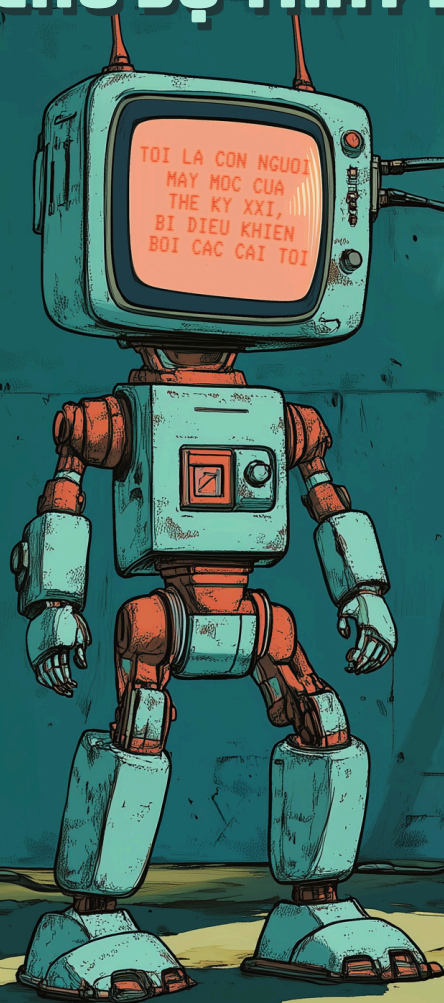


TÂM LÝ HỌC

CHO SỰ THAY ĐỔI TRIỆT ĐỂ



TAM THUC: 3%

TIEM THUC: 97%

SAMAEL AUN WEOR



GNOSIS VN

Nguyên tác tiếng Tây Ban Nha: "*Tratado de psicología revolucionaria*" của Samael Aun Weor, được tác giả và đệ tử xuất bản lần đầu tiên vào năm 1975.

Bản dịch tiếng Việt: "*Tâm lý học cho sự thay đổi triết để*" của nhóm dịch Gnosis VN.
Phiên bản 2.0.22

Bản quyền tiếng Việt © Gnosis VN, 2025.



Về bản quyền của bản gốc, tác giả đã nói, "*Hỡi anh em yêu quý, hôm nay tôi xin tuyên bố từ bỏ bản quyền. Tôi đã và sẽ tiếp tục từ bỏ bản quyền. Mong muốn duy nhất của tôi là những cuốn sách này được bán với giá rẻ, để người nghèo có thể tiếp cận, để những người đau khổ và khốn than có thể đọc, để những công dân bất hạnh nhất có thể mua được với chỉ vài đồng xu trong túi. Thế thôi!*" - Samael Aun Weor, 29/10/1976

Nghe bản ghi âm của tuyên bố trên tại đây: <https://gnosisvn.org/wp-content/uploads/2024/07/derechos.mp3>

TÂM LÝ HỌC CHO SỰ THAY ĐỔI TRIỆT ĐỂ

SAMAEL AUN WEOR

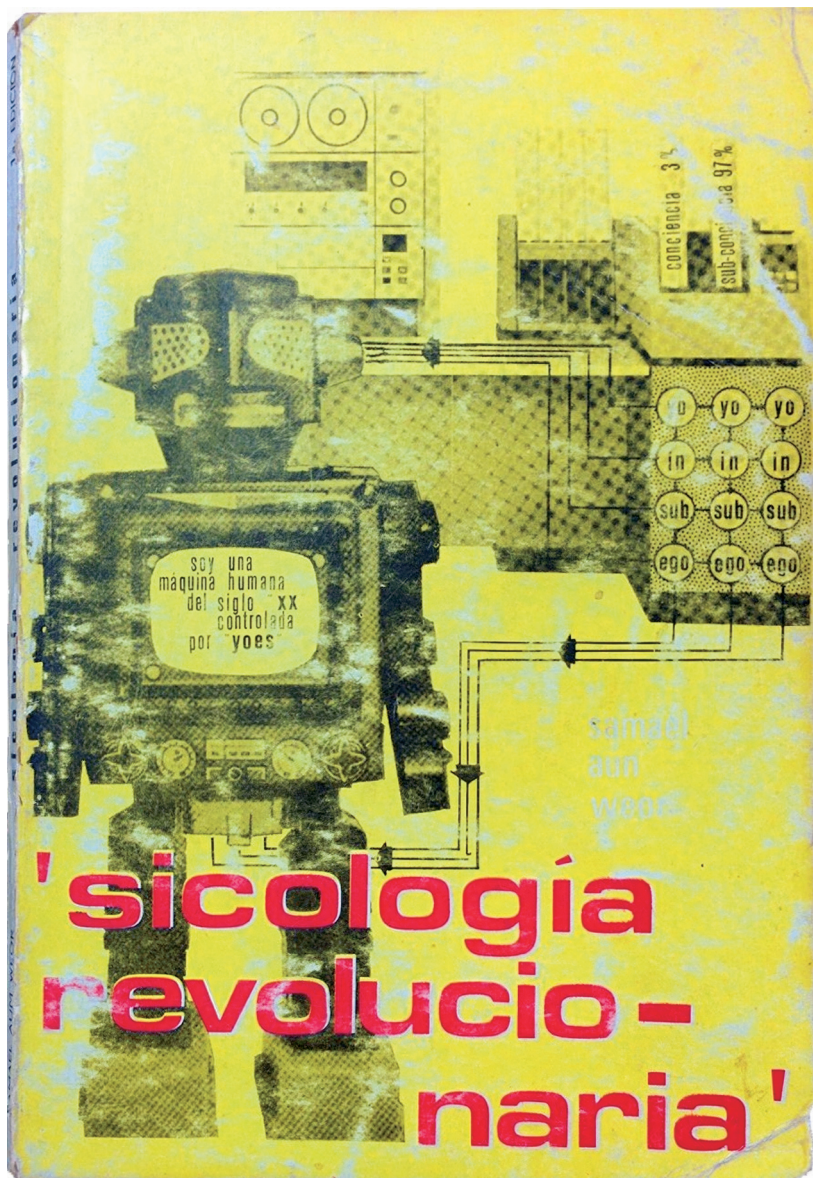
Dịch giả:
GNOSIS VN



MỤC LỤC

Ảnh bìa bản gốc	1
Lời giới thiệu của dịch giả	3
1. Cấp độ tâm linh	7
2. Chiếc thang kỳ diệu	13
3. Cuộc nổi dậy tâm lý	18
4. Phật tính	21
5. Buộc tội bản thân	24
6. Cuộc sống	28
7. Trạng thái nội tâm	30
8. Trạng thái sai lầm	33
9. Sự kiện cá nhân	39
10. Các cái tôi	42
11. Cái tôi yêu quý	45
12. Sự thay đổi triệt để	48
13. Người quan sát và người bị quan sát	51
14. Tư duy tiêu cực	54
15. Tính cá thể	59
16. Sách sự sống	64
17. Sinh vật máy móc	68
18. Lương thực siêu việt	71
19. Người chủ tốt của gia đình	77
20. Hai thế giới	80
21. Quan sát bản thân	84
22. Lời nói huyền thuyên	88
23. Thế giới của các mối quan hệ	91
24. Bài ca tâm lý	94
25. Luật quay trở lại và tái diễn	100
26. Trạng thái tỉnh thức của trẻ sơ sinh	104
27. Người Pha-ri-si và người thu thuế	107
28. Ý chí	114

29. Chặt đầu	128
30. Trọng tâm cố định	145
31. Rèn luyện tâm linh trong Gnosis	153
32. Cầu nguyện trong quá trình rèn luyện	156
<i>Phần kết của dịch giả</i>	165



Bìa bản gốc, năm 1975

LỜI GIỚI THIỆU CỦA DỊCH GIẢ

Thầy khuyên các bạn nên nghiên cứu cuốn sách “Tâm lý học cho sự thay đổi triết đề” và làm tan rã cái tôi. Hãy đặt cuốn sách này bên cạnh giường vì đây là nền tảng căn bản.¹

— SAMAEL AUN WEOR

Giới thiệu

“Cái tôi” là nguyên nhân của đau khổ trong cuộc sống. Trong sách này, Thầy Samael Aun Weor giải thích về cơ chế hoạt động của cái tôi và lý do tại sao chúng ta nên làm tan rã cái tôi.

Sách này là thông điệp Giáng Sinh Thầy Samael gửi cho các học trò vào dịp cuối năm 1975. Dù thầy viết sách này vào những năm cuối đời, nhưng nội dung cuốn sách vẫn rất phù hợp cho người mới bắt đầu tìm hiểu về môn tâm linh học mà chúng ta gọi là “Gnosis”.

1. Trích bài giảng, “Trải nghiệm cá nhân về luân hồi và con đường tâm linh”.

Sự khác biệt của giáo lý Gnosis

Sách này khác với tất cả sách tâm linh bạn đã từng đọc trong quá khứ.

Trước khi gặp Gnosis, tôi đã trải qua mười năm tu theo Phật giáo và đến những năm tháng cuối cùng của giai đoạn đó, tôi bị rơi vào tâm trạng thất vọng, chán đời. Mặc dù trước đó tôi đã thấy được sự tiến bộ rõ ràng trên con đường tâm linh nhưng sau mười năm tôi cảm thấy mình bị kẹt trong một chướng ngại vô hình và không biết mình sai ở đâu. Lúc đó, tôi tìm được một niềm hy vọng mới trong sách Gnosis. Trong đó, con đường tâm linh được chỉ ra một cách cụ thể, với bài tập thực tiễn và giáo lý rõ ràng.

Sau nhiều năm học Phật giáo, tôi tưởng mình biết rõ các khái niệm cơ bản về con đường tâm linh rồi. Mỗi lần đến đoạn nào trong sách Gnosis mà nghe giống Phật giáo, tôi chỉ đọc lướt; không nghiên cứu cẩn thận. Mấy năm sau tôi mới hiểu ra rằng giáo lý Gnosis khác với những khái niệm tôi đã học trong chùa, và chính sự khác biệt này là chìa khóa giúp tôi thoát khỏi tình trạng trì trệ trên con đường tâm linh.

Quá trình phiên dịch

Năm 2008, dịch giả Sao Mai làm bản dịch tiếng Việt đầu tiên của sách này, xuất bản với NXB Văn hóa - Thông tin.² Năm 2018, nhóm Gnosis VN đã dịch lại toàn bộ sách, và đến năm 2025, chúng tôi dịch lại một lần nữa vì sau 10 năm kinh nghiệm dịch sách Gnosis, chúng tôi thấy bản dịch 2018 có quá nhiều lỗi.

Bản gốc của sách này được viết bằng tiếng Tây Ban Nha, và nhóm dịch Gnosis VN có một người biết ngôn ngữ này. Trong quá trình chỉnh sửa bản dịch, những người không biết tiếng Tây Ban Nha đã tham khảo bản dịch tiếng Anh của Glorian.org và đối chiếu với bản Google Translate từ tiếng Tây Ban Nha sang tiếng Việt.

2. Tiêu đề bản dịch của Sao Mai là “Cuộc Cách Mạng Tâm Lý Gnosis”.

Người biết tiếng Tây Ban Nha đã kiểm tra lại toàn bộ sách trước khi hoàn thiện dự án.

Trong sách này có nhiều cụm từ riêng của tác giả. Với những từ đơn giản, chúng tôi đã chú thích ở dưới trang. Với những khái niệm khó hiểu hơn, chúng tôi ghi đường dẫn để độc giả dễ dàng tra cứu thêm trên internet.

Về cảm xúc và thái độ

Thầy Samael nhấn mạnh vào các ý tưởng trong sách với ngôn từ mạnh mẽ. Vì thế, văn viết của thầy có thể mang lại cảm xúc nặng nề. Tuy nhiên, khi xem bài giảng của thầy trên mạng, chúng ta thấy rằng mặc dù giọng nói có vẻ rất nghiêm nhưng mặt thầy lúc nào cũng vui vẻ. Thật đáng tiếc là năng lượng tích cực và tính hài hước của thầy rất khó truyền tải trong sách, nhất là trong bản dịch.

Vì cuốn sách này đề cập nhiều đến ảnh hưởng tiêu cực của cái tôi, một số độc giả có thể rơi vào trạng thái tự chỉ trích và nghĩ tiêu cực về bản thân. Tuy nhiên, trong lúc giảng bài, tác giả luôn cười tươi ngay trong lúc nói những câu nặng nề nhất. Mặc dù nội dung rất nghiêm túc, nhưng thầy lúc nào cũng tỏa ra năng lượng yêu thương với thái độ lạc quan. Chúng tôi hy vọng quý độc giả sẽ tiếp nhận cuốn sách này với tâm trạng tích cực, vì tác giả đã không viết với tinh thần tiêu cực.

CẤP ĐỘ TÂM LINH

Chúng ta là ai? Chúng ta đến từ đâu? Chúng ta đang đi đâu? Chúng ta đang sống vì điều gì? Tại sao chúng ta tồn tại? Không nghi ngờ gì, loài động vật trí năng đáng thương, bị gọi nhầm là con người, không chỉ không biết câu trả lời mà còn không nhận thức được rằng mình không biết.¹

Tệ hơn nữa, chúng ta đang rơi vào một tình huống trở trêu và đầy nghịch lý: chúng ta không biết bị kịch của mình bắt nguồn từ đâu, nhưng lại tin rằng mình hiểu rõ mọi thứ.

Hãy đưa một “động vật biết tư duy”, một người tự cho rằng mình có thể lực trong cuộc sống, đến giữa sa mạc Sahara. Hãy bỏ họ ở đó, thật xa khỏi mọi ốc đảo, rồi quan sát từ trên máy bay xem chuyện gì xảy ra.

Sự thật sẽ tự phơi bày: dù “con vật hình người” ấy có tự cho rằng mình mạnh mẽ hay uy quyền đến đâu, thì sâu bên trong, họ vẫn yếu đuối một cách đáng sợ.

“Con vật biết tư duy” thật sự hoàn toàn ngu ngốc. Họ tự cho mình là giỏi nhất; họ tin rằng họ có thể phát triển bản thân một cách

1. “Động vật trí năng” là con người khi chưa phát triển dương thân. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2017/03/24/thu-vat-tri-nang/>

hoàn hảo qua việc học mẫu giáo, học phép lịch sự, học tiểu học, trung học, cao đẳng, đại học, qua danh tiếng con ông cháu cha, v.v.



"Hãy đưa một 'động vật biết tư duy' đến giữa sa mạc Sahara." – ảnh của Luca Galuzzi ở Libya, 2007.

Thật không may, sau bao nỗ lực học tập, sau bao phép cư xử lịch sự, dù có bao nhiêu danh vọng và tiền tài, chúng ta biết rất rõ rằng chỉ một cơn đau bụng cũng đủ làm ta khốn khổ, và rằng trong sâu thẳm chúng ta vẫn cảm thấy bất hạnh và khổ sở.

Chỉ cần đọc qua lịch sử thế giới là đủ để biết rằng chúng ta vẫn man rợ như ngày xưa và ngày càng tồi tệ hơn thay vì tiến bộ.

Thế kỷ XX cùng tất cả những cảnh tượng của nó: chiến tranh, mại dâm, nạn kê gian toàn cầu,² thoái hóa về tính dục, ma túy, rượu chè, tàn ác vô độ, đồi bại tột cùng, mọi sự tha hóa đến mức quái dị,

2. Kê gian (Tiếng Latinh: Sodomia; chữ Hán: 雞姦) là từ Hán-Việt, kê là con gà, gian là dâm loạn. Đào Duy Anh giảng kê gian là “con trai với con trai hoặc với con gái gian dâm với nhau nơi lỗ đít như gà”. Đọc thêm về lý do tại sao tác giả khuyến khích các học trò trên con đường tâm linh nên tránh quan hệ tình dục đồng giới: <https://gnosisvn.org/2025/04/02/dong-tinh-luyen-ai-duoi-goc-nhin-tam-ling-hoc/>

v.v., đó là một chiếc gương mà ta soi thấy chính mình. Do đó, ta không có mảy may lý do nào để có thể tự hào rằng mình đã phát triển đến một giai đoạn cao cấp.

Thật ngớ ngẩn nếu cho rằng theo thời gian thì con người sẽ tiến bộ. Khốn thay, “các chuyên gia vô minh” vẫn bị mắc kẹt trong giáo điều của thuyết tiến hóa.

Trong những trang lịch sử đen tối, ở đâu ta cũng thấy lặp lại chùng ấy thứ: sự tàn ác kinh hoàng, tham vọng, chiến tranh, v.v.

Tuy nhiên, những con người “siêu văn minh” hiện tại vẫn tin rằng chiến tranh chỉ là thứ yếu, là một tai nạn nhất thời, không liên quan gì đến nền văn minh hiện đại mà chúng ta vẫn ca ngợi.

Thực ra, điều quan trọng nhất là mỗi con người chúng ta sống như thế nào. Có người say rượu, người khác thì kiêng cũ, có người đáng kính, lại có những kẻ vô lại; có đủ mọi loại người trên đời.

Quần chúng là từ các cá nhân hợp thành; cá nhân như thế nào thì quần chúng sẽ thế ấy và chính phủ cũng sẽ như thế.

Vì vậy, quần chúng chính là mỗi cá nhân mở rộng ra. Một đám đông hay một dân tộc sẽ không thể thay đổi nếu như mỗi cá nhân, từng con người không thay đổi.

Không ai có thể phủ nhận rằng trong xã hội có nhiều tầng lớp khác nhau: có người đi nhà thờ và có người đi nhà thổ, có người ở phố thị và có người thì ở nông thôn, v.v.

Cũng như thế, có nhiều cấp độ tâm linh khác nhau. Chúng ta rạng rỡ hay khổ sở, hào phóng hay bủn xỉn, bạo lực hay ôn hòa, khiết tịnh hay đầy dục vọng—tất cả sẽ quyết định những hoàn cảnh mà ta thu hút vào cuộc sống.

Một người đầy dục vọng sẽ luôn thu hút những cảnh tượng, màn kịch và thậm chí là những bi kịch liên quan đến dục vọng mà họ sẽ bị cuốn vào.

Một kẻ say xỉn sẽ thu hút những kẻ say xỉn, và đương nhiên hẳn ta sẽ luôn xuất hiện trong các quán rượu và quán bar.

Một kẻ cho vay nặng lãi, một kẻ ích kỷ sẽ thu hút cái gì? Hẳn sẽ gặp bao nhiêu rắc rối, bao lần ngục tù, và bao nhiêu bất hạnh?

Những người đầy cay đắng và mệt mỏi vì khổ đau! Họ khao khát thay đổi, họ muốn lật một trang mới trong cuộc đời của mình.

Những người tội nghiệp! Họ muốn thay đổi nhưng không biết phải làm thế nào; họ không biết phương pháp; họ đang bị mắc kẹt trong ngõ cụt.

Những gì đã xảy ra hôm qua lại tái diễn hôm nay và sẽ tiếp diễn vào ngày mai; họ luôn lặp lại những sai lầm giống nhau, và thậm chí nếu có đại bác bắn bên tai thì họ cũng chẳng học được bài học của cuộc sống.

Tất cả mọi thứ đều lặp lại trong cuộc sống của họ; họ nói lại những điều đã nói, làm lại những điều đã làm, và than thở những điều đã than thở.

Những tấn kịch, hài kịch và bi kịch này sẽ còn tiếp tục lặp lại một cách chán ngắt chừng nào chúng ta còn mang theo trong mình những yếu tố không mong muốn như thù hận, tham lam, dục vọng, đố kỵ, kiêu căng, lừa dối, háu ăn, v.v.³

Mức độ đạo đức của chúng ta là gì? Hay nói đúng hơn, cấp độ tâm linh của chúng ta là gì?

Chừng nào mà cấp độ tâm linh của chúng ta còn chưa thay đổi một cách triệt để, thì tất cả những hoàn cảnh, những nỗi đau khổ, nhục nhã và bất hạnh này sẽ còn tiếp diễn.

Tất cả mọi sự, mọi hoàn cảnh xảy ra ở ngoài chúng ta trên sân khấu của thế giới này, đều chỉ là hình ảnh phản chiếu của những gì chúng ta mang theo bên trong.

Với lý do chính đáng, chúng ta có thể trang trọng khẳng định rằng “bên ngoài là sự phản chiếu của bên trong”.

Khi nào một người thay đổi ở bên trong, và thay đổi thật triệt để, thì ở bên ngoài, các hoàn cảnh và toàn bộ cuộc sống cũng sẽ thay đổi theo.

Vào thời gian này (năm 1974) tôi đang quan sát một nhóm người

3. Tham khảo “bảy mối tội đầu” trong Kitô giáo: https://vi.wikipedia.org/wiki/Bảy_mối_tội_đầu

đang chiếm dụng một khu phố lân cận. Ở Mexico chúng tôi gọi những người như thế bằng cái tên kỳ lạ là “lính nhảy dù”.



Một cộng đồng “lính nhảy dù” ở Ấn Độ. Ảnh của Noah Addis, 2011.

Họ ở cạnh vùng nông thôn Churubusco, rất gần nhà tôi, thế nên tôi đã có cơ hội tìm hiểu về họ một cách kỹ lưỡng.

Nghèo không bao giờ là một cái tội. Sai lầm của họ không phải ở việc nghèo, mà là ở cấp độ tâm linh của họ.

Họ đánh nhau hàng ngày, họ say xỉn, họ lăng mạ lẫn nhau, thậm chí giết chính đồng bạn khốn khổ của mình. Họ sống trong những căn lều bẩn thỉu, nơi lòng căm ghét thay thế cho tình yêu.

Nhiều lần tôi đã nghĩ rằng, nếu ai đó trong những người này loại bỏ được bên trong họ những sân hận, dục vọng, say xỉn, phỉ báng, tàn độc, ích kỷ, vu khống, đổ kỵ, tự ái, kiêu ngạo, v.v., thì người khác quanh họ sẽ thấy dễ chịu hơn, và theo luật tâm lý tương đồng đơn

giản, họ sẽ kết giao với những người tao nhã hơn, hướng về tâm linh hơn. Những mối quan hệ mới này sẽ đóng vai trò quan trọng trong việc dẫn đến một sự thay đổi về kinh tế và xã hội.

Đây chính là phương thức cho phép người đó rời khỏi cái “túp lều”, cái “cổng rãnh” bản thủ đó.

Vì thế, nếu chúng ta thực sự muốn thay đổi triệt để, trước hết ta phải hiểu rằng tất cả mỗi chúng ta (dù da đen hay da trắng, vàng hay nâu, ngu dốt hay học thức, v.v.) đều đang ở một cấp độ tâm linh nào đó.

Vậy chúng ta đang ở cấp độ tâm linh nào? Quý độc giả đã bao giờ suy nghĩ về điều đó chưa? Chúng ta sẽ không thể chuyển sang một cấp độ khác nếu không biết mình đang ở trạng thái nào.

CHIẾC THANG KỶ DIỆU

Chúng ta cần phải khao khát được thay đổi thực sự, được rời bỏ lối sống buồn chán này, từ giả cuộc sống máy móc và chán chường này.

Điều đầu tiên chúng ta cần hiểu rõ: dù là tư sản hay vô sản, quý tộc hay trung lưu, giàu có hay nghèo khó, mỗi người chúng ta đều đang ở một cấp độ tâm linh nào đó.

Cấp độ tâm linh của một kẻ rượu chè say sưa thì khác với cấp độ của một người kiêng rượu, cấp độ của một cô gái điếm thì rất khác với cấp độ của một trinh nữ. Điều chúng tôi nói là không thể bác bỏ hay tranh cãi.

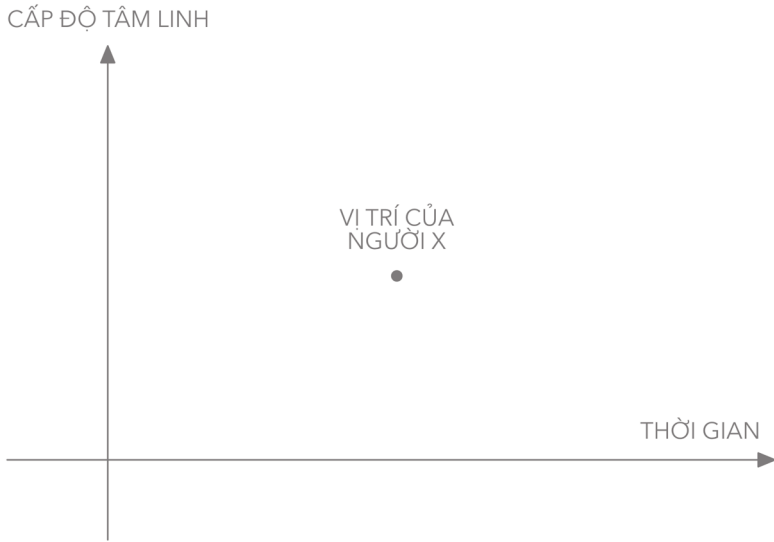
Nói đến đây, hãy thử tưởng tượng một chiếc thang kéo dài từ dưới lên với rất nhiều bậc.

Chắc chắn, mỗi người chúng ta đang ở trên một trong những bậc thang này; ở bậc bên dưới là những người tệ hơn ta, còn ở bậc bên trên là những người tốt hơn ta.

Chiếc thang kỳ diệu này như một trục tung phi thường, trên đó ta có thể thấy tất cả các cấp độ tâm linh. Mỗi người đều khác nhau, điều này là không ai bác bỏ được.



“Chiếc thang của Gia-cốp” của Gerard Hoet, 1728



Hãy tưởng tượng cuộc sống con người được vẽ lên biểu đồ. Trục hoành là thời gian và trục tung là cấp độ tâm linh.



“Giấc mơ của Gia-cốp” của Bartolomé Esteban Murillo, k. 1665

Hiển nhiên, ở đây chúng tôi không nói về mặt mũi xấu hay đẹp, cũng không nói về tuổi tác. Con người ta có già và trẻ, có người cao tuổi đã cận kề cái chết và có những đứa trẻ vừa mới được sinh ra.

Vấn đề của thời gian và năm tháng, của việc được sinh ra, lớn lên, phát triển, kết hôn, sinh con đẻ cái, già đi và chết, chỉ thuộc về trục hoành.

Trên “chiếc thang kỳ diệu” hay là trục tung, khái niệm về thời gian không tồn tại. Trên những bậc thang đó, chúng ta chỉ thấy các cấp độ tâm linh.

Niềm hy vọng máy móc của con người không có tác dụng gì cả, họ tin rằng theo thời gian mọi thứ sẽ trở nên tốt hơn. Ông bà tổ tiên chúng ta đã nghĩ vậy, nhưng thực tế đã chứng minh điều ngược lại.

Điều quan trọng là cấp độ tâm linh, và tâm linh thuộc trục tung. Chúng ta đang ở trên một bậc thang, nhưng có thể bước lên một bậc thang khác.

“Chiếc thang kỳ diệu” mà chúng tôi đang nói ở đây tượng trưng cho các cấp độ tâm linh, và tất nhiên không có liên quan gì đến thời gian tuyến tính.

Trong từng khoảnh khắc, luôn có một cấp độ tâm linh cao hơn ở ngay phía trên chúng ta.

Nó không nằm trong một tương lai xa xôi trên trục hoành, mà ngay tại đây, ngay lúc này, bên trong chúng ta, trên trục tung.

Một điều hiển nhiên, điều mà bất cứ ai cũng có thể hiểu được là hai trục tung và hoành luôn giao nhau trong tâm lý chúng ta ở từng thời điểm và tạo nên một hình thập giá.

Tính cách¹ phát triển và vận hành theo trục hoành của cuộc sống. Nó được sinh ra và chết đi theo dòng thời gian tuyến tính của mình; nó chỉ tồn tại tạm thời. Không có ngày mai cho tính cách của người đã chết, vì tính cách không phải là bản thể.

Các cấp độ tâm linh cũng như chính bản thể thì không thuộc về

1. Đọc thêm về khái niệm của “tính cách” trong Gnosis: <https://gnosisvn.org/2023/01/11/tinh-cach-con-nguoi/>

thời gian và cũng không liên quan gì đến trục hoành. Các cấp độ này ở trong chính chúng ta, ngay bây giờ, trên trục tung.

Nếu ta đi tìm kiếm bản thể của mình ở bên ngoài thì thật là ngớ ngẩn.

Từ đó, ta có thể rút ra một hệ quả tất yếu: danh hiệu, cấp bậc, và chức danh trong các tổ chức tôn giáo của thế giới vật chất không thể nâng cao hay tăng giá trị của bản thể, cũng không đưa ta lên cấp độ tâm linh cao hơn.

CUỘC NỔI DẬY TÂM LÝ

Quý độc giả một lần nữa hãy nhớ kỹ rằng có một điểm hình học ở ngay bên trong chúng ta. Chắc chắn rằng điểm này không bao giờ nằm trong quá khứ hay ở tương lai.

Ai muốn khám phá điểm bí ẩn này thì phải tìm kiếm nó ngay bây giờ, bên trong chính mình, chính xác trong khoảnh khắc này—không một giây trước, cũng không một giây sau.

Hai thanh ngang và dọc của Thánh giá giao nhau tại điểm đó.

Trong từng khoảnh khắc, chúng ta đang đứng trước hai con đường: ngang và dọc.

Rõ ràng, đường ngang rất nhàm chán; trên đó có “hội đồng hương của anh Nguyễn Bình Thường”, “các bạn thân của bác nông dân”, “chị Nguyễn Thị Hợi và cả thế giới”.¹

Đường dọc hiển nhiên là khác hẳn; nó là con đường của những người nổi dậy có trí tuệ, của những người cách mạng.

Khi một người nhớ đến chính mình,² khi người ấy rèn luyện bản

1. Dịch giả đã Việt hóa các tên này.

2. Đọc thêm về phương pháp nhớ bản thân: <https://gnosisvn.org/2021/03/07/nho-den-chinh-minh/>

thân, khi họ không đồng nhất mình với tất cả những vấn đề và khó khăn của cuộc sống, đó là họ đang thực sự bước trên con đường đạo.

Chắc chắn, việc loại bỏ cảm xúc tiêu cực, từ bỏ sự đồng nhất với dòng đời của chính mình, với đủ loại vấn đề như công việc, nợ nần, thanh toán hóa đơn, tiền nhà, điện thoại, điện, nước, v.v., v.v., không bao giờ là nhiệm vụ dễ dàng.

Những người thất nghiệp, những người mất công ăn việc làm vì nhiều lý do khác nhau, rõ ràng đang phải đối mặt với khổ sở do thiếu tiền. Việc quên đi hoàn cảnh của mình, không lo lắng hay không để mình bị cuốn vào những vấn đề này thực sự là điều vô cùng khó khăn.

Những người đau khổ, những người khóc than, những người từng là nạn nhân của sự phản bội, bị đối xử bạc bẽo trong cuộc sống, những người là nạn nhân của sự vô ơn, vu khống hay lừa đảo, họ quên đi chính mình và bản thể chân thật bên trong. Họ hoàn toàn đồng nhất với những bi kịch đạo đức mà mình trải qua.

Rèn luyện bản thân là đặc điểm cơ bản của con đường đạo. Không ai có thể bước đi trên con đường của cuộc nổi dậy vĩ đại nếu họ chưa bao giờ rèn luyện bản thân.

Chúng tôi đang nói về việc rèn luyện tâm lý. Đây là quá trình chuyển hóa khoảnh khắc hiện tại, khoảnh khắc mà chúng ta đang hiện diện. Chúng ta cần học cách sống trọn vẹn trong từng giây, từng phút.

Ví dụ, một người đang tuyệt vọng về một vấn đề tình cảm, kinh tế hay chính trị nào đó hẳn đã quên mất bản thân.

Một người như vậy, nếu anh ta dừng lại một chút, quan sát tình huống, cố nhớ lại chính mình và nỗ lực tìm hiểu nguyên nhân tại sao mình ở trong trạng thái đó, nếu anh ta suy ngẫm một chút, nhớ rằng mọi thứ rồi sẽ trôi qua, rằng cuộc sống chỉ là ảo tưởng thoáng qua, và rằng cái chết sẽ biến mọi phù hoa thành tro bụi, nếu anh ta hiểu rằng vấn đề của mình suy cho cùng cũng chỉ là nhất thời, là một đốm lửa lóe lên rồi sớm tắt lụi, anh ta sẽ nhanh chóng ngạc nhiên nhận ra rằng mọi thứ đã thay đổi.

Chúng ta có thể biến đổi các phản ứng máy móc bằng cách sử

dụng suy xét logic để đối diện với các sự kiện, cùng với sự tự soi chiếu sâu sắc từ bản thể bên trong.

Rõ ràng là con người phản ứng một cách máy móc trước các tình huống trong cuộc sống.

Thật đáng thương cho họ! Họ luôn có xu hướng trở thành nạn nhân. Khi được tâng bốc, họ cười; khi bị sỉ nhục, họ đau khổ. Họ cảm thấy bị xúc phạm khi bị xúc phạm, và sẽ làm tổn thương người khác nếu chính họ bị tổn thương. Họ không bao giờ thực sự tự do. Những người xung quanh có thể dễ dàng đưa họ từ hạnh phúc sang nỗi buồn, từ hy vọng đến tuyệt vọng.

Mỗi người này, khi đi theo con đường ngang, giống như một nhạc cụ mà người xung quanh có thể tự do gảy lên bất kỳ giai điệu nào theo ý thích.

Người nào học được cách chuyển hóa cách phản ứng máy móc này thì đã thực sự bước đi trên con đường dọc.

Điều này thể hiện sự thay đổi cơ bản của cấp độ tâm linh. Đó là kết quả phi thường của cuộc nổi dậy về tâm lý.



“Con người trên con đường ngang giống như một nhạc cụ mà những người xung quanh có thể dùng để chơi bất kỳ giai điệu nào người ta thích.”

PHẬT TÍNH

Điều làm cho mọi đứa trẻ sơ sinh trở nên đẹp đẽ và đáng yêu chính là Phật tính của chúng – yếu tố tạo nên thực tại chân thật của mỗi con người. Tuy nhiên, nếu để tự nhiên, Phật tính trong mỗi sinh vật chỉ phát triển một cách rất sơ khai và hạn chế.

Cơ thể con người lớn lên và phát triển theo các quy luật sinh lý của giống loài. Tuy nhiên, khả năng tự phát triển của Phật tính lại là vô cùng hạn hẹp.

Một điều chắc chắn rằng, nếu không được hỗ trợ thì Phật tính chỉ có thể phát triển ở mức độ rất nhỏ.

Nói một cách thẳng thắn và rõ ràng thì Phật tính chỉ có thể phát triển tự nhiên và tự phát trong ba đến năm năm đầu tiên, tức là trong giai đoạn đầu đời.

Mọi người thường nghĩ rằng sự phát triển của Phật tính luôn diễn ra liên tục theo cơ chế tiến hóa máy móc, tuy nhiên giáo lý Gnosis cần khôn dạy rõ rằng việc này không xảy ra như thế.

Để Phật tính có thể phát triển hơn nữa, cần có một điều đặc biệt — chúng ta phải làm điều gì đó mới mẻ.

Tôi muốn nhấn mạnh đến việc rèn luyện bản thân. Phật tính chỉ

có thể được phát triển thông qua việc rèn luyện với tâm thức tỉnh táo và chịu đựng khổ đau với thái độ tích cực.



Chúng ta cần phải hiểu rằng công việc rèn luyện này không liên quan đến nghề nghiệp thông thường như ngân hàng, thợ mộc, xây dựng, sửa chữa đường sắt hay làm văn phòng.

Tất cả những người đã phát triển tính cách một cách đầy đủ đều có thể rèn luyện thông qua công việc tâm lý này.

Tất cả chúng ta đều biết rằng bên trong mình có cái gọi là cái tôi, “bản thân mình”.

Thật không may, Phật tính bị mắc kẹt, bị nhốt trong cái tôi, và điều này rất đáng tiếc.

Ta phải khám phá ra cái tôi tâm lý, phải làm tan rã các yếu tố không mong muốn của nó; đây là việc khẩn cấp, không thể trì hoãn đến ngày mai, không thể để lại đến ngày kia. Đó là ý nghĩa của việc rèn luyện bản thân.

Chúng ta không thể giải phóng Phật tính nếu chưa làm tan rã cái tôi tâm lý.

Trong Phật tính có tôn giáo, có Phật, có minh triết, và có những hạt nhân đau khổ của đức Cha trên trời, cùng tất cả thông tin mà ta cần cho sự khai ngộ nội tâm của bản thể.

Không ai có thể tiêu diệt được cái tôi tâm lý nếu chưa loại bỏ các yếu tố phi nhân tính mà chúng ta mang bên trong.

Chúng ta cần thiêu rụi sự tàn ác ghê gớm của thời đại này thành tro bụi; lòng đố kỵ – thật không may thay, đã trở thành động cơ bí mật đằng sau mọi hành động; lòng tham không đáy đã khiến cuộc đời trở nên cay đắng; thói vu cáo kinh tởm và những lời vu khống gớm ghiếc đã gây ra biết bao bi kịch; cùng với thói rượu chè và dục vọng bản thủ bốc mùi khó chịu, v.v.

Khi tất cả những điều ghê tởm này tan biến thành cát bụi của vũ trụ, Phật tính sẽ được giải phóng, lớn lên và phát triển một cách hài hòa.

Chắc chắn, khi cái tôi tâm lý đã chết, Phật tính sẽ tỏa sáng bên trong chúng ta.

Phật tính tự do ban cho chúng ta vẻ đẹp bên trong; từ vẻ đẹp đó tỏa ra hạnh phúc hoàn hảo và tình yêu đích thực.

Phật tính sở hữu nhiều giác quan hoàn hảo và các siêu năng lực phi thường của thế giới tự nhiên.

Khi chúng ta “chết đi trong chính mình,” khi làm tan rã cái tôi tâm lý, thì ta sẽ có được các giác quan và siêu năng lực quý giá của Phật tính.

BUỘC TỘI BẢN THÂN

Phật tính mà mỗi chúng ta có ở bên trong đến từ trên cao, từ trên trời, từ các vì sao.

Chắc chắn, Phật tính tuyệt vời này xuất phát từ nốt nhạc La (Dải Ngân Hà, là thiên hà mà chúng ta đang sống).¹

Phật tính quý giá xuyên qua nốt Sol (Mặt trời), rồi qua nốt Fa (hệ hành tinh), đi vào Trái Đất và nhập vào bên trong chúng ta.²

Cha mẹ ban cho ta một cơ thể thích hợp để đón nhận Phật tính đến từ các ngôi sao.

Khi ta thật sự nỗ lực rèn luyện bản thân và hy sinh cho đồng loại, chúng ta sẽ chiến thắng và trở về trong lòng sâu thẳm của Urania.

Chúng ta đang sống trên thế giới này vì một lý do nào đó, vì một điều gì đó, một yếu tố đặc biệt nào đó.

1. Mối quan hệ giữa nốt La và Dải Ngân Hà được giải thích ở chương 7 của sách “Hành trình tìm kiếm điều diệu kỳ” của P. D. Ouspensky. Đọc bản dịch tiếng Việt ở đây: <https://gnosisvn.org/2021/10/03/chuong-7-hanh-trinh-tim-kiem-dieu-dieu-ky-p-d-ouspensky/>

2. Trong tiếng Tây Ban Nha, “Sol” là Mặt trời - việc này cũng được giải thích ở sách của Ouspensky.



Urania là nữ thần của chiêm tinh học. Trong thần thoại Hy Lạp, nữ thần Urania tượng trưng cho trời, cho vũ trụ. Tranh của Giuseppe Mazzei, k. 1900.

Tất nhiên, có rất nhiều điều mà chúng ta cần phải thấy, phải học và hiểu ở bên trong mình, nếu thật sự muốn biết chút gì đó về bản thân và về cuộc sống của mình.

Bi thảm thay cho kẻ nào chết đi rồi mà vẫn không biết được mục đích sống của mình.

Mỗi chúng ta phải tự khám phá phương hướng cuộc sống của chính mình, phải tìm ra cái gì đang giam cầm chúng ta trong tù ngục của khổ đau.

Rõ ràng, trong mỗi chúng ta đều có điều gì đó khiến cuộc sống trở nên cay đắng, và chúng ta cần kiên quyết đấu tranh chống lại nó.

Chúng ta không nhất thiết phải tiếp tục sống trong bất hạnh, chúng ta phải khẩn cấp làm tan biến những gì khiến ta yếu đuối và bất hạnh thành tro bụi vũ trụ.

Chẳng ích gì khi chúng ta cứ tự hào về những chức danh, giải thưởng, bằng cấp, tiền bạc, chủ nghĩa duy lý chủ quan và phù phiếm, những đức hạnh giả tạo, v.v.

Đừng bao giờ quên rằng thói đạo đức giả và lòng hám danh ngu ngốc của tính cách giả tạo khiến chúng ta trở nên ngu muội, thói nát, trì trệ, bảo thủ, và không thể nhận ra điều mới mẻ.

Cái chết có nhiều ý nghĩa, tích cực cũng như tiêu cực. Chúng ta hãy suy nghĩ về nhận xét kỳ diệu này của Kabir³ vĩ đại Giêsu Kitô: “Hãy để kẻ chết chôn người chết của họ.”⁴ Có nhiều người đang còn sống nhưng không mấy may quan tâm đến việc rèn luyện bản thân, và vì thế mọi khả năng chuyển hóa nội tâm của họ đã chết.

Họ là những người bị mắc kẹt trong giáo điều và niềm tin của

3. Kabir (tiếng Ả Rập) là “bậc thầy”.

4. Lu-ca 9:57-62, Kinh Thánh: *Đang khi họ đi đường, có người thưa với Ngài, “Thầy đi đâu, tôi sẽ đi theo đó.” Đức Chúa Giêsu nói với người ấy, “Con cáo có hang, chim trời có tổ, nhưng Con Người không có chỗ gối đầu.” Ngài lại bảo một người khác, “Người hãy theo Ta.” Người ấy đáp, “Lạy Chúa, xin cho con về nhà chôn cất cha con trước.” Nhưng Ngài bảo người ấy, “Hãy để kẻ chôn người chết của họ, còn người, hãy đi và rao giảng vương quốc Đức Chúa Trời.” Một người khác đến thưa với Ngài, “Lạy Chúa, con sẽ theo Ngài, nhưng trước hết xin cho con về từ biệt những người trong gia đình.” Đức Chúa Giêsu nói với người ấy, “Không ai đã tra tay cầm cày mà cứ quay nhìn đằng sau lại thích hợp với vương quốc Đức Chúa Trời.”*

chính mình, những người bị hóa đá trong ký ức của quá khứ xa xưa, những cá nhân mang đầy thành kiến từ tổ tiên để lại, những người sống như nô lệ vì lúc nào cũng sợ bị đánh giá, những người hết sức lãn đạ, thờ ơ, đôi khi "biết tuốt", tin rằng điều mình nghĩ là đúng vì "người ta nói thế", v.v.

Những người đó không muốn hiểu rằng thế giới này là một "phòng thể dục tâm lý" mà thông qua đó ta có thể tiêu diệt cái xấu xa bí mật mà tất cả chúng ta mang theo trong mình.

Nếu những người tội nghiệp đó hiểu được tình trạng đáng thương của mình, họ sẽ phải run rẩy vì kinh hãi.

Tuy nhiên, những người đó luôn nghĩ rằng mình là hay nhất, họ khoe khoang đức tính của mình, họ cảm thấy mình hoàn hảo, nhân hậu, có ích, cao thượng, nhân đức, thông minh, tự thấy mình hoàn thành các nghĩa vụ, v.v.

Nếu xem cuộc sống thực tiễn như một trường học thì rất tuyệt vời, nhưng nếu lấy chính cuộc sống làm mục tiêu thì rõ ràng là ngớ ngẩn.

Những ai sống chỉ để sống, lấy cuộc sống thường ngày làm mục tiêu, thì vẫn chưa hiểu được sự cần thiết phải nỗ lực hết mình để đạt được sự chuyển hóa triết để.

Thật không may, mọi người sống một cách máy móc, họ chưa bao giờ nghe nói gì về công việc rèn luyện nội tâm.

Thay đổi là cần thiết, nhưng con người không biết làm thế nào để thay đổi; họ rất đau khổ, và thậm chí không biết tại sao họ lại đau khổ.

Có tiền không phải là tất cả. Cuộc sống của người giàu có, nhiều khi, thực sự bi thảm.

CUỘC SỐNG

Trong đời sống thực tế, chúng ta luôn bắt gặp những sự tương phản đáng kinh ngạc. Có người giàu có, sống trong nhà cửa sang trọng và có nhiều bạn bè, nhưng đôi khi lại phải chịu rất nhiều đau khổ.

Người lao động khiêm tốn làm việc với cuộc xềng, hay tầng lớp trung lưu đôi khi lại sống trong hạnh phúc trọn vẹn.

Nhiều đại gia tỷ phú bị liệt dương, và các mệnh phụ giàu có khóc lóc cay đắng vì chồng mình không chung thủy.

Những người giàu trên Trái Đất trông như những con kền kền trong lồng son; trong thời buổi này, họ không thể sống thiếu vệ sĩ.

Các chính khách thì bị trói buộc, họ không bao giờ được tự do; họ đi đâu cũng phải có người hộ tống trang bị đến tận răng đi xung quanh.

Chúng ta hãy xem xét tình huống này một cách kỹ lưỡng hơn, bởi vì điều quan trọng là hiểu bản chất thực sự của cuộc sống.

Mỗi người đều có quyền tự do đưa ra ý kiến của mình, nói những gì họ muốn, nhưng chắc chắn là không ai thực sự hiểu hết. Cuộc sống là một bài toán không ai hiểu được.

Khi người ta bỗng nhiên muốn kể câu chuyện đời mình, họ sẽ kể

lại những sự kiện đã xảy ra, những cái tên, ngày tháng, v.v., và cảm thấy hài lòng là đã kể tốt câu chuyện của mình.

Những người khốn khổ ấy không biết rằng câu chuyện của họ còn thiếu sót, bởi vì các sự kiện, tên tuổi, và ngày tháng chỉ là khía cạnh bên ngoài của bộ phim, trong khi khía cạnh bên trong lại thiếu vắng.

Điều cấp thiết là phải biết được các trạng thái tâm thức. Mỗi sự kiện đều tương ứng với một trạng thái cảm xúc nào đó.

Trạng thái cảm xúc là bên trong, còn sự kiện là bên ngoài. Sự kiện bên ngoài không phải là tất cả.

Các trạng thái bên trong được hiểu là những tâm tính tốt hay xấu, những nỗi lo lắng, trầm cảm, mê tín, lo sợ, nghi ngờ, nhân từ, tự cao tự đại, tự đánh giá quá cao, trạng thái hạnh phúc, trạng thái vui vẻ, v.v.

Không thể phủ nhận rằng các trạng thái bên trong có thể tương ứng chính xác với các sự kiện bên ngoài, có thể phát sinh từ những sự kiện đó, hoặc hoàn toàn không có mối liên hệ gì.

Dù sao đi nữa thì trạng thái và sự kiện là khác nhau. Sự kiện không phải lúc nào cũng tương ứng chính xác với trạng thái đi kèm nó.

Một sự kiện dễ chịu có thể không liên quan đến trạng thái bên trong của nó.

Một sự kiện khó chịu cũng có thể không liên quan đến trạng thái bên trong của nó.

Có sự kiện mà ta mong đợi rất lâu, nhưng khi nó đến, ta lại cảm thấy thiếu một điều gì đó.

Chắc chắn, điều chúng ta thiếu chính là trạng thái nội tâm phù hợp để hòa hợp với sự kiện bên ngoài này.

Đôi khi, những sự kiện không mong đợi lại mang đến cho chúng ta những khoảnh khắc tuyệt vời nhất.

TRẠNG THÁI NỘI TÂM

Biết cách kết hợp các trạng thái bên trong một cách phù hợp với các sự kiện bên ngoài tức là biết cách sống thông minh.

Để trải nghiệm một sự kiện một cách thông minh, ta cần có trạng thái bên trong phù hợp và tương ứng với nó.

Nhưng khôn thay, khi con người nhìn lại đời mình thì họ nghĩ rằng cuộc đời chỉ bao gồm các sự kiện bên ngoài mà thôi.

Tội nghiệp người ta! Họ cứ nghĩ rằng nếu sự kiện nọ hoặc sự kiện kia chưa từng xảy ra thì cuộc sống của họ đã tốt đẹp hơn.

Họ cho rằng vận may đã bỏ rơi họ, và họ đã mất đi cơ hội được hạnh phúc.

Họ than vãn về những gì đã mất, tiếc nuối những thứ họ đã không coi trọng, thở than khi nhớ lại những thất bại và tai ương trong quá khứ.

Con người không muốn nhận thức rằng cách sống vô vị này không phải là "sống", rằng khả năng sống với tâm thức tỉnh táo hoàn toàn phụ thuộc vào chất lượng của các trạng thái trong tâm.

Dù sự kiện bên ngoài có đẹp đẽ đến đâu, nếu trong khoảnh khắc đó trạng thái bên trong của chúng ta không tương xứng, thì chắc chắn ngay cả sự kiện tốt đẹp nhất cũng có thể trở nên đơn điệu, mệt mỏi, hoặc chán chường đối với chúng ta.

Một người đang hồi hộp chờ đợi đám cưới, đó là một sự kiện. Nhưng đến đúng lúc sự kiện đó diễn ra, anh ta có thể quá lo lắng đến nỗi không còn thấy hứng thú gì, và toàn bộ đám cưới đó trở thành một nghi thức khô khan và lạnh lẽo.

Kinh nghiệm đã dạy chúng ta biết rằng không phải ai tham dự lễ hội hay cuộc nhảy múa cũng đều thực sự thích thú.

Trong những buổi tiệc tuyệt vời nhất luôn có một người đang chán ngán, và bản nhạc hay nhất có thể làm người này vui nhưng khiến người kia lại khóc.

Hiếm có ai biết cách chủ động kết hợp sự kiện bên ngoài với trạng thái nội tâm thích hợp.

Thật đáng tiếc là con người không biết sống có ý thức: họ khóc khi nên cười và cười khi nên khóc.

Mọi thứ sẽ khác nếu chúng ta có thể kiểm soát bản thân: người khôn ngoan có thể vui nhưng không bao giờ mất kiểm soát; họ có thể buồn nhưng không tuyệt vọng; họ bình thản ngay cả khi đối diện với nghịch cảnh; họ biết tiết chế trong những cuộc chèn chén; giữ sự thanh tịnh ngay cả khi bị dục vọng bao quanh, v.v.

Người u sầu và bi quan thì luôn nghĩ đến những điều tồi tệ nhất, và thành thật mà nói, họ không thực sự muốn sống.

Ngày nào chúng ta cũng thấy những người không chỉ bất hạnh mà tệ hơn nữa là họ còn làm cho cuộc sống của người khác trở nên cay đắng.

Những người này sẽ không thay đổi dù có đi tiệc tùng mỗi ngày; họ mang trong mình nhiều căn bệnh tâm lý. Những người như vậy chắc chắn chứa đựng những trạng thái nội tâm vô cùng lệch lạc.

Tuy nhiên, những người này tự cho mình là đúng đắn, thánh thiện, đạo đức, cao quý, hữu ích, và tự coi mình là người biết hy sinh bản thân, v.v.

Họ là những người lo nghĩ về bản thân mình quá nhiều, những người rất yêu bản thân.

Họ là người hay thương hại chính mình, và luôn tìm cách trốn tránh trách nhiệm.

Người như thế đã quen với những cảm xúc hạ cấp, nên hiển nhiên hằng ngày họ đều tạo ra các yếu tố tâm lý phi nhân tính.

Các sự kiện không may, nghịch cảnh, đau khổ, nợ nần, khó khăn, v.v., là đặc sản của những người không biết sống.

Ai cũng có thể phát triển một nền văn hóa lý trí phong phú, nhưng hiếm có người học được cách sống đúng đắn.

Khi một người muốn tách biệt các sự kiện bên ngoài khỏi trạng thái bên trong của tâm thức, rõ ràng người đó đã biểu lộ rằng mình không có khả năng sống với chân giá trị.

Người nào biết cách sử dụng trí tuệ của tâm thức để kết hợp sự kiện bên ngoài với trạng thái bên trong thì họ đang đi trên con đường dẫn đến thành công.

TRẠNG THÁI SAI LẦM

Khi quan sát bản thân một cách kỹ lưỡng, chúng ta chắc chắn sẽ so sánh một cách logic và toàn diện giữa các sự kiện bên ngoài của cuộc sống thực tiễn và các trạng thái bên trong của tâm thức; đây là việc cấp thiết và không thể trì hoãn.

Trong từng khoảnh khắc, chúng ta cần cấp thiết nhận thức rõ vị trí của mình: tâm thức đang ở trạng thái nào và sự kiện bên ngoài đang diễn ra như thế nào?

Cuộc sống là một chuỗi các sự kiện diễn ra trong thời gian và không gian.

Có người nói rằng, “Cuộc sống là một chuỗi các sự kiện đau khổ rối rắm trong tâm.”

Mọi người có quyền tự do suy nghĩ theo ý họ; nhưng theo tôi, những thú vui thoáng qua luôn kéo theo cảm giác thất vọng và cay đắng.

Mỗi sự kiện đều có hương vị riêng của nó, và mỗi trạng thái nội tâm cũng thuộc một loại riêng; điều này là hiển nhiên, không thể bác bỏ.

Việc rèn luyện bản thân chắc chắn ảnh hưởng đến các trạng thái tâm lý của tâm thức.

Không ai có thể phủ nhận rằng chúng ta mang theo bên trong mình rất nhiều lỗi lầm và các trạng thái sai lầm.

Nếu thực sự muốn thay đổi, chúng ta phải khẩn cấp thay đổi triệt để các trạng thái sai lầm của tâm thức; việc này không thể trì hoãn.

Khi chúng ta thay đổi triệt để các trạng thái sai lầm, toàn bộ cuộc sống cũng sẽ thay đổi theo.

Khi một người nghiêm túc sửa đổi các trạng thái sai lầm, rõ ràng là các sự kiện không hay trong cuộc sống sẽ không thể dễ dàng làm tổn thương người đó như trước.

Bạn chỉ có thể hiểu được điều này bằng cách trải nghiệm, bằng cách cảm nhận thực sự thông qua hành động.

Ai không rèn luyện bản thân sẽ luôn là nạn nhân của hoàn cảnh, họ sẽ giống như một khúc gỗ bị quăng quật giữa sóng gió của đại dương.

Các sự kiện kết hợp với nhau theo nhiều cách và thay đổi không ngừng; chúng như những con sóng xô, hết lớp này đến lớp khác, tác động lên chúng ta.

Hiển nhiên, có sự kiện tốt và sự kiện xấu. Một số sự kiện sẽ tích cực hơn, trong khi một số khác lại tiêu cực hơn.

Chúng ta hoàn toàn có thể thay đổi một số sự kiện và có nhiều cơ hội để sửa lại kết quả cũng như thay đổi tình huống.

Tuy nhiên, có một số tình huống thực sự không thể thay đổi được. Trong trường hợp này, chúng ta nên chấp nhận với ý thức tỉnh táo, dù cho một số tình huống là vô cùng nguy hiểm và thậm chí là đau đớn.

Khi chúng ta không còn đồng nhất bản thân với vấn đề đã xảy ra thì chắc chắn là nỗi đau sẽ biến mất.

Chúng ta nên nhìn cuộc sống như một chuỗi các trạng thái nội tâm nối tiếp nhau; chúng tạo nên bản tiểu sử chân thực của cuộc đời mỗi người chúng ta.

Khi nhìn lại toàn bộ đời kiếp này, chúng ta có thể tự xác nhận một cách trực tiếp rằng rất nhiều tình huống không hay đã xảy ra là do các trạng thái nội tâm sai lầm đó.

Alexandros Đại đế,¹ mặc dù là một người biết điều độ, nhưng do kiêu ngạo mà đã rơi vào tình huống quá chén gây nên cái chết của ông.

François đệ I² đã chết sau những bê bối tình ái dơ bẩn và ghê tởm mà lịch sử vẫn còn ghi nhớ.

Khi Marat³ bị ám sát bởi một nữ tu độc ác, ông ta đã chết vì sự kiêu ngạo và đố kỵ, ông tự coi mình là hoàn toàn đúng đắn.

Các phụ nữ ở Parquet aux cerfs⁴ đã góp phần làm suy kiệt sức lực của tên tà dâm ghê tởm Louis XV.

Rất nhiều người chết vì tham vọng, tức giận hay đố kỵ; các nhà tâm lý học biết rõ điều này.

Ngay khi ý chí của chúng ta thiết lập một thói quen sai lầm không thể thay đổi, chúng ta đã tự đặt mình vào con đường hủy diệt.

Othello,⁵ vì ghen tuông mà trở thành một kẻ sát nhân, còn nhà tù thì chứa đầy những người làm lỗi một cách thật thà.

1. https://vi.wikipedia.org/wiki/Alexandros_Dại_đế

2. Có lẽ đoạn này đang nói về François I (1494 – 1547), là vua Pháp. Truyện về các cuộc ngoại tình của François I được đóng kịch trong tác phẩm “Le Roi s’amuse” của tác giả Victor Hugo, 1832. (https://vi.wikipedia.org/wiki/François_I_của_Pháp)

3. Jean-Paul Marat (1743 – 1793) là nhân vật quan trọng trong cách mạng Pháp, bị Charlotte Corday ám sát khi đang nằm trong bồn tắm để chữa bệnh. Bà Corday giết Marat vì không ủng hộ quan điểm chính trị của ông.

4. Parc-aux-cerfs là nơi cư trú của các tình nhân bí mật của vua Louis XV (Pháp, 1710-1774)

5. Othello là một nhân vật bi kịch trong tác phẩm của Shakespeare. (<https://vi.wikipedia.org/wiki/Othello>)



François I, vua Pháp. Tranh của Jean Clouet, k.1528.



"Cái chết của Marat" - tranh của Jacques-Louis David, 1793.



“Othello và Desdemona”, tranh của Frederick Richard Pickersgill, 1859.

SỰ KIỆN CÁ NHÂN

Khi một người muốn tìm hiểu các trạng thái sai lầm, họ cần tự quan sát nội tâm một cách trọn vẹn. Chúng ta không thể trì hoãn việc này.

Chắc chắn rằng các trạng thái sai lầm bên trong có thể được sửa đổi bằng những phương pháp đúng đắn.

Vì đời sống bên trong là thời nam châm thu hút các sự kiện bên ngoài, chúng ta cần hết sức khẩn cấp loại bỏ khỏi tâm mình các trạng thái tâm lý sai lầm đó.

Sửa các trạng thái tâm lý sai lầm là điều không thể thiếu nếu chúng ta muốn thay đổi tận gốc bản chất của một số sự kiện không mong muốn.

Nếu loại bỏ được một số trạng thái tâm lý vô lý nhất định, chúng ta sẽ thay đổi được mối quan hệ của mình với các sự kiện đó.

Những tình huống tiêu cực bên ngoài có thể trở nên vô hại và thậm chí có thể có ích khi chúng ta biết sửa các trạng thái sai lầm bên trong một cách thông minh.

Khi một người gột rửa nội tâm của mình, họ có thể thay đổi bản chất của các sự kiện không hay đang xảy đến với họ.

Người nào không bao giờ sửa chữa các trạng thái tâm lý vô lý của

mình và cứ tin rằng mình rất mạnh mẽ, sẽ trở thành nạn nhân của hoàn cảnh.

Nếu chúng ta muốn thay đổi hướng đi cho kiếp sống khốn khổ của mình, thì một việc hết sức quan trọng là phải sắp xếp lại ngôi nhà nội tâm hỗn loạn của mình cho ngăn nắp.

Con người phàn nàn về mọi thứ, họ đau khổ, kêu khóc và phản đối, họ muốn thay đổi cuộc sống, họ muốn thoát khỏi tình huống bất hạnh của mình; nhưng đáng tiếc thay, họ không chịu tu sửa bản thân.

Họ không muốn thừa nhận rằng chính đời sống nội tâm của mình thu hút các hoàn cảnh bên ngoài, và rằng nếu các hoàn cảnh đó khổ sở thì đó là do các trạng thái nội tâm vô lý.

Cái bên ngoài chỉ là sự phản chiếu của cái bên trong; ai thay đổi được bên trong thì sẽ tạo ra trật tự mới.

Các sự kiện bên ngoài sẽ không bao giờ quan trọng bằng cách chúng ta đối mặt với chúng.

Khi bị sỉ nhục, bạn có giữ được bình tĩnh không? Khi phải đối mặt với những lối hành xử khó chịu của mọi người xung quanh, bạn có sẵn lòng chấp nhận chúng không?

Khi bị người yêu phản bội, bạn đã phản ứng thế nào? Bạn có để cho nọc độc ghen tuông tiêm nhiễm vào mình? Bạn có giết người không? Bạn có bị đi tù không?

Bệnh viện, nghĩa trang, nhà tù... đây những người thật thà nhưng lầm lẫn, những người đã phản ứng một cách ngớ ngẩn trước các sự kiện bên ngoài.

Ví dụ tốt nhất của con người trong cuộc sống chính là một trạng thái tâm lý đúng đắn.

Với trạng thái nội tâm thích hợp, chúng ta có thể hàng phục thú dữ và vạch mặt kẻ phản bội.

Còn trạng thái nội tâm sai lầm thì biến chúng ta thành nạn nhân bất lực trước sự đòi hỏi của con người.

Đừng đồng nhất bản thân với bất kỳ sự kiện nào; hãy nhớ rằng mọi thứ rồi cũng sẽ qua đi, hãy học cách nhìn cuộc sống như xem một bộ phim, và rồi bạn sẽ nhận được thành quả.

Đừng quên rằng những sự kiện dù không có chút giá trị nào cũng có thể đẩy bạn vào một tình huống nhục nhã nếu bạn không chịu loại bỏ khỏi tâm mình những trạng thái sai lầm.

Chắc chắn là mỗi sự kiện bên ngoài cần một tấm vé phù hợp, tức là một trạng thái tâm lý chính xác.

CÁC CÁI TÔI

Loài động vật trí năng, bị gọi nhầm là con người, thực sự không có một tính cá thể rõ ràng.¹

Không nghi ngờ gì nữa, việc loài vật hình người này thiếu sự nhất quán trong tâm lý chính là nguyên nhân gây ra nhiều khó khăn và cay đắng.

Cơ thể vật chất là một thể thống nhất hoàn chỉnh và hoạt động như một tổng thể hữu cơ, trừ khi bị bệnh.

Tuy nhiên, xét về mặt tâm lý thì đời sống nội tâm của loài vật hình người lại không phải là một thể thống nhất.

Điều nghiêm trọng nhất ở đây, bất chấp các trường phái giả huyền học nói gì, là sự thiếu vắng một trật tự tâm lý trong sâu thẳm mỗi con người.

Trong những điều kiện như vậy thì chắc chắn đời sống nội tâm của con người không thể nào hoạt động hài hòa được.

1. Tính cá thể ngụ ý khả năng hành động một cách tự do. Chừng nào Phật tính bị mắc kẹt trong cái tôi thì việc này là không thể. Tâm trí bị điều kiện hóa, thay vì hoạt động một cách tự do, sẽ hoạt động theo thói quen, một cách máy móc. Đọc thêm về khái niệm “tính cá thể” trong sách của bác sĩ tâm lý Carl Jung: <https://gnosisvn.org/2021/11/08/tinh-ca-the-va-cac-dinh-nghia-lien-quan/>

Xét về trạng thái bên trong, loài vật hình người là một đa thể tâm lý, là tổng thể của các cái tôi.

Các chuyên gia vô minh của thời kỳ u tối này tôn thờ cái tôi, họ thần thánh hóa nó, đặt nó lên bàn thờ, gọi nó là “alter ego”, “cái tôi cao cấp”, “cái tôi thiêng liêng”, v.v.

Những kẻ biết-tuốt ở thời đại đen tối mà chúng ta đang sống này không muốn nhận ra rằng cái “tôi cao cấp” hay cái “tôi hạ cấp” là hai khía cạnh của cùng một cái tôi đa nguyên.

Loài vật hình người chắc chắn không có một cái “tôi vĩnh viễn”, mà đúng hơn là có vô số cái tôi hạ cấp và phi lý.

Động vật trí năng đáng thương, bị gọi nhầm là con người, giống như một ngôi nhà hỗn loạn, nơi thay vì có một chủ nhân, lại có rất nhiều người hầu luôn muốn ra lệnh và làm theo ý của riêng mình.

Sai lầm lớn nhất của các trường phái giả huyền học và giả tâm linh học rẻ tiền là việc cho rằng mọi người, hoặc chính bản thân họ, sở hữu một “cái tôi vĩnh hằng bất biến”, không sinh không diệt.

Những người nghĩ như vậy, nếu họ có thể đánh thức tâm thức dù chỉ trong giây lát, thì sẽ nhận ra rất rõ ràng rằng động vật trí năng hình người không bao giờ là “bất biến” trong bất kỳ khoảng thời gian nào.

Nhìn từ góc độ tâm lý thì động vật trí năng thay đổi liên tục không ngừng.

Nếu nghĩ rằng một người tên Luis lúc nào cũng là Luis thì thật là nực cười.

Anh chàng tên Luis ấy có nhiều cái tôi khác nhau bên trong, chúng thể hiện qua tính cách của anh tùy theo từng thời điểm. Mặc dù Luis không ưa gì sự tham lam, nhưng một cái tôi khác trong anh, tạm gọi là Pepe, lại rất tham lam, và những cái tôi khác cũng không ngoại lệ.

Không ai là bất biến mãi mãi. Thực ra, ta không cần quá thông minh để nhận thấy vô số sự thay đổi và mâu thuẫn trong mỗi con người.

Nếu cho rằng ai đó có một “cái tôi vĩnh hằng và bất biến” thì

chẳng khác nào sỉ nhục mọi người xung quanh và cả chính mình nữa.

Trong mỗi người đều có rất nhiều người tồn tại, rất nhiều cái tôi; bất kỳ ai tỉnh giấc đều có thể tự kiểm chứng được điều này một cách trực tiếp.

CÁI TÔI YÊU QUÝ

Vì cái tôi cao cấp và hạ cấp là hai phần của cùng một thứ, chúng ta có thể lập ra một hệ quả tất yếu sau đây: cái tôi cao cấp và cái tôi hạ cấp là hai mặt của cùng một cái tôi u tối và đa nguyên.

Những khái niệm như “cái tôi thần thánh” hay “cái tôi cao cấp”, “Alter Ego”, hay kiểu như thế, chắc chắn là một trò lừa bịp do chính con người tạo ra, một dạng tự lừa dối chính mình.

Khi cái tôi muốn tiếp tục tồn tại trong kiếp này và các kiếp sau, nó sẽ tự lừa chính mình bằng ảo tưởng về một cái tôi thần thánh và bất diệt.

Không ai trong chúng ta có một cái tôi thực sự, vĩnh cửu, bất biến, bất diệt, phi thường khôn tả, v.v.

Không ai trong chúng ta thực sự là nhất thể; đáng tiếc thay, chúng ta thậm chí còn không có nổi một tính cá thể chân chính.

Mặc dù cái tôi vẫn tiếp tục tồn tại sau khi ta qua đời, nó vẫn có sinh và có diệt.

Cái tôi không bao giờ là một nhất thể độc lập, nhất quán, nguyên vẹn. Rõ ràng, cái tôi là tập hợp của nhiều cái tôi.

Ở Tây Tạng, các cái tôi được gọi là các “cấu trúc tâm lý” hay đơn giản là các “giá trị”, bất kể chúng là tích cực hay tiêu cực.¹

Nếu coi mỗi cái tôi như một con người riêng biệt, chúng ta có thể khẳng định một cách dứt khoát rằng: trong mỗi con người trên thế giới này đều có rất nhiều người.

Không nghi ngờ gì nữa, bên trong mỗi chúng ta đều có rất nhiều người, cả tốt lẫn xấu.

Mỗi cái tôi này, mỗi con người này, đều cạnh tranh để giành quyền kiểm soát tối cao, muốn độc chiếm bộ não lý trí hoặc các trung tâm cảm xúc và vận động mỗi khi có cơ hội – cho đến khi một cái tôi khác thay thế nó.²



Con người có tất cả 7 trung tâm xử lý

1. Kinh Phật gọi cấu trúc tâm lý là “hành”, tiếng Phạn: samskara. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2021/03/07/cau-truc-tam-ly-hanh/>

2. Đọc thêm về bảy trung tâm xử lý: <https://gnosisvn.org/2017/03/06/trung-tam-cam-xuc-cao-cap/>

Giáo lý về cái tôi đa nguyên đã được các bậc nhân thông đích thực và các bậc khai ngộ chân chính giảng dạy ở Tây Tạng.

Mỗi khiếm khuyết tâm lý trong chúng ta đều được đại diện bởi một cái tôi riêng. Bởi chúng ta có hàng nghìn và thậm chí hàng triệu khiếm khuyết, nên hiển nhiên là ta có rất nhiều người sống bên trong mình.

Về mặt tâm lý học, chúng tôi nhận thấy rằng những người hoang tưởng, tự cao và điều ngoa thường không bao giờ chịu từ bỏ thái độ tôn thờ cái tôi của mình.

Không nghi ngờ gì nữa, những người như thế cực kỳ căm ghét giáo lý về cái tôi đa nguyên.

Khi một người thực sự muốn hiểu chính mình, người đó phải tự quan sát và cố gắng hiểu được các cái tôi trong tính cách của mình.

Nếu có độc giả nào vẫn chưa hiểu được giáo lý về cái tôi đa nguyên, thì đó hoàn toàn là do họ chưa thực hành quan sát bản thân đủ nhiều mà thôi.

Khi thực hành tự quan sát bên trong, chúng ta sẽ tự khám phá ra được nhiều con người, nhiều cái tôi đang sống ở bên trong tính cách của chính mình.

Những ai phủ nhận giáo lý về cái tôi đa nguyên hoặc sùng bái cái tôi thần thánh, chắc chắn chưa bao giờ quan sát bản thân một cách nghiêm túc. Chúng tôi có thể nói như Socrates rằng những người này không chỉ không biết mà còn không biết rằng họ không biết.

Chắc chắn, ta sẽ không bao giờ hiểu được chính mình nếu không quan sát bản thân một cách nghiêm túc và sâu sắc.

Khi một người vẫn giữ niềm tin rằng mình là một thể thống nhất, rõ ràng họ sẽ không bao giờ thay đổi được bất kỳ điều gì bên trong.

SỰ THAY ĐỔI TRIỆT ĐỂ

Chừng nào con người vẫn tiếp tục nhằm tưởng rằng mình là một cá thể thống nhất, thì rõ ràng họ không thể có được một sự thay đổi triệt để.

Vì việc tu tập bắt đầu bằng sự tự quan sát nghiêm ngặt, điều này hàm ý rằng chúng ta có nhiều thành phần tâm lý – các cái tôi hay các yếu tố không mong muốn – mà ta cần loại bỏ, cần diệt trừ ra khỏi nội tâm mình một cách khẩn cấp.

Rõ ràng là nếu chưa nhận thức được lỗi lầm của mình, chúng ta không thể loại trừ chúng. Trước hết, cần phải khẩn trương quan sát yếu tố mà mình muốn loại bỏ khỏi tâm.

Công việc này không nằm ở bên ngoài mà ở bên trong. Người nào tin rằng một cảm nang hành xử hay một hệ thống đạo đức hời hợt có thể đưa họ đến thành công thì hoàn toàn sai lầm.

Việc tu sửa bên trong bắt đầu bằng sự chú ý, tập trung vào việc quan sát bản thân một cách trọn vẹn. Chỉ riêng thực tế này cũng đủ để chứng minh rằng công việc tu tập đòi hỏi một nỗ lực cá nhân rất đặc biệt.

Nói thẳng ra, chúng tôi khẳng định và nhấn mạnh: không ai có thể làm việc này thay chúng ta.

Chúng ta không thể nào thay đổi tâm mình nếu không quan sát trực tiếp toàn bộ các yếu tố chủ quan bên trong.

Khi một người chấp nhận thực tế rằng bên trong họ có vô số lỗi lầm nhưng vẫn phủ nhận sự cần thiết phải tìm hiểu và trực tiếp quan sát những lỗi lầm đó, thì đó chỉ là một cách trốn tránh chính mình, một kiểu tự lừa dối.

Chỉ khi thực hành tự quan sát một cách nghiêm túc và sáng suốt, không trốn tránh dưới bất kỳ hình thức nào, chúng ta mới có thể thực chứng rằng mình không phải “một” mà là “nhiều”.

Việc thừa nhận rằng cái tôi có tính đa nguyên và việc trực tiếp chứng nghiệm sự thật đó thông qua quá trình quan sát bản thân một cách nghiêm túc là hai khía cạnh hoàn toàn khác nhau.

Một người có thể chấp nhận giáo lý về cái tôi đa nguyên ngay cả khi chưa từng thực chứng nó. Họ chỉ có thể thực chứng bằng cách cẩn thận quan sát bản thân mình.

Khi một người trốn tránh việc quan sát bên trong, thì đó là dấu hiệu rõ ràng của sự thoái hóa.

Chừng nào một người còn duy trì ảo tưởng rằng mình luôn là một người, họ sẽ không thể thay đổi được. Rõ ràng mục tiêu của công việc này chính là để thay đổi dần dần đời sống nội tâm của chúng ta.

Sự thay đổi triệt để là một khả năng có thật nhưng ta thường đánh mất cơ hội này khi không nỗ lực tu sửa bản thân.

Chừng nào một người còn tin rằng mình là một cá thể thống nhất, thì điểm khởi đầu cho sự thay đổi triệt để vẫn chỉ là một ẩn số.

Những ai bác bỏ giáo lý về cái tôi đa nguyên rõ ràng chưa từng quan sát bản thân một cách nghiêm túc.

Quan sát bản thân một cách nghiêm ngặt, không lẫn tránh, cho phép chúng ta tự kiểm chứng thực tế phũ phàng rằng con người là “nhiều” chứ không phải “một”.

Trong thế giới của các ý kiến chủ quan, các loại giả thuyết giả tâm linh học và giả huyền học luôn đóng vai trò là lối thoát để chúng ta chạy trốn khỏi bản thân mình.

Hiển nhiên, cái ảo tưởng rằng mình luôn là một người, không thay đổi, là trở ngại vô hình cho việc tự quan sát.

Một người có thể nói: "Tôi biết rằng tôi là nhiều người chứ không phải một người; Gnosis đã dạy tôi như thế." Lời khẳng định này có thể rất chân thành, nhưng nếu người đó chưa trải nghiệm thực sự và trọn vẹn về khía cạnh này của giáo lý, thì lời nói ấy tất nhiên cũng chỉ mang tính bề ngoài và nông cạn mà thôi.

Vì thế, thực chứng, trải nghiệm và thấu hiểu chính là nền tảng. Chỉ như thế ta mới có thể rèn luyện với tâm thức tỉnh táo để đạt sự thay đổi triệt để.

Do đó, khẳng định là một chuyện và hiểu thật sự lại là một chuyện khác. Khi một người nói: "Tôi hiểu rằng tôi là nhiều người chứ không phải một người", nếu sự hiểu biết đó là chân thật và không chỉ là lời nói suông phù phiếm trong một cuộc đối thoại mơ hồ, thì lời nói này đã chỉ ra và xác nhận một cách rõ ràng rằng người đó đã thực chứng được về giáo lý của cái tôi đa nguyên.

Biết và thấu hiểu là hai việc khác nhau: biết thuộc về lý trí, hiểu thuộc về trái tim.

Do đó, nếu chỉ đơn thuần biết về giáo lý của cái tôi đa nguyên, thì chẳng có ích gì. Thật đáng tiếc, trong thời đại ngày nay, con người biết rất nhiều điều nhưng lại hiểu rất ít. Đó là do động vật trí năng đáng thương, bị gọi nhầm là con người, chỉ phát triển mặt kiến thức mà lại quên mất mặt kia của bản thể một cách đáng thương.

Biết và hiểu về giáo lý của cái tôi đa nguyên là nền tảng cho bất kỳ sự thay đổi triệt để đích thực nào.

Khi một người nhận thức rằng mình là "nhiều" chứ không phải "một" và bắt đầu quan sát kỹ bản thân, thì rõ ràng người đó đã bắt đầu quá trình tu sửa nội tâm một cách nghiêm túc.

NGƯỜI QUAN SÁT VÀ NGƯỜI BỊ QUAN SÁT

Khi một người bắt đầu quan sát chính mình một cách nghiêm túc với quan điểm rằng bản thân không phải là một mà là nhiều, thì người đó sẽ thực sự bắt đầu tu sửa bản thân – điều này rất rõ ràng và dễ hiểu. Các khiếm khuyết tâm lý sau đây là những trở ngại cản trở việc quan sát bản thân:

- Vĩ cuồng: Áo tưởng về sự vĩ đại của bản thân, tin rằng mình là một vị thần.
- Chấp ngã: Tin vào một cái tôi vĩnh cửu, tôn thờ bất kỳ một “Alter Ego” nào.
- Hoang tưởng: Những kẻ tự cho mình là biết tuốt, vô minh, tự mãn, tự phụ, tin rằng mình không thể sai, kiêu ngạo về kiến thức huyền học và không lắng nghe quan điểm của người khác.

Khi một người tiếp tục tin tưởng một cách ngớ ngẩn rằng mình là một, rằng mình có một cái tôi vĩnh cửu, thì việc rèn luyện bản thân một cách nghiêm túc là điều không thể.

Người nào luôn coi mình là một nhất thể thì sẽ không bao giờ có khả năng tách bản thân khỏi những yếu tố không mong muốn. Họ

sẽ coi từng suy nghĩ, tình cảm, ham muốn, cảm xúc, dục vọng, v.v., như là chức năng thuộc bản chất bất biến của mình. Thậm chí, họ sẽ bào chữa cho bản thân trước mặt người khác bằng cách nói rằng những khiếm khuyết cá nhân đó là do di truyền.

Người nào chấp nhận giáo lý về cái tôi đa nguyên thông qua việc tự quan sát sẽ hiểu rằng mọi mong muốn, suy nghĩ, hành động, tham vọng, v.v., đều tương ứng với cái tôi này hoặc cái tôi kia, nghĩa là tương ứng với một cái tôi riêng lẻ và khác biệt.

Bất kỳ ai rèn luyện bản thân mình một cách rất nghiêm túc như một vận động viên môn tự quan sát nội tâm, họ sẽ nỗ lực để tách rời khỏi tâm các yếu tố xấu xa mà họ mang trong mình.

Vậy nên, nếu một người thực sự bắt đầu quan sát nội tâm một cách chân thành, họ sẽ tự tách mình thành hai: người quan sát và người bị quan sát.

Nếu không có sự phân chia đó thì rõ ràng là chúng ta sẽ không bao giờ tiến thêm được bước nào trên con đường kỳ diệu của việc hiểu chính mình.

Làm sao chúng ta có thể quan sát bản thân nếu mắc sai lầm là không chịu tách mình thành người quan sát và người bị quan sát?

Nếu không có sự phân chia đó, thì rõ ràng chúng ta sẽ không bao giờ tiến được một bước trên con đường thấu hiểu chính mình.

Rõ ràng, nếu không có sự phân chia đó, chúng ta sẽ tiếp tục đồng nhất với các cơ chế của cái tôi đa nguyên.

Ai đồng nhất bản thân với các cơ chế của cái tôi đa nguyên thì sẽ luôn là nạn nhân của hoàn cảnh.

Làm sao một người có thể thay đổi hoàn cảnh nếu chưa hiểu chính mình? Làm sao một người có thể hiểu chính mình khi chưa quan sát bên trong? Làm sao một người có thể quan sát bản thân nếu chưa tách mình thành người quan sát và người bị quan sát?

Không ai có thể thay đổi triệt để chừng nào chưa tự nhủ rằng: “Mong muốn này là một cái tôi thú tính mà mình phải loại trừ”, “Tư duy ích kỷ này là một cái tôi khác mình cần phải làm tan rã bởi nó đang làm mình đau khổ”, “Cảm xúc này là một cái tôi đã xâm nhập

vào và làm tổn thương trái tim, mình cần tiêu trừ nó thành cát bụi vũ trụ,” v.v.

Hiển nhiên, một người không thể tự nhủ những điều trên nếu chưa từng tách mình thành người quan sát và người bị quan sát.

Người nào coi mọi hoạt động tâm lý như chức năng của một cái tôi duy nhất và vĩnh cửu sẽ đồng nhất với mọi lỗi lầm của mình. Người đó bị trói buộc vào lỗi lầm đến mức không còn khả năng tách chúng khỏi tâm.

Hiển nhiên, những người như vậy không thể thay đổi triệt để và chắc chắn sẽ thất bại.

TƯ DUY TIÊU CỰC

Trong thời đại thoái hóa và suy đồi này, hiếm có ai biết suy nghĩ một cách sâu sắc và hoàn toàn tập trung.

Các ý nghĩ nổi lên từ trung tâm lý trí. Chúng không bắt nguồn từ một cái tôi vĩnh cửu, như các chuyên gia vô minh vẫn lầm tưởng, mà từ các cái tôi bên trong.

Khi một người suy nghĩ, họ luôn tin rằng chính bản thân họ đang suy nghĩ.

Loài vật trí năng khôn khổ này không muốn thừa nhận rằng các ý nghĩ xuất hiện trong tâm trí họ đều bắt nguồn từ các cái tôi.

Điều này có nghĩa rằng chúng ta không thật sự là những cá thể đang suy nghĩ; thực ra, chúng ta vẫn chưa có một tâm trí cá nhân và độc lập.

Tuy nhiên, mỗi cái tôi đều sử dụng trung tâm lý trí của chúng ta. Chúng tận dụng mọi cơ hội để dùng trung tâm lý trí trong việc suy nghĩ.

Thế nên, thật ngớ ngẩn nếu ta đồng nhất bản thân với một ý nghĩ tiêu cực hay độc hại và tin rằng đó là đặc tính của mình.

Rõ ràng, suy nghĩ tiêu cực đó xuất phát từ một cái tôi nào đó đã lạm dụng trung tâm lý trí của ta vào một thời điểm nhất định.

Có nhiều loại suy nghĩ tiêu cực, chẳng hạn như nghi ngờ, ngờ

vực, ác ý với người khác, ghen tuông về tình dục, ác cảm về tôn giáo, ác cảm về chính trị, ghen tuông với người thân hoặc bạn bè, tham lam, dục vọng, hận thù, giận dữ, kiêu ngạo, đố kỵ, thù ghét, oán giận, trộm cắp, ngoại tình, lừa dối, tham ăn, v.v.

Quả thực, chúng ta có quá nhiều khiếm khuyết tâm lý, đến mức “dù ta có một cái miệng thép và một ngàn cái lưỡi thì cũng không thể nào liệt kê chúng ra hết được”.¹

Từ đó, ta có thể rút ra một kết luận tất yếu: việc đồng nhất bản thân với các ý nghĩ tiêu cực quả là một điều rồ dại.

Bởi không có quả nào không nhân, chúng tôi chính thức khẳng định rằng một suy nghĩ không thể tồn tại độc lập hay nảy sinh tự phát.

Mối quan hệ giữa ý nghĩ và người suy nghĩ là hiển nhiên. Mỗi ý nghĩ tiêu cực đều bắt nguồn từ một “người suy nghĩ” riêng.

Trong mỗi chúng ta có bao nhiêu ý nghĩ tiêu cực thì có bấy nhiêu người suy nghĩ tiêu cực.

Nhìn từ góc độ “ý nghĩ và người suy nghĩ đa nguyên”, ta nhận ra rằng mỗi cái tôi trong tâm trí chắc chắn là một người suy nghĩ riêng.

Không nghi ngờ gì nữa, có quá nhiều “người suy nghĩ” bên trong mỗi chúng ta. Tuy nhiên, tại một thời điểm nhất định thì mỗi người suy nghĩ nội tại này tin rằng hẳn là người duy nhất, mặc dù thực chất chỉ là một phần nhỏ mà thôi.

Những người tự lừa dối bản thân, ví cuồng, ái kỷ, tôn thờ cái tôi, cùng những người hoang tưởng sẽ không bao giờ chấp nhận luận đề về “nhiều người suy nghĩ” vì họ quá yêu bản thân mình. Họ cảm thấy mình như là cha mẹ của siêu nhân vậy.

Làm sao mà những người “khác thường” đó có thể chấp nhận được rằng họ không sở hữu một tâm trí cá thể lỗi lạc và tuyệt vời?

Tuy nhiên, những người biết tuốt vô minh đó luôn tự cho mình là hay nhất, và thậm chí còn khoác lên mình chiếc áo choàng của Aristippus để thể hiện trí tuệ và sự khiêm tốn.

1. Câu này trích Aeneid, tập VI



ARISTIPPVS .

Tranh vẽ Aristippus trong sách "Lịch sử Triết học" của Thomas Stanley, 1655.

Truyền thuyết kể rằng Aristippus muốn thể hiện sự thông thái và khiêm nhường của mình, vì vậy ông khoác lên mình chiếc áo choàng cũ kỹ đầy miếng vá và lỗ thủng, cầm chiếc gậy triết học trong tay phải và đi dọc các con phố ở Athens.

Khi Socrates nhìn thấy Aristippus đi đến, ông đã kêu lên thật to: "Ôi Aristippus, sự kiêu ngạo của anh đang lộ ra qua các lỗ thủng trên áo anh kìa."

Người nào không liên tục sống trong trạng thái tỉnh giác như thể mình đang trong một hoàn cảnh mới lạ, không giữ ý thức tỉnh táo, và nghĩ rằng mình chính là người đang suy nghĩ, thì người đó sẽ dễ dàng đồng nhất bản thân với bất kỳ suy nghĩ tiêu cực nào.

Đáng tiếc thay, lối sống đó càng củng cố sức mạnh tai hại của cái tôi tiêu cực, tác giả của suy nghĩ tiêu cực.

Càng đồng nhất với một ý nghĩ tiêu cực, ta càng trở thành nô lệ của cái tôi đại diện cho suy nghĩ đó.

Đối với Gnosis, với con đường bí mật và với việc tu sửa bản thân, cảm dỗ riêng của mỗi chúng ta chính là những cái tôi căm ghét Gnosis, cái tôi căm ghét việc rèn luyện tâm linh. Những cái tôi này hiểu rằng sự tồn tại của chúng trong tâm chúng ta đang bị đe dọa nghiêm trọng bởi Gnosis và công trình rèn luyện này.

Những cái tôi tiêu cực và hay gây gổ đó dễ dàng chiếm quyền kiểm soát một số "cuộn phim tâm lý" lưu giữ trong trung tâm lý trí của chúng ta, từ đó sinh ra các dòng chảy tư tưởng độc hại và nguy hiểm.

Nếu chấp nhận những ý nghĩ đó, nếu chấp nhận những cái tôi tiêu cực đang thao túng trung tâm lý trí, thì chúng ta sẽ không thể thoát khỏi ảnh hưởng của chúng.

Đừng bao giờ quên rằng mọi cái tôi tiêu cực đều đánh lừa chúng ta và tự đánh lừa bản thân; tóm lại là nó nói dối.

Mỗi khi một người bỗng nhiên trở nên yếu đuối, vỡ mộng về Gnosis và con đường tu tập, hoặc đánh mất nhiệt huyết và buông bỏ những gì cao đẹp nhất, thì rõ ràng họ đã bị một cái tôi tiêu cực lừa dối.

Cái tôi tiêu cực của hành vi ngoại tình phá hủy nhiều gia đình tốt và khiến con cái khốn khổ.

Cái tôi tiêu cực của ghen tuông thì lừa gạt những người yêu nhau và hủy hoại hạnh phúc của họ.

Cái tôi tiêu cực của lòng kiêu ngạo tâm linh lừa dối những tín đồ trên con đường tâm linh. Vì tin là mình thông thái nên họ coi thường hoặc phản bội người thầy của mình.

Cái tôi tiêu cực lợi dụng trải nghiệm cá nhân, ký ức, những khát khao cao đẹp và cả sự chân thành của chúng ta. Nó khéo léo chọn lọc trong tất cả những điều ấy để tạo ra một hình ảnh đối trá, một thứ khiến ta mê muội và cuối cùng dẫn đến thất bại.

Nhưng khi một người nhận ra cái tôi đó và sống trong tỉnh giác, họ sẽ không bị lừa dối nữa.

TÍNH CÁ THỂ

Việc tin rằng mình là một thể thống nhất thực sự là một câu chuyện đùa rất tệ. Thật không may, ai trong chúng ta cũng đều mang trong mình ảo tưởng phù phiếm này.

Thật đáng thương, chúng ta luôn nghĩ rằng mình là tốt nhất, nhưng lại không mấy may nhận ra rằng mình thậm chí còn không có tính cá thể thực sự.

Tệ hơn nữa, chúng ta còn nuông chiều bản thân với niềm tin giả tạo rằng mỗi người đều có ý thức trọn vẹn và ý chí độc lập.

Chúng ta thật đáng thương! Chúng ta thật khờ dại! Không nghĩ ngợi gì, vô minh chính là bất hạnh lớn nhất.

Trong mỗi người chúng ta có hàng ngàn cá nhân khác nhau, những con người riêng biệt, những cái tôi tranh cãi với nhau, chúng giành quyền làm chủ mà không có bất kỳ một trật tự hay sự hòa hợp nào.

Nếu chúng ta tỉnh táo, thức tỉnh khỏi giấc mơ và huyền tưởng, thì cuộc sống sẽ khác biệt bao!

Nhưng bất hạnh hơn nữa, ta bị mê hoặc, bị thôi miên bởi cảm xúc tiêu cực, bởi lòng tự phụ và tự ái. Những thứ này ngăn cản chúng ta nhớ bản thân. Chúng ta không thấy được bản chất thực sự của mình.

Chúng ta tin rằng mình có một ý chí duy nhất, nhưng thực tế thì chúng ta có nhiều ý chí khác nhau. Mỗi cái tôi có một ý chí riêng.

Vỡ bi hài kịch của toàn bộ đám đông bên trong này thật đáng sợ. Các ý muốn trong tâm mâu thuẫn với nhau, tạo ra một cuộc xung đột không ngừng nghỉ. Mỗi cái tôi lại đi theo một hướng riêng biệt.

Nếu chúng ta có tính cá thể thực sự, nếu ta là một thể thống nhất thay vì một đám đông đa nguyên, thì các mục tiêu của chúng ta sẽ được thống nhất, tâm thức sẽ thức tỉnh, và chúng ta sẽ có ý chí cá nhân của riêng mình.

Thay đổi là cần thiết, nhưng trước hết, chúng ta phải thành thật với chính mình.

Chúng ta cần kiểm kê lại tâm lý của chính mình để biết được mình đang thừa cái gì và thiếu cái gì.

Ta có thể đạt được tính cá thể, nhưng nếu ta tin rằng mình có tính cá thể đó rồi thì cơ hội đó sẽ biến mất.

Rõ ràng là chúng ta sẽ không bao giờ đấu tranh để đạt tới cái mà ta tin rằng mình đã có rồi. Huyền tưởng khiến chúng ta tin rằng mình sở hữu tính cá thể, và thậm chí có những trường phái tâm linh dạy như thế.

Ta phải cấp thiết chống lại huyền tưởng. Huyền tưởng khiến ta nghĩ mình là người thế này thế kia, trong khi thực tế, chúng ta lại khốn khổ, trơ trẽn và xấu xa.

Chúng ta nghĩ rằng mình là con người, trong khi thực tế ta chỉ là những con vật có trí năng, chưa có tính cá thể.

Người tự lừa dối bản thân tin rằng mình là thánh thần, mahatma, v.v., mà không mảy may ngờ rằng mình thậm chí còn không có lấy một tâm trí cá nhân và một ý chí tỉnh thức.

Người ái kỷ thì tôn thờ cái tôi yêu quý của mình đến nỗi họ sẽ không bao giờ chấp nhận ý tưởng rằng có một đoàn quân các cái tôi bên trong mình.

Người hoang tưởng, với sự kiêu ngạo đặc trưng của mình, thậm chí sẽ không thèm đọc cuốn sách này.

Ta cần phải đấu tranh đến cùng chống lại huyền tưởng về bản

thân, để không trở thành nạn nhân của cảm xúc giả tạo và trải nghiệm tâm linh đối trá. Những trải nghiệm đó không chỉ đặt ta vào tình huống lộ bịch mà còn cản trở mọi khả năng phát triển nội tâm.

Động vật trí năng bị huyền tưởng thôi miên đến mức hẳn tưởng mình là sư tử hay đại bàng, trong khi thực ra hẳn chẳng hơn gì con giun để hèn hạ trong bùn đất.

Một người tự lừa dối bản thân sẽ không bao giờ chấp nhận những tuyên bố trên. Hiển nhiên dù người khác nói thế nào đi nữa thì họ vẫn cảm thấy mình như một vị giáo sĩ tối cao, mà không mấy may nghi ngờ rằng huyền tưởng này chỉ là ảo tưởng thôi.

Huyền tưởng là một sức mạnh có thật, tác động lên toàn thể nhân loại và kìm giữ con vật trí năng hình người trong trạng thái ngủ mê, khiến nó tin rằng mình đã là một con người, có tính cá thể, ý chí, tâm thức tỉnh táo, tâm trí cá nhân, v.v.

Khi nghĩ mình là một thể nhất quán, chúng ta sẽ không thể thoát ra khỏi trạng thái nội tâm hiện tại. Chúng ta bị mắc kẹt và cuối cùng sẽ thoái hóa và suy tàn.

Mỗi người trong chúng ta đang ở một giai đoạn phát triển tâm lý nhất định, và ta sẽ không thể thoát khỏi giai đoạn đó trừ khi ta trực tiếp khám phá ra được tất cả những "người" hay là những cái tôi tồn tại bên trong mình.

Rõ ràng, thông qua việc tự quan sát bên trong, chúng ta sẽ thấy được những "người" đó bên trong tâm mình, những cái tôi cần loại bỏ để đạt được sự thay đổi triệt để.

Nhận thức này, việc tự quan sát này, làm thay đổi tận gốc tất cả các khái niệm sai lầm mà ta đã có về bản thân, và khiến ta thấy được thực tế cụ thể là ta chưa có tính cá thể đích thực.

Chừng nào chúng ta không quan sát chính mình, ta sẽ còn sống trong ảo giác rằng mình là một thể thống nhất, và kết quả là cuộc sống của chúng ta sẽ làm đường lạc lối.

Ta sẽ không thể biết cách đối xử đúng đắn với đồng loại của mình chừng nào ta chưa thực hiện một sự thay đổi sâu sắc trong tâm.

Bất kỳ một sự thay đổi bên trong nào cũng đòi hỏi ta trước đó phải loại bỏ các cái tôi mà ta mang trong mình.

Ta sẽ không đời nào loại bỏ được các cái tôi nếu không quan sát chúng bên trong tâm.

Những người tin rằng mình là một nhất thể, tự cho rằng mình hay nhất, không bao giờ chấp nhận giáo lý về cái tôi đa nguyên, cũng không muốn quan sát các cái tôi – với họ, mọi cơ hội thay đổi đều trở nên vô vọng.

Một người không thể thay đổi nếu không loại trừ các cái tôi. Nhưng nếu họ tin rằng mình đã có tính cá thể rồi, thì họ sẽ không biết mình cần loại bỏ gì.

Tuy nhiên, chúng ta không được quên rằng: người nào tin rằng mình là một cá thể thống nhất – một người lừa dối chính mình, tin rằng mình biết cần loại bỏ cái gì nhưng thực ra lại không nhận ra rằng mình không biết – thì đó là một người vô minh khoác áo tri thức.

Chúng ta cần phải xóa bỏ cái tôi để "cá thể hóa" bản thân, nhưng người nào tin rằng mình đã có tính cá thể thì sẽ không thể loại bỏ cái tôi.

Tính cá thể rất thiêng liêng. Hiếm khi có ai đạt tới tính cá thể, nhưng ai cũng nghĩ rằng mình có rồi.

Làm sao mà ta loại trừ được các cái tôi nếu tin rằng mình có một cái tôi độc nhất?

Chắc chắn, chỉ người chưa bao giờ quan sát chính mình nghiêm túc mới tin rằng mình có một cái tôi duy nhất.

Tuy nhiên, chúng tôi phải giải thích rất rõ về giáo lý này, vì có một nguy cơ tâm lý tiềm tàng khi nhầm lẫn tính cá thể đích thực với một "cái tôi siêu cấp" hoặc một thứ gì đó tương tự.

Tính cá thể thiêng liêng vượt xa khỏi mọi loại cái tôi. Tính cá thể đã, đang và sẽ luôn tồn tại.

Tính cá thể đích thực chính là bản thể, và lý do tồn tại của bản thể là vì chính bản thể.

Hãy phân biệt giữa bản thể và cái tôi. Người nào nhầm lẫn giữa

cái tôi và bản thể chắc chắn chưa bao giờ quan sát bản thân một cách nghiêm túc.

Chùng nào Phật tính hay tâm thức vẫn còn bị nhốt trong tổ hợp cái tôi mà chúng ta mang theo bên trong, thì việc thay đổi triệt để là điều không thể.

SÁCH SỰ SỐNG

Cuộc sống của một người phản ánh con người họ. Điều tiếp tục sau cái chết chính là cuộc sống. Đây là ý nghĩa của cuốn sách sự sống, được mở ra khi con người qua đời.¹ Từ góc nhìn tâm lý học, mỗi ngày trong cuộc sống là một bản sao thu nhỏ của cửa toàn bộ cuộc sống.

Từ những điều này, ta có thể suy ra như sau: nếu một người không rèn luyện bản thân ngay hôm nay thì họ sẽ không bao giờ thay đổi.

Khi một người khẳng định rằng họ muốn rèn luyện bản thân nhưng không muốn làm hôm nay mà trì hoãn đến ngày mai, thì lời khẳng định đó chỉ thuần túy là một kế hoạch và không gì hơn, bởi vì ngày hôm nay chính là bản sao nhỏ của toàn bộ cuộc đời chúng ta.

Có câu tục ngữ nói rằng: “Việc hôm nay chớ để ngày mai”.

Nếu một người nói: “Ngày mai tôi sẽ rèn luyện bản thân”, có

1. *“Tôi cũng thấy những người chết, cả lớn lẫn nhỏ, đứng trước ngài, và các sách được mở ra; cũng có một sách khác được mở ra, đó là sách sự sống. Những người chết bị xét xử tùy theo những việc họ làm, y như đã ghi trong các sách đó.”* (Khải Huyền 20:12, Kinh Thánh)

nghĩa là họ sẽ không bao giờ rèn luyện bản thân vì sẽ luôn có một ngày mai.

Chuyện này giống như tấm biển thông báo mà một số người bán hàng hay treo trong cửa hàng: "Hôm nay không cho mua chịu, đợi đến mai."



Một cửa hàng với biển báo "Hôm nay không cho mua chịu, đợi đến mai", viết bằng tiếng Tây Ban Nha

Khi ai đó có nhu cầu mua chịu, họ gặp phải cái biển báo chết tiệt này, và ngày hôm sau khi quay lại, họ lại nhìn thấy đúng cái biển báo đáng nguyên rủa đó.

Đây là thái độ mà tâm lý học gọi là "bệnh ngày mai". Khi một người cứ nói "mai nhé", thì họ sẽ không bao giờ thay đổi.

Chúng ta cần rèn luyện bản thân ngay hôm nay, không trì hoãn, không mơ về một cơ hội kỳ diệu trong tương lai.

Người nào nói rằng: "Tôi sẽ làm nốt việc này hay việc kia, rồi sau

đó tôi sẽ tu tập”, họ sẽ không bao giờ tu sửa bản thân; họ chính là những “dân cư trên đất” được đề cập trong Kinh Thánh.²

Tôi quen một địa chủ quyền lực, ông ta từng nói: “Trước hết tôi phải ổn định cuộc sống, rồi tôi sẽ rèn luyện bản thân”.

Khi ông ấy bị bệnh nan y, tôi có đến thăm và hỏi ông: “Bây giờ ông còn muốn ổn định cuộc sống nữa không?”

“Tôi thực sự tiếc vì đã lãng phí thời gian”, ông đáp lại. Mấy ngày sau ông qua đời, sau khi đã nhận ra sai lầm của mình.

Dù đã có nhiều đất, ông vẫn muốn mua thêm các mảnh xung quanh, muốn “ổn định cuộc sống” cho đến khi trang trại có bốn mặt tiền.

Đức Kabir Giêsu ví đại nói: “Ngày nào có khó nhọc đủ cho ngày ấy”.³ Chúng ta nên quan sát bản thân ngay trong hôm nay, quan sát các việc liên quan đến cái ngày tiêu biểu luôn lặp lại này; đó là mô hình thu nhỏ của toàn bộ cuộc sống chúng ta.⁴

Khi một người bắt đầu rèn luyện bản thân ngay hôm nay, quan sát những nỗi lo sợ và đau khổ của mình, họ đã bước đi trên con đường dẫn đến thay đổi.

Chúng ta không thể loại bỏ những gì mình chưa nhận ra. Chúng ta phải quan sát để biết các sai lầm của mình trước đã.

Chúng ta không những phải biết ngày tiêu biểu của mình mà còn phải hiểu nó liên quan đến bản thân như thế nào. Ai cũng có một “ngày bình thường”, và chúng ta trải nghiệm ngày này hàng ngày, ngoại trừ một số sự kiện bất thường.

2. “Bởi vì người đã vâng giữ lời ta mà kiên trì chịu đựng, ta cũng sẽ gìn giữ người khỏi giờ thử thách, là giờ sắp đến trên toàn thế giới, để thử thách dân cư trên đất.” (Khải Huyền 3:10, Kinh Thánh).

Câu “dân cư trên đất” cũng có ở Khải Huyền 6:10, 8:13, 11:10, 13:8, 13:12, 13:14, 14:6, và 17:8

3. “Vậy các người đừng quá lo lắng về ngày mai, vì ngày mai sẽ có những việc để lo trong ngày mai. Ngày nào có khó nhọc đủ cho ngày ấy.” (Ma-thi-ơ 6:34, Kinh Thánh)

4. Ngày tiêu biểu: mặc dù mỗi ngày có một số sự kiện đặc biệt hoặc ngoại lệ, nhưng nếu loại bỏ những yếu tố đó, ta sẽ thấy rằng ngày nào cũng có nhiều điểm chung, nhiều việc cứ lặp đi lặp lại. “Ngày tiêu biểu” là một ngày lý tưởng, trong đó những sự kiện bình thường nhất được lặp lại như mỗi hôm.

Thật thú vị khi quan sát những sự việc lặp lại hàng ngày với mỗi người, từ lời nói đến sự kiện.

Sự lặp lại hay sự tái diễn của các sự kiện và lời nói rất đáng để tìm hiểu, nó sẽ giúp ta hiểu rõ về chính mình.



Thần Anubis, người đeo mặt nạ chó rừng, dẫn Hunefu cân trái tim sau khi chết. Trái tim nhẹ tượng trưng cho nghiệp nhẹ. Một nhóm thẩm phán nghiệp ngồi hàng trên. Ảnh của Bảo Tàng Anb, k. thế kỷ 13 TCN.

SINH VẬT MÁY MÓC

Không thể phủ nhận rằng luật tái diễn đang vận hành từng giây từng phút trong cuộc sống của chúng ta. Mỗi ngày trong đời đều có những sự kiện, trạng thái tâm thức, lời nói, ước mơ, suy nghĩ, ý nguyện, v.v., lặp đi lặp lại. Hiển nhiên, nếu một người không quan sát bản thân thì không thể nhận ra sự lặp lại liên tục hàng ngày này.

Người nào không có hứng thú với việc quan sát bản thân thì rõ ràng cũng sẽ không muốn rèn luyện để đạt được sự thay đổi triệt để.

Tệ hơn nữa, có những người muốn thay đổi nhưng lại không chịu rèn luyện bản thân.

Chúng tôi không phủ nhận rằng mọi người có quyền trải nghiệm hạnh phúc đích thực của tâm linh. Tuy nhiên, không ai có thể trải nghiệm hạnh phúc đó nếu không rèn luyện bản thân.

Một người chỉ có thể thay đổi sâu sắc khi thật sự thay đổi cách họ phản ứng với các sự kiện hàng ngày.

Tuy nhiên, chúng ta không thể thay đổi cách phản ứng với các sự kiện trong đời sống nếu không nghiêm túc rèn luyện bản thân.

Chúng ta cần thay đổi cách suy nghĩ, phải bớt lơ đãng và nghiêm túc hơn, nhìn nhận cuộc đời theo một cách khác, chân thật và thiết thực hơn.

Tuy nhiên, nếu cứ tiếp tục theo cách cũ—hành xử như cũ, lặp lại lỗi lầm như cũ, vẫn cầu thả như cũ—thì chúng ta đang đánh mất cơ hội thay đổi thực sự.

Nếu một người thật sự muốn hiểu bản thân, họ nên bắt đầu bằng việc quan sát cách hành xử của chính mình trước các sự kiện trong một ngày bất kỳ của cuộc sống.

Chúng tôi nói như vậy không có nghĩa là một người không cần quan sát bản thân hàng ngày, mà chỉ muốn khẳng định rằng họ cần phải bắt đầu từ một ngày đầu tiên.

Mọi việc đều có một điểm khởi đầu, và quan sát cách hành xử của mình trong một ngày bất kỳ là một khởi đầu tốt.

Điều quan trọng nhất là quan sát các phản ứng máy móc của mình trước những chi tiết nhỏ—trong phòng ngủ, nhà cửa, phòng bếp, đường phố, công việc, v.v.—cũng như lời nói, cảm xúc và suy nghĩ của mình.

Tiếp theo, ta cần xem xét cách nào hoặc phương pháp nào giúp mình thay đổi những phản ứng này. Tuy nhiên, nếu chúng ta tin rằng mình là người tốt, rằng ta không bao giờ hành xử một cách vô thức hoặc sai lầm, thì chúng ta sẽ không bao giờ thay đổi.

Trên hết, chúng ta phải hiểu rằng mình chỉ là những sinh vật máy móc—những con rối đơn giản bị điều khiển bởi các tác nhân bí ẩn, các cái tôi ẩn giấu.

Bên trong chúng ta có rất nhiều cái tôi. Chúng ta thay đổi liên tục: đôi khi mình là người bủn xỉn, lúc khác thì là kẻ cầu kính, rồi lại trở thành một người từ bi, lát sau là kẻ vu khống, tiếp theo là thánh nhân, và sau đó là kẻ nói dối, v.v.

Trong mỗi chúng ta có đủ mọi loại người, các cái tôi đủ loại. Tính cách của chúng ta cũng chẳng hơn gì một con rối, một con búp bê biết nói, một thứ máy móc.

Hãy bắt đầu hành xử với tâm thức tỉnh táo trong một khoảng thời gian ngắn mỗi ngày. Chỉ cần thoát khỏi trạng thái sống máy móc dù chỉ vài phút cũng có thể tạo ra tác động mạnh mẽ đến cuộc sống của chúng ta.

Khi chúng ta tự quan sát và không làm theo ý của cái tôi này hay

cái tôi kia, hiển nhiên ta đang bắt đầu không còn là những cỗ máy nữa.

Nếu ta làm việc này một cách tự nguyện, khi ta có đủ ý thức để chấm dứt việc sống như một cỗ máy dù chỉ một khoảnh khắc thôi, như thế cũng có thể thay đổi triệt để nhiều hoàn cảnh khó chịu.

Khốn thay, chúng ta sống một cuộc đời máy móc, vô nghĩa, ngày nào cũng lặp lại như nhau. Chúng ta lặp lại các sự kiện, duy trì những thói quen không đổi, và chưa bao giờ thực sự muốn thay đổi chúng. Chúng chính là những đường ray máy móc mà đoàn tàu cuộc sống khốn khổ của ta lăn bánh. Thế nhưng, chúng ta vẫn nghĩ mình là người tốt đẹp nhất.

Những kẻ tự lừa dối bản thân nhan nhản khắp nơi, luôn tự cho mình là thánh thần. Họ là những sinh vật máy móc, mắc kẹt trong thói quen—những cư dân trong bùn đất, những con rối khốn khổ bị điều khiển bởi các cái tôi. Những người như thế sẽ không bao giờ rèn luyện bản thân.

LƯƠNG THỰC SIÊU VIỆT

Nếu quan sát cẩn thận một ngày bất kỳ trong đời, chúng ta sẽ nhận ra rằng mình chưa biết sống trong chánh niệm.

Cuộc đời chúng ta giống một con tàu đang lăn bánh trên đường ray cố định của những thói quen máy móc và cứng nhắc trong một cuộc sống vô nghĩa hời hợt.

Điều lạ là chúng ta không bao giờ nghĩ đến việc thay đổi các thói quen của mình; dường như chúng ta không bao giờ cảm thấy chán chường với việc lặp đi lặp lại cùng một thứ.

Những thói quen đó khiến chúng ta tê liệt, trong khi ta lại tưởng mình tự do. Chúng ta có thể vô cùng xấu xí nhưng vẫn tin rằng mình đẹp như thần Apollo.¹

Chúng ta là những con người máy móc, chỉ thế thôi đã quá đủ để hiểu tại sao ta không thực sự cảm nhận được những gì đang xảy ra trong cuộc sống.

Hằng ngày, chúng ta vẫn đi theo lối mòn của những thói quen cũ kỹ và vô nghĩa, vì vậy rõ ràng ta chưa thực sự sống. Thay vì sống, chúng ta tồn tại một cách vô vị, khổ sở, và không tiếp nhận được ấn tượng mới nào.

1. Apollo là thần Mặt Trời, nổi tiếng với vẻ đẹp.



Tượng Apollo của bảo tàng Vatican, k. 130—140 CN

Nếu một người bắt đầu ngày mới của mình với tâm thức tỉnh táo, thì chắc chắn ngày đó sẽ khác với những ngày còn lại.

Khi một người coi ngày hôm nay như toàn bộ cuộc đời mình và không trì hoãn những việc cần làm hôm nay sang ngày mai, thì lúc đó họ đã thực sự hiểu được ý nghĩa của việc rèn luyện bản thân.

Không có ngày nào là không quan trọng; nếu chúng ta thực sự muốn thay đổi triệt để, thì mỗi ngày ta đều phải chú ý, quan sát và thấu hiểu bản thân.

Tuy nhiên, đa số mọi người không muốn nhìn lại bản thân. Một số người muốn rèn luyện bản thân, nhưng lại biện hộ cho sự lơ đãng

của mình bằng những câu như "Công việc văn phòng không cho phép tôi rèn luyện bản thân." Những lời nói vô lý, trống rỗng, phù phiếm và ngớ ngẩn này chỉ là cách biện hộ cho sự biếng nhác, thói lười biếng và sự thiếu tình yêu đối với sự nghiệp tâm linh vĩ đại mà thôi.

Những người như vậy, dù có nhiều khao khát về tâm linh thì cũng sẽ không bao giờ thay đổi.

Việc quan sát bản thân là khẩn cấp, cấp bách, không thể trì hoãn. Tự quan sát nội tâm chính là nền tảng cho sự thay đổi đích thực.

Lúc tỉnh dậy trạng thái tâm lý của bạn thế nào? Trong bữa sáng, tâm trạng của bạn ra sao? Bạn có bị mất kiên nhẫn với nhân viên phục vụ quán ăn? Có mất kiên nhẫn với vợ/chồng mình không? Vì sao bạn lại mất kiên nhẫn như vậy? Cái gì luôn làm bạn khó chịu?, v.v.

Trong quá trình rèn luyện bản thân, việc giảm hút thuốc hay ăn ít đi là dấu hiệu cho thấy một số tiến bộ nhưng chúng ta còn phải đi xa hơn nữa. Chúng ta đều biết rằng thói nghiện và phàm ăn là những tật xấu vô nhân tính và thú vật.

Những người cố gắng hiến cuộc đời mình cho con đường bí ẩn không nên để cơ thể trở nên béo phì với chiếc bụng quá khổ, vượt xa tiêu chuẩn của một cơ thể cân đối. Đó là dấu hiệu của thói phàm ăn, thói tham lam và thậm chí là sự lười biếng.

Cuộc sống hằng ngày của chúng ta, cùng nghề nghiệp và công việc, mặc dù cần thiết cho sự sinh tồn nhưng lại tạo nên trạng thái mê ngủ của tâm thức.

Biết rằng cuộc đời là giấc mơ không có nghĩa là ta đã thực sự hiểu điều đó. Sự thấu hiểu chỉ đến khi ta tự quan sát chính mình và nỗ lực rèn luyện bản thân một cách sâu sắc.

Để tu sửa bản thân, chúng ta nhất thiết phải rèn luyện với cuộc sống hằng ngày, chính ngày hôm nay. Chỉ khi đó, chúng ta mới hiểu được ý nghĩa sâu xa của câu này trong bài Kinh Lạy Cha: "Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày".²

2. Kinh Lạy Cha:

Cụm từ “lương thực hằng ngày” trong tiếng Hy Lạp có nghĩa là “lương thực siêu việt” hoặc “lương thực từ trên cao”.³

Gnosis cho chúng ta chiếc bánh của sự sống,⁴ theo cả hai nghĩa tư tưởng và sức mạnh, để giúp ta tiêu diệt các khiếm khuyết tâm lý.

Mỗi lần chúng ta tiêu hủy một cái tội nào đó thành cát bụi vũ trụ là chúng ta đang có được một trải nghiệm tâm lý, là ta đang ăn thứ “lương thực của trí tuệ”, ta đang đón nhận tri thức mới.

Gnosis cho chúng ta thứ “lương thực siêu việt”, “lương thực của trí tuệ”, đó là dấu hiệu chính xác cho thấy cuộc sống mới đang bắt đầu bên trong ta, trong chính bản thân chúng ta, ở đây và ngay lúc này.

Dấu vậy, không ai có thể thay đổi cuộc sống của mình hay những phản ứng máy móc trong đời, trừ khi họ nương tựa vào những ý tưởng mới và nhận sự giúp đỡ từ thần thánh.

Gnosis đem đến những ý tưởng mới và dạy phương pháp để ta được hỗ trợ từ các lực lượng siêu việt hơn tâm trí.

“Lạy Cha chúng con ở trên trời. Nguyên danh Cha được tôn vinh, vương quốc Cha được đến, ý Cha được nên, dưới đất cũng như trên trời. Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực siêu việt, và tha tội lỗi chúng con, như chúng con tha thứ cho người có lỗi với chúng con. Xin đừng để chúng con sa vào cám dỗ, nhưng cứu chúng con khỏi mọi điều dữ.”

Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2022/01/06/kinh-lay-cha-ma-thi-o-65-15/>

3. Trong bản dịch tiếng Việt của Kinh Lạy Cha có câu: “Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày”. Nguồn gốc của từ “hằng ngày” này là *ἐπιούσιος*. Thánh Giêrônimô đã dịch Kinh Thánh Hy Lạp sang tiếng Latinh vào năm 382 sau Công Nguyên. Khi dịch phiên bản Kinh Lạy Cha ở Ma-thi-ơ 6:11, ngài dịch từ *ἐπιούσιος* là siêu việt (*supersubstantialem*). Tuy nhiên, khi dịch phiên bản thứ hai trong Lu-ca 11:3, ngài dịch *ἐπιούσιος* là hằng ngày (*quotidianum*). Mặc dù cả hai phiên bản có cùng bản gốc, nhưng ngài lại dịch thành hai ý nghĩa khác nhau. Trong những thế kỷ đầu tiên của Kitô giáo, đa số các học giả đã phân tích từ này với ý nghĩa “siêu việt” vì họ cho rằng Chúa Giêsu đang đề cập đến một loại lương thực tâm linh liên quan đến lễ ban thánh thể, chứ không chỉ đơn giản là bánh mì vật chất. Tuy nhiên, các bản dịch tiếng Anh hiện đại sử dụng “daily bread”, tương tự với “lương thực hằng ngày” trong bản dịch tiếng Việt. (Nguồn <https://en.wikipedia.org/wiki/Epiousios>)

4. “*Ta là bánh của sự sống. Ai đến với Ta sẽ không bao giờ đói, và ai tin Ta sẽ không bao giờ khát.*” (Chúa Giêsu, Giảng 6:35, Kinh Thánh) Đọc thêm về ý tưởng này: <https://gnosisvn.org/2024/12/27/banh-cua-su-song-giang-632-59/>

Chúng ta cần chuẩn bị các trung tâm hạ cấp để đón nhận những ý tưởng và sức mạnh đến từ các trung tâm cao cấp của chúng ta.

Mọi thứ đều có giá trị trong công việc rèn luyện bản thân. Bất cứ suy nghĩ nào, dù tầm thường đến đâu, cũng đáng để quan sát. Bất cứ cảm xúc tiêu cực hay phản ứng tiêu cực nào, v.v., đều phải được quan sát.



“Ta là bánh của sự sống” - Tranh “Bữa tiệc Ly” của Juan de Juanes, k. 1562



Lương Thực Siêu Việt - Tranh "Dân Do Thái Lấy Manna ở Sa Mạc" của Pierre Paul Rubens, 1627

NGƯỜI CHỦ TỐT CỦA GIA ĐÌNH

Trong thời đại u tối này, rất khó để thoát khỏi ảnh hưởng tai hại của cuộc sống, nhưng đây là việc cần thiết, vì nếu không ta sẽ bị cuộc đời nuốt chửng.

Bất cứ công việc rèn luyện bản thân nào được thực hiện với mục tiêu phát triển tinh thần và tâm linh đều đi kèm với sự cách ly—hiểu theo đúng nghĩa của từ này—vì dưới ảnh hưởng của cuộc sống thông thường, chúng ta chỉ có thể phát triển tính cách mà thôi.

Chúng tôi không hề phản đối việc phát triển tính cách. Hiển nhiên, tính cách là cần thiết cho cuộc sống, nhưng nó chỉ đơn thuần là một yếu tố nhân tạo, không phải là chân lý hay sự thật bên trong chúng ta.

Nếu con vật trí năng đáng thương – bị nhầm gọi là con người – không tách ra mà lại đồng nhất mình với tất cả các sự kiện trong đời sống thường nhật, lãng phí năng lượng vào các cảm xúc tiêu cực, mối quan tâm vị kỷ, và những câu chuyện phiếm hời hợt vô giá trị, thì sẽ không có bất kỳ yếu tố chân thật nào có thể phát triển nơi họ, ngoài những gì thuộc về hiện tượng của thế giới máy móc.

Ai muốn thực sự phát triển Phật tính trong mình thì chắc chắn cần phải giữ nội tâm "kín khít". Từ này chỉ một trạng thái riêng tư, liên quan chặt chẽ với sự im lặng.

Thuật ngữ “kín khí” (tiếng Anh: *hermetically sealed*) bắt nguồn từ thời xa xưa, khi giáo lý bí mật về sự phát triển nội tại của con người được truyền dạy và gắn liền với tên của Hermes.¹

Nếu một người muốn phát triển điều chân thật bên trong tâm, rõ ràng họ phải tránh làm thất thoát năng lượng tâm linh của mình.

Khi một người bị rò rỉ năng lượng và không giữ được sự cách ly nội tâm, thì chắc chắn người đó sẽ không thể phát triển được điều gì chân thật bên trong.

Cuộc sống thường ngày luôn có xu hướng cuốn chúng ta vào vòng xoáy vô thức. Ta phải chiến đấu với nó, phải học cách bơi ngược dòng.

Công việc rèn luyện này đi ngược lại với cuộc sống, nó rất khác biệt so với đời sống hàng ngày, và vì vậy ta phải rèn luyện từng giây từng phút. Đó chính là “cuộc cách mạng tâm thức”.

Nếu thái độ của chúng ta với cuộc sống hàng ngày vốn đã sai lầm từ cơ bản, nếu chúng ta tin rằng mọi thứ đều phải suôn sẻ, thì rõ ràng nỗi thất vọng sẽ đến.

Mọi người đều muốn mọi thứ diễn ra tốt đẹp chỉ vì họ thích thế, vì mọi thứ phải đi theo kế hoạch của họ, nhưng thực tế phũ phàng lại khác. Chẳng nào một người còn chưa thay đổi từ bên trong, thì họ sẽ luôn là nạn nhân của hoàn cảnh, dù họ có muốn hay không.

Có biết bao điều đa cảm và vô nghĩa về cuộc sống đã được nói và viết ra, nhưng *Tâm lý học cho sự thay đổi triệt để* thì khác.

Giáo lý này đi thẳng vào vấn đề, vào các sự kiện cụ thể, rõ ràng và dứt khoát. Nó khẳng định một cách rõ ràng rằng “động vật trí năng” bị gọi nhầm là con người chỉ là một loài động vật đi bằng hai chân: máy móc, vô thức và đang ngủ say.

Một người tự coi mình là gia chủ tốt sẽ không bao giờ chấp nhận *Tâm lý học cho sự thay đổi triệt để*. Họ sẽ tuân thủ mọi nghĩa vụ của một người cha, một người chồng, v.v., và vì vậy, họ tin rằng mình đã

1. “Hermetically” nghĩa là “liên quan đến giáo lý của Hermes Trismegistus”. Tuy nhiên, trong ngành hóa học hiện đại, “hermetically sealed” nghĩa là “kín khí”.

là người tốt nhất. Tuy nhiên, họ chỉ đang phục vụ cho các mục đích của tự nhiên mà thôi.

Mặt khác, chúng tôi cũng có thể nói rằng có những người "gia chủ tốt" đi ngược dòng, những người không cho phép mình bị cuộc sống nuốt chửng. Tuy nhiên, những người như vậy rất hiếm hoi trên thế giới này.

Khi một người thấm nhuần tư tưởng trong *Tâm lý học cho sự Thay đổi Triệt để*, họ sẽ có một cái nhìn sáng tỏ về cuộc sống.

HAI THẾ GIỚI

Quan sát và tự quan sát là hai việc hoàn toàn khác nhau, dù cả hai đều đòi hỏi sự chú ý. Khi quan sát, sự chú ý được hướng ra bên ngoài, tới thế giới bên ngoài qua cửa sổ của các giác quan.

Còn khi tự quan sát bản thân, sự chú ý được hướng vào trong. Vì vậy, các giác quan bên ngoài không còn tác dụng; chỉ riêng điều này đã khiến việc quan sát các quá trình tâm lý bên trong trở nên khó khăn đối với người mới tập.

Trong thực tế, điểm khởi đầu của khoa học chính thống chính là đối tượng quan sát.¹ Điểm khởi đầu của quá trình tu sửa bản thân chính là việc tự quan sát, là những đối tượng mà chúng ta có thể tự quan sát được.

Hiển nhiên, hai điểm khởi đầu nói trên đưa chúng ta theo hai hướng hoàn toàn khác nhau.

Một người có thể dành cả đời đắm chìm trong những giáo lý cứng nhắc của khoa học chính thống, quan sát các hiện tượng của

1. “Khoa học chính thống” chỉ những môn khoa học thường được các trường đại học công nhận và giảng dạy. Bên cạnh đó cũng có khoa học tâm linh, là loại khoa học khác.

thế giới bên ngoài như tế bào, nguyên tử, phân tử, mặt trời, trăng sao, sao chổi, nhưng vẫn không trải qua bất kỳ sự thay đổi triệt để nào trong chính bản thân mình.

Không ai có thể đạt được loại tri thức có khả năng thay đổi bản thân từ bên trong chỉ bằng cách quan sát thế giới bên ngoài.

Tri thức đích thực, loại tri thức có khả năng tạo ra sự thay đổi cơ bản bên trong chúng ta, có nền tảng là sự tự quan sát.

Học trò Gnosis cần phải cấp thiết hiểu về tầm quan trọng của việc quan sát bản thân. Họ phải biết cách quan sát bản thân và hiểu lý do tại sao phải làm như vậy.

Quan sát là phương tiện để thay đổi các điều kiện máy móc của thế giới bên ngoài. Tự quan sát nội tâm là phương tiện để thay đổi bản thân từ bên trong một cách sâu sắc.

Từ tất cả những điều trên, chúng tôi có thể và cần phải dứt khoát khẳng định một hệ quả tất yếu: có hai loại tri thức — tri thức bên ngoài và tri thức bên trong. Và trừ khi chúng ta có một trung tâm từ tính bên trong để phân biệt hai loại tri thức này, sự pha trộn giữa hai lĩnh vực hay hai hệ tư tưởng có thể khiến chúng ta nhầm lẫn.²

Các giáo lý giả huyền học cao siêu mang tính khoa học chính thống thực chất vẫn thuộc phạm vi của các đối tượng quan sát trong thế giới bên ngoài. Tuy nhiên, nhiều học trò tâm linh vẫn chấp nhận các giáo lý này như là tri thức từ thế giới bên trong.

Vậy nên, chúng ta đang đứng trước hai thế giới: thế giới bên ngoài và thế giới bên trong. Thế giới bên ngoài được nhận thức qua các giác quan bên ngoài; thế giới bên trong thì chỉ có thể nhận thức được thông qua giác quan của sự tự quan sát bên trong.

Các suy nghĩ, ý tưởng, cảm xúc, khao khát, hy vọng, thất vọng, v.v., tất cả đều nằm ở bên trong. Chúng vô hình trước các giác quan

2. "Trung tâm từ tính" (tiếng Anh: magnetic center) là một thuật ngữ do G. I. Gurdjieff đưa ra. Đây là một cấu trúc tâm linh mà chúng ta cần phát triển bên trong để giúp phân biệt đúng sai trong lĩnh vực tâm linh, cũng như để tìm ra một vị thầy thực sự có khả năng dẫn dắt trên con đường thức tỉnh.

trần tục, thế nhưng đối với chúng ta, chúng còn chân thật hơn cả cái bàn, cái ghế trong phòng.

Rõ ràng, chúng ta dành nhiều thời gian sống trong thế giới bên trong hơn là thế giới bên ngoài—đây là điều không thể phủ nhận, không thể chối cãi được.

Trong thế giới bên trong—thế giới bí mật của chúng ta—ta yêu thương, khao khát, nghi ngờ, chúc phúc, nguyên rủa, mong muốn, đau khổ, tận hưởng, thất vọng, và được đền đáp.

Hiển nhiên, cả hai thế giới bên trong và bên ngoài đều có thể kiểm chứng được bằng thực nghiệm. Thế giới bên ngoài bao gồm những thứ có thể quan sát được, còn thế giới bên trong bao gồm những thứ mà ta có thể tự quan sát được trong chính mình, ở đây và ngay lúc này.

Người nào thực sự muốn biết về các “thế giới bên trong” của Trái Đất, của Hệ Mặt Trời hay của Thiên Hà mà mình đang sống, trước hết phải hiểu về thế giới bên trong của chính mình—cuộc sống nội tâm của riêng họ, hay còn gọi là “thế giới bên trong” của bản thân. “Con người, hãy biết chính mình, rồi người sẽ biết vũ trụ và các thánh thần”.³

Càng tìm hiểu về “thế giới bên trong”—được gọi là “bản thân”, chúng ta càng nhận ra rằng mình đang đồng thời sống trong cả hai thế giới, hai thực tại, hai cõi giới: một bên ngoài và một bên trong.

Trong “thế giới bên ngoài”, ta cần học cách di chuyển để không ngã xuống vách núi, không bị lạc đường, biết cách chọn bạn và tránh xa những người hư hỏng, cũng như biết loại bỏ thực phẩm có hại. Tương tự như vậy, qua việc rèn luyện tâm lý, chúng ta tập đi trong “thế giới bên trong”, là nơi mà ta có thể khám phá được thông qua việc quan sát bản thân.

Trên thực tế, khả năng tự quan sát đã bị mai một trong xã hội loài người thoái hóa của thời đại u tối này.

3. “Con người, hãy biết chính mình, rồi người sẽ biết vũ trụ và các thánh thần.” — Khắc trên đền thờ Apollo tại Delphi.

Khi chúng ta kiên trì với việc quan sát bản thân, khả năng quan sát bên trong sẽ dần dần phát triển.



Nosce te ipsum (tiếng Latin: 'Hãy biết chính mình'). Ảnh chụp tại Bảo tàng Nhân chủng học, Tây Ban Nha.

QUAN SÁT BẢN THÂN

Quan sát tâm lý của chính mình là một phương tiện thiết thực để đạt được sự chuyển hóa triệt để.

Biết và quan sát là hai việc khác nhau. Nhiều người nhầm lẫn việc quan sát bản thân với việc biết mình đang làm gì. Một người biết rằng mình đang ngồi trên một chiếc ghế trong phòng chờ, nhưng điều này không có nghĩa là họ đang quan sát chiếc ghế đó.

Tại một thời điểm nhất định, chúng ta biết rằng mình đang ở trong trạng thái tiêu cực, có lẽ chúng ta gặp vấn đề gì đó hoặc lo lắng về việc nọ việc kia, hoặc bị rơi vào tình trạng bất an hoặc thiếu tự tin, v.v., nhưng điều đó không có nghĩa là chúng ta đang quan sát trạng thái đó.

Bạn có cảm thấy khó chịu với ai đó không? Bạn có không ưa ai đó không? Tại sao? Bạn nghĩ rằng mình đã biết rõ người đó rồi? Xin hãy quan sát đã! Biết hoàn toàn khác với quan sát; đừng nhầm lẫn.

Việc quan sát bản thân là hành động tích cực; đó là một phương tiện để thay đổi bản thân, trong khi việc biết thì không. “Biết” chỉ là trạng thái thụ động.

Rõ ràng, “biết” không phải là một hành động của ý thức. Ý thức, khi được hướng vào bên trong bản thân, về phía những gì

đang xảy ra trong nội tâm ta, là một hành động tích cực và chủ động.

Khi ta có ác cảm với một người chỉ vì ghét họ, mà không có lý do cụ thể, ta sẽ nhận thấy rất nhiều ý nghĩ tích tụ trong tâm trí — như một đám giông nói la hét, hỗn loạn bên trong ta. Tất cả những điều chúng nói, những cảm xúc khó chịu nảy sinh, đều để lại dư âm nặng nề trong tâm chúng ta.

Hiển nhiên, trong một trạng thái như vậy, chúng ta cũng nhận ra rằng trong thế giới nội tâm ta đang đối xử rất tệ với người mà mình có ác cảm.

Tuy nhiên, để thấy rõ tất cả những điều này, ta cần chủ động hướng sự chú ý vào bên trong, thay vì chú ý một cách thụ động.

Sự chú ý chủ động là hành động của người quan sát, còn suy nghĩ và cảm xúc là đối tượng quan sát.

Tất cả điều này cho thấy “biết” là một hành động hoàn toàn thụ động và máy móc, trái ngược rõ ràng với quan sát là một hành động chủ động.

Chúng tôi không có ý nói rằng việc quan sát bản thân một cách máy móc là không có, nhưng kiểu quan sát đó hoàn toàn không liên quan gì đến sự tự quan sát về mặt tâm lý mà chúng tôi đang đề cập đến.

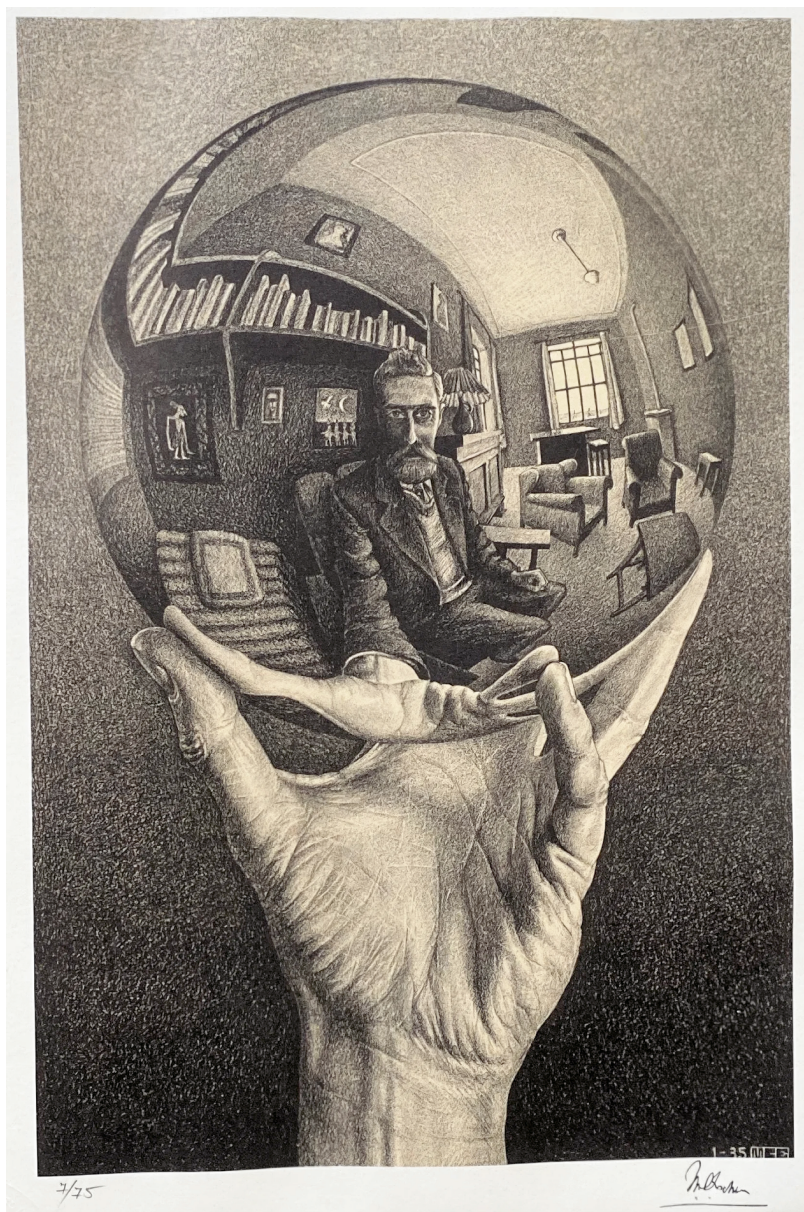
Suy nghĩ và quan sát cũng rất khác nhau. Ai cũng có thể cho phép mình nghĩ về bản thân thế nào tùy thích, nhưng điều này không có nghĩa là họ đang thực sự quan sát bản thân.

Chúng ta cần nhìn thấy các cái tôi hoạt động thế nào để khám phá ra chúng trong tâm mình, để hiểu rằng trong mỗi cái tôi đó đều có một phần tâm thức của ta, và để hối tiếc vì đã tạo ra chúng, v.v.

Rồi chúng ta sẽ phải tự hỏi: “Cái tôi này đang làm gì vậy?” “Nó đang nói gì?” “Nó muốn gì?” “Tại sao nó lại hành hạ tôi bằng dục vọng và sự giận dữ của nó?”, v.v.

Chúng ta sẽ thấy trong chính mình toàn bộ chuỗi ý nghĩ, cảm xúc, ham muốn, dục vọng, những hài kịch và bi kịch riêng, lời dối trá tinh vi, cuộc nói chuyện nội tâm, những lời bào chữa, bệnh lý tâm thần, khoái cảm phòng the và cảnh dâm dục, v.v.

Đôi khi trong lúc chuẩn bị chìm vào giấc ngủ, vào đúng khoảnh khắc chuyển tiếp giữa thức và ngủ, chúng ta nghe thấy trong tâm trí mình nhiều giọng nói đang nói chuyện với nhau. Đó chính là các cái tôi, mà trong khoảnh khắc chuyển tiếp đó, chúng buộc phải cắt kết nối với các trung tâm của cơ thể vật lý để chìm vào thế giới phân tử, trong “không gian chiều thứ năm”.



“Bàn tay với quả cầu phân chiếu” của M. C. Escher, 1935

LỜI NÓI HUYÊN THUYÊN

Ta cần quan sát tiếng nói chuyện bên trong cùng với nguồn gốc chính xác của nó. Đây là việc khẩn cấp, không thể trì hoãn, không thể chậm trễ. Không nghi ngờ gì, lời nói huyền thuyên bên trong chính là căn nguyên của nhiều trạng thái bất hòa và khó chịu—không chỉ trong hiện tại mà còn cả tương lai.

Những cuộc chuyện phiếm mơ hồ vốn là lời huyền thuyên dài dòng vô nghĩa. Nhìn chung, tất cả những cuộc nói chuyện có hại, gây tổn thương và ngớ ngẩn ở thế giới bên ngoài đều bắt nguồn từ những cuộc trò chuyện sai lầm bên trong.

Trong Gnosis có một thực hành bí truyền gọi là "sự tĩnh lặng nội tại". Các học trò ở Học viện thứ ba của chúng tôi đều biết phương pháp này.¹

Hơn nữa, cần nói rõ rằng "sự tĩnh lặng nội tại" là một cụm từ có ý nghĩa vô cùng chính xác, được xác định rõ ràng.

Khi ta chủ động làm cạn kiệt quá trình suy nghĩ trong trạng thái thiền sâu, ta sẽ đạt được sự yên lặng bên trong; tuy nhiên, đây không phải là điều chúng tôi muốn giải thích trong chương này.

1. Học viện thứ ba - chương trình học Gnosis được chia ra ba cấp độ, được gọi là ba "học viện". Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2018/08/27/ba-hoc-vien-cua-gnosis/>

"Làm trống rỗng tâm trí" để đạt được trạng thái tĩnh lặng bên trong cũng không phải là chủ đề chúng tôi đang cố gắng giải thích ở đây.

Thực hành tĩnh lặng nội tại mà chúng tôi đang nói ở đây cũng không có nghĩa là ngăn chặn điều gì đó thâm nhập vào tâm trí.

Thực ra, ở đây chúng tôi đang nói về một trạng thái tĩnh lặng nội tại khác—không phải một trạng thái mơ hồ hay chung chung.

Chúng ta cần luyện tập giữ yên lặng nội tại trong khi tập trung vào một vấn đề có sẵn trong tâm trí: một người, một sự kiện, một vấn đề cá nhân hoặc vấn đề của một người quen, một điều ta nghe được, một hành động ai đó đã làm, v.v.; giữ yên lặng mà không phân tích bằng ngôn ngữ nội tại, cũng không dùng đến lý luận trong đầu.

Học cách giữ yên lặng không chỉ với cái miệng bên ngoài mà còn với cả cái miệng thầm kín bên trong, thực sự là một việc phi thường và kỳ diệu.

Nhiều người bề ngoài có vẻ yên lặng, nhưng cái miệng lưỡi bên trong lại đang lột da sống những người xung quanh. Những cuộc trò đối thoại tâm độc địa và ác ý tạo ra sự hỗn loạn bên trong.

Nếu một người quan sát lời nói huyền thuyên bên trong, họ sẽ thấy rằng chúng được tạo ra từ những sự thật nửa vời, hoặc những sự thật được liên kết với nhau một cách không hoàn toàn chính xác, hoặc có điều gì đó đã bị thêm vào hoặc lược bớt đi.

Thật không may, đời sống tình cảm của chúng ta phần lớn được xây dựng trên nền tảng của "lòng thông cảm với bản thân".

Tồi tệ nhất là chúng ta chỉ thông cảm với chính mình—với cái tôi "thân yêu"—và ta dễ sinh ác cảm, thậm chí căm ghét những ai không thông cảm với mình.

Chúng ta quá yêu bản thân, chúng ta là những kẻ ái kỷ một trăm phần trăm. Đây là điều không thể chối cãi, không thể phủ nhận.

Chừng nào chúng ta còn mắc kẹt trong "lòng thông cảm với bản thân", bản thể chúng ta sẽ không thể phát triển.

Chúng ta cần học cách nhìn từ quan điểm của người khác, phải biết cách đặt mình vào vị trí của người khác; đây là điều rất cấp bách.

“Vậy trong mọi sự, hãy để điều chi các người muốn người ta làm cho mình, hãy làm điều ấy cho họ.” (Ma-thi-ơ 7:12, Kinh Thánh)

Điều thực sự quan trọng trong giáo lý này chính là cách hành xử vô hình giữa mọi người với nhau, cách hành xử trong nội tâm.

Đáng tiếc thay, dù bề ngoài có thể rất lịch sự và thậm chí chân thành, nhưng trong nội tâm, chúng ta vẫn có những lúc đối xử rất tệ với nhau.

Bề ngoài, con người có thể rất tử tế, nhưng mỗi ngày họ vẫn kéo những người xung quanh vào cái hang bí mật của mình để làm những gì họ muốn—sỉ nhục, nhạo báng, chế giễu, v.v.



Tranh “Ngồi lê đôi mách trong tu viện” của Eduard von Grutzner, 1887

THẾ GIỚI CỦA CÁC MỐI QUAN HỆ

Thế giới của các mối quan hệ có ba khía cạnh khác nhau mà chúng ta cần phân định rõ ràng.

Thứ nhất: Chúng ta có quan hệ với cơ thể hành tinh, tức là với cơ thể vật chất.

Thứ hai: Chúng ta sống trên Trái Đất này, nên theo lôgic thì chúng ta có liên hệ với thế giới bên ngoài và với những vấn đề liên quan đến chúng ta như gia đình, công việc, tiền bạc, buôn bán, nghề nghiệp, chính trị, v.v.

Thứ ba: Mối quan hệ của chúng ta với chính mình. Với đa số mọi người, loại quan hệ này không quan trọng chút nào.

Thật không may, mọi người chỉ quan tâm đến hai loại quan hệ đầu tiên và hoàn toàn thờ ơ với loại thứ ba.

Thức ăn, sức khỏe, tiền bạc và công việc thực sự là những nhu cầu chính yếu của “động vật trí năng”—bị gọi nhầm là con người.

Rõ ràng, cả cơ thể vật chất lẫn các vấn đề của thế giới đều nằm bên ngoài chúng ta.

Cơ thể hành tinh (cơ thể vật chất) khi thì khỏe, khi thì ốm, và cứ luân phiên như vậy.

Chúng ta luôn tin rằng mình có những hiểu biết nhất định về cơ thể vật chất, nhưng thực tế thì ngay cả những nhà khoa học giỏi nhất

trên thế giới cũng không biết nhiều về cơ thể bằng xương bằng thịt này.

Không nghi ngờ gì, cơ thể vật chất với cấu trúc vĩ đại và phức tạp của nó chắc chắn vượt xa tầm hiểu biết của chúng ta.

Nói về loại quan hệ thứ hai, chúng ta luôn là nạn nhân của hoàn cảnh; thật đáng tiếc là chúng ta vẫn chưa học được cách chủ động tạo ra hoàn cảnh.

Rất nhiều người không có khả năng thích nghi với bất cứ điều gì hay bất cứ ai, hoặc không có khả năng thành công thực sự trong cuộc sống.

Khi suy nghĩ về bản thân từ góc nhìn của công việc tu tập Gnosis, ta cần cấp thiết khám phá xem mình đang thiếu phần nào trong ba mối quan hệ nói trên.

Có thể là chúng ta đang có mối quan hệ không đúng với cơ thể vật chất, và hậu quả là bệnh tật ốm đau.

Có thể chúng ta đang ở trong một mối quan hệ rất tệ với thế giới bên ngoài, và kết quả là ta gặp mâu thuẫn, gặp nhiều vấn đề về kinh tế và xã hội, v.v.

Cũng có thể là chúng ta đang có mối quan hệ sai với chính mình, và do đó ta chịu nhiều đau khổ vì thiếu sự khai sáng nội tâm.

Nếu đèn trong phòng ngủ không được cắm điện, căn phòng chắc chắn sẽ tối đen.

Ai đang khổ sở vì thiếu sự khai sáng nội tâm thì phải kết nối tâm trí mình với các trung tâm cao cấp của bản thể.

Không nghi ngờ gì nữa, chúng ta cần thiết lập các mối quan hệ đúng đắn không chỉ với cơ thể hành tinh của mình (cơ thể vật chất) và với thế giới bên ngoài, mà còn với từng phần của bản thể chúng ta.

Những bệnh nhân bi quan, mệt mỏi vì đã khám quá nhiều bác sĩ và dùng quá nhiều thuốc men, họ không còn muốn lành bệnh nữa; còn những bệnh nhân lạc quan thì sẽ đấu tranh để sống.

Tại sòng bạc của Monte Carlo, nhiều triệu phú đã mất trắng tài sản của mình trong canh bạc và đã tự sát. Bên cạnh đó, hàng triệu bà mẹ nghèo khổ đang làm việc vất vả để nuôi con.

Nhiều học trò đã từ bỏ việc tu tập vì trầm cảm do thiếu năng lực

tâm linh và thiếu sự khai sáng bên trong. Rất ít người biết cách tận dụng lợi thế của nghịch cảnh.

Khi đối mặt với cảm dỗ mạnh mẽ, sự chán nản và phiền muộn, chúng ta phải vận dụng phương pháp nhớ đến chính mình.

Trong sâu thẳm mỗi chúng ta, Tonantzin của người Aztec, Stella Maris [Đức Mẹ Sao Biển], nữ thần Isis của người Ai Cập—Đức Mẹ thần thánh—đang chờ đợi ta để chữa lành trái tim đau khổ của chúng ta.

Khi chúng ta tự đánh thức mình bằng cách “nhớ đến chính mình”, điều này thực sự tạo ra một sự thay đổi kỳ diệu trong mọi hoạt động của cơ thể, giúp các tế bào hấp thu một nguồn dinh dưỡng mới.

BÀI CA TÂM LÝ

Đã đến lúc ta phải suy ngẫm rất nghiêm túc về cái được gọi là “lo nghĩ hướng nội”.¹ Khía cạnh tai hại của việc “lo nghĩ hướng nội” này là rõ ràng: ngoài việc thôi miên tâm thức, nó còn khiến chúng ta mất rất nhiều năng lượng.

Nếu chúng ta không phạm sai lầm là đồng nhất với cái tôi, thì sẽ không có chuyện “lo nghĩ về bản thân”.

Khi một người đồng nhất mình với cái tôi, người đó sẽ yêu bản thân mình quá mức, họ thương hại chính mình, họ thông cảm với bản thân, họ nghĩ rằng mình luôn cư xử rất tốt với người nọ người kia, với vợ con, v.v., thế mà không ai biết ơn họ. Tóm lại, họ tự xem mình là một vị thánh, còn tất cả mọi người khác đều là kẻ xấu xa, vô lại.

Một trong những dạng “lo nghĩ về bản thân” phổ biến nhất là bận tâm về những gì người khác có thể nghĩ về mình: liệu họ có cho

1. Trong sách Gnosis, cụm từ “lo nghĩ” là bản dịch của từ “считаться” trong tiếng Nga. Từ này xuất phát từ giáo lý của thầy G. I. Gurdjieff. Trong đó, có hai loại “lo nghĩ”: “lo nghĩ hướng nội” và “lo nghĩ hướng ngoại”. “Lo nghĩ hướng nội” thường được coi là tiêu cực, ích kỷ, còn “lo nghĩ hướng ngoại” được coi là tích cực, hào phóng. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2025/04/06/lo-nghi/>

rằng mình không thật thà, không chân thành, thiếu trung thực, hay thiếu can đảm, v.v.

Điều lạ lùng và đáng tiếc hơn cả là chúng ta không nhận ra rằng những mối bận tâm này làm tiêu hao năng lượng nghiêm trọng.

Nhiều khi ta có thái độ thù địch với những người chưa từng làm hại mình, và điều này chính xác là xuất phát từ những mối bận tâm do việc "lo nghĩ về bản thân" gây ra.

Trong những trường hợp này, khi chúng ta yêu bản thân mình quá mức, khi chúng ta "lo nghĩ về bản thân" như vậy, rõ ràng là cái tôi, hay chính xác hơn là các cái tôi, thay vì bị tiêu trừ thì lại được củng cố một cách đáng sợ.

Khi đồng nhất với cái tôi, con người thường thương hại cho tình cảnh của chính mình, thậm chí còn bắt đầu ghi nợ.²

Họ tin rằng người này hoặc người kia—bạn trai, bạn gái, hàng xóm, sếp hay bạn bè của họ—đã không đáp lại lòng tốt của mình, dù ai cũng thấy rằng họ đã đối xử tử tế với những người này. Thế rồi họ bị mắc kẹt trong tư tưởng này và trở nên quá đáng và chán ngấy trong mắt tất cả mọi người.

Thực sự là người như vậy rất khó nói chuyện vì bất kỳ cuộc đối thoại nào cũng sẽ xoay quanh cuốn sổ công nợ và việc khoe khoang về những nỗi đau khổ của họ.

Có lời chép rằng, trên con đường tu tập Gnosis, sự phát triển tâm linh chỉ có thể đạt được thông qua việc tha thứ cho người khác.

Nếu một người lúc nào cũng khổ sở vì những gì người khác còn nợ mình, vì những gì người khác đã làm với mình, vì những cảm xúc cay đắng mà người khác đã gây ra cho mình, và lúc nào cũng ca một bài đó, thì sẽ không có thứ gì có thể phát triển bên trong họ.

Kinh Lạy Cha nói rằng: "Xin tha tội lỗi chúng con, cũng như chúng con tha thứ cho người có lỗi với chúng con."

Cảm giác người khác còn mang nợ mình, nỗi đau do những sai

2. Ghi nợ: nghĩa là họ ghi nhớ mỗi lần bị người khác đối xử tệ, với ý định sau này sẽ "đòi nợ".

trái của người khác gây ra, sẽ cản trở mọi sự tiến bộ nội tại của linh hồn.

Kabir³ Giêsu vĩ đại nói rằng: *“Nếu bị ai kiện, hãy nhanh chóng dàn xếp vấn đề với người đó khi trên đường đến tòa, để anh em không bị người đó giao cho quan tòa xét xử rồi bị quan tòa sai cảnh vệ giam vào tù. Tôi nói thật với anh em, chắc chắn anh em sẽ không ra khỏi đó cho đến khi trả hết đồng xu cuối cùng.”* (Ma-thi-ơ 5:25-26, Kinh Thánh)

Có người nợ chúng ta, nhưng chúng ta cũng mắc nợ người khác. Nếu ta muốn đòi đến đồng xu cuối cùng, thì trước tiên ta phải trả hết phần nợ của mình.

Đây là Luật Talion: “Mắt đền mắt, răng đền răng.” Một vòng luẩn quẩn, vô lý.⁴

Chúng ta đòi hỏi lời xin lỗi, sự đền bù thỏa đáng, thậm chí muốn thấy người khác phải chịu nhục nhã vì những tổn thương họ đã gây ra. Giống như vậy, người khác cũng đòi hỏi chúng ta, dù ta có tự cho mình là những con chiên ngoan đạo.

Thật vô ích khi áp đặt những luật lệ vô nghĩa lên bản thân; tốt hơn hết là nên sống theo những nguyên tắc mới.

Luật nhân từ thì luôn có sức ảnh hưởng lớn hơn luật “Mắt đền mắt, răng đền răng” của kẻ hung bạo.

Hãy khôn khéo đặt mình dưới những tác động diệu kỳ của con đường tu luyện Gnosis, quên đi những món nợ và loại bỏ khỏi tâm những “lo nghĩ về bản thân”. Đây là điều vô cùng cấp bách, cần thiết và không thể trì hoãn.

Đừng bao giờ dung dưỡng trong mình những cảm xúc tiêu cực, thù hận, oán giận, bạo lực, ghen tị, v.v.. Hãy bỏ thói so đo ghi sổ, ngừng lo lắng về điều sai trái mà người khác đã gây ra.

3. “Kabir” là “bậc thầy” trong tiếng Ả Rập. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2018/09/03/kabir/>

4. *“Anh em từng nghe lời truyền dạy rằng: ‘Mắt đền mắt, răng đền răng’. Nhưng tôi nói với anh em: Đừng chống cự người ác, nếu bị ai tát má bên phải thì hãy đưa luôn má bên trái cho họ.”* (Ma-thi-ơ 5:38-39, Kinh Thánh)

Gnosis là dành cho những học trò chân thành thực sự muốn tu tập và thay đổi.

Nếu quan sát mọi người, ta sẽ thấy rõ rằng ai cũng có bài ca riêng của mình.

Mỗi người đều hát bài ca tâm lý của riêng mình. Tôi muốn nhấn mạnh đến việc ghi sổ tâm lý, cảm giác rằng người khác mắc nợ chúng ta, thói ca thán và "lo nghĩ về bản thân", v.v.

Đôi khi mọi người ca bài ca của mình chỉ vì thích, không cần ai lên dây cốt hay khuyến khích, đôi khi họ "mở đài" sau một vài ly rượu vang.

Chúng ta cần từ bỏ bài ca nhàm chán này. Nó khiến ta tê liệt từ bên trong và lấy cắp vô vàn năng lượng của chúng ta.

Một người hát quá hay (chúng tôi không nói đến giọng nói hay hoặc tiếng hát thể chất) chắc chắn không thể vượt qua được bản thân mình trong cuộc chuyển hóa tâm lý, vì người đó bị mắc kẹt trong quá khứ.

Một người bị ngăn trở bởi những bài hát u sầu thì không thể thay đổi "cấp độ tâm linh" của mình; họ không thể vượt lên cấp độ hiện tại của mình.

Để lên tới một cấp độ tâm linh cao hơn, chúng ta cần phải chấm dứt lối sống như hiện tại, cần phải từ bỏ cấp độ hiện tại của mình.

Nếu tiếp tục sống như hiện tại, chúng ta sẽ không thể tiến lên một cấp bậc tâm linh cao hơn.

Trên đời này có nhiều chuyện rất lạ. Nhiều người thường kết bạn chỉ để có thể dễ dàng ca bài ca của mình cho người khác.

Thật không may, mối quan hệ như vậy kết thúc ngay khi ca sĩ bị yêu cầu phải im lặng, phải đổi bài, hay phải nói về chủ đề khác, v.v.

Thế là người ca sĩ liền oán giận và đi tìm một người bạn mới, một người sẵn sàng lắng nghe anh ta vô thời hạn.

Người ca sĩ ấy đòi hỏi được thấu hiểu, mong muốn ai đó thực sự hiểu mình, như thể việc này là điều dễ dàng.

Muốn hiểu người khác, trước tiên ta phải hiểu chính mình. Nhưng thật không may, một ca sĩ giỏi lại luôn tin rằng mình đã hiểu rõ bản thân.

Có rất nhiều ca sĩ bị thất vọng, họ ca bài “không ai hiểu tôi” và mơ tưởng về một thế giới kỳ diệu nơi họ được đóng vai nhân vật chính.

Tuy nhiên, không phải ca sĩ nào cũng hát ở chốn công cộng; cũng có những người kín đáo, họ không trực tiếp hát bài ca của mình mà hát một cách bí mật.

Đó là những người đã làm việc rất nhiều, đã chịu đựng quá nhiều, họ cảm thấy thất vọng, nghĩ rằng cuộc sống nợ họ tất cả những gì mà họ không có đủ khả năng đạt được.

Thường thì họ sẽ cảm thấy buồn rầu ở bên trong, một cảm giác vô cùng chán chường và đơn điệu, một sự mệt mỏi và thất vọng, và các suy nghĩ dần dần tích tụ quanh đó.

Không còn nghi ngờ gì nữa, những bài ca thầm kín này sẽ khép lại cánh cửa dẫn đến con đường khai ngộ nội tâm của bản thể.

Thật không may, chúng ta sẽ không nhận ra những bài ca thầm kín bên trong nếu không chủ tâm quan sát.

Hiển nhiên, việc tự quan sát cho phép ánh sáng soi chiếu vào trong chúng ta, vào sâu trong tâm.

Không một sự thay đổi nội tại nào có thể xảy ra trong tâm nếu thiếu sự dẫn đường của ánh sáng tự quan sát.

Chúng ta cần phải quan sát bản thân khi ở một mình, cũng như khi chúng ta đang giao lưu với mọi người.

Khi ở một mình, những cái tôi rất khác biệt, những suy nghĩ khác biệt, những cảm xúc tiêu cực, v.v., sẽ hiện ra.

Đôi khi các cái tôi đối xử không tốt với chúng ta. Chúng ta thường hay bị các cái tôi làm phiền khi ở một mình. Đó là chuyện bình thường. Những cái tôi tiêu cực và nguy hiểm nhất thường xuất hiện khi chúng ta ở một mình.

Nếu muốn thay đổi triệt để thì chúng ta cần phải hy sinh các nỗi đau khổ của chính mình.⁵

5. Hy sinh các nỗi đau khổ của chính mình: “Ta cần phải hiểu rằng mọi người sẵn sàng từ bỏ rượu chè, rạp chiếu phim, thuốc lá, tiệc tùng, v.v., nhưng lại không sẵn sàng từ bỏ nỗi khổ của chính họ. Người ta yêu thương nỗi đau, nỗi khổ của chính mình. Họ sẽ để

Chúng ta nhiều lần bộc lộ nỗi đau khổ của mình qua những bài ca lưu loát hoặc vụng về.



Tranh “Nhạc sĩ già” của Pablo Picasso, k. 1904

dường từ bỏ một khoảnh khắc hạnh phúc hơn là từ bỏ những đau khổ của mình.” (Samael Aun Weor - “Cảm xúc sai lầm của cái tôi” - <https://gnosisvn.org/2021/02/12/cam-giac-nham-lan-ve-cai-toi/>)

LUẬT QUAY TRỞ LẠI VÀ TÁI DIỄN

Một người như thế nào thì cuộc sống của họ như thế ấy. Nếu một người không thay đổi từ bên trong, không rèn luyện bản thân hay cải thiện cuộc sống một cách triệt để, họ chỉ đang lãng phí thời gian một cách thảm hại.

Chết đi là trở về điểm khởi đầu của cuộc sống, với khả năng lập lại kiếp sống đó thêm một lần nữa.

Các sách giả huyền học và giả tâm linh học thường nói nhiều về những *cuộc đời* nối tiếp nhau. Tuy nhiên, cách nói chính xác hơn là những *kiếp sống* nối tiếp nhau.¹

Cuộc đời mỗi chúng ta, với tất cả các chu kỳ của nó, luôn giống nhau, luôn lặp đi lặp lại từ kiếp này sang kiếp khác qua vô số thế kỷ.

Chắc chắn, ta sẽ tiếp tục đầu thai trong hạt giống của con cháu mình. Điều này đã được chứng minh.

Cuộc sống của mỗi người chúng ta là một cuộn phim sống mà khi chết chúng ta sẽ mang theo vào cõi vĩnh hằng.

1. Ở đây, thầy đề cập đến vấn đề ngôn ngữ trong tiếng Tây Ban Nha. Các sách huyền học phương Tây thường dùng từ “cuộc đời” (life) để chỉ một “đời kiếp”, vì trong tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha không có từ nào chính xác hơn. Khi dịch sang tiếng Việt, cách diễn đạt này trở nên không phù hợp vì tiếng Việt không gặp phải vấn đề tương tự.

Mỗi chúng ta mang theo cuốn phim của mình và đầu thai trở lại để chiếu nó lại một lần nữa trên màn hình của một kiếp mới.

Việc lặp lại các vở kịch, hài kịch và bi kịch, là một tiên đề cơ bản của luật tái diễn.

Trong mỗi kiếp sống mới, các hoàn cảnh luôn được lặp lại như trước. Diễn viên trong những cảnh này là người sống bên trong chúng ta, là các cái tôi.

Nếu chúng ta làm tan rã các diễn viên ấy—tức là những cái tôi luôn khởi nguồn cho sự lặp đi lặp lại của các cảnh tượng trong đời—thì những hoàn cảnh đó cũng sẽ không thể tái diễn nữa.

Tất nhiên, không có diễn viên thì không thể có cảnh diễn; điều này là không thể phủ định, không thể bác bỏ.

Đây là cách chúng ta có thể giải phóng bản thân mình khỏi luật tái sinh và luật tái diễn; khi ấy ta có thể thực sự được tự do.

Hiển nhiên, mỗi nhân vật (cái tôi) mà chúng ta mang trong mình sẽ lặp lại vai diễn của nó từ kiếp này sang kiếp khác. Nếu ta làm tan rã một cái tôi, nếu diễn viên không còn, thì vai diễn cũng chấm dứt.

Khi nghiêm túc suy ngẫm về luật tái diễn và sự lặp lại của các cảnh tượng qua mỗi lần tái sinh, chúng ta sẽ khám phá cơ chế bí ẩn của vấn đề này thông qua việc tự quan sát bên trong.

Nếu trong một kiếp trước, khi hai mươi lăm tuổi chúng ta đã có một cuộc phiêu lưu tình ái, thì đến kiếp sau chắc chắn là cái tôi của cuộc tình đó sẽ lại đi tìm người tình trong mơ của mình khi ta đến tuổi hai mươi lăm.

Nếu người tình kia của ta mới chỉ mười lăm tuổi khi cuộc phiêu lưu kiếp trước diễn ra, cái tôi của mối tình đó sẽ tìm lại người yêu của nó trong kiếp sau ở đúng độ tuổi đó.

Thật dễ hiểu khi hai cái tôi của người nam và người nữ sẽ tìm nhau qua thần giao cách cảm và gặp lại nhau để lặp lại cuộc phiêu lưu tình cảm từ kiếp trước.

Hai kẻ thù từng đánh nhau đến chết ở kiếp trước sẽ tìm nhau một lần nữa trong kiếp sống mới để lặp lại bi kịch ở đúng độ tuổi đó.

Nếu trong kiếp trước hai người từng tranh chấp về nhà đất ở

tuổi bốn mươi, thì sang kiếp sau đến đúng tuổi đó họ sẽ tìm gặp nhau bằng thần giao cách cảm để lặp lại sự kiện tương tự.

Bên trong mỗi chúng ta có vô số cái tôi với những “cuộc hẹn” chông chênh; điều này không thể phủ nhận.²

Một tên trộm mang trong mình cả một hang ổ trộm cắp với vô số cuộc hẹn phạm tội. Một kẻ sát nhân mang theo một “câu lạc bộ” những kẻ giết người, còn một kẻ đầy dục vọng thì chứa cả một nhà chứa trong tâm.

Điều nghiêm trọng ở đây là lý trí không biết rằng những người hay là những cái tôi này tồn tại bên trong chính mình, cũng như không biết đến những cuộc hẹn tai hại sắp được thực hiện.

Tất cả những cuộc hẹn của các cái tôi trú ngụ trong ta đều diễn ra mà lý trí không hề hay biết.

Chúng ta hoàn toàn không ý thức được điều đó. Mọi sự kiện trong đời đều xảy đến trong tiềm thức và vô thức.

Đó là lý do vì sao người ta nói rằng mọi sự xảy đến với ta giống như cơn mưa đổ xuống đầu.

Thật vậy, ta tưởng rằng mình đang chủ động hành động, nhưng thực chất, mọi thứ chỉ xảy đến với ta một cách máy móc. Điều này vô cùng tai hại.

Tính cách của ta chỉ là công cụ cho nhiều cái tôi khác nhau, thông qua đó mỗi cái tôi thực hiện các cuộc hẹn của nó.

Có vô số điều diễn ra bên ngoài khả năng nhận thức của ta, nhưng đáng tiếc, chúng ta không biết về những gì đang xảy ra bên dưới lý trí kềm cõi của mình.

Chúng ta tưởng mình thông thái, nhưng thực chất còn không biết rằng mình chẳng biết gì. Chúng ta như khúc gỗ khốn khổ bị xô đẩy giữa những đợt sóng dữ dội của biển đời.

2. “Cuộc hẹn”: Khi hai cái tôi gặp nhau và cùng thực hiện một việc gì đó, chúng sẽ hẹn gặp lại trong kiếp sau để tái diễn sự kiện ấy. Đây chính là nguồn gốc của luật tái diễn.

Chúng ta phải chết đi trong chính mình thì mới có thể thoát khỏi tình trạng nhục nhã, vô thức, đáng tiếc này.³

Làm sao có thể thức tỉnh nếu ta chưa chết đi? Chỉ cái chết mới mang lại sự sống mới! Nếu hạt giống không chết đi, làm sao cây có thể nảy mầm?⁴

Ai đã thật sự thức tỉnh sẽ có tâm thức khách quan trọn vẹn, đạt được sự khai sáng đích thực và hưởng hạnh phúc viên mãn.

3. (Rô-ma 6:4-8, Kinh Thánh): “Vây qua phép báp-têm, chúng ta được chôn với Ngài trong sự chết của Ngài, để như Đấng Kitô nhờ vinh hiển của Đức Chúa Cha được sống lại từ trong cõi chết thế nào, chúng ta cũng có thể sống một đời mới thế ấy. Vì nếu chúng ta đã hiệp nhất với Ngài trong sự chết của Ngài thế nào, chắc chắn chúng ta cũng sẽ hiệp nhất với Ngài trong sự sống lại của Ngài thế ấy. Chúng ta biết rằng con người cũ của chúng ta đã bị đóng đinh vào thập tự giá với Ngài để cái tội lỗi có thể bị tiêu diệt, và để từ đó trở đi chúng ta không còn làm nô lệ cho tội lỗi nữa; vì ai đã chết thì đã được giải thoát khỏi quyền lực của tội lỗi. Nếu chúng ta đã cùng chết với Đấng Kitô, chúng ta tin rằng chúng ta cũng sẽ cùng sống với Ngài.”

4. (Giăng 12:24, Kinh Thánh) “Quả thật, quả thật, Ta nói với các người, nếu bặt lúa mì kia không gieo xuống đất và chết đi thì nó chỉ là một hạt; nhưng nếu chết đi, nó sẽ kết quả nhiều.” Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2022/01/07/neu-hat-lua-mi-kia-khong-gieo-xuong-dat-va-chet-di-ma-thi-o-1220-36/>

TRẠNG THÁI TỈNH THỨC CỦA TRẺ SƠ SINH

Các bậc thông thái nói rằng chúng ta có 97% là tiềm thức và chỉ 3% là ý thức.

Thẳng thắn mà nói, 97% Phật tính bên trong ta đang bị mắc kẹt, giam giữ trong từng cái tôi. Tổng thể những cái tôi ấy cấu thành cái gọi là “bản thân mình”.

Hiển nhiên, khi Phật tính hay tâm thức bị mắc kẹt trong từng cái tôi, nó chỉ có thể hoạt động theo cách đã bị điều kiện hóa.¹

Mỗi khi một cái tôi tan rã, một phần tâm thức sẽ được giải phóng. Nếu không làm tan rã các cái tôi thì chúng ta không thể nào giải phóng hay giải thoát cho Phật tính hay tâm thức được cả.

Khi chúng ta làm tan rã càng nhiều cái tôi thì phần tâm thức tỉnh thức của ta càng cao. Khi chúng ta làm tan rã càng ít cái tôi thì phần tâm thức tỉnh thức của ta càng thấp.

1. “Điều kiện hóa cổ điển” (classical conditioning) là khái niệm trong tâm lý học, bắt nguồn từ công trình của Ivan Petrovich Pavlov. Pavlov nhận thấy rằng những con chó trong phòng thí nghiệm tiết dịch vị khi nghe tiếng bước chân của nhân viên mang thức ăn, cho thấy sự hình thành phản xạ có điều kiện khi một kích thích trung tính (tiếng bước chân) liên tục đi kèm với một kích thích không điều kiện (thức ăn). Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2021/06/26/dieu-kien-hoa-co-dien/>

Chỉ bằng cách làm tan rã cái tôi—“chết đi trong chính mình”—ngay tại đây và ngay lúc này, ta mới có thể đánh thức tâm thức.

Rõ ràng, khi Phật tính hay tâm thức bị giam giữ trong mỗi cái tôi ở bên trong, nó sẽ rơi vào trạng thái ngủ say—trạng thái tiềm thức.

Việc biến đổi tiềm thức thành ý thức là rất cấp thiết, và điều này chỉ có thể xảy ra bằng cách tiêu diệt các cái tôi, bằng cách chết đi trong chính mình.

Không thể thức tỉnh nếu chưa chết đi bên trong. Những ai muốn thức tỉnh trước rồi mới chết đi bên trong là những người chưa có trải nghiệm thực sự về điều họ khẳng định. Họ đang bước đi kiên quyết trên con đường sai lạc.

Trẻ sơ sinh thật kỳ diệu—chúng sở hữu ý thức tự thân trọn vẹn; chúng hoàn toàn tỉnh thức.

Phật tính nhập thể trong một đứa trẻ sơ sinh, mang đến cho trẻ vẻ đẹp thuần khiết.

Chúng tôi không nói rằng Phật tính, hay tâm thức, hiện thân 100% trong trẻ sơ sinh, đúng hơn phần hiện thân đó là 3% của tâm thức tự do thường không bị nhốt trong các cái tôi mà thôi.

Tuy thế, phần Phật tính tự do đó, khi hiện thể trong trẻ sơ sinh, mang đến cho đứa trẻ sự sáng suốt, sự tỉnh thức trọn vẹn, v.v.

Người lớn thường nhìn trẻ sơ sinh với ánh mắt thương hại, cho rằng chúng chưa có ý thức—nhưng thực ra họ hoàn toàn nhầm lẫn.

Đứa trẻ sơ sinh thấy người lớn theo đúng như bản chất của người lớn: vô thức, tàn bạo, xấu xa, v.v.

Các cái tôi của trẻ sơ sinh đến và đi, chúng lờn quanh nô, tìm cách nhập vào cơ thể mới. Nhưng vì đứa trẻ chưa hình thành tính cách, mọi nỗ lực của cái tôi để xâm nhập vào cơ thể mới đều thất bại.

Đôi khi, trẻ con sợ hãi khi nhìn thấy các bóng ma hay các cái tôi đó lại gần nô của chúng, nên chúng hét lên, khóc lóc. Người lớn không hiểu điều này và cho rằng đứa trẻ bị ốm, đói hoặc khát. Tâm lý vô thức của người lớn là như thế.

Đến khi tính cách mới được hình thành, các cái tôi từ kiếp trước từ từ thâm nhập vào cơ thể mới.

Khi toàn bộ các cái tôi đã nhập thể, ta bước vào thế gian với nội tâm méo mó xấu xí khủng khiếp đặc trưng của mình. Từ đó, ta đi khắp nơi như kẻ mộng du, luôn vô thức, luôn lầm lạc.

Khi ta qua đời, có ba thứ đi theo xuống mồ:

1. Cơ thể vật chất
2. Sinh khí của cơ thể
3. Tính cách

Sinh khí, hay còn gọi là phantasm, dần tan rã bên cạnh huyết mộ, cùng với sự phân hủy của cơ thể vật chất.²

Tính cách là phần tiềm thức hoặc ý thức hạ cấp. Nó ra vào ngôi mộ tùy ý, vui mừng khi có người đến viếng thăm, thương nhớ người thân của nó, rồi dần dần tan rã cho đến khi trở thành cát bụi vũ trụ.

Còn thứ tiếp tục tồn tại bên kia nấm mồ chính là cái tôi—cái tôi đa nguyên, “bản thân mình”—một ngọn núi đầy quý dữ đang giam giữ Phật tính, giam giữ tâm thức. Khi đến ngày giờ, chúng sẽ trở lại, nhập thể trở lại.

Đáng tiếc thay, khi tính cách mới của đứa trẻ được hình thành, các cái tôi cũng lần lượt nhập thể trở lại.

2. Phantasm là năng lượng sinh khí còn lại trong cơ thể sau khi chết.

NGƯỜI PHA-RI-SI VÀ NGƯỜI THU THUẾ

Khi suy ngẫm đôi chút về những tình huống đa dạng trong cuộc sống, ta sẽ nhận ra sự cần thiết phải tìm hiểu nền tảng tâm lý của chính mình.

Có người dựa vào địa vị của mình, có người dựa vào tiền bạc, có người dựa vào danh dự, có người dựa vào quá khứ, lại có người dựa vào chức danh, v.v.

Điều lạ lùng nhất là, dù giàu sang hay nghèo khổ, dù có thể đầy kiêu căng tự phụ, tất cả chúng ta vẫn cần đến nhau và sống dựa vào nhau.

Hãy dành vài phút để suy ngẫm về những gì chúng ta có thể mất đi. Số phận của chúng ta sẽ ra sao trong một cuộc cách mạng đẫm máu? Các cơ sở tâm lý mà chúng ta đang dựa vào sẽ ra sao? Than ôi! Chúng ta cứ tưởng mình mạnh mẽ, nhưng thực ra lại yếu đuối đến kinh hoàng.

Chúng ta có một cái tôi tự cho mình là nền tảng để nương tựa. Nếu thật sự khao khát phúc hạnh chân thật, chúng ta phải làm tan rã cái tôi này.¹

Cái tôi như thế coi thường người khác, luôn tự cho mình vượt

1. Từ “phúc hạnh” ở đây chỉ loại hạnh phúc tâm linh được mô tả trong một bài

trội hơn mọi người: hoàn hảo hơn, giàu hơn, thông minh hơn, giỏi hơn, v.v.

Bây giờ là lúc thích hợp để trích dẫn câu chuyện ngụ ngôn của Kabir Giêsu vĩ đại về hai người cầu nguyện trong đền thờ. Câu chuyện được kể cho người nào tự cho mình là đúng và coi thường người khác.

Chúa Giêsu Kitô nói:

“Hai người đi lên đền thờ để cầu nguyện; một người là người Pha-ri-si, còn người kia là người thu thuế.^{2,3} Người Pha-ri-si đứng riêng ra và cầu nguyện thế này:

‘Lạy Đức Chúa Trời, con tạ ơn Ngài, vì con không như những người khác, tham lam, bất chính, ngoại tình, hoặc như người thu thuế này. Con kiêng ăn mỗi tuần hai lần, và con dâng một phần mười mọi lợi tức của con.’

Còn người thu thuế đứng đàng xa, không dám ngước mắt lên trời, vừa đấm ngực vừa thưa rằng, ‘Lạy Đức Chúa Trời, xin thương xót con, một kẻ tội lỗi.’ Ta nói với các người, người thu thuế này, khi đi xuống để về nhà mình, đã được xưng công chính chứ không phải người kia, vì ai tôn mình lên sẽ bị hạ xuống, còn ai hạ mình xuống sẽ được tôn lên.”

(Lu-ca 18:9-14)

Chừng nào ta còn ôm giữ khái niệm “hơn” trong tâm, ta sẽ không thể nhận ra rằng bản thân mình vốn chẳng là gì, cũng chẳng

giảng của Chúa Giêsu: <https://gnosisvn.org/2022/01/06/phuoc-hanh-that-ma-thi-o-51-12/>

2. Pha-ri-si là thầy tâm linh trong đạo Do Thái, biểu tượng cho những kẻ đạo đức giả, tự cho mình là công chính nhưng lại che giấu cái tôi và phán xét người khác. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2021/10/15/nhung-thay-day-giao-luat-va-nhung-nguoi-pha-ri-si/>

3. Trong Kinh Thánh, người thu thuế đại diện cho những người có nhiều tội lỗi, nhưng khi họ nhận ra sai lầm của mình và chân thành sám hối, họ được coi là công chính hơn những kẻ đạo đức giả. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2025/03/02/giai-thich-ve-nguoi-thu-thue-trong-kinh-thanh/>

thấy được nỗi khổn khổ mình đang chịu đựng. Ví dụ: Tôi đúng đắn hơn người kia, thông thái hơn người này, đức hạnh hơn người nọ, giàu hơn, giỏi hơn trong kỹ năng sống, trong sạch hơn, đáng tin cậy hơn trong các nhiệm vụ của mình, v.v.



“Người Pha-ri-si và người thu thuế”. Tranh của Barent Fabritius, 1661.

Chúng ta không thể “chui qua lỗ kim” chừng nào ta còn là “người giàu”, chừng nào còn ôm giữ ảo tưởng về sự vượt trội.

“Con lạc đà chui qua lỗ kim còn dễ hơn người giàu vào vương quốc của Thượng Đế.”⁴

4. Khi Chúa Giê-su vừa lên đường, một người chạy đến quỳ trước mặt ngài và hỏi: “Thưa Thầy tốt lành, tôi phải làm gì để được hưởng sự sống vĩnh cửu?”

Chúa Giê-su đáp: “Sao anh gọi tôi là tốt lành? Không ai là tốt lành, ngoại trừ Thượng Đế. Hẳn anh biết các điều răn: ‘Đừng giết người, đừng phạm tội ngoại tình, đừng trộm cắp, đừng làm chứng dối, đừng lừa gạt ai và hãy hiếu kính cha mẹ’”.

Người ấy nói: “Thưa Thầy, tôi đã giữ mọi điều đó từ thuở nhỏ”.

Chúa Giê-su nhìn người ấy, cảm thấy yêu thương người và nói: “Anh còn thiếu một điều: Hãy đi bán những gì mình có mà cho người nghèo, anh sẽ được cửa bầu trên trời; và hãy đến làm môn đồ tôi”.

Nghe vậy, người ấy rất buồn và rầu rĩ bỏ đi vì có nhiều của cải. Chúa Giê-su đưa mắt nhìn quanh rồi nói với các môn đồ: “Người có nhiều tiền vào Nước Đức Chúa Trời thật khó biết bao!”.

Các môn đồ ngạc nhiên khi nghe ngài nói thế. Nhưng Chúa Giê-su nói: “Các con ơi, vào được Nước Đức Chúa Trời thật khó biết bao! Con lạc đà chui qua lỗ kim còn dễ hơn người giàu vào Nước Đức Chúa Trời”.

Họ càng ngạc nhiên nên hỏi ngài: “Thế thì ai mới có thể được cứu?”.

Chúa Giê-su nhìn thẳng vào họ và phán: “Với loài người thì không thể, nhưng với Đức Chúa Trời thì mọi sự đều có thể”.

(Mác 10:17-27, Kinh Thánh)

Những ý nghĩ kiểu như: “trường phái tâm linh của tôi là tốt nhất, còn của hàng xóm thì chẳng ra gì, chỉ có tôn giáo của mình mới đúng còn tất cả tôn giáo khác là giả dối và nhằm lẫn, vợ của người kia thật tệ còn vợ mình là thánh, rằng anh bạn Roberto nghiện rượu còn tôi luôn đứng đắn và điều độ, v.v., đây chính là những thứ khiến chúng ta cảm thấy mình “giàu có”. Đó là lý do tại sao trong công việc tu tập, chúng ta chính là những “con lạc đà” trong truyện ngụ ngôn Kinh Thánh.

Việc quan sát bản thân từng giây từng phút để nhận ra nền tảng tâm lý mà ta đang nương tựa là điều vô cùng cấp bách.

Khi chúng ta phát hiện ra điều gì khiến mình khó chịu nhất tại một thời điểm nào đó, khi điều gì đó làm ta bực mình, thì chính lúc đó chúng ta biết được mình đang nương tựa vào những nền tảng tâm lý nào.

Đó chính là những nền tảng được các sách phúc âm Kitô giáo gọi là “xây nhà trên cát.”⁵

Chúng ta phải cẩn trọng quan sát những lúc ta coi thường người khác hoặc cảm thấy mình hơn họ: điều đó xảy ra khi nào và như thế nào—có thể do chức danh, địa vị xã hội, kinh nghiệm sống hay tiền bạc, v.v.

Một sai lầm nghiêm trọng là khi ta tự xem mình là “người giàu”, nghĩ rằng mình hơn người khác vì một lý do nào đó. Những người như thế không thể vào được Vương quốc Trời.

Thật tốt khi nhận ra điều gì khiến ta hãnh diện và thỏa mãn lòng kiêu ngạo, vì đó chính là nền tảng tâm lý mà ta đang nương tựa.

Tuy nhiên, đừng để việc quan sát này chỉ dừng lại ở lý thuyết; ta phải thực hành, quan sát bản thân một cách kỹ lưỡng và trung thực trong từng giây phút.

5. *Vậy, ai nghe những lời này của tôi và làm theo thì giống như một người khôn ngoan xây nhà trên nền đá. Khi có mưa to gió lớn và nước lũ tràn đến thì nhà không sập vì đã được xây trên nền đá. Còn ai nghe những lời này mà không làm theo thì giống như một người dại xây nhà trên cát. Khi có mưa to gió lớn và nước lũ tràn đến thì nhà sụp đổ tan tành.* (Ma-thi-ơ 7:24-27, Kinh Thánh) Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2022/09/16/xay-nha-tren-cat-xay-nha-tren-da/>

Khi chúng ta thật sự hiểu được nỗi khốn khổ của chính mình—rằng ta không có gì và cũng chẳng là gì cả—khi ta từ bỏ ảo tưởng về sự vĩ đại của mình, nhận ra rằng danh hiệu và chức vị chỉ là phù phiếm, rằng cảm giác ưu việt hơn người khác là hão huyền, thì đó chính là dấu hiệu ta đã bắt đầu thay đổi.

Chúng ta không thể thay đổi nếu cứ bám víu vào những thứ như “nhà của tôi”, “tiền của tôi”, “tài sản của tôi”, “công việc của tôi”, “đức hạnh của tôi”, “trí thông minh của tôi”, “tài năng hội họa của tôi”, “kiến thức của tôi”, “uy tín của tôi”, v.v.

Việc bám víu vào cái “tôi” và “của tôi” đủ để ngăn ta nhận ra nỗi khốn khổ bên trong—rằng ta không là gì và cũng không có gì cả.

Chúng ta sẽ ngạc nhiên khi chứng kiến cảnh một vụ hỏa hoạn hay đắm tàu: trong cơn tuyệt vọng, con người vợ lấy những thứ vô nghĩa, những vật chẳng quan trọng chút nào.

Thật khốn khổ thay! Họ đồng nhất mình với những vật đó, nương tựa vào những điều vô nghĩa, bám víu vào những thứ chẳng quan trọng chút nào.

Khi ta dựa vào những thứ bên ngoài để định nghĩa bản thân, lấy chúng làm nền tảng tâm lý, tức là ta đang rơi vào trạng thái hoàn toàn vô thức.

Ta chỉ có thể cảm nhận Đấng tối cao (bản thể đích thực) khi đã làm tan rã toàn bộ cái tôi trong mình; nếu không, cảm nhận này là điều không thể.

Thật không may, những người tôn thờ cái tôi không chấp nhận việc này, họ coi mình là thần thánh; họ nghĩ rằng mình sở hữu những “thân thể vinh hiển” như Phaolô thành Tarsus đã nói, họ tưởng rằng cái tôi là thánh thiện, và không ai có thể giúp họ loại bỏ những ý tưởng ngớ ngẩn này ra khỏi đầu.⁶

Chúng ta không biết phải làm gì với những người như vậy. Dù

6. Trong Kinh Thánh, “thân thể vinh hiển” được Sứ đồ Phaolô mô tả như một thân thể phục sinh không hề mục nát, đầy vinh quang và mạnh mẽ, khác biệt với thân thể xác thịt dễ hư nát và yếu đuối của con người hiện tại. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2025/03/02/than-the-vingh-hien-trong-kinh-thanh/>

có giải thích, họ vẫn không hiểu; họ mãi bám víu vào nền cát mà họ đã lấy làm móng xây nhà, mắc kẹt trong giáo điều, trong những ý kiến thay đổi thất thường và tư tưởng mê muội.

Nếu những người này quan sát bản thân một cách nghiêm túc, họ sẽ thực chứng được giáo lý về cái tôi đa nguyên. Họ sẽ phát hiện ra rằng có nhiều người, hay là các cái tôi, đang sống bên trong.

Làm sao chúng ta có thể cảm nhận được bản thể chân thật khi các cái tôi này đang cảm nhận thay chúng ta và suy nghĩ thay chúng ta?

Điều tệ nhất trong toàn bộ bi kịch này là chúng ta tưởng rằng mình đang thực sự suy nghĩ và cảm nhận, trong khi thực tế, vào mỗi thời điểm cụ thể, chỉ là một cái tôi đang suy nghĩ bằng bộ não bị giầy vò của ta và cảm nhận bằng trái tim đau khổ của ta.

Chúng ta thật bất hạnh! Đã bao lần ta tưởng rằng mình yêu ai đó, nhưng thực chất chỉ là một cái tôi đầy dục vọng ở bên trong, đang thao túng trái tim ta.

Chúng ta thật khốn khổ! Chúng ta lầm tưởng dục vọng thú tính là tình yêu! Và dẫu vậy, người bị rơi vào sự nhầm lẫn này không phải là bản thể mà là một người khác, một cái tôi trong tính cách của chúng ta.

Tất cả chúng ta đều nghĩ rằng mình sẽ không bao giờ nói những lời của người Pha-ri-si trong ngụ ngôn Kinh Thánh: “Lạy Đức Chúa Trời, con tạ ơn Ngài, vì con không như những người khác”, v.v.

Thế nhưng, dù nghe khó tin, việc này vẫn diễn ra mỗi ngày. Người bán thịt ở chợ nói: “Tôi không giống những người bán thịt kém chất lượng và lừa dối mọi người.”

Ông chủ hàng vải thì kêu rằng: “Tôi không giống những người bán hàng khác, họ giàu có vì biết ăn bớt khi đo vải.”

Người bán sữa khẳng định: “Tôi không giống những người bán sữa khác vì họ đổ nước vào sữa của họ. Tôi thích làm người thật thà”.

Bà chủ nhà nói với khách rằng: “Tôi không giống các bà vợ hay cặp kè với những đàn ông khác. Ông Chúa vì tôi là người đáng hoàng, tôi chung thủy với chồng mình.”

Kết luận: mọi người đều là kẻ đòi bại, bất công, ngoại tình, trộm

cấp, làm lạc, còn chúng ta lại tự xem mình là một con cừu hiền lành, một “vị thánh sô-cô-la đáng yêu” mà ai cũng muốn có, giống như một đứa trẻ vàng trong nhà thờ.

Chúng ta thật ngu muội biết bao! Chúng ta thường nghĩ rằng mình không bao giờ làm những điều ngu xuẩn và sai lầm như người khác, và vì thế kết luận rằng mình là người tuyệt vời. Khốn thay, chúng ta không nhìn thấy những điều ngu ngốc và những việc độc ác mà chính mình đang làm.

Trong những khoảnh khắc hiếm hoi khi tâm trí được nghỉ ngơi, không còn lo lắng, khi nó tĩnh lặng và im lặng—điều mới mẻ sẽ đến.

Vào những khoảnh khắc đó chúng ta có thể nhìn thấy những cơ sở hay nền tảng mà mình đang nương tựa vào.

Khi tâm trí hoàn toàn nghỉ ngơi, chúng ta có thể thực chứng thực tế trần trụi của nền cát cuộc đời mà ta đã xây nhà trên đó. (xem Ma-thi-ơ 7:24-29, truyện ngụ ngôn về hai nền nhà).

Ý CHÍ

“**C**ông trình vĩ đại” trước hết là hành trình con người tự kiến tạo bản thân thông qua việc tu tập với tâm thức tỉnh táo và chấp nhận đau khổ với thái độ tích cực. “Công trình vĩ đại” là hành trình chinh phục nội tâm, hướng đến sự tự do đích thực của chúng ta nơi Thượng Đế.

Nếu thật sự khao khát sự giải phóng trọn vẹn của ý chí, thì việc làm tan rã tất cả các cái tôi bên trong là điều cấp thiết — không thể chần chừ.

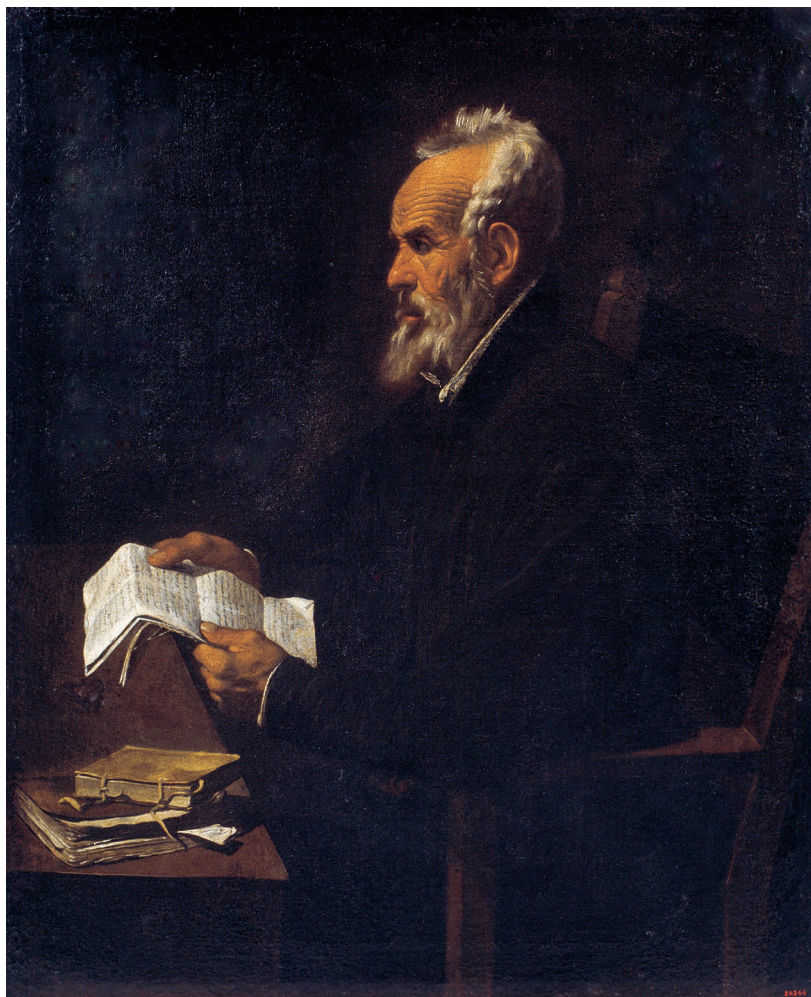
Hai bậc thầy nghèo khó Nicolas Flamel và Ramon Llull đã giải phóng ý chí của mình và đạt được vô số phép thần diệu tâm linh đáng kinh ngạc.^{1,2}

1. Nicolas Flamel là một nhà luyện kim đan người Pháp, sinh vào thế kỷ 14. Ông nổi tiếng vì đã đạt đến trạng thái bất tử. Đọc thêm về Nicolas Flamel: https://vi.wikipedia.org/wiki/Nicolas_Flamel

2. Ramon Llull được xem là một trong những người đầu tiên kết nối thuật luyện kim đan với lý tưởng Kitô giáo, coi quá trình chuyển hóa kim loại như biểu tượng cho sự thánh hóa tâm linh. Dù nhiều tác phẩm về thuật luyện kim đan mang tên ông xuất hiện sau khi ông qua đời, chúng vẫn phản ánh ảnh hưởng sâu rộng của tư tưởng Llull đối với truyền thống luyện kim đan châu Âu. Đọc thêm về Ramon Lull: https://vi.wikipedia.org/wiki/Ramon_Llull



Năm 1761, Étienne François Villain vẽ lại ảnh này theo ảnh chạm khắc ở Sainte-Geneviève des Ardens. Bản gốc được khắc vào năm 1402, khi Nicolas Flamel còn sống.



Nhà huyền học Ramón Llull (1232-1316). Tranh của Francisco Ribalta, 1620.



Nhà huyền học Henricus Cornelius Agrippa. Tranh của Theodor de Bry trong sách "Icones Virorum Illustrium" bởi Jean-Jacques Boissard, 1597.



Diễn viên Charlton Heston đóng vai Môi-se trong phim “10 Điều Răn”, 1956.

Agrippa chưa bao giờ vượt qua được giai đoạn đầu của “Công trình vĩ đại”. Ông qua đời khi vẫn còn đau đớn đấu tranh để làm tan rã các cái tôi, nhằm giành lại quyền làm chủ bản thân và đạt được tự do.

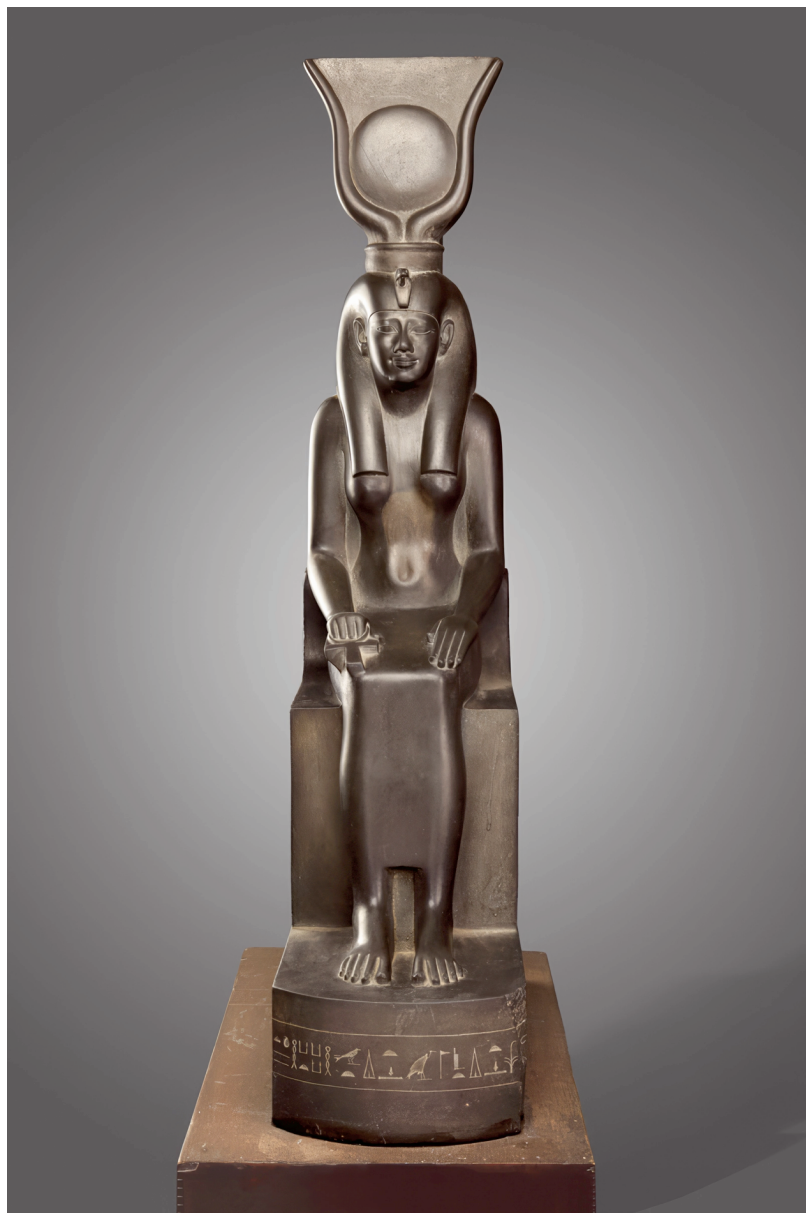
Khi ý chí được hoàn toàn giải phóng, nhà thông thái sẽ có thể làm chủ tuyệt đối được lửa, khí, nước và đất.

Nhiều học trò của ngành tâm lý học đương đại có thể cho rằng những lời khẳng định về quyền năng tối thượng của ý chí tự do dường như bị phóng đại. Tuy nhiên, Kinh Thánh đã ghi lại nhiều câu chuyện kỳ lạ về phép thần thông của Môi-se.

Theo Philo, Môi-se là một điểm đạo đồ tại vùng đất của các Pha-ra-ôn bên bờ sông Nile. Ông là một giáo sĩ của Osiris, đồng thời là em họ của Pha-ra-ôn. Ông được giáo dục giữa hai cột trụ của Isis—Đức Mẹ Thần Thánh, và Osiris—Đức Cha bí ẩn.

Môi-se là hậu duệ của tổ phụ Abraham—vị pháp sư Canh-Đê vĩ đại—và của Isaac đáng kính.

Môi-se đã giải phóng năng lực ý chí và sở hữu các phép thần thông, điều mà cả thần thánh lẫn con người đều công nhận và ghi chép lại.



Tượng nữ thần Isis, Ai Cập, k. 570-526 TCN.



Tượng thần Osiris, Ai Cập, k. 570-526 TCN.

Mọi điều mà Kinh Thánh nói về nhà lãnh đạo Do Thái này thật sự là phi thường và tuyệt vời.

Môi-se biến gậy thành rắn, biến tay mình thành tay người hủi rồi khôi phục lại như cũ.

Bằng chứng bụi gai cháy³ đã minh chứng phép thần thông của ngài, khiến người dân hiểu ra, quỳ xuống và cúi lạy.

Môi-se sử dụng gậy phép sư—biểu tượng của quyền năng vương giả và quyền năng tư tế của một điểm đạo đồ trong giáo lý huyền học vĩ đại về Sự sống và Cái chết.

Môi-se đứng trước Pha-ra-ôn, biến nước sông Nile thành máu; cá chết, dòng sông bị ô ứ, người Ai Cập không thể uống nước từ sông, còn hệ thống tưới tiêu dẫn nước từ sông Nile đổ máu ra các cánh đồng.

Môi-se còn làm nhiều hơn thế: ngài biến ra hàng triệu con ếch dị dạng, khổng lồ và kỳ quái tràn ra từ sông, xâm chiếm các ngôi nhà. Sau đó, dưới hiệu lệnh của ngài, những con ếch kinh khủng này liền biến mất, minh chứng cho một ý chí tự do với quyền năng tối thượng.

Nhưng vì Pha-ra-ôn vẫn không chịu thả tự do cho người Israel, Môi-se tiếp tục thực hiện phép thuật: ngài phủ kín đất bằng đám mây ruồi nặng ghê rợn, rồi lại khiến chúng biến mất.

Ngài giáng xuống một trận dịch khủng khiếp, khiến toàn bộ súc vật chết, ngoại trừ gia súc của người Do Thái.

Kinh Thánh kể rằng ngài lấy muối than từ lò nung, tung vào không khí, và khi nó rơi xuống, người Ai Cập liền bị mụn nhọt và lở loét.

Với chiếc gậy phép thuật nổi tiếng, Môi-se đã biến ra mưa đá từ trời, tàn phá và giết chóc một cách tàn nhẫn. Tiếp đến, ngài phóng ra

3. Khi đang chần chừ gần núi của Thượng Đế, Môi-se nhìn thấy một bụi gai bốc cháy nhưng không bị thiêu rụi. Từ giữa bụi gai, Đức Chúa Trời gọi ông và giao cho nhiệm vụ giải cứu dân Y-sơ-ra-ên khỏi ách nô lệ ở Ai Cập. Đọc câu chuyện đầy đủ trong sách Xuất Ai Cập Ký: <https://gnosisvn.org/2021/11/24/moi-se-va-bui-gai-chay-xuat-ai-cap-ky-3/>

tia chớp loé sáng, sấm sét vang rền, mưa trút xuống dữ dội. Chỉ với một cử chỉ, ngài lập tức khôi phục mọi thứ về trạng thái ban đầu.

Thế nhưng, Pha-ra-ôn vẫn không lay chuyển. Môi-se vung gậy phép thuật thần lực, biến ra những đám mây cào cào khổng lồ; rồi bóng tối bao trùm khắp nơi. Ngài lại vung gậy lên, và mọi thứ trở lại trật tự ban đầu.

Cái kết của câu chuyện này trong Cựu Ước ai cũng biết: Đức Giê-hô-va can thiệp, khiến toàn bộ con đầu lòng của người Ai Cập phải chết. Pha-ra-ôn không còn lựa chọn nào khác ngoài việc để người Do Thái rời đi.



“Môi-se biến cái gậy của Aron thành con rắn” - tranh của James Dabney McCabe, 1877.



“Môi-se sử dụng cây gậy pháp sư của mình để khiến nước Biển Đỏ áp trở lại, nhấn chìm đoàn quân Ai Cập đang truy đuổi dân Y-sơ-ra-ên” - ảnh minh họa của John Martin, 1833.



“Môi-se và bụi gai cháy” - ảnh minh họa của Aaron Friberg, 1953.



“Môï-se biến nước sông Nile thành máu” - ảnh từ phim “10 Điều Răn”, 1956.



“Aladdin bay với vị thần” - ảnh minh họa về sách 1001 đêm, thế kỷ 19.

Sau đó, Môi-se dùng gậy phép rẽ nước Biển Đỏ và băng qua biển với đôi chân khô ráo.

Khi quân Ai Cập đuổi theo, Môi-se chỉ cần một cử chỉ, lập tức nước khép lại, nhấn chìm toàn bộ kẻ truy đuổi.

Chắc hẳn nhiều nhà giả huyền học khi đọc những điều này cũng muốn làm được như vậy, ao ước sở hữu phép thần thông như Môi-se. Nhưng điều đó là bất khả, chừng nào ý chí vẫn còn bị giam hãm trong từng cái tôi đang ẩn sâu trong tâm.

Phật tính khi bị giam cầm trong cái “bản thân mình” chẳng khác nào vị thần trong cây đèn của Aladdin, luôn khao khát tự do. Một khi được giải phóng, vị thần này có thể làm nên những điều kỳ diệu.

Phật tính chính là “ý chí tinh thức”. Nhưng thật đáng tiếc, sự vận hành của Phật tính lại bị ràng buộc bởi cách chúng ta bị điều kiện hóa.

Khi ý chí được giải phóng, nó hòa lẫn và hợp nhất vào ý chí vũ trụ, từ đó đạt đến quyền năng tối thượng.

Khi ý chí cá nhân hợp nhất với ý chí vũ trụ, nó có thể thực hiện mọi phép lạ như Môi-se.

Có ba loại hành vi:

- A. Hành vi của luật ngẫu nhiên.
- B. Hành vi thuộc về luật tái diễn, những sự kiện luôn lặp đi lặp lại trong mọi kiếp.
- C. Hành vi được xác định một cách có chủ đích bởi ý chí thức tỉnh.

Không nghi ngờ gì nữa, chỉ những ai giải phóng được ý chí qua cái chết của “bản thân mình” thì mới có thể hành động từ ý chí tự do.

Những hành vi thường nhật của con người phần lớn là hệ quả của luật tái diễn hoặc chỉ là kết quả của các sự kiện ngẫu nhiên và máy móc.

Ai thực sự sở hữu ý chí tự do mới có thể kiến tạo hoàn cảnh mới,

trong khi người bị giam hãm trong “cái tôi đa nguyên” chỉ là nạn nhân của hoàn cảnh.

Trong Kinh Thánh, khắp nơi đều ghi lại những phép thần thông siêu việt kỳ diệu: thiên nhãn thông, tiên tri, phép màu, biến hình, hồi sinh người chết—bằng cách thổi khí vào người, đặt tay lên người, hoặc nhìn chăm chú vào gốc móng, v.v.

Trong Kinh Thánh có rất nhiều đoạn kể về việc xoa bóp, dầu thánh, dùng tay dẫn khí để trị bệnh, bôi một chút nước bọt vào chỗ bị bệnh, đọc suy nghĩ của người khác, dịch chuyển tức thời, hiện hình, tiếng nói từ trời, v.v., rất nhiều những điều kỳ diệu thực sự của ý chí tinh thức đã được giải phóng và tự do.

Phù thủy? Nhà ma thuật? Pháp sư đen? Họ nhiều như cỏ dại, nhưng không phải thánh nhân, không phải tiên tri, càng không phải là đạo sư của Hội Huynh đệ Trắng.

Không ai có thể thực sự khai sáng hay trở thành một tu sĩ chân chính nếu chưa hoàn toàn chết đi trong chính mình, ngay tại đây và bây giờ.

Nhiều người viết thư cho chúng tôi, than phiền về việc thiếu khai sáng. Họ cầu xin phép thần thông, đòi bí kíp để trở thành pháp sư, v.v. Nhưng họ chẳng bao giờ quan tâm đến việc quan sát bản thân, hiểu chính mình, làm tan rã những cấu trúc tâm lý và những cái tôi đang giam cầm ý chí cùng Phật tính bên trong.

Những người như thế chắc chắn sẽ thất bại. Họ ham muốn thần thông của bậc thánh nhưng lại không sẵn lòng chết đi trong chính mình.

Việc loại bỏ các khiếm khuyết tâm lý là một điều tuyệt vời và kỳ diệu, đòi hỏi sự tự quan sát tâm lý nghiêm ngặt.

Khi sức mạnh kỳ diệu của ý chí được hoàn toàn giải phóng, chúng ta sẽ có được năng lực thần thông.

Khốn thay, bởi ý chí của con người bị giam hãm trong từng cái tôi, nên rõ ràng nó bị chia thành nhiều ý chí, và mỗi phần ý chí ấy lại hoạt động riêng biệt, tùy theo cách mà nó đã bị điều kiện hóa.

Bây giờ chúng ta sẽ hiểu vì sao mỗi cái tôi sở hữu một ý chí vô thức riêng.

Vô số ý chí mắc kẹt trong các cái tôi thường xuyên xung đột với nhau, khiến chúng ta trở thành nạn nhân của hoàn cảnh, bất tài vô lực, yếu đuối và khốn khổ.

CHẶT ĐẦU

Trong quá trình rèn luyện bản thân, chúng ta ngày càng nhận ra sự cần thiết phải triệt để loại bỏ khỏi nội tâm mọi thứ khiến ta trở nên đáng ghê tởm.

Những hoàn cảnh tồi tệ nhất, tình huống nghiêm trọng nhất, sự cố khó khăn nhất, lại chính là điều kiện tuyệt vời để khám phá nội tâm sâu sắc hơn.

Trong những thời khắc then chốt bất ngờ, những cái tôi bí mật nhất sẽ lộ diện—đúng vào lúc ta ít ngờ đến nhất. Nếu tỉnh giác, ta chắc chắn sẽ phát hiện ra chúng.

Những giai đoạn bình yên trong đời lại là thời điểm bất lợi nhất cho việc rèn luyện bản thân.

Trong những khoảnh khắc phức tạp của cuộc đời, ta thường dễ đồng nhất mình với các sự kiện và quên mất bản thân. Trong những hoàn cảnh đó, ta thường làm những việc ngu ngốc mà chẳng đi đến đâu cả. Vào những thời điểm đó, nếu tỉnh giác thay vì lơ đãng, ta sẽ kinh ngạc khi phát hiện ra những cái tôi mà trước đây chưa từng mảy may ngờ tới.

Giác quan tự quan sát nội tâm đã bị thui chột trong con người. Nhưng nếu nghiêm túc quan sát bản thân trong từng khoảnh khắc, giác quan ấy sẽ dần phát triển trở lại.

Khi được sử dụng liên tục, giác quan tự quan sát sẽ ngày càng phát triển. Nhờ đó, ta có khả năng nhận biết trực tiếp những cái tôi mà trước đây ta không có thông tin gì và thậm chí không hề biết đến.

Trước giác quan tự quan sát nội tâm, mỗi cái tôi trú ngụ bên trong đều mang một hình dạng nhất định, bí mật phản ánh khiếm khuyết mà nó đại diện. Diện mạo của mỗi cái tôi mang một hương vị tâm lý riêng, nhờ đó ta có thể trực giác nhận diện, nắm bắt và tóm gọn bản chất sâu xa khiếm khuyết của nó.

Ban đầu, học trò huyền học cảm nhận được sự cần thiết của việc rèn luyện bản thân, nhưng lại không biết bắt đầu từ đâu.

Bằng cách tận dụng những khoảnh khắc then chốt, những tình huống khó chịu và thử thách cam go nhất, nếu tỉnh giác, ta sẽ phát hiện ra những khiếm khuyết nổi bật nhất—những cái tôi cần được làm tan rã ngay lập tức.

Đôi khi, ta có thể bắt đầu từ cơn giận, lòng tự ái hoặc những khoảnh khắc dục vọng bùng phát.

Nếu muốn thay đổi dứt khoát, ta cần lưu tâm đến từng trạng thái tâm lý trong đời sống hằng ngày.

Trước khi đi ngủ, ta nên nhìn lại các sự kiện trong ngày—những tình huống ngưỡng ngùng, tiếng cười dậy vang như sấm của Aristophanes và nụ cười tinh tế của Socrates.¹

1. “Tiếng cười ồn ào như sấm rền của Aristophanes và nụ cười tinh tế của Socrates” - Dịch giả không biết ý nghĩa chính xác của câu này.

Aristophanes (sinh 446 – mất 386 TCN), là một nhà soạn hài kịch của Hy Lạp cổ đại. Ông nổi tiếng vì các tác phẩm mang tính châm biếm, đả kích chính trị, phê bình văn học. Năm 423 TCN Aristophanes viết hài kịch “Đám Mây”, châm biếm Socrates.

Đọc thêm về Aristophanes: <https://vi.wikipedia.org/wiki/Aristophanes>

Bài viết “Apology” của Platon đề cập đến kịch “Đám Mây” như một trong những nguyên nhân dẫn đến cái chết của Socrates. Đọc thêm về Apology (tiếng Anh): [https://en.wikisource.org/wiki/Apology_\(Plato\)#4](https://en.wikisource.org/wiki/Apology_(Plato)#4)

Theo kịch “Socrates” của Voltaire, cũng như trong “Apology” của Xenophon, Socrates mỉm cười khi chết.

Đọc kịch “Socrates” của Voltaire, bản dịch tiếng Anh: [https://en.wikisource.org/wiki/Socrates_\(Voltaire\)/Act_III](https://en.wikisource.org/wiki/Socrates_(Voltaire)/Act_III)

Đọc “Apology” của Xenophon: <http://www.gutenberg.org/files/1171/1171-h/1171-h.htm>



Tranh “Cái chết của Socrates” của Jaques Louis David, 1787.

Có thể ta đã vô tình làm tổn thương ai đó bằng tiếng cười, có thể ta đã làm ai đó khó chịu bằng nụ cười hoặc một ánh nhìn khiếm nhã.

Trong huyền học thuần túy, mọi thứ đều tốt khi ở đúng chỗ, và trở nên xấu khi đặt sai vị trí.

Nước ở đúng nơi là tốt, nhưng nếu làm ngập nhà cửa thì rõ ràng là xấu bởi nó đang ở không đúng chỗ, nó sẽ gây hư hỏng và tổn hại.

Lửa ở đúng nơi trong bếp không những hữu dụng mà còn tốt đẹp, nhưng nếu không ở đúng chỗ mà lan ra phòng khách đốt cháy đồ đạc thì nó là xấu và có hại.

Bất kỳ đức tính nào, dù thánh thiện đến đâu, cũng chỉ tốt khi đặt đúng chỗ—nếu sai chỗ, nó có thể trở nên tai hại. Đức hạnh không đúng chỗ có thể làm hại người khác nên nhất thiết phải dùng nó ở đúng nơi phù hợp.

Bạn nghĩ gì về một linh mục thuyết giảng lời Chúa trong một nhà thờ? Bạn nghĩ gì về một người đàn ông điềm tĩnh, khoan dung, nhưng lại ban phước cho những kẻ đang cố hãm hiếp vợ và con gái mình? Bạn nghĩ gì về sự khoan dung vô lý này? Bạn nghĩ gì về lòng từ thiện của một người đàn ông, người không mang thức ăn về cho gia

đỉnh mà lại chia tiền cho những kẻ ăn xin trụ lạc? Bạn nghĩ gì về một người tốt bụng nhưng lại cho kẻ sát nhân mượn dao đúng lúc hắn cần giết người?

Độc giả thân mến, hãy nhớ rằng tội ác có thể ẩn mình trong những vần thơ đẹp đẽ. Trong kẻ ác có nhiều đức hạnh, và trong người đức hạnh cũng có nhiều điều ác.

Dù khó tin, nhưng tội ác cũng có thể ẩn trong khói hương của lời cầu nguyện.

Có tội ác khoác lên lớp áo của thánh nhân, phô trương đức hạnh, giả làm người tử đạo, thậm chí hành lễ trong những đền thờ thiêng liêng.

Khi giác quan tự quan sát nội tại phát triển thông qua việc rèn luyện thường xuyên, chúng ta có thể nhìn thấy tất cả các cái tôi đóng vai trò là nền tảng cơ bản cho tính khí cá nhân, cho dù tính khí đó là lạc quan hay nóng nảy, lãnh đạm hay bi quan.

Mặc dù các bạn có thể không tin, đằng sau tính khí của ta, ở tận cùng thâm tâm ta, ẩn nấp những khởi tâm hiểm ác và bỉ ổi nhất.

Khi giác quan tự quan sát nội tâm phát triển, ta có thể thấy rõ những khởi tâm hiểm ác đó, chứng kiến địa ngục quái ác đang giam hãm tâm thức chúng ta.

Nếu chưa diệt trừ những khởi tâm đen tối và những lầm lạc méo mó của bản thân, thì sâu thẳm bên trong, người đó sẽ vẫn là một thực thể méo mó, một thứ dị dạng và kinh tởm không nên tồn tại.

Điều đáng sợ nhất là kẻ kinh tởm lại không nhận ra sự kinh tởm của chính mình: nó tự cho mình tốt đẹp, đúng đắn, tốt bụng, đến mức phàn nàn rằng người khác không hiểu nó, than vãn vì không ai biết ơn nó, khóc lóc rằng thế gian nợ nó, rằng người ta lấy oán báo ân, v.v.

Giác quan tự quan sát nội tâm giúp ta trực tiếp chứng kiến quá trình phân rã của một cái tôi—một khiếm khuyết tâm lý mà ta đang bí mật chuyển hóa tại một thời điểm nhất định. Đôi khi, ta chỉ nhận ra điều này giữa những hoàn cảnh khó khăn nhất, vào lúc không ngờ tới.

Trong cuộc sống, bạn đã bao giờ tự hỏi điều gì khiến mình vui

lòng hay khó chịu nhất chưa? Bạn đã bao giờ suy ngẫm về những động cơ ẩn giấu đằng sau hành động của mình chưa? Vì sao bạn muốn có nhà đẹp? Vì sao bạn muốn có xe ô tô đời mới nhất? Vì sao bạn luôn muốn mặc theo mốt mới nhất? Vì sao bạn lại có tham vọng trở thành người không tham lam? Điều gì từng khiến bạn cảm thấy bị xúc phạm nhất? Và điều gì vào ngày hôm qua khiến bạn cảm thấy được tôn trọng nhất? Vì sao có những lúc bạn cảm thấy mình vượt trội hơn người khác? Bạn đã bao giờ cảm thấy mình hơn người khác chưa? Vì sao bạn kiêu ngạo khi kể về những chiến thắng của mình? Vì sao bạn không thể giữ im lặng khi nghe chuyện ngồi lê đôi mách? Phải chăng bạn đã nhận ly rượu vì phép lịch sự? Bạn đã nhận lời hút thuốc kể cả khi không có thói xấu đó — lẽ nào do quan niệm về người có giáo dục hay về sự nam tính? Bạn có chắc rằng mình đã thành thật trong cuộc trò chuyện đó không? Và khi bạn biện hộ cho bản thân, khi bạn khoác lác, khi bạn kể về chiến thắng của mình, hay khi thuật lại tới lui về những lời trước đây bạn đã nói với người khác — bạn có hiểu rằng mình đang tự đắc không?

Không chỉ giúp bạn nhận ra cái tôi đang tan rã, giác quan tự quan sát nội tâm còn cho phép bạn thấy rõ kết quả cụ thể của quá trình tu tập.

Ban đầu, những khởi tâm đen tối, những méo mó tâm lý đặc trưng của bạn—còn xấu xí và quái dị hơn cả những con quái vật khủng khiếp nhất dưới đáy biển hay trong những khu rừng sâu thẳm nhất trên mặt đất. Khi việc rèn luyện bản thân có nhiều tiến triển, bạn sẽ có thể thực chứng thông qua giác quan tự quan sát nội tại rằng những thứ ghê tởm đó đang giảm dần, chúng ngày càng nhỏ đi.

Thật thú vị khi những bản tính thú tính đó càng nhỏ lại, càng ít đi, thì chúng càng trở nên đẹp đẽ hơn—từ từ hóa thành hình hài trẻ thơ rồi cuối cùng tan biến thành bụi vũ trụ. Khi đó, phần Phật tính bị giam giữ lâu nay được thả tự do, được giải phóng và thức tỉnh.

Chắc chắn rằng tâm trí không thể thay đổi bản chất của một khiếm khuyết tâm lý. Tâm trí có thể đặt tên, biện hộ, thậm chí chuyển hóa một khiếm khuyết từ cấp độ này sang cấp độ khác,

nhưng bản thân tâm trí không có khả năng làm tan rã khiếm khuyết tâm lý đó.

Chúng ta rất cần một sức mạnh rực lửa, vượt xa tâm trí—một sức mạnh có thể tiêu hủy khiếm khuyết tâm lý thành bụi vũ trụ.

May mắn thay, chúng ta mang trong mình sức mạnh của rắn. Đó là ngọn lửa kỳ diệu mà các nhà luyện kim đan thời Trung cổ đặt cho cái tên bí ẩn là *Stella Maris*. Sức mạnh đó chính là Đức Mẹ Sao Biển,² là *Azoe* trong khoa học *Hermes*, và là *Tonantzin* của nền văn minh *Aztec*. Sức mạnh đó sinh ra từ bản thể chúng ta—là Đức Chúa Mẹ nội tại—luôn được tượng trưng bởi con rắn thiêng trong các trường phái huyền học vĩ đại.

Sau khi đã quan sát và thấu hiểu sâu sắc một khuyết điểm tâm lý nào đó (một cái tôi nào đó), nếu chúng ta khẩn cầu Đức Mẹ Vũ trụ của riêng mình (vì mỗi người đều có một Đức Mẹ riêng), cầu xin Mẹ tiêu diệt, nghiền nát thành tro bụi vũ trụ khuyết điểm ấy, cái tôi ấy — vốn là lý do vì sao chúng ta phải rèn luyện tâm linh — thì hãy tin chắc rằng cái tôi đó sẽ dần dần nhỏ lại và từ từ bị tiêu diệt.

Dĩ nhiên, điều này có nghĩa rằng ta phải rèn luyện từng bước, càng ngày càng đi sâu, không ngừng nghỉ, vì không có cái tôi nào tan rã ngay lập tức. Với giác quan tự quan sát nội tại chúng ta có thể nhìn thấy sự tiến triển của công việc đó, công việc liên quan đến thứ ghê tởm mà chúng ta thực sự muốn làm tan rã.

Nghe có vẻ khó tin, nhưng *Stella Maris* chính là biểu hiện của sức mạnh tính dục của con người trong cõi cảm xúc.

Hiển nhiên, *Stella Maris* có đủ sức mạnh để làm tan rã những thứ dị dạng mà chúng ta mang theo trong tâm lý.

2. Đọc thêm về Đức Mẹ Sao Biển: https://vi.wikipedia.org/wiki/Đức_Mẹ_Sao_Biển



Stella Maris, Đức Mẹ Sao Biển. Tranh của Bernadette Carstensen.



Nữ thần Athena với con rắn. Khi bức tượng được tìm thấy gần nhà thờ Santa Maria Sopra Minerva ở Hy Lạp, đầu và một số phần khác đã bị mất. Năm 1627, Alessandro Algardi phục hồi lại.



Tượng Phật với bảy con rắn, tượng trưng cho Kundalini đã được nâng lên dọc theo cột sống trong bảy cơ thể. Tượng này ở Sala Keoku, Thái Lan.



Mô-i-se và biểu tượng “Nehushtan” – con rắn quấn quanh cây gậy, tượng trưng cho Kundalini đi lên cột sống. Ảnh minh họa của Benjamin West, 1787. Đọc thêm: Dân Số Ký 12:4-9



Tượng thần Shiva với con rắn Vasuki cuốn quanh cổ. Vasuki là vua của các tinh linh Naga. Tượng này ở Karnataka, Ấn Độ.



Đức Mẹ Durga (Ấn Độ giáo) cầm ngọn giáo, đâm xuyên qua một cái tôi. Họa sĩ không rõ.



Các đệ tử của Chúa Giê-su nhận ngọn lửa của Đức Thánh Linh vào ngày Ngũ Tuần. Ngọn lửa này tượng trưng cho sức mạnh của con rắn Kundalini. Tranh của Gustave Doré, 1877.



Tượng nữ thần Tonantzin của người Aztec. Đầu của nữ thần là hai con rắn, tượng trưng cho Kundalini đi lên sau khi cái tôi bị chặt đầu. Số người ở thất lưng tượng trưng cho cái chết của cái tôi. Tượng này được trưng bày tại Viện Bảo tàng Nhân chủng học Quốc gia Mexico.

Câu chuyện Giảng Báp-tít bị chặt đầu khiến ta phải suy ngẫm: không thể có sự thay đổi triệt để nếu ta chưa từng bị “chặt đầu”.

Bản thể thứ sinh của ta—Mẹ Tonantzin hay Stella Maris—là một sức mạnh điện tính tiềm ẩn trong sâu thẳm nội tâm, mà nhân loại

vẫn chưa biết đến. Hiển nhiên, Người có đủ sức mạnh để chặt đầu bất kỳ cái tôi nào, chuẩn bị cho quá trình tan rã hoàn toàn.

Stella Maris là ngọn lửa triết học tiềm tàng trong mọi vật chất hữu cơ và vô cơ.³

Những xung lực tâm lý có thể kích thích ngọn lửa đó hoạt động mạnh mẽ, giúp chặt đầu cái tôi.

Một số cái tôi bị chặt đầu ở giai đoạn đầu của việc rèn luyện tâm lý, số khác ở giữa, và phần còn lại ở giai đoạn cuối. Stella Maris, nguồn năng lượng tính dục rực lửa, biết chính xác công việc phải làm và chặt đầu cái tôi vào thời điểm thích hợp.

Chừng nào ta chưa làm tan rã tất cả những khiếm khuyết tâm lý kinh tởm—sự phóng đấng, tội ác đáng nguyên rủa như trộm cắp, ghen tị, ngoại tình (dù bí mật hay công khai), tham tiền, tham phép thần thông, v.v.—dù ta tự tin mình là người đáng kính, luôn giữ lời hứa, thành thật, lịch sự, nhân từ và tốt đẹp ở bên trong, thì chừng đó ta vẫn chỉ là “mồ mả tô trắng”: bên ngoài đẹp nhưng bên trong đầy sự thối rữa.⁴

Sự uyên bác sách vở, trí tuệ ngụy tạo, kiến thức về mọi kinh sách thiêng liêng từ Đông sang Tây, từ Nam đến Bắc—giả huyền học, giả tâm linh học, niềm tin rằng mình đã nghiên cứu đủ, sự cố chấp vào chủ nghĩa bè phái—tất cả đều vô nghĩa, vì trong sâu thẳm vẫn còn nhiều điều ta chưa biết: các khởi tâm đen tối, tội ác ghê tởm, con quái vật ẩn sau khuôn mặt xinh đẹp, sau bề ngoài khả kính, dưới chiếc áo choàng thánh thiện của một chức sắc thiêng liêng.

Chúng ta cần thành thật với chính mình: Chúng ta thực sự muốn gì? Chúng ta tìm đến giáo lý Gnosis chỉ vì tò mò chẳng? Nếu không thực sự muốn chịu chặt đầu, ta chỉ đang tự lừa dối chính mình, bảo vệ sự thối rữa của mình và hành động như kẻ đạo đức giả.

Trong những trường phái khả kính nhất của huyền học và trí tuệ

3. Ngày xưa, từ “triết học” (tiếng Anh: Philosophy) chỉ một con đường tu tập huyền bí, bao gồm thực hành thiền và khí công.

4. Mồ mả tô trắng: “*Khốn cho các người, thầy dạy giáo luật và người Pha-ri-si, kẻ đạo đức giả! Vì các người giống như mồ mả tô trắng; bên ngoài trông đẹp đẽ nhưng bên trong chứa đầy xương người và mọi thứ nhớp nhúa.*” (Ma-thi-ơ 23:27 - Kinh Thánh)

bí truyền có những người nhằm lẫn một cách thật thà: họ rất muốn được khai ngộ nhưng không chuyên tâm vào việc làm tan rã những thứ ghê tởm bên trong mình.

Nhiều người cho rằng con người có thể trở thành một vị thánh chỉ bằng thiện ý. Thế nhưng rõ ràng, nếu chúng ta không rèn luyện cật lực để chống lại các cái tội bên trong, thì chúng sẽ tiếp tục tồn tại sâu bên dưới vẻ bề ngoài đạo đức và lối hành xử tốt đẹp.

Đã đến lúc phải nhận ra: ta là kẻ xấu khoác áo thánh nhân, là sói đội lông cừu, là kẻ man rợ khoác áo hiệp sĩ, là tên đao phủ trốn sau dấu thánh giá.

Dù chúng ta trông rất oai nghiêm trong đền thờ hay trong những sảnh đường ngập tràn ánh sáng và hòa âm, dù người xung quanh thấy chúng ta bình thản và dịu dàng, dù bề ngoài chúng ta có vẻ cung kính và khiêm nhường, thì trong sâu thẳm nội tâm, những quái vật kinh tởm của địa ngục cùng mọi sự tàn ác của chiến tranh vẫn tiếp tục tồn tại.

Trong *Tâm lý học cho sự thay đổi triệt để*, ta thấy rõ rằng mình phải thay đổi triệt để. Việc này chỉ xảy ra khi ta tuyên chiến với chính mình đến cùng—một cuộc chiến không khoan nhượng và thảm khốc.

Sự thật là không ai trong chúng ta có giá trị; mỗi người chỉ là một thứ đáng ghê tởm, một nỗi ô nhục của Trái Đất.

May mắn thay, Giăng Báp-tít đã chỉ ra con đường bí ẩn: Chết bên trong thông qua việc “chặt đầu” tâm lý.



Gnosis VN: Câu chuyện Giăng Báp-tít bị chặt đầu được ghi lại trong Kinh Thánh: *“Vua Hê-rốt được báo cáo việc ấy, vì danh tiếng của Ngài đã vang lừng khắp nơi. Có người tâu rằng, “Ấy là Giăng Báp-tít đã từ cõi chết sống lại nên mới có thể làm những phép lạ như thế.” Nhưng những người khác bảo, “Ấy là Ê-li-gia.” Những người khác nữa lại nói, “Ấy là*

một đấng tiên tri như các đấng tiên tri thời xưa.” Khi nghe thế Hê-rôt nói, “Giăng, người ta đã chặt đầu, đã sống lại đó.”

Số là chính Hê-rôt đã sai người bắt Giăng đem xiềng trong ngục, vì vụ Hê-rô-đia vợ của Phi-líp em trai ông, bởi ông đã lấy bà ấy làm vợ. Vì Giăng đã nói với Hê-rôt, “Ngài lấy vợ của em trai ngài là điều không hợp với đạo lý.” Do đó bà Hê-rô-đia rất căm ghét Giăng và tìm cách giết ông, nhưng bà không thể thực hiện được, vì Hê-rôt sợ Giăng. Ông biết Giăng là một người ngay lành và thánh thiện, nên ông bảo vệ Giăng. Mỗi lần được nghe Giăng nhắc nhở, ông rất áy náy, dầu vậy, ông vẫn thích nghe Giăng khuyên bảo.

Nhưng một ngày kia, cơ hội đã đến với bà, khi Hê-rôt tổ chức một dạ tiệc để mừng sinh nhật của ông và mời các triều thần, các tướng lãnh, và những người quyền quý trong miền Ga-li-lê đến dự. Con gái của bà Hê-rô-đia vào và nhảy múa khiến cho Hê-rôt và quan khách dự tiệc mê mẩn tâm thần. Vua nói với cô gái ấy, “Hãy xin ta bất cứ điều gì người muốn, ta sẽ ban cho.” Ông lại long trọng thề với nàng, “Bất cứ điều gì người xin, ta sẽ ban cho, dầu đến nửa nước cũng được.”

Cô ấy đi ra hỏi mẹ nàng, “Con nên xin gì?”

Bà ấy bảo, “Cái đầu của Giăng Báp-tít.”

Cô ấy liền vội vàng đi vào và tâu với vua, “Tiện nữ muốn bệ hạ cho tiện nữ cái đầu của Giăng Báp-tít để trên mâm ngay bây giờ.” Vua rất ân hận, nhưng vì ông đã lỡ thề trước mặt các quan khách, ông không thể từ chối lời yêu cầu của nàng. Vua liền sai một đao phủ đi và truyền đem đầu của Giăng đến. Viên đao phủ đi, chặt đầu Giăng trong ngục, bưng đầu Giăng trên một cái mâm, và đem đến cô gái; cô gái bưng mâm đó đến mẹ cô. Nghe tin ấy, các môn đồ của Giăng đến, lấy xác ông đem đi, và chôn trong một ngôi mộ.”

(Trích Mác 6:14-29, Kinh Thánh Bản Dịch 2011)



Bản sao của tranh “Salome với cái đầu của Giăng Báp-tít” của Guido Reni, 1631. Bản này được chép tay bằng chất liệu sơn dầu trong khoảng thời gian sau 1692. Năm 1785, tổng thống Mỹ Thomas Jefferson đã mua lại tranh này. Hiện tại tranh được trưng bày ở Monticello.

TRỌNG TÂM CỐ ĐỊNH

Nếu không có tính cá thể đích thực, ta không thể kiên định với mục tiêu của mình.

Nếu tâm lý ta chưa hợp nhất, nếu bên trong còn nhiều con người, nếu không có một cá thể nào thực sự chịu trách nhiệm, thì việc mong ai đó kiên định với mục tiêu của mình là điều phi lý.

Bên trong mỗi người có nhiều người cùng tồn tại. Đó là lý do tại sao chúng ta không nhận thức trọn vẹn về trách nhiệm của mình.

Những gì một cái tôi khẳng định ở một thời điểm chưa chắc đáng tin, vì thực tế cụ thể là một cái tôi khác có thể khẳng định điều hoàn toàn ngược lại vào lúc khác.

Điều nghiêm trọng nhất là nhiều người tin rằng họ luôn có ý thức, đạo đức trách nhiệm trọn vẹn, nhưng thực chất họ đang tự dối bản thân khi cho rằng mình luôn trước sau như một.

Nhiều người tìm đến giáo lý Gnosis vào một thời điểm nào đó trong đời. Họ bừng sáng với khao khát mãnh liệt, tu tập nhiệt thành, thậm chí còn thề nguyện dành cả đời cho con đường này.

Không cần nói cũng biết, mọi người trong phong trào đều ngưỡng mộ những ai có lòng nhiệt thành như vậy.

Những ai lắng nghe họ đều cảm thấy vui mừng—vì họ tận tụy và chân thành thực sự.

Nhưng bài ca đẹp để ấy không kéo dài lâu. Một ngày nào đó, vì lý do nào đó—hợp lý hay vô lý, đơn giản hay phức tạp—người đó sẽ rời bỏ Gnosis và từ bỏ con đường tu tập. Rồi để biện hộ cho mình, họ có thể gia nhập một tổ chức tâm linh khác và tin rằng mình đang đi đúng hướng hơn.

Việc đến và đi, liên tục thay đổi trường phái, giáo phái hay tôn giáo phản ánh sự giằng co giữa các cái tôi đồng đúc trong tâm ta, mỗi cái đều muốn giành quyền kiểm soát.

Mỗi cái tôi có tư duy, tư tưởng và tiêu chí riêng, nên sự thay đổi ý tưởng, việc liên tục nhảy từ tổ chức tâm linh này sang tổ chức khác là điều tất yếu.

Bản thân mỗi con người chỉ là một cỗ máy, là phương tiện phục vụ cho những cái tôi khác nhau.

Một số cái tôi có xu hướng huyền học lại tự lừa dối chính mình: sau khi lang thang từ giáo phái này sang giáo phái khác, họ tự cho mình là thánh. Nhưng cũng như một đóm lửa phù du, họ lóe sáng trong chốc lát rồi biến mất.

Có người tu tập trong một thời gian, nhưng khi một cái tôi khác can thiệp, họ lại từ bỏ giáo lý này và để mặc cho cuộc sống nuốt chửng.

Rõ ràng, nếu không đấu tranh chống lại cuộc sống, thì cuộc sống sẽ nuốt chửng chúng ta, và rất hiếm có học trò nào thật sự thoát khỏi vòng xoáy đó.

Khi bên trong còn vô số cái tôi, ta không thể có được một trọng tâm cố định.

Không phải ai cũng có thể đạt được sự khai ngộ nội tâm—đó là điều bình thường. Chúng ta biết rằng để khai ngộ nội tâm, ta cần kiên định giữ vững mục tiêu. Nhưng vì hiếm ai có được một trọng tâm cố định, nên chẳng lạ gì khi rất hiếm người đạt tới sự khai ngộ.

Người tu tập nhiệt tình một thời gian rồi từ bỏ con đường huyền học không phải hiếm, nhưng người kiên trì không bỏ việc tu tập cho đến khi đạt được mục tiêu mới là kỳ lạ.

Nhân danh chân lý, chúng tôi khẳng định rằng Mặt Trời đang tiến hành một thí nghiệm vô cùng phức tạp và đầy thử thách.

Bên trong loài động vật trí năng—vốn bị gọi nhầm là con người—có những hạt giống, và nếu được phát triển đúng cách, chúng có thể tạo nên một con người thái dương.¹

Tuy nhiên, cần làm rõ rằng những hạt giống này không phải lúc nào cũng phát triển—chúng thường bị thoái hóa và mất đi một cách đáng tiếc.

Những hạt giống này cần môi trường thích hợp để phát triển thành người thái dương. Bởi lẽ, ai cũng biết rằng hạt giống gieo vào đất cằn cỗi không thể nảy mầm và sẽ sớm bị tiêu hủy.

Để hạt giống thực sự của con người có thể nảy mầm trong tuyến sinh dục, ta cần kiên định với mục tiêu và duy trì một cơ thể khỏe mạnh.

Nếu các nhà khoa học tiếp tục thử nghiệm trên tuyến nội tiết, khả năng phát triển của những hạt giống này có thể bị mất vĩnh viễn.

Dù khó tin, nhưng trong quá khứ xa xưa của Trái Đất, loài kiến cũng đã trải qua một quá trình tương tự.

Khi quan sát sự hoàn hảo của một tổ kiến, ta không khỏi kinh ngạc trước trật tự tuyệt vời được thiết lập trong đó.

Những điểm đạo đồ đã thức tỉnh tâm thức có thể qua trải nghiệm thần bí mà biết rằng, từ một thời xa xưa chưa từng được các sử gia vĩ đại nhất ghi chép, loài kiến từng là một chủng tộc người sở hữu một nền văn minh xã hội chủ nghĩa hùng mạnh.

Thế rồi, những kẻ độc tài của loài này đã loại bỏ tất cả các tôn giáo và ý chí tự do—vì chúng xem những điều này là trở ngại cho quyền lực tuyệt đối của mình. Những kẻ này muốn trở thành lãnh đạo toàn trị theo ý nghĩa trọn vẹn nhất của từ này.

Trong những hoàn cảnh đó, khi sáng kiến cá nhân và quyền tự do tôn giáo bị dập tắt, động vật trí năng này dần bước vào con đường thoái hóa và diệt vong.

Không chỉ vậy, họ còn tiến hành những thí nghiệm khoa học như cấy ghép nội tạng và tuyến, thử nghiệm nội tiết tố, v.v. Kết quả là

1. Người thái dương là người có dương thân. Đọc thêm: <https://gnosisvn.org/2017/03/06/duong-than/>

cơ thể những sinh vật này dần thu nhỏ, biến đổi hình dạng, cuối cùng trở thành loài kiến như ta thấy ngày nay.

Toàn bộ nền văn minh đó, cùng các hoạt động liên quan đến trật tự xã hội đã được thiết lập, giờ chỉ còn là những cơ chế máy móc được lập lại từ thế hệ này sang thế hệ khác. Ngày nay, chúng ta kinh ngạc khi nhìn thấy tổ kiến, nhưng ta không khỏi tiếc nuối về sự thiếu trí tuệ của loài này.

Nếu không rèn luyện bản thân, ta cũng sẽ rơi vào con đường thoái hóa một cách khủng khiếp.

Thí nghiệm mà Mặt Trời đang tiến hành trong phòng thí nghiệm vĩ đại của tự nhiên không chỉ gian nan mà còn mang lại rất ít kết quả.

Con người thái dương chỉ được tạo ra khi có sự hợp tác thực sự trong mỗi chúng ta.

Chúng ta không thể tạo ra con người thái dương nếu trước đó chưa thiết lập một trọng tâm cố định bên trong mình.

Làm sao ta có thể duy trì mục tiêu nếu không thiết lập một trọng tâm cố định trong tâm?

Mọi chủng tộc² được Mặt Trời tạo ra đều không có mục đích nào khác trong tự nhiên ngoài việc phục vụ quá trình tạo ra con người thái dương và góp phần vào thí nghiệm của Mặt Trời.

Nếu thí nghiệm thất bại, Mặt Trời sẽ không còn quan tâm đến chủng tộc đó nữa, và cả chủng tộc sẽ buộc phải thoái hóa và tự hủy diệt.

Mỗi chủng tộc từng tồn tại trên Trái Đất đều đóng một vai trò trong thí nghiệm của Mặt Trời. Từ mỗi chủng tộc, Mặt Trời đã gặt hái được một số thành tựu, thu nhận được một số ít người thái dương.

2. *Chủng tộc gốc* là khái niệm huyền học chỉ toàn thể nhân loại tồn tại trong một kỷ nguyên kéo dài hàng triệu năm, mỗi chủng tộc gốc tương ứng với một giai đoạn tiến hóa tâm linh trên Trái Đất. Trái đất đã từng có năm chủng tộc gốc: Địa cực, Hyperborea, Lemuria, Atlantis và Aryan (chủng tộc hiện tại), mỗi chủng tộc lại chia thành bảy chủng tộc phụ. Đọc thêm về chủng tộc gốc: <https://gnosisvn.org/2022/10/18/chung-toc-goc/>

Khi một chủng tộc đã hoàn thành sứ mệnh của mình, nó sẽ dần biến mất hoặc bị hủy diệt một cách dữ dội bởi những thảm họa lớn.

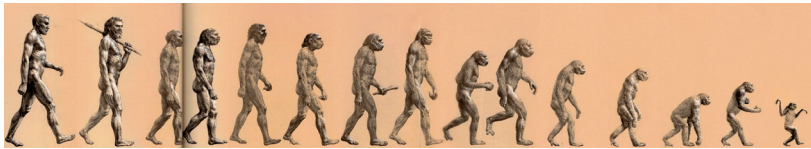
Con người thái dương chỉ có thể được tạo ra khi ta đấu tranh để thoát khỏi các lực lượng thái âm. Không nghi ngờ gì, tất cả những cái tôi mà ta mang theo trong tâm hoàn toàn thuộc về Mặt Trăng thái âm.

Chỉ khi thiết lập một trọng tâm cố định bên trong, ta mới có thể giải phóng bản thân khỏi các lực lượng thái âm.

Làm sao chúng ta có thể làm tan rã toàn bộ cái tôi đa nguyên nếu không có khả năng duy trì mục tiêu liên tục? Và làm sao có thể duy trì mục tiêu đó khi chưa xây dựng được một trọng tâm cố định trong tâm?

Chủng tộc hiện tại, thay vì thoát khỏi ảnh hưởng của Mặt Trăng, lại rời xa trí tuệ của Mặt Trời, và chắc chắn sẽ tự đẩy mình vào con đường thoái hóa và suy tàn.

Con người đích thực không thể sinh ra chỉ nhờ cơ chế tiến hóa. Chúng ta biết rõ rằng tiến hóa và chị em sinh đôi của nó là thoái hóa, vốn chỉ là hai quy luật cấu thành nên hai trục của cỗ máy tự nhiên. Người ta sẽ tiến hóa đến một đỉnh điểm nhất định, rồi sau đó bắt đầu tiến trình thoái hóa; mỗi bước đi lên đều có một bước đi xuống theo sau, và ngược lại.



Bản gốc của ảnh minh họa này là bức tranh nổi tiếng được gọi là “March of Progress” (Con đường Tiến triển) của họa sĩ Rudolph Zallinger, xuất bản năm 1965. Các loài linh trưởng trên phiên bản chỉnh sửa này được quay ngược chiều để minh họa cho quá trình thoái hóa. Cả bản gốc cũng như bản chỉnh sửa này cũng chỉ là ảnh minh họa, không mang tính khoa học.

Chúng ta chỉ là những cỗ máy bị cái tôi điều khiển, phục vụ cho nền kinh tế [trao đổi năng lượng] của tự nhiên mà không có tính cá thể rõ ràng, dù nhiều nhà giả huyền học lầm tưởng như vậy.

Chúng ta cần cấp thiết thay đổi để hạt giống của con người đích thực có thể đơm hoa kết trái.

Chỉ khi rèn luyện bản thân, duy trì mục tiêu liên tục và nhận thức trọn vẹn trách nhiệm đạo đức, chúng ta mới có thể cải hóa bản thân thành con người thái dương. Điều này ngụ ý rằng chúng ta phải dâng hiến toàn bộ cuộc đời mình cho công trình rèn luyện tâm linh.

Những ai mong muốn đạt tới trạng thái con người thái dương qua cơ chế tiến hóa máy móc đều đang tự dối mình và thực chất là tự đẩy mình vào sự thoái hóa và suy tàn.

Trong công trình tu tập, chúng ta phải kiên định, không được dao động. Những ai dễ lung lạc như gió đổi chiều, hôm nay rèn luyện tâm linh nhưng ngày mai lại mặc cho đời nuốt chửng, những ai tìm lý do thoái thác và biện minh cho việc từ bỏ tu tập — tất cả đều sẽ suy tàn và thoái hóa.

Một số người trì hoãn việc tu sửa bản thân, để việc đó qua ngày mai vì mãi lo cải thiện kinh tế; họ không nhận ra rằng thí nghiệm của Mặt Trời hoàn toàn khác với những tiêu chí cá nhân và những dự án thông thường của họ.

Không dễ gì trở thành con người thái dương khi vẫn mang theo Mặt Trăng trong nội tâm (cái tôi là thuộc về Mặt Trăng, mang tính thái âm).

Trái Đất có hai Mặt Trăng, trong đó Mặt Trăng thứ hai, Lilith, nằm xa hơn một chút so với Mặt Trăng trắng.³

3. Lilith - Tính đến năm 2025, thiên văn học chưa xác nhận sự tồn tại của một Mặt Trăng thứ hai của Trái Đất. Tuy nhiên, có một tiểu hành tinh trong hệ Mặt Trời có quỹ đạo gần Trái Đất. Một số nhà huyền học cho rằng thiên thể này, được các nhà khoa học gọi là Cruithne, chính là Lilith. Quỹ đạo của Cruithne có thời điểm tiến gần Trái Đất, nhưng cũng có lúc xa đến mức gần bằng Sao Hỏa. Ở vị trí gần nhất, Cruithne vẫn xa hơn Mặt Trăng nhưng gần hơn Sao Hỏa và Sao Kim. (tham khảo: https://en.wikipedia.org/wiki/3753_Cruithne)

Trong huyền học Do Thái, Lilith được xem là một thiên thần sa ngã có ảnh hưởng tiêu cực đến tâm trí con người, đặc biệt là sự suy thoái trong văn hóa tình dục. Thầy Samael đề cập đến Lilith trong chương ba của tác phẩm Hôn Nhân Hoàn Hảo. <https://gnosis.vn/2017/01/18/tran-danh-vi-dai/>

Các nhà thiên văn học thường thấy Lilith như một dấu chấm vì nó có kích thước rất nhỏ. Đó là Mặt Trăng đen.

Các thể lực độc ác nhất của cái tôi đến Trái Đất từ Lilith; chúng là nguồn gốc của tâm lý phi nhân tính và thú tính.

Các tội ác trên báo Prensa Roja,⁴ những vụ ám sát tàn bạo nhất trong lịch sử, những tội ác không thể tưởng tượng được, v.v., đều bắt nguồn từ làn sóng rung động của Lilith.

Ảnh hưởng kép của Mặt Trăng, biểu hiện qua cái tôi bên trong, khiến chúng ta trở thành những kẻ thất bại thực sự.

Nếu không nhận thức được sự khẩn cấp của việc dâng hiến cả đời cho công trình tu tập tâm linh để giải phóng bản thân khỏi sức mạnh kép của Mặt Trăng, ta sẽ bị nó nuốt chửng. Chúng ta sẽ ngày càng suy tàn và thoái hóa trong những trạng thái được gọi là vô thức và ý thức hạ cấp.⁵

Điều nghiêm trọng hơn cả là chúng ta chưa sở hữu tính cá thể đích thực. Nếu có một trọng tâm cố định, ta sẽ thực sự tu tập nghiêm túc đến khi đạt trạng thái con người thái dương.

Liên quan đến vấn đề này, có vô số lý do bào chữa và trốn tránh, bởi quá nhiều thứ hấp dẫn đang mê hoặc chúng ta, khiến ta gần như không nhận ra tính khẩn cấp của công trình rèn luyện tâm linh này.

Tuy nhiên, phần nhỏ bé của ý chí tự do mà chúng ta có, cùng với giáo lý Gnosis và việc rèn luyện thực tiễn, có thể trở thành nền tảng cho những mục tiêu cao cả liên quan đến thí nghiệm của Mặt Trời.

Một tâm trí dao động sẽ không hiểu những gì chúng tôi nói ở đây. Nó đọc chương này rồi quên ngay, sau đó lại tìm đến một cuốn sách khác, rồi một cuốn khác nữa, cuối cùng gia nhập bất kỳ tổ chức

4. Prensa Roja là một tờ báo chuyên về tin tức tội phạm, được xuất bản tại Mexico D.F. trong giai đoạn 1955-1956, nổi tiếng với việc đăng tải hình ảnh về những vụ án mạng ghê rợn nhất.

5. *Vô thức* là các tầng lớp tư duy mà chúng ta không ý thức được, trừ khi tâm thức được thức tỉnh, ví dụ như trong lúc nhập định chẳng hạn.

Ý thức hạ cấp là loại ý thức hoạt động trong các cơn ác mộng cũng như ở trong cõi địa ngục. Đọc thêm về ý thức hạ cấp: <https://gnosisvn.org/2025/03/28/y-thuc-ha-cap/>

nào bán tấm vé lên thiên đường, nơi có những lời hứa hẹn lạc quan và đảm bảo tiện nghi ở thế giới bên kia.

Con người là vậy: chỉ là những con rối bị điều khiển bởi sợi dây vô hình, những con búp bê máy biết nói luôn thay đổi ý tưởng xoay quanh trục xoay và không có khả năng duy trì mục tiêu liên tục.

RÈN LUYỆN TÂM LINH TRONG GNOSIS

Điều cấp thiết là phải nghiên cứu giáo lý Gnosis và vận dụng các ý tưởng thực tiễn trong tác phẩm này để rèn luyện nghiêm túc trên bản thân mình.

Tuy nhiên, chúng ta không thể rèn luyện bản thân nhằm làm tan rã một cái tôi mà trước đó ta chưa từng quan sát.

Quan sát bản thân là cách mở ra cánh cửa nội tâm để ánh sáng chiếu vào.

Mỗi cái tôi biểu hiện theo một cách trong đầu, một cách khác trong tim, và lại theo một cách khác nữa trong trung tâm sinh dục.

Chúng ta cần quan sát kỹ cái tôi mà ta đã nhận diện trong một khoảnh khắc cụ thể, khẩn cấp xem xét nó ở cả ba trung tâm của cơ thể.

Trong mối quan hệ với mọi người, nếu duy trì tâm tỉnh táo và cảnh giác như lính canh trong thời chiến, chúng ta sẽ có cơ hội khám phá bản thân mình.

Bạn có nhớ khi nào mình bị xúc phạm không? Khi nào lòng kiêu ngạo của bạn bị tổn thương? Trở ngại lớn nhất bạn gặp hôm nay là gì? Vì sao nó xảy ra? Nguyên nhân sâu xa của nó là gì? Hãy tìm hiểu điều này, hãy quan sát tâm trí, trái tim và trung tâm sinh dục.

Cuộc sống thực tiễn là một trường học tuyệt vời. Thông qua

mối quan hệ với người khác, chúng ta nhận ra những cái tôi mà mình đang mang bên trong.

Mọi trở ngại hay sự cố đều có thể giúp ta nhận ra một cái tôi qua việc tự quan sát sâu sắc—dù đó là tự ái, đố kỵ, ghen tuông, giận dữ, tham lam, nghi ngờ, vu khống hay dục vọng, v.v.

Trước khi có thể hiểu người khác, chúng ta cần hiểu chính mình. Hơn hết, cần khẩn trương rèn luyện khả năng nhìn nhận từ quan điểm của họ.

Khi đặt mình vào vị trí người khác, chúng ta sẽ nhận ra những khiếm khuyết mà ta chỉ trích ở họ cũng tồn tại trong chính mình.

Yêu thương người xung quanh là điều cần thiết, nhưng chúng ta không thể thật sự yêu thương nếu chưa biết cách đặt mình vào vị trí của người khác trong quá trình tu tập.

Chừng nào còn chưa biết đặt mình vào vị trí người khác, chừng đó sự tàn nhẫn vẫn sẽ tiếp diễn.

Nếu không đủ dũng cảm đối diện với chính mình, làm sao chúng ta có thể thực sự đặt mình vào vị trí của người khác?

Vì sao chúng ta thường chỉ chú ý đến mặt xấu của người khác?

Cảm giác ác cảm ngay từ lần gặp đầu tiên cho thấy chúng ta chưa biết đặt mình vào vị trí người khác, chưa thực sự nuôi dưỡng lòng yêu thương với người xung quanh, và tâm thức vẫn đang ngủ mê.

Chúng ta có ghét ai đó không? Vì sao? Có phải vì họ rượu bia? Hãy quan sát chính mình. Chúng ta có chắc rằng bản thân thật sự đạo đức? Chúng ta có chắc rằng mình không mang cái tôi nghiện rượu trong tâm?

Khi thấy một người say rượu đang làm trò, tốt nhất chúng ta nên tự hỏi: “Đó chẳng phải là tôi sao? Tôi đang làm trò gì vậy...”

Bạn là một người phụ nữ trung thực và đức hạnh, vậy tại sao bạn lại không thích, thậm chí ghét một người phụ nữ nào đó? Tại sao? Bạn có thực sự chắc chắn về bản thân mình không? Bạn có thực sự tin rằng mình không mang cái tôi dục vọng? Có phải bạn cho rằng người phụ nữ kia, người đã mang tiếng xấu vì những vụ bê bối và lối sống buông thả, là kẻ đòi bại? Bạn có chắc rằng trong mình không tồn tại sự phóng dăng và trụy lạc mà bạn đang nhìn thấy ở cô ấy?



‘Khi thấy một người say rượu đang làm trò, tốt nhất chúng ta nên tự hỏi: “Đó chẳng phải là tôi sao? Tôi đang làm trò gì vậy?”. Tranh “La catastrophe” (Thảm họa) của Eduard von Grützner, 1892.

Tốt nhất, chúng ta nên tự quan sát thật sâu sắc và khi thiên định, hãy đặt mình vào vị trí của người phụ nữ mà mình ghét.

Việc rèn luyện tâm linh của Gnosis cần được coi trọng. Nếu thực sự khao khát thay đổi triệt để, chúng ta phải hiểu và trân trọng công việc này.

Yếu thương người xung quanh, học Gnosis và truyền đạt lại cho người khác là điều thiết yếu; nếu không, chúng ta sẽ rơi vào sự ích kỷ.

Nếu một người chỉ chuyên tâm rèn luyện tâm linh mà không truyền đạt lại cho người khác, họ sẽ khó tiến bộ vì thiếu tình yêu thương đối với đồng loại.

“Ai cho đi sẽ được nhận lại. Càng cho đi nhiều, càng nhận lại nhiều hơn. Nhưng ai không cho đi, ngay cả những gì đang có rồi cũng sẽ bị lấy đi.” Đó là quy luật.

CẦU NGUYỆN TRONG QUÁ TRÌNH RÈN LUYỆN

Quan sát, phán xét và hành quyết là ba yếu tố thiết yếu để làm tan rã cái tôi. Đầu tiên, chúng ta quan sát; sau đó, chúng ta phán xét; và cuối cùng, chúng ta hành quyết. Trong chiến tranh, gián điệp trước tiên bị quan sát, sau đó bị xét xử và cuối cùng bị hành quyết.

Thông qua tương tác với người khác, chúng ta khám phá và bộc lộ bản thân. Ai tránh xa đồng loại cũng đồng nghĩa với việc từ bỏ cơ hội hiểu rõ chính mình.

Mọi sự cố trong đời, dù nhỏ nhặt đến đâu, đều bắt nguồn từ một tác nhân bên trong—một cấu trúc tâm lý hay một cái tôi.

Chúng ta có thể khám phá bản thân bằng cách duy trì trạng thái tỉnh táo, quan sát mọi sự như thể đang trải nghiệm một điều hoàn toàn mới.

Khi bắt quả tang được một cái tôi, chúng ta cần quan sát kỹ lưỡng trong não bộ, trái tim và trung tâm sinh dục của mình.

Mọi cái tôi dục vọng đều có thể biểu hiện trong trái tim như tình yêu, trong não bộ như một lý tưởng, nhưng khi quan sát trung tâm sinh dục, ta sẽ nhận thấy một sự kích thích không lành mạnh, không thể nhầm lẫn.

Chúng ta phải phán xét từng cái tôi một cách dứt khoát, đặt nó lên băng ghế bị cáo và xét xử không khoan nhượng.¹

Mọi sự trốn tránh, biện minh hay chủ quan đều phải bị loại bỏ nếu chúng ta thực sự muốn ý thức rõ cái tôi mà mình cần diệt trừ khỏi tâm.

Sự hành quyết khác hẳn với quan sát và phán xét; ta không thể tiêu diệt một cái tôi nếu trước đó chưa quan sát và phán xét nó.

Cầu nguyện trong rèn luyện tâm linh là nền tảng cho việc làm tan rã cái tôi. Nếu thực sự muốn làm tan rã một cái tôi nào đó, chúng ta cần một sức mạnh vượt trội hơn tâm trí.

Bản thân tâm trí không thể làm tan rã bất kỳ cái tôi nào; đây là điều không thể chối cãi, không thể bác bỏ được.

Cầu nguyện là trò chuyện với Thượng Đế. Nếu thực sự muốn làm tan rã các cái tôi, chúng ta phải thỉnh cầu Đức Mẹ của riêng mình. Những ai không yêu Mẹ, những đứa con vô ơn, chắc chắn sẽ thất bại trong việc rèn luyện bản thân.

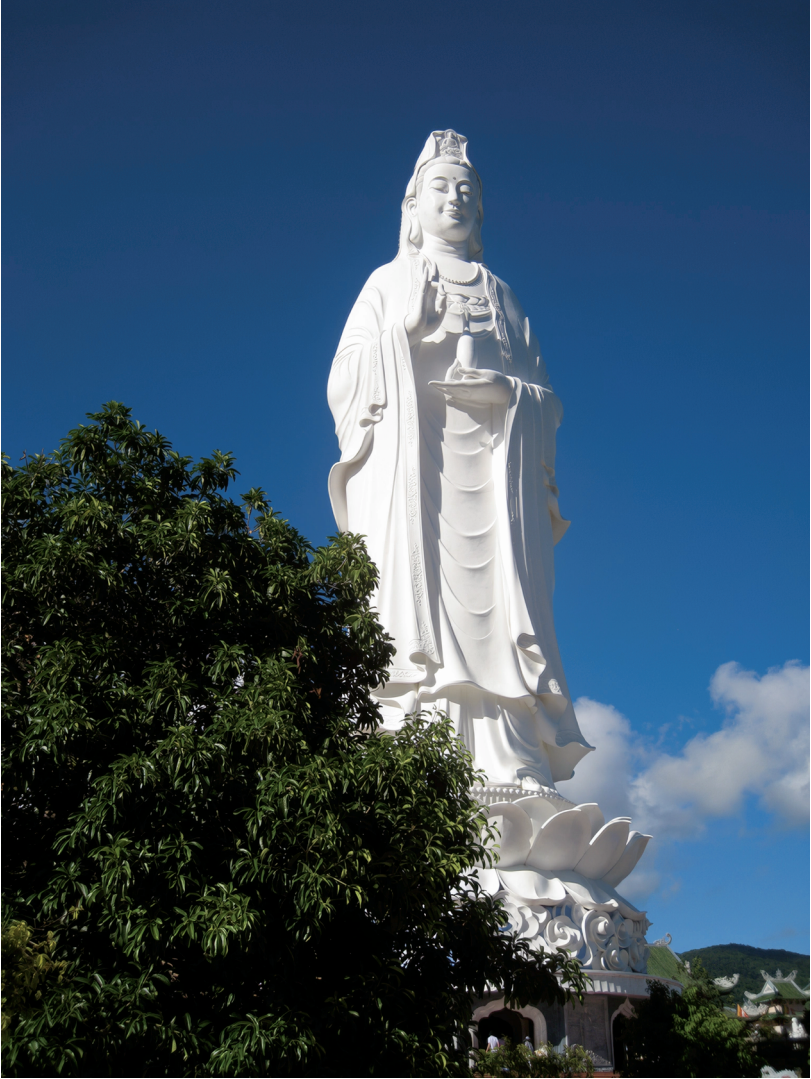
Mỗi người đều có một Đức Mẹ của riêng mình. Đức Mẹ là một phần trong bản thể của chúng ta, một dẫn xuất từ chính bản thể đó.

Tất cả các chủng tộc cổ đại đều tôn thờ Đức Mẹ ở nơi sâu thẳm nhất trong bản thể họ. Căn nguyên nữ tính của Đấng Vĩnh Hằng có nhiều tên gọi: Isis, Maria, Tonantzin, Cybele, Rhea, Adonia, Isomberta, v.v.

Nếu ở thế giới vật chất chúng ta có cha có mẹ, thì sâu thẳm trong bản thể chúng ta cũng có Đức Cha bí ẩn và Đức Mẹ thiêng liêng Kundalini của mình.²

1. Dịch giả: Lưu ý, khi phán xét dứt khoát, chúng ta vẫn phải giữ tình yêu trong tâm. Thái độ căm ghét bản thân không mang lại lợi ích gì.

2. Kundalini là sức mạnh tâm linh nữ tính trong cơ thể, là sức mạnh của tình yêu liên quan đến năng lực sinh sản. Kundalini được thức tỉnh với phép luyện kim đan, tương ứng với quá trình tan rã cái tôi, dưới ảnh hưởng của ngọn lửa trong trái tim. Khi chưa thức tỉnh, Kundalini nằm tiềm ẩn trong luân xa gốc. Trong quá trình thức tỉnh, Kundalini mở các luân xa và kích hoạt các giác quan siêu việt. <https://gnosisvn.org/2022/12/15/kundalini/>



Quán Âm Bồ Tát là một biểu tượng của Đức Mẹ trong Phật giáo.



Đức Mẹ Guadalupe đứng trên Mặt Trăng đen, tay cầm ngọn giáo thiêng để tiêu diệt con quái vật. Bức tranh này tượng trưng cho sức mạnh của Đức Mẹ trong việc làm tan rã cái tôi. Nguồn ảnh không rõ.



Nữ thần Durga/Kali tấn công ác quỷ Asura Mahishasura. Bức tranh tường tại đền thờ Pashupatinath, Nepal này thể hiện cách Đức Mẹ chiến đấu để giải phóng tâm thức khỏi sự ràng buộc của cái tôi. Ảnh: Rafael Gómez (<https://micamara.es>).

Dưới đất có bao nhiêu người thì trên thiên đàng có bấy nhiêu Đức Cha và Đức Mẹ. Đức Mẹ trong tâm khảm chúng ta chính là khía cạnh nữ tính của Đức Cha bí ẩn.

Đức Cha và Đức Mẹ chắc chắn là hai phần cao siêu của bản thể chúng ta. Không còn nghi ngờ gì nữa, Đức Cha và Đức Mẹ chính là bản thể đích thực của riêng ta, vượt xa ngoài cái tôi tâm lý.

Đức Cha tách ra thành Đức Mẹ để ra lệnh, chỉ đạo và hướng dẫn. Đức Mẹ loại bỏ những yếu tố không mong muốn mà chúng ta mang theo, với điều kiện ta phải liên tục rèn luyện bản thân.

Khi chúng ta chết đi một cách triệt để, khi toàn bộ các yếu tố không mong muốn đã bị loại trừ sau vô số nỗ lực rèn luyện và tự nguyện chấp nhận khổ đau, chúng ta sẽ hòa nhập và hợp nhất với Cha-Mẹ; khi đó, chúng ta sẽ trở thành thần thánh thiêng liêng dù dõ, vượt lên khỏi thiện và ác.

Bằng sức mạnh rực lửa, Đức Mẹ riêng của mỗi chúng ta có thể làm tan rã bất kỳ cái tôi nào đã được quan sát và xét xử trước đó, khử nó thành cát bụi vũ trụ.

Không cần phải có một công thức cụ thể nào để cầu nguyện với Đức Mẹ bên trong. Khi trò chuyện với Đức Mẹ, hãy tự nhiên và giản dị, như cách con cái nói chuyện với mẹ của mình—không theo một khuôn mẫu nào, chỉ đơn thuần xuất phát từ trái tim.

Không có cái tôi nào ngay lập tức bị tan rã. Đức Mẹ của chúng ta phải làm việc và chịu đựng rất nhiều trước khi có thể hủy diệt được một cái tôi.

Hãy hướng vào nội tâm, dâng lời cầu nguyện từ tận đáy lòng, tìm kiếm Đức Mẹ bên trong và trò chuyện với Mẹ bằng những lời thỉnh cầu chân thành. Hãy cầu xin Mẹ làm tan rã cái tôi mà bạn đã quan sát và xét xử trước đó.

Khi giác quan tự quan sát nội tại phát triển, chúng ta sẽ trực tiếp chứng nghiệm được tiến trình rèn luyện của chính mình.

Phân định và thấu hiểu là nền tảng thiết yếu; tuy nhiên, nếu thực sự muốn làm tan rã “bản thân mình,” chúng ta cần một thứ mạnh hơn nữa.

Tâm trí có thể đặt tên cho một khiếm khuyết, đẩy nó từ chỗ này sang chỗ khác, trưng ra rồi lại giấu đi, v.v., nhưng tâm trí không bao giờ có thể thay đổi một khiếm khuyết tận gốc rễ.

Cần có một “sức mạnh đặc biệt” vượt trội hơn tâm trí, một sức mạnh rực lửa có khả năng trừ khử bất kỳ khiếm khuyết nào thành tro bụi.

Stella Maris, Đức Mẹ của chúng ta, chính là sức mạnh đó. Người có thể nghiền nát bất kỳ khiếm khuyết tâm lý nào.

Đức Mẹ ở trong tâm khảm chúng ta, đằng sau thân xác, cảm xúc và tâm trí. Bản thân Mẹ chính là sức mạnh rực lửa, vượt lên trên tâm trí.

Mỗi người đều có một Đức Mẹ riêng, và Người là hiện thân của trí tuệ, tình yêu và sức mạnh. Mẹ là sự hoàn hảo tuyệt đối.

Những ý định tốt đẹp — dù có được lặp đi lặp lại bao nhiêu lần — cũng chẳng mang lại kết quả gì và không dẫn đến đâu.

Thật vô ích khi lặp đi lặp lại rằng: “Tôi sẽ không dám dục nữa,” bởi cái tôi dâm đấng vẫn sẽ tiếp tục tồn tại sâu trong tâm của chúng ta.

Thật vô ích khi nhắc đi nhắc lại hàng ngày rằng: “Tôi sẽ không tức giận nữa,” bởi cái tôi giận dữ vẫn sẽ tồn tại trong tầng sâu của tâm lý.

Thật vô ích khi tự nhủ mỗi ngày: “Tôi sẽ không tham lam nữa,” bởi cái tôi tham lam vẫn tiếp tục hiện diện trong các tầng lớp của tâm chúng ta.

Thật vô ích khi rút lui khỏi thế gian, nhốt mình trong tu viện hay sống ẩn dật trong hang động—bởi các cái tôi bên trong chúng ta vẫn còn đó.

Có những tu sĩ sống ẩn dật trong hang động, nhờ nghiêm khắc rèn luyện mà đạt đến trạng thái định của các vị thánh, được đưa đến các cõi trời, nơi họ thấy và nghe những điều vượt ngoài tầm hiểu biết của người thường; thế nhưng, các cái tôi vẫn tiếp tục tồn tại bên trong họ.

Chắc chắn, sau khi rèn luyện khát khe, Phật tính có thể thoát khỏi cái tôi và tận hưởng trạng thái định; tuy nhiên, sau đó nó lại quay về với cái “bản thân mình”.

Những người quen với trạng thái định nhưng chưa làm tan rã cái tôi thường tin rằng họ đã đạt đến giải thoát. Họ tự lừa dối rằng mình là bậc chân sư, cho đến khi sa vào quá trình thoái hóa ở các cõi ngầm.

Chúng tôi không phản đối các trạng thái tâm linh thần bí, cũng không phản đối việc nhập định hay niềm phúc lạc của linh hồn khi cái tôi vắng mặt.

Tuy nhiên, điều chúng tôi muốn nhấn mạnh là: làm tan rã cái tôi là điều kiện tiên quyết để đạt đến giải thoát cuối cùng.

Với những tu sĩ ẩn dật tu tập nghiêm túc, Phật tính của họ đã quen với việc thoát khỏi cái tôi, nên khi thân xác vật chất chết đi, Phật tính lặp lại kỳ tích đó. Họ tận hưởng trạng thái định trong một thời gian, nhưng rồi cũng trở lại với cái tôi, với “bản thân mình”—giống như thần đèn của Aladdin quay lại trong chiếc đèn.

Sau đó, họ không có lựa chọn nào khác ngoài việc quay lại với

một cơ thể vật chất mới, với mục đích lập lại cuộc sống của mình trong kiếp mới.

Nhiều nhà huyền học đã lìa trần trong các hang động ở dãy Himalaya ở Trung Á, nhưng giờ đây họ chỉ là những con người trần tục bình thường của thế giới này, dù tín đồ của họ vẫn tôn thờ và sùng bái họ.

Mọi nỗ lực hướng tới giải thoát, dù vĩ đại đến đâu, nếu không đi kèm với việc làm tan rã cái tôi, thì cuối cùng cũng không thể tránh khỏi thất bại.



“Aladdin và cây đèn thần”, tranh của Edmund Dulac

PHÂN KẾT CỦA DỊCH GIẢ

Các chương từ 1 đến 30 của sách này giải thích về cái tôi và lý do tại sao chúng ta nên tan rã nó. Chỉ đến chương 31 và 32, tác giả mới bắt đầu giới thiệu một cách cơ bản về phương pháp tan rã cái tôi. Độc giả nào muốn đi sâu hơn vào thực hành nên đọc tác phẩm *Chuyển hóa Ấn tượng*,¹ trong đó Thầy Samael Aun Weor giải thích đầy đủ hơn về khía cạnh thực tiễn.

1. <https://gnosisvn.org/chuyen-hoa-cac-an-tuong/>

