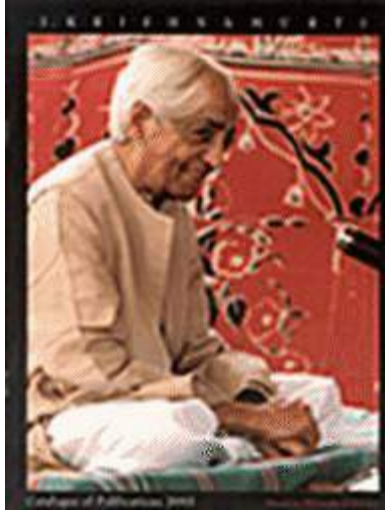




J. KRISHNAMURTI

TUYỂN TẬP

TUYỂN TẬP KRISHNAMURTI



Chuyển Ngữ: Dannyviet

Nguồn gốc:

www.thuvienhoasen.org

Biên tập lại và đăng tại:

<http://groups.google.com/group/krishnamurti102>

Mục Lục

J. KRISHNAMURTI CUỘC ĐỜI và TỰ TƯỞNG
ÁNH SÁNG CHO CHÍNH MÌNH
BẢN THÂN VÀ SỰ SỢ HÃI
CHIẾN TRANH
GIÁO DỤC
KHÔNG THÀNH KIẾN
NGUYÊN NHÂN CỦA SỰ SỢ HÃI
SÔNG ĐƠN GIẢN
SÔNG và CHẾT
SỰ SỢ HÃI
TÂM CẢM
TÂM ĐẠO và ĐẠO SƯ
TÂM TRÍ TĨNH LẠNG
THẨM QUYỀN NGĂN TRỞ SỰ HỌC HỎI
TÌNH CẢM CỦA ĐỨA TRẺ
TRÍ TUỆ
TỰ DO
TỰ DO TỰ TƯỞNG
VỀ ĐẸP của THIÊN NHIÊN
VỀ THẨM QUYỀN
YÊU
SỰ SỐNG VĨNH CỬU
CÁI "MỚI" TUYỆT ĐIỆU
CẢM NHẬN THỰC TẠI
GIẢI THOÁT KHỎI DÍNH MẮC
NIỀM TIN
GIAO CẢM VỚI THIÊN NHIÊN
TỰ DO ĐÍCH THỰC
CỐT TỦY NHỮNG LỜI THUYẾT GIẢNG
NỖI SỢ KHÔNG RỜI
CHẾT LÀ THẾ NÀO
SỰ THAY ĐỔI CẤP THIẾT
ĐẾN VỚI THƯỢNG ĐẾ
SỰ HÀI HÒA GIỮA SINH VÀ TỬ
SỰ HÀI HÒA TRONG ĐỜI SỐNG
TỰ TÌM HIỂU CHÍNH MÌNH
TỰ DO ĐÍCH THỰC
TÂM ĐẠO và ĐẠO SƯ
NHÀ GIÁO DỤC CHÂN CHÍNH
NIỀM AN LẠC CHÂN THẬT
CÁI ĐẸP và NHÀ NGHỆ SĨ
GIẢI TRỪ PHIỀN MUỘN
ĐƠN GIẢN và KHIÊM TỐN
TẠI SAO CHÚNG TA LỆ THUỘC ?
TÔI SỢ CHẾT
VỀ THỜI NGỒI LÊ MÁCH LÈO
NIỀM HẪNH DIỆN
TÂM TĨNH LẠNG

KHI TÂM HỒN ĐƯỢC KHAI PHÓNG
THỰC TẠI
NỖI ĐAU
GIÁO DỤC
THẤU HIỂU CHÍNH MÌNH
SỢ LÀ GÌ ?
KHÁT VỌNG
TÂM AN TĨNH
YẾU VÀ ĐAU KHỔ
GIAO CẢM VỚI MUÔN LOÀI
SỐNG ĐẠO
CUỘC CÁCH MẠNG ĐÍCH THỰC
LẮNG NGHE
ĐỐI THOẠI VỚI CHÍNH MÌNH
Ý NGHĨA CỦA ĐỜI SỐNG
NGƯỜI SỐNG ĐẠO
TÍN NGƯỠNG
TRÍ TUỆ
LẮNG NGHE NỘI TÂM BẠN
KHI LẮNG NGHE TÂM ĐƯỢC BUÔNG XẢ
CẢM XÚC CÓ VAI TRÒ GÌ TRONG ĐỜI SỐNG ?
CẦU NGUYỆN
CHẤM DỨT SỰ GIẬN DỮ
MỘT TÂM HỒN PHONG PHÚ TRONG SÁNG
SỰ THỨC TỈNH HÓA GIẢI MỌI VẤN ĐỀ
QUAN SÁT COI TẬP QUÁN HÌNH THÀNH RA SAO
TÌNH YÊU
NGUYÊN NHÂN CHÍNH CỦA BẠO LỰC

J. KRISHNAMURTI CUỘC ĐỜI và TƯ TƯỞNG (11th May 1895 -- 17 February 1986)

Jiddu Krishnamurti chào đời trong một gia đình Bà-la-môn trung lưu tại ngoại ô tỉnh Madanapalle, miền nam Ấn Độ. Mẹ chết sớm từ khi ông mới lên mười. Tuổi ấu thơ, ông thường xuyên đau yếu, học hành thì lơ đãng, tâm hồn thường chìm đắm trong mơ mộng và có khuynh hướng về tâm linh, về lòng nhân ái, tình thương người, thương vật và yêu thiên nhiên.

Cha của Krishnamurti là một viên chức của chính quyền. Khi về nghỉ hưu, ông cụ đề nghị với bà Annie Besant, chủ tịch hội Thông Thiên Học (The Theosophical Society), mà ông cụ là một thành viên, xin vào làm việc cho Hội. Do đó, ông cụ cùng bốn người con dọn về Trụ Sở chính của hội tại Madras, vào lúc Krishnamurti mười bốn tuổi.

Hội Thông Thiên Học do bà Helena P. Blavatsky người Nga và một cựu đại tá Hoa Kỳ là ông Steele Olcott thành lập vào năm 1875, là một hội có mục tiêu tìm hiểu các tôn giáo, các nguồn tư tưởng, minh triết, các sự huyền nhiệm trên thế giới cổ kim và các năng lực thần bí nơi con người. Khi đó, hội đang có mục tiêu soạn cho sự hạ sanh của bồ tát Di Lặc, xuống thế để làm nhiệm vụ Thế Giới Đạo Sư (World Teacher).

Cơ hội gần gũi của gia đình Krishnamurti và bà Annie Besant đã tạo nên một sự gắn bó khăng khít giữa bà và cậu bé mười bốn tuổi yếu ớt, lại có khuynh hướng tâm linh thần bí, và đã khiến cho bà và Bishop Leadbeater phát hiện ra cậu bé Jiddu Krishnamurti chính là vị hóa thân mà họ đang tìm kiếm, với những kinh nghiệm về đột biến tâm linh của cậu, khi đó Krishnamurti mới mười lăm tuổi.

Để chuẩn bị chu đáo cho sự xuất hiện của Thế Giới Đạo Sư, hội Thông Thiên Học thành lập một hội đoàn tôn giáo lấy tên là *Ngôi Sao Phương Đông* (The Order of the Star in the East) và tôn Krishnamurti làm Đạo Trưởng. Nhóm này có nhiều chục ngàn hội viên ở khắp nơi trên thế giới, với nhiều tiền bạc, nhà cửa đất đai tại Âu Châu, Úc châu, Ấn Độ, v.v...

Năm 1912, Khishnamurti được hội Thông Thiên Học chính thức tấn phong làm Thế Giới Đạo Sư. Nhưng đến năm 1929, bỗng nhiên ông giải tán hội *Ngôi Sao Phương Đông*, đọc bản tuyên ngôn "**Thực Tại (Chân Lý) là nơi không có lối mòn để vào**" (Truth is a Pathless Land). Làm việc này, ông đã đương nhiên liệng bỏ những tài sản, đất đai, tiền bạc, quyền lực và tất cả mọi vinh dự mà thế nhân dành cho nhân vật có thẩm quyền, vị Đạo Sư.

Từ đó cho đến tận những ngày cuối cùng của cuộc đời ở tuổi 91, ông đáp ứng lời mời từ khắp nơi trên thế giới, thân hành tới ngôi chung trên thảm cỏ, trong nhà hội, trong phòng họp, đến bất cứ nơi nào có người quan tâm để thảo luận với họ những vấn đề về tự do, về sự **tự giải thoát khỏi nỗi sợ hãi tiềm ẩn từ trong tiềm thức, về sự tự gỡ bỏ gông cùm của những lễ thói trói buộc con người, gỡ bỏ sự sợ hãi về các loại địa ngục do các tổ chức thần quyền tạo ra để khống chế tín đồ, về tình yêu thuần khiết, về lòng từ bi thương xót, kêu gọi mỗi người phải là nguồn ánh sáng của bản thân, v.v...** Những lời thuyết giảng của ông không phải là những kiến giải trong sách vở, nhưng là từ kinh nghiệm nội tâm. Ông không "thuyết lý", nhưng ôn tồn tâm tình với thính giả về những điều mà tất cả chúng ta quan tâm trong đời sống hằng ngày, nói về những trăn trở, băn khoăn của con người thời đại mới với sự suy sụp tinh thần và bạo lực, nói với từng cá nhân đi tìm sự an lạc, nói với người đang bần chòn tìm cách giải thoát ra khỏi cái chướng ngại của sự giận dữ, thù hận, sợ hãi, đau khổ đang ám ảnh trong nội tâm anh ta. Ông luôn luôn tha thiết với việc gỡ con người ra khỏi sự sợ hãi, một hành động "vô úy thí" cao quý.

Điểm then chốt đặc biệt của ông là, ngay như khi đang nói về các vấn đề xã hội, chính trị, hoặc kinh tế đang xảy ra, lời giải đáp của ông cũng từ cái nhìn tận gốc rễ và vượt thời gian. Ông chỉ ra cái nguyên nhân tạo vấn đề nó nằm phía sau như thế nào, và nguồn gốc của mâu thuẫn và bạo lực đã tiềm ẩn trong tâm con người ra sao. Ông không tặng chúng ta một cách giải quyết kiểu "**mì ăn liền**" cho những vấn đề của thời đại, mà là ông nhìn rõ được rằng những vấn đề này chỉ là **triệu chứng** của một chứng bệnh thâm căn cố đế, nằm sâu trong tâm não của mỗi người

trong chúng ta. Luôn luôn, ông nhắc mọi người về sức mạnh tinh thần của chính bản thân họ, luôn nhắc mọi người nhìn vào nội tâm, **tự giải thoát ra khỏi những xiềng xích tư tưởng rập khuôn của người khác.** Ông nhắc nhở mọi người **đừng tự làm nô lệ cho bất cứ loại tư tưởng nào của bất cứ ai, dù đó là những "thẩm quyền (authority),** không những thế, nên tự thanh lọc những ô nhiễm do bị những loại "thẩm quyền" nhồi nhét vào tâm não từ vô thủy. Ngay cả đến những lời nói của ông, ông cũng yêu cầu mọi người hãy chỉ coi đó là những lời trò chuyện tâm tình giữa những người bạn với nhau, đừng coi như là những lời của bậc thầy, vì chỉ riêng sự coi ai là bậc thầy thì chính cái hào quang tiềm ẩn trong cái ý nghĩ về bậc thầy đã gián tiếp tước đoạt tự do của chính mình, đã làm cho chính mình nhắm mắt trên con đường đi tìm chân lý rồi.

Đối với ông, mọi người không cần đạo sư, mà cần tự thức tỉnh. Bởi vì mỗi người đều có khả năng vô biên về sự tự thức tỉnh này, nếu họ không bị những xiềng xích của truyền thống về sự sợ hãi, không bị những "đạo sư" che mắt **ánh sáng của chính họ tự chiếu.** (This Light in Oneself). **Ánh sáng này không ai có thể "cho" người khác, không thể nhận được từ người khác truyền qua như truyền lửa từ ngọn nến này qua ngọn nến khác.** Nếu ánh sáng mà có được nhờ sự từ người khác truyền qua thì chỉ là ánh sáng của ngọn nến, nó sẽ tắt. Chính **sự tĩnh lặng, quán chiếu thâm sâu nội tâm,** người ta sẽ thức tỉnh, sẽ xuất hiện ánh sáng của chính bản thân.

Dù được cả Đông Phương và Tây Phương nhìn nhận như là một trong những đạo sư uy tín nhất, bản thân ông không tùy thuộc vào tôn giáo, môn phái hay quốc gia nào, đồng thời, cũng không tham dự vào bất cứ một trường phái chính trị hoặc ý thức hệ nào. Ngược lại, ông cho rằng chính những hình thức tổ chức ấy đã chia rẽ con người, đã là nguồn gốc của chiến tranh.

Ông luôn luôn nhắc nhở sự tĩnh tâm, tự thanh lọc những kiến chấp đã tích lũy trong tâm trí qua thời gian, để tự giải thoát.

Trải dài khoảng sáu chục năm đi khắp đó đây, ông được coi như là người nói nhiều nhất trong thời đại đầu tiên. Phần lớn các buổi thuyết giảng, thỉnh chúng lên tới hàng ngàn người, thường ngồi ngoài trời, nhất là tại các thành phố lớn.

Ông cũng thường có những buổi thảo luận riêng với các nhân vật danh tiếng thế giới như ba vị thủ tướng Ấn Độ là Jawaharlal Nehru, Indira Gandhi và Rajiv Gandhi, nhà tôn giáo học Huston Smith, Walpola Rahula, Chogyam Trungpa Rinpoche, nhà vật lý học Dr David Bohm, nhà văn Aldous Huxley, v.v...

Hầu hết các buổi thảo luận này đều có ghi âm, thu hình, và sau đó được in ra thành sách.

Thật là sai lầm đáng tiếc nếu cho rằng những lời thuyết giảng của Krishnamurti chỉ dành cho người lớn tuổi hoặc giới trí thức uyên bác. Trái lại, đó là những điều rất dễ thấm thấu vào giới trẻ mà ta có thể cảm nhận được sự sống động nơi thính chúng trong video và trong các cuộc thảo luận với học sinh còn được lưu giữ trong nhiều trường học. Là một bậc thầy cao cả, ông tìm cách tạo nên tại những trường này một bầu không khí thoải mái, không sợ hãi và kèn cựa lẫn nhau, khuyến khích các em tự tìm về nội tâm, tìm hiểu chính bản thân mình, thức tỉnh cảm quan của họ về cái đẹp của thiên nhiên, về sự cảm thông, bi mẫn với nỗi thống khổ của kiếp người, khuyến khích họ đi vào những đề tài sinh động, ngay cả đến vấn đề phức tạp nhất như là hoạt động của tâm não con người. Ông kiên trì, tận tụy với lý tưởng **"để cho mọi người được tự do, giải thoát vô điều kiện"**.

Cho đến cuối đời ông, vào lúc thế hệ mới của thời đại kỹ thuật tân tiến nở rộ, nhiều người trẻ đã tìm về ông như là tới ngôi dưới một tàng cổ thụ rủ bóng để ươm tằm phần tâm hồn.

Mặc dầu Krishnamurti nói và viết bằng Anh ngữ, các tác phẩm của ông đã được dịch sang gần năm chục thứ tiếng và ấn hành tại nhiều nước. Trên ba triệu ấn bản đã lưu hành khắp thế giới. Các tuyển tập của ông bao gồm trên một trăm ngàn trang viết tay, 2.500 audiotapes và 600 videotapes.

Đó là nói về di sản nhìn thấy được. Nhưng đáng kể phải là phần di sản sống động tiềm ẩn trong trái tim và khối óc của biết bao nhiêu con người đã có dịp thấm nhuần tư tưởng uyên áo và tấm lòng trắc ẩn của ông đối với muôn loài

Xin ghi lại một vài cảm nhận về ông:

* Đức Đạt Lai Lạt Ma:

--Krishnamurti là một trong những tư tưởng gia vĩ đại nhất của thời đại.

* Deepak Chopra:

-- Krishnamurti đã ảnh hưởng sâu sắc vào chính cuộc đời tôi, đã giúp tôi vượt qua được sự tự trói buộc đã kiềm chế tôi trên con đường tới tự do, giải thoát.

* Anne Morrow Lindbergh :

-- Nghe và đọc sách của ông (Krishnamurti) là tự quán chiếu chính mình và thế giới trong một sự tươi mát chan hòa.

ÁNH SÁNG CHO CHÍNH MÌNH

Mỗi người phải được tự do để trở thành ánh sáng cho chính mình. "Ánh sáng cho chính mình". Ánh sáng này không thể nhận được từ người khác, cũng không thể thắp lên bằng ngọn nến của người khác. Nếu bạn thắp bằng ngọn nến của người khác, nó chỉ là ngọn nến, nó có thể bị thổi tắt. Sự nghiên cứu ráo riết để tìm ra thế nào là ánh sáng cho chính mình là một phần của thiền quán. Chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu xem thế nào là ánh sáng cho chính mình và sự có ánh sáng này nó đặc biệt quan trọng đến mức nào. Thân phận của chúng ta là chấp nhận thẩm quyền, thẩm quyền của vị tu sĩ, thẩm quyền của cuốn sách, thẩm quyền của vị đạo sư, thẩm quyền của người nào đó tuyên bố rằng họ biết. Đối với tất cả những vấn đề thuộc về tâm linh, nếu có thể dùng từ "tâm linh", thì không có bất cứ loại thẩm quyền nào cả. Nếu không như vậy, bạn sẽ không có tự do để mà nghiên cứu, trầm tư, để tự tìm ra ý nghĩa mà thiền quán mang lại. Để đi vào thiền quán, bạn phải hoàn toàn thả nổi bản thân, giải phóng nội tâm khỏi tất cả mọi loại thẩm quyền, so sánh, kể cả thẩm quyền của người phát ngôn, nhất là khi người phát ngôn lại là chính tự ngã, là "cái tôi", bởi vì nếu bạn nghe theo lời của "hắn" thì..., thế là hết, là tiêu rồi!

Bạn phải nhận thức được sự quan trọng về thẩm quyền của ông thầy thuốc, của nhà khoa học; đồng thời hiểu rằng hoàn toàn không có sự quan trọng về thẩm quyền đối với nội tâm, dù rằng đó là thẩm quyền của người khác, hay của kinh nghiệm, kiến thức, quyết định, thành kiến của chính bạn. Kinh nghiệm của ai đó, hiểu biết của ai đó rồi cũng sẽ trở thành thẩm quyền của chính họ: "Tôi hiểu, cho nên tôi đúng". Nên tỉnh giác trước những loại thẩm quyền đó, nếu không, bạn sẽ không bao giờ có thể trở thành ánh sáng cho chính bạn được.....

.....Trong thiền quán, sẽ không có ai chỉ dẫn bạn, không có ai nói cho bạn biết rằng bạn đang tiến bộ, không có ai khuyến khích bạn, bạn phải hoàn toàn đơn độc. Và cái ánh sáng cho chính bạn chỉ có thể bùng lên khi chính bạn tự tìm hiểu nội tâm một cách

sâu xa, coi xem mình là cái gì. Đó là sự tự thức tỉnh, biết mình là cái gì. Cái biết ấy không dựa theo các tâm lý gia, không dựa theo các triết gia, không dựa theo các diễn giả, các nhà hùng biện, nhưng là bạn "biết", bạn "tỉnh thức" về cái bản thể của bạn, sự suy nghĩ của bạn, cảm xúc của bạn, tìm ra toàn bộ cấu trúc của cái toàn thể. Biết rõ chính mình là điều tối quan trọng. Đó không phải là do người khác mô tả về mình, mà là "đích thực là cái gì?", bạn là cái gì; Đó cũng không phải "cái mà bạn tưởng rằng bạn là...", hoặc " cái mà bạn nghĩ rằng bạn nên là...", nhưng là cái đang hiện hữu thực tế là cái gì.

(Trích This Light in Oneself-True Meditation)

BẢN THÂN VÀ SỰ SỢ HÃI

Nếu bạn nghĩ rằng sự hiểu biết về chính bản thân là điều quan trọng bởi vì có tôi hoặc người nào đó đã nói với bạn rằng đó là điều quan trọng thì tôi e rằng chúng ta nên ngưng cuộc đối thoại. Nhưng nếu chúng ta đồng ý với nhau rằng sự tìm hiểu thấu đáo bản thân là điều cần thiết sinh tử, thì đó lại là điều khác hẳn, và chúng ta sẽ cùng nhau khảo sát vấn đề một cách cặn kẽ trong sự vui vẻ, thoải mái và thông suốt.

Tôi không đòi hỏi ở bạn niềm tin; tôi không tự coi như tôi là một kẻ có thẩm quyền về vấn đề nào đó. Tôi chẳng có gì để dạy bạn, thí dụ như về một triết thuyết mới, hoặc một hệ thống tư tưởng mới, hay là một con đường mới để tìm về thực tại, v.v... Không có con đường nào có thể tới được thực tại ngoài chính sự thực. Tất cả mọi loại thẩm quyền, nhất là trong lãnh vực tư tưởng và thâm hiểu, đều chỉ tàn phá, làm hại mà thôi. Thầy hại trò và trò hại lại thầy. Bạn phải là thầy và đồng thời là học trò của chính bạn. Bạn phải tự đặt câu hỏi cho chính mình về tất cả những điều mà người ta đã công nhận là có giá trị và cần thiết.

Khi không có ai để cho bạn theo đuổi, bắt chước, bạn sẽ cảm thấy rất cô đơn. Hãy nên cô đơn đi! Tại sao bạn phải sợ hãi sự sống đơn độc? Bởi vì bạn đã phải đối diện với chính mình một cách trần trụi, rằng nội tâm bạn rỗng tuếch, trì trệ, đần độn, xấu xa, tội lỗi, lo âu, khắc khoải ❖- bạn chỉ là một thực thể tầm thường, xấu xí, kém giá trị mà thôi.

Hãy đối diện với sự thực; hãy nhìn cho rõ, đừng có trốn chạy khỏi thực tế. Giây phút bạn trốn chạy chính là giây phút mà nỗi sợ hãi khởi sự ám ảnh bạn.

(Trích Freedom from the Known)

CHIẾN TRANH

Hỏi:

---Chúng ta có cách nào để giải quyết những lộn xộn về chính trị và sự khủng hoảng đang xảy ra trên thế giới chẳng? Một cá nhân có thể làm gì để chấm dứt cuộc chiến đang đe dọa không?

Krishnamurti đáp:

--- ...Những lý do nào đã tạo ra chiến tranh --tôn giáo, chính trị hay kinh tế? Hiển nhiên nguyên nhân của chiến tranh chính là tín ngưỡng; tín ngưỡng đối với chủ nghĩa ái quốc, hoặc đối với một ý thức hệ, hoặc đối với một giáo điều đặc biệt nào đó. Nếu chúng ta không có tín ngưỡng mà chỉ có lòng tốt, tình thương yêu và sự quan tâm đến nhau, như thế chiến tranh sẽ không thể xảy ra.

Nhưng chúng ta đã được nuôi dưỡng bằng đủ loại tín ngưỡng, đủ loại ý thức hệ, đủ loại tín điều, do đó, chúng ta chỉ tạo ra sự bất hòa. Chúng ta chỉ có thể, hoặc là theo đuổi con đường mâu thuẫn, chiến tranh liên tục, mà đó chính là kết quả từ hành động thường nhật của chúng ta, hoặc là nhìn thẳng vào nguyên nhân của chiến tranh rồi quay lưng lại, không tiếp tục tạo ra nguyên nhân nữa....

(Trích The First & Last Freedom)

GIÁO DỤC

Hỏi:

---Nếu chúng ta làm điều sai trái, có người đã chỉ bảo cho chúng ta biết, tại sao chúng ta lại còn tái phạm?

Krishnamurti đáp:

---Bạn nghĩ sao? Lý do nào khiến cho bạn bẻ hoa, nhổ cây, phá hoại đồ đạc, liệng giầy bừa bãi, mặc dầu tôi tin chắc là bạn đã từng nghe lời khuyên không nên làm những việc đó cả chục lần? Hãy nghe cho kỹ rồi bạn sẽ thấy. Khi bạn làm những chuyện đó, óc bạn đang ở trong tình trạng trống vắng, phải vậy không? Bạn không nhận thức được, bạn không suy nghĩ, tâm trí bạn đã ngủ quên, thành ra bạn đã làm những việc rõ ràng là ngớ ngẩn, ngu ngốc. Bao lâu mà bạn sống trong trạng thái không hoàn toàn có ý thức, không hoàn toàn tỉnh giác, thì sự kiện chỉ cứ khuyên bạn không nên làm điều này, điều nọ, sẽ chẳng có kết quả gì. Nhưng nếu nhà giáo dục mà giúp cho bạn trở nên có óc suy nghĩ, quan tâm hơn, trở nên thật là tỉnh thức, quan sát với niềm vui thích từ cây cối, chim chóc, sông ngòi, sự phong phú tuyệt vời của trái đất v.v..., khiến cho tâm hồn bạn trở nên tinh tế, sống động, đối với ngoại cảnh và cả nội tâm của bạn, thì khi đó chỉ một gợi ý nhẹ nhàng đến với bạn đã đủ cho bạn cảm nhận được vấn đề.

Buồn thay, sự nhạy cảm của bạn đã bị tàn phá mất rồi, bởi vì ngay từ lúc bạn mới lọt lòng cho đến ngày vĩnh biệt thế giới này, bạn chưa bao giờ được ngưng cái khổ nạn bị bảo cho biết rằng phải làm cái này, không được làm cái kia v.v...Cha mẹ, bậc thầy, xã hội, tôn giáo, vị linh hướng, và ngay cả cái khát vọng của chính bạn, lòng tham lam, tính ghen tị v.v..., tất cả những cái đó đã bảo cho bạn biết "nên làm cái này" và "không nên làm cái kia".

Muốn thoát khỏi tất cả những cái "nên" và "không nên" đó, và để bạn có được niềm cảm thông sâu xa, có được tính tốt lành tự nhiên, không làm đau lòng người khác, không xé giấy hoặc ném đá ra đường mà không lượm lên---điều này cần đến một sự suy nghĩ thâm trầm, sâu sắc.

Mục đích của giáo dục chắc chắn không phải là chỉ dạy cho bạn mấy chữ cái đủ để bạn biết viết cái tên của bạn, mà là đánh thức cái tinh thần trầm tư sâu sắc này, khiến cho bạn trở nên tinh tế, tỉnh giác, quan tâm và ân cần đối với cuộc đời. (Trích Think on These Things)

KHÔNG THÀNH KIẾN

Hỏi:

- Chúng ta có nên hình thành cái khái niệm về người nào đó hay chẳng?

Krishnamurti đáp:

Bộ chúng ta nên có khái niệm về người khác chẳng? Bộ chúng ta nên hình thành một quan điểm, đánh giá, xét nét về người khác chẳng? Khi bạn có khái niệm về thầy của bạn, thì có cái gì là quan trọng đối với bạn? Tôi không nói về bản thân vị thầy, nhưng nói về cái khái niệm của bạn về vị thầy. Và đó là chuyện xảy ra trong cuộc đời, đúng không? Chúng ta đều có ý kiến về người này, người khác, đúng không? Chúng ta nói: "Hắn thì tốt", "Hắn thì phù phiếm", "Hắn thì mê tín", "Hắn làm cái này, cái kia"...Chúng ta thiết lập một bức màn ngăn cách chúng ta với người khác, cho nên chúng ta không bao giờ có thể thật sự tiếp xúc được với người đó. Nhìn thấy ai làm việc gì, chúng ta nói: "Ông ta đã làm việc đó", như vậy, nó chỉ quan trọng ở cái thời gian chuyện đó xảy ra. Bạn hiểu chẳng? Nếu bạn thấy ai đó làm việc gì mà bạn có ý kiến như là người đó làm việc tốt, hoặc xấu, thế là bạn bèn có ý kiến cố định về người đó, để rồi mười ngày hay cả năm sau, khi bạn gặp lại họ, bạn vẫn còn giữ cái ý kiến của bạn về họ. Nhưng mà trong khoảng thời gian đó, có thể là họ đã thay đổi rồi. Cho nên điều rất quan trọng là đừng bao giờ nói: "Hắn là thế đó", mà nói: "Hắn đã như thế vào tháng Hai", bởi vì tới cuối năm thì hắn đã đổi khác hoàn toàn mất rồi.

Nếu bạn nói về ai đó: "Tôi biết người này", có thể là bạn sẽ sai hoàn toàn, bởi vì bạn chỉ biết về hắn vào khoảng thời gian nào đó, hoặc bởi một sự kiện xảy ra vào một thời điểm nào đó, ngoài ra, bạn chẳng biết gì về hắn cả.

Cho nên điều quan trọng là mỗi khi gặp người nào, bạn hãy tiếp xúc với họ bằng một tâm hồn hoàn toàn trong sáng, không với những thành kiến, không với những định kiến và không với những quan điểm của riêng mình.

(Trích Think On These Things)

NGUYÊN NHÂN CỦA SỰ SỢ HÃI

Để hiểu sợ hãi, ta phải nói về sự so sánh trước. Tại sao ta so sánh? Về mặt kỹ thuật, so sánh phát hiện sự tiến triển, tương quan với nhau. Năm chục năm trước chưa có bom nguyên tử, chưa có máy bay siêu âm, bây giờ chúng ta có những cái đó, và trong tương lai năm chục năm nữa, chúng ta sẽ có những cái mà hiện nay chúng ta không có. Cái đó được gọi là sự tiến bộ, luôn luôn so sánh, tương quan, và tâm trí chúng ta bị vướng mắc vào cái lối suy nghĩ kiểu đó. Không phải chỉ từ ngoại cảnh, mà ngay từ trong nội tâm, trong cái cấu trúc về tâm lý của chúng ta, chúng ta suy nghĩ theo kiểu so sánh. Chúng ta nói : " Tôi thế này, trước kia tôi thế này, và tôi sẽ khá hơn trong tương lai". Cái lối suy nghĩ kiểu so sánh như vậy, chúng ta gọi là sự tiến bộ, sự phát triển, và cuộc đời chúng ta, từ phẩm hạnh, đạo đức, tôn giáo cho đến làm ăn buôn bán, giao dịch trong xã hội, chúng ta đều dựa trên nền tảng đó. Chúng ta quan sát bản thân chúng ta một cách so sánh với cái xã hội vốn dĩ cũng thoát thai từ một sự phấn đấu trong so sánh như chính chúng ta.

So sánh sản sinh ra sợ hãi, bạn hãy tự quan sát sẽ thấy. Tôi muốn trở thành nhà văn viết hay hơn, hoặc trở thành người đẹp và thông minh hơn. Tôi muốn có nhiều kiến thức hơn mọi người. Tôi muốn thành công, muốn trở thành nhân vật quan trọng, muốn có danh tiếng trên thế giới. Thành công và danh tiếng là những điều so sánh rất căn bản về mặt tâm lý, mà do đó, chúng ta liên tục sản sinh ra sự lo sợ . Và sự so sánh cũng làm tăng thêm những mâu thuẫn, phấn đấu vốn được coi như những điều quan trọng.

Bạn nói rằng bạn phải cạnh tranh để sinh tồn trong cái thế giới này, do đó bạn so sánh và thi đua trong công việc làm ăn, trong gia đình và cái-gọi-là nội dung có tính cách tôn giáo . Bạn phải vào được thiên đường và ngồi ngay bên cạnh Chúa, hoặc một đáng cứu độ đặc biệt nào đó của bạn. Sự so sánh về tâm linh phản ảnh trong sự vị linh mục muốn trở thành giám mục, hoặc hồng y, hay cuối cùng tiến lên tới giáo hoàng. Suốt đời, chúng ta mài miệt trau dồi cái loại tâm linh đó một cách siêng năng, cần

mẫn, phấn đấu để khá hơn, hoặc đạt được vị trí cao hơn người khác. Cấu trúc của đời sống xã hội và đạo đức của chúng ta đặt nền tảng trên những cái đó.

Cho nên trong cuộc đời chúng ta, cái tình trạng so sánh, cạnh tranh và sự phấn đấu không ngừng nghỉ để trở thành một nhân vật hay trở thành người vô danh, thì cũng vậy. Tôi cảm thấy rằng chính cái đó là cội rễ của toàn bộ sự sợ hãi, bởi vì chính nó đã sản sinh ra lòng thèm muốn, tật đố kị, thói ghen tị, căm thù.

Ở đâu có sự căm thù thì ở đó chắc chắn là không có tình thương yêu và sẽ càng ngày càng tăng thêm sự sợ hãi.

(Trích On Fear)

SỐNG ĐƠN GIẢN

Sống đơn giản không có nghĩa là chỉ việc điều chỉnh theo một khuôn mẫu. Phải rất thông minh mới có thể sống đơn giản, chứ không phải chỉ hòa theo một kiểu mẫu đặc biệt, dù nó có cái vẻ bề ngoài giá trị. Bất hạnh thay, phần lớn chúng ta lại chỉ bước vào sự đơn giản bằng cái vỏ ngoài. Thật là dễ dàng để chỉ sở hữu có chút ít đồ vật và thỏa mãn, an lạc với sự sở hữu ít ỏi đó, hơn thế, chia sẻ chút ít đó với người khác.

Nhưng mà, nếu chỉ biểu lộ được sự đơn giản qua những sự vật, những sở hữu bề ngoài thì chắc chắn không bao hàm sự đơn giản từ trong nội tâm. Với cái thế giới ngày nay, càng ngày càng có nhiều sự việc từ phía ngoài đổ lên đầu chúng ta. Đời sống càng lúc càng trở nên phức tạp. Để thoát khỏi tình trạng đó, chúng ta cố gắng từ bỏ hoặc lìa khỏi sự dính mắc bởi vật chất, bởi xe cộ, nhà cửa, hội đoàn, rạp chiếu bóng, lìa khỏi vô số những tình huống từ phía bên ngoài ào ạt phóng vào chúng ta. Chúng ta tưởng rằng chúng ta sẽ sống đơn giản bằng sự rút lui. Đã có biết bao nhiêu bậc thánh, biết bao nhiêu bậc đạo sư đã từ bỏ đời sống thế tục. Theo ý tôi thì dường như những loại từ bỏ như thế đối với chúng ta sẽ chẳng giải quyết được vấn đề.

Sự đơn thuần giản dị là nền tảng, là sự chân thật, chỉ đến từ nội tâm, và từ đó, nó tỏa ra ngoài. Làm sao để sống đơn giản, đó mới là vấn đề, bởi vì sự đơn giản đó sẽ khiến cho chúng ta trở nên càng ngày càng nhạy cảm hơn.

Có một nội tâm tinh tế, một trái tim nhạy cảm, đó là căn bản, bởi vì có như thế chúng ta mới có thể mau lẹ trực nhận, dễ dàng đón nhận mọi sự.

(Trích The First & Last Freedom)

SỐNG và CHẾT

Đối với chúng ta, chết là hết, là bạn hoàn toàn chấm dứt với những ràng buộc, chấm dứt với tất cả mọi thứ mà bạn đã gom góp trong cuộc đời. Bạn không thể đem chúng đi theo với bạn. Có thể là bạn muốn giữ chúng cho đến tận giây phút cuối cùng của cuộc đời, nhưng bạn không thể đem chúng đi theo với bạn.

Chúng ta đã chia cuộc đời ra thành hai mảng: sự sống và cái chết. Sự chia chẻ này đã mang lại cho chúng ta nỗi sợ hãi ghê gớm. Từ sự sợ hãi đó, chúng ta sáng tác ra đủ loại học thuyết, lý luận, để mà tự an ủi. Có thể chúng chỉ là những điều viển vông, hão huyền thôi, nhưng chúng đã làm cho chúng ta được an tâm biết bao! Ảo tưởng có thể đem lại sự thoải mái cho thần kinh. Nhưng mà, liệu có thể nào, đang khi chúng ta sống đây, chúng ta để cho những thứ mà chúng ta bị dính mắc vào chết quách đi không? Nếu tôi gắn bó vào với tiếng tăm, danh vọng của tôi, và sự chết thì luôn luôn đi theo kề ngay bên cạnh, mỗi ngày tôi mỗi già và tôi phát hoảng vì tôi đang sắp sửa mất tất cả. Vậy thì, liệu tôi có thể hoàn toàn giải thoát ra khỏi những ý niệm, danh vọng, mà người đời đã gán cho tôi chăng? Như thế, dù cho sự chết tới, nó cũng vẫn như sự sống đang tiếp diễn. Và vì vậy, sự chia cách giữa sống và chết không còn xa thẳm, chúng nó chỉ là một dòng liên tục, kề cận, nối liền với nhau.

Bạn có nhận thức được cái ý nghĩa về sự tuyệt đẹp của một ngày, hoặc chỉ một giây, nhưng trong đó không có sự gom góp, chất chứa, không có cái tâm lý gom góp, chất chứa không?

Bạn phải gom góp, chất chứa quần áo, tiền bạc, v.v..., đó là chuyện khác. Nhưng trong tâm tưởng, bạn không chất chứa những loại như sự hiểu biết, sự dính mắc, sự ràng buộc, rằng những cái này là "của Tôi".

Bạn muốn thế không? Bạn có thật sự muốn làm cái việc nó sẽ khiến cho cái mâu thuẫn giữa sống và chết cùng với những nỗi niềm đau khổ, sợ hãi, khắc khoải, tất cả đều được chấm dứt chăng?

(Trích Total Freedom - The Essential Krishnamurti)

SỰ SỢ HÃI

Tại sao chúng ta làm tất cả những việc này: tuân lệnh, theo sau, bắt chước?

Tại sao?

Tại vì từ sâu thẳm trong nội tâm, chúng ta sợ hãi, không tự tin. Chúng ta muốn được ổn định, ổn định về tài chính, ổn định về đạo đức, chúng ta muốn được chấp nhận, chúng ta muốn có một địa vị ổn định, chúng ta muốn sẽ không bao giờ phải giáp mặt với chuyện phiền phức, với đau đớn, với khổ sở, chúng ta muốn được che chở. Cho nên, sự sợ hãi, một cách có ý thức hoặc không, đã làm cho chúng ta vâng lời bậc Thầy, người lãnh đạo, vị đạo sư, nhà cầm quyền. Sự sợ hãi cũng khiến cho chúng ta tránh làm những việc có hại cho người khác, vì sợ bị trừng phạt. Vì thế, đằng sau những hành động này, có ẩn chứa lòng ham muốn sự an toàn, lòng ham muốn được bảo đảm.

Bởi vậy, nếu không xóa tan được sự sợ hãi, nếu không tự giải thoát ra khỏi sự sợ hãi, chỉ vâng lời hoặc được vâng lời, thì chả có ý nghĩa là bao. Điều có ý nghĩa là làm sao để hiểu được sự sợ hãi này một cách sâu sắc, thấy được sự sợ hãi biểu lộ từ ngày này qua ngày khác, với những kiểu cách khác nhau. Chỉ khi nào chúng ta thoát ly được khỏi sự sợ hãi, chúng ta mới có được cái phẩm chất cao quý của sự thâm hiểu, cảm thông, không bị chi phối bởi những kinh nghiệm và sự hiểu biết chồng chất. Chính đó là phẩm chất trong sạch ngoại hạng trong công cuộc tìm về thực tại.

(Trích The Book of Life)

TÂM CẢM

Một cách rất đơn giản, khi bạn muốn hiểu một điều gì đó, thì tâm trạng của bạn lúc ấy như thế nào? Khi bạn muốn tìm hiểu con bạn, khi bạn muốn hiểu người nào đó, khi bạn muốn hiểu điều mà ai đó đang nói, lúc đó, tâm bạn đang ở trạng thái nào? Bạn không phân tích, phê bình, xét đoán những lời người kia đang nói, mà bạn lắng nghe, phải vậy không? Tâm trí bạn đang ở trạng thái mà tiến trình suy nghĩ không hoạt động nhưng rất tỉnh thức. Sự tỉnh thức đó không thuộc về thời gian, phải không? Bạn chỉ lắng tâm trí trong sự thức tỉnh, lặng lẽ tiếp thu và hoàn toàn tỉnh giác; Chỉ trong trạng thái tâm tư này, chúng ta mới có tâm cảm. Khi tâm tư bối rối, thắc mắc, lo lắng, mỗ xẻ, phân tích, lúc đó không thể có tâm cảm. Khi lòng mong mỏi cảm thông thật là mãnh liệt, hiển nhiên khi đó tâm tư bạn sẽ thật là tĩnh lặng.

Điều đó, dĩ nhiên rồi, bạn phải thực nghiệm, đừng nghe theo lời tôi, nhưng rồi bạn sẽ thấy rằng càng phân tích, bạn càng ít tâm cảm.

(Trích The First & Last Freedom)

TÂM ĐẠO và ĐẠO SƯ

Trong công cuộc tầm đạo, làm sao tôi có thể biết rằng đây là đạo, là thực tại, là chân lý tuyệt đối ? Làm sao tôi có thể biết được ? Tôi có thể nói rằng : " Đây là thực tại", được chăng? Cho nên, tại sao tôi phải đi kiếm tìm ? Vậy thì, cái gì khiến cho tôi đi tìm ? Cái gì khiến cho người ta đi tìm đạo là câu hỏi còn chủ yếu hơn là chính sự kiếm tìm và tuyên bố : "Đây là thực tại, là chân lý, là đạo". Nếu tôi nói: "Đây là chân lý, đây là đạo", thì tôi đã phải biết về nó từ trước rồi. Nếu tôi đã biết nó từ trước rồi, thì nó lại chẳng phải là chân lý tuyệt đối, là đạo, mà chỉ là một mớ lý thuyết đã chết cứng, từ trong quá khứ xuất hiện để mà nói rằng đó là chân lý, là đạo, là thực tại. Cái vật đã chết cứng đó không thể nói với tôi về chân lý, về đạo, về thực tại.

Như vậy, tại sao tôi tầm đạo? Bởi vì, từ trong nội tâm sâu thẳm, tôi không an vui, từ trong nội tâm sâu thẳm, tôi thấy bần khoản, bối rối, có một nỗi buồn mênh mông từ đáy lòng và tôi muốn tìm lối để thoát ra.

Ngài tới như một vị đạo sư, một người giác ngộ, hay là như một giáo sư, và nói: " Coi này, đây là con đường để giải thoát." Lý do căn bản của sự tầm đạo của tôi là để giải thoát khỏi những nỗi thống khổ kể trên này và tôi thừa nhận rằng tôi có thể đạt được điều đó, và sự giác ngộ ở ngay đó, hoặc ngay trong nội tâm tôi. Vậy thì, tôi có thể thoát được những nỗi niềm buồn khổ kể trên chăng?

Tôi sẽ không thể thoát được nếu như tôi chỉ tìm cách tránh né nó, đè nén nó xuống, hoặc bỏ chạy. Nó vẫn còn đó! Dù tôi có đi tới đâu, nó vẫn còn đó. Cho nên, điều tôi phải làm là hãy tìm hiểu coi tại sao những nỗi buồn kể trên có thể hiện hữu, tại sao tôi lại cảm thấy đau khổ. Chuyện đó có phải là sự tìm kiếm không? Không! Khi tôi muốn tìm lý do tại sao tôi đau khổ, đó không phải là sự tầm đạo, cũng không được gọi là "một sự tìm kiếm" nữa, mà nó chỉ như khi tôi đến gặp vị y sĩ và nói rằng tôi bị đau bụng, ông ta bảo rằng tôi đã ăn uống bậy bạ. Như vậy, tôi phải chấm dứt sự ăn đồ bậy bạ.

Nếu nguyên nhân của những bất hạnh đến với tôi là do từ tôi, không phải từ môi trường sống của tôi, thì chính tôi phải tự tìm lấy lối thoát.

Ngài có thể, trên cương vị đạo sư, chỉ cho tôi rằng đó là cái cửa để đi ra. Nhưng ngay sau khi ngài chỉ rồi thì công việc của ngài đã xong. Từ đó, chính tôi phải hành động, chính tôi phải tự tìm ra rằng tôi sẽ phải làm gì, tôi sẽ sống ra sao, sẽ suy nghĩ như thế nào, sẽ cảm nhận cuộc đời như thế nào để có thể không còn thấy đau khổ nữa.

(Trích The Awakening of Intelligence)

TÂM TRÍ TĨNH LẶNG

Muốn tìm hiểu bất cứ sự kiện gì, từ lãnh vực con người cho tới lãnh vực khoa học, bạn thấy điều gì là quan trọng, là cốt tủy? - Một tâm trí trầm tĩnh, một khối óc lắng đọng trong niềm giao cảm, đúng không? Đó không phải là cái loại tâm trí đặc biệt cố gắng để tập trung -vì đó cũng lại là một loại đối kháng. Nếu thực sự tôi muốn thâm hiểu điều gì, lập tức tâm trí tôi có ngay trạng thái trầm lặng. Khi bạn muốn thưởng thức một điệu nhạc, hoặc chiêm ngưỡng một bức tranh mà bạn ưa thích, gọi cho bạn niềm cảm xúc, thì tâm trí bạn sẽ ở vào trạng thái nào? Phải chăng ngay lập tức, tâm tư bạn trở về trạng thái lắng đọng? Khi nghe nhạc, tâm hồn bạn không lang thang đây đó, mà bạn lắng nghe. Cũng vậy, khi bạn muốn tìm hiểu sự mâu thuẫn, bạn không còn bị tùy thuộc vào thời gian, bạn chỉ đơn giản trực diện với sự việc đang xảy ra, đó là chính cái sự mâu thuẫn. Thế là ngay lập tức, tâm trí bạn trở về trạng thái trầm tịch, lắng đọng. Khi mà bạn không còn lệ thuộc vào thời gian với ý hướng muốn chuyển hóa sự kiện vì bạn đã thấy sự sai lầm của cái tiến trình đó, thế là bạn hồn nhiên đối diện với cái "đang là", tự nhiên tâm trí bạn trở nên tĩnh lặng. Trong tình trạng tỉnh thức trầm lặng đó, bạn thâm hiểu. Khi mà tâm trí bạn còn đang đầy dẫy mâu thuẫn, trách móc, chống cự, lên án, bạn không thể có sự thâm hiểu. Nếu tôi muốn hiểu bạn, rõ ràng là tôi phải không lên án bạn trước đã. Chính cái tâm trí an tĩnh lắng đọng đó sẽ đem lại sự chuyển hóa. Khi tâm trí không còn chống đối, không còn lẩn tránh, không còn xua đuổi hoặc lên án cái "đang là", mà chỉ nhận thức nó một cách tĩnh lặng, thì chính từ cái tâm trí tĩnh lặng mà tỉnh thức đó, bạn sẽ có được sự chuyển biến nếu quả thật bạn muốn. (Trích The First & Last Freedom)

Tâm trí tĩnh lặng khi nó thấy được sự thực rằng tâm cảm chỉ đến khi nó tĩnh lặng; rằng nếu tôi muốn hiểu bạn thì đầu óc tôi phải tĩnh lặng, tôi không thể có những phản ứng chống đối bạn, tôi không được có saun thành kiến với bạn, tôi phải loại bỏ tất cả những kết luận của tôi, kinh nghiệm của tôi về bạn để mà đối diện với bạn. Chỉ khi đó, khi mà tâm trí đã thoát khỏi sự quy định

của tôi, thì tôi mới có được sự tâm cảm. Khi tôi thấy được cái chân lý đó, thì tâm trí tôi mới tĩnh lặng được. Cho nên, không có câu hỏi làm thế nào để cho tâm trí tĩnh lặng. Chỉ có chân lý mới có thể giải phóng tâm trí ra khỏi sự vận hành liên tục của chính nó. Muốn thấy chân lý, tâm trí phải ý thức được cái thực tế là nếu nó còn dao động thì nó không thể có sự tâm cảm được.


Sự lặng lẽ của tâm, sự an tĩnh của tâm, không phải là chuyện có thể được tạo ra bởi sức mạnh của ý chí, hoặc bởi những hành động do lòng ham muốn. Nếu những điều ấy xảy ra, thì cái loại tâm trí đó chỉ là đang bị bao vây, cô lập, đó là cái loại tâm trí chết cứng. Loại tâm trí chết cứng đó không có khả năng thích ứng, mềm dẻo, lẹ làng. Đó là loại tâm trí không sáng tạo .

(Trích The First & Last Freedom)

THẨM QUYỀN NGĂN TRỞ SỰ HỌC HỎI

Thông thường, chúng ta tìm hiểu, học hỏi qua sự nghiên cứu, qua sách báo, qua kinh nghiệm hoặc là được người khác dạy bảo. Đó là những lối mòn từ bao nhiêu đời nay, chúng ta đã dùng để thấu thập kiến thức. Chúng ta giao cho ký ức những dữ kiện về những điều gì nên làm, điều gì không được làm, điều gì nên nghĩ, điều gì không được nghĩ tới, nên cảm nhận mọi việc như thế nào và nên phản ứng trước mọi sự ra sao.

Qua kinh nghiệm, qua nghiên cứu, qua phân tích, qua phát hiện, qua quan sát nội tâm, chúng ta chất chứa sự hiểu biết thành ra ký ức, và rồi thì chính cái ký ức ấy sẽ đòi hỏi chúng ta phải tìm hiểu thêm, học hỏi thêm, thêm nữa... Những điều hiểu biết sẽ được gắn vào trí não như là kho tàng tri thức, và cái kho tri thức đó sẽ thực hiện chức năng của nó khi tới thời cơ, khi chúng ta gặp chuyện phải dùng đến nó. Giờ đây, tôi nghĩ rằng chúng ta có cách học hỏi theo lối khác, tôi sẽ xin nói qua về điều này. Nhưng, để hiểu được, và để có thể tìm tòi, học hỏi theo lối khác này, chúng ta phải hoàn toàn quên đi cái khái niệm về thẩm quyền, nếu không, chúng ta cũng sẽ lại chỉ là những con người bị chỉ bảo, và rồi chúng ta cũng sẽ chỉ nhắc lại, làm lại những điều chúng ta đã được nghe, được dạy mà thôi. Đó là lý do tại sao sự tìm hiểu bản chất của thẩm quyền lại vô cùng quan trọng.

Thẩm quyền cản trở sự học hỏi, - học hỏi không phải là tích lũy những điều hiểu biết như là một kho tàng ký ức. Ký ức luôn luôn đáp ứng theo những khuôn khổ, những mẫu mực đã có sẵn, không có tự do.

Một người mà trong tâm não chất đầy nhóc những kiến thức, những điều chỉ dẫn, bị cái gánh nặng của những điều hần đã biết, đã học được đè trĩu xuống thì sẽ không bao giờ còn có tự do được nữa. Hần có thể là một nhà thông thái ngoại hạng, nhưng những kiến thức mà hần đã tích lũy cản trở hần, không cho hần được tự do, phóng khoáng trước những điều gì khác với kho tàng kiến thức mà hần đã có, và vì thế, hần mất luôn cái khả năng học hỏi thêm những điều mới lạ.

(Trích The Book of Life)

TÌNH CẢM CỦA ĐỨA TRẺ

Tính tò mò thiên nhiên của đứa trẻ, sự ham tìm hiểu vốn sẵn có ngay từ thừa sơ sinh, chắc chắn rằng cần được liên tục khuyến khích một cách thông minh, để duy trì cho nó luôn luôn sống động và không bị méo mó, đồng thời sẽ từ từ hướng dẫn đứa trẻ tìm hiểu về nhiều đề tài khác nhau. Nếu sự say mê học hỏi của đứa trẻ mà được khuyến khích liên tục, thì đối với những môn học như toán học, địa dư, lịch sử, khoa học, hoặc đối với bất cứ bộ môn nào, sẽ không còn có vấn đề gì có thể gây rắc rối cho đứa trẻ hoặc cho nhà giáo dục được nữa. Nếu đứa trẻ được sống trong một bầu không khí vui vẻ, hạnh phúc, cảm nhận được sự âu yếm, săn sóc của mọi người, sự học đối với nó sẽ càng trở nên dễ dàng biết bao!

Sự cởi mở và bén nhạy về cảm xúc chỉ có thể phát triển tốt đẹp khi đứa trẻ có được sự tin cậy trong giao tiếp với các bậc thầy. Cảm giác an toàn khi giao tiếp là điều cần thiết đầu tiên của đứa trẻ. Có một sự khác biệt rất lớn lao giữa cảm giác an toàn và cảm giác lệ thuộc. Vì hữu ý hay vô tình, nhiều nhà giáo dục đã nhồi vào đầu đứa trẻ cái cảm giác lệ thuộc, và do đó, ngấm ngầm tạo cho đứa trẻ sự sợ hãi, điều mà cha mẹ chúng cũng làm trong thái độ cư xử triu mến hoặc hung dữ. Sự dùng quyền lực và cách cư xử độc đoán đối với đứa trẻ của cha mẹ và các bậc thầy đã tạo áp lực lên đứa trẻ về những gì nó phải trở thành, phải làm. Với sự lệ thuộc, luôn luôn kèm theo bóng tối của sợ hãi và sự sợ hãi thúc ép đứa trẻ vâng lời, rập khuôn, nhắm mắt tuân hành những mệnh lệnh và nhận lãnh không suy nghĩ những trừng phạt của người lớn. Trong bầu không khí của lệ thuộc này, sự nhạy cảm bị tan rã. Nhưng khi đứa trẻ nhỏ biết, hoặc cảm thấy, được sống trong bầu không khí an toàn, sự bùng nổ cảm xúc của nó sẽ không còn bị ngăn trở bởi sự sợ hãi.

(Trích Life Ahead)

TRÍ TUỆ

Hỏi:

Trí tuệ là gì, nếu không phải là kiến thức? Tại sao ông nói rằng phải dẹp bỏ kiến thức? Bộ kiến thức không cần thiết sao? Không có kiến thức, chúng ta sẽ tới đâu? Chúng ta sẽ vẫn là những con người thời thái cổ, chẳng biết tí gì về cái thế giới ngoại hạng mà chúng ta đang sống. Không có kiến thức, chúng ta khó có thể tồn tại nổi, dù sống ở mức sống nào. Tại sao ông cứ khẳng định rằng kiến thức làm trở ngại cho trí tuệ ?

Krishnamurti trả lời:

Kiến thức là tùy thuộc. Kiến thức không đem lại cho chúng ta tự do. Người ta có thể biết cách ráp cái máy bay để bay qua phía bên kia trái đất trong vòng vài giờ, nhưng đó không phải là tự do. Kiến thức không phải là nhân tố sáng tạo, mà là sự liên tục, mà đã là cái liên tục thì không thể dẫn đến tuyệt đối, đến cái không thể cân lường, cái thực tại ngoài tri thức. Kiến thức cản trở sự bừng tỉnh, cản trở cái thực tại ngoài tri thức. Thực tại không thể bị kiến thức che phủ; kiến thức luôn luôn trôi về quá khứ; quá khứ luôn luôn che mờ hiện tại, che mờ cái thực tại. Không có tự do, không có tâm trí khai phóng, không thể có trí tuệ. Trí tuệ không đi kèm kiến thức. Từ khoảng cách giữa những lời nói, những tư tưởng, trí tuệ bừng lên. Khoảng cách này là sự tĩnh lặng không bị khuấy động bởi kiến thức, đó là sự bừng tỉnh, là cái không thể cân lường, là cái hoàn hảo, là tuyệt đối. (Trích Commentaries on Living)

TỰ DO

Phần đông chúng ta thường bị ngoại cảnh chi phối, điều kiện hóa, vì những học thuyết tôn giáo, tín ngưỡng, và bởi chính từ đáy lòng mình đòi hỏi để tiến tới một cái gì, đạt được một điều gì, vì thế, rất khó cho chúng ta có cách nào mới mẻ hơn để mà nghĩ về vấn đề này mà không dính đến chuyện kỷ luật. Trước nhất, chúng ta hãy nhìn cho rõ ràng những cái gì có liên quan đến chuyện rèn luyện, kỷ luật. Kỷ luật tự bản thân, nó đã làm cho đầu óc hẹp hòi đi, đã hạn chế tư tưởng, thúc ép sự suy nghĩ chạy theo lòng ham muốn, vì bị ảnh hưởng và tất cả những thứ đại loại như vậy. Một cái đầu óc đã bị điều kiện hóa, đã rập khuôn, dù có được gọi là có lương tri, cũng không thể có được tự do, và như thế, không thể hội nhập được với thực tại. Thượng đế, thực tại, hay tùy ý bạn muốn gọi là gì thì gọi, từ ngữ không phải là chuyện quan trọng, chỉ có thể hiển lộ khi có tự do, và sẽ không thể có tự do khi mà chúng ta còn bị cưỡng bách, dù là tích cực hay tiêu cực, do sự sợ hãi. Không thể có tự do nếu bạn còn muốn đạt một mục tiêu cho bạn và bạn tự cột mình vào cái mục tiêu đó. Bạn có thể đã thoát khỏi quá khứ, nhưng tương lai sẽ cột bạn lại, thế là hết tự do rồi. Chỉ có trong tự do người ta mới có thể khám phá ra mọi thứ mới mẻ, từ ý nghĩ, cảm giác, nhận thức. Bất cứ một loại gò bó nào đặt căn bản trên nền tảng của cưỡng bách đều chối bỏ tự do, dù là chính trị hay tôn giáo, khi mà đã bị gò ép, bị tuân theo một hành động có mục tiêu đặt ở đằng trước, đó là trói buộc, đầu óc hết tự do.

Khi đó, đời sống tinh thần sẽ chỉ hoạt động trên con đường mòn như một cái máy hát mà thôi.

(Trích The First & Last Freedom)

TỰ DO TƯ TƯỞNG

Tâm trí không thể tự do khi mà nó còn bị rập khuôn hoặc điều kiện hóa. Người ta nghĩ rằng không thể để cho bạn được tự do suy nghĩ, không bị rèn luyện vào khuôn khổ, mà phải bắt tâm trí bạn vào một khuôn khổ nào đó. Ngoài ra, đối với một nền văn minh càng lâu đời, thì sức nặng của truyền thống, của thẩm quyền, của những quy tắc càng đè nặng trĩu lên tâm trí con người.

Lấy thí dụ những chủng tộc cổ xưa như Ấn Độ bị sống gò ép vào khuôn khổ hơn những người sống tại Mỹ, nơi có nhiều tự do về đời sống xã hội và kinh tế, vì đó là một dân tộc gồm những nhà tiên phong mở đường lập quốc mới gần đây.

Một tâm trí bị rèn vào khuôn mẫu thì không thể tự do, vì nó không thể vượt qua được cái biên giới của chính nó, vượt qua được cái hàng rào mà chính nó đã tạo dựng chung quanh nó, đó là điều hiển nhiên. Và thật là vô cùng khó khăn cho cái loại tâm trí này, để nó có thể tự giải thoát khỏi cái khuôn khổ và vượt được ra ngoài, bởi vì cái khuôn mẫu đè nặng lên nó không những từ xã hội, mà tại luôn cả tự nó ràng buộc chính nó. Bạn thích cái cung cách sống của bạn vì bạn ngại, không dám vượt qua nó. Bạn sợ những điều cha mẹ bạn, thầy linh hướng của bạn, và xã hội sẽ bình phẩm, nên bạn giúp họ tạo dựng cái hàng rào nó sẽ cầm giữ bạn lại.

Chính đây là cái nhà tù tư tưởng mà số đông chúng ta bị giam cầm, và đó là lý do cha mẹ chúng ta ❖ và một ngày kia sẽ tới phiên chúng ta sẽ bảo con cái chúng ta ❖ phải làm cái này hoặc không làm cái kia.

Trong khi còn trẻ, tự do là điều vô cùng quan trọng, không phải chỉ trên bình diện ý thức, mà tận đáy lòng. Có nghĩa là bạn phải quan sát chính bạn, tỉnh giác trước những nguồn ảnh hưởng tìm cách xâm lấn vào tâm hồn bạn để chi phối bạn. Có nghĩa là đừng bao giờ chấp nhận điều gì một cách không thận trọng, mà phải luôn luôn tìm hiểu, nghiên cứu kỹ lưỡng và phản đối, nếu cần.

(Trích Life Ahead)

VỀ ĐẸP của THIÊN NHIÊN

Tại sao người ta đi săn cọp?

Krishnamurti đáp:

Họ đi săn cọp vì họ có cái khoái cảm của sự giết chóc.

Chúng ta đã làm biết bao nhiêu việc vô ý thức, thí dụ bứt cánh của con ruồi, con vật biết bay, để xem chuyện gì sẽ xảy ra. Chúng ta ngồi lê đôi mách, nói xấu người khác, chúng ta giết để ăn, chúng ta giết vì "cái gọi là" hòa bình, chúng ta giết vì quê hương, vì lý tưởng của chúng ta. Cho nên, sự tàn bạo đã là một vết hằn trong tâm khảm chúng ta, có phải vậy không?

Nhưng nếu chúng ta hiểu rõ và loại bỏ cái thú tính đó qua một bên, chúng ta sẽ có được niềm vui lớn khi ngắm nhìn con cọp đi ngang qua, như một bọn chúng tôi đã được hưởng vào một buổi chiều gần thành phố Bombay. Một người bạn đã chở chúng tôi trên xe của anh ta để vào rừng coi con cọp mà đã có người trông thấy nó lảng vảng gần đó. Trên đường về, ngay tại một khúc quanh, chúng tôi bỗng thấy con cọp đứng ngay giữa đường lộ. Con cọp vằn hai màu vàng đen, mượt mà, rắn rỏi, với cái đuôi dài, vẻ uyển chuyển, thanh nhã và đầy nội lực, trông thật tuyệt diệu!

Chúng tôi tắt đèn xe. Con cọp gầm gừ tiến về phía chúng tôi, thật là gần, tưởng chừng như nó sắp quệt vào cái xe. Thật là một cảnh tượng kỳ diệu!

Nếu người ta có thể chiêm ngưỡng cảnh tượng đó mà không dùng đến súng thì sẽ thích thú hơn biết là bao trước một vẻ đẹp tuyệt vời.

(Trích Think on These Things)

VỀ THẨM QUYỀN

Hỏi :

- Thưa ông Krishnamurti, ông nói rằng tất cả những vấn đề của chúng ta đều nảy sinh ra từ một vấn đề, đó là chúng ta sống cuộc đời do người khác chỉ cho cách sống. Chúng ta thuộc loại người bàn nhai, và trải dài từ bao nhiêu thế kỷ tới nay, chúng ta đã có đủ loại thẩm quyền. Nay đã đến lúc giới trẻ nổi dậy để phản kháng lại các loại thẩm quyền. Xin ông cho biết riêng cá nhân ông, cái gì đã khiến cho ông chống lại thẩm quyền?

Krishnamurti đáp:

- Tôi không nghĩ rằng cá nhân tôi có điều gì để chống lại thẩm quyền, nhưng bản thân thẩm quyền, đối với toàn thế giới, nó đã làm thui chột biết bao tâm hồn, không riêng về mặt tôn giáo mà ngay chính từ nội tâm, bởi vì thẩm quyền về niềm tin tôn giáo gây nên ấn tượng chắc chắn đã phá tan khả năng khám phá thực tại. Người ta dựa dẫm vào thẩm quyền vì người ta sợ phải đứng đơn độc.

Hỏi:

- Tôi hơi thấy bối rối về điều này, bởi vì sự tích lũy biết bao trí tuệ của loài người chắc chắn rằng không phải tất cả đều là đồ bỏ.

Krishnamurti đáp:

- Không, nhưng cái gì là trí tuệ ? Sự tích lũy hiểu biết là trí tuệ chăng? Hay là trí tuệ chỉ đến khi sự đau khổ chấm dứt? Tóm lại, trí tuệ không ở trong sách, cũng không ở trong sự tích lũy hiểu biết về kinh nghiệm của người khác. Chắc chắn rằng trí tuệ phải đến từ sự tự tri, từ nội tâm của mỗi người, từ sự khám phá toàn bộ cấu trúc về tinh thần của chính họ. Khi người ta đã thâm hiểu về chính bản thân thì đó là lúc chấm dứt đau khổ và khởi đầu của trí tuệ.

Làm sao mà một tâm hồn có thể sáng suốt khi còn bị kẹt vào với sợ hãi và buồn phiền. Chỉ khi nào sự sàu não, sợ sệt chấm dứt, khi đó người ta mới có khả năng trở thành sáng suốt.

(Trích Meeting Life)

YÊU

Krishnamurti:

Với tất cả những kinh nghiệm, với tất cả kiến thức, với tất cả nền văn minh mà quý vị đã có, đã đào tạo nên con người của quý vị, vậy tại sao quý vị lại không có tấm lòng thương xót, trắc ẩn, trong đời sống hằng ngày của quý vị. Để tìm hiểu coi tại sao quý vị lại không có cái tấm lòng thương xót đó, tại sao nó không tồn tại trong trái tim và tâm hồn của con người, có lẽ quý vị cũng nên hỏi: "Mình có yêu ai không?"

Hỏi:

Thưa ông, tôi muốn biết thực ra thế nào là yêu.

Krishnamurti:

Thưa ông, xin cho tôi trân trọng hỏi ông rằng ông có hề yêu ai không? Có thể là ông yêu con chó của ông, nhưng con chó là nô lệ của ông. Để riêng súc vật, nhà cửa, sách báo, thơ văn, tình yêu quê hương v. v... ra một bên, ông có yêu người nào không? Có nghĩa là khi yêu người nào đó, ông không đòi hỏi một sự đáp ứng, không đòi hỏi bất cứ cái gì từ người mà ông yêu, ông không phải là kẻ lệ thuộc vào người đó. Bởi vì, nếu ông là kẻ lệ thuộc, ông sẽ sợ hãi, ghen tuông, bồn chồn khắc khoải, ghét bỏ, giận dữ. Nếu ông bị dính mắc vào người nào, đó có phải là tình yêu không? Ông thử tìm hiểu coi! Và nếu tất cả những điều kể trên không phải là yêu ♦tôi chỉ hỏi thôi, tôi không nói rằng đó là yêu hoặc không phải là yêu♦như thế thì làm sao mà ông có được lòng thương xót, trắc ẩn. Chúng ta đòi hỏi một điều còn to lớn hơn cả tình yêu, trong khi ngay cả đến cái tình yêu bình thường dành cho con người, chúng ta cũng còn không có!

Hỏi:

Làm sao ông có thể tìm ra được cái tình yêu đó?

Krishnamurti:

Tôi không muốn đi tìm cái tình yêu đó. Tất cả những điều tôi muốn làm chỉ là liệng bỏ tất cả những cái gì không phải là yêu, giải thoát khỏi sự ghen tuông, ràng buộc.

(Trích On Love and Loneliness)

SỰ SỐNG VĨNH CỬU

Đó là một trong những buổi sáng tuyệt diệu chưa từng thấy .
Vùng dương vừa mới nhô lên, le lói giữa những hàng cây thông và cây khuy nh diệp. Ánh dương chan hòa trên mặt nước một màu vàng rực rỡ, sáng ngời - thứ ánh sáng chỉ xuất hiện trong khoảng không gian giữa núi và biển. Đó là một buổi sáng đẹp ngây ngất, bầu trời trong vắt với làn ánh sáng kỳ diệu khiến cho ta không thể chỉ chiêm ngưỡng bằng mắt mà bằng cả tấm lòng rộng mở. Và khi bạn nhìn thấy cảnh tượng ấy, bạn sẽ thấy đất và trời xích lại gần nhau và bạn sẽ cảm thấy dường như bản thân mình đã hòa tan vào với cái đẹp.

Bạn ơi, đừng bao giờ tọa thiền giữa công chúng, hoặc với người nào, hoặc đám đông nào khác. Bạn chỉ nên tọa thiền nơi vắng vẻ, trong sự tịch mịch của trời đêm, hoặc trong sự tĩnh lặng của buổi sáng sớm. Khi bạn tọa thiền nơi vắng vẻ, phải là nơi vắng vẻ. Bạn phải hoàn toàn cô đơn, không theo một hệ thống nào, một phương pháp nào, không lập đi lập lại lời nói, không theo đuổi một ý tưởng, không uốn nắn tư tưởng theo ý muốn của bạn.

Sự tĩnh lặng này sẽ tới khi tâm trí bạn đã được giải thoát khỏi sự suy nghĩ. Khi bị ảnh hưởng bởi lòng ham muốn, hoặc những điều mà trí não bạn theo đuổi, dù là trong tương lai hoặc quá khứ, bạn sẽ không có được sự tĩnh lặng. Chỉ trong sự mênh mông của hiện tại, trạng thái đơn độc này sẽ tới. Và rồi, trong sự tĩnh lặng, tất cả mọi giao tiếp đều chấm dứt, sẽ không còn có cái người luôn theo dõi với những bồn chồn, với lòng khát khao ngu ngốc cùng với những rắc rối cuộc đời của bạn. Chỉ khi đó, trong cái tĩnh lặng của sự đơn độc, thiền định mới trở nên một điều gì đó mà chúng ta chẳng thể dùng lời nói để mô tả. Thiền định là sự sống vĩnh cửu.

(Trích Freedom, Love, and Action)

CÁI "MỚI" TUYỆT DIỆU

Hỏi:

Chúng ta có thể hiểu biết được từ những kinh nghiệm của quá khứ không?

Krishnamurti trả lời:

Chắc chắn là không rồi đó! Hiểu biết bao hàm sự tự do, óc tò mò và ý hướng muốn tìm tòi điều mới lạ. Khi đứa trẻ tìm hiểu điều gì, nó có sự tò mò, ý chí muốn biết, đó là cái động lực từ tự do, mới mẻ, không phải là cái động lực của sự di chuyển trong cái kho tàng kiến thức nó đã có.

Kinh nghiệm thì chúng ta đã có nhiều không kể siết! Chúng ta có năm ngàn năm kinh nghiệm về chiến tranh. Nhưng chúng ta chẳng hiểu biết được gì ngoại trừ chuyện sáng chế ra được nhiều loại máy móc giết người hiệu nghiệm để mà tàn sát lẫn nhau cho lẹ. Chúng ta đã có quá nhiều kinh nghiệm sống với bè bạn, với người hôn phối, với đất nước của chúng ta. Nhưng chúng ta chẳng hiểu biết được gì từ những kinh nghiệm ấy cả. Hiểu biết, trên thực tế, chỉ có thể có khi chúng ta thoát ra khỏi được những kinh nghiệm của quá khứ. Khi bạn phát hiện được điều gì mới mẻ, chắc chắn rằng tâm trí bạn phải không bị vướng víu với những kiến thức cũ kỹ. Vì lý do này, thiền định là làm cho tâm trí rũ bỏ được cái cảnh đầy nhóc những kiến thức, những kinh nghiệm, bởi vì chân lý không phải là cái mà bạn sáng chế ra, mà là cái gì đó hoàn toàn mới lạ, không phải là sự hiểu biết đến từ quá khứ.

Cái mới mẻ này không phải là cái đối lập với sự cũ kỹ. Đó là một cái mới mẻ lạ thường, tuyệt diệu, mà cái tâm trí đầy nhóc những kinh nghiệm không thể nào "cảm" được. (Trích The Impossible Question)

CẢM NHẬN THỰC TẠI

Chúng ta đừng khởi đầu bằng từ bất cứ sự kết luận nào, từ bất cứ niềm tin nào, từ bất cứ giáo điều nào đã nhồi nắn tâm trí của chúng ta, mà phải từ cái tâm trí hoàn toàn tự do, mới mẻ, để mà quan sát, mà học hỏi, mà chuyển động, hành xử. Đó là cái tâm từ bi, thương xót không vì một lý do, ý đồ nào, không từ một lý luận nào dẫn đến. Lòng từ bi, nỗi niềm trắc ẩn xuất hiện khi tâm trí được hoàn toàn tự do, không bị điều kiện hóa, đó là nền tảng của một cuộc đổi mới về tâm lý. Cuộc đổi mới tâm lý này là điều chúng ta cần quan tâm từ đầu tới cuối.

Chúng ta hãy tự hỏi: "Trong cuộc đời, chúng ta tìm tòi cái gì? Phải là một thân thể cường tráng không? Phải là một đời sống an toàn không?" Tự đáy lòng sâu thẳm, chúng ta có cái khát vọng rằng tất cả mọi hoạt động của chúng ta đều được bảo đảm, an toàn; tất cả mọi liên hệ của chúng ta đều được ổn định, chắc chắn, vĩnh viễn. Chúng ta vướng mắc vào cái kinh nghiệm đã cho chúng ta một số phẩm chất nào đó về sự ổn định, hoặc một sự xác nhận nào đó nó cho chúng ta cái cảm giác về một sự trường cửu, mãi nguyên. Trong niềm tin, có sự an toàn; trong sự xác nhận một giáo điều nào đó, chính trị, hoặc tôn giáo, có sự an toàn. Nếu đã lớn tuổi, chúng ta có sự an toàn, hạnh phúc, khi nhớ lại quá khứ, nơi những điều chúng ta đã biết, nơi tình yêu chúng ta đã có, và chúng ta dính mắc vào quá khứ. Khi còn trẻ, chúng ta tưng bừng, thỏa mãn với từng giây phút hiện tại, không thắc mắc về quá khứ hay tương lai. Nhưng từ từ, tuổi trẻ sẽ biến đi dần dần cùng với những khát vọng về một sự ổn định, với tấm lòng khắc khoải về sự bất an, về sự không có cái gì, hoặc người nào, để mà nương dựa, với niềm mong mỏi thiết tha sao cho có được một sự an toàn nào đó để mà bám lấy.

Cuộc đời mỗi người đều bị ràng buộc với tư tưởng. Mà tư tưởng thì luôn luôn từ quá khứ. Với một cái tâm chỉ sống với quá khứ, dính vào quá khứ, thì nó hết khả năng để "sống", để cảm nhận được thực tại.

(Trích The Wholeness of Life)

GIẢI THOÁT KHỎI DÍNH MẮC

Trong trạng thái say mê không vì một nguyên nhân, có một nguồn cảm xúc mãnh liệt giải thoát người ta ra khỏi mọi ràng buộc, dính mắc.

Nhưng khi sự say mê lại vì có một lý do nào đó, thì hiển nhiên là sẽ có dính mắc, ràng buộc, và rồi cái dính mắc, ràng buộc đó nó sẽ đem đến buồn phiền.

Phần đông chúng ta đều bị dính mắc, chúng ta gắn bó với một người, một quốc gia dân tộc, một niềm tin, một lý tưởng, và khi mà mục tiêu của cái mà chúng ta gắn bó bị mất đi, hoặc mất cái ý nghĩa của nó, thì chúng ta cảm thấy trống rỗng, thiếu thốn.

Từ cái trống rỗng này, chúng ta cố gắng bù đắp bằng cách lại bám víu vào một cái gì khác, và rồi nó lại sẽ trở nên đối tượng cho sự say mê của chúng ta.

(Trích The Book of Life)

NIỀM TIN

Hỏi :

— Làm sao chúng ta có được niềm tin nơi diễn giả, để tin được rằng những lời ông ta nói là sự thật? Và làm sao chúng ta có niềm tin vào ông ta, rằng ông ta sẽ dẫn dắt chúng ta một cách đúng đắn? áá

Krishnamurti trả lời:

— Chúng ta đang nói về sự lãnh đạo và tín nhiệm. Bạn biết rằng chúng ta đã có đủ loại lãnh tụ, từ chính trị cho tới tôn giáo. Bạn chưa chán ngấy với lãnh tụ sao? Bạn chưa liệng quách họ qua mạn tàu, văng xuống sông, để chẳng bao giờ còn phải có lãnh tụ nữa hay sao? Hay là bạn vẫn còn, dù đã sau hai triệu năm như thế này, đi tìm cho mình một lãnh tụ?

Bởi vì lãnh tụ tàn phá đệ tử và đệ tử tàn phá lãnh tụ .

Sao bạn còn có lòng tin nơi bất cứ ai?

Diễn giả không đòi hỏi bạn niềm tin, ông ta cũng không đặt ông ta vào vị trí của kẻ có thẩm quyền để nói về vấn đề gì đó, bởi vì bất cứ loại thẩm quyền nào, — nhất là trong những lãnh vực thuộc về tư tưởng, về sự cảm thông, — thẩm quyền tàn phá nhiều nhất, tệ hại nhất.. Cho nên chúng ta không đề cập đến sự lãnh đạo, hay là có niềm tin nơi lãnh tụ hoặc nơi diễn giả. Chúng ta nói rằng mỗi người chúng ta, xin nhắc lại, mỗi người chúng ta, như là một con người, phải tự mình là người lãnh đạo, là thầy, là đệ tử, tất cả đều trong chính mình. Mọi điều khác đều đã thất bại, từ các cơ sở tôn giáo, lãnh tụ chính trị, lãnh tụ chiến tranh, những người này muốn có một xã hội tuyệt diệu, đều không thành công. Cho nên, nay nó tùy thuộc vào chính bản thân bạn, vào chính bạn như là một con người, một con người toàn vẹn, bình thường, đó là trách nhiệm của bạn.

Vậy thì, bạn phải rất thận trọng, tỉnh giác về chính bản thân bạn, về bạn nói điều gì, nói ra như thế nào, về sự suy nghĩ của bạn và động cơ nào đã thúc đẩy bạn theo đuổi những lạc thú của bạn.

(Trích Talks and Dialogues)

GIAO CẢM VỚI THIÊN NHIÊN

Nay thì sự nhìn, hay là sự nghe cũng thế, giống nhau, là một trong những điều khó khăn nhất của đời sống. Nếu cặp mắt bạn đã bị mù đi vì những nỗi lo âu của bạn, thì bạn không thể thấy được vẻ đẹp của lúc hoàng hôn. Phần lớn chúng ta đã mất đi sự giao tiếp với thiên nhiên. Nền văn minh đã hướng con người về phía những thành phố lớn. Càng ngày chúng ta càng trở thành những người thành thị, sống trong những chung cư đông đúc đến nỗi chỉ còn lại một khoảng trống quá bé nhỏ để mà có thể ngược nhìn lên không trung vào những lúc sáng sớm hoặc chiều tà, cho nên, quả là chúng ta đã mất dịp thưởng thức biết bao nhiêu là vẻ đẹp. Tôi không biết bạn có nhận ra rằng thật là quá ít ỏi người trong số chúng ta được ngắm cảnh rặng đồng, cảnh hoàng hôn, cảnh đêm trăng, hoặc cảnh ánh trăng lấp lánh trên mặt nước.

Mất sự giao cảm với thiên nhiên, chúng ta tự nhiên ngã về sự phát triển khả năng tri thức. Chúng ta đọc hàng lố sách, chiêm ngưỡng vô số bảo tàng viện, thưởng thức nhiều buổi hòa nhạc, say sưa coi biết bao nhiêu chương trình truyền hình và tham dự quá nhiều những cuộc giải trí. Chúng ta trích dẫn nhiều vô tận những tư tưởng của các danh nhân và thảo luận không ngừng về nghệ thuật. Tại sao chúng ta phải nương tựa vào nghệ thuật nhiều đến thế? Phải chăng đó là một hình thức của sự trốn tránh, của sự kích thích? Nếu bạn tiếp cận được với thiên nhiên, nếu bạn được ngắm nhìn sự chuyển động nơi cánh con chim, nhìn vẻ đẹp của bầu trời từng giây phút trôi qua, chiêm ngưỡng cảnh đồi rợp bóng, hoặc vẻ đẹp trên gương mặt người nào đó, bạn có nghĩ rằng bạn còn muốn đến viện bảo tàng để mà ngắm tấm hình nào nữa hay chẳng?

Có câu chuyện về một vị đạo sư kia, thường giảng đạo cho các đệ tử vào mỗi buổi sáng. Một buổi sáng, khi ông ta vừa mới ngồi xuống nệm, sửa soạn thuyết pháp, thì có một con chim nhỏ sà xuống, đậu ngay ở ngưỡng cửa sổ, vươn cổ lên hót líu lo bằng tất cả nhiệt tình. Sau khi say sưa hót, nó tung cánh bay lên trời cao trong khi vị đạo sư tuyên bố: "Bài thuyết pháp của buổi sáng nay đã hoàn mãn".

Tôi thấy dường như những điều khó khăn nhất của chúng ta chính là sự nhìn thật rõ chính chúng ta, không những về ngoại cảnh, mà còn về cuộc sống nội tâm nữa. Khi chúng ta nói rằng chúng ta ngắm cái cây hoặc bông hoa, có thật sự là chúng ta nhìn chúng không? Hay là chúng ta chỉ thấy cái hình ảnh về nó

do từ ngữ tạo nên? Có nghĩa là, khi bạn nhìn cái cây hoặc vàng
mây trong ánh nắng chiều rực rỡ, liệu bạn có thật sự "thấy" ?
Thấy đây không chỉ là thấy bằng cặp mắt và tri thức, nhưng là cái
thấy một cách hoàn toàn, một cách trọn vẹn.

(Trích *Freedom from the Known*)

TỰ DO ĐÍCH THỰC

Hỏi :

--- Thế nào là tự do đích thực và làm sao để giành được?

Krishnamurti đáp :

--- Tự do đích thực không phải là cái gì đó để mà giành được, mà là kết quả của sự thông tuệ. Bạn không thể mua quyền tự do ở ngoài chợ. Bạn không thể kiếm được nó bằng cách đọc một cuốn sách, hoặc nghe người nào đó diễn thuyết. Tự do tới bằng sự thông tuệ.

Nhưng thế nào là thông tuệ? Có thể có sự thông tuệ khi còn sợ sệt, hoặc khi tâm trí đã bị điều kiện hóa ? Khi tâm bạn đã có sẵn thành kiến, hay là khi bạn nghĩ rằng bạn là một người phi thường, hoặc khi mà bạn có quá nhiều tham vọng, muốn leo lên bậc thang thành công trong đời sống thế tục hoặc tâm linh, vậy có phải là thông tuệ chăng? Khi bạn chỉ quan tâm đến chính bạn, khi bạn học theo hoặc tôn thờ ai đó, vậy có thể là thông tuệ không?

Hiển nhiên, khi bạn thấu hiểu và thoát khỏi toàn bộ sự ngu xuẩn này, thì đó là thông tuệ. Cho nên bạn phải khởi sự; và việc đầu tiên là hãy tỉnh giác để biết rằng tâm trí bạn không được tự do. Bạn phải quan sát để thấy tâm trí bạn đã bị những cái linh tinh này o ép như thế nào, đây là bước đầu của sự thông tuệ, dẫn đến tự do.

Bạn phải tự tìm lời giải đáp. Có lợi ích gì khi người khác tự do còn bạn thì không, hoặc là khi người khác có đồ ăn còn bạn thì đói ?

Sáng tạo là phải có sự khai mở đích thực, như thế phải có tự do; và muốn có tự do, phải thông tuệ.

Bạn hãy tìm hiểu coi cái gì đã cản trở sự thông tuệ. Bạn phải nghiên tâm từ chính cuộc đời, tìm hiểu về những giá trị xã hội, mọi thứ, và không chấp nhận bất cứ điều gì nếu chỉ vì bạn bị khiếp sợ.

(Trích Life Ahead)

CỐT TỦY NHỮNG LỜI THUYẾT GIẢNG

Vào ngày 21 tháng 10 năm 1980, Krishnamurti viết một bản tuyên ngôn như sau:

--- "Cốt tủy những lời rao giảng của Krishnamurti đã được gói ghém trong lời phát biểu của ông ta vào năm 1929 khi ông tuyên bố : "Thực tại là mảnh đất không có lối vào". Người ta không thể tới đó bằng tổ chức hội đoàn, bằng tín điều, bằng giáo lý, bằng người linh hướng hoặc bằng nghi thức lễ lạy, không từ kiến thức triết học hoặc kỹ thuật tâm lý . Người ta phải tìm nó từ sự quán chiếu mối liên hệ trong đời sống, từ sự thấu hiểu nội dung những điều nằm trong chính tâm trí của anh ta, từ sự quan sát chứ không phải là lý luận, phân tích bằng kiến thức hoặc nghiền ngẫm chia chẻ nội tâm.

Người ta đã tự xây dựng lên những hình ảnh như là hàng rào an toàn qua tôn giáo, chính trị, bản thân. Đó là những biểu tượng, những ý thức hệ và tín ngưỡng. Sức mạnh của những hình ảnh này đè trĩu lên tâm tư con người, chi phối sự suy nghĩ của họ, chi phối mối liên hệ của họ và ngay chính bản thân họ trong đời sống hằng ngày . Những hình ảnh này chính là nguồn gốc mọi vấn đề của chúng ta, vì nó gây nên sự chia rẽ giữa chúng ta với nhau . Nhận thức về cuộc đời của mỗi người bị o ép bởi những khái niệm đã được thiết lập bền vững trong tâm trí họ . Nội dung tri thức của họ là những điều họ gộp nhặt được trong suốt cuộc đời .

Cả loài người thì cái nội dung này cũng đại khái giống nhau . Cá nhân chỉ là cái tên, cái hình thể và cái nền văn hóa hời hợt mà hần thu lượm được từ truyền thống và môi trường sống chung quanh. Nhưng mà cái đặc điểm, cái độc đáo của con người không nằm tại cái bề mặt hời hợt, nông cạn, mà nó hoàn toàn vượt thoát ra khỏi cái máy tri kiến mà khắp cả loài người đều cũng có đại khái giống nhau kia . Cho nên hần ta không là một cá thể.

Tự do không phải là một phản ứng; Tự do không phải là sự chọn lựa . Đó là người ta tự đối mình, tưởng rằng người ta có quyền chọn lựa, là người ta tự do . Tự do là thuần túy quan sát,

không mục tiêu, không sợ hãi bị trừng phạt và không mong cầu sự ban thưởng. Tự do không có động cơ; Tự do không phải là kết thúc của một tiến trình thay đổi của con người, nhưng nằm ngay tại lúc khởi sự hiện hữu . Trong sự quan sát, người ta bắt đầu tìm ra sự không có tự do . Tự do được tìm thấy khi không chọn lựa, tỉnh thức trong các hoạt động của đời sống hằng ngày . Tư tưởng là thời gian. Kinh nghiệm và kiến thức sinh ra tư tưởng, do đó, nó không thể tách rời ra khỏi thời gian và quá khứ. Thời gian là kẻ thù tâm lý của con người .

Hành động của chúng ta đặt nền tảng trên kiến thức và do đó, trên thời gian, cho nên con người luôn luôn bị lệ thuộc vào quá khứ. Tư tưởng thì luôn luôn có giới hạn, cho nên chúng ta sống trong sự mâu thuẫn và vùng vẫy liên tục. Không có cái chuyện phát triển tâm lý. Khi nào con người trở nên tỉnh thức trước những hoạt động về tư tưởng của chính hắn, hắn sẽ thấy được sự phân chia giữa thực thể suy nghĩ và tư tưởng, thực thể quan sát và cái bị quan sát, thực thể kinh nghiệm và sự kiện được kinh nghiệm. Khi đó người ta sẽ thấy được rằng sự chia cách này chỉ là ảo giác.

Chỉ có từ sự quan sát thuần túy này người ta mới bừng tỉnh, không bị bóng tối của quá khứ và thời gian che khuất. Sự bừng tỉnh phi thời gian này là sự giác ngộ sâu sắc, triệt để, đột biến, của cái tâm. Sự hoàn toàn phủ định là căn bản của khẳng định. Khi có sự phủ định tất cả những cái mà tư tưởng đã tạo ra về mặt tâm lý, lúc đó sẽ chỉ còn có lòng yêu thương, đó là từ bi và trí tuệ."

(Trích " The Core of the Teachings")

NỖI SỢ KHÔNG RỜI

Phần đông chúng ta khao khát có được một địa vị cao trong xã hội bởi vì chúng ta sợ phải là một kẻ vô danh tiểu tốt. Xã hội đã hun đúc những con người sống trong đó có thói quá tôn trọng người ở địa vị cao trong xã hội và nếu là kẻ vô danh tiểu tốt thì lại bị đá lên đá xuống! Cho nên, mọi người trên thế giới đều muốn có địa vị, ở ngoài xã hội, ở trong gia đình, hay là ở trong lòng bàn tay của Thượng Đế, và cái địa vị đó phải được mọi người thừa nhận, nếu không thì sẽ chẳng còn có nghĩa gì nữa. Chúng ta phải luôn luôn được ngồi trên một cái bệ! Nhưng thềm kín trong đáy lòng, chúng ta luôn luôn bị xáo trộn với những nỗi phiền muộn, khổ tâm, vì thế, nếu ra ngoài xã hội mà được trọng vọng, đối với chúng ta đã là một khích lệ lớn lao rồi. Sự thèm khát địa vị, danh vọng, uy quyền, được xã hội suy tôn, về một khía cạnh nào đó, là cái khát vọng muốn chi phối người khác. Cái khát vọng muốn chi phối người khác này chính là một hình thức xâm lấn. Bậc thánh mà muốn được tôn sùng vì cái vị trí thánh của mình thì cũng chẳng khác gì con gà năng mổ kiếm ăn ở ngoài sân cỏ mà thôi.

Vậy thì, lý do nào đã khiến cho người ta phải năng mổ, ham hồ như vậy? Phải chăng là vì sợ hãi?

Sợ hãi là một trong những vấn đề lớn nhất trong đời sống. Một tâm hồn đã bị ám ảnh vì sợ hãi luôn luôn sống trong nỗi bất an, mâu thuẫn, dễ bị kích động và gây hấn. Sự sợ hãi làm cho con người không dám thay đổi lối suy nghĩ, và sinh ra thói đạo đức giả.

Chỉ cho tới khi nào chúng ta thoát ly ra khỏi nỗi sợ hãi, nếu không, dù chúng ta vượt qua được ngọn núi cao nhất, sáng tạo ra đủ loại Thần Thánh, chúng ta vẫn chỉ làm lũi đi trong bóng tối mà thôi.

(Trích "Freedom from the Known")

CHẾT LÀ THẾ NÀO

Hỏi :

--- Tại sao chúng ta sợ chết ?

Krishnamurti đáp :

--- Bạn hỏi : " Tại sao chúng ta sợ chết? Bạn đã biết chết là thế nào chưa? Bạn hãy nhìn cái lá xanh tươi kia, nó đã sống mơn mớn suốt mùa hạ, uốn lượn trong gió, vươn mình uống ánh mặt trời, tắm gội dưới làn nước mưa, và khi mùa đông tới, chiếc lá héo hon rồi chết. Con chim cũng vậy, hào hùng với đôi cánh tung bay trên trời cao, nhưng rồi một ngày kia, cũng mòm mòm xác xơ, rồi chết. Bạn thấy những xác người được khiêng ra bờ sông để hỏa táng. Vậy thì bạn ơi, bạn đã thấy chết là như thế nào rồi. Nhưng tại sao bạn lại sợ nó nhỉ? Bởi vì bạn đang sống như là chiếc lá xanh kia, như là con chim trên trời cao nọ, rồi bỗng nhiên bệnh hoạn hoặc tai nạn ập đến, và rồi thôi thế là thôi, thôi thế là đời bạn tàn rồi.

Cho nên bạn la lên : "Tôi muốn sống, tôi muốn hưởng thụ, tôi muốn cuộc đời cứ tiếp tục mãi mãi với tôi".

Vậy thì, sợ chết chính là sợ sự kết thúc, phải không? Chơi banh, tắm nắng, ngắm lại dòng sông trôi chảy lững lờ, khoác lại những bộ đồ ưa thích, đắm mình trong thú đọc sách, rong chơi với băng hũu, tất cả đều sẽ kết thúc.

Vì thế, nghĩ đến sự chết là bạn đã khiếp đảm. Sợ chết, mà lại biết rằng rồi một ngày kia mình cũng sẽ không thoát khỏi cái chết, cho nên chúng ta nghĩ đến chuyện vượt qua nó, và rồi chúng ta có cả lối lý thuyết khác nhau. Nhưng nếu chúng ta biết cách để kết thúc, thì chúng ta hết sợ. Nếu chúng ta biết cách chết mỗi ngày, thì chẳng còn gì để mà phải sợ nữa. Bạn có bắt được ý này không? Nó hơi vượt ra ngoài lẽ thói một chút. Chúng ta không biết cách chết vì chúng ta luôn luôn gom góp, gom góp, gom góp. Chúng ta luôn luôn nghĩ về ngày mai : " Tôi đang thế này và tôi sẽ thành thế kia". Chúng ta không bao giờ chịu hoàn tất sự việc trong một ngày. Chúng ta không sống như là chúng ta chỉ có một ngày để sống. Bạn có thấu hiểu được những điều tôi đang nói không?

Chúng ta luôn luôn đang sống trong quá khứ và tương lai. Giả thử nếu như có ai đó nói cho bạn biết rằng bạn sẽ chết vào cuối ngày, bạn sẽ làm gì? Liệu bạn có bỏ phí mà không sống cho đáng sống cái ngày hôm đó chẳng? Chúng ta đã không sống một cách thật trọn vẹn cho mỗi ngày. Chúng ta không tận hiến cho mỗi ngày. Chúng ta luôn luôn nghĩ đến chuyện ngày mai chúng ta sẽ trở thành như thế nào, nghĩ đến trò chơi đánh banh chúng ta sẽ kết thúc ngày mai ra sao, nghĩ đến kỳ thi sáu tháng nữa chúng ta phải hoàn tất, nghĩ đến cách chúng ta sẽ thưởng thức những món ăn khoái khẩu, hoặc chúng ta sẽ mua loại quần áo nào, vân vân và vân vân, luôn luôn là tương lai hoặc quá khứ.

Nếu chúng ta sống trọn vẹn một ngày, chấm dứt nó, rồi bước sang một ngày mới với đầy đủ sự mới mẻ, tươi mát, thì chúng ta sẽ không sợ chết. Chúng ta chấm dứt mỗi ngày cùng với tất cả những gì chúng ta thâm nhập được, với tất cả kiến thức, với tất cả những kỷ niệm, với tất cả những đấu tranh, không đem nó qua ngày hôm sau làm gì ---như thế thật là đẹp; dù cho có sự chấm dứt chẳng nữa, thì rồi lại có sự hồi phục, thăng hoa.

(Krishnamurti -- On Living and Dying)

SỰ THAY ĐỔI CẤP THIẾT

Hỏi:

Tôi có chân trong nhiều tổ chức gồm có tôn giáo, làm ăn buôn bán và chính trị. Rõ ràng là sống trong xã hội, chúng ta phải có chân trong những tổ chức, hội đoàn, nhóm bạn nào đó. Nay sau khi nghe ông nói, tôi tự hỏi, vậy thì có sự quan hệ nào giữa tự do và các tổ chức tập hợp chăng? Tự do bắt đầu từ đâu và tổ chức chấm dứt tại đâu? Mối quan hệ giữa các tổ chức tôn giáo và sự giải phóng là cái gì?

Krishnamurti trả lời:

Con người ta khi sống trong một xã hội phức tạp, những tổ chức, hội đoàn là cần thiết để có thể truyền thông, di chuyển, vận tải thực phẩm, quần áo, xếp đặt nơi ăn chốn ở, hoạt động mọi loại công việc phục vụ cho đời sống của tập đoàn xã hội, dù là tại tỉnh thành hay nơi thôn quê. Điều này phải được tổ chức cho có hiệu quả và nhân đạo, không phải chỉ vì sự lợi ích của một nhóm nhỏ, mà là vì sự lợi ích của tất cả mọi người, không phân biệt quốc tịch, chủng tộc hoặc đẳng cấp trong xã hội. Trái đất này là của chúng ta, không phải là của bạn hoặc của tôi. Để được sống hạnh phúc và khỏe mạnh, phải có những tổ chức lành mạnh, hữu hiệu và hoạt động với tinh thần tôn trọng lẽ phải. Có những sự hỗn loạn xảy ra ngày nay là vì đã có sự chia rẽ. Hàng triệu người đói là vì có những nơi khác quá giàu có. Có chiến tranh, xung đột và đủ loại hành động tàn bạo xảy ra. Rồi thì lại có những tổ chức của tín ngưỡng—tổ chức của tôn giáo, mà từ chính nó lại sinh ra tình trạng gây chia rẽ và chiến tranh. Nền đạo đức mà con người đã theo đuổi nay lại dẫn đến sự mất trật tự và rối loạn. Đó là tình trạng thực tế của thế giới ngày nay. Và khi mà bạn hỏi rằng có sự quan hệ nào giữa các sự tập hợp, tổ chức đối với sự tự do, phải chăng bạn đã không tách rời được sự tự do ra khỏi cái thực thể hiện hữu? Chúng ta không nhận ra rằng chính chúng ta đã tạo dựng nên cái xã hội này, sự hỗn loạn này và bức tường ngăn cách này, cho nên mỗi người trong chúng ta đều phải lãnh trách nhiệm. Chúng ta thế nào thì xã hội như thế. Xã hội không khác chúng ta. Nếu chúng ta mâu thuẫn, tham lam,

ganh ghét, sợ hãi, chúng ta sẽ xây dựng nên cái xã hội giống như thế.

Hỏi:

• Có sự khác biệt giữa cá nhân và xã hội. Tôi là người ăn chay, xã hội giết súc vật. Tôi không thích chiến tranh, xã hội bắt tôi ra mặt trận. Bộ ông cho rằng trận chiến này do tôi tạo ra chăng?

Krishnamurti đáp:

• Đúng, đó là trách nhiệm của bạn. Bạn đã gây ra điều đó từ quan điểm về quốc tịch, về lòng tham, về sự ganh tị, về lòng thù ghét của bạn. Nếu trong tâm bạn mang những tư tưởng đó thì bạn phải chịu trách nhiệm về chiến tranh, khi mà bạn còn thuộc về một quốc gia, một tín ngưỡng, á một chủng tộc nào đó. Chỉ có những người đã thoát ra khỏi những điều kể trên, họ mới có thể nói rằng họ đã không tạo ra cái thế giới hỗn loạn này. Cho nên, trách nhiệm của chúng ta là nhìn thấy sự thay đổi nơi chúng ta, và giúp những người khác thay đổi mà không phải dùng đến bạo động và đổ máu.

(Trích [The Urgency of Change](#))

ĐẾN VỚI THƯỢNG ĐẾ

Hỏi :

--- Cách nào dễ dàng nhất để tìm thấy Thượng Đế ?

Krishnamurti đáp :

--- Tôi e rằng không có cách dễ dàng nào để thấy được

Thượng Đế đâu, bởi vì việc tìm Thượng Đế là việc khó khăn, gian khổ nhất. Thượng Đế có phải là cái mà tâm trí chúng ta tạo ra chẳng? Bạn biết tâm trí chúng ta là cái gì rồi .

Nó chẳng qua cũng chỉ là kết quả của thời gian, và nó có thể tạo ra bất cứ loại ảo giác nào . Nó có khả năng tạo ra tư tưởng, phóng chiếu đủ loại tưởng tượng, sáng tác đủ loại hư cấu . Nó luôn luôn bận bịu chuyện gom góp, liệng bỏ, chon lựa Ôm trong lòng những thành kiến, hẹp hòi, nông cạn, cái tâm vọng động dựa theo ý mình mà vẽ ra hình ảnh Thượng Đế. Nó tưởng tượng về Thượng Đế tùy theo với sự hẹp hòi, giới hạn, nông cạn của nó.

Vì đã có những bậc thầy, những nhà linh hướng, những “cái-gọi-là” những bậc cứu thế độ nhân đã tuyên bố rằng có Thượng Đế, và đã mô tả Thượng Đế theo ý họ, cho nên cái vọng tâm có thể tưởng tượng về Thượng Đế trong tình trạng đó.

Nhưng hình ảnh tưởng tượng đó không phải là Thượng Đế. Thượng Đế là cái mà chúng ta không thể tìm thấy bằng loại tâm vọng động này .Muốn tới được, thâm cảm được Thượng Đế, trước nhất, bạn hãy tìm hiểu chính cái tâm của bạn đi đã .

Đó là điều rất khó khăn. Cái tâm rất là phức tạp, cho nên không phải dễ mà hiểu được nó. Nhưng lại quá dễ cho cái chuyện ngồi xuống để mơ mộng, vẽ ra nhiều hình ảnh, ảo giác trong trí, rồi cho là bạn đang rất gần gũi Thượng Đế.

Chính cái vọng tâm hoạt động liên tục đó có khả năng lừa dối vô tận. Cho nên, nếu muốn thật sự kinh nghiệm được điều có thể gọi là Thượng Đế, bạn phải hoàn toàn tĩnh lặng.

Bạn có thấy đó là điều cực kỳ khó khăn chẳng? Bạn có nhận thấy ngay đến các bậc già cả, cũng không thể nào ngồi yên lặng cho nổi, họ bồn chồn, hết ngọ nguậy ngón chân lại đến động đậy bàn tay, ra sao Ngay đến cái thân xác mà đã khó lòng ngồi yên

lặng được như vậy, hỏi rằng còn khó khăn tới mức nào để mà có được cái tâm lặng lẽ, thanh tịnh? Bạn có thể học theo vài bậc đạo sư để biết cách ép cho cái tâm vọng động phải yên lặng, nhưng thực tế là nó không yên lặng. Nó vẫn hoạt động không ngừng, y như đứa nhỏ bị bắt buộc phải đứng trong góc nhà.

Thật là một đại nghệ thuật để bạn có thể khiến cho cái tâm trí bạn tĩnh lặng hoàn toàn mà không cần phải áp đặt nó. Và cũng chỉ đến khi đó, trong tình trạng đó, họa chăng bạn mới có được cái kinh nghiệm được gọi là hiệp thông với Thượng Đế.

Krishnamurti—On God.

SỰ HÀI HÒA GIỮA SINH VÀ TỬ

Hỏi :

-- Ông nói rằng về bản chất thì tình yêu, sinh và tử cũng chỉ là một. Làm sao ông có thể duy trì được cái ý tưởng là không có phân biệt nào giữa sự kích động và đau buồn về cái chết và niềm hạnh phúc của tình yêu?

Krishnamurti đáp :

-- Theo ý bạn thì thế nào là chết? Mất thân người, mất ký ức, và bạn hy vọng, bạn nghĩ rằng, tin rằng sau đó sẽ có một sự tiếp nối. Nơi đây có một cái gì đó mất đi, đó là điều mà bạn gọi là chết.

Đối với tôi, sự chết đã có ngay khi ký ức đang hoạt động, mà ký ức thì cũng chỉ là kết quả của lòng khao khát, sự níu giữ, thiếu thốn, thèm thuồng mà thôi. Bởi vậy, nếu một người đã tự giải thoát khỏi lòng khao khát, thèm thuồng, thì không có sự chết, không có khởi đầu, kết thúc, không có lối mòn của yêu đương hoặc đau khổ. Xin hiểu cho là tôi đang cố gắng giải thích, rằng vì cứ đuổi theo điều đối nghịch, chúng ta tạo nên sự cản trở.

Nếu tôi sợ hãi, tôi kiếm cách tạo cho mình lòng dũng cảm, nhưng mà sự sợ hãi vẫn đuổi theo tôi, vì tôi chỉ lẩn trốn từ cái này qua cái khác mà thôi. Ngược lại, nếu tôi tự giải thoát tôi khỏi sự sợ hãi, không biết tới can đảm hoặc sợ sệt gì cả, đó là thái độ tỉnh táo, thận trọng, không cố níu lấy sự dũng cảm, nhưng mà giải thoát ra khỏi những sự thúc đẩy đưa tới hành động. Có nghĩa là, nếu bạn sợ hãi, đừng tạo thành động cơ thúc đẩy phải có một hành động can đảm, mà hãy tự giải thoát ra khỏi sự sợ hãi. Đó là hành động không tác ý.

Bạn sẽ thấy, nếu bạn thấu triệt điều này, cái chết là truyện tương lai, sẽ ngưng ám ảnh bạn. Nghĩ về sự chết chỉ là nhận thức một cách mãnh liệt về cô đơn, do đó, vì bị cột chặt với cảm giác cô đơn, hiu quạnh, chúng ta vội bám vào cái gì đó, muốn được kết hợp, hoặc tìm coi có cái gì tồn tại ở phía bên kia chẳng. Điều đó đối với tôi lại là sự theo đuổi những điều trái ngược, chúng càng giữ lại mãi mãi cái cảm giác cô đơn, hiu quạnh. Ngược lại, nếu chúng ta trực diện với nỗi cô đơn, hoan hỉ tiếp

nhận nó một cách sáng suốt, bạn sẽ tiêu diệt sự cô đơn, hiu quạnh, ngay khi nó vừa mới xuất hiện. Như thế là hóa giải chuyện chết !

Mọi sự việc ở đời đều sẽ có lúc phải tàn tạ. Mọi sự gồm thân thể người ta, phẩm chất, khả năng, sự chống cự, trở lực, tất cả rồi cũng sẽ tàn tạ, cũng phải tàn tạ. Nhưng người nào mà tự tưởng đã tự giải thoát ra khỏi những xúc cảm, thoát khỏi sự đối kháng, cản trở, hẳn sẽ được biết tới sự bất tử. Bất tử ở đây không phải là kéo dài cái giới hạn của chính hấn, cái giới hạn của chính con người hấn, vốn chẳng là cái gì khác ngoài những tầng lớp của khát vọng, níu giữ, thiếu thốn, thèm muốn. Bạn có thể không đồng ý, nhưng nếu bạn có thể giải thoát ra khỏi sự suy nghĩ, nếu bạn có thể thấu suốt vào sự tự giác, thấu suốt thẳng vào sự tỉnh thức, bạn sẽ thấy được sự bất tử, vốn hài hòa một cách tuyệt hảo, không phải là "lối mòn của tình yêu", hay là "lối mòn của đau buồn", mà trong đó, tất cả mọi chia cách đều chấm dứt.

[Krishnamurti -- On Living and Dying](#)

SỰ HÀI HÒA TRONG ĐỜI SỐNG

Đời sống không thể thiếu sự quan hệ giữa mọi người với nhau, nhưng mà chúng ta đã làm cho những mối liên hệ ấy trở nên đau khổ, đáng chán, vì chúng ta đã đặt nền tảng trên căn bản cá nhân và tình yêu chiếm hữu . Người ta có thể yêu mà không chiếm hữu chăng? Bạn sẽ tìm được câu trả lời đích thực, không phải là trong sự lẫn trốn, không phải bằng những lý thuyết cao siêu, hoặc bằng niềm tin, nhưng là xuyên qua sự thấu hiểu về căn nguyên của sự lệ thuộc và sự chiếm hữu . Nếu người ta thấu hiểu sâu xa cái vấn đề liên hệ giữa họ với người khác thì họa may chúng ta có thể giải quyết được những vấn đề rắc rối trong sự liên hệ giữa chúng ta với xã hội, vì xã hội cũng chỉ là sự mở rộng từ chính chúng ta mà thôi .

Cái môi trường sống mà chúng ta gọi là xã hội đó được tạo dựng bởi những thế hệ quá khứ; chúng ta chấp nhận nó, vì nó đã giúp chúng ta duy trì lòng tham, thói chiếm hữu và ảo tưởng. Trong cái ảo tưởng này, không có sự hợp nhất và an bình. Khi mà người ta còn không thấu hiểu nổi mối liên hệ giữa từng cá nhân đối với nhau thì người ta chưa thể có một xã hội an bình.

Vì mối liên hệ giữa chúng ta với nhau đặt nền tảng trên tình yêu chiếm hữu cho nên chúng ta cứ phải tỉnh giác, về phần chúng ta, đối với sự phát sinh, nguyên nhân và hoạt động của cái mối liên hệ đó. Khi chúng ta đã thấu hiểu sâu xa cái tiến trình chiếm hữu cùng với tính cách hung bạo, sự sợ hãi và phản ứng của nó, chúng ta sẽ thấu triệt một sự trọn vẹn, toàn hảo . Chỉ riêng sự thấu triệt này đủ để giải thoát tư tưởng con người ra khỏi sự lệ thuộc và chiếm hữu .

Chính là từ nội tâm mà con người tìm ra được sự hài hòa trong mối liên hệ giữa mọi người, chứ không phải là từ người khác hoặc từ môi trường sống mà người ta đạt được điều đó.

[Krishnamurti -- On Relationship.](#)

TỰ TÌM HIỂU CHÍNH MÌNH

Hỏi :

-- Theo ý ông, điều gì được coi như quan trọng nhất trong cuộc đời? Tôi thường suy ngẫm về điều này, và thấy dường như có quá nhiều điều trong cuộc đời đáng được coi là quan trọng. Tôi xin hỏi ông điều này bằng tất cả tấm lòng thành khẩn của tôi.

Krishnamurti đáp :

-- Có thể đó là nghệ thuật sống. Chúng ta dùng chữ "nghệ thuật" với cái nghĩa rộng nhất của nó. Cuộc đời thì quá ư là phức tạp, rối rắm, cho nên rất là khó khăn và bối rối khi chúng ta coi một mặt nào đó là quan trọng nhất. Ngay chính sự chọn lựa, sự phân biệt, đánh giá phẩm chất, đã dẫn tới sự bối rối hơn rồi. Nếu bạn nói rằng đây là điều quan trọng nhất, thế là bạn đã đẩy những sự kiện thực tế khác trong cuộc đời xuống vị trí thứ yếu rồi. Hoặc là bạn coi toàn bộ hoạt động của cuộc đời như là một tổng thể, điều rất khó làm đối với nhiều người, hoặc là bạn đặt trọng tâm vào một vấn đề căn bản trong đó có bao gồm cả những điều khác. Như vậy, chúng ta có thể tiếp tục thảo luận.

Hỏi :

-- Ý ông muốn nói rằng một khía cạnh có thể bao gồm toàn bộ cuộc đời? Có thể như vậy được chăng?

Krishnamurti đáp:

-- Có thể lắm. Chúng ta hãy cùng nhau đi vào đề tài một cách thật là chậm rãi và thận trọng. Đầu tiên là hai chúng ta hãy nghiên cứu, nhưng không vội vã tiến tới kết luận, vì như vậy là nông cạn. Chúng ta cùng nhau thăm dò một khía cạnh của đời sống, và nếu chúng ta thấu hiểu được điều đó thì chúng ta có thể hiểu được toàn bộ đời sống. Muốn nghiên cứu, chúng ta phải hoàn toàn rũ bỏ được những thứ như thành kiến, kinh nghiệm bản thân, và cái sự kiện "đã có sẵn kết luận". Như là một khoa học gia giỏi, chúng ta phải có cái tâm trí không bị che mờ bởi những kiến thức mà chúng ta đã huân tập trong cuộc đời. Chúng ta phải bắt đầu với một tâm trí hoàn toàn cởi mở, tươi mát, đó là một trong những điều kiện cần thiết của sự khám phá, tìm hiểu. Ở đây, sự khám phá, tìm hiểu không phải chỉ về quan điểm, hoặc

một chuỗi những khái niệm triết học, mà là tìm hiểu, khám phá chính tâm hồn mình, cho nên, chúng ta không thể để cho các phản ứng từ các lối mòn xâm lấn vào cái đang được quan sát. Đó là điều tuyệt đối cần thiết, nếu không sự tìm hiểu của bạn về chính bạn lại bị những nỗi lo sợ, niềm hy vọng và sự khoá lặc của chính bạn làm cho biến thể.

Krishnamurti -- Letters to the Schools

TỰ DO ĐÍCH THỰC

Có nhiều loại tự do, chắc chắn là như vậy. Có loại tự do về chính trị. Có loại tự do từ kiến thức mang lại, nhờ đó, bạn biết cách làm việc này, việc kia, "biết cách làm thế nào ...". Có cái tự do của người nhiều tiền của được đi du lịch vòng quanh thế giới. Nào là tự do vì có khả năng, có thể viết lách, có thể bày tỏ tư tưởng của mình, có thể suy nghĩ một cách minh mẫn. Lại có loại tự do vì thoát khỏi sự vướng mắc vào cái gì đó, thí dụ thoát khỏi sự đàn áp, sự thèm khát, truyền thống, lòng tham lam, v . v . . . Có loại tự do là kết quả của sự phấn đấu mà giành được, chúng ta hy vọng rằng khi kết thúc một quá trình hành trì, kết thúc một quá trình rèn luyện phẩm hạnh, kết thúc một quá trình cố gắng, sự tự do tối thượng mà chúng ta ước ao này sẽ giúp chúng ta làm được một số công việc. Nói về những sự tự do như sự tự do nhờ khả năng mang lại, sự tự do từ một cái gì đó, sự tự do mà chúng ta cho rằng sẽ đạt được sau một thời gian rèn luyện phẩm hạnh, thì tất cả các loại tự do đó chúng ta đều đã biết rồi. Vậy câu hỏi là, phải chăng tất cả những loại tự do đó đều chỉ là những phản ứng? Khi bạn nói : " Tôi muốn giải thoát khỏi sự giận dữ", đó chỉ là một phản ứng của lòng mong muốn, không phải là sự tự do, giải thoát khỏi sự giận dữ. Và ngay chính sự tự do mà bạn tưởng rằng bạn sẽ đạt được sau một đời rèn luyện phẩm hạnh, do phấn đấu, do ép mình, đó cũng chỉ là những phản ứng của các việc mà bạn đã làm.

Xin hãy theo dõi cẩn thận, bởi vì điều mà tôi sẽ nói ra có thể khiến cho bạn thấy khó hiểu vì có một cái gì đó có vẻ như không quen thuộc với dòng suy nghĩ của bạn. Có một loại tự do vốn không từ điều gì mang lại, không có nguyên nhân, nhưng là một trạng thái giải thoát.

Bạn thấy đó, sự tự do mà chúng ta đã biết thì đều luôn luôn đạt được nhờ ý chí, đúng không? Tôi sẽ được tự do. Tôi sẽ học một khoa kỹ thuật. Tôi sẽ trở thành một chuyên viên. Tôi sẽ học hỏi. Và cái ý chí đó mang đến cho tôi tự do. Cho nên chúng ta dùng cái ý chí để đạt sự tự do. Chúng ta không muốn trở nên nghèo, do đó, chúng ta dùng khả năng, dùng tất cả quyết tâm

của chúng ta để đạt được sự giàu có. Hoặc, tôi là kẻ vô dụng, cho nên tôi quyết tâm học tập để hết vô dụng. Và chúng ta tưởng rằng chúng ta sẽ tìm được tự do khi chúng ta hành động với sự quyết tâm, với ý chí. Nhưng mà, ý chí không đem đến tự do, mà ngược lại, như tôi sẽ trình bày dưới đây. Ý chí là gì? Tôi sẽ là ..., tôi sẽ không được là ..., tôi sẽ phấn đấu để trở nên cái gì đó ..., tôi sẽ học hỏi ...v . v ...

Tất cả những chuyện kể trên đều là những dạng hành động của ý chí. Vậy thì cái ý chí này là gì, nó hình thành ra sao? Hiển nhiên là từ khát vọng. Biết bao nhiêu là nỗi niềm khát vọng của chúng ta, với những sự thất vọng, những sự bó buộc, những sự hoàn tất, kết lại như sợi dây ràng buộc. Đó là ý chí, phải vậy không? Quá nhiều nỗi khát vọng của bạn kết hợp lại với nhau, tạo thành một sợi dây chằng và nhờ nó mà bạn cố gắng leo lên bậc thang thành công, muốn tiến đến tự do. Vậy thì, xin hỏi rằng khát vọng có đem lại tự do được không, hay là chính cái khát vọng để đạt được tự do đó lại làm cho người ta mất tự do? Xin các bạn hãy nhìn vào bản thân, tự xét cái lòng khao khát của chính bạn, cái tham vọng của chính bạn, cái ý chí của chính bạn.

Tôi lại xin hỏi rằng cái ý chí của bạn có phải là nhân tố của tự do không? Ý chí có mang lại tự do không? Hay là tự do, giải thoát là một cái gì hoàn toàn khác hẳn, nó không liên hệ gì với phản ứng, không thể đạt được nhờ khả năng, nhờ suy nghĩ, nhờ kinh nghiệm, nhờ kỷ luật.

. . . Tự do, giải thoát, là một phẩm chất của tâm hồn. Cái phẩm chất này không đến từ sự thận trọng tìm tòi, nghiên cứu, phân tích, sắp xếp tư tưởng lại với nhau. Tư tưởng và tự do, giải thoát, là hai điều đối nghịch. Tư tưởng không đem tới tự do, giải thoát, vì tư tưởng đã bị điều kiện hóa. Cái phẩm chất của tâm hồn này là sự tỉnh giác, chỉ ghi nhận thuần túy, không phân tách, không so sánh từ kinh nghiệm của quá khứ, v.v ... Đó chính là khởi đầu của sự tự do đích thực. Sự chuyển hóa này trong tâm hồn là một cuộc cách mạng đích thực. Ngoài ra, tất cả các cuộc cách mạng khác đều chỉ là những phản ứng, dù cho người ta có dùng từ ngữ như tự do, giải thoát, những hứa hẹn thiên đường, v . v ... ,

mọi loại. Chỉ có một sự tự do, giải thoát đích thực. Đó là cái phẩm chất trong tâm hồn.

Krishnamurti -- To Be Human.

TÂM ĐẠO và ĐẠO SƯ

Hỏi :

-- Thưa ông, trong chữ guru (đạo sư), thì chữ gu có nghĩa là bóng tối của sự ngu dốt và chữ ru có nghĩa là người gỡ bỏ, người xua đuổi. Do đó, guru là ánh sáng xua tan bóng tối của sự ngu dốt, và ông chính là cái ánh sáng đó đối với tôi bây giờ. Vậy thì theo ý ông, vai trò của vị đạo sư (guru) là gì, một vị thầy hay là một người tỉnh thức?

Krishnamurti đáp :

-- Thưa ông, nếu ông dùng từ guru theo nghĩa cổ điển, nghĩa là "xua tan bóng tối của sự ngu dốt", vậy thì liệu rằng có thể có một người nào đó, bất kể là sáng suốt hay ngu xuẩn, có thể thực sự giúp xua tan cái bóng tối này cho ai không? Giả sử như anh A là kẻ ngu tối, và ông là đạo sư của hắn -- đạo sư với cái nghĩa là người xua tan bóng tối, người mang gánh nặng giúp cho người khác, người chỉ đường -- liệu rằng vị đạo sư như thế có thể thực sự giúp cho kẻ khác được không? Hoặc là hơn thế nữa, vị đạo sư có thể xua tan bóng tối cho kẻ khác, -- không phải là lý thuyết suông, mà là trên thực tế không? Có thể nào ông, nếu ông là một vị đạo sư của ai đó, ông có thể xua tan bóng tối cho hắn không? Biết rằng hắn đau khổ, bối rối, thiếu sáng suốt, thiếu tình yêu, buồn bã, liệu ông có thể giúp hắn xua tan được cái bóng tối đó không? Hay là chính bản thân hắn phải cật lực ra mà tự giải thoát? Ông có thể chỉ cho hắn, ông có thể nói: " Nhìn, hãy bước qua cái cửa kia đi", nhưng mà bản thân hắn phải làm trọn công việc từ đầu cho đến cuối. Cho nên, nếu ông công nhận rằng người này không thể làm giúp người khác cái công việc đó, thì quả thật ông không phải là đạo sư theo cái nghĩa kể trên.

Hỏi :

-- Này nhé, đây là chuyện "nếu" ... "nhưng mà" ... , vậy thì "nếu" như có cái cửa ở đó, tôi phải bước qua. "Nhưng mà" cái sự ngu tối này nó khiến cho tôi không nhìn thấy cái cửa ở chỗ nào. Vậy thì ông, do sự chỉ ra cái cửa, đã gỡ bỏ được sự ngu tối.

Đáp :

-- Nhưng mà chính đương sự phải bước. Ông là đạo sư và ông chỉ ra cái cửa. Công việc của ông đến đây là chấm dứt.

Hỏi :

-- Tuy nhiên, bóng tối của sự ngu muội đã được gỡ bỏ.

Đáp :

-- Không, công việc của ông đã chấm dứt, nay là lúc chính tôi phải đứng lên, bước, và làm tất cả mọi chuyện tiếp theo.

Hỏi :

-- Vậy là tuyệt rồi!

Đáp :

-- Cho nên không phải là ông đã xua tan cái bóng tối của tôi.

Hỏi ;

-- Xin lỗi, vậy chứ tôi không biết làm sao mà thoát ra khỏi được cái phòng này. Tôi hoàn toàn mù tịt về sự có một cái cửa đang hiện hữu ở đâu đó, và vị đạo sư đã cởi bỏ sự ngu tối ấy cho tôi. Nhờ vậy, tôi mới làm được những việc cần thiết để thoát ra khỏi căn phòng.

Đáp :

-- Thưa ông, xin nói cho rõ. Ngu tối là sự thiếu hiểu biết, hay là thiếu hiểu biết về bản thân, không phải là đại ngã hoặc tiểu ngã. Cái cửa là cái "tôi" mà qua nó, tôi phải tiến. Cái đó không phải ở ngoài "tôi". Đó không phải là cái cửa thực sự như cái cửa sơn kia. Đó là cái cửa trong tôi mà tôi phải đi qua. Ông chỉ nói: "Làm đi".

Hỏi :

-- Đúng thế.

Đáp :

-- Nhiệm vụ đạo sư của ông đến đây là đã chấm dứt. Ông không còn quan trọng nữa. Tôi không choàng vòng hoa quanh đầu ông. Tôi phải làm mọi việc. Ông không xua tan được bóng tối của sự ngu dốt. Ông đã, đúng hơn, chỉ ra cho tôi rằng: "Anh là cái cửa, và anh, chính bản thân anh phải tự bước qua.

Hỏi :

-- Nhưng mà thưa ông, ông có công nhận rằng sự chỉ ra cái cửa đó là cần thiết không?

Đáp :

-- Có chứ! Tôi chỉ ra, tôi làm điều đó. Tất cả chúng ta đều làm điều đó. Tôi hỏi một người bộ hành trên đường: " Xin chỉ cho tôi đường nào đi tới Saanen" và hắn ta chỉ cho tôi. Nhưng tôi không bỏ thì giờ ra để mà cung kính: " Trời ơi! Ông là nhân vật vĩ đại nhất thế giới". Thật là quá con nít!

(Trích *The Awakening of Intelligence*)

NHÀ GIÁO DỤC CHÂN CHÍNH

Để là một nhà giáo dục đúng nghĩa, vị thầy phải luôn luôn tự thoát ra khỏi tình trạng lệ thuộc vào sách vở, phòng thí nghiệm; phải luôn luôn coi chừng sao cho đệ tử của mình đừng coi mình là người điển hình, là mẫu người lý tưởng, là người có thẩm quyền đối với hần. Nếu vị thầy lại muốn tự thỏa mãn qua đám học trò, coi thành quả của họ là của mình, thì khi đó sự dậy dỗ của vị thầy chỉ còn là một kiểu của thói "tiếp nối bản ngã", điều đó chỉ làm hại cho sự tự tìm hiểu và tinh thần khai phóng của người học trò mà thôi. Nhà giáo dục chân chính phải nhận thức được tất cả những chướng ngại này để giúp cho học trò của mình được giải thoát, không chỉ giải thoát khỏi sự khống chế của vị thầy, mà còn giải thoát khỏi sự gò bó tiềm ẩn từ trong nội tâm của chính đương sự.

Đáng tiếc thay, khi phải tìm hiểu một vấn đề rắc rối, phần lớn các nhà giáo đã không coi học trò như người cộng sự bình đẳng. Từ vị thế thượng phong, vị thầy hạ lệnh xuống cho kẻ đệ tử đứng mãi tít phía dưới thấp. Tương quan thầy trò kiểu này chỉ làm tăng sự sợ hãi cho cả hai phía. Cái gì đã tạo nên sự tương quan bất bình đẳng này? Phải chăng vị thầy ngại tìm ra câu trả lời? Phải chăng ông ta muốn giữ cái khoảng cách tôn nghiêm ấy để bảo vệ những điểm nhạy cảm, là sự quan trọng của ông ta? Với cái thói lạnh lùng trích thượng này, không có cách nào người ta có thể phá vỡ bức tường ngăn cách giữa các cá nhân.

Toàn bộ mối tương quan phải là một nền giáo dục hỗ tương. Nếu nhờ vào kiến thức, thành quả và tham vọng mà nhà giáo tự cách ly thì sẽ chỉ sản sinh ra lòng đố kỵ và thù địch. Nhà giáo dục chân chính phải vượt qua được bức tường bao vây này.

Do sự dâng hiến cuộc đời cho tự do và hòa hợp, nhà giáo dục chân chính đồng thời cũng là một nhà tôn giáo chân chính và sâu sắc. Ông ta không thuộc về một giáo phái nào, không đứng trong một "tổ chức tôn giáo" nào. Ông ta thoát ra khỏi tín ngưỡng và nghi thức lễ lạc, vì ông ta biết rằng đó chỉ là những sáng tác do

ảo tưởng của những con người mang cái tâm mong cầu mà thôi

.
Nhà giáo dục chân chính biết rằng Thực Tại, hoặc Thượng Đế chỉ thể hiện qua sự tự cảm nhận của một nội tâm hoàn toàn tự do và giải thoát.

[Krishnamurti -- Education & the Significance of Life](#)

NIỀM AN LẠC CHÂN THẬT

Dùng nhãn quan máy móc mà nhìn cuộc đời thì con người ta chỉ là sản phẩm của môi trường sống với những phản ứng khác nhau, chỉ có thể có những nhận thức bằng giác quan. Cuộc sống và những phản ứng phải được kiểm chế bởi một hệ thống quản trị hợp lý hóa khiến cho hoạt động của cá nhân chỉ còn trong phạm vi khuôn khổ mà thôi.

Xin hãy hiểu thấu đáo toàn bộ đặc điểm của cái nhãn quan này. Nó không ý thức về một thực thể tối thượng, không có sự cao siêu huyền bí, không có chuyện nối tiếp đời này, đời sau.

Đích cuối của kiếp sống ngắn ngủi là cái chết, là hết. Khi mà con người ta nghĩ rằng họ chỉ là kết quả của phản ứng trong môi trường sống, thì họ sẽ chỉ còn đuổi theo mục tiêu ích kỷ, tìm sự an toàn cho bản thân, họ sẽ đóng góp vào việc thiết lập một hệ thống bóc lột tàn bạo và chiến tranh.

Rồi thì lại có những người cho rằng con người vốn bản chất là thiêng liêng, vận mệnh đã được an bài và hướng dẫn bởi ơn trên. Những người này khẳng định là họ đang đi tìm Thượng Đế, sự hoàn hảo, tự do, hạnh phúc, tình trạng hiện hữu mà khi đó mọi mâu thuẫn chấm dứt. Niềm tin của họ đặt vào một thực thể tối thượng, đáng sẽ chỉ đạo vận mệnh của họ qua đức tin. Họ sẽ nói rằng cái thực thể huyền bí, hoặc trí tuệ tối cao này đã sáng tạo ra thế giới và cái "Tôi", -- cái bản ngã, cá nhân -- , là thực thể tự thân trường tồn, vĩnh cửu.

Đôi khi, bạn dùng nhãn quan máy móc nhìn cuộc đời. Lúc khác, khi bạn buồn rầu, bối rối, bạn quay về tín ngưỡng, đi tìm một đấng tối cao để được hướng dẫn và giúp đỡ. Bạn lưỡng lự giữa hai thái cực, trong khi chỉ qua sự hiểu biết thấu đáo được cái ảo giác về cả hai quan điểm đối nghịch, bạn mới có thể tự giải thoát ra khỏi sự hạn chế và cản trở. Bạn thường tưởng là bạn thoát khỏi sự ràng buộc của chúng, thực tế, bạn chỉ có thể thoát khỏi chúng một cách triệt để khi bạn hoàn toàn hiểu thấu cái quá trình tạo dựng những sự hạn chế và triệt tiêu chúng.

Bạn không thể có được sự thâm hiểu thực thể chân thật, thực tại, trong khi mà cái quá trình vô minh từ vô thủy còn tồn tại. Chỉ khi nào cái quá trình này, sự hăm hở tìm tòi do lòng khát vọng, ngưng lại, lúc đó người ta mới có thể cảm nhận được cái gọi là niềm an lạc, hạnh phúc chân thật.

[Krishnamurti -- On God](#)

CÁI ĐẸP và NHÀ NGHỆ SĨ

Hỏi :

-- Tôi thường tự hỏi: " Nhà nghệ sĩ là cái gì?" . Đó đây, bên bờ sông Hằng, trong không gian tối mờ của căn buồng nhỏ, có chàng kia ngồi dệt tấm áo khoác bằng lụa dát vàng đẹp tuyệt vời, và tại kinh đô Paris, một anh khác đang cặm cụi trong xưởng để vẽ bức tranh mà anh ta hy vọng sẽ đem cho anh ta danh tiếng. Đâu đó, một nhà văn đang nặn óc traу chuốt từng câu để mô tả những mẫu tâm tình rắc rối cũ hơn trái đất giữa những chàng và nàng; rồi nào là những khoa học gia trong phòng thí nghiệm và người chuyên viên ráp nối lại hàng triệu mảnh vụn để chiếc hỏa tiễn có thể bay lên mặt trăng. Và tại nước Ấn Độ kia, có chàng nhạc sĩ sống một cuộc đời quá ư khắc khổ, để tận tụy truyền đạt vẻ đẹp thanh khiết của nhạc trong sự say mê. Rồi nào là bà nội trợ sửa soạn bữa cơm gia đình, chàng thi sĩ một mình lững thững trong rừng tìm thi hứng. Phải chăng họ đều là những nhà nghệ sĩ theo cung cách riêng? Tôi nghĩ rằng cái đẹp nằm trong tầm tay của tất cả mọi người, nhưng họ không biết. Người chế tạo những bộ quần áo đẹp lộng lẫy hay những đôi giày xuất sắc, hoặc người đàn bà chưng bày bình hoa trên bàn của ông, dường như tất cả đều làm việc vì cái đẹp. Tôi thường tự hỏi tại sao những họa sĩ, nhà điêu khắc, soạn nhạc gia, văn sĩ --những người được gọi là nghệ sĩ sáng tạo -- lại được đánh giá quan trọng vượt bậc trong cái thế giới này, mà những thợ giày, những đầu bếp lại không được như vậy? Họ chẳng cũng sáng tạo sao? Nếu ông coi tất cả những cung cách diễn đạt khác nhau đó đều là phục vụ cái đẹp, vậy thì chỗ nào có thể dành riêng cho người nghệ sĩ chân chính và ai là nhà nghệ sĩ chân chính? Người ta thường nói cái đẹp là phần rất thiết yếu của cuộc đời . Vậy thì cái tòa nhà cao tầng kia, vốn được coi như là rất đẹp, xin hỏi sự phô diễn của nó có thiết yếu không? Tôi sẽ rất cảm kích nếu ông có thể nói về toàn bộ vấn đề cái đẹp và nhà nghệ sĩ này.

Krishnamurti đáp:

Chắc chắn rằng nhà nghệ sĩ là người tinh tế, nhuần nhuyễn trong hành động. Hành động này là từ đời sống nội tâm tỏa ra

chứ không phải chỉ hời hợt bên ngoài. Vì thế, sống một cách hài hòa hiển nhiên làm cho con người thành nghệ sĩ. Sự hài hòa nghệ thuật này có thể chỉ biểu lộ vài giờ trong một ngày, khi anh ta chơi nhạc, làm thơ, hoặc vẽ tranh, hay anh ta có thể làm nhiều hơn, nếu như anh ta giỏi về nhiều mặt, như những đại danh tài thời Phục Hưng đã hoạt động trong nhiều môi trường khác nhau. Nhưng vài giờ chơi nhạc hoặc viết văn có khi lại mâu thuẫn với chuỗi thời gian còn lại của anh ta vốn đầy dẫy những chuyện lộn xộn và rối beng. Vậy thì người như thế có thể coi như là nghệ sĩ không? Người chơi vĩ cầm một cách nghệ thuật nhưng lại chú tâm vào danh tiếng của anh ta thì không phải là người say mê vĩ cầm, anh ta chỉ sử dụng ngón đàn với mục tiêu nổi danh, cái "TÔI" của anh ta còn quan trọng hơn nhiều so với âm nhạc, và điều này thì ngay cả đối với văn sĩ hay họa sĩ cũng như vậy mà thôi, nếu họ chỉ quan tâm đến danh tiếng. Người nhạc sĩ đồng hóa cái "TÔI" của anh ta với cái mà anh ta coi là vẻ đẹp của âm nhạc, nhà tôn giáo đồng hóa cái "TÔI" của anh ta với cái mà anh ta cho là hùng vĩ, tôn nghiêm. Tất cả đều hành sử có nghệ thuật trong khu vực cá biệt, nhỏ bé, nhưng lại bỏ quên cả cái mảng lớn của cuộc đời. Vậy chúng ta hãy tìm coi thế nào là có nghệ thuật trong hành động, trong đời sống, không phải chỉ trong lúc vẽ, trong lúc viết hoặc trong ngành kỹ thuật. Nhưng làm sao người ta có thể sống cả một cuộc đời trong sự hài hòa và đẹp đẽ. Sự hài hòa và cái đẹp có giống nhau không? Có thể nào một người --bất kể họ là nghệ sĩ hay không --, sống cả một cuộc đời trong sự hài hòa và đẹp?

Sống là hành động và khi mà cái hành động đó tạo ra nỗi phiền muộn thì thế là đã hết nghệ thuật rồi. Vậy thì người ta có thể sống không buồn phiền, không kèn cựa, không ghen ghét và tham lam, không xung đột về mọi mặt chẳng? Vấn đề không phải ai là nghệ sĩ, ai không là nghệ sĩ, nhưng làm sao cho mỗi người, bạn hoặc bất cứ ai, có thể có cuộc sống không bị hành hạ và biến dạng. Chắc chắn sẽ làphàm tục nếu chúng ta nhạo báng hoặc hạ thấp giá trị của âm nhạc, điêu khắc, thi ca hoặc khiêu vũ, đó là hành vi thiếu tế nhị. Nhưng nghệ thuật và vẻ đẹp trong hành động phải được duy trì suốt ngày chứ không phải chỉ có vài giờ trong một ngày. Đó chính là sự phấn đấu đích thực, không

phải chỉ đơn giản trong việc chơi đàn cho hay. Dĩ nhiên đã sờ vào cái đàn thì bạn phải chơi cho hay, nhưng như thế chưa đủ. Đó mới chỉ như bạn vun xới một góc nhỏ mà bỏ rơi cả cánh đồng mệnh mông. Chúng ta quan tâm tới cả cánh đồng, và cánh đồng đó tượng trưng cho đời sống của chúng ta. Chúng ta thường bỏ bê cả cánh đồng mà chỉ chú tâm vào một mẫu nhỏ, của chúng ta hoặc của tha nhân. Sống có nghệ thuật là luôn luôn tỉnh thức, sáng suốt, có như thế mới hành sự một cách thiện xảo trong suốt một đời, đó chính là cái đẹp.

Hỏi :

-- Thế trường hợp nhân viên xưởng máy hay văn phòng thì sao? Anh ta có là nghệ sĩ chăng? Phải chăng việc làm của anh ta đã ngăn trở sự hài hòa trong hành động do đó làm giảm hoặc làm mất đi tính cách nghệ thuật của họ trong cả những việc khác nữa. Bộ anh ta không bị việc làm điều kiện hóa mất rồi sao?

Krishnamurti đáp:

-- Chắc chắn là anh ta bị rồi. Nhưng nếu anh ta tỉnh ngộ, anh ta sẽ hoặc là bỏ việc hoặc chuyển hóa cho nó thành có nghệ thuật. Điều quan trọng không phải là công việc, nhưng là sự tỉnh thức trong công việc. Điều quan trọng không phải là sự điều kiện hóa của công việc, nhưng là sự thức tỉnh.

Hỏi :

-- Ông nói “thức tỉnh” có nghĩa là gì?

Krishnamurti đáp :

-- Vậy bạn chỉ thức tỉnh tùy theo trường hợp, vì phải phấn đấu, hoặc vì tai họa hoặc vui mừng chăng? Hay là có một trạng thái tỉnh thức không cần có lý do. Nếu bạn thức tỉnh do một sự kiện, một lý do nào đó, thì rồi bạn sẽ bị lệ thuộc vào nó, và khi mà bạn đã lệ thuộc vào cái gì – dù là thuốc kích thích, tình dục, hội họa hoặc âm nhạc – là bạn đã để cho bản thân bạn bị mê đi. Vậy thì, bất cứ loại lệ thuộc nào cũng sẽ dẫn người ta đến chỗ chấm dứt sự hài hòa, chấm dứt tính cách nghệ thuật.

Hỏi :

-- Thế còn trạng thái tỉnh thức không có lý do là cái gì? Ông đang nói đến cái trạng thái trong đó không có nguyên nhân và hậu quả. Có thể có một trạng thái tâm không là kết quả của lý do nào đó chăng? Tôi không hiểu điều này vì chắc chắn rằng mỗi

điều chúng ta nghĩ , hoặc chúng ta là như thế nào, thì đều là kết quả của một nguyên nhân nào đó, phải không ạ? Lại còn cái chuỗi dây nguyên nhân và hậu quả vô tận này.

Krishnamurti đáp :

-- Chuỗi dây nguyên nhân và hậu quả này vô tận vì cái kết quả lại sẽ trở thành nguyên nhân mới và nguyên nhân lại sinh ra kết quả nữa, cứ thế mà vận hành.

Hỏi :

-- Vậy thì hành động nào có thể ra ngoài chuỗi dây này?

Krishnamurti đáp :

-- Chúng ta biết rằng hành động với lý do, có động cơ thúc đẩy, thì hành động đó đã là kết quả. Chỉ có lòng nhiệt thành, thương yêu, là không có nguyên nhân, đó là tự do, đó là cái đẹp, đó là sự tế nhị, và đó là nghệ thuật. Khi người nghệ sĩ say sưa trình diễn, lúc đó không có cái “TÔI” ngự trị, chỉ có tình cảm và cái đẹp, đó là nghệ thuật. Đó là sự hài hòa trong hành động. Hài hòa trong hành động là sự vắng mặt của cái “TÔI”.

Nhưng khi bạn bỏ phớt cả cánh đồng mênh mông của cuộc đời, chỉ chú trọng vào một mẫu nhỏ – mặc dù lúc đó cái “TÔI” có thể vắng mặt, thì bạn cũng vẫn đang sống không hài hòa và do đó, bạn không là nhà nghệ sĩ của cuộc đời.

Krishnamurti -- The Urgency of Change

GIẢI TRỪ PHIỀN MUỘN

Các bạn ạ, nếu các bạn đã lắng nghe tiếng nói của nội tâm, thì diễn giả chỉ còn là cái gương để các bạn thấy rõ con người thật sự của các bạn, thấy chính các bạn, không có gì che mờ. Nếu các bạn đã tự thấy mình một cách rõ ràng, như thực tế các bạn là như thế, thì các bạn có thể liệng bỏ cái gương, đập bể nó đi. Cái gương không quan trọng. Nó không có giá trị gì cả. Cái có giá trị là, qua tấm gương đó, các bạn nhìn thấy chính các bạn, rõ ràng minh bạch, như thực tế các bạn là như thế, về sự nhỏ mọn, sự hẹp hòi, sự tàn bạo, về những nỗi lo lắng bồn chồn, những điều sợ hãi. Khi các bạn đã bắt đầu hiểu thấu về mình, từ đó, các bạn sẽ tiến sâu vào những vấn đề vượt quá mọi sự suy lường.

Nhưng các bạn phải tự nhắc bước chân đầu tiên. Và sẽ không có ai nhắc lên giùm các bạn cái bước ấy được.

Cùng nhau chúng ta trầm tư, cùng nhau chúng ta nhẹ bước trên con đường nhỏ tịch mịch, tĩnh lặng và đầy vẻ đẹp. Có người thắc mắc rằng đẹp là cái gì. Có thể là khi bạn nhìn pho tượng, bức tranh hoặc cái đầu đẹp hiện từ cửa đức Phật trong viện bảo tàng, hoặc trong nhà, và bạn ca ngợi sao kỳ diệu thế. Nhưng đằng sau những lời ca ngợi, đằng sau những đường nét, cấu trúc của bức tranh, những cái bóng, sự hài hòa, vẻ đẹp là cái gì? Phải chăng là từ cách mà bạn nhìn nó? Phải chăng nó ở trong bức tranh? Phải chăng nó ở nơi gương mặt của một người?

Khi bạn thấy phong cảnh kỳ diệu của dãy núi hiện lên trên nền trời xanh, với chiều sâu thăm thẳm của thung lũng và với đỉnh nhọn vút lên đầy tuyết phủ, khi bạn chiêm ngưỡng toàn cảnh tuyệt diệu đó, thì, trong một thoáng, bạn quên luôn cả chính bạn. Cảnh núi non mênh mông vĩ đại biết bao, ngời sáng một cách dị thường biết bao dưới ánh nắng ban mai rực rỡ chiếu trên chóp đỉnh cao nhất, khiến cho cả tâm hồn bạn như lặng đi trước vẻ đẹp hùng vĩ. Và trong một thoáng, bạn quên ngay cả chính mình, quên hết những nỗi phiền muộn; quên luôn vợ bạn, chồng bạn, các con bạn, quê hương bản quán của bạn. Bạn bị cuốn hút vào toàn cảnh bằng cả thân và tâm, hoà nhập không chút mâu thuẫn, phân ly nào. Cảnh tượng rực rỡ xuất hiện trước mắt với vẻ đẹp

hùng vĩ, nguy nga, khiến cho ý tưởng về bản ngã, về cái "tôi", trong phút giây đã bị gạt lùi qua bên.

Nhìn vàng trắng non kia, mong manh, mới vươn lên, đơn giản lạ thường. Thế rồi người ta nảy ra cảm nghĩ, rằng mục đích của ngôn luận là gì nhỉ? Mục đích của đọc sách, hội họp, mục đích của tất cả mọi chuyện xảy ra này là gì khi mà người ta không thể ngắm nhìn một vật đơn giản cho rõ ràng, với tình cảm triu mến say sưa, hồn nhiên, một chuyện đơn giản thôi, để bước vào cuộc đời vốn đầy phức tạp bằng tấm lòng đơn sơ, thuần khiết, không đem theo mớ tri kiến đã tích lũy từ quá khứ cùng với những tập quán của chúng ta?

Hãy sống trọn vẹn với cái giây phút mệnh mông của cuộc đời ấy, vào chính cái lúc mà đầu óc hoàn toàn trống vắng, giản đơn, không chút vướng bận, với cái tâm linh hoạt, sống động, đầy năng lực cùng với sự trong sáng và mộc mạc.

Krishnamurti -- Total Freedom

Danny Việt dịch

ĐƠN GIẢN và KHIÊM TỐN

Khi chúng ta định lên án hoặc bào chữa chuyện gì, hoặc khi tâm trí chúng ta cứ lao xao tính toán, suy nghĩ liên miên không ngừng, thì chúng ta không thể nhận xét sự việc một cách sáng suốt được nữa; do đó, chúng ta không còn nhìn rõ được cái đang là, -- cái thực tế đang hiện hữu --; chúng ta chỉ nhìn thấy những sự kiện do chính ý muốn của chúng ta đã tạo nên được phóng chiếu mà thôi.

Mỗi chúng ta đều mang trong lòng cái hình ảnh mà chúng ta "tưởng rằng chúng ta là như thế" hoặc "chúng ta nên là như thế", chính cái hình ảnh trong tâm tưởng đó đã ngăn cản không cho chúng ta nhìn thấy được "con người thật" của chúng ta.

Nhìn mọi sự một cách đơn giản là một trong những điều khó khăn nhất trần đời. Chính vì đầu óc chúng ta quá phức tạp mà chúng ta đã mất đi cái giá trị của sự đơn giản trong đời sống. Tôi không có ý nói về sự đơn giản trong y phục hoặc thực phẩm, thí dụ như chỉ đóng một cái khóa, hoặc phá vỡ kỷ lục về nhịn ăn, hay là bất cứ loại trò trẻ vô nghĩa nào mà các bậc "thánh sống" dày công tu dưỡng, mà là cái đơn sơ khiến cho chúng ta có thể nhìn trực tiếp vào các sự việc mà không có nỗi sợ hãi -- có thể nhìn vào chính bản thân để thấy "sự thật chúng ta là như thế" mà không có bất cứ méo mó, biến dạng nào --, khi chúng ta dối trá, dám công nhận sự thật là chúng ta đã dối trá, không bao che hoặc trốn chạy sự thực.

Lại nữa, để có thể hiểu thấu được chính bản thân, chúng ta còn cần phải rất khiêm tốn. Nếu chúng ta khởi đầu bằng câu: "Tôi đã biết rõ tôi", thế là bạn đã tự chấm dứt công cuộc tự tìm hiểu về bản thân bạn, hoặc nếu bạn cho là: "Chẳng có nhiều nhận gì đáng để phải tìm hiểu về "tôi", chẳng qua "tôi" đây chỉ là một mớ ký ức, tư tưởng, kinh nghiệm và truyền thống, tập quán", như thế thì bạn cũng đã không còn tự nghiên cứu bản thân bạn nữa rồi. Ngay cái giây phút mà bạn thấy mình đã thành tựu được điều gì đó, là bạn đã mất đi cái phẩm chất của sự hồn nhiên và khiêm tốn; cái giây phút mà bạn có được một kết luận hoặc bắt đầu dùng kiến thức để khảo sát vấn đề thì, thế là hết, bạn đã

đem sự sống tươi mát chuyển dịch sang thành dạng cũ kỹ già nua.

Nếu bạn **không có chỗ để bám trụ, không tin chắc vào đâu, không có thành quả đã đạt được, như thế là bạn có tự do**, để quan sát, để gạt hái. Và khi mà bạn nhìn mọi sự bằng cái nhìn tự do, khai phóng, bạn sẽ thấy chúng luôn luôn linh hoạt, mới mẻ trong dòng sống. Một người mà cứ tin chắc vào những hiểu biết đã có của mình, cho đó là chân lý tuyệt đối, là một người **không còn sống** nữa.

Nhưng làm sao để chúng ta có được tự do để quan sát, tìm hiểu, trong khi ngay từ giây phút lọt lòng mẹ đến giây phút nhắm mắt lìa đời, đầu óc chúng ta đã bị hun đúc bằng một nền văn hóa cá biệt trong khuôn khổ hạn hẹp của cái "tôi"? Hàng biết bao nhiêu thế kỷ, chúng ta đã bị nhồi ép bằng những tư tưởng về quốc gia dân tộc, tầng lớp, giai cấp, truyền thống, tôn giáo, ngôn ngữ, giáo dục, văn chương, nghệ thuật, phong tục, tập quán, được truyền bá bằng mọi cách, gây áp lực bằng kinh tế, bằng thực phẩm chúng ta ăn, bằng bầu không khí chúng ta sống, bằng tình gia đình, bạn bè, bằng kinh nghiệm -- tất cả mọi nguồn ảnh hưởng mà bạn có thể nghĩ tới -- và vì thế các phản ứng của chúng ta đối với mọi vấn đề đều đã bị qui định theo những điều kiện trong môi trường sống của chúng ta.

Krishnamurti -- Freedom from the Known

TẠI SAO CHÚNG TA LỆ THUỘC ?

- Tại sao chúng ta lệ thuộc? Về tinh thần, từ trong nội tâm, chúng ta lệ thuộc vào một niềm tin, vào một hệ thống, vào một triết thuyết. Chúng ta xin người khác chỉ cho cách hành xử. Chúng ta đi tìm thầy dạy chúng ta đường lối sống để đạt được chút hy vọng, hạnh phúc. Cho nên luôn luôn chúng ta, không phải sao, tìm mọi cách để bị lệ thuộc, để được che chở. Liệu tâm trí có thể nào tự giải thoát ra khỏi cái tinh thần lệ thuộc này chẳng? Điều đó không có nghĩa là đầu óc phải giành độc lập -- làm vậy thì cũng chỉ là một phản ứng đối với sự lệ thuộc. Chúng ta không nói về độc lập, về tự do, về giải thoát khỏi một tình trạng cá biệt. Nếu chúng ta có thể tìm hiểu mà không để tâm trí rơi vào tình trạng lẫn lộn với phản ứng trước những chuyện lệ thuộc cá biệt, thì chúng ta có thể khai triển vấn đề sâu xa hơn.

Chúng ta chấp nhận sự cần thiết của lệ thuộc, cho rằng không thể tránh được điều đó. Chúng ta chưa hề bao giờ đề cập tới toàn bộ vấn đề, rằng tại sao mỗi người chúng ta lại cứ phải đi tìm một loại lệ thuộc nào đó để chui vào. Phải chăng thật ra từ đáy lòng, chúng ta mong mỗi một sự che chở, vĩnh viễn? Trong tình trạng bối rối, chúng ta mong có ai đó giúp chúng ta thoát ra khỏi được hoàn cảnh bối rối đó. Thành ra chúng ta luôn luôn quan tâm đến chuyện làm thế nào để trốn thoát, hoặc tránh khỏi cái tình trạng đang hiện hữu của mình. Trong quá trình tìm cách lảng tránh cái tình trạng đó, chúng ta buộc lòng phải chế ra một vài loại lệ thuộc nào đó, rồi ra sẽ trở thành có uy quyền đối với chúng ta. Nếu chúng ta nương dựa vào người khác để được được che chở, để nội tâm được an lạc, thì rồi ra cái sự lệ thuộc đó sẽ đưa tới cho chúng ta vô số vấn đề phiền phức, rồi thì chúng ta sẽ phải giải quyết những vấn đề đó -- vấn đề của sự dính mắc. Nhưng chúng ta không bao giờ đặt câu hỏi, chúng ta không bao giờ thắc mắc về chính cái vấn đề của sự lệ thuộc. Có thể nếu chúng ta thật là thông minh, và rất tinh táo, nghiên cứu thẳng vào vấn đề này, chúng ta sẽ thấy sự lệ thuộc chẳng phải là vấn đề -- đó chẳng qua chỉ là cách trốn tránh một vấn đề sâu xa hơn mà thôi.

Chúng ta biết là chúng ta lệ thuộc -- vào mối liên hệ của chúng ta với mọi người, hoặc vào quan niệm sống, hoặc vào một hệ tư tưởng. Tại sao vậy?

Thật ra, tôi không nghĩ rằng bản thân sự lệ thuộc là vấn đề. Tôi nghĩ rằng có nhân tố sâu sắc hơn đã khiến cho chúng ta lệ thuộc. Và nếu như chúng ta có thể đưa vấn đề ra ánh sáng, thì cả sự lệ thuộc và sự phấn đấu để giải thoát, đều sẽ chỉ còn là chuyện nhỏ. Như thế, mọi vấn đề phát sinh từ chuyện lệ thuộc sẽ tiêu tan.

Vậy thì, vấn đề sâu xa hơn là gì? Phải chăng là trong tâm có sự chán ghét, sợ hãi cái ý nghĩ là đang phải sống đơn độc? Thế liệu cái tâm có biết rõ được tình trạng mà nó lẩn tránh đó chăng?

Cho nên, khi nào mà cái cảm giác đơn độc chưa được thâm hiểu, cảm nhận, xuyên thấu, hóa giải -- tùy ý bạn muốn dùng từ ngữ nào -- khi mà cái cảm giác cô đơn còn tồn tại, thì sự lệ thuộc là điều không thể tránh khỏi, người ta sẽ không thể được tự do, giải thoát, người ta sẽ không thể tự tìm ra cái gì là sự thực, là chân lý, là tôn giáo, là Đạo.

Krishnamurti -- The Book of Life

TÔI SỢ CHẾT

Hỏi :

- Tôi sợ chết. Chết là gì, tôi phải làm sao để hết sợ chết?

Krishnamurti đáp:

- Đặt câu hỏi thì rất dễ. Nhưng về cuộc đời, không có câu trả lời đơn giản "có" hoặc "không". Tuy nhiên, bộ óc của chúng ta đòi hỏi phải có lời giải đáp "có" hoặc "không", bởi vì nó đã được đào tạo trong cung cách là nên nghĩ về cái gì chứ không phải là nên hiểu và nhìn sự việc như thế nào. Khi chúng ta nói: " Chết là gì, và làm thế nào để cho tôi có thể không sợ chết?", là chúng ta muốn tìm ra những cách thức, chúng ta muốn có những sự xác định rõ ràng, nhưng chúng ta chưa bao giờ biết cách suy nghĩ như thế nào về vấn đề đã được đặt ra.

Hãy thử coi liệu chúng ta có thể cùng nhau tìm ra giải đáp cho vấn đề này chăng.

Vậy chết là gì? Chết là ngưng sống, là chấm dứt cuộc đời, phải vậy không? Chúng ta biết rằng mọi sự đều có kết thúc, hằng ngày chúng ta nhìn thấy điều đó chung quanh chúng ta. Nhưng mà tôi không muốn chết, thế là có cái "tôi" vào cuộc: "Tôi đang suy nghĩ, tôi đang cảm nhận, kiến thức của tôi", về những cái mà "tôi" đã thực hiện, về những điều mà "tôi" đã chống đối, về tính chất, về kinh nghiệm, về kiến thức, về sự chính xác, về năng lực, về thẩm mỹ. Tôi không muốn tất cả những điều này chấm dứt. Tôi muốn tiếp tục. Tôi chưa hoàn tất mọi sự. Tôi không muốn đi đến kết thúc. Hẳn là phải có sự kết thúc. Hiển nhiên là tất cả các bộ phận có chức năng vận hành đều sẽ đến lúc phải ngưng làm việc. Nhưng trí não của tôi không chấp nhận chuyện đó. Cho nên tôi bắt đầu tạo ra một niềm tin, một sự việc có tính cách tiếp nối, liên tục. Tôi muốn chấp nhận điều này bởi vì tôi đã có đầy đủ những lập luận, đã thấm nhuần cái quan niệm về một sự tiếp nối, rằng có sự tái sinh.

Chúng ta không thảo luận về chuyện "có hay không có sự tiếp nối", hoặc "có hay không có sự tái sinh". Đó không phải là vấn đề. Vấn đề là ngay như bạn có những niềm tin đó, bạn vẫn sợ hãi. Bởi vì, xét cho cùng thì cũng chẳng có cái gì là chắc chắn

cả, chuyện đời luôn luôn bấp bênh. Luôn luôn có nỗi niềm băn khoăn âm thầm này đi theo sau sự tin tưởng.

Vì thế cái tâm, vốn biết có sự chấm dứt, nên bắt đầu cảm nhận nỗi sợ hãi, mong mỗi càng được sống lâu bao nhiêu càng tốt, tìm tòi những cách để giải tỏa bớt nỗi ám ảnh nặng trĩu trong lòng. Rồi thì tâm trí cũng tin về một sự tiếp nối sau khi chết.

Sự tiếp nối, sự liên tục, là gì? Phải chăng sự tiếp nối, sự liên tục, hàm ý thời gian, không phải chỉ là cái thời gian trôi chảy theo thứ tự trên đồng hồ, mà là quy trình thời gian tâm lý, trong nội tâm. Tôi muốn sống. Vì tôi nghĩ rằng đây là một quy trình tiếp nối, liên tục, không có chuyện chấm dứt nào hết, cho nên tâm trí tôi luôn luôn tìm cách tự thâm thập thêm trong niềm hy vọng về một sự tiếp nối, liên tục. Mà cái tâm suy nghĩ thì chịu sự chi phối của thời gian, cho nên nếu nó cảm nhận được sự liên tục của thời gian, thì nó không thấy sợ hãi.

Bất tử, bất diệt là gì? Sự tiếp nối, liên tục của cái "tôi", -- cái "tôi" trên một bình diện cao hơn -- là cái mà chúng ta gọi là bất tử, bất diệt. Bạn hy vọng cái "tôi" sẽ tiếp tục. Cái "tôi" vẫn còn nằm trong lãnh vực của sự suy nghĩ, không phải sao? Bạn đã nghĩ về nó. Cái "tôi", dù có thể bạn nghĩ rằng nó thuộc hàng thượng đẳng cỡ nào, thì cũng vẫn là sản phẩm của tư tưởng, vì thế, đã bị điều kiện hóa, nảy sinh từ thời gian.

Xin đừng chỉ đơn giản đuổi theo sự lý giải qua lời nói của tôi mà phải nhìn thấu đáo toàn thể ý nghĩa của vấn đề. Thật ra thì bất tử, bất diệt, không phải là sản phẩm của thời gian, do đó, nó không thoát thai từ tâm tưởng, không phải là món đồ có được từ những niềm mơ ước, từ những sự đòi hỏi, từ những nỗi sợ hãi và từ lòng khao khát của tôi.

Người ta thấy rõ là cuộc đời phải có sự kết thúc, bất thành linh kết thúc. Cái gì đã sống ngày hôm qua, chưa chắc hôm nay còn sống, và cái đang sống hôm nay chưa chắc ngày mai còn sống. Đời sống tất nhiên là phải có lúc kết thúc. Đó là sự thực, nhưng chúng ta không chấp nhận nó. Bạn cũng khác với chính bạn ngày hôm qua. Khác về mọi sự, khác về những sự tiếp xúc, phản ứng, cưỡng bách, chống cự, ảnh hưởng, thay "cái đã là", hoặc chấm dứt nó.

Một con người thực sự sáng tạo thì phải có kết thúc, và anh ta chấp nhận điều đó. Nhưng chúng ta không chấp nhận sự kết thúc bởi vì tâm trí chúng ta đã quá quen với cái quy trình của sự tích lũy. Chúng ta nói: "Tôi đã học được điều đó hôm nay", "Tôi đã biết được điều đó hôm qua". Chúng ta suy nghĩ chỉ trong dạng thời gian, trong sự tiếp nối, liên tục. Nếu chúng ta không suy nghĩ trong dạng liên tục, tiếp nối, thì sẽ có chấm dứt, sẽ có chết, và chúng ta sẽ nhìn rõ mọi sự, "đơn giản như chính chúng là như thế", trực tiếp.

Chúng ta không chịu chấp nhận cái thực tế hiển nhiên của sự chấm dứt vì đầu óc chúng ta luôn tìm kiếm, trong tính cách liên tục, tiếp nối, sự an toàn trong gia đình, tài sản, nghề nghiệp và công việc chúng ta thực hiện. Cho nên chúng ta lo sợ.

Chỉ có cái tâm được giải thoát khỏi thói hăm hở tìm cầu sự bảo đảm an toàn, giải thoát khỏi khát vọng có được sự liên tục, khỏi cái qui trình của sự tiếp nối, khi đó nó sẽ biết thế nào là bất diệt, bất tử.

Nhưng với cái đầu óc cứ mãi miết tìm tòi sự bất tử cho bản thân, cái "tôi" cứ tìm cầu sự tiếp tục, sẽ không bao giờ biết chết là gì; cái loại đầu óc ấy sẽ không bao giờ biết nổi ý nghĩa của sợ hãi và chết, để vượt qua được.

Krishnamurti -- On Living and Dying

VỀ THÓI NGỒI LÊ MÁCH LÈO

Hỏi

- Ngồi lê mách lẻo có cái giá trị trong sự phát hiện bản thân, nhất là trong sự phát giác về người khác. Một cách nghiêm túc, tại sao lại không dùng sự ngồi lê mách lẻo để khám phá "cái đang là", thực tại. Dù từ ngữ "ngồi lê mách lẻo" đã bị nhiều thế hệ chỉ trích, nhưng điều đó không làm cho tôi phải ớn lạnh, sợ hãi nó.

Krishnamurti đáp :

- Tôi thắc mắc tại sao chúng ta lại có thói ngồi lê mách lẻo? Không phải vì lý do nó phơi bày chuyện của những người khác cho chúng ta thấy. Và tại sao chúng ta lại muốn chuyện của những người khác bị phơi bày ra? Tại sao bạn lại muốn biết chuyện của những người khác? Tại sao lại có vấn đề đặc biệt quan tâm đến người khác này?

Trước hết, tại sao chúng ta ngồi lê mách lẻo? Đây là một dạng của nội tâm không an lạc, phải vậy không? **Cũng giống như lo lắng, ngồi lê mách lẻo biểu thị một tâm trí bồn chồn, không yên tĩnh. Tại sao lại khát khao xen vào chuyện người khác, muốn biết người khác làm gì, nói gì? Một tâm trí quá nông cạn, hời hợt, thì mới ngồi lê đôi mách, phải vậy không?** -- một đầu óc tò mò xoi mói mới được hướng dẫn sai lầm. Người hỏi dường như nghĩ rằng vì thấy anh ta quan tâm tới họ, những người khác sẽ bày tỏ với anh ta về những công việc, tư tưởng và ý kiến của họ. Nhưng liệu chúng ta có hiểu được người khác khi mà chúng ta không tự hiểu nổi chính mình chẳng? Nếu chúng ta không biết cung cách suy nghĩ, hành động và cư xử của chính mình thì liệu chúng ta có thể phê phán người khác được chẳng? Tại sao lại có cái sự kiện đặc biệt xen vào chuyện của người khác này? Phải chăng sự thèm muốn moi móc coi thế nhân nghĩ gì, cảm tưởng ra sao, ngồi lê mách lẻo thế nào chính là một cách lẩn tránh? Phải chăng điều đó cho chúng ta cơ hội lẩn tránh chính bản thân chúng ta? Phải chăng đồng thời nó cũng tiềm ẩn sự khao khát xâm lấn vào đời sống của những người khác? Không đáng, xen lấn vào chuyện người khác thì phải chẳng

cuộc đời của chính chúng ta không đủ khó khăn, không đủ rắc rối, không đủ đau khổ hay sao? Chúng ta lại còn có thì giờ để mà nghĩ về những người khác với cung cách xấu xa, tàn nhẫn, ngồi lê mách lẻo như vậy hay sao? Tại sao chúng ta làm vậy? Bạn biết đó, mọi người đều làm thế. Trên thực tế, hầu như mọi người đều ngồi lê mách lẻo về chuyện người khác. Tại sao vậy?

Tôi nghĩ rằng, trước nhất, chúng ta ngồi lê mách lẻo về người khác vì chúng ta không quan tâm một cách thích đáng đến tiến trình tư tưởng và hành động của chính bản thân. Chúng ta muốn coi người khác hành xử ra sao để -- nói một cách dễ nghe -- chúng ta bắt chước họ. Thông thường, khi chúng ta ngồi lê mách lẻo là chúng ta chỉ trích người khác, nhưng mà thôi thì chúng ta cứ diễn giải một cách độ lượng, có thể là chúng ta muốn bắt chước người khác. Nhưng sao chúng ta lại muốn bắt chước người khác? Phải chăng điều đó nói lên sự quá nông cạn của chúng ta? Đó là từ cái đầu óc quá sức ù lì muốn có điều hứng thú nên phải vọng ra khỏi nội tâm để mong đạt được. Nói cách khác, phải chăng ngồi lê đôi mách là một hình thức của cảm giác, ở đó, chúng ta đắm chìm trong sự thỏa mãn? Có thể đó là một loại cảm giác khác biệt, nhưng luôn luôn vẫn là từ niềm khao khát tìm kiếm sự thích thú, sự giải trí.

Nếu thực sự đi sâu vào vấn đề này, rồi trở về nội tâm, người ta sẽ nhận ra rằng bản thân thật là quá hời hợt, nông cạn, cho nên mới tìm kiếm sự thích thú từ bên ngoài qua hành động bàn tán chuyện thị phi về người khác.

Lần tới, khi bạn đang ngồi lê mách lẻo chuyện người, nếu chợt tỉnh, nhận ra được, hãy quay vào nội tâm, nó sẽ chỉ cho bạn rất nhiều về chính bản thân bạn. Đừng che dấu bằng cách nói rằng bạn chỉ muốn tìm hiểu về người khác. Bàn tán chuyện thị phi, ngồi lê mách lẻo biểu thị nỗi bất an, một cảm giác kích động, một sự nông cạn, một sự thiếu chân thành quan tâm sâu sắc đến kiếp nhân sinh, vốn không liên quan gì tới thói ngồi lê đôi mách.

Vấn đề tiếp theo là làm sao để chấm dứt thói ngồi lê mách lẻo? Đây là vấn đề kế tiếp, phải vậy không? Khi bạn trực nhận ra rằng bạn đang ngồi lê mách lẻo, làm thế nào bạn ngưng lại được? Nếu nó đã trở thành một thói quen, một tật xấu xảy ra liên

tục, ngày này qua ngày khác, làm thế nào bạn có thể ngưng lại được?

Câu hỏi đó đã nảy ra trong tâm bạn chưa?

Khi bạn biết là bạn đang ngồi lê mách lẻo, khi bạn ý thức được là bạn đang ngồi lê đôi mách, nhận ra được tất cả những ẩn ý của sự bép xép chuyện thị phi, lúc đó bạn có tự nhủ: "Làm thế nào mình ngưng lại được nhỉ?" chẳng? Không phải là thói xấu đó tự ngưng lại ngay khi bạn trực nhận ra được là bạn đang ngồi lê đôi mách đó sao? Chữ "làm thế nào" không hề xuất hiện. Chữ "làm thế nào" chỉ xuất hiện khi bạn không tỉnh thức, và thói ngồi lê mách lẻo là biểu hiệu của sự thiếu tỉnh thức. Bạn hãy tự thể nghiệm thì sẽ biết, lần tới, khi bạn đang bàn chuyện thị phi về người khác, ngay khi bạn trực nhận ra là bạn đang ngồi lê mách lẻo, thì cái miệng lưỡi bẻo lẻo sẽ chấm dứt ngay lập tức. Sự chấm dứt này không đòi hỏi phải có hành động của ý chí. Tất cả điều cần thiết là phải tỉnh giác, ý thức được điều mình đang nói và nhìn rõ ẩn ý của nó. Bạn không phải kết án hoặc bào chữa cho thói ngồi lê mách lẻo. Chỉ cần tỉnh giác nhận ra nó rồi bạn sẽ thấy nó biến đi nhanh tới cỡ nào; bởi vì nó hé mở cho ta thấy cung cách hành xử, phẩm hạnh, chiều hướng suy tư của chính ta; trong sự bộc lộ này, ta nhận ra được bản thân, điều đó còn quan trọng hơn nhiều so với sự ngồi lê mách lẻo về chuyện người khác đang làm gì, đang nghĩ gì, họ đang cư xử ra sao.

Phần đông chúng ta, những độc giả nhật báo, trong tâm trí thường là đầy nhóc những chuyện thị phi trên thế giới. Tất cả đều là một cách trốn tránh sự phải đối diện với bản thân, với sự nhỏ nhen, sự xấu xa của chính mình. Chúng ta nghĩ rằng với sự quan tâm một cách hời hợt đến những sự kiện xảy ra trên thế giới, chúng ta ngày càng trở nên thông thái, tăng thêm khả năng xử thế trong đời sống của chính chúng ta. Thật ra thì tất cả những chuyện này cũng chỉ là những cách cho chúng ta lẩn tránh khỏi phải trực diện với bản thân, phải vậy không? Từ đáy lòng, chúng ta thật là rỗng tuếch, nông cạn, chúng ta sợ hãi phải nhìn thẳng vào sự thật của chính chúng ta. Nội tâm chúng ta quá thấp thỏi cho nên sự ngồi lê mách lẻo đã đóng vai trò của một hình thức tiêu khiển phong phú, khoái trá, một cách thoát ly thực tế của bản thân. Chúng ta cố gắng lấp đầy khoảng trống đó

bằng kiến thức, bằng những nghi lễ, bằng thói ngòi lê mách lẻo, bằng những buổi hội họp đông đảo -- bằng vô số cách trốn tránh, khiến cho sự thoát ly bản thân trở thành điều tối quan trọng chứ không phải là sự thâm nhập được cái đang "là", thực tại. Thâm nhập cái đang "là" đòi hỏi một sự tập trung tâm ý; biết rằng mình trống rỗng, mình đau khổ, phải cần đến sự quan tâm sâu xa chứ không phải là sự lẩn tránh, nhưng phần lớn chúng ta lại thích các hình thức lẩn tránh này, bởi vì nó dễ chịu, khoan khoái hơn. Ngoài ra, khi chúng ta biết rõ về mình, cũng khó cho chúng ta khi phải đối phó với bản thân, đó là một trong những vấn đề mà chúng ta phải trực diện. Chúng ta không biết phải làm gì. Khi tôi biết rằng nội tâm tôi trống rỗng, rằng tôi đang khổ sở, rằng tôi đang đau đớn, tôi không biết phải làm gì, phải hành xử cách nào. Cho nên cực chẳng đã, người ta phải ứng dụng mọi cách để thoát ly.

Câu hỏi là, phải làm gì?

Hiển nhiên, chắc chắn là người ta không thể bỏ chạy; vì đó là cung cách vớ vẩn và trẻ con nhất. Nhưng khi bạn trực diện với con người thật của bạn, bạn phải làm gì? Trước nhất, bạn có thể nào không phủ nhận hoặc biện hộ mà chỉ giữ nguyên tình trạng, bạn vốn thế nào thì cứ để y vậy? -- điều này vô cùng khó khăn vì cái tâm luôn luôn tìm tòi sự giải thích, sự buộc tội, sự nhận dạng. Nếu nó lại không làm điều gì trong những chuyện này, mà chỉ giữ nguyên trạng thái, thì nó lại có vẻ như là đã chấp nhận cái gì đó. Nếu tôi chấp nhận rằng da tôi màu nâu, thế là mọi sự chấm dứt; nhưng nếu tôi lại khao khát đổi màu da cho sáng hơn, thế là có chuyện lồi thối phiền toái xảy ra. Chấp nhận mọi sự như là nó đang "là", là điều khó khăn nhất; người ta chỉ có thể làm điều đó khi không có sự trốn tránh, và lên án hoặc biện minh là một hình thức trốn tránh.

Vì thế, khi người ta hiểu được toàn bộ quá trình dẫn đến thói ngòi lê mách lẻo và khi người ta nhận ra được sự ngu xuẩn, độc ác và tất cả những điều bao gồm trong chuyện ngòi lê mách lẻo, người ta sẽ còn lại được tự thể, như nó vốn là như thế. Và chúng ta thường giải quyết chuyện ngòi lê mách lẻo này bằng cách hoặc là tiêu diệt nó hoặc là thay đổi nó bằng điều khác. Nếu chúng ta không làm những điều đó, nhưng chỉ tiếp cận nó với sự

thấu hiểu, sống trọn vẹn với nó, rồi chúng ta sẽ thấy nó không còn là điều khiến cho chúng ta phải kinh hãi nữa.

Khi đó mới có khả năng chuyển hóa được vấn đề.

Krishnamurti -- The First and Last Freedom

NIỀM HÃNH DIỆN

Hỏi :

-- Tại sao chúng ta cảm thấy kiêu hãnh khi thành công?

Krishnamurti đáp:

-- Trong sự thành công, quả là có niềm kiêu hãnh sao? Mà thành công là gì? Có bao giờ bạn nghĩ tới chuyện thành công như là một văn sĩ, thi sĩ, họa sĩ, thương gia hoặc chính trị gia thì thế nào không? Từ nội tâm, bạn cảm thấy đã đạt được phần nào sự tự chế, trong khi những người khác không có khả năng đó, hoặc là bạn thành công trong khi những người khác thất bại; bạn cảm thấy mình hay hơn người khác, bạn thấy mình là người thành đạt, được kính trọng, được mọi người chiêm ngưỡng, coi bạn như một mẫu mực để họ noi theo -- tất cả những cái đó chỉ ra điều gì? Lẽ tất nhiên, khi bạn có cảm giác này là có ngay niềm kiêu hãnh: "Tôi đã làm được việc này việc nọ, tôi là nhân vật quan trọng". Từ bản chất, ý nghĩ về "cái tôi" là một niềm tự hào. Rồi niềm tự hào đó phát triển theo với mức độ thành công, người ta cảm thấy hãnh diện rằng mình rất quan trọng so với người khác. Sự tự so sánh bạn với người khác này cũng hiện hữu khi bạn muốn sống theo khuôn mẫu, theo tiêu chuẩn lý tưởng, nó cho bạn niềm hy vọng, sức mạnh, mục tiêu, nghị lực, tất cả chỉ tăng cường thêm cho "cái tôi", cái cảm giác thú vị rằng bạn là người quan trọng hơn kẻ khác rất nhiều; và cái cảm giác đó, cái sự thú vị đó, chính là khởi đầu của sự hãnh diện.

Hãnh diện đưa tới thói kiêu căng, tự phụ, sự bành trướng của "cái Tôi", cái "bản ngã". Bạn hãy quan sát điều này nơi những người nhiều tuổi hơn và nơi chính bạn. Khi bạn vượt qua được một kỳ thi và có cảm tưởng là bạn hơi thông minh hơn người khác, thì bạn có ngay một cảm giác vui thích. Cũng như khi bạn vượt trội trong cuộc tranh luận, hoặc khi bạn cảm thấy bạn có thân thể cường tráng, đẹp đẽ hơn, là ngay tức khắc, bạn cảm thấy thế thượng phong của bạn.

Cái cảm giác về sự quan trọng của "cái Tôi", cái "bản ngã" này, tất nhiên là sẽ nảy sinh ra sự xung đột, bất an, nhức nhối

khó chịu trong lòng, bởi vì bạn cứ phải luôn luôn cố gắng duy trì cái sự quan trọng, hơn người của bạn.

Hỏi :

-- Làm thế nào để chúng ta thoát khỏi được cái thói kiêu hãnh?

Krishnamurti đáp :

-- Nếu này giờ bạn theo dõi sát lời giải đáp cho câu hỏi trước thì bạn đã hiểu được cách làm thế nào để thoát khỏi được thói kiêu hãnh, và bạn sẽ giải thoát ra khỏi nó được. Nhưng bạn lại chỉ quan tâm tới chuyện làm sao để đặt một câu hỏi tiếp theo, phải vậy không? Cho nên bạn đã không "nghe". Nếu bạn lắng nghe những điều đang được phát biểu, bạn sẽ tự tìm ra được chân lý.

Thí dụ như tôi cảm thấy hãnh diện vì tôi đã hoàn thành được điều gì đó, tôi đã được làm Hiệu Trưởng, tôi đã được sang nước Anh hoặc nước Mỹ, tôi đã làm được những việc lớn, hình tôi được đăng trên các báo, vân vân và vân vân. Trong niềm hãnh diện rất mực như thế, tôi tự hỏi : " Làm thế nào để mình có thể giải thoát ra khỏi cái niềm kiêu hãnh này nhỉ?"

Vậy thì, tại sao tôi lại muốn giải thoát khỏi sự kiêu hãnh? Đó là câu hỏi quan trọng, không phải là làm thế nào để được giải thoát . Nguyên nhân muốn giải thoát khỏi sự kiêu hãnh là gì, vì lý do gì, cái gì đã thúc đẩy khiến cho tôi muốn thoát khỏi sự kiêu hãnh. Có phải vì tôi thấy sự kiêu hãnh làm hại tôi, làm cho tôi khó chịu, tinh thần mất an lạc không? Nếu đó là nguyên nhân thì sự cố gắng giải thoát khỏi niềm kiêu hãnh lại là một dạng khác của kiêu hãnh, không phải sao? Như thế là tôi vẫn quan tâm đến chuyện đạt được một cái gì đó. Vì thấy thói kiêu hãnh rất khó chịu, không tốt đẹp gì cho đời sống tinh thần, nên tôi tự nhủ tôi phải thoát khỏi tật kiêu hãnh. Thế nhưng, sự kiện "Tôi phải thoát khỏi" thì cũng mang đầy đủ những động lực thúc đẩy của "Tôi phải thành công". Cái "Tôi" vẫn là quan trọng, nó là trung tâm điểm của sự cố gắng giải thoát của tôi.

Cho nên, vấn đề không phải là làm sao để thoát khỏi thói kiêu hãnh, mà là làm sao để hiểu được cái bản ngã của chính mình, mà cái bản ngã này thì lại rất vi tế. Năm nay "cái Tôi" muốn điều này, sang năm nó lại muốn điều kia; rồi đến khi nó thấy khó chịu, nó lại muốn điều khác. Cho nên, bao lâu "cái Tôi" này còn tồn tại,

thì dù nó kiêu ngạo hay làm như khiêm tốn thì cũng chẳng có ý nghĩa là bao. Chẳng qua cũng chỉ là khác có cái áo khoác. Khi tôi thích cái áo khoác này, tôi mặc vào. Rồi qua sang năm, tùy theo ý thích, theo lòng ham muốn của tôi, tôi khoác cái áo khác.

Điều mà bạn phải thấu hiểu chính là chuyện "cái Tôi" đã được hình thành cách nào. "Cái Tôi" được hình thành qua cảm giác về sự thành công với nhiều dạng khác nhau. Nói thế không có nghĩa là bạn không được hành động, nhưng chính cái cảm tưởng về sự kiện bạn đang hành động, bạn đang thành đạt, bạn phải không kiêu hãnh, phải được thấu triệt. Bạn phải thấu triệt cấu trúc của "cái Tôi", cái bản ngã. Bạn phải tỉnh giác trước những suy nghĩ của chính bạn. Bạn phải quan sát cung cách cư xử của bạn đối với người làm công cho bạn, đối với cha, mẹ, thầy giáo. Bạn phải sáng suốt nhận thức được cung cách bạn đối xử với các bậc bề trên của bạn và với những kẻ thấp kém hơn bạn, đối với những người bạn kính trọng và với những kẻ bạn coi thường thì như thế nào.

Tất cả những điều đó sẽ bộc lộ cho bạn biết cách thức "cái Tôi" của bạn hình thành ra sao. Thấu hiểu "cái Tôi", cái bản ngã, bạn sẽ giải thoát ra được khỏi "cái Tôi".

Vấn đề là ở đó, không phải chỉ đơn giản một câu hỏi "làm sao để thoát khỏi sự kiêu hãnh?"

TÂM TĨNH LẶNG

Trong suốt cuộc đời, chúng ta hiếm khi có được những giây phút cô liêu, tịch mịch. Ngay cả những khi sống một mình, cuộc đời chúng ta cũng tràn ngập với quá nhiều nguồn tác động, quá nhiều kiến thức, quá nhiều kỷ niệm của những kinh nghiệm chúng ta đã trải qua, quá nhiều lo âu, đau khổ và mâu thuẫn khiến cho tâm trí chúng ta ngày càng trì trệ, ngày càng chai lì, hoạt động một cách tẻ nhạt, chán chường.

Có bao giờ chúng ta được sống đơn độc thanh thoát chẳng? Hay chúng ta luôn luôn mang theo bên mình cả cái đống bụi nhùi của quá khứ?

Có câu chuyện về hai vị sư , một hôm, trong lúc đi trên con đường từ làng này qua làng khác, hai người gặp một cô gái ngồi bên bờ sông sụt sùi khóc. Một vị bèn bước tới bên cô, hỏi:

- Tại sao cô khóc?

Cô gái đáp:

- Thầy có thấy căn nhà bên kia sông không? Sáng nay con từ nhà lội sang bên này, không có trở ngại gì, nhưng bây giờ nước sông dâng lên, con không lội về được mà lại không có ghe thuyền gì cả.

Vị sư nói:

- Ô, cô khỏi lo, không thành vấn đề!

Vừa nói, ông vừa bế xốc cô ta lên, lội phăng phăng qua sông, bỏ cô xuống bờ bên kia, rồi cùng người bạn đồng tu tiếp tục lặng lẽ bước.

Vài giờ sau, nhà sư kia lên tiếng:

- Sư huynh, chúng ta đã nguyện không đụng vào phụ nữ. Việc sư huynh mới làm là một trọng tội. Bộ chuyện sờ vào đàn bà làm cho sư huynh vui thú, khoái lạc lắm hay sao?

Thì vị sư đã giúp cô gái qua sông trả lời:

- Tôi bỏ cô ta lại phía sau đã hai giờ đồng hồ rồi. Còn sư đệ, chú vẫn mang cô ta theo đấy à?

Chúng ta đều thế cả. Suốt đời, chúng ta mang theo đủ loại linh tinh, không bỏ chúng lại phía sau. Chỉ khi nào chúng ta chú tâm vào một vấn đề, giải quyết ngay lập tức, trọn vẹn, không để dây

dưa đến ngày sắp tới, đến phút giây sắp tới, khi đó chúng ta sẽ có thời gian thanh tịnh, cô tịch. Trong trường hợp đó thì dù chúng ta đang ở trong căn nhà đông người hoặc trên xe buýt, chúng ta vẫn đang sống trong sự tịch mịch, trống vắng. Tâm trí trong trạng thái trống vắng đó là tâm trong sáng, hồn nhiên.

Một nội tâm trong sáng, trống vắng, là điều vô cùng quan trọng để có thể tự do thoải mái trong mọi hành động, tự do đi lại, bay nhảy. Tóm lại, lòng tốt chỉ nảy nở từ một nội tâm khoáng đạt, không bị gò bó, cũng như trí tuệ chỉ phát triển khi có tự do. Chúng ta có thể có tự do về vấn đề chính trị, nhưng nội tâm chúng ta không khai phóng cho nên chúng ta không có khoảng trống cho tâm hồn. Thiếu khoảng trống minh mông, thiếu sự phóng khoáng này trong nội tâm thì không có trí tuệ, không có phẩm chất giá trị nào có thể hoạt động và phát triển. Khoảng trống minh mông và sự tĩnh lặng của tâm hồn thật là cần thiết vì chỉ khi nào tâm trí ở trong trạng thái cô liêu, tịch mịch, không bị ảnh hưởng, không bị gò ép, không bị tràn ngập với đầy dẫy những kinh nghiệm linh tinh, thì tâm hồn mới sẵn sàng tiếp thu được những điều hoàn toàn mới mẻ.

Người ta chỉ có thể nhận chân sự thật "như là chính nó" khi tâm trí tĩnh lặng và trong sáng. Mục đích của thiền định ở Đông phương là để đưa tâm trí đến tình trạng kiểm soát được tư tưởng, cũng như liên tục nhắc lại một lời cầu nguyện để cho tâm được an tịnh với hy vọng trong tình trạng đó, người ta có thể thấu suốt, giải quyết được những nỗi đau khổ của kiếp người.

Nhưng trừ phi người ta đặt được nền móng, đó là giải thoát khỏi sự sợ hãi, khỏi sự đau buồn, lo lắng và tất cả những vương mắc mà họ tự quàng vào, tôi không thấy cách nào có thể làm cho tâm trí thật sự tĩnh lặng.

Krishnamurti -- Freedom from the Known

KHI TÂM HỒN ĐƯỢC KHAI PHÓNG

Hỏi :

-- Sao ông không giúp đời bằng cách thực tế mà lại phí thời giờ đi thuyết giảng như vậy?

Krishnamurti đáp :

-- Thế bạn muốn nói gì khi dùng chữ thực tế? Bạn muốn nói về chuyện mang đến một sự đổi thay trên thế giới, một sự điều chỉnh hài hòa hơn trong nền kinh tế, một sự phân phối tài nguyên tốt đẹp hơn, một mối quan hệ thân tình hơn, hay nói một cách lỗ mãng, là giúp bạn kiếm được việc làm tốt hơn. Bạn muốn thấy có sự đổi thay trên thế giới, - mọi người thông minh đều muốn, - và bạn muốn có một phương pháp để làm chuyện đổi thay đó, và vì thế, bạn hỏi tôi tại sao lại phí thời giờ đi thuyết giảng thay vì làm việc gì đó cho chuyện thay đổi. Vậy xin hỏi rằng có thật tôi đang làm chuyện phí thời giờ vô ích chẳng? Sẽ là chuyện phí thời giờ thật đấy, nếu tôi giới thiệu một hệ tư tưởng mới để thay đổi hệ tư tưởng cũ, mẫu mực cũ. Có thể đó là điều bạn muốn tôi làm. Nhưng thay vì chỉ ra một "cái gọi là đường lối thực tế " để hành động, để sống, để kiếm việc làm tốt hơn, để tạo ra một thế giới đẹp đẽ hơn, thì việc tìm cho ra cái gì là chướng ngại vật đã thực sự ngăn cản một cuộc cách mạng toàn diện, không phải là cuộc cách mạng nửa vời , mà là từ nền tảng, một sự thay đổi quyết liệt, từ gốc rễ, không chỉ trên quan niệm, lý thuyết suông, đó không phải là điều quan trọng chẳng? Bởi vì những lý tưởng, những niềm tin, những ý thức hệ, những giáo điều, đều ngăn cản hành động. Thế giới không thể chuyển biến toàn diện, không thể là một sự đổi thay triệt để, khi mà hành động còn được đặt căn bản trên quan niệm, bởi vì khi đó hành động chỉ là phản ứng và quan niệm, lý thuyết, được coi là quan trọng hơn hành động rất nhiều. Một cách chính xác, đây có phải là chuyện đang xảy ra trên thế giới chẳng? Muốn hành động, chúng ta phải tìm ra điều chướng ngại nó đã cản trở hành động. Nhưng thật ra thì phần lớn chúng ta không thích hành động, đó là điều gay go của chúng ta. Chúng ta thích bàn cãi, chúng ta thích thay đổi ý thức hệ này sang ý thức hệ khác, và vì thế, chúng ta cứ lảng tránh

chuyện hành động bằng những lý thuyết suông. Chắc chắn là như thế thì quá đơn giản rồi, phải vậy không?

Thế giới ngày nay phải đối diện với rất nhiều vấn đề: nạn nhân mãn, nạn thiếu thực phẩm, sự phân chia loài người thành nhiều chủng tộc, giai cấp, vân vân. Tại sao không có một nhóm người ngồi xuống để cùng nhau giải quyết vấn đề chủ nghĩa quốc gia, dân tộc? Nhưng mà nếu chúng ta muốn trở thành quốc tế hòa đồng trong khi còn bám chặt lấy tinh thần quốc gia của chúng ta, thì chúng ta lại tạo ra một vấn đề khác. Và đó là điều phần đông chúng ta đang làm.

Vậy thì bạn thấy đó, rõ ràng là những điều lý tưởng, những tiêu chuẩn, đã ngăn cản hành động. Một chính khách, nhà thẩm quyền đầy uy tín, đã nói rằng thế giới có thể sắp xếp lại để mọi người đều được cung cấp thực phẩm. Vậy tại sao lại không làm được chuyện đó? Bởi vì có sự mâu thuẫn giữa những quan điểm, những niềm tin và chủ nghĩa dân tộc. Cho nên, chính những quan niệm đã ngăn cản sự cung cấp đồ ăn cho con người. Và phần đông chúng ta hiện đang đùa giỡn với những quan niệm mà vẫn cứ tưởng rằng chúng ta đang tích cực làm cách mạng, tự mê hoặc mình với những từ ngữ như là thực tế. Điều quan trọng là chúng ta hãy **tự giải thoát ra khỏi những quan niệm, khỏi sự phân biệt chủng tộc, khỏi những niềm tin và giáo điều**, từ đó, chúng ta có thể hành động, không phải nương theo một mẫu mực hoặc một hệ tư tưởng, mà chỉ tùy theo nhu cầu đòi hỏi mà thôi.

Chắc chắn là việc đi tìm những sự cản trở, những chướng ngại đã ngăn cản công cuộc này thì không phải là phí thời giờ, không phải là những chuyện huênh hoang, rỗng tuếch. Điều bạn nói hiển nhiên là vô nghĩa. **Những tư tưởng, niềm tin, quan điểm chính trị và kinh tế của bạn thật ra đã làm phân hóa giữa con người với nhau và đưa tới chiến tranh. Chỉ khi nào tâm trí được giải thoát khỏi những quan niệm và niềm tin thì nó mới có thể hành động một cách công chính được.**

Một nhà ái quốc nặng lòng với dân tộc, có thể sẽ không bao giờ biết bốn bề đều là anh em (tứ hải giai huynh đệ) là thế nào, dù anh ta có thể cũng nói về điều đó đấy, nhưng ngược lại, trong hành động của anh

THỰC TẠI

Thân phận con người chúng ta đã phải chịu đựng quá nhiều đau khổ. Chiến tranh xảy ra liên miên không dứt. Hãy kể từ năm ngàn năm trở lại đây, trung bình cứ mỗi năm lại có một cuộc chiến. Người ta giết hại lẫn nhau, tàn phá những công trình họ đã xây dựng, những di tích lịch sử vĩ đại bị hủy hoại trong một sớm một chiều. Đó là lịch sử loài người, xung đột và chiến tranh xảy ra triền miên. Rồi cũng vì những cuộc chiến mà người ta phải chịu đựng những nỗi thống khổ một cách quá nặng nề. Biết bao nhiêu nước mắt của những người mẹ, người vợ, đã đổ xuống khi nhìn thấy con, thấy chồng của họ từ chiến trường trở về trong những tấm thân tàn phế, mất tay, mất chân, mù lòa. Nước mắt của loài người đã đổ xuống không ngừng.

Ngay cả chúng ta nữa, chúng ta cũng rơi nước mắt vì cuộc đời trống vắng, cô đơn của chúng ta. Và cũng cả chúng ta nữa, tất cả chúng ta, không phải chỉ quan sát sự chịu đựng của người khác, mà cũng còn phải chịu đựng nỗi buồn, sự đau đớn, lo lắng của chính cuộc đời chúng ta, buồn vì sự nghèo nàn của con người, không phải chỉ là sự nghèo nàn tiền bạc của người thiếu trước hụt sau mà là sự cằn cỗi, héo hon trong tâm hồn và trái tim của chính chúng ta. Cho đến khi chúng ta bắt đầu phát hiện ra sự cằn cỗi héo hon tẻ nhạt này thì, mặc dầu với vốn liếng hiểu biết rộng rãi và kiến thức uyên thâm, điều đó cũng chỉ làm cho nỗi buồn thêm sâu đậm mà thôi.

Có nỗi buồn của sự cô đơn, có nỗi buồn vì thấy người ta đối xử với nhau tàn tệ, bất nhân, có nỗi buồn vì mất bạn bè, con cái, anh chị em, cha mẹ, v. v. . . Chúng ta đã mang theo nỗi buồn này qua biết bao nhiêu cuộc đời của chúng ta từ hết thế kỷ này tới thế kỷ khác. Vậy mà chúng ta cũng chẳng hề thắc mắc rằng liệu nỗi phiền muộn này có bao giờ chấm dứt được không.

Vậy thì bây giờ chúng ta cùng nhau tìm hiểu, cùng nhau nhìn vào nỗi đau buồn của thế nhân và nỗi đau buồn riêng của chính mình, từ trái tim, từ nội tâm, từ trí óc. Chúng ta hãy hỏi coi nỗi đau buồn đó có thể nào kết thúc được chẳng, hay là tất cả chúng

ta sẽ cứ phải mang nó trong lòng, xuyên qua chiều dài thời gian, từ quá khứ cho tới vị lai.

Có khi nào nỗi đau buồn đó có thể chấm dứt chăng?

Đau buồn cũng còn do tự thương thân, cảm thấy cô đơn, hiu quạnh, cũng có nỗi đau buồn vì bị thất bại nặng nề, qua sự thua kém khi so sánh, qua những biến chuyển trong tâm xoay quanh cái cảm giác về sự thiếu vắng tình cảm, không có mối liên hệ nào với bất cứ ai. Nhưng chúng ta chưa hề bao giờ tìm hiểu cho tới tận cùng của vấn đề. Chúng ta chỉ muốn trốn tránh nó, tìm mọi cách để tự an ủi, như một kiểu thuốc an thần để ru ngủ, cho tâm hồn được khuây khỏa, qua ngày.

Đau buồn có nghĩa là khổ sở, đau đớn, lo lắng, vô cùng cô đơn, cảm thấy sự tồn tại của cuộc đời không còn có ý nghĩa nữa. Tất cả các trạng thái kể trên, và còn nữa, đều tiềm ẩn trong từ ngữ đau buồn. Có thể nào bạn thấy được toàn bộ một cách bao quát, như bạn cầm một viên ngọc quý, hoặc một tác phẩm điêu khắc tuyệt mỹ trên tay chăng? Hãy giữ lấy, hãy âm thầm, âm thầm, âm thầm hòa nhập với nó, đừng để cho sự suy nghĩ, tư tưởng, bằng bất cứ cách nào có dịp nổi lên chen vào cái thực tại chân thật đó. Nếu bạn có thể lặng lẽ, lặng lẽ thâm thấu được cái thực tại chân thật đó thì toàn bộ nội dung tiềm ẩn trong từ ngữ "đau buồn" sẽ tan biến.

Nhưng chúng ta chẳng để cho tâm trí chúng ta dừng lại với bất cứ cái gì. Chúng ta luôn luôn muốn tìm ra cách để đạt đến sự kết thúc, cho nên chúng ta năng động, vì thế mà luôn luôn tách rời ra khỏi viên ngọc vô cùng quý giá đó, sự quý giá có thể mang đến cho chúng ta sức sống nồng nàn, mạnh mẽ và đầy nhiệt tình.

Krishnamurti -- Total Freedom

Danny Việt dịch

NỖI ĐAU

Nỗi đau là gì? Đừng chỉ nghĩ đến từ ngữ mà hãy nhìn thẳng vào nội tâm, nhìn thật sâu vào đáy lòng mình. Về mặt tâm lý, ngay từ khi bạn còn là đứa trẻ, cha mẹ, bạn bè của bạn đã từng làm cho bạn đau lòng. Lớn lên một chút, khi đi học, thì nhà trường lại làm cho bạn đau lòng bằng những câu nói như: "Trò phải thông minh lanh lợi như anh của trò", hoặc chú bác, hoặc ông hiệu trưởng của bạn, hoặc bất cứ là ai đó. Tại trường đại học, bạn phải vượt qua các kỳ khảo thí, nếu làm bài không được, bạn sẽ mất tinh thần, thất vọng. Bước ra trường đời, không kiếm được việc làm, bạn cảm thấy buồn tủi, đau lòng. Mọi sự xảy ra trên thế giới đều làm đau lòng bạn. Nền giáo dục vốn không hoàn chỉnh của chúng ta làm đau lòng bạn.

Như thế, rõ ràng là bạn bị đau buồn trong tâm hồn. Bạn có thực sự nhận ra rằng bạn bị đau lòng không? Thế rồi do gặm nhấm những nỗi đau của mình, ôm mỗi hận lòng, bạn muốn làm đau lòng người khác. Từ đó, bạn trở thành dễ nổi giận, sẵn sàng phản đối mọi chuyện, bạn co mình lại, chui vào ốc đảo tinh thần của riêng mình, trở thành càng lúc càng tự cô lập, xa lánh mọi người. Và khi mà bạn càng xa lánh mọi người, thì bạn càng cảm thấy buồn tủi hơn. Thế là bạn tự xây một bức tường vô hình chung quanh, tâm hồn chìm đắm trong nỗi cô đơn với ảo vọng, nhưng luôn luôn vẫn chỉ nằm gọn trong vòng tường do chính mình tạo ra.

Đó là tất cả những dấu hiệu của nỗi đau.

Vậy là bạn bị đau buồn trong tâm hồn. Thế nếu đang lúc bạn thấy mình bị đau đớn trong lòng đó, nếu lúc đó bạn thật sự, một cách sâu sắc, nhận thức rằng bạn có nỗi đau, không chỉ hời hợt ở mặt nhận thức thông thường, mà nỗi đau ghi khắc sâu tận đáy lòng, thì bạn sẽ làm gì đây? Bây giờ chúng ta thử tìm coi nỗi đau này xảy ra như thế nào?

Có nỗi đau lòng vì lý do là chúng ta đã tự xây dựng trong tâm một ý niệm, một hình ảnh về chính mình. Lấy thí dụ như bản thân tôi đây, nếu tôi đã xây dựng trong lòng một hình ảnh của chính tôi luôn luôn ngời chói trên diễn đàn để thuyết giảng -

- cảm ơn Trời, tôi không có cái vụ này -- rồi thính giả lại phản đối hoặc không thèm tới, thế là hình ảnh tôi -- được xây dựng trong lòng tôi -- bị xúc phạm. Thực tế là khi nào mà tôi còn xây dựng một ý niệm, một hình ảnh đẹp về chính tôi trong lòng, thì hình ảnh đó sẽ có lúc bị xúc phạm. Thật là rõ ràng, phải vậy không?

Vậy thì bây giờ chúng ta tự hỏi coi chúng ta có thể sống đơn giản, không xây đắp một hình ảnh, một ý niệm nào chăng? Nghĩa là không có những kết luận, những thành kiến -- tất cả những cái này đều là hình ảnh, ý niệm cả. Như vậy, vào cái lúc mà bạn lăng mạ tôi đó -- nghĩa là bạn nói điều trái ngược với hình ảnh "cái tôi" mà tôi đã xây đắp về tôi -- như vậy là bạn làm đau lòng tôi. Bây giờ, nếu ngay cái giây phút mà bạn nói lên những điều có hại cho tôi, làm đau lòng tôi đó, tôi tỉnh giác, nhận thức được và dồn tất cả sự chú tâm vào những lời bạn đang nói, chỉ làm một việc là chú tâm vào việc đang xảy ra mà thôi, không phân tích, không suy diễn, không ghi nhớ, như thế những điều đó sẽ không có cơ hội len lỏi vào tâm hồn tôi. Chỉ khi nào chúng ta lơ đãng, không chú ý, thì những lời nói làm đau lòng hoặc những lời nịnh bợ mới tìm được chỗ đứng trong tâm hồn chúng ta.

Vậy xin hỏi, nếu có người nói rằng bạn là thằng ngốc, thì ngay lúc đó, bạn có thể dồn tất cả sự chú tâm, chỉ chú tâm thôi, vào sự kiện đang xảy ra mà không tìm hiểu, không suy diễn, được không? Nếu làm được, bạn sẽ không thấy có nỗi đau lòng. Trong sự chú tâm, tập trung tư tưởng đó, những nỗi đau buồn trong quá khứ đã tiêu tan.

Tập trung tư tưởng cũng giống như ngọn lửa, nó đốt cháy tiêu mọi nỗi đau đã và đang xảy ra. Bạn bắt được ý này chăng?

Krishnamurti -- To Be Human

Danny Việt dịch

GIÁO DỤC

Nếu nhà giáo dục quan tâm đến sự tự do cá nhân, và không có sẵn những thành kiến, thì ông ta sẽ giúp cho đứa trẻ tự khám phá ra cái tự do đó bằng cách khuyến khích nó hiểu được môi trường sống, cá tính, tôn giáo và hoàn cảnh xuất thân của gia đình nó, với tất cả những ảnh hưởng đã có thể thâm nhập vào nó.

Nếu trong trái tim của các bậc thầy đầy ấp tình thương yêu và lòng ham chuộng tự do thì, bằng sự sáng suốt, tỉnh táo, họ sẽ giúp từng đứa học trò điều nó cần và giúp nó giải quyết những khó khăn; như thế có nghĩa là họ sẽ không chỉ hành động như điều khiển những cái máy theo phương pháp và công thức, mà tạo cơ hội cho học sinh của họ, là những con người, được tự phát triển khả năng, với sự cảnh giác và giám sát.

Nền giáo dục chân chính cũng phải giúp cho người học sinh phát hiện được điều mà hấn thấy hứng thú muốn học hỏi nhất. Nếu hấn không tìm ra được đúng ngành nghề mà hấn có năng khiếu thì sẽ uổng phí cuộc đời; hấn sẽ cảm thấy thất vọng vì phải miễn cưỡng làm công việc mà hấn không thích suốt cuộc đời hấn. Nếu nguyện ước của hấn là trở thành nhà nghệ sĩ mà lại phải vùi đầu làm một thư ký văn phòng thì đời sống của hấn sẽ chỉ còn là chuỗi ngày buồn tẻ trong sự phàn nàn bất mãn. Cho nên, điều quan trọng là mỗi người phải tự tìm coi mình muốn làm gì, sau đó hãy cân nhắc kỹ coi có xứng đáng dùng cuộc đời vào công việc đó không. Cậu thiếu niên có thể muốn trở thành một người lính; nhưng trước khi bước vào binh nghiệp, cậu ta nên được giúp đỡ để tìm hiểu coi nghề lính có đem lại phúc lợi cho toàn thể loài người chăng.

Nền giáo dục chân chính phải giúp cho học sinh, không những chỉ phát triển khả năng của hấn, mà còn khiến cho hấn hiểu rõ được điều hấn quan tâm, hứng thú nhất. Trong một thế giới bị tan nát vì chiến tranh, tàn phá và khốn cùng, người ta phải có khả năng xây dựng một trật tự xã hội mới và một cung cách sống khác trước.

Trách nhiệm xây dựng một xã hội an bình và sáng suốt nằm chủ yếu trong tay nhà giáo dục, điều đó thật rõ ràng, không phải vì cao hứng mà đề cao quá, nhưng quả thật là nhà giáo có cơ hội tuyệt vời để có thể giúp thành đạt sự chuyển hóa xã hội đó.

Nền giáo dục chân chính không lệ thuộc vào qui tắc cai trị của từng chính quyền hoặc cung cách điều hành của từng hệ thống chính trị, mà nó nằm trong tay của chính chúng ta, trong tay các bậc cha mẹ và các bậc thầy, cô giáo.

Nếu các bậc cha mẹ mà chăm sóc đời sống tinh thần của con cái một cách chu đáo thì họ đã xây dựng một xã hội đổi mới. Nhưng căn bản là phần đông chẳng quan tâm, cho nên họ chẳng dành thời giờ cho chuyện tối quan trọng này. Họ có thời giờ để lo chuyện kiếm tiền, để giải trí, để tham dự lễ lạc, cúng kiếng, nhưng không có thời giờ để suy tính, cân nhắc coi thế nào là một nền giáo dục đúng đắn cho con cái họ. Thực tế là phần lớn dân chúng không muốn đối diện với vấn nạn này. Đối diện với vấn nạn này có nghĩa là họ phải dẹp bớt những thú vui, những trò tiêu khiển, và chắc chắn là họ chẳng muốn làm những chuyện đó. Cho nên họ gửi con đến trường, nơi mà nhà giáo cũng chẳng quan tâm đến chúng nhiều hơn cha mẹ chúng. Tại sao nhà giáo phải quan tâm nhỉ? Đối với họ, dạy học chỉ là một nghề, một cách kiếm tiền!

Thế giới mà chúng ta tạo ra đây sao mà hời hợt, giả tạo, xấu xí, nếu nhìn vào phía sau bức màn. Chúng ta trang hoàng bức màn, hy vọng mọi sự rồi cũng sẽ coi được, rồi cũng sẽ đầu vào đấy thôi!

Krishnamurti -- Education and the Significance of Life

Danny Việt dịch

THẤU HIỂU CHÍNH MÌNH

Hỏi :

- *Thông minh có tạo nên cá tính của con người không?*

Krishnamurti đáp :

- Chúng ta định nghĩa thế nào là "cá tính"? Và thế nào là "thông minh"? Tất cả các chính trị gia -- dù ngay đến những nhà chính trị chuyên nghiệp đa dạng ở nơi đô thị Delhi hay chỉ là những chính trị gia tay mơ huênh hoang khoác lác ở địa phương khi họ còn gáy -- cũng luôn luôn viện dẫn đến những từ ngữ nào là "cá tính", "lý tưởng", "thông minh", "tôn giáo", "Thượng Đế". Chúng ta lắng nghe những từ ngữ này một cách say mê, sùng mộ, bởi vì chúng có vẻ như là rất quan trọng. Phần lớn chúng ta sống với chữ nghĩa; và chữ nghĩa càng được trau chuốt công phu, gọt giũa cho thật là sắc sảo bao nhiêu thì chúng ta càng thấy thích thú, thỏa mãn bấy nhiêu.

Vậy thì chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu coi chúng ta định nghĩa "thông minh" và "cá tính" như thế nào. Đừng nói là tôi đã không trả lời các bạn một cách rõ ràng, xác định. Mọi ra ngay những định nghĩa, những kết luận, là một trong những trò kỹ xảo của bộ óc, có nghĩa là bạn không muốn tìm tòi, nghiên cứu, để hiểu cho thấu đáo, mà chỉ muốn đuổi theo lời nói mà thôi.

Thông minh là gì? Nếu một người có thói sợ sệt, lo lắng, ghen tị, tham lam; hoặc là đầu óc chỉ biết rập khuôn, bắt chước, trong tâm chỉ chứa đầy nhóc kinh nghiệm và kiến thức của người khác; nếu tư tưởng của hắn bị hạn chế, bị xã hội, môi trường sống nhồi ép vào khuôn khổ -- người như thế có thông minh không? Hắn không thông minh, phải vậy không? Và có thể nào một người sợ sệt, không thông minh, lại có được cá tính -- cá tính là cái gì thuộc về sáng tạo, không phải chỉ như những cái máy nhắc lại điệp khúc của truyền thống về những điều phải làm hoặc không làm. Cá tính có đáng kính trọng không?

Bạn có hiểu câu "đáng kính trọng" nghĩa là gì không?

Bạn là người đáng kính nếu bạn được nhiều người chung quanh ngưỡng mộ, kính trọng. Và cái gì làm cho số đông kính trọng -- người trong gia đình và quần chúng? Họ kính trọng

những điều mà chính họ thèm muốn và đã áp ủ trong tâm như là mục tiêu hoặc lý tưởng của họ. Họ kính trọng cái sự kiện cao vờ tương phản với cảnh đời thấp thỏi của chính bản thân họ. Nếu bạn giàu và có quyền thế, hay bạn là chính trị gia tên tuổi, hoặc đã viết nhiều cuốn sách nổi tiếng, như thế bạn sẽ được đám đông kính trọng. Khi đó thì dù điều bạn nói ra có thể hoàn toàn vô nghĩa, ấy thế mà cứ hễ bạn phát biểu là thiên hạ lắng nghe, bởi vì họ đã coi bạn như là một vĩ nhân. Và khi mà bạn đã chiếm được lòng kính trọng của nhiều người, được đám đông ủng hộ, tự nhiên bạn thấy mình là người đáng kính, có cảm giác mình đã thành đạt. Nhưng cái "kẻ được-gọi-là có tội" nhiều khi lại gần Thượng Đế hơn "người đáng kính", bởi vì người đáng kính nhiều khi lại mang thói đạo đức giả.

Cá tính có phải là kết quả của sự bất chước, có phải là bị chi phối bởi sự sợ sệt về những điều người ta sẽ nói hoặc sẽ không nói chẳng? Cá tính có phải chỉ là sự làm tăng trưởng thói thiên vị, thành kiến của chính bản thân chẳng? Cá tính có phải là một hình thức duy trì truyền thống, dù là ở Ấn Độ, Âu Châu hay là Hoa Kỳ chẳng? Đó là những trường hợp mà thông thường người ta gọi là "có cá tính" -- là một người mạnh mẽ, nhiệt thành ủng hộ những truyền thống của địa phương và được nhiều người kính trọng.

Nhưng khi bạn đã có thói thành kiến, bất chước, bị các tập tục truyền thống cản trở, hoặc sợ sệt, thì bạn có thông minh, có cá tính không? Sự bất chước, sự hòa theo, sự lễ lạy xin xỏ, có lý tưởng -- đó là cung cách dẫn đến sự đáng được kính trọng, nhưng không đưa tới sự cảm thông. Một người có lý tưởng là người đáng kính, nhưng anh ta sẽ không thể gần Thượng Đế, vì anh ta sẽ không bao giờ biết thương yêu là gì, bởi vì lý tưởng của anh ta là một cách che giấu sự sợ hãi, sự bất chước, sự cô đơn của anh ta.

Cho nên, nếu không tự hiểu thấu đáo về mình, không nhận thức rõ tất cả những vận hành của bộ óc -- bạn suy nghĩ ra sao, bạn đang rập khuôn, đang bất chước, hay đang sợ hãi, đang tìm cầu thế lực --, như thế không thể là thông minh. Và chính sự thông minh tạo nên cá tính con người, không phải là sự tôn thờ thần tượng hay đuổi theo một lý tưởng.

Thấu hiểu chính mình, chính cái con người phức tạp đặc biệt của mình, là khởi đầu của sự thông minh, nó sẽ bộc lộ cá tính.

Krishnamurti -- Life Ahead

Danny Việt dịch

SỢ LÀ GÌ ?

Đầu tiên chúng ta hãy tự hỏi "sợ là gì" và "nỗi sợ hãi nổi lên như thế nào"?

Đối với chúng ta, bản thân từ ngữ "sợ" nghĩa là gì? Tôi đang tự hỏi "sợ là cái gì", chứ không phải là "tôi sợ cái gì".

Tôi sống theo một mẫu mực nào đó; tôi suy nghĩ theo một khuôn khổ nào đó; tôi có trong lòng những niềm tin và những giáo điều nào đó và tôi không muốn những lẽ lối sống đó bị xáo trộn, vì cuộc đời tôi đã gắn bó chằng chịt với chúng rồi. Tôi không muốn chúng bị xáo trộn, bởi lẽ sự xáo trộn sẽ nảy sinh ra trạng thái mù mịt mơ hồ mà tôi không thích. Nếu tôi bị bứt ra khỏi những gì tôi đã biết và đã tin thì tôi cũng muốn có sự chắc chắn một cách tương đối về tình trạng tương lai của tôi. Nhưng khi bộ não đã tạo ra những khuôn mẫu rồi thì nó từ chối sự sản sinh những khuôn mẫu mới khác, mà có thể là bấp bênh. "Sự di chuyển từ trạng thái chắc chắn sang trạng thái bấp bênh là cái mà tôi gọi là sợ".

Hiện tại, ngay lúc tôi đang ngồi đây, tôi không sợ. Lúc này tôi không sợ, chẳng có chuyện gì xảy ra cho tôi, chẳng ai đe dọa hoặc lấy cái gì của tôi. Nhưng ngoài cái thời gian đang hiện hữu này, trong tâm thức tôi còn có một lớp sâu hơn, đó là vùng ý thức hoặc vô thức, đâu đó, manh nha tới điều gì đó có thể xảy ra cho tôi trong tương lai, hoặc e ngại về một cái gì đó từ thời quá khứ đột nhiên ụp xuống đầu tôi. Cho nên tôi sợ cả quá khứ lẫn tương lai. Thế là tôi đã chia thời gian ra thành quá khứ và tương lai. Đến đây thì sự suy nghĩ nhảy vào lên giọng: "Coi chừng, sẽ không gặp được điều đó một lần nữa đâu", hoặc "Sửa soạn sẵn cho tương lai đi. Tương lai anh có thể sẽ nguy khốn. Bây giờ tuy là anh đã có chút đỉnh, nhưng rồi ra có thể là anh sẽ bị mất hết. Biết đâu chừng ngày mai anh sẽ chết, vợ anh có thể bỏ anh, có thể anh sẽ mất công ăn việc làm. Anh có thể chẳng bao giờ trở thành người có danh vọng. Có thể anh sẽ cô đơn... "

Bây giờ chúng ta hãy thử xét tới cái dạng sợ hãi của chính bạn. Nhìn coi. Quan sát kỹ phản ứng của bạn đi. Bạn có thể nhìn nỗi sợ hãi đó mà không nhấp nhúm muốn bỏ chạy, không nảy ra

chút ý muốn bào chữa, kết án hoặc kiểm chế chẳng? Bạn có thể trực diện nỗi sợ đó mà không có trong tâm cái từ ngữ đã làm thức dậy nỗi sợ chẳng? Bạn có thể trực diện sự chết, thí dụ thế, mà không có từ ngữ đã đánh thức nỗi sợ chết chẳng? Bản thân từ ngữ đã đem tới sự chấn động, cũng như từ ngữ "yêu" có sự rung động của chính nó, có ấn tượng của chính nó, phải vậy không?

Bây giờ hãy coi có phải là những hình ảnh trong tâm trí bạn về sự chết, ký ức về biết bao nhiêu cái chết mà bạn đã nhìn thấy, cùng với sự bạn tự liên tưởng chính bản thân với những chuyện đã xảy ra còn giữ trong tiềm thức đó, -- phải chẳng đó chính là hình ảnh đã tạo ra sự sợ hãi trong lòng bạn? Hay là quả thật bạn sợ sự chết sẽ đến chứ không phải là bạn sợ những hình tượng trong tâm đã tạo ra sự chết. Có phải là từ ngữ "chết" làm cho bạn sợ hay là sự chết thật? Nếu chỉ là từ ngữ hoặc ký ức là lý do để bạn sợ thì chẳng có gì đáng sợ hết ráo.

Giả dụ như hai năm trước bạn bị bệnh, ký ức về sự đau đớn, về cơn bệnh vẫn còn tồn tại trong trí nhớ, nay nó trở lại nhắc nhở "Coi chừng, đừng để bị bệnh lại như lần trước nữa đấy nhé". Thế rồi ký ức cùng với bề đẳng của nó là guồng máy suy tư bèn tạo nên sự sợ hãi, mà thật ra thì chẳng có cái gì đáng để mà sợ hết ráo, vì lẽ lúc đó bạn đang rất là khỏe mạnh.

Tư tưởng, vốn là cái luôn luôn cũ mèm, bởi vì tư tưởng thoát thai từ ký ức, mà ký ức thì dĩ nhiên là luôn luôn cũ mèm -- tư tưởng, vào lúc đó, tạo ra cái cảm giác là bạn đang sợ hãi, nhưng đó chỉ là cảm giác, không có trong thực tế. Thực tế là bạn đang khỏe mạnh. Nhưng cái kinh nghiệm về sự đau ốm, vốn đã khắc ghi trong tâm trí, trở lên nỗi sợ "Cẩn thận, đừng để bị bệnh lại nữa đấy nhé!" Như thế chúng ta thấy rằng chính suy nghĩ gây ra một loại sợ hãi.

Krishnamurti -- On Fear
Danny Việt dịch

KHÁT VỌNG

Hỏi :

- *Làm thế nào để thoát khỏi niềm khát vọng được tin chắc, không nghi ngờ?*

Krishnamurti đáp :

- Từ ngữ làm thế nào ngụ ý một phương pháp, phải không? Nếu bạn là một nhà xây dựng và tôi hỏi bạn cách xây một căn nhà, thì bạn có thể chỉ cho tôi phải làm cái gì, vì việc ấy có một phương pháp, một hệ thống, một cách thức để khởi sự. Nhưng đi theo con đường phương pháp, hệ thống, là tâm trí đã bị điều kiện hóa, cho nên hãy thấy sự khó khăn trong việc dùng từ ngữ làm thế nào.

Rồi thì chúng ta cũng phải hiểu thế nào là khát vọng.

- Khát vọng là gì?

Đó là nhìn thấy hoặc nhận thức, rồi đến tiếp xúc hoặc va chạm, rồi có cảm giác, cuối cùng đi tới chỗ mà chúng ta gọi là khát vọng. Chắc chắn đây là trình tự xảy ra. Xin hãy theo sát vấn đề.

Này nhé, thí dụ chúng ta đang ngắm chiếc xe hơi đẹp. Chỉ mới ngay cái chuyện ngắm thôi, dù là không hề đụng chạm đến nó, là đã nảy ra cảm giác, cái cảm giác này tạo cho chúng ta cái khát vọng được leo lên lái, được làm chủ cái xe.

Chúng ta không bàn đến chuyện làm sao để chống cự lại hoặc giải thoát ra khỏi niềm khát vọng, bởi vì cái con người chống cự lại và tưởng rằng anh ta đã thoát khỏi được niềm khát vọng, thực tế là anh ta đã tê liệt, như xác chết. Điều quan trọng là phải hiểu thấu đáo toàn bộ quá trình của khát vọng, nghĩa là phải biết rõ cả mặt quan trọng lẫn mặt hoàn toàn không đáng kể của nó. Người ta phải tìm ra, không phải là làm thế nào để chấm dứt khát vọng, mà là cái gì đã tiếp tay cho khát vọng.

Thế bây giờ chúng ta tìm coi cái gì đã tiếp tay cho khát vọng? Đó là sự suy tưởng, không phải sao?

Đầu tiên là nhìn thấy cái xe, rồi đến cảm giác, rồi đến lòng ham muốn, khát vọng, tiếp liền theo cảm giác. Nếu tư tưởng không xen vào và tiếp tay cho khát vọng bằng cách hô hoán lên

"Tôi phải có chiếc xe đó, làm thế nào để tôi có nó?", thì lòng ham muốn, khát vọng, đã tàn lụi, bạn có thấy chỗ này không? Tôi không đòi hỏi rằng phải giải thoát khỏi khát vọng, mà ngược lại. Nhưng bạn phải hiểu rõ toàn bộ cấu trúc của niềm khát vọng, rồi thì bạn sẽ thấy không còn có sự tiếp nối của khát vọng nữa, mà toàn bộ sẽ chuyển qua một hướng khác.

Cho nên, điều quan trọng không phải là khát vọng, mà thực tế là chúng ta tiếp sức cho khát vọng được duy trì. Thí dụ như chúng ta nuôi dưỡng tình dục qua tư tưởng, qua những ý niệm, qua những hình ảnh, qua những cảm giác, qua kỷ niệm. Chúng ta nuôi sống ký ức bằng sự suy nghĩ về nó, và toàn bộ những chuyện đó tiếp sức duy trì lòng ham muốn tình dục và sự quan trọng của những giác quan. Tôi không nói rằng những giác quan không quan trọng, có chứ. Nhưng chúng ta đã cho niềm hoan lạc của những giác quan một sự tiếp diễn liên tục khiến cho nó trở thành quan trọng một cách quá đáng trong cuộc đời chúng ta.

Vậy thì vấn đề không phải là giải thoát khỏi khát vọng, mà là hiểu thấu đáo cấu trúc của khát vọng và cung cách mà tư tưởng làm cho khát vọng duy trì liên tục, chỉ có vậy thôi. Được như thế thì tâm trí bạn sẽ khai phóng, và bạn sẽ không còn phải tìm cách để thoát khỏi lòng ham muốn, khát vọng.

Ngay giây phút mà bạn tìm cách thoát ly khỏi khát vọng là bạn đã bị lọt vào mâu thuẫn rồi. Mỗi khi bạn nhìn cái xe, người đàn bà, ngôi nhà, hay bất cứ cái gì có thể hấp dẫn, lôi cuốn bạn, là tư tưởng sẽ nhảy ngay vào để tạo cho khát vọng một sự tiếp diễn, liên tục, và rồi thì chúng trở thành vấn đề rắc rối kéo dài tới vô tận.

Điều quan trọng là sống một cuộc đời thanh thản, không mấy may phiền não. Bạn có thể sống không phiền não nếu bạn hiểu rõ bản chất của sự cố gắng và nhìn cho thật rõ toàn bộ cấu trúc của khát vọng.

Phần đông chúng ta vốn đã có hàng ngàn vấn đề rắc rối, và để thoát khỏi những chuyện đó, chúng ta phải có khả năng giải quyết từng vấn đề ngay lập tức, khi nó vừa mới xuất hiện.

Dĩ nhiên điều thật cần thiết là đừng để cho tâm trí chúng ta phải chịu đựng một điều phiền nhiễu nào, và như thế, chúng ta sẽ được sống một cuộc đời thanh thản. Chắc chắn chỉ có một tình

thần như thế mới xứng đáng gọi là tinh thần Sống Đạo, bởi vì nó đã thấu hiểu được nỗi đau khổ và sự chấm dứt đau khổ.

Tinh thần sống ấy không còn sợ hãi, và do đó, tự chiếu sáng nội tâm.

Krishnamurti -- On God

DannyViệt dịch

TÂM AN TỊNH

Hỏi :

- Xin nói cho chúng tôi nghe về Thượng Đế.

Krishnamurti :

- Thay vì nghe tôi nói Thượng Đế là gì, chúng ta hãy cùng nhau tìm hiểu coi các bạn có thể nhận ra được cái trạng thái đặc biệt đó, không phải là hãy để đến mai hoặc một thời gian nào đó trong tương lai, nhưng mà ngay lúc này, trong khi chúng ta đang cùng ngồi với nhau trong bầu không khí an tịnh này. Chắc chắn là điều đó quan trọng hơn nhiều. Nhưng nếu muốn tìm hiểu coi Thượng Đế là gì thì phải liệng bỏ hoàn toàn niềm tin vốn có. Muốn phát hiện ra cái gì là chân thật thì tâm trí không thể mang sẵn niềm tin về một cái gì đó đã được coi là chân lý, không thể có sẵn những lý thuyết hoặc giả thuyết về Thượng Đế. Xin các bạn hãy để ý, lắng nghe. Nếu các bạn đã có những giả thuyết, đã có những niềm tin, đã có những giáo điều, như thế thì đầu óc các bạn đã đầy ắp những suy đoán. Vì đã đọc cuốn sách này hoặc cuốn sách kia viết về sự thế nào là thực tại hoặc Thượng Đế cho nên tâm trí các bạn rất phấn khích. Một cái đầu chứa đầy ắp kiến thức thì luôn hoạt động, không an tịnh, chỉ làm cho tâm hồn thêm vướng mắc nặng nề và hiển nhiên là cái sự vướng mắc nặng nề ấy không thể biểu hiện một nội tâm bình thản. Khi tâm trí chứa đầy ắp những sự tin chắc, dù là tin rằng có Thượng Đế, hay là tin rằng không có Thượng Đế, thì cũng là vướng vào kiến chấp, mà cái tâm đã vướng vào kiến chấp thì không thể nhận ra được cái gì là chân lý.

Để phát hiện chân lý, tâm hồn con người phải được khai phóng, cởi mở, thoát khỏi những lẽ lạc, những niềm tin, những giáo điều, kiến thức và kinh nghiệm sống mà họ đã trải qua. Chỉ khi đó thì tâm trí mới nhận thức được thực tại, chân lý. Tâm hồn trong trạng thái an tịnh như thế thì những hoạt động do lòng ham muốn, do khát vọng từ ngoại cảnh cho tới nội tâm không còn nổi lên nữa. Đó không phải là đè nén lòng ham muốn, đè nén khát vọng, vì đè nén phải tổn sức. Ngược lại, khi tâm trí ở trong trạng thái an tịnh thì người ta có tràn đầy sức sống, tràn đầy nghị lực.

Nhưng sức sống, nghị lực không thể sung mãn nếu đầu óc còn lảng xãng dòm ngó chuyện thiên hạ, khiến cho nội tâm lại phải bận rộn đối phó. Khi tất cả những chuyện thị phi này đã lắng xuống thì tâm hồn sẽ ở trong trạng thái an bình, tĩnh lặng.

Tôi không mê hoặc các bạn, không thuyết phục, dụ dỗ các bạn rằng phải tĩnh lặng. Chính các bạn, tự bản thân, các bạn phải thấy được tầm quan trọng của việc từ bỏ, việc vứt đi tất cả những điều mê tín dị đoan, những niềm tin vô căn cứ, những kiến chấp đã tích lũy hàng bao nhiêu thế kỷ, hãy xả bỏ một cách thoải mái, không chút cố gắng, không chút ngần ngại. Các bạn phải thấy được sự thật là bất cứ hình thức tích lũy nào cũng đều làm cho tâm trí bừa bộn lên, khiến cho năng lực bị tiêu hao phung phí.

Muốn cho tâm được tĩnh lặng thì phải có một sức sống sung mãn và sức sống đó phải an tịnh. Và nếu như các bạn đã thực sự có được trạng thái sống an bình, không lảng xãng, các bạn sẽ thấm thía được hương vị của sức sống đó, một sức sống an lạc, một sức sống mà tự nó có những hoạt động nội tâm khai phóng, không phải là cái loại hoạt động vì bị sức ép của ngoại cảnh, của xã hội thôi thúc. Bởi vì khi trong lòng đã tràn ngập sức sống bình yên tự tại, thì tâm trí tự nó sẽ trở thành an lạc thanh cao . . .

. . . Và cái sức sống bình yên tự tại đã nâng tâm hồn lên trạng thái an lạc thanh cao đó chính là lòng thương yêu, niềm trắc ẩn, vốn không phân ly với chính bản thân sức sống này.

Krishnamurti -- On God

YÊU VÀ ĐAU KHỔ

Chúng ta nói rằng tình yêu cũng góp một phần vào sự đau khổ, chịu đựng. Rằng khi bạn yêu ai thì tình yêu đó rồi cũng sẽ đem đến cho bạn nỗi đau khổ.

Bây giờ chúng ta tìm hiểu xem có thể nào thoát khỏi mọi nỗi đau khổ chẳng.

Khi vùng ý thức của con người không tự vướng mắc với cảm giác đau khổ, thì sự giải thoát, sự dung thông ấy sẽ chuyển hóa ý thức và sự chuyển hóa đó sẽ tỏa rộng ra, cảm ứng với nỗi đau khổ của toàn thể nhân loại. Đó là tình thương, là lòng trắc ẩn.

Nếu trong lòng cảm thấy đang đau buồn, đang phải chịu đựng nỗi thống khổ, thì bạn không thể yêu được. Đó là sự thật, là quy luật. Khi bạn yêu người nào đó mà họ lại làm việc gì khiến cho bạn không đồng ý, mà bạn lại còn cảm thấy đau buồn, cảm thấy phải chịu đựng, thì điều đó nói lên là bạn chưa yêu. Xin hãy nhìn sự thực này. Làm sao bạn có thể chịu đựng nỗi đau buồn khi vợ bạn bỏ rơi bạn để chạy theo người khác? Quả thật là chúng ta sẽ rất đau buồn vì chuyện đó.

Chúng ta nổi giận, lên cơn ghen, tràn ngập sự uất hận, ghét bỏ; ấy thế mà đồng thời, chúng ta lại nói rằng "Tôi yêu vợ tôi"!

Yêu như thế thì không phải là yêu.

Cho nên, có thể nào không phải chịu đựng đau khổ mà đồng thời vẫn có được tình yêu nồng nàn nở rộ mệnh mông không nhỉ?

Vậy thì bản chất và cốt tủy của đau khổ là gì -- đây là nói về cái cốt tủy của nó, không phải là những hình thức khác nhau của nó? Cốt tủy của sự đau khổ là gì? Không phải đây chính là sự biểu lộ rõ rệt nhất, vào thời điểm sự kiện xảy ra, của một con người tự cho mình là trung tâm điểm, một cái rốn của vũ trụ sao? Đó chính là bản chất của cái tôi -- cốt tủy của bản ngã, của con người, của sự giới hạn, của sự thu hẹp, của sự ngăn cách, được gọi là cái "tôi". Khi có đột biến trong tâm, đòi hỏi một sự thức tỉnh của trí tuệ, thì ngay đó cái "tôi" này, cái nhân tố tạo nên nỗi thống khổ này, trở dậy để ngăn cản.

Vậy nếu không có cái "tôi", cái bản ngã, thì liệu rằng còn có nỗi đau buồn, thống khổ chăng? Hay là khi đó con người ta sẽ tha hồ mà làm những chuyện giúp đời, làm đủ mọi chuyện không vị kỷ mà không còn cảm thấy đau khổ nữa.

Đau khổ là sự biểu lộ về cái "tôi", về bản thân, vị kỷ; nó bao gồm cả sự than thân trách phận, cả nỗi buồn của sự cô quạnh, cố tìm cách thoát ra khỏi tình huống khổ tâm, cố tìm cách nói lại mối liên lạc với người đã bỏ đi -- và tất cả những điều khác bao hàm trong cái ý nghĩ về "tôi" đó. Buồn bã, than thân trách phận là hành động rất vị kỷ, chủ yếu là quan tâm về cái "tôi",-- về những hình ảnh, ý niệm, kiến thức, những hoài ức, nhớ nhung về quá khứ.

Vậy thì, có sự liên hệ nào giữa sự đau buồn, bản chất của cái "tôi", của thói vị kỷ, với tình yêu không?

Có sự liên hệ nào giữa tình yêu và sự đau khổ không?

Cái "tôi" được hình thành qua tư tưởng, suy nghĩ; nhưng có phải nhờ suy nghĩ mà tình yêu hình thành không?

Tình yêu có được hình thành qua sự suy nghĩ không? -- Ký ức về những nỗi đau, những niềm vui, về sự theo đuổi khoái lạc, tình dục linh tinh, sự vui thích được chiếm hữu người khác và người khác lại thích bị chiếm hữu; tất cả những điều đó đều là cấu trúc của tư tưởng. Cái "tôi" với danh xưng, với hình dáng, với ký ức của nó được hình thành qua tư tưởng -- hiển nhiên là như vậy.

Nhưng nếu tình yêu không được hình thành bằng tư tưởng, bằng sự suy nghĩ, như vậy thì sự đau khổ không liên hệ gì với tình yêu. Do đó, hành động thoát thai từ tình yêu thì khác hẳn với hành động thoát thai từ sự đau khổ.

Ta thấy rằng hành động thoát thai từ sự đau khổ chính là hành động thoát thai từ cái "tôi", từ bản ngã, vị kỷ, và vì thế luôn luôn có mâu thuẫn, xung đột. Ta có thể thấy cái trình tự hợp lý của toàn bộ điều đó. Chỉ khi nào nhìn rõ như vậy, chúng ta mới có thể có được tình thương yêu tinh khiết, không có bóng mờ của đau buồn, khổ ải.

Đẩn đo suy nghĩ không phải là tình yêu. Đẩn đo suy nghĩ không phải là lòng trắc ẩn, bi mẫn. Lòng trắc ẩn, bi mẫn là trí tuệ,

là trực giác, -- vốn không phải là kết quả của sự suy nghĩ, dẫn
đo.

Krishnamurti -- The Wholeness of Life

GIAO CẢM VỚI MUÔN LOÀI

Đã nhiều tuần rồi, mỗi buổi sáng khi trời vừa bình minh là chúng tôi lại cùng nhau ra ngắm cái cây ở bên bờ sông. Xa xa, lúc vừng dương vừa nhú ở mãi tận cuối chân trời, từ từ vươn lên khỏi lùm cây, thì nơi đây, cái cây đặc biệt kia bỗng bừng lên một màu vàng ánh. Toàn thể lá trên cây đều sáng rực đầy sinh khí và khi mà bạn lặng lẽ say sưa ngắm đến quên cả thời gian, thì cái cây, mà tên nó chẳng thành vấn đề -- vấn đề là cái cây tuyệt đẹp ấy -- với cái phẩm chất đặc biệt của nó dường như tỏa ra khắp trên mặt đất, lan tràn trên dòng sông. Rồi thì khi vừng thái dương nhô cao lên chút nữa là lúc mà lá cây bắt đầu rung rinh uốn éo. Thời gian mỗi lúc trôi qua dường như lại giúp cho cái cây thay đổi phẩm chất. Trước khi mặt trời ló dạng, dáng vẻ của nó còn thật là ảm đạm, lặng lẽ, xa xôi, đầy phẩm cách. Ấy thế mà ngay khi mới bắt đầu ngày thì những cánh lá sáng lóng lánh uốn lượn đã tạo nên một cảm quan đặc biệt về vẻ đẹp tuyệt vời của nó rồi.

Về buổi trưa, tàn cây tỏa bóng mát rượi, bạn có thể ngồi nghỉ dưới gốc cây để tránh nắng, không bao giờ cảm thấy cô đơn vì đã có nó làm bạn. Ngồi đó, bạn cảm thấy một mối dây liên hệ gắn bó sâu sắc, bền vững và thoải mái mà chỉ cây cối mới có thể biết được.

Chiều xuống, khi phương tây rực sáng ánh mặt trời đang lặn, thì cái cây cũng từ từ chuyển dần sang màu sẫm, rồi tối, rồi tự biến mình, mờ dần. Bầu trời chuyển qua đỏ, rồi vàng, rồi xanh, nhưng cái cây vẫn lẳng lặng ẩn mình và yên nghỉ qua đêm.

Nếu bạn thiết lập được mối giao hảo với cây cối thì bạn cũng sẽ có mối giao hảo với loài người. Bạn có trách nhiệm với cây đó và với tất cả cây cối trên thế giới. Nhưng nếu bạn không có mối giao hảo với muôn loài sinh vật trên thế giới này thì bạn cũng có thể mất đi những mối giao hảo với con người, với nhân loại.

Chúng ta không bao giờ nhìn một cách sâu sắc vào đặc tính của một cái cây; chúng ta không bao giờ thật sự sờ vào nó, cảm nhận được sự rắn chắc của nó, lớp vỏ xù xì của nó và nghe cái âm thanh vốn là một phần của cái cây. Âm thanh này không phải

là tiếng gió thổi qua lùm cây, không phải là tiếng rì rào của lá vào những buổi sớm mai, nhưng là tiếng của chính cái cây, tiếng âm thầm của thân và rễ cây. Bạn phải thật là tinh tế, mẫn cảm, thì mới có thể nhận ra. Cái âm thanh này không phải là tiếng ồn ào của thế gian, không phải là tiếng lao xao liên tục trong tâm trí, không phải là những lời lẽ thô tục của tranh cãi, đánh lộn, mà là âm thanh như một phần của vũ trụ, của không gian và thời gian.

Đáng buồn là chúng ta có quá ít mối giao hảo với thiên nhiên, với các loài côn trùng, với con ếch nhay, với con cú kêu tìm bạn tình trên đồi cao. Dường như chẳng bao giờ chúng ta có chút cảm xúc nào hướng về muôn loài trên trái đất. Nếu như chúng ta thiết lập được mối giao hảo sâu xa bền chắc với thiên nhiên thì chúng ta đã chẳng bao giờ giết con vật để được ngon miệng, chẳng bao giờ làm tổn thương, mổ xẻ con khỉ, con chó, những con vật trong phòng thí nghiệm, đang khi nó còn sống, vì lợi ích của chúng ta. Chúng ta sẽ tìm những cách khác để điều trị vết thương, để cứu mạng chúng ta. Nhưng điều trị tâm hồn thì lại hoàn toàn khác. Sự hồi phục sẽ tới từ từ nếu chúng ta sống hài hòa với thiên nhiên, với trái cam trên cành cây, với nhánh cỏ nhú lên từ kẽ nứt xi măng, và với những ngọn đồi nằm ẩn dưới những tầng mây bao phủ.

Đây không phải nói theo tình cảm tầm phào hoặc tưởng tượng lãng mạn mà là chuyện thực tế của mối giao hảo với muôn loài đang sống, đang chuyển động trên trái đất. Người ta đã giết hàng triệu con cá voi và sẽ còn giết nữa. Tất cả những gì chúng ta lấy được từ sự tàn sát chúng thì chúng ta cũng có thể có được bằng những cách khác. Nhưng rõ ràng là chúng ta thích giết mọi loài, như con nai phóng vút qua, con linh dương kỳ diệu và con voi to kèn. Chúng ta thích giết hại lẫn nhau. Trong lịch sử loài người trên trái đất, sự giết chóc này chưa bao giờ ngưng. Nếu chúng ta có thể, và chúng ta phải, thiết lập một mối tương quan giao hảo bền chặt thâm sâu với thiên nhiên, với cây cỏ, lùm bụi, hoa trái, với đám mây bay trên trời, từ đó, chúng ta sẽ không bao giờ còn giết người vì bất cứ lý do nào nữa.

Giết người có tổ chức, được hệ thống hóa, chính là chiến tranh, và mặc dầu chúng ta biểu tình để phản đối một cuộc chiến đặc biệt, thí dụ chiến tranh nguyên tử, hoặc bất cứ loại chiến

tranh nào đó, nhưng chúng ta chưa hề biểu tình chống chiến tranh.

Chúng ta chưa hề bao giờ nói lên rằng giết người là tội ác lớn nhất trên đời.

SỐNG ĐẠO

Hỏi :

- Chúng ta có cách nào để có thể sống đạo trong xử thế tiếp vật với đời chằng?

Krishnamurti :

- Khi dùng từ ngữ sống đạo, ý chúng ta muốn nói gì? Phải chăng bạn muốn nói đến một cách sống mà trong đó không có sự phân chia -- phân chia giữa đời thường và đời sống tôn giáo, giữa điều nên và điều không nên, giữa tôi và bạn, giữa thích và không thích? Chính sự phân chia này đem lại mâu thuẫn, xung đột. Một đời sống đầy mâu thuẫn, xung đột thì không phải là sống đạo. Chỉ có thể sống đạo khi chúng ta thấu hiểu nguyên nhân của mọi tranh chấp, mâu thuẫn. Sự thấu hiểu đó chính là trí tuệ. Với trí tuệ này, chúng ta sẽ hành động một cách công chính.

Điều mà nhiều người gọi là "trí tuệ", thực ra chỉ là sự khéo léo trong công tác kỹ thuật, hoặc lanh lợi trong giao dịch nơi thương trường, hoặc mánh lới, xảo thuật, trong lãnh vực chính trị.

Hỏi :

- Vậy thì câu hỏi của tôi có nghĩa là, làm thế nào người ta có thể sống trong sự hài hòa, thấm đượm tình cảm thiêng liêng, không phải chỉ đơn giản là chút tình thương từ trên cao ban bố trong cái khuôn tôn giáo -- bất kể là cái khuôn đáng kính cỡ nào và đã tồn tại bao lâu?

Krishnamurti :

- Một người sống an bình chốn làng quê, hoặc mơ màng trong một hang động trên sườn đồi "thiên", rõ ràng không phải là sống đạo theo kiểu mà chúng ta đang bàn thảo. Chấm dứt sự xung đột, đối nghịch, là một trong những điều phức tạp nhất. Nó cần đến sự tự quan sát bản thân đồng thời miễn cảm trong tình giác đối với ngoại cảnh cũng như nội tâm. Mâu thuẫn, đối kháng chỉ chấm dứt khi có sự thấu triệt những mầm mống mâu thuẫn ngay từ chính bản thân. Mâu thuẫn này sẽ luôn luôn tồn tại nếu tự thân không thoát ra khỏi tri kiến, vốn là sản phẩm từ quá khứ. Giải thoát khỏi quá khứ có nghĩa là sống trong hiện tại, không bị

ràng buộc bởi thời gian, thoải mái, khai phóng, không vướng mắc với quá khứ, với tri kiến từ quá khứ.

Hỏi :

- Trong câu giải thoát khỏi quá khứ, ý ông muốn nói gì?

Krishnamurti :

- Quá khứ là toàn bộ những kỷ niệm tích lũy của chúng ta. Trong phút giây hiện tại, từ những kỷ niệm này, bộ óc của chúng ta tạo ra những niềm hy vọng và những nỗi sợ hãi về tương lai. Những niềm hy vọng và nỗi sợ hãi này chính là tương lai về mặt tâm lý; không có chúng, không có chuyện tương lai. Cho nên, hiện tại là tiến hành của quá khứ, và sự suy nghĩ chính là chuyển động của quá khứ này. Quá khứ hoạt động trong hiện tại tạo nên cái mà chúng ta gọi là tương lai. Sự đáp ứng này của quá khứ là hoàn toàn tự động, hiển nhiên xuất hiện trước khi chúng ta biết tới nó.

Hỏi :

- Trong trường hợp đó, làm sao chúng ta thoát được?

Krishnamurti :

- Phải tỉnh giác trước hoạt động này mà không lựa chọn -- vì lựa chọn thì cũng lại còn quá là một hành động bắt nguồn từ quá khứ --, nghĩa là chỉ quan sát quá khứ : sự quan sát này không phải là một chuyển động của quá khứ. Quan sát mà không khởi lên một hình ảnh, ý niệm về tư tưởng nào thì đó là hành động về một quá khứ đã chết. Quan sát cái cây mà không có một ý nghĩ nào chính là hoạt động không bắt nguồn từ quá khứ. Chỉ thuần túy quan sát hành động của quá khứ thì cũng chính là hoạt động không từ quá khứ. Sự kiện nhìn quan trọng hơn là cái bị nhìn. Tỉnh giác về quá khứ trong sự quan sát không lựa chọn ấy không chỉ là hành động theo cách khác, mà là một sự thay đổi hoàn toàn khác. Trong sự tỉnh giác này, ký ức hoạt động không bị cản ngăn, phơi phơi và hữu hiệu. Cho nên, giải thoát khỏi tri kiến là thật sự sống đạo. Đó không có nghĩa là xóa bỏ tri kiến, mà là bước sang một chiều hướng, một cách sống khác, cách sống này không xuyên qua tri kiến để ứng xử với đời, mà chỉ quan sát tri kiến thôi.

Hành động thấy mà không lựa chọn này là hành động của thương yêu. Sống đạo chính là sống như thế này, tất cả sự sống

đều trong tình thương yêu này, trái tim thanh khiết cao thượng cũng chính là tình thương yêu này.

Cho nên tôn giáo thuần túy, tâm hồn, cuộc đời, tình yêu và lòng trắc ẩn, tất cả đều là một thể.

CUỘC CÁCH MẠNG ĐÍCH THỰC

Bây giờ thử hỏi có thể nào tới cái trạng thái đột biến mà chính quý vị trực nhận được chân lý và do đó, chấm dứt được sự hoang mang, hỗn loạn chẳng? Tôi nói rằng có, và rằng đó là cách độc nhất có thể xảy ra. Tôi nói có thể làm được điều đó và phải làm được, không phải căn cứ theo giả thuyết hoặc niềm tin. Để gây nên cuộc cách mạng phi thường này, -- không phải là cuộc cách mạng loại trừ chủ nghĩa tư bản để rồi thiết lập một nhóm khác --, để gây nên cuộc chuyển hóa tuyệt diệu này, cuộc cách mạng chân chính độc nhất này, là một vấn đề.

Cái thường được gọi là cách mạng thật ra chỉ là sự điều chỉnh hoặc cải biến liên tục của phái hữu tùy thuộc theo quan điểm của phái tả mà thôi. Mà phái tả thì cũng lại chỉ là sự tiếp nối phái hữu nhưng với một sự điều chỉnh, cải cách. Nếu phái hữu đặt nền tảng trên giá trị của khoái cảm thì phái tả cũng chỉ là sự tiếp nối của giá trị khoái cảm, có khác nhau là khác ở mức độ hoặc hoặc cách biểu lộ thôi.

Do đó, cuộc cách mạng chân chính chỉ có thể xảy ra khi quý vị, chính tự thể cá nhân quý vị, trở nên tỉnh giác trước cung cách cư xử trong sự liên hệ đối với mọi người. Thật sự là từ chính quý vị, chính cung cách cư xử của quý vị trong giao tiếp với mọi người, với vợ, con, cấp trên, hàng xóm của quý vị, là xã hội. Vốn không có cái gì là bản thân xã hội. Xã hội là quý vị và tôi, là cung cách đối xử giữa chúng ta tạo nên; đó chính là những trạng thái tâm thức của chúng ta phóng chiếu ra ngoài.

Cho nên nếu chúng ta không hiểu được nhau, mà chỉ thay đổi ngoại cảnh, vốn là từ nội tâm phóng chiếu, thì sẽ chẳng có giá trị gì; nghĩa là, khi mà bản thân tôi còn không hiểu tôi trong sự giao tiếp với quý vị thì sẽ chẳng thể nào có sự thay thế hoặc cải tiến trong xã hội. Với sự bối rối trong giao tiếp, tôi tạo nên một xã hội theo với mô hình, với sự biểu lộ ra ngoài của chính nội tâm tôi. Đó là một thực tế mà chúng ta có thể thảo luận. Chúng ta có thể thảo luận xem xã hội, sự biểu lộ ra ngoài, đã tạo ra tôi, hay chính tôi đã tạo ra xã hội.

Vì thế cho nên, phải chăng có một sự hiển nhiên là bản thân tôi như thế nào trong sự giao tiếp với mọi người đã tạo thành xã hội, và nếu không có sự thay đổi triệt để chính bản thân tôi thì cũng không thể có một sự thay đổi từ nền tảng căn bản của xã hội?

Khi chúng ta hy vọng vào một hệ thống để thay đổi xã hội, có nghĩa là chúng ta đang lãng tránh vấn đề, bởi vì một hệ thống không thể hoán chuyển con người, con người luôn luôn hoán chuyển hệ thống, như lịch sử đã cho chúng ta thấy. Ngay chính tôi trong giao tiếp với quý vị, tự hiểu chính mình, rằng chính tôi là nguyên nhân của những hỗn loạn, bất hạnh, suy sụp, sợ hãi, tàn nhẫn. Tự thấu hiểu chính mình không phải là vấn đề của thời gian, mà là sự bừng tỉnh, sự thấu suốt, tôi có thể thấu suốt bản thân ngay trong phút giây này. Nếu tôi nói : " Ngày mai tôi sẽ thấu suốt bản thân", tức là tôi vẫn đang đem lại sự lộn xộn và bất hạnh, hành động của tôi vẫn là sự phá hoại.

Phút giây tôi nói là "Tôi sẽ hiểu", tức là tôi đem tới yếu tố thời gian và như thế là tôi đã hoàn toàn bị dính mắc vào cơn sóng của hoang mang, hỗn loạn và tàn phá.

Sự thấu triệt là ngay bây giờ, không phải là "để đến mai". "Để đến mai" dành cho những tâm trí lười biếng, lờ đờ, những bộ óc chán chường. Khi quý vị thấy thích thú điều gì, quý vị làm việc đó ngay lập tức, sự thấu triệt xuất hiện tức thì, sự chuyển hóa bừng lên tức thì. Nếu quý vị không thay đổi ngay lúc này, quý vị sẽ không bao giờ thay đổi, bởi vì sự thay đổi xảy ra ngày mai sẽ chỉ là sự điều chỉnh, không phải là sự chuyển hóa toàn bộ. Chuyển hóa tâm thức chỉ có thể xuất hiện ngay lập tức, cách mạng là ngay lúc này, không chờ đến ngày mai.

Khi cuộc chuyển hóa tâm thức xảy ra, các vấn đề của quý vị sẽ được giải quyết trọn vẹn, hoàn hảo, bản ngã đã được hóa giải, không còn lo lắng cho chính nó nữa; thế là quý vị đã vượt qua được làn sóng của sự phá hoại.

Krishnamurti -- Total Freedom

LẮNG NGHE

Tại sao quý vị ngồi đây nghe tôi nói?

Tóm lại, đã có bao giờ quý vị tự hỏi tại sao mình lại lắng nghe lời người khác nói không vậy?

Và lắng nghe người khác có nghĩa là gì?

Tất cả quý vị đang ngồi trước mặt một người đang nói. Vậy quý vị đang lắng nghe những điều phù hợp với ý nghĩ trong đầu óc quý vị để tăng thêm sự tin chắc hay là quý vị muốn nghe để phát hiện ra những điều mới lạ? Quý vị có thấy sự khác biệt chăng? Nghe để mà tìm hiểu thì đặc biệt khác hẳn với nghe chỉ để mà xác nhận những điều mình đã nghĩ. Nếu quý vị ngồi đây chỉ để có được sự thừa nhận, để được khuyến khích cho sự suy nghĩ đã có của quý vị, thì sự lắng nghe này sẽ chỉ có chút xíu ý nghĩa mà thôi. Nhưng nếu quý vị lắng nghe để phát hiện những điều mới lạ thì tâm trí quý vị sẽ được thoải mái, không gấn bó với bất cứ cái gì; trong trường hợp đó, nó sẽ rất tinh tường, sắc bén, sống động, tìm tòi, hiếu kỳ, và vì thế, nó có khả năng khám phá. Cho nên, như vậy thì sự xem xét coi tại sao quý vị lắng nghe và quý vị lắng nghe cái gì không phải là rất quan trọng sao?

Có bao giờ quý vị ngồi rất lặng lẽ, không để ý vào bất cứ điều gì, không cố gắng tập trung tư tưởng, nhưng với một tâm hồn rất an tĩnh, rất tịch mịch. Thế rồi quý vị nghe thấy tất cả mọi thứ tiếng động, phải vậy không? Quý vị nghe thấy những tiếng ồn ào từ rất xa xôi mơ hồ vọng lại cũng như những tiếng động gần hơn, rồi tới những tiếng rất gần, những âm thanh kề cận quý vị -- có nghĩa là thật sự quý vị đang nghe tất cả mọi thứ tiếng. Được vậy bởi vì tâm trí quý vị không bị gò ép vào một con đường nhỏ hẹp. Nếu quý vị có thể lắng nghe theo cách này, nghe một cách thoải mái, không chút căng thẳng, quý vị sẽ cảm nhận một sự chuyển biến đặc biệt, một sự chuyển biến không do ý muốn, không do đòi hỏi; và cùng với sự chuyển biến là một nội tâm sâu sắc, đẹp tuyệt vời.

Quý vị hãy thử coi, hãy thử ngay đi. Trong khi nghe tôi nói, quý vị đừng chỉ nghe tiếng nói của một mình tôi, nhưng đồng thời, quý vị nghe luôn cả những tiếng động chung quanh quý vị. Hãy nghe

thanh âm từ những cái chuông, từ những cái lục lạc ở cổ bò và những tiếng chuông ngân từ đền thờ, chùa chiền; hãy nghe tiếng động xa xôi của đoàn tàu và tiếng xe lăn trên đường; và nếu quý vị lắng lẽ hơn, cũng nghe cả tôi nữa, quý vị sẽ thấy cái chiều sâu thẳm trong sự lắng nghe.

Nhưng muốn vậy, quý vị phải có một tâm trí hết sức an tịnh. Nếu thật sự quý vị muốn lắng nghe thì tâm quý vị tự nhiên sẽ yên lặng, phải vậy không? Quý vị sẽ không bị những chuyện xảy ra ngay bên cạnh quý vị làm xao lãng; tâm quý vị lắng lẽ vì đang trầm lắng nghe mọi âm thanh. Nếu quý vị có thể lắng nghe theo cách này một cách thoải mái, nhuần nhuyễn, quý vị sẽ nhận thấy một sự chuyển hóa tuyệt vời xảy ra trong trái tim quý vị, trong nội tâm quý vị -- sự chuyển hóa mà quý vị không bao giờ nghĩ tới, hoặc không có cách nào tạo ra được.

Krishnamurti -- Think on these Things

ĐỐI THOẠI VỚI CHÍNH MÌNH

Tôi nhận thấy rằng tình yêu không thể tồn tại khi có sự ghen tuông xuất hiện, cũng không tồn tại khi có sự ràng buộc. Vậy thì, liệu tôi có thể thoát ra khỏi sự ghen tuông và ràng buộc chẳng?

Tôi nhận ra rằng tôi chưa hề yêu, đó là sự thật. Tôi sẽ không tự dối mình, tôi sẽ không nói giả bộ với vợ tôi là tôi yêu nàng. Tôi chưa biết yêu là cái gì. Nhưng tôi biết rõ là tôi ghen và tôi biết rõ là tôi mê say nàng kinh khủng. Do sự mê say đó, tôi đâm ra sợ mất nàng, đâm ra ghen tuông, bồn chồn. Đó là một hình thức lệ thuộc. Tôi không muốn lệ thuộc, nhưng tôi lệ thuộc vì tôi cô đơn. Tôi lang thang trong văn phòng, trong xưởng máy, rồi về nhà, mong có được cảm giác thoải mái và tình thân hữu để lẩn trốn, khỏi phải đối diện với chính mình.

Nay thì tôi tự hỏi "Tôi phải làm thế nào để có thể tự giải thoát ra khỏi cái cảnh ràng buộc này?"

Tôi đang dùng câu chuyện này làm một thí dụ.

Thoạt kỳ thủy, tôi muốn lẩn tránh câu hỏi. Tôi không biết sẽ giải quyết thế nào với vợ tôi. Khi tôi đã thực sự thoát ra khỏi sự ràng buộc với nàng thì mối liên hệ giữa tôi và nàng có thể thay đổi. Nàng có thể ràng buộc vào tôi và tôi có thể sẽ không còn ràng buộc vào nàng hay bất cứ một người đàn bà khác nào. Tôi sẽ tìm hiểu điều này. Cho nên tôi sẽ không bỏ chạy khỏi điều tôi tưởng tượng về cái hậu quả của sự hoàn toàn giải thoát khỏi mọi ràng buộc. Tôi không biết yêu là gì, nhưng tôi nhìn rất rõ, chắc chắn, không nghi ngờ, rằng ràng buộc vào với vợ tôi có nghĩa là ghen tuông, chiếm hữu, lo sợ, bồn chồn, và tôi muốn giải thoát ra khỏi tất cả những điều này.

Cho nên tôi bắt đầu tìm hiểu. Tôi đi tìm một phương pháp và tôi bị mắc mứu vào một hệ thống. Có vị đạo sư dạy rằng: "Tôi sẽ giúp anh gỡ bỏ ràng buộc, làm điều này, điều này, thực hành thế này, thế này". Tôi vâng lời ông ta vì tôi thấy được tầm quan trọng của tự do, giải thoát, và ông ta đã hứa với tôi rằng nếu tôi làm theo lời ông thì tôi sẽ nhận được phần thưởng. Nhưng rồi tôi nhìn ra rằng tôi đang đi tìm phần thưởng. Tôi thấy tôi mới ngu

ngốc làm sao, muốn được tự do giải thoát lại mắc vào cái phần thưởng!

Tôi không muốn bị dính mắc, nhưng rõ ràng là tôi đang bị dính mắc vào một ý kiến của ai đó, hoặc trong cuốn sách nào đó, hoặc phương pháp nào đó, để hy vọng sẽ được cái phần thưởng là sự "giải thoát khỏi dính mắc". Thế là phần thưởng trở thành một cái dính mắc mới. Vì vậy, tôi tự nhủ: "Coi điều tôi đã làm, hãy cẩn thận, đừng để bị xập vào cái bẫy". Dù đó là một người đàn bà, một phương pháp, một ý kiến, thì cũng vẫn là một sự dính mắc, ràng buộc. Bây giờ thì tôi canh chừng kỹ vì tôi đã được bài học là "Chớ có đổi sự ràng buộc này với một cái khác mà cũng lại là một sự ràng buộc".

Tôi tự hỏi: "Làm sao để mình có thể thoát khỏi mọi ràng buộc?" Động lực nào đã khiến cho tôi muốn thoát ly khỏi mọi ràng buộc. Phải chăng vì tôi muốn đạt được cái trạng thái sống mà không bị ràng buộc, không sợ hãi, v. v . . .? Và bỗng nhiên tôi nhận ra rằng cái động lực đó chỉ đạo hướng đi, và cái hướng đi đó sẽ đòi hỏi tự do của tôi. Tại sao lại có động lực? Động lực là gì? Động lực là một sự mong mỏi, hay là một khát vọng để đạt được điều gì đó. Tôi thấy tôi bị ràng buộc vào một động lực. Không phải chỉ có vợ tôi, không phải chỉ có ý nghĩ của tôi, hoặc phương pháp, nhưng động lực của tôi đã trở thành sự ràng buộc! Hóa ra suốt đời tôi làm việc trong sự ràng buộc -- vợ, phương pháp, và cái động lực để chiếm được một cái gì đó trong tương lai. Tôi đã bị dính mắc với tất cả những cái đó. Tôi thấy thật là quá sức phức tạp. Tôi không ngờ là muốn giải thoát khỏi sự ràng buộc lại bao hàm tất cả những điều đó. Bây giờ thì tôi nhìn thấy rõ như là tôi nhìn trên tấm bản đồ, đâu là đường chính, đường phụ và đường làng. Tôi nhìn rất rõ. Rồi tôi tự nhủ: "Vậy thì, có thể nào tôi thoát khỏi được sự ràng buộc lớn mà tôi có với vợ tôi, và cả cái phần thưởng mà tôi nghĩ là tôi sẽ được cùng với luôn cả cái động lực?" Tôi đã bị dính mắc với tất cả những cái đó. Tại sao vậy? Phải chăng chính tự bản thân tôi đã thiếu thốn. Phải chăng vì tôi quá cô đơn nên đã muốn trốn thoát khỏi cái cảm giác bị biệt lập bằng cách tìm tới một người đàn bà, một ý tưởng, một động lực, như là tôi cần có một cái gì đó để mà bám víu.

Tôi thấy là như vậy, tôi cô đơn và đành lẩn tránh bằng cách bám víu vào một cái gì đó để thoát được cái cảm giác bị biệt lập một cách quá mức.

Bây giờ thì tôi lại muốn biết tại sao tôi cô đơn, để thấy được điều đã làm cho tôi bị dính mắc. Niềm cô đơn đó đã khiến cho tôi phải lẩn trốn bằng sự ràng buộc, dính mắc vào cái này, cái nọ, và tôi thấy rằng ngày nào mà tôi còn cô đơn thì cái tình tự này sẽ cứ diễn ra. Cô đơn nghĩa là gì? Nó đến cách nào? Vốn là bản năng, do thừa kế, hay do những hoạt động hằng ngày của tôi mà sinh ra? Nếu là từ bản năng, nếu là do thừa kế, thì đó là định mệnh đã an bài, không phải lỗi tại tôi. Nhưng vì tôi không chấp nhận chuyện đó, tôi thắc mắc, tìm hiểu, và giữ sự thắc mắc đó trong lòng. Tôi quan sát, nhưng tôi không cố tìm lấy một câu trả lời bằng suy tư, tri thức. Tôi không bảo sự cô đơn nên làm gì. Tôi đang xăm xoi coi nó sẽ bảo tôi làm gì. Có một sự quan sát để cho nổi cô quạnh tự phơi bày. Nó sẽ không tự phơi bày nếu tôi bỏ chạy, nếu tôi sợ, nếu tôi chống đối nó. Vì thế, tôi lặng lẽ quan sát nó. Vì tôi chăm chú quan sát nó cho nên tự tưởng không xen vào được. Sự quan sát quan trọng hơn là để cho sự suy nghĩ dấy lên rất nhiều. Và bởi vì toàn bộ năng lực của tôi đều dồn vào sự quan sát nổi cô quạnh, tự tưởng không nảy ra được. Tâm trí bị thách đố và phải trả lời. Bị thách đố, tâm trí lâm vào cơn khủng hoảng, căng thẳng. Trong cơn khủng hoảng, bạn có tràn ngập năng lực và cái năng lực đó sẽ tồn tại mà không bị sự suy nghĩ chia trí.

Đó là sự thách đố cần được trả lời.

Tôi khởi sự bằng cách đối thoại với chính mình. Tôi tự hỏi: "Vậy chứ cái chuyện lạ hoắc mà ta gọi là "yêu" này, là cái gì, mà ai cũng nói tới nó, viết về nó, -- tất cả những bài thơ tình cảm lãng mạn, tranh ảnh, tình dục, và tất cả những lãnh vực khác nữa, liên quan đến nó. Tôi hỏi: Thật ra thì có cái gọi là "yêu" chăng? Tôi thấy nó không tồn tại khi có mặt của ghen tuông, thù ghét và sợ hãi. Cho nên tôi không còn quan tâm đến "yêu" nữa. Bây giờ thì tôi quan tâm đến sự sợ hãi của tôi, sự ràng buộc, dính mắc của tôi, nó "là cái gì"? Tại sao tôi bị ràng buộc, dính mắc? Tôi thấy rằng một trong những lý do -- tôi không nói đây là toàn bộ lý do -- là vì tôi đã quá cô đơn, hiu quạnh, một cách thê

thảm. Càng lớn, tôi càng thấy cô quạnh. Tôi quan sát nó. Đây là một thách đố để tìm cho ra giải đáp, và vì là cuộc thách đố nên tất cả nghị lực của tôi đều sẵn sàng để đáp ứng. Thật là đơn giản. Nếu có một thảm họa, hoặc một tai nạn, hoặc bất kể là cái gì cần đến sự chống chọi, thế là tôi có sẵn ngay năng lực để giải quyết. Tôi chẳng cần hỏi tại sao tôi có được cái năng lực đó. Khi nhà cháy, tôi có ngay năng lực để hành động, năng lực xung mẫn nữa ấy chứ. Tôi không ngồi đó mà nói: "Ý da! Tôi phải có cái năng lực này", rồi cứ ngồi đó mà chờ năng lực, cả cái nhà sẽ cháy tiêu.

Thế là đã có cái năng lực vĩ đại này để mà trả lời cho câu hỏi tại sao lại có sự cô đơn kia. Tôi loại bỏ những tư tưởng, những giả định, những lý thuyết rằng đó là do thừa kế, hoặc là do bản năng. Tất cả vô nghĩa đối với tôi. Sự cô đơn chính là cái "đang là". Tại sao lại có sự cô đơn này mà tất cả mọi người, nếu nhận ra, có thể trải qua một cách nông cạn hoặc sâu xa. Tại sao lại có nó? Tâm trí có làm gì khiến cho nó nảy sinh không? Tôi đã loại bỏ cái lý thuyết về bản năng hoặc thừa kế, và rồi tôi tự hỏi: Cái tâm trí, bản thân bộ óc, đã đem nổi cô đơn này, sự hiu quạnh mệnh mông này tới chăng? Phải chăng sự chuyển động của suy tư đã làm chuyện đó? Phải chăng chính ý nghĩ trong đời sống hằng ngày của tôi đã sáng tạo ra cái cảm giác cô đơn. Trong văn phòng, tôi tự cô lập vì tôi muốn là nhân vật điều hành lớn nhất, cho nên suốt ngày, mọi ý nghĩ đều tập trung vào sự tự cô lập hóa. Tôi thấy rõ suốt ngày tư tưởng của tôi hoạt động để làm cho nó trở thành thượng hạng, tâm trí tự nó đang làm việc theo chiều hướng tiến tới sự cô đơn này.

Vậy thì vấn đề là: Tại sao sự suy nghĩ làm chuyện đó? Vậy thì bản chất của sự suy nghĩ là làm việc cho chính nó chăng? Vậy thì bản chất của sự suy nghĩ là tạo ra cái sự cô đơn, hiu quạnh này chăng? Nền giáo dục mang lại sự cô đơn này, nó cho tôi một nghề nghiệp, một ngành chuyên môn, và luôn cả . . . sự hiu quạnh! Tư tưởng, vốn là những mẫu chấp vá, vốn bị giới hạn, và kẹt trong thời gian, đã tạo ra sự hiu quạnh này. Trong cái giới hạn đó, nó tìm ra sự an toàn khi nói lên: "Tôi có một nghề cao quý cho cuộc đời, tôi là giáo sư, sự an bình của tôi thật là hoàn hảo".

Cho nên sự quan tâm của tôi là "Tại sao sự suy tư lại phải làm vậy?" Phải chăng bản chất của tư tưởng là như thế? Dù gì đi nữa, bất cứ điều gì do suy nghĩ mà ra thì đều bị giới hạn.

Bây giờ vấn đề là: Liệu sự suy tư có nhận ra được rằng bất cứ điều gì do nó tạo ra cũng đều có giới hạn, chấp vá, manh mún, và vì thế, cô lập, tất cả đều như thế.

Đây là điểm rất quan trọng: Có thể nào bản thân sự suy tư nhận ra được cái giới hạn của chính nó không? Hay là tôi phải bảo cho nó biết là nó bị giới hạn?

Hiểu được điều này tôi thấy là vô cùng quan trọng, đó là cốt tủy của vấn đề.

Nếu sự suy tư nhận ra được cái giới hạn của bản thân nó, nó sẽ không cản trở, không xung đột, nó sẽ nói: "Tôi là vậy đó" Nhưng nếu tôi nói cho nó biết rằng nó bị giới hạn, rồi tôi trở thành tách ra khỏi cái sự hạn chế này, rồi tôi phấn đấu để vượt qua nó, như thế là sẽ có xung đột và bạo lực, không phải là yêu thương.

Vậy thì, liệu bản thân sự suy tưởng có tự biết rằng nó vốn bị giới hạn chẳng? Tôi phải tìm ra điều này. Tôi đang bị thách đố. Vì tôi đang bị thách đố cho nên tôi có đầy nghị lực để làm việc. Nói cách khác, liệu ý thức có nhận ra rằng cái tri kiến mà nó chứa chính là bản thân nó chẳng? Hoặ như tôi đã từng nghe có người nói: "Ý thức chính là cái nội dung mà nó có, cái nội dung đó đã tạo thành ý thức". Vì thế, tôi nói: "Phải, đúng vậy". Bạn có thấy sự khác nhau giữa hai cái chẳng? Cái sau, được tạo ra bằng sự suy tư, bị áp đặt bởi cái "tôi". Nếu tôi áp đặt điều gì vào tư tưởng, thế là có xung đột. Cũng như một chính thể độc tài áp chế người dân, ở đây, chính thể độc tài chính là cái mà tôi đã tạo ra.

Bởi vậy, tôi tự hỏi: Tư tưởng có nhận thức được sự giới hạn của chính nó chẳng? Hay nó cứ giả bộ như nó là cái gì phi thường, cao quý, thiêng liêng? Rõ là vô nghĩa, bởi vì tư tưởng thoát thai từ ký ức. Tôi nghĩ rằng phải làm sáng tỏ điểm này, đó là không có ảnh hưởng nào từ phía ngoài áp đặt vào tư tưởng nói rằng nó bị giới hạn. Vì không có sự áp đặt, nên không có va chạm, xung đột, nó tự nhận ra rằng nó bị giới hạn, nó nhận ra rằng dù nó có làm gì, -- thí dụ như sùng bái đấng Tối Cao vẫn

vân -- cũng là trong giới hạn của tư tưởng, kém cỏi, hời hợt, dù tư tưởng đã tạo ra được những giáo đường đẹp phi thường khắp Âu Châu để mà tới chiêm bái.

Trong khi đối thoại với chính bản thân, tôi đã phát hiện rằng sự cô độc đó là do tư tưởng tạo ra. Nay thì tư tưởng lại tự nhận ra rằng nó bị giới hạn và do đó không thể giải quyết được vấn đề cô đơn. Vì nó không thể giải quyết được vấn đề cô đơn, thế thì sự cô đơn có thực sự hiện hữu chăng? Tư tưởng đã tạo ra cái "cảm giác" về sự cô quạnh, sự trống vắng, bởi vì nó bị giới hạn, manh mún, rời rạc, chia chẻ, và khi mà nó nhận ra rằng sự cô đơn là không có thật, thế là sự dính mắc tan rã. Tôi chẳng làm gì cả. Tôi đã quan sát sự ràng buộc, cái gì đã bị áp đặt vào đó, tham lam, sợ hãi, cô đơn, tất cả, và vì theo dõi nó, quan sát nó, không phân tách nhưng chỉ chú ý nhìn, nhìn, và nhìn, tôi phát hiện ra là chính cái tư tưởng này đã tạo ra tất cả. Suy tưởng do tính chất chấp vá, manh mún của nó, đã tạo nên sự ràng buộc này. Khi tư tưởng nhận ra được điều đó, sự ràng buộc chấm dứt. Khởi cần nỗ lực gì hết cả. Ngay khi có sự nỗ lực, xung đột liền xuất hiện trở lại.

Trong tình yêu, không có sự ràng buộc. Nếu có ràng buộc, thì không có tình yêu. Loại bỏ cái không phải là yêu, loại bỏ sự ràng buộc là loại bỏ cái nhân tố chính. Tôi hiểu nó có nghĩa là gì trong cuộc sống hằng ngày của tôi: Không hồi tưởng lại những điều vợ tôi, bạn gái tôi, láng giềng tôi đã làm cho tôi đau khổ như thế nào; đồng thời cũng không dính mắc vào bất cứ hình ảnh nào do tư tưởng tạo ra về nàng, về sự khen ngợi mà nàng dành cho tôi, về sự nàng đã cho tôi biết bao niềm an ủi, về sự tôi đã được hưởng khoái lạc trong tình chăn gối mặn nồng như thế nào, không hồi tưởng lại tất cả mọi điều khác nhau do sự suy tưởng chuyển động tạo nên hình ảnh. Như thế, mọi dính mắc vào hình ảnh sẽ bị triệt tiêu.

Ngoài ra, còn những yếu tố khác: Tôi có phải trải qua tất cả, từng bước một, từng chuyện một chăng? Hay như thế ờ là xong việc rồi? Tôi có phải thẩm xét, phải tra cứu -- như tôi đã tra cứu sự dính mắc -- sự sợ hãi, niềm hoan lạc, và ước vọng được thoải mái chăng? Tôi thấy rằng tôi không cần phải trải qua một cuộc

điều tra về các yếu tố linh tinh này nữa. Tôi đã "thấy" nó. Tôi đã "bắt được" nó.

Vậy thì, qua sự dứt bỏ cái "không phải là yêu", thấy được thế nào là "yêu". Tôi chẳng cần phải hỏi "yêu là cái gì". Tôi chẳng cần phải theo đuổi nó. Nếu phải theo đuổi nó để đạt được, thì không phải là yêu, mà là phần thưởng.

Cho nên tôi đã buông xả ra, tôi đã chấm dứt sự tìm tòi đó một cách từ tốn, thận trọng, không méo mó, không ảo giác, không tất cả những cái không phải là yêu, cái còn lại, chính là yêu.

Krishnamurti -- Freedom, Love, and Action

Ý NGHĨA CỦA ĐỜI SỐNG

Hỏi :

- Chúng ta sống nhưng không biết vì lý do gì mà chúng ta sống. Đối với phần đông chúng ta, đời sống có vẻ như là vô nghĩa. Ông có thể nói cho chúng tôi biết về ý nghĩa và mục đích của cuộc đời chăng?

Krishnamurti :

- Thế thì tại sao bạn hỏi câu này? Tại sao bạn lại yêu cầu tôi nói cho bạn biết về ý nghĩa và mục đích của cuộc đời? Chúng ta hiểu như thế nào khi nói "cuộc đời"? Vậy cuộc đời có ý nghĩa, có mục đích chăng? Thế bản thân sự sống này không tự nó có mục đích, có ý nghĩa chăng? Tại sao chúng ta còn muốn hơn thế nữa?

Bởi vì chúng ta quá bất mãn với đời sống của chúng ta, cuộc đời chúng ta quá vô vị, quá lờ lợc hào nhoáng thùng rỗng kêu to, quá tẻ nhạt, làm hoài cùng một việc, cho nên chúng ta muốn cái gì hơn thế, cái gì vượt qua những điều chúng ta đang làm. Vì cuộc sống hằng ngày của chúng ta quá trống rỗng, quá trì trệ, quá vô nghĩa, quá nhàm chán, u mê đến mức không còn chịu nổi, nên chúng ta nói rằng cuộc đời phải có ý nghĩa hơn và do đó bạn hỏi tôi câu này. Chắc chắn người có một đời sống nội tâm phong phú, người nhìn sự vật đúng theo thực tế và an lạc với những gì mình có, thì không bị bối rối; anh ta sáng suốt, cho nên anh ta không cần hỏi về mục đích của cuộc đời. Đối với anh ta thì ngay chính bản thân sự sống đã là toàn bộ cuộc hành trình từ khởi đầu tới kết thúc. Điều khó khăn cho chúng ta là, bởi vì cuộc sống của chúng ta quá trống rỗng, nên chúng ta muốn tìm cho nó một mục đích và nỗ lực để làm chuyện đó. Cái loại mục đích này chỉ có thể có trong tư tưởng, không có chút thực tế nào cả; và khi mục đích được theo đuổi bằng một đầu óc khờ ngốc, ù lì, bởi một trái tim rỗng tuếch, thì cái mục đích đó cũng sẽ vô nghĩa mà thôi. Cho nên chúng ta phải có quyết tâm làm thế nào để cho cuộc sống được phong phú, không phải bằng tiền tài vật chất hoặc mọi sự liên quan đến nó, mà là nội tâm phong phú -- điều này không có gì là khó hiểu. . . .

Đời sống là tương quan giao hảo. Đời sống là hành động trong sự liên hệ; khi tôi không cảm thông được trong mối tương quan giao hảo, hoặc khi mối tương quan bị lộn xộn thì tôi đi tìm một mục đích cao xa hơn. Tại sao cuộc sống của chúng ta lại trống rỗng, vô nghĩa như vậy? Tại sao chúng ta lại cô đơn, chán nản như vậy? Bởi vì chúng ta chẳng bao giờ nhìn vào nội tâm chúng ta và tự hiểu chính mình. Chúng ta không bao giờ chịu tự mình chấp nhận rằng cuộc đời này là tất cả những điều chúng ta biết, do đó, nó đáng được thâm hiểu đầy đủ, trọn vẹn. Chúng ta thích tránh né chuyện tự phán xét mình hơn cho nên chúng ta muốn đi tìm mục đích của cuộc đời bên ngoài mối tương quan liên hệ. Nếu chúng ta bắt đầu hiểu thấu những hành động trong mối liên hệ của chúng ta đối với mọi người, với tài sản, với những niềm tin và tư tưởng, thì chúng ta sẽ thấy được rằng bản thân mối tương quan liên hệ trong cuộc đời sẽ mang đến phần thưởng của chính nó.

Bạn không cần phải đi tìm. Nó cũng giống như đi tìm lòng thương yêu. Có thể nào nhờ tìm kiếm mà thấy được lòng thương yêu chăng? Lòng thương yêu không thể có được do sự nỗ lực gầy dựng. Bạn sẽ tìm ra lòng thương yêu trong mỗi dây giao hảo, không ở bên ngoài sự giao hảo, và cũng vì chúng ta không có lòng thương yêu nên chúng ta muốn có một mục đích cho đời sống.

Khi có lòng thương yêu, điều bản chất vốn là vĩnh cửu, thì sẽ không còn chuyện đi tìm Thượng Đế, bởi vì lòng thương yêu vốn là Thượng Đế. . .

Krishnamurti -- The First & Last Freedom

NGƯỜI SỐNG ĐẠO

Bây giờ thì chúng ta ai cũng biết rằng thế giới đang gặp cơn khủng hoảng lớn với một dân số nghèo đói thiếu ăn thiếu mặc khổng lồ cùng với nguy cơ chiến tranh luôn luôn rình rập. Đó là một vấn đề nan giải và việc của chúng ta là phải tìm ra giải pháp để đáp ứng một cách đầy đủ, trọn vẹn và toàn hảo cho cái vấn đề nan giải này, một điều không thể làm nổi nếu chúng ta không thấu hiểu được cái qui trình suy nghĩ của chính chúng ta. Sự suy nghĩ của chúng ta thì rõ ràng là đã bị thuần hóa theo điều kiện; trước mọi vấn đề, chúng ta luôn luôn ứng xử trên cương vị những người theo đạo Ấn Độ, những người theo đạo Hồi, những người theo chủ nghĩa cộng sản, những người theo chủ nghĩa xã hội, những người theo đạo Cơ Đốc, vân vân, và cái cách ứng xử như thế trên căn bản là không thích đáng; từ đó nảy sinh ra những mâu thuẫn, va chạm, xung đột, không chỉ trong từng cá nhân mà là giữa các nhóm người, giữa các chủng tộc và giữa các quốc gia. Chỉ khi nào chúng ta hiểu thấu được cái qui trình suy tư của chúng ta và hoàn toàn khai phóng nó ra khỏi tình trạng đã bị thuần hóa theo điều kiện, đó là, khi chúng ta không còn phản ứng trên cương vị người theo Ấn Độ giáo, cộng sản -- hoặc bất cứ cái gì bạn thích -- có nghĩa là đáp ứng của chúng ta cho công việc khó khăn này không còn dựa vào những suy nghĩ bắt nguồn từ những tư tưởng đã bị thuần hóa bởi những điều đã xảy ra trong quá khứ mà chúng ta đã chịu ảnh hưởng khi trước, có thể chúng ta mới thực sự giải quyết được vấn đề một cách toàn triệt và hoàn hảo. Khi chúng ta không còn tùy thuộc vào bất cứ một chủng tộc hoặc tôn giáo nào, khi mỗi chúng ta thấu triệt được bối cảnh xuất thân của mình, tự thoát ra khỏi để mà tìm coi cái gì là chân lý, thì khi đó chúng ta mới có thể ứng xử được một cách đầy đủ, trọn vẹn, và cách ứng xử này chính là một cuộc cách mạng.

Chỉ có con người sống đạo mới có thể làm nổi một cuộc cách mạng chủ yếu, ngoài ra, người mà đã có một tín ngưỡng, một giáo điều, đứng trong một tổ chức tôn giáo nào đó thì không phải là người sống đạo. Người sống đạo là người hiểu thấu toàn bộ

qui trình của cái-gọi-là tôn giáo và các kiểu giáo điều khác nhau cùng với sự thèm khát được cảm thấy an lạc xuyên qua một số cách thức lễ nghi và tín ngưỡng nào đó. Muốn được vậy, người đó phải tách ra khỏi cái khung của tôn giáo có tổ chức, khỏi tất cả giáo điều và tín ngưỡng để tìm kiếm cái tối thượng; và chính người đó mới thật sự là làm cách mạng triệt để, bởi vì tất cả các kiểu cách mạng khác chỉ là chấp vá, manh mún và do đó không thể tránh được chuyện sẽ đem tới những vấn nạn khác tồi tệ hơn. Nhưng cái con người nỗ lực tìm kiếm cái gì là chân lý, cái gì là Thượng Đế, thì chính là anh ta đang làm cách mạng đích thực bởi vì sự phát hiện được cái gì là chân lý sẽ là một giải đáp trọn vẹn chứ không phải là những giải đáp tạm bợ, chấp vá.

Vậy thì, liệu cái tâm có thể nhận biết được tình trạng bị điều kiện hóa của nó và từ đó tự giải thoát ra khỏi tình trạng đó chăng?

Cái tâm bị thuần hóa do sự áp đặt của xã hội, bởi nhiều dạng thức văn hóa, tôn giáo, giáo dục khác nhau, đồng thời cũng bởi toàn bộ qui trình của khát vọng, của sự phấn đấu để trở nên cái gì đó mà xã hội dùng nó làm khuôn mẫu cho mỗi chúng ta, và đồng thời cũng có khuôn mẫu do từng cá nhân tạo ra cho hấn để đáp ứng với xã hội.

Như thế liệu chúng ta, từng cá nhân, có nhận ra được tình trạng bị điều kiện hóa của mình, để mà phá vỡ tất cả những giới hạn, có thể tâm trí mới được tự do để mà phát hiện cái gì là chân lý? Bởi vì đối với tôi thì trừ phi cái tâm của chúng ta tự giải thoát khỏi tình trạng bị điều kiện hóa, nếu không, tất cả những vấn đề của xã hội, những mâu thuẫn trong sự giao tiếp của chúng ta, chiến tranh và những nỗi thống khổ, chắc chắn là sẽ chỉ có tăng với cấp số nhân, y hệt chuyện hiện nay đang xảy ra trên thế giới, không chỉ trong đời sống riêng tư của chúng ta, mà còn trong cả những giao tiếp giữa những cá nhân, giữa những nhóm những cá nhân mà chúng ta gọi tên là xã hội nữa.

Krishnamurti -- Total Freedom

Danny Việt dịch

TÍN NGŨƠNG

Tín ngưỡng và kiến thức đều có liên hệ thiết thân với lòng ham muốn, khát vọng; và có thể nói, nếu chúng ta thấu triệt hai vấn đề này thì chúng ta sẽ hiểu đường đi nước bước của lòng ham muốn, khát vọng, với những rắc rối, phức tạp của nó.

Tôi thấy rằng dường như vấn đề tín ngưỡng là một trong những điều mà phần đông chúng ta dễ dàng chấp nhận một cách nhiệt thành, hăm hở, coi như là chuyện đương nhiên. Tôi không chỉ trích chuyện tín ngưỡng. Điều mà chúng ta đang làm là cố gắng tìm ra lý do tại sao chúng ta lại chấp nhận tín ngưỡng; và nếu như chúng ta hiểu được những động cơ thúc đẩy, những nguyên nhân của sự chấp nhận, thì có lẽ chúng ta không những chỉ có thể hiểu tại sao chúng ta lại làm như vậy mà hơn thế, còn vượt thoát được ra khỏi nó nữa.

Người ta có thể thấy rằng những niềm tin về chính trị, niềm tin về tôn giáo, niềm tin về quốc gia dân tộc và nhiều loại niềm tin khác nhau đã gây ra sự chia rẽ giữa loài người, đã tạo ra mâu thuẫn, rối loạn và thù nghịch lẫn nhau -- đó là một sự thực hiển nhiên; ấy vậy mà chúng ta lại không muốn từ bỏ chúng. Nào là niềm tin Ấn Độ giáo, niềm tin Thiên Chúa giáo, Phật giáo -- và vô số niềm tin môn phái và niềm tin quốc gia dân tộc, cùng với vô số ý thức hệ chính trị khác nhau, tất cả đều tranh giành ảnh hưởng lẫn nhau, đều đang cố gắng cải hóa phía khác để họ đổi niềm tin mà chuyển qua phía mình. Người ta có thể thấy một cách rõ ràng rằng tín ngưỡng chia rẽ con người, tạo ra sự cố chấp, không khoan nhượng.

Vậy thì có thể sống mà không có tín ngưỡng được chăng?

Chỉ khi nào người ta có thể tự tìm hiểu bản thân trong mối liên hệ với tín ngưỡng thì người ta mới có thể tìm ra được giải đáp cho vấn đề. Liệu có thể sống trong cái thế giới này mà không cần tới tín ngưỡng -- không đổi tín ngưỡng, không thay thế tín ngưỡng này bằng tín ngưỡng khác, nhưng mà thoát ra khỏi được tất cả mọi loại tín ngưỡng một cách hoàn toàn dứt khoát, để cho con người tiếp cận được với đời sống một cách mới mẻ trong từng phút giây chăng? Xét cho cùng, đây mới chính là chân

lý: có được cái khả năng tiếp cận với sự mới mẻ từng phút giây, không bị ràng buộc với những phản ứng theo qui định của quá khứ, nhờ thế, sẽ không còn những ảnh hưởng tích lũy làm thành một bức chắn ngăn cách giữa bản thân và thực tại.

Nếu bạn để ý, bạn sẽ thấy rằng một trong những lý do khiến người ta nảy ra lòng ham muốn chấp nhận một tín ngưỡng là sự sợ hãi. Nếu chúng ta không có tín ngưỡng thì chuyện gì sẽ xảy ra cho chúng ta? Không phải là chúng ta rất sợ chuyện có thể xảy ra sao? Nếu chúng ta không có một khuôn mẫu hành động dựa trên niềm tin -- dù là tin Thượng Đế, hoặc tin vào chủ nghĩa cộng sản, hoặc tin vào chủ nghĩa xã hội, hay là tin vào chủ nghĩa đế quốc, hoặc tin vào bất cứ một thể thức tôn giáo nào đó, giáo điều nào đó mà chúng ta đã được thuần hóa -- thì chúng ta sẽ cảm thấy hoàn toàn bơ vơ, mất hướng, không phải sao? Và phải chăng sự "chấp nhận một niềm tin" này chính là để che đậy nỗi sợ hãi đó -- nỗi sợ hãi rằng bản thân thật sự chẳng là cái gì cả, rỗng tuếch?

Nói tóm lại, cái chén tách chỉ hữu dụng khi nó có khoảng trống bên trong lòng chén, cũng thế, nếu như một tâm hồn đã chứa đầy ắp những tín ngưỡng, những giáo điều, những điều khẳng định, những công thức trích dẫn thì thật là một đầu óc trì trệ, không sáng tạo; nó chỉ còn là một bộ óc lập đi lập lại như cái máy mà thôi.

Krishnamurti -- The First & Last Freedom

TRÍ TUỆ

Phần lớn chúng ta nghe để mà được bảo cho biết phải làm gì, hoặc để thích hợp với một khuôn khổ mới, hoặc chúng ta nghe chỉ để thu thập thêm tin tức, dữ kiện. Nếu chúng ta ngồi đây với thói quen đó thì tiến trình của sự nghe chỉ đem lại rất ít ý nghĩa đối với sự cố gắng của chúng ta trong những buổi thảo luận này. Và tôi e ngại rằng phần đông chúng ta cũng chỉ quan tâm đến mức đó thôi, nghĩa là chúng ta muốn được bảo cho biết, chúng ta nghe vì muốn được dạy dỗ; và với cái đầu óc chỉ muốn được sai bảo thì chắc chắn là không có khả năng tìm tòi học hỏi.

Tôi nghĩ rằng có một tiến trình của học hỏi không liên quan gì đến sự muốn được dạy một cách thụ động. Vì bản khoán, bối rối, phần đông chúng ta đi tìm người nào đó có thể giúp chúng ta vượt qua được cơn bối rối, cho nên chúng ta chỉ học hỏi hoặc thu thập kiến thức để thích hợp với một mô hình riêng biệt; và đối với tôi thì dường như tất cả những kiểu học hỏi này đều giống nhau ở điểm là không những càng gây thêm bối rối mà còn làm tổn hại cho tâm hồn nữa.

Tôi nghĩ rằng có một đường lối học hỏi khác, học hỏi, tìm tòi ngay từ chính bản thân mình, ở đó không có thầy, không có sự dạy bảo, không có môn sinh, không có đạo sư, linh hướng. Khi bạn bắt đầu tìm tòi từ trong chính sự điều động của tâm bạn, quan sát sự suy nghĩ của chính bạn, sự hoạt động và rung cảm hằng ngày của bạn, thì bạn không thể được dạy vì sẽ chẳng có ai ở đó mà dạy bạn. Bạn sẽ không thể căn cứ sự tìm tòi của bạn vào bất cứ loại thẩm quyền, giả thuyết, hoặc kiến thức đã tích lũy nào. Nếu bạn làm như vừa kể thì có nghĩa là bạn sẽ chỉ làm sao cho thích hợp với cái mô thức mà bạn đã dự biết, do đó, sẽ không còn có chuyện bạn tìm hiểu về chính bạn nữa đâu.

Người ta chấp nhận một cách dễ dàng con đường mòn mà nó đem lại sự thỏa mãn nhất, tiện nghi nhất và lạc thú nhất. Rất dễ dàng khi đi vào vết xe cũ với những mệnh lệnh, những qui định của người có thẩm quyền về một tôn giáo hoặc về một hệ tâm lý, một phương pháp mà từ nó hoặc qua nó, bạn được bảo cho biết rằng bạn sẽ tìm thấy sự an toàn. Nhưng nếu người ta nhận thấy

rằng không có bảo đảm từ bất cứ loại thẩm quyền nào như vậy thì từ đó người ta sẽ tìm coi liệu có thể sống không cần bất cứ sự chỉ đạo, kiểm soát hoặc bất cứ sự cố gắng nào về mặt tâm lý chẳng. Vì vậy, người ta bắt đầu nghiên tầm coi cái tâm có thể hoàn toàn khai phóng để tìm ra sự thật về việc này, nhờ thế người ta sẽ không còn bao giờ, trong bất cứ trường hợp nào, phải chịu tuân theo bất kỳ dạng thức nào của thẩm quyền, một cách tâm lý.

Đây là một đòi hỏi quá lớn, vì chúng ta đã được giáo dục, được thuần thực hóa với sự chấp nhận thẩm quyền bởi lẽ đó là cách sống thoải mái và dễ dãi nhất. Đặt để tất cả niềm tin và sự trông cậy của chúng ta vào người nào đó, tư tưởng nào đó, cách giải quyết nào đó, hoặc cách giáo dục nào đó, và rồi dồn hết tâm trí vào, hy vọng sẽ tìm được sự thỏa mãn sâu xa và niềm an lạc vững bền -- đã có đạo sư và những lời thuyết giảng đó chu toàn mọi sự và bạn chỉ có việc tuân theo.

Bây giờ một người thông minh, sáng suốt, có trình độ nhận thức một cách tương đối, phản kháng lại tất cả những chuyện đó. Sống trong một xứ tự do như thế này, nơi có tự do ngôn luận, vân vân, bạn phản kháng mạnh mẽ đối với một thể chế độc tài; nhưng lại sẵn sàng chấp nhận thẩm quyền của các nhà tâm lý học, các linh hướng, đạo sư, những lời thuyết giảng hứa hẹn về một tương lai huy hoàng, nhưng không phải là hiện tại; bạn chấp nhận tất cả những điều đó vì thấy rất thỏa mãn.

Vậy thì chúng ta sẽ dẹp sạch tất cả, -- nếu bạn muốn -- bởi vì nếu không thì bạn sẽ không thể đánh thức được cái trí tuệ mà chúng ta đang bàn tới.

Krishnamurti -- Reflections on the Self

LẮNG NGHE NỘI TÂM BẠN

Hỏi :

Trong lúc ngồi tại đây nghe ông nói thì có vẻ như là tôi hiểu, nhưng khi ra khỏi đây, tôi lại chẳng còn hiểu gì cả, dù rằng tôi đã cố áp dụng theo những lời ông nói.

Krishnamurti :

. . . Bạn hãy lắng nghe từ tâm bạn, chứ đừng nghe theo lời diễn giả. Nếu bạn nghe theo diễn giả thì hẳn ta sẽ trở thành kẻ lãnh đạo của bạn, sẽ trở thành đường lối để bạn hiểu biết -- điều đó quả là khiếp hãi, ghê tởm, bởi vì như vậy là bạn đã thiết lập một đẳng cấp của thẩm quyền. Cho nên công việc của bạn tại đây là hãy lắng nghe từ chính tâm bạn. Bạn đang nhìn vào hình ảnh mà diễn giả vẽ lên, đó là hình ảnh của chính bạn chứ không phải là hình ảnh của diễn giả. Nếu bạn đã hiểu rõ rằng bạn đang nhìn vào chính bạn, vậy thì bạn có thể nói, "À há, tôi thấy rõ chính tôi, tôi không cần làm gì khác về "cái tôi" đó nữa" -- thế thì kể như là xong chuyện. Nhưng nếu bạn nói, "Tôi thấy rõ chính tôi, và phải có sự thay đổi," và bạn bắt đầu giải quyết theo với sự hiểu biết của chính bạn -- điều đó hoàn toàn khác hẳn với sự áp dụng những điều diễn giả nói. . . Nếu trong khi diễn giả nói mà bạn cũng nghe cả tiếng nội tâm bạn thì ngoài sự nghe đó ra còn có sự trong sáng, còn có sự nhạy cảm; ngoài sự nghe đó tâm trí trở nên lành mạnh, vững vàng.

Không nhắm mắt tuân theo, không chống đối, tâm hồn trở nên sống động, mãnh cảm -- và chỉ có lớp người như thế mới có thể tạo dựng một thế hệ mới, một thế giới mới.

Collected Works of J. Krishnamurti, Vol. XV, p. 239

Danny Việt dịch

KHI LẮNG NGHE TÂM ĐƯỢC BUÔNG XẢ

Có người đang nói và bạn lắng nghe. Chính cái hành động lắng nghe đó làm cho tâm bạn được buông xả. Khi bạn thấy một sự vật, ngay chính nhận thức của nhìn giải tỏa bạn khỏi sự vật. Chính sự nghe, chính sự nhìn vào thực thể tự nó có hiệu quả phi thường không cần đến sự cố gắng của suy nghĩ.

. . . Chúng ta thử xét một chuyện -- thí dụ tham vọng. Chúng ta đã biết quá rõ về tham vọng, nó làm chuyện gì, hậu quả ra sao rồi. Một lòng dạ đầy tham vọng thì không bao giờ biết đến cái gì là cảm thông, thương xót, yêu đương. Một tâm hồn đầy tham vọng là một tâm hồn tàn nhẫn -- hoặc thuộc về tinh thần, hay là đối với ngoại cảnh, hoặc trong nội tâm. Chúng ta đã nghe nói như vậy. Nghe như vậy, cho nên ngày nay, khi nghe nói về tham vọng, chúng ta diễn dịch thành: "Làm sao mà tôi có thể sống trong cái thế giới này, cái thế giới đã được xây dựng bởi tham vọng." Như thế là bạn đã không nghe. Bạn đã trả lời ngay, bạn đã phản ứng với lời phát biểu, với sự kiện, cho nên bạn đã không nhìn rõ được chính sự kiện. Bạn chỉ diễn dịch sự kiện hoặc đề ra một ý kiến về sự kiện, hoặc đáp ứng sự kiện; cho nên bạn đã không thấy rõ sự kiện. . . .

Nếu người ta chịu lắng nghe -- chỉ lắng nghe trong cung cách không có bất cứ sự đánh giá, nhận xét, phản ứng, ý kiến nào -- khi đó chắc chắn là thực tế sẽ nảy sinh ra năng lực để xua tan, xóa bỏ, quét sạch cái ý nghĩ về tham vọng vốn gây nên mâu thuẫn . . .

Chú ý mà không chống đối

Bạn hẳn đã biết khoảng không là gì. Trong phòng này có khoảng không. Khoảng cách từ đây tới quán trọ của bạn, từ cây cầu tới nhà bạn, từ bờ sông bên này tới bờ bên kia -- tất cả đều là khoảng không. Bây giờ tôi xin hỏi rằng có khoảng không nào trong tâm bạn không? Hay là nó quá chật cứng đến nỗi không còn lấy một khe hở? Nếu tâm bạn có khoảng trống, thì trong khoảng trống đó có sự an tịnh -- và vì có sự an tịnh đó mà mọi thứ khác có thể xen vào được, nhờ thế bạn có thể lắng nghe, bạn có thể chú ý mà không có sự phản kháng. Do đó, sự có

khoảng trống trong tâm là rất cần thiết. Nếu tâm bạn không quá đầy ắp, không bị bận rộn suy nghĩ liên tục, thì nó có thể lắng nghe tiếng chó sủa, tiếng đoàn xe lửa chạy qua cầu từ xa, đồng thời cũng nhận thức được rõ ràng điều một người đang nói tại đây. Tâm trí khi đó hoàn toàn sống động, nên không bị mất tác dụng.

Chú ý mà không cố gắng

Có sự chú ý mà tâm không bị cuốn hút vào chằng?

Có sự chú ý mà không tập trung vào một đối tượng chằng?

Có sự chú ý mà không có bất cứ loại động lực, ảnh hưởng, hoặc ép buộc nào chằng?

Cái tâm có thể hoàn toàn chú ý mà không có một cảm giác bị ngăn cản nào chằng?

Chắc chắn là nó làm được, và đó chính là tình trạng chú tâm độc nhất, ngoài ra chỉ là sự nuông chiều hoặc mảnh lới của cái tâm. Nếu bạn có thể hoàn toàn chú tâm mà không bị lôi cuốn vào cái gì, không có cảm giác bị ngăn cản nào, bạn sẽ biết thế nào là thiền định, bởi vì trong sự chú tâm đó, không có cố gắng, không có phân chia, không có nỗ lực, không có tìm tòi kết quả.

Tóm lại, thiền định là một quá trình khai phóng tâm linh ra khỏi sự ràng buộc của mọi loại hệ thống, và là sự chú tâm mà không bị lôi cuốn hoặc cố gắng để tập trung tư tưởng.

Krishnamurti -- The Book of Life

CẢM XÚC CÓ VAI TRÒ GÌ TRONG ĐỜI SỐNG ?

Những cảm xúc hình thành bằng cách nào? Rất đơn giản. Chúng hình thành qua sự kích thích, qua bộ thần kinh. Bạn châm kim vào tôi, tôi nhảy dựng lên. Bạn khen ngợi tôi, tôi thấy thú vị. Bạn sỉ nhục tôi, tôi không thích. Qua các giác quan của chúng ta, cảm xúc hình thành. Và phần đông chúng ta, hiển nhiên là chúng ta hành động dựa theo cảm xúc của khoái lạc, bạn ạ.

Bạn muốn được thừa nhận như là một người Ấn giáo. Thế là bạn đã thuộc về một nhóm, một cộng đồng, một truyền thống, dù là truyền thống cổ xưa; và bạn thích thế, với Áo Nghĩa Thư, và với cả núi truyền thống cổ điển. Người Hồi giáo thì cũng vậy, họ thích cái của họ, vân vân. Cảm xúc của chúng ta hình thành từ sự kích thích, từ môi trường sống, vân vân, thật là quá rõ.

Vậy thì, trong đời sống, cảm xúc có vai trò gì?

Cảm xúc là đời sống chẳng? Bạn nhận ra không? Tình yêu là lạc thú chẳng? Tình yêu là thèm muốn chẳng? Nếu cảm xúc là tình yêu thì sẽ có sự thay đổi liên tục, phải vậy không? Bạn thấy rồi chứ ?

Vậy thì người ta cần phải nhận thức được rằng xúc động, tình cảm, nhiệt tình, cảm tưởng tốt đẹp, vân vân, tất cả những điều đó đều chẳng dính dáng gì với tình yêu thương và lòng trắc ẩn chân thật.

Tất cả những tình cảm, xúc động mà phải qua sự suy nghĩ tính toán thì rồi ra cũng sẽ đưa tới khoái lạc và đau khổ. Tình yêu thuần túy thì không có đau khổ và phiền muộn hối tiếc, bởi vì nó không phải là kết quả của lạc thú hoặc khát vọng.

Hỏi :

- Tại sao chúng ta cảm thấy thấp kém khi đối diện những người bề trên của chúng ta?

Krishnamurti đáp :

- Bạn coi ai là những bề trên của bạn? Những người hiểu biết chẳng? Những người có chức tước hoặc bằng cấp chẳng? Những người mà bạn muốn xin xỏ họ điều gì đó, đại khái như phần thưởng hoặc địa vị chẳng? Ngay khi mà bạn coi ai đó là bề

trên, thì đồng thời phải chăng bạn đã coi người khác nào đó là thấp kém?

Tại sao chúng ta lại có cái chuyện phân chia người trên kẻ dưới này? Nó chỉ tồn tại khi chúng ta muốn điều gì đó, phải vậy không? Tôi cảm thấy không thông minh bằng bạn, không có nhiều tiền bạc hoặc khả năng như bạn, không có hạnh phúc như là cái vẻ hạnh phúc của bạn, hoặc là tôi muốn xin bạn cái gì, thế là tôi cảm thấy mình thấp kém hơn bạn. Khi tôi khởi tâm ganh tị với bạn, hoặc cố gắng bắt chước bạn, hoặc muốn xin bạn cái gì, thế là lập tức tôi trở thành thấp kém hơn bạn, bởi vì tôi đã nâng bạn lên bệ, tôi đã dâng bạn cái thể thượng phong. Cho nên, về mặt tâm lý, từ đáy lòng, tôi tạo ra cả hai vị trí, người bề trên và kẻ thấp kém; tôi tạo ra tình trạng bất bình đẳng giữa người có và kẻ không có.

Giữa con người với nhau, đã có một sự bất bình đẳng lớn lao về khả năng, phải vậy không? Có người thì thiết kế máy bay, có kẻ thì lặn lội cấy bừa. Những sự khác biệt lớn lao này về khả năng tri thức, ngôn từ, thể chất là chuyện không thể tránh. Nhưng như bạn thấy, chúng ta đã coi một số chức vụ nào đó là có ý nghĩa lớn lao, phi thường. Chúng ta đánh giá các chức vụ thống đốc, thủ tướng, nhà phát minh, khoa học gia, là những nhân vật quá sức quan trọng so với người làm công; rồi thì chức vụ thành ra địa vị trong xã hội. Khi mà chúng ta còn cho một số chức vụ những địa vị thì chắc chắn vẫn còn có quan niệm về sự bất bình đẳng, và khoảng cách giữa những người có khả năng với những người không có sẽ chẳng thể nào nối liền được. Nếu chúng ta có thể tước bỏ địa vị của chức vụ thì cái cảm tưởng về bình đẳng thực sự mới có cơ hội xuất hiện. Muốn thế, phải có tình yêu thương, bởi vì chính tình thương yêu này sẽ phá tan cái quan niệm về kẻ hạ đẳng và người thượng cấp.

Trên thế giới, người ta phân biệt ra thành một phía là những người có -- có của cải, có quyền lực, có khả năng, những người có đủ mọi thứ -- và một phía là những người không có gì cả. Vậy thì chúng ta có thể nào xây dựng được một thế giới trong đó không tồn tại sự phân chia giữa "những người có" và "những người không có" chẳng?

Thật sự thì chuyện đang xảy ra là, nhìn thấy cái lỗ hổng, cái hố sâu ngăn cách giữa người giàu và kẻ nghèo, giữa người đầy khả năng và kẻ có ít, hoặc không có chút khả năng nào, các nhà chính trị và kinh tế đang cố gắng giải quyết vấn đề qua sự cải tổ kinh tế và xã hội. Điều đó cũng có thể là tốt đấy. Tuy nhiên, một sự chuyển biến triệt để sẽ không thể xảy ra khi mà chúng ta còn chưa hiểu thấu toàn bộ quá trình thù nghịch, ganh tị, ác tâm; để mà thấy rằng chỉ khi nào cái quá trình này được cảm thông và chấm dứt, thì tình thương yêu mới có thể nảy nở trong lòng chúng ta.

Krishnamurti – Life Ahead

CẦU NGUYỆN

Hỏi :

- Cầu nguyện là gì? Cầu nguyện có quan trọng trong đời sống thường nhật không?

Krishnamurti đáp :

- Tại sao bạn cầu nguyện? Và cầu nguyện là gì?

Phần lớn nội dung sự cầu nguyện chỉ là xin xỏ, nài nỉ. Khi bạn đau khổ, bạn thả mình vào cái loại cầu nguyện này để tự an ủi. Khi bạn cảm thấy quá cô đơn, xuống tinh thần, phiền muộn, bạn cầu Thượng Đế giúp; cho nên bạn coi cầu nguyện như một cuộc van xin.

Hình thức cầu nguyện có thể khác nhau, nhưng mục đích tiềm ẩn phía sau thì thường là giống nhau. Cầu nguyện, đối với đa số quần chúng, là xin xỏ, van lơn, nài nỉ. Bạn có cầu nguyện theo kiểu như vậy không? Tại sao bạn cầu nguyện? Tôi không nói rằng bạn "nên" hay "không nên" cầu nguyện. Nhưng tại sao bạn cầu nguyện? Bạn cầu nguyện để được tăng thêm kiến thức, thêm bình an chăng? Bạn cầu nguyện để cho thế giới có thể thoát khỏi đau khổ chăng?

Có còn cách cầu nguyện nào khác chăng?

Có cách cầu nguyện, đúng ra thì không phải là cầu nguyện, mà là tỏa rộng thiện chí, lòng thương yêu, quảng bá tư tưởng đẹp. Vậy thì bạn cầu nguyện ra sao?

Phải chăng khi cầu nguyện, thường là bạn xin Thượng Đế, hoặc các vị Thần Thánh, hãy cho bạn được đầy bát cơm? Bạn không thỏa mãn với cái bạn đã được, bạn muốn cái bát của bạn được đầy theo ý bạn muốn. Cho nên sự cầu nguyện chỉ vển vển là một cuộc xin xỏ, một đòi hỏi phải được thỏa mãn, vậy thì hiển nhiên nó không còn là cầu nguyện nữa. Bạn nỉ non với Thượng Đế : "Con đau khổ quá, xin hãy vì con, trả em con, con trai con lại cho con. Xin cho con được giàu có". Bạn nài nỉ dai dẳng, chắc chắn đó không phải là cầu nguyện rồi.

Chính ra bạn phải tự tìm hiểu để coi tại sao bạn cứ nằn nì van vỉ để được cái gì đó, tại sao từ trong nội tâm của bạn lại có cái sự thôi thúc nó bắt bạn phải đi khẩn cầu xin xỏ này.

Càng hiểu rõ mình qua sự tỉnh thức về những điều mình suy tư, về cảm giác của mình, bạn càng phát hiện ra thực tại, cái chân lý này sẽ giúp bạn hoàn toàn giải thoát.

Krishnamurti -- Life Ahead

CHẤM DỨT SỰ GIẬN DỮ

Tôi tin chắc rằng tất cả chúng ta đều cố gắng chế ngự sự giận dữ nhưng dường như khó mà xóa tan cơn giận cho nổi.

Vậy thì còn có cách nào làm tan biến được cơn giận không?

Thân và tâm đều có thể là lý do để cơn giận bùng lên. Người ta nổi giận có thể vì bị cản trở, vì phản ứng tự vệ bị thất bại, hoặc sự an toàn mà người ta đã dày công xây dựng nay bị đe dọa, vân vân.

Chúng ta đều rất quen thuộc với sự giận dữ. Làm sao để cho người ta thấu hiểu và xoa tan được cơn giận. Nếu bạn cho rằng những sự tin tưởng, quan điểm, ý kiến của bạn là điều quan trọng nhất thì bạn sẽ phản ứng dữ dội khi bị người khác tỏ ý thắc mắc. Thay vì bám chặt vào những sự tin tưởng và ý kiến, nếu bạn bắt đầu tự hỏi coi chúng có là điều thiết yếu cho sự hiểu biết về cuộc đời chăng, từ đó, qua sự thấu triệt nguyên nhân gây ra mâu thuẫn, sự giận dữ sẽ tan biến.

Vì lý do xã hội và tôn giáo, hoặc vì tiện nghi, chúng ta có thói quen tự kiểm chế, nhưng muốn trị tận gốc thói giận dữ, chúng ta cần phải rất tinh thức.

Bạn nói rằng bạn nổi giận khi bạn nghe nói về một câu chuyện bất công. Bạn làm vậy là vì bạn thương người, vì bạn có lòng từ bi bác ái chăng? Liệu lòng thương xót và sự giận dữ có thể đi đôi với nhau chăng? Liệu có thể có công lý khi mà người ta đem lòng căm giận, ghét bỏ chăng?

Bạn có thể nổi giận trước những sự bất công, tàn nhẫn, nhưng sự giận dữ của bạn không thay đổi được tình thế, mà chỉ đem lại sự tai hại. Để có được những điều bạn muốn, thì bạn, chính bạn, phải có từ tâm, phải có những suy tư sâu sắc.

Hành động thoát thai từ sự thù ghét chỉ có thể làm tăng thêm thù ghét.

Nơi nào có sự căm giận thì không có công chính. Công chính và căm giận không thể đi đôi với nhau.

Collected Works of J. Krishnamurti, Vol.III

MỘT TÂM HỒN PHONG PHÚ TRONG SÁNG

Thực Tại, Thượng Đế đích thực -- Thượng Đế đích thực, không phải là vị Thượng Đế do loài người tạo ra -- không hài hòa với một tâm hồn đã bị tàn phá, nhỏ nhen, nông cạn, thiển cận, hẹp hòi. Phải là một tâm hồn lành mạnh mới thẩm thấu nổi. Nhu cầu để hòa nhập với Thực Tại phải là một tâm hồn phong phú -- phong phú ở đây không phải là giàu kiến thức mà là một tâm hồn an nhiên, vô tư ; một tâm hồn chưa hề bị trầy trụa vì kinh nghiệm, một tâm hồn không bị ràng buộc bởi thời gian. Những thần thánh do quý vị sáng chế ra để tự an ủi thì chịu đựng được sự giày vò; loại thần thánh đó chấp nhận được một tâm hồn đã bị làm cho u mê trì trệ. Nhưng "thứ thật" thì không phù hợp với điều đó. Thực Tại hài hòa với cái toàn hảo, với con người trọn vẹn có trái tim trong sáng, đầy ăm ắp niềm cảm xúc nồng nàn, có khả năng thấu suốt cái đẹp của thiên nhiên, cây cỏ, nụ cười của em bé, và nỗi đau của người đàn bà chưa bao giờ có được bữa cơm no. Bạn phải có được niềm cảm xúc đặc biệt này, có sự nhạy cảm này đối với tất cả -- đối với loài vật, từ con mèo bước qua bức tường kia, từ sự bê bối, bệ rạc, dơ dáy, bẩn thỉu, thô lỗ của những người nghèo khổ, tuyệt vọng. Bạn phải có một tâm hồn bén nhạy, một trái tim nồng nàn cảm thông, không với đường lối riêng biệt nào, không phải là sự xúc động tới lui bất chợt, mà là sự nhạy cảm sâu xa từ trong tâm hồn, bằng mắt, bằng tai, bằng giọng nói tiếng cười, bằng toàn thể con người của bạn. Bạn phải là người luôn luôn nhạy cảm, bất cứ lúc nào.

Trừ phi bạn thật là nhạy cảm, nếu không, sẽ không thể có trí tuệ. Trí tuệ chỉ tới với sự nhạy cảm và quan sát.

Krishnamurti -- The Book of Life

SỰ THỰC TÌNH HÓA GIẢI MỌI VẤN ĐỀ

Sự suy nghĩ hiển nhiên là đã bị điều kiện hóa; không có cái gọi là suy nghĩ tự do. Suy nghĩ không bao giờ có thể được tự do, mà nó thoát thai từ một quá trình được tôi luyện lâu dài với những quan điểm về văn hóa, đời sống, xã hội, kinh tế, chính trị của chúng ta. Mỗi điều suy nghĩ của bạn đều phải là kết quả được rút ra từ chính những cuốn sách mà bạn đã đọc, từ chính những điều mà bạn đã lãnh hội, đã thực hiện. Cho nên nếu chúng ta có thể nhận ra -- và ngay bây giờ đây nếu chúng ta có thể thấy điều đó được biểu thị, thấy ý nghĩa của nó, thấy rõ -- may ra chúng ta có khả năng cởi bỏ được sự thành thục tư tưởng mà không cần phải tận lực, không cần phải dùng đến ý chí quyết tâm. Bởi vì ngay khi bạn quyết tâm, thì lập tức có ngay một thực thể xuất hiện để đòi hỏi, một thực thể phát biểu ý kiến: "Tôi phải làm cho tâm trí tôi thoát được hoàn cảnh bị điều kiện hóa". Cái thực thể phát biểu đó chính là hiện thân của niềm khao khát gặt hái thành quả nào đó của chúng ta, như thế, sự xung đột vẫn còn y nguyên đó. Vậy thì, liệu có thể có sự nhận thức, chỉ thuần túy nhận thức, về tình trạng bị điều kiện hóa của chúng ta chẳng? -- được vậy thì sẽ không có sự xung đột, va chạm trong nội tâm.

Chính sự thực tình thuần túy đó, nếu được, sẽ có thể hóa giải mọi vấn đề.

Collected Works of J. Krishnamurti, vol. IX, p. 35

QUAN SÁT COI TẬP QUÁN HÌNH THÀNH RA SAO

Không thoát ra khỏi được sự ám ảnh của quá khứ, sẽ chẳng thể nào có tự do, bởi vì tâm hồn sẽ không thể mới mẻ, tươi mát, hồn nhiên. Chỉ có cái tâm hồn tươi mát, hồn nhiên là được tự do thôi. Tự do chẳng liên hệ gì với tuổi tác, chẳng liên hệ gì đến với kinh nghiệm, và theo ý tôi thì dường như điều cốt tủy để có tự do nằm ngay trong sự thấu hiểu guồng máy tập quán, thói quen, từ ý thức tới vô thức. Đây không phải là câu hỏi làm thế nào để chấm dứt được thói quen, nhưng là nhìn rõ cấu trúc của nó. Bạn phải quan sát coi thói quen hình thành ra sao và sự kiện chối bỏ hoặc chống lại thói quen thì lại tạo ra một thói quen khác như thế nào. Cần phải rất sáng suốt để ý thức được tập quán, nhờ vậy, bạn sẽ nhận ra rằng tập quán sẽ không còn hình thành được nữa. Chống đối thói quen, tiêu trừ nó, chối bỏ nó, chỉ là sự tiếp nối của thói quen. Khi bạn chống lại một thói quen là bạn đã cho phép một thói quen mới hình thành, và chính sự chống đối đó bây giờ lại trở thành một thói quen mới. Nhưng nếu bạn chỉ đơn thuần nhận thức được toàn bộ cấu trúc của tập quán mà không khởi tâm chống đối, bạn sẽ thấy được sự giải thoát khỏi tập quán, và trong cảnh giới tự do, khai phóng ấy, điều mới mẻ xuất hiện.

Chỉ có những đầu óc trì trệ, mơ mơ màng màng mới tạo ra và bám chặt vào thói quen. Một tâm hồn tỉnh thức từng giây, từng phút -- chăm chú nghe từng lời, chăm chú vào hoạt động của đôi tay, của sự suy nghĩ, của những cảm giác -- sẽ phát hiện được rằng sự hình thành một thói quen mới đã chấm dứt.

Đây là sự kiện rất quan trọng cần thấu triệt, bởi vì khi tâm trí phá vỡ một thói quen, thì ngay chính trong quá trình đó, nó tạo nên một thói quen khác, như thế, chẳng bao giờ nó được giải thoát khỏi thói quen cả. Nhưng mà, chỉ có một tâm trí đã giải thoát, hoàn toàn tự do, không bị thói quen choán chỗ, thì mới có khả năng lãnh hội điều vượt quá giới hạn của nó được.

Collected Works of J. Krishnamurti, vol. XIII, p. 240

TÌNH YÊU

Chúng ta không thể nói ngay lập tức tình yêu là cái gì, bởi vì tình yêu không phải là loại có thể sẵn sàng cho ta giải thích bằng ngôn từ. Không dễ dàng thế đâu. Ấy vậy mà không có tình yêu thì đời sống sẽ rất khô khan, hiu quạnh, không có tình yêu thì cây cối, chim chóc, nụ cười, cây cầu bắc ngang sông, người lái đò, loài vật, v . v . , sẽ chẳng có nghĩa gì cả. Không có tình yêu, cuộc đời là cái hồ cạn nước. Sự phong phú dưới lòng sông sâu đã nuôi sống biết bao nhiêu loài thủy tộc; nhưng cái hồ cạn thì chẳng bao lâu sẽ khô khốc dưới ánh nắng mặt trời, chẳng còn lại gì ngoài bùn và rác.

Đối với phần đông chúng ta, tình yêu là cái gì quá mức khó hiểu, bởi vì đời sống của chúng ta rất là nông cạn. Chúng ta muốn được yêu, đồng thời chúng ta cũng muốn yêu, và phía sau từ ngữ "yêu", thấp thoáng có nỗi niềm e sợ ẩn hiện. Vậy thì, liệu không phải là điều rất quan trọng đủ khiến cho mỗi người trong chúng ta phải tìm hiểu coi cái sự kiện đặc biệt này thực tế là cái gì chẳng?

Chúng ta chỉ có thể tìm ra lời giải đáp nếu chúng ta nhận thức rõ được cách chúng ta quan tâm tới mọi người, cách chúng ta để ý tới cây cối, sinh vật, kẻ xa lạ, kẻ đói khát ra sao. Chúng ta phải nhận thức rõ được cách chúng ta quan tâm tới bè bạn, tới bậc thầy, nếu chúng ta có, hoặc là cung cách chúng ta quan tâm tới cha mẹ của chúng ta như thế nào.

Jiddu Krishnamurti -- On Love and Loneliness -- With young people in India -- Harper San Francisco

NGUYÊN NHÂN CHÍNH CỦA BẠO LỰC

... " ... Tôi nghĩ rằng nguyên nhân chính của bạo lực là vì từ trong thâm tâm, mỗi người chúng ta đều tìm kiếm điều bảo đảm an ninh cho mình. Trong mỗi chúng ta, niềm khao khát an ninh -- cái cảm giác an ổn -- đã phóng ra sự đòi hỏi để đạt cho bằng được.

Chắc chắn là từ đáy lòng, mỗi người trong chúng ta đều mong mỗi được an toàn, nhất định là như vậy. Đó là lý do chúng ta có các loại luật hôn nhân này, để chúng ta có thể chiếm hữu một người đàn bà, hoặc một người đàn ông, và được an toàn trong mối quan hệ vợ chồng của chúng ta. Nếu mối quan hệ đó bị xâm phạm, chúng ta trở nên thô bạo, đó là nhu cầu tâm lý, là sự đòi hỏi từ nội tâm, để cho mối quan hệ này được bền chặt trước mọi sự.

Khôn nổi, chẳng có cái gì trên đời này được coi là chắc chắn, bền vững trong bất cứ mối quan hệ nào. Từ đáy lòng, về mặt tâm lý, chúng ta muốn được an toàn, bền vững, nhưng chẳng có cái gì được coi là an toàn, bền vững mãi mãi ...

Vì vậy, tất cả những nỗi bất an đó chính là những nguyên nhân gây ra sự tàn bạo hiện đang lan tràn, hoành hành trên khắp thế giới .

Tôi nghĩ rằng bất cứ ai đã quan sát, dù chỉ sơ sơ, những chuyện đang xảy ra khắp hoàn cầu, và nhất là trên đất nước bất hạnh này, thì chẳng cần phải có một sự hiểu biết sâu xa, uyên bác, cứ tìm kiếm những điều này nơi bản thân, mà khi phóng chiếu ra, nó chính là những nguyên nhân của sự tàn bạo, chai đá, thờ ơ lãnh đạm và hung dữ vượt mức này ...

Collected Works of J. Krishnamurti, 17 Vols. Dubuque, IA: Kendall/Hunt publishing, 1991,1992