

# TÂM PHÁP

## Thực hành



PHƯỚC GIÁC (GIÁC TỬ)

# TÂM PHÁP

Phần II

## Thực hành



NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH



# Lời giới thiệu

Bây giờ là đầu năm 2021, tôi bắt tay biên soạn cuốn sách *Tâm pháp - Phần II - Thực hành* để tiếp theo cuốn *Tâm pháp - Phần I - Nguyên lý cân bằng*. Đây là bản rút gọn của bộ sách *Tâm pháp* gồm 6 cuốn đã xuất bản. Sau đây là bức thư của một độc giả mà tôi chọn ra cho lời giới thiệu về cuốn sách này:

Được biết cuốn sách vừa viết trong năm nay quả là một vinh dự lớn... Tôi chỉ vô tình thấy cuốn sách trong một hội thảo nhỏ, và cũng chẳng lạ gì với dòng chữ “thay đổi tư duy - thay đổi cuộc đời” trên poster cả. Nhiều cuốn sách đã viết về việc thay đổi tư duy và cho dù đã đọc nhiều tác phẩm loại này, tôi thấy chưa hẳn hài lòng, chân lý chưa sáng tỏ.

Trong buổi hội thảo ấy, người ta đã không phát cuốn sách đó cho tôi. Tôi về nhà với những

hình ảnh viên sỏi chất chồng rất Cân Bằng, và một điều gì đó mách bảo tôi phải tìm đọc nó để kiện toàn chân lý tôi đang tìm kiếm.

Các nhà sách gần tôi chưa có quyển này và tôi đã đọc nó trên website. Và bạn biết không, một món quà kỳ diệu được hé mở ngay từ những trang đầu của quyển sách mỏng ấy. Một chân lý đầy đủ được tác giả diễn giải theo không gian: từ nhỏ đến vô tận, theo thời gian: từ xưa đến hiện nay. Các nghiên cứu tỉ mỉ và cảm nhận uyên bác của tác giả làm bật tung mọi góc rẽ bần khoản trong chúng ta. Sau khi đọc xong tác phẩm, tôi nhận ra nhiều khía cạnh trong cuộc sống của tôi bị mất cân bằng trầm trọng. Hơn thế nữa nguyên do cũng sáng tỏ và tác giả đã mang đến chúng ta rất nhiều giải pháp. Trong khi đọc tôi cũng đã cố thách thức bản thân với các cảm giác bất an trong tương lai nhưng cuối mỗi đoạn, tôi tìm lại được sự bình an lạ kỳ. Một tác phẩm thật sự ấn tượng và tôi cũng rất mong đợi phần hai của cuốn sách ra mắt để nhiều người nữa được khai sáng bằng Tâm Pháp.

Tôi trân quý nỗ lực của các bạn!

**Hải Lê**

# KINH CA PHÁP BẢO ĐÀN

*Kinh động địa thiên, đốn giáo truyền*

*Tối cao chân lý mặc như nhiên*

*Nghìn năm ẩn nấp nơi rừng thẳm*

*Một khắc bùng lên khắp cửu thiên*

*Hoa khai nhụy nở khéo giống ai*

*Tổ sư trăm vị vẫn như hoài*

*Dưỡng nuôi đạo chánh trong tâm chánh*

*Đợi đến ngày kia Đạo hóa khai*

Vào một ngày kia cỡi Ta bà  
Đạo tà pháp dữ nở như hoa  
Nhiều nhưong chánh đạo chìm thâm cảnh  
Ấy lúc trực truyền Đốn giáo ra.

Tám muôn nghìn pháp biến hóa ra  
Quy nguyên chân lý chỉ một là  
Pháp tánh: bốn lai vô nhất vật  
Vật vật hóa hình, Ta với Ta.

Biết người, biết vật, biết ta  
Thấy thấy từ Không biến hoá ra  
Quy nhất cả Không cũng chẳng có  
Tối cao chân lý đó đấy mà

Khổ vui cũng tại bởi tâm tà  
Phân chia nhiều loạn cỡi Ta bà  
Chấp tranh vật chất và danh vọng  
Rồi lại chấp tay khẩn cầu Ta



Ta đây là Phật chẳng có gì  
Cúng dường xin xỏ để làm chi  
Không làm chân chánh chỉ cầu vọng  
Xuống dưới Diêm phù xẻo lưỡi đi!

Hóa thân, báo thân lại pháp thân  
Cả ba thân ấy chỉ một thân  
Chữ Ta trong ấy trọn đủ cả  
Tìm kiếm nơi xa để làm gì.

Đừng gieo nghiệp ác, tà tâm đạo  
Phật tánh nguyên hình chẳng thấp, cao  
Thấp, cao mà có do phân biệt  
Phát tâm từ bỏ biệt phân rào

Định tuệ nơi tâm chẳng khác nào  
Đừng tâm, tuệ phát hóa như sao  
Tuệ tâm có do không phân biệt  
Trí sáng, Khí, Thần sẽ bay cao!

*Phật tánh ở trong mỗi chúng sinh  
Khi không vọng tưởng, sẽ nguyên hình  
Chân chính thẳng ngay ấy là Đạo  
Ra ngoài tìm Đạo thấy vô minh*

*Khi mê Phật là chúng sinh  
Ma, Quỷ, Phật, Nhân cũng do mình  
Tỉnh ngộ, Ma kia cũng thành Phật  
Phật tánh trong tâm chẳng diệt sinh*

*Sống ở trong thế giới hữu hình  
Thiên đàng, địa ngục với chúng sinh  
Hết thấy đều cùng chung một thể  
Làm gì có thể khác ngoài mình.*

*Lúc vui: khi ấy hóa thiên đàng  
Đau buồn: địa ngục đến rước sang  
Ba sáu tầng trời nào chấp chứa  
Mười tám địa ngục cũng chẳng màng*

Chết đi sâu bộ rước thân về  
Hồn xiêu phách lạc lúc tỉnh mê  
Linh nhân hóa thân thành linh ảnh  
Pháp thân đâu thể rước “linh” về.

Hiện hữu báo thân thấy nhãn tiền  
Ân oán vay trả thật tự nhiên  
Đời này được phước thoát hiểm họa  
Con cháu nào đâu thoát nghiệp truyền

Truyền rằng công đức hơn phước đức  
Phước lành là hưởng quả tự nhiên  
Công đức là nhân sinh thành quả  
Nhân mà không sanh quả hết liền.  
Công đức do tâm tự tạo ra

Bình đẳng Phật tâm đấy chính là  
Đốn giáo chính là cân bằng đạo  
Không kiếm không cầu mảy thấy ra

*Thấy ra chân pháp: tự quy y  
Phật, Pháp, Tăng, Tâm có khác gì  
Tự quy, tự độ và tự ngộ  
Thanh tịnh tâm mình: pháp chính quy*

*Đạo ta chẳng luận rườm rà  
Thực thi chánh đạo tự tâm ta  
Bao muôn từ ngữ đều buông bỏ  
Đốn ngộ xong rồi, thoát Đạo ra.*

**(Nội dung: Huệ Năng.  
Thơ: Giác Tử)**

# KHÔNG

*Không hình, không tướng đó là không  
Không đến, không đi cũng tương đồng  
Không đúng, không sai, không dị biệt  
Không vui, không khổ: **thật Tính Không!***

*Không - không chuyển hóa, hóa ra hình  
Hình - hình hợp một lại hóa không  
Hình - không huyễn hóa hay thay đổi  
Thật tính trong mình: **ấy Tính không!***

*Không hiểu, không biết... cũng là không  
Chớ cố suy tư rối tơ lòng  
Không chấp phải trái, không phân biệt  
Khi rõ Tâm mình: **thấy Tính không!***

## NGỘ

*Như dòng sông chảy mãi  
Đời một bóng nước trôi  
Nổi chìm theo cơn gió  
Hợp tan một chớp thôi  
Vui chưa tàn bóng xế  
Buồn đã ở gần kề  
Vui buồn thôi đừng kể  
Đời thoát khỏi cơn mê  
Thoát ly vòng sướng khổ  
Sinh - tử - biệt - chia - ly  
Đó là Tâm giác ngộ  
Ai ơi hãy quay về!*

# TÂM GIÁC NGỘ

*Lắng nghe trong cõi Tâm ta  
Phật - Ma đều ở cùng nhà mà thôi  
Khéo phân cho rõ mỗi nơi  
Để khi hợp một biết nơi ta về:  
Khi mê, Ma đến bên lễ  
Tỉnh ngộ, Phật rước ta về chẳng sai.  
Phật - Ma tiếp nối nhau hoài  
Còn Ta phải tự (bước) ra ngoài khổ đau  
Ai ơi tỉnh ngộ mau mau  
Phật hay Ma đến, khác nhau do mình  
Mới hay muốn thoát tử - sinh  
Là do chính bởi Tâm mình mà thôi!*

## CÂN BẰNG

*Bao dòng sông con suối  
Đều đổ về biển khơi  
Đường đời muôn nghìn lối  
Cũng hợp một mà thôi  
Trăm đạo là một đạo  
Chớ ngăn chia đường nào  
Thì hoa sen sẽ nở  
Chân lý mở lối vào  
Một và hai là một  
Quay định lại chính thân  
Đó ấy là lối đạo*



*Đó ấy là lối đời  
Tự nhiên thuận ý trời  
Tự nhiên thuận lòng người  
Vô tư rộng miệng cười  
Dù sóng to bão lớn  
Thân tâm vẫn thanh thoi  
Chớ nghĩ suy phân biệt  
Thì tâm lệ ngừng rơi  
Đường đời bao phiền não  
Đừng dựng thêm lối rào  
Bình đẳng không phân biệt  
Sống lẽ đạo cân bằng  
Thì muôn sự hòa hợp  
Họa đi phúc tự tăng!*

## GIÁC NGỘ

*Mây phủ kín tầng không  
Sấm rền vang rung núi  
Âm ầm cơn bão nổi  
Tia chớp chói ngang trời:  
“Vũ trụ nào xa xôi,  
Ta thấy mình trong ấy.  
Tâm minh không khơi náy,  
Không Nhị phân chính là: (!)”*

*Ngàn năm trong tâm tối  
Chỉ một chớp: sáng lòa  
Khởi đi tìm chân lý,  
Kiếm tìm đâu nơi xa?  
Hãy dừng niệm tạo tác  
Tâm thấy Pháp ngay là  
Chân tâm là Chân lý  
Chớ cầu tìm chốn xa!*

(Ghi chú (!)=chân lý)

# TÂM MINH

*Kẻ mê chẳng tu đạo  
Ngu si nguyên trọn kiếp  
Kẻ tỉnh ham tu đạo  
Uổng phí kiếp nhân sinh.  
Mê - tỉnh ấy nhị biên  
Đó là vòng sinh tử  
Thoát tâm vòng sinh tử  
Ấy chính bậc: Thánh nhân.  
Hãy ngừng ngay suy tư  
Là liền bờ giải thoát  
Kiếm tìm nơi giải thoát*

Mãi tìm chốn hư không.  
Chẳng lý cũng chẳng lời  
Chẳng đến cũng chẳng đi  
Không cao cũng không thấp  
Chân lý: đạo quân bình.  
Đạo xuyên trời xuyên đất  
Làm gì có một tên?  
Khả đạo phi thường đạo  
Ấy lời dạy thánh nhân.  
Tìm đạo và theo đạo  
Ấy đích thị dân thần  
Ai ơi đang tu đạo  
Hãy tu cho chính mình.  
Một ngày dứt tu đạo  
Ấy mới thật tâm minh.

## TÂM PHÁP

*Đạo cân bằng: không sanh không diệt  
Không biệt phân: phải - trái; đúng - sai  
Khi tạm thời thì một hóa hai  
Là vĩnh cửu khi hai hợp một  
Chung một mối: quay về rường cột  
Là nương nhờ: đạo cốt không phân  
Vạn sự đời cứ thế đem cân  
Âu hóa giải tất muôn phiền não  
Vạn pháp đem quy là Đại đạo  
Thượng đế rằng: như thế không sai  
Còn đem phân: phải - trái; đúng - sai  
Là trôi mãi theo luân hồi vạn đại*

*Người nghe chớ một lần khờ dại  
Thì quá khứ - hiện tại - vị lai  
Hiện rõ ràng như ánh sáng mai  
Đem trí tuệ soi ra phản chiếu  
Cuộc đời ấy không phân đơn điệu  
Tâm Pháp đàn vọng tiếng phèng la  
Ta là Ta, cũng chẳng là Ta  
Là như thế Niết bàn ứng hiện.*

# TÂM THỨC

*Tâm sinh nhờ giống chủng  
Chủng là gốc của Tâm  
Tâm mà không có Giống  
Thì từ đâu Tâm sinh?  
Nếu không có Tâm sinh  
Thì từ đâu có Tánh?  
Tánh mà không có Hình  
Tướng từ đâu mà sinh?  
Số do Tướng mà thành  
Chớ tìm chạy loanh quanh  
Muốn số phận thay đổi  
Thay đổi chính Tâm mình!*



# TÍN

“Tín” tôi có tội tình chi  
Có chẳng bởi chữ nó đi theo mình  
Trung tín là giữ nghĩa tình  
Uy tín là bởi tâm mình có uy  
Mê tín thì thật là nguy  
Cuồng tín nguồn gốc trăm bề đảo điên  
Bội tín chẳng có bạn hiền  
Đại tín là có tài tiền đến ngay  
Người ơi khéo giữ “Tín” này  
“Tín” tôi không phụ người ngay, kẻ hiền.

# ĐẠO THIỀN

## Thế nào là tu thiền định?

Đạo thiền không phải là một tôn giáo, nói theo sát nghĩa thì đó là cách thức để thư giãn tâm trí. Bởi vậy khi chưa có tôn giáo con người đã biết thiền thể hiện qua các bức họa hang động từ mấy chục ngàn năm trước. Từ khi xuất hiện tôn giáo, thủy tổ của Do Thái giáo là Abraham, chúa Giêsu của đạo Kitô, nhà tiên tri Mohamet của Hồi giáo, Phật Thích Ca, các guru của Ấn giáo... cho đến phi tôn giáo như nhà khoa học Einstein, nhà chính trị Trần Nhân Tông, nhà quân sự Võ Nguyên Giáp cùng vô số triết gia, sử gia, học giả... đều thiền định để khai mở tâm trí và các năng lực của mình.

Với những con người bình thường chúng ta, hãy sống một cách vô tư với cái tâm trí tuệ - đó chính là tu thiên. Quay trở về tự tánh của một trẻ thơ, sống lương thiện làm ăn, không hại mình hại người, sống tự chủ tự lập, biết chia sẻ yêu thương, không đặt nặng vấn đề thành công hay thất bại đó chính là sống với Tâm trí tuệ. Khi làm được điều ấy tức là bạn đang sống trong thiên đàng rồi còn tìm kiếm chi nữa?

Tu thiên thật đơn giản, ấy vậy mà khó đạt nên mới phát sinh ra nhiều môn phái hay tôn giáo khác nhau để người ta dựa vào mà giữ lấy mình gọi là tu tiệm pháp. Vì thế nếu còn tìm cho mình một cách tu nào mà còn phải dựa vào môi trường cảnh vật thì chưa thể gọi là đạt đạo, vì sống bình thường chính là đạo (Lâm Tế Hòa Thượng). Người ta chế ra đủ mọi lý thuyết cao siêu, giải thích theo lối áp đặt của mình cho người học đạo rồi bảo đó là lời chư Phật dạy giải thoát. Xin hãy cảnh giác đừng để bị lợi dụng. Chỉ bạn mới là người thầy trung thành nhất của mình mà thôi.

Mỗi người chúng ta là một cảnh đời riêng. Người thì cần nhiều tiền, danh vọng, người thì con cái không như ý, người thì sức khỏe và đủ thú nữa đan xen. Thế là khi chúng ta không vừa lòng là cảm thấy khổ, đạt được ý mình cảm thấy vui. Mà cuộc đời thì khổ nhiều hơn vui nên chúng ta cứ phải buồn phiền. Nếu mà chúng ta sống được với cái tâm làm chủ, không bị hoàn cảnh làm ảnh hưởng (hoặc ít bị) thì sẽ không có cảm giác buồn phiền nhiều. Muốn vậy trong cuộc sống đừng có chạy đua với những cái của xã hội mà vượt quá sức mình, nghĩa là ta cứ làm việc bình thường, dù thành công ít hay nhiều cũng được, thất bại cũng thấy không quan trọng gì. Làm thế là ta không bị ngoại cảnh chi phối. Ta là người tự do, ta sẽ được giải thoát. Ta làm mọi thứ mà như không làm gì, sống giữa xã hội mà không bị hoàn cảnh chi phối. Đó chính là lối sống thiền định chứ không phải cứ tối ngày ăn chay niệm Phật, sống trong rừng sâu núi cao, tu ẩn giữa chùa cốc... như các pháp môn khác. Hãy cố gắng hiểu ý này nhé.

## Vậy thiền định là gì?

Thiền là bằng phẳng, định là dừng lại, trụ lại. Vì vậy thiền định chính là việc giữ cho Thân và Tâm chúng ta được bằng phẳng tại một điểm dừng nào đó, gọi tắt là CÂN BẰNG.

Đúng vậy, người ta có hai trạng thái cơ bản của thân và tâm, một là hướng ra bên ngoài mình gọi là động, hai là hướng vào bên trong mình gọi là tịnh. Thường chúng ta hay mãi mê chạy theo cái động bên ngoài mà quên đi cái tịnh bên trong và điều này đã làm chúng ta mất cân bằng trong cuộc sống, từ đó sinh ra bao đau khổ và phiền não cho chính mình đó các bạn ạ. Vì thế thiền định để chúng ta cân bằng hai cái này lại, giúp chúng ta có được sức khỏe và trí tuệ để mà làm việc, đem lại thành công cho chính bản thân mình.

Tính chất động và tịnh là thuộc tính tự nhiên của muôn loài nên thiền định cũng không liên quan gì tới tôn giáo cả đâu, vì ai mà chẳng cần thành công nên ai cũng cần sự cân bằng phải không các bạn. Thiền định đơn giản vậy thôi

nhưng tôi là người có 25 năm thiền, vậy mà khi đọc hàng trăm trang sách về thiền của các học giả xong thì... chẳng hiểu gì cả. Đơn giản chính là đạo.

## Và thiền định như thế nào?

Muốn cân bằng thân tâm của mình thì các phương pháp đều đa phần khuyên chúng ta ổn định tâm của chúng ta trước. Nhưng bây giờ các bạn thử làm ngược lại là ổn định thân của mình trước. Tư thế ngồi hay đứng kiểu nào cũng được, chỉ cần có thể thả lỏng để chịu cho cơ thể để tập được lâu. Đặt một vật gì đó lên đỉnh đầu và cố chú ý giữ cho vật ấy đừng rơi xuống gọi là tập cân bằng. Tập cho đến khi không cần chú ý nữa mà vật cũng không rơi là được. Kéo dài sự cân bằng này từ từ, mới đầu là 3 phút, 5 phút rồi 30 phút... Bạn sẽ bắt đầu tự cảm nhận được trạng thái tâm thiền là thế nào. Đưa trạng thái cân bằng này vào mọi hành động trong cuộc sống như làm việc, đi, đứng, ngủ, nghỉ... suốt cả ngày tức bạn biết thiền định rồi đó. Đây là lối tập chúng nghiệm trực tiếp, không lý thuyết dài dòng khó hiểu phải không các bạn?

Nếu không thích cách này, các bạn có thể để sự chú tâm của mình vào việc theo dõi hơi thở, hay là chú tâm tới bất cứ cái gì mà bạn thích dù nó ở trong hay ngoài cơ thể của mình đều được. Sau thời gian ngắn bạn hãy im bật tâm trí đừng để tâm chạy theo những sự chú ý đó nữa là ta sẽ rơi vào trạng thái rỗng không của thiền.

### **Công dụng của thiền định?**

Khi tâm trí ta thanh tịnh thì trí óc sẽ được phục hồi năng lượng giống như ta nạp pin vậy. Khi trí óc nhiều năng lượng thì trí tuệ sẽ phát sinh. Hơn thế nữa ta có nhiều khả năng khai mở siêu thức của mình để có những công năng đặc biệt. Đó là mối tương quan giữa định và tuệ.

## THIỆN TÔNG

Nếu đạo thiên chỉ thuần túy là một phương pháp luyện tập để cân bằng thân tâm trong cuộc sống và không liên quan gì đến tôn giáo cả thì Thiên tông là một pháp môn tu hành trong đạo Phật. Nói vậy bởi vì thiên tông được truyền thừa từ nhiều đời Tổ đến nay vẫn sử dụng các giáo lý đạo Phật làm cơ sở tu tập như nhân quả, nghiệp báo và Không tính... Tuy nhiên với quan điểm của thiên tông thì các quan niệm về các cõi trời, thiên đàng, địa ngục hay các nhân vật như Phật, thánh, ma... đều là các hình tượng biểu trưng cho một điều gì đó để răn dạy con người ta chứ không có trong thực tế như niềm tin của nhiều pháp môn và tôn giáo khác.



Cốt chỉ thiên tông muốn con người nhìn nhận thực tế về cuộc sống, vũ trụ và hiểu biết chính tâm tánh mình để tự đốn ngộ, tức là tự tu tập, tự giác ngộ để mà sống tự chủ tự lập không nên dựa dẫm vào hoàn cảnh bên ngoài. Và tư duy này rất phù hợp với tư duy hiện đại của con người ngày nay đã được các chư Tổ phát minh hàng ngàn năm trước.

### **Sắc tức thị Không**

Nhiều người muốn tôi giải thích chữ “Sắc tức thị Không, Không tức thị Sắc” trong kinh Bát nhã.

Vâng, hai chữ “Sắc” và “Không” là hình thái đối lập nhau, dùng cái này để biểu hiện ra cái kia, như thể do xung quanh bạn là không khí trong suốt thì người ta mới nhìn thấy được bạn, và cũng vì có bạn nên mới thấy xung quanh bạn là khoảng không trong suốt. Điều này có nghĩa là trong cái Không mà kết hiện lại theo duyên thì mới tạo ra được Vật, ngược lại nếu không xuất hiện Vật thì cũng chẳng thể có được cái Không!

Không và Sắc (Vật) nương nhau mà hiện do đó mà khi vật trong thể Không thì có tính chất là Vô ngã, còn khi xuất hiện Vật thì Bản ngã sẽ hiện hình. Bởi thế vô ngã và bản ngã cũng chỉ là nương theo nhau mà hiện ra, không có cái này thì cũng chẳng có cái kia là thế. Cả hai trạng thái Không và Sắc đều quan trọng ngang nhau nên tùy ta đang sống trong thời nào thì phải cân bằng với thời đó mới tồn tại được bạn ạ.

Hiểu vấn đề này ta sẽ thấy tính tương đối của vũ trụ, và đó cũng chính là nội dung cơ bản trong lý thuyết tương đối của Einstein.

## **Bát chánh đạo**

Người ta hỏi tôi về ý nghĩa Bát chánh đạo trong Phật giáo. Tôi hỏi lại bạn quan niệm **THẾ NÀO LÀ HẠNH PHÚC?** qua câu chuyện sau:

Ông thầy tu bảo mấy người làm kinh doanh tối ngày lo toan tính toán tiền bạc và nhậu nhẹt, đó là mang nghiệp khổ sinh tử luân hồi chú sung sướng gì. Thôi ta cứ ngồi niệm Phật cho an lành.

Ông làm kinh doanh bảo mấy cha đầu trọc suốt ngày chỉ biết tụng niệm lý thuyết, ăn bám, chẳng biết rượu, thịt, gái. Sống vậy có gì vui mà cứ đòi dạy bảo người khác. Thôi kệ cứ nhậu đã, mai ra sao cũng được.

Cuối cùng ai là người hạnh phúc hơn? Và tại sao họ lại suy nghĩ khác nhau như vậy?

Mọi thứ đều là tương đối, mỗi chúng ta có tâm thức khác nhau nên có cách suy nghĩ khác nhau, chỉ chúng ta mới tự biết mình hạnh phúc ở chỗ nào mà thôi. Tám đường chánh của từng người cũng y như vậy, chỉ mỗi chúng ta mới biết đúng sai, phải làm theo Tâm thức mình chỉ dẫn và luật nhân quả sẽ phán xét bằng kết quả. Cái đó gọi là Kiến Tánh. Tôi phát minh ra bản đồ 64 tâm thức con người. Mọi PHÁP THÂN từ thánh, người, ma... đều nằm trong đó. Tùy ta HÓA THÂN vào ô tâm thức nào thì sẽ được BÁO THÂN ở đó, chính báo thân sẽ cho bạn suy nghĩ, hành động và số phận theo ô tâm thức mà bạn đang ở.

Qua bản đồ này chúng ta có thể tự biết TỰ TÁNH của mình. Chúng ta cũng dùng nó để

khảo sát về một quốc gia, công ty, cá nhân. Nó có thể là cái sàng để chúng ta lựa chọn phân loại người trong xã hội. Chúng ta có thể dùng bản đồ tâm thức này để sửa mình và điều chỉnh người khác theo ý muốn và dự báo tương lai.

# KHAI NGỘ ĐỒN GIÁO

Sắc tức thị Không - Không tức thị Sắc là một trong những câu khẳng định nổi tiếng nhất của đạo Phật.

Hiểu theo nghĩa đen: Tất cả mọi thứ, từ thiên hà vũ trụ, Phật, thánh, người, ma quỷ... đều từ Không mà ra. Và ai cũng vậy, tất cả cuối cùng sẽ trở về Không. Khi hiện bày là Có, khi biến mất là Không, thật đơn giản!

Vậy thì chúng ta đang tụng niệm kinh kệ mỗi ngày, chúng ta cúng lạy Phật mỗi khi làm lễ để làm gì, ý nghĩa thực sự của việc này là gì, chẳng lẽ chúng ta thờ cúng cái tượng gỗ hay tôn thờ cõi mộng lung là Không?

Đốn giáo là một pháp của đạo Phật. Đốn giáo chỉ ra rằng con người là trung tâm của vũ trụ và tự tánh đi theo của con người chính là tánh Phật, vậy mới có câu: “thấy Tánh thành Phật”. Vì là trung tâm nên mọi vui buồn, sướng khổ, thiên đàng, địa ngục... đều do chính con người tự tạo ra.

Theo đốn giáo của Phật giáo thì tất cả mọi nghi lễ, ảnh tượng, bùa phép, câu kinh... đều mang tính tượng trưng cho những cái mà nó đại diện. Khi chúng ta đi lễ, khi chúng ta trang nghiêm trước tượng ảnh, khi chúng ta thả tâm hồn vào lời kinh, tiếng nhạc... thì nghĩa là ta đang hướng đến một hình ảnh thánh thiện, lấy thánh nhân làm gương, lấy lời dạy của họ làm đường chỉ lối cho con đường sống của chính mình, đặc biệt là giữ gìn đức tin.

Ảnh hưởng của những hành động đó đến với chúng ta khá rõ nét, chúng ta cần hiểu là mọi trạng thái của con người như: thánh, người, ma, hiền, dữ, thông minh, ngu độn, ác, thiện... đều nằm sẵn trong tâm thức hay siêu thức của mỗi chúng ta. Khi được một năng lực thích hợp kích

hoạt thì tự nhiên những năng lực trạng thái ấy xuất hiện trong ta và thế là có kết quả. Cái năng lực kích hoạt ấy thường đến từ tôn giáo, mỗi tôn giáo đều có năng lực riêng phù hợp, và cũng có thể đến được do chúng ta tự kích hoạt. Vâng chính xác là thế đó, cái mà bạn cầu xin thần linh mà thấy có được ấy đến từ chính siêu thức của bạn, bởi vì năng lực thần linh ấy đang nằm trong bạn, tất cả mọi người, từ người âm đến người dương đều đang nằm sẵn trong bạn, bạn chỉ việc kích hoạt lên nhờ qua tôn giáo mà thôi!

Đốn giáo của phái Thiên tông Phật giáo cũng vẫn sử dụng các quan niệm và phương tiện của đạo Phật như tính Không, nhân quả, thiên định, tứ diệu đế và giới luật... làm chỗ dựa để tu tập. Riêng quan niệm Phật tánh là vô sanh vô diệt, vô khứ vô lai, tự nhiên có sẵn mà bất cứ loài sinh vật có trí nào cũng có cho nên không có sự tái sinh luân hồi của linh hồn. Lý luận là khi mọi thứ, kể cả linh hồn đều là Không thì cái gì sẽ luân hồi, hay là mọi thứ luân hồi trở về Không, tức quay trở về xuất phát điểm của vạn sự? Nếu thế thì ý nghĩa của việc tái sinh của thiên tông

đã khác theo cách hiểu thông thường rồi. Đó là điểm khác biệt so với các pháp môn khác cùng trong hệ thống đạo Phật.

Giáo lý Thiên tông rất đơn giản, thể hiện qua bài thơ rất nổi tiếng sau:

*Bất lập văn tự,*

*Giáo lý riêng truyền:*

*Trực chỉ chân tâm,*

*Kiến tánh thành Phật!*

Về sau một thánh nhân vô tiền khoáng hậu của lịch sử Phật giáo là Lục tổ Huệ Năng đã soạn giảng chi tiết nội dung bằng lập sách *Pháp bảo đàn kinh* còn lưu truyền đến nay đã gần 1500 năm. Hậu thế còn biết đến Thiên tông Phật giáo cho đến nay chủ yếu là nhờ công lao của Ngài.



# THIỆN GIÁO

Giáo lý của Thiền vô cùng đơn giản bởi vì mục đích của Thiền là quay về khuynh hướng tự nhiên cơ bản nhất, đó là bản chất tối hậu Không tính.

A. Về mặt nội dung chỉ là “Kiến tính thành Phật” và “Tâm tức Phật”.

Phật tính là một từ chỉ cách gọi khác của chân lý hay bản tính của vũ trụ. Những cái gì mà bạn đang thấy và chưa thấy chính là vũ trụ và bản chất của nó. Điều này nghĩa là, do mọi vật đều có tính chất nên mọi vật đều có Phật tính.

Kiến tính tức là hiểu ngộ sâu sắc về cái gì đó và người nào có khả năng hiểu ngộ như vậy gọi là người kiến tính hay thậm chí có thể thành

Phật nếu người đó biết rõ ràng mọi thứ trong vũ trụ. Ngài Thích Ca Mâu Ni là một người như vậy nên mới gọi là Đức Phật.

Các đức Phật, đối với thiên tông của đạo Phật, thì ngoài những con người thật đã trở thành Phật giống Thích Ca thì còn có rất nhiều vị Phật biểu tượng do con người tưởng tượng ra với mục đích tạo ra một hình tượng để tín đồ nhắm tới (thần tượng) mà tu hành. Đó có thể là Phật Quán Thế Âm tượng trưng cho tình yêu và lòng từ bi cứu độ, có thể là Phật Di Lặc tượng trưng sự no đủ và hoan hỉ, riêng Phật Thích Ca là có thật thì tượng trưng cho thanh tịnh và trí tuệ. Những vị Phật biểu tượng ấy cũng giống hệt như ba ông Phúc – Lộc – Thọ mà ta đang trưng bày trong nhà với mong muốn những phúc lộc ấy sẽ đến với ta vậy, và ta cũng có thể gọi ba ông này là Phật Phúc – Phật Lộc – Phật Thọ nếu muốn.

Bản chất con người không khác với bản chất thiên nhiên vì chúng ta là một thành phần của tự nhiên, do đó hiểu vũ trụ là hiểu con

người, hiểu con người là hiểu vũ trụ và người nào kiến tính được vũ trụ cũng kiến tính được cả con người.

Trong con người, cái Tâm là chủ đạo nhất vì nó chính là linh hồn, là sự sống và mang lại cái khác biệt cho vật chất thân xác so với những vật chất khác như sỏi đá. Bởi thế để hiểu con người chỉ cần hiểu cái Tâm là đủ và người nào thấu hiểu, tức kiến tính tâm người hay tâm mình thì người đó sẽ trở thành người cao kiến nhất và xứng đáng hưởng quả vị Phật, tức người đã Giác ngộ. Tâm tức Phật là thế.

Một khi bạn đã hiểu tâm mình và tâm người, tất cả những ngôn từ khác là thừa, vì mọi lý luận trên đời này cũng chỉ để cố gắng mô tả bạn và vũ trụ này mà thôi. Vậy thay vì bạn cố gắng hiểu mình và vũ trụ bằng những lý luận bên ngoài đưa vào, tức tiệm giáo, mà có khi bạn học cả đời hay đọc hàng ngàn cuốn sách cũng chưa ngộ lý nổi, bởi vì bạn sẽ bị chìm trong đại dương tri thức của người khác, thì bạn chỉ cần quay vào để chiêm nghiệm trong chính bạn và

một khi bạn trực ngộ ra bạn thì nghĩa là bạn đã nắm cả vũ trụ trong tay rồi, con đường này gọi là Đốn giáo. Kiến tính thành Phật là vậy.

B. Con đường thực hành cũng đơn giản, đó là Thiền định và Cân bằng.

Thiền định để Tâm bạn thư giãn và nạp năng lượng. Khi Tâm thư giãn (thiền) đến mức rỗng suốt, trí bạn không dao động (định) thì trí tuệ bạn sẽ được phát sinh từ trong siêu thức của bạn. Nhiều công năng mới của trí huệ bạn sẽ xuất hiện và bạn sẽ biết được nhiều thứ mà trước đây chưa từng biết. Thật ra mọi thứ đều có sẵn ở đó từ lâu nhưng chỉ vì bạn chưa khai mở được tiềm năng nên ánh sáng bị che lấp mà thôi, nay mây bị thổi đi, mắt sáng hơn ta sẽ thấy được chân lý mà ta chưa từng được thấy. Như thế là thiền định sẽ trao cho bạn quyền năng của sự sáng suốt và đi kèm theo đó là sự sáng tạo.

Đến lượt bạn đem cái sự sáng suốt ấy để nhận biết mọi sự trong vũ trụ và ứng dụng vào cuộc sống của bạn. Nguyên tắc của việc ứng dụng là mọi thứ trong vũ trụ phải được nhìn

nhận và đối ứng một cách cân bằng, chính sự sáng suốt sẽ giúp ta phân tích từng việc và biết cách cân bằng thế nào với môi trường một cách tốt nhất, và chính sự phán xét của nhân – quả sau đó sẽ mang lại số phận chúng ta.

C. Về ảnh hưởng đối với xã hội thì bạn thấy đó, theo phân tích ở trên thì Thiên giáo hầu như không liên quan gì đến đức tin cả. Bạn có niềm tin vào bất cứ cái gì, vào tôn giáo nào cũng đều không có sự trở ngại, nếu không muốn nói là thiên còn có lợi cho mọi tôn giáo, bởi vì rất nhiều tôn giáo khác nhau đều sử dụng đến thiên qua các tên gọi khác nhau, ví dụ mạc Khải, Khải huyền, thông giao, thông thiên, thiên giao cơ bút... đều là các cách thức riêng của thiên.

Như thế các bạn dù là ai, dù bạn có tôn giáo hay không, theo tôn giáo nào, giàu hay nghèo, người bình thường hay nhà chính trị, nhà trí thức, có tu hành hay không... thì cũng không có gì ngăn cấm chúng ta đến với thiên định cả.

Thiền định, nếu không được cố tình đưa kèm vào tôn giáo, thì chỉ đơn thuần là sự khai sáng trí tuệ. Đã thuộc loài người thì ai cũng có khả năng trí tuệ (Phật tính) y hệt nhau, hãy vén bức màn vô minh để lấy ánh sáng trí tuệ vào trong tâm trí mình, các bạn sẽ có một cuộc đời thay đổi, thay đổi một cách căn cơ, có nền tảng khoa học và phù hợp với sự tiến hóa của cuộc sống thời đại.

D. Thiên tông hiện đại ra đời với một mục tiêu cao cả, đó là kêu gọi mọi người, ở mọi tôn giáo, hãy cùng nhau dẹp bỏ cái tôi (bản ngã) cá nhân, cùng nhau hướng đến cộng đồng, cùng nhau tồn tại hòa bình và cùng nhau thay đổi. Chúng ta, gồm vô thân và hữu thân, mọi tôn giáo, mọi hệ ý thức, tư tưởng chính trị và xã hội... hãy nhìn thấy sự cần thiết của sự thay đổi, cấp tiến và hiện đại, thực tế hơn để hòa nhập dân sinh và mang lại lợi ích thực tế nhất cho cộng đồng.

Giáo lý Thiên tông hiện đại đi sâu vào chi tiết về việc phải làm sao để giải quyết sự khổ

đau và bất bình đẳng một cách phù hợp nhất với hoàn cảnh xã hội. Chúng tôi mong bạn thông cảm nếu không bắt gặp hình ảnh của lý thuyết tôn giáo về thiên đàng, địa ngục hay các vị thần linh, cũng không trình bày sâu xa mọi lý thuyết tôn giáo vì những điều ấy các bạn đã được gặp hay nghe nói rất nhiều trong tôn giáo và kinh sách. Ngược lại các bạn sẽ bắt gặp khoa học trong tôn giáo và tôn giáo trong khoa học, những phân tích tỉ mỉ theo khoa học về sự sống hay bản tâm con người với những đồ hình 64 dạng tâm thức, những cấu trúc vũ trụ theo trực nghiệm nhà thiền như sóng xoắn, hấp dẫn sinh học, năng lượng âm, vũ trụ trạng thái và giải thích thế giới tâm linh... theo những cách có lẽ là rất mới đối với đa số chúng ta, và chính những điều đó đã tạo ra nội dung khác biệt.

## LUẬN VỀ SINH TỬ

Học thuyết về sinh tử là một trong những thuyết chủ chốt trong hầu hết mọi tôn giáo. Có vô số cách để giải thích về câu chuyện chúng ta được sinh ra từ đâu và khi chết thì sẽ đi về đâu. Ngay những người cùng đạo cũng vẫn hiểu mỗi người mỗi kiểu vì dựa vào sự hiểu biết của họ về những điều trong các kinh sách đề cập. Bởi vì kinh sách được dịch từ tiếng nước ngoài, với nhiều câu văn cổ cùng quá nhiều thuật ngữ của tôn giáo, chẳng mấy người bình thường hiểu được nên thường dẫn đến việc suy luận lung tung, thế là diễn dịch sai ý. Để hiểu đúng ý kinh ta phải ngộ, tức đưa tinh thần hòa hợp tần số của



người viết ban đầu, do đó mới gọi Phật pháp là bất khả thuyết, vì lý thuyết là vào ngôn từ, ngôn từ sinh từ tư duy chủ quan.

Để giải thích vấn đề này theo kiểu của tôn giáo, tôn giáo hiện sinh mà đại diện là đốn giáo của Thiền tông hiện đại giải thích như sau: sự sống chết của con người mấu chốt vẫn dựa vào chủng tử tức nhân quả và duyên hợp - tức nghiệp báo. Con người sống chia làm hai thứ:

- Phần thân xác được di truyền từ cha mẹ, thông qua các chủng tử là trứng và tinh trùng, do duyên của cha mẹ giao hợp lại.

- Phần tâm linh được đưa vào thân xác đó để làm ra sự sống cho nó. Phần tâm linh này cũng bao gồm chủng tử nằm sẵn trong trứng của mẹ và tinh trùng của cha trong tàng thức, các chủng tử này gọi là tánh chủng, Như lai tàng, thánh linh... cấu tạo bởi vô số trạng thái tâm gọi là Phật tánh để tạo thành giống chủng đó. Đến lượt các giống chủng Phật tánh của cha và mẹ hợp lại với nhau bởi duyên hợp của họ, thế là có một sinh linh mới ra đời.

Theo kinh sách Đại thừa thì các thứ Phật tánh ấy đều nằm sẵn trong tàng thức của mỗi chúng ta cũng như trong trời đất. Chúng không do ai sinh nên cũng chẳng bị diệt, chỉ có gặp duyên để hiện ra hay không mà thôi. Vì thế vấn đề tái sinh linh hồn cũng cần lập luận lại cho đúng bản chất của vấn đề: linh hồn không sinh không diệt, linh hồn mọi người là trạng thái và không khác biệt, nhưng linh hồn người này khác linh hồn người khác, giống như dòng chảy nước đầu nguồn hôm nay và ngày mai là hai dòng khác nhau dù vẫn gọi là dòng nước. Nếu có sự trùng lặp nào đó chỉ là do “mượn hồn hay nhập hồn” mà thôi.

Như vậy để giải thoát sinh tử thì theo thuyết Phật giáo phải làm sao để cắt duyên hợp thành của các chủng tử, tức là trứng sẽ không gặp tinh trùng để không tạo thành được thân xác, đồng nghĩa người nam và người nữ đồng đi tu không lập gia đình, tránh sinh con cái; hoặc là không để các chủng tâm có thể hợp lại để khai triển sinh linh và điều này người ta cần đạt đến một trình độ tu hành nào đó để điều khiển được cả tâm thức của mình.

Trong đạo Phật, thuyết sinh tử còn được dùng mô tả cách tư duy và hành động trong công việc đời thường. Nếu ta tạo SINH ra sự việc mà suy tư và hành động có mục đích nghĩa là đã tự tạo nhân nghiệp, kết quả dù tốt hay xấu mà đến theo nhân nghiệp ấy đều là TỬ. Bởi thế nên muốn giải thoát khỏi sinh tử rắc rối của cuộc sống phải chú ý đừng tạo ra nghiệp sinh thì sẽ cắt luôn nghiệp tử, hiểu là sống tịch diệt. Vì là kẻ sống thực tế nên tôi thấy cách sống này chỉ thích hợp với một số vô cùng ít những dạng người đặc biệt vì trong xã hội rộng lớn, chúng ta không thể ngừng làm việc nuôi sống bản thân và gia đình, đã làm việc phải có tư lương suy tính và do đó chúng ta chỉ nên ước mong tiệm cận dần dần để được giải thoát khi tuổi đã về chiều thôi nhé.

Như thế là lý thuyết tôn giáo không mâu thuẫn với khoa học: cho rằng mọi dạng tinh thần con người đều nằm sẵn trong mỗi người, chỉ tùy điều kiện mà ứng hiện ra thôi. Thứ nữa là sự sống sinh vật cấu tạo bởi thân thể và tâm thể, tâm thể gọi là linh hồn hay tinh thần điều hành thân thể, nghĩa khác là sự lập trình thông

tin sinh học của tạo hóa trên trường năng lượng sinh học. Tất cả quá trình trên, dù giải thích theo duy vật khoa học hay duy tâm tôn giáo thì đều lấy nhân quả cân bằng và nguồn gốc phát sinh làm chuẩn, tức là cấu trúc từ sự cân bằng của các yếu tố tạo thành.

Mỗi người chỉ cần có nhận thức đúng đắn về cái tự nhiên phải có, sau đó chúng ta tự lựa chọn cho mình một cách suy nghĩ đúng đắn nhất, nếu chúng ta luôn suy nghĩ hướng thiện, lời ăn tiếng nói vừa phải, tư tưởng lẫn việc làm đều trong sáng, tình cảm bao la như các vị thánh nhân thì tự nhiên chúng ta là thánh nhân, thành Phật. Tâm chúng ta còn tà vạy, buôn gian bán lận, kinh doanh lừa lọc, làm việc thì tham nhũng, ăn hối lộ, hại người khác, hại dân, hại đất nước... thì dù miệng nói hay thế nào đi nữa, bụng vẫn thuộc loài ma quỷ thôi. Thánh nhân sẽ có số phận của thánh nhân. Ma quỷ sẽ có số phận của ma quỷ. Đó chính là nhận thức cân bằng. Nhân quả không sai. Nghiệp báo chuẩn xác. Sinh tử là ở ngay trong cuộc sống này ta tự tạo.

# LUẬN VỀ CÓ - KHÔNG

Trong đạo Phật có một bài giảng gọi là Tứ diệu đế. Bài giảng cơ bản này cho chúng ta biết về nguyên nhân nỗi khổ cuộc đời, đó là:

- Khổ đế
- Tập đế
- Diệt đế
- Đạo đế

Và để giải quyết vấn đề khổ đau của mình thì liều thuốc uống chính là hiểu về bát nhã tâm kinh. Kinh Bát Nhã gắn với ý chính chỉ nói về Có và Không. Tất cả việc thế tục, vạn vật... đều quy là có và không. Ta hiểu và áp dụng lý thuyết này như thế nào đây?

Theo cách hiểu thông thường của đại chúng thì kinh cho chúng ta biết mọi thứ đều là giả duyên hợp, lúc hiện bày là có, lúc hết duyên là không. Bởi vậy mỗi lúc chúng ta gặp đau khổ về việc gì đó thì chúng ta phải tưởng tượng rằng: “cái này cũng chỉ là không có thật thôi mà” hay “mọi thứ đều là vô ngã, vô thường thôi mà” nên mình buồn làm gì, Phật dạy thế rồi. Đây là phép tự kỷ ám thị, thật ra nó cũng ích lợi nên vẫn được rất nhiều người áp dụng.

Theo cách hiểu của các bậc cao nhân còn gọi là thiện trí thức thì vạn sự đúng là vẫn giả hợp, tức không tồn tại vĩnh viễn. Nhưng vì hiểu biết tự tâm (không phải tự kỷ) nên họ không quan tâm tới sự hợp - sự tan, điều này nghĩa là khi gặp thời Có, ví dụ được thăng chức, hay giàu có, thành đạt... họ cũng bình thường, chẳng vui, chẳng buồn, và nếu khi ở thời Không như mất chức, sống nghèo, mất tiền, ốm bệnh... họ cũng thấy bình thường, tức chẳng vui, chẳng buồn. Họ vẫn có khả năng nhìn nhận và cảm giác mọi thứ trong vũ trụ như chúng ta nhưng họ lại kiểm soát tốt cảm xúc của mình.

Về cơ bản, cả hai cách ứng dụng trên đều có lợi ích, nhưng cách ứng dụng thứ nhất vẫn còn “rất đời” nghĩa là chỉ khi ta gặp vấn đề đau khổ mới cuống lên tìm thuốc giải, và như thế cuộc đời vẫn chịu sống trong cảnh chìm nổi loanh quanh gọi là sinh tử luân hồi, cứ vui chơi đến khi bệnh thì uống thuốc, hết bệnh lại vui chơi tiếp, rồi bệnh lại tìm thuốc... Do uống thuốc quá nhiều hay uống quá liều nên cơ thể có thể bị suy kiệt, thần kinh có thể bị ảnh hưởng xấu. Những người này thường chỉ nhìn cuộc đời theo ý mình.

Còn với cách ứng dụng thứ hai của người trí thì phòng thủ lo xa, không để mọi thứ vui hay buồn cuốn hút nên chẳng bao giờ buồn mà cũng chẳng khi nào vui quá mức, tức họ sống điều độ, vì không có bệnh nên cũng không cần tìm thuốc giải. Bạn thấy tướng mạo của họ lúc nào cũng trầm tĩnh, nói năng suy nghĩ rõ ràng cho dù hoàn cảnh gia thế là người giàu hay nghèo về của cải. Cái nghèo giàu của thế gian thường được quy về vật chất và danh vọng, cái giàu nghèo của bậc trí lại quy về trí tuệ nên người ta mới được luôn trầm tĩnh và sáng suốt như

vậy. Những người này gọi là sống giải thoát khỏi sinh tử luân hồi. Những người trí tuệ cao luôn nhìn cuộc đời như chúng nó đang là.

Và cho dù còn bao nhiêu cách giải thích khác thì cũng chỉ là tùy phương tiện mà ứng dụng vào mỗi câu chuyện cho phù hợp, chứ nội hàm cơ bản cũng chỉ là thế mà thôi.



# LUẬN VỀ ĐẠO VÀ ĐỜI

Trên đời này có nhiều thứ đạo mà chỉ có một thứ đời. Đạo cao nhất là đạo của tự nhiên mà chúng ta hay đặt tên là Thượng đế, là Không, hay... là gì cũng được. Từ đạo chung nhất này mà con người tự khai triển thành nhiều hệ thống tư tưởng khác nhau tạo nên nhiều tôn giáo hay hệ thống chính trị khác nhau mà ai cũng tự cho mình là “chân lý”.

Thường các “chân lý” rất cao siêu chủ yếu dựa vào các hệ thống lý luận gọi là giáo lý cũng rất “cao siêu” nên chẳng mấy ai trong đại chúng bình thường mà hiểu được và như thế là cần thiết xuất hiện một lớp “đạo sư” để chuyên đi

giảng giải gọi là giảng pháp. Và từ đây Đạo và Đời bắt đầu thâm nhập với nhau.

Giống như căn nhà và con người. Nếu nói nhà của người tức người là chủ của căn nhà, điều này là đương nhiên vì con người xây dựng ra ngôi nhà. Nếu nói đạo của đời tức là đời là chủ của đạo cũng sẽ là đương nhiên vì đời, tức là xã hội, bao gồm con người, muôn loài và vũ trụ... là có trước, đạo là lý thuyết, là tôn chỉ, là pháp luật, giới luật... được con người xây dựng sau.

Ấy vậy mà xưa nay chúng ta hay có thói quen ứng dụng lại theo kiểu đời của đạo, tức là buộc đạo làm chủ của đời, nghĩa là sự việc (Sự) gì trong cuộc đời chúng ta cũng phải làm sao cho phù hợp với lý đạo (Lý), bất kể cái lý ấy đúng hay sai và có còn phù hợp với thực tế hay không. Chúng ta luôn tìm kiếm cách để áp đặt tư duy và nhận thức trong kinh sách như thế suốt hàng ngàn năm nay, hàng vạn đạo sư giảng dạy như thế, hàng triệu thậm chí hàng tỷ tín đồ đã tin và làm như thế. Đây gọi là tôn giáo truyền thống.

Và ngày nay, cùng với sự phát triển của khoa học và tri thức mới hiện đại, đã vô số lần chứng minh nhiều chân lý của đức tin tôn giáo (lý đạo) ngày xưa không còn phù hợp, thậm chí không đúng nữa. Lấy ví dụ, ngày nay ai cũng biết là trái đất quay quanh mặt trời chứ không phải mặt trời quay quanh trái đất như quan niệm của ngày xưa. Ví dụ nữa, ngày nay ai cũng biết rằng hạt nguyên tử (nhỏ nữa là hạ nguyên tử, là năng lượng) là kết cấu của vũ trụ chứ không phải là do Tứ đại (đất, nước, gió, lửa) tạo thành... Nhưng mặt khác có rất nhiều thứ khoa học chưa chứng minh được nhưng đạo lại biết rồi thì đây cũng là điều cần thiết để xem xét nghiêm túc như vấn đề linh hồn con người.

Thế là có lẽ đã đến lúc chúng ta cần phải thực hiện một bước ngược lại, tức phải quan niệm rằng đạo là của đời, nghĩa là đạo phải phục vụ cho cuộc đời và muốn như thế thì lý đạo phải phù hợp với lý đời, như thế đạo mới tồn tại được. Hai cái này nương tựa vào nhau, phù hợp với nhau thì mới có được đạo cần đời - đời cần đạo. Cái này gọi là tôn giáo tiến hóa,

tôn giáo khoa học hay tôn giáo hiện sinh. Và thế kỷ XXI là kỷ nguyên mới của kiểu tư duy tôn giáo này: Chúng ta không cần phải thay đổi tôn giáo, chúng ta chỉ cần thay đổi về nhận thức của tôn giáo.

Mọi thứ đều có thể thay đổi, cho dù thay đổi thói quen không hề dễ dàng chút nào. Đôi khi trong quá trình thay đổi ấy chúng ta phải cần có một cuộc cách mạng, một sự mất mát... nhưng đó là những thứ chúng ta phải biết chấp nhận nếu muốn tồn tại trong thế giới biến động. Ai đó vẫn đang cố nắm giữ truyền thống lạc hậu, muốn giữ lại quyền lợi của mình hay bất kỳ lý do gì khác thì cần hiểu rằng chúng ta cũng chẳng tồn tại lâu trên cõi đời này được, hiểu theo mọi nghĩa đen hay bóng, vì thế tốt nhất là tự cải tiến tư duy mình để sao cho giữ được ý đạo cốt cho mình, cho con cháu và xã hội mai sau. Đó là cách tư duy cân bằng nhất.

Các bạn trẻ, các bạn là những người có học thức cao, vì thế các bạn cần hiểu rằng, ngoài tri kiến thức chuyên môn còn gọi là nghề nghiệp các bạn học được từ nhà trường, các bạn cần phải có

thêm hiểu biết về tri thức hay kinh nghiệm xã hội. Các bạn phải biết cách vận dụng hài hòa giữa những cái gì của Ta và cái gì của Chúng ta, tức cá nhân và xã hội, có như thế thành công hay thuận lợi... mới đến với các bạn. Hãy đem kiến thức mới mẻ của mình cộng với trải nghiệm về đạo lý vào sống với cuộc đời, điều này nghĩa là bạn đã biết áp dụng đạo - đời theo nguyên lý cân bằng. Cân bằng nghĩa là cái gì có lợi cho mình và cho người khác, phù hợp với khoa học thì tin và làm, cái gì mà còn cảm thấy u mê, mê tín, không nguồn gốc... thì đừng làm vội - hãy xem kỹ lại.

## ĐỨC TIN

Khởi thủy vì cuộc sống con người đã sống trong khó khăn gian khổ kéo dài nên việc ao ước mưu cầu hạnh phúc đã trở thành nhu cầu cơ bản của con người. Chúng ta ai cũng cần có một niềm tin nào đó để mà sống và tồn tại, đặc biệt là những lúc cuộc sống khó khăn gian khổ thì niềm tin là động lực để chúng ta vượt qua nghịch cảnh.

Và đức tin chính là một bản tính độc đáo của loài người, có lẽ điều đó làm nên sự khác biệt của xã hội con người với xã hội của các loài động vật khác. Cho đến nay vẫn không tìm ra bằng chứng nào cho thấy xã hội các loài động vật khác chúng ta cũng có một đức tin nào đó tương tự. Từ bản chất của đức tin mà tôn giáo

hay hệ tư tưởng được hình thành: bởi vì chúng ta cần phải tin vào “một cái gì đó” nên nếu có một cái gì đáp ứng được nhu cầu ấy là chúng ta tin vào đó vô điều kiện. Phải nói đức tin có một sức mạnh dù vô hình nhưng vô cùng mạnh mẽ, nó dẫn dắt con người làm được gần như mọi thứ suốt hàng ngàn năm nay. Vì thế chúng ta cần phải hiểu đúng bản chất của đức tin, vì nó có thể có lợi nhưng gây tai họa cũng rất lớn.

Đức tin tác động vào tinh thần chúng ta, dẫn dắt ta hành động theo và gây ra kết quả. Tác động có lợi của đức tin to lớn vì nó giúp con người có phương hướng trong cuộc sống bất định, nó là nguồn an ủi lớn lao khi người ta gặp đau khổ, cứu vớt khi người ta sắp tuyệt vọng và góp phần xây dựng nên các vấn đề văn hóa, đạo đức xã hội.

Tác động có hại của đức tin cũng lớn không kém khi nó bị người ta lợi dụng lôi kéo vào các cuộc chiến tranh tôn giáo, phá hoại quốc gia, an ninh xã hội và truyền bá mê tín dị đoan. Người ta cũng thường lợi dụng tôn giáo để kiếm tiền, dụ dỗ, mua chuộc và hăm dọa người khác gây mất an ninh xã hội.

Lợi và hại của đức tin đều có nên chúng ta cần nhận diện rõ ràng từng vấn đề. Đốn giáo cho rằng con người muốn thực sự có hạnh phúc cần phải kết hợp giữa đức tin phù hợp và hành động đúng đắn. Chúng ta không thể chỉ trông chờ vào bề trên để mong giải quyết được các vấn đề của mình hay của nhân loại kiểu như không cần làm gì cả mà chỉ nhờ lời cầu nguyện. Không một kinh sách tôn giáo chính thống nào nói như thế, tất cả đều bảo rằng chúng ta phải làm việc và bề trên sẽ giúp đỡ, cứu độ chúng ta trong công việc, còn việc giúp nhiều hay ít tùy vào việc chăm chỉ lao động và phúc đức của từng người. Như vậy cốt lõi vẫn là chúng ta phải lao động để tự nuôi sống mình, bất kể ta có đức tin hay không. Chúng ta cần làm việc để có tiền, có tiền mới mua được thực phẩm và nhà cửa, đi chữa bệnh và đi du lịch, rồi đóng thuế, làm từ thiện... Còn rất nhiều vấn đề khác liên quan đến đức tin nữa, mỗi người chúng ta cần nhận thức một cách đúng đắn, cái gì đúng và có lợi phải giữ gìn, làm theo, cái gì cảm thấy vô lý, trái với đạo đức xã hội, trái với lương tâm chính mình thì kiên



quyết không nghe, không làm... cho dù những lời nói đó xuất phát từ bất kỳ ai, kể cả là đạo sư tối cao, đó chính là suy nghĩ và hành động minh triết nhất.

## NGỘ

Ngộ tức là giác ngộ. Chúng ta thường áp đặt từ này cho những cái cao cấp như lý tưởng hay mô tả người nào siêu cấp kiểu thánh nhân chứ thật sự đây cũng chỉ là tên gọi của năng lực tư duy nhận thức của động vật mà thôi. Ngộ tức là khả năng tự hiểu biết về các thông tin mà môi trường mang lại, mà cái để biết thường được bắt đầu từ quá trình thu nhận thông tin thông qua mọi giác quan, nên mới có tên gọi đầy đủ là giác ngộ.

Giả sử động vật có đầy đủ mọi giác quan như tai, mắt, mũi, lưỡi, da... nhưng khả năng xử lý thông tin khác nhau dẫn đến khả năng tiếp thu khác nhau nên mới gọi là hiểu ngộ khác nhau. Hiểu ngộ nhanh nhạy, bình thường hay kém... mỗi loài có thể mạnh về hiểu ngộ năm

bắt của các giác quan khác nhau... hay thậm chí từng cá nhân một loài cũng có thể có khả năng hiểu ngộ về thông tin khác nhau... đều gọi là năng lực nhận thức hay năng lực tư duy.

Khả năng hiểu ngộ bắt nguồn từ siêu thức giống loài. Những khả năng chính của loài thì thường giống nhau, ví dụ dơi có thể nghe sóng siêu âm, chó có khứu giác và thính giác nhạy, bồ câu và cá, rùa có năng lực định hướng không gian, ong mối biết làm tổ... chúng không cần ai dạy cả mà vẫn biết gọi là tính tự biết, mà tính tự biết này đến từ di truyền siêu thức, gọi là khả năng ngộ. Khả năng ngộ này liên quan chặt chẽ đến số phận các giống loài: dơi săn mỗi ban đêm, rùa quay về đất mẹ để sinh sản...

Với con người cũng y như vậy. Khả năng ngộ lớn nhất của chúng ta là nghe và hiểu được âm thanh đa tần. Động vật khác không nghe được hay có thể vẫn nghe được đó nhưng lại không có khả năng hiểu và phân tích nên không thể triển khai thành tiếng nói – tức là công cụ quan trọng nhất để truyền đạt thông tin. Từ đây khả năng tư duy ưu việt, truyền bá thông tin, bày đàn bậc

cao, đức tin, tưởng tượng... kéo theo và cuối cùng là năng lực trí tuệ cao cấp được khai triển. Có lẽ khả năng của các ngũ quan bình thường ở con người cũng chẳng có gì là đáng tự hào so với các loại động vật khác.

Bài viết này cung cấp cho bạn một ý tưởng là, đã là con người thì ai trong chúng ta cũng đều có năng lực loài như nhau, tức là khả năng ngộ hay còn gọi là năng lực hiểu biết và nhận thức giống nhau. Nhưng tại sao số phận mỗi chúng ta lại khác nhau?

Vâng, bởi tại mỗi chúng ta dù được bao bọc bởi những năng lực chung của loài người giống nhau nhưng khả năng riêng, tức sự nhận thức cá nhân hay còn gọi là năng lực hiểu ngộ của mỗi người lại khác nhau. Cũng trong lĩnh vực của mình thôi mà cách hiểu ngộ vấn đề mỗi người lại khác nhau, do đó chỉ cần ai có cách hiểu vấn đề tốt hơn sẽ sáng tạo hơn thì người đó thường thành công trong lĩnh vực đó. Cùng là nghệ sĩ nhưng sẽ có người sáng tác tốt hơn; cùng là kinh doanh nhưng sẽ có người nhìn thấy cơ hội hơn; cùng làm chính trị nhưng sẽ có ít người vươn

lên làm lãnh đạo. Mỗi ngày có hàng ngàn người ra đời như bạn, mỗi năm hàng triệu người ra trường tìm việc làm, mọi lúc có hàng tỷ người đang khao khát tìm kiếm cơ hội làm ăn kiếm tiền, vậy thì mỗi chúng ta, ai là người có năng lực hiểu ngộ nhất sẽ giành được cơ hội để vươn lên. Vàng hãy lưu ý là phải giành được nhiều cơ hội, bởi vì nếu chỉ được một cơ hội thì đó có thể là do may mắn tình cờ, nếu vậy cũng khó mà làm thay đổi được cả cuộc đời bạn. Ở đây chúng ta cần một chuỗi thành công liên tiếp nhau, chuỗi này làm nhân và quả của chuỗi khác để tạo một nền tảng sự nghiệp vững chắc, khác cho sự may mắn của người thành đạt giống kiểu trúng số như trong trường hợp được sinh ra trong nhà giàu, hưởng thừa kế hay lấy được vợ/chồng giàu sang... Kẻ thành công tự thân đòi hỏi bạn phải là người hiểu ngộ - tức khả năng bùng tỉnh hiểu biết ý nghĩa sự việc - chứ không phải là sự hiểu biết bình thường bằng ngôn từ sách vở.

Kẻ hiểu ngộ cũng không hẳn là kẻ thông minh nhất, mà là kẻ có thể hiểu đúng nhất về các vấn đề xung quanh họ, nhờ hiểu đúng mà hành

động đúng nên kết quả cũng đúng. Khôn quá có ngày chết, nhanh quá có thể chết, chậm quá cũng chết, mà chỉ có biết đúng... là sống. Tâm trí sáng suốt, tính tình thu hút, bản tính trầm tĩnh, năng lực dồi dào... là những cái ta có thể kể ra (tất nhiên còn nhiều thứ khác) của một người hiểu ngộ. Và may mắn thay mọi thứ đó đều nằm sẵn trong siêu thức của mỗi người chúng ta, do bởi có niềm tin và sự hiểu biết như thế, chúng ta có thể tự kích hoạt từ siêu thức của mình những năng lực đặc biệt, khả năng hiểu ngộ đặc biệt để khám phá ra những bất thường từ những điều bình thường xung quanh ta, khi làm được điều ấy chắc chắn thành công sẽ đến với bạn. Giống như hai con chim không phải là động vật thông minh nhất, dù không được ai dạy bảo nhưng nhờ khả năng hiểu ngộ khác nhau mà con nào biết nuôi con khéo thì con non mới tồn tại để duy trì giống nòi, còn con nào mà nuôi con vụng về thì con của nó sẽ chết và thế là bị tuyệt nòi - đó là sự khắc nghiệt của cái gọi là sự tiến hóa. Cảm ơn sự quan tâm của bạn và mong bạn hãy suy nghĩ sâu hơn nội dung bài viết vào chính bản thân bạn.

## BẢN NGÃ

Chúng ta nên tìm hiểu vấn đề về bản ngã dưới cách nhìn khoa học, vì thế cũng phải nhắc lại những kiến thức cơ bản về liên kết vũ trụ, bởi vì những kiến thức này có liên quan đến nhiều vấn đề như bản ngã, tái sinh, linh hồn...

Thế giới vũ trụ được nhìn nhận dưới hai cách, độc nhất và phân chia:

- Dưới dạng độc nhất nó là năng lượng thuần nhất nên vô hình, trống rỗng hình ảnh. Tôn giáo gọi đây là thể Không hay Thượng đế.

- Dưới dạng phân chia ta thấy xuất hiện mọi vật chất như tinh tú và những thứ ta thấy hay cảm nhận được xung quanh mình.

Ta nhận thấy bằng mắt thường là thế giới luôn vận động như ngày chuyển sang đêm, mà muốn có sự vận động thì về mặt nguyên tắc phải có một sự kết nối để liên kết lực, giống như bánh xe thì phải kết nối với động cơ bằng dây truyền lực thì chiếc xe mới di chuyển, hay quả đất đang quay xung quanh mặt trời thì cần các tia lực hấp dẫn nối kết vạy. Để có thể kết nối thành một liên kết thì ta cần phải có hai điểm nối được với nhau và ta gọi đây là sự nhị phân. Cả vũ trụ này đang xuất hiện và vận động dựa trên vô số liên kết cơ sở như thế: không có sự liên kết thì sẽ không có thế giới.

Ta bắt đầu áp dụng kiến thức này vào việc giải quyết vấn đề. Đầu tiên là trứng và tinh trùng của mẹ và cha gặp nhau do nghiệp duyên của họ, ta gọi là thụ tinh, đây là mối liên kết cơ sở đầu tiên, giống như mối lửa đầu tiên môi cho sự cháy bùng lên khởi đầu cho một kiếp sống mới. Tiếp theo là quá trình nhân đôi vô số lần nữa để dần dần tạo nên cơ thể hoàn chỉnh, tức là các liên kết mới được phát sinh dây chuyền, liên kết từ cái đã có với cái tạo thành sau đó: cơ



thể chúng ta được tạo ra bởi liên kết giống y như quá trình tạo hình thế giới.

Nếu xét chi tiết hơn một chút, ta thấy quá trình ấy tập trung thành hai phần, đó là liên kết hóa sinh để tạo thành cơ thể vật chất qua mã di truyền AND và liên kết thông tin tâm thể để điều hành cơ thể sinh vật. Quá trình hình thành liên kết tâm thức dựa vào hoạt động xử lý thông tin của nhiều trạng thái tâm thức được lập trình sẵn trong cơ thể được tổ tiên truyền lại cho các thế hệ sau thông qua di truyền, qua đó tâm thức cha sẽ cộng với tâm thức mẹ để cho ra tâm thức con. Như thế tâm thức mỗi người đều mang đầy đủ tâm thức cả cha và mẹ, và nếu cứ truy tiếp về quá khứ thì ta sẽ có tâm thức loài. Tâm thức loài nào thì mọi thành viên trong đó đều có năng lực cơ bản là giống nhau, ta có bản ngã loài.

Tuy nhiên, loài dù được trang bị đầy đủ các trạng thái tâm thức giống nhau nhưng năng lực hoạt động của các trạng thái ấy lại khác nhau trong một giới hạn nhất định đối với từng cá thể, và sự xử lý thông tin khác nhau ấy sẽ tạo kết

quả khác nhau. Kể từ khi nhận kích thích đầu tiên trong bụng mẹ, các năng lực nhận thức, liên kết và xử lý qua thông tin sơ cấp rồi đến thứ cấp một cách không ngưng nghỉ. Sự phối trộn thông tin đa dạng tạo nên những kết quả đa dạng, do đó tâm tính con người cũng đa dạng, đó là bản ngã cá nhân. Như thế bản ngã của chúng ta cũng chỉ là quá trình nối tiếp của các liên kết trong tự nhiên mà thôi. Đó là hoạt động tâm lý khách quan và cũng bởi vì tâm thức phát sinh là để điều hành cơ thể sống nên khi chúng ta chết thì bản ngã cũng sẽ kết thúc.

Khi hiểu biết các vấn đề như thế chúng ta sẽ không còn hạ thấp vai trò của bản ngã. Chúng ta hiểu rằng nhờ bản ngã mà cuộc sống còn tồn tại được đến ngày nay: Nếu chúng ta không biết bản ngã sợ hãi, chúng ta có thể bị thú dữ ăn thịt; nếu không có bản ngã chia sẻ và đoàn kết sẽ không sống bầy đàn để tạo nên sức mạnh tập thể trong đấu tranh và kiếm sống; nếu không có bản ngã yêu ghét ta không có cuộc sống di truyền và cuộc sống vô vị... Vậy thì bản thân bản ngã chẳng phải tốt cũng chẳng phải xấu, nó chỉ

đơn thuần là một trong nhiều động lực chi phối cuộc sống động vật mà thôi.

Bản ngã tốt hay xấu là do quan niệm của chúng ta, đó là các vấn đề cần nghiêm túc rạch ròi. Theo quy ước chung của xã hội được đồng thuận thì cái gì vì lợi riêng mà gây hại đến cái chung là xấu thì bản ngã cũng bị chi phối như thế. Nếu tính cách của bạn mà làm hại đến người khác thì là xấu, ví dụ tính ích kỷ keo kiệt bủn xỉn; còn nếu tính cách có lợi cho người khác, cho xã hội thì lại được tán dương khen ngợi, ví dụ lòng từ bi, thích giúp đỡ người gặp khó.

Bởi vậy chúng ta cần nuôi dưỡng và phát huy những bản ngã tốt đẹp, ví dụ như lòng kiên trì nhẫn nại, ý chí quyết tâm, sống hy sinh vì người khác khi cần thiết, chăm chỉ trong làm việc, sáng tạo trong lao động.

Ngược lại, chúng ta cần phần đấu từ bỏ những bản ngã xấu như sống ích kỷ bần tiện, tham lam quá độ, hại người khi muốn mưu lợi riêng cho mình, xảo trá, xảo ngôn, thâm hiểm...

Mọi tính cách xấu hay tốt ấy đều nằm sẵn trong mỗi con người chúng ta. Nhờ sự hiểu biết và hành động của chính mình mà cái gì sẽ được thể hiện ra thành bản chất của bạn. Việc giáo dục ảnh hưởng rất nhiều đến việc xây dựng nên bản ngã, nhưng hầu như từ 20 tuổi trở đi thì bản ngã đã hình thành cố định, cho nên việc sửa đổi lúc này gần như phụ thuộc chủ yếu vào sự nhận thức của mỗi người.

Bởi vì bản ngã sẽ ảnh hưởng đến hành động và suy nghĩ của bạn trong việc giao tiếp với cuộc sống, cho nên những thông tin mà nó tạo ra một phần sẽ đi vào tàng thức lưu trữ để truyền tiếp cho thế hệ sau này, tức con cháu hay cũng chính là tái sinh của bạn, ta gọi đây là nghiệp báo. Vậy muốn có nghiệp báo tốt hay xấu sau này thì cũng do chúng ta tự tạo dựng bản ngã xấu hay tốt ở kiếp này mà thôi.

# LINH HỒN

Chúng ta thường quan tâm tới điều gì sẽ xảy ra cho mình khi chết đi. Để tìm hiểu, chúng ta cần xem xét dưới ánh sáng của khoa học.

Chúng ta biết rằng bên trong cơ thể động vật có hệ thống tâm thức hoạt động, đó là một tổ hợp thông tin giúp cơ thể vận hành mà ta gọi đó là sự sống. Các thông tin được tiếp nhận, xử lý để điều khiển cơ thể hay lưu trữ. Việc lưu trữ diễn ra ở ba nơi, đó là não bộ, tế bào và trường sinh học, tất cả đều thuộc về cơ thể.

Chúng ta cũng nói rằng mọi thành phần trong vũ trụ này đều tương liên nối kết với nhau, cái này sinh ra cái kia, có cái này thì mới có cái khác. Đó là một phát biểu mang tính vĩ mô.

Tuy nhiên nếu xét trên những phạm vi hẹp thì vẫn còn nhiều thứ tồn tại độc lập dù chỉ tương đối tạm thời. Chẳng hạn thân thể và trường năng lượng sinh học của bạn là một nhưng cũng vừa là hai, vừa độc nhất vừa nhị phân. Độc nhất để tạo ra bạn và nhị phân là để điều hành bạn. Đó là hai mặt của một vấn đề, theo khoa học triết học

Để cho bạn sự sống thông tin sẽ được trích xuất từ nơi lưu trữ. Nguồn lưu trữ sinh học ADN cho cấu trúc tế bào tạo nên cơ thể, còn nguồn điện trường cho ta tâm thức, là linh hồn của sự sống. Dù hai trong một nhưng đều di truyền từ cha và mẹ.

Nhưng một khi cơ thể chúng ta chết đi, mọi liên kết sinh học tan vỡ thì các thông tin lưu trữ trên nền tảng sinh học như bộ não và tế bào cũng biến mất. Tuy thế một số thông tin lưu trên trường năng lượng sinh học thì vẫn còn, vì thân thể tồn tại tương đối độc lập với trường năng lượng sinh học. Những thông tin còn tồn tại này ta gọi là linh hồn.

Linh hồn là những thông tin và chúng có thể vẫn tồn tại sau khi nguồn phát mất đi. Chúng ta biết rằng giả sử nếu có người gửi cho bạn một thông tin mà họ đang ở cách xa bạn tới 100 năm ánh sáng, vậy thì tới khi bạn nhận được thông tin đó thì có thể họ đã chết lâu rồi. Nếu họ chết rồi mà bạn vẫn nhận được tín hiệu của họ thì thông tin đó chính là linh hồn họ còn tồn tại.

Để xét về mối liên kết giữa thân thể và linh hồn, ta lấy ví dụ sau: Dem một tấm kính đi cường lực, nghĩa là ta khai sinh ra một tấm kính có cường lực. Kính cường lực nghĩa là ta thay đổi các liên kết vô định hình của tấm kính bình thường bằng liên kết tinh thể, nghĩa là tấm kính lúc này sẽ bao gồm vô số mảnh nhỏ liên kết dây chuyền với nhau suốt bề mặt tấm kính. Kết quả là vẫn tấm kính ấy nhưng lại có độ dẻo cứng bền hơn nhiều, trong suốt hơn, tức tính chất đã thay đổi. Bây giờ ta hãy tác động một lực đủ lớn vào bất kỳ nơi nào của tấm kính, nếu nơi ấy bị vỡ thì cả tấm kính cũng sẽ vỡ tan do tác dụng của lực dây chuyền. Công dụng đã khác đi, tấm kính của bạn bây giờ không còn sử dụng được nữa,

cho dù về tính chất hóa học như sự trong, độ cứng của nguyên tố Silic và tính chất vật lý như trọng lượng... đều không đổi.

Đó cũng là hình ảnh của cơ thể chúng ta. Cơ thể bao gồm vô số bộ phận, vô số tế bào liên kết tạo thành. Tâm thức là thông tin mô tả tính chất của cơ thể. Khi cơ thể chết đi, tất cả mọi liên kết đều vỡ vụn như tấm kính nhưng những thông tin nào đã lưu vào trường tâm thức thì vẫn còn tồn tại. Cơ thể bạn vẫn còn đó nhưng nằm dưới dạng khác, còn tâm thức bạn cũng vẫn còn đó nhưng nằm ngoài cơ thể bạn và chúng tồn tại trên trường năng lượng sinh học. Nhưng trường năng lượng sinh học lại chính là một phần của trường năng lượng vũ trụ. Các trường năng lượng liên kết nhau theo các kiểu hình định sẵn cho nên chừng nào mà kiểu hình liên kết của bạn còn tồn tại, tức chưa bị hòa tan năng lượng hay phá hủy liên kết thì khi đó linh hồn bạn vẫn còn khả năng tồn tại. Tâm thức của bạn được bắt đầu từ thời điểm mà trứng gặp được tinh trùng và kết thúc vào thời khắc bạn chết, sau đó nó sẽ tồn tại thêm một thời gian dưới dạng khác: linh hồn.



Linh hồn là thông tin tồn dư còn lại của một người tồn tại dưới dạng xung tần số, chúng ở vùng trường năng lượng riêng, cho nên nó hoàn toàn có thể liên kết với nhau hay với người đang sống. Đây chính là cơ sở của các hiện tượng ngoại cảm, thần giao cách cảm, huyền thuật... mà ta đang gặp trong cuộc sống, ta có thể cảm nhận được ảnh hưởng của nó dù nó đang vô hình với chúng ta.

Mặc dù chưa có nhiều dữ liệu về thế giới linh hồn, nhưng nếu xét theo những gì chúng ta đã biết là thông tin tâm thức phải được xây dựng liên kết lớn dần theo thời gian sống thực và cũng phải có đầy đủ điều kiện để thu nhận và xử lý thông tin, thì ta cũng có vài nhận xét được suy ra từ những gì đã biết đó như sau: vì linh hồn là thông tin nên nó không tự nhị phân để có thể nhân đôi mà tự sinh thêm, cũng không được hỗ trợ bởi các cơ quan cảm biến như tri giác để nhận thêm thông tin bên ngoài và không được trang bị khả năng phân tích thông tin là các trạng thái tâm thức như trong cơ thể sinh học, vì thế linh hồn trẻ sơ sinh, người trẻ, người

lớn tuổi là khác nhau, điều này nghĩa là một linh hồn người đã chết thì không thể tự lớn lên, tự sinh sôi và tái sinh được, và do vậy linh hồn sẽ chỉ có thể tồn tại giống như những gì đã mang theo vào thời điểm ta chết.

Con người bị chi phối bởi bản ngã loài người nên cũng không có sự phân biệt. Màu da và giới tính chỉ liên quan đến di truyền sinh học, không phải thuộc về lĩnh vực tâm thức, do đó không có sự phân biệt linh hồn của người giàu, người nghèo, giai cấp, chủng tộc, tôn giáo, thông minh, ngu dốt, đàn ông hay đàn bà...

Tóm lại thế giới linh hồn với thế giới của chúng ta là một, chúng tự phát sinh từ nhau mà ra và có những mối liên kết nhất định. Không có gì gọi là thần bí để chia thành mọi cõi giới khác nhau với những thần linh, ma quỷ hay con người... Những gì chúng ta chưa biết hay chưa thấy là do khả năng chúng ta chưa tới và một ngày không xa, bằng trí khôn vượt bậc của loài người chúng ta sẽ biết.

# TÁI SINH HAY NHÂN BẢN

Tái sinh luân hồi có hay không cũng thuộc phạm trù triết học. Để hiểu vấn đề này chúng ta cũng cần lý luận khoa học. Đầu tiên ta phải hỏi cái gì sẽ tái sinh?

Nếu là thân thể tái sinh thì không thể được bởi các liên kết sinh học đã vỡ tan từ thời điểm ta chết rồi.

Nếu nói tinh thần hay linh hồn tái sinh thì cũng không có lý bởi tinh thần chết đó không tự có hệ thống thu, xử lý thông tin là những trạng thái tâm thức mà một cơ thể cần phải có nằm trong bộ não, đó là chưa kể việc linh hồn cũng có thể tan biến khi mất hết năng lượng của nó hay các liên kết năng lượng bị phá hủy.

Còn nếu nói do tinh trùng gặp được trứng mà hình thành theo nghiệp duyên của cha mẹ thì cơ thể mới này được hình thành hoàn toàn do ý muốn chủ quan của cha mẹ nên phải gọi là nhân bản mới chứ không thể gọi là tái sinh. Đây là vấn đề khoa học vì chỉ cần một liên kết đầu tiên được xác lập là sẽ tạo thêm vô số kể các liên kết dây chuyền tiếp theo để tạo thành một cuộc sống hoàn toàn mới. Các trạng thái liên kết để có thể tạo nên sự sống đều được tạo hóa, hay còn gọi là Thượng đế, lập trình sẵn và chỉ chờ sự kích hoạt là tất cả sẽ hoạt động nhịp nhàng để tạo một cơ thể mới mà không cần một sự tác động nào của ai đó đã chết.

Nhưng nếu ta vẫn cho rằng ai đó được sinh ra là do tái sinh thì có lẽ phải hiểu là con cái chính là tái sinh của cha mẹ, và như thế cũng đồng nghĩa chúng ta đã chủ động tái sinh khi mình còn đang sống, điều này khác xa với cách hiểu là chúng ta chỉ tái sinh khi đã chết.

Tâm thức cùng với ADN sinh học được nhân bản mới thông qua việc copy các thông tin

di truyền nên chúng mới tồn tại mãi từ thế hệ này sang thế hệ khác.

Câu chuyện tái sinh của Phật giáo không hàm ý là ai đó đã chết đi sẽ được sống lại giống như Ấn giáo, bởi vì Phật giáo không công nhận một bản ngã linh hồn. Thực ra theo Phật giáo thì nghiệp lực lôi kéo từ Không sự tái sinh thành một người hoàn toàn mới mà mỗi người được sinh ra sẽ là nối tiếp của ai đó có trước. Chúng ta có thể hiểu thông qua câu chuyện về ngọn nến cháy: từ một mối lửa đầu tiên mà ngọn nến cháy suốt đêm, ngọn lửa đầu tiên và sau đó cho đến ngọn cuối là những ngọn lửa khác nhau nhưng lại liên kết với nhau, cứ ngọn trước lại là mối của ngọn sau và nối tiếp thành một dòng lửa cháy sáng suốt hết cây nến.

Hiểu theo ý này thì “tái sinh” tức là “tạo mới”. Cha mẹ đầu tiên khởi tạo sinh ra các con. Nối tiếp các con ấy lại sinh ra các con khác. Cứ nối tiếp nhau mãi như thế thành cả một cây gia phả, tức cây nến dòng họ và nếu cứ tiếp tục truy cây gia phả này ngược về quá khứ hay tới tương lai thì ta có cả loài người. Cách hiểu này phù hợp

với các quy luật liên kết vũ trụ, mọi liên kết dù nối kết với quá khứ cũng chỉ là để tạo nguồn liên kết mới ở tương lai chứ không phải để quay lại “y như chỗ cũ”, chúng ta không thể uống một ngụm nước hai lần trên một dòng sông, vì ngụm nước hôm qua khác với ngụm nước hôm nay, và con người hôm qua cũng không phải là con người hôm nay trên dòng sông sự sống. Đó là logic.

Khi phát biểu động cơ liên kết để tạo thân xác là nghiệp lực thì nghiệp lực này chính là liên kết của các lực vũ trụ được xảy ra bên trong cơ thể chúng ta chứ không phải từ một linh hồn nào của người chết. Đó chính là sự nhân bản.

Thường chúng ta cũng không cần quan tâm lắm việc mình từ đâu mà ra, tức là nhân bản hay tái sinh từ ai đó. Nhưng khoa học cần sự chính xác, đặc biệt là sinh học và tâm lý học, vì liên quan đến chính con người chúng ta.

Một khi nói rằng ta là một tái sinh của ai đó thì đã có hàm ý là ta có sẵn bản ngã và định mệnh từ người trước mang lại cho mình. Khi nghĩ rằng mình từng là một ai đó ta lại có

khuyh hướng đi tìm kiếm họ, để hỏi họ về công việc hay số phận của mình.

Khi nói câu chuyện về tái sinh chúng ta đã giới hạn mọi liên kết, nhất là liên kết về tâm thức, chúng ta không hiểu linh hồn từ đâu ra nhiều thế để tái sinh khi dân số tăng không ngừng theo lịch sử? Chúng ta cứ bắt đầu đi tìm quá khứ của mình mà biết đâu những cái đó chỉ toàn dựa trên sự tưởng tượng? Chúng ta lo cho kiếp sau, sợ cho kiếp sau mà lại chưa bao giờ biết gì về nó thì làm sao biết sẽ phải làm gì? Có bao giờ chúng ta nghĩ rằng mình đang lo lắng cho cái không có thực? Vậy tại sao ta lại tự làm khổ mình?

Còn nếu ta là một nhân bản hoàn toàn mới thì ta có số phận cùng bản ngã là riêng của mình và như thế ta có thể tìm cách để làm chủ số phận của mình. Chúng ta sẽ bị thúc đẩy việc tìm hiểu về cách tạo ra mình như thế nào, nguồn gốc thật sự của mình và qua đó chúng ta sẽ biết cách kiểm soát nó.

Nếu tin rằng chúng ta chỉ là một nhân bản và hoàn toàn có thể làm chủ bản thân, ta phải

sống sao đó đừng để gây hậu quả xấu ngay bây giờ, cho mình và con cháu mình. Chúng ta tìm cách cứu vớt chính chúng ta trên cõi đang sống, tìm cách giải thoát cho chúng ta ngay trong cuộc đời thực tại thì có phải thực tế và tốt đẹp hơn không? Khi biết không có một sự tái sinh nào cả thì chúng ta cũng đừng chờ đợi và cầu mong một “kiếp sau” tốt đẹp hơn mà hãy cố gắng sống tốt nhất trong hiện tại. Tại sao ta không được sống giải thoát ngay lúc này mà lại phải chờ đợi, hy vọng đến kiếp sau?

Mặt khác, đối với Thiên tông Phật giáo thì tìm hiểu sự thật là đòi hỏi bắt buộc, mọi nhận thức phải chính xác như nó là, không bịa chuyện hay hiểu sai lạc, vì đó là trí tuệ. Chúng ta cũng không bày đặt ra việc thân thánh hóa linh hồn để rồi sinh ra các vấn đề mê tín dị đoan. Chúng ta cũng đừng bác bỏ là không có linh hồn, bởi đó là giới hạn hiểu biết của mình. Còn vô số cái chúng ta chưa biết thì điều đó không có nghĩa là nó không có. Vì vậy hãy là một người sáng suốt.



## NGHIỆP VÀ NGÃ

Mỗi chúng ta ai cũng có một cuộc đời riêng biệt, nó được tạo thành bởi bản ngã và nghiệp của mỗi người. Có thể trước khi sinh ra và sau khi chết đi chúng ta là vô ngã nhưng khi được sinh ra trên cõi đời chúng ta lập tức bị chi phối bởi bản ngã, bởi vậy cuộc sống chúng ta không thể tránh được ảnh hưởng của bản ngã. Bản ngã là tính chất riêng biệt của từng người như dữ dằn hay hiền lành, thông minh hay ngu dốt, hướng nội hay hướng ngoại... bởi vậy những thứ này không thể không làm ảnh hưởng đến số phận của chúng ta trong cuộc sống riêng mình.

Rồi chúng ta còn bị ảnh hưởng bởi nghiệp. Nghiệp có thể do quá khứ di truyền là tất định, có thể do cuộc đời ngẫu nhiên mang lại hay

do chính chúng ta tự tạo. Những sự kiện do di truyền mang đến như ta sinh ra khỏe mạnh hay khuyết tật, thông minh ít hay nhiều..., chúng ta có thể bị thương tật do gặp tai nạn hay được trúng xổ số là do ngẫu nhiên. Nhưng thật sự tác động nhiều nhất vẫn là nghiệp do chính chúng ta tự tạo. Ví dụ bạn có thể tự do lựa chọn việc đi học một nghề nghiệp hay chỉ suốt ngày chơi bời lêu lổng, bạn uống rượu hay không... Tất cả những thứ đó cộng lại thành nghiệp của riêng cuộc đời bạn.

Chúng ta không thể phủ nhận số phận ta còn phụ thuộc vào việc may mắn. Có những người gặp nhiều may mắn hơn người khác. Có người sinh ra đã gặp may rồi. Thường những trường hợp thế này là do cha ông của họ đã chuyển di cho họ những thông tin nghiệp báo tốt rồi, và muốn vậy thì đời cha ông của họ đã có công đức tốt để đời con cháu được thụ hưởng. Ta có thể hình dung thế này, đời cha ông họ làm việc chăm chỉ nên mua được nhiều nhà cửa, sau khi chết đi con cháu được thừa kế gia tài, đó chính là may mắn từ đời trước mang lại. Hay

cha mẹ mà quan tâm tới việc học hành thì con cái thường hiếu học. Bởi vậy, chúng ta đừng bao giờ so sánh mình với người khác, chúng ta hãy bắt đầu làm thật tốt công việc của chính mình thì đời chúng ta và đời con cháu của chúng ta chắc chắn sẽ được cải thiện. Và ngược lại, nếu chúng ta sống thiếu đúng đắn thì kết quả sẽ là ngược lại theo luật phản xạ cân bằng.

Tóm lại chúng ta hãy sống sao cho cân bằng giữa bản ngã của mình với các quan hệ xã hội, tức là tạo nghiệp cho mình, sau đó hành động cân bằng với nghiệp di truyền quá khứ và nghiệp ngẫu nhiên để tạo ra nghiệp hiện tại, và cái nghiệp hiện tại này sẽ là nghiệp di truyền cho tương lai con cháu chúng ta đấy các bạn nhé.

## ĐỒN NGHÈO

Nghèo khó là điều mà ai cũng ghét, ấy vậy mà con người từ xưa đến nay vẫn chưa thoát khỏi nó. Hàng ngàn thánh nhân cố gắng nghĩ ra mọi cách, hàng vạn nỗ lực để đưa loài người chúng ta thoát cảnh nghèo nhưng đều bất lực, ngoại trừ chỉ có một số ít người trong xã hội là thành công. Người ta đã thử vô số cách:

- Hàng tỷ người trên thế gian này cầu nguyện Thượng đế và cúng tế Thần linh để cầu xin sự sống và giàu có nhưng vẫn không giải quyết được cái nghèo hàng thiên niên kỷ nay. Bạn hãy suy nghĩ kỹ xem có phải vậy hay không? Vậy thì chúng ta hãy công nhận với nhau một điều rằng, tôn giáo đã chăm sóc linh hồn, còn chúng ta phải tự giải quyết chuyện

giàu hay nghèo, hạnh phúc hay khổ đau của chính mình thôi.

- Hàng tỷ người khác đi theo thuyết ám thị, tự coi cái nghèo là vô vi, thích sống nghèo mới là minh triết, là giải thoát..., còn theo đuổi giàu có là tham sân si, là đau khổ, phiền não... thì như vậy chỉ phù hợp với một số lối sống cá biệt chứ không thể phù hợp với đại đồng. Hơn nữa, lối suy nghĩ đó cũng trái với quy luật tự nhiên, bởi “tính tham” giúp mọi sinh linh, nhất là động vật, tồn tại và phát triển một cách tự nhiên nên cũng là một phần của “Phật tính”. Có những lời giáo huấn khác về sự làm việc chăm chỉ, chia sẻ, yêu thương và sống tiết kiệm cho phù hợp với hoàn cảnh đang sống... thì cũng rất đúng, nhưng vẫn chưa đưa ra được giải pháp căn cơ cho việc chống đói nghèo của nhân loại.

- Cũng có hàng tỷ người chấp nhận thuyết định mệnh khi chấp nhận sự phân chia đẳng cấp xã hội, tức họ coi cái nghèo dốt chính là định mệnh của mình. Họ tin như thế là bởi họ đã bị giai cấp thống trị kìm kẹp và mị dân.

- Thế giới hiện đại giải quyết bài toán này bằng các triết thuyết tư bản, khoa học biện chứng, thuyết ưu sinh phân biệt chủng tộc, dân chủ... ưu tiên dựa vào sự phát triển của khoa học có vẻ gần như giải quyết được bài toán đói nghèo, nhưng hệ quả đi theo là xâm chiếm đất nước khác làm thuộc địa, diệt chủng dân tộc khác và cạnh tranh khốc liệt nên thường dẫn đến việc tổ chức chiến tranh quy mô lớn...

Tóm lại là loài người cho đến ngày nay vẫn chưa tìm ra được cách giải bài toán đói nghèo song song giữa vật chất lẫn tinh thần của toàn xã hội một cách khả thi nhất ngoài sự mơ tưởng của mình. Bài viết này sẽ không nhắc đến những lời khuyên kinh điển đã được nhắc tới ở rất nhiều bài viết hay sách vở mà ai cũng biết như ta phải biết đầu tư, học tập, sáng tạo, chăm chỉ hay tiết kiệm... mà nói đến cái gốc rễ của mọi sự, đó chính là tinh thần của con người.

Vâng, chính tinh thần con người sẽ quyết định tất cả hành động và tư duy của chúng ta nên việc rèn luyện cho được một tinh thần quyết tâm sắt đá, không biết chán nản, cho dù phải

chết cũng vẫn theo đuổi lý tưởng của mình... mới thật sự là cần thiết. Thực tế chúng ta thấy mọi vĩ nhân, thánh nhân, người thành đạt trong mọi lĩnh vực của cuộc sống đều có tinh thần như thế. Tinh thần hùng mạnh chính là cái Đức chung nhất của mọi Đạo mà tôn giáo nào cũng đề cao hàng đầu, vì thế giáo dục cho người dân hay tín đồ có được một tinh thần tử tế luôn phải là ưu tiên hàng đầu của mọi nền giáo dục và tôn giáo. Khi ta có được một tinh thần vững mạnh và tử tế thì trí tuệ tự nhiên sẽ mở mang sáng suốt và do đó chúng ta sẽ tự biết làm những gì tốt nhất trong lĩnh vực của mình, điều này nghĩa là chúng ta đã đoạn nghèo một cách căn cơ bằng chính trí tuệ của mình.

Sự nghèo khó trong cuộc sống được bắt đầu từ sự nghèo khổ trong chính tinh thần của chúng ta, bởi vì khi chúng ta nghĩ nghèo, đầu óc ta trống rỗng tri thức thì thật khó để chúng ta làm được những gì quan trọng ngoài những hành động đơn giản. Bởi thế một người “cao cấp” thì tinh thần cũng “cao cấp”, nhưng trước khi ta là người “cao cấp” thì tinh thần chúng ta

đã phải “cao cấp” trước đã. Tinh thần thì không mất tiền mua, cũng không có ai cấm đoán chúng ta có được nó ngoại trừ chính chúng ta không muốn có nó hay không biết cách để có nó mà thôi.

Song song việc chúng ta có được thứ tinh thần “cao cấp” ấy chúng ta sẽ dùng phép cân bằng để biến tri thức thành hiện thực, tức biến sự hiểu biết thành tiền bạc hay thành thứ gì đó mà bạn muốn hướng tới thông qua các công việc cụ thể. Bởi vì bạn đã có nền tảng là kẻ có tinh thần “cao cấp”, dù là người thành đạt thì chắc chắn bạn sẽ không bị cuốn hút vào những thói hư tật xấu của thói đời mà thường hay xuất phát từ sự biến tướng của ham muốn vật chất và danh vọng, do đó suốt cuộc đời bạn sẽ được bình yên vì tạo được nhiều công đức. Khi làm được điều này cũng chính là chúng ta đã cân bằng được Đạo với Đời rồi đó.

Hãy bình tâm yên lặng suy nghĩ về cuộc đời mình và bắt tay điều chỉnh từng bước một, chắc chắn một ngày nào đó thành công sẽ mỉm cười với bạn.



# GIẢI THOÁT

Khi nhìn theo tổng quát thì thế giới chỉ là tổng thể duy nhất. Tuy nhiên tùy theo cách nhìn của bạn về thế giới mà sẽ xác định được vị trí của bạn trong thế giới đó.

Nếu chia nhỏ thế giới thành các cảnh giới mà bạn tưởng tượng được thì tức là ta đã tự giới hạn tầm nhìn vào một việc cụ thể để thực hiện một chi tiết nào đó.

Nếu sau đó ta tập hợp tất cả các việc chi tiết lại thì sẽ là chủ nhân của cái thế giới hợp nhất đó. Thế giới là tổng thể của mọi liên kết dây chuyền, nên bất kỳ tác động nào vào bất kỳ vị trí nào của thế giới ấy đều có thể gây ra sự ảnh hưởng đến toàn bộ phần còn lại của thế giới.

Vì bạn là một thành phần của thế giới nên có thể gây ảnh hưởng đến toàn bộ thế giới, tức bạn cũng là chủ nhân của thế giới.

Lập luận này không phải là ảo tưởng. Nếu bạn bó hẹp mình vào chi tiết, ví dụ là công dân bình thường bạn sẽ tác động được vào gia đình, người thân và công việc. Nếu bạn giao tiếp rộng hơn bạn sẽ tác động vào thế giới rộng lớn hơn, ví dụ bạn tạo ra được một học thuyết ý thức hệ hay một phát minh khoa học có thể tác động vào toàn bộ thế giới giống như tôn giáo đã làm và hệ thống internet mà các bạn đang sử dụng. Một người nhiễm vi rút cúm đầu tiên có thể làm cho cả thế giới nhiễm bệnh cũng là minh chứng cho việc liên kết tác động thế nào. Chẳng những thế chúng ta còn có thể tác động vào vũ trụ vô tận và thế giới siêu hình nữa nếu biết cách.

Hiểu điều này sẽ mang lại lợi ích to lớn cho chúng ta. Để giải quyết một vấn đề phức tạp khó khăn, thay vì chúng ta tìm cách nghiên cứu mổ xẻ thành chi tiết xem chúng được cấu tạo ra sao thì ta hãy nghiên cứu chúng đang vận hành thế nào thông qua các mối liên kết của nó. Việc

nghiên cứu theo chi tiết đôi khi rất khó khăn vì chúng ta không đủ phương tiện kỹ thuật cũng như trình độ hiểu biết, nhiều vấn đề lại vô hình như các dòng suy nghĩ của ta chẳng hạn, chúng vẫn đang vận hành đó nhưng làm sao bạn nắm được nó? Nếu chúng ta theo đuổi cách nghiên cứu về trạng thái liên kết thì ta có thể nắm được nguyên tắc hoạt động mà không cần phải hiểu rõ cấu trúc chi tiết của vấn đề.

Việc hiểu vấn đề thông qua tìm hiểu các trạng thái tạo ra nó thì ta có thể tìm cách tác động vào trạng thái ấy để từ đó điều khiển chúng. Thế giới được xây dựng theo kiểu liên kết dây chuyền, mỗi cơ thể sống đều bắt đầu từ một tế bào, và để hình thành một con người thì phải trải qua vô số liên kết, tức là chúng ta đã bị ràng buộc vào những thứ đã tạo thành chúng ta, chính vì vậy việc tìm cách thoát ra khỏi các sự ràng buộc ấy gọi là giải thoát. Cuộc sống của chúng ta đã từng bị trói buộc quá lâu, vì thế đối với những người bình thường thì cũng cần có thời gian, cần có một kế hoạch để giải thoát vì chúng ta cần tạo điều kiện để thực hành giải thoát. Đó gọi là tiệm

giáo. Chỉ có một số ít trường hợp có đủ căn cơ chúng ta mới có thể thực hành việc giải thoát nhanh chóng bằng Đốn ngộ.

Đối với Thiền tông hiện đại, giải thoát cần rốt ráo, tức là chúng ta phải được giải thoát toàn diện cả Thân lẫn Tâm. Chúng ta không thể nói rằng mình đã được giải thoát mà lại đang sống trong cảnh thiếu thốn triền miên với một thân thể bệnh tật. Và chúng ta cũng không thể nói mình đang được sống giải thoát vì sự giàu có về danh vọng và tài sản trong khi luôn phải lo sợ căng thẳng tinh thần. Đó là tự ám thị. Vì thế chúng ta phải lên kế hoạch để sống giải thoát.

Vì dù ta có muốn hay không thì sự đau khổ vẫn còn ở đó. Chúng ta phải bình tĩnh nhìn rõ chân tướng nguyên nhân gây ra sự đau khổ đó, sau đó thì có cái ta chấp nhận, có cái ta tìm cách thay đổi cho phù hợp nhất, đó mới là sống thiền.

- Bắt đầu là sự nhận diện sự khổ.

- Tiếp theo xem các mối quan hệ, tức các mối liên liên kết đã gây ra cái việc đau khổ đó, vì mọi kết quả phải đến từ nguyên nhân của nó.

- Tiếp sau tìm cách tác động hợp lý để giải quyết tiến trình hình thành nổi khổ. Cái tiến trình hình thành nổi khổ này luôn đến một cách từ từ, từ khi cái khổ còn chưa bắt đầu, nhưng chúng ta có thể dự đoán nhìn thấy trước từ rất lâu, vì thế ta nên hành động để giải quyết ngay cái nổi khổ tiềm tàng trong tương lai.

- Khi hành động chúng ta dùng phép cân bằng để cân bằng chúng ta với cuộc sống. Chúng ta đừng bắt cuộc sống phải cân bằng với mình. Và như thế chúng ta sẽ hạnh phúc vì chúng ta có được mọi thứ chính đáng mà mình muốn. Mọi thứ phải đến với chúng ta một cách tự nhiên và chân chính. Ít hay nhiều gì cũng tốt miễn là ta cảm thấy thanh bình là được. Đó gọi là sống bình thường.

Thế giới quả là vô thường cho nên chúng ta phải học thói quen sống chấp nhận mọi sự: nếu ta ít bám víu vào những gì sẽ mất thì khi bị mất sẽ ít đau khổ hơn. Nhưng thật ra ta vẫn đang sống trong thế giới ấy cho nên vẫn phải chịu sự ràng buộc, cho nên ta cần một cách để giải thoát ngay trong cuộc sống hiện tại thì có lẽ tốt hơn,

khi đó ta cần biết hòa nhập mình vào vũ trụ, đó gọi là Đốn giáo.

Đốn giáo gợi ý rằng bạn phải được đốn ngộ, tức bạn trực nhận thấy khi bạn sống cân bằng với cuộc sống là bạn đã biết cách hòa mình vào vũ trụ, bạn đã sống hài hòa với bản ngã và vô ngã của mình. Khi là vũ trụ bạn sẽ bất tử vì chỉ duy nhất vũ trụ mới có thể bất tử: bạn đang hành Đạo giải thoát!

Khi bạn đã có mọi thứ để sẵn sàng buông bỏ mọi thứ và khi bạn nhận thấy rằng mình có thể làm bất cứ thứ gì mình thích mà không bị ràng buộc vào nó bởi bất kỳ lý do gì thì bạn là người giải thoát. Xin chúc mừng bạn!

Đó chính là Phật pháp!

# THOÁT VÒNG KIM CÔ

Ở đây là vòng kim cô tư duy, cái vòng tròn bảo thủ ấy đã giam cầm nhận thức con người và giờ đây đã đến lúc phải trở thành một vòng mở để loài người được giải thoát.

Có một câu chuyện trong Phật giáo, khi Ngũ tổ Hoằng Nhẫn muốn tìm người để trao lại chức tổ sư thứ sáu (Lục tổ), Ngài đã tổ chức một cuộc họp tăng đoàn và câu nói đầu tiên đã phàn nàn rằng: “Các vị ai cũng chỉ muốn tu cầu phước điền mà không cầu giải thoát. Hãy làm cho ta một bài kệ về Tâm, nếu đạt ý đạo sẽ được trao cho làm tổ sư”. Có vị sư giỏi nhất đang làm giáo thọ sư (thầy dạy đạo) là Thần Tú làm một

bài kệ, đại ý nói là Tâm giống như tấm gương phản chiếu mọi thứ nên người tu phải thường xuyên lau chùi sạch sẽ. Một thí sinh trẻ tuổi vừa nhập chùa đáp lại rằng Tâm là trống rỗng thì có gì dính vào được mà bẩn hay sạch, tu để tự giữ sạch cho tâm mình mà thôi. Thế là chúc vụ cao quý nhất của thiên tông đại thừa đã thuộc về một cậu bé 24 tuổi, không biết chữ, chưa từng được học đạo bài bản nhưng lại hiểu ngộ được một câu nói cơ bản trong kinh Phật: “Bản lai vô nhất vật” do đã thoát ra được khỏi vòng kim cô tư tưởng giáo lý. Người đó là truyền thừa thứ sáu: Lục tổ Huệ Năng.

Ngay sau khi trao y bát chứng nhận là tổ sư, Ngũ tổ chèo thuyền đưa Lục tổ trở về dân thường để làm lại cư sĩ. Khi nghe Ngũ tổ nói để ta độ cho con, Lục tổ liền lấy chèo và nói: “Khi mê thì thấy độ, khi ngộ rồi thì con phải tự độ mình”. Xin bạn đọc nhớ rằng đây là trường hợp độc nhất vô nhị, là điều chưa từng có tiền lệ trong lịch sử Phật giáo: Trao ấn chứng giác ngộ và một địa vị cấp cao cho một cư sĩ ngoài đời, nhưng Ngũ tổ đã không làm, Huệ Năng đã là



người tài ba nhất trong lịch sử Thiên tông Phật giáo vì đã đưa được tông phái Thiên tông đại thừa vào xã hội để chúng ta biết cho đến ngày hôm nay. Cách đây hơn 1400 năm, Huệ Năng đã một lần làm cách mạng trong Phật giáo để rồi cuộc cách mạng ấy đến thế kỷ XXI lại bắt đầu phổ rộng nhiều hơn nữa.

Trong lịch sử tôn giáo, quả thật rất ít tôn giáo có giáo lý mở. Tất cả mọi người, từ tín đồ cho đến đạo sư, đều bị bó chặt tư duy trong vòng tròn tư tưởng giáo lý tồn tại hàng ngàn năm. Ai đó muốn bước ra ngoài vòng đó đều có thể bị cho là phản đạo. Đạo Phật thì mở rộng ra hơn, ai thích huyền bí có Mật tông; ai thích cầu xin bên ngoài phù hộ có Tịnh độ vì có rất nhiều Phật đang sẵn sàng nghe các đệ tử cầu xin mình; ai thích tu hành tập thể cũng có sẵn mà thích độc tu như các thiền sư cũng được. Không ai bị gò bó, ép buộc, lôi kéo... miễn sao anh tu đúng tinh thần Phật giáo là được. Huệ Năng đã cho ta một phép tu hoàn toàn mới, đó là tu vào chính mình: tôn thờ mình vì Phật chính là Tâm mình; cầu xin mình vì mình phải ban phúc cho mình (tức Pháp); tự học hỏi ở mình

vì mình chính là Tăng, có nghĩa mình chính là... thấy mình. Cùng với việc phổ truyền một phép tu bí mật trước đây chỉ riêng truyền từ thầy qua trò ra ngoài đại chúng, Ngài đã đưa ra một kiểu tu mới: tự tu, tự độ, tự ngộ hay còn gọi là tự quy y, một điều mà đại chúng chưa từng được nghe ở thời điểm của Ngài, và đó có xứng đáng là kiểu tư duy cách mạng?

Trong cuộc sống thực, không chỉ bó trong phạm vi tôn giáo, chúng ta cần thiết phải có một tư duy mở. Khi có tinh thần cởi mở bạn sẽ biết cách thoát ra khỏi bất cứ ràng buộc nào của tri thức xưa cũ ở trong mọi lĩnh vực. Chỉ có tư duy thoát ra như thế chúng ta mới có thể tìm thấy những sáng kiến mới, con đường mới và khi chúng ta thoát ra khỏi những gì gọi là lạc hậu, bảo thủ thì ta mới đi trên con đường tới giải thoát được. Đây chính là thứ tư duy nền tảng, thứ tư duy làm tiến hóa loài người và sẽ làm tiến hóa bạn.

Ai cũng phải có người thầy dạy ban đầu, nhưng sau khi được trang bị một hành trang tri thức căn bản từ nhà trường, gia đình và xã hội,

tức là nhờ cậy vào người khác, đã đến lúc các bạn phải tự tu, tự độ và tự ngộ, tức các bạn phải biến hành trang tri thức ấy thành của chính bạn, khi ấy bạn sẽ hiểu ngộ chứ không chỉ là hiểu biết. Với sự biết tự tâm như thế là đã thành bản năng, thành phản xạ, thành sở trường, thành tinh thần của bạn. Kẻ nào làm việc với thái độ thư thái, nhuần nhuyễn, sở trường, có nền tảng bền vững thì được gọi là Thầy và người ấy có năng lực giải quyết các việc khó khăn, có nhiều cơ hội bay cao trong cuộc đời. Chúng ta hãy nghĩ kỹ lại mà xem, những bước đi trong cuộc đời như thế nào chủ yếu vẫn là do ta quyết định, ta làm gì và thoát khỏi bế tắc khó khăn ra sao đều liên quan đến hành động suy nghĩ của mình đúng hay sai, ngay cả khi gặp một việc gì tưởng là may mắn thì cũng có một sự thu xếp nào đó từ các hành động quá khứ của ta rồi. Khi bạn gặp khó khăn thì người khác, dù là ai đi nữa thì cũng chỉ là người góp ý kiến giải quyết hay động viên an ủi bạn trong bế tắc mà thôi, còn bạn vẫn phải tự đứng lên trên đôi chân mình, vì thế bạn hãy là thầy của chính mình.

## NHÌN NHƯ NÓ LÀ

Vấn đề này nghe có vẻ triết lý. Tôi thuộc loại người hành động nên tôi luôn có khuynh hướng biến triết lý thành hành động, nếu bạn theo dõi nhiều bài viết của tôi sẽ cảm nhận thấy rõ ràng điều này. Triết lý cần thiết để chúng ta tư duy nhưng nếu chỉ để tư duy mà không hành động thì cũng là nói chuyện suông thôi phải không.

Khi bàn về cuộc sống và tôn giáo, chúng ta thường nói về vô thường và thường, vô ngã và bản ngã, về Có và Không, rồi đủ mọi thứ khác như tánh, tướng, duyên nghiệp, nhân quả, thiên đàng, địa ngục, linh hồn... có lẽ nói cả ngày không hết chuyện. Hàng ngàn quyển sách trình

bày những vấn đề mà lẽ ra có thể tóm gọn hơn rất nhiều về nội dung mà câu chuyện muốn truyền tải có thể làm cho người đọc bị phân tán và nếu không tin thì các bạn cứ tự tìm hiểu. Ở một thái cực ngược lại thì các thiền giả Thiền tông lại cô đọng quá sức nội dung thông qua cái gọi là công án. Một ví dụ công án kiểu thế này: thiền sinh hỏi: “Thưa thầy, con muốn học đạo”/ Thiền sư đáp: “Có đói không”/ Trò: “dạ có”/ Thầy: “đi ăn cơm đi”/ Trò: “Nhưng con muốn học đạo cơ”/ Thầy lấy cây đập trò một cái làm trò đau quá hét lên: “Đau”. Thế là dạy xong một câu chuyện. Thật khó hiểu với kẻ ngoại đạo phải không?

Thiền tông hiện đại thấy rõ điều này nên muốn thay đổi cách tiếp cận tư tưởng giáo lý: nói trực chỉ cái ý chính mà kinh sách muốn trình bày, không nói vòng vo cũng không quá ngắn gọn để gây sự mập mờ khó hiểu dễ tạo sự tranh cãi. Sách Tâm pháp của Giác Tử cũng đang cố

gắng thực hiện mục tiêu tối giản đó: Đặt ra các vấn đề cần thảo luận và đồng thời đưa ra cách giải quyết hay giải thích vấn đề ấy một cách hợp lý nhất vừa theo tinh thần tôn giáo lại vừa phù hợp với khoa học hiện đại. Có lẽ vì thế mà chỉ trong hơn 1000 trang sách đã nói tới được hầu như tất cả mọi vấn đề trọng yếu của cuộc sống, từ tinh thần, tôn giáo, khoa học, chính trị, văn hóa, kinh tế... và chắc chắn rằng đây là điều mà chưa một tôn giáo khác nào làm được

Một tôn giáo hành động đặt nặng vấn đề hành động dù vẫn tôn trọng giáo lý. Nếu chỉ có Lý mà xem nhẹ Sự thì đó là tôn giáo lý thuyết. Tôn giáo lý thuyết dành cho người tu hành chuyên nghiệp còn tôn giáo hành động dành cho đại chúng. Lý thuyết mà phức tạp quá đại chúng sẽ không hiểu gì cả vì họ không có thì giờ để mà tìm hiểu, do muốn tìm hiểu đến nơi đến chốn kinh sách ta sẽ phải học ngôn ngữ tôn giáo gốc và chiêm nghiệm nhiều năm ròng thì chỉ có những người tu chuyên nghiệp hay các học giả chuyên nghiên cứu tôn giáo mới có thời gian và năng lực để làm việc này mà thôi.

Tôn giáo hành động cần tinh giản tối đa lý thuyết. Chúng ta chỉ cần nói đến cốt yếu nội dung của vấn đề nào mà tôn giáo đang muốn đề cập tới, với vài ví dụ đơn giản để đại chúng hiểu là được. Liệu chúng ta có cần nói về Tứ đế hay Nhân quả hay Thiên định... với nhiều cuốn sách mà mỗi cuốn chứa vài trăm trang không nhĩ? Nói thật là ngay cả tôi là kẻ đọc nhiều sách mà khi đọc xong sách là toát hết mồ hôi, có cái chẳng hiểu tác giả muốn nói gì nữa chứ không dám bảo tác giả hiểu sai cả vấn đề. Hình như nhiều tác giả dù chỉ hiểu biết đạo pháp một cách máy móc nhưng vì muốn viết sách để thể hiện mình nên vừa sao chép ý tưởng có sẵn, lại vừa chế ra nhiều nội dung tưởng tượng thêm cho có cái riêng, đôi khi câu chuyện chế ấy chẳng liên quan đến chủ đề bàn luận, chỉ là cố viết thật dài để đủ số trang cho một cuốn sách thì phải?

Thiền tông luôn khuyên mọi người hãy nhìn vào mọi thứ xung quanh mình như chính nó đang thể hiện, không thêm không bớt, không chủ quan theo ý mình. Điều này nghĩa là khi vạn sự đang ở thời Không, thời Vô ngã, thời

Vô thường thì ta thấy đích thực là chúng trong trạng thái ấy; còn khi vạn sự ấy lại đang ở thời Có, thời Bản ngã, thời Thường thì ta cũng thấy rõ là đang trong trạng thái ấy. Tuyệt đối không bảo rằng mọi thứ luôn luôn là không thật, bởi vì đó chính là sự dối gạt chính mình, là tự kỷ ám thị thôi: Bạn đang sống, đang ăn, đang đọc sách của tôi rõ ràng mà lại nghĩ mình đang không tồn tại là lý làm sao? Đó là lối suy nghĩ máy móc áp đặt nên chúng ta đã bị sai ngay từ đầu.

Sự nhận thức “rất đời” như thế mới giúp chúng ta vào đời được. Kể từ thời điểm chúng ta sinh ra trên cõi đời này là chúng ta bị chi phối bởi mọi thứ Ngã: tự ngã, nhân ngã và thiên ngã. Mọi cái đều tương tác qua lại với nhau để tạo ra cuộc sống thực của mỗi người. Sự nhận thức đúng đắn như vậy sẽ giúp chúng ta sống sao cho phù hợp nhất gọi là sống cân bằng. Vì biết mình thực sự là đang sống thì lúc này chúng ta sẽ phải biết cách áp dụng luật nhân quả để tạo nên nghiệp báo cho chính mình, chúng ta giữ giới và thực hành bát chánh đạo để đi vào giải thoát. Còn nếu chúng ta luôn tin rằng chúng ta không



tồn tại thực sự trên đời, tức khổ đau phiền não cũng chỉ là sự tưởng tượng chứ không hề có thật thì theo tôi chúng ta cũng chẳng cần thực hiện những cái trên làm gì.

Kinh Bát Nhã và các kinh khác đều nói vạn sự là vô thường, là vô ngã, là biến hóa giữa Có và Không thì cũng không có gì sai bởi đây là lý thuyết căn gốc về khởi nguồn của vạn sự, là tôn giáo lý thuyết và cái này giúp chúng ta hiểu biết về tinh thần chứ không áp dụng trong đời thực nhiều, trừ khi bạn thấu hiểu nghĩa lý thì ứng dụng được trong lĩnh vực tinh thần của chính bạn mà thôi, đó là đoạn phiền não và trừ tham sân si và nhập vào cảnh giới Không tánh.

Câu chuyện này muốn nói nên ý chỉ của Thiền tông hiện đại về vấn đề nhận thức của con người chính là hãy hiểu biết và vận dụng đúng đắn lý thuyết vào thực hành trong từng trường hợp khác nhau một cách rõ ràng, luôn nhìn sự việc theo đúng bản chất của nó, muốn thế thì tâm người phải luôn giữ cho thanh tịnh và bình đẳng. Bạn có thể dùng thiền định để đạt điều này. Xin hãy nhìn mọi thứ như CHÍNH NÓ LÀ!

## LỬA GIÁC NGỘ

Phàm là con người đã là một phúc lớn và ai là người giác ngộ thì phúc lại càng lớn hơn nữa. Giác ngộ là gì? Là khả năng minh triết thấy mọi thứ như thật nó là, là năng lực tự biết gọi là trí vô sự, là Phật nhãn, là huyền khả để nhìn thấy những chân lý trong vũ trụ. Khả năng này có trong mọi con người, thậm chí là trong mọi động vật: Bạn thấy động vật sơ sinh đói tự biết ăn, lớn tự biết xây tổ và giao phối, con người tự hiểu được ngôn ngữ... và đó chỉ là những ví dụ sơ khởi thô thiển để chứng minh cho tánh biết mà thôi. Cái biết thực tại của mỗi người lại khác nhau vì thế mới chia ra là năng lực biết cao hay thấp. Người nào biết nhiều, mà phải biết sự đúng đắn ta gọi là người giác ngộ.

Ai là người giác ngộ? Hay rộng hơn nữa thì tư tưởng nào, tôn giáo nào mới được cho là giác ngộ? Nếu ví tư tưởng như ngọn lửa tri thức thì không thể phân biệt vì mọi ngọn lửa đều chứa đựng nhiều ánh lửa có màu sắc khác nhau tượng trưng cho sự chi tiết về tánh biết khác nhau chứa bên trong nó. Vì vậy dưới tinh thần giác ngộ bình đẳng, chúng ta chỉ nên quy ước với nhau là những ngọn lửa nào mang màu sắc tử tế mà có trong mọi tôn giáo như lửa yêu thương, giới luật, sống vô hại... thì đó là LỬA GIÁC NGỘ.

Mỗi tôn giáo đều có con đường đi riêng, nhưng mọi con đường đều về một đích. Mỗi tôn giáo đi bằng các phương tiện khác nhau, nhưng mọi phương tiện đều cần năng lượng để di chuyển. Nhiên liệu chính là tư tưởng trong tâm thức và nhiên liệu nào tốt nhất sẽ giúp cho phương tiện đi nhanh nhất để về đích sớm nhất. Chúng ta không thể nói Phật đạo, Ki tô, Khổng giáo, Tiên giáo, Balamon hay Platon, Max... cái nào là phương tiện tốt nhất, bởi vì phương tiện tốt hay không lại do người đi tự chọn cái nào thích hợp nhất với mình.

Cuối cùng thì cái chính lại quay trở về con người, con người được Thượng đế sinh ra nhưng việc lựa chọn cho mình một cuộc sống thế nào thì chúng ta lại được tự do lựa chọn. Tính tự do là năng lực giác ngộ cao nhất của con người, bởi vì mọi thứ tiếp theo lại dựa vào đây mà lựa chọn. Chúng ta cần lựa chọn đúng đắn, hiểu biết đúng đắn thì cuộc đời mới đi theo hướng tốt đẹp.

Tôn giáo thường hay dùng các phương tiện kỹ xảo tâm lý để truyền tải nội dung giáo lý của mình. Những câu chuyện thật và giả, hư cấu tưởng tượng và chân thực hay nối kết vào nhau, chúng ta phải chú ý về điều này. Người giác ngộ chỉ quan tâm tới nội dung mà câu chuyện tôn giáo mang lại chứ không quan tâm nhiều về chính câu chuyện. Nếu ta chỉ chú ý vào ngôn từ của câu chuyện thì rất dễ dàng lọt vào sự mê tín, u mê vì tin vào những câu chuyện tưởng tượng trong đó. Hãy quan tâm tới nội dung giáo lý, đừng quan tâm vào các câu chuyện trong kinh sách.

Xã hội thường lắm phức tạp vì người ta hay lợi dụng niềm tin của con người để trục lợi.

Người ta xây dựng ra những điều tưởng tượng, thổi vào đó những câu chuyện linh thiêng với mục đích trục lợi kiếm tiền. Tượng ảnh và nơi thờ cúng thay vì phải hiểu theo ý nghĩa biểu tượng tinh thần, là nơi tôn nghiêm tín tâm thì người ta lại tuyên truyền về thần thông huyền bí, và từ đó họ xây dựng đền đài, chùa tháp ngày càng nguy nga, tạo ra những bức tượng ngày càng lớn với chi phí đắt đỏ không vì mục đích để phụng sự Phật pháp hay chúng sinh mà vì họ hiểu tín đồ nghĩ rằng tượng ảnh càng nhiều tiền thì càng quý, chùa tháp càng nguy nga càng linh thiêng và nếu cúng dường cho những nơi linh thiêng như thế thì lại càng có được nhiều lợi ích cho bản thân. Trong tâm nhiều người, đình - chùa - miếu mà nghèo tức phước hẹp thì cầu nơi ấy mà làm gì, bởi thế họ sẵn sàng đi hàng ngàn kilô mét, đi sang cả quốc gia khác có ngôi chùa linh đó để khẩn cầu. Với tín đồ thì đó là sự mê muội, không phải là giác ngộ. Còn với những kẻ lợi dụng đó thì lại quá ma lanh. Nạn buôn Thần bán Thánh, xin cho bùa phép... đã xảy ra trong mọi tôn giáo hàng ngàn năm rồi

chứ không phải chỉ có ngày nay. Đức tin và điều lành xuất phát từ tâm người chứ đâu phải từ nơi khác, hiểu được bản chất vấn đề này bạn sẽ là người giác ngộ.

Hơn nữa bạn cũng nên hiểu nội dung của những gì bạn đang đọc, nghe từ giáo lý kinh sách. Ví dụ bạn đừng quan tâm nhiều về câu chuyện tái sinh luân hồi, về các cõi thiên đàng địa ngục cùng các câu chuyện giữa người này với người kia... mà lưu ý đến cốt truyện muốn cho ta biết cái gì. Ví dụ cốt truyện của tái sinh cho ta hiểu câu chuyện về khổ đau trong Tứ đế, để giải quyết khổ đau ta phải thực hành Bát chánh đạo hay pháp có không của kinh Bát Nhã, bước đi tiếp theo đằng sau đó nữa là tiến đến Tứ thiên... với mục tiêu cuối cùng là tìm kiếm sự giải thoát hoàn toàn. Có hàng vạn câu chuyện nhưng cuối cùng nói rút gọn lại chỉ là để đến với mục tiêu giải thoát mà mục tiêu này đồng nghĩa sự Giác ngộ. Hiểu được bản chất vấn đề này bạn sẽ là người giác ngộ.

Là tín đồ thời hiện đại chúng ta đừng để mình tiếp tục bị lợi dụng nữa. Hãy tự mở mang trí tuệ bát nhã đang nằm sẵn trong tâm

thức bạn. Hãy đốt lên ngọn lửa giác ngộ trong trái tim bạn để hiểu nội dung giáo lý của tôn giáo bạn. Chỉ cần một chút chú ý, bằng trực giác bạn có thể thấy đâu là điều hợp lý, đâu là phi lý. Nếu cần thiết thì phải kiểm chứng, bạn hãy dùng cách xét tới tính tương tác giữa các sự kiện có liên quan, nếu có những mối quan hệ nhân quả đáp ứng được yếu tố cân bằng thì là đúng, còn không đáp ứng tính cân bằng thì xin bạn... hãy thận trọng. Phật chẳng đã từng nói rằng chúng sinh phải tự thấp đuốc lên tìm đường mà đi là gì!

Là tín đồ hiện đại, bạn có thể nương theo giáo lý tôn giáo của mình để sống, ví dụ những quy tắc đạo đức chẳng hạn, nhưng chúng ta phải sẵn lòng mở rộng tầm mắt của mình để theo dõi xem một số vấn đề của giáo lý có phù hợp với thực tại cuộc sống hay không để mà tự điều chỉnh tư duy mình, bởi vì mỗi thời đại đều có sự thay đổi và Thượng đế trao cho bạn quyền tự do lựa chọn. Đây là điều được ghi trong Kinh Thánh.

# TÔN GIÁO KHOA HỌC

Nếu cuộc cách mạng nông nghiệp đã đưa loài người thoát khỏi xã hội săn bắt hái lượm của thời kỳ bộ lạc nguyên thủy để trở thành xã hội hiện đại hơn với quốc gia và thành phố, nếu cuộc cách mạng công nghiệp đã cơ giới hóa nông nghiệp giúp loài người có những thành tựu vĩ đại như ngày nay thì có lẽ rằng tôn giáo khoa học tiếp theo sẽ đưa xã hội loài người bước thêm một bước tiến hóa nữa.

Trái với niềm tin của đa số cho rằng tôn giáo và khoa học sẽ không bao giờ gặp được nhau, không bao giờ đi được chung một con đường, thì thật ra ngày nay tôn giáo và khoa học



sẽ cùng tiến hóa để gặp nhau một cách nhanh nhất. Chỉ cần chúng ta thay đổi cách nhìn, đổi mới tư duy, chúng ta thấy ngay rằng tôn giáo và khoa học đều có mục tiêu giống nhau là khám phá về vũ trụ và con người. Tuy hai cách thực hiện khác nhau, bởi bên tôn giáo thì sử dụng suy tư và tưởng tượng, còn khoa học thì đo đạc và tính toán thực tế, nhưng trên tất cả, mọi tri thức đều bắt nguồn từ tư duy của con người.

Vậy tại sao chúng ta không thể vẫn coi Thượng đế tạo ra vũ trụ và các sự kiện của Kitô giáo, vẫn tôn trọng tư tưởng cho rằng mọi sự đều do sự kết hợp tương tác của các thứ riêng lẻ của Phật giáo, coi đó như là những phát biểu vĩ mô thượng tầng kiến trúc và đồng thời coi nhiệm vụ của khoa học là giải thích, sau khi đã nghiên cứu một cách cụ thể và chi tiết, xem việc tạo thành thế giới đó được Thượng đế, hay do “duyên hợp của các sự kiện” đã biến Không thành Sắc... đã được tiến hành cụ thể như thế nào, tức coi khoa học nghiên cứu là nhiệm vụ, là công việc cụ thể hóa thuộc hạ tầng cơ sở!

Khoa học sẽ xem xét bằng cách nào mà năng lượng hay lượng tử có thể biến thành nguyên tử và phân tử để cho ra thế giới vật chất và vũ trụ hình thành, nghĩa là Thượng đế tạo ra vũ trụ như thế nào.

Khoa học sẽ tìm hiểu bằng cách nào mà chất hữu cơ trở thành các tế bào rồi sau đó biến thành sinh vật, nghĩa là Thượng đế tạo ra sinh vật bằng vật liệu gì.

Khoa học sẽ tìm hiểu bằng cách nào mà từ những tập hợp thông tin của các xung điện sinh học lại có thể trở thành hoạt động tâm thức và linh hồn của động vật, tức Thượng đế lập trình linh hồn thế nào.

Sau khi mọi thứ trở nên rõ ràng, con người sẽ biết cách để phụ giúp Thượng đế đẩy nhanh quá trình tiến hóa thế giới của Ngài, giúp duyên hợp hợp thành những thứ mới lạ chưa từng có..., từ đó tìm ra các bài thuốc, các phương cách trị bệnh mới và hiệu quả, giúp mùa màng bội thu để nuôi sống hàng tỷ con người, cũng như kéo dài tuổi thọ hay nâng cao hạnh phúc loài

người... Khi điều này xảy ra nghĩa là tôn giáo khoa học đã quan tâm tới cả cuộc sống trần tục cơm - áo - gạo - tiền, coi việc chăm lo cho thân xác cũng quan trọng như chăm lo cho linh hồn, và rằng chỉ khi cuộc sống ấm no, cơ thể khỏe mạnh cùng tinh thần thoải mái thì con người mới thực sự có hạnh phúc được.

Nếu thế thì tại sao chúng ta không coi rằng Thượng đế đã tạo ra con người như là một tiểu Thượng đế để chúng ta thay mặt Ngài thực hiện những điều “vụn vặt” trên trần thế như trên, con người thực hiện những công việc vi mô để Ngài rảnh rang mà kiến tạo những thứ vĩ mô của vũ trụ? Thượng đế cho con người khả năng tư duy và hiểu biết hơn các loài động vật khác để làm gì nếu không phải là Ngài muốn chúng ta có năng lực để thay mặt cai quản trái đất và phục vụ cho Ngài. Nếu hiểu như vậy thì tôn giáo của Thượng đế và khoa học của con người làm gì có khoảng cách. Mỗi người một việc, nếu còn có một khoảng cách nào đó đang tồn tại thì chẳng qua là do con người không hiểu biết và đã tự tạo ra khoảng cách cho mình mà thôi!

Nhân tiện trên con đường tiến hóa để hòa hợp này, những gì không phù hợp hay sai lầm của cả tôn giáo lẫn khoa học đều bị tiến hóa chối bỏ. Chúng ta sẽ xem xét lại quan niệm về thiên đàng và địa ngục, thánh thần và ma quỷ, nghiệp báo và tái sinh linh hồn... nếu thật sự tồn tại thì khoa học phải giải thích xem đó là cái gì, cấu trúc thế nào; còn nếu không có thật thì phải định nghĩa lại những khái niệm trên cho phù hợp với nhận thức mới. Cứ từng bước như thế loài người sẽ tiến hóa đến tri thức hợp nhất, và đó sẽ là viễn cảnh tươi sáng của nhân loại.

Tôn giáo và khoa học, giống như thể xác và tinh thần trong một con người là hai yếu tố không thể tách rời nhau, bởi vì chúng hỗ trợ và bổ sung cho nhau để tạo nên sự sống và ý nghĩa cuộc sống. Nếu không có khoa học thì tôn giáo sẽ chỉ là lý thuyết suông vì tôn giáo không thể mang lại được hạnh phúc toàn vẹn vật chất lẫn tinh thần cho con người. Nếu không có tôn giáo, khoa học với logic lạnh lùng của nó sẽ thiêu hủy nhân loại. Tuy nhiên tôn giáo cũng có nhiều loại, với những tôn giáo có hại cho tiến bộ loài

người, kìm hãm sự phát triển của khoa học thì cần bị tiến hóa loại bỏ.

Bằng cái nhìn hợp nhất trong một tổng thể, khi tôn giáo và khoa học không còn là kẻ thù của nhau là lúc đó lịch sử loài người sẽ sang trang khác, tôn giáo lúc đó gọi là tôn giáo hiện sinh, còn khoa học sẽ được gọi là khoa học tâm linh. Và điều này sẽ không còn xa nữa vì đó là quy luật tiến hóa tự nhiên của cả tôn giáo lẫn khoa học. Chúng ta hãy cùng chờ xem.

## BÍ MẬT TỪ SIÊU THỨC

Có hai bạn cùng học trong một lớp, gia cảnh cũng giống nhau. Một người chăm chỉ học hành nhưng chậm hiểu nên kết quả thường kém, người kia hiểu bài rất nhanh nhưng lại lười biếng học nên cũng chẳng thuộc bài, thế là kết quả thi cuối năm cả hai đều rớt. Ra đời thực, khi gặp hoàn cảnh khó khăn thì người hiểu chậm vẫn không thể hiểu được nhanh hơn nên không thể ứng xử kịp với cuộc sống và đã bị bỏ lại phía sau, còn người hiểu nhanh hơn biết thích nghi hoàn cảnh nên tiến về phía trước. Bởi vậy đằng sau câu chuyện này là: ai có năng lực nhận thức cao hơn sẽ thường gạt hái được nhiều thành công hơn, đó cũng là quy luật chung của sự tiến

hóa. Vậy năng lực của chúng ta được đến từ đâu?  
Câu trả lời là từ Siêu thức!

Đến từ Siêu thức, năng lực nhận thức sẽ giúp chúng ta cảm nhận được thế giới xung quanh bằng các giác quan thông thường lẫn giác quan bí ẩn gọi là Linh giác. Những khả năng “tự biết” đã kết tinh trong tinh thần hay linh hồn của giống loài. Con rùa con khi vừa nở tự biết đi về hướng biển (chứ không phải là ngược lại) và kiếm ăn ở đó. Sau một thời gian trôi dạt khắp nơi trên vùng biển rộng lớn, đến khi sinh sản chúng biết quay về ngay nơi chúng sinh để tiếp tục chu trình đào ổ và đẻ trứng, lấp cát lại và... bỏ đi. Rùa mẹ không hề ý thức về những đứa con của chúng có nở ra không, có an toàn khi mới nở ra không và bản khoản liệu con mình có biết đường tìm về nhà cũ của mình sau này hay không nữa. Con chim làm tổ, con nhện giăng tơ, con thú (và cả con người nữa) biết giao phối không cần ai dạy bảo cả. Ta gọi đó là bản năng, bản năng phải đến từ đâu đó và ta gọi là từ Siêu thức.

Năng lực cơ bản của các giống loài là giống nhau, nhưng năng lực từng cá nhân lại

khác nhau. Có người hiểu được những thứ mà người khác không hiểu, biết cái mà người khác không biết. Trong tâm thức họ bật ra những “ý nghĩ hay tiếng nói” mà chính bản thân họ cũng không biết tại sao họ lại thấy như thế. Và đó chính là những năng lực nhận thức đặc biệt.

Tuy nhiên anh em trong gia đình cùng cha mẹ sinh ra mà tại sao năng lực lại trái ngược nhau, thậm chí chẳng có ai giống với cha mẹ đã sinh ra chúng. Hóa ra là mọi năng lực như chậm hiểu hay nhanh hiểu, tính nết khô khan hay ướt át... đều có sẵn trong mỗi người, chỉ có điều là người nào có sẵn năng lực trội đó khi vừa sinh ra thì người ấy được hưởng nó mà thôi.

Vậy là nguyên nhân đã biết, nhưng tôi muốn tôi hay con cái của tôi phải trở nên nhanh hiểu, trở nên thông minh lanh lợi nhất thì phải làm sao đây? Câu trả lời là phải kích hoạt năng lực ấy từ siêu thức.

Để kích hoạt thông tin từ siêu thức, bạn phải tin chắc rằng chính trong bạn đã có mọi



khả năng của mọi người và chúng đều nằm trong siêu thức của mình. Thông qua rèn luyện thiền định hay chỉ quán như phép tu du già... chúng ta sẽ đưa cơ thể vào một trạng thái nhạy cảm trống không và thân nhiệt hạ thấp, bạn chỉ thở vài lần một phút và có thể giao tiếp được với “những tiếng nói” bên trong bạn. Hãy lưu ý rằng đây chỉ là cách diễn đạt hình tượng, bởi bạn sẽ hiếm khi nghe thấy tiếng nói của con người mà chỉ là sự cảm nhận còn gọi là tính tự biết, giống như động vật cái sẽ chăm sóc con non của nó theo “tiếng nói” hướng dẫn từ bên trong tâm thức của nó mà ta hay gọi là bản năng, bởi vì chắc chắn rằng nó không được truyền kinh nghiệm nuôi con từ ai khác. Bạn có thể thấy xuất hiện những hình ảnh mang tính đại diện và bạn phải tự hiểu những ký hiệu đó có ý nghĩa gì, đây là cách diễn đạt mà ta thường gọi là “công án”. Trong những giấc mơ có ý nghĩa cũng vậy, những tiếng nói hay hình ảnh ta thấy trong giấc mơ ấy chỉ là phương tiện để chuyển tải nội dung thông tin nào đó bởi vì cái mà bạn thấy chỉ là những thông tin thứ cấp được các giác quan thu nạp ghi vào bộ

nhớ lúc bạn đang thức hay là những quy ước do trí tưởng tượng của con người tự đặt ra như tiếng nói chẳng hạn mà thôi. Vì những gì tưởng tượng là không thật, hình ảnh là vay mượn nên nội dung giấc mơ mới là quan trọng, xin bạn lưu ý nhé.

Đứng trước một sự việc hiện hữu, nếu tâm trí nhạy cảm, bạn sẽ cảm nhận bằng trực giác rằng việc này nên thực hiện thế nào, nó nguy hiểm gì không và nhiều thứ khác. Điều này vượt trên mọi suy luận của chúng ta bởi suy luận ta dựa vào kinh nghiệm và tri thức đã từng được học nên đến từ ý thức, còn sự linh cảm lại đến từ siêu thức, nghĩa là bạn đang đi vào thế giới tâm linh của... chính mình.

Dù chi phối toàn bộ sự sống, siêu thức hiện vẫn là bí mật lớn nhất, một trong những thách thức lớn nhất cho sự khám phá của con người. Tuy vậy từng bước một chúng ta đang khám phá nhiều điều về thế giới này và ta đã có thể ứng dụng một phần nào đó để phát triển một vài năng lực đặc biệt từ siêu thức vào trong cuộc sống của mình.

## SỰ SỐNG

Khi tôi mười lăm tuổi, tôi hỏi thầy dạy Vật lý: “Thưa thầy, tại sao có sự sống?”. Thầy trả lời là do lực sống kết hợp vật chất lại. Khi hỏi tiếp: “vậy lực sống là gì” thì không ai trả lời được. Lúc hai mươi lăm tuổi tôi bắt đầu thiền định, lục tung kho tàng tri thức khoa học hiện đại và các kinh sách tôn giáo quá khứ nhưng cũng không tìm được câu trả lời nào thỏa mãn với tôi câu hỏi ấy. Rồi một ngày nọ năm bốn mươi tuổi, trong lúc đang thực hành thiền định tôi thực nghiệm thở bốn thì, tôi chủ động đưa khí ôxy vào cơ thể ở trạng thái thấp nhất có thể bằng cách hít vào thật ít và tăng lượng khí cacbonic trong cơ thể bằng cách thở ra ít nhất, tức giữ thán khí nhiều trong cơ thể rồi bắt đầu theo dõi sự lịm dần của

sự sống trong cơ thể mình. Khi gần đến cửa tử, tôi bừng tỉnh khám phá ra một bí mật và sau đó tự mình hồi sinh để ngồi viết lại câu chuyện đầu tiên và đặt tên là Thiên luận. Sau này, tức mười năm tiếp theo tôi biên soạn lại sách và đặt tên lại là Tâm Pháp vì biết rằng trước đó đã có bộ sách tên là Thiên luận của thiền sư Suzuki người Nhật Bản. Đó là những cuốn sách mà các bạn đang đọc.

Mấu chốt là năng lượng. Năng lượng này không đơn thuần là sức nâng, sức kéo mạnh hay yếu của động cơ máy móc và cơ thể chúng ta hay là độ nóng nhiều nóng ít của cái bếp, của đồng lửa..., vì đó chỉ là một khía cạnh thể hiện ra cường độ, tức chỉ số độ lớn của năng lượng thôi. Năng lượng còn có cấu trúc và tính chất của nó nữa, đó là năng lượng còn thể hiện dưới dạng tần số, bước sóng, trường tương tác... Và chính nhờ những cái này của năng lượng mà sự sống cùng muôn hình thái, tác động khác phát sinh.

Thế giới các vật chất đơn tương tác với nhau bởi hai loại trao đổi năng lượng chính, đó là trao đổi cho nhận (liên kết ion) và trao đổi cộng

hưởng (liên kết cộng hóa trị). Chính nhờ liên kết cộng hóa trị mà có sự linh hoạt vô cùng làm cơ sở cho các hợp chất hữu cơ được hình thành. Quá trình cộng hưởng bất tận của vài nguyên tố là nitơ, ôxy và cacbon làm nảy sinh vô số tần số năng lượng lai. Nhờ vô số tần số lai này mà ái lực hấp dẫn sinh học được tạo thành, làm cơ sở cho quá trình trao đổi chất, tức quá trình cơ bản của sự sống.

Sự sống bắt đầu từ thực vật đơn bào rồi đa bào. Khi trường sinh học thực vật hình thành thì quá trình tiến hóa làm xuất hiện các liên kết thông tin tổng hợp trên trường điện từ sinh học thực vật đó tạo ra ý thức, thế là động vật sơ khai xuất hiện. Quá trình tiến hóa tiếp theo là các động vật bậc cao và con người chúng ta ngày nay. Mỗi quá trình tiến hóa trao đổi chất sẽ tạo ra một giống loài động thực vật riêng biệt, còn sự tiến hóa trong một loài mới mang yếu tố thích nghi môi trường.

Dù quá trình viết ra các phần mềm thông tin sinh học để điều khiển thế giới sự sống có sự tham gia liên kết năng lượng của hầu hết mọi

nguyên tố sẵn có trong tự nhiên nên rất đa dạng nhưng yếu tố nhiệt độ, ánh sáng và ngày đêm mới quyết định đến sự phát sinh, bảo tồn và phát triển sự sống. Các quá trình phân chia và tổng hợp sinh hóa diễn ra liên tục không ngừng nghỉ đều bắt buộc dựa vào cơ chế duy nhất là sự cân bằng năng lượng sinh học mà thôi.

Trường năng lượng cùng các tính chất của nó tạo nên lực hấp dẫn liên kết vật chất lại. Trên trường đó thông tin được lập trình, nó giống như nhà khoa học lập trình các phần mềm vi tính trên trường điện từ của máy tính vậy. Những thông tin đó, cùng với lực hấp dẫn đã tạo ra cơ thể vật chất và thông tin để điều khiển cái cơ thể vật chất đó mà tạo nên vật chất sống, nghĩa là sự sống của muôn loài, gọi là Lực sống. Còn những thông tin để điều khiển vật chất trở thành sống động gọi là Linh hồn của vật chất.

Linh hồn nương vào thân xác chúng ta để điều khiển cuộc sống chúng ta, làm chúng ta hoạt động và khác với một xác chết. Sau khi thân xác chết thì linh hồn này không còn chỗ nương tựa sẽ tiếp tục tồn tại thêm một thời gian

nữa trong vũ trụ này chứ không biến mất ngay lập tức, bạn có thể dễ dàng chứng minh điều này như sau: Nếu bạn đang điện thoại video với người khác ở xa, khi chấm dứt cuộc gọi người ấy sẽ bấm vào nút tắt, thời điểm đó mọi thứ bên kia đã ngừng hoạt động nhưng bên này bạn vẫn tiếp tục nhận được thông tin của họ cho đến vài giây sau đó. Linh hồn là thông tin nên cũng như vậy, nghĩa là không nhất thiết là nó sẽ biến mất ngay lập tức cùng nguồn phát ra nó, tức là cơ thể khi chết. Thời gian tồn tại của thông tin Linh hồn trong không gian phụ thuộc vào nhiều yếu tố, nhưng chắc chắn chúng không dùng thang đo thời gian của con người chúng ta tạo ra mà là của vũ trụ, theo thuyết tương đối.

Khi con người còn sống, có người sống thánh thiện gọi là Thánh nhân, có người sống đê tiện gọi là tiểu nhân, còn lại đa số là người bình thường, tức tốt có, xấu có. Khi chết đi, linh hồn cũng phân ra tương ứng, linh hồn thánh nhân sẽ là Thánh thần, linh hồn tiểu nhân là Ma quỷ, còn lại ở giữa là Linh linh người bình thường.

Hai thế giới ấy dù là khác nhau như âm và dương nhưng thực sự có những mối liên hệ với nhau qua một số cách. Từ những việc có thật nhưng đa số con người chúng ta không thấy được này, mọi sự huyền bí, thậm chí là hoang đường khác được chế ra, tạo ra sự tưởng tượng bất tận của con người.



## NĂNG LƯỢNG TỐI

Chúng ta hay nói về năng lượng nhưng ít người biết rõ về thế giới ấy. Chúng ta hay nói về sức mạnh tính bằng calori, watt hay nhiệt độ nóng lạnh chứ có cái quan trọng hơn nữa gọi là năng lượng tối hay còn gọi là năng lượng âm. Cần thống nhất định nghĩa về từ “tối” hay “âm”. Không phải là môi trường tối tăm vì thiếu ánh sáng hay không khí lạnh dưới không độ gọi là độ âm, hay cơ thể ta yếu ớt bệnh tật gọi là âm... như quan niệm bình thường mà chính là một trạng thái năng lượng không quan sát được bằng các thiết bị vật lý thông thường do chúng tồn tại ở dạng trạng thái nên gọi là “âm”.

Về cường độ sức mạnh loại năng lượng tối này vô cùng lớn, chúng đang điều hành từ vũ trụ

vi mô như làm cho điện tử điện tích âm không dính vào hạt nhân điện tích dương hay vũ trụ vĩ mô như mặt trăng không dính vào trái đất và trái đất không dính vào mặt trời dưới tác dụng của lực hấp dẫn được. Còn trong thế giới sự sống thì chúng tạo nên sức sống của muôn loài động thực vật, biến những vật chất vô tri thành cơ thể sinh vật hoạt động.

Trong cơ thể con người loại năng lượng này gọi là Khí. Khí này thúc đẩy quá trình trao đổi chất sinh học làm nguồn năng lượng dương cho các hoạt động của chúng ta và làm môi trường để tạo ra tinh thần tức là linh hồn của bạn đó. Khí này ở khắp nơi trong cơ thể, lưu trú tại từng tế bào, mọi cơ quan nhưng tích trữ, dự trữ chủ yếu tại vùng bụng dưới, nơi chứa đựng thận, đan điền, tinh hoàn sinh sản... gọi chung là nơi tàng khí. Triết học Đông phương và y học cổ truyền châu Á, các võ sư, đạo sĩ yoga, khí công... rất coi trọng loại năng lượng này. Khi khí này bị giảm ta gọi là sự hao hụt nguyên khí và nếu bị giảm quá mức cơ thể chúng ta sẽ chết.

Về y học, trong khi Tây y coi trọng việc chữa bệnh từ Sự, tức là chạy theo giải quyết những sự việc đã hình thành phát sinh, là bệnh thuộc thể dương, ví dụ sự viêm nhiễm gì đó, thì bên Đông y người ta chữa bệnh từ Lý, tức coi trọng lý lẽ nguồn gốc phát sinh của căn bệnh, bởi vì theo họ thì bệnh tật là do rối loạn từ Khí này mà ra, ngoại trừ bị thương hay bệnh do vi trùng tấn công, bởi vậy họ hay cho thuốc bổ khí âm hay dương hay dùng thuật châm cứu, hay vận khí công... giúp lưu thông Khí để chữa bệnh là thế. Đông y có thể biết cả những bệnh tiềm ẩn sắp đến do họ hiểu rõ sự chuyển dịch của Khí này, còn Tây y thì chỉ biết khi những bệnh đã xảy ra rồi.

Còn trong luyện võ thuật, luyện yoga, khí công, nhân điện, nội công... người ta tìm cách điều chuyển Khí này theo ý muốn, tức có chủ đích dồn năng lượng âm này vào một nơi nhất định để thực hiện một việc gì đó, chẳng hạn các võ sư nhảy vào lửa, ngâm mình trong băng, chôn sống dưới đất, cho xe tải cán qua người, dùng hàm răng kéo xe ô tô, dùng giáo nhọn đâm vào

yết hầu, dùng búa tạ đập vỡ chống gạch xếp trên người trong khi người đang nằm trên đỉnh hay thủy tinh vụn... nếu chỉ nghe thì thật khó tin.

Còn trong huyền thuật, các đạo sĩ ứng dụng thuật phù thủy, giao tiếp với người âm gọi là các nhà ngoại cảm, làm phép thuật, bùa ngải, lên đồng, cầu cơ, phong thủy...

Tôn giáo có cầu nguyện. Ai đó bị bệnh sau khi cầu nguyện được chữa lành. Ai đó xin phép làm ăn kinh doanh, cầu tự... được thỏa mãn. Ai đó được báo mộng về một điều gì đã xảy ra hay sắp xảy ra... gọi là hiện tượng thần giao cách cảm tất cả đều là sự ứng dụng của năng lượng âm này.

Năng lượng âm là có thật. Chúng ta chưa thể thấy nó nhưng chúng ta cảm nhận được sự tác động của nó với cuộc sống hàng ngày. Sự cảm nhận thông qua một thứ giác quan đặc biệt trong cơ thể chúng ta, đó là LINH GIÁC. Cơ thể chúng ta có 6 giác quan, năm thứ là giác quan vật lý dùng để cảm biến với môi trường vật lý là thính giác, thị giác, khứu giác, vị giác, xúc giác (thật ra còn giác quan phụ trách thăng bằng của

cơ thể là tiền đình cũng là vật lý nhưng ít người biết nên chúng tôi không đề cập), giác quan thứ sáu cuối cùng không nằm ở cơ quan nào bên ngoài mà trong tâm thức, siêu thức gọi là linh giác. Linh giác không phải là một cơ quan cảm giác chuyên trách giống mắt hay mũi mà là một hệ thống, bao gồm cả mọi cảm biến vật lý lẫn phi vật lý, quy tụ trong ý thức tạo ra Tánh biết của chúng ta (và mọi động vật khác).

Các thiền sư và nhà huyền học biết rõ điều này. Trong trạng thái thiền sâu, lúc tâm trí rơi vào trạng thái nhạy cảm nhất định, khi mà tâm thức rỗng rang, bình đẳng tức không bị nhị phân, phân chia thì đạo sư thiền cảm ứng được với thế giới này. Cũng có thể do luyện một số phép chỉ quán, các nhà huyền học là các đạo sĩ, phù thủy có thể giao tiếp với thế giới này. Thậm chí cả một số người bình thường sau khi gặp biến cố nào đó về sức khỏe, hoặc bị chứng tâm thần phân liệt, bị hội chứng đa nhân cách, tự kỷ... cũng tiếp xúc được với thế giới này.

Năng lượng tối rất quan trọng vì có liên quan trực tiếp đến sự sống của chúng ta. Tại sao

một số phương thức luyện tập như thiền định, quán chỉ, nội công, khí công... hay tình cờ như bẩm sinh, hay do bệnh thập tử nhất sinh may mắn qua khỏi... mà một số người có thể tiếp cận được với thế giới âm này là bởi vì nguyên do khi ấy họ đưa được cơ thể mình vào trạng thái dao động tần số thấp, do đó sẽ cộng hưởng được tần số âm, vì tần số âm là dao động từ thấp đến cực thấp. Do bởi đưa cơ thể vào trạng thái năng lượng âm thấp nên thân nhiệt của những người này cũng thấp hơn bình thường, thể hiện là tay chân họ lạnh, hơi thở chậm, mặt trắng bệch bất thường, đôi mắt nhìn vô hồn... mỗi khi họ đi vào thế giới ấy.

Có vô số ứng dụng về loại năng lượng âm này như chữa bệnh bằng năng lượng sinh học, hoạt động thôi miên và thần giao cảm, thuật phong thủy, điều chỉnh hệ tâm thức cho người tự kỷ, tâm thần và trầm cảm, tạo hay giải huyền thuật... bởi vì kiểm soát được năng lượng âm đồng nghĩa với kiểm soát được sự sống chết và tư tưởng con người!

Khoa học hiện đại đang tiến rất gần tới việc tiếp cận thế giới này. Một số camera hồng ngoại đã thu được hình ảnh âm bản của nguồn năng lượng tối và khi chế tạo ra được các thiết bị cảm ứng trạng thái thì cái thế giới huyền bí bây giờ sẽ... chẳng còn huyền bí nữa, và khi ấy thì điều gì sẽ xảy ra: đó là sự xáo trộn toàn bộ thế giới nhận thức của con người. Bạn có thể hiểu bạn sẽ về đâu sau khi chết. Có thể du hành không gian bằng những thứ kiểu như UFO vậy. Vấn đề chỉ là thời gian, xin hãy kiên nhẫn chờ đợi.

## TÂM THỨC CON NGƯỜI

Bạn có từng nghĩ mình là ai và từ đâu mà ra không? Tại sao lại có nhiều dạng người khác nhau trong xã hội? Tại sao cha mẹ bình thường lại đẻ ra con là nhà bác học mà con nhà bác học lại không thành bác học? Tại sao cùng cha mẹ, hưởng cùng nền giáo dục nhưng tính nết và số phận các đứa con lại trái ngược nhau? Thật khó trả lời câu hỏi này nếu không bắt đầu từ phân tích tâm thức con người.

Mỗi dạng người khác nhau, như là nhà khoa học, nhạc sĩ, bác sĩ, tu sĩ, nhà nông hay nhà vua... người ác kẻ thiện, người hiền người dữ... đều bắt đầu từ tâm thức đặc trưng mà thành. Khi sinh



ra, con người chúng ta có năng lực tương ứng, sau đó cộng với sự học tập và giáo dục của môi trường sống mà hình thành nên khả năng riêng của từng người.

Về cấu trúc thì Tâm thức con người cấu tạo bởi ba luồng thông tin đan xen tạo ra ma trận 4 chiều để tạo ra ý thức. Ba luồng đó, một là thông tin do năm giác quan thu nhập từ môi trường sống, hai là những thông tin kinh nghiệm, học tập... đã thu nạp vào trong trí nhớ từ trước và ba là thông tin do di truyền qua vô số thế hệ từ tầng thức mang đến. Từ ý thức sinh ra hành động và từ hành động sẽ sinh ra số phận từng người.

Về tương tác thì bắt đầu tâm thức nhị phân thành lưỡng (dương) và tính (âm). Sau đó lưỡng lại chia tiếp thành nhanh (dương) và chậm (âm), còn tính chia thành nóng (dương) và lạnh (âm). Từ 4 dạng chủ yếu của tâm thức này sẽ giao hoán cho nhau tạo thành 64 dạng tâm thức ứng với 64 dạng tính cách số phận con người. Tâm thức là dạng thông tin nên có tính lưu trữ, di truyền (còn gọi là nhân bản, photo...)

Mỗi chúng ta sẽ mang một hay vài tính cách trong 64 dạng đó để tạo ra tính cách của riêng mình. Tuy nhiên do tất cả chúng ta, trong mọi kiếp người, mọi chủng tộc ở khắp mọi nơi trên thế giới đều từ một gốc cha mẹ sinh ra nên hiển nhiên chúng ta đều chứa đầy đủ chủng tử 64 dạng tâm thức đó trong người, nhưng chỉ có một hay một vài tâm thức nổi trội ứng vào một người làm người đó có năng lực của tâm thức đó, còn tất cả chủng tử khác sẽ ở dạng lặn nhưng vẫn nằm trong chúng ta. Câu nói Phật là chúng sinh, chúng sinh là Phật từ đây mà ra.

Dạng tâm thức nào hồi sinh trội trong một người là do nhiều yếu tố. Từ trong bụng mẹ em bé đã được cảm nhận trường sinh học của cha mẹ nên lúc đang mang thai rất ảnh hưởng tới tâm thức bé. Nếu cha mẹ hưng phấn em bé sẽ hưng phấn, cha mẹ trầm cảm bé cũng trầm cảm. Tiếp theo là môi trường sống của gia đình và xã hội, môi trường giáo dục lúc bé sinh ra, đặc biệt là 12 năm đầu đời sẽ hình thành tâm tính bé... Ngoài ra còn một số yếu tố phụ khác như tuổi sinh, phong thủy...

Hiểu điều này rất quan trọng nếu chúng ta muốn điều chỉnh tâm thức của mình hay người khác để thay đổi số mệnh. Người ta thường hay dùng thiên định và chỉ quán để kích hoạt các dạng tâm thức tiềm ẩn đó. Chúng ta tự biết ưu khuyết điểm của mình để tự sửa mình theo ý muốn và nếu cha mẹ muốn con cái mình thế nào thì phải biết cách kích hoạt tâm thức con mình ngay từ bé, thậm chí từ lúc còn nằm trong bụng mẹ, ví dụ phụ nữ mang thai đặc biệt phải biết nuôi dưỡng tâm hồn vui vẻ, tránh trầm uất sẽ ảnh hưởng bé...

Một số trường hợp do rối loạn thông tin tâm thức sẽ thành người đa nhân cách. Tùy kiểu rối loạn mà ta có người tự kỷ, hay rối loạn giới tính, hay tâm thần phân liệt, hay bệnh trầm cảm... Chú ý tới vấn đề này chúng ta sẽ tìm cách giúp đỡ được người bệnh, điều chỉnh con người hay phòng ngừa bệnh cho cả chính mình nữa, bởi vì tất cả chúng ta ai cũng có nguy cơ rối loạn thông tin tâm thức trong cuộc sống.

Cuối cùng, do bởi tàng thức di truyền là một trong ba yếu tố chính hình thành nên tâm

thức nên chúng ta hãy sống lành mạnh, đạo đức để tạo ra công đức tốt cho thế hệ sau, đây chính là sự cân bằng các bạn nhé.

$$E=MC^2$$

Ta hãy hình dung như sau về vật chất: bằng cách nào đó, nếu làm cho biến năng vật chất tăng dần, có thể do ta tăng nhiệt độ (nhiệt năng) hoặc tăng tốc độ (động năng)... chẳng hạn, thì vật chất sẽ biến thành các trạng thái lần lượt như sau: rắn - lỏng - khí - plasma - nguyên tử - hạ nguyên tử và cuối cùng thì mất dạng vật chất, chỉ còn là một khối năng lượng ta gọi là trạng thái lượng tử. Như vậy để vật chất biến thành năng lượng thì vật chất ấy sẽ phải nhân với biến số biến năng a lần, tức là:  $m \cdot a$  (với  $m$  là khối lượng vật chất). Chiều ngược lại, để khối năng lượng trở lại thành vật chất thì phải giảm biến số biến năng xuống b lần, tức  $E : b$  (với  $E$  là năng lượng). Với việc tăng và giảm như thế, sẽ xuất hiện một điểm biến

năng mà vật chất và năng lượng chuyển hóa cho nhau là điểm c (là điểm cân bằng), tức  $a=b=c$ . Ta lập được công thức chuyển hóa  $m.a=E.b$ . Thay c vào ta có công thức sau  $E:c = m.c$ , chuyển về tức là sẽ được  $E=mc^2$ . Như vậy đây là một trong những cách để chúng ta tìm hiểu về nguồn gốc của công thức  $E=mc^2$  nổi tiếng của Einstein. Và ta cũng gọi c là hằng số biến năng chuyển đổi giữa vật chất - năng lượng của vũ trụ. Hằng số biến năng c này trong thực tế không thể là một số nguyên vì là c trung bình cộng của các cn (n là các loại nguyên tố) trong vũ trụ. Thường người ta làm tròn  $c=300\ 000$ .

Quan trọng là bạn nhìn thấy điều gì từ công thức này?

Công thức trên cho ta thấy mối quan hệ hữu cơ chuyển đổi qua lại giữa vật chất hữu hình (m) và trạng thái năng lượng (E) trong vật lý. Điều này cũng có nghĩa là mối quan hệ giữa Tâm (linh hồn - e) và Vật (thể xác - m) hay duy tâm (e) và duy vật (m) của triết học, hay ý nghĩa của Sắc (m) và Không (e) trong tôn giáo.

Điều này cũng có nghĩa là, mọi thứ trong vũ trụ đều liên quan và ảnh hưởng qua lại với nhau. Khi chúng ta đề cao tinh thần hơn vật chất hay đề cao tôn giáo hơn các vấn đề xã hội khác thường là do sự thuyết giảng của các đạo sư mà thôi. Chúng ta cần tỉnh táo để nhìn nhận là nếu thân thể chúng ta không được chăm sóc và nó sẽ chết thì tinh thần lấy chỗ nào để tồn tại mà theo đạo này đạo kia. Bởi vậy tìm kiếm điểm kết nối và cân bằng giữa tôn giáo và cuộc sống thực là đòi hỏi tất yếu trong thế kỷ XXI này.

Tôn giáo dù là rất quan trọng nhưng nó không thể làm cho mùa màng bội thu, không dịch bệnh, không động đất, hạn hán hay lũ lụt. Điều này đã được chứng minh hàng ngàn năm rồi. Khoa học và sức con người lại giải quyết được bài toán này suốt ngàn năm qua. Bởi vậy thay vì tìm kiếm các câu thần chú, chăm chỉ tụng kinh, cầu nguyện, huy động trí tuệ nghĩ ra các bài kinh... thì có lẽ tôn giáo nên làm mới lại mình, làm tăng thêm giá trị của mình bằng cách thay đổi quan niệm, tư duy cho phù hợp với khoa học và xã hội, làm như thế chúng ta gọi

là tôn giáo tiến hóa. Tôn giáo cần phải tiến hóa để nhập vào thế gian thì mới tồn tại trong kỷ nguyên khoa học và chúng ta gọi đó là tôn giáo ứng dụng.

Ngược lại khoa học cũng cần thay đổi, thay vì chỉ chú trọng vào lý luận, thực nghiệm và nghiên cứu thì cũng cần chú ý tới khả năng trực nhận và tưởng tượng của tôn giáo. Sự kết hợp hoàn hảo của hai trường phái tư duy Duy tâm và Duy vật chắc chắn sẽ đem lại những sáng tạo mới cho trí tuệ con người.



# CẤU TRÚC CỦA VẬT CHẤT

Vật chất vũ trụ bao gồm những vật chất thấy được (hữu hình) và không thấy được (vô hình). Vũ trụ sơ khai là thể năng lượng toàn phần. Trong thể năng lượng này cấu tạo bởi hai loại sóng là dao động bốn chiều (dao động xoắn) và dao động hai chiều (dao động ngang). Dao động xoắn xoắn kết các loại sóng cùng tần số và cùng chiều xoắn lại với nhau tạo thành không gian bốn chiều, tức tạo thành vật chất thấy được. Lực để xoắn kết thành vật chất ta gọi là lực hấp dẫn vạn vật. Dao động ngang không tạo thành không gian bốn chiều nên không thấy được, ta gọi là vật chất vô hình. Vật chất vô hình chính là

các loại sóng mà ta đang thấy trong không gian là sóng từ trường, sóng điện từ. Tính chất sóng ngang hai chiều này là cộng hưởng tần số nên có khả năng mang tải thông tin cài đặt trên sóng, đó chính là sóng radio, sóng điện thoại di động và vô tuyến truyền hình...

Do cấu trúc dao động bốn chiều của sóng xoắn hấp dẫn mà ta thấy vật chất có hình khối, từ đó khối lượng và các đơn vị đo khoảng cách phát sinh tạo ra thể tích cùng với hệ quả là các định luật vật lý xuất hiện. Các sóng xoắn cùng loại với nhau sẽ kết nối chặt chẽ với nhau để tạo thành trường vật chất riêng và từ đây các nguyên tố đơn xuất hiện, có sự khác biệt về tần số trường vật chất nên khi ta tạo ra ánh sáng phát ra từ loại vật chất đó thì sẽ có bước sóng quang phổ đặc trưng tạo nên ánh sáng có màu sắc riêng, chúng ta hay nghiên cứu quang phổ ánh sáng phát ra từ vật chất để xác định thành phần nguyên tố của vật chất đó là thế.

Có mối quan hệ chặt chẽ giữa hai loại vật chất vô hình và hữu hình, nói cho dễ hiểu là mối liên quan giữa vật chất và năng lượng. Gọi điểm

c là điểm cân bằng vũ trụ, tức là nơi chuyển hóa giữa vật chất và năng lượng. Bằng cách nào đó ta cung cấp cho vật chất một năng lượng tăng dần thì đến điểm c vật chất sẽ hoàn toàn biến mất vì đã chuyển hóa sang dạng năng lượng (mc). Chiều ngược lại ta hạ dần năng lượng xuống đến điểm c thì vật chất sẽ xuất hiện trở lại (e/c). Vì đây là điểm cân bằng nên  $e/c=mc$ , suy ra  $e=mc^2$ .

Từ hỗn mang chỉ bao gồm toàn bộ là năng lượng thuần, đó là khi mà nơi đó có nhiệt độ cực kỳ cao, hoặc nơi đó mật độ vật chất trên một đơn vị thể tích cực kỳ lớn, hoặc là vận tốc di chuyển cực kỳ nhanh làm cho không gian bị nén lại thì khi tới một giới hạn nào đó sẽ có những vụ nổ tung giải phóng năng lượng này, điều này giống như chúng ta cứ bơm một quả bóng cao su cho tới khi nào nó nổ tung ra vậy. Việc nổ tung này phóng năng lượng ra không gian và tiếp theo các mức năng lượng sẽ hạ thấp dần và cuối cùng là vật chất sẽ được kết hợp lại theo công thức  $E=mc^2$  của Albe Einstien.

## CÂU TRÚC TÂM THỨC

Chúng ta được sinh ra từ đâu? Sự khác nhau thực sự giữa các loài động vật là gì? Tại sao có người này và người khác? Và rất nhiều câu hỏi cần được trả lời dưới ánh sáng khoa học.

Chính là tâm thức loài đã quy định các loài động vật. Chi tiết hơn một chút nữa là tâm thức giống. Chi tiết hơn chút nữa là tâm thức từng cá thể sinh vật. Vậy tâm thức là gì?

Là thứ giúp động thực vật có được sự sống từ những chất vô cơ, hữu cơ. Bạn lấy một miếng thịt bò xay ra khảo sát thì dù chúng đầy đủ mọi chất hữu cơ, vô cơ nhưng lại không thể có sự sống. Muốn có sự sống cần có sự liên kết ái

lực sinh học, một thứ lực làm xảy ra quá trình trao đổi sinh học, đó là lực do hệ điều hành mà chúng ta gọi là vô thức đang điều hành cơ thể ta suốt đời không ngừng nghỉ, đó chính là hơi thở, là tim đập, bài tiết, tiêu hóa và v.v...

Tâm thức động vật cao cấp hơn thực vật nhiều vì chúng biết tư duy. Tâm thức động vật được cấu trúc bởi ba thứ là ý thức, vô thức và siêu thức. Vô thức đã nói ở trên, còn ý thức là những suy nghĩ tư duy của chúng ta. Trên hết là siêu thức điều hành cả ý thức lẫn vô thức.

Con chó có tâm thức của chó, con mèo có tâm thức của mèo, nên chó và mèo có những tính cách hành xử riêng. Con người cũng thế, mỗi cá thể con người đều có tính nết, năng lực riêng, tất cả đều do siêu thức quy định.

Tất cả mọi thông tin cơ sở, từ việc tạo hóa đã lập trình tâm thức loài cho đến những thông tin kinh nghiệm do tổ tiên truyền lại đều ghi dấu ấn vào siêu thức. Siêu thức sẽ di truyền lại cho con cháu mọi thông tin bằng cách nhân bản ra các bản sao để cài đặt vào cá thể mới thông

qua việc thụ tinh. Một số thông tin tâm thức khác sẽ được trao qua thế hệ sau qua sự cộng hưởng tần số tâm thức giữa các đời ông bà, bố mẹ và con cái. Tất cả những thông tin ấy đều có giá trị trong việc hình thành nên tâm thức mỗi cá thể sau này cũng như giúp động vật có được bản năng để tồn tại trong tự nhiên như tính dục, xây tổ, định hướng không gian, tự chữa bệnh...

Như thế cấu trúc tâm thức là thuần thông tin. Các thông tin giao thoa nhau qua việc phối kết ma trận cấu trúc trong não bộ chúng ta. Môi trường để phối kết là các trạng thái tâm thức.

Chúng ta có thể kể ra vài trạng thái tâm thức cơ bản, đó là trạng thái tình cảm có thể trải ra từ rất khô khan lạnh lùng đến ủy mị ướt át. Đó là trạng thái tinh thần trải dài từ yếu đuối đến mạnh mẽ, từ hèn nhát đến dũng cảm. Đó là khả năng cá nhân về sự thông minh nhanh hay chậm, hướng nội hay ngoại...

Bạn có thể tưởng tượng những thông tin riêng lẻ được thu nhận chúng ta sẽ được xử lý trong các trạng thái năng lực cá nhân ấy thì kết

quả sẽ rất khác nhau, đến lượt cho giao thoa các thông tin đã được xử lý sơ bộ đó với nhau thì chắc chắn sẽ cho ra kết quả cuối cùng còn khác nhau nhiều hơn nữa. Tâm thức cá thể sẽ thực sự là như thế.

Nghiên cứu tâm thức là chúng ta đi vào cốt lõi sự sống. Từ đó sẽ có câu trả lời cho vô số câu hỏi, từ việc nguồn gốc con người và liên quan đến nhiều lĩnh vực khác như: y học, tâm thần, tâm lý học, xã hội học, giáo dục, an ninh.

## CẤU TRÚC LINH THỂ

Thế giới xung quanh chúng ta chất đầy năng lượng. Có rất nhiều loại năng lượng khác nhau và chúng tạo ra mọi thứ hữu hình lẫn vô hình. Năng lượng không phải đơn thuần chỉ là nóng và lạnh, mạnh hay yếu, đó chỉ là những thể hiện nhỏ xíu của vài đặc điểm năng lượng mà thôi. Thế giới năng lượng còn có cấu trúc, tính chất, cường độ, bước sóng, tần số, kiểu dạng sóng, băng thông, phân cực... Khám phá thế giới năng lượng là khám phá thế giới của Thượng đế và để bắt đầu khám phá thế giới này chúng ta xem xét thuật ngữ trạng thái, bởi vì năng lượng nằm dưới dạng trạng thái.



Chúng ta lấy một ví dụ dễ thấy nhất là nước. Nếu nhiệt độ trên  $100^{\circ}\text{C}$  toàn bộ khối nước sẽ ở trạng thái là dạng hơi nước. Nếu nhiệt độ dưới  $0^{\circ}\text{C}$  khối nước sẽ ở thể rắn. Ở giữa khoảng nhiệt độ này thì nước ở trạng thái lỏng, tức nửa khí nửa rắn thì chúng chuyển hóa qua lại cho nhau dễ dàng và liên tục.

Hình dung nôm na năng lượng trong vũ trụ này cũng vậy. Tại một điểm nào đó năng lượng ở thể rắn, tức là vật chất thấy được. Tại một điểm khác, vật chất ở thể vô hình, tức dù không thấy được nhưng chúng vẫn tồn tại thực. Và ở giữa hai khoảng đó vật chất chuyển đổi hay là tương tác qua lại được với nhau và sự sống ở trạng thái trung gian này.

Nguyên do có nhiều dạng trạng thái năng lượng khác nhau như thế là do cấu trúc của sóng khác nhau. Có những thứ sóng mà kiểu dao động hình sin xoắn nhưng lại có thứ sóng kiểu dao động dạng hình sin ngang. Rồi cùng dao động hình sin xoắn nhưng có cái tạo ra vật chất thấy được do có phản xạ ánh sáng, còn số khác không thấy được do không có phản xạ ánh

sáng (trong suốt) tạm gọi là vật chất tối, tức là vật chất không thấy được (chứ không phải theo nghĩa tối là màu đen).

Thân thể và tâm thể của chúng ta thuộc về các trạng thái đó.

- Thân thể là cái dễ thấy nhất vì nó hữu hình trước mắt chúng ta, cấu tạo bằng vật chất thấy được là các nguyên tố vô cơ và phân tử hữu cơ tức là năng lượng dạng sóng sin xoắn thấy được và vật chất vô hình là năng lượng sóng sin xoắn vô hình mà người ta gọi là Khí (Prana) giống như sự thống nhất của hai mặt đối lập âm và dương vậy.

- Tâm thể, mà đại diện của nó còn gọi là linh hồn cũng lại là thứ vô hình trước giác quan bình thường của chúng ta. Là những thông tin được lập trình trên nền tảng năng lượng sóng sin xoắn vô hình thuộc cơ thể, mặc dù vô hình nhưng chúng vẫn thực sự tồn tại, chúng ta vẫn cảm nhận được thông qua những tác động của nó với chúng ta như khả năng suy nghĩ, khả năng tự biết, hiện tượng thần giao cách cảm...

cũng như nhiều nhà ngoại cảm, nhà thiên định ghi nhận được các hình ảnh vô hình này thông qua nội suy hay ngoại suy hình ảnh âm bản họ thấy được. Một số camera hồng ngoại có thể bắt được hình ảnh dạng âm bản (ảnh ngược) của loại vật chất vô hình này khi chụp được vùng môi trường bị năng lượng của nó chiếm chỗ: ta biết rằng môi trường xung quanh ta đầy bụi vật chất và chúng có năng lượng hồng ngoại, nếu mật độ bụi thấp vẫn để ánh sáng xuyên qua nên ta cảm thấy môi trường là trong suốt, nhưng thật ra camera vẫn ghi nhận trường năng lượng hồng ngoại của bụi môi trường, nếu khi bị chiếm chỗ trong không gian bởi một nguồn năng lượng lạ thì sẽ làm thay đổi năng lượng không gian bụi và camera hồng ngoại ghi nhận sự thay đổi năng lượng của môi trường bụi đó chứ không trực tiếp nhìn thấy được năng lượng lạ kia, khi suy ảnh ngược ta sẽ thấy các hiện tượng khác lạ, ví dụ bóng linh hồn (video).

Để Tâm thể tác động được vào Thể xác mà tạo nên sự sống gọi là Sinh vật thì phải có sự tác động thông tin Tâm – Thể qua lại với nhau

thông qua việc chuyển hóa thông tin từ Linh hồn là sóng sin xoắn vô hình thông qua trung gian là tần số của sóng sin ngang cũng là vô hình – tiêu biểu là sóng vô tuyến – để tác động vào tần số của sóng sin xoắn hữu hình, tức là thể xác. Nhờ sự cộng hưởng của các tần số này mà thông tin đã được chuyển giao qua lại và cơ thể chúng ta hoạt động được.

Như vậy thân xác và linh hồn đều có cấu trúc sóng năng lượng. Chúng có đặc tính sóng khác nhau, tạm phân chia là âm và dương. Hai thứ này quyện với nhau bằng thông tin giúp linh hồn điều khiển được thân xác nên mới có sự sống của vật chất, gọi là động và thực vật. Tôn giáo gọi đây là quan hệ Tinh - Khí - Thần (tức là thể xác, năng lượng sống và thông tin)

Khi sinh sản, thể xác sẽ được nhân bản thông qua thông tin di truyền sinh học gọi là bộ gien (DNA) và tâm thể tức linh hồn sẽ nhân bản (chứ không phải tái sinh) thông tin di truyền linh hồn qua siêu thức. Một cơ thể mới sẽ hình thành theo luật nhân quả.

Khi cơ thể chết đi, thể xác sẽ tan rã trở lại nguyên liệu vũ trụ tức là dạng năng lượng sin xoắn hữu hình, còn linh hồn cũng trở lại vũ trụ dưới dạng năng lượng sin xoắn vô hình. Thông tin linh hồn còn tồn tại khá lâu trong trường năng lượng vô hình này ta gọi là Linh thể và có thể ghi nhận dưới dạng năng lượng âm bản. Thông tin linh hồn từ nền trạng thái này sẽ dần nhạt đi do sự pha loãng dần năng lượng của nó trong vũ trụ cho đến khi mất hẳn. Tóm lại rằng trong tự nhiên tất cả đều theo đúng nguyên lý cân bằng: đến từ đâu thì trở về đó, có tụ phải có tan và mọi kết quả đều phải có nguyên nhân phát sinh ra nó (luật nhân quả).

## CẤU TRÚC THÔNG TIN SINH HỌC

Tôi thường hay ví cơ thể là một cái máy tính và tâm thức là phần mềm để điều khiển máy tính ấy. Đây là cách ví dụ để nhập môn thôi, chứ việc đi sâu vào cơ chế lập trình thông tin trên cơ thể và máy tính dựa vào các nền tảng khác nhau.

Nền tảng thông tin máy tính là lập trình số tức là những dòng lệnh lê thê được viết ra bằng các phép toán nhị phân trên nền giao diện điện tử

Nền tảng thông tin sinh học lập trình trên nền năng lượng thực. Có hai loại năng lượng thực, đó là năng lượng âm và năng lượng dương. Tương ứng với hai loại này là hai kiểu lập trình khác nhau, ứng với hai mục đích cũng khác nhau.

Lập trình thông tin trên nền tảng năng lượng dương chính là các chuỗi gen DNA để định hình cấu trúc của mọi cơ thể sinh vật đó. Sở dĩ đặt tên năng lượng dương là do nó tạo ra dạng cơ thể bằng vật chất hữu hình thấy được, tức dạng vật lý để chúng ta có thể cân đo, đong, đếm... tạo ra các quy luật vật lý, hóa, sinh... Từ các thứ quy luật này mà có sự xấp xếp liên kết hóa học theo một trình tự nhất định mà ta gọi là sự lập trình, sự lập trình kiểu này thuần túy là dùng nguyên tố hóa học tự nhiên.

Lập trình thông tin trên nền tảng năng lượng âm chính là cách để tạo ra các dòng thông tin trong tư duy, tức là tạo nên ý thức trong cơ thể sinh vật. Sở dĩ đặt tên năng lượng âm là bởi dạng năng lượng này có đặc tính cấu trúc phi đối xứng (tức bất nhị) nên nó vô hình trước các cảm biến vật lý mà con người hiện đang có được. Khi cảm biến mà không nhận ra thì giống như có mắt mà không thấy, có tai mà không nghe được vậy. Cảm biến của người là công cụ vật lý, trong khi năng lượng kia là phi vật lý, cụ thể là những trạng thái thì không bắt được cũng hợp lý thôi phải không.

Nếu những dòng lệnh thông tin máy tính là những chuỗi tín hiệu toán học dài dòng được viết ra liên tục trên nền giao diện điện tử thì dòng lệnh thông tin sinh học viết trên nền năng lượng âm là những chuỗi trạng thái liên tục. Nhiều chuỗi trạng thái tương tác với nhau theo một cách thức có quy tắc tổ chức nên được gọi là dòng lệnh thông tin. Việc tương tác các luồng trạng thái theo mô hình ma trận cầu tạo ra các lệnh thông tin. Các lệnh thông tin sinh học này có thể được chuyển trực tiếp hay gián tiếp qua việc chuyển thành tín hiệu điện sinh học để ra lệnh cho cơ thể hoạt động.

Năng lượng dương giáng xuống gặp năng lượng âm giáng lên gặp nhau tại một điểm cân bằng tạo sức hấp dẫn sinh học, thể hiện ra cho ta thấy bằng thân nhiệt, thế là sự sống của vật chất vật lý được hình thành. Để cơ thể sinh vật hoạt động thì song song với sự gặp nhau của hai dòng năng lượng âm - dương là sự gặp nhau của thông tin đã được tạo hóa lập trình trên hai nền tảng ấy mà ta đã nói ở trên, và thế là hệ thần kinh của chúng ta mà cụ thể là những tư duy vô



thức và ý thức (và cả siêu thức nữa) sẽ điều hành cơ thể của mình.

Có thể là với nhiều người thì những kiến thức này có thể còn rất mới mẻ với khoa học hiện nay, cả tôn giáo dù đã đề cập tới sự lập trình qua từ “duyên khởi” bởi không nêu rõ ra được khởi như thế nào hay là cái gì để khởi ra hay còn chung chung hơn nữa là vạn sự do bàn tay Thượng đế tạo dựng. Ở bài viết sơ khai này chúng ta chỉ mới khởi đầu làm quen, còn cái mà hữu ích nhất của việc ứng dụng tri thức mới thì sau này sẽ được lộ diện, nó có thể biến Không thành Có và biến Có thành Không, chúng ta sẽ chu du trong thế giới tinh thần, ý thức, vô thức và siêu thức cũng như đi du lịch vào thế giới linh hồn, điều mà cho đến nay vẫn tưởng như là “bất khả xâm phạm” vì nó còn khó hơn cả việc đi du lịch vào vũ trụ. Muốn thế hãy học cách tạm quên tất cả mọi tri thức khoa học và tôn giáo của bạn, hãy thoát ra khỏi vòng kim hãm của tri thức cũ. Hẹn gặp lại các bạn.

## CẦU TRÚC NĂNG LƯỢNG SINH HỌC

Trong cơ thể năng lượng dương đại diện cho sức lực của chúng ta, liên quan thể tích và trọng lượng cơ thể, còn năng lượng âm đại diện cho lực sống của cơ thể. Sức mạnh thể chất và sức sống là hai thứ hoàn toàn khác nhau, bởi thế một chú chó đại ca Becgie nặng 50 kg và một tiểu thư Chihuahua 1 kg thì đều có thể sống trên 10 năm giống như nhau là vậy. Nếu nói về sức mạnh thì anh Bec dù nặng hơn và khỏe hơn em Chi tới 50 lần, nhưng nếu nói về sức sống chưa chắc ai đã hơn ai là vậy đó.

Hãy chú ý đến những thông tin hữu ích này vì nó sẽ liên quan đến sức khỏe của bạn.

Bạn thấy có những người trông cơ thể rất vạm vỡ nhưng lại bệnh hoài, nhìn trông thấy yếu ớt thậm chí chết yếu mạng, ngược lại có người thấy gầy gò mà sống lâu, ít bệnh, nhìn thần khí rất mạnh khỏe. Nhiều người cảm thấy lúc khỏe lúc mệt liên tục, nhiều lúc cơ thể thờ giống bị hụt hơi chết đuối nhưng khi đi khám bệnh lại không có bệnh gì cả, người ta gọi là bệnh “giả vờ”. Tất cả những trường hợp như thế, nếu không phải do bị bệnh tại các cơ quan ở cơ thể do năng lượng dương làm chủ thì rất có thể do năng lượng âm có vấn đề. Bởi vì năng lượng âm cung cấp sức sống cho mọi cơ quan và cả cơ thể bạn nên việc gián đoạn cung ứng năng lượng sẽ khiến cơ thể hụt hơi ngay, giống như xe đang chạy mà lại gần hết xăng vậy. Nếu để hơi hụt hẳn nguy cơ là cơ thể ta sẽ chết. Đi khám tây y không ra kiểu bệnh này do đó người ta đặt một tên chung chung là rối loạn hệ thống...

Năng lượng dương cung cấp sức mạnh cho cơ thể nên rất cần thiết, chúng ta phải biết giữ gìn loại năng lượng này bằng cách cung cấp dinh dưỡng cho cơ thể đầy đủ, làm việc và nghỉ ngơi

hợp lý để phục hồi năng lượng mỗi ngày, làm việc quá sức làm cơ thể bị kiệt quệ dần, sức lực mà hết thì cơ thể ta sẽ chết. Thực phẩm và thể dục thể thao rất hữu ích để duy trì và tăng cường năng lượng dương này.

Năng lượng âm cung cấp sức sống nên cũng rất cần thiết, nhưng khác với năng lượng dương ở chỗ chúng ta khó có thể tự bổ sung thêm năng lượng âm, bẩm sinh thì mỗi người khi sinh ra đã được cung cấp năng lượng này theo một định lượng ít nhiều khác nhau, bởi vậy hãy đặc biệt giữ gìn đừng để tổn hại loại năng lượng này. Làm việc trí óc quá sức, hao phí quá nhiều tinh lực (tình dục), tâm loạn... ảnh hưởng xấu đến loại năng lượng này. Thiên và các phép thu năng lượng vũ trụ, năng lượng âm bình... chỉ để giữ gìn năng lượng âm chứ còn để bổ sung tăng cường loại năng lượng âm này có lẽ chủ yếu vẫn là lý thuyết sách vở mà thôi, theo tôi là thế.

Năng lượng âm hết thì cơ thể sẽ chết già; năng lượng dương hết thì chết bệnh. Năng lượng âm giảm thì sức đề kháng để chống chọi bệnh tật và nghịch cảnh giảm; năng lượng dương yếu thì

không có sức khỏe để mà làm việc. Năng lượng âm giảm thì làm điểm cân bằng điều hòa sinh học giảm xuống, tức thân nhiệt cơ thể giảm, nếu giảm quá mức giới hạn sinh hóa cơ thể sẽ ngừng hoạt động trao đổi chất để rơi vào trạng thái “ngủ đông” hay là chết vĩnh viễn nên cơ thể người chết thường “lạnh”. Năng lượng dương giảm điểm cân bằng điều hòa sinh học tăng lên, tức thân nhiệt cơ thể tăng (bị sốt), điều này thường xảy ra khi cơ thể có vấn đề bị tổn hại, nghĩa là năng lượng dương đang gặp vấn đề...

Trong cơ thể động vật, trứng của con cái đã chứa sẵn vật chất cơ bản tức là năng lượng dương, trong khi đó năng lượng âm nằm sẵn ở tinh trùng con đực. Khi tinh trùng gặp trứng năng lượng âm này sẽ kích hoạt quá trình trao đổi chất dần tạo thành cơ thể. Quá trình chuyển giao năng lượng âm như thế luôn đi kèm chuyển giao thông tin tâm thức người cha, thế là sinh vật mới sẽ có được linh hồn của cả cha lẫn mẹ. Điều này nghĩa là tâm thức cha mẹ mà điển hình là tính nết và tư duy của cha mẹ sẽ chuyển đi qua con cái tạo ra nghiệp của con. Ngoài ra

nếu giống đục mà hoạt động tình dục nhiều sẽ bị hao mòn quá mức năng lượng âm và sẽ không tốt cho sức khỏe.

Một vấn đề quan trọng nữa là quá trình hoạt động của tư duy cần nhiều năng lượng cả âm lẫn dương vì âm thì dùng lập trình thông tin sinh học còn dương để truyền tải thông tin. Năng lượng dương ta có thể bổ sung qua ăn uống nhưng năng lượng âm không bổ sung được, chúng ta chỉ có cách tiết kiệm loại năng lượng âm này bằng việc hạn chế suy nghĩ cũng như tập thiền định thôi. Một số trường hợp bị chết não hay xảy ra ở người làm việc trí não nhiều là thế: khi năng lượng âm của não đã sử dụng hết mà năng lượng dương của cơ thể lại vẫn còn, thế là sống đời sống thực vật.

Năng lượng âm liên quan đến linh thể, tức là những gì còn lại sau sự chết. Khi cơ thể sống mà chết đi thì việc trao đổi chất sinh học sẽ ngừng ngay lập tức và cơ thể bắt đầu cơ chế ngược với lúc tạo thành để trở về nguyên tố. Khi ấy năng lượng âm tách khỏi cơ thể đi vào vũ trụ và một quá trình tồn tại độc lập sẽ được bắt đầu. Những

thông tin mà khi còn sống cơ thể tạo được vẫn có thể còn được lưu giữ trên nền tảng năng lượng âm tự do này và do đó tạo thành linh thể. Linh thể vẫn giữ được nhiều thông tin của người đã chết và thậm chí còn tương tác được với thế giới dương, tức là với chúng ta. Sau một thời gian nào đó tiếp theo thì năng lượng âm này có thể được hòa tan dần trong trường vũ trụ và khi hết hoàn toàn thì đó là lúc chấm dứt hoàn toàn sự sống. Chúng ta có thể dùng thiết bị hồng ngoại để ghi trạng thái (chứ không phải hình ảnh) của linh thể này. Quả là hấp dẫn các bạn nhỉ, chúng ta chuẩn bị bước qua kỷ nguyên nhận thức mới khi khám phá được sâu hơn thế giới âm này.

## VŨ TRỤ TRẠNG THÁI

Để tiến hóa tư tưởng chúng ta phải có phương tiện thực hiện. Chúng ta phải nhìn thấy chân lý thực tại của vũ trụ là gì? Những câu hỏi mơ hồ như chúng ta từ đâu ra và sẽ đi về đâu sẽ trở thành rỗng tuếch nếu chúng ta không nhìn thấy chúng trong thực tại hiện hữu mà chỉ cố đi tìm đâu đó trong thế giới tâm linh. Ví dụ chúng ta cố gắng giải thích sự ra đời của mình bằng tái sinh linh hồn mà không hiểu nổi rằng cho đến lúc bạn đang đọc những dòng này, linh hồn chúng ta đã chết đi bao giờ đâu mà có sự tái sinh sau đó, linh hồn chúng ta đã được nhân bản (photo) thông tin tâm thức



từ đời sống này sang đời sống sau do cha mẹ tạo mình tạo dựng, bởi vậy chỉ có thể dừng tái sinh khi hết sinh nở. Và chắc chắn rằng chỉ khi loài người tuyệt chủng như khủng long thì lúc đó mới hết luân hồi.

Bởi vì cấu trúc vũ trụ là trạng thái, vì vậy chúng ta có thể phát biểu Thượng đế là trạng thái, Phật là trạng thái, Không tính hay năng lượng... đều là trạng thái. Trạng thái thì luôn biến động, luôn thay đổi, luôn chuyển hóa và từ cái hiện tượng đó mà tạo ra vũ trụ hữu hình, tức là vô ngã sẽ tạo ra bản ngã và ngược lại. Sắc - Không đồng một thể chính là thế. Linh hồn là những thông tin trên nền trạng thái, chúng nương vào trạng thái mà phát sinh để tồn tại và thể hiện. Không ai tạo ra linh hồn, vì linh hồn không phải là một vật thể cho nên chúng có thể tự sinh, tự diệt mà không cần cái gì tác động cả.

Vì vũ trụ là trạng thái nên nó luôn vận động, và sự vận động này phải có quy luật chứ không thể là vận động lung tung. Quy luật chung nhất của sự vận động chính là tính cân bằng và quan

hệ nhân quả. Từ hai quy luật này dẫn đến định luật chuyển hóa và bảo toàn của vật chất và năng lượng. Đây chính là chân lý tối thượng mà các bạn cần phải nắm được để giải quyết tất cả mọi câu hỏi khác của mình.

# KHOA HỌC GIÁO

Tôn giáo và khoa học giáo thường hay có nhiều mâu thuẫn nhau. Những người theo tôn giáo thường được dạy rằng đừng tin gì cả ngoài những gì kinh sách nói. Còn khoa học giáo thì khuyên người ta đừng tin gì cả ngoài những xác chứng khoa học đã được kiểm định. Và từ đó nảy sinh những bài bác nhau.

Khoa học, nhiệm vụ của bản thân nó là tìm hiểu những gì thực tế xảy ra trong thế giới này nên nó không phụ thuộc vào những suy luận trong tư tưởng của con người. Ngược lại tôn giáo dùng quá trình tư duy, mà chủ yếu là nội suy hay tưởng tượng để giải thích thế giới. Khoa học nghiên cứu thế giới bằng kính viễn vọng và kính hiển vi và những công thức toán học gọi là duy

vật. Tôn giáo nghiên cứu thế giới bằng những suy tư trừu tượng trong nội tâm con người gọi là duy tâm.

Không thể nào phủ nhận rằng thế giới này phát triển được là chủ yếu nhờ vào khoa học bởi vì tri thức khoa học thì tiến hóa thay đổi nhanh chóng theo lịch sử loài người, trong khi tri thức tôn giáo vẫn như xưa cũ hàng ngàn năm nay từ khi nó ra đời. Nếu chúng ta cứ bám níu những cổ xưa thì chắc các bạn không có những điều kiện vật chất như hiện nay để mà hưởng thụ cuộc sống, và chắc chắn là như thế.

Tôn giáo vẫn cần thiết cho tinh thần con người ở mọi thời đại, vì nó đáp ứng được nhu cầu tâm lý của chúng ta. Nhưng khoa học cũng rất cần thiết cho cuộc sống thực con người ở mọi thời đại, vì nó đáp ứng được sự tồn vong và phát triển của loài người.

Bởi vậy thật cần thiết khi coi trọng thuyết tiến hóa. Khoa học tiến hóa, sinh học tiến hóa, xã hội tiến hóa, văn hóa tiến hóa, tư tưởng chính trị tiến hóa... vậy thì tại sao tôn giáo lại không tiến hóa?

Để tôn giáo có thể tiến hóa như khoa học và tiến tới gần khoa học thì buộc chúng ta phải có cách nhìn hoàn toàn mới về khoa học và tôn giáo. Chúng ta phải đưa ra cho được một hệ quy chiếu chung để cân bằng và so sánh, và hệ quy chiếu đó là ý tưởng thế giới là trạng thái, tính cân bằng, sống và năng lượng... cũng như chúng ta phải vận dụng đồng thời cả hai hệ tư tưởng duy tâm và duy vật để nghiên cứu thế giới. Đây là những điều chưa từng có trước đây.

Nếu chúng ta làm được như vậy thì tôn giáo và khoa học sẽ bổ trợ nhau cho đến một lúc nào đó sẽ hòa làm một. Khi nhập lại thì khoa học sẽ gọi tôn giáo là một ngành khoa học mới: Khoa học tâm linh. Đây sẽ là tương lai của xã hội loài người.

## TỰ KỶ – ÁI KỶ – KHẮC KỶ

Tự kỷ - ái kỷ - khắc kỷ là các vấn đề thuộc về tâm thức. Tâm lý học phân chia 3 loại khác nhau như trên để tìm cách giải quyết các vấn đề liên quan.

Tự kỷ là sự thái quá trong nhận thức. Người tự kỷ chỉ nhìn nhận sự việc đúng theo hướng họ muốn thế, bất kể đó là tốt hay xấu, đúng hay sai khi đối chiếu với quan điểm chung của mọi người bình thường. Có nhiều nguyên nhân gây ra bệnh tự kỷ, nếu không phải thể bệnh lý sinh học thì cũng có thể là do di truyền, do bẩm sinh hay là căng thẳng thần kinh và cũng có thể là một sự rối loạn trong lập trình thông tin tâm

thức. Tự kỷ có cả ở người lớn và trẻ em, song bất kỳ trường hợp nào ta cũng nên tìm kiếm nguyên nhân và tìm cách khắc phục sớm, bởi việc điều trị phục hồi là rất khó.

Ái kỷ là tình trạng yêu bản thân quá mức một cách mù quáng. Họ sợ mọi thứ xung quanh ảnh hưởng đến họ, ví dụ vài phút lại đi rửa tay một lần vì có thể nghĩ rằng mình bị nhiễm bẩn. Người ái kỷ thường thu mình lại thủ thế vì trong tâm họ luôn hoang tưởng với ý nghĩ có người khác hại mình, kể cả người ruột thịt, trái với tự kỷ không những chẳng yêu thương mà đôi khi còn tự tìm cách tàn phá mình. Đây cũng là căn bệnh tâm lý khó chữa, thường xảy ra khi người ta gặp một sang chấn tâm lý nào đó hay là khi ta về già, bởi khi già thì thường sợ chết.

Khắc kỷ lại là tuýp người cực đoan khác. Thường xảy ra ở người lớn khi họ thay đổi nhận thức theo hướng tự kỷ. Người khắc kỷ có thể làm những chuyện rất nguy hiểm cho bản thân và xã hội. Ví dụ vài tôn giáo lựa chọn cái chết để thỏa mãn cái mà họ nghĩ rằng cái chết tự nguyện sẽ là hành động giải thoát tốt nhất do không còn tái

sinh nữa đối với họ. Chúng ta phân biệt với cái chết tự tử, tự tử là do sự bế tắc không lối thoát, còn theo họ thì đây là cái chết vinh quang, sự dâng hiến...

Nguyên nhân gây ra các loại bệnh này có rất nhiều. Ngoài nguyên nhân về sức khỏe thể chất bẩm sinh hay trong bộ não có vấn đề, vấn đề rối loạn các kết nối thông tin thần kinh đang vận hành trong hệ thống thần kinh mới là chính yếu. Sự mất cân bằng trong tâm thức do các thông tin tâm thức bị rối loạn nghiêm trọng. Tâm thức của chúng ta là sự giao thoa của các trạng thái thần kinh độc lập, mà mỗi trạng thái này luôn là cặp đối cực, ví dụ nhiều - ít, tốt - xấu, cao - thấp... Nếu có sự nghiêng lệch thái quá sẽ gây nên sự mất cân bằng và chúng ta bị các bệnh tâm thần như trên.

Một nguyên nhân nữa là do di truyền, nhất là bệnh tâm thần phân liệt, đa nhân cách. Tới một lúc nào đó, thường khi sức khỏe yếu đi hay ở những kỳ thay đổi tâm sinh lý ở lứa tuổi thiếu niên, thanh niên, trung niên và già thì hay xuất hiện.



Với vấn đề xã hội là trẻ tự kỷ, lời khuyên đầu tiên của bài viết này là khuyên bậc cha mẹ trẻ, cả những thanh niên chưa lập gia đình hãy sống lành mạnh, hạn chế sử dụng điện thoại, rèn luyện sức khỏe bằng thể thao, ăn uống lành mạnh, không dùng rượu nhiều, tuyệt đối không sử dụng các loại ma túy và tập thiền định để tránh những hậu quả sau này, đó là sống cân bằng. Con trẻ có thể bị rối loạn kết cấu tâm thức từ bào thai, từ trứng và tinh trùng nên giai đoạn mang thai cực kỳ quan trọng cho việc định hình tâm thức bé sau này. Hãy giữ tâm trạng vui vẻ, thoải mái khi mang thai vì nó rất có lợi cho tinh thần con trẻ.

Lời khuyên thứ hai cho những gia đình chẳng may có con mắc bệnh tự kỷ là hãy đưa bé đi khám bệnh càng sớm càng tốt để xác định nguyên nhân của căn bệnh cũng như dạng bệnh. Giai đoạn vàng điều chỉnh tâm thức là từ 0 đến 4 tuổi.

Lời khuyên nữa là hãy chuẩn bị một ngân sách, thậm chí cần một người cha hay mẹ ở nhà để chăm bé tự kỷ cho đến 10 tuổi cùng với cô giáo và nhà trường dạy chuyên biệt. Hãy chuẩn

bị tinh thần vì dạy một bé tự kỷ cần sự kiên nhẫn rất lớn vì hầu như bé cần được chăm sóc 24/24 và học tập rất chậm.

Sau khi xác định chính xác nguyên nhân gây ra chứng tự kỷ ở bé, chúng ta hãy sử dụng nhiều phương pháp khác nhau cho trị liệu, chủ yếu là với mục đích lập lại cân bằng trong các kết nối thông tin thần kinh để cho bé có những suy nghĩ như người bình thường. Các trò chơi tâm vận động, chơi với thú vật, lao động... rất cần thiết.

Bệnh về tâm rất khó chữa, vì thế chúng ta hãy thật cảnh giác vì nó có thể đến với bất cứ người nào. Tôi thấy nhiều người từng có tinh thần vô cùng mạnh mẽ, đột nhiên chỉ vì gặp phải vài biến cố trong cuộc đời thế là tính cách của họ thay đổi hẳn. Hãy phòng bệnh bằng cách luôn giữ tâm trạng lành mạnh, tâm trí thanh tịnh, suy nghĩ tích cực trong bất kỳ hoàn cảnh nào bạn nhé.

## TỰ TI – TỰ TIN VÀ TỰ KIÊU

Đây là nói về một trạng thái năng lực tâm lý tinh thần của con người chúng ta, trạng thái này là một trong nhiều yếu tố liên quan đến việc thành công hay thất bại trong cuộc sống một người.

Có những người lúc nào cũng sống nhút nhát, cảm thấy mình thấp kém và không dám làm gì cả ta gọi đó là người có tính tự ti. Lại có những người lúc nào cũng quá hoạt động và tự cho rằng cái gì mình cũng biết hết, luôn giỏi hơn thiên hạ thì gọi là tự kiêu. Tự ti và tự kiêu là hai đầu cực đối nhau của dải trạng thái ý thức.

Người tự ti thường tự thấy mình bị khuyết tật nào đó trong cơ thể, ví dụ ngoại hình không

đẹp, khuyết tật thể chất, học vấn không cao... nên sống trong mặc cảm lâu ngày thành tự ti vì thấy mình là người thấp kém trong xã hội.

Người tự kiêu thì ngược lại, họ thấy mình hơn người khác ở nhiều điểm như ngoại hình, học cao, lanh lợi... nên tự cho mình giỏi hơn nhiều người khác, được tâng bốc lâu ngày thành quen rồi trở nên kiêu căng tự phụ, luôn muốn người khác ngưỡng mộ mình.

Người bình thường thì thường ở giữa trạng thái tự ti và tự kiêu, tùy mỗi người mà họ nghiêng về bên nào nhiều hơn hay thậm chí vừa tự ti lại vừa tựa kiêu trong các vấn đề khác nhau.

Trong xã hội lại có những người sống minh triết, đó là kiểu người biết sống tự tin. Là người biết kiểm soát bản thân, người tự tin biết điểm mạnh và điểm yếu của mình để làm theo sở trường và biết sống cân bằng với chính bản thân mình cũng như xã hội. Họ không tự ti mà cũng không tự kiêu, họ tự biết “vừa đủ” gọi là khiêm tốn, bởi quá tự ti sẽ không dám làm gì hết còn quá tự kiêu thì sẽ liều lĩnh nên thường làm càn

và dễ thất bại bất ngờ. Người tự kiêu dễ thất bại bất ngờ bởi họ có tài, có sắc... nên thường thành công trong công việc nhưng lại hay chủ quan và thế là khôn ba năm đại chỉ một giờ là đã mất hết tất cả.

Để trở thành một người tự tin, chúng ta phải là người sống có niềm tin. Chúng ta phải hiểu rằng đã là người được sinh ra trên cõi đời này rồi thì ai cũng có nhiệm vụ của mình và do đó mỗi người đều được cấp một tài khoản để thực hiện nhiệm vụ ấy, đó là tài khoản trí tuệ, tài chính và tuổi thọ. Bởi vậy chúng ta chỉ cần làm hết sức để hoàn thành nhiệm vụ của mình đã là tốt nhất rồi, chớ có nhìn qua bên cạnh sẽ thêm phiền não vì cái gì cũng phải có giá của nó cả.

Khi con người sống có niềm tin vào năng lực bản thân, họ sẽ vượt qua được nhiều thách thức cá nhân, nỗ lực vượt qua khó khăn của chính mình. Xã hội gồm những người như vậy sẽ hòa bình, thịnh vượng và phát triển.

Niềm tin sẽ bài trừ tệ nạn xã hội, sẽ hạn chế tự tử, khủng hoảng tinh thần và ảnh hưởng

tốt đến sức khỏe thân thể. Vì biết tin vào chính mình để biết tự vượt qua số phận, họ sẽ không còn tin vào thần linh, ma quỷ, bói toán... làm giảm mê tín dị đoan.

Vậy niềm tin có sức mạnh ghê gớm như thế, mong sao lửa niềm tin sẽ luôn được hun nóng để khơi dậy nhiệt tình, trí tuệ, sáng tạo giúp cho mọi người chúng ta có được cuộc sống tươi đẹp hơn, chớ để cho ngọn lửa sớm cháy tối tàn. Khi có niềm tin vào bản thân và hành động hợp lý với khả năng của bản thân mình thì sự tự tin sẽ tới, hệ quả là chúng ta sẽ biết sống trí tuệ và khiêm tốn, đó mới chính là công đức lớn nhất của chúng ta đó các bạn ạ. Hãy biết chính mình!

## LUẬN NGU

Đã nói có ngu thì phải có khôn. Khôn là gì thì ai cũng biết hết nên ở đây ta chỉ nói về ngu. Có nhiều loại ngu.

- Kẻ ngu si không biết gì cả nên không làm gì được cả, nhưng đôi khi lại được cho là kẻ khôn: chính vì không làm gì cả nên chẳng phạm sai lầm nào cả và có thể được sống yên ổn trong sự thương hại của kẻ khác, được đùm bọc che chở nên lại khôn.

- Kẻ ngu khôn thì vì biết tất cả nên làm tất cả, tạo ra nhân quả cho mình nhưng cũng có khi lại sa cơ nên lại bị gọi là kẻ ngu: vì có làm thì phải có sai và đã sai phải trả giá thôi.

- Kẻ ngu hiền mới là ghê ghớm: biết tất cả, nhưng hoặc là chẳng làm gì cả vì không quan

tâm về nhân quả do họ lấy tịch diệt làm vui, tức không muốn gây ra nghiệp tốt xấu, hoặc khi thật sự cần thiết họ lại có khả năng làm tất cả mọi thứ nhưng lại cũng không cầu mong bất cứ thứ gì cho mình, kể đó người đời thường gọi họ là Thánh nhân. Tuýp người này gọi là được giải thoát khỏi sinh tử. Ấy vậy mà có nhiều người lại bảo những người này là... đồ ngu vì không mưu cầu lợi ích, chỉ cho mà không cần nhận...

Người đời chúng ta bình thường ở trong hai trạng thái đầu, tùy năng lực mà có ngu ít ngu nhiều hay khôn ít khôn nhiều, hoặc là ngu lĩnh vực này nhưng lại khôn lĩnh vực khác... đó gọi là năng lực cá nhân. Năng lực này một mặt từ bẩm sinh mà ra, mặt khác do tự rèn luyện mà thành, vì thế chúng ta hãy cố gắng sống như những gì mình muốn và phấn đấu để trở thành người cuối cùng nếu không muốn sống tiếp trong cõi sinh tử.

Khi chúng ta còn phân lập mọi thứ thành tốt và xấu, đúng và sai, được và mất, bạn và thù... là chúng ta đang ở trong đạo của đời; còn một khi chúng ta hòa đồng bất nhị thì chúng ta đang ở



trong đạo của đạo, tức là đạo tuyệt đỉnh nên mới gọi là “Đạo khả đạo phi thường đạo” (Lão Tử).

Trong tư duy và cách giảng dạy, một khi ta còn dùng các pháp nhị phân, như có – không, bát chánh đạo, thập nhị nhân duyên, tứ đế, nhân quả... để giảng pháp thì có nghĩa là vẫn còn trong đạo của đời vì vẫn còn nghiệp, duyên chi phối. Điều này nghĩa là khi chúng ta làm bất cứ việc gì, kể cả việc từ thiện mà có một mục đích nào đó thì tức là tâm của chúng ta đang hướng tới sự tầm cầu, trao đổi. Dù là tầm cầu danh vọng, vật chất hay Niết bàn thì vẫn bị mắc kẹt giữa ham muốn và dục vọng. Đừng quan tâm tới diệt trừ tam độc tham sân si nếu tâm bạn sẵn không tham sân si, đó mới chính là tư duy cứu cánh: khi không ham giàu sẽ rất giàu, khi không ham giải thoát sẽ giải thoát, không mong thành Phật sẽ thành Phật. Cắt bỏ nghiệp, tức thoát khỏi sinh tử mới là mục tiêu phấn đấu cao nhất của mỗi người học Phật chúng ta, vì khi đó chúng ta mới có thể gia nhập vào hàng Phật được.

Vậ hóa ra là ngu hay khôn cũng chỉ là cách nhìn nhận khác nhau theo quan điểm riêng của

từng người, bởi vậy mới nói rằng người khôn chẳng chấp ngu khôn, vì một khi còn chấp thì chính là mình ngu. Và đó có phải là lối giải thích rất... ngu không các bạn?

## TRẦM CẢM

Y học tâm lý chỉ ra nguyên nhân của bệnh trầm cảm là sự rối loạn các chức năng thần kinh. Các kết nối thông tin thần kinh bị rối loạn do phải chịu nhiều nguyên nhân khác nhau, ví dụ về thể chất do bệnh tật hay tai nạn, về căng thẳng do áp lực công việc, học hành vượt quá sức chịu đựng của cơ thể trong một thời gian dài, về sự căng thẳng trong gia đình, đồng nghiệp, về sự đe dọa hay lo sợ những tình huống trong cuộc sống, về những sự không vừa ý...

Mỗi người một hoàn cảnh khác nhau, mỗi người một sức chịu đựng khác nhau nên tác động của sự trầm cảm cũng rất khác nhau. Đây là một tình trạng nguy hiểm đến thể chất, tinh thần và nếu không chữa trị kịp thời có thể

dẫn đến tự tử hay điên loạn hoặc mất khả năng ý thức vĩnh viễn...

Bệnh trầm cảm có thể xảy ra đối với mọi tầng lớp, mọi trình độ trong xã hội. Các ghi nhận cho thấy khả năng di truyền là rất cao đối với những người bị mắc bệnh này. Người có năng lực thoát khỏi bế tắc thấp, hay bị ám ảnh bởi quá khứ và sợ hãi, bị đe dọa, hay sức khỏe kém cùng thường dễ bị trầm cảm. Quá đề cao cá nhân hay quá tự ti, khi gặp các tình huống ngược lại với mong muốn của mình là dễ quản trí, nhiều cái quản trí mà làm người ta không thể thoát ra sẽ khủng hoảng và thế là thành bệnh.

Với cách nhìn nhận khác thì căn bệnh này xuất phát từ nguyên nhân mất cân bằng trong cuộc sống. Chúng ta thường hay chú quan về sức khỏe tinh thần của mình, những người với xu hướng hướng ngoại thường thích chạy đua với mọi thứ trong xã hội và vì thế trong cuộc đua này sẽ có kẻ thắng người thua. Và rủi thay ai trong cuộc đời cũng có lúc thất bại cho dù từng thành công rực rỡ, vì thế nên bệnh cũng chẳng chữa một ai, chỉ là nó đến lúc này hay lúc khác,

đến sớm hay đến muộn, bệnh lâu hay mau, nặng hay nhẹ mà thôi.

Để ngăn ngừa tình trạng này chúng ta hãy thường xuyên chú ý đến tâm lý của mình, đừng tạo ra căng thẳng cho tâm, đặc biệt với những ai trong gia đình từng có người bị trầm cảm hay tâm thần phân liệt vì yếu tố di truyền cũng là một trong những nguyên nhân gây ra căn bệnh này. Chúng ta hãy suy nghĩ vô tư mọi lúc mọi nơi trong suy nghĩ và đừng tạo ra những tình huống mà mình có thể gặp rắc rối sau này, đừng tạo ra sự sinh tử. Hãy luyện tập cho mình khả năng chịu đựng các tình huống trong cuộc sống bằng cách nâng cao thể trạng và thiền định. Thiền định giúp tâm thức chúng ta ổn định, từ đó ta sẽ nhìn mọi việc với lăng kính cân bằng, không chạy đua với thời cuộc. Bệnh trầm cảm thật khó chữa nhưng lại ngừa được nếu chúng ta áp dụng nguyên lý cân bằng trong cuộc sống.

## CUỘC SỐNG CHẾT

Khi khởi nghiệp tôi chỉ ước mơ có được một cửa hàng bán nước giải khát hay cửa hàng bán tạp hóa. Sau hai mươi năm khi đã trở thành một doanh nhân thành công, một hôm tôi giật mình tự hỏi: “Nếu giàu có nữa, giàu thật là giàu nữa thì để làm gì nhỉ? Chẳng lẽ cũng cứ chỉ là tiếp tục ăn – ngủ – đi làm... cho đến hết cuộc đời này hay sao?” Và câu hỏi tiếp theo là: “Vậy ý nghĩa cuộc sống của mình thực sự là gì?”. Thế là từ lúc ấy tôi bắt đầu câu chuyện đi tìm lại chính mình.

Trong bộn bề cuộc sống, tất cả chúng ta đều bị cuốn theo dòng chảy cơm áo gạo tiền với bao lo lắng, ước mơ cho bản thân và gia đình. Chúng ta cảm thấy hạnh phúc khi kiếm được nhiều tiền, được kẻ khác tung hô và đau khổ khi thất

ngiệp, hết tiền và bệnh tật. Chúng ta đã dành cả thời thơ ấu, thiếu niên để học, học, học và từ thanh niên đến già chỉ để làm việc, làm việc, cố làm việc... cũng chỉ để mong muốn đạt được những mục đích mà mình cho là hạnh phúc, để cuối cùng khi sức cùng lực kiệt, trước cái chết mới nhận ra rằng mình chưa bao giờ được sống cho... chính mình.

Chúng ta có thể làm được nhiều thứ cho cá nhân, có thể vô cùng nhiều tài sản, vô cùng nổi tiếng với nhiều biệt phủ, công ty, siêu xe, du thuyền, đồ hiệu... chẳng thiếu cái gì nhưng rồi cũng chết như tất cả những người bình thường khác. Cái đầu tiên khi sinh ra và cái kết khi chết đi của mọi người thì đều y hệt nhau, vậy cái thời giữa là mấy chục năm cuộc đời của chúng ta sẽ là gì? Chúng ta tìm thấy ý nghĩa gì trong cuộc sống của chính mình?

Bởi vì từ trước đến giờ chúng ta sống chỉ là để sống nên chạy theo các tiêu chuẩn sống ảo, theo áp lực kinh tế và tinh thần đến từ gia đình và xã hội. Ta lo kinh tế gia đình nên tìm mọi cách kiếm tiền, ta lo mình bị tụt hậu nên

bắt ta và con cái phải cố học hành cho bằng hay vượt người ta, ta sợ mình bị xã hội lãng quên nên tranh giành danh vọng, sống thủ đoạn với người khác và cứ thế ta sống trong lo sợ... sợ tới chết vẫn chưa hết lo sợ. Nghĩ kỹ lại gần như cả cuộc đời ta là... sống trong sợ hãi.

Có những khoảng lặng cuộc đời cho ta tự thấy về mình. Người ta thường chú ý tới cái nghèo vật chất nên cái nghèo tinh thần ít được chú ý tới. Cái nghèo tinh thần chính là sự sợ hãi thường trực, là địa ngục trong tâm thức chúng ta. Chúng ta thường nhầm lẫn rằng người nào mà giàu và có địa vị xã hội thì cũng là người giàu có về tinh thần. Chính vì sự nhầm lẫn đó làm chúng ta nghèo khó truyền kiếp, bất kể bạn là người giàu hay người nghèo. Nếu ta nghèo về vật chất hay tinh thần thì kết cục cả hai thứ đó đều đưa chúng ta đến một cuộc sống mất cân bằng. Đau khổ thường bắt đầu từ mất cân bằng nhận thức giữa vật chất và tinh thần của chính mỗi người chúng ta.

Vậy bây giờ chúng ta hãy tự đi tìm ý nghĩa cuộc sống cho mình, và tiêu chuẩn quan trọng



đầu tiên của một cuộc sống có ý nghĩa phải là một cuộc sống: “Sống không lo sợ!”. Muốn thế thì chúng ta phải quan tâm tới việc sống cân bằng giữa vật chất và tinh thần, đó là thứ mà chúng ta nên theo đuổi trước khi quá muộn! Vào bất cứ lúc nào trong cuộc đời bạn hãy thử một lần được sống cho chính mình.

## NỒI LẤU LỚN

Bạn đã từng ăn một nồi lẩu thật lớn chưa? Nếu chưa thì tôi và bạn sẽ cùng thưởng thức nhé. Chúng ta sẽ cùng ăn lẩu của Thượng đế.

Quả đất này là nồi lẩu cực lớn, nước lẩu là đại dương và lửa đun lấy từ năng lượng nhiệt hạch từ mặt trời. Chúng ta có đầy đủ rau xanh, sâm củ, quả chín và cá tôm, thậm chí nước lèo còn được nấu từ xương của khủng long nữa. Mọi thứ đều ngon ngọt, hài hòa, tinh tế và Thượng đế sử dụng mỗi ngày để bồi bổ sức khỏe, thảo nào ông ấy sống lâu đến thế. Và có phải đó chính là nồi lẩu vĩ đại?

Quả thật vĩ đại bạn nhỉ, nhưng mà chưa hết đâu, con người chúng ta còn thêm vào đó

chất liệu tinh thần, là cái tinh túy của mọi tinh túy, là bí quyết kỹ nghệ nấu nướng của đầu bếp và chúng ta vừa là nguyên liệu đồng thời vừa là thực khách của nồi lẩu đó để ăn cùng Thượng đế.

Mỗi quán lẩu đều có hương vị riêng và cái gì tạo nên “độ ngon” của nồi lẩu? Đó chính là bí quyết nấu với những gia vị đặc biệt, còn thịt, cá, rau xanh, nấm, mì sợi... chỉ là cái thêm thắt để ăn chung với nước lẩu thôi, quán nào mà chẳng có y như vậy. Và nồi lẩu Thượng đế cũng thế, cái tạo ra độ ngon nhất có lẽ đó chính là con người cùng với linh hồn của nó.

Xã hội con người giống như một nồi lẩu lớn, có đủ mọi thành phần, mọi chất liệu, mọi thứ tương tác qua lại với nhau. Không một cá nhân, một tập thể cô độc nào mà tồn tại và tạo thành xã hội được, vì thế chúng ta phải sống dựa vào nhau ở mọi cấp độ. Bạn thấy dịch bệnh Covid-19 hiện đang diễn ra, mới đầu chỉ có vài người nhiễm ở một địa điểm bên Trung Quốc, đến thời điểm này, tức là sau một năm xuất hiện, cả thế giới đã có khoảng 100 triệu người nhiễm, 2 triệu

người chết và con số này đang tiếp tục tăng theo cấp số nhân. Cả xã hội loài người đang khủng hoảng, kinh tế toàn cầu lao dốc, hàng chục ngàn tỷ đôla biến mất, hàng tỷ người thiếu ăn, hàng triệu doanh nghiệp phá sản... chẳng lẽ vẫn chưa đủ để cho thấy con người chúng ta đang gắn kết chặt chẽ với nhau trên quy mô toàn cầu như thế nào hay sao?

Gia vị và nguyên liệu có thể làm tăng chất lượng một nồi lẩu nhưng nó cũng có thể phá hỏng nồi lẩu đó, và trong xã hội con người cũng vậy, chúng ta có thể làm cuộc sống chúng ta trở nên hạnh phúc hơn nhưng cũng có thể tự đưa chúng ta vào vòng tai họa. Và thực sự là cả xã hội loài người chúng ta đang gặp tai họa, đa tai họa, hàng triệu người đã chết, tôi và bạn, ngày mai cũng có thể chết. Vậy thì ngay lúc này, thay vì than vãn và khẩn cầu thì chúng ta cần phải làm gì để cứu vãn tình thế, chúng ta có cách nào để “sống sót” sau một thảm họa?

Các bạn ạ, những lúc cuộc sống gặp các vấn đề khẩn cấp như thế này có lẽ ta không cần đến những lời nói hoa mỹ, triết lý, dẹt dài để an ủi

kiểu như cách tâm sự của những nhà tâm lý hay tôn giáo vẫn làm, bởi vì thực sự chúng chẳng giúp cứu sống chúng ta được. Cuộc sống cần thực tế, thậm chí có lúc cần thực dụng. Chúng ta hãy giữ tinh thần bình tĩnh và tỉnh táo để thật cân bằng trong tư duy của mình, tìm ra những lỗ đen để chui vào mà ẩn náu hay kê hở để thoát ra khỏi chốn nguy hiểm của cái nôi lấu đang bị cháy bùng bùng đó. Điều này nghĩa là hãy sống thực sự tiết kiệm lại để đề phòng tình hình khó khăn kéo dài, tiếp theo bảo vệ sức khỏe của mình và mọi người theo khuyến cáo của khoa học, tiếp theo nữa hãy sống thật chậm lại, sống ẩn náu và nuôi dưỡng niềm tin, tập thiền định để giữ tâm thanh tịnh. Sai lầm con người chúng ta thường mắc phải là, do bản năng tồn tại, nên khi gặp khó khăn nguy hiểm là hay vùng vẫy, mà càng hoạt động nhiều lại càng mất sức và thể là nếu tình hình kéo dài thì kiệt sức chết trước, trong khi những kẻ khác yếu hơn (hay thông minh hơn) lại sống sót được. BẠN HÌNH DUNG CÁC CON CÁ VÙNG VẪY GIỮA BÊN TRONG CÁI BAO LƯỚI, CON NÀO CÀNG VÙNG VẪY MẠNH CÀNG CHẾT SỚM, CÓ

con cá nằm yên giả chết, nó chờ mấy con cá giãy  
kia làm rách lưới hay khi người ta mở miệng bao  
để đổ cá ra là có cơ hội phóng thoát ra ngoài. Và  
đó chính là sống trí tuệ đó bạn ạ.

# NGUYÊN LÝ CÂN BẰNG

Cân bằng chính là nguyên lý vận hành của vũ trụ và nhân quả chính là nguyên lý ấy. Từ nguyên lý bảo toàn vũ trụ ta thấy rằng mọi thứ đều phải có nguồn gốc sinh ra hay là do chuyển hóa cho nhau mà ra, vì thế chúng ta phải học cách sống theo những nguyên lý tự nhiên của Trời – Đất thì mới có thể yên ổn được.

Sự cân bằng có hai loại. Một là đối xứng hai bên như một cái cân khi bạn đi mua hàng ngoài chợ và hai là quay tròn xung quanh một cái tâm như một bánh xe, như là quả đất quay xung quanh mặt trời. Chúng ta thấy rõ tự nhiên đều vận hành theo quy tắc đó như ngày và đêm,

giống đực và giống cái... nên cần lưu ý cách sống, cách ứng xử trong cuộc sống riêng, gia đình, công ty và xã hội cũng phải như vậy.

Hãy lưu ý rằng chúng ta thường phải cân bằng xung quanh một điểm và đây là điểm cân bằng chứ không phải là điểm cố định bạn nhé. Thường nếu ta dừng ở điểm cố định nào đó là mất cân bằng ngay bởi chỉ có sự vận động mới tạo ra cân bằng trong guồng quay tạo hóa. Hình ảnh của một con quay là ví dụ: Con quay mà ngừng quay là lật nhào liền dù nó vẫn còn đầy đủ các bộ phận như trục và thân.

Mặt khác, nếu cân bằng là tính tất yếu để bảo tồn vũ trụ, tức là một thuộc tính không thể thiếu của vũ trụ, thì mất cân bằng cũng là tính tất yếu của vũ trụ để vũ trụ có thể vận hành được nên cũng quan trọng không kém gì.

Trong cuộc sống chúng ta đã chứng kiến biết bao nhiêu câu chuyện về cân bằng và mất cân bằng. Hai vợ chồng đang hạnh phúc, đột ngột một người ra đi. Hai tình nhân đang yêu nhau tha thiết, đùng một cái em đi... “lấy chồng”.



Hai người bạn tri kỷ trở thành kẻ thù. Đang giàu có sau một đêm ngủ dậy đã thấy rỗng túi. Hệ sinh thái này đổ vỡ để tạo hệ sinh thái mới. Con vật này ăn con vật kia để tồn tại, tức cái mất của cái này sẽ là được của cái khác...

Như thế, nếu hiểu theo cách nào đó thì mất cân bằng cũng chính là một kiểu Cân bằng. Mất cân bằng để thúc đẩy phát triển, còn cân bằng là để phát triển. Bài viết này phân tích rõ là cả mất cân bằng và cân bằng đều là sự cần thiết cho sự tiến hóa của vũ trụ. Và lời khuyên tốt nhất là hãy sống hiểu biết để chủ động tạo ra sự mất cân bằng cũng như cách tái lập cân bằng.

Bởi vì đã là quy luật thì chúng ta phải bám vào quy luật mà sống. Điểm cân bằng ngày hôm nay sẽ khác ngày mai, chúng thay đổi từng phút giây giống như cơ thể của chúng ta vậy, chúng ta đang già đi từng phút vì thế điểm cân bằng về sức khỏe, tài chính... cũng thay đổi theo phút giây này. Hãy nhớ lấy điều này và chúng ta luôn phải điều chỉnh điểm cân bằng của mình cho phù hợp tự nhiên.

Cuộc sống của chúng ta đòi hỏi có nguồn năng lượng. Tạm quy định năng lượng dương tương trưng cho sự tạo thành và năng lượng âm là sự lấy đi. Cả hai loại này luôn tồn tại song song và trao đổi với nhau mới làm nên sự sống. Khi bạn từ 0 đến 20 tuổi, bạn đang phát triển mạnh mẽ cả về thể chất lẫn trí óc do đây là giai đoạn năng lượng dương làm chủ, nên mỗi tháng em bé tăng lên cả ký. Khi chúng ta từ 21 đến 40 tuổi là đang trong giai đoạn phát triển ngang, sự nghiệp hình thành lúc này. Khi chúng ta từ 41 đến 60 là giai đoạn bắt đầu đi xuống của cuộc đời mình về mọi mặt bởi đây là giai đoạn làm chủ của năng lượng âm. Trình độ y tế và khoa học thời đại ngày nay kéo dài thêm tuổi thọ, tức là kéo điểm cân bằng sống của nhân loại thêm vài mươi năm, nhưng cuối cùng tất cả chúng ta đều phải chết, khi năng lượng âm không còn nữa.

Vậy thì để sống khỏe, sống hạnh phúc thì chúng ta phải biết quy luật này và tự biết dịch chuyển điểm cân bằng mới theo thời gian. Chúng ta có thể làm tăng hay giảm tốc độ dịch

chuyên của điểm cân bằng bằng thể dục, y tế và dưỡng sinh. Trên hết chúng ta hãy giữ tâm trí cân bằng vì chính tâm trí quyết định tất cả mọi thứ khác. Hãy quan tâm tới thiên định ngay hôm nay.

## CÂN BẰNG TRONG HÀNH ĐỘNG

Cuộc chiến chống dịch bệnh Covid-19 toàn cầu đang diễn ra khốc liệt vào đầu thế kỷ XXI này cho chúng ta thấy được nhiều hình ảnh trái ngược: Khi bệnh vừa xuất hiện, có ngài bộ trưởng y tế một nước Nam Á phát biểu là Thượng đế sẽ giúp họ và vài tháng sau nước ấy đã trở thành tâm điểm dịch bệnh của khu vực. Có ngài nguyên thủ quốc gia một nước lớn phát biểu rằng đây chỉ là cúm vật thôi, thế là nước đó trở thành một trong những ổ dịch lớn nhất thế giới. Còn các quốc gia nào áp dụng chặt chẽ các biện pháp y tế cộng đồng ngay từ đầu, không chủ quan coi thường dịch

bệnh, bị chê là chết nhất thì lại khá bình yên so với các nước khác.

Chỉ vì chủ quan coi thường mà những đất nước hùng cường nhất đã trở thành những nước yếu kém nhất trong việc ngăn ngừa dịch bệnh. Câu chuyện này làm ta liên tưởng tới một câu chuyện ngụ ngôn là con voi có thể không sợ con sư tử nhưng lại coi con kiến là kẻ thù đáng gờm nhất, bởi vì con kiến cứ chui vào tai voi mà rên rỉ và châm cắn cả ngày làm voi ta phát điên lên mà chết. Câu chuyện này nhắc nhở chúng ta một điều là chính hành động của chúng ta sẽ quyết định mọi kết quả và diễn biến sự việc đến sau đó.

Trong cuộc sống, chúng ta luôn luôn phải làm cái gì đó để duy trì sự sống nên mọi hành động của chúng ta đều gây nên ảnh hưởng lớn với cuộc đời chúng ta. Bởi vậy chúng ta cần hết sức cẩn thận trong từng hành động của mình, những quyết định kiểu như có nên làm điều này hay không, có nên đầu tư không, nên đi hay ở lại, nên làm việc gì... có khi làm thay đổi cả cuộc đời chúng ta.

Đốn giáo Thiên tông là tôn giáo có mục đích để đưa tri thức tôn giáo tham gia vào cuộc sống bình thường. Để chỉ cho người khác thấy bản chất của mọi vấn đề và khuyến hành động hợp lý giúp mang lại ích lợi cho cá nhân họ và cả xã hội, vì thế Đốn giáo thuận theo tự nhiên, không khuyến người ta đi tu để giải thoát, ăn chay trường để thành Phật, từ bỏ vật chất để được về với Chúa hay coi lòng ham muốn là tội đồ của khổ đau. Ngược lại, con người chúng ta cần những thứ đó trong những giới hạn hợp lý để duy trì năng lực, sức khỏe và tình trạng bình thường của mình. Ta có thể vẫn làm mọi thứ, có được mọi thứ ta muốn nếu những cái đó không làm hại gì đến người khác thì thường đều là việc tốt: Nếu ta thích đi tu cứ đi tu, ăn chay để tu hành theo quy định của tôn giáo mình hay theo chế độ ăn kiêng để giữ gìn sức khỏe là tùy nhu cầu từng người. Bạn muốn làm triệu phú, nhà khoa học, chính trị gia... cũng đều là tốt, còn muốn trở thành Phật, muốn sống cuộc đời giải thoát thì chọn theo hướng tu hành chuyên nghiệp hay

làm cư sĩ đều được, vấn đề là thực hành các phương pháp giúp tâm thanh tịnh và sống đạo đức mới là giải thoát chứ bảo người ta là chỉ cần chăm chỉ tụng kinh niệm chú và kiên trì ăn chay để trở thành người giác ngộ là hoàn toàn không đúng. Thiền hành động là phương tiện để chúng ta luôn hành động đúng đắn.

Khi ta làm việc với cái tâm thanh tịnh gọi là hành động cân bằng và thiền hành động là một trong những phương tiện hữu ích để ta làm việc này. Chúng ta hay nghĩ rằng thiền là tịnh thì làm sao mà thích hợp làm việc là động. Ta cần biết thiền là tịnh trong tâm còn động là việc làm của thân, bởi vậy khi thân mà làm việc với cái tâm tịnh thì hiệu quả rất cao, lý do là tâm tịnh thì sáng suốt, mà sáng suốt thì chọn lựa đúng, chọn đúng thì kết quả tốt, thật bình thường thôi đúng không?

Thiền trước khi tư duy hành động giúp bạn nhìn rõ mọi thứ như đúng sự thật, không thiên vị, do vậy đem lại sự bình tĩnh sáng suốt trong tư duy. Khi tâm bạn mà định được thì tuệ sẽ phát sinh, bạn khai mở được những năng lực thiên

phú trong siêu thức của mình để hành động, cái đó thường gọi là gặp được may mắn.

Trong cuộc sống hãy luôn luôn giữ một cái tâm bình lặng. Trước khi quyết định một việc quan trọng hãy giữ tâm bình lặng. Trước khi đi thi hãy giữ tâm bình lặng. Trước khi phát biểu trước đám đông hãy giữ tâm bình lặng. Khi bị kẻ khác tấn công hãy giữ tâm bình lặng... Luôn luôn bình lặng thì cuộc đời bạn sẽ... bình yên!



# CÂN BẰNG CHO SỨC KHỎE

Chẳng ai mong bệnh tật thăm hỏi mình cả, nhưng luật vô thường nào có chừa ai. Sinh lão - bệnh - tử thường tình ai mà tránh được vì thế không cách nào khác là chúng ta phải biết sống cân bằng với bệnh tật của chính mình.

Chúng ta có ba vấn đề cần phải quan tâm về mặt sức khỏe:

- Sức khỏe tâm thể cần phải có hệ thần kinh khỏe mạnh cùng với tâm thần ổn định. Vì có liên quan chặt chẽ với hệ thần kinh động thực vật nên nếu rối loạn tâm thức có thể gây rối loạn chức năng sinh học toàn bộ cơ thể cũng như ảnh hưởng đến quá trình tư duy suy nghĩ liên

quan tới học tập và làm việc của chúng ta. Thiên định sẽ giúp các bạn thư giãn tâm thể để cân bằng giữa làm việc và nghỉ ngơi. Hãy chú ý ăn uống đầy đủ các chất dinh dưỡng cần thiết cho hoạt động não vì bộ não cần năng lượng rất lớn để hoạt động.

- Sức khỏe thể chất là sức mạnh của chúng ta thì ta cần có thân thể cường tráng dẻo dai, các cơ quan sinh học hoạt động tốt. Bởi vậy thăm khám bệnh thường xuyên định kỳ sẽ giúp các bạn điều chỉnh sớm các vấn đề phát sinh trong cơ thể bạn bằng khoa học. Thể dục thể thao giúp nâng cao thể trạng của chúng ta nên đây là việc cần làm hàng ngày của mỗi người. Thực hành các biện pháp dưỡng sinh như luyện tập Yoga, thiền và thực dưỡng... rất có ích cho sức khỏe của chúng ta.

- Sức khỏe linh thể là cái ít ai chú ý nhất và khoa học hiện tại cũng chưa công nhận. Linh thể chính là năng lực sống của bạn, chúng khác với năng lượng hoạt động thể chất là cái ta nói bên trên. Nếu năng lượng thể chất là năng lượng dương thể hiện ra bên ngoài bằng sức mạnh,

khối lượng và thể tích giúp cơ thể phát triển thì linh thể là năng lượng âm để giúp cơ thể tồn tại. Nếu năng lượng âm hết thì cơ thể dù to lớn khỏe mạnh đến đâu cũng sẽ chết, do đó cả hai năng lượng âm và dương này là cấu thành chung của cơ thể. Phần năng lượng âm này người ta hay gọi là Khí, chúng lưu chuyển trong các mạch đặc biệt trong cơ thể. Lưu ý chúng không phải là lưu chuyển tín hiệu thần kinh và mạch máu nhưng có liên quan gián tiếp ít nhiều. Người ta dùng “luyện khí” để tập võ công trong võ thuật, luyện “nội công” để tăng sức chịu đựng với tác động của ngoại lực vào cơ thể hay chịu đựng bằng giá và lửa nóng... Các thầy thuốc vận khí công ra bàn tay hay ánh mắt để chữa bệnh. Những điều này cho chúng ta thấy tầm quan trọng của loại năng lượng âm này, nếu bạn để hao tổn chúng thì dễ bệnh hay chết sớm, nếu bạn biết giữ gìn thì sẽ sống lâu và ít bệnh hơn. Sống tiết dục, lành mạnh sẽ giúp ích cho cơ thể bạn. Hãy tập thư giãn, ngồi tĩnh lặng và chú ý tới hơi thở đang nhẹ nhàng chạy ra chạy vào nơi cánh mũi, sau đó chuyển ý nghĩ đến quả tim rồi vùng bụng,

gan, mật, dạ dày hay bất cứ nơi nào mà bạn cảm thấy đau nhức... tức chúng ta đang vận Khí để tiếp năng lượng âm cho nó.

Cuối cùng bạn phải luôn giữ cho được tâm trạng bình thản trước mọi sự, không trốn tránh nguy hiểm, bệnh tật và nỗi sợ hãi. Hãy chuẩn bị tinh thần chấp nhận mọi tình huống sẽ xảy ra cho mình, kể cả khi mắc bệnh nan y, chuẩn bị cho các vấn đề tài chính, công việc và con cái... Nếu tâm bạn vô tư thì chắc chắn bạn sẽ sống thọ hơn, cuộc sống dù có bệnh tật vẫn sẽ chất lượng hơn và đó chính là sự Cân bằng.

# CÂN BẰNG LÀ SỰ GIẢI THOÁT

Chúng ta thường hiểu sự giải thoát với ý nghĩa là thoát khỏi khổ đau trong cuộc sống và người ta thường nói với chúng ta rằng phải đi tu để được giải thoát.

Theo quan điểm riêng của tôi thì sự giải thoát chính là sự hòa hợp giữa chúng ta với xã hội và tự nhiên chứ không chỉ là muốn thoát khỏi rắc rối cuộc sống bằng sự tu luyện tách biệt thế giới bình thường. Khi đã nói về giải thoát thì chúng ta cần phải hiểu theo nghĩa cả về thể xác lẫn tinh thần, vì thế chúng ta sử dụng một bên thôi, ví dụ tu nhịn ăn ép xác hay tụng niệm kinh

kệ... rồi bảo rằng làm thế là để giải thoát thì đó chỉ là phép tự kỷ ám thị mà thôi.

Để thực hành sự giải thoát thì chúng ta phải biết sống cân bằng với môi trường sống. Điều này nghĩa là tùy theo từng hoàn cảnh xã hội, điều kiện môi trường sống mà ta luôn có những ứng xử phù hợp cân bằng, được mình lợi người, quyền lợi gia đình, tập thể, đất nước đều tương xứng, sống không vi phạm luật pháp quốc gia, không vi phạm đạo đức xã hội, không làm hại tập thể xã hội vì lợi riêng... Khi chúng ta làm được điều này thì mọi thứ với chúng ta sẽ thuận lợi, chúng ta sẽ thoải mái trong tư tưởng, may mắn trong làm ăn, tiền bạc dễ đến, danh vọng như ý, bạn bè yêu thương, gia đình hòa thuận...

Nhưng bạn phải giải thoát từ cái gì cụ thể? Mọi thứ trong cuộc sống đều xuất phát từ tâm suy nghĩ và tâm siêu thức. Đầu tiên bạn phải học cách loại bỏ những suy nghĩ lung tung thường xuyên đến quấy rầy chúng ta. Điều này khó nhưng có thể làm được vì suy nghĩ đến từ ý thức của chính chúng ta. Khi tâm thanh tịnh để bạn không còn nhị phân mọi việc thì sẽ thấy mọi

hiện tượng như chính nó đang là chứ không suy nghĩ theo cảm tính nữa. Cái khó hơn nữa là bạn phải kiểm soát những thông tin hàng đêm quấy rầy giấc ngủ, tức là những giấc mơ của bạn. Giấc mơ đến từ siêu thức mà siêu thức lại hay sử dụng những thông tin thu nạp từ ý thức của chúng ta trong thực tại để thể hiện thành hình ảnh các nội dung của nó. Kiểm soát ý thức cũng góp phần kiểm soát luôn siêu thức, tức kiểm soát là giấc mơ của bạn. Nếu ban ngày bạn luôn vui vẻ, tâm bạn không tiêu cực, luôn nạp tất cả những gì tốt đẹp vào bộ nhớ của não thì chắc chắn ban đêm bạn sẽ không bị mất ngủ, sẽ có những giấc mơ đẹp hay ngủ thật sâu và thức dậy khỏe mạnh. Nếu tâm thức bạn, bao gồm cả ý thức và siêu thức mà không bị phiền não ám ảnh, chúng ta không bị những việc đời, cho dù là hạnh phúc hay khổ đau, được hay mất, giàu hay nghèo... làm bạn tâm tức là chúng ta đã được giải thoát. Đó chính là sự giải thoát trong cuộc sống hiện tại chứ đâu cần chờ về bên kia thế giới đúng không các bạn?

## CÂN BẰNG TRONG CUỘC SỐNG

Cuộc sống thì muôn hình vạn trạng. Chủ đề này nói về mối quan hệ của con người với môi trường xung quanh. Tại sao người ta ghét nhau, tại sao yêu nhau, tại sao là bạn, tại sao là thù, rồi thành công, thất bại... Do có nhiều hoàn cảnh khác nhau nên nguyên nhân hình thành cũng chẳng thể giống nhau, chỉ có điều kết quả thì thường như một, đó là hạnh phúc hay đau khổ.

Mỗi người dù có năng lực và sở thích khác nhau nhưng chúng ta đều muốn được sống trong môi trường thân thiện cũng như làm việc và ở cùng với những người tâm đầu ý hợp. Ta cảm thấy thoải mái nên gọi là sự cân bằng.



Tuy nhiên với đa số mọi người thì việc gặp may như vậy là khó, vì thế ta vẫn phải sống chung với những người mình không thích, làm việc trong môi trường mình bị ức chế nên dễ bị mất cân bằng.

Dù biết vậy nhưng do hoàn cảnh nên chúng ta vẫn phải sống thích nghi với cuộc sống chứ không thể là ngược lại. Bài viết này khuyên chúng ta hãy học cách bình tâm trong mọi hoàn cảnh và ứng dụng tính cân bằng trong cuộc sống để mong chúng ta sẽ gặp bình an và như ý.

- Nếu ta đang có xung đột thì phải tìm ra phương cách hóa giải ngay những nguyên nhân làm phát sinh giống như chữa lửa, tức dập tắt nguồn phát ra lửa. Thường dùng cân bằng mềm trong trường hợp này vì dương thì cần có âm để trung hòa, gọi là cân bằng vì khi mỗi chái không có thì lửa tự tắt mà thôi.

- Nếu là công việc, mối quan hệ hàng ngày như là kinh doanh, con cái, bạn bè, đồng nghiệp, chính quyền, đối tác... thì tôn trọng nguyên tắc “cho đi là nhận lại, có qua có lại

thì toại lòng nhau”. Chúng ta phải dùng cả cân bằng cứng lẫn mềm tùy theo từng trường hợp. Luôn lắng nghe để thấu hiểu mọi người và giữ tâm bình đẳng để lựa chọn các giải pháp thích hợp.

- Nếu là chính mình thì luôn suy nghĩ tích cực và hành động tốt tạo công đức. Phải cân bằng hai cực nên làm và không nên làm, giữa năng lực và lòng ham muốn. Hãy làm những việc mà mình có khả năng làm tốt nhất. Chúng ta không nên áp đặt ý chí của mình vào người khác mà hãy giữ vững thái độ của mình nhưng vẫn cân bằng với xung quanh, nghĩa là hãy để mọi thứ quay xung quanh mình chứ mình đừng chạy theo sự việc. Đây là cân bằng mềm.

- Nếu là trường hợp bất đắc dĩ chúng ta không thể giải quyết được rắc rối dù đã cố hết cách thì hãy dừng cảm rời bỏ môi trường mà mình đang ở, cắt bỏ các mối quan hệ bất lợi, chấp nhận mọi sự để giữ cho mình một sự an toàn, sự thanh tịnh. Biết chấp nhận cũng là một cách sống cân bằng.

Trong mọi sự thì cân bằng trong chính tâm trí mình và cuộc sống của mình mới là điều quan trọng nhất. Hãy yêu thương bản thân mình hơn để có thể chia sẻ cho người khác, bạn mà không cứu được bạn thì mong gì giúp được ai, có đúng không? Yêu thương để sẻ chia khác xa yêu thương để tự kỷ, hãy lưu ý điều này các bạn nhé.

# CÂN BẰNG TRONG NHẬN THỨC

Cái khác biệt duy nhất tách biệt loài người với mọi động vật khác chính là khả năng nhận thức. Mọi tư tưởng trong một xã hội, mọi khả năng nắm bắt với thế giới tự nhiên, đối với khoa học về tâm lý đều là những trạng thái tư duy thuộc về năng lực nhận thức. Cái đầu tiên phát sinh, tức là bản chất con người được tạo hóa lập trình từ thời sáng tạo ra loài người, được gọi bằng nhiều từ như là tánh biết, siêu ý thức, Phật tánh hay Thượng đế tánh, linh hồn.

Với năng lực nhận thức ấy chúng ta đã đem ứng dụng vào cuộc sống của chính mình để gặt hái các kết quả. Chúng ta thường hay đem

những kinh nghiệm và suy nghĩ của mình để quyết định các vấn đề của cuộc sống nhưng hãy chú ý là thực sự chúng ta cũng rất dễ bị sự giáo dục từ bên ngoài làm ảnh hưởng đến các quyết định của mình. Đó là nguyên nhân mà các vấn đề kích động bạo loạn, mê cuồng tôn giáo, hành động bầy đàn... xảy ra do sự kích động của một ai đó. Tuy nhiên nếu sự kích động đó theo chiều hướng tích cực thì cũng có lợi nhưng thường có hại nhiều hơn.

Làm chủ nhận thức chính là làm chủ cuộc đời, vậy câu chuyện ở đây muốn nói là tâm thức là của chúng ta, tại sao chúng ta lại để kẻ khác làm chủ? Tại sao ta không hiểu mọi phiền phức và đau khổ chính là từ đây mà phát sinh! Về lý thuyết thì ta thường luôn tự hào là chính mình vì ta có bản ngã riêng mình, nhưng nếu nhìn kỹ ra thì lại thấy cái là “của mình” ấy lại là do người khác áp đặt vào một cách khôn khéo. Người ta đánh vào tâm lý bằng cách đạo đức giả để tạo ra lòng tin với ta, nói lời hay ho kích thích lòng tham, tình cảm hay đức tin... để dụ dỗ ta đầu tư, làm việc, vay mượn tiền, đóng góp tiền của... Xong việc là họ cao chạy

xa bay, đẩy cái rủi vào tay ta để thu cái lợi về mình mà ta chẳng biết, mà ta có biết thì cũng xong rồi, và cứ thế hết lần này lại lần khác.

Cái rút ra kinh nghiệm ở đây là bạn đừng nói câu “biết rồi khổ lắm nói mãi” bởi vì thực tế là có nói cả ngàn lần như thế thì lần sau bạn vẫn bị lợi dụng như thường, đó là tâm lý con người. Chúng ta không thể sống khép kín đến mức cực đoan nhìn đâu cũng thấy lừa dối vì đó chính là kiểu suy nghĩ tiêu cực nhất, nhưng chúng ta nên sống “tỉnh giác” trước mọi sự trong cuộc đời, tức không quá vì ta nhưng cũng không quá vì người.

Sống tỉnh giác đòi hỏi tâm của chúng ta luôn sáng láng, muốn sáng láng thì phải điềm tĩnh, muốn điềm tĩnh phải biết thiền định. Khi bạn thiền định chúng ta sẽ tạo ra được trạng thái thanh tịnh trong tâm trí, trí tuệ chúng ta sẽ được mở mang, hành động chúng ta sẽ chuẩn xác và mạnh mẽ nên chắc chắn kết quả thường tốt đẹp hơn. Bạn hãy điềm tĩnh như con sư tử, nằm im sau tảng đá nhìn con mồi chạy nhớn nhợ, nếu muốn nó chỉ cần phóng ra chớp mắt là xong. Và đó chính là biết sống cân bằng!

# CÂN BẰNG TRONG XÃ HỘI

Xã hội là một hệ thống tổ chức, có người đứng đầu và pháp luật, luật lệ riêng để điều hành tổ chức đó. Tất cả đều tuân thủ nguyên tắc cân bằng, nhân quả và cung cầu. Với sự phức tạp của tinh thần và trí tuệ, con người đã xây dựng nên các tập quán, văn hóa, luật lệ và đức tin cũng vô cùng phức tạp. Chúng ta sống trong xã hội thì cần hiểu điều này để biết sống cân bằng với xã hội.

Vào mỗi thời kỳ khác nhau, mỗi vùng miền khác nhau thì có phong tục tập quán, đức tin và pháp luật khác nhau, nó phụ thuộc vào sự tiến hóa tri thức của con người, tuy nhiên có những

yếu tố tinh thần lại giống nhau ở mọi nơi, mọi lúc tạo thành bản tính của con người.

Bản tính nổi trội là tập tính “bầy đàn”: Con người thường hay a dua theo nhau. Điều này dẫn đến một số hệ quả như tổ chức chiến tranh quy mô lớn, hợp tác hay cạnh tranh nhau trong công việc sản xuất, kinh doanh, văn hóa... Dẫn chứng là các cuộc chiến tranh, biểu tình, lật đổ và các nhà máy sản xuất công nghiệp.

Bản tính nổi trội khác là đức tin: Con người cần có đức tin để sống giống như không khí để thở, người ta cần phải tin vào một thứ gì đó, kể cả những thứ tưởng tượng và hy sinh vì nó. Không thấy động vật nào có đức tin kiểu giống như ở con người cả. Dẫn chứng là người ta có thể tin vào giá trị của một vật ảo tự đặt ra như chứng khoán hay tiền ảo và sẵn sàng bỏ tiền thật, công sức thật ra để mua nó. Tôn giáo cũng dựa vào đây mà ra đời khi con người tưởng tượng ra đủ thứ thần bí.

Và tất nhiên còn đủ các bản tính khác như yêu thương, sinh tồn, bản ngã, tham ái... giống



như mọi loài động vật khác nên chúng ta không cần nêu hết ra đây.

Với những đặc tính như vậy, khi giao thoa với nhau thì tạo nên vô vàn mối quan hệ xung khắc và phụ thuộc trong một xã hội. Trong xã hội loài người không một ai tồn tại độc lập được, bởi sự liên kết như thế đã tạo ra rất nhiều tác động qua lại với nhau nên buộc mỗi chúng ta phải học cách sống cân bằng với xã hội nếu không muốn bị diệt vong, đó chính là chủ đề bài viết này. Nhưng cụ thể chúng ta phải cân bằng như thế nào?

- Đầu tiên chúng ta phải hiểu rằng mình phải cân bằng với xã hội chứ đừng bắt xã hội cân bằng với mình. Ví dụ dễ hiểu là bạn phải bán mặt hàng nào mà người mua đang cần chứ không phải tìm cách bán thứ mà bạn đang có nhưng không ai cần đến.

- Tiếp theo là sống cân bằng: Cuộc sống thực tế luôn luôn phức tạp bởi vì vô số nguyên nhân hình thành từ sự bất bình đẳng xã hội, tranh giành, tham ái, tự mãn, tự ái, tự ti, bản

ngã... Như vậy phải tự biết là tùy theo từng tình huống cụ thể ta linh động giải quyết các yếu tố đang và sẽ tác động vào cuộc sống của mình với nguyên tắc cân bằng là có qua có lại. Ví dụ sống phải tuân thủ theo pháp luật của địa phương; kinh doanh sản xuất phải theo nhu cầu người mua hàng, quan hệ biết hòa đồng với mọi người dù là người lạ hay quen hay thân thiết...

- Cái cuối cùng quan trọng nữa là sự giáo dục: Để điều chỉnh con người, chúng ta không chỉ dùng lời hay tiếng đẹp để khuyên bảo đơn thuần mà phải xây dựng cho được cả hệ thống giáo dục: giáo dục của gia đình, của văn hóa công ty và thậm chí là của cả quốc gia dân tộc. Tâm thức con người bị tác động rất lớn bởi giáo dục, giáo dục càng sớm thì càng tốt, những tri kiến thức được học có thể biến thành bản chất của một người nếu được rèn luyện tốt. Sách vở hay kinh sách tôn giáo chỉ cung cấp cho bạn những lý thuyết, còn chính bạn phải biết cách biến lý thuyết thành hành động thực tế, chứ nếu không thì chỉ là học lý thuyết suông thì cũng không hữu ích nhiều. Bạn không phải chỉ tìm

hiểu về công đức nhưng lại không thực hành công đức để tạo phước cho mình; muốn thành công phải biết sống cân bằng nhưng bạn không thể chỉ tìm hiểu về nguyên lý cân bằng mà lại không thực hiện điều này. Giáo dục cách để sống cân bằng chính là dạy kỹ năng sống, là đưa tôn giáo vào cuộc sống thực tế nên gọi là tôn giáo nhập thế gian.

Nếu chúng ta thật sự quan tâm đến các vấn đề về tinh thần thì qua cách giáo dục đúng đắn, chỉ trong vòng 20 năm sẽ có một thế hệ hoàn toàn mới ra đời. Minh chứng một số quốc gia trên thế giới làm tốt việc giáo dục này thì gia đình thường yên ấm và xã hội thường hài hòa ổn định và trở thành những nơi đáng sống.

## CÂN BẰNG TRONG KINH DOANH

Trong kinh doanh chúng ta rất thường thấy những doanh nghiệp phát triển cực kỳ nhanh chóng, đặc biệt là các công ty ứng dụng công nghệ cao và bất động sản. Tại sao họ là những người kinh doanh như chúng ta thôi mà lại làm được chuyện đó vậy?

Họ làm được như thế bởi họ biết huy động sức mạnh xã hội vào công việc của họ, tức là biết cân bằng với nhu cầu của xã hội!.

Các công ty mạng cho chúng ta cùng quản trị trang mạng của họ mà không đòi hỏi nhiều chi phí. Chúng ta có thể đặt mọi dịch vụ trên website của họ mà không tốn tiền hay tốn rất

ít. Nếu bạn mở một website riêng thì sẽ rất tốn kém, mà chưa chắc mọi người biết đến bạn trong khi đó bạn muốn chuyện trò, đăng tin, đặt xe, đặt phòng... qua website của họ thì quá dễ dàng, vì thế có hàng triệu người trên thế giới vào website của họ cũng là dễ hiểu, hàng triệu người này sẽ cùng nhau cộng hưởng, cùng nhau “lãng xê” thông tin của họ.

Rất nhiều công ty công nghệ số tạo ra một môi trường kinh doanh cộng đồng trên mạng, thế là rất nhiều người tình nguyện tham gia, đem cả tài sản của họ vào hệ thống đó. Hệ quả là các công ty đó huy động được nguồn lực tài sản xã hội khổng lồ trong nháy mắt mà các công ty truyền thống không đầu tư nổi.

Thông qua công cụ huy động vốn là thị trường chứng khoán, các công ty cũng có thể nhanh chóng kiếm được nguồn vốn đầu tư của xã hội bằng cách phát hành và bán cổ phần bên cạnh nguồn vốn tự có và vay ngân hàng.

Tuy vậy các doanh nghiệp thành công được cũng không dễ dàng chút nào trong thị trường

đầy cạnh tranh và nhiều may rủi, vì thế chúng ta không thể không ghi nhận tâm huyết và tài năng của họ. Thực tế là đã có rất nhiều doanh nghiệp từ nhỏ hay rất lớn trên khắp thế giới phá sản bởi vì họ bị mất cân bằng trong công việc kinh doanh của mình. Ta thử xét vài yếu tố tạo ra điều ấy.

Chắc chắn họ đã rơi vào tình trạng mất cân bằng.

- Mất khả năng cạnh tranh về sản phẩm
- Mất cân bằng trong cân đối tài chính
- Gặp rủi ro vì chính sách, chính trị như khủng hoảng kinh tế, chiến tranh
- Gặp thiên tai địch họa tự nhiên như dịch bệnh...
- Thị phi của xã hội
- Rủi ro trong sản xuất

Có vô số cách làm doanh nghiệp thất bại, nào có ai muốn nhưng cái gì đến vẫn cứ đến, chúng ta không thể thay đổi được định mệnh nếu chúng ta không hiểu hay không chịu

hiểu nghĩa lý sự cân bằng trong công việc của chúng ta.

Khi doanh nghiệp chúng ta bước vào giai đoạn phát triển và phải duy trì vị thế thì tình hình bây giờ rất khác hồi khởi nghiệp. Giai đoạn này chúng ta thường phạm lỗi mất kiểm soát trong việc điều hành công ty vì quy mô vượt quá trình độ quản lý. Cái thúc đẩy của việc dùng đòn bẩy tài chính cho hoạt động kinh doanh lại có thể làm tăng hệ số rủi ro thêm theo cấp số nhân. Khi đã nổi tiếng chúng ta lại dễ làm tâm điểm cho sự thị phi, làm mục tiêu cho việc tấn công của đối thủ cũng như việc buộc phải chuyển đổi mô hình kinh doanh theo cơ chế phù hợp sẽ làm tốc độ chi phí hoạt động doanh nghiệp tăng nhanh hơn tốc độ hiệu quả sản xuất kinh doanh... Những yếu tố đó cộng lại làm những người chủ doanh nghiệp rất dễ bị mất cân bằng.

Với cuộc sống thì không ai nói hay được cả, cái cuối cùng bài viết này muốn đề cập tới là mỗi người chúng ta dù làm việc lớn hay nhỏ đều luôn chú ý tới việc làm sao phải thật hài hòa và cân bằng với năng lực của mình. Với doanh

ngiệp đã từng trải thế này thì không cần nói chi tiết những vấn đề nào cần giữ cân bằng mà chúng ta chỉ cần ghi nhớ rằng hậu quả của việc kinh doanh lớn cũng sẽ khủng khiếp hơn so với sự phá sản một doanh nghiệp vừa khởi nghiệp. Với những người càng lớn tuổi thì cơ hội làm lại sự nghiệp là cực kỳ khó do sức khỏe và tâm trí của họ đang trong giai đoạn cuối của cuộc đời nên khó có thể cạnh tranh với lớp trẻ đầy nhiệt huyết, tài năng, học thức và... không có gì để mất. Có lẽ tới lúc nào đó chúng ta cũng phải chọn một thời điểm dừng đúng lúc, chuyển giao công việc... để giữ gìn gia sản cũng như để tinh thần thanh thản. Bất kể muốn hay không chúng ta cũng phải chấp nhận điều này và đó chính là sự cân bằng.



## 69. CÂN BẰNG TRONG KHỦNG HOẢNG

Khủng hoảng hay hài lòng là hai thái cực trạng thái tâm lý quan trọng. Thường thì chúng ta chỉ thích cái mà mình thấy hài lòng, thuận lợi nhưng mà hình như là càng ngày chúng ta đang phải đối mặt với khủng hoảng nhiều hơn thì phải? Bởi vậy bài viết này có chuyên đề về sự khủng hoảng.

Đầu tiên chúng ta phải tập thói quen nhìn nhận nguyên nhân gây ra khủng hoảng, bởi bất cứ thứ gì xảy ra cũng đều phải có nguyên nhân của nó.

Nếu là chuyện xã hội thì ta có khủng hoảng do chiến tranh, dịch bệnh, thiên tai, chính sách quản lý nhà nước, khủng hoảng kinh tế... gây ra

đau khổ và mất mát như dân chúng đói nghèo, phá sản doanh nghiệp, tử trận, thương tật, chết dịch...

Nếu là cá nhân và gia đình thì có bệnh tật, thất nghiệp, đói rách, con hư, gia đình tan vỡ, mất quan hệ bạn bè, mất tài sản, mất người thân yêu, áp lực gia đình và công việc quá sức chịu đựng, dư luận xã hội...

Vì thế mà chúng ta đang chứng kiến ngày càng nhiều những vụ tự tử, những vụ giết chóc hàng loạt, tình trạng nghiện rượu và ma túy... hay trong các trại tâm thần bệnh nhân ngày càng đông, bệnh tự kỷ và trầm cảm tăng dần gây quá tải ở các bệnh viện tâm thần... Đó chính là hệ quả của cuộc sống hiện đại phức tạp mà loài người đang tự gây ra cho chính mình. Chúng ta đang sống quá áp lực và khi không giải tỏa được là lập tức mất cân bằng ngay nên đã dẫn tình trạng xã hội như trên.

Bạn có chú ý thấy rằng, cái may mắn lợi ích thường đến với ta chậm theo cấp số cộng, nhưng cái mất đi lại nhanh chóng tính theo cấp số nhân không? Ví như chúng ta cộng dồn mỗi ngày tiền lãi kinh doanh và phải để dành

nhiều năm mới mua được một căn nhà nhưng một cơn động đất cướp của ta đi căn nhà ấy chỉ trong vài phút vậy. Chi phí riêng cho dịch bệnh Covid-19 hiện nay trên toàn thế giới đã lên tới hàng chục ngàn tỷ đô la vẫn chưa dừng lại là tài sản của toàn thế giới làm ra hàng năm trời.

Vấn đề hóc búa này không có phép mầu nào từ Thượng đế có thể giúp ta giải quyết. Mọi thứ trong cuộc sống đang vận hành như thế, chúng ta hãy sống thực tế, đừng lý thuyết suông. Để giải quyết vấn đề này, trong hiện tại và tương lai ta phải tự cứu lấy mình, làm tuân tự như sau:

- Hãy cố gắng tranh thủ làm việc hết sức mình khi có điều kiện tốt và tích lũy tài sản.

- Hãy sống tiết kiệm đơn giản hơn đi, đừng chạy đua theo vật chất và danh vọng nữa.

- Hãy sống chậm lại và suy nghĩ tích cực hơn, tự biết hài lòng dù gặp hoàn cảnh nào.

- Hãy rèn luyện ý chí và sức chịu đựng bằng cách quán tưởng đến sự vô thường trong cuộc sống và thỉnh thoảng lại thử nhịn ăn vài ngày. Bạn có thể bắt tay ngay vào việc tập thiền định

để tâm trí mình được thư giãn và luôn chính xác khi ra quyết định.

Đó là những gì mỗi người chúng ta phải làm thường xuyên trong cuộc sống để ngăn ngừa khủng hoảng. Nhưng một khi đã lỡ sa vào khủng hoảng thì chúng ta phải biết tìm cách thoát ra bằng việc nhìn thẳng vào sự thật, đối đầu với sự thật cho dù sự thật ấy tàn nhẫn đến đâu đi nữa. Một khi bạn dám dũng cảm (và buộc phải dũng cảm), nỗi sợ hãi sẽ vơi đi và bạn sẽ sáng suốt hơn để cân bằng với từng câu chuyện đã dẫn đến vấn đề này. Giải quyết từng chuyện một, cân nhắc thiệt hơn để chấp nhận hy sinh hợp lý nhất: cái gì chữa được thì sửa lại, cái gì mục rữa thì cắt bỏ quách một lần cho xong, vậy là chúng ta đã làm chủ được tình hình.

Khi bạn làm chủ được bản thân mình rồi thì mọi chuyện đều đơn giản thôi. Làm chủ bản thân không hề dễ dàng nhưng là cái mà ai cũng có thể làm được, đó chính là công đức và bạn sẽ thụ hưởng phước đức đến sau đó theo nguyên lý cân bằng.

# CÂN BẰNG TRONG QUẢN TRỊ

Quản trị là yếu tố sống còn của một doanh nghiệp, một xã hội. Nếu ví công ty hay xã hội là một cơ thể sống thì kỹ thuật và tài chính là máu huyết để nuôi dưỡng còn quản trị là hệ điều hành tâm thức của cơ thể đó, ví nó là bộ não, là hệ thần kinh của doanh nghiệp vậy.

Khoa học quản trị có nhiều vấn đề trình bày và mỗi yếu tố để quản trị lại có những nguyên tắc riêng, ví dụ quản trị tài chính, quản trị kinh doanh, quản trị nhân sự... và chúng ta đều phải biết thông qua mọi biện pháp cần thiết nếu muốn hạn chế khó khăn và cả sự thất bại sau này. Chỉ cần thiếu hụt một vài kỹ năng quản

trị có thể kéo theo cả một hệ thống sụp đổ, đó là trường hợp của một ngân hàng lâu đời nhất Anh quốc (150 năm) phải bán lại cho ngân hàng khác với giá... một đô la khi một thương vụ chứng khoán sụp đổ.

Cốt lõi của quản trị mọi vấn đề không có gì vượt qua nguyên tắc là biết cân bằng mọi việc. Thiết lập sự cân bằng thông qua các mối giao thoa chéo nhau giúp chúng ta kiểm soát mọi vấn đề liên quan. Trong một công ty hay một xã hội, hầu hết tất cả các thành tố, kể cả những thứ tưởng chừng không liên quan, đều phụ thuộc vào nhau một cách gián tiếp hay trực tiếp. Đó là cơ sở để chúng ta tìm cách thiết lập sự cân bằng.

Khi lập kế hoạch quản trị, chúng ta hãy bình tĩnh xét tất cả mối liên kết sẽ có thể có trong hoạt động của doanh nghiệp hay xã hội mình. Sau đó chúng ta xây dựng các chính sách liên kết kiểu đối ứng nhị phân, cái này sẽ ràng buộc cái kia và ràng buộc chéo nhau, tức âm của vấn đề này lại là đối ứng của dương vấn đề khác, ngoài việc đối ứng với dương của chính nó. Đây chính là kiểu liên kết thông tin ma trận cầu. Chúng ta có

thể sử dụng các công thức quản trị đã được học, cũng như áp dụng các khái niệm tích phân, vi phân, ma trận, tổ hợp, xác suất thống kê... trong toán học để lập ra các mối liên kết quan hệ. Chỉ cần một biến số thay đổi dẫn đến toàn hệ thống thay đổi, nên với các cảm biến đặt ở nhiều nơi của hệ thống chúng ta có thể dễ dàng khám phá ra các lỗi của hệ thống xuất phát từ chỗ nào để xử lý ngay chỗ đó một cách lập tức. Đây chính là việc chúng ta áp dụng nguyên tắc trí thông minh và tư duy của tâm thức động vật vào trong quản trị. Nếu đưa tất cả sự theo dõi giám sát ấy vào máy tính để cho trí thông minh nhân tạo hoạt động một cách tự động thì nó sẽ giúp bạn phát hiện liên tục lỗi cả ngày và đêm, khi đó bạn có thể ngủ ngon để thu thành quả vào sáng hôm sau rồi.

Vấn đề quản trị quốc gia rất khó vì nó bao hàm nhiều vấn đề. Mỗi vấn đề lớn thuộc về một bộ, chúng ta nên tạo một hệ thống quản trị riêng, sau đó nối kết tất cả các vấn đề lớn ấy cho một hệ thống quản trị tối cao thuộc cơ quan nhà nước tối cao giám sát tự động. Chúng ta chỉ cần

cứ vào sự trả lời kết quả đã được lập trình sẵn bằng máy tính để điều hành công việc, đất nước mà không chịu sự chi phối của bất cứ cá nhân nào để tránh sự chủ quan của những người có trách nhiệm điều hành. Đó là ứng dụng của hệ điều hành cân bằng ma trận cầu, một hệ điều hành đang vận hành cả vũ trụ. Bạn thấy đó, vũ trụ này đâu có cần ai giám sát và điều hành tối cao mà nó vẫn hoạt động chính xác tuyệt đối, hệ điều hành đa chiều này tự biết phát hiện và sửa lỗi, giống như sự phát hiện ra các điểm mất cân bằng năng lượng trong vũ trụ chính là những lỗ đen và sửa chữa chúng. Đó là tính cân bằng tuyệt đối.



# CÂN BẰNG TRONG GIÁO DỤC

Lịch sử đã nói rằng giáo dục là việc quan trọng nhất trong sự phát triển của xã hội loài người. Nơi nào giáo dục lạc hậu chắc chắn nơi đó kinh tế sẽ nghèo đói, xã hội chậm phát triển về mọi mặt. Nơi nào giáo dục phát triển sẽ có nền kinh tế giàu có và trình độ dân trí nâng cao. Sức mạnh nội lực một quốc gia cũng từ đây mà ra.

Nhìn vào nạn gian lận thi cử, sinh viên tốt nghiệp nhưng không có khả năng làm việc hay đạo đức xã hội xuống cấp... là thể hiện một nền

giáo dục yếu kém. Cảm thụ văn hóa lệch lạc, thích những giá trị tinh thần đơn giản, đam mê thú vui rẻ tiền, đắm chìm vào tệ nạn... cũng là mối nguy cho giá trị của cả một đất nước.

Nếu những người có trách nhiệm không nhìn xa trông rộng hay biết mà vẫn không biết phải làm sao thì sẽ là thảm họa lớn của cả một dân tộc. Chúng ta thử hình dung đất nước sẽ ra sao nếu một ngày nào đó lãnh đạo ngành công an và quốc phòng là những tay anh chị xã hội đen đi lên, văn hóa sẽ về đâu nếu những nghệ sĩ tự phong vì biết đạo nhạc, đạo văn lên làm cán bộ văn hóa và kinh tế sẽ ra sao nếu lãnh đạo cao cấp là những đứa bé được nâng điểm năm xưa, từng đút lót chạy chọt để tìm kiếm địa vị xã hội?

Việc giáo dục con người là việc trăm năm. Chúng ta phải có sự cân bằng trong giáo dục: Từ tấm bé học vỡ lòng con trẻ cần được giáo dục đạo đức, tình yêu quê hương đất nước, yêu cha mẹ, kính ông bà, trọng thầy cô, lớn dần lên thì học kiến thức khoa học, kiến thức xã hội... Việc dạy đạo đức, kỹ năng sống và tri thức học thuật phải đồng đều cùng với rèn luyện sức

khỏe và sức chịu đựng. Đó là phương pháp giáo dục cân bằng.

Cha mẹ hiện đại ngày nay lo cho việc làm kinh tế và kiếm tìm danh vọng, chức vị xã hội hơn là lo cho con cái và gia đình. Họ cho rằng đem tiền nhiều về cho gia đình là đủ, là xong trách nhiệm cao cả, còn chuyện giáo dục con cái là chuyện nhỏ nên có thể giao cho nhà trường thầy cô, cứ có nhiều tiền là xong, bé xíu quảng cho nó cái Ipad để chơi game, nhỏ thì thuê gia sư kèm riêng, lớn cho đi du học nước ngoài vì sĩ diện của cha mẹ chứ không phải vì nhu cầu hay năng lực của con cái. Hàng ngày tiêm nhiễm con trẻ thói học đòi, xài hàng hiệu, sống hẹp hòi ích kỷ, khen nó thông minh khi nó gian lận, dạy nó cách gian lận khi thi, kiểm tra bài, hối lộ mua điểm thi cho nó. Bản thân cha mẹ nói những chuyện xấu như nhận hối lộ, hại người... trước mặt các con cũng là trực tiếp tiêm nhiễm những ý thức xấu vào chúng. Nếu chính cha mẹ tạo tâm thức xấu cho con cái như vậy thì sau này chúng nó sẽ gặp nhiều tai họa và thậm chí, gần như chắc chắn, nó sẽ đối xử với cha mẹ ruột cũng chẳng ra gì, khi đó chính cha mẹ lại nuốt nước mắt hối hận vì

chính mình đã tạo ra sự bất hiểu của chúng. Đó là sự cân bằng.

Muốn có nền giáo dục tốt thì đầu tiên các gia đình phải tự giáo dục con em mình. Sau đó quốc gia phải quan tâm thiết lập chương trình giảng dạy sao cho cân đối giữa tri thức và đạo đức làm người. Mỗi quốc gia phải lựa chọn ưu tiên giáo dục một cách thực chất chứ không phải kêu gọi hình thức. Việc này gọi là tạo dựng công đức. Tạo lập công đức vô cùng quan trọng, nó ảnh hưởng đến cuộc sống chính bạn và những thế hệ tương lai của bạn. Bạn thấy đó, nếu là kẻ bất lương con cái họ cũng thường bất lương, người lương thiện con cái cũng thường tử tế. Đó là sự cân bằng.

# CÂN BẰNG TRONG GIA ĐÌNH

Ai trong chúng ta cũng có một gia đình nhưng để có một gia đình hòa hợp và hạnh phúc cũng không phải là điều dễ dàng nếu chúng ta thiếu kỹ năng, kiến thức về ứng xử cân bằng. Chúng ta hãy tìm hiểu thêm về vấn đề này.

Người trong gia đình, nhất là vợ chồng và con cái thường có hai nguyên tắc chính để cân bằng, đó là cân bằng năng lượng và cân bằng tâm thức. Gia đình nào mà cân bằng cả hai thì vô cùng tuyệt vời, nhưng trên đời này hiếm có nhà nào may mắn vậy. Hai vợ chồng có thể cân bằng tần số tâm thức nghĩa là tâm đầu ý hợp (vì thế họ mới yêu thương nhau, mới lập gia đình...)

nhưng lại xung khắc tần số năng lượng, điều này làm cho ai đó hoặc cả nhà thường xuyên ốm bệnh, sức khỏe yếu ớt hay đường con cái hiểm muộn thậm chí là không có. Còn trường hợp tần số năng lượng hợp nhau thì sức khỏe tốt nhưng mà nếu xung khắc tần số tâm thức sẽ cãi nhau suốt ngày bởi vì nói chuyện gì cũng không vừa ý nhau. Nếu chúng ta không chú ý đến vấn đề này để tìm cách giải quyết các nguyên nhân sinh ra thì gia đình khó bền vững: hoặc sống nghèo, hoặc thất bại làm ăn, hoặc ly hôn, hoặc có người chết trước... Cụ thể:

Tại sao cùng một vấn đề nhưng nếu người ngoài nói thì được khen nhưng cha mẹ nói thì con cái lại không nghe lời? Chúng ta có thể giải quyết nhiều việc khó khăn trong xã hội nhưng không giải quyết nổi việc nhỏ nhất trong gia đình? Tại sao vợ chồng sống với nhau lâu như thế nhưng không thể hòa hợp với nhau? Tại sao cùng sự giáo dục và môi trường sống nhưng mỗi đứa con lại có tính nết và số phận khác nhau? Tại sao kinh tế gia đình sụp đổ hay trở nên giàu có? Tại sao gia đình đang hòa hợp thì một bên

thay đổi tính nết và suy nghĩ dẫn đến bất hòa và ly hôn? Tại sao khi thay đổi chỗ ở hay xây sửa nhà ở lại có thể làm thay đổi tình trạng sống của một gia đình?... Vô số câu hỏi như thế nhưng chỉ có một câu trả lời duy nhất: Đó là sự lệch pha tần số năng lượng hay tâm thức, thậm chí lệch cả hai cùng lúc. Để giải quyết các vấn đề này, ứng với từng trường hợp một, chúng ta phải tìm cách lấy lại “sự cân bằng” mà thôi. Có thể khó tìm ra một sự cân bằng hoàn hảo cho mọi người trong một gia đình nhưng mà là cái gì tốt nhất có thể.

Cân bằng giữa các thế hệ trong một gia đình đòi hỏi mọi người cần biết nhường nhịn nhau và thấu hiểu về tâm lý xã hội ứng với từng lứa tuổi và từng môi trường. Chúng ta hay la mắng con cái bằng cách so sánh chúng với mình hay với ai đó... thường chỉ đem lại tác dụng ngược. Cha mẹ cần đối xử công bằng với các con nhưng cũng phải tùy tính nết hay năng lực từng đứa mà thay đổi cách dạy dỗ cho phù hợp. Hãy lưu ý về năng lực và năng khiếu từng người con, chúng ta nên khuyến khích và đầu tư những gì

phù hợp với con cái chứ đừng muốn chúng phải theo ý của mình.

Vợ chồng hay bất hòa về quan điểm nuôi dạy con, về vấn đề mưu sinh, kinh tế... nên chúng ta cần lắm sự trao đổi thống nhất tránh tình trạng kèn xuôi trống ngược, có thể mới hạn chế tối đa được tình trạng cãi vã không đáng có. Vợ chồng mà thiếu tôn trọng nhau hay ai đó mà sống tự ti và yếu đuối thì cũng khó giữ được hạnh phúc lâu dài.

Anh chị em, dâu, rể, mẹ chồng... cũng rất dễ tổn thương quan hệ nếu ai cũng giữ cái tôi quá lớn. Hãy giảm cái tôi xuống để biết mình biết người hơn, tránh lệ thuộc kinh tế và nơi ở cũng là việc phòng xa mọi đụng chạm sau này.

Làm con cái cũng cần biết đến lễ nghĩa, hiếu thảo với ông bà cha mẹ, đó là đạo đức. Ông bà cha mẹ chỉ vì muốn tốt đẹp cho chúng ta nên đôi khi có những lúc nặng lời, vì họ luôn coi chúng ta như hồi còn bé bỏng nên phải la mắng thì mới chịu nghe. Tại sao chúng ta bỏ bê cha mẹ lại hiếu thảo với người ngoài? Đó là sự bất hiếu. Nếu bạn



không đối xử tốt với cha mẹ bạn chắc chắn sau này con cháu bạn sẽ không đối xử tốt với bạn, bởi đó là cân bằng.

Vấn đề phong thủy cũng khá quan trọng với sự an ổn của gia đình. Vạn vật đều có năng lượng và mọi thứ đều tương tác qua lại với nhau bởi nguồn năng lượng đó. Năng lượng có âm có dương, có tần số và cường độ... bởi thế việc trồng cây, nước, tảng đá, vị trí cửa để thông thoáng ánh sáng và không khí cũng như vùng đất cao hay thấp, lạnh hay nóng... đều ảnh hưởng đến sức khỏe chúng ta và qua đó tác động lên cơ đồ sự nghiệp mỗi nhà. Cái này ta có thể tự nghiên cứu cơ bản và tham khảo người hiểu biết để có những lời khuyên hợp lý, tránh bị “vẽ bùa” bởi một số người lợi dụng. Nhìn chung là nhà ở và sự sắp xếp trong nhà thế nào mà khi ở gia chủ cảm thấy tâm mình thoải mái, dễ chịu thì đa số đều là phong thủy tốt với người ấy.

Tóm lại trong cuộc sống thì có lúc những mâu thuẫn sẽ đến với chúng ta, hãy bình tĩnh để nhận diện nguy cơ mà đề phòng, đừng bao giờ để mỗi lửa nhỏ bùng lên thành đám cháy

lớn. Muốn vậy hãy sống yêu thương và sống cân bằng trong quan hệ gia đình, chắc chắn hạnh phúc sẽ đến với chúng ta.

# CÂN BẰNG TRONG KHOA HỌC

Tính chất cân bằng bao trùm mọi thứ trong vũ trụ, chúng ta khảo sát vài lĩnh vực khoa học để chúng ta thấy nó bao trùm thế nào nhé. Sau đó tùy bạn đang ở lĩnh vực nào thì hãy đi chuyên sâu vào đó để tìm hiểu tính chất cân bằng chi tiết.

- Trong toán học, tất cả các phép toán cơ bản cộng trừ nhân chia chính là mối quan hệ nhân quả cân bằng. Một cộng một bằng hai. Hai nhân hai thành bốn... có phải nếu có nguyên nhân sẽ có kết quả hay không? Tương tự cho các phép toán về hàm số, phương trình, các phép vi phân, tích phân, đạo hàm, căn bậc... đều là cân bằng.

- Trong vật lý, bạn thấy là trong vũ trụ thì mặt trăng quay quanh quả đất, quả đất và các hành tinh quay quanh mặt trời, cho đến thế giới vi mô hạt điện tử quay quanh hạt nhân... chính là sự cân bằng quanh tâm. Nếu chúng ta xét đến các lực tác động lên một vật thể trong vũ trụ, ví dụ các lực hấp dẫn đang tác động lên quả đất thì đã thấy quả đất này đang chịu vô số lực kéo từ đủ mọi phương chiều bởi vô số các thiên thể khác trong vũ trụ, nếu nối kết theo mô hình toán học chúng ta sẽ thấy lực tổng hợp là một ma trận cầu, đó chính là sự cân bằng tuyệt đối trong vũ trụ. Và sự bền vững của nó đã được chứng minh thông qua sự tồn tại của vũ trụ này. Rồi trong việc chế tạo tàu thủy, xe ô tô, máy bay đến xây dựng nhà cửa... cái gì cũng thấy quy tắc cân bằng trong đó. Từ thuyết cân bằng mà khi chúng ta nghiên cứu lực vạn vật hấp dẫn (là cái đã nắm bắt được) của vật chất, thì chúng ta suy ra sẽ phải có một lực phản hấp dẫn tạo thành (là cái chưa thấy được) của dạng vật chất đi kèm gọi là vật chất tối...

- Trong sinh học, trên cơ thể người, hai cánh mũi, hai con mắt, hai tay, hai chân, hai tai...

đều đối xứng qua một trục cơ thể chạy qua cột sống. Khi hơi thở ra hít vào điều hòa, ăn uống cân bằng dinh dưỡng sẽ đảm bảo sức khỏe cho bạn. Nếu năng lượng âm và dương mà thiếu điều hòa bạn sẽ bị bệnh ngay. Nếu thần kinh của bạn không ổn thì bạn phải thiền định để lập lại cân bằng. Thiền là thư giãn tâm trí nên rất có lợi cho sức khỏe chúng ta.

- Trong kinh tế ta thấy có bảng cân đối thu chi quỹ tiền, các công thức tính toán điểm hòa vốn, tính giá thành sản phẩm, tỷ suất lợi nhuận, đặc biệt là bảng tổng kết tài sản với bên tài sản phải bằng với bên nguồn vốn, công việc định khoản tài khoản kế toán... tất cả đều liên quan đến sự cân bằng.

- Trong khoa học quản trị xã hội, ngành tâm lý học, xã hội học, giáo dục... cũng rất quan tâm tới việc cân bằng các mối quan hệ xã hội. Chúng ta có các công cụ khoa học để tuyển chọn nhân sự dựa vào tài năng thực thụ và dự báo các xu hướng thích hợp trong việc phát triển của xã hội. Nếu chúng ta xây dựng được các mô hình quản trị xã hội liên kết nhau theo ma trận cầu

thì xã hội sẽ vận hành ổn định vì mọi yếu tố liên quan tự động hỗ trợ và khống chế nhau, qua đó những tác động tiêu cực sẽ giảm đi rất nhiều.

Như vậy bài viết này đã cho chúng ta những nhận xét gì? Đó chính là nếu có tư duy về sự cân bằng chúng ta sẽ có những nhận xét đúng đắn về mọi hiện tượng sự vật đang xảy ra xung quanh chúng ta trong vũ trụ này. Khoa học và Đốn giáo của Thiên tông đều lấy nguyên tắc cân bằng làm giáo lý để giải thích các hiện tượng, vì vậy có lẽ đây là tôn giáo duy nhất không mâu thuẫn với khoa học hiện đại. Những sự việc trừu tượng của tôn giáo như tâm linh được giải thích bằng sóng năng lượng và tần số tâm thức, ngược lại những cái mà khoa học chưa nắm bắt được nhưng cũng được giải thích qua tôn giáo như vật chất âm là một dạng năng lượng mà mắt thường không thấy, sóng xoắn... do đó ta có thể tự tin mà khẳng định rằng ở thế kỷ 21 lần đầu tiên đã xuất hiện một cách mạng nhận thức trong tôn giáo vì tôn giáo và khoa học đã hội nhập và chắc chắn phong trào này sẽ ngày càng lớn mạnh theo sự phát triển của trình độ con người.

# CÂN BẰNG VÀ HỆ TƯ TƯỞNG

Tư duy của con người dựa vào hai nền tảng hệ tư tưởng chính, đó là hướng về duy tâm bên trong con người tạm gọi là âm và hướng về thế giới tự nhiên gọi là duy vật, tạm gọi là dương. Trong mỗi chủ đề lớn này, ta tiếp tục đi vào các chủ đề nhỏ hơn:

A - Hệ duy tâm chủ yếu hướng về cá nhân nên gọi là âm, lại có hai trường phái, đó là hướng về các trạng thái tinh thần thanh tịnh tạm gọi là âm và trạng thái tinh thần hoạt động tạm gọi là dương. Những ai có tinh thần hoạt động thường thích các tôn giáo hay tập hợp, hội họp đông người như đạo Thiên chúa, Tin lành... còn

những ai có tinh thần thanh tịnh lại thường có khuynh hướng theo Thiên, Phật, Đạo giáo...

B - Hệ duy vật phần nhiều hướng về xã hội nên gọi là dương, lại bao gồm các tư tưởng thuần khoa học xã hội tạm gọi là âm như Khổng giáo, Marx, Hegel, Platon... và thuần khoa học tự nhiên tạm gọi là dương như Darwin...

Chúng ta tạm chia như vậy để phân tích chứ thật ra thì mọi hệ tư tưởng trong thực tế đều giao thoa với nhau, tương tác nhau theo nguyên lý cân bằng âm và dương. Tùy thời và tùy quốc gia mà duy tâm và duy vật hay cá nhân và xã hội, hay thanh tịnh và hoạt động... đều tương tác với nhau ít hay nhiều ở dạng này hay dạng khác để tạo ra một xã hội con người vô cùng đa dạng và phức tạp. Tôn giáo và chính trị lúc thì xa rời, lúc thì gắn gũi, mỗi nước lấy tôn giáo khác nhau hay không lấy tôn giáo nào cả làm quốc giáo. Sở dĩ có sự đa dạng tâm thức như trên là do cấu trúc tần số tinh thần của mỗi người khác nhau, tạo nên các nhóm tinh thần khác nhau dẫn đến các xã hội có đức tin khác nhau: dù tin vào Thượng đế bên ngoài hay bên trong mình,



hay chẳng hề có một Thượng đế nào cả; cũng như người sùng bái đức tin tôn giáo, kẻ tôn sùng khoa học kỹ thuật; người thích tìm kiếm sự thần bí và sự giúp đỡ của thần linh hay kẻ chỉ tin vào chính bản thân mình, tự cứu giúp mình... cũng từ nguyên do tần số tâm thức trên mà ra. Hãy chấp nhận tính đa dạng, đừng mong xã hội chỉ có được một dạng người duy nhất. Thật khó tưởng tượng một xã hội con người chỉ có duy nhất một kiểu dạng tâm thức, bởi có lẽ khi ấy con người sẽ không còn là... con người!

Câu chuyện giáo dục ở đây là: Mặc dù mỗi người sinh ra đã có tần số tâm thức bẩm sinh nhưng vẫn chịu tác động lớn bởi môi trường giáo dục, nên muốn điều chuyển tâm thức thì chúng ta hãy giáo dục sớm từ 6 - 7 tuổi. Hệ tư tưởng nào tác động sớm hơn vào con người thì thường chiếm được cảm tình và hướng tinh thần của người ta vào hệ tư tưởng đó theo nguyên tắc cân bằng. Để thay đổi một hệ tư tưởng đã được định hình từ tuổi 20, 30 là rất phức tạp, đây là điều cần đặc biệt lưu ý.

# CÂN BẰNG TRONG GIAO TIẾP ỨNG XỬ

Trong xã hội rộng lớn mà mỗi chúng ta là một thành viên, để hòa nhập và sống yên ổn thì mỗi chúng ta phải biết cách tham gia vào xã hội ấy hợp lý.

Bạn có thể đang ở Việt Nam, Hoa Kỳ hay Ả Rập... thì bạn cũng phải tùy nơi mà hòa nhập. Nếu bạn có tôn giáo thì cũng phải biết cách hòa nhập với những người có tôn giáo khác. Bạn đang đi làm thì bạn phải hòa hợp được với mọi người trong nơi làm việc, công sở... Việc chúng ta sống “ngoại lai” trong đa số trường hợp đều

gây bất lợi cho chúng ta ở mọi cấp độ khác nhau. Xã hội chê bai, bạn bè không có, khách hàng tẩy chay... cuối cùng nếu bạn chỉ sống được trong thế giới của riêng mình mà được yên ổn cũng là may lắm rồi.

Nhưng hòa hợp chứ bạn không được hòa tan. Điều này nghĩa là bạn phải có chính kiến và phong thái riêng, nhưng làm sao để cái riêng không “chối” với cái chung. Ví dụ bạn đang có một cuộc tranh luận nào đó, nếu người kia đưa ra quan điểm tương đồng thì bạn hãy nhiệt liệt tán thành, nhưng nếu không đồng quan điểm thì ta chọn nhiều cách, hoặc là không bàn nữa, nếu buộc phải nói ra quan điểm thì nói sao thật nhẹ nhàng như là: “Tôi rất tôn trọng ý anh nhưng tôi chưa cùng quan điểm này nên để tôi xem lại”... Tuyệt đối không giả bộ tán dương vì điều này mà lộ ra (mà trước sau gì cũng bị lộ thôi) thì người ta sẽ coi bạn là hạng người không trung thực, giả dối, không đáng tin và từ đó về sau dù bạn nói đúng hay sai thì họ cũng không tin nữa. Đó là sự phản xạ cân bằng.

Có nhiều vấn đề chúng ta không phù hợp, thậm chí không thích nhưng chúng ta vẫn phải biết chấp nhận một cách tương đối, bởi chúng ta chỉ là thành viên trong số đó. Đó là sự cân bằng tương đối. Nếu biết cách biến chuyển thì bạn sẽ lôi kéo được nhiều người theo lập trường của mình, tức ta sẽ là trung tâm của một tập thể và đó là sự cân bằng tuyệt đối. Vì thế trong mọi trường hợp, dù chúng ta bị người khác lôi kéo hay mình lôi kéo được người khác thì đều giữ chừng mực nhất định, sự cân bằng trong cư xử sẽ giúp bạn trở thành người luôn luôn “thắng”.

Bạn đang muốn thực hiện điều gì, muốn cái gì thì phải tìm môi trường phù hợp mà vào, tức là làm quen tạo mối quan hệ với những người trong lĩnh vực ấy. Những người cùng làm trong lĩnh vực, nhất là người có kinh nghiệm sẽ giúp ích cho bạn rất nhiều để bạn thỏa mãn mục tiêu của mình. Chọn bạn mà chơi, tìm người mà dựa là như vậy. Hôm nay bạn dựa vào người khác để thành công thì ngày mai sẽ có ai đó dựa vào bạn. Nếu bạn thất bại thì cũng chẳng là điểm dựa của ai được cả, đó là sự cân bằng trong cuộc sống.

Trong mọi mối quan hệ xã hội chúng ta đều phải tôn trọng quy luật cân bằng, đó là có cho có nhận, hay cho đi bạn sẽ được nhận lại, không nhận ở người này thì sẽ nhận ở người khác, cho cái này đi sẽ nhận cái khác về, cho tình cảm nhận tiền bạc, cho tiền bạc nhận tiếng tăm... nên đừng sợ bị thiệt thòi nếu ta biết sống minh triết. Hãy biết mình và biết người, hãy sống làm sao để mọi người “cùng thắng” thì đó là điều minh triết nhất. Xin chúc bạn thành công.

## TINH THẦN

Tinh thần còn gọi là bản tính, hay bản lai, hay linh hồn của con người, động vật... là kết tinh những gì tinh túy nhất của thông tin tâm thức động vật và con người.

Con người nói riêng hay mọi loài động vật nói chung đều có thông tin bản năng gốc cơ bản để phân biệt loài và cá nhân, cái đó gọi là tinh thần bản năng hay tôn giáo gọi là mục diện bản lai. Mục diện bản lai của khỉ ta mới có loài khỉ, mục diện bản lai loài chim ta có loài chim, mục diện bản lai loài người ta có loài người.

Mục diện bản lai hay tinh thần bản năng giúp các loài có các năng lực riêng, ví dụ năng lực định hướng không gian, năng lực xây tổ,

năng lực cộng tác bầy đàn, năng lực tính dục, năng lực hiểu biết, năng lực nghe, nhìn và cảm nhận...

Mục diện bản lai hay tinh thần bản năng chi tiết tới cá nhân cho ta cá nhân này xuất sắc hơn cá nhân khác, năng lực khác nhau, suy nghĩ khác nhau và số phận cũng khác nhau...

Nếu xét theo loài, tinh thần bản năng do bẩm sinh, di truyền mà ra, là cái được tự nhiên ban tặng thông qua quá trình tiến hóa của giống loài.

Tuy vậy nếu xét tới yếu tố cá nhân thì chúng còn được bổ sung cộng hưởng với các yếu tố tinh thần cha mẹ nhiều đời thông qua siêu thức mà chúng ta gọi là nghiệp báo, cùng sự giáo dục của môi trường sống và xã hội xung quanh cũng như nỗ lực lao động của cá nhân con người. Ta gọi đó là bản tính mỗi người.

Bởi vậy việc tin rằng có một sự tái sinh linh hồn nào đó từ một người đã chết là hoàn toàn không có cơ sở khoa học. Chúng ta có thể phát biểu sự tái sinh một cách hợp lý hơn đó là sự

nhân bản photo của tâm thức loài từ cha mẹ sang con cháu, theo đó tâm thức, tức linh hồn chỉ truyền từ thế hệ này sang thế hệ sau một cách không hề gián đoạn, trừ khi cha mẹ tuyệt sinh. Như thế có nghĩa rằng linh hồn là vĩnh cửu.

Tuy vậy linh hồn một người đã chết nếu còn tồn tại vẫn có thể tác động vào linh hồn một người đang sống thông qua con đường nhập thức, tức là cộng hưởng tần số tâm thức, từ đó sinh ra các hiện tượng thần giao cách cảm, ngoại cảm và những năng lực đặc biệt. Chúng ta hãy lưu ý tính chất này để giải thích các hiện tượng đặc biệt, tránh sa vào con đường mê tín dị đoan.

Linh hồn cá nhân hay tinh thần của một người chỉ trở nên bất tử nếu nó có giá trị cho xã hội và được lưu truyền bởi nhiều thế hệ hậu sinh một cách rộng rãi, đó là trường hợp những người có công trình khoa học, tư tưởng triết học để đời sau vận dụng như kinh sách tôn giáo hay học thuyết, bản nhạc bất hủ...

Trong cuộc sống thực chúng ta cần tự tìm hiểu về bản tính hay tinh thần của chính mình



để biết mà sống cân bằng với môi trường xã hội nơi mình đang sinh sống. Nếu làm được thế thì thành công thường đến và hạn chế rủi ro, đó là cách xóa bỏ phiền não một cách chủ động tích cực nhất. Chỉ cần hiểu chính mình thì ta có thể tự thay đổi số phận chúng ta bằng cách vận dụng đúng đắn các mối quan hệ tương tác của chúng ta với môi trường theo nguyên lý nhân quả.

## LỊCH SỬ TINH THẦN

Xã hội loài người đã trải qua một quá trình tiến hóa tinh thần. Chúng ta tạm thời chia ra một cách đơn giản nhất như sau:

- Giai đoạn khởi thủy của xã hội loài người thông minh là tinh thần tôn giáo. Con người khắp thế giới kết hợp được vào nhau nhờ có chung niềm tin vào các thần linh tưởng tượng lẫn thần linh sống là các vị vua và thánh sống. Các vị pharaon Ai Cập với những kim tự tháp được xây dựng để thờ phụng họ vì hy vọng rằng họ sẽ giúp đỡ dân chúng... ngay cả khi đã chết, thời kỳ này kéo dài hàng chục nghìn năm.

- Giai đoạn nông nghiệp trở đi xã hội có bổ sung thêm tinh thần phân biệt tầng lớp giai cấp, chủ yếu là giàu và nghèo với nhiều tên gọi khác nhau như quý tộc, địa chủ, tư sản, nông dân, công nhân, nô lệ... kéo dài hàng nghìn năm.

- Giai đoạn tiền hiện đại đến nay tinh thần xã hội là tư bản tự do, phân biệt chủng tộc (phát xít), xã hội chủ nghĩa cộng sản và xã hội chủ nghĩa dân chủ đã kéo dài vài trăm năm nay.

Chúng ta nhận thấy là, với mỗi giai đoạn lịch sử tinh thần của loài người như trên thì đi kèm với nó là các chế độ chính trị, kinh tế và xã hội tương ứng để tạo thành lịch sử loài người. Có rất nhiều nguyên nhân gây ra sự biến đổi xáo trộn trong xã hội như thế, nhưng nguyên nhân chủ yếu nhất, theo các nhà triết học hiện đại chính là sự phát triển của nhu cầu kinh tế và của khoa học kỹ thuật, cộng với, tất nhiên vẫn bị ảnh hưởng bởi đức tin tôn giáo và phong tục tập quán, văn hóa xã hội. Có thể là do xã hội con người tăng dân số nên xuất hiện các cuộc cách mạng nông nghiệp để đảm bảo lương thực đã dẫn đến sự ra đời của tầng lớp quý tộc, địa chủ

do họ tích lũy được nhiều tài sản, đất đai. Có thể do nhu cầu tăng năng suất lao động đã dẫn đến cuộc cách mạng công nghiệp cơ khí và xuất hiện tầng lớp tư bản công nghiệp. Hệ quả tiếp theo là khoảng cách giàu và nghèo ngày càng tăng, người giàu nắm quyền điều khiển xã hội thành lập chế độ quân chủ độc tài, từ đó nảy sinh đấu tranh và cũng từ đó có tiến hóa xã hội...

Sự phát sinh, tồn tại và biến mất của từng chế độ xã hội trong lịch sử là những bài học cho chúng ta. Nghiên cứu lịch sử con người chúng ta sẽ thấy được xu hướng tiến hóa phát triển để từ đó có những nhận định, phán đoán nhất định cho xã hội tương lai của chúng ta. Cơ sở để phán đoán tinh thần xã hội tương lai là những căn cứ khoa học, đặc biệt là chú ý tới sự phát triển của khoa học kỹ thuật. Khoa học sẽ làm thay đổi hành vi và ý thức con người, từ đó tác động ngược vào tinh thần con người. Tinh thần con người sẽ xây dựng mô hình quản lý xã hội cho chính nó theo những gì mà nó cảm thấy phù hợp. Hãy chuẩn bị cho tương lai.

## BÍ MẬT CỦA TINH THẦN

Chắc cũng có lần chúng ta tự hỏi, tại sao bạn bè cùng trang lứa với nhau, cùng học hành như nhau mà khi ra cuộc đời đứa thì thành công, đứa thì thất bại. Rồi có những người từ nghèo mà trở thành giàu và có người lại sụp đổ từ giàu hóa nghèo, thậm chí gặp tai họa tù tội...

Khi không có câu trả lời thích đáng chúng ta hay có thói quen đẩy đưa cho cái mơ hồ gọi là số phận. Quả thật thì đó chính là bí mật tinh thần của chúng ta đó bạn ạ. Tinh thần của bạn sẽ giúp bạn thực hiện ý muốn của mình thông qua niềm tin, đức tin và phương cách thực hiện, kể cả phương cách do ta tự học hay do được

chuyên di thông tin từ nhiều đời cha mẹ khác thông qua siêu thức loài – và đó là điều bí mật.

Bạn có thể được xã hội và trường lớp dạy dỗ rất nhiều về tri thức và kiến thức nghề nghiệp, nhưng bạn không được biết gì về số phận của bạn cả. Đáng lẽ cần phải có một lớp học làm chủ tinh thần bên cạnh đủ thứ các lớp học về kỹ năng sống khác như nghệ thuật lãnh đạo, nghệ thuật phát biểu trước đám đông, trau dồi ngoại ngữ, sinh hoạt cộng đồng, làm việc nhóm... bởi vì, theo tôi, thì cái quyết định nhất cho thành công và số phận của bạn chính là nghệ thuật làm chủ tinh thần. Khi bạn biết cách khai thác tinh thần của bạn, đặc biệt kích hoạt chúng từ siêu thức, thì tất cả những thứ khác chỉ là “chuyện nhỏ”, vậy mà không hiểu sao mọi nền giáo dục trên thế giới chưa chú trọng nghiên cứu sâu về vấn đề này. Có phải vì nó khó quá chăng?

Bởi vì tinh thần, tức là linh hồn của bạn, là nơi phát sinh ra trí tuệ, là cái mà đã tách loài người vượt ra khỏi mọi loài động vật khác. Nếu bạn có trí tuệ cao bạn sẽ tự biết phải học cái gì, làm cái gì và bạn mới có thể tiếp thu được

những cái cần tiếp thu để có thể thực hiện được cái cần phải làm đó bạn. Trí tuệ không phải bao giờ cũng đồng hành với tri thức, bạn học cho thật nhiều, bằng cấp thật cao mà khả năng tiếp thu và ứng dụng thực tế kém thì cũng chưa chắc thành công bằng người học hành vừa phải mà trí tuệ của họ cao hơn bạn. Vì vậy bài viết này chủ yếu kêu gọi các bạn và xã hội, ngành giáo dục... hãy bắt đầu quan tâm sâu hơn tới giáo dục tinh thần. Trước mắt mỗi con người chúng ta cần hiểu giá trị về tinh thần của mình, rằng sự thành công hay thất bại trong cuộc sống phụ thuộc rất lớn vào tinh thần của chính chúng ta.

Đơn cử vài trường hợp chung, nếu bạn có tinh thần bác ái và yêu thương từ bi bạn sẽ được nhiều người yêu mến, một lúc nào đó bạn “có chuyện” sẽ có người giúp đỡ. Hay bạn là người có tinh thần thiện lương, biết giữ gìn uy tín và sòng phẳng sẽ tạo được niềm tin với người khác, một lúc nào đó có chuyện gì làm ăn họ sẽ rủ bạn cùng làm, cùng hợp tác, thế là bạn trở nên giàu có. Hay bạn là người sốt sắng trong công việc, lại có tài và có đức độ bạn có thể được cất

nhắc lên chức trong công việc, thế là bạn thành công trong sự nghiệp của mình... Và ngược lại, tất nhiên rằng bạn nhu nhược, gian xảo, tham lam, thích lợi dụng người khác... thì sẽ chẳng ai muốn quan hệ với bạn, và bạn cũng sẽ phải trả giá cho những việc bạn làm theo đúng luật nhân quả trong tương lai mà thôi.

Như vậy để có một tương lai tốt đẹp, bạn cần có tinh thần khát khao ham muốn, bạn hãy chọn lựa cho mình một dạng tinh thần nghề nghiệp phù hợp với mình. Nhưng chưa hết đâu, để có thể thành công lớn, bạn hãy trang bị rèn luyện cho mình các dạng tinh thần như sống tử tế, yêu thương đồng loại, chịu khó trong công việc, sáng tạo trong tư duy, bình đẳng trong quan hệ, giữ gìn uy tín với mọi người... chắc chắn cuộc đời bạn sẽ gặp nhiều thuận lợi.



# TÁC ĐỘNG CỦA TINH THẦN

Mỗi con người sinh ra đã được trang bị một tinh thần bản năng để nhờ đó tạo ra mọi năng lực nhận thức khác sau này. Nhờ loại tinh thần này mà xã hội chúng ta có kẻ năng động hay thụ động, kẻ thích toán học hay nghệ thuật, người hướng nội hay hướng ngoại, kẻ dữ hay hiền lành... cũng như tạo ra sự khác nhau giữa người này với người kia về năng lực học hành, khả năng tư duy và nhận thức tri thức, cả đến đức tin, chỉ số thông minh IQ...

Khi sinh ra đến lúc trưởng thành, kết hợp với tinh thần bẩm sinh trên, chúng ta được giáo dục bởi môi trường xã hội cộng với sự rèn luyện

tự thân để tạo thành tinh thần thứ cấp và đây chính là tinh thần riêng biệt của từng người chúng ta, tạo ra bản ngã mỗi người.

Tinh thần sẽ quyết định cách suy nghĩ và từ đó dẫn đến các hành động phù hợp. Hành động sẽ dẫn đến kết quả và kết quả sẽ mang đến số phận cho mỗi con người.

Tinh thần thiện lương bạn sẽ là người thiện lương. Tinh thần ác độc bạn sẽ là người bất lương. Tinh thần lừa dối bạn sẽ là người nghèo khó khổ sở. Tinh thần chăm chỉ bạn sẽ có tương lai tốt đẹp. Tinh thần hướng nội bạn sẽ làm những việc không đòi hỏi giao tiếp. Tinh thần hướng ngoại bạn sẽ thích đi ra ngoài làm chính trị hay kinh doanh. Tinh thần trù tượng bạn sẽ làm nghề nghệ thuật. Tinh thần logic bạn sẽ làm nghề kế toán hay lập trình viên. Tinh thần ích kỷ sẽ bị nhiều người ghét. Tinh thần hòa đồng sẽ chia sẻ được nhiều người yêu thương. Đó mới là ảnh hưởng tới cá nhân từng con người.

Trên bình diện rộng hơn và quan trọng là ảnh hưởng đến xã hội con người, tinh thần xã

hội liên kết cộng hưởng tần số tinh thần cá nhân với nhau và tạo hiệu ứng bầy đàn. Nhờ hiệu ứng bầy đàn này mà năng lực của con người tăng lên vượt trội so với muôn loài động vật khác. Nhưng mặt khác, nếu năng lực vượt trội ấy đã tạo ra những thành quả đáng kinh ngạc về kinh tế và xã hội con người thì cũng chính nó là tai họa khi con người tổ chức chiến tranh hay tàn phá môi trường.

Tác động của tinh thần là vô cùng to lớn tới xã hội loài người: Con người có thể phấn đấu hay từ bỏ những mục tiêu cuộc sống của mình. Người ta có thể từ bỏ tất cả tài sản và sinh mạng vì một lý tưởng của họ và cố gắng làm 200% khả năng của mình cho cái gì mà họ cho là có ý nghĩa. Chính vì thế mà chính trị và tôn giáo rất coi trọng tinh thần và còn coi trọng hơn cả thân xác. Người ta bỏ rất nhiều nỗ lực để nghiên cứu tinh thần với mục đích lôi kéo xã hội theo một đức tin nào đó. Đây chính là minh chứng cho chúng ta thấy tinh thần quan trọng như thế nào.

Có vô số thứ liên quan đến tinh thần như thế nên nghiên cứu về tinh thần cần được coi

trọng, cần được xem như một ngành học có thể còn cao hơn cả tâm lý học. Tâm lý học là ngành nghiên cứu các tính chất của tâm thức con người để từ đó đưa ra các biện pháp giáo dục hay thay đổi tâm lý. Còn nghiên cứu về tinh thần là nghiên cứu những nguyên nhân phát sinh ra các dạng tâm lý đó nên đây là gốc, là khoa học cơ bản.

# CHUYỂN DI TINH THẦN

Một gia đình có cha, mẹ là người làm kinh doanh, nếu có người con cũng theo nghiệp kinh doanh thì đó là do sự chuyển di tinh thần kinh doanh từ cha mẹ qua con cái. Nhưng cũng trong gia đình đó có đứa con khác chỉ thích đàn hát chứ không thích việc kinh doanh thì chắc rằng người đó đã được chuyển di tinh thần nghệ sĩ từ một cha mẹ nào đó trong quá khứ (tức nhiều đời ông bà trước đây).

Tương tự cũng vậy, tính tình hiền lành hay hung dữ, nhút nhát hay dũng cảm, thông minh ít hay nhiều, tính nết khô khan, lạnh lùng hay sôi động, nhạy cảm... đều được chuyển di từ quá

khứ cho hậu thế. Ai được chuyển di cái gì thì sẽ thụ hưởng cái ấy từ khi vừa mới lọt lòng, ta gọi là bẩm sinh.

Những thông tin tích lũy trong tinh thần nằm trong siêu thức sẽ chuyển di qua thế hệ sau để tạo thành năng lực của giống loài và cá nhân. Về năng lực giống loài, đó là khả năng nhận thức với thế giới xung quanh cũng như khả năng phản ứng với môi trường sống, ví dụ con chim biết định hướng không gian, con ong biết làm tổ và con người biết ngôn ngữ... Về năng lực cá nhân thì tinh vi hơn, đó là năng khiếu riêng của mỗi cá nhân với sự nhận thức và hành động đó, ví dụ người thích làm toán, người thích văn, người có trí nhớ siêu phàm, trình độ tiếp thu tri thức nhiều hay ít...

Tất cả mọi người đều từ một gốc tổ tiên mà ra cho nên mỗi người đều có tất cả mọi năng lực kể trên, kể cả ở mọi mức độ xấu và tốt. Nó nằm trong tàng thức là bộ lưu trữ của siêu thức, khi con người được sinh ra thì chỉ những năng lực nào nổi trội ứng lên vào một người thì đó chính là khả năng riêng của họ. Với những năng lực

đó mỗi người sẽ hành xử vào cuộc sống và biến thành số phận, cái mà ta gọi là nghiệp báo.

Vậy là nghiệp báo thân bắt nguồn từ quá khứ, những thông tin tốt hay xấu, ví dụ như lòng tử bi hay ác độc, đều được chuyển di cho con cháu. Con cháu theo tính chất mà mình thụ hưởng đó (tức sự ác hay thiện) mà hành xử với mọi người trong cuộc đời mình và thế là kết quả nhận được sẽ tuân theo luật nhân và quả để đến với họ. Bởi vậy cần trui rèn đạo đức, làm nhiều điều thiện, tránh những điều ác... cả từ thực tế hành động lẫn trong tư duy suy nghĩ vì những thông tin tâm thức đó đều ảnh hưởng rất lớn đến con cháu mình sau này, tức thế hệ tái sinh của chúng ta đó.

Tuy thế, nếu những người nào tự biết lỗi của tổ tiên mình, biết lỗi của mình mà tự chuyển hóa từ dữ sang hiền, xấu thành tốt thì sẽ có thể thoát nạn cho mình và cho cả cha mẹ, ông bà và con cháu mình sau này nữa, đó là lời dạy của Lục tổ: “Khởi một niệm ác diệt vạn kiếp nhân lành. Khởi một niệm thiện hàng hà sa ác hết”. Đó chính là công đức lớn của bạn.

Ngoài ra, như chúng ta đã biết rằng mọi năng lực đều nằm tiềm ẩn trong chúng ta qua sự chuyển di từ siêu thức, do đó chúng ta có thể kích hoạt những năng lực khác mà mình chưa có để thực hiện công việc tốt hơn. Chú tâm mong muốn, thiền định, quán tưởng, thôi miên, rèn luyện... thì có thể làm được việc này. Lấy ví dụ bản thân: Mỗi khi tôi muốn làm thơ tôi phải ngồi thiền kích hoạt năng lực nghệ sĩ; khi tôi viết triết học tôi kích hoạt tinh thần khoa học xã hội từ bên nội; khi tôi viết về đề tài sinh học hay vật lý thì tôi kích hoạt tinh thần khoa học tự nhiên của ai đó không biết và khi tôi chuyển sang đề tài kinh tế tôi phải kích hoạt tinh thần kinh doanh từ bên ngoại. Cứ như thế tôi đã hoàn thành bộ sách Tâm pháp dày hơn 1000 trang giấy.

Tồn tại trong cuộc sống đã khó, còn những ai thành công được càng không phải tự nhiên mà họ thành công, cũng không phải dễ dàng để đi tới thành công. Để có thể thành công trong cuộc sống, mỗi chúng ta đều phải tự biết rèn luyện mình trên nhiều yếu tố, nhiều lĩnh vực để chúng hoạt động song hành *cân bằng với nhau*



*trong từng giai đoạn công việc. Có những yếu tố tự nhiên chúng ta có sẵn từ bản năng di truyền, có những yếu tố chúng ta cần học hỏi và rèn luyện từ cuộc sống hay kích hoạt nó từ siêu thức của mình. Vấn đề là bạn phải tự biết mình, tự nhận thấy rằng công việc của mình đang và sẽ cần gì, mình đã có cái gì và cần trang bị thêm cái gì... để từ đó chúng ta tìm cách trang bị hay tạo ra cái mình còn đang thiếu. Như thế là bạn đã làm chủ số phận của chính mình rồi đấy. Hãy suy nghĩ về chính mình và hành động ngay một cách cẩn thận, thời gian đang không chờ đợi các bạn, cơ hội chỉ đến với người nào sáng suốt và làm việc chăm chỉ.*

## CẤU TRÚC TINH THẦN

Để có một tầm nhìn hệ thống, chúng ta hãy tìm hiểu chi tiết hơn về tinh thần. Tâm thức có ba nguồn năng lực chính: Năng lực sinh tồn, năng lực cảm xúc và năng lực nhận thức. Từ ba nguồn năng lực cơ sở này lại tiếp tục nảy sinh các năng lực khác và sự kết hợp có chọn lọc của tất cả các loại năng lực tạo thành tinh thần, tức linh hồn của mọi loại động vật.

- Năng lực sinh tồn: Để có thể tồn tại trong tự nhiên, động vật phải có năng lực sinh tồn bẩm sinh, tức là chúng tự có khi vừa sinh ra và thậm chí vừa thụ thai, nghĩa là lúc thai nhi còn nằm trong bụng mẹ. Ví dụ trong bụng mẹ, nếu con

chó non nào lạnh lẽ nhất sẽ hấp thụ nhiều dinh dưỡng nhất nên sẽ to con nhất, và cũng là con đầu tiên “thắng” được mấy con còn lại trong lúc giành nhau chui ra khỏi bụng mẹ, và cũng do có bản năng sinh tồn ấy mà chó con vừa chui khỏi bụng mẹ đã biết tìm đến đúng vú mẹ để bú sữa dù chưa biết mở mắt, cũng chưa hề có chút kinh nghiệm sống nào cả. Có bao giờ chúng ta tự hỏi tại sao nó biết bò đến và ngậm đúng vú mẹ mà hút sữa chứ không phải là các ngón chân, cái đuôi của mẹ hay bất cứ vật gì xung quanh nó? Bản năng sinh tồn nữa là sự sợ hãi giúp thú vật né tránh nguy hiểm để bảo vệ tính mạng của mình hay là thái độ hung hăng giúp chúng săn mồi, cạnh tranh nhau giành ăn, giành lãnh thổ hay tranh giành tình ái... để duy trì sự sống và giống nòi. Chúng ta có thể cảm nhận năng lực sinh tồn này rất rõ khi chúng kiến người khác cận kề cái chết do bệnh tật, ngạt thở (đuối nước, thiếu ô xy), chết cháy hay chết cồng, tức sự chết từ từ, nạn nhân dường như làm đủ mọi động tác một cách vô thức để cố gắng tìm cách níu kéo sự sống của mình. Năng lực sinh tồn này biến thiên từ yếu đến mạnh và

sẽ làm nảy sinh ra các năng lực thứ cấp khác như tính dũng cảm hay hèn nhát, sự hoạt động nhanh nhẹn hay chậm chạp, khả năng sẵn mồi...

- Năng lực cảm xúc: Động vật cần có cảm xúc để nuôi con, sống hợp tác bầy đàn và kết đôi tình ái... tạo ra ý nghĩa cho cuộc sống của nó. Khi vừa đẻ ra thú con đã cần ngay tình cảm để quán quýt và tìm sự che chở của mẹ, còn mẹ cũng nảy sinh tình cảm với con để nuôi nấng và bảo vệ con mình. Khi lớn lên, cảm xúc giúp kết nối cá thể trong tập thể để hợp tác với nhau và tìm kiếm bạn tình để duy trì nòi giống. Cảm xúc cũng biến thiên lớn như có thể là mạnh hay yếu và tiếp tục nó biến sang các năng lực thứ cấp khác nữa như tính nết độc ác hay hiền lành, thiện lương hay thủ đoạn gian trá, ích kỷ hay rộng rãi, khô khan lạnh lùng hay dễ xúc động... Ở con người chúng ta còn biến cảm xúc này thành tình yêu thương đồng loại, lòng từ bi vạn vật, tình yêu tôn giáo (đức tin), đức hy sinh... và các tính nết của từng người. Đức tin là một loại năng lực đặc biệt có lẽ chỉ có ở con người. Nếu niềm tin cần phải có một đối tượng và có sự trao

đổi, như ta tin vào một ai đó về vấn đề nào đó thì đức tin là cái cao vượt vì nó có thể tin vào một cái gì đó/hay là một ai đó mà ta đặt vào đó niềm tin một cách vô điều kiện.

- Năng lực nhận thức: Đó là khả năng nhận thức về môi trường xung quanh như khả năng nghe, nhìn, hiểu, nói... và khả năng này biến thiên rất lớn ở động vật. Ví dụ con cá và chim có thể tự biết định hướng trong không gian, động vật tự biết làm tổ, tự biết sinh và nuôi con, còn con người thì vượt trội ở khả năng nghe hiểu và nói được âm thanh đa tần tạo thành ngôn ngữ. Khả năng tư duy tưởng tượng cao, cộng với đức tin và ngôn ngữ là năng lực lớn nhất giúp con người vượt lên trên mọi động vật khác. Nhờ khả năng này con người mới có thể truyền đạt thông tin cho nhau, sáng tạo ra ngôn ngữ và chữ viết, toán học... để lưu trữ và truyền đạt thông tin cũng như chế tạo ra các công cụ lao động sản xuất... Năng lực nhận thức cũng biến thiên từ thấp đến cao và nó biến thành nhiều năng lực khác như mức thông minh IQ hay EQ, cách thức suy nghĩ trừu tượng hay logic...

Sự nối kết giao thoa của ba suối nguồn năng lực cơ bản và các năng lực đi kèm theo nó tạo ra tư duy suy nghĩ. Những thông tin được chắt lọc và kết tinh từ sự tư duy của bộ não ta sẽ là tinh thần hay là linh hồn đó bạn ạ. Bởi vậy linh hồn của con người chúng ta ngoài sự thiên phú bẩm sinh còn do chúng ta tự tác động vào chính tư duy của mình đó nhé.

# TINH THẦN DÂN TỘC

Sự thay đổi, tiến hóa của tinh thần cũng giống như sinh vật tiến hóa, chỉ khác động cơ thúc đẩy chúng là khác nhau. Nếu động cơ thúc đẩy sự tiến hóa sinh học là sự thay đổi của môi trường tự nhiên thì động cơ thúc đẩy sự thay đổi của tinh thần là sự thay đổi của văn hóa xã hội, của sự phát triển khoa học và kinh tế... tức là tất cả những gì do chính xã hội con người tự tạo ra. Điều này có nghĩa là con người đang làm thay đổi tinh thần của chính mình.

Bởi vậy, không còn nghi ngờ gì cả, chính tinh thần dân tộc sẽ quyết định sự phát triển của một quốc gia. Những đất nước hay dân tộc

văn minh (và kém văn minh) đều có nguồn gốc từ trước đó, cái mà ta gọi là nội lực quốc gia, là trình độ đất nước, là thành quả xã hội... của nhiều thế hệ đi trước. Sự tiến hóa của tinh thần ảnh hưởng một loạt những vấn đề liên quan đến tinh thần như văn hóa, âm nhạc, chính trị và trình độ tri thức tới từng con người để rồi đến lượt các thay đổi này tác động ngược lại điều kiện sống của dân chúng trong quốc gia đó. Nhận xét này là vô cùng quan trọng, vì nó khẳng định rằng chúng ta có thể tự kiểm soát được số mệnh của chính mình. Rõ ràng rằng không thể nào một tập thể người yếu kém, ở trong một dân tộc thất học mà lại có trình độ khoa học kỹ thuật phát triển cao và dân tộc đó lại sống trong giàu có được, điều này chỉ thấy trong một dân tộc tài giỏi hay một đất nước được gọi là phát triển mà thôi.

Tinh thần dân tộc vững mạnh phải được bắt đầu từ tinh thần cá nhân vững mạnh. Những cá nhân với tinh thần “vất vưởng” như: lười biếng, sống không mục đích, không phấn đấu, hưởng thụ và hèn nhát... mà tập hợp lại thì sẽ thành



một tập thể mục rữa. Nếu có một tập thể hùng mạnh với những cá nhân xuất sắc xuất hiện để cạnh tranh thì phần thắng sẽ thuộc về ai thì người nào cũng biết. Và thực tế xã hội luôn là thế với phân hóa người giỏi và người dở, người nghèo và người giàu, đất nước phát triển và đất nước kém phát triển.

Một tinh thần cá nhân vững mạnh là tinh thần cao cấp. Khi ta trang bị cho mình tinh thần cao cấp thì cơ hội trong cuộc sống chắc chắn sẽ cao hơn, nhiều hơn để từ đó ta có cơ hội xây dựng cuộc đời mình. Tinh thần cao cấp không phụ thuộc điều kiện xã hội, tức là bất kỳ ai cũng có thể tự trang bị cho mình nếu họ muốn và biết cách. Hãy nhìn những tấm gương của nhiều người khởi nghiệp tự thân và danh nhân: tôn giáo có Chúa Giêsu sinh ra trong gia đình nghèo khó cũng giống Đức Phật sinh trong gia đình giàu có, nhà tư bản Rockefeller, nhà khoa học Einstein, nhà chính trị Marx... hay xa rộng hơn là tinh thần dân tộc Do Thái với số lượng người Do Thái chỉ chiếm vài phần trăm dân số thế giới nhưng đã có rất nhiều nhân tài (tức những

người có tinh thần cao cấp) đâu hề thua kém gì với phần còn lại của thế giới.

Năng lực tinh thần cũng có tính di truyền hay lan truyền thông qua tần số tâm thức. Chúng ta đều được di truyền năng lực nhận thức từ tổ tiên xa xưa giống như nhau và sẽ tiếp tục truyền lại năng lực ấy cho con cháu sau này- tức chính là tái sinh của mình. Nếu ta có năng lực cao cấp thì con cháu cũng vậy vì mọi thông tin đều được chuyển di giống như con ong tự biết làm tổ hay con nhện tự biết giăng tơ do các thông tin hướng dẫn làm việc ấy được tổ tiên truyền qua vậy. Trên bình diện xã hội, một dân tộc với bao gồm nhiều cá nhân có tinh thần cao cấp sẽ được gọi là tinh thần dân tộc cao cấp, tinh thần xã hội này cũng sẽ được chuyển di sang các thế hệ sau trở thành tiềm lực xã hội.

Để có thể có được một tinh thần cao cấp, trước tiên chúng ta phải muốn có nó. Nếu bạn muốn có và tin rằng mình đang có sẵn mọi năng lực cao cấp thì hãy tìm cách kích hoạt chúng từ siêu thức của bạn. Với niềm tin vững chắc rằng ta có thể làm được tất cả, khả năng của ta không

thua ai cả, chỉ vì ta chưa biết khơi dậy tiềm năng của mình thôi, bạn hãy bắt đầu khởi động tinh thần cao cấp bằng cách học tập để trang bị kiến thức cho mình và làm việc chăm chỉ, luôn tìm kiếm sự sáng tạo để vượt khó khăn gian khổ. Hãy tư duy lành mạnh, luôn nghĩ đến điều tốt lành và nuôi dưỡng ước mong.

# TINH THẦN NGHỆ SĨ

Dựa vào tinh thần của mỗi ngành nghề, những người có tinh thần nghệ sĩ thường giàu trí tưởng tượng và tính tình nhạy cảm nên dễ xúc động, dễ thăng hoa bốc đồng và thường thích thể hiện cá tính, thích nổi tiếng, ưa lối sống lãng mạn. Dạng người này thường thích hoạt động xã hội và làm những nghề như văn nghệ sĩ, họa sĩ, nhạc sĩ... nói chung liên quan đến nghệ thuật.

Tinh thần nghệ sĩ thường bắt đầu từ tinh thần trừu tượng thuộc về bản năng gốc, tức bẩm sinh của con người. Tiếp theo do rèn luyện và học tập phù hợp theo năng khiếu thì sẽ phát triển thành tài năng. Người không có năng khiếu

nghệ thuật thì dù có học ngành nghệ thuật vẫn khó thành công được trong lĩnh vực này.

Tinh thần nghệ sĩ kèm thêm tính cách hướng nội thì sẽ thích sáng tác như họa sĩ vẽ tranh, nhà văn viết sách, nhạc sĩ...

Tinh thần nghệ sĩ kèm thêm tính cách hướng ngoại thì sẽ thích biểu diễn trước công chúng như ca sĩ, diễn viên...

Nếu chú ý thì tinh thần nghệ sĩ có thể bộc lộ thông qua các biểu hiện hàng ngày của họ như chơi trò chơi, đọc sách, xem chương trình truyền hình, nghe nhạc, đánh đàn, ca hát, vẽ... ngay từ khi còn bé vì đó có thể là các năng khiếu thiên bẩm. Tuy vậy, không phải ai yêu tranh, hay nghe nhạc, hay xem phim... đều là người có tinh thần nghệ sĩ đâu, đôi khi đó chỉ là những sở thích cá nhân mà người nào cũng có thôi nhé. Các sáng tác hay diễn xuất rất cần sự thăng hoa cảm xúc, vì thế tinh thần nghệ sĩ cần có môi trường để nuôi dưỡng và luôn kích thích nó hoạt động, chứ không thì nó dễ bị “biến chất” thành những sở thích bình thường. Để kích thích tính nghệ

sĩ thì luồng trạng thái nhạy cảm của thông tin tâm thức rất cần thiết, chúng ta có thể kích thích trạng thái này bằng cách thường xuyên suy nghĩ tới, cho đi đào tạo sớm các môn nghệ thuật như ca, múa, nhạc, hội họa, đọc nhiều sách về lĩnh vực đó...

# TINH THẦN KHOA HỌC

Dựa vào tinh thần của mỗi ngành nghề, những người có tinh thần khoa học thường thích các vấn đề thiên về khoa học như y khoa, cơ khí, vật lý, hóa học, toán học, tin học và triết học, tâm lý học... Dạng người này thường thích hoạt động trong ngành mình yêu thích và làm việc trong môi trường chuyên môn.

Hầu như những dạng người này đều có tư duy logic bẩm sinh và thường chỉ chú tâm vào công việc của họ. Tùy theo năng lực khác như tính cách riêng (như có tính chăm chỉ và cẩn thận hay không...), chỉ số IQ, khả năng nhận thức, năng lực sáng tạo... mà có những địa vị

khác nhau trong xã hội như nhà nghiên cứu khoa học (giáo sư, tiến sĩ), lao động kỹ thuật cao (kỹ sư, bác sĩ) hay công nhân chuyên ngành... Môi trường làm việc của dạng người này thường là các viện nghiên cứu, trường học, các nhà máy xí nghiệp công nghiệp, bệnh viện...

Khi khảo sát về con người chúng ta cũng nên quan sát kỹ lưỡng thông qua các biểu hiện hàng ngày của họ như chơi trò chơi, đọc sách, xem chương trình truyền hình... ngay kể từ khi còn bé vì đó có thể là các năng khiếu thiên bẩm. Nhưng chúng ta cũng còn phải xem họ có luồng trạng thái thông tin khác mà sẽ ảnh hưởng nhiều đến tinh thần khoa học như là tính kiên nhẫn và cẩn trọng, cũng như năng lực tiếp thu hay sáng tạo không. Tinh thần khoa học cần được nuôi dưỡng kích thích từ rất sớm, nếu trong điều kiện môi trường thuận lợi và được khuyến khích nó sẽ phát triển tăng lên và ngược lại nếu không quan tâm thì sẽ có thể bị thui chột dần. Bạn có thích khoa học không? Nếu thích có thể bạn cũng có tinh thần khoa học đó.



Ngày nay là thời đại của khoa học kỹ thuật. Các nước phát triển lớn mạnh được là nhờ họ coi trọng vào đầu tư cho khoa học kỹ thuật. Do nhu cầu khoa học kỹ thuật đối với thời hiện đại là vô cùng to lớn, mỗi gia đình nên coi trọng kích hoạt tinh thần khoa học cho con em mình ngay từ bé, mỗi công ty nên đầu tư vào khoa học kỹ thuật bằng cách thu hút người tài và quốc gia nên tạo ra môi trường thuận lợi để cho khoa học kỹ thuật phát triển.

## TINH THẦN KINH DOANH

Dựa vào tinh thần của mỗi ngành nghề, những người có tinh thần kinh doanh thường luyện ái công việc và tiền tài vật chất. Vì thế dạng người này thường thích hoạt động xã hội và luôn tìm kiếm những cơ hội để kinh doanh, tìm kiếm lợi nhuận. Những doanh nhân, nhà sản xuất là tên gọi của những dạng người này.

Đặc điểm chung của dạng người kinh doanh là năng động, hướng ngoại, luôn tìm kiếm cơ hội đầu tư kinh doanh, ưa thích cạnh tranh và dám chấp nhận rủi ro. Với những tính chất tinh thần chủ yếu như trên mà lại cộng thêm các yếu tố tinh thần khác như mức độ năng động, mức độ

thông minh, mức độ chịu khó... sẽ thành những người thành công nhiều hay ít trong công việc kinh doanh.

Các vấn đề kinh doanh thường mang tính không ổn định vì chịu phụ thuộc vào nhu cầu và môi trường xã hội nên người làm kinh doanh phải có tinh thần vững vàng để thích hợp làm việc trong môi trường đầy biến động, áp lực. Để giảm rủi ro thì mặc dù kinh doanh cần chủ động và có chút liều lĩnh nhưng cũng cần tính cẩn thận trong hành động và sự suy nghĩ chín chắn, luôn biết giữ uy tín cũng như có kiến thức nhất định về kinh doanh.

Việc kinh doanh chia thành nhiều ngành nghề khác nhau như buôn bán, dịch vụ hay sản xuất. Tốt nhất là mỗi cá nhân có năng khiếu hay có chuyên môn về nghề nào thì nên tìm cách theo đuổi nghề đó. Tuy nhiên do mọi kiểu tính thân đều có sẵn trong mỗi người chúng ta nên bất cứ lúc nào trong cuộc đời chúng ta đều có thể kích hoạt tinh thần kinh doanh nếu muốn. Thực tế có nhiều người bắt đầu công việc kinh doanh khá trễ nhưng rồi họ cũng thành công,

chỉ cần ta muốn và chú ý tới việc kinh doanh, sau đó học hỏi, làm quen và lao vào môi trường kinh doanh thì sẽ kích hoạt được tinh thần kinh doanh này. Bạn hãy thử xem mình có tinh thần kinh doanh không nhé.

# TINH THẦN XÃ HỘI

Tinh thần xã hội bao gồm tinh thần cá nhân và tinh thần tập thể.

Tinh thần cá nhân là kết tinh tinh hoa của tâm thức, cái này còn gọi là linh hồn, hay bản thể, hay bản lai... của riêng bạn. Tất cả dạng tinh thần của mọi người đều cơ bản giống nhau, nghĩa là mọi người sẽ nằm trong một người và một người sẽ nằm trong mọi người bao gồm cả những người sinh ra ở quá khứ, hiện tại và tương lai. Tinh thần được thu xếp theo từng nhóm dựa vào tiêu chí tần số xung và tính chất của nhóm tần số ấy. Tạm thời chia thành 64 nhóm tần số tinh thần ứng với 64 nhóm người

đặc trưng cho các tính chất khác nhau trong xã hội loài người. Ai được kích hoạt dạng tinh thần nào khi mới sinh ra thì cuộc đời và tính cách của họ sẽ thường được mang quy định của dạng tinh thần ấy.

Chúng ta có thể tác động được phần nào vào số phận của chúng ta nếu chúng ta có được những dữ liệu tinh thần của chính mình. Bởi vậy nhân trắc học sẽ là một môn khoa học dự báo về con người dựa trên những thông tin tinh thần có được về con người. Nếu chúng ta dự báo được tương lai của mình đồng nghĩa chúng ta sẽ có thể tìm hiểu được hoạt động của vũ trụ. Biết về chính mình chính là bước đầu tiên để đạt tới trí tuệ của bậc toàn tri toàn giác mà chúng ta thường hay được nghe nói là trí huệ bát nhã ba la mật trong kinh sách tôn giáo đó các bạn.

Tinh thần tập thể bao gồm tinh thần các cá nhân trong xã hội. Nghiên cứu tinh thần tập thể là nghiên cứu về bản tính con người. Xu hướng hợp tác bầy đàn vừa là một trong yếu tố tồn tại quan trọng của loài người nhưng đồng thời cũng là yếu tố gây rắc rối xã hội nghiêm trọng. Việc

cộng hưởng tần số tinh thần được các chính trị gia và đạo sư tôn giáo... triệt để tận dụng tạo ra phe cánh chính trị và xã hội. Với công cụ là ngôn ngữ và chữ viết, họ càng tạo ra mối quan hệ chặt chẽ trong mọi lĩnh vực xã hội loài người trên diện rộng, tạo ra sự xây dựng hay phá hủy khủng khiếp.

Để cho một xã hội tồn tại hài hòa thì cần phải cân bằng giữa tinh thần tập thể và tinh thần cá nhân. Cân bằng giữa sự tham ái tư hữu với sự chia sẻ cộng đồng (tất nhiên còn nhiều thứ khác như tình yêu...), sẽ cắt đứt nguồn gốc mọi xung đột chiến tranh. Muốn thế chúng ta phải “giáo dục tinh thần” cho con người từ rất sớm.

Giáo dục tinh thần xã hội được nâng lên tầm “công nghệ giáo dục”. Người ta có thể xây dựng niềm tin của xã hội vào một vấn đề tư tưởng nào đó như đức tin tôn giáo hay hệ tư tưởng chính trị. Người ta có thể kêu gọi mọi người cộng tác với số lượng lớn để thực hiện một nhiệm vụ nào đó như xây dựng công trình, sản xuất kinh doanh hoặc là tổ chức chiến tranh... chỉ thông qua những thủ thuật tâm lý.

## TỔNG HỢP TINH THẦN

Với các kiểu hình tinh thần riêng biệt ta có những tí người riêng biệt như đã phân tích ở các bài viết trên, nhưng thực tế luôn luôn có sự pha trộn các kiểu hình tinh thần để tạo ra những người “đa hệ”.

- Nếu người vừa có tinh thần kinh doanh vừa có tinh thần chính trị chắc chắn họ sẽ tìm cách đưa lòng chính trị vào việc kinh doanh của mình. Người ta dễ dàng lợi dụng vị trí chức vụ chính trị của họ để tìm kiếm các cơ hội sinh lợi. Các cơ quan quản lý nhà nước thường quản lý nhiều nguồn lực kinh tế nên đây là môi trường



địa lợi cho những ai có ý đồ tham gia làm giàu từ vị trí quản lý nhà nước.

- Nếu người có tinh thần khoa học mà lại có tinh thần kinh doanh thì họ sẽ tìm cách kinh doanh những sản phẩm do khoa học tạo ra, ví dụ bác sĩ mở bệnh viện, kỹ sư mở công ty sản xuất phần mềm, sản xuất cơ khí...

- Nếu người có tinh thần nghệ sĩ mà kiêm thêm tinh thần kinh doanh thì người ta thường kinh doanh trong lĩnh vực nghề nghiệp của họ như là mở sân khấu ca nhạc kịch hay vẽ tranh, viết truyện để bán.

- Nếu kết hợp tinh thần chính trị và tinh thần nghệ sĩ thì thích hợp với nghề làm quản lý nhà nước về văn hóa xã hội.

- Nếu người vừa có tinh thần khoa học, vừa có tinh thần kinh doanh, vừa có tinh thần chính trị có lẽ họ sẽ tìm cách có được vị trí quản lý xã hội nghề nghiệp như bộ trưởng bộ công thương và người làm việc trong các cơ quan quản lý nhà nước.

Việc pha trộn tinh thần như vậy cộng với các năng lực lao động, tính cách riêng của từng người như tính hiền hay dữ, thật thà hay hiểm độc... mà tạo thành những người ác và người thiện, mức độ thành công ít hay nhiều của mọi ngành nghề trong xã hội. Về lý thuyết thì mọi kiểu dạng tinh thần đều có trong một con người cho nên chúng ta đều có thể tự kích hoạt chúng nếu ta muốn. Con đường pha trộn tinh thần chính là sự kết giao của những luồng các tần số tâm thức khác nhau, do đó muốn tác động lên tinh thần một người chúng ta hãy tác động vào các giao điểm tần số tinh thần của các tần số tâm thức liên quan đến vấn đề nào mà ta muốn thay đổi ở họ. Khi muốn nhìn nhận về một con người chúng ta cần kỹ lưỡng nhìn vào tinh thần (linh hồn) xem cái nào là bản chất sâu sa, bền vững, cái nào là sự giả tạo hay nhất thời của họ thì mới có nhận xét thích đáng. Chúng ta có thể sử dụng bản đồ 64 tâm thức FPS để khảo sát về tinh thần của một người, sau đó đưa ra những kết luận như nhận xét về bản chất của người ấy hoặc là chỉnh sửa bản chất ấy bằng cách nào. Thông qua

việc này chúng ta có thể thay đổi từ bản chất sâu sa của mỗi người, tức ta đã can thiệp vào công việc của Thượng đế.

Thượng đế đã tạo ra con người, còn con người tự tạo ra giá trị của mình. Chúng ta có quyền tự do, nếu chúng ta muốn mình có giá trị cao trong mọi lĩnh vực mà mình đang làm hay muốn làm thì đầu tiên phải tự trang bị một tinh thần của mọi thứ tinh thần, đó là lòng ham muốn mãnh liệt. Bạn phải ham muốn làm giàu thì mới trở thành triệu phú, tỷ phú, bạn phải ham muốn quyền lực mới có thể trở thành tổng thống. Ham muốn quyền lực, hay vật chất, hay tinh thần... không phải là điều xấu mà ngược lại nó làm xúc tác cho sự phát triển xã hội con người, bởi vì phải có ham muốn chúng ta mới có động lực làm việc. Không có ham muốn sẽ không làm việc, không làm việc sẽ nghèo đói, đã nghèo đói thì không thể có hạnh phúc. Lòng ham muốn chỉ trở thành xấu xa nếu nó gây hại cho người khác, tức là vi phạm về mặt đạo đức và cũng như gây mất cân bằng với từng người chúng ta trong từng giai đoạn của cuộc đời.

Nếu những ai quan tâm đến vấn đề cải tạo tinh thần và phát triển nó trở thành những ứng dụng cụ thể bằng dịch vụ thương mại thì họ có thể trở thành triệu phú, thậm chí là tỷ phú (đô la), bởi vì ứng dụng của giáo dục tinh thần quả là to lớn đối với con người, ví dụ nó cho ta giải pháp để tuyển chọn người tài, cho ta cách thức để khắc phục yếu điểm tinh thần của chính mình hay của ai đó; nó là tiền đề của trí thông minh mô phỏng não người; nó tìm ra cách phục hồi trạng thái bình thường của người tự kỷ và... vô số thứ khác. Vậy bạn đã sẵn sàng chưa?

## SỨC KHỎE TINH THẦN

Những rối loạn về tinh thần có thể gây ra các vấn đề nghiêm trọng trong cuộc sống của chúng ta như stress, tự kỷ, tâm thần phân liệt, hoang tưởng và cuồng loạn. Ta có thể điếm qua vài trường hợp cơ bản.

- Trong lúc mang thai mà tinh thần người mẹ không ổn định thì em bé có thể bị chứng tự kỷ khi sinh ra do rối loạn sự liên kết thông tin thần kinh bản năng gốc. Do đó các ông bố bà mẹ hãy lưu ý việc này để tránh cho con em hậu quả. Về chứng tự kỷ ở trẻ em và cả ở người lớn, chúng ta biết rằng đó là sự kết hợp của nhiều luồng năng lực tinh thần khác nhau một cách

cân bằng mà tạo nên tâm thức con người. Nếu đột nhiên có một sự hoạt động thái quá, như yếu quá hay mạnh quá của một hay vài năng lực nào đó thì sẽ gây ảnh hưởng đến tổng thể tinh thần theo nghĩa bình thường của chúng ta. Bởi vậy mới có sự việc một số người bệnh tự kỷ có một năng lực khác thường nào đó nhưng các việc khác thì không bình thường. Để giải quyết việc này cực kỳ khó khăn, lâu dài và tốn kém, bởi vì chúng ta phải tìm cho ra được cái yếu tố năng lực tinh thần nào đang bị “mất cân bằng” để tác động sửa chữa nó và đưa nó về trạng thái bình thường. Tác động với trẻ em càng sớm càng tốt vì trẻ em thường dễ uốn nắn và tinh thần “đơn sơ” hơn người lớn.

- Sự chuyển thời giữa thiếu niên và thanh niên, giữa thanh niên và trung niên, trung niên và lão niên dễ dẫn đến những thay đổi tâm sinh lý, cả về chủ quan lẫn khách quan. Hậu quả là chúng ta bị thôi thúc, dồn nén bởi hai thế lực tâm sinh lý thuộc hai thế hệ nên rối loạn tư duy. Qua thời gian sẽ hết, vì thế chúng ta đừng nên có những hành động hay suy nghĩ tiêu cực trong

thời kỳ này. Nhiều vấn đề không may xảy ra trong thời kỳ này chủ yếu là do chúng ta tự làm hỏng đi các mối quan hệ với xã hội xung quanh và không có ai thông cảm cho mình.

- Chúng đa nhân cách: Trong một con người có đầy đủ mọi kiểu dạng tinh thần, nghĩa là đủ mọi nhân cách, nhưng mỗi người thường chỉ được trang bị một loại nhân cách mà thôi. Bằng cách nào đó mà có hai hay nhiều hơn nhân cách xuất hiện trong một con người và thế là có hai trường hợp xảy ra, nếu chúng hòa hợp thì là người có năng lực nào đó nổi trội, tức thành thiên tài, ngược lại (và phần này thì nhiều hơn) nếu chúng xung khắc nhau sẽ thành người loạn thần kinh, có thể phát triển thành tâm thần phân liệt hay tự kỷ. Với những người bị rối loạn thể này chúng ta cần tìm hiểu nguyên nhân của sự xung đột và giải quyết vấn đề này bằng phân tâm, một khi người bệnh hiểu ra nguyên nhân của mình mà họ tự điều chỉnh thì sẽ hết bệnh.

- Chúng tâm thần phân liệt và rối loạn, cuồng điên, tự kỷ ở người lớn... thường có thể do bị ức chế tâm lý (stress), tức là rối loạn thể

tâm lâu ngày, nhưng cũng có khi do di truyền, khi đến một độ tuổi nào đó thì thể lý của não phát bệnh và có khi kết hợp cả hai. Ví dụ sức khỏe yếu đi thì bệnh phát, bệnh phát thì lo sợ khủng hoảng, kết hợp cả hai cái lại, vừa sức khỏe yếu, vừa lo sợ trở thành loạn thần kinh. Mọi cái rồi cũng qua đi, chúng ta hãy sống lạc quan thì sẽ hạn chế nhiều phát sinh bệnh tật. Người nào mà trong gia đình có người từng bị bệnh trên hãy hết sức cẩn thận, đừng bao giờ để cho mình bị căng thẳng thần kinh vì ta có thể phát bệnh nặng bất cứ lúc nào, nhất là khi sức khỏe yếu và các điều không may xảy ra một cách dồn dập.

- Nghiện ngập và tác động của giáo dục sai lạc cũng có thể gây ra những rối loạn về tinh thần. Một số chất gây nghiện như ma túy, rượu,... làm hư hại bộ não. Tập luyện thiền sai phương pháp cũng gây rối loạn thần kinh như gây ảo giác. Ức chế tinh thần quá mức gây ra sụp đổ hệ thống bảo vệ tinh thần, ví dụ do quá lo sợ hay quá hưng phấn có thể gây mất nhận thức, ngủ đông... tạm thời hay vĩnh viễn.



Chúng ta hãy quan tâm đến sức khỏe tinh thần của mình và của xã hội vì tinh thần là cốt lõi của sự sống nên mất tinh thần là mất tất cả.

# GIÁO DỤC TINH THẦN

Để có cơ sở khoa học trong việc giáo dục tinh thần, chúng ta cần hiểu biết về Tâm thức con người chúng ta. Những thông tin tinh thần cơ bản ta gọi là tinh thần hay linh hồn, sẽ là bản tính mỗi người suốt cuộc đời.

Tinh thần chúng ta chia làm hai loại:

Loại thứ nhất là tinh thần bản năng loài là thông tin cơ bản chúng ta được lập trình bởi tự nhiên và quá khứ nhiều đời cha mẹ trước đây, loại tinh thần này tạo cho chúng ta năng lực nhận thức bẩm sinh khi vừa sinh ra. Mỗi người đều có năng lực bẩm sinh khác nhau nên tạo ra những năng lực nhận thức xã hội khác nhau.

Có 64 dạng tâm thức bản năng tạo ra 64 kiểu dạng người trong xã hội, bao gồm từ thánh nhân đến ma quỷ, từ thông minh cao quý đến ngu dốt...

Loại thứ hai là tinh thần thứ cấp, chúng ta sử dụng năng lực nhận thức cá nhân của tinh thần bản năng để học hỏi và tự mình rèn luyện trong quá trình sống, cũng như sự tác động của môi trường sống đối với cuộc đời chúng ta, do đó quá trình giáo dục và môi trường xã hội rất quan trọng đối với loại tinh thần này.

Tinh thần cá nhân chúng ta là tổng hợp của cả hai loại tinh thần này, được xây dựng trên nền tảng ba yếu tố là Năng lực nghề nghiệp (thích hợp với công việc nào), cộng với Năng lực xã hội (khả năng giao tiếp, tính cộng đồng), cộng với Năng lực tính cách cá nhân (chỉ số thông minh, tính tiết kiệm, cẩn thận...).

Kết hợp việc phân chia mỗi yếu tố trạng thái cấu thành trên theo hệ thống nhị phân là tốt hay xấu, yếu hay mạnh, sau đó tổng hợp tất cả mọi yếu tố theo hệ thống tam phân ta sẽ có mô hình

kết nối thông tin ma trận cầu. Từ đây các thông tin cơ bản mà não chúng ta nhận được sẽ được xử lý thành thông tin tâm thức của chúng ta.

Muốn giáo dục tinh thần một con người chúng ta cần tìm hiểu sự tác động thế nào vào hệ thống thông tin tinh thần, qua đó chúng ta sẽ tác động một cách hợp lý vào việc xử lý thông tin đó. Chúng ta có thể sử dụng bản đồ tâm thức FPS để làm một phép nhân trắc về tinh thần, qua đó chúng ta xác định ai đó đang thuộc dạng tinh thần nào và cần tác động thế nào. Giáo dục tinh thần đặc biệt quan trọng đến trẻ thơ và trẻ tự kỷ trong giai đoạn 7 đến 20 tuổi vì chúng sẽ định hình tinh thần cá nhân của mình trong giai đoạn này mà bước vào cuộc sống sau đó.

# Ý NGHĨA CỦA SỐNG

Ai trong chúng ta cũng đều hiểu rằng trước sau gì thì mình cũng chết, bởi vậy chúng ta hãy sống sao cho bản thân mình cảm thấy có ý nghĩa trong lúc còn đang tồn tại trên đời này. Ý nghĩa thì lại có tốt và xấu, bởi vậy cần có một tiêu chuẩn tương đối để đưa ra so sánh và nhận xét. Đương nhiên không có chuẩn nào là tuyệt đối với tất cả mọi người, do vậy chúng ta phải dựa trên sự đồng thuận về đạo đức, đức tin và pháp luật. Hãy thử đồng thuận một vài quan điểm, nếu thích hợp thì ta làm, không thì thôi.

- Sống no đủ là tốt. Sống nghèo khổ là xấu.
- Sống mạnh khỏe là tốt. Sống bệnh tật là xấu.

- Sống hòa bình là tốt. Sống chiến tranh là xấu.
- Sống yên ổn là tốt. Sống không ổn định là xấu.
- Sống yêu thương là tốt. Sống hận thù là xấu.
- Sống sẻ chia cho xã hội là tốt. Sống ích kỷ cho cá nhân là xấu.
- Gia đình hạnh phúc là tốt. Gia đình bất hòa là xấu.
- Có việc làm là tốt. Thất nghiệp là xấu.
- Làm ăn thành công là tốt. Làm ăn thất bại là xấu.
- Nuôi được bản thân và gia đình mình là tốt. Sống ăn bám là xấu.

Và rất nhiều thứ khác nữa cũng tương tự như vậy, tóm lại rằng có cân bằng là tốt và mất cân bằng là xấu.

Nhận xét này rất quan trọng vì nó định hướng cho những suy tính cũng như việc làm của mọi người chúng ta trong đời này và tiếp nối đến đời mai sau, tức là con cháu của chúng ta. Ví dụ: Nếu ngay từ bé chúng ta không định hướng

học tập đúng thì lớn lên sẽ khó có việc làm tốt. Nếu không có việc làm tốt thì khó có thu nhập tốt, và chúng ta có thể rơi vào cảnh nghèo. Khi cái nghèo đeo đuổi cả đời thì con cái mình cũng không có gì cả, và cứ thế nhiều thế hệ cứ nghèo tiếp mãi. Đó mới chỉ là nói tới vật chất, còn ý nghĩa tinh thần sẽ quan trọng hơn nữa. Nếu bạn chịu học bạn sẽ có tri thức, năng lực học hành đó sẽ được chuyển di tinh thần đến con cháu và phần nhiều là các thế hệ con cháu sau của bạn cũng ham học như vậy. Đó là tất cả tương lai của chúng. Cái này chúng ta gọi là nghiệp báo di truyền.

Nhưng ý nghĩa cuộc sống không chỉ cần thiết với chúng ta khi ta đang sống mà còn cả sau khi đã chết. Bạn cần biết rằng sau khi thân xác chúng ta chết thì linh hồn chúng ta vẫn còn tồn tại dưới dạng là thông tin trên nền vật chất sóng vô hình. Vật chất này, cũng như cơ thể vật chất của chúng ta, cần năng lượng. Nếu năng lượng đến với cơ thể sống của chúng ta qua thực phẩm thì năng lượng của linh hồn là năng lượng tinh thần. Năng lượng ấy đến từ vũ trụ và những

người đang nghĩ tới bạn. Nếu sau khi chết chẳng ai còn quan tâm tới bạn nữa thì một thời gian sau những thông tin cuối cùng của linh hồn bạn cũng biến mất vào vũ trụ hư không do năng lượng đã bị hao mòn, khi đó bạn sẽ ra đi mãi mãi. Bởi vậy khi còn sống chúng ta nên sống sao để lại cho đời cái gì đó để mọi người còn nhớ đến, đó chính là công đức của bạn.



# Ý CHÍ KHỞI NGHIỆP

Tôi muốn kể cho bạn nghe về câu chuyện của mình: Tốt nghiệp đại học tôi xin được một công việc tốt tại một cơ quan nhà nước. Sau ba năm bất chấp sự phản đối của gia đình và sự ngạc nhiên của bạn bè đồng nghiệp, tôi xin nghỉ việc để thực hiện ước mơ của mình: tự khởi nghiệp. Nhà thì ở trong một căn hẻm nhỏ, tôi lấy phòng khách rộng 30m<sup>2</sup> để chế biến và bán nước trái cây tươi có gas, một món mà tôi rất kỳ vọng kinh doanh, nhưng tôi thất bại. Tôi xin đi làm tiếp thị cho một công ty đồ hộp nhưng thu nhập không đủ sống nên tôi tiếp tục mở một quán ăn... và... lại thất bại. Tôi quay về nhà rang

xay bột ngũ cốc để bán, và lần này số phận mỉm cười với tôi. Sau một thời gian tôi phải thuê thêm căn nhà gần đó để mở rộng sản xuất, tiếp theo trong vòng hai mươi năm tôi đã trở thành một doanh nhân thành đạt có nhiều nhà, đất và nhà xưởng. Lúc này một quyết định khởi nghiệp lần hai đến với tôi: ngừng kinh doanh lúc công việc đang thuận lợi nhất và chuyển qua... viết sách. Tôi đã trải trở về sự thất bại đã qua của mình và thấy rằng hiện nay vẫn có rất nhiều bạn trẻ đang gặp tình huống tương tự, vì thế tôi muốn giúp các bạn đừng trải qua những kinh nghiệm thất bại như thế nữa. Tôi biết rằng mình không thể giúp đỡ hết mọi người về công việc và tiền bạc để họ khởi nghiệp nhưng tôi có thể giúp cho vô số người bằng những kinh nghiệm thông qua các cuốn sách của mình.

Tôi viết sách xong thì tự đem đến nhà xuất bản để xin giấy phép, tự bỏ tiền in ấn. Sách in xong tôi đem ký gửi các nhà sách nhưng không ở đâu nhận bán với lý do sách này khó bán. Tôi tiếp tục gửi sách cho tất cả trường đại học của Việt Nam với một lá thư trình bày nguyện

vọng mong muốn được tiếp sức cho sinh viên của họ nhưng không nhận lại một lời hồi âm. Tôi gửi bộ sách lên một cơ quan giáo dục quốc gia theo lời kêu gọi của nhà nước mong giới trí thức cống hiến đóng góp ý kiến để xây dựng đất nước rồi cũng bật vô âm tín. Tôi đem sách của mình để tặng thanh niên trong một ngày hội trao đổi sách sinh viên thì bị ban tổ chức từ chối cho hoạt động với lý do... tôi tặng nhiều sách quá nên phải qua xét duyệt, thật lạ vì sách của tôi in ở nhà xuất bản nhà nước đảng hoàng. Thế là tôi phải lủi thủi một mình khuân cả ngàn cuốn sách ra xe chở về và rất buồn vì lúc đến thì có hàng chục bạn thanh niên đến giúp “thầy” khuân sách vào nhưng bây giờ tôi giống một kẻ bị hất hủi. Tôi tiếp tục gửi sách tại các quán cà phê để tặng bạn trẻ thì một số nơi đòi trả phí quảng cáo. Cuối cùng tôi mở website anhatamvien.com để quảng bá và cho tải miễn phí sách của mình, lập facebook TÂM PHÁP để quảng bá cho trang web.

Không biết lần này tôi có khởi nghiệp thành công hay không, nhưng tôi thấy khởi

ngiệp giáo dục tư tưởng cũng khó chẳng kém gì khởi nghiệp kinh doanh. Và tôi cũng biết rằng nếu chúng ta không có ý chí thì sẽ rất dễ chán nản trong mọi công việc mà mình theo đuổi vì không có việc gì là dễ dàng cả. Rất nhiều bạn trẻ cũng giống như tôi hồi trẻ, thấy mình có chút tài năng, học được chút kiến thức là tưởng rằng mình có năng lực để giải quyết mọi vấn đề, vì thế các bạn chỉ mang theo quyết tâm khởi nghiệp một chiều là mình sẽ thành công. Nhưng thật sự để thành công không đơn giản chút nào bởi vì ta sẽ gặp rất nhiều cản trở không tên và cũng không lường hết trước. Vì vậy muốn thành công ta phải biết cách và cách cơ bản nhất là phải biết suy nghĩ và hành động cân bằng về mọi thứ trong cuộc sống của bạn.

## SỐNG HÀNH ĐỘNG

Có câu chuyện như sau: Một người nọ rớt xuống nước, có một chiếc xuồng đi ngang qua hỏi thăm anh ta có cần giúp đỡ gì không, anh ta trả lời: “Không cần đâu, Chúa sẽ cứu tôi!”. Một lúc sau lại có một xuồng khác đi qua cũng hỏi anh ta có cần họ giúp đỡ không, lúc này dù rất mệt nhưng anh ta vẫn cứ cố: “Không cần, Chúa sẽ cứu tôi!”. Thế rồi anh ta chết đuối. Lên thiên đàng, anh ta hỏi Chúa: “Tại sao Chúa không cứu con?”. Chúa nói: “Ta đã cứu anh hai lần rồi còn trách móc cái gì. Đồ ngu”. (Trích từ bộ phim *The Pursuit of Happiness* của Mỹ).

Câu chuyện tưởng như đùa nhưng mô tả rất thực cuộc sống này. Có rất nhiều người vẫn tuyệt đối tin tưởng rằng chỉ cần cầu nguyện là tự

nhiên có được cái mình muốn. Bởi vậy chúng ta cần hiểu đúng lại câu chuyện đức tin, chúng ta phải hành động thì mới được cứu vớt chứ chẳng ai tự nhiên cứu vớt chúng ta trong cuộc sống này cả. Khi hành động, lao động làm việc thì chúng ta mới tìm ra cơ hội để sinh tồn.

Đốn giáo cho rằng chúng ta phải làm chủ chính mình. Trước hết chúng ta phải làm việc để tự tạo ra cơ hội cho mình, sau đó sự may mắn (nếu có) mới đến được với chúng ta. Mỗi người có thể có những may mắn khác nhau, nhưng ít nhất chúng ta sẽ không chết đói nếu chúng ta cứ chịu khó làm việc. Hãy nhìn vào xã hội mà xem, rất nhiều người vô gia cư, tha phương, sống bằng cứu trợ mỗi ngày đang tồn tại trong nhiều đất nước, kể cả những nước giàu có. Vậy phải làm sao để chúng ta không rơi vào hoàn cảnh như vậy?

Hãy sống hiểu biết và hành động. Cơ sở căn bản của sự minh triết là phải biết Luật cân bằng. Ta phải có ước muốn. Đã muốn gì ta phải quyết tâm đạt được. Để làm được điều đó thì phải làm tốt công việc. Công việc tốt sẽ mang lại kết quả

tốt... cứ thế một chuỗi cân bằng ảnh hưởng qua lại với nhau và chúng ta sẽ có được thành công.

Hãy chú tâm vào điều này, bởi vì nó sẽ liên quan đến cả con cháu bạn. Nếu bạn thất bại thì hãy động viên con cháu thay đổi tư duy, cố gắng học hành, chịu khó lao động, sự hiểu biết đúng đắn sẽ làm thay đổi cuộc đời chúng nó sau này, tức sẽ chấm dứt chuỗi nghèo truyền kiếp của gia tộc.

# TRỞ VỀ TƯƠNG LAI

Ngày cuối của tiến hóa nhân loại là chúng ta sẽ được trở về chính ngôi nhà mà từ đó chúng ta đã ra đi. Đây sẽ là cuộc trở về vĩ đại với những hành trang tri thức nặng trĩu chứ không phải là một túi áo rỗng không khi ta bị đuổi ra khỏi nhà ngày xưa vì ngu muội.

Vì sự ngu muội ngày đó mà chúng ta đã phải ra đi để mong tìm kiếm một thứ tri thức vĩnh hằng, ta dấn thân đi về những nơi vô định để mong tìm kiếm chân lý nơi xa vời. Trong những cuộc chu du gian khổ đó, biết bao máu xương và nước mắt đã đổ xuống bởi những cuộc chiến tranh chính trị và tôn giáo chỉ vì các



ý thức hệ được khai sinh trên con đường lịch sử nhân loại. Các nhà tiên tri, các nhà hùng biện đã thay nhau đưa ra những “lời phán” về những gì họ thấy được, thật cũng có mà giả dối vì những mục đích riêng tư cũng nhiều, để cuối cùng đẩy đưa phần dân chúng còn lại vào vòng xoáy tri thức rối rắm như mớ bòng bong, mịt mù như cốc nước bùn bị khuấy lên. Ai cũng đưa ra chân lý tối thượng, ai cũng thấy mình khám phá ra sự diệu kỳ và ai cũng bảo rằng chính mình mới là người được “lựa chọn”.

Thế rồi như mọi người chứng kiến đó, suốt hàng ngàn năm nay bị kịch liên quan đến đức tin, đến cuộc sống vẫn liên tục xảy ra hàng ngày. Chúng ta vẫn cầu nguyện, vẫn giải sao, vẫn cúng tế, vẫn tin sự thiêng liêng... với sự hy vọng đến ngày giải thoát suốt hàng ngàn năm nay rồi, nhưng sao chờ mãi mà ngày ấy vẫn chưa tới.

Thời gian trôi lâu vậy nhưng lạ kỳ thay, đã có ai trong các nhà thông thái giật mình mà tự hỏi câu này bao giờ chưa: “Liệu ta có đang đi lạc con đường tìm chân lý không nhỉ?”. Hình như là cũng có đó, khi mà lâu lâu lại có một bước ngoặt

mới, một tư tưởng mới, một tôn giáo mới ra đời. Điều này nghĩa là ai đó đã cảm thấy “có cái gì đó sai sai” và quyết tâm đi tìm lại “cái đúng” từ một ngã rẽ khác.

Nhưng cho tới giờ vẫn chưa thấy “cái đúng nhất” là ở đâu ngoại trừ người ấy và một số người của họ tự cho là mình đã hiểu hết chân lý và giáo lý của họ đã là cuối cùng. Điều này đã tạo ra sự tranh cãi và bất bình của những người khác khi họ cũng tuyên bố lý tưởng của họ y như thế. Vậy thì cuối cùng đâu là sự thật?

Sự thật là Ai cũng đúng và Ai cũng sai, tùy thuộc vào cách nhìn và con đường mình đi tìm kiếm sự thật. Với con cá thì thiên đường của nó là ở dưới nước vì đối với nó không khí trên bờ sẽ là địa ngục; ngược lại con chó phải tìm kiếm thiên đường trên bờ vì khi rơi xuống nước sẽ là địa ngục của nó. Bởi vậy cái lối suy nghĩ trung dung nhất và cũng có lẽ là đúng nhất là thiên đàng đã ở sẵn trong chính tâm thức bạn. Và địa ngục cũng vậy. Theo quan điểm của nhà Thiên, vũ trụ cùng với mọi thứ trong nó và chúng ta là Một. Vì thế, Thượng đế hay Phật, hay Thần

linh... đều nằm trong mỗi con người. Bởi vậy đi tìm chân lý vũ trụ tốt nhất và nhanh nhất là tìm kiếm ngay nơi Mình. Điều này hoàn toàn không vi phạm gì vào những đức tin hay tín ngưỡng của mọi tôn giáo, vì vậy mọi tôn giáo đều có thể tìm kiếm đức tin ngay chính nơi mình.

Hãy quay về đi tìm chân lý trong chính mình, trong sự giản đơn của cái gọi là Sự sống của mình. Tương lai của chúng ta chính là nơi mà chúng ta đã từng bỏ đi, chúng ta đừng hướng tầm mắt đi tìm nơi xa vời, rồi tưởng tượng ra đủ mọi thứ không có để tin vào trong khi cái có thật trước mắt lại không tin vào. Những thứ phù du mà ta từng thấy bên ngoài đó như là một chất men say làm rối loạn tri thức của chúng ta, vì vậy chúng ta đừng để phải đi lưu lạc hàng ngàn năm nữa. Hãy lặng im và lắng nghe năng lực tri thức, chúng ta sẽ nhận thấy rằng mọi chân lý đã nằm sẵn trong tàng thức, trong siêu thức của mỗi người để ngừng đi tìm kiếm chúng nơi xa xăm vĩnh cửu.

## KHAI PHÓNG

Khai mở và phóng đi, tức truyền đi những tri thức thay vì giữ cho riêng mình là điều đặc biệt nhất và giá trị nhất của năng lực con người. Nhờ khả năng này mà cuộc sống bầy đàn phát triển vượt trội để trở thành một xã hội rộng lớn. Minh chứng là xã hội loài người khác hẳn với xã hội của loài khỉ, hay đàn trâu, đàn dê, bầy sư tử... mặc dù có lẽ khởi thủy cách đây vài triệu năm xã hội loài người cũng bắt đầu y như thế.

Tri thức thì phải có những cá nhân khai sinh và truyền lại cho tập thể theo học. Bởi thế suốt quá trình phát triển của lịch sử loài người, tri thức luôn phát triển. Các hệ thống tư tưởng, các phát minh sáng chế... luôn đổi

mới, luôn hình thành và thế là dẫn dắt cả hệ thống chính trị, quản lý, kinh tế, văn hóa và tôn giáo tiến hóa theo. Do đó quá trình tiến hóa tri thức là tất yếu của loài người, là chỉ dấu để tách loài người ra khỏi mọi loài động vật khác.

Tuy nhiên trên con đường thay đổi liên tục đó, luôn có những tri thức tốt hay xấu, phù hợp hay đối nghịch với tri thức ở thời điểm hiện tại, và vì thế cũng đã từng xảy ra nhiều thảm kịch, đặc biệt trong chiến tranh, ý thức hệ chính trị và tôn giáo. Từ lịch sử đến cả ngày nay, và có lẽ mai sau nữa, vẫn có nhiều nhà sáng lập tư tưởng đã bị tù đày, khổ sở, thậm chí còn bị giết chết chỉ vì tuyên bố ra những khám phá của mình mà người khác cho là không phù hợp. Nhưng đây cũng là lẽ thường của xã hội, xã hội cần phải có những người dám hy sinh thân mình như thế, dám đấu trí tuệ, dám từ bỏ tài sản, danh vọng như thế thì nhân loại mới có cơ hội để thay đổi, để tiến lên như chúng ta đang chứng kiến ngày hôm nay.

Điều quan trọng nhất là những người tài năng mà ta có thể gọi họ là những Thánh nhân ấy đã biết sống vì người khác, vì xã hội và vì sự phát triển của cả xã hội loài người về lâu về dài chứ không phải vì chính mạng sống và trí tuệ cho bản thân họ. Nếu không thế họ chẳng tội gì mà phải bị xử tử, uống thuốc độc, bị tù đày, tù bỏ ngai vàng hay chịu đóng đinh trên thập giá, họ là những thánh nhân nên không thể không biết những nguy hiểm sẽ có thể xảy đến với họ. Lịch sử tôn vinh họ. Nhưng lịch sử cũng sẽ chế cười một số kẻ dù tài năng thì kém cõi nhưng lại muốn gây ra sự chú ý với xã hội để trục lợi cho bản thân mình, họ nhân danh những danh nhân thực sự và “chế ra” những lý thuyết “cao siêu”, tự cho mình là “tổ phụ”, là “tiên tri”... và sáng lập ra những tiểu tôn giáo gây hại cho cộng đồng. Hãy chú ý kiểu tôn giáo “đánh lặn con đen này” nếu không thì chúng ta sẽ bị tiến hóa lùi.

Câu chuyện này còn rất dài, nhưng để tôn vinh các danh nhân chân chính, xã hội chúng ta hãy cùng nhau hướng đến và truyền đi các

thông điệp của họ. Chúng ta cần hết sức tỉnh táo và dùng trí tuệ của mình để thấy được chân lý, những gì phù hợp, đúng đắn, ích lợi từ tư tưởng của họ và cùng nhau phủ khắp địa cầu những tư tưởng ích lợi ấy.

## TIẾN VÀ DỪNG

Cuộc đời mỗi người nhìn chung thường sẽ phải trải qua ba giai đoạn: giai đoạn học tập vào những năm đầu đời là thiếu nhi, thiếu niên; giai đoạn làm việc để sinh sống là thanh niên, trung niên và cuối là giai đoạn hưởng thụ về già. Chúng ta có thể coi như mỗi người đang đi trên một chuyến xe du hành cuộc đời

Động cơ để xe chúng ta hoạt động được chính là Lòng ham muốn. Động cơ này hầu như mọi động vật đều có và mỗi người đều được trang bị động cơ mạnh hay yếu khác nhau. Thường thì ai có động cơ lớn xe chạy sẽ vọt nhanh và tạo ra lợi thế hơn người khác nên họ sẽ là người lãnh đạo, là người giàu tài sản... Nhưng cũng có cái dở là xe chạy nhanh quá thường dễ mất kiểm



soát nên nếu chẳng may trên đường chạy có sự cố nào đó xảy ra, như gặp một ổ voi chẳng hạn là dễ gặp tai nạn. Bởi vậy trang bị một bộ thắng tốt là vô cùng quan trọng cho mọi chiếc xe, nó giúp chủ nhân của xe chạy an toàn hết con đường cuộc đời của mình.

Bản thân động cơ ham muốn không có lỗi khi làm chúng ta gặp khổ nạn như quan điểm của một số tôn giáo và do đó cũng không cần chê bai, diệt trừ động cơ một cách cực đoan. Động cơ luôn cần thiết cho mọi chiếc xe, còn việc chúng ta gặp tai nạn là do chính chúng ta đã không kiểm soát được chúng nên để xe gặp tai nạn. Bởi vậy việc đạp thắng đúng lúc, hay chạy xe từ từ để quan sát xung quanh và kiểm soát tình hình nên được coi là điều quan trọng nhất cho sự an toàn của những ai muốn đi hết một cách trọn vẹn con đường của mình. Đừng bao giờ phóng nhanh vượt ẩu vì ỉ rằng mình có xe tốt; đừng bao giờ chở quá nặng, đi quá lâu mà không cho động cơ nghỉ ngơi để phục hồi năng lượng, đó là hành động khôn ngoan. Bạn muốn sống bình yên trong khôn ngoan hay giàu có mà đoán số vì ẩu tả?

Hãy coi lòng ham muốn của chúng ta như con thú dữ trong rạp xiếc. Bình thường thì thú sẽ diễn xiếc để mua vui cho ta và mọi người. Nhưng lúc nào con vật trở nên khó chịu trong người thì tốt nhất là cứ nhốt nó trong chuồng sắt và ta pha một tách trà ngồi ngắm nó, và như vậy là dù hoàn cảnh thế nào thì con thú cũng mang lại cho ta niềm vui. Hãy tự chiêm ngưỡng cái lòng ham muốn quá độ của bạn chứ đừng hành động gì cả, bạn sẽ từ từ hạ nhiệt... và bình an sẽ đến với bạn.

Thông điệp của bài viết này là, lòng ham muốn không phải là tội đồ của khổ đau, nó sẽ hữu ích cho ai kiểm soát được nó, là tai họa cho ai lợi dụng nó. Vì thế phải trang bị một bộ thắng tốt (tức là trí tuệ sáng suốt, đức khôn ngoan...) đi kèm với động cơ mạnh (tức là sự ham muốn mạnh mẽ) để ta khởi hành trên con đường đời của mình, vượt qua thác ghềnh, leo lên ngọn núi cao nhất và... ngủ ở đó!

# NỀN TẢNG NHẬN THỨC

Mỗi khi nói về nền tảng nhận thức, người ta hay hỏi “Cái gì, hay đâu là chân lý ?” bởi vì chân lý chính là nền tảng! Trả lời cho câu hỏi này người ta lại có xu hướng quy về tôn giáo và các giáo lý của nó. Nhưng thực sự đây cũng là một vấn đề.

Trước hết chúng ta phải thống nhất với nhau rằng chân lý nền tảng phải là sự thật khách quan, không phụ thuộc vào sự suy luận, suy diễn, tưởng tượng của bất cứ ai. Như thế chân lý phải là những gì mà tai nghe mắt thấy một cách rõ ràng, hay chí ít là nó cũng được kiểm chứng từ một thực tế rõ ràng dựa theo quy luật nhân quả.

Nếu xét về riêng điều này, ta thấy có một sự mâu thuẫn lớn bởi hầu hết giáo lý các tôn giáo đều biên soạn dựa trên sự nhận thức hay tưởng tượng của con người bằng xương thịt, sự biên soạn ấy dù bằng ngôn ngữ hay chữ viết thì đều là quy ước, vì mọi ngôn ngữ, chữ viết đều là quy ước xã hội, mà quy ước là do tâm trí con người tưởng tượng đặt ra nên pháp bất khả thuyết, tức không thể dùng ngôn từ, chữ viết để giảng đạo. Vì thế chúng ta phải hiểu pháp bằng tính ngộ biết, tức sự hiểu ý nghĩa nội dung câu chuyện mà tôn giáo muốn đề cập chứ không phải chính câu chuyện tưởng tượng trong đó.

Ngay cả hiểu về ý nghĩa câu chuyện tôn giáo cũng lại có vấn đề. Thường thì chúng ta đồng lòng về một khái niệm sinh ra vũ trụ và đặt tên nó theo sự quy ước tưởng tượng của mình, đó là Sự trống rỗng, còn gọi là Tính Không hay Thượng đế. Theo đó tất cả mọi thứ vũ trụ đều trong trạng thái nhất thể hoàn hảo ấy là vô định hình, là không tự tính, là trống rỗng và do duyên hợp mà sinh ra vũ trụ. Nếu chấp nhận điều này là đúng thì có nghĩa rằng thiên đàng và

địa ngục là hư không; thần thánh, Phật, Thượng đế, ma quỷ và con người đều là ảo ảnh; hạnh phúc hay khổ đau, giàu hay nghèo... tất cả chỉ đều là ảo tưởng. Tóm lại rằng mọi thứ đều là sự tưởng tượng của chúng ta mà ra. Và đó chính là mâu thuẫn lớn vì khi đó những gì đang được viết trong mọi kinh sách cũng chỉ là sự tưởng tượng mà thôi. Đó là suy luận thuần logic: chính nội dung giáo lý trong kinh sách tôn giáo đã bác bỏ các câu chuyện trong tôn giáo, tức là sự bác bỏ... chính mình!

Tôn giáo đã không bác bỏ chính mình vì đây là kiểu trò chơi chữ nghĩa. Kinh sách tôn giáo muốn truyền tải cho ta những thông điệp thông qua những câu chuyện tưởng tượng bởi vì bản tính con người là thích những câu chuyện tưởng tượng. Cái sai là ở cách hiểu của chúng ta, ở các đạo sư tôn giáo vì đã không nói rằng đó chỉ là những câu chuyện cổ tích tưởng tượng ra chứ không phải chuyện thật và do đó chúng ta phải hiểu câu chuyện theo nội dung chứ không được tin câu chuyện đó là có thật. Người ta đã cố tình lừa đi điều này hàng ngàn năm nay rồi!

Giáo lý tôn giáo chỉ chân lý giống ngón tay chỉ trăng. Thay vì hiểu chân lý là ở chỗ mặt trăng thì người mê lại nghĩ đó là ngón tay đang chỉ. Chúng ta bám níu vào các câu chuyện tưởng tượng trong kinh sách và bảo đó chính là chân lý do chính chư Phật dạy, do Chúa bảo thế. Viên ngọc quý giá nằm trong chính nội dung câu chuyện thì không thấy mà lại thấy ảo ảnh của viên ngọc là một câu chuyện được đề cập trong kinh sách.

Như vậy chân lý của thực tại khách quan là gì? Là chính thực tại khách quan. Chúng ta tưởng tượng ra đủ thứ, rồi bám lấy những điều tưởng tượng ấy làm nguyên nhân để đưa thêm ra các kết quả tưởng tượng khác và cứ thế kéo dài mãi câu chuyện. Chúng ta giải thích các hiện tượng bằng lý luận mà lý luận ấy được xây dựng trên một sự tưởng tượng có trước đó, điều này có nghĩa là xây nhà trên cát, xây nhà không có móng vậy.

Thực tại khách quan chính là những gì vũ trụ đang vận hành. Vũ trụ là những trạng thái và các mối giao kết của các trạng thái ấy theo

những bố trí có định hướng gọi là sự lập trình và khi nói đến lập trình sẽ đồng nghĩa với quan hệ qua lại nhân quả cân bằng, giống như mọi phương trình toán học vậy: có tham số, biến số, ẩn số để cuối cùng ra kết quả. Ai là người lập trình? Đó là cái mà ta thường gọi là duyên hợp hay Thượng đế, còn theo riêng tôi thì đó là do sự tương kết của các loại tần số năng lượng trong vũ trụ theo nguyên tắc cân bằng.

Chúng ta tìm hiểu về chân lý khách quan để làm gì? Theo tôi thì cái đầu tiên cần thiết là mở mang tri thức. Tiếp theo là việc dùng tri thức đã biết ấy để tư duy và hành động. Nếu chúng ta biết hành động thuận tự nhiên thì cuộc đời thường gặt hái được sự hanh thông, mỹ mãn. Và đó chẳng phải là thiên đàng hay niết bàn của bạn hay sao?

Là người trong thời hiện đại, chúng ta hãy học thói quen làm việc và suy nghĩ một cách khoa học. Chúng ta hãy xây dựng mọi thứ dựa trên những nền tảng vững chắc, đó là những nền tảng có thể kiểm chứng được hoặc nếu là lý luận thì cũng phải dựa trên cơ sở nào đó vững

chắc đã được chứng minh bắc cầu chứ không thể dựa vào lý luận suông kiểu như: cái đó là như thế bởi vì... “ai đó” đã từng nói như thế. Đó chính là NỀN TẢNG NHẬN THỨC.



# NỀN TẢNG CUỘC ĐỜI

Từ bao giờ tôi đã bị mê hoặc bởi hình ảnh về kim tự tháp. Giống như mọi ngọn núi cơ bản thì dù đỉnh chóp nhọn của nó có vươn cao bao xa trên bầu trời thì chân đáy ấy vẫn luôn phải mở rộng nhất có thể để có thể đứng vững chãi nhất, và lịch sử hàng triệu, hàng tỷ năm của núi hay 5.000 năm của kim tự tháp đã nói thay cho tất cả.

Cuộc đời của chúng ta cũng phải vậy thôi, bạn phải có thể đứng vững chãi làm nền tảng thì mới mong vươn xa và bay cao trên bầu trời nhân loại. Và để có thể đứng đó thì đương nhiên là xã hội loài người và tự mỗi con người phải xây

dựng cho mình một nền tảng, vì nhà của ta thì ta phải tự xây móng chứ chờ ai xây bây giờ!

Số phận cuộc đời chúng ta bắt nguồn từ sự nhận thức của chính mỗi người. Đương nhiên khi sinh ra mỗi người đều có hoàn cảnh riêng, nhưng nghĩ cho kỹ thì hoàn cảnh riêng ấy cũng đã được tạo dựng từ quá khứ, tức từ sự nhận thức của các đời cha mẹ quá khứ và nay sinh ra mình thụ hưởng, cái này gọi là nghiệp báo qua việc chuyển di tâm thức. Bởi vậy chúng ta phải nuôi dưỡng nhận thức chính mình để cuộc đời mình thụ hưởng và xa hơn nữa là đời con cháu thụ hưởng theo do sự chuyển di tinh thần từ chúng ta qua chúng, việc làm này gọi là xây dựng nền tảng nhận thức tinh thần.

Để xây dựng nền tảng nhận thức thì ta phải xây dựng nền tảng tư duy. Các bạn thấy đó, tư duy của bạn sẽ quyết định cách mà bạn nhìn nhận về mọi vấn đề, từ cách hiểu ấy các bạn sẽ hành động theo và cuối cùng là nhận lại về các kết quả đạt được. Một tư duy nền tảng sẽ là bệ phóng cho cuộc đời bạn. Bạn có nền tảng chắc chắn sẽ bay cao, nền tảng yếu sẽ bay thấp và

không có nền tảng thì cuộc đời bạn sụp đổ. Tư duy là của bạn, bạn suy nghĩ cái gì thì đều nằm trong đầu bạn. Tư duy chỉ là thông tin nên dù giàu hay nghèo bạn đều có thể có được, chỉ cần bạn có sự thông minh để học những điều tử tế.

Mỗi ngày có vô số dòng thác thông tin liên tục đổ vào bạn. Có thông tin tốt, tử tế và cần thiết nhưng các thông tin xấu, vô bổ, tầm thường cũng đầy rẫy. Những thông tin này sẽ nhiễm vào tần số tâm thức của chúng ta, do vậy tùy theo ta đắm trong dòng thác thông tin nào thì sẽ chịu ảnh hưởng bởi nơi ấy. Nếu đắm nơi sạch ta sẽ được mở mang trí tuệ, sống lâu, còn nếu đắm nơi ô nhiễm ta sẽ yếu đi, thậm chí nhiễm độc, bị ung thư và chết. Vì thế hãy lựa chọn cho mình dòng nước mà bạn đắm mình trong đó để xây dựng cuộc đời bạn, hãy nhớ câu ông bà mình dạy “gần mực thì đen, gần đèn thì sáng” nhé. Bạn nên tìm đọc, học, nghiên cứu... những tri thức tử tế và biến tri thức ấy thành sức mạnh trí tuệ của mình, những chỉ dẫn sâu xa và có ý nghĩa chỉ cần để tâm suy nghĩ về nó là sẽ thấy được. Hãy tránh tìm đọc và hứng thú với những

thứ thông tin nhằm nhí rẻ tiền... vì điều này sẽ lãng phí thời gian và làm tiêu hao đi năng lực trí tuệ của bạn từng phút giây mà vô tình ta không biết. Cuộc sống có nhiều cám dỗ, vì tư lợi mà người ta tạo ra những gì mà bạn thích như viết sách, viết nhạc, làm phim... giản tiện và nghèo ý theo kiểu mì ăn liền, nếu chúng ta cứ sa đà vào nó thì tư duy mình cũng ăn liền như thế và sau này khi cần thiết giải quyết các vấn đề khó khăn chúng ta sẽ mất đi khả năng giải quyết vấn đề vì bạn đã làm mất đi nền tảng cuộc đời của mình.

Xây dựng nền móng cuộc đời phải đi từng bước, bước cơ bản đầu tiên trên mặt đất phải rộng nhưng khá thấp ở dưới đáy kim tự tháp để chứa được nhiều tri thức nền tảng, bao gồm việc học hành cơ bản, rèn luyện sức khỏe, đạo đức và kiến thức chung, giai đoạn này thường mất 20 năm đầu cuộc đời. Bước tiếp theo sẽ là nền tảng bên trên nền tảng cơ bản đã có ấy, bao gồm việc tích lũy kinh nghiệm và tinh chỉnh nghề nghiệp, tích lũy tài sản và các mối quan hệ xã hội để phục vụ công việc. Giai đoạn này cần phát triển theo chiều cao và giảm đi chiều rộng,

tức chấp nhận nhỏ hẹp hơn về diện tích đất để tập trung xây dựng cho các mối quan hệ chất lượng hơn và thường cũng mất 20 năm để làm việc này. Giai đoạn cuối cùng là đỉnh cao của cuộc đời và tận hưởng cuộc sống, tùy vào việc bạn đã làm được gì ở các giai đoạn trước mà bạn sẽ hưởng thụ thành quả vào lúc này, hãy lưu ý rằng không chỉ có bạn mà cả con cháu bạn sau này cũng sẽ hưởng lây. Viên ngọc quý thường ở trên cao nhất nên khó lấy, hãy khát vọng lấy nó.

Bởi vậy mà người có tầm nhìn xa trông rộng luôn phải là người biết quan tâm tới xây dựng nền tảng. Mọi thứ đều phải xây nền tảng: nền tảng học vấn, nền tảng sức khỏe, nền tảng tài chính, nền tảng quan hệ... để cuối cùng gặt hái là nền tảng cuộc đời.

Hãy sống thực tế và thông minh, đừng để mất thời gian đắm chìm tư duy mình vào các thông tin vô bổ, dễ dãi và làm các hành động xấu.

Hãy suy nghĩ và hành động cân bằng vì đó chính là nền tảng cuộc đời bạn.

# TÂM SỰ HỌC ĐẠO

Đường học của con người chúng ta thường phải trải qua nhiều giai đoạn. Giai đoạn học về thế giới xung quanh mình và ngôn ngữ từ 0 đến 7 tuổi. Giai đoạn học sơ cấp từ 7 đến 12 tuổi tức lớp 1 đến lớp 5 phổ thông, học về những điều cơ bản nhất như chữ viết, tư duy toán học và đạo đức. Giai đoạn cao hơn từ 12 đến 22 tuổi tức học lớp 6 đến trung, đại học là kiến thức cơ bản bậc trung cao và học nghề. Sau giai đoạn này mỗi người chúng ta được chuẩn bị hành trang để sẵn sàng bước vào cuộc sống 40, 50 năm làm việc tiếp theo. Dù từ 20 tuổi chúng ta đã định hình được tính cách bản ngã của riêng

mình, nhưng có thể chúng ta chưa được chuẩn bị cho mình một thứ rất quan trọng, đó là mục đích và phương hướng sống. Hầu như hệ thống trường lớp phổ thông đều không quan tâm, chú ý hay là không có phương tiện để dạy chuyên đề như một môn học, tín chỉ về vấn đề quan trọng nhất, đó là dạy làm chủ tinh thần.

Bởi vì ngành học khác nhau, con người khác nhau nhưng tinh thần sống và làm việc thì ai cũng như nhau. Thành hay bại đều do tinh thần chúng ta quyết định: chúng ta thiện lương sẽ thành công kiểu thiện lương, láu cá thành công kiểu láu cá, lười biếng hay suy nghĩ thiếu chín chắn sẽ thất bại trong cuộc sống, chăm chỉ và hiền từ sẽ gạt hái sự yên ổn trong cuộc đời, tài năng sáng tạo sẽ thành công trong công việc và biết tư duy đúng đắn sẽ là mẫu người thành đạt... tất cả đều do tinh thần con người mà tạo ra.

Vì thế các bạn thanh niên sau khi ra trường thường phải tự tìm kiếm cho mình con đường Tâm đạo, tức hệ tư tưởng sống, nói cách khác là tinh thần cho mình.

Có rất nhiều ý thức hệ tư tưởng, hệ thống chính trị và các tôn giáo cùng tồn tại song song trong mọi thời ở khắp nơi trên thế giới. Tùy hệ thống nào tác động vào con người trước hoặc là con người phù hợp tần số tâm thức của mình vào hệ thống nào thì người ta sẽ lấy hệ thống đó làm tinh thần chủ đạo của mình. Có những người gia đình theo đạo Chúa nhưng lại bỏ đạo nhà theo Phật. Có những người bỏ đạo Phật theo Tin lành hay đạo Tiên. Đức Phật bỏ đạo Balamon thành lập Phật đạo... là những ví dụ cụ thể về việc phù hợp tần số tinh thần cá nhân với xã hội.

Bài viết này chỉ thuần túy nghiên cứu chứ không đưa ra lời khuyên, không chê khen bất cứ hệ tư tưởng nào cả. Thật sự là để biết mình phù hợp với một ý thức hệ nào đó thì ta phải tìm hiểu và thậm chí dẫn thân vào để tự trải nghiệm, cũng giống như đức Phật năm xưa phải thử nhiều cách tu hành rồi mới tìm ra cho chính mình một con đường đi riêng vậy. Sau khi trải nghiệm chúng ta thấy mình phù hợp với tần số tâm thức nào thì hãy quyết tâm đi theo con đường ấy.



Dù bạn có sự học cao hay thấp đến mức nào, giàu hay nghèo đến đâu thì đó là sự của Trời, bạn vẫn phải có được lý của Đạo bởi vì đạo - đời không thể tách rời nhau. Nhiều bạn nói “tôi không có đạo” tức là bạn đã ngộ nhận, bởi vì khi nhận mình không có đạo tức là bạn có “đạo vô đạo” trong mình rồi, đó là chưa kể ngộ nhận lớn hơn là bạn có thể đồng nghĩa đạo chỉ bao hàm trong hai từ “Tôn giáo”.

Không có đạo đồng không có tinh thần, không có tinh thần đồng với sự chết, sự chết đồng không có đời sống của bạn. Tóm lại rằng không đạo sẽ không đời, bởi thế mỗi chúng ta buộc phải tìm trang bị cho mình một hệ tư tưởng phù hợp và đúng đắn nhất cho chính mình. Nếu bạn tìm sai con đường bạn sẽ mắc kẹt. Con đường đúng bạn sẽ tới vinh quang. Nhưng quan trọng là làm sao tìm được con đường để lên thiên đàng hay vào địa ngục đây, khi mà trường lớp không dạy mình.

Với cá nhân, mỗi người hãy tìm hiểu và trải nghiệm. Khi tìm hiểu ta phải giữ tâm vô tư để

nhận xét đánh giá bởi trên con đường tâm đạo bạn sẽ gặp rất nhiều ông thầy, rất nhiều sách vở, rất nhiều thể loại tinh thần, chính trị có, tôn giáo có. Trong mọi trường hợp bạn phải để sự cân bằng lên hàng đầu tiên, bạn xem lý luận ấy, giáo lý ấy có cân bằng với cuộc sống, với đời thực, với chính mình hay không.

Tóm lại, trong cuộc sống chúng ta hãy tìm kiếm cho mình một người thầy để đi theo, người thầy đó có thể là một ai đó mà mình tin tưởng yêu quý, có thể là một lý tưởng sống nào đó nhưng tốt nhất hãy là... chính bạn.

## KẾT LUẬN

Chào các bạn, thế là chúng ta đã tìm hiểu xong Tâm pháp. Tâm pháp là phương pháp trọng tâm để chúng ta sống bởi vì lấy nguyên lý cân bằng của vũ trụ làm nền tảng.

Đối với cá nhân, nếu chúng ta sống cân bằng sẽ mạnh khỏe và hanh thông trong công việc, hạnh phúc trong cuộc sống gia đình.

Đối với xã hội, sẽ không còn hận thù và chiến tranh, đói nghèo và đau khổ. Nhà kinh doanh biết cân bằng sẽ đầu tư thành công để tạo ra nhiều việc làm cho người nghèo. Chính trị gia công tâm sẽ hoạch định những kế hoạch đúng đắn giúp ích xã hội. Nhà khoa học sáng suốt sẽ có thêm nhiều phát minh sáng kiến giúp ích cho

nhân loại. Nhờ đó mà xã hội sẽ có nhiều của cải đủ nuôi hết mọi người và thu nhập xã hội sẽ được phân phối cân bằng hợp lý hơn nên phúc lợi xã hội cơ bản sẽ nâng cao, quyền dân chủ được tôn trọng...

Đối với thiên nhiên chúng ta sẽ sống thuận theo tự nhiên, do đó không còn ô nhiễm môi trường, dịch bệnh và hạn chế được các tác hại thiên tai...

Hãy đem nguyên lý cân bằng của Tâm pháp áp dụng vào cuộc sống thì cuộc đời bạn sẽ sang trang, xã hội sẽ thay đổi và ước mơ một cuộc sống hòa bình, ấm no, hạnh phúc của nhân loại sẽ chắc chắn trở thành hiện thực!

# Mục lục

- Lời giới thiệu..... 5
- KINH CA PHÁP BẢO ĐÀN..... 7
- KHÔNG ..... 13
- NGỘ ..... 14
- TÂM GIÁC NGỘ ..... 15
- CÂN BẰNG ..... 16
- GIÁC NGỘ..... 18
- TÂM MINH..... 20
- TÂM PHÁP ..... 22
- TÂM THỨC..... 24
- TÍN ..... 25

• ĐẠO THIÊN.....	26
• THIÊN TÔNG .....	32
• KHAI NGỘ ĐỐN GIÁO.....	37
• THIÊN GIÁO .....	41
• LUẬN VỀ SINH TỬ.....	48
• LUẬN VỀ CÓ - KHÔNG.....	53
• LUẬN VỀ ĐẠO VÀ ĐỜI .....	57
• ĐỨC TIN .....	62
• NGỘ .....	66
• BẢN NGÃ .....	71
• LINH HỒN .....	77
• TÁI SINH HAY NHÂN BẢN .....	83
• NGHIỆP VÀ NGÃ.....	89
• ĐỐN NGHÈO.....	92
• GIẢI THOÁT .....	97
• THOÁT VÒNG KIM CÔ.....	103
• NHÌN NHƯ NÓ LÀ .....	108

• LỬA GIÁC NGỘ .....	114
• TÔN GIÁO KHOA HỌC .....	120
• BÍ MẬT TỬ SIÊU THỨC .....	126
• SỰ SỐNG .....	131
• NĂNG LƯỢNG TỐI.....	137
• TÂM THỨC CON NGƯỜI.....	144
• $E=MC^2$ .....	149
• CẤU TRÚC CỦA VẬT CHẤT.....	153
• CẤU TRÚC TÂM THỨC .....	156
• CẤU TRÚC LINH THỂ .....	160
• CẤU TRÚC THÔNG TIN SINH HỌC .....	166
• CẤU TRÚC NĂNG LƯỢNG SINH HỌC .....	170
• VỮ TRỤ TRẠNG THÁI.....	176
• KHOA HỌC GIÁO .....	179
• TỰ KỶ – ÁI KỶ – KHẮC KỶ .....	182
• TỰ TI – TỰ TIN VÀ TỰ KIÊU .....	187
• LUẬN NGU .....	191

• TRẦM CẢM .....	195
• CUỘC SỐNG CHẾT .....	198
• NỒI LẤU LỚN .....	202
• NGUYÊN LÝ CÂN BẰNG .....	207
• CÂN BẰNG TRONG HÀNH ĐỘNG.....	212
• CÂN BẰNG CHO SỨC KHỎE .....	217
• CÂN BẰNG LÀ SỰ GIẢI THOÁT.....	221
• CÂN BẰNG TRONG CUỘC SỐNG .....	224
• CÂN BẰNG TRONG NHẬN THỨC .....	228
• CÂN BẰNG TRONG XÃ HỘI .....	231
• CÂN BẰNG TRONG KINH DOANH.....	236
• 69. CÂN BẰNG TRONG KHỦNG HOẢNG.....	241
• CÂN BẰNG TRONG QUẢN TRỊ.....	245
• CÂN BẰNG TRONG GIÁO DỤC.....	249
• CÂN BẰNG TRONG GIA ĐÌNH .....	253
• CÂN BẰNG TRONG KHOA HỌC.....	259
• CÂN BẰNG VÀ HỆ TƯ TƯỞNG .....	263



• CÂN BẰNG TRONG GIAO TIẾP ỨNG XỬ.....	266
• TINH THẦN.....	270
• LỊCH SỬ TINH THẦN .....	274
• BÍ MẬT CỦA TINH THẦN .....	277
• TÁC ĐỘNG CỦA TINH THẦN .....	281
• CHUYỂN DI TINH THẦN .....	285
• CẤU TRÚC TINH THẦN .....	290
• TINH THẦN DÂN TỘC .....	295
• TINH THẦN NGHỆ SĨ.....	300
• TINH THẦN KHOA HỌC.....	303
• TINH THẦN KINH DOANH .....	306
• TINH THẦN XÃ HỘI.....	309
• TỔNG HỢP TINH THẦN .....	312
• SỨC KHỎE TINH THẦN .....	317
• GIÁO DỤC TINH THẦN .....	322
• Ý NGHĨA CUỘC SỐNG .....	325
• Ý CHÍ KHỞI NGHIỆP .....	329

• SỐNG HÀNH ĐỘNG.....	333
• TRỞ VỀ TƯƠNG LAI.....	336
• KHAI PHÓNG.....	340
• TIẾN VÀ DỪNG.....	344
• NỀN TẢNG NHẬN THỨC.....	347
• NỀN TẢNG CUỘC ĐỜI.....	353
• TÂM SỬ HỌC ĐẠO.....	358
• KẾT LUẬN.....	363

# TÂM PHÁP

## Phần II

### Thực hành

---

#### PHƯỚC GIÁC (GIÁC TỬ)

Chịu trách nhiệm xuất bản:

**Giám đốc - Tổng Biên tập**

**ĐINH THỊ THANH THỦY**

Biên tập : **ĐÀO THỊ THỦY NGẦN**

Sửa bản in : **BẢO TRANG**

Trình bày : **MẠNH HẢI**

Bìa :

**NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

62 Nguyễn Thị Minh Khai, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh

ĐT: 028.38225340 - 028.38296764 - 028.38247225 - 028.38256713

Fax: 028.38222726 - Email: tonghop@nxbhcm.com.vn

Sách online: www.nxbhcm.com.vn - Ebook: www.sachweb.vn

**NHÀ SÁCH TỔNG HỢP 1**

62 Nguyễn Thị Minh Khai, Quận 1,

Thành phố Hồ Chí Minh • ĐT: 028.38256804

**NHÀ SÁCH TỔNG HỢP 3**

88 - 90 Kỳ Con, Quận 1,

Thành phố Hồ Chí Minh • ĐT: 028.38216009

**NHÀ SÁCH TỔNG HỢP 2**

86 - 88 Nguyễn Tất Thành, Quận 4,

Thành phố Hồ Chí Minh • ĐT: 028.39433868

**GIAN HÀNG M01**

**ĐƯỜNG SÁCH THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

Đường Nguyễn Văn Bình, Quận 1, Thành phố Hồ Chí Minh

---

In số lượng 0.000 cuốn. Khổ 13 x 19 cm

Tại:

XNĐKXB: 000-2021/CXBIPH/00-00/THTPHCM cấp ngày 00/00/2021

QĐXB số: 000/QĐ-THTPHCM-2021 ngày 00/0/2021

ISBN: 9 7 8 - 6 0 4 - 3 1 2 - 8 0 3 - 1

In xong và nộp lưu chiểu Quý II năm 2021