



joy

The Happiness That
Comes from Within

Hạnh phúc tại tâm

First News®



NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

OSHO

Original title:

JOY: THE HAPPINESS THAT COMES FROM WITHIN
by **Osho**

Copyright © 2004 by The Osho International Foundation

Vietnamese Edition © 2010 by First News – Tri Viet

This edition published by arrangement with
The Osho International Foundation
All rights reserved.

OSHO

joy The Happiness That Comes from Within

Hạnh phúc tại tâm

Biên dịch:

*Tiến sĩ Lê Thị Thanh Tâm
Dương Ngọc Hân*

FIRST NEWS

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

LỜI GIỚI THIỆU

Con người càng đau khổ thì càng khát khao hạnh phúc. Hạnh phúc là những cảm nhận huyền diệu từ phía bên kia của khổ đau. Hạnh phúc cũng là cảm nhận chân thật và sâu sắc của tâm hồn trước gánh nặng cuộc đời.

Nhà triết học hiện đại Osho, thiền sư Osho, đạo sư Osho, luận sư Osho, nhà sáng tạo Osho, hay đơn giản là... Osho, đã không ngừng rao giảng (hay trò chuyện) cho người nghe cùng thời và người đọc của mọi thời về bản chất của niềm vui sống. Suốt 35 năm, tư tưởng của ông bay khắp mọi nơi trên thế giới bằng con đường truyền bá của những môn đệ thâm lặng, bất chấp những đánh giá khắt khe và đầy “hoang mang” về tinh thần triết học mãnh liệt của ông. Tác phẩm **Hạnh phúc tại tâm** (*JOY: The Happiness That Comes from Within*) mà bạn đang cầm trên tay cũng là một trong số những tâm tinh thánh thiện đó.

Osho từng nói sứ mạng của ông là tạo điều kiện cho việc ra đời một thế giới của những con người ưu tú. Ông thường mô tả loài người mới này với tên gọi “Zorba-Phật” – những con người có thể vui sống giữa trần gian mà vẫn an tịnh khoan hòa như Đức

Phật vĩ đại. Sợi chỉ đỏ xuyên suốt tác phẩm của Osho là cái nhìn chứa đựng sự thông thái vĩnh hằng của phương Đông kết hợp với những tiềm năng vô tận từ khoa học công nghệ phương Tây.

Những mẫu chuyện hài hước, những ngụ ngôn triết học, những tâm sự đầy trải nghiệm cá nhân, những đúc kết hiển minh... về *hạnh phúc chân thật* là tất cả những gì mà Osho dành cho người lắng nghe ông. Toàn bộ các chương mục trong cuốn sách này tập trung vào bản chất của đời sống và *khả năng hạnh phúc* của con người.

Hạnh phúc là trở về với chính mình. Mệnh đề ngắn gọn này có vẻ chỉ đơn giản trong cấu trúc ngữ pháp hoặc chuỗi âm tiết; nó thực sự là một mệnh đề khắc nghiệt nhất trong hành trình sống của mỗi chúng ta. Cuộc trở về này, theo Osho, là sự hồi sinh phần trong trẻo và tự nhiên nhất của năng lượng, là khả năng nhận biết và yêu mến Sự thật. Trong lập luận của Osho, tôn giáo cũng không đủ chỗ cho mệnh đề ấy được sinh sôi.

Là một giáo sư triết học, một đạo sư có khuynh hướng dẫn dắt tâm linh, Osho đã tổng hợp và đưa vào những bài thuyết giảng của mình ánh sáng của nhiều tôn giáo như Phật giáo, Thiên Chúa giáo, Jain giáo, Ấn Độ giáo,... Ông cũng không ngần ngại nói đến nỗi ám ảnh tối tăm của niềm tin không tự chủ của nhiều tín đồ khi trở thành kẻ cuồng tín. Trần ngập trong mỗi lời nói của Osho là bóng dáng và chiều sâu của các bộ Kinh Phật, Kinh Thánh và suối nguồn tâm linh Ấn Độ. Mẫu hình *Zorba-Phật* mà Osho đề xướng có thể xem như một “phát kiến” mãnh liệt về nhân cách con người – một kiểu nhân cách hội tụ gần hết phẩm chất của

các... giáo chủ như Đức Thích Ca, Đức Chúa Jesus, những hiền nhân phóng khoáng và những tâm hồn thành thật, tự do trước mọi ràng buộc nhằm chấn và nhấn tâm của xã hội. Nhưng cơ chế để tạo thành nhân cách Zorba ấy, theo Osho, lại không phải là con đường “dạy dỗ” đầy áp đặt cùng với những kiến thức luôn có nguy cơ bóp méo khả năng sống tự do bình thản của con người. Trái lại, càng buông xả, càng hồn nhiên, con người càng có điều kiện trở lại chính mình và sống hòa bình với thế giới, yên ổn hài hòa trong nội tâm.

Hạnh phúc trong tập sách này không được định nghĩa, không có lý thuyết. Mỗi câu chuyện Osho kể với chúng ta đều giống như một thứ nước cất được tinh lọc từ một tâm hồn rất đỗi hiền minh, giàu yêu thương và trắc ẩn. Những kiến giải “bất thường” của Osho về hạnh phúc, trước khi thuyết phục chúng ta, đều kỳ lạ và đầy thách thức, dù chúng luôn bắt đầu từ những câu nói tưởng chừng đã cũ:

Hạnh phúc là niềm vui từ bên trong. Nó không đến từ sự tìm kiếm và đòi hỏi.

Hạnh phúc là biết thưởng thức sự sống của bản thân mình.

Hạnh phúc là biết yêu thương chân thành người khác và thế giới quanh ta.

Hạnh phúc không bao giờ đến với người không tự biết mình.

Hạnh phúc gắn với tự do.

Hạnh phúc là một trò chơi thiêng liêng.

Osho đã lên tiếng từ rất sâu trong tâm hồn chúng ta, rằng niềm vui sống sẽ hóa giải tất cả chứ không phải con người phải làm tất cả để có được niềm vui. Khước từ đau khổ cũng không phải là con đường của niềm vui sống. Chịu đựng nó và khóc than cho nó càng không giúp ta có được một tình yêu hài hòa với cuộc đời. Osho khuyến khích chúng ta chăm sóc nỗi đau khổ của bản thân, đối diện với nỗi đau ấy và vượt qua nó.

Tác phẩm của Osho ra đời bằng con đường ghi chép của các môn đệ, chuyển thể sách in từ băng ghi âm, ghi hình. Nhưng lời thầm thì của ông trong mỗi chúng ta thì không thể ghi chép. Đó là bài thơ vĩnh cửu về sự tha thứ và niềm vui sống. Osho không tự làm sai lời mình bằng cách khuyên nhủ chúng ta nên thế này hay phải thế khác. Những thông điệp của ông là dấu hiệu của một vĩ nhân sông Hằng đã sống và thực hành niềm vui sống ấy cho đến phút cuối cùng:

“Hạnh phúc bao xung quanh ta một cách tự nhiên như không khí, như bầu trời. Hạnh phúc không phải là thứ phải đi tìm; nó là chất liệu của vũ trụ bao la. Hãy thường thức nguồn năng lượng tuyệt vời ấy. Bạn phải nhìn thẳng vào nó, đối diện trực tiếp với nó. Chỉ cần lơ đãng mong cầu hão huyền, bạn sẽ lập tức đánh mất nó (...) Tình yêu cuộc sống sẽ lan tỏa trong tâm hồn bạn. Mặc cho thời gian trôi đi, tình yêu ấy vẫn tồn tại. Điều mà bạn đạt được là sự sâu sắc toàn diện. Và hoa sẽ nở, bài hát sẽ ngân vang...”

Tiến sĩ Lê Thị Thanh Tâm

LỜI NÓI ĐẦU

Trước hết, tôi sẽ kể cho bạn nghe một câu chuyện nhỏ nhỏ thế này:

“Bác sĩ riêng của tôi nhất định bảo tôi đến gặp ông”, một bệnh nhân nói với một chuyên gia tâm thần học, “Có trời mới biết tại sao tôi hạnh phúc trong hôn nhân, nghề nghiệp ổn định, có nhiều bạn bè và chẳng phải lo lắng điều gì...”.

“Hừm”, vị bác sĩ tâm thần nói rồi với tay lấy cuốn sổ bệnh án, “thế ông đã bị tình trạng này bao lâu rồi?”.

Quả thực, hạnh phúc là điều rất khó tin. Dường như chúng ta nghĩ đã là con người thì không thể nào có được hạnh phúc vậy. Nếu bạn nói về nỗi chán nản, muộn phiền, bất hạnh của mình thì mọi người sẽ tin bạn, như thể đó là lẽ đương nhiên. Nếu bạn kể về hạnh phúc, hẳn sẽ không ai tin bạn đâu; vì điều ấy thật là... không bình thường.

Sigmund Freud, sau 40 năm nghiên cứu trí óc con người – tiếp xúc và làm việc với hàng ngàn người, quan sát hàng ngàn trường hợp tâm thần rối loạn – đã đi đến kết luận rằng