

**J. KRISHNAMURTI**  
**BÀN VỀ TÌNH YÊU VÀ SỰ CÔ ĐỘC**  
[ON LOVE AND LONELINESS]

Lời dịch: Ông Không 2009

*Nếu bạn không có tình yêu – dù làm bất kỳ điều gì bạn muốn, theo sau tất cả những thần thánh trên quả đất, thực hiện tất cả những hoạt động xã hội, cố gắng cải thiện những người nghèo, tham gia chính trị, viết sách, làm thơ – bạn là một người chết rồi. Nếu không có tình yêu những vấn đề của bạn sẽ gia tăng, sinh sôi vô tận. Và với tình yêu, dù làm bất kỳ điều gì bạn muốn, không có nguy hiểm, không có xung đột. Lúc đó tình yêu là bản thể của đạo đức.*

Bombay, 21 tháng hai 1965

Nguồn gốc:

[www.thuvienhoasen.org](http://www.thuvienhoasen.org)

Làm ebook và đăng tại:

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



## Lời tựa

Jiddu Krishnamurti được sinh ra ở Ấn độ năm 1895 và, lúc 13 tuổi, được bảo trợ bởi Tổ Chức Thần học Theosophical Society, đã công nhận ông là phương tiện cho “Thầy Thế Giới” mà sự xuất hiện của ông đã được công bố từ trước. Chẳng mấy chốc K đã nổi lên như một người thầy, không thể phân hạng, không thỏa hiệp và đầy quyền năng; những buổi nói chuyện và những tác phẩm của ông không liên quan đến bất kỳ tôn giáo đặc biệt nào và cũng không thuộc phương Đông hay phương Tây nhưng dành cho toàn thế giới. Cương quyết phủ nhận hình ảnh đáng Cứu thế, vào năm 1929 ông tuyên bố giải tán tổ chức lớn và giàu có đã được xây dựng quanh ông và tuyên bố sự thật là “một mảnh đất không lối vào”, không thể tiếp cận được bởi bất kỳ tôn giáo, triết lý hay giáo phái chính thức nào.

Trong suốt cuộc đời còn lại K liên tục phủ nhận danh vị đạo sư mà những người khác cố gắng ép buộc ông phải nhận. Ông tiếp tục thu hút vô số người khắp thế giới nhưng khẳng định không là uy quyền, không muốn những môn đồ, và luôn luôn nói chuyện như một cá thể cùng một cá thể khác. Tâm điểm những lời giáo huấn của ông là nhận ra những thay đổi cơ bản trong xã hội chỉ có thể được tạo ra bởi sự thay đổi của ý thức cá thể. Sự cần thiết phải hiểu rõ về chính mình và hiểu rõ những ảnh hưởng gây tách rời, gây giới hạn của tình trạng bị quy định thuộc quốc gia và tôn giáo liên tục được nhấn mạnh. Krishnamurti luôn luôn vạch ra sự cần thiết cấp bách phải có được sự khoáng đạt, phải có được “không gian rộng lớn trong bộ não” mà trong đó có năng lượng vô hạn. Điều này dường như đã là nguồn suối của sự sáng tạo riêng của ông và cốt lõi

cho những ảnh hưởng to tát của ông đối với vô số người khắp thế giới.

Ông tiếp tục giảng thuyết khắp thế giới cho đến khi qua đời năm 1986 ở tuổi chín mươi. Những buổi nói chuyện, những cuộc đối thoại, những lá thư và những bài viết trên báo của ông đã được tổng hợp thành hơn sáu mươi quyển. Từ những lời giáo huấn nhiều như thế một loạt những quyển sách có đề mục này đã được biên soạn, mỗi quyển sách tập trung vào một đề tài có liên quan đặc biệt và khẩn cấp trong cuộc sống hàng ngày của chúng ta.

## Mục lục

### BÀN VỀ TÌNH YÊU VÀ SỰ CÔ ĐỘC

Lời tựa

Madras, 16 tháng mười hai 1972

Brockwood Park, 11 tháng mười một 1971

Cùng học sinh tại trường Rajghat, 19 tháng mười hai 1952

Bombay, 12 tháng hai 1950

Ojai, 28 tháng tám 1949

Bombay, 12 tháng ba 1950

New York, 18 tháng sáu 1950

Seattle, 6 tháng tám 1950

Madras, 3 tháng hai 1952

Sự cô độc: Từ quyển Bình phẩm về sống Tập 1

Bàn luận cùng Giáo sư Maurice Wilkins, Brockwood Park, 12 tháng hai 1982

Từ quyển Sự thức dậy của Thông minh

Brockwood Park, 30 tháng tám 1977

Saanen, 18 tháng bảy 1978

Bombay, 31 tháng giêng 1982

Saanen, 18 tháng bảy 1968: Từ Nói chuyện và Đối thoại ở Saanen 1968

Saanen, 5 tháng tám 1962

Bombay, 21 tháng hai 1965

London, 7 tháng tư 1953

Saanen, 26 tháng bảy 1973

Saanen, 23 tháng bảy 1974

Madras, 5 tháng hai 1950



## Madras, 16 tháng mười hai 1972

Khi cùng nhau bàn về những vấn đề này, mà là những vấn đề hàng ngày của sống. Tôi nghĩ chúng ta phải luôn luôn nhớ rằng chúng ta đang tìm hiểu cùng nhau; cùng nhau chúng ta đang thực hiện một chuyến hành trình vào những vấn đề khá phức tạp của sống, và muốn tìm hiểu cùng nhau phải có một chất lượng của mãnh liệt, một chất lượng của cái trí không bị trói buộc trong bất kỳ kết luận hay niềm tin đặc biệt nào, nhưng sẵn lòng thâm nhập thật sâu, không phải trong khoảng cách của thời gian, nhưng trong chiều sâu.

Chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu về vấn đề liệu chúng ta có thể tạo ra trật tự trong cuộc sống của liên hệ hàng ngày của chúng ta. Bởi vì liên hệ là xã hội. Sự liên hệ giữa bạn và tôi, giữa tôi và một người khác, là cấu trúc của xã hội. Đó là, liên hệ là cấu trúc và bản chất của xã hội. Tôi đang đặt vấn đề rất, rất đơn giản. Và khi không có trật tự trong liên hệ đó, như hiện nay không có trật tự, vậy thì mọi hành động không những phải mâu thuẫn, mà còn phải tạo ra nhiều đau khổ, bất hòa, hỗn loạn, và xung đột. Làm ơn, đừng chỉ mặc kệ cho tôi nói, nhưng hãy cùng nhau chia sẻ nó, bởi vì chúng ta đang cùng nhau thực hiện một chuyến hành trình, có lẽ tay trong tay, bằng thương yêu, bằng ân cần. Nếu bạn chỉ ngồi đó và được chỉ bảo, được thuyết giảng, vậy thì tôi e rằng bạn và tôi không thể cùng nhau tay trong tay thực hiện chuyến hành trình. Vì vậy, làm ơn hãy quan sát cái trí riêng của bạn, sự liên hệ riêng của bạn – không đặt thành vấn đề liên hệ với ai, người vợ của bạn, con cái của bạn, người láng giềng của bạn, hay chính phủ của bạn – và xem thử liệu có trật tự trong sự liên hệ đó; bởi vì trật tự là cốt lõi, sự chính xác là cốt lõi. Trật tự là đạo đức, trật tự rất toán

học, rất rõ ràng, hoàn hảo, và chúng ta sẽ tìm ra liệu có trật tự như thế. Không một ai có thể sống mà không có liên hệ. Bạn có lẽ rút vào núi non, trở thành một thầy tu, một khất sĩ, một mình lang thang vào sa mạc, nhưng bạn có liên hệ. Bạn không thể tẩu thoát khỏi sự thật rành rành đó. Bạn không thể tồn tại trong cô lập. Cái trí của bạn có lẽ nghĩ nó tồn tại trong cô lập, hay tạo ra một trạng thái cô lập, nhưng ngay cả trong cô lập đó bạn vẫn có liên hệ. Sống là liên hệ, đang sống là liên hệ. Chúng ta không thể sống nếu bạn và tôi đã dựng lên một bức tường quanh chúng ta và thỉnh thoảng lén lút nhìn qua bức tường đó. Sâu thẳm, không ý thức được, sau bức tường, chúng ta có liên hệ. Tôi không nghĩ chúng ta đã chú ý nhiều đến vấn đề của liên hệ này. Những quyển sách của bạn không nói về liên hệ; họ nói về Thượng đế, luyện tập, những phương pháp, hít thở như thế nào, về không làm việc này hay việc kia, nhưng tôi được các bạn kể lại rằng sự liên hệ không bao giờ được người ta đề cập đến.

Liên hệ hàm ý trách nhiệm, giống như tự do. Liên hệ là sống; đó là sự sống; đó là tồn tại. Và nếu có vô trật tự trong liên hệ đó, toàn xã hội, văn hóa của chúng ta, biến thành từng mảnh vỡ, mà là điều gì đang xảy ra bây giờ.

Vậy thì trật tự là gì, tự do là gì, và liên hệ là gì? Trật tự là gì? Bởi vì thẳm thẳm, bên trong, khi cái trí thực sự hiểu rõ điều gì tạo ra vô trật tự, vậy thì từ thấu triệt đó, từ tỉnh thức đó, từ quan sát đó, trật tự tự nhiên đến. Nó không là một bản thiết kế của trật tự nên là gì; đó là điều gì chúng ta được nuôi dưỡng – một khuôn mẫu đã được sắp đặt bởi những tôn giáo, bởi văn hóa, của trật tự nên là gì, hay trật tự là gì. Cái trí đã cố gắng tuân phục đến trật tự đó, dù nó là trật tự thuộc văn hóa, trật tự thuộc xã hội, trật tự thuộc luật pháp, hay trật tự thuộc tôn giáo, nó đã cố gắng tuân phục đến khuôn mẫu được thiết lập bởi hoạt động xã hội, bởi những người lãnh đạo, những vị thầy nào

đó. Đối với tôi đó không là trật tự bởi vì trong đó được hàm ý sự tuân phục, và nơi nào có tuân phục, có vô trật tự. Nơi nào có sự chấp nhận của uy quyền, có vô trật tự. Nơi nào có sự tồn tại tương đối – đó là, đo lường bạn với người nào đó, so sánh bạn với người nào đó – có vô trật tự. Tôi sẽ giải thích cho bạn tại sao.

Tại sao cái trí của bạn tuân phục? Bạn có khi nào đã hỏi? Bạn có ý thức rằng bạn đang tuân phục đến một khuôn mẫu? Không đặt thành vấn đề khuôn mẫu đó là gì, hoặc bạn đã tự thiết lập khuôn mẫu đó cho bạn, hoặc nó đã được thiết lập cho bạn. Tại sao chúng ta luôn luôn đang tuân phục? Nơi nào có sự tuân phục chắc chắn không thể có tự do. Tuy nhiên cái trí lại luôn luôn đang tìm kiếm tự do – cái trí càng tỉnh táo, càng tỉnh thức, càng thông minh nhiều bao nhiêu, sự đòi hỏi cho tự do càng nhiều bấy nhiêu. Cái trí tuân phục, bắt chước, bởi vì có an toàn nhiều hơn trong sự tuân phục, trong tuân theo một khuôn mẫu. Đó là một sự thật hiển nhiên. Bạn làm tất cả mọi loại sự việc của xã hội bởi vì nó tốt đẹp hơn khi tuân phục. Bạn có lẽ được giáo dục ở nước ngoài, bạn có lẽ là một chính trị gia, một nhà khoa học lỗi lạc, nhưng bạn có một sợ hãi lén lút rằng nếu bạn không đi đến đền chùa hay làm những công việc thông thường mà bạn đã được người ta bảo phải làm, một cái gì đó xui xẻo có lẽ xảy ra, vì vậy bạn tuân phục. Điều gì xảy đến cho cái trí mà tuân phục? Hãy tìm hiểu nó, làm ơn. Điều gì xảy đến cho cái trí của bạn khi bạn tuân phục? Đầu tiên, có một khước từ hoàn toàn của tự do, khước từ hoàn toàn của trực nhận, khước từ hoàn toàn của sự tìm hiểu độc lập. Khi bạn tuân phục có sợ hãi. Đúng chứ? Từ thời niên thiếu cái trí đã được rèn luyện để bắt chước, tuân phục đến một khuôn mẫu mà xã hội đã thiết lập – đậu những kỳ thi, kiếm được một mảnh bằng, nếu bạn may mắn có một việc làm, lập gia đình,

chấm dứt. Bạn chấp nhận khuôn mẫu đó, và bạn sợ hãi khi không tuân theo khuôn mẫu đó.

Vậy là phía bên trong bạn khước từ tự do, phía bên trong bạn sợ hãi, phía bên trong bạn có một ý thức của không được tự do để tìm ra, tìm hiểu, tìm kiếm, hỏi han. Vậy là việc đó sinh ra vô trật tự trong sự liên hệ của chúng ta. Bạn và tôi đang cố gắng thâm nhập vấn đề này rất sâu thẳm, có sự thấu triệt thực sự, thấy sự thật của nó. Và chính nhờ sự trực nhận của sự thật mới làm tự do cái trí, không phải sự luyện tập nào đó, hoặc hoạt động của tìm hiểu, nhưng sự trực nhận thực sự của “cái gì là”.

Chúng ta tạo ra vô trật tự trong liên hệ, cả bên trong lẫn bên ngoài, qua sợ hãi, qua tuân phục, qua đo lường, mà là so sánh. Liên hệ của chúng ta ở trong vô trật tự, không những lẫn nhau, dù nó có lẽ thân mật đến chừng nào, mà còn cả phía bên ngoài. Nếu chúng ta thấy vô trật tự đó rõ ràng, không phải ở đằng kia nhưng trong đây, thăm thẳm trong chúng ta, thấy tất cả những hàm ý của nó, vậy thì từ trực nhận đó trật tự đến. Vậy thì chúng ta không phải sống phụ thuộc vào một trật tự áp đặt. Trật tự không có khuôn mẫu, không là một bản thiết kế; nó đến từ sự hiểu rõ vô trật tự là gì. Bạn càng hiểu rõ vô trật tự trong liên hệ nhiều bao nhiêu, trật tự càng thâm sâu bấy nhiêu. Vì vậy chúng ta phải tìm ra sự liên hệ lẫn nhau của chúng ta là gì.

Sự liên hệ của bạn với một người khác là gì? Bạn có bất kỳ liên hệ nào không; hay liên hệ của bạn là với quá khứ? Quá khứ, cùng những hình ảnh, trải nghiệm, hiểu biết của nó, tạo ra điều gì chúng ta gọi là liên hệ. Nhưng hiểu biết trong liên hệ gây ra vô trật tự. Tôi có liên hệ với bạn. Tôi là người con của bạn, người cha của bạn, người vợ của bạn, người chồng của bạn. Chúng ta đã sống chung với nhau; bạn đã gây tổn thương cho tôi và tôi đã gây tổn thương cho bạn. Bạn đã càu nhàu tôi, bạn đã dọa nạt tôi, bạn đã đánh đập tôi, bạn đã nói những điều

xấu xa sau lưng tôi và trước mặt tôi. Vậy là tôi đã sống chung với bạn được mười năm hay hai ngày, và những kỷ niệm này vẫn còn, những tổn thương, những khiêu khích, những vui thú tình dục, những bức dọc, những từ ngữ thô bỉ, và vân vân. Những điều đó được ghi lại trong những tế bào não mà chứa đựng ký ức. Vậy là liên hệ của tôi với bạn được đặt nền tảng trên quá khứ. Quá khứ là sống của tôi. Nếu bạn đã quan sát, bạn sẽ thấy cái trí, sống của bạn, hoạt động của bạn, bị bám rễ trong quá khứ như thế nào. Sự liên hệ bị bám rễ trong quá khứ phải tạo ra vô trật tự. Đó là, hiểu biết trong liên hệ gây ra vô trật tự. Nếu bạn đã gây tổn thương cho tôi, tôi ghi nhớ việc đó; bạn đã gây tổn thương cho tôi ngày hôm qua, hay cách đây một tuần, việc đó vẫn còn trong cái trí của tôi, đó là hiểu biết mà tôi có về bạn. Hiểu biết đó ngăn cản liên hệ; hiểu biết đó trong liên hệ nuôi dưỡng vô trật tự. Vì vậy câu hỏi là: Khi bạn gây tổn thương cho tôi, nịnh nọt tôi, khi bạn bêu xấu tôi, liệu cái trí có thể xóa sạch tại ngay khoảnh khắc đó mà không ghi lại? Bạn đã từng thử điều này chưa?

Mặt trăng đó dễ thương làm sao, phải không, khi nhìn qua những chiếc lá, và tiếng kêu của những con quạ đó, và ánh hoàng hôn kỳ diệu! Mặt trăng lạ thường đó nhìn qua những chiếc lá là một hiện tượng không thể diễn tả. Hãy nhìn ngắm nó, hãy tận hưởng nó.

Giả dụ, ngày hôm qua người nào đó đã nói những điều thô bỉ với tôi, mà không đúng thực. Điều gì anh ấy đã nói được ghi lại, và cái trí nhận dạng người đó bằng sự ghi lại đó và hành động theo sự ghi lại đó. Nơi nào cái trí đang hành động trong liên hệ bằng hiểu biết của lãng nhục đó, những lời lẽ thô bỉ đó, điều không đúng thật đó, vậy thì hiểu biết đó trong liên hệ gây ra vô trật tự. Đúng chứ? Bây giờ làm thế nào cái trí có thể không ghi lại tại ngay khoảnh khắc của lãng nhục, hay tại ngay khoảnh khắc của nịnh nọt? Bởi vì đối với tôi việc quan trọng

nhất trong sống là sự liên hệ. Nếu không có liên hệ phải có vô trật tự. Một cái trí sống trong trật tự, trật tự tổng thể, mà là hình thức tốt đỉnh của trật tự toán học, không thể trong một giây phút nào cho phép cái bóng của vô trật tự ập vào nó. Và vô trật tự đó hiện diện khi cái trí hành động trên nền tảng của hiểu biết quá khứ trong liên hệ. Vì vậy làm thế nào cái trí có thể không ghi lại sự lãng nhục, nhưng biết sự lãng nhục đã được thốt ra, cũng như là sự nịnh nọt? Cái trí có thể biết sự lãng nhục đã được thốt ra, nhưng tuy nhiên không ghi lại nó, vậy là cái trí luôn luôn sạch sẽ, lành mạnh, tổng thể trong liên hệ?

Bạn có hứng thú về vấn đề này không? Bạn biết, nếu bạn thực sự hứng thú nó, nó là vấn đề quan trọng nhất trong sống: làm thế nào để sống một cuộc sống trong liên hệ, trong đó cái trí không bao giờ bị tổn thương, không bao giờ bị biến dạng. Bây giờ, liệu có thể được? Chúng ta đã đưa ra một câu hỏi không thể trả lời được, và chúng ta phải tìm ra câu trả lời không thể trả lời được. Bởi vì cái gì có thể được là tầm thường, hoàn toàn chấm dứt, xong rồi; nhưng nếu bạn đưa ra câu hỏi không thể trả lời được, cái trí phải tìm ra câu trả lời. Cái trí có thể thực hiện việc đó không? Đây là tình yêu. Cái trí mà không ghi lại sự lãng nhục, sự nịnh nọt, biết tình yêu là gì.

Liệu cái trí có thể không bao giờ ghi lại, không bao giờ, tuyệt đối không bao giờ ghi lại sự lãng nhục hay sự nịnh nọt? Điều đó có thể được hay không? Nếu cái trí có thể tìm được câu trả lời cho nó, người ta có thể đã giải đáp xong vấn đề của liên hệ. Chúng ta sống trong liên hệ. Liên hệ không là một trừu tượng, nó là một sự kiện hàng ngày, mỗi ngày. Dù bạn đi làm, về nhà và ngủ cùng người vợ của bạn, hay cãi cọ, bạn luôn luôn trong liên hệ. Và nếu không có trật tự trong liên hệ đó giữa bạn và một người khác, hay giữa bạn và nhiều người hay một người, bạn sẽ tạo ra một văn hóa mà cuối cùng sẽ sinh ra

vô trật tự, như đang được thực hiện lúc này. Vì vậy trật tự là cốt lõi. Để tìm ra điều đó, liệu cái trí, mà đã bị sỉ nhục, bị gây tổn thương, bị cư xử tồi tệ, bị nói hành nói tỏi, có thể không bao giờ lưu lại việc đó trong một giây? Khoảnh khắc bạn lưu lại nó, nó được ghi lại rồi, nó đã để lại một vết sẹo trong những tế bào não. Hãy thấy sự khó khăn của câu hỏi. Liệu cái trí có thể làm việc này để cho cái trí vẫn còn hoàn toàn hồn nhiên? Một cái trí hồn nhiên có nghĩa một cái trí không thể bị tổn thương. Bởi vì nó không thể bị tổn thương, nó không gây tổn thương một người khác. Bây giờ, liệu điều đó có thể được? Mọi hình thức của ảnh hưởng, mọi hình thức của phiền muộn, mọi hình thức của tổn hại, ngờ vực, được quăng vào cái trí. Liệu cái trí không bao giờ ghi lại và vì vậy vẫn còn rất hồn nhiên, rất rõ ràng? Chúng ta sẽ cùng nhau tìm ra?

Chúng ta sẽ tiếp cận nó bằng cách đặt câu hỏi tình yêu là gì? Tình yêu là sản phẩm của tư tưởng? Tình yêu ở trong lãnh vực của thời gian? Tình yêu là cái gì đó có thể được vun đắp, luyện tập, sắp xếp vào chung bởi tư tưởng? Khi tìm hiểu vấn đề này, người ta phải thâm nhập vào câu hỏi: Tình yêu là vui thú – ái ân hay bất kỳ loại vui thú nào khác? Cái trí của chúng ta luôn luôn đang theo đuổi vui thú: ngày hôm qua tôi đã có một bữa ăn ngon, vui thú của bữa ăn đó được ghi lại và tôi muốn nữa, một bữa ăn ngon hơn hay ngon bằng như thế vào ngày mai. Tôi đã nhận được nhiều thanh thảo trong cảnh hoàng hôn, hay nhìn ngắm mặt trăng qua những chiếc lá, hay trông thấy một con sóng xa xa ngoài biển. Vẻ đẹp đó trao tặng sự thanh thảo vô cùng, và đó là vui thú lớn lao. Cái trí ghi lại nó và muốn nó được lặp lại. Tư tưởng suy nghĩ về tình dục, suy nghĩ, nghiền ngẫm nó, mong muốn nó được lặp lại; và việc đó bạn gọi là tình yêu. Đúng chứ? Đừng rụt rè khi chúng ta bàn về tình dục, đó là bộ phận trong sống của chúng ta. Bạn đã biến

nó thành ghê tởm bởi vì bạn đã khước từ mọi loại tự do ngoại trừ một tự do duy nhất đó.

Vì vậy tình yêu là vui thú? Tình yêu được sắp xếp bởi tư tưởng, giống như vui thú được sắp xếp bởi tư tưởng? Tình yêu là ganh tị? Liệu bất kỳ ai có thể thương yêu cái người ganh tị, tham lam, tham vọng, hung bạo, tuân phục, vâng lời, hoàn toàn trong vô trật tự? Vì vậy tình yêu là gì? Dĩ nhiên nó không là bất kỳ những điều này. Nó không là vui thú. Làm ơn hãy hiểu rõ sự quan trọng của vui thú. Vui thú được duy trì bởi tư tưởng; vì vậy tư tưởng không là tình yêu. Tư tưởng không thể vun quén tình yêu. Nó có thể và vẫn vun đắp sự theo đuổi của vui thú, như nó thực hiện với sợ hãi, nhưng tư tưởng không thể tạo ra tình yêu, hay sắp xếp nó vào chung. Hãy thấy sự thật. Thấy nó và bạn sẽ gạt bỏ tham vọng của bạn, tham lam của bạn, hoàn toàn. Vậy là qua tiêu cực bạn thâm nhập sự việc lạ thường nhất được gọi là tình yêu, mà là tích cực nhất.

Vô trật tự trong liên hệ có nghĩa không có tình yêu, và vô trật tự đó hiện diện khi có sự tuân phục. Vì vậy một cái trí tuân phục vào một khuôn mẫu của vui thú, hay điều gì nó suy nghĩ là tình yêu, không bao giờ có thể biết tình yêu là gì. Một cái trí đã hiểu rõ toàn sự chín mùi của vô trật tự thâm nhập một trật tự mà là đạo đức, vì vậy là tình yêu. Nó không là sống của bạn, nó không là sống của tôi. Nếu bạn không sống theo lối đó, bạn sẽ bị bất hạnh nhất, bị trói buộc trong vô trật tự của xã hội, và bị kéo lê mãi mãi trong con suối đó. Chỉ có con người bước ra khỏi con suối đó mới biết tình yêu là gì, trật tự là gì.



## **Brockwood Park, 11 tháng mười một 1971**

Muốn tìm ra bất kỳ điều gì về tình cảm của con người, chúng ta không phải khởi sự bằng một chất lượng nào đó của tự do hay sao? Nếu chúng ta muốn tìm hiểu một vấn đề phức tạp như tình yêu, chúng ta phải tiếp cận sự tìm hiểu đó bằng một tự do khỏi tất cả những thành kiến, những cá tánh, và những khuynh hướng của chúng ta, những mong ước của chúng ta về tình yêu nên là gì – hoặc thuộc thời Victoria hoặc hiện đại. Chúng ta nên gạt bỏ tất cả điều đó, nếu chúng ta có thể, cho mục đích tìm hiểu; nếu không chúng ta sẽ bị rối loạn, chúng ta sẽ lãng phí năng lượng của chúng ta trong khẳng định hay phủ định tùy theo tình trạng bị quy định riêng của chúng ta. Khi nói về vấn đề của tình yêu là gì này, liệu chúng ta có thể thấy sự quan trọng của tìm ra trọn vẹn ý nghĩa và nghĩa lý và chiều sâu của từ ngữ đó chuyển tải hay không chuyển tải điều gì? Trước tiên chúng ta không nên thấy liệu chúng ta có thể làm tự do cái trí khỏi những kết luận khác nhau mà nó có về từ ngữ đó hay sao? Liệu có thể giải thoát cái trí, làm tự do cái trí, khỏi những thành kiến, những khuynh hướng, những kết luận đã bám rễ sâu? Bởi vì muốn cùng nhau nói về vấn đề của tình yêu là gì này, đối với tôi dường như chúng ta phải có một cái trí rất miễn cảm; và người ta không thể có một cái trí minh bạch, tốt lành như thế nếu người ta có những ý kiến, những đánh giá, nói rằng đây là tình yêu nên là hay không nên là. Muốn rà soát cái trí, toàn tìm hiểu của chúng ta phải khởi sự bằng ý thức của tự do – không phải tự do khỏi cái gì đó, nhưng chất lượng của tự do mà có thể quan sát, nhìn ngắm, thấy sự thật là gì. Bạn có thể trở lại những thành kiến của bạn, những ảo tưởng và những kết luận của bạn sau đó, nhưng liệu chúng

ta có thể gạt bỏ tất cả điều đó trong chốc lát và duy trì sự tự do này trong tìm hiểu?

Có nhiều sự việc được bao hàm: tình dục, ghen tuông, cô độc, ý thức của quyền luyện, tình bằng hữu, nhiều vui thú, và thế là cũng cả sợ hãi. Tất cả điều đó không được bao hàm trong một từ ngữ duy nhất đó hay sao? Chúng ta có thể bắt đầu bằng vấn đề của vui thú này, bởi vì nó đảm trách một vai trò quan trọng trong tình yêu? Hầu hết những tôn giáo đã khước từ tình dục bởi vì họ nói rằng một người bị trói buộc trong những vui thú giác quan không thể hiểu rõ sự thật là gì, Thượng đế là gì, tình yêu là gì, cái sự việc tối thượng, không thể đo lường được là gì. Đây là một quy định phổ biến trong Thiên chúa giáo, trong Ấn độ, và cũng trong Phật giáo. Khi chúng ta sắp sửa tìm hiểu vấn đề của tình yêu là gì này, chúng ta phải ý thức được tình trạng bị quy định đã thừa kế, thuộc truyền thống của chúng ta mà tạo ra vô số hình thức của cấm đoán – thuộc Victoria hay hiện đại – hoặc sự hưởng thụ buông thả của tình dục.

Vui thú đảm trách một vai trò lạ thường trong sống của chúng ta. Nếu bạn đã nói chuyện với những người tạm gọi là tôn giáo, có trí năng, có kỷ luật cao – tôi sẽ không gọi họ là tôn giáo, nhưng họ được gọi là tôn giáo – bạn biết sự trong trắng đó là một trong những vấn đề nghiêm túc của họ. Bạn có lẽ nghĩ tất cả điều này đều không liên quan, sự trong trắng đó không có nơi chỗ trong thế giới hiện đại, và gạt nó đi. Tôi nghĩ đó sẽ là một đáng tiếc bởi vì biết sự trong trắng là gì, là một trong những vấn đề. Muốn tìm hiểu vấn đề của tình yêu là gì này, người ta phải có một cái trí thâm sâu, bao quát để tìm ra, không phải chỉ đưa ra những khẳng định bằng từ ngữ. Tại sao vui thú lại đảm trách một vai trò quan trọng như thế trong sống của chúng ta? Tôi không nói nó đúng hay sai, chúng ta đang tìm hiểu; không có khẳng định rằng nên hay không nên có tình

dục hay vui thú. Tại sao vui thú đảm trách một vai trò quan trọng như thế trong mọi hoạt động thuộc sống của chúng ta? Nó là một trong những thôi thúc căn bản của chúng ta, nhưng tại sao nó đã đảm trách sự quan trọng lạ kỳ như thế, không chỉ ở thế giới phương Tây, nơi nó quá lộ liễu, quá thô tục, nhưng còn cả ở phương Đông? Nó là một trong những vấn đề chính của chúng ta. Tại sao? Những tôn giáo – tạm gọi là những tôn giáo – những giáo sĩ, đã công khai chỉ trích. Họ nói, nếu bạn muốn tìm kiếm Thượng đế, bạn phải giữ lời thề sống độc thân. Tôi biết một thầy tu ở Ấn độ, một người rất, rất nghiêm túc, trí tuệ, uyên bác. Vào lúc mười năm hay mười sáu tuổi, anh ấy từ bỏ thế giới và giữ lời thề sống độc thân. Khi anh ấy lớn lên – tôi đã gặp anh ấy khi anh ấy khoảng bốn mươi tuổi – anh ấy đã từ bỏ những lời thề đó và lập gia đình. Anh ấy đã phải trải qua một thời gian khốn khổ bởi vì văn hóa Ấn độ nói rằng một người đã giữ lời thề sống độc thân mà thất hứa sẽ bị tai họa khủng khiếp. Anh ấy bị ruồng bỏ; anh ấy đã sống trong khốn cùng. Và đó là tinh thần của hầu hết mọi người. Tại sao tình dục đã đảm trách sự quan trọng lạ kỳ như thế?

Có toàn vấn đề của khiêu dâm, cho phép hoàn toàn tự do để đọc, in ấn, trưng bày bất kỳ cái gì bạn thích, được tự do khỏi mọi cấm đoán. Bạn biết tất cả việc đó đang xảy ra trong thế giới. Tình yêu phải có liên quan gì với những việc đó? Tất cả những việc đó có nghĩa gì – tình yêu, tình dục, vui thú, và trong trắng? Làm ơn đừng quên từ ngữ đó hay ý nghĩa của từ ngữ đó mà con người đã trao sự quan trọng lạ kỳ như thế – sống một cuộc sống trong trắng. Chúng ta hãy tìm ra tại sao qua những thời đại con người đã trao cho tình dục một vị trí nổi bật như thế, và tại sao có sự kháng cự nó như thế. Tôi không biết chúng ta sẽ trả lời nó như thế nào.

Không phải một trong những nhân tố rằng trong hoạt động tình dục có được sự tự do tuyệt đối hay sao? Thuộc trí năng

chúng ta bắt chước, thuộc trí năng chúng ta không sáng tạo, thuộc trí năng chúng ta là người nhai lại lần thứ nhất, hoặc nhai lại lần thứ hai; chúng ta nhai lại – nhai lại điều gì những người khác đã nói, những suy nghĩ nhỏ nhen của chúng ta. Ở đó chúng ta không năng động, sáng tạo, sinh động, tự do; và thuộc cảm xúc chúng ta không có đam mê, chúng ta không có những quan tâm sâu sắc. Chúng ta có lẽ đầy nhiệt huyết, nhưng nhiệt huyết đó chẳng mấy chốc phai nhạt; không có một đam mê được duy trì, và sống của chúng ta hầu như là máy móc, một thói quen hàng ngày. Bởi vì nó là một cuộc sống của những phản ứng lặp lại mà máy móc, thuộc trí năng, thuộc công nghệ, và hầu như thuộc cảm xúc, theo tự nhiên một hoạt động khác này trở nên quan trọng cực kỳ. Nếu có sự tự do thuộc trí năng và người ta có đam mê sâu thẳm, hừng hực, vậy thì tình dục có vị trí riêng của nó và trở nên không quan trọng lắm. Chúng ta sẽ không trao tặng nó ý nghĩa to tát, cố gắng tìm được hạnh phúc tột đỉnh qua tình dục, hay nghĩ rằng qua tình dục chúng ta sẽ đạt được sự hợp nhất hoàn toàn với con người. Chúng ta biết tất cả những sự việc mà chúng ta hy vọng tìm được qua nó!

Vậy là liệu những cái trí của chúng ta có thể tìm được sự tự do? Liệu những cái trí của chúng ta có thể sinh động và rõ ràng, nhạy bén lạ thường? – không phải sự nhạy bén mà chúng ta đã thu lượm được từ những người khác, từ những triết gia, những nhà tâm lý học, và những người tạm gọi là vị thầy tinh thần, mà không là tinh thần gì cả. Khi có một chất lượng của tự do đầy đam mê, sâu thẳm, lúc đó tình dục có vị trí riêng của nó. Lúc đó trong trắng là gì? Trong trắng có bất kỳ vị trí nào trong sống riêng của chúng ta hay không? Ý nghĩa của từ ngữ trong trắng đó là gì, không phải chỉ là nghĩa lý trong tự điển, nhưng ý nghĩa sâu thẳm của nó? Có một cái trí hoàn toàn

trong trắng có nghĩa gì? Tôi nghĩ chúng ta nên tìm hiểu câu hỏi đó. Có lẽ nó quan trọng nhiều hơn.

Nếu người ta ý thức được toàn hoạt động của cái trí – mà không có một phân chia như người quan sát đang nhìn ngắm cái trí và vì vậy tạo ra một xung đột giữa người quan sát và vật được quan sát – người ta không thấy sự định hình liên tục của những hình ảnh, và những hồi tưởng của vô số vui thú, bất hạnh, tai nạn, lãng nhục, và tất cả những ấn tượng, những ảnh hưởng, và những áp lực khác nhau, hay sao? Những điều này nhồi nhét vào những cái trí của chúng ta. Tư tưởng suy nghĩ về một hành động ái ân, dựng lên hình ảnh về nó, tưởng tượng nó, duy trì những cảm xúc kích thích, trở nên hứng khởi. Một cái trí như thế không là một cái trí trong trắng. Chính một cái trí không hình ảnh, không tưởng tượng, mới là một cái trí trong trắng. Lúc đó cái trí hoàn toàn hồn nhiên. Từ ngữ hồn nhiên có nghĩa một cái trí không thâm nhận những tổn thương – hay đưa ra những tổn thương; nó không thể gây tổn thương và cũng không thể bị tổn thương, nhưng lại hoàn toàn nhạy cảm. Một cái trí như thế là một cái trí trong trắng. Nhưng những người đã giữ những lời thề của trong trắng không trong trắng gì cả; họ luôn luôn đang đấu tranh trong chính họ. Tôi biết vô số những thầy tu ở phương Tây và ở phương Đông, và những hành hạ nào họ đã trải qua, tất cả đều vì mục đích tìm được Thượng đế. Những cái trí của họ bị biến dạng, bị tra tấn.

Tất cả điều này được bao hàm trong vui thú. Vui thú ở đâu trong liên hệ với tình yêu? Sự liên hệ giữa theo đuổi vui thú và tình yêu là gì? Rõ ràng, cả hai theo cùng nhau. Những đức hạnh của chúng ta được đặt nền tảng trên vui thú, luân lý của chúng ta được đặt nền tảng trên vui thú. Chúng ta nói rằng bạn có lẽ đến được nó qua sự hy sinh – mà cho bạn vui thú! – hay qua sự kháng cự, mà có lẽ cho bạn vui thú của đạt được cái gì đó. Vậy là có một đường gạch, liệu có một sự việc như thế,

giữa vui thú và tình yêu? Vui thú và tình yêu có thể theo cùng nhau, có thể được gắn bó lẫn nhau? Hay chúng luôn luôn tách lìa? Con người đã nói, “Tình yêu Thượng đế, và tình yêu đó không liên quan gì đến tình yêu trần tục”. Bạn biết điều này đã trở thành một vấn đề, không phải suốt những thế kỷ thuộc lịch sử, nhưng ngay từ khởi đầu của thời gian. Vì vậy nơi nào là đường gạch phân chia vui thú và tình yêu, hay không có đường gạch nào cả? Cái này không là cái kia, và nếu chúng ta đang theo đuổi vui thú, vì hầu hết chúng ta đều như vậy – nhân danh Thượng đế, nhân danh hòa bình, nhân danh đổi mới xã hội – vậy thì tình yêu có vị trí nào trong sự theo đuổi này?

Vậy là người ta phải tìm hiểu những câu hỏi này: Vui thú là gì và thưởng thức là gì và hân hoan là gì? Hạnh phúc có liên quan đến vui thú? Đừng nói không hay có, chúng ta hãy tìm ra. Nhìn ngắm một cái cây đẹp, một đám mây, ánh sáng trên dòng nước, một hoàng hôn, một bao la của bầu trời, hay khuôn mặt đẹp đẽ của một người đàn ông hay một phụ nữ hay một đứa trẻ. Trong niềm vui khi thấy cái gì đó rất đẹp, có sự thưởng thức vô cùng, một ý thức thực sự của trân trọng cái gì đó lạ thường, cao quý, trong sáng, dễ thương. Và khi bạn khước từ vui thú, bạn khước từ toàn sự trực nhận của vẻ đẹp. Và những tôn giáo đã khước từ nó. Tôi đã được người ta kể lại rằng, chỉ mới đây tranh vẽ phong cảnh mới trở thành những tranh vẽ tôn giáo ở thế giới phương Tây, mặc dù ở Trung quốc và phương Đông tranh vẽ phong cảnh và cây cối được trân trọng là cao quý và tôn giáo.

Tại sao cái trí theo đuổi vui thú? Không phải nó đúng hay sai, nhưng hệ thống máy móc của nguyên tắc vui thú này là gì? Nếu bạn nói đồng ý hay không đồng ý, vậy thì chúng ta bị lạc hướng, nhưng nếu cùng nhau chúng ta thực sự tìm ra điều gì là nguyên tắc, hệ thống máy móc của toàn chuyển động của vui thú này, vậy thì có lẽ chúng ta sẽ hiểu rõ sự thưởng thức thực

sự là gì. Vậy thì điều gì là hân hoan và hạnh phúc tốt đỉnh, trong đó được bao hàm ngây ngất? Ngây ngất có liên quan đến vui thú? Hân hoan có thể trở thành vui thú?

Hệ thống máy móc của vui thú là gì? Tại sao cái trí theo đuổi nó liên tục như thế? Bạn không thể ngăn cản sự nhận biết – thấy một ngôi nhà đẹp, hay một bãi cỏ xanh xinh xinh và ánh mặt trời trên nó, hay sa mạc bao la không một cọng cỏ nào trên chúng, và sự mênh mông của bầu trời. Bạn không thể ngăn cản thấy nó, và chính đang thấy đó là vui thú, là một hài lòng, phải không? Khi bạn thấy một khuôn mặt dễ thương – không chỉ một khuôn mặt cân đối, nhưng khuôn mặt có chiều sâu trong nó, vẻ đẹp, một chất lượng đằng sau nó, thông minh, đầy sức sống – thấy một khuôn mặt như thế là một kinh ngạc và trong sự nhận biết đó có một hài lòng. Bây giờ, khi nào hài lòng đó trở thành vui thú? Bạn thấy một bức tượng xinh xinh được chạm khắc bởi Michelangelo, và bạn nhìn ngắm nó; nó là cái vật lạ thường nhất, không phải bức tượng, nhưng chất lượng của nó. Trong sự nhận biết về nó, có vui thú lớn lao, hài lòng vô cùng. Bạn đi khỏi và cái trí vương vấn nó, tư tưởng bắt đầu. Bạn nói đó là bức tượng đẹp làm sao. Trong thấy, có sự cảm thấy cực độ, một chất lượng của nhận biết về cái gì đó tuyệt vời; sau đó tư tưởng hồi tưởng lại nó, nhớ lại nó, và nhớ lại vui thú mà bạn đã trải qua khi bạn đã thấy bức tượng đó. Vậy là tư tưởng tạo tác vui thú đó; nó cho sức sống, sự tiếp tục, đến sự kiện đó mà đã xảy ra khi bạn thấy bức tượng đó. Vậy là tư tưởng chịu trách nhiệm cho hành động theo đuổi vui thú. Đây không phải sáng chế của tôi, bạn có thể quan sát nó. Bạn trông thấy một hoàng hôn đẹp, rồi sau đó bạn nói, “Tôi ước tôi có thể quay lại đó và thấy lại nó”. Ngay khoảnh khắc thấy hoàng hôn đó, không có vui thú. Bạn đã thấy cái gì đó lạ thường, đầy ánh sáng và màu sắc và chiều sâu. Khi bạn đi khỏi và quay trở lại sống của bạn, cái trí của bạn nói, “Đó là một cảnh đẹp lạ

thường, tôi ước rằng tôi có thể bắt gặp nó lại”. Vậy là tư tưởng tiếp tục sự việc đó như vui thú. Đó là hệ thống máy móc phải không? Sau đó điều gì xảy ra? Bạn không bao giờ thấy hoàng hôn như ban đầu – không bao giờ! – bởi vì kỷ niệm của hoàng hôn đầu tiên đó vẫn còn, và bạn luôn luôn so sánh những hoàng hôn sau với nó. Vậy là bạn không bao giờ thấy cái gì đó hoàn toàn mới mẻ như ban đầu.

Vì vậy người ta hỏi: Liệu bạn có thể thấy hoàng hôn đó, hay khuôn mặt xinh đẹp, hay trải nghiệm ái ân của bạn, hay bất kỳ cái gì, thấy nó và kết thúc nó, không mang nó theo – dù cái đó đẹp đến vô cùng hay phiền muộn vô cùng hay đau đớn thân thể hoặc đau khổ tâm lý vô cùng? Liệu bạn có thể thấy vẻ đẹp của nó và kết thúc, hoàn toàn chấm dứt, không mang nó theo và cất giữ nó cho ngày hôm sau, tháng kế tiếp, tương lai? Nếu bạn có cất giữ nó, vậy thì tư tưởng đùa giỡn với nó. Tư tưởng là hành động cất giữ biến cố đó hay đau đớn đó hay đau khổ đó hay sự việc gây thích thú đó. Vì vậy làm thế nào người ta không ngăn cản, nhưng tỉnh thức được toàn tiến hành này và không cho phép tư tưởng vận hành?

Tôi muốn thấy hoàng hôn, tôi muốn thấy cây cối, tràn đầy vẻ đẹp của quả đất. Nó không là quả đất của tôi hay quả đất của bạn, nó là quả đất của chúng ta; nó không là quả đất của người Anh hay của người Nga hay của người Ấn độ, nó là quả đất của chúng ta để sống trên đó, không có tất cả những biên giới, không có tất cả những chiến tranh đầy thú tính, hung bạo, và sự bất hòa của con người. Tôi muốn quan sát tất cả những điều này. Bạn có khi nào thấy những cây cọ dừa trên một quả đồi đơn côi? Nó thật là một cảnh tuyệt vời! Hay một cái cây đơn chiếc trong một cánh đồng? Tôi muốn nhìn ngắm nó, tôi muốn thưởng thức nó, nhưng tôi không muốn giảm giá trị nó thành một vui thú nhỏ nhen, xấu xa. Và tư tưởng sẽ giảm giá trị nó.

Làm thế nào tư tưởng có thể vận hành khi cần thiết và không vận hành gì cả trong những phương hướng khác? Nó có thể được chỉ khi nào có tỉnh thức thực sự, tỉnh thức được toàn hệ thống máy móc của tư tưởng, cấu trúc và bản chất của tư tưởng, nơi nó phải vận hành – tuyệt đối hợp lý, lành mạnh, không loạn thần kinh hay cá nhân – và nơi nào nó không có vị trí. Vì vậy vẻ đẹp và tư tưởng là gì? Liệu trí năng có thể nhận biết vẻ đẹp? Nó có lẽ diễn tả, nó có lẽ bắt chước, nó có lẽ sao chép, nó có lẽ làm nhiều thứ, nhưng sự diễn tả không là vật được diễn tả. Chúng ta có thể tiếp tục và tiếp tục vào việc này vô tận.

Vậy là khi người ta hiểu rõ bản chất của vui thú và nguyên tắc của vui thú, tiếp theo tình yêu là gì? Tình yêu là ghen tuông? Tình yêu là chiếm hữu? Tình yêu là thống trị, quyền uy? Bạn biết tất cả những sự việc xảy ra trong sống – người phụ nữ thống trị người đàn ông hay người đàn ông thống trị người phụ nữ. Người đàn ông làm điều gì đó bởi vì anh ấy muốn theo đuổi nó; anh ấy tham vọng, tham lam, ganh tị; anh ấy muốn một vị trí, thanh danh. Người vợ của anh ấy nói, “Vì Chúa, hãy ngừng tất cả những việc ngu xuẩn đó và sống một loại sống khác”. Vậy là có một phân chia giữa hai người – mặc dù họ có lẽ ngủ chung với nhau. Liệu có thể có tình yêu khi có tham vọng, khi mỗi người đang theo đuổi những vui thú riêng tư đặc biệt của họ?

Vậy thì tình yêu là gì? Chắc chắn nó chỉ có thể xảy ra khi không còn tất cả những việc mà không là tình yêu, như tham vọng, ganh đua, muốn trở thành người nào đó. Đó là sống của chúng ta: Chúng ta muốn là người nào đó nổi tiếng, muốn thành công, trở thành một nhà văn, một họa sĩ, người nào đó quan trọng hơn. Tất cả điều đó là cái gì chúng ta muốn. Liệu một người đàn ông hay người phụ nữ như thế có thể biết tình yêu là gì? Điều đó có nghĩa, liệu có thể có tình yêu cho một

con người mà đang làm việc cho chính người ấy, không chỉ trong một phương hướng nhỏ nhoi, mà còn cả trong sự đồng hóa người ấy với chính thể, với Thượng đế, với hoạt động xã hội, với quốc gia, với một loạt những niềm tin? Chắc chắn là không. Và vẫn vậy đó là cái bẫy mà chúng ta bị trói buộc. Liệu chúng ta có thể tỉnh thức được cái bẫy đó, thực sự tỉnh thức – không phải bởi vì người nào đó giải thích nó – tỉnh thức được cái bẫy mà chúng ta bị trói buộc và phá sập nó? Đó là nơi cách mạng thực sự hiện diện, không phải sự điên rồ của những cách mạng bom đạn và những thay đổi xã hội. Mặc dù những thay đổi xã hội là rất cần thiết, những bom đạn lại không cần.

Vậy là người ta phát giác hay bất chợt bắt gặp mà không biết, mà không mời mọc, sự việc được gọi là tình yêu này khi những sự việc khác không còn. Nó xảy ra khi chúng ta thực sự đã hiểu rõ bản chất của vui thú và làm thế nào tư tưởng hủy diệt cái sự việc mà đã là một hân hoan vô cùng. Hân hoan không thể được biến thành vui thú. Hân hoan đến tự nhiên; nó xảy ra; giống như hạnh phúc, nó đến. Nhưng khoảnh khắc bạn nói, “Ồ, tôi hạnh phúc quá”, bạn không còn hạnh phúc nữa.

Vậy thì tình yêu trong sự liên hệ của con người là gì? Nơi chỗ của tình yêu trong sự liên hệ của con người là gì? Nó có bất kỳ vai trò nào không? Tuy nhiên chúng ta phải sống cùng nhau, chúng ta phải hợp tác cùng nhau, chúng ta phải có con cái cùng nhau. Liệu cái người mà thương yêu có thể gửi người con trai của họ ra chiến trường? Đó là vấn đề của bạn. Bạn có con cái, và sự giáo dục của bạn đang chuẩn bị những đứa trẻ cho chiến tranh, để giết chóc. Hãy tìm ra! Vậy là tình yêu đó là gì, và sự liên hệ của nó với sự tồn tại của con người chúng ta là gì? Tôi nghĩ câu hỏi đó chỉ có thể được giải đáp – thực sự, không bằng từ ngữ hay trí năng – khi toàn nguyên tắc của vui thú, và tư tưởng, và đang trở thành này, được hiểu rõ. Lúc đó bạn sẽ tìm được một loại liên hệ hoàn toàn khác hẳn.





## Cùng học sinh tại trường Rajghat, 19 tháng mười hai 1952

Chúng ta đang bàn về vấn đề phức tạp của tình yêu. Tôi không nghĩ chúng ta sẽ hiểu rõ nó cho đến khi chúng ta hiểu rõ một vấn đề cũng phức tạp bằng, mà chúng ta gọi là cái trí. Bạn có nhận thấy, khi chúng ta còn rất nhỏ, chúng ta thật là hiếu kỳ? Chúng ta muốn biết; chúng ta thấy nhiều sự việc hơn những người lớn. Chúng ta quan sát, nếu chúng ta có sự tinh táo, những sự việc mà những người lớn không nhận ra. Cái trí, khi chúng ta còn nhỏ, tinh táo nhiều hơn, tò mò nhiều hơn và muốn biết. Đó là lý do tại sao, khi chúng ta còn nhỏ, chúng ta học môn toán, môn địa rất dễ dàng. Khi chúng ta lớn lên, những cái trí của chúng ta càng trở nên mỗi lúc một khô cứng, mỗi lúc một nặng nề, mỗi lúc một cồng kềnh. Bạn có nhận thấy những người lớn đã bị thành kiến biết chừng nào? Cái trí của họ bị cố định, họ không cởi mở, họ tiếp cận mọi vấn đề bằng một quan điểm cố định. Lúc này bạn còn trẻ; nhưng nếu bạn không cảnh giác lắm, bạn cũng sẽ trở thành như thế.

Vậy thì không quan trọng phải hiểu rõ cái trí, và thấy liệu bạn không thể mềm dẻo, không thể thích ứng tức khắc, không thể có những khả năng lạ thường trong mọi biến đổi của sống, không thể tìm hiểu sâu thẳm và hiểu rõ, thay vì dần dần trở nên khô cứng, hay sao? Bạn không nên biết những phương cách của cái trí, cho mục đích hiểu rõ những phương cách của tình yêu, hay sao? Bởi vì chính cái trí hủy diệt tình yêu. Những con người khôn ngoan, những con người tinh ranh không biết tình yêu là gì bởi vì những cái trí của họ quá lanh lợi, bởi vì họ quá

khôn ngoan, bởi vì họ quá hời hợt – mà có nghĩa sống trên bề mặt – và tình yêu không là một sự việc hiện diện trên bề mặt.

Cái trí là gì? Tôi không đang nói về bộ não, cấu trúc vật chất của bộ não mà mọi nhà tâm lý sẽ chỉ bảo cho bạn. Bộ não là cái gì đó mà phản ứng đến vô số những đáp trả thuộc thần kinh. Nhưng bạn sẽ tìm ra cái trí là gì. Cái trí nói, “Tôi suy nghĩ; nó là của tôi; nó là của bạn; tôi bị tổn thương; tôi ghen tuông; tôi thương yêu; tôi thù hận; tôi là một người Ấn độ; tôi là một người Hồi giáo; tôi tin tưởng điều này; tôi không tin tưởng điều kia; tôi biết; bạn không biết; tôi kính trọng; tôi khinh bỉ; tôi muốn; tôi không muốn”. Cái vật này là gì? Nếu bạn không hiểu rõ nó – nếu bạn không thân thuộc với toàn tiến hành của suy nghĩ, mà là cái trí – nếu bạn không tỉnh thức được cái đó, bạn sẽ dần dần, khi bạn lớn lên, trở nên khô cằn, cứng ngắt, tối tăm, bị cố định trong một khuôn mẫu nào đó của suy nghĩ.

Cái vật này mà bạn gọi là cái trí là gì? Nó là phương cách của suy nghĩ, cách bạn suy nghĩ. Tôi đang nói về cái trí của bạn – không phải cái trí của ai đó và cách nó suy nghĩ – cách bạn cảm thấy, cách bạn quan sát cây cối, một con cá, người dân chài, cách bạn nghĩ về người dân làng. Cái trí đó dần dần bị thiên lệch hay bị cố định trong một khuôn mẫu nào đó. Khi bạn muốn cái gì đó, khi bạn ham muốn, khi bạn thèm khát, khi bạn muốn là cái gì đó, vậy thì bạn thiết lập một khuôn mẫu; đó là, cái trí của bạn tạo ra một khuôn mẫu và bị trói buộc. Ham muốn của bạn cố định cái trí của bạn. Ví dụ, tôi muốn là một người rất giàu có. Sự ham muốn để là một người giàu có tạo ra một khuôn mẫu và sau đó suy nghĩ của tôi bị trói buộc trong nó, và tôi chỉ có thể suy nghĩ trong những quy định đó, và tôi không thể ra khỏi nó. Vậy là cái trí bị trói buộc trong nó, bị cố định trong nó, bị cứng ngắt, tối tăm. Hay nếu tôi tin tưởng cái gì đó – Thượng đế, một hệ thống chính trị nào đó – chính sự

tin tưởng bắt đầu thiết lập một khuôn mẫu, bởi vì tin tưởng đó là kết quả của ham muốn của tôi và ham muốn đó cũng cố những bức tường của khuôn mẫu. Dần dần, cái trí của tôi trở nên tối tăm, không thể điều chỉnh, lạnh lẽ, nhạy bén, rõ ràng, bởi vì tôi bị trói buộc trong sự rối loạn của những ham muốn riêng của tôi.

Vì vậy nếu tôi không thực sự tìm hiểu tiến hành này của cái trí tôi, những cách tôi suy nghĩ, những cách tôi hiểu về tình yêu, nếu tôi không thân thuộc những cách suy nghĩ riêng của tôi, tôi không thể tìm được tình yêu là gì. Sẽ không có tình yêu khi cái trí của tôi ham muốn những yếu tố nào đó của tình yêu, những hành động nào đó của tình yêu, và khi tôi tưởng tượng tình yêu nên là gì. Như vậy tôi cho những động cơ nào đó vào tình yêu. Vậy là, dần dần, tôi tạo ra khuôn mẫu của hành động liên quan đến tình yêu. Nhưng nó không là tình yêu; nó chỉ là ham muốn của tôi về tình yêu nên là gì. Ví dụ, tôi sở hữu bạn như một người vợ hay như một người chồng. Bạn hiểu rõ từ ngữ sở hữu? Bạn sở hữu cái sari của bạn hay cái áo khoác của bạn. Nếu ai đó lấy nó đi, bạn sẽ giận dữ, bạn sẽ lo âu, bạn sẽ tức tối. Tại sao? Bởi vì bạn coi cái sari của bạn hay cái áo khoác của bạn như thuộc về bạn, tài sản của bạn; bạn sở hữu nó; bởi vì qua sở hữu bạn cảm thấy giàu có.

Qua có nhiều cái sari, nhiều cái áo khoác, bạn cảm thấy giàu có, không chỉ giàu có phần vật chất mà còn cả bên trong. Vì vậy khi ai đó lấy đi cái áo khoác của bạn, bạn cảm thấy tức tối bởi vì bên trong bạn đang bị tước đoạt mất cảm giác giàu có đó, cảm giác sở hữu đó. Sở hữu tạo ra một rào chắn, phải không, liên quan đến tình yêu? Nếu tôi có bạn, sở hữu bạn, đó là tình yêu sao? Tôi sở hữu bạn giống như tôi sở hữu một chiếc xe hơi, một cái áo khoác, một cái sari, bởi vì trong sở hữu, tôi cảm thấy rất giàu có; tôi lệ thuộc vào nó; bên trong nó rất quan trọng đối với tôi. Có này, sở hữu này, lệ thuộc này, là điều gì

chúng ta gọi là tình yêu. Nhưng nếu bạn tìm hiểu nó, bạn sẽ thấy rằng, đằng sau nó, cái trí cảm thấy được thỏa mãn trong sở hữu. Rốt cuộc, khi bạn sở hữu một cái sa ri hay nhiều cái sa ri hay một chiếc xe hơi hay một ngôi nhà, bên trong nó cho bạn một thỏa mãn nào đó, sự cảm thấy rằng nó là của bạn.

Vậy là cái trí đang thèm khát, đang mong muốn, tạo ra một khuôn mẫu, và trong khuôn mẫu đó nó bị trói buộc, và vậy là cái trí trở nên mỗi mết, trì trệ, dần dần, không chín chắn. Cái trí là trung tâm của cảm thấy cái “của tôi” đó, cảm thấy rằng tôi có cái gì đó, rằng tôi là một người quan trọng, rằng tôi là một người thấp hèn, rằng tôi bị lãng nhục, rằng tôi được nịnh nọt, rằng tôi thông minh, hay rằng tôi rất đẹp, hay rằng tôi muốn có tham vọng, hay rằng tôi là con gái của người nào đó hay tôi là con trai của người nào đó. Cảm thấy đó của cái “tôi lệ thuộc”, cái “tôi”, là trung tâm của cái trí, là chính cái trí. Vì vậy cái trí càng cảm thấy “Đây là cái của tôi”, và thiết lập những bức tường quanh cảm thấy rằng “Tôi là người nào đó”, rằng “Tôi phải vĩ đại”, rằng “Tôi là một người rất thông minh”, hay rằng “Tôi là một người rất dốt nát hay tối dạ” nhiều bao nhiêu, nó càng tạo ra một khuôn mẫu nhiều bấy nhiêu, nó càng trở nên khép kín, dần dần nhiều bấy nhiêu. Rồi thì có phiền muộn; rồi thì có đau khổ trong sự khép kín đó. Rồi thì nó nói, “Tôi phải làm gì đây?” Rồi thì nó đấu tranh để tìm ra cái gì khác thay vì phá sập những bức tường đang bủa vây nó – bằng tư tưởng, bằng sự ý thức cẩn thận, bằng thâm nhập nó, bằng hiểu rõ nó. Nó muốn thấu nhận cái gì đó từ bên ngoài rồi sau đó tự-khép kín lại. Thế là dần dần, cái trí trở thành một rào chắn đối với tình yêu. Vì vậy nếu không có sự hiểu rõ về sống, về cái trí là gì, về cách suy nghĩ, về cách từ đó có hành động, chúng ta không thể tìm được tình yêu là gì.

Cái trí cũng không là công cụ của sự so sánh hay sao? Bạn nói cái này tốt hơn cái kia, bạn so sánh chính bạn với người

nào đó đẹp dễ hơn, thông minh hơn. Có sự so sánh khi bạn nói, “Tôi nhớ con sông tuyệt vời đó mà tôi đã trông thấy cách đây một năm, và nó vẫn còn đẹp lắm”. Bạn so sánh chính bạn với người nào đó, so sánh chính bạn với một mẫu mực, với lý tưởng tối thượng. Sự nhận xét so sánh làm cho cái trí chờ đợi, nó không mãi bén cái trí, nó không làm cho cái trí toàn diện, bao quát, bởi vì, khi lúc nào bạn cũng đang so sánh, điều gì đã xảy ra? Bạn thấy hoàng hôn, và tức khắc bạn so sánh hoàng hôn đó với hoàng hôn trước. Bạn thấy một hòn núi và bạn thấy nó đẹp quá. Sau đó bạn nói, “Tôi đã trông thấy một hòn núi đẹp hơn nhiều cách đây hai năm”. Khi bạn đang so sánh, bạn thực sự không đang nhìn ngắm hoàng hôn ở đó, nhưng bạn đang quan sát nó vì mục đích so sánh nó với cái gì đó. Vậy là sự so sánh ngăn cản bạn không nhìn ngắm trọn vẹn. Tôi nhìn bạn, bạn trông đẹp, nhưng tôi nói, “Tôi biết một người đẹp dễ hơn nhiều, một người tốt lành hơn nhiều, một người cao quý hơn nhiều, một người dốt nát hơn nhiều”. Khi tôi làm việc này, tôi không đang nhìn ngắm bạn. Bởi vì cái trí của tôi bị choán đầy bởi cái gì đó, tôi không đang nhìn ngắm bạn gì cả. Trong cùng cách đó, tôi không đang nhìn ngắm hoàng hôn gì cả. Muốn thực sự nhìn ngắm hoàng hôn, phải không có so sánh; muốn thực sự nhìn ngắm bạn, tôi không được so sánh bạn với người nào khác. Chỉ khi nào tôi quan sát bạn mà không có sự nhận xét so sánh, lúc đó tôi có thể hiểu rõ bạn. Nhưng khi tôi so sánh bạn với người nào khác, vậy thì tôi đánh giá bạn và tôi nói, “Ồ, anh ấy là người rất ngu dốt”. Vậy là sự ngu dốt nảy sinh khi có sự so sánh. Tôi so sánh bạn với người nào khác, và chính so sánh đó tạo ra sự mất mát phẩm giá của con người. Khi tôi nhìn bạn mà không so sánh, tôi chỉ quan tâm đến bạn, không đến người nào khác. Chính sự quan tâm đến bạn, không so sánh, mang lại phẩm giá của con người.

Vậy là chừng nào cái trí còn đang so sánh, không có tình yêu, và cái trí lại luôn luôn đang nhận xét, đang so sánh, đang cân nhắc, đang nhìn để tìm ra sự yếu ớt ở đâu. Vậy là nơi nào có so sánh, không có tình yêu. Khi người mẹ và người cha thương yêu con cái của họ, họ không so sánh chúng, họ không so sánh người con của họ với một đứa trẻ khác; nó là người con của họ và họ thương yêu người con của họ. Nhưng bạn lại muốn so sánh chính bạn với người nào đó tốt lành hơn, với người nào đó cao quý hơn, với người nào đó giàu có hơn. Thế là bạn tự tạo ra trong chính bạn một mất mát của tình yêu. Bạn luôn luôn quan tâm đến chính bạn trong liên hệ với người nào khác. Khi cái trí trở nên mỗi lúc một so sánh, mỗi lúc một sở hữu, mỗi lúc một lệ thuộc, nó tạo ra một khuôn mẫu trong đó nó bị trói buộc, vì vậy nó không thể nhìn bất kỳ cái gì mới mẻ lại, trong sáng lại. Và thế là nó hủy diệt chính cái đó, chính hương thơm của sống đó, mà là tình yêu.

Học sinh: Có một kết thúc của tình yêu hay không? Tình yêu được đặt nền tảng trên sự quyến rũ phải không?

**Krishnamurti:** Giả sử bạn bị quyến rũ bởi một con sông đẹp, bởi một người phụ nữ đẹp, hay một người đàn ông. Có gì sai trái với việc đó? Chúng ta đang thử tìm ra. Bạn thấy, khi tôi bị quyến rũ bởi một người phụ nữ, một người đàn ông, hay một đứa trẻ hay sự thật, tôi muốn ở cùng nó, tôi muốn sở hữu nó, tôi muốn gọi nó là riêng biệt của tôi; tôi nói rằng nó là của tôi và nó không là của bạn. Tôi bị quyến rũ bởi người đó, tôi phải gần gũi người đó, thân thể của tôi phải gần gũi thân thể của người đó. Vậy là tôi đã làm gì? Thông thường điều gì xảy ra? Sự kiện là tôi bị quyến rũ và tôi muốn gần gũi người đó; đó là một sự kiện, không phải một lý tưởng. Và nó cũng là một sự kiện rằng khi tôi bị quyến rũ và tôi muốn sở hữu, không có tình yêu. Quan tâm của tôi là với sự kiện chứ không phải với

tôi nên là gì. Khi tôi sở hữu một người, tôi không muốn người đó nhìn bất kỳ một ai khác. Khi tôi coi người đó như của tôi, có tình yêu hay không? Chắc chắn là không. Khoảnh khắc cái trí của tôi tạo tác một hàng rào chung quanh người đó, như “người yêu của tôi”, không có tình yêu.

Sự kiện là cái trí của tôi luôn luôn đang làm việc đó. Đó là điều gì chúng ta đang bàn luận, thấy cái trí đang vận hành như thế nào; và có lẽ, vì tỉnh thức được nó, cái trí, tự nó sẽ yên lặng.

***Học sinh: Tại sao người ta cảm thấy sự cần thiết của tình yêu?***

***Krishnamurti:*** Bạn có ý, tại sao chúng ta phải có tình yêu? Tại sao nên có tình yêu? Liệu chúng ta có thể sống mà không có nó? Điều gì sẽ xảy ra nếu bạn không có cái tạm gọi là tình yêu này? Nếu cha mẹ của bạn bắt đầu suy nghĩ kỹ càng tại sao họ thương yêu bạn, bạn có lẽ không hiện diện ở đây. Họ có lẽ quăng bạn ra ngoài. Họ nghĩ rằng họ thương yêu bạn; vì vậy họ muốn bảo vệ bạn, họ muốn thấy bạn được giáo dục, họ cảm thấy rằng họ phải cho bạn mọi cơ hội để là cái gì đó. Cảm thấy phải bảo vệ này, cảm thấy muốn bạn được giáo dục này, cảm thấy bạn phụ thuộc vào họ này, là điều gì thông thường họ gọi là tình yêu. Nếu không có nó, điều gì sẽ xảy ra? Điều gì sẽ xảy ra nếu cha mẹ của bạn không thương yêu bạn? Bạn sẽ bị bỏ bê, bạn sẽ là cái gì đó gây phiền phức, bạn sẽ bị đuổi ra ngoài, họ sẽ thù ghét bạn. Vì vậy, may mắn thay, có cảm thấy của tình yêu này, có lẽ bị vắn đục, có lẽ bị bôi bẩn và xấu xa, nhưng vẫn còn có cảm thấy đó, may mắn thay cho bạn và tôi; nếu không bạn và tôi sẽ không được giáo dục, sẽ không hiện diện.



## Bombay, 12 tháng hai 1950

Người hỏi: Sống của chúng ta không có bất kỳ động lực thực sự nào của sự rộng lượng, và chúng ta tìm kiếm để lấp đầy sự thiếu thốn này bởi sự từ tâm có tổ chức và sự công bằng ép buộc. Tình dục là sống của chúng ta. Ông có thể khai sáng về đề tài chán ngắt này không?

Krishnamurti: Giải thích câu hỏi: Vấn đề của chúng ta là rằng sống của chúng ta bị trống rỗng, và chúng ta không biết tình yêu; chúng ta biết những cảm xúc, chúng ta biết phô trương, chúng ta biết những đòi hỏi tình dục, nhưng không có tình yêu. Và làm thế nào sự trống rỗng này sẽ được thay đổi, làm thế nào người ta sẽ tìm được ngọn lửa không khói đó? Chắc chắn, đó là câu hỏi, phải không? Vì vậy chúng ta hãy cùng nhau tìm ra sự thật của vấn đề này.

Tại sao sống của chúng ta trống rỗng? Mặc dù chúng ta rất hoạt động, mặc dù chúng ta viết sách và xem phim, mặc dù chúng ta chơi đùa, thương yêu, và đi làm, vẫn vậy sống của chúng ta trống rỗng, nhàm chán, chỉ là thói quen hàng ngày. Tại sao những liên hệ của chúng ta quá phô trương, trống rỗng, và chẳng có ý nghĩa bao nhiêu? Chúng ta biết sống riêng của chúng ta quá rõ ràng để ý thức được rằng sự tồn tại của chúng ta chẳng có ý nghĩa bao nhiêu; chúng ta trích dẫn những câu nói và những ý tưởng mà chúng ta đã học được – điều gì những người khác đã nói, điều gì những người đạo cao đức trọng, những vị thánh đời nay, hay những vị thánh cổ xưa, đã nói. Nếu không là một người lãnh đạo tôn giáo, thì lại là một người lãnh đạo trí thức hay chính trị mà chúng ta tuân theo, hoặc là Marx, hoặc là Adler, hoặc là Christ. Chúng ta chỉ là những cái máy hát đĩa đang lặp lại, và chúng ta gọi sự lặp lại

này là kiến thức. Chúng ta học hỏi, chúng ta lặp lại, và sống của chúng ta vẫn còn hoàn toàn phô trương, nhảm chán, và xấu xa. Tại sao? Tại sao nó lại như thế? Tại sao chúng ta lại trao sự quan trọng như thế cho những sự việc của cái trí? Tại sao cái trí đã trở thành quan trọng như thế trong sống của chúng ta? – cái trí là những ý tưởng, tư tưởng, khả năng để lý luận, để cân nhắc, để thăng bằng, để tính toán? Tại sao chúng ta đã trao sự quan trọng lạ thường như thế cho cái trí? – mà không có nghĩa rằng chúng ta phải trở nên xúc cảm, ủy mị, và hay bực lộ. Chúng ta biết trạng thái trống rỗng này, chúng ta biết ý thức lạ lùng của tuyệt vọng này. Tại sao trong sống của chúng ta lại có sự hời hợt kỳ cục này, ý thức của tiêu cực này? Chắc chắn, chúng ta có thể hiểu rõ nó chỉ khi nào chúng ta tiếp cận nó qua sự tỉnh thức trong liên hệ.

Điều gì thực sự đang xảy ra trong những liên hệ của chúng ta? Những liên hệ của chúng ta không là một tự-cô lập hay sao? Mọi hoạt động của cái trí không là một tiến hành của bảo vệ, của tìm kiếm an toàn, cô lập hay sao? Chính suy nghĩ đó, mà chúng ta nói là tập thể, không là một tiến hành của cô lập hay sao? Mọi hành động của sống của chúng ta không là một tiến hành đang tự-khép kín hay sao? Bạn có thể thấy nó trong sống hàng ngày của bạn. Gia đình đã trở thành một tiến hành đang tự-cô lập, và bởi vì tự-cô lập, nó phải tồn tại trong đối nghịch. Vì vậy tất cả những hành động của chúng ta đang dẫn đến tự-cô lập, mà tạo ra ý thức trống rỗng này; và bởi vì bị trống rỗng, chúng ta bắt đầu lấp đầy sự trống rỗng bằng máy khâu thanh, bằng sự ồn ào, bằng huyền thuyên, bằng bàn tán, bằng đọc sách báo, bằng sự thâm lường hiểu biết, bằng sự kính trọng, tiền bạc, vị trí xã hội, vân vân và vân vân. Nhưng đây là tất cả thành phần của sự tiến hành gây cô lập, và vì vậy nó chỉ củng cố sức mạnh cho sự cô lập. Vậy là với hầu hết chúng ta, sống là một tiến hành của cô lập, của phủ nhận, chống đối,

tuân phục đến một khuôn mẫu; và tự nhiên trong tiến hành đó không có sống, và thế là có một ý thức của trống rỗng, một ý thức của tuyệt vọng. Chắc chắn, thương yêu người nào đó là hiệp thông cùng người đó, không phải ở một mức độ đặc biệt nhưng tổng thể, hòa hợp, tràn đầy; nhưng chúng ta không biết tình yêu như thế. Chúng ta chỉ biết tình yêu như cảm xúc – con cái của tôi, người vợ của tôi, tài sản của tôi, hiểu biết của tôi, thành công của tôi; và lại nữa việc đó là một tiến hành gây cô lập. Trong mọi phương hướng sống của chúng ta đều dẫn đến sự loại trừ; nó là một động lực tự-khép kín của tư tưởng và cảm thấy, và thỉnh thoảng chúng ta có hiệp thông cùng nhau. Đó là lý do tại sao có vấn đề to lớn này.

Hiện nay, đó là tình trạng thực sự của sống của chúng ta – kính trọng, sở hữu, và trống rỗng – và câu hỏi là làm thế nào chúng ta sẽ vượt khỏi nó. Làm thế nào chúng ta sẽ vượt khỏi cô độc này, trống rỗng này, thiếu thốn này, nghèo đói bên trong này? Tôi nghĩ rằng hầu hết chúng ta đều không muốn. Hầu hết chúng ta đều thỏa mãn như hiện nay chúng ta là. Quá mệt mỏi khi phải tìm ra một điều mới mẻ, vì vậy chúng ta thích ở nguyên như hiện nay chúng ta là hơn – và đó là sự khó khăn thực sự. Chúng ta có quá nhiều an toàn; chúng ta đã thiết lập những bức tường quanh chính chúng ta mà chúng ta được thỏa mãn với chúng; và thỉnh thoảng có một xáo trộn ngoài bức tường; thỉnh thoảng có một động đất, một cách mạng, một xáo trộn mà chúng ta vội vã giấu giếm đi. Vậy là hầu hết chúng ta thực sự đều không muốn ra khỏi sự tiến hành tự-khép kín; mọi chuyện mà chúng ta đang tìm kiếm là một thay thế, cùng sự việc trong một hình thức khác. Sự bất mãn của chúng ta quá hời hợt; chúng ta muốn một sự việc mới mẻ mà sẽ gây thỏa mãn cho chúng ta, một an toàn mới mẻ, một phương cách mới mẻ để bảo vệ chính chúng ta – mà lại nữa là sự tiến hành của cô lập. Thật ra chúng ta đang tìm kiếm, không phải ra khỏi sự

cô lập, nhưng cũng cố sự cô lập để cho nó sẽ vĩnh cửu và không bị quấy rầy. Chỉ có ít người muốn phá vỡ và thấy cái gì vượt khỏi sự việc này mà chúng ta gọi là trống rỗng, cô độc. Những người đang tìm kiếm một thay thế cho cái cũ kỹ sẽ được thỏa mãn khi khám phá cái gì đó mà trao tặng họ một an toàn mới mẻ, nhưng chắc chắn có vài người sẽ muốn vượt khỏi điều đó, vì vậy chúng ta sẽ bắt đầu với họ.

Bây giờ, muốn vượt khỏi cô độc, trống rỗng, người ta phải hiểu rõ toàn tiến hành của cái trí. Cái sự việc này mà chúng ta gọi là cô độc, trống rỗng là gì? Làm thế nào chúng ta biết nó là trống rỗng, làm thế nào chúng ta biết nó là cô độc. Bởi sự đo lường nào mà bạn nói nó là cái này và không là cái kia? Khi bạn nói nó là cô độc, nó là trống rỗng, cái gì là sự đo lường? Bạn có thể biết nó chỉ phụ thuộc vào sự đo lường của cái cũ kỹ. Bạn nói nó là trống rỗng, bạn cho nó một cái tên, và bạn nghĩ rằng bạn đã hiểu rõ nó. Không phải chính hành động đặt tên sự việc là một cản trở cho sự hiểu rõ nó hay sao? Hầu hết chúng ta đều biết cô độc này là gì, mà chúng ta đang cố gắng tẩu thoát khỏi nó. Hầu hết chúng ta đều tỉnh thức được sự nghèo đói bên trong này, sự thiếu thốn bên trong này. Nó không là một phản ứng chưa phát triển đầy đủ, nó là một sự kiện, và bằng cách gọi nó là cái tên nào đó, chúng ta không thể giải quyết nó – nó ở đó. Bây giờ, làm thế nào chúng ta biết nội dung của nó, làm thế nào chúng ta biết bản chất của nó? Bạn biết cái gì đó bằng cách cho nó một cái tên? Bạn biết tôi bằng cách gọi tôi bởi một cái tên? Bạn có thể biết tôi chỉ khi nào bạn nhìn ngắm tôi, chỉ khi nào bạn hiệp thông cùng tôi, nhưng gọi tôi bởi một cái tên, nói tôi là điều này hay điều kia, chắc chắn kết thúc sự hiệp thông cùng tôi. Tương tự như thế, muốn biết bản chất của sự việc đó mà chúng ta gọi là cô độc, phải có sự hiệp thông cùng nó, và hiệp thông không thể xảy ra được nếu bạn đặt tên nó. Muốn hiểu rõ điều gì đó, đầu tiên sự đặt tên

phải chấm dứt. Nếu bạn muốn hiểu rõ người con của bạn – mà tôi nghi ngờ lắm – bạn làm gì? Bạn quan sát cậu ấy, nhìn ngắm cậu ấy khi chơi đùa, theo sát cậu ấy, tìm hiểu cậu ấy. Nói cách khác, bạn thương yêu sự việc mà bạn muốn hiểu rõ. Khi bạn thương yêu cái gì đó, tự nhiên có sự hiệp thông cùng nó, nhưng tình yêu không là một từ ngữ, một cái tên, một tư tưởng. Bạn không thể thương yêu điều mà bạn gọi là cô độc bởi vì bạn không tỉnh thức trọn vẹn được nó, bạn tiếp cận nó bằng sự sợ hãi – không phải sợ hãi nó, nhưng sợ hãi cái gì khác. Bạn đã không suy nghĩ về cô độc bởi vì bạn thực sự không biết nó là gì. Đừng cười, đây không là một tranh luận thông minh. Hãy trải nghiệm sự kiện trong khi chúng ta đang nói chuyện, vậy là bạn sẽ thấy ý nghĩa của nó.

Vì vậy cái sự việc đó mà chúng ta gọi là trống rỗng là một qui trình của cô lập, mà là sản phẩm của sự liên hệ hàng ngày, bởi vì trong liên hệ chúng ta cố tình hay vô tình đang tìm kiếm sự loại trừ. Bạn muốn là người sở hữu độc quyền của tài sản của bạn, của người vợ hay người chồng của bạn, của con cái của bạn; bạn muốn đặt tên món đồ vật hay con người như cái của tôi, mà rõ ràng có nghĩa là sự kiểm được độc quyền. Sự tiến hành loại trừ này chắc chắn phải dẫn đến một ý thức của cô lập và bởi vì không thứ gì có thể sống trong cô lập, có xung đột, và từ xung đột đó chúng ta đang cố gắng tẩu thoát. Tất cả những hình thức tẩu thoát mà chúng ta có thể hình thành – đầu là những hoạt động xã hội, nhậu nhẹt, theo đuổi Thượng đế, thực hiện những nghi thức, trình diễn những lễ lạc, nhảy múa, và những vui chơi khác – đều cùng một mức độ; và nếu trong sống hàng ngày chúng ta thấy toàn tiến hành của tẩu thoát khỏi xung đột này và muốn vượt khỏi nó, chúng ta phải hiểu rõ sự liên hệ. Chỉ khi nào cái trí không đang tẩu thoát trong bất kỳ hình thức nào thì mới có thể hiệp thông trực tiếp cùng sự việc đó mà chúng ta gọi là cô độc, trạng thái một mình, và muốn có

hiệp thông cùng sự việc đó, phải có thương yêu, phải có tình yêu. Nói cách khác, bạn phải thương yêu sự việc đó để hiểu rõ nó. Tình yêu là cách mạng duy nhất, và tình yêu không là một lý thuyết, không là một ý tưởng; nó không tuân theo bất kỳ quyền sách hay bất kỳ khuôn mẫu nào thuộc cách cư xử của xã hội.

Vì vậy giải pháp của vấn đề không thể được tìm ra trong những lý thuyết, mà chỉ tạo ra xung đột thêm nữa. Nó có thể được tìm ra chỉ khi nào cái trí, mà là tư tưởng, không đang tìm kiếm một tẩu thoát khỏi trạng thái cô độc. Tẩu thoát là một tiên hành của cô lập, và sự thật của vấn đề là rằng có thể có sự hiệp thông chỉ khi nào có tình yêu. Chỉ đến lúc đó vấn đề của cô lập mới được giải quyết.



## Ojai, 28 tháng tám 1949

Người hỏi: Những ý tưởng có gây tách rời, nhưng những ý tưởng cũng mang con người lại cùng nhau. Đây không là sự biểu lộ của tình yêu mà làm cho cuộc sống cộng đồng có thể tồn tại hay sao?

Krishnamurti: Tôi tự hỏi, khi bạn đưa ra một câu hỏi như thế, liệu bạn có nhận ra rằng những ý tưởng, những niềm tin, những quan điểm, gây tách rời con người; rằng những học thuyết gây vỡ vụn; những ý tưởng chắc chắn gây phân chia? Những ý tưởng không kéo con người lại cùng nhau – mặc dù bạn có lẽ cố gắng mang con người lại cùng nhau tùy theo những học thuyết đối nghịch và khác biệt. Những ý tưởng không bao giờ có thể kéo con người lại gần nhau, bởi vì những ý tưởng có thể luôn luôn bị đối nghịch và bị triệt tiêu qua xung đột. Rốt cuộc, những ý tưởng là những hình ảnh, những cảm xúc, những từ ngữ. Liệu những từ ngữ, những cảm xúc, những tư tưởng, có thể kéo con người lại cùng nhau? Hay người ta cần đến một sự việc hoàn toàn khác hẳn để kéo con người lại cùng nhau? Người ta thấy rằng thù hận, sợ hãi, và chủ nghĩa quốc gia mang con người lại cùng nhau. Sợ hãi mang con người lại cùng nhau. Một hận thù chung thỉnh thoảng mang những con người đối nghịch lại cùng nhau, giống như chủ nghĩa quốc gia mang những con người của những nhóm đối nghịch lại cùng nhau. Chắc chắn, đây là những ý tưởng. Và tình yêu là một ý tưởng hay sao? Bạn có thể suy nghĩ về tình yêu à? Bạn có thể suy nghĩ về một người mà bạn thương yêu, hay nhóm người mà bạn thương yêu. Nhưng đó là tình yêu? Khi có suy nghĩ về tình yêu, đó là tình yêu à? Tư tưởng là tình yêu? Và chắc chắn, chỉ có tình yêu mới kéo con người lại cùng

nhau, không phải tư tưởng – không phải một nhóm đối nghịch một nhóm khác. Nơi nào tình yêu hiện diện, không có nhóm người, không giai cấp, không quốc tịch. Vậy là người ta phải tìm ra chúng ta có ý gì qua từ ngữ tình yêu.

Chúng ta biết chúng ta có ý gì qua những từ ngữ những ý tưởng, những quan điểm, những niềm tin. Vì vậy chúng ta có ý gì qua từ ngữ tình yêu? Nó là một sự việc của cái trí? Nó là một sự việc của cái trí, khi những sự việc của cái trí lấp đầy tâm hồn. Và với hầu hết chúng ta, nó là như thế. Chúng ta đã lấp đầy tâm hồn của chúng ta bằng những sự việc của cái trí, mà là những quan điểm, những ý tưởng, những cảm xúc, những niềm tin; và quanh đó và trong đó chúng ta sống và thương yêu. Nhưng đó là tình yêu? Chúng ta có thể suy nghĩ về tình yêu? Khi bạn thương yêu, tư tưởng đang vận hành à? Tình yêu và tư tưởng không đối nghịch; làm ơn chúng ta đừng phân chia chúng như những đối nghịch. Khi bạn thương yêu, liệu có một ý thức của tách lìa, của kéo con người lại cùng nhau, của chia cách họ, xô đẩy họ? Chắc chắn trạng thái tình yêu đó có thể được trải nghiệm chỉ khi nào qui trình của tư tưởng không đang vận hành – mà không có nghĩa rằng người ta phải trở nên điên dại, mất thăng bằng, Trái lại nó cần đến hình thức tốt đỉnh của tư tưởng để vượt khỏi.

Vậy là tình yêu không là một việc của cái trí. Chỉ khi nào cái trí thực sự yên lặng, khi nó không còn đang nài nỉ, đang đòi hỏi, đang tìm kiếm, đang sở hữu, đang ghen tuông, sợ hãi, lo âu – khi cái trí thực sự yên lặng, chỉ đến lúc đó tình yêu có thể hiện diện. Khi cái trí không còn đang tự chiếu rọi chính nó, không còn đang theo đuổi những sợ hãi giấu giếm, những thôi thúc, những đòi hỏi, những cảm xúc riêng của nó, không còn đang tìm kiếm sự tự-mãn nguyện hay đang bị trói buộc trong sự giới hạn của niềm tin – chỉ đến lúc đó tình yêu có thể hiện diện. Nhưng hầu hết chúng ta đều nghĩ rằng tình yêu có thể

theo cùng ghen tuông, cùng tham vọng, cùng sự theo đuổi những ham muốn và những tham vọng cá nhân. Chắc chắn, khi những sự việc này tồn tại, tình yêu không hiện diện.

Vì vậy chúng ta không phải quan tâm đến tình yêu, mà hiện diện một cách tự phát, mà không có sự tìm kiếm riêng của chúng ta, nhưng chúng ta phải quan tâm đến những sự việc đang cản trở tình yêu, đến những sự việc của cái trí mà tự chiếu rọi chính nó và tạo ra một rào chắn. Và đó là lý do tại sao rất quan trọng, trước khi chúng ta có thể biết tình yêu là gì, phải biết cái gì là qui trình của cái trí, mà là chỗ ngồi của cái tôi. Và đó là lý do tại sao rất quan trọng phải mãi mãi thâm nhập thăm thẳm vào nghi vấn của hiểu rõ về chính mình – không chỉ nói rằng, “Tôi phải thương yêu”, hay “Tình yêu mang con người lại cùng nhau”, hay “Những ý tưởng gây đổ vỡ”, mà sẽ là một lặp lại thuần túy của điều gì bạn đã nghe, vì vậy hoàn toàn vô ích. Những từ ngữ gây chướng ngại. Nhưng nếu người ta có thể hiểu rõ toàn ý nghĩa của những phương cách thuộc tư tưởng của người ta, những phương cách thuộc những ham muốn của chúng ta và những theo đuổi lẫn tham vọng của chúng, vậy là có thể có được hay hiểu rõ cái đó mà là tình yêu. Nhưng việc đó cần đến một hiểu rõ lạ thường về chính người ta.

Khi có tự-từ bỏ, khi có tự-quên mình – không cố ý, nhưng tự phát, một tự-quên mình, tự-phủ nhận không là kết quả của những luyện tập hay những kỷ luật mà chỉ gây giới hạn – vậy thì tình yêu có thể hiện diện. Tự-phủ nhận đó hiện diện khi toàn tiến hành của cái tôi được hiểu rõ, có ý thức cũng như không ý thức, trong những tiếng đồng hồ thức giấc cũng như trong đang nằm mơ. Vậy là toàn tiến hành của cái trí được hiểu rõ khi nó đang thực sự xảy ra trong liên hệ, trong mọi biến cố, trong mọi đáp trả đến mọi thách thức mà người ta có. Trong

hiểu rõ cái trí và vì vậy làm tự do cái trí khỏi sự tiến hành tự-giới hạn, tự-sửa đổi riêng của nó, tình yêu có thể hiện diện.

Tình yêu không là ủy mị, không là lãng mạn, không phụ thuộc cái gì đó, và trạng thái đó cực kỳ gian nan lẫn khó khăn để hiểu rõ, hay để ở trong – bởi vì những cái trí của chúng ta luôn luôn đang can thiệp, đang giới hạn, đang xâm lấn vào đang vận hành của nó. Vì vậy đầu tiên rất quan trọng phải hiểu rõ cái trí và những phương cách của nó; nếu không chúng ta sẽ bị trói buộc trong những ảo tưởng, bị trói buộc trong những từ ngữ và những cảm xúc mà chẳng có ý nghĩa bao nhiêu. Với hầu hết mọi người, những ý tưởng chỉ hành động như một lán nạn, như một tàu thoát; những ý tưởng mà đã trở thành những niềm tin tự nhiên ngăn cản đang sống trọn vẹn, hành động trọn vẹn, đang suy nghĩ đúng đắn. Có thể suy nghĩ đúng đắn, sống tự do và thông minh, chỉ khi nào mãi mãi có hiểu rõ về chính mình thăm thẳm hơn và tổng thể hơn.



## Bombay, 12 tháng ba 1950

Người hỏi: Chúng ta biết tình dục như một nhu cầu tâm lý và vật chất không thể lẫn tránh được, và dường như nó là một nguyên nhân cơ bản của sự hỗn loạn trong cuộc sống cá nhân của thế hệ chúng ta. Nó là một kinh hoàng cho những phụ nữ trẻ tuổi mà là nạn nhân bởi sự dâm dục của đàn ông. Cấm đoán và buông thả đều không hiệu quả như nhau. Làm thế nào chúng ta có thể giải quyết vấn đề này?

Krishnamurti: Tại sao bất kỳ điều gì chúng ta tiếp cận chúng ta đều biến nó thành một vấn đề? Chúng ta đã biến Thượng đế thành một vấn đề, chúng ta đã biến tình yêu thành một vấn đề, chúng ta đã biến liên hệ, đang sống, thành một vấn đề, và chúng ta đã biến tình dục thành một vấn đề. Tại sao? Tại sao mọi thứ chúng ta làm đều là một vấn đề, một kinh hoàng? Tại sao chúng ta đang chịu đựng đau khổ? Tại sao tình dục đã trở thành một vấn đề? Tại sao chúng ta cam chịu sống cùng những vấn đề; tại sao chúng ta không kết thúc chúng? Tại sao chúng ta không chết đi những vấn đề của chúng ta thay vì ôm ấp chúng ngày sang ngày, năm sang năm? Chắc chắn tình dục là một câu hỏi liên quan, nhưng có một câu hỏi căn bản: Tại sao chúng ta biến sống thành một vấn đề? Làm việc, ái ân, kiếm tiền, cảm thấy, trải nghiệm – bạn biết toàn công việc của sống – tại sao nó là một vấn đề? Theo căn bản không phải bởi vì chúng ta luôn luôn suy nghĩ từ một quan điểm đặc biệt, từ một quan điểm cố định hay sao? Chúng ta luôn luôn đang suy nghĩ từ một trung tâm hướng đến ngoại vi, nhưng ngoại vi là trung tâm cho hầu hết chúng ta, và thế là bất kỳ thứ gì chúng ta tiếp xúc đều là giả tạo. Nhưng sống không là giả tạo; nó yêu cầu sống trọn vẹn. Và bởi vì chúng ta chỉ đang sống giả tạo,

chúng ta chỉ biết phản ứng giả tạo. Bất kỳ việc gì chúng ta thực hiện trên vùng ngoại vi chắc chắn phải tạo tác một vấn đề, và đó là sống của chúng ta – chúng ta sống trong cái giả tạo, và chúng ta hài lòng sống ở đó cùng tất cả những vấn đề của cái giả tạo.

Vậy là những vấn đề còn tồn tại chừng nào chúng ta còn sống trong cái giả tạo, trên vùng ngoại vi – vùng ngoại vi là cái “tôi” và những cảm giác của nó, mà có thể được biến thành ngoại vi hay biến thành chủ quan, mà có thể đồng hóa cùng vũ trụ, cùng quốc gia, hay cùng những sự việc khác được cấu thành bởi cái trí. Vậy là chừng nào chúng ta còn sống trong lãnh vực của cái trí, phải có những phiền toái, phải có những vấn đề và đó là tất cả mà chúng ta biết. Cái trí là cảm giác, cái trí là kết quả của những cảm giác và những phản ứng được tích lũy, và bất kỳ việc gì nó tiếp cận chắc chắn phải tạo tác đau khổ, hỗn loạn, một vấn đề vô tận. Cái trí là nguyên nhân thực sự của những vấn đề của chúng ta, cái trí mà đang làm việc một cách máy móc suốt ngày và đêm, có ý thức lẫn không ý thức. Cái trí là một vật giả tạo nhất, và chúng ta đã lãng phí những thế hệ – chúng ta đã lãng phí toàn sống của chúng ta – vun quén cái trí, làm cho nó mỗi lúc một tài tình hơn, mỗi lúc một lanh lợi hơn, mỗi lúc một ranh mãnh hơn, mỗi lúc một gian manh và xảo quyệt hơn – tất cả việc đó quá rõ ràng trong mọi hoạt động thuộc sống của chúng ta. Bản chất của cái trí là không trung thực, không thẳng thắn, không thể đương đầu sự kiện, và đó là cái vật mà tạo tác những vấn đề, đó là cái vật mà chính nó là một vấn đề.

Bây giờ, chúng ta có ý gì qua vấn đề của tình dục? Nó là một hành động, hay nó là một suy nghĩ về hành động? Chắc chắn nó không là hành động đó. Hành động ái ân không là một vấn đề cho bạn, giống như ăn uống không là một vấn đề cho bạn; nhưng nếu bạn suy nghĩ về ăn uống suốt ngày bởi vì bạn

không còn gì khác để suy nghĩ, nó trở thành một vấn đề cho bạn. Vậy là hành động ái ân là một vấn đề, hay suy nghĩ về hành động đó là một vấn đề? Tại sao bạn suy nghĩ về nó? Tại sao bạn biến nó thành quá quan trọng? Những rạp chiếu bóng, những tạp chí, những câu chuyện, cách con người trang phục, mọi thứ đều đang củng cố suy nghĩ về tình dục của bạn. Tại sao cái trí đang củng cố nó; tại sao cái trí luôn luôn suy nghĩ về tình dục? Tại sao nó đã trở thành một vấn đề cốt lõi trong sống của bạn? Khi có quá nhiều sự việc đang kêu gọi, đang đòi hỏi sự chú ý của bạn, bạn lại trao sự chú ý hoàn toàn đến suy nghĩ về tình dục. Tại sao cái trí của bạn lại bị choán đầy nó? Bởi vì đó là một cách tẩu thoát tốt nhất. Đó là một cách tự-quên mình trọn vẹn. Trong thời gian đó, hay ít ra trong khoảnh khắc đó, bạn có thể tự-quên mình – và không còn cách nào khác để tự-quên mình. Mọi thứ khác bạn làm trong sống tạo ra sự nhấn mạnh đến cái “tôi”, đến cái ngã. Công việc của bạn, tôn giáo của bạn, thần thánh của bạn, những người lãnh đạo của bạn, những hành động kinh tế và chính trị của bạn, những tẩu thoát của bạn, những hoạt động xã hội của bạn, gia nhập một đảng phái và chống đối một đảng phái khác của bạn – tất cả việc đó đang làm nổi bật và trao sức mạnh vào cái “tôi”. Điều đó có nghĩa, chỉ có một hành động trong đó không có sự nhấn mạnh vào cái “tôi”, vì vậy nó trở thành một vấn đề. Lúc nào có một việc trong sống của bạn mà là con đường dẫn đến sự tẩu thoát tốt nhất, dẫn đến tự-quên mình trọn vẹn của bạn, dù chỉ trong một vài giây, bạn bám vào nó bởi vì nó là khoảnh khắc duy nhất bạn được hạnh phúc. Mọi vấn đề khác mà bạn tiếp xúc đều trở thành một ác mộng, một nguồn của phiền muộn và đau khổ, thế là bạn bám vào một việc duy nhất mà trao tặng trạng thái tự-quên mình trọn vẹn, mà bạn gọi là hạnh phúc. Nhưng khi bạn bám vào nó, nó cũng trở thành một ác mộng, bởi vì sau đó bạn muốn được tự do khỏi nó, bạn không muốn là một nô lệ

cho nó. Thế là bạn sáng chế, lại nữa từ cái trí, ý tưởng của trong trắng, của độc thân, và bạn cố gắng sống độc thân, sống trong trắng, qua đè nén, khước từ, thiên định, qua mọi loại luyện tập thuộc tôn giáo, tất cả việc đó là những vận hành của cái trí để tự cắt đứt nó khỏi sự kiện. Lại nữa việc này tạo ra sự nhấn mạnh đặc biệt vào cái “tôi”, mà đang cố gắng trở thành cái gì đó; vậy là lại nữa bạn bị trói buộc trong lao dịch, trong phiền muộn, trong nỗ lực, trong đau khổ.

Vì vậy tình dục trở thành một vấn đề phức tạp và khó khăn cực kỳ chừng nào bạn còn không hiểu rõ cái trí mà suy nghĩ về vấn đề. Chính hành động, tự nó, không bao giờ có thể là một vấn đề, nhưng suy nghĩ về hành động tạo ra vấn đề. Bạn bảo vệ hành động; bạn sống bừa bãi hay tự buông thả trong hôn nhân. Chắc chắn, vấn đề có thể được giải quyết chỉ khi nào bạn hiểu rõ toàn tiến hành và cấu trúc của cái “tôi” và cái “của tôi”: người vợ của tôi, người chồng của tôi, người con của tôi, tài sản của tôi, xe hơi của tôi, thành tựu của tôi, thành công của tôi; và nếu bạn không hiểu rõ và giải quyết tất cả việc đó, tình dục như một vấn đề vẫn sẽ còn tồn tại. Chừng nào bạn còn có tham vọng – chính trị, tôn giáo, hay trong bất kỳ hình thức nào khác – chừng nào bạn còn đang củng cố cái tôi, người suy nghĩ, người trải nghiệm, bằng cách nuôi dưỡng nó bởi tham vọng, dù nhân danh bạn như một cá nhân hay nhân danh quốc gia, đảng phái, hay một ý tưởng mà bạn gọi là tôn giáo, chừng nào còn có hoạt động của tự-mở rộng này, bạn sẽ có một vấn đề tình dục.

Chắc chắn, ở một phía bạn đang tạo tác, đang nuôi dưỡng, đang mở rộng chính bạn, và ở phía kia bạn đang cố gắng quên bạn, mất bạn dù chỉ trong một khoảnh khắc. Làm thế nào hai việc này có thể tồn tại cùng nhau? Vậy là sống của bạn là một mâu thuẫn: củng cố cái “tôi” và quên bằng cái “tôi”. Tình dục không là một vấn đề; vấn đề là mâu thuẫn này trong sống của

bạn, và mâu thuẫn không thể vượt qua được bởi cái trí, bởi vì chính cái trí là một mâu thuẫn. Mâu thuẫn có thể được hiểu rõ chỉ khi nào bạn hiểu rõ trọn vẹn toàn tiến hành của sự tồn tại hàng ngày của bạn. Đi xem chiếu bóng, đọc những quyển sách kích thích suy nghĩ, những tạp chí có những hình ảnh nửa kín nửa hở, cách của bạn khi nhìn những người khác, những cặp mắt gian manh khi bắt gặp bạn – tất cả những việc này đang khuyến khích cái trí qua những phương cách ranh ma để củng cố cái tôi; và, cùng lúc, bạn lại cố gắng ân cần, thương yêu, tế nhị. Hai việc này không thể theo cùng nhau.

Con người tham vọng, thuộc tinh thần hay vật chất, không bao giờ có thể không có một vấn đề, bởi vì những vấn đề chấm dứt chỉ khi nào cái tôi được quên bằng, khi cái tôi không hiện diện; và trạng thái không hiện diện của cái tôi đó không là một hành động của ý chí, nó không thuần túy là một phản ứng. Tình dục trở thành một phản ứng, và khi cái trí cố gắng giải quyết vấn đề, nó chỉ làm cho vấn đề rối loạn thêm, phức tạp thêm, đau khổ thêm. Vậy là hành động không là vấn đề, nhưng cái trí là vấn đề – cái trí mà nói nó phải trong trắng. Trong trắng không thuộc cái trí. Cái trí chỉ có thể đè nén những hoạt động riêng của nó, và sự đè nén không là trong trắng. Trong trắng không là một đức hạnh, trong trắng không thể được vun quén. Con người đang vun quén khiêm tốn chắc chắn không là một người khiêm tốn; anh ấy có lẽ gọi sự kiêu ngạo của anh ấy là khiêm tốn, nhưng anh ấy là một người kiêu ngạo, và đó là lý do tại sao anh ấy tìm kiếm để trở thành khiêm tốn. Kiêu ngạo không bao giờ có thể trở thành khiêm tốn, và trong trắng không là một sự việc của cái trí – bạn không thể trở thành trong trắng. Bạn sẽ biết trong trắng chỉ khi nào có tình yêu, và tình yêu không thuộc cái trí và cũng không là một việc của cái trí.

Vậy là vấn đề của tình dục, mà hành hạ quá nhiều người khắp thế giới, chỉ có thể được giải quyết khi cái trí được hiểu rõ. Chúng ta không thể kết thúc suy nghĩ, nhưng suy nghĩ đến một kết thúc khi người suy nghĩ không còn, và người suy nghĩ không còn chỉ khi nào có một hiểu rõ của toàn tiến hành. Sự hãi hiện diện khi có sự phân chia giữa người suy nghĩ và suy nghĩ của anh ấy; khi không có người suy nghĩ, chỉ đến lúc đó không có xung đột trong suy nghĩ. Điều gì là tuyệt đối không cần nỗ lực để hiểu rõ. Người suy nghĩ hiện diện qua suy nghĩ; lúc đó người suy nghĩ tự cố gắng để định hình, để kiểm soát những suy nghĩ của anh ấy, hay để kết thúc chúng. Người suy nghĩ là một thực thể tưởng tượng, một ảo tưởng của cái trí. Khi có một nhận ra về tư tưởng như một sự kiện, lúc đó không cần suy nghĩ về sự kiện. Nếu có sự tỉnh thức không chọn lựa, hồn nhiên, lúc đó cái tuyệt đối trong sự kiện bắt đầu tự phơi bày chính nó. Vậy là tư tưởng như sự kiện kết thúc. Vậy là bạn sẽ thấy rằng những vấn đề đang bào mòn những cái trí và những tâm hồn của chúng ta, những vấn đề thuộc cấu trúc xã hội của chúng ta, có thể được giải quyết. Vậy là tình dục không là một vấn đề, nó có vị trí thích hợp của nó, nó không là một việc ô uế và cũng không là một việc trong trắng.

Tình dục có vị trí của nó, nhưng khi cái trí trao cho nó vị trí thống trị, vậy thì nó trở thành một vấn đề. Cái trí trao cho tình dục một vị trí thống trị bởi vì nó không thể sống mà không có sự hạnh phúc nào đó, và vì vậy tình dục trở thành một vấn đề; nhưng khi cái trí hiểu rõ toàn tiến hành của nó và vì vậy đến một kết thúc, đó là khi suy nghĩ không còn, vậy là có sáng tạo, và chính sáng tạo đó mới làm cho chúng ta hạnh phúc. Ở trong trạng thái sáng tạo đó là hạnh phúc tốt đỉnh, bởi vì nó là tự quên mình mà trong đó không còn phản ứng từ cái tôi. Đây không là một trả lời trừu tượng đối với vấn đề hàng ngày của tình dục – nó là câu trả lời duy nhất. Cái trí khước từ tình yêu,

và nếu không có tình yêu không có trong trắng. Chính vì không có tình yêu nên bạn mới biến tình dục thành một vấn đề.

Người hỏi: Tình yêu, như chúng ta biết và trải nghiệm nó, là một hợp nhất giữa hai người, hay giữa những thành viên của một nhóm người; nó là riêng biệt, và trong nó có cả đau khổ lẫn hạnh phúc. Khi ông nói tình yêu là yếu tố duy nhất làm tan biến những vấn đề của sống, ông đang đưa ra một ý nghĩa bao quát cho từ ngữ đó mà hầu như chúng tôi không thể trải nghiệm được. Liệu một con người bình thường như tôi có thể biết tình yêu trong ý nghĩa của ông?

Krishnamurti: Mọi người có thể biết tình yêu, nhưng bạn có thể biết nó chỉ khi nào bạn có thể nhìn thấy những sự kiện rất minh bạch, mà không kháng cự, không bào chữa, không giải thích hời hợt – chỉ quan sát những sự việc tỉ mỉ, nhìn ngắm chúng rất rõ ràng và kỹ lưỡng. Bây giờ, sự việc mà chúng ta gọi là tình yêu là gì? Người hỏi nói rằng nó là riêng biệt, và rằng trong nó chúng ta biết cả đau khổ lẫn hạnh phúc. Tình yêu là riêng biệt hay sao? Chúng ta sẽ tìm được khi chúng ta tìm hiểu điều gì chúng ta gọi là tình yêu, điều gì con người tạm gọi là bình thường gọi là tình yêu. Không có con người bình thường. Chỉ có con người, mà là bạn và tôi. Con người bình thường là những thực thể giả tưởng được sáng chế bởi những người chính trị. Chỉ có con người, mà là bạn và tôi đang sống trong đau khổ, trong phiền muộn, trong lo âu, và trong sợ hãi.

Bây giờ, sống của chúng ta là gì? Muốn tìm ra tình yêu là gì, chúng ta hãy bắt đầu bằng điều gì chúng ta biết. Tình yêu của chúng ta là gì? Trong khoảng giữa của đau khổ và vui thú, chúng ta biết nó là loại trừ, cá nhân: người vợ của tôi, con cái của tôi, quốc gia của tôi, Thượng đế của tôi. Chúng ta biết nó như một ngọn lửa được bao quanh bởi khói, chúng ta biết nó qua ghen tuông, chúng ta biết nó qua thống trị, chúng ta biết nó qua sở hữu, chúng ta biết nó qua mất mát khi người còn lại

không còn. Vậy là chúng ta biết tình yêu như cảm giác, phải không? Khi chúng ta nói chúng ta thương yêu, chúng ta biết ghen tuông, chúng ta biết sợ hãi, chúng ta biết lo âu. Khi chúng ta nói chúng ta thương yêu người nào đó, tất cả điều đó được hàm ý: ganh ghét, ham muốn được chiếm hữu, ham muốn được sở hữu, thống trị, sợ hãi mất mát và vân vân. Tất cả điều này chúng ta gọi là tình yêu, và chúng ta không biết tình yêu mà không có sợ hãi, không có ganh ghét, không có sở hữu; chúng ta chỉ giải thích bằng từ ngữ trạng thái của tình yêu mà không có sợ hãi; chúng ta gọi nó là không thuộc con người, thuần khiết, thiêng liêng, hay Chúa biết điều gì nữa, nhưng sự thật là rằng chúng ta ghen tuông, chúng ta thống trị, sở hữu. Chúng ta sẽ biết trạng thái tình yêu đó chỉ khi nào ghen tuông, ganh ghét, thống trị, đến một kết thúc; và chừng nào chúng ta còn sở hữu, chúng ta sẽ không bao giờ thương yêu.

Ganh ghét, sở hữu, hận thù, sự ham muốn thống trị con người hay sự vật được gọi là cái của tôi, sự ham muốn sở hữu và được sở hữu – tất cả việc đó là một tiến hành của tư tưởng, phải không? Tình yêu là một tiến hành của tư tưởng? Tình yêu là một sự việc của cái trí? Thật ra, với hầu hết chúng ta, nó là như thế. Đừng nói rằng không đúng – thật vô lý khi nói như thế. Đừng phủ nhận sự thật rằng tình yêu của bạn không là một việc của cái trí. Chắc chắn là như thế, nếu không, bạn sẽ không sở hữu, bạn sẽ không thống trị, bạn sẽ không nói, “Nó là cái của tôi”. Bởi vì bạn có nói như thế, tình yêu của bạn là một việc của cái trí; vậy là, với bạn, tình yêu là một tiến hành của tư tưởng. Bạn có thể suy nghĩ về người bạn thương yêu, nhưng suy nghĩ về người bạn thương yêu là tình yêu? Khi nào bạn suy nghĩ về người bạn thương yêu? Bạn suy nghĩ về cô ấy khi cô ấy đi mất rồi, khi cô ấy không còn nữa, khi cô ấy đã bỏ bạn. Nhưng khi cô ấy không gây lo lắng cho bạn nữa, khi bạn có thể nói, “Cô ấy là của tôi”, vậy thì bạn không phải suy nghĩ về

cô ấy. Bạn không phải suy nghĩ về đồ đạc của bạn, nó là thành phần của bạn – mà là một tiến hành của nhận dạng để không bị lo lắng, để trốn tránh phiền muộn, lo âu, đau khổ. Vì vậy bạn thương nhớ người mà bạn nói bạn thương yêu chỉ khi nào bạn bị phiền muộn, khi bạn đang đau khổ; và chừng nào bạn còn sở hữu người đó, bạn không phải suy nghĩ về người đó, bởi vì trong sở hữu không có phiền muộn. Nhưng khi sự sở hữu bị lung lay, bạn bắt đầu suy nghĩ, và sau đó bạn nói, “Tôi thương yêu người đó”. Vì vậy tình yêu của bạn chỉ là một phản ứng của cái trí, phải không? – mà có nghĩa tình yêu của bạn chỉ là một cảm giác, và chắc chắn cảm giác không là tình yêu. Bạn có phải suy nghĩ về người đó khi bạn gần gũi? Khi bạn sở hữu, giữ chặt, thống trị, kiểm soát, khi bạn có thể nói, “Cô ấy là của tôi” hay “Anh ấy là của tôi”, không có vấn đề. Và xã hội, mọi thứ bạn đã xây dựng quanh bạn, giúp đỡ bạn sở hữu để không bị lo lắng, để không phải suy nghĩ về nó. Suy nghĩ hiện diện khi bạn bị phiền muộn – và chắc chắn bạn còn bị phiền muộn chừng nào suy nghĩ của bạn là điều gì bạn gọi là tình yêu.

Chắc chắn tình yêu không là một việc của cái trí. Do vì những sự việc của cái trí đã lấp đầy những tâm hồn của chúng ta nên chúng ta không có tình yêu. Những sự việc của cái trí là ghen tuông, ganh ghét, tham vọng, ham muốn để là một ai đó, để đạt được thành công. Những sự việc này của cái trí lấp đầy tâm hồn của bạn, và sau đó bạn nói bạn thương yêu; nhưng làm thế nào bạn có thể thương yêu khi bạn có tất cả những yếu tố gây hỗn loạn này trong bạn? Khi có khói, làm thế nào có thể có một ngọn lửa tinh khiết? Tình yêu không là một sự việc của cái trí, và tình yêu lại là giải pháp duy nhất cho những vấn đề của chúng ta. Tình yêu không thuộc cái trí, và con người đã tích lũy tiền bạc hay hiểu biết không bao giờ có thể biết tình yêu, bởi vì anh ấy sống bằng những sự việc của cái trí; những hoạt động của anh ấy thuộc cái trí, và bất kỳ điều gì anh ấy tiếp

xúc anh ấy đều biến thành một vấn đề, một hỗn loạn, một đau khổ.

Vì vậy điều gì chúng ta gọi là tình yêu của chúng ta là một việc của cái trí. Hãy quan sát chính bạn và bạn sẽ thấy rằng điều gì tôi đang nói chắc chắn là đúng thực; nếu không sống của chúng ta, hôn nhân của chúng ta, liên hệ của chúng ta, sẽ hoàn toàn khác hẳn; chúng ta sẽ có một xã hội mới mẻ. Chúng ta trói buộc chính mình với một người khác, không qua hợp nhất, nhưng qua hợp đồng, mà được gọi là tình yêu, hôn nhân. Tình yêu không hòa tan, điều chỉnh – nó cũng không thuộc cá nhân hay không cá nhân; nó là một trạng thái của đang là. Cái người ham muốn hợp nhất với cái gì đó to tát hơn, kết hợp anh ấy với một người khác, đang lẫn trốn đau khổ, hỗn loạn; nhưng cái trí vẫn còn đang tách rời, mà là không hòa hợp. Tình yêu không biết cả hợp nhất lẫn phân tán; nó cũng không thuộc cá thể hay không cá thể; nó là một trạng thái của đang là mà cái trí không thể tìm được – cái trí có thể diễn tả nó, cho nó một thuật ngữ, một danh tánh, nhưng từ ngữ, sự diễn tả, không là tình yêu.

Chỉ khi nào cái trí yên lặng nó sẽ biết tình yêu, và trạng thái yên lặng đó không là một sự việc phải được vun quén. Vun quén vẫn còn là hành động của cái trí. Kỷ luật vẫn còn là sản phẩm của cái trí, và một cái trí bị kỷ luật, bị kiểm soát, bị khuất phục, một cái trí đang kháng cự, đang giải thích, không thể biết tình yêu. Bạn có lẽ đọc sách báo, bạn có lẽ lắng nghe điều gì đang được nói về tình yêu, nhưng đó không là tình yêu. Chỉ khi nào bạn xóa sạch những sự việc của cái trí, chỉ khi nào tâm hồn của bạn không còn những sự việc của cái trí, có tình yêu. Lúc đó bạn sẽ biết tình yêu là gì mà không phân chia, không khoảng cách, không thời gian, không sợ hãi – và tình yêu đó không dành cho một ít người. Tình yêu không biết thứ bậc; chỉ có tình yêu. Có nhiều người và một người, một trạng

thái loại trừ, chỉ khi nào bạn không thương yêu. Khi bạn thương yêu, cũng không có “bạn” hay “tôi”. Trong trạng thái đó chỉ có ngọn lửa mà không có khói.



## New York, 18 tháng sáu 1950

Người hỏi: Làm thế nào tôi có thể loại bỏ sự sợ hãi, mà gây ảnh hưởng tất cả những hoạt động của tôi?

**Krishnamurti:** Đây là một vấn đề rất phức tạp đòi hỏi sự chú ý cẩn thận. Và nếu chúng ta không theo sát và tìm hiểu nó đầy đủ, trong ý nghĩa của trải nghiệm mỗi bước khi chúng ta đang bàn luận, chúng ta sẽ không thể có mặt tại điểm kết thúc nơi được tự do khỏi sự sợ hãi.

Chúng ta có ý gì qua từ ngữ sợ hãi? Sợ hãi cái gì? Có nhiều loại sợ hãi, và chúng ta không cần phân tích mọi sợ hãi. Nhưng chúng ta có thể thấy rằng sợ hãi hiện diện khi sự hiểu rõ về liên hệ của chúng ta không trọn vẹn. Liên hệ không chỉ giữa những con người, nhưng còn giữa chúng ta và thiên nhiên, giữa chúng ta và tài sản, giữa chúng ta và những ý tưởng; và chừng nào sự liên hệ đó không được hiểu rõ trọn vẹn, phải có sợ hãi. Sống là liên hệ. Tồn tại là có liên quan, và nếu không có liên hệ không có sống. Không gì có thể tồn tại trong cô lập, và chừng nào cái trí còn tìm kiếm sự cô lập, phải có sợ hãi. Vì vậy sợ hãi không là trừu tượng; nó tồn tại chỉ trong liên hệ với cái gì đó.

Bây giờ, câu hỏi là làm thế nào loại bỏ sợ hãi. Trước hết, bất kỳ điều gì mà bị khuất phục phải được chế ngự lặp đi lặp lại. Không vấn đề nào có thể bị khuất phục, được chế ngự hoàn toàn; nó có thể được hiểu rõ nhưng không thể được chế ngự. Chúng là hai tiến hành hoàn toàn khác hẳn, và sự tiến hành chế ngự dẫn đến hỗn loạn thêm nữa, sợ hãi thêm nữa. Kháng cự, chi phối, đấu tranh với một vấn đề, hay dựng lên một hàng rào chống cự nó, chỉ tạo ra xung đột thêm nữa. Trái lại nếu chúng ta có thể hiểu rõ sự sợ hãi, thâm nhập nó trọn vẹn từng bước

một, thám hiểm toàn nội dung của nó, vậy thì sợ hãi sẽ không trở lại trong bất kỳ hình thức nào – và đó là điều gì tôi hy vọng chúng ta có thể thực hiện lúc này.

Như tôi đã nói, sợ hãi không là một trừu tượng; nó tồn tại chỉ trong sự liên hệ. Lúc này, chúng ta có ý gì qua từ ngữ sợ hãi? Theo cơ bản, chúng ta sợ hãi không hiện diện, không trở thành. Bây giờ, khi có sự sợ hãi của không hiện diện, của không tiến tới, hay sự sợ hãi của cái không biết được, của chết, liệu sợ hãi đó có thể bị khuất phục bởi sự quyết tâm, bởi một kết luận, bởi bất kỳ chọn lựa nào? Chắc chắn là không. Chỉ cảm đoán, thăng hoa, hay thay thế tạo ra kháng cự thêm nữa, phải không? Vì vậy sợ hãi không bao giờ có thể bị khuất phục qua mọi hình thức của kỷ luật, qua mọi hình thức của kháng cự. Cũng không thể có sự tự do khỏi sợ hãi qua sự tìm kiếm một câu trả lời, hay qua sự giải thích thuần túy bằng từ ngữ hoặc trí năng.

Bây giờ, chúng ta sợ hãi cái gì? Liệu chúng ta sợ hãi một sự kiện, hay một ý tưởng về sự kiện? Làm ơn hãy thấy mâu chốt này. Chúng ta sợ hãi về sự kiện như nó là, hay chúng ta sợ hãi về điều gì chúng ta suy nghĩ nó là? Ví dụ chết, chúng ta sợ hãi về sự kiện chết, hay sợ hãi về ý tưởng chết? Sự kiện là một việc, và ý tưởng về sự kiện là một việc khác. Tôi sợ hãi về từ ngữ chết, hay sợ hãi về chính sự kiện? Bởi vì tôi sợ hãi về từ ngữ, về ý tưởng, tôi không bao giờ hiểu rõ sự kiện, tôi không bao giờ quan sát sự kiện, tôi không bao giờ liên hệ trực tiếp cùng sự kiện. Chỉ khi nào tôi hiệp thông trọn vẹn cùng sự kiện mới không có sợ hãi. Nhưng nếu tôi không hiệp thông cùng sự kiện, vậy thì có sợ hãi; và không có hiệp thông cùng sự kiện chừng nào tôi còn có một ý tưởng, một quan điểm, một lý thuyết, về sự kiện. Vì vậy tôi phải rất rõ ràng liệu tôi sợ hãi từ ngữ, ý tưởng, hay sợ hãi sự kiện. Nếu tôi giáp mặt sự kiện, không có gì phải hiểu rõ về nó, sự kiện ở đó, và tôi có thể giải

quyết nó. Nhưng nếu tôi sợ hãi từ ngữ, vậy thì tôi phải hiểu rõ từ ngữ, tìm hiểu toàn tiến hành của từ ngữ hàm ý điều gì.

Ví dụ, người ta sợ hãi trạng thái cô độc, người ta sợ hãi sự nhức nhối, sự đau đớn của cô độc. Chắc chắn sợ hãi đó tồn tại bởi vì người ta chưa bao giờ thực sự quan sát trạng thái cô độc, người ta chưa bao giờ hiệp thông trọn vẹn cùng nó. Khoảnh khắc người ta hoàn toàn cởi mở đến sự kiện cô độc, người ta có thể hiểu rõ nó là gì; nhưng người ta có một ý tưởng, một quan điểm về nó, được đặt nền tảng trên hiểu biết có trước, và chính ý tưởng, quan điểm này, hiểu biết có trước này về sự kiện, tạo ra sự kiện. Vì vậy chắc chắn sợ hãi là kết quả của việc đặt danh tánh, đặt thuật ngữ, chiếu rọi một biểu tượng để đại diện sự kiện; đó là, sợ hãi không tách rời khỏi từ ngữ.

Ví dụ, tôi có một phản ứng đến trạng thái cô độc; đó là, tôi nói tôi sợ hãi không là gì cả. Tôi sợ hãi về chính sự kiện, hay sợ hãi đó được đánh thức bởi vì tôi có sự hiểu biết có trước về sự kiện, hiểu biết là từ ngữ, biểu tượng, hình ảnh? Làm thế nào có thể có sợ hãi về một sự kiện? Khi tôi giáp mặt với sự kiện, hiệp thông trực tiếp cùng nó, tôi có thể quan sát nó, nhìn ngắm nó; vậy là không có sợ hãi về sự kiện. Điều gì gây ra sợ hãi là sự sợ hãi của tôi về sự kiện, sự kiện có lẽ là gì hay làm gì.

Vì vậy chính là quan điểm của tôi, ý tưởng của tôi, trải nghiệm của tôi, hiểu biết của tôi, mới gây ra sự sợ hãi. Chừng nào còn có sự giải thích về sự kiện – cho sự kiện một danh tánh và vì vậy đang ủng hộ hay chỉ trích nó – chừng nào tư tưởng còn đang nhận xét sự kiện như một người quan sát, phải có sợ hãi. Tư tưởng là sản phẩm của quá khứ; nó chỉ có thể tồn tại qua sự giải thích bằng từ ngữ, qua những biểu tượng, qua những hình ảnh; và chừng nào tư tưởng còn đang quan tâm hay đang diễn giải sự kiện, phải có sợ hãi.

Vì vậy chính cái trí tạo ra sự sợ hãi, cái trí là sự tiến hành của tư tưởng. Suy nghĩ là sự giải thích bằng từ ngữ. Bạn không

thể suy nghĩ nếu không có những từ ngữ, nếu không có những biểu tượng, những hình ảnh; những hình ảnh này, mà là những thành kiến, hiểu biết có trước, những sợ hãi của cái trí, được chiếu rọi trên sự kiện, và từ đó nảy sinh sự sợ hãi. Có tự do khỏi sợ hãi chỉ khi nào cái trí có thể quan sát sự kiện mà không diễn giải nó, mà không cho nó một danh tánh, một nhãn hiệu. Điều này khó khăn lắm, bởi vì những cảm thấy, những phản ứng, những lo âu chúng ta có, tức khắc được nhận dạng bởi cái trí và được cho một từ ngữ. Cảm giác ghen tuông được nhận dạng bởi từ ngữ đó. Bây giờ, liệu có thể không nhận dạng một cảm giác, quan sát cảm giác đó mà không đặt tên nó? Chính sự đặt tên cảm giác mới cho nó sự tiếp tục, cho nó sức mạnh. Khoảnh khắc bạn cho một cái tên đến sự việc mà bạn gọi là sợ hãi bạn củng cố nó, nhưng nếu bạn có thể quan sát cảm giác đó mà không đặt tên nó, bạn sẽ thấy rằng nó phai lạt đi. Vì vậy, nếu người ta muốn được hoàn toàn tự do khỏi sự sợ hãi, rất cần thiết phải hiểu rõ toàn tiến hành của đặt tên, của chiếu rọi những biểu tượng, những hình ảnh, cho danh tánh đến những sự kiện. Đó là, có thể có tự do khỏi sợ hãi chỉ khi nào có hiểu rõ về chính mình. Hiểu rõ về chính mình là khởi đầu của thông minh, mà là kết thúc sợ hãi.

Người hỏi: Làm thế nào tôi có thể loại bỏ vĩnh viễn sự ham muốn tình dục?

**Krishnamurti:** Tại sao chúng ta muốn loại bỏ vĩnh viễn sự ham muốn. Bạn gọi nó là tình dục, người nào đó gọi nó là quyến luyến, sợ hãi và vân vân. Tại sao chúng ta muốn loại bỏ vĩnh viễn bất kỳ ham muốn nào? Bởi vì ham muốn đặc biệt đó đang quấy rầy chúng ta, và chúng ta không muốn bị quấy rầy. Đó là toàn tiến hành thuộc suy nghĩ của chúng ta, phải không? Chúng ta muốn được khép kín, không có bất kỳ ham muốn nào. Đó là, chúng ta muốn được tách rời, nhưng không thứ gì có thể sống trong tách rời, cô lập. Trong sự tìm kiếm Thượng

đế của anh ấy, thực ra cái người tạm gọi là tôn giáo đang tìm kiếm sự cô lập hoàn toàn, mà trong đó anh ấy sẽ không bao giờ bị quấy rầy; nhưng một người như thế thực sự không là người tôn giáo. Những người tôn giáo thực sự là những người hiểu rõ sự liên hệ hoàn toàn, trọn vẹn, và vì vậy không có những vấn đề, không xung đột. Không phải rằng họ không bị quấy rầy, nhưng bởi vì họ không đang tìm kiếm sự chắc chắn, họ hiểu rõ sự quấy rầy, và thế là không có sự tiến hành tự-khép kín được tạo ra bởi sự ham muốn an toàn.

Bây giờ, câu hỏi này cần đến nhiều hiểu rõ, bởi vì chúng ta đang nói về cảm giác, mà là tư tưởng. Với hầu hết mọi người, tình dục đã trở thành một vấn đề quan trọng lạ kỳ. Những con người không sáng tạo, sợ hãi, khép kín, cắt đứt trong tất cả những phương hướng khác, tình dục là phương tiện duy nhất nhờ đó họ có thể tìm được một giải phóng, một hành động duy nhất trong đó cái tôi không hiện diện trong một tích tắc. Trong trạng thái ngẩn ngui của sự từ bỏ đó khi cái ngã, cái “tôi”, cùng tất cả những phiền muộn, những rối loạn và những lo âu của nó, không hiện diện, có sự hạnh phúc vô cùng. Qua trạng thái tự-quên mình có một ý thức của yên lặng, một giải phóng, và bởi vì thuộc tôn giáo, thuộc kinh tế, và trong mọi phương hướng khác, chúng ta không sáng tạo, tình dục trở thành một vấn đề quá quan trọng. Trong sống hàng ngày chúng ta chỉ là những cái máy hát đĩa, đang lặp lại những cụm từ mà chúng ta đã học; thuộc tôn giáo chúng ta là những người máy, tuân theo vị giáo sĩ một cách máy móc; thuộc kinh tế và xã hội chúng ta bị trói buộc, bị bóp nghẹt, bởi những ảnh hưởng chung quanh. Có một giải phóng cho chúng ta trong bất kỳ những việc đó? Chắc chắn là không; và nơi nào không có sự giải phóng, phải có tuyệt vọng. Đó là lý do tại sao hành động tình dục, trong đó có một giải phóng, đã trở thành một vấn đề sống còn cho hầu hết chúng ta. Và xã hội khuyến khích và kích thích nó qua

những quảng cáo, những tạp chí, rạp chiếu phim, và mọi chuyện như thế.

Chùng nào cái trí, mà là kết quả, điểm tập trung của cảm giác, còn nghĩ rằng tình dục như một phương tiện của sự giải phóng cho nó, tình dục phải là một vấn đề, và vấn đề đó sẽ tiếp tục chùng nào chúng ta còn không thể sáng tạo một cách thông minh, tổng thể và không chỉ trong một phương hướng riêng biệt. Sáng tạo không liên quan đến cảm giác. Tình dục thuộc cái trí, và sáng tạo không thuộc cái trí. Sáng tạo không bao giờ là một sản phẩm của cái trí, một sản phẩm của tư tưởng, và trong ý nghĩa đó, tình dục, mà là một cảm giác, không bao giờ có thể sáng tạo. Nó có thể sản xuất những em bé, nhưng việc đó chắc chắn không là sáng tạo. Chùng nào chúng ta còn phụ thuộc cảm giác, phụ thuộc sự kích thích trong bất kỳ hình thức nào để có sự giải phóng, phải có tuyệt vọng bởi vì cái trí không thể nhận ra trạng thái sáng tạo là gì.

Vấn đề này không thể được giải quyết bởi bất kỳ kỷ luật nào, bởi bất kỳ cấm đoán, bởi bất kỳ công nhận hay quy định thuộc xã hội nào. Nó có thể được giải quyết chỉ khi nào chúng ta hiểu rõ toàn tiến hành của cái trí. Bởi vì chính cái trí là tình dục. Chính là những hình ảnh, những tưởng tượng và những hình dung của cái trí mới kích thích nó hứng thú tình dục, và bởi vì cái trí là kết quả của cảm giác, nó chỉ có thể trở nên mỗi lúc một khoái cảm giác quan thêm. Một cái trí như thế không bao giờ có thể sáng tạo bởi vì sáng tạo không là cảm giác. Chỉ khi nào cái trí không tìm kiếm sự kích thích trong bất kỳ hình thức nào, cả bên ngoài lẫn bên trong, chỉ khi đó nó có thể hoàn toàn yên lặng, tự do, và chỉ trong tự do đó có sáng tạo. Chúng ta đã biến tình dục thành cái gì đó xấu xa bởi vì nó là cảm giác riêng tư duy nhất mà chúng ta có; tất cả những cảm giác khác đều là công khai, liên quan đến mọi người. Nhưng chùng nào chúng ta còn sử dụng cảm giác trong mọi hình thức như một

phương tiện của giải thoát, nó sẽ chỉ gia tăng những vấn đề, sự hỗn loạn và phiền muộn, bởi vì giải thoát không bao giờ có thể hiện diện qua sự tìm kiếm một kết quả.

Người hỏi muốn kết thúc vĩnh viễn sự ham muốn tình dục bởi vì anh ấy có một ý tưởng rằng sau đó anh ấy sẽ ở trong một trạng thái tất cả mọi quấy rầy đã biến mất, đó là lý do tại sao anh ấy đang tìm kiếm nó, đang nỗ lực hướng đến nó. Chính nỗ lực hướng đến trạng thái đó đang ngăn cản anh ấy không được tự do để hiểu rõ sự tiến hành của cái trí. Chừng nào cái trí chỉ đang tìm kiếm một trạng thái vĩnh cửu trong đó nó sẽ không bị quấy rầy thuộc bất kỳ loại nào, nó đóng kín và thế là nó không bao giờ có thể sáng tạo. Chỉ khi nào cái trí được tự do khỏi sự ham muốn để trở thành cái gì đó, để đạt được một kết quả, và vì vậy được tự do khỏi sợ hãi, lúc đó nó có thể hoàn toàn yên lặng. Chỉ đến lúc đó có thể hiện diện sự sáng tạo đó mà là sự thật.

Người hỏi: Tôi không được thương yêu và tôi muốn được thương yêu, bởi vì nếu không có tình yêu cuộc sống không còn ý nghĩa. Làm thế nào tôi có thể đạt được khao khát này?

**Krishnamurti:** Tôi hy vọng bạn không chỉ đang lắng nghe những từ ngữ, bởi vì nếu như thế nó sẽ trở thành một xao lãng khác, một lãng phí thời gian. Nhưng nếu bạn thực sự đang trải nghiệm những sự việc mà chúng ta đang bàn luận, vậy thì nó sẽ có một ý nghĩa lạ thường; bởi vì mặc dù bạn có lẽ theo sát những từ ngữ bằng cái trí tăng ý thức bên ngoài, nếu bạn đang trải nghiệm điều gì đang được nói, tăng ý thức bên trong cũng tham gia trong nó. Nếu được trao một cơ hội, tăng ý thức bên trong sẽ bộc lộ toàn nội dung của nó, và thế là tạo ra một hiểu rõ trọn vẹn về chính chúng ta. Vì vậy tôi hy vọng bạn không chỉ đang lắng nghe một cuộc nói chuyện, nhưng thực sự đang trải nghiệm những sự việc khi chúng ta đang bàn luận.

Người hỏi muốn biết làm thế nào để thương yêu và được thương yêu. Đó không là tâm trạng của hầu hết chúng ta hay sao? Tất cả chúng ta đều muốn được thương yêu, và cũng muốn trao tặng tình yêu. Chúng ta nói nhiều về nó. Tất cả những tôn giáo, tất cả những người giảng đạo, đều nói về nó. Vì vậy chúng ta hãy tìm ra chúng ta có ý gì qua từ ngữ tình yêu.

Tình yêu là cảm giác? Tình yêu là một việc của cái trí? Bạn có thể suy nghĩ về tình yêu? Bạn có thể suy nghĩ về đối tượng của tình yêu, nhưng bạn không thể suy nghĩ về tình yêu, đúng chứ? Tôi có thể suy nghĩ về người tôi thương yêu; tôi có thể có một hình dung, một hình ảnh về người đó, và nhớ lại những cảm giác, những kỷ niệm, thuộc sự liên hệ của chúng tôi. Nhưng tình yêu là cảm giác, ký ức hay sao? Khi tôi nói, “Tôi muốn thương yêu và được thương yêu”, đó không chỉ là tư tưởng, một phản ảnh của cái trí hay sao? Tư tưởng là tình yêu à? Chúng ta nghĩ nó là như vậy, phải không? Đối với chúng ta, tình yêu là cảm giác. Đó là lý do tại sao chúng ta có những hình ảnh về những người chúng ta thương yêu, đó là lý do tại sao chúng ta suy nghĩ về họ và bị quyến luyến họ. Tất cả việc đó là một tiền hành của tư tưởng, phải không?

Bây giờ, tư tưởng bị tuyệt vọng trong những phương hướng khác nhau, và thế là nó nói, “Tôi tìm được hạnh phúc trong tình yêu, vì vậy tôi phải có tình yêu”. Đó là lý do tại sao chúng ta bầu víu người chúng ta thương yêu; đó là lý do tại sao chúng ta sở hữu người đó, cả thân thể lẫn tâm lý. Chúng ta tạo ra luật pháp để bảo vệ quyền sở hữu của cái gì chúng ta thương yêu, dù nó là một con người, một cây đàn dương cầm, một món tài sản, hay một ý tưởng, một niềm tin, bởi vì trong sở hữu – với tất cả những phức tạp của nó về ghen tuông, sợ hãi, ngờ vực, lo âu – chúng ta cảm thấy an toàn. Vậy là chúng ta đã biến tình yêu thành một sự việc của cái trí, và với những sự việc của cái

trí chúng ta lấp đầy tâm hồn. Bởi vì tâm hồn bị trống rỗng, cái trí nói, “Tôi phải có tình yêu đó”, và chúng ta cố gắng làm mãn nguyện chúng ta qua người vợ, qua người chồng. Qua tình yêu chúng ta cố gắng trở thành cái gì đó. Đó là, tình yêu trở thành một việc gây ích lợi; chúng ta sử dụng tình yêu như một phương tiện đến một kết thúc.

Vậy là chúng ta đã biến tình yêu thành một sự việc của cái trí. Cái trí trở thành công cụ của tình yêu, và cái trí chỉ là cảm giác. Tư tưởng là phản ứng của ký ức đến cảm giác. Nếu không có biểu tượng, từ ngữ, hình ảnh, không có ký ức, không có tư tưởng. Chúng ta biết cảm giác của điều tạm gọi là tình yêu, và chúng ta bám vào nó, và khi nó không còn chúng ta muốn sự biểu hiện khác nào đó của cùng cảm giác đó. Vì vậy chúng ta càng vun quén cảm giác nhiều bao nhiêu, chúng ta càng vun quén điều tạm gọi là hiểu biết nhiều bao nhiêu – mà chỉ là ký ức – chúng ta càng có ít tình yêu bấy nhiêu.

Chừng nào chúng ta còn đang tìm kiếm tình yêu. Phải có một qui trình tự-khép kín. Tình yêu hàm ý sự nhạy cảm, tình yêu hàm ý sự hiệp thông, và không thể có hiệp thông, không thể có nhạy cảm, chừng nào còn có qui trình tự-khép kín của tư tưởng. Chính qui trình của tư tưởng là sợ hãi, và làm thế nào có thể có hiệp thông cùng một người khác khi có sợ hãi, khi chúng ta sử dụng tư tưởng như một tiến hành của kích thích thêm nữa?

Có thể có tình yêu chỉ khi nào bạn hiểu rõ toàn tiến hành của cái trí. Tình yêu không thuộc cái trí, và bạn không thể suy nghĩ về tình yêu. Khi bạn nói, “Tôi muốn tình yêu”, bạn đang suy nghĩ về nó, bạn đang ao ước nó, mà là một cảm giác, một phương tiện đến một kết thúc. Vậy là không phải tình yêu mà bạn muốn, nhưng sự kích thích; bạn muốn một phương tiện qua đó bạn có thể tự-mãn nguyện chính bạn, dù nó là một người, một công việc, hay một hưng phấn đặc biệt, và vân vân.

Chắc chắn, đó không là tình yêu. Tình yêu chỉ có thể hiện diện khi suy nghĩ của cái tôi vắng mặt, và sự tự do khỏi cái tôi hiện diện qua hiểu rõ về chính mình. Cùng hiểu rõ về chính mình có sự hiểu rõ. Và khi toàn tiến hành của cái tôi được bộc lộ và được hiểu rõ đầy đủ và trọn vẹn, lúc đó bạn sẽ biết thương yêu là gì. Lúc đó bạn sẽ thấy tình yêu không liên quan gì đến cảm giác, và nó không là một phương tiện của sự mãn nguyện. Lúc đó tình yêu là chính nó, không có bất kỳ kết quả nào. Tình yêu là một trạng thái của đang là, và trong trạng thái đó, cái “tôi”, cùng những nhận dạng, những lo âu, những sở hữu của nó, vắng mặt. Tình yêu không thể hiện diện, chừng nào những hoạt động của cái ngã, cái “tôi”, dù có ý thức hay không ý thức, tiếp tục hiện diện. Đó là lý do tại sao rất quan trọng phải hiểu rõ sự tiến hành của cái ngã, trung tâm của sự công nhận mà là cái “tôi”.



## Seattle, 6 tháng tám 1950

Người hỏi: Làm thế nào tôi có thể khuất phục sự cô độc?

**Krishnamurti:** Bạn có thể khuất phục sự cô độc? Bất kỳ cái gì bạn chinh phục phải được chinh phục lại, đúng chứ? Điều gì bạn hiểu rõ đến một kết thúc, nhưng điều bạn chinh phục không bao giờ có thể đến một kết thúc. Qui trình đấu tranh chỉ nuôi dưỡng và củng cố điều mà bạn đấu tranh.

Bây giờ, sự cô độc này mà hầu hết chúng ta ý thức được là gì? Chúng ta biết nó, và chúng ta chạy trốn khỏi nó, phải không? Chúng ta chuyển động khỏi nó để vào mọi hình thức của hoạt động. Chúng ta bị trống rỗng, cô độc, và chúng ta sợ hãi nó, vì vậy chúng ta cố gắng che đậy nó bằng phương tiện này hay kia – tham thiền, tìm kiếm Thượng đế, hoạt động xã hội, nghe đài, nhậu nhẹt, hay việc gì bạn muốn – chúng ta muốn làm bất kỳ việc gì khác hơn là đối diện nó, ở cùng nó, hiểu rõ nó. Chạy trốn đều giống nhau, dù bạn thực hiện nó qua ý tưởng của Thượng đế, hay qua nhậu nhẹt. Chừng nào người ta còn đang tẩu thoát khỏi sự cô độc, không có sự khác biệt căn bản giữa sự tôn thờ Thượng đế và nghiện rượu. Theo xã hội, có lẽ có một khác biệt; nhưng theo tâm lý, con người chạy trốn khỏi anh ấy, khỏi sự trống rỗng của anh ấy, sự tẩu thoát của anh ấy là sự tìm kiếm Thượng đế của anh ấy, cũng ở cùng mức độ như người nhậu nhẹt.

Vậy thì điều gì quan trọng không phải khuất phục sự cô độc, nhưng hiểu rõ nó, và chúng ta không thể hiểu rõ nó nếu chúng ta không đối diện nó, nếu chúng ta không quan sát nó trực tiếp, nếu chúng ta luôn luôn đang chạy trốn nó. Và toàn sống của chúng ta là một tiến hành của chạy trốn sự cô độc, đúng chứ? Trong liên hệ chúng ta sử dụng những người khác

để che đậy sự cô độc; sự theo đuổi hiểu biết của chúng ta, sự thâm lượm trải nghiệm của chúng ta, mọi thứ chúng ta làm, là một lần tránh, một tẩu thoát khỏi sự trống rỗng đó. Vì vậy những lần tránh và tẩu thoát này chắc chắn phải đến một kết thúc. Nếu chúng ta muốn hiểu rõ cái gì đó, chúng ta phải trao toàn chú ý của chúng ta cho nó. Và làm thế nào chúng ta có thể trao toàn chú ý của chúng ta cho sự cô độc nếu chúng ta sợ hãi nó, nếu chúng ta chạy trốn nó qua lần tránh nào đó? Vì vậy khi chúng ta thực sự muốn hiểu rõ sự cô độc, khi ý định của chúng ta là thâm nhập vào nó đầy đủ, trọn vẹn, bởi vì chúng ta thấy rằng không thể có sáng tạo nếu chúng ta không hiểu rõ sự thiếu hụt bên trong đó mà là nguyên nhân căn bản của sự sợ hãi – khi chúng ta đến được mấu chốt đó, vậy thì mọi hình thức của lần tránh đó kết thúc, phải không? Nhiều người cười cợt sự cô độc và nói, “Ồ, việc đó chỉ dành cho những người giàu sang; vì Chúa, hãy bận rộn với cái gì đó và quên nó đi”. Nhưng sự trống rỗng không thể bị quên lãng, nó không thể bị gạt đi.

Vì vậy nếu người ta muốn hiểu rõ sự việc căn bản này mà chúng ta gọi là sự cô độc, mọi tẩu thoát phải chấm dứt; nhưng tẩu thoát không chấm dứt qua lo âu, qua tìm kiếm một kết quả, hay qua bất kỳ hành động ham muốn nào. Người ta phải thấy rằng nếu không hiểu rõ sự cô độc, mọi hình thức của hành động là một lần tránh, một tẩu thoát, một tiến hành của tự-cô lập, mà chỉ tạo thêm xung đột nhiều hơn, đau khổ nhiều hơn. Thấy sự kiện đó là cốt lõi, vì chỉ đến lúc đó người ta có thể đối diện sự cô độc.

Vậy thì, nếu chúng ta vẫn còn thâm nhập vào nó sâu thẳm thêm nữa, vấn đề nảy sinh là liệu điều gì chúng ta gọi là sự cô độc là một thực tế, hay chỉ là một từ ngữ. Sự cô độc là một thực tế, hay chỉ là một từ ngữ dùng để che đậy cái gì đó mà có lẽ không là cái gì chúng ta nghĩ nó là? Sự cô độc không là một tư tưởng, một kết quả của sự suy nghĩ hay sao? Đó là, sự suy

nghĩ là sự giải thích bằng từ ngữ được đặt nền tảng trên ký ức; bởi sự giải thích bằng từ ngữ đó, bởi suy nghĩ đó, bởi ký ức đó, chúng ta không quan sát trạng thái mà chúng ta gọi là cô độc hay sao? Vậy là chính việc đặt danh tánh cho trạng thái đó có lẽ là nguyên nhân của sự sợ hãi mà ngăn cản chúng ta không quan sát nó kỹ càng hơn; và nếu chúng ta không cho nó một cái tên, mà được bịa đặt bởi cái trí, vậy thì trạng thái đó là cô độc hay sao?

Chắc chắn có một khác biệt giữa cô độc và cô đơn. Cô độc là trạng thái tốt đỉnh trong tiến trình của tự-cô lập. Bạn càng ý thức được về chính bạn nhiều bao nhiêu, bạn càng bị cô lập nhiều bấy nhiêu, và trạng thái ý thức được về chính mình là tiến trình của cô lập. Nhưng trạng thái cô đơn không là cô lập. Có cô đơn chỉ khi nào cô độc đã đến một kết thúc. Cô đơn là một trạng thái trong đó tất cả mọi ảnh hưởng đã hoàn toàn kết thúc, cả ảnh hưởng từ bên ngoài, lẫn ảnh hưởng bên trong của ký ức; và chỉ khi nào cái trí ở trong trạng thái cô đơn đó nó mới có thể biết cái không thể phân rã. Nhưng muốn đến cái đó, chúng ta phải hiểu rõ cô độc, tiến trình của cô lập này, mà là cái tôi và hoạt động của nó. Vậy là sự hiểu rõ cái tôi là sự khởi đầu của kết thúc cô lập, và vậy là kết thúc cô độc.



## Madras, 3 tháng hai 1952

Người hỏi: Làm thế nào con người có thể thành tựu cho anh ấy nếu anh ấy không có những ý tưởng?

**Krishnamurti:** Liệu có một việc như thành tựu, mặc dù hầu hết chúng ta tìm kiếm sự thành tựu? Chúng ta biết chúng ta cố gắng tự-thành tựu qua gia đình, qua người con trai, qua người em, qua người vợ, qua tài sản, qua đồng hóa với một quốc gia hay một nhóm, hay qua theo đuổi một lý tưởng, hay qua ham muốn cho sự tiếp tục của cái “tôi”. Có những hình thức khác nhau của thành tựu tại những mức độ khác nhau của ý thức.

Có một việc như thành tựu hay không? Cái việc mà đang thành tựu là gì? Cái thực thể đang tìm kiếm sự hiện diện, trong hay qua sự đồng hóa nào đó, là gì? Khi nào bạn suy nghĩ về thành tựu? Khi nào bạn đang tìm kiếm thành tựu?

Nếu bạn đối xử điều gì chúng ta đang nói tại một mức độ từ ngữ, vậy thì hãy đi đi, nó là một lãng phí thời gian. Nhưng nếu bạn muốn thâm nhập thăm thẳm, vậy thì hãy theo đuổi, vậy thì hãy tỉnh thức và theo sát nó, bởi vì chúng ta cần sự thông minh, không cần sự lặp lại chết ròi của những cụm từ, những từ ngữ, và những ví dụ mà chúng ta đã chán ngắt. Điều gì chúng ta cần là sự sáng tạo, sự sáng tạo đã hòa hợp và thông minh; mà có nghĩa bạn phải tìm ra nó trực tiếp qua sự hiểu rõ riêng của bạn về sự tiến hành của cái trí. Vì vậy trong lắng nghe điều gì tôi đang nói, hãy liên quan nó đến chính bạn một cách trực tiếp, hãy trải nghiệm điều gì tôi đang nói. Và bạn không thể trải nghiệm nó qua những từ ngữ của tôi. Bạn có thể trải nghiệm nó chỉ khi nào bạn có khả năng, chỉ khi nào bạn nghiêm túc, chỉ khi nào bạn quan sát suy nghĩ riêng của bạn,

cảm thấy riêng của bạn. Khi nào sự ham muốn có thể được thành tựu? Khi nào bạn ý thức được sự thôi thúc để hiện diện, để trở thành, để thành tựu? Làm ơn hãy tự quan sát chính bạn. Khi nào bạn ý thức được nó? Bạn không ý thức được nó khi bạn cản trở nó phải không? Bạn không ý thức được nó khi bạn cảm thấy trạng thái cô độc lạ kỳ, một ý thức của trống rỗng không đáy, một ý thức của chính bạn không là gì cả. Bạn ý thức được sự thôi thúc cho thành tựu này chỉ khi nào bạn cảm thấy được một trống rỗng, cô độc. Và rồi bạn theo đuổi sự thành tựu qua vô số những hình thức, qua tình dục, qua sự liên hệ với tài sản, với cây cối, với mọi thứ tại những tầng khác nhau của ý thức. Sự ham muốn để hiện diện, để nhận dạng, để thành tựu, tồn tại chỉ khi nào có trạng thái ý thức của cái “tôi” bị trống rỗng, bị cô độc. Sự ham muốn để thành tựu là một tẩu thoát khỏi điều mà chúng ta gọi là cô độc. Vì vậy vấn đề của chúng ta không là làm thế nào để thành tựu, hay sự thành tựu là gì, bởi vì không có sự việc như thành tựu. Cái “tôi” không bao giờ có thể thành tựu; nó luôn luôn trống rỗng. Bạn có lẽ có một ít cảm giác khi bạn đang đạt được một kết quả, nhưng khoảnh khắc những cảm giác đó qua rồi bạn quay trở lại trong trạng thái trống rỗng đó. Thế là bạn bắt đầu theo đuổi cùng qui trình như trước kia.

Vậy là cái “tôi” là vật sáng tạo của trạng thái trống rỗng đó. Cái “tôi” là cái trống rỗng; cái tôi là một qui trình tự-khép kín mà trong nó chúng ta ý thức được trạng thái cô độc lạ kỳ đó. Thế là vì ý thức được điều đó, chúng ta đang cố gắng chạy trốn qua vô vàn hình thức của đồng hóa. Những đồng hóa này chúng ta gọi là những thành tựu. Thật ra, không có thành tựu bởi vì cái trí, cái “tôi”, không bao giờ có thể thành tựu; chính bản chất của cái “tôi” là khép kín.

Vậy thì cái trí mà ý thức được trạng thái trống rỗng đó phải làm gì? Đó là vấn đề của bạn, phải không? Với hầu hết chúng

ta, sự đau khổ của trống rỗng này mạnh mẽ cực kỳ. Chúng ta làm bất kỳ việc gì để tẩu thoát nó. Bất kỳ ảo tưởng nào cũng đáp ứng được, và đó là cái nguồn của ảo tưởng. Cái trí có năng lực để tạo tác ảo tưởng. Và chừng nào chúng ta còn không hiểu rõ cô độc đó, trạng thái trống rỗng tự-khép kín đó – dù bạn sẽ làm bất kỳ việc gì, dù bạn sẽ tìm kiếm bất kỳ thành tựu nào – luôn luôn có rào chắn đó mà phân chia, mà không biết trạng thái tổng thể.

Vì vậy khó khăn của chúng ta là ý thức được trống rỗng này, cô độc này. Chúng ta không bao giờ đối diện nó. Chúng ta không biết nó trông như thế nào, những phẩm chất của nó là gì, bởi vì chúng ta luôn luôn đang chạy trốn nó, đang thối lui, đang tách rời, đang nhận dạng. Chúng ta không bao giờ đối diện trực tiếp, hiệp thông cùng nó. Chúng ta là người quan sát và vật được quan sát: Đó là, cái trí, cái “tôi”, quan sát trạng thái trống rỗng đó, và cái “tôi”, người suy nghĩ, sau đó tiến tới để làm tự do chính nó khỏi trạng thái trống rỗng đó hay chạy trốn.

Vì vậy trống rỗng, cô độc đó, khác biệt người quan sát? Chính người quan sát không trống rỗng hay sao? Bởi vì nếu người quan sát không thể công nhận trạng thái mà anh ấy gọi là cô độc đó, sẽ không có trải nghiệm. Anh ấy là trống rỗng; anh ấy không thể hành động vào nó, anh ấy không thể làm việc gì về nó. Bởi vì nếu anh ấy làm bất kỳ việc gì, anh ấy trở thành người quan sát đang hành động vào vật được quan sát, mà là một liên quan giả dối.

Vì vậy khi cái trí công nhận, nhận ra, ý thức rằng nó là trống rỗng và nó không thể hành động vào nó, vậy là trạng thái trống rỗng đó mà chúng ta ý thức được từ bên ngoài có một ý nghĩa khác hẳn. Từ trước đến nay, chúng ta đã tiếp cận nó như người quan sát. Lúc này chính người quan sát là trống rỗng, một mình, là cô độc. Anh ấy có thể làm bất kỳ điều gì về nó

không? Chắc chắn anh ấy không thể. Vậy thì sự liên hệ của anh ấy với nó hoàn toàn khác hẳn sự liên hệ của người quan sát. Anh ấy có trạng thái cô đơn đó. Anh ấy ở trong trạng thái mà trong đó không có sự giải thích bằng từ ngữ rằng “Tôi là trống rỗng”. Khoảnh khắc anh ấy giải thích nó hay hướng ngoại nó, anh ấy khác biệt điều đó. Vì vậy khi sự giải thích bằng từ ngữ chấm dứt, khi người trải nghiệm như đang trải nghiệm chấm dứt, khi anh ấy chấm dứt chạy trốn, lúc đó anh ấy hoàn toàn cô độc. Sự liên hệ của anh ấy trong chính nó là trạng thái cô độc; chính anh ấy là cái đó, và khi anh ấy nhận ra nó trọn vẹn, chắc chắn trống rỗng, cô độc đó, chấm dứt hiện diện.

Cô độc hoàn toàn khác hẳn cô đơn. Trạng thái cô độc đó phải được vượt qua để là cô đơn. Cô độc không thể so sánh với cô đơn. Con người biết trạng thái cô độc không bao giờ có thể biết cô đơn. Bạn có ở trong trạng thái cô đơn đó hay không? Những cái trí của chúng ta không được hòa hợp để là cô đơn. Chính sự tiến hành của cái trí là tách rời. Và cái tách rời biết trạng thái cô độc.

Nhưng cô đơn không tách rời. Nó là cái gì đó mà không là nhiều, không bị ảnh hưởng bởi nhiều, không là kết quả của nhiều, mà không bị sắp xếp vào cùng nhau như cái trí bị; cái trí thuộc về nhiều. Cái trí không là một thực thể mà là một mình, bởi vì đã bị sắp xếp vào cùng nhau, được mang vào cùng nhau, được sáng chế, qua hàng thế kỷ. Cái trí không bao giờ có thể là cô đơn. Cái trí không bao giờ có thể biết trạng thái cô đơn. Nhưng nếu bạn tỉnh thức được trạng thái cô độc khi trải qua nó, kia kia trạng thái cô đơn hiện diện. Chỉ đến lúc đó mới có thể có cái không thể đo lường được.

Bất hạnh thay, hầu hết chúng ta đều tìm kiếm sự lệ thuộc. Chúng ta muốn những người đồng hành, chúng ta muốn bạn bè; chúng ta muốn sống trong một trạng thái tách rời, trong

một trạng thái tạo ra xung đột. Cái cô đơn không bao giờ có thể ở trong một trạng thái của xung đột. Nhưng cái trí không bao giờ có thể nhận biết cô đơn, không bao giờ có thể hiểu rõ cô đơn; nó chỉ có thể biết cô độc.

Người hỏi: Ông đã nói rằng sự thật chỉ có thể hiện diện khi người ta có thể là cô đơn và có thể thương yêu đau khổ. Điều này không rõ ràng lắm. Ông làm ơn giải thích điều gì ông có ý qua từ ngữ là cô đơn và thương yêu đau khổ.

Krishnamurti: Hầu hết chúng ta không hiệp thông cùng bất kỳ cái gì. Chúng ta không hiệp thông trực tiếp cùng những người bạn của chúng ta, cùng những người vợ của chúng ta, cùng con cái của chúng ta. Chúng ta không hiệp thông trực tiếp cùng bất kỳ thứ gì. Luôn luôn có những rào chắn – thuộc tinh thần, thuộc tưởng tượng, và thuộc thực tế. Và chắc chắn sự phân chia này là nguyên nhân của đau khổ. Đừng nói, “Vâng, chúng tôi đã đọc điều đó, chúng tôi đã biết điều đó bằng từ ngữ”; nếu bạn có thể trải nghiệm nó trực tiếp, bạn sẽ thấy rằng đau khổ không thể đến một kết thúc bởi bất kỳ sự tiến hành thuộc tinh thần nào. Bạn có thể giải thích cho qua sự đau khổ, mà là một tiến hành thuộc tinh thần, nhưng đau khổ vẫn còn đó, mặc dù bạn có thể che đậy nó.

Vì vậy muốn hiểu rõ đau khổ, chắc chắn bạn phải thương yêu nó. Đó là, bạn phải hiệp thông trực tiếp cùng nó. Nếu bạn muốn hiểu rõ cái gì đó trọn vẹn – người hàng xóm của bạn, người vợ của bạn, hay bất kỳ sự liên hệ nào – bạn phải gần gũi nó. Bạn phải tiếp cận nó mà không có mọi phản kháng, thành kiến, chỉ trích, hay ghê tởm; bạn phải nhìn ngắm nó. Nếu tôi muốn hiểu rõ bạn, tôi phải không có thành kiến về bạn, tôi phải có thể nhìn ngắm bạn mà không có những rào chắn, những bức màn của những thành kiến và những quy định của tôi. Tôi phải hiệp thông cùng bạn, mà có nghĩa tôi phải thương yêu bạn. Tương tự, nếu tôi muốn hiểu rõ đau khổ, tôi phải thương yêu

nó, tôi phải hiệp thông cùng nó. Tôi không thể làm thế bởi vì tôi đang chạy trốn nó qua những giải thích, qua những lý thuyết, qua những hy vọng, qua những trì hoãn, mà tất cả đều là qui trình của sự giải thích bằng từ ngữ. Vậy là những từ ngữ ngăn cản tôi không hiệp thông cùng đau khổ. Những từ ngữ ngăn cản tôi – những từ ngữ của giải thích, những lý luận, mà vẫn còn là những từ ngữ, mà là sự tiến hành thuộc tinh thần – không hiệp thông trực tiếp cùng đau khổ. Chỉ khi nào tôi hiệp thông trực tiếp cùng đau khổ thì tôi mới hiểu rõ nó.

Bước kế tiếp là: Liệu tôi, người quan sát sự đau khổ, có khác biệt sự đau khổ? Tôi đã chuyển nó ra ngoài với mục đích làm cái gì đó về nó, với mục đích lẫn tránh nó, với mục đích chinh phục nó, với mục đích chạy trốn. Liệu tôi có khác biệt điều mà tôi gọi là đau khổ hay không? Chắc chắn không. Vì vậy tôi là đau khổ – không phải rằng có đau khổ và tôi khác biệt nó, tôi là đau khổ. Vậy là chỉ đến lúc đó có thể có kết thúc sự đau khổ.

Chừng nào tôi còn là người quan sát sự đau khổ, không có kết thúc sự đau khổ. Nhưng khi có sự nhận biết rằng đau khổ là cái “tôi”, rằng chính người quan sát là sự đau khổ, khi cái trí nhận ra chính nó là đau khổ – không phải khi nó đang quan sát đau khổ, không phải khi nó đang cảm thấy đau khổ – rằng chính nó là người tạo tác của đau khổ và người cảm thấy của đau khổ, vậy thì có kết thúc của sự đau khổ. Đây là một việc khó khăn lạ thường phải trải nghiệm, phải ý thức được, bởi vì trong hàng thế kỷ chúng ta đã phân chia điều này. Điều này đòi hỏi, không phải suy nghĩ truyền thống, nhưng trạng thái tỉnh thức rất thông minh, cảnh giác, tỉnh táo. Trạng thái hòa hợp, thông minh đó là cô đơn. Khi người quan sát là vật được quan sát, lúc đó nó là trạng thái hòa hợp. Trong trạng thái cô đơn đó, trong trạng thái hoàn toàn một mình, trọn vẹn đó, khi cái trí không đang tìm kiếm bất kỳ thứ gì, không đang dò dẫm, cũng

không đang tìm kiếm phần thưởng hay đang lẫn tránh hình phạt, khi cái trí thực sự tĩnh lặng, chỉ đến lúc đó cái không đo lường được bởi cái trí mới có thể hiện diện.



# Sự cô độc: Từ quyền Bình phẩm về sống

## Tập 1

Người con trai của bà ấy vừa mới chết, và bà ấy nói rằng bây giờ bà ấy chẳng biết làm gì nữa. Bà ấy dư thừa thời gian, bà ấy quá chán nản, âu sầu và đau khổ đến độ bà ấy sẵn sàng chết đi. Bà ấy đã nuôi nấng cậu ấy bằng sự thông minh và chăm sóc chu đáo, và cậu ấy đã đi học tại một trong những ngôi trường tốt nhất rồi vào đại học. Bà ấy không làm hư hỏng cậu con mặc dù cậu ấy có đủ mọi thứ cần thiết. Bà ấy đã trao niềm tin và hy vọng vào cậu con, và đã cho cậu ấy tất cả thương yêu của bà; bởi vì không còn ai khác để chia sẻ, bà ấy và người chồng đã ly thân từ lâu rồi. Cậu con trai bị chết vì sự chẩn đoán và giải phẫu làm lẫn – mặc dù, bà ấy mỉm cười thêm vào, các bác sĩ đã nói rằng cuộc giải phẫu “thành công”. Lúc này, bà ấy bị bỏ lại một mình, và cuộc sống dường như chẳng còn hy vọng lẫn mục đích. Bà ấy đã khóc khi cậu con chết, cho đến khi chẳng còn giọt nước mắt nào, và chỉ còn sót lại một trống rỗng chán ngán lẫn âu sầu. Bà ấy đã có những kế hoạch cho cả hai người, nhưng bây giờ, bà ấy hoàn toàn mất phương hướng.

Con gió đang thổi từ biển vào, mát mẻ và trong lành, và dưới cái cây là sự tĩnh lặng. Những màu sắc trên những hòn núi thật sinh động, và con chim giẻ cùi màu xanh đậm đang hót líu lo. Một con bò khệnh khạng đi qua, được theo sau bởi con bê của nó, và một con sóc vọt lên một cái cây, kêu liên thoảng. Nó ngồi trên một cái cành rồi bắt đầu trách móc, và tiếng trách móc tiếp tục một khoảng thời gian dài, đuôi của nó nhấp nhô lên xuống. Nó có cặp mắt sáng rực và những cái

móng thật sắc. Một con thằn lằn bò ra sưởi ấm, rồi le lưỡi liếm một con ruồi. Những ngọn cây đang lay động nhẹ nhẹ, và một cây khô tương phản bầu trời thật thẳng và tuyệt đẹp. Nó đang được tẩy trắng bởi mặt trời. Có một cây khô khác bên cạnh nó, sẫm màu và cong queo, vừa mới bị mục nát. Một vài đám mây lơ lửng trên những hòn núi xa xa.

Trạng thái cô độc thật lạ lùng, và nó cũng gây kinh hãi làm sao! Chúng ta không bao giờ dám cho phép mình tiến sát gần nó; và nếu qua sự tình cờ nào đó chúng ta gần gũi nó, vội vàng chúng ta trốn chạy thật nhanh. Chúng ta sẽ làm bất kỳ thứ gì để tẩu thoát khỏi sự cô độc, để che đậy nó. Đường như sự quan tâm của cả tầng ý thức bên ngoài lẫn bên trong là lẩn tránh nó hay khuất phục nó. Lẩn tránh hay khuất phục sự cô độc đều vô ích; mặc dù bị đè nén hay bị bỏ quên, sự đau khổ, cái vấn đề, vẫn còn đó. Bạn có lẽ bị cuốn hút trong một đám đông, nhưng vẫn còn hoàn toàn cô độc; bạn có lẽ hoạt động thật nhiều, nhưng lặng lẽ sự cô độc len lén lan vào bạn; đặt quyền sách xuống, và nó ở đó. Vui chơi và nhậu nhẹt không thể dim chết sự cô độc; có lẽ nhất thời bạn tạm quên nó, nhưng khi tiếng cười đùa và những ảnh hưởng của rượu qua đi, sự sợ hãi của cô độc quay trở lại, bạn có lẽ đầy tham vọng và thành công, bạn có lẽ có thật nhiều quyền hành với những người khác, bạn có lẽ dư thừa hiểu biết, bạn có lẽ tôn sùng và quên lãng mình trong những nghi lễ không đầu không đuôi; nhưng dù bạn muốn làm bất kỳ việc gì, sự đau khổ của cô độc vẫn còn tiếp tục. Bạn có lẽ tồn tại chỉ vì người con trai, vì người Thầy, vì sự biểu lộ tài năng của bạn; nhưng giống như màn đêm, cô độc phủ kín bạn. Bạn có lẽ thương yêu hay hận thù, tẩu thoát nó tùy theo những đòi hỏi thuộc tâm lý và tính khí; nhưng cô độc ở đó, đang chờ đợi và đang quan sát, đang thối lui chỉ để tiến tới lại.

Trạng thái cô độc là ý thức của tách rời hoàn toàn; và những hoạt động của chúng ta không đang tự-khép kín hay sao? Mặc dù những suy nghĩ và những cảm xúc của chúng ta rất chan hòa, chúng không đang loại trừ và phân chia hay sao? Chúng ta không đang tìm kiếm sự thống trị trong những liên hệ của chúng ta, trong những quyền lợi và những sở hữu của chúng ta, và thế là đang tạo ra sự kháng cự hay sao? Chúng ta không suy nghĩ công việc như “công việc của bạn” và “công việc của tôi” hay sao? Chúng ta không nhận dạng với tập thể, với quốc gia, hoặc với một ít người hay sao? Toàn bộ khuynh hướng của chúng ta không là cô lập mình, phân chia và tách rời hay sao? Chính hoạt động của cái tôi, tại bất kỳ mức độ nào, là phương cách của cô lập; và trạng thái cô độc là trạng thái ý thức của cái tôi không hoạt động. Hoạt động, dù thuộc vật chất hay tâm lý, trở thành một phương tiện của tự-bành trướng; và khi không có hoạt động thuộc bất kỳ loại nào, có một trạng thái của ý thức được sự trống rỗng của cái tôi. Chính bởi sự trống rỗng này mà chúng ta tìm kiếm để lấp đầy, và trong lấp đầy nó chúng ta lãng phí sống của chúng ta, dù ở mức độ cao quý hay thấp hèn. Có lẽ dường như không có sự nguy hại thuộc xã hội trong lấp đầy sự trống rỗng này ở mức độ cao quý; nhưng ảo tưởng nuôi dưỡng sự phá hoại và đau khổ không kể xiết, mà có lẽ không thấy liền. Sự khao khát lấp kín trạng thái trống rỗng này – hoặc chạy trốn nó, mà là cùng sự việc – không thể làm thăng hoa hay đè nén; bởi vì ai là cái thực thể mà đè nén hay thăng hoa? Không phải chính thực thể đó là một hình thức khác của khao khát hay sao? Những mục đích của khao khát có lẽ thay đổi, nhưng mọi khao khát không giống nhau hay sao? Bạn có lẽ thay đổi mục đích của khao khát từ nhậu nhẹt qua ý tưởng; nhưng nếu không hiểu rõ toàn tiến hành của khao khát, ảo tưởng là điều không tránh khỏi.

Không có thực thể tách rời khỏi khao khát; chỉ có khao khát; không có người khao khát. Khao khát khoác vào những mặt nạ khác nhau tại những thời điểm khác nhau, tùy thuộc vào những hứng thú của nó. Ký ức của những hứng thú khác nhau này gặp gỡ cái mới mẻ, mà tạo ra xung đột, và thế là người chọn lựa bị sinh ra, tự thiết lập anh ấy như một thực thể tách rời và khác biệt sự khao khát. Nhưng thực thể không khác biệt những phẩm chất của nó. Thực thể mà cố gắng lấp đầy hay chạy trốn trạng thái trống rỗng, trạng thái không trọn vẹn, trạng thái cô độc, không khác biệt trạng thái mà anh ấy đang chạy trốn; anh ấy là trạng thái đó. Anh ấy không thể chạy trốn khỏi chính anh ấy; mọi việc anh ấy có thể làm là hiểu rõ chính anh ấy. Anh ấy là trạng thái cô độc của anh ấy, trạng thái trống rỗng của anh ấy; và chừng nào anh ấy còn suy nghĩ trạng thái đó như cái gì đó tách rời khỏi chính anh ấy, anh ấy sẽ ở trong ảo tưởng và xung đột liên tục. Khi anh ấy trực tiếp trải nghiệm rằng anh ấy là trạng thái cô độc riêng của anh ấy, chỉ đến lúc đó có thể có sự tự do khỏi sợ hãi. Sợ hãi tồn tại chỉ trong sự liên hệ với một ý tưởng, và ý tưởng là sự đáp lại của ký ức như tư tưởng. Tư tưởng là kết quả của trải nghiệm; và mặc dù nó có thể trầm tư về trạng thái trống rỗng, có những cảm giác về nó, tư tưởng lại không thể biết trực tiếp trạng thái trống rỗng. Từ ngữ trạng thái trống rỗng, cùng những ký ức về đau khổ và sợ hãi của nó, ngăn cản đang trải nghiệm nó trong sáng lại. Từ ngữ là ký ức, và khi từ ngữ không còn ý nghĩa, vậy là sự liên hệ giữa người trải nghiệm và vật được trải nghiệm hoàn toàn khác hẳn; vậy là liên hệ đó là trực tiếp và không qua một từ ngữ, không qua ký ức; vậy là người trải nghiệm là trải nghiệm, mà tự nó mang lại sự tự do khỏi sợ hãi.

Tình yêu và trạng thái trống rỗng không thể sống cùng nhau; khi có cảm thấy của trống rỗng, tình yêu không hiện

diện. Bạn có lẽ giấu giếm trạng thái trống rỗng dưới từ ngữ tình yêu, nhưng khi mục tiêu của tình yêu của bạn không còn đó hay không đáp lại, lúc đó bạn ý thức được trạng thái trống rỗng, bạn bị tuyệt vọng. Chúng ta sử dụng từ ngữ tình yêu như một phương tiện tẩu thoát khỏi chính chúng ta, khỏi sự thiếu thốn riêng của chúng ta. Chúng ta bầu vùi người chúng ta thương yêu, chúng ta ghen tuông, chúng ta nhớ anh ấy khi anh ấy không ở đó và hoàn toàn hụt hẫng khi anh ấy chết đi; và rồi chúng ta tìm kiếm sự thanh thản trong hình thức khác nào đó, trong niềm tin nào đó, trong thay thế nào đó. Tất cả điều này là tình yêu hay sao? Tình yêu không là ý tưởng, kết quả của sự liên tưởng; tình yêu không là cái gì đó để bị sử dụng như một tẩu thoát khỏi sự khốn khổ riêng của chúng ta, và khi chúng ta có sử dụng nó như thế, chúng ta làm cho những vấn đề thành không có những giải đáp. Tình yêu không là một trừu tượng, nhưng sự thực của nó có thể được trải nghiệm chỉ khi nào ý tưởng, cái trí, không còn là nhân tố tối thượng.



**Bàn luận cùng Giáo sư Maurice Wilkins,  
Brockwood Park,  
12 tháng hai 1982**

*Maurice Wilkins [1]: Đối với tôi dường như tư tưởng là một bộ phận của một liên hệ sáng tạo, nhưng nó chỉ là một phần hợp thành toàn sự việc.*

*Krishnamurti:* Vâng, nhưng tư tưởng là tình yêu?

*MW:* Không phải, nhưng tôi có nghi ngờ một chút rằng liệu tư tưởng không thâm nhập vào tình yêu trong chừng mực nào đó hay sao?

*Krishnamurti:* Không. Tôi nghi ngờ liệu tình yêu là tư tưởng.

*MW:* Không, chắc chắn là không.

*Krishnamurti:* Vậy thì liệu có thể thương yêu một người khác mà không có tư tưởng? Thương yêu người nào đó có nghĩa là không tư tưởng; điều đó mang lại một liên hệ hoàn toàn khác hẳn, một hành động khác hẳn.

*MW:* Vâng, nhưng tôi nghĩ có thể có nhiều tư tưởng trong một liên hệ thương yêu, nhưng tư tưởng không là căn bản.

*Krishnamurti:* Không, khi có tình yêu, tư tưởng có thể được sử dụng, nhưng không ngược lại.

*MW:* Không ngược lại, vâng. Sự rắc rối căn bản là nó có khuynh hướng là cách ngược lại. Chúng ta giống như những cái máy tính đang được vận hành bởi những chương

*trình của chúng ta. Trong giây lát tôi đang cố gắng diễn giải điều gì ông đã nói về tư tưởng đến một kết thúc trong liên hệ và đang suy nghĩ liệu có loại liên hệ nào nếu không có tư tưởng.*

**Krishnamurti:** Chỉ thấy điều gì xảy ra nếu không có tư tưởng. Tôi có một liên hệ với người em của tôi hay người vợ của tôi, và liên hệ đó không bị đặt nền tảng trên tư tưởng nhưng từ cốt lõi, thăm thẳm, được đặt nền tảng trên tình yêu. Trong tình yêu đó, trong cảm thấy lạ thường đó, tại sao tôi phải suy nghĩ? Tình yêu là nguyên vẹn; nhưng khi tư tưởng chen vào nó, nó bị phân chia, và nó hủy diệt chất lượng, vẻ đẹp của nó.

**MW:** *Nhưng tình yêu là nguyên vẹn à? Nó không tỏa khắp thay vì nguyên vẹn hay sao? Bởi vì chắc chắn tình yêu không thể tự diễn tả nó đầy đủ nếu không có tư tưởng.*

**Krishnamurti:** Nguyên vẹn trong ý nghĩa của tổng thể. Tôi có ý nói, tình yêu không là đối nghịch của hận thù.

**MW:** *Không.*

**Krishnamurti:** Vậy là trong chính nó nó không có cảm thấy của phân hai.

**MW:** *Tôi nghĩ rằng tình yêu là một chất lượng của sự liên hệ nhiều hơn, và một chất lượng của hiện diện mà lan tỏa nó.*

**Krishnamurti:** Vâng. Khi tư tưởng chen vào nó, lúc đó tôi nhớ lại tất những việc cô ấy đã làm, hay tôi đã làm; tất cả những phiền muộn, những lo âu len lén vào. Một trong những khó khăn lớn lao của chúng ta là chúng ta thực sự đã không hiểu rõ hay đã cảm thấy tình yêu này mà không sở hữu, quyền luyến, ghen tuông, hận thù, và mọi chuyện đó.

***MW: Ở mức độ rộng lớn tình yêu không là ý thức của hợp nhất hay sao?***

***Krishnamurti:*** Bạn muốn nói rằng tình yêu không có ý thức; nó là tình yêu. Không phải tình yêu là ý thức rằng tất cả chúng ta là một. Tình yêu giống như một hương thơm. Bạn không thể mổ xẻ nó, hay phân tích hương thơm. Nó là hương thơm lạ thường; và khoảnh khắc bạn phân tích nó, bạn phung phí nó.

***MW: Vâng, nếu ông nói nó là một hương thơm, vậy thì trong mức độ nào đó nó giống như một chất lượng. Nhưng sau đó chất lượng được liên tưởng đến ý thức của hợp nhất này phải không?***

***Krishnamurti:*** Nhưng bạn đang cho nó một ý nghĩa.

***MW: Tôi đang bàn quanh quanh nó! Tôi không đang cố gắng trói chặt nó. Nhưng liệu có thể có tình yêu mà không có bất kỳ ý thức của hợp nhất này hay sao?***

***Krishnamurti:*** Tình yêu còn nhiều hơn thế.

***MW: Đúng rồi, tình yêu còn nhiều hơn thế. Nhưng liệu nó có thể tồn tại nếu ý thức hợp nhất đó không có ở đó?***

***Krishnamurti:*** Hãy chờ một tí. Liệu tôi có thể là một người Thiên chúa giáo, và nói tôi thương yêu, tôi có tấm lòng từ bi, hay sao? Liệu có thể có từ bi, tình yêu, khi có thành kiến, ý tưởng, niềm tin bám rễ sâu này, hay sao? Tình yêu phải tồn tại cùng sự tự do. Không phải tự do để làm điều gì tôi muốn – điều đó vô lý; sự tự do của chọn lựa và vân vân, không có giá trị trong điều gì chúng ta đang nói – nhưng có sự tự do tổng thể để thương yêu.

***MW: Vâng, nhưng những người Thiên chúa giáo có lẽ có khá nhiều tình yêu nhưng tình yêu có những giới hạn với nó***

*trong những tình huống nào đó.*

**Krishnamurti:** Vâng, tất nhiên.

**MW:** *Nhưng nó giống như đang hỏi liệu bạn có một quả trứng mà chỉ thối một phần! Ý thức của hợp nhất này là thành phần của toàn câu chuyện đó, phải không?*

**Krishnamurti:** Nếu tôi có tình yêu, có sự hợp nhất.

**MW:** *Vâng, đúng rồi, chắc chắn. Tôi đồng ý với ông rằng có một ý thức của hợp nhất sẽ không thấp sáng tình yêu.*

**Krishnamurti:** Bạn thấy đó, tất cả những tôn giáo và những người có đầu óc tôn giáo luôn luôn đã trói buộc tình yêu và hiến dâng đến một mục tiêu đặc biệt, hay một ý tưởng đặc biệt, một biểu tượng; nó không là tình yêu nếu không có bất kỳ trở ngại nào. Đó là mấu chốt, thưa bạn. Tình yêu có thể hiện diện khi có cái tôi? Tất nhiên không.

**MW:** *Nhưng nếu ông nói cái tôi là một hình ảnh cố định, vậy là tình yêu không thể hiện diện cùng bất kỳ cái gì cố định bởi vì tình yêu không có những giới hạn.*

**Krishnamurti:** Điều đó chính xác, thưa bạn.

**MW:** *Nhưng đối với tôi dường như rằng trong sự liên hệ của đối thoại và chuyển động giữa hai cái trí mà không có ý thức của giới hạn – và cần thiết phải ở bên ngoài thời gian, bởi vì thời gian sẽ đang đặt một giới hạn – vậy thì cái gì đó mới mẻ có thể xuất hiện.*

**Krishnamurti:** A, nhưng hai cái trí có thể gặp gỡ? Chúng giống như hai đường rầy xe lửa song song mà không bao giờ gặp gỡ phải không? Sự liên hệ lẫn nhau của chúng ta như những con người, người vợ và người chồng, và vân vân, luôn luôn song song, mỗi người đang theo đuổi đường rầy riêng của người ấy, và không bao giờ có thể thực sự gặp gỡ trong ý nghĩa

của đang có tình yêu trung thực cho lẫn nhau hay thậm chí tình yêu mà không có một mục tiêu, phải không?

**MW:** *Ồ, trong thực tế luôn luôn có mức độ tách rời nào đó.*

**Krishnamurti:** Vâng, đó là tất cả mọi điều mà tôi đang nói.

**MW:** *Nếu sự liên hệ có thể ở trên một tầng khác, vậy là không còn những đường rầy bị tách rời trong không gian.*

**Krishnamurti:** Tất nhiên, nhưng đến được tầng đó có vẻ hầu như không thể được. Tôi quyến luyến người vợ của tôi, tôi bảo với cô ấy rằng tôi thương yêu cô ấy, và cô ấy quyến luyến tôi. Đó là tình yêu à? Tôi chiếm hữu cô ấy, cô ấy chiếm hữu tôi, hay cô ấy thích được chiếm hữu, và vân vân, tất cả những phức tạp của liên hệ. Nhưng tôi nói với cô ấy, hay cô ấy nói với tôi, “Em yêu anh”, và việc đó dường như gây thỏa mãn chúng ta. Tôi nghi ngờ liệu đó có là tình yêu hay không.

**MW:** *Ồ, điều đó làm cho con người cảm thấy được an ủi nhiều hơn trong một khoảng thời gian.*

**Krishnamurti:** Và an ủi là tình yêu à?

**MW:** *Nó bị giới hạn, và khi người yêu chết, người còn lại bị đau khổ.*

**Krishnamurti:** Vâng, cùng với sự cô độc, những giọt nước mắt, chịu đựng đau khổ. Chúng ta phải bàn luận điều này, hỏi trước tôi có biết một người mà tiền bạc là Thượng đế đối với người ấy. Ông ấy có nhiều tiền lắm, và khi ông ấy đang hấp hối, ông ấy muốn nhìn thấy tất cả mọi thứ mà ông ấy đã sở hữu. Những sở hữu là ông ấy; ông ấy đang chết đi những sở hữu bên ngoài, nhưng những sở hữu bên ngoài là chính ông ấy. Và ông ấy bị sợ hãi, không phải sợ hãi trạng thái đến một kết thúc này, nhưng sợ hãi mất đi những sở hữu. Bạn hiểu rõ chứ?

Mất mát những sở hữu, không phải mất mát chính ông ấy và tìm được cái gì đó mới mẻ.

**MW:** *Tôi có thể đặt ra một câu hỏi về chết? Về việc một người đang hấp hối và muốn gặp tất cả những người mà ông ấy đã biết, tất cả những bạn bè của ông ấy, trước khi ông ấy chết; đó là một quyền luyến đến những liên hệ này phải không?*

**Krishnamurti:** Đúng, đó là quyền luyến. Ông ấy sắp sửa chết và cái chết rất cô độc, nó là một cú đánh độc nhất, hành động không chấp nhận thứ gì khác. Trong trạng thái đó tôi muốn gặp gỡ người vợ, con cái, cháu chắt của tôi, bởi vì tôi biết tôi sắp sửa mất mát tất cả họ; tôi sắp sửa chết, kết thúc. Nó là một việc kinh khủng. Ngày nào đó tôi đã gặp một người đàn ông đang hấp hối. Thưa bạn, tôi chưa bao giờ trông thấy sự sợ hãi như thế, sự sợ hãi kinh hoàng của kết thúc. Ông ấy đã nói, “Tôi sợ hãi phải chia lìa gia đình của tôi, tiền bạc tôi đã có, những sự việc tôi đã làm. Đây là gia đình của tôi. Tôi thương yêu họ, và tôi sợ phát khiếp khi phải mất họ”.

**MW:** *Nhưng tôi đoán rằng người đàn ông đó có lẽ muốn gặp tất cả những bạn bè của ông ấy và gia đình của ông ấy để nói . . .*

**Krishnamurti:** “Tạm biệt, những người thân thương, chúng ta sẽ gặp nhau ở thế giới bên kia”! Đó là một vấn đề khác.

**MW:** *Có lẽ.*

**Krishnamurti:** Thưa bạn, tôi biết một người đàn ông đã bảo gia đình của ông ấy, “Năm tới, vào tháng giêng, tôi sẽ chết vào một ngày như thế”. Và vào ngày đó ông ấy mời tất cả những bạn bè của ông ấy và gia đình của ông ấy. Ông ấy nói, “Tôi sẽ chết ngày hôm nay”, và đưa ra ý nguyện, “Làm ơn hãy để tôi lại một mình”. Tất cả họ ra khỏi phòng, và ông ấy chết!

***MW: Vâng, đúng rồi, nếu những liên hệ với tất cả những người này có sự quan trọng với ông ấy và ông ấy sắp sửa chết, ông ấy chỉ muốn gặp gỡ họ lần cuối, và bây giờ nó xong rồi. “Tôi xong rồi, tôi chết”. Đó không là một quyền luyến.***

***Krishnamurti:*** Không, dĩ nhiên không. Kết cục của quyền luyến là đau khổ, lo âu; có một ý thức nào đó của xót thương, của mất mát.

***MW: Mất an toàn, sợ hãi liên tục.***

***Krishnamurti:*** Mất an toàn, và mọi chuyện còn lại, theo sau. Và điều đó tôi gọi là tình yêu. Tôi nói tôi thương yêu người vợ của tôi, và sâu thẳm bên trong tôi biết tất cả mọi khốn khổ của quyền luyến này, nhưng tôi không thể buông bỏ nó.

***MW: Nhưng ông vẫn còn cảm thấy đau đớn khi biết rằng người vợ của ông sẽ buồn bã khi ông chết.***

***Krishnamurti:***Ồ vâng, đó là thành phần của trò chơi, thành phần của toàn công việc. Chẳng mấy chốc cô ấy sẽ lấy một người khác, và tiếp tục trò chơi.

***MW: Vâng, người ta sẽ hy vọng như thế, nhưng người ta có thể bị lo ngại và sợ hãi về đau khổ của người khác.***

***Krishnamurti:*** Vâng, thưa bạn.

***MW: Giả sử sự chấp nhận chết riêng của người ta sẽ giảm đi đau khổ của họ.***

***Krishnamurti:*** Không. Đau khổ bị quyền luyến với sợ hãi phải không? Tôi sợ hãi chết; tôi sợ hãi chấm dứt nghề nghiệp của tôi; mọi việc tôi đã tích lũy cả vật chất lẫn tâm lý đến một kết thúc. Vậy là sợ hãi sáng chế đầu thai và mọi công việc đó. Liệu tôi có thể thực sự được tự do khỏi sợ hãi chết? Mà có

nghĩa: Liệu tôi có thể sống cùng chết? Không phải tôi tự tử; tôi sống cùng nó, hào hứng cùng sự kết thúc của mọi thứ, sự kết thúc của quyền luyến của tôi. Người vợ của tôi sẽ dung thứ nó nếu tôi nói, “Anh đã kết thúc sự quyền luyến của anh với em”? Sẽ có đau khổ. Tôi đang tìm hiểu toàn nội dung của ý thức được đưa ra đó bởi tư tưởng. Tư tưởng thống trị sống của chúng ta, và tôi tự hỏi liệu tư tưởng có thể có vị trí riêng của nó, và chỉ ở riêng nơi đó, không can thiệp vào bất kỳ chỗ nào khác. Tại sao tôi phải có tư tưởng trong liên hệ của tôi với người bạn của tôi, hay với người vợ của tôi, hay người con gái của tôi? Tại sao tôi phải suy nghĩ về nó? Khi người nào đó nói, “Tôi đang suy nghĩ về bạn”, nó có vẻ ngô nghê cực kỳ.

***MW: Ô, dĩ nhiên người ta thường phải cần suy nghĩ về những người khác vì những lý do thực tế.***

***Krishnamurti:*** Đó là một vấn đề khác. Nhưng tôi đang nói, nơi nào tình yêu hiện diện, tại sao tư tưởng phải tồn tại? Tư tưởng trong liên hệ là phá hoại. Nó là quyền luyến, nó là sở hữu, nó là bầu vú lẫn nhau vì sự an ủi, vì sự an toàn, vì sự an ninh, và tất cả điều đó không là tình yêu.

***MW: Không, nhưng như ông đã nói, tình yêu có thể sử dụng tư tưởng, và có điều gì ông gọi là một suy nghĩ trong liên hệ.***

***Krishnamurti:*** Vâng, đó là một vấn đề khác. Nhìn kìa, nếu tôi quyền luyến người vợ của tôi, hay người chồng của tôi, hay một món đồ đạc của tôi, tôi thương yêu trong sự quyền luyến đó, và những kết quả của việc đó gây hư hại vô lường. Liệu tôi có thể thương yêu người vợ của tôi mà không quyền luyến? Thật là kỳ diệu khi thương yêu người nào đó mà chẳng muốn gì từ họ.

***MW: Đó là một tự do vô cùng.***

**Krishnamurti:** Vâng, thưa bạn. Vậy là tình yêu là tự do.

**MW:** *Nhưng có vẻ ông hàm ý rằng nếu có tình yêu giữa người chồng và người vợ và một người chết, người còn lại sẽ không có đau khổ. Tôi nghĩ có lẽ điều đó đúng.*

**Krishnamurti:** Tôi nghĩ như thế. Điều đó đúng, thưa bạn.

**MW:** *Ông muốn vượt khỏi đau khổ.*

**Krishnamurti:** Đau khổ là tư tưởng, đau khổ là một cảm xúc, đau khổ là một cú choáng váng, đau khổ là một ý thức của mất mát, cảm giác của mất mát người nào đó và bỗng nhiên phát giác chính mình hoàn toàn tách rời và cô độc.

**MW:** *Vâng. Ông có ý một trạng thái của cô độc là trái ngược với tự nhiên, nếu phải nói như thế.*

**Krishnamurti:** Vì vậy nếu tôi có thể hiểu rõ sự tự nhiên của kết thúc – luôn luôn kết thúc cái gì đó: kết thúc tham vọng của tôi, kết thúc đau khổ, kết thúc sợ hãi, kết thúc sự phức tạp của ham muốn. Kết thúc nó; đó là chết. Rất cần thiết phải chết đi hàng ngày mọi thứ mà bạn đã thâm lượm thuộc tâm lý.

**MW:** *Và mọi người đồng ý rằng chết là tự do.*

**Krishnamurti:** Đó là tự do thực sự.

**MW:** *Không khó khăn gì khi phải trân trọng điều đó. Ông có ý rằng ông muốn chuyển đổi sự tự do tối thượng vào sống của tất cả mọi người.*

**Krishnamurti:** Vâng, thưa bạn. Ngược lại chúng ta là những nô lệ, những nô lệ cho sự chọn lựa, những nô lệ cho mọi thứ.

**MW:** *Không phải những ông chủ của thời gian, nhưng những nô lệ của thời gian.*

**Krishnamurti:** Những nô lệ của thời gian, vâng.



## Từ quyền Sự thức dậy của Thông minh

Chúng ta phải thấy sự liên hệ của chúng ta như nó thực sự là ngay lúc này, hàng ngày; và trong thấy nó là gì, chúng ta sẽ khám phá làm thế nào để tạo ra một thay đổi trong thực tế đó. Vì vậy chúng ta đang diễn tả cái gì thực sự là. Mỗi người sống trong thế giới riêng của anh ấy, trong thế giới của tham vọng, tham lam, sợ hãi của anh ấy, sự ham muốn thành công, và vân vân. Nếu tôi lập gia đình, tôi có những trách nhiệm, con cái. Tôi đi đến văn phòng hay một nơi làm việc nào đó; người chồng và người vợ, cậu trai và cô gái, gặp gỡ nhau trong giường ngủ. Và đó là điều gì chúng ta gọi là tình yêu – đang sống những cuộc sống tách rời, bị cô lập, đang thiết lập một bức tường kháng cự quanh chính chúng ta, đang theo đuổi một hoạt động tự cho mình là trung tâm. Mỗi người đang tìm kiếm an toàn theo tâm lý, mỗi người đang lệ thuộc vào người còn lại cho sự thanh thản, cho vui thú, cho tình bầu bạn; bởi vì mỗi người trong sâu thẳm đều bị cô độc, mỗi người cần được thương yêu, được áp ủ, mỗi người đang cố gắng thống trị người khác. Bạn có thể thấy điều này cho chính bạn, nếu bạn tự quan sát về chính bạn. Liệu có bất kỳ loại liên hệ nào hay không? Không có sự liên hệ giữa hai con người, mặc dù họ có lẽ có con cái, một ngôi nhà, thực ra, họ không có liên hệ gì cả. Nếu họ có một mục đích chung, mục đích đó duy trì họ, giữ chặt họ lại cùng nhau, nhưng đó không là liên hệ.

Nhận ra tất cả điều này, người ta thấy rằng nếu không có liên hệ giữa hai con người, vậy thì thoái hóa bắt đầu – không những trong cấu trúc bên ngoài của xã hội, trong hiện tượng bên ngoài của đời bại, mà còn cả đời bại, hủy diệt bên trong.

Thật ra những con người không có liên hệ gì cả – giống như bạn không có. Bạn có lẽ cầm tay người khác, hôn tay người khác, ngủ chung, nhưng thực ra, khi bạn quan sát rất kỹ càng, liệu có bất kỳ liên hệ nào hay không? Có liên hệ nghĩa là không bị lệ thuộc lẫn nhau, không tẩu thoát khỏi sự cô độc của bạn qua một người khác, không cố gắng tìm sự thanh thản, bầu bạn qua một người khác. Khi bạn tìm kiếm sự thanh thản qua một người khác, là lệ thuộc, và vân vân, liệu có thể có bất kỳ liên hệ nào hay không? Lúc đó các bạn không đang lợi dụng lẫn nhau à?

Chúng ta không đang bị quan, nhưng thực sự đang quan sát cái gì là: đó không là sự bị quan. Muốn tìm ra liên hệ với một người khác thực sự có nghĩa gì, người ta phải hiểu rõ vấn đề của cô độc này, bởi vì hầu hết chúng ta đều bị cô độc khủng khiếp; chúng ta càng già nua bao nhiêu, chúng ta càng trở nên cô độc nhiều hơn bấy nhiêu, đặc biệt trong quốc gia này. Bạn có thấy những người già, trông họ như thế nào hay không? Bạn có thấy những tẩu thoát của họ, những vui chơi của họ hay không? Họ đã làm việc suốt đời của họ, và họ muốn tẩu thoát vào một loại giải trí nào đó.

Khi thấy điều này, liệu chúng ta có thể tìm ra một cách sống mà trong đó chúng ta không sử dụng một người khác, theo tâm lý, theo cảm giác, không lệ thuộc vào một người khác, không sử dụng một người khác như một phương tiện tẩu thoát khỏi những hành hạ riêng của chúng ta, khỏi những tuyệt vọng riêng của chúng ta, khỏi cô độc riêng của chúng ta?

Hiểu rõ điều này là hiểu rõ sự cô độc là gì. Bạn có khi nào bị cô độc chưa? Bạn biết nó có nghĩa gì không? – rằng bạn không có liên hệ với một người nào khác, hoàn toàn bị tách rời. Bạn có lẽ ở cùng gia đình bạn, trong một đám đông, hay trong một văn phòng, bất kỳ bạn ở đâu, khi ý thức cô độc hoàn

toàn này cùng tuyệt vọng của nó bỗng nhiên ập vào bạn. Nếu bạn không giải quyết việc đó trọn vẹn, sự liên hệ của bạn trở thành một phương tiện tẩu thoát và vì vậy nó dẫn đến thoái hóa, đến đau khổ. Làm thế nào người ta sẽ hiểu rõ cô độc này, ý thức của bị tách rời hoàn toàn này? Muốn hiểu rõ nó người ta phải quan sát sống riêng của người ta. Mọi hành động của bạn không là một hoạt động tự cho mình là trung tâm hay sao? Bạn có lẽ thỉnh thoảng từ tâm, rộng lượng, làm cái gì đó mà không có động cơ thúc đẩy – đó là những trường hợp hiếm hoi. Sự tuyệt vọng này không bao giờ có thể được giải quyết qua tẩu thoát, nhưng chỉ bằng cách quan sát nó.

Vậy là chúng ta đã quay trở lại vấn đề của làm thế nào để tự quan sát về chính chúng ta này để cho trong quan sát đó không có xung đột gì cả? Bởi vì xung đột là thoái hóa, là sự lãng phí năng lượng; nó là trận chiến của cuộc sống chúng ta, từ khoảnh khắc chúng ta được sinh ra cho đến khi chúng ta chết. Liệu có thể sống mà không có một khoảnh khắc nào của xung đột hay không? Muốn thực hiện được điều đó, muốn tìm được điều đó cho chính chúng ta, chúng ta phải học cách quan sát toàn chuyển động của chúng ta. Có sự quan sát trung thực, khi người quan sát không còn, nhưng chỉ quan sát.

Khi không có liên hệ, liệu có thể có tình yêu hay không? Chúng ta nói về tình yêu, và tình yêu, như chúng ta biết nó, có liên quan đến tình dục và vui thú, phải không? Một số người trong các bạn nói “Không”. Khi bạn nói không, vậy thì bạn phải không có tham vọng, vậy thì phải không có ganh đua, không có phân chia – như “bạn” và “tôi”, “chúng tôi” và “chúng nó”. Phải không có sự phân chia của quốc tịch, hay sự phân chia được tạo ra bởi niềm tin, bởi hiểu biết. Vậy thì, chỉ như vậy, bạn mới có thể nói bạn thương yêu. Nhưng với hầu hết mọi người tình yêu đều liên quan đến tình dục và vui thú,

và mọi khổ sở theo cùng nó – ghen tuông, ganh ghét, thù địch – bạn biết điều gì xảy ra giữa người đàn ông và người phụ nữ. Khi liên hệ đó không đúng đắn, trung thực, thăm thăm, hoàn toàn hòa hợp, vậy thì làm thế nào bạn có thể có hòa bình trong thế giới? Làm thế nào có thể có chấm dứt chiến tranh?

Vì vậy liên hệ là một trong những sự việc quan trọng nhất trong cuộc sống – hay nói khác hơn một sự việc quan trọng nhất. Điều đó có nghĩa người ta phải hiểu rõ tình yêu là gì. Chắc chắn, người ta bắt chợt bắt gặp nó, thật lạ lùng, mà không nài xin nó. Khi bạn tìm được cho chính mình tình yêu không là gì, vậy thì bạn biết tình yêu là gì. Không phải thuộc lý thuyết, không phải thuộc từ ngữ, nhưng khi bạn thực sự nhận ra tình yêu không là gì: không có một cái trí ganh đua, tham vọng, một cái trí đang gắng sức, đang so sánh, đang bắt chước. Một cái trí như thế không thể thương yêu.

Vì vậy liệu bạn có thể, đang sống trong thế giới này, sống trọn vẹn không có tham vọng, hoàn toàn không bao giờ so sánh chính bạn với một người khác? Bởi vì khoảnh khắc bạn so sánh, vậy thì có xung đột, có ganh ghét, có ham muốn thành tựu, vượt qua người khác.

Liệu một cái trí và một tâm hồn mà nhớ lại những tổn thương, những sỉ nhục, những sự việc đã làm cho nó vô cảm và dờ dẫm có thể – liệu một cái trí và một tâm hồn như thế có thể biết tình yêu là gì? Tình yêu là vui thú? Và tuy nhiên đó lại là điều gì chúng ta đang theo đuổi, có ý thức hay không ý thức. Thần thánh của chúng ta là kết quả của vui thú của chúng ta. Những niềm tin của chúng ta, cấu trúc xã hội của chúng ta, luân lý của xã hội – mà căn bản là vô luân lý – là kết quả của sự theo đuổi vui thú của chúng ta. Và khi bạn nói rằng, “Tôi thương yêu người nào đó”, đó là tình yêu hay sao? Tình yêu có nghĩa không tách rời, không thống trị, không hoạt động tự cho

mình là trung tâm. Muốn tìm ra tình yêu là gì, người ta phải phủ nhận tất cả việc này – phủ nhận nó trong ý nghĩa thấy sự giả dối của nó. Khi một lần bạn thấy cái gì đó như là giả dối – mà bạn đã chấp nhận như là thực sự, như là tự nhiên, như là con người – vậy thì có thể bạn không bao giờ quay trở lại với nó; khi bạn thấy một con rắn độc hại, hay một con thú nguy hiểm, bạn không bao giờ đùa giỡn với nó, bạn không bao giờ đến gần nó. Tương tự như vậy, khi bạn thực sự thấy rằng tình yêu không là những sự việc này, cảm thấy nó, nhìn ngắm nó, găm nhăm nó, sống cùng nó, hoàn toàn gắn kết với nó, vậy thì bạn sẽ biết tình yêu là gì, từ bi là gì – mà có nghĩa đam mê vì mọi người.

Chúng ta không có đam mê; chúng ta có dục vọng, chúng ta có vui thú. Ý nghĩa gốc của từ ngữ đam mê là đau khổ. Tất cả chúng ta đều có đau khổ của loại này hay loại kia, mất mát người nào đó, đau khổ của tự-thương xót, đau khổ của chủng tộc con người, cả tập thể lẫn cá thể. Chúng ta biết đau khổ là gì, chết của người nào đó mà bạn nghĩ rằng bạn đã thương yêu. Khi chúng ta trọn vẹn ở cùng đau khổ đó, không cố gắng lý luận nó, không cố gắng tẩu thoát khỏi nó trong bất kỳ hình thức nào – qua những từ ngữ hay qua hành động – khi bạn trọn vẹn ở cùng nó, không có bất kỳ chuyển động nào của tư tưởng, vậy thì bạn sẽ tìm ra, từ đau khổ đó đam mê hiện diện. Đam mê đó có chất lượng của tình yêu, và tình yêu không có đau khổ.

Liệu bạn có thể tìm ra làm thế nào sống một cuộc sống ngay lúc này, ngay hôm nay, mà trong đó luôn luôn có một kết thúc với mọi việc mà bạn đã bắt đầu? Dĩ nhiên không phải trong văn phòng của bạn, nhưng phía bên trong, kết thúc tất cả những hiểu biết mà bạn đã thu lượm – hiểu biết là những trải

nghiệm của bạn, những kỷ niệm của bạn, những tổn thương của bạn, lối sống của so sánh, luôn luôn so sánh bạn với người nào đó. Kết thúc tất cả điều đó mỗi ngày, để cho ngày hôm sau cái trí của bạn được trong sáng và tươi trẻ. Một cái trí như thế không bao giờ có thể bị tổn thương, và đó là hồn nhiên.

Người ta phải tìm ra cho chính mình chết có nghĩa gì; vậy là không còn sợ hãi, vậy là mỗi ngày là một ngày mới mẻ – và tôi thực sự có ý nói điều này, người ta có thể làm được điều này – để cho cái trí của bạn và đôi mắt của bạn thấy cuộc sống như một cái gì đó hoàn toàn mới mẻ. Đó là vĩnh cửu. Đó là chất lượng của cái trí mà đã bắt gặp trạng thái không thời gian này, bởi vì mỗi ngày nó đã biết chết đi mọi sự việc nó đã thu lượm trong suốt ngày có nghĩa là gì. Chắc chắn, trong đó có tình yêu. Tình yêu là điều gì đó hoàn toàn mới mẻ mỗi ngày, nhưng vui thú không phải, vui thú có sự tiếp tục. Tình yêu luôn luôn mới mẻ, và vì vậy nó là vĩnh cửu riêng của nó.

***Các bạn muốn đưa ra bất kỳ câu hỏi nào không?***

***Người hỏi:.*** *Dường như ông tin tưởng trong đang chia sẻ, nhưng cùng lúc ông lại nói rằng hai người yêu nhau, hay người chồng và người vợ, không thể đặt nền tảng tình yêu của họ, không nên đặt nền tảng tình yêu của họ, vào gây thỏa mãn lẫn nhau. Tôi không thấy bất kỳ điều gì sai trái trong gây thỏa mãn lẫn nhau – đó là đang chia sẻ.*

***KRISHNAMURTI:*** Bạn chia sẻ điều gì? Lúc này chúng ta đang chia sẻ điều gì? Chúng ta đã nói về chết, chúng ta đã nói về tình yêu, về sự cần thiết của cách mạng tổng thể, về sự thay đổi tâm lý hoàn toàn, không sống trong những khuôn mẫu cũ kỹ của những công thức, của đấu tranh, đau khổ, bất chước, tuân phục, và mọi chuyện còn lại của những việc đó mà con người đã sống qua hàng thiên niên kỷ và đã sản sinh thế giới

hỗn loạn, kỳ diệu này! Chúng ta đã nói về chết. Làm thế nào cùng nhau chúng ta chia sẻ điều đó? Chia sẻ sự hiểu rõ về nó, không phải câu nói bằng từ ngữ, không phải sự diễn tả, không phải những giải thích về nó. Chia sẻ sự hiểu rõ, chia sẻ sự thật mà theo cùng sự hiểu rõ có nghĩa gì? Và hiểu rõ có nghĩa gì? Bạn bảo cho tôi điều gì rất nghiêm túc, rất cần thiết, thích đáng, quan trọng, và tôi lắng nghe nó trọn vẹn, bởi vì nó cần thiết cho tôi. Muốn lắng nghe nghiêm túc, cái trí của tôi phải yên lặng, đúng chứ? Nếu tôi đang huyền thuyên, nếu tôi đang nhìn nơi nào khác, nếu tôi đang so sánh điều gì bạn đang nói với điều gì tôi biết, cái trí của tôi không yên lặng. Chỉ khi nào cái trí của tôi yên lặng và lắng nghe trọn vẹn thì lúc đó mới có sự hiểu rõ về sự thật của sự việc. Cùng nhau chúng ta chia sẻ điều đó; ngược lại chúng ta không chia sẻ. Chúng ta không thể chia sẻ những từ ngữ, chúng ta chỉ có thể chia sẻ sự thật của điều gì đó. Bạn và tôi chỉ có thể thấy sự thật của điều gì đó khi cái trí hoàn toàn cam kết đến sự quan sát.

Bạn thấy vẻ đẹp của một hoàng hôn, những quả đồi xinh xinh, những cái bóng và ánh trăng. Làm thế nào bạn chia sẻ nó cùng một người bạn? Bằng cách nói cho anh ấy, “Hãy nhìn quả đồi tuyệt vời kia”? Bạn có lẽ nói như thế nhưng đó là chia sẻ hay sao? Khi bạn thực sự chia sẻ cái gì đó cùng một người khác, nó có nghĩa rằng cả hai đều phải có cùng mãnh liệt, cùng thời điểm, cùng mức độ. Nếu không bạn không thể chia sẻ, phải không? Cả hai phải có cùng một thích thú chung, cùng mức độ, cùng đam mê. Ngược lại làm thế nào các bạn có thể chia sẻ điều gì đó? Các bạn có thể chia sẻ một miếng bánh mì, nhưng đó không phải điều gì chúng ta đang nói.

Muốn thấy cùng nhau, mà là chia sẻ cùng nhau – cả hai chúng ta phải thấy – không phải đồng ý hay không đồng ý, nhưng cùng nhau thấy điều gì thực sự là; không phải diễn giải

nó tùy theo tình trạng bị quy định của tôi hay tình trạng bị quy định của bạn, nhưng cùng nhau thấy nó là gì. Và muốn cùng nhau thấy người ta phải được tự do để quan sát, phải được tự do để lắng nghe. Điều đó có nghĩa rằng không có thành kiến. Vậy là chỉ lúc đó, cùng chất lượng của tình yêu đó, có chia sẻ.

Người hỏi: Thưa ông, khi ông nói về những liên hệ, ông luôn luôn nói về một người đàn ông và một người đàn bà hay một cô gái và một cậu trai. Cùng sự việc ông nói về những liên hệ này cũng sẽ áp dụng cho một người đàn ông và một người đàn ông, hay một người đàn bà và một người đàn bà phải không?

**KRISHNAMURTI:** *Đồng tính luyện ái à?*

**Người hỏi:** *Nếu ông muốn đưa ra từ ngữ đó, đúng rồi, thưa ông.*

**KRISHNAMURTI:** Bạn thấy, khi chúng ta đang nói về tình yêu, dù nó là của người đàn ông và người đàn ông, người đàn bà và người đàn bà, hay người đàn ông và người đàn bà, chúng ta không đang nói về một loại liên hệ đặc biệt, chúng ta đang nói về toàn chuyển động, toàn ý nghĩa của sự liên hệ, không phải một liên hệ với một người hay hai người. Bạn không biết nó có ý nghĩa gì khi có liên hệ với thế giới, khi bạn cảm thấy bạn là thế giới, hay sao? Không phải như một ý tưởng – điều đó kinh khủng lắm – nhưng thực sự cảm thấy rằng bạn có trách nhiệm, rằng bạn cam kết với trách nhiệm này. Đó là sự cam kết duy nhất; không phải cam kết qua những quả bom, hay cam kết đến một hoạt động đặc biệt,



## **Brockwood Park, 30 tháng tám 1977**

**Krishnamurti:** Với tất cả những trải nghiệm của bạn, với tất cả hiểu biết của bạn, với tất cả nền văn minh bạn có được đằng sau bạn mà bạn là kết quả, tại sao không có từ bi trong sống hàng ngày của bạn? Muốn tìm ra tại sao bạn không có nó, tại sao nó không hiện diện trong tâm hồn và cái trí và tầm nhìn của con người, bạn cũng phải đặt ra câu hỏi: Bạn có thương yêu người nào không?

**Người hỏi:** Thưa ông, tôi thắc mắc không hiểu tình yêu là gì.

**Krishnamurti:** Làm ơn, thưa bạn, Tôi đang hỏi bạn bằng sự kính trọng nhất liệu bạn có thương yêu bất kỳ người nào hay không? Bạn có lẽ thương yêu con chó của bạn, nhưng con chó là nô lệ của bạn. Ngoại trừ thú vật, những cao ốc, những quyển sách, thi ca, và tình yêu đất đai, bạn có thương yêu người nào không? Tình yêu có nghĩa không đòi hỏi đáp lại bất kỳ thứ gì, không đòi hỏi bất kỳ thứ gì từ người bạn thương yêu, không lệ thuộc vào người đó. Bởi vì nếu bạn lệ thuộc, vậy thì sợ hãi ghen tuông, lo âu, căm hận, giận dữ, bắt đầu. Nếu bạn quyến luyến người nào đó, nó là tình yêu hay sao? Hãy tìm ra! Và nếu tất cả điều đó không là tình yêu – tôi chỉ đang hỏi, tôi không nói đúng hay sai – vậy thì làm thế nào bạn có thể có từ bi? Chúng ta đang đòi hỏi cái gì đó còn nhiều hơn tình yêu khi thậm chí chúng ta không có tình yêu bình thường cho một người khác.

**Người hỏi:** Làm thế nào ông tìm được tình yêu đó?

**Krishnamurti:** Tôi không muốn tìm được tình yêu đó. Mọi việc tôi muốn làm là xóa sạch những điều không là tình yêu,

được tự do khỏi ghen tuông, quyến luyến.

**MW:** Điều đó có nghĩa chúng ta không nên có phân chia.

**Krishnamurti:** Thưa bạn, đó chỉ là lý thuyết. Hãy tìm ra liệu bạn có thương yêu người nào đó. Làm thế nào bạn có thể thương yêu khi bạn quan tâm về chính bạn, những vấn đề của bạn, những tham vọng của bạn, ham muốn thành công của bạn, ham muốn thật nhiều của bạn, ưu tiên bạn là người thứ nhất và những người khác là vai phụ. Hay những người khác là người thứ nhất và bạn là vai phụ, đó cũng là một sự việc. Chúng ta đã đưa ra quá nhiều câu hỏi. Chúng ta có thể cùng nhau hòa chung và tìm hiểu liệu tôi có thể được tự do khỏi quyến luyến, hiểu rõ thậm chí bằng từ ngữ rằng tình yêu không thể hiện diện nơi nào có ghen tuông hay quyến luyến? Tôi sẽ có một đối thoại với chính tôi, được chứ, và bạn lắng nghe?

Bằng cách lắng nghe điều này tôi nhận ra rằng tôi không thương yêu. Đó là một sự kiện. Tôi sẽ không tự dối gạt mình. Tôi sẽ không giả vờ với người vợ của tôi rằng tôi thương yêu cô ấy – hay với một phụ nữ, một cô gái hay một cậu con trai. Bây giờ, trước hết, tôi không biết tình yêu là gì. Nhưng tôi có biết rằng tôi ghen tuông. Tôi có biết rằng tôi quyến luyến ghé góm với người nào đó, và rằng trong quyến luyến đó có sợ hãi, có ghen tuông, có lo âu, có một ý thức của lệ thuộc. Tôi không thích lệ thuộc, nhưng tôi lệ thuộc bởi vì tôi bị cô độc và tôi bị xô đẩy loanh quanh bởi xã hội, trong văn phòng, trong nhà máy, rồi tôi về nhà và tôi muốn cảm thấy thanh thản, thân mật, để tẩu thoát khỏi chính mình. Thế là tôi bị lệ thuộc, bị quyến luyến vào người đó. Lúc này tôi đang tự hỏi mình làm thế nào tôi có thể được tự do khỏi quyến luyến này, mà không cần biết tình yêu là gì. Tôi sẽ không giả vờ tôi có tình yêu Thượng đế, tình yêu Jesus, tình yêu Krishna; tôi quẳng mọi vô lý đó đi.

Làm thế nào tôi có thể được tự do khỏi sự quyến luyến này?  
Tôi đang dùng vấn đề này như một ví dụ.

Tôi sẽ không chạy trốn nó. Được chứ? Tôi không biết bằng cách nào nó sẽ kết thúc với người vợ của tôi; khi tôi thực sự tách rời cô ấy, sự liên hệ với cô ấy của tôi có lẽ thay đổi. Cô ấy có lẽ quyến luyến tôi và tôi có lẽ không quyến luyến cô ấy hay bất kỳ người phụ nữ nào khác. Bạn hiểu rõ chứ? Không phải rằng tôi muốn tách rời cô ấy và chạy đến một người phụ nữ khác; việc đó quả là xuẩn ngốc. Vậy là tôi sẽ làm gì đây? Tôi sẽ không chạy trốn kết cục của được tự do hoàn toàn khỏi mọi quyến luyến. Tôi sẽ tìm hiểu. Tôi không biết tình yêu là gì, nhưng tôi thấy rất rõ ràng, dứt khoát, không mọi ngờ vực, sự quyến luyến với một người nào đó có nghĩa sợ hãi, lo âu, ghen tuông, chiếm hữu, và vân vân. Vì vậy tôi tự hỏi mình làm thế nào tôi có thể được tự do khỏi quyến luyến? Không một phương pháp. Tôi muốn tự do khỏi nó, nhưng tôi thực sự không biết làm thế nào. Tôi đang có một đối thoại với chính tôi.

Vì vậy tôi bắt đầu tìm hiểu. Rồi thì tôi bị trói buộc trong một hệ thống. Tôi bị trói buộc vào một đạo sư nào đó mà nói, “Ta sẽ giúp người không bị quyến luyến; hãy làm việc này và việc này”. Tôi muốn được tự do khỏi quyến luyến, và tôi chấp nhận điều gì cái người ngô nghê đó nói bởi vì tôi thấy sự quan trọng của được tự do, và người ấy hứa hẹn với tôi rằng nếu tôi làm việc này tôi sẽ nhận được một phần thưởng. Vì vậy tôi muốn được tự do với mục đích nhận một phần thưởng. Bạn hiểu rõ chứ? Tôi đang tìm kiếm một phần thưởng. Vậy là tôi thấy tôi quá ngu ngốc: tôi muốn được tự do và tôi lại quyến luyến một phần thưởng.

Tôi đại diện phần còn lại của nhân loại – và tôi thực sự có ý như thế – vì vậy nếu tôi đang tự có một đối thoại với mình, tôi

đang rơi lệ. Nó là một đam mê cho tôi.

Tôi không muốn bị quyến luyến, và tuy nhiên tôi lại thấy mình đang bị quyến luyến với một ý tưởng. Đó là, tôi phải được tự do, và quyền sách hay ý tưởng của người nào đó nói, “Hãy làm việc này rồi bạn sẽ nhận được nó”. Thế là phần thưởng trở thành quyến luyến của tôi. Sau đó tôi nói, “Hãy quan sát việc gì tôi đã làm. Hãy cẩn thận. Đừng bị mắc kẹt trong cái bẫy đó. Dù nó là một người phụ nữ hay một ý tưởng, nó vẫn còn là quyến luyến”. Tôi đã học được rằng trao đổi nó cho một cái gì đó vẫn còn là quyến luyến. Vậy là bây giờ tôi rất cảnh giác. Tiếp theo tôi nói với mình, “Liệu có một phương pháp, hay tôi phải làm gì, để được tự do khỏi quyến luyến? Động cơ của tôi là gì? Tại sao tôi muốn được tự do khỏi quyến luyến? Bởi vì nó gây đau khổ? Bởi vì tôi muốn đạt được một trạng thái không còn quyến luyến, không còn sợ hãi, và vân vân? Làm ơn hãy theo sát tôi bởi vì tôi đang đại diện bạn. Động cơ của tôi trong muốn được tự do là gì? Bỗng nhiên tôi nhận ra một động cơ tạo ra một phương hướng, và phương hướng đó sẽ sai khiến sự tự do của tôi. Tại sao tôi phải có một động cơ? Động cơ là gì? Một động cơ là một chuyển động, một hy vọng để đạt được cái gì đó. Vì vậy động cơ là quyến luyến của tôi. Động cơ đã trở thành quyến luyến của tôi, không những người phụ nữ, ý tưởng của một mục tiêu, mà còn cả động cơ của tôi; tôi phải có nó. Vì vậy tôi luôn luôn đang vận hành trong lãnh vực của quyến luyến. Tôi quyến luyến người phụ nữ, tương lai, và động cơ. Vì vậy tôi nói, “Ồ, Thượng đế của tôi ơi, đó là một việc cực kỳ phức tạp. Tôi đã không nhận ra rằng được tự do khỏi quyến luyến hàm ý tất cả điều này”.

Bây giờ tôi thấy điều này rõ ràng như tôi thấy một cái bản đồ: những ngôi làng, những con đường phụ, những con đường chính. Sau đó tôi nói với chính mình, “Liệu tôi có thể được tự

do khỏi động cơ của tôi mà tôi bị quyến luyến, được tự do khỏi người phụ nữ mà tôi bị quyến luyến nhiều, và cũng được tự do khỏi phần thưởng mà tôi nghĩ tôi sẽ nhận được khi tôi được tự do khỏi quyến luyến? Tại sao tôi quyến luyến tất cả điều này? Có phải vì tôi bị thiếu thốn trong tôi? Có phải vì tôi rất, rất cô độc và tôi muốn tẩu thoát khỏi ý thức lạ lùng của cô độc đó và thế là bầu vịu cái gì đó – một người đàn ông, một người phụ nữ, một ý tưởng, một động cơ? Có phải vì tôi bị cô độc và tôi đang tẩu thoát khỏi cảm giác cô độc lạ lùng đó qua sự quyến luyến đến một người khác?

Thế là tôi không quan tâm sự quyến luyến nữa. Tôi quan tâm hiểu rõ tại sao tôi bị cô độc, mà làm tôi bị quyến luyến. Tôi bị cô độc, và trạng thái cô độc đó đã thúc đẩy tôi tẩu thoát qua quyến luyến cái gì đó hay người nào đó. Chừng nào tôi còn bị cô độc, toàn sự kiện xảy ra là như vậy. Vì vậy tôi phải tìm hiểu tại sao tôi bị cô độc. Bị cô độc có nghĩa gì? Nó xảy ra như thế nào? Cô độc thuộc bản năng, bẩm sinh, di truyền, hay do bởi hoạt động hàng ngày của tôi đang tạo ra điều này.

Tôi tìm hiểu bởi vì tôi không chấp nhận điều gì cả. Tôi không chấp nhận nó là bản năng và nói rằng tôi không thể ngăn chặn được nó. Tôi không chấp nhận nó là di truyền và vì vậy tôi không đáng bị chê trách. Vì tôi không chấp nhận bất kỳ những điều này, tôi hỏi, “Tại sao lại có trạng thái cô độc này?” Tôi nghi vấn nó và ở lại cùng nghi vấn đó, không cố gắng tìm ra một đáp án. Tôi đã tự hỏi mình gốc rễ của cô độc này là gì; và tôi đang nhìn ngắm, tôi không đang cố gắng tìm ra một đáp án thuộc trí năng; tôi không đang cố gắng khuyên răn trạng thái cô độc rằng nó nên làm gì, hay nó là gì. Tôi đang nhìn ngắm nó để nó bộc lộ cho tôi.

Có một nhìn ngắm cho trạng thái cô độc tự bộc lộ chính nó. Nó sẽ không tự bộc lộ chính nó nếu tôi chạy trốn, nếu tôi bị

kinh hãi, nếu tôi kháng cự nó. Thế là tôi nhìn ngắm nó. Tôi nhìn ngắm nó đến độ không tư tưởng nào can thiệp, bởi vì điều này còn quan trọng nhiều hơn cho phép tư tưởng lên vào. Toàn năng lượng của tôi được dành cho sự quan sát trạng thái cô độc đó; vì vậy tư tưởng không lên vào được. Cái trí đang bị thách thức và nó phải trả lời. Khi bạn bị thách thức, nó là một khủng hoảng. Trong một khủng hoảng bạn có tất cả năng lượng, và năng lượng đó vẫn còn nếu nó không bị can thiệp. Đây là một thách thức mà phải được trả lời.

**Người hỏi:** Làm thế nào chúng ta giữ chặt năng lượng đó? Làm thế nào chúng ta có thể làm cái gì đó về năng lượng này?

**Krishnamurti:** Nó đã đến. Bạn đã mất toàn sự việc.

Hãy nhìn, tôi đã khởi sự có một đối thoại với chính tôi. Tôi đã hỏi, “Cái sự việc lạ lùng được gọi là tình yêu này là gì?” Mọi người nói về nó, viết về nó; có những bài thơ lãng mạn, những hình ảnh và mọi chuyện của nó, tình dục và tất cả hỗn loạn của nó. Và tôi hỏi liệu tôi có cái sự việc được gọi là tình yêu này, liệu có một sự việc như tình yêu. Tôi thấy rằng tình yêu không hiện diện khi có ghen tuông, căm hận, sợ hãi. Thế là tôi không quan tâm đến tình yêu nữa; tôi quan tâm đến “cái gì là”, đó là, sợ hãi, quyến luyến của tôi, và tại sao tôi bị quyến luyến. Tôi nói có lẽ một trong những lý do, không phải toàn lý do, là rằng tôi bị cô độc, bị cô lập hoàn toàn. Tôi càng già nua bao nhiêu, tôi càng bị cô lập nhiều thêm bấy nhiêu. Thế là tôi quan sát nó. Nó là một thách thức phải tìm ra, và bởi vì nó là một thách thức nên tất cả năng lượng đều ở đó để đáp lại. Điều đó đơn giản, phải không? Khi có chết trong gia đình, nó là một thách thức. Nếu có thảm kịch nào đó, một tai nạn, nó là một thách thức và bạn có năng lượng để gặp gỡ nó. Bạn không nói, “Bạn có năng lượng này ở đâu?” Khi ngôi nhà của bạn đang cháy, bạn có năng lượng để di chuyển. Bạn có năng lượng lạ

thường. Bạn không ngồi ngả người và nói, “Ồ, tôi phải kiểm năng lượng này”, rồi sau đó chờ đợi. Vậy thì toàn ngôi nhà sẽ bị cháy.

Vì vậy có năng lượng lạ thường để đáp lại nghi vấn tại sao có trạng thái cô độc này. Tôi đã khước từ những ý tưởng, những giả thuyết, hay những lý thuyết của di truyền hoặc bản năng. Mọi điều đó chẳng có ý nghĩa gì đối với tôi. Nó là “cái gì là”. Vì vậy tại sao tôi bị cô độc – không phải tôi – tại sao có trạng thái cô độc này mà mỗi con người, nếu anh ấy có lưu tâm, trải qua, một cách hơi hợt hay sâu thẳm nhất? Tại sao cô độc này hiện diện? Cái trí làm điều gì đó để mang nó ra phải không? Bạn hiểu rõ chứ? Vì đã khước từ những lý thuyết, những bản năng, di truyền, tôi đang hỏi liệu cái trí tạo ra cô độc này phải không?

Cái trí đang làm điều này phải không? Cô độc có nghĩa sự tách rời hoàn toàn. Cái trí, bộ não, đang làm điều này phải không? Cái trí là thành phần chuyển động của tư tưởng. Tư tưởng đang làm điều này phải không? Tư tưởng trong sống hàng ngày đang tạo ra, đang gây ra ý thức của cô độc này phải không? Tôi đang tự cô lập chính mình bởi vì tôi muốn trở thành quan trọng hơn trong văn phòng, trở thành người giám đốc – hay giám mục, hay giáo hoàng? Luôn luôn nó đang vận hành tự cô lập chính nó. Bạn đang quan sát điều này phải không?

**Người hỏi:** Tôi nghĩ nó đang tự cô lập chính nó liên quan đến nó đây áp đến chừng nào.

**Krishnamurti:** Vâng.

**Người hỏi:** Như một phản ứng.

**Krishnamurti:** Vâng, điều đó đúng, thưa bạn, điều đó đúng. Tôi muốn tìm hiểu điều này. Tôi thấy rằng tư tưởng, cái

trí, luôn luôn đang vận hành để làm cho nó cao cấp hơn, quan trọng hơn, đang tự làm việc hướng đến sự cô lập này.

Vậy thì vấn đề là: Tại sao tư tưởng làm điều này? Chính là bản chất của tư tưởng để làm việc cho chính nó phải không? Chính là bản chất của tư tưởng để tạo ra cô lập này phải không? Xã hội tạo ra cô lập này phải không? Giáo dục tạo ra cô lập này phải không? Giáo dục có tạo ra cô lập này; nó chuẩn bị chúng ta cho một nghề nghiệp đặc biệt nào đó. Tôi đã phát giác rằng tư tưởng là sự phản ứng của quá khứ như hiểu biết, trải nghiệm, và ký ức, vì vậy tôi biết rằng tư tưởng bị giới hạn, tư tưởng bị trói buộc trong thời gian. Thế là tư tưởng đang làm việc này. Trong chính bản chất của nó, nó phải làm việc này hay sao?

**Người hỏi:** Cái gì thực sự ở bên trong luôn luôn đang bị che giấu, và vì vậy tư tưởng phải là dối gạt, phải dẫn đến sự cô lập, bởi vì không ai biết được điều gì người khác đang cảm thấy do tất cả sự giả vờ.

**Krishnamurti:** Thưa bạn, chúng ta đã vượt qua vấn đề đó rồi. Chúng ta đang đến vấn đề khi chúng ta không đang giả vờ.

Trong đối thoại chúng ta đã nói rằng chúng ta không biết tình yêu là gì. Tôi biết khi chúng ta sử dụng từ ngữ tình yêu đó có một giả vờ nào đó, một đạo đức giả nào đó, khoác vào một loại mặt nạ nào đó. Chúng ta đã vượt qua tất cả vấn đề đó rồi. Lúc này chúng ta đã đến vấn đề của hỏi tại sao tư tưởng, là một mảnh, tạo ra sự cô lập này – nếu đúng là nó. Tôi đã tìm được đúng là nó đã tạo ra trong đối thoại với tôi của tôi bởi vì tôi đã thấy rằng tư tưởng bị giới hạn, tư tưởng bị trói buộc vào thời gian, bất kỳ điều gì nó làm phải bị giới hạn, và trong giới hạn đó nó đã tìm được sự an toàn. Nó đã tìm được sự an toàn

khi nói, “Tôi có một nghề nghiệp đặc biệt trong cuộc sống”. Nó đã tìm được sự an toàn khi nói, “Tôi là một giáo sư và vì vậy tôi an toàn ghê lắm”. Và bạn bị trói buộc ở đó trong suốt cuộc đời còn lại của bạn. Trong đó có sự an toàn thuộc tâm lý vô cùng cũng như sự an toàn thực tế.

Vì vậy tư tưởng đang làm điều này. Sau đó vấn đề là: Liệu tư tưởng có nhận ra rằng nó bị giới hạn, và thế là bất kỳ điều gì nó làm đều bị giới hạn và vì vậy phân chia, và vì vậy cô lập? Bất kỳ điều gì nó làm sẽ bị giới hạn phải không? Đây là một mấu chốt rất quan trọng: Liệu tư tưởng có thể nhận ra những giới hạn riêng của nó, hay tư tưởng nói với chính nó, “Tôi bị giới hạn”? Bạn hiểu rõ sự khác biệt? Tư tưởng là cái tôi, tôi nói rằng tư tưởng bị giới hạn, hay tư tưởng tự nó nhận ra rằng nó bị giới hạn? Hai câu nói hoàn toàn khác biệt. Một câu là một áp đặt, và vì vậy xung đột; trái lại khi tư tưởng tự nó nói, “Tôi bị giới hạn”, nó sẽ không chuyển động khỏi sự giới hạn đó. Hiểu rõ điều này rất quan trọng bởi vì nó là bản thể cốt lõi của sự việc. Chúng ta đang áp đặt vào tư tưởng điều gì nó nên làm. Tư tưởng đã tạo ra cái “tôi”, và cái “tôi” đã tự tách rời nó khỏi tư tưởng và nói nó sẽ chỉ bảo tư tưởng nên làm gì. Nhưng nếu tư tưởng tự nhận ra rằng nó bị giới hạn, vậy thì không có kháng cự, không có xung đột, nó nói, “Tôi là điều đó. Tôi thông qua”.

Trong đối thoại với chính tôi của tôi, tôi đang hỏi liệu tư tưởng tự nhận ra điều này, hay tôi đang bảo tư tưởng rằng nó bị giới hạn. Nếu tôi đang bảo tư tưởng rằng nó bị giới hạn, vậy thì tôi trở thành tách rời khỏi những giới hạn; thế là có xung đột, mà là bạo lực, mà là không tình yêu. Vì vậy tư tưởng tự nhận ra rằng nó bị giới hạn? Tôi phải tìm ra. Tôi đang bị thách thức. Lúc này tôi có năng lượng bởi vì tôi bị thách thức.

Nói một cách khác. Ý thức có nhận ra nội dung của nó? Ý thức có nhận ra nội dung của nó là chính nó? Tôi đã nghe một người khác nói, “Ý thức là nội dung của nó, nội dung của nó tạo thành ý thức”, và thế là tôi nói, “Vâng nó là như vậy”; hay ý thức – ý thức của tôi, ý thức này – nhận ra nội dung của nó và vì vậy chính nội dung của nó là tổng thể của ý thức của tôi? Bạn thấy sự khác biệt trong hai cái này? Một bị áp đặt bởi cái tôi, cái “tôi” bị tạo ra bởi tư tưởng, và nếu cái “tôi” áp đặt điều gì đó vào tư tưởng, vậy thì có xung đột. Nó giống như một chính phủ độc tài đang tự áp đặt chính nó – nhưng tôi đã tạo ra chính phủ này.

Chúng ta đang hỏi liệu tư tưởng đã nhận ra sự nhỏ nhoi riêng của nó, sự tầm thường riêng của nó, những giới hạn riêng của nó? Hay nó đang giả vờ là cái gì đó lạ thường, cao quý, thiêng liêng? Điều đó vô lý, bởi vì tư tưởng là ký ức, trải nghiệm. Trong độc thoại của tôi phải có sự rõ ràng về mấu chốt này: không có ảnh hưởng bên ngoài nào đang áp đặt vào tư tưởng để cho nó bị giới hạn. Bởi vì không có sự áp đặt, không có xung đột, vậy là nó nhận ra nó bị giới hạn. Nó thấy rằng bất kỳ điều gì nó làm, ngay cả sự tôn thờ Thượng đế của nó, đều bị giới hạn, nhỏ nhen, tầm thường – dù nó đã tạo ra những thánh đường nguy nga khắp Châu Âu.

Trong độc thoại của tôi, đã có sự khám phá rằng trạng thái cô độc được tạo ra bởi tư tưởng. Và lúc này tư tưởng đã tự nhận ra rằng nó bị giới hạn và nó không thể giải quyết vấn đề của cô độc. Bởi vì nó không thể giải quyết vấn đề của cô độc, cô độc có tồn tại hay không? Tư tưởng đã tạo ra ý thức của cô độc này. Tư tưởng nhận ra rằng nó bị giới hạn, và rằng bởi vì nó bị giới hạn, bị phân chia, bị tách rời, nó đã tạo ra trạng thái trống rỗng, trạng thái cô độc này. Vậy là khi nó nhận ra điều này, trạng thái cô độc không còn.

Vậy là có sự tự do khỏi quyền luyến. Tôi đã không làm gì cả, nhưng nhìn ngắm quyền luyến và điều gì được bao hàm trong quyền luyến – tham lam, sợ hãi, cô độc – và bằng cách theo sát nó, nhìn ngắm nó, quan sát nó – không phân tích nó, tra xét nó, nhưng chỉ nhìn ngắm, nhìn ngắm, nhìn ngắm – có một khám phá rằng tư tưởng đã làm tất cả việc này. Tư tưởng, bởi vì nó bị tách rời, đã tạo ra quyền luyến này. Khi nó nhận ra điều này, sự quyền luyến kết thúc. Không có nỗ lực nào được tạo ra, bởi vì khoảnh khắc có nỗ lực nó quay trở lại.

Chúng ta đã nói rằng nếu có tình yêu, không có quyền luyến, và nếu có quyền luyến, không có tình yêu. Vậy là đã có sự xóa sạch nhân tố chính qua sự phủ nhận cái gì không là. Bạn biết nó có nghĩa gì trong sống hàng ngày của bạn: không hồi tưởng bất kỳ thứ gì mà người vợ của tôi, người bạn gái của tôi, hay người hàng xóm của tôi đã kể cho tôi; không hồi tưởng bất kỳ tổn thương nào; không quyền luyến hình ảnh của cô ấy. Tôi quyền luyến hình ảnh mà tư tưởng đã tạo ra về cô ấy – rằng cô ấy đã gây tổn thương tôi, cô ấy đã dọa nạt tôi, cô ấy đã cho tôi sự thỏa mãn dục tình, mười sự việc khác nhau; tất cả là chuyển động của tư tưởng mà đã tạo ra hình ảnh, và chính là hình ảnh mà tôi quyền luyến. Thế là quyền luyến đã biến mất.

Có những nhân tố khác: sợ hãi, vui thú, thanh thản trong người đó, hay trong ý tưởng đó. Bây giờ, tôi phải trải qua tất cả những việc này từng bước một, cái này kế tiếp cái kia, hay tất cả chúng đều biến mất? Tôi phải tìm hiểu sự sợ hãi và sự ham muốn thanh thản như tôi đã tìm hiểu quyền luyến? Tôi phải quan sát tại sao tôi tìm kiếm sự thanh thản? Có phải vì rằng tôi bị thiếu thốn đến độ tôi cần sự thanh thản, đến độ tôi cần một cái ghế êm ả, một người phụ nữ hay người đàn ông an ủi, hay một ý tưởng ru ngủ. Tôi nghĩ hầu hết chúng ta đều cần có một ý tưởng gây an toàn, thanh thản mà không bao giờ có thể bị lay

động. Tôi quyến luyến nó nhiều lắm, và nếu bất kỳ ai nói nó là vô ích, tôi bị tức giận, tôi bị ganh ghét. Tôi bị bức bối bởi vì anh ấy đang lay động ngôi nhà của tôi. Tôi thấy rằng tôi không cần trải qua sự tìm hiểu tất cả những nhân tố khác nhau đó. Nếu tôi thoáng thấy nó, tôi đã nắm chặt nó.

Vậy là qua phủ nhận cái gì không phải tình yêu, cái còn lại hiện diện. Tôi không cần hỏi tình yêu là gì. Tôi không phải săn đuổi nó. Nếu tôi săn đuổi nó, nó không là tình yêu, nó là một phần thưởng. Trong tìm hiểu của tôi, chậm chậm, kỹ càng, không biến dạng, không ảo tưởng, tôi đã phủ nhận mọi thứ mà tình yêu không là, và cái còn lại hiện diện.



## Saanen, 18 tháng bảy 1978

Làm ơn, chúng ta đang tìm hiểu điều gì đó mà có lẽ khá khó khăn. Tôi không biết nó sẽ dẫn dắt chúng ta đến đâu. Nó có lẽ trở nên hơi hơi phức tạp, vì vậy làm ơn hãy chú ý thêm chút nữa.

Bạn biết, khi bạn có một em bé, bạn lắng nghe những tiếng khóc của em, bạn lắng nghe những từ ngữ của em, tiếng u ơ của em. Bạn quá lo lắng đến độ bạn phải lắng nghe; bạn có lẽ thiếp ngủ, nhưng khoảnh khắc em bé òa khóc bạn liền thức dậy. Bạn luôn luôn chú ý bởi vì em bé là của bạn, bạn phải chăm sóc em, bạn phải thương yêu em, bạn phải ôm chặt em. Bạn chú ý vô cùng đến nỗi thậm chí nếu bạn thiếp đi, bạn thức dậy lập tức. Bây giờ, bằng cùng chất lượng của chú ý, thương yêu, chăm sóc đó mà bạn trao cho mọi chuyển động của em bé, liệu bạn có thể nhìn ngắm cái gương mà là chính bạn? Không phải tôi, bạn không đang lắng nghe tôi; bằng sự chăm sóc và thương yêu chăm chú lạ thường đó bạn đang lắng nghe cái gương mà là chính bạn và lắng nghe điều gì nó đang kể cho bạn. Bạn sẽ thực hiện việc đó chứ?

Chúng ta đang hỏi tại sao những con người đã trở nên máy móc như thế. Rõ ràng thói quen máy móc tạo ra sự vô trật tự bởi vì năng lượng vận hành luôn luôn trong một giới hạn chật hẹp đang đấu tranh để phá vỡ, mà là bản thể của xung đột. Bạn hiểu rõ điều gì cái gương đang nói chứ? – không phải tôi, không có người nói ở đây. Bằng sự ân cần, bằng sự chú ý, bằng một cảm thấy của thương yêu vô cùng, bạn có thể nhìn ngắm điều gì bạn đang lắng nghe chứ.

Chúng ta đang nói về sự vô trật tự. Chúng ta sống trong một vô trật tự của những thói quen, của những niềm tin, của những kết luận, của những quan điểm. Đây là khuôn mẫu mà chúng ta sống trong nó, mà theo tự nhiên, đang bị giới hạn, phải tạo ra xung đột. Bây giờ, khi người ta ở trong vô trật tự, tìm kiếm trật tự là sai lầm, bởi vì cái trí bị rối loạn, không rõ ràng, trong tìm kiếm cái gì là trật tự cũng sẽ bị rối loạn, cũng sẽ bị hoang mang. Điều đó rõ ràng. Nhưng trái lại, nếu bạn nhìn vào vô trật tự, nếu bạn hiểu rõ vô trật tự trong đó bạn sống và những nguyên nhân chuyển động của vô trật tự, trong chính hiểu rõ nó, trật tự tự nhiên hiện diện – dễ dàng, vui vẻ, không mọi ép buộc, không mọi kiểm soát. Cái gương đang bảo bạn rằng bạn có thể khám phá ngay tức khắc những nguyên nhân – không bằng từ ngữ, trí năng, hay cảm giác – thuộc chuyển động của vô trật tự trong chính bạn và tại sao nó xảy ra, nếu bạn trao sự chú ý, bằng sự chú ý mà bạn trao cho một em bé không phòng vệ, nhỏ xíu. Đó là đang có một thấu triệt vào vô trật tự.

Gốc rễ của vô trật tự là gì? Có nhiều nguyên nhân của vô trật tự: so sánh, so sánh người ta với một người khác, so sánh người ta với điều gì người ta “nên là”, bắt chước một mẫu mực, vị thánh nào đó; tuân phục, điều chỉnh đến cái gì đó mà bạn nghĩ vượt khỏi cái là. Luôn luôn có xung đột giữa “cái gì là” và “cái gì nên là”. So sánh là chuyển động của tư tưởng: tôi đã là điều này, hay tôi đã có hạnh phúc và ngày nào đó tôi sẽ có hạnh phúc lại. Sự đo lường liên tục này giữa “cái gì đã là” hay “cái gì là” hay “cái gì nên là”, sự đánh giá liên tục này tạo ra xung đột. Đó là một trong những lý do cơ bản của vô trật tự.

Một nguyên nhân khác của vô trật tự là đang vận hành từ quá khứ. Bây giờ, tình yêu là một chuyển động của thời gian, của tư tưởng, của hồi tưởng? Bạn hiểu rõ câu hỏi mà cái gương

trong đó bạn đang nhìn đang hỏi bạn? Điều gì mà chúng ta gọi là tình yêu không tạo ra vô trật tự lạ kỳ trong những liên hệ của con người hay sao? Bạn hãy tự quan sát nó.

Gốc rễ của vô trật tự là gì? Bạn có thể thấy những nguyên nhân và chúng ta có thể thêm vào nhiều hơn nữa; việc đó không liên quan. Trong tìm hiểu gốc rễ của nó là gì, đừng phân tích. Chỉ quan sát. Nếu bạn có một quan sát không phân tích, bạn có một thấu triệť tức khắc vào nó. Nếu bạn nói, “Tôi sẽ tìm hiểu, tôi sẽ suy luận”, hay phân tích nó từ phía bên ngoài qua sự qui nạp và sự suy diễn, nó vẫn còn là chuyển động của tư tưởng. Trái lại nếu bạn có thể quan sát bằng ân cần, bằng chú ý sâu thẳm mà trong đó được bao gồm nhiều hòa nhã, thương yêu, vậy là bạn có một thấu triệť. Hãy thực hiện đi, hãy tìm ra.

Gốc rễ của vô trật tự của chúng ta là gì – vô trật tự bên trong và do đó vô trật tự bên ngoài? Trong thế giới bạn có thể thấy vô trật tự khủng khiếp, vô trật tự gây khốn khổ ra sao; con người đang giết chóc lẫn nhau, những người chống đối đang bị đưa vào nhà tù và bị tra tấn. Chúng ta dung thứ những điều đó bởi vì những cái trí của chúng ta chấp nhận những sự việc như thế, hay cố gắng thay đổi nó một chút ít ở nơi này hoặc nơi kia. Muốn thấy gốc rễ của vô trật tự, bạn phải tìm hiểu nghi vấn: Ý thức của chúng ta là gì? Khi bạn tự nhìn bạn trong một cái gương không bị biến dạng đó, ý thức của bạn là gì? Điều đó có lẽ là bản thể của vô trật tự. Chúng ta phải cùng nhau tìm hiểu ý thức của chúng ta là gì.

Ý thức của chúng ta là một vật đang sống, một vật đang chuyển động; nó là năng động, không phải cái gì đó đứng yên, khép kín, khóa chặt. Nó là cái gì đó đang thay đổi liên tục, nhưng đang thay đổi trong một biên giới nhỏ hẹp, bị giới hạn. Nó giống như một con người suy nghĩ rằng anh ấy đang thay

đôi khi anh ấy thay đổi một chút xíu trong một cái góc và không chịu thay đổi phần còn lại của cánh đồng. Chúng ta phải hiểu rõ bản chất và cấu trúc của ý thức. Chúng ta đang thực hiện việc đó để tìm ra liệu nó có là gốc rễ của vô trật tự của chúng ta. Nó có lẽ không phải. Chúng ta sẽ tìm ra. Ý thức của chúng ta là gì. Nó là mọi thứ mà tư tưởng đã sắp xếp vào chung: hình dáng, thân thể, danh tánh, những giác quan mà tư tưởng đã tự gắn kết, những niềm tin, những đau khổ, những hành hạ, những phiền muộn, những bất an, những ngã lòng, những phân chấn, những ghen tuông, những lo âu, những sợ hãi, những vui thú, quốc gia của tôi và quốc gia của bạn, tin tưởng Thượng đế và không tin tưởng Thượng đế, nói Chúa Jesus là quan trọng nhất, Krishna là quan trọng hơn, và vân vân, và vân vân, và vân vân. Tất cả việc đó không là ý thức của bạn hay sao? Bạn có thể thêm nhiều hơn nữa vào nó: tôi là người da màu, tôi ước có màu da sáng hơn; tôi là người da đen nhưng màu đen đẹp, và vân vân, và vân vân. Quá khứ, di truyền, thần thoại, toàn truyền thống của nhân loại, được đặt nền tảng trên điều này. Tất cả điều đó là nội dung, và chừng nào người ta còn không ý thức được nội dung của ý thức và hành động, vậy thì hành động đó phải bị giới hạn và vì vậy tạo ra vô trật tự. Tư tưởng trong chuyển động của nó phải tạo ra vô trật tự nếu tư tưởng không nhận ra vị trí thích hợp của nó. Hiểu biết bị giới hạn và vì vậy nó có vị trí thích hợp của nó. Điều đó rõ ràng.

Tư tưởng được sinh ra của ngày hôm qua, hay mười ngàn triệu ngày hôm qua, bị giới hạn, và vì vậy nội dung của ý thức của chúng ta bị giới hạn. Dù bằng bất kỳ cách nào tư tưởng có lẽ nói rằng ý thức này không bị giới hạn, hay rằng có một ý thức cao hơn, nó vẫn còn là một hình thức của ý thức. Vì vậy tư tưởng mà đã không nhận ra vị trí thích hợp của nó là chính

bản thể của vô trật tự. Đây không là điều gì đó lãng mạn, mơ hồ, vô lý; bạn có thể tự thấy nó, nếu bạn hợp lý, thông minh, rõ ràng, rằng tư tưởng, bởi vì bị giới hạn, phải tạo ra vô trật tự. Một con người mà nói, “Tôi là một người Do thái”, hay “Tôi là một người Ả rập”, bị giới hạn và vì vậy đang tự khép kín anh ấy, đang kháng cự; thế là những chiến tranh và tất cả những đau khổ bắt đầu. Bạn thực sự thấy sự kiện này, không như một ý tưởng, không như điều gì đó mà người nào đó đang bảo bạn, nhưng tự thấy nó cho chính bạn, giống như bạn nghe tiếng khóc của em bé? Vậy là bạn hành động. Bạn đứng dậy.

Thành phần lỗi sống máy móc của chúng ta được sinh ra từ ý thức bị giới hạn này. Liệu có thể không bành trướng ý thức, không mở rộng nó, không thêm nhiều thứ vào nó, nhiều hiểu biết hơn, nhiều trải nghiệm hơn, nhiều chuyển động từ một góc này đến một góc khác hơn? Có những trường phái đang cố gắng bành trướng ý thức, bằng luyện tập, bằng kỷ luật, kiểm soát. Khi bạn đang cố gắng bành trướng ý thức, có một trung tâm của đo lường. Khi bạn đang cố gắng mở rộng bất kỳ thứ gì – mở rộng một ngôi nhà từ một nền tảng nhỏ đến một nền tảng lớn hơn – có một trung tâm từ đó bạn mở rộng. Tương tự như vậy có một trung tâm mà từ đó có một bành trướng, mà là đo lường. Hãy quan sát chính bạn. Bạn không đang cố gắng bành trướng ý thức của bạn hay sao? Bạn có lẽ không sử dụng từ ngữ đó. Bạn có lẽ nói, “Ồ, tôi đang cố gắng tốt lành hơn”, “Tôi đang cố gắng nhiều hơn điều này hay điều kia, hay để thành tựu”. Chừng nào còn có một trung tâm từ đó bạn hành động, phải có vô trật tự.

Tiếp theo vấn đề nảy sinh: Liệu có thể hành động, vận hành tự nhiên, hạnh phúc không có một trung tâm, không có một trung tâm của ý thức? Chúng ta đang đặt ra những câu hỏi cơ bản. Bạn có lẽ không quen thuộc với nó. Hầu hết chúng ta đều

đặt ra những câu hỏi rất hờ hững, hay thờ ơ, và lảng tránh. Nhưng chúng ta đang đặt ra những câu hỏi mà bạn phải trả lời, phải tự tìm hiểu để khám phá những đáp án cho chính bạn. Liệu có thể hành động, sống cuộc sống hàng ngày, mà không có một trung tâm? Trung tâm là bản thể của vô trật tự. Trong liên hệ với một người khác của chúng ta, dù nó có lẽ thân mật đến chừng nào, nếu bạn luôn luôn quan tâm đến chính bạn, những tham vọng của bạn, cá nhân của bạn, sắc đẹp của bạn, những thói quen của bạn, và những người khác cũng như vậy, tự nhiên có xung đột, mà là vô trật tự.

Liệu có thể không hành động từ trung tâm, mà là ý thức này cùng nội dung của nó, tất cả những sự việc mà tư tưởng đã sắp xếp vào chung, với những cảm giác của nó, với những ham muốn của nó, với những sợ hãi của nó và vân vân. Hành động không mâu thuẫn, không hối tiếc, không phần thưởng hay hình phạt, và vì vậy là một hành động tổng thể, là gì? Chúng ta sẽ tìm ra. Không phải rằng tôi sẽ tìm ra và bảo cho bạn, nhưng cùng nhau chúng ta sẽ tìm ra, đang nhớ rằng không có người nói nhưng chỉ có cái gương mà bạn đang nhìn trong nó. Muốn hiểu rõ nó chúng ta phải tìm hiểu câu hỏi của tình yêu là gì. Bởi vì nếu chúng ta có thể tìm ra sự thật của tình yêu là gì, nó sẽ hoàn toàn triệt tiêu cái trung tâm, hoàn toàn mang lại một hành động tổng thể. Vì vậy chúng ta phải tìm hiểu nó rất, rất cẩn thận – nếu bạn sẵn lòng muốn lắng nghe. Bạn có những quan điểm của bạn về tình yêu. Bạn có những kết luận của bạn về tình yêu. Bạn nói tình yêu không thể tồn tại nếu không có ghen tuông, tình yêu tồn tại chỉ khi nào có tình dục, tình yêu tồn tại chỉ khi nào bạn thương yêu tất cả những người hàng xóm của bạn, thương yêu thú vật. Bạn có một khái niệm, một ý tưởng, một kết luận về tình yêu nên là gì. Nếu bạn có những điều này vậy thì bạn không thể tìm hiểu. Nếu bạn nói sẵn,

“Đây là như thế”, bạn chấm dứt. Nó giống như một trong những đạo sư mà nói rằng, “Tôi biết, tôi đã đạt được sự khai sáng”, và bạn, vì nhẹ dạ, tuân theo người ấy. Bạn không bao giờ nghi ngờ người ấy.

Ở đây không có uy quyền, không có người nói, nhưng chúng ta đang đưa ra một câu hỏi rất, rất nghiêm túc mà có lẽ giải quyết sự xung đột, trận chiến liên tục giữa mình và một người khác. Muốn tìm ra điều đó, chúng ta phải thâm nhập rất sâu vào câu hỏi của tình yêu là gì này. Chúng ta chỉ đang nói về điều gì mà những con người gọi là tình yêu: tình yêu động vật của họ, những vật nuôi của họ, tình yêu ngôi vườn của họ, tình yêu ngôi nhà của họ, tình yêu đồ đạc của họ, tình yêu người con gái hay con trai của họ, tình yêu những thần thánh của họ, tình yêu tổ quốc của họ – điều này được gọi là tình yêu, mà đã bị chất đầy, mà đã bị chà đạp. Chúng ta sẽ tìm ra nó là gì.

Em bé đang khóc, vì vậy làm ơn hãy chú ý một tí. Bạn biết khi em bé khóc, bạn đang lắng nghe bằng tất cả cái trí của bạn. Có một nghệ thuật lắng nghe. Từ ngữ nghệ thuật hàm ý đặt mọi thứ trong vị trí đúng của nó. Nếu bạn hiểu rõ nghĩa lý của từ ngữ đó, nghệ thuật thực sự không phải là vẽ những bức tranh, nhưng là nghệ thuật đặt sống của bạn trong vị trí thích hợp của nó, mà có nghĩa là sống hòa hợp. Khi bạn đã tự đặt mọi thứ trong chính bạn trong vị trí đúng của nó, bạn được tự do. Đặt mọi thứ trong vị trí đúng của nó là thành phần của thông minh. Tôi muốn nói chúng ta đang trao một ý nghĩa mới cho từ ngữ thông minh đó. Người ta phải. Thông minh hàm ý đọc giữa hai hàng, giữa những từ ngữ, giữa hai yên lặng, giữa câu nói, luôn luôn đang lắng nghe bằng cái trí của bạn tỉnh táo để lắng nghe. Bạn nghe không những bằng tai, mà còn cả không có tai.

Chúng ta đang hỏi: Ý nghĩa và vẻ đẹp – nếu có vẻ đẹp – của tình yêu là gì? Bạn có khi nào suy nghĩ vẻ đẹp là gì chưa? Vẻ đẹp có nghĩa gì? Nó có liên quan đến ham muốn? Đừng phủ nhận nó, hãy quan sát nó, lắng nghe cẩn thận và tìm ra. Vẻ đẹp là thành phần của ham muốn? Vẻ đẹp là thành phần của những giác quan? Bạn thấy một tòa nhà tuyệt đẹp, Parthenon, hay một trong những thánh đường, những cao ốc vồ vọi; những giác quan của bạn bị đánh thức bởi vẻ đẹp của nó. Vì vậy vẻ đẹp là thành phần của điều này? Vẻ đẹp trong màu sắc, hình dáng, những hình thể của khuôn mặt, sự trong sáng trong đôi mắt, và màu da và mái tóc, trong sự thể hiện của người đàn ông hay người phụ nữ? Hay có một chất lượng khác của vẻ đẹp mà có lẽ vượt khỏi tất cả vẻ đẹp này; và khi nó là thành phần của sống này, vậy thì hình dáng, khuôn mặt, mọi thứ có vị trí của nó? Nếu điều đó không được thấu suốt, nếu điều đó không được hiểu rõ, sự thể hiện bên ngoài trở thành quan trọng nhất. Chúng ta sẽ tìm ra vẻ đẹp đó là gì nếu bạn hứng thú.

Bạn biết khi bạn thấy cái gì đó giống như hòn núi tuyết vờ vờ tương phản bầu trời xanh, tuyết trắng xóa, rõ ràng, rực rỡ, chói lọi, vẻ hoành tráng của nó xóa tan tất cả những vấn đề của bạn, những lo âu của bạn, những suy nghĩ của bạn. Bạn đã nhận thấy điều đó chứ? Bạn nói, “Ồ, đẹp quá”, và có lẽ trong hai giây, hay thậm chí trong một phút, bạn hoàn toàn bất tỉnh. Trong giây phút đó vẻ hoành tráng của nó xóa sạch sự nhỏ nhen của chúng ta. Vậy là sự mê mông đó đã kiểm soát chúng ta. Giống như một em bé mê mải một món đồ chơi phức tạp trong một tiếng đồng hồ; em sẽ không nói chuyện, em sẽ không gây ồn ào, em hoàn toàn chăm chú trong đó. Món đồ chơi đã cuốn hút em. Vì vậy hòn núi cuốn hút bạn và thế là trong một giây, hay trong một phút, bạn hoàn toàn bất tỉnh, mà có nghĩa không còn cái tôi. Bây giờ, nếu không bị cuốn hút bởi

cái gì đó – hoặc một đồ chơi, một hòn núi, một khuôn mặt, hoặc một ý tưởng – hoàn toàn không có cái tôi trong chính mình, là bản thể của vẻ đẹp.

Chúng ta sẽ tìm ra tình yêu là gì. Nếu chúng ta có thể, sống của chúng ta có lẽ hoàn toàn khác hẳn; người ta có lẽ sống không còn xung đột, không còn kiểm soát, không còn mọi dạng nỗ lực. Chúng ta sẽ tìm ra.

Ngoài hành động tích cực ra, có hành động mà là không-hành động. Hành động được coi là tích cực đang làm cái gì đó về cái gì đó, đang kiểm soát, đang đè nén, đang nỗ lực, đang thống trị, đang lẩn tránh, đang giải thích, đang lý luận, đang phân tích. Chúng ta đang nói có không-hành động, mà không liên quan đến hành động tích cực, không là đối nghịch của nó, mà là quan sát không-hành động. Vậy thì chính quan sát đó tạo ra một thay đổi cơ bản trong điều đang được quan sát, mà là không-hành động. Chúng ta quá quen thuộc với hành động tích cực: “Tôi phải”, “Tôi không được”, “Điều này đúng”, “Điều này sai”, “Điều này chính xác”, “Điều này nên là”, “Điều này không phải”, “Tôi sẽ cảm đoán nó”, “Tôi sẽ chế ngự nó”. Tất cả việc này đang đấu tranh với cái “tôi”, mà là bản thể của vô trật tự, mà là bản thể của xung đột. Nếu bạn thấy điều đó, không bằng từ ngữ hay trí năng, hay thị giác, nhưng thực sự thấy sự thật của nó, lúc đó có không-hành động, trong đó không có nỗ lực. Thuần túy quan sát tự nó thay đổi điều đang được quan sát.

Chúng ta đang hỏi: Tình yêu là gì? Chúng ta đã nói rằng chúng ta có nhiều quan điểm về nó, những quan điểm của những chuyên gia, những quan điểm của những đạo sư, những quan điểm của những giáo sĩ; người vợ của tôi nói hay con gái của tôi nói, “Đây là tình yêu”, hay bạn nói, “Đó là tình yêu”, hay bạn nói nó liên quan đến tình dục, và vân vân. Đúng chứ?

Nó liên quan đến những giác quan? Từ những giác quan nảy sinh ham muốn. Rõ ràng, chuyển động của những giác quan là ham muốn. Tôi trông thấy một vật đẹp, những giác quan được đánh thức, và tôi muốn nó. Bạn hãy tự nhìn nó. Chúng ta đang nói rằng khi có toàn chuyển động của những giác quan – tất cả những giác quan, không phải một giác quan đặc biệt – vậy thì ham muốn không hiện diện. Bạn hãy suy nghĩ ra nó.

Tình yêu là chuyển động của những giác quan cùng ham muốn? Nói cách khác, tình yêu là ham muốn? Luôn luôn những giác quan đang vận hành theo dục tính: hồi tưởng, những bức tranh, những hình ảnh, những cảm giác. Chuyển động của tất cả những điều đó được hiểu là tình yêu. Tình yêu, như người ta có thể quan sát, là thành phần của ham muốn. Hãy theo chậm chậm. Chúng ta sắp sửa bàn về nó. Tình yêu là quyến luyến? Tôi quyến luyến người con gái hay cậu trai của tôi. Tôi sở hữu. Quyến luyến là tình yêu? Toàn sống của tôi được đặt nền tảng trên quyến luyến, quyến luyến tài sản, quyến luyến một con người, quyến luyến một niềm tin, một giáo điều, Christ, Buddha. Đó là tình yêu? Trong quyến luyến có đau khổ, có sợ hãi, có ghen tuông, lo âu. Nơi nào có quyến luyến có tình yêu à? Khi bạn quan sát nó và bạn hoàn toàn quan tâm, rất sâu sắc để tìm được tình yêu là gì, vậy thì quyến luyến trở nên không quan trọng, nó không có giá trị, bởi vì đó không là tình yêu.

Nó không là ham muốn. Nó không là hồi tưởng. Nó không là quyến luyến. Nó không là điều gì tôi đang bảo cho bạn và bạn chấp nhận. Nó là như thế. Tình yêu là vui thú? Nó không có nghĩa bạn không thể cầm tay một người khác. Bạn thấy, ham muốn là kết quả của cảm giác. Ham muốn quyến luyến tư tưởng, tư tưởng quyến luyến cảm giác, và từ cảm giác đó có ham muốn, và ham muốn đó muốn mãi nguyên, và chúng ta

gọi đó là tình yêu. Đó là tình yêu? Quyến luyến là tình yêu? Trong quyến luyến có xung đột, có không chắc chắn, và càng có không chắc chắn nhiều bao nhiêu, càng có sợ hãi cô độc nhiều bấy nhiêu, bạn càng trở nên quyến luyến, sở hữu, thống trị, quyết đoán, đòi hỏi, và vì vậy xung đột trong liên hệ. Và xung đột này bạn nghĩ là tình yêu. Chúng ta đang hỏi: Đó là tình yêu?

Vui thú là tình yêu? Vui thú là chuyển động của một hồi tưởng. Đừng thuộc lòng cụm từ, chỉ lắng nghe nó. Tôi nhớ bạn đẹp quá, dễ chịu quá, tế nhị quá, âu yếm quá, gọi tình quá, và tôi nói, “Em yêu, anh yêu em”. Đó là tình yêu? Nhưng vui thú phải bị khước từ hay sao? Bạn phải đặt ra tất cả những câu hỏi này? Bạn phải hỏi, tìm ra. Nó không tặng bạn vui thú khi nhìn ngắm những dòng nước của một con suối hay sao? Có gì sai trái với vui thú đó? Nó không tặng bạn vui thú khi nhìn ngắm một cái cây cô đơn trong một cánh đồng hay sao? Nó không tặng bạn vui thú khi nhìn ngắm mặt trăng trên những hòn núi lúc bạn có lẽ trông thấy nó đêm qua hay sao? Một hài lòng vô cùng, phải không? Có gì sai trái với nó? Nhưng rắc rối bắt đầu khi tư tưởng nói, “Nó đẹp quá, tôi phải giữ nó, tôi phải nhớ nó, tôi phải tôn thờ nó, tôi hy vọng thấy nó nhiều hơn”. Vậy thì toàn chuyển động của vui thú vận hành. Và vui thú đó chúng ta gọi là tình yêu.

Người mẹ bế em bé của bà ấy tràn đầy lòng thương yêu dịu dàng, cảm giác ôm chặt đó. Đó là tình yêu? Hay đó là thành phần thuộc di truyền của bạn? Bạn đã từng trông thấy những con khỉ ôm ấp những đứa con của chúng, hay con voi chăm sóc dịu dàng đứa con nhỏ xíu? Có lẽ vì rằng chúng ta đã thừa hưởng phản ứng thuộc bản năng này với một em bé – và sau đó, “Nó là đứa con ‘của tôi’. Nó sinh ra từ dòng máu của tôi, xương cốt của tôi, da thịt của tôi, tôi yêu nó”. Và nếu bạn thực

sự thương yêu em bé của bạn thật nhiều, bạn sẽ muốn thấy rằng em được giáo dục đúng cách, bạn sẽ muốn thấy rằng em không bao giờ hung bạo, em không bao giờ bị giết chết hay giết chết một người khác. Bạn không chỉ chăm sóc em bé nhỏ xíu đó cho đến khi nó năm hay sáu tuổi, rồi quăng nó cho những con sói.

Vậy là tất cả điều này là tình yêu? Bây giờ, hành động tích cực là nói, “Không, tôi sẽ không còn có tình dục nữa”, “Tôi sẽ được tự do khỏi quyến luyến”, “Luôn luôn tôi sẽ cảnh giác sự quyến luyến”. Trái lại hành động tiêu cực là thấy nó trong nguyên vẹn của nó và thế là có một thấu triệt vào nó. Vậy là bạn sẽ thấy rằng tình yêu không là bất kỳ những sự việc này, nhưng bởi vì có tình yêu, từ tình yêu đó tất cả liên hệ thay đổi. Bạn biết những người tu khổ hạnh, những khát sĩ ở Ấn độ, những thầy tu ở Châu âu và khắp thế giới đã nói, “Không ham muốn, không tình dục, đừng nhìn một người phụ nữ đẹp.

Nếu bạn lơ nhìn, hãy nghĩ về cô ấy như người chị của bạn hay người mẹ của bạn. Hay, nếu bạn lơ nhìn, hãy tập trung vào những điều thiêng liêng”. Họ đang cháy bỏng bên trong! Bên ngoài họ phủ nhận, nhưng bên trong họ đang cháy bỏng. Và đó là điều gì họ gọi là một cuộc sống tôn giáo; mà có nghĩa họ không có tình yêu. Họ có một ý tưởng về tình yêu là gì. Ý tưởng không là tình yêu. Ý tưởng, từ ngữ không là tình yêu. Nhưng chỉ khi nào bạn đã thấy toàn chuyển động của ham muốn, quyến luyến, vui thú, vậy là từ chiều sâu của trực nhận đó hiện diện bông hoa kỳ diệu này cùng hương thơm lạ thường của nó. Đó là tình yêu.



## Bombay, 31 tháng giêng 1982

Chúng ta là gì? Ngoại trừ một danh tánh, một hình dạng, có lẽ nếu bạn may mắn có một tài khoản ngân hàng, có lẽ một kỹ năng, ngoại trừ tất cả điều đó, chúng ta là gì? Chúng ta không đang đau khổ hay sao? Đau khổ không tồn tại trong sống của bạn hay sao? Có sợ hãi phải không? Có lo âu, tham lam, ganh ghét phải không? Chúng ta tôn thờ hình ảnh nào đó mà tư tưởng đã tạo ra phải không? Bởi vì sợ hãi chết, chúng ta đang bám vào ý tưởng nào đó phải không? Chúng ta không đang mâu thuẫn, nói một điều và làm một điều khác hay sao? Chúng ta là tất cả điều đó. Những thói quen của chúng ta, những ngu ngốc của chúng ta, sự huyền thuyên vô tận đang diễn tiến trong cái trí, tất cả điều đó là cái gì chúng ta là. Nội dung của ý thức tạo thành ý thức, và ý thức đó đang tiến hóa qua thời gian, qua sự đau khổ, những đau đớn, những trải nghiệm kinh hoàng. Liệu người ta có thể được tự do khỏi tất cả điều đó, tự do khỏi ý thức của sợ hãi? Bởi vì khi có sợ hãi, không có tình yêu. Trạng thái nhạy cảm không thể hiện diện nếu luôn luôn có hoạt động tự cho mình là trung tâm, và nếu không có tánh nhạy cảm đó, không có tình yêu. Và không có tình yêu khi không có vẻ đẹp. Vẻ đẹp hiện diện chỉ trong sự nở hoa của tốt lành.

Chúng ta hãy theo dõi vẻ đẹp là gì – không phải vẻ đẹp của hình dáng, mà cũng đẹp, vẻ đẹp của một cái cây xinh xinh, vẻ đẹp của một cánh đồng xanh tươi, vẻ đẹp của một hòn núi, sự hoành tráng của nó tương phản bầu trời xanh, vẻ đẹp của một hoàng hôn, vẻ đẹp của một bông hoa cô đơn mọc nhú lên vỉa hè. Chúng ta không đang lãng mạn, hay cảm xúc. Chúng ta đang cùng nhau tìm hiểu vẻ đẹp là gì. Bạn có ý thức của vẻ

đẹp đó trong sống của bạn, hay sống của bạn rất tầm thường, vô nghĩa, một đấu tranh liên tục từ sáng đến khuya? Vẻ đẹp là gì? Nó không là một câu hỏi thuộc giác quan, cũng không là một câu hỏi thuộc tình dục. Nó là một câu hỏi rất nghiêm túc bởi vì nếu không có vẻ đẹp trong tâm hồn của bạn, bạn không thể nở hoa trong tốt lành. Bạn có khi nào nhìn ngắm một hòn núi hay biển xanh mà không huyền thuyên, mà không nao động, thực sự chú ý đến bầu trời xanh, vẻ đẹp của nước, vẻ đẹp của ánh sáng trên một làn nước. Khi bạn thấy vẻ đẹp lạ thường như thế của quả đất, cùng những con sông, những cái hồ, những hòn núi của nó, điều gì thực sự xảy ra? Điều gì xảy ra khi bạn nhìn ngắm cái gì đó mà bạn đã thấy và đẹp lạ thường: một bức tượng, một bài thơ, một bông sen trong cái ao, hay một bãi cỏ được chăm sóc cẩn thận? Tại khoảnh khắc đó, vẻ hoành tráng của một hòn núi làm bạn quên bản thân mình. Bạn có khi nào ở trong vị trí đó? Nếu bạn có, bạn sẽ thấy rằng ngay lúc đó bạn không hiện diện, chỉ có sự hoành tráng đó hiện diện. Nhưng một vài giây sau hay một phút sau, toàn chu kỳ cũ bắt đầu, hỗn loạn, huyền thuyên. Vậy là vẻ đẹp hiện diện, nơi bạn không hiện diện. Nó là một bi kịch nếu bạn không thấy điều này. Sự thật hiện diện, khi bạn không hiện diện. Vẻ đẹp hiện diện, tình yêu hiện diện, nơi nào bạn không hiện diện. Chúng ta không thể nhìn ngắm sự việc lạ thường này được gọi là sự thật.

Liệu con người có thể kết thúc sự đau khổ, không chỉ sự đau khổ của cá nhân, mà còn cả sự đau khổ của nhân loại? Hãy suy nghĩ về tất cả những người đàn ông và phụ nữ bị tàn sát, bị thương tích trong hàng ngàn cuộc chiến tranh. Có đau khổ trong thế giới, một đau khổ toàn cầu, và cũng có đau khổ của riêng bạn; chúng không là hai đau khổ tách rời. Làm ơn hãy thấy điều này. Tôi có lẽ đau khổ bởi vì người con trai của tôi bị

chết. Tôi cũng ý thức rằng người vợ của người hàng xóm bị chết. Nó đều giống hệt khắp thế giới. Nó đã giống như thế này trong hàng thiên niên kỷ, trong hàng ngàn và hàng ngàn năm, và chúng ta chưa bao giờ có thể giải quyết nó. Chúng ta có lẽ tàu thoát nó, chúng ta có lẽ thực hiện những nghi lễ, những nghi thức, chúng ta có lẽ sáng chế mọi loại lý thuyết, nói rằng nó là nghiệp của chúng ta, nó từ quá khứ của chúng ta, nhưng đau khổ ở đó, không chỉ đau khổ của bạn mà còn cả đau khổ của toàn nhân loại. Liệu đau khổ đó có thể kết thúc, hay do bởi sự quy định của nhân loại nên đau khổ phải tiếp tục từ thời gian không thể nhớ được đến kết thúc thời gian? Nếu tôi chấp nhận rằng đó là sự quy định – mà tôi hy vọng bạn không – vậy thì bạn sẽ tiếp tục đau khổ mãi mãi. Bạn quen thuộc với nó, như hầu hết chúng ta. Nhưng nếu bạn không chấp nhận việc đó, vị trí của bạn là gì? Bạn sẽ dùng thời gian để kết thúc đau khổ đó? Bạn là quá khứ, hiện tại, và tương lai. Bạn là ông chủ của thời gian, và bạn có thể thu ngắn thời gian hay kéo dài thời gian. Nếu bạn bạo lực và bạn nói, “Tôi sẽ trở nên không-bạo lực”, việc đó đang kéo dài thời gian. Trong suốt khoảng thời gian đó, bạn đang bạo lực, và không có sự kết thúc cho loại hoạt động đó. Nếu bạn nhận ra rằng bạn là ông chủ của thời gian, thời gian đó trong bàn tay của bạn, mà là một việc quan trọng lạ thường phải tìm ra, điều đó có nghĩa bạn đối diện sự kiện của bạo lực. Bạn không theo đuổi không-bạo lực, nhưng đối diện sự kiện của bạo lực, và trong quan sát đó không có thời gian, bởi vì trong quan sát đó không có cả người quan sát lẫn sự tích lũy của quá khứ, chỉ có sự quan sát thuần túy. Trong đó không có thời gian.

Bạn đang làm điều này? Khi người nói đang trình bày về nó, bạn có thực sự đang thấy sự thật của nó và vì vậy đang làm nó? Giả sử tôi có một thói quen đặc biệt, vật chất hay tâm lý;

liệu thói quen đó có thể kết thúc ngay tức khắc? Hay tôi sẽ phải mất thời gian để kết thúc nó? Giả sử bạn hút thuốc lá, liệu bạn có thể kết thúc thói quen đó ngay tức khắc? Sự thèm khát chất nicotine của cơ thể khác hẳn sự trực nhận rằng bạn là ông chủ của thời gian. Bạn có thể thu ngắn thời gian, thế là sự trực nhận đó không là một quyết định của không hút thuốc.

Bạn thấy, chỉ khi nào người ta kết thúc đau khổ mới có đam mê. Đam mê không là dục vọng. Dục vọng thuộc giác quan, thuộc tình dục, nó đầy ắp ham muốn, những hình ảnh, những theo đuổi vui thú, và vân vân. Đam mê không phải vậy. Bạn phải có đam mê để sáng tạo – không phải những em bé – để tạo ra một thế giới khác hẳn, những con người khác hẳn trong thế giới, để thay đổi xã hội mà bạn sống trong nó. Nếu không có đam mê lạ thường đó, người ta trở nên tầm thường, ủy mị, không minh bạch, không hòa hợp.

Người con trai của tôi bị chết và tôi đau khổ. Tôi khóc, tôi đi đến mọi đền chùa khắp thế giới. Tôi đã đặt tất cả hy vọng của tôi trong người con trai đó và cậu ấy không còn nữa rồi. Tôi sẽ gặp gỡ cậu ấy nơi nào đó vào đời sau, hay nơi nào đó hay nơi khác. Chúng ta luôn luôn đang đùa giỡn với điều đó. Đau khổ gây phiền muộn lắm. Những giọt nước mắt, sự an ủi của những người khác, và sự tìm kiếm an ủi riêng của tôi để quên lãng đau khổ đó, không giải quyết được sự đau khổ, ý thức lạ kỳ của cô độc. Vì vậy liệu tôi có thể nhìn ngắm nó, ở cùng nó, không có bất kỳ loại tẩu thoát nào, không có bất kỳ loại giải thích lý luận nào cho cái chết của người con trai của tôi? Không có tìm kiếm đầu thai hay cái gì khác, liệu tôi có thể ở lại trọn vẹn, hoàn toàn, cùng cảm thấy đau khổ vô cùng đó? Sau đó điều gì xảy ra?

Tôi hy vọng bạn đang thực hiện điều này cùng người nói. Đừng chỉ lắng nghe nó. Bạn không đang được bảo phải làm gì.

Đây không là một trò chơi thuộc trí năng; đây là sống của chúng ta, sự tồn tại hàng ngày của chúng ta. Người bạn thương yêu có lẽ đi khỏi, và có ghen tuông, bứt rứt, hận thù. Đây là sống của chúng ta và chúng ta đau khổ.

Nếu người con trai của tôi đã chết, tôi không thể dung thứ ý tưởng rằng cậu ấy đã không còn. Không có mọi cảm tính, không có mọi cảm giác, liệu tôi có thể ở cùng đau khổ đó, sự đau khổ của cô độc. Hầu hết chúng ta đều biết trạng thái cô độc. Trạng thái cô độc đó là khi chúng ta hoàn toàn tách rời khỏi mọi liên hệ. Bỗng nhiên bạn phát giác mình ở trong một đám đông nhưng bạn lại hoàn toàn một mình, cô độc. Nó là thành phần của đau khổ khi phát giác một trạng thái như thế. Khi người con trai của tôi chết, tôi bị cô độc. Liệu tôi có thể nhìn ngắm trạng thái cô độc đó, quan sát cô độc đó mà không có người quan sát? Chúng ta sẽ bàn về điều đó.

Khi người ta bị tức giận, tại khoảnh khắc của tức giận đó, mà là một phản ứng, không có người quan sát lẫn vật được quan sát. Bạn có nhận thấy không? Chỉ có phản ứng đó mà được gọi là tức giận. Một vài phút hay một vài giây sau, người quan sát nói, “Tôi đã tức giận”. Thế là người quan sát tự tách rời chính anh ấy khỏi sự tức giận rồi nói, “Tôi đã tức giận”. Nhưng người quan sát là vật được quan sát. Sự tức giận không khác biệt tôi; tôi là tức giận, tôi là tham lam. Tôi là sợ hãi. Tôi là tất cả điều đó. Nhưng tư tưởng nói, “Tôi phải kiểm soát, tôi phải tẩu thoát khỏi sự sợ hãi”, vì vậy tư tưởng tạo ra người quan sát mà khác biệt vật được quan sát, và trong trạng thái đó có xung đột. Trái lại sự kiện là rằng người quan sát là vật được quan sát. Tức giận là bạn, tức giận không khác biệt bạn. Tương tự như thế, khi tôi mất người con của tôi, tôi ở trong trạng thái đó, đang quan sát mà không có bất kỳ chuyển động của tư tưởng, mà là trao chú ý tổng thể vào sự việc đó được gọi là đau

khổ, vào sự việc đó được gọi là cô độc mà tạo ra sự tuyệt vọng như thế, hoạt động loạn thần kinh như thế. Liệu tôi có thể ở cùng ý thức của đau khổ, phiền muộn, choáng váng cực độ đó, mà không có bất kỳ chuyển động hay cái bóng của tư tưởng nào? Đó là trao chú ý tổng thể vào nó. Bạn không thể trao chú ý tổng thể nếu bạn đang cố gắng tẩu thoát khỏi nó; đó là một lãng phí năng lượng, trái lại nếu bạn trao chú ý tổng thể của bạn lúc đó tất cả năng lượng của bạn được tập trung vào một điểm mà bạn gọi là đau khổ. Khi bạn làm việc đó, bạn hiểu rõ toàn ý nghĩa và chiều sâu lẫn vẻ đẹp của một sự kiện lạ thường như thế. Và vậy là đau khổ kết thúc. Khi có sự kết thúc của đau khổ có đam mê. Và cùng sự kết thúc của đau khổ có tình yêu.

Tình yêu là gì? Bạn có khi nào hỏi như thế không? Bạn có khi nào hỏi người chồng của bạn hay người vợ của bạn tình yêu là gì hay chưa? Bạn không dám! Tôi có thương yêu bất kỳ ai không? Bạn biết điều đó có nghĩa gì không? Tình yêu là ham muốn? Tình yêu là vui thú? Tình yêu là quyến luyến? Làm ơn, hãy suy nghĩ tất cả điều này. Tình yêu là ghen tuông? Hay hiện nay tình yêu đã trở thành một hành động tình dục? Chúng ta hãy cùng nhau thấy chất lượng của một cái trí hay một bộ não mà thương yêu. Bạn thương yêu con cái của bạn, hay cảm thấy có trách nhiệm với chúng bởi vì bổn phận của bạn. Bạn có khi nào suy nghĩ liệu bạn có thương yêu con cái của bạn? Bạn sẽ nói, “Có chứ”, nhưng chúng ta đang hỏi câu này rất nghiêm túc. Nếu bạn thương yêu con cái của bạn, bạn sẽ muốn chúng là cái gì bạn là phải không? Hay bạn sẽ muốn chúng hoàn toàn khác hẳn bạn? Bạn muốn chúng theo đuổi việc buôn bán của bạn, việc kinh doanh của bạn? Bởi vì bạn là một người công nghiệp, bạn muốn người con trai của bạn là một người công nghiệp? Hay bạn quan tâm rằng cậu ấy phải lớn lên trong tốt lành, nở hoa trong vẻ đẹp? Hay bạn đang

chuẩn bị cậu ấy cho chiến tranh, để giết và bị giết? Tất cả điều đó là tình yêu? Tôi biết bạn sẽ nói, “Chúng ta không thể ngăn cản được chúng ta là gì. Chúng ta không thể ngăn cản con cái của chúng ta. Chúng ta gửi chúng đến trường học và đó là sự kết thúc của nó”. Bạn chỉ mong muốn chúng lập gia đình, ổn định – giống như bạn đã ổn định – trong sự tầm thường, không hòa hợp, nói một điều và làm một điều khác, đến đền chùa và trở thành một luật sư tài giỏi. Đó là một mâu thuẫn. Bạn muốn con cái của bạn giống như thế sao? Nếu bạn thương yêu chúng bạn sẽ làm như thế à?

Tình yêu có hiện diện bất kỳ nơi nào trong thế giới? Tình yêu là ghen tuông? Tình yêu là quyến luyến? Nếu tôi quyến luyến người vợ của tôi, đó là một thảm kịch, phải không? Những hàm ý của quyến luyến đó là gì? Đó là tình yêu à? Nếu tôi quyến luyến cô ấy, tôi phụ thuộc vào cô ấy, cả vật chất lẫn tâm lý; cô ấy giúp đỡ tôi, tôi giúp đỡ cô ấy. Tôi sợ hãi rằng cô ấy có lẽ bỏ tôi. Tôi lo âu rằng cô ấy không nên bỏ tôi. Cô ấy không được nhìn một người khác, cô ấy phải trung thành với tôi. Tôi phải sở hữu cô ấy, thống trị cô ấy. Và cô ấy muốn được sở hữu lẫn được thống trị. Đó là tình yêu mà trong nó có sợ hãi, ghen tuông, hận thù, xung đột? Tất cả điều đó là tình yêu à?

Phủ nhận, khước từ mọi thứ không phải là tình yêu, là tình yêu. Vậy là chúng ta hoàn toàn phủ nhận ghen tuông, hoàn toàn phủ nhận quyến luyến, phủ nhận mọi hình thức của sở hữu. Từ sự phủ nhận hoàn toàn đó tình yêu hiện diện. Qua sự phủ nhận bạn đến sự tích cực. Và việc tích cực nhất là tình yêu. Một trong những sự việc lạ thường về tình yêu là bất kỳ việc gì bạn làm sẽ đúng đắn nếu bạn thương yêu. Khi có tình yêu, hành động luôn luôn đúng đắn, trong mọi hoàn cảnh. Và khi có chất lượng của thương yêu đó, có từ bi. Từ bi có nghĩa

đam mê cho tất cả. Từ bi, cũng như tình yêu, không thể hiện diện, nếu bạn lệ thuộc bất kỳ giáo phái nào, bất kỳ nhóm người nào, hay bất kỳ tôn giáo có tổ chức nào. Từ bi hiện diện chỉ khi nào có sự tự do khỏi tất cả điều đó. Và từ bi đó có thông minh không giới hạn, lạ thường, riêng của nó. Khi có tình yêu, có vẻ đẹp. Tình yêu và từ bi cùng thông minh của nó là sự thật vĩnh hằng. Đối với sự thật đó không có con đường – không Karma Yoga, Bakhti Yoga, và vân vân – không có con đường dẫn đến sự thật. Chỉ khi nào có ý thức bao la của từ bi đó mà hiện diện khi có sự kết thúc của đau khổ, lúc đó cái là, là sự thật.

*[1]Giáo sư Maurice Wilkins của trường đại học London. Ông ấy là người đoạt giải Nobel Prize ngành sinh vật.*

## Cùng những người trẻ ở Ấn độ: Từ quyển Cuộc sống trước mặt

Chúng ta hãy nói một chút về tình yêu; chúng ta hãy tìm ra liệu đằng sau từ ngữ này và cảm giác này – mà có quá nhiều ý nghĩa cho tất cả chúng ta – cũng có yếu tố đặc biệt đó của sợ hãi, của lo âu, cái sự việc mà những người lớn biết đến như là cô độc.

Bạn biết tình yêu là gì? Bạn thương yêu người cha của bạn, người mẹ của bạn, người em của bạn, người thầy của bạn, người bạn của bạn? Bạn biết tình yêu có nghĩa gì? Khi bạn nói rằng bạn thương yêu cha mẹ của bạn, nó có nghĩa gì? Bạn cảm thấy an toàn cùng họ, bạn cảm thấy như ở nhà cùng họ. Cha mẹ của bạn đang bảo vệ bạn, họ đang cho bạn tiền bạc, chỗ ở, lương thực và quần áo, và bạn cảm thấy cùng họ một ý thức của liên hệ mật thiết, phải không? Bạn cũng cảm thấy rằng bạn có thể tin cậy họ – hay bạn có lẽ không. Có thể bạn không nói chuyện thoải mái và vui vẻ với họ như với bạn bè riêng của bạn. Nhưng bạn kính trọng họ, bạn bị hướng dẫn bởi họ, bạn vâng lời họ, bạn có một ý thức nào đó của trách nhiệm đối với họ, cảm thấy rằng bạn phải nuôi dưỡng họ khi họ già nua. Luân phiên họ thương yêu bạn, họ muốn bảo vệ bạn, hướng dẫn bạn, giúp đỡ bạn, ít ra họ nói như thế. Họ muốn chọn vợ gả chồng cho bạn để cho bạn sẽ sống một cuộc sống tạm gọi là đạo đức và không gặp rắc rối, để cho bạn sẽ có một người chồng chăm sóc bạn, hay một người vợ nấu nướng cho bạn và nuôi nấng con cái của bạn. Tất cả điều này được gọi là tình yêu, phải không?

Bạn không thể nói tức khắc tình yêu là gì; bởi vì tình yêu được giải thích sẵn bởi những từ ngữ. Nó không dễ dàng đến

với chúng ta. Tuy nhiên nếu không có tình yêu, cuộc sống rất trơ trụi; nếu không có tình yêu, cây cối, chim chóc, nụ cười của những người đàn ông và phụ nữ, cây cầu bắc qua con sông, người chèo thuyền và thú vật, không còn ý nghĩa. Nếu không có tình yêu, sống giống như một cái ao cạn. Trong một con sông sâu, có sự phong phú và nhiều cá có thể sống; nhưng cái ao cạn chẳng mấy chốc sẽ bị khô ráo bởi mặt trời hùng hực, và chẳng còn thứ gì ngoại trừ bùn lầy dơ bẩn.

Với hầu hết chúng ta, hiểu rõ tình yêu là một việc khó khăn cực kỳ bởi vì cuộc sống của chúng ta rất nông cạn. Chúng ta muốn được thương yêu, và cũng muốn thương yêu, và đằng sau từ ngữ đó có một sợ hãi đang rình mò. Vậy là liệu không quan trọng cho mỗi người chúng ta phải tìm ra cái sự việc lạ thường này thực sự là gì? Và chúng ta có thể tìm ra chỉ khi nào chúng ta ý thức được chúng ta suy nghĩ về những người khác như thế nào, chúng ta nhìn cây cối, thú vật, một người lạ, người đàn ông đói khát như thế nào. Chúng ta phải ý thức được chúng ta suy nghĩ về bạn bè của chúng ta như thế nào, chúng ta suy nghĩ về vị đạo sư của chúng ta như thế nào, nếu chúng ta có một người, chúng ta suy nghĩ về cha mẹ của chúng ta như thế nào.

Khi bạn nói, “Tôi thương yêu người cha của tôi, người mẹ của tôi, tôi thương yêu người vú nuôi của tôi, người thầy của tôi”, điều đó có nghĩa gì? Khi bạn kính trọng người nào đó rất nhiều và ngưỡng mộ họ, khi bạn cảm thấy đó là bổn phận của bạn phải vâng lời họ và luân phiên họ chờ đợi sự vâng lời của bạn, đó là tình yêu sao? Tình yêu là sợ hãi à? Chắc chắn, khi bạn ngưỡng mộ người nào đó, bạn cũng khinh miệt người nào khác. Và đó là tình yêu sao? Trong tình yêu liệu có bất kỳ ý thức nào của ngưỡng mộ hay khinh miệt, bất kỳ ép buộc nào phải vâng lời người khác?

Khi bạn nói bạn thương yêu người nào đó, bên trong bạn không lệ thuộc vào người đó hay sao? Khi bạn là một em bé, tự nhiên bạn lệ thuộc vào người cha của bạn, vào người mẹ của bạn, vào giáo viên của bạn, vào người vú nuôi của bạn. Bạn cần được chăm sóc, được cung cấp thức ăn, quần áo, và chỗ ở. Bạn cần một ý thức của an toàn, cảm giác rằng người nào đó đang chăm sóc bạn. Nhưng thông thường điều gì xảy ra? Khi bạn lớn lên, cảm giác của lệ thuộc này tiếp tục. Bạn đã không nhận thấy nó trong những người lớn, trong cha mẹ và những giáo viên của bạn hay sao? Bạn đã không quan sát mức độ tình cảm mà họ lệ thuộc vào những người vợ hay những người chồng của họ, vào con cái của họ, hay vào cha mẹ riêng của họ hay sao? Khi họ lớn lên, hầu hết mọi người vẫn còn bầu vịu người nào đó; họ tiếp tục lệ thuộc. Nếu không có người nào đó để nương nhờ, để cho họ một ý thức của an ủi và an toàn, họ cảm thấy cô độc. Họ cảm thấy hụt hẫng. Sự lệ thuộc vào một người khác được gọi là tình yêu; nhưng nếu bạn quan sát nó rất kỹ càng, bạn sẽ thấy sự lệ thuộc đó là sợ hãi, nó không là tình yêu.

Hầu hết mọi người đều sợ hãi đứng một mình; họ sợ hãi tự-suy nghĩ ra những vấn đề cho chính họ, sợ hãi khi cảm thấy sâu sắc, khi tìm hiểu và khám phá toàn ý nghĩa của sống. Thế là họ nói họ thương yêu Thượng đế, và họ lệ thuộc vào điều gì họ gọi là Thượng đế; nhưng nó không là Thượng đế, cái không biết được, nó là một sự việc bị tạo tác bởi cái trí.

Chúng ta cũng làm y hệt với một lý tưởng hay một niềm tin. Tôi tin tưởng cái gì đó, hay tôi bám chặt một lý tưởng, và việc đó cho tôi sự an ủi vô cùng; nhưng lấy đi lý tưởng, lấy đi niềm tin, và tôi bị hụt hẫng. Nó cũng y hệt với một đạo sư. Tôi lệ thuộc bởi vì tôi muốn thấu nhận, vậy là có sự đau khổ của sợ hãi. Lại nữa, nó cũng y hệt khi bạn lệ thuộc vào cha mẹ hay

giáo viên của bạn. Điều đó tự nhiên và đúng đắn rằng bạn nên làm như vậy khi bạn còn nhỏ; nhưng nếu bạn cứ tiếp tục lệ thuộc khi bạn lớn lên và đến tuổi trưởng thành, việc đó làm cho bạn không thể suy nghĩ, không được tự do. Nơi nào có sự lệ thuộc, có sợ hãi, và nơi nào có sợ hãi, có uy quyền, không có tình yêu. Khi cha mẹ của bạn nói rằng bạn phải vâng lời, rằng bạn phải tuân theo những truyền thống nào đó, rằng phải nhận chỉ một việc nào đó hay làm chỉ một loại công việc đặc biệt nào đó – trong tất cả điều đó không có tình yêu. Và không có tình yêu trong tâm hồn của bạn khi bạn lệ thuộc vào xã hội, trong ý nghĩa rằng bạn chấp nhận cấu trúc của xã hội như nó là, mà không ngờ vực.

Những người đàn ông và phụ nữ tham vọng không biết tình yêu là gì, và chúng ta bị thống trị bởi những người tham vọng. Đó là lý do tại sao không có hạnh phúc trong thế giới, và tại sao rất quan trọng rằng khi bạn lớn lên, bạn phải thấy và hiểu rõ tất cả điều này, và tự tìm ra cho mình liệu có thể khám phá tình yêu là gì. Bạn có lẽ có một vị trí tốt, một ngôi nhà rất đẹp, một cái vườn xinh xinh, quần áo; bạn có lẽ trở thành thủ tướng; nhưng nếu không có tình yêu, tất cả những sự việc này chẳng có ý nghĩa bao nhiêu.

Vì vậy ngay lúc này bạn phải tìm ra – không chờ cho đến khi bạn lớn lên, bởi vì đến lúc đó bạn sẽ không thể tìm ra – điều gì bạn thực sự cảm thấy trong sự liên hệ của bạn với cha mẹ của bạn, với giáo viên của bạn, với vị đạo sư của bạn. Bạn không thể chỉ chấp nhận từ ngữ tình yêu hay bất kỳ từ ngữ nào khác, nhưng phải vào phía sau ý nghĩa của những từ ngữ để thấy sự thật là gì – sự thật là điều bạn thực sự cảm thấy, không phải điều gì bạn giả định để cảm thấy. Nếu bạn thực sự cảm thấy ghen tuông hay tức giận, khi nói rằng, “Tôi không được ghen tuông, tôi không được tức giận”, chỉ là một ao ước, nó

không có sự thật. Điều gì phải quan tâm là thấy rất chân thật và rất rõ ràng một cách chính xác cái gì bạn đang cảm thấy tại ngay khoảnh khắc, mà không mang vào lý tưởng của bạn nên cảm thấy hay sẽ cảm thấy như thế nào tại ngày tháng tương lai nào đó, bởi vì như vậy bạn có thể thấy cái gì đó về nó. Nhưng khi nói, “Tôi phải thương yêu cha mẹ của tôi, tôi phải thương yêu giáo viên của tôi”, chẳng có ý nghĩa gì cả. Bởi vì những cảm giác thực sự của bạn hoàn toàn khác hẳn, và những từ ngữ đó trở thành một bức màn mà bạn giấu giếm đằng sau nó.

Vì vậy nó không là phương cách của thông minh khi nhìn vượt khỏi những ý nghĩa đã được chấp nhận của những từ ngữ hay sao? Những từ ngữ như bổn phận, trách nhiệm, Thượng đế, tình yêu, đã có được một ý nghĩa truyền thống; nhưng một con người thông minh, một con người có giáo dục thực sự nhìn vượt khỏi ý nghĩa truyền thống của những từ ngữ đó. Ví dụ, nếu ai đó bảo với bạn rằng anh ấy không tin tưởng Thượng đế, bạn sẽ bị choáng váng, phải không? Bạn sẽ nói, “Chúa ơi, dễ sợ quá”, bởi vì bạn tin tưởng Thượng đế – ít ra bạn nghĩ bạn tin tưởng. Nhưng tin tưởng và không-tin tưởng chẳng có ý nghĩa gì cả. Điều gì quan trọng là bạn phải vào phía sau từ ngữ tình yêu để thấy liệu bạn có thực sự thương yêu cha mẹ của bạn, và liệu cha mẹ của bạn có thực sự thương yêu bạn. Chắc chắn, nếu bạn và cha mẹ của bạn có thực sự thương yêu lẫn nhau, thế giới sẽ hoàn toàn khác hẳn. Sẽ không có chiến tranh, không chết đói, không khác biệt giai cấp. Sẽ không có giàu sang cũng như nghèo khổ. Bạn thấy, không có tình yêu chúng ta cố gắng đổi mới xã hội phần kinh tế, chúng ta cố gắng sắp xếp đúng đắn mọi thứ; nhưng chừng nào chúng ta còn không có tình yêu trong tâm hồn của chúng ta, chúng ta không thể tạo ra một cấu trúc xã hội được tự do khỏi xung đột và đau khổ.

Đó là lý do tại sao chúng ta phải tìm hiểu những điều này rất cẩn thận; và có lẽ sau đó chúng ta sẽ tìm ra tình yêu là gì.

***Người hỏi: Tại sao có đau khổ và bất hạnh trong thế giới?***

***Krishnamurti:*** Tôi tự hỏi không hiểu cậu trai đó có biết những từ ngữ đó có nghĩa gì. Cậu ấy có lẽ trông thấy một con lừa bị chất nặng với đôi chân của nó hầu như bị gãy gục, hay một cậu bé khác đang khóc, hay một người mẹ đang đánh đứa con. Có lẽ cậu ấy trông thấy những người lớn đang cãi cọ với nhau. Và có chết, một thân thể đang được khiêng đi để thiêu cháy; có người ăn xin, có nghèo đói, bệnh tật, tuổi già; có đau khổ, không chỉ bên ngoài, mà còn cả bên trong chúng ta. Vì vậy cậu ấy hỏi, “Tại sao có đau khổ?” Bạn cũng muốn biết chứ? Bạn chưa bao giờ muốn biết về nguyên nhân của đau khổ riêng của bạn hay sao? Đau khổ là gì, và tại sao nó tồn tại? Nếu tôi muốn cái gì đó và không thể nhận được nó, tôi cảm thấy đau khổ; nếu tôi muốn nhiều bộ sari hơn, nhiều tiền bạc hơn, hay nếu tôi muốn đẹp đẽ hơn, và không thể có điều gì tôi muốn, tôi không hạnh phúc. Nếu tôi muốn thương yêu một người nào đó và người đó không thương yêu tôi, lại nữa tôi bị đau khổ. Người cha của tôi chết, và tôi đau khổ? Tại sao?

Tại sao chúng ta cảm thấy đau khổ khi chúng ta không thể có cái gì chúng ta muốn? Tại sao chúng ta phải cần có điều gì chúng ta muốn? Chúng ta nghĩ nó là quyền lợi của chúng ta, phải không? Nhưng chúng ta có khi nào tự hỏi tại sao chúng ta phải có cái gì chúng ta muốn trong khi hàng triệu người không có cả cái gì họ cần thiết? Và ngoài ra, tại sao chúng ta muốn nó? Có nhu cầu của chúng ta về lương thực, quần áo, và chỗ ở; nhưng chúng ta không thỏa mãn với từng đó thứ. Chúng ta muốn nhiều hơn nữa. Chúng ta muốn thành công, chúng ta muốn được kính trọng, được thương yêu, được ngưỡng mộ,

chúng ta muốn có quyền hành, chúng ta muốn là những thi sĩ, những vị thánh, những người diễn thuyết nổi tiếng, chúng ta muốn là thủ tướng, tổng thống. Tại sao? Bạn có khi nào suy xét nó? Tại sao chúng ta muốn tất cả điều này? Không phải rằng chúng ta bắt buộc thỏa mãn với cái gì chúng ta là. Tôi không có ý điều đó. Điều đó sẽ là xấu xa, ngu xuẩn. Nhưng tại sao lại có sự khao khát liên tục cho nhiều hơn và nhiều hơn và nhiều hơn này? Sự khao khát này thể hiện rằng chúng ta không thỏa mãn, không mãn nguyện; nhưng với cái gì? Với cái gì chúng ta là? Tôi là cái này, tôi không thích nó, và tôi muốn là cái kia. Tôi nghĩ rằng tôi sẽ trông đẹp hơn nhiều trong một cái áo khoác mới hay một bộ sari mới, vì vậy tôi muốn nó. Điều này có nghĩa tôi không thỏa mãn với cái gì tôi là, và tôi nghĩ tôi có thể tẩu thoát khỏi bất mãn của tôi qua lượm lặt nhiều quần áo hơn, nhiều quyền hành hơn, và vân vân. Nhưng bất mãn vẫn còn đó, phải không? Tôi chỉ che đậy nó bằng quần áo, bằng quyền hành, bằng những chiếc xe hơi.

Vì vậy chúng ta phải tìm ra làm thế nào để hiểu rõ cái gì chúng ta là. Chỉ che đậy chúng ta bằng những sở hữu, bằng quyền hành và chức vụ, chẳng có ý nghĩa gì, bởi vì chúng ta sẽ vẫn còn đau khổ. Bởi vì thấy điều này, con người bất hạnh, con người đau khổ, không tẩu thoát đến những đạo sư, anh ta không giấu giếm trong những cửa cải, trong quyền hành; trái lại, anh ta muốn biết cái gì nằm sau sự đau khổ của anh ta. Nếu bạn vào đằng sau sự đau khổ riêng của bạn, bạn sẽ phát giác rằng bạn nhỏ nhoi, trống rỗng, giới hạn, và rằng bạn đang đấu tranh để thành tựu, để trở thành. Chính sự đấu tranh để thành tựu, để trở thành cái gì đó, là nguyên nhân của đau khổ. Nhưng nếu bạn bắt đầu hiểu rõ cái gì bạn thực sự là, thâm nhập sâu hơn và sâu hơn vào nó, vậy thì bạn sẽ thấy cái gì đó hoàn toàn khác hẳn xảy ra.

***Người hỏi: Nếu một người đang chết đói và tôi cảm thấy rằng tôi có thể giúp đỡ anh ấy, đây là tham vọng hay tình yêu?***

***Krishnamurti:*** Tất cả phụ thuộc vào động cơ mà bạn giúp đỡ anh ấy. Bằng cách nói rằng ông ấy vì sự giúp đỡ những người nghèo khổ, nhà chính trị đến New Delhi, sống trong một ngôi nhà nguy nga, và tự phô trương chính mình. Đó là tình yêu? Bạn hiểu chứ? Đó là tình yêu?

***Người hỏi: Nếu tôi làm dịu đi đói khát của anh ấy bằng sự giúp đỡ của tôi, đó không là tình yêu hay sao?***

***Krishnamurti:*** Anh ấy đang chết đói và bạn giúp đỡ anh ấy bằng lương thực. Đó là tình yêu? Tại sao bạn muốn giúp đỡ anh ấy? Bạn không có động cơ, không có khích lệ khác hơn sự ham muốn giúp đỡ anh ấy phải không? Bạn nhận được lợi lộc gì từ nó? Hãy suy nghĩ ra đi, đừng nói có hay không. Nếu bạn đang tìm kiếm sự lợi lộc nào đó từ nó, thuộc chính trị hay cách khác, sự lợi lộc bên ngoài hay bên trong nào đó, vậy là bạn không thương yêu anh ấy. Nếu bạn nuôi ăn anh ấy với mục đích được mọi người biết đến, hay trong hy vọng rằng bạn bè của bạn sẽ giúp bạn đến New Delhi, vậy thì đó không là tình yêu, đúng chứ? Nhưng nếu bạn thương yêu anh ấy, bạn sẽ nuôi ăn anh ấy mà không có bất kỳ động cơ cho tương lai, mà không muốn bất kỳ cái gì đáp lại. Nếu bạn nuôi ăn anh ấy và anh ấy không biết ơn, bạn cảm thấy bị tổn thương phải không? Nếu như vậy, bạn không thương yêu anh ấy. Nếu anh ấy nói với bạn và những người dân làng rằng bạn là một người tuyệt vời, và bạn cảm thấy rất tự hào, nó có nghĩa rằng bạn đang suy nghĩ về chính bạn; và chắc chắn đó không là tình yêu. Vì vậy người ta phải rất tỉnh táo để tìm ra liệu người ta đang rút được bất kỳ loại lợi lộc nào từ sự giúp đỡ của người ta, và điều gì là

động cơ dẫn dắt người ta đến việc nuôi ăn những người nghèo đói.



## Saanen, 18 tháng bảy 1968: Từ Nói chuyện và Đối thoại ở Saanen 1968

Muốn tìm hiểu vui thú, nhân tố rất quan trọng đó trong sống, chúng ta cũng phải hiểu rõ tình yêu là gì, và trong hiểu rõ tình yêu chúng ta cũng phải tìm ra vẻ đẹp là gì. Vì vậy có ba việc được bao gồm: có vui thú; có vẻ đẹp, mà chúng ta nói và cảm thấy nhiều về nó; và có tình yêu – từ ngữ đó mà đã bị hiểu sai lầm. Chúng ta sẽ thâm nhập từng bước một, khá sốt sắng tuy nhiên lại từ tốn, bởi vì một lãnh vực rộng lớn thuộc sự tồn tại của con người như thế được bao phủ bởi ba sự việc này. Và để đạt được bất kỳ kết luận nào, để nói “Đây là vui thú”, hay “Người ta không được có vui thú”, hay “Đây là tình yêu”, “Đây là vẻ đẹp”, đối với tôi dường như là đòi hỏi sự hiểu rõ và cảm thấy chắc chắn nhất về vẻ đẹp, về tình yêu, và về vui thú. Vì vậy chúng ta phải, nếu chúng ta có một chút thông minh, tránh bất kỳ công thức, bất kỳ kết luận, bất kỳ giải thích khẳng định nào về chủ đề sâu sắc này. Để hiệp thông cùng sự thật thăm thẳm của ba sự việc này không là một vấn đề của trí năng hoặc của sự định nghĩa những từ ngữ, cũng không của bất kỳ sự cảm thấy siêu nhiên, huyền bí, hay mơ hồ nào đó.

Với hầu hết chúng ta, vui thú và sự biểu lộ của nó là rất quan trọng. Hầu hết những giá trị luân lý của chúng ta được đặt nền tảng trên nó, trên vui thú tức khắc hay tốt bụng; sự di truyền và khuynh hướng tâm lý của chúng ta và những phản ứng loạn thần kinh lẫn thân thể của chúng ta được đặt nền tảng trên vui thú. Nếu bạn tìm hiểu không chỉ những giá trị và những đánh giá bên ngoài của xã hội, mà còn cả nhìn bên trong chính bạn, bạn sẽ thấy rằng vui thú và sự đánh giá của nó

là theo đuổi chính trong cuộc sống của chúng ta. Chúng ta có lẽ kháng cự, chúng ta có lẽ hy sinh, chúng ta có lẽ thành tựu hay khước từ, nhưng tại khúc cuối của nó luôn luôn có ý thức của đạt được vui thú, thỏa mãn, mãn nguyện, của được hài lòng hay được mãn nguyện. Tự-biểu lộ và tự-thành tựu là một hình thức của vui thú; và khi vui thú đó bị cản trở, ngăn chặn, có sợ hãi, và từ sợ hãi đó có sự hung hăng.

Làm ơn, hãy quan sát điều này trong chính bạn. Bạn không chỉ đang lắng nghe một lô từ ngữ hay ý tưởng; chúng chẳng có ý nghĩa gì cả. Bạn có thể đọc trong một quyển sách một sự giải thích tâm lý mà sẽ chẳng có giá trị gì. Nhưng nếu chúng ta cùng nhau tìm hiểu, từng bước một, vậy thì bạn sẽ thấy cho chính mình từ nó một sự việc lạ thường hiện diện.

Hãy luôn nhớ chúng ta không đang nói rằng chúng ta không được có vui thú, vui thú đó là sai trái, như những nhóm tôn giáo khác nhau khắp thế giới duy trì. Chúng ta không đang nói rằng bạn phải cấm đoán, khước từ, kiểm soát, thăng hoa lên một mức độ cao hơn, và mọi loại sự việc như thế. Chúng ta chỉ đang tìm hiểu. Và nếu chúng ta có thể tìm hiểu hoàn toàn khách quan, sâu thẳm, vậy thì từ đó hiện diện một trạng thái khác hẳn của cái trí mà có một hạnh phúc, nhưng không phải vui thú; hạnh phúc là cái gì đó hoàn toàn khác hẳn.

Chúng ta biết vui thú là gì: nhìn ngắm một hòn núi đẹp, một cái cây xinh xinh, ánh sáng trong một đám mây bị đuổi bắt bởi gió trôi ngang bầu trời, vẻ đẹp của một con sông cùng dòng nước chảy trong xanh của nó. Có nhiều vui thú trong nhìn ngắm tất cả những sự việc này hay trong thấy khuôn mặt đẹp của một người phụ nữ, một người đàn ông, hay một em bé. Tất cả chúng ta đều biết vui thú có từ sờ, nếm, thấy, nghe. Và khi vui thú mãnh liệt đó bị duy trì bởi tư tưởng, lúc đó có hành động nghịch lại mà là hung hăng, trả đũa, tức giận, hận thù,

được sinh ra từ cảm giác không có được vui thú mà bạn đang theo đuổi đó, và thế là sợ hãi, mà lại nữa quá rõ ràng nếu bạn quan sát nó. Bất kỳ loại trải nghiệm nào đều bị duy trì bởi tư tưởng, vui thú về một trải nghiệm của ngày hôm qua, dù nó là bất kỳ điều gì, thuộc nhục dục, tình dục, thị giác. Tư tưởng áp ủ, tư tưởng nghiền ngẫm vui thú, nghĩ đi nghĩ lại về nó, tạo ra một hình ảnh hay một bức tranh mà nuôi dưỡng nó, cho nó chất dinh dưỡng. Tư tưởng cho sự duy trì đến vui thú của ngày hôm qua đó, cho nó một tiếp tục hôm nay và ngày mai. Làm ơn hãy nhận thấy nó. Và khi vui thú được duy trì bởi tư tưởng đó bị ngăn cản, bởi vì nó bị giới hạn bởi hoàn cảnh, bởi vô vàn hình thức của ngăn cản, vậy thì tư tưởng phản kháng, nó quay năng lượng của nó vào hung hăng, vào hận thù, vào bạo lực, mà lại nữa là một hình thức khác của vui thú.

Hầu hết chúng ta tìm kiếm vui thú qua tự-biểu lộ. Chúng ta muốn biểu lộ mình, dù trong những việc nhỏ nhoi hay to tát. Người họa sĩ muốn biểu lộ anh ấy trên khung vải vẽ, người viết văn trong những quyển sách, người nhạc sĩ khi sử dụng một nhạc cụ, và vân vân. Tự-biểu lộ này – mà từ đó người ta có được vui thú vô cùng – là vui thú hay sao? Khi người họa sĩ biểu lộ anh ấy, anh ấy có được vui thú và hài lòng mãnh liệt. Đó là vẻ đẹp? Hay, bởi vì anh ấy không thể chuyển tải trọn vẹn trên khung vải vẽ hay trong những từ ngữ điều gì anh ấy cảm thấy, có sự bất mãn, mà là một hình thức khác của vui thú?

Vì vậy vẻ đẹp là vui thú? Khi có tự-biểu lộ trong bất kỳ hình thức nào, nó chuyển tải vẻ đẹp? Tình yêu là vui thú? Hiện nay hầu như tình yêu đã trở thành đồng nghĩa với tình dục lẫn sự diễn tả của nó và tất cả việc đó được bao gồm trong nó – tự-quên mình và vân vân. Khi tư tưởng có được vui thú mãnh liệt từ cái gì đó, đó là tình yêu? Khi nó bị ngăn chặn nó trở thành ghen tuông, hận thù, tức giận. Vui thú dẫn đến thống trị, sở

hữu, lệ thuộc, và thế là sợ hãi. Vì vậy người ta tự hỏi, tình yêu là vui thú? Tình yêu là ham muốn trong tất cả những hình thức tinh tế của nó – ham muốn tình dục, tình bè bạn, tánh nhạy cảm, trạng thái tự-quên mình? Tất cả việc đó là tình yêu, và nếu không phải, vậy thì điều gì là tình yêu?

Nếu bạn đã quan sát cái trí riêng của bạn đang vận hành, đang ý thức được chính hoạt động của bộ não, bạn sẽ thấy rằng từ thời xa xưa, từ ngay lúc khởi đầu, con người đã theo đuổi vui thú. Nếu bạn đã quan sát thú vật, bạn thấy vui thú là một việc quan trọng cực kỳ, và theo đuổi vui thú lẫn lộn hăng khi vui thú đó bị ngăn cản.

Chúng ta bị dựng lên trên nền tảng đó; những đánh giá của chúng ta, những giá trị của chúng ta, những đòi hỏi thuộc xã hội của chúng ta, những liên hệ của chúng ta, và vân vân, được đặt nền tảng trên nguyên tắc cơ bản của vui thú này và tự-biểu lộ của nó. Và khi việc đó bị cản trở, khi việc đó bị kiểm soát, bị bóp nghẹt, bị ngăn ngừa, vậy thì có tức giận, vậy thì có hung hăng, mà trở thành một hình thức khác của vui thú.

Vui thú có liên hệ gì với tình yêu? Hay vui thú không có liên hệ gì với tình yêu? Tình yêu là cái gì đó hoàn toàn khác hẳn? Tình yêu là cái gì đó mà không bị phân chia bởi xã hội, bởi tôn giáo – như xác thịt và thiêng liêng? Làm thế nào bạn sẽ tìm ra? Làm thế nào bạn sẽ tìm ra cho chính bạn, không phải được chỉ bảo bởi một người khác. Nếu người nào đó giải thích cho bạn nó là gì và bạn nói, “Vâng, điều đó đúng”, nó không là của bạn, nó không là cái gì đó mà bạn đã tự khám phá và cảm thấy sâu thẳm cho chính mình.

Vui thú của tự-biểu lộ có liên hệ gì với vẻ đẹp và tình yêu? Một người khoa học, một triết gia, một người công nghệ phải biết sự thật của những điều đó. Với một con người quan tâm

đến sống hàng ngày, đến kiếm kế sinh nhai, đến gia đình, và vân vân, sự thật là cái gì đó không chuyển động? Hay nó là cái gì đó không bao giờ đứng yên, không bao giờ cố định, nhưng luôn luôn chuyển động mà bạn phát giác khi bạn theo cùng? Sự thật không là một hiện tượng thuộc trí năng, nó không là công việc thuộc cảm giác hay cảm xúc. Và chúng ta phải tìm ra sự thật của vui thú, sự thật của vẻ đẹp, và sự thật của tình yêu là gì.

Người ta đã thấy sự hành hạ của tình yêu, sự lệ thuộc vào nó, sự sợ hãi về nó, sự cô độc của không được thương yêu, và sự tìm kiếm mãi mãi về nó trong mọi loại liên hệ, không bao giờ tìm được tình yêu cho sự thỏa mãn trọn vẹn của người ta. Vì vậy người ta hỏi, tình yêu là sự thỏa mãn, và cùng lúc, một hành hạ bị bao quanh bởi ghen tuông, ganh ghét, hận thù, tức giận, lệ thuộc?

Khi không có vẻ đẹp trong tâm hồn, chúng ta đến những nhà bảo tàng và những buổi hòa nhạc. Chúng ta trầm trồ khi thấy vẻ đẹp của một đền thờ cổ ở Hy Lạp với những cái cột hoành tráng của nó, sự cân đối của nó tương phản bầu trời xanh. Chúng ta nói vô tận về vẻ đẹp; chúng ta hoàn toàn không còn tiếp xúc với thiên nhiên bởi vì những con người hiện đại đang sống càng lúc càng đông trong những đô thị. Có những tổ chức được thành lập để vào những vùng quê nhìn ngắm chim chóc, cây cối, và sông ngòi, như thể bằng cách thành lập những tổ chức nhìn ngắm cây cối bạn sẽ tiếp xúc với thiên nhiên và hiệp thông lạ thường cùng vẻ đẹp vô cùng đó! Chính bởi vì chúng ta đã không còn tiếp xúc cùng thiên nhiên nên những bức họa, những nhà bảo tàng, và những buổi hòa nhạc mới đảm trách vai trò quan trọng như thế.

Có một trạng thái trống rỗng, một ý thức hoang vắng bên trong mà luôn luôn đang tìm kiếm tự-biểu lộ và vui thú, và vì

vậy nuôi dưỡng sự sợ hãi của không có nó trọn vẹn, và thế là có sự kháng cự, sự hung hăng. Chúng ta tiến tới để lấp đầy hoang vắng bên trong đó, trạng thái trống rỗng đó và ý thức của cô lập lẫn cô độc hoàn toàn đó – mà tôi chắc chắn bạn đã cảm thấy – bằng những quyền sách, bằng hiểu biết, bằng những liên hệ, bằng mọi hình thức của bịp bợm; nhưng tại khúc cuối của nó, vẫn còn có sự trống rỗng không thể lấp đầy này. Vậy là chúng ta nương nhờ Thượng đế, nguồn an ủi cuối cùng. Khi có trạng thái trống rỗng này và ý thức hoang vắng sâu thẳm, không đáy này, tình yêu, vẻ đẹp, có thể có được hay sao? Nếu người ta tỉnh thức được trạng thái trống rỗng này và không tẩu thoát khỏi nó, vậy thì người ta phải làm gì? Chúng ta đã thử lấp đầy nó bằng những thần thánh, bằng hiểu biết, bằng trải nghiệm, bằng âm nhạc, bằng những bức tranh, bằng thông tin công nghệ lạ lùng; đó là điều gì chúng ta bận rộn từ sáng đến khuya. Khi người ta nhận ra rằng trạng thái trống rỗng này không thể lấp đầy được bởi bất kỳ người nào, người ta hiểu rõ sự quan trọng của điều này. Nếu bạn lấp đầy nó bằng cái gì được gọi là liên hệ với một người khác, hay với một hình ảnh, vậy thì từ đó sinh ra sự lệ thuộc và sự sợ hãi mất mát, vậy thì sự sở hữu hung hăng, ghen tuông, và tất cả điều đó theo sau. Vậy là người ta tự hỏi: Liệu trạng thái trống rỗng đó có thể được lấp đầy bởi bất kỳ cái gì, bởi hoạt động xã hội, những việc thiện, đến tu viện và tham thiền, rèn luyện mình để được tỉnh thức? – mà là một vô lý cực kỳ. Nếu người ta không thể lấp đầy nó, vậy thì người ta phải làm gì? Bạn hiểu rõ sự quan trọng của câu hỏi này chứ? Người ta đã thử lấp đầy nó bằng điều gì người ta gọi là vui thú, qua tự-biểu lộ, tìm kiếm sự thật, Thượng đế; người ta nhận ra rằng chẳng cái gì có thể lấp đầy nó, ngay cả hình ảnh người ta đã tạo ra về chính người ta hoặc hình ảnh hay học thuyết người ta đã tạo ra về thế giới, chẳng cái gì cả. Và thế là người ta đã sử dụng vẻ đẹp, tình yêu, và vui

thú để che đậy trạng thái trống rỗng này, và nếu người ta không còn tẩu thoát nhưng ở nguyên cùng trạng thái này, vậy thì người ta phải làm gì?

Trạng thái cô độc này, ý thức của hoang vắng sâu thẳm bên trong này là gì? Nó là gì và làm thế nào nó hiện diện được? Nó hiện diện bởi vì chúng ta đang cố gắng lấp đầy nó, hay đang cố gắng tẩu thoát khỏi nó? Nó hiện diện bởi vì chúng ta sợ hãi nó? Nó chỉ là một ý tưởng về trống rỗng, và vì vậy cái trí không bao giờ tiếp xúc với cái gì thực sự là, không bao giờ hiệp thông cùng nó?

Tôi khám phá trạng thái trống rỗng này trong tôi và tôi chấm dứt tẩu thoát, bởi vì chắc chắn đó là một hoạt động không chín chắn. Tôi ý thức được nó, nó ở đó và không gì có thể lấp đầy nó. Lúc này tôi tự hỏi: Làm thế nào trạng thái trống rỗng này hiện diện? Tất cả sống của tôi, tất cả những hoạt động những đảm đương hàng ngày của tôi, và vân vân, đã sinh ra nó? Có phải rằng cái ngã, cái tôi, cái vị kỷ, hay bất kỳ từ ngữ nào bạn có lẽ sử dụng, đang tự cô lập chính nó trong tất cả hoạt động của nó? Chính bản chất của cái ngã, cái tôi, cái vị kỷ, là cô lập; nó là tách rời. Tất cả những hoạt động này đã sinh ra trạng thái cô lập này, trạng thái trống rỗng sâu thẳm này trong chính tôi; vì vậy nó là một kết quả, một kết luận, không phải cái gì đó cố hữu, vốn có. Tôi thấy rằng chừng nào hoạt động của tôi còn là tự cho mình là trung tâm và tự-biểu lộ, phải có trống rỗng này, và tôi thấy rằng, để lấp đầy trống rỗng này, tôi thực hiện mọi loại nỗ lực; mà lại nữa là tự cho mình là trung tâm, và trạng thái trống rỗng đó trở thành rộng lớn hơn và sâu thẳm hơn. Liệu có thể vượt khỏi trạng thái này? Không phải bằng tẩu thoát khỏi nó, không phải bằng cách nói, “Tôi sẽ không tự cho mình là trung tâm”. Khi người ta nói “Tôi sẽ không tự cho mình là trung tâm”, người ta đã là tự cho mình là

trung tâm rồi. Khi người ta vận dụng ý chí để phủ nhận hoạt động của cái tôi, chính ý chí đó là nhân tố của cô lập.

Cái trí đã bị quy định từ thế kỷ qua thế kỷ trong sự đòi hỏi có an toàn và an ninh của nó; nó đã thiết lập cả phần vật chất lẫn tâm lý hoạt động tự cho mình là trung tâm này; và hoạt động này tỏa khắp sống hàng ngày – gia đình của tôi, công việc của tôi, những sở hữu của tôi – và việc đó sinh ra trạng thái trống rỗng này, cô lập này. Làm thế nào hoạt động đó có thể kết thúc? Nó có thể kết thúc, hay người ta phải hoàn toàn không lưu tâm đến hoạt động đó và mang đến nó một chất lượng hoàn toàn khác?

Vậy là tôi thấy trạng thái trống rỗng này, tôi thấy làm thế nào nó đã hiện diện, tôi ý thức rằng ý chí hay bất kỳ hoạt động nào khác được vận dụng để xua tan người sáng chế trạng thái trống rỗng này chỉ là một hình thức khác của hoạt động tự cho mình là trung tâm. Tôi thấy tất cả việc đó rất rõ ràng, khách quan, và bỗng nhiên tôi nhận ra rằng tôi không thể làm bất kỳ điều gì về nó. Trước đây, tôi đã làm cái gì đó về nó: tôi đã tẩu thoát, hay tôi đã cố gắng lấp đầy nó, tôi đã cố gắng hiểu rõ nó, tôi đã cố gắng thâm nhập nó, nhưng tất cả chúng đều là những hình thức khác của cô lập. Vậy là bỗng nhiên tôi nhận ra rằng tôi không thể làm bất kỳ điều gì, rằng tôi càng cố gắng làm cái gì đó về nó nhiều bao nhiêu, tôi càng đang củng cố và thiết lập những bức tường của cô lập nhiều bấy nhiêu. Chính cái trí nhận ra rằng nó không thể làm bất kỳ điều gì về nó, rằng tư tưởng không thể tiếp xúc nó, bởi vì khoảnh khắc tư tưởng tiếp xúc nó, lại nữa nó nuôi dưỡng trạng thái trống rỗng. Vậy là bằng cách quan sát cẩn thận, khách quan, tôi thấy toàn sự tiến hành này. Và chính động thái thấy nó đã đủ rồi. Hãy thấy điều gì đã xảy ra. Trước đây, tôi đã sử dụng năng lượng để lấp đầy trạng thái trống rỗng này, đã lang thang khắp mọi nơi, và lúc

này tôi thấy sự vô lý của nó – cái trí thấy rất rõ ràng rằng nó thật vô lý làm sao. Vậy là lúc này tôi không đang lãng phí năng lượng. Tư tưởng trở nên bất tằm; cái trí trở nên tuyệt đối đứng yên; nó đã thấy toàn cái bản đồ của điều này và thế là có tĩnh lặng. Trong tĩnh lặng đó không có cô độc. Khi có tĩnh lặng đó, tĩnh lặng tuyệt đối của cái trí đó, có vẻ đẹp và tình yêu, mà có lẽ hay có lẽ không tự biểu lộ nó.

Chúng ta cùng nhau đi chung chuyên hành trình chứ? Điều gì chúng ta đang nói là một trong những sự việc khó khăn nhất và một trong những sự việc nguy hiểm nhất, bởi vì nếu chúng ta bị loạn thần kinh, như hầu hết chúng ta đều bị, vậy thì nó trở thành phức tạp và xấu xa. Nó là một vấn đề cực kỳ phức tạp; nhưng khi bạn nhìn ngắm nó, nó trở nên rất, rất đơn giản, và chính sự đơn giản của nó dẫn dắt bạn suy nghĩ rằng bạn đã nhận được nó.

Vậy là chỉ có hạnh phúc, mà vượt khỏi thời gian; có vẻ đẹp, mà không là sự biểu lộ của một cái trí ranh mãnh, nhưng vẻ đẹp mà biết được khi cái trí tĩnh lặng tuyệt đối. Đang có mưa và bạn có thể nghe tiếng tí tách của từng giọt mưa. Bạn có thể nghe nó bằng đôi tai của bạn, hay bạn có thể nghe nó từ tĩnh lặng thăm thăm đó. Nếu bạn nghe nó bằng sự tĩnh lặng tuyệt đối của cái trí, vậy thì vẻ đẹp của nó là vẻ đẹp không thể diễn tả bằng từ ngữ hay trên khung vải vẽ, bởi vì vẻ đẹp đó là cái gì đó vượt khỏi tự-biểu lộ. Chắc chắn, tình yêu là hạnh phúc, mà không là vui thú.



## Saanen, 5 tháng tám 1962

Tôi muốn, nếu tôi được phép, nói về sự kết thúc của đau khổ, bởi vì sợ hãi, đau khổ, và điều gì chúng ta gọi là tình yêu, luôn luôn theo cùng nhau. Nếu chúng ta không hiểu rõ sợ hãi, chúng ta sẽ không thể hiểu rõ đau khổ, chúng ta cũng không thể biết trạng thái của tình yêu đó mà trong nó không có mâu thuẫn, không có xung đột.

Để kết thúc đau khổ hoàn toàn là một việc khó khăn nhất khi thực hiện, bởi vì đau khổ luôn luôn theo cùng chúng ta trong một hình thức này hay một hình thức khác. Vì vậy tôi muốn tìm hiểu vấn đề này khá sâu xa; nhưng những từ ngữ của tôi sẽ chẳng có ý nghĩa gì nếu mỗi người chúng ta không tự tìm hiểu vấn đề bên trong chính chúng ta, và cũng không chấp nhận lẫn phủ nhận, nhưng chỉ đơn giản đang quan sát sự kiện. Nếu chúng ta có thể làm việc này, thực sự và không chỉ lý thuyết, vậy thì có lẽ chúng ta sẽ có thể hiểu rõ ý nghĩa lạ thường của đau khổ và thế là kết thúc đau khổ.

Qua hàng thế kỷ tình yêu và đau khổ luôn luôn theo cùng nhau, thỉnh thoảng một cái chi phối và thỉnh thoảng cái còn lại. Trạng thái mà chúng ta gọi là tình yêu đó chẳng mấy chốc sẽ qua đi, và lại nữa chúng ta bị trói buộc trong những ghen tuông của chúng ta, những hão huyền của chúng ta, những sợ hãi của chúng ta, những đau khổ của chúng ta. Luôn luôn có trận chiến này giữa tình yêu và đau khổ; và trước khi chúng ta có thể tìm hiểu vấn đề của kết thúc đau khổ, tôi nghĩ chúng ta phải hiểu rõ đam mê là gì.

Đam mê là cái gì đó mà rất ít người chúng ta thực sự hiểu rõ. Điều gì chúng ta có lẽ đã cảm thấy là sự nhiệt huyết, mà đang bị trói buộc trong một trạng thái cảm xúc vào điều gì đó. Đam mê của chúng ta là dành cho cái gì đó: cho âm nhạc, cho hội họa, cho văn chương, cho một quốc gia, cho một người phụ nữ hay một người đàn ông; nó luôn luôn là hậu quả của một nguyên nhân. Khi bạn thương yêu một ai đó, bạn ở trong một trạng thái cực kỳ của cảm xúc, mà là hậu quả của nguyên nhân đặc biệt đó; và điều gì chúng ta đang nói là đam mê không một nguyên nhân. Nó là đam mê dành cho mọi thứ, không phải về cái gì đó, trái lại hầu hết chúng ta đều đam mê về một người hay một vật đặc biệt. Tôi nghĩ người ta phải thấy sự khác biệt này rất rõ ràng.

Trong trạng thái của đam mê không một nguyên nhân, có sự mãnh liệt được tự do khỏi mọi quyền luyến; nhưng khi đam mê có một nguyên nhân, có quyền luyến và quyền luyến là khởi đầu của đau khổ. Hầu hết chúng ta đều quyền luyến; chúng ta bám víu một con người, một quốc gia, một niềm tin, một ý tưởng, và khi mục tiêu của quyền luyến của chúng ta bị lấy đi hoặc mất đi ý nghĩa, chúng ta phát giác mình bị trống rỗng, bị thiếu thốn. Trạng thái trống rỗng này chúng ta cố gắng lấp đầy bằng cách bám víu cái gì khác, mà lại nữa là mục tiêu của đam mê của chúng ta.

Làm ơn hãy tìm hiểu tâm hồn và cái trí riêng của chúng ta. Tôi chỉ là một cái gương trong đó bạn đang nhìn chính bạn. Nếu bạn không muốn nhìn, điều đó cũng được thôi, nhưng nếu bạn có muốn nhìn, vậy thì hãy nhìn ngắm bạn rất rõ ràng, tàn nhẫn, liên tục, bằng mãnh liệt – không trong hy vọng xóa tan những đau khổ của bạn, những lo âu của bạn, ý thức tội lỗi của bạn, nhưng với mục đích hiểu rõ đam mê lạ thường này mà luôn luôn dẫn đến đau khổ.

Khi đam mê có một nguyên nhân, nó trở thành dục vọng. Khi có một đam mê dành cho cái gì đó – cho một con người, cho một ý tưởng, cho một loại thành tựu nào đó – vậy thì từ đam mê đó có mâu thuẫn, xung đột, nỗ lực. Bạn cố gắng thành tựu hay duy trì một trạng thái đặc biệt, hay nắm bắt lại một trạng thái đã hiện diện và qua rồi. Nhưng đam mê mà tôi đang nói không dẫn đến mâu thuẫn, xung đột. Nó hoàn toàn không liên quan đến một nguyên nhân, và vậy là nó không là một hậu quả.

Chỉ lắng nghe; đừng cố gắng đạt được trạng thái mãnh liệt này, đam mê không một nguyên nhân này. Nếu chúng ta có thể lắng nghe đầy chú ý, bằng ý thức của thanh thản đó mà hiện diện khi sự chú ý không bị ép buộc qua kỷ luật nhưng được sinh ra từ sự thôi thúc chân thật để hiểu rõ. Vậy thì tôi nghĩ chúng ta sẽ tìm ra cho chính mình đam mê này là gì.

Hầu hết chúng ta đều có đam mê rất yếu ớt. Chúng ta có lẽ đầy dục vọng, chúng ta có lẽ đang thèm khát cái gì đó, chúng ta có lẽ đang mong muốn tẩu thoát khỏi cái gì đó, và tất cả việc này có cho người ta một mãnh liệt nào đó. Nhưng nếu chúng ta không tỉnh thức và cảm thấy trong ngọn lửa của đam mê không một nguyên nhân này, chúng ta sẽ không thể hiểu rõ điều mà chúng ta gọi là đau khổ. Muốn hiểu rõ cái gì đó, bạn phải có đam mê, sự mãnh liệt của chú ý tổng thể. Nơi nào có đam mê dành cho cái gì đó – mà sinh ra mâu thuẫn, xung đột – ngọn lửa tinh khiết của đam mê này không thể hiện diện; và ngọn lửa tinh khiết của đam mê này phải hiện diện cho mục đích kết thúc đau khổ, xóa sạch hoàn toàn nó.

Chúng ta biết rằng đau khổ là một kết quả; nó là hậu quả của một nguyên nhân. Tôi thương yêu người nào đó và người đó không thương yêu tôi – đó là một loại đau khổ. Tôi muốn thành tựu mình trong một hướng nào đó, nhưng tôi không có

khả năng; hay nếu tôi có khả năng, sức khỏe kém hoặc một yếu tố nào đó chặn đứng sự thành tựu của tôi – đó là một hình thức khác của đau khổ. Có đau khổ của một cái trí nhỏ nhen, của một cái trí luôn luôn xung đột với chính nó, liên tục đang đấu tranh, đang điều chỉnh, đang dò dẫm, đang tuân phục. Có đau khổ của xung đột trong liên hệ, và đau khổ của mất mát người nào đó do chết. Tất cả các bạn đều biết vô vàn hình thức của đau khổ và tất cả chúng là hậu quả của một nguyên nhân.

Hiện nay, chúng ta không bao giờ đối diện sự kiện của đau khổ; chúng ta luôn luôn đang cố gắng lý luận nó, giải thích cho qua nó; hay chúng ta bám vào một giáo điều, một khuôn mẫu của niềm tin mà gây thỏa mãn chúng ta, cho chúng ta sự an ủi nhất thời. Một số người dùng thuốc men, những người khác dựa vào nhậu nhẹt, hay nương nhờ sự cầu nguyện – bất kỳ điều gì để vơi đi sự hành hạ, sự bi thảm của đau khổ. Đau khổ, và nỗ lực liên tục để tẩu thoát khỏi nó, là số mạng của mỗi người chúng ta. Chúng ta không bao giờ suy nghĩ về việc kết thúc đau khổ hoàn toàn, để cho cái trí mãi mãi không còn bị trói buộc trong tự-thương xót, trong cái bóng của tuyệt vọng. Bởi vì không thể kết thúc được đau khổ, nếu chúng ta là những người Thiên chúa giáo, chúng ta tôn thờ nó trong những nhà thờ của chúng ta như là sự khổ đau của đáng Christ. Và dù chúng ta đi đến nhà thờ và tôn thờ biểu tượng của đau khổ, hay cố gắng lý luận để xua đuổi đau khổ đi, hay quên lãng đau khổ của chúng ta bằng cách nhậu nhẹt, nó đều cùng một sự việc: Chúng ta đang tẩu thoát khỏi sự kiện rằng chúng ta bị đau khổ. Tôi không đang nói về sự đau đớn thuộc thân thể, mà có thể được giải quyết khá dễ dàng bởi y khoa hiện đại. Tôi đang nói về đau khổ, sự đau khổ thuộc tâm lý mà ngăn cản tánh rõ ràng, vẻ đẹp, mà hủy diệt tình yêu và từ bi. Liệu có thể kết thúc mọi đau khổ?

Tôi nghĩ sự kết thúc của đau khổ liên quan đến sự mãnh liệt của đam mê. Có thể có đam mê chỉ khi nào có tự-từ bỏ tổng thể. Người ta không bao giờ đam mê nếu không có một vắng mặt hoàn toàn của điều gì chúng ta gọi là tư tưởng. Điều gì chúng ta gọi là tư tưởng là phản ứng của vô vàn những khuôn mẫu và những trải nghiệm của ký ức, và nơi nào phản ứng bị quy định này hiện diện, không có đam mê, không có mãnh liệt. Có mãnh liệt chỉ khi nào có sự vắng mặt hoàn toàn của cái “tôi”.

Bạn biết, có một ý thức của vẻ đẹp mà không liên quan đến điều gì là đẹp đẽ và điều gì là xấu xí. Không phải vì rằng núi non không đẹp, hay vì rằng không có một tòa nhà xấu xí, nhưng có vẻ đẹp mà không là đối nghịch của xấu xí, có tình yêu mà không là đối nghịch của hận thù. Và tự-từ bỏ mà tôi đang nói là trạng thái của vẻ đẹp đó mà không có nguyên nhân, và thế là nó là một trạng thái của đam mê. Liệu có thể vượt khỏi cái mà là kết quả của một nguyên nhân?

Làm ơn hãy chú ý trọn vẹn, để nắm được ý nghĩa thay vì ở lại cùng những từ ngữ.

Bạn thấy, hầu hết chúng ta luôn luôn đang phản ứng; phản ứng là toàn khuôn mẫu thuộc sống của chúng ta. Đáp trả đến đau khổ của chúng ta là một phản ứng. Chúng ta đáp lại bằng cách cố gắng giải thích nguyên nhân của đau khổ, hay bằng cách tẩu thoát khỏi đau khổ, nhưng đau khổ của chúng ta không kết thúc. Đau khổ kết thúc chỉ khi nào chúng ta đối diện sự kiện của đau khổ, khi chúng ta hiểu rõ và vượt khỏi cả nguyên nhân lẫn hậu quả. Cố gắng được tự do khỏi đau khổ qua một rèn luyện đặc biệt, hay bằng sự suy nghĩ có mục đích, hay bằng buông thả trong mọi hình thức của tẩu thoát khỏi đau

khổ, không đánh thức trong cái trí vẻ đẹp lạ thường, sức sống, mãnh liệt của đam mê đó mà bao gồm và vượt khỏi đau khổ.

Đau khổ là gì? Khi bạn nghe câu hỏi này, bạn đáp lại như thế nào? Ngay lập tức cái trí của bạn cố gắng giải thích nguyên nhân của đau khổ, và đang tìm kiếm một giải thích này đánh thức ký ức của những đau khổ mà bạn đã trải qua. Thế là bạn luôn luôn theo từ ngữ đang trở lại quá khứ hay đang hướng đến tương lai trong một nỗ lực giải thích nguyên nhân của hậu quả mà chúng ta gọi là đau khổ. Nhưng tôi nghĩ người ta phải vượt khỏi tất cả việc đó.

Chúng ta biết rất rõ điều gì gây ra đau khổ – nghèo khổ, bệnh tật, không được thương yêu, và vân vân. Và khi chúng ta đã giải thích vô số nguyên nhân của đau khổ, chúng ta không kết thúc được đau khổ; thực ra chúng ta vẫn chưa nắm bắt được chiều sâu và ý nghĩa lạ thường của đau khổ cũng như trạng thái đó mà chúng ta gọi là tình yêu. Tôi nghĩ cả hai có liên quan với nhau – đau khổ và tình yêu – và muốn hiểu rõ tình yêu là gì, người ta phải cảm thấy sự mãnh liệt của đau khổ. Những người cổ xưa đã nói về sự kết thúc của đau khổ, và họ đặt ra một cách sống được nghĩ là kết thúc đau khổ. Nhiều người đã thực hành cách sống đó. Những thầy tu ở phương Đông và phương Tây đã thử nó, nhưng họ chỉ làm căn cõi bản thân họ; những cái trí của họ và những tâm hồn của họ đã trở nên khép kín. Họ sống đằng sau những bức tường của suy nghĩ riêng của họ, hay đằng sau những bức tường của gạch và đá, nhưng thực sự tôi không tin rằng họ đã vượt khỏi và đã cảm thấy sự mãnh liệt của cái sự việc được gọi là đau khổ này.

Kết thúc đau khổ là đối diện sự kiện cô độc của người ta, quyến luyến của người ta, đòi hỏi nhỏ nhen, tầm thường cho sự nổi tiếng của người ta, khao khát được thương yêu của người ta; kết thúc đau khổ là được tự do khỏi tự-quan tâm và sự trẻ

con của tự-thương xót. Và khi người ta đã vượt khỏi tất cả việc đó và có lẽ đã kết thúc đau khổ cá nhân của người ta, vẫn còn có đau khổ vô cùng của tập thể, sự đau khổ của thế giới. Người ta có lẽ kết thúc đau khổ riêng của người ta bằng cách đối diện trong chính người ta sự kiện và nguyên nhân của đau khổ – và điều đó phải xảy ra cho một cái trí mà muốn được tự do hoàn toàn. Nhưng khi người ta đã hoàn tất tất cả việc đó, vẫn còn có đau khổ của sự dốt nát lạ thường mà tồn tại trong thế giới – không phải thiếu thông tin, thiếu hiểu biết thuộc sách báo, nhưng sự dốt nát về chính anh ấy của con người. Không hiểu rõ về chính mình là bản thể của dốt nát, gây ra sự mãnh liệt của đau khổ này mà hiện diện khắp thế giới. Và thực ra đau khổ là gì?

Bạn thấy, không có từ ngữ để giải thích đau khổ, cũng như không có từ ngữ để giải thích tình yêu là gì. Tình yêu không là quyến luyến, tình yêu không là đối nghịch của hận thù, tình yêu không là ghen tuông. Và khi người ta đã kết thúc ghen tuông, ganh ghét, quyến luyến, tất cả những xung đột và khốn khổ mà người ta đã trải qua, suy nghĩ rằng người ta thương yêu – khi tất cả việc đó kết thúc, vẫn còn có nghi vấn của tình yêu là gì, và vẫn còn có nghi vấn của đau khổ là gì.

Bạn sẽ tìm được tình yêu là gì, và đau khổ là gì, chỉ khi nào cái trí của bạn đã phủ nhận tất cả những giải thích và không còn đang tưởng tượng, không còn đang tìm kiếm nguyên nhân, không còn đang buông thả trong những từ ngữ hay đang trầm tư cùng những vui thú và những đau khổ riêng của người ta trong ký ức. Cái trí của bạn phải tuyệt đối tĩnh lặng, không một từ ngữ, không một biểu tượng, không một ý tưởng. Và vậy là bạn sẽ khám phá – hay cái đó sẽ hiện diện – trạng thái đó mà trong nó chúng ta đã gọi tình yêu là gì và chúng ta đã gọi đau khổ là gì và chúng ta đã gọi chết là gì là một. Không còn bất

kỳ phân chia nào giữa tình yêu và đau khổ và chết; và bởi vì ở đó không có phân chia, có vẻ đẹp. Nhưng muốn hiểu rõ, muốn trong trạng thái ngây ngất này, phải có đam mê đó mà hiện diện cùng lúc với sự từ bỏ hoàn toàn của cái “tôi”.



## Bombay, 21 tháng hai 1965

Muốn hiểu rõ vui thú, chúng ta phải tiếp cận nó để học hỏi, không phải để đè nén, không phải để buông thả trong nó. Học hỏi về nó là một kỷ luật, mà yêu cầu bạn cả không buông thả lẫn không khước từ. Học hỏi hiện diện khi bạn hiểu rõ rằng nếu có bất kỳ hình thức nào của cảm đoán, phủ nhận, kiểm soát, bạn chấm dứt học hỏi, không có học hỏi. Vì vậy, muốn hiểu rõ toàn vấn đề của vui thú, bạn phải tiếp cận nó bằng một cái trí trong sáng. Đối với chúng ta, vui thú quan trọng cực kỳ. Chúng ta làm mọi thứ từ vui thú. Chúng ta chạy trốn bất kỳ thứ gì gây ra đau khổ, và chúng ta rút gọn mọi thứ đến những giá trị, đến những tiêu chuẩn của vui thú. Vì vậy vui thú đảm trách một vị trí quan trọng cực kỳ trong sống của chúng ta như một lý tưởng. Giống như một con người từ bỏ cuộc sống tạm gọi là trần gian để tìm kiếm một loại sống khác – nó vẫn còn là nền tảng của vui thú. Hay khi người ta nói, “Tôi phải giúp đỡ những người nghèo”, và say mê sự đổi mới xã hội, nó vẫn còn là một hành động của vui thú; họ có thể che đậy nó bằng cách gọi là phục vụ, tốt lành, và vân vân, nhưng nó vẫn còn là một chuyển động của cái trí đang tìm kiếm vui thú hay đang tẩu thoát khỏi bất kỳ điều gì gây ra một quấy rầy mà nó gọi là đau khổ. Nếu bạn tự quan sát, đây là điều gì chúng ta đang làm trong sống hàng ngày, mỗi khoảnh khắc. Bạn thích người nào đó bởi vì người ấy nịnh nọt bạn, và bạn không thích người khác bởi vì người ấy nói điều gì đó đúng nhưng bạn không muốn, và bạn tạo ra một thù địch; và thế là bạn sống cùng một trận chiến liên tục.

Vì vậy rất quan trọng phải hiểu rõ sự việc được gọi là vui thú này. Qua từ ngữ hiểu rõ, tôi có ý học hỏi về nó. Có rất nhiều điều phải học hỏi, bởi vì những phản ứng thuộc giác quan của chúng ta, tất cả những giá trị mà chúng ta đã tạo ra, tất cả những đòi hỏi – tạm gọi là tự-hiến dâng, sự phủ nhận, sự chấp nhận – đều được đặt nền tảng trên sự việc lạ thường này, một hình thức tao nhã hay một hình thức thô tục của vui thú. Chúng ta tận tụy cho vô vàn hoạt động – như những người cộng sản, như những người xã hội, hay bất kỳ người nào bạn muốn – trên nền tảng này bởi vì chúng ta nghĩ rằng bằng cách gắn kết mình với một hoạt động đặc biệt, với một ý tưởng đặc biệt, với một khuôn mẫu sống đặc biệt, chúng ta sẽ có vui thú nhiều hơn, chúng ta sẽ có được một lợi lộc nhiều hơn; và giá trị đó, lợi lộc đó, được đặt nền tảng trên sự gắn kết của chính chúng ta với một hình thức đặc biệt của hoạt động như là vui thú. Làm ơn hãy quan sát tất cả điều này.

Bạn không chỉ đang lắng nghe những từ ngữ, nhưng thực sự đang lắng nghe để tìm ra sự thật hay sự giả dối của điều gì đang được nói. Nó là sống của bạn; nó là sống hàng ngày của bạn. Hầu hết chúng ta đều lãng phí sự việc lạ thường được gọi là sống này. Chúng ta đã sống bốn mươi hay sáu mươi năm, đã đi đến văn phòng, đã tham gia những hoạt động xã hội, đang tẩu thoát trong những hình thức khác nhau, và tại khúc cuối của nó, chúng ta chẳng có gì cả ngoại trừ một sống ngu xuẩn, đờ đẫn, trống rỗng, một sống bị lãng phí. Và đó là lý do rất quan trọng, nếu bạn muốn bắt đầu mới mẻ lại, phải hiểu rõ chủ đề của vui thú này. Bởi vì cảm đoán hay phủ nhận vui thú không giải quyết vấn đề của vui thú. Những người tạm gọi là tôn giáo cảm đoán mọi hình thức của vui thú, ít ra họ gắng sức thực hiện điều đó, và thế là họ trở thành những con người tối

tăm, khổ sở. Và một cái trí như thế rất khô khan, u mê, vô cảm, và không thể tìm được điều gì là sự thật.

Vì vậy rất quan trọng phải hiểu rõ những hoạt động của vui thú. Nhìn ngắm một cái cây thanh thanh là một điều tuyệt vời; nó là một hài lòng vô cùng – điều gì sai trái với việc đó. Nhưng nhìn ngắm một người phụ nữ hay một người đàn ông bằng vui thú – bạn gọi nó là thiếu đạo đức, bởi vì đối với bạn vui thú luôn luôn được bao hàm, hay liên quan đến một sự việc đó, người phụ nữ hay người đàn ông; hay nó là sự tẩu thoát khỏi những đau khổ của liên hệ, và thế là bạn tìm kiếm vui thú nơi nào khác, trong một ý tưởng, trong một tẩu thoát, trong một hoạt động nào đó.

Hiện nay, vui thú đã tạo ra khuôn mẫu sống trong xã hội. Chúng ta nhận được vui thú trong tham vọng, trong ganh đua, trong so sánh, trong thâm lường hiểu biết hay quyền hành, hay chức vụ, thanh danh, giai cấp. Và sự theo đuổi của vui thú đó như tham vọng, ganh đua, tham lam, ganh ghét, giai cấp, thống trị, quyền lực, được kính trọng. Nó được làm cho kính trọng bởi một xã hội chỉ có một ý tưởng: bạn sẽ theo một lối sống đạo đức, mà là một lối sống được kính trọng. Bạn có thể tham vọng, bạn có thể tham lam, bạn có thể bạo lực, bạn có thể ganh đua, bạn có thể là một con người tàn nhẫn, nhưng xã hội chấp nhận nó, bởi vì tại khúc cuối của tham vọng của bạn, bạn hoặc là một người tạm gọi là thành công với nhiều tiền bạc, hay một người thất bại và vì vậy một người tuyệt vọng. Vì vậy đạo đức của xã hội là vô đạo đức.

Làm ơn hãy lắng nghe tất cả điều này, không chấp nhận lẫn phủ nhận; hãy thấy sự kiện. Và muốn thấy sự kiện – đó là, muốn hiểu rõ sự kiện – đừng phát triển những ý tưởng về nó, đừng có những quan điểm về nó. Bạn đang học hỏi về nó, và muốn học hỏi, bạn phải tiếp cận bằng một cái trí đang tìm hiểu

và vì vậy đam mê, háo hức và vì vậy tươi trẻ. Đạo đức, mà là tập quán, mà là thói quen, được nghĩ là kính trọng bên trong khuôn mẫu chừng nào bạn còn đang tuân phục khuôn mẫu. Có những người phản kháng khuôn mẫu đó – điều này luôn luôn xảy ra. Phản kháng là một phản ứng đến khuôn mẫu. Phản ứng này mang nhiều hình thức khác nhau – những người lập dị vào những năm 1950 và 1960, những người thuộc ban nhạc The Beatles, những người thuộc ban nhạc The Teddy Boys, và vân vân – nhưng họ vẫn còn trong khuôn mẫu. Để thực sự có đạo đức là một việc hoàn toàn khác hẳn. Và đó là lý do tại sao người ta phải hiểu rõ bản chất của đạo đức và bản chất của vui thú. Tập quán, thói quen, truyền thống, liên hệ thuộc xã hội của chúng ta – tất cả điều này được đặt nền tảng trên vui thú. Tôi không đang sử dụng từ ngữ vui thú đó trong một ý nghĩa chật hẹp, trong một ý nghĩa giới hạn; tôi đang sử dụng nó trong ý nghĩa bao quát nhất. Xã hội của chúng ta được đặt nền tảng trên vui thú, và tất cả liên hệ của chúng ta được đặt nền tảng trên đó. Bạn là người bạn của tôi chừng nào tôi còn chiều theo điều gì bạn thích, chừng nào tôi còn giúp đỡ bạn có công việc tốt hơn, nhưng khoảnh khắc tôi chỉ trích bạn, tôi không còn là người bạn của bạn. Điều đó quá rõ ràng và xuẩn ngốc.

Nếu không hiểu rõ vui thú, bạn sẽ không bao giờ có thể hiểu rõ tình yêu. Tình yêu không là vui thú. Tình yêu là cái gì đó hoàn toàn khác hẳn. Và muốn hiểu rõ vui thú bạn phải học hỏi về nó. Hiện nay, với hầu hết chúng ta, hay với mọi con người, tình dục là một vấn đề. Tại sao? Hãy lắng nghe điều này rất cẩn thận. Bởi vì bạn không thể giải quyết nó, bạn chạy trốn nó. Người khát sẽ chạy trốn nó bằng cách giữ một lời thề độc thân, bằng cách khước từ. Làm ơn hãy thấy điều gì xảy ra cho một cái trí như thế. Bằng cách khước từ cái gì đó mà là một bộ phận thuộc toàn cấu trúc của bạn – những tuyến hạch và vân

vân – bằng cách đè nén nó bạn đã làm cho mình trở thành khô khan, và có một trận chiến liên tục đang xảy ra trong bạn.

Như chúng ta đang nói, chúng ta chỉ có hai cách để gặp gỡ bất kỳ vấn đề nào, rõ ràng, hoặc đè nén nó hoặc chạy trốn nó. Thật ra đè nén nó cũng giống như chạy trốn nó, và chúng ta có nguyên mạng lưới của những tẩu thoát – rất phức tạp, trí tuệ, và xúc cảm – và hoạt động hàng ngày thông thường. Có vô vàn hình thức của tẩu thoát. Nhưng chúng ta có vấn đề này. Người khát sĩ tẩu thoát nó trong một cách, nhưng anh ấy đã không giải quyết nó; anh ấy đã đè nén nó bằng cách giữ một lời thề, và nguyên vấn đề đang sôi sùng sục trong anh ấy. Anh ấy có lẽ khoác vào một chiếc áo bên ngoài của đơn giản, nhưng điều này cũng trở thành một vấn đề kỳ cục cho anh ấy, cũng giống như con người theo một cuộc sống bình thường?

Làm thế nào bạn giải quyết vấn đề đó? Bạn phải giải quyết nó. Nó là một hành động của vui thú. Bạn phải hiểu rõ nó. Làm thế nào bạn giải quyết nó? Nếu bạn không giải quyết nó, vậy thì bạn chỉ trở thành bị trói buộc trong một thói quen. Nó có nghĩa một lễ thói; cái trí của bạn trở thành đờ đẫn, ngu đần, u ám; và đó là việc duy nhất mà bạn có. Vì vậy bạn phải giải quyết vấn đề. Trước hết đừng chỉ trích nó, bởi vì bạn sẽ học hỏi về nó. Làm ơn hãy học hỏi về nó. Đó là lý do tại sao chúng ta đang nói về học hỏi. Bạn bị bóp nghẹt thuộc trí năng, cảm xúc; bạn chỉ có một cái trí lặp lại; bạn sao chép, bạn bắt chước điều gì những người khác đã làm; bạn liên tục trích dẫn kinh Gita, hay kinh Upanishad, hay quyển sách thiêng liêng nào đó, nhưng thuộc trí năng bạn bị khổ sở vì thêm khát, trống rỗng, tối tăm. Nơi văn phòng bạn đang khôn khéo sao chép, đang bắt chước ngày này sang ngày khác, đang làm cùng một công việc trong văn phòng của bạn, hay trong nhà máy của bạn, hay trong ngôi nhà của bạn – sự lặp lại liên tục. Thế là trí năng, mà

phải sinh động, rõ ràng, có lý luận, lành mạnh, tự do, đã bị bóp nghẹt. Không còn chí hướng ở đó, không còn hành động sáng tạo ở đó. Thuộc cảm giác, thuộc thẩm mỹ, bạn khổ sở vì thèm khát, bởi vì bạn khước từ cảm giác có tánh nhạy cảm, tánh nhạy cảm để thấy vẻ đẹp, để thưởng thức sự êm đềm của một chiều tối, để nhìn ngắm một cái cây và hiệp thông mật thiết cùng thiên nhiên. Vậy là bạn còn lại cái gì? Bạn chỉ có một việc duy nhất trong cuộc sống mà thuộc riêng của bạn; và nó trở thành một vấn đề nghiêm trọng.

Vì vậy một cái trí muốn hiểu rõ vấn đề đó phải giải quyết nó ngay tức khắc, bởi vì bất kỳ vấn đề nào mà xảy ra ngày này sang ngày khác làm mệt mỏi tinh thần, làm tối tăm cái trí. Bạn chưa khi nào nhận thấy điều gì xảy ra cho cái trí mà có một vấn đề không thể giải quyết hay sao? Hoặc nó sẽ tẩu thoát vào một vấn đề khác, hoặc nó đè nén, và thế là nó trở nên loạn thần kinh – tuy tạm gọi là loạn thần kinh khôn ngoan, nhưng nó là loạn thần kinh. Vì vậy mỗi vấn đề, dù là vấn đề gì – cảm giác, trí năng, vật chất – phải được giải quyết ngay tức khắc và không được chuyển qua ngày kế tiếp, bởi vì ngày kế tiếp bạn có những vấn đề khác phải gặp gỡ.

Vì vậy bạn phải học hỏi. Nhưng bạn không thể học hỏi nếu bạn đã không giải quyết những vấn đề của ngày hôm nay, và bạn chỉ mang chúng sang ngày mai. Vì vậy mỗi vấn đề, dù phức tạp, dù khó khăn, dù căng thẳng, phải được giải quyết trong ngày, ngay tức khắc. Làm ơn hãy thấy sự quan trọng của điều này. Một cái trí tạo gốc rễ cho một vấn đề bởi vì nó không thể giải quyết, bởi vì nó không có khả năng, không có sự mãnh liệt, không có động cơ để học hỏi – một cái trí như thế như bạn thấy trong thế giới này – trở nên vô cảm, sợ hãi, xấu xa, quan tâm đến mình, tự cho mình là trung tâm, thú tính.

Vì vậy vấn đề tạm gọi là tình dục này phải được giải quyết. Và để giải quyết nó một cách thông minh – không chạy trốn nó, hay đè nén nó, hay giữ một lời thề ngu si nào đó, hay buông thả trong nó – người ta phải hiểu rõ vấn đề của vui thú này. Và người ta cũng phải hiểu rõ một vấn đề khác, đó là hầu hết mọi người đều là những con người thứ hai. Bạn có thể trích dẫn ngược xuôi kinh Gita, nhưng bạn là một con người thứ hai. Bạn chẳng có gì là khởi nguồn. Không có gì trong bạn là tự phát, thực sự, hoặc thuộc trí năng, hoặc thẩm mỹ, hoặc đạo đức. Và chỉ còn một việc sót lại – thèm khát, thèm khát những thứ như thức ăn và tình dục. Có tình trạng ăn uống và tình dục ép buộc theo xu hướng. Bạn đã quan sát người ta ăn uống, nhồi nhét vào họ – và cũng cùng sự việc như thế, thuộc tình dục.

Vì vậy muốn hiểu rõ vấn đề rất phức tạp này – bởi vì trong đó được bao gồm vẻ đẹp, thương yêu, tình yêu – bạn phải hiểu rõ vui thú, và muốn phá vỡ tình trạng bị quy định này của một cái trí lặp lại, một cái trí chỉ lặp lại điều gì những người khác đã nói từ nhiều thế kỷ hay cách đây mười năm. Nó là một tẩu thoát tuyệt vời khi trích dẫn Marx hay Stalin hay Lenin, và nó là một tẩu thoát tuyệt vời khi trích dẫn kinh Gita như thể bạn đã hiểu rõ mọi điều trong đó. Bạn phải sống; và muốn sống bạn không thể có những vấn đề.

Muốn hiểu rõ những vấn đề của tình dục này, bạn phải làm tự do cái trí, trí năng, để cho nó có thể nhìn thấy, hiểu rõ và chuyển động; và cũng thuộc cảm giác, thuộc thẩm mỹ, bạn phải nhìn ngắm cây cối, núi non, và sông ngòi, sự dơ dáy của những con đường bẩn thỉu, ý thức được con cái của bạn, chúng được nuôi nấng như thế nào, chúng ăn mặc như thế nào, bạn cư xử với chúng như thế nào, bạn nói chuyện với chúng như thế nào. Bạn phải thấy vẻ đẹp của một đường xe lửa, của một tòa nhà, của khúc quanh của một con sông, thấy vẻ đẹp của một khuôn

mặt. Tất cả việc đó là sự giải phóng của năng lượng đó – không qua đè nén, không qua gấn kết với ý tưởng nào đó, nhưng nó là sự giải phóng của năng lượng trong tất cả những phương hướng – để cho cái trí của bạn được năng động, có lý lẽ, có trí năng, có thẩm mỹ, có lý luận, có rõ ràng, đang thấy những sự vật như chúng là. Vẻ đẹp của một cái cây, của một con chim đang vỗ cánh, ánh sáng trên dòng nước, và nhiều sự vật khác trong sự sống – khi bạn không ý thức được tất cả những việc đó, tự nhiên, bạn chỉ có vấn đề này.

Xã hội nói bạn phải có đạo đức, và đạo đức đó là gia đình. Gia đình trở thành đang chết rồi khi nó bị giới hạn với gia đình; đó là gia đình là cá thể, và cá thể mà là gia đình bị đối kháng với nhiều, với tập thể, với xã hội; vậy thì ở đó bắt đầu toàn tiến hành của hủy diệt. Vì vậy đạo đức không liên quan gì đến sự kính trọng. Đạo đức là cái gì đó giống như một bông hoa đang nở; đó không là trạng thái mà bạn đạt được. Bạn biết tốt lành, bạn không thể đạt được tốt lành, bạn không thể đạt được khiêm tốn. Chính là con người kiêu ngạo mới đấu tranh để trở thành khiêm tốn. Hoặc bạn là, hoặc bạn không là, tốt lành. “Đang là” không là “đang trở thành”. Bạn không thể trở thành tốt lành, bạn không thể trở thành khiêm tốn. Và thế là nó ở cùng đạo đức. Cấu trúc luân lý của một xã hội mà được đặt nền tảng trên bất chước, những đòi hỏi và những tham vọng, tham lam, ganh ghét, xấu xa thuộc cá nhân, không là đạo đức – nó cũng không là luân lý. Đạo đức là hành động tự phát của tình yêu – tự phát, không phải một việc được vun quén, được tính toán được gọi là đạo đức. Nó phải là tự phát; ngược lại nó không là đạo đức. Làm thế nào có thể là đạo đức nếu nó là một việc được tính toán, nếu nó được rèn luyện, nếu nó là một việc máy móc?

Vì vậy bạn phải hiểu rõ vui thú và bạn cũng phải hiểu rõ bản chất lẫn ý nghĩa của vui thú và đau khổ. Và bạn cũng phải hiểu rõ đạo đức và tình yêu.

Bây giờ, tình yêu là cái gì đó mà không thể được vun quén. Bạn không thể nói, “Tôi sẽ học, tôi sẽ luyện tập tình yêu”. Hầu hết những người lý tưởng, hầu hết những người đang tẩu thoát khỏi chính họ qua những hình thức khác nhau của những hoạt động thuộc cảm giác, thuộc trí năng, không có tình yêu. Họ có lẽ là những người đổi mới xã hội tài khéo, những người chính trị xuất sắc – nếu có một sự việc như “một người chính trị xuất sắc” – nhưng họ không có tình yêu. Tình yêu là cái gì đó hoàn toàn khác hẳn vui thú. Nhưng bạn không thể bắt gặp tình yêu nếu không hiểu rõ nó bằng chiều sâu của đam mê – không khước từ nó, không chạy trốn nó, nhưng hiểu rõ nó. Có một hài lòng vô cùng trong vẻ đẹp của vui thú.

Vậy là tình yêu không thể được vun quén. Tình yêu không thể được phân chia thành thánh thiện và dục vọng; chỉ có tình yêu. Và nó không phải bạn thương yêu nhiều hay một; lại nữa đó là một câu hỏi vô lý khi đặt ra – “Bạn có thương yêu tất cả không?” Bạn biết, một bông hoa có hương thơm không quan tâm người nào đến người nó, hay người nào không thềm ngó ngang nó. Vì vậy nó ở cùng tình yêu. Tình yêu không là một kỷ niệm. Tình yêu không là một sự việc của cái trí hay trí năng. Nhưng nó hiện diện tự nhiên như từ bi, khi toàn vấn đề của tồn tại này – như sợ hãi, tham lam, ganh ghét, thất vọng, hy vọng – đã được hiểu rõ và giải quyết. Một con người tham vọng không thể thương yêu. Một con người quyền luyến gia đình của anh ấy không có tình yêu. Ghen tuông cũng không liên quan đến tình yêu. Khi bạn nói, “Tôi thương yêu người vợ của tôi”, bạn thực sự không có ý như thế, bởi vì khoảnh khắc sau bạn ghen tuông cô ấy.

Tình yêu hàm ý tự do vô hạn, nhưng không phải làm điều gì bạn thích. Tình yêu hiện diện chỉ khi nào cái trí rất tĩnh lặng, vô tư, không tự cho mình là trung tâm. Đây không là những lý tưởng. Nếu bạn không có tình yêu – dù bạn làm bất kỳ điều gì, theo sau tất cả những thần thánh trên quả đất, làm tất cả những hoạt động xã hội, cố gắng cải thiện những người nghèo, tham gia chính trị, viết những quyền sách, làm những bài thơ – bạn là con người chết rồi. Nếu không có tình yêu những vấn đề của bạn sẽ gia tăng, sinh sôi nảy nở vô tận. Và với tình yêu, dù bạn làm bất kỳ điều gì, không có nguy hiểm, không có xung đột. Lúc đó tình yêu là bản thể của đạo đức. Một cái trí không ở trong một trạng thái của tình yêu không là một cái trí tôn giáo; và chỉ cái trí tôn giáo mới được tự do khỏi những vấn đề, và mới biết vẻ đẹp của tình yêu và sự thật.



## London, 7 tháng tư 1953

**Người hỏi:** *Tôi cảm thấy rất cô độc, và ao ước có sự liên hệ thân mật với người nào đó. Bởi vì tôi không thể tìm được người bạn, tôi phải làm gì?*

**Krishnamurti:** Chắc chắn, một trong những khó khăn của chúng ta là chúng ta muốn được hạnh phúc qua cái gì đó, qua một con người, qua một biểu tượng, qua một ý tưởng, qua đạo đức, qua hành động, qua bè bạn. Chúng ta nghĩ hạnh phúc, hay sự thật, bay bất kỳ điều gì bạn thích gọi nó, có thể tìm được qua cái gì đó. Vì vậy chúng ta cảm thấy rằng qua hành động, qua bè bạn, qua những ý tưởng nào đó, chúng ta sẽ tìm được hạnh phúc.

Vậy là vì bị cô độc, tôi muốn tìm được người nào đó hay ý tưởng nào đó mà qua đó tôi có thể hạnh phúc. Nhưng trạng thái cô độc luôn luôn vẫn còn đó; nó luôn luôn vẫn còn đó, dưới lớp đây. Nhưng bởi vì nó làm tôi sợ hãi, và bởi vì tôi không biết bản chất bên trong của trạng thái cô độc này là gì, thế là tôi muốn tìm được cái gì đó để bám vào. Vì vậy tôi nghĩ rằng qua cái gì đó, qua một con người, tôi sẽ được hạnh phúc. Vì vậy cái trí của tôi luôn luôn quan tâm tìm được cái gì đó. Qua đồ đạc, qua một ngôi nhà, qua sách báo, qua con người, qua những ý tưởng, qua những nghi lễ, qua những biểu tượng, chúng ta hy vọng nhận được cái gì đó, tìm được hạnh phúc. Và vì vậy những đồ vật, những con người, những ý tưởng, trở nên quan trọng cực kỳ, bởi vì qua chúng chúng ta hy vọng chúng ta sẽ tìm được nó. Thế là chúng ta bắt đầu lệ thuộc vào chúng.

Nhưng với tất cả nó vẫn còn có vấn đề không hiểu rõ được, không giải quyết được này; lo âu, sợ hãi, vẫn còn đó. Và thậm

chỉ khi tôi thấy rằng nó vẫn còn đó, tôi vẫn còn muốn sử dụng nó, trải qua nó, tìm được cái gì vượt khỏi. Vì vậy cái trí của tôi sử dụng mọi thứ như một phương tiện để vượt khỏi, và thế là làm cho mọi thứ trở nên tầm thường. Nếu tôi sử dụng bạn cho sự thành tựu của tôi và cho hạnh phúc của tôi, bạn trở thành không quan trọng, bởi vì chính là hạnh phúc mà tôi quan tâm. Vì vậy khi cái trí quan tâm đến ý tưởng rằng nó có thể tìm được hạnh phúc qua người nào đó, qua một đồ vật hay qua một ý tưởng, tôi không làm cho tất cả những phương tiện này trở thành nhất thời hay sao? Bởi vì lúc đó quan tâm của chúng ta là cái gì khác nữa, đi xa hơn nữa, đuổi bắt cái gì đó vượt ngoài chúng.

Không quan trọng khi tôi phải hiểu rõ trạng thái cô độc này, đau đớn này, đau khổ của sự trống rỗng lạ thường này hay sao? Bởi vì nếu tôi hiểu rõ điều đó, tôi sẽ không sử dụng bất kỳ thứ gì để tìm hạnh phúc. Tôi sẽ không sử dụng Thượng đế như một phương tiện để có được an bình, hay một nghi lễ để có được nhiều cảm giác, nhiều hứng khởi hơn, nhiều xuất thần hơn. Cái vật đang làm héo hon tâm hồn của tôi là ý thức của sợ hãi này, cô độc của tôi, trống rỗng của tôi. Liệu tôi có thể hiểu rõ điều đó? Liệu tôi có thể giải quyết điều đó? Hầu hết chúng ta đều bị cô độc, phải không? Dù chúng ta có làm bất kỳ điều gì, máy khâu, may vá, sách báo, chính trị, tôn giáo, không thứ nào có thể che đậy thực sự trạng thái cô độc đó. Tôi có lẽ hoạt động thật nhiều ngoài xã hội, tôi có lẽ đồng hóa mình với những triết lý được tổ chức nào đó, nhưng dù tôi có làm bất kỳ điều gì nó vẫn còn ở đó, sâu thẳm dưới tầng ý thức bên trong của tôi, hay trong những chiều sâu kín đáo của thân tâm tôi.

Làm thế nào tôi sẽ xử lý nó? Làm thế nào tôi sẽ mang nó ra và giải quyết dứt khoát nó? Lại nữa, toàn xu hướng của tôi là chỉ trích, phải không? Cái sự việc mà tôi không biết, tôi sợ hãi,

và sợ hãi là kết quả của sự chỉ trích. Rốt cuộc, tôi không biết chất lượng của cô độc, nó thực sự là gì. Nhưng cái trí của tôi đã đánh giá nó bằng cách nói rằng nó gây sợ hãi. Cái trí có những quan điểm về sự kiện, nó có những ý tưởng về trạng thái cô độc. Và chính là những ý tưởng, những quan điểm, mới tạo ra sự sợ hãi và ngăn cản tôi không quan sát thực sự trạng thái cô độc đó.

Tôi hy vọng tôi đang giải thích rõ ràng? Tôi bị cô độc; và tôi sợ hãi nó. Điều gì gây ra sợ hãi? Không phải rằng tôi không biết những hàm ý được bao gồm trong trạng thái cô độc hay sao? Nếu tôi biết nội dung của cô độc, vậy thì tôi sẽ không sợ hãi nó. Nhưng bởi vì tôi có một ý tưởng về nó có lẽ là gì, tôi chạy trốn nó. Chính sự chạy trốn này tạo ra sự sợ hãi, không phải động thái đang nhìn ngắm nó. Nhìn ngắm nó, ở cùng nó, tôi không thể chỉ trích. Và khi tôi có thể đối diện nó, vậy thì tôi có thể thương yêu nó, tôi có thể thâm thấu nó.

Vậy là, trạng thái cô độc đó mà tôi sợ hãi chỉ là một từ ngữ phải không? Thật ra nó không là một trạng thái cốt lõi, có lẽ cái cửa qua đó tôi sẽ tìm ra hay sao? Có lẽ cái cửa đó dẫn dắt tôi xa hơn, để cho cái trí hiểu rõ trạng thái đó mà trong đó nó phải cô đơn, không bị vấy bẩn. Bởi vì tất cả những tiến hành khác để tách khỏi trạng thái cô độc đó đều là những lệch hướng, những tẩu thoát, những quẩn trí. Nếu cái trí có thể sống cùng nó mà không chỉ trích nó, vậy thì có lẽ qua đó cái trí sẽ tìm được trạng thái đó mà là cô đơn, một cái trí không là cô độc nhưng hoàn toàn cô đơn, không lệ thuộc, không tìm kiếm để tìm được qua cái gì đó.

Thật cần thiết phải cô đơn, phải biết trạng thái cô đơn đó mà không bị kích động bởi những hoàn cảnh, trạng thái cô đơn đó mà không là cô lập, trạng thái cô đơn đó mà là trạng thái sáng tạo, khi cái trí không còn đang tìm kiếm hoặc là hạnh

phúc, đạo đức, hoặc là đang tạo tác kháng cự. Chính cái trí cô đơn mới có thể tìm được – không phải cái trí mà đã bị vấy bẩn, bị làm hư hỏng, bởi những trải nghiệm riêng của nó. Vậy là có lẽ trạng thái cô độc, mà tất cả chúng ta đều ý thức được, nếu chúng ta biết cách nhìn ngắm nó, có lẽ mở cái cửa đến sự thật.

***Người hỏi: Tôi bị lệ thuộc, chủ yếu thuộc tâm lý, vào những người khác. Tôi muốn được tự do khỏi sự lệ thuộc này. Làm ơn chỉ cho tôi phương cách để được tự do.***

***Krishnamurti:*** Thuộc tâm lý, phía bên trong, chúng ta bị lệ thuộc, đúng chứ, vào những lễ nghi, vào những ý tưởng, con người, sự vật, tài sản? Chúng ta bị lệ thuộc, và chúng ta muốn được tự do khỏi sự lệ thuộc đó bởi vì nó gây đau khổ cho chúng ta. Chừng nào sự lệ thuộc đó còn mang lại thỏa mãn, chừng nào tôi còn tìm được hạnh phúc trong nó, tôi không muốn được tự do. Nhưng khi sự lệ thuộc làm tổn thương tôi, khi nó làm cho tôi đau khổ, khi cái sự việc mà tôi đã lệ thuộc lẫn tránh tôi, chết, tàn tạ đi, hướng đến người khác, lúc đó tôi muốn được tự do.

Nhưng tôi muốn được tự do hoàn toàn khỏi tất cả những lệ thuộc tâm lý, hay chỉ khỏi những lệ thuộc đó mà gây đau khổ cho tôi? Chắc chắn, khỏi những lệ thuộc và những kỷ niệm đó mà gây đau khổ cho tôi. Tôi không muốn được tự do hoàn toàn khỏi tất cả những lệ thuộc, tôi chỉ muốn được tự do khỏi sự lệ thuộc đặc biệt. Vì vậy tôi tìm kiếm những phương cách và những phương tiện để làm tôi được tự do, và tôi hỏi những người khác, hay người nào đó, để giúp đỡ tôi được tự do khỏi một lệ thuộc đặc biệt mà gây ra đau khổ. Tôi không muốn được tự do khỏi toàn tiến hành của lệ thuộc.

Liệu một người khác có thể giúp đỡ tôi được tự do khỏi sự lệ thuộc, sự lệ thuộc đặc biệt hay tất cả lệ thuộc? Liệu tôi có

thể chỉ cho bạn phương cách – phương cách là sự giải thích, từ ngữ, phương pháp kỹ thuật? Bằng sự chỉ bảo của tôi cho bạn phương cách, phương pháp kỹ thuật, cho bạn một giải thích, bạn sẽ được tự do hay sao? Bạn vẫn còn có vấn đề, phải không; bạn vẫn còn có đau khổ về nó. Dù tôi có chỉ bảo cho bạn bao nhiêu phương cách xử lý nó, dù bạn có bàn luận với tôi nhiều bao nhiêu, sẽ không làm tự do bạn khỏi sự lệ thuộc đó. Vì vậy người ta sẽ làm gì?

Làm ơn hãy thấy sự quan trọng của điều này. Bạn đang yêu cầu một phương pháp mà sẽ giúp đỡ bạn được tự do khỏi một lệ thuộc đặc biệt hay khỏi tất cả lệ thuộc. Phương pháp là một giải thích, đúng chứ, mà bạn sẽ thực hành và sống, với mục đích làm cho bạn được tự do? Vậy là phương pháp trở thành một lệ thuộc khác. Trong cố gắng làm tự do chính bạn khỏi một lệ thuộc đặc biệt, bạn đang giới thiệu một hình thức khác của lệ thuộc. Nhưng nếu bạn quan tâm đến sự tự do tổng thể khỏi tất cả lệ thuộc tâm lý, nếu bạn thực sự quan tâm đến điều đó, vậy thì bạn sẽ không yêu cầu một phương pháp, phương cách. Vậy thì bạn sẽ đưa ra một câu hỏi hoàn toàn khác hẳn, phải không? Bạn hỏi liệu bạn có thể xử lý nó, có thể giải quyết nó. Vì vậy câu hỏi không là làm thế nào để làm tự do chính tôi khỏi một lệ thuộc, nhưng, “Liệu tôi có thể có khả năng để xử lý toàn vấn đề?” Nếu tôi có khả năng, lúc đó tôi không lệ thuộc vào bất kỳ người nào. Chỉ khi nào tôi nói tôi không có khả năng thì tôi mới hỏi, “Làm ơn giúp đỡ tôi, chỉ cho tôi một phương cách”. Nhưng nếu tôi có khả năng xử lý một vấn đề của lệ thuộc, vậy thì tôi không yêu cầu bất kỳ người nào đó giúp đỡ tôi xóa tan nó.

Tôi hy vọng tôi đang giải thích rõ ràng. Tôi nghĩ rất quan trọng phải không được hỏi “Làm thế nào?” nhưng, “Liệu tôi có thể có khả năng để xử lý vấn đề?” Bởi vì nếu tôi biết làm thế

nào để xử lý nó, vậy thì tôi được tự do khỏi vấn đề, vậy thì tôi không đang yêu cầu một phương pháp, phương cách. Liệu tôi có thể có khả năng để xử lý vấn đề của lệ thuộc?

Bây giờ, theo tâm lý, khi bạn tự đưa ra câu hỏi đó cho mình, điều gì xảy ra? Khi có ý thức, bạn đưa ra câu hỏi, “Liệu tôi có thể có khả năng để làm tự do chính tôi khỏi lệ thuộc đó?” Theo tâm lý điều gì đã xảy ra? Bạn không được tự do khỏi lệ thuộc đó rồi hay sao? Theo tâm lý, bạn đã lệ thuộc; và lúc này bạn nói: “Tôi có khả năng để tự làm tự do mình hay không?” Chắc chắn, khoảnh khắc bạn nghiêm túc tự đưa ra câu hỏi đó cho chính bạn, có sự tự do khỏi lệ thuộc đó rồi.

Tôi hy vọng bạn đang theo sát không chỉ bằng từ ngữ, nhưng thực sự đang trải nghiệm điều gì chúng ta đang bàn luận. Đó là nghệ thuật của lắng nghe – không chỉ lắng nghe những từ ngữ của tôi, nhưng lắng nghe điều gì đang thực sự xảy ra trong cái trí riêng của bạn.

Khi tôi biết rằng tôi có thể có khả năng đó, vậy thì vấn đề không còn hiện diện. Nhưng bởi vì tôi không có khả năng, tôi muốn được chỉ bảo. Thế là tôi sáng chế người Thầy, vị đạo sư, đáng Cứu rồi, người nào đó mà sẽ cứu thoát tôi, mà sẽ giúp đỡ tôi. Thế là tôi trở thành lệ thuộc vào họ. Trái lại nếu tôi có thể có khả năng đó để giải quyết, hiểu rõ câu hỏi, vậy thì nó rất đơn giản, vậy thì tôi không còn lệ thuộc.

Điều này không có nghĩa tôi đầy tràn tự tin. Sự tự tin mà hiện diện qua cái ngã, cái “tôi”, không dẫn đến nơi nào cả bởi vì tự tin đó là tự-khép kín. Nhưng chính câu hỏi “Liệu tôi có thể có khả năng khám phá sự thật?” trao tặng người ta một sức mạnh và thấu triệt lạ thường. Câu hỏi không là tôi có khả năng – tôi không có khả năng – nhưng “Liệu tôi có thể có nó?” Vậy là tôi sẽ biết làm thế nào mở toang cái cửa mà cái trí luôn luôn

đang đóng kín bởi những ngò vực riêng của nó, bởi những lo âu riêng của nó, bởi những sợ hãi, những trải nghiệm, hiểu biết của nó.

Vậy là khi toàn tiến hành được thấy rõ, khả năng ở đó. Nhưng khả năng đó không thể được tìm ra qua bất kỳ khuôn mẫu riêng biệt nào của hành động. Tôi không thể hiểu rõ tổng thể qua cái riêng biệt. Qua một phân tích riêng biệt về một vấn đề riêng biệt, tôi sẽ không hiểu rõ tổng thể. Vì vậy liệu tôi có thể có khả năng thấy tổng thể – không phải hiểu rõ một sự kiện riêng biệt, một xảy ra riêng biệt – nhưng thấy toàn tiến hành tổng thể của sống của tôi, với những phiền muộn, những đau khổ, những vui vẻ của nó, sự tìm kiếm mãi mãi cho thanh thản? Nếu tôi có thể nghiêm túc đưa ra câu hỏi đó, vậy thì khả năng ở đó.

Với khả năng đó tôi có thể xử lý tất cả những vấn đề nảy sinh. Sẽ luôn luôn có những vấn đề, luôn luôn những biến cố, những phản ứng; đó là sống. Bởi vì tôi không biết làm thế nào để xử lý chúng, tôi đi tới những người khác để tìm ra, để yêu cầu phương cách xử lý chúng. Nhưng khi tôi đưa ra câu hỏi “Liệu tôi có thể có khả năng?” nó là sự khởi đầu của tự tin đó mà không là tự tin của cái “tôi”, của cái ngã, không phải tự tin mà hiện diện qua sự tích lũy, nhưng tự tin đó mà đang tự làm mới mẻ lại nó liên tục, không qua bất kỳ sự trải nghiệm riêng biệt nào hay bất kỳ biến cố nào, nhưng hiện diện qua hiểu rõ, qua tự do, để cho cái trí có thể tìm được cái là sự thật.



## Saanen, 26 tháng bảy 1973

Tôi cảm thấy rất cần thiết phải tìm được lắng nghe có nghĩa gì. Chúng ta sẽ cùng nhau tìm hiểu điều gì đó mà cần đến sự chú ý của bạn; không phải sự chú ý thuộc trí năng, nhưng sự chú ý để lắng nghe, không chỉ lắng nghe điều gì đang được nói, mà còn cả lắng nghe điều gì đang xảy ra trong cái trí của bạn. Lắng nghe với mục đích quan sát, thực sự quan sát chất lượng của cái trí của bạn đang đương đầu những vấn đề rất phức tạp của sự tồn tại. Không diễn giải; nếu như thế bạn không đang lắng nghe. Lắng nghe là một hành động của chú ý trong đó không có sự diễn giải, trong đó không có sự so sánh – đang nhớ lại những sự việc bạn đã đọc và đang so sánh, hay đang so sánh trải nghiệm riêng của bạn, với điều gì đang được nói. Đó là tất cả những xao lãng. Thực sự lắng nghe không kháng cự, không cố gắng tìm ra một đáp án, bởi vì những đáp án không giải quyết được vấn đề. Điều gì có giải quyết trọn vẹn một vấn đề là có thể quan sát mà không có người quan sát, mà là hiểu biết, ký ức, trải nghiệm thuộc quá khứ – chỉ quan sát. Tiếp theo với quan sát đó chúng ta có thể tiến tới để tìm ra đau khổ là gì và liệu cái trí của con người có thể được tự do khỏi nó. Rất quan trọng cho bạn phải tìm ra liệu đau khổ có thể kết thúc – thực sự, không bằng từ ngữ, không bằng trí năng, không lãng mạn, hay cảm tính. Bởi vì nếu nó kết thúc, vậy thì cái trí được tự do khỏi một gánh nặng lớn lao, và sự tự do đó là cần thiết để tìm hiểu tình yêu là gì.

Vì vậy đau khổ là gì, và liệu có một kết thúc của nó? Điều đó thực sự là một vấn đề rất thâm sâu. Tôi không hiểu liệu bạn đã từng vận dụng tánh hiếu kỳ của bạn vào nó, liệu bạn đã

nghiêm túc cam kết để tìm ra nó là gì, và liệu cái trí, cái trí của bạn – đó là, cái trí của nhân loại – có thể vượt khỏi nó. Chúng ta phải tìm ra đau khổ, ưu phiền, sầu não là gì. Đau khổ thân thể cũng như tâm lý: đau đớn, đau khổ trong thân thể, trong các cơ quan và sự phức tạp vô cùng của đau khổ và ưu phiền và sầu não bên trong, phía bên trong làn da như nó đã là, thuộc tâm lý. Tất cả chúng ta đều biết sự đau đớn thân thể – một chút ít hay rất nhiều – và chúng ta có thể giải quyết nó bằng y khoa hay những cách khác. Bạn có thể quan sát sự đau đớn bằng một cái trí không bị quyến luyến, bằng một cái trí mà có thể quan sát sự đau đớn thuộc thân thể như thể từ phía bên ngoài. Người ta có thể quan sát cơn đau răng của người ta và không dính dáng với nó theo cảm giác, theo tâm lý. Khi bạn dính dáng với cơn đau đó trong cái răng theo cảm giác và theo tâm lý, vậy thì sự đau đớn trở nên nhiều hơn, bạn bị lo lắng, bị sợ hãi ghê gớm. Tôi không biết liệu bạn đã từng nhận thấy sự kiện này.

Chìa khóa là tỉnh thức được sự đau đớn thuộc sinh vật học, sinh lý học, vật lý học, và trong trạng thái tỉnh thức đó không bị dính dáng với nó thuộc tâm lý. Muốn tỉnh thức được sự đau đớn thân thể – và sự dính dáng thuộc tâm lý với nó mà làm mạnh mẽ thêm sự đau đớn và tạo ra lo lắng, sợ hãi – và muốn hoàn toàn chặn đứng nhân tố thuộc tâm lý đòi hỏi nhiều tỉnh thức, một chất lượng nào đó của sự tách rời, một chất lượng nào đó của sự quan sát không quyến luyến. Vậy là sự đau đớn đó không làm biến dạng những hoạt động của cái trí; vậy là sự đau đớn thân thể đó không tạo ra hoạt động loạn thần kinh của cái trí. Tôi không biết liệu bạn đã từng nhận thấy, khi có nhiều đau đớn, vì không thể giải quyết được nó, cái trí bị dính dáng với sự đau đớn đến chừng nào và toàn tâm nhìn về sống của nó bị biến dạng đến chừng nào. Trạng thái tỉnh thức được toàn

tiến hành này không là một vấn đề của khẳng định, một vấn đề của một kết luận, hay nói rằng người ta phải tỉnh thức; nếu như thế bạn tạo ra một phân chia và vì vậy nhiều xung đột thêm. Trái lại khi dùng trí năng bạn quan sát chuyển động của đau đớn và sự dính dáng tâm lý với đau đớn đó, và sự biến dạng trong hành động và trong suy nghĩ, vậy là sự đau đớn thân thể có thể được xử lý, hay được hành động, khá hợp lý. Điều đó tương đối dễ dàng.

Nhưng điều gì không dễ dàng và khá phức tạp là toàn lãnh vực của đau khổ, ưu phiền, và sầu não thuộc tâm lý. Điều đó đòi hỏi nhiều gian nan hơn, nhiều tìm hiểu rõ ràng hơn, nhiều quan sát và thâm nhập sát cạnh hơn. Từ niên thiếu chúng ta, những con người, bất kỳ chúng ta ở đâu, đều bị tổn thương. Chúng ta có quá nhiều vết sẹo, biết được hay không biết được; có quá nhiều dạng của bị tổn thương. Chúng ta rơi nước mắt, kín đáo hay lộ liễu, và từ sự tổn thương đó chúng ta muốn gây tổn thương những người khác, mà là một hình thức của bạo lực. Và vì bị tổn thương, chúng ta dựng lên một bức tường quanh chúng ta để không bao giờ bị tổn thương lại. Và khi bạn dựng lên một bức tường quanh chính bạn với mục đích không bị tổn thương, bạn sẽ bị tổn thương nhiều thêm nữa. Từ niên thiếu, qua so sánh, qua bất chước và tuân phục, chúng ta đã lưu trữ quá nhiều tổn thương này và, bởi vì không ý thức được chúng, tất cả mọi hoạt động của chúng ta là những phản ứng bị đặt nền tảng trên những tổn thương này.

Chúng ta có theo cùng nhau không? Nếu bạn không chỉ đang lắng nghe điều gì người nói đang trình bày, mà còn đang sử dụng những từ ngữ này để thấy chính bạn, vậy là có một hiệp thông giữa người nói và bạn.

Liệu những tổn thương này mà sinh ra mọi loại hoạt động, mọi loại mất thăng bằng, loạn thần kinh, những tẩu thoát, và

vân vân, có thể được xóa sạch để cho cái trí có thể vận hành một cách hiệu quả, rõ ràng, thông minh, tổng thể. Đó là một trong những vấn đề của đau khổ. Bạn đã bị tổn thương, và tôi khá chắc chắn rằng mọi người đã bị. Nó là bộ phận thuộc văn hóa của chúng ta, nó là bộ phận thuộc giáo dục của chúng ta. Trong trường học bạn được bảo rằng bạn phải giỏi như học sinh “A”, có những điểm cao hơn; bạn được bảo rằng bạn không giỏi bằng người chú của bạn, hay thông minh bằng người bà của bạn. Đó là sự khởi đầu, và bạn mỗi lúc một trở thành thú tính qua so sánh, không chỉ bên ngoài, nhưng còn rất, rất sâu thẳm. Và nếu bạn không giải quyết được những tổn thương đó, bạn sẽ sống suốt cuộc đời luôn luôn mong muốn gây tổn thương cho những người khác, hay trở nên bạo lực, hay rút lui khỏi sống, khỏi mọi liên hệ, với mục đích để không bao giờ bị tổn thương nữa.

Vì đây là một bộ phận thuộc đau khổ của chúng ta, liệu cái trí mà đã bị tổn thương có thể trở nên hoàn toàn được tự do khỏi mọi hình thức của tổn thương, và không bao giờ bị tổn thương nữa? Một cái trí không bao giờ bị tổn thương, và không bao giờ có thể bị tổn thương lại, thực ra là một cái trí hồn nhiên. Đó là ý nghĩa của từ ngữ đó trong từ điển – một cái trí mà không thể bị tổn thương – và vì vậy nó không thể gây tổn thương người khác. Bây giờ, làm thế nào một cái trí mà đã bị tổn thương sâu đậm, hay trong khi đang bị tổn thương, được tự do khỏi tổn thương này? Làm thế nào bạn trả lời câu hỏi này? Làm thế nào bạn tìm ra, đang biết bạn bị tổn thương, làm thế nào được tự do khỏi tổn thương đó? Nếu bạn hiểu rõ một tổn thương trọn vẹn, tổng thể, sâu thẳm, vậy thì bạn đã hiểu rõ tất cả những tổn thương khác, bởi vì trong một tổn thương tất cả đều được bao gồm, người ta không phải theo đuổi một tổn thương này tiếp theo một tổn thương khác.

Tại sao cái trí bị tổn thương? Tất cả những hình thức của giáo dục, như hiện nay nó tồn tại, là một tiến hành gây biến dạng cái trí qua ganh đua, qua tuân phục, trong những trường học và trong gia đình, trong tất cả những liên hệ bên ngoài của chúng ta. Khi khẳng định không bị tổn thương là một kết luận của tư tưởng, nhưng tư tưởng – là thời gian, là một chuyển động, tư tưởng mà đã tạo tác cái hình ảnh rằng nó không nên bị tổn thương – đã không giải quyết được vấn đề của bị tổn thương. Vì vậy tư tưởng không thể giải quyết sự tổn thương. Chỉ lắng nghe điều gì người nói đang trình bày. Nuốt trọn nó, thẩm thấu nó và tìm ra. Tư tưởng không thể giải quyết những tổn thương này; và nó lại là công cụ duy nhất mà chúng ta có, nó lại là công cụ duy nhất mà chúng ta đã vun quén rất cẩn thận, và khi công cụ đó không được mang vào hành động, chúng ta cảm thấy hụt hẫng. Đúng chứ? Nhưng khi bạn tự nhận ra rằng tư tưởng, nguyên bộ máy của suy nghĩ, bằng bất kỳ cách nào sẽ không giải quyết vấn đề của tổn thương này, thông minh đang vận hành – thông minh mà không là thông minh của bạn hay của tôi, hay của bất kỳ ai. Sự phân tích sẽ không giải quyết những tổn thương. Sự phân tích là một hình thức của tê liệt và nó không thể giải quyết những tổn thương. Vậy là bạn có cái gì? Bạn thấy rất rõ ràng rằng bạn bị tổn thương, và rằng không tư tưởng cũng như không phân tích nào có thể giải quyết nó. Điều gì xảy ra trong cái trí mà đã thấy sự thật của sự tiến hành của tư tưởng, cùng tất cả những liên tưởng của nó? Chính tư tưởng đã tạo ra hình ảnh về chính bạn và hình ảnh đó đã bị tổn thương.

Vậy là khi cái trí nhận ra những hoạt động của tư tưởng cùng tất cả những hình ảnh, sự phân tích, những chuyển động của nó, không thể giải quyết sự tổn thương, vậy là cái trí quan sát sự tổn thương mà không có bất kỳ chuyển động nào. Và khi

nó quan sát nó một cách tổng thể, trong cách chúng ta đang diễn tả, lúc đó bạn sẽ thấy rằng mọi hình thức của tổn thương hoàn toàn biến mất; bởi vì sự tổn thương là hình ảnh bạn có về chính bạn, và hình ảnh đó đã được tạo ra bởi tư tưởng. Cái gì bị tổn thương là hình ảnh, và hình ảnh đó không có thực tế. Nó là một cấu trúc thuộc từ ngữ, một hình ảnh do ngôn ngữ tạo ra, mà đã được nuôi dưỡng bởi tư tưởng, và khi năng lượng của tư tưởng không hoạt động, lúc đó hình ảnh không còn. Lúc đó không có khả năng bị tổn thương. Nhận được nó? Thử nó. Áp dụng nó – không phải ngày mai, nhưng ngay lúc này.

Đó là một trong những nguyên nhân thuộc đau khổ của chúng ta. Và có đau khổ của cô độc, đau khổ của không có một người đồng hành – hay nếu bạn có một người đồng hành, đau khổ của mất đi người đồng hành đó – hay chết của một người nào đó mà bạn nghĩ bạn đã thương yêu, mà đã cho bạn sự thỏa mãn cả tâm lý lẫn vật chất – cả sự thỏa mãn nhục dục lẫn sự mãn nguyện tâm lý. Khi người đó đã đi rồi, đó là, khi người đó bị chết hay đã xa lánh bạn, tất cả những lo âu, những ghen tuông, cô độc, tuyệt vọng, tức giận, hung bạo, bùng nổ trong bạn. Đó là bộ phận thuộc sống của chúng ta. Bởi vì không thể giải quyết được nó, ở thế giới phương Đông họ nói, “Người bạn của tôi ơi, đời sau chúng ta sẽ giải quyết nó. Xét cho cùng, luôn luôn có đời sau, lúc đó tôi sẽ biết cách giải quyết nó”. Và trong thế giới phương Tây, đau khổ được đầu tư trong một người, hay một hình ảnh mà bạn tôn thờ – sự đau khổ của nhân loại được đầu tư trong một cá nhân; bạn cũng tẩu thoát qua đó, nhưng bạn đã không giải quyết được vấn đề này. Bạn đã trì hoãn nó, bạn đã cất nó thật xa trong một hình ảnh trên một cây thánh giá trong một nhà thờ. Nhưng nó vẫn còn đó.

Vậy là đau khổ có thể kết thúc chỉ bằng cách biết chuyển động của chính bạn: bạn muốn tẩu thoát khỏi nó như thế nào;

bạn muốn tìm ra một câu trả lời cho nó như thế nào; và vì không thể tìm ra một câu trả lời, bạn nương dựa vào những niềm tin, vào những hình ảnh, vào những ý tưởng như thế nào. Đó là điều gì con người đã thực hiện qua mọi thời đại; và luôn luôn có những giáo sĩ, những người trung gian sẽ giúp đỡ bạn tẩu thoát. Muốn quan sát tất cả điều này trong chính bạn, mà là biết về chính bạn, không phụ thuộc bất kỳ những người tâm lý học nào, hiện đại hay cổ xưa, nhưng chỉ quan sát bạn – những tổn thương, những tẩu thoát, cô độc, tuyệt vọng, ý thức của âu sầu, của không bao giờ vượt khỏi “cái gì là” – chỉ nhìn ngắm điều đó mà không có bất kỳ chuyển động nào của tư tưởng đòi hỏi sự chú ý vô cùng. Chú ý đó là, chính nó, kỷ luật riêng của nó, trật tự riêng của nó.

Liệu bạn có thể quan sát trạng thái cô độc, mà là một trong những nhân tố thuộc đau khổ của chúng ta, hay sự cảm thấy rằng bạn phải hoàn thành cái gì đó, và không thể hoàn thành, mà không bị thất vọng, chỉ quan sát tất cả việc đó mà không có bất kỳ chuyển động của tư tưởng được diễn đạt bằng từ ngữ, hay bất kỳ ham muốn để vượt khỏi nó? Hãy cho phép tôi giải thích cách khác. Tôi mất người em hay người con trai của tôi. Cậu ấy chết, và tôi bị tê liệt bởi cú choáng váng đó trong vài ngày. Rồi thì từ đó, tại khúc cuối của nó, tôi tràn ngập đau khổ, âu sầu, cô độc, bởi sự vô nghĩa của sống. Tôi bị bỏ lại một mình. Vậy là ở lại trọn vẹn không có bất kỳ chuyển động của tư tưởng mà nói, “Tôi phải vượt khỏi việc này, tôi phải tìm được người em của tôi, tôi phải liên lạc với cậu ấy, tôi cảm thấy cô độc, tôi cảm thấy tuyệt vọng”. Chỉ quan sát không có bất kỳ chuyển động của tư tưởng. Vậy thì bạn sẽ thấy rằng từ đau khổ đó đam mê hiện diện, mà không liên quan chút nào đến thèm khát, mà là năng lượng được tự do hoàn toàn khỏi chuyển động của tư tưởng.

Vì vậy qua – không, tôi sẽ không sử dụng từ ngữ qua – vì vậy trong tinh thức được toàn chuyển động của cái “tôi” đó, mà là sản phẩm của tư tưởng, mà là chuyển động trong thời gian, tinh thức được bản chất và cấu trúc của cái “tôi”, cả tầng ý thức bên ngoài lẫn bên trong, có một kết thúc của đau khổ. Bạn có thể thử nghiệm điều này cho chính bạn. Nếu bạn không thử nghiệm nó, bạn không có quyền lắng nghe nó, nó không có ý nghĩa. Qua hiểu rõ về chính mình có sự kết thúc của đau khổ và thế là sự khởi đầu của thông minh.

Bây giờ, chúng ta sẽ tìm hiểu câu hỏi kế tiếp và xem thử tình yêu là gì. Tôi thực sự không biết nó là gì. Người ta có thể diễn tả nó, người ta có thể đặt nó vào những từ ngữ, vào ngôn ngữ thơ phú hay nhất, sử dụng những từ ngữ rất biểu cảm, nhưng những từ ngữ không là tình yêu. Cảm tính không là tình yêu. Nó không liên quan gì với những cảm xúc, với lòng yêu nước, với những ý tưởng; điều đó bạn biết rất rõ nếu bạn tìm hiểu nó. Vậy là chúng ta có thể xóa sạch hoàn toàn những diễn tả bằng từ ngữ, những hình ảnh mà chúng ta đã dựng lên quanh từ ngữ đó: lòng yêu nước, Thượng đế, làm việc cho tổ quốc và Nữ hoàng của bạn – bạn biết mọi chuyện ngu xuẩn đó! Chúng ta cũng biết, nếu chúng ta quan sát rất kỹ càng, rằng vui thú không là tình yêu. Bạn có thể nuốt trọn viên thuốc đắng đó? Với hầu hết chúng ta, tình yêu là sự vui thú tình dục. Với hầu hết chúng ta, ý thức của vui thú tình dục, vật chất này đã trở thành quan trọng cực kỳ trong thế giới phương Tây, và lúc này nó đang được đẩy sang những nền văn minh phương Đông. Khi nó bị khước từ, có sự hành hạ, bạo lực, hung tợn, những hiện tượng cảm xúc lạ kỳ. Tất cả điều đó là tình yêu?

Vui thú tình dục và hồi tưởng nó – suy nghĩ liên tục về nó và muốn nó lại – sự lặp lại và sự theo đuổi vui thú, là điều gì được gọi là tình yêu. Chúng ta đã biến từ ngữ đó thành quá thô

tục, quá vô lý: Hãy đi và giết chóc vì tình yêu tổ quốc của bạn; tham gia nhóm người này vì họ thương yêu Thượng đế! Chúng ta đã biến từ ngữ đó thành một việc khủng khiếp, một việc thú tính, thô tục, xấu xa. Sống còn to tát hơn, bao la hơn, sâu sắc hơn chỉ thuần túy là vui thú, nên văn minh, văn hóa này, đã biến vui thú trở thành quyền năng, thống trị nhất trong sống. Vậy thì tình yêu là gì? Nó có vị trí nào trong sự liên hệ giữa người đàn ông và người phụ nữ?

Chúng ta hãy suy nghĩ tình yêu là gì trong sự liên hệ của con người. Khi bạn theo dõi bản đồ của những con người – đàn ông, phụ nữ, đàn ông và phụ nữ trong sự liên hệ của họ với người hàng xóm của họ, với chính thể. Cái sự việc được gọi là tình yêu này có vị trí nào trong liên hệ? Nó có bất kỳ vị trí nào trong thực tế? Sống là liên hệ; sống là hành động trong liên hệ. Tình yêu có vị trí nào trong hành động đó?

Chúng ta đang cùng nhau chia sẻ tất cả điều này chứ? Làm ơn hãy cùng nhau chia sẻ; nó là sống của bạn. Đừng lãng phí sống của bạn. Bạn có vài năm; đừng lãng phí chúng. Bạn đang lãng phí nó, và quả là quá buồn bã khi thấy việc này xảy ra.

Vậy là tình yêu có vị trí nào trong liên hệ? Liên hệ, có liên quan là gì? Nó có nghĩa đáp lại lẫn nhau một cách đầy đủ, trọn vẹn. Ý nghĩa của từ ngữ liên hệ đó là có liên quan; liên quan nghĩa là trong tiếp xúc trực tiếp cùng một con người khác, tiếp xúc trực tiếp cả phần tâm lý lẫn phần sinh lý. Chúng ta có liên quan lẫn nhau hay không? Tôi có lẽ lập gia đình, có con cái, ái ân, và mọi chuyện đó, nhưng liệu tôi có liên quan? Và tôi có liên quan với cái gì? Tôi có liên quan với cái hình ảnh mà tôi đã dựng lên về bạn hay cô ấy. Làm ơn hãy quan sát điều này. Và cô ấy có liên quan với tôi tùy thuộc vào cái hình ảnh mà cô ấy đã có về tôi. Đúng chứ? Vậy là hai hình ảnh này có sự liên hệ; và sự liên hệ tưởng tượng đó được gọi là tình yêu! Hãy

thấy chúng ta đã tạo ra toàn sự việc này vô lý đến chừng nào. Đó là một sự kiện. Đó không là một diễn tả yếm thế. Tôi đã dựng lên hình ảnh về cô ấy qua nhiều năm, hay mười ngày, hay một tuần – hay một ngày cũng đủ rồi. Và cô ấy đã thực hiện cùng sự việc như thế. Liệu bạn có hiểu rõ sự tàn nhẫn, sự xấu xa, sự hung hăng, sự đỗi bại của những hình ảnh về lẫn nhau này hay không? Và sự tiếp xúc của hai hình ảnh này được gọi là liên hệ. Vậy là luôn luôn có một trận chiến giữa người đàn ông và người phụ nữ, một người đang cố gắng thống trị người còn lại. Một đã thống trị, một văn hóa được xây dựng quanh sự thống trị đó – hệ thống mẫu quyền hay hệ thống phụ quyền. Bạn biết chuyện gì xảy ra. Đó là tình yêu?

Nếu nó là như thế, vậy thì tình yêu chỉ là một từ ngữ mà không có ý nghĩa gì cả. Bởi vì tình yêu không là vui thú, ghen tuông, phân chia giữa người đàn ông và người phụ nữ, một người thống trị người còn lại, một người dồn ép người còn lại, sở hữu người còn lại, bị quyến luyến với người còn lại. Chắc chắn đó không là tình yêu – nó chỉ là vấn đề của thuận tiện và trực lợi. Và việc này chúng ta đã chấp nhận như là sự thông thường của sống. Khi bạn quan sát nó, thực sự quan sát nó, hoàn toàn ý thức được nó, vậy thì bạn sẽ thấy rằng bạn sẽ không bao giờ dựng lên một hình ảnh – dù cô ấy hay bạn có làm bất kỳ điều gì đều không có dựng lên hình ảnh. Và có lẽ từ đó hiện diện một bông hoa lạ thường, sự nở hoa của cái sự việc được gọi là tình yêu này. Và nó có xảy ra. Tình yêu đó không liên quan gì đến “của tôi” hay “của bạn”. Nó là tình yêu. Và khi bạn có tình yêu đó, bạn sẽ không bao giờ gửi con cái của bạn để bị huấn luyện trong quân đội, để bị giết chết. Vậy là bạn sẽ sản sinh một loại văn minh hoàn toàn khác hẳn, một văn hóa khác hẳn, những con người, người đàn ông và người phụ nữ khác hẳn.



## Saanen, 23 tháng bảy 1974

Cùng nhau chúng ta đã nói về bản chất và cấu trúc của tư tưởng, vị trí của nó và những giới hạn của nó, và tất cả những tiến hành lẫn những chức năng của nó được bao gồm trong chuyển động của tư tưởng. Sáng nay nếu tôi được phép – và sau suốt những ngày có mưa lẫn đầy mây đen này, quả là hạnh phúc khi nhìn thấy những hòn núi, những cái bóng và những con sông, và mùi dễ chịu của không khí – tôi muốn nói về trách nhiệm, mà là khả năng đáp lại. Khi quan sát một cách khách quan, không có bất kỳ ý kiến hay đánh giá, chúng ta thấy điều gì đang xảy ra trong thế giới: chiến tranh, đau khổ, và hỗn loạn kinh khủng. Ai là người có trách nhiệm, hay gánh vác, cho tất cả việc này?

Để thực sự tìm được đáp án đúng, câu trả lời đúng, chúng ta phải quan sát toàn hiện tượng của sự tồn tại. Ở một đầu bạn có sự phát triển kinh ngạc của công nghệ, mà hầu như đang hủy diệt quả đất: ở đầu kia bạn có cái gì có lẽ được gọi là hy vọng, đòi hỏi, van xin Thượng đế, sự thật, hay điều gì bạn ao ước. Có nguyên lãnh vực rộng lớn này, và dường như chúng ta đáp lại chỉ cho một phần rất nhỏ của nó, có lãnh vực rộng lớn này của sự tồn tại, của sống hàng ngày của chúng ta, và dường như chúng ta không có khả năng đáp lại cho tổng thể của nó. Chúng ta phải tự tìm ra cho mình đáp án đúng là gì, phản ứng đúng là gì cho tất cả điều này. Nếu chúng ta có trách nhiệm chỉ cho một phần rất nhỏ của nó – bản thân của chúng ta và vòng tròn nhỏ xíu của chúng ta, và những ham muốn nhỏ nhen của chúng ta, những trách nhiệm bé tí tầm thường của chúng ta, chuyển động khép kín ích kỷ của chúng ta – đang hờ hững

tổng thể của nó, vậy thì chắc chắn chúng ta tạo ra đau khổ không những cho mình, nhưng còn cho cả toàn thể nhân loại.

Liệu có thể có trách nhiệm cho toàn thể nhân loại? Và vì vậy có trách nhiệm cho thiên nhiên, có trách nhiệm – đó là, đáp lại trọn vẹn, tổng thể – cho con cái của bạn, cho người hàng xóm của bạn, cho mọi chuyển động mà con người đã tạo ra trong gắng sức của anh ấy để sống đúng đắn. Để cảm thấy trách nhiệm vô cùng đó, không chỉ thuộc trí năng, thuộc từ ngữ, nhưng rất sâu thẳm, để có thể đáp lại toàn sự đấu tranh, đau khổ, độc ác, bạo lực của con người, để phản ứng trọn vẹn cho điều đó, người ta phải biết tình yêu là gì. Bạn biết từ ngữ tình yêu đó đã bị sử dụng quá sai lầm, quá lạm dụng, quá bạc đãi, nhưng chúng ta sẽ phải dùng từ ngữ đó và cho nó một loại ý nghĩa hoàn toàn khác hẳn. Để có thể đáp lại cho tổng thể, phải có tình yêu. Để hiểu rõ chất lượng đó, từ bi đó, ý thức lạ thường của năng lượng đó mà không bị tạo ra bởi tư tưởng, chúng ta phải hiểu rõ đau khổ. Khi chúng ta dùng từ ngữ hiểu rõ, nó không là sự truyền đạt bằng trí năng hay bằng lời nói của những từ ngữ, nhưng sự truyền đạt hay hiệp thông mà nằm sau từ ngữ. Bây giờ, trước hết chúng ta phải hiểu rõ, và có thể vượt khỏi, đau khổ. Ngược lại chúng ta không thể hiểu rõ trách nhiệm cho tổng thể, mà là tình yêu thực sự.

Chúng ta đang tham dự, không chỉ bằng từ ngữ, trí năng, nhưng còn chuyển động xa khỏi đó, và chia sẻ nó là trách nhiệm của chúng ta. Điều đó có nghĩa bạn cũng phải nghe từ ngữ, lắng nghe ý nghĩa của từ ngữ, và cũng chia sẻ trong chuyển động của tự tìm-hiểu, và vượt khỏi nó. Người ta phải tham dự trong toàn chuyển động này; ngược lại bạn sẽ xử lý nó thuần túy bằng từ ngữ hay trí năng hay cảm giác, và thế là nó chẳng giúp ích được gì cả.

Muốn hiểu rõ trách nhiệm cho tổng thể này, và vì vậy chất lượng lạ thường của tình yêu đó, người ta phải vượt khỏi đau khổ. Đau khổ là gì? Tại sao những con người đau khổ? Đây đã là một trong những vấn đề to tát của sống trong suốt hàng triệu năm. Và rõ ràng, rất, rất, rất ít người đã vượt khỏi đau khổ, và họ hoặc trở thành những người anh hùng hay những người cứu rỗi, hay loại người lãnh đạo loạn thần kinh nào đó, hay những người lãnh đạo tôn giáo, và họ ở lại đó. Nhưng những con người bình thường giống như bạn và tôi và những người khác dường như không bao giờ vượt khỏi nó. Chúng ta dường như bị trói buộc trong nó. Chúng ta đang hỏi liệu bạn có thể thực sự được tự do khỏi đau khổ.

Rõ ràng, con người đã không thể giải quyết sự đau khổ thuộc tâm lý. Anh ấy đã có thể chạy trốn khỏi nó qua những hoạt động – tôn giáo, kinh tế, xã hội, chính trị, kinh doanh, vô số hình thức của tàu thoát như thuốc men – không bao giờ đương đầu sự kiện thực sự của đau khổ. Đau khổ là gì? Liệu cái trí có thể được tự do hoàn toàn khỏi hoạt động tâm lý mà tạo ra đau khổ?

Một trong những nguyên nhân chính cho đau khổ là ý thức của cô lập, cảm giác của cô độc hoàn toàn. Đó là, cảm giác rằng bạn không có gì để lệ thuộc vào, rằng bạn không có liên quan với bất kỳ ai, rằng bạn hoàn toàn bị tách rời. Bạn đã có cảm giác này, tôi chắc chắn. Bạn có lẽ ở cùng gia đình, trong một xe buýt, hay tại một bữa tiệc, và bạn trải qua những khoảnh khắc có ý thức lạ thường của cô độc này, một ý thức lạ thường của hoang vắng, của trống rỗng hoàn toàn. Đó là một trong những lý do của đau khổ. Thuộc tâm lý, đau khổ đến qua quyến luyến – một ý tưởng, những lý tưởng, những quan điểm, những niềm tin, những con người, những khái niệm. Làm ơn hãy tự quan sát nó trong chính bạn. Thế giới là cái gương mà

trong nó bạn đang nhìn để phơi bày những vận hành thuộc cái trí riêng của bạn. Vì vậy hãy nhìn ở đó.

Một nguyên nhân khác của đau khổ là một ý thức vô cùng của mất mát, mất mát thanh danh, mất mát quyền hành, mất mát quá nhiều thứ, và mất mát người nào đó mà bạn nghĩ bạn thương yêu – và có chết, đau khổ tột độ. Bây giờ, liệu cái trí có thể được tự do khỏi tất cả điều này? Nếu không dù nó làm bất kỳ điều gì, nó không thể biết được ý nghĩa của tình yêu cho tổng thể này. Nếu không có tình yêu cho tổng thể của sự tồn tại, không những riêng biệt của bạn mà còn cả toàn nhân loại, vậy thì không có tình yêu, vậy thì bạn sẽ không bao giờ hiểu rõ tình yêu là gì. Trong tình yêu của tổng thể, cái riêng biệt có phần. Nhưng khi có tình yêu riêng biệt, của một, vậy thì cái còn lại không hiện diện.

Vì vậy chúng ta phải hiểu rõ và vượt khỏi đau khổ là điều tuyệt đối khẩn thiết. Điều đó có thể được? Liệu cái trí có thể hiểu rõ ý nghĩa của trạng thái cô độc bên trong sâu thẳm này, mà khác hẳn trạng thái cô đơn? Làm ơn đừng lẫn lộn hai trạng thái. Có một khác biệt giữa trạng thái cô độc, và trong cô đơn thăm thẳm. Chúng ta sẽ hiểu rõ cô đơn có nghĩa gì khi chúng ta hiểu rõ ý nghĩa của trạng thái cô độc là gì. Khi bạn cảm thấy cô độc, nó gây khá kinh hãi, khá trầm uất, và bạn có vô vàn loại tâm trạng từ đó. Không cần lý luận, liệu bạn có thể quan sát nó mà không có bất kỳ chuyển động nào của tẩu thoát hay không?

Liệu tôi có thể tỉnh thức được trạng thái cô độc mà không lý luận, mà không cố gắng tìm ra nguyên nhân của nó, chỉ quan sát, và trong quan sát đó phát hiện được sự tẩu thoát đó là qua quyển luyện đến một ý tưởng, một khái niệm, một niềm tin. Liệu tôi có thể tỉnh thức được niềm tin đó và bằng cách nào nó là một tẩu thoát? Khi tôi lặng lẽ quan sát nó, tẩu thoát

và niềm tin biến mất mà chẳng cần nỗ lực nào. Khoảnh khắc tôi vận dụng nỗ lực, vậy là có người quan sát và vật được quan sát, và thế là xung đột, nhưng khi tôi tỉnh thức được tất cả những hàm ý của trạng thái cô độc, thế là không có người quan sát, chỉ có sự kiện của cảm thấy hoàn toàn bị cô lập này. Trạng thái cô lập xảy ra cũng qua hoạt động hàng ngày của chúng ta – tham vọng của tôi, tham lam của tôi, ganh ghét của tôi, quan tâm đến ham muốn để thành công riêng của tôi, để trở thành người nào đó, để hoàn thiện chính tôi. Tôi quá quan tâm đến cái tôi nhỏ nhen thú tính của tôi, và đó là bộ phận thuộc trạng thái cô độc của tôi. Trong suốt ban ngày, trong suốt giấc ngủ, trong tất cả những hoạt động tôi làm, tôi quá quan tâm về chính tôi: “tôi” và “bạn”, “chúng tôi” và “chúng nó”. Tôi cam kết đến chính tôi, tôi muốn thực hiện những sự việc cho chính tôi nhân danh tổ quốc của tôi, nhân danh Thượng đế của tôi, nhân danh gia đình của tôi, nhân danh người vợ của tôi.

Vậy là trạng thái cô độc hiện diện qua những hoạt động hàng ngày của tự-quan tâm, và khi tôi tỉnh thức được tất cả những hàm ý của trạng thái cô độc. Tôi thấy tất cả điều này. Tôi thấy nó, không lý thuyết về nó. Khi tôi nhìn cái gì đó, những chi tiết phơi bày. Khi bạn quan sát kỹ càng một cái cây, một con sông, hay một hòn núi, hay một con người, vậy thì trong quan sát đó bạn thấy mọi thứ. Nó bảo cho bạn, bạn không bảo cho nó. Khi bạn quan sát như thế, hay khi bạn, không có bất kỳ chọn lựa nào, rất tỉnh thức được trạng thái cô độc này, vậy thì cô độc biến mất hoàn toàn.

Một trong những nguyên nhân của đau khổ là quẩn luyến. Bị quẩn luyến và phát giác nó gây đau khổ, chúng ta cố gắng vun quén sự tách rời, mà là một hình thức sợ hãi khác. Tại sao cái trí bị quẩn luyến? Một quẩn luyến là một hình thức của công việc cho cái trí. Tôi quẩn luyến bạn, tôi đang suy nghĩ

về bạn, tôi đang lo nghĩ về bạn. Tôi lo lắng về bạn trong cách tự cho mình là trung tâm của tôi bởi vì tôi không muốn mất bạn, tôi không muốn bạn được tự do, tôi không muốn bạn làm cái gì đó mà gây xáo trộn sự quyền luyện của tôi. Trong quyền luyện đó tôi cảm thấy hơi hơi an toàn. Vì vậy trong quyền luyện có sợ hãi, ghen tuông, lo âu, đau khổ. Bây giờ chỉ quan sát nó. Đừng nói, “Tôi phải làm gì?” Bạn không thể làm bất kỳ điều gì. Nếu bạn cố gắng làm điều gì đó về quyền luyện của bạn, vậy thì bạn đang cố gắng tạo ra một hình thức khác của quyền luyện. Đúng chứ? Vì vậy chỉ quan sát nó. Khi bạn quyền luyện một người hay một ý tưởng, bạn thống trị người đó, bạn muốn kiểm soát người đó, bạn khước từ tự do cho người đó. Khi bạn quyền luyện, cùng lúc bạn đang phủ nhận tự do. Nếu tôi quyền luyện một lý tưởng Cộng sản, vậy là tôi mang sự hủy diệt cho những người khác.

Nếu cái trí thấy trạng thái cô độc, quyền luyện đó, là một trong những nguyên nhân của đau khổ, liệu cái trí có thể được tự do khỏi quyền luyện? Mà không có nghĩa rằng cái trí trở nên dừng đọng, bởi vì chúng ta quan tâm đến tổng thể của sự tồn tại, không chỉ sự tồn tại của tôi. Vậy là tôi phải đáp lại, trả lời, cho tổng thể, và không phải sự ham muốn quyền luyện nhỏ nhen riêng biệt đến bạn của tôi lẫn ao ước vượt qua sự lo lắng nhỏ nhen của đau khổ và ghen tuông đó. Bởi vì quan tâm của tôi là tìm được chất lượng của tình yêu này mà chỉ có thể hiện diện khi cái trí quan tâm đến tổng thể chứ không phải cái riêng biệt. Khi cái trí quan tâm đến tổng thể, có tình yêu, và vậy là từ tổng thể cái riêng biệt có một vị trí.

Và có đau khổ của mất mát, của mất mát người nào đó mà bạn “thương yêu” – bạn hiểu chứ, tôi đang sử dụng từ ngữ thương yêu đó trong ngoặc kép. Tại sao bạn đau khổ? Tôi mất người con trai của tôi, người mẹ của tôi, người vợ của tôi. Tôi

mất người nào đó; tại sao tôi đau khổ? Đó có phải bởi vì bỗng nhiên tôi bị bỏ lại, bị đau đớn rất nhiều qua cái chết của một người? Đó có phải bởi vì tôi đã đồng hóa mình với người đó? Người đó là con trai của tôi, tôi cần cậu ấy, tôi tự chiếu rọi mình trong cậu con trai đó. Tôi đã đồng hóa mình với người đó, và khi người đó không còn ở đó tôi cảm thấy một ý thức vô cùng của đau đớn bởi vì tôi không còn ai để tiếp tục tôi trong một người khác. Vì vậy tôi cảm thấy đau đớn vô cùng. Từ đau đớn đó nảy sinh tự-thương xót. Làm ơn hãy tìm hiểu tất cả điều này. Tôi không lo lắng nhiều lắm về người còn lại; tôi thực sự lo lắng về chính tôi qua người còn lại, và thế là tôi bị đau đớn khi người còn lại chết đi. Từ đau đớn đó, mà rất sâu đậm, nảy sinh tự-thương xót và ham muốn tìm một người khác mà qua người đó tôi có thể tồn tại.

Không chỉ sự đau khổ của cá nhân, mà còn cả sự đau khổ vô hạn của con người, sự đau khổ mà những cuộc chiến tranh đã tạo ra cho những con người vô tội, cho những người đã bị giết chết, cho người giết và người bị giết, người mẹ, người vợ, con cái. Dù ở vùng Viễn đông, Trung đông, hay phương Tây, có sự đau khổ vô hạn của con người này, cả vật chất lẫn tâm lý. Nếu cái trí không hiểu rõ toàn vấn đề này, tôi có thể đùa giỡn với từ ngữ tình yêu, tôi có thể làm công việc xã hội và nói về tình yêu Thượng đế, tình yêu con người, tình yêu tất cả điều này, nhưng trong tâm hồn của tôi tôi sẽ không bao giờ biết nó là gì. Vậy là liệu cái trí của tôi, cái trí của bạn, ý thức của bạn, có thể quan sát sự kiện này, quan sát nó và thấy nó gây ra đau khổ biết chừng nào không chỉ cho một người khác mà còn cho chính mình, hay không? Hãy thấy bạn đã tước đoạt sự tự do của người khác đến chừng nào khi bạn quyến luyến người đó; và khi bạn quyến luyến, bạn đang tước đoạt chính bạn khỏi sự

tự do riêng của bạn. Và thế là trận chiến bắt đầu giữa bạn và tôi. Liệu cái trí có thể quan sát điều này?

Chỉ theo cùng sự kết thúc của đau khổ thì thông minh mới hiện diện. Thông minh không là một vật mà bạn mua được trong những quyển sách, hay bạn học được từ một người khác. Thông minh hiện diện trong sự hiểu rõ đau khổ và tất cả những hàm ý của đau khổ, không chỉ cá nhân, nhưng còn cả đau khổ của nhân loại mà con người đã tạo ra. Chỉ khi nào bạn vượt khỏi nó thì thông minh đó mới hiện diện.

Vậy là muốn hiểu rõ, hay bắt gặp sự việc mà chúng ta gọi là tình yêu này, tôi nghĩ chúng ta cũng phải hiểu rõ vẻ đẹp là gì. Tôi được phép trình bày nó? Vẻ đẹp. Bạn biết, diễn tả vẻ đẹp bằng từ ngữ là một trong những điều khó khăn nhất, nhưng chúng ta sẽ cố gắng.

Bạn biết nhạy cảm có nghĩa gì? Không phải nhạy cảm với những ham muốn của bạn, với những tham vọng của bạn, với những tổn thương của bạn, với những thất bại của bạn, với những thành công của bạn – điều đó khá dễ dàng. Hầu hết chúng ta đều nhạy cảm với những đòi hỏi nhỏ nhen riêng của chúng ta, với những theo đuổi vui thú nhỏ nhen riêng của chúng ta, sợ hãi, lo âu, và những thỏa mãn. Nhưng chúng ta đang nói về nhạy cảm – không phải với cái gì đó, nhưng nhạy cảm – cả phần tâm lý lẫn thân thể. Phần thân thể, nhạy cảm là có một thân thể rất tốt lành và nhạy bén – lành mạnh, đúng mực, không ăn uống quá độ, buông thả – một thân thể nhạy cảm. Điều đó bạn có thể thử nếu bạn hứng thú. Chúng ta không đang tách rời tinh thần khỏi thân thể, tất cả nó có liên quan qua lại; nhưng bạn không thể nhạy cảm phần tâm lý nếu có bất kỳ loại tổn thương nào. Phần tâm lý, chúng ta, những con người, bị tổn thương rất nhiều. Chúng ta có những vết thương biết được và không biết được, hoặc tự gây ra hoặc bị

gây ra bởi người khác. Ở trường, ở nhà, trong xe buýt, trong văn phòng, trong nhà máy, chúng ta đều bị tổn thương. Tổn thương sâu đậm đó, biết được hay không biết được, phần tâm lý làm cho chúng ta vô cảm, thờ ơ. Hãy quan sát tổn thương riêng của bạn, nếu bạn có thể. Một cử chỉ, một từ ngữ, một cái nhìn, đã đủ để gây tổn thương. Và bạn bị tổn thương khi bạn so sánh với người nào đó, khi bạn đang cố gắng bắt chước người nào đó, khi bạn đang tuân phục khuôn mẫu – dù khuôn mẫu đó được ấn định bởi một người khác hay bởi chính bạn. Vậy là chúng ta, những con người, bị tổn thương sâu đậm; và những vết thương đó tạo ra hoạt động loạn thần kinh – tất cả những niềm tin là loạn thần kinh, những lý tưởng là loạn thần kinh. Liệu có thể hiểu rõ những tổn thương này và được tự do khỏi chúng, không bao giờ bị tổn thương lại trong bất kỳ hoàn cảnh nào? Từ niên thiếu tôi bị tổn thương bởi vô vàn những biến cố hay tai nạn, một từ ngữ, một cử chỉ, một cái nhìn, một khinh thường, một bị lừa dối. Có những vết thương này. Liệu chúng có thể được xóa sạch mà không để lại một dấu vết? Làm ơn hãy quan sát nó. Đừng nhìn nơi nào khác, hãy nhìn chính bạn. Bạn có những vết thương này. Liệu chúng có thể được xóa sạch không để lại một dấu vết?

Nếu có một tổn thương, bạn không nhạy cảm, bạn sẽ không bao giờ biết vẻ đẹp là gì. Bạn có thể đi thăm tất cả những viện bảo tàng trong thế giới, so sánh Michelangelo với Picasso, là chuyên gia trong giải thích và trong nghiên cứu những người này và những bức tranh của họ, cấu trúc của chúng và vân vân, nhưng chừng nào một cái trí của con người còn bị tổn thương và vì vậy vô cảm, nó sẽ không bao giờ biết vẻ đẹp là gì – trong những vật mà con người đã làm, trong đường nét của một tòa nhà, và trong hòn núi, trong cái cây hay hay. Nếu có bất kỳ loại tổn thương bên trong nào bạn sẽ không bao giờ biết vẻ đẹp là

gì, và nếu không có vẻ đẹp không có tình yêu. Vậy là liệu cái trí của bạn có thể biết nó đã bị tổn thương, tình thức được những tổn thương đó, và không phản ứng đến những tổn thương đó tại cả tầng ý thức bên ngoài lẫn bên trong hay không?

Khá dễ dàng để tình thức được những tổn thương bên ngoài. Liệu bạn có thể biết được những tổn thương bên trong của bạn; hay bạn phải trải qua tất cả sự tiến hành ngu xuẩn của phân tích? Tôi sẽ trình bày về sự phân tích rất vắn tắt rồi loại bỏ nó. Phân tích hàm ý người phân tích và vật được phân tích. Ai là người phân tích? Anh ấy khác biệt vật được phân tích? Nếu anh ấy khác biệt, tại sao anh ấy khác biệt? Ai đã tạo ra người phân tích để khác biệt vật được phân tích? Nếu anh ấy khác biệt, làm thế nào anh ấy có thể biết vật được phân tích là gì? Vì vậy người phân tích là vật được phân tích. Điều đó quá rõ ràng. Muốn phân tích, mỗi phân tích phải hoàn tất trọn vẹn. Điều đó có nghĩa nếu có bất kỳ hiểu sai nhỏ nhoi nào, trong sự phân tích kế tiếp bạn không thể phân tích trọn vẹn bởi vì những hiểu sai có trước. Phân tích hàm ý thời gian. Trong phân còn lại thuộc sống của bạn, bạn không thể tiếp tục phân tích mãi mãi và bạn vẫn sẽ đang phân tích khi bạn đang hấp hối.

Vì vậy làm thế nào cái trí có thể lật tung những vết thương sâu thẳm, không ý thức được, những vết thương mà chủng tộc đã thâm lượm? Khi người chinh phục đã khuất phục nạn nhân, anh ấy đã gây tổn thương cho người đó. Đó là một tổn thương thuộc chủng tộc. Với người đế quốc mọi người đều dưới chân anh ấy, và anh ấy để lại một tổn thương sâu thẳm, không ý thức được cho những người mà anh ấy đã chinh phục. Nó ở đó. Làm thế nào cái trí có thể lật tung tất cả những tổn thương giấu giếm này, sâu thẳm trong những ngõ ngách thuộc ý thức của người ta? Tôi thấy sự sai lầm của phân tích, vậy là không còn

phân tích. Làm ơn hãy theo dõi điều này cẩn thận. Không có phân tích, và truyền thống của chúng ta là phân tích, vì vậy tôi phải gạt đi truyền thống của phân tích. Bạn đang thực hiện điều này? Vậy là điều gì xảy ra cho cái trí khi nó đã phủ nhận, hay đã gạt đi, đã thấy sự giả dối của điều gì đó, sự giả dối của phân tích? Nó không được tự do khỏi gánh nặng đó hay sao? Vậy là nó đã trở nên nhạy cảm; nó nhẹ nhàng hơn, rõ ràng hơn, nó có thể quan sát sắc bén hơn. Vậy là bằng cách gạt đi một truyền thống mà con người đã chấp nhận – phân tích, xem xét nội tâm, và vân vân – cái trí đã trở nên tự do. Và bằng cách phủ nhận truyền thống, bạn đã phủ nhận nội dung của tầng ý thức bên trong. Tầng ý thức bên trong là truyền thống: truyền thống của tôn giáo, truyền thống của hôn nhân, truyền thống của hàng tá việc. Và một trong những truyền thống là chấp nhận tổn thương, và đã chấp nhận tổn thương, phân tích nó để loại bỏ nó. Lúc này, khi bạn phủ nhận điều đó bởi vì nó đã là giả dối, bạn đã phủ nhận nội dung của tầng ý thức bên trong. Vậy là bạn được tự do khỏi những tổn thương thuộc tầng ý thức bên trong. Bạn không phải phân tích tầng ý thức bên trong hay những giấc mộng của bạn.

Vậy là bằng cách quan sát tổn thương và không sử dụng công cụ thuộc truyền thống để xóa sạch tổn thương đó, mà là phân tích, mà là đang cùng nhau nói về nó – bạn biết mọi việc xảy ra, chữa trị theo nhóm và chữa trị cá nhân và chữa trị tập thể – cái trí xóa sạch bằng cách tỉnh thức, tỉnh thức được truyền thống. Khi bạn phủ nhận truyền thống đó, bạn phủ nhận sự tổn thương mà chấp nhận truyền thống đó. Vậy là cái trí trở nên nhạy cảm lạ thường – cái trí là thân thể, quả tim, bộ não, những dây thần kinh. Toàn bộ những vật đó trở nên nhạy cảm.

Bây giờ, chúng ta đang hỏi vẻ đẹp là gì. Chúng ta đã nói nó không ở trong viện bảo tàng, nó không ở trong bức tranh, nó

không ở trong khuôn mặt, nó không là một phản ứng đến nền tảng thuộc truyền thống của chúng ta. Khi cái trí gạt đi tất cả việc đó bởi vì nó nhạy cảm và bởi vì đau khổ đã được hiểu rõ, bạn có đam mê – có đam mê. Chắc chắn, đam mê khác hẳn thèm khát. Thèm khát là sự tiếp tục của vui thú và sự đòi hỏi vui thú trong những hình thức khác nhau. Khi không có tổn thương, và khi có sự hiểu rõ đau khổ và vượt khỏi nó, vậy là có chất lượng của đam mê đó mà tuyệt đối cần thiết để hiểu rõ ý nghĩa lạ thường của vẻ đẹp. Vẻ đẹp đó không thể hiện diện khi cái “tôi” liên tục đang khẳng định. Bạn có lẽ là một họa sĩ xuất chúng, được chấp nhận bởi thế giới như họa sĩ vĩ đại nhất, nhưng nếu bạn quan tâm đến cái tôi nhỏ nhen thú tính của bạn, bạn không còn là họa sĩ. Qua nghệ thuật bạn chỉ đang tăng thêm sự tiếp tục ích kỷ riêng của bạn.

Một cái trí được tự do đã vượt khỏi ý thức của đau khổ này; nó được tự do khỏi tất cả tổn thương và thế là có khả năng không bao giờ bị tổn thương lại trong bất kỳ hoàn cảnh nào. Dù nó được nịnh nọt hay bị lăng nhục, không việc gì có thể tác động nó – mà không có nghĩa nó đã thiết lập một kháng cự. Ngược lại, nó nhạy cảm lạ thường.

Vậy là bạn sẽ bắt đầu tìm được tình yêu là gì. Chắc chắn, tình yêu không là vui thú. Lúc này, chúng ta có thể nói rằng nó không là vui thú, không phải trước kia, bởi vì lúc này bạn đã thấu triệt tất cả điều đó và xóa sạch nó. Bạn vẫn còn thưởng thức núi non, cây cối, và những con sông, những khuôn mặt xinh xinh và vẻ đẹp của đất đai; nhưng khi vẻ đẹp của đất đai đó trở thành sự theo đuổi của vui thú, nó không còn là vẻ đẹp. Vậy là tình yêu không là vui thú. Tình yêu không là sự theo đuổi hay sự lẩn tránh sợ hãi. Tình yêu không là quyến luyến. Tình yêu không có đau khổ. Chắc chắn. Và tình yêu đó có nghĩa tình yêu của tổng thể, mà là từ bi. Và tình yêu đó có trật

tự riêng của nó, trật tự cả bên trong lẫn bên ngoài; trật tự đó không thể được tạo ra bởi luật pháp. Lúc này, khi bạn hiểu rõ điều này và sống cùng nó hàng ngày – ngược lại nó chẳng có giá trị, nó chỉ là một mớ từ ngữ và chẳng có ý nghĩa gì cả, chỉ là tro bụi – vậy là sống có một ý nghĩa hoàn toàn khác hẳn.



## Madras, 5 tháng hai 1950

**Người hỏi:** *Tất cả chúng ta đều trải nghiệm trạng thái cô độc; chúng ta biết đau khổ của nó và thấy những nguyên nhân của nó, những gốc rễ của nó. Nhưng trạng thái cô đơn là gì? Nó có khác biệt trạng thái cô độc hay không?*

**Krishnamurti:** Trạng thái cô độc là sự đau khổ, sự đau đớn cực độ của hiu quạnh, trạng thái cô lập khi bạn như một thực thể không phù hợp với bất kỳ cái gì, với nhóm người, với quốc gia, với người vợ của bạn, với con cái của bạn, với người chồng của bạn, bạn bị cắt đứt khỏi những người khác. Bạn biết trạng thái đó. Bây giờ, bạn biết trạng thái cô đơn không? Bạn quen nghĩ rằng bạn cô đơn, nhưng bạn cô đơn thật sao?

Cô đơn khác hẳn cô độc, nhưng bạn không thể hiểu rõ nó nếu bạn không hiểu rõ cô độc. Bạn biết trạng thái cô độc? Lén lút bạn đã quan sát nó, nhìn thấy nó, không thích nó. Muốn biết nó, bạn phải hiệp thông cùng nó mà không có rào chắn giữa nó và bạn, không kết luận, không thành kiến, hay phỏng đoán; bạn phải tiếp cận nó bằng tự do và không bằng sợ hãi. Muốn hiểu rõ trạng thái cô độc, bạn phải đến với nó mà không có bất kỳ ý thức nào của sợ hãi. Nếu bạn tiếp cận cô độc mà nói rằng bạn biết nguyên nhân của nó, gốc rễ của nó rồi, vậy thì bạn không thể hiểu rõ nó. Bạn biết gốc rễ của nó không? Bạn biết chúng bằng cách phỏng đoán từ bên ngoài. Bạn biết nội dung bên trong của trạng thái cô độc? Bạn chỉ cho nó một diễn tả, và từ ngữ không là sự việc, sự thật. Muốn hiểu rõ nó, bạn phải tiếp cận nó mà không có bất kỳ ý thức nào của chạy trốn khỏi nó. Chính sự suy nghĩ chạy trốn khỏi trạng thái cô độc trong chính nó là một hình thức của sự thiếu thốn bên

trong. Hầu hết những hoạt động của chúng ta không là một chạy trốn hay sao? Khi bạn ở một mình, bạn bật máy thu thanh, bạn thực hiện những nghi lễ, theo sau những vị đạo sư, nói tầm phào với những người khác, đi xem phim, có mặt tại những cuộc đua, và vân vân. Sống hàng ngày của bạn là chạy trốn khỏi chính bạn, vì vậy những tẩu thoát trở thành quan trọng nhất và bạn cãi cộ ầm ĩ về những tẩu thoát, hoặc là nhậu nhẹt, hoặc là Thượng đế. Sự chạy trốn là một lối thoát. Mặc dù có lẽ bạn có những phương tiện khác nhau của tẩu thoát. Bạn có lẽ gây ra sự tổn hại ghê gớm phần tâm lý bằng những tẩu thoát được kính trọng của bạn, và tôi, phần xã hội, bằng những tẩu thoát trần tục của tôi; nhưng muốn hiểu rõ trạng thái cô độc tất cả những tẩu thoát phải chấm dứt, không qua ép buộc, cưỡng bách, nhưng bằng cách thấy sự giả dối của tẩu thoát. Vậy là bạn trực tiếp đang đương đầu “cái gì là”, và vấn đề thực sự bắt đầu.

Trạng thái cô độc là gì? Muốn hiểu rõ nó, bạn không được cho nó một cái tên. Chính sự đặt tên, chính sự liên tưởng của tư tưởng với những kỷ niệm khác về nó, làm nổi bật trạng thái cô độc. Hãy thử nghiệm nó và thấy. Khi bạn không còn tẩu thoát, bạn sẽ thấy rằng nếu bạn không nhận ra trạng thái cô độc là gì, bất kỳ điều gì bạn làm về nó là một hình thức khác của tẩu thoát. Chỉ bằng cách hiểu rõ trạng thái cô độc bạn mới có thể vượt khỏi nó.

Vấn đề của trạng thái cô đơn lại hoàn toàn khác hẳn. Chúng ta không bao giờ cô đơn; chúng ta luôn luôn ở cùng con người ngoại trừ, có lẽ, khi chúng ta dạo bộ một mình. Chúng ta là kết quả của một tiến hành tổng thể được cấu thành từ những ảnh hưởng thuộc kinh tế, xã hội, khí hậu, và những ảnh hưởng thuộc môi trường khác, và chừng nào chúng ta còn bị ảnh hưởng, chúng ta không cô đơn. Chừng nào còn có sự tiến hành

của tích lũy và trải nghiệm, không bao giờ có thể có trạng thái cô đơn. Bạn có thể tưởng tượng rằng bạn cô đơn bằng cách tự tách rời chính bạn qua những hoạt động cá nhân, riêng lẻ, chật hẹp, nhưng đó không là trạng thái cô đơn. Trạng thái cô đơn có thể hiện diện, chỉ khi nào sự ảnh hưởng không còn. Trạng thái cô đơn là hành động mà không là kết quả của một phản ứng, mà không là đáp trả đến một thách thức hay một kích thích. Trạng thái cô độc là một vấn đề của cô lập, và chúng ta đang tìm kiếm cô lập trong tất cả những liên hệ của chúng ta, mà là chính bản thể của cái ngã,

cái “tôi” – công việc của tôi, bản chất của tôi, bổn phận của tôi, tài sản của tôi, liên hệ của tôi. Chính sự tiến hành của tư tưởng, mà là kết quả của tất cả những tư tưởng và những ảnh hưởng của con người, dẫn đến sự cô lập. Hiểu rõ trạng thái cô độc không là một hành động dành cho những người giàu có; bạn không thể hiểu rõ nó nếu trong bạn không có sự đau khổ của thiếu thốn bị giấu kín mà hiện diện cùng trống rỗng, tuyệt vọng. Trạng thái cô đơn không là một cô lập, nó không là đối nghịch của trạng thái cô độc; nó là một trạng thái của đang là khi tất cả trải nghiệm và hiểu biết không còn.

***Người hỏi: Ông đã nói về sự liên hệ được đặt nền tảng trên sự sử dụng một người khác cho sự thỏa mãn riêng của người ta, và ông thường gợi ý một trạng thái được gọi là tình yêu. Ông có ý gì qua từ ngữ tình yêu?***

***Krishnamurti:*** Chúng ta biết liên hệ của chúng ta là gì – một thỏa mãn và sử dụng lẫn nhau, mặc dù chúng ta che đậy nó bằng cách gọi nó là tình yêu. Trong sử dụng có sự dụ dỗ và che chở cái gì được sử dụng. Chúng ta bảo vệ biên giới của chúng ta, những quyền sách của chúng ta, tài sản của chúng ta: tương tự như thế, chúng ta cẩn thận che chở những người vợ của chúng ta, những gia đình của chúng ta, xã hội của chúng

ta, bởi vì nếu không có chúng ta sẽ bị cô độc, hụt hẫng. Nếu không có người con cha mẹ cảm thấy cô độc; bạn hy vọng rằng điều gì bạn không thành tựu được, người con sẽ hoàn tất, vì vậy người con trở thành một công cụ cho ảo tưởng của bạn. Chúng ta biết sự liên hệ của nhu cầu và sử dụng hàng ngày. Chúng ta cần người đưa thư và anh ấy cần chúng ta, tuy nhiên chúng ta lại không nói chúng ta thương yêu người đưa thư. Nhưng chúng ta lại nói rằng chúng ta thương yêu người vợ và con cái của chúng ta, mặc dù chúng ta sử dụng họ cho sự thỏa mãn cá nhân riêng của chúng ta và sẵn lòng hy sinh họ cho ảo tưởng của điều gì được gọi là yêu tổ quốc. Chúng ta biết tiến trình này rất rõ, và chắc chắn nó không thể là tình yêu. Tình yêu mà sử dụng, trục lợi, và sau đó cảm thấy ân hận không thể là tình yêu, bởi vì tình yêu không thể là một việc của cái trí.

Bây giờ, chúng ta hãy thử nghiệm và khám phá tình yêu là gì – khám phá, không chỉ bằng từ ngữ, nhưng bằng đang trải nghiệm thực sự trạng thái đó. Khi bạn sử dụng tôi như một đạo sư và tôi sử dụng bạn như người đệ tử, có sự trục lợi lẫn nhau. Tương tự, khi bạn sử dụng người vợ và con cái của bạn cho sự vững mạnh của bạn, có trục lợi. Chắc chắn, đó không là tình yêu. Khi có sử dụng, phải có sở hữu; sở hữu luôn luôn nuôi dưỡng sợ hãi, và cùng sợ hãi hiện diện ghen tuông, ganh ghét, ngờ vực. Khi có sử dụng, không thể có tình yêu, bởi vì tình yêu không là cái gì đó của cái trí. Suy nghĩ về một người không là thương yêu người đó. Bạn suy nghĩ về một người chỉ khi nào người đó không hiện diện, khi người đó chết rồi, khi người đó đã đi khỏi, hay khi người đó không cho bạn cái gì bạn mong ước. Vậy là sự thiếu thốn bên trong của bạn xếp đặt sự tiến hành của cái trí đang xảy ra. Khi người đó gần gũi bạn, bạn không suy nghĩ về người đó, vậy là bạn đã quen thuộc với

người đó – người đó ở ngay trước mặt. Thói quen là một phương tiện của quên lãng và được an bình để cho bạn sẽ không bị xáo trộn. Vì vậy sử dụng luôn luôn phải dẫn đến vô cảm, và đó không là tình yêu.

Trạng thái đó khi sử dụng là gì – mà là sự tiến hành của tư tưởng như một phương tiện để che đậy sự thiếu thốn bên trong, một cách tích cực hay tiêu cực – phải không? Trạng thái đó khi không có ý thức của thỏa mãn là gì? Tìm kiếm thỏa mãn là chính bản chất của cái trí. Tình dục là cảm giác mà được tạo tác, được tạo hình ảnh bởi cái trí, và sau đó cái trí hành động hay không hành động. Cảm giác là một tiến hành của tư tưởng, mà không là tình yêu. Khi cái trí thống trị và sự tiến hành của tư tưởng là quan trọng, không có tình yêu. Tiến hành này của sử dụng, suy nghĩ, tưởng tượng, nắm chặt, khép kín, khước từ, tất cả là khói, và khi khói không còn, ngọn lửa của tình yêu hiện diện. Thỉnh thoảng chúng ta có ngọn lửa đó, phong phú, thừa thãi, tròn vẹn; nhưng khói quay trở lại bởi vì chúng ta không thể sống lâu cùng ngọn lửa, mà không có ý thức của gần gũi, hoặc của một hoặc của nhiều, hoặc của cá nhân hoặc của không-cá nhân. Thỉnh thoảng hầu hết chúng ta đã biết hương thơm của tình yêu và nhạy cảm của nó, nhưng khói của sử dụng, thói quen, ghen tuông, sở hữu, hợp đồng và phá vỡ hợp đồng – tất cả điều này đã trở thành quan trọng cho chúng ta, và vậy là ngọn lửa của tình yêu không hiện diện. Khi khói hiện diện, ngọn lửa bật tắt; nhưng khi chúng ta hiểu rõ sự thật của sử dụng, ngọn lửa hiện diện. Chúng ta sử dụng một người khác bởi vì bên trong chúng ta nghèo khó, thiếu thốn, tầm thường, nhỏ nhen, cô độc, và chúng ta hy vọng rằng, bằng cách sử dụng một người khác, chúng ta có thể tẩu thoát. Tương tự như thế, chúng ta sử dụng Thượng đế như một phương tiện của tẩu thoát. Tình yêu Thượng đế không là tình yêu sự thật. Bạn

không thể thương yêu sự thật; thương yêu sự thật chỉ là một phương tiện của sử dụng nó để đạt được cái gì đó mà bạn biết, và thế là luôn luôn có sự sợ hãi cá nhân rằng bạn sẽ mất mát cái gì đó mà bạn biết.

Bạn sẽ biết tình yêu khi cái trí rất tĩnh lặng và được tự do khỏi sự tìm kiếm thỏa mãn và những tẩu thoát của nó. Trước hết, cái trí phải hoàn toàn đến một kết thúc. Cái trí là kết quả của tư tưởng, và tư tưởng chỉ là một đoạn đường, một phương tiện đến một kết thúc. Khi sống chỉ là một đoạn đường đến một cái gì đó, làm thế nào có thể có tình yêu? Tình yêu hiện diện khi cái trí tự nhiên tĩnh lặng, không phải được làm tĩnh lặng, khi nó thấy sự giả dối như giả dối và sự thật như sự thật. Khi cái trí tĩnh lặng, vậy thì bất kỳ điều gì xảy ra là hành động của tình yêu, nó không là hành động của hiểu biết. Hiểu biết chỉ là trải nghiệm, và trải nghiệm không là tình yêu. Trải nghiệm không thể biết tình yêu. Tình yêu hiện diện khi chúng ta hiểu rõ toàn tiến hành về chính chúng ta, và hiểu rõ về chính chúng ta là khởi đầu của thông minh.