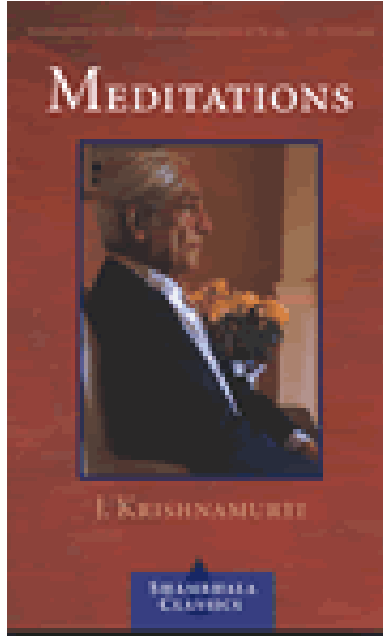


J. KRISHNAMURTI



THIÊN ĐỊNH 1969

MEDITATIONS 1969

Lời dịch: Ông Không.

[Dịch 2005 – Sửa 3-2013]

www.krishnamurtionghong.com

– Tháng 3-2013 –

J. Krishnamurti

THIÊN ĐỊNH

Nguyên tác tiếng Anh: Meditations 1969

[Lấy từ: www.tchl.freeweb.hu]

THIÊN ĐỊNH – *Phần 1.*

Trong không gian mà sự suy nghĩ tạo ra quanh nó không có tình yêu. Không gian này tác động con người khỏi con người, và trong nó là tất cả sự trở thành, trận chiến của sống, đau khổ và sợ hãi. Thiên định là kết thúc không gian này, kết thúc cái tôi. Rồi thì sự liên hệ có một ý nghĩa hoàn toàn khác hẳn, bởi vì trong không gian không bị tạo ra bởi sự suy nghĩ, người khác không hiện diện, do bởi bạn không hiện diện. Lúc đó thiên định không là sự theo đuổi ảo tưởng nào đó, dù được biến thành thiêng liêng bởi truyền thống bao nhiêu chăng nữa. Trái lại nó là không gian bao la nơi sự suy nghĩ không thể bén mảng. Đối với chúng ta, cái không gian bé tí bị tạo ra bởi sự suy nghĩ quanh chính nó, mà là cái tôi, lại rất quan trọng, bởi vì đây là tất cả mà cái trí biết rõ, tự đồng hóa chính nó cùng mọi thứ ở trong không gian đó. Và sự sợ hãi của không hiện diện bị sinh ra trong không gian đó. Nhưng trong thiên định, khi điều này được hiểu rõ, cái trí có thể thâm nhập một kích thước của không gian nơi hành động là không hành động. Chúng ta không biết tình yêu là gì, bởi vì trong không gian bị tạo ra bởi sự suy nghĩ quanh chính nó như cái tôi, tình yêu là sự xung đột của cái tôi và cái không là cái tôi. Sự xung đột này, sự hành hạ này, không là tình yêu. Chính sự suy nghĩ là sự phủ nhận của tình yêu, và nó không thể thâm nhập vào không gian đó nơi cái tôi không hiện diện. Trong không gian đó là phước lành mà con người tìm kiếm và không thể tìm ra. Anh ấy tìm kiếm nó trong những biên giới của sự suy nghĩ; và sự suy nghĩ hủy diệt sự ngây ngất của phước lành này.

THIÊN ĐỊNH – Phần 2.

Nhận biết không từ ngữ, mà có nghĩa không sự suy nghĩ, là một trong những hiện tượng lạ thường nhất. Lúc đó nhận biết sắc sảo hơn nhiều, không chỉ bộ não, nhưng còn tất cả những giác quan. Nhận biết như thế không là sự nhận biết phân chia của trí năng và cũng không là công việc của những cảm xúc. Nó có thể được gọi là một nhận biết tổng thể, và nó là bộ phận của thiên định. Nhận biết không người nhận biết trong thiên định là hiệp thông cùng chiều cao và chiều sâu của bao la đó. Nhận biết này hoàn toàn khác hẳn đang thấy một vật mà không có một người quan sát, bởi vì trong nhận biết của thiên định không có một vật và do đó không có trải nghiệm. Tuy nhiên, thiên định có thể xảy ra khi hai mắt mở toang và người ta bị vây quanh bởi những sự vật thuộc mọi loại. Nhưng, lúc đó những sự vật này không có sự quan trọng nào cả. Người ta thấy chúng nhưng không còn qui trình của công nhận, mà có nghĩa không đang trải nghiệm.

Thiên định như vậy có ý nghĩa gì? Không có ý nghĩa gì cả; không có ích lợi gì cả. Nhưng trong thiên định đó có một chuyển động của ngây ngất vô cùng mà không bị biến dạng bởi vui thú. Chính ngây ngất này mới trao tặng hai mắt, bộ não và quả tim, chất lượng của hồn nhiên. Nếu không thấy sự sống như cái gì đó hoàn toàn mới mẻ, nó chỉ là một thói quen đều đặn, một nhàm chán, một sống vô nghĩa. Vì thế thiên định có tầm quan trọng vô cùng. Nó mở cánh cửa vào cái không đo lường được, vào cái bao la.

THIÊN ĐỊNH – Phần 3.

Khi bạn quay đầu từ đường chân trời sang đường chân trời Khai mắt của bạn trông thấy một không gian rộng lớn trong đó tất cả những sự vật của quả đất và của bầu trời đều hiện diện. Nhưng không gian này luôn luôn bị giới hạn nơi quả đất gặp gỡ bầu trời. Không gian trong cái trí thật là nhỏ bé. Đường như trong không gian nhỏ bé này, tất cả những hoạt động của chúng ta đều xảy ra: sống hàng ngày và những đấu tranh giấu giếm cùng những ham muốn và những động cơ mâu thuẫn. Trong không gian nhỏ bé này cái trí tìm kiếm tự do, và thế là nó luôn luôn là một tù nhân của chính nó. Thiên định là phá tan không gian nhỏ bé này. Đối với chúng ta, hành động đang tạo ra trật tự trong không gian nhỏ bé này của cái trí. Nhưng có một hành động khác mà không đang xếp đặt trật tự trong không gian nhỏ bé này. Thiên định là hành động mà hiện diện khi cái trí đã mất đi không gian nhỏ bé của nó. Không gian bao la này mà cái trí, cái tôi, không thể bèn măng được, là bất động. Cái trí không bao giờ có thể bất động trong chính nó: nó chỉ bất động trong không gian bao la nơi sự suy nghĩ không thể tiếp cận. Từ bất động này có hành động không thuộc sự suy nghĩ. Thiên định là bất động này.

THIÊN ĐỊNH – Phần 4.

Thiên định là một trong những sự việc lạ thường nhất, và nếu bạn không biết nó là gì bạn giống như một người mù lòa trong một thế giới màu sắc rực rỡ, những cái bóng và ánh sáng long lanh. Nó không là **ột** công việc trí năng, nhưng khi quả tim hiệp thông cùng cái trí, cái trí có **ột** chất lượng hoàn toàn khác **h**: lúc đó, nó thực sự không bị giới hạn, không **h**ững trong khả năng của nó để suy nghĩ, để hành động có hiệu quả, nhưng còn cả trong ý nghĩa của sống trong một không gian bao la nơi bạn là bộ phận của mọi sự vật. Thiên định là chuyển động của tình yêu. Nó không là tình yêu của một hay của nhiều. Nó giống như nước mà mọi người có thể uống từ bất kỳ cái bình nào, dù làm bằng vàng hay bằng đất: nó không thể cạn kiệt. Và một sự việc lạ thường xảy ra mà không thuốc men hay tự thôi miên nào có thể tạo ra: nó như thể cái trí tự thâm nhập vào chính nó, bắt đầu tại bề mặt và xuyên thấu mỗi lúc một thăm thẳm thêm, cho đến khi chiều sâu và chiều cao đã mất hẳn ý nghĩa của nó và mọi hình thức của đo lường kết thúc. Trong trạng thái này có an bình tuyệt đối, nó không là sự mãn nguyện mà xảy ra do hài lòng nhưng một an bình mà có trật tự, vẻ đẹp và mãnh liệt. Nó có thể hoàn toàn bị hủy diệt, như bạn có thể hủy diệt một đóa hoa, và tuy nhiên bởi vì mong manh của nó nên nó không thể bị hủy diệt. Thiên định này không thể được học hành từ bất kỳ người nào khác. Bạn phải khởi đầu mà không biết bất kỳ điều gì về nó, và chuyển động từ hôn nhiên sang hôn nhiên.

Mảnh đất trong đó cái trí thiên định có thể khởi sự là mảnh đất của sống hàng ngày, xung đột, đau khổ, và vui thú

thoảng qua. Nó phải khởi sự ở đó, và sáng tạo trật tự, và từ đó chuyển động không ngừng nghỉ. Nhưng nếu bạn chỉ quan tâm tạo ra trật tự, vậy thì chính trật tự đó sẽ tạo ra giới hạn riêng của nó, và cái trí sẽ là tù nhân của nó. Trong tất cả chuyển động này bạn phải bằng cách nào đó khởi sự từ đầu còn lại, từ bờ bên kia, và luôn luôn không quan tâm đến bờ bên này hay làm cách nào vượt qua con sông. Bạn phải nhảy vào dòng nước, không biết làm thế nào để bơi. Và vẻ đẹp của thiền định là rằng bạn không bao giờ biết được bạn ở đâu, bạn đang đi đâu, cuối con đường là gì.

THIỀN ĐỊNH – Phần 5

Có một trải nghiệm mới mẻ trong thiền định? Khao khát trải nghiệm, trải nghiệm cao hơn mà vượt khỏi và ở trên những trải nghiệm hàng ngày hay thông thường, là điều gì khiến cho sự cung cấp chất lượng vô hạn bị khô cạn. Khao khát nhiều trải nghiệm hơn, những tầm nhìn, nhận biết cao cả hơn, thành tựu này hay thành tựu kia, khiến cho cái trí hướng ra ngoài, mà không khác biệt sự lệ thuộc vào môi trường sống và con người của nó. Điều kỳ lạ của thiền định là một sự kiện không bị chuyển thành một trải nghiệm. Nó ở đó, giống như một vì sao mới trong bầu trời, mà không có ký ức đang thâm nhập và đang giữ chặt nó, mà không có qui trình thói quen của công nhận và phản ứng dựa vào ưa thích hay không ưa thích. Sự tìm kiếm của chúng ta luôn luôn đang hướng ra ngoài; cái trí đang tìm kiếm bất kỳ trải nghiệm nào đều đang hướng ra ngoài. Đang hướng vào trong không là

một tìm kiếm; nó đang nhận biết. Phản ứng luôn luôn lặp lại, bởi vì nó luôn luôn hiện diện cùng chung bờ sông của ký ức.

THIÊN ĐỊNH – *Phần 6*

Sau những cơn mưa những quả đồi thật trắng lợt. Chúng vẫn còn hung hửng râm nâu do mặt trời mùa hè, và lúc này mọi thứ xanh tươi sẽ lộ diện. Đã có mưa lớn lắm, và vẻ đẹp của những quả đồi kia vượt khỏi mọi diễn tả. Bầu trời vẫn còn u ám và trong không khí có mùa cây sơn, cây xô thơm và cây khuynh diệp. Quá tuyệt vời khi lẫn trong chúng, và một trạng thái tĩnh lặng lạ thường tràn ngập bạn. Không giống như biển ở dưới bạn thật xa xôi, những quả đồi kia hoàn toàn bất động. Khi bạn quan sát và nhìn ngắm quanh bạn, bạn đã bỏ lại mọi thứ ở dưới kia trong cái nhà nhỏ xíu đó, quần áo của bạn, những suy nghĩ của bạn và những phương cách kỳ cục của sống. Ở đây bạn chuyển động rất nhẹ nhàng, không còn bất kỳ suy nghĩ nào, không còn bất kỳ gánh nặng nào, và cùng một cảm thấy của trống không hoàn toàn lẫn vẻ đẹp tổng thể. Những lùm bụi nhỏ xanh tươi chẳng mấy chốc sẽ xanh tươi hơn, và trong ít tuần nữa chúng sẽ tỏa hương thơm nồng nặc. Những con chim cú đang gọi nhau và một vài con bay ngang qua. Không đang biết nó, cái trí ở trong một trạng thái thiên định trong đó tình yêu đang nở hoa. Rốt cuộc, chỉ trong mảnh đất của thiên định đóa hoa này mới có thể nở rộ. Thật sự quá kỳ diệu, và lạ thường, suốt đêm nó theo đuổi bạn, và khi bạn thức giấc, còn rất sớm trước khi mặt trời mọc, nó vẫn còn đó trong quả tim bạn cùng hân hoan không kể xiết, và chẳng cần lý do nào. Nó ở đó, không nguyên nhân, và hoàn toàn gây ngây ngất. Nó sẽ ở đó suốt

ngày mà không ần bạn nài nỉ hay mời mọc nó ở lại cùng bạn.

THIÊN ĐỊNH – Phần 7

Mưa tầm tã suốt đêm ngày, và trong những đường mương dòng nước trộn bùn đỏ vào biển, biến nó thành màu sô cô la. Khi bạn dạo bộ trên bãi biển có những con sóng khổng lồ và chúng đang tàn phá bằng những đường cong uốn lượn hoành tráng cùng sức mạnh vô song. Bạn đi ngược gió, và đột nhiên bạn cảm thấy không còn gì giữa bạn và bầu trời, trống không này là thiên đàng. Hoàn toàn khoáng đạt và mong manh cùng những quả đồi, cùng biển cả và cùng con người là chính bản thể của thiên định. Không kháng cự, không những rào cản bên trong với bất kỳ thứ gì, thực sự được tự do, tổng thể, khỏi tất cả những thội thúc, những ép buộc và những đòi hỏi nhỏ nhiệm, cùng tất cả những xung đột và những hành động đạo đức giả vụn vặt của chúng, là dạo chơi trong sóng bằng vòng tay dang rộng. Và buổi tối đó, đang đi bộ trên cát biển ướt đầm nước, cùng những con chim hải âu quanh bạn, bạn cảm thấy ý nghĩa lạ thường của tự do khoáng đạt và vẻ đẹp kỳ diệu của tình yêu mà không ở trong bạn hay ngoài bạn nhưng khắp mọi nơi. Chúng ta không nhận ra rằng được tự do khỏi những vui thú kẻo nài cùng những đau khổ của chúng, là điều quan trọng vô cùng để cho cái trí được cô đơn. Chỉ có cái trí hoàn toàn cô đơn mới khoáng đạt. Bạn cảm thấy tất cả việc này bất thành linh, giống như một cơn gió mạnh quét vào đất liền và qua bạn. Ở đó bạn bị tước đoạt mọi thứ, trống không và vì vậy hoàn toàn khoáng đạt. Vẻ đẹp của nó không ở trong từ ngữ hay trong cảm thấy, nhưng dường như khắp mọi nơi quanh bạn, trong bạn, trên

những dòng nước và nơi những quả đồi. Thiên định là cái này.

THIÊN ĐỊNH – Phần 8

Một trong những buổi sáng dễ thương mà trước kia chưa bao giờ có. Mặt trời vừa lên cao và bạn trông thấy nó giữa cây khuy nh diệp và cây thông. Ánh sáng đó chỉ có giữa những hòn núi và biển cả đang lan tỏa trên mặt nước, ánh vàng và ửng sáng. Một buổi sáng thật rõ ràng, tĩnh lặng, tràn đầy cái ánh sáng lạ thường mà người ta nhìn thấy không chỉ bằng hai mắt nhưng còn bằng cả quả tim của người ta. Và khi bạn nhìn ngắm nó bầu trời tiến sát quả đất, và bạn tan biến trong vẻ đẹp. Bạn biết rồi, bạn không bao giờ nên thiên định nơi công cộng, hay với một người khác, hay trong một nhóm: bạn chỉ nên thiên định trong cô đơn, trong bất động của đêm khuya hay trong sáng sớm tĩnh lặng. Khi bạn thiên định trong cô đơn, nó bắt buộc phải cô đơn. Bạn phải hoàn toàn một mình, không tuân theo một hệ thống, một phương pháp, lặp lại những từ ngữ, hay theo đuổi một suy nghĩ, hay định hình một suy nghĩ tùy theo khao khát của bạn. Cô đơn này hiện diện khi cái trí được tự do khỏi sự suy nghĩ. Khi nào còn có những ảnh hưởng của khao khát hay của những sự việc mà cái trí đang theo đuổi, hoặc trong tương lai hoặc trong quá khứ, khi đó không có cô đơn. Trong bao la của hiện tại, cô đơn này mới hiện diện. Và lúc đó, trong âm thầm lặng lẽ mà tất cả truyền đạt đều kết thúc, mà không còn người quan sát cùng những lo âu của anh ấy, cùng những vấn đề và ham muốn xuân ngọc của anh ấy; chỉ đến lúc đó, trong cô đơn bất động đó, thiên định trở thành một điều gì đó không thể diễn tả bằng từ ngữ. Lúc đó thiên định là một chuyển động thường

hằng. Tôi không hiểu liệu có khi nào bạn đã thiên định, có lần nào bạn đã cô đơn, chỉ còn một mình, tách khỏi mọi thứ, khỏi mọi con người, khỏi mọi suy nghĩ và những theo đuổi, liệu có lần nào bạn hoàn toàn cô đơn, không phải cô độc, không phải mãi mê trong một ảo tưởng hay một giấc mộng đẹp đẽ nào đó, nhưng xa thật xa, để cho trong chính bạn không còn điều gì có thể được công nhận, không còn điều gì bạn tiếp xúc qua sự suy nghĩ và cảm thấy, xa thật xa đến độ trong cô đơn tợn vện này chính bất động đó trở thành đóa hoa duy nhất, ánh sáng duy nhất, và chất lượng không thời gian mà không thể đo lường bởi sự suy nghĩ. Chỉ trong thiên định như thế tình yêu có sự hiện diện của nó. Đừng băn khoăn để diễn tả nó: nó sẽ tự diễn tả. Đừng sử dụng nó. Đừng cố gắng chuyển nó thành hành động: nó sẽ hành động, và khi nó hành động, trong hành động đó không có nuối tiếc, không có mâu thuẫn, không có đau khổ và phiền muộn của con người.

Vì vậy hãy thiên định trong cô đơn. Hãy biến mất đi. Và đừng cố gắng ghi nhớ bạn đã ở đâu. Nếu bạn cố gắng ghi nhớ nó vậy thì nó sẽ là điều gì đó chết rồi. Và nếu bạn bám vào kỷ niệm về nó vậy thì bạn sẽ không bao giờ cô đơn lại. Vì vậy hãy thiên định trong cô đơn vô tận đó, trong vẻ đẹp của tình yêu đó, trong hồn nhiên đó, trong mới mẻ đó và có hân hoan đó mà bất diệt.

Bầu trời rất xanh, màu xanh có được sau cơn mưa, và những cơn mưa này đã đến sau nhiều tháng hạn hán. Sau cơn mưa bầu trời quang đãng và những quả đồi đang reo hò, và quả đất bất động. Và mỗi chiếc lá ánh lên ánh sáng của mặt trời, cùng cảm thấy của quả đất rất gần gũi bạn. Vậy thì hãy thiên định trong ngay những ngõ ngách thăm thẳm của cái trí và quả tim của bạn, nơi bạn chưa bao giờ ở đó trước kia.

THIÊN ĐỊNH – Phần 9

Sáng hôm đó biển giống như một cái hồ hay một con sông mênh mông không một gợn sóng, và êm đềm đến độ bạn có thể trông thấy những phản chiếu của các vì sao khi vẫn còn khá sớm. Bình minh vẫn chưa đến, và thế là các vì sao, và phản chiếu của vực đá, và những ánh đèn xa xa của thị trấn, đều hiện diện trên mặt nước. Và khi mặt trời ló dạng trên đường chân trời trong một bầu trời không mây nó tạo nên một con đường vàng rờn, và thật kỳ diệu khi trông thấy được ánh sáng của California đó đang lan tỏa khắp quả đất và mỗi chiếc lá lẫn cọng cỏ. Khi bạn nhìn ngắm, một tĩnh lặng lạ thường tràn ngập bạn. Bộ não tự nó trở nên bất tâm, không còn bất kỳ phản ứng nào, không còn một chuyển động, và quá kỳ bí khi cảm thấy tĩnh lặng vô hạn này. “Cảm thấy” không là từ ngữ. Chất lượng của bất động đó, tĩnh lặng đó, không được cảm thấy bởi bộ não; nó vượt khỏi bộ não. Bộ não có thể suy tưởng, diễn giải tường tận hay tạo ra một ý đồ cho tương lai, nhưng tĩnh lặng này vượt khỏi phạm vi của nó, vượt khỏi tất cả tưởng tượng, vượt khỏi tất cả khao khát. Bạn bất động đến độ cơ thể của bạn trở thành hoàn toàn là bộ phận của quả đất, bộ phận của mọi sự vật bất động.

Và khi cơn gió nhẹ từ những quả đồi thổi đến, đang lay động những chiếc lá, tĩnh lặng này, chất lượng tuyệt vời của tĩnh lặng này, không bị phiền muộn. Ngôi nhà nằm giữa những quả đồi và biển, nhìn xuống biển. Và khi bạn nhìn ngắm biển, bạn trở nên bất động đến độ bạn thực sự là bộ phận của mọi sự vật. Bạn là mọi sự vật. Bạn là ánh sáng, và vẻ đẹp của tình yêu. Lại nữa, khi nói “bạn là bộ phận của mọi sự vật” cũng là sai lầm: từ ngữ “bạn” không thỏa đáng bởi vì

bạn thực sự không ở đó. Bạn không hiện diện. Chỉ có tĩnh lặng đó, vẻ đẹp, ý thức lạ thường của tình yêu. Những từ ngữ bạn và tôi gây phân chia những sự vật. Trong tĩnh lặng và bất động này, phân chia này không hiện diện. Và khi bạn nhìn ra ngoài cửa sổ, không gian và thời gian dường như kết thúc, và cái không gian mà phân chia không có ~~an~~ chất thực sự. Chiếc lá đỏ và cây khuynh diệp đỏ và dòng nước trong xanh lóng lánh đó không khác biệt bạn.

Thật ra thiên định rất đơn giản. Chúng ta khiến cho nó phức tạp. Chúng ta thêm dệt một mạng lưới của những ý tưởng quanh nó để diễn tả nó là gì và nó không là gì. Nhưng nó không là những điều này. Bởi vì nó quá đơn giản nên nó lẫn trốn chúng ta, bởi vì cái trí của chúng ta quá rối rắm, bị dựa vào thời gian và bị bào mòn bởi thời gian. Và cái trí này ra lệnh hoạt động của quả tim, rồi thì rối loạn bắt đầu. Nhưng thiên định xảy ra rất tự nhiên, cùng thanh thản lạ thường, khi bạn dạo bộ trên cát hay nhìn ra ngoài cửa sổ hay quan sát những quả đồi hùng vĩ kia bị thiêu cháy bởi mặt trời mùa hè vừa qua. Tại sao chúng ta là những con người bị hành hạ khổ sở như vậy, cùng những giọt lệ trong hai mắt của chúng ta và nụ cười giả dối trên đôi môi của chúng ta? Nếu bạn có thể dạo bộ một mình cô đơn giữa những quả đồi kia hay trong những cánh rừng hay dọc theo những bãi cát dài trắng xóa, trong cô đơn đó bạn sẽ biết thiên định là gì. Ngây ngất của cô đơn đến khi bạn không còn kinh hãi cô đơn và không còn lệ thuộc vào thế giới hay quyến luyến đến bất kỳ điều gì. Rồi thì, giống như bình minh đó khi ló dạng sáng nay, nó đến lặng lẽ, và tạo thành một con đường vàng rờn trong chính bất động đó, mà tại ngay khởi đầu, mà ngay lúc này, và sẽ luôn luôn ở đó.

THIÊN ĐỊNH – Phần 10

Bạn có thể mua được hạnh phúc và vui thú bằng một giá cả trong bất kỳ chợ búa nào. Nhưng bạn không thể mua được hân hoan cho chính mình hay cho người khác. Hạnh phúc và vui thú là trôi **húc** vào thời gian. Chỉ trong tự do tổng thể hân hoan mới hiện diện. Vui thú, giống như hạnh phúc, bạn có thể tìm kiếm, và tìm được, trong nhiều phương cách. Nhưng chúng **ấn**, và đi. Hân hoan, ý thức lạ thường của hân hoan đó không có động cơ. Bạn không thể tìm kiếm nó. Ngay khi nở đó, tùy thuộc vào chất lượng cái trí của bạn, nó vẫn duy trì không thời gian, không nguyên nhân, và là một sự việc không thể đo lường được bởi thời gian. Thiên định không là sự theo đuổi vui thú và sự tìm kiếm hạnh phúc. Trái lại, thiên định là một trạng thái của cái trí không có khái niệm hay qui ước, và thế là tự do tổng thể. Chỉ với một cái trí như thế hân hoan này mới hiện diện không cần tìm kiếm và không cần mời mọc. Ngay khi nở đó, mặc dù bạn có lẽ sống trong thế giới cùng mọi nhố nhăng, vui thú và tàn bạo của nó, chúng sẽ không tác động đến cái trí đó. Ngay khi nó ở đó, xung đột kết thúc. Nhưng kết thúc xung đột không nhất thiết là tự do tổng thể. Thiên định là một chuyển động của cái trí trong tự do này. Trong sự bùng nổ của hân hoan này hai mắt được chuyển thành hồn nhiên, và lúc đó tình yêu là phước lành.

THIÊN ĐỊNH – *Phần 11*

Thiên định không chỉ là sự kiểm soát cơ thể và sự suy nghĩ, nó cũng không là một hệ thống hít vào và thở ra. Cơ thể phải bất động, lạnh mạnh và không căng thẳng; tánh nhạy cảm của cảm thấy phải được mài bén và duy trì; và cái trí cùng tất cả huyền thuyên, những lo âu và những tìm kiếm của nó phải kết thúc, không phải người ta bắt đầu từ nơi cơ thể, nhưng trái lại chính cái trí cùng những quan điểm, những thành kiến, tánh tư lợi của nó phải được lưu tâm trước tiên. Khi cái trí được lạnh mạnh, đầy sức sống và hăng hái, lúc đó cảm thấy sẽ được tăng thêm và sẽ rất nhạy cảm. Và rồi thì cơ thể, cùng tánh thông minh tự nhiên riêng của nó mà đã không bị làm hư hỏng bởi thói quen và sở thích, sẽ vận hành như nó nên là.

Vì vậy người ta phải khởi sự nơi cái trí chứ không phải nơi cơ thể, cái trí là sự suy nghĩ và vô số những diễn tả của sự suy nghĩ. Thuần túy tập trung làm cho sự suy nghĩ chật hẹp, bị giới hạn và không thường hằng, nhưng tập trung hiện diện như một sự việc tự nhiên khi có một nhận biết những phương cách của sự suy nghĩ. Nhận biết không hiện diện bởi người suy nghĩ mà chọn lựa và loại bỏ, bám chặt và hắt hủi. Nhận biết này không có chọn lựa và là cả bên ngoài lẫn bên trong; nó là một dòng chảy qua lại giữa bên ngoài và bên trong, vì vậy sự phân chia giữa bên ngoài và bên trong kết thúc. Sự suy nghĩ hủy hoại cảm thấy, cảm thấy là tình yêu. Sự suy nghĩ chỉ có thể trao tặng vui thú, và trong theo đuổi vui thú tình yêu bị gạt đi. Vui thú về ăn, về uống, có sự tiếp tục của nó trong sự suy nghĩ, và chỉ kiểm soát hay kiềm chế vui thú này mà sự suy nghĩ đã tạo ra không có ý nghĩa gì

cả; nó chỉ có thể tạo ra nhiều hình thức khác nhau của xung đột và ép buộc.

Sự suy nghĩ, là vật chất, không thể tìm được cái vượt khỏi thời gian, bởi vì sự suy nghĩ là ký ức, và trải nghiệm trong ký ức đó cũng chết rồi như chiếc lá của mùa thu vừa qua.

Trong nhận biết tất cả điều này sự chú ý hiện diện, mà không là sản phẩm của không chú ý. Chính bởi không chú ý đã sai khiến những thói quen vui thú của cơ thể và làm giảm bớt cường độ của cảm thấy. Không chú ý không thể chuyển thành chú ý. Nhận biết không chú ý là chú ý.

Thấy toàn qui trình phức tạp này là thiên định và chỉ từ đó mới sáng tạo trật tự trong hỗn loạn này. Trật tự này là tuyệt đối như trật tự trong toán học, và từ trật tự này có hành động mà là đang làm ngay tức khắc. Trật tự không là sắp xếp, trình bày và cân đối; những thứ này xảy ra sau đó trễ hơn nhiều. Trật tự hiện diện từ một cái trí không bị làm rối loạn bởi những sự việc của sự suy nghĩ. Khi sự suy nghĩ bật tầm có trống không, mà là trật tự.

Bản dịch 2005 – Sửa lại 2008

Sửa lại 13:18 ngày 5 tháng 3 năm 2013

‘QUAN SÁT KHÔNG “CÁI TÔI’
OBSERVING WITHOUT THE ‘ME’
(Dịch: tháng giêng 2013)

Nói chuyện trước công chúng lần thứ nhất bởi J. Krishnamurti

*Brockwood Park, England
Ngày 5 tháng chín năm 1970*

Nhìn ngắm về chính tôi mà không có bất kỳ công thức nào – liệu người ta có thể thực hiện điều đó? Ngược lại, chắc chắn bạn không thể học hành về chính bạn. Nếu tôi nói, tôi ganh tị, chính sự diễn đạt bằng từ ngữ về sự kiện đó, hay về cảm thấy đó, đã quy định nó rồi. Vì vậy, tôi không thể thấy bất kỳ thứ gì rõ ràng hơn trong nó . . .

Lúc này, câu hỏi là: liệu cái trí có thể được tự do khỏi hoạt động tự cho mình là trung tâm này? Đúng chứ? Đó là câu hỏi thực sự, không phải liệu nó là hay không là như thế. Mà có nghĩa liệu cái trí có thể đứng một mình, không bị ảnh hưởng? Một mình, sống một mình không có nghĩa sự cô lập. Thưa bạn, hãy nhìn kìa: khi người ta hoàn toàn phủ nhận tất cả những vô lý của quốc tịch, những vô lý của tuyên truyền, của sự truyền bá thuộc tôn giáo, phủ nhận những kết luận thuộc bất kỳ loại nào, một cách thực sự, không phải lý thuyết, hoàn toàn gạt đi, bởi vì đã hiểu rõ rất sâu thẳm nghi vấn của vui thú và sợ hãi, và sự phân chia – ‘cái tôi’ và ‘cái không tôi’ – liệu còn bất kỳ hình thức nào của cái tôi?

Quả là sung sướng khi sáng nay thật dễ thương. Một bầu trời trong sáng và vùng quê tuyệt vời. Nhưng tôi nghĩ rằng đây không là một giải trí cuối tuần. Chủ đề chúng ta sắp nói chuyện rất quan trọng, và có lẽ sau khi tôi khơi mào một

chút ít, cùng nhau chúng ta sẽ nói chuyện, bàn luận, đối thoại về chủ đề.

Tôi không hiểu bạn cảm thấy như thế nào về điều gì đang xảy ra trong thế giới, trong môi trường của chúng ta, văn hóa và xã hội của chúng ta. Đối với tôi dường như có quá nhiều hỗn loạn, quá nhiều mâu thuẫn và quá nhiều đấu tranh lẫn chiến tranh, hận thù lẫn đau khổ. Và những người lãnh đạo khác nhau, cả chính trị lẫn tôn giáo, cố gắng tìm ra một đáp án hoặc trong học thuyết nào đó, hoặc trong niềm tin nào đó, hoặc trong sự trung thành thuộc văn hóa. Và dường như không sự việc nào giải quyết được những vấn đề. Những vấn đề của chúng ta tiếp tục vô tận. Và trong bốn nói chuyện trong cái đầu này cùng hai bàn luận sắp sửa diễn ra, nếu chúng ta có thể dư thừa nghiêm túc để thâm nhập nghi vấn của làm thế nào sáng tạo, không những trong sống hàng ngày nhưng còn cả trong xã hội, một cách mạng, không phải cách mạng thuộc vật chất bởi vì điều đó chỉ dẫn đến sự chuyên chế và sự kiểm soát chặt chẽ của hệ thống chức sắc. Nếu chúng ta có thể tự khám phá một cách thăm thẳm cho chúng ta điều gì phải thực hiện, không phụ thuộc bất kỳ uy quyền nào, kể cả uy quyền của người nói, hay phụ thuộc một quyển sách, một triết lý, bất kỳ khuôn mẫu cư xử có sắp xếp nào, nhưng thực sự khám phá, một cách kiên định, nếu người ta có thể, phải thực hiện điều gì cho tất cả sự hỗn loạn này, sự đấu tranh này, sống lạ lùng đạo đức giả mâu thuẫn mà người ta đang sống.

Đối với tôi, có vẻ khá rõ ràng rằng muốn quan sát phải có sự tự do. Không chỉ hiện tượng bên ngoài, nhưng còn cả quan sát điều gì đang xảy ra bên trong chính chúng ta, quan sát mà không có bất kỳ thành kiến nào, không có bất kỳ thiên vị nào,

nhưng thâm nhập rất cẩn thận, một cách tự do, toàn qui trình của suy nghĩ của chúng ta và hoạt động của chúng ta, những vui thú, những sợ hãi của chúng ta, và tất cả những sự việc mà chúng ta đã xây dựng quanh chúng ta, không những phía bên ngoài nhưng còn cả trong chính chúng ta như một hình thức của kháng cự, những đòi hỏi ép buộc, những tẩu thoát và vân vân. Nếu chúng ta có thể thực hiện điều đó một cách kiên trì, bằng chú ý tổng thể, để tự khám phá cho chính chúng ta một cách sống không mâu thuẫn, vậy thì có lẽ những nói chuyện này sẽ xứng đáng. Ngược lại, nó sẽ chỉ là một giảng thuyết khác, một giải trí khác, hay ho hoặc nhằm chán, hợp lý hoặc vô lý và vân vân. Vì vậy, liệu chúng ta có thể hoàn toàn trao trọn thân tâm đang hiện diện của chúng ta vào nghi vấn, để quan sát một cách hiệp thông điều gì đa ng xảy ra, cả bên ngoài lẫn bên trong.

Lúc này, đối với tôi, dường như sự khó khăn trong quan sát nằm ở khả năng để quan sát, để thấy những sự việc sự vật như chúng là, không phải như chúng ta muốn chúng là, hay cái gì chúng nên là, nhưng thực sự điều gì đang xảy ra. Quan sát như thế có kỷ luật riêng của nó, không phải kỷ luật của bắt buộc, của ép buộc, của tuân phục nhưng chính quan sát như thế sáng tạo kỷ luật riêng của nó, không bị áp đặt, không bị tuân phục bất kỳ khuôn mẫu riêng nào, mà hàm ý sự kiềm chế, nhưng quan sát. Rất cuộc, khi bạn quan sát cái gì đó rất trực tiếp, hay lắng nghe người nào đó rất hiệp thông, chính đang lắng nghe và đang thấy đó, trong nó được hàm ý sự chú ý. Và nơi nào có chú ý có kỷ luật, mà không bị kỷ luật. Nếu điều đó rõ ràng, mẫu chốt kế tiếp là, trong quan sát luôn luôn có người quan sát. Người quan sát mà, cùng những thành kiến của anh ấy, cùng những quy định của anh ấy, cùng những sợ hãi và tội lỗi của anh ấy và mọi chuyện còn lại của

nó, anh ấy là người quan sát, người kiểm duyệt, và qua hai mắt của anh ấy, anh ấy nhìn, và thế là anh ấy thực sự không đang nhìn gì cả, anh ấy chỉ đang kết luận bị đặt nền tảng trên những trải nghiệm và hiểu biết thuộc quá khứ của anh ấy. Những trải nghiệm, những kết luận và hiểu biết thuộc quá khứ, thực sự ngăn cản đang nhìn. Và trong trường hợp đó, có một người quan sát như thế và cái gì anh ấy quan sát là cái gì đó khác biệt, hay cái gì đó mà anh ấy phải kiểm soát, hay thay đổi và vân vân; ngược lại nếu người quan sát là vật được quan sát – tôi nghĩ đây thực sự là một mâu chốt cơ bản cần phải hiểu rõ, thực sự là một mâu chốt rất quan trọng cần phải hiểu rõ nếu chúng ta muốn bàn luận bất kỳ chủ đề nào một cách nghiêm túc: rằng trong chúng ta có sự phân chia này, sự mâu thuẫn này, người quan sát và nhiều mảnh mà anh ấy quan sát. Nhiều mảnh tạo thành ‘cái tôi’, cái ngã, tánh cá nhân, bất kỳ thứ gì bạn thích gọi nó, nhiều mảnh đó. Và một trong nhiều mảnh trở thành người quan sát, hay người kiểm duyệt, và mảnh đó quan sát nhiều mảnh còn lại. Làm ơn hay thực hiện điều này khi chúng ta đang nói chuyện, không phải đồng ý hay không đồng ý, nhưng quan sát sự kiện này mà đang diễn ra trong chính người ta; nó hứng thú lạ thường và khá vui vui nếu bạn thâm nhập nó rất, rất nghiêm túc.

Chúng ta được tạo thành từ *nhiều* mảnh, mỗi mảnh đang mâu thuẫn phần còn lại. Cả ngôn ngữ, thực tế lẫn lý thuyết. Những ham muốn mâu thuẫn, những theo đuổi, những tham vọng mâu thuẫn mà phủ nhận tình yêu, ân cần và vân vân – người ta nhận biết nhiều mảnh này. Và ai là người quan sát mà quyết định anh ấy nên làm gì, anh ấy nên suy nghĩ gì, anh ấy nên trở thành gì? Chắc chắn, một trong nhiều mảnh. Anh ấy trở thành người phân tích, anh ấy đảm trách uy quyền. Một mảnh, trong số nhiều mảnh khác, đảm đương quyền kiểm duyệt, và anh ấy trở thành người hành động,

người thực hiện, đang ép buộc nhiều mảnh còn lại phải tuân phục và thế là tạo ra sự mâu thuẫn. Tôi không hiểu liệu chúng ta thấy điều này rất rõ ràng. Vậy thì người ta sẽ làm gì, khi biết rằng hầu hết chúng ta đều được tạo thành từ nhiều mảnh này, mảnh nào sẽ hành động? Hay tất cả nhiều mảnh sẽ hành động? Bạn đang theo kịp? Hay hành động bởi bất kỳ một trong nhiều mảnh này tạo ra xung đột, mâu thuẫn và thế là hỗn loạn. Đúng chứ? Liệu chúng ta đang chuyển tải cùng nhau? Đang chuyển tải có nghĩa đang suy nghĩ cùng nhau. Không những bằng từ ngữ, nhưng cùng nhau đang hiểu rõ, cùng nhau đang thâm nhập, cùng nhau đang sáng tạo. Một mảnh tin tưởng thượng đế, hay không tin tưởng thượng đế, và một mảnh khác muốn một an toàn, không những an toàn vật chất nhưng còn cả an toàn tâm lý. Một mảnh bị sợ hãi, và một mảnh khác cố gắng chế ngự sợ hãi đó. Khi thấy sự mâu thuẫn lạ lùng này trong chính chúng ta, người ta sẽ làm gì? Nhiều mảnh không thể được hiệp thông, mà hàm ý có một người hiệp thông. Đúng chứ? Đó là, người hiệp thông trở thành một mảnh khác. Vì vậy, nó không là hiệp thông, nó không là một mảnh mà đảm trách một vị trí cao cấp như cái tôi cao hơn, hay cái vật thông minh nhất và điều phối mảnh còn lại. Hay một mảnh mà cảm thấy cảm xúc mãnh liệt và cố gắng vận hành theo những giới hạn của cảm xúc đó. Vì vậy, khi đang thấy điều này rất rõ ràng, hành động mà sẽ là tổng thể, mà sẽ không mâu thuẫn, là gì? Và ai đang thấy tổng thể của nhiều mảnh đó? Liệu nó là một mảnh khác mà nói, ‘Tôi quan sát tất cả nhiều mảnh còn lại?’ Chúng ta đang cùng nhau chuyển động? Hay chỉ có quan sát mà không có người quan sát. Liệu chúng ta đang cùng nhau thâm nhập? Bạn hiểu rõ câu hỏi của tôi?

Liệu có một quan sát, đang thấy, mà không có ‘cái tôi’ như người quan sát đang thấy? Và vì vậy đang tạo ra một phân hai, một phân chia. Đó thực sự là vấn đề của chúng ta, đúng chứ, một cách cơ bản? Chúng ta đã phân chia thế giới, thế giới địa lý, như người Anh, người Pháp, người Ấn, người Mỹ, người Nga và vân vân, và phía bên trong chúng ta đã phân chia thế giới một cách tâm lý, những người mà tin tưởng và những người mà không tin tưởng, quốc gia của tôi, quốc gia của bạn, thượng đế của tôi, thượng đế của bạn và mọi chuyện còn lại của nó. Và sự phân chia này đã tạo ra những chiến tranh. Và một người muốn sống hoàn toàn an bình, không những với anh ấy những còn với thế giới, phải hiểu rõ sự phân chia này, sự tách rời này. Và liệu sự suy nghĩ có thể tạo ra sự quan sát tổng thể, nguyên vẹn này? Tôi không hiểu liệu chúng ta đang thâm nhập cùng nhau trong câu hỏi này?

Ai chịu trách nhiệm cho sự phân chia này? Những người Thiên chúa giáo, những người Tin lành giáo, những người Cộng sản, những người Xã hội, những người Hồi giáo, những người Ấn giáo? Bạn theo sát? Sự phân chia này mà đang diễn ra bên trong, phía bên ngoài và phía bên trong – ai chịu trách nhiệm? Giáo hoàng? Hồng y? Những người chính trị? Nó là ai? Liệu nó là sự suy nghĩ? Mảnh trí năng? Liệu sự suy nghĩ có thể quan sát mà không có sự phân chia? Bạn theo sát? Chúng ta quan sát – hay sự suy nghĩ quan sát – tất cả nhiều nhân tố của sự phân chia này; và liệu không phải chính sự suy nghĩ này mà đã tạo ra sự phân chia này, mảnh trí năng? Và mảnh trí năng là một trong những phân chia, một trong những tách rời và mảnh trí năng đó đã trở thành quan trọng cực kỳ, mà là sự suy nghĩ. Đúng chứ? Đối với chúng ta, sự suy nghĩ là vật quan trọng lạ lùng nhất, mảnh trí năng. Và

chúng ta hy vọng giải quyết tất cả những vấn đề thuộc sống của chúng ta nhờ vào sự suy nghĩ, đúng chứ? Bằng cách suy nghĩ về một vấn đề, cố gắng kiểm chế nó hay trao cho nó sự quan trọng nhất. Sự suy nghĩ là nhân tố, là dụng cụ, mà luôn luôn đang quan sát. Đúng chứ?

Lúc này đó là, sự suy nghĩ là một trong nhiều mảnh. Bạn không sống bởi sự suy nghĩ, bạn có những cảm thấy của bạn, những sở thích của bạn, những vui thú của bạn. Vì vậy, nếu sự suy nghĩ nuôi dưỡng mâu thuẫn, như cái của bạn và cái của tôi, như thiên đàng và địa ngục và vân vân. Vậy thì làm thế nào chúng ta sẽ quan sát, thấy, nếu không có cái mảnh đó mà chúng ta gọi là sự suy nghĩ. Tôi không hiểu liệu có khi nào bạn đặt ra câu hỏi này cho chính bạn. Rốt cuộc, sự suy nghĩ là sự phản hồi của quá khứ, những kỷ niệm. Không bao giờ sự suy nghĩ được tự do, và cùng sự suy nghĩ đó, cùng dụng cụ đó, luôn luôn chúng ta quan sát sống, luôn luôn đang phản ứng sự thách thức bởi sự suy nghĩ. Lúc này, liệu chúng ta có thể quan sát bằng hai mắt, bằng một cái trí mà không bị định hình bởi sự suy nghĩ? Đó là, liệu chúng ta có thể quan sát mà không có bất kỳ kết luận nào, mà không có bất kỳ thành kiến nào, mà không có cam kết vào bất kỳ lý thuyết hay hành động đặc biệt nào? Mà có nghĩa quan sát bằng hai mắt đã học hành về nhiều nhân tố, nhiều mảnh này, mà đã cấu thành 'cái tôi'. Đó là, chừng nào còn không có hiểu rõ về chính mình, chừng nào tôi còn không biết về chính tôi một cách tổng thể, nguyên vẹn, tôi phải vận hành trong những mảnh. Và làm thế nào quan sát về chính tôi, làm thế nào học hành về chính tôi, mà không có người kiểm duyệt đang can thiệp trong sự quan sát. Liệu chúng ta đang thâm nhập cùng nhau?

Nhìn kìa, tôi muốn học hành về chính tôi bởi vì tôi thấy điều đó quan trọng vô cùng nếu tôi muốn hoàn toàn hiểu rõ thế giới, hành động và một cách sống mới mẻ. Tôi phải hiểu rõ về chính tôi – không lệ thuộc vào người triết lý, người tâm lý nào đó, dù có học thức bao nhiêu. Tôi muốn học hành về chính tôi như tôi thực sự là gì, mà không có bất kỳ biến dạng nào, mà không kèm chế bất kỳ thứ gì, tôi là gì, cả nhận biết lẫn không nhận biết được. Tôi muốn biết về chính tôi một cách tổng thể. Lúc này, tôi phải học hành như thế nào? Tôi sẽ học hành về tôi là gì như thế nào? Muốn học hành phải có một đam mê nào đó, nhiều hiểu kỳ, mà không có bất kỳ giả thuyết nào, không đang chấp nhận mọi thứ vì quen thuộc; nhìn ngắm về chính tôi mà không có bất kỳ công thức nào. Liệu người ta có thể thực hiện điều đó? Ngược lại, chắc chắn bạn không thể học hành về chính bạn. Nếu tôi nói, ‘tôi ganh tị,’ chính sự diễn đạt bằng từ ngữ của sự kiện đó, hay của cảm thấy đó, đã bị quy định rồi. Đúng chứ? Thế là, tôi không thể thấy bất kỳ thứ gì sâu thẳm hơn trong nó. Vì vậy, phải có một học hành về sự sử dụng của những từ ngữ, không phải bị trói buộc trong những từ ngữ, và nhận ra rằng từ ngữ, sự diễn tả, không là vật được diễn tả hay sự vật đó.

Thế là, muốn nhìn ngắm, muốn học hành về chính người ta phải có sự tự do khỏi tất cả những kết luận. Tôi trông xấu xí, tôi không muốn nhìn ngắm về chính tôi. Tôi không biết tôi sẽ khám phá điều gì trong chính tôi. Tôi sợ hãi nhìn ngắm về chính tôi. Bạn biết tất cả những sự việc mà chúng ta đã đề cập. Vì vậy liệu người ta có thể quan sát mà không có bất kỳ ý thức của phê bình nào? Bởi vì nếu có sự phê bình, nó chính là một trong nhiều mảnh mà đã bị tập hợp, mà đã bị quy định bởi một văn hóa hay xã hội đặc biệt mà nó sống trong đó. Nếu bạn là một người Thiên chúa giáo, bạn bị quy định – hai

ngàn năm của truyền bá đã quy định cái trí của bạn và cùng cái trí đó bạn quan sát. Và trong sự quan sát đó có sẵn sự chỉ trích, sự bênh vực, vì vậy bạn không học hành. Đúng chứ? Hành động của học hành hàm ý phải có sự tự do khỏi quá khứ. Chắc chắn.

Lúc này, ở đây chúng ta đang cùng nhau học hành, và liệu người ta được tự do khỏi văn hóa mà đã quy định cái trí? Được sinh ra như một người Ấn giáo hay một người Hồi giáo, thuộc hàng thế kỷ của truyền bá – đừng làm điều này, làm điều này, tin tưởng cái này, đừng tin tưởng cái kia – đã quy định cái trí. Và một cái trí như thế nói, ‘Tôi sẽ học hành về chính tôi.’ Nó không nhận ra rằng nó bị quy định, và một cái trí bị quy định không thể học hành. Vì vậy, nó phải được tự do khỏi tất cả những quy định của nó; tôi không hiểu liệu bạn đang thâm nhập tất cả điều này? Đúng chứ? Bạn biết điều đó hàm ý gì khi bạn nói, ‘Vâng, chúng ta là’? Không là một người Anh, hay một người Pháp, không phụ thuộc vào bất kỳ tôn giáo nào, không có bất kỳ thành kiến nào, không đến được bất kỳ kết luận nào, mà có nghĩa tự do. Và chỉ một cái trí như thế mới có thể học hành về chính nó. Vì vậy, người ta phải nhận biết tình trạng bị quy định của người ta? Vậy thì vấn đề nảy sinh: ai nhận biết tình trạng bị quy định? Bạn theo kịp? Chỉ có tình trạng bị quy định, không, nhận biết tình trạng bị quy định. Tôi không hiểu liệu bạn thấy điều này? Khoảnh khắc tôi nhận biết tình trạng bị quy định của tôi, có một phân hai, đúng chứ? Tôi, người nhận biết tình trạng bị quy định riêng của tôi và thế là cái người nhận biết mong muốn thay đổi tình trạng bị quy định của anh ấy, đập tan nó, được tự do khỏi nó. Thế là mong muốn đó tạo ra xung đột. Đúng chứ? Chắc chắn, tất cả phân chia tạo ra xung đột. Đúng chứ? Thưa bạn, hãy quan sát, người Thiên chúa giáo và

người Tin lành giáo, bạn đã có một ví dụ rành rành. Chắc chắn, bất kỳ phân chia nào phải tạo ra mâu thuẫn, xung đột và đấu tranh. Nếu tôi nói, ‘Tôi sẽ nhận biết tình trạng bị quy định của tôi,’ ngay tức khắc phải có một mâu thuẫn, một tách rời. Vì vậy, nhận biết tình trạng bị quy định của người ta. Bạn thấy? Tôi sắp sửa nhận biết tình trạng bị quy định của tôi là một việc. Và việc khác là nhận biết nó. Không bằng từ ngữ, bởi vì từ ngữ không là sự việc, và thế là nhận biết thực sự nó. Liệu bạn có thể thực hiện điều này? Không phải rằng đây là trị liệu, hay phân tích theo nhóm – vì Chúa, không tất cả những mớ lộn xộn này – nhưng thực sự, liệu người ta đang nhận biết tình trạng bị quy định này? Nhận biết rằng tôi là một người Ấn giáo. Nhận biết hàm ý đang nhìn ngắm, đang quan sát, mà không có bất kỳ chọn lựa nào. Khoảnh khắc bạn có sự chọn lựa, nó là một tách rời.

Vì vậy, liệu bạn có thể quan sát về chính bạn mà không có bất kỳ hình ảnh nào của chính bạn? Hình ảnh của chính bạn là tình trạng bị quy định. Đúng chứ? Và quan sát không có bất kỳ hình ảnh nào, có nghĩa tôi không biết tôi là gì, tôi sắp sửa tìm ra. Trong đó không có giả thuyết, không có kết luận, thế là cái trí được tự do để quan sát, để học hành. Đúng chứ? Nhưng trong đang học hành, khoảnh khắc bạn có một tích lũy bạn đã không còn học hành. Nhìn kia, thưa bạn, giả sử tôi đã quan sát về chính tôi và tôi thấy tôi là cái này, như một sự kiện, và từ sự quan sát đó tôi đã học hành điều gì đó về chính tôi. Đã học hành điều gì đó về chính tôi là quá khứ. Đúng chứ? Cùng hiểu biết quá khứ đó tôi sắp sửa quan sát, thế là tôi không còn quan sát. Nó chỉ là quá khứ mà đang quan sát. Đúng chứ? Vì vậy liệu tôi có thể, liệu cái trí có thể quan sát mà không đang tích lũy? Bạn hiểu rõ vấn đề? Đầu tiên quan sát vấn đề, không phải sẽ làm gì. Khi bạn hiểu rõ vấn đề một

cách rõ ràng, hành động trôi chảy một cách tự nhiên. Tôi quan sát về chính tôi và qua sự quan sát đó tôi đã học hành điều gì đó. Sau khi đã học hành, tôi quan sát thêm nữa. Khi đã học hành nhiều thêm, tôi tiếp tục quan sát, thế là người quan sát trở thành người phân tích. Đúng chứ? Đúng chứ? Làm ơn thấy điều này. Chúng ta hãy thâm nhập. Người quan sát, người phân tích, là kết quả của nhiều sự việc mà anh ấy đã học hành về chính anh ấy, và cùng hai mắt của quá khứ, như người phân tích, như người đã tích lũy hiểu biết, anh ấy tìm hiểu, anh ấy nhìn ngắm, anh ấy học hành. Thế là quá khứ luôn luôn đang cố gắng học hành điều gì đang xảy ra trong hiện tại. Liệu điều này rõ ràng?

Vì vậy, liệu có thể có một đang học hành, đó là, đang nhìn ngắm, đang quan sát, mà không có bất kỳ ý thức của tích lũy, để cho cái trí luôn luôn trong sáng khi học hành? Chỉ một cái trí như thế mới là một cái trí tự do. Vì vậy, liệu cái trí có thể được tự do khỏi sự suy nghĩ trong đang học hành, đang nhìn ngắm? Bởi vì bạn thấy, người ta muốn học hành, một cách tự nhiên, khi thấy bản chất thoáng chó c thuộc sống của chúng ta, sự cạn kiệt của vui thú được làm sống lại bởi sự suy nghĩ, được cho sự tiếp tục bởi sự suy nghĩ, khi thấy mọi thứ kết thúc như thế nào, người ta muốn khám phá liệu có bất kỳ cái gì mà vượt khỏi, mà thăng hoa, mà là cái gì đó khác hẳn lẽ thói hàng ngày này, nhằm chán hàng ngày này, lặn tâm hàng ngày này, lo âu hàng ngày này. Rốt cuộc, đó là điều gì những tôn giáo hứa hẹn: tìm kiếm thượng đế, thương yêu thượng đế. Nhưng muốn học hành liệu có bất kỳ cái gì vượt khỏi sự suy nghĩ, vượt khỏi mảnh trí năng, vượt khỏi lẽ thói, người ta phải được tự do khỏi những niềm tin, đúng chứ? Mà không có nghĩa bạn trở thành những người không tin tưởng. Những

người không tin tưởng và những người tin tưởng đều giống hệt nhau.

Rất nghiêm túc, tôi muốn khám phá liệu có cái gì đó mà vượt khỏi ‘cái gì là’, mà có nghĩa cái trí phải tuyệt đối được tự do khỏi sự sợ hãi, ngược lại sự sợ hãi sẽ chiếu rọi cái gì đó mà sẽ trao tặng nó một thanh thân. Vì vậy, tôi phải học hành tất cả về sự sợ hãi, cái trí phải đang thâm nhập vào toàn vấn đề khủng khiếp này của sự sợ hãi. Nếu cái trí muốn khám phá bất kỳ cái gì mà vượt khỏi tưởng tượng, thần thoại, biểu tượng, con người đã chiếu rọi như thượng đế, cái trí phải được tự do khỏi tất cả điều đó để khám phá. Và nó không thể khám phá ~~liệu~~ có bất kỳ hình thức nào của sự sợ hãi. Và chúng ta là những con người bị sợ hãi. Vậy là, liệu cái trí có thể học hành toàn bản chất của sự sợ hãi, không chỉ những sợ hãi bên ngoài ~~nhưng~~ còn cả những sợ hãi bám rễ sâu mà chúng ta không nhận biết?

Thế là, từ đó nảy sinh câu hỏi: Làm thế nào những sợ hãi sâu thẳm được bộc lộ, được phơi bày? Bạn đang thâm nhập tất cả điều này? Liệu nó sẽ được phơi bày qua sự phân tích, mà có nghĩa người phân tích, mà có nghĩa một mảnh sắp sửa phân tích. Hay tất cả những sợ hãi được khám phá qua những giấc mơ, và đó là con ~~đường~~ rất nguy hiểm, khám phá trong những giấc mơ chúng ta là gì bởi vì những giấc mơ chỉ là sự tiếp tục của điều gì chúng ta là suốt sống hàng ngày, những tiếng đồng hồ thức giấc? Không phải à? Liệu tất cả điều này đã quá dư thừa cho một buổi sáng?

Khán giả: Không.

K: Tốt. Vì vậy làm thế nào cái trí, mà đã bị phân chia trong chính nó như tầng ý thức bên ngoài và tầng ý thức bên trong,

mà lại nữa là một phân chia, thế là mâu thuẫn, làm thế nào cái trí sẽ nhận biết tổng thể cấu trúc và bản chất của ý thức này? Cái tôi? Bạn theo kịp chứ? Mà không phân chia. Và có những phần giấu giếm trong cái trí, sâu thẳm trong những ngõ ngách tối tăm nhất thuộc những cái trí của chúng ta, mọi loại sự việc đang xảy ra. Không có gì lạ lùng, nó cũng xuẩn ngốc như cái trí bên ngoài, những sự việc của tầng ý thức bên ngoài. Vì vậy, làm thế nào tất cả điều đó sẽ được phơi bày? Chắc chắn, không phải sự phân tích. Đúng chứ? Nếu bạn thực sự thấy điều đó, những không thể được, những nguy hiểm, những giả dối của sự phân tích – tôi hy vọng không có những người phân tích ở đây, thật là xui xẻo nếu họ có mặt – nếu bạn thực sự thấy điều đó, vậy thì cái trí của bạn được tự do để quan sát mà không có sự phân tích. Tôi không hiểu liệu bạn thấy điều đó.

Nhìn kìa thưa bạn, chúng ta hãy rất đơn giản về điều này. Sự phân tích hàm ý thời gian, đúng chứ? Sự phân tích hàm ý người phân tích mà khác biệt vật được phân tích. Và liệu người phân tích khác biệt vật mà anh ấy muốn phân tích? Chắc chắn, cả hai đều là một, chỉ vì anh ấy, một mảnh, đã đảm đương nhiệm vụ, hiểu biết, giả thuyết rằng anh ấy khác biệt và anh ấy sắp sửa phân tích. Và mỗi phân tích phải hoàn tất. Đúng chứ? Nếu không, bạn mang những hiểu lầm thuộc phân tích của bạn sang phân tích kế tiếp. Thời gian, sự phân chia như người phân tích, mỗi phân tích phải được hoàn tất, được chấm dứt mỗi lần, mà là điều không thể được. Nếu bạn thấy sự thật của điều này, sự kiện thực sự của nó, vậy thì bạn được tự do khỏi nó, đúng chứ? Liệu bạn? Nếu bạn được tự do khỏi nó, vậy thì bạn có một cái trí hoàn toàn khác hẳn mà sắp sửa quan sát. Bạn thấy sự khác biệt? Nếu có sự tự do khỏi cái giả dối – và sự phân tích là cái giả dối – vậy thì cái trí của tôi

được tự do khỏi gánh nặng của cái đó mà đã là giả dối, thế là nó được tự do để quan sát.

Lúc này, liệu cái trí có thể quan sát tổng thể của ý thức mà không có bất kỳ phân chia nào như người quan sát đang quan sát cấu trúc tổng thể của ý thức? Tôi không hiểu liệu bạn đang thâm nhập tất cả điều này? Tất cả điều này đang trở nên quá phức tạp? Nếu nó phức tạp, sống là phức tạp. Và muốn học hành về chính người ta, người ta phải đối diện cái thực thể *phức tạp lạ thường* này được gọi là ‘cái tôi’. Bạn phải học hành về nó, và đó là điều gì chúng ta đang thực hiện, chúng ta đang nhận được sự giáo dục từ chính chúng ta.

Vì vậy, liệu cái trí có thể quan sát tổng thể của chính nó? Nhìn kìa, chúng ta là những con người – ít ra được giả sử là thế – chỉ do bởi chúng ta đã phân chia chính chúng ta thành những quốc tịch khác nhau, những niềm tin tôn giáo và văn vân. Khi bạn quan sát, đó là, khi bạn vượt khỏi tất cả những quốc tịch và những niềm tin tôn giáo, chúng ta là những con người hung hăng, bạo lực, tàn nhẫn, đang tìm kiếm vui thú, bị sợ hãi và vân vân, và chúng ta phải học hành về tất cả điều đó, mà là chính chúng ta. Và muốn học hành về chính chúng ta, chúng ta thấy rằng sự phân tích không trao tặng đáp án nào cả. Ngược lại, sự phân tích ngăn cản hành động, phủ nhận hành động. Vì vậy, liệu cái trí có thể quan sát tổng thể của chính nó, nhìn ngắm về chính nó mà không có bất kỳ phân chia nào? Vậy là, không có nhu cầu cho sự phân tích hay cho những sự việc giấu giếm được phơi bày. Bạn thấy sự việc tổng thể. Thế là, trong sự quan sát đó bạn có lẽ khám phá sự sợ hãi. Sợ hãi và vui thú là hai sự việc cơ bản trong chúng ta, hai động lực thúc đẩy, đang đòi hỏi nhiều hơn và nhiều hơn và nhiều hơn vui thú, và đang ngăn ngừa sợ hãi.

Đúng chứ? Lúc này, bạn làm gì với vui thú này? Bạn muốn nó nhiều hơn, chắc chắn – cả những vui thú thuộc cơ thể lẫn thuộc tâm lý. Và trong quan sát rất trực tiếp vui thú, người ta tự hỏi: nó là gì? Vui thú là gì? Làm ơn thưa các bạn, hãy bàn luận cùng tôi. Hiệp thông cùng nhau. Đối với bạn vui thú là gì? Sự cảm xúc thuộc cơ thể, những yếu tố thuộc tâm lý.

Người hỏi: Đối với tôi, vui thú là một tẩu thoát.

K: Đối với tôi, người bạn này nói, vui thú là một tẩu thoát. Tẩu thoát khỏi cái gì? Tôi đang tẩu thoát qua vui thú? Đang tẩu thoát khỏi sự sợ hãi không có vui thú? Làm ơn hãy nhìn ngắm nó. Làm ơn thưa các bạn, hãy nhìn ngắm về chính các bạn và các bạn sẽ khám phá rất đơn giản sự việc này. Hầu hết chúng ta đều đang theo đuổi vui thú, đúng chứ? Tại sao? Không phải rằng chúng ta nên hay không nên. Sẽ là vô lý để nói, ‘Đừng có vui thú’, khi bạn nhìn ngắm bầu trời và cây cối và vùng quê để thương có một hài lòng. Nhưng tại sao theo đuổi vui thú này?

Người hỏi: Tôi cảm thấy rằng tôi tự duy trì chính tôi trong theo đuổi vui thú.

K: Tự duy trì chính bạn? Ai là chính bạn? Vấn đề này còn phức tạp nhiều hơn điều đó. Làm ơn hãy thâm nhập nó chút ít. Trước hết chúng ta hãy rất rõ ràng rằng chúng ta có ý gì qua từ ngữ vui thú. Vui thú hoàn toàn khác hẳn hân hoan, đúng chứ? Không à? Khi bạn hân hoan, khi bạn suy nghĩ về nó, nó trở thành vui thú, đúng chứ?

Người hỏi: Vui thú là một kích thích.

K: Chắc chắn, một kích thích. Tất cả chúng ta đều biết vui thú xảy ra như thế nào. Nó là một kích thích. Được rồi. Làm ơn thâm nhập nó. Hãy nhìn ngắm vui thú mà bạn có. Và cũng vậy, tại những khoảnh khắc hiếm hoi bạn có hân hoan vô cùng. Sự bùng nổ đột ngột của hân hoan. Liệu có một khác biệt giữa hai? Nhìn kìa, bỗng nhiên bạn có, khi đang dạo bộ bạn cảm thấy hạnh phúc lạ thường, và khoảnh khắc bạn suy nghĩ về nó, nó tan biến. Không à? Không phải vậy sao? Tại khoảnh khắc của hân hoan vô cùng, không có người suy nghĩ. Người suy nghĩ chen vào và nói, ‘Tôi ước tôi có thể có lại khoảnh khắc lạ thường đó.’ Thế là, người suy nghĩ đã khiến cho hân hoan thành vui thú bằng cách suy nghĩ về nó. Không à? Vậy là, có một khác biệt giữa hân hoan và vui thú. Tôi đã có vui thú. Người nào đó nói điều gì vui vui. Tôi đã có vui thú ái ân. Tôi đã có vui thú trong kiếm được, trong thành công, trong tạo ra một tiếng tăm cho chính tôi. Và vui thú đó là cái gì đó khác hẳn ngây ngất, khác hẳn hân hoan. Không à?

Người hỏi: Hân hoan ở trong ngay lúc này.

K: Vâng, hân hoan ở trong ngay lúc này, vui thú là cái gì đó mà đã xảy ra ngày hôm qua và tôi muốn nó lặp lại ngày hôm nay. Tôi suy nghĩ về sự việc mà đã trao tặng vui thú cho tôi ngày hôm qua, và chính đang suy nghĩ về vui thú đó duy trì cái sự việc được gọi là vui thú ngày hôm qua. Không à? Thế là, sự suy nghĩ duy trì vui thú, đúng chứ? Và cũng vậy, sự suy nghĩ duy trì sợ hãi. Không à? Bạn không chắc chắn về điều đó sao? Tôi có lẽ mất việc làm của tôi, tôi trông không đẹp bằng bạn, không thông minh; tôi có lẽ chết ngày mai; tôi cô độc; tôi muốn được thương yêu; tôi có lẽ không được thương yêu, và vân vân. § suy nghĩ thực hiện cả hai công

việc, vừa duy trì lẫn không duy trì? – sợ hãi cũng như vui thú. Không à?

Thế là, bạn sẽ làm gì về nó? Chấm dứt sự suy nghĩ, vì biết rằng sự suy nghĩ nuôi dưỡng và duy trì và áp ứ hai điều này. Và để tẩu thoát khỏi khuôn mẫu này chúng ta trôi giạt. Đúng chứ? Chúng ta nương dựa thiên định, chúng ta hướng về Zen, chúng ta trồng cây – bạn biết rồi, trở thành người Cộng sản, người Xã hội. Ô, hàng tá việc. Để tẩu thoát khỏi khuôn mẫu này chúng ta tự nhiên mộ đạo lạ lùng, hay trần tục khủng khiếp, hay phản kháng trật tự đã được thiết lập, mà được hình thành bởi khuôn mẫu này. Và cái người mà phản kháng lại sáng chế cùng khuôn mẫu, cùng sự việc trong một khuôn mẫu khác. Anh ấy vẫn còn đang tìm kiếm vui thú, lẫn trốn sợ hãi.

Vậy thì, chúng ta phải làm gì? Bạn theo sát điều này? Bởi vì toàn cấu trúc tôn giáo được đặt nền tảng trên tẩu thoát khỏi điều này: tin tưởng cái gì đó tuyệt vời, luôn luôn suy nghĩ về nó. Nhưng cái sự việc khác cũng luôn luôn đang diễn ra. Thế là, có sự mâu thuẫn trong muốn được tự do khỏi nó, và tuy nhiên vẫn ở trong nó. Tôi không hiểu liệu bạn thấy tất cả điều này. Thế là, họ nói, ‘Kiểm chế sự suy nghĩ, kiểm soát sự suy nghĩ, giết chết cái trí’. Không à? Đó là ai mà sẽ kiểm chế sự suy nghĩ? Bạn thấy sự nguy hiểm?

Vì vậy, toàn qui trình của sự suy nghĩ đó không có ý nghĩa gì cả. Đúng chứ? Tôi không hiểu liệu bạn thấy tất cả điều này. Tất cả tẩu thoát đều không có ý nghĩa, dù tẩu thoát đó trong công việc xã hội, xem bóng đá, hay tham dự, đi nhà thờ nơi có một hình thức khác của sự giải trí. Vì vậy, nếu chúng ta không giải quyết vấn đề cơ bản này, đó là, học hành về tất cả nó, vậy thì chỉ lúc đó cái trí có thể được tự do khỏi nó. Mà có

nghĩa, liệu cái trí có thể quan sát những hình thức khác nhau của những vui thú, những kích thích và vãn vãn, và cũng cả tất cả những sợ hãi mà sự suy nghĩ đã nuôi dưỡng trong sự tìm kiếm an toàn của nó. Đúng chứ? Đó là, bộ não đòi hỏi rằng nó phải được tuyệt đối an toàn ngược lại nó không thể vận hành một cách thích hợp, một cách hiệu quả, một cách hợp lý, một cách thông minh. Đúng chứ? Bộ não, mà là kho lưu trữ của ký ức, trải nghiệm, hiểu biết, và bộ não đó cùng sự suy nghĩ của nó liên tục đang tìm kiếm an toàn, bảo đảm, vĩnh cửu. Và khi không kiếm được vĩnh cửu trong bất kỳ liên hệ nào – người chồng, người vợ, bạn biết rồi, sự liên hệ – vậy là nó cố gắng tẩu thoát trong hình thức nào đó của niềm tin, trong học thuyết nào đó, trong hình ảnh nào đó, trong học thuyết quốc gia, trong thượng đế. Bạn theo kịp chứ? Tẩu thoát.

Vì vậy, liệu cái trí có thể, khi biết tất cả điều này, đó là, đang học hành về tất cả điều này, mà là đang được giáo dục, đang tự giáo dục chính nó, không phải từ người nào khác, bởi vì không quyển sách nào có thể trao tặng bạn tất cả điều này, không người thầy, điều duy nhất là người ta phải học hành về chính người ta một cách tổng thể. Vậy thì, người ta không còn tự coi mình là trung tâm, vậy thì có lẽ người ta có thể quan sát hay thấy cái gì đó mà vượt khỏi tất cả điều này.

Lúc này, thưa các bạn, liệu chúng ta có thể hỏi, liệu chúng ta sẽ nói chuyện, bàn luận hay đặt ra câu hỏi?

***Người hỏi:** Cho phép tôi đăt ra một câu hỏi? Ông có thể giải thích cho tôi liệu tánh không ích kỷ là thực tế hay không thực tế?*

K: Liệu bạn có thể nói cho tôi liệu tánh không ích kỷ là thực tế hay không thực tế. Tôi không hiểu chúng ta có ý gì qua từ ngữ ‘thực tế’.

Người hỏi: Thực sự.

K: Thực sự. Vâng. Cần đến người nào đó giải thích cho tôi liệu tôi có tự coi mình là trung tâm hay không – sự kiện thực sự? Điều đó có nghĩa gì, tánh ích kỷ? Tự coi mình là trung tâm có nghĩa gì? Quan tâm về chính mình? Đúng chứ? Dù cái tôi đó đã đồng hóa cùng quốc gia, cùng một niềm tin, cùng một hệ thống chính trị, học thuyết đặc biệt, hay cái tôi đó đồng hóa cùng gia đình, nó vẫn còn là ‘cái tôi’. Đó là cái thực sự. Đó là ‘cái gì là’. Đó là điều gì chúng ta luôn luôn đang làm. Gia đình của tôi. Và trong đó cũng có một phân chia – tôi và gia đình của tôi. Tôi cùng những tham vọng của tôi, cùng những tham lam của tôi, cùng vị trí của tôi. Bạn theo kịp chứ? Và mọi người trong gia đình cũng đang theo đuổi cùng sự việc, đang cô lập lẫn nhau. Đúng chứ? Tất cả điều này là một hình thức của chủ nghĩa ích kỷ, đúng chứ? Đó là cái thực sự. Đó là điều gì đang xảy ra trong sống của chúng ta, hàng ngày. Tôi ưa thích những người nịnh nọt tôi, cho tôi sự thanh thản; tôi không ưa thích những người chê bai bất kỳ điều gì về niềm tin của tôi. Bạn biết rồi, toàn sự việc đã trở thành quá ngô nghê.

Lúc này, câu hỏi là: Liệu cái trí có thể được tự do khỏi hoạt động ích kỷ này? Đúng chứ? Đó thực sự là câu hỏi. Không phải liệu nó là hay không là như thế. Mà có nghĩa liệu cái trí có thể đứng một mình, không bị ảnh hưởng? Một mình, đang một mình không có nghĩa sự cô lập. Thưa bạn, nhìn kìa: khi người ta hoàn toàn phủ nhận tất cả những vô lý của quốc tịch,

những vô lý của tuyên truyền, của sự truyền bá tôn giáo, phủ nhận những kết luận thuộc bất kỳ loại nào, một cách thực sự, không phải lý thuyết, hoàn toàn gạt đi, đã hiểu rõ rất thâm thẳm nghi vấn của vui thú và sợ hãi, và phân chia – ‘cái tôi’ và ‘cái không tôi’ – liệu còn có bất kỳ hình thức nào của cái tôi?

Vì vậy, người ta phải tuyệt đối được tự do khỏi tất cả điều này để khám phá sống một sống mà trong nó không có sợ hãi là gì. Nhưng bất hạnh thay, đối với hầu hết chúng ta, bạn thấy, chúng ta không có thời gian và cũng không có khuynh hướng theo đuổi điều này thẳng đến tận cùng. Hoặc là, xin lỗi, chúng ta có nhiều thời gian nhưng chúng ta lại không muốn thực hiện điều này bởi vì chúng ta sợ hãi điều gì có lẽ xảy ra. Bạn thấy, tôi có những trách nhiệm với gia đình của tôi, tôi không thể trở thành một thầy tu. Bạn theo kịp chứ? Tất cả những biện hộ mà người ta tuôn ra, mà có nghĩa chúng ta không muốn khám phá làm thế nào sống không còn đau khổ. Và muốn học hành về nó, người ta phải trở nên nhận biết về chính người ta một cách lạ thường, không chọn lựa.

***Người hỏi:** Tôi xin phép đặt ra một câu hỏi? Nếu người ta có thể, cùng nhận biết không chọn lựa mà ông nói, thực sự biết những mảnh trong chính người ta, liệu xung đột của đang thấy nhiều mảnh này sẽ tan biến?*

K: Liệu xung đột trong mọi hình thức sẽ tan biến nếu người ta nhận biết? Bạn biết nhận biết có nghĩa gì? Chúng ta đừng khiến cho nó thành một điều quá phức tạp – nhận biết, thấy. Thấy bầu trời, những cái cây, bãi cỏ xanh tươi, thấy vẻ đẹp của tất cả thứ đó. Và thấy màu sắc cái áo len của bạn, mà tôi không thích. Nhận biết ưa thích và không ưa thích của tôi.

Rất dễ dàng khi nhận biết những thứ không gây ảnh hưởng cho tôi, như cái cây, ánh dương, biển cả và gió đong đưa chiếc lá, nhưng khó khăn khi nhận biết những không ưa thích của người ta, thành kiến của người ta, kiêu ngạo, ích kỷ của người ta – bạn thử nó, nhận biết nó, không chọn lựa, không nói, ‘Nó đúng’ – hay sai – ‘Tôi phải loại bỏ nó’, ‘Vô lý quá khi kiêu ngạo’ – tất cả những điều đó là những lý luận về một sự kiện. Nhận biết sự kiện. Và trong đó, khi bạn nhận biết như thế, câu hỏi nảy sinh: ai nhận biết? Khi bạn đặt ra câu hỏi đó bạn không nhận biết. Đúng chứ? Làm ơn hãy thấy nó. Khi bạn đặt ra câu hỏi đó, ai nhận biết, bạn không hiểu rõ sự quan trọng hay ý nghĩa của từ ngữ ‘nhận biết’ đó bởi vì bạn vẫn còn đang suy nghĩ dựa vào sự phân chia – cái người mà nhận biết. Liệu điều đó rõ ràng? Vâng, thưa bạn?

Người hỏi: Tôi thấy sự cần thiết vô cùng khi phải nhận biết không chọn lựa, như ông đã nói. Và tuy nhiên khi tôi quan sát về chính tôi, điều này không xảy ra. Nói cách khác, người suy nghĩ luôn luôn đang chen vào, người quan sát luôn luôn đang phê bình, đang quan sát, đang đánh giá. Liệu tôi sẽ ở lại cùng người suy nghĩ? Nói cách khác, tôi nghĩ rằng tôi công nhận sự cần thiết vô cùng phải không luôn luôn thấy qua tình trạng bị quy định quá khứ này của người suy nghĩ, và tuy nhiên người suy nghĩ liên tục nhận xét và phê bình. Điều này không xảy ra, nhận biết không chọn lựa này không hiện diện.

K: Bạn đang nói: người ta sẽ làm gì với người quan sát, với người suy nghĩ. Đúng chứ? Ai luôn luôn đang can thiệp, đang chiếu rọi, ai đang quyết định. Lúc này, bạn làm gì? Làm ơn bảo cho tôi. Có vấn đề của bạn. Đúng chứ? Bạn có tất cả vấn đề đó, phải không? Bạn sẽ làm gì với nó? Làm ơn đừng trả

lời tôi. Trước hết quan sát nó. Quan sát câu hỏi. Nhận biết sự kiện rằng người ta luôn luôn đang thực hiện điều này. Tôi muốn thấy thể giới như mới mẻ. Tôi muốn thấy mọi thách thức như cái gì đó mới mẻ đến độ tôi có thể phản ứng cùng sự trong sáng, nhưng luôn luôn sự suy nghĩ đang can thiệp. Đúng chứ? Người quan sát cùng sự quy định của anh ấy, cùng những phản hồi quá khứ của anh ấy, cùng hai mắt đã bị ô ứ, luôn luôn đang can thiệp. Lúc này, bạn sẽ làm gì? Nếu nó thực sự là vấn đề của bạn, không phải một vấn đề lý thuyết, một vấn đề hời hợt, bạn sẽ làm gì?

Người hỏi: Tìm ra điều gì gây ra nó.

K: Lúc này, chớ đã. Điều gì gây ra nó? Chờ đã. Chờ đã. Thâm nhập chậm chậm. Thấy điều gì được hàm ý. Khi nói: tôi sẽ tìm ra điều gì gây ra nó, là một phần của sự phân tích, mà sẽ cần đến thời gian. Đúng chứ? Tôi đã nghĩ rằng bạn đã từ bỏ sự phân tích. Vậy là, bạn sẽ làm gì? Bằng cách tìm ra nguyên nhân của nó, ngay lập tức bạn có lẽ tìm được nguyên nhân của nó, nhưng liệu khám phá nguyên nhân đó sẽ làm tự do cái trí khỏi người kiểm duyệt? Đúng chứ? Liệu nó sẽ? Tôi biết tại sao tôi tức giận, nhưng tôi vẫn còn tức giận. Tôi biết sự vô lý của ghen tuông, nhưng tôi vẫn còn ghen tuông. Tôi đã thâm nhập nghi vấn của tham vọng rất cẩn thận, và đã khám phá nó vô lý như thế nào, tại sao tôi tham vọng bởi vì trong chính tôi tôi thực sự không là gì cả, một thực thể quá nhỏ nhoi tầm thường, tôi muốn là người nào đó vĩ đại. Có nguyên nhân đó. Tuy nhiên, động cơ để kiếm được, để thành công, vẫn còn ở đó. Vì vậy, nguyên nhân không làm tự do cái trí khỏi cái sự việc mà nó muốn hiểu rõ và được tự do khỏi nó. Vì vậy, tôi sẽ làm gì? Làm ơn thâm nhập. Bạn sẽ khám

phá. Sự phân tích không giúp đỡ gì cả. Sự khám phá nguyên nhân sẽ không làm tự do cái trí.

Người hỏi: Vậy là, chúng ta phải sống cùng nó và thả cho nó tồn tại.

K: Sống cùng nó và thả cho nó tồn tại. Thả cho cái gì tồn tại?

Người hỏi: Cái gì là.

K: Cái gì là. Cái gì là. Cái gì là, là ăng sự suy nghĩ là tất cả thời gian, như người kiểm duyệt, đang can thiệp, đang nhận xét, đang đánh giá, đang phê bình. Đó là một sự kiện. Lúc này, bạn thấy điều đó như thuốc độc. Lúc này, bạn sẽ làm gì? Liệu bạn thực sự thấy nó, hay liệu nó chỉ là một lý thuyết?

Người hỏi: Tỉnh thoảng nó thực sự, Trong những lúc sáng ông thấy nó và tại những thời điểm khác ông không thể thấy nó.

K: Tỉnh thoảng bạn thấy nó, tại những thời điểm khác bạn không thấy. Đó là như thế? Khi bạn thấy cái gì đó rất nguy hiểm, cái hồ đó – bạn không, tỉnh thoảng thấy nó, và, bạn không thấy nó, những thời điểm khác. Sự nguy hiểm luôn luôn ở đó, đúng chứ?

Người hỏi: Tỉnh thoảng ông nhận biết nó và tỉnh thoảng ông quên bẵng.

K: Chờ đã. Tôi hiểu rõ điều đó. Nó có nghĩa gì? Bạn nhận biết nó tỉnh thoảng, bạn không nhận biết nó những thời

điểm khác. Đúng chứ? Bạn sẽ làm gì? Thâm nhập và bạn sẽ khám phá. Bạn sẽ làm gì? Rắn g thỉnh thoảng bạn nhận biết người kiểm duyệt đang vận hành và thế là đang ngăn cản sự rõ ràng, và những thời điểm khác bạn không nhận biết người kiểm duyệt gì cả, bạn chỉ vội vàng phản ứng. Làm thế nào bạn sẽ sáng tạo một chú ý tổng thể? Đúng chứ? Làm thế nào? Một hệ thống? Một phương pháp? Đúng chứ? Nó sẽ? Bạn nghi ngờ điều đó, phải không? Một hệ thống hàm ý luyện tập, đúng chứ? Luyện tập ngày sang ngày của sự nhận biết. Đúng chứ? Mà có nghĩa gì? Nó trở thành máy móc, đúng chứ? Và thế là nó không còn là tình trạng nhận biết. Vì vậy, những hệ thống thuộc bất kỳ loại nào sẽ không tạo ra chú ý. Vì vậy, chấm dứt. Đúng chứ? Thấy điều gì bạn đã học hành. Không phân tích. Đúng chứ? Không tìm kiếm nguyên nhân. Không hệ thống. Đúng chứ? Lúc này, liệu cái trí của bạn được tự do khỏi sự phân tích, nguyên nhân, những hệ thống, liệu nó thực sự được tự do?

Người hỏi: Tại khoảnh khắc.

K: A, không, không. Không, tại khoảnh khắc. Nó có nghĩa bạn không thấy sự thật của nó, bạn chỉ thấy từng phần cái gì bạn muốn thấy.

Người hỏi: Không chú ý nó.

K: Không chú ý nó! Thu rút? Không chú ý? Không chú ý nó. Làm thế nào tôi có thể? Bạn có thể không chú ý nó? Không chú ý cái gì? Không chú ý ~~ng~~ tôi đang suy nghĩ vô lý? Nhưng đó là toàn sống của tôi. Làm thế nào tôi có thể không chú ý sống của tôi?

Người hỏi: Sống quá khứ của ông.

K: Sống quá khứ của bạn. Liệu bạn biết sống trong hiện tại có nghĩa gì?

Người hỏi: Tôi đang gợi ý rằng ông không chú ý sống quá khứ của ông.

K: Thưa bạn, liệu bạn biết sống trong hiện tại có nghĩa gì? Không chú ý quá khứ. Liệu tôi có thể không chú ý quá khứ? Khi tất cả sống của tôi là quá khứ. Không à? Tôi là quá khứ. Không à? Quá khứ. Tất cả sự suy nghĩ là quá khứ. Không à? Bởi vì sự suy nghĩ là sự phản hồi của ký ức. Ký ức là sự hiểu biết, sự trải nghiệm, mà là tất cả quá khứ. Liệu cái trí có thể không chú ý tất cả điều đó? Bởi vì cái trí là quá khứ. Tất cả những tế bào não là kết quả của quá khứ. Và bạn nói, ‘Không chú ý nó và ở trong hiện tại’. Liệu bạn biết sống trong hiện tại có nghĩa gì? Mà có nghĩa không có thời gian gì cả, được tự do khỏi thời gian. Không phải để cho bạn sẽ lỡ chuyến xe buýt – tôi không có ý điều đó. Nếu bạn quên băng thời gian, bạn sẽ không thể về nhà. Qua cụm từ tự do khỏi thời gian chúng ta có ý tự do khỏi toàn cấu trúc của ‘cái tôi’, mà là thời gian, mà là quá khứ. Và người ta phải học hành tất cả điều này. Bạn không thể nói: tôi sẽ được tự do, hay không chú ý nó.

Người hỏi: Krishnaji, liệu tôi được phép yêu cầu lời khuyên của anh? Tôi nhận ra rằng tôi phải khám phá đáp án. Trong qui trình quan sát những mảnh của cái tôi này, dường như hiện diện một ý thức của tội lỗi về những khiếm khuyết được so sánh với một tiêu chuẩn đã được thiết lập của những giá trị, cũng cả một ý thức của sự phản bội có thể xảy ra bởi vì

người ta hứng thú suy nghĩ về việc phải đập tan những bắt buộc nào đó đối với những trách nhiệm mà người ta đã phải gánh vác. Liệu đây là một hình thức khác của sự sợ hãi? Liệu người ta nên không quan tâm nó? Và thế là tiếp tục quan sát cùng hân hoan và tình trạng nhận biết?

K: Vâng, thưa bạn. Khi tôi quan sát về chính tôi, người hỏi nói, làm ơn sửa cho tôi nếu tôi không lặp lại câu hỏi rõ ràng, người hỏi nói, khi tôi nhận biết về chính tôi tôi cảm thấy rất tội lỗi. Tôi cảm thấy những hình thức khác nhau của những sợ hãi, của vô trách nhiệm và vân vân và vân vân. Tất cả điều này nảy ra khi tôi quan sát về chính tôi. Tôi phải làm gì? Phản bội, tội lỗi, buồn phiền, đang cảm thấy đau khổ, ân hận, bạn biết rồi, toàn trạng thái mà người ta trải qua. Tại sao tất cả những điều này không nên nảy ra? Tại sao đang cảm thấy của tội lỗi này không nên lộ diện? Nó hiện diện ở đó. Bạn đang thâm nhập điều gì tôi đang nói? Hãy thả cho nó lộ diện, nhưng khoảnh khắc bạn nói nó là tội lỗi, nó là sai lầm, nó là đúng đắn, đáng ra tôi nên thực hiện điều này, vậy thì bắt đầu sự can thiệp của người kiểm duyệt. Tôi không hiểu liệu bạn đang theo sát tất cả điều này. Thưa các bạn, làm ơn, hãy đơn giản là thường về tất cả điều này. Tôi quan sát về chính tôi và tôi khám phá rằng tôi đã làm điều gì đó xấu xa và quan sát đó khiến cho tôi cảm thấy tội lỗi. Tôi muốn biết tại sao. Tại sao tôi cảm thấy tội lỗi về điều gì đó mà tôi đã làm? Tôi đã làm nó. Chấm dứt. Đúng chứ? Nó đã xảy ra. Tôi đã nói dối. Đó là một sự kiện. Và không sự lừa gạt ranh mãnh nào của tôi sẽ giấu giếm nó. Tôi sợ rằng bạn có lẽ tìm được điều mà tôi đã lừa dối. Tôi không quan tâm. Cứ tìm ra. Hãy rõ ràng, chân thật về nó. Bạn theo kịp điều gì tôi đang nói. Tôi đã nói dối và tôi cảm thấy tội lỗi và tôi biết tôi đã làm điều gì đó xấu xa Tôi sắp sửa quan sát nó, tôi sẽ không chỉ trích nó.

Bạn biết, thưa các bạn, nhìn ngắm ‘cái gì là’ thực sự, mà không có người kiểm duyệt, nó không có nghĩa rằng bạn trở thành vô cảm, dửng dưng, trái lại, bạn trở nên nhạy cảm lạ thường. Và nhạy cảm này là bộ phận của thông minh. Nhưng khoảnh khắc bạn phê bình nó, chỉ trích ‘cái gì là’, vậy thì bắt đầu tất cả rắc rối. Nhưng chỉ nhìn ngắm nó, rằng bạn đã nói dối, rằng người ta đã tức giận, người ta đã sợ hãi, chỉ quan sát. Nhìn kìa, thưa bạn, thuộc tâm lý bạn lệ thuộc con người, đúng chứ? Không à? Bạn lệ thuộc. Tại sao bạn lệ thuộc? Không phải rằng bạn nên, hay không nên lệ thuộc. Tại sao? Bởi vì người khác trao tặng bạn sự thanh thản, hay thuộc tâm lý khiến cho bạn tiếp tục sống. Phía bên trong người ta nghèo nàn và người khác trao tặng bạn một cảm thấy của giàu có. Người ta cô độc và thế là bạn lệ thuộc một người khác. Bạn không thể đứng một mình và thế là bạn lệ thuộc. Vì vậy, nó đó kìa. Chỉ nhận biết rằng bạn lệ thuộc và không nuôi dưỡng sự tách rời. Nhưng nhận biết rằng bạn lệ thuộc bởi vì bạn cô độc. Và khám phá cô độc có nghĩa gì. Liệu nó là một công nhận của sự cô lập? Bạn hiểu rõ chứ? Cô độc là một sự kiện của sự cô lập, đúng chứ? Bị cô lập hoàn toàn khỏi mọi thứ và người ta sợ hãi cô độc đó. Vì vậy bạn tẩu thoát và vì vậy bạn phụ thuộc. Nếu bạn thấy điều này, không bằng từ ngữ thực sự thấy nó, sự kiện đó, bởi vì khoảnh khắc bạn lệ thuộc bạn sợ hãi, bạn ghen tuông, bạn trở nên hung hăng, bạn mất đi tất cả ý thức của ân cần, tình yêu. Khi bạn thấy toàn sự việc này rất rõ ràng vậy thì cái trí được tự do khỏi tất cả lệ thuộc.

Người hỏi: Kích thích và sự mở rộng của cái trí liên quan đến không gian là gì?

K: Thưa bạn, mấy giờ rồi? Tôi nghĩ chúng ta nên ngừng lại và tiếp tục chủ đề này ngày mai? Được rồi thưa các bạn.

Duy trì sự đơn giản và rõ ràng luôn luôn là điều khó khăn. Thế giới tôn thờ sự thành công, những to tát hơn những tốt đẹp hơn; khán giả càng đông bao nhiêu người nói càng vĩ đại bấy nhiêu; những cao ốc, những chiếc xe hơi, những chiếc máy bay và những con người siêu hạng. Tánh đơn giản không còn nữa. Những người thành công không là những người sáng tạo thế giới mới mẻ. Là một người cách mạng thực sự cần đến một thay đổi hoàn toàn của quả tim và cái trí, và chẳng có bao nhiêu người muốn làm tự do chí nh họ. Người ta chặt đứt những gốc rễ trên bề mặt; nhưng muốn chặt đứt những gốc rễ mầm mống sâu thẳm của sự tầm thường, cần đến cái gì đó còn nhiều hơn những từ ngữ, những phương pháp, những ham muốn mãnh liệt. Dường như chẳng có bao nhiêu người, nhưng chính họ là những người sáng tạo thực sự – những người khác chỉ làm việc trong ảo tưởng.

Người ta luôn luôn đang so sánh chính mình với một người khác, với người ta là gì, với người ta nên là gì, với người nào đó mà may mắn hơn. Thật ra, sự so sánh này giết chết chúng ta. Sự so sánh đang gây thoái hóa, nó biến dạng tầm nhìn của chúng ta. Và người ta được nuôi nấng bằng sự so sánh. Tất cả giáo dục của chúng ta đều được đặt nền tảng trên nó và văn hóa của chúng ta cũng vậy. Thế là, có sự đấu tranh liên tục để là cái gì đó khác hẳn cái gì người ta là. Hiểu rõ cái gì người ta là khai mở sự sáng tạo, nhưng sự so sánh nuôi dưỡng ganh đua, tàn nhẫn, tham vọng, mà chúng ta lại nghĩ mang lại sự tiến bộ. Từ trước đến nay sự tiến bộ chỉ dẫn đến những chiến tranh và đau khổ khủng khiếp hơn những sự việc mà thế giới đã từng trải qua. Giáo dục trẻ em mà không có sự so sánh là sự giáo dục thực sự.

Krishnamurit, một tiểu sử, bởi Pupul Jayakar, trang 255-256

THÂM NHẬP NGHĨA LÝ CỦA TỪ NGỮ ‘NGHĨA LÝ’

*Từ một hội thảo được điều khiển bởi David Bohm
Ojai, California, ngày 1 tháng 3 năm 1989*

Bohm: Chúng ta có thể cầm một khối bê tông trong bàn tay của chúng ta; đó là điều gì được gọi là ‘manifest’ thể hiện rõ ràng. Trong ngôn ngữ Latin ‘manifest’ có nghĩa chính xác là ‘cái gì bạn cầm trong tay’. Nhưng cái vật mà giữ chặt xã hội lại vào chung *không* là thể hiện rõ ràng. Bạn không thể đặt nó trong bàn tay của bạn. Những thứ mà bạn có thể đặt trong bàn tay của bạn sẽ không giữ chặt xã hội lại vào chung.

Chúng ta đã đặt ra câu hỏi: bản chất của bê tông, chất keo, xi măng tinh tế này là gì? Tôi nói nó là: đang chia sẻ nghĩa lý. Tôi đang nói rằng nền tảng bê tông của xã hội là nghĩa lý đó – dù nghĩa lý đó là gì.

Lúc này, nghĩa lý không chỉ là trừu tượng. Bạn thấy, phía sau sự trừu tượng là cái gì đó cụ thể – thực tế cụ thể của chính qui trình suy nghĩ – hay, tổng quát hơn, của toàn qui trình cái trí. Và nằm dưới cái này là nghĩa lý. Trong một trường hợp cơ bản chính suy nghĩ mới có một nghĩa lý nào đó, những từ ngữ mới có một nghĩa lý nào đó; nhưng có lẽ có nhiều nghĩa lý tinh tế hơn.

Người hỏi: Đối với một cá thể, thực tế cụ thể là nghĩa lý. Ví dụ, với một cái bàn trong một ý nghĩa, nghĩa lý là cái bàn là gì – đối với anh ấy nó tượng trưng cho cái gì.

Bohm: Vâng. Và cũng cả nghĩa lý của toàn căn phòng là cái gì nó giữ chặt tất cả nó lại vào chung như một căn phòng. Nghĩa lý của sống của bạn là cái gì sẽ giữ chặt nó lại vào

chung. Nếu nó không có nghĩa lý đó, vậy thì bạn cảm thấy nó đang tách rời. Nếu xã hội không có một nghĩa lý chung, hay văn hóa không có nó, nó sẽ không giữ chặt.

Văn hóa là *nghĩa lý được chia sẻ*. Và nghĩa lý bao gồm không chỉ ý nghĩa, nhưng còn cả giá trị và mục đích. Theo từ điển, đây là ba nghĩa lý của từ ngữ ‘nghĩa lý’. Tôi đang nói rằng ý nghĩa, giá trị và mục đích chung sẽ giữ chặt xã hội lại vào chung. Nếu xã hội không chia sẻ những thứ đó, nó không gắn kết và nó rời rạc. Và lúc này chúng ta có nhiều nhóm nhỏ hơn trong xã hội của chúng ta mà không chia sẻ những nghĩa lý, và thế là nó thực sự bắt đầu tách rời.

Người hỏi: Hầu như điều này nghe ra quá máy móc – rằng những sự việc này có thể giữ chặt xã hội lại vào chung. Nó nghe ra như thể chúng không thực tế.

Bohm: Tại sao không?

Người hỏi: Ô, có vẻ nó sẽ giống như cái vật mà sẽ giữ chặt xã hội lại vào chung sẽ không là một ‘vật’.

Bohm: Nhưng nghĩa lý không là một vật. Bạn không thể chỉ đến nghĩa lý. Nó rất tinh tế.

Người hỏi: Vậy thì ông nói ‘những giá trị được chia sẻ’?

Bohm: Đó là một trong những khía cạnh của nghĩa lý. Nếu chúng ta muốn nói chính nghĩa lý là gì – thực tế cụ thể của nghĩa lý – chúng ta không thể giữ chặt nó trong bàn tay của chúng ta. Nhưng chúng ta có thể trải nghiệm nó trong những hình thức khác nhau – giống như ý nghĩa, giá trị, và mục đích. Nếu chúng ta chia sẻ những nghĩa lý, vậy thì chúng ta

sẽ có một mục đích chung và một giá trị chung, mà chắc chắn sẽ giúp đỡ giữ chặt chúng ta lại vào chung. Chúng ta phải thâm nhập sâu thẳm thêm nữa điều đó có nghĩa gì.

Người hỏi: Liệu sự khác biệt giữa ý nghĩa, giá trị, mục đích quan trọng cho bàn luận này? Và nếu như thế, ông có thể mở rộng chủ đề đó?

Bohm: Không có một khác biệt cơ bản. Chúng là những khía cạnh rất khác biệt của cùng sự việc. ‘Ý nghĩa’ có từ ngữ dấu hiệu trong nó, thể hiện rằng nó chỉ tới cái gì đó: ‘Ý nghĩa của điều gì chúng ta đang nói là gì? Ý nghĩa của điều gì chúng ta đang làm là gì?’ Đó là một ý tưởng của ý nghĩa.

Giá trị là cái gì đó mà là bộ phận của nó. Nếu cái gì đó rất có ý nghĩa, bạn có lẽ nhận biết nó như có một giá trị cao. Từ ngữ ‘giá trị’ có một gốc rễ khá lý thú – cùng gốc rễ như ‘valor’ và ‘valiant’. Nó có nghĩa ‘mạnh mẽ’. Bạn có lẽ phỏng đoán rằng trong những thời xa xưa, khi con người nhận biết cái gì đó có giá trị cao họ không có một từ ngữ diễn tả nó, mặc dù nó đã chuyển động họ một cách mạnh mẽ. Sau đó họ đã tìm được một từ ngữ diễn tả nó và đã nói nó có giá trị cao. Và kế tiếp chính từ ngữ đó có lẽ chuyển tải điều đó.

Nếu cái gì đó có ý nghĩa nó có lẽ có một giá trị cao. Và nếu nó có một giá trị cao, bạn có lẽ có hay bạn có lẽ phát triển một mục đích hay ý định mạnh mẽ để có được nó, hay duy trì nó, hay điều gì đó. Những vật mà không có giá trị cao sẽ không tạo ra bất kỳ mục đích rất mạnh mẽ nào. Bạn sẽ nói, ‘Nó không lý thú. Nó không có nghĩa nhiều lắm đối với tôi.’ ‘Nó có nghĩa nhiều đối với tôi’ có nghĩa nó có giá trị cao. Và ‘Tôi có ý làm nó’ ững giống hệt như nói, ‘Nó là mục đích của tôi.’ Bạn có thể thấy rằng từ ngữ ‘nghĩa lý’ có ba nghĩa lý

đó. Và tôi không nghĩ nó là một tình cờ ngẫu nhiên. Tôi nghĩ chúng có liên quan rất sâu thẳm.

Dịch 2005

Sửa xong: 14:30 ngày 8 tháng 1 năm 2013

Đã dịch: [\[www.jkrishnamurtiongkhong.com\]](http://www.jkrishnamurtiongkhong.com)

- 1 – Sổ tay của Krishnamurti (Dịch 2005 - Sửa 3-2013)
Krishnamurti's Notebook
- 2 – Ghi chép của Krishnamurti (Dịch 2005 - Sửa 3-2013)
Krishnamurti's Journal
- 3 – Krishnamurti độc thoại (Dịch 2006 - Sửa 3-2013)
Krishnamurti to Himself
- 4 – Ngẫm nghĩ hàng ngày cùng Krishnamurti
Dịch 2005 - Sửa 3-2013
Daily Meditation with Krishnamurti
- 5 – Thiền định 1969 (Dịch 2005 - Sửa 3-2013)
Meditation 1969
- 6 – Thư gửi trường học (Dịch 7-2008 – Sửa 3-2013)
Letters to Schools
- 7 – Nói chuyện cuối cùng 1985 tại Saanen
Dịch 2007 - Sửa 2012
Last Talks at Saanen 1985
- 8 – Nghĩ về những điều này (Dịch 2006 - Sửa 3-2013)
Think on these things
- 9 – Tương lai là ngay lúc này (Dịch 9-2008)
The Future is now
- 10 – Bàn về Thượng đế (Dịch 10-2008)
On God
- 11 – Bàn về liên hệ (Dịch 2008)
On Relationship
- 12 – Bàn về giáo dục (Dịch 2007 - Sửa 10-2012)
On Education
- 13 – Bàn về sống và chết (Dịch 2-2009)
On living and dying
- 14 – Bàn về tình yêu và sự cô độc (Dịch 2-2009)
On Love and Loneliness

- 15 – Sự thức dậy của thông minh- Tập I/II
Dịch 2009 - Sửa 2-2013
The Awakening of Intelligence
- 16 – Bàn về xung đột (Dịch 4-2009)
On Conflict
- 17 – Bàn về sợ hãi (Dịch 7-2009)
On Fear
- 18 – Vượt khỏi bạo lực (Dịch 6-2009)
Beyond Violence
- 19 – Bàn về học hành và hiểu biết (Dịch 8-2009)
On Learning and Knowledge
- 20 – Sự thức dậy của thông minh-Tập II/II
Dịch 2009 – Sửa 2-2013
The Awakening of Intelligence
- 21 – Nghi vấn không đáp án (Dịch 2009)
The Impossible Question
- 22 – Tự do đầu tiên và cuối cùng (Dịch 4-2010 - sửa 2013)
The First and Last Freedom
- 23 – Bàn về kiếm sống đúng đắn
Dịch 1-2010 - sửa 3-2013
On Right Livelihood
- 24– Bàn về thiên nhiên và môi trường (Dịch 5-2010)
On Nature and The Environment
- 25– Tương lai của nhân loại (Dịch 5-2010)
The Future of Humanity
- 26– Sự kết thúc của thời gian (Dịch 5-2010)
The Ending of Time
- 27– Sống chết của Krishnamurti (Dịch 2009)
The Life and Death of Krishnamurti
A Biography by Mary Lutyens
- 28–Trách nhiệm với xã hội (Dịch 6-2010)
Social Responsibility
- 29– Cá thể và xã hội (Dịch 7-2010)
Individual & society

- 30- Cái gương của sự liên hệ (Dịch 11-2010)
The Mirror of Relationship
- 31- Bàn về cái trí và suy nghĩ (Dịch 8-2010)
On mind & thought
- 32- Tại sao bạn đang được giáo dục? (Dịch 2-2011)
Why are you being educated?
- 33- Bàn về Sự thật (Dịch 3-2011)
On Truth
- 34- Tiểu sử của Krishnamurti – Tập I/II (Dịch 5-2011)
Krishnamurti's biography by Pupul Jayakar
- 35- Tiểu sử của Krishnamurti – Tập II/II (Dịch 6-2011)
Krishnamurti's biography by Pupul Jayakar
- 36- Truyền thống và Cách mạng (Dịch 7-2011)
Tradition & Revolution
- 37- Khởi đầu của học hành (Dịch 8-2011)
Beginnings of Learning
- 38- Giáo dục và ý nghĩa của sống (Dịch 9-2011)
Education and Significance of Life
- 39- Cuộc đời trước mặt (Dịch 10-2011)
Life Ahead
- 40- Gặp gỡ sự sống (Dịch 11-2011)
Meeting Life
- 41- Giới hạn của suy nghĩ (Dịch 12-2011)
The Limits of Thought
- 42- Lửa trong cái trí (Dịch 2-2012)
Fire in the mind
- 43- Nói chuyện tại Nhà bếp (Dịch 2011)
1001 Bữa trưa cùng J. Krishnamurti
The Kitchen Chronicles
1001 Lunches with J. Krishnamurti
- 44- Nói chuyện cùng sống Tập I/III (Dịch 2012)
Commentaries on living-First Series
- 45- Bàn về tự do (Dịch 12-2012)
On Freedom

- 46-Thâm nhập Thấu triết (Dịch 3-2013)
Exploration Into Insight
- 47- Nói chuyện cùng sống Tập II/III (Dịch 3-2013)
Commentaries on living - Second Series
- 48- Nói chuyện cùng sống Tập III/III (Dịch 4-2013)
Commentaries on Living-Third Series