

MỖI NGÀY MỘT CHUYỆN

Sóng động bão giông
Như trần nhân ý
Một niệm bất thông
Huyền mê Sự Lý

NGÔ HƯNG
NGÔ KHÁC NANCY

TẬP 1

CHU
Sóng động bão giông
Như trần nhân ý
Một niệm bất thông
Huyền mê Sự Lý

NGÔ HƯNG
NGÔ KHÁC NANCY
TẬP 1

MỖI NGÀY MỘT CHUYỆN
MỖI NGÀY MỘT CHUYỆN
MỖI NGÀY MỘT CHUYỆN

MỖI NGÀY MỘT CHUYỆN

Sóng động bão giông

Như trần nhân ý

Một niệm bất thông

Huyền mê Sự Lý

NGÔ HÙNG
NGÔ KHẮC NANCY

TẬP 1

MỤC LỤC

LỜI NGỎ	4
NGƯỜI TỈNH THỨC VÀ NGƯỜI TỈNH THỨC	6
10 BỨC TRANH CHẶN TRÂU	13
AN RIÊNG VÀ AN CHUNG	22
TỨ DIỆU ĐẾ	42
CÂN: ĐÚNG SAI, KHỔ ĐAU VÀ AN LẠC	75
CHÍN THỨC	96
12 NHÂN DUYÊN	126
ĐỊNH NGHĨA YÊU THƯƠNG	193

LỜI NGỎ

Được sống làm người là một sự may mắn. Được học hỏi, trải nghiệm, kiểm nghiệm, thực nghiệm trong cuộc sống lại là một sự may mắn hơn. Nhưng được chia sẻ những sự trải nghiệm với mọi người lại là sự may mắn nhất. Vì sao?

Vì đó, chính là sự bày tỏ lòng biết ơn cuộc đời, biết ơn muôn loài đã tạo biết bao nhân duyên cho chúng tôi có cơ hội để học hỏi và trải nghiệm.

“Mỗi Ngày Một Chuyện”, nếu gọi là sách thì cũng không phải là sách; vì chẳng theo bất cứ một chủ đề nào; mà gọi là Truyện, cũng không phải là Truyện; vì chẳng có tình tiết, hay có nhân vật chính hay phụ nào. Tất cả chỉ là những sự chia sẻ được trình bày theo ngẫu hứng, từng ngày.

Cho nên, “Mỗi Ngày Một Chuyện”, bạn muốn gọi tên là gì cũng được. Riêng chúng tôi, “Mỗi Ngày Một Chuyện” chỉ là một phương tiện để được chia sẻ cùng bạn.

Những điều chúng tôi chia sẻ với bạn, không nhằm mục đích chỉ trích hay lên án bất cứ một ai, hay một tổ chức nào, mà chỉ là những trải nghiệm của chúng tôi khi tiếp xúc với Sự Thật.

Có thể những sự trải nghiệm tiếp xúc với Sự Thật của bạn sẽ khác với chúng tôi, hay không giống với chúng tôi. Điều đó không quan trọng. Điều quan trọng nhất, đó là: bạn và chúng tôi có được An và Lạc lâu dài hay không?

Nếu bạn có được sự An Lạc lâu dài, bạn nên giữ gìn sự trải nghiệm đó. Đừng thay đổi vì bất cứ một lý do gì.

Vì “Mỗi Ngày Một Chuyện” chỉ là phương tiện để chia sẻ, nên “Mỗi Ngày Một Chuyện” không có luật bản quyền, cũng không có bất cứ một sự ràng buộc nào về pháp lý.

Chúng tôi luôn nghĩ rằng, tư tưởng hay nhận thức của con người vốn là của chung, chẳng của riêng ai. Cho nên, bạn có toàn quyền sử dụng.

Nếu bạn có thể cho chúng tôi có một lời đề nghị, chúng tôi xin đề nghị với bạn, khi bạn sử dụng “Mỗi Ngày Một Chuyện” để in, ấn thành sách hay truyện, bạn nên trích lại một số tiền lời để đóng góp vào những việc lợi sinh.

Với kinh nghiệm của chúng tôi, bạn sẽ có thêm được những lợi ích: giúp cho những người đang gặp khó khăn có thêm niềm vui, và chính bạn, cũng có thêm những niềm vui mới.

Dĩ nhiên, đây chỉ là một lời đề nghị mà không phải là một điều kiện. Cho nên, bạn có toàn quyền lựa chọn, làm hay không làm theo lời đề nghị của chúng tôi mà không có bất cứ sự ràng buộc nào về pháp lý.

Đời người thì rất mong manh. Trong kinh “Người Biết Sống Một Mình”, đức Phật có dạy:

“Cái chết đến bất ngờ

Không thể nào mặc cả”

Mong thay, khi chúng ta còn sống, còn có thể trải nghiệm, còn có cơ hội chia sẻ với nhau về những sự trải nghiệm để đem đến hạnh phúc và an lạc lâu dài cho nhau thì chúng ta vẫn nên tiếp tục duy trì.

Thật mong thay.

NGƯỜI TỈNH THỨC VÀ NGƯỜI TỈNH THỨC

Trong hội trường, diễn giả đang thao thao bất tuyệt chia sẻ những kiến thức cao siêu về người Tỉnh Thức. Những tiếng vỗ tay của khán thính giả vang lên không đều, lúc to lúc nhỏ.

Một chàng thanh niên lăm lũi bước ra khỏi hội trường. Trên con đường đi về, chàng thanh niên nhìn thấy một người đàn ông ăn xin đang ngồi trên bãi cỏ phía trước mặt. Chàng thanh niên bước đến chỗ ông ngồi, rồi đứng lại. Chàng móc trong túi ra một số tiền, cúi xuống, bỏ vào chiếc nón trước mặt người đàn ông. Mắt ông vẫn hướng về những đóa hoa dại mọc bên kia đường. Khi chàng thanh niên chuẩn bị bước đi, ông lên tiếng:

Này anh bạn trẻ, sao trong hội trường mọi người đang hào hứng để học trở thành người Tỉnh Thức, riêng anh lại ra về sớm thế?

Chàng thanh niên đáp:

Thưa chú, vì nể lời mời của người bạn nên cháu mới đến đây. Nhưng trong không gian đó cháu luôn cảm thấy cháu vô cùng cô đơn. Cháu thiết nghĩ, phương pháp mà diễn giả trình bày có lẽ không thích hợp với cháu, nên cháu quyết định ra về.

Người đàn ông nở nụ cười thân thiện, nói:

Chúc mừng Bạn! Người Tỉnh Thức Tương Lai.

Chú nói sao, cháu là Người Tỉnh Thức Tương Lai? Làm Sao Chú Biết?

Này người bạn trẻ, Trước khi tôi trả lời bạn làm sao tôi biết bạn là người Tỉnh Thức Tương Lai, có một vấn đề, mà tôi nghĩ, chúng ta cần phải thống nhất với nhau.

Này bạn, bạn có đồng ý với tôi: mỗi định nghĩa khác nhau sẽ dẫn đến suy nghĩ khác nhau; và những suy nghĩ khác nhau sẽ tạo ra cảm giác khác nhau. Khi cảm giác khác nhau sẽ dẫn đến hành động khác nhau; và khi hành động khác nhau sẽ tạo ra cái kết quả khác nhau không?

Đó là sự thật hiển nhiên rồi chú, đâu cần phải bàn cãi.

Vậy, nếu như bạn sử dụng lầm lẫn giữa định nghĩa này sang một định nghĩa khác, bạn có ra kết quả như bạn muốn không?

Không bao giờ.

Vậy theo như bạn, định nghĩa của Tỉnh Thức là gì? và Tỉnh Thức là gì?

Theo như những sách và tài liệu mà cháu đọc được, Tỉnh Thức là Ý Thức Yên Tĩnh, và Tỉnh thức là cái Thức Tỉnh dậy, không còn mê mờ.

Vậy, đó là những định nghĩa của “người ta” hay đó cũng là định nghĩa của bạn?

Thú thật, bản thân cháu vẫn chưa biết chính xác định nghĩa về 4 chữ đó, cho nên, cháu mới tạm mượn định nghĩa của người khác để diễn giải. Nhưng cháu vẫn cảm thấy chưa chuẩn lắm, và cần chỉnh lại, nhưng cháu chưa biết chỉnh như thế nào?

Này anh bạn trẻ, 4 chữ Tĩnh Thức và Tỉnh Thức đều là chữ Hán Việt: Tĩnh nghĩa là Lắng Xuống, Lặng Xuống; Thức là Nhận Ra, hay Biết Ra; còn Tỉnh là Xem Xét, Kiểm Điểm Chính Mình, và Thức cũng là Nhận Ra, hay Biết Ra.

Hay diễn rộng ra, Người Tĩnh Thức là người, trong hành trình trải nghiệm đi từ Bản Ngã đến Bản Thể, có khả năng làm Lắng Động những sự lao xao, xáo trộn, mơ hồ trong suy nghĩ của người đó. Và khi những sự suy nghĩ này lắng động xuống, người đó nhận ra được Bản Thể của chính mình. Khi đã nhận diện được Bản Thể của chính mình, người đó sẽ cảm nhận được một trạng thái gọi là: sự An Lạc Tuyệt Đối, hay còn gọi là An Riêng.

Còn người Tỉnh Thức, là tên gọi để diễn tả về một người trong hành trình trải nghiệm đi từ Bản Thể Về Lại Bản Ngã. Trong quá trình này, vì người đó đã nhận ra được Bản Thể của mình rồi, và bắt đầu quay trở về để sống với tập thể cộng đồng. Cho nên, người đó phải Suy Xét, Kiểm Điểm Chính Mình và phải biết hành xử như thế nào để đạt được cái An Chung.

Hay có thể nói ngắn gọn: Người Tĩnh Thức là người đi từ Bản Ngã Đến Bản Thể có khả năng làm lắng động những sự xáo trộn trong tư duy, và đạt đến trạng thái An Riêng Tuyệt Đối. Còn người Tỉnh Thức là người đi từ Bản Thể Về Lại Bản Ngã. Trong hành trình ĐI VỀ này, người Tỉnh Thức luôn suy xét, kiểm điểm chính mình, và phải biết hành xử ra sao để đem đến trạng thái An Chung Tương Đối.

Bởi vì, hành trình có khác nhau, nên cách ứng xử trong hai hành trình cũng khác nhau. Nếu trong định nghĩa, chúng ta diễn dịch không chuẩn, lệch lạc, thì đó cũng là nguyên nhân gây ra nhận thức sai lầm đưa đến cách ứng xử lệch lạc và

tạo ra khổ đau. Đây chính là hậu quả mà chúng ta nhận lãnh từ những nhận thức sai lầm này.

Này người bạn trẻ, Cô Đơn là bước khởi đầu của một người đi từ Bản Ngã tới Bản Thể, nên tên gọi là Tĩnh Thức (sự nhận ra, biết ra, nhờ sự lắng đọng những suy nghĩ lao xao, xáo trộn). Còn Cô Đơn trong Tĩnh Thức lại là sự lựa chọn, chứ không phải là bước khởi đầu.

Thí dụ: người Tĩnh Thức có thể lựa chọn sống một mình (cô đơn) hay sống chung với mọi người, mà vẫn sống trong sự An Lạc. Ngược lại, đối với người Tĩnh Thức thì cô đơn lại là phương tiện để thể nghiệm về sự An Lạc.

Ồ, thì ra sự khác biệt giữa 2 định nghĩa và kết quả của hai cặp chữ này khác nhau một trời một vực, chú nhỉ. Cháu chưa đọc bất cứ tài liệu hay sách vở nào phân tích bốn chữ Tĩnh Thức và Tĩnh Thức rõ ràng như chú cả.

Nhưng chú ơi, chữ Tĩnh và Tĩnh có nhiều vùng miền khi nói ra có thể giống nhau. Từ đó, có thể gây ra những sự hiểu lầm. Vậy có cách nào để tránh gây ra sự nhầm lẫn này không?

Này anh bạn trẻ, thay vì gọi là người Tĩnh Thức, chúng ta có thể thay thế bằng: người Thể Nghiệm. Có nghĩa là, người trải nghiệm qua quá trình tiếp xúc với Bản Thể; và Người Tĩnh Thức là người Dụng Nghiệm, nghĩa là, người đem những kinh nghiệm đã tiếp xúc với Bản Thể để ứng dụng trong đời sống hàng ngày. Như vậy, chúng ta có thể tránh gây ra sự hiểu lầm trong ứng dụng.

Hay quá chú ơi! Rõ ràng, khi gọi tên là Thể Nghiệm và Dụng Nghiệm, thì rất dễ dàng để phân biệt mình đang ở đâu, và trạng thái mình cảm nhận được sẽ là gì. Rất khác với tên

là Tĩnh Thức và Tỉnh Thức. Quả thật, sẽ tránh gây ra sự hiểu lầm, chú ạ.

Thưa chú, trước khi nói chuyện với chú, cháu rất mơ hồ về định nghĩa của bốn chữ Tĩnh Thức và Tỉnh Thức; cho nên, cháu luôn rơi vào trạng thái ứng dụng lẫn lộn giữa Tĩnh Thức và Tỉnh Thức. Nhưng bây giờ, khi thay thế bốn chữ đó bằng: Thể Nghiệm và Dụng Nghiệm, cháu đã phân biệt được rất rõ ràng. Rất cảm ơn chú.

Thưa chú, lúc nãy cháu có hỏi chú, làm sao chú biết cháu là người Tỉnh Thức. Nhưng bây giờ, cháu đã hiểu chú dựa trên tiêu chuẩn nào để chú biết. Nhưng cháu vẫn còn một chút thắc mắc, làm sao chú có thể biết cháu đang cô đơn trong dạng nào?

Trước khi tôi trả lời bạn, bạn có thể trả lời tôi một số câu hỏi không?

Vâng xin chú cứ hỏi.

Này người bạn trẻ, khi bạn có một quyết định lớn, và quyết định lớn này, có thể ảnh hưởng tới cả cuộc đời của bạn, bạn cần phải suy nghĩ chín chắn thì bạn làm sao?

Dạ, cháu sẽ tìm một nơi vắng vẻ, không có ai làm phiền tới cháu, rồi cháu sẽ suy nghĩ, tính toán xem, những quyết định nào sẽ đem đến cái lợi nhất cho cháu thì cháu sẽ chọn.

Bạn trả lời hay lắm. Vậy có ai dạy bạn, khi bạn có vấn đề thì đi tìm một chỗ vắng vẻ, không có người, để suy nghĩ và tìm ra giải pháp không?

Không, chẳng ai dạy cả, mà cháu thấy, hình như ai cũng có khả năng này. Hễ khi có vấn đề mà họ cần phải giải quyết thì họ cũng đều làm như cháu thôi.

Người đàn ông bật cười sáng khoái một hồi, nhìn chàng trai rồi nói:

Này người bạn trẻ, không phải bạn vừa mới nói với tôi, khi bạn có vấn đề, bạn đi tìm chỗ vắng vẻ, không có người, để suy nghĩ đó sao? Như vậy, không phải bạn đang xa rời tất cả, bạn chỉ có một mình bạn, bạn đang cô đơn sao?

Và cũng chính nhờ sự cô đơn đó, mà bạn mới tận dụng được khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, và nhìn sâu để tìm ra câu trả lời chính xác nhất sao?

Này anh bạn trẻ, trong quá trình Thẻ Nghiệm cũng giống như vậy. Nếu như bạn không có sự cô đơn, bạn sẽ không có khả năng để chạm vào được Bản Thẻ.

Cô đơn được ví như bước chân đầu tiên, vô cùng quan trọng, trong hành trình bạn đi tìm tới Bản Thẻ của bạn. Nếu không có bước chân đầu tiên này, bạn vĩnh viễn không bao giờ biết được Bản thẻ của bạn là gì?

Này anh bạn trẻ, không phải chiều nay, bạn đến đây để nghe diễn giả trình bày về quá trình đi tìm đến Bản Thẻ hay sao?

Nếu như bạn đã biết về quá trình đó, bạn có đi nghe không?

Chắc chắn là không. Vì sao? Vì bạn đã biết Bản Thẻ là gì, thì đường nào đi đến Bản Thẻ cũng không quan trọng. Cái quan trọng nhất, đó chính là Bản Thẻ.

Cho nên, chẳng có con đường nào đúng nhất, cũng chẳng có con đường nào chánh nhất, cũng chẳng có con đường nào cao nhất. Tất cả mọi con đường, chỉ là phương tiện mà không phải là cứu cánh.

Vì vậy, chẳng có một lý do chính đáng nào, khiến bạn phải phí thời gian, để đi tìm hiểu con đường đi đến Bản Thể của diễn giả là gì.

Nếu có chẳng, vì bạn chưa biết Bản Thể là gì; cho nên bạn mới hy vọng, con đường của diễn giả đó, sẽ giúp bạn tìm tới Bản thể.

Sự hiện diện của bạn chiều này đã chứng minh, bạn chưa thực sự tiếp xúc với Bản Thể. Trong buổi diễn thuyết đông người, bạn lại cảm thấy cô đơn. Mà cô đơn là bước khởi đầu của người Tỉnh Thức.

Đó chính là lý do tại sao tôi chúc bạn là người Tỉnh Thức tương lai, mà không mừng bạn là người Tỉnh Thức.

Chàng thanh niên nghe xong bật cười ha hả...

Ánh mắt chàng sáng ngời...lung linh như những giọt nắng chiều đang xuyên qua bóng dâm của đám lá cây thẫm màu, dày đặc.

10 BỨC TRANH CHẶN TRÂU

Ngày hôm sau, chàng thanh niên trở lại hội trường để tìm ông chú với một tâm trạng háo hức. Ông không còn ngồi ở đó, khiến chàng hơi hụt hẫng. Đối diện với hội trường là một công viên, có nhiều người đang sinh hoạt. Thay vì, quyết định quay về, chàng thanh niên lại đổi ý, rảo bước hường về công viên.

Chàng bước đi mà trong đầu vẫn đang miên man suy nghĩ về 10 Bức Tranh Chặn Trâu.

Tiếng cười lớn của 2 đứa bé đi bên cạnh làm chàng giật mình, thoát ra khỏi sự miên man trong suy nghĩ. Ánh mắt chàng hướng về phía trước, và bắt gặp hình ảnh ông chú đang ngồi. Chàng vui vẻ, bước về hướng ông, lễ phép chào, rồi ngồi xuống.

Ông chú hướng ánh mắt về chàng trai trẻ, mỉm cười, nói:

Chào anh bạn trẻ, chiều nay nhìn bạn tươi tắn hơn nhỉ.

Dạ cảm ơn chú. Thưa chú, chiều nay, cháu có một số vấn đề muốn xin chú chia sẻ, không biết cháu có làm phiền chú không?

Không đâu, bạn muốn tôi chia sẻ về vấn đề gì? Ông chú nói.

Chàng thanh niên liền móc trong cặp ra một xấp giấy và trao cho ông chú, trong đó, có 10 bức tranh chặn Trâu của Thiên Tông, rồi nói:

Thưa chú, bàn về Thiên Tông thì 10 bức tranh Chặn Trâu được ví như một la bàn, giúp cho người thực tập có thể

nương theo đó để tìm đến đích mà không bị lạc hướng. Cho đến nay, đã có muôn ngàn lời giải thích về ý nghĩa của 10 bức tranh này, và mỗi người, mỗi ý. Vậy đâu là ý nghĩa thật sự của 10 bức tranh Chăn Trâu, chú có thể giải thích cho cháu không?

Này anh bạn trẻ, trước khi chúng ta đi tìm ý nghĩa thật sự về 10 bức tranh Chăn Trâu, tôi có thể hỏi bạn một câu được không?

Xin chú cứ hỏi.

Tại sao lại Chăn Trâu mà không phải Chăn Bò, hay Chăn Ngựa?

Ừ nhỉ, tại sao lại Chăn Trâu mà lại Không Chăn những con khác?

Chàng thanh niên nhắm mắt, im lặng... ông chú cũng ngồi yên, không nói tiếng nào.

Một lúc sau, chàng thanh niên mở mắt, ánh mắt sáng rực, rồi nói:

Thưa chú, thời xưa, con người ta sống được là nhờ lúa gạo. Muốn làm ra lúa gạo, người ta cần phải cày bừa để gieo hạt. Trong quá trình cày bừa, đòi hỏi phải mất rất nhiều công sức. Để giải quyết vấn đề công sức này, người nông dân đã biết sử dụng con Trâu, là con vật mạnh nhất, so với tất cả các loại gia súc khác.

Chính vì vậy, thời xưa, con Trâu được xem như một báu vật đối với nhà nông. Đó là đứng trên góc độ về giá trị vật chất. Nhưng, nếu đứng trên góc độ về tinh thần, rõ ràng, sự đóng góp công sức của con Trâu đã đem đến sự No Ấm, An Vui, cho con người. Cho nên, các vị Thiên Tổ đã dùng hình ảnh

con Trâu để biểu tượng cho sự An Lạc mà không dùng những con khác.

Này bạn trẻ, bạn nói hay lắm. Khả năng quan sát, phân tích, nhìn sâu, của bạn, thật tinh tế. Này bạn, hãy dùng sự quan sát, phân tích, và nhìn sâu của bạn để diễn giải ý nghĩa về 10 bước tranh này đi.

Nói xong, ông chú liền đưa xấp giấy lại cho chàng thanh niên. Cảm lại xấp giấy, chàng thanh niên bắt đầu quan sát, rồi nói:

Bức tranh thứ Nhất, Tìm Trâu: Ý nghĩa của bức tranh này, diễn tả một sự quyết định đi tìm lại một cái gì đó. Ở đây, diễn tả quá trình của một người đã đánh mất đi sự An Lạc (Trâu) của mình, và quyết định muốn đi tìm lại sự An Lạc đó. Yếu tố quan trọng nhất trong bức tranh này, đó là, sự xác Định (tìm). Nếu không có sự xác Định này thì sẽ không có những bức tranh kế tiếp.

Bức tranh thứ Hai, Thấy Dấu: Ý nghĩa của bức tranh này, diễn tả những điều kiện cần phải có (Dấu), và sự chấp nhận để đạt (Thấy) được sự An Lạc.

Bức tranh thứ Ba, Thấy Trâu: Ý nghĩa của bức tranh này, diễn tả người đi tìm sự An Lạc đã tìm ra được nguyên nhân tạo ra sự mất An Lạc của mình và tìm ra giải pháp để giải quyết sự mất An Lạc của mình.

Bức tranh thứ Tư, Được Trâu: Ý nghĩa của bức tranh này, diễn tả trạng thái của người đó cảm nhận được sự An Lạc thật sự, hay là Chân An Lạc.

Thưa chú, cháu chỉ có thể giải được đến bức tranh thứ Tư thôi, còn những bức tranh kế tiếp, cháu chịu, không thể nào giải được.

Ông Chú nhận lại xấp giấy từ chàng thanh niên, mỉm cười, rồi nói:

Này anh bạn trẻ, khả năng quan sát, phân tích và nhìn sâu của bạn thật tuyệt vời.

Này bạn, nếu 3 bức tranh này, dùng để diễn tả quá trình của một người đi tìm Bản Thể của chính người đó (bức 1,2,3), thì bức thứ Tư, diễn tả về kết quả mà người đó đạt được sau khi tiếp xúc được với Bản Thể của chính họ, hay có thể rút gọn thành, Bản Cá Thể (dáng góe của cá nhân). Khi người đó đã nhận diện được Bản Cá Thể rồi, người đó cũng có cơ hội để nhận ra được Bản Thể của Vạn Pháp.

Vì vậy, để gọi tên cho cả quá trình của 4 bức tranh này, trong Thiền học, gọi là Kiến Ngộ (Kiến = sự gặp gỡ, Ngộ = sự hiểu biết thông suốt, không còn vướng mắc.)

4 bức tranh 1,2,3,4, nếu tóm gọn lại, chính là la bàn cho quá trình Kiến Ngộ.

Từ bức tranh thứ Năm cho đến bức tranh thứ Mười, dùng để diễn tả về quá trình đi từ Bản Thể Trở Về Bản Ngã. Quá trình này, trong Thiền học gọi là Thực Ngộ (thực hành sự hiểu biết thông suốt, không vướng mắc), hay Dụng Ngộ (ứng dụng sự hiểu biết thông suốt, không vướng mắc).

Bởi vì, hai quá trình ĐI (Kiến Ngộ), và VỀ (Thực Ngộ), hoàn toàn khác nhau, nên sự ứng dụng cũng khác nhau. Tiếc rằng, vì nhiều người trong chúng ta thiếu sự trải nghiệm

xuyên suốt, nên tưởng rằng, hai quá trình này là một. Từ đó, gây ra sự lầm lẫn trong cách ứng dụng.

Nếu chúng ta chịu quan sát sâu hơn, chúng ta sẽ nhận thấy: Bốn bức tranh đầu tiên, diễn tả về quá trình đi tìm An Lạc và đạt đến sự An Lạc. Nhưng từ bức tranh thứ Năm đến bức tranh thứ Mười, lại diễn tả về cách ứng dụng của sự An Lạc trong đời sống hằng ngày.

Nào, chúng ta hãy cùng bắt đầu sự quan sát bức tranh thứ Năm.

Bức tranh thứ Năm, Chăn Trâu: Chăn có nghĩa là nuôi dưỡng. Vì vậy, ý nghĩa của bức tranh này là nuôi dưỡng (Chăn) sự An Lạc Tuyệt Đối, hay gọi là An Riêng.

Chú ơi, Tại sao đã có An Lạc Tuyệt Đối hay An Riêng rồi, mà lại còn cần phải nuôi dưỡng?

Thực tế, trên đời này, có rất nhiều người đã có những trải nghiệm qua quá trình Kiến Ngộ. Có người, họ cũng không biết đó là Kiến Ngộ. Có người, họ An Trú (Chăn) trong đó vài ngày, rồi lại trở về Bản Ngã của họ và họ sống giống như xưa. Có người, họ có thể An Trú (Chăn) lâu hơn khoảng vài ba tháng. Chính nhờ sự An Trú lâu hơn này, họ có được cơ hội Nhận Ra được Bản Thể của Vạn Pháp.

Sở dĩ, thời gian An Trú của mỗi người khác nhau, tùy thuộc vào sự khao khát đi tìm Bản Thể lúc ban đầu của mỗi người khác nhau như thế nào. Người nào, càng khao khát mãnh liệt bao nhiêu, họ càng quý trọng, và gìn giữ sự An Lạc bấy nhiêu. Cho nên, họ có thể kéo dài thời gian An Trú.

Sự thật, sự An Lạc vốn Thường Hằng và luôn Có Mặt. Nhưng vì, những nhận thức sai lầm, khiến cho chúng ta không nhận ra sự Thường Hằng đó.

Chính vì vậy, không có người Kiến Ngộ nào có thể An Trú trường tồn trong trạng thái An Lạc đó. Vì sao? Vì sự An Lạc vốn đã có sẵn. Chỉ vì nhận thức sai lầm nên người đó không nhận ra. Khi người đó đã nhận ra rồi, thì người đó, trước hay sau gì cũng phải từ Bản Thể về lại Bản Ngã.

Thời gian lưu lại lâu trong Bản Thể, gọi là quá trình kéo dài thời gian An Trú, hay còn gọi là quá trình nuôi dưỡng, hay gọi là quá trình CHĂN.

Nhờ có quá trình Chăn này, người đó mới tạo thành một thói quen, nhận dạng được sự An Lạc. Chính thói quen này, giúp cho người đó, khi trở về sinh hoạt trong đời thường, dùng thói quen đó để ứng xử.

Thói quen này, giống như mỏ neo vậy, giúp cho người đó, dù có bị sóng gió bao nhiêu trong cuộc sống cũng không bị trôi dạt mất hướng. Cho nên, tại sao trong 10 bức tranh thì bức thứ Năm, được chọn làm đại diện cho tổng thể của 10 bức tranh là vậy.

Bức tranh thứ Sáu, Cõi Trâu Về Nhà: Nếu bức Tranh thứ Năm là biểu hiện của quá trình khởi đầu cho sự chuẩn bị Về Lại Bản Ngã, thì ý nghĩa của Bức tranh thứ Sáu dùng để diễn tả quá trình đem sự cảm nhận về sự An Lạc Tuyệt Đối, hay An Riêng, từ Bản Thể về lại Bản Ngã để ứng dụng trong đời sống hằng ngày.

Chú ơi, chú có thể dừng lại một chút để giải thích An Lạc Tuyệt Đối, hay An Riêng là gì hay không, chú?

Này anh bạn trẻ, khi một người nào đó, đạt được trạng thái An Lạc cho chính họ, ngoài họ ra, không có ai khác, thì sự An Lạc đó có phải là Tuyệt Đối (một mình không có ai để so sánh) không?

Dĩ nhiên rồi. Cho nên, khi chúng ta nhập chung vào thì thành sự An Lạc Tuyệt Đối. Còn An Riêng cũng là sự An Lạc Tuyệt Đối, nhưng rút gọn hơn. Chính nhờ sự rút gọn này sẽ giúp cho người Dụng Nghiệm dễ dàng ứng dụng giữa cá thể với tập thể, và tránh gây ra sự hiểu lầm.

Trong ứng dụng của bức tranh thứ Sáu: Cõi Trâu Về Nhà, chúng ta sẽ có thêm những tên gọi mới như: An Lạc Tương Đối và An Chung.

An Riêng hay An Chung sẽ là một chủ đề dài, nếu anh bạn trẻ muốn hiểu sâu sắc về chủ đề này, chúng ta sẽ có một buổi quan sát khác.

Trở lại **bức tranh thứ Bảy, Quên Trâu Còn Người**: Nếu bức tranh thứ Năm, diễn tả về quá trình nuôi dưỡng sự An Lạc Tuyệt Đối, và trong quá trình nuôi dưỡng đó, thì người đó cũng tạo thành một thói quen về sự An Lạc Tuyệt Đối.

Khi một điều gì đó biến thành một thói quen thì sự vận hành của thói quen đó không cần sự có mặt của Ý Thức. Vì vậy, nên gọi là Quên Trâu.

Quên Trâu ở đây, không nên hiểu là quên đi sự An Lạc, mà nên hiểu là, thói quen An Lạc Tuyệt Đối được vận hành một cách tự nhiên, không cần sự có mặt (Quên) của Ý Thức. Còn 2 chữ: Còn Người; nhấn mạnh đến cách ứng xử giữa cá thể, có thói quen An Riêng, đối với người khác.

Chưa chắc thói quen An Riêng cho cá thể này đã thích hợp khi ứng dụng cho cả tập thể kia. Vì vậy, mới có thêm hai chữ, Còn Người, có nghĩa là, còn cái An của người khác nữa.

Ngắn gọn hơn, ý nghĩa của bức tranh thứ Bảy, diễn tả về cách ứng xử của một cá thể có thói quen An Riêng Tuyệt Đối đi tìm cái An Chung Tương Đối (Cái An mà cá nhân đó có thể đem ra ứng xử để tạo ra cái An cùng người khác).

Bức tranh thứ Tám, Người Trâu Đều Quên: Ý nghĩa của bức tranh thứ Tám này, diễn tả quá trình tìm ra An Chung Tương Đối, rồi biến cách hành xử An Chung Tương đối thành thói quen trong cách ứng xử giữa cá thể với tập thể. Khi An Chung Tương Đối biến thành thói quen rồi thì quá trình này được gọi là: Người Trâu Đều Quên. Vì lúc đó, An Riêng hay An Chung, cũng chỉ là An.

Bức tranh thứ Chín, Trở Về Nguồn Cội: Ý nghĩa của bức tranh thứ Chín này, diễn tả quá trình thực hành cái An Chung của cá thể trong tập thể. Nếu trong quá trình thực hành cái An Chung này, cá thể không thể thiết lập được cái An Chung cho tập thể, thì cá thể này vẫn có thể sống chung với tập thể mà vẫn không hề bị ảnh hưởng bởi tập thể, nhờ sự trở về với cái An Riêng Tuyệt Đối của mình. Cho nên, gọi là Trở Về Nguồn Cội.

Bức tranh thứ Mười, Thẳng Tay Vào Chợ: Ý nghĩa của bức tranh thứ Mười này, cũng diễn tả quá trình thực hành cái An Chung của cá thể trong tập thể. Nếu trong quá trình thực hành cái An Chung này, cá thể có thể thiết lập được cái An Chung cho tập thể, thì cá thể này sẽ tiếp tục sống chung với tập thể và vẫn tiếp tục dùng Cái An Chung Tương Đối này. Cho nên, mới gọi là: Thẳng Tay Vào Chợ.

Thì ra, ý nghĩa 10 bức tranh Chăn Trâu lại sâu sắc đến như vậy.

Ngày xưa, khi cháu nghe giảng giải về 10 bức tranh Chăn Trâu, hầu như, diển giả nào cũng chỉ nhấn mạnh đến, đó là, quá trình đi tìm lại Tâm. Bắt đầu từ bức thứ Nhất đến bức thứ Chín, và bức thứ Mười là đại diện cho vào đời hành đạo sau khi đắc đạo.

Lúc đó, cháu cứ thắc mắc, nếu 10 bức tranh Chăn Trâu, diển đạt về quá trình của sự thực chứng, thì bức tranh Trở Về Nguồn Cội mới là bức tranh phải đặt tên cho toàn bộ tác phẩm. Nhưng tại sao lại chọn bức thứ Năm là Chăn Trâu thì cháu thật không thể nào nghĩ ra.

Nhưng bây giờ, cháu đã hiểu, tại sao bức tranh thứ Năm Chăn Trâu lại quan trọng như vậy. Cho nên, chọn 2 chữ Chăn Trâu cho toàn bộ 10 bức tranh thật là tuyệt vời.

Một cơn gió mát thoảng qua, giữa buổi chiều oi bức, hai chú cháu cùng ngồi im lặng thưởng thức cơn gió vô tình.

AN RIÊNG VÀ AN CHUNG

Chàng thanh niên bước đi những bước chân thong thả, trên con đường đến gốc cây nơi ông chú đang ngồi. Khi đến gần chỗ ông chú, chàng lễ phép cúi đầu chào, ngồi xuống, rồi nói:

Chú ơi, chiều qua, chúng ta đã có dịp nói đến An Riêng và An Chung. Vậy chiều nay, chúng ta có thể mở rộng đề tài này để cho cháu có thể học hỏi thêm một số kinh nghiệm được không ạ?

Không thành vấn đề. Vậy chúng ta hãy cùng nhau quan sát nhé.

Này người bạn trẻ, trong quá trình đi từ Bản Ngã tới Bản Thử, phần đông chúng ta, đều hay có thói quen thích sử dụng kinh nghiệm của người khác, và lầm tưởng rằng, đó là kinh nghiệm của mình. Điều này, cũng giống như chúng ta đang đói bụng, rồi đi tìm những người, họ có kinh nghiệm họ ăn no bụng, rồi họ trình bày cách thức họ ăn như thế nào, rồi chúng ta tin rằng, chúng ta đã có kinh nghiệm của người no bụng.

Thật ra, kinh nghiệm của người ăn no là kinh nghiệm của bụng no/không đói, chứ không phải là kinh nghiệm người khác chỉ cách ăn no, rồi chúng ta không ăn gì mà có kinh nghiệm no được.

Trên thực tế, khi cơ thể của chúng ta đói, chúng ta phải tự ăn mới có thể giải quyết vấn đề đói của chúng ta một cách triệt để. Ngoài cách này ra, cho dù chúng ta có trích dẫn bao nhiêu kinh nghiệm của người khác, hay còn tệ hơn, đi so

sánh cách ăn của người này no hơn cách ăn của người khác, thì trước hay sau gì chúng ta sẽ trở thành ma đói.

Chúng ta sẽ chết vì thiếu thực phẩm. Dù rằng, chúng ta có đầy đủ kiến thức của người biết ăn no, thì sao? Tất cả đều vô dụng.

Tương tự như vậy, người Thử Nghiệm là người phải tự mình đi tới Bản Thể của mình và không hề nương tựa vào bất cứ kinh nghiệm của một ai. Ngày nào, trong suy nghĩ của chúng ta còn dính đến khái niệm của bất cứ một ai, thì lúc đó, chúng ta không còn là chúng ta nữa, mà chúng ta đã trở thành khái niệm của người khác.

Giá trị kinh nghiệm của người khác, không phải để chúng ta noi theo, mà để chúng ta dùng làm kiểm chứng kết quả cuối cùng mà chúng ta có được khi chúng ta đã tiếp cận được với Bản Thể.

Tiếc thay, chúng ta lại làm ngược lại. Cho nên, trong quá trình đi tới Bản Thể của nhiều người đã và đang gặp vô vàn khó khăn. Rồi khi sự khó khăn chồng chất vì những nhận thức lệch lạc, chúng ta lại tự phong cho những người Thử Nghiệm là: có trí tuệ cao siêu, không thể nghĩ bàn, v.v.

Thật ra, đối với người Thử Nghiệm thì chẳng có gì là cao siêu hay không thể nghĩ bàn cả. Các vị Tổ của Thiền đã chẳng phải nói rất rõ ràng: đói ăn, khát uống, đó sao.

Cách giải quyết rất ráo khi mình đói là mình phải tự ăn, chứ không phải nhờ người khác ăn dùm, rồi mình no. Hay khi mình khát thì tự mình phải uống, chứ không thể nhờ ai uống dùm mà mình hết khát được.

Cho nên, chúng ta ngày nay, đều vấp phải một số lỗi lầm chung, đó là: thích đi thâm lượm tất cả kinh nghiệm của người khác, rồi cho đó là kinh nghiệm của mình. Chúng ta không biết rằng, đó không phải là kinh nghiệm hay trải nghiệm, mà đó chỉ là mớ kiến thức mà chúng ta học được của người khác, và hoàn toàn không có dính líu chút nào đến kinh nghiệm của chúng ta cả.

Cái nguy hiểm nhất, đó là, chúng ta coi những mớ kiến thức đó là chân lý, đó là sự thật. Trong khi, chúng ta lại hoàn toàn chưa hề có khả năng tiếp xúc được với sự thật. Sự nguy hiểm này còn gia tăng, khi chúng ta bắt đầu dựa dẫm vào mớ kiến thức đó để đi giảng giải cho những người khác, khiến cho họ tin theo một cách mù quáng, mê lầm.

Quá trình đi từ Bản Ngã tới Bản Thể của mỗi một cá nhân đều khác nhau, tùy theo kinh nghiệm mà người đó đã tích lũy. Cho nên, không ai có thể giống ai. Vì vậy, không có sách vở nào có thể viết ra đầy đủ mọi chi tiết được.

Thí dụ: Có hai người, cùng có chung một câu hỏi khi đi tìm tới Bản Thể: Tôi là ai?

Nếu trong quá trình đi từ Bản Ngã tới Bản thể, một người có kiến thức và kinh nghiệm về Cơ Học Lượng Tử, và một người nghiên cứu về đạo Phật. Tuy họ có cùng chung một câu hỏi đi tìm tới Bản Thể của họ, nhưng quá trình trải nghiệm của họ lại hoàn toàn khác nhau.

Với người chuyên nghiên cứu về đạo Phật, họ có thể dùng Vô Ngã, Vô Thường v.v. để quan sát. Nhưng với người có kiến thức về Cơ Học Lượng Tử, người đó có thể dùng chính thân thể của họ để quan sát.

Người đó, có thể quan sát từ thân tướng, rồi kết hợp với sự nhìn sâu hơn để có thể nhận thấy, thân thể của họ được cấu tạo bởi các phân tử. Rồi từ phân tử, họ lại tiếp tục quan sát và nhìn sâu hơn để nhận thấy, sự kết hợp của phân tử bắt nguồn từ nguyên tử, v.v.

Như vậy, nếu phải đặt một sự so sánh về quá trình đi từ Bản Ngã tới Bản thể, người có kinh nghiệm về Cơ Học Lượng Tử sẽ đi nhanh hơn. Vì người này, có thể nhận thấy “tôi chính là những hạt nguyên tử”.

Và nếu họ tiếp tục quan sát và nhìn sâu, người đó sẽ nhận thấy, tất cả các pháp, mọi vật, đều bắt nguồn từ hạt nguyên tử. Từ đó, người đó có thể nhận thấy được sự tương tức, hay bản chất gốc của vạn pháp một cách rõ ràng, không có sự lệch lạc.

Nếu người đó là người Tỉnh Thức thì người đó sẽ dừng lại ở đây và chấp nhận đây là sự thật. Khi người đó chấp nhận và nhận biết đó là sự thật, thì người đó sẽ có được một trạng thái Bình An.

Khi có được Bình An, và từ trạng thái An đó, người đó cũng có thêm một trạng thái khác đi kèm theo, đó là Lạc. Lạc là niềm vui lâng lâng nhẹ nhàng, khác với Hỷ là niềm vui sướng cao độ.

Nhưng nếu người đó là nhà khoa học, thì người đó sẽ không chấp nhận sự khởi nguồn của vật chất là từ hạt nguyên tử, mà người đó sẽ tiếp tục phân tích, nhìn sâu để tìm ra những hạt như proton, neutron, electron, rồi trong những hạt đó, họ lại tìm ra những hạt nhỏ xíu khác như: Quark, Higgs v.v.

Và nếu là Triết Gia thì người đó sẽ không chấp nhận, tất cả mọi vật có trong vũ trụ này đều được cấu tạo từ hạt nguyên

tử. Điều mà Triết gia luôn muốn đi tìm đáp án, đó là: Hạt nguyên tử từ đâu sinh ra? Cũng giống như nhà khoa học, họ muốn biết hạt đó từ đâu ra, và từ cái gì tạo ra hạt đó.

Hãy tưởng tượng, giả sử, các Triết gia và Khoa Học gia, biết được các hạt từ đâu sinh ra, thì sao? Với các Triết gia, kết quả cuối cùng mà họ đạt đến, cũng chỉ sự thỏa mãn, An Lạc mà thôi. Còn với các nhà Khoa Học, họ cũng chỉ chế thêm ra được những loại vật chất khác, và cái cuối cùng họ đạt được cũng chỉ là sự thỏa mãn, An Lạc, không có gì khác so với người Tỉnh Thức.

Sự khác biệt giữa người Tỉnh Thức với Triết gia và Khoa Học gia, đó là, với Người Tỉnh Thức, cái họ đi tìm là Sự Thật chứ họ không đi tìm nguồn gốc nguyên thủy tạo ra sự vật.

Trong khi, các Triết gia và Khoa Học gia, vẫn còn luôn đang sống trong những sự suy tư, băn khoăn, bức bối, bức dọc, vì chưa tìm ra đáp án mà họ mong muốn; thì người Tỉnh Thức, họ chấp nhận sự thật là: tất cả mọi vật trên vũ trụ này, đều có chung nguồn từ hạt nguyên tử, chủ thể là nguyên tử Hydrogen, họ dừng lại và đạt được trạng thái An Lạc.

Dĩ nhiên, nếu người Tỉnh Thức muốn tiếp tục nhìn sâu hơn, người đó có thể nhận thấy, từ nguyên tử Hydrogen này, khi kết hợp với khoảng Không Co Giãn giữa các nguyên tử sẽ tạo ra vũ trụ và vật chất. Chính khoảng Không Co hay Giãn này, khi bị tác động sẽ tạo ra năng lượng khác biệt giữa những loại vật chất khác nhau và tạo ra những vật thể khác nhau, trong đó có con người.

Chẳng hạn như, nếu để 2 nguyên tử Hydrogen có một khoảng Không vừa đủ thì chúng ta sẽ có hai hạt sinh hoạt

hoàn toàn độc lập. Nhưng nếu chúng ta rút hết khoảng Không của hai nguyên tử ở các chiều thì hai nguyên tử của Hydrogen sẽ trở thành một. Như vậy, nếu không có khoảng Không Co hay Giãn thì không có vũ trụ và vạn vật, kể cả con người.

Nếu nhìn sâu hơn vào con người, chúng ta cũng nhận thấy, nếu không có khoảng Không Co hay Giãn thì chúng ta không thể lớn lên được. Điều này, khi quan sát và nhìn sâu vào tất cả mọi vật trên vũ trụ, chúng ta cũng đều thấy giống nhau.

Đó gọi là Chân Lý. Chân lý là lý lẽ chân thật mà không hề bị thay đổi theo không gian và thời gian.

Chính vì vậy, Chân Lý trở thành Sự Thật. Tiếp xúc được với Sự Thật, và chấp nhận đó là Sự Thật. Đó chính là hành trình đi từ Bản Ngã tới Bản Thể của người Tỉnh Thức, hay người Kiến Ngộ.

Sở dĩ, người Thể Nghiệm đạt được trạng thái An, vì người đó biết chấp nhận Sự Thật qua chính những sự trải nghiệm của mình. Cũng qua quá trình trải nghiệm này, người Thể Nghiệm, mới biết được, lúc xưa, người đó đã sống trong những trạng thái mơ hồ, phân vân, lo âu, phiền muộn. Chính những trạng thái này khiến cho sự An Thường Hằng không xuất hiện.

Thế cho nên, người đó luôn sống trong trạng thái mất Quân Bình. An chỉ có thể xuất hiện khi Tâm Thức của người đó phải ở trong trạng thái Quân Bình, không xáo trộn, trôi lên sụt xuống.

Chính vì vậy, với những người Thử Nghiệm, họ luôn luôn nói Bình An. Vì Khi có Bình thì mới có An, và khi có An thì mới có Lạc.

Cái An của người Tỉnh Thức, hay người Thử Nghiệm có được, không phải là cái An từ trên trời rơi xuống, hay từ ở một cõi nào ban phát cho. Mà cái An đó, vốn vẫn Thường Hằng trong mỗi con người.

Nhưng vì trong cuộc sống, chúng ta đã có những nhận thức sai lầm. Chúng ta đã có những định nghĩa sai lầm. Cho nên, chúng ta tạo ra những lo âu, phiền não. Khi những lo âu và phiền não quá nhiều, và chúng ta lại phải bận lòng đi giải quyết chúng. Cho nên, chúng ta đã không nhận diện được cái An đang có trong ta.

Khi người Thử Nghiệm đã tiếp xúc được với Sự Thật. Nhận ra và chấp nhận Sự Thật, thì lúc đó, tất cả những lo âu, phiền não, lầm tưởng, đều tan biến. Khi Tâm Thức không còn lại những phiền não, lo âu, thì lúc đó, sự có mặt của An là chuyện tất nhiên, và sau An là Lạc cũng là điều tất yếu.

Chính vì trạng thái An đó đến từ quá trình trải nghiệm của một cá nhân, mà không hề có sự tham gia của những người, hay vật thể khác. Cho nên, cái An đó, gọi là cái An Tuyệt Đối (không có ai để so sánh), hay còn gọi là An Riêng, có nghĩa là: cái An chỉ Riêng cho người đó.

Thật ra, muốn đạt được cái An Riêng, cũng chẳng khó gì. Muốn đạt được cái An Riêng thì người đó phải hiểu được giá trị của sự cô đơn. Nếu không có cô đơn thì không có một Cá Thể nào có thể tiếp xúc được với Bản Thể của chính họ được.

Nhưng tiếc thay, ngày nay, con người của chúng ta lại rất sợ cô đơn. Vì khi một người cô đơn thì Tiềm Thức của người đó sẽ trôi lên trên mặt của Ý Thức những vấn đề mà họ đã trốn chạy trước đây để đòi một cách giải quyết triệt để. Vì vậy, con người của ngày nay đã “đánh đồng”, hay “định nghĩa” cô đơn là đau khổ.

Họ đau khổ, vì những vấn đề họ chưa giải quyết triệt để, hay họ không muốn giải quyết, hay họ không biết cách giải quyết, luôn chiếm hữu Ý Thức của họ, khiến họ phải suy tư. Chính những sự suy tư đó, khiến cho họ cảm thấy khổ đau, và phiền muộn chông chát.

Và khi khổ đau và phiền muộn chông chát, họ đã chọn lựa giải pháp tiêu cực như: tham dự các khóa tu học, bận rộn tham gia các mạng xã hội, để khen chê, lên án hay chỉ trích người này, hay người khác, v.v.

Với mục đích, họ muốn trốn chạy các vấn đề của họ, hay họ khiến cho Ý Thức của họ luôn bận rộn, không có những khoảng trống cho Tiềm Thức của họ có dịp khơi dậy lại những vấn đề mà họ cần phải giải quyết. Hay tệ hại hơn, họ sử dụng rượu, cần sa, ma túy, hay những chất kích thích để “ru ngủ” Ý Thức của họ, để họ không phải đương đầu với các vấn đề của chính họ.

Chính vì vậy, so với ngày xưa thì những người Thử Nghiệm ngày nay càng ngày càng ít đi, và cuộc sống của con người hôm nay, cũng mang đậm dấu ấn của khổ đau và phiền muộn hơn nhiều.

Đúng vậy, đây chú. Cháu cũng là nạn nhân từ việc sợ hãi cô đơn và luôn trốn chạy việc giải quyết vấn đề.

Quả thật, khi cháu thay đổi định nghĩa của sự cô đơn, và cháu nhận thức được, sự cô đơn là chất liệu quý giá trong quá trình tìm tới Bản Thể, cháu đã không còn sợ hãi nữa.

Khi mà cháu không còn sợ hãi và biết sử dụng sự quan sát, phân tích tổng hợp và nhìn sâu vào vấn đề, cháu thấy, cũng không khó như những gì cháu tưởng tượng trước đây.

Đúng như chú nói, khi các vấn đề được giải quyết trọn vẹn thì lúc đó An mới có mặt. Theo cháu nghĩ, ai trong chúng ta cũng đều có khả năng để thể nghiệm việc này cả.

Đúng vậy, ai trong chúng ta cũng đều có khả năng để giải quyết những vấn đề của mình một cách rõ ràng và đạt được cái An cho Riêng mình.

Nhưng vấn đề ở đây, chúng ta có dám đặt ra những câu hỏi, có dám đương đầu với các vấn đề, và quan trọng nhất là, có dám cô đơn không? Nếu chúng ta không có được những điều đó thì chúng ta không thể trải nghiệm.

Khi mà chúng ta không có trải nghiệm thì cho dù chúng ta có tích lũy được bao nhiêu kiến thức từ những người trải nghiệm khác, cũng trở thành vô dụng. Vì sao? Vì đó chỉ là những trải nghiệm của ai đó chứ không phải trải nghiệm của chính mình.

Giờ thì cháu đã hiểu rõ ràng tại sao chú lại dùng hai chữ An Riêng. Vậy thưa chú, còn An Tương Đối, hay An Chung, thì sao?

Như lần trước tôi đã chia sẻ với bạn, có nhiều người trong chúng ta đã có dịp tiếp xúc với Bản Thể, nhưng vì không có kinh nghiệm nên chính chúng ta cũng không biết.

Có nhiều người, lướt qua Bản Thể trong một gia đoạn ngắn. Lúc đó, họ cảm nhận được sự An Lạc. Nhưng sau đó, vì những tác động từ bên ngoài hay vì cuộc sống, họ dần quên đi sự có mặt của An Lạc, và họ lại trở về sống trong sự phiền muộn và khổ đau.

Có những người, vì quá khát khao đi tìm sự thật, và sự khát khao của họ càng lớn bao nhiêu thì sự phiền muộn và khổ đau của họ càng nhiều bấy nhiêu. Điều này, cũng có thể dùng để lý giải nguyên do tại sao những người có khát khao lớn trong cuộc sống của họ luôn gặp những trắc trở, phiền muộn, khổ đau. Bởi vì, lòng khao khát của họ muốn đi tìm Sự Thật, chứ không hề liên quan gì đến trả Nghiệp trong kiếp trước.

Chính vì vậy, khi họ được tiếp xúc được với Sự Thật và chấp nhận Sự Thật, họ cảm nhận được An và họ nhận thức được giá trị của An. Cho nên, họ Trụ trong cái An đó được một khoảng thời gian.

Thời gian dài hay ngắn, phụ thuộc vào sự khát khao của họ trong quá trình đi tới Bản Thể của họ như thế nào.

Có người thì Trụ được khoảng một tháng. Có người có thể kéo dài được 3 tháng. Nhưng ít có ai có thể sống mãi trong cái An đó bất tận.

Vì sao? Vì cái An đó, vốn là Thường Hằng và luôn sẵn có trong mỗi người. Cho nên, dù họ có muốn Trụ lâu hơn, cũng không được. Có ba nguyên do:

- 1- Sự tác động của tập thể lên cá thể khiến cho cá thể đó, không thể sống trong cái An Riêng đó suốt đời.
- 2- Họ biết được, cái An mà họ đã nhận ra, vốn đã có sẵn trong họ chứ không phải từ ai ban phát, hay cõi nào

ban tặng. Chính vì vậy, họ không cần phải Trụ ở đó cả đời.

- 3- Họ nhận thức được rất rõ ràng về sự tương tức (cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không), giữa cá thể và tập thể. Cho nên, họ muốn đem những sự trải nghiệm của chính họ để chia sẻ lại với mọi người.

Chính vì vậy, nên thường, ít ai chịu Trụ lâu trong Cái An Riêng. Thời gian dài nhất chỉ kéo dài khoảng 6 tháng. Sau đó, người Thể Nghiệm sẽ đi từ Bản Thể trở về lại Bản Ngã, và người đó sẽ bắt đầu cuộc sống bình thường với một nhận thức mới.

Trước khi chúng ta quan sát sâu hơn về quá trình ứng dụng An Riêng của Cá Thể vào trong cái An Chung của Tập Thể, có một điều vô cùng quan trọng mà chúng ta cần chú ý đến, đó là: sự khác biệt về thời gian An Trụ của mỗi cá thể sẽ ảnh hưởng như thế nào khi ứng dụng cái An Riêng vào An Chung.

Nếu đứng trên góc độ của An Riêng, thì bất cứ người trải nghiệm nào, khi đã tiếp xúc và chấp nhận “Sự Thật Như Nó Đang Là”, thì cái An của người đó, nếu đem so với những cá thể trải nghiệm khác, đều không có sự khác biệt, bất kể thời gian họ An Trụ là bao lâu.

Nhưng nếu đứng trên góc độ ứng dụng An Riêng vào An Chung thì thời gian Trụ trong cái An Riêng của mỗi cá thể lại vô cùng quan trọng.

Vì sao? Vì thời gian người đó Trụ trong An Riêng càng lâu bao nhiêu thì người đó càng có nhiều cơ hội để tập thành một thói quen, nhận diện An, hay trở về với An Riêng bất

cứ lúc nào họ muốn một cách nhanh chóng và dễ dàng bấy nhiêu.

Nếu không có thói quen này, và chỉ Trụ trong một khoảng thời gian ngắn khi chưa tạo thành một thói quen, Nhận Diện An, thì khi trở về với Bản Ngã, người đó sẽ dễ quên đi cái An mà mình đã trải nghiệm. Và người đó lại sống một cuộc sống như lúc trước khi trải nghiệm. Đó là cuộc sống vây quanh bởi những phiền muộn và khổ đau.

Cho nên, không phải cứ có trải nghiệm là sẽ có An Vĩnh Viễn. Trừ khi, ngay lúc người đó đang Trụ trong cái An Riêng và chết trong cái An đó, thì người đó mới đạt được cái An Riêng Tuyệt Đối Vĩnh Viễn.

Trong thực tế, vốn không có An Vĩnh Viễn, mà chỉ có An Kéo Dài. An được kéo dài bao lâu, lệ thuộc vào sự ứng dụng linh hoạt của người Dụng Nghiệm thực hành liên tục ra sao.

Hay quá chú ạ. Chưa bao giờ cháu được nghe ai hay đọc bất cứ sách vở nào trình bày một cách dễ hiểu và rõ ràng như chú chia sẻ.

Phần đông, những sách hay kinh nghiệm chia sẻ của những người Trải Nghiệm ngày nay, chỉ hướng về cách dạy làm sao đi tới Bản Thể. Nhưng khi tới Bản thể rồi, chẳng thấy ai chia sẻ phải làm gì sau đó.

Chẳng hạn như, nếu chú không chia sẻ về sự khác biệt giữa Trụ lâu và mau ra sao, thì với một người mới trải nghiệm như cháu, sẽ không biết thời gian Trụ lâu sẽ được gì, và Trụ mau sẽ ra sao? Cháu xin cảm ơn chú rất nhiều.

Xin chú hãy tiếp tục chia sẻ với cháu về sự ứng dụng giữa An Riêng và An Chung.

Như tôi vừa chia sẻ với bạn, nếu đứng trên góc độ của An Riêng thì cái An đó là cái An Tuyệt Đối. Vì cái An đó có được là nhờ người đó đã tiếp xúc được với Sự Thật, hay Bản Thể, và người đó đã chấm dứt những phiền muộn, khổ đau, hay những vấn đề liên quan đến cá nhân đó. Hay nói một cách rõ hơn, ở đó, không có đối tượng cần phải giải quyết. Mà lúc đó, chỉ có chủ thể, chính là cá thể đó mà thôi.

Ngược lại, khi nói về cái An Chung lại bao gồm hai yếu tố: có chủ thể và đối tượng, có cá thể và có tập thể. Cho nên, dù người đó có trải nghiệm, có nhận diện được An, nhưng chưa chắc, đối tượng của người đó có chung nhận thức hay định nghĩa về An giống như người Thể Nghiệm.

Nếu như người Thể Nghiệm không thể thiết lập được cái An Chung thì cách sống của người Thể Nghiệm sẽ gây ra rất nhiều khổ đau cho người khác.

Hoặc giả như, nếu người Thể Nghiệm vẫn tiếp tục đem cái An Tuyệt Đối của mình để ứng xử với mọi người; với cách ứng dụng không chuẩn đó sẽ khiến cho nhiều người tìm cách xa rời người đó.

Nếu người đó không vững chãi duy trì được cái An Riêng, người Thể Nghiệm đó sẽ vì “áp lực” chung quanh mà bỏ cái An Riêng của họ. Hay, họ sẽ rơi vào cảnh, sống cô độc trọn đời nếu họ muốn tiếp tục duy trì được cái An Riêng.

Nguyên nhân chính là, đứng trên góc độ của An Chung, An chỉ là Tương Đối chứ không bao giờ có Tuyệt Đối như An Riêng.

Hãy dùng thuyết Nhân Quả để chúng ta có thể thấy được sự khác biệt như thế nào?

Giả sử, nếu chúng ta đứng trên góc độ đi từ Bản Ngã tới Bản Thể, hãy gieo Nhân nào thì gặt Quả đó. Nhưng nếu chúng ta đứng trên góc độ đi từ Bản Thể về lại Bản Ngã thì gieo Nhân này, chưa chắc đã cho ra Quả kia.

Thí dụ: Ngày nay, người ta có thể dùng gốc từ Nhân Cam mà ghép thành ra Quả Quýt. Như vậy, nếu chúng ta đang trong quá trình Thể Nghiệm, chúng ta sẽ không thể chấp nhận việc gieo Nhân này mà ra Quả kia. Vì sao?

Vì trong quá trình Thể Nghiệm, nếu chúng ta có một nhân là giận mình đã làm sai điều gì đó thì cái Quả mà chúng ta nhận, đó là: phiền não, và khổ đau cho chính chúng ta. Nhưng trong quá trình Dụng Nghiệm, vì có chủ thể và đối tượng, nếu chúng ta giận người khác vì họ đi nói xấu chúng ta, thì chỉ có chúng ta đau khổ vì giận, còn người khác chưa chắc họ đau khổ. Có khi họ còn vui là khác.

Hay nói một cách ngắn gọn hơn, dù khởi đầu bằng một cái Nhân, nhưng trong quá trình tư duy khác nhau thì cái Quả có thể là Hậu Quả hay Kết Quả.

Chẳng hạn như, “Cá không ăn muối, cá ươn”, ở đây, nếu Cá Không Ăn Muối thuộc về Nhân, thì Cá Ươn, thuộc về Quả. Hay đúng hơn, là Hậu Quả. Nhưng với sự tiến bộ ngày nay, người ta có thể dùng máy sấy khô cá, hoàn toàn không dùng đến muối mà cá cũng đâu có ươn.

Như vậy, nếu nhìn theo thuyết Nhân Quả của câu trên, từ một Nhân “Cá Không Ăn Muối” sẽ đưa ra một Hậu Quả là “Cá Ươn”. Nhưng trong quá trình chế biến ngày nay, “Cá không ăn muối” “Cá vẫn không Ươn”. Hay nói rõ hơn, từ một Nhân “Cá Không Ăn Muối”, Cá vẫn đưa ra một Kết Quả tốt, không bị Ươn, nhờ quá trình sấy khô cá.

Thế nên, nếu ứng dụng thuyết Nhân Quả trong thực tế, hoàn toàn khác biệt. Và An dùng trong An Chung cũng sẽ khác biệt với cái An Riêng.

Hay nói về Giới, Định, Tuệ theo quan niệm phổ thông thời nay thì Giới luôn là điều phải có trước tiên, vì không có Giới thì không có Định, và không có Định thì không có Tuệ. Điều này, chỉ đúng với những ai muốn đi từ Bản Ngã tới Bản Thể.

Nhưng nếu đi từ Bản Thể về Bản Ngã thì Tuệ lại là lựa chọn mà người Thực Nghiệm phải sử dụng đầu tiên, sau đó, tùy theo môi trường, và hoàn cảnh, mới đến Định, Giới, hay Giới, Định.

Vì sao? Vì người Thể Nghiệm, lúc đó, chưa biết sử dụng Tuệ. Nhưng với người Dụng Nghiệm, họ đã biết sử dụng Tuệ rồi. Cho nên, trong cách ứng xử với người khác, họ sẽ sử dụng Tuệ trước. Vì chỉ có Tuệ mới giúp họ thiết lập được cái An Chung.

Chính vì vậy, có thể nói, vì hai quá trình Đi và Về khác nhau, nên cách ứng dụng từ lý thuyết đến thực hành cũng hoàn toàn khác nhau. Có nhiều môi trường, hoàn cảnh, có thể đối nghịch nhau.

Với những người Thể Nghiệm, khi chưa có đủ kinh nghiệm về Dụng Nghiệm, sẽ trở nên “choáng ngợp” trước cách tạo ra An Chung và An Riêng. Nếu lúc đó, họ không biết sử dụng Tuệ Giác của họ một cách linh hoạt thì họ sẽ rơi vào hai trạng thái:

- 1- Thấy sự trải nghiệm của họ vô dụng. Họ dần quên An Riêng, và họ trở lại sống quay cuồng trong khổ đau và phiền não.

2- Họ sẽ xa lìa thế gian và con người, quy ẩn về một nơi chốn, không có ai, để sống với cái An Riêng của họ.

Vậy thưa chú, giữa An Chung và An Riêng có những điểm tương đồng, và dị biệt nào, có thể giúp cho chúng ta tránh được những lỗi lầm khi ứng dụng?

Giữa An Chung và An Riêng có ba điểm tương đồng, đó là: Trạng thái An, tiếp xúc với Sự Thật, và Chấp Nhận. Còn những điểm dị biệt thì vô số như: ứng dụng Nhân Quả, thái độ ứng xử, quá trình tiến hành, diễn đạt định nghĩa, niềm tin khác biệt, tương đối, tuyệt đối, v.v.

Hay có thể nói đơn giản hơn, An Riêng thuộc về thế giới của Nhất Nguyên, còn An Chung thuộc về thế giới của Nhị Nguyên.

Thế giới của Nhất Nguyên là thế giới “qui về một mối”, ĐI từ quan sát, phân tích, nhìn sâu, và VỀ Tổng Thể; còn thế giới của Nhị Nguyên, là thế giới của đối đãi phân ngành, Bắt Đầu từ Tổng Thể, rồi đến sự Quan Sát và Nhìn Sâu qua nhiều góc độ.

Chính vì vậy, trong thế giới Nhị Nguyên, Tuệ Giác luôn được sử dụng liên tục. Vì sao? Vì mỗi hoàn cảnh xảy ra luôn chịu sự tác động của đối tượng. Cùng một sự việc xảy ra, nhưng cách ứng xử với mỗi người lại khác nhau, tùy theo niềm tin, kinh nghiệm, môi trường, cách sống, văn hóa vùng miền v.v., của mỗi người khác nhau.

Cho nên, khó có thể nào chỉ dạy hay đặt ra một phương pháp có thể ứng dụng cho tất mọi người; mà ở đây, đòi hỏi mỗi người Dụng Nghiệm phải dùng Tuệ Giác của mình, tùy nghi ứng xử, để thiết lập được cái An Chung cho cả chủ thể và

đối tượng, hay giữa cá thể với cá thể, hay giữa cá thể với tập thể.

Đây là một đề tài vô tận, không bao giờ bàn cho hết được. Đó là đứng trên góc độ của “ngọn”. Nhưng nếu đứng trên góc độ của “gốc”, nghĩa là, dựa trên căn bản của nền tảng Nhân Quả, thì An Chung vẫn có thể dựa trên năm nguyên tắc sau đây để thiết lập:

- 1- Phải nhận diện được cái Nhân trước khi gieo trồng.
- 2- Khi không muốn cái Quả xảy ra, thì nên chấm dứt từ cái Nhân chứ không nên tốn kém thời gian đi sửa chữa lại cái Quả.
- 3- Thuyết Nhân Quả của An chung là Tương Đối chứ không phải Tuyệt Đối, nên trong An Chung sẽ luôn có hai Quả. Một là Hậu Quả, hai là Kết Quả. Hậu Quả là cái Quả tạo ra Nhân mới, và tiếp tục tạo ra Hậu Quả mới. Kết Quả là Quả không tạo ra Nhân mới.
- 4- Mặc dù khi nhận diện được Đúng Nhân trước khi gieo trồng, nhưng trong quá trình phát triển thành Quả, quá trình này sẽ bị ảnh hưởng bởi môi trường, hoàn cảnh, kinh nghiệm sống, niềm tin của mỗi cá thể, sẽ ảnh hưởng đến sự hình thành Quả. Quả có thể là Hậu Quả, chứ không phải là Kết Quả, cho dù đã chọn Đúng Nhân.
Thí dụ như, kêu gọi giúp người trong hoạn nạn là một Nhân Đúng, nhưng nếu trong quá trình thu góp và phân phối số tiền cứu trợ, lại không đúng người, đúng việc, đúng thời gian, v.v. thì lại tạo ra Hậu Quả, chứ không phải là Kết Quả.
- 5- Khi mà đã ra Quả là Hậu Quả, nếu không chọn cách thay Nhân mới, thì Chấp Nhận Hậu Quả sẽ thay đổi Hậu Quả thành Kết Quả.

Nếu như bất cứ một người Thử Nghiệm nào, muốn trở thành người Dụng Nghiệm, đều có thể dựa trên năm nền tảng Nhân Quả trên, kết hợp với Tuệ Giác của người đó, thì người đó sẽ tránh được rất nhiều sự “choáng ngợp” trong quá trình Dụng Nghiệm. Nếu không, người đó sẽ rơi vào những “bế tắc”, và tệ hại hơn, họ sẽ sống đau khổ hơn, vì họ đã mất đi niềm tin vào cái An của chính họ.

Thế nên, đừng cứ tưởng rằng, khi đã là người Thử Nghiệm thì sẽ không còn đau khổ nữa, hay chỉ cần tu để “đạt đạo” một lần là sẽ không bao giờ khổ đau. Đây là một quan niệm hết sức lệch lạc cần phải chỉnh.

Sự Thật đã chứng minh, đức Phật và các bậc Thiên Tổ, sau khi Thử Nghiệm và bắt đầu quá trình Dụng Nghiệm với con người, các Ngài vẫn phải tiếp tục tu tập cách ứng dụng giữa An Riêng, và thiết lập An Chung. Tăng đoàn của đức Phật là một minh chứng cho việc ứng dụng An Riêng và An Chung khác biệt như thế nào.

Thật tuyệt vời quá chú ạ. Nếu không có sự chia sẻ của chú chiều nay thì cháu không thể nào hiểu được thế nào là An Chung và An Riêng. Cũng như, cháu cũng sẽ không hiểu được, sự khác biệt trong ứng dụng giữa An Chung và An Riêng như thế nào.

Giờ thì cháu đã hiểu, tại sao có những người Thử Nghiệm lại hay tạo ra mâu thuẫn khi hướng dẫn cho những người khác.

Vì họ đã không phân biệt được sự khác nhau trong ứng dụng giữa An Chung và An Riêng.

Có những câu hỏi được đặt ra để tìm cái An Chung thì diễn giả lại hướng dẫn đi tìm cái An Riêng. Có những câu hỏi

được đặt ra để tìm cái An Riêng thì diễn giả lại hướng dẫn cách tạo ra An Chung.

Cuối cùng, người hỏi vẫn không biết làm cách nào để giải quyết vấn đề của mình một cách rõ ràng. Và diễn giả cũng đang “mơ hồ” với chính mình.

Cháu thấy cái nguy hiểm ở đây là, khi một diễn giả muốn hướng dẫn cho một ai đó, thì người đó phải chắc chắn biết đúng sự thật bằng sự trải nghiệm của chính người đó. Nếu như chưa tỏ rõ thì không nên chia sẻ, và hướng dẫn. Vì nếu không sẽ tạo ra những kiến chấp cho những người đã tin tưởng vào diễn giả.

Khi niềm tin vào một điều gì đó đã hình thành, nếu niềm tin đó không đúng với sự thật, thì diễn giả đó, đang làm hại cho những người họ đang hướng dẫn, biết bao nhiêu.

Cháu chính là nạn nhân của các diễn giả trong biết bao năm trời. May chiều nay được chú chia sẻ cháu mới có thể hiểu rõ được ngọn ngành.

Cháu cảm ơn chú rất nhiều.

Không có chi. Mỗi người chúng ta, ai cũng có những thuận duyên và nghịch duyên. Có đôi khi, thuận duyên chưa chắc đã tốt, hay nghịch duyên đã xấu. Mà đôi khi, ngược lại. Đó chính là sự mầu nhiệm của cuộc đời. Quan trọng nhất là, chúng ta có Chấp Nhận hay không mà thôi.

Khi có mặt của sự Chấp Nhận thì thuận hay nghịch duyên đều không còn tồn tại, mà chỉ còn lại là Duyên. Cũng tương tự như An Riêng hay Chung, khi có mặt của sự Chấp Nhận thì dù An Riêng hay Chung, cũng chỉ còn lại là An.

Nếu mỗi người chúng ta chỉ cần đặt mục đích của chúng ta là An Lạc, và khi chúng ta có bất cứ vấn đề nào xảy ra với chúng ta, nếu những vấn đề đó có ảnh hưởng, hay làm thay đổi mục đích An Lạc của chúng ta, thì chúng ta đừng trốn chạy, và phải tìm cách giải quyết vấn đề đó, bằng cách: dùng Tuệ Giác, dùng khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhìn sâu để tìm ra nguyên nhân tạo ra vấn đề đó.

Sau đó, chúng ta chấm dứt cái Nhân đó, thì chúng ta không tạo ra những hậu quả liên tiếp sẽ xảy ra trong cuộc đời của chúng ta. Từ đó, chúng ta sẽ có sự An Lạc Kéo Dài từ ngày này sang ngày khác, từ năm này sang năm khác, cho đến khi mãn phần.

Nếu ai trong chúng ta cũng có thể làm được như vậy, chúng ta chẳng cần phải phân biệt An Chung và An Riêng, cách ứng xử thế nào cho thích hợp. Vì An nào thì cũng là An.

Đúng vậy, thưa chú. Sự thật thì vô cùng đơn giản. Sự thật chỉ trở nên phức tạp và mơ hồ khi kết hợp với những nhận thức lệch lạc và sự hoang tưởng của con người.

Mặt trời đã khuất núi, trong công viên, những ngọn đèn đã tỏ. Những tiếng cười nắc nẻ của những đứa trẻ đang vui đùa bên bố mẹ, vọng về. Chàng thanh niên và ông chú ngồi yên, thưởng thức cái An Chung và An Riêng của chính mình.

TÚ DIỆU ĐỂ

Chiều nay, chàng thanh niên đến gặp ông chú, chàng không đi một mình. Đi với chàng là một cô gái khá xinh xắn. Gặp ông chú, chàng thanh niên lễ phép cúi chào, rồi nói:

Xin phép chú, chiều nay cháu xin được dẫn theo người bạn gái của cháu, đến xin gặp chú. Cháu xin được giới thiệu với chú, đây là Diệu Hiền.

Diệu Hiền mỉm cười, cúi đầu chào ông chú, rồi nói:

Cháu rất hân hạnh được gặp chú.

Thưa chú, cháu đã được nghe anh Nhật Minh nói rất nhiều về những chia xẻ của chú. Cháu rất ngưỡng mộ chú, và đã năn nỉ anh Nhật Minh nhiều lần, xin được đến gặp chú, nhưng mãi đến chiều nay, anh Nhật Minh mới đồng ý.

Cháu không biết, việc làm đường đột của hai cháu có làm chú phiền lòng hay không? Nếu có, cháu thành thật xin lỗi chú.

Sở dĩ, cháu phải mạo muội đến xin gặp chú, vì cháu có một vấn đề, mà cháu đã thắc mắc bấy lâu nay, nhưng vẫn chưa giải đáp được. Không biết chú có vui lòng giúp cháu không?

Ông chú nhìn Diệu Hiền mỉm cười, nói:

Bạn thật khách sáo. Tôi chẳng có gì phiền lòng cả. Rất vui khi được gặp hai bạn. Nào, mời hai bạn cùng ngồi xuống, nghỉ chân đã.

Diệu Hiền và Nhật Minh nghe ông chú mời, cùng ngồi xuống thăm cỏ xanh êm ái, mặt đối diện với ông chú.

Ông chú lên tiếng. Thật ra, kinh nghiệm sống của tôi cũng có giới hạn. Thế nên, vấn đề mà bạn thắc mắc, chưa chắc tôi đã có kinh nghiệm để chia sẻ lại với bạn. Nay bạn, nếu như thắc mắc của bạn vượt quá kinh nghiệm của tôi, tôi sẽ không thể chia sẻ gì với bạn cả. Mong bạn thứ lỗi cho.

Cháu biết chú khiêm tốn thôi, chứ vấn đề của cháu đối với chú chỉ là “chuyện nhỏ”.

Này bạn, tôi thích đôi chân của tôi đi trên mặt đất hơn trên mây, bạn nhé. Ông chú nói.

Diệu Hiền cười to. Cháu nói thật đấy chú. Cháu không thích tâng bốc, hay nâng “tâng” ai đâu. Sỡ dĩ, cháu nói vậy, là vì, anh Nhật Minh là người rất ít khi ngưỡng mộ một ai. Chỉ riêng với chú, anh Nhật Minh luôn miệng đề cập đến chú trong những khi chúng cháu chia sẻ. Cho nên, cháu mới dám nói, vấn đề thắc mắc của cháu chỉ là chuyện nhỏ đối với chú đó mà.

Vậy sao bạn Diệu Hiền không nhờ bạn Nhật Minh giúp bạn giải đáp thắc mắc của bạn?

Dạ, cháu cũng đã nhờ, nhưng anh Nhật Minh bảo, chú sẽ có nhiều kinh nghiệm hơn nên sẽ giúp cháu dễ hiểu hơn.

Vậy vấn đề Bạn Thắc mắc là gì?

Dạ, thưa chú, Tứ Diệu Đế.

Thưa chú, trong tất cả kinh điển của Phật Giáo thì cháu tâm đắc nhất với Tứ Diệu Đế. Bởi vì, Tứ Diệu Đế liên quan đến chuyên ngành của cháu là Tâm Lý học.

Tuy là bác sĩ về tâm lý đã nhiều năm, nhưng cháu vẫn cảm thấy, ngành Tâm Lý học của phương Tây có rất nhiều vấn

đề, nhất là trong phương pháp giải quyết các vấn đề liên quan đến tâm lý.

Một trong những vấn đề quan trọng nhất, đó là: các bác sĩ tâm lý, sau một thời gian giúp bệnh nhân chữa trị tâm lý thì chính họ lại trở thành bệnh nhân tâm lý do những bệnh nhân của họ tạo ra, và luôn cần sự hỗ trợ, chữa trị, từ một bác sĩ tâm lý khác.

Đây đúng là chuyện khôi hài. Ai nghĩ sao, cháu không biết, nhưng với cháu, đó là điều không thể chấp nhận được.

Cháu biết, trong đạo Phật có Phương Pháp Tứ Diệu Đế, và cháu cũng biết, phương pháp Tứ Diệu Đế rất tuyệt vời. Nhưng vì kinh nghiệm và kiến thức của cháu còn nông cạn. Cho nên, khi ứng dụng phương pháp Tứ Diệu Đế vào chữa trị cho bệnh nhân, cháu cũng chưa đạt được hiệu quả như cháu mong muốn.

Vì vậy, cháu mới xin anh Nhật Minh giúp cháu đến gặp chú, mong chú có thể giúp cháu.

Đúng như bạn nói, Tứ Diệu Đế quả thật là một phương pháp tuyệt vời trong việc giúp cá thể giải quyết tất cả mọi vấn đề một cách rất ráo để đạt được trạng thái An Lâu Dài. Nhưng muốn hiểu và áp dụng đúng cách của Tứ Diệu Đế, thì cho đến nay, cũng ít ai chia sẻ một cách đúng đắn về phương pháp này. Vậy theo như kinh nghiệm và hiểu biết của bạn, Tứ Diệu Đế là gì?

Thưa chú, theo kinh nghiệm của cháu, Tứ Diệu Đế là Bốn Sự Thật vi diệu, bao gồm: Khổ Đế, Tập Đế, Diệt Đế và Đạo Đế.

Theo Định Nghĩa:

- Khổ Đế là thực trạng đau khổ của con người hay bản chất của khổ đau
- Tập Đế là nguồn gốc hay nguyên nhân dẫn đến thực trạng của đau khổ
- Diệt đế là sự chấm dứt hay kết thúc của khổ đau
- Đạo đế là con đường, hay phương pháp thực hành dẫn đến chấm dứt sự khổ đau

Đúng trên góc độ sắp xếp theo thứ tự thì:

- Khổ Đế là Đế thứ Nhất
- Tập Đế là Đế thứ Hai
- Diệt Đế là Đế thứ Ba
- Đạo Đế là Đế thứ Tư

Đây là thắc mắc đầu tiên của cháu về cách thức sắp xếp thứ tự của Tứ Diệu Đế; theo cháu, có vẻ như, cách sắp xếp này không ổn, chú ạ.

Thí dụ như, nếu không tìm ra được con đường hay phương pháp giải quyết khổ đau (Đạo Đế) thì làm sao chúng ta có thể chấm dứt, hay kết thúc được sự khổ đau (Diệt Đế).

Nhưng ở đây, lại là sự sắp xếp thứ tự trong kinh điển đã có mấy ngàn năm. Nếu thật sự không ổn thì phải có nhiều người lên tiếng, hay chỉnh sửa lại. Sự thật, cho đến nay, cháu vẫn chưa thấy có ai.

Chính vì vậy, cháu rất hoang mang, nên khi cháu ứng dụng phương pháp Tứ Diệu Đế vào chữa bệnh thì cháu luôn bị bế tắc ở đâu đó. Không biết, có phải sự sắp xếp đó có một “ẩn ý” gì sâu xa mà cháu chưa hiểu được không, mong chú có thể giải thích dùm cháu.

Dĩ nhiên, tôi có thể chia sẻ với bạn về những “ấn ý” này, nhưng bạn có thể cho tôi hỏi, nếu như cho bạn sắp xếp lại thì bạn sẽ sắp xếp thứ tự như thế nào?

Cháu sẽ sắp xếp theo thứ tự: Khổ Đé, Tập Đé, Đạo Đé và cuối cùng là Diệt Đé.

Tại sao bạn lại sắp xếp thứ tự như thế? Ông chú hỏi.

Theo Cháu, nếu xếp theo lối cũ có 2 điều không đúng với trình tự và lý luận:

- 1- Nếu đã có sự chấm dứt khổ đau rồi thì tìm ra phương pháp giải quyết để làm gì. Thế nên, chúng ta không cần đến Đạo Đé nữa, mà chỉ cần Tam Đé là đủ. Như vậy sẽ hợp lý hơn.
- 2- Còn nếu như, muốn chấm dứt khổ đau thì phải có phương pháp trước, rồi khi áp dụng các phương pháp để giải quyết các vấn đề xong, mới đem đến kết quả là chấm dứt khổ đau. Cho nên, Đạo Đé phải xếp thứ Ba trước Diệt Đé, như vậy, mới hợp lý và tránh gây ra hiểu lầm.

Rất hợp lý, và tôi cũng đồng ý với cách sắp xếp của bạn. Bây giờ, chúng ta hãy cùng quan sát cách sắp xếp theo lối cũ, xem các tiền nhân của chúng ta có ấn ý gì?

Trước hết, chúng ta hãy quan sát trong kinh Chuyển Pháp Luân (Tương Ứng & Tập A Hàm) đã giảng giải về Tứ Diệu Đé ra sao?

1) Khổ Đé (Dukkha): Khổ đau là một thực trạng mà con người cảm nhận từ lúc mới lọt lòng mẹ cho đến khi nhắm mắt xuôi tay, không ai phủ nhận điều này. Con người của chúng ta luôn có xu hướng muốn vượt thoát khổ đau, và tìm

kiếm an lạc, hạnh phúc. Nhưng vì họ không hiểu rõ được bản chất của khổ đau, nên họ đã không tìm ra được lối thoát thực sự; đôi khi ngược lại, họ càng tìm kiếm hạnh phúc, an lạc nhiều bao nhiêu thì họ lại càng tạo ra thêm khổ đau, phiền não, nhiều bấy nhiêu.

Theo Khổ Đế, Khổ có thể chia ra làm 3 phương diện như sau:

a) **Về Phương Diện Sinh Lý:** Khổ là một cảm giác khó chịu, bức bối, đau đớn, v.v có được từ Thân.

Thí dụ như: da bị trầy xước vì té ngã, hay một hạt cát bay vào trong mắt; tạo ra cảm giác khó chịu và đau đớn trên thân thể, thì những sự đau đớn, hay khó chịu này gọi là sự đau đớn, hay khó chịu, về thể xác. Đúng như câu Lão Tử đã nói: Có thân mới có khổ (Ngô hữu đại hoạn do ngô hữu thân).

b) **Về Phương Diện Tâm Lý:** Khổ nảy sinh do không được toại ý, không vừa lòng. Hay những mất mát, thua thiệt trong cuộc đời. Hay người mình thương muốn gần mà không được; người mình ghét mà cứ gặp gỡ hoài; Những ước mơ không được toại ý, lòng luôn khát khao mong đợi, bức bách v.v, tạo nên sự bi quan, chán chường, phiền muộn, lo âu. Đây là những nỗi khổ thuộc về tâm lý.

c) **Khổ Là Sự Chấp Thủ Năm Uẩn:** Cái khổ thứ ba, bao gồm hai cái khổ trên, gọi là: “Chấp thủ năm uẩn là khổ”.

Theo ý kinh, năm uẩn là năm yếu tố nương tựa vào nhau để tạo ra con người, bao gồm: thân thể vật lý, và cấu trúc tâm lý như: hình tướng, cảm giác, niệm

tưởng, hành và thức (sắc, thọ, tưởng, hành, thức). Khi chúng ta bám víu vào 5 yếu tố trên, và có nhận thức sai lầm rằng: 5 uẩn đó là tôi, là của tôi, là tự ngã của tôi thì sự khổ đau sẽ có mặt. Ý niệm về “thân thể của tôi”, “tình cảm của tôi”, “tư tưởng của tôi”, “tâm tư của tôi”, “nhận thức của tôi”, v.v, hình thành một cái tôi ham muốn, vị kỷ; từ đó, mọi khổ đau phát sinh. Mọi khổ đau, lo âu, sợ hãi, thất vọng, điên cuồng, đều gắn liền với ý niệm về “cái tôi” ấy.

Tóm lại, cái khổ về mặt hiện tượng là cảm giác khổ về thân, sự bức bối của hoàn cảnh, sự không toại nguyện của tâm lý. Về mặt bản chất, khổ đau là do sự chấp thủ, ngã hóa từ năm uẩn mà ra.

2) Tập Đê (Samudaya): Tập là tích tập, tụ tập các phiền não lại tạo thành năng lực đưa đến khổ đau; đây là nguyên nhân, là nguồn gốc của các khổ. Khi nhận thức được bản chất của khổ một cách rõ ràng, chúng ta mới có thể đi vào con đường, đoạn diệt khổ đau (Đạo đế).

Cuộc đời là khổ hay không? Chọn lựa câu trả lời nào, tùy thuộc vào trạng thái tâm lý, cảm thọ, và nhận thức của mỗi người. Nguyên nhân của khổ có nguồn gốc sâu xa từ trong tâm tưởng, hay sự lựa chọn của con người.

Theo Phật giáo, các nguyên nhân chính của đau khổ, không phải phát sinh chính từ vật chất, hay hoàn cảnh xã hội, mà gốc rễ chính là từ tâm thức của mỗi cá thể.

Chẳng hạn như, một trong nguyên nhân của khổ thường được các kinh đề cập đến là sự tham ái; vì có sự tham ái mà sinh ra chấp thủ, bám víu vào các đối tượng của tham ái. Rồi từ sự chấp thủ này, sinh ra sự khao khát, mong muốn.

Và khi sự khao khát, mong muốn, không được thỏa mãn, hay toại nguyện thì sẽ nảy sinh ra sự khổ đau.

Và nếu chúng ta cứ tiếp tục nhìn sâu hơn thì chúng ta thấy, chấp thủ cũng chưa phải là nguyên nhân hay gốc rễ chính của sự tham ái, mà sự tham ái này lại bắt đầu bằng vô minh.

Vô Minh tức là không sáng suốt, si mê, không thấy rõ bản chất của sự vật hiện tượng đều nương vào nhau mà sinh khởi, đều vô thường và chuyển biến, không có cái chủ thể, cái bền vững độc lập ở trong chúng.

Chính vì, chúng ta không nhận thức được rõ ràng, nên chúng ta sinh ra tâm tham muốn, ôm giữ lấy các đối tượng lạc thú. Từ đó, mới lầm tưởng rằng, “cái tôi” là quan trọng nhất, là cái có thật cần phải bám víu, củng cố, và cần phải thỏa mãn nhu cầu của nó, bằng bất cứ giá nào. Chính vì vậy, mà tạo những nỗi thống khổ của cuộc đời.

Tóm lại, cuộc đời của chúng ta khổ hay không đều bắt nguồn từ những nhận thức của chúng ta như thế nào.

Nếu nhận thức của chúng ta bị cuốn hút vào sự tham lam do vô minh thì tâm thức của chúng ta sẽ sinh ra chấp thủ. Khi tâm thức của chúng ta bắt đầu chấp thủ thì chúng ta bắt đầu sản sinh ra khổ đau.

Nếu như nhận thức của chúng ta không khởi đầu bằng sự chấp ngã, dục vọng, vị kỷ hay phiền não; và không bị những yếu tố này khuấy động, chi phối, hay ngự trị trong tâm thức của chúng ta thì cuộc đời của chúng ta sẽ sống có an lạc, hạnh phúc.

3) Diệt Đế (Nirodha): Diệt là chấm dứt, là dập tắt. Diệt Đế là sự chấm dứt hay dập tắt phiền não, nguyên nhân đưa đến

đau khổ, và sự chấm dứt khổ đau; cũng có nghĩa là hạnh phúc, an lạc. Diệt Đế đồng nghĩa với Niết Bàn (Nirvana).

Đạo Phật xác nhận rằng: cuộc đời này, có đầy dẫy những đau khổ, đó là sự thật. Nhưng đạo Phật cũng xác định rằng: có một sự thật khác nữa, đó là An Lạc. Theo đạo Phật, ai trong chúng ta, cũng có thể đạt được sự thật về An Lạc. Vậy theo đạo Phật, An Lạc là gì?

Trong giáo lý của đạo Phật, An Lạc được phân chia thành hai phần: An Lạc Tương Đối và An Lạc Tuyệt Đối.

- a) **An Lạc Tương Đối:** An Lạc Tương Đối là sự An Vui có được, khi chúng ta đã làm lắng dịu lòng tham ái, chấp thủ, những nỗi lo âu, sợ hãi, bất an, đã giảm hẳn; và thân tâm trở nên thanh thản, đầu óc tỉnh táo; giúp chúng ta nhìn mọi vấn đề trở nên đơn giản, và rộng rãi hơn.
- b) **An Lạc Tuyệt Đối:** An Lạc Tuyệt đối cũng là sự An Vui, dựa trên sự ứng dụng tuệ quán, hướng tâm đến đoạn trừ toàn bộ phiền não vi tế, thâm sâu, để đạt đến sự tuyệt đối, và tối thượng là Niết Bàn. Diệt Đế chính là Niết Bàn. Niết Bàn là sự Thanh Tịnh, hay là sự An Lạc Tuyệt Đối.

4) Đạo đế (Magga): Đạo là con đường, là phương pháp thực hiện để đạt được an lạc, hạnh phúc trong đời sống hàng ngày, hay An Lạc Tuyệt Đối-Niết Bàn.

Như vậy, nếu chúng ta dựa trên sự diễn giải của kinh Chuyển Pháp Luân, chúng ta có thể hiểu, Tứ Diệu Đế trong kinh điển của Phật giáo, được trình bày dưới dạng của người Thử Nghiệm, bao gồm Tam Đế: Khổ Đế, Tập Đế và Diệt Đế, ứng dụng trong sự thực tập để đạt được trạng thái An Lạc của một cá thể; và Đạo Đế, được trình bày dưới dạng

Dụng Nghiệm, làm sao ứng dụng sự An Lạc của cá thể đó trong đời sống hằng ngày.

Hay nói khác hơn, ở đây, Tứ Diệu Đế bao gồm luôn cả hai phạm trù: Thể Nghiệm và Dụng Nghiệm vào chung một phương pháp.

Đó chính là phần “ẩn ý” của tiên nhân mà bạn thắc mắc.

Rất đồng ý với bạn, khi nói về ứng dụng thì Tứ Diệu Đế theo lối cũ đã thiếu một phần, đó là, trước Diệt Đế phải thêm phần Đạo Đế. Nếu không có Đạo Đế thì không thể có Diệt Đế được.

Hơn nữa, Đạo Đế của người Thể Nghiệm thì khác với Đạo Đế của người Dụng Nghiệm. Cho nên, không thể dùng Đạo Đế của Dụng Nghiệm để thay thế cho Thể Nghiệm được. Và nếu kiên cường, bắt buộc phải thay thế thì Đạo Đế vẫn phải xếp trên Diệt Đế, chứ không thể xếp theo lối cũ.

Cám ơn chú, bây giờ thì cháu đã hiểu được Tứ Diệu Đế một cách rõ ràng hơn. Nhưng cháu vẫn còn chút thắc mắc, phần Đạo Đế đứng trước Diệt Đế sẽ ứng dụng như thế nào?

Đạo Đế là phương pháp giải quyết vấn đề, nếu đem so với phương pháp của phương Tây, cũng không khác mấy. Chẳng hạn, đối với phương pháp giải quyết vấn đề của phương Tây, họ chú trọng vào câu hỏi “Làm Sao – How”, hơn là chú trọng vào câu hỏi “Tại Sao - Why” như phương pháp của Tứ Diệu Đế.

Hay nói một cách rõ ràng hơn, theo phương pháp của phương Tây, họ thiếu phần Tập Đế (câu hỏi tại sao). Chính vì không hỏi Tại Sao, nên phương pháp giải quyết vấn đề của phương Tây chỉ giải quyết được phần ngọn mà không

giải quyết được phần gốc. Cho dù, họ có thể giải quyết được vấn đề thì họ cũng chỉ đạt được trạng thái An tạm thời ngắn hạn, và khi phần ngọn đó lại phát sinh, nảy nở thì lại tạo ra sự bất an kế tiếp.

Còn Tứ Diệu Đế theo lối cũ, có phần Tập Đế, tức là sử dụng câu hỏi tại sao, rất nhiều lần, cho đến khi tìm ra gốc rễ. Cho nên, khi kết hợp với Đạo Đế là phương pháp giải quyết thì sẽ đạt được trạng thái An kéo dài.

Rõ ràng, khi gốc rễ gây ra vấn đề đã bị đứt đoạn thì phần ngọn không thể nảy nở phát sinh. Tiếc thay, phương pháp trong Tứ Diệu Đế lại thiếu phần Đạo Đế (câu hỏi làm sao). Vì vậy, khiến cho nhiều người, khi ứng dụng, dễ rơi vào bế tắc, không biết nên dùng cách nào cho có hiệu quả.

Ồ, thì ra là thế. Cháu bây giờ mới hiểu rõ được nguyên nhân tại sao, nhiều bệnh nhân của cháu, sau khi được cố vấn những cách giải quyết vấn đề, thì họ chỉ được một thời gian ngắn có được An Vui. Nhưng sau đó, những vấn đề đó lại tiếp tục phát sinh.

Có nhiều người, có một vấn đề, khi trong quá trình trị liệu thì dứt hẳn, nhưng khi trở lại môi trường sống của họ thì họ lại có vấn đề như ban đầu.

Thưa chú, vậy chú có thể chia sẻ với cháu, làm sao ứng dụng Tứ Diệu Đế vào cách trị liệu trong tâm lý không?

Được chứ. Nếu chuyên ngành của bạn về Tâm Lý thì chúng ta sẽ không sử dụng ngôn ngữ của Tứ Diệu Đế, mà chúng ta có thể chuyển hẳn qua những ngôn ngữ của khoa Tâm Lý như:

Bốn Bước Để Giải Quyết một vấn đề, như sau:

Bước 1: Xác Định Minh Có Vấn Đề

Bước 2: Nguyên Nhân Tạo Ra Vấn Đề

Bước 3: Phương Pháp Giải Quyết Vấn Đề

Bước 4: Thời Gian Giải Quyết Vấn Đề

Dĩ nhiên, hai chữ “vấn đề” dùng ở đây, bao gồm tất cả những nguồn cảm xúc/giác như: phiền muộn, tức giận, ganh ghét, thù hận, đau khổ, hạnh phúc, vui vẻ v.v.

Hay quá! Chú có thể giảng giải chi tiết từng bước một cho cháu không?

Được chứ, Này người bạn trẻ, phần đông chúng ta vẫn có một thói quen là “coi thường” vấn đề. Khi có một vấn đề, đa phần chúng ta thường chọn cách “coi như không có vấn đề”, hoặc “vấn đề đó nhỏ, không cần phải giải quyết”, v.v.

Dù cho chúng ta chọn cách nào thì đó cũng chỉ là những lý lẽ “ngụy biện” của “bản ngã” để trốn tránh, không muốn đương đầu với vấn đề.

Trong Tâm Lý học của phương Tây, hay Duy Thức học của phương Đông thì Tâm Thức của một cá thể được chia ra làm ba Thức, gồm: Ý Thức, Ngã Thức, và Tàng/Tiềm Thức hay Căn Bản Thức (Duy Thức học).

Trong Duy Thức học, ngoài 3 Thức trên, còn có thêm 5 Thức khác, bao gồm: Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, và Thân Thức, gộp chung gọi là Tám Tâm Vương hay Tám Thức.

Ở đây, chúng ta dùng phương pháp của phương Tây, nên chỉ bàn về cách dùng ba Thức mà thôi.

Về công dụng, thì chức năng của ba Thức được phân chia như sau:

Chức năng của Ý Thức:

- Phân tích, nhận diện, tính toán, tổng hợp, so sánh, phỏng đoán, tưởng tượng
- Ngôn ngữ chính: lời nói, chữ
- Trí nhớ: tạm thời
- Về sự vận hành hay hoạt động của Ý thức, thì Ý thức có thể nhận thông tin, và dữ liệu từ ba chiều. Chiều thứ nhất: đến từ năm giác quan: Mắt Mũi, Tai, Lưỡi và Thân. Chiều thứ hai: từ tư tưởng và cảm giác bên trong Bản Ngã, và chiều thứ ba: từ Tiềm Thức.

Sau khi nhận được những thông tin, dữ liệu, hay vấn đề từ ba chiều thì Ý Thức sẽ tùy theo những đòi hỏi của những thông tin, rồi tiến hành những quá trình như phân tích, tổng hợp, tính toán, nhận dạng, v.v. qua việc sử dụng hầu hết các dữ liệu từ kho dữ liệu của Tiềm Thức.

Nếu trong quá trình đang tìm ra phương pháp đang tiếp diễn thì Ý Thức sẽ sử dụng bộ nhớ ngắn hạn của Ý Thức để ghi nhớ. Khi đã giải quyết xong các thông tin, hay vấn đề thì Ý Thức sẽ đem toàn bộ thông tin hay vấn đề đó gói vào bộ nhớ lâu dài của Tiềm Thức.

Chức năng của Tiềm/Tàng Thức:

Tàng thức, hay Tiềm Thức, hay Căn Bản Thức là Thức ở ẩn sâu bên trong, với chức năng quan trọng nhất là: Khởi đầu và kết hợp với Thân Thể Thức để duy trì mạng sống của cá thể.

Gần như, 95% trong ngày, con người của chúng ta sử dụng Tiềm Thức, và chỉ có 5% là sử dụng Ý Thức. Thế nên, Ý Thức chỉ hoạt động trong giai đoạn ngắn trong ngày, như khi cần phải phân tích hay tính toán một dữ liệu, hay thông tin gì đó, mà Ngã Thức, Thân Thể Thức, hay Tiềm Thức đòi hỏi. Nếu không có sự đòi hỏi của các Thức, thì Ý Thức luôn vắng mặt, đặc biệt nhất khi chúng ta ngủ. Ngược lại, Tiềm Thức thì hoạt động liên tục trong 24 giờ, không ngừng nghỉ. Khi Tiềm Thức và Thân Thể Thức của một cá thể ngừng nghỉ, thì cũng là lúc cá thể đó chia tay cuộc đời.

Ngoài chức năng quan trọng nêu trên, Tầng Thức/Tiềm Thức còn có rất nhiều chức năng khác như:

- Kho chứa tất cả các thông tin, dữ liệu từ 5 giác quan, Ý Thức, Ngã Thức và Thân Thể Thức
- Duy trì bộ nhớ lâu dài và nối kết các thông tin dữ liệu, có khả năng sáng tạo
- Đòi hỏi những thông tin, dữ liệu, hoặc vấn đề chưa được giải quyết triệt để, để tạo sự hoàn chỉnh
- Cung cấp thông tin liên tục cho Ngã Thức.
- Ngôn ngữ Chính: Hình Ảnh.
- Chính vì không có các chức năng như phân tích, tính toán, tổng hợp, v.v của Ý thức, nên Tiềm Thức không có thể phủ định, cũng như, không có quá khứ và tương lai.

Thời gian hoạt động mạnh nhất của Tiềm thức, là khi Ngã Thức và Ý Thức ngưng hoạt động.

Thí dụ: Khi cá thể ngủ, thì Ý Thức và Ngã Thức đều tạm ngừng hoạt động, và chỉ có Tiềm Thức hoạt động. Những giấc mơ đến với cá thể, chính là quá trình sắp xếp, kết nối các thông tin, và dữ liệu thu

thập trong ngày. Khi Ý Thức hay Ngã Thức hoạt động thì Tiềm Thức lại ẩn vào trong, và nhường quyền hoạt động lại cho Ý Thức hay Ngã Thức.

Chức năng của Ngã Thức: hay Thức về cái tôi, hay Bản Ngã, là thức được ẩn sâu bên trong.

Chức năng quan trọng nhất của Ngã Thức, đó là:

- Thành trì trú ngụ và phát sinh cảm xúc/giác
- Đạo đức
- Danh dự
- Niềm tin qua kinh nghiệm tích lũy v.v.

Khi Cảm Xúc/Giác, hay Đạo Đức, hay Niềm Tin, v.v của cá thể, bị tác động từ những dữ liệu của 5 giác quan gửi về kho Tiềm Thức, hay từ Thân Thể Thức, hay do những vấn đề tích tụ dưới kho Tiềm Thức chưa được giải quyết một cách triệt để, trôi lên trên Ý Thức đòi giải quyết, thì Cảm Xúc/Giác tiêu cực bị tác động mạnh, gây ra khổ đau, phiền muộn cho cá thể. Lập tức, Ngã Thức sẽ kích hoạt cơ chế tự bảo vệ, và sử dụng Ý Thức để phân tích, tổng hợp, tính toán, các cách thức chống trả, hay trốn chạy.

Trong Ngã Thức, vì có chức năng Đạo Đức, nên trong Ngã Thức được chia làm ba phần, gồm các cặp đối lập như: Thiện-Ác; Tích Cực-Tiêu Cực, v.v., và phần thứ ba, Trung Tính - không Thiện, không Ác... Vì có sự đối lập của chức năng Đạo Đức trong Ngã Thức, nên cá thể khó có thể duy trì được sự quân bình liên tục. Vì vậy, hay tạo ra sự xáo trộn (bất An) trong Ngã Thức.

Thật ra, Ý Thức và Tiềm Thức của một cá thể, được phân chia, nhằm giúp cho chúng ta hiểu được các chức năng, và

hoạt động của mỗi thức khác nhau như thế nào. Nhưng trên thực tế, Ngũ Thức mới chính là chủ nhân ông của các thức; còn Ý thức và Tiềm Thức, chỉ là công cụ cho Ngũ Thức sử dụng. Cho nên, trong Ý Thức và Tiềm Thức đều không có cảm xúc như: vui sướng, buồn phiền, khổ đau, an lạc. Tất cả những cảm xúc/giác đó đều nằm gọn trong Ngũ Thức.

Nếu Ngũ thức của cá thể nghiêng về phần thiện, tích cực nhiều hơn thì cá thể đó sống hạnh phúc, an lạc nhiều hơn. Nếu ngược lại, thì đau khổ nhiều hơn.

Dĩ nhiên, đề tài liên quan đến Ý Thức, Tiềm Thức, và Ngũ Thức là một đề tài lớn, chúng ta cần phải có rất nhiều thời gian mới có thể hiểu sâu sắc, và biết ứng dụng về ba Thức một cách linh hoạt và chính xác được.

Nhưng ở đây, chúng ta chỉ cần nắm những chức năng căn bản của ba Thức nêu trên, thì chúng ta đã có thể ứng dụng cho Phương Pháp Bốn Bước Giải Quyết Một Vấn Đề một cách triệt để.

Nào, chúng ta hãy trở lại Bước 1: Xác Định Mình Có Vấn Đề.

Tại sao lại phải xác định mình có vấn đề?

Đơn giản, là vì, khi chúng ta không xác định chúng ta có vấn đề thì làm gì chúng ta có vấn đề để giải quyết. Vấn đề chỉ trở thành vấn đề, khi vấn đề đó, tác động lên vùng cảm xúc/giác. Và vùng cảm xúc/giác bị tác động nhiều nhất là vùng cảm xúc/giác tiêu cực.

Khi vùng cảm xúc/giác tiêu cực bị kích hoạt thì những cảm xúc/giác tiêu cực như: giận dữ, bực tức, khó chịu, chán nản, thù ghét, v.v, sẽ đại diện cho Ngũ Thức và sai sử Ý Thức

tìm cách chống trả để làm dịu đi những cảm xúc/giác tiêu cực đó.

Ý Thức khi nhận lệnh từ những cảm xúc/giác tiêu cực sẽ sử dụng kho dữ liệu từ Tiềm Thức, để phân tích, tính toán, so sánh những kinh nghiệm, hay kiến thức trong quá khứ, để tìm ra cách thức, hay phương pháp chống trả làm sao có thể thỏa mãn cho những cảm xúc/ giác tiêu cực.

Nếu trong quá trình chống trả, mà những phương pháp, hay cách thức của Ý Thức bị thua kém đối thủ, hay bị đối thủ tấn công ngược lại (trong trường hợp có chủ thể và đối tượng), thì cảm xúc/giác lại tiếp tục thúc đẩy Ý Thức tiếp tục tìm ra những giải pháp khác.

Nếu như Ý Thức đã sử dụng hết những kinh nghiệm, hay kiến thức có được trong Tiềm thức rồi mà vẫn không thể tìm ra cách thức chống trả, và bỏ cuộc, thì Ngã Thức bị đuối lý.

Khi bị đuối lý, Ngã Thức sẽ rơi vào trong hai trạng thái: một là chấp nhận thua cuộc, hai là không chấp nhận thua cuộc.

Khi Ngã thức chấp nhận thua cuộc, cộng thêm với những cảm xúc/giác tiêu cực liên tục đang có, và việc thua cuộc xảy ra rất nhiều lần thì kích hoạt cảm giác tự ty mặc cảm.

Nếu như Ngã thức không chấp nhận thua cuộc thì sẽ gia tăng cảm xúc/giác tiêu cực với đối thủ, bắt đầu từ nhẹ đến nặng như: ganh, ghét, thù, hận, v.v bắt đầu được nâng cấp.

Tất cả những hậu quả, dù là chấp nhận hay không của Ngã Thức đều được đưa trở lại trong kho dữ liệu của Tiềm Thức để gìn giữ trong phần kinh nghiệm, và hình thành cá tính của cá nhân.

Ngã thức sẽ sử dụng những kinh nghiệm hay cá tính chọn lọc này để tiếp tục sinh hoạt với chính mình, hay đối với người khác.

Như vậy, qua sự quan sát nhìn sâu vào căn bản của ba Thức, chúng ta thấy rằng: đứng trên góc độ có chủ thể và đối tượng thì sự hoạt động của cả ba Thức, đều dựa trên những cảm xúc/giác của cá thể để đưa ra cách ứng xử, phản ứng với đối tượng như thế nào.

Nhưng nếu đứng trên góc độ của cá nhân, khi có chủ thể là chính mình, và đối tượng là các cảm xúc/giác của mình thì sự vận hành của ba Thức sẽ khác. Vì sao?

Vì có đối tượng là các cảm xúc/giác của chính mình mà không phải từ người khác, nên đứng trên góc độ của cá nhân thì đa phần lại từ Ngã Thức, Thân Thể Thức, và Tiềm Thức của người đó, chứ không phải từ một người nào đó tạo tác.

Như chúng ta đã biết, một trong những chức năng của Tiềm Thức là sắp xếp, và liên kết các thông tin và dữ liệu.

Trong quá trình thu thập, sắp xếp, và liên kết các thông tin dữ liệu trong một ngày, bao gồm: từ năm giác quan, Ý Thức và Ngã Thức, thì Tiềm Thức có thể sẽ đem những vấn đề mà cá nhân đã cố gắng đè nén, trốn tránh, không chịu giải quyết một cách triệt để, lên trên Ý Thức, và sử dụng khả năng phân tích, tổng hợp của Ý Thức để giải quyết.

Vì đã là những vấn đề không được giải quyết, có nghĩa là, trong quá khứ, Ý Thức của cá nhân đó đã tận dụng hết khả năng nhưng vẫn không giải quyết được; nên Ngã Thức mới phải dùng đến khả năng đè nén, trốn chạy để không phải suy nghĩ đến nữa.

Nay, Tiềm Thức lại cũng đem những vấn đề đó lên, cộng thêm những vấn đề mới, và đòi Ngã Thức phải giải quyết, khiến cho cảm xúc/giác tiêu cực của Ngã Thức luôn bị kích hoạt, và khiến cho Ngã Thức luôn rơi vào trong trạng thái bất An, đau khổ.

Khi con người của chúng ta cô đơn, đó là lúc mà Ý và Ngã Thức của chúng ta ít hoạt động nhất; đó cũng chính là cơ hội cho Tiềm Thức hoạt động. Nhưng trong những trường hợp đặc biệt, có liên quan đến sự sống còn của cá thể, thì cho dù, ngay cả khi Ý và Ngã Thức đang hoạt động, Tiềm Thức cũng sẽ lấn quyền Ý và Ngã Thức, và đòi hỏi Ý và Ngã Thức phải giải quyết các vấn đề do Tiềm Thức đòi hỏi một cách nhanh nhất, hay cho đến khi nào có giải đáp thích đáng.

Đa phần, Tiềm Thức ít khi sử dụng quyền này, và thường nhượng bộ Ý và Ngã Thức, cho đến khi, cá thể đó rơi vào trạng thái cô đơn thì Tiềm Thức mới bắt đầu hoạt động.

Thế nên, khi con người cô đơn thì những vấn đề chưa được giải quyết, hay giải quyết chỉ mang tính cách tạm thời sẽ liên tục xuất hiện trên bề mặt của Ý Thức, và bắt Ý Thức phải hoạt động để tìm ra giải pháp.

Chính vì thiếu hiểu biết, nên chúng ta thường “coi” cô đơn như là một “kẻ thù” luôn “gieo rắc” những khổ đau cho chúng ta; mà chúng ta không biết được, công dụng đặc biệt của cô đơn, chính là đang cho chúng ta những cơ hội để sửa sai, chấn chỉnh, hay đi tìm ra gốc rễ của vấn đề và đi giải quyết vấn đề một cách triệt để.

Cuộc đời của chúng ta đã không biết bao nhiêu lần, Ngã Thức của chúng ta đã lựa chọn trốn chạy, hay tự đánh lừa bản thân mình rằng: mình không có vấn đề.

Ngã Thức của chúng ta đã không biết bao nhiêu lần dùng sự đè nén, hay chèn ép những vấn đề khác lên trên nhau để nguy hiểm, hay tự đánh lừa chính mình rằng: mình không có vấn đề.

Nhưng với sự hoạt động độc lập, không chịu sự khống chế của Ngã Thức, thì Tiềm Thức của chúng ta cũng sẽ lại lôi các vấn đề đó trở lại, nếu như, trong những thông tin hay dữ liệu thu thập trong ngày có liên quan đến các vấn đề mà chúng ta đã tìm cách đè nén, hay đã trốn chạy, hay chưa giải quyết.

Nếu chúng ta có sự hiểu biết đúng đắn về các chức năng của ba Thức, chúng ta thấy rằng, cho dù, Ngã Thức của chúng ta có là chủ nhân ông, có khả năng tự chọn, có khả năng đè nén, trốn chạy, thì Ngã thức của chúng ta vẫn không có thể khống chế được sự hoạt động độc lập của Tiềm Thức.

Ngã Thức của chúng ta có thể khống chế 100% Ý Thức, nhưng Ngã Thức của chúng ta lại không có thể khống chế 100% Tiềm Thức hay Thân Thể Thức. Hay nói đúng hơn, Ngã Thức của chúng ta chỉ có thể lợi dụng các chức năng của Tiềm Thức để phục vụ cho Ngã Thức mà thôi.

Thí dụ: Ngã thức muốn tạo cho mình một thói quen tốt, đi ngủ đúng giờ. Ngã thức có thể ra lệnh cho Ý Thức phân tích lợi hại của việc đi ngủ đúng giờ ra sao, thiết lập sự giới hạn, kỷ luật thế nào. Sau đó, Ý Thức đưa lập trình này vào trong Tiềm Thức. Tiềm Thức sẽ ghi nhớ cách chọn lựa này, và chờ sự quyết định, sắp xếp thứ tự quan trọng do Ngã Thức

quy định. Khi Ngã Thức đã quyết định xong thì đưa trở ngược lại kho Tiềm Thức.

Sau khi nhận được dữ liệu từ Ngã Thức, Tiềm Thức sẽ theo qui định riêng của mình để tạo thành một thói quen.

Tiền trình tạo thành một thói quen theo Tiềm Thức là, bất cứ một việc gì muốn trở thành một thói quen phải trải qua một quá trình lập đi lập lại liên tục, ít nhất trong 21 ngày, và lâu nhất trong 3 tháng.

Sau khi trở thành một thói quen rồi, Tiềm Thức mới sắp xếp lại thứ tự theo yêu cầu của Ngã Thức. Nếu việc của Ngã Thức yêu cầu chỉ ở trong giai đoạn đang cấu thành thói quen, Tiềm Thức sẽ không tuân theo, hay chịu bất cứ một sự khống chế, hay đe dọa nào từ Ngã Thức để thỏa mãn theo mong muốn của Ngã Thức.

Đó chính là lý do tại sao, có những lúc Ngã Thức muốn việc đó xảy ra liền, hay trong một giai đoạn ngắn thì Tiềm Thức lại luôn từ chối; vì việc đó, chưa đủ thời gian lập đi lập lại liên tục để trở thành một thói quen.

Từ đó, dẫn đến việc Ngã Thức mất niềm Tin, trở nên bi quan, tiêu cực, phát sinh tự ty mặc cảm v.v.

Cho nên, việc trốn chạy hay đè nén một vấn đề, theo thói quen thông thường của chúng ta, không phải là cách tối ưu để giải quyết vấn đề. Bởi vì, chúng ta không thể trốn chạy vấn đề.

Vì sao? Vì trước hay sau gì, chúng ta cũng phải đương đầu với vấn đề, và đi giải quyết nó. Sự thật là, hễ chúng ta càng trốn chạy, hay đè nén vấn đề càng sâu chùng nào, thì khi Tiềm Thức liên kết vấn đề cũ với những vấn đề khác, vấn

đề cũ và mới này sẽ trở nên nặng nề và càng khó giải quyết hơn.

Thế nên, xác định mình có vấn đề là việc làm vô cùng cần thiết. Bởi vì, khi đó, chúng ta đã chấp nhận chúng ta sẽ đương đầu để giải quyết vấn đề. Khi Ngã Thức của chúng ta đã chấp Nhận đi giải quyết vấn đề thì Ngã Thức chúng ta mới không sử dụng những khả năng như: đè nén, hay tự đánh lừa mình. Và nhờ đó, Ngã Thức của chúng ta sẽ cho chính mình những cơ hội sử dụng khả năng của Ý Thức, nhìn sâu hơn.

Chính vì, nhờ khả năng nhìn sâu hơn nên chúng ta mới có thể tiếp cận đúng với sự thật của vấn đề hơn. Và khi tiếp xúc được với sự thật, hay gốc rễ của vấn đề một cách chính xác, rõ ràng, thì lúc đó, Ngã Thức của chúng ta mới có thể giải quyết vấn đề đó một cách triệt để.

Cách thức hay nhất khi áp dụng bước thứ nhất: Xác Định Mình Có Vấn Đề, đó là, nên tìm một nơi chốn chỉ có một mình, hay cô đơn thì chúng ta sẽ có nhiều cơ hội tiếp cận với sự thật của vấn đề đúng hơn.

Cháu cảm ơn chú nhiều lắm. Tuy cháu đã từng học về ba Thức theo khoa Tâm Lý học phương Tây, nhưng cháu vẫn cảm thấy bất ổn, nhất là trong cách họ phân tích các chức năng của ba Thức, vô cùng lộn xộn, lộn xộn, lệch lạc, không được rõ ràng và chi tiết như chú đã trình bày.

Bây giờ, cháu đã hiểu, tại sao những bệnh nhân của cháu muốn có một thân hình cân đối, lại cứ tiếp tục béo phì. Hoặc họ có thể đạt được trong một thời gian ngắn, rồi sau đó, họ lại béo phì trở lại. Nguyên nhân phát sinh là do Tiềm Thức chưa biến thành thói quen, và cách Ngã Thức sắp xếp thứ

tự quan trọng bị thay đổi liên tục. Chính vì vậy, mà tại sao kết quả không được lâu bền như mong muốn.

Vậy, còn Bước thứ 2: Nguyên Nhân Tạo Ra Vấn Đề thì sao hả chú?

Ai trong chúng ta cũng biết, cho dù chúng ta đang sinh hoạt trong bất cứ một lĩnh vực nào, khi có một vấn đề phát sinh, nếu chúng ta không biết được nguyên nhân tạo ra vấn đề thì chúng ta không thể tìm ra cách thức giải quyết vấn đề.

Thông thường, khi chúng ta Chấp Nhận chúng ta có vấn đề thì ai trong chúng ta cũng sẽ đi tìm nguyên nhân. Nhưng tìm nguyên nhân như thế nào thì lại là một vấn đề.

Theo cách thức phổ thông, khi chúng ta đi giải quyết một vấn đề, chúng ta sẽ đặt vấn đề bằng câu hỏi, thí dụ như:

Tháng này tôi không đủ tiền trả tiền nhà, vậy tôi phải Làm Sao để giải quyết được việc này?

Vì câu hỏi của chúng ta là Làm Sao? Cho nên, cách thức giải quyết của Ý thức của chúng ta sẽ hướng đến cách phân tích, tổng hợp, những cách thức giải quyết liên quan đến làm sao như: gọi điện thoại mượn tiền bạn; lấy tiền từ thẻ tín dụng; về nhà xin tiền bố mẹ, anh, chị, em; gọi điện thoại xin khất trả tiền nhà, v.v.

Với những cách thức này, giả sử như, chúng ta thành công thì coi như vấn đề đó được giải quyết, và chúng ta tạm có An; vì sự lo âu không có tiền trả tiền nhà đã được giải quyết.

Nhưng sự thật, vấn đề thiếu tiền để trả tiền nhà có được giải quyết một cách triệt để chưa? Chắc chắn là chưa. Vì sao?

Vì sự thật, chúng ta đang tạo ra thêm những vấn đề mới: chúng ta sẽ làm gì có tiền, để trả lại số tiền, mà chúng ta đã vay mượn. Nếu chúng ta cứ “chai mặt” ra, và quyết nợ thì chúng ta sẽ tạo ra vô số các hậu quả khác như: mất uy tín, không ai tin tưởng, không ai muốn chơi với mình, và khi gặp khó khăn trong tương lai sẽ không có ai giúp đỡ, v.v.

Còn nếu như chúng ta có lòng tự trọng, muốn đi kiếm tiền ra để trả nợ thì chúng ta sẽ làm gì để kiếm ra tiền? Nếu không có tiền để trả nợ thì lương tâm của chúng ta sẽ cắn rứt bao lâu? Hoặc người cho mượn, vì nguyên nhân nào đó phát sinh mà họ cần chúng ta phải trả lại số tiền đó cho họ, để họ giải quyết vấn đề của họ, mà chúng ta lại không có tiền để trả thì lương tâm của chúng ta sẽ như thế nào?

Nếu như chúng ta không giải quyết được, và tình trạng thiếu trả tiền nhà lại kéo dài qua tháng sau, thì sao? Có thể nói, chúng ta đang tạo ra một chuỗi những phiền toái, lo âu; cái này chưa dứt thì cái kia đã khởi đầu.

Và nếu như, Ngã Thức của chúng ta bị cuốn hút vào trong những hậu quả tác động liên tục như thế thì sự tự ty mặc cảm của chúng ta sẽ bị kích hoạt liên tục. Khi đã được kích hoạt liên tục và biến thành thói quen, thì lúc đó, hình thành cá tính của chúng ta. Và khi đã biến thành cá tính tự ty mặc cảm rồi thì muốn thay đổi lại cũng cực kỳ là khó khăn.

Tệ hại hơn, khi chúng ta đã hình thành cá tính tự ty rồi, và khi chúng ta làm được một việc nhỏ nhoi nào đó, chúng ta lại tự phóng đại và tôn sùng nó lên cao để rồi cá tính tự ty được hình thành nhằm khóa lấp đi gốc rễ của sự tự ty.

Khi đã có mặt của tự tôn thì Ngã Thức sẽ vận dụng tới đa Ý Thức để nguy hiểm, hay bào chữa cho tính tự tôn này. Và cơ hội để nhìn ra sự thật, hay tiếp cận với sự thật sẽ trở nên cực kỳ khó khăn.

Trong khoa Tâm Lý học, chữa trị cho bệnh tự ty thì dễ gấp trăm lần so với bệnh tự tôn.

Đây lại là một đề tài khác, nếu chúng ta có duyên, chúng ta sẽ quan sát vào chi tiết sâu hơn.

Trở lại vấn đề ở đây, đó là, cách thức mà chúng ta đặt câu hỏi cho vấn đề của mình. Đây chính là Then Chốt, là Tinh Hoa, hay Góc Rẽ của Bốn Bước Giải Quyết vấn đề. Nếu trong phần này, chúng ta không nắm được tinh hoa của Bước thứ Hai này, thì cả Ba Bước kia, cũng sẽ thành vô dụng. Vì sao? Vì chúng ta sẽ không đạt được Kết Quả như chúng ta mong muốn. Điều này, cũng đúng với phương pháp của Tứ Diệu Đế.

Phương pháp Tứ Diệu Đế, hay phương pháp Bốn Bước thì khác với phương pháp của phương Tây, đó là: chú trọng vào câu hỏi Tại Sao? Dĩ nhiên, trong phương pháp ứng dụng của phương Tây, cũng có lúc họ hỏi Tại Sao? Nhưng khi họ hỏi Tại Sao thì họ chỉ hỏi có một lần. Ngược lại, phương pháp của Tứ Diệu Đế, hay Bốn Bước, lại hỏi Tại Sao rất nhiều lần.

Công thức là: Câu hỏi Tại Sao tiếp theo sẽ lấy câu trả lời trước, rồi cộng thêm chữ Tại Sao vào đầu câu. Cách thức này, có thể ứng dụng cho tất cả các câu hỏi Tại Sao, cho đến khi tìm ra nguyên nhân gốc.

Để cho dễ hiểu, chúng ta có thể lấy thí dụ sau đây để minh họa:

- Tại sao bạn lại thiếu tiền trả tiền nhà tháng này?
- Vì tôi thấy có một cái ví Gucci đẹp quá, nên đã dùng tiền, trả tiền nhà để mua ví.
- Tại sao bạn lại phải mua ví Gucci, trong khi, bạn có thể mua các loại ví rẻ tiền khác, mà bạn không phải dùng đến tiền trả tiền nhà?
- Bởi vì tôi không muốn bạn bè của tôi coi thường tôi.
- Tại sao bạn bè của bạn lại coi thường bạn?
- Bởi vì tôi không giàu có như họ, tôi không đẹp bằng họ, tôi thua thiệt họ đủ điều, nên tôi muốn chứng minh với họ, cái gì họ có, tôi cũng có.
- Tại sao bạn lại muốn chứng minh với họ, trong khi bạn không giàu có như họ?
- Vì tôi tự ty mặc cảm.

Qua thí dụ trên, chúng ta thấy, cũng cùng một vấn đề, nhưng cách thức đặt câu hỏi khác nhau thì cho ra kết quả khác nhau.

Với cách thức đặt câu hỏi của Bước thứ Hai, chúng ta có thể tìm ra được gốc rễ gây ra sự thiếu tiền trả tiền nhà, bắt nguồn từ sự tự ty mặc cảm, chứ không phải bắt đầu bằng việc thích chiếc ví Gucci.

Nếu như, chúng ta không áp dụng phương pháp hỏi Tại Sao nhiều lần, và chỉ một lần; và cho đó chính là nguồn gốc gây ra sự thiếu tiền thì nguồn gốc đó chưa đúng sự thật.

Và nếu như chúng ta lại lầm lẫn, khi cho rằng, vì mua cái ví Gucci là sự thật, và chúng ta đi tìm cách giải quyết, bằng cách thuyết phục bản ngã của chúng ta sẽ không chọn ví Gucci nữa; vì ví đó, gây ra cho chúng ta phiền não, lo âu.

Vậy thì, có thể tháng sau, chúng ta cũng sẵn sàng phạm vào cái lỗi thiếu tiền trả tiền nhà tiếp theo.

Vì sao? Vì chúng ta có thể chọn mua cái ví Chanel chẳng hạn. Nguyên do, chúng ta sẽ chọn cái ví Chanel là vì, những người bạn mà chúng ta có cảm giác tự ty đã đổi sang dùng Chanel, thay vì Gucci.

Như vậy, khi chúng ta không tìm ra gốc rễ thực sự của vấn đề, và chỉ đi giải quyết phần ngọn, thì cho dù, Ngã Thúc của chúng ta có răn đe, biết lỗi, không muốn tái phạm, hay đặt cho mình những giới hạn, hay kỷ luật hay đến bao nhiêu, thì điều đó cũng trở nên vô dụng. Bởi vì, khi gốc rễ được kích hoạt thì sự nảy nở của nhánh cành trên ngọn vẫn tiếp tục phát sinh.

Các nhà Thực Vật học kinh nghiệm đều cho rằng, khi càng cắt tỉa những cành nhánh bao nhiêu thì sự tăng trưởng và sinh sôi của cành nhánh đó càng mạnh bấy nhiêu. Tương tự như cách giải quyết vấn đề, Bước thứ Hai. Nếu chúng ta không chấm dứt từ gốc rễ của vấn đề mà chỉ giải quyết bằng cách cắt tỉa phần ngọn, thì vấn đề đó, càng ngày càng trở nên mạnh mẽ hơn, và khó chuyển hóa hơn.

Chính vì vậy, hỏi Tại Sao nhiều lần, giúp cho chúng ta có dịp nhìn sâu hơn, và hiểu chúng ta sâu sắc hơn. Khi chúng ta có thể hiểu chúng ta sâu sắc hơn, chúng ta sẽ dễ dàng nhận ra được sự thật rõ ràng. Vì vậy, chúng ta sẽ ít phạm lỗi hơn, và có nhiều cơ hội làm chủ được chính mình. Cho nên, cuộc sống của chúng ta sống có ý nghĩa và An Lạc hơn.

Nếu như chúng ta đem so sánh cách đặt câu hỏi của Tập Đề (Tại Sao), và cách đặt câu hỏi theo Đạo Đế (Làm Sao) của phương Tây, thì chúng ta thấy, cách giải quyết bằng Làm

Sao, luôn sẽ tạo ra những hậu quả kế tiếp, cũng như phát sinh ra những vấn đề kế tiếp, khiến đời sống của chúng ta luôn vây quanh bởi những vấn đề.

Ngược lại, khi chúng ta hỏi Tại Sao, chúng ta có cơ hội tìm ra được gốc rễ của vấn đề., Cho nên khi chúng ta áp dụng phương pháp Bước thứ Ba để tìm giải pháp, chúng ta sẽ chú trọng vào gốc rễ, thay vì phần ngọn.

Khi gốc rễ đã được chúng ta giải quyết thì chúng ta sẽ không còn tái phạm những sai lầm. Hay có thể nói, chúng ta không những giải quyết được vấn đề chúng ta đang có một cách triệt để, mà chúng ta còn có thêm một lợi ích khác, tránh không tạo ra những lỗi lầm tương tự, từ vấn đề chúng ta gặp phải. Nhờ vậy, chúng ta sống sẽ có hạnh phúc, và an lạc hơn.

Thật là một phương pháp quá tuyệt vời, và cũng vô cùng đơn giản, nếu như chúng ta có sự hiểu biết và biết cách ứng dụng đúng đắn, phải không chú?

Cháu sẽ nghiêm túc nghiên cứu về Bước thứ Hai này. Cháu biết, khi thực hành đúng những điều như chú trình bày sẽ giúp ích cho bản thân cháu và các bệnh nhân của cháu rất nhiều.

Vậy, còn Bước thứ Ba: Phương Pháp Giải Quyết Vấn Đề sẽ ứng dụng như thế nào, thưa chú? Diệu Hiền hỏi.

Như lúc đầu tôi đã chia sẻ với bạn, nếu trong phương pháp của phương Tây thiếu Bước thứ Hai là Tập Đế, thì trong Bước thứ Ba này, phương pháp của Tứ Diệu Đế lại không đề cập đến phương pháp này.

Bước thứ Ba là bước sẽ sử dụng câu hỏi Làm Sao để có thể giải quyết vấn đề một cách tối ưu nhất.

Nếu bạn để ý chữ tôi dùng, bạn có thấy, tôi nhấn mạnh đến hai chữ “Tối Ưu” không? Theo bạn, tại sao tôi lại dùng thêm hai chữ “Tối Ưu”?

Thưa chú, sở dĩ chú dùng thêm hai chữ Tối Ưu, vì, trong quá trình tìm những con đường hay phương pháp giải quyết thì chúng ta có rất nhiều cách hay nhiều con đường. Và trong những cách hay con đường đó, chúng ta phải sàng lọc để chọn ra những giải pháp tốt nhất cho vấn đề. Cho nên, ý nghĩa của hai chữ Tối Ưu là như vậy, có phải không, thưa chú?

Đúng vậy, bạn rất thông minh. Nhưng ngoài ý nghĩa đó ra, hai chữ Tối Ưu, còn có một ý nghĩa khác, bạn có nhận ra không?

Diệu Hiền im lặng suy nghĩ một lúc, mỉm cười, nói:

Thưa chú, đó chính là cách sắp xếp thứ tự quan trọng của các giải pháp. Bởi vì, nếu không biết sắp xếp thứ tự thì chúng ta sẽ không phân biệt được giải pháp nào là tốt nhất hay thích hợp nhất.

Đúng vậy, đây chính là những vấn đề mà nhiều người trong chúng ta khi ứng dụng Bước thứ Ba, luôn vấp phải trong việc lựa chọn cách giải quyết nào sẽ là tối ưu.

Bạn có biết không? Cái khuyết điểm của một nhân cho ra nhiều quả này, hay, có một vấn đề mà có quá nhiều cách giải quyết, lại khiến cho chúng ta bị rơi vào sự mơ hồ, và hoang mang, vì không biết lựa chọn cách nào.

Hãy lấy thí dụ trước đây làm minh họa:

Khi chúng ta có một vấn đề: thiếu tiền trả tiền nhà, và chúng ta hỏi: Làm Sao để có tiền để trả tiền nhà? Chúng ta cũng đã có ít nhất từ ba đến năm giải pháp khác nhau như:

- Gọi điện thoại mượn tiền bạn
- Lấy tiền từ thẻ tín dụng
- Về nhà xin tiền bố mẹ, anh, chị, em
- Gọi điện thoại xin khất trả tiền nhà
- Bán đồ đạc dư dưng v.v.

Vậy làm sao chúng ta có thể biết giải pháp nào sẽ là giải pháp tối ưu hay tốt nhất?

Muốn biết giải pháp nào tối ưu, hay tốt nhất thì chúng ta lại phải Biết ứng dụng một số những quá trình như sau:

Đầu tiên là quá trình So Sánh. Trong quá trình so sánh này, chúng ta sẽ bắt đầu bằng cách, phân chia thành hai phần, gọi là ưu và khuyết điểm của mỗi đáp án, hay giải pháp.

Sau đó, chúng ta sẽ liệt kê ra tất cả các ưu và khuyết điểm của mỗi giải pháp. Hoàn tất việc này xong thì đến tiến trình thứ hai là Phân Tích.

Trong quá trình phân tích này, chúng ta sẽ phải phân tích lợi và hại, hậu quả hay kết quả của từng ưu và khuyết điểm theo nhiều góc độ khác nhau, và liệt kê tất cả các góc độ đó xuống.

Sau khi có đầy đủ những thông tin và dữ liệu từ hai quá trình So Sánh và Phân Tích rồi, chúng ta mới sử dụng đến tiến trình thứ ba, Sắp Xếp Thứ Tự các giải pháp, hay đáp án.

Cách Sắp Xếp Thứ Tự Quan Trọng của các giải pháp hay đáp án như sau:

Giải pháp hay đáp án nào có lợi nhiều nhất, và có hại ít nhất được xếp đứng đầu, và cứ thế tuần tự sắp xếp cho đến hết các giải pháp hay đáp án.

Chính nhờ sự So Sánh, Phân Tích, và Sắp Xếp Thứ Tự Quan Trọng này sẽ giúp chúng ta có thể nắm rõ được từng ưu và khuyết điểm, cũng như lợi và hại, hậu quả hay kết quả trên nhiều góc độ.

Sau đó, qua sự sắp xếp sẽ giúp cho chúng ta biết, phải sử dụng giải pháp nào trước, giải pháp nào sau. Nếu trong quá trình ứng dụng các giải pháp mà có xảy ra các sự cố, thì ít nhất, chúng ta cũng biết những hậu quả, hay kết quả nào mà chúng ta sẽ phải đối mặt.

Con người của chúng ta, chỉ phát sinh sự lo âu hay sợ hãi khi chúng ta không biết được kết quả. Nếu như chúng ta đã biết trước, hay lường trước được những hậu quả hay kết quả sẽ phát sinh thì chúng ta sẽ không còn sự lo âu hay sợ hãi nữa. Chúng ta sẽ bình tĩnh hơn, và có thể đưa ra những quyết định sáng suốt hơn để tránh gây ra nhiều lỗi lầm, hay khổ đau trong cuộc sống hiện tại, hoặc sau này.

Thật rất tuyệt vời, rất rõ ràng và đầy đủ mọi chi tiết.

Cháu thiết nghĩ, với “công thức” đơn giản này, nếu ai trong chúng ta cũng sử dụng để giải quyết vấn đề thì cơ hội để giải quyết vấn đề tận gốc rễ không phải chỉ dành cho các chuyên gia, mà ai trong chúng ta cũng có thể làm được.

Vậy thưa chú, còn Bước thứ Tư tại sao lại phải là xác định thời gian?

Này bạn, mục đích của Bước thứ Tư là, giúp cho chúng ta đạt đến cái An nhanh nhất có thể. Nếu chúng ta không có

Bước thứ Tư này, chúng ta sẽ không chịu tiến hành đi giải quyết vấn đề. Nếu như chúng ta không tiến hành đi giải quyết vấn đề, thì cho dù, chúng ta đã sử dụng đúng cách cả Ba Bước trên, cũng bằng không.

Sự Thật là, khi chúng ta càng cố kéo thời gian giải quyết vấn đề dài bao nhiêu thì chúng ta càng kéo dài sự bất An trong chúng ta nhiều bấy nhiêu.

Thêm vào đó, nếu chúng ta kéo dài quá lâu thì chúng ta sẽ sinh ra sự do dự, hay lưỡng lự, khi đưa ra quyết định. Khi sự do dự hay lưỡng lự có mặt thì lập tức ảnh hưởng đến niềm tin của chúng ta vào phương pháp. Khi niềm tin vào phương pháp của chúng ta bị lung lay thì chúng ta sẽ lại tiếp tục trì hoãn. Và thế là, sự bất An trong chúng ta lại tăng dần.

Chính vì vậy, Chúng ta cần phải xác định rõ ràng thời gian nào là thích hợp nhất để ứng dụng. Nếu không có sự xác định này thì tất cả những gì chúng ta đã làm trong Ba Bước sẽ không còn giá trị. Và vấn đề của chúng ta sẽ không được giải quyết.

Khi những vấn đề liên tục không được giải quyết, và chồng chất lên nhau thì cuộc đời của chúng ta sẽ chìm trong đau khổ lâu dài.

Cháu xin cảm ơn chú rất nhiều. Nếu không có duyên gặp được chú hôm nay, cháu sẽ vẫn mãi mơ hồ về Tứ Diệu Đế, và cháu cũng không thể nào hiểu được sâu sắc sự tương tác và ứng dụng của ba Thức như thế nào.

Phương pháp Bốn Bước của chú chia xẻ, thật rất chi ly, tỉ mỉ, và vô cùng hợp lý.

Với Phương pháp Bốn Bước này, cháu chắc chắn sẽ giúp ích rất nhiều cho cháu và các bệnh nhân của cháu có thể đạt được kết quả tốt nhất trong việc giải quyết những vấn đề trong cuộc sống một cách triệt để.

Nắng vàng vừa tắt, một vài người với nét mặt đăm chiêu, cúi đầu, bước đi vội vã.

Ba chú cháu nhìn nhau, cùng mỉm cười.

CÂN: ĐÚNG SAI, KHỔ ĐAU VÀ AN LẠC

Chiều nay, Nhật Minh bận đi họp, nên chỉ có Diệu Hiền đến thăm ông chú.

Không như Nhật Minh, thường hay đợi ông chú mời, chàng mới ngồi xuống. Ngược lại, Diệu Hiền thì khác. Khi vừa bước chân đến chỗ ông chú ngồi, Diệu Hiền đã xà xuống, ngồi bên cạnh, nắm tay ông chú.

Đối với Diệu Hiền, tuy chỉ mới gặp ông chú có một lần, nhưng trong lòng Diệu Hiền, ông chú luôn tạo cho Diệu Hiền cảm giác như một người cha mà Diệu Hiền luôn tôn kính.

Ông chú khẽ quay đầu sang hướng Diệu Hiền, mỉm cười, rồi nói:

Chiều nay, bạn trẻ lại có thắc mắc gì nữa sao?

Diệu Hiền nghe ông chú hỏi, cười to vui vẻ, rồi nói:

Dạ, thưa chú, chú như đi guốc trong bụng cháu. Đúng vậy, thưa chú, cháu lại có thắc mắc ạ. Nhưng lần này thì cháu không thắc mắc về kinh điển của Phật giáo, mà là thắc mắc về ngành Tâm Lý của cháu.

Thưa chú, theo kinh nghiệm của cháu, trong mỗi con người của chúng ta, ai cũng đều có hai cái cân:

- 1- Đúng-Sai
- 2- Khổ Đau-An Lạc

Cân Đứng-Sai thuộc về Ý Thức, giúp cho chúng ta có thể phân tích được: cái nào đúng, cái nào sai, cái nào hay, cái nào dở, cái nào thiện, cái nào ác v.v.

Còn Cân Khổ Đau-An Lạc lại thuộc về Ngã Thức, liên quan trực tiếp đến cảm xúc hay cảm giác, giúp cho chúng ta biết được những trạng thái của cảm xúc/giác như: buồn, vui, chán nản, hăng hái, v.v.

Theo quan sát của cháu, thông thường, chúng ta thường hay có thói quen sử dụng cái cân Đứng-Sai trong cuộc sống hơn là sử dụng cái cân Khổ Đau-An Lạc; thế nên, chúng ta đã tạo ra biết bao, tranh chấp, cãi vã, khổ đau, và phiền muộn, trong cuộc đời.

Thưa chú, như vậy, nếu có một người muốn sống có nhiều an vui, hạnh phúc hơn, thì người đó sẽ phải sử dụng cân Đứng-Sai, hay Khổ Đau-An Lạc như thế nào mới đúng cách?

Này người bạn trẻ, nếu chúng ta muốn biết được một việc đó đúng hay sai, chúng ta phải dựa trên một hay nhiều tiêu chuẩn. Nếu những chuẩn này, không cần chỉnh, thì chúng ta gọi là Đúng. Và khi, một hay nhiều tiêu chuẩn cần phải chỉnh thì đó không còn là chuẩn nữa, và chúng ta gọi là Sai.

Một tiêu chuẩn Sai, nghĩa là, tiêu chuẩn đó, dựa trên những định nghĩa được diễn giải theo sự “uốn nắn” cho thích hợp với Ngã Thức mà không dựa trên sự thật.

Cho nên, khi muốn biết được về một việc gì đó, hay một người nào đó đúng hay sai thì chúng ta cần phải biết quan sát sự vận hành của các Thức ra sao. Và khi chúng ta có thể hiểu rõ được sự vận hành đó ra sao thì chúng ta mới có thể tiếp xúc được với sự thật.

Khi chúng ta đã nhận thức được đúng sự thật thì đó mới chính là những tiêu chuẩn không cần chỉnh, hay Đúng. Còn nếu chuẩn nào cần chỉnh, là Sai, thì chúng ta biết, chúng ta chưa tiếp cận hay biết đúng sự thật.

Như bạn đã trình bày, có thể nói, có rất ít người trong chúng ta biết được rằng, chúng ta thật sự có hai cái cân: Đúng-Sai và Khổ Đau-An Lạc. Tôi cũng rất đồng ý với bạn, cân Đúng-Sai thuộc về Ý Thức, và cân Khổ Đau-An Lạc thuộc về Cảm Xúc/Giác.

Này bạn trẻ, trước khi chúng ta quan sát về sự ứng dụng của hai cái cân, chúng ta cũng nên quan sát một chút về định nghĩa của bốn chữ: Cảm Xúc và Cảm Giác khác nhau như thế nào.

Theo tự điển Hán Việt, Cảm Xúc là do sự tiếp xúc hay va chạm (Xúc) với vật thể bên ngoài, mà phát sinh ra một nguồn năng lượng (Cảm). Còn Cảm Giác là qua sự kích hoạt của một nguồn năng lượng (Cảm) mà nhận ra nguồn năng lượng đó là gì (Giác = nhận ra, biết ra).

Bây giờ, chúng ta dựa vào định nghĩa của Cảm Xúc và Cảm Giác, cộng thêm sự quan sát và nhìn sâu vào sự vận hành của các Thức, để kiểm chứng xem định nghĩa đó có chuẩn không cần chỉnh, hay chuẩn mà cần phải chỉnh nhé.

Để cho dễ hiểu hơn, chúng ta hãy dùng thí dụ, khi mắt của chúng ta tiếp xúc với những đóa hoa trong bồn hoa, để minh họa.

Trên căn bản, khi mắt chúng ta tiếp xúc với những đóa hoa, trong bồn hoa, có hai trường hợp sẽ xảy ra:

- 1- Ngã Thức của chúng ta không muốn biết những hoa đó là hoa gì, hay lúc đó, Ý Thức của chúng ta đang bận rộn phân tích một vấn đề gì đó thì tuy mắt của chúng ta có tiếp xúc với những đóa hoa, nhưng Nhãn Thức của chúng ta vẫn không hoạt động. Thế nên, chúng ta cũng không nhận biết được, những loại hoa đó là loại hoa gì; hay có nhiều khi, chúng ta không biết những đóa hoa đó có mặt, nếu như lúc đó, Ý Thức đang hoạt động cho những vấn đề khác không liên quan đến những đóa hoa.
- 2- Nếu như Ngã Thức của chúng ta muốn biết những hoa đó là hoa gì thì Ngã Thức của chúng ta sẽ kích hoạt Nhãn Thức của chúng ta. Khi Nhãn Thức được kích hoạt thì Nhãn Thức sẽ hoạt động bằng cách nhận dạng các loại hoa đó là hoa gì. Dĩ nhiên, Nhãn Thức chỉ có thể hoạt động khi Ý Thức vắng mặt. Và nếu Ngã Thức của chúng ta muốn dừng lại ở đó thì Nhãn Thức của chúng ta sẽ dừng hoạt động, và gửi những dữ liệu đó về kho Tiềm thức để lưu giữ.

Tương tự như thế, nếu Ngã Thức của chúng ta lại muốn biết các mùi hương của những đóa hoa đó như thế nào thì Ngã Thức của chúng ta sẽ ra lệnh cho Tỷ Thức của chúng ta hoạt động. Tỷ Thức của chúng ta sẽ giúp cho Ngã Thức của chúng ta phân biệt được mùi hương của mỗi đóa hoa khác nhau ra sao, qua việc dùng mũi để ngửi.

Cũng như Nhãn Thức, Tỷ Thức của chúng ta sẽ không hoạt động, nếu như lúc đó, Ý Thức của chúng ta đang hoạt động để giải quyết cho những vấn đề khác không liên quan đến những đóa hoa. Dĩ nhiên, nếu như Ý Thức vắng mặt, và Ngã Thức của chúng ta muốn dừng lại thì Tỷ Thức của chúng ta, sẽ gửi những dữ liệu đó về kho Tiềm Thức để lưu giữ.

Hay, Ngã Thức của chúng ta lại muốn ném thử vị của những đóa hoa đó ra sao thì Thiệt Thức của chúng ta sẽ hoạt động, và giúp Ngã Thức của chúng ta biết được, mùi vị của mỗi loại hoa đó. Và khi Ngã Thức của chúng ta muốn dùng lại thì Thiệt Thức của chúng ta cũng sẽ gọi những dữ liệu đó về kho Tiềm Thức để lưu giữ.

Trong trường hợp, Ngã Thức của chúng ta lại muốn hiểu biết sâu sắc hơn về mỗi loại hoa thì Ngã Thức của chúng ta sẽ ra lệnh cho Ý thức hoạt động.

Ý Thức khi nhận lệnh từ Ngã Thức sẽ kích hoạt các Thức hoạt động để thu thập các dữ liệu từ các Thức như: dữ liệu từ phân loại hoa (Nhãn Thức), mùi hương (Tỷ Thức), và vị (Thiệt Thức), hay sờ mó (Thân Thức), kết hợp cùng kho dữ liệu của Tiềm Thức để nhận dạng, phân định, so sánh, những đóa hoa đó với nhau, hay với những đóa hoa khác mà Ngã Thức đã biết trước đó, một cách sâu sắc, tỉ mỉ, và chính xác hơn.

Nếu đem so Ý Thức và các thức khác như: Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, và Thân Thức thì năm thức này chỉ có khả năng nhận biết những gì liên quan đến các cơ quan phụ thuộc vào thức đó, mà không thể biết được những phần khác không liên quan đến giác quan đó.

Chẳng hạn như, Nhãn Thức, chỉ có thể nhận ra những vật, hay người nào đó khi tiếp xúc qua mắt, nhưng lại không thể biết được, người đó, hay vật đó, thơm hay hôi. Muốn biết được thơm hay hôi thì Ngã Thức của chúng ta phải sử dụng đến phần mũi, để ngửi, và dùng Tỷ Thức để phân biệt được người đó, hay vật đó, thơm hay hôi.

Ngược lại, Ý Thức có thể kết hợp các dữ liệu của các thức lại với nhau, rồi dùng chức năng phân tích, tổng hợp, so sánh, v.v để có thể nhận ra, và hiểu được, vật, hay người đó, một cách chi ly, tỉ mỉ, và chính xác hơn các Thức hoạt động lệ thuộc như: Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân Thức, v.v.

Ngoài ra, Ý Thức, đôi khi, không cần sử dụng đến ngũ quan và ngũ Thức để lấy thông tin và dữ liệu, mà Ý Thức còn có thể sử dụng những thông tin hay dữ liệu đã được lưu giữ trong Tiềm Thức để giải quyết những vấn đề “nội bộ” từ Tiềm Thức, hay Ngã Thức đã nảy sinh. Khả năng đặc biệt này của Ý Thức thì không có trong ngũ Thức.

Trở lại thí dụ về những đóa hoa, qua sự quan sát và nhìn sâu, chúng ta thấy, Ý Thức của chúng ta khi càng có nhiều thông tin, dữ liệu từ năm Thức và Tiềm Thức bao nhiêu thì độ phân tích, so sánh, tổng hợp, càng sâu và càng chi tiết hơn bấy nhiêu.

Nếu chẳng may, có một người bị khiếm thị thì Nhãn Thức của người đó không thể cung cấp những dữ liệu về những đóa hoa đó, nên sự phân tích của Ý Thức sẽ kém phần sâu sắc và chính xác.

Lúc đó, nếu Ngã Thức của người khiếm thị muốn biết nhiều hơn về những đóa hoa, thì Ngã Thức của người đó sẽ sử dụng Thân Thức để dùng tay sờ mó, hay gia tăng sự nhạy cảm của Tỷ Thức, hay Thiệt Thức để bổ khuyết cho phần thiếu dữ liệu của Nhãn Thức.

Nếu như, người khiếm khuyết về mắt bị mù từ nhỏ, và Ngã Thức của người đó chưa có các dữ liệu, thông tin về các loại hoa, nhưng Ngã Thức của người đó lại quá khao khát muốn

biết kết quả, thì Ý thức của người đó sẽ dùng thêm sự phỏng đoán hay tưởng tượng để đưa ra kết quả.

Vì sự phỏng đoán hay tưởng tượng này không dựa trên những dữ liệu, hay thông tin chính xác, nên Kết Quả từ Ý Thức đưa ra có thể trở thành Hậu Quả, hay ngược lại.

Dĩ nhiên, không phải chỉ có người khiếm khuyết các giác quan thì Ý Thức của người đó mới sử dụng đến phỏng đoán hay tưởng tượng. Mà ngay cả chúng ta, tuy vẫn đầy đủ các giác quan, nhưng trong đời sống hàng ngày, chúng ta cũng sử dụng sự phỏng đoán hay tưởng tượng này khá nhiều.

Sự phỏng đoán hay tưởng tượng này, khi được gởi về kho Tiềm Thức, và qua sự sắp xếp và liên kết của Tiềm Thức sẽ lưu giữ trong kho dữ liệu của Ngã Thức, và từ đó, tác động vào năng lượng niềm tin.

Khi niềm tin được tác động, lưu giữ, và lập đi lập lại nhiều lần biến thành thói quen thì những tư duy, hay suy nghĩ sau này của Ngã Thức sẽ dựa vào niềm tin đó để giải quyết các vấn đề liên quan đến Ngã Thức.

Như vậy, qua sự quan sát về định nghĩa của Xúc, chúng ta có thể hiểu được, sự vận hành của Tám Thức như thế nào qua sự tiếp xúc với hoa.

Vậy, còn định nghĩa của Cảm sẽ vận hành ra sao?

Sau khi Ý Thức phân tích, so sánh, tổng hợp xong thì sẽ gởi những dữ liệu vào kho Tiềm Thức để lưu giữ. Tiềm thức sau khi nhận được những dữ liệu thì bắt đầu sắp xếp và nối kết các dữ liệu và thông tin.

Trong quá trình kết nối những dữ liệu, nếu trong kho Ngã Thức có những dữ liệu chọn sẵn như: thích hoa này, ghét

hoa kia, hay ưa mùi hương này, ghét mùi hương kia thì khi Tiềm thức sắp xếp vào kho Ngã Thức những dữ liệu này sẽ kích hoạt nguồn năng lượng yêu hay ghét trên Ngã Thức.

Nếu Ngã Thức của chúng ta, lúc đó, nghiêng về Yêu loại hoa này thì Ngã Thức của chúng ta sẽ ra lệnh cho Thân Thể Thức của chúng ta, qua việc sử dụng tay, hái đóa hoa đó để ngửi hay để cầm, và nguồn năng lượng Yêu (Cảm) có thể chỉ hoạt động một mình hay kết hợp với một, hay các nguồn năng lượng khác của Thiện, rồi kích hoạt thêm những cảm giác khác như: vui vẻ, thích thú, v.v. theo sau.

Nếu như Ngã Thức của chúng ta, nghiêng về nguồn năng lượng Ghét thì Ngã Thức sẽ ra lệnh cho Thân Thể Thức của chúng ta di chuyển tránh xa vùng hoa mà Ngã Thức không ưa, hoặc kết hợp thêm với những nguồn năng lượng khác của Ác, và kích hoạt các cảm giác khác như: chán nản, ruồng bỏ, chối bỏ, v.v, theo sau.

Như vậy, qua sự quan sát và nhìn sâu này, chúng ta thấy, nếu chúng ta bắt đầu sự tiếp xúc với hoa bằng mắt, hay tiếp xúc với hoa bằng mũi, v.v, rồi sau đó, qua sự kích hoạt từ sự sắp xếp của Tiềm Thức, và sự kết hợp với sự chọn lựa của Ngã Thức, mới phát sinh ra nguồn năng lượng (Cảm) là yêu hay ghét.

Chuyện gì sẽ xảy ra, nếu trong quá trình sắp xếp của Tiềm Thức mà trong đó Ngã Thức lại không có những dữ liệu đã chọn lựa, như: yêu hay ghét, thì sao? Thì lúc đó, Ngã Thức của chúng ta sẽ rơi vào trạng thái, gọi là Vô Cảm. Có nghĩa là, không có sự kích hoạt nguồn năng lượng (Cảm) nào cả.

Nhưng chẳng may, nếu như trong quá khứ, Ngã Thức của chúng ta đã từng kết hợp sự Ghét với sự giận dữ, thù hận,

ganh ty v.v., liên quan đến một người nào đó, hay đóa hoa nào đó, và sự kết hợp các nguồn năng lượng “không tên” này đã biến thành một thói quen, thì khi đó, nguồn năng lượng kết hợp “không tên” này sẽ bùng dậy, khống chế Ngã Thức, và điều khiển Thân Thể Thức đi tàn phá, hay hủy diệt cả một bồn hoa, mà không hề có sự tham gia của Ý Thức.

Như vậy, qua sự quan sát và nhìn sâu vào quá trình hoạt động của Chín Thức, chúng ta có thể thấy rằng, cho dù, chúng ta tiếp xúc với một vật, hay một người, từ năm Thức, hay sự tiếp xúc “nội bộ” giữa Ý Thức, Ngã Thức và Tiềm Thức, thì Xúc có thể có Cảm, và có thể không có Cảm.

Có Cảm hay không, thì lệ thuộc vào kho của Ngã Thức có chứa hay chọn lựa trước hay không? Nếu có sự lựa chọn thì có Cảm, có sự kích động năng lượng, và khi không có sự lựa chọn thì không có Cảm, không có nguồn năng lượng kích hoạt, cho dù đã có sự tiếp xúc trước đó.

Đó là sự vận hành của Xúc qua các Thức, vậy, còn sự vận hành của Giác thì thế nào?

Để phân tích được sự khác biệt giữa Xúc và Giác, chúng ta phải dựa vào sự khác biệt giữa kho dữ liệu của Ngã Thức có những dữ liệu hay chọn lựa như thế nào.

Nếu sự tiếp xúc, kết hợp với dữ liệu mới, và sự chọn lựa của Ngã Thức chỉ là nguồn năng lượng đã được Ý Thức phân tích, phân loại, tính toán lợi hại, v.v, trước đó, thì nguồn năng lượng được kích hoạt đó, gọi là: Cảm Xúc Giác (qua sự tiếp xúc (Xúc), khơi nguồn năng lượng (Cảm), và nhận diện được nguồn năng lượng đó (Giác)). Hay gọi tắt là Cảm Giác.

Đó cũng chính là lý do, tại sao cường độ của Cảm Giác như các nhà Tâm Lý học vẫn khẳng định là không mãnh liệt khi so với Cảm Xúc. Bởi vì, những nguồn năng lượng (Cảm) này đã được phân loại và tính toán lợi hại qua Ý Thức. Cho nên, Cảm Giác thường nằm trong tầm kiểm soát của Ngã Thức của chúng ta, vì vậy, ít khi bùng nổ một cách mãnh liệt.

Ngược lại, khi sự tiếp xúc, kết hợp với dữ liệu và sự chọn lựa của Ngã Thức đã bị tác động bởi một nguồn năng lượng kết hợp “không tên”, và nguồn năng lượng đó đã được lập đi lập lại nhiều lần, trở thành một thói quen, thì khi tiếp xúc với vật nào đó, hay người nào đó, nguồn năng lượng “không tên”, vì không đi qua Ý Thức (phân tích lợi hại); lại tác động trực tiếp lên trên Ngã Thức, nên sự tiếp xúc với nguồn năng lượng “không tên” đó trở nên mãnh liệt hơn, và sự tác động của nguồn năng lượng “không tên” với sự tiếp xúc đó, gọi là: Cảm Xúc (không có Giác để nhận ra nguồn năng lượng đó là gì).

Cảm xúc này, gọi là cảm xúc nội tại, nghĩa là, nguồn cảm xúc bên trong của Ngã Thức do kết hợp nhiều nguồn năng lượng lại với nhau; khác với cảm xúc ngoại tại là nguồn năng lượng tiếp xúc với các đối tượng qua năm giác quan .

Nếu chúng ta vẫn tiếp tục quan sát và nhìn sâu, chúng ta thấy, nguồn năng lượng của Cảm Giác chỉ là nguồn năng lượng đơn lẻ, nên khi tác động, thường không mạnh mẽ. Quan trọng hơn, vì nguồn năng lượng đó, đã được Ý Thức, phân dạng, cũng như phân tích lợi hại. Nên lúc đó, Ngã Thức, có thể vì lợi ích của mình, để chọn lựa cách ứng xử, hay kiềm chế.

Trong khi, với Cảm Xúc nội tại, Ngã Thức hoàn toàn bị “tê liệt”. Vì sao? vì nguồn năng lượng kích hoạt đã trở thành một thói quen, nên khi bị kích hoạt thì sự kích hoạt đó đã bắt đầu từ Tiềm Thức, chứ không phải tại Ngã Thức như Cảm Giác, nên Ngã Thức, hầu như không còn có nhiều cơ hội, để sử dụng đến khả năng phân tích lợi hại của Ý Thức để ứng phó.

Chính vì vậy, khi có Cảm Xúc nội tại nảy sinh, thường chúng ta hay gọi là hành động theo cảm tính, hay quán tính là vậy.

Và thông thường, khi Cảm Xúc nội tại của chúng ta “trào dâng”, hay cường độ của Cảm Xúc nội tại dâng cao. Chúng ta thường có những hành động lệch lạc, thiếu kiểm soát (vì không có Ý Thức tham gia), tạo ra những lỗi lầm, khổ đau, và thường tạo ra Hậu Quả nhiều hơn là Kết Quả.

Giờ ạ, Nghe chú chia sẻ về sự vận hành của Chín Thức, đối với Cảm Xúc và Cảm Giác, mà cháu như người mù, được thuốc tiên, sáng mắt ra vậy.

Chú có biết không? Khi cháu học về Cảm Xúc và Cảm Giác, thì chương trình học, dạy định nghĩa của Cảm Xúc và Cảm Giác như vậy nè chú.

“Cảm xúc là phản ứng, là sự rung động của con người trước tác động của yếu tố ngoại cảnh. Sự hình thành cảm xúc là một điều kiện tất yếu của sự phát triển con người.

Còn Cảm Giác là một trạng thái tình cảm, được tạo ra từ một cảm xúc, tuy nhiên, nó xảy ra một cách có ý thức hơn, và người ta có thể chọn duy trì tâm trạng này trong một thời gian dài; khác với cảm xúc là sự duy trì trong một thời gian ngắn. Điều này có nghĩa là, một cảm giác đi từ một thứ gì

đó, bản năng hơn, vì nó là cảm xúc, và để nó được tạo ra, phải có một lý do gây ra bởi một ý nghĩ, làm cho người đó nuôi dưỡng nó, và trở thành một cái gì đó lâu dài.

Cảm giác xảy ra khi chúng ta bắt đầu hòa nhập cảm xúc, nghĩ về nó, để cho nó ngấm vào. Cảm giác thường được thúc đẩy bởi sự pha trộn của cảm xúc, và kéo dài hơn cảm xúc.”

Đây, không phải là định nghĩa của Cảm Xúc hay Cảm Giác, mà đây là sự diễn dịch của Cảm Xúc và Cảm Giác. Hèn chi, khi cháu học, cháu vẫn cứ mãi mơ hồ và khó phân biệt được, đâu là Cảm Giác và đâu là Cảm Xúc, đúng nghĩa.

Quả thật đây là những chuẩn cần phải chỉnh chú ạ. Những chuẩn này, vô cùng mâu thuẫn, và thiếu độ chính xác, rõ ràng.

Này người bạn trẻ, tôi thì không chuyên về ngành Tâm Lý, nên không biết điều đó là chuẩn không cần chỉnh hay không? Nhưng nếu dựa trên sự định nghĩa, và sự quan sát nhìn sâu vào sự vận hành của Chín Thức thì định nghĩa của tự điển Hán-Việt tiếp cận với sự thật đúng hơn. Còn định nghĩa theo các nhà Tâm Lý phương Tây thì dựa trên sự phỏng đoán của Trí (Ý Thức) nhiều hơn.

Nếu chúng ta dựa theo tiêu chuẩn, và định nghĩa của cân Đúng-Sai thì ngành Tâm Lý học của Phương Tây tuy chuẩn nhưng cần Chỉnh.

Chẳng hạn như, “Cảm xúc là phản ứng, là sự rung động của con người trước tác động của yếu tố ngoại cảnh. Sự hình thành cảm xúc là một điều kiện tất yếu của sự phát triển con người.”

Trong câu này, phần định nghĩa khá chuẩn, nhưng cho rằng, “Sự hình thành cảm xúc là một điều kiện tất yếu của sự phát triển con người.” thì nên chỉnh lại là: Cảm Giác sẽ chính xác hơn.

Vì chính nhờ sự nhận biết ra từ Giác mà Ngã Thức của chúng ta mới có thể nhìn sâu hơn, sáng tạo hơn, có chọn lựa hơn. Chứ không thể nào, sự phát triển của Ngã Thức lại dựa trên sự tác động của một thói quen mà không hề có sự phân tích, tính toán, so sánh của Ý Thức.

Kiến thức của con người ngày nay, sở dĩ có chiều sâu hơn, và con người hôm nay, tiến bộ hơn, chính là nhờ sự phân tích, so sánh, tổng hợp từ Ý Thức, chứ không phải từ Vô Thức.

Trong khi, qua quan sát, chúng ta biết, Cảm Xúc bắt đầu từ Tiềm Thức mà không phải từ Ngã Thức, hay có thể nói, Cảm Xúc của chúng ta bắt nguồn từ Vô Ý Thức. Cho nên, Cảm Xúc của chúng ta, không thể nào là một điều kiện tất yếu của sự phát triển con người được.

Nếu cần chỉnh, thì đây là điều chúng ta cần nghiêm túc nhìn lại. Nhưng nếu các nhà Tâm Lý học đã khẳng định như vậy cũng không sao. Cái quan trọng nhất là, khi ứng dụng, chúng ta có muốn giải quyết được vấn đề một cách rốt ráo hay không? Nếu như, chưa hay không có thể giải quyết vấn đề một cách triệt để thì chúng ta cần chỉnh lại.

Còn nếu như mục đích của chúng ta, chỉ nhắm đến giải quyết giai đoạn, hay tạm thời thì cách diễn dịch này cũng chuẩn không cần chỉnh.

Trở lại câu hỏi của Bạn, làm sao chúng ta có thể ứng dụng cái cân Đứng-Sai hay cân Khổ Đau-An Lạc đúng cách nhất để đem đến sự hạnh phúc và An Lạc cho con người?

Cũng đơn giản thôi, cân Đứng-Sai, muốn sử dụng một cách chính xác thì chúng ta chỉ nên sử dụng cân Đứng-Sai cho chính chúng ta mà không sử dụng cân Đứng-Sai đối với người khác.

À cháu hiểu ra rồi. Có phải ý chú là, Đứng hay Sai có được là do Ý Thức của người nào đó qua quá trình phân tích dựa trên những thông tin, dữ liệu, thu được từ kiến thức, hay từ sự tiếp xúc, học hỏi, kinh nghiệm tích lũy, v.v., kết hợp với sự chọn lựa của Ngã Thức. Và quan trọng nhất là, từ sự diễn dịch định nghĩa được “uốn nắn” để thỏa mãn cho Ngã Thức, tạo thành.

Cho nên, khi thiết lập ra tiêu chuẩn của người đó thì tiêu chuẩn đó không đúng với sự thật; mà có thể từ sự phỏng đoán từ Ý Thức, hay tưởng tượng. Vì vậy, những tiêu chuẩn đó thường lệch lạc, không chính xác.

Nhưng vì Ngã Thức của người đó Tin vào sự phỏng đoán, và cho đó là sự thật; thế nên, Ngã Thức của người đó sẽ kiên trì bảo vệ những tiêu chuẩn lệch lạc đó.

Trong khi, trên thực tế, mỗi một người trong chúng ta, ai cũng có quyền diễn dịch định nghĩa cho thích hợp với kinh nghiệm sống mà Ngã Thức của chúng ta đã tích lũy.

Vì thế, Ngã Thức của chúng ta sẽ không chấp nhận những chuẩn mực mà người khác đưa ra; từ đó, mới tạo ra sự tranh cãi, va chạm, gây ra đổ vỡ, đau thương trong cuộc sống.

Nếu mỗi người chúng ta, chỉ cần để ý và nhận thức đúng đắn được rằng, mỗi người chúng ta, ai cũng có quyền diễn dịch định nghĩa theo ý mình và nương tựa trên định nghĩa đó để tư duy hay suy nghĩ.

Và chúng ta, chỉ nên sử dụng Ý thức, phân biệt đúng sai để chỉnh lại chính mình, mà không đem sự đúng hay sai, dù có lợi hay hại của mình làm tiêu chuẩn chung hay định nghĩa chung, áp đặt, hay bắt buộc mọi người phải tuân theo, thì chúng ta sẽ sống có hạnh phúc và An Lạc hơn, có phải không, thưa chú?

Đúng vậy, hầu hết chúng ta, đều đã quen sử dụng cái cân Đúng-Sai để áp đặt thành một tiêu chuẩn chung cho người khác, mà chúng ta không biết được rằng, Cái Cân Đúng-Sai của chúng ta chỉ có giá trị riêng đối với chúng ta mà không phải cho tất cả mọi người.

Nếu chúng ta biết tôn trọng cái quyền diễn dịch này thì chúng ta sẽ không đem những niềm tin, định nghĩa, hay lý lẽ, có lợi cho chúng ta để áp đặt lên trên người khác, và bắt họ phải thay đổi định nghĩa, hay lý lẽ, theo cách của chúng ta.

Khi chúng ta có thể làm được như vậy thì chúng ta sẽ sống có sự hài hòa, yên ổn, an lạc và hạnh phúc hơn.

Nói tóm lại, cái cân Đúng-Sai chỉ nên sử dụng cho chính mình để giúp cho Ngã Thức của mình có thể hoàn thiện mình hơn, chứ không nên áp dụng đối với người khác, dù cho người đó có là ai.

Chúng ta nên tôn trọng những sự diễn dịch của họ, mà không nên phán xét theo tiêu chuẩn Đúng hay Sai mà Ngã Thức của chúng ta đã chọn.

Chúng ta chỉ có thể dùng cái cân Đứng-Sai của chúng ta với người khác, khi nào có sự yêu cầu của người đó. Và chúng ta cũng phải luôn Ý Thức rằng, cái cân Đứng-Sai của chúng ta, đối với người khác, chỉ là những Ý Kiến, chứ không phải là Tiêu Chuẩn mà người đó phải tuân theo hay phải làm theo.

Có nghĩa là, chúng ta phải luôn tôn trọng quyền lựa chọn, và diễn dịch của người kia, và chúng ta không có quyền, lên án, hay chỉ trích sự diễn dịch của người khác.

Cuộc đời của mỗi người chúng ta, ai cũng có quyền chọn lựa theo những gì mình muốn diễn dịch, miễn là chúng ta phải chịu trách nhiệm trước những sự chọn lựa đó.

Sự thật là, cho dù, chúng ta có không muốn chịu trách nhiệm đi nữa thì môi trường, hoàn cảnh, xã hội, và nhất là lương tâm của chúng ta cũng sẽ bắt chúng ta phải gánh trách nhiệm đó, như thường.

Tóm lại, cách dùng chính xác cho cân Đứng-Sai, đơn giản là, chỉ dùng cân Đứng Sai cho chính mình, và không nên sử dụng cân Đứng-Sai đối với người khác.

Vậy thưa chú còn cân Khổ Đau-An Lạc thì dùng như thế nào?

Qua sự quan sát và nhìn sâu vào các Thức, chúng ta thấy, Cảm Xúc và Cảm Giác đều phát xuất từ Ngã Thức mà không có ở các Thức khác như: Ý Thức, Thân Thể Thức, và Tiềm Thức.

Riêng Cảm Xúc, thì có sự kết hợp đặc biệt với Thân Thể Thức trong quá trình tích lũy kinh nghiệm sống còn. Cho nên, Ngã Thức đã có sự kết hợp, giữa một nguồn năng lượng

này với những nguồn năng lượng khác, mà không qua sự phân tích cũng như tính toán của Ý Thức.

Nếu những nguồn năng lượng kết hợp “không tên” này chưa biến thành một thói quen thì khi nguồn năng lượng “không tên” này được phát động từ kho của Ngã Thức và xuất hiện, thì Ngã Thức có thể sử dụng Ý Thức để phân tích lợi hại và đưa ra những giải pháp để ứng phó hay kiềm chế.

Nhưng nếu những nguồn năng lượng “không tên” này đã qua Ngã Thức nhiều lần, mà Ngã Thức vẫn không sử dụng Ý Thức để nhận dạng, phân tích, hay so sánh lợi hại thì sự lập đi, lập lại nhiều lần này sẽ biến thành một thói quen.

Chức năng của Tiềm Thức là, khi một việc gì đó được lập đi, lập lại nhiều lần, biến thành một thói quen thì sẽ không đưa vấn đề này lên trên Ý Thức nữa. Mà sẽ sắp xếp những thói quen này theo sự chọn lựa, sắp xếp của Ngã Thức.

Thế nên, khi Tiềm Thức nhận được những dữ liệu mới đến từ Năm Thức, Thân Thể Thức, hay Ý Thức thì Tiềm Thức sẽ tự động kích hoạt những nguồn năng lượng “không tên” này, mà không cần đưa lên trên Ý Thức hay Ngã Thức để so sánh, phân tích, hay chọn lựa. Việc này, khiến cho Ngã Thức rơi vào trạng thái “tê liệt”, “mất tự chủ”, và chỉ hành xử dựa trên sự tác động của những nguồn năng lượng “không tên” này.

Ngã Thức chỉ có thể làm chủ được Cảm Xúc khi nguồn năng lượng “không tên” đã “đuối sức”, “tự chấm dứt”, hay khi không còn có sự tác động của tiếp xúc. Lúc đó, Ngã Thức mới có thể sử dụng Ý Thức để phân tích lợi hại, rồi mới sinh ra cảm giác hối hận, hay hối lỗi thì cũng đã muộn màng.

Như vậy, qua sự quan sát và nhìn sâu, chúng ta có thể nói, đầu cân của Cảm Xúc tiêu cực thì đại diện cho sự Khổ Đau, và đầu cân Cảm Giác tích cực thì đại diện cho An Lạc.

Dĩ nhiên, khi chúng ta gán cho, đầu cân của Cảm Xúc tiêu cực đại diện cho Khổ Đau, và đầu cân Cảm Giác tích cực đại diện cho An Lạc, thì chúng ta phải hiểu, đó là chúng ta đang đứng trên góc độ tương đối để diễn đạt chứ không phải tuyệt đối.

Vì trên căn bản, Cảm Xúc không phải chỉ có tiêu cực không thôi, mà có khi, Cảm Xúc cũng có phần tích cực. Cũng tương tự như Cảm Giác.

Cho nên, để tránh hiểu lầm, chúng ta phải nên thêm vào những phần sau của Cảm Giác hay Cảm Xúc như: tiêu cực hay tích cực, mà không nên lược giải nó. Chính sự lược giải này, khiến cho chúng ta dễ rơi vào sự hiểu lầm, không rõ nét. Cũng chính nhờ sự đính kèm theo tiêu cực hay tích cực, chúng ta mới có thể phân ra được, Cảm Xúc hay Cảm Giác nào có lợi để tiếp tục phát triển, và phần nào có hại để bỏ đi.

Chúng ta phải luôn luôn ghi nhớ rằng, trong Ngũ Thức, không phải chỉ có phần Ác, mà còn có phần Thiện, và phần Trung Tính (Không Thiện Không Ác) nữa.

Nếu sự tiếp xúc được kết hợp với những nguồn năng lượng Thiện hay Trung Tính đã thành một thói quen thì dù có chịu sự tác động từ Tiềm Thức, Ngũ Thức của chúng ta cũng có thể sẽ hưởng được sự An Lạc và hạnh phúc; thay vì, khổ đau và phiền muộn.

Điều này cũng tương tự như Cảm Giác. Tất cả đều phụ thuộc vào trong kho của Ngũ Thức, đã có gì, và chọn lựa những gì.

Theo các nghiên cứu của các chuyên gia Tâm Lý, họ đã công nhận và khẳng định rằng: thông thường, mỗi ngày, chúng ta chỉ sử dụng có 5% Ý Thức, còn lại 95% chúng ta sẽ sử dụng Tiềm Thức.

Nếu như chúng ta, có nhiều cảm xúc tiêu cực, kết hợp với những nguồn năng lượng “không tên” thì cuộc sống của chúng ta sẽ chìm sâu trong khổ đau và phiền muộn.

Nếu như chúng ta, có nhiều Cảm Giác tích cực hơn thì chúng ta sẽ ít gây ra những lỗi lầm hơn; và nhờ sự biết kiềm hãm, giữ lại, không hành động một cách hồ đồ, không kiểm soát thì chúng ta sẽ sống, có An lạc và hạnh phúc hơn.

Có một điều khá thú vị, đó là, cho dù, chúng ta có sử dụng cái cân Đứng-Sai với mọi người thì cái cân cuối cùng chúng ta vẫn phải sử dụng, đó là: cái cân Khổ Đau-An Lạc. Ngược lại, khi chúng ta sử dụng cái cân Khổ Đau-An Lạc thì có khi chúng ta lại không sử dụng đến cái cân Đứng-Sai.

Chú ơi, phần này cháu không hiểu rõ lắm, chú có thể cho cháu một thí dụ để minh họa không?

Này người bạn trẻ, thí dụ như khi bạn tranh cãi với Nhật Minh về một vấn đề gì đó, mà cả hai đều có những định nghĩa khác nhau. Cho dù, bạn có đúng hay không, bạn sẽ cảm thấy thế nào?

Dạ, nếu cháu Đúng, cháu sẽ có cảm giác vui vẻ, nhất là khi anh Nhật Minh đồng ý là anh ấy sai. Còn nếu như anh ấy không chấp nhận định nghĩa của cháu, mà cháu không thể

thuyết phục được anh ấy, cháu sẽ có cảm giác buồn bực và giận hờn.

Này người bạn trẻ, nếu bạn quan sát và nhìn sâu vào câu trả lời của bạn, bạn đã có câu trả lời rồi đó.

À, đúng rồi, sao cháu lại ngu ngốc thế nhỉ. Rõ ràng, ban đầu, cháu dùng cân Đứng-Sai, và sau đó, cháu lại dùng cân Khổ Đau-An Lạc.

Thay vì, cháu sử dụng cái cân Đứng-Sai trước, thì cháu nên sử dụng cái cân Khổ Đau-An Lạc trước. Như vậy, cháu có thể cân, đo, đong, đếm, xem lời nói và hành động nào của cháu sẽ gây ra Khổ Đau hay An Lạc.

Và nếu cháu muốn An Lạc, cháu sẽ chọn lựa cách ứng xử như: chấp nhận, và tôn trọng những góc độ nhìn của người khác, cháu không cần dùng đến cân Đứng-Sai mà vẫn đạt được kết quả là An Lạc.

Đúng vậy, Cho nên, nếu một người muốn sống có An Lạc, hạnh phúc nhiều hơn thì chỉ nên sử dụng cái cân Khổ Đau-An Lạc làm thước đo trong cuộc sống.

Khi Ngã Thức của chúng ta tiếp xúc với mọi sự, mọi vật, hay mọi người thì chúng ta chỉ cần quan sát nhìn sâu, cân đo, đong, đếm, cẩn thận cách ứng xử của chúng ta trên cân Khổ Đau-An Lạc.

Chúng ta chỉ nên sử dụng cái Cân Đứng Sai cho riêng bản thân mình để giúp mình hoàn thiện trở nên tốt hơn, và sống có hài hòa, yên ổn hơn.

Rất cảm ơn chú, bài học chiều nay đã khai mở cho cháu những góc độ nhìn chính xác và đúng đắn hơn.

Vang vọng từ xa, một ban nhạc, trong công viên, đang hòa tấu nhạc phẩm “Một Cõi Đi Về” của cố nhạc sĩ Trịnh Công Sơn.

Ông chú nhìn Diệu Hiền mỉm cười. Cả hai chú cháu cùng im lặng, ngồi lắng nghe, thương thức.

CHÍN THỨC

Chiều nay, Diệu Hiền không đi cùng với Nhật Minh, vì Nhật Minh bận đi họp. Đi với Diệu Hiền là Hoàng Trang, người bạn thân, cùng ngành về Tâm Lý.

Như một thói quen, vừa gặp ông chú, Diệu Hiền kéo tay Hoàng Trang ngồi xuống, rồi xà xuống, ngồi bên cạnh ông chú, nói:

Chú ơi, hôm nay cháu dẫn người bạn thân Hoàng Trang, cũng là bác sĩ tâm lý, đến để nghe chú chia sẻ về Chín Thức mà những lần trước chú đã nói qua.

Hoàng Trang, cúi đầu chào ông chú, nói:

Cháu rất hân hạnh được gặp chú.

Ông chú nhìn Hoàng Trang, mỉm cười, nói:

Tôi cũng rất hân hạnh được gặp bạn.

Đợi ông chú và Hoàng Trang chào hỏi xong, Diệu Hiền lên tiếng:

Thưa chú, nói đến ngành Tâm Lý học, thì không thể không nhắc đến nhà Phân Tâm học nổi tiếng, Sigmund Freud, là cha đẻ của thuyết phân tâm. Những công trình nghiên cứu của ông, đã ảnh hưởng sâu rộng đến rất nhiều ngành khoa học như: Tâm Lý học, Xã Hội học, Nhân Chủng học, Văn học, và thậm chí, đến cả nghệ thuật.

Theo học thuyết của Freud, ông tin rằng: hành vi và tính cách được tạo thành từ sự tương tác liên tục, và độc nhất

giữa những nguồn sức mạnh tâm lý, vận hành ở 3 cấp độ nhận thức khác nhau: Tiền Ý Thức, Ý Thức Và Vô Thức.

Theo định nghĩa của ông:

“Tiền Ý Thức, là Thức bao gồm tất cả những thứ tiềm ẩn có thể được đưa đến vùng Ý Thức.

Còn Ý Thức, là Thức bao gồm tất cả những suy nghĩ, ký ức, cảm giác và mong muốn, mà ta nhận thức được một cách rõ ràng, vào bất kỳ thời điểm nào. Ta có thể nghĩ đến, và trò chuyện về những thứ kể trên theo lý trí.

Ý Thức còn bao gồm cả ký ức, không phải lúc nào ký ức cũng nằm ngay trong vùng Ý Thức, nhưng nó có thể được triệu hồi dễ dàng, vào bất kỳ thời điểm nào, và giúp ta nhận thức nó rõ ràng.

Và Vô Thức là một “kho tàng” các cảm xúc, suy nghĩ, ham muốn, và ký ức nằm bên ngoài vùng kiểm soát của ý thức. Hầu hết các nội dung của vùng vô thức, đều khá khó chịu và không được chủ thể chấp nhận, như cảm giác đau đớn, lo âu hay xung đột.

Theo Freud, tâm trí vô thức, không ngừng ảnh hưởng lên hành vi, và trải nghiệm của con người, thậm chí, con người còn không biết đến sự tồn tại của nguồn sức mạnh này. Vô thức có thể bao gồm cả những cảm xúc bị đè nén, những ký ức, thói quen, suy nghĩ, khao khát, và phản ứng ẩn giấu kỹ càng.”

Theo như chú, có sự khác biệt nào giữa Tiền Ý Thức, Ý Thức, và Vô Thức của Freud, với Chín Thức mà chú hay quan sát về sự vận hành không, thưa chú? Diệu Hiền hỏi.

Có lẽ, từ trước đến nay, tôi hay nói về Chín Thức, nhưng chưa trình bày trọn vẹn những chức năng của từng Thức, và sự ứng dụng của từng Thức như thế nào? Cho nên, chiều nay, tôi sẽ chia sẻ với hai bạn những nét căn bản mà hai bạn cần hiểu và biết về sự vận hành của các Thức ra sao.

Trong kinh điển của đạo Phật, có một môn học gọi là Duy Thức học (Duy = chỉ có, Thức = Nhận ra), có nghĩa là, ngoài biểu tượng của Thức ra thì không có gì khác. Mục đích của môn học này, cũng như khoa Phân Tâm học của Freud, là đi tìm hiểu và phân tích về Thức hay Tâm.

Thiền sư Nhất Hạnh, sau này, không gọi là Duy Thức học, mà Ngài gọi là Duy Biểu học, có nghĩa là, chỉ có sự biểu hiện ra bên ngoài mà thôi.

Dù là tên gọi có khác nhau, nhưng cả hai, đều nhấn mạnh đến 8 Tâm Vương, 51 Tâm Sở, 11 Sắc Pháp, 24 Tâm Bất Tương Ứng Hành Pháp, Và 6 Vô Vi Pháp. Tổng cộng thành 100 Thức.

Có thể nói, nếu cần mổ xẻ về Tâm hay Thức của con người thì chưa có học thuyết nào có thể đào sâu vào từng vùng của Thức hay Tâm như Duy Thức học.

Theo sự trải nghiệm của tôi, chúng ta chỉ cần quan sát và nhìn sâu vào trong Tám Tâm Vương, hay Tám Thức, và nắm vững được nền tảng căn bản về các chức năng của Tám Thức, cũng như sự vận hành, tương tác giữa Tám Thức là đủ.

Vậy Tám Thức đó là Thức nào?

Tám Thức đó, bao gồm: Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức, Ý Thức, Ngã Thức, và Tiềm Thức hay Căn Bản Thức.

Theo định nghĩa, Thức là nhận ra, biết ra. Cho nên, mỗi Thức sẽ có những chức năng nhận ra, biết ra, khác nhau.

Về Nhãn Thức, Nhãn tức là mắt, Nhãn Thức là sự nhận ra, biết ra, qua việc sử dụng cơ quan là Mắt. Trong Tâm Lý học, hay Sinh Vật học thì gọi Mắt là Giác Quan, có nghĩa là, qua cơ quan này có thể nhận ra, hiểu ra (Giác). Cho nên, khi chúng ta dùng từ Giác Quan theo hiện đại thì đồng nghĩa với Nhãn Thức theo Duy Thức học.

Tương Tự như vậy, với bốn thức khác: Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức, Thân Thức. Ngày nay, chúng ta quen gọi là Ngũ Giác Quan hay 5 Giác Quan.

Về chức năng, Nhãn Thức chỉ có khả năng phân biệt về màu sắc (xanh, đỏ, tím, vàng...), hình dạng (cao, thấp, vuông, tròn...), trạng thái (đi, đứng, nằm, ngồi...), v.v. qua mắt.

Về giới hạn, ngoài những hình ảnh qua sự tiếp xúc với mắt, Nhãn Thức không thể qua mắt để biết được âm thanh, mùi hương, mùi vị, hay sờ chạm như thế nào.

Về ứng dụng, Nhãn Thức luôn luôn chịu sự điều khiển từ Ngã Thức, Thân Thể Thức và Ý Thức.

Tương tự như vậy, với bốn thức khác. Về chức năng và giới hạn:

Nhĩ Thức, chỉ có khả năng phân biệt âm điệu, cường độ, âm sắc qua Tai, nhưng không thể phân biệt được hình ảnh hay mùi vị v.v.

Tỷ Thức, chỉ có khả năng biết được mùi đó là, thơm, hôi hay mùi trung tính (không thơm – không hôi) qua Mũi, nhưng không thể dùng Mũi để phân biệt âm thanh hay hình ảnh, v.v.

Thiệt Thức, chỉ có khả năng nếm được 6 vị như: Chua, cay, mặn, ngọt, đắng, bùi, qua Lưỡi nhưng không thể nếm được hình ảnh hay âm thanh v.v.

Thân Thức, chỉ có khả năng phân biệt được: mềm mại, thô nhám, nóng, lạnh, nặng, nhẹ, v.v, khi thân thể tiếp xúc với mọi vật. Nhưng không thể dùng thân thể để phân biệt mùi hay vị, v.v.

Về ứng dụng, cả năm Thức đều luôn luôn chịu sự điều khiển từ Ngã Thức, Thân Thể Thức, và Ý Thức.

Thí dụ, khi Ngã Thức muốn thấy một hình ảnh nào đó thì sẽ tác động lên Thân Thể Thức. Thân Thể Thức sẽ tác động lên não bộ và hệ thống thần kinh. Não bộ nhận lệnh từ Thân Thể Thức mới điều khiển mắt hướng về vật đó, và Nhãn Thức mới nương nhờ nơi Mắt để phân biệt và nhận dạng.

Sau khi đã nhận dạng hình ảnh theo ý muốn của Ngã Thức xong thì tùy theo tình trạng lúc đó Ngã Thức muốn gì. Nếu Ngã Thức không muốn nhìn hình ảnh đó nữa thì Nhãn Thức sẽ gởi tất cả những dữ liệu về hình ảnh và phân biệt về kho Tiềm Thức để lưu giữ.

Bốn Thức khác như: Nhĩ, Tỷ, Thiệt, và Thân, cũng đều có sự vận hành giống như Nhãn Thức, và chịu sự chỉ huy trực tiếp từ: Ngã Thức, Thân Thể Thức, hay Ý Thức.

Năm Thức này, vì khả năng phân biệt ở dạng thô sơ, nên không có sự phân tích sâu rộng như Ý Thức, cũng không có

khả năng ghi nhớ và lưu giữ như Tiềm Thức, cũng không có khả năng phát sinh ra cảm xúc/ giác như Ngã Thức.

Cho nên, có thể nói, sự vận hành của năm thức này, cũng không quan trọng lắm. Cho dù, có bị khiếm khuyết một vài thức thì cũng không ảnh hưởng gì đến khả năng giác ngộ của con người.

Thí dụ, một người dù bị mù, khiếm thị, nên cũng khiếm khuyết về Nhãn Thức., nhưng không hề ảnh hưởng đến khả năng giác ngộ của người này. Tương tự với bốn thức kia.

Ba Thức sau đây, mới là cốt lõi, quyết định con người sống trong sự khổ đau hay an vui.

Thức thứ sáu: Ý Thức.

Về chức năng, Ý thức có khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, phỏng đoán, và tưởng tượng theo chiều nông và chiều sâu.

Khi Ý Thức sử dụng theo chiều nông, Ý Thức có một tên gọi riêng là Trí, bao gồm: khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, phỏng đoán và tưởng tượng.

Khi Ý Thức được sử dụng theo chiều sâu, Ý Thức có một tên gọi riêng là Tuệ, bao gồm: khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, nhưng không có sự phỏng đoán, và tưởng tượng.

Về ngôn ngữ: là lời nói, và chữ.

Về bộ nhớ: ngắn hạn

Về Cảm Xúc Giác: không có cảm xúc/giác

Về giới hạn: Ý Thức không hề có sự giới hạn như năm Thức mà Ý Thức có thể tương tác với tất cả các Thức, trong đó bao gồm cả năm Thức, Ngũ Thức, Thân Thể Thức, và Tiềm Thức.

Với khả năng phân tích, tổng hợp, quan sát và phỏng đoán, Ý Thức có thể kết hợp với năm Thức, và Tiềm Thức để tìm hiểu, phân tích, nhận dạng, so sánh, theo ý muốn của Ngũ Thức.

Thí dụ: Khi Ngũ thức muốn ngắm hoa hồng trong bồn hoa, Ngũ Thức liền ra lệnh cho Thân Thể Thức. Thân Thể Thức ra lệnh cho não bộ, hệ thống thần kinh, và cơ quan mắt, để mở mắt ra, và Thân Thể Thức cũng kết hợp với Nhãn Thức để nhận diện đường đi, sau đó, tác động đến đôi chân để di chuyển.

Khi đôi chân di chuyển đến bồn hoa, và dừng lại theo ý muốn của Ngũ Thức, thì Nhãn Thức, lúc đó, qua mắt, hướng về những đóa hoa hồng, mà không phải các hoa khác.

Nếu đến đây, Ngũ Thức không muốn biết thêm về hoa hồng nữa thì Nhãn Thức sẽ gửi những dữ liệu như: mắt nhìn đường đi thế nào, hoa hồng thế nào.v.v., và Thân Thể Thức sẽ gửi những dữ liệu như cơ bắp hoạt động thế nào, bước đi thế nào, và dừng lại thế nào, v.v. về kho Tiềm Thức để lưu giữ.

Nếu Ngũ Thức, sau khi ngắm hoa hồng, nhưng lại muốn biết về mùi thơm như thế nào thì Ngũ Thức ra lệnh cho Thân Thể Thức hoạt động. Thân Thể Thức sẽ tác động đến Mũi và Tỷ Thức để phân biệt mùi hoa hồng là thơm hay hôi, hay không thơm, không hôi.

Nếu như Ngã Thức không thỏa mãn, muốn biết sự khác biệt giữa hoa hồng với các hoa khác như thế nào thì Ngã Thức mới ra lệnh cho Ý Thức hoạt động.

Ý Thức khi nhận lệnh từ Ngã Thức mới dùng đến khả năng quan sát và phân tích, v.v. Khi sử dụng đến khả năng quan sát và phân tích thì Ý Thức tác động đến Thân Thể Thức điều khiển mắt và Nhãn Thức, nhìn chăm chú vào từng loại hoa để phân biệt về hình dáng, màu sắc, và đưa những dữ liệu đó về kho Tiềm Thức. Ý Thức cũng kích hoạt Thân Thể Thức kết hợp với Tỷ Thức hoạt động để ngửi từng mùi hoa. Kích hoạt Thiệt Thức để nếm vị của các loại hoa, và kích hoạt Thân Thức, dùng tay để sờ mó các loại hoa. Hoặc có thể sử dụng thêm Nhĩ Thức để nghe âm độ của các loại hoa, qua tác động của gió.

Sau khi có đủ những dữ liệu của sáu Thức gửi về kho Tiềm Thức để lưu giữ, Ý Thức mới dùng những dữ liệu được lưu giữ trong Tiềm Thức qua sự tiếp xúc mới nhất của sáu Thức, cũng như, những dữ liệu của các loại hoa khác đã được lưu giữ trong quá khứ để phân tích, tổng hợp, so sánh, v.v.

Nếu như Ngã Thức lúc đó nảy sinh cảm giác nóng nảy, không muốn chờ đợi lâu, Ý Thức sẽ sử dụng Trí, để phân tích phiến diện, qua loa, rồi dùng sự phỏng đoán, tưởng tượng, không kiểm chứng để đưa ra kết quả.

Vì bộ nhớ của Ý Thức thuộc về ngắn hạn, cho nên, Ý Thức sẽ gửi tất cả sự phân tích và kết quả về kho Tiềm Thức để lưu giữ.

Kho Tiềm Thức sau khi nhận sự phân tích, và kết quả từ Ý Thức, liền sắp xếp và liên kết các dữ liệu lại với nhau. Vì

đây là những dữ liệu liên quan đến Ngã Thức, nên những dữ liệu này được sắp xếp vào kho của Ngã Thức.

Ngã Thức khi nhận được kết quả phân tích này, lúc đó, sẽ khởi sinh các cảm giác khác nhau như: ưa hoa này, ghét hoa kia, hay tin hoa này là may mắn, hoa kia là xui xẻo, hay thích mùi hoa này, ghét mùi hoa kia v.v.

Những cảm giác hay cảm xúc đó, được duy trì trong Ngã Thức, cho đến khi, Ngã Thức lại khởi một ý muốn khác. Khi Ngã Thức phát khởi ý muốn khác thì những sự yêu, ghét hoa này, hay hoa kia, thích mùi hoa này, hay hoa kia sẽ được đưa về kho của Ngã Thức trong Tiềm Thức để lưu giữ, và chúng ta quen gọi đó là kinh nghiệm của cá nhân.

Khi trả những cảm xúc/giác về kho Tiềm Thức thì Ngã Thức cũng sắp xếp những thứ tự ưu tiên của các cảm xúc/giác theo ý Ngã Thức muốn.

Còn nếu như, Ngã Thức không phải là một người bình thường, mà lại là một nhà nghiên cứu về thực vật thì Ngã Thức sẽ sử dụng Tuệ để quan sát, phân tích và nhìn sâu.

Nếu như trong kho dữ liệu của Tiềm Thức không có đầy đủ các thông tin hay dữ liệu về hoa thì người đó sẽ đi tham khảo sách vở, hay tìm kiếm trên internet tất cả những thông tin, và dữ liệu liên quan đến các loại hoa mà Ngã Thức muốn biết.

Quá trình này, gọi là nâng cao trình độ kiến thức, học hỏi, hay nghiên cứu. Sau khi có đầy đủ các thông tin và dữ liệu thì mới bắt đầu phân tích kỹ lưỡng, qua kiểm chứng, thực chứng, xem có đúng với sự thật chưa. Nếu chưa đúng với sự thật, Ý Thức (Tuệ) lại tiếp tục, tìm kiếm, kiểm chứng,

thực chứng, cho đến khi tiếp xúc được với sự thật. Khi đã có đủ dữ liệu, và đúng sự thật rồi thì mới đưa ra kết quả.

Khi Ngã Thức nhận được kết quả thì sinh ra cảm giác thỏa mãn, tự tin, tự hào, và vui vẻ.

Trên căn bản, nếu đem so sánh ba thức: Ý Thức, Ngã Thức và Tiềm Thức thì Ý Thức được phát triển rất chậm vào khoảng tháng thứ sáu hay bảy của bào thai và tiếp tục được nâng cao và trau dồi, qua quá trình học tập và nghiên cứu khi hình thành con người hoàn chỉnh.

Thức Thứ Bảy: Ngã Thức hay Bản Ngã, hay Cái Tôi

Về chức năng Ngã Thức là thành trì trú ngụ và phát sinh Cảm Xúc/Giác, nơi khởi đầu phát sinh ra ý niệm, tư tưởng, nơi sản xuất ra khổ đau và An Lạc, nơi duy trì đạo đức, danh dự, và niềm tin qua kinh nghiệm tích lũy, v.v.

Đặc biệt, về chức năng Đạo Đức trong Ngã Thức được chia làm ba phần riêng biệt, gồm cặp đôi lập: Thiện-Ác, Tích Cực-Tiêu Cực, v.v, và phần thứ ba, thuộc về Trung Tính, không Thiện, không Ác.

Trong tất cả Chín Thức, về Tâm Lý, Ngã Thức là chủ nhân ông của Ý Thức. Ngã Thức có thể sử dụng 5 thức qua sự tương tác với Thân Thể Thức để phục vụ cho sự ham muốn của Ngã Thức. Riêng với hai thức: Thân Thể Thức và Tiềm Thức, Ngã Thức không thể sai sử, hay điều khiển, nhưng lại biết lợi dụng, hay sử dụng những chức năng của Thân Thể Thức và Tiềm Thức để phục vụ cho những gì Ngã Thức muốn.

Về ngôn ngữ: năng lượng.

Về bộ nhớ: sử dụng bộ nhớ lâu dài của Tiềm Thức

Về Cảm Xúc Giác: là trung tâm phát khởi ra cảm xúc/giác

Về khả năng phân tích: chỉ có khả năng khởi niệm và sử dụng Ý Thức để phân tích, suy nghĩ.

Về Quyền chọn lựa: Chỉ Ngã Thức, Thân Thể Thức, và Ý Thức có quyền chọn lựa, còn sáu thức khác thì không.

Về giới hạn, Ngã Thức không hề có sự giới hạn như năm thức, Ngược lại Ngã Thức có thể sai sử Ý Thức, và lợi dụng Tiềm Thức, và Thân Thể Thức (cùng 5 thức) để duy trì, nuôi dưỡng những ham muốn, những kinh nghiệm tích lũy có lợi cho Ngã Thức.

Nếu đem so với Ý Thức và Tiềm Thức thì Ngã Thức bắt đầu phát triển vào tháng thứ ba, hay thứ tư, khi bào thai đã bắt đầu có hình tướng và tiếp tục phát triển đến cuối đời.

Thức Thứ Tám: Tiềm Thức/ Tàng Thức hay Căn Bản Thức.

Theo Duy Thức học, Thức thứ Tám được gọi là Căn Bản Thức, bởi vì, đây là Thức xuất hiện đầu tiên khi tinh trùng của người cha kết hợp với trứng của người mẹ tạo thành hợp tử đầu tiên.

Các nhà khoa học ngày nay, vẫn không thể giải thích được lý do tại sao, từ một hợp tử đầu tiên, tự nó lại sinh ra gấp đôi, rồi lại tiếp tục giản phân, gia tăng theo cấp số nhân, cho đến khi tạo ra hình tướng của hài nhi và thành một con người hoàn chỉnh sau khi sinh.

Theo Duy Thức học, chính là nhờ sự có mặt của Thức Căn Bản hay Tàng/Tiềm Thức đã giúp cho hợp tử phát triển theo một lập trình, thuộc về Nhân Tướng Bản Thể.

Đứng trên góc độ của Bản Thể, thì Bản Thể hay Nguyên Thể là nơi dung chứa tất cả các hạt nguyên tử, hạt hạ nguyên tử, năng lượng, và sự co giãn của khoảng Không.

Chính vì, có sự co giãn của khoảng Không, nên tạo ra sự lệch chuyển của những nguồn năng lượng; và các hạt nguyên tử va chạm vào với nhau, nên đã tạo ra sự khác biệt của các Tướng khác nhau, trong đó, bao gồm cả những động vật hữu tình, vô tình, tinh tú, hay vũ Trụ.

Tuy sự cấu tạo hình tướng khác nhau, qua sự khoanh vùng co giãn của khoảng Không, nhưng trong Nguyên Thể, các hạt Nguyên Tử, hay hạt hạ Nguyên Tử, vẫn có sự cấu tạo giống nhau. Vì vậy, Căn Bản Thức hay Tiềm Thức của con người hay con thú, là hữu tình hay vô tình, đều có chung một Nguyên Thể hay Bản Thể.

Đứng trên góc độ về con người thì chúng ta nằm trong Nhân Tướng Bản Thể. Căn bản Thức chính là nguồn năng lượng của Nhân Tướng Bản Thể được lập trình theo sự kết nối, va chạm của các hạt nguyên tử lại với nhau trong khoảng Không co giãn.

Chính vì vậy, khi hợp tử được thành hình thì nguồn năng lượng của Căn Bản Thức được khởi sinh và bắt đầu hoạt động theo lập trình tướng người.

Vì là nguồn năng lượng đầu tiên tạo ra con người, cho nên, Căn Bản Thức cũng là nơi khởi đầu mạng sống của con người, và sau đó, chuyển qua Thân Thể Thức.

Vì Căn Bản Thức là nơi khởi đầu của sự sống (tổng thể), và chuyển qua Thân Thể Thức (biệt thể) để duy trì sự sống của cá thể, nơi mà Ngã Thức nương nơi Thân Thể để sinh hoạt.

Cho nên, ngoài chức năng khởi đầu tạo ra sự sống, kết hợp chặt chẽ với Thân Thể Thức để duy trì sự sinh hoạt của thân mạng, Căn Bản Thức còn những chức năng như sau:

- Kho chứa tất cả các thông tin, dữ liệu từ 5 giác quan, Ý Thức, Thân Thể Thức, và Ngã Thức
- Duy trì bộ nhớ lâu dài, và nối kết các thông tin dữ liệu, có khả năng sáng tạo
- Đòi hỏi những thông tin, dữ liệu, hoặc vấn đề chưa được giải quyết triệt để, để tạo sự hoàn chỉnh
- Cung cấp thông tin liên tục cho Ngã Thức
- Ngôn ngữ Chính: Hình Ảnh
- Chính vì, không có các chức năng như phân tích, tính toán, tổng hợp, v.v của Ý thức, nên Tiềm Thức không có thể phủ định, không có thiện ác, không có đúng sai, cũng như không có quá khứ và tương lai. Thời gian hoạt động mạnh nhất của Tiềm thức là khi Ngã Thức và Ý Thức không hoạt động.
- Không có cảm xúc/giác

Vì vậy, ngoài tên gọi là Căn Bản Thức, còn có những tên gọi khác như Tiềm/ Tàng Thức (vì là thức ở ẩn bên trong).

Ngoài Tám Thức theo Duy Thức học, thì còn có một Thức vô cùng đặc biệt, đó là: Thức thứ Chín, Thân Thể Thức. Thức này, hoàn toàn không có trong Duy Thức học, nhưng trong 12 nhân Duyên chúng ta sẽ thấy được “bóng dáng” của Thức này.

Thân Thể Thức là Thức liên quan đến quá trình cấu tạo và sinh diệt thuộc về thân thể của con người, trong đó, bao gồm: tất cả các bộ phận lớn như: lục phủ, ngũ tạng, não, hay đến những phần nhỏ như, hợp tử, DNA, RNA, tế bào v.v.

có chức năng tạo ra sự sinh diệt của các tế bào, và duy trì sự sinh hoạt hài hòa của thân mạng.

Theo Cơ Thể học, Thân Thể Thức của một cá thể, còn được gọi là xung động nội môi (homeostatic impulse). Nhiệm vụ của Thân Thể Thức là, giữ cho thân nhiệt của cá thể đó luôn ở 98,6 độ F (37 độ C). Đồng thời, giúp cho cơ thể của cá thể đó có thể thở đều đặn, và giữ cho tim của cá thể đó đập ở một nhịp độ nhất định, v.v.

Ngoài ra, Thân Thể Thức còn thông qua hệ thống thần kinh tự trị (autonomic nervous system) của cá thể để điều khiển và duy trì sự cân bằng giữa hàng trăm, ngàn chất hóa học trong hàng tỷ tế bào của cá thể được hoạt động hài hòa, hoàn hảo, trong hầu hết thời gian.

Thân Thể Thức có sự liên kết chặt chẽ với tất cả các Thức, bao gồm: Ngã Thức, Ý Thức, Tiềm Thức và 5 Thức. Ngoài ra, còn có các là chức năng khác như:

- Kho chứa tất cả các thông tin, dữ liệu của hợp tử, DNA, RNA, tế bào, v.v.
- Quan sát, phân tích, so sánh, tổng hợp, phỏng đoán
- Tiếp nhận các chất dinh dưỡng từ thức ăn, chuyển hóa các chất dinh dưỡng đó thành năng lượng, và thực hiện các chức năng chuyên biệt.
- Duy trì bộ nhớ lâu dài, và nối kết các thông tin dữ liệu, có khả năng sáng tạo
- Tương tác thông tin và dữ liệu liên tục cho Ngã Thức.
- Là chủ nhân của 5 thức
- Ngôn ngữ chính: năng lượng

Chính vì, có các chức năng như phân tích, tính toán, tổng hợp, v.v như Ý thức, nên qua sự điều khiển của Thân Thể

Thức, não bộ có khả năng tự sản xuất và tăng giảm các chất kích thích tố để tạo nên sự hài hòa hoạt động giữa các tế bào, cơ, mô, hệ thần kinh, v.v. cũng như, tế bào máu có thể phân biệt để tiêu diệt các loại vi trùng, hay vi khuẩn, hay sự xáo trộn các mô, cơ, qua những nhận thức sai lầm của các tế bào, mô, cơ, tạo ra tế bào ung thư, v.v.

Thân thể Thức cũng như Tiềm Thức có sự hoạt động không ngừng nghỉ, và khác với Tiềm Thức là kho dữ liệu tổng thể, trong khi, Thân Thể Thức là kho dữ liệu biệt thể chỉ liên quan đến các phần trong cơ thể.

Thí dụ, khi Ngã Thức muốn nhìn một hình ảnh thì tác động lên Thân Thể Thức. Thân thể Thức mới tác động lên não bộ, và não bộ mới điều khiển hệ thần kinh, và các cơ mắt mở ra, rồi mới kết hợp với Nhãn Thức để phân biệt hình ảnh.

Nếu không có Nhãn Thức, chúng ta không biết hình ảnh đó là gì, vì Thân Thể Thức là Thức chỉ lưu giữ những thông tin và dữ liệu liên quan đến sự sinh hoạt của thân thể (biệt thể).

Cho nên, nếu Ngã Thức muốn biết hình ảnh bên ngoài, thì Thân Thể Thức phải kết hợp với Nhãn Thức (với 4 thức khác cũng vậy). Ngược lại, Tiềm Thức thì lưu giữ tất cả mọi thông tin và dữ liệu, trong đó, bao gồm luôn thông tin và dữ liệu từ Thân Thể Thức (tổng thể).

Thân Thể Thức, không có cảm xúc/giác, nhưng lại có sự tương tác, tương tức trực tiếp với cảm xúc/giác và ý muốn từ Ngã Thức.

Tuy nhiên, Thân Thể thức cũng như Tiềm Thức, không chịu sự điều khiển từ Ngã Thức, mà đôi khi, còn bắt Ngã Thức phải khuất phục Thân Thể Thức. Vì thế, Ngã Thức chỉ có

thể sử dụng Thân Thể Thức như một “công cụ” hay “một nơi cư trú” để thỏa mãn những gì Ngã Thức muốn qua thân thể.

Thí dụ: Ngã Thức muốn thức khuya để coi phim, nhưng nếu Thân Thể Thức nhận được những tín hiệu từ các bộ phận đã hoạt động quá mệt mỏi thì Thân Thể Thức sẽ phân tích và đưa ra sự lựa chọn, rồi chuyển về Ngã Thức.

Ngã Thức có quyền không theo sự lựa chọn của Thân Thức, và tiếp tục gia tăng “áp lực” bắt Thân Thể Thức phục vụ cho ý muốn của mình. Thân Thể Thức khi nhận lệnh từ Ngã Thức sẽ ra lệnh cho các cơ của mắt, căng lên, để giúp cho mắt có thể mở. Tuy mắt mở, nhưng Nhãn Thức lại không nhận diện được những hình ảnh trong phim một cách rõ ràng, vì các cơ mắt và hệ thống thần kinh của mắt đã mệt mỏi nên cung cấp các hình ảnh không còn chân thật.

Các cơ mắt, khi đã quá ngưỡng chịu đựng thì Thân Thể Thức bắt chấp là Ngã Thức muốn coi phim cũng tự động ra lệnh cho mắt nhắm lại, cũng như, ra lệnh cho các bộ phận mệt mỏi khác, dừng hoạt động. Khi cơ thể dừng hoạt động, thì Ngã Thức dù có muốn coi phim cũng phải chấp nhận dừng lại ý muốn của mình.

Thân Thể Thức là Thức thuộc về Y học, chúng ta sẽ có dịp quan sát sâu hơn, khi có những chủ đề liên quan đến Y học và cơ thể của con người.

Không thể tưởng tượng nổi thì ra ngàn năm trước, những nhà Tâm Lý học phương Đông đã có sự phân tích rất rõ ràng, đầy đủ chi tiết như vậy há chú. Hoàng Trang lên tiếng.

Đúng vậy, nếu các nhà Tâm Lý học phương Tây cho rằng, ngành Tâm Lý là ngành chẻ sợi tóc ra làm tư, thì các nhà Tâm Lý học phương Đông đã chia sợi tóc thành mười sáu.

Diệu Hiền nghe ông chú chia xẻ, cười thật to, nói:

Giờ ạ, thế này thì chỉ có chết tụi cháu thôi chú ơi.

Cả ba chú cháu cùng cùng to với câu nói đùa của Diệu Hiền, sau đó, ông chú nói tiếp:

Bây giờ, chúng ta có thể dựa vào các chức năng căn bản của Chín Thức để quan sát sự khác biệt giữa học Thuyết của Freud và Chín Thức như thế nào?

Theo định nghĩa của Freud, “Tiền Ý Thức, là Thức bao gồm tất cả những thứ tiềm ẩn, có thể được đưa đến vùng Ý Thức.”

Điều này Đúng, vì cùng đồng nghĩa với chức năng của Tiềm Thức, nơi lưu giữ tất cả các dữ liệu, và trong quá trình sắp xếp, liên kết các dữ liệu đã lôi những vấn đề, mà cá thể đã đè nén, trốn chạy không chịu giải quyết, hay giải quyết mang tính cách tạm thời, lên trên Ý Thức đòi giải quyết.

Còn câu, “Ý Thức, bao gồm tất cả những suy nghĩ, ký ức, cảm giác và mong muốn, mà ta nhận thức được một cách rõ ràng, vào bất kỳ thời điểm nào”

Nếu đứng trên góc độ diễn giải này của Freud, chúng ta thấy, có rất nhiều điều rất mơ hồ, lẫn lộn, giữa chức năng của Ý Thức, Ngã Thức và Tiềm Thức.

Với khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, so sánh, phỏng đoán, nhìn sâu và nhìn nông thì Ý Thức, bao gồm tất cả sự suy nghĩ là đúng. Bởi vì, thông thường, khi chúng ta suy

nghĩ về một việc gì đó, có nghĩa là, chúng ta đang sử dụng khả năng phân tích, so sánh, nhận dạng, quan sát, của Ý Thức.

Nhưng khi Freud cho rằng, bao gồm luôn cả ký ức, cảm giác và mong muốn, lại trở thành vấn đề. Trên thực tế, Ý Thức của chúng ta có bộ nhớ ngắn hạn, nên không thể lưu giữ ký ức (ghi lại một cái gì đó lâu dài) của chúng ta lại được.

Thí dụ như, khi chúng ta đang suy nghĩ về một vấn đề nào đó, tự nhiên có một người đến quấy rầy, hỏi lung tung những chuyện gì đâu. Đến khi người đó đi rồi, chúng ta cũng quên luôn lúc trước chúng ta đang suy nghĩ gì, hay đang phân tích cái gì.

Nguyên do, là vì, bộ nhớ của Ý Thức ngắn hạn, và trong thời gian chúng ta đang sử dụng bộ nhớ ngắn hạn của Ý Thức, nên chúng ta không đưa những sự phân tích về kho lưu giữ lâu dài của Tiềm Thức để lưu giữ. Chính vì vậy, khi Ý Thức của chúng ta đổi qua chủ đề khác quá lâu, nên khi trở lại chủ đề cũ, chúng ta không còn nhớ được bao nhiêu, hoặc chúng ta chẳng còn nhớ gì cả.

Hay, chúng ta đột nhiên gặp mặt một người nào đó. Nhưng lúc đó Ý Thức của chúng ta không thể nhớ ra tên người đó là gì. Chúng ta cứ tiếp tục suy nghĩ cũng không ra. Rồi lúc đó, Ý Thức của chúng ta lại dùng suy nghĩ cho chuyện khác. Trong khi, chúng ta đang suy nghĩ những vấn đề liên quan đến chuyện khác, thì tự nhiên, trong Ý thức chúng ta lại hiện lên tên của người đó.

Rõ ràng, bộ nhớ của Ý Thức rất ngắn hạn, nên khi Ý Thức lục lọi trong bộ nhớ, tìm không ra tên, nên Ý Thức mới chuyển mệnh lệnh của Ngã Thức xuống Tiềm Thức, nơi lưu

giữ lâu dài những dữ liệu, tiếp tục tìm kiếm. Khi Tiềm thức kiếm ra tên người đó thì lộ trên mặt Ý Thức, trong khi Ý thức vẫn đang suy nghĩ, hay phân tích một việc khác.

Còn phần cảm giác và mong muốn ở đây, không thể nào thuộc về Ý Thức được, mà phải thuộc về Ngã Thức. Bởi vì, cảm giác và mong muốn phải là cảm giác và mong muốn của ai. Như cảm giác của tôi, mong muốn của tôi. Nghĩa là, phải thuộc về Bản Ngã, về cái tôi mới chính xác.

Vấn đề của Freud ở đây, có lẽ là ông phân chia Tâm Thức con người ra làm ba cái Thức khác nhau, cho nên, mỗi một Thức, ông lại cho nó có đầy đủ các chức năng. Trên thực tế, chúng ta chỉ có một Tâm đó là Ngã Thức, và có nhiều Thức khác, có những chức năng khác để phục vụ cho cái tôi, hay Ngã Thức, hay Bản Ngã muốn như thế nào.

Qua câu kể tiếp: “mà ta nhận thức được một cách rõ ràng, vào bất kỳ thời điểm nào. Ta có thể nghĩ đến, và trò chuyện về những thứ kể trên theo lý trí. Ngoài ra, Ý thức còn bao gồm cả ký ức, không phải lúc nào ký ức cũng nằm ngay trong vùng Ý Thức, nhưng nó có thể được triệu hồi dễ dàng, vào bất kỳ thời điểm nào, và giúp ta nhận thức nó rõ ràng.”

Dĩ nhiên, khi Ý Thức muốn phân tích một điều gì thì đều có thể sử dụng kho dữ liệu của Tiềm Thức để tìm những dữ liệu trong bất cứ khoảng thời gian nào. Nhưng ở đây lại kèm theo câu “trò chuyện về những thứ kể trên theo lý trí”, vậy lý trí ở đâu, và chức năng của lý trí là gì?

Sau đó Freud lại còn khẳng định: “không phải lúc nào ký ức cũng nằm ngay trong vùng Ý Thức, nhưng nó có thể được triệu hồi dễ dàng, vào bất kỳ thời điểm nào”. Vậy nếu ký ức không phải lúc nào cũng nằm trong Ý Thức, thì lúc đó, ký

ức ở đâu, mà có thể triệu hồi dễ dàng vào bất cứ thời điểm nào?

Nếu chúng ta dựa trên những chức năng của Chín Thức, chúng ta sẽ có câu trả lời rất rõ ràng, và không mơ hồ và lẫn lộn như Freud.

Rõ ràng, khi chúng ta hiểu chức năng của Ý Thức và Tiềm Thức, chúng ta có thể biết, ký ức đang nằm trong kho dữ liệu của Tiềm Thức, và bất cứ khi nào Ngã Thức muốn nhớ lại ký ức thì chỉ cần ra lệnh cho Ý Thức, sử dụng kho dữ liệu của Tiềm Thức và đưa ký ức đó lên trên mặt của Ý Thức.

Đó chính là lý do, tại sao chúng ta có thể triệu hồi ký ức đó dễ dàng và vào bất cứ thời điểm nào.

Thí dụ: Ngã Thức của chúng ta muốn nhớ về ký ức tuổi thơ lúc 10 tuổi thì Ngã Thức của chúng ta ra lệnh cho Ý Thức đi tìm ký ức đó. Ý Thức khi nhận lệnh của Ngã Thức sẽ xuống kho dữ liệu của Tiềm thức, để lôi dữ liệu ký ức năm 10 tuổi lên trên màn ảnh của Ý Thức và Ngã Thức có thể thấy lại những hình ảnh của tuổi lên 10.

Nếu như Ngã Thức muốn nhìn lại hình ảnh tuổi 15 thì cũng lập lại như vậy và hình ảnh tuổi 15 sẽ xuất hiện.

Vậy còn Vô Thức thì sao?

Vô Thức là một ‘kho tàng’ các cảm xúc, suy nghĩ, ham muốn, và ký ức nằm bên ngoài vùng kiểm soát của ý thức. Hầu hết các nội dung của vùng vô thức, đều khá khó chịu và không được chủ thể chấp nhận, như cảm giác đau đớn, lo âu hay xung đột.

Trong phần này, chúng ta cũng thấy, Freud lại rơi vào những lẫn lộn giữa các chức năng của Ba Thức.

Freud đã đúng khi cho rằng: vô thức là một ‘kho tàng’ các cảm xúc, ham muốn, hầu hết các nội dung của vùng vô thức đều khá khó chịu và không được chủ thể chấp nhận, như cảm giác đau đớn, lo âu hay xung đột.

Đây đúng là những chức năng của Ngã Thức. Và danh từ chính xác để dùng là Ngã Thức thay vì Vô Thức.

Ngã Thức là sự nhận ra cái tôi, trong đó bao gồm: những cảm xúc, mong muốn, cảm giác đau đớn và khó chịu của tôi, rất rõ ràng. Vì vậy, khi dùng từ vô thức ở đây, dễ gây ra hiểu lầm. Vì Vô Thức có nghĩa là thức đó không thể xác định. Vậy làm sao có chủ thể không chấp nhận những cảm giác đau đớn, lo âu hay xung đột. Thế thì, chủ thể này là ai?

Như lúc trước tôi có đề cập, có lẽ Freud đã phân chia Ba Thức thành ba Thức riêng biệt của một cá thể, cho nên, Freud đã gắn ghép vào mỗi Thức những chức năng gần giống nhau, và thường chống đối lại nhau.

Vì vậy, trong phần vô thức này, Freud, lại tiếp tục gắn cho Ngã Thức những phần như: “suy nghĩ” thuộc về Ý Thức; “Ký ức không nằm trong vùng kiểm soát Ý thức”, thuộc về Tiềm Thức, vào trong vô thức.

Thì ra là vậy, lúc xưa khi học đến những phần này, cháu rất là mơ hồ, và cũng có những câu hỏi như chú, nhưng không làm sao giải thích được, cho đến tận bây giờ. Nếu các giảng viên, mà giảng dạy rõ ràng như chú chia xẻ, thì chắc, cháu sẽ giỏi hơn rất nhiều. Hoàng Trang nói.

Diệu Hiền đợi Hoàng Trang nói dứt, lên tiếng:

Vậy chú ơi, theo học thuyết của Freud, có đưa ra hiện tượng lờ lờ. Nghĩa là, trong lúc đang nói chuyện với ai đó, thay vì, gọi đúng tên họ thì lại gọi tên người khác. Theo Thuyết của Freud thì những câu chữ phát ra khi người ta lờ lờ sẽ giúp tiết lộ những suy nghĩ và cảm xúc ẩn giấu trong vô thức của họ.

Chú quan sát như thế nào về vấn đề này?

Trong cuộc sống của con người, chúng ta ít sử dụng Ý Thức mà thường sử dụng những thói quen.

Như chúng ta đã biết, chức năng của Ý Thức là khả năng quan sát, phân tích, v.v. như vậy, mỗi khi chúng ta sử dụng đến Ý Thức (Trí) thì tốn rất nhiều thời gian. Nếu chúng ta sử dụng Tuệ thì thời gian sẽ còn dài hơn, vì phải qua quá trình kiểm chứng và thực chứng.

Vì vậy, để giải quyết vấn đề tốn thời gian này, chúng ta thường biến những hành động giống nhau mỗi ngày, được lặp đi lặp lại, thành một thói quen. Khi đã thành một thói quen, chúng ta không cần sử dụng đến Ý Thức nữa mà vẫn có thể sinh hoạt bình thường.

Hiện tượng lờ lờ của Freud là hiện tượng xảy ra từ Tiềm Thức, nơi sắp xếp và lưu trữ các dữ liệu, bao gồm các thói quen.

Vì chức năng của Tiềm Thức không có sự phân tích, nhận dạng như Ý Thức. Cho nên, nếu chủ đề của chúng ta đang nói đã trở nên quá quen thuộc, và đối tượng A là người mà chúng ta đã nói chuyện quá nhiều lần và biến thành thói quen, thì lúc đó, Tiềm Thức của chúng ta sẽ không nhận ra, người đối diện với chúng ta là B, và cứ tiếp tục sử dụng tên A như thói quen.

Đó gọi là sự vận hành của Tiềm Thức. Như vậy, qua sự vận hành của Tiềm Thức theo thói quen, nghĩa là, không có mặt của Ý Thức nên không nhận dạng được sự khác biệt giữa A và B, vì thế vẫn tiếp tục sử dụng tên của A thay vì B.

Vì vậy, qua hiện tượng lỡ lời này, chúng ta không thể biết được suy nghĩ của người nói lỡ lời, vì người đó, không có suy nghĩ (Ý Thức) mà chỉ là “Xả” những liên kết dữ liệu trong kho Tiềm Thức ra ngoài. Điều này, học thuyết của Freud cần chỉnh lại.

Nhưng ở đây, Freud lại hợp lý khi cho rằng, chúng ta có thể hiểu được cảm xúc của người nói lỡ lời. Vì cảm xúc là những nguồn năng lượng “không tên” kết hợp những nguồn năng lượng khác nhau của Ngã Thức.

Như vậy, qua cảm xúc, có thể hiểu được Ngã Thức của người đó đang có nguồn năng lượng nào và những nguồn năng lượng này đang liên quan đến những vấn đề gì.

Tại sao khi qua sự chia xẻ của chú, cháu lại hiểu rất chi tiết và rõ ràng, còn khi cháu học, cứ đoán mò vậy chú? Diệu Hiền hỏi.

Đơn giản, vì bạn thiếu sự nhìn sâu.

Diệu Hiền và Hoàng Trang cùng cười thật lớn. Sau đó, Hoàng Trang lên tiếng:

Vậy, chú có thể chia xẻ với hai cháu về những giấc mơ, mà theo Freud, đó là: “sự tác động lẫn nhau phức tạp của những ước muốn bị cấm đoán và những áp lực khác” là sao, vậy chú.

Nói đến giấc mơ là nói đến chức năng sắp xếp, và liên kết các thông tin và dữ liệu mà Tiềm Thức thu nhận được trong một ngày.

Vì Tiềm Thức là Thức tạo ra sự sống, và kết hợp với Thân Thể Thức để duy trì sự sống cho chúng ta. Cho nên, Tiềm Thức luôn hoạt động hai mươi bốn giờ, không ngừng nghỉ.

Ngược lại, Ý Thức chỉ hoạt động khi Ngã Thức muốn phân tích những vấn đề gì xảy ra có ảnh hưởng đến Ngã Thức mà thôi. Nếu không có những vấn đề mới mà chỉ là những vấn đề quen thuộc thì Ngã Thức sẽ sử dụng Tiềm Thức qua các thói quen.

Thông thường, chúng ta sử dụng 95% những việc liên quan đến cuộc sống của chúng ta qua thói quen được lưu giữ trong Tiềm Thức.

Còn lại 5% cho Ngã Thức và Ý Thức. Khi Ngã Thức không sử dụng Ý Thức, và cũng không có cảm giác, hay ý muốn thì chúng ta rơi vào trạng thái rỗng, hay trống không, hay gọi là không suy nghĩ.

Nếu như trong một ngày, mà Ngã Thức của chúng ta luôn có sự trào dâng cảm xúc/giác, thì lúc đó, Ý Thức sẽ được sử dụng tối đa.

Và khi Ý Thức liên tục bị sử dụng tối đa để giải quyết những cảm xúc/giác dâng trào của Ngã Thức thì chúng ta rơi vào trạng thái “quá tải” của Ý Thức (cứ liên tục đi tìm các giải pháp cho Ngã Thức), trạng thái này, chúng ta gọi là điên.

Trong một sinh hoạt bình thường, như khi chúng ta ngủ, Ý Thức và Ngã Thức của chúng ta đều vắng mặt.

Thí dụ, khi chúng ta ngủ, chúng ta chảy nước dãi thì Ngã Thức cũng không có cảm giác hồ thẹn, hay xấu hổ, và Ý Thức cũng chẳng có phân tích nguyên do tại sao. Vì cả Ý Thức và Ngã Thức, đều cùng vắng mặt.

Đây chính là lúc mà sự hoạt động của Tiềm Thức được lộ rõ trên bề mặt của Ý Thức. Những giấc mơ mà chúng ta có được khi ngủ là sự vận hành của Tiềm Thức qua việc sắp xếp và liên kết các dữ liệu lại với nhau.

Chẳng hạn, một sáng, chúng ta đi ngang một quán chè, và họ bán một món chè mà người yêu cũ của chúng ta rất thích. Tuy chúng ta không vào mua chè, nhưng qua Thân Thể Thức, Nhãn Thức và Ý Thức, chúng ta nhận ra, đó là, món chè mà người yêu cũ chúng ta thích.

Tuy chỉ nhìn thoáng qua, và Ngã Thức lại muốn Ý Thức phải tập trung vào việc khác. Hình ảnh chén chè đó, được Ý Thức, Thân Thể Thức và Nhãn Thức, đưa về kho Tiềm Thức lưu giữ. Khi Tiềm Thức sắp xếp và liên kết thì sẽ đem chén chè đó liên kết với những gì liên quan đến phần của người yêu cũ.

Nếu như khi chia tay với người yêu cũ, chúng ta đã có những sự oán thù, trách móc, v.v, thì khi chén chè được liên kết vào phần của người yêu cũ sẽ kích hoạt lại những vấn đề mà chúng ta và người yêu cũ đã có trước đây nhưng chưa được giải quyết. Những vấn đề đó, nay chịu thêm sự oán hận sau khi chia tay tác động, tạo ra cách thức giải quyết những vấn đề cũ trở nên khốc liệt hơn.

Nếu chẳng may, hình ảnh chén chè lại liên kết đến việc ăn chè bị trúng độc chết thì trong quá trình sắp xếp, liên kết, của Tiềm Thức, chúng ta có thể mơ thấy, người yêu cũ của

chúng ta sẽ đầu độc chúng ta bằng chén chè để trả thù. Trong khi chờ chúng ta chết thì người yêu cũ của chúng ta cười rất thỏa mãn. Đây gọi là ác mộng, mà đôi khi, chúng ta hay trải qua.

Hình ảnh đang nằm chờ chết trong giấc mơ, kích hoạt cảm giác sợ chết của Ngã Thức một cách mãnh liệt, khiến cho Ngã Thức phải thức giấc, và ra lệnh cho Thân Thể Thức hoạt động bằng việc mở mắt ra.

Hay, khi chúng ta nhìn thấy hình ảnh chén chè của người yêu cũ, nhưng chúng ta lại đang cãi nhau với người yêu mới. Vì hình ảnh chén chè và việc cãi nhau cùng đang xảy ra và cùng liên quan đến người yêu.

Cho nên, qua sắp xếp và liên kết của Tiềm Thức, chúng ta có một giấc mơ, mà trong đó, cả hai người yêu cũ và mới xảy ra xung đột tranh giành và xé chúng ta ra làm đôi. Dù rằng, trên thực tế, người yêu mới chưa bao giờ gặp hay quen biết người yêu cũ.

Hình ảnh hai người yêu, cũ và mới cùng tranh giành và xé thân chúng ta làm đôi, tác động mãnh liệt lên cảm giác sợ chết, khiến cho Ngã Thức phải thức giấc.

Đó là một vài hiện tượng xảy ra về sự sắp xếp và liên kết các dữ liệu của Tiềm Thức mà chúng ta có thói quen gọi đó là những giấc mơ.

Có những giấc mơ mà chúng ta thấy người trong qua khứ có thể sinh hoạt ngay trong hiện tại. Nguyên do là, từ những dữ liệu cũ và mới đang được Tiềm Thức sắp xếp và liên kết.

Nhưng tại sao cũ và mới có thể kết hợp “như thật” trong giấc mơ? Vì Tiềm Thức không có khả năng phân biệt như

Ý Thức, nên trong Tiềm Thức không có cũ và mới, không có quá khứ hay tương lai, mà chỉ có ngay lúc này hay trong hiện tại.

Như vậy, theo Freud, “giấc mơ là sự tác động lẫn nhau phức tạp của những ước muốn, bị cấm đoán và những áp lực khác.” Chỉ hợp lý, khi cho đó “là sự tác động lẫn nhau phức tạp”, đồng nghĩa với sự sắp xếp và liên kết các dữ liệu của Tiềm Thức, tùy theo những dữ liệu đơn lẻ đó có liên kết với những dữ liệu khác hay không mà tạo nên sự phức tạp hay không?

Nhưng lại không hợp lý khi cho rằng, đó là “những ước muốn, bị cấm đoán và những áp lực khác”.

Rõ ràng, trong thí dụ trên, chúng ta đâu thấy, những ước muốn bị cấm đoán hay bị bất cứ áp lực nào khác với chúng ta đâu. Ngã Thức của chúng ta đâu có muốn nhớ lại người yêu cũ, và chúng ta cũng chẳng bị cấm đoán hay bị áp lực nào khác bắt chúng ta phải quên đi, không được nghĩ đến người yêu cũ. Nếu có, làm sao chúng ta vừa nhìn thấy chén chè đã nghĩ ngay đến người yêu cũ.

Còn câu, “hay những ước muốn vô Thức đã trải qua sự biến dạng, thông qua các quá trình ngưng tụ và dịch chuyển” thì lại hợp lý, khi những ý muốn của Ngã Thức luôn thay đổi tùy theo sự tiếp xúc của năm thức, khởi ý niệm, hay trong quá trình sắp xếp và liên kết các dữ kiện của Tiềm Thức tác động đến những nguồn cảm xúc, khiến cho Ngã Thức có khi bị tê liệt, không còn có thể sử dụng Ý Thức để phân tích lợi hại, cũng như quan sát hay nhìn sâu để có thể tiếp cận được với sự thật.

Như vậy, qua sự quan sát và nhìn sâu giữa học thuyết của Freud và Chín Thức, chúng ta có thể rút ra được vài điểm khác biệt:

Học thuyết của Freud cho rằng: chúng ta có ba thức hoạt động độc lập và đối nghịch nhau. Cho nên, trong mỗi thức đều có một số các chức năng gần giống nhau. Từ đó, tạo nên sự xung đột và tạo ra những hành vi khác nhau tùy theo hoàn cảnh.

Trong khi, Chín Thức lại phân chia rạch ròi chức năng và sự giới hạn của mỗi Thức. Tuy có 9 Thức nhưng chỉ có hai Thức làm chủ là, Ngã Thức và Thân Thể Thức, còn 7 Thức khác chỉ để phục vụ cho Ngã Thức với những chức năng giới hạn của mình.

Học thuyết của Freud cho rằng: giấc mơ của con người có được là từ những ước muốn của vô thức đã trải qua sự biến dạng, thông qua các quá trình ngưng tụ và dịch chuyển.

Trong khi, qua sự vận hành của Chín Thức, giấc mơ là quá trình sắp xếp và liên kết của Tiềm Thức, chứ không phải từ vô Thức, hay đúng hơn là Ngã Thức. Theo Chín Thức, những ước muốn của Ngã Thức có thể bắt nguồn từ 5 Thức, cũng có thể bắt nguồn từ Thân Thể Thức, Tiềm Thức, hay bắt nguồn từ Ngã Thức, tùy theo tình trạng của Ngã Thức lúc đó đang trong hoàn cảnh nào.

Nếu Ngã Thức đang trong hoàn cảnh bị những nguồn năng lượng “không tên” tác động mạnh mẽ lên Ngã Thức, khiến cho Ngã Thức bị tê liệt, thì hành vi hay hành động xảy ra không còn tùy thuộc vào ý muốn của Ngã Thức nữa.

Chú ơi, có thể dùng một thí dụ minh họa để cho chúng cháu dễ hiểu hơn không? Diệu hiền nói.

Thí dụ, có một người vô lý đến gây lộn và muốn đánh nhau với chúng ta.

Trong trường hợp 1: Nếu Ngã Thức của chúng ta muốn “dĩ hòa vi quý” sẽ ra lệnh cho Ý Thức dùng sự quan sát môi trường hoàn cảnh xung quanh; phân tích lợi và hại khi gây lộn và đánh nhau với người kia như thế nào; phân tích cách hành xử và lời nói thế nào để tránh gây ra gây lộn và đánh nhau; hay khi người kia đánh sẽ đối phó như thế nào, v.v.

Khi có đủ những dữ liệu từ Ý Thức gửi về cho Tiềm Thức lưu giữ và chuyển qua kho của Ngã Thức, lúc đó, Ngã Thức mới đưa ra quyết định lựa chọn cách thức nào có lợi nhất cho Ngã Thức, rồi ra lệnh cho các thức khác hỗ trợ để đạt được ước muốn của mình.

Freud gọi đây là quá trình ước muốn vô thức bị ngưng tụ qua sự biến dạng. Có nghĩa là ước muốn “dĩ hòa vi quý” của Ngã Thức vẫn đạt được mục đích (ngưng tụ) nhờ có nhiều phương án (biến dạng) do Ý Thức đã phân tích để Ngã Thức chọn lựa.

Trong trường hợp 2: Nếu Ngã Thức của chúng ta đang ở trong cảm xúc bức bối, tức giận vì vừa bị ông chủ la rầy mà chúng ta không thể trút giận vào ông ta. Và nếu như, hình ảnh, lời nói, hành động của người đến gây chuyện chỉ cần tương tự với ông chủ, thì qua sự tiếp xúc của 5 Thức gửi về Tiềm Thức và chuyển qua kho Ngã Thức, những hình ảnh, lời nói này sẽ kích hoạt nguồn năng lượng cảm xúc gia tăng, khống chế Ngã Thức, khiến cho Ngã Thức bị tê liệt không thể sử dụng Ý Thức để phân tích lợi hại, cũng như, không còn duy trì được ý muốn ban đầu “dĩ hòa vi quý” như bình thường.

Nên, chúng ta sẽ xả nguồn năng lực cảm xúc bực bội, tức giận lên trên người gây sự vô cớ một cách tàn nhẫn, không thương tiếc. Cho đến khi có sự can thiệp của người khác, hay cảnh sát, hay đối phương bỏ chạy, khuất khỏi tầm của năm thức.

Khi cảm xúc trào dâng đã được trút, xả, và yếu dần thì Ngã Thức của chúng ta mới thoát khỏi sự kiềm chế của nguồn năng lượng cảm xúc; từ đó, mới có thể sử dụng Ý Thức để phân tích lợi hại về hậu quả mà chúng ta vừa gây ra. Đồng thời tạo ra cảm giác hối hận khi không duy trì được ý muốn “dĩ hòa vi quý”.

Freud gọi đây là quá trình ước muốn vô thức bị biến chuyển qua sự biến dạng. Có nghĩa là Ý muốn “dĩ hòa vi quý” đã không còn được duy trì và bị sự biến chuyển của cảm xúc không chế nên đã trút xả nguồn cảm xúc bực bội, tức giận từ ông chủ qua người gây chuyện (biến dạng).

Quả thật, đây là những sự việc xảy ra trong chúng ta mỗi một ngày, chỉ cần quan sát và nhìn sâu, chúng ta đều có thể nhận thấy rất dễ dàng. Nhưng qua cách diễn giải của Freud thì lại cực kỳ khó hiểu chú nhĩ. Hoàng Trang nói.

Ông chú nhìn Hoàng Trang và Diệu Hiền, nói:

Nếu không nhờ có sự diễn giải khó hiểu của Freud thì hai bạn ngồi đây sẽ phải đối nghịch. Lúc đó, tôi lại có hai đối thủ phải cạnh tranh.

Cả ba chú cháu cùng cười to khi đèn đường trong công viên đã tỏ.

12 NHÂN DUYÊN

Chiều nay, Nhật Minh và Diệu Hiền cùng đến thăm ông chú. Vừa gặp ông chú, Diệu Hiền đã xà xuống, ngồi bên cạnh ông, trong khi Nhật Minh, ngồi đối diện.

Vừa ngồi xuống, Diệu Hiền đã móc trong bóp ra xấp giấy, cầm trên tay, rồi nói:

Chú ơi, cháu đã đọc bài viết này của Thầy Thích Thông Huệ về Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả, nhưng càng đọc thì cháu càng mơ hồ, cho nên, cháu mới in ra để đọc cho chú nghe. Chú nghe xong giải thích dùm cháu nha chú.

Không đợi ông chú có đồng ý hay không, Diệu Hiền đọc:

“Đối với nhà Phật, sự tu hành còn nhắm đến mục đích cao hơn: Xuất phiền não gia và xuất tam giới gia. Đức Phật là bậc Vô Thượng Y Vương, có đến tám vạn bốn ngàn phương thuốc, điều trị bệnh cho chúng sanh; trong đó, có những cách thức điều trị tận gốc, giúp chúng sanh khỏi được tâm bệnh phiền não, và giải thoát được sinh tử luân hồi. Pháp môn quán chiếu về Thập Nhị Nhân Duyên là một trong những phương pháp điều trị tiết căn ấy.

Cùng với Tứ Diệu Đế, Thập Nhị Nhân Duyên là giáo lý rất quan trọng trong hệ thống kinh điển Nguyên thủy.

Đây là mười hai yếu tố, liên hệ hỗ tương với nhau theo lý duyên sinh và nhân quả diễn biến trong cả ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai. Chúng thường được minh họa theo sơ đồ sau đây, gọi là Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả (ba đời và hai tầng nhân quả)

1- Nhân quá khứ: Gồm Vô minh và Hành, gọi là nhân khổ Vô Minh được hiểu theo nhiều cách, tùy theo góc độ nhìn của mỗi tông phái; tựu trung có hai nghĩa chính: Thứ nhất, Vô minh là không thấy các pháp đúng như thật, không nhận chân được thực tướng của các pháp là vô thường, duyên sinh vô ngã. Thứ hai, Vô minh là nhận làm thân tứ đại và những tâm phân biệt lăng xăng, làm thân tướng và tâm tướng của mình, mà quên mình, đang sẵn đủ tự tánh bất sanh bất diệt. Đây là căn bản vô minh, là Hoặc.

Do Vô minh khuấy động, trong tâm phát khởi buồn thương giận ghét... Từ sanh tâm khởi ý thiện hoặc ác, đưa đến miệng và thân theo đó tạo nghiệp. Đây là Hành, động cơ chính để tái sinh.

Như vậy, vì có vô minh nên có hành động tạo tác, vì có Hoặc nên mới có Nghiệp, mới trở lại lục đạo luân hồi. Chúng sinh bị nghiệp lực lôi dẫn để thọ sanh; khác với các bậc Bồ Tát, cũng lăn lộn vào các cõi nhưng do nguyện lực. Các Ngài cũng làm tất cả để độ người; nhưng không thấy có người làm, việc làm và đối tượng làm nên không thuộc về Hành Nghiệp.

2. Quả hiện tại: Gồm Thức, Danh sắc, Lục nhập, Xúc và Thọ, gọi là Quả khổ.

Đối với Thức, chúng ta cần hiểu theo hai nghĩa: Thứ nhất, đó là Thần Thức hay Hương Âm. Khi thân trước mất đi, thần thức theo nghiệp dẫn để thọ thân sau. Nếu nghiệp không còn, thì thức cũng diệt, nên nói Hành duyên Thức. Nghĩa thứ hai, hiểu theo Duy Thức học, là Ý thức và Tàng thức. Vì chúng sanh vô minh, quên tánh giác, tạo nghiệp thiện ác mới phát sinh thức. Nếu giác ngộ, nhớ lại tự tánh

thanh tịnh bản lai của mình, thì thức không phải bị diệt, mà ngay đó chuyển thành Trí.

Thức làm duyên cho Danh Sắc hình thành. Danh là tinh thần, sắc là thể chất. Trong bào thai danh sắc tạo nên nhờ sự phối hợp của tinh cha huyết mẹ và thần thức gá vào. Danh sắc cũng có nghĩa là phần tinh thần và vật chất của một cơ thể khi còn trong bào thai.

Lục Nhập là sáu căn duyên với sáu trần. Khi đã ra đời, sáu căn tiếp xúc với sáu trần phát sinh sáu thức. Các căn càng trưởng thành càng dính mắc với trần cảnh, tác động qua lại tạo nên Xúc. Xúc là sáu căn tiếp xúc với sáu trần.

Khi có tiếp xúc giao thoa giữa căn và trần, cảm thọ phát sinh, nên xúc duyên Thọ. Thọ gồm ba loại: Khổ, lạc và trung tính. Cần phân biệt cảm thọ vui (lạc thọ) của phàm phu, với niềm vui của các bậc đã giác ngộ. Lạc thọ hình thành do căn dính mắc theo trần, khi hình thành rồi trở lại chi phối thân và tâm. Đối với các Ngài, tuy vẫn đối duyên xúc cảnh, nhưng không khởi niệm phân biệt chia chẻ, nên dù xúc và thọ, mà tâm vẫn thanh tịnh an nhiên. Niềm hỷ lạc của các Ngài là một hạnh phúc đích thực, vì có chánh niệm và thanh tịnh.

3. Nhân hiện tại: Gồm Ái, Thủ và Hữu.

Ái là ưa thích, đam mê. Đây là chi mạng vô minh hay nhuận sanh vô minh, cũng là Hoặc.

Phàm phu chúng ta có rất nhiều đam mê khát ái, nhưng quan trọng nhất là Ái Ngã. Do yêu mình, nên tìm mọi phương tiện phục vụ cho nhu cầu vật chất, và tinh thần, của chính bản thân. Ngay cả tình cảm thương yêu đối với người khác, ngấm lại, cũng chỉ vì mình mà thương. Cho nên, tình cảm

nào cũng có tính ích kỷ, không nhiều thì ít. Cũng chính vì ái ngã, nên khi mất thân này, liền tìm thân khác, tiếp tục vòng quay sinh tử.

Vì sao có Ái? - Bởi vì vô minh nhận thân tâm huyễn hóa làm thật mình; từ chấp ngã rồi chấp ngã sở đều có thật, nên sanh tham ái. Ái lại làm tăng trưởng vô minh, nên hai yếu tố này có sự liên hệ hết sức chắc chắn, và là hai động lực vô cùng mạnh mẽ làm chuyển động bánh xe luân hồi.

Cũng do ái ngã, nên những gì bên ngoài làm mình vừa ý, mình lại muốn chiếm hữu. Đây là Thủ. Giữ lấy cho riêng mình là hành động tạo tác nên thuộc nghiệp. Khi chiếm giữ được, liền phát khởi ý có sở đắc (Hữu). Hữu là điều kiện để tái sanh vào ba cõi, nên còn được chia thành Dục hữu, Sắc hữu và Vô sắc hữu

4. Quả vị lai: Gồm sanh và lão tử

Có nhân hiện tại tức có điều kiện tái sinh ở vị lai. Một hữu tình lại chào đời (Sanh). Trong hữu tình này, cũng có yếu tố Vô minh, Thức..., Ái, Thủ, Hữu. Quy luật tất yếu của cuộc sống, là có sinh trưởng thì phải có hoại diệt, nên Sanh duyên Lão Tử.

Như vậy, mười hai nhân duyên đã giải thích tường tận guồng máy sinh diệt của loài hữu tình. Duyên hợp lại là sinh, duyên tan là diệt. Đi theo chiều thuận, nhân quả khứ, sanh quả hiện tại (tầng nhân quả thứ nhất), và nhân hiện tại, sanh quả vị lai (tầng nhân quả thứ hai). Đây là chiều lưu chuyển. Trong mỗi tầng nhân quả đều có Hoặc – Nghiệp – Khô:

Phân đông các nhà nghiên cứu về Phật học thường theo chiều lưu chuyển của mười hai nhân duyên để chứng minh

và giải thích luân hồi, mà chủ yếu làm thế nào liễu thoát sinh tử. Cho nên, mới có chiều ngược lại, từ quả phăng lần đến nhân: Mọi người đều già chết (Lão tử); Vì sao có già chết? – Vì có Sanh. Cứ đi ngược lần lên đến tận cùng, ta hiểu rõ bản chất của sanh tử là vô minh. Đây là chiều hoàn diệt.

Muốn giải quyết vấn đề sinh tử phải giải quyết nơi nhân. Chúng ta thấy đức Phật đã khéo dùng phương pháp đi ngược từ quả đến nhân, lần đầu tiên khi giảng về Tứ Diệu Đế; cuộc đời là khổ (Khổ – quả); Tìm hiểu vì sao có khổ (Tập nhân); trừ hết nguyên nhân gây khổ sẽ có an lạc giải thoát (Diệt-quả); Các phương pháp để đạt được giải thoát (Đạo – quả). Nguyên nhân của khổ tức Tập nhân trong Tứ Diệu Đế cùng tương đồng với Ái – Thủ trong mười hai nhân duyên; và chẳng khác gì vọng tưởng sanh diệt mà nhà Thiền chủ trương buông bỏ.

Ý NGHĨA

Kinh A Hàm, Phật dạy: “Cái này có nên cái kia có, cái này không nên cái kia không, cái này sinh nên cái kia sinh, cái này diệt nên cái kia diệt”. Đây là một định lý về duyên sinh duyên khởi. Tất cả các pháp từ vô tình đến hữu tình, đều vay mượn nhau, hỗ trợ nhau, nương tựa nhau mà sinh khởi và tồn tại. Ví như một bó lau, cùng nương vào nhau để đứng vững; nếu một cọng lau ngã xuống, những cọng khác khó thể trụ lại.

Mười hai nhân duyên cũng thuộc giáo lý Duyên sinh, nhưng hạn cuộc cho loài hữu tình. Nếu nhìn theo chiều dọc từ trên xuống dưới thì chi phần trên làm duyên cho chi phần dưới phát sinh. Vô minh là Hoặc nhân của quá khứ, làm duyên phát sinh Hành nghiệp. Vì là nhân quá khứ, nên hiện tại,

người tu không thể sửa đổi được gì đối với Vô minh, mà chủ yếu chỉ chuyển hóa nhân hiện tại là Ái, Thủ, Hữu. Nhân hiện tại bị diệt trừ thì không có quả vị lai. Sanh, lão tử ngay nay đoạn dứt.

Tuy nhiên, cách hiểu ấy chỉ là khái niệm về nhân quả theo tuyến tính, theo thời gian, không phản ứng đúng tinh thần tương tức và tương nhập của đạo Phật. Thật ra mỗi chi phần đều vừa là nhân vừa là quả của mười hai chi phần còn lại, và ảnh hưởng ở cả ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai. Rõ ràng, trong vô lượng kiếp chúng ta đã vô minh, vì vô minh mới tạo nghiệp trầm luân trong sinh tử.

Kiếp này chúng ta cũng đang vô minh, đang tạo nghiệp; và trong tương lai, nếu không thức tỉnh, chúng ta sẽ lại vô minh và tạo nghiệp không có ngày cùng. Như vậy vô minh có mặt ở cả ba thời.

Lại nữa, Vô minh có mặt trong Hành, nên tác ý khởi niệm, sanh phiền não; đến lượt phiền não trở lại tác động làm vô minh nặng thêm. Đây là liên hệ hai chiều, vô minh duyên Hành và Hành cũng duyên vô minh. Vô minh cũng đồng thời có mặt trong Thức, Danh sắc, Lục nhập... Nếu thức không có vô minh, vì sao lại bị nghiệp dẫn lối, thọ sanh theo nghiệp? Nếu Lục nhập không có Vô minh, sao đối duyên xúc cảnh lại sanh tâm phân biệt, không thấy được thực tướng của các pháp? Nếu Ái không có vô minh thì không có ý thức chấp ngã và ngã sở. Vì có vô minh mới có phiền não, mà phiền não khổ đau thì luôn hiện hữu trong cuộc sống.

Suy ra toàn bộ các chi phần khác, chúng ta sẽ thấy rõ sự tương quan trùng trùng điệp điệp: Mỗi chi phần, có liên hệ nhân duyên với chi phần kế cận, đồng thời, cũng liên hệ như

thể với tất cả những chi phần còn lại. Sự tương quan này chẳng chặt mật thiết, trong cả không gian lẫn thời gian, không có điểm đầu tiên, cũng không có điểm tận cùng.

Tuỳ theo cách hiểu về mười hai nhân duyên, và tuỳ theo sở thích, hành giả có thể áp dụng nhiều phương pháp về công phu. Nhưng tựu trung, có hai mắt xích quan trọng.

Nếu phá được một trong hai, có thể phá vỡ được sự liên hệ chẳng chặt giữa các chi phần: đó là vô minh và Ái, hai chi phần này, là những lực tác động hết sức mãnh liệt, làm chuyển động bánh xe luân hồi, đều có cùng bản chất vô minh.

Hành giả tu theo Duyên Giác, thực hành pháp quán về mười hai nhân duyên. Lúc đầu theo chiều lưu chuyển để thấy rõ sự vận hành của guồng máy sinh tử, trong tinh thần "Cái này có nên cái kia có, cái này sinh nên cái kia sinh".

Vì vô minh sanh nên Hành mới sanh, vì Hành sanh nên có Thức sanh... tiếp tục cho đến cuối cùng là Sinh - Lão - Tử. Sau đó hành giả quán theo chiều hoàn diệt trong tinh thần "Cái này không nên cái kia không, cái này diệt nên cái kia diệt".

Tuy vậy, vì Vô minh là tập nhân hùng hậu, khó thể can thiệp được, nên hành giả tập trung tâm lực trừ nhân hiện tại là Ái. Do Ái diệt nên Thủ - Hữu không còn; Thủ - Hữu diệt nên Sanh - Lão Tử diệt; hành giả liễu thoát sinh tử, đạt quả vị Duyên Giác là Bích Chi Phật. Nếu sinh ra đời không gặp Phật pháp, tự quán lý duyên sinh của trời đất mà ngộ, hành giả được tôn xưng là Độc Giác Phật.

Hành giả tu theo Thiên Đốn Ngũ quan niệm về mười hai nhân duyên bằng tinh thần tương tức tương nhập đã nói ở trên. Vô minh và Hành là biệt danh của Ái - Thủ - Hữu; Thức - Danh sắc - Lục nhập - Xúc. Thọ là biệt sanh của Sanh - Lão tử.

Các vị quán chiếu sự liên hệ hỗ tương trùng điệp của tất cả chi phần, Ngũ được lý duyên sinh, chứng trí Vô ngã, không còn chấp làm thân tâm sinh diệt vô thường là thật mình.

Vì vậy, đoạn trừ căn bản vô minh. Đây là lối tu ngay gốc, khi gốc bị diệt thì các ngọn ngành theo đó tự tiêu. Nhưng làm thế nào để đoạn trừ được căn bản vô minh? Khi tâm hành giả hoàn toàn rỗng lặng, bật hết mọi ý niệm phân biệt so sánh, biết tất cả các pháp, mà không sanh tâm trên chúng, cái biết ấy, mới ở trong trạng thái như thị.

Đây là cái "tri kiến vô kiến" đức Phật đã dạy trong kinh Lăng Nghiêm, hành giả thấy Niết bàn ở ngay: tại đây và bây giờ, không giờ chân mà đến. Muốn tìm nước phải ngay sóng mà nhận, ngay trong phiền não phải thấy được Bồ Đề. Nếu thấy rõ trong si mê có hạt giống trí tuệ, trong vô minh đồng thời cũng có Minh hiện hữu, ta sẽ hiểu được tinh thần bất nhị, một tư tưởng vút cao của nhà Phật.

Mười hai nhân duyên là một trong những giáo lý quan trọng trong hệ thống kinh điển của đạo Phật. Giáo lý này cũng nhằm giải thích và chứng minh luân hồi nhưng chủ yếu nhằm đưa đến phương pháp giải thoát sinh tử.

Chúng ta không chỉ hiểu mười hai nhân duyên theo "tam thế lưỡng trùng nhân quả", trong đó, các chi phần liên hệ nhau theo chiều thời gian; mà nên hiểu theo tinh thần "trùng trùng

duyên khởi"; các chi phần liên hệ chẳng chịt tương hỗ lẫn nhau theo không và thời gian, trùng điệp vô thủy vô chung.

Áp dụng vào công phu tu hành, chúng ta theo thứ lớp đoạn trừ chi mặt vô minh là Ái, rồi dần đến Thủ và Hữu. Đây là lối tu tiệm, cần dụng công nhiều, buông bỏ dần như chặt các ngọn. Tinh thần tu tập, một thời gian lâu xa sẽ thành công, vì có tu có tiến.

Lối tu thứ hai theo Thiền Đốn Ngộ, chúng ta đoạn trừ căn bản vô minh, thật ra không phải là "đoạn trừ vô minh" mà là "nhận ra Minh ngay tại đó". Tùy theo căn cơ và sở thích, chúng ta tự chọn cho mình một con đường, miễn sao đạt được mục đích tối hậu của đời tu: ra khỏi nhà phiền não và ra khỏi nhà tam giới."

Diệu Hiền đọc xong, thở ra một hơi thở dài, rồi nói:

Chú ơi, chú có hiểu gì không? chứ cháu thì mù tịt khi thuyết Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả cho rằng: Vô Minh trong quá khứ là không thể tận diệt, cho nên, phải tận diệt vô minh trong hiện tại, và khi vô minh trong hiện tại là nhân, bị diệt, thì sẽ không sinh ra quả tương lai là lão tử, nên không tác động đến vô minh trong quá khứ. Như vậy là sao? Vậy khi vô minh trong quá khứ kích hoạt thì lại trôi lăn theo 12 duyên và lại tiếp tục sinh tử luân hồi?

Này bạn trẻ, nếu bạn có cơ hội tìm hiểu kỹ hơn về đạo Phật thì cũng không khó lắm để bạn hiểu về 12 Nhân Duyên được diễn giải qua thuyết Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả mà bạn vừa trình bày.

Trước hết, chúng ta phải có một nhận thức vô cùng đúng đắn về mục đích của đạo Phật là gì?

Mục đích tối thượng, hay duy nhất của đạo phật là, giúp cho những người đang đau khổ về tâm lý, do những nhận thức sai lầm ràng buộc có thể giải thoát khỏi những sự khổ đau bằng cách nhìn đúng sự thật.

Nếu chúng ta có thêm chút hiểu biết về bối cảnh xã hội, tôn giáo, và các hệ thống tư tưởng triết học trong thời đức Phật còn tại thế thì chúng ta có thể hiểu được, tại sao trong kinh điển của đạo Phật ngày nay, vẫn còn lưu truyền những quả vị có thể đạt đến như: Duyên Giác, Bích Chi Phật, Độc Giác Phật, A La Hán v.v., trong khi, giáo lý của Đức Phật vốn chủ trương là Vô Ngã.

Đơn giản, là vì, phần đông các đệ tử của đức Phật thời đó, dù ít hay nhiều, cũng đã chịu ảnh hưởng bởi hệ thống tư tưởng: đa thần, nhất thần, phân chia đẳng cấp của các tôn giáo, hay hệ thống Triết học. Các tôn giáo, hay hệ thống tư tưởng Triết học này, dựa trên việc phân chia các quả vị để định vị cho sự nhận thức của họ theo trình độ.

Nếu đứng trên góc độ về kiến thức, sự phân chia này đúng, nhưng lại hoàn toàn sai lệch về Đạo Giải Thoát của đức Phật, hay Nhận Thức về Sự Thật.

Đứng trên góc độ của Nhận Thức về Sự Thật, thì một là Biết Đúng Sự Thật, hai là Không Biết Đúng Sự Thật.

Nếu biết đúng Sự Thật thì gọi là Giải Thoát, Giác Ngộ, hay còn gọi là Minh; còn không biết đúng Sự Thật vẫn còn bị ràng buộc dù đau khổ ít hay nhiều thì gọi là Vô Minh.

Cho nên, không thể đem cách thức phân cấp trên góc độ kiến thức để áp dụng cho sự Nhận Thức về Sự Thật khi cho rằng, chúng ta phải đi từng bước một; hết cấp này, rồi đến

cấp kia, cho đến khi đạt đến cấp cao nhất. Đây là một trong những nhận thức sai lầm rất nghiêm trọng.

Thí dụ, đứng trên góc độ nâng cao kiến thức, chúng ta phải bắt đầu từ những bước cơ bản như: phải học lớp một trước, rồi mới đến lớp hai; phải học hết tiểu học, rồi mới đến trung học, đại học v.v.

Nhưng đứng trên góc độ Nhận Thức về Sự Thật thì không có sự phân cấp như kiến thức. Chúng ta không thể lý luận rằng, tôi nhận thức sai lầm ít hơn người kia thì đẳng cấp của tôi cao hơn người kia, vì tôi gần với nhận thức về sự thật hơn người kia.

Ông bà ta ngày xưa, có một câu nói rất hay: “trông gà hóa cuốc” để diễn tả hình ảnh nhìn thấy “mờ mờ” như lý luận trên. Nghĩa là, dù có mờ mờ nhìn thấy sự thật thì vẫn không đúng sự thật. Trong khi, sự thật là con gà, mà qua mờ mờ, chúng ta lại thấy ra con cuốc.

Vì vậy, những quả vị trong kinh điển hiện tại trong đạo Phật, chắc chắn, không phải là chủ trương hay cứu cánh của đức Phật, nếu có chăng, chỉ là phương tiện, vì hoàn cảnh lúc đó, có quá đông các đệ tử của Ngài đã có quá quen với cách phân chia đẳng cấp của các tôn giáo, hay kinh điển khác, mà các đệ tử của Ngài lúc trước đã tu tập.

Cho nên, đức Phật mới dùng những quả vị đó để giúp cho các đệ tử của Ngài, có kinh nghiệm về phân chia quả vị trước đó có thể nương theo để đạt được sự Giải Thoát. Đó mới là mục đích cuối cùng của đức Phật.

Chúng ta ngày nay rất may mắn không có những lệ thuộc vào những hệ thống tư tưởng Triết học của các tôn giáo cũ. Chúng ta lại may mắn hơn, khi đã có những sự trải nghiệm,

và hướng dẫn của đức Phật, để kiểm chứng và thực chứng. Chính vì vậy, chúng ta cần phải gạn lọc lại, đâu là những tinh hoa, cốt lõi, trong việc giúp chúng ta giải quyết những sự khổ đau đích thực, chứ không nên cứ y kinh mà thực tập.

12 nhân duyên, dưới góc nhìn trải nghiệm của đức Phật là 12 yếu tố hay 12 chi phần tạo ra những nhận thức sai lầm của con người khiến cho họ đau khổ.

Khi con người có sự hiểu biết đúng đắn về những nguyên nhân đó, và tiếp xúc được với sự thật mà không qua sự phỏng đoán (vọng tưởng), qua cách nhìn nông cạn, thì chúng ta có thể giải thoát khỏi những nhận thức sai lầm đưa đến khổ đau.

Nếu chúng ta dựa vào những chức năng được phân chia rõ ràng trong Chín Thức, chúng ta sẽ hiểu được rất rõ sự mâu thuẫn về 12 nhân duyên mà đức Phật đã chỉ dạy.

Trước hết, chúng ta hãy quan sát định nghĩa về hai chữ Nhân Duyên.

Theo đạo Phật, Nhân tức là hạt giống, và Duyên là điều kiện đầu tiên.

Sở dĩ, chữ Nhân là hạt giống, vì theo quan điểm của Duy Thức học, Tiềm Thức là nơi dung chứa tất cả mọi hạt giống, bao gồm các hạt giống như: buồn, vui, khổ đau, hạnh phúc, thiện, ác v.v. Vì chức năng của Tiềm Thức không có khả năng phân tích, so sánh, quan sát như Ý Thức, cho nên, trong Tiềm Thức không có sự phân biệt đâu là hạt giống tốt nên phát huy, hay đâu là hạt giống xấu nên loại bỏ.

Vì vậy, Tiềm Thức được gọi là vô ký hay vô minh (không sáng suốt trong sự phân biệt, thiện, ác đúng, sai). Thế nên,

khi một người Giác Ngộ thì Tiềm Thức có danh xưng là vô ký, vô minh được đổi thành một danh xưng mới: Đại Viên Cảnh Trí (hiển hiện soi sáng).

Theo 4 lý Duyên Khởi, nếu đã có Nhân Duyên (hạt giống điều kiện đầu tiên), và nếu muốn hạt giống đó nảy sinh, phát triển, thì cần phải có thêm những điều kiện khác. Những điều kiện phát triển này, có một tên riêng là Tăng Thượng Duyên (Tăng là thêm vào, Thượng là trên).

Trong quá trình phát triển của Tăng Thượng Duyên, lại có hai trường hợp sẽ xảy ra: gọi là phát triển, hay lớn lên theo hướng Thuận, nghĩa là, có sự hỗ trợ, nâng đỡ, bổ túc (thuận), và phát triển lớn lên theo hướng nghịch, nghĩa là, có chướng ngại, ngăn chặn.

Chúng ta ngày nay, giản lược Tăng Thượng Duyên theo hướng thuận là Thuận Duyên, và Tăng Thượng Duyên theo hướng nghịch là Nghịch duyên.

Tuy có Tăng thượng Duyên để phát triển hạt giống theo hướng thuận hay nghịch, nhưng nếu không có sự liên tục, không gián đoạn thì cả giai đoạn phát triển và hạt giống cũng không thể tồn tại. Quá trình này, có tên gọi là Thứ Đệ, có nghĩa là, có trước có sau, có sự liên tục không bị gián đoạn. Hay còn có một tên gọi khác là, Đẳng Vô Gián. Đẳng tức là, thường thường, còn Vô Gián là không bị gián đoạn.

Và cả ba điều kiện trên, nếu muốn tiếp tục tồn tại hay phát triển mạnh lên đều phải có một đối tượng tác động; và đối tượng đó sẽ tưới tắm hay kích hoạt hạt giống đó liên tục. Quá trình này gọi là Duyên Sở Duyên hay đối tượng (Sở) tạo tác.

Đây gọi là bốn Lý Duyên Khởi, diễn tả về quá trình của một đối tượng đã tác động và tưới tẩm hạt giống nảy mầm, phát triển liên tục, không gián đoạn trong Tiềm Thức theo Duy Thức học.

Thí dụ, chúng ta có một người bạn (đối tượng/Sở), đi nói xấu chúng ta (chủ thể/Năng). Hạt giống (Nhân Duyên) khổ đau trước khi người bạn đi nói xấu đã có mặt trong Tiềm Thức, nhưng vì chưa đủ các điều kiện, nên không phát triển.

Khi những lời nói không đúng sự thật của người bạn đến tai của chúng ta qua Nhĩ Thức (nhận biết được những âm thanh qua lời nói), và đưa về kho Tiềm Thức để lưu giữ; theo Duy Thức học, có nghĩa là, người bạn đó, đang tưới tẩm, hay cung cấp những điều kiện cho hạt giống khổ đau trong chúng ta được phát triển (Tăng Thượng Duyên). Và nếu người bạn đó, cứ đi nói xấu chúng ta liên tục không gián đoạn (Thứ Đệ Duyên) thì hạt giống khổ đau trong chúng ta cứ lớn dần.

Như vậy, đứng trên góc độ về Tâm Lý thì bốn điều kiện phát khởi trên hoàn toàn hợp lý và chính xác. Nhưng nếu đem áp dụng bốn điều kiện đó cho Vật Lý thì lại còn tùy vào từng trường hợp.

Tiếc thay, khi các đệ tử của đức Phật, vì muốn chứng minh giáo lý của đạo Phật là giáo lý bao trùm cả Tâm, Sinh, Vật Lý; cho nên, các đệ tử của đức Phật đã biến giáo lý của đạo Phật (Đạo đi tìm sự thật để giải quyết những nhận thức sai lầm của Ngã Thức gây ra sự khổ đau) thành Triết học, đi tìm nguyên nhân tạo ra vũ trụ và muôn loài.

Đây là một nhận thức cực kỳ lệch lạc mà những người học đạo giải thoát chân chính cần chỉnh sửa.

Chúng ta hãy quan sát 4 lý duyên khởi trên khi áp dụng vào một hạt cam. Khi hạt cam được gieo trồng xuống đất, qua sự tiếp xúc với các điều kiện thuận, bắt đầu nảy mầm, và tạo thân lá (Tăng Thượng Duyên). Nếu những điều kiện vẫn được cung cấp đầy đủ, và liên tục, không bị gián đoạn thì cây cam càng ngày càng lớn mạnh (Thứ Đệ Duyên). Nhưng còn Duyên Sở Duyên, nghĩa là, điều kiện của đối tượng của cây cam thì làm sao giải thích.

Về Tâm Lý, khi giải thích Duyên Sở Duyên thì hợp lý, vì khi chúng ta giận thì phải có chủ thể là chúng ta, và giận đối tượng nào. Đối tượng có thể là trời, là đất, là hoàn cảnh, hay là giận chính mình, chứ chúng ta không thể giận mà không có đối tượng nào cả.

Nhưng ở đây, cây cam chỉ phát triển trong sự tương tác của các duyên, nghĩa là, khi có đầy đủ các duyên liên tục thì cây cam sẽ phát triển thành hoa và trái cam, mà không phải trái khác. Cây cam không lấy đối tượng là cây quýt phát triển mạnh hơn, hay trái ngọt hơn mà buồn phiền, đau khổ; hay không lấy vị ngọt hơn của trái Quýt để phát triển vị cam thành vị quýt. Hay nói đúng hơn, cây quýt chẳng có tưới tẩm hay tạo tác gì cho sự phát triển của cây cam cả.

Cho nên, Duyên Sở Duyên không thể áp dụng cho cây cam được.

Như vậy, nếu muốn áp dụng, chúng ta có thể nói, bốn lý duyên khởi, khi áp dụng về Tâm Lý để giúp chúng ta nhìn sâu hơn, để tiếp cận với sự thật là chính xác; nhưng đứng trên góc độ về Vật Lý thì bốn lý duyên khởi dành cho Tâm Lý này, chỉ có thể ứng dụng cho Vật Lý, nhưng tùy trường hợp.

Chứ chúng ta không thể khiên cưỡng, áp đặt, và cho rằng, bốn lý duyên khởi đều áp dụng đúng và chính xác với cả Tâm, Sinh, Vật Lý được.

Thuyết Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả cũng rơi vào cùng trường hợp với bốn lý Duyên Khởi vừa rồi. Nghĩa là, các đệ tử của đức Phật đã đem Nhận Thức 12 nhân duyên ứng dụng cho việc nhận dạng những nguyên nhân gây ra khổ của Ngã Thức thuộc về Tâm Lý, lại đem diễn giải và áp dụng vào nguyên nhân tạo tác ra vũ trụ và muôn loài, đặc biệt là con người.

Chính vì thế, đã tạo ra biết bao nhận thức sai lầm khiến cho những người học đạo Phật sau này, càng khó khăn hơn trong quá trình giác ngộ.

Thuyết 12 nhân duyên của đức Phật, nếu chúng ta có dịp đọc những kinh điển của Ngài, chúng ta thấy, lúc ban đầu, đức Phật chỉ dùng có 1 duyên/chi như: Các Pháp Hữu Vi Nương Nhau Mà Có.

Sau đó, tùy theo hoàn cảnh, môi trường, điều kiện, kinh nghiệm, sự cần thiết trong quá trình tu tập của đệ tử, v.v, nên tiếp tục phát triển và hình thành thành các duyên khác như sau:

2 duyên/chi: Nhân và Quả

3 duyên/chi: Tam Thế: Quá Khứ, Hiện Tại, Vị lai

4 duyên/chi: Vô Minh, Hành, Sinh, Lão Tử

5 duyên/chi: Ái, Thủ, Hữu, Sinh, Lão Tử

6 duyên/chi: Tam Thế Nhân Và Nhân Quả, gồm: Nhân Quả Khứ, Nhân Hiện Tại, Nhân Tương Lai, và Quả Quá Khứ, Quả Hiện Tại, Quả Tương Lai

9 duyên/chi: Thức, Danh Sắc, Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu, Sinh, Lão Tử

10 duyên/chi: Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu, Sinh, Lão Tử

12 duyên/chi: Vô Minh, Hành, Thức, Danh Sắc, Lục Nhập, Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu, Sinh, Lão Tử

Nếu có ai đó cắc cớ, muốn bắt bẻ, hay đả phá, và lý luận rằng, giáo lý của đức Phật là không chuyên nhất, vì khi thì đức Phật nói 1 chi, khi thì 2 chi, khi thì 5 chi, khi thì 12 chi, vậy cái chi nào, mới là giáo lý thật của đức Phật?

Nếu bạn là người đặt ra câu hỏi này thì bạn đã có sự lầm lẫn giữa phương tiện là cứu cánh. Là một bậc Giác Giả, đức Phật đã trình bày nhận thức của Ngài hết sức rõ ràng qua kinh điển. Ngài cho rằng, các chi đều là giả, khi các chi không thể giúp cho người thực tập đạt được sự giải thoát. Và các chi đều là thật, khi các chi có thể giúp cho người thực tập đạt được sự giải thoát. Ngài không bao giờ cho rằng: chi này quan trọng hơn chi kia, hay chi này có trước chi kia.

Tất cả các chi chỉ là phương tiện, tùy theo kinh nghiệm của người đang thực tập mà đức Phật nương theo kinh nghiệm của người đó để trình bày. Không ngoài một mục đích duy nhất, giúp cho họ nhận ra được cứu cánh.

Cứu cánh của đạo Phật là giúp Ngã Thức của người thực tập đang đau khổ do những nhận thức sai lầm được giải thoát khỏi những ràng buộc khi tiếp xúc với sự thật.

Thí dụ: bạn là người có kinh nghiệm về nấu ăn nhưng không có kinh nghiệm về cắm hoa. Nếu đức Phật muốn nương nơi nghệ thuật cắm hoa dạy cho bạn về chánh niệm thì bạn sẽ rất khó hiểu; vì bạn không có kinh nghiệm chánh niệm là gì. Nhưng nếu đức Phật đem kinh nghiệm về nấu ăn dạy cho bạn, như: khi bạn đang chú tâm vào việc rửa sạch rau thì việc chú tâm của bạn gọi là chánh niệm. Chắc chắn, bạn sẽ hiểu được ngay.

Với đức Phật, cái quan trọng nhất, hay cứu cánh mà đức Phật muốn dạy cho bạn, đó chính là chánh niệm, chứ không phải nghệ thuật cắm hoa, hay nghệ thuật nấu ăn. Vì cả hai chỉ là phương tiện. Và cả hai phương tiện này, chẳng có phương tiện nào cao hay thấp, sang hay hèn.

Và nếu như bạn thông minh hơn, khi bạn đã nhận diện ra được chánh niệm là gì, bạn có thể áp dụng chánh niệm không phải chỉ cho nấu ăn, mà còn cho tất cả các việc khác. Bạn không cần phải học chánh niệm khi cắm hoa như thế nào, hay chánh niệm khi đang lái xe như thế nào.

Bởi vì, chánh niệm là chánh niệm. Chánh niệm trong khi nấu ăn, với chánh niệm trong khi cắm hoa, hay chánh niệm khi đang lái xe, đều giống nhau. Đây chính là ý nghĩa của câu: “một là tất cả”.

Như vậy, khi học hỏi về giáo lý của đạo Phật, nếu bạn muốn học hỏi nghiêm túc và đúng đắn, bạn chỉ cần bỏ thời gian ra, lựa chọn một pháp môn nào mà bạn đã có kinh nghiệm, và chuyên tâm thực tập phương pháp đó mà thôi.

Đừng ôm đồm, đi học tất cả những pháp môn mà bạn không hề có kinh nghiệm. Không những bạn vừa phí thời gian mà bạn còn gây ra rất nhiều hậu quả, và tạo ra nhiều nhận thức sai lầm. Vì sao? Vì những gì bạn không có kinh nghiệm trải qua, bạn sẽ sử dụng sự phỏng đoán và tưởng tượng. Và sự phỏng đoán hay tưởng tượng thường là sai sự thật.

Đó là chưa kể, mỗi phương tiện có cách ứng dụng khác nhau, và cách ứng dụng này có thể đối nghịch với cách ứng dụng kia. Nếu bạn không có kinh nghiệm về sự ứng dụng, bạn sẽ luôn trầm luân trong những ưu tư và thắc mắc.

Thí dụ như, bụng bạn đang đói, và bạn bước vào một quán ăn có cả trăm món, và bạn chỉ thích ăn bún bò Huế. Vậy, bạn sẽ gọi một món bún bò Huế hay bạn sẽ gọi cả trăm món trong thực đơn, vì trong một trăm món có món bún bò Huế.

Ai trong chúng ta cũng sẽ cười nghiêng ngả, nếu chúng ta chứng kiến một người, chỉ vì muốn ăn một tô bún bò Huế mà đi gọi cả một trăm món ăn.

Và ai trong chúng ta, cũng đều có chung một nhận xét: người này có vấn đề. Nếu một người không có vấn đề, muốn ăn bún bò Huế thì gọi món bún bò Huế ăn no, là đủ.

Tiếc thay, khi học về giáo lý của đức Phật, chúng ta lại là người có vấn đề, chúng ta là người đi gọi cả trăm món ăn, trong khi, chúng ta chỉ cần có một món, để no bụng. Cứu cánh của một món hay cả trăm món, cũng đều giống nhau, là đi giải quyết chuyện chúng ta đang đói bụng, và cần ăn để no bụng.

Nhân đây, chúng ta hãy quan sát về 2 chi là Nhân và Quả, là hai điều kiện mà phần lớn chúng ta đã sử dụng một cách vô cùng lộn xộn và không chính xác.

Đứng trên góc độ về định lý, thuyết nhân quả hoàn toàn chính xác về cả hai lĩnh vực: tâm lý và vật lý.

Thí dụ, về tâm lý, khi chúng ta có một suy nghĩ sai lầm như coi thân thể này là không, và đem ngón tay dí vào cục than hồng, thì ngón tay của chúng ta sẽ bị phỏng và tạo ra cảm giác đau đớn.

Nếu đứng trên góc độ Nhân Quả, từ nguyên nhân đầu tiên, chúng ta hiểu sai về lý Không của đạo Phật, khi cho rằng, thân thể này vốn thật là không (nhân), cho nên, đưa chúng ta đến hành động là dí ngón tay vào than hồng (quả).

Rồi từ cái quả là hành động dí tay vào than hồng, mới làm tay bị phỏng, tạo ra một nhân mới, và sau đó, đưa đến cảm giác đau đớn (quả) trong Ngã Thức.

Nếu chúng ta giản lược, nhìn phiến diện, và cho rằng, cái nhân đầu tiên là từ sự nhận thức sai lầm đã gây cái quả là cảm giác đau đớn thì không chính xác. Vì cái nhân đầu tiên, không phải tạo ra cái quả là cảm giác đau đớn mà là hành động dí tay vào than hồng.

Nhưng trong thực tế, chúng ta thường dùng thuyết nhân quả theo cách giản lược như, từ nhận thức sai lầm là nhân, dẫn đến hậu quả là cảm giác đau đớn; hơn là, chúng ta nhìn đúng với sự thật, nhân này tạo ra quả kia, và quả kia, lại là nhân mới tạo ra quả khác.

Về vật lý, nếu chúng ta lấy một hạt cam (nhân), và gieo trồng xuống đất, khi có đủ duyên thì sẽ có cây cam và các quả cam. Điều này, cũng đúng và chính xác trên định lý căn bản về thuyết nhân quả. Cái có trước được gọi là nhân, vì sự tác động hay điều kiện nào đó mà tạo ra cái thứ hai là quả.

Như vậy, đứng trên góc độ định lý luận về luật nhân quả thì cả tâm lý và vật lý đều đúng với định lý. Cái có trước, qua sự tác động hay điều kiện tạo ra cái thứ hai thì cái có trước được gọi là nhân, và cái thứ hai được gọi là quả.

Nhưng nếu đứng trên góc độ của ứng dụng luật nhân quả trong thực tế thì không phải như vậy mà còn có thêm một điều kiện quan trọng khác nữa, là Quá Trình Phát Triển từ nhân đến quả. Quá trình này, mới là yếu tố quan trọng quyết định cái quả sẽ ra sao. Và cái quả, đôi khi, không ra đúng với cái nhân ban đầu.

Thí dụ, về vật lý, nếu chúng ta đem hạt cam gieo xuống đất thì cái kết quả mà chúng ta đạt được phải là trái cam chứ không phải trái quýt. Điều này, chỉ đúng với định lý khi điều kiện trong quá trình phát triển cây cam không có sự thay đổi nào khác. Nhưng nếu, trong quá trình phát triển mà có sự thay đổi thì cái quả mà đạt được sẽ không phải là từ cái nhân ban đầu mà có thể từ nhân khác.

Chẳng hạn như, thay vì, trong quá trình phát triển cây cam tạo thành các quả cam, chúng ta lại đem chặt phần thân của cây cam và ghép vào thân cây cam bằng các cành của cây quýt. Thời gian sau, chúng ta lại có quả quýt chứ không phải là quả cam. Mặc dù, khi chúng ta trồng là hạt giống (nhân) của quả cam.

Cũng tương tự như vậy trong lĩnh vực về tâm lý.

Thí dụ: thấy một người đang chết đuối, chúng ta khởi lòng thương và muốn cứu người; đó là một nhân tốt. Nhưng trong quá trình chúng ta nhảy xuống cứu người, chúng ta không có kinh nghiệm làm sao cứu người đang chết đuối, thì người

đang chết đuối vì sợ chết sẽ níu kéo chúng ta, và cả hai cùng bị chết chìm (hậu quả).

Như vậy, khởi đầu là một nhân tốt, cứu người, thay vì, đạt được kết quả, cứu sống người đó và có niềm vui. Nhưng trong quá trình cứu người đã thay đổi kết quả thành hậu quả. Thay vì kết quả sau khi cứu người là niềm vui thì lại có một hậu quả là đau buồn vì mất mát.

Rõ ràng, đâu phải cứ cứu người là một nhân tốt thì sẽ cho ra kết quả tốt là niềm vui, mà có khi, lại ra một hậu quả khác, trái ngược, là nỗi đau buồn.

Như vậy, qua sự quan sát và nhìn sâu hơn trong ứng dụng, chúng ta sẽ không còn sợ cái nhân sẽ là tốt hay xấu, chúng ta cũng không sợ cái quả là tốt hay xấu. Vì dù nhân hay quả, qua quá trình phát triển, chúng ta có thể thay đổi mà không hoàn toàn lệ thuộc 100 % vào cái nhân hay cái quả đó là gì.

Cho nên, khi học về thuyết nhân quả, chúng ta cần phải biết thuyết nhân quả đó, đang diễn đạt ở lĩnh vực nào, là định lý luận, hay ứng dụng luận, v.v., vì hai điều đó, hoàn toàn khác biệt nhau và có khi còn đối nghịch nhau.

Nhưng thuyết nhân quả của đức phật chỉ dạy vẫn hoàn toàn đúng về mặt tâm lý, nghĩa là, khi có một ý niệm khởi sinh thì sẽ có một cái quả nào đó, có thể sẽ là hậu quả hay kết quả.

Chính vì vậy, Ngài đã chỉ dạy phương pháp Tứ Diệu Đế để chúng ta ứng dụng trong quá trình phát triển của nhân quả. Cũng chính vì Ngài biết, quá trình phát triển sẽ thay nhân và quả, nên Ngài không coi trọng cái nhận thức sai lầm hay vô minh từ đâu, khởi sinh từ lúc nào, hay khổ đau đó từ đâu

mà có. Chỉ cần trong quá trình phát triển, chúng ta liên tục tu sửa thì cái quả sẽ ra theo đúng ý chúng ta muốn.

Như vậy, qua 12 nhân duyên, chúng ta thấy, đạo lý của đức Phật không phải đưa ra để giải thích về nhân sinh và vũ trụ, cũng như, không đi giải thích về quá trình luân hồi, tái sinh, như Ấn Độ giáo, mà là phương pháp để giải quyết sự khổ đau đang có trong Ngũ Thức của mỗi con người.

Nhưng các đệ tử của Ngài, vì đã thấm nhuần tư tưởng về Triết học của Áo Nghĩa Thư, Vệ Đà, khi nền Triết học này sử dụng sự tái sinh qua luân hồi lục đạo để giải thích về nhân sinh, vũ trụ, nguyên nhân tạo ra các pháp. Có kiếp trước và kiếp sau để giải thích về sự bất bình đẳng về gia cấp của con người trong xã hội do các tầng lớp Bà La Môn đang thống trị.

Chính vì vậy, chúng ta mới có thuyết Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả như ngày nay, nhằm giải đáp lý lẽ về luân hồi và tái sinh. Cho nên đã tạo ra rất nhiều nhận thức lệch lạc và không có độ chính xác.

Trên căn bản, 12 Nhân Duyên của đức Phật, qua quan sát thì đó là 12 hạt giống điều kiện chứ không phải là 12 mắt xích, nối liền vào với nhau tạo thành thế luân hồi, vô thủy vô chung. Qua quan sát và nhìn sâu, chúng ta thấy, thông thường, một cảm giác khó chịu có mặt trong Ngũ Thức, đôi khi, chỉ có vài ba điều kiện chứ không cần phải có đủ 12 điều kiện.

Thí dụ: Có một anh chàng thấy một cô gái đi qua, anh chàng liền nảy sinh cảm giác ưa thích và chạy theo dùng lời ngon ngọt để tán tỉnh. Cô nàng không ưa, khó chịu, nên quay lại,

mắng anh một trận. Anh chàng này xấu hổ, bỏ đi trong bực tức, và miệng lẩm bẩm, chửi thề.

Nếu chúng ta quan sát câu chuyện trên, qua sự vận hành của các Thức, và 12 nhân duyên, chúng ta thấy, qua Nhân Thức (lục nhập), anh chàng nhận ra được cô gái và hình ảnh cô gái đó được đưa về Tiềm Thức.

Vì trong Ngã Thức của anh trong quá khứ đã có tiêu chuẩn con gái như thế nào là xấu hay đẹp qua sự phân tích của Ý Thức, và Ngã Thức của anh đã chọn lựa, thích gái đẹp. Cho nên, khi hình ảnh cô gái đó qua Nhân Thức đưa về Tiềm Thức có liên quan đến con gái nên được đưa vào kho của Ngã Thức.

Ngã Thức khi nhận được hình ảnh của cô gái đó, dựa theo tiêu chuẩn đã chọn lựa, có sẵn, và Ngã Thức chấp nhận cô gái kia là cô gái đẹp, nên hình ảnh cô gái đẹp đã kích hoạt nguồn năng lượng của thích gái đẹp.

Nguồn năng lượng thích gái đẹp của anh khi có mặt trên Ngã Thức, liền kích hoạt Ý Thức đi phân tích và so sánh xem, phải sử dụng những ngôn từ nào, hay câu nói nào để chinh phục cô gái đẹp, từ kho dữ liệu của Tiềm Thức.

Kho dữ liệu của Tiềm Thức về tán gái của anh chàng này có nhiều hay ít, tùy thuộc vào trước đây kiến thức (Ý Thức) của anh đã có, hay trải qua về tán gái nhiều hay ít, hay qua sự tích lũy từ những kiến thức tán gái của người khác mà anh đã được đọc qua sách vở, tài liệu, hay học qua sự quan sát những người khác.

Khi Ý Thức đã phân tích, so sánh, và chọn lọc những lời nói xong thì gửi về cho kho Ngã Thức trong Tiềm Thức. Ngã Thức với sự có mặt của nguồn năng lượng thích gái đẹp liền

ra lệnh cho Thân Thể Thức hoạt động. Thân Thể Thức liền ra lệnh cho não bộ điều khiển đôi chân đi theo, và dùng miệng để nói những lời mà Ý Thức đã phân tích.

Khi cô gái nghe những lời tán tỉnh của anh, và không thích, nên mắng anh. Những lời mắng của cô gái, qua tai, tác động lên Nhĩ Thức. Nhĩ Thức nhận những âm thanh, lời nói của cô gái, đưa về kho Ngã Thức trong Tiềm Thức.

Ngã Thức nhận được những lời nói đó mới đưa qua Ý Thức phân tích. Ý Thức lại vào kho Tiềm Thức lấy dữ liệu để so sánh, và đưa ra kết quả; những lời đó, mang hình thức xúc phạm, coi thường, và gửi kết quả về Ngã Thức.

Ngã Thức khi nhận được kết quả từ Ý thức sẽ nối kết quả với những cảm xúc/giác đã được Ngã Thức chọn lựa. Nếu những kết quả đó, trùng với những cảm xúc/giác tên gì thì nguồn năng lượng đó được kích hoạt. Nếu những lời nói đó, không trùng với những cảm xúc/giác mà Ngã Thức đã chọn lựa hay chưa có thì không có nguồn năng lượng được kích hoạt.

Nếu như không có nguồn năng lượng nào kích hoạt thì Ngã Thức của anh chàng này vẫn tiếp tục duy trì nguồn năng lượng thích gái đẹp, và vẫn tiếp tục tán tỉnh cô gái, mặc dù, cô gái đã không ưa, và đã mắng anh. Nhưng anh vẫn cứ cười vui, vì lúc đó, Ngã Thức của anh đang duy trì nguồn năng lượng của thích gái đẹp kết hợp với nguồn năng lượng tích cực, là vui vẻ. Trường hợp này, chúng ta gọi anh chàng là “chai mặt” hay “lỳ”.

Nhưng trong trường hợp này, anh chàng bị những lời nói của cô gái tác động đến cảm giác xấu hổ. Khi cảm giác xấu

hỗ được kích hoạt thì lần chiêm cảm giác thích gái đẹp, khiến cho Ngã Thức của anh rơi vào trạng thái tiêu cực.

Cảm giác xấu hổ liền kết hợp với các cảm giác tiêu cực khác như, sự bức tức, giận, tác động lên Ngã Thức của anh chàng. Ngã Thức vì bị sự bức tức không chế nên ra lệnh cho Ý Thức tìm giải pháp để giải tỏa sự bức tức.

Ý Thức lại so sánh, phân tích tìm ra những cách giải quyết khác nhau, và gởi về kho Ngã Thức trong Tiềm Thức. Ngã Thức khi nhận được những giải pháp của Ý Thức như: đá lon, la hét, chửi thề, bạo hành v.v. thì sẽ chọn lựa cái nào có lợi nhất cho Ngã Thức.

Khi đã chọn xong, Ngã Thức ra lệnh cho Thân Thể Thức, và Thân Thể Thức ra lệnh cho não bộ điều khiển các bộ phận để đưa ra các hành động giải tỏa cơn bức tức. Ở đây, Ngã Thức của anh chàng này đã chọn giải pháp: chửi thề.

Như vậy, qua thí dụ trên, chúng ta thấy có các điều kiện (duyên) như: Hành, Thân Thể Thức thay vì Thức, Lục Nhập, Thọ và Xúc, vẫn có thể tạo ra sự khổ đau, sự bức tức, chứ không nhất thiết phải có đủ 12 mắt xích Nhân Duyên mới tạo ra đau khổ.

Hay trong trường hợp của anh chàng này, chỉ có Hành (nhân quá khứ) có Thọ, Xúc (quả hiện tại), nhưng lại không có Ái, Thủ, Hữu (nhân hiện tại) tác động nên không tái sinh: Sinh, Lão Tử (quả tương lai) theo thuyết Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả. Vậy là anh chàng này thoát ly khỏi sinh tử luân hồi sao?

Bây giờ chúng ta hãy tưởng tượng, nếu đức Phật sẽ tái sinh trong thời đại này thì Ngài sẽ dạy chúng ta về 12 nhân

Duyên theo ngôn ngữ hiện đại như thế nào, dựa trên tinh thần Thân Tâm Nhất Như.

Trong Duy Thức học, tuy được phân chia thành 100 thức, nhưng tất cả các thức chỉ chú trọng đến sự vận hành, tương tác, và tương nhập các thức của Tâm, nhưng lại thiếu hẳn phần quan trọng nhất mà các đạo giáo đều đề cập đến, là Thân Thể của con người.

Các nhà khoa học trong ngành Cơ Thể học ngày nay, vẫn đang thắc mắc và nghiên cứu, tại sao cơ thể của con người, từ một hợp tử nhỏ nhoi (bắt đầu cuộc sống của con người), hay một tế bào nào đó, đều vận hành một cách trơn tru, hài hòa, đến một cách kỳ lạ.

Tế bào Tcell, có thể phân biệt được đâu là những vi khuẩn, vi trùng có lợi cho cơ thể thì giữ lại; đâu là những vi khuẩn, vi trùng có hại cho cơ thể thì tiêu diệt đi.

Rồi các tuyến như Yên, Tàng, v.v. lại có thể tự sản xuất ra các loại hormone để quân bình các cơ quan khi hoạt động quá công suất tạo nên sự mất cân bằng giữa các tế bào. Và còn biết bao điều kỳ diệu xảy ra giữa hệ thống thần kinh, và các hệ thống khác như: tuần hoàn, hô hấp, tiết niệu, v.v, luôn phải biết hợp tác, hỗ trợ nhau.

Tóm lại, thân thể của con người là một tổ hợp của hàng tỷ tế bào đang sinh hoạt với nhau một cách hài hòa. Mỗi cơ quan bộ phận đều biết nó phải làm gì, và làm tốt nhất, để duy trì sự sống của con người.

Qua đó, chúng ta thấy, tất cả mọi cơ quan trong thân thể đều có sự biết ra, nhận ra, ngay cả khi, chỉ mới là hợp tử. Sự biết ra, nhận ra này, chẳng phải là định nghĩa của Thức sao? Như vậy, rõ ràng, trong thân thể của con người cũng có một thức,

và Thức đó điều hành cơ thể, cho nên, gọi là Thân Thể Thức.

Nếu chúng ta quan sát và nhìn sâu hơn, chúng ta thấy, Thân Thể Thức là Thức liên quan đến quá trình cấu tạo và sinh diệt thuộc về thân thể của con người, trong đó bao gồm: tất cả các cơ quan lớn như: lục phủ, ngũ tạng, não, hay đến những phần nhỏ như: hợp tử, DNA, RNA, tế bào v.v. có chức năng tạo ra sự sinh diệt của các tế bào, cơ, mô, và duy trì sự sinh hoạt hài hòa của thân mạng.

Theo khoa học, Thân Thể Thức của một cá thể còn được gọi là xung động nội môi (homeostatic impulse). Nhiệm vụ của Thân Thể Thức là giữ cho thân nhiệt của cá thể đó luôn ở 98,6 độ F (37 độ C). Đồng thời, giúp cho cơ thể của cá thể đó có thể thở đều đặn, và giữ cho tim của cá thể đó đập ở một nhịp độ nhất định, v.v.

Ngoài ra, Thân Thể Thức còn thông qua hệ thống thần kinh tự trị (autonomic nervous system) của cá thể để điều khiển và duy trì sự cân bằng giữa hàng trăm chất hóa học trong hàng tỷ tế bào của cá thể được hoạt động hài hòa, hoàn hảo, trong hầu hết thời gian.

Thân Thể Thức có sự liên kết chặt chẽ với tất cả các thức, bao gồm: Ngã Thức, Ý Thức, Tiềm Thức và ngũ thức. Ngoài ra, còn có các là chức năng khác như sau:

- Kho chứa tất cả các thông tin, dữ liệu của hợp tử, DNA, RNA, tế bào, v.v.
- Quan sát, phân tích, so sánh, tổng hợp, phỏng đoán
- Tiếp nhận các chất dinh dưỡng từ thức ăn, chuyển hóa các chất dinh dưỡng đó thành năng lượng và thực hiện các chức năng chuyên biệt.

- Duy trì bộ nhớ lâu dài và nối kết các thông tin dữ liệu, có khả năng sáng tạo
- Cung cấp thông tin liên tục cho Ngã Thức.
- Là chủ nhân của ngũ Thức
- Ngôn ngữ chính: năng lượng

Chính vì, có các chức năng như phân tích, tính toán, tổng hợp, v.v như Ý thức, nên dưới sự điều khiển của Thân Thể Thức não bộ có khả năng tự sản xuất và tăng giảm các chất kích thích tố để tạo nên sự hài hòa hoạt động giữa các tế bào, cơ mô, hệ thần kinh, v.v. cũng như, tế bào máu có thể phân biệt để tiêu diệt các loại vi trùng, hay vi khuẩn, hay sự xáo trộn các mô, cơ, qua những nhận thức sai lầm của các tế bào, mô, cơ, tạo ra tế bào ung thư, v.v.

Thân thể Thức cũng như Tiềm Thức có sự hoạt động không ngừng nghỉ, và khác với Tiềm Thức là kho dữ liệu tổng thể, trong khi, Thân Thể Thức là kho dữ liệu biệt thể, chỉ liên quan đến các phần trong cơ thể.

Thí dụ, khi Ngã Thức muốn nhìn một hình ảnh thì tác động lên Thân Thể Thức. Thân thể Thức mới tác động lên não bộ, và não bộ mới điều khiển hệ thần kinh và các cơ mắt mở ra, rồi mới kết hợp với Nhãn Thức để phân biệt hình ảnh.

Nếu không có Nhãn Thức thì chúng ta không biết hình ảnh đó là gì; vì Thân Thể Thức là Thức chỉ lưu giữ những thông tin và dữ liệu liên quan đến sự sinh hoạt của thân thể (biệt thể). Cho nên, hình ảnh bên ngoài, nếu Ngã Thức muốn biết, thì Thân Thể Thức phải kết hợp Nhãn Thức (tương tự cách thức vận hành cho cả bốn Thức khác) để biết hình ảnh đó. Ngược lại, Tiềm Thức thì lưu giữ tất cả mọi thông tin và dữ

liệu, trong đó, bao gồm luôn thông tin và dữ liệu từ Thân Thể Thức (tổng thể).

Thân Thể Thức không có cảm xúc/giác nhưng lại có sự tương tác, tương tức và tương nhập trực tiếp với cảm xúc/giác và ý muốn từ Ngã Thức.

Tuy nhiên, Thân Thể thức cũng như Tiềm Thức, không chịu sự điều khiển từ Ngã Thức, mà đôi khi, còn bắt Ngã Thức phải khuất phục Thân Thể Thức. Vì thế, Ngã Thức chỉ có thể sử dụng Thân Thể Thức như một “công cụ” hay “một nơi cư trú” để thỏa mãn những sinh hoạt mà Ngã Thức muốn qua thân thể.

Thí dụ: Ngã Thức muốn thức khuya để coi phim, nhưng nếu Thân Thể Thức nhận được những tín hiệu từ các bộ phận đã hoạt động quá mệt mỏi, thì Thân Thể Thức sẽ phân tích và đưa ra sự lựa chọn, rồi chuyển về Ngã Thức.

Ngã Thức có quyền không theo sự lựa chọn của Thân Thức, và tiếp tục gia tăng “áp lực” bắt Thân Thể Thức phục vụ cho ý muốn của mình. Thân Thể Thức khi nhận lệnh từ Ngã Thức sẽ ra lệnh cho các cơ của mắt, căng lên, để giúp cho mắt có thể mở. Tuy mắt mở, nhưng Nhãn Thức lại không nhận diện được những hình ảnh trong phim một cách rõ ràng, vì các cơ mắt và hệ thống thần kinh mắt đang trong tình trạng mệt mỏi.

Các cơ mắt, khi đã quá ngưỡng chịu đựng thì Thân Thể Thức bắt chấp là Ngã Thức muốn coi phim cũng tự động ra lệnh cho mắt nhắm lại, cũng như, ra lệnh cho các bộ phận mệt mỏi khác dừng hoạt động. Khi cơ thể dừng hoạt động thì Ngã Thức dù có muốn coi phim cũng phải chấp nhận dừng lại ý muốn của mình.

Như vậy, nếu thuyết 12 nhân duyên của đức Phật thời hiện đại, Ngài sẽ dựa trên tinh hoa của Thân Tâm Nhất Như và phân chia 12 nhân duyên như sau:

Về Thân có 6 nhân duyên: Động Lực tạo ra sự sống (Hành), Sinh (Sinh), Thân Thể Thức (Thức), Thân Thể (Danh Sắc), Năm Giác Quan (Lục Nhập), Lão Tử (Lão Tử).

Nếu chúng ta muốn quan sát 6 nhân duyên dưới góc độ quy trình sinh tử của Thân, chúng ta thấy, bắt đầu từ động lực (Hành) của cha mẹ muốn có con, mới đưa đến sự giao hợp. Khi tinh trùng của người cha kết hợp với noãn trứng của người mẹ tạo ra một hợp tử. Hợp Tử là cá thể bắt đầu sinh và phát triển ở giai đoạn đầu tiên (Sinh).

Khi có Hợp Tử thì Thân Thể Thức nương nơi Hợp Tử và điều khiển Hợp Tử theo lập trình Nhân Tướng Bản Thể (hình dạng gốc về tướng người mà không phải là thú hay thực vật).

Hợp Tử dưới sự điều khiển của Thân Thể Thức trải qua các quá trình giản phân nối tiếp nhau liên tục cho đến khi hình thành Thân Thể con người, trong đó có 5 Giác Quan. Tất cả các cơ quan của thân thể cứ tiếp tục phát triển đến một giai đoạn thì suy thoái gọi là Già, hay Lão Hóa, và khi cơ quan suy thoái, hay bị tổn thương trầm trọng, ngừng hoạt động, thì cơ thể của cá thể cũng ngừng hoạt động theo hay gọi là Chết/Tử.

Quy trình này, hoàn toàn đúng với hầu hết tất cả con người, và quy trình này được sắp xếp theo hệ thống đường thẳng một chiều. Bắt đầu từ Hành và chấm dứt là Lão Tử. Cho nên, theo thuyết duy vật, khi thân thể người ta chết, có nghĩa là, chấm dứt quy trình sinh tử.

Vì vậy, họ cho rằng chết là hết. Điều này hoàn toàn hợp lý. Vì họ đang dựa trên quy trình từ điểm khởi đầu của cơ thể cho đến tận cùng của cơ thể. Khi cơ thể đó chết thì cơ thể đó không có chiều đi ngược lại; như bắt đầu từ Tử (Chết) tạo ra hợp tử, rồi lại từ hợp tử tạo ra thân thể v.v.

Vì vậy, ở đây không có quá trình luân hồi và tái sinh thành con người được, nếu có chăng, chỉ là quá trình chuyển hóa; như thân thể của con người, sau khi chết, bị phân rã, có thể trở thành thực phẩm cho các vi sinh vật, hay làm phân bón, làm chất dinh dưỡng cho các thực vật.

Đây chính là sự thật về Thân mà ai trong chúng ta cũng có thể quan sát trong quá trình kiểm nghiệm.

Nhưng đối với các tôn giáo, nếu họ chấp nhận sự thật này, nghĩa là, không có luân hồi và tái sinh của một kiếp người thì không thể nào các đạo giáo có thể giải thích được những thắc mắc của con người, như: từ đâu họ sinh ra, chết họ đi về đâu, tại sao tôi là người tốt nhưng lại gặp những điều bất hạnh v.v. Hay nói rõ hơn, đó chính là những ưu tư thắc mắc của các nhà Triết học, hay Khoa Học, luôn cố gắng đi tìm nguồn gốc tạo ra vũ trụ và con người.

Thêm vào đó, nếu không có thuyết luân hồi và tái sinh, không có kiếp trước và kiếp sau thì không thể thuyết phục và giải thích về sự bất bình đẳng giai cấp trong xã hội, hay quyền lợi thụ hưởng khác nhau giữa mỗi người.

Cho nên, các đạo giáo đã miễn cưỡng đem những cách ứng dụng để giải quyết vấn đề đau khổ trong Ngã Thức, thuộc về Tâm Lý, áp đặt trên vấn đề về Sinh, Vật Lý của con người. Và thuyết Tam Thế Lương Trùng Nhân Quả là một trong những thuyết đã áp dụng cách này.

Theo những kinh nghiệm và nghiên cứu của các nhà Cơ Thể học thì Thai Nhi,

- Bắt đầu tuần thứ năm: Hệ thống tuần hoàn, đang bắt đầu hình thành, và trái tim nhỏ bé sẽ bắt đầu đập
- Tuần thứ sáu: Mũi, miệng và tai bắt đầu định hình, ruột và não cũng bắt đầu phát triển
- Tuần thứ bảy: Những cánh tay, cẳng chân, đang phát triển tạo ra hai bàn tay và hai bàn chân
- Tuần thứ tám: Các tế bào thần kinh bắt đầu phân nhánh, hình thành hệ thần kinh nguyên thủy. Ống hô hấp bắt đầu nối dài từ họng đến hai lá phổi đang phát triển
- Tuần thứ chín và mười: Hình thái cơ bản của cơ thể đã hình thành, tay chân có thể co duỗi
- Tuần mười một: Hoàn chỉnh cơ thể
- Tuần mười hai: Thai nhi đã bắt đầu biết mút

Như vậy, Ngã Thức hay cái tôi, của một cá thể mới chỉ có thể có mặt bắt đầu từ tuần thứ mười hai qua hành động biết mút (bài học đầu tiên của cơ thể, học để sống còn) qua sự chỉ huy của Thân Thể Thức, và cũng chính vì muốn sống còn, nên Ngã Thức mới phát sinh dưới dạng thô sơ.

Sở dĩ, gọi là dạng thô sơ, vì từ cái muốn duy nhất của Thân Thể Thức là sống còn mà Ngã Thức mới được phát sinh, và sẽ tiếp tục phát sinh cái muốn “cao cấp hơn” qua quá trình phát triển, và tích lũy sau khi cơ thể phát triển.

Toàn bộ quá trình này, không hề có bất cứ một chứng tích nào từ ở kiếp trước mang qua, và Ngã Thức mới này vẫn tiếp tục phát triển, lớn lên cho đến già và chết.

Nếu chúng ta cho là tinh tế thì Ngã Thức mới đã có nghiệp lực thúc đẩy để tái sinh, cùng với những chấp trước hay kinh nghiệm, có Ái, Thủ, Hữu từ kiếp trước, mà chỉ mượn sự thụ tinh trong bụng mẹ để tạo ra thân thể mới để trả nghiệp và tiếp tục bị dẫn dắt bởi vô minh và nghiệp trong kiếp trước tác động (giống như, chúng ta đang mượn xác thân mới, để hoàn hồn cũ (nghiệp báo trong kiếp trước), thì chúng ta không thể giải thích được trường hợp bị xảy thai hay phá thai.

Vì xảy thai hay phá thai bị ảnh hưởng trực tiếp từ môi trường, hoàn cảnh, luân lý và đạo đức trong hiện tại.

Nếu chúng ta lại khiên cưỡng, và lập luận rằng, do vì không đủ duyên nên Ngã Thức cũ không có đủ điều kiện để hiện hữu. Vậy nếu như, cứ thụ tinh xong, rồi bị phá, hay xảy thai, thì cái nghiệp lực đẩy đến tái sinh ở đâu? Nếu có, thì sao lại để việc xảy thai hoặc phá thai có thể hình thành? Hoặc giả, nếu có, cũng là quá ít không đủ để tác động thì có cũng như không.

Như vậy, nếu đứng trên góc độ của Thân để quan sát, chúng ta thấy, Ngã Thức mới chỉ được hình thành theo dạng thô sơ nhất, đó là, ý muốn cho thân thể được phát triển và hình thành để Ngã Thức mới có nơi nương tựa và sinh hoạt.

Hay có thể nói khác hơn, là từ ý muốn của người mẹ, từ môi trường, hoàn cảnh, mới là những động lực quyết định thân mạng mới chứ không hề có bất cứ nghiệp lực nào trong kiếp trước tác động cả.

Vì vậy, khi thuyết Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả cho rằng: “Vô minh là Hoặc, nhân của quá khứ, làm duyên phát sinh Hành nghiệp. Vì là nhân quá khứ, nên hiện tại, người

tu không thể sửa đổi được gì đối với Vô minh, mà chủ yếu chỉ chuyển hóa nhân hiện tại là Ái, Thủ, Hữu. Nhân hiện tại bị diệt trừ thì không có quả vị lai. Sanh, lão tử, ngay nay đoạn dứt.”

Trong câu này, nếu chúng ta chú ý có câu: “người tu không thể sửa đổi gì”. Người ở đây thuộc về Thân. Theo Cơ Thể học về Thân, chúng ta thấy, Ngã Thức mới hoàn toàn có thể thay đổi, vì Ngã Thức mới không hề có vô minh và hành trong kiếp trước.

Nếu có vô minh hay hành thì chỉ có cha mẹ ngay trong kiếp hiện tại, vì trong lúc vô minh, không sáng suốt, đã có những hành động vụng dại tạo ra thai nhi mà không có sự chuẩn bị tâm lý trước. Chứ Thai Nhi, trên căn bản, vốn không có vô minh và hành từ kiếp trước ảnh hưởng.

Quá trình phát triển Ngã Thức như thế nào thì chúng ta sẽ quan sát 6 duyên về Tâm hay Ngã Thức.

Về Tâm/ Ngã Thức cũng có 6 nhân duyên: Vô Minh, Xúc, Thọ, Ái, Thủ và Hữu.

Về tính hệ thống theo thứ tự thì 6 nhân duyên của Ngã Thức được thiết lập theo hệ thống vòng tròn, theo hai chiều, nên không có thức nào có trước, và cũng không có thức nào có sau; và các thức này, có thể phát triển theo chiều ngược, hoặc chiều xuôi, tùy theo đối tượng khởi tác tại điểm nào. Trong khi, Thân Thể Thức lại sắp xếp theo đường thẳng một chiều, có khởi đầu và có kết thúc.

Chính vì, hai hệ thống trình tự sắp xếp khác nhau, cho nên, khi đem hệ thống của Tâm/Ngã Thức theo vòng tròn, hai chiều, mà áp dụng vào đường thẳng một chiều của Thân Thể Thức, nên các tôn giáo đã “bẻ cong” đường thẳng một

chiều, tiếp nối hai đầu lại với nhau thành vòng tròn, giống như của Ngũ Thức theo dạng hai chiều. Cho nên, họ đã tạo ra những lý luận vô cùng khiên cưỡng qua sự phỏng đoán và tưởng tượng hơn là sự thật.

Thí dụ, các tôn giáo cho rằng, thân của con người là giả tạm, đó là đứng trên góc độ của Ngũ Thức, khi muốn dùng thân này để thỏa mãn cho những khao khát, mong muốn, của mình. Nhưng vì họ không biết được, Thân Thể Thức là Thức, ngoài sự tương tác về mặt cảm xúc/giác và ý muốn từ Ngũ Thức ra, Thân Thể Thức gần như hoạt động độc lập, và có thể hỗ trợ hay đối kháng lại Ngũ Thức.

Thí dụ như, khi thân thể chúng ta bị bệnh, Ngũ Thức của chúng ta muốn thân thể phải khỏe mạnh để đi chơi, nên Ngũ Thức của chúng ta đã ra lệnh cho Thân Thể Thức phải đi bác sĩ để chữa bệnh.

Trong khi, Thân Thể Thức có thể tự chữa lành cho thân nhưng Ngũ Thức cứ “phớt lờ”. Vì sao? Vì sự tự chữa lành của Thân Thể Thức còn lệ thuộc vào rất nhiều điều kiện như: môi trường, các mô, cơ, tế bào, bị nhiễm độc, hay vi trùng, vi khuẩn nào đang tác động. Sau khi phân tích, so sánh rồi, Thân Thể Thức mới điều khiển các tuyến, hay các cơ quan, chế ra các loại hormone, hay thuốc giải độc, hay ra lệnh cho hệ thống miễn nhiễm phải gia tăng thân nhiệt để diệt vi trùng qua hình thức, sốt cao, v.v.

Vì vậy, thời gian tự chữa lành của Thân Thể Thức rất khác nhau, và cũng tùy thuộc vào cơ thể của mỗi người. Nhưng vì Ngũ Thức muốn đi chơi mà lại bị bệnh, khiến thân thể không thể hoạt động như ý muốn của Ngũ Thức.

Thế nên, đi khám bác sĩ để mau có được thân thể khỏe mạnh là cách mà Ngã Thức đã sử dụng Ý Thức để phân tích và chấp nhận giải pháp của Ý Thức. Vì vậy, Ngã Thức đã ra lệnh cho Thân Thể Thức đến gặp bác sĩ để khám, chữa bệnh, thay vì, để cho Thân Thể Thức tự chữa lành.

Bác sĩ, sau khi khám bệnh, cho các loại thuốc mà theo kiến thức tích lũy của bác sĩ được cho là tốt nhất, giúp cho cơ thể có thể phục hồi lại nhanh.

Vì không hiểu được sự vận hành kỳ diệu của Thân Thể Thức điều hành cơ thể, cho nên, khi sáng chế các loại thuốc, các nhà thuốc, chỉ chú trọng đến vị trí bị bệnh mà không hiểu được sự vận hành tổng thể của cơ thể.

Cho nên, các nhà thuốc đã tạo ra hiện tượng “phản ứng phụ” khi dùng thuốc, có nghĩa là, chữa được bệnh này thì lại tạo ra bệnh khác. Hay làm mạnh một cơ quan này thì lại làm yếu đi các cơ quan khác. Và khi cơ quan khác bị yếu thì lại tạo một loại thuốc khác để làm mạnh cơ quan đó và lại làm yếu các cơ quan khác.

Trong khi, hầu hết các loại động vật, bao gồm cả con người, vì không có bác sĩ, nên chỉ lệ thuộc hoàn toàn vào cách vận hành tự chữa lành của Thân Thể Thức.

Nền Y học ngày nay, nhất là Tây Phương, vì muốn chuyên sâu về một cơ quan, nên đã phân chia cơ thể của con người ra rất nhiều cơ quan, bộ phận, riêng lẻ. Mỗi vị bác sĩ chuyên khoa chỉ biết và chịu trách nhiệm về luật pháp với khoa mà mình được học hỏi, và thực hành mà không cần để ý đến các cơ quan và bộ phận khác.

Chính vì vậy, nên tình trạng chữa cơ quan này, làm yếu cơ quan khác, là chuyện xảy ra bình thường mỗi ngày trong cuộc sống của chúng ta.

Không ít những Y Sĩ ngày nay đã tự cho mình “cái quyền” thay thế Thân Thể Thức để điều khiển cơ thể qua kinh nghiệm và kiến thức của mình.

Nhưng sự thật, cho dù bác sĩ có giỏi đến đâu cũng không thể thay thế Thân Thể Thức được.

Thí dụ: Các bác sĩ ngày nay, khi chữa trị cho những người bị ung thư, dù cho có giải phẫu cắt bỏ khối u, nhưng nếu Thân Thể Thức muốn, thì vẫn tiếp tục phát triển; không những vậy, còn có thể tạo ra di căn tế bào ung thư tới các cơ quan khác, mà các bác sĩ, dù có dùng tất cả các kiến thức, kinh nghiệm, với sự hỗ trợ của máy móc, và dược liệu, vẫn không có thể cứu chữa được bệnh nhân khi Thân Thể Thức ra lệnh cho các cơ quan ngừng hoạt động, thì bệnh nhân vẫn chết như thường.

Y học của phương Tây, nhất là khoa phẫu thuật, là một trợ thủ vô cùng đắc lực cho Thân Thể Thức, khi gặp những trường hợp, mà Thân Thể Thức không thể giải quyết được vấn đề xảy ra cho cơ thể trong một khoảng thời gian rất ngắn, như khi thân thể có va chạm mạnh, gây ra sự tổn thương nghiêm trọng đến các cơ quan.

Đây là một đề tài liên quan đến Y học, và là một chủ đề lớn, nên khi có duyên chúng ta sẽ cùng nhau quan sát.

Vậy, về sự tương tác, tương tức, giữa Ngã Thức và Thân Thể Thức sẽ xảy ra như thế nào?

Hãy lấy một thí dụ để minh họa:

Ngã Thức của chúng ta muốn ăn kem nên ra lệnh cho Thân Thể Thức hoạt động. Khi ăn kem vào trong cơ thể, vì những nguyên liệu trong kem bị dơ, bẩn, khiến cho các tế bào bị nhiễm độc tạo ra nguồn năng lượng (đau) tác động nơi bụng.

Nhận ra được sự nguy hại của độc tố có thể gây nguy hiểm cho mạng sống, Thân Thể Thức liền ra lệnh cho các cơ quan thải độc ra ngoài qua hai đường nhanh nhất là: ói mửa, và đại tiểu tiện; nếu còn độc tố nữa thì thoát qua đường mồ hôi hay khóc v.v cho đến khi hết độc tố.

Tất cả quá trình cùng hành động giải độc (giải tán nguồn năng lượng đang tác động) của Thân Thể Thức, ngoài chức năng duy trì trong kho của Thân Thể Thức trong Tiềm Thức, thì cũng liên kết với kho của Ngã Thức.

Nếu chúng ta quan sát kỹ, chúng ta thấy, giữa Ngã Thức và Thân Thể Thức có chung một ngôn ngữ là năng lượng.

Chính vì vậy, những quá trình giải quyết của Thân Thể Thức nơi nguồn năng lượng đang tác động nơi bụng cũng tác động trực tiếp với những nguồn năng lượng của Ngã Thức (tương tức: cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không). Cho nên, mới sinh ra cảm giác đau trong Ngã Thức.

Đau là tên gọi cho nguồn năng lượng cảm giác của Ngã Thức qua sự phân tích của Ý Thức; còn trên thân thể thì không có danh xưng mà chỉ là sự tác động của năng lượng trên vùng, hay cơ quan đó.

Vì vậy, tại sao chúng ta có thể nhận thấy, trong phần chức năng của Thân Thể Thức không có cảm xúc/giác là vậy.

Bởi vì, trong cảm xúc/giác, cường độ của nguồn năng lượng lại phụ thuộc vào định nghĩa được diễn dịch theo ý của mỗi cá nhân. Cho nên, không thể đưa ra một con số chuẩn xác như trên thân thể.

Chúng ta hãy trở lại, trong quá trình tự chữa lành của Thân Thể Thức như: ói mửa, tiêu chảy, hay thoát mồ hôi đầm đìa nơi vùng năng lượng đang tác động trên vùng bụng, và trong Ngã Thức là cảm giác đau.

Ngã Thức muốn giải thoát cảm giác đau liền ra lệnh cho Ý Thức hỗ trợ cho Thân Thể Thức đi tìm phương pháp giải quyết. Nếu trong quá khứ, cơ thể đã bị đau bụng và đã đi bác sĩ khám bệnh và cho thuốc, thì Ngã Thức ra lệnh cho Thân Thể Thức sử dụng chân, đi đến tủ thuốc; tay lấy, cầm thuốc; và miệng uống thuốc.

Khi uống thuốc vào, thuốc tạo ra một nguồn năng lượng đối kháng với nguồn năng lượng (đau) và làm tan nguồn năng lượng này. Hiện tượng này, gọi là hết đau bụng, hay cảm giác đau của Ngã Thức được giải thoát hay không còn hiện hữu.

Nói đến cảm giác đau của Ngã Thức, thì với sự tiên bộ vượt bậc của khoa học ngày nay, với những máy móc tối tân hiện đại, các bác sĩ cũng không thể đo lường được cái đau của bệnh nhân như thế nào mới là chính xác.

Nếu đứng trên dạng năng lượng tác động lên vùng bụng thuộc về vật chất, thì máy móc hiện đại có thể đo được cường độ của năng lượng tác dụng lên các mô, cơ, hay cơ quan, và có con số chính xác. Nhưng khổ thay, đây lại thuộc về cảm xúc/giác của Ngã Thức. Cho nên, cái cảm giác đau này, lệ

thuộc vào định nghĩa của mỗi cá nhân khác nhau về cường độ của đau.

Ông bà ta ngày xưa rất thông minh khi đem so sánh hai cái đau của hai cá thể như sau: Người giàu đứt tay, như ăn mày đồ ruột.

Còn với các Y Sĩ, bao giờ họ cũng phải hỏi bệnh nhân xem, họ đau như thế nào chứ không thể dùng máy móc để đo mức độ đau được.

Bây giờ, chúng ta hãy quan sát tiếp, chuyện gì sẽ xảy ra, nếu như, nguồn năng lượng từ thuốc vào mà vẫn không giải quyết hay giải tán vùng năng lượng đang tác động trên bụng?

Nếu như nguồn năng lượng từ thuốc vào mà không thể giải tán được nguồn năng lượng đang tác động thì kết quả này được gọi về kho Ngã Thức trong Tiềm Thức. Ngã Thức lại sử dụng Ý Thức để phân tích. Nếu Ý Thức không còn có thể tìm được những phương pháp khác, thì kết quả của Ý Thức cũng gọi về kho Ngã Thức trong Tiềm Thức.

Nhận được kết quả từ Ý Thức, nếu như trong phân tích của Ý Thức có sự liên quan từ cái đau có thể dẫn đến cái chết của Thân, thì nguồn năng lượng lo sợ (vì nếu thân thể mà ngưng hoạt động thì Ngã Thức không có nơi để nương tựa hoạt động) trong Ngã Thức được kích hoạt, rồi kết hợp với nguồn năng lượng đang đau sẵn có tác động ngược lại trên thân thể, khiến cho nguồn năng lượng tại vị trí đang bị tác động gia tăng (năng lượng đau + năng lượng lo sợ)

Vì bị thêm nguồn năng lượng lo sợ của Ngã Thức tác động, khiến cho các cơ quan khác bị đè nén, trì trệ, đòi hỏi tim phải đập nhanh hơn, phổi phải hít thở gấp rút hơn, v.v.

Khi có những sự vận hành của các cơ quan khác, vì bị ảnh hưởng từ nguồn năng lượng lo sợ, lại tạo ra nguồn năng lượng phản kháng mới tác động ngược lại lên Ngã Thức, nơi đang có nguồn năng lượng đau và lo sợ, khiến cho cả hai nguồn năng lượng này đều tăng cường độ từ lo sợ lên đến sợ hãi, và cảm giác đau hơn v.v. Và nếu quá trình này cứ tiếp diễn thì có thể dẫn đến cái chết.

Điều này chúng ta có thể quan sát qua hiện tượng một người không biết bơi, khi ngã xuống sông, hồ. Khi người đó bị té xuống nước sâu, vì chân không có điểm tựa, giúp cho đầu có thể ngoi trên mặt nước để thở. Tạo ra tình trạng cơ thể thiếu dưỡng khí.

Việc thiếu dưỡng khí, khiến cho Thân Thể Thức phải ra lệnh cho những cơ quan khác tạm dừng hoạt động để dồn năng lượng cho hai tay và hai chân hoạt động. Những sự thay đổi nguồn năng lượng trong Thân Thể Thức tác động lên những nguồn năng lượng của Ngã Thức, bắt đầu bằng sự lo sợ (thân thể sẽ mất đi), nên tạo ra áp lực lên Thân Thể Thức qua việc, tay và chân phải hoạt động hết năng suất.

Tuy Tay và chân hoạt động mạnh nhưng vì không có kiến thức về bơi lội, nên tay và chân, sau khi hoạt động mạnh một lúc thì tạo ra sự thiếu năng lượng, nên yếu dần. Sự yếu dần của tay chân tác động ngược lại trong Ngã Thức, và cảm giác lo sợ (vẫn còn hy vọng sống nên còn hoạt động) gia tăng cường độ thành sợ hãi (không còn hy vọng).

Nguồn năng lượng sợ hãi tác động lên các cơ quan quá mạnh khiến một số các cơ quan bị ngưng hoạt động (đó cũng là lý do, khi có một việc gì đó tác động đến sự sợ hãi thì thân thể của chúng ta bị cứng lại, không thể di chuyển).

Nếu sự sợ hãi tiếp tục được duy trì, thì các cơ quan ngưng hoạt động, thay vì, trong khoảng thời gian ngắn, lại trở nên dài hơn. Quá trình kéo dài ngưng hoạt động của các cơ quan này, gọi là Chết/ Tử.

Như vậy, “sát thủ” chính của người bị chết đuối là nguồn năng lượng sợ hãi nơi Ngã Thức làm cứng các cơ quan tạo ra sự ngưng hoạt động của Thân.

Không ít người trong chúng ta, khi chưa hiểu về sự tương tác, tương tức giữa Ngã Thức và Thân Thể Thức hay lý luận rằng: người chết đuối là do sức hút của trái đất, vì thân người có trọng lượng, nên bị hút xuống sâu, nên chết đuối.

Vậy thì lý luận này, không thể giải thích được cũng là bao nhiêu trọng lượng đó, nếu là người có kinh nghiệm về bơi thì sao họ vẫn nổi trên mặt nước mà không bị sức hút từ trái đất. Hay khi người đó chết rồi (không còn chịu sự tác động của nguồn năng lượng sợ hãi từ Ngã Thức), thân thể người chết có thể tăng trọng lượng lên gấp đôi mà vẫn có thể nổi trên mặt nước.

Dĩ nhiên, khi đã rơi vào lý luận thì ai trong chúng ta cũng có quyền diễn dịch định nghĩa mỗi sự, mỗi việc, theo kinh nghiệm của mình. Ở đây, chúng ta sẽ không sử dụng cái cân đúng sai để chứng minh ai sai, ai đúng. Mà ở đây, chúng ta đang dùng sự quan sát để tìm ra Sự Thật. Nếu đúng với Sự Thật thì sẽ giải thích được trên mọi góc độ mà vẫn không sai với gốc.

Điều này, ai trong chúng ta, nếu chịu khó quan sát và nhìn sâu, hiểu đúng sự vận hành, tương tác, tương tức giữa Thân Thể Thức và Ngã Thức cũng có thể kiểm nghiệm được.

Bây giờ chúng ta hãy quan sát và nhìn sâu vào sự vận hành về Tâm/ Ngã Thức theo hệ thống vòng tròn và hai chiều của Ngã Thức như thế nào?

Qua sự sắp xếp về Tâm, thì chúng ta có 6 nhân duyên, bao gồm: Xúc, Thọ, Ái, Thủ, Hữu và Vô Minh. Với 6 nhân duyên này, thì quả thật, không có đầu là đầu, đầu là cuối, và cũng không theo bất cứ thứ tự nào cả mà tùy thuộc vào khởi điểm ở đâu.

Thí dụ, qua sự tiếp xúc (Xúc) với hình ảnh cô gái đẹp, Ngã Thức mới có cảm giác ưa thích (Thọ), vì có cảm giác ưa thích nên mới sinh ra ham muốn (Ái), vì muốn thỏa mãn cái ham muốn nên mới sinh ra chiếm hữu (Thủ), vì khi chiếm hữu được rồi (Hữu) sợ mất, nên sinh ra những hành động ghen bóng, ghen gió (Vô Minh), và tạo ra đau khổ.

Hay, vì lời khen của người khác cho mình là người giỏi, từ đó có cảm giác tự kiêu (Thọ), nên khi tiếp xúc (Xúc) với người khác, muốn (Ái) chúng tỏ ra vẻ ta đây, mới có những hành động lộ bịch (Vô Minh), khiến ai cũng ghét, nhưng vì muốn giữ cảm giác tự kiêu lâu dài (Hữu), nên tiếp tục giữ (Thủ) thái độ tự kiêu đó mà không sửa đổi. Tuy ngoài mặt thì vẫn tự kiêu, nhưng trong lòng (Ngã Thức) thì rất đau khổ khi bị người khác ghét bỏ hay không muốn gần gũi.

Qua hai thí dụ trên, chúng ta thấy, 6 nhân duyên tương tác theo hai chiều, và điểm khởi đầu tùy thuộc vào môi trường và hoàn cảnh, hay đối tượng tác động.

Vậy nếu như chúng ta muốn ứng dụng 6 nhân duyên về Tâm/ Ngã Thức vào thuyết Nhân Quả, thì sao? Chúng ta thấy, chỉ còn lại là Ái và Thọ. Trong đó, Ái bao gồm luôn Xúc, Thủ, Hữu, Vô Minh.

Thí dụ, Không có ham muốn từ Ái thì dù có tiếp xúc (Xúc) cũng không có sự phát động cảm giác nào; nếu không có ham muốn thì cũng chẳng cần chiếm hữu (Thủ) để làm gì; nếu không có ham muốn thì đâu muốn chiếm hữu lâu dài làm gì (Hữu), nên chẳng tạo ra Vô Minh. Vì vậy, bốn duyên của Xúc, Thủ, Hữu, Vô Minh là Quả, từ cái Nhân là Ái. Và khi không có Nhân là Ái thì không có Quả của Xúc, Thủ, Hữu, Vô Minh.

Hay, khi chúng ta không muốn mặc áo đẹp, thì cho dù, chúng ta có tiếp xúc, nhìn thấy, bao nhiêu cái áo đẹp, chúng ta vẫn đứng đưng, thản nhiên như thường. Cũng vì không có ham muốn, cho nên, dù tiếp xúc, chúng ta cũng chẳng thèm mua chiếc áo đẹp (Thủ) để làm gì, và nếu không có Thủ mua chiếc áo đó thì không có Hữu (sở đắc - được làm chủ đối tượng), và cũng không dùng tiền một cách bừa bãi (Vô Minh), đến khi cần phải sử dụng tiền, lại không có, gây ra khổ đau.

Như vậy, Ái chính là Nhân, và 4 duyên còn lại là Quả. Nếu chúng ta không muốn có Quả, thì chỉ cần không khởi cái Nhân. Hoặc nếu đã có nhân thì trong Quá Trình Phát Triển Nhân Thành Quả, chúng ta có thể thay Quả theo ý chúng ta muốn.

Thí dụ: Chúng ta muốn mặc đẹp, qua sự tiếp xúc với chiếc áo đẹp, mới kích thích cái nhân muốn mặc đẹp. Khi cái nhân muốn mặc đẹp có mặt trong Ngũ Thức thì mới kích thích Thủ, muốn chiếm hữu cái áo đẹp để đi khoe khoang với người khác (Hữu), nên đã lấy tiền để trả tiền nhà, mua chiếc áo đẹp (Vô Minh), đến cuối tháng, không có tiền trả tiền nhà, sinh ra lo âu, phiền não.

Như vậy, từ cái Nhân ban đầu, muốn mặc đẹp tạo ra cái Quả từ sự tiếp xúc, cho đến việc mua cái áo bằng tiền trả tiền nhà, tạo ra phiền não, chỉ có thể xảy ra khi trong quá trình phát triển từ Nhân thành Quả không thay đổi. Nếu trong quá trình có sự thay đổi, thì sao?

Thí dụ, Cũng là cái nhân ban đầu là muốn mặc đẹp, nhưng khi tiếp xúc (Xúc) với chiếc áo, chúng ta biết được công ty may chiếc áo này bóc lột nhân công, và khởi lòng thương xót những người đang bị bóc lột, nên không mua chiếc áo đó (Thủ), và vì không có Thủ nên không có Hữu và Vô Minh.

Qua hai thí dụ trên, chúng ta thấy, không phải cứ có ham muốn là gây ra khổ đau như thí dụ một, mà cho dù có ham muốn như thí dụ hai, nhưng trong quá trình phát triển Nhân và Quả, yếu tố Quá Trình Phát Triển mới đóng vai trò quan trọng nhất.

Chư Phật và Bồ Tát chính là những người đã áp dụng quá trình này để thay đổi nhân quả. Đó chính là tinh hoa, sự khác biệt giữa đạo Phật và các đạo giáo khác; khi cho rằng gieo nhân nào ra quả đó. Và họ dựa trên lý thuyết đó để dẫn chứng, tái sinh luân hồi và nghiệp báo, gây ra biết bao nhận thức sai lầm.

Vậy, nếu chỉ còn là Ái và Thọ, nếu áp dụng theo luật nhân quả, thì sao?

Thì Ái vẫn là Nhân và Thọ vẫn là Quả. Nếu quan sát và nhìn sâu hơn, và đúng hơn, thì chúng ta phải nên nhìn như thế này, vì ham muốn (Ái) là Nhân, tạo ra Quả là, Xúc, Thủ, Hữu, Vô Minh, rồi Quả là Xúc, Thủ, Hữu Vô Minh mới thành Nhân, tạo ra Quả là Thọ.

Nhưng vì, chúng ta hay dùng cách giản lược trong nhân quả nên chúng ta hay gọi tắt: Ái là Nhân và Thọ là Quả.

Dĩ nhiên, vì luật nhân quả chỉ có hai điều kiện, cho nên, chúng ta mới gom 6 nhân duyên lại, và phân chia thành hai điều kiện cho đúng với luật nhân quả, theo lý thuyết. Nhưng trong ứng dụng thì 6 nhân duyên về Ngũ Thức, vừa là Nhân lại là vừa là Quả.

Thí dụ, mua chiếc áo đẹp mặc để đi khoe khoang (Hữu) khi dùng tiền trả tiền nhà (Vô Minh), để rồi đến cuối tháng sinh ra phiền não, lo âu; nghĩa là, Hữu là Nhân và Vô Minh là Quả. Nhưng Vô Minh cũng lại là Nhân khi muốn giải quyết phiền não lo âu tiền nhà, bằng cách, muốn (Ái) đi ăn trộm tiền của người khác (Quả).

Như vậy, từ lý thuyết đến ứng dụng, chúng ta thấy hoàn toàn khác nhau. Vì vậy, khi sử dụng thuyết Nhân Quả, chúng ta phải biết phân biệt, trường hợp đó đang nói về lý thuyết, hay đang nói về ứng dụng. Nếu không phân biệt được, chúng ta sẽ rơi vào sự mâu thuẫn, bẽ tắc, và từ đó, đưa đến những nhận thức sai lầm gây ra phiền não, khổ đau.

Vậy, nếu chúng ta chia 12 nhân duyên theo cách thức mới, có Thân Thể Thức và Tâm Thức/Ngũ Thức thì chúng ta sẽ rơi vào một vấn đề, đó là, Ý Thức và Tiềm Thức sẽ ở đâu? Vì theo Duy Thức học thì Tám thức đều có khả năng, phân biệt, có cảm xúc/giác, và trong Tám Thức thì ba Thức là Ý Thức, Ngũ Thức và Tiềm Thức, chính là nơi tác động và phát sinh ra những khổ đau của con người.

Nếu chúng ta quan sát Ngũ Thức theo 9 Thức thì Ngũ Thức là ông chủ của Ý Thức, và lợi dụng Tiềm Thức và Thân

Thể Thức (trong đó có ngũ thức) để thỏa mãn những cái muốn của Ngũ Thức.

Vì vậy, nếu dựa theo cách phân chia của Chín Thức, chúng ta sẽ không rơi vào nhận thức sai lầm rằng: Ý Thức và Tiềm Thức là nguyên nhân gây ra khổ, mà chỉ là công cụ của Ngũ Thức mà thôi.

Cho nên, khi chúng ta phân 12 nhân duyên ra làm hai phần: Thân Thể Thức và Tâm Thức/Ngũ Thức, thì trong Ngũ Thức đã có 5 thức, Ý Thức, và Tiềm Thức để phục vụ cho Ngũ Thức rồi. Vì thế, chúng ta không cần mượn Thức của Thân Thể Thức để thay cho Ý Thức của Ngũ Thức; trong khi, Ý Thức của Ngũ Thức lại hoàn toàn khác với Thân Thể Thức.

Theo chức năng, Ý Thức của Ngũ Thức có thể sử dụng sự quan sát, so sánh, phân tích, phỏng đoán, tưởng tượng, nhìn sâu và nông, thuộc về tổng thể; trong khi, Thân Thể Thức chỉ có một số ít chức năng của Ý Thức như so sánh, quan sát, phân tích mà không có sự nhìn nông sâu, hay tưởng tượng, phỏng đoán như Ý Thức, và chỉ sử dụng những chức năng này cho sự sinh hoạt của Thân Thể mà thôi (biệt thể).

Cho nên, những việc gì không liên quan đến thân thể thì Thân thể Thức không thể biết được. Nếu Ngũ Thức muốn biết được qua Thân Thể thì Thân Thể Thức phải kết hợp với các Thức khác.

Thí dụ, Ngũ Thức muốn ngắm hoa hồng, theo Duy Thức học thì phải nương tựa nơi căn là mắt, trần là hoa hồng, và có Nhân Thức tham gia thì chúng ta mới nhận ra đó là hoa hồng.

Trên lý thuyết thì đúng, nhưng trên ứng dụng thì chưa chính xác, vì thuyết này, chỉ dựa trên Ngũ Thức là chủ thể và đối tượng là hoa hồng. Nhưng lại hoàn toàn không có bất cứ lý luận nào nói về sự tác động của Thân Thể Thức cả.

Nếu theo đúng quy trình, khi Ngũ Thức (chủ thể) muốn điều gì đều phải đi qua Thân Thể Thức (đối tượng/chủ thể). Nếu không có Thân Thể Thức hợp tác thì Ngũ Thức cũng không đạt được điều ngũ Thức muốn, là ngắm hoa hồng (đối tượng).

Chẳng hạn như, Ngũ Thức muốn ngắm hoa hồng nhưng Thân thể Thức phát hiện ra, mắt đang bị nhiễm trùng nặng, cho nên, phải nhắm mắt lại để ngăn ngừa các vi trùng khác vào, vậy thì mắt không thể mở ra; cho dù, Ngũ Thức có muốn cũng không thể thỏa mãn. Và khi Ngũ Thức không thể thỏa mãn thì sinh ra thất vọng, buồn chán.

Chính vì vậy, Ấn Độ giáo mới dựa trên hiện tượng này, và cho rằng, Thân Thể chính là nguyên nhân gây ra đau khổ. Trong khi, đức Phật lại cho rằng, nguyên nhân gây ra cái khổ không phải là Thân, mà do Tâm/ Ngũ Thức khởi ham muốn đầu tiên nên khi không được thỏa mãn mới gây ra buồn chán.

Trường hợp thứ hai, như mắt bị cườm khô, khi thủy tinh thể bị mờ đục, gây ra những rối loạn thị giác, thì cho dù có mở mắt, và Thân Thể Thức có kết hợp với Nhãn Thức cũng không thể đưa ra sự nhận dạng chính xác được hoa hồng.

Cũng như, nếu theo lý luận của Duy Thức học, thì Thức là sự phân biệt, nên mới có sự phân chia chủ thể và đối tượng. Cho nên, khi chủ thể tiếp xúc với đối tượng, lại hiểu sai lầm về đối tượng, vì vậy, chủ thể mới sinh ra phiền não đau khổ.

Và nhận thức sai lầm đó chính là vô minh. Nhưng không giải thích vô minh từ đâu có.

Nếu chúng ta dựa trên sự phân chia rõ ràng các chức năng của Chín Thức, chúng ta thấy, về chức năng, Ý thức có khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, phỏng đoán, và tưởng tượng, theo chiều nông và chiều sâu.

Khi Ý Thức sử dụng theo chiều nông thì Ý Thức có một tên gọi riêng là Trí, bao gồm: khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, phỏng đoán và tưởng tượng.

Khi Ý Thức được sử dụng theo chiều sâu thì Ý Thức có một tên gọi riêng là Tuệ, bao gồm: khả năng quan sát, phân tích, tổng hợp, nhận dạng, so sánh, nhưng không có sự phỏng đoán, và tưởng tượng.

Như vậy, vô minh phát sinh từ sự quan sát, phân tích theo chiều nông, nên không biết được kết quả chính xác. Vì vậy, mới dùng sự phỏng đoán hay tưởng tượng, hay còn gọi là vọng tưởng, để đưa ra kết quả mà chưa chắc đúng với sự thật.

Thí dụ: có một người khởi đầu là tâm tốt, thấy lụt lội gây ra thảm cảnh khiến bao người khốn khổ, và muốn đi cứu giúp nên kêu gọi mọi cùng đóng góp. Nhưng người này khi quyên góp xong, vì một lý do nào đó, chưa thể thực hiện được đúng lúc, đúng nơi, đúng chỗ. Thế là, chúng ta lên án, chỉ trích, và đưa ra kết luận rằng, người này là người xấu, kẻ lợi dụng, v.v. Sau khi người đó giải quyết những vấn đề cá nhân xong, người này đem những số tiền quyên góp trao lại cho những người cần giúp đỡ.

Chúng ta cũng tiếp tục lên án, và chỉ trích, và cho rằng, nếu chúng ta không lên tiếng thì người kia sẽ không chịu giao

tiền, và có thể sẽ giữ luôn số tiền. Rồi chúng ta còn mạnh miệng biện minh cho rằng, việc chúng ta làm là vì chính nghĩa.

Qua câu chuyện này, chúng ta thấy được sự khác biệt thế nào giữa Trí và Tuệ.

Rõ ràng, chúng ta cũng dùng sự quan sát, phân tích của Ý Thức, qua góc nhìn nông (Trí). Chúng ta chưa hề biết kết quả ra sao, nhưng qua sự phỏng đoán và tưởng tượng, chúng ta đã đưa ra kết quả là người kia sẽ giựt tiền, hay giữ lại tiền cho mình, trong khi, tiền đó là tiền đóng góp của mọi người.

Từ sự phỏng đoán và tưởng tượng này tác động lên trên Ngã Thức, phát sinh ra cảm giác tức giận, và đưa đến hành động là những lời lẽ thóa mạ, chỉ trích, lên án, mà hoàn toàn không đúng với sự thật.

Trong đạo phật, khi chúng ta không có khả năng tiếp xúc với sự thật mà chỉ phỏng đoán hay tưởng tượng ra sự thật thì gọi đó là vô minh, hay những nhận thức sai lầm; và nguyên nhân gây ra sự nhận thức sai lầm đó, bắt đầu bằng sự phỏng đoán và tưởng tượng ra kết quả.

Rồi khi, người kia đã giải ngân số tiền, đến những người cần giúp thì chúng ta lại vì muốn giữ mặt mũi (Thủ), nên lại có tiếp tục những hành động chỉ trích, lên án, và biện minh cho những hành động này là vì chính nghĩa (vô minh).

Còn một người dùng Tuệ, họ không sử dụng phỏng đoán hay tưởng tượng, vì họ sử dụng sự quan sát, so sánh, phân tích theo chiều sâu. Nghĩa là, họ chỉ đưa ra kết luận sau khi họ tiếp xúc được với sự thật. Cho nên, khi nào tiếp xúc với sự thật thì họ mới có hành động.

Trong quá trình chờ khi tiếp xúc với sự thật, họ không tạo ra cảm giác tức giận nên không có những hành động chỉ trích thóa mạ. Chính vì vậy, họ có cái An dài hơn, và khi biết được sự thật người kia đã giải ngân thì họ dựa vào kết quả, dựa vào sự thật, để đánh giá đúng người kia là ai.

Nếu giải quyết theo Tuệ, có lợi ích đem đến An, thay vì tức giận, vậy, tại sao con người chúng ta lại cứ thích sử dụng Trí hơn Tuệ?

Đơn giản, là vì, khi dùng Tuệ, chúng ta phải quan sát, phân tích theo chiều sâu, cho nên, đứng trên góc độ về thời gian thì dùng Tuệ rất tốn thời gian.

Muốn rút ngắn được thời gian, đức Phật và các Thiên Tử đã biết sử dụng chức năng của Tiềm Thức, và biến sự quan sát và nhìn sâu thành một thói quen. Khi đã thành một thói quen rồi thì bất cứ môi trường hoàn cảnh nào, các Ngài cũng hành động theo thói quen đó.

Còn những người bình thường như chúng ta, Ngã Thức của chúng ta luôn có sự ham muốn thúc đẩy, nên thiếu kiên nhẫn; vậy nên, chúng ta hay dùng sự phỏng đoán, hay tưởng tượng để tạo ra kết quả.

Cho nên, chúng ta hay sử dụng khả năng phỏng đoán và tưởng tượng từ Trí để thỏa mãn cho Ngã Thức, thay vì ra kết quả thì lại biến thành hậu quả; và từ hậu quả, biến thành nhân, gây ra liên tiếp các hậu quả khác qua sự tiếp tay liên tục của phỏng đoán và tưởng tượng của Trí.

Vì vậy, chúng ta liên tục có những khổ đau; và khi không giải thích được những khổ đau từ đâu đến thì chúng ta để ra thuyết luân hồi sinh tử, kiếp trước và kiếp sau để giải thích cho những việc này.

Nếu đem so sánh cuộc sống ngày xưa với hiện tại, chúng ta thấy, chúng ta càng ngày càng sống hối hả hơn, vì thời gian luôn bị ngăn lại, vì công việc quá nhiều. Thế nên, chúng ta lại càng sử dụng Trí nhiều hơn và càng tạo ra nhiều sự khổ đau hơn.

Tóm lại, khi chúng ta phân chia 12 nhân duyên thành hai phần, một là Thân, hai là Tâm/ Ngã Thức, thì trong đó, Thân vừa là đối tượng, cũng là chủ thể của Tâm, và ngược lại.

Thí dụ: khi Ngã Thức muốn ăn kem, và Thân Thể Thức đi phục tùng, thì Ngã Thức là chủ thể còn Thân là đối tượng. Nhưng khi Thân ăn kem bị tác động năng lượng, thì Thân là chủ thể và cảm giác đau nơi Ngã Thức thành đối tượng.

Chính vì vừa là chủ thể, và vừa là đối tượng của Thân và Tâm, nên chúng ta thấy rất rõ được lý tương tức giữa Thân và Tâm. Cái này có nên cái kia có, cái này không nên cái kia không.

Nếu như cái Tâm kia Thật có thì cái Thân này cũng Thật có. Và đức Phật đã chứng minh trong sự trải nghiệm của Ngài khi quyết định từ bỏ phương pháp tu tập, xem thân là giả tạm, nên phải ép thân đến cùng cực để đạt được giải thoát.

Chính vì, khi Ngài chấp nhận Thân là Thật mà không phải là giả tạm, nên trong 49 ngày, Ngài mới nhận ra được Chân Tâm của Ngài.

Vì vậy, Ngài mới thuyết câu: Thân Tâm Nhất Như (Thân và Tâm là một, chân thật như vậy) để diễn tả sự chân thật của Thân và Tâm. Và sự chân thật đó, qua 12 nhân duyên được chia làm hai phần rất rõ rệt. Thân có Thật, và hoạt động theo cái Thật của Thân, Tâm cũng có Thật, và sinh hoạt trong cái Thật của Tâm.

Giữa Thân và Tâm, luôn là điều kiện (duyên) của nhau, nên gọi là tương duyên, có sự tương tác, và tương tức, nên khi Thân bị tác động thì ảnh hưởng tới Tâm, và khi Tâm bị tác động thì ảnh hưởng tới Thân (cái này có thì cái kia có, cái này không thì cái kia không).

Hệ thống của Thân và Tâm là hệ thống vòng tròn, có hai chiều. Nên không có cao hay thấp, cũng không có trọng hay khinh, không có trước hay sau, mà tùy thuộc vào môi trường và hoàn cảnh, tác động vào Thân trước hay Tâm trước.

Thí dụ: Khi cơ thể bị đói nên thiếu năng lượng mới tác động lên Thân Thể Thức (chủ Thể). Thân Thể Thức liền tương tác với Ngã Thức (đối tượng). Ngã Thức liền ra lệnh cho Ý Thức đi tìm các giấp pháp giúp Thân Thể Thức.

Ý Thức sau khi phân tích xong thì đưa trở về cho Ngã Thức trong kho Tiềm Thức. Ngã Thức (chủ Thể) sử dụng những giải pháp của Ý Thức và ra lệnh cho Thân Thể Thức (đối tượng) đến quán ăn, mua thực phẩm ăn, để giải quyết cái đói của cơ thể.

Trên thực tế, khi cơ thể chúng ta bị đói, chúng ta tự động đi đến quán ăn, và mua thức ăn, đó là chuyện bình thường. Nhưng trong quá trình quan sát và nhìn sâu, chúng ta thấy giữa Thân và Tâm/Ngã Thức, liên tục thay đổi ngôi vị, từ chủ thể qua đối tượng, rồi lại từ đối tượng biến thành chủ thể.

Nếu chúng ta không hiểu được sự biến thiên trong quá trình và nhìn nông theo Trí, khi cho rằng Thân là chủ thể, và Tâm là đối tượng, nên Tâm bị Thân chi phối điều khiển, rồi cho Thân là nguyên nhân gây ra Tâm bị đau khổ, là thiếu chính xác. Vì ban đầu, Thân là chủ thể, nhưng qua quá trình tương

tác giữa Thân Thể Thức và Ngã Thức thì Thân lại là đối tượng chứ không phải là chủ thể.

Qua thí dụ này, chúng ta cũng nhận thức được rõ ràng, có sự khác biệt giữa Thân Thể Thức, và Ý Thức của Ngã Thức. Sự khác biệt là, Thân Thể Thức chỉ có khả năng điều khiển các cơ quan trong thân thể hoạt động một cách điều hòa, chứ không biết phân tích, so sánh, tính toán, quan sát, phỏng đoán hay tưởng tượng như Ý Thức, để đi mua thức ăn.

Cho nên, Thân Thể Thức phải thông qua Ngã Thức để sử dụng Ý Thức. Vì phải thông qua Ngã Thức, cho nên, ban đầu, Thân Thể Thức là chủ thể, và Ngã Thức là đối tượng. Nhưng Thân Thể Thức lại biến thành đối tượng, khi Ngã Thức qua Ý Thức có những giải pháp cho Thân Thể Thức hoạt động (chủ Thể).

Nếu trong Ngã Thức, không có mặt của sự ham muốn nào khác, thì Ngã Thức sẽ ra lệnh cho Thân Thể Thức đi mua thức ăn để giải quyết yêu cầu của Thân Thể Thức.

Nhưng nếu Ngã Thức (chủ thể) có ham muốn coi phim, thì Ngã Thức sẽ không đưa ra giải pháp đi mua thức ăn cho Thân Thể Thức (đối tượng), và tiếp tục “ép” Thân Thể Thức phải mở mắt ra cho Ngã Thức coi phim. Thân thể Thức (chủ thể), khi bị Ngã Thức ép thì ra lệnh cho các cơ mắt, võng mô, đang mệt mỏi, ngưng hoạt động, khiến cho sự ham muốn coi phim của Ngã Thức, bị gián đoạn (đối tượng) v.v.

Với các tôn giáo, nếu học thuyết coi Thân là chủ thể gây ra đau khổ cho Tâm thì họ dựa vào trường hợp một khi cho rằng, vì Thân đói, đòi ăn, nên Ngã Thức đã phải chiều theo Thân. Vì vậy, muốn Tâm không chiều theo Thân thì ép

Thân không còn sự đòi hỏi. Như vậy, Tâm sẽ trong sáng, thanh tịnh.

Đây là một nhận thức hết sức lệch lạc, vì họ không hiểu được hệ thống vòng tròn, hai chiều, giữa Thân và Tâm. Họ làm lẫn thành hệ thống đường thẳng một chiều, từ Thân đến Tâm và không có chiều ngược lại.

Còn một số các học thuyết chủ trương về Tâm như trường hợp thứ hai, thì cho rằng Tâm/ Ngã Thức luôn là chủ thể, cho nên, chỉ cần giải quyết những vấn đề đang xảy ra của chủ thể thì sẽ có được sự giải thoát mà không cần quan tâm đến đối tượng là Thân.

Nhận thức này cũng không chính xác, và lệch lạc, vì khi họ dựa trên hiện tượng, Ngã Thức muốn coi phim và ép Thân Thể Thức phải làm theo, cho nên, Tâm/ Ngã Thức luôn là chủ thể. Nhưng sự thật, chúng ta thấy, Ngã Thức không phải lúc nào cũng là chủ thể mà Ngã Thức còn là đối tượng nữa.

Tóm lại, khi chúng ta quan sát và nhìn sâu vào 12 nhân duyên, qua sự ứng dụng tinh thần Thân Tâm Nhất Như, chúng ta có thể thiết lập ra được hai phần, về Thân và Tâm/Ngã Thức, rất rõ ràng. Chúng ta nhận thức được sự tương duyên, tương tác, tương tức, giữa Thân và Tâm qua hệ thống vòng tròn hai chiều. Thân và Tâm, vừa là chủ thể/ Nhân và cũng là đối tượng/ Quả, không lệch lạc.

Bây giờ, chúng ta sẽ dựa vào sự quan sát và nhìn sâu vào 12 nhân duyên theo tinh thần Thân Tâm Nhất Như với thuyết Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả để xem có những sự khác biệt nào?

“Nhân quá khứ: Gồm Vô minh và Hành, gọi là nhân khổ”

Ngay câu đầu tiên, chúng ta thấy, đã có vấn đề, khi cho rằng nhân khổ.

Thí dụ: chúng ta có nhân là hạt cam, thì sẽ có quả là trái cam. Vậy nếu nói đúng, thì phải gọi là Nhân vô minh và hành, mới tạo ra kết quả là khổ. Chứ không thể gọi đó là nhân khổ được. Ở đây, chúng ta thấy có sự nhầm lẫn giữa cứu cánh, thành phương tiện.

Vấn đề thứ hai, giả dụ như chúng ta cho vô minh và hành là nhân khổ đi, thì có chắc vô minh và hành sẽ đem đến khổ không? Chưa chắc, bởi vì theo tinh thần Thân Tâm Nhất Như, giữa nhân quả theo lý thuyết, và nhân quả theo ứng dụng lại hoàn toàn khác nhau, vì còn có sự tham gia của Quá Trình phát triển từ Nhân đến Quả.

Thí dụ như, cha ông chúng ta ngày xưa, tin rằng: trời tròn đất vuông, đó là những nhận thức hoàn toàn sai lầm, không đúng với sự thật. Hay nói theo đạo Phật, đó là vô minh. Nhưng từ vô minh đó, ông cha chúng ta lại còn hành động bằng cách, tạo ra bánh chưng, hình vuông, tượng trưng cho đất, và bánh dày, hình tròn, tượng trưng cho trời.

Và từ ngàn xưa cho đến nay, sự vô minh và hành động đó, đâu có đem đến cho cha ông chúng ta ngày xưa, cũng chúng ta ngày nay, đau khổ đâu, mà ngược lại, chúng ta còn rất vui sướng. Nếu vào dịp tết, mà nhà nào không có bánh chưng, bánh dày thì họ còn đau khổ là đằng khác.

Qua thí dụ này, chúng ta thấy, cái quan trọng không phải là nhân nào, sẽ ra quả đó, mà là qua quá trình phát triển từ nhân thành quả, đã có sự thay đổi. Câu chuyện về vô minh và hành về bánh chưng, bánh dày là một minh chứng rõ ràng nhất. Không phải cứ nhân xấu sẽ ra quả xấu, mà còn phải

tùy thuộc vào quá trình phát triển có thay đổi không? Cũng như, không phải cứ có vô minh và hành, là thành nhân khổ đau. Mà có khi là nhân sướng nữa.

Câu tiếp theo, “Do Vô minh khuấy động, trong tâm phát khởi buồn thương giận ghét... Từ sanh tâm khởi ý thiện hoặc ác, đưa đến miệng và thân theo đó tạo nghiệp. Đây là Hành, động cơ chính để tái sinh.”

Rõ ràng, ở đây, học thuyết Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả, đang “cưỡng ép” thuyết nhân quả để giải thích tại sao có hiện tượng tái sinh với một sự khẳng định vô minh là yếu tố khởi đầu, nhưng vì không biết vô minh từ đâu phát sinh, cho nên, đã ép vô minh và hành là nhân của quả khứ.

Trong khi, qua tinh thần Thân Tâm Nhất Như, chúng ta biết, vô minh bắt nguồn từ sự quan sát theo chiều nông, qua việc sử dụng sự phỏng đoán và tưởng tượng, tạo ra kết quả không đúng sự thật. Như vậy, vô minh và hành, không phải chỉ có trong quá khứ, mà ngay trong hiện tại, cũng có vô minh và hành, nếu chúng ta vẫn tiếp tục sử dụng Trí.

Câu tiếp theo: “Như vậy, vì có vô minh nên có hành động tạo tác, vì có Hành nên mới có Nghiệp, mới trở lại lục đạo luân hồi. Chúng sinh bị nghiệp lực lôi dẫn để thọ sanh, khác với các bậc Bồ Tát, cũng lăn lộn vào các cõi, nhưng do nguyện lực. Các Ngài cũng làm tất cả, để độ người; nhưng không thấy có người làm, việc làm và đối tượng làm nên không thuộc về Hành nghiệp.”

Qua đoạn này, chúng ta lại thấy sự cưỡng ép càng mãnh liệt hơn khi dẫn chứng từ vô minh sinh hành, rồi từ hành tạo ta Nghiệp, và chính Nghiệp lực thúc đẩy mới có tái sinh, luân hồi và lục đạo.

Trong phân nhìn sâu vào Thân Thể Thức, chúng ta đã quan sát, và thấy rằng, không có nghiệp lực của kiếp trước tác động lên kiếp sau. Ngã Thức của kiếp sau hoàn toàn mới và được hình thành từ thô sơ, đến “cao cấp” theo thời gian phát triển của thân; và sự phát triển của Ngã Thức của mỗi cá nhân, tùy thuộc vào định nghĩa mà cá nhân đó diễn dịch như thế nào.

Thí dụ, Khi thai nhi trong tuần mười hai mới biết mút tay, hay gọi đây là nơi Ngã Thức bắt đầu có mặt, thì trong quá trình thai kỳ, sự phát triển của Ngã Thức mới của thai nhi đều do Ngã Thức từ người mẹ cung cấp chứ không phải là nghiệp lực từ kiếp trước.

Sự Thật, bắt đầu từ những ham muốn, cảm xúc/giác của người mẹ, mà Ngã Thức của Thai Nhi mới bắt đầu gia tăng ý muốn (cái muốn ban đầu của Thân Thể Thức chỉ là sự sống còn của Thân Thể) và cảm xúc giác.

Thí dụ như: người mẹ muốn sau này đứa con (Ngã Thức) sẽ là đứa con ngoan, học giỏi, giàu sang, sống có hạnh phúc, an lạc, v.v.

Thai nhi khi nhận được những ý muốn và các nguồn cảm xúc/giác từ người mẹ, cứ tiếp tục phát triển. Quá trình này gọi là Thai giáo (hướng dẫn, giáo dục, ngay khi còn là thai nhi).

Sau khi đứa bé được sinh ra đời, Ngã Thức về sự ham muốn và cảm xúc/giác vẫn còn ở dạng thô sơ. Đứa bé chẳng hề biết xấu hổ khi đi tiểu tiện hay đại tiện ra tã; hay cũng chẳng có sự giận hờn, buồn bực, khi nghe những lời nói không hay, từ người khác. Vì lúc đó, Ý Thức của đứa bé chưa được phát triển nên chưa học được định nghĩa của các cảm

xúc/giác, nên Ngã Thức của đứa bé không có những nguồn năng lượng này. Đây gọi là trạng thái vô cảm.

Cho nên, đứa bé ngoài khả năng khóc khi đói ăn, hay bị hâm thì chỉ có ngủ, và cười, khi có những điều kiện ấm áp và thoải mái.

Khi đứa bé phát triển đến 6 tháng tuổi thì mới có những biểu hiện hơi tinh tế hơn về ý muốn và cảm xúc/giác như, hất tay mẹ khi không thích thức ăn, hay gào khóc giận dữ, khi mẹ không bồng ẵm.

Lúc này, chúng ta có thể thấy, tuy Ý Thức của Ngã Thức đã có mặt từ tháng thứ bảy nhưng lại không phát triển nhiều, cho đến khi đứa bé khoảng gần một tuổi thì Ý Thức mới bắt đầu phát triển, qua việc học nhận dạng, và học về định nghĩa của các vật xung quanh như: cái này gọi là cái bàn, cái kia gọi là cái ghế v.v.

Sau đó, khi đến tuổi đi học thì đứa bé mới bắt đầu phát triển mạnh về Ý Thức hay kiến thức qua việc học những định nghĩa về mọi sự, mọi vật.

Những định nghĩa này, giúp cho khả năng phân tích, so sánh, quan sát của Ý Thức sẽ dễ dàng hơn, và tinh vi hơn. Chính vì vậy, khi chúng ta có những trình độ kiến thức khác nhau thì sự phân tích, so sánh, v.v. thường cũng khác nhau về độ nông hay sâu.

Tiếc thay, trong quá trình học hỏi, vì ham chơi, nên chúng ta không chịu bỏ thêm thời gian để tìm hiểu đúng định nghĩa; cho nên, chúng ta đã thường dùng sự phỏng đoán, hay tưởng tượng để diễn dịch định nghĩa.

Vì vậy, khi Ngã Thức sử dụng Ý Thức để phân tích nhưng Ý Thức lại dựa trên sự phỏng đoán và tưởng tượng về định nghĩa. Cho nên, khi phân tích và đưa ra kết quả cho Ngã Thức (vốn đã không đúng với sự thật) thì Ngã Thức tin vào những sự phân tích đó và đặt thành tiêu chuẩn cho sự chọn lựa sau này.

Thí dụ: nếu chúng ta hỏi định nghĩa của yêu là gì? thì mỗi người chúng ta lại có cách diễn dịch định nghĩa yêu khác nhau.

Có người định nghĩa, “Tình yêu anh ơi cú bắt trò chơi”. Nếu Ngã Thức của chúng ta tin định nghĩa tình yêu là vậy thì kết quả của tình yêu này có được chung thủy, hạnh phúc lâu dài không? Hay “Yêu là chết trong lòng một ít”. Vậy kết quả như thế nào thì không cần chúng ta phải giải thích, có phải không?

Cho nên, có thể nói, những nhận thức sai lầm, hay vô minh của chúng ta, bắt nguồn từ những định nghĩa được diễn dịch trong Ngã Thức thường thiếu chính xác và không đúng sự thật.

Và những định nghĩa này, lại do chính chúng ta học trong hiện tại chứ chẳng mắc mớ gì đến nghiệp lực của kiếp trước cả. Và vô minh, hành cũng ở ngay kiếp này, chứ không phải ở quá khứ.

Cho nên, thuyết luân hồi trong lục đạo và tái sinh ở đây, trở nên dư thừa, hay nói chính xác hơn, chính là sản phẩm từ sự phỏng đoán và tưởng tượng.

Vì sao, chúng ta có thể gọi đó là những sản phẩm vọng tưởng? Vì qua câu kể tiếp, “các bậc Bồ Tát, cũng lăn lộn vào các cõi, nhưng do nguyện lực. Các Ngài cũng làm tất

cả, để độ người; nhưng không thấy có người làm, việc làm và đối tượng làm, nên không thuộc về Hành nghiệp.”

Điều này lại càng khập khiễng hơn, khi cho rằng, các bậc bồ tát làm tất cả để độ người, do nguyện lực. Vậy chúng sanh bị cuốn trong luân hồi lục đạo, còn bồ tát thì không; khác biệt chỉ vì, chúng sanh có ham muốn nên tạo ra hành nghiệp, còn bồ tát thay vào đó là nguyện lực cũng có nghĩa là ham muốn, hay nói đúng hơn, là dùng một từ ngữ đẹp hơn, thay thế cho chữ ham muốn thì lại không bị nghiệp báo, hành nghiệp?

Rõ ràng, trong Chín Thức, khi quan sát Ý Thức, trong đó, chúng ta có phần Trí và Tuệ. Sở dĩ, chúng sanh có sự đau khổ nhiều hơn là vì họ dùng Trí theo dạng nhìn nông. Còn Bồ Tát thì dùng Tuệ theo dạng nhìn sâu. Cho nên, tuy cũng là ham muốn, nhưng qua sự nhìn sâu và nông thì có kết Quả là Bồ Tát, và hậu quả là chúng sanh.

Chúng sanh chỉ cần nhìn sâu thì thành Bồ Tát, và Bồ Tát chỉ cần nhìn nông là thành chúng sanh. Phật và chúng sanh cũng vậy. Rất đơn giản, rất rõ ràng, chẳng mắc mớ gì đến Nghiệp Báo từ kiếp trước cả.

Còn đến đoạn “Quả hiện tại: Gồm Thức, Danh sắc, Lục nhập, Xúc và Thọ, gọi là Quả khổ.

Đối với Thức, chúng ta cần hiểu theo hai nghĩa: Thứ nhất, đó là Thần Thức hay Hương Âm. Khi thân trước mất đi, thần thức theo nghiệp dẫn để thọ thân sau. Nếu nghiệp không còn, thì thức cũng diệt, nên nói Hành duyên Thức. Nghĩa thứ hai, hiểu theo duy thức học, là Ý thức và Tàng thức. Vì chúng sanh vô minh, quên tánh giác, tạo nghiệp thiện ác mới phát sinh thức. Nếu giác ngộ, nhớ lại tự tánh

thanh tịnh bản lai của mình, thì thức không phải bị diệt, mà ngay đó chuyển thành Trí.”

Trong đoạn này, chúng ta càng thấy, sự gượng ép một cách thô bạo, khi cho rằng: “Thức là Thần Thức hay Hương Âm. Khi thân trước mất đi, thần thức theo nghiệp dẫn để thọ thân sau. Nếu nghiệp không còn thì thức cũng diệt”.

Trong khi, định nghĩa của Thức, đơn giản chỉ là nhận ra, biết ra, phân biệt ra, nhưng qua sự diễn dịch gượng ép để giải thích sự tái sinh đã biến thành thần thức. Và cái thần thức này theo nghiệp để thọ thân sau.

Đứng trên căn bản sự vận hành của Thức, theo Duy Thức học, Thức phải có trước, rồi mới tới nghiệp là hành động theo sau. Khi Thức không khởi thì không có Nghiệp hay hành động. Điều này, các nhà Tâm Lý học hiện đại cũng công nhận rằng: có tư tưởng, rồi mới đưa đến hành động.

Thí dụ: Ngã Thức muốn ăn xoài, rồi ra lệnh cho Thân Thể Thức hoạt động thì mới có hành động dùng tay lấy xoài. Và thân Thể Thức điều khiển miệng ăn xoài.

Nếu khi ăn xoài, mà thân thể bị dị ứng ngứa, khiến cho Ngã Thức có cảm giác khó chịu, thì tạm gọi là đúng, vì nghiệp/hành động ăn xoài, mới tạo ra sự khó chịu của Ngã Thức. Nhưng hành động ăn xoài, không thuộc về Ngã Thức, mà thuộc về Thân Thể Thức. Và theo quá trình sinh tử của thân thể, khi thân thể chết, không còn hành động ăn xoài, thì làm sao có cái nghiệp nào để kéo thần thức đi đầu thai.

Và nếu như hành động ăn xoài không gây ra dị ứng trên thân, nên không có cảm giác ngứa nơi Ngã Thức, trong khi, vẫn có ý muốn ăn của Ngã Thức, và cũng có hành động ăn

của Thân Thể Thức, nhưng kết quả lại là sự thỏa mãn của Ngã Thức. Vậy thì làm sao giải thích trường hợp này.

Chữ Nghiệp, nên hiểu theo nghĩa đen là hành động, hơn là hiểu theo nghĩa bóng của Áo Nghĩa Thư, cho rằng, nghiệp là động lực đưa đến sự tái sinh. Vì khi Nghiệp là động lực thì động lực này từ đâu ra? Và câu trả lời chắc chắn sẽ từ vô minh ra. Vì Vô minh duyên hành, và hành là động lực, chính vì động lực từ vô minh, nên sinh ra thức, thức cũng là vô minh, v.v.

Trong khi, theo tinh thần Thân Tâm Nhất Như, khi loại bỏ sự tái sinh và luân hồi, chúng ta thấy rất rõ, Hành hay động lực thuộc về Thân Thể Thức, còn động lực trong Tâm/Ngã Thức lại nằm nơi Ái là sự Ham Muốn.

Cũng theo đoạn văn trên, có đoạn: “nghiệp dẫn thức đi thọ thân sau”. Có nghĩa là, cái thân trước đã chấm dứt, và phải mượn thân mới, như mượn xác hoàn hồn. Và cái hồn ở đây, chính là Ngã Thức của kiếp trước. Và động lực của Ngã Thức là Ái mới chính là phần có thể tạo ra sự tái sinh, chứ không liên quan gì đến vô minh hay hành cả.

Đến đoạn thứ hai, “Thức hiểu theo duy thức học, là Ý thức và Tàng thức. Vì chúng sanh vô minh, quên tánh giác, tạo nghiệp thiện ác mới phát sinh thức. Nếu giác ngộ, nhớ lại tự tánh thanh tịnh bản lai của mình, thì thức không phải bị diệt, mà ngay đó chuyển thành Trí.”

Rõ ràng ở đây có sự nhầm lẫn tai hại khi cho rằng Thức là Ý Thức và Tàng Thức, và hai thức này qua việc tạo thiện, ác mới tạo ra thức. Thật ra, tạo ra thiện ác là từ Ngã Thức, vì trong Ngã Thức có chức năng của Đạo Đức, được chia làm ba phần, gồm: Thiện, Ác, và Trung Tính, chứ không

liên quan gì đến Ý Thức và Tiềm Thức. Hơn nữa, ở đây đề cập đến tánh giác, vậy tánh giác là tánh gì?

Nếu chúng ta dựa theo Chín Thức, chúng ta biết tánh giác là Tuệ Giác là sự quan sát, phân tích theo chiều sâu, và vô minh là Trí giác là nhìn nông, cộng thêm phỏng đoán và tưởng tượng.

Vì vậy, nếu nói đúng hơn, Thức phải chuyển thành Tuệ chứ không thể thành Trí, khi Giác Ngộ.

Và một người muốn Giác Ngộ thì phải dùng Tuệ nơi Ý Thức, nếu không thì Tuệ và tánh Giác ở đâu ra?

Đến đoạn: “Lục Nhập là sáu căn duyên với sáu trần. Khi đã ra đời, sáu căn tiếp xúc với sáu trần phát sinh sáu thức. Các căn càng trưởng thành càng dính mắc với trần cảnh, tác động qua lại tạo nên Xúc. Xúc là sáu căn tiếp xúc với sáu trần.

Khi có tiếp xúc giao thoa giữa căn và trần, cảm thọ phát sinh, nên xúc duyên Thọ. Thọ gồm ba loại: Khổ, lạc và trung tính. Cần phân biệt cảm thọ vui (lạc thọ) của phàm phu, với niềm vui của các bậc đã giác ngộ. Lạc thọ hình thành do căn dính mắc theo trần, khi hình thành rồi trở lại chi phối thân và tâm.”

Đây là một nhận thức cực kỳ sai lầm khi cho rằng sáu căn càng trưởng thành càng dính mắc với trần cảnh và khi hình thành rồi trở lại chi phối thân và tâm.

Khi quan sát năm căn là: Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân; và năm trần là: Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc; và năm thức là: Nhãn Thức, Nhĩ Thức, Tỷ Thức, Thiệt Thức và Thân Thức,

thì cả năm căn và năm thức đều lệ thuộc vào Thân Thể Thức chứ không phải từ Ngũ Thức.

Nếu Ngũ Thức muốn sử dụng năm căn hay năm thức này, đều phải qua sự “cho phép” của Thân Thể Thức. Nếu như không có sự tương tác giữa Thân Thể Thức với Ngũ Thức thì năm căn hay Thức này không thể hoạt động được.

Cho nên, khi cho rằng ngũ căn càng trưởng thành, càng dính mắc với trần cảnh, rồi trở lại chi phối thân và tâm là hoàn toàn thiếu chính xác. Chi Phối Thân và Tâm chính là Ái từ Ngũ Thức, và Hành của Thân Thể Thức.

Thí dụ: mắt (căn) mở, thấy hoa hồng (trần), và qua Nhãn Thức biết là hoa hồng. Nếu như không có Ngũ Thức muốn nhìn hoa hồng, và không có tương tác với Thân Thể Thức, thì cho dù, có trần là hoa hồng, nhưng mắt (căn) không mở, nên không có Nhãn Thức thì căn mắt và Nhãn Thức làm sao chi phối Thân và Tâm? Và nếu Thân thể Thức có mở mắt (căn), nhìn hoa hồng (trần), và nhận dạng ra hoa hồng (Nhãn Thức), mà lúc đó, Ngũ Thức đang muốn ăn thì dù có căn, có trần, có nhận dạng, cũng không ảnh hưởng hay chi phối gì đến Thân và Tâm cả.

Cái sai lầm của các nhà Duy Thức, khi cho rằng, Tám Thức đều hoạt động độc lập, có những chức năng gần giống nhau, và chỉ có sự tương tác với nhau. Nhưng sự thật, chỉ có Ngũ Thức, và Thân Thể Thức, mới là chủ nhân ông. Ngũ Thức làm chủ về Tâm Lý, và Thân Thể Thức làm chủ về Sinh Vật Lý. Còn lại các thức khác chỉ là công cụ cho hai thức này sử dụng.

Nếu đem từng phần trong bài viết này để quan sát sự khác biệt giữa Tam Thế Lưỡng Trùng Nhân Quả và tinh thần

Thân Thân Nhất Như thì rất dài, và có thể, phải nói đến cả mười ngày, hay phải viết năm ba cuốn sách.

Cho nên, chúng ta sẽ dừng lại ở đây. Với những phần cơ bản mà tôi đã chia sẻ với hai bạn, thì hai bạn có thể dựa trên đó để kiểm nghiệm và thực nghiệm qua chính bản thân mình.

Hai bạn nên nhớ, chỉ khi hai bạn có sự trải nghiệm của chính hai bạn và có thể tiếp xúc đúng với sự thật thì những nhận thức của bạn mới có giá trị. Nếu không, đó chỉ là mớ kiến thức suông, không có bất cứ giá trị nào, cho dù, đó là những trải nghiệm của người khác khi họ tiếp xúc với sự thật.

Cháu rất đồng ý với chú, đây quả thật là một đề tài rất lớn, không thể nào chỉ trong một buổi chiều mà cháu và anh Nhật Minh có thể hiểu sâu sắc được.

Nếu lúc đầu, khi đọc cho chú nghe, cháu còn mù mịt, thì bây giờ, cháu đã hiểu được trọn vẹn những phần căn bản mà chú đã chia sẻ.

Chúng cháu sẽ rất nghiêm túc trong việc kiểm nghiệm và thực nghiệm đề tài này. Khi nào chúng ta có đủ duyên, chúng cháu sẽ chia sẻ với chú. Diệu Hiền nói.

Người bảo vệ công viên đi qua, thấy ba chú cháu vẫn còn đang ngồi nên nhắc nhở công viên sắp đóng cửa.

Cả ba chú cháu cùng đứng dậy, mỉm cười, chào nhau, hẹn gặp chiều mai.

ĐỊNH NGHĨA YÊU THƯƠNG

Chiều nay, cả ba, Diệu Hiền, Hoàng Trang, và Nhật Minh cùng đến thăm ông chú. Diệu Hiền cũng như mọi khi, xà xuống ngồi bên cạnh ông chú, còn Hoàng Trang và Nhật Minh ngồi đối diện.

Vừa ngồi xuống Diệu Hiền đã lên tiếng:

Chú ơi, chiều qua, cháu có nghe chú chia sẻ về sự ảnh hưởng của định nghĩa với mỗi cá thể. Chiều nay, chú có thể chia sẻ góc độ quan sát và nhìn sâu của chú về định nghĩa không chú.

Ông chú quay sang nhìn Diệu Hiền, rồi nói:

Bạn có mang theo giấy và bút không?

Dạ có. Cháu lúc nào cũng có cuốn sổ nhỏ mang theo, chú cần giấy bút để làm gì?

Bạn hãy xé ra 3 tờ giấy, rồi chia ra cho mỗi người một tờ, sau đó, các bạn viết định nghĩa, tình yêu là gì? Ông chú nói.

Hoàng Trang cười thích thú, nói:

Vậy để xem hôm nay, hai anh chị “định yêu” như thế nào nhé.

Diệu Hiền lườm yêu Hoàng Trang, cười nói:

Thì yêu.. yêu... yêu...

Mọi người cùng cười trước sự vui đùa của hai cô gái...

Trong khi, chờ đợi ba người bạn viết định nghĩa, ông chú hướng mắt về những đóa hoa đang nở bên đường.

Đợi ba người viết xong, ông chú nói:

Này bạn Diệu Hiền, bạn hãy chia xẻ cho mọi người biết, định nghĩa về tình yêu của bạn như thế nào, được không?

Định nghĩa về yêu của cháu là sự cảm thông, nhẫn nại và tha thứ.

Còn bạn Nhật Minh, ông chú hỏi.

Dạ, theo cháu, yêu là phải có hiểu biết, cảm thông, và tha thứ.

Vậy còn bạn Hoàng Trang thì sao?

Dạ, với cháu, yêu là quan tâm, chăm sóc, chia xẻ, và thủy chung.

Qua ba định nghĩa của ba bạn, các bạn nghĩ như thế nào?

Thật không tưởng tượng được chú ạ. Từ xưa tới giờ, cháu cứ nghĩ, ai cũng định nghĩa tình yêu như cháu hết. Diệu Hiền nói.

Cháu cũng nghĩ như bạn Diệu Hiền, định nghĩa tình yêu sẽ giống như cháu nghĩ. Nếu không có sự kiểm nghiệm của chú chiều nay thì cháu cũng không biết được tình yêu lại có nhiều định nghĩa đến như vậy. Hoàng Trang tiếp lời.

Vậy thưa chú, theo như chú thì định nghĩa đúng của tình yêu là gì? Nhật Minh hỏi.

Vốn dĩ, định nghĩa của tình yêu không có đúng hay sai, vì ai trong chúng ta cũng có quyền diễn dịch định nghĩa tình yêu theo Ngã Thức của mình muốn. Nhưng nếu bắt buộc phải dùng đến đúng hay sai thì chúng ta phải dựa vào cái

quả từ định nghĩa của tình yêu mang lại, là khổ đau hay an lạc để quyết định.

Giả dụ như, nếu chúng ta muốn cái kết quả là hạnh phúc, an lạc mà chúng ta lại có cái hậu quả là khổ đau, buồn phiền, oán giận, thì cái hậu quả đó, chúng ta tạm gọi là sai, còn nếu ra đúng kết quả thì là đúng.

Đó là đứng trên góc độ đúng hay sai, theo lý thuyết. Nhưng nếu đứng trên góc độ ứng dụng thì lại khác, vì có thêm một yếu tố nữa quyết định. Đó chính là sự Chấp Nhận.

Thí dụ: khi chúng ta yêu và có hậu quả là sự khổ đau và phiền muộn, và chúng ta biết chấp nhận, đó không phải lỗi do người kia, mà lỗi do chính mình, đã diễn dịch định nghĩa tình yêu khác với định nghĩa của người kia, và chính mình là người chọn người kia, thì lúc đó, chúng ta mới có thể chuyển hóa sự khổ đau phiền muộn kia thành hạnh phúc và an lạc được.

Nhưng thưa chú, tại sao lại phải nhận lỗi về mình mà không phải là lỗi của cả hai, chứ chú? Hoàng Trang hỏi.

Này bạn, khi bạn yêu một người, có bao giờ bạn đi hỏi định nghĩa tình yêu của họ là gì không? Nếu bạn không hỏi, rồi bạn tự phỏng đoán, và tưởng tượng định nghĩa tình yêu của họ giống bạn, nên bạn yêu người đó. Rồi khi bạn có thời gian sinh hoạt với người đó nhiều hơn, bạn phát hiện ra, định nghĩa tình yêu của họ không giống như bạn phỏng đoán. Cho nên, bạn cảm thấy khó chịu, bất an, và bức tức.

Như vậy, nếu đứng trên góc độ về lỗi thì bạn có lỗi hay không có lỗi?

Thưa chú, dĩ nhiên là cháu có lỗi rồi, vì cháu đã không hỏi họ và dùng phỏng đoán của cháu, nên đó là lỗi của cháu, không có gì phải bàn cãi.

Vậy khi bạn có lỗi thì bạn làm gì để hết lỗi?

Dạ, cháu phải chấp nhận cháu có lỗi, và đi sửa sai cái lỗi đó để lần sau không tái phạm. Nhưng, thưa chú, theo cháu thì người kia cũng có lỗi giống như cháu, họ cũng phỏng đoán thôi.

Bạn hình như không để ý đến câu hỏi của tôi, có phải không? Tôi đang hỏi bạn là bạn có lỗi hay không? Chứ tôi không hỏi người kia có lỗi hay không?

Và bạn cũng đồng ý với tôi, bạn chấp nhận bạn có lỗi, và bạn cũng đồng ý rằng, chỉ khi bạn chấp nhận bạn có lỗi, bạn mới chịu sửa sai cái lỗi đó để không tái phạm lần sau.

Đó mới là vấn đề chính mà bạn cần phải làm để giải quyết sự khổ đau, phiền não của chính bạn, có đúng vậy không?

Dạ, thưa chú đúng.

Vậy tôi hỏi thêm bạn, nếu bạn biết người kia có lỗi thì có lợi ích gì cho bạn, trong việc bạn chấp nhận, đó là lỗi của bạn không?

Rõ ràng là không, đúng không, trừ khi, bạn muốn viện lý do là: người kia cũng có lỗi mà lỗi của họ nhiều hơn, nên tôi nhẹ hơn; vì vậy, tuy tôi có lỗi nhưng không cần sửa mà người kia mới là người phải sửa. Hay, tuy rằng lỗi của tôi nhiều hơn người kia một chút nhưng họ phải sửa thì tôi mới sửa, như vậy mới công bằng.

Bạn là một chuyên gia về Tâm Lý, chắc bạn cũng biết, đây chính là những lý lẽ nguy hiểm của Ngã Thức để không chấp nhận đó là lỗi của mình.

Khi chúng ta không chấp nhận và còn đi tìm bất cứ một lý do để biện minh lỗi nhiều hay ít thuộc về ai thì không bao giờ chúng ta có thể sửa sai được.

Hai bạn Diệu Hiền và Hoàng Trang là các chuyên gia về Tâm Lý, chắc hai bạn đã nghe qua câu chuyện này.

Có một người đang sống yên lành trong nhà. Có một người đến gõ cửa. Người chủ nhà không biết người gõ cửa là ai, nhưng đã mở cửa cho người đó vào. Ai ngờ, người gõ cửa là tên cướp. Khi vào trong nhà đã đánh người chủ nhà một trận và cướp hết tiền bạc và nữ trang. Câu hỏi được đặt ra, nếu chỉ có một người có lỗi thì ai là người có lỗi, chủ nhà hay tên cướp?

Thật ngạc nhiên, khi tôi đem câu chuyện này hỏi cả trăm người thì có đến 98 người cho rằng, lỗi là tên cướp. Vì họ cho rằng, người chủ nhà không có lỗi gì cả mà tên cướp mới là kẻ có lỗi.

Ở đây, chúng ta không đặt trọng tâm vào ai đúng, ai sai, mà trọng tâm là, chúng ta sẽ học được bài học gì từ câu chuyện này.

Nếu bạn là người chủ nhà, và bạn tin là bạn không có lỗi, thì bạn lại tiếp tục mở cửa cho những người lạ khác, và vẫn không hỏi người đó là ai, thì bạn sẽ bị cướp, bị đánh đập, bị mất tiền bạc, suốt đời.

Nếu bạn là người chủ nhà, và bạn chấp nhận đây chính là những lỗi do sự bất cẩn của bạn. Bạn phải hỏi và tìm hiểu

thật kỹ càng người kia, và khi đã biết rõ về họ rồi thì bạn mới mở cửa. Như vậy, bạn sẽ tránh gặp phải những tên cướp trong tương lai.

Tình yêu của mỗi người chúng ta cũng như câu chuyện trên, chúng ta như người chủ nhà đang sống yên ổn trong căn nhà của mình. Đột nhiên, có người đến gõ cửa trái tim của chúng ta, chúng ta mở cửa con tim ra đón họ vào mà không hỏi định nghĩa tình yêu của họ là gì. Rồi khi họ vào trong tim của chúng ta, họ tàn phá, hành hạ, cướp bóc, làm cho chúng ta đau khổ.

Nếu chúng ta cứ khẳng khẳng cho rằng, chúng ta chỉ là nạn nhân như người chủ nhà, và người mà chúng ta yêu là kẻ cướp, và chỉ có kẻ cướp có lỗi còn chúng ta thì không, thì suốt cuộc đời này chúng ta sẽ luôn bị cướp, luôn bị tàn phá, luôn bị khổ đau.

Còn nếu như chúng ta, hay người chủ nhà, biết chấp nhận đó là lỗi của mình, biết hỏi định nghĩa tình yêu trước khi yêu, biết tìm hiểu cặn kẽ người gõ cửa trước khi mở cửa, và khi sai, chịu sửa sai, thì chúng ta sẽ có được sự an lành và hạnh phúc, tránh những tai họa về sau.

Rõ ràng, khi chúng ta đã biết chấp nhận lỗi của mình rồi thì chuyện kẻ cướp có lỗi hay không đâu còn quan trọng. Kẻ cướp có lỗi thì sẽ bị xã hội trừng phạt, người yêu của chúng ta có lỗi thì sự khổ đau và phiền não của họ chính là sự trừng phạt của họ.

Cho nên lôi họ vào, và cho họ là nguyên nhân gây ra đau khổ cho chúng ta là không chính xác. Nguyên nhân gây ra sự khổ đau của chúng ta trong tình yêu là sự phỏng đoán

rằng: người kia cũng có chung định nghĩa tình yêu giống mình.

Ai trong chúng ta cũng có quyền chọn lựa. Khi chúng ta không kỹ lưỡng trong việc chọn lựa thì chúng ta phải chịu trách nhiệm với sự chọn lựa của mình.

Tình yêu ngày nay đã trở thành một trong những vấn nạn nghiêm trọng, vì đã gây ra sự khổ đau, phần hận vô cùng to lớn cho con người. Nguyên nhân gây ra sự khổ đau, hận thù của con người, bắt đầu từ định nghĩa về yêu của mỗi người được diễn dịch theo ý của mỗi cá nhân.

Khi hai người yêu nhau, họ đều nghĩ (phỏng đoán) rằng, người kia có cùng định nghĩa với mình. Nên khi gặp nhau, họ có thể nói, anh yêu em, em yêu anh, nhưng chưa bao giờ, họ lại đi hỏi, định nghĩa tình yêu của người kia là gì?

Chú phân tích thật vô cùng chí lý và chấu rất tâm đắc với câu chuyện về người chủ nhà, vậy tình yêu có khác với tình thương không chú. Hoàng Trang hỏi.

Khác chứ, vậy ba bạn, hãy viết xuống, định nghĩa tình thương là gì?

Cả ba người bạn trẻ cảm cúi viết câu trả lời, trong khi ông chú lại hướng mắt về những đóa hoa.

Lần này thì Hoàng Trang lên tiếng trước.

Thưa chú, tình thương là sự quan tâm, chia sẻ và giúp đỡ người khác.

Còn bạn Nhật Minh, thì sao?

Dạ, tình thương là sự cho đi, nhưng không cần nhận lại.

Còn cháu, tình thương là cảm thông sâu sắc, làm vui đi nỗi khổ của người khác. Diệu Hiền nói.

Này ba bạn trẻ, trong ngôn ngữ của tiếng Việt, ngoài tình yêu, chúng ta còn có thêm danh từ, là tình thương. Không ít người trong chúng ta đã có sự lầm lẫn giữa yêu là thương và thương là yêu.

Theo Tâm Lý học, định nghĩa tình yêu là tần số rung động của một nguồn năng lượng từ một chủ thể khi tiếp xúc với một đối tượng.

Nhưng trong Tâm Lý học của phương Tây lại không có định nghĩa cho tình thương. Vì vậy, chúng ta sẽ sử dụng ngôn ngữ Việt để tìm hiểu về tình thương và tình yêu khác nhau như thế nào?

Chú ơi, Trước khi chú phân tích về sự khác biệt giữa yêu thương, cháu có thắc mắc, vậy định nghĩa về tình yêu và tình thương của chú như thế nào? Diệu Hiền hỏi.

Theo tôi, tình yêu là đem hạnh phúc và an vui hiến tặng cho một người, và tình thương là đem hạnh phúc và an vui hiến tặng cho nhiều người.

A, định nghĩa của chú về tình yêu và tình thương nghe hay, và hợp lý quá há, chú có thể chia sẻ lý do, tại sao, chú lại có định nghĩa về tình yêu và tình thương như vậy không? Hoàng Trang hỏi.

Vì hai định nghĩa này được dựa trên góc độ Cho và Nhận trong tâm lý của con người.

Cháu vẫn chưa hiểu lắm, xin chú giải thích thêm. Hoàng Trang, nói.

Này bạn trẻ, đứng trên góc độ tâm lý của con người, Cho và Nhận là hai điều kiện luôn luôn phải có sự quân bình. Khi cán cân Cho và Nhận bị thiên lệch về một phía thì nơi đó sẽ sinh ra sự xung đột.

Thí dụ: Định nghĩa của tôi, Tình Yêu là đem hạnh phúc và an vui hiến tặng cho một người. Dĩ nhiên, đây chỉ là sự diễn dịch về tình yêu, vì ai trong chúng ta cũng có quyền này. Nhưng sự diễn dịch này dựa trên một sự xác định rất rõ ràng cho mục đích của tôi là phải sống có hạnh phúc và an vui trong cuộc đời.

Bởi vì, nếu tôi không sống có hạnh phúc, an vui, mà chỉ là khổ đau, oán trách, thì tôi chỉ có khổ đau, oán trách để hiến tặng cho người đó, và cuối cùng, khi người đó Nhận, họ cũng chỉ có thể Cho lại tôi những sự khổ đau, oán trách mà thôi.

Cho nên, khi dựa trên sự Cho và Nhận, tôi đã diễn dịch định nghĩa của tôi như một lời nhắc nhở, cũng như xác định mình phải sống ra sao, và mình muốn gì, để khi yêu một người, mình hiến tặng cho họ thì khi họ Nhận, họ sẽ Cho lại mình những gì.

Tình thương cũng như vậy, nhưng tình thương thì khác với tình yêu trong quá trình Cho và Nhận.

Trong tình yêu, sự Cho và Nhận rất dễ xảy ra sự mất cân bằng, vì chỉ có hai người. Nếu một bên, chỉ có Cho ra mà không Nhận lại, hay một bên chỉ biết Nhận vào mà lại không Cho ra, thì cán cân Cho và Nhận bị lệch ngay lập tức.

Nhưng trong tình thương, vì chúng ta cho nhiều người và chỉ cần, một trong những người đó, Nhận và Cho lại chúng ta, thì cán cân Cho và Nhận gần như ở trạng thái quân bình.

Chính vì, luôn ở trong trạng thái gần quân bình, không bị lệch, nên tình thương thường có thể kéo dài, và bền bỉ hơn. Ngược lại, tình yêu vì dễ rơi vào chênh lệch, nên thường tạo ra sự xung đột và dễ dàng tan vỡ.

Thí dụ: bạn có một đồng và đem cho một người, khi người đó nhận xong, không nói với bạn tiếng cảm ơn nào. Một lần thì không sao nhưng nếu xảy ra nhiều lần thì cán cân cho và nhận trong bạn sẽ bị chênh lệch về một phía, và khi bị chênh lệch thì bạn sẽ so đo, tính toán, sẽ sinh ra bực tức.

Và để giải quyết sự bực tức của bạn thì bạn không cho nữa. Khi bạn dừng cho thì bạn tạo cho người nhận cảm giác thiếu thốn, vì họ đã quen nhận. Khi bị thiếu thốn thì họ sinh ra tức tối, bực bội, và họ lại đem sự bực bội, tức tối, cho ngược lại bạn.

Nếu chúng ta quan sát kỹ trong đời sống hàng ngày, chúng ta đều thấy, những sự đổ vỡ này xảy ra mỗi ngày trước mắt chúng ta. Chúng ta cũng đã nghe rất nhiều than phiền về sự Cho và Nhận không đều giữa hai phía. Và những sự khổ đau, oán thù, trách móc, giận hờn, liên tục được gia tăng giữa các cặp đang yêu nhau. Và khổn khổ hơn, khi họ đã kết hôn thì sự xung đột lại càng trở nên mãnh liệt và tàn khốc hơn.

Cũng với một đồng, nhưng bạn lại đổi ra thành 10 xu, và cho 10 người. Chỉ cần một trong những người nhận nói tiếng cảm ơn (cho lại bạn), thì cán cân Cho và Nhận của bạn đã quân bình.

Vì thế, nhiều người cho rằng: tình thương là sự rộng lượng, và tình yêu là sự ích kỷ là vậy. Vì tình thương thì cho nhiều người, và tình yêu thì chỉ cho một người.

Giờ ạ, thì ra định nghĩa lại quan trọng đến như vậy, nhất là khi diễn dịch lại thật là nguy hiểm, nếu như chúng ta không biết ứng dụng cái cân Cho và Nhận.

Chú không có đăng ký bản quyền về định nghĩa tình yêu và tình thương của chú phải không? Vậy định nghĩa của tình thương và tình yêu của chú, bây giờ thành của cháu nghe chú.

Nghe Diệu Hiền nói đùa, mọi người cùng cười vang.

Chú ơi, định nghĩa tình yêu và tình thương thì như vậy, còn việc ứng dụng thì sao chú. Hoàng Trang hỏi.

Như lúc nãy, tôi có gợi ý về có nhiều bạn trẻ hôm nay vẫn không phân biệt được tình yêu và tình thương, nên hay thường lẫn lộn. Cho nên, chúng ta cũng nên nói sơ vài nét về điều này trước khi nói đến ứng dụng.

Có một cô gái, rất đau khổ, vì cô luôn yêu hai người cùng một lúc. Cô không biết chọn ai? vì cả hai, mỗi người đều có những nét riêng mà cô ưa thích, và tình trạng này đã kéo dài hơn ba năm.

Rõ ràng, ở đây, nếu chúng ta dựa trên định nghĩa ở trên về tình yêu và tình thương, chúng ta có thể nói, cô gái này chỉ có tình thương (từ hai người trở lên) chứ không có tình yêu (chỉ có một người). Nhưng vì sự diễn dịch định nghĩa của cô, có thể là, yêu hết những ai yêu mình, hay yêu là sự dự trữ, đến khi cần, có thể sử dụng, v.v.

Cho nên, cô không thể nào giải quyết được vấn đề đau khổ này, trừ khi, cô phải thay đổi lại định nghĩa của cô.

Trở lại về sự ứng dụng tình yêu và tình thương trong cuộc sống.

Dĩ nhiên, đây là một đề tài rộng, nên chúng ta sẽ chỉ quan sát về tình yêu và tình thương khi đã kết hôn.

Khi tình yêu của đôi lứa đã chín mùi và cả hai đã quyết định về sống chung một mái nhà thì sự kết hôn là chuyện sớm muộn.

Đứng trên góc độ về tâm lý, khi cả hai đã đồng ý kết hôn thì cũng là lúc cả hai định nghĩa về Yêu và Thương giữa hai người được lộ ra rõ nhất. Vì sao?

Vì họ nghĩ rằng, đã chiếm hữu được nhau rồi, nên họ sẽ không cần “màu mè” mà họ sẽ sống đúng theo định nghĩa về tình yêu và tình thương của họ.

Thí dụ: người vợ định nghĩa tình yêu là chăm sóc, tận tụy, chiều chuộng, nâng niu; và định nghĩa tình yêu của người chồng là, chu toàn tài chánh cho gia đình.

Vì hai định nghĩa về tình yêu khác nhau, cho nên, người chồng, vì định nghĩa của mình sẽ dồn tất cả thời gian để kiếm tiền đem về cho vợ. Người vợ, lúc đầu có thể vui, vì định nghĩa chăm sóc của cô là, có nhiều tiền đem về nhà.

Nhưng chỉ trong một thời gian thì ngoài sự chăm sóc ra, người vợ lại còn có sự chiều chuộng, và nâng niu, chưa được thỏa mãn; và người chồng thì quá bận rộn kiếm tiền, nên không có thể nâng niu, chiều chuộng người vợ như hồi đang yêu.

Với người chồng, tình yêu là phải kiếm nhiều tiền, chu toàn tài chánh cho gia đình; và ngày nào, người chồng còn kiếm được nhiều tiền đưa về cho vợ, là đang yêu vợ.

Người chồng thì cứ tận tụy kiếm tiền, người vợ thì càng ngày càng thiếu sự nâng niu, chiều chuộng của chồng, đồng

nghĩa với việc, chồng không còn yêu mình nữa, nên đem tất cả số tiền người chồng cực khổ kiếm về, tiêu xài một cách hoang phí.

Người chồng khi thấy vợ tiêu xài phí phạm khiến tài chánh của gia đình rơi vào chỗ thiếu hụt; lại càng cố gắng và dành nhiều thời gian hơn để kiếm tiền. Người vợ, khi người chồng kiếm ra tiền, lại tiêu xài hoang phí.

Khi khả năng kiếm tiền của người chồng đã đến ngưỡng không thể vượt, và tài chánh gia đình bị túng thiếu thì sự xung đột giữa người chồng và người vợ bùng nổ, và cuối cùng đi đến ly hôn.

Sau khi ly hôn, người vợ buồn phiền oán trách người chồng đã không còn yêu mình nữa; còn người chồng, buồn phiền người vợ, vì đã khiến cho người chồng cuu mang thêm nợ nần.

Đây chính là hậu quả mà hai định nghĩa về yêu khác nhau giữa người vợ và người chồng, mà chúng ta có thể nhìn thấy; và cũng còn có biết bao nhiêu những hoàn cảnh tương tự khác đang xảy ra mỗi ngày.

Như vậy, nếu muốn ứng dụng tình yêu và tình thương vào cặp đôi này, thì sau khi kết hôn, cả hai người cùng phải ngồi xuống và nói cho nhau nghe về định nghĩa tình yêu của mình là gì?

Dĩ nhiên, cả hai phải biết rằng, mỗi người, ai cũng đều có quyền được định nghĩa tình yêu theo ý mình, và quyền đó luôn luôn phải được tôn trọng. Không ai có quyền lấy định nghĩa của mình mà bắt ép người kia phải tuân theo đúng 100% như định nghĩa của mình.

Đúng ra, việc này nên làm lúc mới quen nhau mới chính xác. Bởi vì lúc đó, chúng ta có toàn quyền để lựa người nào có cùng định nghĩa giống như mình.

Còn ở đây, tuy hơi trễ, nhưng vẫn có thể dùng cách tìm hiểu định nghĩa tình yêu của nhau để đem đến hạnh phúc cho nhau.

Sau khi, cả hai đã trình bày định nghĩa của mình thì hai vợ chồng mới cùng nhau đi tìm một định nghĩa về tình yêu chung cho hai người.

Định nghĩa chung này, phải có sự đồng thuận, vui vẻ, tự nguyện, chấp nhận, bằng cách, cả hai cùng chịu thay đổi định nghĩa cũ của mình. Nếu như vẫn còn thắc mắc, ầm ức, chưa vừa lòng thì vẫn phải tiếp tục “đàm phán”; cho đến khi, cả hai không còn bất cứ sự khác biệt nào. Sau đó, cả hai sẽ dựa vào định nghĩa mới này để thể hiện tình yêu trong đời sống hàng ngày.

Nếu cả hai thật sự yêu nhau với định nghĩa mới này thì tình yêu của họ sẽ bền vững. Cách thức này, không những giúp cho hai vợ chồng luôn yêu nhau, vì cùng nhìn về một hướng, mà còn giúp cho người chồng hay người vợ, sống chung thủy hơn, vì họ biết, muốn tìm được một người sống chung, có cùng định nghĩa về tình yêu, không phải là chuyện dễ dàng.

Đó là trong trường hợp khi hai người yêu nhau chưa có con. Nhưng khi có con thì sự ứng dụng về tình yêu và tình thương lại có sự thay đổi mà cả hai vợ chồng lại phải có thêm sự hiểu biết, điều chỉnh. Nếu không cẩn thận sẽ gây ra những hậu quả kéo dài sự đau khổ có khi đến suốt đời.

Khi chưa có con, vì chỉ có hai người, nên ở đó, tình thương chưa trở thành một vấn đề. Nhưng khi có thêm một đứa con thì thông thường người vợ sẽ đổi từ tình yêu chồng, thành tình thương chồng và con (có hai người, thay vì một người).

Vì đứa con còn nhỏ, cần sự chăm sóc của người vợ hơn người chồng, nên người vợ sẽ hơi lơ là tình thương của mình cho chồng. Nếu là người chồng có sự hiểu biết và cũng chuyển từ tình yêu vợ, qua thương vợ, thương con, thì không thành vấn đề.

Nhưng có những trường hợp, vì người chồng quá yêu người vợ, lại không có sự hiểu biết để biến đổi tình yêu thành tình thương. Thế nên, khi thấy con của mình “chiếm mất vợ” của mình, và thấy vợ của mình lại lo cho con hơn mình, nên đã có những suy nghĩ nông cạn, cho rằng, vợ mình đã không còn yêu mình nữa mà lại yêu con mình.

Đứa con vô tình lại trở thành “tình địch” của người chồng. Từ đó, người chồng sinh ra ác cảm hay có thể nặng hơn, thù ghét đứa con. Mặc dù, đó là con ruột của người chồng và hoàn toàn vô tội.

Có nhiều trường hợp, người vợ vì không hiểu được định nghĩa tình yêu và tình thương nên đem tình yêu chồng chuyển qua yêu con, khiến cho người chồng giống như bị người vợ phụ tình, đi với kẻ khác.

Việc làm này của người vợ, khiến cho người chồng căm ghét đứa con nhiều khi đến cuối đời cũng không buông bỏ và tha thứ. Hành động này của người chồng, khiến cho gia đình tan nát và sống trong đau khổ suốt đời.

Cho nên, nếu hai người sau khi kết hôn, nên ngồi xuống và phải tìm ra được định nghĩa chung cho cả hai chữ: Yêu

Thương. Và hai vợ chồng cũng phải hiểu, khi nào thì nên yêu, và lúc nào thì nên thương.

Rồi khi có con và làm cha mẹ thì phải hiểu rõ ràng về định nghĩa Yêu và Thương như thế nào là đúng cách.

Khi làm cha hay mẹ, mà trong đám con, người vợ hay người chồng chỉ cần yêu một đứa con nào đó, thì người vợ hay chồng đang gieo sâu cho tất cả các đứa con khác. Là cha mẹ, người vợ hay chồng phải luôn ý thức rằng, tất cả các đứa con, luôn cần tình thương từ cha mẹ, chứ không cần tình yêu từ cha hay mẹ.

Vì vậy, khi có hai người, thì vợ yêu chồng, và chồng yêu vợ. Nhưng khi đã có con, thì tình yêu của cả hai vợ chồng nên chuyển thành tình thương, và không nên yêu đứa con nào cả, nếu muốn có một gia đình hòa thuận, ấm êm. Vợ chồng, con cái, anh, chị, em thương nhau, giúp đỡ nhau.

Thì ra, định nghĩa tình yêu và thương lại ảnh hưởng vô cùng to lớn đến đời sống con người như vậy.

Cháu đồng ý với chú, chúng ta cứ nói yêu thương nhau, nhưng thật ra, chúng ta chưa biết yêu và thương như thế nào là đúng cách; yêu thương như thế nào để đem đến sự an vui và hạnh phúc cho mình và cho người.

Bài học về định nghĩa yêu thương này thật vô cùng quý giá với bản thân cháu. Cho dù, là một chuyên gia về Tâm Lý, nhưng cháu chưa bao giờ để ý đến định nghĩa của yêu thương, và sự ảnh hưởng vô cùng nghiêm trọng, gây ra biết bao sự khổ đau, thù hận, oán ghét, không những cho cá nhân và cho cả tập thể, khi chúng ta diễn dịch định nghĩa yêu thương, không đúng cách. Cũng như, chúng ta không biết cách ứng dụng yêu và thương như thế nào mới là có lợi nhất.

Cháu rất tâm đắc với phương pháp, khi hai vợ chồng cùng ngồi xuống để cùng nhau đi tìm định nghĩa chung của Yêu và Thương, với nhận thức tôn trọng lẫn nhau mà không lấn quyền nhau.

Đây quả thật là một phương pháp rất văn minh, không những chỉ áp dụng cho định nghĩa của Yêu Thương mà còn có thể áp dụng cho tất cả những định nghĩa khác nữa.

Không phải, chỉ dành riêng cho vợ chồng, mà còn có thể áp dụng giữa bạn bè, cha mẹ, con cái, chủ thợ. Khi mà mỗi người chúng ta, ai cũng có quyền diễn dịch định nghĩa theo ý mình.

Nếu mỗi người chúng ta khi có sự bất đồng về một quan điểm nào đó, chỉ cần tìm hiểu định nghĩa của người kia và tôn trọng quyền diễn dịch của họ, không áp đặt định nghĩa của mình lên họ, thì thế gian này sẽ tránh được biết bao khổ đau, phiền não.

Qua bài học này, cháu biết, cháu sẽ giúp cho bệnh nhân của cháu rất nhiều. Cháu thật sự vô cùng biết ơn chú. Hoàng Trang nói liền một hơi.

Này... này, lúc này tôi đã lấy bản quyền về định nghĩa của Yêu Thương từ chú rồi nhé. Nếu bạn muốn sử dụng, bạn phải trả tiền bản quyền suốt đời đấy bạn.

Nghe Diệu Hiền đùa, cả bốn chú cháu cùng vang, vui vẻ khiến những người đi ngang, nhìn họ với ánh mắt tò mò.