bảo... Vậy xin các ngài đừng đặt tôi sẽ thành là một đức thầy, một đạo sư, và tôi sẽ cộng thêm cái mớ ngu xuẩn trục lợi ấy vốn đã có trong thế gian này rồi. Vậy các ngài và tôi, chúng ta đến đây để tìm học, không phải để được ai dạy dỗ. Chúng ta tìm học không phải bằng việc nghiên cứu, bằng kinh nghiệm, mà bằng tinh thức, bằng cách hoàn toàn nhận thức chính bản thể mình. Thế thì những tương giao giữa chúng ta có khác hẳn với tương giao giữa sư và đệ. Người nói đây không phải đang dạy dỗ gì các ngài, cũng chẳng đang bảo các ngài những gì phải làm – nếu thế thì đủ là quá đổi khờ dại non nớt.

H: *Khi ta không thể nhận thấy được tất cả những gì hàm ngụ trong một vấn đề, thì làm sao ta vào tận gốc rễ và giải quyết nó?*

K: Tất cả các ngài đều nôn nóng gấp rút muốn biết phải làm gì đến nỗi các ngài không cho tôi có thời giờ vào sâu đề tài. Xin các ngài hãy nghe trong đôi phút vậy. Đây tôi không bảo cho các ngài phải làm những gì về các vấn đề của các ngài, tôi đang dẫn giải phải tìm học cách nào, tìm học là gì, và rồi các ngài sẽ tìm thấy ra rằng khi nào có thể thâm nhập được vào việc học như vậy thì vấn đề tự chấm dứt. Nhưng nếu các ngài cứ đòi kẻ khác đưa cho các ngài một giải pháp, thì các ngài hoá ra như đứa trẻ vô trách nhiệm để cho người điều khiển, để rồi các ngài sẽ gặp xiết bao nỗi khó khăn thêm lên. Nói thế quá rõ ràng và giản dị rồi, vậy xin các ngài một lần này thôi, các ngài hãy ghi lấy cho mình bạch trong tâm trí. Chúng ta đến đây để mà tìm học, không phải để được phó thác cho ký ức những gì ta đã được nghe; nhưng với những lối nhái đi lặp lại ấy, ký ức không xuất khởi được sự giải trừ các vấn đề. Chỉ có sự trưởng thành may chăng là sự vận hành của việc tìm học đây thôi. Dùng cái sở tri, dùng sự ghi chép vào ký ức, để giải quyết những vấn đề của con người, xuất phát từ sự thiếu trưởng thành và chỉ khiến gia tăng thêm nhiều những vấn đề bằng cách tạo tác thêm những sự qui thuận công thức ước lệ mới khác.

Muốn giải quyết một vấn đề, đó chỉ là muốn lo trốn tránh nó thôi, có phải thế không? Tôi không thâm nhập nó, tôi không xem xét nó, không thăm dò thám hiểm nó, không hiểu được nó, tôi không nhận biết cái đẹp của nó hay cái xấu của nó, hay chỗ thâm sâu gì của nó cả. Mỗi bận bịu lo lắng duy nhất của tôi là giải quyết nó cho kỳ được, là đẹp nó qua một bên cho rồi đi. Cái ý muốn nôn nóng này khiến ta giải quyết một vấn đề nhưng đã không hiểu được nó, đích thị đó là một sự trốn tránh, và dĩ nhiên lại trở thành một vấn đề thêm nữa. Mọi trốn tránh đều kết liễu ra như thế hết.

Thí dụ như tôi có một vấn đề và tôi muốn hiểu được nó cho trọn vẹn. Tôi không muốn trốn tránh nó, tôi không muốn cứ bàn suông nói suông, tôi không cần phải đem ra nói với ai hết. Tôi chỉ muốn một việc độc nhất là hiểu được nó mà thôi. Tôi không cần hỏi ai để cho họ bảo tôi phải làm gì với vấn đề này. Tôi thấy rằng chẳng một ai bảo cho tôi được, và nếu có ai bảo tôi và tôi chấp nhận những lời họ dạy bảo, thì đó là một cách hành động

ngu xuẩn và phi lý. Vậy tôi phải tìm học chẳng để ai dạy, và trong khi xem xét trường hợp hiện tiền này tôi cũng không lấy những gì tôi học được ở các vấn đề trước đem chen xen vào đấy. Ô! Các ngài không nhận thấy cái đẹp trong sự việc ấy sao kìa!

Ngài biết thế nào là sống trong hiện tại không? Không. Tôi e rằng không. Sống trong hiện tại là tuyệt không có mảy may liên tục nào cả. Nhưng chúng ta sẽ nói điều này trong dịp khác.

Đây tôi có một vấn đề mà tôi muốn hiểu nó được tạo thành do những gì. Để tìm học vấn đề này, tôi không thể đem xen tạp vào đó những kỷ niệm của quá khứ để giải quyết nó vì ở đây tôi đứng đối diện trước một sự việc mới lạ, tôi phải xem xét nó một cách tươi nhuận chứ không phải bằng những ký ức chết cứng, ngu xuẩn. Sự việc đây vốn linh hoạt, vậy tôi phải xét nó trong chỗ hiện tiền linh động của nó, và yếu tố thời gian tất phải được gác dẹp đi hoàn toàn.

Tôi muốn biết coi những vấn đề tâm lý xuất hiện thế nào. Như tôi đã nói, tôi muốn hiểu được toàn cơ cấu bản nguyên của nó để do đó tôi thoát ly khỏi sự cấu tạo ấy, để mà tôi biết xử sự cách nào đối với tiền bạc, với vấn đề tính dục, với sự thù ghét, với tất cả những gì có liên hệ trong đời. Làm như thế, ý tôi muốn nói là bằng cách tìm thấy các vấn đề xuất hiện như thế nào chứ không phải bằng cách tìm cách giải quyết chúng, thì tôi sẽ không dấy tạo thêm những vấn đề tâm lý nữa. Ngài hiểu kịp ý tôi chứ? Không một ai bảo cho tôi biết những vấn đề xuất hiện thế nào: chính tôi phải tự hiểu lấy điều ấy.

Trong khi khai phá thâm nhập vào bên trong tâm tư, xin các ngài cũng thâm nhập vào tự tâm các ngài, chứ đừng chỉ nghe những danh từ của tôi. Nếu không nhìn xem ở tự tâm mình, và nếu các ngài không vượt qua lên trên những danh từ, tất những danh từ không trợ giúp chi cho các ngài được; chúng sẽ chỉ là một sự trừu tượng, chứ chẳng phải là một thực tại. Mà thực tại là chính cái cơ vận hành khám phá nội tại, chứ chẳng phải sự dẫn khởi ngôn từ dùng về cơ sở vận hành ấy. Điều này minh bạch chứ?

Theo tôi, như tôi đã nói, tự do là điều tối ư quan trọng. Nhưng nếu không

thông minh ắt không hiểu được tự do, và sự thông minh chỉ có thể nảy sinh là khi ta đã hiểu được trọn vẹn nguyên lai, căn cội của các vấn đề. Tâm thức phải nhanh nhẹn, chú ý, tâm thức phải mẫn cảm tốt độ, để giải trừ ngay khi vấn đề vừa phát sinh. Bằng chẳng vậy, hẳn không có tự tại đích thực, mà chỉ có cái tự do manh mún bề ngoài, không giá trị gì. Không khác gì như kẻ giàu kia tự cho là mình tự do. Trời đất ơi! Kẻ ấy chỉ là nô lệ cho rượu chè của hắn, cho dục tình của hắn, cho sự tiện nghi của hắn, cho cả tá sự vật. Và kẻ nghèo nói: "Tôi tự do vì tôi không có bạc tiền", thì lại có bao nhiêu vấn đề khác nữa. Vậy tự do, và việc duy trì sự tự do ấy, không thể chỉ là một sự việc trừu tượng được, cả hai tâm thái đều thiết yếu cho mỗi người ở chỗ mình là một con người vì chỉ khi ta tự do, ta mới có thể yêu thương. Làm sao có thể yêu thương gì được nếu ta tham vọng, thèm muốn, ganh đua, tranh chấp?

Xin các ngài chớ nên chấp thuận. Thế là các ngài chỉ giao cho một mình tôi làm hết mọi việc đây thôi.

Tôi không biết gì với việc giải quyết một vấn đề, cũng không màng đi tìm kiếm ai khả dĩ giúp tôi giải quyết nó. Không một sách vở, một bậc tôn sư, một giáo hội, một linh mục hay một vị cứu thế nào có thể bày vẽ cho tôi cách thức gì để giải quyết vấn đề cả. Chúng ta đã từng chơi cái mừng ấy trong mấy nghìn năm rồi và chúng ta vẫn còn mang nặng đầy những vấn đề. Đi nhà thờ, đến xưng tội, lo cầu nguyện, những thứ ấy không hề giải quyết được các vấn đề gì cả. Các vấn đề sẽ cứ gia tăng, như ta đang nhận thấy hiện giờ. Vậy, hỏi chứ các vấn đề xuất hiện thế nào?

Như tôi đã nói, hễ ở tự tâm không còn mâu thuẫn, thì chẳng còn vấn đề. Mà cuộc mâu thuẫn nội tại tất hàm ý có cuộc xung chương giữa các ý muốn, có phải thế không? Nhưng một ý muốn, tự nó, vốn chẳng bao giờ mâu thuẫn. Mà chính những món vật – đối tượng – của ý muốn mới dấy sinh mâu thuẫn với nhau. Do vì tôi họa được mấy bức tranh hay do vì tôi viết vài cuốn sách, hoặc do vì chút việc tầm phào nào tôi làm được, tôi phát sinh ý muốn được danh vọng, tiếng tăm. Rồi hễ không ai biết danh tôi, là tôi lâm vào trạng huống mâu thuẫn và lấy đó làm điều khổ sở. Tôi sợ sự chết chẳng hạn – cái chết mà tôi không hiểu nổi – rồi trong cái tôi gọi là tình thương lại phát sinh mâu thuẫn. Thế là tôi nhận thấy rằng thật ra các ý muốn là căn cội của

những mâu thuẫn, nhưng không phải chúng, mà chính những đối tượng của chúng mới có tính cách mâu thuẫn. Nếu tôi cố gắng thay đổi hay gạt bỏ những đối tượng của các ý muốn của tôi bằng cách bám vào một đối tượng nào trong đó và loại trừ tất cả mọi đối tượng khác. Giải quyết như vậy lại trở thành một vấn đề nữa, vì tôi phải chống kháng, xây dựng lên bức tường ngăn cách đối lại mọi sự khác. Thế thì tôi không nên lo thay đổi hay giảm bớt những đối tượng của các ý muốn, mà phải nhận hiểu chính những ý muốn ấy.

Các ngài có thể tự hỏi rằng các ý muốn có những tương quan gì với các vấn đề tâm lý. Chúng ta vừa thấy rằng không phải chính những ý muốn, mà là những đối tượng của các ý muốn, hay những mục tiêu tương khắc của chúng đã dấy sinh ra những mâu thuẫn cùng những xung chướng nội tại, và có ra công cố gắng để chỉ muốn duy một điều thôi thì quả là vô ích. Ông linh mục kia có thể nghĩ rằng ông ta chỉ mong chứng đạt Thượng đế mà thôi, nhưng ông lại cuu mang vô số những thèm khát mà ông không ý thức. Vậy ta cần phải hiểu bản chất của các ý muốn chứ chẳng nên chỉ ung lo kiểm soát hay phủ nhận chúng. Hết thầy các kinh điển tôn giáo đều bảo phải tận diệt chúng, đều bảo không nên có những ý muốn, điều ấy thực là ngô nghê. Ta phải hiểu các ý muốn xuất hiện ra sao và cái gì làm cho chúng được liên tục, chứ không phải tìm cách chấm dứt chúng. Thật sự nhận thấy các ý muốn xuất hiện ra sao, thì rõ là khá giản dị: trước tiên có nhận thức, tiếp xúc, cảm giác – dù không tiếp xúc cũng vẫn có cảm giác – rồi từ đó bắt đầu nảy sinh ra ý muốn. Chẳng hạn tôi thấy một chiếc xe hơi: đường nét của chiếc xe, hình thể của nó, vẻ đẹp của nó lôi kéo hấp dẫn tôi, và tôi muốn được chiếc xe ấy. Tuy nhiên, huỷ diệt các ý muốn, tức là không còn ý thức cảm nhận được gì nữa cả. Chứ hễ tôi vừa ý thức cảm nhận thì tôi đã kẹt vào vòng tiến trình của ý muốn rồi. Tôi thấy một vật gì đẹp, một người đàn bà đẹp, hay những sự thể gì khác đại loại như thế, thì các ý muốn liền phát sinh; hoặc tôi thấy một người hết sức thông minh và chân chính, tôi muốn giống được như người ấy. Do nhận thức nảy sinh có cảm giác, và do cảm giác nảy sinh thành ý muốn. Sự kiện này này không có gì là rắc rối cả. Sự phức tạp bắt đầu là khi có tư tưởng xen vào: tôi tưởng nghĩ đến chiếc xe kia, đến người đàn bà nọ hay đến người mà tôi muốn mình được giống như thế, và do cái tưởng niệm này, ý muốn liền được liên tục vậy. Bằng không thì không có liên tục gì cả: tôi có thể nhìn chiếc xe hơi mà không muốn nó.

Ngài hiểu điều tôi nói chứ? Nhưng hề tôi vừa lưu tâm tưởng nghĩ chút gì đến chiếc xe ấy, là ý muốn liền được liên tục và sự mâu thuẫn liền dấy khởi lên.

H: *Có ý muốn không đối tượng chăng?*

K: Điều đó không có được; không có ý muốn trừu tượng.

H: *Vậy thì ý muốn luôn luôn dính liền với một đối tượng chứ? Nhưng ban nãy ngài bảo rằng chúng ta cần phải tỏ hiểu cơ vi của chính ý muốn chứ đừng xem xét đối tượng của nó.*

K: Thưa ngài, tôi đã trình bày ý muốn xuất hiện thế nào, và bày rõ là do tưởng niệm mà khiến cho ý muốn được liên tục.

Nhưng chúng ta phải tạm ngừng ở đây đi. Chúng ta sẽ tiếp tục trong những lần nói chuyện tới.

*Ngày 14 tháng 7 năm 1964*

### 3.

Có sự khác nhau rõ rệt giữa thông đạt và thông cảm. Khi ta thông đạt, ta san sẻ chia sót những lý tưởng bằng những danh từ khả ái hoặc khả ố, bằng những biểu tượng, bằng những cử chỉ, và những ý tưởng ấy có thể được thông diễn trên bình diện ý thức hệ hay diễn giải tùy theo các sắc thái đặc thù, các tính khí, theo những qui định tâm thức của mỗi người. Nhưng thông cảm thì khác hẳn. Trong ấy không có sự san sẻ chia sót, cũng không có sự diễn giải những ý tưởng. Dù có hay không có ngôn từ trao đổi, niềm thông cảm vẫn trực tiếp kết liền ta với điều ta quán sát, và mỗi người tự thông cảm với tinh thần và tâm tư của chính mình. Chẳng hạn, thông cảm phát sinh với một cội cây, một trái núi hay một dòng sông. Không biết có bao giờ các ngài yên ngồi dưới một tàng cây và thật sự thử thông cảm với nó hay chẳng. Đây không phải là đa tình hay đa cảm gì cả. Ta tiếp xúc trực chỉ với cội cây ấy. Ở đó có sự mật thiết lạ lùng của sự tương liên. Để có mỗi thông cảm như vậy, cần có sự tịch lặng, cần có niềm tịnh định sâu mầu; các thần kinh, cả thể xác đều an nhàn ung dung: cả trái tim hầu như ngừng đập. Bấy giờ thì chẳng có diễn giải chi cả, chẳng có thông đạt gì hết, không có san sẻ chia sót chi cả. Cội cây không phải là chính ngài mà ngài cũng không đồng hoá với cội cây: thuần chỉ hiện có niềm cảm khái mật thiết ấy với nhau trong chỗ thâm sâu tịch lặng mà thôi. Không biết các ngài có bao giờ thử nghiệm xem thế hay không. Hôm nào ngài thử vậy coi, khi tâm thức ngài đã dứt ba hoa bép xép, dứt bay nhảy đó đây khắp chỗ, khi tâm thức ngài không chìm đắm trong những cuộc độc thoại của nó để nhớ những công việc đã làm hay những công việc còn phải làm. Quên lãng đi tất cả, ngài hãy thử thông cảm với một trái núi, với một ngọn suối, với một người nào, với một cội cây, cùng với sự vận hành của cuộc sống chẳng hạn. Việc ấy đòi hỏi một cảm độ tịch mịch phi thường, với một sự chú tâm đặc biệt – đây không phải là việc tập trung, mà là một sự chú ý thơ thới và thoải mái.

Vậy hôm nay tôi muốn cùng thông cảm với các ngài về những điều chúng ta vừa nói bữa trước. Bữa đó chúng ta nói về tự do và phẩm chất của nó. Tự

do không phải là một lý tưởng, không phải là một điều gì xa xăm, tự do không phải là một suy niệm, suy niệm chỉ là cái thuyết của một thủ tục bị tù hãm. Chỉ có tự do khi tâm thức không còn bị bắt cứ một vấn đề nào tổn hại. Khi tâm thức bị mắc vướng như vào một vấn đề nào, thì nó không thể thông cảm được với tự do, nó cũng không sao nhận thức được phẩm chất phi thường của tự do nữa.

Phần đông thế nhân đeo mang nhiều vấn đề và rớt lại rồi thành quen với chúng; họ quen với chúng và chấp nhận chúng như thành một phần cuộc sống của mình. Nhưng không phải vì mình chấp nhận chúng hay quen thuần với chúng mà các vấn đề đã được giải quyết cho đâu: nếu ta khurỏi đi cái lớp vỏ bề mặt là chúng lộ ra đầy mĩ, như cái mụn nhọt đang làm mủ. Thế nhưng phần đông người đời sống trong tâm trạng ấy – cứ liên miên chấp nhận hết vấn đề này qua vấn đề khác, hết nỗi khổ này qua nỗi khổ khác, liên miên bất tận; họ thất chí, âu lo, tuyệt vọng và họ cứ ỳ ra chịu nhận hết.

Nếu chỉ chấp nhận các vấn đề và sống mãi với chúng, dĩ nhiên là ta có giải quyết gì chúng đâu. Ta có thể tưởng rằng chúng đã được lãng quên hay cho rằng chúng không còn quan trọng; nhưng chúng vốn quan trọng vô cùng, vì chúng tổn hoại tâm trí, vì chúng bóp méo sự nhận thức và huỷ diệt sự minh mẫn. Nếu ta đeo mang một vấn đề, thì nó thường choán hết cuộc sống của ta đi. Có thể đó là một vấn đề tiền bạc, về dục tình, hay về việc dốt nát của mình, hay việc tự thực hiện bản thân, việc muốn lừng tiếng nổi danh. Bất cứ nó là vấn đề gì, nó cũng cứ rút rĩa mình đến nỗi gặm mòn cả bản thể, và mình nghĩ rằng hễ giải quyết nó được ắt là thoát khỏi hết mọi khổ sở. Nhưng khi mà tâm thức vẫn hẹp hòi và nhỏ nhen, dù nó có tìm lo giải quyết vấn đề riêng tư của nó, tách rời với cơ vận hành toàn bộ của cuộc sống, thì cái tâm thức ấy không tự giải thoát được bao giờ vì mỗi vấn đề đều dính líu liên quan với một vấn đề khác, chỉ xem xét nội một vấn đề độc nhất mà thôi và lo giải quyết manh mún thôi thì quả là hoàn toàn vô ích không khác gì như lo trồng trọt, một góc ruộng thôi mà tưởng rằng mình đã trồng trọt cả thửa ruộng. Ta phải trồng toàn cả thửa ruộng, ta phải xem xét mỗi vấn đề đưa tới, vì như hôm trước tôi đã nói, chỗ quan trọng không phải là giải quyết vấn đề, mà quan trọng là phải hiểu nó, dù có phải chịu đau khổ, khắc nghiệt, khẩn cấp và thúc bách thế nào đi chăng nữa.

Nói như vậy chẳng phải tôi có ý cố chấp hay cả quyết gì, nhưng tôi thiết nghĩ cái việc âu lo bận bịu với một vấn đề thôi, việc ấy chỉ chứng tỏ một tâm thức nhỏ nhen, và một tâm thức ti tiện mà cứ mãi tìm giải quyết vấn đề riêng tư của nó, tất nhiên không bao giờ thoát được vấn đề. Cái tâm thức ấy có thể lẩn tránh bằng đủ hết mọi cách, có thể trở lên chua chát và cay cú yếm thế, hoặc trôi lăn vào tuyệt vọng, nhưng tâm thức ấy không bao giờ hiểu được tất cả ý nghĩa của cuộc đời.

Vậy nếu muốn nhận biết bản chất của các vấn đề, ta phải chăm lo toàn cả cơ sở xuất xứ của chúng, chứ không phải chỉ lo duy một trường hợp nào riêng biệt, vì dù trường hợp này có thế nào, có rắc rối, có khắc nghiệt, hay thúc bách thế nào đi chăng nữa nó cũng vẫn liên quan với tất cả mọi vấn đề khác. Thế nên quan trọng không phải là xem xét vấn đề ấy ở chỗ cục bộ manh mún, điều này là một điều rất đổi khó khăn. Khi gặp một vấn đề khẩn cấp, khổ sở, dây dưa thì phần đông chúng ta nghĩ rằng cần phải giải quyết nó riêng rẽ, chứ không lưu tâm xem xét toàn bộ cơ cấu của tất cả những vấn đề. Ta xét nghĩ về vấn đề đó một cách cục bộ manh mún, nhưng cái tâm thức manh mún đích thị là cái tâm thức ti tiện nhỏ nhen; cái tâm thức ấy là tâm thức trưởng giả không phải trong ý nghĩa xấu, mà dùng đó để chỉ rõ thực trạng của tâm thức; tâm thức ấy nhỏ nhen tầm thường khi nó muốn giải quyết riêng rẽ một vấn đề nào của nó. Kẻ nào đang bị sự ganh ghét thiêu đốt, thì muốn hành động ngay tức thời, muốn làm một việc gì, muốn xoá bỏ sự ganh ghét hay ra tay trả thù. Nhưng cái phiền não đặc biệt ấy vốn liên quan sâu xa với nhiều vấn đề khác nữa. Vậy ta phải xem xét toàn bộ cơ cấu của các vấn đề, chứ không phải chỉ lo xem xét riêng một phần nào trong đó.

Mỗi khi có những vấn đề này thì phải hiểu minh bạch rằng nơi đây chúng ta không lo tìm giải pháp cho một vấn đề nào cả. Như tôi đã lưu ý các ngài rồi, đi tìm giải pháp tức là trốn tránh vấn đề. Sự trốn tránh này có thể êm dịu hoặc đau đớn, có thể đòi hỏi một khả năng trí thức hay những tài năng gì đó, nhưng dù thế nào cũng thế, đó vẫn là trốn tránh thôi. Nếu chúng ta muốn giải phóng, muốn dứt hết tất cả những bức bách áp lực trong các vấn đề của ta, cho tâm thức chúng ta được tịnh định và sáng suốt – vì chỉ trong tự do mới được vậy – thì công việc đầu tiên của chúng ta là đừng lo giải

quyết các vấn đề ấy, mà phải hiểu chúng. Hiểu quan trọng hơn giải quyết nhiều lắm. Sự thông hiểu không phải là khả năng hay sự tinh xảo lanh lợi của tâm thức đã thu hoạch nhiều trí thức chi ly phân tích và biết áp dụng những trí thức ấy vào một vấn đề nào nhất định: mà hiểu là thông cảm được với vấn đề. Thông cảm với vấn đề không phải là tự đồng hoá với nó. Như tôi đã nói, muốn thông cảm với một cội cây, một con người, một dòng sông, một cái đẹp phi thường của thiên nhiên, tất mình phải được một niềm thanh thản lắng dịu nào đó, phải có cảm thức tách biệt ra, tách xa hẳn với các sự vật.

Vậy điều chúng ta tìm học ở đây chính là thông cảm với vấn đề. Nhưng các ngài có nhận hiểu chỗ khó khăn ấy hay không? Mỗi khi có sự thông cảm với bất cứ điều gì, thì tâm niệm về "tự ngã" đã vong bật. Khi ngài thông cảm với người ngài yêu thương – với vợ, với con, khi ngài cầm tay một người bạn, trong khoảnh khắc ấy – nếu đó chẳng phải là một tình cảm, một cảm giác giả tạo mà người ta gọi là tình thương, mà là một cái gì khác hẳn, một cái gì linh động, mãnh liệt, chân thật – thì lúc ấy toàn cả cơ vị của "tự ngã" đều bật vong với cả cái tiến trình tư niệm của nó. Cũng thế, thông cảm với một vấn đề có ngụ ý rằng có một sự bất đồng hoà lúc quán sát. Bây giờ, toàn thân xác, cả óc não và thần kinh – toàn cả thân tâm đều ngừng nghỉ. Trong tâm trạng đó, ta có thể quán sát vấn đề mà không tự đồng hoá, và chỉ trong tâm trạng ấy mới hiểu thấu được vấn đề.

Kẻ tự nhận là nghệ sĩ có thể họa một cội cây hay viết một bài thơ về cội cây, nhưng tôi e họ không thật sự thông cảm với cội cây. Trong trạng thái thông cảm, tuyệt không có diễn dịch, không có ý thông đạt, không lo tìm những cách thức diễn đạt. Dù ta có tìm cách hay không tìm cách phô diễn một thông điệp bằng những danh từ, ghi vào một bức tranh bằng vải hay khắc bằng đá gì đi nữa, việc ấy kể ra không quan trọng là bao; nhưng hễ ta vừa móng ý diễn bày, muốn xuất đầu lộ diện, muốn đem mình ra bán với buôn, muốn danh vọng tăm tiếng, vân vân, thì ngay lúc ấy sự quan trọng của cái ngã liền xen vào guồng tác động. Hiểu trọn vẹn một vấn đề, tức là thông cảm với vấn đề. Bây giờ ta thấy rằng vấn đề không quan trọng gì, mà quan trọng là cái tâm thông cảm ấy thôi, và ta không cấu tạo vấn đề gì nữa hết. Nhưng nếu không thông cảm được vậy, nếu ta cứ vị ngã duy kỷ tập trung vào chính mình thôi, lo tìm các diễn đạt riêng tư hay lo toan những

mục tiêu gì đại loại cũng trẻ con như thế ấy – thì đó là mình tự dấy cho mình thêm lăm vấn đề thôi.

Như hôm trước đây tôi đã nói, để hiểu một vấn đề – bất cứ vấn đề nào – ta phải hiểu toàn bộ tiến trình của những dự vọng. Con người vốn tự mâu thuẫn nơi tâm lý tức tự mâu thuẫn trong hành động của họ. Họ nghĩ một điều này và họ lại làm một điều khác. Họ sống trong tâm trạng tự mâu thuẫn, nếu không vậy thì họ chẳng có vấn đề gì cả. Mà sự tự mâu thuẫn xuất hiện là khi ta không hiểu bản chất các dự vọng. Để sống tuyệt không xung chướng mảy may gì cả, ta phải hiểu cơ cấu và bản chất của các dự vọng: đừng dồn ép chúng, đừng kiểm soát chúng, đừng huỷ diệt chúng, cũng đừng thuận chiều theo chúng, như phần đông chúng ta hay làm. Nói thế không có nghĩa là ta ngủ gật đi, hôn trầm đi và chỉ giữ việc chấp thuận cuộc sống với tất cả những truy đòi của nó, mà nói thế là tự mình phải nhận thấy rằng mọi xung đột xung chướng, dưới bất cứ hình thức nào, như là những cuộc gây gổ trong gia đình, trong làng nước hay trong xã hội, đều tổn hại tâm thức, khiến cho tâm thức lu mờ và vô cảm giác.

Như tôi đã nói rồi, một dự vọng tự nó không phải là một trạng thái mâu thuẫn – mà chính các đối tượng của những dự vọng và những phản ứng của chúng với các đối tượng tạo ra mâu thuẫn. Sở dĩ dự vọng lại được liên tục là khi tâm niệm tự đồng hoá theo nó đó thôi.

Muốn quán sát tất nhiên phải có mẫn cảm: nào mắt, nào tai, toàn bản thể phải linh động, tuy nhiên tâm thức vẫn phải tịnh định. Thế là ta có thể nhìn một chiếc xe đẹp, một người đàn bà đẹp, một toà nhà rực rỡ hay một nét mặt tươi tắn, khôn ngoan: ta có thể quán sát mỗi sự thể ở ngay thật tướng và giữ theo chân kiến ấy. Nhưng thói thường thì chính tâm niệm xen vào tự đồng hoá với dự vọng khiến cho dự vọng có được sự liên tục.

Điều quan trọng là quán sát mà không xen tư niệm vào. Nhưng các ngài chớ nên lấy điều đó làm một vấn đề. Các ngài chớ bảo: "Làm sao tôi quán sát được, làm sao tôi thấy biết và cảm nhận được mà không cho tư niệm xen vào?". Nếu tự ngài ý thức được toàn cả tiến trình của những dự vọng, ý thức mâu thuẫn phát sinh giữa các đối tượng của chúng, và ý thức chỗ liên tục mà tư niệm đem đến cho dự vọng – nếu ngài nhận thấy toàn bộ máy

móc cơ vi ấy tác dụng, thì ngài sẽ không đặt câu hỏi ấy làm gì?

Muốn tập lái xe, nhờ người ta cắt nghĩa về lý thuyết thôi, không đủ: ta phải ngồi vào cầm tay lái, vặn mở máy, sử dụng mấy cái thắng, tìm học toàn việc lái xe. Cũng vậy muốn nhận biết sự vận hành vô cùng tế nhị của tư niệm và của dục vọng, tất nhiên ta không thể chỉ biết nội có một việc nhờ người dẫn giải cho thôi, ta còn phải quán sát nó, tự mình trực tiếp tìm học nó, như vậy cần phải mẫn cảm, biết nhiếp dẫn thật tinh vi mới được.

Tôi đã nói rằng đây không chỉ lo giải quyết những vấn đề mà phải hiểu chúng. Chúng chỉ xuất hiện khi nào có mâu thuẫn, có xung đột, mà mọi xung đột đều ngụ hàm sự cố gắng, phải không? Cố gắng để thành công, cố gắng để trở thành, cố gắng để thay cái này cho ra cái khác, cố gắng để tìm thấy điều kia và lia bỏ điều nọ. Các sự cố gắng như thế luôn luôn bắt nguồn ở một dục vọng nào đó mà tư niệm đem đến sự liên tục. Vậy ta cần phải tìm học toàn bộ tiến trình ấy là thế nào, tìm học chứ chẳng phải lo nhờ một diễn giả chỉ dạy chi, cậy nhờ như vậy tuyệt nhiên không có chút giá trị gì hết. Điều ta nghe ở máy điện thoại có thể nó dễ chịu hay khó chịu, chân thật hay hoàn toàn ngu xuẩn và hư nguy: nhưng chính cái điều mà ta nghe được mới là đáng kể, chứ kể chi cái dụng cụ kia đâu. Phần đông người đời đặt sự quan trọng vào dụng cụ. Các ngài chớ tưởng rằng dụng cụ sẽ chỉ dạy các ngài được điều gì: tôi thường nhắc mãi cái thứ mê muội đặc biệt ấy. Các ngài đến đây để tìm học, các ngài đang nghe, chẳng phải nghe người nói thôi, mà nghe chính mình. Các ngài thông cảm với tự tâm mình, các ngài đang quán sát, để nhận rõ hành tung tác động của các dục vọng và sự nảy sinh của các vấn đề. Như vậy là các ngài thâm nhập tự tâm thiết cận của mình và ta chỉ cảm nhận sâu xa tự tâm là khi ta tự quán thật tịnh định, không phải tự bảo mình rằng: "Tôi phải nhận rõ cơ cấu của nó cho kỳ được mới nghe", để rồi sinh vọng động và lao chao táy máy lên. Đây các ngài đang tìm xem một vấn đề xuất hiện cách nào và xem tư niệm kéo dài vấn đề bằng cách giúp sự liên tục cho một dục vọng đặc biệt như thế nào. Vậy nơi đây chúng ta sẽ tìm học xem một vấn đề nảy sinh ra sao và vấn đề chấm dứt ra sao – không phải bằng cách mất thời giờ suy tưởng vấn đề đó, mà bằng cách là chấm dứt nó ngay tức thời.

Dù với bất cứ một vấn đề nào, chính tư tưởng của ta gia cho nó sự liên tục.

Nếu ngài nói với tôi một điều hợp tai, tư niệm tôi liền tự đồng hoá với cái vui tai ấy và muốn ở miết trong đó; thế rồi tôi xem ngài như người thân hữu và muốn thường gặp ngài. Nhưng nếu ngài nói với tôi một lời gì thoá mạ, thì sao? Thì tôi cũng gia cho nỗi phiền giận của tôi được sự liên tục bằng cách tưởng nghĩ đến nó. Điều ngài nói với tôi đó có lẽ là đúng thật, nhưng tôi không vừa ý nên tôi tránh ngài đi, hay tôi muốn tấn công lại ngài. Đó là sự vận hành tạo tác những vấn đề và chúng cứ còn tiếp diễn đầy mãi.

Thiết tưởng nói thế đã khá rõ ràng. Ta giúp sự liên tục cho điều nào mà ta suy tưởng thường xuyên. Hẳn các ngài thừa biết những tư niệm rồi loại của các ngài về gia đình, những kỷ niệm vui thích và những thất vọng của ngài về chính bản thân, chúng trở đi trở lại mãi và như vậy tức là chúng hiện tồn liên tục đầy hoài. Nhưng nếu các ngài bắt đầu nhận hiểu toàn bộ tiến trình ấy mà tự mình tìm học bản chất của cái liên tục ấy, thì ngay khi vấn đề vừa xuất hiện ra, các ngài có được sự thông cảm hoàn toàn với nó, vì tư niệm không chen vào, và do đó, vấn đề liền chấm dứt tức khắc. Các ngài có nghe kịp chăng?

Thưa các ngài, ta lấy một vấn đề thông thường: muốn cảm thấy mình được an toàn, an ninh. Đó là một trong những nhu cầu của con người mà căn nguyên là ở thú tính. Một sự an toàn an ninh nào về vật chất, dĩ nhiên là cần thiết rồi. Ta phải có một chỗ để ở và phải biết lát nữa đây ăn cơm ở đâu – trừ ra ở Đông phương là nơi có thể thân nhiên nhận lấy sự bất an vật chất để lê chân từ làng này qua làng khác, vân vân. Thực là may hay chẳng may, ta không làm được thế ở xứ này, ta dễ bị bỏ tù vì tội lầy lắt lang thang với bao cái rắc rối dính liền theo đó...

Ở thú vật, ở đứa bé, đứa trẻ con, nhu cầu an toàn về thể chất rất là mạnh mẽ. Nhưng nhiều người trong chúng ta lại muốn có sự an ninh tâm lý: trong những gì ta làm, suy tưởng và cảm nhận, ta đều muốn có sự an ninh, sự chắc chắn. Bởi thế nên ta phát khởi cái tâm thức quá đổi tranh chấp, bởi thế nên ta ganh ghét, tham cầu, đố kỵ, hung bạo, bởi thế nên ta quá đổi lo toàn về những điều tuyệt đối không quan trọng gì cả. Cái nhu cầu quyết liệt về sự an ninh tâm lý ấy, vốn hiện hữu từ mấy triệu năm rồi mà chúng ta vẫn không bao giờ tự hỏi xem sự thực của nó nằm ở đâu. Chúng ta đã chấp nhận cho rằng chúng ta cần phải có an ninh tâm lý trong những cuộc tương giao

với gia đình, với vợ hay chồng, với con cái, với của cải, với cái ta gọi là Thượng đế. Ta phải có sao cho được sự an ninh mới nghe, bất cứ với giá nào.

Mà đây tôi muốn thông cảm với nhu cầu an ninh tâm lý kia, vì đó đích thực là một vấn đề. Đối với phần đông chúng ta, không cảm thấy mình được an ninh tâm lý, là hồng chân thất thế, là loạn trí hay trở nên ngờ ngác quái gở lập dị rồi. Ta có thể nhận thấy cái nhìn ngờ ngác quái gở đó trên vẻ mặt của nhiều người. Tôi muốn khám phá xem nhu cầu an ninh này thật sự do đâu mà ra, vì chính sự tham cầu này mà giữa những cuộc tương giao nhân sinh mới dấy khởi lòng ganh ghét, lo âu, thù hằn, cảnh khổ sở mà phần đông chúng ta đang sống. Cứ mong cầu sự an ninh ấy từ hàng triệu năm đã trước nhiệm quá đỗi như vậy rồi, làm sao tâm thức ấy có thể khám phá được bản chất đích thực của nhu cầu kia? Dĩ nhiên nếu tôi muốn khám phá thì tôi phải hoàn toàn thông cảm với nhu cầu ấy. Tôi không muốn nhờ ai dạy cho tôi: như vậy là đại đột – tôi phải tự mình tìm học. Tôi phải khai phá, phải nhận biết nhu cầu an ninh ấy, phải hoàn toàn mật thiết với nó, bằng không tôi không thể nào biết được rằng có hay không cái mà người ta gọi là sự an toàn, an ninh. Chắc chắn đây là vấn đề chính yếu cho phần đông chúng ta. Nếu tôi tìm thấy rằng không có an toàn an ninh gì cả, thì tôi không còn tạo tác ra những vấn đề gì nữa, có phải thế không, vì bây giờ tôi đứng ra ngoài những cuộc đấu tranh tìm cầu an ninh: hành động của tôi trong các cuộc tương giao với người khác trở thành khác hẳn. Nếu vợ tôi muốn bỏ tôi, thì cứ bỏ, tôi sẽ không lấy đó làm một thảm kịch, tôi sẽ không thù oán ai cả, tôi sẽ không ganh ghét, đố kỵ, nóng giận gì ai cả, vân vân.

Tôi thấy bây giờ các ngài nghe tôi rất chú ý. Chắc là vì các ngài quen thuộc với khía cạnh vấn đề này hơn tôi. Cứ riêng tôi thì tôi không muốn làm sự an ninh trở thành một vấn đề. Tôi không muốn tạo tác vấn đề gì hết, dù về kinh tế, xã hội, tâm lý hay về cái gọi là tôn giáo. Tôi thấy rất rõ ràng mỗi vấn đề đều khiến mình hoá ra hôn trầm, vô cảm, và chỉ có cái tâm thức hết sức mãnh liệt mới là thông minh. Và do vì nhu cầu an trú rất đỗi sâu đậm và mãnh liệt nơi mỗi chúng ta đây, cho nên tôi muốn biết coi quả có hay không có sự an ninh an toàn. Nhưng biết được điều ấy là việc rất khó khăn, vì chẳng những từ khi ta còn thơ bé, mà từ cả hồi khởi thi xa xưa kia, con người luôn luôn cảm thấy cần được an ninh, an toàn trong việc làm, trong

tư tưởng, trong xúc cảm, trong tín ngưỡng, trong những tình cảm ái quốc, trong gia đình, trong của cải tài sản. Chính bởi thế mà ký ức, cùng những truyền thống tập tục, tất cả toàn bộ ấy của quá khứ, đã giữ một vai trò quyết định trong cuộc đời chúng ta.

Mà mọi kinh nghiệm lại đều tăng gia cảm ý tìm cầu an ninh, an toàn của tôi thêm. Các ngài hiểu chứ? Mỗi một kinh nghiệm đều được ghi vào ký ức, cộng thêm vào mớ tích lũy sẵn có từ trước.

Kinh nghiệm tích trữ ấy trở thành cái hậu trường thường trực trong suốt cả đời tôi, và tôi lấy hậu trường ấy để sống những kinh nghiệm mới, thành thử mỗi kinh nghiệm mới này cộng thêm vào hậu trường ký ức kia, tôi nương vào đó để cảm thấy mình an toàn, an trú. Vậy tôi phải nhận thức cái tiến trình qui định trước nhiệm vụ lung ấy của tôi. Không phải cố lo giải toả thoát ra sự qui định tâm thức kia của tôi, mà phải thông cảm với nó từ phút này đến phút khác. Bây giờ tôi mới có thể nhận thức được tham vọng cầu an, để không lấy điều ấy làm thành một vấn đề.

Nói thể rõ ràng chứ? Các ngài muốn hỏi thêm gì không?

H: *Không có thông cảm được vì tâm thức đeo mang gánh nặng của tự ngã.*

K: Thưa ngài, tôi hỏi ngài một câu: thông cảm là gì? Khi tôi hỏi ngài câu ấy, cái gì phát hiện trong tâm thức ngài? Toàn bộ tâm thức qui định của ngài liền vận dụng và ngài mới trả lời; nhưng thật sự ngài đã không nghe câu hỏi. Từ trước ngài từng đã có hay không có nghĩ về điều ấy. Có lẽ ngài có dịp nào nghĩ đến, hay đã đọc ít nhiều về điều ấy trong sách vở và nay ngài lặp lại những gì ngài đã đọc, nhưng ngài không thật sự nghe câu tôi hỏi. Khi có ai bảo ngài: "Hãy thử thông cảm với một cội cây", thì dĩ nhiên là nếu việc ấy có phần nào hứng thú cho ngài, trước tiên ngài phải hiểu rõ điều ấy nó như thế nào trước đã: ngài đến ngồi dưới một tàng cây, hay bên bờ sông hoặc cạnh trái núi hoặc ngài chỉ nhìn vợ hay con. Thông cảm nghĩa là gì? Nghĩa là tuyệt đối không có sự ngăn cách chướng ngại của tư niệm giữa người năng quán với đối tượng sở quán. Người năng quán tất không tự đồng hoá với cội cây, với con người, với dòng sông, với trái núi, với trời mây gì cả; tuyệt chẳng có ngăn ngại gì hết. Nếu có một tự ngã, với sự phức

tạp của những tư niệm và của những mớ bận tâm của nó khi nó nhìn cội cây, thì chẳng có thông cảm gì được cả. Thông cảm với một người nào hay với một vật gì, tất phải có khoảng cách, phải có sự im lặng, thân thể, những thần kinh, trí và tâm, toàn bản thể, phải được tịnh định, phải như như bất động hoàn toàn. Ngài đừng hỏi: "Làm sao bất động?". Ngài chớ nên làm sự im lặng hể cơ vận một vấn đề. Cứ nhận thấy rằng hể cơ vận của tư niệm hay tác động thì tất nhiên không có cảm thông gì hết... nhưng thế không có nghĩa là phải ngủ gật hôn trầm!

Chắc ngài chưa từng làm thế bao giờ. Ngài không hề có thông cảm gì với vợ, với chồng, với con cái, với những kẻ mà ngài ngủ, thờ, ăn, sống cuộc đời mình cùng chung với họ, có lẽ ngài cũng chưa bao giờ thông cảm với chính mình. Nếu là người Công giáo, ngài đi nhà thờ và tiếp nhận cái mà người ta gọi là Thánh Thể, nhưng có phải là cảm thông thánh thể đâu. Tuân hành như vậy quả là thiếu sự trưởng thành lắm vậy!

Khi nói thông cảm với thiên nhiên, với núi non, hay thông cảm lẫn nhau giữa người với người, thì phần đông chúng ta đều không biết đó là gì, liền có tưởng tượng. Ta suy luận về điều ấy rồi bảo: "Chính cái tự ngã đã ngăn ngại sự thông cảm". Xin ngài đừng lấy đó làm một vấn đề khác nữa. Ngài đã có nhiều vấn đề quá rồi. Xin ngài hãy lắng nghe thôi. Đây, ngài đang thông cảm với tôi và tôi thông cảm với ngài. Tôi đang nói chuyện với ngài, và muốn nhận hiểu tôi, ngài cứ lắng nghe thôi. Nghe là chú ý mà không cố gắng, trong đó các thần kinh đều được an nghỉ ung dung. Khởi cần phải tự nhủ: "Tôi phải lắng nghe đây", rồi cứ mà cứng đờ co quắp và làm căng thẳng những dây thần kinh của mình. Nghe nói có nghĩa là lắng nghe thoải mái ung dung, lạng lẽ, khả dĩ đón nhận những điều mà người nói đang muốn tỏ bày. Điều mà người ấy nói có thể là một điều hoàn toàn ngu xuẩn, hay có thể là một thực tại, và muốn biết rõ, tất phải lắng nghe – nhưng việc lắng nghe dường như là việc rất khó khăn cho ngài. Ngài không lắng nghe đâu, tận nơi tâm trí ngài, ngài đang cãi lẽ với tôi, tạo dấy lên một hàng rào toàn rịt những tiếng những lời.

Chỗ quan trọng ở đây là tự thông cảm với chính mình một cách dịu hoà và tự tại, để có thể theo dõi mỗi cử động của những tư niệm cùng những tình cảm của mình, y như theo dõi ngọn suối con con vậy: nhận thấy mỗi sự vận

hành của tư niệm, mỗi sự chuyển biến của tình cảm, tịnh không màng sửa đổi gì trong đó, tịnh không bảo rằng nó phải hay quấy, tịnh không có những phê phán tưởng giả, ngờ ngẩn, ti tiện nào cả. Cứ quan sát thôi, và do sự quan sát ấy, khi mà ta không tự đồng hoá với một tư niệm nào cả, với một tình cảm nào cả (dù vui thích hay buồn phiền) thì ta mới thấy rằng ta vốn có thể thông cảm với chính mình vậy.

Phần đông chúng ta muốn được an ninh tâm lý, gắng sức tìm sự an ninh ấy, bởi thế mà gia đình trở thành ác mộng, vì ta lợi dụng gia đình một cách kinh tởm để an định cho kỳ được sự an ninh bản thân. Kế đó lấy quốc gia làm chỗ an ninh cho ta, và ta liền dán thân lao đầu vào những việc ái quốc xuẩn động. Trong thể chế gia đình, hẳn chẳng có gì là ác hại cả, chỉ khi ta lợi dụng gia đình làm chỗ an ninh, tâm lý cho ta, thì gia đình mới thành cái thuốc độc giết người.

Muốn sợ điều ấy ta phải thông cảm với lòng tham cầu muốn được an toàn an ninh, cái lòng sợ cầu ăn sâu bén rễ quá đậm trong lòng ta rồi. Nó trở đi trở lại mãi dưới xiết bao hình thức: chẳng những trong gia đình thôi, mà cả trong những kỷ niệm và trong sự áp chế hay ảnh hưởng tương sinh trong các cuộc tương giao giữa người với người. Ta nhớ lại những sự việc nào trong các cuộc tương giao ấy khả dĩ làm ta vui thích, sự việc nào đã làm cho ta ít nhiều hy vọng hay ít nhiều bảo đảm gì đó, và ta ỉn nấu trong các kỷ niệm ấy. Còn có sự an ninh của việc lanh lợi tháo vát của sở học kiến thức, lại có sự an ninh qua tài năng: ta biết vẽ, ta biết chơi đàn, hoặc ta có một khả năng nào khác.

Khi ta thông cảm với lòng ham muốn xui khiến tìm cầu sự an ninh, và khi ta nhận thấy chính lòng ham muốn kia đã dấy sinh những sự mâu thuẫn ở nội tâm, vì tuyệt nhiên chẳng có gì trên đời này, kể cả chính bản thân ta đây nữa, chẳng có gì là an toàn, an ninh cả, vừa khi mình nhận thấy ra điều ấy (chẳng phải nhờ ai chỉ bảo cho) và khi mình đã giải quyết trọn vẹn vấn đề rồi, thì mình đã thoát ngay vòng mâu thuẫn, và do đó mà thoát cả sự sợ hãi.

Nói thế đã đủ cho hôm nay chứ?... không biết có bao giờ các ngài từng được lặng lẽ nơi tự tâm chẳng. Khi bước trên đường phố thì tâm thức được hoàn toàn tịch lặng, ta quan sát, ta lắng nghe, mà không tư niệm gì cả. Khi

ta cầm lái xe, ta nhìn con đường, nhìn những cây cối, nhìn các xe đang qua qua lại lại, đó là quán sát mà không nhận biết, mà không có sự vận dụng tác động của tư niệm. Tư niệm cần vận hành tác động thì nó càng tiêu mòn tâm thức, nó không chừa chỗ cho tính hồn nhiên ngây thơ và chỉ có tâm thức hồn nhiên mới có thể nhận thấy được thật tại.

*16 tháng Bảy 1964*

#### 4.

Thay đổi và chuyển hoá rất khác xa nhau. Chỉ một việc thay đổi suông thôi không đưa tới đâu cả. Ta có thể tập luyện để được thích ứng một cách hời hợt bề ngoài, để tuân rập phụ họa khéo léo với những hoàn cảnh khác nhau, với những trường hợp cơ duyên, với những trói buộc nội tâm và ngoại cảnh; nhưng sự chuyển hoá đòi hỏi một tâm trạng khác hẳn. Hôm nay tôi xin vạch rõ chỗ dị biệt đó.

Thay đổi là biến chế và canh cải, đó là thay một sự thể này bằng một sự thể khác. Mọi cuộc thay đổi đều ngụ ý có một hành vi của ý chí, hoặc có tính cách hữu thức hoặc vô thức. Khi nhìn thấy sự hỗn loạn, sự đói kém, sự áp bức, sự khốn khổ cùng cực, sự đói kém, sự áp bức, sự khốn khổ cùng cực của toàn cõi Á châu hậu tiến, tất nhiên ta thấy cần phải có một cuộc thay đổi tận căn để có tính cách cách mệnh, chẳng những về mặt vật chất hay kinh tế, mà cả về mặt tâm lý nữa: một cuộc thay đổi ở mọi giai tầng của bản thể chúng ta, ở ngoại cảnh cũng như ở nội tâm, khả dĩ cải thiện cuộc sống con người. Điều ấy là dĩ nhiên cả những kẻ, dù có óc bảo thủ nhất đời đi nữa, cũng đồng ý như vậy. Nhưng tôi e rằng mặc dù có nhìn nhận điểm này đi nữa, ta cũng không nhận thấy những gì ngụ hàm trong đó. Ta có nhận thấy cho thâm sâu hơn rằng chỉ nội việc vá vúi, nội cái việc thay thế, nội cái việc canh cải, đều chỉ là giữa với mài cho bóng loáng, và thế, tức là chỉ lo nội cái việc thanh lọc thói tục qua loa thôi? Tôi thiết tưởng chúng ta cần nên nhận hiểu thâm sâu vào nội dung ý nghĩa tiềm tàng của việc chúng ta lo chế biến thay đổi, trước khi xem xét sự chuyển hoá hiểu theo ý nghĩa của tôi.

Tuy các cuộc chế biến ấy đành là cần thiết, nhưng theo tôi, chúng chỉ luôn luôn toàn là có tính cách ngoài mặt phơn phớt đầy thôi. Toàn là những việc do dục vọng hay ý chí phát động, toàn là những sáng kiến hướng vào một chỗ nhất định, hướng vào một lối xử sự và một hành vi rất cố định. Tất nhiên là mọi thay đổi nào được phát động một cách hữu ý hẳn nhiên đều gồm một dụng ý, dụng ý này có thể của một cá nhân hay của một tập đoàn,

có thể lộ liễu hay tiềm ẩn; dụng ý ấy có thể từ thiện, rộng lượng, hay do sợ hãi và tuyệt vọng khởi sinh, thế nào cũng gây cho ta một mớ thay đổi. Với tư cách là cá nhân hay tập đoàn, chúng ta vốn rất dễ dàng thay đổi lẽ lối xử sự tùy theo những ảnh hưởng hay những áp lực hoặc khi có một cuộc phát minh sáng chế nào liên quan đến cuộc sống của ta một cách trực tiếp hay gián tiếp. Người ta có thể khiến chúng ta biến cải thỏa thuận của ta, dẫn tư tưởng của ta vào đường này hay lối nọ bằng những bài báo hay bằng những cuộc tuyên truyền ý thức hệ. Các tôn giáo có tổ chức buộc ta phải chỉ chịu giáo dục ngay từ lúc bé thơ theo một mớ tín ngưỡng khả dĩ qui định trước nhiệm ta suốt đời, đến nỗi mọi thay đổi nào phát sinh được ở ta vẫn vướng kẹt lẫn quẩn trong khuôn khổ của các tín ngưỡng ấy.

Tựu chung, chẳng mấy ai trong chúng ta thực sự thay đổi mà không phải vì một duyên cớ nào đó. Duyên cớ này có thể có tính cách vị tha hay vị ngã, hạn hẹp hay rộng rãi, nó có thể là sợ hãi không được ban thưởng này hay không chứng đạt một quả vị nào đó trong vị lai. Kẻ thì hy sinh cho một đoàn thể, người thì hy sinh cho nhà nước, cho một ý thức hệ hay chủ nghĩa hay cho một lối tín ngưỡng nào đó về Thượng đế, làm thế với mục đích có tính cách hữu thức hay vô thức là thay đổi con người. Nhưng cái mà họ gọi là thay đổi đó chỉ là sự liên tục có chút ít chế biến đổi với cái đã sẵn có. Chúng ta đã trở thành xảo quyết trong mớ trò ấy, ta thực hiện liên miên bao nhiêu khám phá về vật lý, về toán học, về các khoa học thực dụng, ta sáng chế phát minh trong mọi lãnh vực, ta đang sửa soạn lên tận mặt trăng. Ở một vài phạm vi, ngày nay chúng ta rất đổi uyên bác và biết bao nhiêu sự việc, và những thay đổi đại loại như thế ngụ nghĩa rằng mình có khả năng điều chỉnh thích ứng liền với hoàn cảnh mới và với những thúc bách mới do hoàn cảnh ấy dấy sinh. Nhưng thế đã đủ chẵn? Hẳn ta có thể nhận thấy những gì nằm trong lối vá vúi thiên cận ấy, và cảm thấy cần phải có một cuộc chuyển hoá tận căn nơi tâm nội mà không do một dụng ý gì phát động, cũng không phải là thành quả của sự cưỡng bức bắt buộc. Ta có thể nhận thấy cần phải có một cuộc chuyển hoá ngay tại căn cội của quan năng tư tưởng, bằng không thì con người chẳng qua chỉ là những con khỉ thông thái, có nhiều khả năng lạ lùng, nhưng chẳng phải là những con người đích thực.

Khi ý thức sâu xa điều vừa trình bày, ta phải làm thế nào? Bằng chẳng có cuộc chuyển hoá tận căn ấy, thật cách mệnh ấy, bằng chẳng có cuộc chuyển

hoá ấy ngay tại căn cội của bản thể ta, thì các vấn đề của chúng ta về mặt kinh tế và xã hội cứ càng lúc càng gia tăng và càng trở nên trầm trọng. Vậy tâm thức chúng ta cần phải mới mẻ và tươi nhuận, và muốn được vậy, cuộc chuyển hoá ấy phải phát sinh tận nơi sâu thẳm của tâm thức ta, và không thể chỉ là thành quả của một hành vi ý chí: cuộc chuyển hoá ấy phải không có tính cách dụng ý.

Không biết tôi nói thế có rõ ràng chăng.

Khi thấy cần thiết phải thay đổi, ta có thể vận dụng ý chí của ta để phát động ra cuộc thay đổi ấy. Ý chí là một dự vọng do một sự quyết định hướng dẫn nó vào một đường hướng đặc biệt nào đó và do tưởng niệm, sợ hãi, sự chống kháng phát động. Nhưng mọi sự gì có thể kết thành do một hành động nào phát từ dự vọng, từ ý chí, đều bị giới hạn, cục bộ. Đó chỉ là diên trì biến tướng của những gì đã hiện hữu, như ta có thể thấy điều ấy trong thế giới cộng sản, cũng như trong những xứ tư bản. Vậy cần phải có cuộc cách mệnh phi thường, một cuộc cách mệnh tâm lý ở bản thể con người, trong chính con người, nhưng nếu con người đeo mang một mục đích nào, một kế hoạch nào, thì cuộc cách mệnh ấy lại lẫn lẩn trong giới hạn của cái đã biết, thế tức là không có may mắn gì là thay đổi cả.

Tôi có thể thay đổi tôi, tôi có thể buộc tôi thay đổi cách thức tư tưởng của tôi, có thể thuận nhận những tín ngưỡng, có thể buộc mình từ bỏ những thói quen, gác dẹp niềm ái quốc hẹp hòi của tôi; tôi có thể tự mình "tẩy não" cho mình, thay vì phải chịu một chính đảng hay một giáo hội nào tẩy não cho. Mọi việc đó đều khá dễ dàng nhưng tôi thấy toàn là luống công, vì toàn chỉ hời hợt bên ngoài, không đưa đến tận chỗ giác ngộ sâu mầu mà từ đó mới có thể thật sự sống, thật sự hiện thể và thật sự hành động. Thế thì ta phải làm sao đây?

Các ngài có nhận hiểu câu hỏi của tôi chứ? Mong rằng tôi đặt câu hỏi rõ ràng: Nếu tôi cố gắng để thay đổi, thì sự cố gắng ấy tất nhiên phải có một dụng ý, nghĩa là có một tư dự phát động một hành vi vào một hướng nào đó. Nghĩa là có sự vận dụng của một ý chí, thế là chỉ tạo ra có sự chế biến, chứ tuyệt chăng phải một cuộc thay đổi nào cả.

Tôi nhận thấy rõ là tôi cần phải thay đổi; thay đổi không cố gắng. Mọi cố gắng vào đó đều tự hủy hoại lại chính nó, vì cố gắng hàm ý có việc áp dụng một tư duy, một ý chí, tuân theo một kiểu mẫu định sẵn, một công thức, một khái niệm. Thế thì tôi có thể là gì đây?...

Không biết các ngài có nhận thấy chỗ đó như tôi chẳng, không biết các ngài có nhận thấy chỗ yếu chỉ phi thường của câu hỏi đó chẳng, chẳng phải thấy nó bằng sự suy luận có tình cách trí thức, mà nhận thấy quả điều ấy như là yếu tố tối trọng trong cuộc sống chúng ta. Trải bằng bao triệu năm rồi, con người cứ cố gắng tự chế biến mình, thế mà họ vẫn luôn luôn mắc phải xao xuyên, tuyệt vọng, sợ hãi, với vài khoảnh khắc an vui và hạnh phúc hiếm hoi thôi. Vậy cái thực thể là con người kia, đã bị qui định trước nhiệm quá ư nặng nề từ lâu, làm sao họ có thể bỏ được gánh nặng ấy mà không cố gắng? Không cố gắng, vì việc trút gánh nặng này nhất định không nên trở thành một vấn đề khác nữa. Như bữa trước tôi đã nói, đeo mang một vấn đề tức là sa vào một trạng huống tâm lý mà ta không hiểu được trọn vẹn, không khám phá đến tột cùng, không giải trừ được.

Tạo ra cuộc chuyển hoá ư?... Không, từ ngữ này sai rồi. Cuộc chuyển hoá ấy phải xuất hiện, và phải xuất hiện ngay tức thời. Nếu ta đem yếu tố thời gian xen vào, thì thời gian sẽ dấy tạo ra một vấn đề ngay. Không có ngày mai, không có cái thời hạn để tiến tới một cuộc thay đổi, vì thời hạn chỉ là tư tưởng. Thay đổi thì phải ngay tức thời đây, hay chẳng hề thay đổi bao giờ cả. Các ngài hiểu chứ?

Tôi nhận thấy cần phải thay đổi tận căn nguyên nơi bản thân tôi với tư cách là một con người thuộc trong toàn cả nhân loại; và tôi cũng cảm thấy rằng thời gian – nghĩa là tư tưởng – không được xen tạp vào đây, rằng thời gian không thể giải quyết được vấn đề này. Tôi đã từng cố gắng cách đó trong bao nghìn năm rồi, thế mà tôi không thay đổi gì được cả. Tôi cứ sống mãi với những thói quen của tôi, với tính tham lam của tôi, tôi vẫn cứ bị tù hãm trong óc tranh chấp tổ thành cái nền hiện hữu. Chính tư tưởng đã cấu tạo cái nền ấy, và bất luận ở trường hợp nào, tư tưởng không sao biến đổi cái nền đó mà không dấy tạo một cái nền khác nữa: tư tưởng, chính là thời gian vậy. Thế mà tôi không thể lấy thoả thuận, lấy thời gian, mà phát động được cuộc chuyển hoá, phát động được cuộc thay đổi tận căn nguyên. Không cuộc can

thiếp nào của ý chí, không một tư tưởng nào có thể hướng đạo cho cuộc chuyển hoá ấy được hết.

Vậy còn gì lại cho tôi? Tôi ghi nhớ rằng tham dực – tức là ý chí – không thể phát động được nơi tôi một cuộc chuyển hoá đích thật; rằng con người đã từng chơi cái trò ấy từ bao thế kỷ rồi mà không phát động được cuộc thay đổi gốc rễ nơi họ; rằng họ đã vận dụng tư tưởng, tức vận dụng thời gian, vận dụng vị lai với bao nhiêu đòi hỏi trói buộc của vị lai, bao nhiêu phóng tưởng bày biện, bao nhiêu áp lực, bao nhiêu ảnh hưởng của nó, mà vẫn không tạo thành được cuộc chuyển hoá nào cả. Thế thì còn gì nữa để làm?

Nếu ta hiểu được toàn bộ cơ cấu và hiểu được hết hành tung của ý chí, thì ý chí tất không khởi động nữa. Và nếu ta nhận thấy rằng sử dụng tư tưởng, tức sử dụng thời gian, như là dụng cụ để chuyển hoá thì chỉ là sự triển hạn giải đãi thì lúc ấy tiến trình tư tưởng liền chấm dứt. Nhưng, hiểu nghĩa là gì? Phải chăng là cuộc tác động có tính cách trí thức ở bình diện ngôn từ, hay nó là sự quán sát một sự kiện? Ta có thể tự bảo: "Tôi hiểu đấy", nhưng danh từ không phải chính là sự vật: thì ra, hiểu một vấn đề nào bằng trí não, thì có phải đâu là giải quyết vấn đề đó được. Cái gọi là nhận hiểu bằng trí não đó, thực ra, chỉ toàn là văn từ, trong đó danh từ chiếm phần quan trọng. Nhưng khi có sự nhận hiểu đích thực, thì danh từ không còn quan trọng gì nữa nó chỉ là cái phương tiện để truyền đạt vậy thôi, và ta tiếp xúc trực chỉ với thực tại, tức là với sự kiện hiện thực. Nếu trong cuộc chuyển hóa tận cùng vừa nói đây mà ta thấy cái vô dụng của tư tưởng, của thời gian, thấy như một sự kiện hiện thực, thì hẳn ta liền vứt bỏ đi tất cả cơ cấu của ý chí và của tư tưởng, tất nhiên ta không còn một dụng cụ gì để tác hành nữa.

Cho mãi đến đây, các ngài và tôi, chúng ta đã truyền đạt nhau trên mặt ngôn từ, và có lẽ ta cũng lập được cuộc giao cảm nào đó. Nhưng trước khi tiến xa hơn nữa, tôi xin trở lại với việc thông cảm. Nếu các ngài dạo chơi một mình trong rừng sâu hay dọc theo một bờ suối, và nếu các ngài cảm nhận niềm yên tĩnh cùng sống trọn vẹn với tất cả – với những phiến đá, với các bông hoa, với ngọn suối reo, với cỏ cây, với trời mây – tất ngài biết thông cảm là gì rồi. Bấy giờ, cái "tự thân" của ngài với các tướng niệm, các lo âu xao xuyên, các vui thích, các ký ức, các kỷ niệm, các thất vọng đều đã bật vong trọn vẹn. Bấy giờ chẳng có cái "tự thân" làm người năng quán tách biệt với

các sở quán, mà chỉ có cái tâm trạng thuần thông cảm mà thôi. Và chính đó là cái mà chúng ta đã tạo được tại nơi đây, tôi mong vậy lắm. Không phải cái tâm trạng bị ám thị; người đang nói đây không ảnh hưởng tới các ngài: người đó đã dẫn giải với các ngài tỉ mỉ một vài điều rồi bằng ngôn từ. Nhưng còn nhiều điều nữa, không thể nói bằng lời được. Danh từ có thể thông báo cho các ngài tới một mức độ nào, nhưng đồng thời các ngài phải nhớ cho rằng danh từ không phải là đúng sự vật, danh từ không được xen tạp vào sự nhận thức trực chỉ về một sự kiện. Nếu ngài có dịp thông cảm với một cội cây, hay tự hỏi coi nó hữu ích gì không. Cuộc thông cảm của ngài với cội cây hẳn là trực tiếp. Cũng thế, ở đây chúng ta phải thành lập cuộc thông cảm với nhau như thế, vì điều sắp nói đây là một trong những điều rất khó nói năng bày tỏ.

Chúng ta đã nói tới chỗ mà hành vi của ý chí, hành vi của tư tưởng (là thời gian) và sự vận hành phát xuất từ mọi ảnh hưởng và mọi áp lực đều vong bật. Khi tâm thức đã quan sát ngoài vòng danh ngôn, và hiểu được sự kiện đó, thì liền tịch lặng trọn vẹn. Nó không mong sinh bất cứ một động niệm nào, dù hữu thức hay tiềm thức. Nhưng đây hãy còn một điểm mà ta cần xem xét trước khi tiến xa hơn.

Ở ý thức, ngài có thể không muốn tác động gì trong bất cứ một hướng nào, vì ngài đã nhận rõ chỗ vô dụng của mọi sự biến cải hữu ý tính toán, từ việc biến cải của người cộng sản đến việc biến cải của kẻ bảo thủ phản động tội bực. Ngài đã nhận thấy tất cả những thứ ấy là luống công. Nhưng tại kỳ trung, một cách vô thức, có một mãnh lực của quá khứ thúc đẩy ngài vào một đường hướng như là người Âu châu, như là người Công giáo, như là nhà khoa học, nhà toán học, nhà nghệ sĩ hay nhà kỹ thuật; và cả một tập tục nghìn đời được giáo hội khai thác chu đáo, đã tiêm nhiễm vào tiềm thức các ngài một mớ tin tưởng và một mớ tín điều. Có thể ngài bỏ quách chúng được một cách hữu thức, nhưng trong vô thức, gánh nặng ấy vẫn còn mãi đấy, các ngài vẫn cứ là người Công giáo, người Anh, người Đức, người Ý hay người Pháp, sự thể này khiến ngài nghiêng theo những quyền lợi quốc gia, về kinh tế hay về gia tộc, hoặc nghiêng theo các tập tục của giống nòi mình. Khi cái giống nòi ấy càng rất xưa thì ảnh hưởng của nó lại càng sâu thẳm nữa.

Làm sao quét sạch được tất cả những thứ ấy? Làm sao vô thức có thể tẩy sạch quá khứ đi? Những nhà phân tâm học nghĩ rằng vô thức có thể được tẩy xoá một phần hay toàn diện bằng sự phân tích, bằng sự khảo sát, bằng sự khai phá, bằng sự tự thú, bằng sự diễn dịch các giấc chiêm bao, vân vân, nghĩ rằng do đó ta có thể ít ra cũng trở nên một người "bình thường" đủ sức thích ứng với thế gian hiện đại. Nhưng cuộc phân tích và một người chịu phân tích, tức là có một người năng quán diễn dịch đối tượng sở quán, tức là gồm có một sự tính nhị nguyên, tức một xuất xứ cho sự xung chướng, xung đột.

Vậy tôi nhận thấy rằng sự phân tích không đưa tới đâu hết. Sự phân tích ấy chỉ có thể giúp tôi bớt loạn thần đi chút ít, cho tôi khá dễ dãi đôi chút với vợ tôi hay với người bên cạnh, hoặc vượt qua được một khó khăn nào cũng có tính cách hời hợt như thế. Nhưng đây chúng ta không nói về phân tích. Tôi nhận thấy rằng công cuộc phân tích, ngụ nghĩa thời gian, nghĩa là những diễn dịch sự vận hành của tư tưởng với tư cách là thực thể năng quán phân tích những gì nó xem xét, tất nhiên không thể khai phóng cho vô thức, cho nên tôi bỏ trọn vẹn công cuộc phân tích ấy đi. Tôi không phân tích gì nữa cả. Thế thì sao? Vì đây không còn là một người phân tích khác biệt với đối tượng phân tích. Lúc ấy ta chính là cái tâm thức ấy, ta không còn là thực thể gì khác biệt với tâm thức ấy, và ta liền thấy ngay rằng vô thức không quan trọng gì lắm. Các ngài nghe kịp chăng?

Tôi đã vạch rõ cho thấy rằng ý thức không có giá trị gì với những hành tung thiên cận của nó, với sự ba hoa không ngừng của nó; và cả vô thức cũng không giá trị như thế. Cả hai sở dĩ thành ra quan trọng chỉ là vì tư tưởng xen vào và gia cho chúng tính cách liên tục. Tư tưởng vốn có vai trò của nó, nó có ích cho cả thầy mọi vấn đề kỹ thuật nhưng nó hoàn toàn vô dụng trong cuộc chuyển hoá tận gốc. Khi tôi nhận thấy tư tưởng vốn gia sự liên tục cho người năng niệm như thế nào rồi, thì sự liên tục tức là thực thể năng niệm ấy liền vong bật đi. Mong các ngài nghe rõ mấy điều đó vì cần phải chú ý tỉ mỉ thì mới nhận được.

Tôi lặp lại rằng ý thức và vô thức cả hai đều không quan trọng là bao, sở dĩ chúng quan trọng là vì tư tưởng gia sự liên tục cho chúng. Khi ta nhận thấy rằng toàn tiến trình tư tưởng quả là cuộc phản ứng của quá khứ và tất nhiên

không thể ứng đáp gì cả với những đòi hỏi vĩ đại của cuộc chuyển hoá, thì ý thức và vô thức không còn quan trọng chi nữa hết, và ta không còn bị chúng dẫn dắt nữa. Tất nhiên ta không cần cử tâm động niệm gì cả, ta hoàn toàn tịch định, tịch tịnh, tịch lặng. Thế thì mặc dù ta vốn biết rằng cần thiết phải có cuộc chuyển tâm, phải cuộc cách mệnh trọn vẹn tận gốc của bản thể, thánh giá cũng vẫn không cử sự động niệm gì hết, bất cứ là về hướng nào, rồi trong sự nhận thức trọn vẹn này, trong niềm tịch lặng tròn đủ này, cuộc chuyển hoá đã được nảy sinh. Thế là cuộc chuyển hoá chỉ nảy sinh trong chỗ bất định hướng, khi tâm thức không động niệm vào một hướng nào, khi nó chẳng khiến tâm thức động niệm, khi nó hoàn toàn tịch tịnh. Trong niềm tịch tịnh này thì có cuộc chuyển hoá, vì trong niềm tịch tịnh toàn bộ căn cội của bản thể ta lộ bày ra và tự tiêu giải. Đó là cuộc cách mệnh đích thực duy nhất, không phải có tính cách kinh tế hay xã hội gì, không sinh nở do ý chí hay tư tưởng gì cả. Chỉ trong cái tâm chuyển hoá đó ta mới nhận chân được thực tại vượt lên trên cuộc tư nghị của danh từ, nhận chân được cái tối cao, vượt ra ngoài vòng thần học, trí thức.

Mong sao tất cả những điều trình bày này không là cho các ngài buồn ngủ! Có lẽ các ngài muốn hỏi tôi vài câu gì nữa?

H: *Tôi có thể nhận thấy rằng tư tưởng giam hãm tôi vào chỗ cô lập, vì nó ngăn ngại tôi không để thông cảm được với những gì quanh tôi và nó cũng ngăn ngại tôi không cho đến tận căn cội của tự tâm. Nay tôi xin hỏi ngài: Tại sao con người tư tưởng? Tác dụng của thoả thuận con người như thế nào? Và tại sao chúng ta lại quá đỗi xem trọng tư tưởng như thế?*

K: Tôi tưởng như tôi đã thông qua hết những điều ấy rồi, nhưng không sao, đây tôi xin dẫn giải.

Mà nghe dẫn giải không phải là nhận thấy sự kiện, và ta không thể thông cảm nhau bằng cuộc dẫn giải nếu ta không nhận thấy sự kiện và nếu ta không để sự kiện được y nguyên như thế, đừng đã động tới nó. Sở dĩ ngài không xen vào sự kiện là vì ngài thông cảm với nó, nhưng nếu ngài diễn dịch nó một đằng và tôi diễn dịch nó một ngả thì ta vẫn không thông cảm với nó mà cũng không còn thông cảm với nhau nữa.

Tư tưởng vốn khu biệt tước mất cái dụng cụ duy nhất để ta thông cảm – là tình thương – vậy tư tưởng xuất sinh thế nào? Và làm thế nào nó chấm dứt được? Tư tưởng – tức tất cả sự vận hành của nó – phải được lãnh hội, và chính sự lãnh hội này là sự vong bật của nó.

Tôi xin giải thích: tư tưởng xuất sinh để phản ứng lại một thách thức xúc sự. Nếu chẳng có thách thức xúc sự, tất nhiên ta không tư tưởng. Việc thách thức xúc sự có thể là một việc tầm phào hay một việc rất quan trọng mà ta ứng đáp lại. Trong khoảng thời gian giữa câu hỏi nọ với câu ứng đáp này tiến trình tư tưởng mới vận hành. Nếu ngài hỏi tôi về những gì quen thuộc đối với tôi thì tôi liền trả lời tức khắc. Chẳng hạn nếu ngài hỏi tôi ở đâu, thì không có khoảng thời gian ở giữa câu hỏi của ngài với câu đáp của tôi, vì tôi không cần suy tưởng khi trả lời: câu trả lời của tôi xảy ra tức khắc. Nhưng nếu câu hỏi của ngài có vẻ phức tạp hơn thì tôi cần nhiều thời giờ hơn để tìm câu ứng đáp trong ký ức tôi. Nếu ngài hỏi tôi trái đất cách mặt trăng bao xa, tôi tự hỏi xem có biết điều ấy không và tôi tìm kiếm trong ký ức tôi. Giữa câu ứng đáp của tôi và câu hỏi của ngài, có một khoảng thời gian trong đó ký ức tôi vận dụng và đưa ra câu trả lời. Thế thì một thách thức xúc sự có thể sinh một phản ứng tức khắc hay một ứng đáp cần ít nhiều thời giờ. Và nếu ngài hỏi tôi về một việc mà tôi không biết tí gì cả, thì khoảng thời gian có thể lâu hơn nữa vì kiếm chẳng được gì hết trong ký ức tôi, tôi phải tìm tài liệu nơi một người nào hay trong một quyển sách. Trong toàn khoảng thời gian đó, tư tưởng vốn tiếp diễn tương tục. Cả thầy chúng ta đều rõ biết ba trường hợp ấy.

Nhưng còn một trường hợp thứ tư nữa có lẽ ngài không biết, hay có lẽ ngài chưa từng bao giờ tỏ ra: đó là trường hợp mà khi câu hỏi được đặt ra và ta không biết được câu trả lời. Ký ức tôi không chứa đựng gì liên hệ tới việc đó, và tôi không mong được câu trả lời. Thật sự, tôi không biết. Vậy tất nhiên không có cái khoảng cách thời gian, vậy thì không có cái khoảng cách thời gian, vậy thì không có tư tưởng vì tôi không tìm kiếm, tôi không chờ đợi gì hết. Tâm thái đó, thực ra, là sự phủ nhận toàn triệt; đó là cuộc giải thoát ra khỏi hết tất cả những điều đã biết. Và chỉ trong tâm thái ấy thì điều mới mẻ được lãnh hội, điều mới lạ kia là cái mà ta có thể gọi là thực tại tối cao, hay với một danh từ gì tùy ý. Trong tâm thái ấy, toàn tiến trình tư tưởng đã vong bật; không còn người năng quán với sự thể sở quán, cũng

không còn người thọ nghiệm với sự thể được kinh nghiệm. Mọi kinh nghiệm đã vong bật, và trong sự tịch lặng trọn vẹn này, hẳn nhiên cuộc chuyển hoá được trọn vẹn.

## 5.

Sáng nay tôi muốn đề cập một chủ đề dường như rất quan trọng đối với tôi. Đây không phải là một ý tưởng, không phải là một ý niệm chính những ý niệm, những phương trình đã ngăn chặn lại việc tìm hiểu những sự kiện, như là những sự kiện, nghĩa là hiện tính của chính sự kiện ấy. Hiểu một sự kiện là quan sát sự tác động, sự vận hành, của một thoả thuận hoặc của một cảm xúc hay trực nhận ý nghĩa quan trọng trong ngay khoảnh khắc mà hành động đang xảy ra, nếu không thế thì mình không hiểu nó được một cách sâu thẳm, thì mình vẫn bị sự sợ hãi bám theo luôn.

Tôi nghĩ rằng phần đông chúng ta vẫn mang đeo một gánh nặng sợ hãi hữu thức hay vô thức. Sáng nay, tôi muốn khảo sát vấn đề này cùng với các ngài và tìm xem chúng ta có thể nào hiểu được nó một cách trọn vẹn, đạt tới sự giải quyết toàn triệt để cho mỗi người trong chúng ta, khi rời bỏ cái lều này, sẽ thấy rằng mình đã thoát hẳn theo nghĩa đen và trong thực tế, thoát khỏi sự sợ hãi.

Vì vậy, muốn được thế, tôi có nên tỏ ý cùng các ngài rằng các ngài hãy lắng nghe tôi một cách trầm lặng hơn là chỉ lo biện luận với tôi bên trong thủ tục các ngài? Chúng ta sẽ thảo luận, chúng ta sẽ diễn phôi lại những tư tưởng và những tình cảm chúng ta cho được thành lời lẽ tương hợp trong chốc lát nữa đây. Ngay bây giờ, xin các ngài hãy lắng nghe với tinh thần tiêu cực, tức là không bó buộc, không tự cưỡng trong khi lắng nghe. Đây không liên hệ gì đến việc thông đạt trao đổi giữa tôi và các ngài, hoặc giữa các ngài và tôi. Tôi đang nói, và khi các ngài đồng lòng lắng nghe, chỉ lắng nghe thôi, thì chính nhờ động tác duy nhất ấy các ngài sẽ có thể giao cảm với người đang nói.

Phần đông chúng ta, thật là chẳng may, đều không có khả năng để lắng nghe một cách tiêu cực, trong tinh thần phủ nhận, nghe chẳng những ở đây thôi mà ngay cả trong đời sống thường nhật của họ. Trong khi đi dạo, chúng

ta không lắng nghe tiếng kêu, tiếng xào xạc của cây lá, tiếng rừ rì của nước chảy; chúng ta không nghe những núi non, không nghe bầu trời. Muốn được trực tiếp giao cảm với thiên nhiên, với thiên hạ người đời, thì mình phải lắng nghe. Việc ấy chỉ thể hiện được trong sự im lặng có tính cách phủ nhận mà không còn sự cố gắng nào xen vào, không còn bất cứ động tác tinh thần nào, không còn bất cứ sự tranh luận biện ngôn ngao, không còn bất cứ sự thảo luận nào cả.

Tôi không biết các ngài có bao giờ lắng nghe trọn vẹn vợ hoặc chồng, con cái, chiếc ô tô lướt qua, những sự vận hành của tư tưởng và của sự xúc động. Trong đó không có bất cứ hành động nào, bất cứ chủ định nào, bất cứ sự diễn dịch giải thích nào, và chính tác động của việc nghe này khơi dậy một cuộc đảo lộn, cuộc cách mạng khủng khiếp ngay tận suối nguồn của ý thức.

Nhưng chúng ta vẫn thường quen thói không nghe! Nếu những gì chúng ta nghe phản nghịch lại với tư tưởng quen thuộc của chúng ta, hoặc khi lý tưởng tầm thường hạ cấp của chúng ta bị lay động thì chúng ta liền bị khuynh đảo tinh thần ngay. Chúng ta cũng có cả "những cuộc đầu tư" có tính cách ý thức hệ giống như để dành vốn liếng trong những tài sản, trong kinh nghiệm và kiến thức, và khi mà chúng bị đe dọa thì chúng ta đứt mất sự quân bình, chúng ta phản đối lại tất cả những gì người khác nói.

Nếu hôm nay các ngài thật sự nghe những điều nói đây, nghe với một nhận thức tinh táo, không chọn lựa lấy bỏ, là các ngài sẽ thấy rằng các ngài cùng đồng cử tâm thức với diễn giả chứ không phải với những danh từ thôi, các ngài sẽ thấy mình không chìm đắm vào cuộc phân tích danh từ mà thâm sâu trong diệu lý của cõi giới siêu việt ngoài vòng văn tự. Thế chẳng có nghĩa là các ngài sẽ ngái ngủ hay lịm vào một tình thái khoái trá. Trái lại, lắng nghe đòi hỏi sự đại định chú tâm rất mực: chứ không phải tập trung là trạng thái khác hẳn. Nếu ngài định tâm lắng nghe, thì có lẽ các ngài và tôi sẽ thâm nhập và những tầng sâu nhiệm, trong đấy sự diệu tác mới phát sinh ra được. Và đó mới chính là điều thiết yếu, vì tâm thức thiếu cận, xao xuyến, bận lo vô số vấn đề, tâm thức ấy tuyệt đối không thể hiểu được sự sợ hãi và hiểu được sự sợ hãi là điều cốt chỉ của cuộc sống. Nếu ta không hiểu được sự sợ hãi, tức là chẳng có tình thương, mà cũng chẳng sinh diệu tác – ở đây tôi

không nói việc sáng tác, mà nói cái tâm thức diệu tác xuất thế không thể diễn đạt thành lời hoặc phô bày trong họa phẩm, trong sách vở.

Vậy ta cần được thoát ly sợ hãi. Sợ hãi không phải là một điều trừu tượng, hay một danh từ thôi – mặc dù đối với phần đông chúng ta danh từ lại được cho là trọng hệ hơn sự kiện. Không biết các ngài có bao giờ nghĩ đến tự thoát ly hoàn toàn với sợ hãi, thoát ly một cách tuyệt đối? Ta vốn có thể thoát ly rớt ráo, thậm chí tuyệt nhiên không còn một mảy may sợ hãi, vì bây giờ tâm thức luôn luôn túc trực sẵn trước mỗi biến cố. Ý tôi muốn nói là bây giờ, thay vì theo đuổi sợ hãi và lo chế ngự nó sau khi nó xuất hiện, tâm thức vẫn vượt phóng tới trước sự sợ hãi và do đó thoát ly sợ hãi. Để hiểu sợ hãi, cần phải hiểu rằng luôn luôn chúng ta cứ tưởng niệm bằng sự so sánh. Tại sao tâm niệm của ta cứ so sánh mãi như thế? Trong các môn kỹ thuật, ta so lường những cuộc tấn bộ, chúng đều có tính cách tương đối cả. Nay chúng ta có những trái bom nguyên tử và những phi cơ siêu thanh mà trước đây năm mươi năm chúng ta không có, và trong năm mươi năm nữa sẽ có nhiều sự vật mà hiện giờ chúng ta không có. Đó là điều mà người ta gọi là tấn bộ. Tấn bộ luôn luôn là so sánh tương đối, thế rồi ta rơi vào lối suy tưởng ấy. Chẳng những ở bên ngoài thân xác, nếu nói được thế, mà cả ở nội tại, trong cơ cấu nội tâm chúng ta cũng cứ suy tưởng bằng những sự so sánh. Chúng ta tự bảo "Nay tôi thế này, trước kia tôi thế nọ, và tôi sẽ là gì hơn nữa trong vị lai". Đây là việc suy tưởng về tấn bộ, về cuộc tấn hoá, và tất cả việc xử sự của ta – về luận lý, về đạo đức, về tôn giáo, trong những công ăn việc làm của ta và trong những cuộc tương giao xã hội của ta – đều căn cứ ở đó hết. Ta tự so lường chính mình tùy vào một xã hội, mà xã hội đó chính là sản phẩm của những cuộc xung chướng do toàn những so đo như vậy.

Thế nhưng mọi so sánh đều là cội nguồn của sự sợ hãi. Các ngài hãy quán sát điều ấy ở chính mình xem. Tôi muốn mình là một văn sĩ biệt tài hơn, muốn mình là một người đẹp hơn hay khôn ngoan hơn. Tôi muốn mình uyên bác hơn thiên hạ, tôi muốn thành công, muốn là một nhân vật gì, muốn được danh vang lừng lẫy. Thành công và tiếng tăm, kể về mặt tâm lý, đúng là bản chất của tinh thần so sánh, luôn luôn không ngớt dấy lên sợ hãi. Cái tâm thức so sánh ấy phát động những cuộc xung đột và đấu tranh mà ta xem như rất là khả kính. Ta dạy nhau rằng cần phải đấu tranh mới sống

được ở thế gian này, rồi ta đem tinh thần tranh đua vào mọi công việc làm ăn, cả trong gia đình, cả trong lãnh vực gọi là tôn giáo. Ta mong lên được Thiên đàng, mong được ngồi gần Đức Giêsu hay gần một vị cứu rỗi nào khác mà ta tin tưởng. Tâm địa đó là tâm địa của ông cha xứ muốn được làm tổng giám mục, làm hồng y, làm cả giáo hoàng. Ta vun quén chuyên cần tâm địa ấy trong suốt đời ta. Ta tranh đấu để trở nên tài giỏi hơn hay để thu hoạch một địa vị cho thật cao tột. Cơ cấu xã hội và luân lý của ta căn cứ ở đó cả.

Thế là ta triền miên sống trong tâm địa so sánh, tranh đua và phấn đấu ấy, cứ cố gắng trở thành một nhân vật gì – hay để đừng là gì hết, tựu trung cũng cùng nghĩa thế ấy thôi. Đó là căn cội của mọi sợ hãi, chính do đó dấy sinh đố kị, ganh ghét, oán thù. Sự thù ghét tất nhiên loại trừ tình thương, sự thù ghét dấy sinh ra niềm sợ hãi tăng trưởng liên tục.

Như tôi đã hỏi các ngài, các ngài hãy chỉ lắng nghe thôi. Các ngài đừng tự hỏi: "Làm sao tôi dứt so sánh được? Tôi phải làm gì để dứt so sánh?". Các ngài chẳng làm gì được hết. Nếu ngài làm gì đấy, thì dụng ý của ngài cũng vẫn do sự so sánh mà phát xuất ra. Tất cả những gì ngài cần làm đó là nhận thấy cái phức tạp mà ta gọi là cuộc sống đây, chính nó là một cuộc đấu tranh do so sánh, và thấy rằng mọi việc chen vào để biến cải sự thể ấy, đều khởi sinh từ cái tâm địa tranh đua đấy thôi. Vậy chỗ trọng hệ là lắng nghe đây mà đừng xuyên tạc bóp méo, và ta xuyên tạc bóp méo đi những gì ta nghe ngay khi ta vừa khởi động niệm xen vào trong đó.

Ta có thể nhận thấy cả nội dung và ý nghĩa đích thực của loại tư niệm này, thứ tư tưởng so sánh và đo lường hiện tượng sự sống. Nó mê lầm trong ảo tưởng rằng việc so sánh tức là hiểu: so sánh tác phẩm của hai họa sĩ, của hai văn sĩ; tự so sánh mình với một người kém lanh lợi hơn, kém hiệu lực hơn mình, xinh đẹp hơn mình, vân vân. Ta có thể nào sống ở thế gian này, sống trong ngoại cảnh lẫn vào tâm nội, mà không hề phải so sánh gì cả chẳng?... Các ngài thấy đấy, nhận thức tâm địa so sánh không ngừng này, chỉ nhận thức tâm địa ấy thôi và sống cùng với nó, tất nhiên cần ở tâm có một sự chú ý cùng cực. Sự chú ý này tự phát sinh giới hạnh của nó, cái giới hạnh vô cùng uyển chuyển, thoát ra ngoài mọi kiểu mẫu, mà tịnh không trói buộc mảy may. Giới hạnh này không vụ ở chỗ kiểm soát, ở việc hàng phục hay

phủ nhận gì cả mà cốt mong tỏ hiểu cho rõ ráo hết toàn cả vấn đề sợ hãi.

Thái độ sống mà căn cứ vào sự so sánh, là một trong những động cơ chính yếu làm suy bại tổn hại nhân tâm. Nó khiến cho nhân tâm hôn trầm và vô tri. Nó làm cho nhân tâm thối rữa và mục nát. Đó chính là sự kém thông minh hoàn toàn. Thân xác chúng ta dần dần suy hoại vì già yếu, nhưng nếu tâm trí ta lại cũng suy hoại ra nữa, thì đấy là vì chúng ta cứ so với sánh, vì chúng ta lâm trong cơn đảo điên xung chướng, cứ mãi lo tranh với đua. Ta như những bộ máy mà tác dụng lại hư hỏng cứ trục trặc hoài, do đó chúng dễ mau hư mòn kiệt quệ.

Như tôi đã nói, những sự so sánh, những sự xung đột xung chướng, những sự tranh đua, chẳng những tổn hại ta thôi, mà còn dấy sinh ra sợ hãi nữa. Mà sợ hãi là cả bóng đêm hắc ám, trong ấy không sao có được tình mến yêu, tỏ ngộ, tình thương. Muốn nhận biết sợ hãi là gì, ta hãy tự hỏi coi có bao giờ ta đối diện với sợ hãi hay không, hay ta chỉ có cái ý niệm về sợ hãi thôi, mà như vậy thì khác hẳn. Phần đông chúng ta mắc trong lưới rập của một ý niệm, của một ý kiến, của một phán đoán, của một so lường về sợ hãi, chứ không hề bao giờ tiếp xúc thẳng với sự kiện sợ hãi đó. Đó là chỗ ta cần nhận hiểu ở bề rộng như ở bề sâu thăm.

Chẳng hạn như tôi sợ rắn. Trước đây một thời gian tôi có thấy một con rắn và tôi hoảng sợ lên, rồi kinh nghiệm ấy còn lưu lại trong tâm thức tôi nơi ký ức. Rồi đây tôi dạo chơi vào một buổi chiều hôm, và ký ức tôi lại phát động tạo tác ra, khiến tôi sinh sợ gặp phải rắn. Thế là cái ý niệm về sợ hãi quả là bền dai, mạnh mẽ hơn chính là sự kiện tự thể. Thế nghĩa là gì? Nghĩa là chúng ta không hề bao giờ tiếp xúc với ý niệm của ta về sợ hãi đấy thôi. Các ngài hãy quán sát mình trực chỉ xem. Rồi các ngài sẽ thấy ra rằng những ý niệm của ta dấy khởi các sự vật, quả không thể nào xoá bỏ đi một cách giả tạo được. Các ngài cần tự hứa phải gặp thẳng sự việc không qua ý niệm, nhưng rồi không thể được. Trái lại, nếu thật sự ngài thấy đích xác rằng ký ức và dấy niệm vốn ngăn ngại ngài không cho trực chỉ thông cảm được với sự kiện – sự kiện sợ hãi, sự kiện ganh ghét, sự kiện tử vong gì đó – các ngài sẽ thấy ra rằng giữa ngài hiện lên những tương quan khác hẳn giữa ngài với sự kiện.

Đối với phần đông chúng ta, ý niệm rất trọng hệ hơn hành động. Không bao giờ chúng ta hành động trọn vẹn cả. Luôn luôn ta hạn cuộc hành động bằng một ý niệm, bằng cách thích ứng hay diễn dịch sự hành động thể theo một công thức một khái niệm, do đó tất nhiên nào có hành động gì đâu, hay đúng hơn, hành động như vậy quá đổi bất tức, dấy sinh thêm lăm vẩn đề. Nhưng hễ ta nhận chân sự thể lạ lùng ấy, là hành động liền trở nên mãnh liệt phi thường, vì hành động ấy không còn lo phụ họa theo một ý niệm.

Sợ hãi không phải là một sự trừu tượng, luôn luôn sợ hãi liên quan với một điều gì. Tôi sợ sự chết, sợ dư luận, sợ mình không khả ái, sợ mình không được thiên hạ biết đến, sợ không thành công, vân vân. Danh từ sợ hãi đâu phải là sự kiện sợ hãi: danh từ chỉ là biểu tượng của sợ hãi mà thôi; mà đối với phần đông chúng ta, biểu tượng lại trọng hệ hơn sự kiện, cả trên bình diện tôn giáo lẫn ở mọi bình diện khác. Thế nhưng có thể nào chúng ta thoát ly khỏi những diễn tả, những biểu tượng, những ý niệm, để quan sát mọi sự việc mà không phải diễn dịch, thậm chí cũng không tự bảo là mình phải lo quán sát nữa? Không dấy một niệm gì về sự việc ấy?... Nếu ta tiếp xúc một sự kiện với sẵn một ý niệm về sự kiện đó, thì thật ra, ta chỉ tiếp xúc với những ý niệm mà thôi. Điều quan trọng là phải nhận hiểu rằng khi ta quán sát một sự kiện xuyên qua một ý niệm, thì ta không thông cảm mảy may gì với sự kiện ấy. Nếu ta muốn cùng thông cảm, thì ý niệm tất nhiên phải hoàn toàn giải trừ mới được.

Đây chúng ta hãy từ đó mà tiến tới xem rồi sẽ đến đâu. Sự kiện là ngài sợ cái chết, sợ những gì người nào đó sẽ nói, sợ rất nhiều việc. Khi ngài không xét sự kiện ấy xuyên qua một khái niệm, một ký ức, thì thế nào? Thì trước hết, tất nhiên không còn sự phân cách với đối tượng sở quán. Căn nguyên của sự phân cách đã bị xoá bỏ, và tức nhiên ngài liền trực tiếp tiếp xúc với cái cảm giác mà ngài gọi là sợ hãi ấy. Cái "tự thể của ngài" với những ý kiến của nó, những ý niệm, những phán đoán, những trốn tránh, những khái niệm, những ký ức gì đó của nó, cả thảy đều vong bật, và chỉ còn có mỗi một "cái đó" mà thôi.

...Việc chúng ta đang cùng làm đây rất đổi khó khăn, không phải là một cuộc mua vui tiêu khiển. Tôi cảm thấy khi rời khỏi trại này hôm nay, có thể ta thoát ly toàn triệt sâu thẳm khỏi sự sợ hãi – để mà làm một con người

đúng nghĩa.

Vậy đây ta đối diện với một sự kiện, sự kiện là cảm giác hay sự lo ngại mà ta gọi là sợ hãi. Sự kiện này do một ý niệm dấy sinh. Ngài sợ sự chết chẳng hạn (tôi lấy đây để làm tỉ dụ). Cứ thói thường, thì cái chết không phải là một sự kiện đối với ngài, mà chỉ là một ý niệm. Sự kiện này chỉ xảy ra cho ngài trong khoảnh khắc là ngài sắp chết mà thôi. Ngài đã chứng kiến nhiều cái chết và tin chắc rằng chính ngài cũng sẽ chết, sự việc ấy trở thành một ý niệm, dấy sinh lên niềm sợ hãi nơi tâm thức ngài. Chính xuyên qua cái ý niệm này ngài xét về cái chết, như vậy tức là ngài không tiếp xúc trực chỉ với cái chết. Thế là có một khoảng cách giữa người năng quán với đối tượng sở quán đấy rồi. Chính trong khoảng cách ấy tư tưởng xuất hiện, mà thoả thuận là dấy niệm, là đặt ra thành lời, là ký ức đứng ra chống đối với sự kiện. Nhưng hễ chỗ cách khoảng ấy không có, nghĩa là hễ tư tưởng bật vong – tức hễ vong bật thời gian – là ngài liền sống trọn vẹn với sự kiện, thì bấy giờ chính cái sự kiện hành sử ngài, chứ chẳng phải ngài hành sử nó.

... Mong các ngài nhận rõ mấy điều đó... hay điều ấy có khó hiểu chăng, giữa một buổi mai nóng bức thế này?...

Các ngài thấy đấy chẳng, tôi nghĩ rằng sống với một sự sợ hãi, bất cứ thứ nào, quả là "ác hại", nếu tôi dùng được danh từ này. Ác Hại, là sống với sự sợ hãi, vì sợ hãi dấy sinh hận thù, sợ hãi làm thiên lệch tư tưởng và tổn hại cả cuộc sống. Vậy tuyệt đối người tu hành cần phải hoàn toàn thoát ly khỏi sợ hãi, cả ở ngoại cảnh lẫn trong nội tâm. Đây hẳn tôi không nói cái phản ứng hoá nhiên của thân xác tìm phương tự bảo vệ, vì đó là cuộc phản ứng tự nhiên. Thường nhiên bỗng dưng ta gặp phải một con rắn, tất nhiên ta phải nhảy sang để tránh xa: đó chỉ là một bản năng tự vệ ở thể xác, và nếu không có cái bản năng ấy thì đúng là bất thường rồi. Nhưng cái ý cầu chỗ an trụ nơi tâm nội, tức về mặt tâm lý, bất cứ ở giai tầng nào của bản thể ta, đều nuôi lớn sự sợ hãi. Vậy ta có thể nhận thấy rằng cốt yếu tâm thức đừng bao giờ làm môi trường để nuôi lớn mầm mống sợ hãi.

Nếu chú tâm nghe kỹ những điều vừa nói hôm nay, thì các ngài đã hiểu rằng sự sợ hãi không hề trú tại hiện tiền, mà luôn luôn trú ở vị lai. Sự sợ hãi do tư tưởng đề khởi: tưởng niệm về những gì có thể xảy đến ngày mai, hay

lát nữa. Thế là sợ hãi, tư tưởng và thời gian, đồng hành với nhau, và nếu ta muốn hiểu sợ hãi và tiến vượt quá nó, tất nhiên ta phải hiểu tư tưởng và thời gian vậy. Mọi tư tưởng có tính cách so sánh tất phải dứt bật, dứt bật hết mọi ý hướng động niệm cố gắng – trong đấy hàm có cái ý tranh đua, có sự tôn thờ thành công, có cái ý muốn trở thành một nhân vật. Khi toàn bộ tiến trình ấy được nhận hiểu, tức ta không còn những xung chướng nơi tâm thức, có phải thế không? Tức tâm thức không còn vướng mắc trong trạng thái tổn hại, vì nó có thể xét thẳng sự sợ hãi thay vì làm môi trường chấp chứa dung dưỡng sợ hãi. Sự thoát ly ấy quả là cốt yếu cho kẻ muốn hiểu được thế nào là diệu tác.

Đối với phần đông chúng ta, cuộc đời là cả một thói quen buồn tẻ trong ấy không có gì thật sự mới mẻ, vì hễ cái mới nào vừa phát sinh, thì ta cứ tổng nhập nó vào những tập quán của ta liền. Chẳng hạn một họa sĩ khởi sự một bức hoạ; trong một khoảnh khắc ngắn ngủi vốn phát hiện một cái gì mới mẻ, nhưng nó lại vội vàng thoáng đi; rồi nào vui thích, nào đau khổ, nào những ước vọng gì đó: tất cả thứ ấy đều thành thói quen và nhàm chán. Cuộc phấn đấu triền miên như vậy rất ít ý nghĩa. Ta cứ mãi lo tìm cầu những cái mới lạ. Về xinê, về hội họa, ta muốn một cái gì đó mà không thể đem diễn dịch bằng những phạm trù quen thuộc. Ta ước tìm được một ngón gì, một kỹ thuật gì tiểu xảo, khả dĩ thoả mãn được ý ta muốn tự phô bày – nhưng rồi cả thầy đều rơi trong buồn chán, trong xấu xí, trong nỗi chê nhàm, vì ta không thoát khỏi cái tâm thức cảm nhận: vừa gặp cái mới thì ta tri nhận nó liền và ta chôn nó lẫn vào cái cũ. Tiến trình tri nhận, đối với phần đông chúng ta, vốn vô cùng trọng hệ, vì tư tưởng luôn luôn chỉ tác dụng trong môi trường của điều quen thuộc.

Hễ ta vừa nhìn nhận một điều gì, thì điều ấy không còn mới lạ nữa. Các ngài hiểu kịp chăng? Sự giáo dục của ta, kinh nghiệm của ta, cuộc sống hằng ngày của ta, tất cả toàn là một tiến trình tri nhận, toàn một sự lặp lại liên miên, gia sự liên tục cho cuộc sống của ta. Rồi với tâm địa vướng phải tiến trình ấy, ta muốn biết coi có hay không có cái mới: ta muốn biết có hay không có một Thượng đế. Nhưng chính điều quen thuộc khiến ta sợ hãi điều xa lạ, thế rồi ta tự nhủ: "Tôi phải khám phá điều xa lạ, phải nhìn ra nó và đưa nó vào điều quen thuộc". Cuộc truy tầm của ta cốt yếu là như thế đó, ở hội họa, ở âm nhạc, ở mọi địa hạt: truy tầm cái mới để diễn dịch nó bằng

những cái cũ.

Thế nhưng tiến trình nhìn nhận và diễn dịch đó, tức những tác động và những tác phẩm đó, nào phải là diệu tác đâu. Tuyệt đối không thể phô diễn điều xa lạ. Cái mà người nào đó có thể diễn tả được, thì nó là sự diễn dịch hay sự tri nhận về những gì mà người đó tự gọi cho là điều xa lạ. Vậy tự các ngài phải tìm thấy thế nào là diệu tác, bằng không thì cuộc sống của các ngài sẽ trở thành đời sống nhàm chán thường nhật, không thay đổi gì, không chuyển hoá chi, khiến ngài rất chóng nhàm chán. Sáng tạo là sự vận hành của chính sự sáng tạo, chứ không phải là việc diễn dịch sự vận hành của chính sự sáng tạo, chứ không phải là việc diễn dịch sự vận hành vào một bức tranh, vào âm nhạc, vào trong một quyển sách hay trong những cuộc quần sinh giao tiếp.

Và lại, chúng ta chấp chứa nơi ta hằng bao triệu năm những ký ức, những bản năng, và cái móng tâm thức đẩy khiến ta vượt khỏi đi hết tất cả cùng phát tự ở trong tâm thức ta nữa. Xuất xứ từ hậu trường của quá khứ ấy, phát sinh lên cái ý muốn tri nhận được cái mới, nhưng cái mới lại là một cái gì khác hẳn – là tình thương – và cái tâm thức đang sa lầy trong tiến trình của cái cũ mà đi tìm nhìn nhận cái mới, tất nhiên chẳng tri nhận được gì cả.

Đây là một trong những điều hết sức khó diễn tả, tuy nhiên tôi muốn trao truyền cho các ngài, nếu được, vì cái tâm thức mà không ở trong trạng thái diệu tác này, tất nó vẫn làm tổn hại mãi. Tâm trạng ấy xuất thế, vĩnh cửu. Nó không so sánh, không ích dụng, không một mảy may giá trị gì đối với sự hành động, các ngài không thể sử dụng nó để tô vẽ mấy bức họa tầm phào của các ngài được, để viết những bài thơ bài phú. Nhưng không có nó, lại quả chẳng có chi là tình thương được hết. Cái tình thương của ta được biết đây, toàn là ganh ghét thôi, cái tình thương của ta trú trong tường lũy của hận thù, của lo âu xao xuyến, của thất vọng, của khổ sở, của bao đối nghịch xung chướng vậy, đâu có gì trong đó mà gọi là tình thương được. Tình thương tự vạn cổ vẫn mới lạ, không thể tri nhận được nào. Đã chẳng bao giờ trụ tại một thể tướng, tất nhiên tình thương là tâm thái có tính cách tốt độ vô sở định. Và chỉ trong tình thương ấy ta mới hiểu được thực tại phi thường gọi là sự sáng tạo diệu tác kia – tức là Thượng đế, nếu ngài không đặt cho nó một danh xưng gì khác nữa. Kẻ đã hiểu được các giới hạn của

cái đã biết và tất nhiên thoát ly với cái đã biết, chỉ cái tâm thái ấy mới là cái tâm thái sáng tạo diệu tác, trong tâm thái ấy tuyệt chẳng có yếu tố tồn tại suy đồi nào cả.

Các ngài muốn hỏi thêm chăng về mấy điều vừa nói hôm nay?

H: *Sự nhận thức mình có ý chí cá thể, phải chăng là nguyên nhân của sợ hãi?*

K: Chắc vậy. Nhưng ngài hiểu thế nào là "cá thể"? Ngài có phải là một cá thể không? Ngài có một thể xác, một tên tuổi, một trương mục ở ngân hàng; nhưng nếu nội tâm ngài bị trói buộc, bị tàn phế, bị hạn cuộc, thì ngài có là một cá thể được không? Cũng giống như thiên hạ, ngài bị qui định trước nhiệm đấng, có phải thế không? Và tất cả điều xuất sinh từ cái cùng hạn cuộc là sự qui định trước nhiệm của ngài mà ngài gọi là cá thể ấy, hết tất cả: nào những khổ phiền của ngài, nào những thất vọng của ngài, những ganh ghét của ngài, những sợ hãi của ngài. Sự thể hạn hẹp và manh mún ấy, với cái linh hồn cá thể, với cái ý chí của nó, và tất cả cơ lộn xộn đảo điên nhỏ nhen của nó, ngài lấy đấng làm hãnh diện lắm. Chính với cái ấy ngài muốn khám phá Thượng đế, khám phá chân lý, khám phá tình thương, ngài không khám phá như thế được đâu. Tất cả những gì ngài làm được là nhận thức cái manh mún của chính mình đấng, vì bao đấu tranh của nó, và nhận thấy rằng cái manh mún ấy không bao giờ trở thành được cái toàn thể. Cây cặm dù có làm gì đi chăng nữa, nó không thể thành được bánh xe. Vậy cần phải tự vấn tâm mình để hiểu được cuộc sống phân biệt, hẹp hòi, hạn cuộc, cái gọi là cá thể ấy.

Điểm quan trọng trong tất cả mọi điều này, không phải là ý kiến của ngài hay ý kiến của tôi, mà quan trọng là tìm thấy sự thực. Và để phát thấy sự thực, tâm thức phải không sợ hãi, tâm thức phải rộng rang trút bỏ khỏi sự sợ hãi đến độ nó được hoàn toàn ngây thơ. Chỉ từ lòng ngây thơ thì sự sáng tạo mới phát hiện được.

## 6.

Điều quan trọng là mỗi người nên nhận hiểu chín chắn đối tượng của công cuộc tìm kiếm nội tâm mình. "Tìm kiếm", đối với nhiều người, thường mang một giá trị phi thường. Ngoài cái nghĩa lý tự điển của danh từ này, hành động "tìm kiếm" ngụ ý về một sự vận hành từ vòng ngoài vào trung tâm. Bản chất của cuộc thâm nhập vào bên trong ấy tùy thuộc ở các tính khí, ở những cường chế cùng những áp lực xã hội, ở những tai ương cùng những khổ nạn của đời sống, ở vô số những cố gắng kéo theo kinh nghiệm về chính sách. Tất cả những động lực, yếu tố đó bắt buộc phải "tìm kiếm". Nếu không có những áp lực, những tai ương cùng những khổ nạn, tôi tự hỏi không biết trong chúng ta có mấy người chịu nghĩ đến việc thực hiện công cuộc tìm kiếm nội tâm.

"Tìm kiếm", phải thế không, là dò dẫm với hy vọng khám phá một cái gì. Sáng này, tôi đọc thấy trong tự điển, nghĩa lý của danh từ ấy. Nó có nghĩa là đi quanh và tôi tự hỏi không biết người ta đi quanh cái gì, người ta tra hỏi, tìm kiếm với hy vọng gì và không biết có bao giờ người ta tìm thấy được điều gì không. Hay chẳng qua, đó chỉ là một ước vọng mơ hồ, thoáng qua, thay đổi tùy theo hoàn cảnh, tính khí cùng những nỗi vui sướng và khổ đau của từng người.

Chúng ta có nói mãi về những công cuộc tìm kiếm nội tâm của ta. Thế nghĩa là gì? Nghĩa là từ vòng ngoài ta dần dần thâm nhập vào trung tâm tùy theo tính nết, sở thích của ta và những áp lực của hoàn cảnh, tựa như ta đi từ cửa hàng này sang cửa hàng khác, cố chọn lựa quần áo, để rồi cuối cùng chọn lấy bộ đồ vừa vặn và đẹp ý ta hơn hết. Khi các ngài bảo là mình "tìm kiếm" ý các ngài muốn nói thực ra, là thí nghiệm những ý niệm, những công thức, những khái niệm khác biệt, đi từ tôn giáo này sang tôn giáo nọ, từ vị đạo sư này sang vị đạo sư kia, cho đến khi nào ngài tìm gặp được một điều gì vừa ý, thích hợp với tính khí và những sắc thái riêng biệt của Tây phương. Nếu các ngài không thích những gì tìm gặp ở Tây phương, thì các

ngài liền quay sang Đông phương với nền triết học cổ xưa và phức tạp, với vô số đức thầy và đạo sư cần phải chọn lựa ở đó, rồi các ngài sa lầy vào một ao tù tư tưởng hạn hẹp, ngỡ rằng mình đã chứng đạt một thực tại vĩnh cửu gì rồi. Hoặ nếu không làm thế, các ngài trở thành tín đồ Công giáo thực là nhiệt nồng hơn hay tín đồ của thuyết Hiện sinh... Có biết bao nhiêu là chủ thuyết trong thế gian này!

Theo tôi, không có Đông phương, Tây phương gì hết. Tâm trí nhân loại không đông tây gì cả. Dù uyên nguyên của chúng thế nào đi nữa, cả thầy mọi thần thuyết cũng như triết thuyết đều thiếu sự già dặn trưởng thành. Toàn là những sự bày đặt. Con người vì bị tù hãm trong những ngục thất tự tạo, liền đâm ra tin tưởng vài điều nào đó, rồi họ tạo dựng chung quanh những tin tưởng này, những thần thuyết và phóng hiện ra những triết thuyết kỳ dị. Các nhà thần học hay các triết gia càng khéo léo thì càng được đại chúng, độc giả, đệ tử dễ dàng chấp nhận.

Nhưng nơi đây chúng ta có làm như vậy không? Các ngài đến nghe tôi trong đôi ba tuần lễ, và nếu những gì tôi nói không thoả mãn các ngài, không đáp ứng những gì các ngài mong muốn, thì các ngài liền tìm đến giáo chủ khác hay các ngài chấp nhận một triết thuyết khiến các ngài thoả mãn hơn. Thế thì bao lâu các ngài chưa cảm đầu bị cuốn hút vào một dòng sông tư tưởng nhỏ mọn nào đó, thì các ngài sẽ cứ tiếp tục loanh quanh mãi, để rồi một ngày nào đó, có lẽ các ngài sẽ trở lại để tái diễn cái vòng luẩn quẩn.

Thiết tưởng các ngài cần phải thấu hiểu hiện tượng lạ lùng này ở Đông như ở Tây: sự việc hết bất cái này sang cái khác, cứ lựa chọn mãi. Ý tôi muốn nói là chúng ta phải nhận thức thật rõ, thấy thật rõ ngay trong tâm chúng ta, xem chúng ta tìm kiếm gì, lý do của sự tìm kiếm và xem có cần thiết phải tìm kiếm không. Mọi vận dụng như vậy đều ngụ ý sự di động từ vòng ngoài vào trung tâm, từ những hoàn cảnh vào đến nguyên nhân phát sinh chúng, từ ở bề mặt vào tận căn nguyên cuộc sống. Chúng ta di động từ ngoại cảnh lần vào nội tâm, hy vọng khám phá được một cái gì chân thực, sâu mầu, cốt yếu, tối trọng. Trong sự tìm kiếm đó, chúng ta phấn đấu để thực hành những phương pháp và cách thức khác nhau, chúng ta tự hành hạ đày ải mình bằng những giới luật, thành thử suốt đời ta luôn luôn bị thống khổ thảm thương, tâm thức hầu như bị tê liệt, bại xuội.

Tôi e rằng đó là trường hợp của phần đông chúng ta. Ta di động từ vòng ngoài vào trung tâm, bởi vì, muốn biết làm thế nào để được hạnh phúc, muốn biết chân lý là gì, muốn biết Thượng đế và cái vĩnh cửu có hay không, nên ta cứ tranh đấu không ngừng để rập khuôn, để bắt chước, để tuân hành, để hành hạ đày ải tâm và trí ta bằng những giới luật, đến một lúc nào đó trong ta không còn gì là độc đáo, là chân, là thực nữa. Cuộc sống chúng ta như vậy đó. Hễ sự khổ não, cái áp lực cùng cái hằng sống ở vòng ngoài càng mãnh liệt thì ta lại càng muốn hướng vào trung tâm.

Nhưng có cách nào nự ngay vào trung tâm tức thời và để rồi từ đó triển nở ra mà không cần phải tranh đấu để đạt đến đó không? Các ngài hiểu câu hỏi của tôi chứ? Trong bao triệu năm rồi, chúng ta đã tranh đấu để đi từ ngoài vào trong nhằm mục đích khám phá thực tại. Ta vừa thấy những gì bao hàm trong tiến trình ấy và tôi tự cho tiến trình ấy là phi lý. Tại sao tôi phải hành hạ đày ải tôi chứ? Tại sao tôi phải sao y, bắt chước, vâng lời? Không thể nào khám phá cái trung tâm nự ngay trong đó và từ đó khởi đi triển nở thay vì hành trình ngược lại sao? Theo tôi làm cuộc hành trình đảo nghịch lại là tuyệt đối vô ích. Tôi hoàn toàn bác bỏ cuộc hành trình đó. Tôi từ chối sự đày ải hành hạ và từ chối làm đệ tử cho bất cứ ai. Tôi từ chối, không đọc một cuốn sách triết nào cả và không thêm mài giũa tâm trí bằng những lý luận tế nhị: tâm trí đã đủ sắc bén bởi tham vọng, bởi những âu lo, thất vọng và những tàn bạo của cuộc sống. Tôi từ chối mọi phương pháp, mọi pháp môn tu luyện, hay theo hầu một vị đạo sư, một đức thầy, một đấng cứu thế, từ chối bỏ tất cả những gì thuộc lãnh vực đó.

Tôi đang tư tưởng to lên bằng lời, không những cho chính tôi mà cũng để làm sáng tỏ vấn đề, hầu các ngài và tôi có thể cùng đồng cảm cảm thông với thực tại, thay vì cứ tiếp tục vùng vẫy mãi mãi trong những phản ứng có khuynh hướng đem ta từ ngoài vào trong. Tôi đang thể hiện thành ngôn từ những điều mà có thể các ngài cảm nhận trong những lúc hiếm hoi, khi mà các ngài đã mệt mỏi chán ngấy tất cả: chán ngấy những giáo hội, những chính khách, những ngân hàng, những ti tiện nhỏ mọn trong các mối tương giao về gia đình của các ngài, chán ngấy cái tẻ nhạt trong những bận rộn của công ăn việc làm, chán ngấy những cái xuẩn động ngu muội của đời sống làm như nhớp phẩm giá con người. Đã kéo lê cuộc sống hai mươi năm

hoặc dai dẳng hơn nữa để ngày lại ngày đến sở làm hay lo bếp núc, hay để hết sinh đũa con này lại sinh đũa khác, đã sống những niềm vui cùng nỗi buồn và thất vọng vì sa lầy trong sự tục tằn bản tiện ấy, hẳn đôi khi các ngài cũng đã tự hỏi có thể nào bỗng chốc, một cách bất ngờ, tìm thấy được cái cội nguồn uyên nguyên, tìm thấy chính ngay cái yếu tính của sự vật, mà nảy nở, không bao giờ cần phải đọc một quyển sách nào cả, nghiên cứu một triết thuyết nào cả, không cần phải sùng thượng một hình ảnh, một đấng cứu rỗi nào cả, bởi vì bất kỳ các ngài nhìn đâu, cái trung tâm ấy vẫn hiện diện ở đó, để rồi từ đó mọi hành động, mọi tình thương, tất cả những gì là hiện thực, đều phát hiện.

Sự kiện hiển nhiên là với lòng tham lam với tính ganh ghét, với ý hướng chiếm hữu, với những nỗi sợ hãi, với mối xúc động, với những niềm vui thoáng qua cùng những nỗi thoả mãn mê mờ của ta, ta vẫn còn là những con vật: những con vật tiến hoá cao độ. Khi ta quan sát thú vật, ta thấy rằng chúng cũng có cùng những mối xung động như ta. Những loài khí vượn già nhân cũng biết ghen tuông và cũng có những khó khăn trong đời sống vợ chồng. Chúng tập hợp thành đoàn – ban đầu là đơn vị gia đình, kế đó thành bộ lạc y như chúng ta và có người bảo là rồi ngày nào đấy loài khí vượn này có thể ngồi vào Liên Hiệp Quốc như nhân loại vậy! Một sự kiện hiển nhiên là tính nết, sự sùng ái, lòng can đảm, nỗi sợ hãi, những cuộc chiến tranh những cái gọi là hoà bình cũng những cuộc tranh đấu của ta đều trỗi dậy từ cái hậu trường thú vật đó. Xin các ngài đừng cãi lầy với tôi về vấn đề này: đây là ý kiến của các nhà sinh vật học và các nhà nhân loại học, nếu các ngài cần kể ra những người có uy tín.

Có thể nào thoát ly tất cả những điều đó, không phải thoát ly trong một tương lai gần gũi, không phải thoát ly dần dần, nhưng là ta có thể nào chặt đứt ngay bằng một nhát, cái hậu trường thú vật ấy, dứt tuyệt nó, để rồi tạo dựng một nền luân lý đạo đức, một năng khiếu thẩm mỹ hoàn toàn khác biệt hẳn không? Điều hiển nhiên là muốn sống chung với nhau, chúng ta cần phải có một nền đạo đức và một cách thức cư xử trong xã hội, nhưng nền đạo đức hiện nay của ta, phẩm hạnh của ta, các khái niệm tạo thành những công thức của đời sống thường nhật của ta, vốn mang đầy tính cách thú vật, dù rằng chúng ta không muốn nhìn nhận điều đó. Chúng ta thích nghĩ rằng bởi vì chúng ta có chút ít khả năng hơn, có hiệu năng hơn, có nhiều sáng kiến

phát minh hơn loài khi, nên ta "người" hơn. Nhưng chính loài khi cũng biết dùng dụng cụ để cầm lấy đồ vật và vẫn có óc phát minh. Giữa chúng và chúng ta khác nhau rất ít.

Chúng ta nhận thấy sự tác động phi thường của thú vật và sự tác động không kém phi thường của tâm trí nhân loại khi nhân loại khao khát thêm muốn được an toàn, không những trong thế giới vật chất mà cả thế giới tâm lý nữa và ta thấy rằng khát vọng ấy do bản năng thú vật mà ra. Nhưng đồng thời con người muốn tìm thấy một cái gì chân thật, độc đáo, một trạng thái vô cầu, bất nhiễm. Có thể nào tìm gặp tâm thái ấy một cách độc đáo, một trạng thái vô cầu, bất nhiễm. Có thể nào tìm gặp tâm thái ấy một cách đột nhiên, không cần phải chuẩn bị, tìm kiếm không? Bởi vì cái đẹp không thể vun trồng đào luyện được: tình thương cũng thế, ta phải "rơi vào" nếu có thể nói như thế, như ta tình cờ "rơi vào" một phong cảnh mà ta chưa hề bao giờ thấy: nó ở đó, một cách đột nhiên, trước mắt ngài, phong phú và sống động tràn đầy, rồi ta hoà đồng và từ đó, ta sống, ta hành động, ta [\[1\]](#) "ngộ". Không làm một cố gắng nào cả, không khắc kỷ, không tìm kiểm soát, không cưỡng chế câu thúc bản thể bên ngoài của các ngài để rập khuôn, để bắt chước thì bỗng dưng các ngài thấy mình đối diện ngay với mạch sống, với cái nguồn cội uyên nguyên của mọi cuộc sống, và vì đã uống nên nguồn mạch đó, nên bản thể thâm sâu thấy rằng mình đã luôn luôn sống trong đó và đang sống trong đó tự bao giờ. Sự thể đó có thể có được không?

Tôi sẽ vạch cho các ngài thấy cái tầm mức quan trọng, cần thiết phải thực hiện cho được hành động đó. Nếu các ngài chấp nhận thời gian – hôm qua, hôm nay, ngày mai – tất nhiên các ngài phải bị vướng mắc trong cái tiến trình bại hoại, bởi vì các ngài luôn luôn phóng mình về ngày mai thành thử luôn luôn có cái hôm qua qui định hôm nay. Vậy thì cái quan năng tư tưởng, nguyên là kết quả của bao nhiêu thế kỷ dài dằng dặc, phải quên bật thời gian. Các ngài theo dõi tôi chứ? Quan năng ấy phải gạt yếu tố thời gian sang một bên, bằng không nó bị tù hãm trong màn lưới của thời gian, của những cuộc tranh đấu để thành đạt, để trở nên, để đến đích mà thế chỉ tổ đưa nó đến đau khổ, khốn cùng, tan vỡ.

Thế thì ta có thể làm gì? Tôi muốn khám phá tức thời cái chân thật, tôi

không muốn chờ đợi ngày mai ngày một, không chờ đợi một giây phút nào cả, tôi muốn ngay "ở đó". Tôi nóng nảy không chờ đợi được. Tôi không màng thiết đến thời gian, đến ý niệm rằng tôi sẽ thực hiện ở cuối mức kiếp sống này hay vạn kiếp sống nữa, theo tôi, ý niệm ấy thật là trẻ con, một sáng chế của những tâm trí lười biếng, rối loạn do thất vọng. Tôi muốn thật tỉnh thức sao cho hễ mở mắt, mở tâm, mở trí ra là chân lý có "ở đây" rồi, và từ "đây", tôi hành động, tôi sống, tôi vui hưởng những vẻ đẹp trần thế.

Bây giờ chúng ta nói đến cái vật mà tuyệt đối không thể sao chép được. Vật ấy, tôi muốn khám phá nó và tôi hy vọng các ngài cũng khám phá nó cùng với tôi. Nhưng nếu các ngài chỉ biết bằng lòng theo dấu tôi thôi, là các ngài lạc mất hướng.

Dù các tính khí có khác biệt, song tất cả mọi chuyển động từ vòng ngoài vào trung tâm đều là tích cực. Đó là sự tìm kiếm cố ý, một phản ứng phát sinh do lòng ham muốn tìm thấy, tất nhiên bao hàm có giới luật, có bắt chước, có vâng lời, có thực hành một phương pháp. Tất cả điều đó tạo thành cái tiến trình tích cực, hay ít ra cái mà các ngài gọi là tích cực.

Các ngài hãy lắng nghe với một tâm trạng thật giản dị, trong tâm các ngài đừng biện luận chi cả, rồi các ngài sẽ thấy điều trình bày là chân thật khi chúng ta tiến tới trong câu chuyện. Tôi không tìm cách mê hoặc các ngài hoặc tuyên truyền đâu: việc ấy ngu muội lắm.

Ta có thể nhận thấy sự vận dụng tích cực ấy và tất cả ý nghĩa của nó, nhận thấy nó ngay trong hiện tại, tức thời, miễn là ta đừng thấy bằng cái thấy lơ đãng, miễn là đừng có ý nghĩ rằng để rồi sau này ta sẽ thấy nó rõ hơn, sẽ nghĩ về nó trong ngày mai ngày một. Nhìn thấy sự vận dụng tích cực này là nhìn thấy nó ngay tức thời, trong hiện tiền, thế là nó liền ngưng dứt trọn vẹn, ta không cần phải làm gì cả để ngưng dứt nó, không cần phải có một hành vi hữu ý, không cần phải có lý do hay cố ý tìm kiếm nhằm thu đạt một kết quả. Ta nhận thấy tính cách trẻ con của sự vận dụng tích cực này, thấy cái tính cách vô hiệu hoàn toàn của nó cùng với những đạo sư, những giáo hội, những thần thuyết, những nhà phát minh ra lý tưởng của nó, thế là tất cả đều rơi đi bởi vì ta nhận thấy sự thật này: không một vận dụng tích cực nào từ vòng ngoài hướng vào trung tâm mà đạt tới trung tâm được. Sự vận

dụng ở bề mặt nỗ lực nhằm trở nên thâm sâu, bao giờ cũng vẫn là ở bề mặt. Nhìn thấy sự kiện này với một cái nhìn sắc bén và cực kỳ sáng suốt lúc bấy giờ ta đã bắt đầu thấu hiểu cái vẻ đẹp của sự vận dụng tiêu cực của tâm trí, không phải là tiêu cực phản nghịch lại tích cực mà là thứ tiêu cực hiện sinh khi ta đã thấu hiểu ý nghĩa đích thực của tất cả sự vận dụng tích cực. Bấy giờ ta không còn bị tù ngục trong sự vận dụng tích cực nữa, ta nằm trong một trạng thái tiêu cực vô niệm, nghĩa là vì đã thấu hiểu chân lý của những công cuộc chạy đuổi đó, tâm trí ngừng lại, không nhúc nhích, xao động nữa, do đó ta có thể nói là tâm trí nằm trong một trạng thái tiêu cực, các ngài hiểu không?

Tôi xin trình bày cách khác: Riêng cá nhân tôi, tôi chưa bao giờ đọc một cuốn sách nào đề cập các vấn đề này và tôi cũng không muốn đọc, các vấn đề đó không làm tôi quan tâm vì tôi đã thấy ngay trong tôi toàn thể cả nhân loại, không phải thấy một cách huyền bí, văn hoa bay bướm hay có tính cách biểu tượng mà thấy bằng sự kiện thật. Tôi là các ngài và là thế giới. Trong là tất cả kho tàng của thế giới và muốn khám phá kho tàng đó, tôi chỉ cầu thấu hiểu chính tôi và vượt qua chính tôi. Nếu tôi không tự giác, tôi không có lẽ sống, không có thực chất, tôi chỉ là một thực thể rối loạn, và càng tìm kiếm, càng nghiên cứu và càng rập khuôn bắt chước, tôi càng sống trong hỗn loạn, càng nô lệ vào các nhà lãnh đạo tinh thần, vào tính khí cùng những dục vọng của tôi và cái trạng thái hỗn loạn trong tôi càng gia tăng.

Do đó tôi thấy cái hành động tự giác trọn vẹn, không cố gắng, nghĩa là không đặt hành động đó thành vấn đề, thật là quan trọng biết bao. Muốn tự giác, muốn thấu hiểu chính tôi, tâm trí tôi không cần phải làm một vận dụng tích cực để sửa sai hay không sửa sai những gì nó thấy chi cả. Như tôi đã nói hôm trước, cái tâm hữu thức cũng như cái tâm vô thức không có giá trị bao nhiêu và tôi phải thấu hiểu cái tính cách vô giá trị này. Tôi phải thấu hiểu tức khắc để cái tâm vô thức không còn lừa đảo, không còn phóng hiện ảo giác, dục vọng bí mật, lợi dụng lúc tôi lơ đãng nữa mà sự lơ đãng này rồi lại trở thành vấn đề.

Các ngài theo dõi những điều đó chứ? Tôi thấy rằng muốn thấu hiểu chính tôi, tôi cần phải có cái tâm thức không bị nhiễm bởi bất cứ ảnh hưởng nào, không có bất cứ dụng và cử động nào, một tâm thức trống rỗng mọi hành vi

tích cực. Với cái tâm thức sáng suốt đó, tôi nhìn vào nội tâm tôi, chính cái nhìn này giải trừ chỗ hư ngụy của cái "tôi".

Không phải tôi đang sáng chế một triết thuyết và, xin lạy trời, các ngài chớ bảo đây là một quan điểm Đông phương. Các ngài hãy tránh tất cả những sự nông nổi ấy. Tôi không thể hiện cái tính khí của một người trót sinh trong một xứ sở nắng cháy thiêu đốt làm nám xám màu da. Vì cái nóng cháy ấy, vì sự lười biếng uể oải do sự nóng bức và vì nổi bần hàn, nên nhiều người đã thâm nhập vào nội tâm họ để rồi do đó viết thành những triết thuyết, sáng chế những tôn giáo, những thần thánh cùng nhiều thứ rắc rối vô ích khác. Hãy dành những cái đó cho họ. Tôi không đề cập đến chúng. Điều tôi trình bày không phải thuộc Đông Tây, không phải có tính cách cá nhân hay phổ biến chi cả, tôi nói về chân lý của một tâm thái mà đột nhiên ta có thể ngự ngay trong đó, khi tâm thức không còn bị thôi thúc bởi ước vọng được thoả mãn, khi tâm thức không còn tìm kiếm kinh nghiệm nữa. Không ai dạy cho ta tâm thái đó, chính ta phải bắt gặp nó, hành động này đòi hỏi nhiều năng lực. Mà nói đến năng lực là tôi cố ý nói đến sự vận dụng tất cả sức chú tâm của chúng ta không một chút lơ đãng xen tạp vào. Kỳ thực thì sự lơ đãng không có. Cái ta gọi là lơ đãng chỉ là sự không chú ý. Không phải thế sao?... Tôi thích có người không đồng ý về điểm này.

Cái gọi là lơ đãng thật sự có không? Khi ban ngày, tôi nhìn quanh tôi, tư tưởng rải rác đây đó, nhảy nhót trên nhiều vấn đề khác nhau, nếu các vấn đề ấy di chuyển lôi kéo tôi ra khỏi con đường đi của mình, lôi kéo tôi ra khỏi cái trung tâm mà cái tôi ngự trị trong đó, tôi gọi như thế là lơ đãng, nhưng nếu không có một trung tâm nào cả, không có một đường hướng qui ngã nào cả thì cũng không có sự lơ đãng.

Sự kiện đó thật là quan trọng mà ta phải thấu hiểu. Nếu các ngài thấu hiểu một cách sáng suốt nội một sự kiện ấy, các ngài sẽ thấy rằng tất cả mọi nỗ lực của các ngài nhằm để tập trung, và do đó khiến phát sinh xung đột, đều tan biến trọn vẹn, và bấy giờ không còn có sự lơ đãng nữa. Nhìn trời mây, ngắm khuôn mặt khả ái của một đứa trẻ, nghe tiếng thác đổ nhanh và tiếng động xé không gian của một phản lực cơ đang lướt nhanh trên đầu các ngài, quan sát người đời, quan sát các chính khách, các vị cố đạo, lắng nghe chính tâm và trí mình, nhận thức được những đòi hỏi thúc bách cùng những

thất vọng của các ngài tất cả những cái đó từ cái nhìn trời mây cho đến cái nhìn vào nội tâm các ngài, tất cả đều không có gì là lơ đãng cả, vì mỗi mỗi yếu tố đó đều dự phần tạo thành cái toàn thể. Chỉ có thể nhận thấy được cái toàn thể này nếu sự chú tâm được vận dụng trọn vẹn và sự chú tâm trọn vẹn bị chối bỏ nếu ta chấp nhận quan niệm về lơ đãng. Ồ! Các ngài hãy nhận thức điều đó!

Khi sự chú tâm được trọn vẹn thì không có gì được coi là lơ đãng cả. Những đòi hỏi về xác thịt, tình tự ganh ghét, những nỗi âu lo, sợ hãi, tình thương cùng những đam mê của các ngài, không có điều gì các ngài sống lơ đãng cả. Mọi sự đều bao gồm trong ngọn lửa chú tâm, do đó không có gì là manh mún rời rạc cả. Nhà chính khách, vị cố đạo, nghi thức lễ bái đều dự phần tạo thành cái toàn thể. Chính trong sự vận dụng tích cực của tâm trí mới có lơ đãng, chia ly manh mún, còn khi tâm trí không xao động, do đó "tiêu cực", nếu tôi có thể dùng danh từ này, thì đời sống không còn bị chia cắt phân đoạn nữa. Lúc bấy giờ, áng mây trời kia, hạt bụi, đóa hoa bên vệ đường nọ cùng những tiếng thì thầm của tâm tư các ngài, đều hoà hợp trong toàn thể. Nhưng ta chỉ có thể thấu hiểu được cái toàn thể này khi sự vận dụng tích cực của tư tưởng hoàn toàn ngừng dứt.

Chắc các ngài cũng thấy rằng để ngự ngay, để thể nhập vào trung tâm, cội nguồn bản nguyên của mọi sự vật đó, cùng đích thị là cái tối thượng, thì mọi vận dụng của tư tưởng phải chấm dứt. Nhưng ta không thể nào khởi phát sự chấm dứt này bằng cách đày ải hành hạ tâm trí qua những giới luật, hay bằng cách đặt thành những vấn đề nan giải và quái dị – như người ta thường làm trong nhiều môn phái tôn giáo – khiến cho tâm thức cam lặng đi vì bị mệt mỏi như tử. Tất cả mọi điều đó là việc trẻ con. Vậy trước hết các ngài phải nhận thấy cái sự thật về mỗi cử động của tư tưởng và cảm xúc của các ngài và các ngài chỉ có thể thực hiện hành động đó khi tâm thức các ngài hoàn toàn "tiêu cực", tịch lặng, an bình và hành động đó có thể được khởi phát lập tức, y như ta bước ra khỏi một con đường: con đường của hành vi tích cực mà con người đã theo đuổi hàng nghìn vạn năm rồi. Ta có thể bước ra khỏi con đường ấy liền, không có gì phải chờ đợi, hỏi han, tìm kiếm. Nhưng ta chỉ có thể bước được khi ta đã thấy toàn bộ hành vi của con người, chứ chẳng phải chỉ thấy sự vận dụng nội tâm của chỉ một người, nghĩa là khi ta đã thấy ngay trong nội tâm mình sự vận dụng của cái toàn

thể. Khi ta nhận thấy tất cả những điều ấy chỉ nguyên với một cái nhìn – và sự việc nhìn này là sự việc duy nhất phải thực hiện, không còn việc chi khác nữa – ta mới thực sự tự do, để rồi từ đó xuất sinh hành động không gây tổn hại cho tâm thức.

Các ngài có muốn hỏi gì về các điều vừa được trình bày không? Hay chẳng còn gì để hỏi nữa?

H: *Trưởng thành là gì?*

K.: Phải về sự trưởng thành mà chúng ta đề cập không? Nhưng được, thưa ngài, trưởng thành là gì? Trưởng thành có liên quan gì với tuổi tác không? Với kinh nghiệm, với kiến thức, với khả năng không? Với sự tranh đua và tích trữ tiền bạc không? Nếu không phải là tất cả những điều đó thì trưởng thành là gì? Có liên quan gì với thời gian không? Ngài đừng vội bảo không một cách dễ dàng như thế. Nếu quả thực ngài đã thoát khỏi thời gian, nếu thời gian không còn hệ trọng gì với ngài cả, thì tâm thái của ngài thế nào? Tôi không đề cập thứ thời gian tính bằng đồng hồ, thời gian loại này hiển nhiên không có gì quan trọng cả. Nhưng nếu thời gian quả không mang một ý nghĩa tâm lý nào cả đối với ngài: thứ thời gian cần thiết để thành công, để hoàn thành, để vượt thắng, để chinh phục, để thấu hiểu, để so sánh, thứ thời gian cần thiết để trở nên lanh lợi, thì ngài sẽ không trưởng thành sao? Vậy chỉ có cái tâm thức vô tri, vô nhiễm mới trưởng thành, chứ chẳng phải thứ tâm thức đã tích trữ kiến thức, tri thức trong hàng nghìn vạn năm. Kiến thức, tri thức cũng cần thiết và vẫn có vai trò của chúng ở vài mức độ nào đó, nhưng chúng không phát sinh được ánh sáng cùng sự vô tư vô nhiễm. Sự vô tư chỉ hiện sinh khi mọi xung đột đều ngưng dứt. Khi tâm thức không còn vận chuyển trong bất kỳ một chiều hướng nào nữa cả, bởi vì tất cả chiều hướng đều đã được thấu hiểu, thì tâm thức liền ngưng ngay trong một trạng thái bản nguyên [\[2\]](#), tức là tâm thái vô tư vô nhiễm, và để rồi từ đó, tâm thức có thể tiến sâu vào cõi vô lượng mà có lẽ cái tối thượng vẫn hằng ngưng trị. Chỉ với tâm thức ấy mới đích thị là trưởng thành.

23/7/1964

---

[1]On “est”

[2]Un état d’originalité

## 7.

Tôi muốn tiếp tục điều chúng ta đã đề cập hôm trước. Thiết tưởng điều quan trọng là phải thấu hiểu toàn bộ vấn đề về hành động. Tôi không dùng danh từ hành động một cách trừu tượng, hay xem đó là một ý niệm. Tôi nói về sự kiện hành động, làm một việc gì đó... Cuộc đất, làm vườn, đi tới sở làm, nhìn một cội cây, theo dõi nhịp vận chuyển của một dòng nước hay chỉ bước chân trên đường không tưởng niệm chi hết, vừa yên lặng quan sát sự vật – tất cả những gì ta làm đều là hành động, và một cách tổng quát thì hành động thường phát sinh xung đột: hoặc ta cho là hành động sâu xa hay cạn cợt, hành động lập đi lập lại, hành động trở nên buồn tẻ, mệt mỏi, chỉ là một động tác, một hành vi vô nghĩa. Vậy tôi thiết nghĩ điều quan trọng là phải thấu hiểu bản chất của hành động.

Bất cứ ta làm việc gì – đi, nói, nhìn, suy cảm – đều cần có năng lực, và năng lực này bị hoang phí đi khi nó biểu hiện trong một cuộc xung chướng. Như ta có thể nhận thấy dù hành vi của ta ở mức độ nào, chúng đều khởi phát trong ta một ý hướng cố gắng, một sức chống kháng nào đó, một sự từ chối, một sự tự vệ. Có thể nào hành động mà không có xung đột và không ngay cả cố gắng không? Chính đó là điều mà tôi muốn đề cập trong buổi sáng này.

Ta đã thấy những gì diễn ra trong thế giới: những máy móc, những bộ óc điện tử, những hệ thống tự động hoá, sẽ cho con người càng có thêm nhiều thì giờ nhàn rỗi, rồi những tôn giáo và những cuộc vui chơi có tổ chức sẽ độc quyền tước đoạt các khoảng thời gian nhàn rỗi ấy. Tôi không biết giữa hai cái thứ có tổ chức đó có sự khác biệt lớn lao nào không, để rồi ta sẽ phân biệt chúng. Khi một người có nhiều thì giờ nhàn rỗi, tất họ có nhiều năng lực hơn – thật nhiều năng lực – và xã hội muốn họ sử dụng năng lực họ với ý thức tốt, sao cho đừng phản nghịch lại xã hội. Muốn vượt thắng những tình ý phản nghịch lại xã hội mà họ có thể có, họ sẽ tự tan biến mình trong một tôn giáo có tổ chức hoặc trong những cuộc giải trí đủ loại. Hoặc họ biến mình trong văn chương nghệ thuật, âm nhạc, cũng vẫn là một cách thể giải trí. Kết quả là con người sẽ trở nên càng lúc càng thiển cận hơn. Có

thể họ sẽ đọc hết sách vở của thế gian, tìm hiểu hết những chữ phức tạp trong thần học, triết học, khoa học, biết được một mớ sự kiện và chân lý diễn tả trong văn chương; cả thầy những tri thức ấy rồi cũng sẽ thiên cận như tất cả mọi hình thức tôn giáo và mua vui giải trí kia thôi. Các tôn giáo có tổ chức chủ trương là tìm kiếm chỗ nội tại trong hiện tượng cuộc sống, nhưng lại đòi hỏi những tin tưởng, những tín điều, những rập khuôn, những nghi thức như tất cả chúng ta đều thừa biết.

Nếu chúng ta không ý thức tường tận tất cả những sự qui định cố hữu đó của nền văn minh hiện đại, thì bao nhiêu năng lực của ta đều bị chúng thiêu đốt hết và do đó, hành động của ta sẽ hết sức thiên cận, cạn kiệt. Và do sự thiên cận đó, ta sẽ tiếp tục duy trì các cuộc xung đột ở ngay trong nội tâm mình cũng như đối với tha nhân và xã hội. Trong mỗi địa hạt sinh hoạt của nhân loại – nghệ thuật khoa học, toán học, kỹ nghệ – và trong những mối tương giao giữa vợ chồng, giữa cha mẹ và con cái, giữa những người lân cận sẽ có những cuộc xung đột, mà xung đột là hoang phí năng lực. Để chấm dứt xung đột và bảo tồn năng lực, ta phải thấu hiểu một cách trực tiếp thế nào là hành động. Không có sự thấu hiểu này thì đời sống có thể sẽ càng phóng ngoại nhiều hơn, trong khi nội tâm ta càng thêm rỗng tuếch. Đây không phải là một quan điểm để ta thảo luận hay ta có thể nghi ngờ, cũng không phải là một ý kiến chống chọi lại các quan điểm khác, mà đây là những sự kiện thực.

Trước hết, ta hãy xem hành động là gì theo như ta thường biết. Hành động luôn luôn có một nguyên nhân thôi thúc, nguyên nhân đó té nhị hoặc lộ liễu, phải thế không? Ta theo đuổi một sự đền bù hoặc ta hành động vì sợ hãi hoặc ta cố đạt đến một cái gì. Hành động của ta luôn luôn là sự lấp khít vào một khuôn mẫu, vào một ý niệm hoặc cố gắng để tiến gần đến một lý tưởng. Rập khuôn, lấp khít, tiến gần, chống kháng, phủ nhận, đó là tất cả những gì ta biết về hành động trong đó bao hàm có một chuỗi dài xung đột.

Như tôi đã nói hôm nọ, cảm thông với một điều gì mà ta không kết hợp với nó một cách sâu xa, luôn luôn là việc khó khăn. Tôi muốn cùng với các ngài cảm thông về một tâm thái tuyệt đối phản nghịch lại những xung đột mà ta gọi là hành động. Vốn có một thứ hành động trọn vẹn, hành động không xung đột và tôi muốn nói với các ngài về thứ hành động đó mà không đòi

hỏi các ngài chấp nhận hay từ chối. Tôi cũng không tìm cách mê hoặc các ngài...

Một trong những việc khó làm hơn hết đứng nói trên một diễn đàn trong khi có cả một cử tọa ngài nghe – kể như các ngài ngài nghe đi – và thiết lập được những tương quan chân thật giữa cử tọa và diễn giả, không phải các ngài đến đây để bị mê hoặc vì những lời lẽ bay bướm, mà tôi cũng không có ý định ảnh hưởng các ngài bất cứ bằng cách nào. Tôi không phải là một nhà truyền giáo cho bất cứ một ý niệm nào, tôi cũng không có ý dạy dỗ chi các ngài. Như tôi đã thường nói, ở đây không có giáo chủ cũng như đệ tử, mà chỉ có mỗi một việc là cùng tìm học, các ngài và tôi sẽ không cùng có một tâm thái tìm học nếu các ngài mong có người dạy dỗ các ngài, mong có người chỉ bảo các ngài phải xử sự ra sao. Chúng ta không đề cập đến những ý kiến, tôi không có ý kiến. Việc tôi thử làm là trình bày một vài sự kiện. Các ngài có thể nhìn thấy một vài sự kiện. Các ngài có thể nhìn thấy những sự kiện đó, tự các ngài có thể xem xét chúng hay không tùy ý. Thế có nghĩa là các ngài và tôi, chúng ta phải thiết lập giữa chúng ta những mối tương giao chân thật để từ đó phát sinh một sự cảm thông, một nhận thức, không những trên bình diện tri thức mà là một cách trọn vẹn về một sự kiện mà chúng ta sẽ cùng nhau quan sát. Vấn đề là không phải chúng ta thông cảm với nhau, mà là thông cảm với sự kiện, để sự kiện trở nên quan trọng hơn cả các ngài và tôi. Chỉ có sự kiện – với sự nhận thức chung của chúng ta về sự kiện ấy – mới có thể tạo nên hoàn cảnh, bầu không khí chân thật khả dĩ ảnh hưởng có thể một cách sâu xa. Tôi thiết tưởng hành động lắng nghe một điều gì – tiếng thác đổ, tiếng rì rào của cây lá, hay lắng nghe chính tư tưởng và tình cảm của chúng ta – trở nên quan trọng phi thường khi chúng ta lưu tâm xem xét chính ngay sự kiện, chứ không phải quan niệm nay ý kiến về sự kiện ấy.

Cả thầy chúng ta đều biết rằng hành động chúng ta khiến dấy sinh xung đột. Mọi hành động đều căn cứ trên một ý niệm, một khái niệm, một công thức hoặc một toan tính hướng đến một lý tưởng, tất nhiên khiến xung đột một cách không thể tránh được. Đó là điều hiển nhiên. Nếu tôi hành động theo một khái niệm thì tôi luôn luôn bị phân chia giữa cái tôi đang là với cái tôi nghĩa là, tôi sẽ phải làm cho chính tôi, thành thử không bao giờ có được một hành động trọn vẹn. Hành động như thế luôn luôn dấy sinh những động

tác nữa đối với một ý niệm hay một lý tưởng, do đó xung đột luôn luôn là bản chất cố hữu của tất cả hành động như chúng ta thường biết – và sự hoang phí năng lực này là nguyên nhân gây tạo sự hư hoại trong chúng ta. Xin ngài hãy quán sát chính trong trạng thái và hành vi của tâm thức các ngài và các ngài sẽ thấy đó là sự thật.

Vậy tôi tự hỏi: có chẳng một hành động không tư tưởng và tất nhiên không xung đột? Hay hỏi cách khác: hành động phải luôn luôn là nguyên nhân phát sinh cố gắng và tranh đấu? Chẳng hạn như: tôi nói đó là một hình thức hành động. Chắc chắn là trong hành động đó có xung đột nếu tôi cố gắng để xác định mình để là một nhân vật quan trọng, để thuyết phục các ngài. Vậy điều quan trọng trước tiên hơn cả là chính các ngài phải tự khám phá xem ta có thể nào sống và hành động mà không gây tạo một mảy may xung đột, nghĩa là xem có thể nào có một hành động mà trong đó tâm thức vẫn nguyên vẹn, không bại hoại, không méo mó. Và những méo mó tất không thể tránh được nếu tâm thức bị ảnh hưởng, bị nhiễm độc bất luận bằng cách nào, hoặc tâm thức dẫn mình vào những tranh đấu luôn luôn làm tiêu ma hết năng lực. Khám phá được chân lý trong vấn đề này, theo tôi, là một lợi ích đích thực, và tôi nghĩ đối với các ngài cũng thế, bởi vì việc ta làm ở đây là tìm biết xem có thể nào sống mà không đau khổ, không thất vọng, không sợ hãi, không có những hành vi làm bại hoại chúng ta. Nếu điều đó có thể thực hiện được thì sao? Chuyện gì xảy đến đối với kẻ sống mà không bị nhiễm độc bởi xã hội, không sợ hãi, không tham lam thèm muốn, không tham vọng, không tìm cầu quyền lực.

Muốn biết điều đó, ta phải bắt đầu ý thức ngay chính cái tâm thái hiện tại của ta, với tất cả những cuộc xung đột, những nỗi khốn cùng, những thua thiệt, những bại hoại, hư hỏng, thất vọng của nó. Ta phải nhận thức chính ta một cách trọn vẹn và do đó năng lực ta gia tăng. Sự gia tăng năng lực này đích thị là hành động quét sạch khỏi tâm thức những căn bã rác rưởi mà con người đã tích trữ hàng bao nhiêu thế kỷ nay.

Vậy tự thân hành động không phải là điều chúng ta quan tâm. Chúng ta muốn biết xem có thứ hành động không làm phát sinh mâu thuẫn dưới bất kỳ hình thức nào. Như chúng ta đã thấy, chính những ý niệm, khái niệm, công thức, khuôn mẫu, phương pháp, tín điều cùng những lý tưởng đã khiến

phát sinh mâu thuẫn trong hành động. Vậy sống không ý niệm có được không, nghĩa là sống mà không có khoa học, không lý tưởng, không khái niệm, không tin tưởng? Điều tối ưu quan trọng là phải tự mình khám phá chân lý về vấn đề này, vì ta có thể thấy rất rõ rằng tình thương không phải là một ý niệm, một khuôn mẫu hay một khái niệm. Phần đông chúng ta đều có ý niệm về thế nào là tình thương, nhưng khái niệm ấy hiển nhiên không phải là tình thương, hoặc ta thương hoặc ta không thương, thế thôi.

Có thể nào sống trong cuộc đời này, đi làm việc, nấu bếp, rửa chén, lái xe, làm tất cả mọi công việc thường ngày, mà vì chúng luôn luôn lặp đi lặp lại, nên khiến sinh xung đột – có thể nào sống và hành động mà không ý niệm, tức là giải thoát hành động khỏi tất cả mọi sự mâu thuẫn không?

Tự hỏi không biết có bao giờ các ngài đi giữa phố phường tấp nập hay trên một quãng đường vắng vẻ quanh hiu, các ngài nhìn quanh mình mà không tư tưởng chi hết không. Vốn có một tâm thái quán sát, trong đó tư tưởng không xen tạp vào được. Mặc dù ta nhận biết hết tất cả, nhận biết người, núi non, cây cối hay chiếc xe hơi đang phóng qua, vậy mà tâm thức không vận chuyển theo cách thế thông thường của tư tưởng. Tôi không biết điều đó có bao giờ xảy ra với các ngài không. Hôm nào ngài lái xe chẳng hạn hoặc đang đi trên đường, các ngài hãy thử nhìn quanh mình mà đừng tư tưởng, hãy quan sát những phản ứng do tư tưởng khởi phát. Mặc dù ta nhận biết màu sắc, hình thể, dòng nước, chiếc xe, con cừu hay chiếc buýt, nhưng không có phản ứng, chỉ có một sự quan sát tiêu cực, và cái tâm thái quan sát tiêu cực này chính là cái hành động. Với cái tâm thái này – tâm thức chú ý mà không phản ứng – ta mới có thể hoàn tất mọi công việc thường nhật.

Phần đông người đời cứ tưởng nghĩ về mình mãi từ sáng đến chiều mà họ vận chuyển trong cái khung của hành vi vị ngã. Tất cả mọi hành vi loại này đều là phản ứng, tất nhiên khiến sinh xung đột và bại hoại. Có thể nào không vận chuyển trong khung sườn ấy mà vẫn sống trong cuộc đời, không phải ẩn náu trong hang sâu hoặc trú ngụ một nơi nào khác? Có thể xử sự như là một con người trọn vẹn, mà vẫn sống trong một tâm thái trống không (nếu tôi có thể dùng danh từ này không gây ngộ nhận)? Có thể nào ta vẫn làm việc, vẫn vẽ, vẫn làm thơ, vẫn nói năng mà luôn luôn trong nội tâm có một khoảng trống? Từ cái trống rỗng ấy ta có thể nào làm việc được không?

Bởi vì khi trong nội tâm ta có khoảng trống rỗng đó, thì hành động không còn sinh mâu thuẫn nữa.

Tôi thiết tưởng thấy được sự kiện đó là điều tối ư quan trọng. Chính mỗi người phải tự mình nhìn thấy sự kiện đó, bởi vì không ai có thể dạy bảo cũng như giải thích sự kiện đó. Muốn khám phá sự kiện đó, trước hết ta phải thấu hiểu cái cách thế dấy sinh xung đột của mọi hành vi vị ngã đó và ta phải tự hỏi xem ta có thể nào bằng lòng với hành động như thế không. Ta có thể thỏa mãn với hành động đó trong nhất thời, nhưng khi ta thấy trong tất cả mọi hành động loại này, xung đột là điều không thể tránh được, rồi bấy giờ ta tự hỏi có chẳng một hành động hoàn toàn khác biệt không sinh xung đột và tất nhiên ta nhận thấy hành động như thế quả có thực.

Bây giờ thì câu hỏi được nêu ra như thế này: tại sao chúng ta luôn luôn tìm kiếm sự thỏa mãn? Trong những mối giao tiếp của ta, trong tất cả mọi công việc ta làm, ta luôn luôn muốn thành tựu một điều gì, muốn tìm thấy một niềm khoái lạc trường tồn. Điều mà ta gọi là bất mãn chỉ phát sinh khi niềm khoái lạc này thiếu mất nơi ta và sự bất mãn đó khiến sinh cả một chuỗi dài phản ứng mới khác.

Tôi thiết tưởng một người thật đứng đắn và thấy hết mọi điều đó – thấy cái cách thế con người đã sống trong hàng nghìn vạn năm trong đau khổ và trong điên đảo tình hình – tất phải tự mình khám phá xem mình có thể nào sống, hoạt động mà không bị nhiễm độc bởi xã hội không. Người ấy chỉ có thể thực hiện được điều đó, nếu họ vượt thoát khỏi xã hội, tôi muốn nói vượt thoát khỏi cái cơ cấu tâm lý của xã hội, bao gồm sự tham lam, lòng đố kỵ, sự khát vọng và sự đề cao tự phụ. Khi toàn cả cái cơ cấu này đã được thấu hiểu và được dẹp sang một bên, là ta đã thoát khỏi xã hội. Vẫn có thể luôn luôn làm việc, mua sắm quần áo, sống một cách bình thường, nhưng ta đã thoát ly cái cơ cấu tâm lý làm méo mó tâm thức ấy rồi.

Rồi cuối cùng ta cùng đến giai đoạn tự mình khám phá thấy rằng sự vượt thoát này là một trạng thái bất động hoàn toàn, và sự bất động này chính là hành động trọn vẹn, nó không dấy sinh mâu thuẫn cũng như bại hoại.

Tôi đã kết thúc những điều tôi phải trình bày trong sáng nay, và có lẽ bây giờ chúng ta có thể thảo luận về mấy điều đó hay các ngài có điều chi cần hỏi tới không?

H: *Ta có thể vẫn làm việc của ta và làm việc mà không có ý tranh đua được sao?*

K: Ta không làm thế được sao, thưa ngài? Ngài có thể nào làm việc và lo tròn phận sự của ngài mà không tranh đua chi hết được không? Việc của tôi không phải là bảo rằng ngài có thể làm được hay không làm được, hoặc bảo rằng ngài phải làm như vậy, vân vân. Nhưng chính ngài có thể thấy những hậu quả của tinh thần tranh đua. Nó sinh ra thù địch, sợ hãi, hung hăng, theo đuổi những đòi hỏi thúc bách, không những ở ngay trong nội tâm ta mà cả ở ngoại cảnh, ở thế gian nữa. Đã thấy tất cả mọi điều đó nên ngài hỏi có thể nào sống trong cuộc đời mà không tranh đua. Thế có nghĩa là sống mà không so sánh, thế có nghĩa là làm một công việc mà ngài thực sự ưa thích, một công việc khiến ngài cảm thấy cực kỳ hứng thú. Nhưng nếu dấn mình vào một công việc mà ngài không ưa thích thì công việc ấy khiến ngài nhận lãnh nhiều trách nhiệm thì ngài nên tìm cách gì cũng thôi làm việc đó mà không dấy khởi sự tranh đua. Hành động đó đòi hỏi một sự chú ý cao độ, phải thế không? Ngài phải hết sức ý thức mỗi tư tưởng, mỗi tình cảm của ngài, bằng không ngài chỉ tự gán ép cho mình cái ý niệm là không sinh tâm tranh đua, điều đó chỉ tổ sinh thêm vấn đề mới khác. Nhưng ngài có thể ý thức tất cả những gì hàm chứa trong tinh thần tranh đua, ngài có thể nhận thấy chân tướng của tinh thần ấy, cách thế nó khởi phát xung đột cùng những cuộc tranh đấu bất tận. Ngài có thể nhận thấy rằng nó không thể đưa con người vào thù hận đối địch, thiếu vắng thương yêu, dù nó có thể phát sinh điều mà ta gọi là tiến bộ và hữu hiệu. Nếu nhận thấy tất cả mọi điều đó, thì ngài sẽ hành động theo chỗ nhận thức của ngài, hoặc hành động theo đường lối tranh đua hoặc hành động theo cách thế hoàn toàn khác hẳn.

H: *Tôi không tin rằng một hành động lặp đi lặp lại nhất thiết phải là một hành động nhàm chán, buồn tẻ.*

K: Ngài biết không, người ta đang nhận thấy rằng vì người thợ trong xưởng máy cứ làm mãi một số cử động không đổi, nên năng suất của họ kém rất

nhiều và người ta bảo với tôi rằng ở Mỹ châu, trong một vài ngành kỹ nghệ, họ đang thí nghiệm việc cho phép người thợ tập nghề ngay trong công việc của họ làm. Kết quả là vì công việc của họ không máy móc, nên họ sản xuất nhiều hơn. Ngay khi ta cảm thấy rất thích thú làm một vài công việc nào đó, nhưng nếu ta cứ tiếp tục lặp lại hành động ấy mãi, thì hành động đó cũng thành ra một thói quen nhàm chán.

H: *Còn với người nghệ sĩ thì sao?*

K: Nếu người nghệ sĩ chỉ biết lặp đi lặp lại thì họ không còn là nghệ sĩ nữa! Tôi cho rằng có thể lẫn lộn giữa hai danh từ lặp lại và sáng tạo, phải thế không? Sáng tạo là gì?

H: *Anh thợ giày đóng giày cho tốt, thế là sáng tạo.*

K: Đóng giày tốt, nướng bánh mì ngon, sinh con đẻ cái, làm thơ, vân vân... đó là sáng tạo sao? Xin các ngài đừng nói là phải hay không phải... hãy đợi một phút!

H: *Tôi không hiểu làm sao ta có thể sống được trong một khoảng hư không trống rỗng.*

K: Thưa bà, tôi e là có sự ngộ nhận giữa chúng ta. Tôi xin lỗi. Có lẽ do những danh từ tôi chọn dùng không được đúng. Bà không lĩnh hội được điều mà tôi gọi là sự trống rỗng... Nhưng đây, chúng ta đang nói về sự sáng tạo.

Tôi đã được nghe trong một trường đại học nào đó người ta giảng dạy cái gọi là văn chương sáng tạo, hội họa sáng tạo. Sự sáng tạo có thể giảng dạy được sao? Cứ luyện tập hoài một điều gì đó khiến có thể sinh một tâm thức sáng tạo sao? Một nhạc sư có thể truyền dạy cho các ngài về cái kỹ thuật chơi vĩ cầm, nhưng hiển nhiên là kỹ thuật không thể đem thiên tài đến cho các ngài được. Người có tinh thần sáng tạo có thể tự tạo cho mình cái kỹ thuật, nhưng thường thì người ta nghĩ rằng nên bắt đầu học lấy cái kỹ thuật trước đã. Hãy lấy một tỉ dụ thông thường, dù rằng tỉ dụ không phải là những giải thích. Thế nào là một cuộc sống giản dị? Ta cho rằng sống giản dị là phải chiếm hữu rất ít của cải, phải ăn thật ít, phải tránh làm cái này cái nọ.

Bên Á châu, kẻ chỉ vận một cái y, sống cô độc một mình, và chỉ ăn mỗi ngày một bữa, được xem là người sống rất giản dị. Nhưng có thể nội tâm họ là một hỏa diệm sơn bị thiêu đốt bởi những dục vọng, đam mê, khát vọng. Cuộc sống giản dị của người ấy chỉ là một dàn cảnh bên ngoài khiến người xem phải nghĩ: "Người này sống thật là giản dị". Mà cái tâm thái ấy thực ra, chính là tâm thái của đa số các ông thánh: bề ngoài trông họ giản dị, nhưng ở nội tâm, họ đầy tham vọng, họ gò bó tâm thức họ, họ tự ép mình rập khuôn theo vài kiểu mẫu nào đó, vân vân. Cho nên tôi nghĩ rằng sự giản dị phải bắt đầu từ bên trong, chứ không phải bên ngoài. Cũng tương tự như vậy, bằng phương thức diễn đạt bên ngoài, ta không thể nào khởi động sự sáng tạo. Sáng tạo là một trạng thái sống [\[3\]](#) chứ không phải là sự tìm kiếm phương tiện kỹ thuật để tự phô diễn. Trạng thái ấy là sự khám phá ra cái tối thượng và chỉ có thể phát sinh khi không còn bất kỳ hành vi nào của cái ngã trong bất kỳ chiều hướng nào.

Nhưng chúng ta hãy trở lại câu hỏi của bà này về sự trống rỗng. Phần đông người đời, mặc dù sống trong giao tiếp với kẻ khác, nhưng họ vẫn sống trong cô đơn. Tôi không nói về loại tâm thái ấy. Một tâm thái trống rỗng hoàn toàn khác hẳn với cái tâm thái cô độc. Cần phải có một khoảng trống giữa các ngài và tôi, chúng ta mới có thể nhận thấy nhau được. Cần phải có một khoảng cách tôi mới nghe được những gì các ngài nói và các ngài mới nghe được những gì tôi nói. Tương tự như vậy, cần phải có khoảng trống trong tâm thức chúng ta. Tôi muốn nói tâm thức chúng ta không nên chấp chứa quá nhiều đến nỗi bị chặn nghẹt bế tắc. Chỉ khi nào tâm thức chúng ta có khoảng trống, không chấp chứa ôm đồm những hành vi vị ngã, ta mới nhận thức được thế nào là sống. Nhưng sống trong cô độc – điều đó không thể được.

H: *Xin ngài nói thêm về năng lực.*

K: Bất cứ làm việc gì, dù nhỏ mọn, tất phải cần có năng lực, phải thế không? Đứng dậy rời khỏi ghế, bước ra khỏi lều, suy nghĩ, ăn uống, lái xe, mọi hành động đều cần năng lực. Nhưng thông thường thì bất cứ là việc gì, trong tâm ta thường phát sinh một sự chống kháng làm phân tán năng lực đi, trừ phi hành động của ta đem khoái lạc cho ta, và trong trường hợp này thì không có xung đột, không có chống kháng nên năng lực được củng cố.

Như ban nãy tôi vừa nói, cần phải có năng lực để chú tâm được trọn vẹn và năng lực không gặp phải sự chống kháng, bao lâu không có sự lơ đãng. Nhưng hề có sự lơ đãng xen tạp vào, nghĩa là hề ta dụng ý tập trung vào một điều gì đó và đồng thời ta lại muốn nhìn ra cửa sổ, thì sinh ra có chống kháng, tranh đấu. Thế nhưng, nhìn ra cửa sổ cũng quan trọng như bất cứ nhìn ở đâu, và khi ta đã nhận được chân lý ấy thì không còn có sự lơ đãng và xung đột nữa.

Muốn có năng lực về thân xác, dĩ nhiên ta phải được nuôi dưỡng bằng những thức ăn trong sạch, được nghỉ ngơi đầy đủ, vân vân. Điều này các ngài có thể chứng nghiệm ở ngay bản thân mình, khỏi cần thảo luận. Nhưng cũng có thứ năng lực tâm lý, năng lực này bị phân tán bằng nhiều cách khác biệt. Để có thứ năng lực này, ta nhớ đến nhiều chất kích thích. Ta đi nhà thờ, xem đá banh, đọc văn chương, nghe nhạc, tham dự những cuộc họp mặt như thế này chẳng hạn. Tất cả những điều đó kích thích và nếu các ngài tìm kiếm chính sự kích thích này, sự thể đó chứng tỏ là về phương diện tâm lý các ngài bị lệ thuộc vào một cái gì: lệ thuộc vào rượu chè, vào ma túy, vào vị đạo sư, giáo hội. Dù bất cứ hình thức nào, mọi sự lệ thuộc chỉ làm hôn mê tâm thức, ngoài ra lại còn phân tán năng lực nữa. Vậy để bảo tồn năng lực này, mọi nhu cầu về chất kích thích phải được đánh tan và để tránh ta lệ thuộc vào người, vào sách vở, vào công việc hay vào nhu cầu đi xi nê, bất cứ hình thức đặc biệt nào của chất kích thích mà ta tìm kiếm, ta đều phải nhận thức nó trước tiên. Chấp nhận sự cần thiết của những chất kích thích, chấp nhận sự sống với chúng là phân tán năng lực và làm hư hoại tâm thức. Nhưng nếu ta ý thức chúng và khám phá thấy cái tác động đích thực của chúng trong đời sống của ta, là ta đã thoát ly khỏi sự kiện đó rồi.

Bằng một nhận thức sắc bén nội tâm mình đây không phải là tự lên án mình với tất cả những gì bao hàm trong sự lên án đó, mà là nhận thấy chính mình y như mình là, mà không phân biệt chọn lựa chi cả - ta mới tìm học hầu lĩnh hội hết tất cả những gì liên quan đến các luồng ảnh hưởng cùng mọi hình thức lệ thuộc. Chính sự vận dụng này, đích thị là hành động tìm học, làm phát sinh nguồn năng lực cần thiết để ta thoát ly khỏi mọi sự lệ thuộc và kích thích.

26/7/1964

---

[\[3\]](#)État d'être

## 8.

Có lẽ sáng nay chúng ta nên dẹp hết sang một bên tất cả mọi vấn đề của ta: vấn đề kinh tế, vấn đề giao tiếp với tha nhân, vấn đề sức khỏe và cả những vấn đề rộng lớn hơn vây phủ chúng ta: về quốc nội và quốc tế, về chiến tranh, về đói kém, về bạo động loạn lạc, vân vân. Không phải chúng ta lẩn tránh các vấn đề ấy, nhưng nếu chúng ta có thể dẹp chúng sang một bên, dù chỉ trong buổi sáng này thôi, thì với một tâm thức tươi nhuận, một nhận thức sâu sắc hơn chúng ta mới có thể xem xét chúng một cách khác hẳn, một cách mới mẻ, đầy cương quyết và sáng suốt hơn.

Tôi thiết tưởng chỉ có tình thương mới có thể làm phát sinh một cuộc cách mạng đích thực, chứ tất cả mọi cuộc cách mạng khác, những cuộc cách mạng căn cứ trên những lý thuyết về kinh tế, hay trên những chủ nghĩa xã hội hay trên các chủ thuyết nào khác, đều chỉ có thể tạo thêm nhiều rối loạn mới khác, càng sinh thêm đảo điên và khốn khổ. Ta không thể nào hy vọng giải quyết được vấn đề căn bản của nhân loại bằng cách cải thiện rồi kết hợp lại vô số những thành phần riêng biệt của nó. Chỉ duy một tình thương rộng lớn mới có thể cho ta một cái nhìn toàn vẹn về vấn đề ấy, do đó mới vận dụng được một hành động toàn diện, thay vì cứ được một hành động toàn diện, thay vì cứ loay hoay với cái hành vi phiến diện manh mún được gọi là những cuộc cách mạng mà kỳ thực không đưa tới đâu cả.

Sáng nay, tôi muốn nói về một điều bao gồm toàn bộ cuộc sống, không chia ly manh mún đó là cách thể nhìn ngó toàn bộ cuộc sống con người, và để thâm nhập vào đó thiết tưởng chúng ta phải ngừng dấn thân vào những lý thuyết, những tin tưởng, những tín điều. Phần đông chúng ta không chịu ngưng đào bới cái bản chất của tư tưởng mình, nhưng hình như chúng ta không bao giờ chịu gieo giống, chúng ta phân tích, chúng ta thảo luận, chúng ta phan phui sự vật ra thành từng mảnh, nhưng chúng ta không nắm được sự vận động toàn bộ của cuộc sống.

Tôi nghĩ là có ba điều cần phải được thấu hiểu một cách thâm sâu nếu chúng ta muốn lĩnh hội toàn bộ cuộc vận động của đời sống. Đó là: Thời gian, đau khổ và sự chết. Để thấu hiểu thời gian, để lĩnh hội trọn vẹn ý nghĩa của đau khổ và để sống cùng sự chết – tất cả hành động đó đòi hỏi phải có ánh sáng của tình thương. Tình thương không phải là một lý thuyết cũng không phải là một lý tưởng. Ta thương hoặc ta không thương, thế thôi. Điều đó không thể giảng dạy được. Ta không thể thâm nhập những bài học để biết phải thương yêu như thế nào và cũng không có một phương pháp nào với những công phu luyện tập hằng ngày, khiến có thể khởi sinh nơi ta một nhận thức về thế nào là thương yêu. Nhưng tôi nghĩ có thể thương yêu một cách tự nhiên, một cách dễ dàng, một cách tự phát, khi ta thật sự nhận thức được ý nghĩa của thời gian, nhận thức được chỗ sâu xa phi thường của đau khổ cùng cái trạng thái thuần khiết do sự chết phát sinh. Ý tôi muốn nói là ta phải xem xét bằng sự kiện thực, chứ không phải xem xét trên lý thuyết hay trong trừu tượng, bản chất của thời gian, tính chất – hay cơ cấu – của đau khổ và cái vật kỳ lạ mà người đời gọi là sự chết. Ba vật ấy không chia cách nhau được. Nếu ta thấu hiểu thời gian, ta mới thấu hiểu được sự chết cùng đau khổ là gì. Nhưng nếu xem thời gian như một vật gì khác biệt với đau khổ và sự chết, và nếu cố nhìn xét nó một cách biệt lập, thì quan điểm của ta sẽ phiến diện, chia lìa và ta không bao giờ lĩnh hội được vẻ đẹp cùng mãnh lực của thương yêu.

Vậy sáng nay, chúng ta sẽ nói về thời gian, không phải nói trong trừu tượng mà trong hiện thực: thời gian như là một sự tương tục của cuộc sống. Có thứ thời gian của đồng hồ, giờ và ngày trải dài thành triệu triệu năm, và chính thời gian ấy đã phát sinh tư tưởng mà ta đang vận dụng để sống còn. Khả năng tư tưởng của ta là một thành quả của thứ thời gian ấy, nó đích thị là sự tương tục của đời sống và ta gọi sự cải thiện hay "đánh bóng" cái khả năng tư tưởng đó qua tương tục, là sự tiến bộ. Thời gian cũng còn là cái kỳ hạn tâm lý mà tư tưởng tạo nên như phương tiện nhằm tự thực hiện. Chúng ta dùng kỳ hạn đó để tiến bộ, để thực hiện, để trở nên, để tạo thành quả. Phần đông người đời xem đó như là bàn đạp để lấy đà phóng tới một cái gì vĩ đại hơn, tới sự phát triển một vài khả năng, tới sự toàn thiện một kỹ thuật nào đó, tới sự thực hiện một cứu cánh, một mục tiêu – mục tiêu này có thể là đáng giá hoặc có thể là không, rồi từ đó họ tưởng nghĩ rằng thời gian là cần thiết cho sự lộ bày, khai phá những gì là chân lý, là Thượng đế, là siêu

thoát khỏi nỗi khổ nhọc của con người.

Thế thường, ta xem thời gian như là một kỳ hạn, một giai đoạn giữa cái lúc hiện tại và một điểm thời gian nào đó trong tương lai mà người ta sẽ tự thực hiện, và người ta dùng kỳ hạn ấy để đào luyện tính tình, để dứt bỏ một vài thói quen để phát triển các bắp thịt hay một vài quan điểm nào đó. Trong suốt hai ngàn năm qua, những tâm thức Cơ đốc đã bị qui định nhằm để tin tưởng vào một đấng cứu thế, vào địa ngục, vào thiên đàng, còn ở Đông phương, cũng có những sự qui định tương tự được dùng để áp chế tâm trí con người còn dài lâu cổ xưa hơn nữa. Người ta nghĩ rằng thời gian là cần thiết cho mọi điều mà người ta phải làm hoặc phải hiểu, do đó thời gian trở thành gánh nặng, trở thành rào cản ngăn chặn không cho nhận thức những sự kiện, ngăn chặn không cho nhìn thấy tức khắc nguyên nhân chân, giả của một điều nào đó, vì người ta tin rằng muốn được như thế cần phải có thời gian. Người ta bảo:

"Ngày mai trong hai năm nữa, tôi sẽ hiểu cực kỳ sáng suốt điều này". Ngay khi người ta chấp nhận thời gian là người ta đã dụng dưỡng sự biếng nhác, chính sự lười biếng kỳ lạ này đã ngăn chặn không cho nhìn thấy tức khắc chân tướng của sự vật.

Ta nghĩ rằng cần phải có thời gian để đoạn tuyệt với cái trạng thái qui định mà xã hội – với những tôn giáo có tổ chức, với những luật lệ về luân lý, với những tín điều, với sự ngạo mạn, với tinh thần tranh đua của nó – đã khống chế tâm thức. Ta tư tưởng bằng thời gian vì tư tưởng thuộc trong thời gian: tư tưởng là phản ứng của ký ức và ký ức là thứ hậu trường đã được tích trữ, di truyền, thủ đắc bởi giống nòi chủng tộc, bởi tập đoàn, phe nhóm, bởi gia đình và cá nhân. Hậu trường ấy là thành quả của tiến trình tích trữ của tư tưởng và sự tích trữ này đã nương nhờ vào thời gian. Đối với phần đông chúng ta, khả năng tư tưởng đích thị là ký ức. Khi có một kích động hay một sự mời gọi thì chính ký ức phản ứng như một ứng đáp, tương tự như một bộ óc điện tử tác động bằng phương thức liên hợp. Vì tư tưởng là phản ứng của ký ức, nên ngay trong bản chất, nó là sản phẩm của thời gian và cũng là chủ thể cấu tạo nên thời gian.

Điều tôi trình bày không phải là một lý thuyết, cũng không phải là một đề

tài để suy nghĩ. Các ngài chẳng cần phải suy nghĩ chi về điều đó cả, tốt hơn các ngài hãy nhìn thấy những sự kiện ấy vì chúng là như thế đó. Tôi không đi sâu vào chỗ phức tạp của những chi tiết của các sự kiện đó, nhưng tôi chỉ vạch ra cho các ngài thấy các sự kiện cốt yếu, và trong hai điều này, các ngài phải thực hiện một: hoặc các ngài nhìn thấy các sự kiện đó hoặc không. Nếu các ngài theo dõi điều tôi trình bày, chứ không phải những danh từ được phát ngôn, nếu thay vì phân tích bài nói chuyện của tôi, các ngài nhận thấy thực sự rằng các sự kiện là như thế, các ngài mới có thể nhìn thấy cái cách thế mà thời gian nó lừa đảo mê hoặc chúng ta và lúc bấy giờ, câu hỏi được đặt ra là: thời gian có thể nào ngưng dứt không? Nếu chúng ta có thể thấy được toàn bộ tiến trình của hành vi chúng ta – thấy chiều sâu hun hút cùng bề mặt cạn cợt của nó, thấy vẻ đẹp cùng nét xấu của nó – không phải ở ngày mai mà thức khắc ngay bây giờ, thì chính nhận thức là hành động hủy phá thời gian.

Nếu ta không thấu hiểu được thời gian thì ta không sao thấu hiểu được đau khổ. Chúng không phải như ta tưởng, là hai nhân vật khác biệt nhau. Để đến sở làm, sống với gia đình, sinh sản, không phải là những sự việc khu biệt. Trái lại, tất cả mọi phương diện ấy của cuộc sống đều liên lạc nhau một cách sâu xa và mật thiết, và không có lòng mẫn cảm xuất sinh từ tình thương thì ta không thể nào nhận thấy được những mối liên lạc mật thiết phi thường đó.

Để thấu hiểu đau khổ, ta phải thật sự thấu hiểu bản chất của thời gian và sự cấu tạo của tư tưởng. Thời gian phải ngưng dứt, bằng không ta chỉ lặp đi lặp lại những kiến thức, tài liệu đã được tích trữ, tương tự như một bộ óc điện tử. Nếu thời gian không chấm dứt tức là tư tưởng không chấm dứt – thì ta chỉ biết lặp đi lặp lại, chỉ biết thích ứng, chỉ biết biến chế, chứ không bao giờ có mới mẻ nơi nội tâm ta. Chúng ta là những bộ óc điện tử được đề cao vẻ vang, tuy có đôi chút độc lập, nhưng chúng ta vẫn máy móc trong sinh hoạt.

Vậy để thấu hiểu bản chất và sự chấm dứt của đau khổ, ta cần phải thấu hiểu thời gian. Muốn thấu hiểu thời gian, ta cần phải thấu hiểu tư tưởng. Hai vật ấy không tách rời nhau được. Có thấu hiểu thời gian, ta mới chấm dứt được tư tưởng và thấu hiểu tư tưởng tức là chấm dứt thời gian, do đó

chấm dứt luôn đau khổ. Nếu điều ấy đã được sáng tỏ thì ta mới có thể nhìn tận mặt sự đau khổ thay vì thờ phượng sùng bái nó như những người Cơ đốc. Thế thường, ta hay sùng thượng hoặc phá hủy điều nào ta không hiểu. Ta đặt điều đó vào trong một nhà thờ, một đền chùa hay trong thâm kín nào đó của tâm thức ta để rồi từ đó nó trở thành là một vật kinh khiếp, hoặc ta đá hất, quăng ném thải bỏ nó; hoặc ta lẩn tránh nó. Nhưng ở đây ta không hành động như thế. Chúng ta thấy rõ rằng, từ nhiều nghìn vạn năm qua, con người đã vùng vẫy mãi trong đau khổ, và không sao giải quyết được vấn đề, thành thử họ trở nên chai lì, họ đã chấp nhận đau khổ bảo rằng đó là một phương diện không thể tránh của cuộc sống.

Nhưng khư khư chấp nhận đau khổ, không những ngu muội mà đó còn là cách thế làm cho tâm trí thành hắc ám, vô cảm, hung bạo nông cạn, và do đó cuộc sống chỉ còn là một chuỗi dài ti tiện của những bạo lực và khoái lạc nối tiếp nhau.

Chúng ta sống những cuộc sống phân chia manh mún như là nhà doanh nghiệp, nhà khoa học, nghệ sĩ, là con người tình cảm, sùng đạo hoặc là gì khác nữa. Nhưng muốn thấu hiểu đau khổ và thoát ly đau khổ, ta phải thấu hiểu thời gian, tức là thấu hiểu tư tưởng. Bấy giờ ta nhận thấy rằng không thể nào chối bỏ, lẩn trốn, đào thoát khỏi đau khổ bằng cách vui đùa, đi nhà thờ, chấp nhận những tin tưởng có tổ chức, mà không thể chấp nhận và sùng thượng đau khổ. Nhưng để tránh những tệ đoan nguy hiểm ấy, ta cần phải có một sức chú tâm cao độ, tức là năng lực vậy.

Đau khổ thường mọc gốc rễ trong thái độ tự thương thân xót phận. Nếu ta muốn thấu hiểu đau khổ ta phải "mổ xẻ" sự thương thân xót phận đó một cách thẳng tay. Không biết các ngài có để ý thấy các ngài tự thương thân trách phận đến mực độ nào chẳng khi các ngài nói: "Tôi cô độc". Ngay khi sự thương thân xót phận này xen vào là các ngài đã bồi đất cho cây đâm gốc mọc rễ rồi. Các ngài có thể biện minh cho sự thương thân xót phận này, có thể lý luận, có thể đánh bóng, phủ đậy nó bằng ý niệm, nhưng nó vẫn luôn luôn hiện diện ở đó, ung độc lở lói vào sâu nội tâm các ngài. Vậy, kẻ muốn thấu hiểu đau khổ, trước tiên phải khởi sự giải thoát khỏi cái mưu mô ti tiện, bạo ngược và vị ngã là sự thương thân xót phận đó. Các ngài có thể cảm nhận được tình tự thương thân xót phận đó vì cầu nguyện bệnh hoạn

hoặc vì có kẻ thân yêu qua đời hoặc vì các ngài chưa tự thực hiện được con người của mình, nên các ngài tự cảm thấy mình sút kém, lu mờ, nhưng dù thế nào, tình tự thương thân xót phận vẫn là gốc rễ của đau khổ. Hễ ta giải thoát khỏi tình tự này, là ta có thể nhìn tận mặt đau khổ, không sùng thượng hay lẩn trốn nó, hoặc gán cho nó một ý nghĩa cao thượng và đạo đức, hoặc nghĩ rằng cần phải đau khổ mới tìm thấy được Thượng đế, như thế quả thực là đại đột. Chỉ có những tâm thức mê mờ và ngu muội mới quy thuận với đau khổ. Vậy bằng cách này hay cách khác, không nên chấp nhận đau khổ mà cũng không chối bỏ nó. Khi ta đã giải thoát khỏi sự thương thân xót phận ấy thì ta đã lột bỏ hết mọi tình tự và cảm xúc của đau khổ có thể dấy sinh và lúc bấy giờ ta mới có thể nhìn tận mặt đau khổ với một sự chú tâm trọn vẹn.

Tôi hy vọng rằng đó là điều mà các ngài đang làm sáng nay khi chúng ta cùng tiến tới trong câu chuyện, và hy vọng rằng các ngài đừng bằng lòng chấp nhận trên bình diện ngôn từ những điều tôi trình bày. Các ngài hãy ý thức việc các ngài âu sầu chấp nhận đau khổ, ý thức những lý luận, những biện giải, ý thức sự thương thân tủi phận, thái độ tình cảm và xúc cảm của các ngài, bởi vì tất cả những thứ ấy đều làm hao phí năng lực. Muốn thấu hiểu đau khổ, các ngài phải đặt hết chú tâm của các ngài vào đó và trong sự chú tâm này không còn chỗ chứa những biện giải, những tình cảm những lý luận cũng như tình tự thương thân xót phận.

Tôi hy vọng các ngài thấu hiểu rõ ràng qua lời trình bày của tôi, khi tôi khuyên các ngài nên đặt hết chú tâm vào đau khổ. Trong sự chú tâm này không có một cố gắng nào nhằm để giải quyết hoặc thấu hiểu sự đau khổ. Ta nhìn, ta quan sát, chỉ có thế thôi. Mọi cố gắng nhằm thấu hiểu, nhằm lý luận hoặc lẩn tránh đau khổ, đều là thái độ chối bỏ cái tâm thái tiêu cực của sự chú tâm trọn vẹn, mà chỉ trong tâm thái này cái gọi là đau khổ mới có thể được thấu hiểu.

Không phải chúng ta đang phân tích, đang khám phá đau khổ bằng lối phân tích nhằm một cách dứt bỏ đau khổ, vì các động tác đó của tâm trí chỉ là những mảnh khoe xảo quyết. Tư tưởng, đứng ra làm cuộc phân tích, tưởng tượng rằng đã thấu hiểu và thoát ly đau khổ. Tưởng tượng thế là đại đột. Các ngài có thể dứt bỏ được một sự đau khổ đặc biệt nào đó, nhưng đau khổ

vẫn sẽ tái hiện dưới một hình thức khác. Chúng ta nói về đau khổ trong cái toàn thể của nó, tự thân của đau khổ, dù là đau khổ của tôi hay của các ngài hay của một người nào khác.

Như tôi đã nói, để thấu hiểu đau khổ, cần phải thấu hiểu thời gian và tư tưởng. Phải nhận thức rõ để không phân biệt chọn lựa tất cả mọi cách thể lẫn trốn, tất cả những gì là thương thân xót phận được phô diễn thành ngôn từ, làm như thế để cho tâm thức được hoàn toàn tịch lặng đối diện với điều ta muốn hiểu. Trong đó, tuyệt nhiên không có sự chia cách giữa chủ thể quan sát và đối tượng bị quan sát: Không phải chính các ngài, chủ thể quan sát, người tư tưởng, đang đau khổ và đang nhìn thấy đau khổ: Chỉ có một tâm thái duy nhất. Cái tâm thái đau khổ bất khả phân này hết sức cần thiết, bởi vì khi ta nhìn đau khổ như là một chủ thể quan sát là ta đã tạo nên cuộc xung đột làm ngưng trệ tâm thức, làm hoang phí năng lực và do đó loại trừ sự chú tâm.

Khi ta thấu hiểu bản chất của thời gian và tư tưởng, khi ta đã búng gốc sự thương thân xót phận, búng gốc tình cảm, cảm xúc và tất cả những gì bao hàm trong đó thì tư tưởng, nguyên là nguồn cội dấy sinh tất cả sự phức tạp ấy, liền chấm dứt và thời gian không còn nữa. Bây giờ ta tiếp xúc trực chỉ và mật thiết với vật mà các ngài gọi là đau khổ. Ta duy trì đau khổ khi ta lẫn tránh đau khổ, khi ta muốn trốn chạy nó hay muốn giải quyết nó hay sùng thờ nó. Nhưng khi tất cả mọi hành động đó đều không có, bởi vì ta đã giáp mặt trực tiếp với đau khổ và do đó ta tuyệt đối lặng yên trước đau khổ, ta liền khám phá rằng ta không đau khổ chi hết. Ngay khi tâm thức các ngài tiếp xúc trọn vẹn với sự-kiện-đau-khổ thì chính sự tiếp xúc ấy giải quyết tất cả những gì đã nương nhờ vào thời gian và tư tưởng, làm tái sinh sự kiện đó. Và thế là đau khổ chấm dứt.

Bây giờ, làm cách nào chúng ta có thể thấu hiểu được cái mà chúng ta gọi là sự chết, và chúng ta quá đỗi sợ hãi? Con người đã tạo biết bao nhiêu là đường lối quanh co để đề cập sự chết: những thờ phượng, những lý lẽ để chối bỏ nó, vô số những tin tưởng, vân vân. Nhưng để thấu hiểu sự chết, tất nhiên phải đề cập nó bằng một tâm thức mới mẻ, bởi vì các ngài không biết gì về sự chết cả, phải thế không? Các ngài đã thấy nhiều người chết, và các ngài đã quan sát, ở chính các ngài cũng như những người khác, cái chết lần

mò tiến đến cùng với tuổi tác và sự tiêu mòn hư hoại do tuổi tác đem lại. Các ngài biết rằng sự sống của xác thân cáo chung với sự già nua, với tai nạn, với bệnh tật, với sát hại hoặc với tự vẫn, nhưng các ngài không biết sự chết như cái ngài biết về những ham muốn tình dục, sự đói khát, tính hung bạo, sự tàn nhẫn. Các ngài không nhận biết một cách đích xác trọn vẹn chết là gì, và bao lâu các ngài không thấu hiểu, thì sự chết sẽ vô nghĩa đối với các ngài. Điều mà các ngài sợ hãi là một sự trừu tượng mà các ngài không quan niệm nổi. Bởi vì không nhận biết được sự sung mãn của cái chết là gì, và bao lâu các ngài không thấu hiểu, thì sự chết sẽ vô nghĩa đối với các ngài. Điều mà các ngài sợ hãi là một sự trừu tượng mà các ngài không quan niệm nổi. Bởi vì không nhận biết được sự sung mãn của cái chết và những nghĩa lý bao hàm trong đó, nên tâm thức các ngài sợ hãi nó: tâm thức sợ hãi các ý niệm về sự chết, chứ không phải nó sợ hãi chính sự kiện mà nó không biết.

Xin các ngài hãy xem xét điều này với tôi: nếu các ngài chết tức tốc, các ngài không có thì giờ để nghĩ đến cái chết và sợ hãi nó. Nhưng đây lại có một khoảng cách giữa hiện tại và lúc cái chết sẽ đến, và trong kỳ hạn đó các ngài có thời giờ để âu lo và lý luận về cái chết. Các ngài muốn kéo dài cuộc đời trong một cuộc sống khác – nếu cuộc sống khác đó có – kéo dài tất cả những nỗi lo âu, tất cả những ham muốn, những tri thức mà các ngài đã tích trữ, thế rồi các ngài tin tưởng vào một hình thức bất tử nào đó. Với các ngài, sự chết là một vật cách biệt với sự sống. Cái chết ở đằng kia, một nơi nào đó, còn các ngài thì ở đây, đang lo sinh sống, đang bận lái xe, đang bận hưởng khoái lạc dâm dục, đang cảm thấy đói, đang tạo ưu phiền, đang chạy áp phe, đang tích trữ kiến thức, vân vân. Các ngài không muốn chết vì các ngài chưa viết xong quyển sách của mình, vì các ngài chưa chơi vĩ cầm tuyệt hay. Thế rồi các ngài phân chia sự chết với sự sống và các ngài tự bảo: "Bây giờ tôi muốn hiểu sự sống, còn sự chết thì sau rồi tôi sẽ hiểu". Thế nhưng, chết sống vốn không cách biệt nhau, và đây là điều trước tiên cần phải thấu hiểu. Sống và chết là một. Chúng liên quan mật thiết với nhau. Ta không thể khu biệt chúng ra và tìm hiểu cái này tách lìa cái kia được. Mà phần đông chúng ta lại làm như thế. Ta chia cắt sự sống ra nhiều khu vực kín mít, không dính dáng chi với nhau cả. Nếu các ngài là nhà kinh tế học thì các vấn đề kinh tế là tất cả mối quan tâm của các ngài, ngoài ra các ngài không biết chi hết. Nếu ngài là y sĩ chuyên môn về mũi họng hay về tim thì

ngài sống trong phạm vi hạn định của những kiến thức đó suốt trong bốn năm chục năm và đó là thiên đàng của ngài khi ngài chết.

Như tôi đã nói, hễ nhìn xét cuộc sống một cách chia ly manh mún là sống triền miên trong điên đảo hỗn loạn, trong mâu thuẫn của đau khổ. Cần phải nhìn thấy cái toàn thể của cuộc sống và ta chỉ có thể nhìn thấy được cái toàn thể khi lòng tràn đầy triu mến, thương yêu. Tình thương là cuộc cách mạng duy nhất khả dĩ ổn định được trật tự trong thế giới. Việc thu đạt thêm nhiều kiến thức về toán học, về y học, về sử, về kinh tế và kế đó ráp nối tất cả các mảnh vụn ấy lại, là điều hoàn toàn vô ích: hành vi đó không giải quyết được gì cả. Không có tình thương thì mọi cuộc cách mạng đều đưa đến sự sùng thượng nhà nước hay sùng thượng một hình ảnh hoặc đưa đến vô số những hành vi trụy tồi tàn bạo làm hủy hoại con người. Cũng tương tự như thế, vì sợ hãi cái chết, ta đặt nó cách khoảng với ta và tách rời nó với cuộc sống thường nhật của ta, sự phân cách này chỉ khiến phát sinh thêm sợ hãi, âu lo và gia tăng những lý thuyết về sự chết. Muốn thấu hiểu sự chết, phải thấu hiểu sự sống. Sự sống không phải là sự tương tục của tư tưởng và chính sự tương tục này đã khởi dấy tất cả mọi đau khổ của ta.

Nhưng tâm thức các ngài có đủ khả năng thu hồi hết sự chết về ngay trong hiện tại tổ chức thời này không? Các ngài theo dõi tôi chứ? Sự thật cái chết không phải là cái gì ở tận đằng xa kia đâu: cái chết ở tại đây và ngay bao giờ. Cái chết hiện diện khi ta nói năng, khi ta hưởng lạc, khi ta lắng nghe, khi ta đến sở làm. Cái chết hiển hiện ở đó mọi lúc trong cuộc sống như tình thương vậy. Nếu các ngài nhận thấy được một lần sự thể ấy, các ngài sẽ thấy rằng tình sợ chết không còn nữa. Không phải ta sợ cái-không-biết mà ta sợ mất cái-biết. Ta sợ mất hết gia đình, sợ bị cô độc, không ai bầu bạn, ta sợ nỗi khổ về cô độc, hành hạ, sợ không có cảm giác và mất hết của cải đã được tích lũy. Ta sợ phải xa lìa cái-biết. Cái biết là ký ức, và tâm thức bám víu vào ký ức ấy, nhưng ký ức chỉ là máy móc, điều đó đã được các máy tính điện tử chứng minh hết sức ngoạn mục.

Muốn thấu hiểu vẻ đẹp và bản chất phi thường của sự chết, ta phải giải thoát khỏi cái biết. Chết với cái biết là bắt đầu thấu hiểu sự chết, bởi vì bây giờ tâm thức chuyển mình mới mẻ, trong nó không còn sợ hãi nữa và ta có thể đi vào cái trạng thái được gọi là sự chết. Kẻ thông minh đích thực mới

thấu hiểu được thời gian, tư tưởng và đau khổ. Chỉ kẻ đó mới thấu hiểu được sự chết. Thứ tâm thức biết chết từng giây từng phút, không bao giờ tích trữ, không bao giờ gom góp kinh nghiệm, mới là tâm thức vô tư vô nhiễm và do đó mới luôn luôn nằm trong một trạng thái thương yêu thương trực.

Không biết các ngài có muốn hỏi chi thêm về vấn đề đó không, để chúng ta đi sâu vào các chi tiết.

H: *Thưa ngài, giữa tư tưởng của ngài và tư tưởng Cơ đốc về tình thương, khác nhau chỗ nào?*

K: Tôi e không thể nói được chỗ đó với ngài. Tôi không có "tư tưởng" tình thương, nếu ta nghĩ về tình thương, thì đấy không phải là tình thương, chắc ngài biết là có một sự khác biệt lớn lao giữa một nhu cầu bình thường về tâm dục với những tư tưởng kích thích cảm giác. Tâm thức chỉ biết lo hưởng lạc, chỉ biết nghĩ đến khoái lạc, cứ tự kích thích bằng những hình ảnh, bằng những tưởng tượng, bằng những tư tưởng, tâm thức ấy rất tổn hại. Nhưng "cái kia" thì lại hoàn toàn khác hẳn: Ý nghĩa của cái ấy, không có tư tưởng xen vào, nên vốn khác hẳn. Cũng tương tự như thế, ta không thể tư tưởng về tình thương. Ngài có thể tưởng nghĩ đến một kiểu mẫu tình thương mà ký ức đã ghi chép được hay tưởng nghĩ đến những gì người ta đã nói với ngài về tình thương: họ nói tình thương tốt hoặc xấu, thiêng liêng hoặc phàm tục, vân vân. Nhưng các tư tưởng ấy không phải là tình thương. Tình thương không phải thuộc Cơ đốc giáo, Ấn Độ giáo, không phải đông tây chi cả, tình thương không phải của ngài, không phải của tôi. Chỉ khi nào ngài đã chặt đứt hết mọi ý niệm về quốc tịch, về chủng tộc, về tôn giáo của ngài cũng như về mọi ý niệm khác, ngài mới biết được tình thương là gì.

Các ngài thấy không, sáng nay tôi nói về sự chết để các ngài có thể thấu hiểu toàn bộ sào huyệt của nó – không phải là các ngài thấu hiểu nó khi các ngài đang ngồi đây trong căn lều này, mà thấu hiểu nó trong suốt cả toàn bộ cuộc sống của các ngài – để do đó các ngài thoát ly khỏi đau khổ, thoát khỏi sợ hãi và thật sự nhận biết được ý nghĩa của sự chết. Nếu từ bây giờ và trong những ngày kế tiếp mà tâm trí các ngài không trở nên hoàn toàn sáng suốt, vô tư vô nhiễm, chú tâm sâu sắc, thì nghe lời tôi nói cảm bằng như vô

ích hoàn toàn. Nhưng nếu các ngài sáng suốt, chú tâm sâu sắc, ý thức tư tưởng và tình cảm của mình, nếu các ngài không lo diễn giải những điều tôi nói mà các ngài đang thực sự quan sát chính các ngài qua những mô tả và khám phá về vấn đề này thì khi rời căn lều này các ngài sẽ sống, các ngài sẽ sống không những tung bồng mà cả với sự chết và tình thương nữa.

*28/7/1964*

*2/8/1964*

## 9.

Điều tôi định nói sáng nay có lẽ hơi lạ đối với nhiều người. Tôi thiết tưởng một trong những việc quan trọng hơn hết chúng ta nên thực hiện là làm sáng tỏ tâm thức, là trút bỏ trống rỗng hết mọi kinh nghiệm và tư tưởng để cho tâm thức trở nên mới mẻ, tươi nhuận, vô tư vô nhiễm, vì chỉ có tâm thức vô tư mới có thể khám phá trong tự do sự thật được. Sự vô tư vô nhiễm này không phải là một trạng thái kéo dài ra mãi. Trong đó, tâm thức không thu hoạch một kết quả nào để làm nơi bám víu. Đó là một tâm thái, vì đã hoàn toàn tự do, nên có thể tự đổi mới từng phút từng giây mà không cần cố gắng. Và cái trạng thái vô tư vô nhiễm này, cái khả năng khám phá mới mẻ này có một tầm thức quan trọng lớn lao trong những hiệu quả của nó, vì thông thường ta sống rất thiên cận. Ta sống bằng những tri thức và bằng tài liệu báo cáo và ta nghĩ rằng ta có tri thức là đủ rồi. Nhưng không tham thiên thì đời sống chúng ta rất là rỗng tuếch. Tham thiên, theo tôi không phải là chiêm ngưỡng, cũng không phải là cầu nguyện. Để nằm trong một tâm thái tham thiên, hay đúng hơn để có thể tham thiên một cách tự nhiên, dễ dàng, không cố gắng, trước hết ta phải bắt đầu thấu hiểu những chất liệu đã tạo thành cái tâm thức thiên cận thường nhật, cái tâm thức quá đổi dễ dàng thỏa mãn với những tri thức. Khi đã tích trữ tri thức và thu đạt được một vài khả năng kỹ thuật khả dĩ cho phép ta chuyên biệt một ngành nào đó và cho phép ta sống một cách tương đối thiên cận rồi, thì thông thường ta bằng lòng sống trên mực độ đó, ngoài ra ta không thấu hiểu được bất kỳ một vấn đề tâm lý nào đến với ta. Vậy, theo tôi, điều tối ưu quan trọng là xem xét cái tầm mức thiên cận của tâm thức chúng ta và tự hỏi xem chúng ta có thể nào siêu xuất khỏi nó không.

Càng có nhiều tri thức và kiến thức thì ta càng hữu hiệu trong đời sống hằng ngày, và hiển nhiên là cần thiết phải có các kiến thức, các khả năng ấy bởi ta không thể dẹp bỏ kỹ thuật và khoa học để trở lui về thời thượng cổ. Nếu thế thì hóa ra ta sẽ như những kẻ gọi là tu hành, họ cố sức trở về với tập tục truyền thống hay làm sống lại những quan niệm triết lý cổ thời,

những công thức cố hữu và như vậy họ tự hủy hoại và hủy hoại thế giới trong đó họ sống. Nền khoa học, toán học, kỹ thuật mà con người hiện có, đều tuyệt đối cần thiết. Nhưng đời sống ở cái thế giới mà kỹ thuật, tri thức, kiến thức, được bành trướng quá mau chóng, đã khiến cho tâm thức trở nên hết sức thiển cận, và phần đông chúng ta lại bằng lòng sống trong sự thiển cận đó, bởi vì kiến thức đã giúp ta có nhiều tiền, nhiều tiện nghi hơn, có vẻ tự do hơn và các của cải tài sản đó lại được hết sức tôn trọng bởi một xã hội truy đòi đang chùng tan hoại. Thế nên, cái tâm thức muốn vượt quá chính mình, tất phải thấu hiểu những giới hạn của khoa học kỹ thuật, thấu hiểu những tri thức, kiến thức và thoát ly khỏi chúng.

Như các ngài có thể nhận thấy, các hành vi, các cảm xúc, các phản ứng của căn não ta, rất thiển cận. Sống như thế đó là trường hợp của phần đông chúng ta mà chúng ta lại muốn đào bới vào những tầng lớp sâu kín, muốn đẩy cuộc khám phá càng lúc càng xa dưới lớp mặt ấy, vì có thể đã nhầm chán với lối sống thiển cận ấy. Hễ ta càng khôn ngoan, càng trí thức, càng đam mê thì nhận thức của ta về sự thiển cận của đời sống chúng ta càng thêm sâu sắc. Rồi cuộc sống này thành ra mệt mỏi chán chường, buồn tẻ và hầu như vô nghĩa. Thế rồi, tâm thức thiển cận bèn tìm kiếm mục đích của cuộc đời hoặc tìm kiếm một công thức nào khả dĩ định nghĩa được mục đích ấy. Tâm thức thiển cận ấy tranh đấu để sống rập khuôn theo một ý tưởng nó đã hình thành hay một tin tưởng nó đã chấp nhận và hành động của nó, do đó, vẫn hoàn thiển cận. Sự kiện này phải được nhìn thấy thật rõ ràng.

Việc chúng ta sẽ làm trong sáng nay là lột sạch lớp này đến lớp khác để thâm nhập đến tận cội nguồn, tận căn nguyên của sự vật. Sự thiển cận được duy trì mãi bởi kinh nghiệm, do đó điều tối ưu quan trọng là phải thấu hiểu bản chất cùng ý nghĩa của những kinh nghiệm đã-được-sống.

Trước hết, ta thấy cái cách thế chuyên môn hóa của kỹ thuật, trong bất kỳ lãnh vực nào, cũng đều hạn cuộc chúng ta, thu nhỏ chúng ta, giới hạn chúng ta, tất cả mọi sắc thái đó là yếu tính của cái tâm thức trưởng giả. Ta thấy rằng vì tâm thức ấy thiển cận nên nó cứ tìm kiếm hoài cái gọi là "ý nghĩa của cuộc sống" và do đó, phóng ra một hình ảnh khiến nó thích thú và lợi lạc. Để rồi sau đó, nó rập khuôn theo hình ảnh ấy, và tiến trình này tạo cho

nó một mục đích, kích thích nó, khiến nó cảm tưởng đã hoàn thành viên mãn.

Chúng ta cũng phải thấu hiểu hết sức minh bạch điều mà ta gọi là kinh-nghiệm-đã-sống. Vì sống một đời sống quá thiển cận, nên ta luôn luôn tìm kiếm những cảm giác sâu rộng hơn, chính vì điều đó, nên nhiều người mới đến nhà thờ, mới thâu mescaline, mới dùng thuốc LSD-25, át xít lysurgique hay các chất ma túy khác để tự gây hứng, tự kích thích, tạo những cảm giác mới lạ. Họ cũng tìm sống những kinh nghiệm mới lạ bằng nghệ thuật, bằng âm nhạc, bằng những hình thức biểu hiện mới lạ hơn, tươi nhuận hơn.

Thế nên, một tâm thức muốn ngụy vào trong những chiều sâu thăm thẳm – ngụy trong ấy, chứ không phải tạo ra trạng thái ấy – phải thấu hiểu mọi điều đó. Thấu hiểu là không những phải lĩnh hội bằng trí thức mà một sự cảm thông trên bình diện ngôn từ mà đúng hơn là phải nhất tề nhìn thấy chân lý của một vấn đề nào đó. Sự nhận thức tức thời đó chính là sự thấu hiểu. Ta có thể biện bác, thảo luận không ngừng về những ý kiến, nhưng điều đó không làm phát sinh sự thấu hiểu. Điều cần yếu là sự mẫn cảm, là nhận thức sâu sắc, là sự do dự lẩn mò trong bước đi, như thế khiến cho tâm thức có khả năng lĩnh hội mau lẹ.

Bản chất của một kinh-nghiệm-đã-sống như thế nào? Cả thầy chúng ta đều muốn sống với những nhận thức mới, phải thế không? Chúng ta mệt mỏi chán ngán với những nhận thức mà chúng ta đã biết quá lâu rồi, những nhận thức đã gây đau khổ và phiền não. Cái thói quen máy móc buồn tẻ trong công ăn việc làm, trong những nghi lễ tôn giáo, trong những nghi thức sùng thượng nhà nước... ta đã chán ngắt, đã mệt mỏi, đã kiệt quệ với các thứ ấy rồi, bây giờ ta bèn tìm kiếm nhận thức đời sống trong những đường hướng mới khác, trên những bình diện mới khác. Nhưng, thực ra, chỉ có cái tâm thức không tích trữ kinh nghiệm, chỉ duy có tâm thức ấy mới sống ở từng đáy thăm thẳm.

Tất cả mọi kinh-nghiệm-đã-sống đều là kết quả của một sự kích động và của một phản ứng để đáp lại. Phản ứng này của tâm thức có thể tương ứng hoặc không, tùy thuộc vào hậu trường vào trạng thái qui định của tâm thức. Nói cách khác, chúng ta đã nương vào hậu trường, vào trạng thái qui định

đặc biệt của chúng ta, để đáp ứng lại những kích động. Các ứng-đáp-phản-ứng này là kinh nghiệm, ta tác động chẳng khác nào như một cái vọt trong đó mỗi kinh nghiệm đều lưu lại một mớ cặn bã. Cặn bã này là ký ức, và chính bằng ký ức này ta giáp mặt với kinh nghiệm kế tiếp sau đó. Kinh nghiệm kế sau này, dù có rộng lớn, có sâu sắc, có trọn vẹn thế nào đi nữa, vẫn lưu lại nơi ta một cặn bã mới – hay ký ức – và do đó cứ tăng cường cái trạng thái qui định của ta.

Xin các ngài... đây không phải là một ý kiến và cũng không phải là để các ngài tin tưởng vào điều tôi nói. Nếu các ngài tự quán sát mình, các ngài sẽ thấy sự thể phát sinh y như vậy. Người nói đây đang miêu tả về sự việc tích trữ kinh nghiệm đã sống và các ngài đang quan sát tiến trình đó chính ngay trong tâm các ngài. Vậy không vì phải tin tưởng cả và tôi không đang tìm cách mê hoặc các ngài bằng danh từ.

Như thế, tất cả mọi kinh nghiệm, bất cứ kinh nghiệm nào, đều lưu lại cặn bã, cặn bã trở thành quá khứ, quá khứ là ký ức trong đó chúng ta sống. Cặn bã này chính là cái "ta", chính là cơ cấu của mọi hành vi vị ngã. Vì nhận thấy cái bản chất giới hạn tù ngục này của hành vi vị ngã, nên chúng ta tìm kiếm thêm vô số cảm giác rộng lớn hơn, hoặc ta mong người khác chỉ bảo ta cách thế chọc thủng sự giới hạn tù ngục đó hầu tìm thấy sự siêu thoát. Nhưng tất cả mọi công cuộc tìm kiếm loại này vẫn còn nằm trong khuôn khổ của những hành vi tích trữ và chỉ làm gia tăng thêm cái số đang được tồn trữ, gia tăng số cặn bã kinh nghiệm, dù cặn bã của một phút, của một ngày hay của những hai triệu năm rồi cũng thế.

Phải nhận thấy sự kiện đó thật rõ ràng. Phải ý thức sự kiện đó như ta ý thức sự đói bụng. Khi đói bụng, các ngài không cần ai bảo điều đó với các ngài: chính các ngài tự kinh nghiệm lấy. Tương tự như vậy, đích thân các ngài phải nhìn thấy rõ ràng rằng mọi kinh-nghiệm-đã-sống, dù đấy là sự ngạo mạn, ganh ghét hoặc hứng thú hoặc sợ hãi hoặc điều chi khác – đều lưu lại cặn bã trong tâm thức và rằng sự lặp lại triền miên và sự chồng chất trùng trùng lớp lớp của cặn bã này, hay kho dự trữ, chính là toàn cả tiến trình của tư tưởng chúng ta, của bản thể chúng ta. Mọi hành vi phát xuất từ tiến trình này, bất cứ trên mực độ nào, bắt buộc phải là thiển cận, cạn cợt và một tâm thức, muốn cứu xét xem có thể nào tìm thấy được một trạng thái bản

nguyên độc đáo hay một thế giới không bị nhiễm độc bởi quá khứ tất nhiên phải thấu hiểu cái tiến trình đó của kinh nghiệm.

Vậy câu hỏi được đặt ra là: có thể nào giải thoát khỏi mọi hành vi vị ngã mà không có cố gắng, không nỗ lực giải trừ nó, để rồi tạo nên vấn đề không?

Tôi hy vọng đã đặt câu hỏi rõ ràng, bằng không thì những điều được trình bày kế tiếp sau đây sẽ thiếu minh bạch hoàn toàn.

Danh từ "tham thiên" [\[1\]](#), đại khái, có nghĩa là suy xét một điều gì, khám phá nó, dừng lại với nó; hoặc cũng có thể danh từ ấy chỉ một tâm thái chiêm ngưỡng trong đó không có tư tưởng. Danh từ ấy rất ít có ý nghĩa đối với phần đất này của thế giới, nhưng nó mang một nghĩa lý phi thường ở Đông phương. Người ta đã viết nhiều về đề tài này, có nhiều trường phái giảng dạy những phương pháp và những hệ thống khác biệt về tham thiên.

Theo tôi, tất cả những cái đó đều phải là tham thiên. Tham thiên là tự "làm trống rỗng" tâm thức mình, chứ ta không thể tự cưỡng bách làm trống rỗng tâm thức mình bằng cách thực hành một phương pháp, theo một trường phái hay hệ thống. Một lần nữa cần phải thấy rằng tất cả mọi hệ thống đều hư ngụy. Thực hành một phương pháp tham thiên là đuổi bắt cảm giác và nhận thức, đó là toan tính sống một kinh nghiệm cao hơn hay "cùng tột", và khi ta đã thấu hiểu bản chất của tất cả mọi kinh nghiệm rồi, thì ta dẹp hết mọi phương pháp, ta gác chúng qua một bên, ta xa rời chúng vĩnh viễn, bởi vì ta không còn là đệ tử của ai cả, ta không còn tìm cách sống những kinh nghiệm nữa, ta không còn muốn có những thấy – biết nữa. Tất cả mọi tìm kiếm để thấy biết, tất cả mọi sự căng thẳng giả tạo về cảm giác – bằng những chất ma túy, bằng những giới luật, bằng những nghi thức lễ bái, sùng thờ, bằng cầu nguyện – đều toàn là hành vi vị ngã.

Câu hỏi của tôi bây giờ là: làm sao cho cái tâm thức đã thành thiên cận bởi tập tục, bởi tác động của thời gian, bởi ký ức và kinh nghiệm, làm sao một tâm thức như vậy có thể tự giải thoát trạng thái thiên cận mà không cần cố gắng? Làm thế nào cái tâm ấy có thể tỉnh thức trọn vẹn để sự tìm kiếm kinh nghiệm không còn nghĩa lý gì với nó nữa? Các ngài hiểu chứ? Cái gì đã là

tràn đầy ánh sáng, tất không đòi hỏi thêm ánh sáng – tự nó là ánh sáng rồi, và tất cả mọi ảnh hưởng nhiễm độc, mọi kinh nghiệm xâm nhập vào vùng ánh sáng ấy liền được thiêu hủy từng phút từng giây, để tâm thức luôn luôn sáng tỏ, vô nhiễm mới có thể thấy được chỗ siêu xuất khỏi giới hạn đo lường của thời gian. Và cái tâm thái ấy phát sinh như thế nào?

Câu hỏi có rõ ràng không? Không phải là một câu hỏi, hay đó phải là câu hỏi của hết thầy mọi người, vậy tôi không gán ép cho các ngài đâu. Nếu tôi gán câu hỏi cho các ngài, các ngài sẽ biến nó thành một vấn đề, rồi các ngài tự hỏi: "Tôi phải làm sao cho được như thế đây?". Câu hỏi này phải được phát sinh từ chính nhận thức của các ngài, bởi vì các ngài đã sống, đã quan sát, đã thấy cuộc đời là gì và chính các ngài, các ngài đã nhận thức chính mình trong lúc mình hành động. Các ngài đã đọc, đã gom góp tài liệu, đã tiến bộ trong kiến thức. Các ngài đã thấy những người lanh lợi mà tâm thức giống như những bộ óc điện tử, thấy những giáo sư có thể phô diễn kiến thức thao thao bất tuyệt và các ngài đã gặp những nhà thần học có những ý niệm cố định, qua đây họ đã xây dựng những lý thuyết tuyệt vời. Ý thức tất cả những điều đó, chắc chắn các ngài tự hỏi: làm sao một tâm thức đã là nô lệ của thời gian, con đẻ của quá khứ, làm sao một tâm thức như vậy có thể vứt bỏ quá khứ một cách trọn vẹn, dễ dàng mà không cố gắng. Làm thế nào cái tâm ấy có thể thoát khỏi thời gian mà không cần phải tuân theo một chỉ thị hay một động lực nào cả, và tự trở về nguồn cội cuộc sống uyên nguyên?

Khi câu hỏi ấy đã được các ngài trực tiếp giáp mặt với một vấn đề to tát, khi một điều lớn lao và tức thời xảy đến với các ngài? Sự va chạm ấy hết sức trọng hệ, hết sức đáng quan tâm, đến nỗi nó thu hút các ngài trọn vẹn, phải thế không? Tâm thức bị thu hút bởi sự kiện xảy ra bất ngờ phi thường ấy, do đó nó trở nên tịch lặng.

Đây là một trong những hình thức của sự tịch lặng. Tâm thức các ngài phản ứng tựa như đứa trẻ quá thích thú khi được người ta cho đồ chơi. Đồ chơi thu hút nó, khiến nó tập trung, không còn phá phách ồn ào, không còn chạy nhảy lung tung nữa. Điều đó cũng xảy đến cho người lớn khi họ bị giáp mặt với một sự việc quá trọng hệ đối với họ. Không thấu hiểu trọn vẹn ý nghĩa của sự việc xảy đến, họ buông mình vào kinh nghiệm ấy và tâm thức họ

tiếp nhận một sự va chạm đê bẹp họ, làm họ tê liệt bất động đến độ khiến họ câm nín đi một lúc. Chắc hẳn là cả thầy chúng ta đều đã sống những kinh nghiệm như thế rồi.

Cũng có thứ tịch lặng được phát sinh khi người ta xem xét vấn đề bằng sự tập trung trọn vẹn. Trong tâm thái này, không có sự lơ đãng, vì ngay lúc ấy không có một hứng thú nào khác. Không gì khác làm bận rộn tâm thức được ngoài cái vật mà tâm thức đã dồn hết sức tập trung vào loại trừ tất cả mọi cái khác, và trong sự cố gắng này có một sinh lực, một đòi hỏi, một khẩn cấp khiến phát sinh một sự tịch lặng nào đó.

Nhưng khi tâm thức bị thu hút bởi đồ chơi, hoặc khi tâm thức say mê trong một vấn đề thì tâm thức chỉ biết lẫn trốn. Khi những hình ảnh, những biểu tượng, những danh từ như Thượng đế, đấng cứu thế và những cái khác xâm chiếm tâm thức, chúng cũng tạo nên một sự lẫn tránh, trốn chạy khỏi cái hiện tiền, và trong sự trốn chạy này cũng có một thứ tịch lặng. Khi tâm thức tự hiến và quên mình trong một sự đồng nhất trọn vẹn, tâm thức có thể hoàn toàn tịch lặng, nhưng nó rơi vào một trạng thái loạn thần. Ước vọng đồng nhất vào một mục đích, một ý niệm, một biểu tượng, một xứ sở, một chủng tộc, tức là mắc chứng loạn thần, như trường hợp tất cả những người gọi là tu thành mộ đạo. Họ tự đồng nhất vào Đấng Cứu thế, vào đức thầy, vào cái này cái nọ, điều đó tạo cho họ một niềm an ủi lớn lao và một cái nhìn hạnh phúc về đời sống. Thái độ này hoàn toàn là loạn thần.

Cũng còn có những tâm thức đã luyện được sự tập trung thuần thực, không lìa xa một ý niệm một hình ảnh, một biểu tượng nào mà các tâm thức ấy đã phóng hiện ra trước chính chúng. Và trong cái tâm thái tập trung ấy phát sinh được gì? Mọi sự tập trung đều là một cố gắng và mọi cố gắng đều là chống kháng. Sự thể đó lại trở về việc xây dựng một trường thành bọc quanh để bảo vệ chính nội tâm mình, chứa đủ một lỗ nhỏ qua đó họ nhìn một ý niệm hoặc tập trung, để đừng bao giờ bị lay chuyển, đừng bao giờ nghi ngờ âu lo gì nữa. Không bao giờ họ chịu mở tâm, họ sống trong cái vỏ tập trung, sau những tường lũy mà họ đã tạo thành bằng một sự đuổi bắt say mê và từ đó họ rút tĩa được một cảm giác nồng nhiệt sinh lực, một đà sống giúp họ thành tựu những việc phi thường, giúp họ cứu vớt những người nghèo túng, giúp họ sống trong sa mạc, giúp họ thực hiện những

công cuộc từ thiện, đây cũng vẫn còn là những hành vi vị ngã của những tâm thức tập trung vào một đối tượng duy nhất, loại trừ tất cả những cái khác. Điều đó, cũng tạo cho tâm thức một sự an bình và tịch lặng nào đó.

Thế nhưng, vốn có một sự tịch lặng khác, tuyệt đối không liên quan với những tâm thái bệnh hoạn kia, và đó mới chính là nỗi khó khăn của chúng ta, và tôi xin đứng đây nói điều này là, khổ thay phần đông chúng ta đều ở mức chứng loạn thần, muốn thấu hiểu sự tịch lặng ấy, trước hết, chúng ta phải tự chữa dứt hoàn toàn chứng bệnh ấy. Trong sự tịch lặng mà tôi nói không có tình tự thương thân xót phận, không có những cuộc đuổi bắt, tìm kiếm kết quả, không có sự phóng hiện hình ảnh, không có những quan điểm và sự phấn đấu để tập trung. Sự tịch lặng ấy hiện đến không cần ta mời gọi, nó đến khi ta thấu hiểu cách thế tâm thức bị thu hút bởi một ý niệm và bởi những hình thức khác biệt của sự tập trung được áp dụng và cũng phải thấu hiểu toàn bộ tiến trình của tư tưởng nữa. Do sự quan sát, do sự xem xét những hành vi vị ngã khiến phát sinh một ý hướng giới luật mềm dẻo phi thường, và giới luật đó rất cần thiết. Giới luật này không phải là để bảo vệ, để phản ứng, nó không liên quan chi đến hành vi ngồi tĩnh tọa trong một góc, hai chân xếp bằng, cũng như không giống với những công phu tập ầu trĩ khác và trong giới luật này không có sự bắt chước rập khuôn, cũng không có một cố gắng nhằm thu đạt kết quả nào. Quan sát tất cả mọi vận hành của tư tưởng và của dục vọng, quan sát sự thèm khát những cảm giác mới, quan sát tiến trình sự đồng nhất – quan sát và thấu hiểu tất cả những điều đó khiến tự nhiên phát sinh một giới luật cởi mở và tự do. Với giới luật của trí huệ này, một nhận thức đặc biệt tức thời và trực tiếp, tức là trạng thái chú tâm trọn vẹn, sẽ phát sinh. Chính trạng thái chú tâm này chứa đựng đức hạnh, cái đức hạnh duy nhất và đích thực. Chứ cái thứ luân lý xã hội cái thức đức tính trước phát triển bằng chống kháng, bằng thái độ đạo mạo rập khuôn theo đạo đức của một xã hội, tất cả mọi điều đó đều không phải là đức hạnh. Có đức hạnh là thấu hiểu mọi cơ cấu xã hội mà con người đã tạo dựng quanh mình và thấu hiểu cái gọi là hy sinh mà người ta tưởng tượng mình thực hiện được trong những cuộc đồng nhất và cưỡng bách. Trạng thái chú tâm được phát sinh do sự thấu hiểu này và chỉ trong chú tâm mới có đức hạnh.

Cần thiết phải có một tâm thức đức hạnh, nhưng khi ta bằng lòng ép mình

theo một khuôn mẫu xã hội và tôn giáo, của một xã hội nào đó dù là cộng sản hay tư bản, thì không có tự do. Tuy nhiên, không khác chi đức tính nhẫn nhục, ta không thể đào luyện được đức hạnh. Ta không thể đào luyện được đức hạnh cũng như không thể đào luyện được tình thương. Nhưng ở đâu có sự chú tâm trọn vẹn thì ở đó có đức hạnh và tình thương. Chú tâm trọn vẹn khiến sinh tịch lặng hoàn toàn, không những ở mức độ ý thức mà cả ở mức độ vô thức nữa. Ý thức và vô thức, thực ra vô nghĩa và nhận thức được sự vô nghĩa của chúng là giải thoát tâm thức khỏi quá khứ cũng như hiện tại. Đặt trọn vẹn chú tâm vào hiện tại là làm phát sinh sự tịch lặng, trong đó tâm thức không cần sống kinh nghiệm, vì nó không còn cần sống như thế nữa. Như thế, mọi kinh nghiệm đều chấm dứt. Tâm thái tinh thức trọn vẹn chính là một ánh sáng tự tại. Trong sự tịch lặng này có hòa bình. Không phải là thứ hòa bình của các nhà chính trị, cũng không phải thứ hòa bình giữa hai cuộc chiến tranh, đó là thứ hòa bình không do những phản ứng sinh khởi. Và khi cái tâm thái ấy tình hình tịnh định, ta có thể từ đó mà hành động. Sự hoạt động của tâm thái tịnh định hoàn toàn khác hẳn với hành vi vị ngã. Sự hoạt động này của tâm thái tịnh định đích thị là sáng tạo. Khi tâm thức có thể hoạt động với trạng thái tịnh định này, là nó đã nhận thức được sự chết và tình thương. Bây giờ ta có thể sống trong cuộc đời này mà vẫn thoát "ngoài vòng tục lụy".

Các ngài muốn hỏi gì không?

H: *Tôi ngưỡng vọng sự tịch lặng, nhưng tôi nhận thấy những công phu dự định của tôi càng lúc càng hư hỏng với thời gian.*

K: Trước hết, ngài không thể ngưỡng vọng được sự tịch lặng, ngài không biết gì về sự tịch lặng. Thậm chí nếu ngài nhận biết điều chi về tịch lặng thì đó cũng là không phải là tịch lặng, bởi vì điều ta biết không phải là điều chân thực. Vậy ta cần phải cẩn thận đừng bảo rằng "ta biết".

Xin ngài hãy xem xét điều này: điều gì ta biết là điều ta nhìn nhận được. Tôi nhận ra ngài vì tôi đã gặp ngài hôm qua. Vì đã nghe ngài nói và biết được cách thế sống, cư xử của ngài nên tôi nói tôi biết ngài. Điều tôi biết đã là quá khứ rồi và từ quá khứ đó tôi nhận biết ngài. Nhưng ta không thể nhận biết được sự tịch lặng này, vì trong sự tịch lặng đó không có cái tiến trình

nhìn nhận. Trước tiên ta phải thấu hiểu điều đó. Muốn nhận biết một điều gì, cần phải được tiếp xúc với nó đã, sống với nó đã, đọc hoặc nghe người khác mô tả về nó đã, nhưng cái điều được nhìn nhận, được biết, được mô tả không phải là sự tịch lặng mà ta ngưỡng vọng bởi vì cuộc sống chúng ta quá đổi trống rỗng, buồn chán, ngu muội. Chúng ta muốn lẩn trốn tất cả những phiền toái của cuộc sống, nhưng ta không thể lẩn trốn được cuộc sống mà cần phải thấu hiểu nó. Và muốn thấu hiểu bất cứ điều gì, ta không cần phải hất hủi cũng như lẩn trốn nó. Cần phải có một tình thương bao la, một sự trù mên đích thực với điều ta muốn thấu hiểu. Nếu muốn thấu hiểu một đứa trẻ, ngài không nên cưỡng bách nó cũng như so sánh nó với anh nó. Mà ngài phải nhìn ngắm nó, kỹ lưỡng quan sát nó với niềm trù mên luyến thương, với tất cả tâm hồn ngài. Tương tự như vậy, ngài phải thấu hiểu những cái tầm thường mà ngài gọi là cuộc sống với tất cả những tình tự ghen ghét, xung đột, khổ lụy, nhọc nhằn, phiền não của nó. Do sự thấu hiểu đó bèn xuất sinh một niềm an hòa mà ta không thể tìm thấy bằng lần mò dò dẫm.

Có một câu chuyện rất ngộ nghĩnh về việc một người đệ tử đến với vị đạo sư. Vị đạo sư ngồi trong một vườn hoa xinh đẹp và người đệ tử đến ngồi cận bên – không ngồi đối diện hẳn vì ngồi như thế bất kính lắm. Thế là người đệ tử ngồi hơi dịch sang một bên, chân xếp bằng và nhắm mắt lại. Vị đạo sư bèn hỏi: "Trò làm gì thế?". Mở mắt ra người đệ tử nói: "Thưa thầy, con đang luyện tâm, cố chứng đạt được cái tâm của Đức Phật" và nhắm mắt lại. Sau một lúc, vị đạo sư lượm hai hòn đá và cọ xát chúng vào nhau gây ra nhiều tiếng động, bấy giờ người đệ tử rơi từ trên cao xuống và hỏi: "Thưa thầy làm gì đó?". Và vị đạo sư đáp: "Ta cọ hai viên đá này vào nhau để làm một trong hai viên thành tấm gương". Người đệ tử nói: "Thưa thầy, chắc hẳn thầy không bao giờ thành tựu, dù thầy có cọ hai viên đá này trong cả triệu năm đi nữa". Bấy giờ vị đạo sư mỉm cười trả lời: "Thì cũng thế, trò ôi, dù trò có ngồi đây, như thế, hàng cả triệu năm trò cũng không bao giờ đạt tới chỗ trò muốn đạt". Và đây là việc cả thầy chúng ta đều làm. Ta có những địa vị, cả thầy chúng ta đều muốn đạt mục đích mà ta đang lần mò tiến tới, việc đó đòi hỏi nhiều cố gắng, nhiều tranh đấu, nhiều giới luật. Tôi e rằng tất cả mọi điều đều không thể làm mở cánh cửa được. Điều có thể làm mở cánh cửa là phải thấu hiểu mà không cố gắng, phải nhìn ngắm một cách đơn giản quan sát với thái độ trù mên, thương yêu, nhưng ta không thể thương

yêu nếu ta không từ tốn nhẫn nhục, và sự nhẫn nhục từ tốn chỉ có được khi ta không còn muốn chiếm hữu chi nữa cả, dù là chiếm hữu những thần thánh cũng như chiếm hữu một người.

*30/7/1964*

---

[\[1\]](#)Méditation

## 10.

Sáng nay, tôi xin phép trình bày về thế nào là tôn giáo trong thật nghĩa của nó. Tôi không muốn đưa ra một giải thích thuần về ngôn từ: tôi muốn thấu hiểu nó một cách sâu xa. Nhưng trước khi thâm nhập vấn đề này, ta cần phải nhận thức thật sáng suốt về thế nào là một tâm thức mộ đạo và thế nào là một tâm thái thật sự muốn dẫn mình vào những cuộc tìm kiếm về tôn giáo.

Theo tôi, điều tối ưu quan trọng là thấu hiểu sự khác biệt giữa cô độc và tâm trạng của người cô đơn. Đa số những hành vi thường của ta vốn xoay quanh bao bọc chính chúng ta, những hành vi ấy căn cứ trên quan điểm đặc biệt của ta, trên những kinh nghiệm riêng tư của ta và trên những khí chất đặc thù của ta. Ta tư tưởng theo gia đình ta, theo công việc ta, theo điều ta muốn thực hiện cũng như theo những tình tự sợ hãi, những nỗi hy vọng cùng thất vọng. Tất nhiên các thỏa thuận ấy đều đồng qui vào chính ta và nhận chìm chúng ta vào sau trong một trạng thái biệt lập như ta có thể nhận thấy trong đời sống thường nhật của mình. Chúng ta có những dự vọng thầm kín, những cuộc đuổi bắt ẩn khuất của ta, những tham vọng của ta, và chúng ta không bao giờ chịu giao tiếp thâm sâu với người khác: với vợ ta – hay chồng ta – với các con ta. Sự tự-biệt-lập này cũng là hậu quả của hành vi lẫn trốn một cuộc sống thường nhật đã làm cho chúng ta nhàm chán vì tính cách tầm thường của nó và bắt buộc chúng ta phải chịu đựng không biết bao nhiêu là sự mất mát thiệt thòi. Ta cũng tự biệt lập bằng nhiều cách thể lẫn trốn khác biệt, chính niềm cô độc phi thường đã đến ám ảnh chúng ta, khi bỗng dưng ta ý thức mình không dính líu với chi cả, khi mọi sự dường như xa cách quá với ta, ý thức rằng ta không còn cảm thông, thân thiết với ai hết. Tôi nghĩ hầu hết chúng ta đều cảm nhận hết sức sâu xa cái tình tự cô độc đó, nếu chúng ta có chút ý thức về chính nội tâm mình.

Vì niềm cô độc đó, vì bị sai khiến bởi ý hướng biệt lập, nên chúng ta cố đồng nhất mình vào một cái gì vĩ đại hơn chúng ta, đồng nhất vào quốc gia,

vào một lý tưởng, hay vào một quan niệm về Thượng đế. Sự đồng nhất vào một cái gì vĩ đại hơn, một cái gì bất tử ngoài vòng tưởng niệm của ta, thường được gọi là tôn giáo, và đưa đến những tin tưởng, những tín điều, những nghi thức lễ bái, những đui đối bất mâu thuẫn trái nghịch giữa nhiều phe phái tranh đua cầu xé nhau, vì cả thầy đều tin tưởng vào nhiều phương diện khác nhau của cùng một sự vật, thành thử cái ta gọi là tôn giáo ấy chỉ càng làm biệt lập thêm thôi.

Kể đó, ta thấy thế giới phân chia ra nhiều quốc gia tranh đua nhau, mỗi quốc gia có một chính phủ chủ quyền với những hàng rào kinh tế riêng rẽ. Mặc dù cả thầy chúng ta đều là con người, ta vẫn dựng nhiều tường lũy ngăn cách chúng ta với những người lân cận ta bằng tinh thần quốc gia và bằng các sự phân chia thành nhiều chủng tộc, nhiều môn phái, giai cấp mà chúng là những nguyên nhân tạo thành sự biệt lập cùng niềm cô độc.

Một tâm thức bị tù ngục trong cô độc không bao giờ có thể thấu hiểu được tôn giáo là gì, trong một trạng thái biệt lập như thế. Tâm thức ấy có thể tin tưởng, có thể tạo ra nhiều lý thuyết, khái niệm, công thức, có thể tìm cách đồng nhất vào cái gọi là Thượng đế. Nhưng tôi thiết tưởng tôn giáo không có gì dính líu với bất kỳ sự tin tưởng, vị đạo sư, giáo hội hay kinh sách gọi là "thần thánh" nào cả. Ta chỉ có thể thấu hiểu trạng thái của một tâm thức mộ đạo khi ta bắt đầu thấu hiểu thế nào là cái đẹp và sự thấu hiểu cái đẹp chỉ phát hiện khi ta hoàn toàn cô đơn. Chỉ trong tâm thái đó ta mới có thể biết được thế nào là cái đẹp: chỉ duy nhất trong tâm thái ấy thôi.

Cô đơn, một mình, hiển nhiên không phải là biệt lập, độc nhất. Độc nhất có nghĩa một cách giản dị là độc đáo ngoại lệ trong một cách thế nào đó, còn cô đơn trọn vẹn đòi hỏi một mức mãn cảm, một trí thông minh, một sự thấu hiểu phi thường. Hoàn toàn cô đơn có nghĩa là sống với một tâm thức giải thoát mọi ảnh hưởng, tức là không bị nhiễm độc bởi xã hội, và phải sống như thế để thấu hiểu được thế nào là tôn giáo, nghĩa là để tự mình khám phá xem có cái gì là bất tử, vượt ngoài thời gian không.

Chứ như chúng ta hiện giờ thì tâm thức chúng ta là thành quả của hàng nghìn vạn năm của những ảnh hưởng sinh lý, xã hội được tạo nên bởi hoàn cảnh, bởi phong thổ, bởi ẩm thực, vân vân. Điều đó khá dĩ nhiên rồi. Chúng

ta bị ảnh hưởng bởi thức ăn vật uống, bởi báo chí ta đọc, bởi vợ chồng, bởi người lân cận, bởi chính trị, bởi radio, bởi tivi và muôn ngàn thứ khác. Chúng ta luôn luôn bị biến đổi bởi những gì trút đổ vào chúng ta từ mọi phía, vào trong vô thức lẫn ý thức. Và chúng ta không thể nào nhận thức được sự thể đó để không còn bị nô lệ, không còn bị nhiễm độc bởi sự thể đó sao? Thiếu vắng nhận thức đó, tâm trí chúng ta sẽ chỉ là những dụng cụ cho hoàn cảnh của ta thôi. Tâm thức ta có thể tạo nên những hình ảnh mà nó tưởng là Thượng đế hay là chân lý vĩnh cửu để tin tưởng vào, nhưng tâm thức ấy vẫn tiếp tục bị uốn nắn bởi những thúc bách của hoàn cảnh, bởi những trạng thái căng thẳng của nó, bởi những mê tín, những áp lực của chính nó và niềm tin của nó, nên tuyệt đối không phải là một tâm thái mộ đạo.

Là những tín đồ Cơ đốc, các ngài đã được dưỡng dục trong một giáo hội do con người tạo dựng trải qua một thời gian dài hàng hai nghìn năm, với những vị cố đạo, với những tín điều, những nghi thức lễ bái của nó. Thuở bé, các ngài đã được rửa tội và khi các ngài lớn lên, người ta bảo với các ngài những điều các ngài phải tin tưởng. Tức là các ngài đã trải suốt qua tiến trình của trạng thái qui định và của sự tẩy não. Áp lực của thứ tôn giáo chuyên môn tuyên truyền đó rõ ràng là hết sức mãnh liệt, nhất là vì nó đã được tổ chức chu đáo và có thể gây một ảnh hưởng tâm lý, bằng giáo dục, bằng sự sùng thượng hình ảnh, bằng sợ hãi và bằng muôn ngàn cách thức qui định tâm thức. Ở khắp Đông phương, con người cũng bị qui định một cách nặng nề trầm trọng bởi những tin tưởng, tín điều, mê tín và tập tục có từ cả hàng vạn nghìn năm trước hay lâu hơn nữa.

Nhưng bao lâu không có tự do thì tâm thức không thể khám phá được sự thật – và để có sự tự do đó, tâm thức phải vượt thoát khỏi ảnh hưởng của quốc tịch các ngài và ảnh hưởng của giáo hội với những tin tưởng và tín điều của nó, và các ngài cũng phải thoát khỏi lòng tham lam, tính ganh tị, tình tự sợ hãi, nổi thống khổ, sự tham vọng, tinh thần tranh đua, nổi âu lo xao xuyến. Nếu tâm thức các ngài không giải thoát khỏi tất cả những điều đó thì bao nhiêu áp lực từ bên ngoài cũng như ngay chính trong tâm thức, sẽ tạo nên một trạng thái mâu thuẫn, đảo điên và rồi các ngài sẽ không thể khám phá được sự thật hay không thể tìm biết xem có một cái gì vượt ngoài vòng thời gian hay không.

Do đó ta thấy hành động giải phóng tâm thức khỏi mọi ảnh hưởng là cần thiết dường nào. Hành động đó có thể nào thực hiện được không? Nếu không, thì sự khám phá cái vĩnh cửu, cái vô ngôn, cái tối thượng không thể phát động được. Và để đích thân chúng ta trực tiếp tìm biết xem hành động đó có thể thực hiện được không, ta phải nhận thức mọi ảnh hưởng tác động trên ta, không những ngay ở đây, trong trại này, mà cả trong cuộc sống thường nhật của chúng ta nữa. Ta phải thấy cái cách thế mà ta bị nhiễm độc, bị uốn nắn, bị qui định. Dĩ nhiên là ta không thể luôn luôn ý thức vô số những ảnh hưởng đổ trút vào ta, nhưng ta có thể nhận thấy tự do giải thoát là điều quan trọng – và tôi nghĩ đó là đầu mối của vấn đề, và khi ta đã thấu hiểu chỗ cần thiết ấy thì vô thức liền trực nhận các ảnh hưởng đó, dù ý thức có khi không nhận thấy.

Tôi trình bày như thế rõ chứ? Điều tôi muốn vạch rõ là thế này: vốn có nhiều ảnh hưởng vô cùng tế nhị, chúng uốn nắn tâm thức ta và tâm thức bị uốn nắn bởi những thứ ảnh hưởng luôn luôn nằm trong vùng tù ngục của thời gian như thế, nên không sao khám phá được cái vĩnh cửu, thậm chí không biết vốn có cái vĩnh cửu ấy nữa. Vậy câu hỏi là thế này: nếu ý thức nơi ta tuyệt đối không thể nhận thức hết tất cả những ảnh hưởng mà ta chịu đựng thì ta phải là thế nào? Nếu các ngài tự hỏi mình điều đó một cách hết sức đúng đắn và hết sức chân thành để cho nó mời gọi trọn vẹn sự chú tâm các ngài, các ngài sẽ nhận thấy rằng cái phần vô thức trong các ngài, không hoàn toàn bị bận rộn, trong khi những tầng lớp cạn cợt của tâm thức đang hoạt động, nhận lấy hành động quan sát tất cả những gì toàn xâm nhập vào nội tâm các ngài.

Tôi thiết tưởng điều đó rất quan trọng cần phải thấu hiểu, vì nếu các ngài chỉ lo chống kháng hay chỉ biết tự bảo vệ chống lại việc bị ảnh hưởng, sự chống kháng đó, nguyên là phản ứng, sẽ tạo nên một trạng thái qui định mới khác cho tâm thức. Sự thấu hiểu toàn bộ tiến trình của ảnh hưởng phải được thực hiện mà không cần cố gắng, sự thấu hiểu đó phải là một nhận thức tức thời. Đây là cách thế phát sinh sự thấu hiểu ấy: nếu chính các ngài thật sự nhận thấy tầm mức quan trọng căn bản của việc đừng để bị ảnh hưởng, thì một phần nào đó của nội tâm các ngài: sẽ nhận lãnh việc ấy, một khi ý thức các ngài đang bận nghĩ một điều gì khác. Và cái phần tâm thức

này rất tinh thức, luôn luôn rình rập chờ đợi. Vậy điều cần thiết là phải thấy tức khắc, ngay bây giờ sự quan trọng lớn lao của việc đừng để bị ảnh hưởng bởi bất cứ trường hợp nào, bởi bất cứ ai. Đó mới là trọng tâm cốt yếu, chứ không phải tìm cách chống kháng hay phải làm gì khi bị ảnh hưởng. Khi nắm được sự kiện cốt yếu đó thì ta nhận thức rằng một phần của nội tâm luôn luôn tinh thức lạnh lợi, luôn luôn nằm trong một trạng thái quan sát, luôn luôn sẵn sàng cởi bỏ mọi ảnh hưởng hành động bên ngoài, dù ảnh hưởng ấy cực kỳ tế nhị. Trong thái độ chới bỏ ấy, ta được tự do và cô đơn trọn vẹn, điều này khác với cô độc. Ta cần thiết phải cô đơn, bởi vì cái đẹp ở ngoài vòng thời gian và chỉ cô đơn ta mới có thể thấu hiểu được cái đẹp.

Đối với phần đông chúng ta, đẹp là một vấn đề cân đối, về hình dáng, về kích thước, về đường nét, về màu sắc. Chúng ta thấy một tòa nhà, một cội cây, một trái núi, một dòng nước và ta nhận thấy cái đẹp trong đó, nhưng người bên ngoài, tức-kẻ-quan-sát đang thưởng thức những cái đẹp ấy luôn luôn có mặt ở đó, và do đó, cái ta gọi là đẹp vẫn nằm trong phạm vi kỳ hạn, của thời gian. Tuy nhiên, theo tôi cái đẹp vượt ngoài vòng thời gian và tôi nghĩ rằng muốn biết cái đẹp thì sự tìm kiếm kinh nghiệm phải chấm dứt, bởi vì kẻ còn cần kinh nghiệm, tất nhiên còn tích trữ kinh nghiệm để rồi nương vào đó họ phán đoán, họ đo lường và tư tưởng. Khi ta nhìn một bức họa, khi ta lắng nghe âm nhạc, khi ta ngắm dòng sông cuộn cuộn chảy, thì thường ta nhìn ngắm từ một hậu trường kinh nghiệm đã được tích trữ, ta nhìn ngắm từ quá khứ, tức là thời gian, và theo tôi, hành động đó hoàn toàn không thấu hiểu được cái đẹp. Thấu hiểu được cái đẹp, có nghĩa là khám phá cái vĩnh cửu, chỉ có thể thực hiện được khi ta hoàn toàn cô đơn, một mình. Và điều đó không liên quan chi đến những lời giảng dạy của các vị đạo sư cũng như các tôn giáo có tổ chức. Tâm thức phải hoàn toàn thoát khỏi mọi ảnh hưởng, không bị nhiễm độc bởi xã hội, bởi cơ cấu tâm lý của tình tự tham lam, ham muốn, âu lo, sợ hãi. Khởi đi từ sự tự do này, ta mới cô đơn và chỉ trong trạng thái này, tâm thức mới có thể thấu hiểu được cái vượt ngoài vòng thời gian.

Cái đẹp và cái vĩnh cửu không thể tách rời nhau được. Các ngài có thể làm hội họa, có thể nhìn ngắm trời đất, nhưng nếu trong đó có lẫn lộn một hành vi của cái ngã – có một xao động vị ngã của tư tưởng – thì những gì các ngài nhận thấy không còn là đẹp nữa vì vẫn còn bị thời gian dung chứa và

nếu các ngài không thấu hiểu cái đẹp, các ngài tuyệt đối không thể khám phá cái vĩnh cửu, cái bất tử. Tâm thức các ngài phải thoát khỏi thời gian, nghĩa là thoát khỏi những tập tục truyền thống, những tri thức do quá khứ tích trữ. Vấn đề không phải tin hay không tin: tất cả điều đó đều ấu trĩ, hoàn toàn trẻ con, không dính líu chi với vấn đề thực tại cả. Nhưng nếu ta thật chân thành, nếu ta thật sự muốn khám phá thực tại, ta phải hoàn toàn xa lìa những hành vi vị ngã của trạng thái cô độc, bấy giờ ta đạt đến một trạng thái cô đơn trọn vẹn. Và chỉ trong trạng thái ấy ta mới có thể thấu hiểu được cái đẹp, cái vĩnh cửu.

Nhưng các ngài hãy đề phòng: danh từ rất nguy hiểm, chúng là những biểu tượng và biểu tượng không phải là thực tại. Chúng chuyển đạt một ý nghĩa, một khái niệm, nhưng danh từ không phải là sự vật. Cho nên, khi tôi nói về cái vĩnh cửu, các ngài phải biết xem các ngài có bị ảnh hưởng bởi các danh từ tôi dùng không hay biết xem các ngài có rơi vào cạm bẫy của một tin tưởng không? Nếu thế thì hết sức là trẻ con.

Để biết xem có cái vĩnh cửu không, ta phải thấu hiểu thời gian. Thời gian là một vật thực sự lạ lùng – tôi không nói thứ thời gian tính theo đồng hồ, loại thời gian này vốn dĩ nhiên và cần thiết, tôi nói về sự tương tục tâm lý, và có thể nào sống mà không có sự tương tục này không? Vật đã thiết lập nên sự tương tục này đích thị là tư tưởng, là hành-vi-tư-tưởng mãi vào một điều gì? Nếu ngày nào các ngài cũng nhìn ngắm ảnh vợ các ngài, thì các ngài đã làm cho hình ảnh ấy tương tục. Và có thể nào sống trong đời này mà không tạo sự tương tục cho hành động hầu ta có thể đề cập mỗi vấn đề bằng một tâm thức mới mẻ không? Nghĩa là tôi có thể nào chết đi với mỗi hành động sống trong ngày, để tôi không còn bao giờ tích trữ gì trong tâm tôi nữa, để cho tâm thức tôi không bị nhiễm độc bởi quá khứ, để nó luôn luôn mới mẻ, tươi nhuận, vô tư vô nhiễm không? Tôi quả quyết rằng việc ấy có thể thực hiện được, rằng ta có thể sống như thế, nhưng đối với các ngài, có thể đó không phải là sự thật: điều đó chính các ngài đích thân tìm biết.

Như thế là ta bắt đầu nhận thấy rằng ta phải có một tâm thái hoàn toàn cô đơn nhưng không phải cô độc, biệt lập. Trong tâm thái ấy mới phát sinh được một cảm nhận phi thường về cái đẹp, về cái mà tâm thức ta không sao tác tạo được. Điều đó hoàn toàn không liên quan đến hành vi rập nôi vại nót

nhạc, sử dụng vài màu sắc để tạo thành một bức họa, nhưng vì tâm thức ta cô đơn nên nó thể nhập vào cái đẹp và do đó nó đầy mãnh cảm, và vì đầy mãnh cảm, nên nó đích thực thông minh, sự thông minh của nó không phải là thứ thông minh của xảo quyệt mưu mô hay của kiến thức, cũng không phải là cái khả năng để làm một việc gì. Tâm thức ta thông minh trong ý nghĩa là nó không bị nhiễm độc, không bị ảnh hưởng và không sợ hãi. Nhưng muốn sống trong trạng thái ấy, tâm thức phải luôn luôn đổi mới, nghĩa là phải chết đi với mỗi ngày sống của quá khứ, chết đi với tất cả những gì nó đã biết.

Nhưng, như tôi đã nói, danh từ, biểu tượng, không phải là thực tại. Danh từ cội cây không phải chính là cội cây, vậy chúng ta phải đề phòng đừng bị xỏ mũi bởi danh từ. Khi tâm thức thoát ly khỏi danh từ, biểu tượng thì tâm thức trở nên hết sức mãnh cảm và bấy giờ nằm trong một trạng thái khả dĩ giúp nó khám phá được thực tại.

Tóm lại đó là điều các ngài tìm kiếm tự bấy lâu nay, từ thời cổ sơ cho đến ngày nay, con người ước vọng tìm thấy một cái gì không do chính nó tác tạo nên. Dù rằng, các tổ chức tôn giáo vô nghĩa lý với người thông minh, nhưng chúng vẫn khư khư bảo rằng vốn có cái siêu việt, và con người luôn luôn tìm kiếm cái siêu việt vì họ triền miên sống trong đau khổ, phiền lụy, trong đảo điên, tuyệt vọng. Vì luôn luôn sống trong một trạng thái vô thường biến động, nên họ muốn tìm cái gì thường tồn bất biến, một cái gì trường cửu, liên tục và công cuộc tìm kiếm của họ, do đó, luôn luôn nằm trong vòng tù ngục của thời gian. Nhưng như ta có thể thấy đó, không có cái gì là thường tồn cả. Mọi tương giao của ta, mọi công việc của ta, tất cả đều thoáng qua, vô thường. Và bởi vì chúng ta quá sợ hãi sự biến mất, tiêu tan của vạn vật, nên chúng ta tìm kiếm cái nguyên lý thường tồn nên được chúng ta gọi là cái vĩnh cửu, cái bất tử hay bằng một danh từ khác. Nhưng công cuộc tìm kiếm cái thường tồn, cái bất tử, cái vĩnh cửu, chỉ là một phản ứng, nên hoàn toàn vô giá trị. Chỉ khi nào tâm thức thoát khỏi ý muốn về sự chắc chắn, tâm thức mới bắt đầu khám phá xem có cái được gọi là vĩnh cửu, vượt ngoài không, thời gian, vượt ngoài chủ-thể-tư-tượng và ngoài những gì mà chủ thể ấy đang tư tưởng hay đang tìm kiếm không. Muốn quan sát và thấu hiểu mọi điều đó, đòi hỏi phải có một sự chú tâm trọn vẹn và một giới luật uyển chuyển do sự chú tâm ấy phát sinh. Trong trạng thái chú tâm đó, không có sự phóng tâm, đăng trí, không có cố gắng, không có một xao động

nhằm vào chiều hướng nào cả, bởi vì một xao động loại này, mọi nguyên nhân thôi thúc, đều là hậu quả của một tâm thức bị ảnh hưởng nhiễm độc, hoặc bởi quá khứ hoặc bởi hiện tại. Trong cái trạng thái chú tâm thung dung buông xả đó, một sự tự do phi thường được phát sinh, và chỉ lúc bấy giờ – vì đã hoàn toàn trống rỗng, yên lặng không nhúc nhích – tâm thức mới có thể khám phá cái vĩnh cửu.

Có lẽ các ngài muốn đặt nhiều câu hỏi về vấn đề đã được trình bày sáng nay.

H: *Làm sao thoát ly được ý muốn về sự chắc chắn.*

K: Danh từ "làm sao" ngụ ý một phương pháp phải không? Nếu ngài là một kiến trúc sư và tôi hỏi ngài làm sao xây cất một ngôi nhà, ngài có thể trả lời tôi, bởi vì có nhiều phương pháp, nhiều hệ thống, nhiều cách thế để thực hiện việc xây cất. Nhưng việc áp dụng một phương pháp hay một hệ thống là đã qui định tâm thức rồi; vậy ngài hãy nhận thức chỗ khó khăn của việc dùng danh từ "làm sao".

Và chúng ta cũng phải thấu hiểu ý muốn nữa. Ý muốn là gì? Hôm trước, tôi đã giải thích đầy đủ về vấn đề này rồi, mong rằng quý ngài có mặt hôm ấy và đã thấu hiểu ý nghĩa của những điều tôi đã trình bày, sẽ không cảm thấy nhàm chán về những gì tôi sắp nói đây. Vì, thực ra, ta có thể lắng nghe cả ngàn lần tất cả những cuộc nói chuyện này và mỗi lần đều phát hiện thấy một cái gì mới lạ.

Ý muốn là gì? Như hôm trước tôi đã nói, trước hết có sự nhận thức (tức là thấy), kế đó có sự tiếp xúc (tức là sờ mó), tiếp theo là cảm giác và cuối cùng cái ta gọi là ý muốn trỗi dậy. Phải sự thể quả diễn tiến như vậy không? Xin các ngài hãy chú tâm theo dõi. Thí dụ, thấy một chiếc xe hơi đẹp. Sự thấy này, dù không sờ mó chiếc xe, vẫn làm phát sinh cảm giác, cảm giác này làm phát sinh ý muốn được lái, được làm chủ chiếc xe. Ở đây ta không cần biết coi phải làm sao chống kháng lại ý muốn hoặc làm sao thoát ly ý muốn, bởi vì kẻ bại xuội tê liệt, hấn đã chết. Điều quan trọng là thấu hiểu toàn bộ tiến trình của ý muốn, nghĩa là thấu hiểu đồng thời tính cách quan trọng và vô nghĩa của nó. Ta phải khám phá, không phải khám phá cách thế

chấm dứt ý muốn, mà khám phá cái đã làm cho nó tương tục.

Cái gì làm cho ý muốn tương tục? Chính tư tưởng, phải không? Trước hết, có sự thấy chiếc xe, kế đó có cảm giác kèm theo là ý muốn, và nếu tư tưởng không xen vào làm cho ý muốn tương tục bằng cách bảo rằng: "Tôi phải có chiếc xe này, làm thế nào để có được đây?" thì ý muốn sẽ chấm dứt. Ngài theo kịp chứ? Tuyệt nhiên là tôi không bảo rằng cần phải vượt thoát khỏi ý muốn, trái lại thì có. Nhưng các ngài phải thấu hiểu toàn bộ cơ cấu của ý muốn, bấy giờ các ngài sẽ thấy rằng sự tương tục không còn nữa mà có một cái khác hẳn.

Vậy, điều quan trọng không phải là ý muốn, dục vọng, mà là sự việc ta làm cho ý muốn tương tục. Ví dụ, chúng ta kéo dài những ham muốn về tính dục của ta bằng tư tưởng, bằng hình ảnh, bằng cảm giác, bằng hồi tưởng kỷ niệm; chúng ta duy trì kỷ niệm sống động của những ham muốn ấy bằng cách tư tưởng đến chúng và hành vi đó làm cho ham muốn, ý muốn, dục vọng tương tục và gia tăng tầm mức quan trọng cho giác quan. Không phải cái cảm giác không quan trọng: chúng cũng quan trọng vậy. Nhưng cứ làm cho các lạc thú giác quan tiếp nối nhau sống mãi, nên chúng trở nên hết sức mãnh liệt trong đời sống chúng ta. Vậy điều quan trọng không phải là thoát khỏi những dục vọng, ý muốn, mà thấu hiểu bản chất cấu tạo của chúng và cách thế mà tư tưởng làm cho chúng tương tục. Đó là tất cả những gì ta phải làm và bấy giờ tâm thức mới thực sự tự do mà không cần phải tìm cách thoát khỏi dục vọng. Ngay khi ta tìm cách thoát khỏi dục vọng là ta rơi vào xung đột. Mỗi khi ta nhìn thấy một chiếc xe hơi, một người đàn bà, một ngôi nhà hay bất cứ vật gì khác hút dẫn ta, là tư tưởng liền xen vào và làm cho dục vọng tương tục, bấy giờ mọi sự đều trở thành là vấn đề vô tận.

Điều quan trọng là phải sống một đời sống trong đó sự cố gắng vắng mặt, một đời sống không có vấn đề, và ta có thể sống một đời sống như thế nếu ta thấu hiểu được bản chất cấu tạo của những dục vọng. Phần đông chúng ta có ngàn nghìn vạn vấn đề, và để thoát khỏi những vấn đề ta phải đủ sức tức khắc chấm dứt mỗi vấn đề khi nó vừa xuất hiện. Tôi nghĩ là chúng ta đã thảo luận vấn đề đó khá nhiều rồi, tôi sẽ không nói thêm nữa làm gì. Nhưng tuyệt đối cần thiết phải không có vấn đề nào cả, và phải sống một đời sống không cố gắng. Bấy giờ ta mới có một tâm thức thực sự mộ đạo bởi vì tâm

thức ấy đã thấu hiểu đau khổ và sự chấm dứt của đau khổ; trong tâm thức ấy không còn chút sợ hãi và do đó, chính nó là ánh sáng cho tự nó.

2/8/1964

**Nguồn:** *Ý nghĩa sự chết, đau khổ và thời gian* của Krishnamurti. Nguyễn Minh Tâm và Đào Hữu Nghĩa dịch. An Tiêm xuất bản lần thứ II. In tại ấn quán Thăng Long 220A, Trương Minh Giảng, Sài Gòn. K.D. số: 3697 ngày 31-12-1968. 300đ. Bán y giá. Các tỉnh: 320đ. Bản điện tử do talawas thực hiện. Bản PRC do vinhhoa thực hiện.



# THƯ VIỆN EBOOK **SÁCH MỚI.NET**



HÀNG NGHÌN ĐẦU SÁCH HAY ĐANG CHỜ BẠN  
[WWW.SACHMOI.NET](http://WWW.SACHMOI.NET)

