



AWAKEN THE WORLD

Video Transcriptions

Samadhi 1 - Maya, the illusion of the self

SAMADHI

awakentheworld.com

Phiên âm video

Samadhi phần 1 ("Maya, ảo ảnh của bản thân")

là một khái niệm cổ của chữ Phạn, khái niệm này không có trong các ngôn ngữ hiện đại Quả thật là một thách thức lớn trong việc thực hiện một bộ phim về Samadhi. "Samadhi" mang ý nghĩa về một khái niệm mà không thể truyền đạt ở mọi mức độ của trí tuệ.

Bộ phim này chỉ đơn giản là những biểu hiện bên ngoài cho cuộc hành trình nội tại của riêng cá nhân tôi. Mục đích của bộ film này không phải truyền đạt về Samadhi, cũng không cung cấp kiến thức nào cho trí tuệ của bạn. Mà là để truyền cho bạn nguồn cảm hứng thực sự để bạn có thể trực tiếp khám phá bản chất nội tại của chính mình Tìm lại Samadhi, ngay bây giờ, phù hợp hơn bất cứ thời điểm nào khác. Chúng ta đang ở một thời điểm trong lịch sử, nơi chúng ta không chỉ quên đi khái niệm về Samadhi, nhưng chúng ta đã quên đi chính sự lãng quên của bản thân mình

Sự lãng quên này được đúc kết bằng thuật ngữ "Maya" Ảo tưởng của bản ngã

Là con người, hầu hết chúng ta sống đắm chìm trong việc vật lộn với cuộc sống, hàng ngày. Cùng sự vô minh về những điều rõ rệt như "Chúng ta là ai?". "Tại sao chúng ta ở đây?". "Chúng ta đang đi đâu?". Đa số chưa bao giờ nhận ra Bản Ngã thật sự, cái ta là, tâm hồn, hoặc khái niệm mà nhà Phật gọi là "Annata". - là thứ vượt lên mọi tên gọi và mọi hình thức nhất định, nằm ngoài tư duy. Chúng ta đã tin rằng chúng ta chỉ là những cơ thể vật lý hữu hạn này. Dù có ý thức hay vô thức. Chúng ta vẫn sống trong sợ hãi rằng sự hạn chế mà chúng ta tự gán vào mình, sẽ tới hạn.

Ngày nay, đại đa số những con người đang tham gia vào tôn giáo hay thực hành tâm linh như yoga, cầu nguyện, thiền định, niệm kinh hay bất kỳ loại nghi lễ nào, đang thực hành một cách có điều kiện. Vậy nên sự thực hành này cũng là một phần của của tổng thể mà cái tôi muốn xây dựng. Tìm kiếm sự thật và những hoạt động liên quan không phải là vấn đề, việc nghĩ rằng bạn đã tìm thấy câu trả lời trong một số hình thức bên ngoài mới là vấn đề.

Những hình thức Tâm linh phổ biến không khác với kiểu suy nghĩ lệch lạc trên, nó ở mọi nơi. Nó xúc tiến sự mộng lung của ý thức. Sự mộng lung này là trái ngược với việc làm người. Cấu trúc tổng thể của cái tôi muốn nhiều tiền, nhiều quyền lực, nhiều tình yêu, nhiều hơn tất cả mọi thứ. Những con người tự gọi mình là Hành Giả cũng có điều kiện muốn trí tuệ hơn, tinh thức hơn, thần nhiên hơn, yên bình hơn, và giác ngộ hơn. Sự nguy hiểm cho bạn khi xem bộ phim này là tâm trí của bạn cũng sẽ muốn đạt đến điểm Samadhi. Càng nguy hiểm hơn nữa khi tâm trí của bạn có thể nghĩ nó đã đạt được điểm Samadhi bởi việc xem bộ film này. Bất cứ khi nào bạn có mong muốn đạt được một cái gì đó, bạn có thể chắc chắn rằng mong muốn đó là một chi tiết mà cái tôi đã thiết kế cho cái tổng thể. Điểm Samadhi không chỉ về việc đạt được hoặc nhận thêm bất cứ điều gì cho chính mình.

Việc ý thức được Samadhi đồng nghĩa với học cách chết trước khi bạn qua đời. Sống và chết giống như Âm và Dương, là một thể liên tục không tách rời. Không ngừng diễn ra, không có điểm khởi đầu và kết thúc. Khi chúng ta từ chối cái chết, chúng ta cũng đồng thời vô thức từ chối cuộc sống. Khi bạn trải nghiệm trực tiếp sự thật về bản chất nội tại của mình, thì sợ hãi về việc sống sẽ không còn và chết cũng không còn gì đáng lo.

Xã hội và văn hóa đã gán cho chúng ta khái niệm về chính mình và cùng lúc chúng ta vô thức trở thành nô lệ của sự thèm muốn và ganh ghét, những thứ chính trong việc chi phối mọi lựa chọn của chúng ta. Cấu trúc của bản ngã là quá trình thúc đẩy để tái lập. Không hơn, không kém. Nó chỉ đơn giản là con đường mà năng lượng đi qua, và một khuynh hướng mà năng lượng sẽ quay trở lại con đường đó một lần nữa, bất kể cho dù việc này là tích cực hay tiêu cực cho vật chủ. Có vô tận cấp độ của sự ghi nhớ hay tâm trí nằm xoắn ốc trong vòng xoắn ốc. Khi ý thức của bạn đã chọn để hòa hiệp với Bản ngã, nó sẽ trói buộc bạn vào những chông chéo quan hệ của xã hội quy ước, thứ mà bạn có thể gọi là ma trận.

Có những khía cạnh của bản ngã mà chúng ta có thể ý thức được, nhưng việc ý thức này vẫn thuộc về vô thức, những chuẩn mực cổ xưa, những nỗi sợ hãi hiện sinh nền tảng mới là những thứ đang thực sự vận hành cái tổng thể. Vô tận hình thái của sự mong cầu niềm vui và phủ nhận đau đớn đã được lý tưởng hóa vào những hành vi bệnh hoạn, vào công việc của chúng ta, mối quan hệ của chúng ta, niềm tin của chúng ta, vào từng suy nghĩ, vào cả cách sống của chúng ta, qua mỗi ngày. Giống như gia súc, hầu hết con người sống và chết trong sự khuất phục thụ động, nuôi dưỡng ma trận bằng chính sự sống của mình.

Chúng ta sống một cuộc sống bị khóa vào những khuôn mẫu hạn hẹp. Một cuộc sống đầy thống khổ, nó không bao giờ cho phép ta hiểu rằng ta hoàn toàn có thể thực sự tự do. Là khả thi để có thể buông bỏ cuộc sống đã bị áp đặt quá nhiều từ ngày hôm qua, để sống một cuộc sống của những điều sắp đến, để thực hiện một hành trình tìm về nội tại.

Tất cả chúng ta đều được sinh ra trong thế giới này với cấu trúc sinh học như nhau, không có sự tự nhận thức. Thông thường khi bạn nhìn vào đôi mắt của một đứa trẻ, ở đó không có dấu vết của Bản ngã, chỉ thuần khiết là trong sáng và trống trải. Con người trưởng thành tự mang cho mình một chiếc mặt nạ che đậy đi ý thức. Shakespeare nói: "Thế giới là một sân khấu, tất cả những người đàn ông và phụ nữ chỉ đơn thuần là những diễn viên". Trong một cá thể đã tỉnh giấc, ý thức tỏa sáng thông qua nhân cách, thông qua chiếc mặt nạ. Khi bạn tỉnh thức, bạn không còn tự đồng hóa bản thân với vai diễn của mình. Bạn không còn tin rằng bạn là chiếc mặt nạ mà mình đang mang. Nhưng cũng không làm bạn từ bỏ rằng mình vẫn còn một vai diễn. Khi chúng ta tự phân biệt và nhận diện được đâu là vai diễn của mình, là tính cách của mình đấy là Maya, những ảo tưởng về bản thân. Samadhi là sự tỉnh thức khỏi giấc mơ của vai diễn mà bạn đang chơi, trong vở kịch cuộc đời.

2400 năm sau khi Plato viết quyển Cộng hòa, nhân loại vẫn loay hoay tìm kiếm con đường ra khỏi "Hang động của Plato". Trong thực tế, chúng ta có thể bị bóp méo bởi ảo tưởng hơn bao giờ hết. Plato viết Socrates đã mô tả một nhóm người sống bị xích trong một hang động toàn bộ cuộc sống của họ, đối mặt với một bức tường trống. Tất cả những gì họ có thể nhìn thấy là bóng chiếu trên tường của những vật đi qua phía trước một ngọn lửa, ngọn lửa này được đốt phía sau họ. Chương trình múa rối này trở thành thế giới của họ. Theo Socrates, bóng chiếu gần như được các tù nhân nhìn nhận như thực tại. Ngay cả sau khi được cho biết về thế giới bên ngoài họ vẫn tiếp tục tin rằng bóng chiếu là tất cả những gì thực tại được hình thành. Thậm chí nếu họ có thắc mắc về điều gì đó thì họ vẫn không có ý muốn phủ nhận những gì đã quen thuộc.

Nhân loại ngày nay cũng giống như những tù nhân ngồi xem bóng chiếu trên tường hang động. Bóng chiếu là sự hiện diện của hành động suy nghĩ. Thế giới của sự suy tư trở thành là thế giới duy nhất mà chúng ta biết. Nhưng ngoài kia là một thế giới khác, một thế giới nằm bên ngoài suy tư. Vượt lên trên ý thức hệ đối ngẫu (Nhị Nguyên). Liệu bạn đã sẵn sàng để rời khỏi hang động? Sẵn sàng hoà nội tâm về tất cả những gì bạn được dạy và đã biết? để tìm ra sự thật về bản chất của chính bạn?

Trải nghiệm Samadhi đòi hỏi ta học cách di chuyển sự chú ý và tập trung ra khỏi những chiếc bóng chiếu, ra khỏi hành động suy nghĩ, tiến về phía mặt trời. Một người sống quá lâu trong bóng tối, thì việc thích nghi với ánh sáng vẫn đòi hỏi sự chân thành và chủ động. Giống như bất kỳ sự thích nghi nào cho bất kỳ ý thức hệ mới nào, nó đòi hỏi thời gian, cố gắng, và sự sẵn sàng khám phá mới, cũng như sẵn sàng đánh đổ cái cũ. Tâm trí có thể được so sánh với một cái bẫy cho ý thức, một mê cung hoặc một nhà tù. Điều này không có nghĩa rằng bạn đang ở trong một nhà tù, mà bản thân bạn mới là cái nhà tù giam hãm ý thức của chính mình. Nhà tù này là một ảo tưởng. Nếu bạn thỏa hiệp với sự tự lừa dối này, thì bạn vẫn thật sự u mê. Một khi bạn ý thức được nhà tù, và chọn chiến đấu để thoát khỏi ảo tưởng của chính mình, thì bạn phải nhìn nhận rằng ảo tưởng này là thật và bạn vẫn chưa tỉnh thức, trừ khi giờ đây giấc mơ này đã trở thành một cơn ác mộng. Bóng chiếu sẽ đuổi theo và bạn phải chạy trốn mãi mãi.

Samadhi là sự tỉnh thức từ giấc mơ của cái ta là hoặc các cấu trúc vị kỷ của Bản ngã. Samadhi là sự tỉnh thức từ việc nhận diện cái nhà tù mà tôi gọi là bản thân mình. Bạn có thể không bao giờ thực sự được tự do, vì bất cứ nơi nào bạn đến thì nhà tù của bạn ở sẵn đó.

Sự tỉnh thức không có nghĩa phải vứt bỏ tâm trí hoặc ma trận; ngược lại, khi bạn không còn tự đồng hóa với nó, bạn mới có thể trải nghiệm vở kịch của cuộc sống đầy đủ hơn, thường thức màn trình diễn như chính bản thân nó là, trong tâm thế không còn thèm khát hay sợ hãi. Trong những giáo lý cổ xưa, quá trình này được gọi là "Trò chơi thiêng liêng của Leila" Trò chơi của Sự đối ngẫu phân cực.

Ý thức con người là một thể tiếp diễn liên tục. Trên một phân cực, con người được xác định bằng cái tôi vật chất. Phân cực còn lại là Samadhi, sự chấm dứt của cái tôi. Mỗi bước chúng ta tiến đến Samadhi, mang lại ít hơn sự đau khổ. Ít đau khổ không có nghĩa rằng cuộc sống của bạn sẽ thoát khỏi nỗi đau. Samadhi là cái tổng thể của cả hai thái cực khổ ải và hi lạc. Ý nghĩa của việc thiền giảm lý trí, giảm cái tôi sẽ là nền tảng cho sự phản kháng với bất kỳ điều gì xảy ra trong đời, và sự phản kháng đó cơ bản là tạo ra đau khổ. Trải nghiệm Samadhi dù chỉ một lần cho phép bạn thấu hiểu thái cực còn lại của sự liên tục tiếp diễn này. Để thấy rằng vẫn còn cái gì đó không thuộc về thế giới vật chất và tính vị kỷ. Khi đạt được điểm chấm dứt thực sự của cấu trúc cái tôi trong trải nghiệm Samadhi, tư tưởng vị kỷ sẽ không còn, không còn Bản ngã, vượt lên Nhị Nguyên, khi đó hiện diện Cái-Tôi-Là, Annata hoặc Vô ngã. Sự trống rỗng đó là buổi bình minh của Trí tuệ Bát Nhã sự hiểu biết về nội tại đồng nghĩa với vượt xa vở kịch của Đối ngẫu, vượt xa cái Tổng thể liên tục hình thành của phân cực.

Tự tính của nội tại nằm ngoài thời gian tuyến tính, không quá khứ, không tương lai, luôn luôn là Bây Giờ. Giác ngộ là sự hòa hợp những vòng xoắn ốc nguyên thủy của cái Bây giờ, vô thường của vạn vật, cùng với Đại ngã chân chính của tồn tại vĩnh hằng. Hệ thống kinh mạch bên trong bạn sẽ phát triển như sự nở của một bông hoa khi bạn phân biệt được cái tôi và Đại ngã, để trở thành một cây cầu sống bắt giữa ranh giới của thời gian và không thời gian, hữu hạn và vô hạn.

Đơn thuần nhận ra rằng bản thân nội tại là điểm duy nhất khởi đầu con đường của mỗi chúng ta. Hầu hết mọi người sẽ phải trải nghiệm và mất đi khái niệm về Samadhi vô số lần khi thiền định, trước khi họ có thể họ có thể thống nhất nó vào các khía cạnh khác của cuộc đời. Là bình thường nếu đạt những hiểu biết sâu sắc về bản chất tự nhiên của con người bạn trong lúc thiền định, hoặc tự vấn (Chi - Quán), chỉ để chứng kiến bản thân mình một lần nữa rơi trở lại trạng thái cũ, lãng quên sự thật rằng bạn là ai. Để nhận ra sự tĩnh lặng hay sự trống rỗng trong mọi khía cạnh của cuộc đời, mọi khía cạnh của cái tôi cá thể, đồng nghĩa với việc trở thành một vũ điệu vô hình, nhảy múa QUA sự hiện hữu của vạn vật. Tĩnh không phải là một cái gì đó tách biệt với động. Tĩnh không phải là một cái gì đó trái ngược với động. Tại điểm Samadhi, Tĩnh được nhận ra như là sự đồng nhất với Động, Hữu hình là một với Vô hình. Điều này là vô nghĩa với tư duy duy lý, bởi vì tư duy duy lý chỉ là sản phẩm của tư tưởng Nhị nguyên.

Rene Descartes, cha đẻ của triết học phương Tây, nổi tiếng với câu nói: "Tôi tư duy, nên tôi tồn tại." Không một cụm từ nào khác có thể tóm lược rõ ràng hơn cho sự suy sụp của nền văn minh này, và sự tự đồng hóa toàn diện bản thân họ với những chiếc bóng chiếu trên bức tường trắng của hang động. Sai lầm của Descartes cũng giống như sai lầm của hầu hết con người tư duy duy lý, đã đánh đồng sự tồn tại cơ bản và tư duy, là một.

Vào thời điểm bắt đầu chuyên luận nổi tiếng nhất của ông, Descartes đã viết rằng hầu hết mọi thứ đều có thể được đặt làm chủ thể nghi vấn; ông có thể đặt nghi vấn cho giác quan của mình, thậm chí cho cả suy nghĩ của chính ông. Tương tự như vậy trong Kinh Kalama; Đức Phật dạy rằng để xác định sự thật, người Phật tử phải biết nghi ngờ tất cả những truyền thống, kinh sách, giáo lý, thậm chí hoài nghi về tất cả sự huyền bí của ý thức con người và các giác quan. Descartes và Đức Phật đã bắt đầu với những hoài nghi lớn, nhưng sự khác biệt là Descartes dừng việc tò mò lại ở mức độ suy tư, trong khi Đức Phật đi sâu hơn, ông đã vượt khỏi mức độ sâu nhất của tư duy duy lý. Có lẽ, nếu Descartes đã đi xa hơn sự suy tư của mình, ông đã có thể nhận ra bản chất thật của nội tại, và ý thức luận của phương Tây sẽ rất khác với ngày hôm nay. Thay vào đó, Descartes đã mô tả khả năng của một con quỷ xấu xa nào đó đã giữ chân chúng ta dưới tấm màn của ảo tưởng.

Descartes đã không nhận ra bản chất con quỷ xấu xa này là gì. Như trong bộ phim Matrix, tất cả chúng ta có thể đã được nối với những lập trình phức tạp thứ đã giáo dục chúng ta những giấc mơ về một thế giới viễn vông. Nội dung phim rằng, con người sống cuộc sống của họ trong ma trận, trong khi ở một cấp độ khác họ chỉ đơn thuần đóng vai trò nhiên liệu, sử dụng sức sống của chính mình để nuôi dưỡng một Cổ máy, Cổ máy của tổng thể đã sử dụng năng lượng nhiên liệu cho những mục đích riêng của mình.

Mọi người luôn muốn đổ lỗi lên thứ gì đó bên ngoài, cho tình trạng chung của thế giới, cho bất hạnh riêng của chính mình. Bất kể cho dù đó là một người, một nhóm đặc biệt, hoặc một quốc gia, tôn giáo, hoặc một số loại hình kiểm soát toàn cầu như Illuminati, hay ác quỷ xấu xa của Descartes, hoặc Cổ máy trong Matrix. Mía mai thay, ác quỷ mà Descartes đã hình dung lại chính là khái niệm mà ông dùng để định nghĩa bản thân mình. Khi trải nghiệm Samadhi, mọi thứ trở nên rõ ràng rằng có một bộ điều khiển, có một máy, và con ác quỷ xấu xa đã dẫn dụ bạn trong suốt cuộc đời, từ ngày này sang ngày khác. Cổ máy đó chính là bản thân bạn.

Cấu trúc của cái tôi được tạo thành từ nhiều điều kiện tự tổ chức, hoặc có thể xem như những ông chủ nhỏ. Một ông chủ nhỏ khao khát thức ăn, một ông chủ nhỏ khác mong muốn tiền bạc, địa vị, chức vụ, quyền lực, tình dục, thân mật. Một ông chủ khác muốn sự hiểu biết hoặc sự chú ý từ mọi người. Mong muốn theo nghĩa đen là bất tận và không bao giờ có thể được thỏa mãn.

Chúng ta dành rất nhiều thời gian và năng lượng của mình để trang hoàng cái nhà tù ảo tưởng, đầu hàng trước áp lực phải cải thiện chiếc mặt nạ của chúng ta, và nuôi dưỡng các ông chủ nhỏ, làm sự thèm muốn trở nên mạnh mẽ hơn. Giống như người nghiện, chúng ta càng cố gắng làm hài lòng những ông chủ nhỏ, chúng ta càng giảm thiểu được sự thèm khát. Con đường dẫn đến tự do không phải là tự cải thiện, hoặc bằng cách nào đó đáp ứng những nhu cầu cá nhân chính mình, mà là buông bỏ mọi nhu cầu bất chính của bản thân, một cách toàn diện. Một số người lo sợ rằng việc đánh thức sự thật về bản chất của thiên nhiên sẽ đồng nghĩa với việc đánh mất cá tính riêng của mình, và sự hưởng thụ của cuộc sống. Trên thực tế, điều ngược lại mới là đúng; sự độc đáo cá tính của linh hồn chỉ có thể được thể hiện khi ta vượt qua được những điều kiện của cái tôi. Vì chúng ta vẫn u mê trong ma trận, nên nhiều người trong chúng ta không bao giờ tìm thấy những gì mà tâm hồn thực sự muốn giải bày.

Con đường đến điểm Samadhi bao gồm thiền định, là loại hình thực hành mà qua đó ta có thể quan sát Cái tôi điều kiện; thứ không ngừng thay đổi, và nhận ra nội tại tự nhiên của mình; thứ chưa thay đổi bao giờ. Khi bạn đạt đến điểm tĩnh lặng, nguồn gốc sự tồn tại của chính bạn, khi đó bạn chờ đợi sự chỉ dẫn xa hơn mà không quan tâm về cách thế giới bên ngoài đang hoặ đã thay đổi. Không bởi ý của cái tôi, mà bởi ý của thứ phía trên nó, ý đó rồi sẽ được hoàn tất.

Nếu tâm trí chỉ cố gắng thay đổi thế giới bên ngoài cho phù hợp với những gì mà bạn nghĩ rằng con đường đúng nên là, thì việc này cũng giống như cố gắng thay đổi hình ảnh trong gương bằng cách vận dụng nguyên lý của sự phản chiếu. Để khiến gương mặt trong gương mỉm cười, bạn rõ ràng không thể thao tác nguyên lý phản chiếu, vì đó là chủ động, bạn phải nhận ra rằng chính mình mới là nguồn gốc của mọi sự phản ánh trong gương.

Nếu tâm trí chỉ cố gắng thay đổi thế giới bên ngoài cho phù hợp với những gì mà bạn nghĩ rằng con đường đúng nên là, thì việc này cũng giống như cố gắng thay đổi hình ảnh trong gương bằng cách vận dụng nguyên lý của sự phản chiếu. Để khiến gương mặt trong gương mỉm cười, bạn rõ ràng không thể thao tác nguyên lý phản chiếu, vì đó là chủ động, bạn phải nhận ra rằng chính mình mới là nguồn gốc của mọi sự phản ánh trong gương.

Trong thần thoại Hy Lạp, có viết rằng các vị thần đã lên án và trừng phạt Sisyphus bằng cách lặp đi lặp lại nhiệm vụ vô nghĩa cho đến vĩnh hằng. Nhiệm vụ của ông là không ngừng đẩy một tảng đá lên đỉnh một ngọn núi, chỉ để nó có thể được lăn xuống một lần nữa. Nhà triết học hiện sinh Pháp - tác giả nhận giải Nobel, Albert Camus, nhận thấy tình trạng của Sisyphus như một phép ẩn dụ cho nhân loại. (Quyển "The Myth of Sisyphus" xuất bản năm 1942) Ông đã hỏi rằng: "Làm sao chúng ta có thể tìm thấy ý nghĩa của sự tồn tại phi lý này?".

Là con người, chúng ta đang làm việc vất vả không ngừng, xây dựng và dành dụm tất cả cho một ngày mai không bao giờ đến, và sau đó chúng ta qua đời. Nếu chúng ta thật sự nhận ra sự thật này thì hoặc là chúng ta sẽ phát điên nếu chúng ta phải tự đồng hóa bản thân với cá tính vị kỉ, hoặc chúng ta sẽ tỉnh giác và trở nên tự do. Chúng ta sẽ không bao giờ có thể chiến thắng trong cuộc vật lộn bên ngoài, vì nó chỉ là sự phản ánh của thế giới nội tâm chúng ta Trò bôn cọt của vũ trụ, sự phi lý của tình thế trở nên quá rõ ràng khi hiện diện sự thất bại hoàn toàn của Bản ngã vị kỷ, để tỉnh thức trước sự đuii bắt vô nghĩa trong vĩnh hằng này.

Thiền Tông có một câu nói: "Chưa đạt Đạo thì đốn củi, gánh nước. Đạt Đạo rồi thì gánh nước, đốn củi". Trước khi giác ngộ người ta phải lăn tảng đá lên đồi, sau khi giác ngộ cũng phải lăn bóng lên đồi. Điều gì đã thay đổi? Cuộc kháng cự nội tâm với những gì nó thực sự là. Sự đấu tranh đã bị bỏ rơi, hay đúng hơn là người đấu tranh đã nhận ra sự viển vông của chính mình. Ý chí cá nhân hoặc tâm trí cá nhân và tính chất nội tại hoặc Đại ngã, đã được đồng chỉnh.

Samadhi là sự buông thả cuối cùng của tất cả những kháng cự bên trong - với tất cả các hiện tượng bên ngoài, mà không có bất kì ngoại lệ nào. Cá thể có khả năng nhận ra sự bình an nội tâm, bất kể trong hoàn cảnh nào đã đạt đến Samadhi thật sự. Bạn buông thả sự kháng cự không phải vì bạn tha thứ cho điều này hay điều khác, mà là để sự tự do bên trong của bạn không phụ thuộc vào bên ngoài.

Điều quan trọng cần lưu ý là khi chúng ta chấp nhận thực tại như nó là, không nhất thiết phải có nghĩa rằng chúng ta ngừng tác động lên thế giới bên ngoài, hoặc trở nên trầm ngâm với những tư tưởng hướng thiện Trên thực tế, điều ngược lại mới là sự thật; khi đã tự do hành động mà không bị điều khiển bởi những động cơ vô thức khi đó ta có thể đóng vai trò trong sự liên kết với Vô vi của Lão giáo, với toàn bộ sức mạnh của nguồn năng lượng vô tận bên trong chúng ta. Nhiều người cho rằng để thay đổi thế giới và mang lại hòa bình, chúng ta cần phải chiến đấu chống lại những kẻ thù của chúng ta. Việc đấu tranh cho hòa bình cũng giống như la hét cho sự im lặng; nó chỉ cho bạn nhiều hơn, những gì bạn không cần. Những ngày này có một cuộc chiến tranh chống lại tất cả mọi thứ: một cuộc chiến chống khủng bố, một cuộc chiến chống lại bệnh tật, một cuộc chiến chống lại đói. Mỗi cuộc chiến, thực sự lại là một cuộc đấu tranh chống lại chính chúng ta.

Cuộc đấu tranh này là một phần của ảo tưởng tập thể. Chúng ta nói rằng chúng ta muốn hòa bình, nhưng chúng ta tiếp tục bầu cử lãnh đạo để họ tham gia vào chiến tranh. Chúng ta dối trá với chính mình rằng ta đại diện cho nhân quyền, nhưng vẫn tiếp tục tiêu dùng sản phẩm được sản xuất trong

cơ xương. Chúng ta nói chúng ta muốn không khí trong lành, nhưng chúng ta vẫn tiếp tục gây ô nhiễm. Chúng ta muốn khoa học sẽ chấm dứt cơn ác mộng của ung thư, nhưng vẫn không tự thay đổi hành vi theo thói quen tự hủy hoại của bản thân mình, nguyên nhân chính yếu khiến chúng ta bệnh tật. Chúng ta lừa dối mình rằng chúng ta đang thúc đẩy một cuộc sống tốt hơn. Chúng ta che giấu chính mình nỗi sợ hãi về đau khổ và cái chết.

Niềm tin rằng chúng ta có thể giành chiến thắng cuộc chiến chống ung thư, nạn đói, khủng bố, hoặc bất kỳ thể loại kẻ thù nào bởi suy nghĩ và hành vi của chúng ta, thực sự cho phép chúng ta tiếp tục lừa dối mình rằng chúng ta không cần phải thay đổi cách mà chúng ta tồn tại trên hành tinh này. Thế giới bên trong phải là nơi mà cuộc cách mạng cho sự thay đổi to lớn này diễn ra đầu tiên. Chỉ khi nào chúng ta trực tiếp cảm nhận được vòng xoắn ốc của cuộc sống là hướng tâm, thì thế giới bên ngoài mới có được sự liên kết với Đạo.

Cho đến lúc đó, bất cứ điều gì chúng ta làm chỉ gây thêm sự hỗn loạn, thứ đã được tạo ra bởi tâm hướng ngoại.

Chiến tranh và hòa bình xuất hiện cùng nhau trong một vũ điệu liên tục và bất tận. Một thể thống nhất lưỡng cực. Nửa này đã không thể tồn tại nếu không có nửa còn lại. Cũng như ánh sáng không thể tồn tại mà không cần bóng tối, lên không thể tồn tại mà không xuống. (Tao Te Ching) Thế giới ngày nay dường như chỉ muốn ánh sáng mà không cần bóng tối, đầy đủ mà không cần trống rỗng, muốn hạnh phúc, mà không cần nỗi buồn. Tâm trí càng trở nên phức tạp, thế giới càng không hoàn thiện, rời rạc. Mỗi giải pháp sẽ xuất phát từ tâm vị kỷ nếu nó được thúc đẩy bởi ý tưởng rằng ta có một vấn đề, và các giải pháp sẽ trở thành những vấn đề lớn hơn so với những gì nó được sinh ra để giải quyết. Những gì bạn kháng cự, vẫn còn đó.

Trí tuệ của con người có thể tạo ra kháng sinh mới, nhưng chỉ để nhận ra rằng bản chất tự nhiên vẫn tinh vi hơn vì những chủng vi khuẩn phức tạp hơn vẫn đang không ngừng tiến hóa. Mặc dù đã nỗ lực hết mình trong các cuộc chiến đang diễn ra, nhưng sự phổ biến của bệnh ung thư vẫn tăng đều đặn, nạn đói vẫn leo thang, hay các cuộc tấn công khủng bố trên toàn cầu vẫn không thuyên giảm.

Có gì sai với những giải pháp của chúng ta vậy? Giống như người tập sự trong *The Sorcerer's Apprentice* (Johann Wolfgang von Goethe), chúng ta đã sở hữu được những quyền năng to lớn, nhưng không đủ hiểu biết để sử dụng nó một cách đúng đắn. Vấn đề là chúng ta không hiểu được công cụ mà chúng ta đang sử dụng. Chúng ta không hiểu tâm trí con người, cả vai trò đúng đắn và mục đích thật sự của nó.

Cuộc khủng hoảng được sinh ra trong những hạn chế có điều kiện về cách thức mà chúng ta suy nghĩ, cách chúng ta cảm nhận và trải nghiệm cuộc sống. Chủ nghĩa duy lý của chúng ta đã lấy đi khả năng để nhận biết và trải nghiệm sự khôn ngoan của nhiều nền văn hóa cổ đại. Tư duy vị kỷ đã cướp đi của chúng ta khả năng cảm nhận sâu sắc và thiêng liêng về cuộc đời, sự vô hạn của các hình thể sống và khả năng nhận ra những cấp độ hoàn toàn khác nhau của ý thức, là những thứ mà hiện nay gần như không còn cho nhân loại. Trong truyền thống của Ai Cập cổ đại, Neters là hình thức nguyên mẫu có những đặc thù thể hiện như những người rèn luyện thân thể vật chất và tinh thần theo những phương pháp nhất định sao cho phù hợp để chứa ý thức cao hơn. Bản gốc Neter, hoặc Nguyên tắc Thiêng liêng của sự khôn ngoan này được biết đến như Thoth hoặc Tehuti. Thường được mô tả như một người ghi chép với cái đầu của một con chim Ibis, và là đại diện cho nguồn gốc của tất cả các kiến thức và trí tuệ. Thoth có thể được mô tả như là nguyên tắc của vũ trụ về sự suy tư hay bản thân việc suy nghĩ. Thoth đã cho chúng ta ngôn ngữ, khái niệm, chữ viết, toán học, tất cả các loại hình nghệ thuật, và cả phương thức biểu lộ của tâm trí. Chỉ những người đã trải qua huấn luyện đặc biệt được phép tiếp cận kiến thức thiêng liêng của Thoth.

"The book of Thoth" không phải là một quyển sách hiện hữu, mà là trí tuệ của Akashic hoặc Hư Vô. Truyền thuyết kể rằng kiến thức Thoth là một điểm ẩn sâu ở một nơi bí mật trong ý thức mỗi con người, được bảo vệ bởi một con rắn vàng. Truyền thuyết nguyên mẫu về con rắn hay con rồng canh

gác một kho báu, đã xâm nhập vào nhiều nền văn hoá, được gọi bằng những cái tên như Kundalini Shakti, Khí, Holy Spirit, và năng lượng nội tại. Con rắn vàng là một cấu trúc vị kỷ, là sự hạn chế các nguồn năng lượng bên trong cho đến khi nó được làm chủ, tâm hồn sẽ không bao giờ có thể tìm thấy trí tuệ thật sự. Truyền thuyết nói rằng "Quyển sách của Thoth" không mang lại bất cứ gì ngoài sự đau khổ cho bất kỳ cá nhân nào đọc nó, mặc dù họ sẽ tìm thấy những bí mật của những vị thần, cùng tất cả những gì chôn giấu bên trong các vì sao. Điều phải được hiểu là cuốn sách mang lại đau khổ cho bất cứ cá nhân nào đọc nó, bất cứ Bản ngã nào cố gắng kiểm soát nó. Trong truyền thống Ai Cập, "Ý thức tinh giác" được đại diện bởi Osiris.

Nếu không có "Ý thức tinh giác" này, bất kỳ kiến thức hoặc sự hiểu biết nhận được bởi cái tôi hữu hạn sẽ là nguy hiểm, là ngất kết nối từ những trí tuệ cao hơn. Con mắt của Horus phải được giữ mở. Ý nghĩa bí truyền mà chúng ta tìm thấy ở đây cũng tương tự như câu chuyện quen thuộc "The Fall" trong vườn địa đàng Eden. "The book of Thoth" tương đương với "Tree of the Knowledge of Good and Evil", - là cây mà kết ra Quả, đã cám dỗ được Adam và Eve. Nhân loại dĩ nhiên đã không cưỡng được cám dỗ của Quả cấm, đã mở "Quyển sách của Thoth", bị đuổi khỏi vườn Eden. Con rắn là một phép ẩn dụ cho mô hình xoắn ốc nguyên thủy, kéo dài từ thế giới vi mô đến thế giới vĩ mô. Ngày nay, con rắn đang sống và hiện hữu như chính bản thân bạn. Là tâm vị kỷ, biểu hiện như thế giới hiển nhiên. Chúng ta chưa bao giờ được tiếp cận với nhiều kiến thức như ngày nay. Chúng ta đã đi rất sâu vào thế giới vật chất, thậm chí đã tìm ra được cái gọi là Hạt của Chúa, (Hạt Higgs) Nhưng ta chưa bao giờ bị giới hạn hơn thế này, Vô minh hơn về chính chúng ta, làm thế nào để sống, và thậm chí ta không hiểu được cấu trúc cơ chế mà qua nó, chúng ta vô thức tạo ra đau khổ cho mình.

Sự suy tư của chúng ta đã tạo ra thế giới như nó đang là ngày nay. Bất cứ khi nào chúng ta định nghĩa một cái gì đó là tốt hay xấu, hoặc cảm thấy sự yêu thích, mong muốn trong tâm trí đó là do sự hình thành của các cấu trúc vị kỷ hoặc tự lợi đang ảnh hưởng đến nội tại Không-phán-xét của ta. Giải pháp không phải là đấu tranh cho hòa bình hay chinh phục thiên nhiên, mà đơn thuần là nhận ra sự thật; rằng sự tồn tại của Bản ngã đã cấu tạo nên Nhị nguyên luận, một vết rạch giữa bản thân và người khác, của tôi và của bạn, con người và thiên nhiên, bên trong và bên ngoài. Cái Tôi là bạo lực; Nó đòi hỏi một hàng rào, một giới hạn từ bên kia để tồn tại. Nếu không có cái Tôi thì không có chiến tranh để chống lại bất cứ điều gì cả. Không có sự kiêu căng, không có tranh đoạt tài nguyên để mang về ra lợi nhuận. Những cuộc khủng hoảng bên ngoài, ở thế giới của chúng ta, phản chiếu một cuộc khủng hoảng nghiêm trọng từ thế giới bên trong, vùng ý thức; Chúng ta đêch biết gì về bản thân cả! Chúng ta đang chạy một cỗ máy hoàn toàn đồng nhất với đặc tính vị kỷ của mình, nhiên liệu là nỗi sợ hãi, bị cắt đứt khỏi bản chất thật của chúng ta.

Chủng tộc, tôn giáo, quốc gia, đảng phái chính trị hay bất kỳ nhóm mà chúng ta thuộc về, tất cả củng cố cho bản sắc vị kỷ của chính chúng ta. Hầu hết các tập thể đó tồn tại trên hành tinh này là muốn khẳng định quan điểm của mình là thật, và đúng, rất giống với cách mà chúng ta luôn làm nhưng trên một mức độ cá nhân. Bằng cách tuyên bố rằng sự thật thuộc về riêng mình, đồng nghĩa với việc củng cố sự hiện hữu của tập thể tương tự vậy, một cái Tôi thường tự định nghĩa cấu trúc bản thân chống lại những hoài nghi về nó.

Nhiều hơn bao giờ hết, ngày nay, các thực tại khác nhau và các hệ thống tín ngưỡng phân cực vẫn cùng tồn tại trên một trái đất. Là quá bình thường khi hai con người khác nhau, trải nghiệm hoàn toàn khác nhau về suy nghĩ lẫn cảm xúc lại biểu hiện như nhau qua cùng một hình thức bên ngoài. Tương tự vậy, luân hồi và niết bàn, thiên đàng và địa ngục, là hai chiều kích khác nhau đang chiếm hữu cùng một thế giới. Một sự kiện khủng khiếp với người này, có thể được xem là điều hoan hỉ đối với người khác. Vì vậy, hiển nhiên là những sự kiện xảy ra bên ngoài, hoàn toàn không cần thiết để ảnh hưởng đến thế giới nội tâm qua bất kỳ phương cách cụ thể nào. Nhận thức Samadhi là để trở thành một bánh xe tự vận hành, trở nên độc lập và chủ động, một vũ trụ riêng cho chính mình. Trải nghiệm sống của bạn không phụ thuộc vào sự thay đổi của hiện tượng.

Một phép loại suy tương tự có thể được thực hiện với khối Metatron. Metatron được đề cập đến trong các văn bản Kitô cổ, Hồi giáo và Do Thái, liên quan đến Nguyên bản Neter Thoth của Ai Cập, cũng như Hermes Trismegistus (The Kybalion) của Hy Lạp. Metatron có liên quan mật thiết với Tetragrammaton (YHWH). Tetragrammaton là hình học về mô hình cơ bản, nguyên mẫu hoặc hiện thân nguyên thủy của thực tại vật lý, được gọi là Ngôi Lời hoặc Logos. Ở đây chúng ta thấy một đại diện hai chiều của hình, nhưng nếu bạn nhìn một cách khác đi, bạn thấy thấy một khối ba chiều. Khi bạn nhìn thấy khối ba chiều, không có gì đã thay đổi trong hình ảnh, mà là chính tâm trí của bạn vừa thêm vào khả năng thị giác của não bộ một chiều kích mới.

Quan điểm đa chiều hoặc góc nhìn chủ quan của một người chỉ đơn giản là vấn đề của việc trở nên thích nghi với một phương pháp mới để nhận thức về thế giới. Khi đạt điểm Samadhi chúng ta trở nên tự do về quan điểm, hoặc tự do để tạo ra những cách nhìn mới, bởi vì không còn cái tôi dành cho hoặc gắn liền với một quan điểm cụ thể cả.

Những bộ óc vĩ đại nhất trong lịch sử nhân loại thường nhấn mạnh những mức độ suy nghĩ vượt ra ngoài mọi hạn chế của sự tự cấu trúc. Einstein nói: "Sự đánh giá đúng đắn nhất cho một con người được xác định chủ yếu bằng cách xử trí và khả năng phán đoán mà người này đã đạt được để giải phóng khỏi sự hạn chế của bản thân."

Vì vậy, không phải rằng suy nghĩ và sự tồn tại của cái tôi là xấu, tư duy là một công cụ tuyệt vời khi lý trí phục vụ cho con tim. Trường phái Vedanta ở Ấn Độ nói rằng: "Tâm trí là một dây tổ tốt, nhưng lại là một ông chủ tồi."

Bản ngã liên tục xâm nhập vào thực tại thông qua ngôn ngữ định kiến, và sự đánh giá liên tục. Ưu ái điều này hơn điều kia. Khi tâm trí và các giác quan làm chủ ý thức bạn, chúng sẽ tạo ra khổ ải vô tận, tham ái và sân hận vô tận, khóa chúng ta vào ma trận suy nghĩ. Nếu bạn muốn trải nghiệm Samadhi, đừng phán xét suy nghĩ của bạn là tốt hay xấu, nhưng hãy tìm cho ra bạn là ai trước khi suy nghĩ, trước khi cảm nhận. Khi tất cả các định kiến, khái niệm mất đi, bạn mới có thể nhìn nhận mọi thứ như bản thân nó là. Khoảnh khắc mà một đứa trẻ được dạy về một con chim, nếu đứa trẻ này tin vào những gì nó đang được dạy, thì nó sẽ không bao giờ nhìn thấy bất cứ con chim nào trong cuộc đời mình nữa. Đứa trẻ chỉ còn có thể nhìn thấy những suy nghĩ, khái niệm của mình.

Hầu hết mọi người nghĩ rằng họ tự do, có ý thức và tỉnh táo. Nếu bạn tin rằng bạn đã tỉnh táo, tại sao sau đó bạn lại tìm cách làm những công việc khó khăn để đạt được những gì bạn tin rằng mình đã có? Trước khi sự tỉnh thức có thể xảy ra, thì điều cần thiết vẫn là phải chấp nhận rằng bạn đang u mê, sống trong ma trận.

Hãy kiểm tra bản thân một cách trung thực, không tự lừa dối với chính mình. Liệu bạn có sẵn sàng để dừng lại sự bảo thủ của mình, phá vỡ những mô hình sống cũ nếu bạn muốn? Bạn có thể dừng việc tìm kiếm niềm vui và phủ nhận đau khổ? Bạn có nghiệm những loại thức ăn nhất định? Những hoạt động nhất định? Những thú tiêu khiển? Bạn có thường xuyên đánh giá, đổ lỗi, chỉ trích bản thân và những người khác? Liệu tâm trí của bạn không ngừng tìm kiếm những tác nhân kích thích, hay bạn hoàn toàn thỏa mãn, trong im lặng? Bạn có phản ứng lại khi mọi người có một khái niệm về bạn? Bạn có đang tìm kiếm sự đồng cảm, để củng cố sự tích cực của mình? Đã bao giờ và bằng cách nào đó, bạn phá hoại vị trí của mình trong đời sống?

Hầu hết mọi người sẽ trải nghiệm cuộc sống của họ theo cùng một trải nghiệm như hôm nay vào ngày mai, Một năm sau, và mười năm sau nữa. Khi bạn bắt đầu nhận thấy sự mất tự nhiên của bản thân bạn trở nên tỉnh táo hơn. Bạn bắt đầu nhận ra chiều sâu của vấn đề. Bạn đã và vẫn đang hoàn toàn say ngủ, lạc lối trong một giấc mơ. Giống như các tù nhân trong Plato's Cave, hầu hết người nghe sự thật này sẽ không sẵn sàng hoặc sự chủ ý để thay đổi mô hình sống đã quá quen thuộc của mình.

Chúng ta đã có những bước tiến khá xa, nỗ lực để biện minh cho sự nhút nhát của mình, thà vui đầu của xuống cát còn hơn phải phải đối mặt với sự thật. Chúng ta muốn người cứu rỗi, nhưng chúng ta

không sẵn sàng để đứng dậy trên cây Thập giá của chính mình. Bạn sẵn sàng đánh đổi điều gì cho tự do? Nhận ra rằng nếu bạn thay đổi thế giới nội tâm, bạn cũng phải chuẩn bị sẵn sàng để thay đổi cuộc sống bên ngoài. Cấu trúc cũ và đặc tính cá nhân cũ của bạn phải trở thành đất chết, để nuôi dưỡng những chồi non sau này.

Bước đầu tiên để thức tỉnh là để nhận ra rằng chúng ta được xác định bởi chõng chất những khái niệm của tâm trí con người, bởi chiếc mặt nạ. Một cái gì đó bên trong chúng ta phải nghe được sự thật này và đã bị đánh thức khỏi giấc ngủ mơ hồ của riêng nó. Nó là một phần của bạn, một cái gì đó vượt ngoài thời gian tuyến tính, đã luôn luôn biết được mọi sự thật. Ma trận của tâm trí làm ta xao lãng, làm vui chúng ta, giữ chúng ta không ngừng hoạt động, tiêu thụ và tham lam, trong một chu kỳ của tham ái và sân hận với vô tận hình thức đang tiếp tục thay đổi, giữ ta khỏi sự nở rộ của ý thức chính mình, khỏi Samadhi - Di vật thừa kế của chúng ta qua chuỗi tiến hóa.

Lỗi tư duy bệnh hoạn là điều đã lỗi thời với một cuộc sống bình thường. Bản chất thiêng liêng của bạn đã trở thành nô lệ, được xác định với cấu trúc tự giới hạn. Trí tuệ và sự thật về con người của bạn được chôn sâu bên trong bản thể của bạn. J. Krishnamurti nói: "Là không đáng kể khi một người khỏe mạnh vẫn sống trong một xã hội bệnh tật. Đồng hóa với tâm vị kỷ là căn bệnh mà Samadhi là phương thuốc chữa."

Các thánh, nhà hiền triết và những cá thể tinh thức suốt chiều dài lịch sử đều đã học được sự khôn ngoan của buông bỏ. Làm thế nào để có thể nhận ra con người thật? Khi bạn nhìn xuyên qua bức màn của Maya, và buông bỏ cái tôi ảo tưởng, bạn còn lại gì?