

OSHO

Hành trình bên trong

HÀ NỘI - 12/2022

OSHO

The Inner Journey

Mục lục

1. Thân thể: Bước đầu tiên cho người tìm kiếm	1
2. Từ đầu tới tim, từ tim tới rốn.....	27
3. Hành trình tới rốn: ăn đúng - lao động - ngủ.....	55
4. Con đường đương đầu với tâm trí	89
5. Tự do khỏi ảo tưởng về tri thức.....	119
6. Tự do khỏi niềm tin	147
7. Kinh về đàn veena của tim	177
8. Tự do khỏi cái "tôi"	205
Về Osho	231

1. Thân thể: Bước đầu tiên cho người tìm kiếm

Những người yêu mến của tôi,

Trong cuộc gặp gỡ đầu tiên này của trại thiền, tôi muốn nói về bước đầu tiên cho thiền nhân, người tìm kiếm. Bước thứ nhất là gì? Người nghĩ hay người yêu đi theo những con đường nào đó nhưng người tìm kiếm phải du hành trên cuộc hành trình khác toàn bộ. Với người tìm kiếm, bước đầu tiên của cuộc hành trình là gì?

Thân thể là bước đầu tiên cho người tìm kiếm - nhưng không chú ý hay ý nghĩ nào đã được trao cho nó. Không chỉ vào thời đại nào đó, mà trong hàng nghìn năm, thân thể đã từng bị quên lãng. Việc quên lãng có hai kiểu. Thứ nhất, có những người mê đắm, người đã quên thân thể. Họ không có kinh nghiệm nào về sự sống khác hơn việc ăn, uống và mặc quần áo. Họ đã quên lãng thân thể, dùng sai nó, phí hoài nó một cách ngu xuẩn - họ đã làm suy tàn nhạc cụ của họ, đàn veena của họ.

Nếu một nhạc cụ - chẳng hạn, đàn veena - bị hỏng, âm nhạc không thể nảy sinh ra từ nó. Âm nhạc là thứ khác hoàn toàn với đàn veena - âm nhạc là thứ này, đàn veena là thứ khác, nhưng không có đàn veena âm nhạc không thể nảy sinh.

Những người đã dùng sai thân thể qua mê đắm là một kiêu và kiêu người kia là những người đã quên lãng thân thể qua yoga và từ bỏ. Họ đã hành hạ thân thể, họ đã kìm nén nó và họ đã từng thù địch với nó. Và cả những người mê đắm thân thể lẫn những người khổ hạnh, người đã hành hạ thân thể đều đã không hiểu tầm quan trọng của nó.

Cho nên đã từng có hai loại quên lãng và hành hạ đàn veena của thân thể: một loại bởi những người mê đắm và loại kia bởi những người khổ hạnh. Cả hai đã làm hại cho thân thể. Ở phương Tây, thân thể đã từng bị làm hại theo cách này và ở phương Đông, theo cách kia, nhưng tất cả chúng ta đều là người tham gia bình đẳng vào việc làm hại nó. Những người đi tới nhà thổ hay tới quán rượu làm hại thân thể theo cách này, và những người đứng trần trong ánh mặt trời hay xô vào trong rừng làm hại thân thể theo cách kia.

Chỉ qua chiếc đàn veena của thân thể mà âm nhạc của sự sống có thể nảy sinh. Âm nhạc của sự sống là thứ khác hoàn toàn với thân thể - nó là khác toàn bộ, cái gì đó khác - nhưng chỉ qua đàn veena của thân thể mới có khả năng đạt tới nó. Không chú ý đúng nào đã được dành cho sự kiện này.

Bước đầu tiên là thân thể và chú ý đúng của thiền nhân hướng tới thân thể. Trong buổi gặp gỡ đầu tiên này tôi muốn nói với bạn về điểm này.

Vài điều cần được hiểu.

Điều thứ nhất: hồn có kết nối với thân ở một số trung tâm - sinh lực của chúng ta tới từ những kết nối này. Hồn có quan hệ gần gũi với các trung tâm này; từ chúng sinh lực của chúng ta chảy vào trong thân thể.

Người tìm kiếm không nhận biết về những trung tâm này sẽ không bao giờ đạt tới hồn. Nếu tôi hỏi bạn trung tâm nào là quan trọng nhất, là chỗ quan trọng nhất trong thân thể bạn, bạn có lẽ sẽ chỉ vào đầu của bạn.

Giáo dục rất sai của con người đã làm cho cái đầu thành phần quan trọng nhất của thân thể con người. Đầu hay não không phải là trung tâm quan trọng nhất của sinh lực trong con người. Điều đó giống như đi tới cây và hỏi nó phần nào là quan trọng và sống còn nhất của nó. Vì hoa có thể được thấy trên đỉnh cây, cây và mọi người khác sẽ nói rằng hoa là phần quan trọng nhất. Cho nên mặc dầu hoa dường như là quan trọng nhất chúng không phải vậy, phần quan trọng nhất là rễ, cái không thấy được.

Não là hoa trên cây của người, nó không phải là rễ. Rễ tới trước; hoa tới sau. Nếu rễ bị bỏ qua hoa sẽ héo đi vì chúng không có sự sống tách rời của riêng chúng. Nếu rễ được chăm sóc, hoa nhận được chăm sóc một cách tự động; không nỗ lực đặc biệt nào được cần để chăm sóc chúng. Nhưng nhìn vào cây dường như hoa là phần quan trọng nhất; theo cùng cách, dường như trong con người, não là quan trọng nhất. Não là phát triển cuối cùng trong thân thể con người; nó không phải là rễ.

Mao Trach Đông đã viết hồi kí về thời thơ ấu của ông ấy. Ông ấy viết, "Khi tôi còn nhỏ, đã có một vườn hoa rất đẹp gần lều của mẹ tôi. Vườn này đẹp thế, nó có những đoá hoa đẹp tới mức mọi người từ nơi xa thường tới ngắm chúng. Thế

rồi mẹ tôi trở nên già và ngã bệnh. Bà ấy không lo nghĩ về bệnh của mình, cũng chẳng nghĩ về tuổi già. Mỗi lo nghĩ duy nhất của bà ấy là về cái gì sẽ xảy ra cho vườn của bà ấy." Mao còn trẻ. Ông ấy nói với mẹ ông ấy, "Mẹ đừng lo, con sẽ chăm sóc vườn của mẹ."

Và Mao chăm sóc khu vườn, làm việc từ sáng tới tối. Sau một tháng mẹ ông ấy khá hơn, và ngay khi bà ấy có thể bước đi được chút ít, bà ấy tới khu vườn. Thấy hoàn cảnh của khu vườn bà ấy choáng! Khu vườn đã bị huỷ hoại! Mọi cây đều bị khô héo. Mọi hoa đã héo và rụng đi. Bà ấy trở nên rất bối rối và nói với Mao, "Con ngốc thế! Con đã ở trong vườn cả ngày. Con đã làm gì ở đây? Mọi hoa này đều bị phá huỷ. Vườn đã khô héo đi. Mọi cây đều sắp chết. Con đã làm gì?"

Mao bắt đầu khóc. Bản thân cậu ta cũng bối rối. Mọi ngày cậu ta vẫn làm việc cả ngày, nhưng vì lí do nào đó khu vườn cứ chết đi. Cậu ta bắt đầu khóc và cậu ta nói, "Con đã chăm sóc nhiều chứ. Con thường hôn từng đoá hoa và yêu nó. Con thường lau và chùi bụi cho từng và mọi lá, nhưng con không biết cái gì đã xảy ra. Con cũng lo nghĩ, nhưng hoa cứ héo đi, lá cứ khô đi và vườn cứ chết dần!" Mẹ cậu ta bắt đầu cười. Bà ấy nói, "Con là đồ ngốc! Con không biết rằng sự sống của hoa không phải ở trong hoa và sự sống của lá không phải ở trong lá!"

Sự sống của cây là ở chỗ không rõ ràng chút nào cho bất kì người nào. Nó là ở trong rễ, cái ẩn bên dưới đất. Nếu người ta không chăm nom những rễ đó, hoa và lá không thể được chăm nom; dù chúng có thể được hôn bao nhiêu, dù chúng có thể được yêu bao nhiêu, dù bao nhiêu bụi trên chúng có thể được lau sạch, cây sẽ héo đi. Nhưng nếu người ta không bận

tâm về hoa chút nào và chăm nom cho rễ, hoa sẽ chăm nom cho bản thân chúng. Hoa bắt nguồn từ rễ, không có đường vòng khác.

Nếu chúng ta hỏi ai đó phần nào là quan trọng nhất trong thân thể con người thế thì một cách không chủ tâm, tay người đó sẽ trở lên đầu và người đó sẽ nói rằng đầu là quan trọng nhất. Hay, nếu đó là đàn bà, thế thì có thể cô ấy sẽ trở vào tim và nói rằng tim là quan trọng nhất.

Cả đầu lẫn tim không là quan trọng nhất. Đầu ông đã nhấn mạnh vào đầu và đàn bà đã nhấn mạnh vào tim. Nhưng bằng việc nhấn mạnh hai phần này, xã hội đã được hình thành như vậy vẫn tiếp tục bị suy tàn mọi ngày, vì cả hai phần này không phải là phần quan trọng nhất trong thân thể con người. Cả hai là sự phát triển rất chậm về sau. Rễ của con người không ở trong chúng.

Tôi ngụ ý gì bởi rễ của con người? Như cây có rễ trong đất mà từ đó chúng hút sinh lực và nhựa sống và sự sống, tương tự như vậy, trong thân thể con người, có rễ ở điểm nào đó nơi hút sinh lực từ hồn. Vì điều này thân thể vẫn còn sống động. Ngày những rễ đó trở nên yếu, thân thể bắt đầu chết.

Rễ của cây là trong đất; rễ của thân thể người là trong hồn. Nhưng cả đầu lẫn tim không phải là chỗ từ đó con người được kết nối với sinh lực của mình - và nếu chúng ta không biết bất kì cái gì về những rễ này thế thì chúng ta không bao giờ có thể đi vào được trong thế giới của thiên.

Thế thì rễ của con người ở đâu? Có lẽ bạn không nhận biết về chỗ này. Nếu ngay cả những điều thông thường và đơn giản không được cho bất kì sự chú ý nào trong hàng nghìn năm, chúng bị quên đi. Đứa con được sinh ra trong bụng người mẹ và lớn lên ở đó. Qua phần nào đứa con được nối với mẹ

nó? Qua đầu hay qua tim? Không, nó được kết nối qua rốn. Sinh lực là sẵn có cho nó qua rốn - tim và não phát triển về sau. Sinh lực của người mẹ trở thành sẵn có cho đứa con qua rốn. Đứa con được kết nối với thân thể của mẹ nó qua rốn của nó. Từ đó rẽ lan toả ra trong thân thể của người mẹ và cũng vậy, theo hướng đối lập, vào trong thân thể riêng của nó nữa.

Điểm quan trọng nhất trong thân thể con người là rốn. Sau đó tim phát triển và sau đó não phát triển. Đây là các cành phát triển về sau. Chính trên chúng mà hoa nở ra. Hoa của tri thức nở trong não; hoa của yêu nở trong tim. Chính những hoa này quyến rũ chúng ta, và thế rồi chúng ta nghĩ rằng chúng là mọi thứ. Nhưng rễ của thân thể con người và sinh lực của con người là ở rốn. Không hoa nào nở ở đó. Rễ là tuyệt đối vô hình, chúng thậm chí không được thấy. Nhưng thoái hoá đã xảy ra cho cuộc sống con người trong năm nghìn năm qua là vì chúng ta đã đặt mọi nhân mạnh của chúng ta hoặc vào não hoặc vào tim. Ngay cả trên tim chúng ta cũng đặt rất ít nhân mạnh; phần lớn nhân mạnh đã đi vào não.

Từ thời thơ ấu ban đầu, mọi giáo dục đều là giáo dục về não; không có giáo dục về rốn ở bất kì chỗ nào trên thế giới. Mọi giáo dục đều là về não cho nên não liên tục tăng trưởng ngày càng lớn hơn và rễ của chúng ta liên tục trở nên ngày càng nhỏ hơn. Chúng ta chăm nom tới não vì hoa nở ở đó, cho nên nó trở nên lớn hơn - và rễ của chúng ta liên tục biến đi. Thế thì sinh lực chảy ngày càng yếu đi và tiếp xúc của chúng ta với hồn trở nên yếu.

Dần dần, dần dần chúng ta thậm chí đã đi tới điểm mà con người nói, "Hồn ở đâu? Ai nói có hồn? Ai nói có Thượng đế? Chúng tôi không tìm thấy bất kì cái gì." Chúng ta sẽ không tìm thấy bất kì cái gì. Người ta không thể tìm thấy bất kì cái gì. Nếu ai đó tìm khắp thân cây và nói, "Rễ ở đâu? Tôi không

thể tìm thấy bất kì cái gì," thế thì điều người đó đang nói là đúng. Không có rễ ở bất kì chỗ nào trên cây. Và chúng ta không có truy nhập và chỗ có rễ; vào chỗ mà chúng ta không có nhận biết. Từ thời thơ ấu, mọi huấn luyện, mọi giáo dục đều là về não, về tâm trí, cho nên toàn thể chú ý của chúng ta bị vương vào đó và kết thúc với việc hội tụ vào não. Thế thì với cả đời mình chúng ta lang thang quanh não. Nhận biết của chúng không bao giờ đi xuống dưới nó.

Cuộc hành trình của thiên nhân là đi xuống - hướng tới rễ. Người ta phải đi xuống từ não tới tim, và từ tim tới rốn. Chỉ từ rốn bất kì người nào mới có thể đi vào trong hồn; trước điều đó, người ta không bao giờ có thể đi vào nó.

Bình thường chuyển động của cuộc sống của chúng ta là từ rốn hướng tới não. Chuyển động của người tìm kiếm đích xác là đối lập. Người đó phải đi xuống từ não tới rốn.

Trong ba ngày này tôi sẽ nói cho bạn và chỉ cho bạn, từng bước một, cách đi xuống từ não tới tim và từ tim tới rốn - và thế rồi cách đi vào hồn từ rốn.

Hôm nay điều cần thiết là nói vài điều về thân thể.

Điều thứ nhất cần hiểu là ở chỗ trung tâm sinh lực của con người là rốn. Chỉ từ đó đưa trẻ thu lấy sự sống; chỉ từ đó các cành và nhánh của cuộc sống của nó bắt đầu lan toả; chỉ từ đó nó nhận năng lượng; chỉ từ đó nó nhận sức sống. Nhưng chú ý của chúng ta không bao giờ được hội tụ vào trung tâm năng lượng đó - thậm chí không một phút! Hội tụ của chúng ta không vào hệ thống mà qua đó chúng ta đi tới biết trung tâm năng lượng đó, trung tâm sức sống đó; thay vào đó toàn thể chú ý của chúng ta và toàn thể giáo dục của chúng ta được hội

tụ vào hệ thống giúp quên nó đi! Đó là lí do tại sao toàn thể hệ thống giáo dục đã đi sai.

Toàn thể hệ thống giáo dục của chúng ta đang dần dần đem con người hướng tới điên.

Một mình não sẽ chỉ đem con người hướng tới điên.

Bạn có biết rằng một nước càng trở nên được giáo dục thì số người điên càng tăng lên ở đó không? Mĩ có số người điên cao nhất ngày nay. Đó là vấn đề về lòng tự hào. Điều đó chứng minh rằng Mĩ là nước có giáo dục nhất, văn minh nhất. Các nhà tâm lí học Mĩ nói rằng nếu cùng hệ thống này tiếp tục thêm một trăm năm nữa, sẽ khó tìm ra người lành mạnh ở Mĩ. Ngay cả ngày nay tâm trí của ba trong bốn người là ở trong tình trạng lung lay.

Riêng ở Mĩ, ba triệu người đang tới tư vấn nhà phân tâm mọi ngày! Dần dần, dần dần ở Mĩ số các bác sĩ điều trị đang trở nên ít đi và số nhà phân tâm đang tăng lên. Bác sĩ điều trị cũng nói rằng tám mươi phần trăm bệnh của con người là của tâm trí, không của thân thể. Và khi hiểu biết tăng lên, số phần trăm này tăng lên. Đầu tiên họ hay nói bốn mươi phần trăm, thế rồi họ bắt đầu nói năm mươi phần trăm, giờ họ nói tám mươi phần trăm bệnh là của tâm trí, không của thân thể. Và tôi đảm bảo với bạn rằng sau hai mươi tới hai mươi nhăm năm họ sẽ nói rằng chín mươi chín phần trăm bệnh là của tâm trí, không của thân thể. Họ sẽ phải nói vậy vì toàn thể nhân mạng của chúng ta được trao cho não con người. Não đã trở thành không lành mạnh.

Bạn không có ý tưởng nào rằng não là thứ rất nhạy, rất mong manh, rất tinh tế. Não của người là cái máy tinh tế nhất trên thế giới. Cho nên nhiều căng thẳng đang bị áp vào cái máy này tới mức điều kì diệu là nó không hoàn toàn suy sụp và trở

nên điên! Toàn thể gánh nặng của cuộc sống đè vào não, và chúng ta không có ý tưởng về nó là thứ tinh tế thế nào. Chúng ta khó có bất kì ý tưởng nào về dây thần kinh trong đầu vốn tinh tế và thanh mảnh thế, đang phải mang mọi gánh nặng, mọi lo âu, mọi khổ sở, mọi tri thức, mọi giáo dục... toàn thể sức nặng của cuộc sống.

Có lẽ bạn có thể không biết rằng trong cái đầu nhỏ bé này có quãng bảy mươi triệu dây thần kinh. Chỉ với con số của chúng bạn có thể biết chúng nhỏ tí xíu thế nào. Không có máy móc hay xưởng nào tinh tế hơn cái này. Sự kiện là có bảy mươi triệu dây thần kinh trong cái đầu nhỏ bé của con người chỉ ra nó là tinh tế thế nào. Có nhiều dây thần kinh trong riêng cái đầu của con người tới mức nếu như chúng được trải ra cái nọ tiếp cái kia, chúng sẽ bao quanh toàn thể trái đất.

Trong cái đầu nhỏ bé này có một cơ chế tinh vi thế, cơ chế tinh tế thế. Trong năm nghìn năm qua mọi căng thẳng của cuộc sống đã từng được đặt lên một mình bộ não tinh tế này. Kết quả là không thể tránh được. Kết quả là ở chỗ các dây thần kinh đã bắt đầu suy sụp, trở nên không lành mạnh, phát điên.

Gánh nặng của ý nghĩ không thể đem con người tới bất kì chỗ nào khác hơn là vào điên khùng. Toàn thể sinh lực của chúng ta đã bắt đầu chảy quanh não. Thiên nhân phải mang sinh lực này vào sâu hơn, xuống thấp hơn, hướng nhiều hơn tới trung tâm; người đó phải quay nó lại. Làm sao nó có thể được quay lại? Để hiểu điều này chúng ta phải hiểu cái gì đó về thân thể - 'lời kinh đầu tiên'.

Điều thứ nhất: thân thể đã không được xem như ngôi đền mà cũng không như cuộc hành trình tâm linh cũng không như lối chuyển để khám phá trung tâm sinh lực. Thân thể bị nhìn

hoặc từ quan điểm của mê đắm hoặc từ quan điểm của từ bỏ. Cả hai cách tiếp cận này đều sai.

Con đường tới bất kì cái gì là lớn lao trong cuộc sống và bất kì cái gì đáng đạt tới, là ở bên trong thân thể và đi qua thân thể.

Thân thể nên được chấp nhận như ngôi đền, như con đường tâm linh - và chừng nào đây không là thái độ của chúng ta, chúng ta hoặc là người mê đắm hoặc là người từ bỏ. Trong cả hai trường hợp thái độ của chúng ta hướng tới thân thể vừa không đúng vừa không cân bằng.

Một hoàng tử trẻ được Phật khai tâm. Anh ta đã thấy mọi loại vui thú trong đời mình, anh ta đã sống chỉ vì vui thú. Thế rồi anh ta trở thành khát sĩ, sư. Tất cả các khát sĩ khác đều rất ngạc nhiên. Họ nói, "Người này đang trở thành khát sĩ đây! Anh ta không bao giờ đi ra khỏi cung điện; anh ta không bao giờ bước đi mà không có xe chở; các con đường anh ta thường bước đi được trải thảm nhung! Giờ anh ta muốn trở thành người đi xin! Anh ta đang nghĩ làm loại điên khùng gì vậy?"

Phật nói rằng tâm trí con người bao giờ cũng chuyển giữa các cực đoan - từ cực đoan này sang cực đoan khác. Tâm trí con người không bao giờ dừng ở giữa. Cũng như con lắc đồng hồ chuyển từ đầu này sang đầu khác nhưng không bao giờ ở chỗ giữa, theo cùng cách này tâm trí con người đi từ cực đoan này sang cực đoan khác. Mãi cho tới giờ người này đã sống ở một cực đoan - mê đắm về thân thể của anh ta; giờ anh ta muốn sống ở cực đoan kia - từ bỏ thân thể của anh ta.

Và điều này đã xảy ra. Trong khi mọi khát sĩ bước đi trên đường cái, hoàng tử này, người chưa bao giờ bước đi bất kì chỗ nào ngoại trừ trên thảm giá trị nhất, sẽ bước đi trên con

đường có gai! Khi mọi khát sĩ sẽ ngồi dưới bóng cây, anh ta sẽ đứng dưới mặt trời. Khi mọi khát sĩ sẽ ăn một lần mọi ngày, anh ta sẽ nhịn một ngày và ăn một ngày. Trong vòng sáu tháng anh ta trở thành bộ xương, thân thể đẹp của anh ta biến thành đen đui và chân anh ta trở nên bị thương.

Sau sáu tháng Phật tới anh ta và nói, "Shrona!" - đây là tên anh ta - "Ta muốn hỏi ông một điều. Ta đã nghe nói rằng khi ông còn là hoàng tử, ông đã rất giỏi chơi đàn veena. Điều đó có thực không?"

Khất sĩ này nói, "Vâng. Mọi người hay nói rằng không có người nào khác có thể chơi đàn veena như tôi."

Phật nói, "Thế thì ta đã tới để hỏi ông một câu hỏi - có thể ông trả lời được. Câu hỏi của ta là ở chỗ nếu dây đàn veena quá chùng, âm nhạc có thể nảy sinh hay không?"

Shrona bắt đầu cười. Anh ta nói, "Thầy đang hỏi loại câu hỏi gì vậy? Mọi đứa trẻ đều biết rằng nếu dây đàn veena quá chùng thì âm nhạc sẽ không nảy sinh, vì âm thanh không thể được tạo ra trên dây chùng, người ta không thể gảy chúng. Cho nên âm nhạc không thể nảy sinh từ dây chùng."

Thế rồi Phật nói, "Và nếu dây quá căng thì sao?"

Shrona trả lời, "Âm nhạc cũng không nảy sinh từ dây quá căng, vì dây quá căng bị đứt vào khoảnh khắc chúng bị chạm."

Cho nên Phật hỏi, "Khi nào âm nhạc nảy sinh?"

Shrona nói, "Âm nhạc nảy sinh khi dây ở trạng thái mà chúng ta không thể nói rằng chúng là rất căng mà chúng ta cũng không thể nói rằng chúng là rất chùng. Có trạng thái dây mà chúng không chùng không căng. Có một điểm ở giữa, trung điểm. Âm nhạc nảy sinh chỉ ở đó. Và một nhạc sĩ lão luyện,

trước khi người đó bắt đầu chơi đàn, kiểm lại dây đàn để xem liệu chúng có quá chùng hay quá căng không."

Phật nói, "Đủ rồi! Ta đã nhận được câu trả lời! Và ta đã tới để nói với ông cùng điều. Cũng như ông đã là người lão luyện chơi đàn veena, theo cùng cách ta cũng trở thành thầy chơi đàn veena sự sống. Và qui tắc áp dụng cho đàn veena cũng áp dụng cho đàn veena sự sống. Nếu dây sự sống quá chùng thế thì âm nhạc không nảy sinh, và nếu dây sự sống quá căng thế nữa âm nhạc cũng không nảy sinh. Người muốn tạo ra âm nhạc sự sống, đầu tiên phải chắc rằng dây không quá căng hay quá chùng."

Đàn veena sự sống là gì?

Ngoại trừ thân thể con người, không có đàn veena sự sống khác. Và có một số dây trong thân thể con người không nên quá căng cũng không quá chùng. Chỉ trong cân bằng đó mà con người đi vào trong âm nhạc. Biết âm nhạc đó là biết hồn. Khi một người đi tới biết âm nhạc bên trong bản thân người đó, người đó biết hồn; và khi người đó đi tới biết âm nhạc ẩn kín bên trong cái toàn thể, người đó biết Thượng đế, hồn tối cao.

Dây đàn veena này của thân thể con người ở đâu? Điều đầu tiên là: có nhiều dây trong não rất căng. Chúng căng tới mức âm nhạc không thể nảy sinh từ chúng. Nếu ai đó chạm vào chúng, chỉ điên khùng nảy sinh và không gì khác. Và tất cả chúng ta đều đang sống cùng các dây trong não chúng ta rất căng. Trong hai mươi bốn giờ một ngày chúng ta giữ nó căng ra, từ sáng tới tối. Và nếu ai đó nghĩ rằng chúng có thể được thả lỏng buổi đêm, người đó lầm. Ngay cả trong đêm não của chúng ta vẫn bị kéo căng và dòn nén.

Trước đây chúng ta đã không biết cái gì diễn ra trong não con người trong đêm nhưng bây giờ máy móc đã được phát minh ra - khi bạn đang ngủ máy sẽ liên tục báo điều não bạn đang làm việc bên trong.

Vào lúc này, ở Mỹ và Nga, có quãng một trăm phòng thí nghiệm kiểm tra điều con người làm trong giấc ngủ. Quãng bốn mươi nghìn người đã được thực nghiệm khi ngủ trong đêm. Những kết quả được tìm ra là rất đáng ngạc nhiên. Kết quả là ở chỗ dù một người làm bất kì cái gì trong ngày, người đó làm cả trong đêm. Bất kì cái gì người đó làm cả ngày.... Nếu người đó quản lí cửa hàng ban ngày thế thì ngay cả ban đêm người đó cũng quản lí cửa hàng. Nếu tâm trí lo nghĩ cả ngày thế thì nó liên tục lo nghĩ trong đêm. Nếu đó là giận ban ngày thế thì giận vẫn còn trong đêm.

Đêm là phản xạ của cả ngày, nó là tiếng vọng của ngày. Bất kì cái gì xảy ra trong tâm trí trong ngày đều vang vọng như tiếng vang trong đêm. Bất kì cái gì đã bị bỏ lại chưa hoàn thành, tâm trí cố hoàn thành nó trong đêm. Nếu bạn giận và bạn đã không diễn đạt giận một cách toàn bộ hướng tới người nào đó, nếu giận bị bỏ lại không hoàn thành hay bị mắc kẹt, thế thì tâm trí xả nó ra ban đêm. Bằng việc diễn đạt giận toàn bộ, dây đàn veena cố đạt tới trạng thái đúng của nó. Nếu ai đó đã nhịn ăn trong ngày, thế thì ban đêm người đó ăn trong mơ. Bất kì cái gì đã bị bỏ lại không hoàn thành trong ngày đều cố được hoàn thành ban đêm. Cho nên bất kì cái gì tâm trí làm trong ngày, nó làm cùng điều đó cả đêm. Trong hai mươi tư giờ tâm trí căng thẳng; không có nghỉ ngơi. Các dây của tâm trí không bao giờ được thả lỏng. Các dây của tâm trí rất căng.... Đó là một điều.

Và điều thứ hai là: các dây của tim rất chùng. Các dây của tim chúng ta không căng chút nào. Chúng ta có biết cái gì

đó như yêu không? Chúng ta biết giận, chúng ta biết tị, chúng ta biết ghen, chúng ta biết hận. Chúng ta có biết cái gì đó như yêu không? Có lẽ chúng ta sẽ nói rằng chúng ta có biết. Đôi khi chúng ta yêu. Có lẽ chúng ta sẽ nói rằng chúng ta ghét và chúng ta yêu nữa. Nhưng bạn có biết không...? Có thể có tim với ghét và cả với yêu không? Nó là cùng điều như việc nói rằng người ta lúc thì sống và lúc thì chết. Chúng ta không thể tin được điều này, vì một người có thể hoặc sống hoặc người đó có thể chết. Cả hai điều này không thể xảy ra đồng thời. Điều một người lúc thì sống và lúc thì chết là không thể được, điều đó là không thể được. Hoặc tim chỉ biết ghét hoặc tim chỉ biết yêu. Không thể có thoả hiệp giữa hai điều này. Trong tim có yêu, hận trở thành không thể được.

Có một nữ tu sĩ fakir tên là Rabiya. Trong sách thiêng mà bà ấy thường đọc, bà ấy đã xoá đi một dòng. Bà ấy gạch một dòng trong nó. Không ai xoá bất kì dòng nào trong sách thiêng vì người ta có thể cải tiến cái gì trong sách thiêng được?

Một thầy tu fakir khác tới ở cùng với Rabiya. Ông ấy đọc cuốn sách và ông ấy nói, "Rabiya, ai đó đã phá huỷ sách thiêng của bà rồi! Nó đã trở thành không thiêng, một dòng đã bị xoá khỏi nó. Ai đã xoá nó?"

Rabiya nói, "Tôi xoá nó đấy."

Ông fakir này rất choáng. Ông ấy nói, "Sao bà xoá dòng này?" Dòng này là, 'Ghét là quý'.

Rabiya nói, "Tôi đã lâm vào khó khăn. Từ ngày mà tình yêu với Thượng đế nảy sinh trong tôi, ghét đã biến mất trong tôi. Cho dù tôi muốn tôi cũng không thể ghét được. Cho dù quỷ có tới trước tôi thì tôi cũng chỉ có thể yêu nó. Tôi không có chọn lựa khác, vì trước khi tôi có thể ghét tôi cần phải ghét

trong tôi. Trước khi tôi có thể ghét, tôi phải có ghét trong tim tôi. Bằng không tôi sẽ có nó ở đâu và tôi sẽ làm nó thế nào?"

Việc đồng tồn tại của yêu và ghét trong cùng một tim là không thể được. Hai điều này là mâu thuẫn như sống và chết; chúng không thể tồn tại cùng nhau trong cùng một tim. Thế thì cái gì là cái chúng ta gọi là yêu?

Khi có ít ghét hơn chúng ta gọi nó là yêu; khi có nhiều ghét hơn chúng ta gọi nó là ghét. Chúng là các tỉ lệ ít hơn và nhiều hơn của bản thân ghét. Không có yêu ở đó chút nào. Sai lầm xảy ra vì mức độ này. Vì mức độ này bạn có thể nghĩ sai lầm rằng lạnh và nóng là hai điều khác nhau. Chúng không phải là hai điều khác nhau. Nóng và lạnh là sự thay đổi dần của cùng một thứ. Nếu tỉ lệ nóng trở nên ít đi, thế thì cái gì đó bắt đầu cho cảm giác lạnh. Nếu tỉ lệ nóng trở nên nhiều hơn, thế thì cũng thứ đó bắt đầu cho cảm giác nóng. Lạnh là hình thể khác của nóng. Chúng dường như là đối lập, khác nhau, kẻ thù của nhau, nhưng chúng không là vậy. Chúng là những hình thể được cô đặc và không cô đặc của cùng một thứ. Chúng ta biết hận theo cùng cách. Hình thể ít cô đặc hơn của ghét chúng ta hiểu là yêu và chính hình thể rất cô đặc của ghét chúng ta hiểu là ghét - nhưng yêu không có cách nào là hình thể của ghét. Yêu là thứ khác toàn bộ với ghét. Yêu không có quan hệ với ghét.

Các dây của tim chúng ta là chùng toàn bộ. Từ những dây chùng đó âm nhạc của yêu không nảy sinh - âm nhạc của phúc lạc cũng không nảy sinh. Bạn đã bao giờ biết phúc lạc trong đời bạn chưa? Bạn có thể nói về khoảnh khắc nào đó mà đó là khoảnh khắc của phúc lạc và rằng bạn đã nhận ra và đã trải nghiệm phúc lạc không? Khó mà nói với sự đích thực rằng bạn bao giờ cũng biết phúc lạc.

Bạn đã bao giờ biết yêu chưa? Bạn đã bao giờ biết an bình chưa? Về chúng cũng khó nói bất kì cái gì.

Chúng ta biết gì? Chúng ta biết bồn chồn. Vâng, đôi khi bồn chồn ở trong mức độ ít hơn - điều chúng ta coi là an bình. Thực tại chúng ta là bồn chồn tới mức nếu bồn chồn trở nên ít đi chút thôi, nó cho ảo tưởng về an bình. Một người bị ốm. Khi ốm trở nên ít đi chút thôi, người đó nói rằng người đó đã trở nên khoẻ. Nếu ốm bao quanh người đó trở nên ít đi chút thôi, người đó nghĩ rằng người đó đã trở nên khoẻ. Nhưng mối quan hệ của khoẻ và ốm là gì? Khỏe là thứ khác toàn bộ.

Khỏe là thứ khác toàn bộ. Rất ít người trong chúng ta có khả năng biết khoẻ. Chúng ta biết ốm nhiều hơn, chúng ta biết ốm ít hơn, nhưng chúng ta không biết khoẻ. Chúng ta biết bồn chồn nhiều hơn, chúng ta biết bồn chồn ít hơn, nhưng chúng ta không biết an bình. Chúng ta biết hận nhiều hơn, chúng ta biết hận ít hơn. Chúng ta biết giận nhiều hơn, chúng ta biết giận ít hơn....

Bạn có thể nghĩ rằng giận chỉ đôi khi xảy ra. Ý này là sai. Bạn giận trong hai mươi bốn giờ. Lúc nó nhiều hơn, lúc nó ít hơn, nhưng bạn giận trong hai mươi bốn giờ. Chỉ với chút ít cơ hội giận sẽ bắt đầu trôi lên bề mặt. Nó đang đi tìm cơ hội. Giận sẵn sàng ở bên trong; nó chỉ đi tìm cơ hội bên ngoài để cho bạn cái có để giận. Nếu bạn trở nên giận mà không có cơ nào thế thì mọi người sẽ nghĩ bạn điên. Nhưng nếu cơ hội không được trao cho bạn, bạn sẽ bắt đầu trở nên giận cho dù chẳng có lí do gì. Có lẽ bạn không biết điều này.

Chẳng hạn, một người có thể bị khoá trong phòng có đủ mọi tiện nghi và được yêu cầu ghi ra bất kì thay đổi nào xảy ra trong tâm trí anh ta. Khi anh ta viết chúng ra, anh ta thấy rằng chẳng có lí do gì đôi khi anh ta cảm thấy thoải mái trong

căn phòng đóng kín đó, đôi khi anh ta cảm thấy tội tệ; đôi khi anh ta trở nên buồn, đôi khi anh ta trở nên hạnh phúc; đôi khi anh ta cảm thấy giận, đôi khi anh ta không cảm thấy giận. Không có cơ nào ở đó, tình huống trong căn phòng này thường xuyên là như nhau - nhưng cái gì đang xảy ra cho anh ta? Đó là lí do tại sao con người sợ một mình thế - vì trong một mình không có cơ từ bên ngoài. Người ta sẽ phải thừa nhận mọi thứ có bên trong bản thân người ta. Bất kì người nào được giữ ở chỗ cô lập đều không thể vẫn còn mạnh khoẻ trong hơn sáu tháng, người đó sẽ trở nên điên.

Một fakir nói với một hoàng đế Ai Cập về điều này nhưng hoàng đế không tin ông ta cho nên ông fakir đề nghị hoàng đế tìm người mạnh khoẻ nhất trong thành phố và để anh ta vào chỗ cô lập trong sáu tháng. Việc tìm kiếm được tiến hành trong thành phố. Một thanh niên mạnh khoẻ, người đã hạnh phúc theo mọi cách - vừa mới lấy vợ, có con, kiếm sống tốt, rất hạnh phúc - được đưa tới hoàng đế. Hoàng đế bảo anh ta, "Chúng ta sẽ không gây phiền phức gì cho anh. Chúng ta chỉ làm một thực nghiệm. Gia đình của anh sẽ được chăm sóc - thức ăn, quần áo, và mọi thu xếp sẽ được làm cho họ. Đó sẽ là tình huống tốt hơn cho họ so với cho anh. Anh sẽ có mọi tiện nghi nhưng trong sáu tháng anh sẽ phải sống một mình."

Anh ta bị khoá trong một ngôi nhà lớn. Anh ta được cho mọi tiện nghi - nhưng đơn độc thế! Ngay cả người gác cũng không biết tiếng của anh ta cho nên họ không thể nói với nhau. Chỉ trong vòng hai hay ba ngày người này bắt đầu trở nên bồn chồn. Anh ta có mọi tiện nghi, không có gian khổ gì dù là bất kì cái gì: vào giờ đúng thức ăn là sẵn có, vào giờ đúng anh ta có thể đi ngủ. Vì đó là cung điện hoàng gia, mọi tiện nghi đều sẵn có và không có khó khăn dù bất kì cái gì. Ngôi đó anh ta

có thể làm bất kì cái gì anh ta muốn làm. Điều duy nhất là việc anh ta không thể nói chuyện được với bất kì người nào, anh ta không thể gặp bất kì người nào. Trong vòng chỉ hai hay ba ngày sự bứt rứt khó chịu bắt đầu và sau tám ngày anh ta bắt đầu hét lên, "Đem tôi ra khỏi đây! Tôi không muốn ở đây!"

Vấn đề là gì? Vấn đề đã bắt đầu tới từ bên trong. Các vấn đề mà, mãi tới hôm qua, anh ta đã nghĩ đã tới từ bên ngoài, giờ anh ta thấy, trong sự một mình của mình, đang tới từ bên trong. Trong vòng sáu tháng người này trở nên điên. Sau sáu tháng, khi anh ta được cho ra, anh ta đã điên hoàn toàn. Anh ta đã bắt đầu nói với bản thân mình. Anh ta đã bắt đầu nguyên rửa bản thân mình. Anh ta đã bắt đầu nổi giận với bản thân mình. Anh ta đã bắt đầu yêu bản thân mình. Bây giờ người khác không hiện diện. Sau sáu tháng anh ta được đưa ra như người điên. Mất sáu năm cho anh ta được chữa lành.

Bất kì người nào trong các bạn chắc sẽ trở nên điên. Người khác cho bạn cơ hội do đó bạn không trở nên điên. Bạn tìm có: "Người này đã lăng mạ tôi, do đó tôi đầy giận." Không ai bị đầy giận bởi ai đó khác lăng mạ anh ta. Giận hiện diện bên trong; lăng mạ chỉ là cơ hội cho nó đi ra.

Giếng đầy nước. Nếu chúng ta thả gầu vào trong giếng và kéo nó lên, nước tới từ giếng. Nếu không có nước trong giếng thế thì dù chúng ta thả gầu vào bao nhiêu lần, không cái gì có thể được kéo ra. Gầu trong bản thân nó không có sức mạnh làm cho nước chảy ra. Đầu tiên nước phải có trong giếng. Nếu có nước trong giếng, thế thì gầu có thể kéo nước lên. Nếu không có nước trong giếng, thế thì gầu không thể kéo được nước lên.

Nếu không có giận bên trong bạn, nếu không có hận bên trong bạn, thế thì không sức mạnh nào trong thế giới có thể đem giận hay hận ra từ bạn. Trong những khoảnh khắc này ở giữa, khi không ai thả gầu vào giếng, người ta có thể duy trì ảo tưởng rằng không có nước trong giếng. Khi ai đó thả gầu vào trong nó, nước có thể được kéo lên; nhưng khi giếng không được dùng chúng ta sẽ sai lầm nếu chúng ta nghĩ rằng bây giờ không có nước trong nó. Theo cùng cách, nếu không ai cho chúng ta cơ hội thế thì giận hay ghét hay tị không đi ra từ chúng ta. Nhưng đừng nghĩ rằng không có nước trong giếng. Nước hiện diện trong giếng và nó đang đợi ai đó tới với gầu và lấy nó ra. Nhưng chúng ta nghĩ cái trống rỗng này, ở giữa các khoảnh khắc là khoảnh khắc của yêu, của an bình. Điều này là sai.

Bao giờ cũng vậy sau bất kì cuộc chiến tranh nào trên thế giới, mọi người nói rằng bây giờ có hoà bình. Nhưng Gandhi nói, "Theo hiểu biết của tôi nó không giống điều đó. Hoặc là có chiến tranh hoặc là có chuẩn bị chiến tranh; hoà bình không bao giờ tới. Hoà bình là lừa dối." Ngay bây giờ không có chiến tranh xảy ra trên thế giới; thế chiến thứ hai đã kết thúc và chúng ta đang đợi thế chiến thứ ba. Nếu chúng ta nói rằng đây là những ngày của hoà bình, chúng ta sai. Đây không phải là những ngày của hoà bình. Đây là những ngày của chuẩn bị cho thế chiến thứ ba. Trên khắp thế giới việc chuẩn bị cho thế chiến thứ ba đang diễn ra. Hoặc có chiến tranh hoặc có chuẩn bị chiến tranh. Như khi thế giới đã từng tồn tại, nó đã không thấy bất kì ngày hoà bình nào.

Bên trong con người cũng có hoặc giận hoặc có chuẩn bị giận - con người không biết bất kì trạng thái nào của không giận. Có bòn chòn - hoặc nó trôi lên bề mặt hoặc nó chuẩn bị để trôi lên bề mặt. Nếu chúng ta nghĩ rằng những khoảnh khắc

của chuẩn bị bên trong là những khoảnh khắc của an bình, chúng ta nhâm.

Các dây của tim chúng ta là rất chùng. Chỉ giận đi ra từ chúng, chỉ méo mó và không hài hoà đi ra từ chúng. Không âm nhạc nào có thể nảy sinh. Nếu các dây của não là quá căng thế thì điên khùng nảy sinh ra từ chúng, còn nếu các dây của tim chúng ta là quá chùng thế thì chỉ giận dữ, thù địch, ghen tị, hận thù, nảy sinh từ chúng. Các dây của tim chúng ta phải hơi căng hơn một chút để cho yêu có thể nảy sinh từ chúng, và các dây của não phải chùng lại chút ít để cho thông minh nhận biết nảy sinh ra từ chúng, không phải là mất trí. Nếu cả hai loại dây này trở nên được cân bằng, có khả năng cho âm nhạc của sự sống nảy sinh.

Cho nên chúng ta sẽ thảo luận hai điều. Một là làm sao thả lỏng các dây của não và điều kia là làm sao làm căng thêm, tạo ra căng trong các dây của tim. Phương pháp làm điều này là điều tôi gọi là thiền.

Nếu hai điều này xảy ra, thế thì điều thứ ba có thể xảy ra; thế thì có thể đi xuống trung tâm thực của cuộc sống của chúng ta - rón. Nếu âm nhạc nảy sinh trong cả hai trung tâm này, việc đi vào bên trong trở thành có thể. Âm nhạc đó bản thân nó trở thành chiếc thuyền để đưa chúng ta đi sâu hơn. Nhân cách càng hài hoà, âm nhạc càng nảy sinh bên trong, chúng ta càng có thể đi xuống sâu hơn. Càng không hài hoà bên trong, chúng ta sẽ càng ở chỗ nông, chúng ta sẽ càng ở trên bề mặt. Trong hai ngày tới chúng ta sẽ thảo luận hai điểm này - không chỉ thảo luận chúng mà còn thực nghiệm về cách chúng ta có thể mang những dây này của chiếc đàn veena sự sống vào cân bằng.

Ba điểm mà tôi vừa nói cho bạn phải được nhớ trong tâm trí để cho bạn có thể kết nối chúng với những điều tôi sẽ nói bây giờ với bạn.

Điều thứ nhất: hồn con người không được kết nối với não cũng chẳng với tim, hồn con người được kết nối với rốn của người đó. Điểm quan trọng nhất trong thân thể con người là rốn; nó là trung tâm. Rốn không chỉ là trung tâm của thân thể con người mà cũng là trung tâm của sự sống. Đứa trẻ được sinh ra qua nó và cuộc sống của đứa trẻ kết thúc qua nó. Và với những người khám phá ra chân lí, chính rốn trở thành cánh cửa.

Bạn có thể không nhận biết rằng cả ngày bạn thở bằng ngực nhưng ban đêm việc thở của bạn bắt đầu tới từ rốn. Cả ngày ngực bạn phồng lên xẹp xuống, nhưng ban đêm khi bạn ngủ bụng của bạn bắt đầu phồng lên và xẹp xuống. Bạn phải đã thấy đứa trẻ nhỏ thở; ngực của đứa trẻ nhỏ không chuyển động, chính bụng của nó đang chuyển động lên và xuống. Trẻ nhỏ vẫn rất gần với rốn. Khi đứa trẻ bắt đầu lớn lên, nó bắt đầu chỉ thở từ ngực, và chấn động của hơi thở không còn đạt tới rốn.

Nếu bạn đi dọc con đường, đạp xe đạp hay lái xe hơi, và đột nhiên tai nạn xảy ra, bạn sẽ ngạc nhiên mà để ý rằng tác động đầu tiên sẽ là lên rốn - không lên não hay tim. Nếu một người đột nhiên tấn công bạn bằng dao, chấn động đầu tiên sẽ được cảm thấy ở rốn, không ở bất kì chỗ nào khác. Thậm chí ngay bây giờ, nếu bạn đột nhiên trở nên sợ, chấn động đầu tiên sẽ được cảm thấy ở rốn. Bất kì khi nào có nguy hiểm cho sự sống, chấn động đầu tiên được cảm thấy ở rốn vì rốn là trung tâm sự sống. Các chấn động sẽ không xảy ra ở bất kì chỗ nào khác. Nguồn sống được nối từ đó, và vì chú ý của chúng ta không vào rốn chút nào, con người bị bỏ treo đó trong tình

trạng lấp lửng. Trung tâm rốn bị ốm toàn bộ, không có chú ý nào dành cho nó - và không có thu xếp cho sự phát triển của nó.

Phải có thu xếp nào đó để phát triển trung tâm rốn. Cũng như chúng ta đã tạo ra các trường học và đại học để phát triển não, theo cùng cách thu xếp nào đó là tuyệt đối cần thiết để phát triển trung tâm rốn vì có những điều nào đó mà qua chúng, trung tâm rốn phát triển và có những điều nào đó qua chúng, nó không phát triển. Như tôi đã nói, nếu tình huống sợ hãi nảy sinh, thế thì nó được cảm thấy trước hết ở trung tâm rốn. Cho nên người ta càng rèn luyện bạo dạn, rốn của người đó sẽ càng trở nên mạnh khỏe; người ta càng rèn luyện dũng cảm, trung tâm rốn của người đó sẽ càng phát triển. Bạo dạn càng tăng trưởng, rốn sẽ càng mạnh mẽ và mạnh khỏe và các tiếp xúc với sự sống sẽ càng sâu. Đó là lí do tại sao mọi thiền nhân lớn của thế giới đã coi bạo dạn là phẩm chất bản chất trong người tìm kiếm - không có ý nghĩa khác của bạo dạn. Ý nghĩa của bạo dạn là ở chỗ nó làm cho trung tâm rốn sống động toàn bộ; nó tạo điều kiện đầy đủ cho phát triển toàn bộ của rốn.

Chúng ta sẽ nói về điều đó từng bước một.

Điều bản chất là chú ý tôi đa tới trung tâm rốn, cho nên điều cần thiết là dịch chuyển chú ý dần dần, dần dần từ trung tâm não và từ trung tâm tim để cho nó có thể đi xuống và đi vào ngày càng sâu hơn. Với điều này chúng ta sẽ làm hai thực nghiệm thiền - một vào buổi sáng và một vào buổi tối. Tôi sẽ giải thích thực nghiệm sáng cho bạn và thế rồi trong mười lăm phút chúng ta sẽ ngồi và làm việc thiền đó.

Nếu ý thức phải được mang xuống từ não thì cần để não được thả lỏng hoàn toàn. Chúng ta giữ cho não căng thẳng mọi lúc. Chúng ta đã quên mất rằng chúng ta liên tục giữ cho nó

căng thẳng. Nó là căng thẳng toàn bộ. Chúng ta không nhận biết về điều đó. Cho nên đầu tiên cần để cho nó thả lỏng.

Bây giờ khi chúng ta ngồi thiền, có ba điều....

Điều thứ nhất: toàn thể não phải được thả lỏng để cho bình thản và thả lỏng tới mức nó không làm bất kỳ cái gì. Nhưng làm sao bạn sẽ biết rằng nó được thả lỏng? Nếu chúng ta siết nắm tay rất chặt chúng ta trở nên nhận biết rằng mọi cơ là rất căng. Thế rồi khi chúng ta mở nắm tay ra chúng ta trở nên nhận biết rằng mọi cơ đã trở nên chùng lại và thả lỏng. Vì tâm trí chúng ta là căng thẳng mọi lúc, chúng ta thậm chí không biết là căng thẳng là gì và được thả lỏng là gì. Cho nên chúng ta sẽ làm một điều. Thứ nhất chúng ta sẽ làm cho não căng thẳng như chúng ta có thể làm - thế rồi chúng ta sẽ thả lỏng nó một cách bất thản. Bạn sẽ nhận ra khác biệt giữa não bị căng thẳng và được thả lỏng là gì.

Bây giờ, khi chúng ta ngồi thiền, trong một phút làm cho não căng thẳng như bạn có thể làm, cho nó nhiều dồn nén như bạn có thể cho. Và thế rồi tôi sẽ nói, "Bây giờ để nó thả lỏng" - thế thì để nó thả lỏng một cách toàn bộ. Dần dần bạn sẽ đi tới biết căng thẳng là gì và được thả lỏng là gì. Bạn nên có khả năng cảm thấy điều đó, nó nên trở thành kinh nghiệm của bạn, và thế thì bạn sẽ có khả năng thả lỏng nó ngày càng nhiều hơn. Cho nên điều đầu tiên là thả lỏng não một cách toàn bộ.

Cùng với não toàn thân phải được thả lỏng. Người ta phải ngồi thoải mái tới mức không có căng thẳng hay dồn nén ở bất kỳ chỗ nào trên thân thể. Phải không có sức nặng ở bất kỳ chỗ nào trên thân thể. Thế thì bạn sẽ làm gì? Khoảnh khắc bạn cho phép mọi thứ được thả lỏng chim bắt đầu hát, có âm thanh của cối xay nước, đầu đó quạ có thể kêu, đầu đó sẽ có âm thanh khác nào đó - bạn sẽ bắt đầu nghe thấy mọi âm thanh này vì

não càng được thả lỏng, nó sẽ càng trở nên nhạy cảm hơn. Bạn sẽ bắt đầu nghe thấy và cảm thấy mọi thứ nhỏ bé. Bạn cũng sẽ bắt đầu nghe thấy nhịp tim đập của bạn và nghe thấy và cảm thấy việc tới và đi của hơi thở của bạn.

Thế rồi, ngòì im lặng, người ta phải trải nghiệm một cách yên tĩnh mọi thứ đang xảy ra xung quanh và không làm cái gì khác. Bạn nghe âm thanh, nghe chúng một cách im lặng; chim đang hót, nghe nó một cách im lặng; hơi thở đang đi vào và đi ra, liên tục quan sát nó một cách im lặng - không cái gì khác phải được làm. Bạn không phải làm bất kì cái gì từ phía bạn vì ngay khi bạn làm não sẽ bắt đầu trở nên căng thẳng.

Bạn chỉ phải liên tục ngòì trong trạng thái nhận biết được thả lỏng. Mọi thứ đang xảy ra theo cách riêng của nó, bạn đơn giản lắng nghe nó một cách im lặng. Và bạn sẽ ngạc nhiên rằng khi bạn lắng nghe một cách im lặng, im lặng sâu hơn sẽ bắt đầu nảy sinh bên trong bạn. Bạn càng lắng nghe sâu hơn, im lặng sẽ liên tục tăng trưởng nhiều hơn. Trong vòng mười phút bạn sẽ thấy rằng bạn đã trở thành một trung tâm im lặng phi thường, mọi thứ đã trở nên an bình.

Cho nên chúng ta sẽ làm điều này như thực nghiệm đầu tiên của buổi sáng. Điều thứ nhất: bạn sẽ làm cho não bạn căng thẳng toàn bộ. Khi tôi bảo bạn làm cho não căng thẳng hoàn toàn, thế thì nhắm mắt lại và làm cho não bạn căng thẳng như bạn có thể làm. Thế rồi tôi sẽ bảo bạn để cho nó thả lỏng ra - thế thì để cho nó thả lỏng, liên tục để cho nó thả lỏng.... Theo cùng cách này cũng để cho thân thể được thả lỏng. Mắt sẽ nhắm lại, và ngòì im lặng, lắng nghe một cách yên tĩnh với bất kì âm thanh nào được nghe. Trong mười phút bạn phải đơn giản lắng nghe một cách im lặng - không cái gì khác phải được làm. Trong mười phút này, lần đầu tiên, bạn sẽ bắt đầu cảm thấy rằng luồng im lặng đã bắt đầu chảy và sinh lực của bạn

đã bắt đầu giáng vào bên trong. Nó sẽ bắt đầu chìm xuống từ não.

Các bạn sẽ phải ngồi xa nhau hơn chút ít. Không ai được chạm vào bất kì người nào khác. Một số người có thể tới đằng sau trên bãi cỏ. Những người quen thuộc với thiền sáng này, những người đã tham dự các trại thiền trước, họ có thể ngồi ở đằng sau trên bãi cỏ để cho những người mới có thể nghe. Theo cách đó tôi muốn nói cái gì đó cho họ, nếu tôi muốn cho bất kì chỉ dẫn nào cho họ, họ có thể nghe thấy. Những người đã quen thuộc nên đi ra sau để cho người mới có thể ngồi phía trước. Vâng, những bạn cũ có thể đi ra sau và những bạn mới có thể tiến lên trước. Một số bạn có thể tới đây, một số bạn có thể tới đằng sau, để cho các bạn có thể nghe thấy. Không ai nên ngồi chạm vào bất kì ai khác. Mọi người nên ngồi không chạm vào người khác. Các bạn vẫn đang chạm vào nhau đấy! Chuyển tách rời ra chút ít đi! Chuyển xa thêm chút ít đi! Ngồi trên cát!

Trước hết nhắm mắt lại một cách nhẹ nhàng. Nhắm mắt lại một cách rất nhẹ nhàng. Không nên có dồn nén trên mắt; không phải là bạn nhắm chúng một cách cưỡng bức. Thả mi mắt xuống từ từ, phải không có trọng lượng trên mắt. Nhắm mắt lại. Vâng, nhắm mắt lại, nhắm chúng một cách nhẹ nhàng.

Bây giờ cho phép toàn thân được thả lỏng và chỉ làm cho não căng. Đặt thật nhiều căng như bạn có thể đặt vào não, cho nó căng nhiều như bạn có thể cho, làm căng toàn thể não! Buộc bản thân bạn làm cho toàn thể não căng ra. Làm cho nó căng ra bằng mọi sức mạnh bạn có. Làm cho nó căng ra với mọi sức mạnh của bạn nhưng để toàn thân thả lỏng. Đặt mọi năng lượng vào não để cho não là căng toàn bộ - cũng như nắm nắm tay lại với mọi cơ căng ra. Trong mười phút giữ cho nó căng

theo mọi cách. Không cho phép nó trở nên chùng lại; làm cho nó căng toàn bộ. Làm cho nó căng nhiều nhất có thể. Làm cho não ở bên trong căng theo mọi cách. Giữ nó căng. Làm nó căng bằng sức mạnh đầy đủ của bạn, tới cực đỉnh. Với bất kì sức mạnh nào bạn có, làm cho nó căng toàn bộ tới mức khi bạn để nó thả lỏng, nó có thể được thả lỏng toàn bộ. Làm nó căng ra! Làm căng nó ra!

Bây giờ để nó thả lỏng hoàn toàn. Cho phép nó thả lỏng toàn bộ. Để não được thả lỏng toàn bộ! Xả ra mọi căng thẳng. Việc thả lỏng sẽ bắt đầu xảy ra bên trong. Bạn sẽ cảm thấy bên trong rằng cái gì đó đã rơi đi, căng nào đó đã biến mất, cái gì đó đã trở nên an bình. Để nó thả lỏng toàn bộ, chỉ thả lỏng.... Và âm thanh đang ở khắp xung quanh - gió luôn qua lá, chim chóc hót - ngồi im lặng, nghe một cách yên tĩnh mọi âm thanh này. Chỉ nghe! Giữ việc nghe các âm thanh khắp xung quanh. Khi bạn nghe, tâm trí sẽ trở nên thậm chí im lặng hơn, thậm chí im lặng hơn... nghe đi! Nghe một cách im lặng, được thả lỏng toàn bộ. Giữ việc nghe. Trong mười phút chỉ trở thành việc nghe.... Liên tục nghe và tâm trí sẽ bắt đầu trở nên im lặng.... Liên tục nghe, chỉ nghe, tâm trí sẽ trở nên im lặng. Im lặng sẽ bắt đầu nảy sinh bên trong bạn theo cách riêng của nó. Bạn chỉ nghe... liên tục nghe, tâm trí đang trở nên im lặng. Tâm trí đang trở nên im lặng toàn bộ. Tâm trí đang trở nên im lặng. Liên tục nghe trong im lặng, tâm trí trở nên im lặng....

Đủ cho hôm nay.

2. Từ đầu tới tim, từ tim tới rốn

Những người yêu mến của tôi,

Trưa nay tôi muốn thảo luận vài điểm nữa liên quan tới trung tâm thực của thân thể. Vài câu hỏi cũng đã được hỏi về nó.

Không phải đầu không phải tim mà rốn mới là trung tâm cơ bản và quan trọng của sự sống của con người.

Con người đã phát triển tương ứng với não của mình cho nên chiều hướng và dòng chảy của cuộc đời con người đã đi sai. Trong năm nghìn năm qua chúng ta đã giáo dục và phát triển chỉ não, chỉ trí tuệ. Kết quả đã rất có hại. Kết quả là gần như mọi người đang trên bờ vực điên - xô đẩy chút ít và bất kì người nào cũng có thể trở nên điên. Não gần như trên bờ của suy sụp - xô đẩy chút ít và não có thể sụp đổ.

Điều cũng đáng ngạc nhiên là vào nửa cuối của thế kỉ này, trong vòng năm mươi năm qua, gần như mọi nhà tư tưởng lớn của thế giới đã phát điên. Ở phương Tây trong nửa cuối thế kỉ này đã không có một nhà tư tưởng nào mà không trải nghiệm loại điên nào đó. Những nhà thơ lớn, những nhà tư tưởng lớn,

những triết gia lớn, những nhà khoa học lớn đã được thấy phải chịu chứng điên nào đó. Và dần dần, dần dần ngày càng nhiều phần nhân loại đang trở nên có giáo dục, các triệu chứng của điên đang đạt tới người bình thường nữa.

Nếu con người mới được tạo ra, điều tuyệt đối bản chất là thay đổi trung tâm của cuộc sống của con người. Nếu trung tâm đó ở gần với rốn hơn thay vì với đầu, nó sẽ ở gần với sinh lực.

Tại sao tôi nói điều này? Trong hoàn cảnh này, cần hiểu vài điều thêm nữa. Đứa trẻ đang phát triển trong bụng mẹ, bào thai đang phát triển, được kết nối với người mẹ qua rốn. Sinh lực của người mẹ chảy vào đứa trẻ qua bản thân rốn. Sinh lực của người mẹ là rất không được biết tới, dòng điện huyền bí nuôi dưỡng toàn thể con người của đứa trẻ qua rốn của nó.

Thế rồi đứa trẻ tách ra từ người mẹ. Nó được sinh ra. Ngay lập tức sau việc sinh của nó, rốn của nó phải bị cắt và việc tách rời khỏi mẹ nó bắt đầu. Điều tuyệt đối cần thiết cho đứa trẻ là tách rời khỏi người mẹ, bằng không nó không thể có bất kì sự sống nào của riêng nó. Đứa trẻ, mà đã lớn lên trong người mẹ và đã từng là một với thân thể người mẹ, phải tách rời khỏi cô ấy tại điểm nào đó. Việc tách rời này xảy ra bằng việc cắt chỗ kết nối mà nó đã có với cô ấy ở rốn. Khi kết nối này bị cắt, sinh lực mà nó đã nhận từ rốn dừng lại toàn bộ. Toàn thể con người của nó bắt đầu run rẩy. Toàn thể con người của nó bắt đầu đòi hỏi dòng sinh lực đó mà nó đã nhận cho tới hôm qua nhưng điều đó hôm nay đã đột ngột dừng lại.

Đau mà đứa trẻ cảm thấy, việc khóc của nó sau sinh không chỉ vì đói, nó là đau của việc bị tách rời và bị ngắt kết nối khỏi sinh lực. Kết nối của nó với toàn thể sinh lực đã bị phá vỡ; nguồn mà từ đó nó đạt tới sự sống mãi cho tới hôm

qua giờ đã mất. Đứa trẻ vật lộn vì sự sống - và nếu đứa trẻ không khóc, các bác sĩ hay những người biết, sẽ nói rằng cái gì đó đã đi sai. Nếu đứa trẻ không khóc, điều đó có nghĩa rằng nó sẽ không có khả năng sống sót. Việc nó đã không cảm thấy rằng nó đã bị tách rời khỏi sinh lực chỉ có nghĩa là một điều: nó gần như cận kề với cái chết của nó, nó sẽ không sống sót. Đó là lí do tại sao mọi nỗ lực được làm để làm cho đứa trẻ khóc. Việc khóc của nó là tuyệt đối cần thiết vì nếu nó sống nó sẽ biết rằng nó đã từng bị tách rời khỏi sinh lực. Nếu nó không biết, nó là trong nguy hiểm lớn.

Thế rồi đứa trẻ lại có kết nối sinh lực của nó với cái gì đó theo cách mới. Sinh lực của nó lại có được kết nối qua sữa người mẹ. Cho nên việc kết nối thứ hai của đứa trẻ là qua tim. Cùng với tim của mẹ nó, tim riêng của nó cũng dần dần bắt đầu phát triển và trung tâm rón bị quên đi. Trung tâm rón phải bị quên đi vì trung tâm này đã bị ngắt kết nối, không còn có quan hệ với nó. Và bây giờ năng lượng mà nó đã từng nhận qua rón, nó bắt đầu nhận qua môi. Nó lại được thống nhất với người mẹ. Mạch khác được tạo ra và qua mạch đó nó trở nên được kết nối.

Bạn sẽ ngạc nhiên mà biết rằng nếu đứa trẻ không nhận chất nuôi dưỡng qua sữa của mẹ nó, nếu nó không được nuôi bằng sữa của mẹ nó, thế thì sinh lực của nó vẫn còn yếu mãi mãi. Nó có thể được cho uống sữa theo cách khác nữa, nhưng nếu nó không đều đặn nhận được cái chạm ấm áp của tim của mẹ nó, thế thì cuộc sống của nó trở thành thất vọng mãi mãi và khả năng cho việc sống lâu của nó bị thu lại mãi mãi. Những đứa trẻ không được nuôi bằng sữa mẹ không bao giờ có thể đạt tới nhiều phúc lạc và im lặng trong đời chúng.

Toàn thể thể hệ trẻ hơn ở phương Tây, và dần dần cả ở Ấn Độ nữa, đang trở nên được rót đầy bởi việc nối dây lớn. Lí

do sâu nhất cho điều này, căn nguyên, là ở chỗ trẻ em phương Tây không được nuôi bằng sữa mẹ. Kính trọng của chúng hướng tới sự sống và mối quan hệ của chúng với sự sống không tràn đầy yêu. Từ chính thời thơ ấu của chúng, sinh lực của chúng đã nhận được nhiều cú sốc và chúng đã trở thành không yêu thương. Trong những cú sốc đó, trong việc tách rời khỏi mẹ của chúng, chúng đã trở thành bị tách rời khỏi bản thân sự sống - vì với đứa trẻ một cách chủ yếu không có sự sống nào khác hơn mẹ nó.

Trên khắp thế giới, bất kì chỗ nào đàn bà trở nên có giáo dục, họ không thích nuôi lớn con cái họ gần với họ - và tác động này đã là cực kì có hại. Trong các xã hội bộ lạc con cái được nuôi bằng sữa mẹ trong thời gian dài. Xã hội càng trở nên có giáo dục, con cái càng bị sớm tách ra khỏi sữa mẹ chúng hơn. Con cái càng bị tách rời khỏi sữa mẹ chúng, chúng sẽ càng có khó khăn trong việc trải nghiệm an bình trong cuộc sống riêng của chúng. Sự bất ổn sâu sắc sẽ lan rộng trong đời chúng từ chính lúc bắt đầu. Chúng sẽ báo thù ai về bất ổn này?

Việc báo thù sẽ dồn lên bản thân bố mẹ. Trên khắp thế giới con cái đang báo thù bố mẹ chúng. Chúng sẽ báo thù lên ai khác nữa? Bản thân chúng không biết loại phản ứng nào đang xảy ra bên trong chúng, loại nổi dậy nào đang nảy sinh bên trong chúng, loại lửa nào đang nảy sinh bên trong chúng. Nhưng một cách vô thức, sâu bên trong, chúng biết rằng việc nổi dậy này là kết quả của việc bị tách ra khỏi mẹ chúng quá sớm. Tim chúng biết điều này, nhưng trí tuệ của chúng không biết. Kết quả là ở chỗ chúng sẽ báo thù lên mẹ và bố chúng; chúng sẽ báo thù lên mọi người.

Đứa con chống lại mẹ và bố của nó không bao giờ có thiện cảm với Thượng đế. Không có khả năng rằng nó có thể có thiện cảm với Thượng đế vì cảm giác đầu tiên nảy sinh

trong nó hướng tới Thượng đế là cảm giác nảy sinh hướng tới mẹ và bố nó.

Không phải là không có lí do nào rằng trên khắp thế giới Thượng đế được gọi là 'Cha'. Không phải là không có lí do nào rằng Thượng đế được thấy như hình ảnh của bố người ta. Nếu kinh nghiệm đầu tiên trong đời đứa con là về tin cậy, biết ơn và tôn kính hướng tới mẹ và bố nó, chỉ thế thì cùng kinh nghiệm này sẽ phát triển hướng tới Thượng đế, bằng không thì không có đâu.

Ngay khi đứa con được sinh ra, đứa con lập tức bị tách ra khỏi mẹ nó. Nguồn sinh lực thứ hai của nó có liên quan tới tim của mẹ nó. Nhưng tại điểm nào đó đứa trẻ sẽ phải tách ra khỏi sữa của mẹ nó nữa.

Khi nào thời điểm đúng tới? Nó không tới sớm như chúng ta nghĩ. Con cái nên vẫn còn ở gần với tim của mẹ chúng lâu hơn chút nữa nếu muốn tình yêu và tim của chúng sẽ phát triển đúng trong suốt cuộc đời của chúng. Chúng bị buộc phải tách ra rất sớm. Người mẹ không nên tách đứa con ra khỏi sữa của cô ấy; cô ấy nên cho phép nó tách ra theo cách riêng của nó. Tại điểm nào đó đứa con sẽ tách ra theo cách riêng của nó. Với người mẹ ép buộc tách ra cũng giống như lấy đứa bé ra khỏi bụng mẹ sau bốn hay năm tháng thay vì cho phép nó ra sau chín tháng. Điều nguy hiểm cho người mẹ là tách con mình khỏi sữa mẹ trước khi bản thân nó quyết định cai sữa. Nỗ lực này của người mẹ là nguy hiểm và vì nỗ lực này trung tâm thứ hai, trung tâm tim, của đứa trẻ không phát triển đúng.

Trong khi chúng ta đang nói về điều này tôi muốn nói cho bạn cái gì đó thêm nữa. Bạn sẽ ngạc nhiên khi nghe nó. Tại sao có chuyện trên khắp thế giới, phần của thân thể đàn bà mà đàn ông bị hấp dẫn tới nhiều nhất là vú đàn bà? Những

người này toàn là những đứa trẻ bị tách ra rất sớm khỏi sữa mẹ chúng. Trong tâm thức của chúng ở sâu đâu đó bên trong một ham muốn đã còn lại để ở gần vú đàn bà. Điều đó đã không được đáp ứng - không có lí do khác, không có nguyên nhân khác. Trong các xã hội nguyên thủy, nơi con cái vẫn còn ở gần vú mẹ đủ lâu, đàn ông không có hấp dẫn thể tới vú.

Nhưng tại sao thơ ca, tiểu thuyết, vở kịch, tranh vẽ của chúng ta tất cả đều được định tâm quanh vú đàn bà? Tất cả chúng đã được tạo ra bởi những người, trong thời thơ ấu của họ, đã không thể còn ở gần với vú mẹ họ đủ lâu. Ham muốn đó bị bỏ lại không được đáp ứng và giờ nó bắt đầu nảy sinh dưới các hình thể mới. Bây giờ các ảnh khiêu dâm đang được tạo ra, các sách khiêu dâm và bài hát khiêu dâm đang được viết ra. Bây giờ đàn ông quấy rầy đàn bà trên phố, ném đá vào họ. Chúng ta tạo ra mọi thứ ngu xuẩn này và thế rồi về sau chúng ta phàn nàn về chúng và cố gạt bỏ chúng.

Điều rất cần thiết cho con cái vẫn còn ở gần vú mẹ nó đủ lâu cho sự trưởng thành của tâm trí, thể chất và tâm lí của nó xảy ra đúng đắn. Bằng không trung tâm tim của nó sẽ không phát triển đúng - nó vẫn còn chưa chín, không phát triển, bị mắc kẹt. Và khi trung tâm tim vẫn còn không được phát triển thế thì một điều không thể được bắt đầu xảy ra: công việc mà tim đã không thể hoàn thành, mà rốn đã không thể hoàn thành, người này cô hoàn thành bằng não của mình. Nỗ lực này thậm chí còn mang tới nhiều phiền phức hơn, vì từng trung tâm đều có vận hành riêng của nó và từng trung tâm chỉ có thể làm công việc riêng của nó; nó không thể làm công việc của các trung tâm khác.

Cả rốn lẫn não không thể làm được công việc của tim. Nhưng ngay khi đứa trẻ bị tách ra khỏi người mẹ, nó chỉ có một trung tâm còn lại mà toàn thể gánh nặng rơi xuống - đây

là trung tâm não. Giáo dục, dạy dỗ, trường học và đại học tất cả được thu xếp cho trung tâm não. Thế thì chỉ những người có não mới phát triển hơn và có năng lực làm tiến bộ trong cuộc sống. Cuộc đua bắt đầu và người ta nỗ lực làm mọi công việc của đời mình bằng não.

Yêu của người yêu qua não sẽ là giả, vì não chẳng liên quan gì tới yêu. Yêu có thể xảy ra qua tim chứ không qua não, nhưng các trung tâm của tim không được phát triển đúng cho nên chúng ta bắt đầu dùng não. Chúng ta thậm chí nghĩ về yêu. Yêu chẳng liên quan gì tới suy nghĩ, nhưng trong chúng ta ngay cả yêu cũng được diễn đạt như việc nghĩ. Đó là lí do tại sao có nhiều dâm dục thế trên khắp thế giới.

Dâm dục chỉ có một nghĩa: nó nghĩa là não được dùng để làm công việc của trung tâm dục. Khi dục đi vào tâm trí toàn thể sự sống bị phá hủy - và bây giờ trên khắp thế giới dục đã đi vào tâm trí chúng ta.

Trung tâm dục là rồn vì sinh lực lớn nhất là dục; sinh tới qua nó, sự sống tới qua nó, trưởng thành của sự sống tới qua nó. Nhưng trung tâm rồn của chúng ta không được phát triển cho nên chúng ta đang dùng các trung tâm khác cho vận hành của nó.

Có dục trong con vật nhưng không có dâm dục, cho nên ngay cả dục của con vật là đẹp, niềm vui.

Dâm dục của con người là xấu vì dục đã trở thành quá trình ý nghĩ trong tâm trí con người. Con người nghĩ ngay cả về dục.

Con người có thể ăn bữa ăn, việc ăn là rất tốt - nhưng nếu con người nghĩ về thức ăn trong hai mươi bốn giờ thế thì con người là điên. Việc ăn là tuyệt đối đúng, nó là rất cần thiết, người ta phải ăn, nhưng nếu ai đó nghĩ về thức ăn trong hai

mười bốn giờ thế thì các trung tâm của người này đã trở nên bị gậy rối. Người đó đang dùng tâm trí để làm công việc của dạ dày. Thức ăn không thể đạt tới tâm trí, cho nên tâm trí không thể tiêu hoá được nó. Tâm trí chỉ có thể nghĩ, chỉ có thể suy tư. Tâm trí càng nghĩ về thức ăn, công việc của dạ dày sẽ càng bị phí hoài; nó sẽ trở nên bị làm rối. Đôi khi thử tiêu hoá thức ăn của bạn bằng việc nghĩ mà xem!

Thông thường bạn ăn thức ăn, và thế thì bạn không nghĩ về nó. Thức ăn tự nó đi vào dạ dày và dạ dày làm công việc tiêu hoá nó. Nó là trung tâm vô ý thức, nó làm việc của nó. Bạn không phải nghĩ về điều đó. Nhưng ngày nào đó tỉnh táo và nghĩ về điều đó đi: bây giờ thức ăn đã đạt tới dạ dày, bây giờ nó đang được tiêu hoá, bây giờ điều này có thể xảy ra, bây giờ điều kia có thể xảy ra.... Bạn sẽ thấy rằng việc tiêu hoá thức ăn của bạn đã trở thành không thể được vào hôm đó. Việc suy nghĩ càng đi vào, càng sẽ có rối loạn trong quá trình vô ý thức của dạ dày. Những sự vụ như vậy xảy ra hiếm khi với thức ăn - ngoại trừ với những người bị ám ảnh với nhịn ăn.

Nếu một người nhịn ăn mà không có lí do gì, thế thì dần dần thức ăn đi vào ý nghĩ của người đó. Người đó sẽ không ăn, người đó sẽ nhịn ăn; nhưng người đó sẽ nghĩ về thức ăn. Việc nghĩ này thậm chí còn nguy hiểm hơn việc ăn. Việc ăn chắc chắn là không nguy hiểm. Thức ăn là rất bản chất cho sự sống, nhưng nghĩ về thức ăn là ốm yếu. Khi một người bắt đầu nghĩ về thức ăn, mọi trường thành trong cuộc sống của người đó sẽ dừng lại. Người đó sẽ bị ám ảnh bởi những ý nghĩ vô tích sự này.

Với dực điều này đã xảy ra. Chúng ta đã giảng nó ra khỏi trung tâm đúng của nó và giờ chúng ta nghĩ về nó.

Theo cách này chúng ta đã dần dần trao chức năng của ba trung tâm quan trọng của sự sống của chúng ta cho não. Dường như một người cố nghe bằng mắt hay nhìn bằng mồm. Dường như một người cố nhìn hay nếm bằng tai. Chúng ta sẽ nói rằng người này là điên vì mắt là cơ chế để nhìn và tai là cơ chế để nghe. Tai không thể nhìn được, mắt không thể nghe được. Nếu chúng ta cố làm các thứ theo cách này, kết quả chung cuộc sẽ là hỗn độn.

Theo cùng cách, con người có ba trung tâm. Trung tâm sự sống là rốn, trung tâm của việc cảm là tim và trung tâm của việc nghĩ là não. Việc nghĩ là bên ngoài nhất của ba trung tâm này. Trung tâm tiếp, sâu hơn, là của việc cảm và thậm chí còn sâu hơn điều đó là trung tâm của hiện hữu.

Bạn có thể nghĩ rằng nếu tim dừng lại thế thì sinh lực cũng sẽ dừng lại. Nhưng bây giờ các nhà khoa học đã đi tới kết luận rằng mặc dầu tim có thể đã dừng đập, người này vẫn tiếp tục sống nếu nó có thể bắt đầu đập lại trong vòng sáu phút. Sau khi kết nối với tim đã kết thúc, trung tâm sự sống ở rốn vẫn còn hoạt động thêm sáu phút nữa. Nếu trong vòng sáu phút đó tim có thể bắt đầu lại, hay nếu tim mới có thể được cấy vào, người này có thể sống lại và không cần cho người này chết. Nhưng nếu sự sống đã ra đi từ rốn thế thì không cái gì sẽ xảy ra bằng việc đổi tim. Trung tâm sâu nhất và cơ bản nhất bên trong chúng ta là rốn.

Sáng nay tôi đã nói chút ít về trung tâm rốn này.

Nhân loại chúng ta đã tạo ra tới giờ là lộn ngược. Dường như con người đang đứng trên đầu mình, làm tư thế shirshasana. Người làm tư thế shirshasana đang đứng trên đầu mình với chân giơ lên không trung. Nếu một người làm tư thế

shirshasana trong hai mươi bốn giờ hoàn cảnh của người đó sẽ là gì? Bạn có thể hiểu! Người đó chắc chắn trở thành điên. Người đó đã điên rồi bằng không người đó chắc đã không đứng trên đầu mình trong hai mươi bốn giờ, người đó không có lí do để làm vậy. Nhưng trong cuộc sống của chúng ta, chúng ta đã đảo ngược mọi thứ - chúng ta toàn đứng trên đầu mình! Chúng ta đã làm cho đầu của chúng ta thành cơ sở của cuộc đời chúng ta. Suy nghĩ và suy tư đã trở thành cơ sở của cuộc sống của chúng ta.

Tôn giáo đích thực nói rằng suy nghĩ và suy tư không phải là cơ sở của cuộc sống chúng ta - trở nên tự do khỏi suy nghĩ và suy tư, trở thành vô ý nghĩ, phải là cơ sở. Nhưng chúng ta sống bằng suy nghĩ và suy tư, và chúng ta cố quyết định cách sống của chúng ta bằng suy nghĩ và suy tư. Vì điều này, mọi con đường của chúng ta đều đã đi lạc lối. Bằng suy nghĩ và suy tư không cái gì có thể được quyết định - thức ăn không được tiêu hoá bằng suy nghĩ của bạn, máu không chảy trong mạch của bạn bằng suy nghĩ của bạn, hơi thở của bạn không chuyển bằng suy nghĩ của bạn....

Bạn đã bao giờ nghĩ rằng các quá trình có ý nghĩa của sự sống có liên quan tới suy nghĩ của bạn không? Thực ra, mọi quá trình sự sống chậm dần và trở nên bị rối bởi quá nhiều suy nghĩ. Đó là lí do tại sao mọi đêm bạn cần mất đi trong giấc ngủ say để cho mọi quá trình của bạn có thể vận hành đúng mà không có việc bạn cản trở chúng, và thế thì đến sáng bạn có thể cảm thấy lại tươi tắn.

Chính sự sống còn của người không thể mất hút trong giấc ngủ say là đang lâm nguy, vì suy nghĩ liên tục làm rối các quá trình cơ bản của cuộc sống của bạn. Cho nên thỉnh thoảng tự nhiên nhận chìm bạn vào trong giấc ngủ say, nó đem bạn

vào trạng thái vô ý thức. Mọi việc suy nghĩ dừng lại và các trung tâm thực của bạn trở nên hoạt động.

Cũng có mối quan hệ giữa các trung tâm thực của chúng ta. Chẳng hạn, tôi có thể có quan hệ với bạn qua trí tuệ của bạn. Ý nghĩ của tôi có thể dường như là đúng cho bạn, ý nghĩ của tôi có thể dường như gây ấn tượng cho bạn - thế thì sẽ có mối quan hệ trí tuệ giữa bạn và tôi. Đây là loại quan hệ tối thiểu. Trí tuệ không hình thành nên bất kì quan hệ sâu hơn nào.

Các loại quan hệ sâu hơn là quan hệ của tim, của yêu. Nhưng quan hệ của yêu không xảy ra qua suy nghĩ. Quan hệ của yêu xảy ra một cách không chủ ý toàn bộ, không có việc nghĩ của bạn. Và quan hệ thậm chí còn sâu hơn là quan hệ của sự sống, cái vận hành qua rốn, không qua tim. Chúng thậm chí còn không thể được mô tả. Ngay cả định nghĩa chúng là loại quan hệ nào cũng là khó vì chúng ta không biết chút gì.

Tôi đã nói cho bạn trước đây rằng sinh lực của người mẹ kích hoạt rốn của đứa con. Một loại điện giữ việc chuyển giữa rốn của mẹ và rốn của con. Thế rồi trong suốt cuộc đời của nó, bất kì khi nào đứa trẻ đó lại gần bất kì người đàn bà nào có cùng một loại điện như điện của mẹ nó, nó sẽ vô thức cảm thấy mối quan hệ nào đó. Nó sẽ không hiểu chút nào loại quan hệ nào nó đã bắt đầu cảm thấy, hay tại sao. Chúng ta đã gọi mối quan hệ không biết này là yêu. Chúng ta không có khả năng nhận ra nó do đó chúng ta gọi nó là 'mù quáng' - yêu là mù quáng, cũng như tai không thể thấy, lưỡi không thể ngửi và mắt không thể nếm. Theo cách này yêu là mù quáng, vì nó nảy sinh từ mức độ sâu tới mức sự việc trở thành khó cho chúng ta hiểu lí do cho nó.

Với người nào đó chúng ta đột nhiên cảm thấy việc đẩy ra mạnh, chúng ta cảm thấy chúng ta muốn tránh xa khỏi họ.

Chúng ta không hiểu lí do về muốn tránh xa khỏi họ. Tại sao chúng ta muốn tránh xa khỏi họ? Nếu điện của bạn và điện của họ - cái bị ảnh hưởng bởi rốn - là đối lập thế thì không có việc hiểu điều đó, bạn sẽ phải tránh xa. Với bạn dường như cái gì đó đang ép buộc bạn rời khỏi họ.

Nhưng đôi khi bạn đột nhiên cảm thấy bị hút vào một người và bạn không hiểu tại sao. Dường như không có lí do cho điều đó. Điện của bạn và điện của người đó được cảm nhận là gần hơn, tương tự, hay cùng kiểu, được kết nối với nhau. Đó là lí do tại sao bạn có trải nghiệm như vậy.

Trong đời người ta có ba kiểu quan hệ. Có quan hệ về trí tuệ, cái không thể rất sâu. Quan hệ giữa thầy giáo và học trò là kiểu quan hệ này. Có quan hệ của yêu, cái sâu hơn của trí tuệ. Quan hệ giữa mẹ và con, giữa anh em, giữa chồng và vợ là những kiểu quan hệ này. Chúng nảy sinh từ tim. Thế rồi có mỗi quan hệ thậm chí còn sâu hơn, cái nảy sinh từ rốn. Tôi gọi mỗi quan hệ nảy sinh từ rốn là tình bạn. Chúng đi sâu hơn yêu. Yêu có thể kết thúc; tình bạn không bao giờ kết thúc. Ngày mai chúng ta có thể ghét người chúng ta yêu hôm nay - nhưng người là bạn thì không bao giờ có thể trở thành kẻ thù. Nếu người đó trở thành kẻ thù thì biết rằng không có tình bạn ngay chỗ đầu tiên.

Quan hệ tình bạn là của rốn - chúng là quan hệ của các cõi sâu hơn và không biết. Đó là lí do tại sao Phật đã không bảo mọi người yêu nhau. Ông ấy đã gọi mỗi quan hệ là 'tình bạn'. Ông ấy có lí do cho điều này - ông ấy nói rằng nên có bạn bè trong cuộc sống của bạn. Ai đó thậm chí hỏi Phật, "Tại sao thầy không gọi nó là tình yêu?" Phật đáp, "Tình bạn là sâu hơn tình yêu nhiều. Tình yêu có thể kết thúc, tình bạn không bao giờ kết thúc."

Yêu trói buộc, tình bạn cho tự do. Yêu có thể làm ai đó thành nô lệ. Nó có thể sở hữu, nó có thể trở thành người chủ. Tình bạn không trở thành người chủ của ai đó, nó không lôi bất kì người nào lại, nó không cầm tù - nó cho tự do. Yêu trở thành lệ thuộc vì những người yêu khăng khăng rằng người kia phải không yêu bất kì người nào khác ngoài bản thân người này.

Tình bạn không có sự khăng khăng đó. Một người có thể có hàng nghìn bạn, hàng triệu bạn, vì tình bạn là kinh nghiệm rất rộng, rất sâu. Nó nảy sinh từ trung tâm sâu nhất của sự sống. Đó là lí do tại sao tình bạn chung cuộc trở thành con đường lớn lao nhất để đem chúng ta hướng tới điều thiêng liêng. Người là bạn với mọi vật sẽ đạt tới điều thiêng liêng sớm hay muộn, vì mối quan hệ của người đó đang xảy ra với trung tâm rộn của mọi người. Và ngày này hay ngày khác người đó nhất định trở nên có quan hệ với trung tâm rộn của vũ trụ.

Mối quan hệ của người ta trong cuộc sống không nên đơn thuần là trí tuệ, chúng không nên chỉ là của tim - chúng nên sâu hơn, chúng nên là của rộn.

Chẳng hạn, không ở đâu trong thế giới này điều sẽ trở nên rõ ràng - sớm hay muộn nó sẽ trở thành rõ ràng, sớm hay muộn chúng ta sẽ đi tới biết - rằng chúng ta được kết nối với chính cội nguồn sinh lực rất xa xôi mà chúng ta không thể thấy được. Chúng ta biết rằng mặt trăng ở rất xa, vậy mà nó có ảnh hưởng không biết nào đó lên nước biển. Nước biển bắt đầu dâng lên và hạ xuống theo trăng. Chúng ta biết rằng mặt trời ở rất xa xôi, nhưng nó được kết nối với sự sống bằng những sợi chỉ vô hình. Mặt trời mọc buổi sáng và cách mạng xảy ra trong cuộc sống! Mọi thứ đang ngủ, mọi thứ đang nằm như chết, mọi thứ là vô ý thức, các ngôi sao trở nên ý thức. Cái gì đó ngủ bắt

đầu thức tỉnh, hoa bắt đầu nở, chim bắt đầu hát. Cái vô hình chảy từ mặt trời để lại ảnh hưởng của nó lên chúng ta.

Có một số lực vô hình của sinh lực đạt tới chúng ta theo cách này - chúng liên tục quản lí sự sống của chúng ta. Không chỉ mặt trời, không chỉ mặt trăng, không chỉ sao trên trời, mà bản thân sự sống có luồng năng lượng, cái chúng ta không thấy được, ở bất kì chỗ nào và liên tục ảnh hưởng và quản lí các trung tâm của chúng ta. Trung tâm của chúng ta càng nhạy cảm, năng lượng này càng có thể ảnh hưởng lên sự sống của chúng ta. Trung tâm của chúng ta càng kém nhạy cảm, năng lượng này càng ít có khả năng ảnh hưởng lên sự sống của chúng ta.

Mặt trời mọc, hoa nở. Nhưng nếu chúng ta dựng bức tường quanh hoa và ánh mặt trời không tới được hoa thế thì hoa sẽ không nở, nó sẽ héo đi. Đằng sau bức tường đóng hoa sẽ héo đi. Mặt trời không thể bằng sức mạnh đi vào và mở hoa ra. Hoa phải ở trong việc mở, nó phải sẵn sàng. Hoa phải cho mặt trời cơ hội tới và mở nó.

Mặt trời không thể đi tìm riêng một đoá hoa - nhìn xem hoa nào đang ẩn đằng sau tường để cho nó có thể đạt tới hoa. Mặt trời thậm chí không biết về hoa. Nó tuyệt đối vô ý thức về quá trình sống: mặt trời mọc, hoa nở. Nếu đoá hoa bị đóng bên trong tường, nó sẽ không nở hoa, nó sẽ héo đi và chết.

Sinh lực đang chảy từ mọi hướng nhưng những người có trung tâm rón không mở sẽ bị thiếu luồng đó. Họ thậm chí sẽ không biết về nó. Họ thậm chí sẽ không nhận ra rằng năng lượng này đã có đó và có thể đã ảnh hưởng tới họ, rằng đã có cái gì đó ẩn kín bên trong họ mà có thể được mở ra. Họ thậm chí sẽ không biết điều này. Việc nở hoa này của rón, mà đã được gọi là hoa sen, từ thời cổ đại đã được gọi là hoa sen vì nó

có khả năng mở ra - sinh lực nào đó có thể mở nó. Người ta cần chuẩn bị nào đó cho điều này. Với điều này trung tâm của chúng ta phải sẵn có cho bầu trời mở và chúng ta phải để chú ý của mình vào nó. Thế thì sinh lực mà đang có sẵn cho chúng ta có thể đạt tới trung tâm rộn và cho nó sự sống. Tôi đã nói cho bạn vài điều về điều này sáng nay.

Làm sao điều đó sẽ là có thể, làm sao điều đó có thể trở thành có khả năng, rằng trung tâm của sự sống của chúng ta trở thành hoa đã nở, để cho bất kì luồng năng lượng vô hình nào đang tới từ khắp xung quanh có thể làm kết nối với nó? Theo cách nào điều đó sẽ xảy ra? Có vài điều tôi đã nhớ mà tôi sẽ nói với bạn bây giờ, đêm nay, để cho ngày mai chúng ta có thể nói về điểm thứ hai.

Điểm thứ nhất: việc thở của bạn.... Nó càng sâu, bạn càng có thể trở nên có năng lực làm việc trên rộn của bạn và phát triển trung tâm rộn. Nhưng chúng ta không có ý tưởng nào về nó. Chúng ta thậm chí không biết chúng ta đang thở nhiều bao nhiêu hay chúng ta đang thở ít bao nhiêu - hay cần là bao nhiêu. Bạn càng trở nên lo nghĩ, bạn càng trở nên đầy ý nghĩ. Bạn có thể vô nhận biết rằng não càng trở nên nặng tải, dòng thở càng ít hơn. Nó trở nên bị cản trở.

Bạn đã bao giờ quan sát rằng việc thở chuyển theo cách này khi bạn giận và chuyển theo cách khác khi bạn an bình không? Bạn đã bao giờ quan sát rằng nếu có ham muốn dục mạnh mẽ trong tâm trí, việc thở chuyển theo cách nào đó, nhưng nếu tâm trí bị trút đầy với cảm giác đẹp thế thì việc thở chuyển theo cách khác không? Bạn đã bao giờ quan sát rằng việc thở của người ốm chuyển theo cách nào đó còn việc thở của người khoẻ chuyển theo cách khác không? Luồng hơi thở

thay đổi từ khoảnh khắc sang khoảnh khắc tương ứng với trạng thái của tâm trí bạn.

Điều ngược lại cũng đúng. Nếu luồng hơi thở của bạn là tuyệt đối hài hoà, thế thì nó làm thay đổi trạng thái tâm trí của bạn. Hoặc bạn thay đổi tâm trí và hơi thở thay đổi, hoặc bạn thay đổi hơi thở và nó ảnh hưởng tới tâm trí.

Với người muốn phát triển và ảnh hưởng tới các trung tâm sự sống của mình, điều đầu tiên là việc thở có nhịp điệu. Khi ngồi, đứng hay đi, hơi thở của người đó phải hài hoà, an bình, sâu tới mức người đó phải có khả năng trải nghiệm âm nhạc khác, sự hài hoà của hơi thở ngày và đêm. Nếu bạn đang bước đi trên đường, không làm bất kì việc gì, sẽ là rất phức tạp nếu bạn thở sâu, im lặng, chậm rãi và hài hoà.

Sẽ có hai ích lợi. Chừng nào việc thở vẫn còn hài hoà, suy nghĩ của bạn sẽ trở nên ít hơn, sẽ gần như không có ý nghĩ. Nếu việc thở thậm chí là tuyệt đối hài hoà, thế thì ý nghĩ trong tâm trí biến mất hoàn toàn. Việc thở ảnh hưởng tới ý nghĩ trong tâm trí rất sâu và tới mức độ rất lớn. Chẳng tốn gì để thở đúng và bạn không phải dành thêm bất kì thời gian phụ nào để thở đúng. Ngồi trong tàu hoả, bước đi trên đường, ngồi ở nhà - nếu quá trình thở tiếp tục một cách sâu và an bình thế thì trong vòng vài ngày quá trình này sẽ trở thành tự phát. Bạn sẽ thậm chí không nhận biết về điều đó. Hơi thở sẽ chuyển sâu và chậm bởi bản thân nó.

Luồng hơi thở càng sâu và chậm, trung tâm rốn của bạn sẽ càng phát triển hơn. Mọi lúc bạn thở, hơi thở đập vào trung tâm rốn. Nếu hơi thở đi vào và ra ở trên trung tâm rốn, thế thì dần dần trung tâm này trở thành không được dùng tới, nó trở thành yếu. Hơi thở không động vào nó.

Ngày xưa mọi người đã thấy manh mối nào đó, công thức, cho việc thở. Nhưng con người là không thông minh tới mức con người bắt đầu lặp lại các công thức mà không thấy nghĩa của chúng, thậm chí không hiểu chúng. Điều đó giống như các nhà khoa học tìm ra công thức cho nước - H_2O . Họ nói rằng với tổ hợp của cả hai, hydro và ô xi, nước được tạo ra. Hai nguyên tử hydro và một nguyên tử ô xi tạo thành công thức H_2O . Bây giờ nếu một người bắt đầu lặp lại, " H_2O, H_2O ", theo cùng cách như mọi người đang lặp lại, "Rama, Rama, Aum, Aum", thế thì chúng ta sẽ nói người đó là điên - vì cái gì có thể xảy ra bởi việc lặp lại một công thức? Công thức là chỉ báo duy nhất về cái gì đó. Nếu bạn hiểu nó là về cái gì, thế thì công thức là có ý nghĩa.

Bạn thường có thể nghe thấy mọi người ngòì và lặp lại âm Aum. Họ không biết rằng Aum là công thức giống như H_2O . Có ba chữ trong Aum. Chúng là 'A', 'U', 'M'. Có lẽ bạn có thể đã không để ý rằng nếu bạn ngậm miệng và nói 'Aa' to bên trong thế thì bạn sẽ cảm cảm thấy âm thanh của 'A' vang vọng trong đầu bạn. 'A' là chỉ báo của trung tâm đầu. Nếu bạn nói 'U' bên trong thế thì bạn sẽ cảm thấy âm thanh của 'U' vang vọng bên trong tim bạn. Và nếu bạn nói 'M' bên trong, phần thứ ba của Aum, thế thì bạn sẽ cảm thấy nó vang vọng gần rốn của bạn. 'A', 'U' và 'M' là ba âm thanh chỉ ra các âm thanh của đầu, tim và rốn. Nếu bạn nói 'M', bạn sẽ cảm thấy toàn thể lực của nó ở rốn. Nếu bạn nói 'U', bạn sẽ cảm thấy lực đi tới tim. Nếu bạn nói 'A' thế thì 'A' sẽ vang vọng trong đầu và biến mất.

Đây là công thức. Người ta phải đi từ 'A' tới 'U' và từ 'U' tới 'M'. Không cái gì sẽ xảy ra bằng việc chỉ lặp lại Aum. Cho nên các quá trình đó, cái mang chúng ta đi theo hướng này - từ 'A' tới 'U' và từ 'U' tới 'M' - là quá trình người ta phải chú ý tới. Việc thở sâu là quá trình thứ nhất. Hơi thở càng sâu, càng hài

hoà, nó càng trở nên hoà điệu hơn, sinh lực bên trong bạn sẽ bắt đầu nảy sinh nhiều hơn, sẽ bắt đầu toả ra từ rốn của bạn.

Rốn của bạn sẽ trở thành trung tâm sống động. Trong vòng vài ngày bạn sẽ bắt đầu cảm thấy rằng năng lượng nào đó chảy ra từ rốn của bạn và bạn cũng sẽ cảm thấy rằng năng lượng nào đó đang đi vào. Bạn sẽ thấy rằng một trung tâm rất sống, năng động, đang bắt đầu phát triển gần rốn bạn.

Ngay khi bạn cảm thấy điều này, nhiều kinh nghiệm nữa sẽ bắt đầu xảy ra quanh trung tâm này.

Về mặt vật lí, hơi thở là điều đầu tiên để phát triển trung tâm rốn. Về mặt tâm lí, những phẩm chất nào đó là giúp ích cho phát triển rốn. Tôi đã nói cho bạn buổi sáng nay về bạo dạn. Một người càng sợ hãi, người đó sẽ càng kém có khả năng đạt tới gần trung tâm rốn. Một người càng bạo dạn, người đó càng sẽ đạt tới gần rốn.

Cho nên trong giáo dục trẻ em, chính hiểu biết bản chất của tôi là người ta phải không bao giờ nói cho đứa trẻ, ngay cả bởi sai lầm, rằng vì trời tối bên ngoài mà nó không nên đi ra đó. Bạn không biết rằng bạn đang làm hại trung tâm rốn của nó mãi mãi. Dù tôi có ở bất kì chỗ nào, bảo đứa trẻ dứt khoát đi tới đó; bảo chúng rằng tôi đang vẫy gọi chúng. Nếu sông bị ngập lụt, thế thì đừng bảo trẻ em không đi vào nó - vì bạn không biết rằng đứa trẻ dám đi vào dòng sông ngập lụt là đang phát triển trung tâm rốn của nó. Trung tâm rốn của đứa trẻ không đi vào sông trở nên yếu và kém. Nếu trẻ em muốn trèo núi thế thì để chúng trèo. Nếu trẻ em muốn trèo cây, để chúng trèo. Bất kì chỗ nào chúng có thể trải nghiệm phiêu lưu và bạo dạn, để chúng đi tới đó. Cho dù vài nghìn trẻ của một giống nòi chết mỗi năm trong khi trèo núi hay đi vào sông hay trèo cây, không thành vấn đề chút nào. Vì nếu mọi đứa trẻ của toàn

thể giống nòi trở nên bị chất đầy với sợ và trở thành trống rỗng bạo dạn, thế thì mặc dầu toàn thể giống nòi dường như có vẻ sống động, nó thực tại là chết.

Ở nước chúng ta điều không may này đã xảy ra. Chúng ta nói nhiều về tôn giáo nhưng chúng ta không biết gì về dũng cảm. Chúng ta không biết rằng không có dũng cảm thì không có bất kì tôn giáo nào vì không có dũng cảm phần tử trung tâm của sự sống vẫn còn không được phát triển. Người ta cần dũng cảm - dũng cảm nhiều tới mức người ta có có khả năng đứng và đối diện với chết. Giống nòi của chúng ta nói nhiều thể về tôn giáo nhưng sợ chết của chúng ta không có giới hạn! Thực tại, mâu thuẫn này phải là hoàn cảnh - những người biết hồn, nhận ra hồn, sẽ không sợ chết chút nào vì chết không tồn tại. Nhưng chúng ta nói rất nhiều về hồn vậy mà chúng ta rất sợ chết, sợ vô giới hạn.

Có lẽ chúng ta nói về hồn vì chúng ta sợ chết! Bằng việc nói về hồn chúng ta có được an ủi rằng chúng ta sẽ không chết, rằng hồn là bất tử. Có lẽ chúng ta nói vì sợ - thực tại dường như là cái gì đó giống điều này. Bạo dạn phải phát triển. Bạo dạn mệnh mông phải phát triển. Cho nên, bất kì khi nào có cơ hội trong cuộc sống để đối diện với nguy hiểm, chúng nên được đón chào.

Ai đó có lần đã hỏi Nietzsche, "Làm sao người ta phát triển được nhân cách của mình?" Ông ấy đã cho một câu châm ngôn rất lạ kì, một câu mà bạn không thể đã mong đợi. Ông ấy nói, "Sống một cách hiểm nguy đi! Sống một cách hiểm nguy nếu ông muốn phát triển nhân cách của ông." Nhưng chúng ta nghĩ rằng chúng ta càng sống trong an ninh chúng ta sẽ càng hiện hữu tốt hơn - có số dư ngân hàng, có nhà, cảnh sát và quân nhân có đó, không có sợ.... Chúng ta có thể có cuộc sống yên ổn trong mọi điều này. Chúng ta không nhận ra rằng trong việc

làm những thu xếp này và những tiện nghi này, chúng ta đã gần như trở thành chết. Không ích gì mà sống thêm nữa vì nghĩa duy nhất của sự sống là sống một cách hiểm nguy. Không có nghĩa khác cho việc sống. Các cái xác là tuyệt đối an ninh vì bây giờ họ thậm chí không thể chết được. Bây giờ không ai có thể giết họ. Năm mồ của họ là tuyệt đối an toàn.

Một hoàng đế xây dựng một cung điện. Vì an ninh ông ta chỉ làm một cửa ra vào cho cung điện. Hoàng đế lân bang tới xem nó. Ông này thích nó lắm. Ông này nói, "Tôi cũng muốn xây một cung điện tương tự. Cái này rất an ninh. Không kẻ thù nào có thể đi vào nó." Chỉ có một cửa ra vào và có bố trí an ninh chặt chẽ ở cửa. Khi hoàng đế này khởi hành, hoàng đế chủ nhà đi ra tiễn ông ta, và một đám đông lớn tụ tập. Khi ra đi hoàng đế này nói, "Điều này làm cho tôi rất hài lòng. Tôi cũng sẽ làm một cung điện như vậy."

Có một ông già đang đứng gần ông ta và ông già bắt đầu cười. Hoàng đế hỏi, "Tại sao ông cười?"

Ông ấy nói, "Nếu ông làm cung điện như vậy, thế thì đừng phạm sai lầm mà ông ta đã phạm phải!"

"Sai lầm gì?" hoàng đế hỏi.

"Đừng làm ngay cả một cửa ra vào. Đóng mọi cửa ra vào lại. Thế thì ông sẽ tuyệt đối bên ngoài nguy hiểm," ông già đáp.

Hoàng đế nói, "Thế thì nó sẽ trở thành năm mồ."

Ông già nói, "Cung điện này cũng đã trở thành năm mồ rồi. Chỉ có một cửa ra vào và mọi loại an ninh và không có sợ từ bất kì chỗ nào! Đây là năm mồ!"

Chúng ta nghĩ rằng việc thiếu vắng sợ là bạo dạn; đây là sai lầm. Bạo dạn không phải là thiếu vắng sợ. Trong sự hiện diện của sợ, bạo dạn là điều khác toàn bộ, điều xảy ra bên trong. Nó không phải là thiếu vắng sợ. Bạo dạn là sự hiện diện toàn bộ của sợ, với dũng cảm đối diện nó. Nhưng điều này không phát triển trong cuộc sống của chúng ta.

Đây là gợi ý của tôi cho bạn - bằng việc cầu nguyện trong đèn bạn sẽ không tới gần điều thiêng liêng hơn. Nhưng khi mạo hiểm của sống và bạo dạn đang mời bạn, khi nguy hiểm đang vẫy gọi bạn, nếu bạn đi, bạn chắc chắn sẽ tới gần điều thiêng liêng hơn. Trong nguy hiểm, trong bất an ninh, trung tâm được ẩn kín bên trong bạn, cái đang ngủ, thức dậy và trở nên tỉnh táo. Trong nguy hiểm, trong bất an ninh, trung tâm này cảm thấy thách thức - và trong tình huống này trung tâm của rôn có thể phát triển.

Vào thời xưa các sannyasin đã chấp nhận bất an ninh này. Họ bỏ nhà, nhưng không phải vì nhà là sai.... Về sau những người ngu bắt đầu nghĩ rằng các sannyasin bỏ nhà vì nhà sai, rằng họ bỏ vợ con vì những người này là sự lệ thuộc. Ý tưởng này là sai. Sannyasin muốn bỏ an ninh. Anh ta muốn đi vào trạng thái bất an ninh, nơi không có hỗ trợ, không bạn bè, không quen biết, không ai được gọi là sở hữu của người ta. Bất kì chỗ nào có thể là ốm yếu, chết, nguy hiểm, không tiền bạc - anh muốn đi vào trạng thái bất an ninh như vậy. Cho nên người chọn bất an ninh là sannyasin.

Nhưng về sau các sannyasin đã tạo ra an ninh tốt, còn tốt hơn những người sống trong xã hội. Người sống trong xã hội phải kiếm sống, nhưng sannyasin thì không. Anh ta thậm chí còn an ninh hơn. Anh ta đơn giản nhận nó. Anh ta nhận quần

áo, anh ta nhận nhà, anh ta không phải sống mà không có cái gì. Khác biệt duy nhất là ở chỗ anh ta thậm chí không phải kiếm nó. Khó khăn và bất an ninh của việc kiếm tiền cũng được kết thúc. Ai đó khác quản lí điều đó cho họ, ai đó hay người khác làm những thu xếp cho họ. Cho nên sannyasin trở thành người bị buộc vào cọc. Đó là lí do tại sao sannyasin không thể dừng cảm. Sannyasin dường như là người không có sức mạnh nào trong thế giới này. Anh ta thậm chí không thể biểu lộ chút ít dừng cảm.

Một sannyasin nói, "Tôi là người Jaina." Một sannyasin nói, "Tôi là người Hindu." Một sannyasin nói, "Tôi là người Mô ha mét giáo." Sannyasin có thể là người Hindu, người Jaina hay người Mô ha mét giáo được không? Sannyasin thuộc về mọi người. Nhưng có sợ khi nói, "Tôi thuộc về mọi người," vì nói điều đó có thể ngụ ý rằng sannyasin không thuộc về những người nào đó. Thế thì những người cho anh ta thức ăn, người làm nhà cho anh ta, có thể không còn thân thiện với anh ta. Họ sẽ nói, "Anh không thuộc về chúng tôi. Anh thuộc về mọi người, cho nên anh có thể đi tới mọi người. Chúng tôi sẽ làm thu xếp cho anh chỉ nếu anh là sư Jaina," hay, "Chúng tôi sẽ làm thu xếp cho anh nếu anh là sư Mô ha mét giáo. Chúng tôi là người Mô ha mét giáo, cho nên chúng tôi sẽ làm thu xếp chỉ cho sư Mô ha mét giáo thôi." Cho nên sư này nói, "Tôi là người Mô ha mét giáo," hay anh ta nói, "Tôi là người Hindu." Đây là việc tìm kiếm an ninh. Đây là việc tìm kiếm nhà mới. Họ đã bỏ nhà cũ, giờ họ muốn có nhà mới. Cho nên những ngày này tình huống là tới mức những người lấu lỉnh, người muốn có nhà tốt, không làm nhà chút nào - họ đơn giản trở thành sannyasins! Họ nói với người khác, "Các ông bà không khôn. Các ông bà làm nhà riêng của mình, các ông bà phạm tội và có thể các ông bà sẽ xuống địa ngục." Và họ làm cho những người này phải xây nhà cho họ, họ sống trong nó, họ

tận hưởng ý nghĩ về lên cõi trời, họ kiếm đức hạnh - và họ trốn khỏi mọi phiền phức của cuộc sống. Cho nên các sannyasin đã tạo ra an ninh của riêng họ.

Nhưng về căn bản nghĩa của sannyasin là khao khát sống trong nguy hiểm. Về căn bản nó ngụ ý rằng không có chỗ trú ngụ, không bạn đồng hành, không chắc chắn về ngày mai.

Christ đang bước qua một khu vườn. Ông ấy nói với các bạn của mình, "Các ông có thấy những đoá hoa này đã nở trong vườn không? Chúng không biết liệu mặt trời sẽ mọc ngày mai hay không. Chúng không biết liệu chúng sẽ có được nước hay không, nhưng hôm nay chúng đã nở hoa trong niềm vui của chúng." Một mình con người làm các thu xếp hôm nay cho ngày mai, và thế rồi con người làm các thu xếp cho ngày kia. Có những người làm thu xếp về cách mò của họ nên được xây dựng. Những người nghĩ họ là khôn thì tạo ra đài tưởng niệm để xác của họ được giữ lại trước cái chết của họ.

Tất cả chúng ta đều làm các thu xếp và chúng ta hoàn toàn quên rằng khi một người làm các thu xếp cho ngày mai, người đó giết chết ngày hôm nay khi làm những thu xếp đó. Thế rồi ngày mai người đó sẽ làm thu xếp cho ngày hôm sau và người đó giết chết cả ngày đó nữa. Mọi ngày người đó sẽ làm các thu xếp cho ngày tiếp theo và liên tục giết chết ngày hiện tại.

Và không có gì khác ngoại trừ ngày hiện tại.

Ngày mai không bao giờ tới. Bất kì khi nào nó tới, nó là hôm nay. Người đó giết hôm nay vì ngày mai! Đây là bản chất của tâm trí tìm an ninh: nó giết hôm nay vì ngày mai. Nó hi sinh hiện tại cho tương lai. Và tương lai không bao giờ tới. Ngày mai không bao giờ tới. Đến cuối cùng người đó thấy rằng cả đời mình đã tuột khỏi bàn tay của mình.

Người dám sống hôm nay và thậm chí không bận tâm về ngày mai, đang sống trong nguy hiểm - vì ngày mai có thể có nguy hiểm. Không có chắc chắn về bất kì cái gì. Có thể là vợ đang yêu hôm nay đây, nhưng có thể không yêu nữa vào ngày mai. Chồng đang yêu hôm nay đây có thể không yêu nữa vào ngày mai. Không có chắc chắn về ngày mai. Hôm nay có tiền, ngày mai có thể không có tiền; hôm nay có quần áo, ngày mai có thể không có quần áo.... Trong người chấp nhận toàn bộ sự bất an ninh này về ngày mai, và chờ đợi ngày mai, người đối diện với bất kì cái gì ngày mai mang tới, một trung tâm bắt đầu phát triển mà tôi gọi là trung tâm rón. Bên trong người đó sức mạnh, nghị lực và uy lực nảy sinh. Bên trong người đó một cơ sở nảy sinh như cột trụ vững cảm mà trên đó cuộc sống của người đó có thể tăng trưởng.

Cho nên, ở mức độ vật lí, việc thở được cần và ở mức độ tâm lí, dũng cảm được cần. Hai điều này về căn bản được cần cho việc phát triển trung tâm rón. Nếu có cái gì đó khác hay nếu bạn có các câu hỏi trong tâm trí liên quan tới điều này, tôi sẽ nói cho bạn về nó đêm nay. Nhưng trước hết, trước khi phiên hiện tại này kết thúc, tôi sẽ nói cho bạn thêm một điều nữa.

Bảy hay tám trăm năm trước ở Nhật Bản họ đã cố tạo ra một kiểu người khác - họ gọi người đó là võ sĩ đạo samurai. Người đó là sư và cũng là chiến binh. Điều này là rất kì lạ - vì quan hệ giữa sư và chiến binh là gì? Các đền ở Nhật Bản là rất kì lạ. Trong những đền này, nơi họ dạy thiền, họ cũng dạy nhu thuật và nhu đạo và nghệ thuật vật, kiếm thuật và cung thuật. Nếu như chúng ta đi tới đó và xem, chúng ta chắc sẽ bị ngạc nhiên! Nhu cầu gì để dùng kiếm trong đền thiền? Và dạy nhu đạo, nhu thuật và vật - chúng có quan hệ gì với thiền? Ở trước đền thiền có biểu tượng chiếc kiếm! Đó là chuyện rất kì lạ.

Nhưng có lí do. Thiên nhân ở Nhật Bản dần dần đi tới nhận ra rằng nếu không có khả năng nào trong đời người tìm kiếm để phát triển dũng cảm và sức mạnh, thế thì chỉ mỗi não sẽ tồn tại trong người tìm kiếm đó. Các trung tâm sâu hơn khác của người đó không phát triển. Người đó chỉ có thể trở thành kẻ sĩ, người đó không thể trở thành thánh nhân. Người đó có thể trở thành cái gọi là người thông thái. Người đó có thể biết Gita, Koran, Kinh Thánh, và Upanishad, người đó có thể nhớ chúng như vẹt, điều này là có thể - nhưng người đó không có kinh nghiệm sống. Cho nên thiên nhân được dạy cách dùng kiếm và tên.

Gần đây một trong những bạn tôi trở về từ Nhật Bản. Ai đó cho anh ấy một bức tượng. Anh ấy bị nó gây rất nhiều phiền phức. Anh ấy không thể hiểu được nó là bức tượng gì. Khi anh ấy trở về, anh ấy tới tôi với bức tượng này và nói, "Ai đó đã tặng tôi bức tượng này, cho nên tôi phải mang nó tới đây, nhưng tôi đã từng tự hỏi đi hỏi lại nó thuộc loại bức tượng gì. Nghĩa của nó là gì?" Đó là bức tượng về một chiến binh võ sĩ đạo samurai. Tôi bảo anh ấy, "Bạn không thể hiểu được vì trong hàng nghìn năm chúng ta đã tạo ra việc hiểu sai."

Bức tượng này là về chiến binh với kiếm tuốt trần trong tay. Phía bên mặt ở cùng phía bàn tay cầm kiếm, sáng lên với phản xạ của kiếm. Mặt anh ta ở phía đó có vẻ giống mặt của Arjuna có thể đã biểu lộ. Trong tay kia của anh ta có chiếc đèn, và ánh sáng của đèn rơi lên phía bên kia của mặt anh ta. Mặt anh ta ở phía đó có vẻ giống mặt của Phật có thể đã biểu lộ hay của Mahavira hay của Christ. Có chiếc kiếm trong tay này và chiếc đèn trong tay kia. Chúng ta không thể hiểu được điều đó vì đáng ra phải hoặc kiếm trong tay hoặc đèn thôi chứ. Làm sao cả hai thứ này có thể ở trong tay của một người được?

Cho nên bạn tôi đã không có khả năng hiểu bất kì cái gì. Anh ấy nói với tôi, "Tôi rất phân vân. Nó tất cả là gì vậy?"

Tôi bảo anh ấy rằng chiếc đèn chỉ có thể tồn tại trong tay của người cũng có kiếm chiếu sáng trong tay người đó. Với người đó vấn đề không phải là dùng kiếm; chỉ người yếu, người sợ mới dùng kiếm. Người có toàn thể cuộc sống trở thành giống như chiếc kiếm, không dùng nó. Không có nhu cầu cho người đó dùng nó vì toàn thể cuộc đời người đó là kiếm rồi. Cho nên đừng nghĩ rằng nếu một người có kiếm trong tay mà người đó sẽ dùng nó, mà người đó sẽ làm bị thương hay giết ai đó. Người ta chỉ giết người khi người đó sợ bản thân mình bị giết - bằng không, không ai sẽ giết người. Người bạo hành thực sự chỉ là người sợ hãi. Trong thực tại kiếm chỉ có thể được cầm trong tay của người bất bạo hành. Thực ra, khi bản thân một người trở thành chiếc kiếm, chỉ thế thì người đó có thể là bất bạo hành, bằng không thì không đâu.

Chiếc đèn của an bình chỉ làm lợi cho người mà chiếc kiếm dững cầm của người đó đã được sinh ra, chiếc kiếm năng lượng, sức mạnh của người đó đã được sinh ra.

Cho nên một mặt nhân cách phải được trút đầy với sức mạnh toàn bộ, và mặt khác với an bình toàn bộ - chỉ thế thì nhân cách tích hợp, con người toàn bộ, nảy sinh.

Mãi cho tới giờ đã từng có hai loại tình huống trên thế giới. Hoặc mọi người đã cầm đèn trong tay họ và đã trở nên tuyệt đối yếu - nếu ai đó thổi tắt đèn của họ, họ thậm chí không thể dùng được người đó hay hỏi tại sao người đó đang thổi tắt đèn. Họ sẽ nghĩ rằng nếu anh chàng này đi mất thế thì họ sẽ thấp đèn lần nữa, và nếu anh ta không đi mất thế thì họ sẽ vẫn còn trong tối - dấu sao đi chăng nữa không có vấn đề gì cho nên tại sao nhận phiền phức để chống lại? Cho nên một mặt,

trong tình huống này, có những người có đèn trong tay nhưng không có sức mạnh để bảo vệ nó....

Ấn Độ đã trở thành một trong những nước yếu đó. Nó đã trở thành nước yếu vì chúng ta đã không phát triển các trung tâm thực của sinh lực của chúng ta. Chúng ta đơn giản ở lại với não và ghi nhớ Gita, và Upanishads, và những lời nói của Mahavira, và liên tục bình luận về chúng. Thầy và đệ tử liên tục ngồi và nói về hàng nghìn thứ vô dụng chẳng quan tâm tới sự sống. Toàn thể nước chúng ta, toàn thể giống nòi chúng ta, đã trở nên yếu, không có sức mạnh nào. Nó đã trở thành bất lực.

.... và mặt khác có những dân tộc đơn giản dùng việc chăm nom tới chiếc đèn và cầm kiếm và bắt đầu dùng nó. Thế thì, vì họ không có đèn, họ không thể thấy họ đang giết ai trong tối. Họ không biết liệu họ đang giết người riêng của họ hay người khác. Cho nên họ chỉ liên tục giết và nếu ai đó bắt đầu nói về thấp sáng chiếc đèn, họ nói, "Dùng nói điều vô nghĩa đi. Trong lúc chúng ta đang thấp sáng đèn, chúng ta có thể dùng kiếm. Thêm một kiếm nữa có thể được làm bằng kim loại mà chúng ta sẽ làm đèn, cho nên sao phí mọi dầu đó, mọi kim loại đó? Cuộc sống tất cả là về dùng kiếm." Mọi người ở phương Tây đang dùng kiếm trong tối; mọi người ở phương Đông đang ngồi đó với chiếc đèn nhưng không có kiếm. Cả hai đang khóc. Toàn thế giới đang khóc. Người đúng đã không được tạo ra. Người đúng là chiếc kiếm sống và cũng là chiếc đèn an bình. Tôi chỉ gọi ai đó là người tôn giáo nếu cả hai điều này đã nảy sinh trong người đó.

Chúng ta đã nói hôm nay về những điểm đầu tiên này. Điều bản chất là nhiều câu hỏi về chúng nảy sinh trong tâm trí bạn. Chúng phải nảy sinh. Nếu bạn viết ra những câu hỏi đó thế thì tôi có thể trả lời bạn vào đêm nay. Thế thì ngày mai

chúng ta sẽ bắt đầu thảo luận một số điểm khác. Cho nên hôm nay hỏi các câu hỏi chỉ về điều chúng ta đã thảo luận hôm nay và không về bất kì cái gì khác. Ngày mai chúng ta sẽ nói về các điểm khác, thế thì bạn có thể hỏi các câu hỏi về chúng. Ngày kia chúng ta sẽ nói về các điểm còn xa hơn, thế thì bạn có thể hỏi các câu hỏi về chúng.

Cho nên hôm nay sẽ là tốt hơn nếu bạn hỏi các câu hỏi về bất kì cái gì tôi vừa mới nói. Nếu bạn có câu hỏi không liên quan tới ba ngày này, thế thì bạn có thể hỏi chúng vào ngày cuối cùng và chúng ta có thể nói về chúng vậy.

Đủ cho chiều nay.

3. Hành trình tới rốn: ăn đúng - lao động - ngủ

Những người yêu mến của tôi,

Làm sao sự sống của con người có thể trở nên được định tâm trong con người của người đó, làm sao người đó có thể trải nghiệm bản thân mình, làm sao người đó có thể đạt tới cái ngã riêng của mình, chúng ta đã thảo luận trong hai bài nói trước của hôm nay. Một số điều thêm nữa đã được hỏi. Trong trả lời chúng, tôi sẽ nói cho bạn bây giờ về ba điểm. Ngày mai và ngày kia, tôi sẽ trả lời những câu hỏi mà không liên quan tới thảo luận hôm nay.

Và bây giờ tôi sẽ trả lời những câu hỏi có liên quan tới thảo luận hôm nay, phân chia chúng thành ba điểm.

Điểm thứ nhất là về cách con người nên bắt đầu sống cuộc sống của mình từ trung tâm rốn, được định tâm trong cái ngã, được định tâm trong con người của mình. Trước khi tôi đi vào trong điều này tôi muốn thảo luận ba cách thức có ý nghĩa khác qua đó năng lượng đang ngủ trong rốn có thể thức dậy. Một khi nó là thức, nó trở thành cánh cửa qua đó con người có thể trải nghiệm tâm thức mà là khác với thân thể người đó.

Tôi sẽ nói cho bạn ba điểm, thế rồi tôi sẽ thảo luận về chúng. Điểm thứ nhất là luyện tập đúng. Điểm thứ hai là chế độ ăn đúng. Và điểm thứ ba là ngủ đúng. Người không có luyện tập đúng, không có thức ăn đúng và ngủ đúng, không bao giờ có thể trở nên được định tâm tại rốn. Con người đã mất tiếp xúc với cả ba điều này.

Con người là loài duy nhất có chế độ ăn uống không thể dự đoán được. Chế độ ăn uống của mọi loài vật khác là chắc chắn. Nhu cầu vật lí cơ bản của chúng và bản tính của chúng quyết định cái gì chúng nên ăn và cái gì chúng không nên ăn; chúng nên ăn bao nhiêu, chúng không nên ăn bao nhiêu; khi nào chúng phải ăn và khi nào chúng dừng. Nhưng con người là tuyệt đối không thể dự đoán được, con người là tuyệt đối không chắc chắn. Bản tính của người đó không bảo người đó phải ăn cái gì, mà nhận biết của người đó cũng không bảo người đó phải ăn bao nhiêu, hiểu biết của người đó không quyết định khi nào người đó phải dừng ăn. Vì không phẩm chất nào trong những phẩm chất này của con người là dự đoán được, cuộc sống của con người đã đi vào những chiều hướng rất bất định. Nhưng nếu cho dù có chút ít việc hiểu - nếu cho dù con người bắt đầu sống với một chút thông minh, cho dù với một chút trầm tư, cho dù với việc mở mắt ra chút xíu, thế thì không khó chút nào để thay đổi chế độ ăn đúng. Điều đó rất dễ dàng; không thể có cái gì dễ hơn. Để hiểu chế độ ăn đúng chúng ta có thể chia nó thành hai phần.

Điều thứ nhất: con người nên ăn gì và không nên ăn gì? Thân thể con người được làm từ các phân tử hoá học. Toàn thể quá trình của thân thể là rất nhiều tính hoá học. Nếu rượu được đưa vào trong con người, thế thì thân thể con người sẽ bị ảnh hưởng bởi chất hoá học - nó sẽ trở nên bị say, vô ý thức. Cho dù con người có thể mạnh khoẻ, cho dù con người có thể an

bình, hệ thống hoá chất của việc say sẽ ảnh hưởng tới thân thể người đó. Dù con người có thể có tính thánh thiện thế nào, nếu con người bị cho chất độc, người đó sẽ chết.

Socrates đã chết từ việc đầu độc và Gandhi chết từ viên đạn. Viên đạn không thấy liệu người này là thánh nhân hay tội nhân; chất độc cũng không thấy liệu một người là Socrates hay người bình thường nào đó. Chất say có hại và chất độc lẫn trong thức ăn đều không thấy bạn là ai hay là gì. Vận hành của nó là trực tiếp - nó đi vào trong hệ thống hoá chất của thân thể và bắt đầu làm việc. Theo cách này bất kì thức ăn gây say nào đều bắt đầu làm hại và tạo ra rối loạn trong tâm thức của con người. Bất kì thức ăn nào đem con người vào bất kì loại vô thức nào, bất kì loại kích động nào, bất kì loại cực đoan nào, bất kì loại rối loạn nào, đều là có hại. Và cái hại sâu nhất, tối thượng là khi những thứ này bắt đầu đạt tới rôn.

Có lẽ bạn không nhận biết rằng trong thiên nhiên liệu pháp trên khắp thế giới, đắp bùn, thức ăn chay, thức ăn nhẹ, quần áo vải đầm nước và tắm bồn được dùng để chữa lành thân thể. Nhưng người áp dụng thiên nhiên liệu pháp vẫn chưa hiểu vấn đề là tác động của quần áo đầm nước, đắp bùn, hay tắm bồn lên thân thể không phải vì phẩm chất đặc biệt của chúng mà vì cách chúng tác động lên trung tâm rôn. Và thế rồi trung tâm rôn tác động lên phần còn lại của thân thể. Mọi điều này - bùn, nước, bồn tắm - ảnh hưởng tới năng lượng ngũ trong trung tâm rôn và khi năng lượng này nảy sinh, mạnh khoẻ bắt đầu nảy sinh trong cuộc sống của con người.

Nhưng người áp dụng thiên nhiên liệu pháp vẫn không nhận biết về điều này. Người áp dụng thiên nhiên liệu pháp nghĩ rằng có lẽ những hiệu quả ích lợi này tới từ đắp bùn hay từ bồn tắm hay đắp vải ướt lên bụng! Chúng quả có ích lợi,

nhưng ích lợi thực tới từ việc thức tỉnh năng lượng trong trung tâm đang ngủ của rôn.

Nếu trung tâm rôn bị ngược đãi, nếu chế độ ăn sai, thức ăn sai được dùng, thế thì dần dần, dần dần trung tâm rôn trở nên ngủ và năng lượng của nó trở nên yếu hơn. Dần dần, dần dần trung tâm đó bắt đầu rơi vào giấc ngủ. Chung cuộc nó gần như đi vào ngủ. Thế thì chúng ta thậm chí chẳng để ý tới nó như bất kì trung tâm nào.

Thế thì chúng ta chỉ để ý tới hai trung tâm: một là não nơi ý nghĩ thường xuyên chuyển động, và trung tâm kia là chút ít của tim, nơi cảm xúc đang chuyển động. Sâu hơn điều này chúng ta không có tiếp xúc với bất kì cái gì. Cho nên, thức ăn càng nhẹ, nó càng ít tạo ra nặng nề lên thân thể, điều đó sẽ càng có giá trị và ý nghĩa cho việc bắt đầu cuộc hành trình bên trong của bạn.

Với chế độ ăn đúng điều đầu tiên cần nhớ là ở chỗ nó phải không tạo ra kích động, nó phải không gây say, nó phải không nặng. Sau khi ăn đúng bạn sẽ không cảm thấy nặng nề và uể oải. Nhưng có lẽ tất cả chúng ta đều cảm thấy nặng nề và uể oải sau bữa ăn - thế thì chúng ta phải biết rằng chúng ta đang ăn sai.

Một bác sĩ rất nổi tiếng, Kenneth Walker, đã nói trong tự tiểu sử của mình rằng theo kinh nghiệm cả đời của ông ấy, ông ấy có thể nói rằng về bất kì cái gì mọi người ăn, một nửa của nó rót vào dạ dày của họ và một nửa của nó rót vào dạ dày của các bác sĩ. Nếu họ ăn chỉ một nửa cái họ thường ăn thế thì họ chắc sẽ không bị ốm chút nào, và sẽ không cần bác sĩ.

Một số người bị ốm vì họ không ăn đủ thức ăn và một số người bị ốm vì họ ăn quá nhiều thức ăn. Một số người chết vì đói và một số người chết vì ăn quá nhiều. Và số người chết vì

ăn quá nhiều bao giờ cũng nhiều hơn người chết vì đói. Rất ít người chết vì đói. Ngay cả một người muốn vẫn còn đói, không có khả năng nào cho người đó chết trong ít nhất ba tháng. Bất kì người nào cũng có thể sống mà không có thức ăn trong ba tháng. Nhưng nếu một người ăn quá nhiều trong ba tháng thế thì không có khả năng nào cho người đó sống sót.

Đã có những người mà chính ý tưởng của họ làm cho chúng ta cảm thấy kì lạ. Đã có một hoàng đế lớn tên là Nero. Ông ta có hai bác sĩ mà việc của họ chỉ để làm cho ông ta nôn ra sau bữa ăn, để cho ông ta có thể tận hưởng ăn ít nhất mười lăm tới hai mươi lần một ngày. Cho nên ông ta sẽ ăn một bữa, thế rồi ông ta sẽ uống thuốc để làm cho ông ta nôn ra để cho ông ta có thể tận hưởng thức ăn lần nữa. Điều chúng ta đang làm không rất khác đâu.

Nero có thể có bác sĩ ở cung điện của ông ta vì ông ta là hoàng đế. Chúng ta không là hoàng đế nhưng chúng ta có bác sĩ ở nhà hàng xóm. Nero làm cho bản thân ông ta nôn ra mọi ngày, chúng ta làm cho bản thân mình nôn ra cứ vài tháng một. Chúng ta ăn chế độ ăn sai và tích lũy mọi thứ và thế rồi bác sĩ cho chúng ta việc dọn sạch. Thế rồi chúng ta bắt đầu lại ăn sai nữa. Nero là người khôn! Ông ta đã thu xếp để dọn sạch mọi ngày - chúng ta làm điều đó sau mỗi hai hay ba tháng. Nếu như chúng ta cũng là các hoàng đế thế thì chúng ta sẽ làm cùng điều đó. Nhưng chúng ta bất lực, chúng ta không có tiện nghi, cho nên chúng ta không thể làm được điều đó. Chúng ta cười Nero nhưng theo cách nào đó chúng ta không khác ông ta.

Thái độ sai của chúng ta hướng tới thức ăn đang trở thành nguy hiểm cho chúng ta. Những thái độ đó đang chứng tỏ rất tốn kém. Chúng ta đã đưa chúng ta tới điểm mà chúng ta bằng cách nào đó chỉ sống. Thức ăn của chúng ta dường như không tạo ra mạnh khoẻ trong chúng ta, dường như nó tạo ra ốm yếu.

Đó là tình huống đáng ngạc nhiên khi thức ăn bắt đầu làm cho chúng ta ốm yếu. Đường như mặt trời mọc buổi sáng tạo ra tối. Điều này sẽ là điều ngạc nhiên và kì lạ tương đương xảy ra. Nhưng mọi bác sĩ điều trị trên thế giới đều có ý kiến rằng phần lớn các bệnh tật của con người hiện hữu vì chế độ ăn uống sai của con người.

Cho nên điều đầu tiên là ở chỗ mọi người phải rất nhận biết và ý thức về việc ăn của mình. Và tôi đang nói điều này đặc biệt dành cho thiên nhân. Điều cần thiết với thiên nhân là vẫn còn nhận biết người đó ăn gì, người đó ăn bao nhiêu, và hiệu quả của nó lên thân thể người đó là gì. Nếu một người thực nghiệm trong vài tháng với nhận biết, người đó chắc chắn sẽ tìm ra thức ăn đúng cho mình là gì, thức ăn nào cho người đó yên tĩnh, an bình và mạnh khoẻ. Không có khó khăn thực nhưng vì chúng ta không chú ý tới thức ăn, chúng ta không bao giờ có khả năng khám phá ra thức ăn đúng.

Điều thứ hai về thức ăn là ở chỗ trạng thái tâm trí của chúng ta khi chúng ta ăn là quan trọng hơn nhiều so với cái chúng ta ăn. Thức ăn sẽ ảnh hưởng tới bạn khác đi nếu bạn ăn một cách ghen tị, hạnh phúc, hay nếu bạn ăn khi bạn đầy buồn rầu và lo nghĩ. Nếu bạn đang ăn trong trạng thái lo nghĩ, thế thì ngay cả thức ăn ngon nhất cũng sẽ có hiệu ứng độc. Và nếu bạn đang ăn với niềm vui thế thì có thể rằng đôi khi ngay cả chất độc cũng có thể không có khả năng có hiệu quả toàn bộ của nó lên bạn. Điều đó là rất có thể. Cho nên bạn ăn trong trạng thái tâm trí nào là quan trọng.

Ở Nga đã có một nhà tâm lí học lớn tên là Pavlov. Ông ấy đã làm một số thực nghiệm lên con vật và ông ấy đã đạt tới kết luận đáng ngạc nhiên. Ông ấy đã thực nghiệm lên một số chó và mèo. Ông ấy cho mèo ăn và ông ấy quan sát con mèo qua máy tia X để xem cái gì đã xảy ra trong dạ dày mèo sau

khi nó ăn thức ăn. Khi thức ăn đi vào trong dạ dày, dạ dày lập tức tiết ra dịch tiêu hoá. Theo cùng cách chó được mang tới cửa sổ của phòng có mèo ở trong. Khi chó sủa, mèo trở nên sợ và máy tia X chỉ ra rằng việc tiết dịch tiêu hoá bên trong nó dừng lại. Dạ dày đóng lại. Nó co lại. Thế rồi chó được đem đi, nhưng trong sáu giờ dạ dày vẫn còn trong cùng hoàn cảnh. Quá trình tiêu hoá thức ăn đã không bắt đầu lại và thức ăn vẫn còn không được tiêu hoá trong dạ dày trong sáu giờ. Sau sáu giờ, khi dịch bắt đầu chảy lại, thức ăn đã không trong trạng thái tiêu hoá được, nó đã trở thành cứng và đã trở nên khó tiêu hoá. Khi tâm trí của mèo trở nên lo lắng về sự hiện diện của chó, dạ dày dừng công việc của nó.

Vậy về tình huống của chúng ta thì sao? Chúng ta sống trong lo nghĩ cả hai mươi bốn giờ một ngày. Chính phép màu là làm sao thức ăn chúng ta ăn được tiêu hoá, làm sao sự tồn tại quản lí được điều đó mặc chúng ta! Chúng ta không có ao ước tiêu hoá nó. Chính phép màu tuyệt đối là làm sao nó vẫn được tiêu hoá. Và làm sao chúng ta vẫn còn sống! Đây cũng là phép màu! Trạng thái tâm trí của chúng ta nên duyên dáng và phúc lạc.

Nhưng trong nhà chúng ta bàn ăn là trạng thái u ám nhất. Vợ đợi cả ngày để chồng về nhà ăn và mọi ồm yếu xúc cảm cô ấy đã thu thập trong hai mươi bốn giờ xỏ ra khi chồng đang ăn. Cô ấy không biết rằng cô ấy đang làm công việc của kẻ thù. Cô ấy không biết rằng cô ấy đang đưa chất độc lên đĩa ăn của chồng.

Chồng cũng sợ và lo nghĩ sau công việc của cả ngày - anh ấy bằng cách nào đó trút thức ăn vào dạ dày mình rồi bỏ đi. Anh ấy không có ý tưởng nào rằng hành động mà anh ấy đã kết thúc nhanh chóng thế và đã chạy xa đáng phải là hành động câu nguyện. Nó không phải là hành động mà phải được

làm trong vội vàng. Nó phải được làm theo cùng cách ai đó đi vào đền, hay như ai đó quỳ xuống để cầu nguyện, hay như ai đó ngồi chơi đàn veena, hay như ai đó hát bài hát cho người yêu. Hành động này thậm chí còn quan trọng hơn: người đó đang cho thức ăn vào thân thể mình. Nó nên được làm trong trạng thái phúc lạc vô cùng. Nó nên là hành động yêu thương và cầu nguyện.

Người ta có thể ăn bữa ăn mà hạnh phúc và vui vẻ và thanh thoi và không lo nghĩ, thức ăn của người đó bắt đầu trở thành thức ăn đúng hơn.

Chế độ ăn bạo hành không chỉ ngụ ý rằng con người ăn thức ăn không chay. Nó cũng là chế độ bạo hành khi con người ăn với giận dữ. Cả hai điều này đều là bạo hành. Trong khi ăn trong giận, trong khổ, trong lo nghĩ, con người cũng ăn một cách bạo hành. Người đó không nhận ra chút nào rằng hết như người đó bạo hành khi ăn thịt hay cái gì đó khác, cho nên khi thịt riêng của người đó cháy bùng bên trong do giận và lo, bạo hành hiện diện ở đó nữa. Thế thì thức ăn mà người đó đang ăn không thể là bất bạo hành.

Phần khác của thức ăn đúng là ở chỗ bạn nên ăn trong trạng thái rất an bình, rất vui vẻ. Nếu bạn không trong trạng thái như vậy, thế thì tốt hơn cả là đợi cho tới khi bạn là vậy và không ăn một khoảng thời gian ngắn. Khi tâm trí là tuyệt đối sẵn sàng, chỉ thế người ta mới nên ăn bữa ăn. Tâm trí sẽ không sẵn sàng trong bao lâu? Nếu bạn đủ nhận biết để đợi thế thì nhiều nhất nó có thể vẫn còn đói trong chỉ một ngày - nhưng chúng ta chưa bao giờ bận tâm lắng nghe nó. Chúng ta đã làm cho việc ăn thức ăn thành quá trình máy móc hoàn toàn. Người ta phải để thức ăn vào trong thân thể và thế rồi rời khỏi bàn ăn. Nó không còn là quá trình tâm lý - điều đó là nguy hiểm.

Ở mức độ thân thể, thức ăn là đúng nếu nó là lành mạnh, không kích thích và bất bạo hành; ở mức độ tâm lí, tâm trí nên ở trong trạng thái phúc lạc, duyên dáng và vui vẻ; và trên mức độ của hồn nên có cảm giác biết ơn, cảm ơn. Ba điều này làm cho thức ăn là thức ăn đúng.

Chúng ta nên có cảm giác rằng "Vì thức ăn hôm nay là sẵn có cho tôi, tôi biết ơn. Tôi đã được cho thêm một ngày nữa để sống - tôi cực kì biết ơn. Sáng nay tôi đã thức dậy lại sống, hôm nay mặt trời đã cho tôi ánh sáng lần nữa, hôm nay tôi sẽ có khả năng nhìn trăng lần nữa, tôi lại sống hôm nay! Không nhất thiết là tôi sẽ sống hôm nay, hôm nay tôi có thể đã ở trong mồ - nhưng sự sống đã lại được trao cho tôi. Tôi đã không kiếm nó; nó đã được trao cho tôi, được cho không." Vì điều này ít nhất, cảm giác về cảm ơn, về biết ơn nên có đó trong tim người ta. Chúng ta đang ăn thức ăn, chúng ta đang uống nước, chúng ta đang thở - chúng ta nên có cảm giác biết ơn về tất cả những điều này. Hướng tới toàn thể sự sống, hướng tới toàn thể giới, hướng tới toàn thể vũ trụ, hướng tới toàn thể điều thiêng liêng, nên có cảm giác biết ơn - "Tôi đã nhận được một ngày thêm nữa để sống. Một lần nữa tôi đã nhận được thức ăn để ăn. Với một ngày thêm nữa tôi lại thấy mặt trời, thấy hoa nở. Tôi lại sống hôm nay."

Hai ngày trước khi chết tới với Rabindranath, ông ấy nói, "Trời, tôi biết ơn làm sao! Ôi Trời, làm sao tôi diễn đạt được lòng biết ơn của tôi? Ngài đã trao cuộc sống này cho tôi khi tôi đã không xứng đáng nhận nó theo bất kì cách nào. Ngài đã cho tôi việc thở khi tôi đã không có quyền thở. Ngài đã cho tôi kinh nghiệm về cái đẹp và phúc lạc điều tôi đã không kiếm được chút nào. Tôi biết ơn. Tôi bị mê mẩn bởi ân huệ của ngài. Và nếu trong sự sống này được ngài trao cho, tôi có thể đã nhận được bất kì đau nào, bất kì khổ nào, bất kì lo nào, đó phải

đã là lỗi của tôi; vì cuộc sống này của ngài là rất phức tạp. Đó phải là lỗi của tôi. Cho nên tôi không hỏi xin ngài cho tôi giải thoát khỏi sự sống. Nếu ngài cảm thấy tôi xứng đáng, thế thì cho tôi vào cuộc sống này lặp đi lặp lại. Cuộc sống này của ngài là rất phức tạp và tôi hoàn toàn biết ơn vì điều đó."

Cảm giác này, cảm giác biết ơn này, nên có đó trong mọi khía cạnh của sự sống - và rất đặc biệt với chế độ ăn. Chỉ thế thì chế độ ăn mới có thể trở thành chế độ ăn đúng.

Điểm thứ hai là: lao động đúng. Điều đó nữa cũng không còn là phần bản chất của cuộc sống của chúng ta. Lao động thế chất đã trở thành hành động đáng xấu hổ.

Một nhà tư tưởng phương Tây, Albert Camus, đã viết đùa, trong một trong những bức thư của ông ấy, rằng thời gian sẽ tới khi mọi người sẽ bắt đầu yêu cầu người phục vụ của họ làm tình thay cho họ. Nếu ai đó rơi vào yêu ai đó, anh ta sẽ chỉ định một người phục vụ đi và làm tình nhân danh anh ta. Điều này có thể xảy ra một ngày nào đó. Chúng ta đã bắt đầu làm cho mọi thứ được làm bởi người khác; yêu là điều duy nhất mà chúng ta vẫn tự mình làm. Chúng ta chỉ định người khác cầu nguyện cho chúng ta. Chúng ta sử dụng thầy tu và bảo ông ta cầu nguyện nhân danh chúng ta, làm các nghi lễ nhân danh chúng ta. Chúng ta chỉ định tu sĩ trong đền và bảo ông ta tôn thờ nhân danh chúng ta. Ngay cả những điều như lời cầu nguyện và tôn thờ chúng ta đang nhận việc được làm bởi người phục vụ của chúng ta. Cho nên nếu chúng ta làm cho người phục vụ của chúng ta tôn thờ hộ chúng ta, điều không phải là không thể nghĩ được là một ngày nào đó người khôn ngoan sẽ bảo người phục vụ của họ làm tình với người yêu của họ nhân danh họ. Khó khăn gì? Và những người sẽ không có khả năng

đảm đương có người phục vụ để làm việc của họ, sẽ cảm thấy xấu hổ rằng họ nghèo tới mức họ phải tự mình làm tình.

Có thể là một ngày nào đó vì có nhiều thứ thế trong cuộc sống mà có ý nghĩa nhưng là điều bây giờ chúng ta có được việc làm nó bởi người phục vụ của chúng ta! Và chúng ta không nhận biết chút nào về điều chúng ta đã đánh mất bằng việc mất đi những điều có ý nghĩa.

Mọi sức mạnh, mọi sức sống của sự sống bị mất đi vì thân thể của con người và bản chất của con người đã được tạo ra cho một khối lượng lao động nào đó - và bây giờ con người đã thành không được cần tới nữa với mọi công việc đó. Lao động đúng cũng là phần bản chất trong việc thức tỉnh tâm thức và năng lượng của con người.

Một sáng Abraham Lincoln đang đánh bóng đôi giày ở trong nhà. Một trong những người bạn của ông ấy vừa tới thăm ông ấy, nói, "Lincoln! Ông làm gì vậy? Ông đánh bóng giày riêng của ông sao?"

Lincoln nói, "Ông làm tôi ngạc nhiên! Ông có đánh bóng giày của người khác không? Tôi đang đánh bóng giày riêng của tôi - ông đánh bóng giày của người khác sao?"

Người bạn nói, "Không, không, tôi để giày tôi được người khác đánh bóng cho!"

Lincoln nói, "Để giày của ông được đánh bóng bởi người khác thậm chí còn tệ hơn là đánh bóng giày của người khác."

Điều đó ngụ ý cái gì? Nó ngụ ý rằng chúng ta đang đánh mất tiếp xúc trực tiếp của chúng ta với sự sống. Tiếp xúc trực tiếp của chúng ta với sự sống là những thứ tới qua lao động.

Vào thời của Khổng Tử - quãng ba nghìn năm trước - Khổng Tử có lần tới thăm một làng. Trong vườn ông ấy thấy một người làm vườn già và con ông ta đang kéo nước từ giếng lên. Với ông già việc kéo nước lên từ giếng là rất khó khăn cho dù có sự giúp đỡ của con ông ấy. Và ông già này đã rất già.

Khổng Tử tự hỏi chẳng lẽ ông già này không biết rằng bò và ngựa giờ đang được dùng để kéo nước lên khỏi giếng. Ông ấy lại tự mình kéo nước lên. Ông ấy dùng phương pháp cũ thế!

Thế là Khổng Tử đi tới ông già và nói, "Ông bạn ơi! Ông không biết rằng đã có phát minh mới hay sao? Mọi người đang kéo nước từ giếng lên với sự giúp đỡ của ngựa và bò. Sao ông phải tự mình làm nó thế?"

Ông già nói, "Nói khẽ thôi, nói khẽ thôi! Với tôi, chả thành vấn đề điều ông nói nhưng tôi e là con trai trẻ của tôi có thể nghe thấy ông nói."

Khổng Tử hỏi, "Ông ngụ ý gì?"

Ông già đáp, "Tôi biết về những phát minh này, nhưng mọi phát minh giống thế này đều đem con người rời xa khỏi lao động. Tôi không muốn con trai tôi trở nên bị cắt rời ra vì ngày nó trở nên bị cắt rời khỏi lao động, nó sẽ bị cắt rời khỏi bản thân sự sống."

Sự sống và lao động là đồng nghĩa. Sự sống và lao động có cùng nghĩa. Nhưng dần dần, dần dần chúng ta đã bắt đầu gọi những người không phải nỗ lực thể chất, là may mắn, còn những người phải làm nỗ lực thể chất là không may mắn. Và theo một cách nào đó điều đó đã trở thành như vậy, vì theo một cách nào đó nhiều người đã bỏ việc làm lao động cho nên một số người phải làm nhiều lao động hơn. Quá nhiều lao động giết người ta. Quá ít lao động cũng giết người ta. Do đó tôi nói "Lao động đúng. Phân phối đúng lao động thể chất." Từng người nên làm lao động thể chất nào đó. Càng mãnh liệt, càng phức tạp, càng chuyên đáng mà một người đi vào phần lao động của đời mình, người đó càng sẽ thấy rằng sinh lực của người đó đã bắt đầu chuyển xuống từ não tới gân với rốn hơn. Với lao động cả não lẫn tim đều không được cần tới. Năng lượng dành cho lao động được dẫn trực tiếp từ rốn. Đây là nguồn của nó.

Cùng với chế độ ăn đúng chút ít lao động thể chất là rất bản chất. Và không phải là nó phải ở trong mối quan tâm về người khác - rằng nếu bạn phục vụ người nghèo, điều đó làm lợi cho người nghèo; nếu bạn đi tới làng và làm việc nông, điều đó ích lợi cho nông dân; nếu bạn làm lao động nào đó, bạn đang làm việc phục vụ lớn lao cho xã hội. Đây toàn là những thứ giả. Nó là vì mục đích riêng cho bạn thôi, không vì mục đích của bất kỳ ai khác. Nó không quan tâm tới việc làm lợi cho bất kỳ người nào khác. Ai đó khác có thể được lợi bởi nó, nhưng chủ yếu nó dành cho điều tốt lành riêng của bạn.

Khi Churchill về hưu, một trong những bạn của tôi tới gặp ông ấy tại nhà ông ấy. Trong tuổi già của mình, Churchill đào hố và trồng một số cây trong vườn nhà ông ấy. Bạn tôi hỏi ông ấy vài câu hỏi về chính trị. Churchill nói, "Bỏ nó đi! Giờ

nó qua rồi. Giờ nếu ông muốn hỏi tôi cái gì đó, ông có thể hỏi tôi về hai điều. Ông có thể hỏi tôi về Kinh Thánh, vì tôi đọc nó ở nhà, và ông có thể hỏi tôi về làm vườn vì tôi làm nó ở đây trong vườn. Bây giờ tôi không quan tâm tới chính trị. Cuộc đua đó hết rồi. Giờ tôi đang làm lao động và lời cầu nguyện."

Khi bạn tôi trở về anh ấy nói với tôi, "Tôi không hiểu Churchill là loại người gì. Tôi tưởng ông ấy sẽ cho tôi vài câu trả lời. Nhưng ông ấy nói ông ấy đang làm lao động và lời cầu nguyện."

Tôi bảo anh ấy, "Nói lao động và lời cầu nguyện là lặp lại. Lao động và lời cầu nguyện ngụ ý cùng điều, chúng là đồng nghĩa. Và ngày lao động trở thành lời cầu nguyện và lời cầu nguyện trở thành lao động là ngày mà lao động đúng được đạt tới."

Chút ít lao động là rất bản chất nhưng chúng ta đã không chú ý gì tới nó. Ngay cả các sannyasin truyền thống của Ấn Độ cũng không chú ý tới lao động - họ cố không làm nó. Không có vấn đề về việc làm nó của họ. Họ đơn giản đi theo hướng khác. Người giàu dùng lao động vì họ có tiền và họ có thể trả tiền cho việc đó còn sannyasin dùng lao động vì họ chẳng có gì để làm với thế giới. Họ không phải tạo ra bất kì cái gì, họ cũng không phải kiếm tiền, cho nên họ cần lao động để làm gì? Kết quả là ở chỗ hai giai cấp được kính trọng của xã hội rời xa khỏi lao động. Cho nên những người lao động chân tay còn lại, dần dần, dần dần trở nên không được kính trọng.

Với người tìm kiếm, lao động có ý nghĩa và hữu dụng lớn - không phải vì bạn sẽ tạo ra cái gì đó từ nó mà vì bạn càng được tham gia vào trong một loại lao động nào đó, tâm thức của bạn sẽ càng bắt đầu trở nên được định tâm. Nó sẽ bắt đầu

đi xuống từ não. Không nhất thiết là lao động phải có năng suất. Nó cũng có thể là phi năng suất nữa, nó có thể là tập luyện đơn giản. Nhưng lao động nào đó là rất bản chất cho sự linh động của thân thể, tinh táo đầy đủ của tâm trí, và thức tỉnh toàn bộ của con người. Đây là phần thứ hai.

Cũng có thể có sai lầm trong phần này nữa. Như người ta có thể phạm sai lầm với chế độ ăn uống - hoặc người ta ăn quá ít hoặc người ta ăn quá nhiều - cho nên sai lầm có thể xảy ra ở đây nữa. Hoặc người ta không lao động chút nào, hoặc người ta lao động quá nhiều. Các đô vật làm lao động quá nhiều. Họ ở trong trạng thái ốm yếu. Đô vật không phải là người mạnh khỏe. Đô vật đang để gánh nặng quá nhiều lên thân thể - ông ta đang cưỡng bức thân thể. Nếu thân thể bị cưỡng bức, thể thì phần nào đó của thân thể, cơ nào đó, có thể phát triển nhiều hơn. Nhưng không đô vật nào sống lâu! Không đô vật nào chết trong trạng thái lành mạnh. Bạn có biết điều này không? Mọi đô vật - dù ông ấy là Gama, hay Sandow, hay bất kì người nào khác với thân thể lớn trên thế giới - đều chết không lành mạnh. Họ chết sớm và họ chết do các bệnh trầm trọng. Cưỡng bách thân thể có thể làm nở cơ và làm thân thể đáng xem, đáng trưng bày, nhưng có khác biệt lớn giữa trưng bày và sự sống. Có khác biệt lớn giữa việc sống, là mạnh khỏe và là người trưng bày.

Tùng người phải tìm ra, tùy theo thân thể người đó, bao nhiêu lao động người đó nên làm để sống mạnh khỏe hơn và tươi tắn hơn. Để không khí tươi hơn có bên trong thân thể, để từng và mọi hơi thở là phức tạp hơn, có sức sống hơn, người ta phải thám hiểm cái bên trong. Simonbel, triết gia người Pháp, đã viết một điều rất tuyệt diệu trong tự tiểu sử của bà ấy. Bà ấy nói, "Tôi bao giờ cũng ốm yếu mãi cho tới tuổi ba mươi. Tôi đã không mạnh khỏe và tôi bị nhiều đau đầu. Nhưng chỉ ở

tuổi bốn mươi tôi mới nhận ra rằng mãi cho tới tuổi ba mươi tôi đã là người vô thần. Tôi đã trở nên mạnh khoẻ khi tôi trở thành người hữu thần. Chỉ về sau tôi mới thấy rằng con người ốm yếu và không mạnh khoẻ của tôi có liên quan tới chủ nghĩa vô thần của tôi."

Người ốm và không mạnh khoẻ không thể đầy lòng biết ơn hướng tới sự tồn tại. Không thể có việc cảm ơn trong người đó hướng tới sự tồn tại. Chỉ có giận. Với những người như vậy điều không thể được là chấp nhận cái gì đó mà người đó đầy giận. Người đó đơn giản bác bỏ nó. Nếu cuộc sống của người ta không đạt tới cân bằng nào đó về mạnh khoẻ qua lao động đúng và luyện tập đúng, thế thì điều tự nhiên là người ta sẽ có tính phủ định nào đó, sự kháng cự, và giận hướng tới sự sống.

Lao động đúng là bậc thang bản chất trên chiếc thang tới chủ nghĩa hữu thần tối thượng.

Điểm thứ ba là ngủ đúng. Thức ăn đã trở nên bị phá rối, lao động đã trở nên bị phá rối - và ngủ đã bị sát hại toàn bộ! Cái đã từng gây hại nhiều nhất trong sự phát triển của văn minh con người là giấc ngủ. Từ ngày con người khám phá ra ánh sáng nhân tạo, giấc ngủ của con người đã trở thành rất rối loạn. Và ngày càng nhiều vật dụng bắt đầu rơi vào trong tay con người, anh ta bắt đầu cảm thấy rằng ngủ là thứ không cần thiết, phí quá nhiều thời gian trong nó. Thời gian khi chúng ta ngủ là phí phạm hoàn toàn. Cho nên với ngủ ít, chúng ta có thể làm điều tốt hơn. Điều xuất hiện với mọi người là giấc ngủ không có bất kì loại đóng góp nào cho các quá trình sâu hơn của sự sống. Họ nghĩ rằng thời gian dành cho việc ngủ là thời gian phí hoài, cho nên họ càng ngủ ít càng tốt; họ càng nhanh chóng giảm thời gian ngủ càng tốt.

Đây đã là một nhóm người muốn giảm thời gian ngủ được cần và nhóm khác là các sư và những người ẩn cư, người cảm thấy dường như giấc ngủ này, vô thức này dưới dạng ngủ, là trạng thái đối lập của việc tự nhận ra hay tự thức tỉnh. Cho nên, theo họ, ngủ là không tốt và bạn càng ngủ ít càng tốt.

Có một vấn đề nữa cho các sư: họ đã gom quá nhiều kìm nén trong vô thức của họ và trong ngủ tất cả những kìm nén đó bắt đầu trôi lên bề mặt và đi vào giấc mơ của họ! Cho nên một loại sợ ngủ đã nảy sinh, vì mọi thứ mà họ đã bỏ qua trong ngày bắt đầu trôi lên bề mặt trong giấc ngủ ban đêm của họ. Đàn bà, người họ đã bỏ lại và chạy xa trong rừng, bắt đầu tới trong giấc ngủ của họ. Các sư bắt đầu thấy họ trong mơ. Tiền, danh mà các sư đã chạy xa khỏi chúng bắt đầu đi theo họ trong mơ. Cho nên họ cảm thấy rằng giấc ngủ là thứ rất nguy hiểm - ngoài kiểm soát của họ - cho nên họ càng ngủ ít càng tốt. Những sư này đã tạo ra một loại cảm giác trong toàn thể giới rằng giấc ngủ là cái gì đó phi tâm linh. Đây là ý niệm cực kì ngu xuẩn.

Cho nên nhóm người thứ nhất phản đối ngủ và cảm thấy rằng nó là phí thời gian, rằng không có nhu cầu ngủ lâu thế. Càng nhiều thời gian người ta còn thức thì càng tốt. Những người tính toán mọi thứ, làm thống kê về mọi thứ, thực sự là kì lạ. Họ đã tính toán rằng một người ngủ tám giờ. Một phần ba ngày của người đó đi vào trong việc ngủ. Nếu người ta sống sáu mươi năm thế thì hai mươi năm đã bị phí hoài. Trong khoảng sống sáu mươi năm, chỉ bốn mươi năm là sẵn có cho sử dụng. Và thế rồi họ đã tính toán thêm nữa. Họ đã tính toán một người mất bao nhiêu thời gian để ăn thức ăn, để mặc quần áo, để cạo râu, để tắm, vân vân. Sau khi tính toán mọi thứ họ nói rằng gần như cả đời chúng ta bị phí hoài. Và khi họ bắt đầu trừ đi mọi thời gian đó, họ nhận ra rằng dường như nếu người

ta sống sáu mươi năm - thực tại, hai mươi năm đi vào giấc ngủ, vài năm đi vào việc ăn, vài năm đi vào việc tắm, vài năm đi vào việc đọc báo. Mọi thứ cứ phí hoài và chẳng cái gì còn lại trong cuộc sống. Những người này tạo ra kinh khiếp. Lời khuyên của họ là cắt bớt mọi thứ này nếu bạn muốn có thời gian nào đó để sống. Ngủ chiếm tới đa thời gian trong đời con người, cho nên giảm nó đi. Vậy là, trong khi nhóm này khuyên giảm ngủ và tạo ra làn sóng phản đối ngủ, nhóm thứ hai, các sư và những cư sĩ, đã gọi ngủ là phi tâm linh và bảo mọi người ngủ ít nhất có thể được. Một người càng ngủ ít, người đó càng là linh thiêng hơn; và nếu người đó không ngủ chút nào, thế thì người đó là người linh thiêng toàn bộ.

Hai nhóm này và ý tưởng của họ đã giết chết năng lực của con người để ngủ, và với việc sát hại giấc ngủ, mọi trung tâm sâu hơn của sự sống con người bị rung chuyển, quấy rối và trở nên bật rễ. Chúng ta thậm chí đã không để ý rằng nguyên nhân đằng sau mọi ốm bệnh, mọi rối loạn đã đi vào cuộc sống của con người là do thiếu ngủ. Người không thể ngủ đúng thì không thể sống đúng. Giấc ngủ không phải là phí thời gian. Tám tiếng ngủ không bị phí hoài; thay vì thế, vì tám tiếng đó, bạn có khả năng duy trì thức tỉnh trong mười sáu tiếng. Bằng không bạn chắc sẽ không có khả năng duy trì thức mọi lúc đó. Trong tám tiếng đó sinh lực được tích lũy, sự sống của bạn nhận được sức sống mới, các trung tâm của não và tim êm ả và sự sống của bạn vận hành từ trung tâm rộn của bạn. Trong tám tiếng ngủ đó bạn đã lại trở thành một với tự nhiên và với sự tồn tại - đó là lí do tại sao bạn trở nên nhận được sức sống mới.

Nếu bạn muốn hành hạ ai đó thế thì phương pháp tốt nhất - đã được phát minh từ hàng nghìn năm trước - là ngăn cản người đó đi vào giấc ngủ. Đã không thể nào cải tiến phương

pháp này thêm cho tới giờ. Trong cuộc chiến tranh cuối cùng ở Đức, và ngay cả bây giờ ở Nga, phương pháp phổ biến nhất để tra tấn tù nhân là ngăn cản giấc ngủ. Bạn đơn giản không cho phép người này ngủ. Đây là việc tra tấn ra ngoài mọi giới hạn cho người này. Cho nên các lính gác được đặt bên cạnh tù nhân để quấy rối giấc ngủ của họ.

Người Trung Quốc đã lần đầu tiên khám phá ra phương pháp này đầu quãng hai nghìn năm trước. Đơn giản không cho phép một người ngủ là phương pháp tra tấn rất rẻ. Họ sẽ làm cho người này đứng trong xà lim nhỏ tới mức người đó không thể cử động được chút nào, không thể ngồi không thể đứng không thể nằm. Thế rồi họ dùng nước chảy nhỏ giọt từ bên trên mà thường rơi vào đầu tù nhân, từng giọt một. Người đó không thể động đậy được chút nào, không thể ngồi không thể nằm, cho nên sau tối đa mười hai hay mười sáu hay mười tám giờ người này sẽ bắt đầu hét và la lên - "Tôi sẽ chết! Cứu tôi với! Cho tôi ra khỏi đây!" Thế rồi họ sẽ yêu cầu người này nói cho họ điều anh ta đã che giấu. Sau ba ngày ngay cả người dững cảm nhất sẽ từ bỏ.

Hitler ở Đức và Stalin ở Nga đã làm cùng điều này với hàng trăm nghìn người. Họ giữ những người này thức, không để cho họ ngủ. Người ta không thể trải nghiệm việc tra tấn nào tồi tệ hơn điều này. Cho dù bạn giết một người, người đó không khổ nhiều như khi bạn không để người đó ngủ - vì chỉ trong ngủ mà người đó thu lại điều người đó đã mất. Nếu người đó không có khả năng ngủ, thế thì người đó liên tục làm mất và mất sinh lực của mình, và không thu lại được cái gì. Người đó trở nên khô cạn toàn bộ. Chúng ta là những người bị làm khô đi vì cửa của chúng ta để đạt tới cái gì đó bị đóng lại, và cửa để mất mọi thứ đã ngày càng mở thêm ra.

Ngủ cần quay lại trong cuộc sống con người. Thực sự, không có phương án nào, không bước khác nào, cho lành mạnh tâm lí ngoài việc ngủ đó phải được làm thành bắt buộc theo luật trong một hay hai trăm năm nữa.

Điều rất quan trọng với thiên nhân là thấy ra rằng người đó ngủ đúng và đủ. Và một điều nữa cần được hiểu - ngủ đúng sẽ là khác nhau với mọi người. Điều đó sẽ không là như nhau vì thân thể có nhu cầu khác nhau cho mọi người - tùy theo tuổi và theo nhiều yếu tố khác.

Chẳng hạn, khi đứa trẻ còn trong bụng mẹ, nó ngủ hai mươi bốn tiếng vì mọi mô của nó đang phát triển. Nó cần giấc ngủ đầy đủ; thân thể nó sẽ phát triển chỉ nếu nó giữ việc ngủ trong hai mươi bốn giờ. Có thể là trẻ em được sinh ra què hay tật tễnh hay mù đã thức dậy trong thời gian chín tháng trong bụng mẹ. Có lẽ một ngày nào đó khoa học có thể có khả năng hiểu rằng trẻ em bằng cách nào đó thức dậy trong bụng mẹ được sinh ra bị què, hay với bộ phận của thân thể chúng không được phát triển.

Cần vẫn còn ngủ trong bụng mẹ trong hai mươi bốn giờ vì toàn thân đang được tạo ra, toàn thân đang phát triển. Giấc ngủ rất sâu là cần thiết, chỉ thế thì mọi hoạt động của thân thể mới có thể xảy ra.

Khi đứa con được sinh ra, nó ngủ trong hai mươi giờ. Thân thể của nó vẫn đang tăng trưởng. Thế rồi nó ngủ mười tám giờ, thế rồi mười bốn giờ.... Dần dần, dần dần, khi thân thể nó bắt đầu trở nên trưởng thành, giấc ngủ của nó ngày càng ít đi. Đến cuối cùng giấc ngủ lắng lại ở thời gian giữa sáu và tám tiếng. Giấc ngủ của người già ngày càng ít đi, nó trở thành năm tiếng, bốn tiếng, thậm chí ba tiếng - vì sự trưởng thành của thân thể của người già đã dừng lại. Người đó không có nhu

cần ngủ nhiều mọi ngày vì bây giờ chết của người đó đang tới gần. Nếu người già ngủ nhiều như đứa trẻ ngủ, thế thì người đó không thể chết được, chết sẽ là khó. Để chết điều cần thiết là ngủ trở nên ngày một ít đi. Để sống điều cần thiết là ngủ là sâu. Đó là lí do tại sao người già dần dần bắt đầu ngày càng ít ngủ nhưng trẻ em ngủ nhiều hơn.

Nếu người già bắt đầu mong đợi cùng hành vi như đứa trẻ khi chúng làm từ bản thân chúng, điều đó trở nên nguy hiểm.

Người già thường làm điều này. Người già đối xử với trẻ em dường như chúng cũng già vậy. Họ đánh thức chúng từ quá sớm trong buổi sáng - "Ba giờ rồi, bốn giờ rồi! Dậy đi!" Họ không nhận biết rằng vì họ già, điều đó là được nếu họ thức dậy lúc bốn giờ. Nhưng trẻ em không thể dậy lúc bốn giờ được. Đánh thức chúng dậy là sai. Điều đó gây hại cho vận hành thân thể của đứa trẻ, điều đó rất hại cho nó.

Một đứa trẻ có lần đã nói với tôi, "Mẹ cháu rất kì lạ. Khi cháu không cảm thấy buồn ngủ chút nào ban đêm, mẹ buộc cháu đi ngủ và khi cháu cảm thấy buồn ngủ buổi sáng, mẹ buộc cháu phải thức dậy. Cháu không hiểu tại sao cháu bị ép ngủ khi cháu không buồn ngủ và cháu bị ép dậy khi cháu buồn ngủ. Bác giải thích các thứ cho nhiều người, bác không thể giải thích điều này cho mẹ cháu sao?" Nó muốn tôi giúp mẹ nó hiểu rằng điều mẹ nó đang làm là rất mâu thuẫn.

Chúng ta không nhận biết rằng trẻ em thường bị đối xử như người già và thế rồi, khi chúng lớn lên hơn, chúng phải bắt đầu sống tương ứng với nhiều qui tắc cố định được viết trong nhiều sách.

Có lẽ bạn có thể không nhận biết rằng nghiên cứu mới nhất nói rằng không thể có một thời gian cố định cho mọi

người để thức dậy. Người ta bao giờ cũng nói rằng thức dậy lúc năm giờ sáng là tốt cho mọi người. Điều này là tuyệt đối sai và phi khoa học. Nó không tốt cho mọi người - nó có thể là tốt cho một số người nhưng nó có thể là hại cho những người khác. Trong vòng hai mươi bốn giờ, vào quãng ba giờ, thân nhiệt của từng người giảm xuống. Và ba giờ đó là giờ của giấc ngủ say nhất. Nếu người này bị đánh thức trong ba giờ này, cả ngày của người đó sẽ bị làm hỏng và toàn thể năng lượng của người đó sẽ bị rối loạn.

Nói chung ba giờ này là ở giữa hai tới năm giờ sáng. Với phần lớn mọi người ba giờ này là giữa hai tới năm giờ sáng, nhưng nó không phải là hoàn cảnh cho mọi người. Với một số người thân nhiệt của họ là thấp mãi tới sáu giờ, với một số người nó là thấp tới bảy giờ. Với một số người nhiệt độ bắt đầu trở thành bình thường vào bốn giờ sáng. Cho nên nếu ai đó thức dậy trong vòng những giờ nhiệt độ thấp này, tất cả hai mươi bốn giờ của ngày của người đó sẽ bị làm hỏng và sẽ có hiệu quả tai hại. Chỉ khi nhiệt độ của người đó bắt đầu lên mức bình thường mới là lúc cho người đó thức dậy.

Bình thường thì với mọi người thức dậy cùng mặt trời mọc là được, vì khi mặt trời mọc nhiệt độ của mọi người bắt đầu lên. Nhưng đây không phải là qui tắc, có một số ngoại lệ. Với một số người có thể cần ngủ muộn hơn một chút so với mặt trời mọc, vì thân nhiệt của từng cá nhân tăng lên vào thời gian khác nhau, theo nhịp khác nhau. Cho nên từng người phải tìm ra mình cần bao nhiêu giờ ngủ và thời gian mạnh khỏe cho người đó dậy là gì, và đó là qui tắc cho người đó - dù kinh sách có thể nói bất kì cái gì, dù các guru có thể nói bất kì cái gì. Không có nhu cầu nghe theo họ chút nào.

Để ngủ đúng, bạn càng có khả năng ngủ say hơn và lâu hơn thì càng tốt. Nhưng tôi bảo bạn ngủ, chứ không cứ nằm trên giường! Nằm trên giường không phải là ngủ!

Thức dậy khi bạn cảm thấy điều đó là mạnh khỏe cho bạn để thức dậy nên là qui tắc cho bạn. Thông thường điều đó xảy ra cùng với mặt trời mọc nhưng cũng có thể là điều này không xảy ra cho bạn. Không cần phải sợ hay lo hay nghĩ rằng bạn là tội nhân và sợ đi xuống địa ngục. Nhiều người thức dậy sớm buổi sáng đi xuống địa ngục và nhiều người thức dậy muộn lại sống trên cõi trời. Không một điều nào trong điều này có bất kì quan hệ nào với bất kì cái gì là tâm linh hay phi tâm linh. Nhưng ngủ đúng chắc chắn có quan hệ với nó.

Cho nên từng người nên khám phá cái gì là bố trí tốt nhất cho mình. Trong ba tháng từng người nên thực nghiệm với công việc của mình, với giấc ngủ của mình và với chế độ ăn của mình, và nên tìm ra cái gì là các qui tắc lành mạnh nhất, an bình nhất và phức tạp nhất cho mình.

Và mọi người nên làm ra các qui tắc riêng của mình. Không có hai người nào là giống nhau, cho nên qui tắc chung không bao giờ áp dụng được cho bất kì người nào. Bất kì khi nào ai đó thử áp dụng một qui tắc chung, nó đều có hiệu quả xấu. Từng người là một cá nhân. Từng người là duy nhất và vô song. Duy nhất người đó là giống bản thân người đó, không có người nào khác giống người đó ở bất kì chỗ nào trên trái đất này. Cho nên không qui tắc nào có thể là qui tắc cho người đó chừng nào người đó chưa tìm ra qui tắc cho các quá trình sống riêng của người đó là gì.

Sách, kinh và các guru là nguy hiểm vì họ có các công thức làm sẵn. Họ nói cho bạn rằng bạn phải thức dậy vào giờ nào đó, bạn phải ăn cái này, bạn phải không ăn cái kia, bạn

phải ngủ như thế này, bạn phải làm các thứ theo cách này.... Những công thức làm sẵn này là nguy hiểm. Chúng là tốt để hiểu, nhưng từng người phải làm thu xếp riêng của mình cho cuộc sống của mình. Từng người phải tìm ra con đường riêng của mình. Từng người phải tự mình bước đi và tạo ra con đường cho cuộc hành trình tâm linh của mình. Không có đường xa lộ làm sẵn cho bạn đi và bắt đầu bước lên. Không có những đường xa lộ như vậy ở bất kì chỗ nào. Con đường của cuộc hành trình tâm linh giống như đường nhỏ - nhưng đường nhỏ thậm chí không có đó! Bạn tạo ra nó khi bạn bước đi theo nó và nó tiếp tục lâu chừng nào bạn còn bước trên nó. Và bạn càng bước đi, việc hiểu của bạn về cuộc hành trình còn chưa tới càng phát triển.

Cho nên ba điểm phải được nhớ trong tâm trí: chế độ ăn đúng, lao động đúng và ngủ đúng. Nếu sự sống tiến triển đúng trên ba điểm này thế thì có nhiều khả năng mở ra điều tôi gọi là trung tâm rón - chính là cánh cửa tới cuộc sống tâm linh. Nếu nó mở ra, nếu chúng ta tới gần cánh cửa đó, thế thì một điều rất duy nhất xảy ra - cái gì đó mà về nó chúng ta không có kinh nghiệm trong cuộc sống bình thường của chúng ta.

Tối hôm qua, khi tôi rời khỏi đây, một người bạn tới và nói, "Điều thầy nói là được, nhưng chừng nào chúng tôi chưa thoả mãn, nó rất khó để được thuyết phục." Tôi đã không nói gì với anh ta. Có lẽ anh ta nghĩ rằng anh ta sẽ được thoả mãn bằng việc nói của tôi về nó - nhưng anh ta tuyệt đối sai và làm phí thời gian của anh ta. Tôi làm mọi nỗ lực được cần về phía tôi, nhưng ngay cả nỗ lực lớn hơn cũng phải được làm từ phía bạn. Nếu bạn không làm nỗ lực, không có chủ định, không có nghĩa trong việc nói của tôi về bất kì cái gì.

Mọi người thường nói với tôi rằng họ muốn an bình, họ muốn phúc lạc, họ muốn có hồn. Vâng, bạn muốn mọi thứ, nhưng bạn không có được bất kì cái gì trong thế giới chỉ bằng việc muốn. Một mình ham muốn là tuyệt đối bất lực, không có sức mạnh trong nó.

Một mình ham muốn là không đủ - quyết tâm và nỗ lực cũng được cần. Bạn ham muốn cái gì đó là được, nhưng bạn làm bao nhiêu nỗ lực cho ham muốn đó, bạn làm bao nhiêu bước đi hướng tới ham muốn đó, bạn làm gì cho ham muốn đó?

Theo tiêu chí của tôi, bằng chứng duy nhất về ham muốn của bạn là nỗ lực bạn làm để thoả mãn nó; bằng không thì không có bằng chứng rằng bạn có ham muốn. Khi một người ham muốn cái gì đó, người đó làm nỗ lực nào đó để có được nó. Nỗ lực đó là bằng chứng rằng người này đã ham muốn cái gì đó. Bạn nói rằng bạn ham muốn, nhưng bạn không có ý định làm bất kì nỗ lực nào để có được nó. Bạn không có quyết tâm về nó.

Để kết thúc bài nói này tôi sẽ nhắc lại một điểm nữa. Tôi đã nói cho bạn về ba trung tâm: trung tâm trí tuệ là não, trung tâm của việc cảm là tim.... Rốn là trung tâm của cái gì? Rốn là trung tâm của sức mạnh ý chí. Rốn càng được kích hoạt, sức mạnh ý chí sẽ càng trở nên mãnh liệt hơn, và bạn càng có thể đạt tới quyết tâm, sức mạnh, sinh lực để làm cái gì đó.

Hay nghĩ về nó dưới dạng đảo ngược: bạn càng quyết tâm, bạn càng tập hợp năng lượng để làm, trung tâm rốn của bạn càng sẽ phát triển. Cả hai điều này là tương thuộc, có quan hệ lẫn nhau. Bạn càng nghĩ, trí tuệ của bạn sẽ càng phát triển. Bạn càng yêu, tim của bạn sẽ càng phát triển. Bạn càng quyết

tâm, trung tâm của năng lượng bên trong của bạn, hoa sen trung tâm đó của rốn, sẽ càng phát triển.

Một câu chuyện nhỏ và thế rồi tôi sẽ kết thúc bài nói.

Một fakir mù đi xin trong thị trấn và tới một đền thờ hồi giáo. Ông ấy chìa tay ra trước cửa đền và hỏi, "Tôi có thể được cái gì đó để ăn không? Tôi đói."

Mọi người đi qua bên cạnh nói, "Đồ ngốc! Đây không phải là nhà nơi ông có thể kiếm cái gì đó để ăn. Đây là đền thờ hồi giáo, đây là đền. Không ai sống ở đây. Nó là đền thờ hồi giáo mà ông đang đi xin đây - ông sẽ chẳng được cái gì ở đây đâu! Đi chỗ nào khác đi."

Ông fakir cười. Ông ấy nói, "Nếu tôi không có được cái gì từ nhà của Thượng đế, thế thì tôi có thể có được cái gì từ nhà khác? Đây là nhà cuối cùng tôi đã tới và bởi sai lầm nhà cuối cùng này là ngôi đền. Làm sao tôi có thể đi xa khỏi đây được? Nếu tôi đi, tôi sẽ đi đâu? Không có nhà khác sau nhà này cho nên bây giờ tôi sẽ ở đây và tôi sẽ chỉ đi khi có có được cái gì đó."

Mọi người bắt đầu cười ông ấy. Họ nói, "Ông ngốc! Không ai sống ở đây. Ai sẽ cho ông bất kì cái gì?"

Ông ấy đáp, "Điều đó không phải là vấn đề. Nếu tôi phải đi xa khỏi nhà của Thượng đế với bàn tay trống rỗng thế thì tay tôi sẽ được rút đây ở đâu? Thế thì tay tôi sẽ không được rút đây ở bất kì chỗ nào. Giờ tôi đã loạng choạng vớ được cánh cửa này tôi sẽ ra đi chỉ khi tay tôi đầy."

Ông fakir vẫn còn ở đó. Và trong một năm tay ông ấy vẫn còn chìa ra theo cùng cách và con người ông ấy liên tục khao khát theo cùng cách. Mọi người của thị trấn bắt đầu ông ấy điên. Họ nói với ông ấy, "Ông tuyệt đối là kẻ ngu! Ông nghĩ ông đang ngồi ở đâu với tay chìa ra? Không có gì được thu lấy ở đây."

Nhưng ông fakir này là một loại người, là ai đó duy nhất. Ông ấy vẫn còn ngồi và ngồi và ngồi.

Sau khi một năm đã trôi qua, mọi người của thị trấn thấy rằng có lẽ ông fakir này đã đạt tới cái gì đó. hào quang trên mặt ông ấy đã thay đổi. Đã có một loại gió an bình dập dờn quanh ông ấy; một loại ánh sáng xuất hiện quanh ông ấy, hương thơm.... Người này bắt đầu múa. Nơi trước đây đã có nước mắt trong mắt ông ấy, giờ có nụ cười trên mặt ông ấy. Ông ấy đã gần như chết nhưng trong một năm này cuộc sống của ông ấy đã lại nở hoa và ông ấy bắt đầu múa.

Mọi người hỏi, "Ông đã thu được cái gì đó rồi sao?"

Ông ấy nói, "Chắc không thể nào mà không được cái gì đó vì tôi đã quyết định rằng hoặc tôi sẽ thu được cái gì đó hoặc tôi sẽ không ở lại. Tôi đã đạt tới nhiều hơn tôi ham muốn. Tôi đã ham muốn chỉ thức ăn cho thân thể tôi và tôi đã thu được thức ăn cho hồn tôi nữa. Tôi chỉ muốn đáp ứng cho cơn đói của thân thể tôi nhưng bây giờ cơn đói của hồn tôi cũng đã được đáp ứng."

Họ bắt đầu hỏi, "Làm sao ông đã đạt tới điều này? Làm sao ông đã thu được điều này?"

Ông ấy nói, "Tôi đã không làm gì cả, nhưng tôi để mọi sức mạnh ý chí ở đằng sau khao khát của tôi. Tôi đã tự nhủ mình rằng nếu có khát khao thể thì cùng với nó sẽ có quyết tâm toàn bộ nữa. Quyết tâm toàn bộ của tôi đã ở đằng sau khao

khát của tôi và giờ khao khát của tôi được làm dịu đi. Tôi đã đạt tới chỗ mà nước là sẵn có, và sau khi uống nó cơn khát của tôi không còn nữa."

Nghĩa của quyết tâm là có dũng cảm, sức mạnh bên trong và sức mạnh ý chí để làm cái gì đó về bất kì cái gì bạn muốn, để hành động tương ứng với bất kì cái gì bạn nghĩ là đúng, và đi theo bất kì con đường nào dường như là đúng cho bạn. Nếu bạn không có quyết tâm này, thế thì không cái gì có thể xảy ra qua lời của tôi hay của bất kì người nào khác. Nếu cái gì đó có thể xảy ra qua lời của tôi, thế thì mọi sự sẽ rất dễ dàng. Đã từng có nhiều người trên thế giới đã nói những điều rất hay. Nếu mọi sự có thể xảy ra chỉ qua lời, đến giờ mọi thứ chắc đã xảy ra cho toàn thế giới rồi. Nhưng cả Mahavira, lẫn Phật, lẫn Christ, lẫn Krishna, lẫn Mohammed đều không thể làm được bất kì cái gì. Không ai có thể làm được bất kì cái gì chừng nào bạn chưa sẵn sàng làm nó.

Sông Hằng cứ chảy mãi, đại dương thì đầy, nhưng bạn không có bình chứa trong tay - và bạn đang kêu lên rằng bạn cần nước.

Sông Hằng nói, "Có nước đấy, nhưng bình chứa của bạn đâu?"

Bạn nói, "Đừng nói về bình chứa. Ông là sông Hằng, có nhiều nước trong ông thế, cho tôi chút ít đi."

Các cánh cửa của sông Hằng không đóng, các cánh cửa của sông Hằng để mở - nhưng bạn cần bình chứa.

Nơi không có bình chứa quyết tâm, không hoàn thành hay mãn nguyện nào trên cuộc hành trình tâm linh đã bao giờ được đạt tới.

Bạn đã nghe bài nói của tôi một cách im lặng thế.... Ba cuộc gặp gỡ của ngày đầu của chúng ta đi tới kết thúc bây giờ và từ ngày mai chúng ta sẽ bắt đầu thảo luận hai điểm nữa. Bây giờ, sau cuộc gặp gỡ này, chúng ta sẽ ngồi cho buổi thiền tối trong quãng mười phút.

Chúng ta nên hiểu hai hay ba điều liên quan tới buổi thiền đêm, thế rồi chúng ta sẽ ngồi cho việc đó.... Liệu có thể nằm ra không? Không gian có đủ cho thiền nằm không? Trước hết hiểu đã, thế rồi chúng ta sẽ làm thiền đêm. Thiền sáng là được làm khi ngồi. Sự sống nảy sinh, thức dậy trong buổi sáng, cho nên ngồi thẳng là sự giúp đỡ cho thiền. Thiền đêm phải được làm khi nằm trên giường, trước khi bạn đi vào giấc ngủ. Sau khi thiền, chỉ đi vào giấc ngủ một cách im lặng. Đây là điều cuối cùng trong ngày. Thiền sáng là điều đầu tiên xảy ra sau khi thức dậy; thiền đêm là điều cuối cùng xảy ra trước khi đi ngủ.

Nếu người ta đi vào trạng thái thiền một cách đúng đắn trước khi ngủ, toàn thể giấc ngủ của người ta được biến đổi. Toàn thể giấc ngủ của người ta có thể trở thành thiền, vì giấc ngủ có những qui tắc nào đó. Qui tắc đầu tiên là ở chỗ ý nghĩ cuối cùng trong đêm trở thành ý nghĩ trung tâm trong giấc ngủ của bạn, và nó sẽ là ý nghĩ đầu tiên của bạn khi thức dậy buổi sáng. Nếu bạn đã đi vào giấc ngủ ban đêm trong giận, thế thì suốt đêm tâm trí bạn và mơ của bạn sẽ được trút đầy với giận. Và khi bạn thức dậy buổi sáng, bạn sẽ thấy rằng cảm giác đầu tiên của bạn và ý nghĩ đầu tiên của bạn sẽ là về giận. Bất kì cái gì chúng ta lấy vào giấc ngủ cùng chúng ta ban đêm còn lại với chúng ta cả đêm.

Đó là lí do tại sao tôi nói rằng nếu bạn quả có cần mang cái gì đó vào giấc ngủ, thế thì tốt hơn cả là mang thiền đi cùng bạn để cho toàn thể giấc ngủ xoay quanh thiền, xoay quanh an bình của nó. Dần dần, dần dần trong vòng vài ngày, bạn sẽ thấy rằng mơ biến mất, rằng giấc ngủ của bạn trở thành dòng sông sâu. Và khi bạn thức dậy buổi sáng từ giấc ngủ sâu - sâu từ thiền đêm này - ý nghĩ đầu tiên của bạn sẽ là về an bình, về phúc lạc, về yêu.

Cho nên cuộc hành trình sáng phải được bắt đầu với thiền sáng, và cuộc hành trình đêm phải được bắt đầu với thiền đêm. Thiền đêm phải được làm trong khi nằm - trong khi nằm trên giường. Chúng ta sẽ làm thực nghiệm này ở đây khi nằm.

Sau khi bạn đã nằm ra, bạn phải làm ba điều.

Điều thứ nhất là ở chỗ thân thể phải được thả lỏng toàn bộ, dường như không có sự sống trong nó. Chùng thê, lỏng thê, không sự sống trong thân thể.... Và trong ba phút tâm trí người ta phải cảm thấy rằng thân thể đang trở nên được thả lỏng, thả lỏng hơn, thả lỏng hơn.... Bất kì cái gì tâm trí cảm thấy, thân thể sẽ đi theo nó.

Thân thể chỉ là người hầu, người đi theo. Thân thể diễn đạt bất kì cái gì chúng ta cảm thấy bằng hành động. Nếu bạn cảm thấy giận, thân thể nhặt hòn đá để ném; nếu bạn cảm thấy yêu, thân thể ôm ghì ai đó. Bất kì cái gì bạn muốn là, bất kì cái gì bạn muốn làm, khi ý nghĩ nảy sinh trong tâm trí, thân thể biến nó thành hành động.

Mọi ngày chúng ta thấy phép màu của thân thể biến đổi ý nghĩ thành hành động bất kì khi nào nó nảy sinh. Chúng ta không bao giờ nghĩ về việc trở nên được thả lỏng, bằng không thân thể chắc sẽ làm điều đó nữa. Thân thể có thể thả lỏng nhiều tới mức người ta thậm chí không biết liệu nó tồn tại hay

không - nhưng điều này chỉ xảy ra sau khi làm thực nghiệm này một chốc. Trong ba phút bạn phải đi qua việc cảm thấy được thả lỏng.

Ngay bây giờ, tôi sẽ cho bạn gợi ý để cho bạn đi tới trải nghiệm việc cảm này. Khi tôi cho bạn gợi ý rằng thân thể đang trở nên được thả lỏng, thế thì bạn sẽ cảm thấy rằng thân thể đang trở nên được thả lỏng hơn, được thả lỏng hơn.... Thân thể sẽ trở nên được thả lỏng!

Khi thân thể trở nên được thả lỏng, hơi thở sẽ trở nên êm dịu. Êm dịu không ngụ ý rằng việc thở sẽ dừng lại, nhưng nó sẽ trở nên chậm, yên bình và sâu. Thế rồi trong ba phút bạn phải cảm thấy rằng việc thở của bạn đang trở nên mỗi lúc một êm dịu hơn, việc thở đang trở nên được thả lỏng.... Thế rồi dần dần tâm trí cũng trở nên được thả lỏng và yên bình. Khi thân thể trở nên được thả lỏng, hơi thở trở nên êm dịu; khi hơi thở trở nên êm dịu, tâm trí tự động trở nên im lặng - cả ba điều này có quan hệ với nhau.

Cho nên đầu tiên chúng ta sẽ cảm thấy rằng thân thể được thả lỏng - điều này sẽ làm cho việc thở của bạn thành êm dịu. Thế rồi chúng ta sẽ cảm thấy rằng việc thở được thả lỏng - điều này sẽ làm cho tâm trí thành im lặng.

Và thế rồi tôi sẽ cho bạn gợi ý thứ ba - rằng bây giờ tâm trí bạn đang trở nên im lặng và trống rỗng. Theo cách này, sau khi đi theo từng gợi ý trong ba gợi ý này một thời gian ngắn, tôi sẽ nói rằng bây giờ tâm trí đã trở nên im lặng hoàn toàn. Thế rồi trong mười phút bạn sẽ nằm trong im lặng theo cùng cách mà bạn đã ngồi trong im lặng sáng nay.

Bạn sẽ nghe thấy tiếng chim kêu, bạn sẽ nghe thấy tiếng chó sủa - và nhiều âm thanh khác - cứ giữ lắng nghe một cách im lặng. Dường như có căn phòng trống rỗng và âm thanh

bước vào, vang vọng và bước ra. Bạn không nên nghĩ về tại sao bạn đang nghe thấy những âm thanh này, cũng không nên nghĩ về tại sao chó sủa - vì bạn chẳng liên quan gì tới chó. Không có lí do cho bạn nghĩ về tại sao con chó này sủa, cũng không tại sao con chó ngu này đang quấy rối bạn bây giờ khi bạn đang thiền! Không, bạn chẳng liên quan gì tới cái nào. Chó không biết chút nào rằng bạn đang thiền. Nó không có ý niệm nào về điều đó, nó là tuyệt đối hồn nhiên - nó chỉ làm việc của nó. Nó chẳng làm gì với bạn. Nó chỉ sủa, cho nên bạn phải để nó sủa. Nó không quấy rối bạn chừng nào bạn không làm nó thành việc gây rối. Nó trở thành gây rối chỉ khi bạn chống lại, khi bạn muốn chó dừng sủa - phiền phức bắt đầu ở đó. Chó đang sủa - nó phải sủa. Chúng ta đang thiền - chúng ta phải thiền. Không có xung đột giữa hai điều này; không có đối lập. Bạn im lặng, âm thanh của chó sẽ tới, nấn ná, rồi đi; đó không phải là việc gây rối cho bạn.

Có lần tôi đã ở lại trong một làng, nghỉ trong nhà nghỉ. Một lãnh đạo chính trị cũng ở cùng tôi. Đêm đó tôi không biết cái gì đã xảy ra nhưng mọi chó trong làng tụ tập lại gần nhà nghỉ và bắt đầu sủa. Người lãnh đạo trở nên rất bối rối. Anh ta đứng dậy, đi vào phòng tôi và hỏi, "Ông đã đi ngủ chưa? Tôi đang trong khó khăn lớn. Tôi đã đuổi lũ chó đó đi hai lần rồi, nhưng chúng cứ trở lại!"

Tôi nói, "Nếu ông đuổi bất kì ai ra xa họ bao giờ cũng quay lại. Cố đuổi ai đó đi xa là sai lầm vì bất kì người nào ông đuổi đi đều nghĩ rằng người đó được cần theo cách nào đó. Người đó nghĩ rằng người đó có tầm quan trọng nào đó - đó là lí do tại sao người đó bị đuổi ra xa. Và chó chỉ là chó đáng thương thôi! Chúng phải nghĩ rằng chúng được cần tới theo

cách nào đó, rằng chúng là quan trọng với ông, cho nên chúng quay lại.

"Và điều khác là ở chỗ chó không có ý niệm nào rằng người lãnh đạo chính trị đang ở đây, rằng chúng sửa vì ông. Chúng không phải là người - nếu mọi người biết rằng một người lãnh đạo chính trị đang ở đây họ sẽ tụ tập quanh người đó. Mãi cho tới giờ chó không có đủ thông minh để tụ tập quanh khi người lãnh đạo chính trị tới. Chó tới đây mọi ngày. Đừng có ý tưởng không cần thiết trong tâm trí ông rằng chúng đã tới đây vì tầm quan trọng của ông. Chúng dứt khoát sẽ không biết điều đó. Và khi có liên quan tới vấn đề ngủ của ông, chó không giữ cho ông thức đâu, ông đang giữ cho bản thân ông thức. Ông đang nghĩ một cách không cần thiết rằng chó phải không sửa. Ông có quyền gì nào? Chó có quyền sửa và ông có quyền ngủ. Không có mâu thuẫn giữa hai điều này, những điều này có thể xảy ra đồng thời. Không có xung đột hay va chạm giữa chúng. Để cho chó cứ sửa đi và ông cứ ngủ. Chó không thể nói rằng ông phải không ngủ vì giấc ngủ của ông tạo ra phiền hà trong việc sửa cửa chúng, mà ông cũng không thể nói rằng chúng gây phiền phức cho ông."

Và tôi bảo ông ta, "Cứ chấp nhận rằng chó sửa và lắng nghe một cách im lặng. Bỏ chống cự đi. Chấp nhận việc sửa của chúng. Và khoảnh khắc ông chấp nhận điều đó, việc sửa của chó cũng được biến đổi thành nhịp điệu âm nhạc."

Tôi không biết khi nào ông ấy đi vào giấc ngủ nhưng khi ông ấy thức dậy buổi sáng, ông ấy đã nói với tôi, "Tôi không có ý tưởng nào về cái gì đã xảy ra nhưng tôi thực sự ngạc nhiên. Khi không có gì khác để làm tôi phải chấp nhận. Ban đầu ý tưởng của ông đã chẳng có nghĩa gì với tôi...." Ý tưởng của tôi không tạo ra tức khắc nghĩa cho bất kì ai! Nó không tạo ra nghĩa cho ông ấy nữa.... "nhưng khi tôi cảm thấy bất lực

thế, tôi nhận ra không có cách khác: hoặc tôi làm hỏng giấc ngủ của tôi hoặc tôi chấp nhận điều ông nói. Chỉ có hai phương án. Thế rồi tôi nghĩ rằng vì tôi đã chú ý nhiều thế tới chó, giờ tôi phải để chú ý tới gợi ý của ông và xem cái gì xảy ra. Cho nên tôi nằm yên tĩnh và lắng nghe và chấp nhận việc sửa. Sau đó tôi chẳng có ý tưởng khi nào tôi rơi vào buồn ngủ, và tôi chẳng có ý tưởng chó vẫn còn sửa bao lâu hay khi nào chúng trở nên im lặng. Tôi thực sự có giấc ngủ đêm ngon lành."

Cho nên đừng chống cự. Lắng nghe một cách im lặng bất kì cái gì có khắp xung quanh. Việc lắng nghe im lặng này là chính hiện tượng huyền bí; việc không chống cự này, việc không chống đối này với sự sống là manh mối để đi vào thiên.

Cho nên trước hết chúng ta sẽ trở nên thành thoi, và thế rồi chúng ta sẽ im lặng lắng nghe trong trạng thái không chống cự. Đèn sẽ được tắt đi để cho bạn không cảm thấy rằng người khác đang hiện diện. Dễ quên chó, khó hơn nhiều là quên mọi người quanh bạn.

4. Con đường đương đầu với tâm trí

Những người yêu mến của tôi,

Tâm trí của con người, não của con người, đã trở thành vết thương ốm yếu. Nó không còn là trung tâm lành mạnh, nó đã biến thành ung nhọt không lành mạnh. Đó là lí do tại sao mọi chú ý của chúng ta đều được tập trung vào nó. Có lẽ bạn có thể đã không nghĩ về sự kiện rằng khi một phần thân thể trở nên ốm yếu, mọi chú ý của người ta đều dồn vào nó.

Người ta chỉ trở nên nhận biết về chân nếu có đau ở chân; nếu không có đau thế thì người ta không nhận biết về chân chút nào. Nếu có vết thương trên tay thế thì người ta trở nên nhận biết về tay; nếu không có vết thương thế thì người ta không biết về tay chút nào. Não của chúng ta chắc chắn đã trở nên ốm yếu theo cách này cách khác, vì trong hai mươi bốn giờ chúng ta chỉ nhận biết về nó chứ không về cái gì khác.

Thân thể càng mạnh khỏe, nó sẽ càng ít được cảm thấy. Người ta cảm thấy chỉ phần đã trở thành không mạnh khỏe. Phần duy nhất của thân thể mà chúng ta cảm thấy bây giờ là não. Ý thức của chúng ta chỉ dồn vào quanh nó - chỉ biết nó, chỉ nhận ra nó. Vết thương ốm yếu đã xuất hiện ở đó. Không

được tự do với vết thương này, không trở nên tự do với chính căng thẳng này và chính trạng thái rất bồn chồn này của tâm trí, không người nào có thể tiến tới trung tâm sự sống của mình. Cho nên hôm nay chúng ta sẽ thảo luận về trạng thái này của não và cách thay đổi nó.

Điều thứ nhất là ở chỗ chúng ta phải hiểu rõ ràng trạng thái của não. Nếu bạn ngồi một mình trong mười phút và chân thành viết ra mảnh giấy bất kì ý nghĩ nào diễn ra qua tâm trí bạn, bạn sẽ không sẵn lòng đưa mảnh giấy đó cho ngay cả người bạn thân nhất của bạn - vì bạn sẽ thấy các ý nghĩ là diên tới mức ngay bản thân bạn lẫn bất kì người nào khác không thể trông đợi chúng từ bạn. Bạn sẽ thấy các ý nghĩ không liên quan, vô tích sự và mâu thuẫn tới mức bạn sẽ nghĩ bạn đã phát điên.

Nếu bạn chân thành viết ra bất kì cái gì tới trong tâm trí bạn trong mười phút, bạn sẽ rất ngạc nhiên với điều đang xảy ra ở đó. Bạn sẽ tự hỏi liệu bạn lành mạnh hay điên khùng. Chúng ta chẳng bao giờ nhìn vào trong tâm trí chúng ta cho dù mười phút để xem cái gì diễn ra ở đó - hay có thể chính điều chúng ta không nhìn vào bên trong nó là vì sâu bên dưới chúng ta đã biết cái gì đang xảy ra ở đó.

Có lẽ chúng ta sợ. Đó là lí do tại sao mọi người sợ ở một mình và tìm bạn đồng hành hai mươi bốn giờ một ngày - muốn gặp bạn bè hay đi tới câu lạc bộ hay cái gì đó. Và nếu người này không thể tìm thấy bất kì người nào khác thế thì anh ta sẽ đọc báo hay nghe radio. Không ai muốn là một mình vì khoảnh khắc bạn là một mình bạn bắt đầu tìm ra về trạng thái thực của bạn.

Khi người khác hiện diện, chúng ta được tham gia vào trong việc quan hệ với người đó và chúng ta không nhận biết

về bản thân chúng ta. Việc tìm người khác không là gì ngoài việc tìm cơ hội để thoát khỏi bản thân người ta. Lí do cơ bản mà chúng ta trở nên quan tâm tới người khác là ở chỗ chúng ta sợ bản thân mình, và chúng ta biết rất rõ rằng nếu chúng ta biết bản thân mình hoàn toàn, chúng ta sẽ thấy rằng chúng ta tuyệt đối điên. Để thoát khỏi trạng thái này con người tìm bầu bạn, đi tìm bạn đồng hành, tìm người bạn, tìm xã hội, tìm đám đông.

Con người sợ một mình. Con người trở nên sợ một mình vì trong tính một mình con người sẽ thấy sự phản xạ của trạng thái thực của mình, con người sẽ bắt gặp phản xạ của mặt riêng của mình. Và điều đó sẽ rất kinh hoàng, rất đáng sợ. Cho nên, từ lúc thức dậy buổi sáng cho tới đi ngủ ban đêm, con người dùng mọi loại phương pháp để thoát khỏi bản thân mình để cho người đó không phải đối diện với bản thân mình. Con người sợ rằng mình có thể thấy bản thân mình.

Con người đã phát minh ra hàng nghìn cách để trốn thoát khỏi bản thân mình. Và hoàn cảnh tâm trí con người càng tội tệ, chúng ta càng làm ra những phát minh mới để trốn thoát khỏi bản thân chúng ta. Nếu chúng ta nhìn vào năm mươi năm qua, chúng ta sẽ thấy rằng con người đã tạo ra nhiều sao lãng để thoát khỏi bản thân mình hơn bao giờ trước đây trong lịch sử. Rạp chiếu phim, radio, truyền hình, toàn là những cách thoát khỏi bản thân người ta. Con người đang trở thành bòn chòn thế. Chúng ta đi tìm giải trí, chúng ta làm nhiều thu xếp để quên đi bản thân chúng ta trong chốc lát vì tình huống bên trong của chúng ta đang trở nên tội tệ hơn. Trên khắp thế giới, cùng với sự phát triển của văn minh, việc dùng ma túy đã tăng lên. Gần đây một số ma túy mới đã được khám phá mà đang trở nên rất phổ biến ở châu Âu và ở châu Mỹ. Có những ma túy như L.S.D, mescaline, cần sa.... Trong mọi thành phố có văn

hoá ở châu Âu và Mỹ, trong mọi người có giáo dục, nỗ lực khám phá ma tuý mới đang ở cực đỉnh. Việc tìm kiếm để khám phá ra các phương tiện tin cậy cho con người quên bản thân mình vẫn tiếp tục - bằng không con người sẽ trong khó khăn lớn.

Lí do đằng sau mọi điều này là gì? Tại sao chúng ta muốn quên bản thân mình? Tại sao chúng ta hăm hở thể về việc quên cái ngã? Và đừng nghĩ rằng chỉ những người đang đi xem phim mới đang cố quên bản thân họ. Những người đang đi vào đền cũng đi với cùng lí do, không có khác biệt. Đền là cách thức cổ để quên bản thân người ta; rạp chiếu phim là cách mới. Nếu một người ngồi và tụng "Rama-Rama", đừng nghĩ rằng người đó đang làm bất kì cái gì khác hơn là cố quên đi bản thân người đó trong việc tụng - cũng như ai đó khác đang cố quên đi bản thân mình bằng việc nghe bài hát trong phim. Không có khác biệt giữa hai loại người này.

Nỗ lực để bị vướng mắc vào bất kì cái gì bên ngoài bản thân người ta - dù đó là "Rama", hay phim, hay nhạc - nỗ lực để trở nên bị vướng mắc trong bất kì cái gì sâu bên dưới không là gì ngoài nỗ lực thoát khỏi bản thân người ta. Tất cả chúng ta đều bị vướng mắc vào việc thoát khỏi cái ngã theo cách này cách nọ. Điều này chỉ ra rằng hoàn cảnh của chúng ta ở bên trong đang tồi tệ hơn và chúng ta đang đánh mất dũng cảm cho dù để nhìn vào nó. Chúng ta sợ nhìn theo hướng đó. Chúng ta hành động như đà điểu. Khi thấy kẻ thù đà điểu giấu mặt trong cát vì điều nguy hiểm là nhìn vào kẻ thù. Vì kẻ thù này không thấy được, logic của đà điểu nói, "Cái không thấy được là không có đó. Minh an toàn." Nhưng logic này là sai. Đà điểu có thể được tha thứ nhưng con người không thể được tha thứ. Bằng việc không thấy được, cái gì đó không dừng tồn tại. Nếu một thứ là thấy được, cái gì đó có thể được làm về nó, nhưng

nếu nó là không thấy được thì không có khả năng nào để làm bất kì cái gì.

Chúng ta muốn quên đi trạng thái ở bên trong; chúng ta không muốn nhìn nó. Có thể thuyết phục tâm trí chúng ta rằng cái gì đó không thấy được là không có đó nhưng điều đó không có nghĩa rằng nó đã đi mất. Không có quan hệ giữa việc không thấy được và việc không tồn tại. Nếu cái gì đó đã là thấy được thì có lẽ chúng ta có thể đã có khả năng thay đổi nó, nhưng khi nó là không thấy được, thay đổi là không có khả năng. Nó sẽ liên tục tăng trưởng bên trong như vết thương, như ung nhọt mà chúng ta đã che giấu và không muốn nhìn vào.

Não đã trở thành vết thương. Một ngày nào đó, nếu cái máy được chúng ta phát minh ra có thể nhìn vào điều đang xảy ra bên trong từng người, thế thì mọi người chắc sẽ tự tử ngay lập tức! Không ai sẽ cho phép bất kì người nào khác nhìn điều đang diễn ra bên trong mình. Một ngày nào đó này khác điều đó sẽ trở thành có thể. Ngay bây giờ chúng ta có thể biết ơn rằng không có cửa sổ nào trong đầu chúng ta mà qua đó chúng ta có thể nhìn vào trong não của nhau và xem điều đang diễn ra ở đó.

Điều mọi người đang che giấu và điều họ nói ở bên ngoài là rất khác nhau. Điều bạn thấy bên ngoài trên mặt họ là khác hoàn toàn với điều đang diễn ra bên trong họ. Có thể là bên ngoài họ đang nói về yêu nhưng bên trong họ đầy ghét. Họ có thể nói với ai đó, "Chào bạn! Tôi vui mừng gặp bạn. Tôi sung sướng rằng tôi đã gặp bạn sáng nay," nhưng bên trong họ nói, "Sao mình phải nhìn bộ mặt của người ngu xuẩn này như điều đầu tiên trong sáng nay?"

Nếu như có cửa sổ để nhìn vào đầu mọi người, chúng ta chắc đã gặp khó khăn lớn, cuộc sống chắc trở thành thực sự

khó sống. Chúng ta có thể nói với ai đó theo cách thức thân tình nhưng vẫn nghĩ bên trong, "Khi nào người này sẽ chết đi." Có thứ này trên bề mặt và thứ gì đó khác ngầm bên dưới và chúng ta không dám nhìn vào trong, nhìn vào bên trong và thấy.

Một người mẹ và cô con gái sống cùng nhau và cả hai đã bước vào trong giấc ngủ của họ. Một đêm vào quãng ba giờ người mẹ thức dậy và đi vào vườn sau nhà. Sau một chốc cô con gái cũng thức dậy trong giấc ngủ của mình và bước vào trong vườn. Ngay khi bà già trông thấy cô con gái, bà ấy hét lên, "Đồ yêu nghiệt! Mày đã lấy đi tuổi thanh xuân của tao. Từ lúc mày được sinh ra, tao đã bắt đầu già đi. Mày là kẻ thù của tao. Nếu như mày mà không được sinh ra, tao chắc vẫn còn trẻ!"

Và khi cô gái thấy mẹ mình, cô ta hét lên, "Bà là mụ phù thủy! Vì bà mà cuộc đời tôi đã trở nên khó khăn và lệ thuộc. Bà bao giờ cũng là tảng đá chẵn dòng chảy cuộc đời tôi. Bà là xiềng xích nặng nề lên cuộc đời tôi!"

Vào khoảnh khắc đó gà trống gáy lên và cả hai người thức dậy. Nhìn thấy cô gái, bà già nói, "Con cưng! Sao con dậy sớm thế? Con có thể bị cảm đấy. Lại đây, chúng ta đi vào bên trong!"

Lập tức cô gái chạm chân mẹ già của mình. Cô ấy có thói quen chạm chân mẹ mình mọi sáng. Cô ấy nói, "Mẹ ơi! Mẹ dậy sớm thế. Sức khỏe của mẹ không tốt. Mẹ không nên dậy sớm thế. Lại đây và nghỉ ngơi đi!"

Bạn có thể thấy khác biệt giữa điều họ nói trong giấc ngủ và khi họ thức.

Bất kì cái gì một người nói trong giấc ngủ của mình đều là chân thực hơn điều người đó nói khi người đó thức, vì nó nhiều phần là từ cái bên trong. Điều bạn thấy về bản thân bạn trong mơ có nhiều tính thực tại hơn là điều bạn thấy ở bãi chợ và trong đám đông. Mặt trong đám đông được trang điểm và giả tạo. Sâu bên dưới bên trong bản thân bạn, bạn là người khác toàn bộ. Bạn có thể xoay sở để che giấu nhiều thứ bằng việc dán những ý nghĩ tốt nào đó lên bề mặt, nhưng bên trong lửa ý nghĩ đang bùng cháy. Trên bề mặt bạn có thể dường như tuyệt đối im lặng và lạnh mạnh, nhưng bên trong mọi thứ là không lạnh mạnh và rối loạn. Trên bề mặt bạn dường như mỉm cười nhưng có thể rằng nụ cười đó đang che đậy dòng nước mắt. Thực ra, có khả năng là bạn đã rèn luyện nụ cười của bạn chỉ để che giấu nước mắt bên trong. Đây thường là điều mọi người làm.

Ai đó có lần đã hỏi Nietzsche, "Ông bao giờ cũng cười! Ông vui vẻ thế! Ông có thực sự cảm thấy theo cách này không?"

Nietzsche nói, "Giờ vì ông đã hỏi, tôi sẽ nói cho ông thực tại. Tôi cười để cho tôi không bắt đầu khóc. Trước khi việc khóc của tôi có thể bắt đầu, tôi kìm nén nó bằng việc cười. Tôi dừng nó lại bên trong bản thân tôi. Tiếng cười của tôi phải thuyết phục họ rằng tôi đang sung sướng. Và tôi cười chỉ vì tôi sợ tới mức tôi cảm thấy việc giảm nhẹ bởi việc cười. Đôi khi tôi có thể an ủi bản thân tôi."

Không ai đã thấy Phật cười, không ai đã thấy Mahavira cười, không ai đã thấy Christ cười. Phải có lí do. Có lẽ không có nước mắt bên trong cho nên không có nhu cầu cười để che

giấu chúng. Có lẽ bên trong không nỗi buồn nào còn lại để che giấu bằng mỉm cười. Bất kì cái gì bị rối loạn bên trong đều đã biến mất, cho nên bây giờ không có nhu cầu gắn hoa của tiếng cười ở bên ngoài.

Người có thân thể bốc mùi hôi cần phun nước hoa lên nó. Người có thân thể xấu cần làm nỗ lực để có vẻ đẹp. Người buồn bên trong phải học cười, và người bị chất đầy nước mắt bên trong phải giữ mỉm cười ở bên ngoài. Người đầy gai bên trong phải đính hoa lên bản thân mình ở bên ngoài.

Con người là tuyệt đối không phải như người đó dường như là vậy, người đó là cái đối lập toàn bộ. Người đó là thứ này bên trong và là cái gì đó khác bên ngoài. Và nếu người khác bị lừa bởi điều chúng ta đã gắn lên bên ngoài, thì cũng được, nhưng vấn đề là ở chỗ bản thân chúng ta bị lừa bởi điều đó. Nếu chỉ người khác bị lừa bởi dáng vẻ bên ngoài, điều đó chắc cũng được - điều đó không rất đáng ngạc nhiên vì mọi người thường chỉ thấy cái bên ngoài. Nhưng bản thân chúng ta bị lừa vì chúng ta nghĩ chúng ta thực sự là hình ảnh mà người khác thấy. Chúng ta nhìn bản thân chúng ta qua con mắt của người khác, chúng ta không bao giờ thấy bản thân chúng ta một cách trực tiếp như chúng ta vậy, như chúng ta đích thực là vậy.

Hình ảnh được hình thành trong mắt người khác đánh lừa chúng ta và chúng ta trở nên sợ nhìn vào bên trong. Chúng ta muốn thấy hình ảnh mọi người có về chúng ta, không phải bản thân chúng ta. Mọi người nói cái gì? Chúng ta trở nên quan tâm biết mọi người nói gì về chúng ta. Không có gì khác sau tò mò này để biết. Chúng ta nghĩ chúng ta có thể nhận ra bản thân chúng ta qua hình ảnh được hình thành trong mắt người khác. Điều này rất đáng ngạc nhiên! Ngay cả để biết bản thân mình, chúng ta phải nhìn vào mắt của người khác.

Con người sợ rằng mọi người có thể nói cái gì đó xấu về mình. Người đó cảm thấy sung sướng nếu mọi người nói cái gì đó tốt về mình, vì tri thức của người đó về bản thân mình phụ thuộc vào ý kiến của họ. Người đó không có tri thức trực tiếp về bản thân mình; người đó không có bất kì kinh nghiệm trực tiếp nào về việc biết bản thân mình. Kinh nghiệm này có thể xảy ra, nhưng nó không xảy ra vì chúng ta cố thoát khỏi nó.

Điều đầu tiên trong việc đương đầu với tâm trí là không bận tâm về điều người khác nói hay cách người ta xuất hiện với người khác; thay vì thế, người ta phải có việc đương đầu trực tiếp với điều người ta về bản chất là vậy. Trong tính một mình của mình, người ta phải mở tâm trí của mình một cách toàn bộ và xem cái gì có đó. Đó là hành động dũng cảm. Chính hàng động dũng cảm mênh mông là quyết định đi vào địa ngục ẩn kín bên trong bản thân người ta. Chính hành động dũng cảm lớn lao là nhìn vào bản thân người ta trong sự trần trụi của người ta. Dũng cảm lớn được cần.

Ngày xưa có một hoàng đế. Mọi ngày ông ta thường biến mất trong phòng được xây dựng ở giữa cung điện của ông ta. Gia đình ông ta, mọi người trong nhà ông ta, bạn bè, các quan thượng thư tất cả đều ngạc nhiên về thói quen này. Ông ta thường bao giờ cũng giữ chìa khoá của căn phòng đó bên cạnh mình và khi ông ta đi vào phòng đó, ông ta sẽ khoá cửa từ bên trong. Chỉ có một cửa ra vào căn phòng và không có cửa sổ nào. Trong thời gian hai mươi bốn giờ, ông ta sẽ ở trong phòng đó trong ít nhất một giờ.

Ngay cả các phi tần của ông ta cũng không biết bất kì cái gì về căn phòng này vì ông ta không bao giờ nói cho bất kì

người nào về nó. Nếu ai đó hỏi, ông ta sẽ mỉm cười và vẫn còn im lặng, và ông ta sẽ không đưa chìa khoá cho bất kì người nào. Mọi người đều ngạc nhiên về điều đó, và tò mò của họ cứ tăng lên từng ngày - ông ta làm gì ở đó? Không ai biết! Ông ta thường ở trong căn phòng đóng kín đó trong một giờ, thế rồi ông ta sẽ đi ra một cách im lặng và để chìa khoá vào túi của mình - và ngày hôm sau ông ta sẽ lại làm cùng điều này. Cuối cùng tò mò của mọi người lên tới đỉnh và họ mưu tính cùng nhau để tìm ra xem ông ta đã làm gì. Các quan thượng thư, các phi tần, con trai con cái của ông ta cũng là một phần của mưu đồ này.

Một đêm họ làm một lỗ trên tường để cho họ có khả năng nhìn xem ông ta đang làm gì khi ông ta tiếp đó đi vào đó. Ngày hôm sau, khi hoàng đế đi vào bên trong, mọi người nhòm qua lỗ hồng từng người một. Nhưng bất kì ai để mắt vào nhìn qua cái lỗ đó đều lập tức dịch sang bên và nói, "Ông ấy đang làm gì? Ông ấy đang làm gì?" Nhưng không ai có thể nói ông ta đang làm gì!

Hoàng đế đã đi vào bên trong và cởi hết quần áo ra. Và ông ta giơ tay lên trời và nói, "Hỡi Thượng đế! Người đã mặc quần áo không phải là tôi. Đó không phải là thực tại của tôi - đây là thực tại của tôi!" Và ông ta bắt đầu nhảy nhót và la hét kêu la lằng mạp và cư xử như người điên.

Bất kì người nào nhìn qua lỗ hồng đó đều dịch sang bên ngay lập tức bị sốc và nói, "Hoàng đế đang làm gì? Chúng tôi thường nghĩ rằng có lẽ ông ấy sẽ làm yoga nào đó hay nói lời cầu nguyện nào đó. Nhưng điều này! Ông ấy đang làm gì?"

Và hoàng đế đã nói với Thượng đế, "Người im lặng và có vẻ an bình, người ở trước ngài trong quần áo là tuyệt đối giả. Ông ta là người đã tu luyện. Tôi đã làm ra ông ta như thế

qua nỗ lực của tôi. Thực tại tôi giống thế này. Đây là thực tại của tôi, đây là sự trần trụi của tôi và đây là tính điên của tôi! Nếu ngài chấp nhận thực tại của tôi thế thì được - vì tôi có thể lừa mọi người nhưng làm sao tôi có thể lừa ngài được? Tôi có thể trưng ra cho mọi người rằng tôi không trần trụi bằng việc mặc quần áo nhưng ngài biết rất rõ rằng tôi trần trụi. Làm sao tôi có thể lừa ngài được? Tôi có thể trưng ra cho mọi người rằng tôi rất im lặng và phúc lạc, nhưng ngài biết tôi trong chính chiều sâu của tôi. Làm sao tôi có thể lừa ngài được? Trước ngài tôi chỉ là người điên!"

Trước Thượng đế tất cả chúng ta đều là người điên. Thực ra, bỏ Thượng đế sang bên - nếu chúng ta nhìn vào bên trong bản thân chúng ta thế thì ngay cả với mắt riêng của chúng ta, chúng ta sẽ có vẻ giống người điên. Tâm trí của chúng ta đã trở nên tuyệt đối lẫn lộn, nhưng chúng ta chưa bao giờ chú ý tới vấn đề này cho nên chúng ta đã không phát triển bất kì phương pháp nào để giải quyết nó.

Điều đầu tiên là đương đầu trực tiếp với tâm trí của chúng ta, nhưng chúng ta phải hiểu hai hay ba điểm để cho việc đương đầu này xảy ra. Sau đó chúng ta sẽ có khả năng nghĩ về cách tâm trí có thể được thay đổi.

Điều đầu tiên cho đương đầu trực tiếp với tâm trí là ở chỗ chúng ta phải bỏ mọi sợ về việc biết bản thân chúng ta. Sợ gì với việc biết bản thân người ta? Sợ là ở chỗ có lẽ chúng ta là người xấu. Sợ là ở chỗ chúng ta có thể khám phá ra rằng chúng ta là người xấu sau khi đã nuôi dưỡng hình ảnh về việc là người tốt. Chúng ta dường như là người tốt - chúng ta thánh thiện, chúng ta hồn nhiên, chúng ta đích thực, chúng ta thật thà. Sợ của chúng ta là ở chỗ chúng ta có thể nhận ra rằng bên

trong chúng ta là không đích thực và là giả. Chúng ta sợ tìm ra rằng chúng ta là phi tôn giáo, phức tạp, đạo đức giả, không thánh thiện. Sợ là ở chỗ hình ảnh của bản thân chúng ta - điều chúng ta nghĩ về bản thân chúng ta đang vậy - có thể hoá thành là giả.

Người sợ theo cách này không bao giờ có thể đương đầu được với tâm trí. Rất dễ đi vào trong rừng, dễ đi vào tối, dễ ngồi bọ dạn trước thú hoang, nhưng rất khó đứng bọ dạn trước con người hoang dã ẩn kín bên trong bạn. Điều đó rất gian nan. Không gian nan chút nào để đứng nhiều năm dưới mặt trời, bất kì kẻ ngu nào cũng có thể làm điều đó. Không khó đứng trên đầu bạn, bất kì kẻ ngốc nào cũng có thể được dạy làm trò xiếc như vậy. Và không rất khó nằm trên gai - da điều chỉnh theo gai rất sớm. Nếu có điều thực sự gian nan, đó là dũng cảm biết trực tiếp về người ở bên trong dù thế nào - dù là xấu hay điên, dù người ta là thế nào.

Cho nên điều đầu tiên là bỏ sợ và sẵn sàng nhìn bản thân người ta một cách dũng cảm. Người không có dũng cảm này là trong phiền phức. Chúng ta quan tâm tới việc đạt tới hồn, chúng ta quan tâm tới việc biết sự tồn tại, nhưng chúng ta không có dũng cảm để đương đầu trực tiếp và đơn giản với bản thân chúng ta. Hồn và sự tồn tại là rất xa xôi - thực tại là tâm trí chúng ta, não chúng ta. Thực tại đầu tiên là trung tâm ý nghĩ mà với nó chúng ta có quan hệ gần gũi nhất. Đầu tiên người ta phải thấy nó, biết nó, nhận ra nó.

Điều đầu tiên là nỗ lực để biết tâm trí riêng của người ta trong tính một mình mà không sợ. Trong ít nhất nửa giờ mỗi ngày cho tâm trí bạn cơ hội diễn đạt bản thân nó như nó vậy. Khép bản thân bạn trong phòng - như hoàng đế kia - và cho tâm trí bạn tự do toàn bộ. Bảo nó, "Bất kì cái gì mà bạn muốn nghĩ, suy tư, để điều đó xảy ra." Bỏ mọi kiểm duyệt của bản

thân bạn mà đã ngăn cản mọi thứ khỏi trôi lên bề mặt - bỏ mọi cái đó. Cho tâm trí bạn tự do cho phép bất kỳ cái gì nảy sinh được nảy sinh; cho phép bất kỳ cái gì xuất hiện được xuất hiện. Không dừng lại hay kìm nén bất kỳ cái gì. Bạn sẵn sàng biết cái gì ở bên trong.

Và bạn cũng nên không phán xét cái gì là tốt hay xấu vì khoảnh khắc bạn phán xét, kìm nén bắt đầu. Bất kỳ cái gì bạn gọi là xấu, tâm trí bắt đầu kìm nén, và bất kỳ cái gì bạn gọi là tốt, tâm trí bắt đầu dùng như cái che đậy. Cho nên bạn không cần phán xét bất kỳ cái gì là tốt hay xấu. Bất kỳ cái gì có đó trong tâm trí, dù nó là thế nào, được chuẩn bị để biết nó như vậy.

Nếu bạn để tâm trí bạn tự do toàn bộ để nghỉ, suy tư, cảm, bạn sẽ cảm thấy rất kinh hoàng và tự hỏi liệu bạn có điên không - nhưng điều bản chất là biết cái gì ẩn kín bên trong để được tự do khỏi nó. Tri thức và việc nhận ra là những bước đầu tiên để có được tự do khỏi nó. Chúng ta không thể chinh phục được kẻ thù mà chúng ta không biết hay không nhận ra. Không có cách nào. Kẻ thù ẩn kín, kẻ thù đang đứng đằng sau bạn, là nguy hiểm hơn kẻ thù ở trước bạn - người bạn quen biết, người bạn nhận ra.

Điều đầu tiên là ở chỗ vì các hạn chế và cảm đoán mà chúng ta đã áp đặt lên tâm trí từ mọi phía, chúng ta không để cho tâm trí diễn đạt bản thân nó trong tính tự phát của nó. Chúng ta đã hạn chế mọi tính tự phát của nó. Mọi thứ đã trở thành phi tự nhiên và giả. Chúng ta đã che đậy mọi thứ trong màn che, chúng ta đang đeo các bộ mặt giả, và chúng ta không bao giờ cho phép tâm trí diễn đạt bản thân nó một cách trực tiếp. Cho nên, ban đầu, ít nhất cho phép nó diễn đạt bản thân nó một cách trực tiếp trước bạn để cho bạn trở nên quen thuộc với mọi nội dung mà đã bị ẩn kín và bị kìm nén. Phần lớn tâm

trí đã bị kìm nén trong tối. Chúng ta không bao giờ đem đèn tới đó. Chúng ta sống ở ban công của nhà của chúng ta và bên trong có tối trong mọi phòng và chúng ta không biết bao nhiêu côn trùng và nhện và rắn và bọ cạp ẩn kín ở đó. Trong tối chúng nhất định tụ tập lại. Và chúng ta sợ đem đèn tới đó, chúng ta thậm chí không muốn nghĩ về hoàn cảnh của nhà của chúng ta. Điều rất bản chất cho người tìm kiếm là bỏ sợ này.

Đề mang cách mạng vào trong tâm trí và ý nghĩ của chúng ta, điều đầu tiên là bỏ sợ, sẵn sàng biết bản thân mình mà không sợ. Điều thứ hai là gạt bỏ mọi kiểm duyệt và hạn chế chúng ta đã áp đặt lên tâm trí. Và chúng ta đã áp đặt nhiều hạn chế lên nó. Giáo dục, các bài giảng đạo đức, nền văn minh và văn hoá đã áp đặt nhiều hạn chế - "Không nghĩ về cái này. Không cho phép ý nghĩ thuộc loại này đi vào tâm trí mình. Nó là ý nghĩ xấu! Không cho phép nó!" Khi chúng ta kìm nén chúng, các ý nghĩ xấu không bị phá huỷ, chúng chỉ đi sâu hơn vào trong tiềm thức của chúng ta. Bằng việc kìm nén nó, ý nghĩ không bỏ đi, nó đi sâu hơn vào trong con người của chúng ta - vì điều chúng ta kìm nén đã nảy sinh từ bên trong, nó đã không tới từ đâu đó bên ngoài.

Nhớ, bất kì cái gì có đó trong tâm trí của bạn đều không tới từ đâu đó bên ngoài, nó tới từ bên trong. Dường như dòng suối đang chảy ra từ núi và chúng ta đóng lối mở của nó. Dòng suối sẽ không bị phá huỷ, nó sẽ đi sâu hơn, và nó sẽ tìm các cách khác để đi ra khỏi núi. Nguyên gốc sẽ có một dòng suối, nhưng giờ có lẽ sẽ có mười dòng vì nước sẽ cố chảy ra bằng việc chia thành mười dòng. Và nếu chúng ta đóng mười chỗ này thế thì sẽ có một trăm dòng.

Mọi thứ tới từ bên trong, không từ bên ngoài. Và chúng ta càng kìm nén nó, nó càng trở thành xấu và suy đồi. Thế thì nó tìm ra những cách mới để đi ra, những phức tạp mới được

tạo ra - nhưng chúng ta liên tục kìm nén nó cứng rắn hơn. Cơ sở của giáo dục của chúng ta từ chính thời thơ ấu là ở chỗ nếu ý nghĩ nào đó trong tâm trí là sai, kìm nén nó. Ý nghĩ bị kìm nén đó không bị phá hủy, nó đi vào sâu hơn trong tiềm thức của chúng ta. Và chúng ta càng kìm nén nó, nó càng đi sâu hơn, và nó càng giữ chặt chúng ta hơn.

Giận là sai, cho nên chúng ta kìm nén nó - thế thì một dòng suối giận lan rộng ngay qua chúng ta. Dục là sai, tham là sai, cái này là sai, cái kia là sai.... Bất kì cái gì sai chúng ta kìm nén nó và đến cuối chúng ta thấy rằng chúng ta đã trở thành bất kì cái gì chúng ta đã kìm nén. Bạn có thể cản được những dòng suối bị kìm nén nào bao lâu bằng việc đóng lối mở của chúng?

Và tâm trí vận hành theo cách nào đó. Chẳng hạn, bất kì cái gì chúng ta muốn kìm nén hay trốn thoát khỏi, đều trở thành trung tâm cho tâm trí. Bất kì cái gì chúng ta muốn thoát khỏi đều trở thành sự hấp dẫn và tâm trí bắt đầu chuyển tới nó. Thử điều đó mà xem! Nếu bạn cố thoát khỏi cái gì đó hay kìm nén cái gì đó, tâm trí sẽ lập tức trở nên được hội tụ vào nó.

Milarepa là nhà huyền bí sống ở Tây Tạng. Một hôm một thanh niên tới ông ấy và nói, "Tôi muốn đạt tới quyền năng nào đó. Xin cho tôi mật chú."

Milarepa nói, "Chúng ta không có mật chú nào. Chúng ta là nhà huyền bí. Mật chú dành cho nhà ảo thuật, cho pháp sư - đi tới họ đi. Chúng ta không có mật chú nào - tại sao chúng ta phải cần quyền năng?"

Nhưng Milarepa càng từ chối, anh thanh niên càng tưởng rằng phải có cái gì đó ở đó - nếu không tại sao ông ấy phải từ chối? Cho nên anh ta cứ tới Milarepa lặp đi lặp lại.

Đám đông lớn bao giờ cũng tập hợp quanh các thánh nhân, người đuổi mọi người đi bằng chiếc gậy hay ném đá vào họ. Đám đông nghĩ rằng thánh nhân phải có cái gì đó đặc biệt bằng không ông ấy chắc không đuổi mọi người đi.

Nhưng chúng ta không nhận ra rằng việc thu hút mọi người qua quảng cáo trên báo chí hay ném đá vào họ, là cùng một thủ thuật. Tuyên truyền là như nhau. Và cách thứ hai có tính thao túng và tinh ranh hơn. Khi mọi người bị đuổi đi xa bởi ai đó ném đá, họ không hiểu rằng họ thực tại đang bị hút vào. Đây là cách tinh vi để làm điều đó. Và mọi người quả có tới mặc dầu họ không có ý tưởng nào rằng họ đã bị dụ dỗ.

Anh thanh niên nghĩ rằng có lẽ Milarepa đã cố che giấu cái gì đó cho nên anh ta bắt đầu tới mọi ngày. Đến cuối Milarepa phát chán cho nên ông ấy viết cho anh ta một mật chú trên giấy và nói, "Cầm lấy cái này. Đêm nay là đêm không trăng. Đọc cái này năm lần trong đêm. Nếu anh đọc nó năm lần, anh sẽ có quyền năng anh muốn. Thế thì anh sẽ có khả năng làm bất kì cái gì anh muốn làm. Bây giờ đi và để ta một mình."

Anh thanh niên vớ lấy tờ giấy và quay lưng chạy đi. Anh ta thậm chí không cảm ơn Milarepa. Nhưng anh ta còn chưa bước xuống khỏi các bậc đền thì Milarepa gọi với anh ta, "Anh bạn ơi! Ta quên không bảo anh một điều. Có những điều kiện nào đó gắn với mật chú này. Khi anh đọc nó, anh phải không có bất kì ý nghĩ nào trong tâm trí anh về khi."

Anh thanh niên nói, "Đừng lo, tôi chưa bao giờ có ý nghĩ như vậy trong cả đời tôi. Không bao giờ có bất kì lí do gì để nghĩ về khi. Tôi phải đọc điều này chỉ năm lần thôi. Không có vấn đề gì."

Nhưng anh ta đã phạm sai lầm. Anh ta thậm chí còn chưa xuống tới bậc cuối cùng thì khí bắt đầu tới. Anh ta trở nên rất sợ. Anh ta nhắm mắt lại và có khí bên trong; anh ta nhìn ra ngoài và ngay cả chỗ không có khí, anh ta lại thấy một số con! Lúc đó là đêm, và mọi khoảnh khắc trên mọi cây dường như đều có khí. Dường như là khí có ở mọi nơi. Đến lúc anh ta về nhà anh ta đã rất lo nghĩ vì mãi tới lúc đó anh ta chưa bao giờ nghĩ về khí. Anh ta chưa bao giờ có bất kì cái gì liên quan tới chúng.

Anh ta đi tắm, nhưng khi anh ta tắm khí đã ở cùng anh ta. Toàn thể tâm trí anh ta bị ám ảnh chỉ với một điều - khí. Thế rồi anh ta ngồi xuống để đọc mật chú. Anh ta nhặt tờ giấy lên, nhắm mắt lại - và có đám đông khí bên trong đang trên chọc anh ta. Anh ta trở nên rất sợ nhưng dầu vậy anh ta vẫn kiên nhẫn cả đêm. Anh ta đổi tư thế; anh ta cố ngồi theo cách này, cách nọ, theo padmasana, theo siddhasana, theo các tư thế yoga khác nhau. Anh ta cầu nguyện, anh ta cúi mình, anh ta cầu xin; anh ta thét lên nhờ bất kì ai tới giúp anh ta gạt bỏ lũ khí này. Nhưng khí cũng cứng rắn. Chúng không sẵn sàng bỏ anh ta đêm đó.

Đến sáng anh thanh niên gần như điên vì sợ và anh ta nhận ra rằng quyền lực mật chú không thể được đạt tới dễ dàng thế. Anh ta đã thấy rằng Milarepa đã rất lâu linh, ông ấy đã ra điều kiện khó cho anh ta. Milarepa điên! Nếu như sẽ có cản trở vì khí thế thì ít nhất ông ấy phải không nhắc tới chúng chứ. Thế thì có lẽ quyền năng mật chú có thể đã được đạt tới.

Đến sáng anh ta quay lại Milarepa vừa khóc vừa nói, "Ông lấy lại mật chú đi. Ông đã làm một sai lầm lớn! Nếu khí là cản trở trong việc dùng mật chú này, thế thì ông đáng phải không nhắc tới chúng chứ. Tôi không bao giờ nghĩ về khí, nhưng cả đêm qua khí sẵn đuổi tôi. Bây giờ tôi sẽ phải đợi tới

kiếp sau để đạt tới quyền năng mật chú này vì trong kiếp này mật chú này và khi đã trở nên được thống nhất. Bây giờ không thể nào gạt bỏ được chúng."

Khi đã trở nên được thống nhất với mật chú. Làm sao chúng đã trở nên được thống nhất? Tâm trí anh ta khẳng khái rằng khi phải không có đó và do vậy khi tới. Bất kì khi nào tâm trí anh ta cố gạt bỏ khi, khi xuất hiện. Bất kì khi nào tâm trí anh ta cố thoát khỏi khi, khi tới. Cảm đoán là thu hút; từ chối là mời chào; ngăn cản là cấm dõ.

Tâm trí chúng ta đã trở nên rất ốm yếu vì chúng ta không hiểu điểm đơn giản này. Chúng ta không muốn giận - thế thì giận tới như khi. Chúng ta không muốn dục - thế thì dục xuất hiện như khi và bắt giữ con người chúng ta. Chúng ta không muốn tham, chúng ta không muốn bản ngã - và tất cả chúng đều tới. Nhưng bất kì cái gì chúng ta muốn - tính tâm linh, tính tôn giáo, chứng ngộ - dường như không tới. Cái chúng ta không muốn, thì tới, và cái chúng ta cố có được, không bao giờ xuất hiện. Mọi thứ trái ngược này xảy ra vì việc không hiểu điểm đơn giản này của tâm trí.

Điều thứ hai cần nhớ là ở chỗ không có nhu cầu khẳng khái về cái gì phải có trong tâm trí và cái gì không phải có. Chúng ta phải sẵn sàng quan sát bất kì cái gì xuất hiện trong tâm trí chúng ta mà không làm bất kì chọn lựa nào và không có bất kì điều kiện nào. Theo cách này chúng ta có thể bắt đầu thấy tâm trí là gì trong thực tại. Sự kiện đơn giản về bản tính mâu thuẫn của tâm trí được hiểu rõ bởi các nhà quảng cáo trên khắp thế giới, nhưng các nhà lãnh đạo tôn giáo đã không hiểu nó chút nào. Những người tuyên truyền khắp thế giới hiểu sự kiện này nhưng những người dạy trong xã hội đã không hiểu

nó. Khi một bộ phim được quảng cáo 'Chỉ dành cho người lớn', trẻ em đi xem nó với râu giả đáng giá vài xu dán lên mặt chúng. Những người quảng cáo biết rằng để thu hút trẻ em cần dùng các từ 'Chỉ dành cho người lớn' trên quảng cáo. Có những tạp chí của đàn bà 'chỉ dành cho đàn bà'. Không ai đọc chúng ngoại trừ đàn ông, đàn bà không bao giờ đọc chúng. Tôi đã điều tra về điều đó và thấy rằng phần lớn người mua đều là đàn ông! Và khi tôi hỏi đại lí về tạp chí họ bán trên thị trường, họ nói, "Đàn bà chỉ thỉnh thoảng mới mua tạp chí 'chỉ dành cho đàn bà' nhưng thường họ mua tạp chí chỉ dành cho đàn ông."

Các nhà quảng cáo hiểu cái gì thu hút tâm trí đàn ông như những người lãnh đạo tôn giáo không hiểu mà các thầy giáo đạo đức cũng chưa hiểu nó. Họ vẫn liên tục dạy mọi người những thứ ngu xuẩn như "Không giận, tranh đấu với giận". Người đánh nhau với giận của mình và cố trốn thoát khỏi nó sẽ bị ám ảnh với giận cả đời người đó. Người đó không bao giờ có thể được tự do khỏi nó. Chỉ người quan tâm tới việc biết giận của mình mặt đối mặt và không tranh đấu với nó, mới được tự do khỏi nó.

Điểm thứ hai là bỏ mọi cảm giác về xung đột và vật lộn với bất kì trạng thái nào của tâm trí. Chỉ tạo ra cảm giác về muốn biết, muốn hiểu - "Mình phải hiểu tâm trí của mình là gì." Người ta phải đi vào tâm trí với loại việc cảm đơn giản này. Đó là điểm thứ hai.

Và điểm thứ ba là không làm bất kì phán xét nào về bất kì cái gì nảy sinh trong tâm trí. Không làm bất kì phán xét nào về cái gì là xấu hay cái gì là tốt. Tính xấu và tính tốt là hai mặt của cùng một đồng tiền. Bất kì khi nào có tính xấu, có tính tốt ở phía bên kia. Bất kì chỗ nào có tính tốt, có tính xấu ở mặt bên kia.

Người ác được ẩn kín bên trong người thiện và người thiện được ẩn kín bên trong người ác. Người thiện có phía tốt của đồng tiền của mình quay mặt lên và phía xấu quay xuống. Cho nên nếu người thiện trở thành ác thế thì người đó chứng tỏ là tệ hơn người ác nhất. Và nếu người ác trở thành người thiện thế thì người thiện dường như mờ nhạt trong so sánh. Trong người ác tính thiện đã hoàn toàn bị ẩn kín - chỉ tính ác phô ra. Nếu người đó thay đổi và trở thành người thiện thế thì những người thiện khác sẽ có vẻ mờ nhạt cạnh người đó. Lực rất tươi và ẩn kín của tính thiện nảy sinh từ bên trong người đó. Valmiki hay Angulimal là những ví dụ hay. Họ đã là những người rất ác rồi một hôm trở thành thiện và họ chiếu sáng mọi thánh nhân khác bằng tính thiện của họ.

Người thiện và người ác là không khác nhau; họ là hai mặt của cùng một đồng tiền. Nhưng hiền nhân là loại người thứ ba - bên trong người đó không có tính thiện không có tính ác. Đồng tiền biến mất cùng nhau. Hiền nhân không phải là người thiện không là quân tử không là thánh nhân. Người ác bao giờ cũng bị ẩn kín bên trong người quân tử và người quân tử bao giờ cũng được ẩn kín bên trong người ác. Hiền nhân tuyệt đối là kiểu hiện tượng thứ ba. Ông ấy ở bên ngoài cả thiện và ác; ông ấy không có quan hệ với loại nào. Ông ấy đã đi vào một chiều hướng khác toàn bộ nơi không có vấn đề về thiện và ác.

Một sư trẻ sống trong làng ở Nhật Bản. Ông ấy rất nổi tiếng, và có danh tiếng lớn. Cả làng tôn thờ và kính trọng ông ấy. Bài hát được hát khắp làng tôn vinh ông ấy. Nhưng một hôm mọi sự thay đổi. Một cô gái trẻ trong làng trở nên mang thai và cho sinh ra đứa con. Khi gia đình cô ấy hỏi cô ấy đứa trẻ là của ai, cô ấy nói nó là con của sư trẻ này.

Mất bao lâu để người ngưỡng mộ trở thành kẻ thù? Bao lâu? Điều đó không mất ngay cả một khoảng thời gian ngắn vì bên trong tâm trí của người ngưỡng mộ, kết án bao giờ cũng ẩn kín. Tâm trí chỉ đợi cơ hội, và ngày ngưỡng mộ kết thúc, kết án bắt đầu. Những người biểu lộ kính trọng có thể đổi trong một phút thành bất kính. Những người đang chạm chân một người có thể trong một khoảnh khắc bắt đầu chặt đầu cùng người này. Không có khác biệt giữa kính trọng và bất kính - chúng là hai mặt của cùng một đồng tiền.

Mọi người trong cả làng tấn công lều của sư. Trong một thời gian dài họ đã từng bày tỏ sự kính trọng với sư nhưng bây giờ mọi giận họ đã kìm nén bước ra. Bây giờ họ có cơ hội để bất kính, cho nên tất cả họ chạy tới lều của sư này và đốt nó và ném đá bé vào anh ta.

Sư hỏi, "Có chuyện gì vậy?"

Mọi người quát lên, "Ông đang hỏi chúng tôi chuyện gì sao? Đứa trẻ này là của ông! Chúng tôi phải nói cho ông chuyện gì sao? Nhìn nhà đang cháy của ông đi, nhìn vào trong tim ông đi, nhìn đứa trẻ này và nhìn vào cô gái kia. Không cần chúng tôi phải nói cho ông rằng đứa trẻ này là của ông."

Sư nói, "Thế à? Đứa trẻ này là của tôi à?"

Đứa trẻ bắt đầu khóc cho nên anh ta bắt đầu hát ru để làm cho đứa trẻ im lặng, và mọi người bỏ anh ta ngồi đó bên cạnh chiếc lều bị thiêu rụi. Thế rồi anh ta đi xin ăn vào thời gian thường lệ, vào buổi chiều - nhưng ai cho anh ta thức ăn hôm nay? Hôm nay mọi cửa anh ta đứng trước đều bị đóng sầm. Hôm nay đám đồng trẻ con và mọi người bắt đầu bước đi đằng sau anh ta, chế giễu anh ta, ném đá. Anh ta tới nhà của cô gái có đứa con này. Anh ta nói, "Tôi có thể không có thức ăn cho

bản thân tôi, nhưng ít nhất cho ít sữa cho đứa trẻ này đi! Tôi có thể có lỗi, nhưng đứa bé nhỏ đáng thương này có lỗi gì?"

Đứa trẻ khóc, đấm đống đứng đó - và điều đó trở thành không thể chịu được cho cô gái. Cô ta sụp xuống chân bố cô ta và nói, "Con xin lỗi, con đã nói dối khi con nêu tên sư này. Con muốn cứu người bố thực của đứa trẻ, cho nên con nghĩ dùng tên của sư này. Con thậm chí không có bất kì quen thuộc nào với ông ấy."

Người bố trở nên bối rối. Đây đã là sai lầm lớn. Ông ta chạy ra khỏi nhà, quì xuống dưới chân của sư và cố nhận đứa bé từ anh ta.

Sư hỏi, "Có chuyện gì vậy?"

Bố cô gái nói, "Tôi xin lỗi, đã có sai lầm. Đứa trẻ này không phải là của ông."

Sư đáp, "Thế à? Đứa trẻ này thực sự không phải của tôi sao?"

Thế rồi mọi người trong làng nói với anh ta, "Ông điên! Sao ông không phủ nhận điều đó sáng nay?"

Sư nói, "Điều đó tạo ra khác biệt gì? Đứa trẻ này phải thuộc vào ai đó. Và các ông bà đã đốt một cái lều - các ông bà sẽ đốt thêm một lều nữa. Các ông bà đã tận hưởng phi báng một người, các ông bà sẽ tận hưởng phi báng thêm một người nữa. Điều đó sẽ tạo ra khác biệt gì? Đứa trẻ này phải thuộc vào ai đó - nó cũng có thể là của tôi. Cho nên vấn đề là gì? Điều đó tạo ra khác biệt gì?"

Mọi người nói, "Ông không hiểu rằng mọi người kết án ông, xúc phạm ông, làm mất mặt ông rất nhiều đó sao?"

Sư trả lời, "Nếu như tôi quan tâm tới kết án của các ông bà, tôi chắc đã quan tâm tới kính trọng của các ông bà nữa. Tôi làm như tôi cảm thấy đúng; các ông bà làm bất kì cái gì các ông bà cảm thấy là đúng. Mỗi tới hôm qua các ông bà đã cảm thấy kính trọng tôi là đúng cho nên các ông bà đã kính trọng. Hôm nay các ông bà cảm thấy không kính trọng tôi là đúng cho nên các ông bà không kính trọng. Nhưng tôi đứng dưng với cả kính trọng lẫn bất kính của các ông bà.

Mọi người nói với anh ta, "Thưa tôn ông, ông nên nhận ra rằng ông sẽ mất danh tiếng tốt của ông."

Anh ta đáp, "Tôi không ác không thiện. Tôi đơn giản là bản thân tôi. Tôi đã bỏ ý tưởng này về thiện và ác. Tôi đã bỏ mọi mối quan tâm trong việc trở thành thiện vì tôi càng cố trở thành thiện, tôi càng thấy rằng tôi trở thành ác. Tôi càng cố thoát khỏi tính ác, tôi càng thấy rằng tính thiện đã biến mất. Tôi bỏ chính ý tưởng này. Tôi đã trở nên tuyệt đối đứng dưng. Và ngày tôi trở nên đứng dưng, tôi thấy rằng cả tính thiện lẫn tính ác không còn lại bên trong. Thay vì thế, cái gì đó mới được sinh ra mà là tốt hơn tính thiện, và nó thậm chí không có cái bóng của tính ác."

Hiền nhân là kiểu người thứ ba. Cuộc hành trình của người tìm kiếm không phải là cuộc hành trình trở thành người tốt; cuộc hành trình của người tìm kiếm là cuộc hành trình của việc trở thành hiền nhân.

Cho nên điểm thứ ba của tôi là: không quyết định liệu ý nghĩ nảy sinh trong tâm trí là thiện hay ác. Không kết án hay ca ngợi. Không nói rằng cái này là ác hay cái này là thiện. Chỉ ngồi bên cạnh dòng chảy của tâm trí, dường như bạn đang ngồi trên bờ sông và quan sát một cách đứng dưng dòng chảy - nước

đang chảy, đá đang chảy, lá đang chảy, gỗ đang chảy. Và bạn đang quan sát khi ngồi im lặng trên bờ.

Đây là ba điểm tôi muốn nói cho bạn về sáng nay. Điều thứ nhất là bạo dạn vô cùng trong đương đầu với tâm trí; điều thứ hai là không hạn chế, không ước định tâm trí; điểm thứ ba là không phán xét về bất kì ý nghĩ và khao khát nào nảy sinh trong tâm trí, không cảm thấy thiện hay ác. Thái độ của bạn nên đơn giản là dừng dừng. Ba điểm này là cần để hiểu những suy đồi của tâm trí. Thế rồi trong buổi chiều và buổi tối chúng ta sẽ nói về điều có thể được làm để gạt bỏ những suy đồi này, và đi xa hơn - nhưng ba điểm này phải được nhớ trong tâm trí.

Bây giờ chúng ta sẽ sẵn sàng cho thiền sáng. Đầu tiên, hai điểm để hiểu về thiền sáng, thế rồi chúng ta sẽ ngồi cho thiền.

Thiền sáng là quá trình rất trực tiếp và đơn giản. Thực tại bất kì cái gì có ý nghĩa trong cuộc sống đều rất đơn giản và trực tiếp. Trong cuộc sống, thứ càng vô tích sự, nó càng phức tạp và rắc rối. Trong cuộc sống, thứ càng cao, nó càng đơn giản và trực tiếp. Nó là quá trình rất trực tiếp và đơn giản. Điều duy nhất bạn phải làm là ngồi im lặng và nghe một cách im lặng thế giới của âm thanh khắp xung quanh. Nghe có những hiệu quả kì diệu nào đó. Thông thường chúng ta không bao giờ nghe. Khi tôi đang nói ở đây, nếu bạn nghĩ rằng bạn đang nghe, thế thì bạn đang phạm sai lầm lớn. Âm thanh rơi lên tai không phải là nghĩa của nghe.

Nếu bạn đang nghĩ đồng thời khi tôi đang nói, thế thì bạn không nghe vì tâm trí có thể làm chỉ một điều mỗi lúc, không bao giờ làm hai điều. Hoặc bạn có thể nghe hoặc bạn có thể nghĩ. Chừng nào bạn đang nghĩ, với chừng này thời gian việc

nghe sẽ dừng lại; chùng nào bạn đang nghe, với chùng này thời gian việc nghĩ sẽ dừng lại. Cho nên khi tôi nói rằng nghe là quá trình kì diệu, điều tôi ngụ ý là nếu bạn chỉ nghe một cách im lặng thế thì việc nghĩ sẽ dừng lại theo cách riêng của nó - vì chính một qui tắc bản chất của tâm trí là nó không có năng lực làm hai thứ đồng thời, tuyệt đối không có năng lực.

Một người đã ngã bệnh. Trong một năm chân anh ta đã bị liệt. Các bác sĩ bảo anh ta rằng không có liệt trong thân thể anh ta, đây là tâm trí anh ta tưởng tượng ra điều đó. Nhưng làm sao anh ta có thể đồng ý được? Anh ta bị liệt! Thế rồi nhà anh ta bị cháy. Khi nó bị cháy, mọi người trong nhà chạy ra - và người bị liệt cũng chạy! Anh ta đã không ra khỏi giường trong một năm. Khi anh ta chạy, anh ta nghĩ, "Trời! Làm sao điều này xảy ra? Trong một năm, mình đã thậm chí không có khả năng đứng dậy! Làm sao mình có thể bước đi bây giờ?"

Người này hỏi tôi về điều đó, và tôi bảo anh ta, "Tâm trí không thể nghĩ được hai thứ đồng thời. Liệt đã là ý nghĩ của tâm trí, nhưng khi nhà bị cháy, tâm trí trở nên được tham gia toàn bộ với đám cháy tới mức ý nghĩ đầu tiên - rằng chân mình bị liệt - đã biến mất và anh chạy ra khỏi nhà! Tâm trí có thể nhận biết mãnh liệt về chỉ một thứ.

Thực nghiệm sáng nay là về nghe một cách im lặng tiếng hót của chim và tiếng gió, tạp âm của mọi loại âm thanh quanh bạn. Nghe nó rất im lặng. cho chú ý chỉ vào một điều, "Mình đang nghe. Mình đang nghe một cách toàn bộ bất kì cái gì đang xảy ra. Mình không làm bất kì cái gì khác, chỉ nghe, nghe một cách toàn bộ."

Tôi đang nhấn mạnh vào việc nghe vì khi bạn nghe một cách toàn bộ, chuyển động liên tục của ý nghĩ bên trong bạn

sẽ trở thành tuyệt đối im lặng - vì cả hai điều này không thể xảy ra đồng thời. Cho nên để toàn bộ nỗ lực của bạn vào việc nghe. Đây là nỗ lực khẳng định.

Nếu bạn cố ném các ý nghĩ ra thế thì sai lầm mà tôi vừa nói với bạn sẽ bắt đầu xảy ra. Nó là nỗ lực phủ định. Ý nghĩ không thể được ném ra bằng việc làm nỗ lực để gạt bỏ chúng, nhưng nếu năng lượng của tâm trí, mà thường đi vào trong suy nghĩ, bắt đầu chảy vào trong luồng khác nào đó, thế thì ý nghĩ tự động trở nên yếu.

Các bác sĩ của người bị liệt thường bảo anh ta, "Bỏ ý niệm khỏi tâm trí anh rằng anh bị liệt. Anh không thực sự bị liệt đâu. Nhưng người này càng cố ném ra ý nghĩ rằng anh ta không bị liệt, anh ta càng sẽ được nhắc nhở về chứng liệt của anh ta. "Nếu tôi không bị liệt thế thì tại sao tôi lặp lại, "Tôi không bị liệt?" Mọi lần anh ta lặp lại, "Tôi không bị liệt," anh ta làm sâu sắc và mạnh thêm cảm giác của anh ta rằng anh ta bị liệt. Tâm trí của người này cần việc làm trạch. Không cần anh ta cố dừng ý nghĩ của anh ta về liệt. Nếu anh ta mà có cơ hội được tham gia vào cái gì đó khác thế thì liệt của anh ta chắc đã biến mất, vì nó đã là liệt của tâm trí, không của thân thể. Điều cần cho tâm trí anh ta là chuyển toàn bộ sang bên để liệt biến mất.

May mắn nhà anh ta bị cháy. Điều có thể xảy ra là cái có vẻ như thảm họa về sau lại chứng tỏ là may mắn xảy ra. Lần này điều may mắn là nhà của người này bị cháy vì toàn thể chú ý của anh ta đột nhiên chuyển sang đám cháy. Tâm trí anh ta dịch chuyển từ liệt mà nó đã nắm giữ, và ảo tưởng này đột nhiên biến mất. Nó đã là ảo tưởng, không nhiều hơn điều đó. Trong thực tại, không có xiềng xích, chỉ có mạng các ý nghĩ. Khi tâm trí con người trở nên bị sao lãng, ý nghĩ của con người khô héo và trở nên không sống - vì ý nghĩ lấy sự sống của

chúng từ sự chú ý của chúng ta. Ý nghĩ không có sự sống của riêng chúng. Chúng ta càng cho ý nghĩ sự chú ý, nó càng trở nên sống hơn. Chúng ta càng loại bỏ chú ý, nó càng trở nên chết hơn. Nếu chú ý được loại bỏ toàn bộ, thế thì ý nghĩ trở thành không sống, chúng chết, chúng biến mất ngay lập tức.

Đó là lí do tại sao tôi nói rằng bạn nên để mọi chú ý của bạn vào việc nghe. Quyết định một cách tuyệt đối rằng ngay cả tiếng hót nhỏ nhất của chim cũng phải được nghe thấy, không bị bỏ lỡ. Bạn phải nghe thấy mọi thứ, dù bất kì cái gì xảy ra xung quanh - bạn phải nghe thấy tất cả nó. Thế thì bạn sẽ đột nhiên thấy rằng tâm trí đang đi vào trong im lặng sâu, ý nghĩ đang nhạt nhòa đi.

Chỉ một điều phải được làm. Bạn phải đơn giản thả lỏng thân thể bạn. Hôm qua tôi đã nói với bạn trước hết làm căng não bạn nhưng có lẽ bạn đã hiểu lầm. Thả lỏng não bạn ra. Không làm căng nó. Điều đó là không cần thiết - vì nếu bạn bị mắc vào ý tưởng làm căng não, thế thì bản thân nó trở thành vấn đề. Cho nên bỏ ý tưởng đó đi. Nó không phải là một phần của thiền. Tôi phải bảo bạn làm điều đó chỉ để cho bạn có thể có ý tưởng nào đó về điều nào căng là gì và não được thả lỏng là gì. Không cần lo nghĩ về ý tưởng này. Bỏ nó đi. Và bây giờ thả lỏng. Để tâm trí được thả lỏng. Thả lỏng mọi mô và dây thần kinh căng của não bạn. Đó là vấn đề thả lỏng. Vấn đề không phải là học nghệ thuật làm cho não căng. Bạn cần quên nghệ thuật giữ cho não căng. Tôi đã nói cho bạn chỉ để bạn có thể hiểu tương phản giữa não bạn bị căng và được thả lỏng. Với bây giờ, bỏ bất kì cái gì bạn không thể hiểu. Chỉ đơn giản thả lỏng nó.

Cho nên xin mọi người giữ khoảng cách với nhau. Không ai nên chạm vào người khác. Dùng không gian này ở phía trước. Lên đây hay đi ra sau, nhưng không ai nên chạm vào lẫn nhau.

Cho phép thân thể thả lỏng toàn bộ và thể rời nhắm mắt lại từ từ. Mắt phải được nhắm nhẹ nhàng tới mức không căng nào trên mắt. Bạn phải không nhắm chặt mắt bằng không bạn sẽ cảm thấy căng. Các cơ của mắt có quan hệ rất nhiều tới não cho nên để chúng tuyệt đối được thả lỏng. Để mí mắt của bạn hạ xuống theo cùng cách trẻ nhỏ làm. Để mí mắt hạ xuống từ từ, thả lỏng. Thở rời thả lỏng mọi cơ mặt và đầu. Bạn đã thấy mặt của trẻ nhỏ, tuyệt đối thả lỏng, không cái gì căng thẳng. Làm cho mặt bạn giống điều đó - tuyệt đối chùng và được thả lỏng. Để thân thể cũng được thả lỏng. Khoảnh khắc bạn để mọi thứ thả lỏng, hơi thở sẽ trở nên được thả lỏng và im lặng theo cách riêng của nó.

Thở rời chỉ làm một điều: nghe một cách im lặng bất kì âm thanh nào đang tới từ khắp xung quanh. Quạ sẽ tạo ra âm thanh, chim sẽ tạo ra âm thanh, đứa trẻ sẽ nói trên đường - nghe chúng một cách im lặng. Liên tục nghe và nghe và nghe, và mọi thứ sẽ trở thành im lặng bên trong.

Nghe - nghe một cách im lặng trong mười phút. Để mọi chú ý vào việc nghe.

Chỉ là việc nghe, không làm gì khác.

Nghe... chim đang hót, gió đang rung cây - bất kì âm thanh nào có thể tới, nghe chúng một cách im lặng.

Nghe... và dần dần, bên trong bạn, tiếng rừ rừ của im lặng sẽ bắt đầu.

Tâm trí đang trở nên im lặng. Liên tục nghe và nghe.
Tâm trí đang trở nên im lặng. Tâm trí đang trở nên im lặng.
Tâm trí đang trở nên im lặng....

Tâm trí đã trở nên im lặng, tâm trí đã trở nên tuyệt đối
im lặng. Im lặng sâu đang hiện diện bên trong. Nghe nó, chỉ
nghe nó. Nghe... và dần dần tâm trí sẽ trở nên im lặng.

Tâm trí đang trở nên im lặng, tâm trí đang trở nên im
lặng, tâm trí đang trở nên im lặng. Liên tục nghe và nghe, tâm
trí đang đi vào im lặng tuyệt đối....

5. Tự do khỏi ảo tưởng về tri thức

Những người yêu mến của tôi,

Trạng thái của tâm trí con người giống như tổ ong mật bị phá. Ý nghĩ và ý nghĩ và ý nghĩ vo ve khắp xung quanh. Bị bao quanh bởi những ý nghĩ này con người sống trong lo âu, căng thẳng và lo nghĩ. Để nhận ra và biết sự sống, tâm trí cần im lặng như hồ không gợn sóng. Để quen thuộc với sự sống, tâm trí cần là rõ ràng như gương không hạt bụi trên đó.

Chúng ta có tâm trí như tổ ong mật; nó không là gương không là hồ im lặng. Nếu chúng ta nghĩ rằng chúng ta sẽ có khả năng biết cái gì đó bằng tâm trí như vậy, rằng chúng ta sẽ có khả năng đạt tới cái gì đó, hay chúng ta sẽ có khả năng trở thành cái gì đó, chúng ta đang phạm sai lầm lớn.

Điều rất cần thiết là trở thành tự do khỏi luồng ý nghĩ mãnh liệt này. Có ý nghĩ và ý nghĩ và ý nghĩ bu quanh không phải là dấu hiệu của lạnh mạnh, nó là dấu hiệu của tâm trí ốm yếu. Khi tâm trí người ta là thuần khiết và sạch sẽ toàn bộ, khi nó là lạnh mạnh, thế thì ý nghĩ biến mất. Tâm thức còn lại nhưng ý nghĩ biến mất. Khi tâm trí ốm yếu và không lạnh mạnh thế thì tâm thức biến mất và chỉ đám đông ý nghĩ còn lại.

Chúng ta sống trong đám đông ý nghĩ đó. Từ sáng tới tối, từ tối tới sáng, từ sinh tới chết, chúng ta sống trong đám đông các ý nghĩ.

Làm sao chúng ta có thể được tự do khỏi đám đông ý nghĩ này? Chúng ta đã nói vài điều về việc này vào buổi sáng và vài câu hỏi đã được hỏi gắn với điều tôi đã nói. Bây giờ tôi sẽ trả lời những câu hỏi này.

Điều đầu tiên là ở chỗ có được tự do khỏi các ý nghĩ là bước thứ hai. Bước thứ nhất là không tạo ra tuyển tập các ý nghĩ ngay chỗ đầu tiên. Nếu một mặt bạn liên tục thu thập các ý nghĩ và mặt khác cố trở nên tự do khỏi ý nghĩ, làm sao bạn sẽ xoay xở được? Nếu chúng ta muốn tự do khỏi lá của cây và liên tục cấp nước cho rễ cây, thế thì làm sao chúng ta sẽ có khả năng có được tự do khỏi lá của cây? Trong khi tưới nước cho rễ chúng ta dường như không nhận ra rằng có quan hệ nào đó giữa rễ và lá - quan hệ sâu nào đó. Rễ và lá dường như tách rời. Nhưng lá không tách rời khỏi rễ, và nước được trao cho rễ đi lên lá.

Cho nên chúng ta thu thập nhiều ý nghĩ và tưới nước cho rễ của chúng và thế rồi, khi ý nghĩ làm cho tâm trí rất không thoải mái và rối loạn, chúng ta muốn tìm cách làm im lặng chúng. Để dừng việc cây mọc ra lá, chúng ta phải dừng cấp nước cho rễ của nó. Chúng ta phải hiểu cách chúng ta tưới nước cho rễ của ý nghĩ của chúng ta - nếu chúng ta đi tới hiểu điều này, chúng ta có thể dừng nó lại. Thế thì lá sẽ sớm héo đi.

Chúng ta tưới nước cho ý nghĩ của chúng ta thế nào?

Trong hàng nghìn năm con người đã có ảo tưởng rằng người ta có thể đạt tới tri thức bằng việc tích lũy ý nghĩ của người khác. Điều này là tuyệt đối giả và sai. Không người nào đã bao giờ có thể đạt tới tri thức bằng việc tích lũy ý nghĩ của

người khác. Tri thức tới từ bên trong và ý nghĩ tới từ bên ngoài. Tri thức là của chúng ta, còn ý nghĩ bao giờ cũng là của người khác, bao giờ cũng được vay mượn. Tri thức là việc đập rộn ràng của con người riêng của bạn, nó là việc phơi ra giấu có được ẩn kín bên trong bản thân bạn. Ý nghĩ là tuyển tập điều người khác đã nói - bạn có thể thu thập chúng từ Gita hay từ Koran hay từ Kinh Thánh hay từ những người lãnh đạo tôn giáo.

Bất kì cái gì chúng ta thu được từ người khác không trở thành tri thức của chúng ta, nó trở thành cách thức và phương tiện để che giấu dốt nát của chúng ta. Và khi dốt nát của con người được giấu kín, người đó không bao giờ có thể đạt tới tri thức. Vì chúng ta có ý tưởng rằng đây là tri thức của chúng ta, chúng ta bám lấy nó bằng toàn thể con người chúng ta. Chúng ta bám lấy ý nghĩ của mình, chúng ta không đủ dũng cảm để bỏ chúng. Chúng ta hỗ trợ cho chúng vì chúng ta nghĩ rằng chúng là tri thức của chúng ta và nếu chúng ta làm mất chúng, chúng ta sẽ trở nên dốt nát. Nhưng nhớ, dù người ta có thể bám lấy các ý nghĩ nhiều thế nào, người ta không trở nên thông thái qua chúng.

Khi một người đào giếng người đó trước hết vét đất và đá ra và thế rồi nước rỉ vào từ các thành giếng và làm đầy nó. Nước đã có đó rồi, nó không cần được mang từ bất kì chỗ nào khác. Chỉ vài hòn đá và vài tầng đất phải bỏ đi. Đã có vài cản trở, vài chướng ngại; một khi chúng được loại bỏ ra, nước xuất hiện. Không cần mang nước tới giếng, nó đã có đó - chỉ những cản trở nào đó phải bị loại bỏ.

Tri thức hiện diện bên trong, nó không phải nhận từ đâu đó khác. Dòng chảy của nó bị ẩn kín bên trong; chỉ các chướng ngại có ở giữa, đá và đất, phải được loại bỏ bằng việc đào - thế thì luồng tri thức sẽ bắt đầu xuất hiện.

Nhưng người ta có thể làm giếng, và người ta có thể làm ao. Làm ao là khác. Bạn không cần tìm luồng nước để làm ao. Cách làm ao là hoàn toàn đối lập với cách làm giếng. Để làm ao bạn không cần đào đá và đất, bạn phải mang chúng từ đâu đó khác tới và làm tường từ chúng. Và khi tường đã được dựng lên nước không tự nó tới, bạn phải đem nước từ giếng của người khác tới và đổ nó vào trong ao. Trên bề mặt ao cho ảo tưởng về giếng. Nó có vẻ là giếng. Bạn có thể thấy nước trong ao và bạn có thể thấy nước trong giếng nữa, nhưng khác biệt giữa ao và giếng là hệt như khác biệt giữa đất và trời.

Khác biệt thứ nhất là ở chỗ ao không có nước riêng của nó. Không niềm khao khát nào trên thế giới này được dụi đi bởi cái gì đó không phải là của riêng người ta. Bất kì cái gì trong ao đều được vay mượn và sớm trở nên tanh và hôi vì - cái được vay mượn là không sống, nó là chết. Nước đọng trong ao trở thành tù đọng, ôi thiu và sẽ sớm bốc mùi hôi.

Nhưng giếng có nguồn nước riêng của nó; nước không bao giờ trở nên tù đọng. Giếng có nước chảy riêng của nó.

Hai quá trình khác nhau đang xảy ra với ao và giếng. Ao sợ rằng ai đó sẽ lấy nước của nó đi - vì nếu nước của nó mất đi, nó sẽ trở thành trống rỗng. Và giếng muốn ai đó lấy nước của nó đi để cho nhiều nước mới có thể rót đầy nó - mới và sống động hơn. Giếng gọi ra, "Lấy nước của tôi đi, tôi muốn chia sẻ nó!" Và ao gọi ra, "Tránh xa ra! Đừng chạm vào nước của tôi, đừng lấy nước của tôi!" Ao muốn ai đó có nước đem nước tới và rót vào trong nó, để cho tài sản của nó tăng trưởng. Nhưng nếu ai đó có bình chứa, giếng muốn rằng người đó lấy đi một số nước của nó để cho nó có thể gạt bỏ nước đã trở thành cũ và nhận nước mới. Giếng muốn chia sẻ, ao muốn thu vào. Giếng có dòng nước được nối với đại dương. Giếng dường như là nhỏ, nhưng sâu bên trong nó được nối với cái vô

hạn. Và dù ao có thể có vẻ lớn thế nào, nó không có quan hệ với bất kì ai, nó kết thúc trong bản thân nó và bị đóng. Nó không có dòng nước nào. Nó không có cách nào kết nối với cái vô hạn.

Nếu ai đó đi tới ao và nói về đại dương, ao sẽ cười và nói, "Không có thứ như thế như đại dương đâu. Mọi thứ là ao thôi. Không có đại dương ở bất kì đâu!" Ao không có ý tưởng nào về đại dương.

Nhưng nếu ai đó ca ngợi cái đẹp của giếng, thế thì giếng sẽ nghĩ, "Cái gì là của mình? Mọi thứ đều tới từ đại dương. Mình là cái gì? Bất kì cái gì tới với mình đều được kết nối từ xa xôi với cái gì đó khác." Giếng không thể có bất kì cái 'tôi' nào của riêng nó - 'Tôi đây', nhưng ao có bản ngã - 'Tôi đây'. Và điều thú vị là ở chỗ giếng là rất lớn và ao là rất nhỏ. Giếng có giàu có riêng của nó nhưng ao không có giàu có riêng của nó.

Tâm trí con người có thể trở thành giếng hay ao - đây là hai khả năng duy nhất về cách tâm trí con người có thể là. Và một người có tâm trí trở thành ao, dần dần, dần dần trở thành điên.

Tâm trí của tất cả chúng ta đều đã trở thành ao. Chúng ta đã không tạo ra giếng, chúng ta đã tạo ra ao. Chúng ta thu thập mọi thứ từ khắp thế giới - từ sách, từ kinh sách, từ giáo huấn - chúng ta thu thập tất cả chúng và nghĩ rằng chúng ta đã trở thành thông thái. Chúng ta đã phạm cùng sai lầm như ao. Ao tưởng rằng nó là giếng - ảo tưởng có thể được tạo ra vì nước được thấy trong cả hai chúng.

Bạn có thể thấy tri thức trong bác học, thầy giáo, và trong người có ý thức, nhưng bác học là ao và người có ý thức là giếng. Có khác biệt giữa hai người này. Bạn không thể tưởng

tượng được sự khác biệt này là cơ bản làm sao và sâu làm sao. Tri thức của bác học được vay mượn và tù đọng và cũ rích. Bất kì phiền phức nào đã nảy sinh trên thế giới này đều là vì tri thức của bác học. Tranh đấu giữa người Hindu và người Mô ha mét giáo là tranh đấu của ai? Nó là tranh đấu của các học giả. Đối lập giữa người Jaina và người Hindu là đối lập giữa các học giả. Nó là đối lập của các bác học, nó là đối lập của các tâm trí mà đã mục nát, vay mượn và cũ rích.

Mọi phiền phức đã xảy ra trên khắp thế giới là vì tâm trí đã trở thành ao. Bằng không chỉ có người trên thế giới - không ai là người Ki tô giáo, người Hindu, người Mô ha mét giáo, người Jaina. Đây chỉ là những cái nhãn của ao. Ao dán nhãn lên bản thân nó - nhãn của giếng mà từ đó nó đã kéo nước của lên. Ai đó đã kéo nước lên từ Gita cho nên anh ta là người Hindu; ai đó đã kéo nước lên từ Koran cho nên anh ta là người Mô ha mét giáo. Người có ý thức không lấy nước từ người khác, nước tới từ bên trong người đó, tới từ sự tồn tại - cho nên người đó không thể là người Hindu không là người Mô ha mét giáo không là người Ki tô giáo. Người có ý thức không thể thuộc vào bất kì giáo phái nào nhưng bác học thì không thể hiện hữu mà không có giáo phái. Bất kì khi nào có bác học, ông ta sẽ thuộc về một giáo phái.

Chúng ta đã làm cho tâm trí chúng ta thành thứ tù đọng, vay mượn và thế rồi chúng ta bám vào nó. Như tôi đã nói - ao hô lên, "Đừng lấy nước của tôi đi! Nếu nước mất đi thế thì tôi sẽ trở thành trống rỗng, sẽ không cái gì được bỏ lại bên trong tôi. Giàu có của tôi được vay mượn, cho nên không ai được lấy nó đi!"

Nhớ, giàu có mà trở nên ngày càng ít đi bởi việc bị lấy đi mất bao giờ cũng được vay mượn và là giả. Giàu có mà tăng tăng trưởng lên bởi việc bị lấy đi là thực. Giàu có mà bị rút đi

bởi chia sẻ không phải là giàu có chút nào, nó chỉ là việc tích lũy. Chỉ giàu có tăng trưởng nhiều hơn bằng việc chia sẻ mới là giàu có thực. Phẩm chất của giàu có là ở chỗ nó phải tăng trưởng bằng việc chia sẻ; nếu nó trở nên ít đi bằng việc chia sẻ thế thì nó không phải là giàu có. Và ai đó sợ rằng giàu có của họ sẽ biến mất qua việc chia sẻ phải chăm lo rất nhiều tới giàu có của họ.

Cho nên mọi giàu có được vay mượn đều là điều lo lắng. Vì nó không bao giờ là thực, sợ nảy sinh rằng nó sẽ biến mất cho nên chúng ta bám lấy nó chặt hơn. Chúng ta bám chặt vào các ý nghĩ của chúng ta. Chúng ta chăm nom chúng nhiều hơn cho cuộc sống của chúng ta. Mọi thứ rác này mà đã tích lũy trong tâm trí chúng ta đã không có ở đó chỉ bởi tình cờ - chúng ta đã thu xếp nó, chúng ta đã thu thập nó và chúng ta chăm nom nó.

Cho nên nếu chúng ta nghĩ rằng tri thức nảy sinh bằng việc tích lũy ý nghĩ thế thì chúng ta sẽ không bao giờ có khả năng trở nên tự do khỏi chúng. Làm sao chúng ta sẽ có khả năng trở nên tự do? Điều đó sẽ giống như tưới nước cho rễ và thế rồi cắt lá - nó không thể xảy ra được. Cho nên điều cơ bản đầu tiên phải được hiểu là ở chỗ tri thức và việc thu thập ý nghĩ là hai điều khác nhau. Ý nghĩ được thu nhận hay vay mượn từ người khác không phải là tri thức. Ý nghĩ được lấy từ các nguồn khác không dẫn người ta tới chân lí hay tới bản thân người ta. Tri thức này là giả, nó là tri thức rơm. Nó tạo ra ảo tưởng rằng chúng ta đã đạt tới tri thức nhưng trong thực tại chẳng cái gì được biết. Chúng ta vẫn còn dốt nát.

Tình huống này là hết như ai đó đọc nhiều sách về việc bơi và học nhiều về nó tới mức nếu người đó phải cho bài nói về bơi hay viết sách về nó, người đó có thể làm được - nhưng nếu ai đó đẩy người đó vào sông điều trở thành hiển nhiên là

người đó không thể bơi được! Người đó đã đọc và nghiên cứu tất cả về nó, người đó biết mọi lý thuyết - nhưng trong thực hành người đó không thể bơi được.

Có một fakir Mô ha mét giáo tên là Nasruddin. Một lần ông ta đi qua sông, ngồi trên thuyền. Ông ta và người lái đò nói chuyện trên đường. Nasruddin được coi là người rất am tường. Nếu người am tường có cơ hội chứng minh cho ai đó dốt nát, họ không bỏ lỡ điều đó. Nasruddin hỏi người lái đò, "Ông có biết đọc không?"

Người lái đò nói, "Không, tôi biết nói. Tôi không biết gì về đọc và viết."

Nasruddin nói, "Một phần tư đời ông đã bị mất đi trong vô tích sự, vì nếu ông không biết đọc, làm sao ông có thể đạt tới bất kỳ tri thức nào trong đời ông? Ngốc thế! Không ai có thể đạt tới tri thức mà không có khả năng đọc?" Nhưng người lái đò bắt đầu cười im lặng.

Thế rồi họ đi xa thêm một chút và Nasruddin hỏi, "Ông có biết gì về toán không?"

Người lái đò nói, "Không, tôi chẳng biết chút gì về toán; tôi chỉ đếm trên đầu ngón tay."

Nasruddin nói, "Một phần tư nữa của đời ông đã bị mất đi trong vô tích sự, vì người không biết về toán, người không thể tính toán, không thể thu được bất kỳ cái gì trong đời mình. Làm sao người đó có thể kiếm được? Người ta phải biết cách đếm, thế thì người ta có thể kiếm cái gì đó. Ông sẽ kiếm cái gì? Nửa cuộc đời ông đã là vô tích sự."

Thế rồi một cơn bão, cơn xoáy lốc nổi lên, và chiếc đò lật và chìm. Người lái đò hỏi, "Ông có biết bơi không?"

Nasruddin kêu lên, "Không, tôi không biết bơi!"

Người lái đò kêu lên, "Cả đời ông bị phí hoài rồi. Tôi đi đây. Tôi không biết làm toán, không biết đọc ngôn ngữ, nhưng tôi biết bơi! Cho nên tôi rời khỏi ông đây! Cả đời ông đã thành phí hoài rồi!"

Trong cuộc sống có một số chân lí mà chỉ có thể được biết bởi bản thân người ta, chúng không thể được biết qua sách vở hay qua kinh sách. Chân lí của hồn hay chân lí của vũ trụ chỉ có thể được biết bởi bản thân người ta - không có cách khác.

Những điều này được viết trong kinh sách - chúng ta có thể đọc chúng, chúng ta có thể hiểu chúng, chúng ta có thể ghi nhớ chúng, chúng ta có thể học chúng. Chúng ta có thể nói cho người khác về chúng, nhưng không tri thức nào đã được đạt tới.

Việc tích lũy sự kiện và ý kiến của những người khác không phải là dấu hiệu của tri thức, nó chỉ là dấu hiệu của dốt nát. Người có ý thức và thức tỉnh là tự do với mọi 'tri thức' này. Không có chuyện người đó thu thập bất kì sự kiện nào thêm - người đó biết bản thân mình. Với việc tự biết đó, tâm trí không phải là tổ ong mật rối loạn, nó là gương, là hồ.

Tâm trí chúng ta là tổ ong vo ve các ý nghĩ mà chúng ta đã từng nuôi dưỡng vì chúng ta nghĩ chúng là tri thức. Chúng ta đã cho chúng không gian trong nhà của chúng ta; chúng ta đã làm chúng thành cư dân. Chúng ta đã làm tâm trí của chúng ta thành nhà trọ: bất kì ai tới đều có thể ở lại đó chừng nào anh ta còn mặc quần áo tri thức - thế thì anh ta có quyền ở lại. Và đám đông trong nhà trọ đã tăng lên và phát triển nhiều tới mức giờ trở thành khó quyết định ai là chủ trong đám đông này.

Những người là khách làm ra tiếng ồn tới mức người la to nhất trở thành người chủ. Và chúng ta không biết ai là người chủ thực.

Tùng ý nghĩ la to rằng nó là chủ, cho nên trong nhà trọ đông đúc này sự việc đã trở thành không thể nào biết được người chủ thực.

Không ý nghĩ nào muốn ra đi. Làm sao ai đó mà chúng ta đã mời tới ở, đi ra được? Dễ mời khách nhưng không dễ thể dễ gạt bỏ anh ta. Trong hàng nghìn năm khách đã tụ tập trong tâm trí con người và nếu tôi đề nghị bạn nói lời tạm biệt họ hôm nay, bạn không thể gạt bỏ họ ngay lập tức. Nhưng nếu chúng ta hiểu bản chất của ảo tưởng của chúng ta thế thì có thể gạt bỏ chúng được. Chúng ta áp ủ những ý nghĩ này vì ảo tưởng của chúng ta rằng chúng là tri thức, cho nên điều đầu tiên cần hiểu là ở chỗ mọi ý nghĩ được học từ người khác đều là vô tích sự. Nếu điều này trở thành rõ ràng với chúng ta thế thì chúng ta đã chặt chính rễ của tập hợp các ý nghĩ và ý tưởng, chúng ta đã dùng cấp nước cho rễ.

Một hiền nhân già đi qua khu rừng rậm cùng một sư trẻ của mình. Màn đêm buông xuống và trời bắt đầu trở nên tối. Hiền nhân già hỏi sư trẻ, "Này con, con có cho rằng có nguy hiểm nào dọc đường này không? Đây là con đường đi qua rừng thẳm và trời đang trở nên tối. Có cái gì phải sợ không?"

Sư trẻ rất ngạc nhiên vì câu hỏi về sợ đáng phải không nảy sinh trong sanniyasin. Dù đêm là tối hay sáng, dù đó là rừng hay chợ, với sanniyasin cảm thấy sợ là rất đáng ngạc nhiên. Và ông già này chưa bao giờ sợ cả. Cái gì đã xảy ra hôm nay? Tại sao ông ấy sợ? Cái gì đó này họ đã sai!

Thế rồi họ đi xa thêm chút nữa và đêm trở nên tối hơn. Ông già lại hỏi lần nữa, "Có cái gì phải lo nghĩ không? Chúng ta sẽ sớm tới thị trấn khác chứ? Nó còn bao xa?" Thế rồi họ dừng lại gần một cái giếng để rửa tay và rửa mặt. Ông già đưa cái túi trên vai mình cho sư trẻ và nói, "Chăm lo nó nhé."

Anh thanh niên nghĩ, "Chắc chắn phải có cái gì đó trong túi, bằng không chắc sẽ không có vấn đề sợ hay chăm lo nó."

Nếu sannyasin bao giờ chăm lo cho cái gì đó, điều đó là kì lạ. Thế thì không có nghĩa trong việc trở thành sannyasin vì người chăm lo các thứ là người còn trong gia đình. Sannyasin cần chăm lo cái gì?

Ông già bắt đầu rửa mặt. Anh thanh niên cho tay vào bên trong túi và thấy một viên gạch vàng trong túi. Thế là anh ta hiểu nguyên nhân của sợ. Anh ta vứt viên gạch trong rừng và đặt hòn đá cùng trọng lượng vào trong túi. Ông già nhanh chóng quay lại sau khi rửa mặt, nhanh chóng lấy cái túi, chạm vào nó, cảm giác trọng lượng, đặt túi lên vai và lại bắt đầu bước đi.

Thế rồi sau khi bước đi một chốc, ông ấy nói, "Trời trở nên rất tối, chúng ta đã quên đường rồi sao? Có nguy hiểm nào không?"

Anh thanh niên nói, "Đừng sợ! Tôi đã vứt cái sợ đi rồi."

Hiền nhân già choáng. Ông ấy lập tức nhìn vào trong túi và thấy rằng, thay vì vàng, có hòn đá bên trong. Trong một khoảnh khắc ông ấy đứng đó sững sờ, thế rồi ông ấy bắt đầu cười và nói, "Ta là đồ ngốc. Ta đã mang tảng đá vậy mà ta sợ vì ta tưởng nó là viên gạch vàng." Khi ông ấy nhận ra rằng ông ấy đã mang tảng đá, ông ấy ném nó đi và nói với sư trẻ, "Đêm nay chúng ta sẽ ngủ ở đây, vì khó tìm đường trong tối." Đêm đó họ ngủ trong rừng một cách an bình.

Nếu bạn nghĩ ý nghĩ và ý tưởng của bạn là các viên gạch vàng bạn sẽ chăm nom kỹ lưỡng chúng và vẫn còn rất gắn bó với chúng. Nhưng tôi muốn nói với bạn rằng chúng không phải là gạch vàng đâu, chúng chỉ là đá nặng. Điều bạn nghĩ là tri thức thì không phải là tri thức chút nào, nó không phải là vàng, nó tuyệt đối là đá.

Tri thức thu được từ người khác chỉ là đá. Chỉ tri thức tới từ bên trong bạn là vàng. Ngày bạn thấy rằng bạn đang mang đá trong túi là ngày vấn đề này kết thúc. Thế thì sẽ không khó khăn trong việc vứt đá đi.

Không có khó khăn trong việc vứt rác đi, nhưng có khó khăn trong việc vứt vàng. Chừng nào bạn còn cảm thấy rằng ý nghĩ của bạn là tri thức, bạn không thể vứt chúng đi được - và tâm trí bạn sẽ vẫn còn bị rối. Bạn có thể thử hàng nghìn cách để làm bình thản nó nhưng không cái gì sẽ có tác dụng vì sâu bên dưới bạn muốn các ý nghĩ vẫn còn lại vì bạn nghĩ chúng là tri thức. Khó khăn lớn nhất trong cuộc sống nảy sinh từ việc hiểu lầm rằng chúng ta nghĩ cái gì đó đang có mà nó không có. Thế thì mọi loại phiền toái nảy sinh. Nếu ai đó nghĩ rằng đá là viên gạch vàng thế thì vấn đề bắt đầu. Nếu ai đó nhận ra rằng đá là đá, thế thì vấn đề kết thúc.

Cho nên kho báu các ý nghĩ của chúng ta không phải là kho báu thực - sự kiện này phải được hiểu. Làm sao hiểu điều này? Bạn sẽ hiểu bởi lời nói của tôi nó là vậy sao? Nếu bạn hiểu bởi tôi nói nó thế thì việc hiểu này sẽ là việc hiểu vay mượn, nó sẽ là vô tích sự. Không có chuyện việc hiểu của bạn về cái gì đó bởi vì tôi nói nó - bạn phải nhìn, tìm và nhận ra cho bản thân bạn.

Nếu sư trẻ kia mà nói với ông già, "Cứ bước đi! Không cần lo nghĩ. Có hòn đá trong túi thầy, không phải vàng!" Dầu vậy điều đó chắc đã không tạo ra bất kì khác biệt nào cho ông già này chừng nào ông già còn chưa nhìn bằng chính mắt mình rằng đây là hoàn cảnh. Nếu anh thanh niên mà đơn giản nói cho ông ấy, ông ấy chắc đã không tin điều đó. Ông ấy chắc đã chỉ cười anh thanh niên và nghĩ rằng anh ta chỉ là cậu trẻ, anh ta dốt nát, anh ta không biết bất kì cái gì. Hay ông ấy có thể đã tin anh ta và chấp nhận lời của anh ta, nhưng việc chấp nhận của ông ấy chắc đã là giả - sâu bên trong ông ấy chắc vẫn bám vào ý tưởng giữ viên gạch vàng an toàn. Nhưng việc đích thân thấy nó đã tạo ra khác biệt.

Cho nên cần nhìn vào trong túi tâm trí của bạn và thấy xem liệu điều chúng ta nghĩ có là tri thức không, có thực là tri thức không, hay chúng ta chỉ thu thập rác. Chúng ta đã thu thập lời kinh của Gita, các phát biểu của Vedas, lời của Mahavir và Phật và chúng ta liên tục nhớ chúng, nghĩ về chúng và tìm nghĩa trong chúng. Chúng ta liên tục đọc và viết bình chú về chúng và thảo luận về chúng giữa chúng ta.

Chúng điên tuyệt đối đã được tạo ra. Tri thức không có quan hệ với chúng điên này. Không lửa, không ánh sáng nào sẽ nảy sinh trong cuộc sống của bạn từ điều này. Và bằng việc thu thập rác này, bạn sẽ tạo ra ảo tưởng rằng bạn đã đạt tới giàu có tri thức lớn lao, rằng bạn là người chủ lớn, rằng bạn có nhiều thế, hăm của bạn đây - và bạn sẽ sống cuộc sống của bạn như thế này và phá huỷ nó.

Một sư trẻ ở trong tu viện. Anh ta đã tới ngôi trong sự hiện diện của một hiền nhân già nhưng trong vòng vài ngày anh ta cảm thấy rằng ông già này đã chẳng biết gì chút nào.

Nghe cùng điều mọi ngày anh ta phát chán. Anh ta nghĩ rằng anh ta nên rời bỏ tu viện và tìm đâu đó khác một thầy khác. Đây không phải là chỗ cho anh ta.

Nhưng vào ngày anh ta định bỏ đi, một sư khác tới thăm tu viện. Đêm đó các bạn cùng tu viện tụ tập và họ nói về nhiều điều. Sư mới rất am tường về nhiều thứ thế, rất tinh tế và cảm nhận, rất sâu sắc và rất mãnh liệt, và sư trẻ này nghĩ rằng đây là cách thầy phải vậy. Trong vòng hai giờ sư mới đã mê hoặc mọi người. Sư trẻ nghĩ rằng thầy già phải cảm thấy đau lăm và rất thất vọng rằng ông ấy đã già thế và vậy mà đã chẳng biết gì, trong khi người mới tới này biết nhiều thế.

Sau hai giờ, khi cuộc nói chuyện đã xong, sư khách nhìn vào thầy già và hỏi, "Thầy có thích việc nói chuyện của tôi không?"

Ông già nói, "Việc nói chuyện của ông sao? Ông đã nói, nhưng chẳng cái gì trong đó là của riêng ông. Ta đã rất chăm chú để nghe ông nói cái gì đó nhưng ông đã không nói bất kì cái gì!"

Sư khách đáp, "Nếu đây không phải là tôi nói thế thì ai đã nói suốt hai giờ qua?"

Ông già nói, "Nếu ông hỏi ý kiến chân thực và đích thực của ta, thế thì sách và kinh đã nói từ bên trong ông, nhưng ông đã không nói chút nào. Ông thậm chí đã không nói một lời. Ông đã nôn ra, đã mửa ra, bất kì cái gì ông đã thu thập. Và vì việc nôn ra của ông ta đã trở nên sợ rằng ông là người rất ốm. Trong hai giờ ông đã liên tục nôn ra bất kì cái gì đã được thu thập trong dạ dày ông và ông rót đầy cả căn phòng với thứ bần thiêu và bốc mùi. Ta đã không ngửi thấy ngay cả chút ít hương thơm của tri thức vì bất kì cái gì được lấy vào từ bên ngoài và lại tống ra đều chắc chắn có mùi khắm của việc nôn ra. Bản

thân ông đã không nói bất kì cái gì; không một lời nào là của riêng ông."

Sau khi nghe hiền nhân già này, sư trẻ người đã muốn rời bỏ tu viện, đã quyết định ở lại. Hôm đó, lần đầu tiên, anh ta đi tới biết rằng có các loại biết khác nhau. Một loại biết là cái chúng ta thu thập từ bên ngoài và loại biết kia là cái nảy sinh từ bên trong. Bất kì cái gì chúng ta thu thập từ bên ngoài đều trở thành sự lệ thuộc, nó không giải thoát chúng ta - chúng ta được giải thoát bởi cái tới từ bên trong.

Cho nên điều đầu tiên để nhìn vào bên trong là - bạn có thực sự biết bất kì cái gì bạn biết không? Cần nghi vấn lại từng ý nghĩ và từng lời mà bạn biết - bạn có thực sự biết nó không? Và nếu câu trả lời là, "Mình không biết nó", thế thì mọi viên gạch vàng trong đời bạn sẽ dần dần biến thành đá. Có thể lừa mọi người trên thế giới nhưng không thể nào lừa được bản thân bạn.

Không người nào có thể lừa được bản thân mình. Bất kì cái gì bạn không biết, bạn không biết. Nếu tôi hỏi bạn, "Bạn có biết chân lí không?" và nếu bạn gật đầu và nói, "Có tôi biết," thế thì bạn là không đích thực. Hỏi bản thân bạn ở bên trong, "Mình có biết chân lí không hay mình chỉ chấp nhận mọi thứ mình đã nghe? Và nếu mình không biết thế thì chân lí này không đáng một xu. Làm sao cái gì đó mình không biết có thể thay đổi cuộc sống của mình? Chỉ chân lí mình biết mới có thể trở thành cách mạng trong cuộc sống của mình. Chân lí mà mình không biết thì không đáng một xu. Chân lí này là giả, đây không phải là chân lí chút nào; nó toàn là được vay mượn và nó sẽ không làm thay đổi bất kì cái gì trong cuộc sống của mình."

Điều đó giống như việc hỏi bạn, "Bạn có biết về hồn của bạn không?" và bạn trả lời, "Có tôi có biết, vì tôi đã đọc về nó trong sách, và tu sĩ dạy trong đền rằng hồn tồn tại." Con người ghi nhớ như vẹt bất kỳ cái gì được dạy cho người đó, nhưng việc ghi nhớ này chẳng liên quan gì tới việc biết. Nếu bạn được sinh ra trong gia đình Hindu thế thì bạn trở thành một loại vẹt, nếu bạn được sinh ra trong gia đình Jaina thế thì bạn trở thành một loại vẹt khác, và nếu bạn được sinh ra trong gia đình Mô ha mét giáo thế thì bạn trở thành loại vẹt thứ ba - nhưng trong từng tình huống bạn trở thành vẹt. Bất kỳ cái gì được dạy cho bạn, bạn liên tục lặp lại cả đời bạn. Và bởi vì có các vẹt tương tự quanh bạn, không ai phản đối, không ai tranh cãi. Những vẹt khác này gật đầu - bạn là tuyệt đối đúng - vì họ đã học cùng điều mà bạn đã học. Trong các cuộc họp tôn giáo, những người lãnh đạo tôn giáo đang dạy và mọi người gật đầu và đồng ý rằng họ là tuyệt đối đúng - vì bất kỳ cái gì người lãnh đạo tôn giáo đã học, mọi người cũng đã học. Và cả hai nhóm đang ngồi đó nghĩ rằng họ đã học điều này nữa và tất cả đều gật đầu đồng ý rằng "Vâng! Điều được nói là tuyệt đối đúng! Cùng điều này được viết trong các sách của chúng ta nữa; chúng ta cũng đã đọc cùng điều."

Toàn thể nhân loại đã từng bị lừa về tri thức. Việc lừa dối này là mưu đồ chống lại con người. Mọi tri thức này phải được lau sạch và vứt đi, chỉ thế thì bạn có thể thu được loại tri thức dưới ánh sáng mà sự tồn tại được trải nghiệm và lừa của hồn được thấy. Điều này là không thể được với tri thức rơm. Tri thức rơm không sáng chút nào - nhà tối, đèn không thắp, nhưng mọi người đang thuyết phục lẫn nhau và giải thích cho nhau rằng đèn đang được thắp sáng. Và sau khi nghe điều đó lặp đi lặp lại chúng ta cũng đã bắt đầu nói rằng đèn được thắp sáng, vì đâu đó bên trong có sợ. Người khác nói rằng nếu bạn không thấy đèn sáng thế thì bạn sẽ xuống địa ngục. Họ có thể

thấy đèn sáng, và do vậy dần dần, dần dần bạn bắt đầu thấy điều đó nữa.

Ngày xưa có một nhà vua lớn. Một sáng, một người lạ huyền bí tới và nói với ông ta, "Bệ hạ bây giờ đã chinh phục toàn thể trái đất, cho nên quần áo của con người không phù hợp với bệ hạ. Tôi sẽ mang cho bệ hạ quần áo của các thần." Tâm trí nhà vua nảy lòng tham. Trí tuệ của ông ta nói, "Làm sao có thể có quần áo của các thần được?" - trí tuệ hoài nghi ngay cả về sự tồn tại của các thần - nhưng ông ta tham vì ông ta nghĩ rằng có lẽ có thần ở đâu đó và nếu quần áo của họ được mang tới cho ông ta thế thì ông ta sẽ là người đầu tiên trên trái đất trong lịch sử nhân loại đã mặc quần áo của thần. Và theo cách nào người này có thể lừa ông ta được? Ông ta là hoàng đế lớn. Ông ta có hàng tỉ và hàng nghìn tỉ ru pi nằm xung quanh. Cho dù người này có đòi mười hay năm mươi nghìn ru pi, điều đó chẳng thành vấn đề! Ông ta hỏi người này, "Được, giá thế nào?"

Người này nói, "Nó sẽ tốn ít nhất một trăm nghìn ru pi, vì để tới các thần người ta phải trả tiền hối lộ lớn. Không chỉ con người nhận hối lộ, các thần cũng rất láu lỉnh, họ cũng đòi hối lộ! Và người này sẽ đồng ý với số tiền nhỏ - ông ấy nghèo - nhưng các thần sẽ không đồng ý với số tiền nhỏ. Chỉ nếu nó là đồng tiền lớn họ mới nhìn vào nó, bằng không họ thậm chí không thể nhìn nó. Cho nên điều đó là rất khó, nhưng ít nhất mười triệu ru pi sẽ cần được chi ra."

Nhà vua nói, "Thôi được, không có vấn đề gì. Nhưng nhớ, nếu ông lừa ta thế thì ông sẽ mất mạng - và từ hôm nay trở đi sẽ có lính gác quanh nhà ông."

Một trăm nghìn ru pi được trao cho người này và nhà ông ta bị đặt dưới sự canh gác. Tất cả mọi người hàng xóm đều ngạc nhiên, sững sốt! Họ không thể tin được vào điều này. Họ nghĩ, "Các thần ở đâu và cõi trời của họ ở đâu? Người này dường như không đi hay tới bất kì chỗ nào." Ông ta ở trong nhà và bảo mọi người, "Sau sáu tháng tôi sẽ cho các ông thấy quần áo của thần." Mọi người đều hoài nghi nhưng nhà vua không quan tâm vì người này ở dưới sự canh gác của lính gác có gươm tuốt trần. Ông ta không thể thoát được, không thể lừa dối được. Nhưng người này thông minh hơn nhà vua nhiều. Sau sáu tháng ông ta ra khỏi nhà với một cái hộp rất đẹp và nói với lính gác, "Để tôi đi tới cung điện. Hôm nay là ngày phải nộp. Quần áo đã tới!"

Cả kinh thành tụ tập lại. Các vua và hoàng đế từ xa xô tụ tập lại để xem. Một lễ hội lớn được tổ chức. Người này đã tới trong triều đình với cái hộp, cho nên không có lí do gì cho bất kì hoài nghi nào. Ông ta mang cái hộp và để nó xuống. Ông ta mở nắp hộp ra, cho tay vào bên trong, lôi ra bàn tay trống rỗng và nói với nhà vua, "Nhận lấy khăn xếp này!" Nhà vua nhìn và nói, "Ta không thể thấy bất kì khăn xếp nào, tay ông trống rỗng."

Lập tức người này nói, "Để tôi nhắc bệ hạ một điều: các thần đã nói rằng duy nhất người được sinh ra từ người bố riêng của người đó sẽ có khả năng thấy khăn xếp và quần áo này. Bây giờ bệ hạ có thấy khăn xếp không?"

Nhà vua nói, "Tất nhiên ta có thể thấy nó!" Không có khăn xếp ở đó, tay của người này là trống rỗng - nhưng mọi triều thần bắt đầu vỗ tay. Họ cũng không thể thấy được khăn xếp, nhưng tất cả họ bắt đầu nói, "Chúng tôi chưa bao giờ thấy khăn xếp đẹp thế. Khăn xếp này là rất đẹp, duy nhất, tuyệt vời! Không người nào đã bao giờ thấy khăn xếp như vậy."

Khi mọi triều thần bắt đầu nói rằng khăn xếp là rất đẹp, nhà vua lâm vào tình huống khó khăn. Và thế rồi một người nói, "Vây bây giờ cởi khăn xếp của bệ hạ ra và đội khăn xếp này vào!"

Nhà vua bỏ khăn xếp riêng của mình ra và đội khăn xếp mà không tồn tại. Nếu như đó đã chỉ là khăn xếp được tham gia vào, điều đó chắc đã là được, nhưng nhà vua sớm thực sự lâm vào phiền phức. Đầu tiên áo choàng của ông ta bị bỏ ra, thế rồi tới áo sơ mi, và cuối cùng thời gian tới khi ông ấy phải cởi áo quần cuối cùng của ông ấy. Nhà vua bây giờ trần truồng nhưng mọi triều thần đều hô to, "Quần áo đẹp thế! Tuyệt diệu! Chúng tôi chưa bao giờ thấy quần áo đẹp thế!" Mọi triều thần đều phải nói điều đó rất to vì nếu không người khác có thể tự hỏi liệu ông ta có được sinh ra từ bố riêng của ông ta hay không.

Và khi toàn thể đám đông đã hô lên về quần áo, từng người đều nghĩ rằng hoặc cái gì đó là sai với mắt người đó hoặc nếu không bây giờ người đó đã bị làm về bố người đó. Nếu mọi người khác đang hô lên về quần áo, họ phải là đúng. Cho nên nhiều người không thể sai được; có đa số người thế. Khi mọi người nói cùng một điều nó phải là đúng. Đây là dân chủ - mọi người cùng đồng ý. Khi nhiều người thế đồng ý họ không thể tất cả là sai. Cho nên từng người nghĩ rằng một mình người đó là sai và nếu người đó vẫn còn im lặng thế thì mọi người sẽ nghĩ rằng người đó không thể thấy.

Nhà vua trở nên sợ - ông ta có nên cởi nốt bộ đồ lót cuối cùng hay không? Một mặt ông ta sợ rằng toàn thể triều đình sẽ nhìn ông ta trần truồng và mặt khác ông ta sợ rằng nếu thế giới đi tới biết rằng ông ta không được sinh ra từ bố ông ta thế thì sẽ có nhiều khó khăn lớn - có lẽ tốt hơn cả là ở trần truồng. Đó là vấn đề lớn - nếu ông ta ngã vào phía này có giêng, nếu ông

ta ngã vào phía kia có cổng rãnh. Đến cuối cùng dường như tốt hơn cả là chấp nhận trần truồng. Ít nhất bố ông ta được cứu, triều đình của ông ta được cứu. Ông ta nghĩ, "Mọi người sẽ thấy mình trần truồng, còn gì khác! Nếu mọi người đang thấy quần áo, thế thì họ có thể thực sự thấy chúng và chỉ mỗi mình là bị sai - và điều này sẽ tạo ra phức tạp không cần thiết." Thế là ông ta bỏ đồ lót cuối cùng và đứng đó trần truồng.

Thế rồi người này nói, "Ôi nhà vua! Quần áo của các thần đã giáng xuống lần đầu tiên trên thế gian. Bệ hạ nên có một đám rước và đi quanh thành phố trên xe ngựa." Nhà vua trở nên rất sợ nhưng bây giờ không có lối ra.

Khi con người phạm sai lầm ở giai đoạn đầu tiên, thế thì sự việc trở thành rất khó để dừng lại ở bất kỳ giai đoạn nào sau đó - và sự việc trở thành rất khó để quay lại. Nếu người ta không lương thiện ở bước thứ nhất thế thì người ta tiếp tục rơi vào đạo đức giả ngày càng nhiều ở các giai đoạn tiếp; sự việc trở thành khó cho người ta biết trở về từ đâu vì từng giai đoạn đã trở nên được kết nối với nhiều giai đoạn khác.

Cho nên nhà vua lâm vào khó khăn. Ông ta không thể từ chối. Ông ta được đưa đi trong đám diễu hành trên xe ngựa.... Có thể bạn cũng có ở đó, vì có nhiều người trong thành phố đó. Mọi người thấy đám diễu hành cho nên bạn cũng có thể đã ở đó và đã ca ngợi quần áo; không ai muốn bỏ lỡ cơ hội này. Mọi người đã ca ngợi quần áo nói to rằng chúng rất đẹp.

Duy nhất một đứa trẻ ở trong đám đông đang ngồi trên vai bố nó, nói, "Bố ơi, nhà vua dường như cởi truồng!"

Bố nó nói, "Ngốc, im đi! Con còn bé, con không có kinh nghiệm. Khi con trở nên có kinh nghiệm, con cũng sẽ bắt đầu thấy quần áo. Bố có thể thấy quần áo."

Trẻ em đôi khi nói ra chân lí, nhưng người già không tin chúng, vì người già có nhiều kinh nghiệm hơn. Và kinh nghiệm là thứ rất nguy hiểm! Vì kinh nghiệm của mình, người bố đã nói, "Im đi! Khi con trở nên có kinh nghiệm, con sẽ thấy quần áo. Tất cả chúng ta có thể thấy quần áo - con nghĩ chúng ta điên sao?"

Đôi khi trẻ em nói, "Chúng con không thể thấy thượng đế trong tượng."

Thế rồi người già nói, "Im đi! Chúng ta có thể thấy thượng đế. Rama đang đứng đó. Khi con trở nên có kinh nghiệm, con cũng sẽ thấy ông ấy."

Con người bị mắc vào trong lừa dối vũ trụ. Và khi mọi người bị mắc vào trong cùng một lừa dối, sự việc trở thành khó để thấy. Bạn phải tìm ra liệu quần áo tri thức - cái bạn nghĩ là quần áo - có thực là quần áo không, hay bạn đang đứng trần truồng trong quần áo vô hình? Bạn phải kiểm từng ý nghĩ của bạn theo tiêu chí này - "Mình có biết nó không?" Nếu bạn không biết, thế thì sẵn sàng đi xuống địa ngục thay vì liên tục ôm giữ tri thức rỗng này.

Điều kiện thứ nhất về tính đích thực là ở chỗ bất kì cái gì người ta không biết, người ta nên nói rằng người ta không biết - bằng không nó sẽ là bắt đầu của đạo đức giả. Thông thường chúng ta không thể thấy được những lừa dối lớn, chúng ta chỉ có thể thấy những lừa dối nhỏ. Nếu một người lừa bạn lấy vải ru pi, bạn để ý tới điều đó, nhưng nếu một người đứng với tay chấp lại trước tượng đá và nói, "Lạy Thượng đế! Lạy trời" biết rất rõ rằng tượng này là bằng đá và không có thượng đế, không có trời ở đó, thế thì mặc dầu người này dường như có thể là đích thực và tôn giáo, khó tìm ra kẻ lừa dối hay đạo đức giả

nào lớn hơn trên thế gian này. Người đó là lừa dối tuyệt đối, người đó đang nói cái gì đó tuyệt đối giả - người đó không cảm thấy bất kỳ cái gì bên trong mình. Nhưng người đó không thể thu được đủ dũng cảm để hiểu người đó đang nói gì, người đó đang làm gì.

Người tôn giáo là người nhận ra điều mình biết và không biết; việc nhận ra này là bước đầu tiên hướng tới trở thành người tôn giáo. Người tôn giáo không phải là người nói rằng mình biết thượng đế và hồn, rằng người đó đã thấy cõi trời và địa ngục. Người tôn giáo là người nói rằng người đó không biết bất kỳ cái gì, rằng người đó là tuyệt đối dốt nát - "Tôi không có tri thức. Tôi thậm chí không biết bản thân tôi cho nên làm sao tôi có thể nói rằng tôi biết sự tồn tại! Tôi thậm chí không biết hòn đá đang nằm trước nhà tôi. Làm sao tôi có thể nói rằng tôi biết điều thiêng liêng? Sự sống là rất huyền bí, rất không được biết. Tôi không biết bất kỳ cái gì. Tôi tuyệt đối là người dốt nát."

Nếu bạn có dũng cảm là dốt nát, và có dũng cảm để chấp nhận rằng bạn là dốt nát, thế thì bạn có thể bắt đầu cuộc hành trình hướng tới trở thành tự do khỏi mọi vướng mắc vào ý nghĩ của bạn - bằng không bạn thậm chí không thể bắt đầu được. Cho nên một điều cần được hiểu: chúng ta rất dốt nát, chúng ta không biết bất kỳ cái gì. Và bất kỳ cái gì chúng ta dường như biết đều tuyệt đối là giả, được vay mượn và cũ rích. Nó giống ao, nó không giống giếng. Nếu người ta muốn tạo ra giếng trong cuộc đời của mình thế thì rất cần tự do khỏi ảo tưởng về ao.

Và bây giờ một câu hỏi: Việc dạy của thầy rất giống như với việc dạy của J. Krishnamurti. Ý kiến của thầy về ông ấy là gì?

Tôi không có ý kiến nào. Điều đầu tiên là ở chỗ tôi không biết Krishnamurti.

Điểm thứ hai là ở chỗ nếu, khi tôi đang nói cái gì đó, bạn so sánh nó với ai đó khác - người này mình thích, người này mình không thích - thế thì bạn sẽ không có khả năng nghe tôi. Bạn sẽ phí thời gian trong so sánh đó. Điều tuyệt đối không thể được là sẽ có bất kì sự giống nhau nào giữa lời của hai người, vì hai người là không giống nhau. Hai lá là không giống nhau; hai tảng đá là không giống nhau. Có thể có giống nhau trong những lời nào đó, có thể có giống nhau bề ngoài trong cái gì đó, nhưng từng và mọi người trên thế giới là khác nhau và tách rời tới mức không cái gì có thể là đích xác giống nhau.

Nếu bạn bắt đầu so sánh điều tôi nói với Gita, hay với Krishnamurti, hay với Ramakrishna, hay với Mahavira, thế thì bạn sẽ không có khả năng nghe tôi vì những Ramakrishna này, những Krishnamurti này, những Mahavira này, sẽ tạo ra nhiều phiền phức ở giữa tới mức lời của tôi sẽ không có khả năng đạt tới bạn. Sẽ không có bất kì quan hệ trực tiếp nào giữa bạn và tôi.

Cho nên tôi không biết - nhưng chính gợi ý của tôi là không cần so sánh và tìm ra sự giống nhau. Nó là vô ích sự, nó không có nghĩa; và không ai được giúp bởi nó.

Nhưng một số thói quen thông thường đã được hình thành trong cuộc sống của chúng ta, một trong chúng là thói quen so sánh. Chúng ta không thể đánh giá cái gì đó mà không so sánh nó. Nếu chúng ta muốn đánh giá cái gì đó, chúng ta

không thể quan niệm được làm sao đánh giá mà không so sánh. Và bất kì khi nào chúng ta so sánh, sai lầm bắt đầu.

Nếu chúng ta so sánh hoa loa kèn và hoa hồng, thế thì sai lầm bắt đầu. Hoa loa kèn là hoa loa kèn, và hoa hồng là hoa hồng, và hoa cỏ là hoa cỏ. Hoa hồng không cao hơn hoa cỏ cũng không thấp hơn. Hoa cỏ sống tính duy nhất của nó; hoa hồng sống tính duy nhất của nó. Không hoa nào là thấp hơn, hay cao hơn; không hoa nào là bình đẳng hay không bình đẳng; mọi người là giống bản thân người đó và không giống bất kì người nào khác.

Nếu tính cá nhân này của mọi thứ, nhân cách của chúng, tính duy nhất của chúng, bắt đầu xuất hiện với chúng ta thế thì chúng ta sẽ dừng so sánh.

Nhưng chúng ta có thói quen so sánh - chúng ta thậm chí so sánh trẻ em với nhau. Chúng ta nói, "Nhìn kìa, đứa trẻ kia đã đi xa hơn con. Con bị bỏ lại đằng sau." Chúng ta không công bằng với đứa trẻ này vì đứa trẻ kia là đứa trẻ kia và đứa trẻ này là đứa trẻ này! Không có khả năng nào cho so sánh hai người. Con người của họ là khác nhau toàn bộ. Họ là khác nhau hoàn toàn trong tính duy nhất của họ, trong tính đích thực của họ; họ không có quan hệ với nhau.

Chúng ta có thói quen so sánh - hệ thống giáo dục của chúng ta dạy so sánh, hệ thống tư duy của chúng ta bao gồm việc so sánh. Không có so sánh chúng ta không thể đánh giá được. Và kết quả là ở chỗ chúng ta không hiểu bất kì người nào hay bất kì ý nghĩ nào một cách trực tiếp. Nhiều điều đứng ở giữa.

Cho nên tôi sẽ nói chỉ ngần này thôi: rằng tôi không biết có bao nhiêu giống nhau hay khác nhau giữa tôi và J. Krishnamurti, tôi đã không so sánh. Và tôi yêu cầu bạn cũng

không so sánh - không so sánh tôi với ai đó khác cũng không so sánh bất kì người nào với bất kì người nào khác.

Việc so sánh này vẫn tiếp diễn - giữa Mahavira và Phật bao nhiêu giống nhau có đó, giữa Christ và Mohammed bao nhiêu giống nhau có đó, và giữa Krishna và Rama bao nhiêu giống nhau có đó. Điều này toàn là ngu xuẩn! Không có vấn đề giống nhau hay không giống nhau vì mọi người là bản thân người đó, người đó chẳng liên quan gì tới người khác, người đó không có quan hệ với người khác. Ngay cả nói không giống nhau cũng là ngớ ngẩn vì nếu có sự không giống nhau thế thì không có vấn đề về không giống nhau.

Mọi người là duy nhất, là bản thân người đó. Trong thế giới này, bất kì hai người nào đều không giống nhau, bất kì hai biến cố nào đều không được lặp lại. Không có cái gì như việc lặp lại trong sự sống. Sự sống liên tục tạo ra tính duy nhất. Cho nên không cần so sánh hay đánh giá. Nếu bạn đang nghe theo Krishnamurti thế thì bạn cần hiểu ông ấy một cách trực tiếp. Nếu bạn đang nghe tôi thế thì bạn cần nghe tôi một cách trực tiếp. Nếu bạn nghe hàng xóm của bạn thế thì bạn cần nghe người đó một cách trực tiếp. Nếu bạn đang nghe vợ bạn thế thì bạn cần nghe cô ấy một cách trực tiếp. Nếu người thứ ba chen vào giữa, vấn đề và cãi vã bắt đầu. Không có nhu cầu về người thứ ba chen vào giữa, tiếp xúc và liên lạc của chúng ta phải là trực tiếp và tức khắc.

Nếu tôi đang đứng trước đoá hồng và tôi nhớ tới các hoa mà tôi đã thấy hôm qua, và nếu tôi bắt đầu nghĩ có bao nhiêu sự giống nhau giữa đoá hoa này và những hoa kia, thế thì việc quan sát đoá hoa này sẽ dừng lại. Một điều là chắc chắn - bóng của những đoá hoa đó mà chen vào giữa sẽ không để bạn thấy hoa này. Và nếu tôi muốn thấy hoa này đang ở trước tôi, thế thì tôi cần quên mọi đoá hoa kia đi, cái tôi đã từng thấy. Đem

chúng vào giữa sẽ là không công bằng cho đóa hoa này. Và không cần mang kìm ức của đóa hoa này, bằng không ngày mai, khi ngắm đóa hoa khác nào đó, đóa hoa này có thể chen vào giữa. Cho nên đừng mang Krishnamurti vào đây. Và đừng nghĩ rằng vì việc nghe tôi, bạn có thể mang tôi vào giữa trong khi nghe ai đó khác, vì điều đó sẽ là bất công cho người đó.

Nhìn thẳng sự sống đi. Không cần mang bất kì người nào vào giữa. Không ai là bình đẳng hay bất bình đẳng. Mọi người đơn giản là bản thân người đó, và tôi muốn mọi người trở thành chỉ như bản thân người đó.

Mọi người nên giống như bản thân người đó; đây là điều tôi thấy như qui tắc nền tảng của sự sống. Nhưng mãi cho tới giờ chúng ta đã không có khả năng chấp nhận điều đó. Mãi cho tới giờ nhân loại đã không sẵn sàng chấp nhận từng cá nhân như người đó vậy. Chúng ta cố làm cho người đó trở thành giống như ai đó khác. Người đó phải trở nên giống Mahavira, giống Phật, giống Gandhi. Đây là sỉ nhục trực tiếp cho tính cá nhân của từng người. Khi chúng ta nói cho một người, "Trở thành giống Gandhi," chúng ta đã sỉ nhục người đó lắm vì người đó đã được sinh ra để trở thành Gandhi. Một Gandhi đã được sinh ra rồi, hữu dụng gì về một Gandhi khác!

Bảo người này trở thành giống Gandhi là nói rằng người đó không có quyền là bản thân người đó. Người đó chỉ có quyền là bản sao của ai đó khác, bắt chước ai đó khác. Người đó chỉ có thể là bản sao giấy than, người đó không thể trở thành bản gốc. Đây là sỉ nhục với người này.

Cho nên tôi không nói rằng mọi người phải trở thành giống mọi người khác. Tôi chỉ nói rằng mọi người phải trở thành giống bản thân người đó. Thế thì thế giới này có thể trở thành thế giới kì diệu và đẹp. Mãi tới giờ chúng ta chỉ cố gắng

tổ chức mọi thứ để cho mọi người phải trở thành giống mọi người khác. Đó là lí do tại sao chúng ta so sánh, chúng ta nghĩ, chúng ta tìm kiếm. Không cần làm điều này. Nghĩ theo cách như vậy là tuyệt đối không cần thiết.

Nếu có bất kì câu hỏi nào thêm trong ngữ cảnh này, chúng ta sẽ nói về chúng đêm nay. Để tôi nhắc lại lần nữa - tôi đã nói với bạn chỉ một điều, một điều rất nền tảng: nhìn vào tri thức của bạn và quyết định liệu nó có là của riêng bạn hay của ai đó khác. Nếu bạn thấy rằng nó thuộc vào ai đó khác thế thì nó là vô tích sự. Nhưng ngày bạn thấy rằng bạn không có bất kì tri thức nào của riêng bạn, từ chính khoảnh khắc đó ánh sáng của tri thức riêng của bạn bắt đầu nảy sinh từ bên trong. Từ chính khoảnh khắc đó cách mạng bắt đầu.

Nếu có bất kì câu hỏi nào thêm chúng ta sẽ nói về chúng đêm nay. Cuộc gặp buổi chiều kết thúc.

6. Tự do khỏi niềm tin

Những người yêu mến của tôi,

Con người bị trói vào trong xiềng xích của ý nghĩ như tù nhân. Trong nhà tù các ý nghĩ này, loại đá nào đã được dùng làm nền móng? Trong buổi chiều chúng ta đã nói về một trong những tảng đá này. Đêm nay chúng ta sẽ nói về tảng đá thứ hai nhưng là tảng đá quan trọng tương đương. Nếu hai tảng đá nền móng này được loại bỏ, sai lầm về suy nghĩ rằng tri thức được học là tri thức thực sẽ được nhận ra, và thế thì con người có thể rất dễ dàng vươn lên trên nhà tù ý nghĩ của mình.

Tảng đá thứ hai là gì? Tảng đá nền móng kia là gì mà nhà tù ý nghĩ trong tâm trí con người đã được dựng lên, mà trên đó mạng các ý nghĩ đã được dệt ra? Có lẽ bạn không biết. Có lẽ bạn không có ý tưởng làm sao chúng ta bị đẩy áp những ý nghĩ mâu thuẫn thế.

Tình huống của chúng ta giống như chiếc xe bò kéo bị các con bò kéo từ tứ phía. Các con bò đực bị buộc phải đi để có thể đạt tới các đích đến khác nhau. Chiếc xe bò kéo đang trong nguy hiểm. Kết cấu của nó trở nên lỏng lẻo. Các con bò đang kéo nó từ mọi phía theo các hướng khác nhau - nó có thể

đạt tới bất kì chỗ nào không? Nó có thể đạt tới bất kì đích đến nào không? Chỉ có thể có một đích đến cho nó, chỉ một định mệnh - nó sẽ bị vỡ ra thành từng phần, bị phá huỷ. Với các con bò kéo nó bị rời ra, chạy đi theo các hướng đối lập với mọi mảnh của nó, không cái gì khác ngoài việc phá huỷ có thể xảy ra. Chiếc xe bò kéo không thể tới được bất kì chỗ nào.

Xung đột bên trong giữa các ý nghĩ trong tâm trí chúng ta đang giết chết chúng ta. Mọi ý nghĩ của chúng ta đều không liên quan và mâu thuẫn - trong đối lập lẫn nhau. Mọi con bò ý nghĩ của chúng ta đang kéo tâm trí chúng ta theo các hướng khác nhau và chúng ta bị rối loạn và khổ sở ở giữa. Chúng ta chẳng có ý tưởng làm sao mâu thuẫn này, xung đột này, đã tới để hiện hữu ở đó bên trong chúng ta.

Tôi đã là khách trong nhà của một bác sĩ rất nổi tiếng. Buổi sáng, bác sĩ này và tôi vừa định đi ra khỏi nhà thì đột nhiên con trai ông ta hắt hơi. Bác sĩ nói, "Điều này có nghĩa là vận xui đây! Chúng ta đợi một chốc đã, trong vài phút, và thế rồi chúng ta sẽ đi."

Tôi nói, "Anh dường như là một bác sĩ kì lạ! Ít nhất bác sĩ phải biết nguyên nhân gì của hắt hơi chứ. Không có quan hệ giữa hắt hơi và ai đó ở lại hay đi đâu đó. Đây chỉ là mê tín. Điều rất đáng ngạc nhiên là ngay cả bác sĩ cũng không rõ ràng về điều này."

Tôi bảo ông bác sĩ rằng cho dù tôi trở nên ốm và gần chết, tôi sẽ không để ông ta điều trị cho đâu. Theo ý kiến của tôi, chúng chỉ bác sĩ của ông ta nên bị rút đi! Nó là sai. Điều rất đáng ngạc nhiên là vì mê tín thời thơ ấu, ông ta sẽ dừng việc đi đâu đó khi ai đó hắt hơi. Ý tưởng này được thu nhận trong thời thơ ấu vẫn còn có tác dụng cho dù người này đã trở thành bác sĩ, một F.R.C.S. (Fellow of the Royal College of

Surgeons) từ London. Hai ý nghĩ hiện diện trong ông ta đồng thời: khi ai đó hắt hơi, chân ông ta dừng lại, và đầu vậy đồng thời ông ta biết rất rõ rằng điều đó là tuyệt đối ngu xuẩn, rằng không có quan hệ giữa hai điều này. Cả hai ý nghĩ này tồn tại và vận hành trong tâm trí ông ta đồng thời.

Hàng nghìn kiểu ý nghĩ này tồn tại bên trong chúng ta và tất cả chúng đang kéo chúng ta theo các hướng khác nhau đồng thời. Chúng ta đã trở nên rất rối loạn - điều đó là hiển nhiên. Đây là lí do tại sao con người dường như là tuyệt đối điên. Người ta có thể là gì khác được? Điên là hậu quả hiển nhiên. Số vô hạn những ý nghĩ mâu thuẫn từ hàng nghìn và hàng nghìn năm đã tụ tập trong tâm trí của một người. Hàng nghìn thế hệ, hàng nghìn thế kỉ, đang sống trong một người đồng thời. Ý nghĩ năm nghìn năm tuổi và ý nghĩ cực kì hiện đại từ thời hiện tại tồn tại đồng thời bên trong người đó - và không thể có so sánh mà cũng không có hài hoà nào giữa hai ý nghĩ này.

Ý nghĩ tới từ hàng nghìn hướng khác nhau đã tụ tập bên trong một người. Ý tưởng về hàng nghìn tirthankara và digambara, avatara và guru đang nằm bên trong anh ta, và tất cả họ đã làm một điều duy nhất. Mặc dầu họ đã không đồng ý về bất kì cái gì, mọi tôn giáo, mọi thầy giáo, mọi người thuyết giảng trên thế giới bao giờ cũng đồng ý về một chiến lược: đó là bảo mọi người tin vào điều họ đang nói. Mọi người trong họ đều nói, "Tin vào điều chúng tôi đang nói đi." Họ không đồng ý về mọi thứ khác. Người Hindu nói cái gì đó, người Mô ha mét giáo nói cái gì đó, người Jaina nói cái gì đó, người Ki tô giáo nói cái gì đó khác - nhưng trên một điểm này tất cả họ đều đồng ý, "Tin vào điều chúng tôi nói." Tất cả họ đều nói những điều mâu thuẫn và tất cả những lời nói mâu thuẫn đó rơi vào sự sống của con người, và tất cả họ đều hét lên để anh

ta tin vào điều họ đang nói. Con người là nghèo và yếu, con người tin vào bất kì cái gì những người này nói. Tất cả họ cười vào lời của nhau, nhưng không ai cười vào cái ngu xuẩn riêng của họ.

Người Ki tô giáo nói rằng Jesus được sinh ra từ cô gái đồng trinh và người mà không chấp nhận điều này sẽ đi xuống địa ngục. Người nghe đáng thương cảm thấy sợ. Nếu người đó không chấp nhận quan điểm này, anh ta sẽ xuống địa ngục! Thế là anh ta chấp nhận rằng điều những người này nói là đúng. Có thành vấn đề gì liệu cô gái đồng trinh cho sinh ra Jesus hay không? Không cần đi xuống địa ngục về quan điểm như vậy.

Những người còn lại của thế giới cười vào ý tưởng này của người Ki tô giáo. Người Mô ha mét giáo, ngườiJaina, người Hindu cười vào cái ngu xuẩn này. Làm sao đứa trẻ có thể được sinh ra từ cô gái đồng trinh? Điều đó là tuyệt đối ngớ ngẩn.

Nhưng người Mô ha mét giáo nói rằng trong khi còn trong thân thể, Mohammed đã đi lên cõi trời khi cưỡi trên con ngựa cái. Người Ki tô giáo, người Hindu, người Jaina cười vào điều này - đây là loại ngu xuẩn gì vậy! Điều thứ nhất là ở chỗ ngựa cái không thể lên cõi trời được. Nếu như nó mà là ngựa đực, nó có thể có khả năng đi lên cõi trời. Đàn ông có thể lên cõi trời nhưng không có điều khoản nào cho đàn bà lên cõi trời - cho nên ngựa cái không thể lên cõi trời được. Nếu nó mà là ngựa đực thì ý tưởng này có thể đã không bị phản đối, nó có thể đã là đúng. Và thứ hai, làm sao ai đó có thể lên cõi trời trong khi còn trong thân thể? Thân thể phải bị bỏ lại ở đây, thân thể là thứ của đất. Mohammed không thể lên cõi trời trong thân thể ông ấy được. Mọi người cười vào ý tưởng này. Người Ki tô giáo, người Jaina và người Hindu tất cả đều cười, nhưng

người Mô ha mét giáo nói, "Tin điều đó đi! Nếu ông không tin điều đó thế thì ông sẽ xuống địa ngục. Ông sẽ bị buộc thối rữa ở địa ngục, ông sẽ khô ở địa ngục. Ông sẽ phải chấp nhận điều này. Nếu ông không chấp nhận nó, nếu ông không đồng ý với lời của Mohammed, thế thì biết cho rõ rằng ông sẽ lâm vào khó khăn lớn - vì chỉ có một thượng đế trên thế giới và Mohammed là nhà tiên tri của ngài."

Con người ở dưới đe dọa phải tin, cho nên con người chấp nhận rằng điều người đó được nói cho có thể là đúng. Người Jaina cười người Mô ha mét giáo và người Ki tô giáo, nhưng họ nói rằng Mahavira được thụ thai trong bụng người đàn bà brahmin. Làm sao một tirthankara của người Jaina có thể được sinh ra trong gia đình brahmin? Đẳng cấp thực và cao nhất là kshatriya, cho nên các tirthankara bao giờ cũng được sinh trong gia đình kshatriya. Họ không thể được sinh trong nhà brahmin. Brahmin là người đi xin cho nên làm sao tirthankaras có thể được sinh trong nhà của họ? Mahavira đã được thụ thai trong tử cung người đàn bà brahmin nhưng khi các thần thấy rằng điều này sẽ là sai lầm lớn - "Làm sao một tirthankara có thể được sinh ra trong gia đình brahmin?" - họ lập tức lấy cái thai này ra và đặt nó vào tử cung của người đàn bà kshatriya, và họ lấy cái thai nữ từ tử cung của người đàn bà kshatriya và đặt nó vào trong tử cung của người đàn bà brahmin.

Mọi người trên khắp thế giới cười vào mọi điều này - chúng rất nực cười. Trước hết, điều các thần đã làm với việc đổi thai trong tử cung của ai đó - làm sao điều này có thể xảy ra được? Toàn thế giới cười, nhưng người Jaina trở nên giận. Họ nói, "Các vị có thể cười điều này nhưng các vị không biết tirthankara của chúng tôi đã nói và bất kì cái gì đã được nói bởi các tirthankara của chúng tôi là tuyệt đối đúng. Bất kì ai

không tin vào điều này sẽ chịu đọa địa ngục. Nếu các vị không tin chúng tôi không quan tâm, các vị có thể chịu khổ!"

Con người được yêu cầu tin vào nhiều thứ bởi nhiều người. Đã có thời mà con người đã không biết về niềm tin của mọi người. Mọi người đã sống trong nhóm riêng của họ. Họ chỉ biết những thứ bên trong nhóm riêng của họ cho nên đã không có nhiều lẫn lộn thế. Bây giờ thế giới đã trở thành rất nhỏ và mọi người biết niềm tin của mọi người khác. Cho nên lẫn lộn của con người đã đạt tới điểm điên tuyệt đối. Bây giờ nó ở bên ngoài việc hiểu của người đó về mọi tiếng ồn này là gì, mọi người đang cố thuyết phục chúng ta về cái gì.

Nhưng ngay cả trong quá khứ tình huống đã không khác hơn mấy. Người Hindu không biết về niềm tin của người Mô ha mét giáo hay người Jaina không biết về niềm tin của người Ki tô giáo, đã không làm cho tình huống này rõ ràng hơn. Ngay cả người Jaina cũng không tin vào cùng điều một cách bản chất. Digambaras nói điều này, Svetambaras nói cái gì đó khác - bạn sẽ rất ngạc nhiên mà biết về những điều nào họ bất đồng. Điều đáng ngạc nhiên là mọi người có thể có những ý kiến đa dạng thế về những điều như thế. Một trong hai mươi bốn tirthankara của người Jaina là Mallinath. Digambaras nói rằng ông ấy là đàn ông còn Svetambaras nói rằng ông ấy là đàn bà. Svetambaras nói rằng ông ấy là Mallibai, Digambaras nói rằng ông ấy là Mallinath - và cả hai người đều nói rằng nếu bạn không tin chúng tôi, bạn sẽ xuống địa ngục. Digambaras nói rằng đàn bà không bao giờ có thể là tirthankara - bản thân sự kiện này là giả - cho nên ông ấy phải là đàn ông. Ông ấy là Mallinath, không phải Mallibai. Điều thực sự quá đáng là có xung đột về liệu một người là đàn ông hay đàn bà. Nhưng con người bị đe dọa rằng nếu người đó không tin người đó sẽ đi

xuống địa ngục và sẽ phải khổ. Cho nên tốt hơn cả người đó phải tin!

Trên khắp thế giới các giáo huấn của những người muốn bạn tin họ đã tạo ra hỗn độn và lẫn lộn trong tâm trí con người. Người đó nghe mọi người và các ấn tượng của mọi giáo huấn của họ vẫn còn bên trong người đó, và con người của người đó bị kéo vào nhiều hướng khác nhau.

Và thế rồi sau tất cả những tôn giáo này, chủ nghĩa cộng sản tới. Chủ nghĩa cộng sản nói rằng tôn giáo chỉ là thuốc phiện. Không có nghĩa trong nó, ý tưởng về thượng đế là tuyệt đối sai, nó toàn là vô nghĩa. Tôn giáo thực là điều Marx nói: chủ nghĩa cộng sản là tôn giáo thực. Người ta phải tin vào nó và không vào cái gì khác. Kinh Thánh, Gita, Koran tất cả là sai - Das Kapital là kinh sách tôn giáo thực, người ta phải tin chỉ vào nó. Cho nên niềm tin mới bắt đầu....

Thế rồi sau chủ nghĩa cộng sản là tới khoa học. Khoa học nói rằng mọi thứ này là vô tích sự. Bất kì cái gì được viết trong kinh sách tôn giáo toàn là sai; duy nhất điều khoa học nói là đúng. Và ngay cả trong cuộc đời của một nhà khoa học, nhà khoa học khác có ý tưởng khác và tuyên bố rằng ông ta là đúng, rằng người thứ nhất là sai. Thế rồi nhà khoa học thứ ba tới, người tuyên bố rằng ông ta là đúng và hai người trước là sai. Và thế rồi có lẽ nhà khoa học thứ tư....

Trong tâm trí và tinh thần của con người, những người tuyên bố chân lí này đã tạo ra sự vướng mắc ý nghĩ lẫn lộn, điều là rất đa dạng và kéo con người đi theo mọi hướng. Sự và hối lộ đã được dùng để tạo ra vướng mắc này; các phương pháp bí mật về sự và hối lộ đã được dùng để áp đặt một tập các

niềm tin lên con người - nếu bạn tin bạn đi lên cõi trời, nếu bạn không tin bạn xuống địa ngục.

Những người lãnh đạo tôn giáo này đã từng làm cùng điều mà người quảng cáo thời nay đang làm, nhưng những người quảng cáo không táo bạo hay dũng cảm. Người bán xà phòng vệ sinh Lux quảng cáo rằng hoàng hậu đẹp nào đó nói, "Tôi đã trở nên đẹp vì tôi dùng xà phòng vệ sinh Lux." Do đó, bất kì người nào dùng nó sẽ trở nên đẹp và bất kì ai không dùng nó sẽ không trở nên đẹp. Thế thì người ta trở nên sợ rằng người đó có thể trở nên xấu cho nên người đó đi mua xà phòng vệ sinh Lux. Cứ dường như mọi người không đẹp khi xà phòng vệ sinh Lux đã không có đó, dường như Cleopatra, Mumtaj và Noorjehan đã không đẹp vì xà phòng vệ sinh Lux đã không có đó. Nhưng những người quảng cáo còn chưa rất dũng cảm; có lẽ trong tương lai họ sẽ nói, "Tirthankara nào đó nói, nhà tiên tri nào đó nói, thầy giáo nào đó nói, rằng người không dùng xà phòng vệ sinh Lux sẽ xuống địa ngục, người đó không thể lên cõi trời. Chỉ những người dùng xà phòng vệ sinh Lux có thể lên cõi trời."

Con người có thể bị dọa rằng chỉ những người hút thuốc lá Panama sẽ lên cõi trời, vì hút thuốc và làm cho người khác hút thuốc lá Panama là điều rất tốt. Và người không hút thuốc lá Panama sẽ phải xuống địa ngục. Nếu người đó hút thuốc bidi của Ấn Độ, người đó sẽ phải chịu khổ nhiều ở địa ngục! Nếu ai đó không tin mọi điều này thế thì người đó sẽ phải đối diện với hậu quả. Người tin sẽ có hậu quả tốt còn người không tin sẽ có hậu quả xấu.

Những người quảng cáo hiện đại còn chưa trở nên dũng cảm như những người quảng cáo cổ kia. Họ đã dọa con người bằng việc bảo người đó những điều tuyệt đối sai và người đó liên tục nghe những điều đó và chấp nhận chúng mà không có

bất kì chóng cự nào. Thực ra bất kì điều phi chân lí nào, nếu được lặp lại nhiều lần trong hàng nghìn năm, bắt đầu có vẻ giống chân lí. Nếu ai đó liên tục lặp lại ngay cả điều không thực nhất - liên tục lặp lại và lặp lại nó - dần dần, dần dần bạn bắt đầu nghĩ rằng có lẽ nó có thể đúng, bằng không làm sao nó có thể được lặp lại nhiều lần thế trong thời gian lâu thế?

Một nông dân nghèo từ một làng mua một con dê con trong thành phố. Khi anh ta bắt đầu bước về làng mình cùng con dê con, vài kẻ lưu manh trong thành phố nghĩ rằng nếu bằng cách nào đó họ có xoay sở bắt con dê con, họ chắc có khả năng tận hưởng bữa ăn ngon và cũng là mở hội. Họ có thể mời vài bạn bè và làm bữa tiệc. Nhưng làm sao làm điều đó?

Dân làng thất học dường như là người rất mạnh và khỏe còn những kẻ lưu manh của thành phố lại nhỏ yếu. Lấy con dê trắng từ anh ta có thể dẫn tới đánh nhau và có thể có phiền phức, cho nên họ phải rất cẩn thận và giở thủ đoạn với anh ta bằng cách nào đó. Họ quyết định dùng một thủ đoạn. Khi anh dân làng vừa định rời khỏi thành phố, một trong bốn hay năm người tới gặp anh ta trên đường và nói, "Xin chào! Chào anh!"

Anh ta đáp, "Chào các anh!"

Thế rồi kẻ lưu manh này ngược nhìn lên và nói, "Sao anh mang con chó này trên vai?" - thực ra anh ta đang mang con dê con trên vai - "Anh đã mua con chó này từ đâu thế? Nó là con chó rất hay!"

Anh nông dân cười. Anh ta nói, "Anh điên hay sao? Nó không phải là chó! Tôi đã mua dê, nó là dê con!"

Người này nói, "Đừng vào làng của anh khi mang chó, bằng không mọi người sẽ nghĩ anh điên. Anh nghĩ đây là dê sao?"

Và người này đi đường của mình. Anh nông dân cười và nghĩ rằng điều này là rất kì lạ, nhưng anh ta chạm vào chân dê để xem liệu nó là dê hay chó. Đó là động cơ của kẻ lưu manh. Anh nông dân thấy rằng nó thực sự là dê và cảm thấy được đảm bảo anh ta bước tiếp.

Đến làn đường tiếp kẻ lưu manh thứ hai gặp anh ta. Nó nói, "Xin chào, anh đã mua được con chó rất to. Tôi cũng muốn mua một con chó. Anh đã mua nó từ đâu vậy?" Bây giờ dân làng này không thể nói cùng sự tự tin rằng đây không phải là chó vì bây giờ người thứ hai đã nói cùng điều và hai người không thể sai lầm.

Anh ta vẫn cười và nói, "Đây không phải là chó, thưa ông, nó là dê."

Người này nói, "Ai bảo anh nó là dê? Dường như ai đó đã lừa anh - đây mà là dê sao?" Và anh ta đi mất. Dân làng này để con dê xuống khỏi vai mình để xem vấn đề là gì nhưng nó dứt khoát là dê. Cả hai người kia đều sai lầm! Nhưng nỗi sợ đã nảy sinh bên trong anh ta rằng có lẽ anh ta đang bị ảo tưởng.

Bây giờ anh ta cảm thấy thay vì sợ anh ta tiếp tục bước dọc đường - và thế rồi anh ta gặp người thứ ba, người này nói, "Xin chào! Anh đã mua được con chó này từ đâu vậy?" Lần này anh ta không có dũng cảm để nói rằng đây là dê.

Anh ta trả lời, "Tôi đã mua trong thành phố." Rất khó cho anh ta nói rằng đây là dê và anh ta bắt đầu nghĩ rằng có thể anh ta không nên mang nó về làng. Anh ta đã phí tiền và anh ta sẽ bị kết án trong làng. Mọi người sẽ nghĩ rằng anh ta đã phát điên. Trong khi anh ta đang nghĩ điều này, người thứ

tư tới gặp anh ta. Người này nói, "Điều này thực lạ! Tôi chưa bao giờ thấy bất kì người nào mang chó trên vai. Anh nghĩ rằng đây là dê sao?"

Dân làng nhìn quanh và thấy rằng anh ta có một mình, không ai ở quanh - cho nên anh ta thả con dê ra và chạy nhanh về làng. Năm ru pi của anh ta đã bị phí hoài nhưng ít nhất anh ta sẽ không bị gọi là điên.

Và bốn kẻ lưu manh lấy con dê đi.

Vì bốn người lặt đi lặt lại cái gì đó, sự việc trở thành khó cho người nông dân để tin rằng điều họ nói có thể là sai. Và khi những người mặc quần áo màu cam nói với bạn cái gì đó, điều đó trở nên khó khăn hơn. Và khi những người đó là kiểu mẫu về chân lí và chân thành, điều đó trở nên thậm chí còn khó hơn. Và khi họ là người từ bỏ chân thành của thế giới, điều đó trở thành khó hơn nhiều - vì không có lí do để không tin điều họ nói. Không nhất thiết là họ đang lừa bạn - chín mươi chín lần trong một trăm lần bản thân họ là những người có quan niệm sai và bản thân họ đã bị lừa. Không nhất thiết là họ là những người lừa dối, nhưng họ ở trong cùng đường mòn như bạn.

Một điều là chắc chắn: khi mà người ta được bảo phải tin, người đó sẽ tiếp tục bị khai thác. Chừng nào người ta được yêu cầu phải tin, người đó không thể được tự do với việc khai thác. Thế thì niềm tin có thể là của người Hindu hay của người Jaina hay của người Mô ha mét giáo, hay của bất kì người nào khác - nó có thể là của người cộng sản hay của người phi cộng sản, bất kì ai - nhưng chừng nào con người được bảo phải tin vào điều ai đó nói, và được bảo rằng nếu bạn không tin bạn sẽ khổ và nếu bạn tin bạn sẽ sướng... chừng nào thủ đoạn này còn

được dùng, sẽ rất khó cho con người có đủ dũng cảm để gạt bỏ vương mắc của các ý nghĩ bên trong người đó.

Tôi muốn nói với bạn cái gì? Tôi muốn nói với bạn rằng nếu chúng ta muốn gạt bỏ vương mắc ý nghĩ mà đã được hình thành bên trong chúng ta, với điều đó hàng nghìn thế kỉ đã đóng góp vào, trong đó dấu vết của hàng trăm năm được thu thập, thế thì một điều phải được hiểu đầy đủ: không có cái gì nhiều tính tự tử hơn là niềm tin. Một điều chúng ta dứt khoát phải hiểu là ở chỗ tin, tin một cách mù quáng, chấp nhận một cách im lặng với mắt nhắm, đã từng là nguyên nhân cơ bản của việc làm què quặt các kiếp sống của chúng ta mãi cho tới giờ.

Nhưng mọi người yêu cầu bạn tin vào họ - họ bảo bạn tin họ, không tin vào người khác. Họ nói, "Không tin người khác vì họ là sai. Tôi đúng, tin vào tôi."

Tôi muốn bảo bạn rằng tin vào bất kì ai đều mang tính phá huỷ và điều đó sẽ gây hại cho đời bạn. Không niềm tin, không niềm tin chút nào! Bất kì ai làm hệ thống niềm tin thành cơ sở cho cuộc đời người đó đều đang đi vào trong thế giới của mù quáng - và không ánh sáng để thấy nào đã bao giờ có thể đi vào trong cuộc sống của người đó. Người đó không bao giờ có thể đạt tới ánh sáng trong cuộc sống của người đó. Người tin vào người khác sẽ không bao giờ có khả năng biết bản thân người đó.

Vậy tôi có đang đòi hỏi bạn không tin không? Không! Cũng không cần không tin nữa. Nhưng chúng ta nghĩ rằng nếu chúng ta không tin vào cái gì đó thế thì chúng ta chắc chắn không tin nó. Điều này là ý tưởng tuyệt đối sai. Có trạng thái của tâm trí mà không tin lẫn không không tin.... Không tin là một hình thể của tin. Khi chúng ta nói rằng chúng ta không tin

vào thượng đế, chúng ta đang nói gì? Chúng ta đang nói rằng chúng ta tin vào việc không tồn tại của thượng đế. Khi chúng ta nói, "Tôi không tin vào hồn," thế thì chúng ta đang nói rằng chúng ta tin vào sự không tồn tại của hồn. Tin và không tin là những điều tương tự, không có khác biệt giữa chúng. Tin là khẳng định và không tin là phủ định. Tin là tin cậy khẳng định và không tin là tin cậy phủ định, nhưng cả hai là tin cậy.

Người ta chỉ có thể trở nên tự do khỏi vương vớ ý nghĩ bên trong của mình nếu người ta trở nên tự do với tin cậy và niềm tin, nếu người ta trở nên tự do với việc liên tục nhìn vào người khác theo quan điểm của họ, nếu người ta bỏ chính ý tưởng rằng bất kì người nào khác có thể cho người ta chân lí. Khi mà người ta có ý tưởng rằng ai đó khác có thể cho người ta chân lí, người ta sẽ ở trong lệ thuộc theo cách này cách khác. Nếu người ta có được tự do khỏi người này, người ta sẽ bị trói buộc vào người khác, nếu người ta có được tự do khỏi người thứ hai, người ta sẽ bị trói buộc vào người thứ ba - người ta không thể có được tự do từ lệ thuộc.

Nhưng được tự do khỏi người này và bị trói buộc vào người khác bao giờ cũng cho sự nhẹ nhõm một chút.

Khi một người chết, bốn người khênh xác chết tới chỗ chôn cất trên đôn đám ma đặt trên vai họ. Khi một vai bắt đầu đau, họ đổi sang vai kia. Được một chút họ thấy nhẹ bớt cho vai bị đau. Thế rồi vai thứ hai lại đau và họ lại đổi sang vai kia. Người đổi niềm tin của mình chỉ đổi từ vai nọ sang vai kia, trọng lượng bao giờ cũng hiện diện, điều đó không tạo ra khác biệt gì. Người ta được giảm nhẹ chỉ trong chốc lát.

Nếu người Hindu trở thành người Mô ha mét giáo, nếu người Mô ha mét giáo trở thành người Jaina, nếu người Jaina trở thành người Ki tô giáo, nếu ai đó bỏ mọi tôn giáo và trở

thành người cộng sản hay cái gì đó khác, nếu người đó chỉ bỏ hệ thống niềm tin này và bắt giữ hệ thống niềm tin khác, không có thay đổi trong gánh nặng đè lên tâm trí người đó. Người đó được giảm nhẹ một chút nhưng đó chỉ là đổi trọng lượng đè lên các vai - không có nghĩa trong loại giảm nhẹ đó.

Tôi đã nghe nói rằng có hai người trong một làng - một người là vô thần, vô thần cực đoan, và một người là hữu thần, hữu thần cực đoan. Cả làng rất bị phiền nhiễu vì hai người này. Dân làng bao giờ cũng lâm vào khó khăn vì những người như vậy. Suốt ngày và đêm người hữu thần thường giải thích về kinh nghiệm Thượng đế, và suốt ngày và đêm người vô thần thường bác bỏ điều đó. Mọi người trong làng ở trong khó khăn về theo ai và không theo ai. Cuối cùng họ quyết định rằng vì họ đã bị phiền phức thế, cả hai người này được bảo phải ra tranh cãi lẫn nhau trước cả làng. Và dân làng nói, "Chúng tôi sẽ theo người thắng. Đừng gây khó cho chúng tôi. Các ông phải tranh cãi lẫn nhau và bất kì người nào thắng chúng tôi sẽ theo người đó!"

Một đêm, đêm trăng tròn, cuộc tranh cãi được thu xếp trong làng. Cả làng tụ tập lại. Người hữu thần giải thích các lí thuyết của chủ nghĩa hữu thần, trình bày mọi luận cứ của mình, và bác bỏ chủ nghĩa vô thần. Thế rồi người vô thần bác bỏ chủ nghĩa hữu thần và đưa ra mọi luận cứ của mình thiên về vô thần. Cuộc tranh cãi tiếp diễn cả đêm, và đến sáng kết quả là ở chỗ người hữu thần trở thành người vô thần và người vô thần trở thành người hữu thần! Cả hai trong họ thích luận cứ của người kia.

Nhưng vấn đề của dân làng vẫn còn lại. Nó không được giải quyết. Hai người này đã thuyết phục lẫn nhau và đã đồng

ý với nhau cho nên vẫn có người vô thần và người hữu thần trong làng, tổng cộng vẫn còn như cũ - và vấn đề của làng vẫn còn như cũ nữa.

Nếu chúng ta đổi niềm tin này sang niềm tin khác, điều đó không tạo ra khác biệt cho cuộc sống của chúng ta. Vấn đề của con người chúng ta vẫn còn như cũ. Không có khác biệt. Vấn đề của con người chúng ta chẳng liên quan gì tới việc là người Hindu hay người Mô ha mét giáo hay người Jaina hay người Ki tô giáo hay người cộng sản hay người phát xít, vấn đề của con người chúng ta là ở chỗ chúng ta tin. Khi mà người ta tin, người ta để bản thân mình vào lệ thuộc, người ta để bản thân mình vào tù và người ta bị trói buộc bằng cách nào đó này khác, ở đâu đó này khác.

Làm sao người bị tù, tâm trí bị tù, trở nên tự do khỏi ý nghĩ? Làm sao người đó có thể trở nên tự do khỏi các ý nghĩ mà người đó ôm giữ cùng toàn thể con người của người đó và điều người đó tin vào? Làm sao người đó có thể gạt bỏ được chúng? Điều đó rất khó. Chúng ta có thể gạt bỏ chúng nếu chúng ta loại bỏ viên đá móng.

Niềm tin là viên đá móng ở đáy của đồng ý nghĩ. Trên cơ sở niềm tin, con người đã từng được khởi đầu vào các ý nghĩ và khi các ý nghĩ nắm bắt chặt tâm trí thế thì sợ cũng nắm giữ - cái gì sẽ xảy ra nếu tôi bỏ chúng? Cho nên con người nói rằng nếu anh ta được cho cái gì đó tốt hơn để nắm giữ thế thì anh ta có thể bỏ các ý nghĩ hiện tại của anh ta - nhưng ý nghĩ về việc bỏ ý tưởng 'nắm giữ' không đi vào tâm trí anh ta.

Tự do, giải thoát khỏi tâm trí, xảy ra không phải từ việc đổi niềm tin của người ta mà từ việc trở nên tự do khỏi bản thân niềm tin.

Phật tới thăm một làng nhỏ. Một số người đưa một người mù tới ông ấy và nói, "Người này mù và chúng tôi là bạn thân nhất của anh ta. Mặc dầu chúng tôi cố theo đủ mọi cách để thuyết phục anh ta rằng có ánh sáng, anh ta không sẵn sàng chấp nhận sự kiện như vậy. Luận cứ của anh ta là tới mức chúng tôi đâm ra lúng túng. Cho dù chúng tôi biết rằng có ánh sáng, chúng tôi phải thừa nhận thất bại. Người này bảo chúng tôi rằng anh ta muốn chạm vào ánh sáng. Bây giờ làm sao chúng tôi làm cho anh ta chạm vào ánh sáng được? Thế rồi người này nói, 'Được, nếu nó không thể được chạm vào thế thì tôi muốn nghe thấy nó. Tôi có tai. Làm âm thanh của ánh sáng đi để cho tôi có thể nghe thấy nó. Nếu điều này cũng là không thể được thế thì tôi muốn ném nó, hay nếu ánh sáng có hương thơm tôi muốn ngửi nó.'"

Không có cách nào thuyết phục người này. Ánh sáng chỉ có thể được thấy nếu người ta có mắt - và anh ta không có mắt. Anh ta phàn nàn với dân làng rằng họ không cần nói về ánh sáng chỉ để chứng minh rằng anh ta là mù. Anh ta cảm thấy rằng họ đã bịa ra chuyện về ánh sáng chỉ để chứng minh anh ta mù.

Cho nên mọi người đề nghị Phật, vì ông ấy đã ở trong làng một chốc, có lẽ ông ấy có thể làm cho người mù của họ hiểu.

Phật nói, "Ta không đủ điên để cố thuyết phục anh ta! Vấn đề của nhân loại đã được tạo ra bởi những người đã cố giải thích mọi thứ cho những người không thể thấy. Những người thuyết giảng là bệnh dịch cho nhân loại. Họ nói cho mọi người những điều mọi người không thể hiểu được."

Cho nên ông ấy nói, "Ta sẽ không làm điều này thành sai lầm. Ta sẽ không giải thích cho người mù này rằng có ánh sáng. Các ông đã mang anh ta tới người sai rồi. Không cần mang anh ta tới ta, thay vì thế đem anh ta tới bác sĩ điều trị người có thể chữa mắt của anh ta. Anh ta không cần việc thuyết giảng, anh ta cần điều trị. Đây không phải là vấn đề giải thích, hay vấn đề của anh ta tin vào những điều ta nói cho anh ta, nó là vấn đề điều trị mắt cho anh ta. Nếu mắt anh ta được chữa khỏi thì sẽ không cần các ông giải thích; bản thân anh ta sẽ có khả năng nhìn, bản thân anh ta sẽ có khả năng biết."

Phật đã nói rằng ông ấy đã không coi tôn giáo chỉ là việc giảng triết lí - nó phải là việc chữa lành thực tế. Cho nên ông ấy khuyên rằng người mù này cần được đưa tới bác sĩ điều trị.

Dân làng thích điều Phật nói cho nên họ đem người mù tới bác sĩ trị liệu để điều trị và may mắn anh ta đã được chữa khỏi sau vài tháng. Đến lúc đó Phật đã đi sang làng khác cho nên người mù đi theo ông ấy. Anh ta cúi lạy Phật, chạm chân ông ấy và nói, "Tôi đã sai. Có điều như ánh sáng nhưng tôi đã không thể thấy được nó."

Phật trả lời, "Ông chắc chắn sai, nhưng mắt của ông được chữa bởi vì ông đã từ chối tin vào điều người khác nói cho ông chừng nào ông chưa trải nghiệm nó cho bản thân ông. Nếu ông đã chấp nhận điều bạn ông đã nói cho ông thế thì vấn đề chắc đã kết thúc ở đó và không có chuyện điều trị cho mắt của ông đã nảy sinh."

Những người tin không có khả năng đạt tới bất kì việc hiểu nào. Những người chấp nhận một cách im lặng không có khả năng có bất kì trải nghiệm nào của riêng họ. Cuộc hành trình của những người mù và ôm giữ sự kiện rằng nếu người

khác nói rằng có ánh sáng thế thì chắc chắn phải có ánh sáng, kết thúc ngay chỗ đó. Cuộc hành trình chỉ tiếp tục khi thắp mắt vẫn còn và vẫn còn và vẫn còn và không bao giờ biến mất. Thắp mắt chỉ tới khi bạn cảm thấy có cái gì đó điều mọi người nó có đó, nhưng bạn không thấy nó cho nên bạn không thể chấp nhận được nó. Bạn có thể chấp nhận nó chỉ nếu bạn thấy nó. Loại thắp mắt này: "Tôi sẽ chấp nhận chỉ khi tôi thấy bằng chính mắt tôi," cần có đó trong tâm trí.

Những người muốn bạn có niềm tin là những người nói rằng bạn không cần mắt riêng của bạn. Mahavira có mắt, điều đó là đủ. Phật có mắt, điều đó là đủ. Tại sao mọi người phải cần mắt? Krishna có mắt và đã viết Gita, thế thì tại sao bạn cần mắt? Đọc Gita và tận hưởng nó. Krishna có thể thấy, và ông ấy đã mô tả điều ông ấy có thể thấy, cho nên cần gì mọi người thấy? Bạn đơn giản chỉ tin. Những người có thể thấy đã nói rồi - việc của bạn đơn giản là tin. Tri thức đã được đạt tới - cần gì bạn phải biết bởi bản thân bạn?

Việc thuyết giảng này giữ con người mù quáng. Phần lớn mọi người trên trái đất vẫn còn mù và ngày nay phần lớn họ vẫn mù. Và nhìn vào tình huống này ngày nay mà xem, phần lớn mọi người có lẽ sẽ vẫn còn mù cả trong tương lai nữa vì giả kim thuật cơ bản của việc sửa mù, khao khát vượt qua việc mù, đã bị giết chết. Nó đã bị phá huỷ bởi việc cho các hệ thống niềm tin mạnh.

Thực ra đáng phải nói rằng dù mắt của Krishna tinh đến đâu và dù chúng có thể nhìn xa thế nào, chúng không phải là mắt của bạn. Và dù mắt của Mahavira có đẹp đến đâu - ngay cả giống hoa sen - chúng không phải là mắt của bạn. Mắt bạn có thể không rất có ý nghĩa - chúng có thể chỉ giống hoa trên cánh đồng, không phải hoa sen - nhưng chúng là mắt riêng của bạn. Chỉ bằng mắt riêng của bạn, bạn có thể thấy.

Cho nên người ta phải tìm việc hiểu riêng của mình vì người ta không thể đạt tới bất kì cái gì bằng việc tôn thờ sáng suốt của người khác. Thực ra, việc tìm cách hiểu riêng của người ta chỉ có thể bắt đầu khi người ta bỏ ý tưởng của người khác. Khi có bất kì cái thay thế bên ngoài, khi cái gì đó được cung cấp từ bên ngoài, việc tìm kiếm không thể bắt đầu.

Khi không có hỗ trợ hay đáp ứng từ cái gì đó khác, khi không cái gì có thể được đạt tới từ người khác, thế thì thách thức nảy sinh bên trong con người để tìm theo cách riêng của người đó, cho việc hiểu riêng của người đó.

Con người rất lười. Nếu con người có thể đạt tới tri thức mà không làm bất kì nỗ lực nào, tại sao con người phải làm nỗ lực, tại sao con người phải làm bất kì công việc nào? Nếu chúng ngộ có thể được đạt tới chỉ bởi việc tin, không tìm kiếm, thế thì tại sao con người phải cố làm cuộc hành trình tới chứng ngộ theo cách riêng của mình? Và khi ai đó nói, "Tin tôi đi, tôi sẽ làm cho ông chứng ngộ," tại sao bản thân người đó phải làm nỗ lực khổng lồ? Khi ai đó nói, "Ngồi trong thuyền của tôi. Tôi sẽ đưa ông tới bờ bên kia và thế thì vấn đề xong rồi," người đó sẽ ưa thích ngồi im lặng trong thuyền và đi ngủ.

Nhưng không ai có thể đạt tới bất kì chỗ nào trong thuyền của ai đó khác. Và không ai có thể thấy bằng mắt của người khác - không ai đã bao giờ thấy và không ai sẽ bao giờ thấy. Người ta phải bước trên chân riêng của mình, người ta phải thấy bằng mắt riêng của mình, người ta phải sống bằng nhịp tim đập riêng của mình. Người ta phải sống bằng bản thân người ta và người ta phải chết bằng bản thân người ta. Không ai có thể sống thế vào chỗ của người khác; không ai có thể chết thế vào chỗ của người khác. Không ai có thể lấy chỗ của người khác; mà không ai có thể lấy được chỗ của bất kì người nào khác. Nếu có bất kì cái gì không thể được một cách toàn bộ

trong thế giới này, nó là sự kiện rằng không người nào có thể lấy được chỗ của bất kì người nào khác.

Hai người lính nằm trên chiến trường trong thế chiến thứ hai. Một lính sắp chết. Anh ta bị thương trầm trọng tới mức hiển nhiên không có hi vọng nào cho anh ta. Người lính kia cũng bị thương như vẫn còn sống và không có chuyện anh ta chết. Cả hai là bạn bè.

Người lính sắp chết ôm lấy bạn mình và nói, "Bây giờ tôi phải nói lời vĩnh biệt bạn vì không có khả năng nào cho sự sống còn của tôi. Tôi gợi ý một điều: bạn lấy sổ lý lịch của tôi và đưa cho tôi sổ lý lịch của bạn. Sổ lý lịch của bạn không được tốt, có nhiều nhận xét xấu trong sổ lý lịch của bạn, nhưng sổ lý lịch của tôi là tốt. Cho nên chúng ta đổi sổ đi. Theo cách này các sĩ quan sẽ nghĩ rằng bạn đã chết, và tôi còn sống. Vì sổ của tôi là tốt, bạn sẽ có khả năng được thăng cấp, bạn sẽ trở nên đáng kính hơn. Cho nên nhanh lên! Đổi sổ và số đi."

Ước nguyện của người bạn sắp chết là tuyệt đối đúng, vì lính chỉ có con số, họ không có tên. Và lính chỉ có sổ lý lịch, không có hồn. Cho nên điều đúng là họ nên đổi sổ - người xấu sẽ chết và người tốt sẽ vẫn còn sống.

Nhưng người sẽ không chết trả lời, "Tôi xin lỗi. Tôi có thể lấy sổ của bạn và số của bạn nhưng tôi sẽ vẫn là bản thân tôi thôi. Tôi là người xấu và tôi sẽ vẫn còn là người xấu. Tôi uống rượu; tôi sẽ vẫn uống nó. Tôi đi tới gái mãi dâm; tôi sẽ vẫn đi tới họ. Sổ lý lịch tốt của bạn có thể vẫn còn tốt được bao lâu, sổ có thể lừa được bất kì người nào được bao lâu? Ngược lại, hai người sẽ trở thành xấu. Bạn sẽ chết như người xấu, nhưng người xấu sẽ vẫn còn sống. Bây giờ ít nhất mọi người sẽ nói rằng người tốt đã chết. Họ sẽ cúng dường hoa cho bạn -

nếu bạn là tôi họ sẽ không cúng dường hoa đâu. Bạn không thể ở vào chỗ của tôi và tôi không thể ở vào chỗ của bạn được. Ý của bạn về đối chỗ tới từ tình yêu của bạn với tôi, và nó là tốt, nhưng điều này ở bên ngoài luật của sự sống. Không ai có thể đổi cho cho người khác. Không ai có thể sống hay chết thế chỗ của người khác. Người ta không thể biết nhân danh người khác; mà người ta cũng không thể có khả năng nhìn nhân danh người khác."

Những người muốn bạn có niềm tin đã bảo bạn nhìn qua mắt của ai đó khác - nhìn qua mắt của các tirthankara, nhìn qua mắt của các avatara. Chúng ta đã liên tục tin, điều là lí do tại sao chúng ta đã bị vướng mắc vào trong mạng lưới mù. Hàng nghìn thầy giáo đã tạo ra ồn ào và những người đi theo của hàng nghìn thầy giáo đã tạo ra nhiều ồn ào tới mức họ đã tạo ra sợ lớn về địa ngục và tham lớn về cõi trời - cho nên dần dần, dần dần chúng ta đã chấp nhận điều họ nói. Và lời của những người đó đã tạo ra mâu thuẫn bên trong chúng ta tới mức cuộc hành trình của cuộc đời chúng ta sẽ bị phá vỡ thay vì đi tới bất kì chỗ nào.

Cho nên điều đầu tiên để người thông minh làm là nói lời tạm biệt với mọi ý nghĩ mâu thuẫn của mình và quyết định, "Mình sẽ không tin. Mình muốn biết. Ngày mình hiểu cho bản thân mình, duy nhất ngày đó mình có thể dùng từ 'tin'. Trước điều đó không thể có bất kì cái gì giống như niềm tin với mình. Nó là lừa dối, nó là tự lừa dối. Mình không thể lừa bản thân mình và nói rằng mình biết mà không biết, rằng mình nhận ra mà không nhận ra. Điều không thể được với mình là chấp nhận một cách mù quáng."

Điều này không có nghĩa là bạn bác bỏ cái gì đó; nó đơn giản có nghĩa là bạn đang đứng tách xa khỏi cả chấp nhận và bác bỏ. Bạn nói, "Tôi không đồng ý cũng không bất đồng. Tôi không nói rằng Mahavira là sai mà tôi cũng không nói rằng ông ấy là đúng. Tôi đơn giản nói rằng bản thân tôi không biết điều Mahavira nói cho nên tôi không có quyền đồng ý hay bất đồng. Ngày bản thân tôi đi tới biết rằng ông ấy là đúng, tôi sẽ đồng ý. Nếu tôi đi tới biết rằng điều ông ấy nói là sai, thế thì tôi sẽ bác bỏ. Nhưng tôi còn chưa biết, cho nên làm sao tôi có thể nói có hay không?"

Nếu tâm trí chúng ta bản thân nó có thể đứng xa khỏi cả chấp nhận và bác bỏ, thế thì vướng mắc có thể phá ra ở đây và bây giờ. Nếu bản chất cơ bản của mạng lưới này bị phá vỡ, thế thì nó sẽ là mong manh như lâu đài bằng bìa mà sẽ đổ sụp bởi chút xô đẩy. Ngay bây giờ nó giống như lâu đài đá với nền móng vững chắc mà không thể dễ dàng thấy được. Cho nên tâm trí chúng ta bị ước định để hiểu rằng những người tin và chấp nhận là tôn giáo và những người bác bỏ và không tin là phi tôn giáo.

Nhưng tôi nói với bạn: người tin không có tính tôn giáo, mà người không tin cũng không có tính tôn giáo. Người tôn giáo là người là thực. 'Thực' ngụ ý rằng người đó không tin mà cũng không không tin vào điều người đó không biết. Người đó đơn giản công bố với sự chân thành hoàn toàn rằng người đó không biết, người đó dốt nát, cho nên không có vấn đề chút nào về việc chấp nhận hay bác bỏ của người đó.

Bạn có thể thu được dũng cảm và sức mạnh để đưa con người bạn tới điểm giữa này không? Nếu bạn có thể, thế thì lâu đài các ý nghĩ này có thể sụp đổ ngay lập tức - không có khó khăn về nó chút nào.

Tôi đã nói cho bạn ba điểm sáng nay, một điểm chiều này và một điểm bây giờ. Nghĩ về năm điểm này một cách cẩn thận vào. Đừng bắt đầu dùng chúng chỉ vì tôi đã nói về chúng, bằng không tôi cũng sẽ trở thành người thuyết giảng cho bạn. Đừng tin vào cái gì đó chỉ bởi vì tôi đã nói nó - vì có thể điều tôi đã nói toàn là sai, có thể nó là giả và vô tích sự, cho nên bạn có thể lâm vào khó khăn. Đừng tin điều tôi đã nói.

Nghĩ, tìm và thấy - và nếu qua kinh nghiệm riêng của bạn, bạn cảm thấy rằng có chân lí nào đó trong điều tôi nói, nếu bạn cảm thấy vì việc tìm riêng của bạn, vì việc nhìn vào trong cửa sổ của tâm trí riêng của bạn, rằng có chân lí nào đó trong nó, thế thì chân lí đó sẽ trở thành chân lí của riêng bạn, nó không còn chỉ là của tôi. Thế thì nó không phải là việc hiểu của tôi, nó trở thành việc hiểu của riêng bạn; thế thì bất kì cái gì bạn làm đều trở thành cách thức cho cuộc sống của bạn đi tới trí huệ và thức tỉnh. Nhưng bất kì cái gì bạn làm qua việc tin sẽ đem bạn vào tối tăm và vô ý thức hơn. Điều giúp ích là nghĩ cẩn thận về điểm này nữa.

Trước khi chúng ta ngồi thiền đêm, tôi sẽ trả lời một số câu hỏi về thiền mà đã được hỏi. Đầu tiên tôi sẽ nói về chúng và thế rồi chúng ta sẽ ngồi thiền.

Một người bạn đã hỏi rằng trong thiền có thể tụng không - tụng mật chú linh thiêng nào đó - có giúp ích không?

Nó không thể giúp ích chút nào; ngược lại, nó có thể trở thành chướng ngại - vì khi bạn tụng mật chú, bạn lặp đi lặp lại cùng một ý nghĩ. Mật chú là ý nghĩ. Khi bạn tụng một cái tên, bạn lặp đi lặp lại cùng một từ. Từ là một phần của ý nghĩ, một mảnh của ý nghĩ. Cho nên nếu bạn muốn trở nên tự do khỏi ý nghĩ bằng việc lặp lại một ý nghĩ, bạn đang phạm sai lầm. Chừng nào bạn còn liên tục lặp lại một ý nghĩ, điều đó sẽ

đường như là không có ý nghĩ khác trong tâm trí bạn vì, như tôi đã nói với bạn, bản chất của tâm trí là bị mắc kẹt vào một ý nghĩ. Nhưng ý nghĩ mà bạn đang lặp lại cũng là ý nghĩ như các ý nghĩ khác là vậy. Không có gì hữu dụng trong việc lặp lại nó. Ngược lại, nó có hại vì việc lặp đi lặp lại cùng từ, vô ý thức, giấc ngủ được tạo ra trong tâm trí.

Lấy bất kỳ một từ nào và lặp đi lặp lại nó - giấc ngủ sẽ sớm nảy sinh bên trong bạn, không phải việc thức tỉnh. Việc lặp lại bất kỳ từ nào là cách để tạo ra giấc ngủ. Cho nên nếu bạn không thể ngủ được, điều có ích là lặp lại 'Rama, Rama' hay 'Aum, Aum' ban đêm, nhưng nó sẽ không giúp ích trong việc tìm sự nhận ra cái ngã hay chân lí, mà cũng không trong việc nhận ra sâu hơn về sự tồn tại.

Phương pháp này được biết cho mọi người ở mọi làng nhưng chúng ta chưa bao giờ nghĩ về nó. Khi người mẹ muốn con cô ấy đi ngủ, cô ấy nói, "Ngủ đi, con cưng của mẹ - ngủ đi, con cưng - ngủ đi, bé cưng." Cô ấy đang dùng mật chú. Cô ấy đang lặp lại cùng hai từ: bé cưng, bé cưng. "Ngủ đi, bé cưng, ngủ đi, bé cưng...." Sau một chốc bé cưng dứt khoát ngủ. Nếu người mẹ nghĩ rằng nó đã ngủ vì chính giọng nhạc điệu của mình thì cô ấy lầm lớn - đưa con ngủ vì chán. Nếu bạn ngồi gần đầu ai đó và nói, "Ngủ đi, bé cưng, ngủ đi, bé cưng," người đó sẽ phát cáu, chán. Trẻ nhỏ không thể chạy xa đi bất kỳ chỗ nào cho nên cách thoát duy nhất là vào giấc ngủ để cho nó không còn có thể nghe điều vô nghĩa này. Cách duy nhất để gạt bỏ điều vô nghĩa này, lối thoát duy nhất, là đi vào giấc ngủ, bằng không nó sẽ phải nghe điều này, "Ngủ đi, bé cưng, ngủ đi, bé cưng." Bé cưng sẽ sẵn sàng nghe điều vô nghĩa này được bao lâu? Dù bé này có cưng thế nào, có thể nó cũng sẽ bắt đầu cảm thấy cáu kỉnh và trong cáu kỉnh đó, trong chán đó, phương

án duy nhất nó có là đi vào ngủ thật nhanh. Chỉ thế thì điều vô nghĩa sẽ dừng lại.

Cho nên nếu bạn liên tục lặp lại 'bé cung, bé cung' hay 'Rama, Rama' - từ nào bạn dùng không thành vấn đề, chúng tất cả là như nhau - thế thì bạn bắt đầu làm cùng một điều cho tâm trí bạn như người mẹ đang làm cho đứa con nhỏ. Cho nên sau một thời gian tâm trí sẽ trở nên bức mình, chán, ngán và thế thì chỉ có một cách thoát: nó đi ngủ để tránh điều vô nghĩa. Nếu bạn nghĩ việc đi ngủ này là thiên, bạn phạm sai lầm lớn. Việc ngủ này là trạng thái của vô ý thức. Vâng, bạn sẽ cảm thấy thoải mái sau nó. Sau giấc ngủ này bạn sẽ cảm thấy thoải mái như sau mọi giấc ngủ. Bạn sẽ cảm thấy sự giảm nhẹ nào đó vì với lúc đó, bạn đã thoát khỏi lo nghĩ, đau đớn và bản thân sự sống.

Nó là cùng loại cảm giác mà người nghiện rượu và nghiện ma túy hay người dùng thuốc phiện có khi người đó ngất ngây. Người đó quên mọi lo nghĩ của mình cho tới khi người đó thu lại ý thức và thấy rằng đau vẫn có đó. Thế rồi người đó cần nhiều thuốc phiện hơn. Ban đầu chỉ chút ít thuốc phiện là đủ, nhưng thế rồi sau vài ngày người đó cần gấp đôi khối lượng và sau vài ngày nữa thậm chí cần nhiều hơn thế.

Có những sadhus đã dùng nhiều thuốc phiện tới mức sau một chốc thuốc phiện dùng tác động, cho nên họ nuôi rắn, và chỉ khi họ cho rắn cắn lưỡi họ thì họ mới có thể bị ngất ngây - bằng không chẳng cái gì xảy ra.

Người ta bao giờ cũng cần ngày càng nhiều ngất ngây hơn, cho nên nếu hôm nay người đó tụng 'Rama, Rama' trong mười lăm phút, thế thì ngày mai người đó sẽ cần ba mươi phút. Sau một tháng, người đó sẽ cần một giờ. Thế rồi người đó sẽ cần hai giờ, thế rồi mười giờ.... Thế thì người đó không thể

quản lí cửa hàng được vì người đó cần tụng 'Rama, Rama' trước khi bắt đầu công việc. Cho nên người đó phải đi vào rừng và bỏ mọi thứ vì việc tụng Rama này đã trở thành việc nghiêm. Và bây giờ người đó càng làm nó thường xuyên hơn, nó dường như càng quan trọng hơn, vì nếu người đó ra khỏi nó, người đó sẽ cảm thấy đau. Thế rồi người đó nói bây giờ người đó sẽ tụng một cách toàn bộ, hai mươi bốn giờ một ngày.

Điều này đang chạm tới biên giới của điên. Không tri thức, không việc biết nào nảy sinh trong đời người này - và đất nước và giống nòi bị mắc kẹt vào chúng điên này đánh mất mọi thứ và trở thành phi linh hồn. Đất nước chúng ta là ví dụ đơn giản và sống. Đất nước chúng ta đã đánh mất mọi sự sống, niềm vinh quang và linh hồn của nó; nó đã trở thành phi linh hồn vì các loại ngu xuẩn này. Vinh quang không phát triển qua việc lặp lại; việc lặp lại cho sinh ra vô ý thức. Cho nên những giống nòi đó đã học phương pháp lặp lại, học đi ngủ bằng việc lặp lại cái gì đó. Nếu con bạn ốm ở nhà, bạn có thể né tránh tình huống này bằng việc tụng 'Rama, Rama'. Khi bạn trở nên vô ý thức, đưa con biến mất, thế giới biến mất, bạn không biết bất kì cái gì thêm nữa. Nếu bạn không thể tìm ra việc làm, bạn tụng 'Rama, Rama' và né tránh tình huống này. Bây giờ bạn không cần lo nghĩ về việc làm hay thức ăn. Các giống nòi nghèo, các nước khổ sở và nghèo túng, liên tục tìm nhưng cách này để né tránh làm cái gì đó có tính xây dựng và do vậy liên tục trở nên ngày càng nghèo và thiếu thốn hơn.

Cuộc sống thay đổi bằng tranh đấu và bằng vật lộn. Cuộc sống thay đổi bằng nỗ lực đối diện nó và thay đổi nó. Cuộc sống không thay đổi bằng việc giữ cho mắt bạn nhắm lại và tụng mật chú. Mọi điều này đơn giản là thuốc phiện - cho nên quên mọi điều về tụng từ, tên, mật chú đi. Thiên là cách đánh thức ý thức sâu bên trong bạn, không làm cho nó đi ngủ. Cái

đang ẩn sau bên trong bạn phải đánh thức lên, và trở thành nhận biết tới mức không một phần nào bên trong vẫn còn ngủ. Toàn thể con người bạn nên thức dậy. Thiền là tên của trạng thái nhận biết đó.

Nhưng ở Ấn Độ bạn có thể lừa dối đang ở trong trạng thái vô thức và mọi người quanh bạn nói rằng bạn đã đạt tới samadhi! Nước bọt nhều ra từ mồm bạn và bạn nằm đó hoa mắt choáng váng và ngất xỉu và mọi người nói rằng bạn đã đạt tới samadhi! Đây là chứng cuồng loạn nhưng mọi người nghĩ rằng bạn ở trong samadhi. Đây không phải là thiền cũng chẳng samadhi, nó chỉ là bệnh cuồng loạn. Trở thành vô thức là bệnh. Ở Mỹ hay châu Âu, nếu ai đó bị cuồng loạn hay ngã bệnh, người đó được điều trị, nhưng ở Ấn Độ mọi người điên và dốt tới mức họ sẽ hát bài ca sùng kính quanh người này nói rằng người vĩ đại này đã đạt tới samadhi! Nếu như mọi người thông minh họ chắc đã thu xếp cách điều trị nào đó cho tất cả những người vĩ đại này. Họ toàn bị ốm, không lành mạnh. Bệnh của họ là bệnh tinh thần; nó là kết quả tối thượng của căng thẳng tinh thần. Nó không phải là samadhi khi một người nằm đó trên đất vô thức với nước dãi nhều ra từ mồm. Điều cực kì ngu xuẩn là những người sùng kính hát các bài hát và nói rằng người này đã đạt tới samadhi. Samadhi ngụ ý nhận biết toàn bộ, nó không ngụ ý ngủ, vô ý thức.

Samadhi ngụ ý rằng người này đã trở nên nhận biết tới mức không tối nào còn lại; mọi thứ đã trở nên được chói sáng. Chiếu đèn của nhận biết đã được thắp lên sâu bên trong. Samadhi không ngụ ý ngủ và vô ý thức, nó ngụ ý nhận biết, tỉnh táo. Người trong samadhi vẫn còn nhận biết và thức tỉnh với mọi thứ trong cuộc đời người đó, mọi khoảnh khắc, mọi hơi thở. Mọi chứng điên và cuồng loạn này không phải là samadhi - nhưng nếu ai đó xoay xở tập hợp những người sùng

kính quanh mình, tại sao người đó nói rằng cái gì đó là sai? Cái đang xảy ra là đúng, nó là tốt! Sự ngu xuẩn này đã diễn ra trong hàng nghìn năm và không may chúng ta không thể nói nó sẽ còn tiếp tục bao lâu nữa. Chúng ta đang giúp cho nó tiếp tục. Tôi không gọi tụng hay lặp lại là thiền. Thiền ngụ ý hai điều: làm nỗ lực để thiền, và tạo ra nhận biết bên trong bản thân người ta.

Và trong thiền, điều chúng ta sẽ làm đêm nay, đừng ngủ nhé!

Bây giờ chúng ta sẽ làm thiền đêm. Bạn không nên đi vào ngủ. Thả lỏng thân thể, thả lỏng hơi thở, làm cho tâm trí im lặng, nhưng không đi vào ngủ. Thức tỉnh toàn bộ bên trong. Đó là lí do tại sao tôi đã bảo bạn giữ việc nghe mọi thứ bên ngoài, vì nếu bạn nghe bạn sẽ vẫn còn thức nhưng nếu bạn không nghe có khả năng rằng bạn sẽ đi vào giấc ngủ. Ngủ là điều tốt, ngủ không xấu, nhưng đừng nghĩ rằng ngủ là thiền. Ngủ là cần thiết nhưng ngủ không là thiền - người ta phải nhớ điều đó. Nếu giấc ngủ không tới thể thì bạn có thể tạo ra giấc ngủ bằng việc tụng nào đó nhưng đừng phạm sai lầm nghĩ rằng bạn có thể trải nghiệm cái gì đó tâm linh. Bạn có thể phạm sai lầm đó, điều đó không khó. Như một người uống thuốc ngủ, bạn có thể tụng mật chú. Điều đó không thành vấn đề. Nó sẽ có tác dụng như thuốc ngủ.

Khi Vivekananda ở Mỹ và nói cái gì đó về mật chú và thiền, một tờ báo đã tường trình trong một bài báo rằng điều Vivekananda đã nói có vẻ tốt. Mật chú có vẻ giống như thuốc ngủ phi thuốc. Nó là cách tốt để đem tới giấc ngủ.

Nếu bạn muốn đem lại giấc ngủ đó là một điều, nhưng mang tới trạng thái thiền là điều khác toàn bộ.

Cho nên trong thực nghiệm mà chúng ta đang làm ở đây, mọi người phải trở nên được thả lỏng, mọi người phải liên tục lắng nghe, nhưng mọi người phải duy trì tinh táo toàn bộ bên trong. Ngày mai chúng ta sẽ nói nhiều hơn về hiện tượng duy trì tinh táo, thế thì mọi sự sẽ rõ ràng hơn cho bạn.

Trước khi làm thực nghiệm này, trước hết hiểu vài điều. Trước hết, đây là thực nghiệm rất đơn giản. Đừng có ý tưởng trong tâm trí bạn rằng bạn đang làm cái gì đó rất khó. Bất kì cái gì chúng ta nghĩ là khó đều trở thành khó - không phải bởi vì nó là khó, nhưng bởi vì suy nghĩ của chúng ta làm cho nó thành như vậy. Bất kì cái gì chúng ta nghĩ là dễ đều trở thành dễ. Khó khăn là trong cách nhìn của chúng ta.

Chúng ta đã được bảo trong hàng nghìn năm rằng thiên là điều rất khó. Nó sẵn có chỉ cho một số người hiếm hoi, nó giống như đi trên lưỡi kiếm, và thế này, và thế nọ.... Mọi điều này đã tạo ra cảm giác trong tâm trí chúng ta rằng thiên chỉ dành cho những người hiếm hoi, nó không dành cho mọi người. Mọi điều chúng ta có thể làm là cầu nguyện và tôn thờ hay tụng 'Rama, Rama' hay hát bài ca sùng kính không dừng trong nhiều ngày liền - thường rất to qua microphone để cho không chỉ chúng ta được lợi mà mọi hàng xóm cũng được lợi! Chúng ta nghĩ rằng đây là mọi điều có thể cho chúng ta và thiên chỉ dành cho rất ít người.

Điều này là sai. Thiên là có thể cho mọi người. Thiên là đơn giản tới mức khó mà tìm ra được người mà với người đó thiên là không thể được. Nhưng người ta phải chuẩn bị; người ta phải hiểu năng lực của mình, vai trò của mình và thái độ của mình khi đi vào sự đơn giản như vậy. Nó rất đơn giản, nó đơn giản như điều đơn giản nhất có thể có.

Đơn giản như nụ trở thành hoa, tâm trí con người cũng có thể thay đổi trong thiền đơn giản như vậy. Nhưng để nụ trở thành hoa, ánh sáng, nước và phân bón được cần. Điều này là tự nhiên, đây là nhu cầu của nó. Theo cùng cách tâm trí có những nhu cầu nào đó để trở nên có tính thiền. Đây là điều chúng ta đang nói tới.

Hôm qua chúng ta đã nói về nhu cầu của thân thể; hôm nay chúng ta đã nói về cách mang lành mạnh tới tâm trí và não, cách trở nên tự do khỏi mạng vương váu của não. Và ngày mai chúng ta sẽ nói về tim, trung tâm thứ hai. Nếu tim và tâm trí được giải quyết thể thì sẽ rất dễ dàng đi vào trung tâm thứ ba.

Có thể có một số người mới ở đây hôm nay cho nên tôi phải bảo họ rằng bây giờ chúng ta sẽ nằm ra để thiền. Đây là thiền đêm, được thực hiện bằng việc nằm ra trước khi đi ngủ. Cho nên mọi người làm chỗ riêng của mình và nằm ra mà không chạm vào bất kì ai khác. Một số người có thể đi lên đây và một số người nằm trên sàn phía trước....

7. Kinh về đàn veena của tim

Những người yêu mến của tôi,

Trung tâm của suy nghĩ là não, trung tâm của việc cảm là tim, và trung tâm của sinh lực là rốn. Suy nghĩ, suy tư và nghiền ngẫm xảy ra qua não. Chúng ta đã nói một chút về trung tâm ý nghĩ hôm qua. Việc cảm, việc trải nghiệm các cảm xúc như yêu, ghét và giận xảy ra qua tim. Sinh lực xảy ra qua rốn.

Vào ngày thứ nhất tôi đã nói cho bạn rằng các tế bào dành cho ý nghĩ là rất căng và phải được thả lỏng. Trong suy nghĩ có căng và nén lớn, não ở dưới nhiều căng thẳng. Dây đàn veena các ý nghĩ là căng tới mức không âm nhạc nào nảy sinh từ chúng; thay vì thế, dây đứt - và con người trở nên bị rối loạn. Con người đã trở nên rất rối loạn. Điều đã trở nên rất cần thiết là thả lỏng một chút các dây của đàn veena ý nghĩ, để cho chúng có thể trong hoà điệu cho âm nhạc được tạo ra.

Tình huống của tim là đích xác đối lập với tình huống của não. Dây của tim là rất chùng. Chúng cần được làm căng ra một chút, để cho chúng cũng có thể hoà điệu để âm nhạc được tạo ra. Căng trong dây ý nghĩ phải được giảm đi và dây chùng của tim phải được làm căng ra một chút.

Nếu các dây của cả ý nghĩ và việc cảm ở trong hoà điệu, nếu chúng được cân bằng, thế thì âm nhạc có thể được tạo ra qua đó cuộc hành trình tới rốn có thể được thực hiện.

Hôm qua chúng ta đã nói về cách các ý nghĩ có thể trở nên im lặng. Sáng nay chúng ta sẽ nói về cách các dây của việc cảm, của tim, có thể được căng ra.

Nhưng trước khi chúng ta có thể hiểu được điều này, chúng ta phải hiểu rằng trong một thời gian dài nhân loại đã từng sống dưới tai hoạ. Tai hoạ là ở chỗ chúng ta đã kết án mọi phẩm chất của tim.

Chúng ta đã coi mọi phẩm chất của tim là tai hoạ, không là phúc lành. Dốt nát này, sai lầm này, đã là tai hại không thể quan niệm nổi. Chúng ta đã kết án giận, chúng ta đã kết án kiêu, chúng ta đã kết án hận, chúng ta đã kết án gán bó, chúng ta đã kết án mọi thứ. Và chúng ta đã làm mọi điều này mà không hiểu rằng mọi phẩm chất này chỉ là biến đổi của cùng phẩm chất chúng ta ca ngợi.

Chúng ta đã ca ngợi khoan dung, và chúng ta đã kết án giận - không hiểu rằng khoan dung là hình thể được biến đổi của bản thân năng lượng giận. Chúng ta đã kết án hận và chúng ta đã ca ngợi yêu - không hiểu rằng năng lượng xuất hiện như hận có thể được biết đôi và xuất hiện như yêu. Năng lượng đằng sau cả hai điều này là không khác nhau. Chúng ta đã kết án kiêu căng và chúng ta đã ca ngợi khiêm tốn mà không hiểu rằng cùng năng lượng xuất hiện như kiêu căng trở thành khiêm tốn. Không có xung đột cơ bản giữa hai điều này; chúng là hai mặt của cùng một năng lượng.

Nếu dây của đàn veena quá chùng hay quá căng và nhạc sĩ chạm vào chúng, âm thanh được tạo ra là phi nhạc điệu, làm rối tai và làm tâm trí hoảng sợ. Nếu trong phản đối chống lại

âm thanh không hài hoà này, người ta phát giận và làm đứt dây đàn veena và vứt đàn veena đi, người đó có thể làm - nhưng người đó phải không quên rằng, với việc điều chỉnh, âm thanh hài hoà có thể đã được tạo ra trên cùng nhạc cụ này.

Âm thanh phi nhạc điệu không phải là lỗi của đàn veena. Sai lầm là ở chỗ đàn veena đã không được chỉnh. Nếu đàn veena mà được chỉnh thế thì cũng từ những dây đó, mà đã tạo ra phi hài hoà, âm nhạc quyến rũ với hồn có thể cũng đã được tạo ra.

Các nốt có nhạc điệu và phi nhạc điệu cả hai cùng nảy sinh từ cùng dây, mặc dầu chúng dường như là tuyệt đối mâu thuẫn và kết quả của cả hai chúng là mâu thuẫn. Một trong chúng đưa bạn vào trong trạng thái phúc lạc và điều kia đưa bạn vào trong trạng thái buồn bã, nhưng dây và nhạc cụ là một.

Giận nảy sinh trong tim con người nếu nó không được làm cân bằng, có hệ thống và có tổ chức. Nếu cùng tim đó trở nên được cân bằng thế thì năng lượng xuất hiện như giận bắt đầu xuất hiện như khoan dung. Khoan dung là việc biến đổi của giận.

Nếu đứa trẻ được sinh ra mà không có giận thế thì điều chắc chắn là khoan dung không bao giờ có thể xuất hiện trong đời đứa trẻ đó. Nếu không có khả năng nào của hận trong tim đứa trẻ thế thì sẽ không có khả năng nào của yêu nữa.

Nhưng mãi cho tới giờ chúng ta đã sống với ảo tưởng rằng các cảm giác như thế này là mâu thuẫn và nếu chúng ta phá huỷ cái này thì cái kia sẽ phát triển. Điều này là tuyệt đối sai. Không thể có thuyết giảng nào nguy hiểm hơn điều này. Nó không phải là tâm lí. Nó là rất không thông minh. Khoan dung không nảy sinh qua phá huỷ giận, nó được đạt tới qua

biến đổi giận. Khoan dung không phải là phá huỷ giận, nó là giận trở nên được hoà nhịp và âm nhạc.

Cho nên nếu chúng ta đối lập với giận và cố phá huỷ nó, thế thì chúng ta đang cố phá huỷ chiếc đàn veena. Và trong khi phá huỷ nó, người này, người đang phát triển, sẽ là rất yếu và kém. Không một phẩm chất nào của tim sẽ có khả năng phát triển trong người đó. Đó là cùng tình huống như để làm cho hoa nở, ai đó chất đồng phân bón quanh nhà mình - cái làm lan toả bản và mùi hôi khắp mọi nơi. Nhưng thay vì hương thơm của hoa, người đó nhận mùi thối của phân và cuộc sống của người đó trở thành không thể chịu nổi.

Hoa chắc chắn sẽ nở cùng phân bón, nhưng không bởi chất đồng nó quanh nhà. Phân bón phải trải qua thay đổi. Nó phải đi vào cây qua rễ và thế thì một ngày nào đó mùi hôi hám của phân bón sẽ biến thành hương thơm của hoa. Nhưng nếu ai đó đơn giản chất đồng phân bón quanh nhà mình, người đó sẽ trở nên điên với mùi thối, và nếu người đó vứt phân bón đi, hoa của người đó sẽ trở thành không sống và nhạt nhòa. Việc biến đổi của phân bón có thể thay đổi mùi hôi hám thành hương thơm.

Chính hoá học này, chính giả kim thuật này được gọi là yoga, tôn giáo. Nghệ thuật biến đổi bất kì cái gì vô tích sự thành cái gì đó có ý nghĩa là tôn giáo.

Nhưng chúng ta đang tự tử nhân danh tôn giáo, chúng ta không biến đổi tâm thức của chúng ta. Chúng ta đang sống với hiểu lầm cơ bản; cái bóng của tai ương sâu nào đó đang treo lơ lửng trên chúng ta. Tim chúng ta vẫn còn chưa được phát triển vì chúng ta đã kết án những phẩm chất cơ bản của nó. Chúng ta phải hiểu điều này một chút.

Nếu con người trưởng thành đúng, giận sẽ đóng vai trò quan trọng trong cuộc sống của người đó. Giận có màu sắc riêng của nó. Nếu nó bị loại bỏ đi thế thì bức tranh về cuộc sống của con người theo nghĩa nào đó sẽ là không đầy đủ, màu sắc nào đó sẽ bị thiếu. Nhưng từ thời thơ ấu chúng ta bắt đầu dạy cho trẻ em vứt bỏ những phẩm chất nào đó, và kết quả duy nhất của việc vứt bỏ những phẩm chất này sẽ là ở chỗ đứa trẻ sẽ kìm nén bất kì cái gì chúng ta gọi là xấu, nó sẽ kìm nén điều đó trong bản thân nó. Tim bị đè nén sẽ là yếu và mềm, các dây của nó sẽ không được chỉnh đúng.

Và kìm nén này sẽ xảy ra trong não, vì giáo dục của chúng ta không đi sâu hơn nữa.

Khi bạn bảo trẻ em rằng giận là xấu, việc dạy này sẽ không đạt tới tim. Tim không có tai để nghe, không có lời để nghĩ. Việc dạy này sẽ đi vào trong não và não không thể thay đổi được tim - cho nên bây giờ vấn đề được tạo ra. Trung tâm não nghĩ rằng giận là sai, nhưng trung tâm tim không nghĩ vậy. Nó không có kết nối với não. Cho nên, mọi ngày bạn trở nên giận, và mọi ngày bạn hối hận về nó và quyết định không giận lần nữa. Nhưng sáng hôm sau bạn thức dậy và lần nữa bạn lại giận. Bạn ngạc nhiên vì bạn đã quyết định nhiều lần thế để không giận, vậy mà nó vẫn xảy ra!

Bạn không biết rằng trung tâm cảm thấy giận là khác với trung tâm não. Trung tâm mà quyết định, 'Mình sẽ không giận', là tuyệt đối khác với trung tâm trở nên giận. Chúng là hai trung tâm khác nhau toàn bộ. Cho nên quyết định và hối hận không có bất kì hiệu quả nào lên giận của bạn. Bạn liên tục giận và bạn liên tục hối tiếc về nó và bạn liên tục cảm thấy khó chịu về nó. Bạn không hiểu rằng hai trung tâm này là tách rời thế, rằng quyết định được lấy bởi trung tâm này không đạt tới trung tâm kia chút nào. Cho nên con người tan rã ở bên trong.

Trung tâm tim làm việc theo cách nào đó và cần những điều nào đó để phát triển. Nếu tâm trí can thiệp vào trung tâm đó thế thì nó sẽ trở nên rối loạn, hỗn độn. Trung tâm tim của mọi người đã trở thành tuyệt đối hỗn độn, tuyệt đối rối loạn. Chắc chắn điều đầu tiên là ở chỗ giận phải được biến đổi - nhưng nó phải không bị phá hủy.

Cho nên lời kinh đầu tiên để làm căng các dây của tim là phát triển mọi phẩm chất của tim, không phẩm chất nào phải bị phá hủy. Có thể bạn sẽ hơi phân vân. Người ta có cần phát triển giận không? Tôi nói với bạn rằng người ta chắc chắn phải phát triển giận - vì giận một ngày nào đó có thể được biến đổi và trở thành khoan dung. Bằng không khoan dung không bao giờ có thể nảy sinh. Nếu bạn đọc câu chuyện cuộc đời của những người khoan dung vĩ đại nhất trên thế giới, bạn sẽ thấy rằng trong những ngày đầu của họ, họ đã là những người rất giận. Giận có chân giá trị riêng của nó và tự hào riêng của nó. Nếu bạn đọc chuyện cuộc đời của những người vô dục vĩ đại nhất, người đã ở trong thế giới này, thế thì bạn sẽ thấy rằng trong những ngày đầu của họ, họ đã là những người rất có tính dục.

Gandhi đã trở thành người vô dục lớn như kết quả của việc quá nhiều dục khi ông ấy còn trẻ. Khi bố của Gandhi sắp chết, các bác sĩ điều trị bảo ông ấy rằng bố ông ấy sẽ không có khả năng sống sót qua đêm - nhưng ngay cả đêm đó Gandhi đã không thể rời xa vợ ông ấy. Đó đã là đêm cuối cùng của đời bố ông ấy. Điều chắc là tự nhiên là ngồi cùng với bố ông ấy, đó là việc chia tay cuối cùng, ông ấy sẽ không gặp lại bố ông ấy lần nữa - nhưng nửa đêm, Gandhi đi tới vợ ông ấy. Bố ông ấy chết khi Gandhi đang trong giường với vợ. Điều đó đã tạo ra cú sốc rất mạnh trong tâm trí ông ấy. Vô dục của Gandhi đã

phát triển vì cú sốc này. Cú sốc này đã biến mọi năng lượng của tâm trí dục cao độ này thành ham muốn vô dục.

Làm sao điều đó có thể xảy ra được? Nó có thể xảy ra vì năng lượng bao giờ cũng trung lập; chỉ có thay đổi chiều hướng. Năng lượng đã chảy hướng tới dục bắt đầu chảy theo hướng ngược lại.

Nếu đã có nhiều năng lượng, nó có thể chảy theo bất kỳ hướng nào, nhưng nếu không có năng lượng thì chẳng có gì để chảy đi bất kỳ đâu! Cái gì sẽ đi?

Mọi năng lượng phải phát triển đúng. Chính ý tưởng của các giáo huấn đạo đức đã biến con người thành sinh linh rất khổ và bất lực. Trong quá khứ mọi người đã trải nghiệm cuộc sống theo cách sâu sắc hơn chúng ta trải nghiệm.

Hai thanh niên Rajpoot tới triều đình của vua Akbar. Họ là anh em. Họ tới Akbar và nói, "Chúng tôi đang tìm việc làm."

Akbar nói, "Các anh có thể làm được cái gì?"

Họ nói, "Chúng tôi không biết cách làm bất kỳ cái gì, nhưng chúng tôi là người bạo dạn. Bệ hạ có thể cần chúng tôi!"

Akbar nói, "Các anh có chứng chỉ bạo dạn không? Các anh có bằng chứng nào rằng các anh là bạo dạn?"

Cả hai bắt đầu cười. Họ nói, "Có thể có chứng chỉ về bạo dạn sao? Chúng tôi là bạo dạn đây!"

Akbar đáp, "Các anh không thể có việc làm mà không có chứng chỉ!"

Họ lại cười nữa. Họ tuốt kiếm ra và trong vòng một giây họ đâm kiếm vào ngực nhau. Akbar bị choáng. Cả hai thanh

niên nằm trên đất, máu chảy khắp nơi, nhưng họ cười. Họ nói, "Akbar, ông không biết rằng chỉ có thể có một chứng chỉ cho bạo đạn và đó là chết. Không thể có chứng chỉ khác!" Thế rồi cả hai cùng chết. Nước mắt trào ra trong mắt Akbar. Ông ta thậm chí đã không tưởng tượng được rằng điều như vậy có thể xảy ra.

Ông ta gọi một trong những chỉ huy quân sự Rajpoot tới và nói với ông ta, "Một tai nạn rất nghiêm trọng đã xảy ra. Hai thanh niên Rajpoot đã giết lẫn nhau. Ta chỉ hỏi họ về chứng chỉ!"

Viên chỉ huy nói, "Bệ hạ đã hỏi cái gì đó sai. Điều này chắc đã làm sôi máu của bất kì người Rajpoot nào! Cái gì có thể là chứng chỉ cho bạo đạn khác hơn cái chết? Chỉ kẻ hèn nhất và yếu đuối có thể có chứng chỉ nói rằng anh ta là bạo đạn, nói rằng ai đó nghĩ anh ta là bạo đạn. Làm sao người bạo đạn có thể mang chứng chỉ tính cách được? Bệ hạ đã hỏi câu hỏi sai. Bệ hạ không biết chút nào về cách nói với người Rajpoot! Điều họ đã làm là đúng, không có khả năng nào của việc làm bất kì cái gì sai. Đó đã là chọn lựa rõ ràng."

Giận dữ mãnh liệt thế! Rạng ngời thế! Loại nhân cách này có sự vĩ đại mênh mêng. Nhân loại đang đánh mất những phẩm chất này. Mọi rạng ngời, mọi dũng cảm và sức mạnh của con người đang bị phá huỷ - và chúng ta nghĩ rằng chúng ta đang cho con người việc giáo dục tốt! Nhưng đây không phải là hoàn cảnh; trẻ em đang phát triển theo cách rất sai, không cái gì của con người thực đang trưởng thành bên trong họ.

Một Lạt ma rất nổi tiếng đã viết trong tự tiểu sử của mình, "Khi tôi mới năm tuổi, tôi đã được cho tới đại học để

học tập. Vào lúc đó tôi chỉ mới năm tuổi. Buổi tối bố tôi bảo tôi rằng sáng hôm sau tôi sẽ được cho tới đại học. Và ông ấy nói, 'Cả bố lẫn mẹ sẽ không ở đó để nói lời tạm biệt con. Mẹ con sẽ không ở đó vì sẽ có nước mắt trong mắt mẹ, và nếu con thấy việc khóc của mẹ con thế thì con sẽ liên tục nhìn lại mẹ phía sau và không bao giờ có người nào trong gia đình chúng ta nhìn lại sau. Bố cũng sẽ không có đó vì sau khi lên ngựa nếu con nhìn lại sau cho dù một lần, thế thì con sẽ không là con của bố nữa, thế thì các cánh cửa của nhà này sẽ bị đóng lại với con mãi mãi. Người hầu sẽ nói lời tiễn biệt cho con vào sáng mai. Nhớ, không nhìn lại sau, sau khi lên ngựa. Chưa bao giờ có người nào trong gia đình chúng ta ngoái đầu nhìn lại.'"

Mong đợi thế từ đứa trẻ năm tuổi! Đứa trẻ năm tuổi này đã được đánh thức dậy lúc bốn giờ sáng và được đặt lên ngựa. Người hầu nói lời chào tiễn biệt với cậu bé. Khi nó rời đi ngay cả người hầu cũng nói, "Con ơi! Cần trọng! Con có thể được thấy cho tới chỗ giao đường, bố con đang quan sát từ trên tầng. Đừng nhìn lại trước khi tới chỗ giao đường. Mọi đứa trẻ trong nhà này đã ra đi theo cách này nhưng không người nào đã nhìn lại." Và người hầu cũng bảo nó, "Chỗ con được gửi tới không phải là đại học thường đâu. Những người vĩ đại nhất của đất nước này đã học ở đại học đó. Sẽ có kì thi vào rất khó. Cho nên, bất kì cái gì xảy ra, cố theo mọi cách để thi đỗ kì thi vào, vì nếu con trượt sẽ không có chỗ cho con trong nhà này."

Khắc nghiệt thế với đứa trẻ năm tuổi! Nó ngồi trên ngựa. Trong tự tiểu sử của mình ông ấy đã viết rằng khi ông ấy ngồi trên ngựa, "nước mắt bắt đầu chảy từ mắt tôi, nhưng làm sao tôi có thể nhìn lại ngôi nhà, nhìn bố tôi được? Tôi đang rời đi tới chỗ không biết. Tôi còn nhỏ thế, nhưng tôi không thể nhìn lại, vì không ai trong nhà tôi đã bao giờ nhìn lại. Nếu bố tôi mà thấy điều đó thế thì tôi sẽ bị cấm về nhà mãi mãi. Cho nên

tôi kiểm soát bản thân mình và nhìn lên phía trước. Tôi không bao giờ nhìn lại sau."

Cái gì đó đang được tạo ra trong đứa trẻ này. Sức mạnh ý chí nào đó, sinh lực nào đó, đang được thức tỉnh trong đứa trẻ này mà có thể làm mạnh cho hệ thống rốn của nó. Người bố này không nghiêm khắc; người bố này rất yêu thương. Và mọi người mẹ và người bố dường như là yêu thương đều là sai, họ đang làm yếu đi mọi trung tâm bên trong. Không sức mạnh, không quyết tâm nào được tạo ra bên trong.

Đứa trẻ này tới trường. Nó là đứa trẻ năm tuổi - người ta không thể biết được năng lực của nó sẽ là gì. Thầy hiệu trưởng của trường nói, "Kiểm tra để vào đây là khó. Ngồi gần cửa ra vào với mắt nhắm và không mở chúng ra chừng nào ta chưa quay lại - dù bất kì cái gì xảy ra. Đây là bài kiểm tra để vào. Nếu con mở mắt thì chúng ta sẽ gửi con trở lại, vì người thậm chí không có ngăn này sức mạnh trong bản thân mình để ngồi với mắt nhắm trong một chốc thì không thể học được bất kì cái gì. Cánh cửa học hành đã đóng lại. Thế thì con không xứng đáng. Đi và làm cái gì đó khác." Mọi điều này là dành cho đứa trẻ nhỏ năm tuổi...!

Nó ngồi gần lối vào với mắt nhắm. Ruồi bắt đầu quấy rầy nó, nhưng nó biết rằng nó phải không mở mắt vì một khi nó mở mắt thì sự việc xong rồi. Những đứa trẻ khác đi vào và đi ra trường, ai đó bắt đầu đẩy nó, ai đó bắt đầu quấy rối nó, nhưng nó đã quyết tâm không mở mắt, nếu không toàn thể sự việc sẽ bị hỏng. Và nó nhớ người hầu đã bảo nó rằng nếu nó thất bại bài kiểm tra để vào thế thì nhà của bố nó bị đóng lại với nó mãi mãi.

Một giờ trôi qua, hai giờ trôi qua - nó ngồi với mắt nhắm sợ rằng ngay cả bởi sai lầm nó có thể mở mắt ra. Đã có nhiều

cám dỗ mở mắt ra: đường đông đúc, trẻ con chạy xung quanh, ruồi quấy rầy nó, những đứa trẻ nào đó đẩy nó và ném sỏi vào nó. Nó muốn mở mắt ra để xem liệu thầy của nó đã tới chưa. Một giờ trôi qua, hai giờ trôi qua, ba giờ, bốn giờ - nó đã ngồi đó trong sáu giờ!

Sau sáu giờ thầy tới và nói, "Con ta, bài kiểm tra đề vào đã xong. Vào đi, con sẽ trở thành một thanh niên có ý chí mạnh. Con có quyết tâm bên trong con để làm bất kì cái gì con muốn. Ngồi trong năm tới sáu giờ với mắt nhắm ở tuổi này là điều lớn lao!" Thầy ôm nó và nói, "Đừng lo nghĩ, những đứa trẻ kia đã được bảo phải quấy rầy con. Chúng được bảo phải quấy rối con chút ít để cho con sẽ bị cám dỗ mở mắt ra!"

Lạt ma này viết, "Vào lúc đó tôi nghĩ tôi đã bị đối xử rất khắc nghiệt, nhưng giờ ở cuối đời mình tôi đầy lòng biết ơn với những người đã khắc nghiệt với tôi. Họ đã thức tỉnh cái gì đó trong tôi, sức mạnh ngu nào đó đã trở nên hoạt động."

Chúng ta đang làm điều đôi lập. Chúng ta nói, "Không giận trẻ con, không đánh chúng!" Bây giờ trên khắp thế giới việc trừng phạt thể chất đã tuyệt đối được dừng lại. Đứa trẻ không thể bị đánh; không trừng phạt thể chất nào có thể được làm cho đứa trẻ. Điều này là không khôn ngoan vì trừng phạt là từ yêu, nó không được làm với sự thù địch. Những đứa trẻ nhận được loại trừng phạt nào đó làm cho các trung tâm của chúng được thức tỉnh bên trong chúng. Bên trong chúng xương sống được dựng thẳng và làm mạnh thêm. Quyết tâm nảy sinh bên trong chúng. Giận và tự hào cũng nảy sinh và sức mạnh bên trong được sinh ra và tăng trưởng.

Chúng ta đang tạo ra những người không có xương sống, người chỉ có thể bò trên đất và không thể bay trên trời như đại

bàng. Chúng ta đang tạo ra con người luôn cúi, người không có xương sống. Và chúng ta nghĩ rằng chúng ta đang làm điều đó từ từ bi và yêu và đạo đức.

Chúng ta dạy con người không trở nên giận, chúng ta dạy con người không diễn đạt bất kì sự mãnh liệt nào, chúng ta dạy con người trở thành yếu đuối và nhạt nhòa.

Không thể có hồn trong cuộc sống của người này. Không thể có hồn bên trong người này vì người này không thể có những cảm giác mãnh liệt của tim bên trong người này, cái được cần cho hồn.

Có một nhà vua Mô ha mét giáo, Omar. Ông ta gây chiến tranh với một người trong mười hai năm. Trong trận chiến cuối cùng ông ta đã giết ngựa của kẻ thù của mình với khó khăn lớn, đánh người này ngã trên sân và ngồi lên ngực anh ta. Ông ta giờ giáo lên và định cắm vào ngực anh ta, thì kẻ thù nhổ vào mặt ông ta. Omar ném chiếc giáo đi và đứng dậy. Kẻ thù sững sốt. Anh ta nói, "Omar, sau mười hai năm ông cuối cùng đã có cơ hội giết ta. Tại sao ông đã bỏ lỡ nó?"

Omar nói, "Ta đã nghĩ rằng ông là kẻ thù xứng đáng của ta, nhưng bằng việc nhổ vào mặt ta ông đã chứng tỏ nhỏ nhen tới mức giờ không còn vấn đề giết ông. Sự nhỏ nhen mà ông đã biểu lộ không phải là phẩm chất của người bạo dạn. Ta đã nghĩ rằng ông là tương đương ta, cho nên trong mười hai năm ta đã liên tục theo đuổi cuộc chiến. Nhưng khi ta định giết ông bằng chiếc giáo, ông đã nhổ vào ta - đây không phải là phẩm chất của người bạo dạn. Ta sẽ phạm tội nếu ta giết ông. Thế giới sẽ nói gì về ta nếu ta giết một người yếu đuối, người chỉ có thể nhổ vào ta? Vấn đề này được kết thúc; ta sẽ không phạm tội trong việc giết ông."

Đó là những người tuyệt vời. Việc phát minh ra vũ khí và chiến cụ đã phá hủy tất cả những điều có ý nghĩa trong con người.

Các trận chiến mặt đối mặt có giá trị riêng của chúng. Chúng thường phơi ra bất kì cái gì được ẩn kín bên trong con người. Ngày nay không một người lính nào chiến đấu một cách trực tiếp. Anh ta ném bom từ máy bay - điều này chẳng có quan hệ với tính bạo dạn, điều này chẳng có quan hệ với các phẩm chất bên trong. Anh ta đơn giản ngồi và nhấn nút súng máy.

Khả năng của việc thức tỉnh bất kì cái gì được ẩn kín trong con người bên trong của mỗi người đã trở nên ít đi và không có gì ngạc nhiên nếu con người có vẻ yếu ớt và nhu nhược thế! Con người đích thực của người đó không thể phát triển. Mọi yếu tố bên trong anh ta không thể thống nhất với nhau và được diễn đạt, được biểu lộ.

Hệ thống giáo dục của chúng ta đang gây ngạc nhiên. Theo tôi mọi phẩm chất tim bên trong con người phải được phát triển mạnh mẽ và tới cực đoan. Điều này phải là ưu tiên. Chỉ nếu có sự phát triển cực đoan thì mới có thể có biến đổi. Mọi biến đổi xảy ra ở các điểm cực đoan; không biến đổi nào xảy ra thấp hơn điều đó. Nếu nước được đun nóng, nó không bay hơi khi nó mới âm ảm. Nước âm cũng là nước, nhưng ở một trăm độ, khi nước đạt tới nhiệt độ tối thượng, thế thì biến đổi xảy ra và nước bắt đầu bay hơi. Nước biến thành hơi ở một trăm độ, nó không trở thành hơi trước điều đó. Nước âm không trở thành hơi.

Tất cả chúng ta đều là những người hững hờ; không biến đổi nào xảy ra trong cuộc sống của chúng ta. Mọi phẩm chất

của tâm trí chúng ta, của tim chúng ta, phải được phát triển tới mức độ nào đó, chỉ thế thì mới có thể có cách mạng trong chúng, chỉ thế thì mới có thể có thay đổi. Khi giận có sự mãnh liệt, nó có thể được biến đổi thành khoan dung, ngoài ra thì không đâu.

Nhưng chúng ta là kẻ thù của giận, của tham, của đam mê, cho nên chúng ta trở thành những người hững hờ. Thế thì cuộc sống vẫn còn chỉ hững hờ; không biến đổi nào đã bao giờ có thể xảy ra. Việc hững hờ này đã có hiệu quả tai hại vô cùng lên con người. Theo cái nhìn của tôi điều đầu tiên phải được hiểu là ở chỗ mọi phẩm chất của nhân cách của chúng ta, của tim chúng ta, phải phát triển đúng. Giận mãnh liệt có cái đẹp của riêng nó mà có thể không rõ ràng cho chúng ta. Giận mãnh liệt có sự rạng ngời, năng lượng, nghĩa. Nó đóng góp cho nhân cách theo cách riêng của nó. Mọi cảm giác của tim phải được phát triển một cách mãnh liệt.

Cho nên điểm thứ nhất là ở chỗ các phẩm chất của tim phải được phát triển không bị phá hủy.

Điểm thứ hai là gì? Điểm thứ hai là ở chỗ phải có nhận biết nhưng không kìm nén. Chúng ta càng kìm nén các cảm giác của tim, nó càng trở nên vô ý thức hơn.

Chúng ta mất cái nhìn về bất kì cái gì chúng ta kìm nén; nó đi vào trong tối. Mọi năng lượng của tim phải được nhìn rõ ràng. Nếu bạn cảm thấy giận, đừng cố kìm nén nó bằng việc tụng 'Rama, Rama'. Nếu bạn cảm thấy giận, ngồi một mình trong phòng, đóng cửa lại, và suy ngẫm về cơn giận này. Nhìn cơn giận một cách toàn bộ - "Giận này là gì vậy? Năng lượng của giận này là gì? Giận này nảy sinh từ đâu? Tại sao nó nảy sinh? Nó bao quanh tâm trí mình và ảnh hưởng tới mình thế nào?"

Trong sự một mình, suy ngẫm về giận đi. Nhìn giận một cách toàn bộ, hiểu nó, nhận ra nó. Nó nảy sinh từ đâu? Tại sao nó nảy sinh? Thế rồi dần dần, dần dần bạn sẽ trở thành người chủ của giận. Và người trở thành người chủ của giận của mình có quyền năng lớn, sức mạnh lớn. Người đó trở thành mạnh mẽ, người đó trở thành người chủ của bản thân mình.

Cho nên vấn đề không phải là tranh đấu với giận, vấn đề là biết giận - vì, nhớ, không có năng lượng nào lớn hơn việc biết, và không có ngu xuẩn nào lớn hơn việc đánh nhau với năng lượng riêng của người ta. Người đang đánh với năng lượng riêng của mình là đang phạm phải cùng sai lầm như người đang vật với tay riêng của mình. Nếu tay này vật với tay kia, không tay nào sẽ bao giờ có khả năng thắng, vì cả hai đều thuộc về cùng một người. Năng lượng đang chảy trong cả hai tay và nếu có đánh nhau giữa hai tay thì năng lượng này sẽ bị tiêu tán. Không thể có vấn đề về việc thắng. Trong loại đánh nhau này bạn sẽ bị thất bại. Mọi năng lượng của bạn sẽ bị phí hoài.

Năng lượng của ai có trong giận? Nó là năng lượng riêng của bạn. Năng lượng là của bạn nhưng bạn là người đang đánh nhau với nó. Nếu bạn chia bản thân bạn ra và đánh nhau, thế thì bạn sẽ liên tục phá tung ra, bạn sẽ tan rã, bạn sẽ không là con người toàn thể. Với người đánh nhau với bản thân người đó, không thể có thành đạt nào trong cuộc sống khác hơn là thất bại. Không thể có được. Điều đó là không thể được. Đừng đánh nhau. Biết năng lượng riêng của bạn, nhận ra chúng, quen thuộc với chúng đi.

Cho nên điểm thứ hai là không tìm nén mà nhận biết. Không tìm nén, bất kì khi nào, bất kì cái gì, năng lượng có thể nảy sinh bên trong bạn. Chúng ta là tập hợp các năng lượng không được biết. Chúng ta là trung tâm của chính những năng

lượng không được biết, với chúng, chúng ta không có sự quen thuộc, với chúng, chúng ta không có nhận biết. Hàng nghìn năm trước, khi sét đánh xuống đất, con người thường trở nên sợ hãi. Con người sẽ chấp tay và nói, "Ôi Trời! Ngài đã nổi giận sao? Cái gì đã xảy ra?" Con người thường sợ hãi, sét là nguyên nhân của sợ. Nhưng ngày nay chúng ta biết về điện, chúng ta đã bắt nó làm nô lệ, cho nên ngày nay nó không phải là nguyên nhân của sợ, thay vì thế nó đã trở thành nô lệ. Trong mọi nhà nó cho ánh sáng, nó giúp người ốm được chữa trị, nó làm cho máy hoạt động. Toàn thể cuộc sống con người bị ảnh hưởng bởi nó, bị điều khiển bởi nó. Con người đã trở thành người chủ của điện. Nhưng trong hàng nghìn năm con người thường sợ vì con người không biết điện là gì. Một khi chúng ta đi tới biết nó là gì, thế thì chúng ta trở thành người chủ của nó.

Việc biết làm cho người ta thành người chủ. Bên trong chúng ta nhiều năng lượng lớn hơn điện đang cháy, chúng toả sáng. Giận rực sáng, hận rực sáng, yêu rực sáng. Chúng ta trở nên sợ điều đang xảy ra vì chúng ta không biết tất cả những năng lượng này là gì.

Làm cho cuộc sống của bạn thành phòng thí nghiệm bên trong và bắt đầu biết mọi sức mạnh này bên trong đi - quan sát chúng, nhận ra chúng. Không bao giờ kìm nén cho dù bởi sai lầm, không bao giờ sợ cho dù bởi sai lầm, nhưng cố biết bất kì cái gì ở bên trong. Nếu giận tới, thế thì cảm thấy may mắn và cảm ơn người đã làm cho bạn giận. Người đó đã cho bạn cơ hội - năng lượng nào đó đã nảy sinh bên trong bạn và bây giờ bạn có thể nhìn vào nó. Nhìn nó một cách im lặng, trong sự một mình; tìm xem nó là cái gì.

Việc biết của bạn càng tăng trưởng, việc hiểu của bạn sẽ càng trở nên sâu hơn. Bạn càng trở thành người chủ của giận,

bạn sẽ càng thấy rằng nó ở dưới kiểm soát của bạn. Ngày bạn trở thành người chủ giận của bạn là ngày bạn có thể biến đổi nó.

Chúng ta có thể biến đổi cái mà chúng ta là người chủ; chúng ta không thể thay đổi được cái mà chúng ta không là người chủ. Và nhớ, bạn không bao giờ có thể là người chủ của cái gì đó nếu bạn tranh đấu với nó vì điều không thể được là trở thành người chủ của kẻ thù, người ta chỉ có thể là người chủ của người bạn. Nếu bạn trở thành kẻ thù của các năng lượng bên trong bản thân bạn, thế thì bạn không bao giờ có thể trở thành người chủ của chúng. Bạn không bao giờ có thể thắng mà không có yêu hay thân thiện.

Không sợ mà cũng không kết án kho báu vô hạn gồm các kẻ thù bên trong; bắt đầu nhận ra cái được ẩn kín bên trong bạn đi.

Nhiều thứ thế được ẩn kín bên trong con người - không có giới hạn. Chúng ta thậm chí chưa ở chỗ bắt đầu của nhân loại. Có lẽ sau mười hay hai mươi năm nghìn năm con người trên trái đất sẽ là xa xôi với chúng ta như khi xa xôi với chúng ta bây giờ. Một giống nòi mới toàn bộ có thể tiến hoá - *??* là bên trong con người.

Các nhà khoa học nói rằng quăng một nửa bộ não của con người vẫn còn tuyệt đối không được dùng tới, không việc dùng nào được thực hiện cho nó chút nào. Chỉ một phần nhỏ của não đang được dùng và phần còn lại đang nằm không làm gì cả. Phần còn lại này không thể là vô dụng, vô tích sự, vì chẳng có gì vô tích sự trong tự nhiên. Có thể là nếu kinh nghiệm và tri thức của con người tăng trưởng, thế thì phần đang nằm không làm gì sẽ trở nên hoạt động và bắt đầu làm

việc. Thế thì sự việc ở bên ngoài tưởng tượng về con người sẽ có khả năng biết cái gì.

Nếu một người bị mù thì chẳng có gì giống như ánh sáng trong thế giới của người đó. Ánh sáng không tồn tại cho người đó. Nếu không có mắt thì không có ánh sáng. Những con vật không có mắt thậm chí không biết rằng ánh sáng tồn tại trên thế giới. Chúng thậm chí không thể tưởng tượng được, chúng thậm chí không thể mơ được rằng ánh sáng tồn tại. Chúng ta có năm giác quan. Ai biết - nếu như chúng ta có giác quan thứ sáu có thể chúng ta sẽ biết nhiều điều nữa mà có thể tồn tại trên thế giới! Và nếu như có bảy giác quan thế thì chúng ta có thể biết thậm chí còn nhiều điều hơn.... Ai biết giới hạn của các giác quan của chúng ta là gì và chúng có thể trở thành lớn thế nào?

Chúng ta biết rất ít và chúng ta thậm chí sống còn ít hơn điều đó. Chúng ta càng biết về cái bên trong, chúng ta càng có thể đi vào cái bên trong, chúng ta càng trở nên quen thuộc với cái bên trong, sinh lực của chúng ta sẽ càng phát triển và hồn của chúng ta sẽ càng kết tinh.

Lời kinh thứ hai cần nhớ trong tâm trí là ở chỗ chúng ta phải không kìm nén bất kỳ năng lượng nào của chúng ta - chúng ta phải biết chúng, nhận ra chúng, nhìn vào trong chúng và thấy chúng. Từ điều này bạn sẽ có kinh nghiệm rất đáng ngạc nhiên: nếu bạn cố nhìn vào giận, nếu, khi ngồi im lặng, bạn đi tới thấy nó, thế thì giận sẽ biến mất. Khi bạn quan sát giận, nó biến mất. Nếu cảm giác dục nẫy sinh trong tâm trí bạn và nếu bạn liên tục quan sát chúng, thế thì bạn sẽ thấy rằng chúng sẽ biến mất. Bạn sẽ thấy rằng dục nẫy sinh trong vô thức và nó biến mất đi bằng việc quan sát nó.

Thế thì bạn sẽ nhận ra rằng bạn đã khám phá ra một phương pháp đáng ngạc nhiên: bạn sẽ khám phá ra rằng, ngoại trừ trong vô thức, giận và dục và tham không có quyền lực lên con người. Với việc quan sát, với nhận biết, tất cả chúng biến mất.

Tôi có một người bạn có vấn đề với giận. Anh ta nói, "Tôi bị nó gây phiền phức rất nhiều và nó ở ngoài kiểm soát của tôi làm sao. Chỉ cho tôi phương pháp kiểm soát nó mà bản thân tôi không phải làm cái gì đó - vì tôi đã gần như từ bỏ, tôi nghĩ tôi không thể làm được bất kì cái gì về nó. Tôi nghĩ rằng tôi không thể thoát ra khỏi giận này bằng nỗ lực riêng của tôi."

Tôi đưa cho anh ta một tờ giấy có viết những lời: 'Bây giờ tôi đang nổi giận đây'. Tôi bảo anh ta, "Để mảnh giấy này trong túi của anh và bất kì khi nào anh cảm thấy giận, rút nó ra, đọc nó và cất nó trở lại." Và tôi nói, "Ít nhất anh có thể làm chừng này; đây là tối thiểu. Tôi không thể bảo anh làm bất kì cái gì ít hơn! Đọc mảnh giấy này và thế rồi cất nó trở lại vào túi." Anh ta nói anh ta sẽ thử.

Sau hai hay ba tháng, khi tôi gặp lại anh ta, tôi hỏi, "Cái gì xảy ra?"

Anh ta nói, "Tôi ngạc nhiên đấy. Mảnh giấy này có tác dụng như mật chú. Bất kì khi nào tôi cảm thấy giận tôi lấy nó ra. Khoảnh khắc tôi lấy nó ra, tay và chân tôi trở nên tê tê. Khi tôi cho tay vào trong túi tôi nhận ra rằng tôi đang cảm thấy giận và thế rồi cái gì đó trong tôi chùng ra; sự nắm giữ của giận lên tôi ở bên trong đột nhiên biến mất. Khi tay tôi đưa vào trong túi, nó thả lỏng, và không còn bất kì nhu cầu nào để đọc nó. Khi tôi cảm thấy giận tôi bắt đầu nhìn vào mảnh giấy trong túi của tôi."

Anh ta hỏi tôi, "Làm sao mà mảnh giấy này có hiệu quả này? Bí mật là gì?"

Tôi nói, "Không có bí mật cho nó. Bất kì khi nào anh vô ý thức, làm lạc, mất cân bằng, hỗn độn của tâm trí bắt giữ anh. Nhưng khi anh trở nên nhận biết mọi thứ biến mất."

Cho nên việc quan sát sẽ có hai kết quả. Thứ nhất tri thức của bạn về năng lượng riêng của bạn sẽ phát triển và việc biết chúng làm cho bạn thành người chủ. Và thứ hai, sức mạnh nắm giữ của những năng lượng này lên bạn sẽ giảm đi. Dần dần, dần dần bạn sẽ thấy rằng giận đầu tiên tới và thế rồi bạn quan sát. Thế rồi sau một chốc, dần dần, bạn sẽ thấy rằng giận tới và việc quan sát tới đồng thời. Và cuối cùng, bạn sẽ thấy rằng giận sắp nảy sinh nhưng việc quan sát đã có đó. Từ ngày việc quan sát tới trước giận, không còn bất kì khả năng nào của việc nảy sinh giận.

Nhận biết về mọi thứ trước khi chúng xảy ra là có giá trị. Hối tiếc không có giá trị vì nó xảy ra về sau. Không cái gì có thể được làm về sau; kêu và khóc về sau là vô tích sự, vì không thể nào hoàn tác được bất kì cái gì đã xảy ra. Không có cơ hội quay lại, không cách nào, không cánh cửa nào. Nhưng bất kì cái gì đã không xảy ra đều có thể được thay đổi. Hối tiếc đơn giản diễn đạt nỗi đau sau khi cái gì đó đã xảy ra. Nó là vô nghĩa, nó là tuyệt đối không thông minh. Bạn trở nên giận, đây đã là sai lầm - và bây giờ bạn hối tiếc, đây là một sai lầm nữa. Bạn đang trở nên bị rối trí một cách không cần thiết. Nó không có giá trị gì. Nhận biết từ trước là được cần; nhận biết như vậy sẽ phát triển khi chúng ta dần dần, dần dần quan sát mọi cảm xúc của tim.

Lời kinh thứ hai là quan sát và không kìm nén.

Và lời kinh thứ ba là biến đổi. Từng phẩm chất của tim có thể được biến đổi. Mọi thứ có nhiều hình thể; mọi thứ có thể thay đổi thành hình thể đối lập. Không có phẩm chất hay năng lượng nào mà không thể được chuyển hướng sang tốt, sang phúc lành. Và nhớ, cái mà có thể trở thành xấu bao giờ cũng có thể trở thành tốt. Cái mà có thể trở thành có hại bao giờ cũng có thể trở thành có ích. Có ích và có hại, tốt và xấu là các hướng. Vấn đề chỉ là việc biến đổi bằng việc đổi hướng, và mọi sự trở thành khác.

Một người chạy đi khỏi Delhi. Anh ta dừng lại và hỏi ai đó, "Tới Delhi là bao xa?"

Người này đáp, "Nếu anh liên tục chạy theo hướng anh đang đi, anh sẽ phải chạy vòng quanh thế giới trước khi anh tới Delhi - vì ngay bây giờ anh đang chạy xa khỏi nó! Tuy nhiên, nếu anh quay lại, thế thì Delhi là thành phố gần nhất. Vấn đề chỉ là quay lại."

Chạy theo hướng người này đang chạy, người đó sẽ mất thời gian dài để tới Delhi. Nhưng nếu người đó làm việc quay một trăm tám mươi độ, người đó chắc đã ở đó.

Nếu chúng ta liên tục đi theo các hướng chúng ta đang đi bây giờ, chúng ta sẽ không đạt tới đâu cả. Chúng ta không thể đạt tới bất kỳ chỗ nào, cho dù chúng ta đi vòng quanh toàn thế trái đất - vì trái đất là nhỏ và tâm trí là khổng lồ. Một người có thể đi vòng quanh trái đất nhưng đi vòng quanh tâm trí là không thể được; nó rất lớn, rất bao la, vô hạn. Người ta có thể hoàn thành một vòng quanh trái đất - con người có thể trở lại Delhi - nhưng tâm trí là lớn hơn trái đất và đi vòng quanh nó là cuộc hành trình rất dài. Cho nên việc hiểu này về làm việc

quay lại toàn bộ, thay đổi toàn bộ hướng, là điểm thứ ba cần được nhớ trong tâm trí.

Cách chúng ta đang đi bây giờ là sai. Cái gì là bằng chứng rằng cái gì đó sai? Bằng chứng rằng cái gì đó sai là ở chỗ chúng ta càng đi, chúng ta càng trở nên trống rỗng; chúng ta càng đi, chúng ta càng trở nên buồn; chúng ta càng đi, chúng ta càng trở nên bồn chồn; chúng ta càng đi, chúng ta càng bị chất đầy với tội. Nếu đây là tình huống thế thì chắc chắn chúng ta đang đi sai.

Phúc lạc là tiêu chí duy nhất cho cuộc sống. Nếu cuộc sống của bạn không phúc lạc thế thì biết bạn đang đi sai. Khổ là tiêu chí của việc là sai và phúc lạc là tiêu chí cho việc là đúng - không có tiêu chí khác. Không có nhu cầu đọc bất kì kinh sách nào cũng không có nhu cầu hỏi guru. Mọi điều được cần là nhìn xem liệu bạn có trở nên ngày càng phúc lạc không, liệu phúc lạc của bạn có đi ngày càng sâu hơn không. Nếu nó là vậy, bạn đang đi đúng. Và nếu khổ, đau và phiền não đang phát triển thế thì bạn đang đi sai. Không có vấn đề tin vào ai đó khác, vấn đề là nhìn vào trong cuộc sống riêng của bạn, mọi ngày, và nhìn xem liệu bạn đang trở nên ngày càng buồn hay càng phúc lạc hơn. Nếu bạn hỏi bản thân bạn, sẽ không có khó khăn gì.

Người già nói rằng thời thơ ấu của họ là rất vui. Điều này có nghĩa gì? Họ đã lớn lên theo cách sai sao? Thời thơ ấu, thời của vui, là bắt đầu của sự sống, và bây giờ, ở cuối đời, họ buồn. Cái bắt đầu là vui và cái kết thúc là buồn; thế thì cuộc sống đã đi theo cách sai. Mâu thuẫn này chắc phải xảy ra. Điều đáng phải đã xảy ra là ở chỗ vui của thời thơ ấu phải lớn lên ngày qua ngày khi con người lớn lên. Thế thì trong tuổi già của mình, con người sẽ nói rằng thời thơ ấu của mình đã ở trạng

thái đầu đón nhất - vì nó đã là việc bắt đầu của cuộc sống, nó đã là giai đoạn đầu tiên.

Nếu một sinh viên đã vào đại học để học nhưng thế rồi nói rằng dần dần, dần dần tri thức mà anh ta đã có khi anh ta lần đầu tiên bắt đầu học đang biến mất, chúng ta sẽ hỏi anh ta, "Anh không học sao? Anh không thu nhận bất kì tri thức nào sao? Điều này rất kì lạ!" Chúng ta có thể đã hiểu được nếu như anh ta nói rằng anh ta là dốt hơn lúc bắt đầu việc học - một cách tự nhiên, sau khi học vài năm, sinh viên phải biết nhiều hơn chứ không ít hơn - nhưng nói rằng anh ta bây giờ biết ít hơn có vẻ rất kì lạ!

Mọi người bao giờ cũng nói rằng họ là vui hơn khi họ còn là trẻ con. Các nhà thơ hát bài ca về thời thơ ấu phức tạp. Họ phải điên! Nếu thời thơ ấu là phức tạp thế thì nó có nghĩa là, vì bây giờ bạn buồn, bạn đã làm phí hoài đời bạn rồi sao? Điều chắc là tốt hơn nếu bạn đã chết trong thời thơ ấu; ít nhất bạn sẽ chết một cách an bình. Bây giờ bạn sẽ chết trong buồn. Cho nên những người chết trong thời thơ ấu là may mắn!

Người ta càng sống lâu hơn, vui của người đó đáng ra phải phát triển - nhưng vui cứ ít dần. Các nhà thơ không nói về cái gì đó sai, họ đang chia sẻ kinh nghiệm về cuộc đời của họ. Họ là đúng. Vui của chúng ta liên tục bị ít dần đi. Hết ngày nọ tới ngày kia mọi thứ liên tục ít đi khi thực ra nó đáng phải tăng trưởng. Cho nên chúng ta đang tăng trưởng theo cách sai.

Hướng của đời chúng ta là sai; năng lượng của chúng ta là sai. Người ta phải thường xuyên phải cảnh giác, thường xuyên hỏi; người ta phải giữ tiêu chí này một cách rõ ràng trong tâm trí mình. Nếu tiêu chí này là rõ ràng cho bạn và nếu bạn thấy bạn đang đi sai, thế thì không ai ngoại trừ bản thân bạn đang ngăn cản bạn khỏi đi theo hướng đúng.

Một tối hai sư về tới lều của họ. Trong bốn tháng họ đã đi du hành xa nhưng bây giờ, vì đó là mùa mưa, họ đã trở về lều của mình. Nhưng khi họ về tới lều, sư trẻ đang bước đi phía trước đột nhiên trở nên giận và buồn. Gió mưa đã làm đổ sập một nửa chiếc lều của họ; chỉ một nửa lều còn lại. Họ đã quay lại sau bốn tháng với hi vọng rằng họ sẽ có khả năng nghỉ ngơi trong lều và được an toàn khỏi mưa. Nhưng giờ điều đó là khó. Nửa lều đã đổ sập và nửa mái của nó đã bị gió cuốn đi.

Sư trẻ nói với bạn đồng hành già, "Thế này thì quá thể! Những thứ này là thứ tạo ra hoài nghi về sự tồn tại của thượng đế. Tội nhân có cung điện ở thành phố, không cái gì đã xảy ra cho họ, nhưng lều của người nghèo như chúng ta, người dành cả ngày và đêm trong lời cầu nguyện, lại bị đổ nát. Tôi ngờ liệu có thượng đế hay không! Đây mới là lời cầu nguyện thực! Hay chúng ta đang phạm sai lầm? Có thể có chân lí trong tội lỗi - vì cung điện của tội nhân đứng đó an toàn và lều của những người cầu nguyện bị gió cuốn đi."

Sư trẻ đầy giận dữ và kết án và anh ta cảm thấy rằng mọi lời cầu nguyện của anh ta đã là vô tích sự. Như bạn đồng hành già của anh ta chấp tay hướng lên bầu trời và nước mắt vui sướng chảy dài từ mắt ông ấy. Anh thanh niên ngạc nhiên. Anh ta nói, "Ông đang làm gì vậy?"

Ông già nói, "Ta đang cảm ơn thượng đế, vì ai biết gió có thể đã làm gì? Chúng có thể đã cuốn bay toàn thể lều, nhưng thượng đế phải đã tạo ra chướng ngại nào đó cho gió và theo cách đó đã cứu nửa lều cho chúng ta. Thượng đế quan tâm tới chúng ta như người nghèo nữa, cho nên chúng ta phải cảm ơn ngài. Lời cầu nguyện của chúng ta đã được nghe, lời cầu

nguyện của chúng ta đã không vô tích sự - bằng không toàn thể chiếc lều có thể đã bị cuốn bay rồi."

Đêm hôm đó cả hai người ngủ - nhưng như bạn có thể tưởng tượng, cả hai ngủ theo những cách khác nhau. Người đầy giận và rồ, và người nghĩ rằng mọi lời cầu nguyện của mình đã là vô tích sự, liên tục đòi tư thế cả đêm, và mọi loại ác mộng và lo nghĩ chạy đua trong tâm trí anh ta. Anh ta đã lo nghĩ. Có mây trên trời; trời sắp mưa. Nửa mái đã bị gió thổi bay và họ có thể nhìn trời. Ngày mai mưa chắc sẽ bắt đầu, thế thì cái gì xảy ra?

Người kia ngủ một giấc ngủ rất say. Ai khác có thể ngủ an bình thế ngoại trừ người có tâm trạng được rớt đầy bởi lòng biết ơn và cảm ơn? Ông ấy thức dậy buổi sáng và bắt đầu nhảy múa, và hát bài ca. Trong bài ca ông ấy nói, "Lạy Trời! Chúng tôi đã không biết rằng có thể có nhiều phúc lạc thế trong lều bị đổ sập. Giá mà chúng tôi đã biết điều đó từ trước, thế thì chúng tôi thậm chí chắc đã không bận tâm về gió, bản thân chúng tôi chắc đã giật đổ nửa cái mái. Tôi chưa bao giờ ngủ phúc lạc thế. Vì một nửa mái không có đó, tôi đã thấy sao và mây tụ tập trên trời bất kì khi nào tôi mở mắt ra trong đêm. Và bây giờ mưa sắp bắt đầu, trời sẽ thậm chí còn đẹp hơn vì, với nửa mái mất rồi, chúng tôi sẽ có khả năng nghe âm nhạc của giọt mưa rơi rõ ràng hơn nhiều. Chúng tôi đã là những kẻ ngốc! Chúng tôi đã trải qua nhiều mùa mưa thế khi trú ẩn bên trong lều. Chúng tôi không có ý tưởng nào về sẽ vui làm sao nếu có thể được phơi ra dưới trời và gió và và mưa. Nếu như chúng tôi đã nhận ra điều đó chúng tôi chắc sẽ không bận tâm về gió của ngài, bản thân chúng tôi chắc đã giật bỏ nửa mái đi."

Anh thanh niên hỏi, "Tôi đang nghe thấy cái gì thế này? Toàn điều vô nghĩa làm sao? Chúng điên này là gì vậy? Ông đang nói gì vậy?"

Ông già nói, "Ta đã nhìn vào mọi thứ một cách sâu sắc và kinh nghiệm của ta là ở chỗ bất kì cái gì làm cho chúng ta hạnh phúc hơn, đó là hướng đúng trong cuộc sống cho chúng ta, và bất kì cái gì làm cho chúng ta khổ thêm, đó là hướng sai. Ta cảm ơn thượng đế và phúc lạc của ta tăng lên. Ông trở nên giận thượng đế và phiền não của ông tăng lên. Ông trần trọc đem qua, ta ngủ an bình. Bây giờ ta có khả năng hát bài ca còn ông đang bùng cháy với giận. Rất dễ dàng ta đã đi tới hiểu rằng hướng mà cuộc sống trở nên nhiều phúc lạc hơn là hướng đúng. Và ta đã hướng toàn thể tâm thức của ta tới hướng đó. Ta không biết liệu thượng đế có tồn tại hay không, ta không biết liệu ngài có nghe thấy lời cầu nguyện của chúng ta hay không, nhưng bằng chứng của ta là ở chỗ ta sung sướng và nhảy múa, còn ông khóc và giận và lo. Phúc lạc của ta chứng minh rằng cách sống của ta là đúng; phiền não của ông chứng minh rằng cách ông đang sống là sai."

Điểm thứ ba cần giữ liên tục kiểm về chiều hướng nào đang làm sâu sắc cho niềm vui của bạn. Không có nhu cầu hỏi bất kì người nào khác. Chúng ta có thể dùng tiêu chí này mọi ngày, trong cuộc sống thường ngày của chúng ta. Tiêu chí là phúc lạc. Nó cũng giống như tiêu chí để thử vàng bằng việc cọ nó vào một hòn đá - thợ kim hoàn sẽ vớt đi bất kì cái gì không thuần khiết và đặt bất kì cái gì thuần khiết vào kho. Liên tục kiểm mọi ngày bằng việc dùng tiêu chí về phúc lạc: nhìn cái gì là đúng và cái gì là sai. Bất kì cái gì là sai có thể bị vớt đi, nhưng cái đúng sẽ dần dần bắt đầu tích lũy lại như kho báu.

Đây là ba lời kinh cho sáng nay. Đến tối chúng ta sẽ nói thêm chút ít về chúng.

Bây giờ chúng ta sẽ ngồi cho thiền sáng. Sẽ là tốt hơn nếu các bạn ngồi giữ chút khoảng cách với nhau. Không ai chạm vào bất kỳ ai khác. Bạn cần hiểu hai điều - tôi sẽ lại giải thích vì có lẽ một số bạn mới đang ở đây.

Điều chúng ta sắp làm là thứ rất đơn giản và dễ dàng. Nhưng thường chuyện xảy ra là thứ dễ dàng dường như rất khó làm vì chúng ta thường không làm những thứ đơn giản. Chúng ta quen làm những thứ khó khăn, không phải là thứ dễ dàng.

Thứ nhất, rất dễ và đơn giản là cho phép thân thể chúng ta được thả lỏng tuyệt đối và im lặng một chốc. Nhắm mắt một cách từ từ và chỉ vẫn còn ngồi đó, không làm bất kỳ cái gì - và thế rồi, thứ hai, lắng nghe một cách im lặng âm thanh xảy ra xung quanh - chỉ nghe. Chỉ nghe sẽ bắt đầu tạo ra im lặng và chiều sâu bên trong.

Ở Nhật Bản từ họ dùng cho thiền là rất thú vị. Họ gọi nó là tọa thiền - zazen. Tọa thiền ngụ ý, 'chỉ ngồi, không làm gì'. Nó chỉ ngụ ý điều này và không cái gì khác: ngồi im lặng và không làm gì. Nó là từ rất có nghĩa.

Cho nên, ngồi im lặng, không làm gì. Mắt nhắm, tai mở, để cho tai sẽ nghe. Cứ liên tục nghe một cách im lặng. Liên tục nghe một cách im lặng. Trong khi nghe bạn sẽ thấy rằng bên trong bạn im lặng và trống rỗng sâu sắc đã nảy sinh. Chính trong trống rỗng này mà người ta phải liên tục di chuyển - sâu hơn và sâu hơn, sâu hơn và sâu hơn. Chính qua cánh cửa của trống rỗng này mà một ngày nào đó chúng ta sẽ nhận ra cái toàn thể.

Qua cánh cửa của trống rỗng này chúng ta sẽ đạt tới cái là toàn thể. Và theo cách này, việc ngày càng trở nên im lặng, nghe chim và âm thanh quanh bạn - một ngày nào đó bạn sẽ

bắt đầu nghe thấy âm thanh của con người bên trong của bạn. Cho nên chúng ta sẽ nghe một cách im lặng.

Thứ nhất, thả lỏng thân thể hoàn toàn. Thế rồi một cách thoải mái, từ từ, nhẹ nhàng, nhắm mắt lại. Thả mí mắt xuống rất từ từ, để cho không có trọng lượng nào trên mắt. Nhắm mắt và thả lỏng thân thể. Ngồi tuyệt đối im lặng - chúng ta đang ngồi im lặng và không làm gì. Có âm thanh của chim khắp xung quanh, chỉ nghe chúng một cách im lặng. Giữ việc nghe mọi âm thanh quanh bạn. Giữ việc nghe và không làm bất kì cái gì. Dần dần, dần dần bên trong bạn cái gì đó sẽ trở nên im lặng, cái gì đó sẽ lắng đọng. Chỉ nghe, và im lặng sẽ giáng xuống bên trong bạn. Trong mười phút nghe một cách im lặng. Nghe tuyệt đối được thả lỏng. Nghe... tâm trí đã trở nên im lặng, tâm trí đã trở nên tuyệt đối im lặng, tâm trí đã trở nên im lặng, tâm trí đã trở nên im lặng. Trong im lặng sâu sắc... nghe từng âm thanh. Chim đang hót... nghe.

8. Tự do khỏi cái "tôi"

Những người yêu mến của tôi,

Đêm nay là cuộc gặp cuối cùng của trại, và trong cuộc gặp cuối cùng này tôi muốn nói với bạn về lời kinh cuối cùng.

Trong tâm trí của con người có căng thẳng mãnh liệt và căng thẳng này đã đạt tới mức độ gần điên. Người ta phải làm chùng lỏng căng thẳng này. Và cùng với điều đó, có nhiều chùng lỏng trong tim con người; các dây đàn veena của tim con người là chùng. Chúng phải được làm căng lên. Tôi đã nói cho bạn vài lời kinh vào buổi sáng về cách làm căng những dây này của tim. Và bây giờ chúng ta sẽ nói về lời kinh cuối.

Từ chiếc đàn veena của đời người, âm nhạc lớn nhất có thể tới từ tim có các dây được chỉnh. Xã hội đã đánh mất tim của nó, thời đại hay thế kỉ mà trong đó mọi giá trị của tim đã bị làm yếu đi - đã đánh mất mọi cái là thiện, chân và mỹ. Nếu chúng ta muốn chân, thiện và mỹ đi vào cuộc sống của chúng ta, không có cách nào khác ngoại trừ việc chỉnh dây của đàn veena của tim.

Yêu là cách chỉnh dây của tim, cách để mang dây của tim vào trong hoàn cảnh đúng từ đó âm nhạc có thể nảy sinh. Đó

là lí do tại sao tôi gọi yêu là 'lời cầu nguyện', tôi gọi yêu là cách đạt tới thượng đế, tôi gọi yêu là 'thượng đế'. Lời cầu nguyện không có yêu là giả, hồng hoác và vô tích sự. Lời nói về lời cầu nguyện mà không có yêu thì chẳng có giá trị chút nào. Và không người nào, người trở nên quan tâm tới cuộc hành trình hướng tới thượng đế, sẽ bao giờ có khả năng đạt tới thượng đế mà không có yêu. Yêu là cách làm cho chiếc đàn veena của tim sinh ra âm nhạc. Chúng ta phải hiểu đôi điều về bản thân yêu.

Ảo tưởng thứ nhất là ở chỗ tất cả chúng ta đều nghĩ chúng ta biết về yêu. Ảo tưởng này có hại vô cùng vì chúng ta sẽ không bao giờ làm bất kì nỗ lực nào để thu nhận hay đánh thức cái mà chúng ta nghĩ chúng ta đã biết.

Nhưng chúng ta không nhận biết rằng người biết yêu đã đồng thời thu nhận năng lực để biết điều thiêng liêng. Nếu chúng ta biết yêu, thế thì không cái gì khác vẫn còn được biết trong sự sống. Nhưng cách chúng ta hiện hữu, chúng ta chẳng biết gì. Mọi thứ vẫn là để được biết.

Cho nên yêu mà chúng ta nghĩ là yêu có lẽ không phải là yêu. Chúng ta đã gọi cái gì đó khác là yêu, và chừng nào chúng ta còn có ảo tưởng này, chừng nào chúng ta còn có ý tưởng rằng chúng ta biết tất cả về yêu, làm sao chúng ta có thể tìm và kiếm nó được? Điều đầu tiên cần được hiểu là ở chỗ chúng ta không biết yêu chút nào.

Một buổi chiều nóng bức, Jesus Christ dừng lại dưới một cây trong vườn. Trời rất nóng và ông ấy mệt. Ông ấy ngủ dưới bóng cây. Ông ấy thậm chí không biết nhà này, vườn hay cây này thuộc về ai. Đó là vườn của Magdalene, một gái mãi dâm rất đẹp thời đó.

Magdalene nhìn ra cửa sổ và thấy một người rất khác thường đang ngủ dưới cây. Cô ấy chưa bao giờ thấy người đẹp thế. Như có cái đẹp của thân thể, có cái đẹp của hồn. Người ta thường có thể thấy cái đẹp của thân thể, nhưng cái đẹp của hồn thì hiếm khi được thấy, và khi cái đẹp của hồn xuất hiện, thế thì ngay cả thân thể xấu nhất cũng trở thành đóa hoa đẹp nhất. Cô ấy đã thấy nhiều người đẹp vì bao giờ cũng có đám đông ở cửa nhà cô ấy, nhưng thường khó ngay cả đi vào nhà cô ấy. Magdalene bị hút tới cây đó dường như bị kéo bởi ma lực nào đó.

Jesus Christ vừa tỉnh dậy và định ra đi. Ông ấy đã hoàn thành việc nghỉ ngơi. Magdalene nói, "Xin ông cho tôi một ân huệ là vào nhà tôi để nghỉ ngơi?"

Christ nói, "Tôi đã kết thúc việc nghỉ bây giờ - và đó là nhà của cô, đó là cây của cô. Bây giờ là lúc cho tôi ra đi. Nhưng nếu tôi tình cờ đi qua đây lần nữa và tôi mệt, thế thì tôi chắc chắn sẽ nghỉ ở nhà cô."

Magdalene cảm thấy bị xúc phạm. Những hoàng tử lớn đã phải bỏ đi từ cửa nhà cô ấy nhưng bây giờ khi cô ấy mời người đi xin trên phố nghỉ lại trong nhà cô ấy, anh ta đã từ chối. Đây là sỉ nhục cho Magdalene. Cô ấy nói, "Không, tôi không thể nghe điều này được. Ông sẽ phải vào trong nhà - ông thậm chí không làm được chùng này cho tình yêu của tôi sao? Ông không thể tới và nghỉ trong nhà tôi trong vài khoảnh khắc được sao?"

Christ nói, "Trong chính lời mời của cô tôi đã vào nhà cô theo cách nào đó rồi vì, ngoại trừ trong tình cảm của tim, nhà của cô còn ở chỗ nào khác được? Và nếu cô đề nghị, 'Ông không thể biểu lộ ngay cả yêu ngần này sao?' thế thì tôi sẽ nói với cô rằng cô có thể đã gặp nhiều người mà họ có thể đã nói,

'Anh yêu em', nhưng không người nào trong số họ đã yêu cô, vì trong cốt lõi bên trong nhất của họ, họ yêu cái gì đó khác. Và tôi có thể đảm bảo với cô rằng, thực tại, tôi là một trong vài người có thể yêu cô và là người quả thực yêu cô vì chỉ người trong tim mình yêu đã nảy sinh, mới có thể yêu."

Không người nào trong chúng ta có thể yêu được vì bên trong chúng ta không có luồng chảy của yêu. Khi chúng ta nói với ai đó, "Anh yêu em", chúng ta thực ra không cho yêu, chúng ta đang hỏi xin yêu. Tất cả chúng ta đều hỏi xin yêu, và làm sao người mà bản thân người đó đang hỏi xin yêu, có thể cho yêu được? Làm sao người đi xin có thể là hoàng đế? Làm sao những người đang hỏi xin yêu, là người cho yêu được?

Tất cả chúng ta đều hỏi xin yêu từ nhau. Con người của chúng ta là những người đi xin đang hỏi ai đó khác cho chúng ta tình yêu. Vợ hỏi xin yêu từ chồng; chồng hỏi xin yêu từ vợ. Mẹ hỏi xin từ con trai, con trai hỏi xin từ mẹ. Bạn bè hỏi xin bạn bè về yêu. Tất cả chúng ta đều hỏi xin về yêu từ người khác mà không nhận ra rằng người bạn mà từ người đó chúng ta đang hỏi xin yêu, bản thân người đó đang hỏi xin yêu từ bạn. Các bạn giống như những người đi xin đứng trước nhau đang cầm bát đi xin.

Chừng nào ai đó đang hỏi xin về yêu, người đó không thể có năng lực cho yêu vì việc hỏi xin yêu là chỉ báo rằng không có cội nguồn của yêu bên trong người đó - bằng không tại sao người ta phải hỏi xin yêu từ bên ngoài? Chỉ người đã vươn lên trên nhu cầu hỏi xin yêu, mới có thể cho yêu. Yêu là việc chia sẻ, nó không phải là việc xin. Yêu là hoàng đế, nó không phải là người đi xin. Yêu chỉ biết cho, nó không biết bắt kì cái gì về hỏi xin.

Chúng ta có biết yêu không?

Yêu mà được hỏi xin, không thể là yêu. Và nhớ, người hỏi xin yêu sẽ không bao giờ nhận được yêu trong thế giới này. Một trong những luật bản chất, một trong những luật vĩnh hằng của sự sống, là ở chỗ người hỏi xin về yêu không bao giờ nhận được nó, không bao giờ.

Yêu chỉ tới cửa của nhà mà từ đó khao khát về yêu đã biến mất. Yêu bắt đầu trút xuống nhà của người đã dừng hỏi xin yêu, nhưng ở nhà của người vẫn còn khao khát yêu, không mưa nào sẽ rơi xuống. Yêu sẽ không chảy hướng tới tìm hỏi xin. Tìm hỏi xin không có loại tính cảm nhận mà làm cho nó có thể để yêu đi vào. Chỉ tìm chia sẻ, tìm cho mà có loại tính cảm nhận về yêu, mới tới cửa nhà người đó và nói, "Mở cửa ra! Tôi đã tới."

Yêu đã bao giờ gõ cửa nhà chúng ta chưa? Chưa, vì chúng ta còn chưa có khả năng cho yêu. Và cũng nhớ rằng bất kì cái gì chúng ta cho đều quay lại với chúng ta. Một trong những luật vĩnh hằng của sự sống là ở chỗ bất kì cái gì chúng ta cho đều quay lại với chúng ta.

Toàn thế giới không nhiều hơn tiếng vọng. Chúng ta cho ghét, và ghét quay lại với chúng ta. Chúng ta cho giận, và giận quay lại với chúng ta. Chúng ta lăng mạ người khác, và lăng mạ trở lại với chúng ta. Chúng ta cho gai, và gai quay lại với chúng ta. Bất kì cái gì chúng ta cho đi đều quay lại với chúng ta, nó trở lại chúng ta theo vô hạn cách. Và nếu chúng ta chia sẻ yêu thế thì yêu trở lại chúng ta theo vô hạn cách. Nếu yêu mà không trở lại với chúng ta theo vô hạn cách, thế thì biết rằng chúng ta đã không cho yêu.

Nhưng làm sao chúng ta có thể cho yêu? Chúng ta không có nó chút nào để cho. Nếu chúng ta mà có yêu thế thì tại sao chúng ta lang thang từ cửa này sang cửa khác để hỏi xin yêu?

Tại sao chúng ta trở thành kẻ đi xin lang thang từ chỗ này sang chỗ khác? Tại sao chúng ta hỏi xin yêu?

Có một thầy tu khổ hạnh fakir tên là Farid. Mọi người ở thị trấn của ông ấy nói với ông ấy, "Farid, Akbar kính trọng ông nhiều lắm. Hỏi xin Akbar mở trường học trong thị trấn của chúng ta đi!"

Farid nói, "Ta chưa bao giờ hỏi xin bất kì cái gì từ bất kì người nào. Ta là fakir, ta chỉ biết cho!"

Mọi người trong thị trấn rất ngạc nhiên. Họ nói, "Chúng tôi bao giờ cũng nghĩ rằng một fakir bao giờ cũng hỏi xin, nhưng ông nói rằng fakir chỉ biết cách cho. Chúng tôi không hiểu những điều tinh tế và nghiêm chỉnh này. Xin làm cho chúng tôi một ân huệ và hỏi xin Akbar mở trường cho chúng tôi."

Mọi người ở thị trấn này rất bèn bỉ, cho nên sáng sớm Farid đi tới gặp Akbar. Akbar đang cầu nguyện trong đền thờ hồi giáo và Farid đi và đứng đằng sau ông ta. Sau khi Akbar kết thúc lời cầu nguyện của mình và ông ta giơ cả hai tay lên trời và kêu lên, "Hỡi Trời! Làm tăng giàu có của tôi lên, làm tăng kho báu của tôi lên, làm tăng vương quốc của tôi lên."

Nghe thấy điều này, Farid bắt đầu quay đi. Akbar đứng dậy và thấy rằng Farid đã đi xa. Ông ta chạy xô theo ông ấy và dùng ông ấy lại và hỏi, "Sao ông đã tới và sao ông lại đi?"

Farid nói, "Tôi tưởng rằng ông đã là hoàng đế nhưng tôi đã thấy rằng ông chỉ là kẻ đi xin. Tôi đã nghĩ rằng tôi sẽ hỏi xin trường học cho thị trấn. Tôi đã không biết rằng ông cũng hỏi xin Thượng đế làm tăng giàu có của ông và kho báu của ông. Điều có vẻ không đúng là hỏi xin cái gì đó từ người đi

xin. Tôi tưởng rằng ông đã là hoàng đế và bây giờ tôi thấy rằng ông cũng là người đi xin cho nên tôi ra đi.

Chúng ta toàn là những kẻ đi xin và tất cả chúng ta liên tục hỏi xin những kẻ đi xin khác về cái mà họ không có. Và khi chúng ta không có được nó chúng ta trở nên buồn; chúng ta kêu và khóc và cảm thấy rằng chúng ta không có được yêu.

Yêu không phải là cái gì đó được thu lấy từ bên ngoài. Yêu là âm nhạc của con người bên trong của bạn. Không ai có thể cho bạn yêu. Yêu nảy sinh bên trong bạn, nhưng nó không thể được thu lấy từ bên ngoài. Không cửa hàng, không chợ, không người bán hàng nào mà bạn có thể mua được yêu. Yêu không thể được mua với bất kì giá nào.

Yêu là việc nở hoa bên trong. Nó nảy sinh từ năng lượng ngủ nào đó bên trong, vậy mà tất cả chúng ta đều đi tìm yêu bên ngoài. Tất cả chúng ta đều đi kiếm yêu trong người được yêu - điều là hành động tuyệt đối giả và vô tích sự.

Tìm yêu bên trong bản thân bạn đi. Chúng ta thậm chí không thể tưởng tượng được làm sao yêu có thể ở bên trong bản thân chúng ta vì yêu bao giờ cũng được liên kết với ý tưởng về người được yêu. Nó cho chúng ta ý tưởng về ai đó khác bên ngoài. Vì chúng ta không nhớ cách yêu có thể nảy sinh bên trong chúng ta, năng lượng của yêu vẫn còn ngủ. Chúng ta không nhận ra rằng chúng ta bao giờ cũng hỏi xin cái gì đó bên ngoài mà đã có bên trong chúng ta rồi. Và vì chúng ta hỏi xin nó ở bên ngoài, chúng ta không nhìn vào bên trong - thế thì cái có thể nảy sinh sẽ không bao giờ nảy sinh.

Yêu là kho báu bản chất mà với nó từng cá nhân được sinh ra. Con người không được sinh ra cùng tiền - tiền là việc tích lũy xã hội - nhưng con người được sinh ra với yêu. Nó là

quyền tập âm của con người, nó là sự giàu có cá nhân của con người, nó ở bên trong con người. Nó là bạn đồng hành đã được trao cho con người bởi việc sinh và nó có thể đi cùng con người toàn thể cuộc đời. Nhưng rất ít người có đủ may mắn để nhìn vào bên trong nơi yêu hiện hữu - cách nó có thể được tìm thấy và cách nó có thể được phát triển.

Cho nên chúng ta được sinh ra nhưng sự giàu có của chúng ta vẫn còn không được khai thác; nó không bao giờ được khai thác chút nào. Và chúng ta liên tục đi xin ở cửa nhà người khác, chìa tay ra xin vì chúng ta muốn yêu. Trên khắp thế giới chỉ có một ham muốn - 'Chúng tôi muốn yêu'; và trên khắp thế giới chỉ có một phàn nàn - 'Chúng tôi không có được yêu'. Và khi chúng ta không có được yêu, chúng ta buộc tội người khác có lỗi vì chúng ta không có được yêu. Vợ nói với chồng, "Có cái gì đó sai với anh, đó là lí do tại sao em không có được yêu." Chồng nói với vợ, "Có sai lầm nào đó bên trong em, do đó anh không có được yêu." Và không ai tự hỏi liệu đã bao giờ có thể có được yêu từ bên ngoài không.

Yêu là kho báu bên trong, và bản thân yêu là âm nhạc của đàn veena của tim. Đàn veena của tim của con người đã trở nên rất bị rối loạn. Âm nhạc do nó đã tạo ra không nảy sinh. Làm sao âm nhạc này có thể được tạo ra? Chướng ngại gì đứng trên đường của việc tạo ra âm nhạc này? Cản trở gì không để cho nó xảy ra? Bạn đã bao giờ nghĩ về cản trở này chưa? Bạn đã bao giờ nghĩ cản trở nào là có thể có?

Một nghệ sĩ, đã từng là người viết kịch hay và nhà thơ hay, chết đi. Nhiều người tụ tập ở chỗ hỏa táng cho đám ma của ông ấy. Ông giám đốc công ti phim mà tại đó ông ấy đã làm việc cũng hiện diện và ông này nói vài lời chia buồn.

Ông giám đốc nói, "Tôi đã làm người này thành nghệ sĩ. Chính tôi đã lôi ông ấy ra từ đường mòn và để ông ấy lên xa lộ. Chính tôi đã cho ông ấy vai đầu tiên trong phim. Chính tôi đã xuất bản cuốn sách đầu tiên của ông ấy. Tôi là lí do ông ấy đã trở thành nổi tiếng trên khắp thế giới." Ông ta đã nói chừng này - tôi đã hiện diện tại lễ tang này và một số người trong các vị cũng có thể đã ở đó - ông giám đốc đã nói chừng này thì đột nhiên cái xác đã nằm đó, đứng dậy và nói, "Xin lỗi ông, thưa ông, ai là để được chôn ở đây - ông hay tôi? Ông đang nói về ai vậy?"

Ông giám đốc đang nói, "Tôi là người đã làm ra sự nổi tiếng của ông ấy, tôi là người đã xuất bản sách của ông ấy, tôi là người đã cho ông ấy vai đầu tiên trong phim.... Tôi là người...."

Ngay cả cái xác cũng không thể chịu được sự ồn ào của cái 'tôi'. Nó đứng dậy và nói, "Xin lỗi ông, nhưng xin nói cho tôi một điều: ai là để được chôn trong mồ, ông hay tôi? Ông đang nói về ai vậy?" Ngay cả cái xác cũng không thể chịu được sự ồn ào này của cái 'tôi' - và con người liên tục làm ra ồn ào này về 'tôi'.

Làm sao người sống có thể chịu được điều đó?

Chỉ có thể có hai tiếng nói bên trong con người. Không có tiếng nói của yêu bên trong người bị trút đầy bằng tiếng nói của 'tôi'. Và không có tiếng nói của 'tôi' bên trong người được trút đầy bằng tiếng nói của yêu. Hai trong chúng không bao giờ có thể được tìm thấy cùng nhau. Điều đó là không thể được.

Nó là cùng một loại tính không thể được như tối và sáng tồn tại cùng nhau.

Ngày xưa tôi đi tới thượng đế và nói, "Mặt trời cứ săn đuổi tôi. Ông ta gây cho tôi nhiều phiền phức. Ông ta theo tôi từ sáng tới đêm và đến tối tôi mệt nhoài. Và khi trời là đêm, trước khi tôi hoàn thành giấc ngủ và việc nghỉ ngơi, ông ta bắt đầu lại đi theo tôi. Tôi không nhớ có làm bất kì cái gì sai với ông ta không; tôi nghĩ rằng tôi không bao giờ làm cho ông ta giận. Cho nên tại sao ông ta cứ theo tôi thế? Tại sao tôi liên tục bị quấy rối? Tôi đã làm cái gì sai nào?"

Thế rồi thượng đế gọi mặt trời tới và hỏi, "Sao ông cứ săn đuổi tôi kia vậy? Ông ta bao giờ cũng đi ẩn nấp, lấy chỗ trú ngụ đây đó. Tại sao ông cứ đi theo ông ấy trong hai mươi bốn giờ? Nhu cầu là gì?"

Mặt trời nói, "Tôi này là ai vậy? Tôi chưa bao giờ gặp ông ấy. Tôi thậm chí không biết ông ấy. Tôi là ai? Tôi là gì? Tôi chưa hề thấy ông ấy, tôi chưa hề gặp ông ấy, nhưng nếu tôi có phạm phải sai lầm nào một cách không chú ý thế thì tôi sẵn lòng hỏi xin tha thứ. Và một khi tôi nhận ra ông ấy, tôi sẽ không bao giờ đi theo ông ấy nữa."

Họ nói rằng hàng triệu và nghìn tỉ năm đã trôi qua từ biển cổ này. Vụ này bị treo lại trong hồ sơ của thượng đế. Vậy mà thượng đế đã không có khả năng để tôi và mặt trời ở cùng nhau và tôi bảo bạn rằng trong tương lai không bao giờ ông ấy sẽ có khả năng làm như vậy dù ông ấy có thể toàn năng tới đâu. Ngay cả đáng toàn năng cũng không có khả năng đem tôi ra trước mặt trời, vì tôi và sáng không thể cùng tồn tại.

Có lí do tại sao chúng không thể tồn tại cùng nhau. Lí do là ở chỗ tôi không có sự hiện hữu của riêng nó, cho nên nó không thể tồn tại trước mặt trời. Tôi chỉ là thiếu vắng mặt trời

- cho nên làm sao việc thiếu vắng và việc hiện diện của cùng một thứ có thể tồn tại cùng nhau được?

Tôi chỉ là việc thiếu vắng của mặt trời. Tôi không là gì trong bản thân nó. Nó chỉ là việc thiếu vắng của mặt trời, nó chỉ là thiếu vắng sáng. Cho nên làm sao việc thiếu vắng sáng có thể xuất hiện được? Làm sao cả hai thứ này có thể tồn tại cùng nhau được? Thượng đế sẽ không có khả năng thu xếp điều đó.

Theo cùng cách bản ngã và yêu cũng không thể tồn tại cùng nhau. Bản ngã giống như tôi. Nó là việc thiếu vắng của yêu, nó không phải là hiện diện của yêu. Bên trong chúng ta yêu thiếu vắng cho nên bên trong chúng ta tiếng nói của 'tôi' liên tục vang vọng. Và với tiếng nói này của 'tôi' chúng ta nói rằng 'tôi' muốn yêu, 'tôi' muốn cho yêu; 'tôi' muốn nhận yêu. Bạn đã phát điên! Không bao giờ có bất kì quan hệ nào giữa 'tôi' và yêu. Và 'tôi' này liên tục nói vì yêu - 'tôi' muốn cầu nguyện, 'tôi' muốn đạt tới thượng đế, 'tôi' muốn được giải thoát."

Đây là cùng điều như tôi nói, "Tôi muốn ôm mặt trời. Tôi muốn yêu mặt trời. Tôi muốn là khách trong nhà của mặt trời." Điều đó là không thể quan niệm nổi.

'Tôi' là thiếu vắng của bản thân yêu. 'Tôi' là việc thiếu yêu, và chúng ta càng làm mạnh cho tiếng nói này của 'tôi', sẽ càng ít có yêu bên trong chúng ta. Bản ngã càng có đó, yêu sẽ càng thiếu vắng; khi có bản ngã toàn bộ, yêu sẽ chết toàn bộ.

Không thể có yêu bên trong chúng ta, vì nếu chúng ta tìm bên trong chúng ta sẽ thấy rằng tiếng nói của 'tôi' đang vang vọng ở đó trong hai mươi bốn giờ liên tục. Chúng ta thở cùng với cái 'tôi' này, chúng ta uống nước với cái 'tôi' này, chúng ta

đi vào đền thờ với cái 'tôi' này. Cái gì khác có đó trong cuộc sống của chúng ta ngoại trừ cái 'tôi' này?

Quần áo của chúng ta là quần áo của 'tôi'. Quan điểm của chúng ta là quan điểm của 'tôi'. Tri thức của chúng ta là tri thức của 'tôi'. Thực hành tâm linh của chúng ta, việc giúp đỡ của chúng ta cho người khác, là việc giúp đỡ của 'tôi' của chúng ta. Mọi thứ của chúng ta, ngay cả tính sannyas của chúng ta, cũng là tính sannyas của 'tôi' của chúng ta. Cảm giác mạnh nảy sinh bên trong rằng 'tôi' là sannyasin; 'tôi' không là người chủ hộ; 'tôi' không là người thường; 'tôi' là sannyasin; "tôi" là người giúp đỡ; "tôi" là người am tường; 'tôi' là giàu; 'tôi' là cái này; 'tôi' là cái kia....

Ngôi nhà đã được xây dựng quanh cái 'tôi' này sẽ không quen biết với yêu. Và thế thì âm nhạc đó mà có thể mang tim tới cốt lõi bên trong nhất, mà có thể làm cho nó quen biết với chân lí của sự sống, sẽ không nảy sinh từ đàn veena của tim. Cánh cửa đó sẽ không mở, nó bao giờ cũng sẽ vẫn còn bị đóng.

Điều phải được hiểu rất căn bản là cái 'tôi' của bạn mạnh thế nào, nó sâu thế nào! Và bạn phải thấy rõ ràng liệu bạn có đang cho nó nhiều sức mạnh hơn, liệu bạn có đang làm cho nó sâu hơn, làm cho nó ngày càng mạnh hơn không. Nếu bản thân bạn đang làm cho nó mạnh hơn, thế thì bỏ hi vọng rằng yêu có thể nảy sinh bên trong bạn hay rằng cái nút đóng của yêu có thể mở ra hay rằng kho báu của yêu có thể được đạt tới. Bỏ chính ý tưởng này đi. Không có cách nào nó có thể xảy ra.

Cho nên tôi không bao bạn bắt đầu yêu vì bản ngã cũng có thể nói rằng 'tôi' là người yêu và 'tôi' yêu. Yêu tới từ bản ngã là tuyệt đối giả do đó tôi nói rằng mọi yêu của chúng ta đều là giả - vì nó bắt nguồn từ bản ngã, nó là cái bóng của bản ngã. Và nhớ rằng yêu tới từ bản ngã là nguy hiểm hơn ghét, vì

ghét là rõ ràng, trực tiếp và đơn giản nhưng yêu tới với bộ mặt được thay đổi và sẽ khó nhận ra nó.

Nếu bạn được yêu với tình yêu tới từ bản ngã, sau một chốc bạn sẽ cảm thấy rằng bạn đang bị trói lại bằng xiềng xích sắt của bàn tay yêu. Sau một chốc bạn sẽ đi tới biết rằng yêu làm những lời nói hay và bài ca hay cho bạn chỉ để cám dỗ bạn lúc ban đầu. Có nhiều chất độc trong những bài ca ngọt ngào đó. Và nếu yêu mà tới dưới dạng của hoa là cái bóng của bản ngã, thế thì, khi bạn chạm vào hoa đó, bạn sẽ thấy gai bên trong đâm vào bạn.

Khi mọi người đi bắt cá họ móc mồi nào đó vào lưỡi câu. Bản ngã muốn trở thành người chủ của người khác, nó muốn sở hữu họ, cho nên nó găm sâu họ bằng mồi của yêu trên lưỡi câu. Cho nên nhiều người kết thúc trong đau đớn và khổ sở vì ảo tưởng của họ về yêu; ngay cả trong địa ngục nhiều người cũng không chịu khổ nhiều thế. Vì ảo tưởng này về yêu mà toàn thế giới, toàn thể nhân loại đang khổ. Nhưng dầu vậy chúng ta không hiểu rằng yêu từ bản ngã là giả.... Đây là lí do tại sao địa ngục này đã được tạo ra.

Yêu mà có bản ngã được dính vào là hình thể của ghen tuông - đây là lí do tại sao không người nào ghen như những người yêu ghen. Yêu được gắn với bản ngã là mưu đồ và thủ đoạn để sở hữu người khác. Nó là âm mưu - đó là lí do tại sao không ai gây ngạt thở cho nhiều người thế như những người nói về yêu. Tình huống này được tạo ra vì 'yêu' tới từ bản ngã - không bao giờ có thể có bất kì quan hệ nào giữa yêu và bản ngã.

Jalaluddin thường hát bài ca, một bài ca rất hay. Ông ấy thường đi từ thị trấn này sang thị trấn khác vừa hát bài ca này.

Bất kì khi nào mọi người đề nghị ông ấy nói cho họ cái gì đó về thượng đế, ông ấy sẽ hát bài ca này. Bài ca này là rất tuyệt vời. Trong bài ca đó ông ấy nói rằng một người yêu đi tới cửa nhà người được yêu của mình và gõ cửa. Và người được yêu hỏi, "Anh là ai đây?"

Người yêu nói - như mọi người yêu đều nó - "Anh là người yêu của em!" Có im lặng bên trong. Không câu trả lời nào tới, không tiếng nói nào được nghe thấy từ bên trong. Người yêu bắt đầu gõ cửa lần nữa, to hơn nhưng dường như là không có ai bên trong. Anh ta bắt đầu kêu lên, "Tại sao có im lặng bên trong? Trả lời anh đi. Anh là người yêu của em. Anh đã tới." Nhưng anh ta càng nói to hơn "Anh đã tới, anh là người yêu của em," ngôi nhà càng trở nên im lặng như nấm mồ. Không có câu trả lời từ bên trong.

Thế rồi anh ta bắt đầu đập đầu vào cửa và nói, "Ít nhất một câu trả lời chứ."

Và một câu trả lời tới từ bên trong. Nó là, "Có thể không có chỗ trong nhà này cho hai người. Mình nói 'Anh đã tới, anh là người yêu của em' nhưng mình đã hiện diện ở đây. Có thể không có chỗ cho hai người ở đây. Cánh cửa của yêu chỉ có thể mở cho những người đã bỏ cái 'tôi'. Bây giờ đi vậy! Lúc khác nào đó hãy tới."

Người yêu bỏ đi và anh ta đã cầu nguyện và đã thiền trong nhiều năm. Nhiều mùa trăng trôi qua, nhiều lần mặt trời mọc và lặn trôi qua, nhiều năm trôi qua - và thế rồi anh ta trở lại cánh cửa này. Khi anh ta gõ cửa anh ta lại nghe thấy cùng câu hỏi, "Anh là ai?" Lần này người yêu nói, "Không có 'tôi'! Chỉ có em."

Jalaluddin đã nói rằng tại điểm này cửa mở ra.

Tôi sẽ không mở cửa đâu. Jalaluddin đã chết nhiều năm trước rồi, cho nên không có cách nào cho tôi nói với ông ấy rằng thời gian đã không đúng cho cửa được mở; ông ấy đã cho phép cửa được mở quá sớm - vì một người nói "Chỉ có em", vẫn trải nghiệm bản thân người đó là như cái 'tôi'. Duy nhất người không biết 'em' mà cũng không trải nghiệm bản thân người đó như cái 'tôi'.

Cho nên mặc dầu nói yêu không chứa 'hai', điều đó sai tương đương với nói rằng yêu chỉ chứa một. Trong yêu không hai không một nào tồn tại. Nếu có ý tưởng về một, biết rằng người kia cũng hiện diện vì chỉ người kia có thể nhận biết về một. Nơi 'em' hiện diện, 'tôi' cũng hiện diện.

Cho nên tôi sẽ cho người yêu đó đi xa lần nữa. Người đó nói, "Không có 'tôi', chỉ có em." Nhưng người mà nói điều này, là có đó, toàn bộ ở đó. Người đó chỉ học được thủ đoạn. Lần thứ nhất anh ta đã trả lời, 'Anh đây', và cửa vẫn còn đóng, cho nên sau nhiều năm suy tư anh ta đã quyết định nói, "Tôi không có, chỉ có em."

Nhưng ai sẽ nói điều này? Tại sao anh ta sẽ nói điều này? Người biết 'em', cũng biết 'tôi'.

Nhớ rằng 'em' là cái bóng của 'tôi'. Với người có cái 'tôi'; đã biến mất, 'em' cũng không còn lại.

Cho nên tôi sẽ cho người yêu này đi xa vì người được yêu đã nói, "Không có chỗ cho hai." Người này đã không hiểu điều đó; anh ta đã hét to và nói, "Hai ở đâu? Bây giờ anh không có, chỉ có em!"

Người được yêu đã bảo anh ta ra đi vì anh ta đã chỉ biết thủ đoạn. Anh ta vẫn thấy hai người. Người được yêu đã nói rằng nếu hai không còn đó thế thì người yêu thậm chí sẽ không

có mở cửa - vì ai có đó để yêu cầu mở cửa, và ai là người muốn mở nó? Trong nhà của hai không thể có yêu.

Người yêu đi xa. Nhiều năm trôi qua, và anh ta đã không quay lại - anh ta không bao giờ quay lại. Thế rồi người được yêu đi tìm anh ta.

Cho nên tôi nói rằng ngày cái bóng của cái 'tôi' của chúng ta biến mất, ngày không 'tôi' không 'bạn' còn lại, ngày đó bạn không phải tìm điều thiêng liêng, điều thiêng liêng sẽ tới tìm bạn.

Không người nào có thể tìm kiếm điều thiêng liêng, vì người đó không có năng lực cho việc tìm kiếm như vậy. Nhưng khi ai đó đã trở nên sẵn sàng biến mất, đã trở nên sẵn sàng là hư không, đã trở nên sẵn sàng trở thành trống rỗng, thế thì điều thiêng liêng chắc chắn sẽ tìm người đó. Chỉ điều thiêng liêng có thể tìm người, người không bao giờ có thể tìm điều thiêng liêng, vì ngay cả trong việc tìm, bản ngã hiện diện - "Mình đang tìm, mình phải đạt tới thượng đế. Mình đã đạt tới giàu có, mình đã đạt tới địa vị trong nghị viện, mình đã có nhà lớn, bây giờ mục đích cuối cùng còn lại: mình cũng muốn đạt tới điều thiêng liêng. Làm sao mình có thể buông bỏ danh tiếng của việc đạt tới thượng đế! Nó sẽ là thắng lợi cuối cùng của mình. Mình phải đạt tới thắng lợi này. Mình cũng phải đạt tới điều thiêng liêng." Đây là tuyên bố, sự nhấn mạnh, việc tìm kiếm của bản thân bản ngã.

Cho nên người tôn giáo không phải là người bắt đầu việc tìm kiếm điều thiêng liêng. Người tôn giáo là người bắt đầu việc tìm kiếm cái 'tôi' của mình và người đó càng tiếp tục tìm, người đó càng thấy ra rằng cái 'tôi' của mình không có đó chút nào. Và ngày cái 'tôi' không còn lại, ngày đó cánh cửa đang che giấu yêu mở ra cho người đó.

Cho nên điều cuối cùng là: tiếp tục tìm cái 'tôi' của bạn, không tìm để thấy hồn. Bạn không biết gì về hồn của bạn chút nào. Không đi tìm điều thiêng liêng bởi vì bạn thậm chí không có hơi chút ý tưởng nào về điều thiêng liêng. Làm sao bạn sẽ tìm cái mà bạn không có bất kì ý tưởng nào chút nào? Bạn sẽ tìm ở đâu ai đó mà bạn không có địa chỉ của người đó? Bạn sẽ tìm ở đâu ai đó mà bạn không có thông tin về người đó? Bạn sẽ tìm ở đâu người không có bắt đầu và không có kết thúc, người có vị trí mà bạn không có ý tưởng về điều đó? Bạn sẽ trở thành điên! Bạn sẽ không biết chỗ nào mà nhìn.

Nhưng chúng ta biết một điều: chúng ta biết cái 'tôi' này của chúng ta. Cho nên trước hết chúng ta phải tìm cái 'tôi' này - tìm ra nó là gì, nó ở đâu, và nó là ai. Và khi bạn tìm nó, bạn sẽ ngạc nhiên tìm thấy rằng cái 'tôi' này không tồn tại; nó đã là khái niệm tuyệt đối giả. Nó đã là tưởng tượng của bạn rằng cái 'tôi' tồn tại; nó đã là ảo tưởng được bản thân bạn nuôi dưỡng.

Khi trẻ nhỏ được sinh ra, chúng ta cho chúng cái tên với mục đích thuận tiện. Chúng ta gọi ai đó là Rama, ai đó là Krishna, ai đó là cái gì đó khác. Không ai có bất kì cái tên nào, mọi cái tên đều chỉ vì mục đích thuận tiện, nhưng về sau, nghe và nghe nó liên tục, người ta có ảo tưởng rằng đây là tên của người đó - tôi là Rama, tôi là Krishna. Và nếu bạn nói cái gì đó xấu về Rama anh ta sẽ sẵn sàng đánh bạn - bạn đã lãnh mạ anh ta. Và anh ta đã có được cái tên này ở đây?

Không ai được sinh ra với cái tên. Mọi người được sinh ra đều vô danh, nhưng tên có tiện dụng xã hội. Làm nhãn mà không có tên là khó, do đó chúng ta cho cái tên. Chúng ta cho cái tên để cho người khác có thể nhận diện bạn. Nó là một tiện ích xã hội. Và nếu chúng ta dùng cái tên để đồng nhất bản thân chúng ta thì sẽ có lẫn lộn - chúng ta đang gọi bản thân chúng ta hay ai đó khác? Cho nên, để tránh lẫn lộn chúng ta

gọi bản thân mình là 'tôi'. 'Tôi' là danh hiệu người ta gọi bản thân mình, và cái tên là danh hiệu để người khác gọi. Cả hai danh hiệu đều là tiện ích xã hội, tưởng tượng. Và chúng ta xây ngôi nhà của cuộc đời chúng ta quanh hai danh hiệu này, cái đơn giản là hai từ trống và không gì khác, đằng sau chúng không có chân lí, đằng sau chúng không có bản chất. Chỉ có các cái tên, chỉ các danh hiệu.

Có lần một sai lầm như vậy đã xảy ra. Có một cô gái nhỏ tên là Alice. Và Alice đi lang thang trong một miền đất lạ, miền đất hứa. Khi cô ấy tới Hoàng hậu miền đất hứa, Hoàng hậu hỏi Alice một câu hỏi. Bà ấy nói, "Cháu có gặp ai đó trên đường tới đây không?" Alice đáp, "Cháu gặp không ai."

Nhưng Hoàng hậu nghĩ rằng cô bé đã gặp ai đó tên là "Không ai". Và ảo tưởng này trở nên mạnh hơn vì thế rồi sứ giả của Hoàng hậu tới và Hoàng hậu cũng hỏi ông ta liệu ông ta có gặp người nào không. Ông ta cũng nói, "Không ai."

Hoàng hậu nói, "Điều này rất kì lạ." Bà ấy nghĩ rằng một người tên là "không ai" đã gặp cả hai Alice và sứ giả. Cho nên bà ấy nói với sứ giả, "Đường như là Không ai bước đi chậm hơn ông."

Phát biểu đó có hai nghĩa. Một nghĩa là ở chỗ không ai bước chậm hơn sứ giả. Sứ giả trở nên sợ vì sứ giả phải bước đi rất nhanh. Cho nên ông ta nói, "Không! Không ai bước nhanh hơn tôi."

Hoàng hậu nói, "Đây là tình huống khó khăn! Ông nói rằng Không ai bước nhanh hơn ông. Nhưng nếu Không ai bước nhanh hơn ông, thế thì ông ta phải tới trước ông chứ, ông ta phải đã tới rồi chứ." Đến giờ sứ giả đáng thương mới nhận ra

rằng một loại hiểu lầm nào đó đã xảy ra! Ông ta nói, "Không ai là không ai."

Hoàng hậu nói, "Ta biết rằng Không ai là Không ai. Nhưng ông ta là ai? Nói cho ta đi. Ông ta phải đã tới bây giờ. Ông ta ở đâu?"

Với con người, cùng việc hiểu lầm này qua ngôn ngữ xảy ra. Tên của mọi người là 'không ai'. Không cái tên nào có bất kì nghĩa nào nhiều hơn điều này. Mọi ý tưởng về 'tôi' đều là không ai, không nhiều hơn điều đó. Nhưng qua việc hiểu lầm của ngôn ngữ một ảo tưởng được tạo ra rằng tôi là cái gì đó. Tôi có cái tên.

Con người chết nhưng để lại tên mình được viết trên đá, hi vọng rằng có lẽ đá sẽ còn lại. Chúng ta không biết liệu chúng sẽ còn lại không. Mọi cát trên bãi biển đã từng là đá một thời nào đó. Mọi đá trở thành cát. Dù bạn viết tên bạn lên cát hay bạn viết nó lên đá, đó là cùng một điều. Trong câu chuyện dài của thế giới không có khác biệt giữa cát và đá. Trẻ em viết tên chúng lên cát ở bãi biển; có thể chúng nghĩ rằng ngày mai mọi người sẽ đi qua và thấy. Nhưng sóng tới và xoá sạch cát - và người già hơn cười và nói, "Các cháu hâm! Không có nghĩa trong các cái tên được viết trên cát!"

Nhưng người già hơn viết lên đá và họ không biết rằng cát được tạo ra từ đá. Không có khác biệt giữa người già và trẻ con. Trong ngu xuẩn chúng ta tất cả là như nhau về tuổi.

Một hoàng đế trở thành chakravartin. Điều này hiếm khi xảy ra. Chakravartin nghĩa là thầy của toàn thể trái đất. Một câu chuyện cổ nói rằng các chakravartin có đặc quyền đặc biệt

mà không sẵn có cho bất kì người nào khác, điều người khác không thể có. Họ có cơ hội để khắc tên của họ lên núi Tu di, núi trên cõi trời. Ngay cả trong thời gian vô hạn hiếm khi ai đó trở thành một chakravartin, cho nên có tên trên núi Tu di, núi vĩnh hằng, là hiện tượng hiếm hoi.

Khi hoàng đế trở thành chakravartin, ông ấy rất hạnh phúc. Bây giờ ông ấy có đặc quyền viết tên mình lên núi Tu di. Ông ấy lên tới lối vào cõi trời với sự hào hoa và trung diện lớn, được đi kèm bởi quân đội lớn. Người gác cổng nói, "Ông đã tới à? Ông có thể vào nhưng đám đông này không thể vào bên trong được, họ sẽ phải về nhà. Ông có mang công cụ nào để khắc tên ông không?" Hoàng đế đáp, "Tôi có mang công cụ."

Người gác cổng bảo ông ấy, "Núi Tu di này là vô hạn, nhưng đã từng có nhiều chakravartins tới mức bây giờ không còn chỗ nào để khắc vào nó. Cho nên trước hết ông sẽ phải xoá tên của ai đó và thế rồi ông có thể khắc tên của ông ở đó vì không còn chỗ nào cả; toàn thể núi bị che phủ hết."

Hoàng đế đi qua cổng. Núi này là vô hạn. Nhiều Himalayas có thể được chứa trong miền nhỏ hơn của nó, và trên bề mặt của nó thậm chí không còn một li không gian nào được bỏ lại. Ông ta đã nghĩ rằng ai đó đã trở thành chakravartin trong thời gian vô hạn, nhưng ông ta không có ý tưởng nào rằng nhiều thời gian đã trôi qua tới mức ngay cả với một người trở thành chakravartin trong thời gian vô hạn, toàn thể núi đã đầy, không chỗ nào còn bỏ trống.

Hoàng đế trở nên rất buồn và khó chịu. Người gác cổng nói với ông ta, "Đừng buồn. Bố tôi và bố của ông ấy và bố của bố ông ấy cũng thường làm việc này - trong nhiều thế hệ chúng

tôi đã biết rằng bất kì khi nào ông muốn khắc, ông phải xoá bề mặt đi. Ông không bao giờ có chỗ trống đâu."

Thế rồi hoàng đế quay đi. Ông ta nói, "Nếu người ta có thể khắc chỉ sau khi xoá tên của ai đó, thế thì điều đó là điên - vì tôi sẽ khắc và đi và thế rồi ai đó khác sẽ tới ngày mai, xoá tên tôi và khắc tên của họ. Khi núi này lớn thế và có nhiều cái tên thế, ai đọc chúng? Và phỏng có ích gì? Tôi xin lỗi, tôi đang phạm sai lầm. Điều này là vô tích sự."

Chỉ có vài người thông minh như vậy. Những người khác muốn tên của họ được viết trên đá, ở trong các đền; họ xây đài tưởng niệm và để tên của họ được viết lên chúng và quên rằng họ đã được sinh ra mà không có tên. Họ không có tên của riêng họ. Cho nên một mặt đá bị phí hoài, và mặt khác lao động bị phí hoài và khi họ chết và nói lời tạm biệt, họ đi vô danh. Chúng ta không có bất kì cái tên nào của riêng chúng ta. Cái 'tên' là ảo tưởng thấy được cho thế giới bên ngoài và cái 'tôi' là ảo tưởng thấy được cho cái bên trong. 'Tôi' và 'tên' là hai mặt của cùng một đồng tiền. Cái tên là thấy được từ phía ngoài và cái 'tôi' là thấy được từ phía bên trong. Và chừng nào ảo tưởng này của 'tên' và 'tôi' vẫn còn, chỗ từ đó yêu nảy sinh không mờ ra.

Cho nên điều cuối cùng mà tôi muốn nói là: tìm chút ít thôi. Đi tới núi Tu di và xem bao nhiêu cái tên đã được đặt ở đó. Bạn cũng muốn thêm tên của bạn bằng việc xoá bề mặt sao? Lại gần hơn chút ít tới núi và quan sát chúng biến thành cát. Quan sát trẻ em viết tên của chúng lên bãi biển. Nhìn mọi thứ xung quanh bạn và điều bạn đang làm. Chúng ta có đang phí hoài các kiếp sống của mình khi viết tên trên cát không? Và nếu bạn cảm thấy thích điều đó thế thì tìm thêm chút ít; đi

vào bên trong cái 'tôi' này và tìm. Một ngày nào đó bạn sẽ thấy rằng 'tôi' là không ai. Không người nào ở đó. Có im lặng sâu và an bình ở đó nhưng không có 'tôi'. Và ngày bạn đi tới biết rằng không có 'tôi' bên trong bạn, bạn đi tới biết cái toàn thể, cái thực sự hiện hữu - sự hiện hữu, sự tồn tại, điều thiêng liêng.

Đó là lí do tại sao tôi nói rằng yêu là cửa tới điều thiêng liêng và bản ngã là cửa tới dốt nát. Yêu là cửa tới ánh sáng và bản ngã là cửa tới tối. Tôi phải nói điều cuối cùng này trước khi chúng ta ra về. Làm cuộc thám hiểm nào đó trong yêu từ chiều hướng này đi. Nhưng việc thám hiểm này sẽ bắt đầu với bản ngã và sẽ kết thúc với việc đạt tới yêu. Cho nên thám hiểm theo chiều hướng này: cái bóng này của bản ngã có thực sự tồn tại không, cái 'tôi' này có thực sự tồn tại không? Người khởi hành cuộc thám hiểm này không chỉ không tìm thấy cái 'tôi' mà người đó cũng đạt tới điều thiêng liêng. Người bị buộc vào cái cọc 'tôi' không có khả năng làm bất kì cuộc hành trình nào vào trong đại dương của điều thiêng liêng. Đây là điều cuối cùng tôi muốn nói với bạn. Thực ra đây là điều đầu tiên và cuối cùng được nói.

'Tôi' là cái đầu tiên trong đời người ta và 'tôi' là cái cuối cùng. Người bị buộc vào trong cái 'tôi' trải nghiệm đau đớn - và sau khi được tự do khỏi 'tôi', người đó đạt tới phúc lạc. Không có câu chuyện, không có chuyện cổ tích nào ngoại trừ 'tôi'. Không có mơ nào ngoại trừ 'tôi'. Không có đối trá nào ngoại trừ 'tôi'.

Tìm cái 'tôi' này và cánh cửa tới phúc lạc có thể mở ra. Nếu tảng đá của cái 'tôi' bị đập tan, dòng suối yêu sẽ bắt đầu chảy. Thế thì tìm rót đầy với âm nhạc của yêu. Khi tìm được rót đầy bởi yêu, cuộc hành trình mới bắt đầu, điều khó mô tả bằng lời. Cuộc hành trình đó sẽ đem bạn tới chính trung tâm của sự sống.

Tôi muốn nói vài điều này trước khi ra về.

Bây giờ chúng ta sẽ ngồi cho thiên đêm. Trong mười phút chúng ta sẽ ngồi cho thiên đêm và thế rồi chúng ta sẽ nói lời tạm biệt. Và tôi sẽ nói lời tạm biệt bạn với hi vọng và lời cầu nguyện thượng đế rằng mọi người sẽ được ban phúc lành đủ để đạt tới yêu, rằng mọi người sẽ được ban phúc lành đủ để gạt bỏ ốm yếu của cái 'tôi', rằng mọi người sẽ được ban phúc lành đủ để tìm ra cái đã có bên trong người đó.

Người đi xin đã chết trong một thị trấn rất lớn - tôi hi vọng với thượng đế rằng bạn sẽ không chết như người đi xin kia! Người đi xin đã chết sau khi đi xin ở cùng chỗ trong bốn mươi năm. Ông ta đã nghĩ rằng ông ta chắc sẽ trở thành hoàng đế trong khi đi xin, nhưng bất kì người nào có thể trở thành hoàng đế bằng việc đi xin không? Người càng đi xin, người đó càng trở thành người đi xin lớn hơn.

Ngày người đó bắt đầu người đó đã là người đi xin nhỏ, ngày người đó chết người đó đã là người đi xin lớn, nhưng người đó đã không trở thành hoàng đế. Người đó đã chết. Cho nên những người ở lân cận cư xử theo cùng cách với người đó như họ đã đối xử với những người chết khác - họ mang đi xác của người đó và thiêu nó và quần áo rách mà người đó đã bỏ lại ở đó. Thế rồi mọi người ở lân cận nghĩ rằng trong bốn mươi năm người đi xin này đã làm chính trái đất này thành bản và chắc sẽ là tốt để đào một số thứ đó ra khỏi đất và vứt nó đi. Cho nên họ bắt đầu đào.

Thế rồi họ nhận được sự ngạc nhiên lớn - nếu người đi xin mà còn sống người đó chắc đã phát điên! Sau khi đào đất họ tìm thấy một kho báu khổng lồ được chôn ngay dưới nơi người đi xin thường ngồi và xin. Người đó đã không biết rằng

nếu người đó mà đào đất bên dưới mình, người đó chắc sẽ trở thành hoàng đế và chắc đã không cần đi xin từ lâu.

Nhưng người đáng thương này đã biết cái gì? Mắt người đó đã nhìn ra ngoài, tay người đó đã chìa ra, cho nên người đó chết mà vẫn đang đi xin. Mọi người lân cận đứng đó hoàn toàn choáng - đây là loại người đi xin gì vậy! Kẻ ngốc này thậm chí đã không nhận ra rằng kho báu được chôn ở chỗ người đó đã ngồi.

Tôi đã đi tới khu vực đó và đã gặp những người ở lân cận và tôi đã nói với họ, "Các bạn ngốc, đừng quan tâm tới người đi xin này. Bỏ phán xét của các bạn về người đi xin này đi. Thỉnh thoảng các bạn cũng đào đất bên dưới bạn đi - bằng không có thể là khi bạn chết những người khác sẽ cười bạn." Khi một người chết đi những người khác cười anh ta rằng anh ta điên, anh ta đã không thể đạt tới bất kì cái gì trong đời anh ta. Và họ không biết rằng những người khác chỉ đang đợi họ chết để cho những người đó có thể cũng cười và nói rằng người này thực sự là điên và đã không thể đạt tới bất kì cái gì.

Người đang sống cười ai đó khi người này chết, nhưng nếu người đang sống có thể nhận ra được ý tưởng về việc cười bản thân mình khi người đó vẫn đang sống, thế thì cuộc sống của người đó sẽ thay đổi. Người đó sẽ trở thành người khác. Nếu trong ba ngày này của trại bạn nhớ cười bản thân bạn thế thì vấn đề được kết thúc. Nếu bạn nhớ đào lên chỗ bạn đang đứng bây giờ thế thì vấn đề được kết thúc. Thế thì mọi điều tôi đã nói chắc chắn có thể đi tới kết quả của nó trong bạn.

Đến cuối tôi chỉ cầu nguyện rằng bạn sẽ không chết là người đi xin mà là hoàng đế. Tôi cầu nguyện rằng bạn sẽ không cho người bên cạnh cơ hội để cười. Trong những ngày này bạn đã lắng nghe các câu chuyện của tôi một cách im lặng thế và

đáng yêu thế, tôi rất lấy làm biết ơn. Và tôi cúi mình trước thượng đế hiện diện trong mọi người. Xin chấp nhận lời chào mừng của tôi.

Bây giờ chúng ta sẽ ngồi cho buổi thiền đêm. Tất cả các bạn làm ra không gian nào đó để cho bạn có thể nằm ra. Đây là buổi thiền cuối cho nên dùng nó một cách toàn bộ như bạn có thể dùng. Mọi người nên ở một khoảng cách nào đó với nhau.

Không nói chuyện. Không ai được nói chuyện. Những người ngồi đó nên tản ra. Không ai được chạm vào bất kì ai khác. Di chuyển ra xa khỏi chỗ đó, di chuyển tới chỗ có không gian. Không nói chuyện chút nào vì việc này chẳng liên quan gì tới việc nói. Một số người nên tới đây ở hàng trước và cẩn thận rằng không người nào bị quấy rối vì ai đó khác.

Trước hết nằm ra với thân thể bạn hoàn toàn được thả lỏng. Cho phép nó chùng hoàn toàn và được thả lỏng. Thế rồi từ từ nhắm mắt lại. Nhắm mắt lại.

Bạn đã nhắm mắt và đã hoàn toàn thả lỏng thân thể. Bây giờ tôi sẽ cho các gợi ý - liên tục nghe, thân thể và tâm trí của bạn sẽ đi theo chúng.

Cảm thấy rằng thân thể đang trở nên được thả lỏng, thân thể đang trở nên được thả lỏng, thân thể đang nhận thả lỏng, thân thể đang trở nên được thả lỏng. Cảm thấy rằng thân thể đang được thả lỏng, cho phép thân thể được thả lỏng toàn bộ. Và cảm thấy trong tâm trí rằng thân thể đã trở nên được thả lỏng toàn bộ, thân thể đã trở nên được thả lỏng, thân thể đã trở nên được thả lỏng toàn bộ....

Hơi thở đang trở nên im lặng. Cảm thấy trong tâm trí rằng hơi thở đang trở nên im lặng, hơi thở đang trở nên im lặng.... Hơi thở đã trở nên im lặng, hơi thở đã trở nên im lặng....

Tâm trí cũng đang trở nên trống rỗng. Tâm trí đang trở nên im lặng. Cảm thấy rằng tâm trí đang trở nên im lặng, tâm trí đã trở nên im lặng....

Bây giờ trong mười phút vẫn còn thức tỉnh bên trong và giữ việc nghe một cách im lặng mọi âm thanh xung quanh. Duy trì thức tỉnh bên trong, không đi vào ngủ. Vẫn còn ý thức bên trong. Duy trì thức tỉnh bên trong và giữ việc nghe một cách im lặng. Chỉ giữ việc nghe. Giữ việc nghe im lặng của đêm, và trong khi nghe, trống rỗng sâu sẽ nảy sinh.

Nghe! Trong mười phút giữ việc nghe một cách im lặng, chỉ nghe một cách im lặng. Tâm trí đang trở nên trống rỗng hoàn toàn. Tâm trí đang trở nên trống rỗng. Tâm trí đã trở nên trống rỗng, tâm trí đã trở nên trống rỗng....

Tâm trí đã trở nên trống rỗng toàn bộ. Tâm trí đang trở nên trống rỗng. Việc bị nhận chìm vào trong trống rỗng được tạo ra khắp xung quanh. Tâm trí đang trở nên trống rỗng. Tâm trí đang trở nên trống rỗng, tâm trí đang trở nên trống rỗng.

Tâm trí trở nên im lặng. Tâm trí đang trở nên trống rỗng. Chìm sâu hơn đi. Tâm trí đang trở nên trống rỗng Tâm trí đã trở nên trống rỗng hoàn toàn....

Về Osho

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

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

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

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

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

Bài nói của ông cho các đệ tử và người tìm kiếm tâm linh đã được xuất bản trong hơn sáu trăm năm mươi tập, và đã được dịch sang hơn bốn mươi ba thứ tiếng. Và ông nói, “Thông điệp của tôi không phải là học thuyết, không phải là triết lí. Thông điệp của tôi là giả kim thuật nào đó, khoa học về biến đổi, cho nên chỉ những ai sẵn sàng chết như họ hiện tại và được sinh ra lần nữa trong cái gì đó mới đến mức họ không thể nào hình dung ra được điều đó ngay bây giờ... chỉ vài người dũng cảm sẵn sàng lắng nghe, vì lắng nghe là sắp nguy hiểm.

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

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

Tâm xã Osho quốc tế

Pune, Ấn Độ

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

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

Một ốc đảo nhỏ mà trong đó cuộc sống đang diễn ra với cái nhìn hoàn toàn khác; nơi cuộc sống diễn ra có mục đích, ý nghĩa, nơi cuộc sống diễn ra có phương pháp, nơi cuộc sống diễn ra trong tỉnh táo, nhận biết, tỉnh thức; nơi cuộc sống không phải chỉ là điều ngẫu nhiên, nơi cuộc sống bắt đầu trở thành ngày một trưởng thành hơn theo chiều hướng nào đó.

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

Nỗ lực của chúng tôi là để làm cho thiên trở thành có sẵn cho từng người và mọi người; bất kì ai muốn thiên, thiên đều sẵn có tương ứng với kiểu của người đó. Nếu người đó cần nghỉ ngơi, nghỉ ngơi cũng nên là thiên của người đó. “Ngôi im lặng không làm gì, xuân tới và cỏ tự nó mọc lên” - đó sẽ là thiên của người đó. Chúng ta phải tìm ra thật nhiều chiều hướng cho thiên, nhiều như số người trên thế gian này. Và khuôn mẫu phải đừng quá cứng nhắc, vì chẳng có hai cá nhân nào giống nhau. Đây là cuộc cách mạng. Cá nhân phải không bị gò khít vào khuôn mẫu; nhưng khuôn mẫu phải vừa vặn với

cá nhân. Đó là lí do tại sao bạn thấy có nhiều cách thiền thể đang diễn ra ở đây. Cách thức có thể là chủ động hay thụ động, không thành vấn đề, mục tiêu là một: làm sao làm cho bạn thành im lặng đến mức tất cả mọi ý nghĩ biến mất và bạn chỉ là tấm gương, phản chiếu cái đang đây.

Đa đại học Osho

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

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

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

Để biết thêm thông tin

<http://www.osho.com>
Osho Community International
17 Koregaon Park
Pune 411 011 (MS) Ấn Độ
Tel: + 91 (212) 628 562
Fax: + 91 (212) 624 181
Email: osho-community@osho.com
Osho International

410 Park Avenue, 15th Floor,
New York, NY 10022
Tel. +1 212 231 8437
Fax. +1 212 658 9508
<http://www.osho.com/oshointernational>
Klau Steeg:
klau.steeg@oshointernational.com
Montse Cortazar:
montse.cortazar@oshointernational.com
Office email:
oshointernational@oshointernational.com
Royalties: OshoOffice@oshointernational.com

Để xem tin tức, trao đổi nói chuyện, xem các trích đoạn và toàn văn bài nói của Osho, các bạn có thể ghé thăm trang web <http://oshovietnam.org>

Để xem những trích đoạn mới nhất của sách Osho các bạn có thể theo dõi trên Facebook:

<https://www.facebook.com/OshoFansVietnam?ref=hl>

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

<http://oshovietnam.org/sach/sach-cua-osho/bai-noi-cho-nguoi-tim-kiem>

<http://oshovietnam.org/sach/sach-cua-osho/cach-song-co-y-thuc>

Hoặc vào website:

<http://oshovietnam.vn>

Về tác giả

Osho thách thức các phân loại. Hàng nghìn bài nói của ông bao quát mọi điều từ cuộc truy tìm cá nhân về ý nghĩa cho tới những vấn đề xã hội và chính trị khẩn thiết nhất mà xã hội ngày nay đang đối diện. Sách của Osho không được viết ra mà được dỡ ra từ các bản ghi âm thanh và video về các bài nói ngẫu hứng của ông cho khán giả quốc tế. Như ông đã nói điều đó, “Vậy nhớ lấy: bất kì điều gì tôi đang nói không chỉ là cho bạn... tôi đang nói cho các thế hệ tương lai.”

Osho đã được tờ Sunday Times ở London mô tả là một trong “1000 người làm nên thế kỉ 20” và được tác giả người Mĩ Tom Robbins mô tả là “con người nguy hiểm nhất từ Jesus Christ.” Tờ Sunday Mid-Day (Ấn Độ) đã chọn Osho là một trong mười người - cùng với Gandhi, Nehru và Phật - những người đã làm thay đổi Ấn Độ.

Về công trình riêng của mình Osho đã nói rằng ông đang giúp để tạo ra hoàn cảnh cho sự ra đời của một loại người mới. Ông thường đặc trưng con người mới là “Zorba Phật” - có khả năng vừa tận hưởng vui thú trần gian của Zorba người Hi Lạp và trung thực im lặng của Phật Gautama.

Chạy như sợi chỉ xuyên suốt mọi khía cạnh của các bài nói và thiền của Osho là viễn kiến bao quát cả trí tuệ vô thời gian của mọi thời đại quá khứ và tiềm năng cao nhất của khoa học và công nghệ ngày nay (và ngày mai).

Osho được biết tới từ đóng góp cách mạng của ông cho khoa học về biến đổi bên trong, với cách tiếp cận tới thiền thừa nhận nhịp độ tăng tốc của cuộc sống đương đại. Thiền Động

duy nhất của OSHO được thiết kế để đầu tiên xả ra những căng thẳng tích lũy của thân thể và tâm trí, để cho dễ dàng hơn việc trải nghiệm về tĩnh lặng và thanh thoi vô suy nghĩ trong cuộc sống thường ngày.

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

Osho, Dhammapada: Con đường của Phật, 5

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

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

Osho, Từ nhân cách tới cá nhân

Sách Osho đã dịch sang tiếng Việt

Số	Tên sách	Năm
1.	Đường tôi con đường của mây trắng	1997
2.	Biến chuyển Tantra	1997
3.	Ngón tay chỉ trăng	1997
4.	Thiền là gì?	1997
5.	Đi tìm điều huyền bí, t.2	1998
6.	Thiền: Tự do đầu tiên và cuối cùng	1998
7.	Kinh Kim Cương	1998
8.	Tôi là lối cổng	1998
9.	Nhịp đập của tuyệt đối	1998
10.	Tâm Kinh	1998
11.	Mưa rào không mây	1999
12.	Nhạc cổ trong rừng thông	1999
13.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.1	1999
14.	Thuyền rồng	1999
15.	Tín Tâm Minh: Sách về hư không	1999
16.	Từ dục tới Siêu tâm thức	1999
17.	Từ Thuốc tới Thiền	1999
18.	Cương lĩnh Thiền: Tự do với chính mình	2000
19.	Vô trí: Hoa của vĩnh hằng	2000
20.	Bồ đề đạt ma: Thiền sư vĩ đại nhất	2000
21.	Và hoa đã mưa xuống	2000
22.	Đạo: Ba kho báu - t.1	2001
23.	Kinh nghiệm Tantra	2001
24.	Bản kinh cuối cùng - t.6	2001
25.	Chiều bên kia cái biết	2001
26.	Kỉ luật của siêu việt - t.3	2002

Số	Tên sách	Năm
27.	Con đường bên ngoài mọi con đường	2002
28.	Không nước không trăng	2002
29.	Om Mani Padme Hum	2002
30.	Nam Tuyền: Điểm khởi hành	2003
31.	Triệu Châu: Tiếng gầm của sư tử	2003
32.	Mã Tổ: Gương rỗng	2003
33.	Lâm Tế: Thầy của điều phi lí	2003
34.	Bách Trượng: Đỉnh Everest của Thiên	2003
35.	Qui Sơn: Không dấu chân trên trời xanh	2003
36.	Ngưỡng Sơn: Người thực của Thiên	2004
37.	Đạo Nguyên Thiên sư: Tìm kiếm và hoàn thành	2004
38.	Dược Sơn: Thẳng tới điểm chứng ngộ	2004
39.	Đi tìm điều huyền bí - t.1	2004
40.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.2	2004
41.	Từ Thuốc tới Thiên (chỉnh lí)	2004
42.	Trưởng thành: Trách nhiệm là chính mình	2005
43.	Sáng tạo: Khai nguồn sức mạnh bên trong	2005
44.	Dũng cảm: Vui sống hiểm nguy	2005
45.	Tử thuốc cho linh hồn	2005
46.	Cân bằng thân tâm	2005
47.	Ta là cái đó	2006
48.	Tình yêu, tự do, một mình	2006
49.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.3	2006
50.	Kỉ luật của siêu việt - t.1	2006
51.	Kỉ luật của siêu việt - t.2	2006
52.	Kỉ luật của siêu việt - t.4	2007
53.	Vui vẻ: Hạnh phúc từ bên trong	2007
54.	Chuyến bay của một mình tới một mình	2007
55.	Nhận biết: Chìa khoá sống trong cân bằng	2007

Số	Tên sách	Năm
56.	Tự do: Dũng cảm là bản thân mình	2007
57.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.4	2007
58.	Trực giác: Việc biết bên ngoài logic	2007
59.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.5	2008
60.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.6	2008
61.	Thân thiết: Tin cậy bản thân mình và người khác	2008
62.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.7	2008
63.	Từ bi: Việc nở hoa tối thượng của yêu	2008
64.	Đạo: lịch sử và giáo huấn	2008
65.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.8	2009
66.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.9	2009
67.	Cuộc sống, tình yêu, tiếng cười	2009
68.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.10	2009
69.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.11	2009
70.	Dhammapada: Con đường của Phật - t.12	2009
71.	Đạo: Ba kho báu - t.2	2010
72.	Đạo: Ba kho báu - t.3	2010
73.	Đạo: Ba kho báu - t.4	2010
74.	Đạo: Đường vô lộ - t.1	2011
75.	Đạo: Đường vô lộ - t.2	2011
76.	Đạo: Cổng Vàng - t.1	2012
77.	Đạo: Cổng Vàng - t.2	2012
78.	Cỏ tự nó mọc lên	2012
79.	Yoga: Alpha và Omega - t.1	2012
80.	Yoga: Alpha và Omega - t.2	2012
81.	Yoga: Alpha và Omega - t.3	2012
82.	Yoga: Alpha và Omega - t.4	2012
83.	Yoga: Alpha và Omega - t.5	2012
84.	Yoga: Alpha và Omega - t.6	2012

Số	Tên sách	Năm
85.	Yoga: Alpha và Omega - t.7	2013
86.	Yoga: Alpha và Omega - t.8	2013
87.	Yoga: Alpha và Omega - t.9	2013
88.	Yoga: Alpha và Omega - t.10	2013
89.	Bí mật của các bí mật - t.1	2013
90.	Bí mật của các bí mật - t.2	2013
91.	Sen trắng	2014
92.	Tương lai vàng - t.1	2014
93.	Tương lai vàng - t.2	2014
94.	Tìm trâu	2014
95.	Khi giấy vừa	2014
96.	Sống Thiền	2014
97.	Nguyên lí thứ nhất	2014
98.	Thầy hoàn hảo - t.1	2015
99.	Thầy hoàn hảo - t.2	2015
100.	Ngõ ở ngoài	2015
101.	A cái này	2015
102.	Sét đánh bất thân	2015
103.	Chim tung cánh	2015
104.	Ngôn ngữ của sự tồn tại	2016
105.	Niết bàn ác mộng cuối	2016
106.	Phép màu	2016
107.	Thiền - truyền trao đặc biệt	2016
108.	Phật - trống rỗng của tim	2016
109.	Giả kim thuật mới	2016
110.	Coi nó là dễ - t1	2017
111.	Coi nó là dễ -t2	2017
112.	Thiền sư Đại Huệ - t1	2017
113.	Thiền sư Đại Huệ - t2	2018

Số	Tên sách	Năm
114.	Thiền: Điều huyền bí và Thơ ca của cõi bên kia	2018
115.	Thiền: Bước nhảy lượng tử từ tâm trí sang vô trí	2018
116.	Thiền: Sét Kim cương	2018
117.	Thiền: Thú vị, Sức sống, Phần khởi và Sinh động	2019
118.	Quay vào trong	2019
119.	Tùng tùng các tùng	2019
120.	Trở về Cội nguồn	2019
121.	Thiền: Chim đơn độc, chim cu cu của rừng	2019
122.	Vigyan Bhairav Tantra-t1	2019
123.	Vigyan Bhairav Tantra-t2	2020
124.	Vigyan Bhairav Tantra-t3	2020
125.	Vigyan Bhairav Tantra-t4	2020
126.	Cảm và Biết	2020
127.	Bước trong Thiền, ngồi trong Thiền	2021
128.	Một hạt mầm làm cả trái đất xanh	2021
129.	Con người nguyên bản	2021
130.	Chính thân thể này là Phật	2021
131.	Mặt trời mọc buổi tối	2021
132.	Tôi mở hội bản thân tôi- Thượng đế không ở đâu, Cuộc sống ở đây bây giờ	2021
133.	Thế này, Thế này, Nghìn lần Thế này	2021
134.	Thiền - Con đường của nghịch lí, t.1	2021
135.	Thiền - Con đường của nghịch lí, t.2	2022
136.	Thiền - Con đường của nghịch lí, t.3	2022
137.	Tâm lí của bí truyền	2022
138.	Con đường của Thiền	2022
139.	Con đường của Yêu	2022

Số	Tên sách	Năm
140.	Điều huyền bí ẩn kín	2022
141.	Hành trình bên trong	2022
142.	Sách về trí tuệ, tập 1	2023
143.	Sách về trí tuệ, tập 2	2023
144.	Con đường của nhà huyền bí, tập 1	2023
145.	Con đường của nhà huyền bí, tập 2	2023
146.	Con đường Đạo, tập 1	2023
147.	Con đường Đạo, tập 2	2023