

# AWARENESS

ANTHONY  
DE  
MELLO

**Thức Tỉnh**

**Anthony de Mello**

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>

# Table of Contents

|                                                                                |     |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <a href="#">Tủ Sách Của Mọi Nhà.. 3</a>                                        | 3   |
| <a href="#">Lời Tựa.. 4</a>                                                    | 4   |
| <a href="#">1. VỀ VIỆC THỨC TỈNH.. 6</a>                                       | 6   |
| <a href="#">VỀ VIỆC THỨC TỈNH.. 6</a>                                          | 6   |
| <a href="#">TÔI SẼ GIÚP BẠN TRONG CUỘC HỒI TÂM NÀY Ư?. 7</a>                   | 7   |
| <a href="#">VỀ THỦ ÍCH KỶ ĐỪNG ĐẢN.. 9</a>                                     | 9   |
| <a href="#">VỀ KHÁT VỌNG HẠNH PHÚC.. 10</a>                                    | 10  |
| <a href="#">CHÚNG TA ĐANG NÓI VỀ TÂM LÝ TRONG KHÓA LINH ĐẠO NÀY CHĂNG?. 11</a> | 11  |
| <a href="#">TỰ BỎ CÙNG KHÔNG PHẢI LÀ GIẢI PHÁP. 13</a>                         | 13  |
| <a href="#">HÃY LẮNG NGHE VÀ HÃY ĐÀO THAI 14</a>                               | 14  |
| <a href="#">BÁC ÁI NGUY TRANG.. 16</a>                                         | 16  |
| <a href="#">BẠN ĐANG BẬN TÂM VỀ ĐIỀU GÌ?. 20</a>                               | 20  |
| <a href="#">TỐT, XẤU, HAY MAY MẠN?. 22</a>                                     | 22  |
| <a href="#">2. ẢO TƯỢNG CỦA TA VỀ NGƯỜI KHÁC.. 23</a>                          | 23  |
| <a href="#">ẢO TƯỢNG CỦA TA VỀ NGƯỜI KHÁC.. 23</a>                             | 23  |
| <a href="#">NỘI QUAN.. 26</a>                                                  | 26  |
| <a href="#">NHÂN THỨC CHỨ KHÔNG ĐÁNH GIÁ.. 27</a>                              | 27  |
| <a href="#">ẢO TƯỢNG VỀ NHỮNG PHẢN THƯƠNG.. 30</a>                             | 30  |
| <a href="#">TÌM THẤY CHÍNH MÌNH.. 31</a>                                       | 31  |
| <a href="#">LỘT CHO ĐẾN TẬN CẢI “TÔI”. 33</a>                                  | 33  |
| <a href="#">NHỮNG CẢM NGHĨ TIÊU CỰC VỀ NGƯỜI KHÁC.. 36</a>                     | 36  |
| <a href="#">VỀ SỰ PHỤ THUỘC.. 38</a>                                           | 38  |
| <a href="#">LÀM SAO ĐỂ CÓ HẠNH PHÚC.. 40</a>                                   | 40  |
| <a href="#">SỢ HÃI - CĂN NGUYÊN CỦA BẠO LỰC.. 46</a>                           | 46  |
| <a href="#">3. NHÂN THỨC VÀ TIẾP CẬN VỚI THỰC TẠI. 47</a>                      | 47  |
| <a href="#">NHÂN THỨC VÀ TIẾP CẬN VỚI THỰC TẠI. 47</a>                         | 47  |
| <a href="#">TÍN NGƯỠNG TỐT LÀ PHẢN ĐỀ CỦA MỀ MUỘI. 48</a>                      | 48  |
| <a href="#">NHỮNG NHÂN HIỆU.. 53</a>                                           | 53  |
| <a href="#">NHỮNG RÀO CẢN HẠNH PHÚC.. 54</a>                                   | 54  |
| <a href="#">BỒN CHĂNG ĐƯỜNG KHÔN NGOAN.. 57</a>                                | 57  |
| <a href="#">THẾ GIỚI VÔN VẦN TỐT ĐẸP. 60</a>                                   | 60  |
| <a href="#">MỘNG DU.. 62</a>                                                   | 62  |
| <a href="#">QUÁ LO THAY ĐỔI!. 64</a>                                           | 64  |
| <a href="#">MỘT CON NGƯỜI ĐÃ THAY ĐỔI. 68</a>                                  | 68  |
| <a href="#">ĐẠT TỚI THÌNH LẶNG.. 70</a>                                        | 70  |
| <a href="#">3. THUA CUỘC BÓN CHEN.. 73</a>                                     | 73  |
| <a href="#">THUA CUỘC BÓN CHEN.. 73</a>                                        | 73  |
| <a href="#">PHẨM GIÁ VĨNH VIỄN.. 75</a>                                        | 75  |
| <a href="#">“KHAO KHÁT” KHÁC VỚI “XU HƯỚNG”. 77</a>                            | 77  |
| <a href="#">DÍNH CHẶT VÀO ẢO TƯỢNG.. 79</a>                                    | 79  |
| <a href="#">BẮM VÍU HOÀI NIỆM... 81</a>                                        | 81  |
| <a href="#">HIỆU CẢI CỤ THỂ.. 84</a>                                           | 84  |
| <a href="#">KHÔN TÁ.. 88</a>                                                   | 88  |
| <a href="#">HẠN ĐỊNH DO VĂN HÓA.. 90</a>                                       | 90  |
| <a href="#">THỰC TẠI QUA MÁY LỌC.. 92</a>                                      | 92  |
| <a href="#">THOÁT LY.. 95</a>                                                  | 95  |
| <a href="#">4. TÌNH YẾU MÙ QUÁNG.. 97</a>                                      | 97  |
| <a href="#">TÌNH YẾU MÙ QUÁNG.. 97</a>                                         | 97  |
| <a href="#">LẠI NHỮNG NGỌN TỪ.. 99</a>                                         | 99  |
| <a href="#">BỈ QUYẾT GIẤU ẨN.. 100</a>                                         | 100 |

# Lời Tựa

Một dịp nọ đang quây quần giữa các bạn bè người ta yêu cầu cha Tony de Mello phát biểu ít lời về tính chất của công việc cha đang đảm nhiệm. Cha đứng lên, kể một câu chuyện mà sau này cha vẫn hay nhắc lại trong các cuộc trao đổi - và các bạn cũng sẽ đọc thấy nó trong cuốn “Song of the Bird” của Cha. Còn tôi, phải giật mình chăm chú theo dõi vì cha bảo câu chuyện này cũng nhằm đặc biệt để nói với tôi:

Có người nọ nhặt được quả trứng đại bàng, đem bỏ vào ổ gà đang ấp trong chuồng. Chú đại bàng con nở ra và lớn lên cùng lứa với đàn gà con.

Cứ thế suốt đời đại bàng con chỉ làm những việc mà lũ gà con vẫn làm, và cứ tưởng mình là một gà con. Nó cũng bới đất tìm sâu bọ, cũng kêu cục tác như các ả gà mái và cũng quen đập cánh bay lên cao chừng hơn nửa thước. Thời gian thấm thoát trôi, đại bàng ta rồi cũng già. Bữa kia, nó trông thấy một con chim tuyệt đẹp bay phía trên nó trong bầu trời lồng lộng thanh thang. Với dáng vẻ uy nghi dũng mãnh, cánh chim ấy nhẹ nhàng băng giữa cuồng phong, chỉ lâu lâu mới khẽ vỗ nhịp đôi cánh vàng mạnh mẽ của mình.

Đại bàng ta nhìn lên kinh hãi. Nó hỏi “cái gì vậy?”. Một bạn gà của nó trả lời: “Đó là đại bàng - vua của các loài chim. Đại bàng thuộc về trời cao, còn bọn mình thuộc về mặt đất. Bọn mình chỉ là loài gà”.

Cứ vậy, đại bàng ta sống và chết như một chú gà vì nó vẫn đinh ninh mình chỉ là gà.

Tôi sửng sốt thật sự vì thoát tiên cảm thấy như mình bị tát thẳng vào mặt. Không phải là cha đã công khai so sánh tôi với chú gà nuôi trong chuồng đó sao? Nghĩ kỹ về một phương diện nào đó thì cũng đúng - mà cũng không đúng. Song sỉ nhục tôi thì cha không bao giờ - bởi đó không phải là lỗi của cha. Điều cha muốn nói là dưới mắt cha, tôi là một chú đại bàng “thứ thiệt” thế mà vẫn chẳng hay biết gì về những tầm cao mà mình có thể bay tới. Và câu chuyện trên đã khiến tôi hiểu cái tiêu chuẩn mà cha đánh giá sự vật, cũng như hiểu được tình yêu và sự kính trọng chân thành của cha đối với con người trong khi cha vẫn luôn khẳng khái nói lên sự thật. Thức tỉnh người ta về sự cao cả đích thực của họ, đó chính là tất cả công việc của cha. Quả thực Cha Tony De Mello đã chứng tỏ sở trường của ngài trong việc trình bày tiếng gọi “thức tỉnh”, trong việc giúp người ta nhận ra ánh sáng nơi chính mình để tự soi giọi cho mình và cho người khác; đồng thời cha cũng vạch cho họ thấy rằng họ không hèn kém như họ tưởng.

Tác phẩm này là một góp nhặt từ những đối thoại và những chia sẻ có thật của cha Tony, bao trùm nhiều đề tài mà qua đó cha đã đốt nóng lên tâm huyết của những người lắng nghe cha.

Sau khi cha qua đời tôi phải đảm nhận công việc ghi lại và phổ biến cái tinh thần hàm chứa trong những lời chia sẻ của cha, đồng thời giữ vững cho được nét ung dung tự tại của cha trước một độc giả vốn rất sẵn sàng phản ứng.

Tôi cũng xin cảm ơn các vị như George Mc Cauley, S.J, Joan Brady, John Culkin và rất đông những vị khác nữa đã nhiệt tình cộng tác để những giây phút thú vị, vui vẻ và sôi nổi mà cha Tony trước đây đã dành để chia sẻ với những con người thật - lại được bắt gặp cách lạ lùng nơi những trang sách này.

Xin bạn hãy thưởng thức cuốn sách này. Hãy để cho những lời của cha thấm vào tâm hồn bạn, và bạn hãy lắng nghe - như cha Tony gợi ý - bằng cả trái tim của bạn.

Bạn hãy nghe những câu chuyện của cha Tony và bạn sẽ thấy vọng lại những câu chuyện của

chính bạn. Bạn cho phép tôi để bạn lại một mình với cha Tony. Bạn sẽ tìm thấy nơi ngài một vị  
linh hướng và một người bạn tri kỷ trong đời.

**- J. Francis Stroud, S.J.**

**Trung Tâm Linh Đạo De Mello**

**Đại học Fordham**

**Bronx, New York.**

# 1. VỀ VIỆC THỨC TỈNH

# VỀ VIỆC THỨC TỈNH

Linh đạo nghĩa là đánh thức. Đa số con người ta chỉ lo ngủ, mặc dù họ không ý thức điều này. Lúc nào họ cũng ngủ: sinh ra, sống, cưới vợ lấy chồng, nuôi con và chết cũng ngủ mà không hề biết thức là gì. Họ không bao giờ hiểu được nét tôn quý của điều mà chúng ta gọi là sự hiện hữu của con người. Bạn nên nhớ, tất cả các nhà thần bí dù là Công giáo hay tôn giáo nào khác, bất chấp thần học của họ là gì, bất chấp tín ngưỡng của họ ra sao - họ vẫn hoàn toàn nhất trí với nhau được ở một điểm: mọi sự đều tốt đẹp, đều hay. Dù cho mọi sự có là một mớ hổ lốn đi nữa, chúng vẫn tốt đẹp. Thật nghịch lý lạ lùng như vậy đấy. Nhưng bị đất thay, phần lớn con người vẫn không bao giờ thấy được mọi sự là tốt đẹp bởi họ chỉ lo ngủ. Họ đang chìm trong một cơn ác mộng.

Năm ngoái, trên đài truyền hình Tây Ban Nha, tôi nghe kể câu chuyện thế này: Có một vị nọ gõ cửa phòng con trai ông. Ông ta gọi: - "Jaime. Dậy đi!" Jaime đáp lại: - "Bố ời, con không muốn dậy đâu". Ông bố hét: - "Dậy đi, mày phải đi học". Jaime trả lời: - "Con không muốn đi học". Ông bố hỏi: - "Sao lại không muốn, con?". Người con giải thích: - "Có ba lý do, bố ạ. Trước hết, nó quá đơn điệu, chán phè. Hai nữa, lũ trẻ chúng giễu con. Và thứ ba là con ghét đi học". Ông bố bảo: - "À, nếu thế thì bố sẽ cho con biết ba lý do mà con phải đi học. Trước hết, vì đó là bốn phận của con. Hai nữa, vì con đã 45 tuổi đầu rồi. Ba nữa, vì con là hiệu trưởng!"

Dậy đi, dậy đi. Bạn đã lớn rồi. To xác rồi đừng ngủ nướng nữa. Dậy đi, đừng chơi trò con nít nữa.

Rất nhiều người bảo với bạn là họ muốn thoát ra khỏi vườn trẻ, nhưng bạn đừng tin họ. Tôi nhắc lại bạn đừng tin họ. Họ chỉ mong bạn sửa chữa dùm họ những món đồ chơi bị hỏng, chứ không mong muốn gì khác hơn đâu. "Hãy trả vợ tôi lại cho tôi. Hãy trả nghề nghiệp của tôi lại cho tôi. Hãy trả lại cho tôi tiền bạc, thanh danh, sự nghiệp của tôi". Đây là điều họ muốn: họ muốn đổi mới các món đồ chơi của họ, và họ chỉ muốn có vậy. Thậm chí cả nhà tâm lý học giỏi nhất cũng sẽ xác nhận với bạn là người ta không thực sự muốn được chữa lành hẳn, mà chỉ muốn xoa dịu thôi, bởi việc chữa lành hẳn bắt họ phải đau đớn hơn nhiều.

Bạn thấy đó, thức tỉnh không phải là chuyện dễ chịu lắm đâu. Đang êm ái thoải mái trên giường, bị lôi dậy bạn cũng dễ nổi cáu lắm chứ. Chính vì thế mà các bậc thầy khôn ngoan ở Ấn Độ quyết không cố thức tỉnh người ta dậy. Phần tôi, hi vọng là tôi cũng sẽ khôn ngoan trong vấn đề này và không cố làm điều gì khiến bạn phải thức dậy nếu như bạn đang ngủ say giấc. Ô! mà thật đó cũng chẳng phải là việc của tôi dù đôi lúc bạn cũng nghe tôi gọi: "Dậy đi". Tôi chỉ hát bài tôi phải hát và nhảy điệu tôi phải nhảy. Bạn tận dụng được thì hay. Còn không thì dở lắm đấy! Như người Ả rập thường nói: "Mưa nào mà chẳng là mưa; song mưa làm gai góc mọc lên trong đầm lầy và mưa cũng sẽ khiến hoa nở khắp vườn"

# TÔI SẼ GIÚP BẠN TRONG CUỘC HỒI TÂM NÀY Ừ?

Bạn tưởng tôi đang giúp một người nào đây chẳng? Ồ, không. Không, không bao giờ. Bạn đừng mong tôi giúp ai, cũng đừng mong tôi hại ai. Giả như bạn bị hại, tự bạn hại mình đấy. Trường hợp bạn được giúp, ấy là chính bạn đã giúp bạn. Mọi sự là do bạn định đoạt cả thôi. Bạn tưởng người ta giúp bạn ư? Không phải vậy đâu. Người ta hỗ trợ bạn à? Bạn lầm rồi đấy.

Lần nọ có một chị trong nhóm tâm lý trị liệu tôi đang hướng dẫn - là một nữ tu - đến nói với tôi: - “Con cảm thấy như bề trên con không nâng đỡ con”. Tôi hỏi: - “Chị nói thế nghĩa là sao?” Chị trả lời: - “Bề trên con - mẹ giám tỉnh - chẳng bao giờ tới cái tập viện mà con đang phụ trách. Chẳng bao giờ cả. Con cũng chẳng bao giờ nghe được một lời khích lệ nào của bề trên”. Tôi bảo chị ấy: - “Thôi được, ta thử chơi trò “thủ vai” một chút nhé. Giả bộ như tôi biết rõ mẹ giám tỉnh của chị - và cứ cho là tôi biết rõ bà ấy đang nghĩ gì về chị. Tôi sẽ nói với chị thế này (trong vai mẹ giám tỉnh): Này chị Maria, chị cũng hiểu lý do mẹ không đến chỗ chị ở là vì đó là một nơi trong tỉnh dòng không có chuyện rắc rối, không có vấn đề. Mẹ biết chị đang trách nhiệm ở đó nên mọi việc đều tốt đẹp cả. Sao, lúc này chị cảm thấy thế nào?” Chị ấy đáp: - “Dạ, con cảm thấy phần khởi lắm ạ” Tôi bảo chị ấy: - “Thôi được, bây giờ phiền chị ra khỏi phòng ít phút. chúng ta vẫn đang tiếp tục phần thực hành”. Chị ấy đi ra. Và khi không còn chị ở đó, tôi nói với những người khác trong nhóm tâm lý trị liệu: “Tôi vẫn là mẹ giám tỉnh đấy nhé! Chị Maria ngoài kia là chị giám tập tề nhất mà tôi đã gặp trong suốt lịch sử của tỉnh dòng. Thật sự tôi không đến nhà tập đó chỉ vì tôi không thể nhìn được khi nhìn những việc chị ấy làm. Bề bối hết sức! Song tôi đã không cho chị ấy biết sự thật vì điều ấy chỉ tổ làm cho các tập sinh ở đó phải khổ hơn thôi. Chúng tôi đang kiếm người thay thế chị ấy trong một hay hai năm nữa. Chúng tôi đang huấn luyện cho người đó. Thời gian này tôi nghĩ tôi cần nói những điều tốt đẹp với chị ấy để giúp chị ấy tiếp tục làm việc. Quý vị nghĩ thế nào về chuyện này?” Họ trả lời: - “Chà, trong hoàn cảnh đó mẹ chỉ làm được vậy thôi”. Sau đó tôi đưa chị Maria trở lại nhóm và hỏi chị ấy còn vui không. Chị ấy nói: - “Thưa còn ạ”

Chị Mary thật tội nghiệp. Chị nghĩ chị đang được nâng đỡ trong khi sự thực đâu phải thế. Mấu chốt vấn đề nằm ở chỗ phần lớn những điều chúng ta cảm nhận hay tưởng nghĩ chính là do chúng ta đã tự vẽ lên trong đầu mình, kể cả ý tưởng rằng người này người nọ đang giúp đỡ mình.

Sao, bạn tưởng bạn giúp người ta vì bạn thương họ chẳng? Nếu vậy, tôi có tin này để mách bạn đây. Chưa bao giờ bạn yêu ai. Đúng hơn, bạn chỉ yêu những định kiến đầy ngưỡng vọng về người đó. Bạn hãy dành ra một phút để suy nghĩ về điều này đi: Bạn chưa bao giờ yêu ai, bạn chỉ yêu những định kiến của bạn về người đó. Kinh nghiệm đã chẳng cho bạn thấy rằng mọi đổ vỡ tình cảm đều bắt nguồn từ chỗ người ta không còn suy nghĩ như trước nữa đó sao? Bạn phàn nàn người nào đó: - “Tôi đã tin anh đến thế, sao anh nhẫn tâm phụ tôi?” Bạn tin anh ta thật à? Không phải đâu. Bạn chưa bao giờ tin ai cả. Đừng luẩn quẩn nữa. Đó chẳng qua là sự tẩy não của xã hội mà thôi. Tôi nhắc lại là bạn không bao giờ tin ai cả. Bạn chỉ tin sự phán đoán của mình về người ấy. Thế thì bạn còn phàn nàn anh ta nữa không? Thực tế chỉ vì bạn không dám nói: “Phán đoán của tôi dở thiệt!” - bởi nói như vậy thì không thỏa mãn tự ái của bạn - nên bạn thích nói như thế này hơn: “Sao anh lại nhẫn tâm phụ tôi làm vậy?”

Thì ra, vấn đề là ở chỗ người ta không thật sự muốn lớn lên, không thật sự muốn sửa đổi, không thật sự muốn hạnh phúc. Như có người đã nói với tôi cách từng trải hết sức: - “Đừng cố tạo cho người ta hạnh phúc. Bạn chỉ chuốc lấy rắc rối thôi. Đừng cố dạy cho một con heo hát. Chỉ tổ mất giờ và chọc tức con heo”. Y như người thương gia nọ bước vào một quán rượu và thấy gã kia có quả chuối nhét nơi tai. Vâng, một quả chuối nhét nơi tai! Ông ta nghĩ: - “Chà, không biết mình có nên nhắc hắn điều đó chẳng. Mà thôi, không phải việc của mình. Song ý nghĩ trên cứ mề nheo ông ta mãi nên sau khi uống một hay hai ly, ông ta lên tiếng: - “À, xin lỗi. Anh có quả chuối nhét nơi tai ấy”. Gã kia đáp: - “Sao, ông nói sao?” Ông ta lặp lại: - “Anh có quả

chuối nhét nơi tai”. Gã kia lại hỏi: - “Ông nói gì vậy?” Người thương gia hét lên: - “Anh có quả chuối nhét nơi tai ấy!” Gã kia bảo: -“Ông la to nữa đi. Tôi có quả chuối nhét nơi tai”.

Quả là công dã tràng. Tôi tự nhủ: “Thôi, thôi, chào thua”. Bạn hãy nói về chuyện của bạn và đừng vấp vào trường hợp kể trên nhé. Rồi nếu người ta có rút ra được gì thì đáng mừng, bằng không thì đành chịu chứ biết làm sao!

# VỀ THỨ ÍCH KỶ ĐÚNG ĐẮN

Điều đầu tiên tôi muốn bạn hiểu, nếu như bạn thực sự muốn thức tỉnh, đó là: bạn không muốn thức tỉnh. Bước thứ nhất để thức tỉnh là phải dám trung thực để thú nhận là bạn không thích thức tỉnh. Bạn không muốn hạnh phúc. Có nên thử một chút không? Nào ta làm nhé. Chỉ mất đúng một phút thôi. Bạn nhắm mắt hay mở mắt cũng được. Nào, bạn hãy nghĩ tới người mà bạn rất thương yêu, rất gắn bó và quý trọng. Và bạn hãy nói với người đó trong trí của bạn: “Tôi thích có hạnh phúc hơn là có anh”. Bạn hãy xem thử chuyện gì xảy ra. “Tôi thích được hạnh phúc hơn được anh. Nếu như tôi phải chọn lựa thì không có gì để đắn đo. Tôi sẽ chọn hạnh phúc”. Khi nói như vậy, bao nhiêu người trong các bạn tự cảm thấy mình ích kỷ? Xem chừng đông đấy. Hãy xem ta bị tẩy não cách nào để quyết cho rằng mình ích kỷ đến thế. Hãy nhìn kỹ những kẻ ích kỷ theo kiểu nói trên. Nào, bạn hãy tưởng tượng có người nói với bạn: - “Làm sao bạn lại ích kỷ quá đến nỗi bạn chọn hạnh phúc ưu tiên trên tôi?” Có gì bạn không trả lời ngay cho anh ta: - “Ồ, xin lỗi. Nhưng sao bạn lại ích kỷ quá đến nỗi bạn đòi tôi chọn bạn ưu tiên trên chính hạnh phúc của bản thân tôi?”

Lần nọ, có một phụ nữ đến kể cho tôi nghe khi bà còn bé, ông anh họ là một tu sĩ dòng Tên đã tổ chức một cuộc tĩnh tâm tại một nhà thờ của dòng ở Milwaukee. Mỗi buổi họp, ông đều mở đầu bằng câu: “Tình yêu được thử thách bằng hy sinh. Tình yêu được đo lường bằng xả kỷ”. Thật tuyệt diệu! Tôi hỏi bà ấy: - “Bà có muốn tôi trả cái giá hạnh phúc của tôi để được yêu bà không?” Bà ta đáp: - “Thưa có ạ!” Câu trả lời thật bất ngờ và thú vị! Bà ta sẽ phải trả cái giá hạnh phúc của bà để được yêu tôi - và tôi cũng sẽ trả giá hạnh phúc của tôi để được yêu bà; thế là có hai con người bất hạnh. Nhưng “tình yêu muôn năm” mà!

# VỀ KHÁT VỌNG HẠNH PHÚC

Tôi đang nói là chúng ta không muốn hạnh phúc. Chúng ta chỉ muốn những thứ khác thôi. Hay có thể nói chính xác hơn thế này: Chúng ta không muốn một thứ hạnh phúc không điều kiện. Tôi sẵn sàng hạnh phúc miễn là tôi có đủ thứ này thứ nọ. Thực sự thì chúng ta vẫn nói với bạn bè, với Chúa hay với bất kỳ ai là: - “Bạn (Ngài) là hạnh phúc của tôi. Nếu như tôi không có được bạn (Ngài), kể như là tôi bất hạnh”. Hiểu ra điều này thật quan trọng hết sức. Chúng ta không thể hình dung một thứ hạnh phúc mà không có những điều kiện. Điều này hoàn toàn xác thực. Tôi nhắc lại chúng ta không thể quan niệm một thứ hạnh phúc không có điều kiện. Bởi vì chúng ta đã được giáo dục để đặt hạnh phúc của mình trong những điều kiện.

Cho nên đó là việc phải làm đầu tiên nếu như chúng ta muốn thức tỉnh - hay nói cách khác - nếu ta muốn yêu, muốn có được tự do, niềm vui, bình an và muốn có được một linh đạo. Ở đây, ta thấy linh đạo là chuyện thực tiễn nhất giữa muôn vàn chuyện khác trên cõi trần ai này. Tôi dám thách ai nghĩ ra được chuyện gì thực tiễn hơn chuyện linh đạo theo nghĩa là thức tỉnh như tôi đã xác định. Vâng, nó không phải là đạo đức, là tôn sùng, là lòng tín ngưỡng hay sự thờ phượng. Nó chính là sự thức tỉnh. Bạn hãy đưa mắt nhìn sự khổ đau ở khắp nơi. Bạn hãy nhìn nỗi cô đơn, sợ hãi, sự hỗn độn, xung đột nơi tâm hồn con người, cả xung đột nội tâm cũng như ngoại giới. Giả sử có ai giúp bạn để tổng khứ mọi thứ trên đi nhỉ? Hoặc giả sử có ai đó chỉ cho bạn cách chế ngự tình trạng tổn hao năng lực, sức khỏe và tình cảm do những xung đột và hỗn độn nói trên gây ra nhỉ? Bạn có muốn điều đó không? Giá như có ai đó hướng dẫn bạn cách để chúng ta yêu thương nhau thật sự, để chúng ta được bình an, được sống trong tình yêu nhỉ. Bạn nghĩ xem còn gì thực tiễn hơn nữa không? Ấy vậy mà, trong các bạn còn có những người cho rằng mở mang làm ăn lớn thực tiễn hơn, chính trị thực tiễn hơn, khoa học thực tiễn hơn. Thế nhưng, đâu là cái ích lợi thiết thực của việc đem con người lên cung trăng khi chính chúng ta không sống được trên trái đất này?

# CHÚNG TA ĐANG NÓI VỀ TÂM LÝ TRONG KHÓA LINH ĐẠO NÀY CHẴNG?

Phải chăng khoa tâm lý thực tiễn hơn linh đạo? Không. Không có gì thực tiễn hơn linh đạo. Một tay tâm lý gia mày mò thì có thể làm được chuyện gì? Giỏi lắm anh ta chỉ làm giảm bớt dồn nén nơi người ta. Thật vậy, bản thân tôi cũng là một nhà tâm lý và tôi làm công tác tâm lý trị liệu. Đôi lúc trong tôi xảy ra một sự giằng co mãnh liệt vì phải chọn lựa giữa khoa tâm lý và linh đạo. Không biết điều đó có ý nghĩa gì đối với ai đang ở đây không. Phần tôi thì trong nhiều năm trời tôi đã chẳng thấy điều đó có ý nghĩa gì cả.

Tôi sẽ giải thích ra nhé. Trong nhiều năm tôi không hề băn khoăn gì cho tới ngày thành linh tôi khám phá ra điều này là: người ta phải thấm thía đủ cái kinh nghiệm đau khổ trong một tương quan nào đó thì người ta mới có thể thoát khỏi được ảo tưởng đối với mọi mối tương quan. Đó là một ý nghĩ khiến người ta phải rùng mình. Người ta phải thấm thía đủ cái kinh nghiệm đau khổ trong một tương quan trước khi người ta thức tỉnh và thốt lên: “Tôi đã chán ngán lắm rồi. Chắc phải có cách sống nào tốt hơn là cách sống phụ thuộc vào một kẻ khác”. Còn tôi, trong vai trò một nhà tâm lý trị liệu, tôi đã làm gì? Người ta mang đến cho tôi những vấn đề quan hệ rắc rối cần giải quyết - đôi lần tôi cũng giúp được họ. Song thỉnh thoảng tôi lấy làm tiếc phải nói rằng điều tôi làm cho họ không phải là một sự giúp đỡ, bởi nó vẫn cứ giữ người ta trong tình trạng ngủ mê. Nếu được có lẽ người ta cần phải có kinh nghiệm đau khổ thêm một chút nữa chẳng. Nếu được có lẽ người ta cần phải xuống tận đáy vực sâu để rồi thốt lên “Tôi chán ngán cùng cực rồi”. Thật vậy, chỉ khi nào bạn đau nỗi đau của chính bạn thì lúc đó bạn mới thoát ra khỏi nó được. Phần đông người ta đến gặp các bác sĩ tâm thần hay các nhà tâm lý chỉ là để tìm cách giảm đau. Tôi nhắc lại - chỉ là để tìm cách giảm đau chứ không phải để tìm cách trị dứt nọc.

Sau đây là câu chuyện câu bé Johnny mà người ta cho rằng đó là một trẻ thiếu năng tâm thần. Tuy nhiên sự thực không phải vậy - như bạn sẽ đọc thấy trong câu chuyện này. Hôm đó vào giờ thủ công tại trường dành riêng cho các trẻ em cá biệt, Johnny được phát một cục đất sét để nặn tượng. Cậu đi đến một góc phòng và bắt đầu loay hoay với cục đất sét. Cô giáo bước lại chỗ cậu: - “Chào em, Johnny” Johnny cũng đáp lại: “Xin chào cô”. Cô giáo hỏi tiếp: - “Thế em cầm cái gì trong tay vậy?” Johnny trả lời: - “Thưa cô, một cục phân bò ạ” Cô giáo hỏi: - “Em định làm gì?”. Johnny thưa: - “Em đang nặn hình một cô giáo”.

Cô giáo cho rằng Johnny bị suy nhược thần kinh, nên cô gọi thầy hiệu trưởng - lúc ấy đang đi qua cửa - và bảo: - “Em Johnny này bị chứng suy nhược thần kinh”.

Thầy hiệu trưởng bước tới bên Johnny và chào: - “Chào em, Johnny” Johnny cũng đáp: - “Xin chào thầy”. Thầy hiệu trưởng lại hỏi: - “Em cầm gì trong tay vậy?” Johnny thưa: - “Thưa thầy, một cục phân bò”. “Vậy em làm gì?” - “Dạ, em đang nặn hình một thầy hiệu trưởng.”

Thầy hiệu trưởng cho rằng đây là trường hợp cần chuyển cho nhà tâm lý nên bảo: “Hãy gửi em qua bên nhà tâm lý”.

Nhà tâm lý là một tay lọc lõi. Anh ta bước tới và chào: - “Xin chào em”. Johnny đáp: - “Xin chào ông”. Nhà tâm lý bảo: - “Tôi biết em đang cầm cái gì trong tay”. - “Cái gì?” - “Một cục phân bò”. - “Ông nói đúng”. - “Tôi cũng biết em đang làm cái gì?” - “Cái gì?” - “Em đang nặn một nhà tâm lý” - “Sai rồi. Phân bò đâu còn đủ nữa”. Và thế là người ta cho rằng chú bé này bị thiếu năng tâm thần.

Không thể phủ nhận vai trò tích cực của các nhà tâm lý tội nghiệp của chúng ta. Công việc của họ quả thật cần thiết. Có những giai đoạn mà tâm lý trị liệu là một phương thể thần hiệu,

bởi lúc bạn sắp sửa mất trí, nổi “điên” thì đó cũng chính là lúc bạn sắp trở thành hoặc một kẻ loạn tâm thần hoặc một nhà thần bí. Đối ngược với một người điên là một nhà thần bí. Bạn có biết đâu là dấu cho biết bạn đã thức tỉnh rồi không? Đó chính là lúc bạn tự vấn: “Phải chăng là tôi điên hay mọi người đều điên?” Thật vậy đấy. Bởi lẽ chúng ta đều điên. Cả thế giới này đều điên. Cả một lũ điên được chứng nhận! Sở dĩ chúng ta không bị nhốt vào nhà thương điên chỉ là vì chúng ta đông quá. Vâng, mọi người chúng ta đều điên. Chúng ta đang sống bằng những ý tưởng điên rồ về tình yêu, về các mối tương quan, về hạnh phúc, niềm vui và về mọi sự. Chúng ta điên tới mức tôi dám tin rằng nếu như mọi người đều nhất trí về một điều gì đó, bạn có thể cầm chắc là điều đó sai! Mọi ý tưởng mới, mọi ý tưởng vĩ đại đều khởi đầu không được mấy ai ủng hộ. Chẳng hạn người được gọi là Giêsu Kitô có mấy ai ủng hộ đâu. Đức Phật cũng thế, có mấy ai ủng hộ đâu. Mọi người đều nói khác với những điều các vị ấy nói. Tôi nhớ đến câu nói của Bertrand Russell: “Mọi ý tưởng vĩ đại đều khởi đầu như một sự phạm thượng”. Câu nói thật hay và thật chính xác. Trong những ngày này bạn sẽ nghe không ít lời phạm thượng. “Hắn đã nói phạm thượng” - người ta đã gào lên như thế bởi họ điên, họ khùng. Và bạn càng sớm nhận ra điều ấy thì tâm thần của bạn sẽ càng khả quan hơn. Đừng tin người ta. Đừng tin cả những người bạn tốt nhất của bạn. Hãy thoát ra khỏi ảo tưởng về những người bạn tốt nhất. Họ khôn khéo lắm đấy. Dù có vẻ bạn không ý thức nhưng sự thực là bạn đang chơi một canh bạc lớn với mọi người khác. Ái chà, bạn tinh ranh ma mãnh quá. Bạn diễn tuồng y như thật.

Dù có làm bạn khó chịu thì tôi cũng xin nhắc lại là: Bạn chỉ giả vờ muốn thức tỉnh thôi - và chính bạn cũng không hề hay biết rằng mình đang giả vờ. Bạn nghĩ rằng mình đang yêu đấy ư? A ha! Thế bạn đang yêu ai? Ngay cả khi bạn hy sinh bản ngã thì bạn cũng được một cảm giác khoan khoái lắm đấy chứ? Bạn tự bảo: “Ta đang hy sinh chính mình. Ta đang sống theo lý tưởng của ta”. Ý chừng như trong khi hy sinh như thế bạn không đang tìm được một cái gì ấy! Luôn luôn như vậy, hành vi nào của bạn cũng nhằm đem lại cho bạn một cái gì đó - trừ phi bạn thức tỉnh.

Vậy nên, bước thứ nhất là bạn hãy ý thức rằng bạn không muốn thức tỉnh. Thức tỉnh quả là chuyện thiên nan vạn nan khi mà bạn đang bị thôi miên để tin rằng một mảnh giấy báo cũ là một tờ séc một triệu đô la. Làm sao để bút mình ra khỏi mảnh giấy báo cũ đó cho được đây!

# TỪ BỎ CŨNG KHÔNG PHẢI LÀ GIẢI PHÁP

Bất cứ lúc nào bạn đang từ bỏ thì đó cũng là lúc bạn bị đánh lừa. Bạn ngạc nhiên ư? Bạn bị đánh lừa thật đấy. Bạn đang bỏ cái gì? Lúc bạn bỏ điều gì thì cũng là lúc bạn bị ràng buộc vĩnh viễn vào điều đó. Một bậc thầy Ấn Độ đã phát biểu: - “Mỗi khi một cô điếm đến gặp tôi thì cứ y như là cô ta không nói gì ngoại trừ nói về Thượng Đế. Cô ấy bảo cô ấy chán cuộc sống hiện tại của mình và chỉ tha thiết có Thượng Đế. Còn ngược lại, mỗi lần một thầy sãi đến gặp tôi thì ông ta chỉ nói toàn chuyện tình dục”. Thế đấy, mỗi khi bạn bỏ điều gì thì bạn cũng sẽ dính vào điều đó mãi. Khi bạn chiến đấu với chuyện gì thì bạn cũng bị cột trói vào đó luôn, bởi bao lâu bạn còn chiến đấu thì bấy lâu bạn còn tạo năng lực cho nó. Năng lực mà bạn tạo cho nó cũng nhiều như năng lực mà bạn sử dụng để chiến đấu với nó.

Bạn phải “đón nhận” các sự dữ của mình, bởi vì chống lại chúng có nghĩa là nạp thêm sức mạnh cho chúng, chưa từng có ai khuyên bạn như vậy phải không. Khi bạn từ bỏ một thứ gì thì chính nó sẽ cột bạn lại. Vậy chỉ còn cách duy nhất là nhìn thẳng vào bản chất của nó. Tôi xin nhắc lại, đừng bỏ, cứ nhìn thẳng vào bản chất của sự vật. Hãy nắm cho được giá trị thật của nó và bạn sẽ thấy rằng chẳng cần phải cố “từ” với “bỏ” - tự nó sẽ tụt khỏi tay bạn thôi. Song dĩ nhiên, nếu bạn không ý thức được vậy, nếu bạn vẫn như bị thôi miên để nằng nặc tin rằng mình sẽ không được hạnh phúc nếu không có được cái này cái nọ - thì bạn vẫn còn bị lún lầy. Điều mà chúng tôi muốn giúp bạn không phải là khuyến giục bạn hi sinh, từ bỏ mọi sự - như cách thức của một thứ linh đạo nào đó vẫn làm. Khuyến giục như vậy chỉ hoài công thôi. Vì bạn vẫn còn đang mê ngủ. Điều chúng tôi muốn giúp ấy là làm cho bạn hiểu, hiểu hơn và hiểu hơn nữa về sự vật. Một khi bạn đã hiểu, bạn sẽ dứt bỏ quyền luyến về nó không khó lắm. Hay nói một cách khác: Thức tỉnh gắn liền với sự dứt bỏ lòng quyến luyến.

# HÃY LẮNG NGHE VÀ HÃY ĐÀO THẢI

Một số trong chúng ta đã nhờ những thực tế nghiệt ngã của cuộc sống mà thức tỉnh. Khổ quá nên chúng ta thức tỉnh. Nhưng thiên hạ thì vẫn tiếp tục lao đầu mãi vào cuộc đời. Họ vẫn tiếp tục mộng du. Họ chẳng bao giờ thức tỉnh. Bị đất thay, họ không bao giờ buồn đặt lại vấn đề. Họ không bao giờ nghĩ rằng chắc hẳn có một con đường tốt hơn. Nhưng còn bạn, nếu như cuộc sống đã không quặn cho bạn dập dùi - và do đó bạn đã không có dịp đau khổ cho đủ - thì vẫn còn một cách khác: Hãy lắng nghe. Tôi không có ý bảo rằng bạn phải nhất trí với điều tôi đang nói. Bởi như vậy không phải là lắng nghe. Thật đấy, chuyện bạn đồng ý hay không đồng ý chẳng quan trọng. Vì vấn đề nhất trí và không nhất trí còn tùy thuộc ở ngôn từ, ý niệm và lý thuyết. Chúng không ăn nhằm gì đến chân lý. Chân lý không thể bị nhốt trong ngôn từ. Chân lý được người ta nhận thức cách bất chợt, như một kết quả rút được từ một thái độ nào đó. Vì vậy bạn có thể không đồng ý với tôi mà vẫn nhận thức được chân lý. Song cũng cần có một thái độ cởi mở, sẵn sàng để có thể phát hiện ra sự gì mới mẻ. Đó mới thật là điều quan trọng, chứ không phải vấn đề bạn đồng ý hay không đồng ý với tôi. Sau hết, phần lớn những chuyện tôi chia sẻ với bạn ở đây thực ra chỉ là lý thuyết. Mà chẳng có lý thuyết nào tương xứng đủ với thực tại. Vì thế điều tôi có thể nói với bạn không phải là chân lý. Tôi chỉ có khả năng mô tả những trở ngại trên đường đạt đến chân lý thôi chứ làm gì có khả năng mô tả chính chân lý. Nói chung là ai cũng vậy. Tất cả điều tôi có thể làm là mô tả những sai lầm của bạn - để bạn có thể rút khỏi chúng. Tất cả điều tôi có thể làm là thách thức những điều tin tưởng của bạn và thách thức cái hệ thống niềm tin đã gây bất hạnh cho bạn. Nói cách khác, tất cả điều tôi có thể làm cho bạn là giúp bạn đào thải. Tất cả linh đạo mà bạn phải học tự trung là: đào thải, đào thải gần như mọi thứ bạn đã học. Nhiệt tình đào thải và nhiệt tình lắng nghe.

Có phải bạn đang lắng nghe, như đa số người ta, để củng cố những gì mình đã nghĩ sẵn rồi? Hãy quan sát những phản ứng của bạn khi tôi nói chuyện. Bạn giật mình, sững sốt, giận dữ, bực bội, thất vọng. Hoặc giả bạn thốt lên: “Tuyệt vời”.

Hóa ra là bạn lắng nghe để củng cố cái có rồi chứ không phải để khám phá điều mới mẻ? Sự phân biệt này rất quan trọng. Và đối với người đang ngủ thì việc nhận ra điều mới mẻ quả là gay go. Đức Giêsu đã công bố Tin Mừng, thế mà Ngài bị từ khước. Dĩ nhiên không phải vì đó là Tin Mừng mà vì đó là tin mới mẻ. Chúng ta kỵ sự mới mẻ. Và thực trạng này càng sớm được nhìn nhận bao nhiêu thì càng ích lợi bấy nhiêu. Chúng ta không muốn những điều mới mẻ, nhất là khi chúng quấy rầy ta, bắt ta phải thay đổi. Và ta càng không ưa chúng nếu chúng bắt ta thú nhận: “Tôi đã sai lầm”. Tôi nhớ lần gặp gỡ một tu sĩ dòng Tên 87 tuổi tại Tây Ban Nha; ngài đã có thời từng là giáo sư và bề trên của tôi ở Ấn Độ cách đây ba hay bốn mươi năm. Lần ấy cũng là một khóa thảo luận, ngài bảo: “Ồ, giá mà cách đây 60 năm tôi được nghe cha nói chuyện. Cha hiểu được điều gì đó còn tôi thì sai lầm suốt cả đời”. Ôi, có Chúa chứng giám. Tôi như chiêm ngắm một kỳ quan của thế giới. Đấy, đức tin đấy, thừa quí bà quí ông kính mến. Đức tin là sự mở lòng mình ra trước chân lý - còn chuyện nó đưa đến kết quả gì, nó dẫn bạn đi đâu không quan trọng. Thậm chí dù bạn không biết nó đang đẩy bước chân trước mặt bạn về đâu cũng không quan trọng. Đức tin là thế đấy. Tôi nói “đức tin” chứ không nói “niềm tin”. Niềm tin sẽ đem lại cho bạn nhiều yên ổn nhưng đức tin thì không. Tin là bất ổn. Bạn sẽ không biết, không hiểu chi cả. Bạn cứ phải sẵn sàng bước theo và mở lòng ra, mở rộng lòng ra. Bạn cứ phải sẵn sàng để lắng nghe. Nhưng xin bạn lưu ý, mở rộng lòng ra không có nghĩa là cả tin, không có nghĩa là ngốn lấy bất cứ cái gì người ta nói.Ồ, nhất định không phải thế! Bạn phải dặt vấn về mọi điều tôi nói chứ. Nhưng hãy dặt vấn trong thái độ cởi mở chứ không vì ngoan cố, bướng bỉnh. Và hãy dặt vấn tất cả. Hãy nhớ lại lời dạy đầy thú vị của Đức Phật: “Các tăng lữ và các học giả đừng đón nhận lời Ta vì kính trọng, song hãy phân tích những lời ấy như cách người thợ kim hoàn thử vàng - là cắt, cạo, chà và nung chảy ra”

Khi bạn làm thế là bạn đang lắng nghe đấy. Và như vậy bạn đã tiến thêm một bước quan trọng trên đường thức tỉnh. Bước đầu tiên, như đã nói trên, là sẵn sàng chấp nhận rằng mình

không muốn thức tỉnh, không muốn hạnh phúc. Đừng quên rằng có đủ thứ trở lực trong chính con người bạn chống lại sự sẵn sàng đó. Bước thứ hai là thái độ sẵn sàng để hiểu, để lắng nghe, để chất vấn toàn bộ hệ thống những điều tin tưởng của bạn. Không chỉ xét lại những niềm tin tôn giáo, chính trị, xã hội, tâm lý của bạn mà là xét lại tất cả. Tóm lại, đó là một thái độ sẵn sàng để đánh giá lại tất cả, như trong cách nói ẩn dụ trên đây của Đức Phật. Và đây tôi sẽ cung cấp cho bạn nhiều hoàn cảnh để làm việc đó.

# BÁC ÁI NGUYỄN TRANG

Bác ái thật ra chỉ là sự vị kỷ giả dạng dưới chiêu bài vị tha. Bạn bảo rằng không bao giờ mình có thể giả dối khi mà mình đang thật sự cố gắng yêu thương và thành tín? Nào bạn hãy để tôi giản lược vấn đề này. Ta hãy giản lược tối đa nhé. Thậm chí ta hãy rút nó lại một cách gọn nhất có thể, ít nhất là để làm bước khởi đầu. Có hai loại ích kỷ. Loại thứ nhất là ta dành cho mình cái khoái lạc của việc làm thỏa mãn chính mình. Ta thường gọi loại ích kỷ này là qui ngã. Loại thứ hai là ta dành cho mình cái khoái lạc được làm thỏa mãn người khác. Đây là một loại ích kỷ tinh tế hơn.

Loại ích kỷ thứ nhất rất rõ ràng, dễ thấy; ngược lại loại thứ hai rất kín ẩn, khó thấy và do đó nguy hiểm hơn. Bởi vì trong trường hợp này ta dễ cảm thấy mình rất cao thượng. Nhưng mỗi xê tới cùng thì té ra ta chẳng cao thượng tí nào. Kìa, bạn muốn phản đối điều tôi vừa nói đấy ư? Tốt lắm!

Này, thưa bà, bà bảo rằng trong trường hợp của bà - bà sống một mình, lui tới nhà xứ và dành một số giờ để phục vụ. Nhưng bà cũng thừa nhận rằng bà làm thế bởi một lý do ích kỷ - bởi nhu cầu được đòi hỏi của bà - và bà cũng biết rằng bà cần được người ta đòi hỏi theo một cách thế sao cho bà cảm thấy được rằng mình đang đóng góp chút đỉnh gì đó cho đời. Bà cũng phân trần rằng người ta cũng cần bà làm thế đấy chứ, có qua có lại mà!

Bà gần hiểu ra rồi đấy! Chúng tôi phải học với bà. Đúng vậy. Người ta có lý khi bảo “Hòn đất ném đi, hòn chì ném lại”. Khi tôi đi cứu tế, tôi cho một cái gì đó, tôi nhận một cái gì đó. Như vậy là đẹp. Như vậy là đúng và là thực tế. Song như vậy không phải là bác ái mà chỉ là sự vị kỷ sáng suốt.

Còn ông, thưa ông, ông xét nét rằng Tin Mừng Đức Giêsu nói cho cùng cũng là một thứ Tin Mừng vụ lợi. Chúng ta thực thi bác ái để đạt được sự sống vĩnh cửu. “Hãy đến, hỡi những kẻ Cha Ta đã chúc phúc, vì khi Ta đói - các người đã cho ăn”, v.v... Ông bảo vậy thì có khác gì điều tôi đã nói trên. Ông còn bảo khi ta nhìn Đức Giêsu, ta thấy các hành vi tế độ của Ngài là những hành vi vô cùng vụ lợi, những hành vi nhằm chinh phục các linh hồn cho đời sống vĩnh cửu. Ông thấy rằng tất cả ý nghĩa cuộc sống không gì ngoài việc tìm kiếm điều lợi cho mình qua những hành vi bác ái.

Ông nói vậy cũng được thôi. Nhưng ông đã ăn gian rồi đấy - bởi ông đã lôi tôn giáo vào đây. Giá như ta dành việc đề cập đến Phúc Âm, đến Kinh thánh, đến Đức Giêsu cho phần cuối của cuộc tĩnh tâm này. Bây giờ mà đề cập nhiều thì vấn đề càng rối rắm hơn đấy. “Ta đói các người cho ăn; Ta khát các người cho uống...”, và họ đã trả lời ra sao? “Có khi nào? Có khi nào chúng tôi thấy Ngài đói khát mà cho ăn cho uống đâu?” Nghĩa là họ đã làm mà chính họ không biết! Đôi khi tôi có ý kỳ cục là: khi vị vua nói “Vì Ta đói các người đã cho ăn” thì đám người bên phải nhao nhao lên: “Đúng là như vậy. Lạy Chúa. Chúng tôi biết rõ mà!”, thế là vị vua chung hửng: - “Ta không nói chuyện với các người. Các người nói bậy rồi. Các người phải nói rằng mình không biết mới đúng”. Ông thích thú với mẫu chuyện tưởng tượng này à? Nhưng ông cũng thuộc trong số “chúng tôi biết rõ” đó đấy. Ông biết rõ cái khoái lạc bên trong khi ông thực hiện những hành vi bác ái. Ha ha! Quả là đối ngược hẳn với những kẻ thưa lên như vậy: “Tôi có làm gì lớn lao lắm đâu. Tôi có cho đi thì tôi cũng có nhận lại. Tôi không hề có ý nghĩ rằng mình đã làm việc gì tốt. Tay trái tôi chẳng hay biết việc tay phải tôi làm”. Ông nên nhớ điều này, một việc tốt chỉ đáng kể là tốt khi ông không ý thức rằng mình đang làm một điều tốt. Chẳng bao giờ ông tốt cho bằng lúc ông không biết rằng ông tốt. Hay như vị Suji vĩ đại (nhà thần bí đạo Hồi) đã nói: “Một vị thánh là một vị thánh cho tới khi vị ấy biết mình là một vị thánh”. Vô ngã! Vô ngã!

Có người sẽ lý luận: “Khoái lạc mà tôi nhận được khi tôi cống hiến - đó chẳng phải là sự sống

vĩnh cửu ở ngay đây là lúc này sao?”. Tôi không biết. Tôi chỉ biết gọi đó là khoái lạc thôi chứ không bận tâm đến một tên gọi nào khác có thể có của nó. Chuyện đó hãy đợi sau này, khi chúng ta đi vào lãnh vực tôn giáo. Nhưng tôi muốn nói ngay từ đầu rằng tôn giáo không nhất thiết phải gắn liền với linh đạo. Tôi nhắc lại là không nhất thiết. Vì thế, xin đừng lôi kéo tôn giáo vào chỗ này.

À, bạn sẽ nêu vấn nạn: “Vậy thì nên nghĩ sao về chuyện người lính nằm đè lên trái lựu đạn để cứu những người khác? Nên nghĩ sao về chuyện người nọ leo lên một chiếc xe cam nhông đầy chất nổ và lao vào trại lính Mỹ ở Beirut? Nên nghĩ sao ư? “Không ai có tình yêu mãnh liệt hơn tình yêu của anh ta”. Nhưng những người lính Mỹ thì sẽ không nghĩ như thế. Họ sẽ bảo rằng việc làm của anh ta có chủ ý gì đó. Bạn cho rằng sự việc thật hải hùng cho anh ta phải không? Nhưng tôi bảo đảm với bạn là anh ta không nghĩ như vậy. Anh nghĩ rằng anh đang đi vào thiên đàng. Và cũng tương tự vậy, chuyện người lính nằm đè trên trái lựu đạn.

Tôi đang cố minh họa một hành động mà trong đó không còn có cái tôi, trong đó bạn đã thức tỉnh và những việc bạn làm là những việc được làm qua bạn. Nghĩa là, đó là những sự xảy ra đúng hơn là những việc làm. “Việc đó hãy được làm nơi tôi”. Tôi không từ chối nó. Còn hể tôi làm việc đó thì tôi đã cho thấy có sự ích kỷ trong hành vi của tôi. Sự ích kỷ ấy có khi chỉ là: “người ta sẽ tưởng nhớ tôi như một vị đại anh hùng” hoặc là: “tôi không thể sống được nếu như tôi không làm điều đó; tôi không thể sống được với cái ý nghĩ là tôi đã bỏ chạy”. Song xin bạn nhớ cho là tôi không bảo rằng không bao giờ có loại hành động trong đó không có cái tôi. Có thể lắm chứ. Bạn sẽ bảo: “trường hợp một người mẹ cứu một đứa con - đứa con của bà - thì sao?” Thì thử giải thích xem tại sao bà không cứu đứa con của người hàng xóm! Vấn đề ở chỗ là “đứa con của bà”. Trường hợp một người lính hi sinh cho tổ quốc cũng vậy; đó là tổ quốc của anh. Nhiều cái chết kiểu đó làm tôi suy nghĩ mãi. Tôi tự hỏi: “Phải chăng đó là kết quả của sự tẩy não?”. Các vị tử đạo cũng quấy rầy tôi. Tôi tưởng tượng các vị ấy đã bị tẩy não. Các vị tử đạo của Hồi giáo, Ấn giáo, Phật giáo, Kitô giáo... đều đã bị tẩy não!

Các vị này luôn mang trong đầu cái suy nghĩ rằng họ phải chết và chết là một điều cao cả. Họ những nhưng đi thẳng vào cái chết. Tuy nhiên xin nhớ cho rằng tôi không bảo hết thảy các vị ấy đều như vậy. Và tôi cũng không loại trừ khả năng hết thảy các vị ấy đều như vậy. Họ đã được tẩy não đến độ sẵn sàng chết. Đôi khi tôi tự nhủ cái quá trình mà chúng ta dùng để đào luyện một vị thánh - chẳng hạn thánh Phanxicô Xaviê - có lẽ cũng không khác gì cái quá trình để đào luyện một tên khủng bố. Người ta có thể làm một cuộc linh thao 30 ngày và trở về với ngọn lửa tình yêu Đức Kitô bùng cháy mà vẫn không hề có chút tự giác nào. Không chừng họ có thể trở thành một xì căng đan lớn. Họ nghĩ mình là đại thánh. Tôi không có ý bôi bác thánh Phanxicô Xaviê ở đây, ngài có lẽ là một vị đại thánh thật, song ngài cũng là một vị bề trên rất dở. Thật đấy. Thử nghiên cứu lịch sử của ngài mà xem. Thánh Inhaxiô vẫn thường xuyên phải can thiệp vào để cứu vãn những tai hại mà con người tốt lành này gây ra do sự bất bao dung của mình. Bạn cần phải bất bao dung nhiều nữa mới mong đạt được điều mà thánh Phanxicô Xaviê đã đạt được. Cứ lên đường, xông lên thẳng tiến - dẫu cho bao xác người gục chết hai bên. Thánh Phanxicô Xaviê bị phê phán cũng chính là ở điểm này. Ngài thường tổng cổ người ta ra khỏi dòng và những người này đã khiêu nại với thánh Inhaxiô, đáng vẫn thường bảo: “Mời bạn về Rôma để chúng ta thảo luận chuyện đó”. Và thánh Inhaxiô đã kín đáo nhận họ trở lại. Bạn tìm thấy được bao nhiêu tự giác trong trường hợp này? Và ai đúng ai sai ta cũng chẳng biết.

Tôi không phủ nhận có thể có những động cơ tinh tuyền. Tôi chỉ nói rằng thường mọi việc ta làm đều nằm trong mục đích vụ lợi. Mọi việc, không trừ việc nào. Khi bạn làm một điều gì đó vì tình yêu Đức Kitô, vậy có phải là ích kỷ không? Phải, nó là ích kỷ. Cũng vậy, bạn đang vụ lợi khi bạn hành động vì tình yêu tha nhân. Tôi xin giải thích điều này.

Giả sử bạn sống ở Phoenix và nuôi trên 500 trẻ mỗi ngày. Bạn có một cảm giác hài lòng về công việc đó chứ? Và hẳn là bạn không muốn có lúc nào phải khó chịu vì công việc đó phải không? Thế mà nhiều khi nó làm bạn khó chịu đấy. Và một số người vẫn làm việc này việc nọ

để không phải bị những cảm giác khó chịu. Họ gọi đó là bác ái. Không ai bắt bẻ gì được về hành động của họ. Nhưng đó không phải là tình yêu. Dầu sao cũng cảm ơn Chúa vì bạn đang làm việc cho con người và vì công việc ấy cũng thích thích. Hết sẩy! Bạn là một người lành mạnh vì bạn “ích kỷ”. Lành mạnh thật đấy.

Tôi xin tóm lại điều tôi đang nói về đức ái vô vụ lợi. Tôi đã nói là có hai loại ích kỷ; song lẽ ra phải nói là ba. Loại thứ nhất, khi tôi làm điều gì đó - hay đúng hơn - khi tôi dành cho mình cái khoái lạc của việc thỏa mãn chính mình; loại thứ hai, khi tôi dành cho mình cái khoái lạc của việc thỏa mãn người khác. Đừng tự mãn về điều đó. Đừng tưởng mình đã trở nên một đại nhân. Bạn vẫn là một người rất bình thường thôi, có điều bạn có được những sở thích tao nhã. Sở thích của bạn tốt thật nhưng sở thích không phải là tiêu chuẩn để đánh giá linh đạo của bạn. Thuở còn bé bạn khoái coca-cola; bây giờ cao niên, bạn thích uống bia lạnh vào những ngày nóng bức. Nghĩa là bây giờ có những sở thích tốt hơn. Tuy nhiên, đằng nào bạn cũng tìm khoái lạc của bạn thôi, khác chẳng là bây giờ khoái lạc ấy của bạn nằm trong cái khoái lạc làm vui lòng người khác. Rồi bạn sẽ có loại ích kỷ thứ ba - loại ích kỷ tệ hại nhất: Bạn làm điều tốt để tránh cảm giác khó chịu. Bạn bực dọc chứ không khoan khoái để làm nó. Bạn ghét nó. Bạn vừa hy sinh vừa quẫn rầu. Ấy! Bạn chưa biết mình bao nhiêu đau nếu bạn cho rằng mình không phải là người như vậy.

Nếu tôi được một đô la mỗi khi tôi làm những việc khiến mình khó chịu thì bây giờ tôi đã là triệu phú mất rồi. Tôi sẽ gọi cho bạn hiểu cách nó diễn biến nhé. - “Thưa cha, tối nay con có thể gặp cha được không ạ?” - “Ừ, con cứ đến”. Tôi không muốn gặp anh ta, thậm chí tôi ghét gặp anh ta nữa. Tối nay tôi muốn xem truyền hình, nhưng làm sao tôi có thể nói “không” với anh ta được? Tôi không có can đảm từ chối. “Con cứ đến”, miệng nói thế nhưng lòng tôi nghĩ: “Chúa ơi, con lại phải chịu đựng nỗi khổ này”.

Gặp anh ta tôi bực mình lắm, mà nói “không” với anh ta tôi cũng bất an - tôi chọn điều dữ ít hơn giữa hai điều dữ: “Ừ, con cứ tới”. Tôi thầm mong chuyện này chóng xong, và để được thế, tôi ráp tâm sẽ làm bộ mặt thật lạnh. Thế nhưng, lại trật đường rây: - “Khỏe không con?” - “Khỏe lắm ạ”, anh ta trả lời và cứ thế huyền thiên chuyện không đầu không đuôi trong lúc tôi sốt cả ruột: Trời đất! Không biết bao giờ anh ta mới đi vào vấn đề - và tôi nói với anh ta với ẩn ý muốn chấm dứt câu chuyện: - “Chà, vấn đề ấy không có chi rắc rối”. Rồi tôi bảo anh ta về. “Úi chà, thoát được của nợ”, tôi tự nhủ. Sáng hôm sau, lúc điểm tâm - (bút rút vì mình đã xử sự thô lỗ) - tôi đến gần anh ta và bảo: - “Đỡ không con?” Anh ta đáp: - “Ổn rồi cha ạ”, và anh ta còn thêm: - “Thưa cha, những điều cha dạy con tối qua đã thực sự giúp con. Vậy hôm nay sau cơm trưa con gặp cha được không ạ?” Trời đất ơi!

Bạn hành động để khỏi bút rút; đó là loại bác ái tệ hại nhất. Bạn không có can đảm để nói toạc ra rằng bạn muốn được ở một mình. Bạn muốn được người ta nghĩ bạn là một linh mục tốt! Bạn giải thích rằng vì bạn không muốn làm khổ người khác à? Thôi đi, tôi không tin đâu. Tôi không tin bất cứ kẻ nào tuyên bố rằng mình không muốn làm khổ người khác. Bởi chúng ta muốn làm khổ người khác, đặc biệt một số người nào đó. Chúng ta thích vậy. Và chúng ta vui mừng khi thấy có ai đó đang gieo tai rắc họa cho người khác. Chúng ta không muốn tự mình ra tay hành khổ thiên hạ chỉ vì chúng ta sợ cần rút! A, vấn đề là thế đó. Sở dĩ chúng ta không hành khổ người ta là vì chúng ta muốn giữ thanh danh, giữ cảm tình và muốn tránh búa rìu dư luận.

# BẠN ĐANG BẠN TÂM VỀ ĐIỀU GÌ?

Đời là một bữa tiệc lớn. Trớ trêu thay, rất nhiều người lại đang chết đói. Đây là vấn đề tôi đang muốn bàn. Có một câu chuyện lý thú về những người nằm chết khát trên chiếc bè lênh đênh ngoài khơi bờ biển Brazil. Họ không hề hay biết nước biển ngay chỗ bè họ trôi là nước ngọt. Thật vậy, dòng chảy của con sông mạnh đến nỗi nó tống ra biển xa đến hai dặm và nước ngay chỗ họ vẫn là nước sông. Nhưng họ không hề biết. Cũng tương tự như vậy, quanh chúng ta là biết bao niềm vui, hạnh phúc, yêu thương... nhưng phần lớn người ta chẳng hay biết gì. Vì họ đã bị tẩy não. Vì họ đã bị thôi miên - và họ đang ngủ mê. Hãy hình dung một tay ảo thuật sân khấu nọ đang thôi miên một người làm cho người ấy chỉ thấy những cái không có đó và không thấy gì những cái có đó. Mấu chốt vấn đề nằm ở đây. Hãy hoán cải và đón nhận Tin Mừng. Hãy hoán cải! Hãy thức tỉnh! Đừng rên rỉ về tội lỗi của bạn nữa. Mà sao lại phải khóc lóc về những tội mình phạm khi mình còn đang ngủ mê? Bạn sẽ dần vất vì những gì bạn đã làm trong tình trạng bị thôi miên ư? Đừng thế. Hãy thức tỉnh! Thức tỉnh đi! Hoán cải đi! Hãy mặc lấy một tinh thần mới. Hãy nhìn mọi sự bằng một cách nhìn mới! Vì “Nước Trời đã đến rồi!” Đó mới là người Kitô hữu đích thực. Tôi đã nói rằng việc đầu tiên bạn cần làm là thức tỉnh, là nhìn nhận sự thật rằng mình không muốn thức tỉnh. Bạn không muốn mất những thứ - mà do bị thôi miên - bạn tin rằng chúng vô cùng quý báu đối với bạn, vô cùng quan trọng cho cuộc sống và cho sự sống còn của bạn. Điều thứ hai là bạn phải hiểu. Bạn phải hiểu rằng rất có thể mình đã nghĩ sai - và chính sự sai lầm này ảnh hưởng lên cuộc sống của bạn, biến cuộc sống của bạn thành một mớ bòng bong và trì giữ bạn trong cơn mê. Sự sai lầm ấy có thể là về tình yêu, về tự do, hạnh phúc, v.v... Và quả là chẳng dễ dàng gì để lắng nghe một ai đó dám trút phế chính những ý tưởng mà bạn vẫn hằng nâng niu, quý trọng.

Người ta đã có một số nghiên cứu lý thú về đề tài tẩy não. Những nghiên cứu này cho thấy rằng khi bạn tiếp nhận hoặc thâm nạp một suy nghĩ của kẻ khác chứ không phải của mình là đích thị bạn đã bị tẩy não. Và thật khôi hài là bạn sẵn sàng liều chết cho ý tưởng này. Kỳ quái thật! Giảo nghiệm trước hết để xem bạn đã bị tẩy não và đã thâm nạp những xác tín và những niềm tin nào đó chưa là chính những khi mà chúng bị công kích. Nếu bạn choáng váng, nếu bạn phản ứng bốc đồng, thì đó là dấu hiệu rõ nhất (tuy không phải là dấu hiệu không thể sai lầm) cho biết rằng bạn đã bị tẩy não. Bạn sẵn sàng chết cho một ý tưởng không bao giờ là của bạn. Những tay khủng bố và những vị thánh (tạm gọi như vậy) tiếp nhận một ý tưởng, nhai nuốt nó và sẵn sàng thí mạng cho nó. Thật không dễ lắng nghe, nhất là khi bạn cuồng nhiệt với một ý tưởng nào đó. Và ngay cả khi bạn không cuồng nhiệt, bạn cũng không dễ lắng nghe. Bạn luôn lắng nghe trong sự khống chế của chương trình của bạn, của điều kiện này điều kiện nọ, của tình trạng bị thôi miên. Bạn thường giải thích điều người ta nói bằng thứ ngôn ngữ của bạn, ngôn ngữ của một kẻ bị thôi miên, bị lệ thuộc vào chương trình này điều kiện nọ. Tương tự như cô gái kia nghe thuyết trình về nông nghiệp, đã phát biểu: - “Xin lỗi, thưa ông. Tôi hoàn toàn nhất trí với ông về chuyện loại phân tốt nhất là phân ngựa già. Nhưng ông làm ơn cho biết ngựa bao nhiêu tuổi là ngựa tốt nhất ạ”. Bạn có thể suy ra ngay là gốc gác cô ta ở đâu không? Mỗi người chúng ta đều có vị trí riêng, và chúng ta lắng nghe từ những góc độ đó. “Chà, Henry kỳ này trông khác dữ! Trước đây bạn cao sao bây giờ lùn vậy. Trước bạn to con nhưng bây giờ trông “tóp” hẳn. Trước bạn trắng trẻo sao lúc này trông sạm đi. Sao vậy, Henry?” Henry trả lời: - “Tôi không phải là Henry. Tôi là John” - “Ồ, bạn đổi cả tên nữa?” Thế đó, làm sao bạn bảo những người như vậy lắng nghe cho được!

Điều khó nhất trên đời là nghe, là hiểu. Chúng ta không muốn hiểu. Và một người giàu thật khó hiểu người nghèo. Chúng ta không muốn nhìn, bởi nếu nhìn - ta sợ phải thay đổi. Vâng, chúng ta không muốn nhìn. Bạn sợ nếu nhìn thì mình dễ vượt mất cuộc đời mà mình đang gắn vào đó một cách rất chên vênh. Bởi đó để thức tỉnh, cái cần nhất không phải là năng lực, sức mạnh, sự trẻ trung hay một bộ óc thông minh tuyệt vời. Điều cần nhất là thái độ sẵn sàng tiếp thu cái mới. Càng mở rộng lòng - chứ không trốn chạy - trước sự thật thì bạn càng có nhiều cơ may để thức tỉnh. Bạn đang sẵn sàng ở mức nào? Bạn có bao nhiêu bản lĩnh để dứt khoát với

những gì mà mình vốn quyền luyện? Bạn có hay dị ứng với bất cứ điều chi mới mẻ?

Phản ứng đầu tiên là sợ hãi. Không phải chúng ta sợ hãi cái mình không biết. Người ta không thể sợ cái mà họ không biết. Không bao giờ. Điều bạn thật sự sợ đó là phải đánh mất những gì mình đã biết. Vâng, đó mới chính là nỗi sợ của bạn.

Tôi đã từng đưa ra một ví dụ minh họa rằng mọi việc chúng ta làm đều có nhiễm màu ích kỷ. Tôi biết nói vậy thật dễ bị chống chế. Nhưng chúng ta hãy dành thêm một phút để đào sâu chút nữa về vấn đề này. Nhận rằng mọi việc bạn làm đều bởi động cơ vụ lợi - một cách rõ ràng hay không rõ ràng - thì bạn phải nghĩ sao về tất cả những hành vi bác ái và những việc lành của mình? Nghĩ sao đây? Xin đề nghị với bạn một bài tập nhỏ. Bạn hãy nhớ lại tất cả những việc lành mình đã làm, hay một số trong chúng (vì tôi chỉ cho bạn có vài giây). Bây giờ bạn hãy nhìn nhận rằng những việc lành đó đều thực sự xuất phát từ động cơ vụ lợi, dù bạn thấy rõ hay không. Sao? Bạn có còn tiếp tục kiêu hãnh? Bạn có còn tiếp tục hợm hĩnh? Bạn có còn tiếp tục cảm thấy khoan khoái, dễ chịu - thứ cảm giác mà bạn vẫn có mỗi khi bạn nghĩ rằng mình vừa làm một việc rất ư là bác ái? Bạn thấy sao, tất cả đều xẹp xuống như quả bóng xì phải không? Còn đối với người láng giềng mà bạn vẫn trề môi chê rằng thậm chí ích kỷ, bây giờ bạn nghĩ sao? Bạn thấy khác rồi phải không? Hay là bạn sẽ bảo: “Không. Anh hàng xóm ấy của tôi còn tầm thường hơn tôi”. Này, chính bạn mới thực là người nguy hiểm hơn. Đức Giêsu Kitô xem ra không gặp nhiều lỗi thôi rắc rối với loại người khác cho bằng với loại người như bạn. Những người khác ít gây phiền toái cho Ngài hơn nhiều. Ngài cứ phải đựng độ hoài với những người chắc mẫm rằng mình tốt. Còn những người khác - những người công khai ích kỷ và biết rằng mình ích kỷ - xem ra đã không gây lộn xộn cho Ngài bao nhiêu. Bạn có nhận ra được một sức giải phóng lớn lao không? Nào, thức tỉnh đi! Bạn đang được giải phóng. Hoan hô! Kìa, bạn cảm thấy ngã lòng ư? Ấy, hượm đã! Hiểu ra được rằng mình chẳng tốt lành hơn ai là tuyệt vời lắm rồi. Thật đấy, bạn nghĩ kỹ lại xem. Thế sao bạn ngã lòng? Hãy nhìn lại những gì mà chúng ta đã phơi ra ánh sáng: sự vênh vang của bạn, thói tự mãn và khinh người của bạn. Chúng ta đã lột trần rồi đấy.

# TỐT, XẤU, HAY MAY MẮN?

Tôi cho rằng sự ích kỷ dường như là do bản năng tự tồn mà có - một bản năng cơ bản và sâu xa nhất. Làm sao ta có thể chọn vô ngã? Điều đó cũng gần như là chọn cái không có. Mà chọn cái không có, theo tôi, dường như là điều không thể có. Dầu sao thì bạn cũng đừng phiền lụy nữa vì thấy mình ích kỷ. Chúng ta ai cũng ích kỷ vậy thôi. Có một người - không phải là Kitô hữu - đã phát biểu rất lý thú về Đức Giêsu như sau: “Nét đáng yêu nơi Đức Giêsu là việc Ngài hết sức hội nhập với những người tội lỗi, bởi Ngài biết rằng Ngài không tốt hơn họ chút nào”. Sự khác biệt giữa chúng ta và những người khác - chẳng hạn các phạm nhân - hệ tại ở khía cạnh “làm gì” hay “không làm gì”, chứ không phải ở khía cạnh “là gì”. Sự khác biệt duy nhất giữa Đức Giêsu và những người khác đó là Ngài đã thức tỉnh, còn họ thì không. Bạn thử quan sát những người trúng xổ số, có ai trong họ nói thế này không: “Tôi rất hãnh diện nhận giải thưởng này, không phải cho tôi mà là cho đất nước và đồng bào tôi”? Không ai nói thế đâu. Bởi họ trúng giải lớn - giải độc đắc đó - là nhờ họ may mắn. May mắn, không hơn không kém. Có gì để mà vinh với vang!

Cũng vậy, nếu bạn có hiểu ra được cái gì thì đó là ích lợi và may mắn cho bạn. Bạn định huênh hoang à? Có gì đâu mà huênh hoang? Bạn không nhận ra được rằng sự huênh hoang về những việc làm của mình là quá ư ngu xuẩn ư? Hãy nhớ lại câu chuyện người Phariseu lên đền thờ cầu nguyện. Anh ta không phải là một người xấu mà là một người ngu. Vâng, anh ta ngu chứ không xấu. Anh ta không chịu dừng lại để ngẫm nghĩ. Tôi nhớ một câu nói của ai đó rằng: “Tôi không dám dừng lại để ngẫm nghĩ - vì tôi ngại phải bắt đầu lại từ đầu”.

## 2. ẢO TƯỞNG CỦA TA VỀ NGƯỜI KHÁC

# ẢO TƯỢNG CỦA TA VỀ NGƯỜI KHÁC

Do đó nếu bạn dừng lại để suy nghĩ, bạn sẽ thấy ngay là rốt cục chẳng có chi đáng tự hào. Áp dụng vào mối tương quan giữa bạn với người khác thì sao? Bạn đang phàn nàn điều gì? Bạn đến kể lể rằng cô bạn gái của bạn đã cho bạn “leo cây”, rằng cô ấy không thành thực. Bạn đang phàn nàn điều gì? Có phải bạn ước giá chi sự việc đỡ tồi tệ hơn? Này, bạn hãy chờ mong điều tồi tệ nhất, bởi bạn đang quan hệ với những người ích kỷ cơ mà. Bạn ngốc. Ai bảo bạn tô son điểm phấn cho cô ta? Bạn nghĩ cô ấy là một quý nương. Bạn nghĩ thiên hạ tốt lành. Trật lất! Họ không tốt. Họ xấu y như bạn vậy, bạn hiểu không? Họ cũng mê ngủ như bạn vậy. Và bạn chò rằng họ đang tìm kiếm cái gì? Họ tìm cái tôi của họ, cũng y như bạn vậy. Ai cũng thế thôi. Hãy tưởng tượng nếu từ nay bạn không bao giờ dấn lại vết cũ để phải vỡ mộng, để phải thất vọng nữa. Khi ấy bạn sẽ được tự do biết bao! Bạn sẽ không bao giờ nếm mùi “leo cây” nữa. Không bao giờ phải khổ vì bị “chờ ra rìa” nữa. Bạn muốn thức tỉnh ư? Muốn hạnh phúc? Muốn tự do? Đây là cách: Vứt bỏ những ý tưởng sai lầm của bạn đi. Hãy thấu triệt người ta. Hãy biết suy bụng ta ra bụng người. Rồi bạn sẽ thấy yêu thương họ. Còn nếu không - ấy là bạn đã phung phí đời mình để khư khư với những ảo tưởng thường xuyên bắt bạn phải “hồi ôi”.

Có lẽ nhiều người sẽ hốt hoảng khi nhận ra rằng mọi người - chỉ trừ một số ít ỏi đã thức tỉnh - đều ích kỷ và đều vụ lợi, dù một cách thô bỉ hay một cách tế nhị. Nhận ra được sự thực này sẽ giúp bạn không còn thấy có gì để vỡ mộng hay ngã lòng cả. Người ta không thể thất vọng nếu người ta luôn ở trong thực tế. Chỉ tại bạn đã tô hồng người ta, bạn không muốn nhìn thẳng bản chất người ta - vì bạn không muốn nhìn thẳng bản chất chính bạn - mà bây giờ bạn phải trả giá đấy thôi!

Trước khi thảo luận vấn đề này, tôi xin kể một câu chuyện. Đây đó có người đặt câu hỏi rằng “giác ngộ là gì? Thức tỉnh là gì?” Nó như một gã bụi đời nọ ở Luân Đôn đang tìm một chỗ qua đêm. Gã đói cồn cào vì chưa tìm ra được chút gì để bỏ bụng. Gã bước lại chỗ vách đá bờ sông Thames. Trời mưa lất phất. Gã thu mình co ro trong chiếc áo khoác nhàu nát cũ kỹ. Gã lim dim ngủ. Thình lình một chiếc Rolls -Royce đỗ lại chỗ gã. Một phụ nữ trẻ đẹp bước xuống và nói: - “Này anh chàng khốn khổ kia, anh định ngủ đêm trên cái bờ vách đá này à?” Gã đáp: - “Thưa vâng ạ”. Nàng bảo: - “Làm sao có thể thế được. Anh đến nhà tôi đi. Anh sẽ được một đêm thoải mái, một bữa tối ấm bụng”. Nàng cố nài gã lên xe. Thế là, họ đi khỏi Luân Đôn và tới một nơi mà người phụ nữ có một lầu đài thênh thang với cả một khuôn vườn trải rộng. Người quản gia đón họ vào và nàng bảo anh ta: - “Này James, anh làm ơn đưa ông này đến nghỉ chỗ khu người làm và săn sóc tử tế nhé”. James làm theo như vậy. Bà chủ trẻ đã thay đồ và sửa soạn đi ngủ thì chợt nhớ đến người khách trú đêm của mình. Nàng khoác vội một thứ gì đó lên người và bước dọc theo hành lang đến khu người làm. Nàng thấy chút ánh sáng hắt ra từ khe cửa phòng gã bụi đời ở. Nàng gõ nhẹ, mở cửa bước vào và thấy gã vẫn còn thức. Nàng hỏi: - “Sao anh bạn tốt của tôi, có chuyện gì, anh chưa được bữa tối ấm bụng à?” Gã đáp: - “Thưa bà, đời tôi chưa bao giờ được bữa ngon đến thế” - “Thế anh có đủ ấm không?” - “Dạ, chiếc giường ấm áp lắm ạ”. Đoạn nàng bảo: - “chắc anh muốn có người bạn nhỏ bé bên cạnh. Sao anh không dịch gần thêm chút nữa? Nàng sắp lại gần hơn và gã cũng dịch thêm một chút, gã rơi tõm xuống... sông Thames!

Ha ha! Bạn không muốn rơi xuống sông Thames như gã bụi đời ấy chứ? Thì tỉnh ngộ đi! Thức tỉnh đi! Khi bạn sẵn sàng đối ảo tưởng lấy hiện thực, đối những giấc mơ lấy thực tế, thì bạn sẽ hiểu ra tất cả. Chính thực tế là nơi cuối cùng cuộc sống của bạn tìm ra ý nghĩa và vẻ đẹp.

Có câu chuyện kể về Ramirez. Đó là một ông lão sống trong một tòa lầu đài trên đồi. Ông nhìn ra cửa sổ (ông ở trên giường, vì bị bại liệt) và trông thấy kẻ thù của ông tới. Đó cũng là một ông già, chống gậy, leo lên đồi một cách rất vất vả và chậm chạp. Phải đến 2 tiếng rưỡi đồng hồ ông ta mới leo lên tới. Ramirez không biết phải xoay xử thế nào, bởi các gia nhân đều đang đi nghỉ. Kẻ thù mở cửa, bước thẳng tới giường của Ramirez thọc tay vào túi áo khoác và móc ra khẩu súng. Y bảo: - “Quả đất xoay tròn, Ramirez. Bây giờ chúng ta phải giải quyết nợ

nằm với nhau!” Ramirez cố thuyết phục để y đừng bắn. Ông bảo: - “Ấy! Borgia. Hưm đã. Bây giờ nên nhớ là bây giờ tao đâu còn là thằng chơi tòi như ngày xưa nữa, và mày cũng đâu phải như hồi đó nữa. Dẹp bỏ chuyện đó đi cho rồi!” Kẻ thù Ramirez nói: - “Ồ, dẹp bỏ thế nào được. Mày không ru tao được đâu. Sứ mệnh thiêng liêng này tao phải thi hành. Tao chỉ muốn trả thù và mày hết làm quái gì được rồi” Ramirez nói: - Mày làm. Tao vẫn còn làm được cái gì đấy”. - “Mày làm gì nào?” - “Tao có thể thức tỉnh ra”, Ramirez trả lời. Và ông đã thức tỉnh. Tỉnh ngộ là thế đó. Nếu có ai nói với bạn: “Mày không còn làm được quái gì nữa”. Bạn hãy trả lời: “Có, tôi sẽ thức tỉnh”. Và thật bất chợt, cuộc sống không còn là cơn ác mộng như trước đây nó vẫn thế nữa. Bạn hãy thức tỉnh đi!

Có người đến gặp tôi để đưa ra một thắc mắc. Bạn có đoán được anh ta thắc mắc gì không? Anh ta hỏi tôi: “Chà đã tỉnh ngộ chưa?” Bạn nghĩ câu trả lời của tôi là gì nào? Tôi nói với anh ta: “chuyện đó thì quan trọng gì!”

Bạn cần một câu trả lời hay hơn nữa à? Nếu vậy thì tôi sẽ đáp: “Làm sao tôi biết được? Làm sao bạn biết được? Chuyện đó có ăn thua gì không?” Giờ đây thì bạn đã hiểu ra điều gì đó rồi phải không? Nếu bạn quá tha thiết với bất luận một cái gì thì bạn sẽ phải bồn chồn lo lắng nhiều. Điều nữa, nếu tôi đã tỉnh ngộ và bạn lắng nghe tôi vì tôi tỉnh ngộ - bạn cũng sẽ gặp lỗi thôi không ít đâu đấy. Đừng quên rằng bất cứ ai cũng có thể tẩy não bạn. Bạn sẵn sàng để cho một người tỉnh ngộ tẩy não bạn ư? Phải chăng chúng ta thường muốn dựa vào một người nào đó? Chúng ta muốn dựa vào bất cứ ai mà ta nghĩ là minh triết. Chúng ta thích nghe người ấy nói. Chúng ta kỳ vọng điều này điều nọ nơi người ấy. Đó chẳng phải là một dạng khác của lòng ham hố sao?

Bạn muốn hy vọng một điều tốt hơn cái bạn đang có lúc này phải không? Nếu chẳng vậy thì đâu phải bạn đang hy vọng. Nhưng, bạn quên rằng chính lúc này bạn đang có tất cả. Tại sao không tập trung vào cái hiện tại thay vì hy vọng vào những thời gian tốt hơn ở tương lai? Tại sao không nhận thức cho được cái hiện tại thay vì bỏ quên nó và hy vọng vào tương lai? Rồi tương lai, đến lượt nó, cũng lại là một cái bẫy khác!

# NỘI QUAN

Cách duy nhất mà một người có thể giúp bạn là thách thức các suy nghĩ, quan niệm của bạn. Nếu như bạn sẵn sàng lắng nghe và sẵn sàng để bị thách thức, còn một điều bạn có thể làm mà không ai có thể giúp được bạn. Điều quan trọng nhất ấy là gì? Người ta gọi đó là nội quan. Vấn đề này thì không ai có thể giúp bạn được. Không ai có thể cho bạn một phương pháp, một kỹ thuật. Vì học một kỹ thuật của người khác có nghĩa là muốn thí nghiệm đi thí nghiệm lại trên chính mình mãi. Mà nội quan - việc quan sát chính mình - thật quan trọng. Nó không phải là qui ngã, vì qui ngã là hướng về mình, quan tâm về mình, ưu tư về mình. Nội quan thì khác. Nó là gì? Đó là việc quan sát mọi thứ nơi bạn và quanh bạn một cách tỉ mỉ hết sức và quan sát nó như thể nó đang xảy ra cho một ai đó khác. Như vậy là làm sao? Nghĩa là bạn không được ngã vị hóa những chuyện đang xảy đến cho bạn. Nghĩa là bạn nhìn mọi sự như thể chúng không có mấy may liên hệ gì đến mình.

Bạn khổ vì chán nản, lo âu - đấy là vì bạn tự đồng hóa mình với chúng. Bạn nói: “Tôi chán quá”. Nhưng nói thế không đúng đâu. Bạn không chán. Nếu muốn phát biểu cho được chuẩn xác, bạn phải nói: “Lúc này tôi đang có kinh nghiệm về một nỗi chán” Gần như bạn không được nói: “Tôi chán nản”. Bởi bạn không phải là sự chán nản của bạn. Thật ra đấy chỉ là một loại trí trá kỳ quặc của ý thức, một loại ảo tưởng lạ lùng. Bạn tự đánh lừa mình - dù bạn không nhận ra - khi nghĩ rằng bạn là niềm vui hay sự hưng phấn mà bạn đang có. “Tôi vui sướng!” Chắc chắn bạn không vui sướng. Vui sướng có thể đang có nơi bạn ngay lúc này, nhưng hãy xem, nó sẽ thay đổi, nó sẽ không lưu tồn vì nó không bao giờ lưu tồn, nó tiếp tục biến đổi bởi nó vẫn luôn luôn biến đổi. Mây kéo đến kéo đi: mây đen mây trắng; cụm nhỏ cụm to. Nếu theo phép loại suy thì ở đây bạn là bầu trời - bầu trời nhìn ngắm mây tụ mây tan. Bạn là người quan sát thụ động, vô tư. Như vậy thật khó, nhất là đối với nhiều người thuộc văn hóa tây phương. Bạn không can thiệp, không dúng vào, không “táy máy” một cái gì cả. Bạn chỉ theo dõi, quan sát thôi.

Rắc rối thường xảy ra với những người mãi lo điều chỉnh những cái mà thậm chí họ không hiểu. Chúng ta luôn luôn táy máy như thế phải không? Chẳng bao giờ chúng ta chịu hiểu cho rằng sự việc không cần điều chỉnh chi cả. Thật sự như vậy. Chúng chỉ cần được hiểu. Và nếu bạn hiểu chúng, tự nhiên chúng sẽ thay đổi. Đây là một sự khai trí cực kỳ vĩ đại.

# NHẬN THỨC CHỨ KHÔNG ĐÁNH GIÁ

Bạn muốn thay đổi thế giới? Nên chẳng bắt đầu từ chính bạn? Nên chẳng thay đổi bản thân bạn trước? Nhưng để được vậy phải làm sao đây? Bằng quan sát. Bằng nhận hiểu. Phần bạn dùng dính vào, cũng đừng đánh giá. Vì bạn không hiểu được điều bạn đánh giá đâu.

Khi bạn nói về người nào đó: “Hắn là tên cộng sản”, thì lập tức sự nhận hiểu của bạn đã dừng lại. Bạn đã dán một nhãn hiệu lên trán anh ta rồi. “Cô ấy theo tư bản”, nói vậy là bắt đầu hết hiểu nổi cô ta. Bạn đã dán nhãn hiệu cho cô ta rồi. Và nếu cái nhãn hiệu ấy có hàm chứa thêm sự tán đồng hay phi bác thì sự thể còn tồi tệ hơn nhiều. Cứ lấy ngay thí dụ trên, bạn nắm hiểu thế nào về điều mà bạn tán đồng hay phi bác đây? Vấn đề này nghe như chuyện cung trăng phải không? Không đánh giá, không bình phẩm, không phản ứng. Chỉ thuần túy quan sát, nghiên cứu, theo dõi mà không một bận ham muốn thay đổi cái đang là. Vì nếu bạn muốn thay đổi cái đang là thành cái nên là (theo ý bạn nghĩ), thì bạn hết hiểu. Một tay huấn luyện chó cố gắng tìm hiểu con chó để anh ta có thể dạy cho nó làm vài ngón nghề. Một nhà khoa học quan sát đời sống loài kiến chẳng vì mục đích gì khác hơn là để nghiên cứu kiến, để hiểu kiến càng nhiều càng tốt. Ngoài ra không nhằm gì khác. Ông ta không cố huấn luyện chúng hay cố kiểm soát gì nơi chúng. Ông thích thích loài côn trùng này và ông muốn khám phá tối đa về chúng; thể thôi. Đó là thái độ của nhà khoa học. Phần bạn, đến lúc nào bạn có được một thái độ như vậy bạn sẽ có kinh nghiệm về một phép lạ. Bạn sẽ thay đổi dễ dàng và đúng đắn. Thật vậy, sự thay đổi tự nó sẽ xảy ra, bạn không phải tạo ra nó. Khi đời sống ý thức chế ngự sự vô minh của bạn thì những gì xấu sẽ biến mất. Những gì tốt sẽ nảy nở. Bạn sẽ phải cảm nghiệm điều này cho chính mình.

Nhưng vấn đề này đòi hỏi phải có một ý thức kỷ luật. Và khi tôi đề cập đến kỷ luật tôi không muốn nói đến chuyện nỗ lực mà muốn nói đến một thứ khác. Bạn đã bao giờ để ý đến một vận động viên chưa? Cả cuộc đời anh ta là thể thao - và đó cũng là một cuộc đời đầy khuôn phép kỷ luật. Bạn cũng hãy nhìn ngắm dòng sông tuôn ra biển; chính nó tự tạo lấy đôi bờ cho nó. Khi bên trong bạn có một cái gì đó vận động đúng chiều hướng, nó sẽ tự tạo lấy kỷ luật cho nó. Đó là lúc mà bạn cảm thấy như con rệp ý thức cắn mình. Ôi, quả là thú vị! Điều thú vị nhất trên đời đây bạn ạ. Và đó cũng là điều quan trọng nhất. Trên đời này có gì quan trọng như sự thức tỉnh đâu. Chắc chắn là không có gì. Và dĩ nhiên, thức tỉnh cũng có kỷ luật riêng của nó.

Không gì thú vị bằng ý thức. Chẳng lẽ bạn thích sống trong tối tăm hơn? Bạn thích hành động mà không ý thức hành động của mình, nói mà không nắm được lời mình nói, lắng nghe mà không hiểu được điều mình nghe, ngắm nhìn mà không thấu triệt được điều mình thấy? Nhà hiền triết Socrates đã nói: “Cuộc sống không ý thức không đáng sống”. Chân lý này tự nó đã rõ ràng rồi. Thực tế phần đông người ta không sống cuộc sống ý thức. Họ chỉ sống cuộc sống máy móc: suy nghĩ máy móc - thường là rập khuôn theo kẻ khác -, tình cảm máy móc, hành động máy móc, phản ứng máy móc. Bạn có muốn biết thực sự bạn máy móc thế nào không? “Ồ, cái áo bạn đang mặc dễ thương quá” Nghe mà thấy khoái. Trời đất! Bạn hãnh diện chỉ vì cái áo. Người ta lặn lội đến trung tâm của tôi ở Ấn Độ, họ bảo: “Một địa điểm lý tưởng biết bao! Những hàng cây trồng thật thích mắt! Khí hậu ở đây thật tuyệt!” Nghe mà sướng rơn; nhưng rồi tôi bỗng tự hỏi mình: “Này, mày có tưởng tượng được có gì ngu xuẩn hơn cái cảm giác khoái trá của mày ấy không?” Bởi tôi đâu có trách nhiệm gì về những hàng cây đó, tôi cũng không trách nhiệm việc chọn lựa địa điểm. Tôi đâu có ra lệnh cho thời tiết được, nắng mưa là chuyện của trời mà. Nhưng vì tôi phóng cái tôi của mình vào đó - nên tôi cảm thấy khoái. Cũng vậy, nền văn hóa của tôi, quốc gia của tôi làm cho tôi khoái. Bạn thấy là ngu xuẩn chừng nào. Người ta bảo tôi rằng nền văn hóa Ấn Độ vĩ đại của tôi đã sản sinh ra bao nhiêu nhà thần bí. Tôi đâu có tạo ra các nhà thần bí ấy. Tôi đâu có trách nhiệm về các vị ấy. Người ta lại bảo tôi: “Đất nước của ông và sự đói nghèo bần cùng ở đây thật khủng khiếp”. Tôi cảm thấy xấu hổ. Nhưng tôi đâu có tạo ra đất nước hay sự bần cùng của đất nước tôi. Có bao giờ bạn dừng lại để nghĩ xem chuyện gì sẽ xảy ra khi người ta bảo bạn: “Bạn quyến rũ lắm”? Bạn cảm thấy “đã ời là

đã". Bạn như bay bổng trên chín tầng mây (người ta khen bạn, khen tôi cũng vì mục đích đó). Một ngày nào đó tôi định sẽ viết một cuốn sách mang tựa đề "Tôi là một con lừa, bạn là một con lừa". Công khai nhìn nhận mình là một con lừa sẽ làm cho người ta được tự do nhất và được lý thú nhất trên đời. Lý thú lắm bạn ạ. Khi người ta bảo tôi: "Anh sai rồi", tôi sẽ trả lời: "Thế ngài chờ gì nơi một con lừa"

Vậy đó. Người ta ở nhỏ chứ không đấu đá nhau nữa. Trong cuộc giải phóng cuối cùng đó, tôi là một con lừa, bạn là một con lừa. Bấy giờ thì, tôi nhấn một nút - bạn đứng lên, tôi nhấn một nút khác - bạn ngồi xuống. Và bạn tự nhiên thích vậy. Bạn biết có bao nhiêu người vô cảm trước mọi lời chì tiếng bác? Chúng ta bảo như vậy không phải là người. Là người nghĩa là bạn phải hơi khỉ một chút, và mọi người có thể véo tai bạn - và bạn làm bất cứ cái gì bạn bị buộc phải làm. Vậy là người đó ư? Nếu bạn thấy tôi quyến rũ, thì điều đó cho biết bạn hiện có một tâm trí sáng suốt, vậy thôi.

Nó cũng có nghĩa rằng tôi đã kê danh sách mua hàng cho bạn. Tất cả chúng ta đều mang theo một danh sách mua hàng. Và xem chừng bạn đã "kết" những món mà bạn nhìn thấy nơi tôi: cao này, da sạm này, đẹp trai này, v.v... Bạn nói: "Tôi thích giọng nói của anh ấy" Rồi bạn lại nói: "Tôi yêu mất rồi". Ôi, con lừa ngốc nghếch, bạn đâu có yêu. Bất cứ lúc nào bạn yêu - tôi xin nói một cách dè dặt - bạn là một con lừa ngu đặc biệt. Nào bạn hãy ngồi xuống nhìn lại mình xem. Bạn đang chạy trốn chính mình đó. Bạn muốn trốn thoát. Có người nọ đã kêu lên: "Cám ơn Chúa đã ban cho thực tế - và đã ban cho phương thế để trốn khỏi thực tế". Sự việc diễn biến như vậy đấy. Chúng ta máy móc quá, bị kiểm soát dữ quá. Chúng ta có thể viết cả pho sách về chuyện bị kiểm soát, về những thú vị của nó và về lòng ham muốn được thiên hạ khen tặng. Thế rồi bạn cảm thấy hài lòng về mình. Ở tù thích thật! Hay như mới hôm qua có người nói với tôi: "Bị nhốt trong cũi thích thật". Bạn thích bị tù, thích bị người ta kiểm soát à? Thì đây tôi xin nhắc bạn: Nếu bạn nhận cái khoái khi người ta khen rằng bạn tốt - thì ấy là bạn đang chuẩn bị để chịu sự bức mình khi người ta bảo bạn không tốt. Bao lâu bạn sống để đáp ứng những kỳ vọng của người khác thì bấy lâu bạn nên chăm chút kiểu y phục, kiểu chải tóc sao cho "kềng", đánh giày cho bóng - tóm lại, lo sao để sống hợp thị hiếu rẻ tiền của thiên hạ. Bạn bảo như vậy là người?

Điều mà bạn sẽ khám phá ra khi bạn quan sát chính mình sẽ làm cho bạn kinh hãi. Sự thật đó là: bạn không tốt cũng chẳng xấu. Có chăng là bạn đã tiêu biểu được cho trào lưu, thời thượng, thời trang. Điều đó nói lên rằng bạn tốt à? Cái tốt của bạn tùy thuộc những thứ đó? Cái tốt của bạn tùy thuộc vào những gì người ta nghĩ về bạn? Cứ theo những tiêu chuẩn ấy thì chắc là Đức Giêsu Kitô rất "không tốt". Thực ra bạn không tốt cũng chẳng xấu. Bạn là bạn. Ước chi đây là một khám phá lớn lao, ít nhất là đối với một số trong các bạn. Nếu trong những ngày này mà có được ba, bốn người trong các bạn khám phá ra điều đó, chúng ta cùng xài chung với nhau. Ôi, một điều tuyệt diệu! Một sự lạ lùng! Quảng phứt đi tất cả những chuyện lẩn thẩn "tốt" với "không tốt", quảng đi mọi phê phán và hãy chỉ theo dõi, quan sát thôi. Bạn sẽ có nhiều khám phá vĩ đại. Và những khám phá này sẽ thay đổi bạn. Bạn sẽ không phải tốn chút công sức nào. Thật đấy!

Chuyện này khiến tôi nhớ lại một anh bạn ở Luân Đôn hồi sau chiến tranh. Anh ta đang ngồi, ôm trong lòng một gói đồ bọc giấy nâu. Đó là một vật to và nặng. Người nhân viên trên xe buýt đến chỗ anh và hỏi: - "Anh ôm cái gì vậy?". Anh ta trả lời: - "Một quả bom chưa nổ. Chúng tôi moi thấy trong vườn và bây giờ tôi đem nộp cảnh sát". Người nhân viên bảo: - "Anh không cần phải ôm nó trong lòng. Cứ để dưới chỗ ngồi đi"

Tâm lý và linh đạo (như ta thường hiểu) sẽ chuyển quả bom từ lòng bạn xuống dưới chỗ ngồi của bạn. Thực sự chúng không giải quyết được các vấn đề của bạn. Chúng chỉ chuyển đổi các vấn đề ấy thành những vấn đề khác. Bạn kinh nghiệm điều này bao giờ chưa? Bạn có một vấn đề, nay bạn đổi nó thành vấn đề khác. Và cứ như vậy cho đến khi chúng ta giải quyết cái vấn đề gọi là "bạn".



# ẢO TƯỢNG VỀ NHỮNG PHẦN THƯỞNG

Cho tới lúc này, bước chân của chúng ta vẫn còn vô định. Các nhà thần bí và các bậc thầy Đông Phương sẽ bảo: “Bạn là ai?” Nhiều người cứ nghĩ vấn nạn quan trọng nhất trên đời là: “Đức Giêsu Kitô là ai?”. Không đúng!

Nhiều người khác thì cho rằng đó là vấn đề “Thiên Chúa có hay không?” Cũng không đúng! Những kẻ khác nữa bảo rằng đó là vấn đề “Có hay không có cuộc sống sau khi chết?” Sai tuốt! Xem ra chẳng có ai quan tâm đến vấn đề “Có hay không có cuộc sống trước khi chết?” Tuy nhiên kinh nghiệm cũng cho tôi thấy là chính những người không biết làm gì với cuộc sống này lại là những người hết sức nóng nảy và băn khoăn về chuyện họ sẽ làm gì trong một cuộc sống khác. Một dấu cho thấy bạn đã thức tỉnh đó là bạn không bận bịu gì về những chuyện sẽ xảy ra cho cuộc sống mai sau. Bạn không lo lắng, không quan tâm. Bạn đứng dừng.

Bạn có biết đời sống vĩnh cửu là gì không? Bạn nghĩ đó là một đời sống khác kéo dài triền miên bất tận. Nhưng các nhà thần học của bạn sẽ nói cho bạn biết rằng làm gì có chuyện diên khùng đó, vì kéo dài mãi mãi vẫn là còn trong thời gian. Nói cách khác, đó chẳng qua là thời gian được kéo dài mãi mãi. Vĩnh cửu nghĩa là phi thời gian, không có thời gian. Trí khôn con người không thể hiểu được điều này. Trí khôn con người chỉ có thể hiểu thời gian và phủ nhận thời gian. Vấn đề phi thời gian vượt ngoài tầm nhận thức của con người. Song các nhà thần bí cũng bảo chúng ta rằng vĩnh cửu là ngay lúc này: Tin Mừng nói gì? Cũng bảo là ngay lúc này. Người ta thật là khổ sở khi nghe tôi bảo là hãy nên quên quá khứ của họ đi. Họ quá tự hào về quá khứ của họ. Hoặc giả họ quá xấu hổ về quá khứ của họ. Họ mất trí rồi! Quãng phút cái thái độ đó đi! Khi bạn nghe bảo: “Hãy hối tiếc ăn năn về quá khứ của bạn” thì hãy hiểu rằng đó là một trò phá rối của tôn giáo không cho người ta thức tỉnh. Thức tỉnh đi! Ăn năn có nghĩa là như thế, chứ không có nghĩa là “khóc lóc về tội lỗi của mình”. Thức tỉnh đi! Hiểu đi! Chấm dứt mọi rên rỉ đi! Hãy hiểu! Hãy thức tỉnh!

# TÌM THẤY CHÍNH MÌNH

Các bậc thầy cao minh bảo chúng ta rằng câu hỏi hệ trọng nhất trên đời này là: “Tôi là ai?” Hay nói đúng hơn: “Tôi là gì?” Cái mà tôi gọi là “TÔI” ấy là gì? hoặc: Bản ngã là gì? Nghĩa là bạn hiểu mọi thứ khác trên đời này song bạn không trả lời được câu hỏi trên phải không? Nghĩa là bạn hiểu biết về thiên văn và về những hốc màu đen, những nguồn sóng âm xạ tím tấp ngoài vũ trụ, bạn nắm được khoa điện toán - và bạn vẫn mù tịt không biết bạn là ai? Ấy! Vì bạn vẫn còn đang ngủ. Bạn là một nhà khoa học đang ngủ mê. Phải chăng bạn hiểu Đức Giêsu Kitô là gì và bạn không hiểu bạn là ai? Làm sao bạn biết được rằng bạn hiểu Đức Giêsu Kitô? Ai là người thực hiện sự hiểu biết ấy? Trước hết hãy tìm cho ra điều đó. Đó không phải là căn bản của mọi sự đấy sao? Chính bởi vì không hiểu điều này mà đã có những con người sùng tín ngu xuẩn gây ra những cuộc chiến tranh tôn giáo ngu xuẩn. Hồi giáo chống Do Thái giáo, người Tin Lành chống người Công giáo, và mọi tàn dư của sự bĩ ối đó. Họ không biết họ là ai - vì nếu như họ biết thì hẳn đã không có chiến tranh. Tương tự như một cô bé hỏi một cậu bé: - “Bạn thuộc giáo phái Trưởng Lão phải không?” cậu bé trả lời: “Không, chúng tôi thuộc về một thứ ghê tởm khác!”

Nhưng điều tôi muốn nhấn mạnh ở đây là sự nội quan. Bạn đang lắng nghe tôi, nhưng bạn cũng đang bắt lấy những âm thanh khác ngoài tiếng nói của tôi đấy chứ? Bạn có ý thức về những phản ứng của bạn trong khi bạn lắng nghe tôi không? Nếu bạn không ý thức, bạn sắp bị tẩy não. Hoặc giả bạn sắp bị tác động bởi những năng lực bên trong bạn mà bạn không ý thức gì về chúng. Và cho dầu bạn có ý thức về những phản ứng của bạn đối với tôi, bạn có đồng thời hiểu được từ đâu mà những phản ứng ấy phát xuất ra không? Xem chừng bạn không lắng nghe tôi gì cả; xem chừng cha bạn đang lắng nghe tôi. Bạn cho rằng không thể có chuyện đó à? Dĩ nhiên là có thể. Trong những nhóm tâm lý trị liệu của tôi, tôi vẫn gặp đi gặp lại hoài những con người không có ở đó. Cha họ ở đó, mẹ họ ở đó, còn họ thì không ở đó. Họ không bao giờ ở đó. “Bây giờ tôi sống - nhưng không còn là tôi sống, mà là cha tôi sống trong tôi”. Đúng, hoàn toàn đúng! đúng sát chữ. Tôi có thể tách bạn ra thành những mảnh rời và hỏi: “Đây, câu này - là của cha, của mẹ, của bà ngoại, của ông nội, của ai?”

Ai đang sống trong bạn vậy? Sẽ rất hời hợt khi bạn hiểu ra điều đó. Bạn tưởng bạn tự do, nhưng có lẽ không có một cử chỉ nào, một ý tưởng, tình cảm, thái độ, niềm tin nào trong bạn mà lại không phát xuất từ một người khác. Điều đó không kinh khủng sao? Và bạn chẳng hiểu mô tê gì. Bạn đã được in dấu một đời sống máy móc. Bạn cảm xúc mạnh mẽ về những điều gì đó - và bạn nghĩ rằng chính là bạn đang cảm xúc mạnh; nhưng có thật vậy không? Bạn sẽ phải ý thức nhiều mới hiểu được rằng có lẽ cái mà mình gọi là “tôi” ấy chỉ là một đồng xập xỉ ngẫu nhiên những kinh nghiệm trước đây của mình, những điều kiện và hoạch định của mình.

Thật đớn đau. Khi bạn thức tỉnh, bạn kinh nghiệm được rất nhiều nỗi đớn đau. Đớn đau nhìn những ảo tưởng của mình vụn vỡ. Đớn đau nhìn tất cả sự nghiệp của mình đổ sụp. Tất cả hối tiếc chính là đây, tất cả thức tỉnh chính là đây. Thế thì tại sao bạn không dành một phút - ở đây và bây giờ - để ý thức về những gì bạn đang cảm thấy nơi thân thể mình, những gì đang diễn tiến trong tâm trí mình, trạng thái tình cảm của mình - xem thử chúng như thế nào? Sao bạn không thử ý thức về tấm bảng đen trước mặt - nếu mắt bạn đang mở - về màu sắc, về chất liệu của những bức tường này? Sao bạn không thử ý thức về khuôn mặt của tôi và về phản ứng của bạn trước cái bản mặt ấy? Vì bạn có phản ứng thật đấy, dù bạn biết hay không. Và có lẽ đó không phải là phản ứng của bạn, song là phản ứng do bạn đã bị chế định để có. Và sao không thử ý thức về một ít trong những điều tôi vừa mới nói - mặc dù đấy không gọi được là ý thức nữa, giờ đây nó đã trở thành hồi ức.

Hãy ý thức về sự hiện diện của bạn trong căn phòng này. Bạn hãy tự nhủ: “Tôi đang ở trong phòng này”. Nghĩa là làm như thể bạn đi ra khỏi mình để nhìn vào mình. Cần lưu ý là ở đây có một cảm giác hơi khác so với trường hợp bạn nhìn các thứ trong phòng. Bây giờ chúng ta sẽ

hỏi: “Ai là người đang thực hiện cái hành vi nhìn ấy?” Tôi đang nhìn tôi. Cái “tôi” - nhìn là cái gì vậy? Cái “tôi” - được - nhìn là cái gì vậy? Trong lúc này thì cái “tôi” - nhìn theo dõi cái “tôi” - được - nhìn kể cũng là đủ. Nhưng nếu bạn còn thấy mình đang lên án hay đang chấp nhận chính mình - thì bạn cứ hãy để yên cho sự thể diễn biến và chỉ thuần túy theo dõi nó. Tôi đang lên án tôi; tôi đang bắt măn tôi; tôi đang chấp nhận tôi. Sao thì sao, bạn hãy chỉ nhìn thôi. Đừng cố thay đổi nó. Đừng bảo: “Ồi, ta đã được dạy đừng làm chuyện này”. Hãy chỉ quan sát sự việc diễn tiến mà thôi. Như tôi có dịp nói với bạn rồi, nội quan là theo dõi, quan sát bất cứ sự gì đang xảy ra trong bạn và xung quanh bạn - như thể là nó đang xảy ra cho một người nào khác.

# LỘT CHO ĐẾN TẬN CÁI “TÔI”

Bây giờ tôi xin gợi ý một bài tập khác. Bạn làm ơn viết ra trên một mảnh giấy một nội dung văn tắt để mô tả chính mình - chẳng hạn, thương gia, linh mục, người Công giáo, Do Thái, v.v...

Tôi để ý thấy một số người viết những nội dung đại loại như: thành công, người hành hương nhạy cảm, có năng lực, sôi nổi, nóng nảy, tập trung, uyển chuyển, người hòa giải, người tình, thành phần của nhân loại, nặng cơ cấu. Tôi tin đây là kết quả của việc bạn quan sát chính bạn. Đường như bạn đã quan sát một ai khác.

Nhưng không phải quan sát người khác, ở đây bạn có cái “tôi” chủ thể quan sát cái “tôi” đối tượng. Hiện tượng lý thú này vẫn còn gây ngạc nhiên hoài cho các triết gia, các nhà thần bí, nhà khoa học, nhà tâm lý. Vâng, “tôi” có thể quan sát được “tôi”. Đường như ở loài vật không thể có khả năng này. Đường như cần phải có một mức trí tuệ nào đó mới có thể làm công việc này. Điều tôi sắp trình bày cho bạn đây không phải là siêu hình học, cũng không phải là triết học. Đây chỉ là sự quan sát đơn thuần và là sự nhận thức phổ thông. Các nhà thần bí danh tiếng Đông phương rất tập trung vào cái “tôi” - chủ thể, không phải cái “tôi” đối tượng. Thực tế là một số trong các vị ấy đã khuyên chúng ta nên trước hết bắt đầu với các sự vật, nhận thức về sự vật, rồi ta sẽ chuyển ý thức sang các ý tưởng (tức cái “tôi” đối tượng); cuối cùng ta đạt đến ý thức về chính người suy tưởng. Đó là tiến trình ba bước: sự vật - tư tưởng - người tư duy. Cái mà chúng ta muốn khám phá là người tư duy. Người tư duy có thể biết được chính mình không? Tôi có thể biết được “tôi” là gì không? Một số nhà thần bí trả lời: “Con dao có thể cắt được chính nó không? Cái răng có thể cắn được chính nó không? Con mắt có thể thấy được chính nó không? Cái “tôi” có thể nhận thức được chính nó không?”. Nhưng ở đây tôi đang quan tâm tới một điều thực tiễn hơn nhiều, đó là việc quyết đoán xem cái “tôi” ấy không phải là gì. Tôi sẽ đi từ từ hết sức, vì đây là những bước đi tàn phá. Sự tàn phá đó tuyệt diệu hay hãi hùng, còn tùy ở quan điểm của bạn.

Này nhé: tôi có phải là những ý tưởng của tôi - những ý tưởng mà tôi đang suy tưởng? Không phải. Các ý tưởng đến và đi; tôi không phải là chúng. Tôi có phải là thân thể của tôi? Người ta cho biết rằng hàng triệu tế bào trong thân thể chúng ta được biến đổi hay đổi mới lại từng phút - đến nỗi sau bảy năm chúng ta không còn một tế bào sống nào của bảy năm trước nữa. Các tế bào đến và đi, xuất hiện rồi chết. Song cái “tôi” hình như vẫn cứ còn. Vậy tôi là thân thể của tôi chăng? Rõ ràng là không!

“Tôi” là một cái gì đó khác và còn hơn cái thân thể. Bạn có thể nói thân xác này là một phần của cái “tôi”, nhưng nó là một phần biến đổi. Nó luôn ở trong tình trạng biến đổi. Chúng ta vẫn gọi nó bằng cùng một tên nhưng nó biến dịch không ngừng. Cũng như ta vẫn gọi cái thác ấy là thác Niagara, nhưng giòng nước làm nên thác Niagara thì không ngừng thay đổi. Chúng ta không đổi tên gọi cho nó, nhưng thực tại thì thay đổi luôn.

Còn về cái tên của tôi thì sao? Có phải “tôi” là tên tôi? Rõ ràng không phải. Bởi vì tôi có thể thay đổi tên tôi nhưng không thay đổi “tôi”. Hay tôi là nghề nghiệp của tôi? Hay tôi là những niềm tin của tôi? Tôi bảo tôi là một người Công giáo hoặc một người Do Thái - có phải đó là phần chủ yếu của cái “tôi”? Khi tôi chuyển từ tôn giáo này đến tôn giáo khác, phải chăng cái “tôi” ấy thay đổi? Tôi có một cái “tôi” hoàn toàn mới hay là cũng cái “tôi” ấy đã đổi khác đi? Nói cách khác, có phải tên tôi là một phần chủ yếu của tôi, của cái “tôi”? Phải chăng phần chủ yếu ấy là tôn giáo của tôi? Tôi đã có nhắc đến câu chuyện về một cô bé gái hỏi một cậu bạn trai: “Ban thuộc phái Trưởng Lão phải không?”. Có người lại kể tôi nghe một câu chuyện khác về Paddy. Paddy đang dạo phố ở Belfast thì chợt nhận ra có một họng súng dí sát sau gáy mình cùng với giọng nói: “Mày là Công giáo hay Tin Lành?” Chà, Paddy lâm vào tình thế phải suy nghĩ cực nhanh - anh trả lời: “Tôi là người Do Thái giáo”. Và anh nghe tiếng nói: “Tao đã trở thành người Á rập may mắn nhất vùng này”. Nhãn hiệu thật quan trọng đối với chúng ta.

Chúng ta nói: “Tôi là đảng viên Cộng Hòa” Nhưng có thật vậy không? Bạn không thể bảo rằng khi bạn chuyển sang đảng khác thì bạn có một cái “tôi” mới. Cũng vẫn là cái “tôi” cũ trong một chính kiến mới đấy thôi. Tôi nhớ có ông nọ đã hỏi người bạn mình như sau: “Anh định bầu cho bên Cộng Hòa à?” Người bạn ấy trả lời: “Không, tôi sẽ bầu phe Dân chủ. Cha tôi, ông nội tôi và cả cụ cố nội tôi đều là những đảng viên Dân chủ. Ông kia trả lời: “Thật là một lý luận điên khùng. Này, nếu cha anh là một tên ăn cắp ngựa - ông nội và cụ cố nội anh cũng thế, thì anh sẽ là gì?” Người bạn ấy đáp: “A, nếu vậy thì hẳn là tôi đã là đảng viên Cộng Hòa”.

Chúng ta tiêu tốn quá nhiều tâm lực trong cuộc sống của chúng ta để đáp ứng cho những nhãn hiệu -những nhãn hiệu của mình và những nhãn hiệu của kẻ khác. Chúng ta đồng hóa những nhãn hiệu ấy với cái “tôi” của mình: Công giáo và Tin Lành là những nhãn hiệu thường thấy nhất. Có người kia đến với một vị linh mục và thưa: - “Thưa Cha, xin cha làm một lễ cho con chó của con”. Vị linh mục đỏ bừng mặt: - “Ông nói gì, làm lễ cho con chó của ông?”. Người ấy đáp: - “Nó là con chó yêu quý của con. Con quý nó lắm và con xin cha dâng một lễ cho nó”. Vị linh mục bảo: - “Ở đây chúng tôi không dâng lễ cho chó. Hay là ông thử gặp giáo phái ở dưới phố kia xem sao. Hỏi xem họ có thể giúp ông chuyện đó không”. Người ấy vừa quay ra - vừa than thở với vị linh mục: - “Buồn quá. Con mến con chó ấy lắm. Con định dâng một triệu đô la để xin lễ cho nó đấy”. Vị linh mục bảo ông: “Khoan đã, sao ông không nói rõ cho tôi biết rằng con chó của ông là Công giáo!”

Những nhãn hiệu mà bạn đang mang, liệu chúng có giá trị gì so với chính cái “tôi” chủ thể? Bạn có thấy rõ rằng cái “tôi” chủ thể của mình không nằm trong các nhãn hiệu ấy? Nhãn hiệu thuộc về cái “tôi” đối tượng. Và cái “tôi” này mới là cái “tôi” không ngừng thay đổi. Cái “tôi” chủ thể có bao giờ thay đổi không? Người quan sát có bao giờ thay đổi không? Rõ ràng là bất cứ nhãn hiệu nào bạn nghĩ ra (có lẽ ngoại trừ nhãn hiệu “người”) - bạn nên áp dụng chúng cho cái “tôi” đối tượng. Cái “tôi” chủ thể không nằm ở đấy. Do đó mà khi bạn bước ra khỏi “mình” (tức cái “tôi” đối tượng) - để quan sát “mình”, bạn không còn đồng hóa với “mình” nữa. Đau khổ cư trú trong “mình” - cho nên hễ bạn đồng hóa với “mình” thì đau khổ lại bắt đầu.

Bạn xem thử bạn đang sợ hãi, đang khát khao hay đang lo lắng. Khi cái “tôi” chủ thể không đồng hóa với tiền bạc, tên tuổi, quốc tịch, người này người nọ, bạn bè... hay với bất cứ phẩm tính nào - thì nó không bao giờ bị đe dọa. Có thể nó rất năng động, nhưng nó không bị đe dọa. Bạn hãy nghĩ đến bất cứ điều gì đã hoặc đang khiến bạn phải đau khổ, lo lắng hay bối rối. Trước hết, bạn hãy tóm cho được sự khát khao nấp dưới nỗi đau khổ ấy - bởi bạn có khát khao mãnh liệt một cái gì đấy, vì nếu không, bạn đã không đau khổ. Bạn khám phá xem nỗi khát khao ấy là gì? Hai nữa, nó không chỉ đơn thuần là một sự khát khao; ở đây còn có một sự đồng hóa nữa. Vô hình chung bạn đã tự bảo mình: “Hạnh phúc của tôi, gần như là sự hiện hữu của tôi, không thể tách rời khỏi nỗi khát khao này”. Mọi đau khổ đều do bởi người ta đồng hóa mình với một cái gì đó - cái đó có thể hoặc ở trong hoặc ở ngoài họ.

# NHỮNG CẢM NGHĨ TIÊU CỰC VỀ NGƯỜI KHÁC

Tại một trong những buổi nói chuyện của tôi, có một người đã chia sẻ như sau:

“Xin phép được chia sẻ với các bạn một điều tuyệt diệu đã xảy đến cho tôi. Tôi đi xem phim và không lâu sau đó tôi gặp gút mắc thực tế với ba người. Tôi tự nhủ: “Được rồi; cũng như mình thấy trong phim ấy, mình thử thoát ra khỏi mình xem sao”. Và trong chừng hai tiếng đồng hồ, tôi đã thấy rõ những tình cảm của mình, những cảm nhận hết sức tồi tệ về ba người đó. Tôi tự nhủ: “Mình thực sự ghét những kẻ đó”. Rồi tôi thốt lên: “Chúa Giêsu ơi, Ngài có thể làm gì trước hoàn cảnh này?” Một lát sau tôi đã phải bật khóc vì hiểu ra rằng Chúa Giêsu đã chết thay cho những người này và họ đã chẳng đáng dừng phải làm như vậy. Chiều hôm đó tôi đã phải đến sở làm để gặp họ. Tôi đã trang trải câu chuyện với họ và họ nhất trí với tôi. Tôi không bức bối về họ và không còn ghét họ nữa.

Mỗi khi bạn có một cảm nghĩ tiêu cực về người khác là bạn đang sống trong một ảo tưởng. Có một cái gì đó trực trực nghiêm trọng nơi bạn. Bạn không nhìn ra được sự thực. Và một cái gì đó phải được thay đổi nơi bạn. Thế nhưng chúng ta thường phản ứng thế nào khi có một cảm nghĩ tiêu cực: “Ông ấy thật đáng trách, bà ấy thật đáng trách. Bà ấy phải thay đổi”. Không đâu bạn ạ! Thiên hạ đều tốt cả. Người phải thay đổi chính là bạn.

Có người trong các bạn sẽ kể chuyện công tác tại một cơ quan nọ. Số là trong một buổi họp nhân viên, một vị kia đã không kiềm được mình phải thốt lên: - “Có mùi hôi của thức ăn xông lên ở đâu đây”. Thế là cô chuyên viên ẩm thực lập tức nhảy vào vòng chiến. Cô đồng hóa mình với thức ăn. Cô bảo: - “Ai tấn công thức ăn là tấn công tôi; tôi cảm thấy mình bị uy hiếp. Nhưng không bao giờ người ta có thể uy hiếp cái “tôi” chủ thể, chỉ có cái “tôi” đối tượng mới bị uy hiếp thôi.

Nhưng giả sử bạn đang chứng kiến một điều hoàn toàn bất chính nào đó, một điều gì đó sai trái một cách hiển nhiên và một cách khách quan. Phải chăng trong trường hợp này việc lên tiếng can ngăn không phải là một phản ứng đúng đắn? Bạn sẽ muốn, một cách nào đó, can thiệp vào để chấn chỉnh một tình trạng sai trái chứ? Một người đang đả thương một em bé - và sự bạo hành ấy diễn ra ngay trước mắt bạn. Sẽ làm sao đây? Bạn đừng nghĩ rằng tôi muốn khuyên bạn đừng làm gì cả. Điều tôi muốn nói ấy là nếu bạn không có những cảm nghĩ tiêu cực thì bạn sẽ phát huy hiệu quả hơn nhiều, rất nhiều. Bởi vì một khi để cho những cảm nghĩ tiêu cực chi phối, bạn sẽ ra mù quáng. Cái “tôi” đối tượng mà xía vào thì mọi sự sẽ rối tung lên. Vấn đề vốn chỉ có một, bấy giờ đã thành hai. Nhiều người lầm tưởng rằng nếu không có những tình cảm tiêu cực như giận dữ, phẫn uất và ghen ghét thì người ta sẽ chẳng thò tay vào sự việc. Ô không, không phải thế đâu! Bạn không bị khuynh đảo trong xúc cảm nhưng bạn nhảy vào cuộc. Bạn sẽ nắm bắt rất nhạy những sự vật và con người xung quanh mình. Và chính cái mà nhiều người gọi là cái ngã-hạn-định-hóa sẽ giết chết sự nhạy bén nói trên; đó là khi mà bạn tự đồng hóa mình với cái “tôi” đối tượng đến nỗi cái “tôi” đối tượng lộng quyền thao túng không cho phép bạn nhìn sự vật một cách khách quan và vô tư. Một điều rất quan trọng là nếu bạn nhảy vào cuộc một cách thoải mái, bạn sẽ có thể xem xét các sự việc một cách vô tư. Và chính những cảm xúc tiêu cực sẽ gây trở ngại cho sự vô tư này.

Thế thì, chúng ta sẽ gọi loại nhiệt tình đó là gì - loại nhiệt tình thúc đẩy hay tác động ta để ta làm một cái chi đó trước những sự dữ hiển nhiên? Gọi gì thì gọi, nhưng nhất định đó không phải là một phản ứng; nó là hành động.

Một số trong các bạn sẽ tự hỏi phải chăng có một sự mập mờ nào đó đã kéo theo một sự bám víu, một sự đồng hóa. Lấy ví dụ một bạn hữu của chúng ta qua đời. Xem chừng nỗi buồn ở đây là một cái gì rất chính đáng và rất “người”. Song kỳ thực đó là phản ứng gì vậy? Thương hại mình chẳng? Bạn đang xót xa về cái gì? Hãy nghĩ kỹ đi. Điều tôi sắp nói với bạn đây sẽ làm cho

bạn khiếp đảm, nhưng bạn biết rồi đó, tôi đang đến từ một thế giới khác mà. Bạn nghe đây này: phản ứng của bạn là sự mất mát có tính duy kỷ, đúng không? Đó là nỗi tiếc rẻ cho “mình” hoặc cho những người khác không còn được người bạn ấy đem niềm vui đến cho. Nhưng như vậy có nghĩa là bạn đang tiếc cho người khác là những người đang tiếc cho chính họ. Nếu không phải họ đang tiếc cho chính họ thì họ đang tiếc cho cái gì đây? Chúng ta không bao giờ xót xa khi mất một cái gì đó mà chúng ta không bám víu, một cái gì đó mà chúng ta không bao giờ ráng sức chiếm hữu. Xót xa là dấu chỉ cho thấy rằng tôi đặt hạnh phúc của tôi tùy thuộc vào người này vật nọ, ít nhất trong một mức độ nào đó. Những điều tôi vừa nói vốn thường bị phản đối rằng quá phi nhân, phải không?

# VỀ SỰ PHỤ THUỘC

Nhưng đó chính là điều mà tất cả những nhà thần bí trước đây muốn nói với chúng ta. Tôi không có ý nói rằng cái “tôi” đối tượng, tức cái ngã bị hạn định, sẽ không đôi lúc bị rơi vào những nổ thường tình của nó. Đó chính là lỗi chúng ta bị điều kiện hóa. Song vấn đề đặt ra là phải chăng có thể quan niệm việc sống một cuộc sống trong đó bạn hoàn toàn độc lập đến độ không phụ thuộc vào một ai.

Tất cả chúng ta đều phụ thuộc lẫn nhau về mọi thứ đấy chứ? Chúng ta phụ thuộc vào ông bán thịt này, bà bán bánh này, nhà sản xuất đèn cầy này... Dựa qua dựa lại với nhau quả là điều hay. Xã hội được tổ chức như thế; mỗi người được phân công một vai trò để phục vụ cho thiện ích của mọi người - nhờ đó chúng ta thì hành bốn phận của mình được tốt hơn và sống một cách hiệu quả hơn, ít nhất cũng hi vọng như thế. Nhưng sẽ ra sao nếu tôi lệ thuộc người khác về mặt tâm lý, về mặt tình cảm? Điều đó có nghĩa là tôi đã để cho một người khác định đoạt hạnh phúc của tôi rồi.

Bạn nghĩ kỹ đi. Vì nếu bạn phụ thuộc như vậy thì điều sẽ xảy ra là - dù bạn ý thức hay không - bạn sẽ đòi hỏi người khác đóng góp vào hạnh phúc của bạn. Rồi một hệ lụy đi liền theo đó là nỗi sợ - sợ bị vượt mất, sợ bị bỏ rơi, bị khước từ, những nỗi sợ này chi phối lẫn nhau. Tình yêu đích thực sẽ xua tan mọi sợ hãi. Ở đâu có tình yêu, ở đấy không có đòi hỏi, không có mong mỏi, không có phụ thuộc. Tôi không đòi bạn phải tạo hạnh phúc cho tôi; hạnh phúc của tôi không nằm ở nơi bạn. Nếu bạn phải bỏ tôi, tôi sẽ không tiếc rẻ cho mình; tôi rất thích có bạn đồng hành, nhưng không phải là không có không được.

Tôi thích điều đó, nhưng là thích trên một cơ sở rất linh động. Bởi điều tôi thật sự thích không phải là bạn; nó là một cái gì còn hơn cả bạn và tôi. Nó như một bản giao hưởng, như một dàn hợp xướng tấu lên một giai điệu nhất định khi có mặt bạn - nhưng khi không còn bạn nữa, dàn hợp xướng ấy vẫn tiếp tục chơi. Rồi khi tôi gặp một người khác, nó sẽ tấu lên một giai điệu khác - cũng không kém tuyệt vời. Và cho dầu tôi chỉ có một mình, dàn hợp xướng vẫn không ngừng chơi. Nó ngừng sao được khi nó còn vô số tiết mục để chơi.

Thực tình chính là vậy đấy. Và điều ấy cũng giúp chúng ta hiểu được do đâu mình đã bị thôi miên, bị tẩy não, ngủ vùi. Dù có vẻ thật kinh hãi, nhưng cũng phải thử hỏi rằng có thực là bạn yêu tôi trong khi bạn níu bám vào tôi và làm cho tôi bị ràng buộc? Có thực là bạn yêu tôi khi bạn không cho phép tôi khẳng định tôi? Và có thật là bạn yêu tôi khi - về mặt tâm lý và cảm xúc - bạn đặt hạnh phúc của bạn phụ thuộc vào tôi? Điều này được thấy bằng bạc trong giáo huấn phổ quát của mọi thánh kinh, mọi tôn giáo, mọi nhà thần bí. Tôi vẫn thường tự nhủ: “Thế mà tại sao chúng ta - trong bao nhiêu năm trời - đã chẳng nhận ra điều ấy nhỉ? Sao tôi lại mù lòa đến thế nhỉ?” Khi bạn đọc lại những điều cốt yếu ấy trong Thánh Kinh, bạn sẽ nghĩ: Hẳn con người này điên? Nhưng sau đó bạn mới nhận ra rằng tất cả những kẻ khác mới điên. “Những ai không ghét cha, mẹ, anh chị em mình, những ai không từ bỏ và dứt khoát với mọi thứ mình chiếm hữu - sẽ không thể làm môn đệ Ta được”. Bạn phải giữ bỏ hết. Nhưng bạn hiểu rồi đấy, đó không phải là sự từ bỏ về mặt thể lý - một điều không mấy khó. Một khi bạn dứt bỏ được các ảo tưởng thì kết cục bạn sẽ đạt đến sự thực, và tôi đảm bảo bạn sẽ không bao giờ bị cô đơn nữa, không bao giờ. Sự cô đơn không được giải tỏa bằng việc kết bè kết nhóm với người này kẻ nọ. Sự cô đơn được giải tỏa khi người ta đi vào với thực tế. Ô, vấn đề này liên hệ đến nhiều thứ lắm đây. Đi vào với thực tế, giữ bỏ các ảo tưởng, tiếp cận với sự thực - dù gì đi nữa thì nói cho cùng nó cũng không có tên. Chúng ta chỉ hiểu được nó bằng cách dứt bỏ những gì là phi thực. Bạn không thể hiểu được thế nào là “một mình” trừ phi bạn chấm dứt mọi bám víu, mọi phụ thuộc. Và bước thứ nhất để đạt đến điều đó là bạn phải biết khao khát điều đó. Bởi nếu bạn không khao khát thì làm sao bạn nhích tới gần nó được đây?

Hãy nghĩ về nỗi cô đơn của chính bạn đi. Bạn thấy việc bầu bạn với người này kẻ nọ có xua

đuổi được nỗi cô đơn ấy không? Sự bầu bạn chỉ có tác dụng làm khuấy khỏa tạm thời. Bên trong vẫn là một khoảng trống thênh thang phải không? Và khi sự trống rỗng này bao trùm lấy bạn, bạn làm gì? Bạn chạy trốn nó, bạn mở máy truyền hình, vặn ra đi ô lên, vớ một quyển sách nào đó, tìm bầu bạn, tìm tiêu khiển, tìm quên. Và ai cũng thế cả. Ngày nay cả một nền công nghiệp đồ sộ được tổ chức để xoa dịu và làm khuấy khỏa chúng ta.

# LÀM SAO ĐỂ CÓ HẠNH PHÚC

Hãy trở về với chính mình. Bạn hãy quan sát chính bạn. Đây chính là lý do tại sao trước đây tôi đã khẳng định nội quan là một việc rất kỳ thú. Tới một lúc nào đó, bạn sẽ không còn phải mất công cố gắng - vì khi các ảo tưởng sụp đổ là bạn bắt đầu hiểu được những cái mà người ta không mô tả được. Người ta gọi đây là hạnh phúc. Mọi sự bấy giờ đều thay đổi và bạn trở thành một kẻ nghiệm nhận thức.

Có câu chuyện kể rằng một môn đệ nọ đến thưa với sư phụ mình: - “Xin thầy ban cho con một lời khôn ngoan, một lời để con làm khuôn vàng thước ngọc cho cả đời con”. Hôm ấy lại nhằm ngày tịnh khẩu của ông thầy, ông lấy một tập giấy và viết: “Nhận thức”. Người môn đệ cầm lấy, đọc xong, đoạn thưa: - “Vấn tất quá, thưa thầy. Xin thầy giải thích rộng hơn chút nữa ạ”. Vị thầy lấy lại tập giấy và viết: “Nhận thức, nhận thức, nhận thức” Người môn đệ năn nỉ: - “Vâng, thưa thầy. Nhưng nhận thức nghĩa là thế nào ạ?” Ông cầm lấy tập giấy và ghi: “Nhận thức, nhận thức, nhận thức có nghĩa là: nhận thức”.

Quan sát chính mình là thế đó. Không ai có thể chỉ cho bạn làm việc này được; vì mọi sự bày vẽ sẽ đẩy bạn vào một kỹ thuật, một chương trình nào đó. Nhưng bạn hãy tự quan sát mình đi. Mỗi khi bạn nói chuyện với một người, bạn có ý thức sự việc đó không - hay bạn chỉ thuần túy đồng hóa mình với sự việc đó? Khi bạn giận một kẻ nào, bạn có ý thức rằng mình đang giận - hay bạn chỉ thuần túy đồng hóa mình với cơn giận của mình? Rồi, khi có giờ, bạn có nghiền ngẫm kinh nghiệm của mình và cố nắm hiểu nó? Nó từ đâu đến? Cái gì đã tạo ra nó? Tôi không biết có còn cách nào khác để nhận thức không - ngoại trừ cách đó. Bạn chỉ thay đổi điều nhận hiểu của mình. Điều bạn không hiểu và không ý thức, bạn sẽ nén nó lại. Bạn không thay đổi. Nhưng khi bạn hiểu nó, tự nó sẽ thay đổi.

Thỉnh thoảng có người hỏi tôi: - “Quá trình tăng triển nhận thức này là một quá trình tiệm tiến hay là một loại “đột biến” nào đó?” Có một số người may mắn hiểu ra điều này rất nhanh. Và họ đã thức tỉnh. Những người khác thì bước đi từng bước, từ từ, tiệm tiến. Họ bắt đầu hiểu được sự việc. Các ảo tưởng được tháo gỡ, những thêu dệt được bóc trần - và họ bắt đầu tiếp xúc với những gì là thực tại. Nghĩa là không có một qui cách chung cho hết mọi người. Có một câu chuyện nổi tiếng kể về một con sư tử đến bên đàn cừu và rất đối ngạc nhiên khi nhận ra ở giữa đàn cừu đó có một con sư tử. Con sư tử này vốn được đàn cừu nuôi dưỡng từ khi còn bé. Nó cũng kêu be be và cũng chạy quanh như một chú cừu. Con sư tử “khách” sục thẳng tới chỗ nó. Và khi đối diện với sư tử thật, chàng sư tử -cừu run lấy bầy. Sư tử thật bảo nó: - “Chú mày làm gì giữa đám cừu này?” Sư-tử-cừu đáp: - “Tôi là một con cừu”. Sư tử thật bảo: - “Ồ, không phải thế đâu. Chú mày hãy theo tao” Thế là nó đưa chàng sư -tử -cừu đến một ao nước và bảo: “Chú mày nhìn đi nào!”. Và vừa khi trông thấy hình ảnh mình phản chiếu dưới mặt nước, sư -tử -cừu gầm lên một tiếng gầm vang dội; ngay lúc đó, nó đã được biến đổi. Nó không bao giờ quay lại với sự ngộ nhận trước đây của mình nữa.

Nếu bạn gặp may và được chư thần xử rộng lượng cho - hoặc nếu bạn được phú ban cho ơn thiêng liêng đặc biệt (bạn có thể dùng bất cứ từ ngữ thần học nào bạn muốn), thì một cách bất chợt - bạn có thể hiểu ra được cái “tôi” chủ thể là ai, và bạn sẽ không bao giờ phải rơi trở về tình trạng cũ nữa. Sẽ không có gì có thể gây phiền toái cho bạn và sẽ không ai còn có thể làm thương tổn bạn.

Bạn sẽ chẳng còn phải sợ ai hay sợ cái gì. Điều đó không tuyệt vời lắm sao? Bạn sẽ sống như một ông vua, một bà hoàng. Vương giả có nghĩa là như vậy. Nó không nhảm nhí như chuyện được in hình ảnh lên báo hay chuyện kiếm được khối tiền - để rồi cũng chỉ là một đồng mục nát thôi. Bạn không sợ ai vì bạn hoàn toàn an phận để làm một kẻ không tên tuổi. Chuyển thành bại không làm bạn kêu ca. Thành hay bại cũng chẳng là gì. Vinh dự hay sỉ nhục thấy đều vô nghĩa. Dầu bạn có biến mình thành một gã khờ cũng không sao. Ai bảo sống như vậy không

tuyệt thú! Nhiều người đạt tới mục tiêu này một cách công phu, từng bước, qua nhiều tháng nhiều tuần phấn tỉnh. Một điều tôi đoán chắc với bạn là: tôi chưa hề thấy ai đã dành thời gian để phản tỉnh mà lại không thấy một cái chi mới lạ trong khoảng vài tuần lễ. Chất lượng đời sống của họ đã thay đổi, vì thế họ không còn phải hướng vọng về nó nữa. Họ đã gặp được nó; họ trở nên khác. Họ phản ứng khác. Nói cho đúng thì họ không phản ứng mấy mà chủ yếu là hành động. Bây giờ người ta hiểu ra những điều mà trước đây họ chưa từng hiểu.

Bạn trở nên năng động, linh hoạt gấp bội. Thiên hạ tưởng như bạn không còn biết khao khát; họ nghĩ bạn là khúc cây khô. Nhưng đúng ra là bạn không còn bị căng thẳng. Một khi đã tổng khứ được nỗi lo sợ thất bại, niềm rạo rức thành công, bạn sẽ trở thành chính bạn. Bạn được thoải mái. Bạn sẽ không còn phải chạy xe mà cứ nhấp chùng chân thẳng. Điều sẽ xảy đến là vậy đó.

Trang Tử, một đại hiền triết Trung Hoa, đã nói một lời rất hay mà tôi phải học thuộc lòng: “Khi người bắn cung bắn không nhằm một giải thưởng nào, anh ta sẽ bắn với tất cả tài nghệ của anh ta. Khi anh ta bắn để đoạt một huy chương đồng, anh ta bắt đầu bối rối rồi. Và nếu anh ta bắn để chiếm giải thưởng vàng, anh ta sẽ trở nên lòa mắt, thấy đến hai mục tiêu, mất hẳn bình tĩnh. Khiếu thiên xạ của anh ta không thay đổi, nhưng giải thưởng đã chi phối anh ta. Anh ta đâm ra bất an, bận tâm đến chiến thắng hơn là bận tâm đến việc bắn, và cái nhu cầu phải chiến thắng ấy sẽ hút cạn năng lực anh ta”. Đó không phải là hình ảnh của phần lớn người ta đấy sao? Một khi bạn sống không vì gì cả, bạn sẽ phát huy trọn vẹn khả năng của bạn, bạn sẽ có được đầy đủ năng lực, bạn hoàn toàn thoải mái, không phải ưu tư, được hay thua cũng chẳng là nghĩa lý gì.

Bây giờ bạn mới có được cuộc sống đúng nghĩa “người”. Và đó là trục mà tất cả cuộc sống phải xoay vào. Điều này chỉ có thể có được từ nhận thức. Và trong nhận thức bạn sẽ hiểu ra danh dự chẳng là cái gì. Đó chỉ là một qui ước xã hội không hơn không kém. Bạn hiểu vì sao các nhà thần bí và các tiên tri đã chẳng bận tâm chút nào để kiếm danh dự. Vinh hay nhục đối với họ cũng vậy thôi. Họ sống trong một thế giới khác, thế giới của những người đã thức tỉnh. Họ đứng vững với chuyện thành hay bại. Thái độ của họ là: “Tôi là một con lừa, anh là một con lừa, thế thì còn vấn đề gì đâu?”

Có người đã phát biểu rằng: “Có ba điều khó nhất đối với con người ta, không phải là những thành quả thể lý hay trí tuệ - nhưng đó là: thứ nhất, lấy tình yêu đáp lại lòng oán ghét; thứ hai, đón nhận những cái bị người ta loại bỏ; và thứ ba, nhìn nhận rằng mình sai lầm”. Song đây lại là những điều dễ nhất trên đời, với điều kiện bạn không đồng hóa mình với cái “tôi”-đối-tượng. Chẳng hạn bạn có thể nói: “Tôi bị sai rồi! Nếu anh biết rõ hơn về tôi, anh sẽ thấy rằng tôi sai đi sai lại hoài. Anh mong đợi gì khác hơn nơi một con lừa?” Có điều là nếu tôi không đồng hóa mình với những khía cạnh sai trái ấy của “tôi”, thì bạn không thể nào làm nhục tôi được. Ban đầu, do còn ảnh hưởng thói cũ, bạn thấy buồn phiền chán nản. Bạn dằn vặt, khóc lóc v.v... “Trước khi tỉnh ngộ, tôi thường chán nản. Sau khi tỉnh ngộ, tôi vẫn tiếp tục chán nản”. Nhưng có điều khác là: Tôi không còn đồng hóa mình với sự chán nản đó nữa. Bạn có thấy đây là một điểm khác biệt quan trọng đến thế nào không?

Bạn bước ra khỏi mình để nhìn ngắm sự chán nản ấy, chứ không đồng hóa mình với nó. Bạn không làm một cái gì để xua trừ nó. Bạn dốc tâm lực sống tiếp cuộc sống của bạn trong khi nỗi chán nản đó tự đến tự đi. Bạn ngạc nhiên ư? Thật vậy đấy, rồi bạn sẽ thấy. Còn nỗi buồn phiền thì sao? Nó vẫn đến, nhưng bạn không bối rối. Lạ chưa! Người ta có thể buồn phiền mà không hề bối rối.

Đó không phải là chuyện nghịch thường sao? Bạn để mặc cho đám mây đen tràn đến, vì việc chống cự chỉ tổ tạo thêm sức mạnh cho nó thôi. Bạn thản nhiên quan sát nó khi nó đi qua. Bạn có thể hạnh phúc ngay trong nỗi buồn phiền của mình. Như vậy không phải là điên sao? Bạn có thể hạnh phúc ngay lúc bạn chán nản. Có điều phải hiểu hạnh phúc cho đúng. Hạnh phúc có

phải là sự hồi hộp, nao nao? Đó chính là cái gây ra chán nản. Chẳng lẽ bạn chưa nghe ai nói về điều này sao? Bạn nao nao như có sóng trong hồn - vâng, nhưng đó chính là lúc bạn đang chuẩn bị để đón lấy nỗi buồn chán kéo đến. Đằng sau niềm nao nao ấy là nỗi phấp phồng lo lắng: làm sao mình giữ được sự rộn ràng này đây? Đó không phải là hạnh phúc, đó chỉ là cơn nghiện.

Tôi tự hỏi trong số những người đọc quyển sách này có được bao nhiêu người không nghiện theo nghĩa nói trên? Chắc hẳn là có ít, rất ít. Bạn đừng khinh bỉ người nghiện rượu và ma túy: có lẽ bạn cũng đang nghiện y hết như họ đấy. Lần đầu tiên tôi thoáng nhìn thấy thế giới mới, tôi khiếp hãi. Tôi đã hiểu ra thế nào là cô đơn, là không chỗ gối đầu, thế nào là để cho thiên hạ và để cho chính mình được tự do, thế nào là yêu thương tất cả chứ không sủng ái riêng ai - bởi tình yêu là thế. Trời chiếu nắng trên cả kẻ tốt và người xấu, trời đổ mưa trên tội nhân cũng như thánh nhân.

Làm sao hoa hồng có thể nói: “tôi sẽ tỏa hương cho người lành chứ không tỏa hương cho kẻ dữ ngủi tôi”? Hoặc có thể nào ngọn đèn lại nói: “tôi sẽ tỏa ánh sáng cho những người tốt trong phòng này, chứ không cho những kẻ xấu”? Hay một bóng cây, làm sao có thể chỉ che mát cho người tốt và từ chối đối với người xấu? Tình yêu cũng như vậy đó.

Tình yêu ấy vẫn luôn có mặt và trực diện chúng ta nơi Thánh Kinh, dù chúng ta chưa bao giờ chú ý ngắm nhìn nó - bởi chúng ta quá đắm chìm trong những thứ mà văn hóa của chúng ta gọi là tình yêu, với những khúc tình ca, những bài thơ tình... nhưng kỳ thực đó không phải là tình yêu mà là đối nghịch với tình yêu. Đó là sự khát khao, sự kiểm soát và chiếm hữu. Đó là sự tính toán đòn phép, và sợ hãi, và lo âu - không phải tình yêu. Người ta bảo chúng ta rằng hạnh phúc là một làn da trắng mịn, là một khu nghỉ mát. Hạnh phúc đâu phải thế, song chúng ta lại có những phương cách khôn khéo để bắt hạnh phúc của chúng ta tùy thuộc vào những thứ khác - cả bên trong lẫn ở ngoài chúng ta. Chúng ta nói: - “Tôi không hạnh phúc được khi còn mang trong người chứng loạn thần kinh”. Tôi báo tin vui cho bạn đây: Bạn có thể hạnh phúc ngay bây giờ đấy, với chứng loạn thần kinh của bạn. Bạn còn đòi gì nữa không? Chỉ có một lý do giải thích vì sao chúng ta không cảm nghiệm được cái mà tiếng Ấn Độ gọi là “anand” - hạnh phúc hoàn toàn trọn vẹn. Chỉ có một lý do vì sao chúng ta không nếm cảm được hạnh phúc trọn vẹn đó ngay trong giây phút hiện tại này - đó là vì ta mãi lo nghĩ hoặc bận tâm đến những cái ta không có. Giá bạn đừng lo nghĩ như thế thì hẳn bạn đã có được hạnh phúc trọn vẹn. Bạn bận tâm đến những gì mình không có. Thế mà, ngay chính lúc này bạn đang có mọi sự cần thiết để được hạnh phúc trọn vẹn.

Đức Giêsu trò chuyện với những người cùng đinh, đói nghèo về những lẽ khôn ngoan trong đời thường. Ngài báo Tin Mừng cho họ: lẽ khôn ngoan ấy chính là dành cho các bạn. Nhưng ai lắng nghe? Chẳng ai thèm để ý, họ thích ngủ mê hơn.

# SỢ HÃI - CĂN NGUYÊN CỦA BẠO LỰC

Có người cho rằng trên đời này chỉ có hai điều: Thiên Chúa và nỗi sợ hãi. Tình yêu và sự lo sợ, ngoài ra không có gì khác. Điều duy nhất trên đời là lo sợ. Điều thiện duy nhất là tình yêu. Đôi khi người ta gọi tình yêu bằng những tên gọi khác: hạnh phúc, tự do, an bình, niềm vui, Thiên Chúa hay gì gì khác. Nhưng tên gọi - nói cho cùng - không mấy quan trọng. Và cũng không có một sự dữ nào trên thế gian này mà bạn không thể dò ra manh mối của nó nơi nỗi sợ hãi; tuyệt đối không hề có.

Ngu dốt và sợ hãi, ngu dốt là do sợ hãi - đó chính là nguồn gốc phát sinh ra mọi sự dữ, mọi bạo lực. Người thực sự phi bạo lực, người không thể bạo động-đó là người không biết sợ hãi. Người ta giận dữ chỉ vì họ sợ. Hãy nhớ lại cơn giận dữ mới nhất của bạn; hãy ôn lại đi - và hãy tìm cho ra nỗi sợ nấp đằng sau nó. Bạn sợ mất cái gì? Bạn sợ cái gì nơi bạn bị tước đi? Chính là nỗi sợ ấy đã làm bạn giận dữ. Hãy nghĩ đến một người giận dữ, có thể là một người mà bạn sợ. Bạn có thể thấy nét kinh hãi nơi người ấy rõ ràng đến thế nào không? Vâng, chắc chắn người ấy thật sự kinh hãi. Nếu không thật sự kinh hãi thì người ấy đã không giận dữ. Nghĩa là nói cho cùng, chỉ có hai điều duy nhất: tình yêu và nỗi sợ.

Trong cuộc hồi tâm này tôi muốn trình bày các vấn đề theo kiểu phi kết cấu, đi từ chuyện này sang chuyện khác và các chủ đề thì được nhào đi nhào lại hoài. Vì đó là cách thế để giúp bạn nắm được điều tôi nói. Nếu lần đầu nó không đánh động được bạn thì biết đâu lần thứ hai nó sẽ làm được điều đó. Và điều không đánh động người này, biết đâu sẽ đánh động người khác. Tôi chia sẻ nhiều chủ đề, nhưng tựu trung chỉ có một. Dù gọi nó là thức tỉnh, tình yêu, linh đạo, tự do hay tỉnh ngộ hay gì đi nữa - thực sự nó chỉ là một.

### 3. NHẬN THỨC VÀ TIẾP CẬN VỚI THỰC TẠI

#### NHẬN THỨC VÀ TIẾP CẬN VỚI THỰC TẠI

Quan sát mọi sự trong cũng như ngoài mình - và khi có sự gì xảy ra với mình, hãy nhìn nó như thể nó đang xảy ra với một ai khác, không nhận định, không phê phán, không phản ứng, không cản trở, không cố gắng thay đổi - mà chỉ nhận thấy rằng mình đang dần dần rút ra khỏi cái “tôi”. Thánh Têrêxa Avila cho biết vào giai đoạn cuối đời ngài Thiên Chúa đã ban cho ngài một ơn phi thường. Dĩ nhiên ngài không diễn tả bằng ngôn ngữ hiện đại của chúng ta, nhưng chung qui đó là ơn làm cho ngài rút ra được khỏi chính ngài. Một người nào đó bị ung thư mà tôi không quen không biết, chuyện đó sẽ không ảnh hưởng gì đến tôi. Nhưng nếu tôi có tình nghĩa và mẫn cảm, hẳn tôi sẽ giúp đỡ, nhưng tôi không xúc cảm. Nếu bạn chuẩn bị đi thi, chuyện đó chẳng ảnh hưởng gì đến tôi. Tôi có thể bình thản triết lý với bạn: - “Này, bạn càng lo lắng nhiều, kỳ thi của bạn càng tệ hại hơn. Bạn nên nghỉ xả hơi cho khỏe thay vì cặm cụi học miết”. Nhưng khi đến lượt tôi chuẩn bị đi thi, thì... khác, phải không? Sở dĩ thế bởi vì tôi đồng hóa mình với cái “tôi” - đối tượng, với gia đình, tổ quốc, của cải, thân xác mình. Sự việc sẽ ra sao nếu tôi được Thiên Chúa ban ơn cho để không xem những thứ ấy là của mình? Tôi sẽ không bị ràng buộc, không bị đồng hóa. Đấy chính là ý nghĩa của việc đánh mất chính mình, từ chối chính mình, chết đi đối với con người mình vậy.

# TÍN NGƯỠNG TỐT LÀ PHẢN ĐỀ CỦA MÊ MUỘI

Tại một cuộc hội thảo nọ, có người đến gặp tôi hỏi: - “Chuyện Đức Mẹ Fatima thì thế nào?” Bạn nghĩ sao về Đức Mẹ này? Còn tôi, mỗi khi có ai hỏi như thế thì tôi nhớ lại câu chuyện hồi người ta đem tượng Đức Mẹ Fatima đi thánh du. Khi phi cơ bay qua bầu trời miền nam nước Pháp, nó bắt đầu trồng trành, lắc lư và có vẻ sắp vỡ tung ra. Pho tượng hay làm phép lạ bật la lên: - “Lạy Đức Mẹ Lộ Đức, xin cầu cho chúng con”. Rồi mọi sự đều ổn. Thú vị đấy chứ, việc “Đức Mẹ” này giúp đỡ “Đức Mẹ” kia?

Cũng có câu chuyện về một nhóm khoảng ngàn người đi hành hương thành phố Mexico để tôn kính tòa Đức Mẹ Guadalupe. Họ ngồi trước tượng Đức Mẹ để biểu tình phản đối việc đức giám mục tuyên bố “Đức Mẹ Lộ Đức” là quan thầy của giáo phận! Họ tin chắc Đức Mẹ Guadalupe bị động chạm lớn trong vụ này, vì thế họ làm cuộc biểu tình ấy để “đền tạ” sự xúc phạm trên. Nếu bạn không cảnh giác, chuyện như thế sẽ làm rung chuyển lòng tín ngưỡng như chơi.

Gặp các anh chị em Ấn giáo, tôi bảo họ(-bạn xem tôi khéo léo đấy chứ-): - “Các vị sư thầy của các bạn hẳn sẽ không vui khi nghe tôi nói điều này. Nhưng Đức Giêsu Kitô cho biết rằng Thượng Đế sẽ vui hơn nhiều nếu các bạn được biến đổi hơn là các bạn thờ phượng. Ngài sẽ hài lòng vì các bạn yêu mến hơn là vì các bạn tôn thờ”. Nói chuyện với các tín đồ Hồi giáo, tôi bảo: - “Nghe điều này, Ayatollah và các mullahs sẽ không vui, song Thiên Chúa hẳn sẽ hài lòng nếu các bạn trở nên những con người đầy lòng yêu mến hơn là các bạn chỉ thưa “Lạy Chúa, lạy Chúa”. Điều vô cùng quan trọng là bạn hãy thức tỉnh. Linh đạo là ở đó, mọi sự là ở đó. Nếu bạn thức tỉnh, bạn sẽ có Thiên Chúa. Bấy giờ bạn sẽ tôn thờ “trong tinh thần và chân lý”. Bạn trở thành tình yêu, bạn được biến đổi thành tình yêu. Đức Hồng Y Martini, Tổng Giám mục Milan, đã kể một câu chuyện rất đặc sắc về mối nguy hiểm có thể xuất phát từ lòng sùng ngưỡng. Câu chuyện có liên quan đến một cặp vợ chồng người Ý đang làm đám cưới. Họ đã được cha sở đồng ý cho tổ chức một bữa tiệc tân hôn nhỏ trong sân nhà xứ, ngoài nhà thờ. Nhưng trời đổ mưa làm trở ngại cho cuộc tiệc tân ấy, họ đến thưa với cha sở: - “Xin cha thông cảm cho chúng con được phép tổ chức trong nhà thờ”.

Cha sở không vui chút nào khi nghe chuyện chiêu đãi trong nhà thờ, nhưng họ năn nì: - “Chúng con sẽ dùng chút bánh ngọt, hát vài bài hát, nhấm tí rượu, rồi giải tán êm”. Thế là ngài nhượng bộ, ban phép cho họ. Nhưng vì đó là những người Ý rất mực yêu đời, nên họ uống một chút, hát một chút rồi lại uống thêm một chút, hát thêm một chút - và trong vòng nửa tiếng đồng hồ, trong nhà thờ đã diễn ra một đại tiệc hẳn hoi. Ai nấy đều đã đời, sảng khoái. Song cha sở thì hết sức căng thẳng, ngài đi đi lại lại trong phòng thánh, hết sức lo lắng vì sự ồn ào do đám người ấy gây ra. Lúc ấy cha phó đến gặp ngài và nói: - “Con thấy cha căng thẳng quá”.

- “Tất nhiên rồi; tôi đang căng thẳng. Cứ nghe những tiếng ồn ào của họ, trời ơi, lại ở ngay trong Nhà Đức Chúa Trời mới chết chứ”.

- “Nhưng, thưa cha, họ thực sự không còn chỗ nào khác để tổ chức”.

- “Thì biết vậy. Nhưng họ phải làm ầm ĩ lên vậy mới được à?”

- “Chà, thưa cha, có lẽ chúng ta đừng quên rằng chính Đức Giêsu cũng đã từng có mặt trong một tiệc cưới!”

Cha sở bảo: - “Tôi biết Đức Giêsu Kitô đã từng hiện diện trong một tiệc cưới. Ông không cần phải nhắc tôi về điều đó. Nhưng hồi ấy đâu có Bí tích Thánh Thể ở đó!”

Bạn biết đó, có những thời mà Bí tích Thánh Thể còn quan trọng hơn cả Đức Giêsu Kitô. Có

những thời mà thờ phượng quan trọng hơn yêu thương, Giáo hội quan trọng hơn sự sống, Thiên Chúa quan trọng hơn người anh em bên cạnh, và vân vân... Mối nguy hiểm là ở đó. Theo tôi nghĩ thì điều trước nhất giữa những điều trước nhất mà Đức Giêsu rõ ràng mời gọi chúng ta là: Con người quan trọng một trời một vực hơn ngày Sabbath. Thi hành những điều tôi nói với bạn, nghĩa là, trở nên cái mà tôi chỉ cho bạn - điều đó quan trọng hơn là chỉ lo lạy Chúa, lạy Chúa. Nghe điều này thì các mullah (đạo sư Hồi giáo) của bạn chẳng vui vẻ gì, tôi cam đoan thế. Các thầy đạo khác cũng vậy, chung chung là không vui khi nghe những điều này. Những điều mà bạn đang được nghe nói đây chính là linh đạo, là thức tỉnh. Và như tôi đã nói, muốn thức tỉnh thì quan trọng nhất là phải thực hiện nội quan. Bạn phải ý thức mình đang nói gì, đang làm gì, đang nghĩ gì, phải nhận thức được cung cách hành động của mình. Bạn phải nhận ra mình từ đâu đến, mình hướng về mục đích nào. Đời sống mà không ý thức thì không đáng sống.

Sống không ý thức là sống máy móc. Sống như vậy không phải là người, sống như vậy là bị câu thúc trong những kế hoạch, những điều kiện. Thế thì có khác chi cục đá, khúc cây đầu. tại đất nước quê hương tôi, hàng trăm ngàn con người đang sống trong những túp lều bé nhỏ phong phanh, trong cảnh đói nghèo tận cùng. Họ tắt mắt tối mịt với chuyện sinh nhai. Họ lao động quần quật cả ngày, rồi ngủ, rồi thức dậy sáng hôm sau, ăn sơ cái chi đó, rồi lại làm quần quật... Và bạn sững sốt: "Kinh khủng quá! Tất cả cuộc sống họ chỉ có vậy thôi sao?" Rồi bất chợt bạn nhận ra rằng 99,999% số người ở đây cũng chẳng hơn gì mấy. Bạn được đi xem phim, được đánh xe hơi chạy vòng vòng, được đi du hí... Bạn nghĩ bạn còn hơn họ nhiều ư? Không đâu, bạn cũng chỉ là những thân ma vô hồn y như họ. Bạn cũng là một cỗ máy không khác chi họ - một cỗ máy có vẻ đồ sộ hơn, nhưng vẫn chỉ là một cỗ máy. Thật đáng buồn. Đáng buồn khi thấy đời sống con người ta như thế.

Người ta sống bằng những định kiến, họ không bao giờ thay đổi. Họ không hề ý thức được những gì đang diễn ra. Họ khác nào một khúc gỗ, một tảng đá, một cỗ máy biết đi, biết nói, biết nghĩ ngợi. Đó không phải là người. Đó là những con rối bị kéo giật từ đủ phía. Bạn ấn một cái nút, tức thì bạn thấy ngay một phản ứng. Dường như bạn có thể nói trước được những phản ứng của những con người ấy. Nếu tôi tìm hiểu một người, tôi có thể cho bạn biết chính xác người ấy sắp làm gì, làm gì. Đôi khi trong nhóm tâm lý trị liệu của tôi, tôi ghi ra giấy về những việc mà một bệnh nhân nào đó sắp làm, và kết quả đúng y chang. Bạn có nghĩ rằng điều đó thật không hay? Chà, bạn đừng nghe những kẻ bảo bạn "hãy quên mình đi; hãy đến với người khác và yêu thương họ". Bạn đừng nghe những kẻ nói như thế! Họ đều sai lầm. Điều tệ hại nhất mà bạn có thể làm đó là quên mình khi đến giúp đỡ người khác.

Tôi đã có dịp để xác tín mãnh liệt điều này cách đây nhiều năm, khi tôi còn nghiên cứu tâm lý ở Chicago, chúng tôi theo học một khóa linh hướng và tất cả đều đồng ý mang tới lớp học bằng ghi âm những buổi linh hướng thực sự của mình. Có tới khoảng hai mươi vị. Hôm đến phiên mình, tôi mang đến một băng ghi âm về cuộc gặp gỡ với một phụ nữ trẻ. Vị giảng viên lấp băng vào máy và tất cả chúng tôi bắt đầu lắng nghe. Như thường lệ, sau năm phút, vị giảng viên cho ngừng máy và hỏi: "Có ai có ý kiến gì không?" Một người đã hỏi tôi: - "Tại sao ông hỏi cô ta câu đó vậy?" Tôi trả lời: - "Tôi không nghĩ rằng tôi đã đặt câu hỏi với cô ta. Thực vậy, tôi cam đoan mình đã không hỏi một câu nào". Vị kia bảo: - "Ông có hỏi đấy". Sở dĩ tôi dám quyết rằng mình đã không hỏi bởi vì lúc bấy giờ tôi đang cố ý áp dụng phương pháp của Carl Rogers - một phương pháp có tính định hướng cho người ta chứ không chỉ thị. Theo phương pháp ấy thì người linh hướng sẽ không đặt câu hỏi, cũng không ngắt lời hoặc khuyên răn gì cả. Do vậy nên tôi cứ chắc mẫm rằng mình đã không hỏi gì cô ấy. Thấ là xảy ra tranh cãi giữa tôi và vị học viên kia. Bấy giờ vị giảng viên bảo: "Chúng ta hãy mở băng lại". Và thật kinh hãi cho tôi, một câu hỏi ngao ngễ, lơ lửng như tòa nhà Empire State không thể chối cãi được. Điều ngạc nhiên là tôi đã nghe câu hỏi ấy đến ba lần: lần đầu tiên - cứ cho là - lúc tôi hỏi; lần thứ hai, khi tôi nghe lại cuộn băng một mình trong phòng (vì tôi muốn đưa một cuộn băng tốt đến lớp); và lần thứ ba là khi tôi nghe tại lớp. Nhưng như nước đổ lá môn! Tôi đã không ý thức.

Điều này thường xảy ra trong các buổi tâm lý trị liệu hoặc trong các buổi linh hướng của tôi. Chúng tôi ghi âm cuộc nói chuyện - và khi nghe lại, đương sự thốt lên: “Ồ, thưa cha, trong cuộc chuyện với cha, con thật sự chẳng nghe cha nói. Chỉ đến khi nghe băng con mới biết là cha nói gì”. Càng kỳ quặc hơn nữa, chính tôi cũng chẳng nghe tôi nói gì trong cuộc chuyện. Không thể không giật mình khi nhận ra rằng trong một buổi tâm lý trị liệu mà mình đã nói những điều mà mình không ý thức. Phải về sau tôi mới nhận thức được đầy đủ những gì mình đã nói. Như vậy gọi là “người” đấy ư? Hay đó là “quên mình để hội nhập với người khác”? Chưa hết, về câu chuyện cuộn băng của tôi ở Chicago - sau khi chúng tôi đã lắng nghe lại toàn bộ cuộn băng, vị giảng viên hỏi: - “Xin mọi người phát biểu ý kiến”. Một linh mục học viên 50 tuổi mà tôi có lòng quý mến đã nói với tôi: - “Tony, mình xin phép hỏi cậu một câu hỏi có tính riêng tư, được chứ?”. Tôi đáp: - “Vâng, xin cha cứ tự nhiên. Nếu con không muốn, con sẽ không trả lời”. Ngài liền hỏi: - “Đó là một phụ nữ đẹp phải không?”

Bạn hiểu cho, tình thật mà nói, đó là giai đoạn mà tôi đã có được một mức tiến triển (hay thoái hóa) biểu hiện nơi việc tôi không hề bận tâm đến ngoại hình người ta xấu hay đẹp. Chuyện đó không thành vấn đề với tôi. Cô ấy là một con chiên trong đàn chiên của Chúa; còn tôi là một mục tử. Tôi giúp đỡ cô ta, thế thôi. Chúng tôi đã được đào tạo như thế. Vì vậy, tôi nói với vị linh mục ấy: - “Điều đó thì có ảnh hưởng gì?” Ngài bảo: - “Vì cậu không thích cô ta chứ gì?” Tôi ngơ ngác: - “Gì, gì, cha nói gì?”

Tôi chưa từng bao giờ bị chi phối bởi tình cảm thích riêng ai hay ghét riêng ai. Cũng như phần đông người ta, một đôi khi trong tâm thức tôi có xuất hiện sự khó chịu về người khác, nhưng thái độ của tôi thì hầu như bao giờ cũng trung lập. Tôi hỏi lại vị linh mục ấy: - “Điều gì khiến cha nghĩ thế?” Ngài trả lời: - “Chính cuốn băng”. Chúng tôi lại nghe cuộn băng một lần nữa, ngài bảo tôi: - “Hãy nghe kỹ giọng nói của cậu. Hãy để ý giọng nói của cậu đã trở nên ngọt ngào biết chừng nào. Cậu bức lắm phải không?” Vâng, và chỉ lúc bấy giờ tôi mới nhận thức được điều đó. Dù không nói thẳng ra, nhưng chẳng khác nào tôi đã bảo cô ấy: “Đừng trở lại nữa”. Và tôi đã không hề ý thức điều đó. Vị linh mục nói với tôi: - “Cô ấy là một phụ nữ. Cô ấy sẽ đủ tế nhị để nắm được ý cậu. Cậu hẹn gặp lại cô ấy khi nào?”. Tôi đáp: - “Thứ tư tới”. Và quả cô ta không đến thật. Tôi đợi thêm một tuần nữa, vẫn biệt tăm. Thế là tôi phải gọi điện thoại cho cô ta. Tôi đã phá vỡ một trong những qui tắc của mình: “Đừng làm người cứu hộ”.

Tôi đã nói với cô ta qua điện thoại: - “Cô có nhớ cuốn băng mà cô đã đồng ý để tôi thực hiện cho lớp học? Quả là thực hữu ích, bởi lớp đã chỉ ra mọi sự cho tôi (dĩ nhiên tôi không nói đó là những sự gì!) - nhờ đó, cuộc gặp gỡ của chúng ta sẽ có nhiều kết quả hơn. Do đó, nếu cô không ngại trở lại, sẽ có nhiều triển vọng”. Cô ta trả lời: - “Được, con sẽ trở lại”. Và cô ta đã trở lại. Sự khó chịu của tôi vẫn còn y nguyên. Nó không biến mất, nhưng nó không còn mặc lấy cốt cách cũ của nó. Điều gì bạn hiểu được thì bạn làm chủ được, điều gì bạn không hiểu được thì bạn bị nó làm chủ. Đối với những gì mà bạn không nhận thức thì bạn luôn luôn là một tên nô lệ. Khi bạn nhận thức được nó, bạn mới tự do được khỏi nó. Nó vẫn có đó, nhưng bạn không còn bị nó chi phối. Nó không còn kiểm soát bạn và bạn không bị nó lèo lái. Tất cả sự khác biệt là ở đó.

Ý thức, nhận thức, tỉnh thức, thức tỉnh...! Điều mà chúng tôi được huấn luyện trong khóa học ấy đó là trở thành những người quan sát tích cực. Nói một cách cụ thể hơn, đó là khi tôi nói chuyện với bạn thì đồng thời tôi cũng thoát ra ngoài để quan sát bạn và quan sát tôi. Khi tôi lắng nghe bạn thì một điều quan trọng hơn nhiều đó là tôi phải lắng nghe tôi. Dĩ nhiên nghe bạn cũng quan trọng, nhưng quan trọng hơn phải là nghe tôi. Bằng không tôi sẽ không nghe được bạn. Hoặc tôi sẽ bóp méo mọi điều bạn nói. Tôi sẽ suy bụng ta ra bụng người. Tôi sẽ phản ứng với bạn từ thiên hình vạn trạng những sự bất ổn của mình, từ nhu cầu muốn chi phối bạn, từ khát vọng thành công, từ những bức bối và những cảm xúc mà có thể tôi không hề biết. Vì thế cho nên điều cực kỳ quan trọng là tôi phải lắng nghe tôi khi tôi nghe bạn. Chúng tôi đã được huấn luyện để đạt được sự thức tỉnh ấy.

Không nhất thiết bạn phải tưởng tượng như mình đang lơ lửng trong không gian. Chỉ cần có

một ý niệm khái lược về điều tôi nói đây - bạn hãy hình dung một anh tài xế điều luyện, anh ta vừa đang lái xe vừa tập trung nghe bạn nói chuyện. Thậm chí có thể anh ta đang tranh luận sôi nổi với bạn, nhưng anh ta cũng hoàn toàn ý thức về những bằng tín hiệu giao thông. Khi có chuyện gì bất thường xảy ra - một âm thanh, một tiếng động một sự va chạm... - là anh ta sẽ nhận ra ngay. Anh ta sẽ bảo: - “Cửa phía sau đã được đóng lại chưa vậy?” Làm sao anh ta làm thế được? Vì anh ta ý thức, anh ta cảnh giác. Điểm chú ý của anh ta là nói chuyện, hay tranh luận; nhưng ý thức của anh ta thì bao quát hơn nhiều. Anh ta nắm được mọi thứ.

Điều tôi muốn nói ở đây không phải là sự tập trung. Cái đó không quan trọng. Có nhiều kỹ thuật tư duy giúp tạo sự tập trung, song tôi ngờ vực chúng. Chúng liên can tới bạo lực và thường gây ra thêm sự ràng buộc và sự hạn định. Điều tôi muốn nói là sự nhận thức, một điều hoàn toàn khác với sự tập trung. Tập trung là một thứ đèn rọi, đèn pha. Bạn tiếp nhận bất cứ cái gì xuất hiện trong tầm ý thức của bạn, song bạn vẫn có thể bị nhớ mất do chia trí. Còn khi bạn nhận thức, không bao giờ xảy ra sự nhớ mất ấy. Khi đèn ý thức được bật lên thì không gì có thể che lấp nó được, bởi vì bất cứ cái gì xảy đến cũng không thoát khỏi ý thức của bạn.

Chẳng hạn tôi đang nhìn những cây đó và tôi đang lo lắng. Có phải như vậy là tôi đang trí? Tôi chỉ đang trí trong trường hợp tôi tập trung vào những cây ấy. Nhưng nếu tôi cũng ý thức rằng mình lo lắng, thì đó không phải là một sự đang trí chút nào. Chỉ cần bạn ý thức về chỗ mà bạn đặt chú ý vào - Khi có gì bất ưng hay bất thường xảy ra, bạn sẽ nắm được ngay. Bạn sẽ hiểu rằng có gì đó đang trục trặc. Bất cứ cảm nghĩ tiêu cực nào xuất hiện trong ý thức, bạn sẽ nắm được ngay. Bạn sẽ như anh tài xế nói trên đây vậy.

Tôi đã có đề cập đến chuyện Thánh Têrêxa Avila cho biết rằng Thiên Chúa đã ban cho ngài ơn sủng để ngài tách mình ra khỏi mình. Nơi trẻ con bạn cũng ghi nhận thấy điều đó. Một chú bé hai tuổi nói: - “Sáng nay Tommy đã ăn sáng”. Nó không nói “tôi”, mặc dù Tommy là nó. Nó nói “Tommy” ở ngôi thứ ba. Các nhà thần bí cũng cảm nghĩ theo lối đó. Họ tách khỏi chính mình và vì thế họ bình an.

Đây chính là ơn mà Thánh Têrêxa đã nói tới. Đây chính là cái “tôi” mà các bậc thầy thần bí Đông phương không ngừng kêu gọi người ta khám phá ra. Cả những nhà thần bí tây phương cũng thế, trong số đó bạn có thể kể đến Meister Eckhart. Tất cả các vị ấy đều thúc giục chúng ta khám phá cho được cái “tôi”.

# NHỮNG NHÃN HIỆU

Điều quan trọng không phải là tìm biết cái “tôi” là ai hay là gì. Công dã tràng! Không có ngôn từ nào chuyên chở được nó đâu. Điều quan trọng là giữ bỏ những nhãn hiệu. Như các thiền sư Nhật Bản vẫn nói: “Đừng tìm kiếm chân lý; chỉ cần lột bỏ những quan niệm của mình”. Vâng, bạn hãy vứt bỏ các lý thuyết của bạn, đừng tìm kiếm chân lý. Chân lý không phải là cái để bạn lục tìm. Một khi bạn thôi ngoan cố, bạn sẽ hiểu. Vấn đề ở đây cũng thế. Nếu bạn dứt bỏ những nhãn hiệu của bạn, bạn sẽ hiểu. Nhãn hiệu tôi nói đây là gì? Là bất cứ nhãn hiệu nào bạn có thể quan niệm, có lẽ chỉ trừ nhãn hiệu con người. Tôi là một con người. Thế là đủ; đừng nhiều lời đâm ra lời thôi. Nếu bạn tuyên bố: “Tôi thành công”, thì đó là một tuyên bố khủng. Thành công không phải là một phần của cái “tôi”. Thành công là bèo mây, nó đến rồi đi; nay nó có đấy nhưng mai nó không còn. Nó không phải là “tôi”. Bạn tuyên bố: “Tôi là một người thành công” ư? Bạn lầm rồi; bạn đang chìm ngập trong tối tăm đấy. Vì bạn đồng hóa mình với thành công. Cũng vậy khi bạn nói: “Tôi là một người thất bại, một luật sư, một thương gia v.v...” Bạn thừa biết chuyện gì sẽ xảy ra khi bạn đồng hóa chính mình với những thứ đó. Bạn sẽ bám chặt vào chúng, bạn sẽ lo sợ chúng tan vỡ - và đó là cửa ngõ rước đau khổ vào. Vì thế mà trước đây tôi có nói với bạn: “Nếu bạn đau khổ, ấy là bạn đang ngủ mê”. Bạn có muốn biết một dấu hiệu cho thấy bạn đang ngủ mê không? Dấu hiệu đây: bạn đau khổ. Đau khổ là dấu chỉ rằng bạn chưa tiếp cận được với chân lý. Đau khổ được ban cho bạn là để bạn có thể mở mắt ra đón nhận chân lý, là để bạn hiểu rằng có sự trục trặc ở đâu đó - cũng như sự đau đớn thể lý được ban cho bạn để bạn hiểu rằng có bệnh tật hay ốm đau ở một nơi nào đó. Đau khổ là dấu chỉ cho thấy có sự trục trặc. Đau khổ xảy ra khi bạn cưỡng chống lại thực tại. Một khi các ảo tưởng của bạn chống lại thực tế, một khi bạn lấy sự sai trái của mình đối đầu với chân lý - tức thì bạn đau khổ. Nếu không vậy thì sẽ không có đau khổ.

# NHỮNG RÀO CẢN HẠNH PHÚC

Điều tôi sắp nói với bạn đây nghe có vẻ hơi quan trọng hóa, nhưng là sự thật. Rất có thể đây sẽ là những giây phút quan trọng nhất trong đời bạn. Nếu bạn nắm được điều này, bạn sẽ chạm được bí mật của việc thức tỉnh. Bạn sẽ hạnh phúc mãi mãi. Bạn sẽ không bao giờ còn phải khổ khổ nữa. Không có gì còn có thể làm bạn đau khổ. Vâng, không có gì thật đấy. Cũng tựa như bạn tung sơn đen vào không khí, không khí vẫn không bị nhuộm bẩn. Bạn không bao giờ bôi đen được không khí. Cũng vậy, mặc cho bất cứ điều gì xảy ra, bạn vẫn không bị ô nhiễm. Bạn vẫn bình an. Có nhiều người đã đạt được điều này - điều mà tôi gọi là “người”. Đây không phải là một cái gì vô nghĩa kiểu như một con rối, bị giật kéo tứ tung, để cho những biến cố và những người khác lèo lái cảm nghĩ của mình. Bạn gọi tình trạng ấy là nhược điểm? Tôi muốn gọi đó là một con rối hơn. Bạn có muốn làm một con rối không? Ăn một cái nút, bạn cúi xuống, thích chứ? Ngược lại nếu bạn quyết không đồng hóa mình với bất cứ nhãn hiệu nào, phần lớn những lo âu của bạn sẽ biến mất.

Chúng ta cũng sẽ đề cập đến nỗi lo sợ bệnh hoạn và sợ chết, nhưng thường thì bạn lo lắng về những sự cố có thể xảy đến cho sự nghiệp mình. Một thương gia cỡ nhỏ đang ngồi nhấp bia tại một quán rượu, ông ta chặc lưỡi: - “Chà, đám bạn cùng lớp mình. Chúng nó làm ăn giỏi thật”. Diên khùng! Đọc thấy tên người ta trên báo, ông bảo vậy là người ta giỏi. Bạn bè ông, kẻ thì làm giám đốc công ty, người thì làm chánh án, kẻ khác nữa thì làm này làm nọ - và ông bảo đó là giỏi. Ôi, chỉ toàn một lũ khỉ thôi!

Ai đặt chuẩn mực cho thành công? Chính cái xã hội ngu xuẩn này. Bạn tâm chính của xã hội là giữ sao cho xã hội ốm yếu mãi. Đó là điều mà bạn cần nhận ra, càng sớm càng tốt. Xã hội này bệnh hoạn, người ta hóa diên, hóa khùng. Bạn được làm giám đốc của một trại diên và bạn vinh vang về điều đó, dù điều đó chẳng là cái quái gì. Làm chủ tịch một công ty và thành công trong cuộc đời, hai điều đó có ăn nhằm gì với nhau đâu. Có được tiền rừng bạc bể và thành công trong cuộc đời, hai điều đó có ăn nhằm gì với nhau đâu. Bạn chỉ thành công trong cuộc đời khi bạn thức tỉnh! Bấy giờ, bạn không còn phải xin lỗi ai; bạn không còn phải phân trần giải thích với ai về bất cứ sự gì; bạn không còn phải phi bác những điều người ta nghĩ hay nói về bạn. Bạn không lo lắng; bạn hạnh phúc. Tôi cho đó mới là thành công. Có một nghề nghiệp ngon lành, có được tên tuổi hoặc có được danh thơm tiếng tốt thấy đều không có chút can hệ chi tới hạnh phúc hay thành công. Hoàn toàn chẳng dính dáng gì. Tất cả nỗi lo của người ta chỉ luẩn quẩn ở chỗ con cái nghĩ gì về mình, láng giềng nghĩ gì về mình, vợ mình nghĩ gì về mình. Người ta chỉ bận tâm đến cái tên tuổi. Xã hội và văn hóa của chúng ta không ngừng khắc họa trong đầu óc chúng ta điều đó. Ông ấy, bà ấy thật tài! Tài gì? Tài làm những con lừa, tài biến mình thành những con lừa. Bởi vì họ vắt cạn năng lực của mình để thu vén những thứ rác rưởi. Họ bồn chồn hoang mang; họ là những con rối y như mọi con rối khác. Hãy xem họ đi vất vưởng qua sân khấu. Hãy xem họ lúng túng biết bao khi lỡ có một vết hoen trên áo họ. Bạn gọi đấy là thành công ư? Họ bị kiểm soát, bị chi phối quá sức. Họ là những con người bất hạnh, khổ nạn. Họ không thưởng thức được cuộc sống. Họ thường xuyên căng thẳng và ưu phiền. Bạn bảo vậy là người đó ư? Và bạn có biết đầu dây mối nhợ của cơ sự ấy là ở đâu không? Chỉ vì một lý do duy nhất: Họ tự đồng hóa mình với nhãn hiệu nào đó. Họ đồng hóa cái “tôi” với tiền bạc hay công việc hay sự nghiệp. Sai lầm của họ là ở đấy.

Bạn đã từng nghe câu chuyện về người luật sư nọ nhận hóa đơn đòi tiền của một người thợ sửa ống nước chưa? Người luật sư bảo: “Này, anh bạn đòi đến hai trăm đôla cho một giờ đấy ư? Làm luật sư như tôi cũng không kiếm được khá như thế đâu”. Người thợ sửa ống nước trả lời: “Tôi cũng vậy; hồi tôi còn hành nghề luật sư, tôi cũng không kiếm được tiền khá như bây giờ”. Bạn có thể làm một thợ sửa ống nước, một luật sư, thương gia hay linh mục... nhưng tất cả những điều ấy không ăn thua gì đến bản chất của cái “tôi”. Nghề nghiệp không chi phối được người ta. Nếu ngày mai đây tôi chuyển qua nghề khác thì điều đó cũng như là tôi thay áo thay quần thôi. Còn tôi thì vẫn là tôi. Bạn có phải là quần áo của bạn không? Bạn là tên tuổi của bạn? Bạn là

nghề nghiệp của bạn? Bạn hãy chấm dứt dừng tự đồng hóa mình với những thứ đó nữa. Bởi chúng đến rồi đi...

Một khi bạn thực sự nhận ra được điều này, sẽ không còn lời ra tiếng vào nào lũng đoạn được bạn. Bạn ung dung trước mọi khen chê. Ví phỏng có người bảo: “Ông là một tay cừ”, anh ta đang nói về cái gì thế? Về cái “tôi”-đối-tượng, không phải cái “tôi”-chủ-thể, cái “tôi”-chủ-thể không cừ cũng chẳng hèn, không thành công cũng không thất bại. Nó không là nhãn hiệu nào trong những nhãn hiệu này. Bởi những nhãn hiệu này chỉ có tính nhất thời - và chúng tùy thuộc vào sự điều kiện hóa của con người cụ thể đang nói với bạn ở đây và lúc này. Nó chẳng dính dáng gì đến cái “tôi”-chủ-thể cả. Cái “tôi” chủ thể không thuộc về bất cứ nhãn hiệu nào trong những nhãn hiệu ấy. Cái “tôi”-đối-tượng thường ích kỷ, ngu dốt, ấu trĩ, thường là một con lừa khổng lồ. Vì thế khi bạn bảo tôi: “Ông là một con lừa”, tôi sẽ bảo: “Khổ quá, biết rồi, nói mãi!”. Bạn chờ mong gì nơi cái ngã bị hạn định ấy? Thật xưa như trái đất. Vậy sao bạn còn đồng hóa mình với cái ngã ấy? Rõ ngốc! Nó không phải là cái “tôi” -chủ -thể đâu, nó chỉ là cái “tôi” -đối -tượng.

Bạn muốn hạnh phúc không? Hạnh phúc triền miên thì không do tạo ra. Hạnh phúc thật vốn sẵn có. Bạn không thể làm cho tôi hạnh phúc được. Vì bạn không phải là hạnh phúc của tôi. Bạn hỏi một người đã thức tỉnh: “Vì sao ông hạnh phúc?”, người ấy sẽ trả lời bạn: “Vì sao không?”.

Hạnh phúc là cái tình trạng tự nhiên của chúng ta. Hạnh phúc là tình trạng tự nhiên của các trẻ thơ - mà Nước Trời thuộc về chúng cho tới khi chúng bị khuynh đảo và bị đầu độc bởi sự ngu dốt của xã hội và văn hóa. Bạn không cần phải làm gì cả để đạt được hạnh phúc, vì hạnh phúc không phải là cái mà người ta đạt được. Có ai hiểu cho vì sao vậy không? Vì chúng ta vốn vẫn có hạnh phúc rồi. Làm sao người ta có thể đạt được cái mà người ta đã có sẵn? Thế thì tại sao bạn không cảm nghiệm được hạnh phúc đó? Tại bạn chưa giữ bỏ một cái gì đó; bạn chưa giữ bỏ các ảo tưởng. Để được hạnh phúc, bạn không phải thêm thắt một thứ gì cả; bạn chỉ cần bỏ bớt một cái gì đó thôi. Cuộc sống thật dễ chịu, thật thú vị. cuộc sống chỉ gay go khi bạn ảo tưởng, khi bạn ham muốn, thêm khát, tham lam. Nhưng có sự ấy bởi vì đâu, bạn biết không? Vì bạn đồng hóa mình với các nhãn hiệu.

# BỐN CHẶNG ĐƯỜNG KHÔN NGOAN

Điều trước hết bạn phải làm đó là khai cho ra những cảm nghĩ tiêu cực của mình - những cảm nghĩ mà ngay chính bạn cũng không ý thức. Có nhiều người như vậy đấy, họ không hề nhận ra rằng họ có những cảm nghĩ tiêu cực. Vô số người chán nản mà không hề biết rằng mình đang chán nản. Chỉ khi đụng tới niềm vui họ mới biết rằng mình đã chán nản đến độ nào. Làm sao bạn chữa chạy một chứng ung thư mà bạn không phát hiện ra? Làm sao bạn trị được lũ sâu rầy đang hoành hành trong khu rẫy của bạn nếu như bạn không hề biết rằng chúng đã xuất hiện ở đấy? Cũng thế, điều tiên quyết là bạn phải ý thức rõ rằng mình đang có những cảm nghĩ tiêu cực. Những cảm nghĩ đó là gì? Sự u sầu, chẳng hạn. Bạn đang u sầu chán nản. Bạn đẩy nghiêng dãn vật chính mình. Bạn cảm thấy cuộc sống thật vô định và vô nghĩa lý. Bạn cảm thấy bị thương tổn. Bạn cảm thấy căng thẳng và hoang mang. Điều thứ nhất là bạn phải đào bới cho ra những cảm nghĩ ấy nơi mình.

Bước thứ hai - trong chương trình bốn bước này - là phải hiểu cho được rằng những cảm nghĩ đó nằm ở nơi bạn, chứ không ở nơi thực tại. Đây là một điều tự nó rõ ràng - nhưng bạn đừng tưởng rằng thiên hạ ai cũng biết. Họ không biết đâu, bạn hãy tin tôi đi. Họ hái được những văn bằng tiến sĩ và làm viện trưởng những viện đại học, nhưng họ không biết ắt giáp gì về sự thực này. Trên ghế nhà trường, tôi chẳng được ai dạy cho cách sống. Người ta nhồi nhét cho tôi những thứ khác thôi. Như có người đã phát biểu: "Tôi được hấp thụ một nền giáo dục cực kỳ tốt. Và tôi đã phải mất nhiều năm mới tổng khứ được nó". Tất cả linh đạo hệ tại ở đâu bạn biết không? Tẩy chay. Vâng, tẩy chay mọi thứ rác rưởi mà người ta tọng cho bạn.

Những cảm nghĩ tiêu cực là ở bạn, không phải ở trong thực tại. Vì thế đừng cố xoay chuyển thực tại. Đó là chuyện khùng! Cũng đừng cố biến đổi người khác. Chúng ta đốc thời giờ và sức lực để biến đổi những hoàn cảnh bên ngoài ta, biến đổi vợ hay chồng ta, biến đổi thương cấp, bạn hữu, kẻ thù và mọi người khác. Thế nhưng kỳ thực chúng ta không cần phải biến đổi gì cả. Những cảm nghĩ tiêu cực là ở bạn. Không có ai dưới gầm trời này có thể gây bất hạnh cho bạn được. Không có biến cố nào dưới gầm trời này có thể quấy rầy bạn hay làm bạn thương tổn. Không, không có biến cố, hoàn cảnh, tình trạng hay con người nào. Thế nhưng chẳng có ai bảo cho bạn hay điều ấy; người ta rót vào tai bạn điều ngược lại thôi. Đó là lý do tại sao bạn ở trong đồng rối tơ vò như hiện nay. Đó là lý do tại sao bạn ngủ mê. Bởi nào có ai từng mách với bạn điều đó đâu - một điều mà tự nó đã quá rõ ràng.

Cơn mưa phá bình cuộc picnic. Ai bức bối? Cơn mưa chẳng? hay chính bạn? Cơn mưa ấy hay là phản ứng của bạn đã tạo ra sự bức bối đó? Khi bạn vô ý va đầu gối vào cạnh bàn, cạnh bàn vô tội vạ. Nó chỉ làm bốn phần của nó thôi: làm một cái bàn. Cái bàn không đau, chỉ đầu gối bạn ê ẩm. Các nhà thần bí không ngừng nhắc bảo chúng ta rằng thực tại luôn luôn tốt đẹp. Thực tại không có vấn đề gì. Các vấn đề chỉ tồn tại trong tâm thần người ta. Chúng ta có thể thêm: các vấn đề chỉ tồn tại trong tâm thần điên độn và mê ngủ của người ta. Thực tại không hề có vấn đề. Nếu lấy hết người ta ra khỏi hành tinh này thì sự sống vẫn tiếp diễn ở đó, thiên nhiên vẫn tiếp tục đi con đường của nó với tất cả nét yêu kiều và sức mạnh của nó. Vậy thì vấn đề dồn trú ở đâu? Chẳng có cái gì gọi là vấn đề cả. Chính bạn đã đẻ ra vấn đề. Bạn là vấn đề. Bạn đồng hóa mình với cái "tôi"-dữ-kiện, và đấy là vấn đề. Cảm nghĩ bức dọc này nọ là ở bạn, không phải ở nơi thực tại.

Bước thứ ba: bạn đừng bao giờ đồng hóa mình với cảm nghĩ đó. Nó chẳng dính dáng gì đến cái "tôi" chủ -thể. đừng định nghĩa bản ngã căn cơ của mình bằng cảm nghĩ đó. Bạn đừng bảo: - "Tôi chán nản". Giả như bạn bảo: "Nó chán nản", thì còn có thể chấp nhận được. Bạn nên nói: "Sự chán nản có đấy, sự u sầu có đấy". Đừng nói: "Tôi u sầu". Nghĩa là, ảo tưởng và sai lầm của bạn là ở chỗ bạn dùng những cảm nghĩ ấy để định nghĩa mình. Ở đây và lúc này có một nỗi chán chường, có những thương tổn, nhưng mặc kệ chúng, cứ để chúng yên. Chúng sẽ qua. Mọi sự đều sẽ qua, qua tất cả. Cả những bạc nhược lẫn những hưng phấn của bạn đều không ấn

nhập gì đến hạnh phúc. Chúng chỉ là nước ròng nước lên. Nếu bạn cảm thấy rạo rực phấn khởi, hãy sửa soạn mà đón lấy chán chường. Bạn muốn tìm cảm giác mê mê nơi ma túy? Hãy sửa soạn mà đón lấy sự mệt mỏi, rũ rượi. Thế đấy, con lắc cứ đong đưa từ cực bên này sang cực bên kia.

Đấy không phải là cái “tôi” -chủ -thể; nó không liên hệ gì đến hạnh phúc. Nó chỉ là cái “tôi” - đối -tượng thôi. Nếu bạn ghi nhớ điều này, nếu bạn nhắc đi nhắc lại mình một ngàn lần như thế, nếu bạn cố tập đi tập lại một ngàn lần theo ba bước này, bạn sẽ hiểu. Bạn đừng nôn nóng đốt giai đoạn, chẳng có qui tắc nào giúp bạn hiểu được điều đó trong một sáng một chiều đâu. Nhưng hãy miệt mài kiên trì - và bạn sẽ khám phá được điều vĩ đại nhất trong đời bạn. Quí tha ma bắt những mỏ vàng ở Alaska ấy đi! Bạn tính làm gì với món vàng đó? Cái cần nhất để người ta sống là hạnh phúc. Hiểu ra điều đó mới là vàng. điều gì sẽ xảy ra? Bạn sẽ là một ông vua, một bà hoàng. Bạn sẽ tự do; bạn sẽ không phải bận tâm về việc người ta chấp nhận hay phi bác mình - sao cũng vậy thôi. Các nhà tâm lý bảo chúng ta rằng có một cảm-giác-thuộc-về là điều cực kỳ quan trọng. Nói bậy! Có gì bạn phải thuộc về một kẻ khác? Điều ấy không quan trọng nữa đâu.

Một người bạn kể cho tôi nghe rằng có một bộ tộc Phi châu mà ở đó hình phạt nặng nề nhất bao gồm việc hoàn toàn cách ly người ta khỏi xã hội. Ví như bạn bị tống khứ khỏi Nữ Ước - hay khỏi bất cứ nơi nào bạn đang trú ngụ - thì bạn sẽ nào có chết đâu. Thế tại sao người bộ tộc Phi châu kia đã chết? Vì anh ta cũng chia sẻ sự ngu đần chung chung của con người. Anh ta cho rằng anh ta không thể sống mà không thuộc về một cái gì. Đa số người ta đã không nghĩ thế đó ư? Anh ta xác tín rằng anh ta phải thuộc về. Nhưng người ta không cần phải thuộc về ai hay cái gì hay nhóm nào. Thậm chí bạn không cần phải có một mối tình. Ai bảo bạn rằng bạn phải cần những thứ ấy - đó chỉ là xúi quẩy. Điều mà bạn cần đó là sự tự do. Điều mà bạn cần là yêu thương. Tất cả là vậy; đó là chân tính của bạn. Thế nhưng thực tế là bạn thú nhận rằng bạn cần được người ta khao khát. Bạn cần được hoan hô, bạn cần lời cuốn người ta, bạn cần lũ khỉ tội nghiệp ấy chạy theo bạn. Rõ ràng bạn đang phí cả một đời. Tỉnh dậy đi! Bạn không phải cần những thứ ấy đâu. Bạn có thể hạnh phúc trọn vẹn được mà chẳng cần chúng.

Người chung quanh bạn sẽ chẳng vui gì khi nghe điều này - bởi vì một khi bạn đã mở mắt và hiểu ra, bạn sẽ làm người ta kinh hãi. Làm sao người ta kiểm soát được một người như thế? Hẳn không cần mình; hẳn không ngăn những điều mình bình phẩm về hẳn; hẳn mặc kệ mình nghĩ hay nói gì về hẳn. Hẳn cắt phứt mọi dây nhợ; hẳn không còn là con rối nữa. Điều đó không khiếm ư? “Thế thì chúng ta phải xử hẳn. Hẳn nói ra sự thật. Hẳn hết còn kiêng nể ai; hẳn không còn là người - khi hẳn đã phá tan tình trạng nô dịch của hẳn, phá tan ngục tù mà người ta giam hãm hẳn.

Không có biến cố nào hay hoàn cảnh nào trong cuộc đời giải thích hoặc biện minh cho những cảm nghĩ tiêu cực. Tất cả các nhà thần bí đều thét vào tai chúng ta như thế. Thế nhưng chẳng ai nghe. Cảm nghĩ tiêu cực thực sự là ở nơi bạn. Trong kinh Thế Tôn ca (Bhagavad -Gita) của Ấn giáo có kể rằng Thần Krishna đã nói với chàng hiệp sĩ Arjuna: “Hãy lặn xả vào giữa khối lửa của chiến trận và hãy đặt cõi lòng mình nơi tòa sen của Thần Minh”. Câu nói thật súc tích.

Bạn không cần phải làm bất cứ cái gì để được hạnh phúc. Meister Eckhart - bậc thầy vĩ đại - đã nói rất hay về vấn đề này như sau: - “Người ta không đạt đến Thiên Chúa bằng việc bổ sung thêm cái gì vào linh hồn, nhưng là bằng việc bớt đi”. Để được tự do, bạn không cần làm cái gì cả, bạn chỉ cần bỏ đi một cái gì đó thôi. Và bạn được tự do.

Ở đây tôi nhớ lại câu chuyện về một người tù Aùì -nhĩ -lan muốn trốn thoát bằng cách đào một con đường hầm dưới chân tường nhà ngục. Chỗ mà ông ta ngoi lên vô tình đúng ngay sân trường học, nơi mà bọn trẻ đang chơi. Dĩ nhiên, khi ông ta chui lên khỏi mặt đất, ông không tìm được mình và bắt đầu vừa nhảy cẫng lên vừa la to: “I’m free, I’m free, I’m free” (nghĩa là: “Tôi đã tự do, tôi tự do, tôi tự do rồi”)[1]. Một bé gái ở chỗ đó nhìn ông, bĩu môi: - “That’s

nothing. I'm four" (nghĩa là: "Thua cháu rồi, cháu bốn tuổi" - do trong Anh ngữ, "free" và "three" được phát âm gần giống nhau, và bé gái đã nghe vị khách từ dưới đất chui lên la to: "Tôi ba tuổi"!)

Bước thứ tư: Làm sao để thay đổi sự vật? Làm sao để thay đổi chính mình? Ở đây có nhiều chuyện mà bạn phải hiểu - hay nói đúng hơn, chỉ có một chuyện nhưng có thể được diễn tả bằng nhiều cách khác nhau. Bạn hãy hình dung một bệnh nhân đến gặp bác sĩ và trình bày với bác sĩ về cơn đau của mình. Bác sĩ bảo: - "Tốt lắm, tôi đã nắm được các triệu chứng của anh. Anh có đoán được tôi sẽ giải quyết thế nào không? Tôi sẽ kê một toa thuốc cho người hàng xóm của anh!" Bệnh nhân trả lời: "Ồ, cảm ơn Bác sĩ lắm; như vậy bệnh tình của tôi sẽ khả quan hơn". Quả là vô lý không chịu được! Thế nhưng đấy lại là cách ứng xử của tất cả chúng ta. Một người ngủ mê bao giờ cũng nghĩ rằng mình sẽ khả quan hơn nếu có sự đổi thay nơi một kẻ nào đó khác. Bạn đau khổ vì bạn ngủ mê, nhưng bạn lại nghĩ: "Đời sống sẽ thú vị biết bao nếu thiên hạ thay đổi, nếu người hàng xóm tôi, nếu vợ tôi, nếu thượng cấp tôi... thay đổi".

Để cho tình trạng của mình được tốt hơn, chúng ta luôn luôn muốn người khác phải thay đổi. Nhưng có bao giờ bạn từng nghiệm thấy rằng cho dù vợ (hay chồng) bạn đổi thay cũng chẳng ăn thua gì đến bạn không? Bạn vậy yếu nhược, vẫn ngốc nghếch, vẫn mê ngủ hệt như xưa thôi. Chính bạn mới là người cần thay đổi, cần lấy toa thuốc. Bạn cứ khư khư cho rằng "Tôi thấy dễ chịu vì thiên hạ tốt đẹp". Sai bét! Bởi ngược lại mới đúng: Thiên hạ tốt đẹp chính vì tôi thấy dễ chịu. Tất cả các nhà thần bí đều nhất trí như thế.

# THẾ GIỚI VỐN VẪN TỐT ĐẸP

Khi bạn tỉnh ngộ, bạn ý thức, bạn hiểu ra - bạn sẽ thấy rằng thế giới vốn vẫn đúng đắn. Chúng ta luôn luôn bị quấy rầy bởi vấn đề sự dữ. Thì đây, có một câu chuyện rất thấm thía kể về một cậu bé rong chơi dọc bờ sông. Cậu gặp một con cá sấu đang giẫy giụa vì mắc lưới. Cá sấu van xin: - “Xin cậu bé thương tình gỡ lưới cho tôi. Cậu thấy tôi dữ tợn, nhưng đó không phải lỗi của tôi. Cậu biết đó, tôi sinh ra là như thế. Nhưng dù bộ mặt tôi thế nào, tôi vẫn mang trong mình trái tim của người mẹ. Sáng nay, vì phải đi kiếm cái ăn cho đàn sấu nhỏ của tôi mà tôi phải mắc vào bẫy lưới này”. Cậu bé đáp: - “Ồ, nếu tôi giúp bạn thoát ra khỏi bẫy, bạn sẽ vồ lấy tôi và ăn thịt tôi”. Cá sấu lại van xin: - “Làm sao tôi có thể làm thế được đối với một ân nhân và là người giải phóng cho tôi?” Cậu bé cảm động, gỡ lưới cho cá sấu và thế là con sấu chụp lấy cậu. Khi hai hàm răng cá sấu bắt đầu ngoạm lấy cậu, cậu bé phân bua: - “Chẳng lẽ tôi làm điều tốt để được xử tệ như thế này ư?”. Cá sấu bảo: - “Anh bạn ơi, đừng ngó ngán nữa. Đời là vậy, luật đời là vậy”. Cậu bé không chịu cách giải thích này, bẫy giờ cá sấu nói: - “Thì anh bạn có quyền hỏi một kẻ khác để xem điều tôi nói có đúng không”. Khi ấy, trông thấy một con chim đang đậu trên cành cây gần đó, cậu bé hỏi: - “Chim ơi, cá sấu nói vậy có đúng không?”. Chim trả lời: - “Đúng, cá sấu nói đúng. Chính bản thân tôi đã từng thấm thía điều đó. Một lần, khi tha mồi về tổ cho bầy chim con, bạn biết tôi đã hãi hùng thế nào khi chứng kiến một con rắn đang trườn lên cây lao thẳng tới tổ của tôi. Tôi hoàn toàn bất lực. Con rắn thò đầu vào và nuốt từng con một, ôi, những đứa con bé bỏng tội nghiệp của tôi. Tôi hét ré lên, nhưng vô ích. Vì thế, bạn ơi, cá sấu đúng đấy. Đời là thế; đó là qui luật của đời”. Cá sấu lên tiếng: - “Đấy, đấy, thấy chưa?”. Nhưng cậu bé chưa hoàn toàn bị thuyết phục: - “Hãy để tôi hỏi một kẻ khác xem sao?”. Cá sấu gật đầu: - “Được, cứ việc”. Giữa lúc ấy, có một con la già thất thểu đi qua trên bờ sông. Cậu bé hỏi: - “Kìa, bác la, cá sấu bảo đời là vậy đấy. Bác thấy có đúng không?” Con la già trả lời: - “Cá sấu hoàn toàn đúng. Như lão già này đây, suốt cả đời phục dịch cho chủ mà chẳng mấy khi được ăn đủ no. Bây giờ sức cùng lực kiệt, bị chủ bỏ phế, đành phải đi thất thểu trong rừng, chuẩn bị đón nhận phút kết liễu đời mình trong móng vuốt của một mãnh thú nào đó. Cá sấu đúng đấy; đó là qui luật của đời; đời là thế”. “Thấy chưa!”, cá sấu hỏi thúc “ta còn chần chừ gì nữa!”. Cậu bé cố nài: “Không phải vậy đâu. Bạn hãy để tôi hỏi một kẻ khác nữa xem sao - một lần cuối cùng nữa thôi. Dù sao thì tôi cũng đã xử tốt với bạn mà”. Cá sấu đồng ý: - “Cũng được, một lần nữa thôi đấy nhé!” Vừa lúc ấy, một chú thỏ đi qua, cậu bé lên tiếng: “Thỏ ơi, cá sấu xử sự như vậy có đúng không?” Chú thỏ quì gập trên hai chân, hỏi cá sấu: “Bạn đã nói thế thật ư?” Cá sấu gật đầu: “Ừ”. Thỏ nhíu mày: “Hương đã, vấn đề này cần phải được thảo luận đây”. Cá sấu ra vẻ chịu thảo luận. Nhưng thỏ nêu vấn đề: “Làm sao chúng ta thảo luận được khi miệng bạn bận phải ngoạm cậu bé ấy như thế kia? Buông cậu ta ra đi - cậu ta cũng sẽ tham dự cuộc thảo luận này”. Cá sấu ngờ vực: - “Đừng ma mãnh, anh thỏ tinh khôn ơi. Ngay khi tôi buông cậu bé ra, cậu bé sẽ chạy mất”. Nhưng thỏ phân giải: - “Tôi tưởng rằng bạn hiểu rõ hơn tôi về khả năng cậu bé có thể chạy thoát hay không. Chỉ cần một cú quất đuôi của bạn, cậu ta sẽ chết tươi tại chỗ” Cá sấu nghe xuôi tai - và nó buông cậu bé ra. Liền lúc ấy, thỏ hô to: “Chạy đi, cậu bé”. Cậu bé lập tức bỏ chạy và thoát nạn. Sau đó, thỏ gặp cậu bé và hỏi: “Cậu không khoái thịt cá sấu sao? Bà con làng xóm của cậu không khoái chén một cỗ ngon lành sao? Cậu đừng quên rằng cậu chưa gỡ hẳn cá sấu ra khỏi lưới. Hẳn vẫn còn mắc kẹt ở đấy. Nào, còn chờ gì nữa mà không gọi người làng ra xoi cổ?”. Cậu bé nghe lời, về gọi tất cả dân làng ra. Họ mang rìu, mác, dao rựa đi giết cá sấu. Cậu bé cũng dắt con chó của mình đi cùng. Và khi con chó nhìn thấy chú thỏ ân nhân của chủ nó, nó sấn tới vồ lấy, cấu nát chú thỏ. Sự việc diễn ra quá nhanh, khi cậu bé chạy đến nơi thì không còn kịp nữa: thỏ đã chết. Cậu bé lẩm bẩm tự nhủ mình: - “Hóa ra là cá sấu đúng; đời là như vậy; luật đời là thế!”

Không có cách giải thích nào có thể lý giải được tất cả những khổ đau, những sự dữ, những đổ vỡ, hủy diệt và đói kém dưới gầm trời này. Bạn sẽ không bao giờ giải thích được đâu. Bạn có thể tung hứng những qui tắc, những niềm tin ngưỡng và vân vân... nhưng bạn sẽ chẳng bao giờ giải thích thấu đáo những thứ ấy được. Vì cuộc sống là một huyền nhiệm mà trí tưởng của con người không thể bao quát nó hết được. Bởi đó bạn phải tỉnh thức - và khi bạn đã tỉnh thức, bạn

sẽ sực nhận ra rằng thực tại chẳng có vấn đề gì cả, mà chính bạn mới là vấn đề.

# MỘNG DU

Thánh Kinh bâng bạc ẩn chứa điều ấy, nhưng chẳng bao giờ bạn hiểu được một lời của Thánh Kinh trừ phi bạn tỉnh thức. Những kẻ ngủ mê đã đọc Thánh Kinh và đã dựa vào Thánh Kinh mà hành hình Đấng Mêsia trên thập giá. Phải tỉnh thức nếu bạn muốn hiểu được Thánh Kinh. Vừa khi bạn tỉnh thức, bạn liền hiểu. Đối với thực tại cũng thế. Nhưng không bao giờ bạn diễn tả điều bạn hiểu ấy bằng ngôn từ được đâu. Bạn nên làm cái chi đó khác hơn là cố trình bày nó bằng ngôn từ. Nhưng cũng phải coi chừng. Bạn đừng chú mũi vào chỉ loay hoay với những hành động - để nhằm giải quyết những cảm nghĩ tiêu cực của mình. Nhiều người đã làm thế và đã khiến cho sự việc thêm tệ hại hơn. Họ không khởi đi từ tình yêu; họ khởi đi từ những cảm nghĩ tiêu cực. Điều xuất phát của họ là tội lỗi, sự giận dữ và oán ghét, hoặc một ý tưởng bất công nào đó... Bạn phải đảm bảo là mình đã nắm được “mình” trước khi tra tay vào hành động. Trước khi hành động, bạn phải nắm chắc bạn là ai đã! Đáng tiếc thay, khi những kẻ ngủ mê hành động, họ chỉ vọng động; họ thay một kêch cơm này bằng một kêch cơm khác, một bất công này bằng một bất công khác. Và rồi đâu cũng hoàn đay. Meister Eckhart đã nói: - “Người ta được “cứu độ” (hay được “đánh thức” hay bạn muốn gọi bằng một từ ngữ nào đó cũng được) không phải bởi họ làm gì, nhưng bởi họ là gì. Bạn sẽ được lượng giá căn cứ vào cái bạn là, chứ không phải cái bạn làm”. Bạn hãy nghĩ lại xem cái tốt của việc cho kẻ đói ăn, cho kẻ khát uống, thăm viếng kẻ tù rạc... nằm ở đâu?

Hãy nhớ lại lời phát biểu của Thánh Phaolô: “Nếu tôi bỏ cả thân mình và của cải để cung dưỡng cho người nghèo mà tôi không có tình yêu, thì...”. Cái đáng kể không phải là những việc làm mà là con người của bạn. Luôn phải ghi nhớ điều này trước khi bạn hành động. Và vấn đề bạn có thể hành động hay chưa sẽ được bạn quyết định chỉ khi nào bạn đã thức tỉnh. Thật tiếc là người ta mãi tập trung vào việc biến đổi thế giới và dành không mấy quan tâm cho việc thức tỉnh. Ấy mà chỉ khi bạn thức tỉnh, bạn mới biết mình phải làm gì và phải không làm gì. Như bạn thấy đó, một số nhà thần bí tỏ ra rất kỳ quặc. Như Đức Giêsu: “Ta không được sai đến với những người ấy. Ta chỉ làm những gì mà ta phải làm lúc này. Còn các việc khác, hạ hồi sẽ hay”. Một số nhà thần bí hoàn toàn im lặng. Một số khác, lại thay, lại ngâm những khúc ca. Một số khác nữa thì dẫn mình phục vụ. Chúng ta chẳng biết đâu mà dò. Các vị ấy đều có luật riêng cho mình; các vị biết rõ mình phải làm gì. “Hãy lẫn xả vào giữa khói lửa của chiến trận và hãy giữ cội lòng mình nơi tòa sen của Thần Minh!” - như tôi đã nói trước đây với bạn.

Hãy tưởng tượng bạn đang ở trong một trạng thái bất ổn cả về thể lý lẫn tinh thần - và bạn được đưa đi du lãm một cảnh trí hữu tình nào đó. Phong cảnh thì đẹp nhưng bạn đâu còn lòng dạ nào để thưởng thức được cái đẹp của nó. Ít ngày sau, bạn có dịp đi qua cũng chính phong cảnh ấy - và bạn chắc lưỡi: “Ái chà, cảnh đẹp thế! Quái lạ sao hôm trước mình chẳng nhận ra!”. Thì ra, người buồn cảnh có vui đâu bao giờ. Hoặc giả bạn nhìn ngắm cây cối và núi đồi bên kia khung cửa sổ - một khung cửa kính nhòa nước vì mưa và gió hắt - cây cối và núi đồi thấy đều nhạt nhòa, không rõ hình nét. Bạn nảy ý muốn đi tới những cây cối và núi đồi ấy để sửa chúng lại? Nào, khoan đã, ta hãy xem lại cái cửa sổ của chúng ta. Khi mưa ngừng, bão dứt, bạn nhìn ra cửa sổ và bảo: - “Ồ kìa, mọi sự đẹp một cách khác hẳn đi!”. Chúng ta nhìn mọi sự không theo như bản thân chúng mà theo chủ quan của chúng ta. Thảo nào mà cũng nhìn một vật hay một người nào đó, hai người khác nhau lại có hai phản ứng khác nhau. Chúng ta cứ khư khư suy bụng ta ra bụng người.

Hãy nhớ lại Thánh Kinh từng bảo rằng mọi sự đều tốt đẹp đối với những ai yêu mến Thiên Chúa. Một khi bạn thức tỉnh, bạn không cần phải tạo ra điều tốt, vì điều tốt sẽ tự nó lập tức xảy đến. Hãy nghĩ đến những người mà bạn sống chung và bạn muốn biến đổi họ. Bạn thấy họ ủ rũ, lãnh đạm, thất thường, không đáng tin cậy v.v... Thế nhưng khi bạn trở thành khác thì họ cũng trở thành khác. Đây là cách chữa trị kỳ diệu và luôn luôn hữu hiệu. Ngày nào bạn thay đổi, người ta sẽ thay đổi - đơn giản vậy thôi. Và bạn cũng sẽ nhìn họ bằng một cái nhìn mới, cái người mà bạn thấy dữ dần nay được nhận ra là nhát đảm; người cứng cỏi nay được thấy là yếu

nhược. Và bất ngờ nhất là - bấy giờ không ai còn có thể làm thương tổn bạn được nữa. Không ai còn có thể truy bức bạn. Bấy giờ bạn hoàn toàn tự do để nhận hay không nhận những gì thiên hạ cố đẩy tới cho bạn. Người ta mãi lo lên án thể thái nhân tình, phiền trách cuộc đời, phiền trách xã hội, phiền trách những người xung quanh. Cứ theo lối đó thì bạn sẽ chẳng đời nào thay đổi được đâu; bạn sẽ tiếp tục sống trong ác mộng và không bao giờ tỉnh thức.

Hãy thực hiện cho được chương trình này, dù phải làm đi làm lại ngàn lần:

a/ nhận ra những cảm nghĩ tiêu cực nơi mình;

b/ hiểu rằng những cảm nghĩ ấy ở nơi mình chứ không ở nơi ngoại giới;

c/ không coi chúng như một cấu tố căn bản của cái “tôi” -chủ -thể. Xác tín rằng chúng chỉ là cái gì nhất thời.

d/ ý thức rằng khi mình thay đổi thì tự khắc mọi sự sẽ đổi thay.

# QUÁ LO THAY ĐỔI!

Một vấn đề lớn vẫn còn được đặt ra cho chúng ta: Để thay đổi chính mình, phải chăng tôi phải làm một cái chi đó?

Tôi đem đến cho bạn điều bất ngờ đây, một bất ngờ rất thú vị: Bạn chả cần phải làm chi cả. Chỉ có mỗi một chuyện cần thiết, đó là hiểu.

Hãy nghĩ đến một ai đó đang sống hay đang làm việc với bạn mà bạn không mấy ưa thích - là người đã chọc khuấy lên những cảm nghĩ tiêu cực trong bạn. Bạn hãy cố nhận thức xem điều gì đang xảy ra. Trước tiên bạn cần hiểu rằng cảm nghĩ tiêu cực đó là ở nơi chính mình. Bạn phải chịu trách nhiệm về cảm nghĩ tiêu cực ấy, chứ không phải ai khác. Cũng sống và làm việc với con người khó ưa ấy, nhưng có người đã cảm thấy hoàn toàn thanh thản và dễ chịu - nghĩa là sự khó ưa của người kia không chi phối được họ. Còn bạn thì bị chi phối. Bây giờ, nghĩ thêm chút nữa bạn sẽ thấy rằng mình đang đòi hỏi. Bạn có một kỳ vọng đặt nơi con người này. Bạn không phủ nhận điều ấy đấy chứ? Thế thì hãy nói với người ấy: “Tôi không có quyền đòi hỏi gì nơi anh”. Nói được như vậy là bạn sẽ hết đòi hỏi. “Tôi không có quyền đòi hỏi gì nơi anh. Ô, tôi sẽ giữ mình để khỏi liên lụy đến những hậu quả do các hành vi, tình cảm, thái độ của anh. Tôi không có quyền áp đặt cho anh một sự đòi hỏi nào”.

Hãy xem điều gì sẽ xảy ra một khi bạn nói được như thế. Còn nếu có một sức chống cưỡng không cho bạn nói được - thì bạn đang có dịp để khám phá nhiều về cái “tôi” - đối-tượng của bạn. Hãy đuổi tên độc tài, tên bạo chúa ra khỏi bạn. Bạn tưởng mình hiền lành như một chú cừ non đầy chắc? Không đâu, tôi là một bạo chúa và bạn là một bạo chúa. Không khác mấy với tuyên bố: “Tôi là một con lừa, bạn là một con lừa”. Vâng, bạn và tôi - mỗi chúng ta đều là một bạo chúa. Tôi muốn điều khiển cuộc đời của bạn; tôi muốn nói rõ cho bạn biết phải trở thành cái gì và bạn phải cư xử thế nào - và bạn phải làm đúng như ý tôi, nếu không, tôi sẽ tự phạt mình bằng những cảm nghĩ tiêu cực. Xin đừng quên tôi đã từng nói với bạn: mọi người đều điên.

Một phụ nữ kể tôi nghe rằng con trai của chị lãnh được một phần thưởng tại trường trung học. Cậu đã có thành tích xuất sắc trong thể thao và trong học vấn. Người phụ nữ này cảm thấy sung sướng, nhưng cũng phân vân không biết có nên nhắc con trai mình: “con đừng tự mãn về phần thưởng đó, vì nó có thể sẽ kéo thành tích của con xuống tệ hơn”. Chị bị rơi vào thế lưỡng nan: làm sao để giúp con trai mình tránh mọi ảo tưởng về sau này mà đồng thời không phá hỏng sự đặc chí hiện thời của cậu.

Hi vọng là cậu con trai ấy cũng sẽ khôn ngoan sáng suốt như mẹ mình. Điều mà người phụ nữ nói với con trai nghĩ cho cùng không mấy quan trọng. Điều quan trọng là rốt cuộc chị sẽ trở thành cái chi. Rồi chị sẽ hiểu. Chị sẽ biết mình phải nói gì và nói lúc nào. Phần thưởng đó là kết quả của thi đua, nó có thể trở thành thô bỉ nếu được gặt hái từ lòng đố kỵ của chính mình và của người khác. Người ta vui vì kẻ khác buồn; bạn chiến thắng trên kẻ khác. Đó không phải là điều kinh tởm sao? Rõ ràng là một nhà thương điên!

Có một bác sĩ người Mỹ đã nói về kết quả của sự thi đua trong đời mình. Ông học y khoa tại Thụy Sĩ, trong một trường có đông đảo các sinh viên người Mỹ khác. Ông kể rằng một số sinh viên ở đây đã tỏ ra ngạc nhiên khi không thấy có xếp nhóm hạng, không có phần thưởng, không danh sách ghi điểm, không có ai đứng nhất lớp, nhì lớp cả. Ở đây người ta chỉ có một vấn đề là đậu hay rớt mà thôi. Vị bác sĩ kể tiếp: “Một số trong chúng tôi đã không chấp nhận được điều đó. Chúng tôi cứ ám ảnh về điều đó. Chúng tôi cho rằng chắc có một cái gì không được nghiêm túc ở đây”. Thế là một số bỏ chuyển qua trường khác. Những người bám trụ đã bất ngờ phát hiện ra một điều kỳ lạ mà họ chưa bao giờ thấy tại các trường đại học ở Mỹ: những sinh viên xuất sắc giúp đỡ các bạn yếu hơn của mình để các bạn ấy cũng vượt qua các kỳ thi; họ chia sẻ

kiến thức với nhau. Con trai vị bác sĩ này theo học y khoa tại Hoa Kỳ - và cậu đã cho ông biết rằng tại phòng thí nghiệm, người ta thường vặn rối tung ống kính hiển vi để cho người kế tiếp phải mất ba, bốn phút điều chỉnh lại. Ganh đua đấy. Người ta phải thành công; người ta phải toàn bích. Rồi cậu con trai còn kể thêm một câu chuyện nhỏ thú vị - câu chuyện mà cậu đảm bảo là có thật, nhưng cũng có thể được xem như một ngụ ngôn hay. Tại một thị trấn nhỏ ở Mỹ, đêm đêm có những người tụ tập lại chơi nhạc. Họ có một tay kèn saxô, một tay trống và một tay vĩ cầm - tất cả đều là những cụ già. Họ qui tụ với nhau vì thích được chơi nhạc, dù không phải là những nhạc công điêu luyện. Họ cảm thấy hài lòng, thú vị... cho tới một ngày họ mời một nhạc trưởng mới tham gia với họ. Nhạc trưởng mới là một người vừa có nhiều tham vọng vừa có năng lực. Ông bảo: - "Nào, các cụ, chúng ta phải tổ chức một buổi hòa nhạc; chúng ta phải trình diễn một buổi hòa nhạc ra mắt dân chúng thị trấn này". Thế là dần dần vị nhạc trưởng mới đã loại bỏ những nhạc công chơi không được khá lắm. Ông mượn một số nhạc sĩ chuyên nghiệp, xây dựng thành một dàn hợp xướng hẳn hoi - chẳng mấy chốc báo chí đã nhắc đến tên tuổi của họ. Điều đó không ngoạn mục sao? Chưa hết, người ta còn tính chuyện chuyển lên thành phố để công diễn nữa. Nhưng, có mấy cụ già đã rơi lệ; các cụ nói: "Thật tiếc cho cái thời huy hoàng xưa ấy - cái thời mà chúng mình chơi không hay nhưng lại rất được sung sướng". Nghĩa là, tai họa đã xảy đến cho các cụ, thế nhưng các cụ không hề nhận ra rằng đó là tai họa. Bạn hãy xem thiên hạ đã trở nên điên khùng biết chừng nào!

Một số bạn thắc mắc rằng tôi muốn nói gì khi bảo: "Được, anh cứ việc đi con đường của anh; nhưng tôi sẽ tự giữ mình, tôi sẽ đi con đường của tôi". Nói cách khác là: tôi sẽ không để anh lôi tôi. Tôi sống đời tôi; tôi đi đường tôi; tôi tự do suy nghĩ và hành động theo khuynh hướng và sở thích của tôi. Tôi sẽ từ chối sự dụ hoặc của anh. Nếu tôi không muốn giao du với anh thì đấy không phải là vì những cảm nghĩ không tốt mà anh đã gây ra trong tôi. Nhưng bởi vì anh không gây ra như vậy nữa. Anh không còn một chút chi phối nào nơi tôi. Có thể tôi muốn đi với người khác hơn. Giả như anh mời tôi: - "Tối nay chúng mình đi xem phim nhé!", tôi sẽ trả lời: - "Rất tiếc, tôi muốn đi với một người khác; tôi thích đi cùng người ấy hơn là đi với anh". Đó là điều rất tự nhiên. Thật tuyệt diệu khi nói "không" với thiên hạ - đó là một phần của việc thức tỉnh. Để thức tỉnh, bạn phải sống đời sống mà bạn cho là đúng. Và xin nhớ rằng đó không phải là ích kỷ đâu. Bạn ích kỷ khi bạn đòi người khác phải sống đời sống của họ theo ý bạn. Đó mới là ích kỷ. Còn mình sống đời mình theo ý mình thì không phải là ích kỷ. Sự ích kỷ nằm ở chỗ đòi hỏi người khác sống theo ý thích của mình, phục vụ cho danh, phú, thú của mình. Đó mới là ích kỷ thực. Còn tôi - tôi chỉ gìn giữ mình. Tôi sẽ không cảm thấy bị buộc phải theo bạn, phải nói "vâng" với bạn. Phỏng như tôi thấy thích theo bạn, thì tôi theo - nhưng tôi sẽ không buộc chặt tôi vào đó. Và nếu như tôi xa lánh bạn thì cũng không phải vì bạn làm tôi khó chịu. Bạn không còn cái khả năng ấy đối với tôi đâu.

Thức tỉnh là một ngạc nhiên. Bất cứ điều gì xảy ra mà người ta không tiên lượng trước thì cũng đều làm người ta ngạc nhiên. Khi bà Webster bắt gặp người chồng mình đang hôn chị quản gia, bà nói với ông ấy rằng bà rất sốc ngạc nhiên. Webster - vốn là một người rất ý tứ trong việc dùng từ chính xác (dễ hiểu, vì ông là nhà biên soạn từ điển) - đã trả lời vợ: - "Không, em yêu; anh mới là người ngạc nhiên - còn em thì sững sờ!"

Một số người xem sự thức tỉnh như một mục tiêu nhắm tới. Họ tự buộc mình phải đạt cho bằng được; họ bảo: "tôi từ chối hạnh phúc cho tới khi tôi thức tỉnh". Trong trường hợp đó, tốt hơn là bạn hãy dồn tất cả ý thức vào phương cách của mình. Ý thức - và chỉ ý thức thôi - chính là hạnh phúc; điều này rõ ràng không giống với việc cố loay hoay phản ứng mãi. Người ta phản ứng quá bộc trực chỉ vì họ không ý thức. Rồi bạn cũng sẽ nhận thấy rằng có những lúc mà bạn không thể không phản ứng, dù chỉ bằng ý thức. Có điều chắc chắn là khi ý thức tăng thì phản ứng sẽ giảm - và hành động sẽ nhiều hơn. Điều đó thực sự không có gì đáng lo cả.

Người ta kể rằng có một môn đệ thừa với guru (bậc thầy Ấn Độ) của mình rằng anh ta sẽ trải đi đến một phương xa để suy tư với hy vọng sẽ đạt được giác ngộ. Cứ mỗi sáu tháng, anh ta sẽ gửi về cho thầy mình một báo cáo tóm tắt tiến trình mà mình đã đạt được. Bản báo cáo

đầu tiên anh ta viết: “Bây giờ con đã hiểu được thế nào là đánh mất bản ngã”. Vị guru xé vụn và quăng vào sọt rác. Sáu tháng sau, một báo cáo mới được gửi về, ghi: “Bây giờ con đã đạt được sự nhạy cảm với mọi sự chung quanh”. Vị guru lại xé, quăng đi. Rồi bản báo cáo thứ ba: “Bây giờ con đã hiểu bí mật của nhất và đa”. Vẫn lại bị xé. Và điều tương tự như thế cứ diễn ra trong nhiều năm - cho tới cuối cùng chẳng có báo cáo nào gửi về nữa. Ít lâu sau, vị guru cảm thấy bồn chồn. Và nhân dịp có một người sắp đi đến xứ đó, vị guru bảo: “Làm ơn tìm hiểu xem có sự cố gì xảy đến cho đệ tử ấy không!”. Thế là, điều xảy ra là một báo cáo khác được gửi về, với giọng chữ: “Chuyện đó thì có chi quan trọng?” Đọc xong mấy chữ đó, vị guru mỉm cười: “Đạt được rồi! Đạt được rồi! Cuối cùng thì anh ta đã giác ngộ! Giác ngộ!”

Lại có một câu chuyện khác kể về một người lính tiền phương. Người ta thấy anh ta cứ hay bất chợt liệng khẩu súng của mình xuống đất, lượm một mẫu giấy ở gần đó, lầm nhấm đọc nó, rồi vứt nó đi. Rồi anh ta đi tới một chỗ khác, cũng làm y như vậy. Đồng đội cùng chiến đấu với anh ta bảo nhau: “Anh chàng này hờ hững kiểu đó dễ chết như chơi. Không thể để tiếp tục như thế được”. Thế là người ta gửi anh về bệnh viện và bố trí một bác sĩ tâm thần giỏi nhất điều trị cho anh. Nhưng xem ra chẳng có kết quả gì. Anh ta vẫn cứ đi lang thang qua các phòng bệnh, lượm những mẫu giấy, hững hờ nhìn chúng - rồi lại quăng đi. Cuối cùng người ta bảo: “Phải cho anh chàng này xuất ngũ thôi”. Thế là anh ta được mời lên và trao giấy chứng nhận cho xuất ngũ. Anh ta đứng dưng cầm lấy tờ giấy, liếc qua nó - và la lên: “Đây rồi phải không? Đây rồi”. Thì ra rốt cuộc anh ta đã có được cái mà anh ta tìm kiếm.

Vậy, bạn hãy bắt đầu bằng cách ý thức rõ điều kiện hiện tại của mình, dù điều kiện ấy có là gì đi nữa. Rồi bạn loại bỏ ngay tên độc tài trong mình. Cũng đừng cố thúc đẩy mình về hướng nào cả. Bấy giờ, bất chợt bạn sẽ hiểu ra rằng chính là chỉ nhờ ý thức đơn thuần mà bạn đạt được điều mình mong muốn.

# MỘT CON NGƯỜI ĐÃ THAY ĐỔI

Trong quá trình thức tỉnh, bạn đừng đòi hỏi gì. Nó cũng giống như việc ta tuân thủ luật đi đường vậy. Nếu bạn đi sai luật, bạn bị phạt. Ở Mỹ, bạn chạy xe bên phải đường; ở Anh bạn chạy bên trái, ở Ấn Độ bạn cũng chạy bên trái. Nếu bất tuân, bạn bị phạt. Không có vấn đề hối tiếc hay phân bua hay năn nỉ ở đây. Bạn phải chấp nhận luật lệ giao thông, thế thôi.

Bạn hỏi thế thì lòng thương xót ở đâu, ý thức về tội ở đâu. Khi nào bạn thức tỉnh, bạn sẽ hiểu. Nếu ngay bây giờ mà bạn đã ý thức mình có tội thì làm sao tôi giải thích cho bạn được đây. Bạn hiểu thế nào về lòng thương xót? Đôi khi người ta muốn bắt chước Đức Kitô, nhưng bạn biết đó - khi một con khỉ chơi kèn sáo xô thì chúng ta cũng không gọi con khỉ là nhạc sĩ. Bạn không thể bắt chước Đức Kitô duy chỉ bằng cách bắt chước cử chỉ bên ngoài của Ngài. Bạn phải trở thành Đức Kitô. Bây giờ bạn sẽ hiểu rõ phải làm gì trong một tình huống cụ thể nào đó; bạn sẽ hiểu xu hướng, tính tình cố hữu của mình và xu hướng, tính tình của người liên hệ. Bạn phải trở nên như Đức Kitô; đừng đợi ai mách cho điều đó, vì đó là điều tất yếu. Nhưng một sự mô phỏng sơ sài bên ngoài sẽ chẳng đưa bạn tới đâu cả. Nếu bạn cho rằng thương xót là mềm dẻo, thì tôi sẽ chẳng có cách nào để diễn tả cho bạn biết thương xót là gì - vì thương xót có thể là rất nghiêm khắc! Lòng thương xót có thể rất cộc cằn; nó có thể xô đẩy bạn, nó có thể sẵn tay áo lên mà sẵn vào bạn. Lòng thương xót thật muôn hình vạn trạng. Có thể là nó rất mềm dẻo, nhưng chẳng có cách nào để hiểu nó được. Chỉ khi nào bạn yêu thương - nghĩa là, chỉ khi nào bạn dứt bỏ được mọi ảo tưởng và mọi ràng buộc - bấy giờ bạn mới “hiểu”.

Bạn càng rút mình ra khỏi cái “tôi”, bạn sẽ càng thấy dễ chịu hơn với mọi người và mọi vật. Vì sao thế? Vì bạn không còn sợ bị xúc phạm hay bị hắt hủi. Bạn không còn thêm khát in dấu ấn trên bất cứ ai. Và một khi bạn không còn muốn gây ấn tượng cho bất kỳ ai, bạn có biết điều gì sẽ xảy ra không? Một sự chữa trị tuyệt diệu: bạn đạt được hạnh phúc cuối cùng! Bạn không còn cảm thấy mình phải phân trần giải thích gì nữa. Thật sự như vậy. Có gì cần giải thích nữa đâu? Bạn không còn cảm thấy mình phải xin lỗi nữa. Nói: “tôi đã hiểu” thì hay hơn nhiều so với nói: “tôi thật tiếc”. “Sau cuộc xô xát ấy với anh, tôi đã tỉnh ra - và từ nay tôi sẽ không làm thế với anh nữa”, nói được thế sẽ hay hơn nhiều so với nói: “tôi rất hối tiếc vì đã xử với anh như vậy”. Thế thì tại sao thiên hạ còn đòi phải có sự xin lỗi? Đây là một điều để bạn khám phá ra. Còn bạn, ngay cả khi giả như có người bôi bác bạn, bạn cũng không chờ đợi sự xin lỗi.

Bởi vì thực sự chẳng có ai bôi bác bạn. Họ chỉ bôi bác cái mà họ nghĩ là bạn, chứ không phải bạn. Cũng không ai tẩy chay bạn, họ chỉ tẩy chay cái mà họ nghĩ là bạn. Điều này được thấy ở cả hai mặt: không có ai chấp nhận bạn cả. Trừ phi người ta thức tỉnh, người ta chỉ tẩy chay hay chấp nhận hình ảnh mà họ vẽ ra về bạn. Họ tự vẽ một hình ảnh cho bạn, rồi họ nâng niu hay quăng bỏ nó. Càng đào sâu sự kiện này càng thấy là quá bi đát. Nhưng người ta sẽ được giải phóng đáng kể. Hiểu ra điều đó, bạn sẽ thấy rằng yêu thương mọi người là chuyện dễ dàng biết bao. Yêu thương người ta nào có gì khó khi mà bạn không còn đồng hóa với hình ảnh mà họ tưởng tượng về bạn hoặc về họ. Yêu thương những người ấy, yêu thương mọi người - thì có gì là khó khăn đâu?

Tôi quan sát “tôi”, nhưng tôi không nghĩ về “tôi”. Bởi vì cái -“tôi” -đang -suy -nghĩ cũng đang nghĩ nhiều chuyện tầm phào. Nhưng khi tôi quan sát “tôi”, tôi thường xuyên ý thức rằng đây là một sự phản tỉnh. Quả thế, thực sự bạn không nghĩ về bất cứ cái “tôi” nào của bạn. Bạn như một người đang lái xe; anh ta không muốn lơ lửng ý thức về chiếc xe. Mơ mộng thì cứ mơ mộng, nhưng bạn đừng lơ lửng ý thức về những gì xung quanh. Bạn phải luôn luôn tỉnh, cũng như một bà mẹ đang ngủ; bà ta không nghe thấy tiếng máy bay gầm rú bay qua trên nhà, nhưng bà nghe rõ tiếng rên rất khẽ của đứa con mình. Bà ta tỉnh theo nghĩa đó. Chúng ta không thể mô tả gì về chính tình trạng tỉnh; chúng ta chỉ có thể nói về tình trạng ngủ mê thôi. Về tình trạng tỉnh, người ta chỉ có thể diễn tả một cách gián tiếp. Cũng như người ta không thể nói gì về hạnh phúc. Hạnh phúc là cái gì không định nghĩa được. Chỉ có thể định nghĩa được về khổ

khổ, bất hạnh. Hết bất hạnh thì tự nhiên sẽ biết hạnh phúc. Yêu thương cũng thế, không ai nói được về nó; chỉ có thể nói thế nào là không yêu thương. Bỏ cái “không yêu thương đi”, ngưng cái lo sợ đi, người ta sẽ biết yêu là gì. Người ta muốn biết một người thức tỉnh sẽ như thế nào, nhưng bạn chỉ biết điều đó một khi bạn thức tỉnh.

Ví như vấn đề chúng ta đòi hỏi về con cái mình thì sao? Điều tôi muốn nói là: “Bạn không có quyền đòi hỏi gì”. Sớm hay muộn rồi đứa trẻ ấy cũng vượt khỏi bạn, theo như sự đặt định của Chúa. Và bạn sẽ chẳng có quyền hạn gì trên nó cả. Thật vậy, quả nó không phải là con của bạn, cũng như nó chưa bao giờ là con của bạn. Nó thuộc về đời sống, không thuộc về bạn. Không có ai thuộc về bạn. Vấn đề bạn đang đặt ra là sự giáo dục đối với một đứa trẻ. Bạn muốn dùng cơm trưa ư? Hãy đến trong khoảng từ mười hai đến một giờ. Đó là hạn thời gian qui định. Sự việc ta đang nói ở đây cũng thế. Không đến trong khoảng thời gian qui định, bạn không có bữa ăn trưa. Bạn tự do, vâng, nhưng bạn phải nhận lấy các hậu quả.

Khi nói rằng đừng kỳ vọng và đừng đòi hỏi người khác, tôi muốn nói đến sự kỳ vọng và đòi hỏi vì ích lợi của riêng mình. Vị tổng thống Hoa Kỳ rõ ràng là phải đòi hỏi nơi dân chúng. Viên cảnh sát giao thông rõ ràng là phải đòi hỏi nơi người đi đường. Nhưng đó là những đòi hỏi thuộc trách nhiệm - trách nhiệm bảo vệ luật giao thông, trách nhiệm tổ chức và điều khiển xã hội cho được điều hòa tốt đẹp. Người ta không bị đòi phải thỏa mãn ý riêng của ông tổng thống hoặc ông cảnh sát giao thông.

# ĐẠT TỚI THÌNH LẶNG

Người ta hỏi tôi rằng cuối cùng thì điều gì sẽ xảy ra. Đây chỉ là một sự hiểu kỳ. Chúng ta vốn thường tò mò không biết cái này sẽ ăn khớp với hệ thống nọ làm sao, hoặc điều kia có ý nghĩa gì trong bối cảnh ấy, hoặc khi ta đặt chân đến nơi nọ thì thời tiết ở đó nóng lạnh thế nào. Cứ lên đường, cứ bắt đầu rồi hẵng biết; chẳng ai mô tả được cho bạn đâu. Ở Đông phương có câu ngạn ngữ nổi tiếng: “Kẻ biết, không nói; người nói, không biết”. Cuối cùng điều gì sẽ xảy ra? Điều ấy không ai nói được; người ta chỉ có thể nói về điều ngược lại. Vị guru không thể trao cho bạn chân lý. Vì chân lý không thể gói trong ngôn từ, trong định thức. Chân lý mà được nói lên thì không còn là chân lý, không còn là thực tại nữa. Thực tại không thể bị khuôn trong một định thức nào. Vị guru chỉ có thể vạch cho bạn thấy những sai lầm của bạn. Một khi bạn vút hết sai lầm, bạn sẽ nhận ra chân lý. Thậm chí lúc bấy giờ bạn không còn ăn nói gì được nữa. Các nhà thần bí nổi tiếng của Công giáo vẫn thường dạy chúng ta điều này. Thánh Tôma Aquinô lừng danh, về cuối đời mình - ngài đã không nói hay viết gì cả; vì ngài đã thấy. Tôi cứ tưởng ắt hẳn ngài chỉ im lặng như thế trong đôi ba tháng thôi. - nhưng quả là sự thỉnh lặng đó đã kéo dài trong nhiều năm trời. Ngài đã nhận ra bấy lâu nay mình ngớ ngẩn, và chính ngài đã nói rõ ràng như thế. Giả như bạn chưa bao giờ cắn thử xoài xanh - và bạn hỏi tôi: “Nó có vị như thế nào?”. Tôi đáp: “chua”. Nhưng khi trao cho bạn một tiếng “chua” như thế, tôi đã làm lung lạc bạn. Bạn hãy cố hiểu điều này. Phần lớn người ta không khôn ngoan đủ; họ vô chộp lấy những ngôn từ - chẳng hạn những ngôn từ trong sách Thánh Kinh - và họ đã hiểu sai bét. Nghe tôi trả lời “chua”, bạn sẽ hỏi: “chua như thế nào, chua như giấm hay là chua như chanh?” Không, không chua như giấm hoặc như chanh, mà chua như một quả xoài xanh. Bạn lại tiếc rẻ: “Ồ, tôi lại chưa nếm thử xoài xanh bao giờ”. Công cốc! Thế nhưng bạn cứ cặm cụi viết luận án tiến sĩ về vị chua của xoài xanh. Nếu như bạn đã nếm thử thì chắc chắn bạn đã không viết. Thật vậy, có thể bạn sẽ viết luận án tiến sĩ về một cái gì đó khác chứ không phải về xoài xanh nữa. Và tới ngày mà bạn thực sự cắn một miếng xoài xanh, bạn sẽ thốt lên: “Chúa ơi, tôi thật ngốc. Đáng lẽ tôi đừng viết những điều đó”. Đây đúng là trường hợp của Thánh Tôma Aquinô.

Một triết gia và là thần học gia nổi tiếng người Đức đã viết cả một tác phẩm đặc biệt bàn về sự thỉnh lặng của Thánh Tôma. Vị thánh này đã giữ thỉnh lặng, không nói gì. Mở đầu bộ Summa Theologica - bộ tổng luận thần học của ngài - ngài viết: “Về Thiên Chúa, chúng ta không thể nói Ngài là gì, mà đúng hơn chỉ có thể nói Ngài không là gì. Cũng thế, chúng ta không thể nói Ngài như thế nào, mà đúng hơn chỉ có thể nói Ngài không như thế nào!”. Và trong chú giải nổi tiếng của ngài về De Sancta Trinitate (về Chúa Ba Ngôi) của Boethius, Thánh Tôma đã nêu ra ba con đường nhận thức Thiên Chúa:

- 1) nơi thế giới tạo vật,
- 2) nơi các hành động của Thiên Chúa trong lịch sử,
- 3) và nơi hình thức cao nhất của tri thức về Thiên Chúa.

- đó là biết rằng Thiên Chúa là Đấng ta không biết (tamquam ignotum). Cách hay nhất để trình bày Thiên Chúa Ba Ngôi là biết rằng mình không biết. Đây không phải là phát biểu của một thần sư Đông phương, mà là của một vị thánh đã được tôn phong của Giáo Hội Công giáo Rôma, là nguyên súp của các thần học gia qua bao thế kỷ. Biết rằng Thiên Chúa là Đấng mà ta không biết, là Đấng mà ta không thể biết - như Thánh Tôma đã khẳng định trong một chỗ khác. Thực tại, Thiên Chúa, chân lý, thiêng giới, tình yêu là những cái không thể biết được; nghĩa là ta không thể lãnh hội hoàn toàn được bằng trí khôn tư duy. Nhận thức này sẽ giải tỏa rất nhiều vấn đề đặt ra do chúng ta ảo tưởng rằng mình biết. Chúng ta không biết; không thể biết.

Vậy thì Thánh Kinh là gì? Đó là một ám chỉ, một ý niệm, không phải một diễn tả. Sự cuồng tín của một tín hữu chân thành (nghĩ rằng mình biết) sẽ gieo tai rắc họa nhiều hơn sự phá hoại

của hai trăm tên gian hùng gộp lại. Do nghĩ rằng mình biết, những tín hữu chân thành sẽ làm những hành động khiến ta kinh hãi. Sẽ tuyệt diệu biết bao nếu chúng ta có được một thế giới trong đó mọi người đều thú nhận: “Chúng tôi không biết”. Một lá chắn sừng sững đã được gạt bỏ. Đó không phải là điều kỳ diệu sao?

Một người mù bẩm sinh đến hỏi tôi: “Xanh lục là cái gì?” Trời đất, làm sao diễn tả màu xanh lục cho một người mù từ thuở mới sinh đây? Hẳn là phải dùng cách loại suy. Do vậy, tôi bảo: “Xanh lục cũng giống như nhạc nhẹ”. Anh ta trầm trồ: “Ồ, giống như nhạc nhẹ”. Tôi nói thêm: “Vâng, nó giống loại âm nhạc dịu và nhẹ”. Sau đó, lại một người mù khác đến hỏi tôi: “Xanh lục là gì?”. Tôi cho anh ta biết rằng nó giống như loại vải sạ tanh mềm, rất mềm và mịn như anh ta cảm giác được khi sờ loại vải đó. Thế là hôm sau tôi bắt gặp cảnh hai anh mù ấy choảng nhau. Một anh bảo: “Nó như nhạc nhẹ”; anh kia cãi: “Nó như hàng satanh mịn”. Và cứ thế mà cãi, không ai chịu thua ai. Không ai trong họ biết điều mà họ đang cãi; vì nếu biết, họ đã chẳng cãi. Vậy mới khổ chứ! Nhưng còn tệ hơn nữa, nếu một ngày kia, giả như bạn có thể giúp làm cho anh mù ấy sáng mắt; anh ta ngồi ngắm cảnh vật xung quanh trong vườn; bạn bảo anh ta: “Đấy, bây giờ cậu đã biết thế nào là xanh lục rồi phải không?”. Anh ta trả lời: “Đúng vậy. Sáng hôm nay tôi đã nghe nói về nó!”

Thực tế là Thiên Chúa bao trùm bạn mà bạn không nhận ra Ngài, bởi vì bạn “biết” về Thiên Chúa. Lá chắn cuối cùng không cho bạn thấy được Thiên Chúa ấy là ý niệm “Thiên Chúa” của bạn. Bạn bắt hụt Thiên Chúa vì bạn cho rằng mình biết. Tai họa của tín ngưỡng là ở đó. Tin mừng đề cập đến chuyện này khi nói rằng những người sùng đạo, vì họ “biết” - nên họ đã tẩy chay Đức Giêsu. Lời Chúa nói quá nhiều, quá rõ; thế giới thì quá nhảm. Ý thức, yêu thương, hạnh phúc quá ít ỏi; nhưng thôi ta đừng nhắc đến những từ đó nữa. Chẳng mấy ai chịu dứt bỏ ảo tưởng, dứt bỏ sai lầm, dứt bỏ những ràng buộc và những điều kêch cỡm, chẳng mấy ai thức tỉnh. Đó là lý do tại sao thế giới này đau khổ; thế giới không đau khổ vì thiếu tín ngưỡng. Hãy xem chúng ta đã sa lầy biết chừng nào. Bạn hãy đến đất nước tôi và hãy xem người ta chém giết nhau nhân danh tôn giáo. Chuyện ấy xảy ra gần như cơm bữa. “Kẻ biết, không nói; người nói, không biết”. Tất cả mọi mặt khải - dù là mặt khải thần linh thế nào đi nữa - cũng không gì hơn là một ngón tay chỉ về phía mặt trăng. Và người Đông phương thường nói: “Khi nhà hiền triết chỉ mặt trăng thì lũ phàm phu chỉ nhìn thấy ngón tay”.

Jean Guitton, một tác giả người Pháp rất sùng đạo và rất chính thống, đã thêm vào một lời bình kinh khủng: “Chúng ta thường dùng ngón tay đó để móc chốt bao nhiêu con mắt”. Điều đó không khủng khiếp sao? Thức tỉnh, thức tỉnh, thức tỉnh đi! Chỉ trong thức tỉnh mới có phương chữa trị; chỉ trong thức tỉnh mới có chân lý, mới có ơn cứu độ, linh đạo, sự trưởng thành, tình yêu, sự tỉnh ngộ. Thức tỉnh đi!

Sở dĩ tôi nói đến ngôn từ và ý niệm bởi vì tôi phải giải thích cho bạn tại sao khi chúng ta nhìn một cái cây - thì kỳ thực chúng ta không thấy. Chúng ta nghĩ rằng mình thấy, nhưng thực sự là không. Khi nhìn một con người nào đó, thực sự ta không thấy người ấy, ta chỉ nghĩ rằng ta thấy thôi. Cái mà ta đang thấy là một cái gì đó đã được ta uốn nắn cho vừa với đầu óc suy nghĩ của ta. Chúng ta có một ấn tượng và chúng ta căn cứ trên ấn tượng đó; ta nhìn một người xuyên qua lăng kính là ấn tượng đó. Và gần như chúng ta nhìn mọi sự cũng bằng cách đó. Nếu bạn hiểu ra điều đó, bạn sẽ cảm nhận được nét yêu kiều của việc ý thức về mọi vật xung quanh bạn. Bởi vì thực tại là ở đó, Thiên Chúa - nói cho cùng - là ở đó. Tất cả đều ở đó. Chú cá con tôi nghiệp ở giữa đại dương đã thốt lên: “Xin lỗi, tôi đang tìm kiếm đại dương. Làm ơn chỉ cho tôi biết đại dương ở hướng nào”. Bạn thấy có tội nghiệp không chứ? Chỉ cần mở mắt ra và nhìn, người ta sẽ hiểu.

### 3. THUA CUỘC BON CHEN

## THUA CUỘC BON CHEN

Chúng ta hãy trở lại với câu phúc âm kỳ diệu nói về việc đánh mất mình để tìm thấy mình. Khẳng định này được nhận thấy trong phần lớn văn chương tôn giáo và trong tất cả nền văn chương thần bí và linh đạo.

Người ta đánh mất chính mình như thế nào? Bạn đã từng bao giờ cố đánh mất một cái gì đó chưa? Bạn có nhận thấy rằng mình càng cố bỏ thì mình càng khó bỏ? Và chính khi bạn không cố bỏ thì cũng là lúc bạn bỏ được. Khi bạn không ý thức, bạn đánh mất một cái gì đó. Bây giờ, ta đặt vấn đề: làm sao người ta chết đi đối với chính mình? Ở đây chúng ta đang nói về sự chết, chứ không phải về sự tự vẫn. Chúng ta không được khuyến khích tự vẫn, nhưng được khuyến khích chết. Gây đau đớn, gây khổ sở cho mình hẳn chỉ là điều vô bổ. Đó chỉ là sự hủy diệt. Khi bạn đau đớn, cái “tôi” của bạn lớn nhất. Khi bạn thất vọng chán chường, bạn qui về cái tôi của mình nhiều nhất. Và không lúc nào bạn sẵn sàng quên mình hơn là lúc bạn vui sướng. Hạnh phúc sẽ giải phóng bạn khỏi cái tôi. Còn đau đớn, khổ sở, khổ nạn, buồn phiền sẽ cột trói bạn vào với cái tôi của mình. Có khi nào bạn ý thức nhiều về cái răng của mình cho bằng lúc bạn đau răng đâu. Khi bạn không bị chứng nhức răng hành hạ, bạn thậm chí không ý thức rằng mình có một cái răng. Cũng vậy, bạn không nghĩ rằng mình có một cái đầu khi bạn không bị nhức đầu. Một cơn nhức đầu đột ngột xảy ra như búa bổ, đó là lúc bạn biết rõ mình có một cái đầu.

Vì thế, sẽ là hoàn toàn sai lầm khi nghĩ rằng phương cách để từ chối chính mình là hành hạ mình, là phủ nhận và đầy dọa bản ngã như cách hiểu vốn phổ biến xưa nay. Từ chối chính mình, chết đi đối với mình, đánh mất chính mình - không gì khác hơn là nhận hiểu bản tính đích thật của chính mình. Khi bạn từ chối chết đi... như vậy, cái tôi của bạn sẽ tan biến mất. Hãy tưởng tượng có một người kia bước vào phòng tôi. Tôi bảo: - “Xin cứ vào. À, xin lỗi bạn là ai ạ?” Anh ta trả lời: - “Tôi là Napoleon”. Tôi hỏi thêm: “Không phải cái ông Napoleon...”. Anh ta ngắt lời tôi: “Phải, chính đấy. Tôi là Bonaparte, Hoàng Đế nước Pháp”. “Thế ư?” - tôi nói, trong khi tự nhủ mình: “Mình phải cẩn thận với tay lém lỉnh này đây”. Tôi nói với anh ta: “Mời ngồi, thưa ngài kính mến”. Anh ta vào chuyện: “Người ta bảo tôi rằng ông là một vị linh hướng rất có uy tín. Tôi đang có chuyện rắc rối tinh thần. Tôi ưu tư lắm, và thấy không tin cậy vào Chúa được. Tôi đang điều quân sang Nga - và ông biết đó - nhiều đêm rồi tôi thức trắng vì bồn chồn không biết kết quả sẽ ra sao”. Tôi nói: “Được, thưa ngài, chắc chắn là tôi có thể góp ý với ngài cho tình hình này. Điều tôi muốn đề nghị đó là ngài hãy đọc chương 6 trong tin mừng Matthêu: “Hãy xem những bông huệ ngoài đồng... chúng không làm lưng vắt vả cũng chẳng dệt chẳng đan...”

Tới đây, tôi sức tự hỏi không biết ai khủng hơn, anh chàng này hay là mình. Thế nhưng tôi lại a tòng theo cái khủng điên này. Đó là cách mà vị guru khôn ngoan sẽ làm với bạn trước hết. Vị guru sẽ lắng nghe bạn, sẽ có cái nhìn trân trọng đối với những lo lắng của bạn. Vị guru sẽ lau nước mắt cho bạn. Bạn khủng - nhưng bạn không biết mình khủng. Rồi sẽ đến lúc vị guru sẽ rút tấm thảm tụt ra khỏi chân bạn và bảo: “Bỏ hết đi, bạn không phải là Napoleon”. Trong những mẫu đối thoại nổi tiếng của thánh nữ Catarina Siêna, người ta đọc thấy lời Chúa nói với vị thánh nữ: “Tôi là chính Tôi, còn người không là chính người”. Bạn đã từng bao giờ kinh nghiệm cái “không là” của mình chưa? Ở Đông phương người ta dùng một hình ảnh để diễn tả điều này. Đó là sự khác nhau giữa vũ công và vũ điệu. Thiên Chúa được ví như vũ công mà vũ điệu của Ngài là tạo vật. Không phải Thiên Chúa là một vũ công vĩ đại và bạn là một vũ công bé nhỏ. Không phải đâu. Vì bạn không phải là vũ công. Bạn đang được vũ, chứ không phải đang vũ! Bạn đã kinh nghiệm điều đó bao giờ chưa? Thế thì khi con người nọ ý thức và nhận ra rằng mình không phải là Napoleon, thì điều đó không hư vô hóa anh ta, không tiêu diệt anh ta. Anh ta vẫn tiếp tục hiện hữu, có điều là anh ta đã bắt chợt hiểu ra rằng mình là một cái gì đó khác với điều mình vốn nghĩ.

Đánh mất chính mình, đó là bất chợt nhận ra rằng bạn là một cái gì đó khác với điều mà bạn vốn nghĩ. Bạn nghĩ mình ở trung tâm; bây giờ bạn mới cảm nghiệm được rằng mình là một vế tinh quay vòng quanh tâm ấy. Bạn nghĩ mình là vũ công; bây giờ bạn mới cảm nghiệm được rằng mình là điệu vũ. Đây chỉ là những hình ảnh có tính loại suy - và bạn đừng hiểu theo sát chữ đấy nhé. Những hình ảnh này cung cấp cho bạn một ý niệm, một ám chỉ; chúng chỉ là những chỉ nam thôi - xin bạn đừng quên điều đó. Vì thế bạn cũng đừng quá câu nệ chúng. Đừng hiểu chúng một cách giản dị theo mặt chữ.

# PHẨM GIÁ VĨNH VIỄN

Chuyển sang một ý tưởng khác, tất cả vấn đề giá trị con người của chúng ta nằm ở đó. Giá trị con người ở đây không có nghĩa là giá trị qui ngã. Giá trị qui ngã từ đâu mà có? Từ thành công trong công việc? Từ tiền rừng bạc bể? Từ khả năng hấp dẫn nhiều đàn ông (nếu bạn là đàn bà) hoặc hấp dẫn nhiều đàn bà (nếu bạn là đàn ông)? Tất cả những thứ ấy mong manh biết bao, nay còn mai mất. Khi chúng ta nói về giá trị qui ngã, chẳng phải là thực tế chúng ta muốn nghĩ đến phản ảnh của mình trong tấm gương là tâm trí của người khác đó sao? Thế nhưng có thật chúng ta cần phải lệ thuộc vào đó? Người ta chỉ hiểu được giá trị con người của mình là gì một khi họ không còn đồng hóa hay định nghĩa chính mình với những thứ bọ bèo đó nữa. Tôi không đẹp vì thiên hạ bảo rằng tôi đẹp. Kỳ thực tôi không đẹp cũng chẳng xấu. Đẹp hay xấu thì cũng là cái gì nhất thời. Rất có thể ngày mai đây bất thần tôi bị chuyển thành một kẻ vô cùng xấu xí, nhưng tôi thì cứ vẫn là “tôi”. Rồi giả như tôi đi giải phẫu thẩm mỹ và lại trở nên đẹp, thì đó cũng thực sự không phải là cái “tôi” trở nên đẹp. Bạn cần phải dành rất nhiều thời gian để suy tư về những điều này. Tôi trình bày với bạn thì hơi dồn dập, nhưng nếu bạn chịu dành thời giờ để tiêu hóa điều tôi đang nói đây, nghĩ kỹ về nó, bạn sẽ thấy đấy là kho vàng. Tôi quyết chắc điều đó, bởi vì lần đầu tiên khi tôi bất chợt cảm nhận những điều này, tôi thấy quả mình đã phát hiện ra một kho báu vô cùng quý giá.

Những kinh nghiệm khoan khoái làm cho đời sống được vui thú. Còn những kinh nghiệm đón đau thì giúp người ta lớn lên. Kinh nghiệm khoan khoái làm cho đời vui thú, nhưng tự chúng không làm cho ta lớn lên. Cái làm cho người ta lớn lên chính là những kinh nghiệm đau đớn. Sự đau khổ báo động rằng có một khu vực trong bạn còn ấu trĩ, khu vực mà bạn phải làm cho trưởng thành, phải cải tiến. Giá bạn biết dùng đau khổ, thì bạn đã lớn lên biết bao. Ở đây ta sẽ chỉ giới hạn vấn đề ở sự đau khổ tâm lý, ở những cảm nghĩ tiêu cực mà chúng ta thường có. Đừng phí thời giờ cho một cảm nghĩ tiêu cực nào trong đó. Khi sự việc không xảy ra theo như ý bạn muốn, bạn cảm thấy một nỗi thất vọng. Hãy quan sát nỗi thất vọng đó! Hãy xem thử nỗi thất vọng ấy bộc lộ gì về bạn. Nói điều này tôi không có ý đề cập đến việc lên án (vì ích gì việc ta chỉ mãi xía xói mình!). Bạn hãy quan sát nỗi thất vọng ấy cơ hồ như bạn đang quan sát nó nơi một ai khác. Khi bạn bị phê phán, bạn thất vọng và chán chường; hãy nhìn vào sự thất vọng và chán nản ấy đi! Nó cho biết điều chi về bạn?

Hẳn bạn cũng từng nghe có kẻ nói rằng: “Ai bảo sự lo lắng là vô ích? Nó có ích đấy chứ. Mỗi khi tôi lo lắng về điều gì thì điều đó không xảy ra!”. Vâng, sự lo lắng đã rõ ràng hữu ích cho đương sự. Hoặc giả một người khác phát biểu: “Người loạn tâm thần là một người lo lắng về điều chi đó đã không xảy ra trong quá khứ. Y không giống những người bình thường - như chúng ta - chỉ lo lắng về những gì sẽ không xảy ra trong tương lai”. Vấn đề là ở đấy. Nỗi lo lắng, nỗi ưu phiền ấy cho biết gì về bạn?

Mọi cảm nghĩ tiêu cực đều hữu ích trong việc giúp người ta ý thức, giúp người ta nhận hiểu. Chúng tạo cơ hội để bạn cảm nhận nó, quan sát nó từ bên ngoài. Thoạt tiên, nỗi buồn chán vẫn lơ lửng ở đó, nhưng rồi bạn sẽ cắt đứt mối liên kết giữa mình với nó. Dần dần bạn sẽ hiểu nó, nó sẽ xảy ra thưa thớt hơn - cho đến một lúc nào đó sẽ hoàn toàn biến mất. Triền vọng là thế, nhưng ít ra khi nó còn đó thì nó cũng không còn gây lộn xộn bao nhiêu. Trước khi tôi nhận thức được, tôi thường buồn chán. Sau khi tôi đã nhận thức rồi, tôi vẫn còn buồn chán. Nhưng một cách từ từ, hay rất nhanh, hay bất thình lình - bạn sẽ đạt được tình trạng hoàn toàn thức tỉnh. Đây là tình trạng bạn không còn khát khao nữa. Nhưng dĩ nhiên đừng quên ý nghĩa mà tôi đã hạn định cho chữ “khao khát” hay “ham muốn” ở đây. Ý nghĩa đó nằm trong câu: “Trừ phi tôi đạt được điều tôi khát khao, tôi sẽ từ chối hạnh phúc”. Nghĩa là, tôi đề cập đến những trường hợp mà hạnh phúc được quyết định bởi lòng khao khát của mình có được hoàn toàn thỏa mãn hay không.

# “KHAO KHÁT” KHÁC VỚI “XU HƯỚNG”

Đừng ép chế khao khát, vì như vậy bạn sẽ trở thành gỗ đá mất. Bạn sẽ không còn chút năng lực - và đó là điều kinh khủng. Khao khát, theo nghĩa lành mạnh của từ ngữ, là năng lực; và chúng ta càng có nhiều năng lực càng tốt. Nhưng bạn đừng ép chế khao khát, hãy hiểu nó thôi. Đừng cố tìm cách thỏa mãn khao khát cho bằng hiểu lấy nó. Cũng đừng quay lưng lại với những gì mà bạn khao khát, song hãy hiểu lấy chúng; hãy nhìn chúng trong ánh sáng đích thực. Hãy xem thử thật sự chúng có giá trị như thế nào. Bởi vì nếu bạn chỉ lo ép chế nỗi khao khát - và bạn cố từ bỏ những đối tượng của sự khao khát của mình, xem chừng bạn càng bị cột trói vào nó thôi. Ngược lại, nếu bạn nhìn nó và tìm hiểu giá trị thực của nó, nếu bạn nhận ra rằng mình đang dọn chỗ cho sự khốn khổ, nỗi thất vọng và buồn chán - thì nỗi khao khát của bạn bấy giờ sẽ chuyển thành điều mà tôi gọi là xu hướng.

Nếu bạn đi trong cuộc đời với đủ thứ xu hướng mà không hề đặt hạnh phúc của mình tùy thuộc vào bất cứ một xu hướng nào, như vậy là bạn đã tỉnh ngộ. Bạn đang tiến về sự thức tỉnh hoàn toàn. Thức tỉnh, hay hạnh phúc - (hay bạn muốn gọi bằng danh từ nào khác) - là tình trạng không đánh lộn con đen, là bạn nhìn sự vật không theo chủ quan mà là theo đúng bản chất của chúng - trong khả năng nhận thức của một con người. Hãy bỏ mọi ảo tưởng; hãy nhìn sự vật, nhìn thực tại. Cứ hễ khi nào bạn khó chịu, ấy là vì bạn đã tô vẽ gì đó cho thực tại. Và chính sự tô vẽ này đã làm cho bạn khó chịu. Tôi xin nhắc lại: bạn đã tô vẽ một cái gì đó nên trong bạn mới có phản ứng tiêu cực. Thực tại cung cấp kích thích tốt, còn bạn thì làm ra phản ứng. Và trong khi bạn phản ứng, chính là bạn đang tô vẽ. Sự tô vẽ này, nếu được bạn khảo sát, bạn luôn tìm thấy ở đó có một ảo tưởng, một đòi hỏi, một kỳ vọng, một ham muốn. Bao giờ cũng vậy. Và hình thức của ảo tưởng thì thiên hình vạn trạng. Nhưng một khi bạn tiến bước theo cách này, bạn sẽ phát hiện ra những dạng ảo tưởng ấy của mình.

Chẳng hạn, cho rằng mình sẽ biến đổi nếu thế giới xung quanh mình biến đổi - đó là một ảo tưởng. Bạn sẽ không biến đổi đâu, nếu bạn chỉ lo biến đổi người này vật khác. Một nghề nghiệp mới, một người vợ (hay chồng) mới, một mái nhà mới, một vị thầy mới, một linh đạo mới... thấy đều không biến đổi được bạn. Người ta có thể thay đổi bút pháp của mình bằng cách thay đổi bút máy của mình à? Hay là chụp một cái mũ khác lên đầu thì sẽ biến đổi được năng lực tư duy của cái đầu ấy? Không bao giờ; thế nhưng phần đông người ta dốc sức để xếp đặt lại cái thế giới bên ngoài họ cho hợp với ý thích của họ. Đôi khi họ thành công - trong vài ba phút - họ thở phào đắc chí một chút đỉnh. Nhưng ngay trong tiếng thở phào ấy vẫn có căng thẳng, bởi vì cuộc sống là một giòng chảy không ngừng biến chuyển.

Vì thế nếu bạn muốn sống, bạn không được ổn định yên một chỗ. Bạn phải “không có nơi tựa đầu”. Bạn phải luôn ở trong tình thế đối phó, xoay sở. Đức Khổng Tử nói rằng: “Kẻ muốn hạnh phúc triền miên thì phải triền miên thay đổi”. Như giòng sông lao mãi về phía trước. Thế nhưng, chúng ta cứ nhìn lại phía sau! Chúng ta đeo bám vào quá khứ và đeo bám vào hiện tại. “Đã tra tay cầm cày, đừng ngoái lại đằng sau”. Bạn muốn thưởng thức một giai điệu, một hợp tấu? Bạn đừng ì lại nơi chỉ một vài khúc nhạc. Bạn đừng khảy đi khảy lại có vài nốt. Hãy để chúng trôi qua, chảy qua. Tất cả cái hay của một hợp tấu nằm ở chỗ bạn buông cho các nốt nhạc chảy qua. Ngược lại, nếu vì quá đặc ý với một đoạn nhịp đặc biệt nào đó và bạn hét giàn nhạc: “Hãy chơi đi chơi lại hoài khúc ấy” - thì đó không còn là một hợp tấu nữa. Bạn có từng nghe kể về những câu chuyện của Nasr-ed-Din chưa? Vị đạo sĩ đạo Hồi này là một khuôn mặt huyền thoại mà người Hi Lạp, người Thổ Nhĩ Kỳ và người Ba Tư đều nhận là của mình. Nasr-ed-Din thường lồng những giáo huấn thần bí vào trong những câu chuyện - thường là những câu chuyện khôi hài. Và mục tiêu châm biếm của các câu chuyện đó bao giờ cũng chính là lão già Nasr-ed-Din.

Lần nọ, Nasr-ed-Din chơi đàn ghi ta - và lão chỉ chơi có mỗi một nốt. Sau chốc lát, một đám đông đã bu quanh lão (vì đây là chỗ họp chợ) - và một người trong đám đông lên tiếng: “Đó là

một nốt nhạc tuyệt vời, thừa thầy; nhưng tại sao thầy không thay đổi cho linh động chút xíu - như mọi nhạc công khác?” Nasr-ed-Din trả lời: “Bọn ngốc nghếch đấy à? Chúng dò tìm mãi mà không tìm ra nốt nhạc phải tìm đấy chứ! Còn ta, ta đã tìm ra”.

# DÍNH CHẶT VÀO ẢO TƯỢNG

Đeo bám là hủy diệt sự sống. Khi bạn ì lại với bất cứ sự gì, bạn đã ngừng sống. Điều này được nói đến bằng bạc trong Tin Mừng. Và người ta chỉ đạt được bằng cách nhận hiểu. Bạn hãy hiểu. Hãy hiểu rằng hạnh phúc không phải là sự thú vị, cũng không phải là những hưng phấn. Đó là một ảo tưởng khác nữa, ảo tưởng một hưng phấn có được do một khao khát được lấp đầy. Khao khát để ra lo lắng, và sớm hay muộn cũng đưa đến sự rũ rượi chán ngán. Khi bạn đau khổ tới hạn, bạn sẽ nhận thấy điều này. Bạn nuôi mình bằng những cảm giác hưng phấn ư? Như vậy chẳng khác nào nuôi một con ngựa đua bằng những món ăn nhẹ. Chẳng khác nào bạn cho ngựa đua ăn bánh ngọt và nhấm rượu vang. Không ai làm thế. Cũng như không ai nuôi mình bằng ma túy. Ma túy không phải là thứ để người ta ăn cho no bụng. Dạy dầy người ta cần những thức ăn, thức uống đúng qui cách bình thường của nó. Bạn phải tự hiểu lấy tất cả những điều này.

Ảo tưởng khác nữa, đó là cho rằng một người nào đó khác sẽ hiểu thay cho bạn, cho rằng một hiệp sĩ hay một guru hay một vị thầy nào đó có thể đảm nhận công việc đó dùm bạn. Ngay cả vị guru giỏi nhất trần đời cũng không làm dùm bạn được dù chỉ một chút. Bạn phải tự đảm nhận công việc của mình thôi. Thánh Augustinô đã nói rất hay về điều này như sau: “Chính Đức Giêsu Kitô cũng đã không thể làm gì cho đa số các thánh giả của Ngài”. Hay ta có thể nhắc lại câu ngạn ngữ Á rập: “Mưa nào cũng là mưa, nhưng mưa làm mọc gai góc trong đầm lầy và làm trổ hoa trong vườn”. Như vậy, chính bạn sẽ quyết định sự việc. Không ai khác có thể giúp bạn được. Chính bạn là người phải tiêu hóa thức ăn của mình, chính bạn là người phải hiểu. Không ai khác có thể hiểu thay cho bạn. Chính bạn phải tìm kiếm. Không ai có thể tìm kiếm cho bạn. Và nếu như sự thật là điều mà bạn tìm kiếm ra, thì bạn phải làm công việc tìm kiếm ấy. Bạn không thể “bán cái” cho một ai khác được.

Một ảo tưởng khác nữa, đó là cho rằng mình phải được kính nể, được yêu mến, được đánh giá cao, được xem là quan trọng. Nhiều người cho rằng đó là điều tất yếu tự nhiên của con người. Lầm to! Quảng cái ảo tưởng ấy đi và bạn sẽ thấy được hạnh phúc. Điều khẩn thiết tự nhiên của con người là tự do, là yêu mến - chứ không phải là được yêu mến. Thỉnh thoảng trong quá trình làm công tác tâm lý trị liệu của tôi, tôi gặp phải một vấn đề rất phổ biến - đó là người ta luôn phàn nàn: “Chẳng ai yêu tôi cả; vậy thì làm sao tôi hạnh phúc cho được cơ chứ?”. Tôi giải thích cho đương sự: “Chắc hẳn cũng có một đôi khi bạn không để ý đến chuyện mình không được yêu - và những lúc đó bạn cảm thấy an nhiên và sung sướng chứ?”. Dĩ nhiên là tôi chưa gặp một trường hợp nào mà người ta phủ nhận điều đó.

Lấy thí dụ một phụ nữ kia đang mê mải xem phim trong rạp hát. Đó là một phim hài và chị thích thú đến nỗi cười vang rôm rả. Trong khoảnh khắc tuyệt vời ấy chị chẳng hề nhớ đến chuyện rằng chẳng có ai yêu mình. Chị sung sướng! Thế rồi khi bước ra khỏi rạp, cô bạn cùng xem phim với chị tách ra để đi cặp với một anh bạn trai, bỏ chị bơ vơ một mình. Chị lại bắt đầu nghĩ: “Đám bạn mình đưa nào cũng có bồ, chỉ có mình là xấu số. Rầu thật! Chẳng có ai thèm yêu mình”.

Ở Ấn Độ, nhiều đồng bào nghèo của tôi đã bắt đầu sắm được máy thu thanh - một thứ tiện nghi được kể là sang trọng. Thế là đây đó bạn nghe thấy những tiếng rên rĩ đại loại như: “Ai cũng có máy thu thanh, mà mình không có máy thu thanh. Chán thật!”. Thế mà trước kia, khi chưa nhà nào có máy thu thanh, thì người ta hoàn toàn cảm thấy vui vẻ - chẳng phàn nàn rằng mình không có máy thu thanh. Trường hợp của bạn cũng vậy thôi. Nếu không có ai bảo với bạn rằng bạn sẽ không hạnh phúc nếu không được yêu - thì bạn sẽ không cảm thấy bất hạnh chút nào. Nghĩa là bạn có thể hạnh phúc khi không được ai yêu mến, không được ai khao khát, không lôi cuốn được ai. Bạn đạt được hạnh phúc nơi việc tiếp xúc với thực tại. Lúc nào cũng sống với thực tại, đó là manh mối của hạnh phúc. Thiên Chúa ở đó: hạnh phúc ở đó. Thế nhưng phần đông người ta vẫn còn hồ nghi sự thật ấy.

Rồi một ảo tưởng khác nữa, đó là cho rằng các biến cố bên ngoài có khả năng làm thương tổn mình, cho rằng những người khác có khả năng làm thương tổn mình. Sự thật thì không phải thế. Chính bạn là thủ phạm đã tặng khả năng ấy cho người này việc khác... Một ảo tưởng nữa: Nghĩ mình là tất cả những nhãn hiệu mà người ta hoặc chính mình dán cho mình. Không, bạn không bao giờ là những nhãn hiệu đó. Vì thế bạn không cần phải bám chặt vào chúng. Có lần một người nọ tăng bốc tôi rằng tôi là một thiên tài, thế là tôi rất lấy làm băn khoăn; tôi ăn ngủ không yên vì cái sự “thiên tài” đó. Bạn có biết vì sao không? Vì tôi bắt đầu bị căng thẳng. Tôi phải sống sao cho có vẻ “thiên tài”; tôi phải là “thiên tài”. Cứ sau mỗi bài nói chuyện của mình, tôi lại phải thăm dò cho biết người ta có thích tài hùng biện của tôi không - người ta có còn nghĩ tôi là một thiên tài không... Thế đấy! Cho nên điều cần thiết là bạn phải lột bỏ nhãn hiệu. Lột bỏ rồi, bạn sẽ tự do. Đừng đồng hóa mình với những nhãn hiệu ấy. Đó chẳng qua là dư luận, là sự đánh giá nhất thời của người khác về mình. Thực tế bạn có phải là thiên tài? Bạn là một tên khùng? Một nhà thần bí? Bạn điên? Là gì gì đi nữa thì có thật sự quan trọng không - miễn là bạn không ngừng ý thức, không ngừng sống? Những câu phúc âm đã nói đến điều này một cách vô cùng hay: “Hãy xem chim trời: chúng không gieo, không gặt, không tích trữ... Hãy nhìn những bông huệ ngoài đồng... chúng không dệt không đan...” Đó quả là lời nói của một nhà thần bí, của một người thức tỉnh.

Vậy tại sao bạn ưu phiền? Những ưu phiền ấy có làm kéo dài tuổi thọ của bạn được thêm ít phút không? Tại sao phải băn khoăn lo lắng về ngày mai? Có chẳng cuộc sống sau cái chết? Tôi có tiếp tục sống sau cái chết? Lo lắng về ngày mai đấy! Hãy đạt lấy hôm nay. Có người bảo rằng chính trong khi bù đầu vào những phác họa, xây dựng kế hoạch này chương trình nọ mà họ cảm nghiệm được thế nào là sống. Bé cái lắm! Bạn hãy sống giây phút hiện tại. Đây là một trong những điều mà bạn sẽ cảm nghiệm được một khi bạn thức tỉnh. Bạn thấy mình sống trong hiện tại, cảm nếm được hương vị của từng phút giây cuộc sống. Cũng như bạn thưởng thức một bản hợp xướng tận từng nốt một - hết nốt này qua nốt khác mà không hề có ý muốn dừng lại.

# BÁM VÍU HOÀI NIỆM

Ở đây lại bật ra một điểm khác, một chủ đề khác. Nhưng chủ đề mới này cũng gắn chặt với những gì tôi vừa nói trên và chung qui cũng không ngoài chuyện ta phải ý thức về tất cả những điều ta tô vẽ cho thực tại. Bây giờ ta sẽ đi vào vấn đề này.

Một tu sĩ dòng Tên kể tôi nghe về dịp nọ - rất lâu rồi - tu sĩ ấy diễn thuyết ở New York, nơi mà do một dị ứng nào đó lúc bấy giờ, những người Puerto Rico bị kỳ thị trầm trọng. Họ bị nói xấu đủ điều. Vì thế, trong bài nói chuyện của mình, vị tu sĩ này nói: “Quý vị cho phép tôi kể ra những dư luận mà dân New York đã một thời đồn đãi về những người di cư”. Thế là vị này kể ra một loạt những điều mà trước kia thật sự người ta đã xì xào chê bai về các kiều dân Đức, Ái Nhĩ Lan và các di dân khác nữa ở New York; cuối cùng kết luận thật khéo: “Những người di dân ấy không mang các điều sai trái từ xứ sở của họ đến với chúng ta. Chính một số tình hình ở đây mà họ phải đối phó đã làm cho họ trở thành sai trái. Chúng ta phải thông cảm họ. Nếu quý vị muốn sự việc tốt đẹp hơn thì quý vị đừng phản ứng theo thiên kiến. Quý vị cần biết đối thoại, đừng đối đầu”. Đó cũng là cách để bạn tự thay đổi mình. Không phải là lên án mình, cũng không phải mạt sát nguyên rửa mình - nhưng là nhận hiểu tất cả những gì đang diễn ra. Đừng moi móc những lời nặng nề nhất để tố cáo mình, điều đó chẳng đem lại cái gì hay ho đâu.

Muốn thức tỉnh thì phải nhận hiểu; và bạn nhận hiểu thế nào được nếu cứ khư khư với thiên kiến. Xem chừng như chúng ta nhìn mọi sự và mọi người là nhìn với một thiên kiến có sẵn. Thảo nào chúng ta chẳng tin tưởng được ai.

Cũng như khi lâu ngày gặp lại anh bạn, tôi bảo: “Kìa Tom, thích quá được gặp lại cậu” - và tôi ôm chầm lấy anh ta. Vậy thì tôi đang ôm ai, Tom hay là hoài niệm của tôi về Tom? Tôi đang ôm một con người hay một cái thân vô hồn? Tôi đang giả định rằng anh ta vẫn là anh bạn dễ mến như tôi vốn nghĩ về anh ngày nào. Tôi cho rằng anh ta vẫn hợp với ý nghĩ của tôi về anh, hợp với ký ức và với tình thân hữu của tôi. Vì thế tôi vồn vã ôm lấy anh ta. Nhưng năm phút sau, tôi nhận ra anh ta đã thay đổi nhiều và tôi không còn thích anh ta nữa. Nghĩa là tôi đã ôm nhầm người.

Một câu chuyện sẽ giúp bạn xác tín hơn về sự thật nói trên: Một nữ tu người Ấn nọ sửa soạn đi tĩnh tâm. Các chị em khác trong cộng đoàn xầm xì: “Ồ, ai chẳng biết chị ấy là như thế; chị ta tham dự hết khóa huấn luyện này đến tuần tĩnh tâm khác mà con người chị ta có thay đổi chút gì đâu”. Thế nhưng, sự thay đổi đã xảy đến cho chị này trong dịp tĩnh tâm lần ấy. Chị thay đổi thật, và ai cũng nhận ra nét đổi thay ấy. Người ta nói với chị: “Kìa, chị mới cảm nghiệm được điều gì đó phải không?” Bởi vì họ nhìn thấy nét khác lạ trong cách cư xử, cách ăn mặc và trên nét mặt chị ta. Một thay đổi nội tâm luôn luôn kéo theo ít nhiều thay đổi bên ngoài như vậy. Thế rồi, chị trở về cộng đoàn của mình. Các chị em trong cộng đoàn vốn có định kiến không tốt về chị - vẫn tiếp tục nhìn chị bằng những ấn tượng đó. Và duy chỉ các chị em trong cộng đoàn là những người không nhận ra rằng chị đã thay đổi. Họ bàn tán: “Ờ, trông cô ta cũng đỡ hơn chút đỉnh, nhưng để rồi xem, rồi cũng chứng nào tật ấy chứ chẳng hay gì đâu”. Điều xảy ra là - chỉ có mấy tuần lễ, chị nữ tu ấy đã trở về tình trạng trước đây của mình; đó là cách chị phản ứng lại những phản ứng của các chị em kia. Và họ được thể, la toáng lên: “Đã bảo mà, cô ấy có thay đổi gì đâu”. Thế nhưng bi kịch vừa diễn tiến trong chị thì người xung quanh chị nào có hay! Trong tình yêu và trong các quan hệ giữa người với người, sự xét đoán đưa đến những hậu quả tai hại như thế.

Quan hệ, dù quan hệ nào, cũng giả thiết hai điều: sự phán đoán rõ ràng và sự đáp trả chính xác (nói phán đoán rõ ràng hiểu là trong chừng mực có thể của người ta; nhiều người không đồng ý với nhau về chừng mực này, nhưng tôi cho rằng sẽ không ai phủ nhận việc rất nên đặt tối đa sự rõ ràng đó). Xét càng rõ thì làm càng đúng. Xét mà lệch lạc thì khó lòng phản ứng đúng. Làm thế nào bạn yêu được một người mà thậm chí bạn chưa hiểu người ấy? Và phải

chẳng bạn thật sự hiểu người mà bạn đã gắn bó với? Phải chẳng bạn thật sự hiểu người mà bạn sợ-và do đó, ghét họ? Người ta bao giờ cũng không ưa những gì mà họ sợ.

“Sợ Chúa là bắt đầu khôn”, đôi khi người ta bảo với tôi như thế. Nhưng hờm đã. Tôi hy vọng những người ấy rồi sẽ hiểu ra. Vì chúng ta bao giờ cũng ghét những gì khiến chúng ta sợ hãi. Chúng ta luôn luôn muốn trừ khử và xa tránh những gì làm chúng ta sợ. Hễ bạn sợ ai, bạn sẽ ghét người ấy. Sợ bao nhiêu sẽ ghét bấy nhiêu. Và đã ghét ai thì cũng không thể nào hiểu họ, vì bấy giờ cảm tính đã nhảy vào quấy rối rồi. Si mê người ta cũng thế, nó cũng làm ta không hiểu được họ. Khi bạn có tình yêu đích thực, bạn sẽ không còn ưa hay ghét người này kẻ nọ theo nghĩa thông thường của từ ngữ ấy nữa. Bạn hiểu rõ họ và đáp ứng họ một cách chính xác. Có điều bao lâu còn là con người, bấy lâu chúng ta vẫn còn ưa, ghét, những xu hướng, những sức lôi cuốn ấy. Chúng sờ sờ ra đó, kết quả của việc ta điều kiện hóa sự vật. Cớ sao bạn thích những thứ mà tôi không thích nhỉ? Vì văn hóa của bạn không giống văn hóa của tôi. Bạn được dạy dỗ khác hẳn tôi. Nếu tôi mời bạn thưởng thức một số món mà tôi rất ưa chuộng, bạn sẽ bịt mũi bỏ đi.

Một số vùng ở Ấn Độ người ta rất ưa thịt chó. Thế nhưng nhiều người khác thì - chỉ mới nghe đến tên món đó - đã thấy lợm. Tại sao thế? Tại vì người ta có những điều kiện, khuôn thước khác nhau. Người Mỹ khoái bò bít tết, nhưng các tín đồ Ấn giáo thì không đời nào ăn thịt bò. Bạn hỏi: “Cớ sao họ không ăn thịt bò?”. Họ sẽ giải thích rằng cũng không khác lý do mà dân Mỹ không ăn thịt chó. Cũng vậy thôi. Con bò đối với người Ấn cũng như con chó đối với người Mỹ. Họ cũng nên họ không ăn nó. Có một nếp nghĩ hình thành trong văn hóa họ chống lại việc ăn thịt bò, nếp nghĩ ấy đã cứu sống những con vật vốn rất cần cho việc nông trang.

Còn việc tôi thực sự phải lòng một người thì tại sao? Tại sao tôi phải lòng (loại) người này mà không phải lòng (loại) người khác? Vì tôi đã bị điều kiện hóa. Trong tiềm thức mình, tôi đã có một hình ảnh, và chỉ loại người như thế mới hấp dẫn, lôi cuốn tôi. Vì thế khi tôi gặp đúng người như vậy, tôi bị tiếng sét ái tình. Thế tôi có hiểu nàng không? Không, sau khi cưới nàng tôi mới hiểu. Tôi chỉ hiểu khi tôi tỉnh ngộ. Và khi ấy tình yêu mới có thể bắt đầu. Phải lòng và yêu là hai cái khác hẳn nhau. Phải lòng không phải là yêu; nó là sự khát khao bỏng cháy. Với tất cả lòng mình, bạn muốn nghe thần tượng ấy của mình bày tỏ rằng cô ta bị mình lôi cuốn. Điều đó sẽ đem lại cho bạn một cảm giác tuyệt vời. Trong khi đó, mọi người xung quanh lại bàn tán: “Không biết anh chàng ấy thấy cái quỷ gì nơi cô ta?” Kỳ thực anh ta đâu có thấy gì; chẳng qua là do anh ta đã điều kiện hóa. Người ta bảo rằng yêu là mù quáng. Không đâu, bạn hãy tin tôi, không có gì sáng suốt bằng tình yêu đích thực. Chẳng có gì trên trần đời này sáng suốt hơn. Nghiện ngập là mù quáng, si mê là mù quáng. Đeo bám, ham muốn, khát khao là mù quáng. Còn tình yêu không mù quáng. Đừng chụp mũ tình yêu cho những thứ trên kia. Nhưng phần đông ngôn ngữ hiện đại đã lạm dụng từ ngữ này. Người ta nói về việc làm tình và sự phải lòng (“making love” và “falling in love”). Như chú bé kia hỏi đứa bạn gái: “Đằng ấy đã yêu bao giờ chưa?”. Cô bé trả lời: “Chưa, nhưng tớ đã thích”.

Thế thì khi người ta nói “yêu, yêu” - họ chẳng hiểu mình đang nói gì. Điều cần trước nhất là ta phải phán đoán cho mình bạch. Ta không đạt được sự minh bạch đó bởi vì ta để cho những cảm tính, những điều kiện, những ưa, ghét của ta làm chủ trong ta. Chúng ta phải nhận ra cho được sự thật đó. Và còn phải nắm cho được một cái gì đó căn bản hơn nữa - đó là những ý niệm, những kết luận, những tư tưởng của ta. Dù bạn tin hay không thì thực tế vẫn là: mọi ý niệm - vốn có khả năng giúp ta tiếp cận thực tại - rốt cuộc đều trở thành lá chắn không cho ta tiếp nhận thực tại; vì sớm hay muộn ta cũng sẽ quên bằng mất rằng từ ngữ không phải là sự vật. Ý niệm không phải là chính thực tại. Chúng khác hẳn nhau. Bạn hiểu tại sao tôi đã nói với bạn trước đây rằng lá chắn cuối cùng che khuất Thiên Chúa là chính hai chữ “Thiên Chúa” và ý niệm của ta về Thiên Chúa. Bạn chỉ sợ ý một chút là lá chắn ấy sẽ ngáng đường của bạn ngay. Ngôn từ, ý niệm có chức năng của chúng; chúng có thể giúp ích, nhưng chúng cũng có thể phá bĩnh.



# HIỂU CÁI CỤ THỂ

Bất cứ lúc nào tôi có một ý niệm, thì ý niệm ấy cũng có thể áp dụng cho nhiều cá thể. Chúng ta không nói về một cái tên riêng biệt, cụ thể như Mary hay John - những cái tên ấy không thuộc lãnh vực quan niệm. Một ý niệm có thể được áp dụng cho vô vàn vô số các cá thể. Ý niệm có tính phổ quát. Chẳng hạn, từ “lá” có thể được áp dụng cho từng chiếc lá đơn độc hay cho tất cả những lá của một cây nào đó. Hơn thế nữa, cũng chính từ “lá” ấy có thể được áp dụng cho mọi lá của mọi cây: lá to, lá nhỏ, lá non, lá vàng, lá khô, lá xanh, lá dừa, lá chuối... Và nếu tôi bảo bạn rằng sáng nay tôi trông thấy lá - thì thực sự bạn cũng không ý niệm được gì về cái mà tôi trông thấy sáng nay.

Nếu có được ý niệm gì, thì đó là bạn ý niệm về những gì mà tôi đã không trông thấy. Tôi đã không thấy một con vật. Tôi đã không thấy một con chó. Tôi đã không thấy một con người. Tôi đã không thấy một chiếc giày. Bạn có được một ý niệm mù mờ nào đó về cái tôi thấy, nhưng nó không được đặc thù, cụ thể. Hai tiếng “con người” là để chỉ ý niệm “người”, chứ không nhằm người sơ khai hay người văn minh, người già hay em bé, đàn ông hay đàn bà, cũng không nhằm chỉ thời đại nào hay văn hóa nào. Con người là một cái gì có tính cụ thể. Bạn không thể tìm thấy một con người chung chung như ý niệm của bạn. Vì thế công việc của ý niệm là chỉ dẫn, nhưng sự chỉ dẫn ấy không bao giờ tới nơi tới chốn; nó bỏ qua cái độc đáo, cái cụ thể. Ý niệm luôn mang tính khái quát chung chung.

Khi tôi cung cấp cho bạn một ý niệm thì chắc chắn là tôi đã cung cấp một-cái-gì-đó, chứ không trống rỗng - tuy nhiên, nó rất bé nhỏ, không đáng kể. Đối với khoa học thì ý niệm rất cần thiết, rất hữu ích. Chẳng hạn, nếu tôi bảo rằng mỗi người ở đây là một con vật - thì điều đó hoàn toàn chính xác theo nhãn giới khoa học. Thế nhưng chúng ta còn là một cái gì đó hơn con vật. Giả dụ tôi bảo Mary Jane là một con vật - điều đó không sai; nhưng vì tôi đã bỏ qua một cái gì đó thuộc yếu tính của cô, nên điều đó trở thành sai. Nói Mary Jane là một con vật là đã không công bằng với cô. Khi tôi bảo một người nào đó là một phụ nữ - điều đó đúng; nhưng nơi con người ấy có vô số điểm không phù hợp với ý niệm “phụ nữ” chung chung. Chị ấy luôn luôn là người phụ nữ đặc thù, cụ thể và độc đáo trước mặt thiên hạ - và người ta chỉ có thể cảm nghiệm về chị chứ không thể gói chị vào trong quan niệm nào đó được. Cái con người cụ thể ấy là cái mà tôi phải tự hiểu, tự cảm nghiệm, tự trực giác lấy cho mình. Người ta trực giác được, nhưng không quan niệm được về cá thể.

Con người vượt quá trí khôn tự duy. Nhiều người trong các bạn tự hào vì mình được gọi là người Mỹ, cũng như nhiều người Ấn Độ hãnh sẽ tự hào vì mình là Ấn Độ. Nhưng Mỹ là chi, Ấn là gì? Đó là một đoàn nhóm, không phải là cái gì thuộc bản tính của bạn. Tất cả những gì bạn có đều chỉ là nhãn hiệu. Thật sự bạn không biết được con người. Ý niệm bao giờ cũng bỏ lỡ hay thiếu sót một cái gì đó vô cùng quan trọng, một cái gì đó quý giá mà người ta chỉ tìm thấy được nơi thực tại - đó là tính độc đáo riêng tư. Krishnamurti đã diễn tả rất hay về điều này: “Kể từ ngày mà bạn dạy cho đứa trẻ biết tên của con chim thì đứa trẻ không bao giờ gặp thấy con chim ấy nữa”. Đúng vô cùng! Lần đầu tiên đứa trẻ nhìn thấy cái đối tượng linh hoạt, sống động, bù xù lông lá ấy, bạn bảo nó: “chim sẻ đấy”. Thế là ngày mai, khi đứa trẻ nhìn thấy một đối tượng với cùng những đặc điểm như vậy, nó nói: “Ồ, chim sẻ, chim sẻ mình đã từng gặp, chim sẻ chán thật”.

Khi người ta không nhìn sự vật qua lăng kính các ý niệm, người ta sẽ không bao giờ chán. Mỗi cá vật là một cái gì độc đáo. Không con sẻ nào giống con sẻ nào, cho dầu có những nét tương đồng giữa chúng. Những nét tương đồng đó rất hữu ích; chúng giúp chúng ta trêu tượng, giúp ta có một ý niệm. Chúng hữu ích trong những lãnh vực thông tin, giáo dục, khoa học. Nhưng chúng cũng rất phỉnh gạt và ngáng trở không cho ta hiểu cái cá thể cụ thể. Nếu tất cả những gì bạn kinh nghiệm chỉ là ý niệm của bạn thì có nghĩa là bạn chưa kinh nghiệm được thực tại, vì thực tại thì cụ thể chứ không phải ý niệm. Ý niệm giúp bạn đi đến với thực tại, và

khi đã đi đến, bạn phải trực giác hay cảm nghiệm lấy thực tại một cách trực tiếp.

Đặc tính thứ hai của một ý niệm đó là nó tĩnh tại - trong khi thực tại luôn linh hoạt. Ta cứ gọi cái thác ấy là thác Niagara, thế nhưng nước của thác ấy thì không ngừng thay đổi. Nhìn giòng sông ta gọi đó là “sông”, nhưng nước sông thì không cố định như chữ “sông” cut ngùn ấy. Thân thể con người gồm những tế bào đổi mới không ngừng, thế mà trước sau nó vẫn mang một tên gọi là “thân thể”. Thử hình dung, một cơn gió dữ ào qua ngoài vườn - và tôi muốn giúp cho những đồng bào Ấn Độ của tôi biết thế nào là một trận cuồng phong ở Mỹ. tôi hứng lấy cơn gió ấy vào trong một hộp xì gà, đem về nước, tôi bảo: “Hãy xem đây này!” Thế nhưng, rõ ràng là đó không còn là cơn cuồng phong nữa. Gió mà bị nhốt lại thì hết còn là gió. Cũng như tôi không thể mô tả giòng sông cho bạn bằng cách đem tới cho bạn một xô nước sông ấy. Vừa khi tôi đựng nó vào xô, nó không còn là giòng sông nữa. Cũng vậy, vừa khi bạn giam sự vật vào trong một ý niệm, sự vật sẽ tĩnh tại, chết đứng. Sóng đóng băng thì hết còn là sóng. Yếu tính của sóng là chuyển, là động; khi bạn làm đông cứng nó lại, nó không phải là sóng nữa. Các ý niệm của chúng ta thì bao giờ cũng đông cứng như thế. Trong khi đó thực tại vẫn trôi chảy. Thảo nào, các nhà thần bí dạy chúng ta rằng thực tại là một toàn thể - và ngôn từ, ý niệm của chúng ta là những lưỡi dao chia năm xẻ bảy nó ra. Điều này không khó hiểu, cũng chẳng khó tin; thế nhưng không phải ai cũng lập tức nhìn ra sự thật của nó. Chúng ta hiểu vì sao việc dịch ngôn ngữ này qua ngôn ngữ khác là một việc gai góc; vì mỗi ngôn ngữ cắt thực tại một cách rất riêng. Chữ “home” trong Anh ngữ không thể dịch sang tiếng Pháp hay tiếng Tây Ban Nha được. “Casa” không hẳn là “home”. “Home” có những mối tương kết độc đáo của nó trong Anh ngữ. Ngôn ngữ nào cũng có những từ và những kiểu nói không thể dịch được; vì chúng cắt thực tại và thêm bớt một cái gì đó đối với thực tại khiến cho công dụng của chúng luôn biến huyền. Thực tại là một toàn thể và chúng ta cắt nó ra để hình thành những ý niệm, rồi chúng ta dùng ngôn ngữ để biểu diễn các phần khác nhau ấy. Thử ví dụ trong đời bạn chưa bao giờ trông thấy một con vật - bỗng một hôm bạn thấy một cái đuôi, chỉ một cái đuôi thôi - và có người nói với bạn: “Cái đuôi đấy”; trong trường hợp ấy bạn có được ý niệm nào không, khi mà bạn chưa có chút ý niệm nào về một con vật?

Thật vậy, khái niệm là những lưỡi cắt thực tại vốn là một toàn thể trước cái nhìn, sự trực giác và kinh nghiệm của ta. Các nhà thần bí luôn luôn nhắc chúng ta về điều đó. Ngôn từ không chuyên chở thực tại đến cho bạn được. Vai trò của nó là chỉ, là dẫn - không hơn không kém. Bạn dùng nó như kim chỉ nam để đi tới thực tại. Một khi bạn đã đi tới rồi, các ý niệm trở thành vô dụng. Có câu chuyện kể về một cuộc tranh cãi giữa một tăng lữ Ấn giáo và một triết gia - vì vị triết gia này tuyên bố rằng lá chắn cuối cùng không cho người ta gặp thấy Thiên Chúa chính là hai tiếng “Thiên Chúa”, chính là ý niệm về Thiên Chúa. Vị tăng lữ hoàn toàn phản đối lời tuyên bố này, nhưng vị triết gia bảo: “Con lừa mà ngài cưới để đi đến một ngôi nhà không phải là phương tiện mà ngài dùng để bước vào ngôi nhà đó. Ý niệm cũng vậy, nó giúp ngài đi đến - và khi đi đến rồi, ngài phải bước xuống khỏi ý niệm, để bước vào” Chẳng cần phải trở thành một nhà thần bí để hiểu rằng thực tại là một cái gì đó không thể bị nhốt trong những ý niệm, ngôn từ. Để biết thực tại, bạn luôn luôn phải biết hơn cái mình đang biết.

Biết hơn điều đang biết - những tiếng ấy có làm bạn giật mình không? Những ai đã từng quen thuộc với ĐÁM MÂY VÔ TRI hẳn sẽ không còn lạ lẫm gì về điều đó. Tất cả các nhà thơ, họa sĩ, các nhà thần bí và những triết gia vĩ đại đều cảm nhận rõ điều đó. Bữa nọ tôi nhìn một thân cây; trước đó, mỗi khi nhìn một thân cây tôi đều tự nhủ “À, nó là một cái cây”. Nhưng lần này khi nhìn thân cây ấy, tôi không trông thấy một thân cây. Chỉ ít là tôi không trông thấy cái mà tôi vốn thường trông thấy. Tôi thấy một cái gì đó tinh khôi như cái nhìn của một trẻ thơ. Tôi không có lời lẽ nào để diễn tả nó. Đó là một cái gì độc đáo, tròn vẹn, trôi chảy và không bị chia cắt. Và tôi bàng hoàng. Nếu bạn hỏi tôi: “Cái gì thế?”, tôi chỉ im lặng thôi. Bởi không có ngôn từ nào nói lên được thực tại. Bởi nếu tôi vịn đến ngôn từ, lập tức chúng ta đã trở về với ý niệm.

Thực tại sờ sờ trước mắt như thế mà còn không diễn tả được, huống chi là những thực tại ở ngoài tầm mắt thấy tai nghe! Ngôn từ nào sẽ chứa đựng thực tại Thiên Chúa đây? Chắc rằng

bạn đang bắt đầu hiểu Thánh Tôma Aquinô, hiểu Thánh Augustinô, hiểu tất cả các vị khác và hiểu Giáo Hội - khi bạn nghe dạy rằng Thiên Chúa là một mầu nhiệm bất khả niệm đối với trí khôn tư duy của con người?

Nhà thần học danh tiếng Karl Rahner - một trong những bức thư cuối cùng của ngài là viết cho một thanh niên nghiện ma túy người Đức; thanh niên này đã ngỏ ý xin ngài giúp đỡ. Anh đã viết cho cha Rahner: “Là thần học gia, cha nói về Thiên Chúa; nhưng làm sao nói Thiên Chúa ấy vào cuộc đời của con đây? Làm sao Thiên Chúa ấy đem con ra khỏi sự nghiện ngập đây?” Rahner viết lại cho anh: “Với tất cả sự thành thực, tôi phải thú nhận với bạn rằng đối với tôi, Thiên Chúa mãi mãi là mầu nhiệm tuyệt đối. Tôi không hiểu Thiên Chúa là gì, cũng chẳng có ai hiểu nổi. Chúng ta cố gắng bập bẹ về mầu nhiệm, nhưng mầu nhiệm cứ là mầu nhiệm. Không có chữ nào, câu nào nói đúng được mầu nhiệm”. Và trong một lần nói chuyện với một nhóm thần học gia ở Luân Đôn, cha Rahner phát biểu: “Công việc của nhà thần học là giải thích mọi sự qua Thiên Chúa - và giải thích Thiên Chúa như một cái gì không thể giải thích được”. Vâng, Thiên Chúa là mầu nhiệm không thể giải thích được. Chúng ta không biết, chúng ta không thể nói. Chúng ta chỉ há miệng: “A!, a!...”)

Ngôn từ là những mũi tên chỉ dẫn, chúng không phải là những trình bày. Trớ trêu thay, người ta đã sa vào ngẫu tượng vì cho rằng về vấn đề Thiên Chúa thì ngôn từ chính là thực tại. Làm thế nào bạn không như vậy được? Có gì là không điên hơn thế nữa không? Ngay cả đối với con người hay cây, lá, súc vật... thì ngôn từ cũng không là thực tại kia mà. Hẳn bạn sẽ chống chế rằng về vấn đề Thiên Chúa thì ngôn từ là một thực tại? Bạn có ý nói gì? Một học giả Thánh Kinh nổi tiếng thế giới đã tham dự một khóa hội thảo ở San Francisco, ông nói với tôi: “Trời ơi, sau khi nghe cha nói, con mới biết rằng từ xưa đến bây giờ con chỉ tôn thờ ngẫu tượng. Ngẫu tượng của con không được khắc bằng gỗ hay đúc bằng đồng. Đó là một ngẫu tượng làm bằng trí tưởng”. Thậm chí nguy hiểm. Những người tôn thờ ngẫu tượng như vậy sử dụng chất liệu rất tinh vi là chính trí khôn để sản xuất ra Thiên Chúa của họ.

Điều tôi muốn nói với bạn ở đây là: hãy ý thức về những thực tại xung quanh bạn. Ý thức có nghĩa là theo dõi, quan sát những gì diễn tiến bên trong bạn và xung quanh bạn. Nói “diễn tiến” thật rất chính xác: cỏ, cây, hoa, lá, thú vật, đất đá... tất cả đều là thực tại đang chuyển động. Người ta quan sát nó, theo dõi nó. Quả là điều khẩn thiết - việc chúng ta không chỉ quan sát chính mình, mà còn theo dõi tất cả thực tại nữa. Phải chăng các ý niệm của bạn đang là ngục tù giam hãm bạn? Bạn có muốn phá vỡ ngục tù đó không? Vậy thì hãy nhìn; hãy quan sát; hãy kiên trì quan sát. Ta quan sát, theo dõi cái gì? Bất luận cái gì! Những khuôn mặt người, những hình thù cây lá, một cánh chim đang bay qua, đồng đá bên đường, thảm cỏ non đang mọc. Hãy tiếp cận với sự vật, hãy nhìn ngắm chúng. Thế rồi một lúc nào đó ta sẽ đột phá được những khuôn dạng cứng nhắc mà tất cả đều do ta vẽ vờ nên, ta sẽ bứt ra khỏi những ý tưởng và ngôn từ vốn ràng rịt mình. Rồi ta sẽ thấy. Thấy gì? Thấy cái mà ta mệnh danh là thực tại, cái vượt khỏi ngôn ngữ và ý niệm. Đây chính là một cuộc linh thao, là linh đạo, là vượt thoát chuồng cũi, vượt thoát ngục tù của ý niệm và ngôn từ.

Buồn biết bao nếu chúng ta đi qua cuộc đời mà không bao giờ nhìn ngắm cuộc đời bằng ánh mắt trẻ thơ. Tôi không nói là bạn phải giữ sạch sành sanh mọi ý niệm; bởi chúng vẫn rất có giá trị. Dù chúng ta không màng tới chúng, thì chúng vẫn giữ một vai trò rất tích cực. Chúng giúp ta phát triển trí tuệ. Chúng ta không được mời gọi trở nên trẻ thơ, mà là trở nên như trẻ thơ. Chúng ta không thể níu lấy tình trạng ngây thơ và bám lấy thiên đàng, chúng ta phải phát triển một cái “tôi” chủ thể và một cái “tôi” đối tượng xuyên qua các ý niệm. Nhưng rồi chúng ta cần phải trở lại thiên đàng. Chúng ta cần phải được chuộc lại. Chúng ta cần phải cởi bỏ con người cũ, bản tính cũ, cởi bỏ cái tôi hẹp hòi để trở về với tình trạng của trẻ thơ mà không phải là để làm một đứa trẻ thơ. Một khi chúng ta lên đường, chúng ta sẽ nhìn thực tại với sự ngạc nhiên - nhưng không phải sự ngạc nhiên thuộc trí năng của nhà thần bí - mà đó là sự ngạc nhiên vô hình vô dạng của trẻ thơ. Ngạc nhiên ấy sẽ nhòa dần, tắt hẳn và bị nổi chán chường choán chỗ - một khi chúng ta lại để cho ngôn ngữ và ý niệm kéo lại bao vây. Nhưng đừng nản; rất có thể

chúng ta lại tìm thấy được sự ngạc nhiên đã mất.

# KHÔN TẢ

Dag Hammarskjöld - cựu tổng thư ký Liên Hiệp Quốc - đã nói rất hay: “Thiên Chúa không chết vào ngày mà chúng ta ngừng tin một thần linh nào đó. Nhưng chúng ta sẽ chết vào ngày mà đời sống của chúng ta không còn được bao trùm bởi sự ngạc nhiên luôn mới mẻ mỗi ngày - sự ngạc nhiên có nguồn gốc từ một nơi nào đó ở ngoài tầm lý trí”. Chúng ta đừng mất công cãi nhau về một danh từ, vì “Thiên Chúa” chỉ là một danh từ, một ý niệm. Người ta chẳng bao giờ cãi nhau về thực tại; người ta chỉ cãi nhau về những quan điểm, những ý niệm, phán đoán. Hãy quảng các ý niệm, lập trường, thiên kiến, phán đoán... của bạn đi - và bạn sẽ hiểu.

“Quia de deo seire non possumus quid sit, sed quid non sit, non possumus considerare de deo, quomodo sit sed quomodo non sit”. Đây là lời mà Thánh Thôma Aquinô đã dùng để mở đầu tất cả bộ summa theologia (Tổng Luận Thần học) của ngài: “Vì chúng ta không thể biết Thiên Chúa là gì, nhưng chỉ biết Ngài không là gì; chúng ta không thể xác định Thiên Chúa thì thế nào, mà chỉ có thể xác định Ngài không như thế nào”. Tôi đã có dịp trích dẫn lời bình chú của Thánh Tôma Aquinô về luận đề “De Sancta Trinitate” của Boethius, trong đó ngài nói rằng chóp đỉnh của tri thức về Thiên Chúa là biết rằng Thiên Chúa là Đấng không-biết - tamquam ignotum. Còn trong “Questio Disputata de Potentia Dei” của ngài, Thánh Tôma nói: “Tận cùng của kiến thức con người, đó là biết rằng mình không biết Thiên Chúa”. Đừng quên Thôma Aquinô vẫn được xem là nguyên súy của các nhà thần học. Ngài là một nhà thần bí - và là một vị thánh được Giáo Hội tấn phong. Như thế chúng ta ít có lý do để ngờ vực những gì ngài phát biểu.

Ở Ấn Độ, chúng tôi có một kiểu nói tương ứng trong Phan ngữ là: “neti, neti” - nghĩa là: “Không thể, không thể”. Và phương pháp của Thánh Tôma được gọi là phương pháp phủ định - via negativa. C.S.Lewis đã viết một tập nhật ký trong thời gian vợ ông đang hấp hối. Tập nhật ký có tên là “A Grief Observed” (Nhìn Ngắm Con Đau). Ông đã cưới một phụ nữ người Mỹ mà ông hết mực yêu thương. Ông nói với các bạn hữu: “Thiên Chúa đã ban cho tôi - ở tuổi lục tuần - điều mà Ngài đã từ chối khi tôi còn hai mươi”. Ông đã cưới người phụ nữ ấy chính khi chị đang chết dần mòn bởi những cơn đau khủng khiếp của một chứng ung thư. Ở đây, ông đã là một nhà minh giáo vĩ đại của Kitô giáo. Nhưng khi tai họa ập đến cho mình, ông tự hỏi: “Thiên Chúa là người cha nhân lành hay là một nhà thí nghiệm dã man?” Đẳng nào cũng có lý! Tôi còn nhớ khi thân mẫu tôi mắc bệnh ung thư, em gái tôi bảo: “Này anh Tony, tại sao Thiên Chúa lại để điều này xảy ra cho má?”. Tôi nói với cô: “Này cô em ngớ ngẩn; năm ngoái hạn hán đã làm chết đói một triệu người Trung Hoa - và em đã không hề nêu thắc mắc tại sao?” Nhiều khi điều tốt nhất có thể xảy ra cho chúng ta - đó là nhờ hoạn nạn bất thần ập tới, chúng ta được tỉnh ngộ trước thực tại, từ đó chúng ta bước vào đức tin, như trường hợp C.S.Lewis. Lewis nói rằng trước đó ông không chút hồ nghi về sự sống bên kia cái chết, nhưng khi người vợ yêu quý của ông chết, ông không còn xác tín như nói trên. Tại sao? Vì đối với ông, sự sống của vợ mình quá khẩn thiết và quan trọng. Lewis, bạn biết rồi đó, là bậc thầy của đối chiếu và loại suy - ông bảo: “Cũng như một sợi dây thừng. Ai đó hỏi bạn: “Sợi dây này có chịu nổi được 60 ký lô?” Bạn trả lời: “Được tốt”. Người ấy nói: “Tốt lắm, chúng tôi sẽ cho anh bạn tri kỷ của anh leo xuống bằng sợi dây này”. Bạn giật mình: “Khoan đã, hãy để tôi thử lại sợi dây cho được yên tâm”. Nghĩa là bấy giờ bạn hết còn dám quyết chắc!”. Trong nhật ký của mình Lewis cũng nói rằng chúng ta không thể biết gì về Thiên Chúa và thậm chí tất cả những tra vấn của chúng ta về Thiên Chúa đều vô lý. Tại sao? Vì cũng như một người mù bấm sinh đến hỏi bạn: “Màu xanh, nóng hay lạnh!”. Neti, neti - không thể, không thể. “Màu xanh, dài hay ngắn?” Không thể. “Nó ngọt hay chua?” Không thể. “Nó vuông, tròn hay bầu dục?” Không thể, không thể. Người mù bấm sinh ấy không có ngôn từ hay ý niệm nào cho một màu mà anh ta chưa hề tưởng tới, trực giác hay kinh nghiệm nó. Bạn chỉ có thể trả lời anh ta một cách loại suy. Anh ta hỏi gì thì hỏi, bạn chỉ cần nói: “Không thể”. C.S.Lewis nói những tra vấn như trên chẳng khác gì hỏi: “Có bao nhiêu phút trong màu vàng?” Và người ta đã trình trong nêu câu hỏi đó ra, thảo luận, cãi nhau và chém giết nhau vì câu hỏi đó. Người thì khẳng định: “Trong màu vàng có hai mươi lăm của cà rốt. Kể thì

gân cổ cãi: “Không, có mười bảy củ khoai tây” - thế là họ choảng nhau. Xin nhắc lại: không thể, không thể!

Đây chính là tột cùng của tri thức nhân loại về Thiên Chúa: biết rằng mình không biết. Bi kịch đau thương của chúng ta nằm ở chỗ chúng ta biết nhiều quá. Chúng ta nghĩ rằng mình biết, đó là bi kịch; và do đó chẳng bao giờ khám phá ra. Thật vậy, Thánh Thomas Aquinô (ngài không chỉ là một nhà thần học mà còn là một triết gia vĩ đại) - đã nhắc đi nhắc lại: “Tất cả nỗ lực của trí khôn con người không thể dò thấu hết yếu tính của một con ruồi.”

# HẠN ĐỊNH DO VĂN HÓA

Vẫn chưa hết chuyện về vấn đề ngôn từ. Trước đây tôi đã nói với bạn rằng ngôn từ là cái gì rất giới hạn. Cần phải nói thêm chút nữa rằng: có những từ ngữ không nói lên cái gì cả. Lấy ví dụ, tôi là một người Ấn Độ - tôi là tù nhân chiến tranh ở Pakistan. Người ta bảo tôi: “Được, hôm nay chúng tôi sẽ đưa anh ra chỗ biên giới để anh được nhìn thấy đất nước anh”. Và thế là họ đưa tôi đến biên giới. Tôi nhìn qua bên kia đường ranh và nghĩ: “Ôi, quê hương tôi, đất nước đẹp tuyệt vời. Những xóm làng, cây cối, núi đồi đó... là tổ quốc tôi. Ôi, tổ quốc ơi!”. Một lát sau, anh cảnh vệ cho biết: “Ồ, xin lỗi, ta lầm lẫn rồi. Phải đi thêm mười dặm nữa mới tới đường ranh”. Thế thì tôi đã cảm xúc về cái gì? Trơn lu bạch tuộc! Tôi đã bám víu có một chữ: Ấn Độ. Nhưng cây cối không phải là Ấn Độ; cây là cây. Thật ra, chẳng có đường ranh cũng không có biên ải. Chúng được nặn ra bởi đầu óc, con người - và thường là bởi những chính khách ngu dốt và tham lam. Đất nước tôi vốn là một nước, bây giờ đã thành bốn. Không khéo thì mai mốt lại thành sáu. Bấy giờ sẽ có sáu lá cờ, sáu quân đội. Bạn hiểu tại sao tôi không bao giờ chào một lá cờ. Tôi khinh bỉ mọi lá quốc kỳ vì chúng là những ngẫu tượng. Chúng ta nghiêng mình trước cái gì? Tôi chào con người, tôi không chào một lá cờ với một quân đội bu quanh nó.

Lá cờ nằm ở trong đầu người ta. Nói cho cùng, có cả ngàn từ ngữ trong từ điển của chúng ta chẳng có chút gì tương ứng với thực tại. Thế nhưng chúng lại khơi trào cảm xúc - làm cho chúng ta nhìn thấy những thứ không hề có. Chúng ta thực sự thấy núi sông Ấn Độ, con người Ấn Độ trong khi những cái ấy không hề có. Có chăng là sự điều-kiện-hóa-nhân-Mỹ của bạn và sự điều-kiện-hóa-nhân-Ấn Độ của tôi. Và đấy không phải là chuyện hay ho gì. Ngày nay tại những nước thế giới thứ ba; người ta nói nhiều đến “hội nhập văn hóa”. Cái gọi là “văn hóa” ấy là gì? Từ ngữ này làm tôi không mấy ưa. Chẳng phải là nó bảo bạn nên làm điều chi đó vì bạn đã được qui định phải làm thế đó sao? Chẳng phải là bạn phải cảm nghĩ như bạn đã được qui định để cảm nghĩ đó sao? Đó là cái gì nếu không là máy móc? Hãy tưởng tượng một em bé Mỹ được một đôi vợ chồng Nga nhận làm con nuôi, và được đưa về Nga. Nó không hề hay biết rằng nó vốn là người Mỹ. Nó lớn lên nói tiếng Nga, sống và chết cho đất Mẹ Nga yêu dấu; nó thù địch người Mỹ. Nghĩa là đứa trẻ bị niêm trọng một văn hóa, nó bị chìm trong một lối nghĩ. Nó nhìn đời qua lăng kính của nền văn hóa đó. Ô, giả như bạn mặc văn hóa như mặc áo quần thì đó sẽ là điều hay. Phụ nữ Ấn Độ vận sari nhưng phụ nữ Mỹ thì không, còn phụ nữ Nhật Bản thì vận kimono. Và chẳng ai đồng hóa những phụ nữ ấy với y phục của họ. Thế nhưng đối với văn hóa thì bạn lại muốn gắn chặt hơn nhiều. Bạn tự hào về văn hóa của bạn. Người ta dạy bạn tự hào như thế. ta rất nên đào sâu điểm này. Một tu sĩ dòng Tên - bạn tôi - tâm sự với tôi: “Mỗi khi tôi gặp một người ăn xin hay một người nghèo, tôi không thể không bố thí cho họ. Điều đó tôi học được từ mẹ tôi”. Quả vậy, thân mẫu anh ta không bao giờ từ chối một người nghèo đến gõ cửa. Tôi bảo anh:- “Này Joe, cái đó không phải là một nhân đức; đó là một sự chẳng đáng dừng. Điều đó tốt theo cái nhìn của những người ăn xin; tuy nhiên nó vẫn là sự miễn cưỡng. Tôi lại nhớ đến một tu sĩ dòng Tên khác đã nói với chúng tôi tại một cuộc họp tỉnh dòng ở Bom-bay: “Tôi năm nay 80 tuổi; vào dòng Tên đã 65 năm. Tôi chưa bao giờ bỏ lỡ giờ nguyện ngắm mỗi ngày, chưa bao giờ”. Bạn nghĩ sao? Đó có thể là điều rất đáng thần phục - hoặc cũng có thể là một cái ách. Không có công trạng gì trong đó nếu chỉ là một sự máy móc. Nét đẹp của một hành động không nằm ở chỗ nó được kiên trì lặp lại mà nằm ở sự cảm kích, ở ý thức, ở sự phán đoán minh bạch và sự hành xử chính xác. Tôi có thể đáp ứng người ăn xin này và nói “không” với người ăn xin khác. Tôi không bị qui định hay đóng khung bởi những cảm nghiệm trước đây hay bởi nền văn hóa của tôi. Không ai đóng ấn nơi tôi, hoặc nếu người ta có đóng ấn thì tôi cũng không dựa vào dấu ấn đó nữa. Nếu bạn đã có một kinh nghiệm không tốt về một người Mỹ nào đó, hoặc bạn bị cắn bởi một con chó nào đó, hay bạn bị lợm bởi một món ăn nào đó - thường là từ đó về sau bạn bị kinh nghiệm ấy chi phối, ám ảnh. Nhưng điều đó không hay chút nào đâu! Bạn cần phải được giải phóng khỏi những chi phối ấy. Đừng kè kè mang theo bên mình những kinh nghiệm của quá khứ. Thật vậy, cả những kinh nghiệm tốt cũng đừng mang theo. Hãy học cho biết như thế nào là kinh nghiệm đầy đủ về một sự vật, rồi quẳng đi và bước tới, hoàn toàn thông dong. Hành trang càng nhỏ bạn càng dễ “chui qua lỗ kim”. Bạn thừa biết

sự sống vĩnh cửu là gì rồi đây. Sự sống đó là bây giờ - cái “bây giờ” ở ngoài thời gian. Chỉ có thể bạn mới đi vào sự sống vĩnh cửu được. Ác thay, chúng ta lại mang vác đủ thứ linh kinh theo mình. Chẳng bao giờ chúng ta buồn nghĩ đến chuyện giải phóng mình, vứt bỏ hành lý để mình được là mình. Rất tiếc là đâu đâu tôi cũng gặp thấy những người Hồi giáo dùng tôn giáo của họ, phụng tự và kinh coran của họ để tự cản trở họ trong cuộc giải phóng nói trên. Các tín đồ Ấn giáo cũng thế và các tín đồ Kitô giáo cũng thế.

Bạn có hình dung được một con người không còn bị chi phối bởi những ngôn từ, ý niệm sẽ thế nào không? Bạn có thể tung hứng vô số ngôn từ với anh ta và anh ta chỉ đáp lại bằng một sự thản nhiên. Bạn xưng: “Tôi là Hồng y Tổng Giám mục X.Y.Z”, anh ta chỉ thản nhiên như không. Anh ta sẽ nhìn bạn như bản chất của bạn. Nhãn hiệu không lung lạc được anh ta.

# THỰC TẠI QUẢ MÃY LỘC

Còn một điểm nữa về việc nhận thức thực tại thiên nhiên phải được bàn đến. Ta hãy mượn hình thức loại suy để nói về điểm này. Vị tổng thống Hoa Kỳ phải nhận những ý kiến phản ánh từ dân chúng. Vị giáo hoàng Rôma phải lắng nghe phải ảnh hưởng từ toàn thể Giáo Hội. Có vô số vấn đề thiết yếu cần triển khai cho họ, nhưng họ không thể đón nhận được hết, càng không thể tiêu hóa hết. Vì thế trong số họ sẽ có những người được ủy thác công việc rút tỉa, đúc kết, xem xét, lựa lọc - và cuối cùng, kết quả được đệ trình lên cho cơ quan điều hành tối cao là vị tổng thống hay vị giáo hoàng. Điều xảy ra cho mỗi người chúng ta cũng thế. Thực tại được phản hồi về cho chúng ta qua tất cả các tuyến da, các tế bào sinh hoạt và qua tất cả các cơ quan cảm giác của thân thể chúng ta. Nhưng chúng ta cũng không ngừng chất lọc mọi sự. Ai đang làm công việc lựa lọc này? Tình trạng điều kiện hóa của ta? văn hóa của ta? chương trình, kế hoạch của ta? phương thức ta đã học được để xem xét sự vật và cảm nghiệm chúng? Ngay cả ngôn ngữ của ta cũng là một máy lọc. Có quá nhiều hệ thống lọc như thế nên chỉ lắm khi bạn chẳng thấy được những thứ sờ sờ trước mắt. Bạn hãy xem một người loạn tâm thần - người ấy luôn luôn sợ hãi về một cái gì đó không có thật, luôn luôn diễn dịch thực tại bằng một số kinh nghiệm hay điều kiện mà người ấy đã trải qua trong quá khứ.

Nhưng còn một con quỷ khác nữa cũng luôn luôn tích cực xỏ lá vào công việc chọn lọc này. Đó là sự ràng buộc, khát khao, ham muốn. Ham muốn là gốc rễ của mọi điều đáng tiếc. Ham muốn bóp méo và phá hủy nhận thức. Còn sự sợ hãi và nỗi khát khao thì như bóng ma rập rình ám ảnh chúng ta. Samuel Johnson nói: “Tin tức về việc mình sẽ được đưa lên giá treo cổ nội một tuần nữa-sẽ thu hút mọi sự chú ý của đương sự cách lạ kỳ”. Bạn dẹp bỏ hết mọi thứ khác để chỉ tập trung vào nỗi sợ ấy, hay nỗi khát khao, ham muốn ấy. Phần đông chúng ta bị nhồi sọ là vào thời trẻ. Chúng ta được dạy cho biết thiên hạ. Để làm gì? Để được đón nhận, tán thưởng, ngưỡng mộ, hoan hô - nói chung là để thành công. Nhưng đó là những sáo ngữ không tiêu biểu cho thực tại. Đó là những qui ước được nghĩ ra, được phát minh ra; thế mà chúng ta cứ cho rằng chúng là thực tại. Thành công là gì? Là điều mà nhóm người này xác định là tốt. Vẫn điều đó, nhóm người khác sẽ đánh giá là xấu. Một điều được xem là tốt đẹp ở Washington rất có thể bị xem là tồi tệ ở một tu viện Carthusiô. Thành công trong một lãnh vực chính trị rất có thể bị xem là thất bại trong một số lãnh vực khác. Chỉ là những qui ước mà thôi! Vậy mà chúng ta lại xem chúng như những thực tại, phải không? Ngay từ thuở bé chúng ta đã được dạy cho biết rằng muốn hạnh phúc, người ta phải có tiền, phải thành công, phải có cô vợ xinh (hay anh chồng bảnh), phải có một chỗ làm ngon lành, phải có bạn hữu, phải có linh đạo, có Thiên Chúa - hiểu như cách gọi của ta. Người ta bảo chúng ta rằng nếu mà không có những thứ đó, chúng ta sẽ không hạnh phúc được. Đây chính là cái mà tôi gọi là sự ràng buộc. Một ràng buộc là một tin tưởng rằng nếu không có một sự chi đó thì mình không được hạnh phúc. Một lúc nào đó, bạn đã bị thuyết phục về điều tin tưởng ấy - nó lắng xuống tiềm thức của bạn, nó đóng dấu ấn vào tận gốc rễ sâu thẳm của hữu thể, thế là xong: nó đã nắm được bạn. Bạn bảo: “Làm sao tôi hạnh phúc được nếu tôi không khỏe mạnh?” Tôi đã báo cho bạn biết là tôi đã gặp những người vẫn hạnh phúc được trong cơn hấp hối kéo dài vì chứng ung thư. Gần chết mà làm sao hạnh phúc được ư? Thế nhưng họ làm được. “Làm sao tôi hạnh phúc được nếu tôi không có tiền?”. Một người có một triệu đô la đem gửi nhà băng, ông ta cứ phập phồng. Người khác không còn một xu dính túi, nhưng xem ra chẳng lo lắng chi cả. Vì cách nghĩ của người này khác với người kia, thế thôi. Khuyên cái ông phập phồng ấy làm một cái gì đó là điều vô ích, bởi cái ông ta cần là hiểu chứ không phải là làm. Đừng vẽ cho ông ta làm thế này thế nọ. Cũng vậy, bạn cần phải hiểu rằng bạn đã bị cưỡng chế, bạn đã tin tưởng một điều sai lầm. Hãy hiểu cái sai lầm, cái không xác thực đó. Thiên hạ đang mải miết làm gì trong cả cuộc sống của họ? Họ đang bận rộn tranh đấu, đấu tranh, đấu tranh. Họ gọi đó là lẽ sống còn. Khi một người Mỹ trung lưu nói rằng anh ta đang kiếm sống - thì kỳ thực cái anh ta đang kiếm không phải là “sống”. Hoàn toàn không. Họ đã có nhiều hơn những gì cần để sống. Cứ thử đến thăm nước Ấn Độ của tôi và bạn sẽ thấy. Bạn không cần mấy cái xe hơi đó để sống đâu. Bạn không cần cái ti vi ấy để sống đâu. Bạn không cần mỹ phẩm, không cần làm đẹp để sống đâu. Bạn không cần mớ quần áo đó để sống đâu.

Nhưng thật khó mà thuyết phục một người Mỹ tin như vậy. Họ đã bị tẩy não rồi; họ đã bị vô khuôn rồi. Và cứ thế họ làm việc và bon chen để đạt cho được những điều họ khao khát - những điều mà họ gắn liền với hạnh phúc của họ. Thật là một chuyện buồn - chuyện buồn của bạn, của tôi, của mọi người: “Nếu tôi không đạt được nó (tức tiền bạc, tình bạn hay bất cứ cái gì) - thì tôi không hạnh phúc được. Tôi phải cố để có được nó, và khi có được rồi - tôi phải cố gìn giữ nó. Tôi đang hăm hở đây này. Ôi, có được nó, thật là phấn khởi!”. Nhưng rồi sự phấn khích ấy kéo dài được mấy chốc? Ít phút, giờ lắm là ít ngày. Bạn sắm được cái xe hơi mới toanh, bạn phấn khởi được bao lâu? Không lâu đâu, vì bạn lại sớm phải bồn chồn âu lo cho một điều ràng buộc nào đó kế tiếp.

Hưng phấn nào rồi chốc lát cũng trở thành chán chường. Người ta bảo tôi rằng cầu nguyện là việc tuyệt vời, Thiên Chúa là tuyệt vời, tình bạn là tuyệt vời. Và chẳng hề biết cầu nguyện thực sự là thế nào, Thiên Chúa thực sự là gì, tình bạn thực sự nghĩa là sao... chúng ta hăm hở vồ vập lấy. Thế rồi, như quả bóng xì, chúng ta chán ngán - ngán cầu nguyện, ngán Thiên Chúa, ngán bạn hữu. Có đáng thương không chứ? Và bế tắc không có đường gỡ, hoàn toàn bế tắc. Chỉ có hạnh phúc là mẫu thức duy nhất mà chúng ta phải theo. Chúng ta không được trao cho mẫu thức nào khác. Văn hóa, xã hội, và xin lỗi-tôn giáo của chúng ta - cũng không đặt ra cho chúng ta mẫu thức nào khác. Bạn được cất nhắc làm hồng y. Thật là một vinh dự lớn lao! Vinh dự thật ư? Bạn cho đó là vinh dự à? Bạn đã dùng từ không chính xác. Biết bao kẻ đang hăm hở muốn làm hồng y! Bạn quên tiết đi mất điều mà tin mừng gọi là “thế gian” và bạn đang đánh mất linh hồn bạn. Thế gian, quyền lực, uy tín, sự nghiệp, thành công, vinh dự v.v... là những thứ không tồn tại. Bạn được thế gian nhưng bạn mất linh hồn. Cả cuộc sống của bạn trống rỗng và vô hồn. Trơ trọi bạch tuộc. Chỉ có một cách để tháo gỡ, đó là thoát ra khỏi mọi ràng buộc. Làm sao thoát? Hãy ý thức về tình trạng bị trói buộc đó của mình. Vận dụng ý chí, lý luận, hay tập luyện những thói quen mới cũng đều vô ích, không thay đổi được bạn. Vì cách cư xử của bạn có thể đổi nhưng con người bạn vẫn vậy. Bạn chỉ thay đổi nhờ ý thức và nhận hiểu. Nhìn thấy một cục đá là một cục đá và một miếng giấy là một miếng giấy, chứ không nghĩ cục đá ấy là một sỏi kim cương quý giá và miếng giấy ấy là tấm ngân phiếu một triệu mỹ kim - nhìn được như vậy là bạn đã thay đổi rồi đó. Trong cố gắng để thay đổi chính mình, bạn không dính líu đến một chút bạo lực nào. Nếu chẳng vậy, cái mà bạn gọi là thay đổi ấy chẳng qua chỉ là thay đổi phơn phớt ngoài da. Chẳng qua chỉ là cách cư xử của bạn thay đổi, chứ không phải con người bạn.

# THOÁT LY

Cách duy nhất để thay đổi đó là thay đổi cách hiểu của bạn. Nhưng hiểu là gì? Làm sao để hiểu? Bạn hãy xem biết bao sự ràng buộc đang câu thúc chúng ta; chúng ta hì hục dần xếp thế giới sao cho những ràng buộc này đừng vượt mất - vì thế giới luôn luôn là mối đe dọa cho những ràng buộc này. Tôi lo sợ bạn mình hết yêu mình, chàng (hay nàng) có thể quay lưng lại với tôi để đi với người khác. Tôi phải làm cho mình có sức quyến rũ để giữ chàng (hay nàng). Người ta đã tẩy não tôi, bắt tôi phải cảm thấy cần tình yêu của họ. Kỳ thực tôi đâu có cần. Tại sao phải cần tình cảm của một ai đó chứ? Tôi chỉ cần phải nắm được thực tại thôi. Tôi cần phải phá sập tù ngục này của mình, phá sập những khuôn khổ, những hạn định, những nguy tín, những tưởng tượng này. Tôi cần phải xông vào với thực tại. Thực tại luôn đáng yêu, luôn là niềm vui tuyệt đối. Sự sống vĩnh cửu chính là đó. Chúng ta được bao phủ bởi thực tại, như cá ở giữa đại dương - nhưng chúng ta lại chẳng chú ý gì đến thực tại. Những ràng buộc này nọ đã che kín mắt chúng ta. Một đôi lúc nào đó, tình cờ sự đời diễn ra đúng như lòng ham muốn của ta, và ta nhảy cẫng lên: “Tuyệt, tuyệt! Đội mình thắng rồi”. Nhưng hãy chờ xem; sự hồ hởi ấy không được mấy chốc đâu-nổi thất vọng đang ngấp nghé ngoài cửa kia. Thế mà sao chúng ta lại cứ thế nhỉ?

Bạn hãy dành ít phút để làm bài thực tập nhỏ này. Hãy nghĩ đến một sự gì hay một ai đó mà bạn đang gắn bó mật thiết - nghĩa là, nếu không có người hay vật đó thì xem ra bạn không hạnh phúc được. Đó có thể là công việc, sự nghiệp, bạn hữu, tiền bạc hay một thứ nào đó khác. Bạn hãy nói với đối tượng đó rằng: “Tôi thật không cần bạn cho hạnh phúc của tôi. Mấy lâu nay tôi lại nghĩ thế vì tôi lười. Nhưng sự thực là tôi không cần bạn để có hạnh phúc. Tôi có thể hạnh phúc mà không cần bạn. Bạn không phải là hạnh phúc của tôi, không phải là niềm vui của tôi”. Nếu đó là một con người thì hẳn anh ta (hay cô ta) sẽ rất phật lòng khi nghe nói thế. Nhưng mặc kệ, bạn cứ nói. Ít ra bạn cũng phải nói thế trong thâm tâm mình. Nói được thế - là bạn đang bắt được đầu mối sự thật; bạn đang đập vỡ tan một ảo tưởng. Hạnh phúc là một tình trạng gọi sạch ảo tưởng, là sự dứt bỏ ảo tưởng.

Bạn cũng có thể làm một thực tập khác: Hãy hồi tưởng lại một biến cố nào đó đã gây cho bạn một sự tận cùng đau khổ, lúc mà bạn nghĩ rằng mình sẽ chẳng bao giờ có thể tìm lại được hạnh phúc (chẳng hạn cái chết của vợ - hay chồng bạn; sự phản bội của một người bạn tin cậy nhất; sự thất thoát tiền bạc v.v...) Điều gì đã xảy ra? Thời gian trôi qua, bạn lao vào một ham muốn khác; bạn tìm thấy một người hay vật khác thật hấp dẫn - mối ràng buộc đã từng vấp bạn trước kia bây giờ ra sao? Rõ ràng bạn đâu cần nó để hạnh phúc phải không? Đó là một bài học hay, nhưng chẳng bao giờ ta chịu học. Chúng ta bị qui định phải thế này thế kia. Chúng ta sẽ được thông dong biết bao nếu chúng ta không lệ thuộc bất cứ cái gì về mặt cảm tính. Nếu bạn cảm nghiệm được điều đó dù chỉ một tích tắc thôi, bạn sẽ xuyên phá được mái nhà giam hãm mình và nhìn thoáng được bầu trời. Một lúc nào đó rất có thể bạn sẽ bay được lên.

Không khỏi rụt rè, nhưng rồi với Thiên Chúa, tôi cũng đã nói với Ngài rằng tôi không cần Ngài. Đầu tiên tôi tự nhủ: “Như vậy hóa ra mình đã đường đột chống lại tất cả những điều mình đã được dạy bảo cho biết hay sao?” Bởi vì nhiều người nhất trí với việc dứt bỏ mọi ràng buộc, nhưng họ muốn giữ lại sự ràng buộc vào Thiên Chúa. Họ bảo: “Nếu Thiên Chúa chính là Thiên Chúa mà tôi mừng tượng, hẳn Ngài sẽ không hài lòng khi tôi dứt bỏ mối ràng buộc với Ngài!”. Đúng, đúng,- nếu bạn nghĩ mình không hạnh phúc được trừ phi có được Thiên Chúa, thì “Thiên Chúa” trong ý nghĩ của bạn ấy chẳng dính dáng gì đến Thiên Chúa thật. Bạn đang mơ đấy thôi; bạn đang nghĩ về ý niệm của chính bạn đấy thôi. Nhiều khi người ta phải tổng khứ được “Thiên Chúa” thì mới có thể gặp thấy Thiên Chúa thật. Rất nhiều nhà thần bí đã nói với chúng ta điều đó.

Chúng ta đã bị mọi thứ làm cho mình mù quáng đến nỗi ta không thấy được sự thật căn bản rằng những ràng buộc phá hoại nhiều hơn là giúp ích cho các mối tương quan. Có lần tôi đã rất

kinh ngạc khi nói với một người bạn thiết nghĩa của tôi: “Thật sự tôi không cần bạn. Tôi có thể hoàn toàn hạnh phúc mà không cần có bạn. Và khi nói lên với bạn điều này, tôi nhận ra rằng tôi có thể giao du thân hữu với bạn mà không còn bồn chồn, ganh tị, chiếm hữu hay bám víu nữa. Thật là thú vị khi tôi ngưỡng mộ bạn mà không hề bị ràng buộc vào bạn. Bạn tự do - và tôi cũng tự do”. Nhưng chắc rằng nhiều người trong các bạn sẽ cho rằng nói gì mà kỳ cục, lạ đời vậy! Tôi đã phải mất nhiều tháng nhiều năm để hiểu được đầy đủ sự thật đó - và bạn biết đó, tôi là một tu sĩ dòng Tên, một người mà tất cả nỗ lực linh thao là nhằm đạt đến nhận thức ấy, dấu rằng tôi đã bị lung lạc bởi văn hóa và xã hội nói chung đã dạy mình nhìn người khác như một cái gì mình phải bám víu, ràng buộc. Đôi khi tôi rất đỗi ngạc nhiên vì nghe thấy cả những người được xem là khách quan nhất - như những nhà tâm lý trị liệu và những vị linh hướng - lại bình phẩm về một ai đó đại loại như: “Anh ta là một tay số dách, tuyệt vời. Tôi thật thích anh ta”. Ngẫm nghĩ lại, tôi mới hiểu ra rằng mình thích người ta chẳng qua vì người ta thích mình. Xem xét chính mình, tôi thấy bao giờ cũng tự trung là: nếu ta quá ham hố được ngưỡng mộ, khen ngợi thì ta chỉ thấy nơi người khác hoặc là sự tán thưởng hoặc là sự xem thường ta. Nếu bạn là một chính khách và bạn muốn được các cử tri bỏ phiếu cho, bạn sẽ nhìn họ như thế nào đây, mỗi quan tâm của bạn về họ sẽ được đặt theo chiều hướng nào đây? Bạn sẽ quan tâm đến những người hứa hẹn dồn phiếu cho bạn. Nếu bạn nặng xu hướng tính dục, bạn sẽ nhìn đàn ông đàn bà qua lăng kính nào đây? Bạn bận tâm về điều gì thì cái nhìn của bạn về người xung quanh sẽ mang màu sắc đó. Sự ràng buộc sẽ tàn phá khả năng yêu thương của bạn. Yêu thương là gì? Là nhạy cảm, là ý thức. Thử lấy một ví dụ: Nếu tôi đang nghe một bản hợp xướng - và tôi chỉ chú ý đến tiếng trống trong đó thôi, thì đấy không phải là tôi nghe bản hợp xướng. Thế nào là một quả tim đang yêu thực? Đó là một quả tim nhạy bén với toàn bộ cuộc sống, với tất cả còn người. Một quả tim đang yêu đúng nghĩa sẽ không trở lì trước bất cứ ai hay sự gì. Bởi vậy, vừa khi bạn bắt đầu bị ràng buộc (hiểu theo nghĩa mà tôi muốn nói ở đây) thì cũng là lúc bạn đang giam hãm nhiều thứ khác. Bạn chỉ dán mắt vào điều mà bạn bận bịu thôi; bạn chỉ nghe có mỗi tiếng trống trong dàn nhạc thôi. Trái tim bạn trở nên chai cứng. Hơn thế nữa, trái tim ấy còn bị mù quáng - vì những gì được nó nhìn thì cũng không còn được nhìn một cách khách quan. Tình yêu gắn liền với sự sáng suốt trong nhận thức, với tính khách quan; không có gì sáng suốt hơn tình yêu.

## 4. TÌNH YÊU MÙ QUÁNG

### TÌNH YÊU MÙ QUÁNG

Trong tình yêu, trái tim vẫn mềm và nhạy cảm. Nhưng một khi bạn bị cuốn hút một cách bất khả kháng phải đạt được điều này việc nọ, bạn liền trở thành gỗ đá vô hồn. Bạn yêu người ta thế nào được khi bạn cần người ta? Bạn chỉ có thể dùng họ thôi. Nếu tôi cần bạn cho hạnh phúc của tôi, tôi phải dùng bạn, tôi phải xỏ mũi bạn, tôi phải xoay xở để chiếm được bạn bằng mọi giá. Tôi không thể cho phép bạn được tự do... Tình yêu thực chỉ có khi người ta giải phóng cuộc sống mình ra khỏi bất cứ ai. Khi người ta không còn bám víu vào ai nữa, người ta hoàn toàn ở trong sa mạc. Thoạt tiên họ sẽ bất ngờ khám phá ra rằng mình không hề cô đơn chút nào cả. Đó là sự một mình, sự cô độc - và sa mạc ấy bắt đầu nở hoa. Cuối cùng, bạn sẽ biết được tình yêu là gì, Thiên Chúa là gì, thực tại là gì. Sự bám víu, ràng buộc cũng là một thứ ma túy mà việc dứt bỏ nó ban đầu rất trầy trật - trừ khi hoặc bạn có một nhận thức sắc sảo hoặc bạn đã cảm nghiệm đủ về đau khổ. Đau khổ là một cơ hội hay ho lắm đấy. Chỉ khi đau khổ bạn mới thấm thía đau khổ là gì. Bạn có thể dĩ độc trị độc, dùng đau khổ để chấm dứt đau khổ. Thế nhưng phần đông người ta vẫn chỉ biết tiếp tục đau khổ thôi. Bạn hiểu tại sao đôi khi tôi bị giằng co giữa vai trò của một người linh hướng và vai trò của một nhà tâm lý trị liệu. Nhà tâm lý trị liệu cố gắng xoa dịu đau khổ nơi người ta; còn nhà linh hướng thì chủ trương: "Hãy để cô ta đau khổ cho đến khi cô ta cảm nghiệm thấm thía tính chất của mối quan hệ giữa cô với người khác - và rốt cuộc cô ta sẽ quyết định thoát ra khỏi sự lệ thuộc đối với người khác về mặt cảm tính". Tôi sẽ chọn cách nào đây, xoa dịu cơn đau cho người ta hay là cắt bỏ hẳn cục ung thư nơi họ? Thật là một bản khoản không nhỏ!

Một người bức bối dẫn mạnh quyển sách xuống bàn. Cứ để yên anh ta làm thế. Đừng cầm quyển sách lên và phân trần với anh ta rằng điều người ta viết trong đó là đúng. Bởi vì - linh đạo là ý thức, là tỉnh ngộ, là thức tỉnh. Khi mẹ bạn nổi giận với bạn, bà đâu có bảo rằng nơi bà có gì đó sai trái, bà khẳng định rằng cái sai nằm ở bạn; vì nếu ngược lại thì bà hẳn đã không giận. Điều đó cho thấy rõ là nếu bạn nổi giận thì: "Thưa mẹ, mẹ sai rồi đấy!". Vậy nên, tốt hơn bạn hãy xử lý cơn giận của mình đã. Hãy dừng lại với nó và dứt điểm nó. Bởi cơn giận đó thì chắc chắn là của bạn. Dù sự sai trái có nằm ở tôi hay không, tôi cũng sẽ nghiền ngẫm nó một cách độc lập với mọi phản ứng bất bình nơi người khác. Bạn giận tôi thì mặc bạn, điều đó vô thường vô phạt đối với tôi.

Điều thú vị là một khi tôi biết nghiền ngẫm như vậy mà không chút bức dọc về người khác, tôi cũng sẽ đạt được sự khách quan hoàn toàn đối với chính mình. Chỉ người rất thức tỉnh mới có thể từ chối cách phản ứng nóng nảy bộc trực, mới có thể điềm nhiên tự bảo mình: "Tật xấu mầy chưa chữa. Dở đấy! Ta không về hòa chữa tội cho mầy một tí gì nữa đâu; ta không muốn bé xé ra to". Nghĩa là, tôi không day nghiến mình vì bất cứ việc gì tôi đã làm. Day nghiến như vậy là sai lầm, là gây tội. Tôi không bức dọc về mình và dằn vặt mình vì những điều - dù đúng hay sai - mà tôi đã làm. Tôi luôn sẵn sàng để phân tích nó, quan sát theo dõi nó, và bảo: "Ồ, nếu mình làm vậy, ấy là vì mình đã không ý thức". Vì chẳng có ai làm vậy khi ý thức. Đây là lý do tại sao các nhà thần học đã nói với chúng ta rằng Đức Giêsu không thể làm gì sai lầm. Tôi cho đây là một điều rất có ý nghĩa: con người tỉnh ngộ không thể làm điều chi sai lầm. Con người thức tỉnh thì tự do. Đức Giêsu là người tự do - và vì Ngài tự do nên Ngài không thể làm chi sai trái. Còn bạn, việc bạn có thể làm điều sai trái cho thấy bạn không tự do.

# LẠI NHỮNG NGÔN TỪ

Tôi nhớ đến một câu nói có duyên của Mark Twain: “Ồ, nhiệt độ xuống thấp đến nỗi nếu cái nhiệt kế được người ta làm dài thêm chừng phân rượu nữa thì chúng ta chết cóng mất”. Chúng ta chết cóng trên ngôn từ. Ta thấy vấn đề nằm ở cái nhiệt kế chứ không phải ở trời lạnh. Ta cho thực tại không quan trọng, mà những câu chữ ta khoắc cho thực tại mới quan trọng. Có câu chuyện kể về một nông dân nọ ở Phần Lan. Khi được lựa - cùng với nhiều người khác - tới chỗ địa giới giữa Nga và Phần Lan, người nông dân này được phép quyết định định cư hoặc bên này hoặc bên kia biên giới. Suy nghĩ hồi lâu, anh ta chọn ở lại bên Phần Lan, nhưng lại sợ phật ý các cán bộ người Nga đang dẫn độ mình. Vì thế khi được hỏi tại sao muốn ở bên Phần Lan, anh ta bảo: “Tôi vẫn hằng tha thiết được sinh sống ở mầu quốc Nga yêu dấu, nhưng tiếc là sức tuổi tôi sợ không qua khỏi một mùa Đông ở phía bên đất Nga”.

“Phần Lan” hay “Nga” cũng chỉ là những từ ngữ, những ý niệm - không dính dáng gì đến con người, không dính dáng gì đến những con người đàn độn. Xem ra chúng ta chẳng bao giờ nhìn thấy thực tại. Lần kia, một vị guru cố gắng giải thích cho một đám đông hiểu rằng người ta đã bị giạt dây bởi những ngôn từ như thế nào, rằng người ta đã nuôi mình sống bằng những ngôn từ rỗng tuếch đúng hơn là sống với thực tại. Một người trong đám đông ấy đứng dậy phản đối: “Tôi không đồng ý rằng ngôn từ lại chi phối chúng tôi đến thế”. Vị guru nghiêm giọng: “Ngồi xuống đi, đồ chó đẻ”. Người ấy giận tái mặt: “Ông tự nhận mình là một bậc thức giả, một guru, một bậc thầy - nhưng ông phải xấu hổ cho bản thân ông”. Vị guru đáp: “Xin hãy bỏ qua cho, thưa ngài. Tôi đã quá lời. Tôi thành thật xin ngài đừng chấp; thật tôi đã không muốn nói vậy. Xin lỗi”. Người kia bấy giờ mới dịu cơn nóng. Và vị guru kết luận: “chỉ bằng ít tiếng, tôi đã đốt lửa phừng phừng trong anh; và cũng chỉ bằng ít tiếng, tôi đã dập tắt ngọn lửa đó” Ngôn từ, ời những ngôn từ - chúng giam hãm người ta biết bao, nếu chúng không được dùng đúng đắn.

# BÍ QUYẾT GIẤU ẨN

Có một sự khác biệt giữa hiểu biết và thức tỉnh, giữa kiến văn và thức tỉnh. Trên đây tôi vừa nói với bạn rằng người ta không thể làm điều dữ khi người ta ý thức. Nhưng bạn vẫn có thể làm điều xấu khi bạn hiểu biết đó là xấu. “Lạy Cha, xin tha cho họ, vì họ không biết điều họ làm” - tôi nghĩ đúng hơn nên dịch sửa lại là “... vì họ không ý thức điều họ làm”. Phaolô nhận rằng ngài là kẻ tội lỗi tày đình nhất vì đã bắt bớ Giáo Hội của Chúa Kitô. Nhưng ngài nói rõ là ngài đã hành động như thế vì không ý thức. Cũng vậy, ngài cho biết rằng người ta đã không ý thức là họ đang đóng danh Đức Chúa Hiến vinh vào thập giá - nên họ mới làm thế. Hoặc: “Sẽ đến lúc mà người ta bắt bớ anh em và họ nghĩ rằng họ đang phụng sự Thiên Chúa”. Họ không ý thức. Họ chỉ có kiến văn, kiến thức thôi. Thôma Aquinô đã nói: “Bất cứ khi nào người ta phạm tội, người ta cũng đang phạm tội trong lột cái tốt”. Họ đang che phủ mắt mình; họ đang cắt nghĩa một điều là tốt dù họ biết nó là xấu; họ đang biện bạch vì họ vớ được một cái cớ nào đó để biện bạch.

Một phụ nữ nọ trình bày với tôi rằng có hai tình huống làm cho chị khó mà ý thức được. Chị làm việc ở một sở giao dịch, nơi mà người ta tới lui tấp nập với chị, chuông điện thoại thì réo liên hồi, chị phải một mình quán xuyến. Đã thế, chị còn bị phiền nhiễu bởi những con người luôn bức dọc, thúc ép chị. Chị thấy rằng phải là phép lạ mới giữ mình được trầm tĩnh trong hoàn cảnh như thế. Một tình huống khó khăn khác, đó là khi chị lái xe trên đường - những tiếng còi xe inh ỏi, những tiếng chửi tục của người xung quanh! Chị hỏi thế thì làm sao chị tránh được căng thẳng để có an tĩnh.

Bạn có nhận ra sự ràng buộc nơi chị ấy chưa? Sự an tĩnh! Vâng, chị đang đòi cho được sự an tĩnh. Trong thâm tâm chị nghĩ: “Tôi không thể hạnh phúc trừ khi tôi được an tĩnh”. Còn bạn, có bao giờ bạn kinh nghiệm được rằng mình vẫn có thể hạnh phúc ngay trong tình trạng căng thẳng chưa? Trước khi tôi nhận thức, tôi thường chán nản; sau khi đã nhận thức ra rồi, tôi vẫn tiếp tục chán nản. Bạn đừng lấy sự thư giãn và sự nhạy cảm làm mục tiêu. Nhiều người bị căng thẳng chỉ vì cố tìm cách thư giãn. Nếu bạn căng thẳng, bạn đừng làm gì khác ngoài trừ việc quan sát sự căng thẳng của mình. Làm sao bạn hiểu được mình nếu bạn cứ xoay xở để biến đổi mình! Bạn càng cố biến đổi mình bao nhiêu, sự việc càng tệ hại bấy nhiêu. Tất cả điều cần thiết là ý thức. Bạn hãy cảm nhận những cú điện thoại om sòm ấy, những cơn chóng mặt ấy; bạn hãy cảm giác chiếc vô lăng trong tay mình khi lái xe hơi. Nói cách khác, hãy hòa nhập vào thực tại, đừng bận tâm gì đến chuyện mình bị căng thẳng hay không căng thẳng. Mà điều đó thật tất yếu thôi, một khi bạn đang cố sao để hoàn toàn sống trong thực tại thì mọi bận tâm khác sẽ bị quẳng đi. Bạn hãy dần dà học cách để cho điều phải xảy ra cứ xảy ra. Sự thay đổi thực sự sẽ xảy đến khi thực tại đủ chín muồi để nó xảy đến; bạn không thúc ép được đâu. Nhờ ý thức mà thực tại được giải phóng và bạn được biến đổi.

Đành rằng bạn thay đổi là thay đổi trong ý thức, nhưng bạn cũng phải cảm nghiệm được nó. Ở đây bạn phải ý tứ để đừng ngộ nhận điều tôi muốn nói. Hẳn là bạn đang hạ quyết tâm để vươn tới thức tỉnh. Và bản ngã của bạn luôn khéo léo xô đẩy bạn cho tới được sự thức tỉnh ấy. Mặc kệ nó, bạn cứ theo dõi nó đi! Bạn sẽ gặp những trở lực, những rắc rối không ngờ trước. Khi có người cứ mãi bồn chồn lo lắng sao cho được thức tỉnh, bạn dễ nhận ra dấu hiệu tế nhị nhất của sự bồn chồn đó nơi họ. Họ nóng ruột muốn thức tỉnh và nóng ruột muốn biết rõ mình đã thức tỉnh hay chưa. Đây chỉ là một dạng khổ chế, không có dây mơ rễ má gì với thức tỉnh cả. Nói thế nghe có vẻ kỳ quặc đối với cách nghĩ của chúng ta là những kẻ đã được dạy bảo phải tranh thủ cho được những mục tiêu, phải đi cho đến những nơi nào đó - kỳ thực chẳng có nơi nào để ta phải đi đến cả, lý do thật đơn giản vì ta đã đến rồi. Người Nhật diễn tả điều này rất hay như sau: “Ngày nào bạn ngừng đi, bạn sẽ đến”. Xem thế, thái độ của bạn nên là: “Tôi muốn thức tỉnh, tôi muốn hoàn toàn ở trong thực tại và để cho điều phải xảy ra cứ xảy ra. Nếu tôi thức tỉnh, thật tốt; nếu tôi còn mê ngủ, vẫn tốt thôi”. Còn nếu như bạn cứ nằng nặc xoay xở sao cho đạt được mục tiêu đó, đích thị là bạn đang ham hố tôn vinh cái tôi. Bạn muốn thích thú

cảm nhận rằng sự thức tỉnh của mình là do mình đạt được. Nhưng khi bạn thực sự “đạt được”, bạn sẽ chẳng hay biết đâu. Tay trái bạn sẽ chẳng hay biết việc tay phải bạn đang làm. “Lạy Chúa, có bao giờ chúng tôi đã làm các điều ấy đâu? Chúng tôi đâu có biết rằng mình đã cho Chúa ăn, cho Chúa uống v.v...!” Không có sự bác ái nào tuyệt vời hơn khi người ta không hề hay biết rằng mình đang thi hành việc bác ái. “Anh nghĩ rằng tôi đã giúp anh ư? Không phải đâu, tôi chỉ làm công việc của tôi. Công việc ấy hữu ích cho anh à? Lạ nhỉ, chúc mừng anh đó! Còn tôi chẳng có công trạng gì đâu”.

Bấy giờ, tức khi bạn đã thức tỉnh, bạn sẽ càng ngày càng dừng dừng với những nhãn hiệu như “thức tỉnh” hay “u mê”. Một trong những khó khăn mà tôi cảm thấy ở đây là làm sao để vừa khích động sự hiếu kỳ của bạn vừa không đưa bạn đến sự ham hố thái quá. Chúng ta hãy thức tỉnh đi, điều này thú vị lắm. Và rồi sau chốc lát lắng lại, ta sẽ thấy điều đó cũng bình thường thôi; bởi cuộc sống đích thực thì gắn liền với thức tỉnh. Sống u mê là uống phí đời sống. Và đối với những thương tổn trong đời, bạn sẽ để mặc chúng lo phần chúng.

# THÁI ĐỘ NHẬN CHỊU

Càng cố biến đổi mình bao nhiêu, sự việc càng tệ hại bấy nhiêu. Nói thế phải chăng là ta nên chấp nhận một mức độ thụ động nào đó? Vâng, bạn càng kháng cự một cái gì, bạn càng nạp thêm sức mạnh cho nó. Tôi cho rằng đó chính là ý nghĩa của lời Chúa Giêsu: “Khi có ai vả má bên phải của người, hãy chìa cả má bên trái cho nó nữa”. Khi chiến đấu chống lại quỷ dữ, bạn luôn làm cho nó dữ dằn hơn. Bản sắc của triết lý Đông phương nằm ở đây. Nhu thắng cương, nhược thắng cường. Người ta không chế ngự được sự dữ bằng chiến đấu với nó nhưng bằng việc nhận hiểu nó. Khi người ta nhận hiểu sự dữ, sự dữ tự động biến mất. Không thể dùng quả đấm để xua đuổi bóng tối. Không thể quét bóng tối ra khỏi phòng bằng một cái chổi, nhưng là phải bật đèn lên. Bạn càng xô đẩy bóng tối thì chính bạn sẽ càng tối tăm - và bạn càng đuổi kiệt sức lực. Nhưng nếu bạn bật công tắc ngọn đèn ý thức lên, bóng tối sẽ tan mất. Giả dụ tấm giấy này là tờ chi phiếu một tỷ Mỹ kim. Ô, thế thì tôi phải từ bỏ nó - vì phúc âm dạy rằng tôi phải bỏ nó nếu muốn có được sự sống đời đời. Bạn đang muốn thay thế lòng tham lam này bằng một lòng tham lam khác đó ư? Lòng tham lam, dù thiêng liêng như sự sống đời đời, cũng cứ vẫn là lòng tham lam. Trước kia bạn xu hướng trần tục, bây giờ bạn xu hướng những sự thiêng liêng - thế ra trước sau cũng chỉ là xu hướng của bản ngã, một xu hướng tinh tế hơn nên cũng khó chế ngự hơn. Bất cứ khi nào bạn từ bỏ một điều gì thì chính là bạn đang bị cột trói vào điều đó. Nhưng giá như thay vì từ bỏ nó, bạn nhìn thẳng vào nó và nói: “A, đây không phải là tấm chi phiếu một tỷ đô la, đây là một mảnh giấy” - bây giờ bạn sẽ thấy chẳng có gì để phải rướn gân vận cốt mà từ bỏ.

# TRÙNG GIẢNG MÌN BẦY

Ở xứ tôi, vô số đàn ông lớn lên với niềm tin tưởng rằng đàn bà là con bò cái. Họ bảo: “Tôi đã cưới nàng. Nàng là tài sản của tôi”. Thai đo như vậy có đáng trách không? Không đáng trách đâu bạn ạ. Cũng như người Mỹ đâu có bị trách trong cách đánh giá của họ về người Nga. Lãng kiếng người ta đã bị nhuộm màu, và họ nhìn đời xuyên qua màu đó. Phải làm gì đây để đưa họ trở lại với thực tại, để giúp họ nhận ra rằng họ đang nhìn thế giới qua tròng kính màu? Chẳng có cách nào khả dĩ cứu được họ trừ khi chính họ nhận ra những định kiến cố hữu của mình.

Thật là cố chấp mỗi khi bạn nhìn thế giới xuyên qua một ý niệm. Không có thực tại nào khớp với ý niệm nào. Vì đời sống phong phú hơn các ý niệm của bạn nhiều. Chẳng thế người ta đã không vất vả tìm cho ra một ý nghĩa cho cuộc đời. Có điều là đời sống chẳng hề có ý nghĩa; nó không thể có ý nghĩa bởi vì ý nghĩa chỉ là một công thức, ý nghĩa chỉ là một cái gì được niệm tưởng do trí khôn. Bất cứ lúc nào bạn giản lược thực tại thành ý niệm, bạn sẽ húc phải một cái chi đó có sức phá tan tành ý niệm mà bạn vừa có được. Ý nghĩa chỉ được tìm thấy ở bên kia ý nghĩa. Bạn chỉ hiểu đời sống khi bạn nhìn nhận nó là một huyền nhiệm. Còn trí khôn tư duy của con người chẳng thể nào tóm được đời sống đâu.

Tôi không bảo rằng sự sùng ngưỡng thì không quan trọng, nhưng tôi muốn nhấn mạnh rằng nghi ngờ bao giờ cũng quan trọng hơn sùng ngưỡng. Trong số cơ man những người đang đi tìm thần tượng để sùng ngưỡng, tôi chẳng tìm thấy ai đủ ý thức về thái độ và về lòng xác tín của mình. Chúng ta sẽ hạnh phúc biết bao nếu những tay khủng bố bớt cuồng tín hơn và thêm nghi nan hơn. Thế nhưng, chúng ta lại muốn dành cho mình luật trừ; chúng ta nghĩ mình đúng và bọn khủng bố sai. Cần nhớ rằng một tên khủng bố đối với bạn chính là một vị tử đạo đối với người khác.

Cô độc là khi ta không có ai bên cạnh, còn cô đơn là khi ta thương ngoạn chính mình. Bạn hãy nhớ lại câu nói tinh tế ấy của Bernard Shaw. Tại một cuộc chiêu đãi chẳng ra trò trống gì, có người đã hỏi thăm cảm nghĩ của ông. Ông trả lời: “Điều duy nhất thú vị ở đây là tôi thú vị với mình”. Bạn chẳng bao giờ cảm nghiệm được chi về ai nếu bạn lệ thuộc vào họ. Cộng đồng không được hình thành bởi một mớ nô lệ, bởi những con người cứ đòi người khác đem lại hạnh phúc cho mình. Cộng đồng được hình thành bởi những bậc đế vương. Bạn là ông hoàng, là bà chúa, chứ không là kẻ ăn mày. Trong một cộng đồng đích thực không hề có chuyện ai ngửa nón xin ai. Không bám víu, không chiếm hữu, không cố nài. Chỉ những người tự do - chứ không phải nô lệ - mới hình thành nên cộng đồng. Chân lý ấy quá ư giản dị, nhưng cả một nền văn hóa đã nhận chìm nó, kể cả nền văn hóa tôn giáo có thể trở thành cái gì rất câu thúc bạn.

Thay vì cảm nghiệm mỗi khoảnh khắc như sự thực của nó, nhiều người nhìn việc thức tỉnh như một điểm ở tầm cao. Họ đặt thức tỉnh làm mục tiêu phấn đấu. Nhưng với sự thức tỉnh đích thực, người ta sẽ chẳng thấy cần phải đi đâu cả, chẳng cần phải đạt cho được cái gì cả. Làm sao chúng ta có được sự thức tỉnh này? Chính là qua thức tỉnh. Bạn bảo: “Tôi muốn cảm nghiệm mọi phút giây”; bạn hãy bỏ chữ “muốn” ấy đi - bạn mới thức tỉnh được. Kinh nghiệm thức tỉnh là chuyện có hoặc không - chứ không phải là chuyện để “muốn”.

Một ông bạn của tôi vừa mới làm một chuyến đi Ai Len. Anh ta cho tôi biết rằng dù là công dân Mỹ, anh ta vẫn khai trong hộ chiếu là người Ai Len vì anh ngán đi và nước ngoài với một hộ chiếu Mỹ. Nếu lỡ gặp bọn khủng bố đòi xem hộ chiếu, anh ta sẽ nói: “Tôi là người Ai Len”. Thế nhưng những hành khách cùng ngồi máy bay với anh ta thì đâu có cần xem nhãn này hiệu nọ trên giấy tờ; họ cảm nghiệm anh ta đúng như con người thực của anh. Biết bao người đã bỏ cả đời không phải để ăn thực phẩm mà là ăn thực đơn! Một thực đơn chỉ là sự chỉ dẫn về một cái gì đang có sẵn. Bạn hãy ăn cho được món bít tết, đừng ăn mớ danh từ.

# CHẾT ĐI CHÍNH MÌNH

Người ta có thể là “người” một cách trọn vẹn chẳng nếu không từng trải qua bi kịch? Chỉ có một bi kịch duy nhất trên trần đời này, đó là sự ngốc nghếch. Mọi sự dữ đều bởi ngốc nghếch mà ra. Bi kịch duy nhất xảy ra do bởi không ý thức, không thức tỉnh. Đó là nguồn cội của sợ hãi, và sợ hãi sẽ sinh ra đủ thứ chuyện trên đời. Nếu bạn nghĩ cái chết là bi kịch thì bạn làm to. Sự chết kỳ thực rất thú vị; nó chỉ gây kinh hãi cho những ai không bao giờ hiểu sự sống là gì. Người ta chỉ sợ chết khi họ sợ sống. Còn người sống không bao giờ sợ chết. Một nhà văn Mỹ đã trình bày điều này rất hay. Ông nói rằng thức tỉnh là sự chết đi của niềm tin mình vào bất công và vào bi kịch. Hết đời con sâu thì mới chào đời cánh bướm. Chết đi là sống lại. Ở đây chúng ta không nói về một sự sống lại nào đó vị lai mà là về sự sống lại đang xảy ra ngay lúc này. Nếu bạn chết đi cho quá khứ, chết đi cho mọi phút giây thì bạn sẽ là con người sống sung mãn nhất, bởi vì sự sống sung mãn chính là sự chết trọn vẹn. Chúng ta vẫn không ngừng chết đi cho mọi sự. Chúng ta vẫn không ngừng giữ bỏ mọi sự để được sống trọn vẹn và được phục sinh tại mỗi phút giây. Các nhà thần bí, các thánh nhân và nhiều vị khác nữa vẫn dốc tâm lực để cố đánh thức người ta. Nếu các vị không đánh thức thì cứ y như là phải nhận chịu những dịch bệnh như đói kém, chiến tranh và bạo lực. Sự dữ lớn nhất đó là người ta ngủ mê, ngốc nghếch.

Lần nọ, một tu sĩ dòng Tên viết cho vị Tổng quyền của mình là cha Arrupe để hỏi ngài về giá trị tương đối của chủ nghĩa cộng sản, chủ nghĩa xã hội và chủ nghĩa tư bản. Cha Arrupe đã đưa ra một câu trả lời tuyệt hay. Ngài nói: “Một ý thức hệ sẽ tốt hay xấu như là người dùng nó”. Những tâm hồn cao cả sẽ làm cho tư bản hay cộng sản hay xã hội chủ nghĩa trở thành tuyệt vời.

Đừng đòi thế giới đổi thay - người phải thay đổi trước hết chính là bạn. Và rồi bạn sẽ đủ am hiểu đời để có thể đổi thay bất cứ sự gì bạn thấy cần thay đổi. Hãy lấy cái đà ra khỏi mắt bạn đi. Vì nếu chẳng vậy, bạn không có tư cách để thay đổi ai hay thay đổi cái gì. Cho tới bao giờ bạn chưa ý thức về chính mình thì bạn không có quyền chĩa mũi vào bất cứ chuyện gì khác. Một khi bản thân người ta chưa thức tỉnh thì có mối nguy là người ta chỉ cố gắng thay đổi con người và sự vật xung quanh cho ích lợi riêng của họ, cho hư danh của họ, theo những xác tín và những niềm tin riêng của họ, hoặc chỉ để xoa dịu sự bức bối của họ. Tôi đang bức mình, vậy thì anh nên thay đổi sao cho tôi thấy dễ chịu! Tiên vãn bạn hãy xử lý những cảm nghĩ tiêu cực của bạn đi, để khi tra tay vào thay đổi người khác, bạn sẽ xuất phát từ tình yêu chứ không phải từ một cảm nghĩ tiêu cực nào. Ở đây ta thấy có một điều lạ kỳ đó là người ta có thể rất nghiêm khắc nhưng cũng tràn trề yêu thương. Nhà phẫu thuật có thể yêu thương bệnh nhân dù hành động và bộ mặt của ông được thấy là bất nhẫn. Tình yêu có khi phải được diễn tả bằng “cho roi cho vọt”.

# QUÁN THÔNG VÀ NHẬN HIỂU

Nhưng vấn đề đặt ra là làm sao để thay đổi được chính mình? Tôi đã nói nhiều về chuyện này, nhưng ở đây tôi sẽ tách bạch cho rõ hơn. Trước hết bạn phải quán thông. Đó không phải là loay hoay, xoay xở, không phải là cố tập những thói quen, cũng không phải là khoắc lầy một lý tưởng. Biết bao tai họa đã xảy ra chỉ vì những lý tưởng. Người ta dành cả thời gian để tập chú vào giả tưởng thay vì tập chú vào thực tại. Người ta cứ mãi theo đuổi những “giá mà” và “phải chi”, còn thực tế của mình thì chẳng bao giờ hiểu. Về sự quán thông, tôi sẽ kể bạn nghe một thí dụ có thực từ kinh nghiệm làm linh hướng của tôi. Một linh mục đến than phiền với tôi về tật lười biếng của ông. Ông bảo rằng ông muốn năng nổ hơn, muốn tích cực hơn, nhưng lười cứ vẫn hoàn lười. Tôi hỏi ông ta “lười biếng” nghĩa là gì. Trước kia, vào trường hợp như vậy hẳn là tôi sẽ bảo: “Xem nào, tại sao cha không lên danh sách những công việc cha phải làm mỗi ngày, rồi mỗi tối kiểm tra lại; tập thói quen ấy đi, hay lắm đấy!” Hoặc giả tôi có thể hỏi xem thánh bổn mạng của ông là vị nào. Và nếu ông trả lời - chẳng hạn - đó là Thánh Phanxicô Xavie, tôi sẽ bảo ông: “Cha hãy xem Thánh Phanxicô siêng năng cần mẫn là thế. Cha hãy chiêm ngắm ngài cho kỹ và cha sẽ bỏ được tật lười”. Đó cũng là một hướng giải quyết chứ, nhưng tôi không còn tin nữa - nó chỉ có tác dụng qua loa. Động viên người ta vận dụng ý chí, nỗ lực... sẽ chẳng kiến hiệu được mấy chốc đâu. Có thể thái độ của ông ta thay đổi, nhưng chính ông ta thì không. Vì thế, tôi dùng chiến thuật khác. Tôi hỏi ông ta:- “Lười biếng, nghĩa là gì? Có cả nghìn lẽ một loại lười biếng. Sự lười biếng của cha thuộc loại nào, cha cần cho tôi biết rõ cha hiểu thế nào qua hai chữ “lười biếng?”. Vị linh mục đáp:- “Ồ, con chẳng bao giờ làm chuyện gì chu tất cả. Con chẳng cảm thấy ham thích làm việc”. Tôi hỏi:- “Tình trạng này xảy ra ngay từ buổi sáng khi cha vừa thức dậy?”. Ông trả lời:- “Vâng, mỗi sáng thức dậy con đều cảm thấy rằng sự thức dậy của mình là thừa thãi” - “Rồi cha chán nản?” - “Gần như thế. Con rơi vào một thứ buông thả” - “Xưa nay cha vẫn thế?” - “Ồ, không; thời trẻ, lúc còn ở chủng viện, con rất năng động, hoạt bát” - “Thế tình trạng này bắt đầu từ bao giờ?” - “Thưa cha, chừng ba, bốn năm nay thôi ạ”. Tôi hỏi ông biến cố gì đã đánh dấu sự bắt đầu của tình trạng ấy, ông suy nghĩ hồi lâu để cố nhớ. Tôi bảo:- “Nếu cha phải nghĩ lung như thế thì rõ ràng là cách đây bốn năm không có biến cố gì đặc biệt. Hãy lui về năm trước đó xem sao. Vị linh mục trả lời:- “À, năm ấy là năm con chịu chức” - “Điều gì đã xảy ra trong năm cha chịu chức?” - “Có một chuyện nhỏ. Con bị hỏng kỳ thi tốt nghiệp thần học. Sự việc thật đáng tiếc, nhưng con không buồn lâu. Trước đó, đức giám mục có dự tính gửi con đi du học Roma để sau này trở về làm giáo sư chủng viện. Con rất thích thú với viễn ảnh đó, nhưng vì con hỏng kỳ thi nói trên, đức giám mục đã đổi ý và trao bài sai cho con đi coi xứ. Quả là có sự bất công ở đây bởi vì..., bởi vì...”. Tới đây ông bắt đầu đỏ mặt lên; và đích thị đó là sự phẫn uất đã dày vò ông bấy lâu. Ông đã đi qua ngày tháng với nỗi chán chường ấy. Thuyết giảng, biện biệt cho ông sẽ chẳng ăn thua gì. Trong trường hợp này phải làm sao để ông trực diện với nỗi phẫn uất và chán chường đó - làm sao để ông quán thông tất cả sự thật đó. Một khi ông bình thần chịu đựng được nó, ông sẽ tìm lại được vẻ sống hoạt của mình. Việc cố động viên ông và nhắc ông nhớ đến đời sống gia đình lam lũ vất vả của các anh chị em ruột thịt của ông sẽ chỉ tổ đề nặng thêm cho ông mặc cảm tội lỗi. Điều tiên quyết khả dĩ giúp chữa trị tình trạng của ông đó là giúp ông nhìn thấu sự thật nơi bản thân mình.

Còn một việc quan trọng khác, đó là nhận hiểu. Bạn có bao giờ cảm nhận thấy rằng chính sự nhận hiểu đã giúp mình có được hạnh phúc chưa? Hay bạn chỉ cảm nhận một cách giả đoán thôi? Tại sao bạn muốn dạy trong chủng viện? Vì bạn muốn hạnh phúc. Bạn nghĩ rằng làm một giáo sư, có một uy tín nào đó sẽ đem lại hạnh phúc cho bạn. Phải thế không? Vậy thì chính ở đây bạn cần biết nhận hiểu.

Việc phân biệt giữa cái “tôi”-chủ-thể và cái “tôi” -đối-tượng sẽ rất hữu ích để làm sáng tỏ những gì đang xảy ra. Tôi cũng muốn dẫn một ví dụ cho vấn đề này. Một linh mục trẻ dòng Tên đến tìm gặp tôi; đó là một con người lịch lãm, tháo vát, có nhiều tài năng và đầy sức thu hút - nghĩa là gần như một con người toàn bích. Thế nhưng ông ta lại có một trục trặc kỳ dị. Những kẻ thuộc quyền ông xem ông như một hung thần. Thậm chí đã có trường hợp ông đánh đập họ

và sự việc suýt chút nữa phải nhờ cảnh sát can thiệp. Giao việc gì cho ông, ông cũng cứ mãi gây xì căng đan như thế. Ông đi tĩnh tâm 30 ngày, suy ngẫm ngày đêm về thái độ nhẫn nhục và tình yêu thương của Chúa Giêsu đối với những người hèn kém... Nhưng tôi linh cảm cuộc tĩnh tâm ấy sẽ chẳng có hiệu quả gì. Dầu sao, trong ba hay bốn tháng đầu sau cuộc tĩnh tâm, ông cũng chứng tỏ có khả quan hơn. (Người ta hóm hỉnh rằng phần lớn các cuộc tĩnh tâm - chúng ta bắt đầu nhân danh Cha và Con và Thánh Thần, và rồi chúng ta kết thúc như đã có trước vô cùng, và bây giờ, và hằng có, và đời đời chẳng cùng. Amen). Được ít lâu, ông lại trở về với con người y như cũ của ông. Và chính lúc này, ông đã tìm gặp tôi. Lại gặp ngay lúc tôi rất bận bịu. Tôi không thể tiếp ông, dù biết ông đã phải lặn lội đường xa đến với mình. Vì thế tôi bảo: - “Tôi đang phải đi bách bộ buổi chiều; nếu cha không ngại cùng bách bộ với tôi thì thật hay. Thú thật tôi không thể thu xếp một thời giờ nào khác”. Thế là hai chúng tôi cùng đi dạo. Vốn đã biết về vị linh mục này trước, tôi có một cảm giác là lạ khi cùng sống bước với ông. Mỗi khi có một cảm giác là lạ như thế về ai, tôi thường kiểm nhận ngay với chính đương sự. Và tôi nói: - “Cha đang giấu giếm tôi một điều chi đó, phải không? Tôi cảm thấy như vậy”. Ông trả lời, hơi bất mãn: - “Cha bảo “giấu giếm” nghĩa là sao? Cha cho rằng con lặn lội đến đây, quấy rầy thời giờ của cha chỉ để nhằm giấu giếm cha một điều chi đó hay sao?”. Tôi đáp: - “Ồ, đó chỉ là một cảm giác ngồ ngệ mà tôi thấy cần phải kiểm thử đúng hay sai thôi”. Chúng tôi lại tiếp tục sống bước. Gần đó có một hồ nước, tôi còn nhớ rõ mồn một khung cảnh lúc ấy. Vị linh mục ấy đề nghị: - “Hay là chúng ta tìm một chỗ ngồi xuống, thưa cha?”. Tôi đồng ý; hai chúng tôi đến ngồi xuống một lan can vây quanh bờ hồ. Bỗng dưng ông lên tiếng: - “Thưa cha, cha nói đúng. Con có giấu cha một điều”. Và nước mắt ông từ đâu ràn rụa. Giọng ông trở nên thổn thức: - “Con sẽ kể cha nghe một điều, một điều mà chưa bao giờ con tâm sự với ai kể từ khi con bước vào dòng. Cha con mất sớm; mẹ con phải đi làm gia nô cho người ta. Công việc của bà là lau chùi những phòng vệ sinh, những buồng tắm - và có những hôm bà phải làm quần quật mười sáu tiếng đồng hồ một ngày để có tiền nuôi sống con cái. Con đã xấu hổ về điều đó và đã giấu kín không cho ai biết. Con mặc cảm về mẹ con và về tất cả những thân phận gia nô như mẹ con”. Đó là điểm quyết định của sự chuyển biến. Không ai đã từng giải thích được tại sao con người đầy vẻ hấp dẫn này lại trái tính như thế; nhưng ngay khi chính đương sự nhìn ra thì tất cả mọi khúc mắc đều biến mất hẳn. Ông đã vượt qua được chính mình.

# ĐỪNG HÌ HỤC ĐẨY

Chiêm ngắm và bắt chước cung cách của Chúa Giêsu một cách ngoại diện thì chẳng ăn thua gì. Bởi vấn đề không phải là bắt chước cung cách của Ngài mà là phải trở nên chính con người mà Ngài đã là. Điều cốt yếu là trở nên Đức Kitô, trở nên ý thức, nhận hiểu tất cả những gì đang diễn ra trong bản thân mình. Mọi phương thế khác để tự thay đổi mình chung qui không khác mấy với việc hì hục đẩy một chiếc xe chết máy. Hãy hình dung bạn đang lái xe trên một hành trình xa. Nửa đường xe bỗng chết máy. Quí thật, xe “ban” rồi. Thế là bạn xắn tay áo lên, bắt đầu gập lưng đẩy. Và bạn đẩy mãi, đẩy mãi như thế cho tới tận thành phố mà bạn có ý muốn tới. Cuối cùng bạn thở phào đắc chí: “Ta đã tới rồi”. Thì ra bạn đã đẩy - chứ không phải lái - chiếc xe cà tàng ấy gần suốt cả đoạn đường dài. Bạn hí hồ về thành tích đó của mình. Nhưng bạn gọi thế là sống đây ư? Bạn biết bạn cần gì chứ? Cần một chuyên viên, một thợ máy để mở nắp máy, thay “bugi”... Bấy giờ bạn chỉ cần mở máy là xe lại chạy. Bạn cần người chuyên viên ấy chứ đừng hì hục đẩy. Người chuyên viên ở đây chính là sự ý thức, tri thức, nhận hiểu. Bạn đừng hành động theo kiểu “hữu đồng vô mưu”. Người ta mệt mỏi, kiệt lực cũng chỉ vì hì hục đẩy như thế. Chúng ta đã được dạy để bất mãn với chính mình. Về phương diện tâm lý thì đây chính là cửa ngõ đón rước sự dữ. Chúng ta luôn luôn bất mãn, luôn luôn phật lòng, luôn luôn hì hục đẩy. Chúng ta cứ gắng sức đẩy, đẩy, đẩy. Thế nhưng luôn luôn có trở lực nội tại; và chúng ta chẳng nhận hiểu bao nhiêu.

# PHẢI THỰC TẾ

Có một ngày đáng nhớ trong đời tôi khi còn ở Ấn Độ. Đó quả là một ngày không thể quên, cái ngày hôm sau ngày tôi chịu chức. Tôi ngồi tòa giải tội. Số là ở giáo xứ tôi có một linh mục dòng Tên rất thánh thiện, người Tây Ban Nha, là vị linh mục mà tôi từng biết trước khi bước vào tập viện dòng Tên. Nhớ lại hôm trước khi vào nhà tập, nghĩ rằng mình nên dọn mình sạch sẽ để được hoàn toàn thanh thản gặp gỡ vị giám tập - tôi đã đi xưng tội với vị linh mục nói trên. Cả một đám đông đang xếp hàng dài trước tòa giải tội của vị linh mục già nua người Tây Ban Nha này; có một dải khăn màu tím sẫm che giữa ngài và người xưng tội. Ngài nghe bạn xưng tội, lắng nghe mấy câu khuyên nhủ, ra việc đền tội rồi cho bạn lui ra. Cho tới lúc bấy giờ, ngài chỉ gặp tôi có vài lần và ngài gọi tôi là “Anthony”. Tôi xếp vào hàng, và đến lượt mình, tôi cố ý giả một giọng nói hoàn toàn khác. Ngài chăm chú lắng nghe tôi, ra việc đền tội cho tôi, đọc lời xá giải, và hỏi:- “Anthony, bao giờ con sẽ vào tập viện?”!!!

...Thế rồi, sau ngày thụ phong, tôi trở về giáo xứ. Và chính vị linh mục cao niên ấy đã bảo tôi: - “Anh ngồi giải tội nhé?”. Tôi đồng ý. Ngài nói: - “Anh hãy đến ngồi vào chỗ của tôi”. Tôi nghĩ bâng khuâng “Chúa ơi, mình đã là người có chức thánh. Mình sắp giải tội thay cho cha ấy!”. Và tôi đã ngồi vào tòa suốt ba tiếng đồng hồ. Đó là ngày Chúa Nhật lễ Lá, và người ta chen chúc đi xưng tội để chuẩn bị mừng lễ Phục Sinh. Xong, tôi bước ra khỏi tòa một cách chán nản - không phải chán vì những gì tôi đã nghe (bởi chúng tôi đã được chuẩn bị kỹ để nghe những điều ấy). Bạn có biết vì sao tôi chán nản không? Vì tôi chợt nhận ra rằng mình đã chẳng giúp gì cho họ ngoài đôi lời khích lệ đạo đức sáo mòn: “Hãy cầu xin Đức Mẹ luôn yêu thương anh” hay “Hãy luôn nhớ rằng Chúa hằng ở bên chị”. Những “công thức” nhàm chán ấy thì giúp được ai nhỉ? Nó có chữa được căn bệnh ung thư là tình trạng thiếu ý thức và thiếu thực tế nơi người ta? Vì thế, tôi đã tự hứa với mình ngay hôm ấy rằng mình phải rút kinh nghiệm để cuối cùng thiên hạ không phải thốt lên: “Thưa cha, điều cha dạy con là hoàn toàn đúng, nhưng cũng hoàn toàn vô bổ”

Thế đấy, bạn hãy ý thức, hãy nhận hiểu. Một khi bạn trở thành chuyên viên (-chẳng lâu đâu, nếu bạn ý thức -) thì bạn chẳng cần phải theo học một khóa tâm lý nào nữa. Một khi bạn biết quan sát chính mình, theo dõi chính mình, nắm được những cảm nghĩ tiêu cực của mình - thì tự bạn sẽ tìm ra cách để giải quyết chúng. Và bạn sẽ cảm nghiệm được sự thay đổi. Nhưng cũng chính bây giờ bạn sẽ phải cảnh giác một tay ưa phá bĩnh - đó là tâm trạng tự sỉ vả, tự dày vò, tự đay nghiến chính mình.

# MỘT VÀI HÌNH ẢNH

Chúng ta hãy nói thêm về sự thung dung trong việc thay đổi. Tôi nghĩ đến một hình ảnh đẹp để diễn tả điều này, đó là một chiếc thuyền buồm. Khi buồm no gió, thuyền sẽ lướt đi nhẹ nhàng êm ả đến nỗi người hoa tiêu chẳng phải làm gì khác ngoài việc lái thuyền. Anh ta không phải vất vả, không phải chèo đẩy thuyền đi. Đó là hình ảnh nói lên những gì xảy ra khi người ta thay đổi xuyên qua ý thức, qua nhận hiểu.

Tôi tìm thấy một số lời trích dẫn trong sổ tay ghi chú của mình rất hậu thuẫn cho điều tôi đang nói. Chẳng hạn câu nói: “Không có gì khắc nghiệt bằng thiên nhiên. Cả vũ trụ đều phải chịu lụy nó. Thế nhưng không phải thiên nhiên gây ra thương tích, mà là chính lòng người”. Bạn nhớ đấy, không phải thiên nhiên gây ra thương tích mà là chính lòng người. Có câu chuyện về Paddy, người bị té từ trên thang xuống đất và bị sưng vù mình mẩy. Người ta hỏi ông: - “Cú rơi ấy làm ông đau lắm phải không, Paddy?”. Ông đáp: - “Không, chính cú ngừng rơi đã làm tôi đau, không phải cú rơi”. Bạn chém dao vào nước; nước không sứt không đau; nhưng nếu bạn chém vào một vật cứng, nó sẽ bể, sẽ sứt. Chính thái độ và ảo tưởng khư khư cứng nhắc của bạn là những cái đã húc vào thiên nhiên - và là những chỗ bị sưng, bị đau trong bạn.

Và một câu nói tuyệt vời trong triết lý đông phương - mà tôi không nhớ rõ tên tác giả. Nhưng chẳng sao - vì cũng như Thánh Kinh - vấn đề người viết không mấy quan trọng; nội dung của điều được viết mới thực quan trọng. Câu nói như sau: - “Mắt không bị cản, mắt sẽ thấy, tai không bị cản, tai sẽ nghe; mũi không bị cản, mũi sẽ ngửi được mùi; miệng không bị cản, miệng sẽ cảm được vị; tư tưởng không bị cản, tư tưởng sẽ khôn ngoan”.

Khôn ngoan sẽ có, khi bạn dẹp bỏ những rào cản mà bạn đã dựng lên bằng chính những ý niệm và những ràng buộc của bạn. Khôn ngoan không phải là một cái gì để người ta đuổi bắt; khôn ngoan không phải là kinh nghiệm; vận dụng những ảo tưởng hôm qua cho những vấn đề hôm nay không phải là khôn ngoan. Khi tôi còn học tâm lý ở Chicago, có người đã phát biểu với tôi rằng: “Thường thường, nơi một linh mục, 50 năm kinh nghiệm có nghĩa là kinh nghiệm của một năm được lặp lại 50 lần”. Nghĩa là, cái gì cũng công thức; có công thức cho người nhậu nhẹt say sưa, có công thức cho các bà xơ, có công thức cho các cha, có công thức cho những người li dị... Như thế là khôn ngoan, là kinh nghiệm đấy ư? Không, khôn ngoan là cảm nhận được hoàn cảnh cụ thể này, con người cụ thể này, là không bị chi phối bởi bất cứ một cái gì thuộc quá khứ. Điều này không giống chút nào với cách nghĩ thường tình của người ta. Phần tôi, tôi muốn bổ sung vào câu nói trên kia: “Nếu trái tim không bị cản, trái tim sẽ có tình yêu”. Cho tới đây, tôi đã nói nhiều về tình yêu, dù tôi cũng đã xác nhận với bạn rằng thực sự người ta không thể nói gì về tình yêu. Chúng ta chỉ có thể cho biết thế nào là không tình yêu. Chúng ta chỉ có thể nói - chẳng hạn - về sự thèm muốn. Còn chính tình yêu lơ chi, người ta không mô tả rõ ràng được.

## 5. TÌNH YÊU VÔ NGÔN

### TÌNH YÊU VÔ NGÔN

Diễn tả tình yêu thế nào đây? Tôi quyết định tặng cho bạn một trong những suy tư mà tôi đang viết trong một quyển sách mới của tôi. Tôi sẽ đọc chậm để bạn cùng suy nghĩ, bởi vì ở đây tôi phải tóm lược nó, nếu không thì sẽ phải mất nhiều thời giờ. Đó là một chú giải cho một câu Tin Mừng. Tôi đã liên tưởng tới một suy tư khác, của Platon: “Người ta không thể bắt một người tự do trở thành nô lệ được, vì ngay cả trong nhà tù, người tự do vẫn cứ tự do”. Ý tưởng ấy giống với lời Tin Mừng: “Nếu người ta bắt người đi một dặm, hãy đi hai dặm”. Có lẽ khi chất một gánh nặng lên lưng tôi, bạn nghĩ đã biến tôi thành nô lệ - nhưng bạn đã lầm. Cũng vậy, nếu một người cố thay đổi cục diện bên ngoài - chẳng hạn vượt thoát khỏi nhà tù để được tự do - thì người ấy đích thị là một tù nhân đang bị giam hãm. Tự do không hề tại ở những hoàn cảnh bên ngoài; tự do hề tại ở trong lòng người ta. Một khi bạn đã có được khôn ngoan thì ai có thể cột trói bạn được? Mà thôi, bây giờ mời bạn lắng nghe câu Tin Mừng mà tôi đặt nhiều chú ý hơn ở đây: “Ngài giải tán dân chúng, và sau khi họ đi khỏi, Ngài lên núi cầu nguyện một mình. Bóng chiều đã muộn, và chỉ còn mình Ngài ở đó thôi”. Tình yêu là vậy đó. Có bao giờ bạn từng kinh nghiệm rằng mình chỉ có thể yêu khi chỉ còn lại một mình? Yêu nghĩa là gì? Nghĩa là nhìn nhận một người, một hoàn cảnh, một sự vật như sự thật của nó - không phải như ta tưởng tượng về nó. Và yêu cũng còn là đáp ứng cho nó như nó đáng được đáp ứng. Bạn không thể yêu bất cứ cái gì mà bạn thậm chí không nhận hiểu. Và bởi đâu mà ta không nhận hiểu? Bởi tình trạng bị điều kiện của ta. Bởi nền văn hóa và những kinh nghiệm quá khứ của ta đã in hằn lên trong ta những ý niệm, những phạm trù, những tiên kiến, những dự phòng, những nhãn hiệu... Nhận hiểu là công việc gay go nhất mà một con người có thể làm được, gay go vì nó đòi hỏi phải có tinh thần kỷ luật và cảnh giác. Nhưng phần đông người ta lại muốn sa vào tình trạng lười biếng tinh thần hơn là chịu khó nhận hiểu mỗi người, mỗi vật trong giây phút hiện tại mới mẻ này của người, vật đó.

# MẤT TỰ CHỦ

Muốn hiểu tự chủ là gì, bạn hãy nghĩ đến một đứa trẻ đã được tập cho quen thuốc ngủ. Khi thuốc ngủ ngấm vào cơ thể nó, nó trở thành nghiện; tất cả con người nó đòi thuốc ngủ. Không có thuốc ngủ là một sự đau đớn vật vã không thể chịu nổi, dường như chết đi còn hơn. Bạn hãy nghĩ đến hình ảnh đó - hình ảnh một cơ thể bị nghiền thuốc ngủ. Và đây cũng chính là điều mà xã hội đã gây ra cho bạn từ khi bạn mới sinh ra. Người ta không cho phép bạn thưởng thức những dưỡng chất của cuộc sống như: làm việc, vui chơi, cười giỡn, giao lưu và những khoái cảm của giác quan và tâm hồn. Người ta đầu độc bạn bằng thứ thuốc ngủ mệnh danh là: được tán thưởng, được kính trọng, được chú ý.

Ở đây tôi sẽ trích dẫn một tác giả lớn, đó là A.S. Neill. Ông là tác giả của quyển "Summerhill". Neill bảo rằng dấu hiệu của một đứa trẻ bệnh hoạn đó là nó luôn luôn lờn vờn bên bố mẹ nó; nó hướng về con người. Đứa trẻ lành mạnh sẽ không thiên hướng về con người nhưng là về sự vật. Khi một đứa trẻ nắm chắc tình yêu của mẹ nó, nó sẽ quên bằng mẹ nó; nó đi ra để thám hiểm đời; nó hiếu kỳ. Người ta có thể nhìn thấy nó đuổi bắt một con cóc rồi đưa lên miệng. Một đứa trẻ cứ nín áo mẹ là một dấu hiệu không tốt, dấu hiệu cho thấy nó lo lắng, bất an. Cơ hồ nó sợ mẹ nó rút tình yêu khỏi nó, sợ bà không cho nó tất cả sự tự do và sự an toàn mà nó cần. Bằng nhiều cách tinh tế, mẹ nó cứ luôn luôn hù dọa rằng sẽ bỏ nó.

Cũng thế, chúng ta bị đầu độc để trở thành nghiện đủ thứ: thêm được hoan hô, được chú ý, thêm thành công, thêm chỗ nhất, thêm được uy tín, được đưa lên mặt báo, thêm quyền lực, thêm làm ông chủ... chúng ta thêm làm đội trưởng trong đội bóng, làm ngôi sao trong ban nhạc v.v... Và một khi đã nếm những hương vị ấy rồi, chúng ta đâm ra nghiện và bắt đầu lo sợ chúng vượt mất. Bạn hãy nhớ lại những lần mà bạn mất tự chủ, nhớ lại nỗi sợ bị thất bại hay bị vướng sai lầm, nhớ lại nỗi sợ bị người này người kia phê phán. Đó chính là những lúc bạn ngốc nghếch lệ thuộc vào người khác và đánh mất tự do của mình. Đó là dấu cho thấy những người khác có quyền làm cho bạn hạnh phúc hay khổ đau. Bạn khát khao những liều thuốc ngủ ấy, nhưng cũng như bạn ghét nỗi khổ sở do chúng gây ra - bạn cũng cảm thấy mình hoàn toàn vô dụng. Dù một cách ý thức hay vô ý thức, mọi phút giây bạn đều bị chi phối bởi những phản ứng của người khác, mọi phút giây bạn đều bước đi theo nhịp trống của họ. Có thể định nghĩa một người thức tỉnh là: một người không còn bước theo tiếng trống của xã hội nữa, một người nhảy điệu nhảy riêng của mình, theo dòng nhạc vọt ra từ bên trong mình. Khi người ta dừng dừng hay hát hủi bạn, bạn cảm thấy một nỗi cô độc khủng khiếp đến nỗi bạn phải quì mọp xuống lay lục người ta bán cho bạn sự ủng hộ, sự khích lệ, sự đảm bảo... Sống trong tình trạng như thế là sống trong một sự căng thẳng bất tận. "Tha nhân là địa ngục", câu nói ấy của Sartre quả là đúng. Ở trong tình trạng lệ thuộc như thế, bạn luôn luôn phải thể hiện phong độ tốt nhất của mình; bạn phải se súa từng sợi tóc; bạn phải đáp ứng mọi kỳ vọng của người ta. Sống với người ta thì căng thẳng, không sống với người ta thì cô độc - vì bạn cần họ. Bạn không còn khả năng nhận hiểu người ta đúng như sự thật của họ, và không thể đáp ứng họ một cách chính xác - bởi vì bạn nhìn họ qua lăng kính là những tham vọng của mình. Bạn chỉ thấy nơi họ hoặc là sự hậu thuẫn hoặc là mối đe dọa cho tham vọng của bạn. Và một cách ý thức hay vô thức, bạn luôn luôn nhìn những người khác với cái nhìn như thế. Ông này sẽ tốt cho điều mình tìm kiếm đây? Bà kia sẽ là kỳ đà cản mũi mình đây? Còn nếu người ta không tỏ ra hoặc ủng hộ hoặc đe dọa cho điều bạn cần, thì bạn chẳng có gì phải màng tới họ. Thật là khủng khiếp! Nhưng tôi tự hỏi không biết có ai trong số các bạn lại không như vậy.

# LẮNG NGHE CUỘC SỐNG

Thế thì, bạn cần thức tỉnh và bạn cần được dinh dưỡng. Bạn cần những chất dinh dưỡng tốt lành. Hãy tập thưởng thức những món ăn cứng của đời. Hãy dùng đồ ăn tốt, rượu tốt, nước tốt. hãy nếm cho được hương vị của chúng. Đừng tưởng nghĩ nữa nhưng hãy cảm giác. Dưỡng chất tốt lành là ở đó. Đọc sách, thảo luận, suy tư v.v... nếu thực sự tốt và đem lại sự di dưỡng, sẽ rất kỳ thú. Tiếc là người ta cứ điên cuồng tìm kiếm càng ngày càng nhiều những sự nghiện ngập - bởi họ không biết thưởng thức những thứ tuyệt vời trong cuộc sống. Vì thế càng ngày họ càng tạo ra những loại kích thích nhân tạo mạnh hơn.

Vào những năm 1970, Tổng thống Carter đã tha thiết kêu gọi dân chúng Mỹ nên sống giản dị. Tôi bỗng nghĩ: Ông ta không cần kêu gọi họ sống giản dị, bởi điều thực sự cần chính là kêu gọi họ thưởng thức những thứ đáng thưởng thức. Đa số họ đã mất khả năng hưởng thụ. Thực vậy, tôi tin rằng phần lớn người ta trong những nước giàu đã mất khả năng ấy. Họ cố sắm cho được những thứ máy móc càng ngày càng đắt tiền hơn; họ không thưởng thức được những điều thật bình dị trong cuộc sống. Tôi thấy có những nơi người ta mua hàng lỗ những đĩa nhạc hay nhất, chất đồng chúng và chẳng bao giờ nghe chúng - vì họ không có thì giờ, họ bận rộn. Họ bận những chuyện tầm phào, không có thì giờ để thưởng thức cuộc sống. Công việc, công việc, họ ngập đầu trong những công việc. Nếu bạn biết thưởng thức cuộc sống và những thú vui dung dị của cảm giác, bạn sẽ khám phá điều bất ngờ. Hãy học lấy tính kỷ luật độc đáo của loài vật. Loài vật không bao giờ bị bội thực. Cứ để chúng theo tự nhiên của chúng thì một con vật sẽ không bao giờ bị mập phì, dư cân. Nó sẽ không bao giờ ăn hay uống bất cứ cái gì có hại cho sức khỏe của nó. Bạn không bao giờ thấy một con vật hút thuốc lá. Nó vận động, nghỉ ngơi đúng mức mà nó cần. Hãy theo dõi con mèo của bạn sau khi nó ăn điểm tâm, bạn sẽ thấy nó thư giãn biết bao. Rồi khi nó hoạt động, hãy xem hai đôi chân nó nhún nhuyển và thân mình nó linh hoạt biết chừng nào. Chúng ta thì không như thế. Chúng ta đã đánh mất những tố chất đó trong tư duy, ý tưởng, lý tưởng v.v... của chúng ta - và sự việc cứ tiếp tục như vậy. Và chúng ta có những xung động bên trong mà loài vật không hề có. Chúng ta không ngừng dằn vặt sĩ vả mình. Bạn hiểu ý tôi chứ? Cách đây mấy năm một tu sĩ dòng Tên bạn tôi đã nói với tôi:- “Cắt đĩa keo kia đi, vì tôi không được tự do nếu trước mặt tôi có một đĩa keo hoặc một đĩa sô-cô-la”. Gỡ bỏ tôi thấy mình cũng y như vậy. Tôi cần mọi thứ, nhưng rất ít thứ làm tôi thỏa mãn, và do đó, tôi tận hưởng mấy thứ ít ỏi này. Một khi bạn biết tận hưởng một cái gì đó, thì bạn sẽ thấy mình cần rất ít. Cũng như những người kia bận rộn phác họa chương trình đi nghỉ hè, họ bỏ ra nhiều tháng để lên kế hoạch về kỳ nghỉ đó. Rồi khi đã tới địa điểm nghỉ, họ lại băn khoăn về việc giữ chỗ cho chuyến bay trở về sau kỳ nghỉ. Dầu sao họ cũng chụp được một số ảnh phong cảnh. Sau này, họ sẽ cho bạn xem anbum ảnh đó - những tấm ảnh ghi lại các cảnh trí mà họ đã chụp được chứ chưa bao giờ thấy được. Đời sống hiện đại là thế đó. Đó là một thức khắc khổ mà ta cảnh giác mấy cũng không vừa. Hãy bình tĩnh lại đi, hãy nếm, hãy nhìn, hãy nghe,... hãy cho cảm quan mình được sống. Nếu bạn muốn có kinh nghiệm thần nhiệm bằng con đường đơn giản nhất, bạn hãy lặng lẽ ngồi xuống và lắng nghe tất cả những âm thanh ở xung quanh mình. Đừng tập trung chú ý vào một âm thanh nào, hãy nghe hết tất cả. Ô, bạn sẽ thấy những điều kỳ diệu xảy đến với mình khi mà các cảm quan của mình đã được khai thông. Đó là điều quan trọng bậc nhất trong tiến trình biến đổi.

# KẾT CUỘC CỦA PHÂN TÍCH

Ở đây tôi cũng muốn giúp bạn hiểu sự khác nhau giữa phân tích và thức tỉnh, hai đàng khác nhau vì một bên là kiến văn còn bên kia là cảm thức. Kiến văn không phải là cảm thức, phân tích không phải là thức tỉnh, trí thức không phải là ý thức. Hãy tưởng tượng rằng tôi bước vào đây với một con rắn đang bò trườn trên cánh tay tôi, và tôi hỏi bạn:- “Bạn có thấy con rắn đang quấn trên cánh tay tôi đây không? Tôi vừa mới tra từ điển bách khoa và biết rằng đây là một thứ rắn rất độc. Nếu nó thòp tôi một phát, tôi sẽ chết tươi trong vòng 30 giây. Bạn vui lòng góp ý cho tôi biết cách nào để xử lý trường hợp nguy tử này”. Thế đấy, tôi tri thức, nhưng tôi không ý thức.

Hoặc giả tôi đang tàn phá chính mình bằng con ma men; và tôi bảo: “Bạn vui lòng chỉ rõ những cách thế và phương tiện để tôi dứt bỏ được tệ nghiện rượu của tôi”. Một người nói như vậy rõ ràng là một người không ý thức. Anh ta biết rằng anh ta đang tàn phá chính mình, nhưng anh ta không một chút ý thức về điều đó. Bởi vì nếu anh ta ý thức thì lập tức tật nghiện ấy cũng không còn. Nếu tôi ý thức con rắn ấy là con rắn gì, tôi sẽ không hất nó ra khỏi cánh tay tôi, bởi vì chính nó sẽ rơi ra xuyên qua tôi. Đấy chính là bản chất của sự thay đổi mà tôi muốn nói. Bạn không biến đổi bạn; tôi không biến đổi tôi. Sự thay đổi xảy ra xuyên qua bạn, ở trong bạn. Tôi cho đó là cách diễn tả thích đáng nhất để nói về sự thay đổi. Bạn cảm thấy sự thay đổi xảy ra trong bạn, xuyên qua bạn; bởi vì chỗ mà nó xảy ra là trong ý thức của bạn. Bạn không tạo ra sự thay đổi đó. Một thay đổi do bạn tạo ra thì chẳng hay ho gì đâu, vì nó sẽ không bền. Còn nếu nó bền thì đó là tai họa cho những người sống với bạn, vì bạn sẽ trở thành cực kỳ khe khắt. Có những người hoán cải mà người ta không thể sống chung được; đó là những người vì ghét mình, vì bất mãn với mình mà hoán cải. Có người đã nói: “Nếu bạn muốn tử đạo, bạn hãy cưới một vị thánh”. Còn với ý thức, bạn vẫn giữ được sự mềm dẻo, linh động, ôn hòa, cởi mở, phóng khoáng. Bạn không ráng, không cố; sự thay đổi tự xảy ra thôi.

Hồi tôi còn học tâm lý ở Chicago, một vị linh mục đã nói với chúng tôi:- “Các vị biết đó, tôi nắm đầy đủ mọi thông tin. Tôi biết rằng rượu đang giết tôi chết dần mòn. Nhưng hãy tin tôi đi, không gì thay đổi được một tay nghiện rượu - kể cả tình yêu đối với vợ con cũng không thay đổi anh ta được. Anh ta thật lòng yêu vợ thương con, nhưng anh ta vẫn cứ uống rượu. Tôi khám phá ra một điều đã thay đổi tôi. Lần nọ tôi nằm thiêu thiêu ngủ trên một máng xối; trời mưa rỉ rả. Tôi chợt mở mắt ra và hú vía vì thấy mình dễ chết như chơi. Tôi nhận hiểu điều ấy và từ đó về sau tôi không bao giờ còn cảm thấy thèm đụng tới một giọt rượu. Nói cho ngay, tôi cũng còn đụng đến chút chút, nhưng không bao giờ tới mức bị tác hại. Sự việc diễn ra thật tự nhiên, vì trước sau tôi vẫn không hề chủ động tạo ra được nó”. Ý thức là như thế đấy, thưa bạn. Không phải kiến thức mà là ý thức mới làm người ta thay đổi.

Một anh bạn của tôi - một người nghiện thuốc lá khá nặng - đã bảo: “Kìa, có hàng lối chuyện khôi hài về vấn đề thuốc lá. Thiên hạ bảo rằng thuốc lá giết người, nhưng hãy nhìn xem những người Ai cập cổ xưa: họ đã chết sạch dù không có ai trong họ hút thuốc”. Nhưng rồi, lần nọ anh ta đau phổi - anh tới khám tại viện nghiên cứu ung thư của chúng tôi ở Bombay. Bác sĩ nói với anh:- “Thưa cha, nơi hai lá phổi của cha có hai vết rỗ. Rất có thể đó là ung thư, vậy xin cha trở lại tái khám vào tháng tới”. Thế là từ hôm đó, anh bạn ấy của tôi không còn đụng tới một điều thuốc nào nữa. Trước kia, anh ta biết rằng thuốc lá có thể giết mình, bây giờ, anh ta ý thức rằng nó có thể giết mình. Sự khác nhau chỉ có thế.

Thánh Inhã, vị sáng lập dòng của chúng tôi, đã diễn tả rất hay về điều này. Ngài bảo đừng biết chân lý, nhưng hãy cảm nếm chân lý. Khi bạn cảm nếm được chân lý, bạn sẽ thay đổi. Còn nếu bạn chỉ biết nó bằng cái đầu của bạn, bạn không thay đổi.

# ĐI TỚI CÁI CHẾT

Tôi vẫn thường nói rằng chết là cách để sống thực sự. Muốn sống, bạn hãy tưởng tượng như mình đang nằm dưới huyết, trong quan tài. Bạn thích tưởng tượng mình đang nằm trong tư thế nào cũng được. Ở Ấn Độ chúng tôi thì người chết được đặt nằm tréo chân chữ ngũ. Đôi khi vẫn với tư thế tréo chân đó, xác chết được mang tới lò thiêu. Có khi người ta lại để xác chết nằm duỗi dài. Vậy hãy tưởng tượng chẳng hạn mình đang nằm duỗi dài tay chân và đã chết. Bây giờ, nhìn lại các vấn đề của mình, bạn thấy gì? Mọi sự đều khác hẳn, phải không?

Đó quả là một cuộc chiêm niệm tuyệt diệu. Nếu có thể, bạn hãy chiêm niệm như thế mỗi ngày. Và kết quả là bạn sẽ sống thật sự, dù bạn thấy khó tin điều tôi nói. Trong quyển "Wellsprings" của tôi, tôi có trình bày một suy tư như thế. Bạn nhìn thấy mình là một cái xác mục rữa chỉ còn bộ xương, rồi thành đất bụi. Mỗi khi nói điều này, người ta thường bảo tôi: "Tôm gớm quá". Nhưng có gì là quá tởm gớm đâu. Đó là sự thật mà. Có điều chẳng mấy ai muốn hiểu sự thật. Bạn lảng tránh không muốn nghĩ đến sự chết. Người ta không sống thật; bạn không sống thật, bạn chỉ đi đứng nói cười vớ vẩn thôi. Đó không phải là sống. Bạn không sống thật trừ phi bạn không còn một chút bận tâm về chuyện mình sống, chết. Vứt hết mọi bận tâm đó, bạn mới sống. Sẵn sàng đánh mất mạng sống, bạn mới sống. Còn nếu cứ cố giữ sự sống, bạn đã chết. Ví như bạn đang ngồi trên gác thượng kia và tôi bảo: "Xuống đây nào", bạn lại trả lời: "Không được đâu, nguy hiểm lắm - biết bao người đã trượt té vỡ đầu khi đi xuống thang lầu". Cũng vậy, bạn không thể băng qua đường được vì bạn nghĩ: "Biết bao người đã bị xe cán chết khi đi băng qua đường". Không thể băng qua một con đường, làm sao người ta băng qua một lục địa đây? Nếu không thoát được ra khỏi những tin tưởng chật hẹp nông cạn đó để nhìn thấy một thế giới khác, bạn đích thị là một kẻ chết, hoàn toàn chết; sự sống đã bỏ qua bạn mà đi mất. Bạn co ro trong ngục thất chật chội của mình, đầy sợ hãi. Bạn sợ đánh mất Thiên Chúa của bạn, tôn giáo của bạn, bạn bè của bạn, bạn sợ đánh mất tất cả. Muốn sống phải dám liều như kẻ đánh bạc, phải chấp nhận một ăn một thua. Đức Giêsu đã không nói khác. Bạn có sẵn sàng đặt cả cuộc sống mình vào một chén bạc không? Lúc nào là lúc bạn dám liều như thế, bạn biết không? Đó là lúc mà bạn hiểu ra, khám phá ra rằng cái mà thiên hạ thường bảo là sự sống thì quả thực không phải là sự sống. Người ta đã lầm khi nghĩ rằng sống là sống cái tấm thân. Vậy nên, bạn hãy nâng niu ý nghĩ về sự chết. Hãy nghĩ đến nét yêu kiều của xác chết đó, của bộ xương đó, của sự thối mục đến chỉ còn một nắm đất bụi. Đặt mình vào viễn tượng đó đi, bạn sẽ thấy đó là một phương thuốc thần diệu. Một số trong các bạn có lẽ không bắt kịp tôi muốn nói cái gì ở đây; họ thấy ghê sợ không dám nghĩ đến viễn tượng đó. Nhưng không có góc nhìn cuộc sống nào tốt hơn là nhìn nó từ cái chết.

Thăm viếng một ngôi mộ, một nghĩa trang cũng là một kinh nghiệm hay và có tác dụng tinh luyện lớn. Bạn nhìn vào mộ chí và tự nhủ: "Ồ, ông này đã sống cách đây bằng ấy năm, mút hai thế kỷ rồi. Ất hẳn ông ta cũng đã từng có những lo lắng như mình hiện giờ, ắt hẳn ông ta cũng đã từng nhiều đêm mất ngủ". Điên khùng thật, đời người có một gang tay mà lại phí đi. Một nhà thơ người Ý đã thốt lên: "Đời người chỉ trong tia chớp lóe, rồi chiều đến, đêm về phủ trùm bóng tối bất tận". Chỉ một tia chớp thôi, thế mà chúng ta hoang phí. Chúng ta hoang phí trong những ưu phiền, lo lắng, đa mang của chúng ta. Giờ đây, khi suy niệm theo hướng nói trên, thì điều bạn tìm thấy không chỉ là thông tin mà biết đâu là cả ý thức nữa. Vừa khi bạn ý thức, bạn trở nên mới - và bạn sẽ mới mãi bao lâu bạn còn ý thức. Đồng thời bạn cũng sẽ nhận ra rõ ràng sự khác biệt giữa kiến văn và ý thức.

Một nhà thiên văn bạn tôi mới đây đã cho tôi biết một số kiến thức căn bản về vũ trụ. Trước đó, tôi không hề biết rằng mỗi khi chúng ta nhìn mặt trời thì đó là mặt trời của tám phút rưỡi trước đó, không phải là mặt trời của khoảnh khắc ta đang nhìn. Bởi vì một tia sáng mặt trời phải cần đến tám phút rưỡi mới đến được mắt chúng ta. Vì thế bạn nhìn mặt trời, bạn thấy nó, nhưng nó không phải là mặt trời của bây giờ. Mặt trời của bây giờ đang ở một chỗ nào đó khác rồi. Các vì sao cũng thế, cần nhiều trăm ngàn năm để gửi ánh sáng đến với chúng ta. Vì thế

chúng ta nhìn lên ngắm sao trời thì rất có thể những vì sao mà chúng ta trông thấy đã dời tới vị trí khác rồi. Anh bạn tôi còn bảo rằng nếu chúng ta hình dung ra một thiên hà, một vũ trụ toàn khắp, thì trái đất này của chúng ta sẽ lạc mất đâu đó mãi đằng đuôi của dải Ngân Hà, chứ chẳng được ở giữa đâu. Và mỗi trong số các vì sao ấy đều là một mặt trời; một số mặt trời này lớn đến nỗi có thể chứa đựng cả mặt trời của chúng ta và trái đất - không phải chứa đựng theo kiểu xếp sát lại với nhau mà là chứa đựng chúng trong khoảng cách bình thường giữa chúng. Một ước tính dè dặt cho biết rằng có khoảng một trăm triệu thiên hà như vậy. Và vũ trụ, như người ta biết, đang phình nở rộng ra thêm hơn ba triệu cây số mỗi giây. Nghe những điều này tôi thật sửng sốt, và khi bước ra khỏi quán mà chúng tôi vừa dùng bữa, tôi đã nhìn lên bầu trời với một cảm giác chưa từng có. Tôi nhìn cuộc sống với một cái nhìn khác hẳn. Đó là thức tỉnh. Vì thế bạn có thể ghi nhận những điều nói trên như những thông tin lạnh lùng - hoặc một cách bất chợt, bạn có một nhãn quan khác trước cuộc sống: chúng ta là gì, vũ trụ này là gì, đời sống con người là gì? Khi những câu hỏi như thế vọt ra trong bạn thì đó chính là lúc mà bạn thức tỉnh.

# ĐỊA ĐÀNG TÌNH YÊU

Nếu thật sự vứt bỏ những ảo tưởng của mình về những được, thua, còn, mất - chúng ta sẽ có được sự sáng suốt. Bằng nếu cứ bám víu vào ảo tưởng, chúng ta sẽ mãi bất an và bế tắc. Chúng ta sẽ chẳng còn biết yêu là gì. Muốn yêu, bạn cần phải học lại cách nhìn, cách hiểu. Muốn hiểu, bạn cần phải dứt bỏ tham vọng của bạn. Chỉ đơn giản vậy thôi. Hãy dứt bỏ sự lệ thuộc của bạn. Hãy chặt phăng những chiếc vôi mà xã hội đang xiết chặt con người bạn. Phải chặt trụi tất cả. Để rồi, bạn không còn lệ thuộc vào thế giới xung quanh nữa - dù xét mặt ngoài thì bạn vẫn tiếp tục ở trong thế giới và cơ hồ mọi sự đều diễn tiến như không có gì thay đổi. Tâm hồn bạn bây giờ hoàn toàn tự do, tự do đến độ cô đơn tận cùng. Những ràng buộc và những ham mê không còn nữa. Bạn chẳng cần phải lánh vào sa mạc; bạn cứ ở ngay giữa lòng thế giới. Bạn cảm nắm thế giới và con người một cách thâm sâu. Nhưng không gì còn có quyền quyết định sự hạnh phúc hay sự khốn khổ của bạn nữa. Cô đơn là như vậy. Cô đơn giết chết sự lệ thuộc và khai sinh khả năng yêu thương. Người ta không còn nhìn thấy tha nhân là những phương tiện để thỏa mãn lòng ham hố của mình. Và chỉ những ai đã từng dẫn bước vào quá trình này mới hiểu được sự kinh hoàng của nó. Như thể mình tự giết mình. Như thể bắt một người nghiện ma túy phải dứt bỏ niềm hạnh phúc duy nhất mà anh ta từng nắm được. Làm sao để thay thế hạnh phúc ấy bằng hương vị của bánh mì, trái cây, bằng không khí tinh khôi buổi sáng, bằng ngum nước suối mát dịu, trong lành? Khi anh ta chiến đấu với cơn vật vã và sự trống rỗng, anh ta cảm thấy mãnh liệt rằng chỉ có ma túy mới có thể lấp đầy khoảng trống ấy mà thôi. Hãy thử hình dung một cuộc sống trong đó bạn hoàn toàn đứng vững với mọi lời tán tụng và bạn không còn phải dựa vào ai. Hãy thử hình dung một cuộc sống trong đó bạn không còn bị bất cứ ai chi phối về mặt cảm tính, không còn ai có thể làm cho bạn hạnh phúc hay khổ đau. Bạn không cần ai và cũng không để ai cần mình cách riêng; bạn không xem ai là thuộc sở hữu của mình. Con chim có tổ, con chồn có hang - còn bạn sẽ không có một chỗ tựa đầu trong hành trình sống của bạn. Một khi đạt được tình trạng này, chắc chắn bạn sẽ biết thế nào là nhìn với một cái nhìn trong suốt, một cái nhìn không bị sự thèm khát hay sợ hãi làm cho vẩn đục. Tôi đã cân nhắc từng tiếng để nói như thế: Nhìn với một cái nhìn trong suốt, một cái nhìn không bị sự thèm khát hay sợ hãi làm cho vẩn đục. Bạn sẽ biết thế nào là yêu thương. Nhưng trước khi đến được địa đàng tình yêu, bạn phải vượt qua nhiều thung lũng chết. Vì yêu người có nghĩa là chết đi đối với nhu cầu cần đến người, có nghĩa là trọn vẹn cô đơn.

Muốn được thế phải làm sao? Phải không ngừng thức tỉnh, phải nhân hậu và cảm thông vô hạn đối với một tay nghiện ma túy. Phải tập thưởng ngoạn những dưỡng chất tốt lành của đời để chế ngự những thèm khát vô bổ hoặc tác hại. Dưỡng chất tốt lành của đời là những gì? Đó là tình yêu đối với công việc của bạn, công việc mà bạn làm chỉ vì yêu thích. Đó là tình yêu đối với những người mà bạn giao du, kết thân, vui đùa nhưng đồng thời cũng không bám víu họ hoặc lệ thuộc tình cảm của họ. Cũng rất ích lợi nếu bạn đảm nhận những hoạt động mà bạn có thể làm hết mình, những hoạt động mà bạn yêu thích đến nỗi khi dẫn thân vào chúng, bạn không còn nghĩ gì đến sự thành công, sự truy nhận và tán thưởng của người khác. Tìm lại thiên nhiên cũng là một điều rất tốt. Hãy giải tán đám đông, hãy đi lên núi và âm thầm kết hợp với cỏ cây, hoa lá, muông thú, biển trời, trăng sao... Tôi đã từng nói với bạn rằng linh thao chính là chiêm ngắm và ý thức về vạn vật xung quanh mình. Khi chiêm ngắm như vậy, may đâu bạn sẽ vượt qua được ngôn từ, ý niệm để hiểu và để đạt thấu thực tại. Đó là phương thuốc chữa trị sự cô độc. Thường thì chúng ta lại tránh cô độc bằng cách tìm tới người này kẻ nọ, bằng cách xúm chụm ồn ào. Và cách thức đó không kiến hiệu. Bạn hãy trở về với vạn vật, với thiên nhiên; bạn hãy một mình đi lên núi đi. Rồi bạn sẽ thấy một mình mình trong sa mạc thênh thang, không có ai bên cạnh - bạn hoàn toàn một mình.

Ban đầu thì điều đó làm bạn không chịu nổi. Nhưng đấy chẳng qua vì bạn chưa quen với cô đơn. Hãy kiên nhẫn một thời gian, rồi bạn sẽ thấy bông hoa tình yêu bất ngờ nở ra từ sa mạc. Lòng bạn rộn lên những khúc ca. Mùa xuân bất tuyệt. Đam mê không còn nữa. Bạn tự do như chưa bao giờ. Bấy giờ bạn hiểu ra đích thật tự do là gì, tình yêu là gì, hạnh phúc, chân lý, Thiên

Chúa là gì. Sự hiểu biết của bạn bây giờ không còn bị rào cản bởi những ý niệm, những qui củ, đam mê, ràng buộc nữa. Đó không phải là điều tuyệt vời lắm sao?

Tôi xin kết thúc những gì vừa nói trên bằng một câu chuyện. Có một người kia đã tìm tòi phát minh được cách tạo ra lửa. Ông thu góp các dụng cụ của mình và đi đến một bộ lạc phương bắc, ở đó trời rất lạnh, lạnh cắt da. Ông dạy cho dân chúng ở đó cách làm ra lửa. Họ vô cùng sung sướng được ông giúp đỡ. Ông cho họ thấy những công dụng của lửa; lửa giúp họ nấu ăn, giúp họ sưởi ấm v.v... Họ vô cùng biết ơn ông. Nhưng trước khi họ kịp bày tỏ lòng biết ơn ấy thì ông đã lặng lẽ biến mất. Bởi vì ông không bận tâm đến chuyện được truy nhận, được biết ơn; ông chỉ bận tâm đến ích lợi cho cuộc sống họ mà thôi. Người ta thấy ông đi tới một bộ lạc khác - và tại đây ông lại bắt đầu giới thiệu cho dân chúng về phát minh của ông. Dân chúng nồng nhiệt đón nhận - nồng nhiệt quá đến độ làm cho giới tăng lữ cảm thấy bất an. Giới tăng lữ bắt đầu nhận ra con người này đang lôi kéo dân chúng và uy quyền của mình đang bị lung lay. Thế là các tăng lữ quyết định thanh toán ông. Và họ đã thanh toán ông, đã đóng đánh ông - có lẽ. Nhưng họ lại sợ rồi dân chúng có thể quay lại chống họ. Họ thật rất khôn, khôn đáo để. Bạn biết họ đã làm gì không? Họ đã cho vẽ chân dung ông để đặt lên trên bàn thờ chính của đền thờ. Những dụng cụ làm ra lửa cũng được đặt lên phía trước bức chân dung. Họ dạy dân chúng cung kính bức chân dung và những khí cụ làm ra lửa. Và dân chúng đã chuyên cần làm thế hàng bao thế kỷ. Người ta tiếp tục tôn kính và thờ phượng, nhưng chẳng thấy lửa đâu.

Lửa ở đâu? tình yêu ở đâu? Thuốc phiện của bạn ở đâu? tự do ở đâu? Linh đạo tức là trả lời những câu hỏi ấy. Nhưng bi đát thay, dường như chúng ta không còn thấy ra điều đó nữa. Đức Giêsu Kitô cũng đã không rao giảng gì hơn những điều đó. Thế mà chúng ta lại quá nhấn mạnh đến chuyện “Lạy Chúa, lạy Chúa”! Lửa ở đâu rồi? Nếu việc sùng kính không đưa người ta đến lửa, nếu việc thờ phượng không dẫn người ta đến yêu thương, nếu phụng vụ không làm cho người ta hiểu rõ hơn về thực tại, nếu Thiên Chúa không đem lại sự sống - thì tôn giáo để làm gì, nếu không là để gây thêm chia rẽ, thêm cuồng tín, thêm vọng động mà thôi? Thế giới đầy nổi thống khổ không phải vì thiếu tôn giáo (hiểu theo nghĩa thông thường của từ “tôn giáo”), mà là vì thiếu tình yêu, thiếu thức tỉnh. Và tình yêu thì chỉ có được xuyên qua thức tỉnh, chứ không có con đường nào khác. Hãy nhận hiểu những vật cản mà bạn đã dựng nên làm ách tắc tình yêu, tự do, hạnh phúc - và chúng sẽ rơi mất. Hãy bật ngọn đèn ý thức lên và bạn sẽ thấy bóng tối tự nó tan biến. Hạnh phúc không phải là một cái gì bạn sản xuất ra; bạn không có tình yêu, nói rằng tình yêu có bạn mới đúng. Cũng như bạn không có gió, mưa, trăng, sao. Bạn hàng phục - chứ không chiếm hữu - những thứ đó. Và sự hàng phục xảy ra khi bạn ý thức được những ảo tưởng, những ràng buộc, những đam mê và sợ hãi của bạn. Bạn đừng quên những gì tôi đã nói với bạn:

Thứ nhất, cảm thức tâm lý là việc rất hữu ích. Tôi nói “cảm thức” chứ không nói là “phân tích”; phân tích chỉ đem lại bại liệt. Cảm thức không thiết yếu phải là phân tích. Một nhà tâm lý trị liệu nổi tiếng người Mỹ đã diễn tả điều đó rất hay như sau: “Chỉ kinh nghiệm há miệng sững sờ mới đáng gọi là kinh nghiệm”. Còn phân tích thuần túy chẳng đem lại gì hay ho, giỏi lắm nó cũng chỉ cho vài thông tin, kiến thức. Còn nếu bạn biết sững sờ, ngạc nhiên - thì đó mới là cảm thức. Đó mới là thay đổi.

Thứ hai, việc nhận hiểu những đam mê, bám víu của mình thật rất quan trọng. Để hiểu, bạn cần nhiều thời gian. Mà kìa, nhiều khi những thời gian mà bạn dành để miệt mài thờ phượng, để đọc kinh, xướng hát... sẽ hữu ích hơn nếu được dùng để tìm hiểu chính bản ngã mình. Việc tham dự các nghi lễ phụng vụ đâu có làm ra được cộng đoàn. Trong thâm tâm hẳn bạn cũng như tôi, chúng ta biết rõ rằng những cử hành như thế chỉ nhằm để che đậy các dị biệt mà thôi. Cộng đoàn chỉ có khi chúng ta nhận hiểu những ngáng trở không cho nó có-tức là nhận hiểu những xung đột nảy sinh do các đam mê và sợ hãi của chúng ta. Chúng ta phải luôn luôn ý thức rằng việc thờ phượng nội tại chính trong cuộc sống. Và sống không có nghĩa là nhảy vào chính quyền, hay trở thành một nhà kinh doanh lớn hoặc thực hiện những hoạt động bác ái có tầm cỡ. Sống không phải như thế. Sống là giữ bỏ mọi cản trở, sống là sống tươi mát giây phút hiện

tại. Sống là như “chim trời... không dột không thêu”. Tôi đã mở đầu bằng việc đề cập đến tình trạng người ta đang mê ngủ, đang chết. Người chết đang điều khiển chính quyền, người chết đang điều khiển các công việc kinh doanh, người chết đang giáo dục những người khác... nào, hãy sống dậy đi! Sự thờ phượng phải giúp được cho người ta sống, bằng nếu không thì đáng quăng đi. Và càng ngày bạn cũng như tôi càng thấy rõ: chúng ta đang đánh mất tuổi trẻ ở khắp nơi. Người trẻ ghét chúng ta; họ không muốn bị đè nặng thêm bởi những nỗi sợ hãi và những mặc cảm tội lỗi. Họ đã chán những bài giảng và những lời kêu gọi thê thiết. Họ chỉ muốn biết về tình yêu. Làm thế nào tôi có thể hạnh phúc? Làm thế nào tôi có thể sống? Làm thế nào tôi có thể nếm cảm được những điều kỳ diệu mà các nhà thần bí đã mô tả? Vì thế mà điều thứ hai phải là nhận hiểu. Bạn phải hiểu.

Thứ ba, đừng đồng hóa. Hôm nay, khi tôi đang đi tới đây, có người đã hỏi tôi: “Có bao giờ cha chán nản không, thưa cha?”. Ô, tôi gặp chán nản hoài ấy chứ. Tôi cũng có những sự cố của tôi chứ. Nhưng, chúng không kéo dài, tôi không cho phép chúng kéo dài. Bằng cách nào? Bước thứ nhất: tôi không đồng hóa. Bất cứ lúc nào một nỗi chán nản ập đến thì thay vì căng thẳng, bức mình, tôi nhận hiểu rằng mình đang cảm thấy chán nản, thất vọng v.v... Bước thứ hai: tôi nhìn nhận cảm giác ấy ở trong tôi, không phải ở trong người khác (ví dụ: người đã không trả lời thư tôi), cảm giác ấy cũng không ở bất cứ đâu thuộc ngoại giới; nó ở trong tôi. Bởi vì bao lâu tôi còn nghĩ rằng nó ở ngoài tôi thì tôi còn thấy mình có lý để duy trì nó - và chỉ những người điên khùng, những kẻ ngủ mê mới nghĩ theo cách đó. Bước thứ ba: tôi không đồng hóa mình với cảm giác đó. “Tôi” không phải là cảm giác đó. “Tôi” không cô độc. “Tôi” không chán chường. “Tôi” không thất vọng. Nỗi thất vọng đang ở đấy, và tôi quan sát nó. Và thật lạ lùng, nỗi thất vọng ấy vụt mất mới nhanh làm sao! Bất cứ cái gì, hễ được bạn ý thức thì sẽ không ngừng thay đổi; cũng như mây kéo đi không ngừng. Và với ý thức, bạn cũng sẽ cảm nhận đầy đủ tại sao lúc đầu mây đã ùn đến.

Tôi muốn ghi lại ở đây một vài câu nói mà tôi cho là bằng vàng, trích từ quyển “Summerhill” của A.S. Neill. Nhưng trước hết bạn cần hiểu bối cảnh câu chuyện. Có lẽ bạn cũng rõ Neill là một người đã hoạt động trong lãnh vực giáo dục suốt bốn mươi năm. Ông đã phát triển một phương pháp giáo dục có vẻ kỳ dị. Ông thu nhận các cậu trai và các cô gái vào trường chỉ để cho phép họ được tự do. Bạn muốn học đọc học viết ư? Tốt. Bạn không muốn học đọc học viết ư? Cũng tốt. Bạn được phép muốn làm gì thì làm, miễn là bạn không ngáng trở tự do của bất cứ ai khác. Bạn hoàn toàn tự do, chỉ với một điều kiện ấy thôi. Ông cho biết ban đầu những học sinh quí quái nhất đã đến với ông từ trường của các bà dòng. Phải mất khoảng sáu tháng chúng mới vượt qua được sự phẫn nộ và sự bất mãn mà chúng đã ức chế trước đó, chúng đã ương ngạnh, chống đối trong sáu tháng trời. Quí quái nhất trong bọn là một cô bé thường lấy xe đạp đi bát phố, bỏ lớp, bỏ trường, không tham gia một cái gì cả. Thế rồi đến khi mà các cô cậu vượt qua giai đoạn đó, các cô cậu bắt đầu muốn học; thậm chí còn vùng vằng: “Tại sao hôm nay không có giờ lớp?”. Nghĩa là chúng chỉ tiếp nhận những gì chúng thích thú. Chúng đã đổi mới. Lúc đầu các phụ huynh e dè không dám gửi con em vào trường này; họ bảo: “Làm sao các ông giáo dục được chúng nếu các ông không ép chúng vào khuôn khổ?” Vậy thì bí quyết thành công của Neill là ở đâu? Ông đã nhận những đứa trẻ hư hỏng nhất, những đứa trẻ mà ai cũng lắc đầu, và trong vòng sáu tháng, tất cả chúng đều đổi khác. Thì đây, bạn hãy lắng nghe lời ông nói, những lời vàng, lời thánh: “Trong mỗi đứa trẻ đều có một vị thần. Những cố gắng nắn ép của chúng ta đối với đứa trẻ sẽ biến vị thần đó thành quỷ. Đám trẻ đến với trường tôi là những con quỷ nhỏ, chúng chán đời, phá phách, thô lỗ, dối trá, trộm cắp, và đủ thứ tật xấu khác. Sau sáu tháng, chúng trở thành những đứa trẻ vui vẻ, lành mạnh, không làm điều chi xấu nữa” Đó là những lời kỳ diệu được nói ra bởi một con người mà ngôi trường của ông ở Anh đã được Bộ Giáo dục, các vị hiệu trưởng và nhiều người khác nữa tham quan nghiên cứu. Thật lạ lùng. Và đó là biệt tài của ông. Bạn đừng bắt chước ông bằng cách sao chép nguyên xi; bạn cũng phải trở thành một mẫu người đặc biệt. Trong một số bài nói chuyện với các vị hiệu trưởng, Neill đã nói: “Hãy đến với Summerhill và quý vị sẽ thấy các cây ăn quả đều trĩu quả; chẳng ai đụng đến một quả cây nào; không hề có chuyện chống cưỡng quyền bính; mọi người đều được cung ứng đầy đủ và thích đáng nên không ai bức mình hay bất mãn. Hãy đến với Summerhill và quý

vị sẽ không bao giờ thấy một đứa trẻ khuyết tật nào bị đặt biệt danh để chế giễu (ai cũng thừa rõ rằng trẻ em thường vốn thích thú chọc ghẹo những bạn thiếu may mắn khác - chẳng hạn một bạn nào đó mắc tật nói cà lăm...). Ở đây không bao giờ có chuyện chọc ghẹo người nói cà lăm, không bao giờ. Cũng không bao giờ có chuyện ẩu đả nhau giữa đám trẻ, bởi vì không có ai sử dụng bạo lực đối với chúng”. Đây, bạn hãy nghe những lời dỗ của Neill, những lời mạc khải, những lời thánh. Dù các học giả, các linh mục và các nhà thần học có nói sao đi nữa - thì sự thực là vẫn có những con người không bao giờ biết cãi vã, ghen tị, khích báng, chiến tranh, hận thù v.v... Ở đất nước tôi có những con người như thế, hay thật đáng buồn để nói chính xác hơn; mới đây thôi vẫn còn tồn tại những con người như thế, nhưng bây giờ xem chừng hết rồi. Có những tu sĩ dòng Tên bạn tôi đã đến và sống với những con người đó, các vị xác quyết với tôi rằng đó là những con người không hề biết ăn cắp hay nói dối. Một nữ tu kể rằng tại một số bộ tộc miền đông bắc Ấn độ, người ta không hề biết đến chuyện khóa cửa cài then. Không ai ăn cắp của ai một thứ gì và không ai nói một lời dối trá... cho đến khi chính quyền Ấn Độ và các nhà thừa sai xuất hiện với họ.

Trong mỗi đứa trẻ đều có một vị thần, những cố gắng của chúng ta nhằm nắn ép đứa trẻ sẽ biến vị thần đó thành quỷ.

Tôi nhớ lại một bộ phim rất hay của đạo diễn Federico Fellini; bộ phim mang tựa đề “Tám rưỡi”. Trong một cảnh phim, người ta thấy một ông thầy đạo cùng đi chơi dã ngoại với một đám thiếu nhi nam khoảng từ tám tới mười tuổi. Đó là một bờ biển vắng. Đám trẻ nhún nhảy bước đi trong khi ông thầy lết lại ở cuối phía sau lưng chúng. Thành linh chúng gặp một phụ nữ - một cô gái buôn hương bán phấn - và chúng nhí nhảnh: - “Chào cô a”. Chị ta đáp: - “Chào các cháu”. Chúng hỏi: - “Cô là ai nhỉ?”. Chị trả lời: - “À, cô là một gái điếm”. Chẳng đứa nào hiểu “gái điếm” là cái gì, nhưng chúng cũng làm ra vẻ như hiểu. Rồi một đứa trong bọn - có vẻ thông minh hơn những đứa kia một chút - giải thích: - “Gái điếm là một người đàn bà làm một số việc chi đó nếu được người ta trả tiền”. Thế là bọn chúng nhao nhao: - “Vậy cô ấy sẽ làm những việc đó nếu chúng mình trả tiền cho cô ấy chứ?”. Đứa trẻ vừa giải thích hồi nãy trả lời: - “Dĩ nhiên là cô ấy làm”. Bọn chúng nhanh chóng góp tiền lại, trao cho người phụ nữ và đề nghị: - “Chúng cháu gửi tiền cho cô đây và cô hãy làm những việc của cô đi”. Chị ta nói: - “Ơ, đám nhóc, các cháu muốn cô làm gì đây hử?” Việc duy nhất mà chị có thể làm cho lũ trẻ đó là trút bỏ áo quần của mình ra. Và chị đã làm thế. Lũ trẻ nhìn người phụ nữ; trước đây chúng chưa bao giờ trông thấy một người đàn bà trần trụi. Rồi chúng lúng túng không biết phải làm gì, chúng bảo: - “Nào cô nhảy đi!”. Chị đồng ý. Thế là lũ trẻ xúm chạy vòng tròn, vừa ca hát vừa vỗ tay; cô gái điếm nổi vào với chúng. Lũ trẻ cảm thấy thích chí vô cùng. Ông thầy, từ xa phía sau, trông thấy tất cả sự việc. Ông hồi hả chạy sấn tới và mạt sát thậm tệ người phụ nữ. Ông quát bảo chị gấp rút mặc áo quần vào; và người thuyết minh phim nói: Lúc đó, lũ trẻ sụ mặt thất vọng; chúng không còn được hồn nhiên đơn sơ như chúng vẫn hồn nhiên đơn sơ trước đây nữa”.

Mà sự đời thường như thế. Tôi có biết một vị thừa sai dòng Tên hơi bảo thủ ở Ấn Độ. Ông đã tham dự một trong những khóa tĩnh tâm do tôi hướng dẫn. Suốt trong hai ngày tôi triển khai đề tài này, ông có vẻ rất khổ sở. Vào tôi hôm thứ hai ông đã đến gặp tôi và nói: - “Cha Tony, cha có biết là tôi đã khổ sở thế nào khi nghe cha trình bày những điều ấy không?” Tôi hỏi tại sao. Ông cho biết: - “Cha đã khơi dậy trong tôi một dấu hỏi mà tôi đã ức chế trong suốt 25 năm, một dấu hỏi kinh khiếp. Tôi vẫn thường tự hỏi mình: phải chăng mình đã làm hư hỏng người ta khi mình đưa họ vào đạo? Vị linh mục dòng Tên này không phải là một người thuộc khuynh hướng tự do, ông ta là một con người rất chính thống, đạo đức và bảo thủ đó bạn! Nhưng ông ta cảm thấy rằng việc ông truyền đạo cho người ta đã phá hỏng hạnh phúc, tình yêu, sự bình dị và sự trong sạch của họ.

Các nhà truyền giáo Mỹ khi cùng vợ của họ đến Nam Dương đã kinh ngạc nhận thấy các phụ nữ ở đây đi nhà thờ mà chẳng có chút vải gì che ngực. Phu nhân các nhà truyền giáo đã lập tức nêu yêu cầu rằng đàn bà con gái phải nên ăn mặc kín đáo hơn. Và họ nhanh chóng phân phát nhiều áo sơ mi cho các phụ nữ thổ dân. Chúa nhật tuần sau đó, những phụ nữ ấy lại đến, mặc

áo sơ mi - nhưng là những chiếc sơ mi đã bị khoét hai lỗ to tướng phía trước. Họ bảo làm như vậy đỡ gò bó, nóng nực. Họ và các nhà truyền giáo, ai đúng, ai sai?

Bây giờ... trở lại với Neill. Ông bảo: - “Tôi không phải là thiên tài. Tôi chỉ là một người từ chối khuôn ép trẻ em”. Nhưng còn vấn đề tội nguyên tổ thì sao? Neill cho biết rằng trong mỗi đứa trẻ đều có một vị thần, và những cố gắng của chúng ta nhằm nắn ép đứa trẻ sẽ biến vị thần ấy thành quỷ. Ông để mặc trẻ em tự thiết lập các giá trị cho chúng, và bao giờ cũng vậy, các giá trị mà chúng khám phá đều tốt và đều có tính xã hội. Bạn có tin được điều đó không? Khi một đứa trẻ cảm thấy nó được yêu thương (nghĩa là nó cảm thấy bạn là đồng minh của nó) - thì nó sẽ tốt. Nó không còn bị ám ảnh bởi bạo lực nữa. Không sợ hãi, tất nhiên không có bạo lực. Đứa trẻ sẽ đối xử với người khác theo cách nó được đối xử. Bạn hãy tìm đọc quyển sách của Neill đi. Đó thật là một quyển sách thánh đấng. Bạn hãy đọc đi, quyển sách đã làm thay đổi hoàn toàn đời sống của tôi và các mối quan hệ của tôi với mọi người. Tôi đã cảm nhận được những phép lạ. Tôi đã hiểu được những bất mãn hằn sâu trong mình, những hiểu lầm, phân bì, phê phán v.v... Bạn có thể cải rằng nếu những thứ ấy không tác động nơi tôi thì làm sao tôi có thể trở thành như tôi bây giờ. Bạn nghĩ tôi cần những thúc đẩy loại đó sao? Và hơn nữa, bạn nghĩ tôi muốn trở thành như tôi bây giờ sao? Không đâu, tôi muốn hạnh phúc, muốn nên thánh, muốn yêu thương, muốn bình an, muốn tự do, muốn là “người”.

Bạn có biết chiến tranh từ đâu mà đến không? Chiến tranh đến từ sự thể hiện bên ngoài những xung đột bên trong chúng ta. Bạn hãy chỉ cho tôi một con người không có xung đột bên trong và tôi sẽ chỉ cho bạn một con người không hề biết đến bạo lực. Con người đó sẽ có những hành động thực tiễn hữu hiệu, thậm chí có vẻ bất nhân - nhưng không bao giờ bất nhân. Anh ta hành động như một bác sĩ giải phẫu hành động, như một nhà giáo dục từ tâm đang dạy bảo các trẻ em mắc bệnh tâm thần. Cũng như nhà giáo ấy, bạn không oán trách nhưng hãy cảm thông - và là một cảm thông thể hiện nơi hành động. Nhưng phải chú ý, nếu bạn hành động với ác cảm và với xu hướng bạo lực bừa bãi của mình - thì chỉ có nghĩa là bạn đang làm cho sự việc tệ hại hơn mà thôi. Chẳng khác chi bạn đang tưới dầu vào lửa. Tôi xin nhắc lại lời của Neill: - “Trong mỗi đứa trẻ có một vị thần. Những cố gắng của chúng ta nhằm nắn ép đứa trẻ sẽ biến vị thần ấy thành quỷ. Đám trẻ đến với trường tôi là những con quỷ nhỏ; chúng chán đời, phá phách, thô lỗ, dối trá, trộm cắp, và đủ thứ tật xấu khác. Và sau sáu tháng, chúng trở thành những đứa trẻ lành mạnh, vui vẻ, không làm một điều chi xấu nữa. Tôi không phải là thiên tài, tôi chỉ là một người từ chối khuôn ép trẻ em. Tôi để chúng tự thiết lập các giá trị cho chúng, và bao giờ cũng vậy, các giá trị mà chúng khám phá được cũng đều là những giá trị tốt và có chiều kích xã hội. Tôn giáo làm cho người ta nên tốt thì cũng làm cho người ta nên xấu; nhưng tôn giáo mệnh danh là tự do thì sẽ làm cho mọi người nên tốt - bởi vì với tự do, người ta không còn sự xung đột bên trong [tôi thêm chữ “bên trong”] nữa, mà chính sự xung đột này là căn cơ của muôn điều dữ”.

Neill cũng cho biết: - “Khi một đứa trẻ đến với tôi thì việc đầu tiên tôi làm là tiêu hủy lương tâm của nó”. Tôi tin rằng, cũng như tôi, bạn hiểu ông ta muốn nói gì. Khi người ta ý thức, khi người ta nhạy cảm thì người ta chẳng cần lương tâm. Người ta không thô bạo, không sợ hãi. Có lẽ bạn lắc đầu bảo rằng đây là một lý tưởng không thể nào đạt được. Vậy thì bạn hãy đọc quyển sách đó đi. Tôi đã gặp nhiều người - ở đó ở đây - là những kẻ bất chợt đã giác ngộ chân lý này: cội rễ sự dữ là ở trong bạn. Một khi bạn hiểu ra được như thế, bạn sẽ không còn đòi hỏi mình, không còn kỳ vọng mình, không còn thúc ép mình. Vỡ bẫy nhai nhai hieau. Haỹ tời boài dồông mình baềng nhồông moun aên ãày boả dồông, lành mạnh. Tôi không có ý nói về những thứ trên bàn ăn; tôi nói “món ăn” ở đây là: mặt trời chiều, thiên nhiên, một cuốn phim tốt, công việc làm thú vị, những tình thân hữu trong sáng... và biết đâu, bạn sẽ phá được những xu hướng cảm nghĩ khác thiếu lành mạnh.

Bạn cảm xúc thế nào khi bạn hòa mình với thiên nhiên, hay khi bạn say sưa với công việc mà bạn ưa thích? Hay khi bạn thực sự gặp gỡ và đối thoại với những con người mà bạn sung sướng kết thân một cách cởi mở và chí tình nhưng vẫn không bám víu tuyệt đối vào họ? Bạn

cảm xúc thế nào trong những trường hợp như thế? Hãy so sánh những cảm xúc ấy với loại cảm xúc mà bạn có được khi bạn thắng một cuộc tranh luận, khi bạn đoạt giải một cuộc đua, khi bạn được nổi tiếng hoặc khi mọi người vỗ tay tán thưởng bạn. Tôi gọi những cảm xúc vừa nói là những cảm xúc thể tục, còn những cảm xúc loại trên kia là những cảm xúc tâm linh. Biết bao người sống cuộc sống rỗng tuếch và nông cạn bởi vì họ chỉ chí thú kiếm tiền, tìm tên tuổi, sự ngưỡng mộ, chức quyền, thành đạt... Còn bạn, bạn có theo đuổi những thứ ấy không? Nếu có, bạn là kẻ chết chứ không phải người sống. Bạn đã đánh mất linh hồn bạn. Vậy hãy tìm những thứ khác để nuôi dưỡng mình, hãy tìm những món bổ dưỡng hơn. Rồi bạn sẽ nhận thấy sự chuyển biến. Tôi đã gọi cho bạn cả một chương trình sống đấy, phải không?

# ĐÔI HÀNG VỀ TÁC GIẢ VÀ NGƯỜI BIÊN TẬP

Cha Anthony de Mello, S.J., đã từng là giám đốc Trung tâm Sadhana Cổ Vấn Mục Vụ tại Poona, Ấn Độ. Là một tu sĩ dòng Tên thuộc tỉnh dòng Bombay, tên tuổi của cha đã được biết đến rộng rãi tại các nước nói tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha do các hoạt động tĩnh tâm, các khóa hội thảo, trao đổi về cầu nguyện và các khóa trị liệu tâm lý của cha - những hoạt động mà cha đã chuyên cần đảm trách trong hơn 18 năm trên khắp thế giới. Cha đã mất đột ngột vào năm 1987, nhưng cũng kịp để lại một di sản phong phú về linh đạo qua các sách vở và các băng ghi âm của cha.

Cha J. Francis Stroud, S.J. là tuyên úy tại Đại Học Fordham New York. Cha cũng là Giám đốc điều hành Trung Tâm linh đạo De Mello và là người đã cùng làm việc sát cánh với cha Anthony de Mello trong tám năm.

Chia sẻ ebook : <http://downloadsachmienphi.com/>

Tham gia cộng đồng chia sẻ sách :

Fanpage : <https://www.facebook.com/downloadsachfree>

Cộng đồng Google : <http://bit.ly/downloadsach>