

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/345774161>

# Tàng thức và phân tâm học

Article · October 2020

CITATIONS  
0

READS  
4,289

1 author:



Loc Nguyen

Loc Nguyen's Academic Network

226 PUBLICATIONS 279 CITATIONS

SEE PROFILE

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



SIM project (phase 1) [View project](#)



The first edition of the book "Mathematical Approaches to User Modeling" [View project](#)

TỶ KHEO THÍCH ĐỒNG BỔN  
Chủ biên

Phật học  
**TỪ QUANG**

*Tập 34*



**NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC**

Hội đồng biên tập  
TS. BS. Đỗ Hồng Ngọc  
PGS. TS. Phạm Anh Dũng  
PGS. TS. Trịnh Sâm  
PGS. TS. Hoàng Thị Thơ

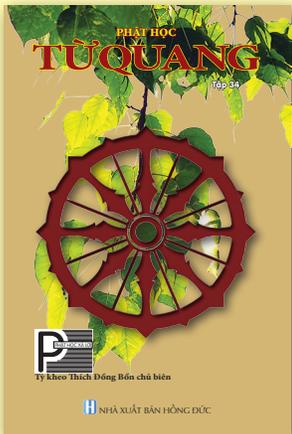
Chủ biên  
Tỳ kheo Thích Đồng Bổn

Biên tập  
TS. Phạm Văn Nga  
Nhà báo Vu Gia  
Cư sĩ Minh Ngọc

Sửa bản in  
Cư sĩ Trí Tâm

Trình bày  
Khánh Lê

Văn phòng Ban Biên tập  
89 Bà Huyện Thanh Quan,  
P. 7. Q. 3, TP. HCM



# PHẬT HỌC TỪ QUANG

Tập 34 - Tháng 10 năm 2020  
(PL. 2564)

## Trong tập này

Đỗ Hồng Ngọc: Ngọn lửa.....	trang 4
Thích Đồng Bổn: Thiên thọ dâng Thầy.....	8
Chữ Thị Kim Phương: Đức Phật trong tư tưởng dân gian Việt Nam.....	10
Nguyễn Đại Đồng: Phong trào chấn hưng Phật giáo ở Quảng Bình (1930-1945).....	15
Trần Quê Hương (chuyển thơ): Gương tuệ chiếu soi .....	24
Chiêu Đề Tăng (thơ): Kỷ niệm Phật thành đạo .....	25
Thích Thiện Đạo: Chánh pháp là hạnh phúc tối thượng.....	27
Vu Gia: Một thoáng nghĩ về niềm tin tôn giáo với dịch bệnh.....	30
Tuệ Ân: Ý nghĩa rằm tháng Chín Abhidhamma Day.....	37
Nguyễn Cẩn: Tâm thư mùa đại dịch.....	48
Như Nhiên - T Tánh Tuệ (thơ): Thật nghĩa đi chùa .....	57
Nguyễn Phước Lộc: Tàng thức và phân tâm học .....	59
Tuệ-nha (trang thơ): Mùa hoa vàng Xá Lợi, Kệ hoa, Thuyền hoa đi trên mây.....	76
Lê Hải Đăng: Tản mạn về văn hóa ma.....	79

Nguyễn Hải Hoành: Tìm hiểu về “văn văn ngôn” trong Hán ngữ.....	84
Tuệ Lạc: Tản mạn về Thiên trước thiên tai, dịch bệnh và viêm phổi Covid-19.....	91
Hồ Tấn Nguyên Minh: Âm ảnh ngày sinh trong ca từ Trịnh Công Sơn và thơ Trương Đăng Dung từ góc nhìn Phật giáo.....	95
Michael Nga (thơ): Bồ đề lá tím.....	99
Viên Thắng: Hạt gạo nặng như núi Tu Di.....	100
Hữu Chí: Bạch Thạch Từ Quang tự ở Phú Yên.....	104
Huỳnh Văn Ưu: Áp dụng chánh mạng vào đời sống và tu tập.....	109
Nguyễn Văn Thúc (trang thơ): Hạt ngọc chéo khăn, Chiếc mặt nạ giả danh.....	115
Hoàng Văn Lễ: Đôi dòng về rượu.....	117
Ngộ Anh Kiệt (nhạc): Đạo.....	121
Phúc Kim: Nữ Bồ tát trong văn học Phật giáo Việt Nam.....	122
Thích Nữ Trung Phúc: Sự ảnh hưởng của các Thiền phái đối với sự truyền thừa Ni giới tỉnh Quảng Nam.....	129
Mã Lam (trang thơ): Ai treo khánh gỗ giữa trời, Phật cao ngự chín tầng trời.....	147
Thích Nữ Minh Ngọc: Ứng dụng chánh kiến trong đạo Phật vào xã hội hôm nay.....	149
Thích Nữ Diệu Cúc: Vai trò và trách nhiệm của người đệ tử Phật trong xã hội hôm nay.....	161
Tuệ Quán: Bài thơ lạ.....	169
Dương Kinh Thành: Ngàn sau xin mãi chấp tay chào nhau.....	173
Cao Thăng Bình: Phật pháp giữa đời thường (t.t): Những khoảnh khắc đẹp trong đời, Người ăn mày bên gốc cây.....	178
Trí Minh Đặng Hùng Anh: Kinh Bách Dụ (chuyển thơ).....	180
Hàng Châu: Có mùa xuân như thế.....	181
Đặng Trung Thành: Đôi vợ chồng già bán vé số dạo.....	185
Nguyễn Hoàng Duy: Làm đẹp cho thành phố.....	188
Nguyễn Thanh Vũ: Đùng để lương tâm bị nhẵn tâm tha hóa.....	190
Trí Bá - Trí Tâm - Nhuận Kiên: Thông tin.....	193



# TÀNG THỨC và phân tâm học

NGUYỄN PHƯỚC LỘC

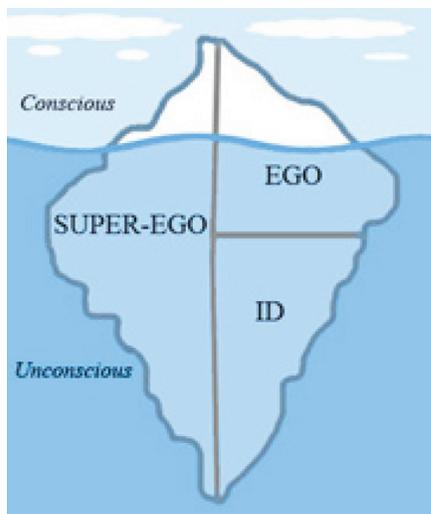
*Con người với sự phát triển của khoa học công nghệ từng bước khám phá vũ trụ nhưng nội tâm chính mình vẫn mãi là nơi bí ẩn xa thẳm như vũ trụ. Ngành phân tâm học dần lý giải và phân tích mối liên hệ giữa hành vi và tâm trí con người nhưng các giải đáp còn đang tiếp tục với nhiều lý thuyết. Một số giải đáp không thể kiểm chứng bằng thực nghiệm nên phân tâm học có một nửa khoa học, nửa còn lại có phải là triết học không? Tôi không khẳng định hay bác bỏ điều này trong nghiên cứu này nhưng tôi sẽ giới thiệu sự tương đồng giữa tàng thức (một khái niệm của Phật giáo) và phân tâm học Freud. Tàng thức rất quan trọng với duy thức học vốn là một nhánh của Phật học. Điểm đặc biệt của Phật học là tuy đi sâu vào bản chất và tâm trí con người nhưng không gây khó chịu hoặc đau đớn vì nội hàm của Phật học là giải thoát thay vì mổ xẻ như phân tâm học. Liệu pháp của Phật giáo là sự gột rửa nội tâm trong khi liệu pháp của phân tâm học là thủ pháp “phẫu thuật” để chữa trị bệnh tâm lý nên sự đối sánh giữa hai liệu pháp này giúp chúng ta trước tiên có một cái nhìn toàn diện hơn về nội tâm con người và sau đó có thể đưa ra những liệu pháp phổ dụng hoặc êm dịu hơn.*

## Mở đầu

Sigmund Freud (Wikipedia, Sigmund Freud, 2020) soi rọi vào góc khuất tâm trí con người, theo đó hành vi con người có nguồn gốc từ những ham muốn, khao khát, thôi thúc có tính bản năng. Freud cho rằng tâm trí con người như một tầng băng

trôi, phần ý thức (conscious) gồm những biểu hiện cảm xúc và lý trí là phần rất nhỏ của tầng băng ấy trong khi phần rất lớn gần như bao trùm tâm trí là vô thức (unconscious) (Freud & Nguyen, 2002). Con người không thể truy cập và điều khiển phần vô thức (Spielman, et al., 2017, p. 369). *Tự ngã* (id)

thuộc vô thức chứa đựng những ham muốn và bản năng nguyên thủy trong đó bản năng tính dục (sex instinct) quan trọng nhất. Tự ngã không có ý niệm về thiện ác hay đạo đức, cốt tủy làm sao thỏa mãn những ham muốn. Phần đối nghịch với tự ngã là *siêu ngã* (superego) có thể hiểu như lương tâm chứa đựng những lý tưởng đạo đức; ví dụ, khi tự ngã làm điều sai trái thì siêu ngã gây ra lo lắng, ăn năn. Một số tài liệu cho rằng siêu ngã thuộc ý thức hoặc tiền ý thức (preconscious) nhưng tôi nghĩ rằng siêu ngã chủ yếu thuộc vô thức vì lương tri và sự phân biệt đúng sai truy nguồn gốc gần với bản năng hơn là được học từ môi trường xung quanh hay được điều chỉnh bởi xã hội; chỉ có thể một phần biểu hiện nào đó của siêu ngã thuộc ý thức. Ngay khi đứa bé chào đời đã lộ phần tự ngã sau đó siêu ngã dần ảnh hưởng và *bản ngã* (ego) dần phát triển. Bản ngã là ý thức được hình thành khi con người được giáo dục và phát triển trong môi trường xã hội. Bản ngã có vai trò “trọng tài” cân bằng giữa tự ngã và



Hình 1. tự ngã (id), siêu ngã (superego), và bản ngã (ego)

siêu ngã, ngăn cản tự ngã làm trái với quy tắc xã hội và thúc đẩy siêu ngã thể hiện sự thấu cảm, lương tri và đạo đức. Mặt khác, bản ngã cũng thúc đẩy tự ngã và ức chế siêu ngã đối với những việc có lợi cho bản thân.

Lý thuyết “tâm lý tam phân” chia tâm trí con người thành 3 phần: tự ngã (id), siêu ngã (superego), và bản ngã (ego) là hòn đá tảng trong học thuyết phân tâm của Freud. Khi 3 phần này điều hòa và tương hợp lẫn nhau, con người khỏe mạnh về tinh thần, ngược lại nếu những ham muốn của tự ngã bị dồn nén đến nỗi siêu ngã không thể đề kháng và bản ngã không

thể cân bằng thì con người mắc bệnh tâm thần.

Bản ngã thành công trong việc ức chế những sự kiện bi thương, những ham muốn, thôi thúc khó thể chấp nhận tích lũy trong cõi vô thức nếu chúng ở mức độ vừa phải nhưng nếu chúng bị dồn nén đến mức biến thành đau khổ, khó chịu, đáng ghét nói chung là cảm giác tiêu cực (Freud & Nguyen, 2002) thì sẽ có cơ chế phòng vệ. Ta tạm quy ước cảm giác tiêu cực là đau khổ; thực ra sự đau khổ có tính dồn nén này đã tồn tại trong vô thức nhưng con người chỉ cảm nhận khi nó hiện ra trong ý thức. Theo cơ chế phòng vệ, một người sẽ tìm cách giảm nhẹ đau khổ bằng những hành động khác đi, nhưng có liên hệ sâu xa với đau khổ sao cho cảm thấy dễ chịu hơn nhưng họ không nhận ra tại sao họ hành động như vậy, đúng hơn là không nhận ra sự liên hệ này vì cơ chế phòng vệ thuộc vô thức. Cơ chế phòng vệ thực ra là loại bỏ dồn nén và chuyển sự đau khổ nhiều bên trong vô thức thành đau khổ ít (dễ chịu hơn) xuất hiện bên ngoài ở ý thức, nhưng

nếu cơ chế phòng vệ bị ngăn cản hoặc hoạt động không hiệu quả, nghĩa là bản ngã không cân bằng được tự ngã và siêu ngã khiến đau khổ dồn nén ngày càng nhiều thì lúc đó con người sẽ mắc bệnh tâm thần. Lưu ý, sự dồn nén trong cõi vô thức có xu hướng ngăn bộc lộ đau khổ ra ý thức vì đơn giản là con người chỉ cảm nhận được đau khổ nếu đau khổ xuất hiện trong ý thức; nói cách khác, sự dồn nén ngăn trở cơ chế phòng vệ. Phương pháp điều trị bệnh tâm thần “tự do liên tưởng” (Freud & Nguyen, 2002) của Freud là kêu gọi bệnh nhân từ vô ý đến có ý bộc lộ rồi dần đến loại bỏ những đau khổ tức là loại bỏ dồn nén. Trong quá trình kêu gọi, nhà tâm lý học phải từng bước khám phá những sự kiện bi thương, ham muốn trong cõi vô thức của bệnh nhân. Tuy nhiên nếu phần ý thức của bệnh nhân nổi trội thì kêu gọi liên tưởng đến các sự kiện bi thương có thể gây “đau đốn” cho bệnh nhân. Chúng ta hiểu rằng sự kêu gọi liên tưởng là hồi tưởng và sau đó loại bỏ dồn nén là liệu “thuốc đắng” hoặc thủ pháp

“phẫu thuật”, nhiều khi ban đầu nó không tạo ra cảm giác dễ chịu như cơ chế phòng vệ.

Freud tuyệt đối hóa bản năng tính dục (ham muốn tính dục) của tự ngã vì ông cho rằng bản năng tính dục là cốt lõi của vô thức đi theo con người ngay khi chào đời đến lúc trưởng thành (Spielman, et al., 2017, pp. 375-377). Một số nghiên cứu khác cho thấy nhân cách còn bị ảnh hưởng bởi bản năng sinh tồn và bản năng muốn vượt trội người khác. Ngoài ra nhân cách còn bị ảnh hưởng bởi xã hội và giai cấp. Nói cách khác, Freud đi vào chiều sâu và chưa quan tâm đến chiều ngang là xã hội và giai cấp là tập hợp những cá nhân nên ông chưa lý giải những hành vi xã hội theo khía cạnh tâm lý. Tuy nhiên sự cực đoan trong học thuyết của ông giúp ta dễ dàng dùng học thuyết của ông làm cột mốc tham chiếu với những học thuyết khác hoặc kết hợp với những học thuyết khác. Phần tiếp theo sẽ đi sâu vào ý thức, vô thức và tàng thức - một khái niệm gần tương đồng với vô thức theo các góc nhìn của khoa học và Phật học.

## Ý thức và tàng thức

Trong phân tâm học, vô thức bao gồm tự ngã và siêu ngã là phần lớn nhất và tối tăm nhất của tâm trí. Bản ngã thuộc ý thức thực chất là một phần nhỏ của tự ngã được chuyển đổi bởi giáo dục và môi trường xã hội, đó là phần nhô lên “nhìn thấy được” của tầng băng tâm trí. Nói cách khác, ý thức được sinh ra từ vô thức. Nếu xem ý thức được sinh ra từ vô thức thì có thể dùng thuật ngữ “thức” cho cả hai khái niệm vô thức và ý thức. Freud không giải thích thức có từ đâu, ông chỉ nói rằng vô thức truy nguồn từ bản năng nguyên thủy, điều này có nghĩa ông xem vô thức là nguồn gốc cơ bản nhất được định hình ngay khi đứa bé ra đời. Ông cũng không liên hệ 3 thành phần tự ngã, siêu ngã và bản ngã với những phần giải phẫu của não bộ và ông cũng không đề cập mối liên hệ giữa thức với hệ gien. Vì vậy 3 thành phần tự ngã, siêu ngã và bản ngã là một hệ giả định và trừu tượng. Tuy nhiên do Freud đã xây dựng được một hệ lý luận và dẫn chứng vững chắc nên học thuyết

tâm lý tam phân của ông có một nửa khoa học nếu xem khoa học phải có thí nghiệm kiểm chứng. Theo đó vật lý, hóa học, sinh học là những khoa học thực thụ và toán học với những tiên đề không chứng minh cũng có một nửa khoa học.

Thức của phân tâm học thuộc về cảm tính bao gồm cảm xúc và ham muốn, không bao gồm suy luận, hiểu biết, sáng tạo. Nếu phân loại theo tính chất thì thức có hai loại:

- *Cảm tính*: cảm xúc, ham muốn, ý muốn, ý chí.

- *Lý tính*: suy luận, hiểu biết, sáng tạo.

Nếu phân loại theo mức truy cập thì thức có hai loại:

- *Ý thức*: có thể truy cập và điều khiển. Đặc biệt ý thức có chứa đựng ký ức tương ứng với những phần giải phẫu học của não bộ đặc biệt đồi hải mã.

- *Vô thức*: không thể truy cập và điều khiển. Một số chức năng sinh hóa của cơ thể người được điều khiển bởi những phần của não bộ nhưng sự điều khiển này không thể được gọi là vô thức.

Bây giờ, ta đặt mối tương quan giữa ý thức (lý tính) với

môi trường xung quanh theo góc nhìn của khoa học cụ thể vật lý học. Quy luật do con người khám phá là sản phẩm của ý thức. Theo Nguyễn Tường Bách (Nguyen, 2004), có những câu hỏi như: tại sao thực tại ăn khớp với quy luật, tại sao ta dùng quy luật này để đo lường, sáng tạo ra quy luật khác và tại sao những quy luật mâu thuẫn nhau lại phù hợp với cùng thực tại? Giả sử có hai lý giải khả dĩ là:

1. Có một nguyên lý uyên nguyên (Nguyen, 2004) như thượng đế chẳng hạn đã sắp đặt mọi thứ bao gồm mọi quy luật - ý niệm và ta cứ tìm lại (như là phát minh) các quy luật - ý niệm này.

2. Thực tại có nhiều khía cạnh, ta có thể biết một số khía cạnh chứ chưa thể toàn bộ chân lý, đây là lý do những quy luật mâu thuẫn nhau lại phù hợp với cùng thực tại. Quy luật càng gần thực tại càng thâm tóm nhiều khía cạnh.

Với hai lý giải này, *thực tại vẫn độc lập với ý thức* con người. Thuyết tương đối của Einstein cũng khẳng định không gian và thời gian đều là thuộc

tính của vật chất và vật chất là “cô đọng” của năng lượng, phủ định sự tồn tại một chất ê-te giả định truyền ánh sáng trong vũ trụ. Mỗi điểm vật chất đều tạo ra xung quanh một trường và ánh sáng cũng là trường. Điểm vật chất có thể được xem là điểm kì dị của trường và trường thì phi vật chất, chẳng hạn ánh sáng không có khối lượng. Bây giờ ta sẽ tạm đồng ý rằng thực tại là trường, một bước chuyển biến lớn trong tư duy từ ý niệm thực tại là tập hợp vật chất đến ý niệm thực tại là tập hợp trường phi vật chất. Trường có tính sóng nhưng cũng có tính hạt vì trường truyền đi những bó năng lượng (photon); lưu ý đặc trưng của sóng là bước sóng và đặc trưng của hạt là năng lượng. Vậy trường mang lưỡng tính sóng hạt và bây giờ ta sẽ khảo sát điểm vật chất vốn được xem là điểm kì dị của trường. Theo cơ học lượng tử, vật chất cấu thành từ hạt gồm nguyên tử và các electron. Khi electron chuyển quỹ đạo từ cao xuống thấp sẽ nhả năng lượng và có bức xạ với bước sóng cực nhỏ; suy ra rằng điểm vật chất cũng

có lưỡng tính sóng hạt. Nói cách khác, trường phi vật chất đại diện cho thực tại và vật chất (điểm kì dị của trường) có lưỡng tính sóng hạt hay mỗi hạt đều có tính sóng và mỗi sóng đều có tính hạt (Nguyen, 2004, p. 86). Những khám phá gần đây cho thấy nguyên tử bao gồm những hạt hạ nguyên tử gọi là các hạt quark và chúng có thể chuyển hóa lẫn nhau (Nguyen, 2004) - một yếu tố bất định về sự tồn tại cố hữu. Vậy thực tại là một “cái gì đó” tạm gọi là trường có hai biểu hiện sóng và hạt. Nếu ta xem chúng là sóng thì phép đo của ta cho kết quả chúng là sóng và ngược lại, nếu ta truy tìm chúng là hạt thì phương trình sóng sụp đổ để bộc lộ rằng chúng hẳn nhiên là hạt (Nguyen, 2004). Nói đơn giản, thực tại phụ thuộc vào sự quan sát hay ý thức con người. Theo Nguyễn Tường Bách (Nguyen, 2004), một quan điểm mới được đưa ra: những quy luật, khái niệm vật lý là công cụ của con người dùng tìm hiểu / giải thích thực tại và chúng không nhất thiết diễn tả đúng thực tại. Vậy quan điểm này thừa nhận thực

tại phụ thuộc vào ý thức con người nhưng không có nghĩa là phủ định quan điểm thực tại ở bên ngoài ý thức. Tôi nghĩ rằng những lý thuyết mới như lý thuyết dây, lý thuyết đa vũ trụ không phủ định sự tồn tại bên ngoài ý thức của thực tại mặc dù trực tiếp hay gián tiếp thừa nhận thực tại phụ thuộc vào ý thức. Ví dụ, quan điểm “thực tại là một cái gì đó siêu việt không thể biết hết được và nó lọt vào thế giới của ta như một phép chiếu không gian ba chiều lên không gian hai chiều” chẳng phải thừa nhận cái siêu việt đó tồn tại bên ngoài ý thức. Ví dụ khác, có một cái cây trong rừng và một người không vào rừng nên đối với anh ta cái cây không có và việc truy cầu cái cây cũng vô nghĩa nhưng chúng ta không thể khẳng định liệu cái cây có tồn tại bên ngoài ý thức anh ta hay không. Nếu tất cả mọi người không vào rừng thì cái cây không tồn tại và việc truy cầu cái cây hoàn toàn vô nghĩa nhưng câu hỏi khác đặt ra hoàn toàn không liên quan đến cái cây: có ai quan sát mọi người hay mọi người có nằm trong thể

đóng? Nếu mọi người không nằm trong thể đóng thì việc truy cầu cái cây sẽ tiếp diễn vô tận. Nếu thừa nhận mọi người nằm trong thể đóng tức hữu hạn thì phải thừa nhận sự hữu hạn của thực tại. Giả sử thực tại là vũ trụ và câu hỏi “vũ trụ có hữu hạn không?” dường như chưa được giải đáp. Một cách chính xác, thực tại phụ thuộc vào ý thức nghĩa là *ý thức xác định dạng thức (được quan sát) của thực tại (đối với con người)*. Sự phức tạp ở đây, dạng thức của thực tại tuy phải thể hiện toàn bộ thực tại nhưng chưa chắc là thực tại. Nếu dạng thức của thực tại không là thực tại thì sẽ trở lại quan điểm thực tại là một cái gì đó siêu việt không thể biết hết được và dạng thức là kết quả của phép chiếu toàn bộ thực tại, khi đó quan điểm thực tại phụ thuộc vào ý thức có thể không đúng. Đối với thuyết đa vũ trụ, một dạng thức có thể hiểu là một bản sao của thực tại, đã gián tiếp khẳng định thực tại ở bên ngoài ý thức. Chúng ta hi vọng ngành vật lý hiện đại sẽ lý giải rõ ràng liệu thực tại có ở bên ngoài ý thức con người

hay không, nói cách khác liệu thực tại có đồng nhất với ý thức. Tuy nhiên ngay khi thừa nhận thực tại phụ thuộc vào ý thức, vật lý nói riêng hay khoa học nói chung đã bước đi trên con đường hợp nhất với triết học.

Một cách tiếp cận khác, duy thức học của Phật giáo gián tiếp thừa nhận ý thức chính là thực tại nhưng chúng ta sẽ hiểu rằng thực tại theo nghĩa vật lý không tồn tại trong ý niệm của duy thức học, do bởi khái niệm tính không - vật không có tự tính. Tính không, được tạm hiểu là không có tự tính, khẳng định một vật là sự kết hợp bởi nhiều yếu tố được nghiệp lực thúc đẩy; khi sự kết hợp này rã ra thì vật không còn. Vật (sự kết hợp) được gọi là pháp. Vì vậy pháp không có tính chất riêng biệt và không độc lập, nghĩa là không có tự tính, không có cái ngã riêng; đây chính là thuyết vô ngã. Nhìn theo góc độ thời gian thì tạm thời, nếu chia thời gian thành vô lượng sát na thì mỗi pháp chỉ tồn tại trong một sát na, sau mỗi sát na pháp rã ra (không còn bản nghĩa cũ) và hợp lại (tạo thành bản nghĩa mới) theo lý nhân duyên và vô

thường; sự rã ra và hợp lại trong từng sát na có thể được hiểu là sự “tái sinh”. Khi pháp còn chưa rã, ta gọi nó bằng một hay nhiều giả danh theo cách nhìn của ta nhưng điều này chỉ tương hợp với quan điểm ý thức xác định dạng thức của thực tại nhưng chưa khẳng định ý thức chính là thực tại. Ta có thể xem pháp là thực tại, là trường theo góc nhìn của vật lý nhưng lưu ý rằng không có khái niệm tính không đối với trường của vật lý. Mọi pháp tuy có sắc tướng tạm thời nhưng không có tự tính nên tuy là có nhưng lại không. Mọi cái không có tự tính muốn trở thành pháp thì phải có sắc tướng tạm thời nên tuy là không (tính không) nhưng là có (sắc tướng). Sự tạm thời có thể được chia nhỏ đến mức sát na. Vì vậy, triết lý Phật giáo nằm giữa có và không làm ta liên tưởng rằng không có ranh giới giữa ý thức và thực tại. Theo thuyết duyên khởi, con người là tập hợp của ngũ uẩn: sắc, thọ, tưởng, hành, thức, nghĩa là con người là pháp (đặc biệt) có ngũ uẩn. Tâm gồm có 8 thức (Leu Chong Zen Club, 2019):

- Nhãn thức, nhĩ thức, tỷ

thức, thiết thức, thân thức, ý thức từ thọ uẩn và tưởng uẩn. Các thức này thể hiện cảm giác, tri giác, hiểu biết, phân tích nên có thể xem chúng là ý thức có cảm tính lẫn lý tính.

- Mạt na thức (Hanh Co, 2016) từ hành uẩn, thể hiện tư duy chấp ngã, suy đoán, phán xét dựa trên tầng thức nên có thể xem nó là ý thức thuộc lý tính.

- Tầng thức từ thức uẩn chứa đựng những kinh nghiệm mà pháp trải qua khi còn đang có sắc tướng tạm thời, có thể xem nó là vô thức theo góc nhìn của tâm lý học.

Thức thứ tám, được gọi là tầng thức hay a lại da thức, đặc biệt quan trọng, là nơi chứa các chủng tử, vẫn tồn tại sau khi ngũ uẩn rã ra, đợi đến khi nghiệp lực thức đẩy để kết hợp lại thành ngũ uẩn mới - một pháp (con người) mới và khi đó chủng tử sẽ phát huy tác động đối với pháp mới này. Tạm thời ta xem tầng thức là nơi, là “điểm tựa” để nghiệp lực “đẩy” từ vô minh sinh ra hữu. Giả sử con người là pháp A, vì mọi pháp đều có một đến nhiều giả danh nên ta có thể

gọi pháp A là thức - gọi chung cho 8 thức tức là tâm, nghĩa là đồng nhất giữa cái toàn thể (con người) với cái bộ phận (thức). Giả sử bây giờ ta chấp nhận sự đồng nhất này mà chưa phân tích thêm và ta cũng chấp nhận mọi pháp đều có và đồng nhất với thức; phi vật chất cũng được xem như có thức với ý nghĩa rằng thức thể hiện hấp lực, sự tiền tương tác nào đó. Khi (pháp) Huy Cận sáng tác bài thơ Tràng Giang thì thức Huy Cận tạo ra “cái gì đó” Tràng Giang. Nói cách khác, theo nguyên lý duyên khởi, “cái gì đó” Tràng Giang hội tụ từ nhiều yếu tố như cảm hứng, xúc cảm được thức đẩy bởi nghiệp lực mong muốn sáng tác của pháp Huy Cận. Do đó Tràng Giang là pháp có sắc tướng là vần điệu và gây xúc cảm, được tạo ra từ thức Huy Cận, gián tiếp khẳng định ý thức chính là thực tại.

Vì pháp không có tự tính (có nhiều giả danh) nên sự đồng nhất giữa cái toàn thể với cái bộ phận thực chất là đồng nhất 2 cái giả danh khác của cùng một pháp: cái giả danh toàn thể và cái giả danh bộ phận. Nói đơn

giản, ta có thể đặt bất cứ tên gì cho cái không có tự tính với lưu ý rằng ngôn từ và khái niệm của con người bị hạn chế. Điều này hợp lý đối với triết học nhưng còn thực nghiệm thì sao? Ta có thể đồng nhất (ở đây chỉ có ý nghĩa tương đối) một người A với mã di truyền DNA như là một chỉ số sinh trắc học của A. Giả sử bây giờ ta bóc một nucleobase X trong DNA của A nhưng liệu có thể đồng nhất X với A? Vấn đề là ta đang tách X khỏi A. Nếu đặt X trong A thì hoàn toàn có thể đồng nhất X với A vì X trong A khác với bất kỳ nucleobase nào của người khác, thậm chí khác với bất kỳ nucleobase khác của chính A. Một cách chính xác, ta chỉ có thể đồng nhất cái giả danh toàn thể và cái giả danh bộ phận của cùng một pháp đang có sắc tướng tạm thời, một cách sâu xa là ta buộc phải đứng giữa sắc - không. Khi thức Huy Cận tạo bài thơ Tràng Giang thì pháp Tràng Giang đang diễn ra trong Huy Cận khác với pháp Tràng Giang khi ông đọc cho người A nghe và tất nhiên sẽ khác với pháp Tràng Giang khi

người A đọc cho người B nghe và khác pháp của tờ giấy in bài thơ Tràng Giang. Lưu ý, mỗi pháp Tràng Giang đều có thức của riêng nó và ta có thể đồng nhất một pháp Tràng Giang Z và thức của Z.

Thật dễ hiểu ý thức là thực tại theo duy thức học với ví dụ Huy Cận và bài thơ Tràng Giang, khi pháp Tràng Giang ra đời, nó tạo ra vô số pháp và thức khác, đúng là trùng trùng duyên khởi. Tuy nhiên ta sẽ giải thích thế nào với trường hợp anh A+ và cây B+ chung một nơi khi anh A+ không tạo ra cây B+. Ta cần viện dẫn tàng thức để làm sáng tỏ vấn đề này. Khi một pháp sinh ra là sinh ra cả một vũ trụ (thực tại) của riêng nó, vũ trụ này và pháp này cùng là một pháp có cùng (tàng) thức theo sự đồng nhất giả danh toàn thể - bộ phận. Có thể hiểu, vũ trụ này là pháp này cùng với sự bao trùm của sự nhận thức của pháp này nên tất nhiên cũng là pháp này. Trong trùng trùng duyên khởi, tàng thức-vũ trụ A giao thoa với tàng thức-vũ trụ B, theo cùng những nghiệp lực, sát na tại giao điểm hội đủ những điều

kiện khác (pháp khác) nào đó, A và B cùng phát sinh ngũ uẩn A+ và ngũ uẩn B+; lưu ý ngay trước sát na hội tụ, A và B đều là tàng thức. Nói cách khác, tại giao điểm, A tạo ra ngũ uẩn A+ và ngũ uẩn B+ đồng thời B tạo ra ngũ uẩn A+ và ngũ uẩn B+, khi đó ngũ uẩn A+ nhìn ngũ uẩn B+ là cái cây và ngũ uẩn B+ “nhìn” ngũ uẩn A+ là cái gì thì ta chưa thể biết. Ở đây, A+ nhận thức B+ thì B+ sẽ nhận thức trở lại A+ như tương tác lực và hai nhận thức khác nhau; lúc này trong A+ cũng chứa một pháp B\* nào đó và trong B+ cũng chứa một pháp A\* nào đó. Tiếp theo ta hoàn toàn có thể đồng nhất A+ và B+ với những nhận thức của chúng. Tương tự, nếu cô C nói về cây B+ cho anh A+ nghe trong trường hợp A+ và B+ không cùng một nơi thì một tàng thức-vũ trụ B++ được C tạo ra sẽ giao với tàng thức-vũ trụ A+ và tiến trình hình thành các uẩn diễn ra tương tự. Với nguyên lý vô thường, mọi pháp đều tái sinh (biến đổi) trong từng sát na nên trong trường hợp anh A+ đến gặp cây B+ thì cả A+ và B+ đều tái sinh. Tái sinh được hiểu là rã ra và hợp lại nên A+ và B+ sau khi

tái sinh thực chất là A++ và B++ không còn là A+ và B+. Với sự thay đổi đủ ít, chúng ta không phân biệt A++ và B++ với A+ và B+ vì giới hạn của giác quan, tri nhận, khái niệm, định kiến; ví dụ ta giới hạn đời sống con người từ lúc sinh ra đến chết đi trong khoảng 100 năm. Giả sử sau khi gặp cây B+, anh A+ trở về và cố ghi nhớ cây B+ (hành động có chủ ý - nghiệp) thì một pháp B\* được sinh ra trong A+ theo sự giao thoa đã được đề cập. Sau một thời gian anh A+ cố nhớ lại cây B+ thì B\* bị chỉnh sửa tức tái sinh thành B\*\*. Nếu anh A+ đi gặp lại cây B+ thì B\*\* bị thay bởi B# và lúc đó B+ lại tái sinh nữa. Trong chuỗi diễn tiến này, A+ cũng tái sinh liên tục. Nếu anh A+ quên cây B+ thì B# có thể vẫn còn trong tàng thức A+ nhưng A+ không nhận thức được. Trong trường hợp cô C nói dối về cây B+ cho anh A+ nghe thì mọi việc cũng diễn ra như vậy ngoại trừ các pháp liên quan đến cây B+ chỉ tồn tại đối với pháp-vũ trụ A+. Nếu anh A+ không tin thì các pháp liên quan đến cây B+ không sinh ra đối với A+.

Tóm lại, duy thức học gián tiếp thừa nhận ý thức là thực tại nếu trước tiên ta thừa nhận sự không phân biệt sắc và không - một hệ quả của tính không. Vấn đề phức tạp ở chỗ tàng thức thực chất là gì, không là thực tại cũng không là ý thức đúng nghĩa gắn với pháp hiện hành. Cho rằng tàng thức tồn tại như cái có trước ý thức là thừa nhận tàng thức là pháp thường hằng có tích lũy, trái với nguyên lý vô ngã mặc dù thường hằng có tích lũy cũng đúng với nguyên lý vô thường. Vì ta không phân biệt sắc - không cùng với sự giới hạn của ngôn từ và khái niệm nên xác định bản chất tàng thức có thể vô nghĩa. Hoặc ta cần chứng nghiệm tàng thức không có tự tính và có sắc tướng tạm thời nhưng khác với uẩn. Nghiệp là hành động có chủ ý được chuyển thành “dấu vết” là chủng tử lưu vào trong tàng thức (Hoang Phong, 2011). Các chủng tử trong tàng thức cùng phát sinh nghiệp lực để chuyển biến tàng thức khi cơ duyên chín mùi, điều này khiến pháp không có tự tính, lúc tan lúc hợp. Nói cách khác, tàng thức

với vai trò là tập hợp của chủng tử là cái dụng (nhưng không phải kết quả) của nghiệp, nơi phát sinh nghiệp lực, là động lực của trùng trùng duyên khởi, khiến mọi pháp luân chuyển vô ngã vô thường. Ta có thể phỏng đoán tàng thức là một pháp đặc biệt “bộc” lấy nghiệp hoặc là cái dụng của nghiệp, tạm được gọi là pháp nghiệp. Bất kỳ pháp nào cũng có pháp nghiệp (tàng thức) và vì vậy nghiệp từ một khái niệm bên ngoài trở thành “chất liệu” tạo nên mọi pháp. Lưu ý, mọi pháp đều là sự kết hợp của nhiều pháp khác. Tất nhiên pháp nghiệp vô thường nên ta cần chứng minh pháp nghiệp không có tự tính. Giả sử ban đầu pháp A+ có pháp nghiệp A và pháp B+ có pháp nghiệp B. Nếu A+ gây ra một nghiệp chuyển thành những chủng tử làm thay đổi cả A và B. Ngay khi đó, A và B đã rã ra, không còn là A và B nữa và trở thành C và D chẳng hạn. Tổ hợp các chủng tử của C và D khác với tổ hợp các chủng tử của A và B. Vì C và D vẫn nằm trong A+ và B+ nên ta lầm tưởng A và B còn tồn tại. Thật ra A+ và

B+ cũng tái sinh liên tục trong từng sát na; tái sinh được hiểu là rã ra và hợp lại. Một cách giải thích khác, do mối quan hệ toàn thể - bộ phận nên pháp nghiệp A chỉ có ý nghĩa khi đặt trong cái toàn thể là pháp A+, khi pháp A+ rã ra thì pháp nghiệp A không còn bản nghĩa tức không còn là chính nó. Vậy pháp nghiệp cũng vô ngã. Tuy nhiên đây cũng phỏng đoán chưa thể chứng nghiệm. Trở lại ví dụ Huy Cận và bài thơ Tràng Giang, có rất nhiều người biết bài thơ Tràng Giang, thật ra mỗi (pháp) người nhận thức mỗi pháp Tràng Giang khác nhau do nghe và đọc từ nhiều nguồn nhưng mỗi pháp Tràng Giang có chủng tử liên quan đến cùng một bài thơ Tràng Giang (đúng hơn, cùng sự gây xúc cảm, vẫn điệu) nên mọi người tưởng rằng cùng biết một bài thơ Tràng Giang. Một pháp Huy Cận đã rã vì ông đã mất nhưng còn nhiều pháp nghiệp (tàng thức) tuy thực không phải Huy Cận nhưng liên quan đến Huy Cận do chủng tử với tác động liên hoàn của nghiệp lực nên luôn tồn tại sự nhận thức mỗi pháp Tràng

Giang có tác giả Huy Cận. Lưu ý, sự nhận thức là kết quả của sự giao thoa - tái sinh của nhiều tàng thức-vũ trụ đã được đề cập nên một pháp người gặp Huy Cận tạo ra một pháp-tàng thức Huy Cận 1 và nếu pháp Huy Cận 1 không còn thì tàng thức Huy Cận 1 thành tàng thức-pháp HC nào đó liên quan gián tiếp đến Huy Cận vì tàng thức Huy Cận 1 là pháp; pháp nghiệp HC có thể giao thoa với sự vật hiện tượng. Dường như pháp, thức, tâm, tàng thức, chủng tử, pháp nghiệp, nghiệp, nghiệp lực là một và ta nhận thấy, không những có một dòng chảy của vô số tàng thức liên quan mà thực ra vô số dòng chảy đều liên quan nhau vì tác động liên hoàn vô tận của nghiệp lực. Với sự liên quan này, mọi pháp đều có thể “là” (kết hợp thành) một pháp-thực tại-vũ trụ nào đó, và theo sự đồng nhất toàn thể - bộ phận, có cũng là không, riêng cũng là chung, thực tại cũng là ý thức. Ví dụ, khi ta đang đi trên đường, khung cảnh có nhiều sự vật do ta thấy như vậy, thực ra các sự vật tái sinh liên tục và ta cũng tái sinh liên tục - vui lòng

xem ví dụ anh A+ và cây B+. Vì mọi sự vật thành những pháp trong ta liên hệ với các sự vật tái sinh (cũng chứa ta) nên khi ta về nhà đã “kéo theo” mọi sự vật. Mọi sự vật cũng kéo theo ta vì ta “chia” thành từng pháp trong mỗi sự vật mặc dù ta chưa thể biết từng pháp này nhận thức thế nào. Nói cách khác, ta đang hợp nhất với mọi sự vật trên đường đi. Suy rộng ra tầng thức-ta đồng nhất với tầng thức-vũ trụ vì tác động liên hoàn vô tận của nghiệp lực, suy luận tương tự với cách diễn đạt khác đã được đề cập “vũ trụ này là pháp này cùng với sự bao trùm của sự nhận thức của pháp này nên tất nhiên cũng là pháp này”. Bản thân ta và mọi sự vật đều nằm trong vô số dòng chảy liên quan nhau của mọi tầng thức. Hãy liên tưởng vô số dòng chảy tầng thức vì liên quan nhau nên xem như hình thành một suối nước nóng, do trùng trùng duyên khởi, mọi sinh vật sự vật nổi lên như bong bóng (pháp, hiện tượng) không có tự tính, thoát tan thoát hợp, vô ngã vô thường. Như vậy, ta hiện tại có liên hệ với một sinh vật nào đó

đã tuyệt chủng từ thời tiền sử, thậm chí với trường hợp các nhà khoa học chưa biết sinh vật này. Pháp-tàng thức có thể suy biến vô tận đến mức đối tượng-pháp khác không thể nhận ra sự liên quan nào đó vì sự suy biến này và giới hạn của đối tượng đó. Vấn đề ở đây là suy biến hay biến đổi? Một câu hỏi thú vị khác được đưa ra, liệu thời gian cũng là pháp? Vì pháp như bong bóng nổi lên trên dòng suối tầng thức, tính không bây giờ có thể hiểu là trống rỗng, do đó ta lại cần chứng nghiệm không có tự tính tương đương với trống rỗng. Theo đó, tính không, không có tự tính, trống rỗng, vô ngã, vô thường là những khái niệm chuyển hóa cho nhau, chúng như một.

Ngoài ra, cần giải thích thế nào về tầng thức của phi vật chất và sự vật như thiên nhiên, gỗ đá, cây cối. Có thể lý giải rằng tầng thức của phi vật chất và sự vật ít phức tạp hơn tầng thức người, điều này vẫn hợp lý vì mỗi tầng thức là pháp nghiệp nên luôn khác nhau. Phi vật chất và sự vật cũng có uẩn. Chúng tử “là” nghiệp và nghiệp của phi vật

chất và sự vật có thể là sự tác động (hấp lực) lẫn nhau. Vấn đề ở đây là ít phức tạp hơn hay khác đi? Nhìn chung, sự chứng nghiệm tàng thức được thực hiện có thể bởi tu tập, có thể không bởi phân tích lý tính; vấn đề này vượt qua bản chất của triết học. Do đó, thậm chí với sự hợp nhất khoa học và triết học, ta chỉ có thể tạm phỏng đoán rằng ý thức xác định dạng thức của thực tại.

Khi không xét sự phức tạp của trùng trùng duyên khởi, ngữ nghĩa của tàng thức là vô thức nhưng tàng thức đi xa hơn vô thức của phân tâm học Freud vì tàng thức có nguồn gốc siêu hình trước khi đưa bé chào đời. Ta có thể suy diễn phân tâm học là sự kết hợp giữa khoa học và triết học nhưng nghiêng về khoa học trong khi Phật học cũng là sự kết hợp giữa khoa học và triết học nhưng nghiêng về triết học.

Phải chăng thực tại vốn siêu việt không thể biết nên Đức Phật mới phóng chiếu nó vào thế giới quan tồn tại niết bàn (chân như - nơi an lạc vĩnh hằng) và niết bàn này lại quy về nội tâm có giác ngộ tức chứng nghiệm được lý duyên khởi. Đây là một cách lý giải cái

thực tại vốn siêu việt theo hướng chấm dứt khổ. Sự quy niết bàn về tâm giác ngộ (tâm bao gồm 8 thức) thực chất là đồng nhất toàn thể với bộ phận; mỗi tâm-pháp giác ngộ đều có và đồng nhất với vũ trụ niết bàn riêng. Nếu niết bàn là chân như tuyệt đối - tàng thức trong sạch tuyệt đối thì giao điểm của mọi tâm-pháp giác ngộ là một niết bàn duy nhất. Vấn đề cuối cùng là làm trong sạch tương đối tàng thức-tâm bằng cách loại bỏ chủng tử xấu, chấp kiến, vô minh (Wikipedia, 2019). Phương pháp điều trị bệnh tâm thần “tự do liên tưởng” của Freud tương đồng với việc làm trong sạch tàng thức một cách tương đối.

### **Kết luận**

Ta không thể làm mất đi hoàn toàn ý thức (phần bản ngã) khi giúp bệnh nhân hồi tưởng nên những sự kiện bi thương có thể phản tác dụng khiến bệnh nhân đau đớn đến độ không thể bộc lộ đau khổ. Giả sử thời miên có thể làm tê liệt ý thức nhưng sự mất đi ý thức tạm thời sẽ làm lặp lại đau đớn sau mỗi lần điều trị. Vậy mào đầu bằng thuyết giảng về sự

hẳn nhiên của đau khổ đối với tất cả mọi người để bệnh nhân hiểu ra “đây không phải nỗi khổ của riêng mình” rồi sau đó thực hiện việc hồi tưởng sẽ tốt hơn. Khổ đế và tập đế trong Phật học là tập đại thành về giảng giải sự đau khổ của loài người nhưng vấn đề là làm thế nào để thuyết giảng thành công nếu tách riêng sự tu tập và chữa bệnh khi bệnh nhân không phải người tu hành; nên nhớ chúng ta xem khổ đế và tập đế là liệu pháp y học.

Bây giờ, chúng ta bàn đến việc tiếp theo - bộc lộ và loại bỏ đau khổ, tương tự giúp bệnh nhân “nhìn thấy” chính mình, đúng hơn là nhìn thấy những dồn nén, đau khổ của chính mình trên một “tấm gương” và tấm gương ấy là nhà tâm lý học. Dường như Freud đã đồng nhất việc “nhìn thấy” với loại bỏ vì ông cho rằng bệnh nhân “vẽ” (nói ra) đau khổ, dồn nén lên tấm gương thì dễ xóa nó. Đồng ý rằng con người chỉ có thể loại bỏ được cái nhìn thấy nhưng loại bỏ đau khổ cũng khó như nhìn thấy và chắc gì ít đau đớn hơn? Nếu tấm gương là nhà tâm lý học thì đây là sự phản chiếu

nội tâm chủ thể ra bên ngoài. Vấn đề ở đây, phản chiếu ra ngoài gặp hai rủi ro: 1) Gương không sáng nghĩa là nhà tâm lý học nhất thời chưa hiểu rõ và lý giải hết những đau khổ của bệnh nhân. 2) Người bệnh còn giữ lại - chưa phản chiếu hết nỗi khổ vì sự đau đớn chẳng hạn. Ngược lại, nếu bệnh nhân vừa nhìn ra đau khổ của chính mình vừa nhìn ra nội tâm như tấm gương và tiến hành phản chiếu ngược (phản chiếu vào trong); khi đó có thể loại bỏ được dồn nén, ham muốn, đau khổ đồng thời cân bằng được tự ngã - siêu ngã - bản ngã. Tiến trình phản chiếu ngược có thể hiểu là tự loại bỏ chấp kiến và chủng tử xấu có trong tàng thức, tương tự như lau sạch gương tàng thức - chính là gột rửa nội tâm. Tuy nhiên điều này khó hơn rất nhiều so với phương pháp điều trị với sự trợ giúp của nhà tâm lý học mà Freud đề ra. Tất nhiên, bậc tu hành có tâm chân như - tàng thức hoàn toàn trong sạch không còn đau khổ nên không cần phản chiếu ngược. Vì tàng thức là vô thức không thể truy cập được theo phân tâm học nên

làm trong sạch tương đối / một phần tàng thức đòi hỏi sự tu tập mà không thể xác định thời gian đạt kết quả thậm chí ít nhất chỉ để trị bệnh. Phải chăng vì thực tại siêu việt nên con đường tu tập của Phật giáo nhìn chung kết hợp từ bi và trí tuệ, không đề cao hoàn toàn trí tuệ trong khi đó, nền khoa học và triết học thuần chất lý tính nêu cao trí tuệ. Tóm lại, câu hỏi làm thế nào để tìm ra liệu pháp điều trị cân bằng giữa tính phổ dụng mà

đau đớn như phương pháp của Freud và tính lâu dài và êm dịu như trong Phật giáo còn để ngỏ.

### Lời cảm ơn

Tôi chân thành cảm ơn Tiến sĩ Nguyễn Tường Bách vì tôi đã tham khảo khái niệm công nghiệp của ông để đề xuất khái niệm giao thoa của các vũ trụ-tàng thức. Ngoài ra, tôi cũng tham khảo những kiến thức vật lý trong tác phẩm *Lưới Trời Ai Dệt* của ông. 🙏

### THAM KHẢO

1. Freud, S., & Nguyen, H. X. (2002). *Phân tâm học nhập môn*. Hanoi, Vietnam: Vietnam National University Press. Retrieved from <https://bit.ly/30XwHF1>
2. Hanh Co. (2016). Tám Thức - Bát Thức. *Thiền Phật Giáo*. Retrieved from <https://thienphatgiao.org/tam-thuc-bat-thuc>
3. Hoang Phong. (2011, June 2). Khái niệm về nghiệp trong Phật giáo. *Thư viện Hoa Sen*. Retrieved from <https://thuvienhoasen.org/a11260/khai-niem-ve-nghiep-trong-phat-giao>
4. Leu Chong Zen Club. (2019). *Ngũ uẩn*. Leu Chong Zen Club.
5. Nguyen, T.-B. (2004). *Lưới trời ai dệt*. Ho Chi Minh, Vietnam: Tre Publisher. Retrieved December 21, 2019, from <https://bit.ly/3fEUUV7>
6. Spielman, R. M., Dumper, K., Jenkins, W., Lacombe, A., Lovett, M., & Perlmutter, M. (2017). *Psychology*. Houston, Texas, USA: OpenStax - Rice University. Retrieved from <https://openstax.org/details/books/psychology>
7. Wikipedia. (2019, April 12). *Duy thức tông*. (Wikimedia Foundation) Retrieved from Wikipedia website: [https://vi.wikipedia.org/wiki/Duy\\_th%E1%BB%A9c\\_t%C3%B4ng](https://vi.wikipedia.org/wiki/Duy_th%E1%BB%A9c_t%C3%B4ng)
8. Wikipedia. (2020, June 29). *Sigmund Freud*. (Wikimedia Foundation) Retrieved from Wikipedia website: [https://en.wikipedia.org/wiki/Sigmund\\_Freud](https://en.wikipedia.org/wiki/Sigmund_Freud)