



MỘT LINH HỒN,  
NHIỀU THỂ XÁC

DR BRIAN  
WEISS

# MỘT LINH HỒN NHIỀU THỂ XÁC

(SAME SOUL, MANY BODIES)

Bác sĩ Brian L. Weiss

Dịch giả: Vương Thị Minh Tâm

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO - 2011

ISBN: 978-604-61-0008-9

Bản dịch này đã xuất bản vào năm 2007, có tựa là *Du hành qua các vùng Tâm Thức*. Lần tái bản này chúng tôi muốn giữ lại theo nguyên bản của tác giả nên để lại tựa là *Một Linh Hồn, Nhiều Thể Xác*. Nếu bạn đọc đã từng đọc qua *Du hành qua các vùng Tâm Thức* thì có lẽ cũng không cần đọc lại bản dịch này. Tuy nhiên, chúng tôi có bổ sung thêm vài đoạn theo nguyên bản gốc trong chương 3 và chương 5 so với lần xuất bản trước, và cố gắng chỉnh sửa lại để bản dịch được hoàn thiện hơn.

Rất mong vẫn nhận được sự ủng hộ của bạn đọc.

Sài Gòn, tháng 12 năm 2010

Công Ty Văn Hóa Phát Quang



Bác sĩ Brian L. Weiss tốt nghiệp thạc sĩ Y Khoa tại đại học Yale. Ông đã là bác sĩ nội trú tại Trung Tâm Y Khoa Bellevue của New York University, sau đó trở thành trưởng khoa nội trú của khoa Tâm Thần tại đại học Y Khoa – Yale. Ông đang phụ trách chức vụ chủ tịch danh dự ngành Tâm Thần học tại Trung Tâm Y khoa Mount Sinai ở Miami. Ông đã có nhiều tác phẩm nổi tiếng xuất bản. Ông thường tổ chức nhiều cuộc hội thảo và các chương trình đào tạo chuyên nghiệp khắp nơi trên thế giới.

Bác sĩ Brian L. Weiss đang sống cùng gia đình tại Miami, Florida – Hoa Kỳ.

## MỤC LỤC

[Lời Tựa](#)

[Lời Dẫn](#)

[Chương 1. Sự bắt diết](#)

[Chương 2. George: kiểm soát cơn giận](#)

[Chương 3. Victoria, Evelyn và Michelle: Sức khỏe](#)

[Chương 4. Samantha và Max: Sự đồng cảm](#)

[Chương 5. Hugh và Chitra: Lòng thương cảm](#)

[Chương 6. Paul: kiên nhẫn và cảm thông](#)

[Chương 7. Emily, Joyce, Roberta và Anne: Bất bạo lực](#)

[Chương 8. Bruce: Những mối quan hệ](#)

[Chương 9. Patrick: Sự yên ổn](#)

[Chương 10. John: Ý chí tự nguyện và định mệnh](#)

[Chương 11. Quán trường và thiên định](#)

[Chương 12. David: Tâm linh](#)

[Chương 13. Jennifer và Cristian: Tình yêu thương](#)

[Chương 14. Gary: Tương lai](#)

[Lời kết](#)

[Lời cảm ơn của tác giả](#)

[Lời người dịch](#)

oOo

## Lời Tựa

Một vị Tăng ở Tây Tạng đã nói với tác giả rằng cuộc đời chỉ là một sân khấu. Diễn tại sân khấu này, con người đóng vai một người nghèo khó, nhưng ở một sân khấu khác, người đó lại hóa thân thành vị công tử, có thể là do sự lựa chọn vai diễn của người đó.

Vậy thì để có một vai diễn tốt hơn trên sân khấu, một sự lựa chọn tốt hơn khi ta diễn ở một sân khấu khác, thì bạn phải làm gì? Từng trang trong sách này sẽ đưa ra những vấn đề mà từ đó bạn sẽ tự hiểu nên làm gì để được lựa chọn một vai diễn tốt, hay nói rõ hơn là bạn sẽ chọn cho mình một kiếp sống tốt đẹp hơn, và luôn luôn tìm thấy niềm thanh thản, hạnh phúc trong bất cứ kiếp sống nào trở về sau.

Tác giả cũng đã phân tích từ trong kinh Cựu Ước: “Con cháu nhiều đời phải chịu sự trừng phạt vì tội lỗi của ông bà cha mẹ”. Đó là vì chúng ta đang bị ảnh hưởng theo một cách tiêu cực do những gì ông bà cha mẹ chúng ta đã làm. Nhưng chính chúng ta là ông bà của chúng ta, và cũng như chính chúng ta sẽ là con cháu của chúng ta sau này. Những tội lỗi trong kiếp trước sẽ chi phối đến kiếp hiện tại cho đến khi nào chúng ta hiểu ra và hưởng được sự tha thứ. Nếu chúng ta đã tạo nghiệp lành trong quá khứ thì hiện tại chúng ta đang nhận những điều tốt đẹp. Tội lỗi trong kiếp này sẽ bồi đắp lên những kiếp sau, vậy thì nếu bây giờ chúng ta tạo phước lành thì kiếp sau chúng ta sẽ tự dẫn dắt mình đến gần với đấng Toàn Năng.

Với cái nhìn có chiều sâu của triết lý tôn giáo, và chiều rộng của cuộc đời, tác giả sẽ cho ta thấy rằng cuộc đời mãi mãi nối tiếp nhau, dù không gian, dù thời gian có đổi thay. Có thay đổi chăng chỉ là hình thức bên ngoài của một con người. Tuy nhiên tâm tư, tình cảm vẫn của con người đó, vẫn tồn tại theo nhiều kiếp mà người đó đầu thai trở lại. Nếu ta đã biết trước được như vậy thì tại sao ta lại lãng phí thời gian chạy theo những ảo ảnh cuộc đời mà không nhìn vào thực chất cuộc đời là sự bất diệt. Những gì chúng ta làm hôm nay sẽ là phần thưởng hoặc sự trừng phạt của kiếp sau.

Vậy sao ta không cố gắng tạo ra nhiều phần thưởng cho kiếp sau? Nếu biết rõ những việc làm hôm nay sẽ là hình phạt ở kiếp sau, sao ta lại cứ mãi chìm đắm vào những việc làm tội lỗi đó. Là người không ai không bị mắc phải sai lầm, nhưng nếu ta can đảm thâm định lại mỗi việc ta đã làm đúng sai thế nào, chắc chắn việc làm xấu xa của ta sẽ mỗi ngày một giảm bớt, và mỗi ngày ta sẽ cố gắng tạo thêm phần thưởng cho kiếp sau. Chúng ta không thể nào bù đắp hay chỉnh sửa những gì đã xảy ra trong quá khứ, nhưng với sự nhận thức rõ về sự bất diệt của con người, chúng ta hoàn toàn có khả năng tạo ra những kiếp sống tốt đẹp hơn ở tương lai.

Cuộc đời vốn dĩ là những nghịch cảnh, và vì những nghịch cảnh, những cay đắng trong cuộc đời, con người lại càng muốn tìm hiểu nguyên nhân. Chính nơi quyển sách này, bạn đọc sẽ tìm được câu trả lời theo lời kể của bác sĩ Brian L. Weiss. Một lần nữa, theo cách nhìn của nhà khoa học, và với một tấm lòng đầy trắc ẩn cho kiếp người, ông đã phân tích sâu sắc và trình bày những vấn đề, những câu chuyện mà chính ông đã hướng dẫn bệnh nhân mình tự dẫn thân vào những chuyến du hành trở về quá khứ và đi đến tương lai bằng chính tâm thức của họ.

*Mùa Thu năm 2007*

*Công Ty Văn Hóa Phát Quang*

*Kính bút*



## Lời Dẫn

Gần đây tôi đi đến một nơi mà trước đó hầu như tôi chưa hề đến: Tương Lai.

Hai mươi bốn năm trước đây, khi Catherine còn là bệnh nhân tâm thần của tôi, cô đã gây ra những cơn sóc bởi những tình tiết chính xác mà cô nhớ lại. Những cuộc hành trình của cô trở về những kiếp quá khứ xa xưa vào thiên niên kỷ thứ hai trước Công nguyên và giữa thế kỷ thứ hai mươi. Điều đó đã thay đổi cuộc đời tôi mãi mãi.

Đây là một phụ nữ kể lại những kinh nghiệm và những hình ảnh từ những thế kỷ xa xưa mà trong đời sống hiện tại cô chưa hề biết. Và tôi, một chuyên gia về tâm thần học ở Đại Học Yale – Columbia, một nhà khoa học, và rất nhiều người đã đánh giá những sự kiện đó là đúng sự thật. Kiến thức khoa học của tôi không thể giải thích được những điều đó. Tôi chỉ biết rằng Catherine đã tường thuật những gì cô nhìn thấy và cảm thấy chính xác.

Ngay khi việc trị liệu cho Catherine tiến triển, cô đã mang về những bài học từ những vị thầy, người hướng dẫn vô hình hoặc là những linh hồn có trí tuệ siêu phàm. Những vị này đã ở chung quanh cô khi hồn cô lìa khỏi xác. Kể từ đó, trí tuệ siêu phàm này đã thấm nhuần vào tư tưởng tôi và chi phối cách cư xử của tôi.

Catherine có thể đi sâu về quá khứ, và với những kinh nghiệm vượt ngoài tầm hiểu biết đó, tôi lắng nghe và tôi có cảm giác thần kỳ, huyền bí, đây là những cảnh giới mà tôi không hề biết chúng đã tồn tại. Tôi hồ hởi, ngạc nhiên và...lo sợ. Người nào có thể tin tôi? Chính tôi tin tôi? Tôi có điên không? Tôi cảm thấy mình như một đứa bé có điều bí mật riêng. Khi thổ lộ ra điều bí mật này liệu chúng ta có thể thay đổi lại cách nhìn về cuộc đời mãi mãi không? Tuy nhiên tôi có cảm giác không ai có thể chịu lắng nghe. Mãi bốn năm sau, tôi mới thu hết can đảm để viết về những cuộc hành trình của Catherine và tôi trong cuốn *Tiền Kiếp và Luân Hồi, có thật không?* Tôi lo ngại bị loại ra khỏi cộng đồng tâm thần học, nhưng tôi bắt đầu chắc chắn hơn vì những điều tôi viết đều là sự thật.

Sự chần chẫn của tôi được củng cố theo những sự kiện xảy ra trong những năm tiếp nối. Nhiều bệnh nhân và nhà trị liệu đã công nhận sự thật này. Bây giờ tôi đã giúp hơn bốn ngàn bệnh nhân bằng cách đưa họ trở về quá khứ qua thuật thôi miên. Vì vậy, cảm giác choáng váng về chuyện đầu thai, nếu không nói là sự mê hoặc bởi sự khám phá này, đã biến mất trong tôi. Nhưng bây giờ thì sự choáng váng đã trở lại, và tôi được cung cấp một cuộc sống mới bằng những ngụ ý. Tôi có thể đưa bệnh nhân đi đến tương lai và cùng họ nhìn thấy chúng.

Đã một lần tôi thử đưa Catherine đến tương lai, nhưng cô lại nói đến tương lai của tôi mà không phải của cô. Cô đã nhìn thấy rõ ràng cái chết của tôi. Quả là bối rối để nói rằng: “ Khi nhiệm vụ của ông hoàn thành thì cuộc sống của ông sẽ chấm dứt,” cô còn nói thêm: “ Nhưng trước đó còn rất nhiều thời gian, rất nhiều thời gian.” Rồi cô chìm vào một cấp độ khác, và tôi không thể tìm hiểu thêm nữa.

Vài tháng sau đó, tôi lại hỏi cô: “ Liệu cô và tôi có thể đi đến tương lai một lần nữa không?” Tôi đã trực tiếp nói chuyện với các vị thầy cũng như nói chuyện với tiềm thức của cô, nhưng các vị thầy trả lời cho cô là chúng tôi không được phép. Có lẽ cô quá sợ hãi khi nhìn vào tương lai. Hoặc có lẽ thời gian không thích hợp. Lúc đó chúng tôi còn trẻ và không thể đương đầu nổi với sự nguy hiểm vô song có thể xảy ra trong tiến trình đi đến tương lai. Nhưng bây giờ tôi có thể xử lý tốt hơn.

Hơn nữa quá trình đi đến tương lai đối với nhà trị liệu thì khó hơn quá trình trở về quá khứ, bởi vì tương lai chưa xảy ra. Nếu bệnh nhân chỉ trải qua ảo tưởng chứ không phải là sự thật thì sao? Làm thế nào mà chúng ta có thể đánh giá được? Chúng ta không thể. Ta biết rằng khi trở về kiếp trước với những sự kiện xảy ra lúc đó, trong nhiều trường hợp, có thể chứng minh được. Nhưng, ta hãy tin rằng một phụ nữ ở tuổi còn sinh nở đã nhìn thấy thế giới bị tàn phá trong hai mươi năm. Cô nghĩ: “Tôi sẽ không đem một đứa trẻ vào cái thế giới đó.” Cô nói thêm: “Nó sẽ chết quá sớm.” Ai sẽ đảm bảo cảnh tượng cô thấy là thật? Cái phán quyết của cô có logic? Cô phải đủ chính chắn để tìm hiểu những gì cô thấy có thể bị xuyên tạc, có thể chỉ là tưởng tượng, chỉ là phép ẩn dụ, chỉ là biểu tượng, hoặc có lẽ, một tương lai thật sự là tổng hợp của tất cả các biểu hiện trên. Và điều gì sẽ xảy ra, nếu một người nhìn thấy trước cái chết của mình do say rượu khi lái xe? Anh ta có sợ hãi không? Anh ta sẽ không dám lái xe nữa? Cảnh tượng đó khiến chúng ta lo sợ? Tôi tự nhủ: “Đừng, đừng đi đến đó.” Tôi trở nên lo lắng đến việc tự thực hiện lời tiên đoán rồi đến một con người bị rối trí. Sự rủi ro trong hành động dựa trên ảo tưởng là quá cao.

Hơn hai mươi bốn năm kể từ khi Catherine còn là bệnh nhân của tôi, đã có vài người tự ý đi đến tương lai, thường là đến cuối buổi trị liệu. Tôi cảm thấy tự tin khả năng thấu hiểu của họ về những gì họ đang chứng kiến có thể chỉ là một ảo giác, tôi đã khuyến khích họ tiếp tục. Có thể tôi sẽ nói: “Điều này liên quan đến sự phát triển và kinh nghiệm sẽ giúp bạn ngay lập tức tạo ra một quyết định khôn ngoan và có lợi. Nhưng chúng ta sẽ tránh mọi ức niệm (vâng, ức niệm về tương lai!), cảnh tượng, hoặc những gì liên quan đến cảnh chết chóc hay là bệnh tật. Vấn đề này chỉ để học hỏi.” Và tâm trí họ sẽ nghĩ như vậy. Việc chữa trị này có một giá trị thật đáng kể. Tôi cho rằng những người này đã có những quyết định và sự lựa chọn khôn ngoan. Họ có thể nhìn thấy tương lai gần nơi ngã ba đường và nói: “Nếu tôi chọn con đường này thì điều gì sẽ xảy ra? Có chắc là nó sẽ tốt hơn khi chọn con đường khác?” Và rồi một lúc nào đó tương lai mà họ đã nhìn thấy sẽ xuất hiện.

Nhiều người miêu tả cho tôi nghe những sự kiện mà họ biết trước khi nó xảy ra. Những nhà nghiên cứu viết về những giây phút gần kề cái chết; đó là khái niệm của thời đại trước khi Kinh Thánh xuất hiện. Tôi nhớ đến Cassandra, cô có thể nói chính xác về tương lai dù cô chưa bao giờ tin vào điều đó.

Một bệnh nhân của tôi đã có kinh nghiệm giải thích về năng lực và cả những hiểm họa của việc biết trước. Bà bắt đầu có những giấc mơ về tương lai, và thường thì những giấc mơ đó đều xảy ra. Giấc mơ về đứa con trai bà sẽ bị một giải nạn xe hơi khủng khiếp đã thúc giục bà tìm đến tôi. Bà nói: “Đó là sự thật”. Bà đã nhìn thấy điều đó rõ ràng và đau đớn vì con trai bà sẽ chết như vậy. Tuy nhiên trong mơ bà nhìn thấy tóc người đàn ông đã bạc, trong khi con trai bà là một thanh niên 25 tuổi và có mái tóc màu đen.

Tôi nói: “Hãy nghĩ xem”, cảm giác của tôi bỗng nhiên bị thôi thúc, tôi nghĩ đến Catherine và chắc chắn rằng lời khuyên của tôi là đúng, “Tôi biết có nhiều giấc mơ của bà sẽ xảy đến, nhưng không chắc là giấc mơ này sẽ là sự thật. Còn nhiều linh hồn, bà có thể nghĩ đó là thiên thần, hay hộ mạng, hoặc là bậc thánh, tất cả họ đều có một sức mạnh và nhận thức phi phạm hiện hữu chung quanh chúng ta. Và họ có thể ngăn chặn không cho điều đó xảy đến với bà. Thuật ngữ tôn giáo gọi đó là ân huệ - một sự can thiệp huyền diệu của thần thánh. Thấp đèn cầu nguyện hãy làm bất cứ điều gì mà bà có thể, theo cách của bà.”

Bà làm đúng theo lời tôi, bà cầu nguyện, thiên định, van vái và mặc niệm. Mặc dù vậy tai nạn vẫn xảy ra. Nhưng đó không phải là một tai nạn chí tử. Không có gì quá đáng để bà phải hoảng sợ. Thật ra con trai bà bị thương ở đầu nhưng không nghiêm trọng lắm. Dù sao đó cũng là một sự kiện đau buồn của anh ta. Khi bác sĩ tháo băng, họ nhìn thấy tóc của anh ta đã bị bạc trắng.

Mãi cho đến cách đây vài tháng trong những trường hợp hiếm hoi khi tôi đưa bệnh nhân đi đến đời sống của riêng họ, và tôi chỉ cho tiến triển khi tôi biết rằng tâm lý bệnh nhân đã đủ sức điều



hiển được chúng, thường thì tôi không chắc là họ quan tâm đến ý nghĩa của những cảnh tượng mà họ đem về.

Tuy nhiên, vào mùa xuân rồi trên một chuyến du lịch, tôi đã đưa ra hàng loạt các bài thuyết giảng. Trong những buổi nhóm họp như vậy tôi thường thôi miên tất cả các khán thính giả, rồi đưa họ về với kiếp trước và quay lại kiếp này. Vài người trở lại kịp lúc, vài người ngủ quên, nhiều người khác thì vẫn trong trạng thái bình thường, họ không bị thôi miên. Lúc đó Walter, một thính giả giàu có, một thiên tài trong việc kinh doanh phần mềm, đã đi đến kiếp sau. Và anh ta không trở về kiếp hiện tại mà nhảy bổ vào một thiên niên kỷ tới!

Anh ta đi xuyên qua cách đám mây đen rồi tìm thấy mình trong một thế giới khác. Những vùng cấm địa nào đó giống như Trung Đông hay Bắc Phi, gọi là cấm địa có lẽ vì sự hư hoại do chất phóng xạ, có lẽ vì bệnh dịch. Nhưng phần khác của thế giới quả thật rất đẹp. Hầu như rất ít người sống ở đó, vì thảm họa nguyên tử hoặc bệnh dịch hoặc bị giảm tỷ lệ sinh sản. Anh ta vẫn còn tại vùng quê, vì vậy không thể kể về những thành phố. Nhưng dân quê rất vui vẻ, hạnh phúc, thậm chí rất sung sướng. Anh cho rằng không có từ nào để diễn tả đúng trạng thái của họ. Dù bất cứ điều gì làm cho dân số giảm đi hay xảy ra trước đó rất lâu, anh vẫn thấy khung cảnh thật thú vị. Anh không rõ về mốc thời gian, nhưng anh chắc chắn rằng đó là khoảng thời gian của ngàn năm sau.

Sự trải nghiệm làm anh xúc động. Sự giàu có của anh quá đủ để anh mơ tưởng tới sự thay đổi thế giới, nhưng bây giờ anh nhận ra rằng không ai có thể làm được việc đó. Anh nói rằng có quá nhiều nhà chính trị không sẵn sàng tiếp nhận khái niệm về việc từ thiện hoặc có trách nhiệm với thế giới. Ý định để làm thế giới trở thành một nơi tốt đẹp hơn là một vấn đề, riêng anh, anh có thể làm được cùng với những việc làm từ thiện. Khi anh trở về kiếp sống hiện tại, anh cảm thấy hơi buồn. Có thể vì anh không còn ở trong một kiếp sống tương lai đầy thú vị. Hoặc có lẽ anh đau buồn vì nghiệp báo sẽ đến trong kiếp sau. Hầu hết chúng ta ai cũng cảm thấy như vậy nếu biết những điều không thể tránh khỏi sẽ xảy ra.

Khi anh thức tỉnh, anh đã miêu tả lại những cảnh tượng sinh động có sức tác động mạnh mẽ, những cảm giác và những cảm nghĩ anh đã trải qua. Đây là lý do mà tôi không nghĩ là hình ảnh tương tượng. Tuy vậy sự kích động của anh không ảnh hưởng tới, vì cuối cùng tôi thấy chỉ là một hàm ý. Tôi đã có kinh nghiệm rằng: thời quá khứ, hiện tại, và tương lai là một. Những gì sẽ xảy đến trong tương lai là do ảnh hưởng của hiện tại, cũng như những việc ở quá khứ ảnh hưởng đến hiện tại. Đêm đó tôi đã viết: “Ta có thể đi đến kiếp sau nếu ta khôn ngoan. Kiếp sau, gần hay xa, là do sự dẫn dắt của ta. Kiếp sau là sự phản hồi của kiếp này, ảnh hưởng chúng ta đến sự lựa chọn và quyết định tốt hơn. Ta có thể thay đổi việc làm của ta bây giờ dựa vào những phản hồi từ kiếp sau. Và điều đó thay đổi những kiếp sau theo hướng tích cực hơn.”

Thật là có ý nghĩa! Vì chúng ta đã không giới hạn được những kiếp trước nên chúng ta sẽ giới hạn những kiếp sau. Hãy dùng sự hiểu biết để thấy những gì đã đi qua và những gì sẽ đến, rồi ta có thể tạo ra được một tương lai cho thế giới và cho cả chúng ta. Điều này phù hợp với khái niệm xa xưa của nghiệp báo: “Gieo gì gặt nấy, gieo gió gặt bão”. Nếu bạn gieo những hạt giống tốt, cây trái sẽ tốt tươi, và nếu bạn làm việc thiện, bạn sẽ được hưởng những điều tốt đẹp ở tương lai.

Từ đó, tôi đã tiến hành cho nhiều người khác nữa. Vài người đi đến đời sống riêng của họ, vài người đi đến một tương lai toàn cầu. Khoa học viễn tưởng, hay trí tưởng tượng, hay thực hiện một điều mơ ước, hay trí tưởng tượng, tất cả những điều này có thể giải thích những gì mà họ đã thấy, và như vậy, khả năng chắc chắn là họ đã ở đó. Có lẽ bài học cuối cùng mà tôi rút ra được từ kiếp sống hiện tại là điều mà kiếp sau nắm giữ và làm thế nào để tất cả chúng ta có thể ảnh hưởng đến nó. Ít nhiều gì thì bây giờ tôi cũng hiểu được rằng sự nhận thức sẽ ảnh hưởng cho những kiếp luân hồi của tôi và bạn trên chặng đường du hành của chúng ta đến sự bất diệt.

Tương lai là sự tái sinh của quá khứ. Hầu hết các bệnh nhân của tôi đều đi ngược về quá khứ trước khi hành trình đến tương lai. Lộ trình này mở đường cho sự hiểu biết được tăng trưởng và cho phép chúng có sự lựa chọn khôn ngoan ngay kiếp hiện tại.

Tương lai mà chúng ta sẽ hiện diện đó thì rất linh động và là khái niệm sẽ được nói đến trong cuốn sách này. Từ tâm, đồng cảm, bất bạo động, kiên nhẫn và tâm linh là một bài học cuộc sống mà tất cả chúng ta đều cần phải học hỏi. Xuyên qua những ví dụ của vài bệnh nhân hết sức khác thường, cuốn sách này sẽ cho bạn thấy tại sao bài học đó lại quan trọng, và tôi sẽ đưa ra vài bài tập đơn giản để hướng dẫn bạn làm thế nào để đạt lấy những điều đó ngay kiếp sống hiện tại. Vài người có thể thật sự đã trải nghiệm chuyện quá khứ, nhưng không nên thất vọng nếu chúng không xảy ra. Nếu bạn thấu triệt được bài học thì kiếp này hoặc những kiếp luân hồi sau bạn sẽ được hạnh phúc hơn, bình yên hơn, giàu có và sung sướng hơn. Cái gì sẽ được nhiều hơn nữa nếu chúng ta thấu hiểu bài học đó. Ngay chính kiếp sau sẽ tích lũy nhiều điều tốt đẹp hơn cho chúng ta. Dù biết hay không, chúng ta cũng đang cố gắng để đạt được mục đích tối thượng: Đó là tình thương yêu.



## Chương 1. Sự bất diệt

Mỗi người chúng ta đều bất diệt.

Tôi không giải thích đơn giản rằng con cháu chúng ta thừa hưởng gien di truyền, niềm tin, kiểu cách hoặc lối sống của chúng ta. Điều mà tôi muốn nói là hầu hết những phần quan trọng của chúng ta như là linh hồn sẽ tồn tại vĩnh viễn.

Sigmund Freud đã miêu tả tâm trí có chức năng ở nhiều cấp độ khác nhau. Trong đó ông gọi là tiềm thức, điều này chúng ta không nhận thức được bằng định nghĩa. Nhưng nó chứa đựng tất cả những kinh nghiệm mà ta có, và đưa đến những hành động mà chúng ta làm, những tư tưởng mà chúng ta nghĩ, những giải đáp, những cảm giác mà chúng ta trải qua. Chỉ bằng cách đi vào tiềm thức như ông đã nhìn thấy, chúng ta mới có thể biết được ta là ai, và với sự hiểu biết đó chúng ta mới có thể chữa trị được. Vài người đã viết về điều đó: linh hồn là tiềm thức của Freud. Công việc của tôi là đưa con người trở về kiếp trước, rồi sau này thì đưa họ đến kiếp sau để họ có thể tự chữa trị dễ dàng hơn. Điều này cho tôi thấy cách hoạt động của một linh hồn bất diệt.

Tôi tin rằng mỗi chúng ta đều sở hữu một linh hồn. Linh hồn đó vẫn tồn tại dù chúng ta đã chết đi. Nó sẽ trở lại nhiều lần trong nhiều thân thể khác nhau với một nỗ lực tiên bộ để đạt đến một trình độ cao hơn. Một câu hỏi vẫn thường xuyên xuất hiện: “Những linh hồn này từ đâu tới? Bởi vì bây giờ thế giới có quá nhiều người hơn khi nó mới bắt đầu.” Tôi đặt ra câu hỏi này với nhiều bệnh nhân, và câu trả lời thì luôn luôn là giống nhau: Đây không phải là nơi duy nhất có nhiều linh hồn. Còn nhiều cánh giới, nhiều cấp độ khác nhau cho linh hồn tồn tại. Tại sao chúng ta lại nghĩ rằng đây là nơi duy nhất? Không có một giới hạn nào cho năng lực. Điều này là một trường phái trong nhiều trường phái. Ngoài ra, một vài bệnh nhân đã kể với tôi rằng linh hồn có thể rời bỏ và có nhiều kinh nghiệm cùng một lúc.

Không có một chứng cứ thực nghiệm nào cho điều này; linh hồn thì không có DNA, ít ra không phải cái loại vật lý được miêu tả bởi hai nhà khoa học đoạt giải Nobel là James Watson và Francis Crick. Chứng cứ mang tính giai thoại thì tràn ngập, nhưng với tôi đó là bằng chứng không thể bác bỏ được. Tôi đã từng thấy nó hầu như mỗi ngày khi Catherine dẫn tôi trở về nhiều kiếp trước khác nhau của cô, như Ả Rập vào năm 1863 trước Công nguyên hoặc Tây Ban Nha vào năm 1756 sau Công nguyên.

Trong những cuốn sách xuất bản trước đây tôi đã viết về nhiều bệnh nhân. Linh hồn của họ hành trình về kiếp trước rồi đưa một phần bất diệt của họ đến kiếp hiện tại. Trong số đó nhiều người có thể nói chuyện bằng ngoại ngữ khi họ trở về kiếp trước mặc dù họ chưa hề học loại ngôn ngữ đó trong đời sống hiện tại. Một hiện tượng gọi là Xenoglossy<sup>[1]</sup> và một chứng cứ đáng giá cho những điều mà họ kể lại là đúng sự thật.

Khi họ nhớ lại chính bản thân họ trong nhiều kiếp khác nhau, sự chấn động đã đưa họ đến gặp tôi để được giảm cơn đau và được chữa khỏi bệnh. Đó là một trong những mục đích chính của các linh hồn: được tiến bộ với việc điều trị.

Nếu điều này chỉ có mình tôi chứng kiến thì bạn có thể đúng khi cho rằng tôi đang tưởng tượng hoặc mất trí. Nhưng những người theo đạo Phật và đạo Hindu thì sao? Họ đã gom góp nhiều chuyện kiếp trước cả hàng ngàn năm. Trong kinh Tân Ước đã viết nhiều câu chuyện đầu thai, đến thời đại của Constantine, người La Mã đã lược bỏ những câu chuyện đó. Bản thân Chúa Jesus cũng tin vào điều này. Ông đã hỏi các Thánh có nhận ra Thánh John Baptist là Thánh Elijah đầu thai trở lại không. Elijah sống trước John 900 năm. Đó là giáo lý căn bản trong thuyết

huyền nhiệm của người Do Thái. Trước đầu thế kỷ 19, nhiều tông phái xem đó là triết lý tiêu chuẩn.

Hàng trăm nhà trị liệu khác đã thấu thập được hàng ngàn giai đoạn kiếp trước, và những trải nghiệm này của bệnh nhân đã được kiểm tra. Bản thân tôi cũng xem xét những sự kiện và những tình tiết cụ thể đã được ghi chép lại về hồi ức trong kiếp trước của Catherine và những bệnh nhân khác. Những sự kiện và tình tiết này không thể gán cho là ký ức sai lệch hay trí tưởng tượng. Tôi không còn nghi ngờ về sự đầu thai nữa. Vì đó là chuyện có thật. Linh hồn của chúng ta đang sống và sẽ sống trong nhiều kiếp khác nữa. Đó là sự bất diệt của chúng ta.

Ngay khi ta vừa chết cái phần hồn của ta sẽ nhận thức được khi nào nó sẽ lia khỏi xác, chỉ một thoáng ngừng nghỉ rồi nó sẽ bay đi. Trong tình trạng đó, nó có thể phân biệt được màu sắc, nghe được tiếng nói, nhận ra các sự vật, và nhớ lại cuộc đời mà nó vừa rời bỏ. Hiện tượng này gọi là sự xuất hồn. Điều này đã được Elisabeth Kubler-Ross và Raymond Moody<sup>[2]</sup> chứng minh rất tuyệt vời bằng tài liệu cả hàng ngàn lần. Chúng ta ai cũng phải trải qua khi chết. Nhưng chỉ có vài người sống lại kể về sự kiện này.

Một bác sĩ chuyên khoa tim mạch ở Trung tâm Y Khoa Mount Sinai tại Miami đã kể cho tôi nghe câu chuyện về bệnh nhân của ông. Ông là một nhà khoa học chỉ tin vào những gì có tính học thuật và có căn cứ. Một bệnh nhân đã lớn tuổi bị bệnh tháo đường được đưa vào viện để xét nghiệm. Trong khoảng thời gian nằm viện, có lần tim bà ngừng đập và bà bị hôn mê. Các bác sĩ không còn hy vọng. Tuy nhiên, họ vẫn làm hô hấp và gọi bác sĩ tim mạch đến. Ông vội vã lao vào phòng cấp cứu và vì vậy ông làm rớt cây bút đặc biệt bằng vàng, nó lăn khắp phòng rồi nằm dưới cửa sổ. Trong khoảng thời gian rất ngắn của quá trình hồi sức, ông đã tìm lại được cây viết.

Sau đó bà kể lại rằng trong lúc các bác sĩ đang làm hồi sức, hồn bà đã xuất ra, và từ một điểm trên xe đẩy gần cửa sổ, bà quan sát toàn bộ hoạt động. Bà quan sát hết sức chú tâm bởi vì các bác sĩ đang cố giúp bà. Bà ao ước được nói với họ, bảo đảm với họ rằng bà sẽ ổn thôi, và họ không cần phải quá cực nhọc như vậy. Nhưng bà biết sẽ chẳng ai có thể nghe được bà nói. Khi bà cố gắng nắm vai của bác sĩ tim mạch để nói với ông là bà khỏe, nhưng ông không hề có cảm giác gì khi tay bà chạm vào ông. Bà đã nhìn thấy mọi diễn biến hô hấp trên thân thể của bà và nghe rõ từng lời nói của các bác sĩ. Nhưng bà rất thất vọng vì không ai nghe được tiếng nói của bà.

Sự nỗ lực của các bác sĩ rồi cũng thành công. Người phụ nữ đã sống lại.

Bà nói với bác sĩ tim mạch:

- Tôi đã quan sát cả quá trình. Ông lặng đi vì kinh ngạc:
- Bà không thể. Bà đã bất tỉnh. Bà đã hôn mê. Bà nói:
- Cây bút của ông bị rớt. Nó rất đẹp và có lẽ rất đáng giá.
- Bà đã nhìn thấy?
- Tôi chỉ nói với ông là tôi đã nhìn thấy tất cả.

Bà nói và tiếp tục diễn tả cây bút, quần áo mà bác sĩ và y tá đã mặc. Sự tiếp nối của những người đi ra đi vào phòng cấp cứu. Và những việc làm mà chỉ có những người có mặt ở đó mới biết mà thôi.

Vài ngày sau đó, khi kể lại cho tôi nghe, ông vẫn còn sửng sốt. Ông xác nhận những gì xảy ra mà người phụ nữ đó miêu tả đều đúng cả. Dù không bất tỉnh đi nữa thì bà cũng đã bị mù 5 năm rồi! Như vậy là linh hồn bà vẫn sáng suốt, vẫn trông thấy tất cả.

Từ đó, ông vẫn thường kể cho tôi nghe về các bệnh nhân sắp chết, họ thấy những người thân của họ đã chết từ lâu đang đứng chờ đưa họ đi theo. Có những bệnh nhân không được điều trị bằng thuốc vì họ vẫn còn tỉnh táo. Một người đã tả lại cảnh mà bà nội của anh vẫn kiên nhẫn ngồi trên ghế của bệnh viện để chờ anh đi theo. Người khác thì có con đã chết lúc còn nhỏ vào thăm. Bác sĩ tim mạch đó vẫn chú ý đến trong sổ bệnh nhân của ông, họ rất bình tĩnh và thanh thản trước cái chết. Ông đã có kinh nghiệm để nói với họ:

- Tôi rất quan tâm đến những gì mà các bạn cảm thấy và trải qua. Điều đó có lạ lùng hay bất bình thường như thế nào đi chăng nữa cũng không sao, bạn không hề bị tổn thương khi kể với tôi về điều đó.

Lúc đó họ không còn sợ về cái chết nữa.

Thường thì những bệnh nhân hồi tỉnh hay kể về ánh sáng màu vàng mà họ nhìn thấy ở một khoảng cách xa cuối đường hầm. Andrea, một phóng viên của mạng lưới truyền hình có tầm quan trọng, cho phép tôi đưa cô trở về quá khứ để chứng minh và tả lại đời sống của cô vào thế kỷ 19. Lúc đó cô là một phụ nữ nông thôn ở Great Plains. Vào giây phút cuối đời, hồn cô lia khỏi xác và từ một khoảng xa cô ngắm nhìn cái xác. Rồi cô cảm thấy bị kéo vào một ánh sáng, trong trường hợp của cô thì ánh sáng đó màu xanh. Khoảng cách bắt đầu xa hơn cái xác rồi đi đến một đời sống mới nào đó không rõ ràng. Đây là một kinh nghiệm gần kề cái chết hầu như điển hình và phổ biến. Andrea đã diễn tả về sự trải nghiệm của bản thân trong kiếp trước cách đây hàng trăm năm.

Linh hồn đó đi về đâu khi lia bỏ thể xác? Tôi không biết chắc; Có lẽ không có từ ngữ để gọi. Tôi gọi đó là cảnh giới khác, một cấp độ cao hơn hoặc một tình trạng cao hơn của sự nhận thức. Linh hồn đó rõ ràng vẫn tồn tại ngoài cái thân thể vật chất. Nó không chỉ tạo ra mối liên hệ với những đời sống khác của con người mà nó vừa rời bỏ mà còn với tất cả các linh hồn khác. Một cách vật lý, chúng ta chết đi, nhưng phần hồn của chúng ta không thể bị hủy diệt mà còn bất diệt. Linh hồn thì vô tận, không hề bị ảnh hưởng bởi thời gian. Về cơ bản thì có lẽ có một linh hồn, một sinh lực, nhiều người gọi đó là đấng tối cao, người khác gọi đó là tình thương. Cái tên không có gì quan trọng.

Tôi nhìn linh hồn như là thân thể của sinh lực hòa lẫn với năng lực vũ trụ, rồi một lần nữa tách rời, khi nó đầu thai vào một kiếp sống mới nó trở lại nguyên vẹn như cũ. Trước khi nó hòa hợp với đời sống mới, nó nhìn xuống thân xác mà nó vừa lia bỏ và kiểm soát lại quãng đời nó vừa chia tay. Quãng đời này được đảm trách bởi lòng từ và yêu thương. Đó không dành cho hình phạt mà dành cho sự học hỏi.

Linh hồn bạn ghi nhận những kinh nghiệm riêng. Nó cảm nhận được sự cảm kích và lòng biết ơn của bất cứ một người nào mà bạn đã giúp đỡ hoặc bạn yêu thương theo cách cao hơn vì nó đã rời bỏ thân xác. Cũng giống như vậy, nó cảm nhận nỗi đau, sự giận dữ, niềm tuyệt vọng của mỗi người mà bạn làm tổn thương hay phụ bạc (lại cường điệu một lần nữa). Trong cách này linh hồn học hỏi để không gây ra những điều tổn hại, mà chỉ để yêu thương.

Ngay khi ôn lại quãng đời đã qua, linh hồn dường như càng lúc càng xa thể xác hơn, thường thì nó tìm kiếm một ánh sáng tuyệt đẹp như cha ông của Andrea đã làm, mặc dù có thể điều này không xảy ra ngay lập tức. Không sao cả, ánh sáng vẫn luôn ở đó. Thịnh thoảng, có nhiều linh hồn ở chung quanh bạn, bạn có thể gọi đó là bậc thầy hoặc người hướng dẫn, những người này rất khôn ngoan và sẽ giúp linh hồn bạn trong kiếp luân hồi khác. Ở mức độ mà linh hồn bạn hòa hợp với ánh sáng, nó vẫn giữ lại sự nhận thức để nó có thể tiếp tục tìm hiểu, học hỏi ở một phương diện khác. Đó là sự hòa hợp cùng lúc với ánh sáng kỳ diệu hơn, và ở cuối chặng đường bất diệt, sự hoà hợp sẽ hoàn thành. Sự nhận thức vẫn tồn tại riêng lẻ, vẫn có những bài học trên trái đất và ở một thế giới khác với cảm giác vui sướng thỏa mãn không thể kể xiết. Dần dần thời gian làm thay đổi, linh hồn đó quyết định đầu thai trở lại trong một thể xác khác, cảm giác hòa hợp tan biến. Nhiều người tin rằng có một nỗi buồn sâu sắc lúc chia tay với niềm hân hoan này: niềm vui sướng trong sự hòa lẫn giữa năng lực và ánh sáng. Và điều đó có lẽ là như vậy.

Ngay kiếp hiện tại trên trái đất này, chúng ta là những cá nhân riêng lẻ, nhưng cá nhân hóa là một đặc tính ảo tưởng trên bình diện này, khía cạnh này, hành tinh này. Vâng, chúng ta tồn tại như vật chất hiện hữu giống như một cái ghế mà chúng ta đang ngồi đọc sách. Nhưng các nhà khoa học biết cái ghế chỉ là những nguyên tố, những phân tử và năng lượng; nó là cái ghế và nó là năng lượng. Chúng ta là con người, bị giới hạn, và chúng ta bất diệt.

Tôi cho rằng ở một mức độ cao nhất, những linh hồn sẽ nối kết với nhau. Đó là những ảo giác hoặc là chứng hoang tưởng cho rằng ta là cá nhân riêng lẻ, độc đáo. Ngay lúc điều đó được nói đến ở đây thì chúng ta đã nối kết với từng linh hồn khác; như vậy trong một phạm vi khác nhau, chúng ta là một. Trên thế giới này, về mặt vật chất, thể xác chúng ta có tỷ trọng nặng nề; đau đớn vì bệnh tật. Nhưng ở cảnh giới cao hơn, tôi cho là bệnh tật không tồn tại. Vẫn ở trong cảnh giới cao đó vật chất không hiện hữu, chỉ duy nhất tâm thức hiện hữu. Ngoài cảnh giới đó chúng ta không thể nhận biết được linh hồn đang ở cõi nào, thậm chí cả thời gian không tồn tại. Điều này có nghĩa rằng kiếp trước, kiếp hiện tại, và kiếp tương lai có thể xảy ra cùng một lúc.

Tôi là bác sĩ nội khoa và là một chuyên gia về tâm thần học. Chữa bệnh là niềm đam mê của cuộc đời tôi. Tôi tin rằng mỗi chúng ta đều bị thôi thúc theo bản năng hướng đến việc điều trị bằng tâm linh và phát triển tâm linh, hướng đến niềm cảm thông và từ ái, hướng đến sự tiến hóa. Tôi tin rằng, về mặt tâm linh chúng ta sẽ tiến tới, không thụt lùi. Sự vô ý thức, không phải là tiềm thức, đã xây dựng trong đó một cơ chế đưa nó theo con đường tích cực của sự tiến hóa về tâm linh. Nói một cách khác, linh hồn luôn luôn tiến đến sự lành mạnh. Ở mức độ cao hơn, thời gian được đo đếm trong những bài đã học dù trên trái đất này nó đã được sắp xếp theo thứ tự. Chúng ta sống trong và ngoài thời gian. Kiếp sống quá khứ và tương lai hội tụ ngay ở kiếp sống hiện tại, nếu bây giờ chúng có thể xui khiến ta hướng đến việc chữa lành bệnh để kiếp này chúng ta sống lành mạnh hơn và thỏa mãn về mặt tâm linh hơn, chúng ta sẽ tiếp tục phát triển. Vòng luân hồi vẫn tiếp tục, vẫn cố gắng giúp chúng ta cải thiện những kiếp tương lai tốt đẹp hơn ngay lúc chúng ta vừa rời khỏi cuộc sống này.

Tôi cho rằng nhiều người trong chúng ta đã phí thời gian bản khoản về một mức độ cao hơn của sự hiểu biết là gì. Vấn đề này rất hấp dẫn để suy gẫm. Nhưng mục đích của chúng ta bây giờ là chữa cho riêng bản thân khỏi bệnh vì chúng ta đang sống trong một thế giới vật chất. Tôi đã thấy nhiều người, đặc biệt là những người theo tư tưởng mới<sup>[1]</sup> không có một chút hiểu biết căn bản nào về cuộc sống ngay khi đang sống trong thế giới này. Phát triển lãnh vực niệm tri và thiên định là rất quan trọng, tuy nhiên những người dành cả cuộc đời sống ẩn dật nên hiểu rằng chúng ta là một loại xã hội, và những người không từng trải qua những thú vui vật chất và cảm giác, thì họ không thể học hết được bài học mà cuộc đời đã dạy.

Như tôi đã kể, mãi đến gần đây tôi mới đưa bệnh nhân trở về quá khứ để họ nhìn thấy và hiểu được kiếp trước của họ. Bây giờ thì tôi bắt đầu đưa họ đến tương lai. Tuy nhiên, dù chúng ta chỉ

nghiên cứu kiếp sống trước, chúng ta cũng có thể nhìn thấy chúng ta đã được tiến hóa như thế nào vào những kiếp sống đó. Mỗi kiếp sống là một bài học kinh nghiệm cho chúng ta. Nếu chúng ta đạt được trí tuệ của kiếp sống trước rồi thông qua ý thức thiện nguyện - sự thiện nguyện của linh hồn - chúng ta có thể làm ảnh hưởng đến kiếp sống hiện tại.

Linh hồn ta lựa chọn cha mẹ để thúc đẩy tiếp tục quá trình bài học mà chúng ta có thể tiến hành việc chữa bệnh. Những gì chúng ta chọn để làm trong kiếp này đều có cùng một lý do. Chúng ta không chọn cha mẹ thô lỗ vì không ai muốn bị sỉ nhục. Tuy nhiên nhiều cha mẹ trở thành kẻ thô lỗ, đó là tự ý họ, và trong một kiếp sau hoặc có lẽ trong kiếp này, họ sẽ học bài học về lòng từ ái và từ bỏ hành động xấu xa đó.

Tôi đã đầu thai làm con của Alvin và Dorothy Weiss, và trở thành bác sĩ tâm thần. Vào kiếp trước tôi là một chiến sĩ trong phong trào kháng chiến bí mật của Cộng Hòa Séc, bị giết vào năm 1942 hay 43 gì đó. Có lẽ cái chết của tôi đã đưa tôi đến việc nghiên cứu sự bất diệt trong kiếp này; có lẽ niềm ao ước được học và dạy đã bị hoãn lại vì ở một kiếp trước nữa tôi là một thầy dòng của thành phố Babylon<sup>[4]</sup> xa xưa. Dù cho bất cứ điều gì đi nữa, tôi đã lựa chọn đầu thai thành Brian Weiss, vì vậy, tôi có thể sử dụng tối đa sự học vấn của riêng tôi và chia sẻ nó với người khác bằng cách trở thành bác sĩ. Tôi đã chọn cha mẹ cho tôi, bởi vì Người đã tạo mọi điều kiện thuận tiện cho tôi ăn học. Cha tôi thay đổi học thuật và muốn tôi trở thành bác sĩ. Ông cũng rất thích tôn giáo và dạy tôi về đạo Do Thái, nhưng ông không bắt buộc. Do đó tôi trở thành giáo sĩ thế tục, một bác sĩ tâm thần. Mẹ tôi rất đáng yêu và không có tính xét nét. Bà tạo cho tôi cảm giác yên ổn, nên sau này tôi đã dám đánh liều sự nghiệp và bảo hiểm tài chính để xuất bản cuốn Tiên kiếp và Luân Hồi, có thật không? Cha mẹ tôi không hề có tư duy về xúc cảm của tư tưởng mới và họ không tin về luân hồi. Có vẻ như tôi chọn họ vì họ đã bảo trợ và cho tôi tự do để tôi tiếp tục con đường đời mà tôi đã lựa chọn cuối cùng. Tôi tự hỏi đã có ai dính líu với tôi trong quyết định đó? Những thần linh, người dẫn đường, thiên thần, có phải tất cả họ là phần của một linh hồn? Tôi không biết.

Sự thật là linh hồn nào đó đã chọn đầu thai thành Saddam Hussein, linh hồn khác thì thành Osama bin Laden. Tôi tin rằng họ đầu thai trở lại để sử dụng cơ hội học hỏi của họ, cũng như bạn và tôi. Họ không muốn đầu thai lại để gây hại hay bạo động, đặt bom giết người hay trở thành tên khủng bố. Họ quay lại để kháng cự sự thôi thúc đó, có lẽ vì họ nhượng bộ nó trong nhiều kiếp trước. Họ trở lại cho một loại thực nghiệm trong môi trường chúng ta đang sống, nhưng họ đã thất bại thảm thương. Dĩ nhiên tất cả điều này chỉ là suy đoán.

Nhưng tôi tin rằng linh hồn họ trở lại cư trú nơi họ trong một nỗ lực tìm kiếm các giải pháp bạo lực, thành kiến, và hận thù. Linh hồn của cha mẹ thô lỗ quay lại cùng một lý do. Họ tích lũy tiền bạc và quyền lực rồi đối mặt với sự lựa chọn giữa bạo động và lòng từ, định kiến và giáo dục, hận thù và yêu thương. Vào lúc này chúng ta đã biết sự lựa chọn của họ. Họ phải trở lại lần nữa để đối diện với kết quả của nghiệp báo mà họ đã tạo ra, một lần nữa, họ đối diện với sự lựa chọn cho đến khi họ có thể bước lên phía trước.

Nhiều sinh viên hỏi tôi tại sao có người lại chọn đầu thai vào sống ở khu nhà ổ chuột tại Bogotá hay Harlem. Tôi đã từng gặp một vị tu sĩ Phật giáo, tùy tùng của Đức Dalai Lama, ông đã cười nhạo câu hỏi này. Với họ, cuộc đời chỉ là một màn biểu diễn trên sân khấu. Người đàn ông sống trong khu ổ chuột chỉ là một vai diễn; vào kiếp sau, người diễn viên này sẽ xuất hiện như một vị hoàng tử. Tôi tin là chúng ta chọn đầu thai sống trong khu ổ chuột bởi vì chúng ta phải hiểu được cái nghèo như thế nào; biết đâu trong một kiếp khác, chúng ta sẽ giàu có. Chúng ta phải là người giàu, người nghèo, đàn ông, đàn bà, khỏe mạnh, đau ốm, to lớn, nhỏ con, mạnh mẽ, hay yếu đuối. Nếu trong một kiếp nào đó tôi giàu có, nhưng người khác thì đang sống trong khu nhà ổ chuột như tôi đã từng sống, thì tôi sẽ muốn giúp họ vì đó là một bước tiến trong sự phát triển của riêng tôi.



Có hai yếu tố quan trọng trong việc này. Thứ nhất, trong một kiếp chúng ta không thể học hỏi hết mọi thứ. Điều đó không là vấn đề gì cả, vì còn rất nhiều kiếp nữa. Thứ hai, mỗi lần chúng ta đầu thai trở lại là để được chữa lành bệnh.

Đời sống chúng ta là một chuỗi bước tiến của mức độ tiến hóa. Chúng ta sống ở đâu? Khi nào thì hoàn toàn được khỏe mạnh? Khi nào chúng ta đạt đến đỉnh cao nhất? Có lẽ ngay nơi mức độ tinh thần cao nhất có người cho đó là thiên đường, người khác gọi là Niết bàn.

Tôi cho rằng hành tinh này được tạo ra như một nơi để chúng ta trải nghiệm những cảm xúc, cảm giác, tình cảm, và những mối quan hệ. Đây là nơi mà chúng ta có thể yêu thương và có những cảm giác lạ thú. Chúng ta thường thức hương hoa cỏ, chạm vào da thịt của bé con, ngắm nhìn sự lộng lẫy của cảnh vật, lắng nghe tiếng gió xào xạc. Quả là một chủ ý. Quả là một lớp học!

Nhiều năm sau sẽ có bài thi quan trọng, bất kể chúng ta muốn ca ngợi ngôi trường này hay phá hủy nó, khi mà công nghệ hiện đại đã giúp chúng ta có khả năng để làm việc đó. Tôi không chắc rằng chúng ta có quyền lựa chọn, mà có thể đó là số phận của chúng ta. Nếu đáng Tối Cao quyết định hành tinh này đáng để gìn giữ thì nó sẽ không bị phá hủy. Nếu nó không đáng, và chúng ta tiêu hủy nó thì linh hồn ta sẽ phải chịu đặng, chúng sẽ tìm một ngôi trường khác. Nhưng có thể ở đó sẽ không đẹp như thế giới của chúng ta, có thể không như thế giới vật chất.

Tất cả mọi linh hồn đều bằng tuổi, không tuổi tác, nhưng có linh hồn này tiến bộ nhanh hơn linh hồn kia. Saddam Hussien có lẽ là một học sinh lớp 3 trong khi Đức Dalai Lama thì đã tốt nghiệp phổ thông. Cuối cùng thì tất cả chúng ta đều sẽ đạt đến giác ngộ, nhanh hay chậm là tùy vào sự tự nguyện của chúng ta.

Sự tự nguyện được nói đến ở đây không giống như khả năng của linh hồn mà chúng ta lựa chọn cha mẹ và những tình huống trong cuộc đời. Đúng hơn, đó là ý chí của con người, và chúng ta đang ở trong sự kiểm soát đó trên trái đất này. Do định mệnh tôi đã nhận ra điều đó. Định mệnh đưa ta đến với nhau, dù tốt hay xấu.

Chính sự tự nguyện để chúng ta lựa chọn thức ăn, xe cộ, quần áo, và những chuyến du lịch. Sự tự nguyện cũng cho phép ta chọn lựa cha mẹ, dù có thể chính định mệnh đã kéo ta đến với họ và kéo họ đến với ta. Tôi đã gặp vợ tôi, Carole, tại Catskill Mountains; tôi là người rửa chén tại nhà hàng trong khách sạn nơi nàng đến nghỉ. Định mệnh. Trong mỗi quan hệ của chúng tôi, như hàng trăm triệu mối quan hệ khác, đều lệ thuộc vào sự tự nguyện. Chúng tôi chọn ngày giờ, và chúng tôi chọn cuộc hôn nhân này.

Tương tự như vậy, chúng ta có thể chọn lựa để tăng thêm khả năng yêu thương và lòng từ ái của chúng ta. Chúng ta có thể chọn lựa để làm những hành động nhỏ nhoi của lòng từ, điều này sẽ đem lại niềm hân hoan cho nội tâm ta. Chúng ta có thể chọn lòng vị tha hơn là ích kỷ, chọn sự kính trọng hơn là định kiến. Trong mỗi khía cạnh của cuộc đời, chúng ta có thể chọn để tạo ra một quyết định yêu thương, và bằng những hành động đó, linh hồn chúng ta sẽ tiến bộ hơn.

Thạc sĩ John E.Mack, tác giả của giải thưởng Pulitzer, Giáo sư tâm thần học tại trường Y Khoa Harvard, chỉ ra rằng:

“Giờ đây chúng ta đang chứng kiến một sự xuất hiện cùng lúc của khoa học, tâm lý, và tâm linh sau nhiều thế kỷ của giáo điều và kỷ luật chấp vạ. Cả vật lý học tân tiến và tâm lý học sâu sắc đang hé mở một bầu trời, trong đó những gì chúng ta nhận thức được đều có mối liên hệ qua lại,

như âm thanh vang lại, vật chất và phi vật chất. Điều này có thể tạo ra khả năng công bằng của vũ trụ, chân lý và thương yêu đúng hơn là ý nghĩ duy tâm không thực tế.

Thế giới trần tục phương Tây gọi tâm điểm của khả năng này là tình trạng “bất bình thường” của sự nhận thức. Nhưng trong truyền thống tôn giáo vĩ đại trên thế giới thì gọi nhiều cách khác nhau: cảm giác đầu tiên khi có tín ngưỡng, tính thống nhất huyền bí, mối liên hệ với sự tồn tại của trái đất, hoặc lòng yêu thương vạn vật ngay trọng tâm của tình trạng nhận thức hoặc tồn tại là sự mở mang tiềm ẩn của bản thân vượt ngoài ranh giới thông thường.”

Tôi có thể dùng linh hồn thay thế bản thân và nói thêm là những ranh giới đó vượt quá vũ trụ rộng lớn.

Tôi đã mất 24 năm mới đạt đến một chân lý đơn giản trong phần cốt lõi của cuốn sách này. Chúng ta bất diệt. Chúng ta vĩnh hằng. Linh hồn chúng ta tồn tại mãi mãi. Sự tồn tại này là như vậy, chúng ta nên bắt đầu hành động như thể chúng ta biết rằng sự bất diệt là một ân huệ cho chúng ta. Hoặc là, đặt nó đơn giản hơn, chúng ta nên chuẩn bị cho sự bất diệt – ở đây, bây giờ, hôm nay, ngày mai và mỗi ngày của phần đời còn lại. Nếu chúng ta chuẩn bị, thần thức của ta sẽ tiến lên đến mức độ tiên hóa, đến gần hơn với việc chữa trị bằng tâm linh, đến gần hơn tình trạng nhận thức cao. Nếu ta không chuẩn bị ta sẽ tái sinh lại kiếp hiện tại - vẫn còn tác dụng, diễn biến thích hợp – và làm cho kiếp sau bị ngưng trệ thông thạo bài học mà kiếp này ta đã học. Và trì hoãn việc thông thạo bài học cho kiếp sau mà ta đã học ở kiếp này.

Chúng ta sẽ chuẩn bị như thế nào đây? Người bất diệt phải hành động như thế nào đây? Ở kiếp này chúng ta chuẩn bị bằng cách học làm sao để có những mối quan hệ tốt hơn; làm sao để trải lòng yêu thương, tâm từ nhiều hơn; làm sao để khỏe mạnh hơn về thân thể, về tình cảm, về tinh thần; làm sao để giúp đỡ người khác; làm sao để hưởng thụ được thế giới này và còn tiến xa đến sự tiên hóa của thế giới nữa, tiến xa đến việc chữa trị bằng tâm linh. Nhờ chuẩn bị cho sự bất diệt mà chúng ta sẽ làm lắng nỗi sợ hãi hiện tại, tự cảm thấy tốt hơn, và phát triển hơn về mặt tâm linh. Và ngay giây phút chính xác ta sẽ làm cho những kiếp sống sau lành mạnh hơn.

Hiện nay, nhờ vào tiến trình liệu pháp mà bệnh nhân của tôi có được sự trải nghiệm và kể lại cho tôi nghe, chúng tôi có thể nhìn thấy kết quả trong cách cư xử hiện tại của chúng tôi, và như vậy chúng tôi hình thành kết quả đó cho tương lai. Nếu chúng ta có thể tăng tốc quá trình chữa trị bằng tâm linh, quá trình tiên hóa, đó là hành động liệu pháp tốt nhất mà ta có thể thực hiện, điều tốt nhất mà ta có thể làm, không chỉ cho thần thức của ta mà còn cho mọi người trên thế giới này. Đó là những gì mà tôi đã học từ những bệnh nhân của tôi.



## Chương 2. George: kiểm soát cơn giận

Kiểm soát cơn giận là một trong nhiều kỹ năng mà bây giờ chúng ta có thể học để tránh lặp lại sự bạo động trong những kiếp sau. Câu chuyện sau đây của một người đàn ông mà tôi đã điều trị trước khi tôi tiến hành điều trị liệu pháp cho vài bệnh nhân. Những điều mà anh ta nhìn thấy đều nằm ở những năm sắp đến, việc điều trị cho anh ta có thể đi khá nhanh.

George Skulnick đã làm hết sức mình để tự hủy hoại bản thân. Không màng đến bệnh sử là đau tim và cao máu, anh ta quá cân, nghiện thuốc, làm việc quá sức, từ bỏ những kỳ nghỉ ngay giây phút cuối, lạm dụng đơn thuốc bệnh tim bằng cả hai cách: quên uống thuốc, hoặc để đèn bù, lại uống quá liều. Anh ta đã bị đau đớn vì bệnh tim và một bệnh khác vừa bị chớm.

Bác sĩ tim mạch của anh, Barbara Tracy, khuyên anh đến chỗ tôi để giảm căng thẳng.

Barbara cảnh báo tôi:

- George là một trường hợp rất khó. Hãy thận trọng với những cơn giận dữ bất thường.

Và giờ đây, anh cùng vợ đang ở tại văn phòng tôi. Vợ anh, một người phụ nữ độ tuổi trung niên, đang nhìn tôi với đôi mắt van nài.

George nói:

- Betty sẽ ngồi ngoài phòng chờ, trong trường hợp ông cần cô ấy.

Quay lại nhìn bà ta, tôi nói nhẹ nhàng:

- Nếu bà không phiền.

- Ồ, không.

Bà ta nhìn tôi lần cuối với sự van nài rồi rời khỏi phòng, đóng sập cửa.

George là người đàn ông béo lùn, chắc đậm có cái nhìn đầy quyền lực, với đôi cánh tay quá khổ, bao tử quá lớn, và đôi chân khẳng khiu đáng ngạc nhiên, một đứa trẻ bị bệnh đau không nhanh nhẹn. Khuôn mặt anh ta tròn trĩnh hồng hào; những tia máu như vỡ ra quanh mũi, dường như đang uống quá chén. Tôi đoán anh ta khoảng chừng gần 60 tuổi, dù anh ta chỉ mới 52.

- Ông là bác sĩ chuyên về việc đầu thai.

Đúng ra là anh ta nói chứ không phải là câu hỏi.

- Chính xác.

- Tôi không tin ba cái chuyện vợ vắn đó.

- Nhiều người cũng không tin.

Nếu anh ta có ý làm tôi nản lòng, thì cũng vô ích thôi.

- Bác sĩ Tracy nói rằng ông làm gì đó gọi là trị liệu.

- Đúng vậy. Thường thì nó đưa bệnh nhân trở lại những kiếp quá khứ.

- Chuyện nhảm nhí.

Anh ta ngừng lại và giơ tay lên:

- Đừng đưa tôi đi lạc đó. Tôi sẽ mạo hiểm với bất cứ điều gì miễn là nó sẽ tránh được cơn đau khác.

Thật ra, George đã từng kể cho Barbara nghe về chuyện anh đã trải nghiệm đến gần kề cái chết. Trong lúc cơn đau tim bị bùng phát, anh có cảm giác bản thân mình rời khỏi thể xác hướng tới đám mây có ánh sáng màu xanh. Trong khi bay bổng, anh bắt đầu nhận ra ý niệm: mọi việc sẽ ổn thôi. Sự nhận thức này làm anh nhẹ nhàng, và anh muốn kể chuyện này với gia đình. Từ một điểm lợi thế anh có thể nhìn vợ con anh đang ở đâu. Họ đang rất lo lắng, anh muốn làm cho họ yên tâm, nhưng anh không thể. Anh lướt xa ra đến chỗ thân thể mình, và khi anh nhìn lại anh thấy họ không quan tâm đến anh, như thể là anh đã chết nhiều năm. Sự kiện này đã thúc giục anh đến với tôi.

Tôi nói:

- Sau khi tôi tìm hiểu kỹ về anh rồi chúng ta hãy quyết định nên làm gì. Bác sĩ Tracy nói là anh đang bận với việc kinh doanh xây dựng.

- Công ty xây dựng Skulnick. Chúng tôi chuyên về xây dựng nhà máy, nhà kho và cao ốc văn phòng. Có lẽ ông đã nhìn thấy bảng hiệu của chúng tôi, nó tràn khắp Miami.

Thật tình thì tôi có thấy. Anh ta tiếp tục:

- Tôi bị nhức đầu kinh khủng, bị áp lực liên tục. Nếu mà tôi không tự mình kiểm tra, giám sát mọi vị trí, chắc chắn người ta sẽ làm rối tinh lên.

- Chuyện gì sẽ xảy ra nếu họ làm rối tinh lên. Mắt anh ta lóe lên:

- Tôi sẽ nổi giận.

Barbara kể cho tôi biết cơn thịnh nộ là sự nguy hiểm nhất mà George đối phó, như một con dao ghim thẳng vào trái tim anh ta.

Tôi nói:

- Hãy kể cho tôi nghe về cơn giận của anh.

- Tôi mất tự chủ. Tôi nổi điên la hét. Mặt tôi đỏ lên, và tôi cảm thấy trái tim tôi đang bị căng phồng và sắp nổ tung.

Hơi thở anh ta tăng nhanh ngay lúc kể chuyện:

- Tôi muốn chửi mắng hoặc đánh, hoặc giết một ai đó. Tôi nổi điên.

- Khi anh ở với gia đình thì sao?

- Cũng tệ như vậy, có khi còn tệ hơn. Thình thoảng tôi giận dữ với ai đó trong văn phòng, uống vài ly trên đường về nhà, và bước vào nhà tìm kiếm cuộc cãi cọ. Bữa tối chưa sẵn sàng? Đập! Bài tập chưa làm xong? Đánh!

Anh ta cuối đầu xuống nhìn lòng bàn tay:

- Gia đình tôi rất sợ tôi. Dĩ nhiên là tôi thật sự không muốn đánh họ. Nhưng có lẽ phút nóng giận lại xảy ra.

- Tôi hiểu. Có lẽ chúng ta nên tìm hiểu cơn thịnh nộ bắt đầu từ đâu.

Anh ta ngẩng đầu lên:

- Tôi cho là do cha tôi. Cha tôi là người hung hãn và nghiện rượu.

- Điều đó có thể giải thích được, nhưng có lẽ còn nhiều cái khác nữa.

- Điều gì đó đã xảy ra trong kiếp trước? Tôi nhún vai:

- Có thể.

- Và bác sĩ nghị liệu pháp này sẽ giúp ích?

- Tôi tin là quan trọng với ông, mặc dù tôi có thể giúp ông bằng liệu pháp tâm lý truyền thống. Nhưng có thể ông sẽ thích phương pháp trở về quá khứ này hơn. Ông đã từng trải qua giai đoạn cận kề cái chết, và điều này làm tôi tin rằng ông sẽ dễ dàng đi ngược lại quá khứ. Nếu ông bị khó chịu hoặc đau đớn, hoặc quá căng thẳng, lập tức tôi sẽ biết và chúng ta sẽ ngừng.

Anh ta yên lặng giây lát rồi hỏi:

- Bác sĩ dùng thuật thôi miên, có đúng không?

- Đúng.

- Nếu tôi bị thôi miên, làm sao ông biết khi nào tôi muốn ngừng?

- Ông sẽ nói với tôi.

- Từ một kiếp sống khác?

- Chính xác.

Tôi có thể nghe anh ta trả lời “vâng, chắc chắn” từ trong trí óc của anh ta. Nhưng tất cả những gì anh ta nói là “ được rồi, hãy thử đi”.

Trong một cuốn sách khác tôi đã viết rằng:

Thuật thôi miên là phương pháp chính mà tôi đã sử dụng để giúp bệnh nhân thâm định những hồi ức về kiếp trước. Mục đích của thuật thôi miên, cũng như thiền định, là thâm định tiềm thức. Trong tiềm thức, những quy trình tinh thần xảy đến mà không hề có sự nhận thức sáng suốt. Chúng ta đã trải qua những giây phút của trực giác, trí tuệ, và sáng tạo khi những quy trình này lóe sáng trong sự nhận thức sáng suốt.

Tiềm thức không hề bị hạn chế bởi những ranh giới áp đặt của logic, không gian, hoặc thời gian. Nó có thể nhớ tất cả mọi thứ, bất kể thời gian. Nó có thể vượt qua điều thường tình để đạt đến một trí tuệ siêu việt. Thuật thôi miên thâm định trí tuệ của tiềm thức bằng cách tập trung để đạt được phương pháp điều trị. Chúng ta nằm trong trạng thái thôi miên khi mối quan hệ bình thường giữa nhận thức và tiềm thức được định dạng lại để tiềm thức đóng vai trò nổi bật hơn...

Khi bạn bị thôi miên, bạn không phải đang ngủ. Sự nhận thức của bạn luôn luôn biết rõ những gì bạn đang trải nghiệm trong lúc bạn bị thôi miên. Mặc dù trong tiềm thức sâu thẳm kết nối, trí óc của bạn có thể nhận định, phê bình và xem xét. Bạn luôn kiểm soát được những điều bạn nói. Thuật thôi miên không phải là một liều thuốc miễn dịch. Bạn không bước vào cỗ máy thời gian và bỗng nhiên tìm thấy bản thân mình chuyển sang một thời điểm khác, một nơi khác mà không hề nhận biết được hiện tại...

Điều này dường như cần có một kỹ năng xuất sắc để đạt đến một mức độ sâu thẳm của thuật thôi miên. Tuy nhiên, mỗi người trong chúng ta đều có những phút thoải mái dễ chịu mỗi ngày, tựa như chúng ta vượt qua tình trạng giữa tỉnh thức và cơn mê ngủ, đó là trạng thái bị thôi miên...

Lắng nghe một giọng nói hướng dẫn của ai đó để tập trung lại, và để giúp đỡ bệnh nhân đạt đến mức độ sâu hơn của tình trạng thôi miên và thư giãn. Thôi miên không có gì nguy hiểm. Chưa

có người nào bị “kẹt” trong tình trạng thôi miên cả. Bạn có thể chìm vào trạng thái bị thôi miên bất cứ khi nào bạn muốn. Chưa ai từng xâm phạm đến nguyên tắc tôn giáo đạo đức của riêng họ. Chưa ai có hành động vô ý ngu xuẩn cả. Không ai có thể điều khiển được bạn. Bạn tự điều khiển mình.

Trong trạng thái thôi miên, bạn luôn tỉnh thức và quan sát. Đây là lý do nhiều người bị thôi miên vẫn tham gia tích cực vào thời thơ ấu hoặc những cảnh tượng của kiếp trước trong ký ức, họ có thể trả lời những câu hỏi của nhà trị liệu, nói bằng ngôn ngữ của đời sống hiện tại, biết nhiều vùng địa lý mà họ nhìn thấy, và thậm chí họ còn biết năm nào, thường thì những chuyện này chỉ lóe lên trong mắt hoặc chợt hiện ra trong trí nhớ. Khi bị thôi miên, tâm trí vẫn luôn giữ lại sự nhận thức và hiểu biết trong hiện tại, còn những ký ức thời thơ ấu hoặc kiếp trước là được đặt vào ngữ cảnh. Nếu năm 1900 lóe lên, và bạn tìm thấy mình đang xây kim tự tháp vào thời cổ đại, bạn “biết” đó là thời kỳ trước Công nguyên, ngay cả khi bạn không nhìn được những hàng chữ có thật đó.

Đây cũng là lý do mà một bệnh nhân được chữa trị bằng phương pháp thôi miên có thể nhận ra những người sống ở kiếp trước mà anh ta được biết trong kiếp này, ví dụ như khi anh ta tìm thấy bản thân trong cuộc nổi dậy của giai cấp nông dân vào cuộc chiến tranh Châu Âu thời Trung cổ. Đây là lý do mà anh ta có thể nói tiếng Anh hiện đại, so sánh những vũ khí thô sơ của thời kỳ đó với thứ vũ khí trong thời kỳ này mà anh đã từng nhìn thấy hoặc đã sử dụng, biết niên đại của nó, v.v...

Trí óc hiện tại của anh ta tỉnh thức, quan sát, nhận xét. Anh ta có thể luôn luôn so sánh những chi tiết và những sự kiện trong thời kỳ đó với đời sống hiện tại. Cùng một lúc, anh ta là một nhà quan sát và phê bình phim ảnh, và thường xuyên cùng một lúc là một ngôi sao màn bạc. Anh ta có thể giữ trạng thái vừa thư giãn vừa bị thôi miên.

Với cách giúp cho bệnh nhân khẳng định tiềm thức, thuật thôi miên đưa bệnh nhân vào tình trạng nắm được khả năng phi thường trong việc chữa trị. Nói theo cách ẩn dụ là thôi miên đưa bệnh nhân vào một khu rừng có phép thần thông, nơi có một loại cây thần dược, mà nếu thuật thôi miên tiết lộ cho bệnh nhân về xứ sở thần dược đó, thì quá trình thoái chuyển là cây thần dược có nhiều quả mọng thiêng liêng mà họ phải ăn để trị bệnh.

Phép trị liệu thoái chuyển là một hành động tâm linh quay về thời quá khứ xa xưa nào đó để tìm lại ký ức vẫn còn ảnh hưởng tiêu cực vào kiếp sống hiện tại của bệnh nhân và có lẽ cũng là nguyên nhân của những triệu chứng căn bệnh của họ. Thuật thôi miên cho phép tâm trí bỏ qua những rào cản của ý thức để khai thác thông tin này, kể cả những rào cản đó giúp bệnh nhân tránh sự khẳng định có ý thức về kiếp trước của họ.

Tôi có thể hộ tống George đi vào khu rừng đó, giữ vai trò của nhà trị liệu bằng cách không nỗ lực đề nghị hoặc tác động vào những quả mọng chín mà anh ta có thể tìm thấy trên cây, bằng cách giữ giọng nói bình tĩnh và dịu dàng để bảo đảm sự thoải mái và thư giãn cho anh ta, bằng cách chỉ hỏi những câu mà anh ta có thể diễn tả thêm nữa về những gì mà anh ta đang nhìn thấy, bằng cách không ngạc nhiên, bằng cách không phán xét về mặt đạo đức, bằng cách không ngắt lời nhưng hướng dẫn anh ta lựa chọn thí dụ – ngắn gọn, bằng cách hành động như một người hướng dẫn.

Anh ta ngồi trên một cái ghế nhỏ, thoải mái. Tôi ngồi đối diện với anh ta. Tôi nói:

- Thư giãn, nhắm mắt lại...



Và chúng tôi bắt đầu. Cả hai chúng tôi đều không biết anh ta sẽ tìm được gì.

George nói:

- Tôi là chủ quán trọ người Đức. Tôi đang nằm trên một cái giường trong phòng trên lầu. Đó là vào thời Trung Cổ. Tôi đã già, hơn 70 tuổi, rất yếu, mặc dù gần đây tôi rất khỏe. Tôi có thể nhìn thấy bản thân mình rất rõ. Tôi có vẻ lồi thối lếch thếch, quần áo bẩn thỉu. Tôi đang bị bệnh. Đôi cánh tay một thời khỏe mạnh, bây giờ đã gầy yếu. Cơ bắp chắc khỏe đã từng nhấc những hòn đá giờ đã teo đi. Tôi chỉ đủ sức để ngồi dậy.

Từ một khoảng cách của bảy thế kỷ, anh ta nhìn tôi và gục đầu:

- Tôi không có trái tim.

Gia đình đang đứng chung quanh anh ta.

- Tôi đối xử với họ rất tệ bạc. Bần tiện với vợ con. Tôi không quan tâm tới họ, rượu chè say sưa, quan hệ bừa bãi. Nhưng họ bị lệ thuộc vào tôi, thậm chí bị tôi đánh đập, họ cũng không thể bỏ tôi đi. Những trận đòn của tôi rất tàn ác. Họ rất sợ hãi tôi.

Gần đây anh bị đột quỵ và đau tim, bây giờ chính anh là người phải lệ thuộc vào họ.

Tuy nhiên, dù anh bạc đãi họ, họ vẫn chăm sóc anh rất ân cần, thậm chí với lòng thương yêu. Người vợ hiện tại là con trai của anh trong kiếp trước, và người con gái bây giờ là vợ kiếp trước của anh.

Sự thay đổi như vậy là điều bình thường. Những người quan trọng trong hiện tại là đã quan trọng trong những kiếp trước đối với chúng ta.

Gia đình mệt mỏi nhìn anh nhưng không hề phàn nàn, vì anh quá yếu, không thể tự chăm sóc. Rốt cuộc, thể xác anh bị suy sụp do bởi những năm tháng rượu chè quá độ. Anh đang bay bổng trên đầu những người thân đang đau khổ, nhìn họ lòng tràn đầy hối lỗi vì đã cư xử quá tồi tệ.

Đó là khoảnh khắc của cái chết thể xác, khoảnh khắc dẫn ta đến sự hồi tưởng lại cuộc đời. Anh kể rằng tội lỗi là điều mà anh cảm thấy đau khổ nhất, tội lỗi cho một đời lãng phí.

Tôi bảo anh ta:

- Hãy bỏ đi những tội lỗi, điều đó không còn cần thiết nữa. Gia đình anh vẫn ổn cả, tội lỗi đang kéo anh trở lại.

Chúng tôi cùng khơi lại một kiếp của chủ nhà trọ. Anh sẽ rút ra được bài học gì từ đó? Anh vẫn còn trong trạng thái thôi miên, vẫn còn trong nhà trọ, vẫn nhận thức được khoảnh khắc chết đi. Anh diễn tả những suy nghĩ từng câu ngắt đoạn, nhưng cảm giác giấu sau đó thì rất rõ ràng, trong sáng.

Anh nói:

- Nguy hiểm và bạo động chứa đựng sự ngu xuẩn. Thẻ xác thì mong manh và nhất thời. Sự an ổn chỉ nằm trong tình thương yêu và lòng từ ái. Mọi gia đình đều cần nuôi dưỡng và chăm sóc. Tôi cần chăm sóc họ như họ đã chăm sóc tôi. Sức mạnh vĩ đại là sức mạnh của tình yêu.

Anh kể lại những điều này với một tác động của sự phát hiện, khi chấm dứt, anh dường như kiệt sức. Vì vậy, tôi nhẹ nhàng đưa anh trở lại. Chúng tôi có thể bàn bạc về những điều thầm kín của anh. Những điều mà anh tìm thấy khi anh quay về quá khứ. Anh cởi bỏ cái cảm giác bàng hoàng, sự thoái lui đầu tiên luôn luôn có tác động mạnh, và hứa sẽ quay lại vào tuần sau.

Khi anh ta ra về, tôi tự ghi nhớ một điều: “Có thể nhìn thấy trước kiếp sau từ sự gieo hạt ở kiếp này. Bệnh tim được lập lại. Đánh đập gia đình tái hiện. Một khuôn mẫu như nhau. Một bài học xuất hiện.” Tôi mong chờ George trở lại.

Lần sau khi tôi đưa anh ta trở về quá khứ thì anh là một người lính Pháp 17 tuổi, đang chiến đấu bảo vệ đất nước vào thời kỳ chiến tranh thế giới lần thứ nhất. Trong một trận nổ bom, anh bị mất cánh tay trái. Khi trải qua điều này anh chộp lấy cánh tay và kêu đau đớn. Nhưng cơn đau biến mất vì anh nhận ra rằng anh đã chết bởi vết thương. Một lần nữa, ngay khoảnh khắc của cái chết anh đã bay lơ lửng trên thẻ xác và có thể nhìn thấy bản thân mình vào một thời điểm khác trong cùng một cuộc đời. Anh không còn là người lính nữa mà là một người quan sát, rời khỏi những sự kiện mà anh đã miêu tả. Bây giờ anh là một đứa trẻ không hơn 10 tuổi, làm việc cật lực nhưng sống bình yên trong nông trại với cha mẹ rất đáng yêu và một cô em gái luôn tôn sùng anh. Trong nông trại có nhiều ngựa, bò, gà. Đó không phải là cuộc đời đầy sự kiện đáng ghi nhớ, một cuộc đời trước chiến tranh.

Tôi băn khoăn liệu cơn đau ở cánh tay trái có tương quan với cơn đau tim mà anh đã trải qua cả hai thời kỳ xa xưa và gần đây không, nhưng tôi không chắc lắm. Nhiều khi rất đơn giản để ta nhìn thấy một mối liên hệ giữa quá khứ và hiện tại, nhưng trong trường hợp này tôi không triển khai tốt hơn được.

Tôi không có cơ hội để nghĩ về điều đó lâu hơn, vì bỗng nhiên anh bắt đầu kích động mãnh liệt. Anh nối kết đời sống của người Pháp với một đời sống khác. Điều này xảy ra không bình thường; thông thường việc thoái lui dẫn đến một thời kỳ, dù thường khi bệnh nhân che lấp thời gian và sự kiện khác nhau trong cùng một kiếp. Giờ đây anh là một chiến binh Mông Cổ hay Tatar, đang sống ở Nga hay Mông Cổ gì đó anh cũng không chắc, cách đây khoảng 900 năm. Một chuyên gia huấn luyện ngựa dũng mãnh đi lang thang giết kẻ thù và tích lũy tài sản kếp sù. Những người bị anh giết thường là những thanh niên vô tội, nhiều người trong số họ là nông dân bị ép buộc đi lính, giống như người lính Pháp trẻ mà cuối cùng anh đã đầu thai. Trong khoảng thời gian đó, anh đã giết hàng trăm người và chết già. Hai trăm năm sau khi anh trở thành chủ nhà trọ người Đức anh ta không hề hối tiếc về những việc đã trải nghiệm. Bản thân anh ta không thấy đau khổ. Anh không hề học được bài học nào cả; có lẽ chuyện này sẽ đến vào những kiếp sau nữa. Cuộc đời chủ nhà trọ dường như là cuộc đời đầu tiên được xem xét lại mà anh cảm thấy ảm nản.

Kiếp làm người Mông Cổ của anh chỉ cho tôi điều gì đó mà gần đây tôi đã hiểu ra: học hỏi về những kết quả của hành động thì không cần thiết là việc tức thời. Anh có thể phải trải qua nhiều kiếp bạo động khác trước khi cảm nhận được những gì mà anh đã gây ra. Tôi không chắc là sẽ trải qua bao nhiêu kiếp; tôi không thể đếm được con số mà anh đã kể.

Có lẽ anh đã bị giết trong chiến tranh thế giới lần thứ nhất như một nghiệp báo do kiếp làm chiến binh hung hãn. Có lẽ sự ăn năn của người chủ nhà trọ không đủ. Có lẽ nếu anh thay đổi trước những hành vi bạo động, anh đã không trở lại chết tại Pháp. Có lẽ anh đã có cuộc sống lâu dài ở nông trại. Chúng tôi đã thảo luận tất cả những điều này khi tôi đưa anh ra khỏi sự thôi miên. Tôi nghĩ anh đang tâm sự với tôi rằng: giá mà anh không quá hung dữ trong kiếp trước thì có lẽ anh sẽ không quá hung dữ trong kiếp này. Anh đã trải qua kiếp của một kẻ giết người máu lạnh đến chủ nhà trọ thô lỗ rồi người lính Pháp, bị giết trước khi anh có cơ hội cho một cuộc đời trọn vẹn, rồi đến một nhà kinh doanh thành công vẫn giữ lòng tàn nhẫn, bị bệnh tim nguy kịch và bị cao máu.

Ngày hôm đó, tôi viết hai câu: “Giá trị của sự đồng cảm. Anh ta phải cảm nhận được những gì anh ta đã gây ra.” Và “trái tim luôn kết nối với nhiều kiếp sống”. Điều gì sẽ xảy ra tiếp?

Vào kiếp này, anh là một gã đàn ông Nhật đồng tính ở độ tuổi 30, gầy nhom, đang sống vào cuối thế kỷ 19. Gã đang có vấn đề về tình cảm; gã đang yêu một thanh niên trẻ. Gã cảm thấy không có cách nào khác để chiếm được tình yêu của anh chàng này ngoài cách dụ dỗ, vì vậy gã bắt đầu tiến hành. Rượu là một cách. Gã đưa chàng thanh niên đến phòng và chuốc rượu. Chàng trai trẻ chống đối yếu ớt, và đêm đó họ trở thành đôi tình nhân.

Chàng trai trẻ mắc cỡ, bối rối và nhục nhẽ. Trong nền văn hóa của đất nước anh ta, bệnh đồng tính là hành động mất danh dự và bị cấm đoán; quá xấu hổ vì đã cho phép bản thân mình vướng vào điều đó, chàng trai nổi cơn thịnh nộ. Lần hẹn tới hẳn cầm sẵn một con dao hay thanh kiếm gì đó và đâm thẳng vào ngực của tên đàn ông già hơn. George quá gầy yếu nên không thể chống đỡ, và chết ngay tức khắc.

Điểm lại kiếp sống đó là đề tài của thù ghét, giận dữ, thịnh nộ và rượu chè, tất cả đều tái hiện trong kiếp này. George nhận ra một điều lẽ ra anh nên kiên nhẫn hơn. Anh không nên dụ dỗ chàng thanh niên đó mà phải chờ đợi lòng tự nguyện của bạn tình. Anh ta không phán xét sự đồng tính, mà tội lỗi của anh là sự quấy nhiễu lòng tự nguyện của người khác bằng cách lôi kéo họ.

Mối liên hệ tinh tế hơn được đặt lên bàn cân. George bị béo phì làm cho cơn đau tim nguy hiểm thêm. Đôi khi người ta làm tăng cân và giữ cân như một sự bảo vệ. Vấn đề này chung cho phụ nữ bị hành hung, đánh đập, và họ cố gắng tránh sự hành hung bị tái diễn. Và đây là George, người hung hãn lại là nạn nhân của sự hành hung. Bệnh béo phì có vẻ như xuất phát từ kiếp sống đó và một kiếp khác, không phải trong kiếp này. Khi George hiểu ra điều này, ăn kiêng bắt đầu dễ dàng hơn.

Tôi viết: “Vết sẹo trong kiếp trước, có lẽ do vết dao đâm, liên quan đến tình trạng tim mạch trong tương lai?” tôi không chắc lắm, nhưng thường xuyên chúng tôi quay lại với những vết thương hoặc sự yếu ớt ở phần nào đó trong cơ thể, phần của vết thương bắt diệt hoặc sự hư hại trong kiếp sống trước.

Trong trường hợp của George mối liên quan này có vẻ là như vậy. Lúc George có thể đi vào sâu hơn, dường như anh ta bị sốc vì những chuyện trải qua và bị thôi thúc bởi những điều đó.

Năm 1981, khi Catherine chìm sâu vào tình trạng bị thôi miên, cô nhớ những bài học có giá trị từ những kiếp trước, và cô mang về những lời nhắn nhủ của các vị thầy. Bây giờ tôi hỏi George, khi anh đang trong tình trạng sâu hơn, “Có gì nữa ở đó không? Có lời nhắn nào cho anh, bất cứ thông tin gì hoặc trí tuệ để anh nhận lại?”

Tôi ghi lại tất cả những điều anh nói như thể tôi đang viết tốc ký: “Đời sống là quà tặng. Đó là một ngôi trường để học cách yêu thương hiện thân trong khía cạnh vật lý nơi mà thể xác và tình cảm tồn tại. Nhưng ngôi trường này có quá nhiều sân chơi, và những sân đó cần được sử dụng. Đời sống vật lý có nghĩa là được hưởng thụ. Điều này là nguyên nhân bạn được ban tặng những cảm xúc. Hãy là người tốt. Tự bạn hãy vui vẻ và hưởng thụ. Hưởng thụ đơn giản nhưng tràn ngập niềm vui của cuộc đời, mà không hại người, hại vật.”

Khi anh ra về, tôi viết: “Khi George thức tỉnh, anh ta biết lời nhắn nhủ này rất quan trọng vì anh không hề có một niềm vui nào trong cuộc đời này, và đây là điều đơn giản vì sao chúng ta có mặt trên đời. Cũng có rất nhiều sân chơi. Không phải chỉ có công việc là quan trọng. “Hãy là người tốt” có nghĩa là hãy từ ái và quan tâm chu đáo ở mọi cấp độ.”

Lần sau khi George đến, anh nói với tôi về một giấc mơ kỳ lạ. Những điều nghi ngờ về phép trị liệu trở về quá khứ đã biến mất. Anh phấn khởi, đầy hứng thú. Những lời nhắn nhủ đã cho anh bài học về một con người, một sinh vật thiêng liêng đang chan hòa dưới ánh sáng màu xanh mà anh đã thấy lúc đầu tiên của buổi trị liệu. Con người trong ánh sáng xanh đó đã nói với anh rằng anh cần yêu bản thân mình hơn nữa và con người trên trái đất này cần chăm sóc lẫn nhau, đừng sát hại người khác. Anh nhận lãnh sự hướng dẫn đó, kể lại cho tôi nghe, mặc dù không đầy đủ chi tiết. Anh biết lời hướng dẫn dành cho anh, nhưng có quan tâm đến nhân loại ở mọi cấp độ. Anh cần giao tiếp tốt hơn, cần biểu hiện tư tưởng và hành động hơn là đã kích thích liệt. Tâm linh mạch bảo anh hãy dịu dàng hơn. Đừng làm tổn thương người khác.

George nói với tôi rằng có một hệ thống thứ bậc của tâm linh và người đến trong giấc mơ của anh không hẳn là ở một cấp độ cao nhất. Có nhiều nơi khác, nhiều cảnh giới khác thậm chí cao hơn mà không thuộc về trái đất. Anh nói rằng chúng ta vẫn phải học những bài học của các bậc thầy vì điều quan trọng là phải thực hiện. Mặc dù điều này không có sức thuyết phục hoặc chứa đựng như những lời nhắn nhủ mà Catherine mang lại, tôi vẫn cảm động không ít.

Một lần nữa đó là trường hợp mà người bệnh ảnh hưởng đến bác sĩ.

Trong lần điều trị sau của George, sự nổi tiếp khác lại rõ nét thêm. Trong một kiếp sống khác vào đầu thế kỷ 18, anh là một phụ nữ nô lệ ở miền Nam. George kết hôn với một người đàn ông rất vũ phu. Người đàn ông là chồng của George trong kiếp đó bây giờ là cha của anh trong kiếp này. Vào kiếp làm phụ nữ nô lệ, George đã bị người chồng đánh tàn nhẫn đến độ bị gãy chân và bị liệt.

Ở kiếp này, cha George là một nguồn sức mạnh dồi dào và là trụ cột chính cho George, đặc biệt trong thời kỳ thơ ấu của anh, bởi lúc đó chân anh bị viêm khớp. Tuy nhiên, cha George quả là một hình ảnh độc tài và hung hãn, những hành động tàn nhẫn giống như con người của ông ở kiếp trước. George cũng lặp lại những hành động đó sau này. Lúc nhỏ George đã nhanh chóng nhận ra điều đó và anh đã hoàn toàn thoát khỏi ảnh hưởng của cha, anh phải đứng lên bằng chính đôi chân của mình, một mối tương quan rõ ràng với kiếp làm nô lệ.

Sự độc lập và sức mạnh trở thành dấu hiệu của cuộc sống đã có tiền căn đau tim của George, có lẽ anh cũng quá chú tâm mang nó bên mình, thậm chí sau khi rời khỏi bệnh viện.

George cần một bài học cân bằng tại kiếp này. Anh phải kết hợp cái uy quyền và khả năng lắng nghe người khác để nhận lời đề nghị cũng như ra lệnh.

Anh trở về một kiếp khác một cách ngắn ngủi, và chỉ nhìn lướt qua. Đó là thời kỳ đồ đá, anh là một người đàn ông mặc quần áo bằng da thú, chân tay đầy lông lá. Anh chết rất trẻ, chết vì đói. Đây cũng là lời giải thích vì sao trong kiếp này anh lại bị béo phì. Con người suýt chết đói, như những người chết trong cuộc tàn sát người Do Thái, khi đầu thai trở lại thường bị quá cân, bởi họ cần dư thừa ký như một sự bảo đảm để không bao giờ bị đói nữa.

Tôi sắp xếp những kiếp trước của George thứ tự theo niên đại như sau: một người ở thời kỳ đồ đá, một chiến binh Mông Cổ, chủ nhà trọ thời Trung cổ, phụ nữ nô lệ bị liệt chân, gã người Nhật đồng tính bị sát hại, người lính Pháp hi sinh vì đất nước. Chắc chắn là còn rất nhiều kiếp sống khác nữa, nhưng anh ta không đi đến đó trong những đợt trị liệu, và có lẽ sẽ không bao giờ. Linh hồn màu xanh nói với anh rằng những kiếp trước chúng tôi đã thấy là rất quan trọng trong kiếp này.

Bây giờ là người đã có kinh nghiệm, George nói với tôi:

- Học hỏi cũng là để giữ việc xảy ra ở một đời sống khác.

Tôi rất hài lòng với thái độ tích cực của anh.

- Anh phát triển những khả năng và làm việc rất lanh lợi. Điều này không dừng lại.

Có nhiều chủ đề phù hợp trong những kiếp anh nhớ lại: bạo động và giận dữ, đau đớn thể xác, sự xúc phạm, cảnh chết chóc đe dọa thường xuyên. Những điều này đi song song với kiếp sống hiện tại của anh. Khi George sắp xếp những kiếp quá khứ lại với nhau, anh thấy rõ rằng kiểu sống hiện nay của anh hết sức buồn thảm. Anh đã say sưa rượu chè. Huyết áp của anh cũng cần điều chỉnh lại. Có thể anh sẽ còn một cơn đau tim khác. Sự hung bạo làm anh có nguy cơ đột quỵ.

Tất cả những điều này làm tốn thời gian gần 2 năm với một liệu pháp khắc nghiệt, theo những giai đoạn định kỳ sau đó, khi anh nối kết những nhận thức và những dụng cụ điều trị mà tôi đã đưa, ví dụ như phần thư giãn trong đĩa CD, tôi rất hài lòng khi quan sát thấy anh bắt đầu có những biến chuyển tốt hơn. Anh có thể thư giãn mà không cần thực hành thiền định, thỉnh thoảng tôi đề nghị nhưng anh không tập. Anh thuật lại việc quan hệ tốt hơn với những người trong công ty, anh có thể lắng nghe và chấp nhận những trở ngại mà không nổi cáu, thậm chí cơn giận nổi lên cũng rất ngắn và không đáng sợ. Thỉnh thoảng anh có thể tự thư giãn. Anh nghe CD của tôi nơi văn phòng trong buổi ăn trưa, và dặn thư ký không để người khác quấy rầy anh. Anh bắt đầu chơi gôn, đi câu cá trở lại, và tham dự những trận bóng của đội Florida Marlins.

Về mặt thể chất, George đã tốt hơn nhiều. Huyết áp của anh đã hạ, chức năng hoạt động của tim cũng hồi phục. Anh bắt đầu tập thể dục, giảm rượu, ăn kiêng theo chế độ dinh dưỡng, với sự giúp đỡ của vợ mình. Nhiều lần tôi cho cô ta có mặt trong những buổi trị liệu,

cô đã thấy rõ những tiến bộ của chồng với lòng biết ơn chân thành vì giờ đây chồng cô đã biết cảm thông. Đối với con cái anh đã trở nên một người cha tốt, một người bạn, một người hướng dẫn, không còn là tên độc tài nữa.

Điều thay đổi này dẫn đến điều thay đổi kia, tiến trình của sự thay đổi đã đến sớm, cái mà chúng tôi gọi là vòng luân chuyển đầy năng lực. Thành công này tiếp nối thành công khác.

Anh kể với tôi:

- Tôi có một thoáng nhìn về đời sống khác. Tôi nhìn thấy kiếp sau tôi sẽ là một người thầy giáo đáng yêu với đám trẻ con. Đó là một đời sống rất hạnh phúc, đầy mãn nguyện. Những kỹ năng tôi đã học là những gì tôi có thể mang lại cho kiếp sống hiện hữu này. Và tôi nhìn thấy một thế giới khác, chỉ một thoáng nhìn thôi. Những công trình, những ánh sáng trong suốt như pha lê, và con người, ông biết không, đầy hạnh phúc thư thái.

Tôi rất ngạc nhiên. Như tôi đã kể là từ trước tới giờ tôi chưa hề có ý định đưa một người nào đi đến tương lai. Tôi cho là cảnh tượng anh ta thấy có thể là phép ẩn dụ, một biểu tượng mà tâm hồn anh đã ước ao trong những ngày gần đây. Hoặc có thể đó không khác gì hơn một giấc mơ bị ảnh hưởng do chúng tôi hiểu biết về quá khứ của anh. Mặc dù vậy, có lẽ những gì anh ta thấy là đúng.

Vào cuối buổi trị liệu sau cùng, tôi viết: “Anh ta đã chữa lành trái tim tinh thần lẫn thể chất”. Bác sĩ Barbara Tracy, bác sĩ tim mạch của anh, khẳng định hoàn toàn phần thể chất. Tôi biết bây giờ George tràn đầy hy vọng. Cuộc sống bỗng nhiên quá quan trọng đối với anh. Tinh thần trở thành một phần của bản chất tâm lý. Gia đình quan trọng. Bạn bè quan trọng. Đồng nghiệp quan trọng. Niềm vui cũng quan trọng.

Anh chuẩn bị cho một bước tiếp theo trong sự tiến hóa của mình. Khi thể xác George mất đi, linh hồn của George sẵn sàng quay trở lại, tôi tin chắc rằng cấp độ trong đời sống mới của anh sẽ cao hơn; chắc hẳn nó sẽ hoàn toàn nhẹ nhàng, dịu dàng hơn những đời sống mà anh đã trải qua. Anh cũng không quay lại và tìm hiểu những bài đã học từ những kiếp quá khứ. Điều đó sẽ làm mất thời gian hơn để anh đạt đến một giai đoạn mà hiện nay anh đã có. Có lẽ anh phải dành nhiều kiếp nữa cho một giai đoạn giận dữ, bạo động, trước khi anh rút ra bài học kinh nghiệm bản thân về những chân lý mà anh đã nhìn thấy trong những lần trị liệu. Liệu pháp chữa trị cho anh đã hoàn thành, tôi không còn xem anh như bệnh nhân nữa. Anh cũng nghĩ như vậy. Tôi muốn có cơ hội đưa anh đi đến tương lai, không phải vì mục đích chữa bệnh, mà vì chúng tôi muốn nhìn thấy những kiếp sống bất bạo động của anh sau này như thế nào.

Cuộc sống hiện nay của George đã thay đổi do từ bỏ hung dữ và nóng giận, khuyết điểm lớn của anh. Những kiếp sống hiện tại và quá khứ của nhiều bệnh nhân khác đã minh chứng khả năng thay đổi như thế nào trong hàng tá khía cạnh khác nhau trong cuộc đời, và họ suy ra phải là hàng trăm. Hiếm khi có một người thông hiểu nhiều bài học trong một cuộc đời, mặc dù họ vẫn còn giữ sự chú ý lắng nghe người khác.

\*\*\*

Vì nhiều mục đích trong cuốn sách này, tôi phân chia ra nhiều bài học trong những lĩnh vực riêng rẽ khác nhau, dù chúng có trùng lặp với nhau, và sự tiến hóa trong người này có thể dẫn dắt đến sự tiến hóa của người khác. Lịch sử cũng đưa ra nhiều ví dụ đáng kể của con người tiến hóa đến những đời sống mới. Những đời sống này giúp họ phát triển hơn, và dần dần họ sẽ phát triển đến độ cao nhất.



### Chương 3. Victoria, Evelyn và Michelle: Sức khỏe

Là thầy thuốc và chuyên gia về tâm thần học, tôi có nhiệm vụ chữa trị những căn bệnh về cảm xúc lẫn thể chất.

Đôi khi việc chữa trị chia ra riêng rẽ, nhưng thường thì cùng một lúc vì tinh thần và thể chất ảnh hưởng lẫn nhau. Tôi nhận thức về cái khái niệm “tinh thần khỏe mạnh”, nhưng với tôi linh hồn mới là cái luôn luôn khỏe mạnh. Linh hồn mới thật sự hoàn hảo. Khi người ta nói về việc chữa trị linh hồn tôi không hiểu họ muốn nói gì. Chính vì có một khoảng cách giữa chúng ta với lòng xúc cảm sâu sắc làm cho ta nghĩ rằng linh hồn cần chữa trị.

Thường thì sức khỏe kém làm cho ta chỉ biết tự yêu thương bản thân mình quá mức. Và do tính ích kỷ này chúng ta không còn nhìn thấy lòng từ ái, sự cảm thông, bản năng kiềm chế tính nóng giận, sự kiên nhẫn. Khi chúng ta thông hiểu tất cả những đức tính này, chúng ta sẽ tiến đến một cấp độ cao hơn của sự bất diệt. Khi yếu đau ta thường chỉ nghĩ đến bệnh tình của ta, vì vậy rất ít có cơ may tiến bộ. Do đó trong chương này tôi viết về bệnh thể xác và những căn bệnh của tinh thần, như là sự ám ảnh, nỗi sợ hãi, sự trầm cảm, lo lắng, và làm thế nào để lắng dịu.

Những kiếp sống quá khứ có ảnh hưởng đến điều đó? Hoàn toàn có. Những đời sống sau này cũng sẽ bị ảnh hưởng? Nhiều hơn nữa, vì bằng chứng xác thực sẽ tiếp tục tích lũy. Tôi tin điều đó.

Tôi sẽ giới thiệu đến các bạn 2 người rất đáng nể, Victoria và Evelyn. Người thứ nhất bị bệnh ung thư hành hạ mỗi ngày. Người thứ hai thì bị chứng lo lắng kinh niên đến nỗi cuộc sống đầy thành công của cô gần như bị mất phương hướng. Tôi điều trị cho Victoria bằng cách đưa cô về quá khứ, còn Evelyn thì tôi dẫn cô đến kiếp sau.

Vào lúc này tôi đã thông thạo với hành trình quay về quá khứ gây nhiều sững sờ, hay những việc phát hiện đầy kinh ngạc. Nhưng trường hợp của Victoria làm tôi tràn đầy cảm giác kỳ diệu. Cách đây 24 năm khi tôi điều trị cho Catherine thì tôi không có nhiều cảm giác như vậy.

Victoria là nhà vật lý, cô sống tại Manhattan, cô là một thành viên danh tiếng của Viện Khoa học và Nghệ thuật. Tôi gặp cô tại buổi khai mạc khóa hội thảo 5 ngày ở Viện Omega, Trung Tâm Điều Trị và Thực Tập tại Rhinebeck, New York. Cô nói với tôi rằng đã 16 năm qua cô phải chịu đau đớn ở lưng do bị ung thư. Cô đã mổ nhiều lần và ngay cả những lần hóa trị, xạ trị cũng không chữa khỏi. Cô cho tôi xem bệnh án ghi chi chút tình trạng bệnh của cô. Sự đau đớn không lúc nào ngơi, giống như cơn đau nhức nhối liên tục của bệnh viêm răng. Hàng đêm cô phải tiêm morphine với liều cao để bớt bị hành hạ bởi cơn đau. Nhưng ban ngày cô phải chịu đựng đau đớn về thể xác để tinh thần tỉnh táo làm việc. Cô chưa già lắm chỉ khoảng giữa tuổi 50 nhưng tóc cô đã bạc nhiều do đau bệnh. Cô không thích mái tóc bạc này nên đã nhuộm đi.

Victoria xác nhận đã ngưng thuốc vài ngày trước buổi hội thảo, vì vậy cô có thể tập trung nghe tôi thuyết trình. Nhưng bây giờ thì cô hỏi tôi:

- Làm sao tôi có thể chịu đựng trong 5 ngày mà không có thuốc? Chắc tôi phải về nhà bằng xe cứu thương.

Tôi nói:



- Cô phải hết sức cố gắng thôi. Nhưng không sao, tôi sẽ thông cảm nếu cô bỏ về.

Cô đã dự hết khóa hội thảo đó và lúc kết thúc cô đưa tôi bản báo cáo của cô. Tôi biết nó rất quan trọng và khuyên cô nên chia sẻ với nhóm. Trong tuần đó cô đã có vài lần du hành trở lại kiếp quá khứ, một kiếp sống bị vùi dập. Kiếp sống này xuất hiện vào thời kỳ của Chúa Jesus, gần thành Jerusalem. Lúc đó cô là một anh nông dân nghèo khổ, một người đàn ông lực lưỡng, nhưng rất yêu thương chim muông và thú vật. Anh sống với vợ và con gái trong một căn nhà gỗ ven đường, không đụng chạm đến ai. Victoria nhận ra cô con gái đó cũng chính là con gái của cô bây giờ. Ngày nọ, anh nông dân gặp một chú chim bồ câu bị thương, gãy cánh. Anh quý xuống chăm sóc cho nó. Anh đã chặn lối đi của một tên lính La Mã trong sắc phục của đoàn quân tinh nhuệ bảo vệ cung điện. Anh bị tên lính đánh đập dã man ở sau lưng, nhiều đốt xương sống bị gãy. Những tên lính khác thì đốt nhà và giết vợ con anh. Nỗi đau đớn và căm thù những tên lính La Mã rục rịch cháy trong tim anh. Từ đó anh không còn tin tưởng ai. Sống lưng của anh không bao giờ chữa khỏi.

Trong nỗi tuyệt vọng và đau đớn cả tinh thần lẫn thể xác, anh lê lét đến gần ngôi đền chính trong thành Jerusalem. Ở đó anh sống trong một cái mái che, tồn tại nhờ vào rau quả mà anh trồng được. Anh không còn khả năng làm việc, chỉ quanh quẩn với con khi, con vật duy nhất, và đi lại bằng cái nạng. Mọi người nghĩ rằng anh là một ông lão, nhưng thực ra anh chỉ hơi già và bị tàn phế. Khi nghe tin có một vị giáo sĩ Do Thái nổi tiếng là người thầy chữa bệnh giỏi, anh liền khăn gói với cuộc hành trình vạn dặm đến đó để nghe bài thuyết giáo của vị giáo sĩ này - đó là “Bài Thuyết Giáo Trên Núi” - không có gì là chữa trị hoặc làm giảm đau, nhưng dù sao thì cũng khác lạ. Tín đồ của ông nhìn đáng dấp anh nông dân phát hoảng và đuổi anh đi. Anh trốn sau bụi cỏ, và ở đó mắt anh đã chạm vào mắt của Yeshi<sup>[5]</sup>. “Đó là cái nhìn sâu thẳm và tràn đầy lòng từ ái”. Victoria nói với tôi.

Yeshua nói với anh nông dân:

- Đừng đi xa quá.

Anh không biết gì ngoài vâng lời.

Buổi gặp mặt chỉ mang lại cho anh niềm hy vọng chứ không hề chữa trị. Anh quay về chái nhà lòng đầy thôi thúc bởi lời giảng của vị giáo sĩ. Anh tìm thấy trong đó sự thật rõ ràng.

Khi vị giáo sĩ trở lại thành Jerusalem, chàng nông dân cảm thấy lo lắng. Anh biết Yeshua đang bị nguy hiểm, có nhiều tin đồn về kế hoạch hại ông của người La Mã. Anh đã cố hết sức để gặp và cảnh báo ông, nhưng quá muộn. Ngày hôm sau người ta kể chuyện ông đã bị đóng đinh trên cây thập tự ác. Anh nông dân biết ông hoàn toàn bị mất nước. Can đảm đến kinh ngạc, anh đến chỗ Yeshua mang theo khăn ướt và vắt nước vào miệng ông. Nhưng Yeshua đã qua đời. Anh nông dân cảm thấy trời đất sụp đổ, nhưng rồi Yeshua quay lại nhìn anh, một lần nữa, với ánh mắt từ ái vô tận, dù thân thể Người đang quằn quại, khô khát, mỏng manh. Mặc dù Yeshua không nói lời nào nhưng anh bắt đầu, bằng ngoại cảm, nhận thức được những lời nói của Người đã khắc sâu vào tâm trí: “Ồn rồi. Điều này có nghĩa là tồn tại”. Yeshua ra đi. Anh nông dân theo Người đến Calvary, đi đến cuộc hành hình.

Victoria nhớ lại vài phút sau khi Yeshua chết, anh nông dân khóc nức nở dưới cơn mưa tầm tã. Từ khi anh mất gia đình Yeshua là người duy nhất anh tin tưởng. Nhưng bây giờ vị giáo sĩ cũng ra đi. Bỗng nhiên anh cảm thấy như có một dòng điện chạy trên đầu, nó di chuyển đột ngột và

nhANH làm nhói buốt xương sống. Anh bắt đầu nhận ra mình đã đứng thẳng được, đã hết đau và hết tàn tật. Anh đã khỏe lại.

Victoria gào lên (trong hiện tại):

- Nhìn kia, nhìn kia.

Cô bắt đầu khiêu vũ, lắc mông, cơn đau hoàn toàn chấm dứt. Không có một nhân chứng lúc anh nông dân đứng thẳng lên được, câu chuyện xảy ra đã 2.000 năm, nhưng ở đây, tại buổi hội thảo này mọi người nhìn Victoria nhảy múa, vài người gào thét theo. Mắt tôi ứa lệ. Đôi khi tôi ghi chép lại như để tường thuật lại một trường hợp, tôi bỏ quên cái cảm giác diệu kỳ, cái cảm giác về điều huyền bí, kính trọng và sợ hãi rất rõ ràng mà cuộc du hành này đã mang lại cho tôi. Đây không hề có một chút gì trong tình trạng bị thôi miên. Cô bị đau cột sống nghiêm trọng và hư tổn sụn; bệnh tình và các xét nghiệm của cô được ghi chép đầy đủ trong hồ sơ bệnh án mà cô đã đưa tôi xem.

Tôi đã nghĩ rằng “làm thế nào để một nhà vật lý, người đàn bà của khoa học này sẽ đưa vào cuộc đời mình những gì vừa xảy ra?”. Đó là một câu hỏi thuộc về trí tuệ và có lẽ sẽ có câu trả lời đúng lúc. Khoảng một lát sau, khi tôi quan sát cô, tôi có thể cảm nhận được niềm vui của cô.

Có điều gì đó rất kỳ lạ chưa xảy đến.

Trong cuốn sách “Chuyện tình qua nhiều kiếp luân hồi” tôi đã viết ngắn gọn về một kỷ ức trong kiếp trước của riêng tôi. Lúc đó tôi là một thanh niên xuất thân từ gia đình giàu có sống tại Alexandria trong khoảng thời gian cách đây 2.000 năm. Tôi thích đi du lịch và lang thang các vùng sa mạc ở Bắc Ai Cập và Nam Judea, thường khám phá những hang động nơi ở của những nhóm thực thể và tâm linh. Thực ra chính gia đình tôi đã đóng góp cho sự tu học của họ. Trong cuộc hành trình tôi gặp một thanh niên có lẽ trẻ hơn tôi, chúng tôi cùng nhau đi cắm trại và du lịch khoảng 1 tháng. Anh ta tiếp thu những lời dạy của cộng đồng tâm linh này nhanh hơn tôi. Chúng tôi đã trở thành bạn tốt của nhau nhưng rốt cuộc chúng tôi cũng chia tay. Tôi đến thăm giáo đường Do Thái gần các Kim Tự Tháp.

Tôi không muốn nhắc đến phần còn lại của câu chuyện trong thời đó bởi vì nó hoàn toàn thuộc về cá nhân, và tôi cũng không muốn người khác nghĩ rằng tôi tự đề cao mình: “Bác sĩ Weiss trong thời đại của Chúa Jesus.” Nhanh thôi, bạn sẽ hiểu tại sao tôi lại nói như vậy, đó là vì câu chuyện của Victoria, chứ không phải của tôi.

Tôi gặp lại người bạn cũ tại Jerusalem, nơi tôi thường đến thăm viếng bởi vì phần lớn việc kinh doanh của gia đình tôi ở đó. Bản thân tôi biết nhiều chuyện về thành phố như một học giả, chứ không phải là nhà kinh doanh, dù tôi rất giàu có. Lúc đó tôi thích để hàm râu muối tiêu được tía khéo léo gọn gàng, mặc áo choàng sắc sỡ đắt tiền. Tôi đã nhìn thấy như vậy, và giờ đây tôi nhìn thấy điều đó rất sinh động.

Lúc đó có một vị giáo sĩ du hành giáo hóa khắp nơi, lời thuyết giảng của ông đã thôi thúc hàng triệu người. Và đó là một mối đe dọa cho Pontius Pilate, người đã kết án tử hình vị giáo sĩ nọ. Tôi chen vào đám đông để nhìn người này bước lên đoạn đầu đài, và khi tôi nhìn vào mắt anh ta tôi nhận ra đó là người bạn cũ. Nhưng đã quá muộn để cố gắng cứu anh ta. Tất cả những gì mà tôi có thể làm là nhìn anh ta bước đi, nhưng sau đó tôi đã giúp đỡ tài chính cho gia đình và vài đệ tử của anh.

Bây giờ Victoria đang rất hồ hởi nói chuyện. Tôi đang nghĩ đến sự kiện đã xảy ra nên chỉ nghe loáng thoáng cô nói với tôi:

- Tôi đã nhìn thấy ông ở đó.

- Ở đâu?

- Tại thành Jerusalem, khi Chúa Jesus bước lên cây thánh giá. Ông là một người nào đó đầy quyền lực.

Tôi rùng mình như thể ngọn lửa chạm vào kíp nổ.

- Làm sao mà cô biết đó là tôi?

- Bởi dấu hiệu trong mắt ông. Bây giờ tôi lại nhìn thấy dấu hiệu đó trong mắt ông một lần nữa.

- Lúc đó tôi đang mặc gì?

- Áo choàng phủ đầy màu sắc với dây viền màu đỏ tía lấp lánh, rất sang trọng. Ông không phải là người của nhà cầm quyền, cũng không phải là người của Pilate. Tôi biết ông rất giàu có do cách ăn mặc và bộ râu muối tiêu cắt tỉa rất khéo, không giống với những người khác. Ô! Đúng là ông ròi, Brian! Không còn nghi ngờ gì nữa.

Cả hai chúng tôi đều nổi da gà, nhìn nhau kinh ngạc. Nhà tâm thần học có thể cho rằng “Ôi, đó chỉ là dự đoán, anh đang dạy tại Omega, một nơi đầy quyền lực, anh là nhà điều trị, còn bệnh của cô ta đã khỏi. Cô ta tin rằng đã nhìn thấy anh trong chuyến du hành về quá khứ là tự nhiên thôi.” Như vậy cũng đúng. Nhưng cô ta miêu tả cái áo choàng, bộ râu, hình dáng của tôi, cảnh tượng chung quanh, những tình huống xảy ra đều giống chính xác những gì tôi đã nhìn thấy cách đây vài năm trong chuyến đi về quá khứ của tôi. Tôi chỉ kể cho 3 người nghe đầy đủ các chi tiết đó. Không có cách nào mà cô ta có thể biết tôi đã mặc gì và trông giống ai.

Có điều gì đó rất lạ lùng đang xảy ra ở đây. Với tôi điều này không thể giải thích được. Nó vượt qua sức khỏe và sự điều trị để đến một cõi siêu việt. “Điều này có nghĩa là tồn tại”, Jesus, người chữa lành bệnh, đã nói với cô ta. Tôi nhận thức đó là lời nói quan trọng, nhưng tôi không biết làm sao để diễn đạt được.

Khi khóa hội thảo kết thúc, cô điện thoại cho tôi vào một buổi tối, vẫn chưa hết bàng hoàng. Cả hai chúng tôi, hai nhà khoa học, nhận ra rằng cảnh tượng Chúa Jesus mà cô nhìn thấy có một giá trị vững chắc. Vì lý do nào đó mà chúng tôi không hiểu, nó đã vượt qua giới hạn khoa học để đến hai điểm nơi mà số phận đã an bài, để cô được chữa trị. Đó không phải là trường hợp ngẫu nhiên hoặc điều kỳ diệu mà cô gặp tôi ở Jerusalem; đó có nghĩa là cách đây 2.000 năm tôi đã là công cụ trị bệnh cho cô.

Tôi dặn cô giữ liên lạc với tôi, và chúng tôi nói chuyện với nhau đều đặn. Cô vẫn đi lại nhẹ nhàng, không còn đau đớn nữa, và có thể xoay hông qua lại. Khi cô trở lại tiệm làm tóc, người thợ làm đầu hết sức ngạc nhiên là tóc cô đang trở lại màu đen, màu tóc tự nhiên của cô. Cô kể rằng bác sĩ nội khoa lặng đi vì kinh ngạc bởi bây giờ cô có thể nhảy múa, đi lại mà không còn

đau đớn. Vào tháng Mười, dược sĩ của cô điện thoại đến hỏi thăm vì cô không còn mua thuốc trị bệnh nữa. Cô nói rằng:

- Tôi không còn cần thuốc nữa.

Ngạc nhiên vì tất cả những gì đã xảy ra, cô bật khóc:

- Vâng, tôi khỏe.

\*\*\*

Công việc của Evelyn như một nhà môi giới, cô tạo điều kiện liên doanh giữa hai công ty hoặc bán công ty này cho công ty kia. Đến khi những công ty này lớn mạnh thu về hàng trăm triệu đô la, và chi phí thanh toán cho công ty cô đang làm thường lên đến 7 chữ số. Lương và tiền thưởng của cô rất cao, thường thì gấp hai hoặc gấp ba lần, phần thưởng do cô mang lại nhiều vụ kinh doanh mới.

Cô ở độ tuổi 30, dáng người thanh mảnh hấp dẫn, với mái tóc đen cắt ngắn, mang phong cách sáo rỗng của hầu hết các nhà quản lý nữ trẻ. Cách ăn diện phản ánh sự thành công của cô. Bộ trang phục và giỏ xách hiệu Chanel, khăn choàng hiệu Hermès, đôi giày Gucci, đồng hồ Rolex, và dây chuyền kim cương. Tuy nhiên khi nhìn vào mắt cô tôi thấy nỗi buồn sâu thẳm, cũng không dễ gì vì đôi mắt cô quay ngoắt đi ngay lúc cô bắt đầu nhận ra cái nhìn của tôi. Cái ánh sáng lấp lánh của vòng kim cương quanh cổ chứ không phải là sự biểu hiện của cô.

Khi bắt tay tôi, cô nói ngay:

- Tôi cần ông giúp.

Trong lúc ngồi, tay cô bối rối xoắn qua xoắn lại trên đùi. Tôi nhanh chóng hiểu rằng cô được nghe những câu tuyên bố đơn giản với một giọng la lớn không bình thường.

- Tôi không hạnh phúc.

Yên lặng. Tôi khuyến khích.

- Nói tiếp đi.

- Tôi mất hết tất cả niềm vui.

Câu nói có vẻ trang trọng lạ lẫm. Rồi tôi chợt nhớ đó là một câu trích đoạn trong vở kịch Hamlet. Bệnh nhân thường dùng lời nói của ai đó để họ không phải nói lên lời lẽ riêng tư, đó là một sự bảo vệ, là cách họ che giấu cảm xúc. Tôi chờ đến một lát sau cô mới nói tiếp.

- Lúc trước tôi rất yêu thích công việc của mình, bây giờ thì tôi rất ghét nó. Tôi đã từng yêu thương chồng tôi rất nhiều, bây giờ thì tôi đã li dị. Tôi không thể chịu đựng nổi mỗi khi phải gặp

anh ta.

Tôi hỏi:

- Cô thay đổi từ lúc nào?

- Nhiều lần đánh bom tự sát.

Một câu trả lời hoàn toàn không mong đợi làm tôi dừng lại giây lát. Nhiều khi tính khí thất thường quay ngoắt từ vui vẻ sang thất vọng là do cái chết của người cha hay người mẹ (sau này tôi biết được là cha của Evelyn chết lúc cô còn nhỏ), hoặc là bị mất việc (đây không phải là trường hợp của Evelyn), hoặc do ảnh hưởng của một căn bệnh kéo dài (Evelyn rất khỏe mạnh). Nhiều lần đánh bom tự sát, trừ khi một người bị tấn công, ít nhất có thể cho rằng đây là sự thúc đẩy không bình thường.

Cô bật khóc:

- Tội nghiệp dân Do Thái. Tội nghiệp dân Do Thái. Cô lấy hơi và ngưng khóc:

- Quý tha ma bắt những tên Ả Rập!

Từ chữ thề này hình như không giống tính cách cô, dấu hiệu của cơn thịnh nộ ẩn nấp bên dưới. Tôi hỏi cô:

- Cô là người Do Thái.

- Với cả trái tim và tâm hồn.

- Cha mẹ cô có yêu nước như cô không?

- Không. Họ không có ý thức nhiều lắm. Tôi cũng vậy. Họ không quan tâm về Israel. Với tôi vấn đề quan trọng vì đó là một dân tộc, một đất nước. Người Ả Rập mong muốn tàn phá nó.

- Còn chồng cô thì sao?

- Anh ta tuyên bố là người Do Thái, nhưng anh ta cũng không quan tâm gì đến Israel. Đó là một trong những lý do mà tôi ghét anh ta.

Cô ta chăm chăm nhìn tôi phản kháng, có lẽ vì tôi vẫn giữ bình tĩnh trước cơn cuồng nộ của cô.

- Này nhé, tôi đã không còn thích ăn uống, hay tình dục, tình yêu, hoặc kinh doanh nữa. Tôi nản chí, bất mãn, mất ngủ. Tôi biết tôi cần điều trị tâm lý. Ông là người nổi tiếng. Xin hãy giúp tôi.

- Vậy thì cô có thể tìm hiểu nguyên nhân của sự giận dữ và lo lắng?

Cô gục đầu xuống:

- Tôi muốn tìm lại hạnh phúc. Tôi đi xem phim, đi mua sắm, đi ngủ, lúc nào tôi cũng nghĩ làm sao mà tôi ghét dân Ả Rập đến như vậy. Tôi ghét Liên Hiệp Quốc. Tôi biết họ làm rất tốt, nhưng họ thống trị bằng cách chống người Xêmit<sup>[6]</sup>. Mỗi lá phiếu đều chống lại Israel. Tôi biết là tôi đang phản ứng quá mức. Tôi biết tôi nên quan tâm đến chuyện khác. Nhưng quý tha ma bắt đám Ả Rập. Làm sao mà chúng có thể giết trẻ em Do Thái như vậy? Làm sao mà tôi có thể quan tâm đến chuyện khác được?

Chúng tôi cố gắng trị liệu tâm lý thông thường, khám phá tuổi thơ trong kiếp sống hiện tại, nhưng nguyên nhân của cơn giận dữ và lo lắng dường như không phải ở đó. Cô đồng ý một cuộc thoái chuyển trở về quá khứ.

- Hãy quay về đúng thời gian và không gian khi cơn giận đầu tiên của cô bắt đầu.

Tôi chỉ dẫn khi cô đã đi sâu vào trạng thái bị thôi miên. Đây là điều tôi có thể đưa cô đi xa hơn. Cô có thể thu thập được bất cứ khi nào, bất cứ nơi nào đã xảy ra.

- Đây là thế chiến thứ hai.

Cô nói trong một giọng nam trầm, ngời thẳng với sự biểu lộ thiếu tin tưởng.

- Tôi là sĩ quan Nazi, nhân viên mật vụ Đức Quốc Xã. Tôi có một công việc tốt. Đó là công việc giám sát lừa dân Do Thái lên xe chở gia súc về Dachau, nơi họ sẽ bị giết. Bất cứ một người nào tìm cách trốn thoát đều bị tôi bắn. Tôi không muốn làm vậy, không phải tôi quan tâm về bọn vô lại chết, mà là tôi không thích bị mất đạn. Đạn rất mắc. Chúng tôi được lệnh là phải tiết kiệm tối đa đạn dược.

Bài thuộc lòng có tính máu lạnh của cô đã gây ra một ấn tượng sai lầm bởi giọng đầy căm thù và run rẩy, điều này đã chi phối thân thể cô. Là người Đức có lẽ cô không cảm thấy hối tiếc về chuyện giết người, nhưng xin nhớ cô là Evelyn, vì vậy cô đau đớn cực độ.

Tôi khám phá ra rằng cách chắc chắn nhất để đầu thai vào một nhóm người đặc biệt được định rõ bởi tôn giáo, sắc tộc, hoặc văn hóa, sẽ ghét nhóm người đó trong kiếp sống hiện tại, họ sẽ có thành kiến hoặc kịch liệt chống đối lại nhóm đó. Tôi không hề ngạc nhiên rằng Evelyn đã từng là Nazi. Trong kiếp này cô mãnh liệt bảo vệ Israel là sự đền bù cho kiếp trước làm người Đức cô đã chống đối người Xêmit. Nhưng cô đã đền bù thái quá. Sự căm ghét dân Do Thái đã chuyển thành sự căm ghét ngang bằng đối với người Ả Rập. Không có gì ngạc nhiên khi cô cảm thấy lo lắng, sợ hãi và thất vọng. Cô không đi xa quá trên hành trình hướng đến sức khỏe.

Evelyn đi đến phần khác trong kiếp làm người Đức. Quân đội đồng minh đã đổ vào Ba Lan, cô bị giết ngay chiến tuyến trong trận giao tranh ác liệt. Khi xem xét lại cuộc đời sau cái chết trong kiếp đó, cô cảm thấy hối hận và đầy tội lỗi. Bây giờ cô vẫn cần quay lại để xác định rằng cô đã có một bài học để đền bù cho những người cô đã làm tổn thương trong kiếp cô là người Đức.

Chúng ta là những linh hồn, tất cả đều là một phần của đấng Toàn Năng, tất cả đều giống nhau, không kể người Đức hay Do Thái, người Cơ đốc hay Á Rập. Nhưng rõ ràng là Evelyn không hấp thu được bài học này, vì sự căm thù của cô không hề biến mất.

Sau khi đưa cô quay về hiện tại, tôi nói với cô:

- Tôi muốn thử nghiệm. Liệu cô có dám mạo hiểm không?

Cô hăm hờ đồng ý. Cô đã thấy dễ chịu, tay cô không còn cử chỉ bối rối. Cô nhìn tôi hy vọng. Tôi nói:

- Tôi tin rằng chúng ta có khả năng ảnh hưởng những kiếp sống ở tương lai bằng những gì chúng ta đang làm trong kiếp này. Ngay bây giờ cô đã có ảnh hưởng đối với kiếp sau của cô do sự căm hờn người Á Rập,

cũng như cô bị ảnh hưởng kiếp khác khi cô ghét người Do Thái. Bây giờ tôi muốn đưa cô đi đến đời sống kế tiếp của cô có thể xảy ra khi cô còn nán lại đến cuối cùng kiếp này, có hay không một Evelyn không thay đổi, một người đã nhờ tôi giúp đỡ.

Tôi đưa cô vào trạng thái bị thôi miên thật sâu và hướng cô đến một kiếp sống tương lai. Ở đó may ra có mối liên quan đến kiếp làm lính Đức và sự thành kiến chống khối Á Rập hiện tại. Mắt cô nhắm nghiền, nhưng rõ ràng những gì cô nhìn thấy rất sinh động.

- Tôi là cô gái đạo Hồi. Một cô gái Á Rập ở tuổi thanh thiếu niên. Tôi sống trong túp lều làm bằng thiếc, giống như túp lều của dân du mục Á Rập thường sống ở sa mạc. Tôi đã sống ở đó cả đời.

Tôi hỏi:

- Túp lều đó ở đâu? Cô cau mày:

- Ở lãnh thổ Palestine hay Jordan gì đó. Không rõ lắm, vùng biên giới đã thay đổi.

- Biên giới đã thay đổi lúc nào vậy?

- Chúng luôn luôn thay đổi. Nhưng mọi thứ đều vậy. Chiến tranh với người Do Thái tiếp tục. Bất cứ lúc nào có được thời kỳ hòa bình là đám người cấp tiến phá hủy ngay. Điều này có nghĩa là chúng tôi rất nghèo. Chúng tôi sẽ luôn luôn nghèo.

Giọng cô bắt đầu khó nghe:

- Đó là lỗi của người Do Thái. Họ rất giàu nhưng họ không giúp chúng tôi. Chúng tôi là những nạn nhân.

Tôi bảo cô đi xa hơn nữa, nhưng cô đã chết sớm vì một cơn bệnh, và không thể biết gì thêm. Thay vào đó, cô đã có một thoáng nhìn về một kiếp sống sau đó. Cô là một người đàn ông đạo Cơ đốc sống ở Đông Phi, giận dữ với sự phát triển nhanh chóng của cộng đồng đạo Hindu trong một phần thế giới của anh ta. (Tôi nghĩ thật tức cười, thành kiến không bao giờ chấm dứt). Trong sự suy xét lại cuộc đời, cô nhận ra “Đã có và luôn luôn có người để ghét”, tuy nhiên giờ đây, ít ra, cũng có một buổi lễ Hiến linh<sup>71</sup>.

Cô nói, giọng đầy thần phục:

- Lòng từ ái và tình yêu xóa tan sự căm hờn và vũ lực. Bao lực chỉ kéo dài thêm đau khổ.

Khi tôi đưa cô về thực tại, chúng tôi đã thảo luận về những điều cô đã trải nghiệm. Cô biết cô phải sửa đổi những giả định về người khác và những nền văn hóa khác. Cô cần thay thế hận thù bằng lòng thương cảm. Những khái niệm này rất dễ hiểu nhưng rất khó thực hiện trong cách cư xử.

Tôi chỉ ra một điều:

- Cô đã thấy hai kiếp sống để mà nhận thức được vấn đề. Nhưng nếu bây giờ cô có thể thay đổi nhanh chóng những gì cô đã hiểu về khái niệm ở hiện tại thì sao? Những kiếp sau của cô sẽ như thế nào?

Trong lần du hành kế tiếp tôi đưa Evelyn đến kiếp sau; một kiếp có liên quan đến kiếp làm lính Đức, và liên quan đến lòng căm giận của cô trong kiếp hiện tại.

- Lần này cô hãy bỏ hết tất cả thành kiến ở cuộc sống hiện tại. Cô sẽ thấy mọi linh hồn và con người ngang bằng, liên quan với nhau do sức mạnh tinh thần của tình yêu thương.

Một chút bình tĩnh bao trùm lên cô. Kiếp sau của cô hiển nhiên thay đổi. Cô không thấy mình sống ở Ả Rập hoặc Đông Phi, thay vào đó cô thấy rằng:

- Tôi làm quản lý khách sạn ở Hawaii. Ở đó cũng có suối nước khoáng. Khách sạn và suối nước khoáng rất đẹp. Hoa mọc khắp nơi. Du khách đến từ khắp thế giới, từ nhiều nước và nhiều nền văn hóa khác nhau. Họ đến tìm sự phục hồi nguồn năng lượng. Rất dễ thôi vì suối nước khoáng rất tốt và khung cảnh rất lộng lẫy.

Cô mỉm cười trong mộng:

- Tôi điếm phúc quá. Tôi tận hưởng cả năm quanh khách sạn.

Dĩ nhiên, thật là một ảo tưởng đáng yêu khi bạn tưởng tượng bản thân mình làm quản lý tại một suối nước khoáng tuyệt hảo trong một khung cảnh tuyệt vời, chung quanh ngào ngạt hương hoa. Những gì mà Evelyn nhìn thấy trong cuộc du hành đến kiếp sống sau có lẽ thật sự là một ảo mộng, một dự đoán, hoặc là nỗi niềm ao ước. Khi tôi đưa ai đó thoái lui,

đôi khi cũng rất khó phân biệt giữa hồi ức thật sự hay là một ẩn dụ, sự tưởng tượng, hoặc một biểu tượng. Tuy nhiên trong những kiếp quá khứ mờ ảo nếu một người đang nói bằng tiếng



nước ngoài mà họ chưa bao giờ học thì đó là dấu hiệu của tính xác thực, như là chi tiết lịch sử chính xác. Nếu hồi ức này nuôi dưỡng sự xúc động mãnh liệt đó cũng là một dấu hiệu. Nhưng thường sự xúc động mãnh liệt này đi đôi với quá trình tiến triển thì việc đánh giá khó khăn hơn. Tôi mô xê một giả thuyết rằng thậm chí như một quá trình tiến triển không thể kiểm tra thì nó vẫn là một công cụ siêu nhiên chữa bệnh. Vàng, ẩn dụ và ảo mộng là có thể, nhưng chữa trị là phần quan trọng.

Trong hành trình quay về kiếp trước hoặc đến kiếp sau thì những triệu chứng biến mất, bệnh tình đỡ hơn, thoát khỏi mọi lo lắng, thất vọng, sợ hãi.

Không ai tìm được cách nào để xác định một tương lai tưởng tượng có xảy ra hay không. Những người tham gia với tôi trong lãnh vực này chắc chắn phải đương đầu với sự mơ hồ. Nếu một bệnh nhân được đưa đến tương lai trong lúc đang sống ở hiện tại thì bạn có thể xác định điều đó khi cảnh tượng xảy đến. Nhưng rồi có khả năng người bệnh nhìn thấy tương lai của họ để quay ngoắt cuộc đời họ theo hướng đó. Vì cảnh tượng đó chỉ là ảo mộng, không có nghĩa là bạn có thể biến nó thành sự thật.

Mọi người ngồi trước mặt tôi đều nhắm mắt lại. Bất kể những gì xen vào tâm trí họ, một ẩn dụ, hình ảnh, biểu tượng, ảo mộng, hoặc là một hồi ức thật sự, tất cả đều có lợi cho việc chữa lành bệnh. Đây là nền tảng của phương pháp điều trị rối loạn tâm thần<sup>[8]</sup>, và cũng là nền tảng của công việc tôi đang làm. Mặc dù phạm vi của công việc có rộng hơn, nó chiếm cả một đoạn đường dài từ quá khứ đến tương lai.

Từ những viễn cảnh của người lành bệnh, có thể cho rằng kiếp làm lính Đức của cô là thật bởi vì những xúc động mãnh liệt cùng thể hiện ngay lúc đó, điều này không quan trọng là cảnh tượng Evelyn nhìn thấy ở quá khứ và cái sẽ xảy ra là đúng. Tôi biết rằng những cảnh tượng tương lai mà cô nhìn thấy đã ảnh hưởng cô theo một cách đầy quyền lực bởi vì họ nói với cô rằng nếu cô không thay đổi cô sẽ lặp lại cái vòng tổn thương nghiêm trọng của người hung hãn và nạn nhân. Nhưng nếu cô thay đổi cô sẽ phá tan được cái vòng đó. Những cảnh tượng khác nhau của kiếp sau dạy cho cô biết rằng cô phải có một ý chí để hình thành tương lai và thời gian để mà thực tập cái ý chí đó là ngay bây giờ.

Evelyn quyết định không chờ đợi đến kiếp sau rồi mới đem lại sự hồi phục lành mạnh cho cô và người khác. Vài tháng sau buổi điều trị cuối cùng, cô rời bỏ công ty và mở một nhà trọ có kèm điếm tâm tại Vermont. Cô tập Yoga và thiền định đều đặn. Về bề ngoài và trong tâm trí, một cách sâu sắc, cô đã bỏ hết lòng căm giận và thành kiến. Cuộc du hành đã giúp cô đạt được hạnh phúc, cái mà cô đã đến gặp tôi để tìm kiếm. Trong cô, tôi tìm thấy một kiểu mẫu cho quyền lực của cuộc du hành và xa hơn nữa sự tự tin được dùng như một công cụ trị liệu.

Có lẽ Victoria và Evelyn không có những chuyến du hành mà thiếu nhà trị liệu hướng dẫn. Thời gian thực hành một mình những chuyến đi ngược về quá khứ và đi đến tương lai là rất khó. Trong những buổi hội thảo tôi dạy về bài tập điều trị có thể thực hành ở nhà ngay cả khi không có nhà trị liệu bên cạnh. Họ có thể dùng để làm dịu bớt nỗi đau của thể xác và tinh thần. Để đạt được kết quả tốt, bạn phải đi sâu vào trạng thái thư giãn.

### **Điều trị song đôi: Phương pháp đo lường trạng thái tâm lý**

Trong những lần hội thảo và những buổi thảo luận tôi cho khán giả chia làm 2 nhóm, hoàn toàn xa lạ với nhau. Mỗi người được hỏi và thu nhật một món đồ vật không chế để trao cho đối tác của mình, vật nhỏ như xâu chìa khóa, vòng đeo tay, kính đeo mắt, dây chuyền hoặc là một chiếc

nhấn. Họ trao đổi đồ vật cho đối tác, sau đó tôi cho họ vào trạng thái thư giãn chung trong tất cả các bài thực tập.

Tôi nói với họ:

- Các bạn sẽ nhận được một ấn tượng về người mà bạn đang giữ đồ vật của họ. Điều này có thể làm bạn suy nghĩ lạ lùng. Nó có vẻ như cái ấn tượng đó chẳng có nghĩa gì với người đàn ông hay đàn bà mà bạn sẽ đối diện. Nhưng dù ý nghĩ đó có ngờ ngợ hay bất bình thường hay kỳ lạ, bạn nên nhớ rằng nó sẽ được chia sẻ với đối tác của bạn. Sau hết, cái gì mà bạn cho là kỳ quặc có thể rất có ý nghĩa đối với đối tác của bạn.

Chuyện này còn hơn trò bịp nguy hiểm dù có thể nó rất vui. Có một bộ phận chẩn đoán, khoảng một phần ba khán giả của tôi trong buổi hội thảo ở thành phố Mexico nhận được triệu chứng thể chất của đối tác. Những người tham dự có khả năng khám phá, thường thì quên lãng nhưng đặc biệt, những tình tiết trong thời thơ ấu của đối tác họ. Ví dụ như tại lớp học của tôi ở Đại học Quốc tế Florida bang Miami, có một anh thanh niên chưa từng gặp nữ đối tác của anh cho đến giây phút đó, anh miêu tả hoàn toàn chính xác buổi tiệc sinh nhật năm lên mười của cô, lần đó cô bị người chị làm bẽ mặt. Còn một chàng thanh niên khác thì bị bắn ở cẳng tay trái trong lúc anh cố thoát khỏi tên côn đồ đang toan cướp của anh. Anh mặc áo sơ mi dài tay cài khuy, vì vậy cô bạn đối tác không thể nhìn thấy vết sẹo của anh. Tuy nhiên khi cô cầm xâu chìa khóa xe của anh, cô cảm thấy một cơn đau buốt nơi cẳng tay trái của cô. Vài người miêu tả đời sống quá khứ của người khác. Có người lại miêu tả ngôi nhà nơi mà đối tác của họ đã lớn lên.

Ngay cuối buổi hội thảo Mexican, tôi bảo năm người cầm micro để chia sẻ với nhóm những điều họ đã trải qua. Bốn người trong số họ đã có những cuộc trải nghiệm liên quan đến người chết. Họ nhận được những lời nhắn của người thân yêu đã chết của đối tác, họ đều nhận ra qua đối tác của họ, những người mà họ chưa từng gặp cho đến lúc đó. Có người đã miêu tả người đã chết như thế nào. Một người nói anh đã thấy cô bé sáu tuổi đi thụt lùi, điều mà anh muốn nói là cô bé đã chết. Cô bé nói rằng “con rất khỏe, con không sao. Mẹ đừng có đau buồn quá. Con yêu mẹ.” Đối tác của anh, một phụ nữ bật khóc. Cô vừa mất đứa con gái sáu tuổi cách đó vài tháng.

Bài thực hành này có thể tập ở nhà, nhưng sẽ đạt hiệu quả cao nhất nếu bạn tập cùng với vài người tình cờ quen hay chỉ vừa gặp gỡ. Trong lúc bạn chữa lành cho đối tác của mình bằng cách cung cấp một lời nhắn hay thu nhặt triệu chứng của thể chất hoặc xúc cảm: lo lắng, thất vọng, buồn bã, một mối tương quan phi thường sẽ nhanh chóng phát triển. Sẽ có một ảnh hưởng phản hồi, đó là một năng lực cho bạn và cả đối tác của bạn.

**Chặng đường dài chữa lành bệnh** Tôi đã từng nói rằng bài tập chữa lành bệnh đạt hiệu quả tốt nhất nếu nó chữa trực tiếp căn bệnh cụ thể. Với Victoria là căn bệnh ung thư cột sống, với Evelyn là nỗi lo lắng suốt ngày lẫn đêm. Hầu hết con người đều có cơ quan dễ bị lây nhiễm hoặc một phần nào đó của cơ thể dễ bị ảnh hưởng tình trạng căng thẳng hoặc một căn bệnh vừa chớm. Có thể là cổ họng, đường hô hấp, lưng, da, tim, v.v...

Michelle, một phụ nữ rất đáng nể thì bị đau đầu gối. Cô nhớ lúc còn nhỏ cô lội dưới nước nơi bờ biển gần nhà, cô bị tảng đá ngầm xé rách đầu gối bên trái. Lớn lên, khi bị căng thẳng cô thường cảm thấy những cơn đau nhói chiếm ngự cả hai đầu gối, nhưng bên trái thì đau hơn. Cô nói với tôi:

- Lo lắng khiến tôi thiếu dũng cảm.

Thinh thoảng cô bị sưng phù, nhất là sau khi bị chấn thương trong môn điền kinh ở trường đại học, cô phải chịu một cuộc phẫu thuật nhỏ ở đầu gối trái, sau đó phải mổ khớp. Lúc tôi gặp cô, những xét nghiệm nội soi và chụp X quang cho thấy cô đã bị mất phần sụn. Cô không thể duỗi được chân trái vì tổn thương, và bây giờ cô đi đứng hơi khập khiễng. Tuy nhiên cô vẫn nhận thức được sự tổn hại về tinh thần lẫn thể xác, vì vậy cô tìm đến tôi.

Chuyến trở về đầu tiên ngăn ngừa đưa cô về lại vùng trung tâm Bắc Mỹ vào thế kỷ 19.

Tên cô là Emma, vào độ tuổi trung niên cô bị một chiếc xe ngựa đè ngang. Tai nạn làm vỡ đầu gối và xương ống chân trái và đầu gối phải cũng bị hư hại trầm trọng. Sự nhiễm trùng sau đó khiến cô bị tàn tật suốt đời. Trong một cái thoáng nhìn vào một kiếp khác, Michelle thấy mình đang ở vào thời Trung Cổ tại Nhật bản, lúc đó cô là một anh lính bị mũi tên đâm thủng đầu gối trái.

Cả hai chuyến trở về đã giải thích nguyên nhân của vấn đề đầu gối trong kiếp hiện tại của cô, nhưng không đi vào nguồn gốc của bài học nhân quả, vì vậy chúng tôi tiếp tục và nhanh chóng quay lại vùng Bắc Phi vào thời kỳ tiền La Mã. Michelle lại là một người đàn ông, lần này là một tên cai ngục tại một nhà tù man rợ, tên này rất thích hủy hoại chân của tù nhân để họ không thể trốn thoát. Thinh thoảng hắn cắt gân tù nhân bằng kiếm hoặc bằng dao. Có khi hắn đập đầu gối tù nhân bằng cây búa hoặc bằng hòn đá. Hắn bẻ xương đùi, dùng đũa giày có đinh đập vào đầu gối, và cắt gân nối bắp chân với gót chân của tù nhân. Nhiều người chết do nhiễm trùng vết thương, nhưng hắn thích thú với đau đớn của họ. Cấp trên của hắn cũng lấy làm vui lây khi gởi tù nhân cho hắn canh giữ. Hắn được tặng thưởng rất nhiều do những hành động tàn nhẫn, và vui sống trong xa hoa nhưng lựa giữa tình trạng bản thiêu của nơi đó.

Michelle bị xao động bởi chuyến trở về này, và phải mất một đợt khác cô mới đạt được sự hợp nhất hoàn toàn và thông suốt. Dần dần cô nhận ra rằng con người thường đã trải qua những kiếp sống ác độc, và phần đời còn lại của chúng ta, như cô cảm thấy rằng không nên bị mặc cảm vì đã tạo ra ác nghiệp trong kiếp quá khứ. Hành trình của chúng ta còn ở phía trước. Chúng ta đều phát triển tuân tự trải qua những kiếp bạo lực và tàn nhẫn. Kinh Cựu Ước nói rằng: con cháu nhiều đời phải chịu sự trừng phạt vì tội lỗi của ông bà cha mẹ. Đó là những gì mà chúng ta đang bị ảnh hưởng theo một cách tiêu cực do những gì ông bà cha mẹ chúng ta đã làm. Nhưng chính chúng ta là ông bà của chúng ta, và cũng như chính chúng ta sẽ là con cháu của chúng ta sau này. Những tội lỗi trong kiếp trước sẽ ám ảnh đến kiếp hiện tại cho đến khi nào chúng ta hiểu ra và hưởng được sự tha thứ. Tội lỗi trong kiếp này sẽ trôi đi lên những kiếp sau, nhưng nếu chúng ta đã tạo nghiệp lành trong quá khứ thì hiện tại chúng ta đang nhận những điều tốt đẹp. Bây giờ nếu chúng ta tạo phước lành thì kiếp sau chúng ta sẽ tự dẫn dắt mình đến gần với đấng Giác Ngộ.

Michelle đã hiểu được vì sao trong kiếp này đầu gối và chân cô bị đau đớn đến như vậy. Cô phải trả một cái giá quá nặng nề cho cách cư xử ở kiếp trước. Tuy nhiên giờ đây cô đã nhận ra cô có thể yên tâm, nhẹ nhàng. Trong lúc đi sâu vào trạng thái hôn mê, cô quay trở lại kiếp sống ở Bắc Phi, nhưng lúc này thay vì gây ra những nỗi đau, cô lại là người chịu sự đau đớn, xin được ban ân và lòng vị tha. Cô không thể thay đổi các sự kiện hoặc tình tiết trong kiếp sống đó, nhưng cô có thể sửa đổi những phản ứng đối với những sự kiện trên một mức độ tâm linh. Tiến trình trở về lần này được gọi là tạo dựng lại. Dù không thay đổi được sự kiện bạn cũng có thể thay đổi cách phản ứng như thế nào với các sự kiện đã xảy ra. Michelle gởi những ý niệm tốt đẹp và chữa lành cho những người tù hoặc, tốt hơn, là cho những linh hồn của họ. Cô đã tự tha thứ cho mình. Cô nói trong làn nước mắt biết ơn:

- Tôi biết làm thế nào để phá bỏ vòng luân hồi oan trái, đó là nhờ vào tình yêu thương và lòng từ ái.

Cô dần dần khá hơn. Sự viêm nhiễm ở đầu gối tan dần. Cô phát triển hàng loạt các hoạt động của đôi chân, kiểm tra X quang cho thấy hai đầu gối hoàn toàn bình phục. Tình trạng căng thẳng liên quan đến yếu đuối đã mất hẳn. Cô thanh thản tìm hiểu tỉ mỉ và thấu triệt những bài học tinh tế của lòng từ ái và sự đồng cảm. Cô giúp đỡ những tổ chức ủng hộ việc phá hủy mìn, thứ gây ra tàn tật, và những tổ chức đấu tranh chống sự đối xử tàn ác với thú vật. Cô đã nhận được ân huệ.

Michelle không muốn du hành vào kiếp tương lai, nhưng tôi biết cái gì sẽ xảy ra. Trong kiếp này cô cứ tiếp tục những việc làm nhân đạo, và với mỗi việc làm cô sẽ phát triển đến một trạng thái tốt hơn ở kiếp sau và nhiều kiếp kế tiếp. Trong những kiếp sống đó cô sẽ thoát ra những vấn đề thể chất của đôi chân do ác nghiệp cô gây ra từ kiếp sống tội lỗi ở Bắc Phi. Tôi không biết nghề nghiệp cô là gì hoặc những ai cô sẽ gặp và yêu thương, nhưng cô sẽ biểu lộ và yêu thương với tâm lòng từ ái và khoan dung.



## Chương 4. Samantha và Max: Sự đồng cảm

Vài ngày trước khi tôi bắt đầu chương này, chú vợ tôi mất ở bệnh viện Miami vì bệnh ung thư. Vợ tôi và ông rất thân thiết, điều này quả là một thử thách đối với nàng. Tôi cũng thân thiết với ông lắm nhưng không thân bằng nàng, vì vậy khi ông nằm ở bệnh viện tôi có đến thăm nhưng tôi lại ít chú ý đến ông. Tôi quan tâm đến nàng và những đứa con của ông đang đứng chung quanh ông nhiều hơn, vợ ông đã chết cách đây vài năm. Tôi có thể cảm nhận được nỗi buồn, nỗi đau đớn của họ. Đây là sự đồng cảm nằm trong con người tôi, một xúc cảm lớn lên theo tuổi tác, đến một cấp độ đồng cảm mà chúng ta bị ảnh hưởng do sự chịu đựng những tình huống tương tự xảy ra trong cuộc đời. Tôi đã bị mất một đứa con và một người cha, do đó tôi hiểu được nỗi đau trước cái chết của người thân yêu. Tôi dễ dàng hiểu được cảm xúc của những người trong phòng. Tôi biết nỗi đau buồn như thế nào, tôi cảm thấy mối quan hệ thân thích với tất cả mọi người thậm chí dù tôi chỉ gặp họ vài lần trong nhiều năm qua. Tôi đến với họ, an ủi họ, và biết họ cũng chân thành và đồng cảm với tôi.

Đồng cảm có khả năng đưa bạn vào trong tình huống của người khác để cảm nhận những xúc cảm của họ, để hiểu được hoàn cảnh, để nhìn xuyên thấu tâm trạng họ. Nếu chúng ta có được năng lực đồng cảm, chúng ta có thể kết nối với những người đang đau khổ, vui vẻ trong tình yêu của người khác, cảm thấy hài lòng với chiến thắng của một người nào đó, thông cảm với sự giận dữ của bạn bè và nỗi đau buồn của người không quen. Đó là một đặc điểm mà khi chúng ta thấu triệt và dùng đúng cách, có thể giúp chúng ta tiến bộ hơn trong tương lai. Những người thiếu sự đồng cảm khó tiến hóa trong tâm linh.

Nguyên tắc cốt lõi tạo nên sự đồng cảm là cái mà chúng ta liên hệ với nhau. Tôi hiểu điều này trong thời kỳ đỉnh điểm của chiến tranh lạnh khi tôi xem phim về một người lính Nga. Họ đưa ra những tình tiết để tôi ghét anh ta, như những quy tắc anh ta làm hàng ngày: cạo râu, ăn sáng, tập trận... tôi nghĩ "hắn là hắn chỉ hơn tôi vài tuổi. Có lẽ hắn cũng có vợ con thương yêu hắn. Có lẽ hắn bị bắt buộc đi lính cho tư tưởng chính trị của nhà cầm quyền nhưng hắn không ưa lắm. Người ta cho rằng hắn là kẻ thù của tôi, nhưng nếu tôi nhìn vào mắt hắn, có phải tôi nhìn thấy chính mình? Có phải người ta nói tôi phải ghét chính tôi?" Người lính Nga hôm qua và người lính Ả Rập hôm nay cũng giống bạn thôi. Họ có linh hồn và bạn cũng có linh hồn, và tất cả mọi linh hồn chỉ là một. Trong những kiếp trước, chúng ta đã thay đổi sắc tộc, giới tính, tình hình kinh tế, điều kiện sinh sống và tôn giáo. Chúng ta cũng sẽ thay đổi được tất cả những điều này trong tương lai. Vì vậy, nếu chúng ta ghét bỏ, chiến đấu, giết hại thì chúng ta sẽ tự ghét bỏ mình, chiến đấu và giết hại chính mình.

Đồng cảm dạy cho ta bài học này. Đó là một cảm giác mà chúng ta được đặt vào như thế nào để học hỏi, một khía cạnh chính cho việc chuẩn bị sự bất diệt của chúng ta. Đây thật sự là bài học khó vì chúng ta phải có kinh nghiệm tinh thần lẫn thể xác; một tinh thần và thể xác bị đau đớn, bị dằn vặt, có những mối quan hệ khó khăn, có kẻ thù, bị mất mát, đau thương. Vì vậy, chúng ta mang khuynh hướng bỏ quên những người khác và chỉ chú tâm đến bản thân mình. Tuy nhiên chúng ta còn có tình yêu, nét đẹp, âm nhạc, nghệ thuật, khiêu vũ, thiên nhiên, và bầu khí quyển là những gì chúng ta mong muốn chia sẻ với người khác. Chúng ta không thể chuyển đổi tiêu cực thành tích cực mà thiếu sự đồng cảm, chúng ta không hiểu thấu đáo sự đồng cảm nếu thiếu những kinh nghiệm trong tất cả cuộc đời ở hiện tại, quá khứ, và tương lai.

Samantha đã có những kinh nghiệm đó và nó hoàn toàn làm thay đổi cuộc đời cô.

Samantha là một cô gái mảnh mai, cân nặng dưới 50 ký lô. Cô đến văn phòng tôi vào một buổi sáng tháng Hai. Cô ngồi co ro, hai tay ôm chặt dạ dày như thể giữ chặt lại sự đau đớn. Cách ăn mặc của cô cũng rất đơn giản: quần jean, áo len cổ chui. Cô không đeo nữ trang thậm chí cũng không đeo đồng hồ. Tôi nghĩ có lẽ cô vừa lên cấp 3, mặc dù qua vài câu hỏi mào đầu cô trả lời

rất thờ ơ, vừa đủ nghe rằng cô đã 19 tuổi và là sinh viên năm thứ nhất. Cha mẹ đưa cô đến đây vì cô đang bị đau khổ bởi sự lo lắng kinh niên và thất vọng trầm trọng.

Cô nói với một giọng yếu ớt, và tôi phải hết sức cố nghe.

- Tôi không ngủ được.

Thật tình mắt cô nhòa lệ và đỏ ngầu. Tôi hỏi:

- Cô có biết tại sao không?

- Tôi lo là mình sẽ thi rớt các khóa học.

- Tất cả các khóa?

- Thưa không, chỉ môn toán và môn hóa.

- Tại sao không chọn môn khác?

Tôi cau mày. Thật là câu hỏi ngớ ngẩn. Đó là những khóa học cô đã chọn. Rõ ràng cô đang nổi giận:

- Các môn đó là điều kiện bắt buộc.

- Cho trường Y ?

Lẽ ra tôi phải biết điều này. Đó là trọng tâm trong những năm đại học của tôi.

- Dạ đúng, tôi phải nghiên nát môn toán SAT<sup>[9]</sup>.

- Vậy là cô muốn trở thành bác sĩ ?

Tôi biết có vẻ nhàm chán nhưng tôi phải tìm kiếm một điểm đi vào, một điều gì đó có thể kích động cô gái trẻ đầy thất bại đang ngồi trước mặt tôi.

Cuối cùng thì cô cũng ngẩng đầu lên và chạm vào mắt tôi:

- Hơn bất cứ điều gì, tôi phải trở thành bác sĩ.

- Cô không thể vào trường Y nếu cô không vượt qua môn toán và hóa.

Cô gật đầu. Đôi mắt cô đã nắm bắt được một mối liên hệ. Tôi nhận ra vấn đề khó khăn của cô, và đây chính là cái điểm cho cô một ít hy vọng.

- Hãy kể cho tôi nghe có phải cô gặp những khó khăn trong môn toán và các môn khoa học ở trường phổ thông?

- Một chút.

Cô ngừng giây lát.

- Không, rất nhiều, dù có thể ông không biết gì về SAT.

Tôi không biết cô có bị sức ép quá nặng của cha mẹ.

- Ba mẹ cô có muốn cô trở thành bác sĩ không?

- Ba mẹ chiều theo ý tôi. Ông bà rất tuyệt vời. Tôi không thể có người cha người mẹ nào tốt hơn. Ông bà mời cô giáo về nhà dạy kèm cho tôi. Nhưng cô không giỏi lắm. Tôi chỉ nhìn những con số và những công thức rồi tôi mù người đi.

Cô nói, giọng đầy nhiệt tình, đam mê, đó là những gì mà lần đầu tôi thấy cô gái Samantha đặc biệt này biểu lộ. Sức ép dường như không phải nơi cha mẹ cô mà là bên trong tâm trí cô. Tôi chắc rằng cảm giác thất bại không quá thâm căn cố đế đến nỗi cô không thể vượt qua.

- Và bây giờ cô cảm thấy cô đang làm ba mẹ thất vọng?

- Dạ đúng. Điều này làm tôi khôn khổ. Tôi cũng đang làm em trai tôi thất vọng. Sean mới 11 tuổi bị yếu tim nên cần được chăm sóc cẩn thận. Thật sự chính bản thân tôi đang làm cho mọi người thất vọng. Bác sĩ có biết không, khi tôi vào phòng thi, thậm chí chỉ là một cuộc thi đồ rất đơn giản, trước khi ngồi xuống tôi bắt đầu run rẩy và toát mồ hôi. Tôi bỗng hoảng sợ và muốn bỏ chạy ra ngoài. Đã có một lần tôi bỏ chạy khỏi phòng thi và về phòng nằm thẫn thức.

- Rồi sao nữa?

- Tôi nói với họ là tôi bị bệnh, và họ sẽ cho tôi thi lại giữa học kỳ môn tôi thi rớt tháng trước, và tôi sẽ lại rớt nữa. Thi rớt, thi rớt, và thi rớt.

Không thể kiềm chế, cô bật khóc trong đau khổ tột cùng do nén con tuyệt vọng từ nhiều tháng qua. Tôi để yên cho cô khóc, không có cách nào để ngăn được, nhưng rồi những giọt nước mắt này dùng dưng đột ngột làm tôi sững sờ. Cô cố tạo một nụ cười khả ái nhưng thiếu não:

- Tôi thật lộn xộn. Cả đời tôi cứ xuôi theo những ống tuýp. Xin hãy giúp tôi.

Tôi biết rằng, tôi và cô phải tìm ra nguyên do trở ngại của cô. Có lẽ nó nằm ở một kiếp sống khác. Tôi nghĩ là phải đưa cô về lại quá khứ để tìm kiếm, nhưng tôi muốn tìm hiểu kỹ trước khi



bắt đầu.

- Trong những môn học khác thì điểm số của cô thế nào?

- Điểm A rất nhiều. Tôi đâu có dốt<sup>[10]</sup>.

- Không, tôi không nghĩ vậy. Thôi được rồi, chúng ta chỉ nói đến giả thuyết thôi, nếu cô không thể vượt qua môn toán và hóa, cô phải chọn một tương lai khác. Điều đó có quá khủng khiếp không?

Cô bình tĩnh trả lời:

- Có lẽ không thể được.

- Không hẳn vậy. Cô hãy còn quá trẻ. Có hàng triệu con đường mở ra trước mặt cho cô.

Cô hỏi lại:

- Bác sĩ không hiểu? Duy chỉ có một.

- Tại sao?

- Vì tôi đã nhìn thấy tương lai tôi. Tôi nhìn thấy nó trong giấc mơ.

Tôi giật thót người:

- Cô đã nhìn thấy nó?

Giá mà cô chia sẻ sự phấn khích của tôi, cô không biểu lộ gì.

- Vâng, nhưng tôi không biết nó sẽ xảy ra như thế nào hoặc là nếu tôi không thể vượt qua kỳ thi.

- Làm sao cô chắc là giấc mơ thật sự là tương lai của cô, chắc là những gì cô thấy sẽ xảy ra?

- Vì tôi đã từng thấy giấc mơ của mình xảy ra. Nổi buồn nhè nhẹ trong giọng cô:

- Duy chỉ lần này có thể nó không xảy ra. Một cái gì đó ngăn nó lại.

Cô đi quá nhanh. Tôi nói:

- Hãy quay lại một lát. Cho tôi một ví dụ về giấc mơ đã xảy ra.

- Tôi mơ thấy bạn tôi, Diana bị thương vì đụng xe. Hai tuần sau nó bị tai nạn giống như tôi đã thấy trong giấc mơ. Một chiếc xe khác đụng vào xe nó khi nó ngừng ở giao lộ.

Cô run bắn người lên:

- Thật kỳ quái.

Cô miêu tả những giấc mơ được biết trước: một tai nạn leo núi, và một chuyến kinh doanh của cha cô, ông đã về nhà sớm hơn dự định.

Rất nhiều người cũng có những giấc mơ được tiên liệu trước như vậy, nhìn thấy những sự kiện sắp xảy ra. Tôi đã đối mặt với những giấc mơ đó vài lần trước, nhưng giấc mơ về tương lai của Samantha rõ ràng hơn, sống động hơn, tỉ mỉ hơn. Cô không chỉ nhìn một việc xảy ra mà là một cuộc đời sau này đầy đủ chi tiết.

Cô bắt đầu kể:

- Tôi đang học trường Y. Đó là một trường Đại học tuyệt vời, vì vậy có rất nhiều bằng điểm cho nhiều sinh viên khác. Đó là ngày tốt nghiệp. Tháng Sáu. Chúng tôi ngồi trên khán đài, còn ông Hiệu trưởng thì đang trao bằng tốt nghiệp. Rất đông người tham dự, phụ nữ mặc váy hoa xếp ly. Có lẽ trường Đại học này ở miền Nam. Cờ bay phấp phới trong cơn gió nóng nhẹ nhàng. Ba mẹ tôi đứng ở hàng đầu, và tôi có thể nhìn thấy ba mẹ đang tươi cười với tôi, hạnh phúc về tôi như chính bản thân tôi cũng đang rất hạnh phúc. Ông Hiệu trưởng gọi tên tôi, ông tuyên bố tôi đã tốt nghiệp với một phần thưởng xuất sắc. Tôi bước lên bục nơi ông đang đứng, ông trao cho tôi bằng tốt nghiệp được cuộn tròn và cột ruy băng. Những người tham dự reo hò chúc mừng, không chỉ có ba mẹ tôi mà tất cả. Các sinh viên khác cũng chúc mừng tôi. Tôi tràn đầy sung sướng hạnh phúc. Tôi trở về chỗ ngồi và mở dây nơ xem bằng. Đó là điều tuyệt vời nhất tôi từng thấy, tên tôi được in chói lọi như đèn đỏ sáng và...

Cô bắt đầu khóc, nước mắt trào như dòng suối.

- Điều này sẽ không xảy ra. Có lẽ tôi nên xin phép nghỉ học, rời trường trước khi tôi thi rớt, như vậy nó sẽ không ghi lại trên hồ sơ của tôi. Có lẽ tôi nên kết hôn với một bác sĩ.

- Có thể cô sẽ không phải làm điều này. Có lẽ chúng ta nên tìm ra chỗ nào mà sự trở ngại sẽ xảy ra.

Lời nói của tôi cũng khuyến khích cô một chút. Đầu cô gục xuống một lần nữa, tay cô siết chặt dạ dày. Tôi hỏi:

- Còn giấc mơ nào khác.

- Vài năm sau, tôi đã là bác sĩ, tôi đang đi bộ trong hành lang bệnh viện, từ phòng bệnh này qua phòng bệnh kia. Bệnh nhân nhi. Tôi là bác sĩ khoa nhi. Đó là điều mà tôi luôn luôn ao ước. Tôi yêu trẻ con, và rõ ràng là chúng cũng thích tôi, mỗi một đứa trẻ, từ đứa nhỏ nhất hoặc bệnh nặng

nhất rất vui về gặp tôi. Tôi thấy hài lòng vì chuyên môn mình rất giỏi để giúp chúng. Một đứa bé trai nắm lấy tay tôi, tôi ngồi bên nó cho đến lúc nó ngủ quên.

Giấc mơ có thể là mọi chuyện: kỳ thú, giấc mơ tiên đoán, giấc mơ của tương lai, hoặc là một ẩn dụ chứ không có gì với thuốc men cả. Nhưng chắc chắn rất đúng với Samantha. Cô trở nên buồn hơn khi cô liên tưởng giấc mơ thứ hai, bởi cô cảm thấy một rào chắn giữa tương lai và hiện tại, có một trái núi sừng sững của môn toán và hóa chặn cô lại. Cô không thể tìm cách nào để vượt qua đó.

Chúng tôi lên kế hoạch cho vài đợt điều trị phụ thêm nhanh chóng bởi vì cô phải quyết định ở lại trường hay không. Nếu cô thi rớt thì cô không thể ở lại trường. Tôi biết rằng các bác sĩ phải khách quan, nhưng tôi cảm thấy có sự lồi cuồn đặc biệt với Samantha. Cô làm tôi nhớ đến con gái tôi, Amy, nó cũng có những giấc mơ riêng của nó, một tương lai rất tươi sáng.

Hai ngày sau Samantha quay trở lại. Lúc cô đã vào sâu trong trạng thái bị thôi miên, tôi hướng cô đi theo con đường tương lai tốt nhất. Rất chính xác, chuyện tốt nghiệp tại trường Y và cảnh tượng một bác sĩ nhi đây hãnh diện xuất hiện trở lại, lần này các chi tiết thậm chí rõ ràng hơn, từ cái kẹp màu xanh dính vào áo đồng phục cho đến mùi nước khử trùng dọc theo hành lang bệnh viện.

- Đây là tương lai của tôi.

Cô tự tin nhấn mạnh, tôi yêu cầu cô khai thác phần điều chỉnh trong đời sống hiện tại. Cô không được khuyên can, bất kể toán và hóa. Đợt thực hành này không thay đổi cảm giác thất vọng của cô, nhưng dường như nó khuyến khích cô ở lại trường và tiếp tục phép trị liệu. Dù sao cũng có chút hy vọng hơn, và cảm giác mạnh mẽ về giấc mơ tương lai của cô đã nhận ra. Sự cấp bách và sợ hãi vẫn còn hiện diện, nhưng giờ đây cô bắt đầu nhấn nại hơn, có một sự kiên quyết sẽ tiến triển. Cô lập đi lập lại nhiều lần:

- Tôi sẽ làm được.

Nếu cô tin thì tôi cũng tin như vậy.

Vào đợt thực nghiệm sau, khi cô đã đi sâu vào trạng thái bị thôi miên, tôi đưa cô trở về một kiếp quá khứ. Samantha kể:

- Tôi nhìn thấy một người đàn ông. Anh ta không phải là tôi, nhưng dĩ nhiên anh ta là tôi. Anh ta là một kiến trúc sư, chuyên thiết kế những tòa nhà công cộng và lâu đài cho vua. Anh ta là bậc thầy về mối tương quan trong không gian, và cách trang trí theo hình học. Nhưng những tòa nhà này rất đặc biệt. Đây là nhiệm vụ quan trọng nhất mà anh đã từng nhận. Thiết kế của chúng rất phức tạp và anh lo lắng anh sẽ không làm đúng. Phần tính toán rất khó mà anh thì chưa tìm được bài giải. Ô, tôi thấy tội cho anh ta quá, không cho tôi. Anh ta còn là một nhạc sĩ rất khá, hàng đêm thường thổi sáo để làm dịu tâm hồn mình. Nhưng đêm nay âm nhạc không làm anh ta khá hơn. Anh ta căng thẳng và vật lộn với vấn đề, nhưng lời giải vẫn chưa ra. Tội nghiệp anh ta quá. Nếu anh không thể...

Cô dừng giữa câu, gương mặt biểu lộ một sự hoang mang. Mắt cô vẫn nhắm.

- Chờ một chút. Tôi không còn ở Hy Lạp nữa mà ở Rome. Đó vào khoảng vài trăm năm sau. Có một người đàn ông khác. Một kỹ sư xây dựng. Lại là tôi, không phải tôi. Anh ta thiết kế những tòa nhà, những cây cầu, đường cao tốc, cống thoát nước. Anh ta rất rành về thành tố và chất lượng trong các vật liệu anh ta xài, biết rõ là phải làm như thế nào để bảo đảm những công trình anh ta xây dựng sẽ bền chắc mãi mãi. Anh ta cũng là một chuyên gia toán học. Anh được cho là người giỏi nhất. Anh ta thật sự là người giỏi nhất. Tôi có thể khóc vì rất vui sướng cho anh ta.

Trong lần trở về đầu tiên chẳng có gì bất thường khi một kiếp này cắt ngang kiếp khác,

vì vậy tôi cũng chẳng ngạc nhiên khi Samantha nhảy từ một kiếp ở thời kỳ Hy Lạp rồi đến La Mã. Và những gì thấy được qua hai kiếp cũng không gì đáng kể lắm. Không có sự sáng suốt của năng lực tâm linh, không có một chút gì là bi kịch, hoặc chấn thương về tinh thần, hoặc thảm họa, những sự kiện cho chúng ta hiểu được sự trở ngại của cô trong kiếp hiện tại. Nhưng dẫu sao hai lần trở về cũng hết sức quan trọng bởi vì Samantha đã có khả năng liên kết lại cảm xúc và bản năng giữa một chàng kiến trúc Hy Lạp đầy hoang mang và một anh kỹ sư xây dựng giỏi giang. Cô đã đồng cảm với họ. Cô thấu hiểu nỗi lo lắng của chàng kiến trúc, và vui sướng với anh kỹ sư do cô đã trải qua cảm giác sung sướng như vậy khi cô mơ thấy tương lai. Thực tế là cô đã đồng cảm với chính bản thân cô. Cô biết cô đã là một chàng kiến trúc, một anh kỹ sư, và điều đó quá đủ để cô vượt qua triệu chứng trong hiện tại. Về một ý nghĩa nào đó, cô đã sẵn sàng nắm giữ một năng lực toán học và khả năng giải quyết vấn đề, cô đã học từ những kiếp trước.

Ngay lập tức tôi có thể nhìn thấy sự nhận thức mới về bản thân cô được chuyển sang trang khác từ những kinh nghiệm của chuyến trở về quá khứ. Cô bắt đầu tự tin hơn trong lời nói và tác phong. Hình tượng riêng của cô đã hoán chuyển. Tôi suy tưởng sự trở ngại đã sớm biến mất trong cô, và đúng là sự thay đổi trong sự nhận thức của cô đã tự biểu hiện hầu như tức thì với niềm hân hoan hiểu biết về những khái niệm của toán học và hóa học mà cô đã không thể nhớ ra.

Với sự giúp đỡ tiếp tục của gia sư, điểm toán và khoa học của Samantha đã từ từ nâng lên ngay ở đợt thi kế tiếp, và sự tăng cường tích cực từ những điểm số đã đưa niềm tự tin của cô cao hơn. Tôi vẫn thường xuyên gặp cô hầu như cả một năm, khi kết thúc trị liệu tôi cam đoan với cô rằng cô sẽ đạt được triển vọng của những giấc mơ. Hết năm thứ nhất đại học, cô đến gặp tôi, hét toáng lên:

- Tôi đã làm được rồi!

Tôi biết rõ cô muốn nói gì nhưng lại để cô giải thích thêm:

- Làm được gì?

- Vào trường Y.

Hoàn toàn hài lòng, tôi nói:

- Tốt quá rồi. Học ở đâu?

Ánh mắt lấp lánh với nụ cười toe toét tinh quái, cô nói:

- Bác sĩ Weiss, giấc mơ về tương lai cũng không hoàn toàn chính xác. Tôi không học ở trường miền Nam. Tôi sẽ học ở Cornell.

\*\*\*

Samantha, một bác sĩ đầy triển vọng, đã chia sẻ sự đồng cảm với bản thân mình trong những kiếp quá khứ và tương lai. Max, một bác sĩ có kinh nghiệm, chia sẻ sự đồng cảm với người khác trong kiếp quá khứ, vì vậy anh đã nhìn thấy kiếp sau, và đã chuyển đổi kiếp hiện tại.

Lần đầu khi gặp hấn, tôi thấy hấn rất đáng ghét, nói thẳng ra là như vậy, thậm chí nhiều bác sĩ đưa ra những xét đoán vội vàng ngay lần gặp đầu tiên, và tôi cũng không phải là người duy nhất không thể chịu đựng được hấn. Hấn là bác sĩ ở bệnh viện kể bên, nhiều bệnh nhân và bạn đồng nghiệp của hấn cũng có nhận xét giống như tôi. Thật ra là do một bạn đồng nghiệp, cô Besty Prager, nhà tâm lý học, đã đưa hấn đến gặp tôi để điều trị. Cô cho rằng điều trị ở chỗ tôi sẽ tốt hơn ở chỗ cô. Cô nói rằng nhân viên trong bệnh viện đề nghị hấn rất nhiều là nên theo phép trị liệu.

Hấn đến giống như một cơn gió đột ngột của mùa hè, những cơn gió và sức nóng cao độ, tiến đến bàn tôi trong tình trạng bản khoả rồi tuyên bố:

- Tôi không nên đến đây. Có cần thiết gì chứ. Đám lãnh đạo khốn kiếp nói tôi phải nhỏ nhẹ. Đáng ra chúng phải bị sa thải. Chúng không cho tôi làm công việc của tôi.

Dáng người hấn cao ráo, một người đàn ông ở tuổi ba mươi tám với khuôn mặt đỏ cảm rộng, tóc nâu lưa thưa rối bù, và đôi mắt lóe sáng đầy giận dữ, mặc cái quần màu nâu nhạt rộng thùng thình và cái áo Hawaiian. Hấn nhìn tôi như thể tôi là anh chàng ở quây rượu chứ không phải là thầy thuốc. Hấn tiếp tục cầu nhàu:

- Chúa ơi! Con mẹ y tá trực đêm. Một mẹ đàn bà điển hình. Bệnh nhân của tôi là một người có hạng thuộc gia đình anh hùng quý tộc, bị viêm màng não. Đêm đó tôi tạt qua chỗ mẹ. Anh ta đang nôn ói. Mẹ không chịu bỏ điện thoại. Tôi hét lên kêu mẹ cúp máy. Mẹ than van con mẹ đang bệnh. Cơ hội béo bở. Khi mẹ cúp máy, tôi cho mẹ máy cơ hội đó, tôi dọa đánh mẹ nát óc.

- Xảy ra lúc nào?

- Tuần rồi. Con mẹ đi thưa tôi. Tôi đoán đó là lý do bác sĩ Prager điện thoại cho ông.

Tôi hỏi nhẹ nhàng:

- Anh dọa cô ta lúc mấy giờ?

- Nửa đêm. Có lẽ khuya hơn.

- Anh còn làm gì ở bệnh viện khuya vậy?

- Công việc của tôi. Chăm sóc bệnh nhân.

- Bác sĩ Prager kể rằng anh thường thức khuya và mệt mỏi, anh đả trách các ca trực mà bác sĩ nội trú hoặc bác sĩ thực tập nội trú có thể đảm nhận.

- Đúng vậy, nhưng bộ óc của họ ở mông chứ không phải ở trên đầu.

Hắn tựa cằm trên bàn nhìn tôi đầy tự tin:

- Ông biết như thế nào không? Ông không thể tin họ. Tôi bảo họ ghi chép những chi tiết nhỏ nhặt nhất nhưng họ dường như luôn luôn làm rất tệ. Họ bỏ mặc bệnh nhân, không chăm sóc họ.

Khi tôi còn làm việc tại bệnh viện Mount Sinai, hầu hết các bác sĩ nội trú và thực tập nội trú đều rất tận tâm và xuất sắc, nhiệt tình học hỏi và giúp đỡ. Tôi đã từng biết về họ, tôi tin tưởng họ vượt qua giới hạn hiểu biết. Làm sao bệnh viện của hắn có thể khác được? Tôi hỏi hắn:

- Anh bị đuối sức vì cường độ công việc?

- Đôi khi.

Hắn thú nhận và cuối cùng ngồi xuống. Hắn có vẻ rất thích cái ghế, nó tạo cho hắn cảm giác thư giãn, mặc dù một chân của hắn chà qua chà lại trên sàn nhà. Rồi hắn lại bối rối:

- Dĩ nhiên tôi rất mệt mỏi. Ai mà không mệt chứ? Nếu ông biết mức độ kém cỏi mà tôi nhìn thấy hàng ngày, có lẽ ông rất khó chịu. Cho liều thuốc sai, chẩn đoán sai. Chế độ ăn kiêng sai. Bất lịch sự, hỗn xược, sàn nhà đầy vết bẩn kinh tởm, lập đồ thị sai bét, ...

Giọng hắn nhỏ dần rồi bối rối ngừng lại giống như động cơ bị tắt máy. Tôi khuyến khích:

- Gây nguy hiểm cho bệnh nhân? Động cơ nổ lại:

- Ông biết chắc rồi đó, gây nguy hiểm cho họ! Đôi khi... (hắn lại tựa cằm nhìn tôi, giọng hắn nhỏ dần như thì thầm) ... họ chết.

Vâng, vài bệnh nhân chết. Có lẽ người đàn ông bị viêm màng não đã chết. Nhưng rất ít cái chết có thể đổ lỗi vì điều trị sai tại bệnh viện hoặc hành động phi pháp của ngành y. Ung thư gây chết. Vi khuẩn gây chết. Tai nạn giao thông gây chết. Tôi nói:

- Nhưng mà điều đó đâu thể tránh được.

- Không phải với bệnh nhân của tôi.

Giọng nói hết sức quả quyết và quá ngạo mạn làm tôi phải chùn lại.

- Chắc chắn là vài người trong số họ. Bệnh nhân ung thư. Bệnh già. Nạn nhân bị đột quy.

Điều lạ lùng bỗng nhiên xuất hiện: hấn khóc rung rức.

- Đúng vậy. Mỗi lần nó xảy ra tôi muốn tự sát. Tôi yêu thương từng người bệnh. Khi họ chết tôi muốn chết theo họ. Điều đó xé nát lòng tôi.

- Anh không nên tự dày vò mình.

Tôi bắt đầu ... nhưng rồi từ bỏ ý định phủ nhận hay an ủi hấn.

- Ông biết ai là người tôi tức giận nhất không? Hấn nức nở:

- Chính tôi.

Chúng tôi tiếp tục trong tâm trạng này cho đến hết buổi gặp gỡ. Hóa ra hấn bị ám ảnh về từng chi tiết trong sự chăm sóc y tế cho bệnh nhân, dù là không nằm trong khía cạnh khác của cuộc đời hấn. Tôi đoán rằng đầu tiên bệnh nhân thích sự quan tâm của hấn, nhưng rồi vài người trong số họ tỏ ra phẫn nộ vì sự quan tâm đó, bởi chắc hấn họ bị cảm giác lo âu gắn chặt vào sự ám ảnh của hấn. Hấn cũng dễ xúc động dễ dính líu quá mức vào bệnh nhân. Như vậy, sự quan tâm này có lẽ được chào đón ngay lúc ban đầu, trước khi hấn lãng vãng gây hồi hộp cho họ.

Max đau khổ bên cạnh bệnh nhân. Sự lo lắng của hấn đối với bệnh nhân trở thành nỗi tuyệt vọng và hối hận nếu họ không còn hồi phục được. Mỗi trở ngại là lỗi của hấn, và mỗi cái chết là điều không thể tha thứ được. Khi chúng tôi đã hiểu nhau, hấn kể cho tôi nghe hấn đã tự kê đơn thuốc chống giảm hoạt động thần kinh khi nỗi đau tinh cảm trở nên quá lớn. Hấn bắt đầu đau ngực và, hoảng sợ, chạy đến bác sĩ tim mạch. Vị bác sĩ này không tìm thấy gì cả, dù ông đã kiểm tra một loạt xét nghiệm. Con đau vẫn dai dẳng, đôi lúc có giảm đi chút ít. Không thể giao nhiệm vụ cho người nào cả, đặt biệt là qua điện thoại, Max đến bệnh viện thường xuyên hơn mức cần thiết, hấn cho rằng để bảo đảm mọi người an toàn. Với cách làm như vậy, hấn không còn thời gian dành cho gia đình. Ngay khi ở bên họ hấn cũng phá tan niềm vui của họ bởi tâm trạng bất thường và những trận tam bành đột ngột của hấn. Lúc này tôi cảm thấy tội nghiệp cho hấn.

Max nói hững hờ:

- Tôi mong là bệnh nhân của tôi sẽ khỏe hơn.

Tuy vậy, hấn cũng không hài lòng khi họ khỏe lại. Niềm vui của người bệnh không hòa nhập với hấn. Trường hợp của Max hầu như không phải là trường hợp của người thầy thuốc cảm thấy có quyền hạn và bằng cách nào đó mong đợi sự hoàn hảo với các bệnh nhân của mình. Mỗi lần bệnh tình của họ xấu đi, hấn không còn tự tin ở chính mình, hấn nghĩ mình không xứng đáng với hai chữ “bác sĩ”. Tất cả sự hung hăng hão, lời chửi mắng, hoặc những cơn thịnh nộ của hấn chỉ là để che dấu một sự thật nằm sâu trong lòng: hấn rất sợ hãi.

Triệu chứng về tâm sinh lý của Max rất nguy hiểm, thậm chí đe dọa tính mạng. Sau khi thăm dò cẩn thận cả hai phía chúng tôi, nguyên nhân sự cùng quẫn của hấn có vẻ như không nằm ở hiện tại hoặc ở thời thơ ấu. Tôi giải thích về phép trị liệu trong kiếp quá khứ, bất kể là thật hay chỉ là

một ẩn dụ, một biểu tượng, hoặc sự tưởng tượng, điều đó không phải là điểm chính, mà việc trị lành bệnh mới là chủ yếu, và nhiều bệnh nhân của tôi cũng đã khỏi bệnh. Tôi đề nghị hẳn:

- Anh có muốn thử không?

- Có mà điên, không! Tôi sẽ thấy mình từng là kẻ giết người bằng búa tạ.

Không hẳn là vậy, nhưng tôi cũng không thích lý sự với hẳn.

- Vậy anh có thích đi đến tương lai không? Hẳn sáng rõ:

- Được đó, chắc chắn sẽ tốt hơn bây giờ.

Theo lô gíc, óc bên trái của bệnh nhân, ví dụ như của bác sĩ hay luật sư, thì đưa đến tương lai dễ hơn là trở về quá khứ. Dầu sao họ cũng hiểu đó chỉ là sự tưởng tượng. Tuy nhiên trong việc thực hiện của tôi, nhiều hơn sự tưởng tượng thường tuôn chảy về phía trước.

Thân thể của Max nhanh chóng thư giãn, và anh ta đi vào một mức độ sâu hơn, khoảng thời gian nghỉ ngơi thoải mái, tránh đi công việc hàng ngày. Nó không kéo dài lâu để cho hình ảnh rõ ràng xuất hiện. Anh ta thấy mình là thầy của nhiều bác sĩ, một thầy thuốc trong tương lai gần, bao quanh là sinh viên ở trong một loại giảng đường vòng cung. Anh ta kể:

- Công việc rất tốt. Hầu hết họ là bác sĩ giỏi hơn tôi, nhưng tôi có khả năng vượt qua thân thể để đến sự xúc cảm. Tôi hướng dẫn cho họ làm cách nào để tách ý thức ra khỏi thể xác, vì vậy chúng tôi hiểu được kết cấu của việc điều trị bằng tâm linh. Ông biết không, ý thức đi từng chặng. Đầu tiên nó lớn vờn trên thân thể vật lý, nhớ lại cuộc sống xúc cảm của nó và chuẩn bị bước đi cao hơn. Rồi nó cũng rời bỏ thân thể vật lý đó lại phía sau, suốt thời gian đó càng lúc càng trở nên sáng hơn. Trong giai đoạn này tôi gọi là “thể xác trí tuệ”. Cuối cùng nó chia tay cõi này và tự do chỉnh sửa sự dao động tự nhiên của nó đến nhiều hoạt động, do đó nó có thể đi đến những giai đoạn thậm chí cao hơn.

Anh ta quay đầu về phía tôi rất nghiêm nghị dạy tôi như là học trò của anh ta trong tương lai, tuy nhiên trong tình trạng bị thôi miên anh ta không nhận ra sự hiện diện thật sự của tôi.

- Khi chúng tôi hiểu bốn giai đoạn đó ảnh hưởng qua lại với nhau như thế nào, những manh mối điều trị tâm sinh lý trên bình diện vật chất dễ dàng khám phá, phân tích, và áp dụng. Đây là lãnh vực nghiên cứu của tôi, và nó sẽ mãi mãi thay đổi y học. Tôi gọi tên khóa học là điều trị đa phương pháp của tất cả năng lực thân thể.

Anh ta miêu tả quá rõ và chứng minh rất nhiều những cảnh tượng của bệnh nhân khác làm tôi cảm thấy kích động vì sự công nhận. Lãnh vực nghiên cứu của anh ta cũng là của tôi. Anh ta nói rằng: “Nó sẽ mãi mãi thay đổi y học”. Đây là niềm tin của riêng tôi, tuy nhiên điều này thường xuyên chỉ nằm trong tư tưởng của tôi mà thôi. Qua những đợt điều trị của chúng tôi, tôi biết rằng Max chưa hề đọc cuốn New Age<sup>[1]</sup> hoặc kinh sách, anh ta cho rằng cả một lãnh vực vô dụng, do đó anh ta không thể lượm lặt những tư tưởng từ những cuốn sách đó. Là một người thầy thuốc, anh ta đón nhận một sự trải nghiệm tiêu chuẩn về tôn giáo, nhưng nó không có mảy may nào dính đến những chủ đề hay khái niệm mà anh ta dạy ở kiếp sau. Anh ta không có niềm tin vào siêu hình học. Có lẽ rằng trong cuộc đời anh ta chưa hề dùng cụm từ “điều trị bằng tâm linh” và “thể xác trí tuệ”.



- Quý tha ma bắt chuyện này là thế nào?

Anh ta hỏi tôi khi quay trở về hiện tại. Sự trải nghiệm làm anh ta có vẻ kinh ngạc hơn là kính sợ. Tôi trả lời:

- Ai mà biết được?

Rồi tôi kể đơn giản với anh ta rằng mẫu người thầy thuốc, thầy giáo, hay là nhà điều trị thì cũng không có gì ngạc nhiên. Vấn đề này có nghĩa là cho thấy chuyên môn của anh trong hiện tại, và dù tôi không có kinh nghiệm đi nữa, nhưng những điều anh quan sát dường như tương tự khái niệm chính xác về siêu hình học mà tôi đã nghe nhiều năm nay.

Tuy nhiên tư tưởng của tôi đi xa hơn. Những gì anh ta thấy không phải là ảo tưởng,

tôi tin chắc như vậy, những yếu tố ý thức được xây dựng nguyên mẫu dựa trên những điều mà anh ao ước cho kiếp sau. Sự việc mà anh nhìn thấy được cột vào cuộc trải nghiệm gắn với cái chết của những người khác, nhưng anh lại đi xa hơn, đến một nơi mà anh có thể nói về ý thức con người và nhìn nó tiến đến mức độ giác ngộ.

Vẫn còn háo hức bởi cuộc hành trình, vào đợt điều trị kế tiếp anh thúc giục tôi:

- Bây giờ tôi muốn trở về quá khứ.

- Đi về những kiếp quá khứ?

- Thì ông biết rồi đó, tương lai quá tuyệt vời. Tôi muốn biết quá khứ tệ như thế nào, với lại tôi cũng tò mò.

Tôi nhắc nhở anh ta phải có sự kiểm soát trong quá trình và luôn luôn giữ khả năng dừng lại hoặc điều chỉnh cuộc trải nghiệm hoặc thậm chí di chuyển đến một đời sống khác nếu anh ta muốn.

Một lần nữa anh ta lại dễ dàng rơi vào trạng thái thôi miên, và tôi đưa anh ta về quá khứ. Thật là ngạc nhiên, anh ta là phụ nữ, cứ nghĩ anh ta là người đàn ông của chủ nghĩa Sô-vanh.

- Tôi còn trẻ và rất đẹp, kết hôn với một người đàn ông rất tốt. Đó là gì nhỉ? Thế kỷ mười hai hay mười ba? Tôi sống trong một cộng đồng nhỏ tại Châu Âu, hay Đông Âu.

Tôi bị bệnh quanh năm, có lẽ đó là lý do tôi trở thành bác sĩ, tuy vậy tôi rất vui sướng với thú vật và hoa lá. Khi tôi có thai tôi bị sốt ban và bị hư thai. Tôi không thể có con được nữa. Điều này làm chồng tôi rất buồn. Khi dân làng bị bệnh họ đều nhờ tôi, vì họ biết nếu tôi chạm vào họ hoặc điều trị cho họ bằng thảo dược thì họ sẽ khỏe lại. Đôi khi điều này có vẻ kỳ diệu. Nhiều người chấp nhận và rất tốt với vợ chồng tôi, nhưng phần đông, tôi nghĩ, họ sợ tôi. Họ nghĩ tôi là phù thủy hay là người có năng lực siêu nhiên, họ cho là tôi kỳ quặc hay bị điên. Nhưng không phải vậy. Tôi thích sống với muôn thú và cỏ cây hơn là với họ.

Có một người đàn ông sống ở ngôi làng bên luôn quát tháo đuổi tôi đi và cảnh báo trẻ con hàng xóm đừng đến gần tôi. Nhưng giờ đây gã cần tôi, và đến tìm tôi. Vợ gã bị sinh non và đứa bé gái đã chết giống như con tôi. Cô ta đang mê sảng và sốt cao. Tôi chạy vội theo gã đến nhà. Vợ gã bệnh rất nặng, khó thở và nhiệt độ rất cao. Tôi đặt tay lên bụng và dạ con của cô. Tôi cảm thấy như có một nguồn điện quen thuộc từ bàn tay tôi, một sự bùng lên của nguồn năng lượng trị bệnh tự truyền vào người cô ta. Tôi dùng thảo dược để trị cơn sốt. Nhưng nó không trị được – nó không linh nghiệm.

Max trở nên bối rối ở văn phòng tôi. Anh ta thờ rất nhanh, ẩn chứa niềm đau khổ trong cử chỉ. Anh ta không bị nguy hiểm trong tình trạng bị thôi miên - từ trước đến giờ không có người nào bị cả – nhưng rõ ràng là anh ta đang đồng cảm với cô gái trẻ và với chính bản thân mình như được gợi nhớ lại những sự kiện tai nạn. Vẫn còn trong tình trạng thôi miên, Max nói:

- Tôi đoán đúng, đã quá trễ. Bệnh nhiễm trùng đã tràn lấp sự kháng thể của bà mẹ tội nghiệp. Cô ta chết ngay khi nguồn điện của tôi thổi vào cô ta. Không ai có thể cứu cô ta. Đó là sự thất bại lớn nhất trong đời tôi.

Sự bối rối của Max tăng thêm:

- Người chồng tức tối, uống rượu suốt buổi, hầu như tôi chỉ để ý đến gã, bây giờ gã đang quản trí vì con vừa chết thì lại mất vợ. Gã hét toáng lên “mày giết vợ tao, mày là ác quỷ! Mày là phù thủy!” Trước khi tôi có thể tự vệ thì gã đã cầm dao đâm vào ngực tôi. Tôi quá sốc. Tôi không thể tin vào điều đó. Có một cơn đau nhói trong ngực tôi, như thể có con dao đang ghim vào tim tôi.

Thậm chí Max còn đau gấp bội, nhưng nhanh chóng thư giãn.

- Bây giờ tôi đang bay lơ lửng và nhìn xuống thấy thân thể mình đang nằm trong túp lều của gã đàn ông đó. Nó bình thản. Có ánh sáng vàng kim trên bầu trời, và chạm vào tôi. Một luồng ánh sáng chữa lành bệnh.

Tôi đưa anh ta trở về hiện tại. Max đã trải qua rất nhiều trong từng giai đoạn. Bây giờ thì anh ta không còn kinh ngạc nhưng cũng không thất vọng. Anh ta trầm ngâm và nghiêm nghị,

ngẫm nghĩ những sự kiện đã qua trong kiếp sống của thế kỷ xa xưa. Hẳn là anh biết mình đã là thầy thuốc trong kiếp sống đó. Chúng tôi thảo luận nhiều lần về những cảm xúc của anh, cơn đau thể xác, sự lo lắng, sự đồng cảm mà anh dành cho bà mẹ bị chết lúc đó và bây giờ sự đồng cảm anh dành cho người thầy thuốc trẻ. Sự trải nghiệm này có quá nhiều xúc cảm hơn là sự trải nghiệm của nhà nghiên cứu ở tương lai về hệ ý thức. Nhưng tôi nhấn mạnh rằng nhà nghiên cứu đã đưa cho Max cái chìa khóa để mở ra kiếp quá khứ. Bây giờ anh ta có khả năng dùng cái quá khứ đó, đặc biệt là sự đồng cảm dành cho bà mẹ và người thầy thuốc, để hướng dẫn anh trong kiếp sống hiện tại.

Qua nhiều tuần sau, những thay đổi trong Max đã biểu hiện rõ ràng đối với gia đình, bạn bè đồng nghiệp, bệnh nhân, và cả tôi. Cơn đau ngực đã biến mất vì anh đã biết được căn nguyên. Anh đã hiểu rằng anh bị giết vì không chữa lành cho người bệnh trong kiếp trước, cũng như anh đã muốn tự sát khi anh không chữa lành cho bệnh nhân trong kiếp này, như vậy những cái chết của bệnh nhân không phải lỗi của anh. Anh nhận ra rằng anh có thể dùng sự hiểu biết và kiến thức về y học của mình để điều trị tốt nhất cho bệnh nhân, dù không phải lúc nào anh cũng có

thể kiểm soát được hậu quả. Phần đông bệnh nhân được chữa khỏi, vài người thì không hết bệnh do nhiều nguyên nhân vượt khỏi kỹ năng của anh. Sự lo lắng cho bệnh nhân hiện nay đã dần dần tan biến và cuối cùng thì mất hẳn, những cơn thịnh nộ cũng biến mất trong anh. Anh không còn hão huyền về phong cách của riêng mình hay của đồng nghiệp và trở nên gần gũi với gia đình hơn. Anh cũng không đau khổ vì tội lỗi hay hối hận, hoặc trâm cảm, những xúc cảm mà đã từng gây phiền muộn cho cuộc đời anh, trước khi anh thực hiện những chuyến du hành về quá khứ và tương lai.

Max vẫn giữ liên lạc. Anh kể với tôi về kỹ năng chuẩn đoán và điều trị của anh đã vững chắc hơn sau đợt trị liệu. Lần cuối cùng trò chuyện anh thú nhận rằng khi nhân viên y tế không có mặt, anh sẽ đặt tay mình lên chỗ đau của bệnh nhân để cảm nhận nguồn năng lượng dâng trào mà anh nhớ lại từ nhiều thế kỷ qua.

Khả năng dễ đồng cảm với sự tường thuật quá khứ và tương lai của bản thân họ đã giải thoát cả Samantha và Max khỏi sự áp chế của nỗi sợ hãi ở kiếp hiện tại. Với họ và với cả chúng ta, mỗi đồng cảm là bí quyết để được tha thứ. Khi ta cảm thấy một dạng xúc cảm sâu sắc với những lời giải thích ban đầu, thậm chí những biểu hiện trong kiếp quá khứ của riêng bản thân, chúng ta có thể cảm kích những tình huống đã dẫn đến nhiều triệu chứng và nhiều phán xét tiêu cực trong hiện tại. Ta sẽ dễ từ bỏ những hành động bốc đồng có tính tiêu cực nếu ta biết được nguyên nhân của chúng từ đâu trong bản thân. Khi ta từ bỏ, lòng tự trọng sẽ tăng trưởng, và ta có thể tự nhìn thấy mình thiện cảm hơn.

Một cách bình đẳng, mỗi đồng cảm là chìa khóa để thông cảm và tha thứ cho người khác. Thông qua sự đồng cảm, chúng ta thấu hiểu những nỗi sợ hãi của họ, niềm tin của họ, và những điều họ cần giúp đỡ. Chắc rằng chúng ta cũng sẽ nhận lại những điều tốt đẹp như vậy. Thậm chí ngay khi chúng ta không thể hoàn toàn chia sẻ niềm tin với họ chúng ta vẫn có thể hiểu họ. Chúng ta nhận thức được mức độ xúc cảm sâu sắc đến từ nơi nào trong tâm hồn chúng ta. Ghét chúng là tự ghét chính mình. Yêu chúng là tự yêu chính mình. Cách xử lý lành mạnh duy nhất là hãy để lòng ghen ghét ra đi.

Sự đồng cảm chữa lành cho từng cá nhân vào đúng thời gian nó chữa lành cho cả thế giới. Nó là chị em với lòng thương cảm, và là đứa con của tình yêu thương vô điều kiện.



## Chương 5. Hugh và Chitra: Lòng thương cảm

Đồng cảm và thương cảm thường được dùng như từ đồng nghĩa, nhưng thật ra hai thành tố này khác nhau trong tâm trí con người. Một cách chính xác, khi bạn hiểu được những tâm tư tình cảm của người khác như của chính bạn và bạn có thể tự đặt mình vào hoàn cảnh của họ, thì như vậy, rõ ràng bạn có lòng thương cảm với người đó. Tuy nhiên bạn có thể thương cảm mà không hề đồng cảm. Bạn cũng có thể thương cảm một người nào đó hoặc kể cả những sinh vật, thú vật ngay khi bạn không cảm nhận được những xúc cảm của họ.

Trong triết lý Phật giáo thường chỉ dẫn chúng ta lòng từ bi đối với vạn vật bởi vì tất cả chúng sinh đều có linh hồn. Quả đúng như vậy, muôn thú có thể đã từng là con người trong những kiếp quá khứ và cũng có thể sẽ lại làm người trong những kiếp tương lai. Mặc dù điều này không tìm thấy trong sách của tôi, nhưng nó không có nghĩa là khái niệm này không đúng. Có thể rằng con người không hề nhớ được những kiếp sống của họ như một loài giống khác. Vì vậy, bạn dễ thương cảm một con bọ cánh hay một con gấu mà không cần phải đồng cảm với chúng, không cần đặt bạn vào tình huống của chúng.

Lòng thương cảm toát ra từ trong trái tim, và nó được biểu thị bằng cử chỉ ân cần và tấm lòng nhân ái đối với muôn loài chúng sinh. Chúa Giê-Su có một tấm lòng từ bi cao ngất, và chúng ta cũng biết là Thánh Gandhi cũng vậy. Nếu trái tim của bạn hướng đến người khác thì bạn là người có lòng thương cảm. Hành động ngẫu nhiên của lòng tốt như nhường cho người khác bước lên xếp hàng trước bạn, nhường ghế cho một phụ nữ mang thai, cứu trợ cho những người vô gia cư, là phẩm chất của cách cư xử có lòng thương cảm. Tuy nhiên, chỉ khi nào hành động tốt đó xuất phát từ sự bất giác đích thực chứ không phải vì bạn có chủ ý để làm một việc tốt, hoặc bạn làm vì mục đích để nhận lại những phước báu trên thiên đường.

Lòng thương cảm thuộc về bản năng nhiều hơn, còn sự đồng cảm thì lại dựa trên trí tuệ, xuất phát từ hai điểm khác nhau. Nếu cha bạn là một người thô bạo, bạn đâu cần thiết phải thương cảm với ông. Có lẽ bạn nhận ra rằng: “Ồ, ông nội đã từng đối xử với cha như vậy, và cha đã bị thấm những hành động xấu xa đó. Giờ đây ông lại muốn truyền những hành động đó cho mình. Mình đồng cảm với những gì cha đã bị xúc phạm vì mình hiểu những cảm xúc của ông, nhưng mình sẽ không lập lại cách cư xử thô bạo như vậy vì mình đã thấm nhuần bài học tốt đẹp hơn.”

Đó là bài thực hành trí tuệ. Tuy nhiên, nói một cách lý tưởng hơn, ngay khi trong trường hợp cực đoan như người cha thô bạo, khi bạn có thể đồng cảm với cha bạn thì bạn cũng sẽ bắt đầu thương cảm cho ông. Có lẽ điều này cũng rất khó. Có thể ông lại vẫn cứ thô bạo với bạn như trước.

Nhưng ông cũng chỉ là một con người bị tổn thương như chính bạn mà thôi, và khi bạn hiểu thấu đáo thì trái tim và cả trí tuệ của bạn sẽ có câu trả lời như nhau. Nếu bạn trả lời, nếu bạn có khả năng vượt khỏi những tổn thương của bạn, bạn sẽ thấy rõ đồng cảm và thương cảm hòa nhập với nhau. Cả hai sẽ đưa bạn đến một điểm cuối cùng của tất cả những bài học trên một quãng đường đi đến sự bất diệt: tình yêu tinh thần, tình yêu không điều kiện, tình yêu đó rất trong sáng và vĩnh cửu.

\*\*\*

- Tôi đã biết ông rất nổi tiếng về điều trị bệnh nhân bằng cách đưa họ trở về quá khứ, có đúng không?

Người đàn ông điện thoại đến cho tôi tên là Hugh, và nếu tôi nổi tiếng trong lãnh vực của tôi thì ông cũng nổi tiếng trong lãnh vực của ông. Ông là một người có năng lực siêu nhiên, chương trình của ông trên truyền hình địa phương thu hút hàng ngàn khán giả,

phần lớn họ muốn liên lạc với những người thân đã chết. Bản thân tôi không phải là một nhà ngoại cảm, không kể đến phạm vi siêu nhiên mà tất cả chúng ta đôi khi cũng có. “Linh cảm” dẫn đến một quyết định kinh doanh chính xác. “Vật bảo đảm” khiến chúng ta chọn con đường đời này trước con đường khác. Nhưng tôi biết điều này có thực. Tôi khâm phục những người giống như John Edward và James Van Praagh, họ dường như sở hữu nó và dùng nó để chữa lành bệnh, và tôi đã có kinh nghiệm từ lâu là không gièm pha những điều mà tôi không hiểu.

Tôi xác nhận với ông ta:

- Vâng, đã có vài thành công với bệnh nhân. Có phải cuộc điện thoại này liên quan đến phép trị liệu?

Ông ta cười với một âm vực cao, đầy hồi hộp:

- Vâng. Của tôi đó. Năng lực siêu linh, chữa lành cho chính ông? Dường như tôi không thể chữa cho riêng mình.

Chúng tôi hẹn gặp vào tuần tới, và tôi rất hồ hởi chờ đợi. Tôi đã từng chữa trị cho nhiều bệnh nhân có năng lực ngoại cảm, và thấy họ đều thích thú. Độ nhạy cảm của họ rất cao và sự thăng thần của họ đối với khái niệm về những kiếp quá khứ khiến họ đặc biệt thích hợp với phép trị liệu theo cách quay về quá khứ.

Hugh là người đàn ông mảnh khảnh, hơi thấp và ốm nhom, không còn vẻ oai vệ như tôi đã nhìn thấy ông một lần trong chương trình truyền hình đầy sức hút. Gương mặt ông ta hơi hồng vì còn phấn trang điểm, quần áo có vẻ hơi quá khổ. Rõ ràng là ông đang hồi hộp bởi con mắt liếc đảo nhanh khắp phòng như con đom đóm, và phải thường xuyên háng giọng trước khi nói, tuy vậy, khi bắt đầu ông ta rất hùng hồn.

Tôi hỏi:

- Chuyện gì vậy?

- Tôi quá đuối sức. Xương cốt rã rời. Không phải về thể chất, mặc dù tôi ít tập thể dục, mà về tinh thần. Tôi có cảm giác như thể mọi người trên thế giới đeo bám tôi, muốn tôi đưa họ gặp người thân đã chết. Vì họ cần quá, năn nỉ quá, xứng đáng quá, thêm khát chính đáng quá nên khi tôi từ chối tôi cảm thấy có tội, một cái tội to lớn cân nặng hàng triệu pao mà tôi không thể vứt bỏ.

Bất kể người nào đang ở trong phố hoặc trên đường đều muốn nhờ ông lý giải hoặc thông báo hoặc phán truyền dù họ từ một cánh giới xa xăm, nhưng đâu phải lúc nào cũng làm được như vậy. Ông không thể gọi một người bà con của ai đó, nhảy xổ vào cõi xa xăm, và cung cấp một lời nhắn gửi như họ mong đợi. Công việc của ông mất rất nhiều năng lượng, sức mạnh và thời gian, và ông đã mất hết sinh khí. Tôi đồng cảm với ông. Trong phạm vi nào đó, tôi đã từng bị tấn công theo một dạng giống như vậy. Tôi cũng bị chặn lại trong nhà hàng hoặc ngay buổi nghỉ giải lao trong những cuộc hội thảo. Nếu như người ta biết việc quay về là một quá trình tốn

nhieu thời gian, nhưng hiểu biết mà thiếu sự cay đắng thì tôi không thể giúp đỡ cho họ. Người ta dường như nghĩ rằng Hugh có thể lấy thông tin cho họ trong lúc ông đang ăn tối. Ông muốn giúp họ – ồ, ông ao ước làm sao mà ông có thể giúp tất cả mọi người! Giá mà ông không tự cảm thấy vô dụng, và mỗi khi từ chối một lời thỉnh cầu nỗi lo lắng của ông lại tăng lên.

Ông kể cho tôi nghe rằng ông có khả năng nhìn thấy những sự kiện sẽ xảy ra ở một thời điểm tương lai, hoặc những tồn tại mà mắt thường không thể nhìn thấy, và ông cũng có thể nghe những lời nhắn nhủ chỉ nói với riêng ông. Hầu hết những nhà ngoại cảm tự biểu hiện khả năng này rất sớm, ví dụ như nhiều đứa trẻ có bạn bè trong trí tưởng tượng, đơn giản chỉ vì chúng rất cô đơn và khao khát tình bạn. Tuy nhiên, trong nhiều trường hợp bạn bè cũng không phải trong trí tưởng tượng. Trong một cuốn sách khác tôi có kể về một bé gái mà mẹ của bé không thể hiểu tại sao cô bé không hề tỏ ra đau buồn trước cái chết của bà ngoại. Cô bé nói với mẹ rằng “Tại sao con phải buồn chứ? Con vừa nói chuyện với bà đây mà. Bà ngồi trong phòng con đó mẹ.” Bà ngoại đã kể cho cô bé nghe về những bí mật trong thời thơ ấu của mẹ cô, những bí mật mà một mình cô không thể khám ra được, điều đó đã tạo nên một giá trị vững chắc cho câu chuyện. Những đứa trẻ khác thì có thể nhìn thấy trước tai nạn hoặc nghe được những thông điệp và những sự việc đó đều thật sự xảy ra, đây là những bằng chứng của hiện tượng siêu nhiên.

Thường thường, năng lực siêu nhiên của đứa trẻ biến mất trước khi nó lên 6 tuổi. Tuy vậy, thỉnh thoảng năng lực siêu nhiên này không chỉ vẫn tồn tại trong con người mà còn phát triển mạnh hơn nữa. Đây là trường hợp của Hugh. Ông ta nói:

- Hồi còn nhỏ, mấy đứa trẻ khác nói tôi là phù thủy. Chúng nói tôi là “đồ điên” khi tôi kể lại rằng tôi nhận được thông điệp của một người chết đang cố cảnh báo chúng. Gia đình chúng cảm chúng chơi với tôi. Họ khiến tôi cảm thấy mình bị điên. Nhưng điều đó không ngăn được những cảnh tượng hoặc những thông điệp. Vì vậy tôi giữ những điều đó cho riêng mình, không cho ai biết. Hồi đó tôi rất khác lạ.

Ông ngừng lại một chút để tăng hắng.

- Và bây giờ tôi vẫn cứ khác lạ.

Lúc nhỏ ông phát huy lòng tự trọng rất ít, cho đến lớn vẫn như vậy. Chúng tôi đã có nhiều buổi làm việc và thấy rằng vấn đề đó và những cái khác liên kết với nhau. Nhưng tôi đã biết rằng chúng tôi phải đi sâu hơn chứ không chỉ ở tính nhạy cảm của thời thơ ấu. Tôi đề nghị một chuyên đi về quá khứ. Ông cười, nói:

- Đó là lý do tôi có mặt ở đây.

Hugh rất dễ dàng đi vào trạng thái thôi miên. Vì hồi nhỏ ông ta đã thực hành theo một cách nào đó. Ông bắt đầu:

- Tôi nhìn thấy nhiều chiếc xe đang bay. Không giống máy bay lắm, giống xe hơi hơn, ồ xe hơi có thể bay, vận hành bằng năng lượng sạch. Chúng lượn vòng trên những tòa nhà chọc trời sang trọng làm bằng kính. Bên trong tòa nhà nhân viên đang làm việc với công nghệ tiên tiến. Tôi là người trong số họ, một trong những nhà khoa học quan trọng và giỏi nhất ở đó. Mục đích là tạo ra mọi thứ có tác động mạnh hơn để chúng tôi có thể thay thế tất cả các hình thái vật chất, tất cả vật chất trên trái đất, và điều khiển nó, điều khiển hoạt động của những cái khác, điều khiển thiên nhiên. Nhưng không phải làm vì điều tốt đẹp, mà cho mục đích thống trị. Những nhà khoa học chúng tôi đang làm việc để thống trị thế giới.

- Thích thật. Ông vừa đi đến thời gian của tương lai.

Tôi bắt đầu liệu pháp tâm lý với Hugh cũng như tôi thường bắt đầu tiến hành với các bệnh nhân, và dường ông đã vượt trước một tương lai của nhiều thiên niên kỷ tới mà không hề có sự thúc đẩy nào.

Ông trả lời làm tôi ngạc nhiên:

- Đó không phải là tương lai gì cả mà là Atlantis. Atlantis! Một thế giới huyền thoại được hàng tá nhà văn miêu tả, mà câu chuyện nổi tiếng nhất là của nhà văn Edgar Cayce. Nó tồn tại ba mươi hay bốn mươi ngàn năm trước rồi biến mất. Atlantis là nơi mà dân cư đã thống trị một phần của thế giới bởi vì chỉ có họ giữ những điều bí mật của tất cả vật chất và mọi sinh vật. Hugh không hề đi đến tương lai, ông đã ở trong một thế giới đã biến mất từ lâu trước khi được lịch sử ghi lại.

- Công việc của tôi là thay đổi mức độ ý thức của mình và học hỏi những kỹ thuật điều khiển năng lượng để chuyển hóa vật chất.

Ông thở rất gấp và rõ ràng là đang bị kích động vì vai trò của mình trong một xã hội lạ lùng.

Tim kiếm một sự sáng tỏ, tôi hỏi tiếp:

- Chuyển hóa vật chất bằng năng lực siêu nhiên?

- Đúng vậy. Thông qua năng lực của trí óc. Ông do dự giây lát:

- Hoặc có lẽ chúng tôi dùng các tinh thể. Năng lượng xuyên qua các tinh thể. Tôi không chắc lắm. Nó không phải là năng lượng của dòng điện, nó là cái gì đó tiên tiến hơn nhiều.

- Và ông là một nhà khoa học có tầm quan trọng?

- Chính xác là vậy. Đó là những gì mà tôi đã được đào tạo để làm việc.

Ông trở nên buồn bã:

- Tôi muốn đạt được một sức mạnh cá nhân. Có nghĩa là phải giữ kín lại phần tâm linh, nhưng đó là cái giá tôi phải trả. Có lẽ tôi có thể thay đổi mức độ ý thức riêng để đến một cường độ dao động cao hơn. Theo cách này, tôi sẽ phát triển mặt tâm linh để đến một nơi vượt khỏi vật chất, vượt khỏi thời gian. Nhưng tôi không bận tâm về điều đó. Những điều mà tôi và các bạn đồng nghiệp đang làm là rất tối tệ. Mục đích của chúng tôi là điều khiển các nền văn minh chung quanh, chúng tôi đã thành công. Chúng tôi đã đạt được mục đích.

Tôi có thể đoán trước việc ông sẽ kiểm nghiệm lại cuộc đời mình. Ông hối tiếc những hành động và nhận ra ông đã chọn lầm đường. Giá như ông dùng năng lực của trí óc để làm việc tốt và thực hiện những mục đích cao thượng, chứ không phải vì sức mạnh hay vì nâng cao địa vị



bản thân, thì có lẽ ông đã có một cuộc sống tốt hơn, hạnh phúc hơn. Ông đã phí đi sự thông thái, phí đi sức mạnh, và phí cả cuộc đời.

Sau khi ông về, tôi ghi lại 2 đoạn:

- Thứ nhất, chuyện mà Hugh trở về kiếp trước tại Atlantis không chứng minh được gì về sự tồn tại của Atlantis hoặc chuyện mà tôi tin là có. Đây chỉ là sự trải nghiệm của ông, xét cho cùng, có lẽ ông đã nhìn thấy tương lai. Đó có thể là viễn tưởng, cũng có thể là sự thật. Điều quan trọng là ông đã biết hối tiếc, ông đã không đem cái sức mạnh siêu nhiên cho những mục đích cao cả. Có vẻ như đó là niềm hối tiếc của ngày nay.

- Thứ hai là dường như trong thời gian đó có một mức độ công nghệ cao hơn những cái mà chúng ta đang sở hữu. Có lẽ nhiều người lúc đó đã đầu thai lại kiếp này bởi vì, một lần nữa, công nghệ của chúng ta đang tiến đến mức độ đã tồn tại từ thời xa xưa. Như vậy chúng ta nên nhìn lại những gì chúng ta đã học hỏi. Đó là một sự xung đột giữa thói quen yêu thương và thói quen ích kỷ của chúng ta với năng lực tiên tiến. Lần trước chúng ta gần như phá hủy cả hành tinh. Vậy giờ đây chúng ta sẽ lựa chọn điều gì?

Chuyến trở về kế tiếp Hugh thấy mình đang ở Châu Âu trong thời Trung Cổ, ông không chắc là nước nào.

- Tôi là một người đàn ông to lớn, vạm vỡ. Tôi mặc áo dài thắt ngang lưng, đầu tóc rối bù. Tôi đang nói chuyện trước cuộc họp của một nhóm người trong thành phố. Đôi mắt tôi sắc lạnh, hoang dại, và mãnh liệt khác thường. Tôi nói với mọi người là họ không cần đi nhà thờ hoặc nghe lời cha xứ mà tìm Chúa. “Chúa ở trong bản thân các bạn, ở trong mỗi con người các bạn. Các bạn không cần những tên đạo đức giả đó chỉ đường tìm đến Chúa. Mỗi người đều sở hữu một trí tuệ siêu phàm. Tôi sẽ chỉ cho các bạn một cách rất đơn giản, và các bạn sẽ không còn lệ thuộc vào nhà thờ hay những tên thầy tu hách dịch trong đó. Chúng sẽ mất hết quyền năng mà các bạn sẽ giành lại cho chính mình”.

Ngay sau đó, Hugh bị Giáo hội bắt giam và bị tra tấn để rút lại lời tuyên bố trước kia. Nhưng ông không rút lời cho dù ông bị cực hình dã man đến mức nào. Với cảm giác kinh hoàng ông kể với tôi rằng cuối cùng ông bị xé rời ra từng mảnh bằng một dụng cụ tra tấn đặt ngay quảng trường của thành phố, một phần là do cơn giận dữ điên cuồng của các giáo sĩ và cũng do họ muốn dùng ông để cảnh báo người dân trong thành phố đừng theo những tư tưởng nguy hiểm đó nữa.

Trong buổi ngắn ngủi kiểm nghiệm lại kiếp sống đó, ông đã tạo mối liên kết lại với một kiếp ở Atlantis mà tôi đã rút gọn trong phần ghi chú sau:

“Một sự đền bù quá mức! Hugh hướng đến tâm linh thay cho lòng ích kỷ trong sự phản kháng đối với kiếp sống ở Atlantis. Sự thông thái về khả năng của mức độ ý thức cao hơn đã đưa Hugh trở nên quá công khai, và không để ý đến quyền lực của Giáo hội Kỵ-tô giáo ở thời điểm đó, cũng như sự hăng hái của họ để loại bỏ những kẻ dị giáo hay bất cứ người nào đụng chạm đến quyền lực của nhà thờ, thậm chí ngay những mức độ thấp nhất.”

Hugh cần tạo những mối liên quan với kiếp hiện tại. Ông nói với tôi về những năng lực siêu nhiên của sức nhìn, nghe, và trí óc:

- Năng lực tôi đã phát triển tại Atlantis. Ở đó tôi học được những kỹ năng ngoại cảm và tiên đoán.

Tôi hỏi:

- Còn những lời nhắn nhủ thì sao? Ông trả lời nhanh:

- Cái đó thì khác, chúng đến từ những linh hồn.

- Linh hồn? Ý ông là sao? Ông tăng háng:

- Linh hồn. Những linh hồn lia khỏi xác. Chắc chắn. Họ đã ban cho tôi sự thông thái, và nói với tôi về một chân lý.

Một chủ đề tương tự, nhiều bệnh nhân khác cũng đã nói về linh hồn, nhưng tôi khám phá ra một sự khác biệt. Khi ông ta về rồi, tôi ghi lại như sau:

“Nguồn gốc thông thái của Hugh đối với người khác được lộ ra, cho thấy Hugh đang cố gắng phù phép để ngăn chặn sự cố gắng phá hủy thể chất len lỏi vào thân thể ông ở kiếp sống vào thời Trung Cổ. Một cách khác ông nói rằng:

‘Không phải tôi. Tôi chỉ nghe được từ những người khác, cho dù là những linh hồn’. Quả là một kế hoạch an toàn, vì có năng lực siêu nhiên rất nguy hiểm. Nhưng trong một mức độ nào đó các linh hồn cũng ngăn chặn ông đạt được cấp độ cao hơn của ý thức đa dạng.”

Tôi nghĩ có lẽ ông sẽ đạt được cấp độ cao hơn như vậy nếu tôi đưa ông đi đến tương lai. Ông quả là một nhà ngoại cảm tài năng. Biết đâu ông sẽ giỏi hơn và cẩn thận hơn những người khác nếu ông có thể nắm giữ những gì sẽ đến? Ông sẽ không cần đến phép trị liệu. Ông đã hiểu được nguyên nhân của nỗi lo lắng, và đạt được một thỏa thuận của năng lực siêu nhiên. Nhưng tôi vẫn cứ tò mò về những điều ông khám phá.

Không biết ông có thích đi đến tương lai và cho tôi đi theo? Hầu như ông không thể đợi được nữa.

Có lẽ Hugh đã đi quá sâu. Dường như ông đang trải nghiệm hai cuộc hành trình cùng một lúc, một đi đến tương lai, và một đi đến mức độ ý thức càng lúc càng cao hơn, đến những thế giới khác, những cảnh giới khác ở trên và vượt qua thế giới này. Ông kể lại giọng đầy kính sợ:

- Một cấp độ kế tiếp vượt qua cấp độ của chúng ta, không dày đặc như chúng ta biết. Có một vấn đề rắc rối ở đó. Dù con đường gian nan đầy hiểm nguy, nhưng khi chúng tôi đến thì trí tuệ nhiều hơn, thể chất giảm bớt. Mọi người đều có khả năng ngoại cảm. Có một dao động cao hơn. Thân thể chúng tôi nhẹ nhàng, di chuyển dễ dàng hơn.

Trong một phạm vi nào đó nó giống như ở Atlantis mà ông đã mô tả trong lần đầu tiên trở về quá khứ. Nhưng ở đây còn hơn nữa.

- Tôi đang đi lên, lên mãi. Tại những cấp độ khác nhau có nhiều sự thay đổi về chất lượng ánh sáng. Tôi không thể miêu tả được. Nó sáng hơn, mềm mại hơn, không màu sắc, hoặc có tất cả các màu. Nó đưa đến nhiều cõi ngoài ánh sáng và vượt qua nơi mà tư tưởng có thể chạm đến. Đây là cấp độ mà trí tuệ con người không thể hiểu được. Tôi vẫn tiếp tục đi. Không có điểm kết thúc. Tôi vượt qua không gian vô tận và, nếu có thể, thậm chí qua khỏi cả nơi đó.

Cả hai chúng tôi đều có cảm giác rằng đây là những nơi đích thực rất bình yên và tuyệt đẹp, tuy vậy từ tuyệt đẹp thì quá đơn điệu. Hugh miêu tả bằng dáng điệu nhiều hơn là lời nói. Sự kiện mà ông vẽ ra nằm ngoài ngôn từ mà ông có. Đó là nét đẹp thanh thần trên gương mặt ông, gương mặt dùng để hùng biện giờ đây đã không còn nhả nhúm nữa. Ông diễn tả một đời sống tương lai không phải của riêng ông mà là một tương lai chung.

Sau này khi tôi bắt đầu đưa những người trong cuộc hội thảo hay trong buổi họp nhóm đến tương lai, thì thường cũng có trường hợp đó, tôi sẽ nói đến vào chương cuối.

Hugh nói:

- Chuyến đi này giống như máy bay đang cất cánh trong cơn bão sấm sét. Khi chúng tôi lên đến tầng mây thì trời tối dần. Có nhiều hỗn loạn, sợ hãi, lo lắng. Nhưng rồi chúng tôi cũng xuyên qua lớp mây và vượt ra một phía khác đi vào bầu trời sáng chói, vàng thái dương rực sáng chiếu qua nhiều bóng râm. Phải mất nhiều năm, nhiều thế kỷ để vượt qua những đám mây đó, thời gian trôi qua những đám mây đó càng ngày càng đáng sợ. Những đám mây của nghịch cảnh và tai ương sẽ đe dọa nền văn minh của chúng ta. Nhưng rồi khoảng tám trăm hoặc một ngàn năm, có thể hơn nữa, những đám mây đó sẽ biến mất, sự hỗn loạn sẽ biến mất, và sẽ có cảm giác bình yên, kính sợ và an toàn.

Ông cúi về phía trước, giải bày với tôi trong tình trạng bị thôi miên.

- Con người ở bên phía khác của cơn bão có khả năng tinh thần và khả năng siêu nhiên mạnh hơn là tôi đang có. Họ là nhà ngoại cảm.

Giọng nói ông hầu như thảm thì:

- Họ có thể thâm tóm mọi hiểu biết. Họ có quyền năng tuyệt đối về tinh thần.

Có lẽ Hugh đang miêu tả khái niệm của Carl Jung về hệ vô thức chung, hoặc khái niệm mà tôn giáo Phương Đông gọi là Tạng Thức<sup>[12]</sup>. Tạng thức giống như một bộ hồ sơ: mỗi hành động dù là nhỏ nhất, mỗi ý niệm dù không đáng kể của nhân loại từ thời mới sơ khai đều được lưu giữ. Tôi cho rằng có lẽ các nhà ngoại cảm đã sao chép lại từ đó để tìm hiểu những ý niệm, những giấc mơ của người khác. Đó là những điều ông kể về dân ở thành phố Trung Cổ. Trong hình ảnh về tương lai ông đã thông thạo những điều mà người Atlantis đã tìm kiếm. Họ có thể chuyển đổi vật chất thành năng lượng và năng lượng thành vật chất. Họ còn có thể thay đổi những mẫu nhỏ cơ bản thành từng cái khác bằng cách sử dụng sức mạnh của ý thức. Vào thời Atlantis sức mạnh này được sử dụng cho tội ác. Vào thời Trung Cổ, dù Hugh không nói rõ, các nhà nghiên cứu thuật chế kim đã cố gắng chế biến khoáng sản thành vàng. Trong tương lai mà Hugh nhìn thấy, mỗi người đều là nhà chế kim, họ đang sử dụng sức mạnh vào mục đích tốt đẹp. Họ đã vượt qua khỏi những đám mây xám xịt và đi vào vùng trời xanh thẳm có ánh sáng vàng rực.

Tôi nghĩ rằng cuộc truy lùng của Hugh là một ẩn dụ để thay đổi bản thân chúng ta từ phần vật chất đến phần tâm linh, và có vẻ như ông đã đạt được kết quả này trong một thời tương lai xa hơn nữa. Có lẽ tất cả chúng ta, những người đã bỏ lại những nghịch cảnh và tai ương, đều sẽ đạt được như vậy. Những điều mà ông đem về từ tương lai có thể hiểu rằng: Trong lúc ông đang dự kiến thì thân thể vật chất có thể đã thay đổi. Con người có thể tùy ý đi ra đi vào thể xác. Họ có thể lia khỏi xác bất cứ lúc nào họ muốn. Kể cả người chết cũng vậy. Không còn bệnh tật nữa, bệnh tật về tinh thần hoặc thể xác đều biến mất bởi vì con người đã biết làm thế nào để hiệu chỉnh lại sự hỗn loạn năng lực mà đã gây ra bệnh tật cho thể chất.

Tôi đã hiểu ra tại sao những chuyến du hành đến tương lai ông đều đi đường kếp. Có lúc bị dày vò đau khổ, rồi có lúc lại là thiên đường. Cuối cùng thì tương lai đó hình thành đường cong càng lúc càng cao hơn, trở nên siêu phàm hơn cho đến khi nó liên kết với quá trình tiến triển đến cấp độ cao hơn của ý thức, những cảnh giới hay thế giới cao hơn mà Hugh đã nhìn thấy trong cuộc hành trình đi tới. Nói một cách khác, cho dù ông đang đi hai hướng, thì đích đến cũng giống nhau. Trong cuộc hành trình đầu tiên ông đi thẳng đến các cấp độ cao hơn của ý thức. Lần thứ hai ông đến những kiếp tương lai ở đây trên hành tinh này. Cả hai kiếp tương lai đều đạt đến cảnh giới cao nhất, và có lúc gặp tại một điểm nào đó trên đường. Hugh nói về tương lai của chúng ta giống như những nhánh đường sắt, luôn luôn dẫn đến một sân ga chính. Bất kể con đường nào chúng ta đi đều đưa chúng ta đến cùng một nơi, và nơi đó có một niềm hoan vượt qua tất cả những cảnh giới và tất cả sự hiểu biết của con người.

Bây giờ sống trong kiếp hiện tại Hugh không còn cảm thấy khác biệt vì ông biết được tài năng của ông bị chi phối bởi tất cả chúng ta, cho dù những tài năng đó hầu như đang tiềm ẩn. Ông cảm thấy mình tốt hơn và có đặc ân được phép lướt qua những cảnh giới cao hơn. Ông nhận thức công việc mình rõ ràng hơn, và giờ đây dường như ông nhận được thông tin từ những cấp độ cao hơn. Ông không còn cho rằng sự thông thái của mình là những linh hồn bên ngoài riêng rẽ do nỗi sợ hãi mang theo từ thời Trung Cổ. Ông biết sức mạnh nằm bên trong con người ông. Ông hạnh phúc hơn, và đó là phương tiện tốt nhất của chuyến du hành. Sự rõ ràng trong cách lý giải của ông làm sáng tỏ ý định ông giúp đỡ người khác, làm sáng tỏ ý chí thay đổi nỗi tuyệt vọng thành niềm hy vọng, và làm sáng tỏ cuộc đời ông. Ông trở thành nhà chế kim mà ông đã dự định từ nhiều thiên niên kỷ trước.

Tôi đưa câu chuyện của ông vào cuộc thảo luận về lòng thương cảm không phải vì ông cần học hỏi điều đó trên con đường ông đi đến sự bất diệt, mà bởi vì điều ông có được quá mức thừa thãi. Ông cảm thấy đau khổ và thương yêu cho tất cả những người đến với ông, trong cách làm như vậy ông đã từ bỏ bản thân quá nhiều. Không có lòng thương cảm, con người không thể đạt đến trình độ phát triển cao hơn trong những kiếp tới.

Cũng như những đức hạnh đã thảo luận trong cuốn sách này, lòng thương cảm là một phần của toàn thể. Con người nên biết thương cảm cho người khác và cho cả chính mình.

\*\*\*

Chitra, ba mươi lăm tuổi, cũng là người ban phát lòng thương cảm mà không cần báo ơn. Một nhà sinh vật học chuyên nghiên cứu về phân tử. Cô dành cả ban ngày trong phòng thí nghiệm, và ban đêm cô dành thời gian chăm sóc người mẹ hay ốm đau và khát khe. Cô đã chăm sóc bà mười năm rồi. Cô không có thời gian giao tiếp với xã hội, thật ra, không còn một chút gì cho riêng cô.

Cô là con gái út trong gia đình người Ấn Độ di cư qua Mỹ. Lúc qua Mỹ cô vẫn còn nhỏ và luôn được giáo dục theo truyền thống đạo Hindu. Cô được giao phó chăm sóc bà mẹ. Vợ chồng người anh trai thì không muốn lo và cả người chị gái đã có chồng và hai con cũng vậy.

Chitra đã lập gia đình với một người chồng già hơn cô rất nhiều, một cuộc hôn nhân do gia đình lựa chọn, chồng cô giờ đã chết mà cô chưa có con. Do đó cô phải gánh vác việc chăm sóc mẹ.

Khi đến chỗ tôi, cô than phiền rằng mẹ cô dựa dẫm và bảo hộ cô quá đáng làm cô nghẹt thở. Thật sự cô thở rất nặng nhọc, và khi nói cũng khó thành lời. Tiếng Hindu là tiếng mẹ đẻ nhưng cô nói tiếng Anh rất lưu loát và mẹ cô cũng vậy. Cô chỉ mặc xari, ngoại trừ khi đi làm thì cô mặc quần jean áo thun và khoác áo đồng phục trong phòng thí nghiệm. Cô là một sự pha trộn vừa khác lạ vừa thích thú của hai nền văn hóa, tuy vậy tôi không tin rằng cô đang hạnh phúc. Chính nền văn hóa cũ đã kìm hãm thú vui của cô ở tuổi thanh xuân.

Người Hindu thường tin vào sự đầu thai, nhưng họ tin vì đó là niềm tin tín ngưỡng. Để sử dụng như một công cụ trị liệu thì họ hoàn toàn không biết. Chitra có thể hoặc không thể tin vào những kiếp quá khứ. Cô trầm lặng khi tôi bắt đầu thảo luận về vấn đề đó. Tuy nhiên cô sẵn sàng đồng ý một cuộc trở về quá khứ. Sau hai tuần thực hành thư giãn và phương pháp thôi miên, cô có thể bước vào một tình trạng bị thôi miên vừa phải. Những biểu hiện của cô khá mơ hồ và lời nói thì ngập ngừng.

- Tôi sống tại Ấn Độ... một cô gái làng chơi nhưng không thật vậy... tôi đi khắp nơi cùng với quân đội đang chiến đấu với kẻ thù... tôi không biết năm nào... không xưa lắm... người ta nói tôi cần thiết cho những người lính... họ rất quan trọng... họ là quân đội của tôi, là dân của tôi... họ phải được chăm sóc... tôi cung cấp cho họ... thỏa mãn tình dục cho họ... tôi ghét những việc tôi phải làm... tôi có thể nhìn thấy mình đang chết... tôi vẫn còn rất trẻ... vâng tôi đang chết... chết vì sinh con.

Thì ra là thế. Trong hồi ức về kiếp trước cô nhận ra cô không muốn sống lay lắt ở một nơi như vậy. Giúp những người lính Ấn Độ chống lại kẻ thù không có gì cao đẹp cả. Đó là một tục lệ được quy ước bởi lòng ích kỷ và bởi những tên đàn ông đã man, vì là phụ nữ, cô bị mắc kẹt và chịu thua.

Lần trở về kế tiếp cũng rất ngắn.

- Tôi là phụ nữ... áo choàng làm lễ hiến tế... Tôi phải chết để bảo đảm trúng mùa gặt hái... Có lẽ cái chết của tôi sẽ bảo vệ người dân thoát khỏi kẻ thù... từ tai họa của thiên nhiên... Người ta nói tôi rất danh dự được chết... Tôi và gia đình sẽ được ân sủng ở kiếp sau... Một thanh gươm trên đầu tôi... nó giáng xuống.

Trong hai lần cô đều khó thở, và lần nào tôi cũng nhanh chóng đem cô trở về. Chitra cần học hỏi từ những đời sống đó, nhưng không được đầy đủ chi tiết lắm. Cô đã trải qua những nỗi bất hạnh, và khi chúng tôi nói về điều đó, cô nhận ra sự bạo động đối nghịch với những khái niệm tâm linh. Những hứa hẹn hão huyền cho những ân huệ về sau là những lời dối trá có tính tư lợi nhân danh những tay tướng lãnh hoặc những trưởng lão, mà quyền lực của họ dựa trên sự ngu dốt, lừa gạt, và sợ hãi.

Chúng tôi khám phá ra một mắt xích trong hai kiếp và mối liên quan của chúng với tình thế của Chitra hiện tại. Cả hai lần trở về cô đều bị bắt buộc hy sinh mạng sống của mình, hy sinh những mục đích riêng, và cả hạnh phúc riêng tư để phục vụ cho sự cao cả. Và thực tế, sự hy sinh đã giết cô lúc đó như nó đang giết cô trong lúc này.

Mẹ của Chitra cũng có một hồi ức về kiếp sống trước, dù bà chưa hề đến văn phòng tôi. Thích thú vì công việc chúng tôi đang làm, Chitra đem những đĩa CD của tôi về nhà để thực hành, giống như tôi thường khuyến khích bệnh nhân. Mẹ cô lắng nghe và nhìn thấy mình cách đây khoảng ba thế kỷ là một người vợ Ấn Độ còn trẻ. Lúc đó Chitra là người chồng mà bà quá mực yêu thương, mối quan tâm chính trong cuộc sống của bà. Nhưng ông ta chết sớm, có lẽ do nọc độc của rắn cắn. Khi bà quay về hiện tại, bà hiểu rằng bà đã quá bám chặt Chitra, con gái bà, và giải thích với Chitra rằng đó là sự phản ứng bởi sự mất mát cách đây nhiều thế kỷ. Giờ đây Chitra nhận ra sự dựa dẫm và bảo hộ quá đáng của mẹ mình là do nguyên nhân từ kiếp trước, không phải ở kiếp này, và cô dễ dàng tha thứ hơn.

Mẹ cô bắt đầu thay đổi. Bà khắc phục những hủ tục từ từ, bớt bám chặt, bớt bảo hộ. Bà trở nên thoải mái hơn khi dành thời gian cho những đứa con khác, và thậm chí bà còn vui vẻ để Chitra giao du ngoài xã hội, bất kể có khả năng Chitra sẽ đi đến một mối quan hệ khác đụng chạm đến sự dựa dẫm của bà. Sự nói tiếp này giúp Chitra cải thiện quan điểm riêng. Lần đầu tiên cô nhìn xa hơn mà không sợ hãi, và đồng ý để tôi đưa cô đi đến tương lai.

Chitra trải qua ba kiếp tương lai chỉ trong một chuyến du hành. Trong chuyến đầu tiên cô thấy mình là người hộ lý quan trọng cho một đứa trẻ bị teo cơ, gãy trơ xương và yếu thần kinh. Động cơ gia đình đòi hỏi Chitra dành hết thời gian và sức lực cho cô gái nhỏ đó với tiền công ít ỏi.

Chồng cô trong kiếp đó là người ít xúc cảm và thường hơi thô bạo; đơn giản chỉ vì anh ta không thể đối đầu với nghịch cảnh. Với tôi nguồn thương cảm, tình yêu thương, và năng lực dường như chỉ có duy nhất một hướng ra bên ngoài, còn với Chitra thì cho đi mà không bao giờ nhận lại.

Trong chuyến đi thứ hai, thể xác Chitra bị đau đớn vô cùng vì bị thương trong một tai nạn xe cộ. Cô nói rằng:

- Không thể gọi là xe hơi. Nó giống như một hình trụ có cửa sổ khổng lồ đang bay. Dù sao thì chương trình của nó cũng bị trục trặc, ồ! rầm, nó đâm vào ngọn cây.

Chitra chờ người và cần được phục hồi tâm lý và co giãn thân thể. Cô nói với giọng hài lòng:

- Mức độ kỹ thuật y học rất tiên bộ. Nhưng tôi phải mất hơn một năm trời để hồi phục hệ mô thần kinh của cả bộ não và dây cột sống.

Chitra mỉm cười:

- Nhân viên bệnh viện rất tuyệt vời, nhưng việc hồi phục rất khó. Nếu không có tình yêu của gia đình và bạn bè tôi không chắc là mình có thể phục hồi được. Chồng tôi rất đáng yêu, và các con tôi, hai gái một trai. Ô! Phòng tôi đầy hoa. Người ta gọi phòng bệnh của tôi là vườn Địa Đàng.

Tôi nghĩ đây là điều trái ngược của kiếp trước. Một lần nữa, thương cảm, yêu thương, và năng lực chỉ có duy nhất một hướng đi ra, nhưng lần này chúng tuôn chảy thành dòng.

Trong chuyến đi thứ ba, Chitra là một bác sĩ phẫu thuật, chuyên về thuật chỉnh hình và hệ thần kinh. Khi tôi chỉ ra điều này quá khác thường vì một người mà có hai lãnh vực tinh thông khác nhau như vậy thì cô giải thích:

- Tôi làm việc bằng gậy hoặc thạch anh, chúng phát ra ánh sáng, năng lượng để điều trị rất hiệu quả, bất kể là xương hay não. Chúng cũng có năng lượng âm thanh giúp cho việc hồi phục cơ bắp, tứ chi, và dây chằng.

Chitra tìm được niềm vui lớn từ những kết quả của sự thông thái và những kỹ năng. Sự phản hồi tích cực này không phải do bệnh nhân của cô hay gia đình họ, mà do bạn đồng nghiệp của cô có trình độ chuyên môn. Cuộc sống gia đình cô cũng rất hạnh phúc và khỏe mạnh. Trong kiếp sống đó dường như cô đã đạt được một sự cân bằng đích thực của dòng chảy, ra vào đều đặn. Cô dễ dàng yêu thương người khác và cả chính bản thân cô. Chitra kể với tôi rằng cô đã kiểm lại kiếp sống tương lai thứ ba từ một triển vọng cao hơn, nghĩa là cô đã phát triển đến một cấp độ mới. Cô vẫn còn trong trạng thái bị thôi miên khi cô kể chuyện này, nhưng rồi cô bỗng nhiên ngừng lại ...

- Tôi không biết kiếp sống này sẽ kết thúc như thế nào. Rất hoang mang. Bây giờ tôi phải rời bỏ thôi.

Như thường lệ, cô không phải là người nấn ná lại trong kiếp quá khứ cũng như kiếp tương lai.

Hào hứng và náo nhiệt bởi cuộc hành trình cô chợt quay về hiện tại. Cô giải thích:

- Tất cả các kiếp sống từ quá khứ đến hiện tại đều liên hệ với nhau, như kiếp này và kiếp trước mà mẹ tôi đã mô tả. Những gì tôi phải làm là cân bằng lòng thương cảm cũng như tình yêu thương, để được nhận và cho đi.

Quyết tâm của cô quá rõ ràng. Cô nói:

- Những mục đích của đời tôi không bao giờ còn là vật hy sinh nữa, không vì những giá trị văn hóa, hoàn cảnh cá nhân, hay tội lỗi.

Cô có thể biểu hiện sự giận dữ, lòng oán hờn đối với mẹ và anh chị cô đã đẩy cô vào vai trò người chăm sóc, bất kể điều cấm kỵ về văn hóa ngăn chặn sự nổi loạn như vậy, và theo cách đó bản thân cô sống tự do.

Chúng tôi quay lại kiếp sống tương lai thứ ba, và lần này cô có thể nhìn thấy đoạn cuối: cô chết lúc tuổi già và do nguyên nhân tự nhiên. Khi kiểm nghiệm lại kiếp sống của cô, những ý nghĩa đã né tránh tôi lại hiện lên rành rành trước mắt cô. Cô giải thích:

- Trong ba kiếp tương lai không hề liên tiếp hay đều đặn. Chúng là những biểu thị có thể xảy ra cho những kiếp tới dựa vào những gì tôi làm trong kiếp này.

Về một ý nghĩa nào đó, chúng là những kiếp tương lai song song tuôn chảy cùng một lúc. Một kiếp mà cô đã đi đến đoạn cuối có thể xuất phát từ nội dung của phần còn lại trong kiếp hiện tại. Cô kể rằng:

- Thật ra có vô số kiếp tương lai có thể xảy ra, tôi đã chứng kiến tất cả sự thay đổi của ba kiếp. Điều đó không chỉ là ý thức của tôi mà còn là tư tưởng và hành động chung của toàn bộ nhân

loại, con người sẽ có một vai trò trong việc nặn hình một người trở thành người thật. Nếu chúng ta ý thức giữ lấy lòng thương cảm, sự đồng cảm, tình yêu thương, sự kiên nhẫn, và lòng tha thứ, thì thế giới sau này sẽ trở nên kỳ diệu hơn là nếu chúng ta không nắm giữ.

Ngôn ngữ của cô thay đổi rõ rệt. Cô không nói từng câu ngắn, đứt đoạn. Tư tưởng và từ ngữ của cô sành điệu hơn cho thấy rằng một mối liên quan đến mức độ cao hơn của ý thức. Người phụ nữ trẻ thông minh này đã dạy tôi rất nhiều điều.

Khi cô ra về tôi ghi lại:

“Chúng ta có rất nhiều năng lực làm ảnh hưởng tích cực đến những kiếp sống tương lai riêng lẻ cũng như tương lai còn lại của kiếp hiện tại, hơn là chúng ta làm ảnh hưởng đến cả hành tinh này hoặc tương lai chung của nhân loại. Tuy nhiên, những tương lai riêng lẻ biểu lộ bản thân chúng vào tương lai chung, và hành động của mỗi người sẽ quyết định vào một tương lai nào trong vô số mà chúng ta sẽ trở về.

Nếu Chitra cứ bị kẹt vào một mẫu gia đình như vậy, rồi cô sẽ phải trải qua một tương lai như một nạn nhân tê liệt bị bắt buộc nhận tình yêu. Nếu cô chợt từ bỏ, đột ngột kết thúc mối quan hệ với mẹ cô, rời bỏ bà mà không có cách giải quyết thỏa đáng, thì cô có thể phải trở lại làm một người hộ lý của đứa bé bị bệnh nghiêm trọng. Vì đó là cách mà chúng ta phải làm như thế nào.

Chúng ta thường xuyên đối mặt với những tình huống tương tự như chúng ta đang tìm kiếm để học hỏi sự cân bằng hợp lý giữa cho và nhận, giữa hy sinh và thương cảm cho bản thân, cho đến khi chúng ta đạt được tình trạng hài hòa. Cho đi những gì cô đã học hỏi và nhận rõ sự cân bằng đó, Chitra đã trở lại thành một nhà phẫu thuật chỉnh hình và hệ thần kinh, nhưng cô có thể sinh vào một thế giới nhiều hoặc ít bạo động, nhiều hoặc ít lòng thương cảm và tình yêu, lệ thuộc vào sự hòa nhịp mà người khác đạt được. Nếu có đủ những người trong số chúng ta bằng cách nào đó nâng cao ý thức con người, nếu chúng ta chấp thuận thay đổi một tương lai chung bằng cách nâng cao tương lai riêng lẻ của mỗi chúng ta, chúng ta thật sự có thể thay đổi tương lai của cả thế giới và cả nhân loại.”

\*\*\*

Như chúng ta đã thấy, lòng thương cảm liên quan đến sự đồng cảm, và cả tình yêu, những cảm xúc đó đều xuất phát từ trái tim.





## Chương 6. Paul: kiên nhẫn và cảm thông

Đạo Phật có một câu châm ngôn: “Đừng thúc đẩy dòng sông. Dù thế nào đi chăng nữa nó cũng sẽ chảy theo tốc độ của riêng nó”.

Vì những mục đích tiến hóa của tâm linh điều này giúp ta phác họa ra dòng thời gian cũng giống như một dòng sông. Thế nhưng chúng ta không nên đánh giá theo thứ tự thời gian, như chúng ta đang làm, mà theo những bài học chúng ta đã trải qua trên con đường đi đến sự bất diệt. Do đó, bạn không nên thúc đẩy dòng sông thời gian. Bạn chỉ có thể làm nước bắn tung tóe khắp chung quanh một cách bất lực. Và như vậy thì bạn đang quấy đập lại sự yên bình của dòng nước hoặc dòng triều mà thôi. Sự thiếu kiên nhẫn cướp đi của ta niềm hân hoan, thanh bình, và hạnh phúc. Chúng ta muốn cái mà chúng ta muốn, và muốn ngay bây giờ. Không nơi nào rõ nét hơn một nước Mỹ trong thế kỷ 21 này. Nhưng đó không phải là chuyện mà vũ trụ được sắp đặt như thế nào. Vạn vật đến với chúng ta khi nào chúng ta đã sẵn sàng. Có thể trước khi ra đời, chúng ta xem xét khung cảnh của cuộc đời mà chúng ta sẽ đến, sau khi được sinh ra thì chúng ta đã quên hết. Chúng ta vội vã trong hiện tại, chỉ lo lắng về việc hòa nhập thực tại, nhưng với tư cách là người đã trưởng thành trong kiếp sống này chúng ta nên nhận ra rằng có một thời gian đúng và một thời gian sai. Thí dụ như tại sao Catherine đến với tôi vào năm đó mà không sớm hơn hai năm hoặc muộn hơn? Và tại sao khi tôi hỏi cô về tương lai thì cô nói rằng “không phải bây giờ”?

Sau khi cuốn sách tôi viết về những người bạn tâm giao được xuất bản, tôi nhận được lá thư của một phụ nữ viết rằng: “Tôi đã gặp người bạn tâm giao, nhưng giờ đây tôi đã kết hôn. Tôi có ba đứa con, và anh ấy cũng đã có hai đứa. Tại sao chúng tôi không gặp nhau khi còn trẻ?”

Bởi vì số phận đã an bài. Họ đã được sắp xếp chỉ gặp sau đó. Con người đi vào đời sống chúng ta ngay thời điểm chắc chắn vì nhiều lý do khác nhau, phải học hỏi để hiểu biết. Không phải ngẫu nhiên mà họ không gặp nhau lúc trẻ, lúc mà họ không có những lời cam kết khác. Tôi nghĩ lý do mà họ gặp nhau muộn màng như vậy là để họ học hỏi về tình yêu trong nhiều cách khác nhau, và học về cách cân bằng trách nhiệm và lời cam kết. Họ sẽ gặp lại nhau trong một đời sống khác, nhưng họ phải kiên nhẫn.

Một bệnh nhân nữ của tôi đã tự tử ở kiếp trước bởi vì chồng cô là một trung sĩ trong Thế Chiến thứ nhất được đưa vào danh sách mất tích khi làm nhiệm vụ, và cô tin chắc rằng anh đã chết. Thật ra anh ta bị bắt giam, và chỉ khi quay về Mỹ sau chiến tranh thì anh mới biết được số phận của vợ mình. Trong cuộc đời cô hoặc những kiếp sau, người phụ nữ này sẽ học cách kiên nhẫn khi cô nhớ ra bài học cay đắng ở kiếp trước.

Những người bạn của tôi, một đôi tình nhân ở thời trung học, họ đã chia tay nhau và mỗi người đều có một cuộc hôn nhân bất hạnh.

Bốn mươi năm sau khi gặp lại, họ kết lại mối tình xưa, và cùng ly dị để cưới nhau. Như thể thời gian ngừng lại. Họ có cùng một cảm xúc mãnh liệt. Tôi đã đưa cả hai trở về kiếp quá khứ, và họ cũng đã ở cùng nhau trong nhiều kiếp quá khứ. Con người đến với nhau muộn màng trong cuộc đời, thì trong những kiếp quá khứ của họ, điều này cũng xảy ra nhiều lần.

Kiên nhẫn về mặt tâm lý thay vì về mặt thể chất là điều chủ yếu. Thời gian mà chúng ta đo đếm có thể nó sẽ đi nhanh hoặc chậm. Tom Brady, tiền vệ của đội bóng New England Patriots lại cho rằng một phút là quá đủ để anh sắp xếp tỷ số bàn thắng. Khi tôi bị kẹt xe thì dường như thời gian dài vô tận. Nhưng nếu chúng ta xem thời gian như dòng sông vô tận, mà đúng nó là như vậy, thì sự thiếu kiên nhẫn sẽ biến mất. Một bệnh nhân nói với tôi: “Tôi chưa muốn chết. Còn quá nhiều

việc mà tôi cần phải làm.” Vâng, ông ta sẽ còn có một thời gian vô tận mà trong đó ông sẽ thực hiện.

Kiên nhẫn liên quan đến sự cảm thông, bởi vì nếu bạn càng hiểu một người hoặc một tình huống hoặc một kinh nghiệm, hoặc bản thân bạn, thì bạn càng ít có khả năng tự phản ứng làm tổn thương chính bản thân hoặc người khác. Ví dụ như khi vợ hoặc chồng bạn về đến nhà, la hét bạn chỉ vì chuyện nhỏ nhặt, như là bạn quên tắt chõ đi ra ngoài hay quên mua sữa, thì sự đáp trả thiếu kiên nhẫn là sẽ la hét lại. Nhưng hãy kiên nhẫn! Hãy cảm thông! Có lẽ cơn giận dữ trút xuống chẳng làm gì bạn nhưng là kết quả của một ngày tồi tệ ở văn phòng, sắp bị cảm lạnh, một cơn đau nửa đầu, bị dị ứng, hoặc thậm chí một tâm trạng khó chịu.

Với người bạn đời, bạn là người an toàn. Họ có thể trút lên bạn vì biết rằng chẳng có gì nghiêm trọng sẽ xảy ra ngay cả khi bạn nổi cáu đáp trả lại. Nhưng nếu bạn kiên nhẫn, bạn sẽ thấy nguyên nhân của cơn giận dữ và rồi bạn sẽ làm nó tan biến. Nếu bạn là người kiên nhẫn, bạn sẽ hiểu rằng có một lý do ẩn nấp phía sau sự bùng nổ đó, cũng chẳng cần một thủ thuật lớn lao gì để lấy lại hòa khí. Khi bạn phát huy khả năng trầm lắng, nội tâm, lắng nghe, thì lòng kiên nhẫn sẽ luôn luôn phát triển. Nếu các quốc gia trên thế giới có sự kiên nhẫn nhiều hơn thì chiến tranh chắc chắn sẽ giảm bớt, bởi vì họ có nhiều thời gian hơn để ngoại giao, để đàm phán, và để cảm thông. Quốc gia rất khó cố gắng giữ kiên nhẫn, nhưng con người thì có. Nếu bạn tập cho mình được kiên nhẫn, bạn sẽ nhận ra sự quan trọng của nó khi bạn đạt được, và bạn sẽ tạo ra sự tiến bộ trên con đường tâm linh đi đến bất diệt.

Tuy nhiên, thỉnh thoảng bạn phải chờ đợi cho đến khi bạn thấy tương lai để hiểu rõ sức mạnh của nó.

Paul rất giàu, rõ ràng là vậy. Ông tạo dựng tài sản nhờ làm máng xối bằng đồng đỏ cho những biệt thự ở bờ biển, và ông đầu tư rất khôn ngoan. Trong đợt đầu tiên chúng tôi thực nghiệm, ông nói với tôi rằng tiền bạc đang làm ông xấu đi, và ông cảm thấy mình là kẻ thất bại. Alison, đứa con gái 21 tuổi của ông mắc chứng bệnh bạch cầu, và không có cơ may hồi phục. Tiền của ông có thể trả cho bác sĩ giỏi nhất, thuốc men tốt nhất, và cả những lời khuyên tốt nhất... nhưng không thể trả cho điều kỳ diệu. Ông thường xuyên cảm thấy thất vọng và nhìn cuộc đời mình như vô dụng bất kể sự thành công về tiền bạc.

Thường thì tôi có thể lấy tiểu sử của bệnh nhân trong một đợt hoặc ít hơn. Với Paul thì mất hai lần, không chỉ vì tiểu sử quá phức tạp mà còn bởi vì Paul quá miễn cưỡng trình bày. Ông ta 50 tuổi, cao to, cường tráng, tóc bạc, giọng nói hùng hồn. Đôi mắt xanh lơ nhìn tôi thẳng thắn, sự thẳng thắn đó được nhìn thấy trong con người không có gì giấu giếm hoặc là của kẻ lừa đảo. Trường hợp của Paul tôi cho là kẻ thứ hai. Rõ ràng là ông ta đang lừa đảo chính mình, chứ không phải lừa đảo tôi. Nụ cười của ông rộng rãi, hàm răng trắng trên một khuôn mặt hoàn toàn bị rám nắng, móng tay cắt tỉa gọn gàng. Ông mặc chiếc áo thể thao màu trắng hiệu Ralph Lauren, quần màu nâu đường li thẳng nếp và đôi sandal bằng da rất đáng ghen tị.

- Tôi không chắc là mình có nên đến đây không.

Ông nói với tôi khi bắt tay và tôi có cú chạm đầu tiên với đôi mắt đó.

- Nhiều người nghĩ như vậy. Tâm thần học có thể như bị cấm. Ai lại muốn thổ lộ tâm hồn mình với người lạ chứ? Hơn nữa, người ta không nghĩ rằng có một sự tiếp xúc với điều huyền bí trong những điều mà tôi sẽ làm. Huyền bí. Chính xác. Và, xin lỗi nếu tôi thô bạo, việc này đưa người ta về lại kiếp quá khứ...

Tôi mỉm cười đồng ý:

- Kỳ lạ. Tôi đã mất nhiều năm mới tin rằng vài bệnh nhân bằng cách này hay cách khác đã không tạo nên câu chuyện của họ, bất kể mọi chứng cứ đều đi ngược lại. Nhưng tôi bảo đảm với ông là tôi không có năng lực huyền bí nào cả và thậm chí nếu vài bệnh nhân của tôi mơ tưởng hảo huyền thì họ vẫn bớt bệnh.

Ông có vẻ đồng ý với điều này vì ông gật đầu, ngồi xuống đối diện với tôi và nói về Alison.

- Tôi lo ngại vợ tôi, một đứa con gái khác, và một đứa con trai, cả ba cùng nhau phá hỏng việc điều trị của con bé.

Ông nói với vẻ quẫn trí nhiều hơn là giận dữ.

- Bằng cách nào?

- Alison ăn chay, nhưng con bé cần chất thịt để bồi bổ cơ thể. Thay vì gia đình tôi khuyến khích nó ăn những chất siêu vitamin bổ dưỡng, chất khoáng – nhưng, Chúa ơi! - Cà chua và mầm lúa mì. Nó cũng đi tập Yoga và tập thiền. Tôi cho là như vậy cũng được, không thể làm tổn thương con bé, nhưng họ muốn tôi theo họ.

Tôi nói nhẹ nhàng:

- Đơn giản là họ đang theo một phương pháp điều trị cả thân thể lẫn tinh thần.

- Nhưng tôi muốn họ theo tôi.

- Cách nào?

- Thuốc mạnh, xạ trị, hóa trị. Mọi thứ.

- Cô bé có làm theo không?

- Có, chắc chắn. Tôi năn nỉ mà. Tôi sẽ kiểm soát mọi việc. Thật phí thời gian của con bé với những thứ vớ vẩn đó, họ nghĩ là nó sẽ trị bệnh cho con bé, có mà điên. Tôi kêu nó bỏ đi mà nó không chịu.

Ông cúi đầu thấp xuống và lấy tay xoa đôi mắt:

- Nó chẳng nghe lời tôi từ khi còn bé.

- Mấy đứa khác thì sao? Chúng cũng không nghe lời ông à?

- À không. Rất có giáo dục. Luôn là vậy. Vợ tôi cũng vậy. Sẽ luôn như vậy.

Tôi hoàn toàn khâm phục Alison. Tôi cho là sự “bất tuân lệnh” nghe giống như lòng can đảm. Có lẽ cô chỉ là một người duy nhất trong gia đình dám chống lại ông. Có lẽ ông quá thất vọng vì những người khác đứng về phía cô, dù chỉ một lần. Tôi nói với ông:

- Có một cuộc tranh luận rất lớn về y học điều trị song song cho thân thể và tinh thần. Những xã hội lớn, như người Trung Quốc, đặt niềm tin của họ vào đó. Họ tin rằng...

Ông hầu như hét lên:

- Thuật châm cứu! Nó cũng thử rồi. Mấy đứa kia nữa, cả vợ tôi cũng để cho nó đi châm cứu.

Tôi tin rằng nhiều hình thức của cách điều trị này có hiệu quả, đặc biệt khi được dùng cùng với việc điều trị theo y học chính thống. Tôi nói:

- Tại sao phải lo lắng về chuyện đó? Miễn là con bé gặp được phương pháp điều trị thích hợp. Ông biết hy vọng là yếu tố của sự hồi phục. Nếu nó cho rằng châm cứu sẽ khỏi thì có lẽ điều đó đủ giá trị.

Ông cau nhàu:

- Tôi cũng nghĩ vậy.

Ông ra về, hoàn toàn không thỏa mãn.

Tôi không chắc ông có trở lại hay không. Nhưng rồi ba ngày sau đó ông đến đúng hẹn. Lần này thì có một than phiền mới: bạn trai của con bé.

- Và ông phản đối?

- Chắc chắn rồi!

- Tại sao?

- Nó không tốt với con bé nhiều. Không có đứa nào tốt hết. Nó sẽ không chịu ở lại với những khó khăn dai dẳng.

Tôi bắt đầu nhìn ra một hình mẫu.

- Con bé nghĩ gì về ông?

- Tôi cho là con bé yêu quý tôi.

- Chỉ cho là?

Ông ta suy nghĩ một lát trước khi trả lời.

- Thật là buồn cười. Tôi cảm thấy lúng túng quanh con bé. Tôi không thể trêu chọc nó theo cái kiểu mà tôi trêu chọc mấy đứa kia. Khi tôi ôm nó, hay là quàng tay qua nó, dường như tôi bị đông cứng.

- Nhưng ông thương nó.

- Chúa ơi, dĩ nhiên!

- Ông có nói với con bé? Ông cúi đầu.

- Dường như tôi không thể tìm ra cách nào. Cha con tôi thường xuyên cãi vã. Nó nói tôi trù dập nó, nhưng những gì tôi cố làm là để bảo đảm cho nó yên tâm.

Giữ con bé dưới sự kiểm soát đối với tôi là một cách tệ hại nhất để mà biểu lộ tình yêu thương. Tôi hỏi:

- Còn những đứa bạn trai khác của nó thì sao?

- Vô vọng.

- Như thế nào?

- Không đủ khôn ngoan. Thật là những thằng đàn độn. Cái thứ được bơm hoóc-môn nam, cái loại xe cải tiến. Bần cố nông - quá gian manh, không có cái đầu. Thật ra, Phil thì tốt nhất. Lần trước nó ở lại bệnh viện với con bé. Mấy đứa khác thì không chịu ở lại đâu. Vừa rồi nó ghé thăm, tôi nói với nó đừng đến nữa.

- Có phải lần đầu tiên ông nói như vậy?

- Nói tận mặt. Nhưng tôi đã nói trước với Alison không thể gặp lại nó nữa.

Tôi mỉm cười:

- Nhưng con bé không nghe lời.

Ông nhún vai. Câu trả lời quá rõ ràng.

- Sao ông không nghĩ là cứ cho con bé thoải mái tiếp tục gặp nó? Xét cho cùng, nếu con bé không khỏe lại.

Ông cắt ngang với một tiếng rống:

- Thôi dẹp chuyện đó đi! Quý tha ma bắt, tôi sẽ bảo đảm con bé khỏe hơn thậm chí nếu tôi phải chết thay cho nó.

Sau hai đợt tìm hiểu tiểu sử và thảo luận, tôi rất háo hức nhìn sâu hơn về mối quan hệ của Paul và Alison. Một nguyên nhân nào đó sẽ là lời giải thích về việc bảo vệ quá đáng cho cô bé và cho cả ông. Có lẽ câu trả lời nằm ở kiếp quá khứ. Lúc đầu ông chống đối, nhưng rồi, với sự khuyến khích của gia đình, và bởi vì bệnh của Alison quá nặng, ông đồng ý. Thời gian để đưa ông vào trạng thái bị thôi miên lâu hơn bình thường, vì hoạt động của bộ não bên trái, và vì ông cần ở lâu trong sự điều khiển, nhưng cuối cùng ông cũng đạt đến một mức độ sâu. Ông kể:

- Đó là năm 1918. Tôi đang ở trong một thành phố phía Bắc, New York hoặc Boston. Tôi đã 23 tuổi. Tôi đúng là một thanh niên đích thực, theo nghề của cha tôi làm chủ ngân hàng, và tôi đang yêu, yêu điên cuồng một cô gái không đang hoàng. Cô ta là ca sĩ và vũ nữ, một phụ nữ rất hấp dẫn. Tôi thường xuyên nói chuyện với cô sau buổi diễn, nhưng chưa bao giờ thổ lộ tình yêu dành cho cô. Tôi biết cô ta là...

Ông ngừng, một cái nhìn kỳ quái lướt qua khuôn mặt ông.

- ... đó là Alison, con gái tôi.

Ông ngồi yên lặng một lát, hồi tưởng. Rồi ông nói:

- Tôi tỏ tình với cô ta, một ngày may mắn, và cô cũng nói yêu tôi. Ông có thể tin được không? Cô ta cũng yêu tôi! Tôi biết ba mẹ tôi sẽ không đồng ý, nhưng không quan trọng. Tôi bất chấp. Cô ta là tất cả đối với tôi.

Một lần nữa biểu hiện của ông lại thay đổi. Ông trở nên buồn bã. Ông thì thầm:

- Cô ấy chết. Chết vì bệnh dịch, giấc mơ của chúng tôi cũng chết theo cô. Tôi mất tất cả niềm hân hoan, hy vọng, vui thú. Sẽ không bao giờ có một tình yêu như tình yêu của chúng tôi.

Tôi yêu cầu ông đi xa hơn một chút nữa ở trong kiếp đó. Ông nhìn thấy mình là một người đàn ông hung hăng, khắc khổ vào tuổi 40, say bí tỉ, và lái xe đâm ra đường chết.

Tôi đưa ông trở về và chúng tôi thảo luận về mối liên quan của kiếp trước và kiếp hiện tại. Hai hình tượng nổi bật. Một cái liên quan đến tư tưởng ma lực. Trong kiếp này, nếu ông không nói với Alison rằng ông yêu thương cô bé thì có thể cô bé sẽ an toàn, cô không thể chết như đã chết vào năm 1918. Cái thứ hai là quy trình chống lại sự sợ hãi, một sự bốc đồng giống nhau mà khiến người khác từ bỏ khi họ nghĩ rằng họ sắp bị đuổi. Trong trường hợp của Paul có nghĩa là nếu ông giữ một khoảng cách tình cảm với Alison, ông sẽ tránh khỏi nỗi đau, lòng sầu muộn, và sự tuyệt vọng khi ông bị mất cô bé. Vì vậy ông lùi lại xa cách cô bé, cố ý gây ra những cuộc tranh cãi, thường xuyên chỉ trích, và ngăn cản bạn trai của cô. Bệnh tình hiện tại của cô khiến ông sống lại với nỗi đau mà ông đã từng trải qua gần một thế kỷ trước. Ông biết rằng, ông nói

khi ông rời khỏi văn phòng tôi, một phần là do việc điều trị của cô khiến ông phải đương đầu với nỗi sợ hãi và thừa nhận tình yêu thương của mình. Một phần nào trong ông, ông hiểu được rằng mối tương quan của tinh thần và thể xác (được biết rất nhiều về người miễn dịch) đã có một giá trị đích thực.

Nỗi sợ hãi của Paul rồi cũng vơi đi bởi vì ông biết rằng ông đã mất Alison từ kiếp trước và cũng rất đau khổ vì điều đó. Cả hai đều đã chết, rồi cùng trở lại trong kiếp này. Ông vẫn còn quần trí về khả năng cô sẽ chết, nhưng giờ đây ông tự cho phép mình cảm thấy tình yêu dành cho cô. Ông không cần phải quá nghiêm khắc bảo vệ chính mình, làm hại cả hai.

Phản ứng đầu tiên về sự bốc đồng trong tình yêu vô điều kiện là ông gọi Phil lại và cho phép anh ta tự do thăm Alison trong bệnh viện hoặc tại nhà bất cứ lúc nào anh ta thích. Alison rất cảm động, còn Phil thì khó mà tin ông đã thay đổi quan điểm. Khi mối tình của đôi trẻ sâu đậm, Paul càng trở nên vui vẻ hơn. Ông nhận ra rằng hạnh phúc của Alison quan trọng hơn là sự bảo hộ của ông đối với cô.

Điều gì đó kỳ lạ đang xảy ra. Tình yêu của Alison và Phil càng lớn mạnh thì Paul càng dễ dàng biểu lộ tình yêu của ông bằng hành động, và hệ thống miễn dịch của Alison đạt đến mức độ hiệu quả cao. Tình yêu trở thành liều thuốc bổ trong cô chống lại bệnh ung thư.

Một tuần sau Paul trở lại cho chuyến đi thứ hai về quá khứ. Lần này Paul là một phụ nữ ở thế kỷ 19, vợ của một ngư dân, sống tại bờ biển New England. Một lần nữa, lo lắng và sợ hãi lấp đầy cuộc đời ông.

- Anh ấy không quay trở lại kiếp này.

- Ai không quay trở lại?

- Chồng tôi. Anh ấy tiếp tục những chuyến đi, thỉnh thoảng kéo dài hàng mấy tháng trời, và tôi chắc anh không quay lại.

- Trước đó anh ta cũng đã đi nhiều lần?

- Vâng.

- Trước đó có trở lại?

- Vâng.

- Thì tại sao lần này lại không?

- Bởi vì lần này anh ấy chết. Tôi có thể cảm thấy điều đó.

Ông cố thở thật sâu.



- Những người phụ nữ, bạn tôi, cố gắng làm tôi vui nhưng không thể - họ cũng lấy chồng ngư dân - tôi sắp điên lên vì lo lắng.

Nỗi sợ hãi quá khủng khiếp đến nỗi tôi phải hỏi liệu ông có muốn quay về hiện tại. Ông khoác tay.

- Đợi đã. Có tin mới. Ông bắt đầu than khóc.

- Chiếc thuyền đã bị lật úp. Cả đoàn bị mất tích. Tôi đoán đúng. Anh ấy đã chết. Người yêu đầu của tôi đã chết. Giờ đây đời tôi không còn gì đáng sống nữa.

Người phụ nữ New England quá sầu muộn rồi chìm sâu vào con tuyệt vọng. Nàng không ăn, không ngủ và chết vì quá đau buồn. Linh hồn nàng rời bỏ thân xác, nhưng nó vẫn ở lại quan sát rất lâu. Nàng chết một tuần trước khi người chồng trở về thị trấn. Anh và hai người bạn đồng hành được cứu sống. Họ phải mất thời gian rất lâu để hồi phục và trú tạm trong một ngôi nhà của một góa phụ, đến khi hoàn toàn khỏe mạnh họ mới quay về.

Chồng của người phụ nữ (Paul) trong kiếp sống đó chính là Alison.

Kiểm nghiệm lại cuộc đời của người phụ nữ tại New England, một chủ đề mới được nổi lên: kiên nhẫn. Cô thấy rằng nếu cô chờ đợi, không tuyệt vọng - thực tế, không tự giết mình – cô có thể đoàn tụ với chồng và sống hạnh phúc. Khi tôi đưa Paul trở về, ông thấy rằng kiên nhẫn là cũng một yếu tố bị thiếu trong những kiếp khác của ông. Ông Paul đã chết trong tai nạn xe cộ đã thật sự tìm lại tình yêu của mình nơi đây - trong kiếp hiện tại, nơi con gái ông. Thông hiểu về những kiếp sống tiếp nối có lẽ đã ngăn ông uống rượu, nguyên nhân đụng xe, còn ông có lẽ đã có một cuộc sống đầy đủ trong lúc chờ đợi người yêu đầu quay về. Trong kiếp này ông nhận thức được rằng nếu ông không lồng mình vào cuộc sống của Alison, cách mà ông đã làm, nếu ông để yên cho cô và cho phép cô tự do yêu đương, thì bệnh ung thư của cô có lẽ không đến nỗi quá mức. Có lẽ cô đã có nhiều năng lực hơn, nhiều ý chí hơn để chiến đấu với nó. Ngay bây giờ, ông nghĩ có lẽ cũng chưa quá muộn.

Đợt điều trị trong tuần kế tiếp bắt đầu với một bài tường thuật tiến bộ. Alison đã cảm thấy khá hơn. Các bác sĩ đã được khích lệ. Tất cả các phương pháp khác – điều trị đúng tiêu chuẩn, phương pháp song hành thể xác và tinh thần, sự hiện diện của Phil, và cách cư xử thay đổi của Paul – dường như rất hiệu quả. Paul kể cho tôi nghe rằng đêm hôm trước ông đã ôm lấy Alison, hoàn toàn bằng cả trái tim, ông nói rằng ông yêu thương cô. Cô phản ứng lại bằng cách ôm chầm lấy ông và nói cô cũng rất yêu thương ông, và mắt cô nhòa lệ. Ông mỉm cười nói:

- Còn gì hơn nữa. Thậm chí tôi ôm cả Phil, nhưng không nói yêu thương Phil.

Đó là giây phút tuyệt vời của Paul, và ông cho là nhờ vào những đợt quay về quá khứ. Ông yêu cầu tôi đưa ông trở về lần nữa.

Cách đây vài thế kỷ trong nền văn hóa cổ xưa của Ấn Độ, ở kiếp sống đó Paul là cô gái trong tầng lớp thấp hèn. Alison là người bạn thân thiết của Paul. Họ không phải là bà con ruột thịt nhưng Paul cảm thấy thân thiết với Alison hơn bất cứ chị em gái nào của mình. Hai người dựa vào nhau vì sự sống còn của tình cảm. Họ chia sẻ với nhau mọi suy nghĩ, mơ ước, niềm vui, nỗi buồn. Vì họ sống dưới đáy xã hội, cuộc sống của họ rất khổ cực, nên họ cố gắng giúp đỡ nhau hàng ngày.

Paul kể tiếp trong cay đắng, rồi Alison yêu một thanh niên ở tầng lớp cao hơn. Paul nhận ra chàng thanh niên đó là vợ ông trong kiếp hiện tại, mẹ của Alison. Bất chấp giai cấp họ vẫn hẹn hò. Paul đã cảnh giác với Alison về hậu quả của nỗi đau khổ nếu cả hai bị phát hiện. Alison cho rằng “cô chị” chỉ là ghen tị, và đi khoe khắp xóm làng về chàng trai đã dành tình yêu cho cô. Gia đình chàng trai phát giác, và Alison bị cha của chàng trai giết chết vì đã xúc phạm lên giai cấp của họ. Sự mất mát tàn phá Paul. Ông vẫn còn cay đắng, sâu khổ, và giận dữ cho phần đời ngắn ngủi còn lại sau đó.

Trong kiếp sống đó, khi linh hồn Paul bay lơ lửng trên thể xác, ông còn có thể liên kết kiếp đó với kiếp sống hiện tại và những kiếp mà ông nhớ lại trong những lần trở về ở hai đợt điều trị đầu tiên. Một mô hình tái diễn về sự mất mát đau thương của tình yêu qua cái chết đã đưa ông đến nỗi sợ hãi, và cơ cấu bảo vệ. Ông đã hiểu được giá trị của sự kiên nhẫn. Cũng trong kiếp làm người Ấn Độ, ông đã xa lánh sự vui vẻ, niềm hân hoan khi chúng có lẽ đang hiện hữu quanh ông, giá mà ông biết rằng Alison sẽ quay trở lại không chỉ một lần mà rất nhiều lần. Cũng còn có nhiều bài học khác: sự nguy hiểm khi vội vã xét đoán, thiếu khôn ngoan khi trải qua những sự kiện không có triển vọng, sự rủi ro nguy đến tính mạng khi mất tự chủ. Ông đang học hỏi để thoát khỏi nỗi sợ hãi chết chóc và mất mát. Tích cực hơn, ông nắm được khái niệm giá trị cao cả của tình yêu và hiệu quả chữa trị của nó. Tình yêu là sự tuyệt đối, ông hiểu rõ là giá trị của tình yêu luôn vượt qua khỏi không gian và thời gian. Tình yêu có thể bị che lấp bởi sợ hãi, nhưng sự sáng suốt của nó hoàn toàn không bao giờ bị giảm sút. Nỗi sợ làm mờ tâm trí, tình yêu mở ngo trái tim và tẩy xóa nỗi sợ.

Tôi tự hỏi thành lời có nên đưa Paul đi đến tương lai, nhưng chúng tôi do dự rất lâu. Cả ông và tôi đều miễn cưỡng nhìn đến phía trước từ một kiếp hiện tại của ông – trong ông, bởi vì ông khó mà chịu đựng ý nghĩ khi phát hiện ra rằng bệnh ung thư của Alison cuối cùng sẽ đánh bại cô, và trong tôi bởi vì tôi e ngại sự lo lắng của ông về bệnh tình Alison sẽ làm méo mó trí nhớ về tương lai. Cuối cùng chúng tôi quyết định nhìn một kiếp tương lai, chứ không phải nhìn phía trước của kiếp này, sẽ không có nguy cơ như vậy. Vì vậy trong đợt điều trị cuối cùng, chúng tôi cùng nhau đi đến một kiếp tương lai.

Chuyến du hành này quả là không bình thường vì Paul không nhìn thấy một câu chuyện tiếp diễn mà một loạt ba bức ảnh chụp nhanh bằng máy ảnh cầm tay. Tuy nhiên cái thoáng nhìn rất sống động và tràn ngập xúc cảm mạnh mẽ. Ông nhìn thấy mình già hơn kiếp này, thành công và hoàn toàn sung sướng nhờ vào việc mà con gái mình đã khỏi bệnh. Ông nhìn thấy Alison vẫn còn sống và khỏe mạnh ở tuổi 67 trong tương lai của kiếp hiện tại. Ông cũng nhìn thấy mình đầu thai lại là cháu trai của Alison, được nhận đầy đủ tình yêu và vui sướng trong gia đình tương lai của Alison.

Khi tôi hỏi ông bức ảnh đó cách bao xa trong tương lai thì ông nói là 45 năm. Tôi băn khoăn như vậy có nghĩa là cái chết của Paul sắp xảy ra trong kiếp hiện tại, nhưng ông không có vấn đề với những con số. Tôi quên rằng trong khoảnh khắc này thì quá khứ, hiện tại, và tương lai là một. Sau đó chúng tôi thảo luận về cuộc hành trình của ông. Tôi hỏi:

- Những tình tiết đối với ông có vẻ không giống như sự mãn nguyện niềm mong ước?

- Không hề. Chúng có thể xảy ra. Vì bác sĩ nêu ra điều đó nên tôi có thể thấy lý do ông nghĩ vậy, nhưng những gì tôi nhìn thấy không phải cách mà trí tưởng tượng của tôi nghĩ ra. Trước đây tôi chưa hề có những cảnh tượng đó. Chúng có vẻ rất thật.

Chuyện mà ông nhìn thấy ông trở thành cháu của Alison là ông tin vào những niềm tin của riêng ông, nhưng trong tâm tôi, tôi cho rằng trí nhớ của ông hơi một chút quá “hoàn hảo”. Ngay nơi

mối quan hệ bà Alison-cháu có thể được giải thích bởi niềm khao khát mãnh liệt để chiếm được tình yêu của Alison trong hiện tại. Nhưng dù sao, ông đã tin những cảnh tượng là thật, đó mới là vấn đề quan trọng.

Ông nói:

- Nếu Alison không được chữa khỏi thì kiếp sau của tôi không thể xảy ra.

Lời tuyên bố khiến tôi giật mình. Alison vẫn còn rất yếu – sự giảm bớt bệnh tật như trường hợp của cô bé có thể gây ấn tượng thoáng qua – và tôi băn khoăn điều gì sẽ đến với Paul nếu cô bé chết. Tôi ngẫm nghĩ có lẽ Paul đã học được sự kiên nhẫn. Có lẽ nó đủ để ông biết rằng ông sẽ gặp lại cô bé trong một kiếp tới. Không có lý do gì phải lay động trạng thái tình cảm thăng bằng trong ông. Ông trở nên người khác biệt với một người tự kỷ khéo miệng lần đầu đến văn phòng tôi. Hơn nữa, những gì ông đã thấy có lẽ là thật. Tôi nói với ông:

- Nếu không có ông, hẳn là con bé sẽ không đỡ hơn. Ông giật mình:

- Ý bác sĩ là sao?

- Điều thứ nhất là ông chấp nhận cho bạn trai của Alison đến thăm và để con bé tự do trong tình yêu. Thứ hai là ông từ bỏ sự kiểm chế, và còn tự cho mình yêu thương con bé trọn vẹn đầy đủ. Trong những lợi ích khác, bao gồm lợi ích với ông, phản ứng của hệ miễn dịch đối với tình yêu song phương đó có thể là phương tiện chống lại bệnh ung thư. Tôi tin là như vậy.

- Cùng với y học.

- Cùng với y học. Nhưng y học không có hiệu quả trước khi ông thay đổi.

- Và tôi thay đổi là nhờ bác sĩ.

Điều gì rất lạ khi nghe giọng ông quá khiêm tốn.

- Tôi chỉ đưa ra phương pháp. Quan trọng là ông đã nhận ra và thực hành điều cốt lõi nhất của cả thuộc tính con người: ông sử dụng ý chí tự nguyện.

Paul vẫn có thể chọn cách cứng đầu, không lay chuyển. Có thể ông cũng chọn cách từ chối phép trị liệu trở về kiếp trước, và rồi ông đã không thể đạt đến sự cảm thông và sự sáng suốt. Nếu ông nhỏ nhen, độc tài, hoặc thiếu kiên nhẫn thì Alison khó giảm bớt cơn đau. Thay vào đó, ông đã chọn con đường can đảm, con đường của tình yêu.

Nhiều tháng sau, sự cải thiện bệnh tình đã giúp Alison dịu bớt cơn đau rất nhiều nhờ có Phil và Paul cùng với cả nhà lúc nào cũng ở bên cô. Bệnh ung thư của cô dường như đã khỏi, đúng như Paul đã nhìn thấy trong tương lai của ông. Kiếp sống đó làm ông yên tâm với kiếp hiện tại. Có lẽ sự lạc quan, tin tưởng chắc chắn, và tình yêu của ông đã giúp cô bé khỏe hơn.

\*\*\*

Câu chuyện của Paul chứng minh vai trò thiết yếu mà sự kiên nhẫn nắm giữ trên hành trình của chúng ta đến sự bất diệt. Thiếu lòng kiên nhẫn thì nội tâm khó mà yên ổn. Khôn ngoan cũng đòi hỏi kiên nhẫn. Sự phát triển về tâm linh ngụ ý đến việc nắm rõ lòng kiên nhẫn. Sự kiên nhẫn cho phép định mệnh được bộc lộ để tiến hành với tốc độ không vội vã của riêng nó.

Nếu thiếu kiên nhẫn, chúng ta sẽ tự tạo ra niềm đau cho mình và cho người khác. Chúng ta vội vã hấp tấp xét đoán và hành động thiếu cân nhắc sẽ dẫn đến hậu quả của việc mà ta làm. Những sự lựa chọn của chúng ta mà bị sức ép và thường không đúng đắn thì chúng ta sẽ phải chịu trả một cái giá rất cao.

Lẽ ra Paul đã tránh được nỗi đau xé ruột và chết tức tưởi trong kiếp quá khứ nếu ông có lòng kiên nhẫn hơn. Ông đã không nhận ra điều đó cho đến tận thế kỷ này, kiếp này, ông mới hiểu được rằng hiện tại và tất cả những kiếp sắp tới có thể sẽ hài hòa hơn, đầy đủ hơn nếu ông không cố thúc đẩy dòng sông thời gian.



## Chương 7. Emily, Joyce, Roberta và Anne: Bất bạo lực

Một phụ nữ ba mươi lăm tuổi tên Emily, sống trong bộ lạc du mục ở vùng Trung Mỹ, chết trong một vụ lở bùn do cơn động đất năm 1634. Người chồng điên cuồng trong cơn tuyệt vọng cố sức cứu cô, nhưng vô ích. Với cô, điều này đã kết thúc một kiếp sống cùng cực. Bộ lạc này hầu như dành hết thời gian để tìm nguồn nước, và khi tôi đưa Emily trở về thời gian đó trước khi cô chết, cô nhớ lại công việc cực nhọc bất tận của thể xác. Sự khắc nghiệt của thiên nhiên là một sự thật cơ bản trong đời cô. Cả cuộc sống là nỗi sợ hãi không ngừng, không chỉ cho sự yên ổn của riêng cô mà cho cả bảy mươi người khác trong bộ lạc.

Trong kiếp hiện tại Emily có nỗi sợ bị kẹt trong cơn động đất, bị kẹt trong bánh lái, hay bị bỏ tù. Trong cuộc hội thảo cô kể cho tôi nghe rằng chồng, con gái, là chị em của cô trong kiếp trước. Chị gái cô hiện nay đã từng là người trong cùng bộ lạc ở kiếp xưa. Những người rất cần thiết cho chúng ta ở kiếp hiện tại, thường là đã xuất hiện ở những kiếp quá khứ. Và một lần nữa cô lo sợ cho họ cũng như cho chính cô. Sự kiện 11 tháng 9 làm cô chấn động tâm lý – cơn động đất nghiêm trọng không còn nữa đã có thể nhìn thấy lại. Cô trở bệnh, bệnh rất nặng, không có khả năng ra khỏi nhà.

Một phụ nữ khác tại buổi hội thảo tên Joyce, lắng nghe câu chuyện của cô, bắt đầu thôn thức, và tôi thắc mắc tại sao cô lại quá xúc động như vậy. Cô nói cô đã có những giấc mơ sống động và chi tiết của sự kiện 11 tháng 9, nhưng cô chỉ mơ thấy vào đêm 10 tháng 9. Từ lúc bước vào hội thảo cô đã chú ý đến Emily. Trước đó cô chưa hề gặp Emily, nhưng không hiểu tại sao cô cứ theo Emily hai ngày mà không nói một câu. Bây giờ thì cô đã biết lý do, và cô cũng biết tại sao cô cũng sợ rời khỏi nhà giống như Emily. Cô là một phụ nữ thành đạt có một mạng lưới quan hệ cộng đồng khắp thế giới, nhưng từ khi sự kiện 11 tháng 9

cô không thể đến các văn phòng chi nhánh ngoài New York, và việc kinh doanh của cô trở nên khôn đốn. Hai người phụ nữ ôm chầm lấy nhau tìm kiếm niềm an ủi lẫn nhau.

\*\*\*

Trường hợp của Emily là do cơn bạo lực của thiên nhiên gây ra sự chấn thương và đã kéo dài qua nhiều thế kỷ. Sự bạo động trong trường hợp của Joyce là do con người tạo ra, và có thể cơn chấn động tâm lý sẽ theo cô trong nhiều kiếp tương lai, trừ phi liệu pháp tâm lý xóa đi nỗi sợ. Câu chuyện của họ vẫn đeo đuổi tôi vì tôi cũng phản đối bạo lực. Với tôi đó là một trong những cơn đại dịch khủng khiếp nhất của hành tinh chúng ta. Nếu bạo lực do thiên nhiên, cơn bão táp của núi lửa, chúng ta đành chấp nhận và hiểu rằng có lẽ nó xảy ra bởi một nguyên nhân. Nhưng bạo lực gây ra bởi chính bàn tay và sức mạnh của chúng ta, bất kể đối với các nhân loại khác hoặc chống lại chính hành tinh này, là chúng ta tự đặt từng cá nhân riêng lẻ và cả tập thể lâm vào nguy cơ bị tổn hại. Kiểm soát cơn giận là một bước khởi đầu hướng đến để tránh khỏi nó. Như chúng ta thấy trong chương 2, không có những chuyến trở về quá khứ, có lẽ George dễ dàng gây tổn thương cho một trong các đồng nghiệp hoặc một người trong gia đình, vì những ảnh hưởng xấu nhất của sự bạo lực có thể trừng phạt gia đình, bạn bè, và đồng nghiệp của người bạo lực. Tôi có hàng tá trường hợp tương tự của những người gây bạo lực hoặc đau khổ vì bị bạo lực trong những kiếp quá khứ, rồi bản thân họ phải trải qua những hậu quả, kể cả những người khác cũng bị ảnh hưởng theo trong những kiếp sau đó, gồm có kiếp này.

Roberta đến gặp tôi vì chồng cô nản nỉ. Tom, một chàng kế toán 38 tuổi, một người đang thành công trong việc phát triển công việc kế toán tự do cho các doanh nghiệp nhỏ. Tôi gặp anh ta trong buổi quyên góp tài chính cho Trung Tâm Y khoa Mount Sinai. Roberta, trẻ hơn 6 tuổi,

cũng rất thành công, một phó giám đốc quan hệ cộng đồng của một hãng hàng không lớn. Cô đến văn phòng tôi vào một buổi sáng mùa đông quang đãng, Tom cũng có mặt bên cô.

Tóc cô màu vàng, quần xoắn lấp lánh dưới ánh đèn văn phòng, vây quanh khuôn mặt trái xoan, trông cô giống như cô bé Annie trong truyện Little Orphan Annie. Cái ấn tượng của tuổi thanh xuân bù đắp lại đôi mắt xanh lơ thông minh sắc sảo, và cái miệng rộng gợi cảm thanh tú dưới lớp son hồng. Dáng cô thanh mảnh và đôi tay quá mềm mại khi bắt tay tôi.

Tom đã nói trước với tôi rằng họ đang có vấn đề về thụ thai, và tôi đoán chừng những nhánh phức tạp thuộc tâm lý của vấn đề đó là nguyên nhân họ đến với tôi. Nhưng tôi đã lầm.

- Tom sắp bỏ tôi.

Cô buột miệng nói ngay khi Tom vừa rời văn phòng, và tôi cũng vừa ghi chép xong phần chi tiết về tuổi tác, địa chỉ, nghề nghiệp, gia đình. Tuy nhiên lúc tôi gặp Tom tại cuộc quyên góp, Tom nói rằng Roberta là “lý do để anh còn tồn tại”, khó mà nghĩ rằng đó là lời nói của người đàn ông sắp bỏ vợ.

Tôi hỏi lại:

- Điều gì làm cô nghĩ vậy? Anh ta có nói gì không? Gián tiếp bằng cách này hay cách khác rằng anh ta ...

Cô nói nhanh:

- À, không, không có như vậy.

Cô ngừng lại một chút, cắn móng tay và nhìn tôi e thẹn:

- Tôi chỉ “biết” vậy.

- Không có sự kiện khách quan? Đó chỉ là một cảm giác nội tâm?

Cô nhún vai.

- Bác sĩ có thể gọi đó là trí tưởng tượng, nhưng nó quá rõ, nó ám ảnh tôi. Tôi không thể ngủ được. Tôi luôn nghĩ đến điều này.

- Khi cô nói với Tom về điều này thì sao?

- Anh ấy nói tôi ngớ ngẩn. Tôi không hỏi nữa vì anh cho là tôi vẫn còn ngu xuẩn thậm chí hoang tưởng, và điều đó có thể khiến anh ấy bỏ tôi nhanh hơn.

Cái kiểu suy nghĩ vòng vo là thường thấy ở các bệnh nhân mà họ đã bị lạc mất chứng cứ với thực tế.

- Rồi cô đối xử với anh ta như thế nào? Cô hướng mặt nhìn sàn nhà:

- Hầu như tôi bám chặt vào Tom mặc dù tôi biết anh ấy không thích. Điều đó làm tôi nổi điên nên tôi gạt anh sang một bên. Cả hai chúng tôi đều ghét tính lệ thuộc quá mức của tôi. Anh nói tôi phải tin tưởng anh, phải tự tin vào anh, vào chúng tôi. Tôi biết tôi nên tin, nhưng tôi không thể.

- Tom nói gì khi cô nói với anh ấy cô không thể?

- Chẳng nói gì. Sự im lặng của anh ấy là tệ nhất.

Tôi có thể nhận thấy cô ta đang run dù là giọng nói vẫn khá mạnh mẽ. Rõ ràng là cô đang bị xúc động rất mạnh.

- Anh ấy là người tốt. Lúc tôi vui, anh cũng vui, lúc tôi buồn, anh cũng buồn.

- Vậy thì cô nổi giận khi nào rồi gạt anh ta sang một bên?

- Tôi nghĩ rằng anh cũng nổi giận, nhưng không biểu lộ. Hầu như anh cố gắng loại bỏ tâm tính của tôi, chọc tôi vui để khỏi buồn phiền, giống như tôi là cái loại tàn phế hay là khập khiễng về cảm xúc.

- Anh ta kể với tôi là cô có vấn đề với việc thụ thai.

Cô lộ vẻ buồn:

- Dạ đúng.

- Cô đã đi bác sĩ chưa?

- Dạ có. Bác sĩ không tìm thấy vấn đề trực tràng nào của cả hai chúng tôi.

- Về việc thụ tinh nhân tạo thì sao?

Đây là một chủ đề an toàn. Giọng cô vững vàng hơn.

- Đó là một sự lựa chọn. Nhưng chúng tôi không muốn trừ phi bác sĩ cảm thấy đó điều lựa chọn duy nhất của chúng tôi. Tôi bị ảnh hưởng hoóc - môn của tất cả các loại. Đặt tôi gần một con ong thì tôi sẽ bị khiếp sợ vì bị sốc dị ứng.



- Còn xin con nuôi thì sao?

- Lại nữa, một lựa chọn, một phương sách cuối. Tôi muốn con của anh ấy.

- Và anh ấy cũng muốn chính con của cô.

- Hoàn toàn đúng như vậy.

- Đời sống tình dục của hai người tốt chứ? Cô đỏ mặt.

- Khỏe mạnh.

- Tốt.

Chúng tôi yên lặng một lát. Tôi buộc phải mỉm cười vì đôi mắt sắc sảo chạm vào mắt tôi, và cô ta bỗng nhiên nổi giận.

- Có gì mà cười?

- Cả hai người đang cố gắng có con. Cuộc sống tình dục thì... cường tráng. Anh ta không hề có dấu hiệu là muốn bỏ cô. Tôi biết một sự thật mà anh ta đã nói với tôi: cô là cuộc sống của anh ta. Tại sao không tin vào lời nói của anh ta?

Cô nói có vẻ nghiêm trọng:

- Vì nỗi sợ hãi.

- Sợ gì?

Cô bắt đầu khóc.

- Sợ bị bỏ rơi. Tôi không thể nghĩ đến điều gì khác tồi tệ hơn nữa.

Đây là một lập luận điển hình cho phép trị liệu quay về quá khứ. Không có gì trong đời sống của Roberta mà chỉ ra chuyện cô bị người yêu bỏ rơi, nhưng nỗi sợ của cô quá lớn đến nỗi dường như cô đã từng bị ở thời điểm trước. Cô yêu Tom thắm thiết và Tom cũng biết điều đó. Cách cư xử và nỗi sợ của cô không tạo ra một ý nghĩa gì trong ngữ cảnh của những vấn đề mà tôi biết về mối quan hệ của họ. Tôi nói với cô có lẽ chúng tôi nên tìm ra cái gốc của nỗi sợ trong một đời sống khác. Cô bằng lòng:

- Ô, thật kỳ diệu vậy sao!

Cô nhanh chóng đi sâu, và không mất nhiều thời gian để chúng tôi tìm ra một mối nối. Cô nói trong nỗi tiếc thương tràn ngập:

- Đây là năm 849, năm tôi chết. Tôi sống trong một căn nhà rất dễ thương, một trong những ngôi nhà đẹp nhất làng. Tôi rất yêu chồng – anh là cả cuộc đời tôi – tôi đang mang thai đứa con đầu lòng được bốn tháng. Quả là một lần mang thai quá khó. Tôi bệnh thường xuyên, và không thể làm việc. Tôi chỉ thoải mái khi nằm nghỉ.

Một cái nhìn đau khổ thoáng qua mặt cô, và cô đưa tay lên bảo vệ đôi mắt.

- Chúng tôi đang trong tình trạng sắp xảy ra nguy hiểm bị tấn công. Quân xâm lăng đang ở ngoài thành. Tất cả dân trong thành, đàn ông đàn bà đều trang bị vũ khí để chống lại họ, chuẩn bị chiến đấu bảo vệ thành trì. (Những giọt nước mắt rơi đầm đìa). Tôi quá yếu không thể chiến đấu. Chồng tôi để tôi ở lại nhà, và nói rằng nếu thấy trận chiến dữ dội, anh sẽ quay về và đưa tôi đến miền Nam, đến ngôi làng của tổ tiên anh. Tôi năn nỉ đưa tôi đi cùng, nhưng anh nói anh phải đánh trận. Đó là bổn phận của anh.

Tôi hỏi:

- Cô cảm thấy thế nào về điều đó?

- Buồn. Rất buồn. Ai sẽ chăm sóc tôi?

Nỗi đau khổ của cô lộ rõ trên gương mặt.

- Cô có muốn dừng cuộc thoái chuyết?

- Ồ không. Cứ tiếp tục.

Trong tình trạng bị thôi miên rất sâu, cô trở nên khó thở, và thân thể căng ra trên chiếc ghế. Cô nói với tôi:

- Anh ấy đã đi. Tôi có thể nghe tiếng la hét của trận chiến. Tôi đi lui đi tới từng bước, chờ đợi. Tôi khiếp sợ, lo lắng về đứa con chưa sinh ra. Cánh cửa vụt mở. Chúa ơi! Không phải chồng tôi, mà là những tên xâm lược. Chúng hãm hiếp tôi. Một tên trong đó cầm gươm chém tôi. Chém nhiều nhất. Thanh gươm chọc thẳng vào bụng và đứa con tôi chết. Tôi ngã xuống. Máu tràn ngập khắp nơi. Một vết chém khác ngay cổ tôi. Tôi chết.

Cô nghẹn ngào khóc.

Khi tôi đưa cô về hiện tại, cô nhìn tôi sững sờ:

- Chồng tôi. Anh ấy là Tom. Tom của tôi. Tình yêu của tôi. Anh bỏ rơi tôi đến chết.

Như thể có ánh mặt trời soi rọi khắp phòng.

Như chúng ta đã thấy nhiều trường hợp khác, thân quyến trong kiếp hiện tại của người bệnh đã từng xuất hiện trong những kiếp quá khứ, nhưng mối quan hệ của họ thường thay đổi. Người con gái có thể trở thành bà ngoại, cha, chị em gái, anh em trai, hoặc con cái. Chúng ta học hỏi từ những mối quan hệ của chúng ta. Con người quay trở lại với nhau nhiều lần để giải quyết những vấn đề và để học hỏi về tình yêu trong mọi hình thức.

Thỉnh thoảng, như trường hợp của Roberta, những mối quan hệ giống nhau. Chồng cô, Tom, trong kiếp này cũng đã từng là chồng cô vào thế kỷ thứ 9, và anh đã bỏ rơi cô – có phải không? Tôi băn khoăn liệu tôi có thể đưa Tom về đúng thời gian đó, không gian đó để tìm hiểu điều gì đã xảy ra cho anh vào cái ngày đó. Tại sao anh lại bỏ rơi cô? Cuộc sống của anh như thế nào sau cái chết của vợ và đứa con chưa ra đời? Trong hiện tại anh đã đi cùng Roberta trong nhiều đợt điều trị, chờ đợi cô ngoài cửa cho đến khi cô khám xong, và thường xuyên cả ba chúng tôi trò chuyện khi thời gian dành cho Roberta gần hết. Bây giờ tôi gọi anh ghé qua chỗ tôi và xin phép cả hai để tôi đưa Tom về quá khứ, tuy phải thừa nhận rằng anh ta không phải là bệnh nhân của tôi. Tôi đã từng làm việc với những cặp vợ chồng mà họ đã chia sẻ những kiếp quá khứ. Và giờ đây tôi quả thật lo lắng để có được cơ hội lấy lời giải thích của Tom về những điều đó, nếu tôi có thể. Nếu như Roberta biết rằng cô không hề bị anh ta bỏ rơi lúc đó, có lẽ nỗi sợ bị bỏ rơi hiện nay sẽ tan đi. Tom có công việc phải rời thành phố, vì vậy cuộc hẹn phải dời lại vài tuần sau.

Roberta quay lại vào tuần kế tiếp. Cô trở về quá khứ mà không cần nhiều nỗ lực.

- Đó là Paris. Vào mùa hè. Tôi còn trẻ – không quá 25 tuổi – và rất đẹp. Tất cả điều mà tôi muốn làm là để hưởng thú vui, nhưng tôi không thể. Bà ngoại sống với tôi. Tôi nhận ra bà là Tom.

Cô kể mà không hề ngạc nhiên. Mặc dù những điều cô thấy rất chi tiết và sống động, Roberta lại không đến nỗi lo lắng như lần trước.

- Lúc ba mẹ chết tôi còn rất nhỏ, bà tôi đã nuôi nấng tôi từ đó, nhưng bây giờ tôi phải chăm sóc lại bà vì bà bị bệnh và rất yếu. Bà cũng hay vùi vĩnh, làm nũng. Chúng tôi rất nghèo nên tôi phải đi chợ, rửa dọn, nấu ăn, và phải thường xuyên thay quần áo hôi cho bà vì bà luôn bốc mùi và cứ tự làm dơ. Thật là không công bằng! Tôi không nên cứ phải làm những việc đó suốt ngày này qua ngày khác. Một cô gái phải có điều gì vui thú trong cuộc đời chứ.

Trong câu cuối cô nói với vẻ rất quyết liệt. Cô chồm người về phía tôi với vẻ bí ẩn.

- Tôi bỏ trốn, trốn đến nhà bạn tôi, Alain. Anh ta chăm sóc tôi, và sẽ cho tôi một thời gian vui vẻ.

Cô nhảy lên phía trước đúng lúc, và không rõ có phải hồi ức kế tiếp của cô đi liền theo sự vắng mặt từ nơi ở của bà ngoại cô hay hồi ức khác sau đó.

- Cái chết của bà tôi! Trong khi tôi đang ra ngoài quán rượu ăn chơi, nhảy nhót, quan hệ với bạn trai, thì bà chết. Khi tôi trở về nhà thì mới thấy thi thể bà. Đường như bà bị chết đói vì bà ốm tro xương. Không có người hàng xóm nào nghe bà kêu la vì vậy không ai biết bà chết lúc nào, nhưng chắc là không quá lâu. Vì thi thể bà chưa bốc mùi. Ít nhất cũng không hơn gì cái mùi mà bà vẫn có. Dù sao đi nữa thì đó cũng là một tin xấu. Để lại tiếng xấu cho tôi. Tôi sắp có con mà tôi không có tiền, không một xu. Tôi cũng không biết ai là cha của đứa bé. Alain nói rằng anh ta sẽ cho tôi tiền nếu đứa bé là con anh, nhưng tôi phải chứng minh. Bây giờ làm sao tôi chứng minh cho đến lúc sinh con?

Cuối cùng thì chẳng thành vấn đề nữa. Roberta chết lúc sinh con. Linh hồn cô bay lơ lửng ngoài thể xác. Cô quan sát rất lâu để bảo đảm là con cô còn sống, dù cha đứa bé là ai cũng không còn quan trọng.

Trong sự kiểm nghiệm lại cuộc đời, cảm xúc trào dâng đầy tội lỗi. Cô nói:

- Tôi rất yêu bà, không phải vì bà nuôi tôi lớn mà vì bà là một người tốt, chỉ muốn những gì tốt đẹp nhất cho tôi. Nhưng tôi quá trẻ và quá ích kỷ. Tôi đặt nhu cầu tự do và tình yêu trai gái lên hàng đầu, hơn cả những điều cần thiết của bà. Ít nhất thì tôi cũng có thể làm cân bằng lại, nhưng tôi kết thúc tàn nhẫn bằng cách bỏ rơi bà và ...

Cô ngừng đột ngột. Tôi nói với cô, không phải để khuyến khích cô, nhưng vì biết rằng cô thật sự có liên quan đến hai lần trở về.

- Cô đã nhìn thấy mối tương quan.

- Dạ có. Tôi bỏ rơi bà bởi vì chồng tôi đã bỏ rơi tôi hàng ngàn năm trước. Tại Paris, bà chính là Tom, chồng tôi, người đã bỏ tôi chết một mình. Đó là hành động trả thù.

Một tuần sau đó, lần trở về thứ ba mới tiến hành. Lần này chỉ ra một khía cạnh khác của một đề tài về bạo lực và bỏ rơi. Cô là một cô gái Pakistan, sống trong ngôi nhà nhỏ bằng gỗ, cách đây 500 năm. Mẹ cô chết khi cô 11 tuổi, và như tại Paris, gánh nặng của việc nấu nướng, dọn dẹp, và những việc vặt vãnh chán ngắt trút lên đầu cô, mặc dù ở kiếp sống đó cô có cha và anh trai mà lẽ ra họ phải giúp cô. Cô nói:

- Họ đánh tôi. Bất cứ khi nào tôi làm sai, nếu tôi không giặt kịp quần áo cho họ hoặc nấu ăn không vừa miệng, họ la hét và đánh tôi, khi thì người này khi thì người kia, đôi lúc cả hai cùng đánh.

- Tại sao cô không bỏ họ, trốn đi.

- Tôi cần họ cho thức ăn và chỗ ở. Cô run lên.

- Tệ hơn, tôi sợ những gì sẽ xảy ra cho tôi khi bỏ đi.

- Còn điều gì khác nữa?

- Tôi... tôi yêu họ.

Câu trả lời làm tôi ngạc nhiên.

- Thật sao? Tại sao?

- Bởi vì họ không thể chịu đựng việc mà họ đang làm. Rốt cuộc mẹ tôi chết bỏ rơi họ lại. Hai người chị cũng đã chết trước bà. Quả là một thời kỳ u ám, tối tăm. Không có luật pháp. Họ là những người phải nuôi gia đình, điều này có nghĩa là mỗi ngày đều có khả năng bạo lực, nguy cơ họ bị giết chết. Căn bệnh đã giết mẹ tôi có thể cũng sẽ giết bất kỳ người nào trong chúng tôi. Họ không kiểm soát được cái gì sẽ xảy ra, không kiểm soát được thiên nhiên, con người, định mệnh.

Cô lắc đầu.

- Con người sống trong thời gian đó không tiền, không hy vọng, thật là quá khủng khiếp.

- Cho nên cô vì họ, chứ không phải bắt chấp họ, mà cô chọn ở lại.

Đó là lời giải thích mà cô không nghĩ đến, nhưng tôi chắc cô sẽ tự hiểu.

- Đúng vậy.

- Chuyện gì xảy ra sau đó?

- Họ không đánh tôi nữa. Ngày nọ, đơn thuần họ dùng tay thôi không đánh nữa. Cha tôi chết ngay sau đó. Chỉ còn lại anh trai tôi. Khi lập gia đình, anh đưa tôi đi theo. Cuối cùng tôi cũng tìm được người đàn ông cho đời mình, anh ấy yêu tôi, và chúng tôi chuyển đi. Anh là người tốt, chúng tôi sống một đời sống bình thường trong thời gian đó, không gian đó.

- Cô chết trong hạnh phúc? Cô thờ dài.

- Tôi chết trong toại nguyện.

Khi kiểm nghiệm lại cuộc đời hiện tại cô nhận ra cả ba lần quay về quá khứ – và đặc biệt là lần đầu – đã giải thích lý do tại sao cô quá sợ Tom bỏ rơi cô, nhưng cô hiểu điều này bằng trí óc chứ không bằng trái tim, và cô vẫn còn khó chịu. Tôi nói:

- Tôi sẽ gặp Tom vào ngày mai. Có lẽ anh có thể giúp đỡ.

\*\*\*

Anh đến, đầy lo lắng, và nói:

- Tôi sẽ làm vì Roberta, để khám phá về nàng, không phải về tôi.

Để tránh sự bóp méo, tôi không kể cho Tom việc tôi đã hướng dẫn Roberta thu thập những tình tiết trong kiếp quá khứ của cô. Tôi hứa với anh ta rằng chỉ cần trải qua một đợt duy nhất thôi, trừ phi anh muốn trở lại.

- Không có cơ hội đâu.

Anh nói với vẻ cảnh giác đầy huyền bí, tâm lý chung của các kế toán, luật sư hay bác sĩ, người có tư duy phân tích, van nài một lời giải thích chính xác. Tôi hơi ngạc nhiên một chút, cho nên khi anh ta đạt đến mức độ thư giãn sâu trong khoảng một vài phút, tôi nói với anh ta:

- Tôi sẽ đưa anh đến một kiếp quá khứ khi anh và Roberta sống với nhau.

Hầu như ngay lập tức sống lưng anh ta uốn cong như thể có người nào đó hoặc vật nào đó đánh vào anh. Anh nói thất vọng:

- Tôi vừa ra khỏi đây.

- Anh đang ở đâu.

- Trong trận chiến. Chúng tôi bị bao vây, rất bất lợi. Ôi, người vợ tội nghiệp của tôi! Tôi đã bỏ nàng một mình, mà tôi đã hứa...

Mắt anh nhắm nghiền, nhưng anh đưa tay lên như thể đang nắm và sử dụng cái rìu hay thanh gươm.

- Tôi sẽ mở đường ra! Nàng đang cần tôi.

Anh hét lên và đưa tay xuống; Rồi độ căng thẳng cơ bắp biến mất, và đôi tay nằm yếu ớt trong lòng. Anh thầm thì:

- Quá trễ, tôi không bao giờ gặp lại nàng, không bao giờ biết mặt con mình.

Cảm xúc cuối cùng là tội lỗi và buồn thảm. Khi tôi đưa anh trở về hiện tại, anh nói rằng không bao giờ anh rời xa Roberta nữa.

Tôi biết có nhiều bệnh nhân của tôi đã từng chia sẻ với nhau trong kiếp quá khứ. Qua họ tôi khám phá ra chuyện của đôi bạn tri kỷ cùng đến với nhau qua rất nhiều thời gian và tôi thấy những hiện tượng xảy ra rất nhiều.

Khi Roberta đến cho đợt điều trị kế tiếp,

cô rất thư giãn và mỉm cười; Mặt trời lại soi sáng. Hiển nhiên cô và Tom đã từng sống với nhau vào thế kỷ thứ 9.

- Bây giờ tôi biết vì sao anh không quay lại cứu tôi. Đúng là anh bỏ rơi tôi, nhưng không phải vì anh muốn vậy. Anh vẫn nghĩ đến tôi lúc sắp chết.

Cô cười:

- Bây giờ thì anh quá già để mà chiến đấu bảo vệ đất nước, cho nên tôi nghĩ là tôi yên tâm trong đời sống hiện tại. Với sự giúp đỡ của ông, bác sĩ Weiss, tôi đã hiểu rõ tại sao tôi lại quá sợ anh rời bỏ tôi. Và rõ ràng là khi anh nói yêu tôi, thì đúng là như vậy. Con người yêu nhau không nên rời bỏ nhau, có phải không?

Roberta dễ dàng từ bỏ nỗi sợ bị bỏ rơi, nỗi bất ổn và nghi ngờ về Tom. Cô nhận ra rằng bạo lực là phần không cần thiết trong mỗi đời người, và cô nên lựa chọn tình yêu thay vì sợ hãi. Sự lựa chọn này là chủ đề cốt lõi hoặc mô hình trong nhiều lần liên tiếp quay về quá khứ của cô. Cô cũng thấy điều này trong cô gái Pakistan, người đã chọn tình yêu đối với cha và anh trai dù là bản chất họ có tính bạo lực, còn hơn là ghét hoặc sợ họ.

Vẫn còn một trở ngại cho Roberta và Tom là sự thụ thai. Sự mất mát đưa con vào thế kỷ thứ 9 có lẽ cũng giải thích được điều này, và luôn cả cái chết của cô khi sinh con vào thế kỷ 19 tại Pháp. Tuy nhiên những sự kiện này đều đã xảy ra, cô đã hiểu, giống như vấn đề bị bỏ rơi, có lẽ sẽ không bao giờ xảy ra nữa trong kiếp hiện tại và kể cả những kiếp tương lai.

Tôi quyết định thử đưa Roberta đến tương lai gần để cô có thể hiểu toàn bộ khái niệm này. Như thường lệ, cô nhanh chóng đạt đến một tình trạng yên bình, và nhanh chóng quan sát quá trình của cuộc đời cô từ một viễn cảnh cao hơn.

- Tôi nhìn thấy hai con đường đời, một có con và một không có con.

- Hãy bắt đầu với con đường không có con.

- Con đường này thì hẹp, tối đen, cản trở. Tôi sợ mọi thứ, từ côn trùng, rắn rết cho đến ngoài cửa nhà. Bởi vì chúng tôi không có con, Tom đã bỏ rơi tôi, điều đó làm tăng thêm nỗi sợ của tôi. Không có người đàn ông nào cưới tôi nữa. Sự yếu đuối và sợ hãi cứ theo tôi.

Cô rùng mình.

- Thật kinh khủng. Tôi khuyến khích:

- Còn có con?

- Thế giới thật là rộng lớn và tràn đầy ánh nắng. Tom đi cùng tôi, cũng như anh đã hứa. Tôi thật trọn vẹn hạnh phúc.

Đi đến một tương lai hạnh phúc này, cô có khả năng loại bỏ nỗi sợ đã đeo bám cô từ nhiều kiếp: sự mất mát những người yêu đầu và cái chết của cô, bị bỏ rơi, sự phản bội. Như cô đã tạo ra những mối tương quan này, gương mặt cô rạng rỡ. Tôi hỏi:

- Cô đang ở đâu?

- Tôi đang ở trên rất cao, cao hơn những đám mây. Tôi đang bay. Bay lơ lửng và quan sát. Ở đây thật là đẹp. Không khí rất trong lành. Tôi có thể nhìn xa hàng dặm.

- Cô đang ở một mình?

- Dạ đúng. Khoan đã ... không! Hai cô con gái. Hai thiên thần bé nhỏ của tôi đang đến chào đón tôi. Tôi có thể cảm nhận được niềm vui của chúng, niềm hân hoan của chúng. Ô, tôi rất yêu thương chúng, và tôi rất vui.

Cô ngừng lại quan sát linh hồn cô ở tương lai.

- Tôi nhận con gái tôi, một đứa chính là bà ngoại tôi, người mà tôi yêu quý nhất trên đời. Bà chết năm tôi chín tuổi. Còn đứa khác là mẹ tôi, không phải người mẹ trong kiếp hiện tại, mà chính người mẹ trong kiếp làm cô gái Pakistan 500 năm trước đây. Chúng ôm chặt tôi, và tôi cũng ôm chặt chúng, và chúng tôi sẽ luôn ở bên nhau.

Tôi không có cách đánh giá hợp lý hình ảnh của Roberta nhưng tôi tường thuật lại rất chính xác. Đó là sự trải nghiệm của cô, và cô tin rằng đây là những gì sẽ đến. Có khả năng rằng Roberta và Tom sẽ không thể thụ thai và quan điểm bất cứ đứa trẻ nào cũng được là một mơ tưởng – tuy vậy Roberta và Tom có thể, dĩ nhiên, con nuôi. Điều quan trọng là Roberta đã đủ tự tin rằng cuối cùng cô sẽ được hợp nhất với con cô, và vì điều này cô tự tin hơn về bản thân và khả năng yêu thương.

Cô đã tạo ra một cách sống từ một thời của bạo lực đến một thời của hòa bình; cô đang tạo ra một tiến bộ hướng đến một điểm “ở trên những đám mây”.

Câu chuyện của Roberta chứng minh sự tổn hại mà bạo lực đã gây ra, không chỉ ngay tức thì mà còn gây cho nhiều thế hệ tương lai, và không chỉ gây cho nạn nhân mà cho cả thủ phạm. Những người bạo lực hoặc người bị bạo lực có lẽ sẽ mang nỗi sợ hãi và những cảm xúc tiêu cực kèm theo đến nhiều kiếp sau – cho đến khi họ tìm được tình yêu, như Roberta.

\*\*\*

Câu chuyện của Anne đưa ra một sự hấp dẫn tương phản với câu chuyện của Roberta, vì chuyện của cô bắt đầu trong tương lai.

Hai ngày trước khi cô đến gặp tôi, cô thức giấc vì một giấc mơ làm ướt đầm mồ hôi. Đó là một trong những giấc mơ kỳ lạ luôn tái diễn với cô từ trước tới nay: chỉ khi nào giấc mơ có ý nghĩa thật sâu cô mới đổ mồ hôi và tỉnh giấc. Cô Anne trở thành một Anne trong tương lai được xác định bởi những chọn lựa của cô. Cô nghe một giọng nói dù cô không nhìn thấy người đưa tin, và cũng không biết là đàn ông hay đàn bà. Cô nói với tôi một người rất thông minh đã trao cho cô lời nhắn đó. Lời nhắn này có vẻ như ai đó đã biết những gì cô chọn lựa sẽ thành hiện thực, cô thì không hề có ý niệm gì về sự chọn lựa mà họ nói đến. Suốt cuộc đời, cô cứ hành động hấp tấp, đôi khi tụt hứng.

Anne, 24 tuổi, thân hình chắc nịch nhưng không mập trông giống cô gái đeo kính đóng vai người bạn thân nhất của ngôi sao trong các phim dành cho thanh thiếu niên. Cô là một nghiên cứu sinh đang nghiên cứu khoa kiến trúc trên phía Bắc. Mục đích của cô là thiết kế những khu liên hợp nhà ở đôi mới, hợp nhất những mối liên quan thuộc môi trường và cho phép người giàu và người nghèo sống chung. Hình ảnh của cô là một cảnh tượng về con người sống hài hòa trong một khung cảnh tuyệt vời.



Giọng nói biết kế hoạch của cô. Cô có một giấc mơ sau khi chúng tôi đã làm việc với nhau, nó chỉ cho cô một tương lai nơi mà Anne đã thiết kế trong dự án. Nó giống như một tiểu thuyết gia muốn viết một tiểu thuyết và phát hiện ra nhờ một người nhắn tin là ông ta đã viết nó rồi trong tương lai. Giọng nói bảo cô rằng công việc của cô sẽ liên quan đến tương lai đó, nơi mà cô đã phát triển kế hoạch của cô, chứ không phải là một nơi mà cô không phát triển kế hoạch. Cô không biết là tôi đã bắt đầu đưa bệnh nhân đi đến tương lai. Cô rất tò mò về ý nghĩa của giấc mơ trong hiện tại.

Cô kể rằng vật chướng ngại cản trở cô hoàn thành kế hoạch nằm trong nỗi sợ hãi bị chú ý. Nếu có người khen công việc của cô thì cô lại lo lắng. Thường thường, cô giấu tên khi đệ trình những bản vẽ mặc dù giáo sư của cô biết cô là người vẽ. Viễn cảnh để thắng một giải thưởng hoặc đạt được sự công nhận thành tích bị nỗi sợ của cô vùi lấp. Cô biết sự thành công công khai có thể đẩy nhanh một cuộc tấn công kinh hoàng.

Tiêu sử của cô không đưa ra một lời giải thích cho những phản ứng trong đời sống hiện tại. Tuy vậy những giấc mơ của cô gây cho tôi sự tò mò nên tôi đề nghị đầu tiên chúng tôi nhìn vào tương lai để tìm kiếm thêm thông tin hoặc làm sáng tỏ những giấc mơ. Cô đồng ý. Trong lúc cô đang vào tình trạng hôn mê thư giãn, tôi đưa cô đến phía trước đúng thời gian để khám phá cái gì sẽ xảy ra cho dự án nhà ở.

Cô quan sát vài viễn cảnh tương lai trải ra. Một tương lai không hề có dự án nào cả. Cô làm cho một công ty kiến trúc, nhưng ở vị trí trung bình, phác thảo những ý tưởng của người khác. Tương lai thứ hai có một dự án về nhà ở được hoàn thành, và nó chỉ hợp nhất vài ý tưởng của cô. Nó không được hoàn hảo, không giống như cô mong đợi. Cô có thể nhìn tấm đá trong gian sảnh chính không đề tên cô.

Viễn cảnh thứ ba – chiến thắng! Khu liên hợp là nguyên bản thiết kế của cô. Tên cô đứng đầu trên bản vẽ kiến trúc và trên tấm đá.

Tuy nhiên khi kể lại, dường như cô không được vui. Cũng có vài viễn cảnh có thể xảy ra, nhưng không rõ ràng như viễn cảnh thứ ba. Khi tôi đưa cô trở về cô nói:

- Đó là nỗi sợ. Sợ được công nhận. Sợ được thành công. Tôi nhận ra tôi có thể theo bất cứ cách nào, nhưng cách thứ ba có vẻ khủng khiếp nhất. Tôi không muốn tên tôi trên tấm đá đó.

Thật ra, tấm đá không phải là dấu hiệu của cái tôi. Đó chỉ là một vật tượng trưng sự vắng bóng nỗi sợ và vắng bóng sự tấn công kinh hoàng. Trong mức mà cô sợ hãi tên cô không chắc được đề trên đó. Tôi biết chúng tôi cần tìm về quá khứ của cô cho việc chữa trị được tiến hành.

Lần trở về quá khứ đầu tiên Anne là một chàng trai trẻ sống trong một nền văn hóa cưới ngựa cô đại ở vùng trung tâm Châu Á. Người tù trưởng trong bộ lạc có một đứa con trai lớn hơn Anne 2 tuổi, nhưng thua kém Anne về kỹ năng cưới ngựa, bắn cung hoặc sử dụng kiếm. Anne kể đơn giản:

- Hấn không ưa tôi.

Gã đó đang được chuẩn bị để nổi ngôi cha, người cha nổi giận khi nhìn thấy con trai mình bị bức chế liên tục. Anne lãng quên những hậu quả trong sự thành công của mình, lại thêm càng

lúc gã con trai người tù trưởng càng cảm thấy bị bẽ mặt trước những chiến thắng của Anne.

- Có một cuộc tỉ thí về đua ngựa cho các chàng trai trẻ trong bộ lạc. Đó là cuộc thi mà tôi quyết tâm giành thắng lợi, và tôi đã thành công. Cả bộ lạc, đàn ông và đàn bà, tiếp rước tôi tung búng. Tôi say mềm, ngủ quên trên cánh đồng ngoài làng. Gã con trai lên lại gần cắt cổ tôi. Tôi chưa chết ngay. Tôi còn quan sát thấy giòng máu đỏ tươi trào ra.

Sau khi đưa Anne quay lại hiện tại chúng tôi có một cuộc thảo luận. Anne đã bắt đầu hiểu ra mối nguy hiểm ghê gớm mà sự thành công của cô đã tạo ra. Cô than vãn:

- Dĩ nhiên là bây giờ ngồi đây với bác sĩ thì dễ nói lại sự thành công bên ngoài và cái thương tổn lớn lao về thể xác. Không còn thắc mắc vì sao mà tôi lo sợ.

Cô có thể thấy một mô hình của sự thành công gây ra mối nguy hiểm trong một sợi dây biển ảo muôn màu của cảnh tượng ở kiếp quá khứ, trong khoảng thời gian của chuyến đi về kế tiếp.

Vào một kiếp khác cô là một nhạc sĩ tài hoa, một người đàn ông bị hủy hoại bởi kẻ tình địch. Cô bị gã này ăn cắp nhạc và biểu diễn như là hần đã sáng tác. Rồi một kiếp khác nữa cô là một cô gái sống ở một vương quốc thuộc Trung Đông, cách đây khoảng 2.000 năm. Những gã con trai ở tầng lớp cao cùng tuổi với cô được dạy những bí quyết và những nghi thức bí ẩn, mà con gái bị cấm đoán. Nhưng Anne bí mật theo dõi những lớp học giới hạn đó và cô học hỏi tất cả những điều họ đã học. Một ngày kia, cô bị lũ con trai khiêu khích mắng nhiếc, cô buột miệng nói ra một trong những bí mật: “Tao cũng biết rõ như tụi bây vậy”. Cô phải trả giá cho sự ngạo mạn của mình bằng mạng sống. Cô bị tuyên án, giam giữ, và sớm bị giết, vì chết là một hình phạt đối với việc đụng chạm đến điều cấm kỵ.

Như chúng tôi đã tiến hành những cuộc trải nghiệm Anne dễ dàng tìm ra điếm ngang bằng. Thành công có nghĩa là bạo lực. Tự vạch trần có nghĩa là hình phạt. Kiêu hãnh có nghĩa là chết. Dần dần, với việc trị liệu thêm nữa cô đã có thể nhận ra rằng nỗi hoảng sợ bị chú ý cứ tồn tại là do sự tiếp nối trong cuộc trải nghiệm ở những kiếp quá khứ, chẳng có gì mà cô phải sợ trong hiện tại và cả những kiếp tương lai. Vì nỗi kinh hoàng của cô quá sâu cho nên rất khó để cô từ bỏ nỗi sợ hãi. Cô bắt đầu ký tên mình trên những bản vẽ, tạo dựng một hình mẫu theo tỷ lệ cho khu liên hợp của cô, và đoạt giải Thiết Kế Tân Tiên Nhất. Cô có thể đi xa đến mức phát biểu một bài diễn văn được đánh giá tương đối khá. Cô công nhận, ngoài giải thưởng còn có một miếng đá bạc, dựng trên bệ lộ sười nhà cô. Cả hai chúng tôi đều có một ý tưởng về những kiếp tương lai mà Anne sẽ tìm thấy cô trong đó. Thật ra, một cô Anne trở thành một cô Anne trong tương lai sẽ được quyết định bằng chính sự chọn lựa của cô. Cô không còn toát mồ hôi khi bậc Thầy đến nhắc nhở cô.



## Chương 8. Bruce: Những mối quan hệ

Khi chúng ta đang trong hình thái con người, dù mục đích tối thượng của chúng ta là hòa nhập vào linh hồn, thì một linh hồn này phối hợp với những linh hồn khác về thể xác, tình cảm, tinh thần nằm ngay trong cốt lõi của cuộc đời chúng ta. Và chúng ta phải làm sao điều khiển điều này nắm vai trò quan trọng để quyết định tương lai chúng ta.

Tôi biết một phụ nữ sống theo tâm linh, cô dành cả tuổi thanh xuân trong một ngôi đền, nhưng cô than vãn với tôi là cô không thể ngồi thiền. Trải qua những cách thiền của riêng tôi, tôi hiểu nguyên nhân. Cô cần phải đi ra ngoài thế giới, cần được quan hệ rộng hơn, để trải nghiệm những mất mát, đau khổ, niềm vui hay tình yêu thương. Vì tất cả sự tâm linh, cô cần nhiều bài học để suy nghiệm.

Tất cả chúng ta đều có nhiều loại khác nhau trong những mối quan hệ. Một với một,

với gia đình và những người thân yêu, với những người chúng ta cùng làm việc - các ông chủ - bạn đồng nghiệp - nhân viên, với bạn bè, với thầy giáo và sinh viên. Trải qua nhiều kiếp sống thể xác, con người có thể thay đổi và những mối quan hệ với nhau có thể thay đổi, nhưng chúng ta vẫn còn đang nghiền ngẫm bài học về sự quan trọng của những mối quan hệ, bởi vì chỉ có một linh hồn mà chúng ta sẽ vòng đi vòng lại rất nhiều kiếp.

Có lẽ mẹ bạn đã nhấn một cái nút cho bạn nhiều kiếp. Có lẽ, trong nhiều kiếp khác nhau, bạn đã từng là mẹ của bà ấy, và có lẽ hiện tại bạn đang có mối quan hệ khác với bà ấy mà không phải là mẹ con. Rốt cuộc chúng ta phải chữa lành mạnh tất cả mối quan hệ, và phải dùng những kỹ năng để làm điều đó, đặc biệt là kỹ năng của sự đồng cảm, lòng từ bi, bất bạo lực, và tình yêu. Giao tiếp là chìa khóa của mọi mối quan hệ. Tình yêu và tấm lòng cởi mở là điều tất yếu cho quá trình, mà như vậy thì rất an toàn, vì nếu không an toàn trong giao tiếp bạn sẽ không dám giao tiếp.

Làm thế nào mà bạn có thể tạo ra một môi trường cho sự giao tiếp an toàn? Trước hết bằng hiểu biết nhiều cách của giao tiếp - lời nói, tư tưởng, cử chỉ, biểu lộ qua ánh mắt, khuôn mặt, cái chạm nhẹ - mỗi cách đều phải được chú ý cẩn thận. Bạn nên hiểu rằng linh hồn mà bạn đang quan hệ có thể rất quan trọng ở nhiều kiếp quá khứ và đã trải qua nhiều thế kỷ, có thể cũng rất quan trọng trong nhiều thế kỷ sắp tới ở tương lai.

Một bệnh nhân mới đây của tôi quá hãi hùng khi nghĩ rằng cô đã có một mối quan hệ cộng hưởng với một người đàn ông bất lương, người mà cô vừa mới trốn thoát. Mối quan hệ này vẫn chưa hết, cô nhận ra anh ta vẫn còn quay lại với cô vào một kiếp tương lai. Cô hỏi tôi làm cách nào để cô tránh được điều đó, cô đã quá sợ anh ta.

Câu trả lời sẽ bảo đảm là không có cái móc nào trong lòng bạn để kéo anh ta trở lại - không giận hờn, không bạo lực, không có điều gì xấu cả. Nếu bạn có thể rời bỏ một mối quan hệ với lòng yêu thương, đồng cảm, và thương xót, mà không hề có tư tưởng trả thù, thù hận, hoặc sợ hãi, đó là phương cách để bạn có thể tránh được.

Bạn có thể chọn cách không còn quan hệ với người đó hoặc nhiều người nữa. Bạn chỉ có thể phối hợp với những người mà bạn cảm thấy thân thiết, chỉ với những người bạn yêu thương, trong sự xác định rộng nhất của mối quan hệ. Trong nhiều kiếp tương lai bạn sẽ cùng với nhiều người thân yêu, bạn tâm giao bởi vì bạn đang đóng vai trò như một gia đình của nhiều linh hồn.

Những người khác sẽ phải bắt kịp để học những bài học mà bạn đã thông thạo, trước khi họ cũng có thể gia nhập vào cộng đồng các linh hồn của bạn.

\*\*\*

Một trong những ví dụ cảm động nhất của các mối quan hệ tiêu biểu liên quan đến Bruce. Năm ngoái anh đến gặp tôi với hình dáng tiêu tụy. Anh đang đau khổ vì triệu chứng căn bệnh lo lắng mãn tính: mất ngủ, tim đập mạnh, cơn thịnh nộ bất thân, và thường xuyên say xỉn. Bruce năm nay 35 tuổi, là một người đàn ông khó tả, đôi mắt ướt át, cái bắt tay cũng ướt át, tóc màu nâu cắt kiểu đầu đinh, cái trán sắp bị hói. Giọng nói của anh vẫn giữ theo ngữ điệu của vùng trung tâm Bắc Mỹ, anh từ Milwaukee đến Miami sống với Frank đã hai năm. Frank là nhà sản xuất có thâm niên 15 năm, Frank liên kết với một trong những nhà hát ở khu vực chúng tôi. Frank đã từng có một sự nghiệp rực lửa, nhưng hàng loạt thất bại làm giảm danh tiếng và kể cả thu nhập của anh, đẩy anh từ một lâu đài tại Los Angeles đến một ngôi nhà khiêm tốn ở Coral Gables. Điều đó làm anh thay đổi từ một người đàn ông dí dỏm, thỏa mãn thành một người cáu gắt, rồi cứ trút nỗi thất vọng quá đáng vào Bruce bằng những lời châm chọc và làm Bruce bẽ mặt trước công chúng. Rồi họ đánh nhau, lúc giấu giếm lúc công khai, tuy nhiên cả hai không ai muốn kết thúc mối quan hệ này.

Bruce là nhà thiết kế trang phục. Hai người gặp nhau khi Frank mượn anh thiết kế trong một bộ phim. Họ nhanh chóng bước vào mối quan hệ xác thịt. Cả hai đều thích giữ bí mật mối quan hệ này, do đó họ sống riêng tại Los Angeles. Chỉ khi chuyển về Miami họ mới sống chung một nhà.

Khi tôi hỏi Bruce tại sao vẫn ở lại lúc Frank đã trở nên quá khó khăn, anh chỉ nhún vai và nói:

- Đơn giản chỉ vì tôi yêu anh ta.

- Đúng, nhưng anh chuyên đi đâu có nghĩa là hai người không còn gặp nhau. Nó có thể làm Frank bớt bám chặt anh. Nó cũng có thể làm giảm sự lo lắng của anh. Anh ta đã làm bẽ mặt anh như thế nào?

- Anh ta gọi tôi là “gay” hoặc người yêu dấu trước mặt bạn bè, và bắt tôi làm điều tôi không thích, như trong tình dục chẳng hạn, lúc riêng tư.

- Anh không chống trả?

- Đôi lúc. Hơn vài tháng trước. Và cơn giận cũng bùng lên theo cách khác. Nhưng thường thì tôi giữ lại và giấu trong lòng. Đặt biệt trên giường.

- Anh nói là cơn giận bùng lên theo cách khác, thí dụ như uống rượu? Tôi cho là không hợp lý.

- Tôi nổi điên với bọn pha rượu và bọn điếm.

- Điếm nam?

- Dĩ nhiên.

Một cái rùng mình nhẹ cho thấy anh đang nghĩ đến việc quan hệ với phụ nữ.

- Anh thường xuyên có hành động đó với họ?

- Ồ, không. Chỉ thỉnh thoảng.

- Tại sao?

- Chỉ khi nào tôi quá mệt mỏi vì Frank làm nhục tôi và tôi muốn làm nhục lại người khác.

- Làm nhục thế nào? Một cái rùng mình khác.

- Không. Tôi bắt họ làm những gì mà Frank bắt tôi làm.

Một kiểu trả thù lạ lùng, tôi nghĩ vậy. Tôi hỏi lại:

- Anh có thể từ bỏ những chuyện đó? Chuyển cơn giận đến người đã khiêu khích nó?

Anh ta im lặng một lúc, rồi nói:

- Tôi không chắc là mình có thể trút cơn giận lên Frank hay không. Điều này quá nguy hiểm. Nhưng tôi bỏ bọng điếm.

- Đó là sự khởi đầu. Điều này tốt cho anh thôi. Đôi mắt ướt át trào lệ, và anh ta cúi đầu.

- Không, rất tồi tệ với tôi.

- Tại sao? Có vẻ ...

Anh ta ngắt lời tôi:

- Tôi đã bị AIDS. Tôi không muốn lây cho ai nữa.

Sức khỏe của anh đã hoàn toàn suy sụp từ nhiều tháng nay. Anh đã bị loét dạ dày, và vết chàm ở bụng gần đây không hiểu sao bắt đầu chảy máu. Hoảng sợ anh đi làm sinh thiết<sup>[12]</sup>, không tìm thấy bệnh ung thư, anh cảm thấy nhẹ nhõm một chút. Tuy nhiên, vết sẹo lớn đó thỉnh thoảng vẫn trở màu đỏ au và rỉ ra một hai giọt máu. Do đó anh phải khám lại ở chỗ bác sĩ nội khoa, người đã chẩn đoán ra bệnh AIDS của anh. Anh nói:

- Sự xác nhận nhiều nỗi sợ của tôi hơn lời chẩn đoán. Các xét nghiệm, chẩn đoán đã được thẩm định cách đây hai tuần, và vì vậy anh đến gặp tôi. Tôi nói rằng tôi có thể giúp anh để giải tỏa nỗi lo lắng và mối quan hệ với Frank, chứ tôi không thể giúp anh chữa trị bệnh tình. Tuy vậy “sự

pha trộn” đang được sử dụng rộng rãi có thể làm chậm quá trình tiến triển của căn bệnh và anh có thể sống thêm vài năm. Một nỗi buồn sâu lắng biểu hiện trên gương mặt anh.

- Sống thêm vài năm có gì tốt cho tôi đâu, trừ khi tôi có thể làm lại cuộc đời.

- Để tôi hỏi anh một việc nhé, ba mẹ anh có biết anh đồng tính luyến ái không?

- Bây giờ ba mẹ tôi đã biết. Tôi đã cố gắng giấu ông bà rất lâu, thậm chí tôi còn bịa ra cô bạn gái ở California và kể cho ba mẹ nghe nữa, nhưng ông bà đã phát hiện ra khi tôi và Frank chuyển đến đây và bắt đầu sống với nhau.

- Phản ứng của ông bà như thế nào?

- Quá sốc. Phũ nhận. Bác sĩ có tin là ba mẹ tìm xem có thứ thuốc nào cho tôi uống không?

Tôi nghĩ ông bà sợ bạn bè mình biết chuyện của tôi hơn là bất cứ thứ gì khác. Xét cho cùng thì đó là trung tâm Bắc Mỹ và họ thua kém cả nước khoảng một thế kỷ.

Anh ta ôm lấy đầu với cử chỉ điệu đàng:

- Thật là xấu hổ!

Tôi cười tự nhiên. Anh ta tiếp tục:

- Ba mẹ tôi rất tốt, rất đáng yêu, chỉ là không biết chuyện này thôi. Khi tôi về thăm nhà, ông bà đón tôi với cả tình yêu thương và quý trọng. Chính anh trai tôi mới là vấn đề.

- Anh trai?

- Tôi quên nói về hắn. Đúng vậy, Ben là một nhân vật tai to mặt lớn ở Milwaukee. Phó chủ tịch tâm cỡ tại Aetna. Nhiều tiền, nhiều bạn, nhiều quyền lực. Đảng viên đảng Cộng Hòa đã treo lơ lửng cái từ nghị viện trước mặt hắn, mà hắn cũng đang thềm nhỏ dãi giống như con chó trên đường đua.

- Và một người em là “gay” ....? Anh ta nhún vai:

- Từ biệt Washington. Khoảng một năm trước hắn đến gặp tôi và rõ ràng yêu cầu tôi thay đổi tên họ. Tôi chửi vào mặt hắn. Hắn năn nỉ tôi nên biến đi một thời gian, hoặc ít nhất tôi không nên nói với ai tôi là em của hắn. Điều này đã làm tôi tổn thương. Làm sao mà hắn dám nói vậy chứ!

Tôi cũng tốt như hắn – còn tốt hơn – dù người yêu của tôi có là đàn ông. Tôi đi theo hắn. Hình ảnh cuối cùng của hắn đối với tôi là một con lừa thiếu não chạy xuống đường.

Tôi nói với anh ta nếu đây là một trong những cơn thịnh nộ bất ngờ của anh thì nó có vẻ như hợp lý.

- Đúng vậy, cũng giống khi tôi giận Frank, khi tôi nghĩ đến quan điểm của Ben tôi nổi điên, bất kể tôi đang ở đâu, với bất cứ ai đang ở gần tôi, tôi đều cự lại. Ben chỉ là một tên bán bảo hiểm được tô điểm, tham lam, hơi ngu xuẩn. Tôi thấy tội nghiệp hắn. Thật là buồn cười vì tôi muốn giết hắn. Tôi là người tốt, người tốt thì không nuôi hận thù – hoặc hàng loạt cái kiểu đó.

Cơn thịnh nộ của anh ta dường như không quá đáng để được giải thích đơn thuần là do những biến cố trong cuộc đời. Và nỗi lo lắng của anh cũng tự nhiên thôi khi biết mình bị nhiễm AIDS, tôi băn khoăn liệu có phải là nó luôn luôn quá nghiêm trọng đến nỗi ảnh hưởng cả cuộc đời anh, giống như bây giờ. Tôi đặt ra vấn đề này thì anh trả lời:

- Đúng vậy, thậm chí khi còn đi học, mỗi lần tôi có cơ để vui vẻ như là đạt điểm cao, ba mẹ yêu thương, đại loại là như vậy, tôi luôn luôn cảm thấy buồn rười rượi. Giờ đây tôi thấy có điều gì đó thật buồn, nó trở nên tệ hơn, nhưng không đến nỗi quá tệ.

- Có lẽ do điều gì đó đã xảy ra trong quá khứ của anh.

- Thời thơ ấu? Không. Chỉ như là những điều tôi đã kể, hoàn toàn bình thường.

- Không phải thời thơ ấu, một quá khứ xa xăm nào đó. Anh ta nhào người lên phía trước.

- Vậy bác sĩ giải thích đi.

Tôi giải thích và anh ta đồng ý một cuộc trở về. Rất ngạc nhiên vì tôi cứ nghĩ là Bruce sẽ cảnh giác với thuật thôi miên, không muốn tự cho phép mình bị xúc phạm, nhưng anh ta lại có thể đi sâu hơn so với phần đông bệnh nhân của tôi, và những điều anh ta nhớ rất sống động.

- Tôi đang ở trong Ai Cập cổ đại, vào triều đại của vua Pharaoh. Đam mê của ông ta là xây nhiều ngôi đền và cung điện để chứng tỏ sức mạnh và quyền lực của mình. Trước đó cũng đã có rất nhiều ngôi đền đã xây rồi, tuy nhiên những cái của ông phải lớn hơn bất cứ cái gì đã có từ trước tới nay. Tôi là kỹ sư xây dựng, và Pharaoh chọn tôi để thực hiện hai dự án: sáng tạo một thánh đường và thiết lập những hàng cột liên kết.

Tôi đã gặp chính Pharaoh. Ông ta đang ở đó để phác họa kế hoạch của ông. Dĩ nhiên là tôi rất vinh hạnh được chọn, và nếu tôi thành công, tôi có thể đòi hỏi bất cứ điều gì cho suốt đời tôi. Khi tôi yêu cầu 500 nhân công và nô lệ, ông ta đề nghị cho tôi một ngàn. Chi phí không quan trọng, cái chết không có gì đáng tiếc trong việc phục vụ mục đích cao cả này. Những tòa nhà sẽ được thừa nhận tính thần thánh tối thượng này, và sẽ phản ánh quyền năng tối cao của ông ta.

Tuy nhiên, Pharaoh ban hành nhiều luật lệ khắt khe. Thánh đường sẽ hoàn thành trong vòng bảy năm, và những hàng cột thì phải ba năm sau đó. Chỉ những miếng đá cẩm thạch tốt nhất và những tảng đá cứng nhất mới được sử dụng. Chúng tôi phải bảo đảm rằng khi công trình hoàn thành thì kết quả sẽ chứng tỏ sức mạnh của ông đời đời.

Công việc rất khó khăn. Thực tế có nhiều vấn đề gian nan trong khâu vận chuyển đá và cẩm thạch, chưa kể đến việc có đủ nước để dùng, và gỗ để làm đường ray dựng đá lên. Thời tiết thì



nóng cháy, ngay cả trong mùa đông. Những trận bão cát nguy hiểm không lường được. Các kiến trúc sư và kỹ sư rất tài giỏi, hoặc Pharaoh đã tin như vậy, sẽ thiết kế và xây dựng nhiều ngôi đền và nhiều hàng cột. Rất có thể chúng tôi sẽ cạnh tranh lẫn nhau vì cần thiết phải hạn chế sự cung ứng cho dù Pharaoh rất giàu có.

Còn một chương ngại nữa là em họ của Pharaoh. Tôi đã gặp hắn, hắn là một tên thọc mạch, nịnh hót, mê tín, không tài giỏi, thiếu thẩm mỹ. Hắn giám sát toàn bộ công trình. Tất cả các chúng tôi, kiến trúc sư và kỹ sư, phải nghe lời hắn. Lệnh của hắn là lệnh của Pharaoh, và đó là luật lệ. Tôi rất sợ hắn. Hắn có thể phá hoại mọi thứ.

Thật tình thì Bruce tái mặt khi nói đến người giám sát. Người đàn ông tiếp tục sử dụng sức mạnh của mình trong sự tĩnh lặng của văn phòng tôi. Tôi bị tác động bởi sự trang trọng trong ngôn ngữ của Bruce, hơi khác lạ so với cách anh nói chuyện thường ngày. Sau đó tôi hỏi có phải là anh đã từng đến Ai Cập hay không thì anh bảo đảm với tôi là chưa bao giờ anh đến đó. Câu chuyện và chuyến du hành đến những địa điểm lịch sử không hề hấp dẫn anh ta. Tôi đưa anh đi xa hơn trong kiếp quá khứ này.

Anh kể tiếp:

- Sự lo lắng của tôi đã được khẳng định. Hắn thọc mạch vào mọi thứ. Đặc biệt là hắn có vẻ không ưa tôi. Có lẽ hắn biết được tôi cũng ghét hắn, dù tôi cố tự chủ không biểu lộ điều đó. Gần như mỗi ngày hắn luôn ở cạnh tôi mọi lúc mọi nơi, đưa ra những đề nghị ngớ ngẩn, hủy bỏ lệnh của tôi, phàn nàn rằng tôi và các đồng sự thi công quá chậm, dù chính hắn là người cản trở tiến độ thi công. Xét đến sự nghiêm ngặt về thời gian do Pharaoh đặt ra thì áp lực đang tăng cao đối với tôi cho đến một điểm mà tôi biết chắc là sẽ nổ tung. Mỗi ngày là một sự đấu tranh với bản thân để giữ bình tĩnh trong việc đối mặt với những yêu sách và những lời mắng nhiếc, chế nhạo của hắn nếu tôi không thể làm hắn thỏa mãn.

Khoảng một năm sau khi công trình khởi công, tên vô lại khăng khăng đòi đặt thánh đường kế một ngôi đền chứ không phải là kế ngôi đền chính. Khi tôi nhắc nhở hắn đây là trái lệnh của Pharaoh thì hắn gọi tôi là thằng ngu trước mặt các cộng sự của tôi và tức tối bỏ đi.

Điều mà tôi lo sợ đã thật sự xảy ra. Tôi làm nổ tung. Tôi nói hắn ngu xuẩn, rằng hắn không khác gì một thằng ngu, rằng hắn ngốc nghếch như tảng đá chung quanh hắn. Tôi kêu hắn hãy trình lên Pharaoh chuyện này và ông ấy sẽ quyết định ai là người nắm quyền điều khiển.

Gã em họ của Pharaoh trả đũa tôi một cách tệ hại nhất mà hắn có thể. Thay vì cùng đi với tôi vào cung điện hắn lại trưng dụng một tên kỹ sư khác, đối thủ của tôi, bỏ thuốc độc vào rượu cho tôi uống. Lập tức tôi ngã bệnh, cơn đau nhức buốt, và tôi được đặt lên giường. Đêm đó một tên lính gác lên vào lều và đâm vào bụng tôi. Tôi chết ngay tức khắc. Hình ảnh cuối cùng tôi thấy là tên em họ độc ác của Pharaoh đứng ngoài lều nhìn tôi nhe răng cười.

Tôi đưa Bruce trở về, hiển nhiên là anh rất bàng hoàng. Tôi hỏi:

- Anh có thể diễn tả lại cảm xúc của mình không? Anh lấp bắp:

- Chỗ bị đâm lúc đó ... bây giờ là vết sẹo lồi khi lấy mô để xét nghiệm, vết thương thỉnh thoảng bị chảy máu mà không biết nguyên nhân.

- Còn gì khác nữa không?

Anh rơi vào trạng thái mê mẩn bởi sự khám phá:

- Tên giám sát đã trả thù tôi trong kiếp sống ở Ai Cập là anh trai tôi trong kiếp này.

Anh thừa nhận giận dữ là một yếu tố tiêu cực trong kiếp hiện tại. Quả là tệ hại nhất khi anh đương đầu hoặc phải đối đầu với Ben, và Ben yêu cầu anh phải từ bỏ chính mình và biến mất.

Tôi và Bruce đều lo lắng khi quay về một kiếp sống khác. Một lần nữa, lại chính Ai Cập nhưng vào một thời gian khác.

- Tôi là tu sĩ, một người chữa bệnh, một trong số ít người được các nhà giàu có, thế lực thuê mướn. Dược phẩm của chúng tôi rất bí ẩn, không phải loại thuốc bình thường và loại thuốc nước như các bác sĩ sử dụng. Phương pháp chữa bệnh của tôi liên quan đến việc sử dụng mà các thầy tu gọi là những cây gậy năng lượng. Khi cây gậy được quay đúng hướng, nó phát ra sự rung cảm của âm thanh chữa bệnh và các tần số ánh sáng. Cách sử dụng thì không cầu thả được. Có một chuỗi chỉ định ánh sáng và âm thanh, một thứ tự và mô hình phức tạp để chỉ ra cách mà những cây gậy chĩa vào những bộ phận của cơ thể. Nghệ thuật là một bí mật. Nó bao gồm năng lượng, ánh sáng, sự tích lũy, việc dự trữ, và sự chuyển đổi.

- Anh đang thực hành phương pháp y học này ở đâu vậy?

Mất anh lập lách:

- Trong những phòng bí mật của các ngôi đền chữa trị thần bí. Chỉ vài thầy tu biết rõ vị trí của chúng. Thậm chí những người phụ trách những công việc đơn giản trong đền thờ không thể biết được, chúng được giấu kín một cách quá tài tình.

- Và anh có khả năng làm những điều kỳ diệu? Anh cúi người về phía trước:

- Chính xác! Chúng tôi chữa được rất nhiều bệnh. Và chúng tôi có thể tái sinh các cơ quan và tứ chi bị mất trong chiến trận ...

- Xuyên qua việc sử dụng những cây gậy?

- Những cây gậy. Đúng vậy.

- Thật kinh ngạc.

Tôi đã từng đọc về những phương pháp chữa trị thần bí và thần dược trong các nền văn hóa cổ xưa, mà lại chưa hề đọc về những cây gậy mà Bruce miêu tả, tôi biết các bác sĩ Ai Cập tuyên bố họ có thể làm tái sinh tứ chi và các cơ quan. Hiển nhiên là họ có khả năng làm những điều kỳ diệu trong việc chữa trị bệnh máu, bệnh miễn dịch, và các chứng bệnh về da và não. Thật ra có một phòng bên trong của ngôi đền Luxor được sử dụng như một phòng y khoa, tường của nó được phủ những lớp sơn để hiện lên các bác sĩ đang làm việc trong những phạm vi này.

Một tháng sau tôi gặp lại Bruce. Trong thời gian chuyển tiếp anh bị viêm phổi, một loại ảnh hưởng chung của AIDS, và phải nhập viện. Khi quay trở lại, gương mặt anh trắng bệch, và dường như anh đã kiệt sức, tuy vậy, khi tôi tình nguyện hoãn lại đợt điều trị thì anh năn nỉ được tiếp tục. Anh nói:

- Họ đang làm rất nhiều việc điều trị cho tôi, tôi không thể giải thích chính xác tại sao, nhưng tôi cảm thấy mình đang đứng trên mép của điều gì đó rất quan trọng. Rất cần thiết tôi phải hiểu là cái gì trước khi tôi chết.

Thay vì đưa anh trở về lần nữa, dù nó rất có giá trị, tôi quyết định được nhìn thấy liệu tôi có thể dùng mối liên quan giữa tư tưởng và thể xác để làm dịu đi triệu chứng thể chất của anh. Tôi nói với anh ta:

- Tôi muốn thử nghiệm, anh có sẵn sàng chấp nhận không?

- Chắc chắn. Bất cứ điều gì.

- Tôi muốn anh chuyển những vai trò trong tâm trí. Anh là một bệnh nhân Ai Cập đang nhận năng lượng ánh sáng và âm thanh, và tôi muốn anh chuyển năng lượng đó vào trong tâm trí và thân thể hiện hữu này.

Dĩ nhiên việc này là hoàn toàn không chính thống, nhưng tôi thực hiện vì anh đã bị nhiễm HIV, và quá đau đớn trong việc lấy mô xét nghiệm. Tôi hỏi:

- Người nào có thể là bác sĩ của anh? Anh trả lời lập tức:

- Frank. Chúng tôi có nhiều khác biệt, nhưng dưới bề mặt đó, Frank vẫn yêu tôi.

- Frank đã sống với anh trong kiếp người Ai Cập. Anh ta là một thầy tu chữa bệnh, anh ta biết những khoa học bí ẩn. Hãy để anh ta áp dụng sự thông thái với anh.

Bruce nhắm mắt và tựa người ra sau ghế. Tôi có thể nhìn thấy trên cơ mặt anh một chút thư giãn, và một chút hòng hào trên má.

- Đã có hiệu quả. Tôi cảm thấy khỏe hơn.

- Xuất sắc. Bác sĩ của anh hiểu được cách sử dụng của những cây gậy; anh ta biết những mô hình và thứ tự của ánh sáng và âm thanh. Đây là mức độ cao nhất của việc điều trị thân bí. Hãy cảm ơn vì điều đó.

Anh thàn thì:

- Cảm ơn. Xin cảm ơn.

Phần còn lại của buổi điều trị là sự yên lặng. Khi Bruce ra về tôi khuyên anh nên tập thiền tại nhà.

- Ánh sáng và việc điều trị thần bí sẽ ở bên anh. Không nhất thiết phải ở tại đây.

Lần này Bruce quay lại không chỉ thấy khỏe hơn mà còn rất sáng suốt. Anh kể:

- Anh trai tôi đã ở với tôi trong những kiếp quá khứ. Lần đầu anh ấy là tên giám sát, nhưng trong lần thứ hai anh ấy lại là một người thầy tu chữa bệnh theo thần bí. Khi bác sĩ bảo tôi trở về kiếp sống đó để làm một bệnh nhân thì chính là Ben trở thành thầy thuốc của tôi chứ không phải Frank.

- Tôi chắc điều đó là đúng. Bây giờ hãy đặt anh vào chỗ của Ben trong cả hai kiếp. Hướng bản thân anh vào viễn cảnh và thân thể của anh ấy.

Bruce nỗ lực tập trung trong vài phút. Rồi mắt anh mở to, nụ cười rực sáng.

- Anh ấy ghen tị với tôi, cả hai kiếp quá khứ và luôn trong kiếp này. Mặc dù anh ấy là một người đầy quyền lực, nhà quản lý hay một chính khách, anh ấy đang ghen tị. Đó là nỗi khổ riêng đã khiến anh tàn nhẫn.

Bruce giải thích rằng dù người anh trai đã là một quý ông Ai Cập, một nhà quản lý, anh ấy luôn phần nộ về tài năng và kỹ xảo của Bruce, điều mà anh ấy không có và cũng không bao giờ có thể học được. Anh ấy được nuôi dưỡng trong một môi trường đầy ưu ái và đầy quyền lực, và khi bị Bruce công khai đả kích, anh ấy phải báo thù chuyện nhục nhã đó.

- Theo cách đánh thuốc độc. Con dao tấn công là phụ. Nó được trang bị bởi lòng căm giận, nỗi ghen tị, sự nhục nhã.

Bruce hiển nhiên đã trải qua một kinh nghiệm đồng cảm mãnh liệt. Hiếm khi mà tôi được nhìn thấy một bệnh nhân quá xúc động như vậy.

- Kiếp sống hiện nay thì như thế nào? Anh ấy đã ghen tị với anh điều gì?

Câu trả lời đến rất nhanh.

- Tình yêu thương của ba mẹ tôi. Có lẽ vì tôi là một đứa trẻ yếu ớt hơn nên ba mẹ đã quan tâm đến tôi nhiều hơn, Ben thì rất khỏe mạnh, anh ấy có thể tự lo cho mình, nhưng với anh ấy thì có nghĩa là ba mẹ thương yêu tôi nhiều hơn, dù tôi không chắc điều đó là đúng. Đây quả là một khám phá. Giá mà tôi biết sớm hơn.

Tôi hỏi một câu trọng tâm của một nhà tâm thần học:

- Điều này khiến anh cảm thấy như thế nào?

- Tha thứ. Yêu thương. Anh ấy không phải là một người khác đây quyền lực. Anh ấy cũng như tôi, một sự pha trộn giữa sức mạnh và yếu đuối. Thật là thú vị!

- Anh có nghĩ rằng anh ấy cũng có cảm giác giống vậy?

- Dĩ nhiên. Nếu tôi có thì anh ấy cũng có, vì chúng tôi giống nhau. Kiếp sống thứ hai ở Ai Cập đã dạy tôi điều đó.

- Anh có thể dạy anh ấy?

- Tôi sẽ thử.

Khi tôi viết trang này thì Bruce đã tạo được một sự tiến bộ đáng kể. Vết thương ở vùng bụng đã lành; nó đã hết nổi đỏ hoặc rỉ máu. Tương tự, chỗ loét cũng được chữa khỏi. Anh và Frank đã giải quyết vấn đề tình dục, và họ đã thôi đánh nhau, tuy vậy họ vẫn cãi vã. Tôi cho là cả hai đều thích cãi cọ. Trải qua những kiếp quá khứ và những trải nghiệm về mặt tâm linh anh đã hết sợ chết. Anh không còn nhìn thấy anh trai mình như một người quyền thế, và nhận ra cảm giác này xuất phát từ sự dự đoán riêng của anh đối với Ben. Tất cả những bài học của những chuyến du hành trở về quá khứ đã dạy anh, anh cho rằng quyền lực tuyệt đối là những mối quan hệ trong sự hiểu biết sâu sắc nhất của họ, giữa những người ngang bằng, và nếu anh có thể ca ngợi sức mạnh của người khác và tha thứ những điểm yếu – bởi vì họ cũng như chúng ta – thì tình yêu sẽ đi theo cùng. Anh và anh trai mình gặp nhau thường xuyên và trò chuyện mỗi ngày. Bruce kể cho tôi nghe với một nụ cười toe toét:

- Anh ấy chuyển tình trạng “gay” của tôi thành lợi thế chính trị. Bây giờ anh ấy là một đảng viên đảng Cộng Hòa khoan dung. Anh ấy không thể làm tốt hơn tại Wisconsin.

Trong buổi điều trị cuối cùng anh nói với tôi rằng khi anh là thầy tu chữa bệnh ở Ai Cập, thỉnh thoảng anh kiểm tra các buổi lễ chữa trị thần bí kèm theo việc ứng dụng những cây gậy. Trong các buổi lễ đó Bruce liên kết sức mạnh của năng lượng chữa trị, ánh sáng và âm thanh, điều mà trong thời kỳ Ai Cập đã tin tưởng để liên kết sức mạnh của thần linh, nhưng bây giờ thì không, anh biết đó là những thuộc tính của đẳng tối cao, đẳng Toàn Năng. Bruce nhận thức rằng anh bây giờ và mãi mãi bất diệt, rằng tất cả chúng ta đời đời nối kết với nhau, và rằng chúng ta mãi mãi được ôm chặt trong tình yêu.



## Chương 9. Patrick: Sự yên ổn

Mỗi ngày chúng ta đều nghe đến từ “an toàn, an ninh, yên ổn”. An ninh tài chính, an ninh xã hội, an ninh quốc gia – tất cả đều rất quan trọng.

Nhưng tại đây chúng ta đang thảo luận về một sự an toàn sâu sắc hơn, sự an toàn của bản thân: An toàn về mặt tinh cảm, an toàn về mặt tâm linh, sự an toàn này giúp chúng ta đủ khả năng tương tác với gia đình, người yêu dấu, bạn bè, xã hội, và nền văn minh của chúng ta.

Sự an toàn, hay yên ổn, bật ra từ tự yêu bản thân, từ sự hiểu biết bản thân như là một linh hồn, và từ sự nhận thức rằng chúng ta đã hiện hữu trong nhiều kiếp quá khứ và sẽ còn tồn tại xuyên suốt trong nhiều kiếp sắp tới. Sự yên ổn thật sự xuất phát từ sự thông thạo, biết rằng chúng ta bất diệt, chúng ta vĩnh cửu, và chúng ta không bao giờ bị tổn thương.

Tôi đã chữa lành cho nhiều người bị đau khổ. Họ không hề có một chút yên ổn nào, dù sự ăn ngon mặc đẹp của họ bảo đảm cho suốt cuộc sống hiện tại. Sự yên ổn không xuất phát từ của cải. Bạn không thể đem theo những thứ vật chất đến kiếp sau, nhưng bạn có thể mang theo mình nghiệp lực, hành động, sự phát triển – điều mà bạn đã học hỏi và cách mà bạn đã tiến bộ như một con người đã tiến triển về mặt tâm linh. Thật dễ dàng cho bạn đem theo những tài năng riêng mình. Tôi cho rằng Mozart đã là một nhạc sĩ thiên tài trong kiếp quá khứ, điều này giải thích nguyên nhân ông đã sớm phát triển lúc còn là một đứa bé vào thế kỷ 18.

Yên ổn và tự trọng tương tác lẫn nhau, tự trọng đôi lúc khó đạt được, mà thiếu nó tính tự yêu bản thân không thể tồn tại. Nhiều người trong chúng ta hội tụ một khái niệm do cha mẹ, thầy giáo, bạn bè hay cộng đồng dạy dỗ (thường là vô tình). Theo một phương diện nào đó, chúng ta không đầy đủ, không cảm thấy dễ chịu trong giao tiếp cộng đồng. Nếu chúng ta có thể từ bỏ phần tiêu cực đó chúng ta dễ dàng đạt được tính tự yêu bản thân. Nếu một tôn giáo truyền thống nói “yêu mọi người khác” thì họ đã không hiểu hết điểm chính yếu. Tự yêu bản thân là nền tảng cho tình yêu của người khác. Đó là nơi mà việc từ thiện đúng nghĩa khởi đầu. Nếu bạn yêu chính bản thân mình, tính tự yêu bản thân sẽ tràn ra; nếu bạn không biết tự yêu mình, năng lượng của bạn, có ý hoặc vô ý, sẽ phải tập trung lại để tìm kiếm nó, và lúc đó bạn sẽ không còn thời gian cho một ai khác.

Tự yêu bản thân không hề ích kỷ; Đó là lòng tự trọng lành mạnh. Người ích kỷ, kẻ khoác lác, người tự tài trợ, ngôi sao nhạc nhẹ, một doanh nhân thường không yên ổn trong lòng. Họ gây ấn tượng giống như tính tự yêu bản thân để bán chính họ hoặc là sản phẩm của họ. Có một người đàn ông mà tôi đã từng nghĩ là một người kết hợp nhiều nhất, một kiểu mẫu của lòng tự tin chung và tự đề bạt. Trong phút tin tưởng nhau anh ta kể với tôi rằng anh đã chơi trò “tránh xe buýt”, có nghĩa là anh đứng tại một góc đường nguy hiểm và cố nhìn gần như thế nào để anh có thể sắp bị tông. Tôi lạng đi vì kinh ngạc.

- Nếu anh chết thì sao?

- Thì thế giới sẽ tổng khứ được một vật vô giá trị.

Thật sự tự yêu bản thân không cần được biết rộng rãi hoặc được biểu diễn công khai. Đó là trạng thái nội tâm, một cảm giác, một sức mạnh, một niềm hạnh phúc; Đó là sự yên ổn. Hãy nhớ rằng những linh hồn là một phần của đấng Toàn Năng, đó là tình yêu. Tất cả chúng ta đều có linh hồn. Chúng ta luôn luôn được yêu. Và chúng ta luôn luôn yêu để đáp trả lại.

\*\*\*

Lần đầu khi Patrick bước vào văn phòng tôi, trông anh giống như một chàng thanh niên mới lớn lôi thôi lếch thếch – tóc tai bù xù, râu ria lưa thưa, quần áo góm giếc kết hợp với đôi giày Adidas, móng tay bẩn thiu – nhưng thật ra anh ta đã 31 tuổi. Một người đàn ông trẻ gầy nhom tái nhợt, đôi mắt bị đỏ và rỉ dịch quay ngoắc đi khi đôi tay êo là bắt tay tôi. Đây là một người đàn ông có rất ít lòng tự trọng như nhiều người mà tôi từng gặp.

Chúng tôi lập danh sách tên tuổi, nghề nghiệp (nhân viên kế toán cho công ty viễn thông thiếu kinh nghiệm), nơi cư ngụ (Miami), anh ta vẫn còn sống chung với cha mẹ, điều hiển nhiên anh là con một và độc thân.

Mặt đỏ bừng vì mắc cỡ anh nói với tôi:

- Còn trong trắng.

- Ai đã giới thiệu anh đến vậy?

- Ba mẹ tôi.

- Tôi có biết họ không?

- Ồ, không. Không thể. Ba tôi làm việc cho văn phòng tàu biển của một công ty, mẹ tôi phụ trách kinh doanh tại Kmart. Không phải loại người mà ông chơi thân được.

Câu nói cuối cùng có vẻ thù địch. Tôi bỏ qua điều đó, nhưng tôi nghĩ họ rất yêu thương con trai họ, vì phải chi tiền cho việc trị liệu.

- Làm sao họ biết tôi?

- Họ thấy ông trên chương trình ti vi và họ nghĩ ngay “đó là người dành cho Patrick.”

- Tại sao?

- Vì tôi say sưa với những chuyện khoa học viễn tưởng – hoặc đã từng.

- Và họ nghĩ là du hành về quá khứ là câu chuyện khoa học viễn tưởng?

Tôi nhìn anh ta thân thiện hơn.

- Anh cũng nghĩ như vậy?



Một cái nhún vai. Một sự yên lặng. Tôi hỏi thúc:

- Anh nói là anh đã từng say sưa truyện khoa học viễn tưởng. Khi nào vậy?

- Lúc nhỏ.

- Nhưng bây giờ đã hết?

- Tôi nghĩ là tôi vẫn còn... nhưng tôi quá già.

Thật ấn tượng. Nhiều người bạn già của tôi đọc truyện khoa học viễn tưởng và cho tôi mượn. Tôi rất khâm phục các nhà văn như Verne, Wells, Lem, Bradbury. Giờ đây tôi đặc biệt thích họ vì họ có một tầm nhìn phi thường về tương lai.

- Cái gì là 'quá già'?

- Mười hai.

Anh ta nói điều này quá chắc chắn nên tôi biết có một sự kiện đã xảy ra khi anh ở tuổi đó. Bằng cách nào đó sự kiện này đã làm anh đau đớn.

- Anh đã quá già lúc mười hai tuổi? Nhiều người đọc truyện này cho đến lúc họ chín mươi.

Một cái nhún vai khác. Công nhận.

- Ai nói là anh đã quá già?

- Cha tôi. Ông đem truyện của tôi bán cho cửa hàng sách cũ. Ông nói rằng đã đến lúc tôi phải chuẩn bị cho những việc làm khi tôi trưởng thành.

- Và truyện khoa học viễn tưởng có thể đụng chạm đến việc đó?

- Cha nói tôi là người mơ mộng hão huyền, sống trên sao Hỏa. Đã đến lúc phải quay lại trái đất.

- Ông ấy có đúng không?

- Tôi tin là vậy.

Patrick nhào người lên phía trước, rồi sau cùng giọng anh trở nên sinh động.

- Nhưng tôi sẽ kể cho ông nghe, bác sĩ Weiss. Đời sống trên sao Hỏa tốt hơn trên trái đất rất nhiều.

Vậy thì cuộc sống của anh trên trái đất buồn biết bao. Tôi hỏi anh:

- Bây giờ anh nghĩ gì về những con tàu thăm dò sao Hỏa? Anh đã nhìn thấy những hình ảnh đó chưa?

- Tôi đã thấy! Nhưng đó chỉ là sự khởi đầu. Mười năm nữa trên sao Hỏa sẽ có con người, kiều dân của họ.

- Anh sẽ ở đó?

Ánh sáng lóe lên rồi tắt lịm như thể tôi vừa tắt công tắc.

- Không.

- Bởi vì anh không được phép đến đó?

- Bởi vì người khác sẽ đến đó trước.

Đôi tay đan lại vào nhau và anh đưa lên trước mắt như thể che phủ khuôn mặt tôi. Một lần nữa tôi cảm thấy nỗi buồn của anh.

- Họ không muốn tôi đi cùng.

- Tại sao?

- Vì tôi không thuộc về nó. Không bao giờ thuộc về nó.

- Vậy anh sẽ thuộc về nơi nào?

- Cô độc trên bầu trời.

- Làm sao anh biết được.

- Đó là điều mà những cuốn sách đã nói với tôi.

- Sách về khoa học viễn tưởng?

- Đúng vậy. Chỉ với tôi, họ không thích viễn tưởng, họ chỉ có cái nhìn lướt qua về tương lai. Tôi ở trong tàu vũ trụ hoặc thậm chí đang bay trên bầu trời của riêng tôi; rất dễ. Tôi không thích những cuốn sách viết về chiến tranh hoặc đại loại như vậy. Tôi không thích quái vật hoặc vũ khí siêu hạng. Chỉ những cuốn sách nói về du hành đến các hành tinh và các ngôi sao khác.

Tôi có thể thấy anh ta tự nhốt mình trong phòng, đọc sách, trong khi bên ngoài cha mẹ của anh lo lắng bồn chồn không biết đứa con lạ lùng của mình đang làm gì.

Tôi nói:

- Ngay khi anh không đọc sách nữa, khi anh cố gắng làm những điều cha anh muốn, cố gắng để phối hợp, anh cũng cảm thấy cô đơn.

Anh ta nhìn tôi giống như tôi là một mụ phù thủy.

- Đúng vậy. Khi tôi cố giải thích về những bầu trời hoặc về các hành tinh khác, hoặc những chuyến du hành trong không gian thì bọn trẻ có vẻ không thích. Nhưng đó là những điều tôi biết và tôi quan tâm nhất. Tôi có thể đi đến nơi mà người khác không thể, và họ không muốn nghe về điều đó. Bọn trẻ nghĩ tôi điên, chỉ trừ có Donnie, bạn tôi. Hắn là đứa con trai duy nhất mà tôi cảm thấy thoải mái khi ở cùng, nhưng cha mẹ hắn dọn nhà đi và hắn cũng đi theo.

- Điều này để lại cho anh hoàn toàn niềm cô đơn.

- Chuyện là vậy, tôi bắt đầu nghĩ đến tôi có cái gì đó sai trái, khác lạ. Tôi biết vậy, nhưng tại sao? Tôi cảm thấy tràn đầy năng lực, nhưng nó hướng ra ngoài và tôi không còn một chút sức mạnh nào hết. Cha tôi nói rằng khoa học viễn tưởng chỉ dành cho trẻ con, nhưng nếu là vậy thì tại sao bọn trẻ không đọc? Tôi từ bỏ nó theo ý cha tôi, nhưng cuộc đời tôi cảm thấy trống vắng, không còn gì vui thú nữa. Tôi không có nơi nào để đi, không có một chỗ để trốn. Vì không có ai quan tâm tới tôi, không ai chịu lắng nghe tôi, tôi không thể tin vào bản thân mình. Tôi giống như những con số – toán học không gian – vì vậy tôi trở thành nhân viên kế toán. Một gã kế toán! Có điều gì bình thường hơn không? Có điều gì ngốc nghếch hơn nữa không? Tôi hoàn toàn cảm thấy trống vắng, vô vọng.

Đoạn diễn văn dài của Patrick được kèm theo những biểu hiện trên gương mặt – buồn bã, giận hờn, tuyệt vọng, thần thờ – đó là những dấu hiệu thể chất trong tâm hồn rối loạn của anh. Tôi nói nhanh:

- Anh không nên nghe người khác quá nhiều, nên theo trực giác của anh. Chẳng có gì sai trái với một người cô độc – và dù sao đi nữa, như anh đã từng có Donnie, anh sẽ tìm lại được người khác, đàn ông hay đàn bà, người mà sẽ có cùng một tư tưởng như anh.

Anh ta nhún vai, rồi quay đầu đi nơi khác.

Tôi có thể hiểu được anh đang cố nén những giọt nước mắt.

- Có chuyện gì vậy?

- Bác sĩ khuyên tôi không nên nghe người khác.

- Đúng. Một lời khuyên tốt.

- Đó đúng là vấn đề. Không phải vậy.

- Tôi không hiểu.

Bây giờ anh ta nhìn tôi, và câu trả lời là một lời than khóc đau đớn:

- Tôi cảm thấy thất vọng, vô vọng, tuyệt vọng. Nếu tôi không lắng nghe người khác thì tôi phải lắng nghe chính mình!

\*\*\*

Trí nhớ về những kiếp quá khứ đến với Patrick rất dễ trong trạng thái bị thôi miên. Anh kể:

- Tôi là đàn ông, nhưng không chính xác là đàn ông, không chính xác là con người.

Tôi cố giấu sự kinh ngạc, nhưng tôi e rằng giọng nói tôi bị lạc đi:

- Anh đang nói về giai đoạn nào?

- Sáu mươi ngàn năm trước.

- Sáu mươi ...

Tôi nhìn anh trân trối, thử lại xem sự thôi miên có hiệu quả không, hay anh đang giả vờ với tôi. Không hề. Mắt anh nhắm lại, hơi thở đều đặn. Tôi cố nói:

- Cứ tiếp tục.

- Tôi được sinh ra trên một hành tinh khác. Không có tên. Có lẽ nó tồn tại trên một hệ hành tinh khác biệt hoặc là một cảnh giới khác. Nhưng dù sao thì tôi cũng là một trong số dân di cư từ hành tinh của tôi đến trái đất. Khi chúng tôi đến, rất nhiều người chào đón, họ là con cháu dòng dõi của các sinh vật ở những hệ tinh cầu khác di cư từ trước. Họ được pha trộn trong một loài tiến hóa, loài người. Chúng tôi phải nán lại trên trái đất với họ vì hành tinh của chúng tôi đang chết dần và đây là một hành tinh mới. Đúng ra, về mặt vật chất chúng tôi không cần đến đây. Linh hồn của chúng tôi có thể đầu thai vào những người chung quanh hoặc vào những sinh vật từ những thế giới khác. Nhưng chúng tôi là một loại người kiêu hãnh. Công nghệ của chúng tôi rất tiên tiến – chúng tôi du hành vào những khoảng không gian mênh mông – văn hóa của chúng tôi rất tế nhị, và chúng tôi rất thông minh nhạy bén. Chúng tôi muốn bảo tồn sự thông thái và tài năng. Chúng tôi muốn hội nhập với người khác và xuyên qua việc đầu thai để trợ giúp loài người mới này được tiến hóa.

Anh chàng Patrick đang ở tại văn phòng tôi có một giọng nói âm vực cao như thể chưa đủ trưởng thành. Nó thích hợp với tính cách của anh ta. Tuy nhiên giờ đây giọng điệu của anh vang rền, và từ ngữ tuôn ra đầy uy quyền. Tôi chờ người vì những cảnh tượng của anh, không giống bất cứ cảnh tượng nào mà tôi từng gặp.

- Thân thể chúng tôi không khác biệt với loài người nhưng trí óc chúng tôi thì cao hơn nhiều. Bầu khí quyển ở trái đất rất giống trên hành tinh cũ, đó là lý do mà chúng tôi đến đây, nhưng không khí ở đây trong lành và sạch sẽ.

Theo như mọi khía cạnh thì trái đất cũng đẹp hơn nhiều so với nơi cũ. Có rất nhiều cây cỏ, hoa lá, sông, nước, biển, hồ, chim muông, và nhiều loại cá. Tôi thật toại nguyện sống ở đây – không, hơn sự toại nguyện nhiều. Chưa bao giờ tôi hạnh phúc hơn thế này. Công việc của tôi là giám sát kho dự trữ đồ tạo tác và tài liệu về sự thông thái, và tôi đã khám phá ra một nơi lý tưởng: Những căn phòng thiên nhiên nằm sâu dưới lòng đất. Đến khi nào loài người đạt được một mức độ có thể hiểu biết về những điều chúng tôi đã giấu kín thì họ sẽ có khả năng tìm ra chúng.

Sau này, khi có dịp ngồi ngẫm nghĩ những điều anh ta nói, tôi mới xác định lại những tư tưởng mà tôi đã hình thành trước khi gặp anh ta. Mọi linh hồn đều như nhau, tôi tin là vậy, bất kể chúng từ đâu đến, từ nhiều thiên hà khác hay từ trái đất. Những người mới đến với thế giới chúng ta nhanh chóng bước vào chu kỳ đầu thai và rồi có khuynh hướng hiện thân tại đây, một phần vì họ đã tạo ra nghiệp báo, một phần vì nhiệm vụ của họ phải trợ giúp loài người được tiến hóa. Linh hồn có thể dễ dàng bước vào thân xác người phàm này như bất cứ thân xác xa lạ nào thuộc một thế giới khác. Linh hồn của Patrick lựa chọn ở lại “thiên đường” này vì rằng loài người của anh đã chọn sinh sống tại đây.

Do tôi hồi thúc, Patrick đưa tôi đi xa hơn về phía trước của kiếp quá khứ này.

- Tôi đã khám phá ra một vách đá sừng sững, nơi mà đại dương và bầu trời gặp nhau, và tôi xây một ngôi nhà bằng đá và gỗ tại đó. Công việc lớn lao của tôi đã hoàn thành; đồ tạo tác và tất cả tài liệu được cất giữ an toàn. Tôi tự do thưởng thức vẻ đẹp chung quanh, phơi mình trong hương thơm của không khí. Nhiều người thuộc chủng tộc tôi và cả loài người đều cho rằng tôi rất khôn ngoan. Họ đến tìm tôi để xin lời khuyên về niềm hạnh phúc mà tôi đạt được. Cuối cùng thì tôi cũng chết, đã từ lâu chủng loài của tôi đã học được cách cởi bỏ linh hồn ra khỏi thân xác vật chất ngay giây phút thích hợp để họ có thể di chuyển nhẹ nhàng đến những cấp độ cao hơn của ý thức.

Đây là điều mà tôi thực hiện, nhưng tôi vẫn có thể tiếp tục trò chuyện với nhiều người của tôi trong thân thể của họ, trong ngôi nhà mới của họ là trái đất này.

Thật tình anh ta có vẻ xúc động, lơ lửng giữa hai cõi, trong hai cấp độ ý thức. Anh nói:

- Sự khác biệt giữa thần thánh và con người rất nhỏ nhoi. Một trong phần hiểu biết mà tôi vẫn còn cất giữ có hướng dẫn cách để thông thạo nghệ thuật chia tách ý thức ra khỏi phương tiện thể chất. Một ngày nào đó nền văn hóa của ông sẽ sớm học hỏi để làm được như vậy. Khi điều đó xảy ra ông sẽ thấy rằng cái ý thức chia tách đó có thể đảm đương cái khác - thân thể ít “rắn chắc” như nó mong muốn. Từ vị trí thuận lợi đó, nó có thể ảnh hưởng những thực thể khác trong hình thái thể chất của chúng. Đối với cái thực thể được nhận thì sự ảnh hưởng có vẻ như thần thánh hay thiên thần. Nhưng nó thật sự là một hình thái tiến bộ của chính cái ý thức giống nhau được sở hữu bởi người nhận.

Những tư tưởng sâu sắc như vậy của một chàng thanh niên, mà lần đầu gặp gỡ có vẻ non nớt chưa phát triển đầy đủ, nghe thật đáng kinh ngạc. Và điều mà anh sắp nói đến, với tôi, rất tuyệt vời.

- Thế giới của tôi thì cổ xưa mà của ông thì rất non trẻ, tuy nhiên sự khác biệt chẳng là gì trong phạm vi thời gian. Thời gian giống như hơi thở, đi ra đi vào bởi một vũ trụ thần thánh. Hơi thở ra là sự sáng tạo của các vì sao, các hành tinh, dãy ngân hà, và nhiều vũ trụ. Hơi thở vào đem tất cả chúng trở vào trong một vết dờ đậm rất nhỏ trong lá phổi của thần thánh. Sự hô hấp của thời gian, vào ra, xuất hiện trong vô số chu kỳ, được gợi ý ở sự tự nhiên của thời gian vô tận.

Patrick yên lặng, còn tôi quá xúc động, suy tư những lời anh nói. Tôi cảm thấy các nghiên cứu của tôi đã được nâng cao. Như Patrick nói, và tôi nhìn thấy thoáng qua “sự tự nhiên của thời gian vô tận”, và dường như tôi rất thấm thía. Tôi hiểu anh bị hấp dẫn với những câu chuyện khoa học viễn tưởng, tình yêu dành cho bầu trời, và niềm ao ước được du hành lên các vì sao. Khi anh tỉnh lại, tôi hỏi liệu anh có nghĩ rằng những điều anh chứng kiến chỉ là một phần mở rộng ra trong những câu chuyện mà anh đã đọc lúc nhỏ. Anh trả lời nhanh chóng:

- Không hề. Tôi chưa bao giờ tưởng tượng bất cứ điều gì giống như tôi vừa trông thấy, và các nhà văn cũng không hề viết về điều đó. Cuộc trải nghiệm rất thật. Tôi chẳng hề tưởng tượng một điều gì cả.

Phản ứng của anh có vẻ đáng tin cậy và phát ra một làn sóng tư tưởng. Anh bản khoản thành lời:

- Nếu những cái hang tối đó thật là một phần hơi thở ra của vũ trụ thì sao? Nếu những thiên thần, những bậc thầy, và những người hướng dẫn tâm linh, bằng cách nào đó, được liên kết lại với nền văn minh cổ xưa tiến bộ cao ở hành tinh khác thì sao?

Tôi không nghĩ điều đó hoàn toàn đúng. Vượt quá giới hạn. Nhưng đó là điều mà tôi đã suy nghĩ khi đưa Catherine trở về quá khứ của cô. Và khi Victoria kể lại rằng cô đã gặp tôi tại thành Jerusalem. Hơn nữa, điều mà tôi nghĩ đến không thành vấn đề. Tôi có thể nhìn thấy một ánh sáng mới trong đôi mắt của Patrick, ánh lấp lánh của niềm đam mê đang quay trở lại sau hơn 20 năm. Tôi biết phép trị liệu xa hơn có thể đưa anh đến gần con đường tâm linh của riêng anh. Nó có thể anh đến đó bằng cách làm mới lại nỗi đam mê của anh đối với cuộc đời, với niềm vui thú, và với niềm hy vọng.

Khi phép trị liệu tiến triển, Patrick đã có khả năng nhớ lại ba kiếp quá khứ phụ thêm:

1- Cách đây 9 thế kỷ, anh ta là người bản địa ở vùng Trung Mỹ hoặc vùng phía bắc của Nam Mỹ. Anh ta nổi danh là một nhà toán học và nhà thiên văn, sống một mình nhưng được sùng kính và trọng vọng đến già. Anh nhận ra sự trải nghiệm của anh cách đây sáu mươi ngàn năm đã ảnh hưởng đến kiếp sống này, vì anh quá tò mò về hình thể của các vì sao, và ý nghĩa của sao băng.

2- Vào đầu thế kỷ 18 anh là một giáo sĩ Do Thái trí thức, một học giả sống trong một thị trấn nhỏ ngoài vùng Krakow thuộc nước Ba Lan. Ở đó anh có thể kết hợp việc nghiên cứu thần bí với một đời sống gia đình thực tế. Anh có nhiều thứ để dạy, có vợ con. Cuộc sống rất tiện nghi, anh được cư dân thị trấn và nền văn hóa đó chấp nhận. Anh không cảm thấy mình là người “ngoài hành tinh” như anh vẫn thường suy nghĩ trong kiếp sống hiện tại.

3- Vào thế kỷ 14 anh là một tu sĩ Phật giáo, sống tại một vùng lạnh lẽo và hoang sơ thuộc Trung Quốc. Ở đó anh được cộng đồng và những nhà có tư tưởng tôn giáo hoan nghênh. Anh có thể kết hợp những giai đoạn thiền định và nội tâm với cuộc sống hoạt động nông nghiệp. Anh là một bậc thầy về việc điều khiển năng lực và dòng lưu thông, đặc biệt là những vùng trung tâm năng lực và nguồn năng lượng trong cơ thể. Khi quay về kiếp hiện tại, anh hiểu ra công việc đó

rất giống phương pháp châm cứu. Như sống lại ở kiếp Trung Quốc, anh cảm thấy năng lực siêu việt trước mắt vượt ngoài thân thể và con người để đến một nơi nào đó ở cõi khác trong một vũ trụ song song. Nhiều khái niệm này giống sự hiểu biết và trí tuệ mà anh đã đạt được vài thế kỷ sau trong kiếp làm giáo sĩ Do Thái thân bí; ngay tức khắc anh có thể nhìn thấy mối liên quan khi chúng tôi kiểm nghiệm lại kiếp làm tu sĩ Phật giáo tại văn phòng tôi. Anh phỏng đoán rằng những nền văn hóa giao tiếp tại một thời điểm trong quá khứ, hoặc là sự hiểu biết thật phổ quát có thể được sao chép độc lập bởi bất cứ người nào mong muốn sử dụng trí thông minh của mình nhằm mục đích giành được những điều nằm ngoài thế giới nhận thức.

Lúc cảm thấy thoải mái với tôi, Patrick nói rằng:

- Tôi thích thú rất nhiều trong những buổi điều trị như tôi thích truyện khoa học viễn tưởng vậy.

Tuy nhiên anh vẫn cảm thấy khó khăn ở Miami khi rời văn phòng tôi. Trong khi đó anh ít bị ảnh hưởng với những giá trị và ý kiến của người khác, đặc biệt với cha mình, anh vẫn cảm thấy bất ổn với sự có mặt của phụ nữ và mọi người xa lạ. Anh nói:

- Giờ đây, thay vì cảm thấy tuyệt vọng, tôi chỉ cảm thấy cô đơn. Những suy nghĩ rất dễ thương đi vào giấc ngủ, nhưng tôi sẽ hạnh phúc hơn nếu có một thân thể phụ nữ nằm kề bên tôi.

Anh nhắm mắt và thì thầm với vẻ ao ước:

- Có lẽ trong một kiếp tương lai.

- Có lẽ. Anh có muốn khám phá không?

\*\*\*

Patrick nói:

- Tên tôi là Maddie. Phụ nữ không có quyền tham gia vào nghiên cứu ngành thiên văn cao cấp, nhưng trình độ của tôi cao quá mức đối với đồng nghiệp nam và tôi rất giỏi về trung tâm vũ trụ nên họ không thể loại bỏ tôi, lẽ ra tôi phải kiện họ.

Tôi nghĩ chẳng có gì thay đổi. Trong tương lai sự phân biệt giới tính cũng không hề khác gì so với hiện tại. Tôi thích Maddie ngay. Cô rõ ràng là một người tự ủng hộ cho mình một cách cứng rắn và sắc bén, một tiến triển tốt cho Patrick. Tôi hỏi:

- Đó là năm nào?

- Năm 2254, tháng 5, ngày thứ Năm, lúc 10h17' tối.

- Cô bao nhiêu tuổi?

- 31.

Đúng theo cái tuổi của Patrick ở kiếp hiện tại.

- Cô đang ở đâu vậy?

- Dĩ nhiên là đang ở tại đài thiên văn. Tôi đang ở đây, chung quanh tôi có rất nhiều máy tính, kính viễn vọng, dụng cụ nghe. Tôi ở đây từ 9 giờ sáng – giờ thường lệ – và tôi cũng không thể hạnh phúc hơn.

- Công việc cô đang làm rất đặc biệt? Maddie thờ dài.

- Tôi cho rằng mọi việc vẫn ổn. Cách đây vài tuần giới báo chí đã tìm thấy một câu chuyện, và thêu dệt làm trò cười suốt từ đó đến giờ. Tôi cũng bị bạn bè cười mũi, nhưng tôi bảo đảm với ông chuyện đó hoàn toàn nghiêm chỉnh.

Tôi nói nghiêm túc:

- Tôi không hề nghi ngờ gì về điều đó.

- Chúng tôi đang nghiên cứu về nguồn gốc, cấu trúc và nguyên nhân chấm dứt của những nền văn minh xa lạ ngoài hành tinh.

Thú thật là tôi bị choáng váng. Nếu điều này là ảo tưởng thì nó thích hợp với Patrick, phần tiếp nối trực tiếp những điều anh đã đọc lúc nhỏ. Nhưng nếu nó là thật, và nếu cuộc đời của anh cách đây sáu mươi ngàn năm là thật thì quả là tuyệt vời vì ngay thời điểm trong tương lai này anh đang nghiên cứu nguồn gốc của kiếp quá khứ xa xưa.

- Cô có nguồn thông tin này ở đâu vậy?

Câu hỏi làm Maddie có vẻ hài lòng, theo sau là một giọng điệu của các vị giáo sư, rất quen thuộc với tôi từ những năm tháng ở giảng đường đại học:

- Nói một cách đơn giản, thật ra những việc chúng tôi làm không đơn giản tí nào, chúng tôi đang sử dụng những dữ liệu từ những con tàu thăm dò vũ trụ để “nghe” các tin nhắn của nhiều hành tinh khác trong các dãy thiên hà khác. Những điều chúng tôi học hỏi từ những tin nhắn chúng tôi đem kết hợp với các thông tin được thu thập từ mười sáu trạm không gian mà chúng tôi đưa vào quỹ đạo khắp thái dương hệ, và bây giờ chúng tôi có một ý tưởng rất tốt về bức tranh toàn cảnh. Dường như có hàng tá các nền văn minh và xã hội như vậy. Hầu hết là họ cách quá xa nên chúng ta không thể làm điều gì ngoài những chuyện liên lạc thô sơ nhất. Những dấu hiệu họ gửi đến chúng ta hoặc chúng ta gửi đến họ cho biết là xã hội của cả hai đang tồn tại. Nhưng với xã hội khác, xã hội gần hơn, những xã hội mà có một nền công nghệ hoàn thiện thì có vẻ như họ sẽ đến thăm chúng ta vào một ngày rất gần.

- Họ sẽ đến thăm chúng ta hay chúng ta sẽ đến thăm họ?



- Ô, họ sẽ đến. Chúng ta chưa đủ tiến bộ về việc du hành trong không gian. Chúng ta thiếu khả năng đạt được ngoài thái dương hệ riêng của chúng ta.

Cô ngừng giấy lát, với ánh mắt sáng long lanh rồi nói tiếp:

- Nhưng khi họ đến thăm thì chúng ta có thể cho họ thấy thế giới, tư duy đến việc tăng trưởng ngân quỹ của chính phủ.

- Cô sẽ ở đó để nhìn thấy việc này.

- Ông có thể chắc như vậy! Giới báo chí và bạn bè đã cười mũi tôi sẽ mắc cỡ.

Maddie khá mơ hồ về gia đình, bạn bè, và các mối quan hệ cá nhân. Khi tôi hỏi về họ cô liền thay đổi chủ đề quay về công việc. Rõ ràng điều này là một phần trong tương lai đã gây cảm hứng cho Patrick, và như thường lệ tôi không thúc ép bệnh nhân đi đến nơi mà họ không thích khám phá.

Tôi định hỏi thêm chi tiết về việc nghiên cứu của Maddie thì giai đoạn tỉnh thức của Patrick đã chuyển, anh rời kiếp sống đó và trở về kiếp hiện tại; vẫn còn trong tình trạng bị thôi miên, anh nhìn từ một triển vọng cao hơn.

- Ba năm trước tôi đã luôn nghĩ đến chuyện học ngành thiên văn tại đại học ở Miami. Nếu họ không nhận tôi vào học chính thức thì tôi có thể học dự thính. Nhưng tôi luôn trì hoãn vì quá ngại để mở lời. Nhưng bây giờ tôi thấy rằng tôi đã có mục đích để vào học chương trình đó. Đây là bước tiếp theo để chuẩn bị cho tương lai và công việc của tôi.

Anh thở lấy hơi rồi nói tiếp, chậm rãi và bình tĩnh:

- Đây là số phận mà tôi luôn tìm kiếm.

Sau khi anh rời khỏi văn phòng, tôi ghi lại một khái niệm về định mệnh và ý chí thiện nguyện, điều này rất quan trọng với công việc của tôi. “Patrick có thể chọn ngành thiên văn học, tuy nhiên điều này có lẽ cũng là định mệnh của anh. Cả hai liên kết mạnh mẽ với nhau. Việc ứng dụng đúng cách của ý chí thiện nguyện có thể đưa chúng ta đi theo con đường định mệnh của mình. Trái lại, việc lựa chọn tùy ý không đúng cách có thể dẫn chúng ta ra khỏi định mệnh, trì hoãn phần tiến triển của trí tuệ và làm cho cuộc đời mình thêm rắc rối. Thật là dễ dàng để chọn lựa đúng cách nếu chúng ta có một cái nhìn thoáng về tương lai, bất kể ngay kiếp hiện tại hoặc những kiếp sắp tới.”

Nhờ đã nhìn thấy tương lai nên Patrick kết tinh sự quyết định của mình một cách chắc chắn để học ngành thiên văn. Anh ta đã ghi tên học khóa sau.

\*\*\*

Patrick sớm nhận được sự xác minh rằng anh đang đi đúng trên con đường định mệnh thật sự. Trong khoảng khóa học thứ hai của chương trình, anh điện thoại cho tôi. Anh nói: “Tôi cần gặp bác sĩ”. Sau khi chúng tôi chấm dứt phép trị liệu, tôi đã không nghe tin tức gì về anh từ đó.

Chuyện gì đây. Chúng tôi hẹn nhau, và tôi thắc mắc không biết chuyện gì đã xảy ra. Patrick đã chuyển đổi từ một gã đàn ông suy nhược, thiếu cảm giác yên ổn đến một người mà có vẻ như rất yên lành với chính bản thân và với những mặt hạn chế của mình. Do sự yên lặng kéo dài của anh, tôi đoán là anh đã có những giao tiếp rất tốt, nhưng có lẽ điều gì đó đã ném anh trở lại mỗi lo lắng trước đó.

Ngược lại, anh chạy vào phòng tôi như một gã thanh niên huênh hoang quá đỗi sốt sắng, và nắm chặt tay tôi. Trái ngược với lúc trước anh hay tránh đôi mắt tôi, bây giờ thì anh nhìn vào với cái nhìn vững chắc. Nổi lo lắng về anh tan biến, tôi hỏi:

- Chuyện gì vậy?

Ăn mặc gọn gàng, râu ria cạo sạch nhẵn, tóc tai ngắn gọn, nét hài hước đáng yêu của anh biểu lộ rõ ràng.

Anh mang theo một gói nhỏ và đặt trên bàn tôi.

- Tôi đã gặp một cô gái.

- Thật tuyệt!

Trong khía cạnh nào đó tôi hơi ngạc nhiên vì tôi nghĩ là anh đạt điều tốt về mặt học thuật chứ không hẳn là mối thân quen. Tuy nhiên, sự yên ổn trong một giai đoạn của cuộc đời thường có ý nghĩa yên ổn trong những giai đoạn khác. Điều này hiển nhiên là những gì đã xảy ra trong lòng Patrick. Tôi nói:

- Kể cho tôi nghe về cô ấy đi. Anh ta nhăn răng cười:

- Cô ấy tên Sara. Nàng cũng “tè nhạt” như tôi.

- Anh gặp cô ấy ở trường.

- Dạ. Cô nàng không đẹp lắm, nhưng trí tuệ tuyệt vời. Vì vậy mà nàng đẹp.

- Cô ấy cũng thích thiên văn học?

- Dĩ nhiên. Nếu không thì cô nàng đã không học trong khóa này. Năm nay cô hai mươi bảy tuổi, làm việc tại một công ty kiến trúc, nơi mà cô không được đi đây đó, nên cô quyết định thay đổi cuộc đời. Một sự trùng hợp ngẫu nhiên, có phải không?

Hoặc là định mệnh, tôi nghĩ vậy. Nếu Patrick cũng không quyết định thay đổi cuộc đời mình, Sara và anh hoàn toàn chắc chắn sẽ không bao giờ gặp nhau. Tôi vui trong niềm hân hoan của anh.

- Chúng tôi đã đính hôn và sẽ cưới nhau vào mùa Đông. Vì vậy tôi cần gặp bác sĩ, để nói rằng điều này sẽ không xảy ra nếu không có sự giúp đỡ của bác sĩ, và muốn đích thân nói lời cảm ơn.

- Đó là nhờ phép trị liệu. Tôi rất vui vì phương pháp này có hiệu quả.

Anh ta chỉ cái gói nhỏ trên bàn.

- Tôi mang tặng bác sĩ món quà.

Tôi cầm lên. Đột nhiên mắc cỡ anh ta nói:

- Khi nào tôi đi rồi bác sĩ hãy mở. Tôi hy vọng là bác sĩ sẽ thích nó.

Nhiệm vụ đã hoàn thành, anh ra đi với vẻ lo lắng, tôi không giữ anh lại. Chúng tôi bắt tay và biết rằng có thể chúng tôi sẽ không bao giờ gặp lại nhau.

Khi anh đi rồi, tôi mở gói quà ra, đó là cuốn sách: H.G. Wells's The Time Machine.



## Chương 10. John: Ý chí tự nguyện và định mệnh

Trước đây tôi đã nói về ý chí tự nguyện và định mệnh, hình thành một chủ đề chính trong một cuốn sách tựa là Chuyện tình qua nhiều kiếp luân hồi. Tuy nhiên đó là một bài học khó nắm bắt cho đủ ý, bởi vì nó thường xuyên xảy đến trong cuộc đời của chúng ta. Hàng ngày tôi nghe về điều này từ bệnh nhân và các bạn đồng nghiệp làm cùng một công việc tương tự.

Định mệnh và ý chí tự nguyện dường như sẽ tồn tại cùng với nhau. Có một sự thông minh, một trí tuệ, một sự nhận thức biết rõ những sự kiện và các mối quan hệ sẽ diễn ra như thế nào. Hamlet gọi đó là định mệnh “điều đó tạo thành những kết cục của chúng ta”. Chúng ta sống trên trái đất này và không biết rằng chúng sẽ kết thúc ra sao, nhưng chúng ta có thể ảnh hưởng đến việc chúng sẽ diễn ra như thế nào cho cả cuộc đời của chúng ta sau này và những kiếp sắp tới bằng những hành động và cách cư xử trong hiện tại – bằng ý chí tự nguyện của chúng ta.

Giống như một linh hồn kiểm nghiệm lại cuộc đời ở phút cuối cùng của cuộc đời đó, vì vậy dường như nó làm một cuộc xét duyệt cuộc đời trước rồi chúng ta mới được sinh ra. Nó sắp đặt cuộc đời. Ví dụ như tôi đang viết về lòng thương cảm hoặc là sự đồng cảm hoặc tính bất bạo động. Nó nhìn cuộc đời được hình thành như thế nào, người nào mà chúng ta sẽ gặp gỡ, người nào sẽ giúp chúng ta trên con đường trí tuệ, và chúng ta sẽ giúp đỡ họ ra sao. Có vẻ như nó rất rắc rối bởi vì có một mối tương quan với nhiều linh hồn khác, và chúng cũng có sự sắp xếp của mình. Những người chúng ta sẽ gặp và những trải nghiệm được hình thành sẽ giúp chúng ta học hỏi – điều này là định mệnh.

Được thôi. Bạn sẽ gặp một người tuyệt đẹp này, và bạn đã có một sự xét duyệt cuộc đời trước để sắp xếp dành phần đời còn lại sống với nhau, cùng nhau học hỏi, giúp đỡ lẫn nhau khi bạn đã phát triển, hướng đến sự bất diệt. Nếu người đó khác tôn giáo hoặc sống quá xa, hoặc cha mẹ bạn xen vào, hoặc bạn không đủ can đảm vượt qua sự ảnh hưởng của nền văn hóa, thì bạn sẽ không cưới người đó, về cả hai mặt tinh thần và thể xác. Đây là ý chí tự nguyện. Bạn có sự lựa chọn và sự lựa chọn là không. Sự lựa chọn sẽ mang đến cho bạn một điểm của định mệnh mà điểm này có thể không xảy ra, nếu sự lựa chọn của bạn là có. Đó là cách mà chúng ta thay đổi tương lai trong kiếp này.

Nếu bạn gặp một người và cưới họ, bạn sẽ bị đặt trên một con đường mà bạn phải chọn bằng ý chí tự nguyện, và phần đời còn lại và cả nhiều kiếp sau của bạn sẽ bị ảnh hưởng. Nếu bạn chọn cách chia tay, bạn sẽ đi trên một con đường khác, và có lẽ bạn sẽ học những bài học khác. Có thể bạn sẽ gặp gỡ người bạn tâm giao khác hoặc là một trải nghiệm khác. Chủ yếu là bạn sẽ thực hành với sự đồng cảm hơn là chỉ nói về bất bạo lực. Câu hỏi quan trọng hơn là bạn sẽ học hỏi nhanh như thế nào? Và bạn sẽ có nhiều niềm hạnh phúc, an lành, tĩnh lặng, v.v... như thế nào trong cuộc đời bạn?

Câu trả lời là tùy thuộc vào một phạm vi rộng lớn trên ý chí tự nguyện của bạn.

Điều này giống như leo cây: có nhiều nhánh và nhiều sự lựa chọn. Rồi bạn sẽ leo được lên đến đỉnh cao của cây đó, nhưng có thể bạn sẽ phải trải qua nhiều kiếp: năm, mười, hoặc ba mươi. Vì như có biết bao nhiêu kiếp sẽ trôi qua để hoàn thành mục đích của linh hồn bạn về lòng thương cảm? Điều này tùy thuộc vào những lựa chọn mà bạn tạo ra. Tuy vậy, cả định mệnh và ý chí sẽ cùng chung sống.

Tôi không tin một người bói toán nói rằng: Anh sẽ gặp một người tuyệt vời này vào năm sau, và anh sẽ cưới cô ta. Có thể họ có kỹ năng và tài tình trong lĩnh vực siêu nhiên, và có thể họ đoán đúng rằng bạn sẽ lập gia đình vào năm sau, nhưng sự lựa chọn sẽ quyết định là bạn có muốn

dành cuộc đời cho nhau hay không. Bạn sẽ lựa chọn theo trực giác riêng của bạn, chứ không dựa trên chuyện siêu linh.

Đây là một ví dụ của sự lựa chọn tự nguyện trong kiếp hiện tại sẽ thay đổi nhiều kiếp tương lai của một người đàn ông. Điều này không diễn ra dễ dàng. Ông ta đã có nhiều lựa chọn ở kiếp trước làm ảnh hưởng đến kiếp hiện tại, và nếu ông không thể quay về và không thể hiểu về những cuộc du hành trở về thì tôi không biết chắc đến bao giờ ông ta mới có thể tìm ra một hướng đi đúng đắn cho cuộc đời mình.

Ông ta tên John, và có lẽ ông đã chết trong một cơn đại hỏa hoạn tại London. Ông cũng không rõ ngày nào, chỉ biết chắc là cuộc hỏa hoạn vào thời Trung Cổ trong thành phố London, và rồi ông ta chết. Sự kiện đó gây chấn thương cho ông trong nhiều kiếp tới.

Lúc đầu tôi không hề biết gì về điều đó. Như đối với tất cả bệnh nhân của tôi, chúng tôi dành buổi đầu tiên nói về nhiều vấn đề hiện tại của ông và cố tìm ra manh mối trong thời thơ ấu hoặc ở các khía cạnh khác trong đời sống hiện tại. Rồi có nhiều chuyến du hành trở về,

đưa ra nhiều hình ảnh mờ mờ không đi đến kết luận, và một chuyến về dẫn đến một kiếp quá khứ sống động nhưng không đi đến cơn hỏa hoạn.

Ngay khi chúng tôi bắt tay, ông nói rằng ông rất giàu, đó là điều đầu tiên tôi nên biết về ông. Thường thì người ta hay nói với bạn về tuổi tác, nơi ở, tình trạng hôn nhân, một chút về tiểu sử, hoặc là nghề nghiệp. John thì khác.

- Tôi là người giàu có.

Ông nói xong thì giữ im lặng một lúc như thể đó là thông tin mà tôi cần phải biết.

Tôi bị lôi kéo:

- Ồ, rất tốt với ông.

Giàu có không hề gây được ấn tượng với tôi, và khoe khoang giàu có là người bất lịch sự, thiếu tế nhị. Nhưng tôi nhanh chóng nhận ra rằng ông không hề khoe khoang, vì cách nói không chứa đựng niềm hân hoan hay kiêu hãnh. Giàu sang đối với ông như là một vấn đề khốn khổ để ông tìm tôi.

Chúng tôi bắt đầu tiến hành. Đầu tiên, tôi cần tìm hiểu về điều mà trông giống ông và rồi lấy tiểu sử.

Thật tình mà nói, bề ngoài của John hầu như trực tiếp tuyên bố sự giàu có như ông đã làm cho chính bản thân mình. Ông ở vào những năm đầu của tuổi 60, có vẻ bề ngoài của người mẫu thời trang; gương mặt đã sửa, quần áo đắt may, những chuyến đi nghỉ thường xuyên tại bờ biển Caribbean (hoặc là có một cái đèn cực tím rất tốt)<sup>[14]</sup>, hàm răng trắng bóng, tự tập luyện, một cái đầu tóc cắt giá \$200, móng tay cắt sửa hàng tuần. Tôi có cảm giác rằng nếu người nào nhẹ nhàng giáng búa xuống đầu ông, ông sẽ bẹp dúm giống như mặt tiền mới xây dựng cầu thả trên ngôi nhà mục nát. Tôi cũng chẳng ngạc nhiên chút nào nếu ông đã từng hoặc vẫn đang là người

mẫu chuyên nghiệp, tuy vậy điều đó không có vẻ đúng chuyên môn đối với ông. Rõ ràng, ông không có chuyên môn gì cả.

Ông sống tại Palm Beach trong một lâu đài 20 phòng, nhiều người hầu, và một ga-ra chứa được 4 chiếc xe hơi. Vợ ông, Lauren là người có nhiều ảnh chụp mà Carole, vợ tôi đã nhìn thấy không chỉ ở những trang xã hội của Miami Herald mà còn ở trong những mục chuyên đề xã hội Florida trong Vogue và Vanity Fair. Còn một căn nhà khác ở Barbados, một căn hộ tại London, và một căn hộ dự phòng ở New York. Stacey, con gái ông, 19 tuổi, sinh viên năm thứ hai tại Wellesley, “chuyên về môn con trai”, ông nói vậy. Và Ralph, 25 tuổi, học xong trường luật, đang hy vọng tìm được một chân thư ký cho Tòa Án Tối Cao. John không hề lạc quan về cơ hội của con trai mình.

Tôi hỏi:

- Còn ông thì sao? Ba mẹ ông còn sống không?

- Đã chết tám, mười năm trước.

- Ông và họ sống với nhau có tốt không?

- Tôi nghĩ là tốt. Ba mẹ tôi rất thoáng. Lúc nhỏ tôi có nhiều bà vú nuôi, nhưng ba mẹ tôi luôn đưa tôi đi chơi với họ. Năm tôi 12 tuổi, mỗi khi có khách tôi thường ăn cơm chung với ba mẹ và khách mời. Dĩ nhiên là cả ba người chúng tôi vẫn ăn cơm chung với nhau, nhưng không thường xuyên.

- Khách của họ là người như thế nào?

- Bạn bè, bình thường – chủ yếu là hàng xóm. Tôi cũng có mặt lúc đến ăn tối. Sau bữa ăn họ chơi bài, còn tôi đi ngủ. Cũng có khách hàng kinh doanh. Lúc đó thì tôi không được có mặt. Người ta gọi cha tôi là “nhà tài phiệt quốc tế”, hoặc là cái gì đó có nghĩa như vậy. Tất cả các loại giám đốc ngân hàng nổi tiếng xuất hiện, cùng với sự kiện của nhà độc tài bị truất phế của nước nào đó ở Nam Mỹ. Bà Margaret Thatcher cũng đã từng ở lại nhà tôi.

- Tôi chắc không tốt gì cho một đứa trẻ.

- Không tốt một chút nào. Tôi luôn cảm thấy rằng đối với cha tôi, tôi không quan trọng bằng việc kinh doanh giao tiếp của ông.

- Còn với mẹ ông?

- Ít quan trọng hơn cha tôi.

Câu nói giống như một kiểu nói đùa, nhưng tôi lại cảm thấy dường như có nỗi đau buốt tàng ẩn sau đó. Mẹ ông quan tâm đến cha ông nhiều hơn ông.

- Ông có anh chị em nào không?

- Tôi là con một. Họ không có thời gian để bỏ mặc nhiều đứa con đâu.

- Những người bạn lúc nhỏ thì sao?

- Hàng tá người quen, không có một người bạn thân nào. Cha mẹ tôi có thể ném những bữa tiệc sinh nhật thật lớn cho tôi, và dường như tất cả bọn trẻ ở Florida đều có mặt, nhưng tôi nhanh chóng nhận ra rằng chúng dự tiệc sinh nhật vì đồ ăn thức uống, vì đặc ân, vì kiêu hãnh, chứ không phải vì chúng là bạn thân của tôi. Ngay cả những đứa bạn học thân, cũng chỉ là thân. Tất cả bọn chúng cũng đều có vú nuôi, bị kiểm tra nghiêm ngặt, vì vậy chúng tôi không có cơ hội đùa nghịch. Thậm chí ngay bây giờ tôi cảm thấy ghen tị khi nghe về những băng cướp đường phố hoặc những trại cải tạo trẻ vị thành niên. Với tôi dường như mấy đứa trẻ đó đã có những điều tốt hơn tôi.

Tôi nghĩ rằng sự mia mai nhỏ nhỏ của ông bao bọc nhiều vết thương rất lớn. Đóng một vai phụ trong đời sống của cha mẹ quả là rất khổ sở. Khi John điện thoại vào lần đầu tiên để hẹn gặp, người phụ tá của tôi đã ghi chú về một điều rằng trước đây ông chưa bao giờ tìm kiếm một liệu pháp tâm lý, dù nỗi bất hạnh của ông đã kéo dài rất lâu. Tôi thắc mắc có phải sự kiện cụ thể nào đó đã thôi thúc ông đến gặp tôi. Tôi hỏi:

- Vậy ông lớn lên trong sự tách biệt quá đáng?

- Hoàn toàn như vậy. Tôi giống như vật trang trí cho cha mẹ; như một tấm tranh thêu trên tường, như một cái khăn quàng cổ rất đẹp, không hơn gì một món đồ trang sức.

Ông nghĩ ngợi một lát.

- Tuy nhiên tôi tin rằng họ yêu thương tôi trong cách của họ.

- Còn ở trường đại học thì sao? chắc chắn là ông có thể trốn tránh họ?

- Bằng mọi cách để đến trường đại học ở Southern California.

- Rồi cuộc đời ông thay đổi?

- Được ba tháng ở đó.

- Ông bị đuổi?

- Chúa ơi! Chẳng có gì ảm tượng, tôi bỏ.

- Lý do?

- Học cực quá.



- Ông không thích học sao?
- Tôi không thể học. Chẳng có mục đích gì. Quá khó để thu thập tài liệu rồi thi cử.
- Đạt được bằng cấp không phải là mục đích sao?
- Tôi cho là vậy. Tôi có đi xin việc đâu mà cần bằng cấp.
- Ở tuổi 18, ông có lên kế hoạch nào cho tương lai?
- Ý thức thì không, vô thức thì có.
- Học về cái gì để vui thích? Thí dụ phần khởi về mặt trí tuệ?
- Tôi chẳng thấy vui thích hay phần khởi gì trong việc học.

Tôi bắt đầu thấy khó chịu.

- Chẳng có gì làm ông thích thú?
- Tôi làm rất nhiều, nhưng chẳng có cái gì quá một tháng. Sau khi bỏ học tôi thử hàng loạt công việc như đại lý mua bán nhà đất, ngân hàng, bán hàng ... chả được gì.
- Cha mẹ ông cảm thấy thế nào về chuyện này?
- Tôi không chắc là họ biết, họ chẳng quan tâm. Ông biết không, năm 21 tuổi tôi lãnh tiền ủy thác hàng năm là một triệu đô, đủ cho tôi sống "lây lắt". Tôi thuê một căn nhà tại Malibu và ném mình vào những thứ tôi mê mẩn và ám ảnh tôi từ năm 15 tuổi.
- Thứ gì?
- Gái, đàn bà. Hình dáng phụ nữ, da thịt phụ nữ. Ông ta cười mỉm:
- Tôi nói rồi, tôi bị ám ảnh từ năm 15 tuổi.
- Vậy là ông có những mối quan hệ, những cuộc tình lãng mạn ...
- Hoàn toàn đúng vậy. Một đêm, một mối tình thoáng qua. Tôi chưa bao giờ trả tiền cho gái điếm, nhưng tốn rất nhiều tiền cho bạn gái. Những bữa ăn tối sang trọng, đồ trang sức rẻ tiền cho những cô nàng tuyệt vời – ít nhất là một chiếc xe sang trọng đưa về nhà.

- Bao nhiêu cô?

- Hàng trăm.

- Những mối quan hệ nghiêm túc kéo dài bao lâu?

- Thời gian tập trung tư tưởng thường xuyên của tôi không quá một tháng.

- Còn vợ ông ...?

- Lauren. Dĩ nhiên là một trong những cô nàng tuyệt vời đó, hoặc khác nữa. Lẽ ra tôi không cưới cô ấy.

- Ông lập gia đình bao lâu rồi?

- Hai mươi sáu năm.

- Có vẻ như ông đã vượt quá thời gian tập trung tư tưởng do đã bỏ quá nhiều.

- Không đúng lắm. Chúng tôi đã cưới nhau lâu rồi, đúng là như vậy, nhưng cả hai chúng tôi cũng mau chóng hết hứng thú. Với chúng tôi đây còn hơn cuộc hôn nhân kinh doanh.

Tâm trí tôi run lên.

- Để như ...

- Không bao giờ! Ông cho tôi là cái gì? Không. Việc kinh doanh của Lauren và tôi rất giàu có. Hai nguồn tài nguyên kết hợp lại thì chúng tôi có thể mua bất cứ thứ gì chúng tôi muốn. Bất cứ thứ gì.

- Cho tôi một ví dụ.

- À... Madagascar<sup>[15]</sup>.

- Ông đã mua Madagascar? Ông ta phá ra cười.

- Không thật vậy. Đúng ra tiền bạc của chúng tôi đi đến những việc tốt. Ba mẹ tôi tài trợ cho một quỹ từ thiện. Nó thiết lập những chương trình dạy tại nhà cho trẻ em nghèo từ 4 đến 5 tuổi trong các gia đình bất hòa, xây dựng các phòng khám bệnh AIDS tại mười bảy nơi khác nhau, còn nhiều phòng sắp được xây dựng thêm – đại loại là những việc như vậy. Lauren và tôi đóng góp rất nhiều vào đó. Lợi nhuận sinh lợi nhuận.

- Nhưng ông đâu có tích cực tham gia điều hành nó? Một giọng cười khác, lần này pha chút đau đớn.

- Tôi không thể điều hành nổi một quầy nước ngọt.

- Chà, làm việc đó, rồi thì tìm kiếm những dự án mới. Ông nhún vai.

- Quá nhiều công việc, quá nhiều rắc rối.

- Lauren có cảm giác giống vậy không?

- Cô ấy có riêng một công ty quan hệ cộng đồng. Nó chiếm hết toàn bộ thời gian của cô ấy, nhưng Chúa mới biết cô ấy không cần thu nhập.

Tôi quyết định khiêu khích ông. Dừng dừng sa thải mọi đam mê, mọi mục đích, có vẻ như là một triệu chứng của một linh hồn bất ổn.

- Lúc ở nhà ông nên làm bất cứ chuyện gì mình thích, luyện tập nhưng phải có một giấc ngủ ngắn thường xuyên nếu mọi thứ quá căng thẳng.

Ông ta liếc tôi, giạt nẩy lên:

- Ông nói đúng hết trừ một thứ; giấc ngủ ngắn.

- Thì mỗi đêm ngủ mười tiếng là đủ rồi?

Tám gỗ đẹp để trang trí này bị rạn vỡ ra, thân hình mềm nhũn và đôi mắt nhìn sâu thẳm như bị ám ảnh, ông nói:

- Gần đây tôi không ngủ được. Chưa bao giờ như vậy, không có một loại thuốc nào đủ mạnh để tôi có thể ngủ hơn một, hai tiếng.

- Tuy nhiên ông đang có một cuộc sống lý tưởng: tiền bạc dư thừa, đẹp trai, nhiều đàn bà, một người vợ hiểu biết, nhà cửa rộng rãi. Vâng, có lẽ ba mẹ ông không chăm sóc ông,

nhưng họ cung cấp đầy đủ cho ông, và ông nói là họ yêu thương ông. Tác động nào quá mạnh khiến ông không thể ngủ được?

Ông ta cố gắng kìm giọng ra vẻ bình tĩnh nhưng không thể.

- Sự khiếp sợ, bác sĩ Weiss à. Sự khiếp sợ dai dẳng, tuyệt vọng.

Tôi cảm thấy dựng tóc gáy.

- Khiếp sợ điều gì?

- Cái chết. Tôi chạy và chạy và chạy khỏi nỗi sợ, nhưng lúc nào nó cũng bắt kịp tôi. Phụ nữ chỉ là trò tiêu khiển. Bất cứ một công việc nào mà tôi làm cũng đều là tiêu khiển thôi. Không có cái gì có thể xóa đi nỗi khiếp sợ này. Thật khó đi ra ngoài, khó mà đến đây, bởi vì tôi chắc là tôi sẽ gặp tai nạn. Tôi không thể lái xe. Hệ thống báo động ở nhà tôi còn hơn nhà của trùm Mafia. Chúng tôi hiếm khi đi du lịch, máy bay là những cái bẫy chết người. Một tiếng động lớn bất ngờ là tôi liền chui xuống gầm bàn. Tôi như là một cựu chiến binh bị ám ảnh bởi chiến tranh Việt Nam, chỉ có điều là chưa bao giờ tôi đi lính. Ý tưởng cầm súng thật là lố lăng. Giê-su, tôi sợ cắt một con gà tây! Tuần rồi tôi nghe tiếng xe hơi nổ sớm, tôi hoảng hốt ngắt xi. Tôi nhất quyết đó là điên, tốt hơn tôi phải làm gì đó, vì vậy tôi điện thoại cho ông.

Ông ta ngồi tựa ra sau, mặt tái nhợt, run rẩy. Tôi thường thấy khó hiểu không biết nguyên nhân của căn bệnh nằm ở kiếp hiện tại hay những sự kiện trong kiếp quá khứ.

Ở đây, tiểu sử của John cho thấy dường như không có gút mắc: chỉ có điều gì đó đã xảy ra trong một kiếp quá khứ hoặc là hàng loạt kiếp quá khứ có thể giải thích nỗi ám ảnh của ông. Tôi thảo luận với ông về vấn đề này. Ông nói:

- Tôi sẽ thử. Không có gì tệ hơn những điều tôi đã trải qua.

Cuộc thử nghiệm đầu tiên của chúng tôi không có kết quả. Điều này như thể John quá miễn cưỡng điều tra về quá khứ. Rốt cuộc thì ông cũng đạt đến một khoảng thời gian có ý nghĩa, và nó đã thúc giục ông lao vào. John kể, mắt nhắm nhưng thân thể ông rất căng thẳng:

- Cách đây nhiều thế kỷ tôi là một chiến binh anh dũng, một hoàng đế giỏi chiến đấu. Quân đội tôi đóng quân ở bên ngoài một thành trì được phòng thủ vững chắc, tường thành không thể bị chọc thủng, trong khi đó nhiều binh lính đã ngã bệnh lỵ, còn quá ít người đủ sức cho một cuộc tấn công. Tuy nhiên nếu chúng tôi không cố chiếm thành thì họ sẽ biết chúng tôi đang bị suy yếu, và chúng tôi sẽ bị tàn sát ngay chiến trận. Tôi sắp xếp một cuộc gặp gỡ với tên quan giữ thành, nhưng trước cuộc gặp thì binh lính của tôi dựng lều và đặt áo giáp để che đậy cái mức khốn khổ của chúng tôi. Những gì hắn nhìn thấy trước mắt và từ chiến trường khi hắn nhìn chúng tôi, tôi nói với hắn đó chỉ là một phần rất nhỏ của quân đội tôi. Không quá năm dặm, một lực lượng ba ngàn binh tinh nhuệ đang chờ tín hiệu của tôi để tấn công. Họ đã thiếu thốn phụ nữ rất lâu; chuyện hãm hiếp, giết chóc vợ con các người là điều không thể tránh khỏi, hắn nên biết rõ điều đó khi tường thành sụp đổ. Binh lính sẽ chết và trẻ con sẽ bị nướng chín.

Binh lính của tôi cũng đã có tiếng rất tàn bạo trên chiến trận nên hắn tin những gì tôi nói. Hắn hỏi liệu tôi muốn gì ở hắn. Lập lại hòa bình. Hãy để chúng tôi vào thành một thời gian, chỉ để nghỉ ngơi và chăm sóc ngựa, rồi chúng tôi sẽ đi. Có rất nhiều trận chiến khác quan trọng hơn mà chúng tôi cần chiến thắng.

Tên quan đồng ý mở cửa thành. Ngay lập tức binh lính của tôi tấn công. Họ giết hết đàn ông khỏe mạnh, hãm hiếp phụ nữ, còn tôi cưỡng đoạt con gái hắn, bởi vì chúng tôi đã thèm khát phụ nữ quá lâu. Sau đó chúng tôi đốt thành, chốt cửa thành rồi lên đường. Ngọn lửa lan ra đám cây gần đó, nhưng binh lính không hề bị thương. Còn mọi người ở trong thành đều bị chết cháy. Tên tuổi tôi trở nên đồng nghĩa với tàn bạo và hủy diệt. Khắp cả vùng trời người ta đều sợ hãi tôi. Nhiều tên quốc vương giàu có cống nạp tiền của để tôi đừng tấn công họ. Tôi có thể mua bất cứ thứ gì tôi muốn, có bất cứ thứ gì tôi muốn.

Sau khi tôi đưa ông trở về hiện tại và khi ông kiểm nghiệm lại cảm giác giàu có và quyền lực, tôi hỏi ông:

- Mua bất cứ thứ gì bao gồm cả Madagascar?

Ông nhìn thấy mối tương quan giữa kiếp quá khứ và hiện tại mà câu nói đùa của tôi không hề làm ông cười. Ông bị choáng váng bởi mức độ tàn bạo của ông, khiếp sợ mọi thứ trong cuộc đời, mọi thứ trong tư cách, khả năng hãm hiếp và giết hại.

Tôi nói:

- Tôi nghĩ rằng ông đang trả giá cho việc đó.

- Trong kiếp khác?

- Đúng vậy. Trong kiếp đó ông vẫn bình an vô sự. Chắc hẳn là ông đã sợ có người trả thù, nhưng không có ai hết.

Ông gật đầu đồng ý, tôi nói tiếp:

- Nỗi sợ mà ông cảm thấy khi ông xem xét lại thì không tương xứng với nỗi sợ mà ông đang trải qua trong kiếp này.

Ông hít một hơi rồi thở dài.

- Vậy thì cho tôi trở về lại đi.

Đó là thời gian của cơn đại hỏa hoạn. John là một thương gia giàu có. Ông không hề quan tâm đến vợ và hai đứa con; một mối quan hệ tự nguyện trong vô số mối quan hệ. Cô nàng rời bỏ ông và đem theo hai đứa con, cô thà ra đi mà không có một đồng dính túi còn hơn là ở lại với ông. Alice, đứa con gái 6 tuổi quay lại thăm ông và xin tiền. Lúc đó ông đang say xỉn ngủ trên giường. Ngay khi cô nhìn thấy ngọn lửa bùng phát, cô quýnh quáng không thể rời ông dậy. Nếu cô bé có làm gì thì cũng không thể cứu vãn được tình thế cho cả hai cha con. Ngọn lửa thiêu rụi tất cả, nuốt chửng những căn nhà gỗ ở London và mọi thứ khác; sự sống hay vật vô tri, mọi thứ họ chứa đựng, và tạo ra đều không thể thoát khỏi.

Khi hồi tưởng lại John thở hắt hắt:

- Cảm giác đầu tiên của tôi là không thể thở được. Khói dày đặc, không thể nhìn thấy gì hết. Tôi có thể nghe tiếng Alice hét lớn khi tóc của nó bị cháy, nhưng tiếng hét lập tức ngưng lại. Tôi cho là nó đã chết, quá thương tâm. Cái chết cũng đến với tôi, nhưng không vội vã. Dường như ngọn lửa thích bò theo cách của nó tiến đến thân thể tôi hơn là cuộn lấy cả thân hình. Đầu tiên là đôi chân bị cháy trước rồi đến nửa người, và chỉ sau một lúc lâu thì tới đầu. Như thể là tôi bị hình phạt đóng đinh vì tội lỗi nghiệm ngập rượu chè, quan hệ bừa bãi – tôi công nhận là tội lỗi ghê tởm, nhưng tôi không thấy mình đến nỗi phải chịu hình phạt tử hình ghê rợn như vậy.

Trong sự kiểm nghiệm lại cuộc đời John nhận ra rằng ông đã phạm nhiều tội lỗi cần phải bị trừng phạt nặng nề thích đáng, nhưng trong kiếp quá khứ mà thôi. Ông cũng hiểu ra vì sao ông lại có nỗi sợ khủng khiếp như vậy. Không có gì khiếp đảm hơn cơn đau cực độ xảy ra ở London. Thậm chí ông nghĩ rằng nếu điều đó có thể xảy ra lần nữa, chắc chắn ông không thể chịu đựng nổi. Thay vì phải bị đau khổ hơn nữa, nhưng lòng từ thiện và lòng thương cảm trong ông lại được thôi thúc mạnh hơn bởi cảnh tượng tàn bạo ông đã gây ra, rồi hình phạt thiêu cháy mà ông phải chịu. Ông cảm thấy niềm vui thích to lớn hơn trong việc cha mẹ ông đã thành lập quỹ từ thiện, rất cuộc thì ông hướng sự giàu có vào những dự án mà ông đã biết tự giám sát chính mình; phù hợp với hoàn cảnh, một dự án trợ cấp cho nhiều bộ phận hỗ trợ hòa hoãn. Ông bỏ thói tiêu khiển với phụ nữ, cố hàn gắn với Lauren (như tôi đã nói, tiếp tục một công việc không bao giờ kết thúc), tham gia vào các khóa học kinh tế và quản lý, mong có ngày ông có thể điều hành được quỹ từ thiện. Bây giờ ông có thể ngủ được, và với một nguồn năng lực đến với ông làm ngạc nhiên hơn cả nó đã từng đến với tôi. Lòng thương cảm là nguồn sinh lực.

Tôi vẫn tiếp tục gặp ông nhiều tháng sau đó, không phải đưa ông về lại quá khứ mà để thảo luận về sự trầm cảm kéo dài. Ông kể cho tôi nghe rằng dù ông có hy sinh bản thân mình vào các việc từ thiện nhiều đến mức nào, ông cũng không cảm thấy đủ. Tôi có thể bảo đảm với ông là ông đang đi đúng hướng, mà điều đó sẽ đến vào nhiều kiếp khác khi ông có thể thực hành đầy đủ những gì ông đã học hỏi.

Vào gần cuối đợt trị liệu, ông đồng ý để tôi đưa ông đi đến một khoảng tương lai gần. Vì lợi ích của những lần trở về trước, ông rất thích ý tưởng đi đến tương lai. Ông trở thành một đối tượng bị thôi miên xuất sắc và trải nghiệm với những hình ảnh quá khứ sống động. Có lẽ ông sẽ làm điều tương tự trong tương lai.

Trước khi John đến, tôi suy tư về năng lực của định mệnh và ý chí tự nguyện. Trong khoảng thời gian quá khứ, định mệnh đã tạo ông thành người cầm quân; sự thống trị theo cùng một cách đối với người nước ngoài và kẻ thù rất to lớn. Tuy nhiên ông đã chọn sử dụng sức mạnh và sự giàu có cho việc nâng cao địa vị của bản thân, cho việc kiểm soát người khác, cho việc lợi ích của một số ít người hơn là phần lớn mọi người. Ông phải trả giá cho quyết định của mình trong nhiều kiếp sau đó tại London, và vào thế kỷ 21 tại Florida. Giả sử ông chọn con đường khác – sử dụng vị trí của mình cho lợi ích cộng đồng, biểu hiện lòng thương cảm và tình yêu – thì ông sẽ có hàng loạt kiếp sống khác, sẽ không cần tìm đến tôi, đau khổ và sợ hãi. Ý chí tự nguyện đôi khi đưa chúng ta đến với sự xấu xa, không phải tốt đẹp; đến với ích kỷ, không phải vị tha; đến với tính hẹp hòi, không phải từ tâm; đến với sự ghét bỏ, không phải lòng yêu thương. Chúng ta phải hiểu rằng ý chí tự nguyện sẽ gặp nguy hiểm nếu bị sử dụng sai.

Khả năng đi sâu vào trạng thái thôi miên của John làm tôi tin rằng ông sẽ đưa về những thông tin chính xác từ cuộc du hành đến tương lai, hình thành nên những điều ông thật sự đã trải nghiệm thay vì những điều ông tượng tưởng hoặc mong muốn tương lai sẽ được như vậy. Ông có khả năng gạt sang một bên sự nhận thức, trí tuệ để trực tiếp trải nghiệm với tương lai không bị méo mó.

Một lần nữa, đến một cấp độ sâu John di chuyển đến phía trước trong khoảng thời gian vẫn giữ một sự nhận thức ngoài cơ thể. Ông nhanh chóng được hai linh hồn thông thái đưa đến một ngã ba đường hướng đến nhiều kiếp tương lai. Bằng ngoại cảm ông nghe được hai nhà thông thái nói rằng một trong những con đường khác nhau, con đường bên trái là con đường mà ông sẽ đi nếu ông không chọn lấy lòng thương cảm, lòng từ thiện, và đức tính rộng lượng trong kiếp hiện tại. Con đường bên phải là phần thưởng vì sự chọn lựa khôn ngoan của ông.

Tôi đưa ông theo con đường bên trái để ông có thể nhìn thấy định mệnh mà ông nên tránh tạo ra trong suốt kiếp hiện tại.

- Tôi đang đứng trên một chiếc cầu khi, chung quanh đầy sương mù. Nhưng khi tôi đi qua phía khác tôi có thể nhìn rõ hơn. Tôi là phụ nữ Mỹ tên là Diana. Đó là khoảng một trăm, có lẽ hai trăm năm sau – không hơn nữa – tôi đang bồng trên tay đứa con gái nhỏ của tôi ra khỏi phòng thí nghiệm. Tôi thật bất hạnh khi kết hôn với một người lái tàu đệm khí, anh ta đã hết yêu tôi từ lâu, và đang quan hệ thoải mái với nhiều phụ nữ khác. Đứa bé này không phải con anh ta. Tôi chưa bao giờ mang thai. Đứa trẻ là kết quả của y học sinh sản vô tính tiên tiến. Con bé chính xác sẽ giống tôi một chút, mặc dù tôi hy vọng nó sẽ có cuộc sống hạnh phúc hơn tôi. Sinh sản vô tính thật hoàn hảo bởi vì khả năng sinh sản của con người và tỷ lệ sinh đẻ đã giảm sút đáng báo động do độc tố hóa học trong thực phẩm, nguồn nước và không khí. Hầu hết mọi người chọn cách thụ tinh trong ống nghiệm, và tôi hài lòng với việc tôi làm. Ít ra nó không phải là con của chồng tôi.

Tôi không đi du lịch nhiều nhưng chồng tôi thì có. Anh ta đi khắp nơi trên thế giới cùng chiếc tàu đệm khí, nó có thể đi nhanh hơn vận tốc của âm thanh. Khi còn nói chuyện với tôi anh ta kể rằng nhiều cánh đồng và rừng bị biến mất. Tai họa do công nghệ đã khiến nhiều vùng mất sự sống. Con người sống ở các nước lớn thường gây chiến với nhau, nhiều hơn là ô nhiễm toàn cầu.

Cuộc sống mà Diana mô tả không khác gì so với cuộc sống hiện tại. Con người vẫn còn đau khổ vì những vấn đề, những bệnh tật giống nhau. Khoa học và công nghệ càng tiến bộ thì bệnh tật càng nhiều, nhưng sự đam mê và kiêu hãnh của con người không hề thay đổi. Thế giới sẽ là một nơi nguy hiểm hơn. Thực phẩm tổng hợp giúp giảm bớt sự đói, nhưng ô nhiễm làm nguy hại đến nguồn hải sản và nước uống. Tôi đem cô đi xa hơn trong kiếp đó thì cô bắt đầu khóc.

- Tôi nghĩ rằng con gái tôi sẽ mang đến niềm vui cho tôi, nhưng nó trở nên lạnh lùng và tàn nhẫn như chồng tôi. Tôi sống hơn một trăm tuổi, tuy nhiên mỗi ngày là một gánh nặng, một nỗi buồn. Chết là giải thoát. Tôi chết trong cô đơn cũng như đã sống cô đơn suốt quãng đời.

Tôi đưa John trở lại ngã ba đường. Vẫn còn trong tình trạng thôi miên sâu, ông hiểu ngay ra rằng người vợ ở London đau khổ biết dường nào khi ông, một thương gia giàu có, bỏ rơi. Chính xác đó là tâm trạng khi ông trở thành Diana và bị chồng bỏ rơi. Tuy vậy, John biết là Diana chỉ là hình ảnh trong một kiếp mà có lẽ ông sẽ không theo đuổi. Ông chọn con đường bên phải, và bây giờ tôi đưa ông đi dọc theo đó.

- Tôi là chủ tịch của một trường đại học danh tiếng đã có mặt ở Mỹ trước khi ranh giới quốc gia biến mất. Tôi rất giàu có, nhưng tôi sống rất đạm bạc với vợ và ba đứa con trong một ngôi nhà ở khu nội trú. Tiền của tôi được dành cho học bổng, thu hút những người tài giỏi nhất trong lãnh vực nghệ thuật, khoa học của trường. Tôi thích làm việc với họ: những trí tuệ trẻ trung chứa đầy ắp ý tưởng mới mẻ, tiến bộ. Họ và tôi cùng với các giảng viên giỏi hướng dẫn họ tìm tòi nhiều cách sáng tạo tính đồng nhất giữa con người trên trái đất bằng việc kích lệ giá trị quan trọng vào sự giống nhau, mà không có sự khác biệt giữa con người. Tôi là người nổi tiếng, nhưng điều này không thể so sánh với niềm hân hoan mà tôi đạt được trong cuộc sống.

Chuyến du hành đến tương lai lần này rất ngắn; ông hoàn toàn thích thú trong thời gian đến đó. Tôi hướng dẫn ông vượt qua hai con đường này đến một đoạn tương lai xa hơn. Ông nhăn răng cười vui vẻ, vẫn trong trạng thái bị thôi miên.

- Ông định đưa tôi đi đâu vậy? Tôi có thể tự di chuyển tới bất cứ nơi nào mà tôi thích.

Con người không cần thân thể nữa, tuy nhiên họ vẫn có chúng nếu họ thích. Đối với thể thao thì rất là vui, và, chắc chắn với cả tình dục.

Chúng tôi có thể đi đến bất cứ nơi nào và biến thành bất cứ người nào bằng cách sử dụng năng lực tưởng tượng và ý nghĩ. Chúng tôi giao tiếp qua ý thức và cũng xuyên qua hào quang ánh sáng.

Niềm thỏa mãn của ông cũng làm tôi hài lòng. Tôi nói:

- Theo cách ông miêu tả thì tương lai này rất xa, có lẽ vài ngàn năm tới.

- Không phải đâu. Không quá xa như ông nghĩ đâu, dù tôi không biết là năm nào. Trái đất có một màu xanh, tươi tốt xum xuê.

Một lần nữa, chuyện này phản ánh lại nhiều bài tường thuật mà tôi đã nghe. Ông nói tiếp:

- Tôi không không thể thấy nhiều người, có lẽ vì phần đông họ không muốn nhập vào thân thể, họ vui vì được tồn tại với ý thức và ánh sáng. Thế giới là một nơi tràn đầy bình yên, vượt quá sức tưởng tượng, không có dấu hiệu của chiến tranh, bạo động, đau khổ, hay tang thương. Tôi chăm chú nhìn hành tinh này để tìm xúc cảm tiêu cực nhưng nó không hề tồn tại. Không hề có một chứng cứ nào của giận dữ, thù ghét hoặc sợ hãi. Chỉ có bình yên.

Ông đã có thể ở thêm vài giờ trong tương lai mà ông đang trải nghiệm tại văn phòng tôi, nhưng đồng hồ báo rằng buổi bình minh đã bắt đầu vào thế kỷ 21, và còn một bệnh nhân khác đang chờ, vì vậy tôi phải đưa ông trở về. Lần sau khi ông đến, ông không muốn quay trở lại điểm tương lai xa xôi đó.

- Nó quá tuyệt vời. Tôi phải sống trong hiện tại, và ngay bây giờ điều đó cũng đầy tuyệt diệu.

John hiểu rằng ông đã học được nhiều bài học có giá trị qua nhiều kiếp và vẫn còn có rất nhiều bài để học nữa. Ông nhận ra rằng những lựa chọn gần đây sẽ có một ảnh hưởng sâu sắc đến nhiều kiếp sau của ông, tuy nhiên sự ảnh hưởng đó nằm trong tương lai mà ông phải tạo ra những lựa chọn quan trọng, công bằng, khác biệt để đạt đến sự vinh quang mà ông đã nhìn thấy trong những cuộc du hành đến kiếp tương lai.

- Tuy vậy nếu tôi lựa chọn một mình thì sẽ không sản sinh ra kiếp tương lai đó mà là quyết định được góp nhặt của tất cả loài người để đưa chúng ta đến đó.

Có lẽ vậy. Và có lẽ thời gian đó, như John đã thấy “Không quá xa như ông nghĩ đâu”.





## Chương 11. Quán tưởng và thiền định

“Hàng ngày tôi tự tạo cho chính mình điều mà tôi đang tồn tại”, Robert Thurman, một học giả Phật giáo xuất sắc tại trường đại học Columbia đã nói như vậy. Với tôi đó là một tư tưởng đầy nghị lực. Tôi yêu thích hàm ý của khái niệm về quá trình và dòng chảy.

Mỗi ngày bạn sẽ mới lạ hơn. Tư tưởng, ý định và hành động, sự nhận thức và có ý thức thường xuyên tiến hóa, và với mỗi sự thay đổi hình dạng khác nhau bạn sẽ nổi bật theo cách khác nhau. Bạn không còn là một con người của 5 năm về trước hoặc thậm chí 5 phút trước, và kể cả những người yêu, bạn bè, hoặc người quen của bạn. Kết quả là điều mà chúng ta thường phản ứng lại người già, và họ cũng phản ứng lại chúng ta. Ví dụ như lúc nhỏ chúng ta đã từng bị những học sinh học ở lớp cao hơn bắt nạt, sau này khi gặp lại hấn, thậm chí có thể là hấn đã tìm được tinh thần yên ổn và bây giờ là một người đàn ông có cung cách hòa nhã, thì chúng ta vẫn cứ cho hấn là kẻ bắt nạt.

Vì vậy, sự tiến hóa không tốt đẹp hơn nếu bạn không ý thức về điều đó. Làm sao mà bạn có thể chín chắn hơn nếu bạn không nhìn thấy tiến trình của công việc? Làm sao mà bạn có thể học hỏi cuộc đời nếu bạn không ngừng lại để trải nghiệm nó? Làm sao bạn có thể hiện thân trong những điều xảy đến với bạn về mặt vật chất và tâm lý nếu bạn không cho thân thể và tâm trí của bạn có thời gian để tiêu hóa nó? Làm sao bạn có thể thay đổi như bạn bè và người thân yêu của bạn đã thay đổi?

Phương pháp để đánh giá bản thân và người khác là thông qua sự thư giãn tinh thần, đó là phương pháp quán tưởng và thiền định. Thời gian bắt đầu là ngay bây giờ. Mặc dù hai cách này có họ hàng rất gần nhưng vẫn có một sự khác biệt. Quán tưởng là cách tập trung vào một đối tượng hay mục đích cụ thể, ví dụ như suy nghĩ về lòng từ bi, hoặc nghĩ đến vẻ đẹp của một cánh bướm. Thiền định đòi hỏi giữ tâm được trống rỗng trong một tình trạng tri niệm hoặc có ý thức, thoải mái thu nhận bất kể cảm giác, ý tưởng, tưởng tượng, hoặc hình ảnh nhập vào tâm trí và để sự liên hệ những ý tưởng trong tâm trí tuôn chảy đến mọi khía cạnh của đối tượng hay tư duy – để nhận biết hình dạng, hình thái, màu sắc, bản chất của nó. Đó là một nghệ thuật quan sát mà không suy tư, không bình luận. Quán tưởng rất dễ thực hành với tâm trí người phương Tây. Họ quen tập trung tư tưởng vào một vật thể hiện hữu, nghĩ về nó, phân tích nó. Thiền định thì khó hơn trong khái niệm của người phương Đông, rất khó thấu triệt và đòi hỏi phải thực hành rất nhiều. Sẽ phải tốn một thời gian khá lâu, vài tháng hay vài năm mới có thể tập trung cả trí tuệ ngòai thiên, và có lẽ, không chắc là bạn sẽ hoàn toàn thông thạo về thiền định trong một kiếp này. Tuy nhiên điều đó không có nghĩa là bạn đừng nên tập thiền ngay bây giờ, hãy nhớ rằng: Trong kiếp này cũng như trong nhiều kiếp khác, bạn sẽ tiếp tục tiến triển về mặt ý thức để bước đến con đường bất diệt. Bản thân của sự cố gắng sẽ mang đến cho nó phần thưởng xuất sắc, rồi bạn sẽ sớm hiểu được mình đang mong chờ thời gian yên lặng một mình, điều mà thiền định đòi hỏi.

Có lẽ bạn sẽ thích bắt đầu với sự quán tưởng, và đối tượng để tập trung vào là chính bản thân bạn. Bạn sẽ khám phá ra bây giờ bạn là ai, bạn sẽ nghĩ đến mình trong một lúc. Hãy để bất cứ một ý niệm nào bước vào tâm thức của bạn, ý niệm về chính bạn dù tốt hay xấu. Hình ảnh phân xét và tiêu cực hay là cảm xúc nào mà bạn muốn xóa bỏ vì không còn sửa đổi hay giá trị? Ấn tượng lành mạnh và tích cực hay là cảm xúc nào mà bây giờ bạn muốn thêm vào? Những kinh nghiệm nào của cuộc đời mà bạn đã hình thành một cách sâu sắc nhất? Từ kiếp hiện tại bạn đã trải qua thì bạn sẽ thay đổi hình ảnh nào nếu bạn bước qua một kiếp sống khác? Mục đích không phải là “thích” chính bản thân bạn, hoặc đưa ra bất cứ hình thức nào của sự phán xét. Chính bạn đang cố gắng nhìn vào điều thật sự nằm dưới lớp nguy trang của một con người mà bạn thể hiện cho cả thế giới nhìn thấy hàng ngày.

Hãy chiếu cố đến những người quan trọng trong cuộc đời bạn. Có phải trong lòng bạn hình ảnh của họ đã tàn phai? Có phải những kinh nghiệm sống đã dạy bạn nhìn họ một cách khác biệt? Họ đã thay đổi như thế nào như chính bạn thay đổi? Làm sao để sự thay đổi này giúp bạn chỉnh sửa mối quan hệ đối với họ tích cực hơn trong cách yêu thương và thấu hiểu? Làm sao để dễ dàng hơn trong việc thay đổi?

Chúng ta là những cỗ máy đang hoạt động, di chuyển trên một tốc độ khác nhau theo những con đường tâm linh của chúng ta. Nhưng hàng ngày chúng ta nên dừng lại để đưa tư duy sáng tạo đi vào những khái niệm cốt lõi, điều này có thể làm cho chúng ta thành những con người mong muốn hưởng tới đấng Giác Ngộ: Tình yêu thương, niềm vui, sự yên lành, và bậc Chánh Giác.

Quán tưởng và thiền định không hề dễ dàng, vì bạn càng đi sâu vào nội tâm thì cảm xúc sâu thẳm sẽ là sự cảm thông của bạn, và đi sâu đòi hỏi phải đào xới xuyên qua những lớp bảo vệ. Chúng ta quá cứng ngắt trong suy nghĩ và phân tích về sự cố gắng làm trong sạch hoặc trống rỗng tâm trí là bất chấp sự rèn luyện của chúng ta. Tuy nhiên sự phân tích là đối đầu với quán tưởng và thiền định, và chúng ta phải vứt bỏ nó như lúc chúng ta bắt đầu khám phá ra nó. Quả thật là không đủ để nói với chính mình rằng “Tôi đang tổng khứ mọi thứ khỏi tâm trí tôi ngoại trừ khái niệm của lòng từ bi”, hoặc đi xa hơn, “Tôi đang tổng khứ khỏi tâm trí tôi bất cứ mọi suy nghĩ và ngay lúc này tôi nhận biết được cái không và cái có.” Trong cả hai trường hợp bạn sẽ thấy mình bị rối trí vì thế giới bên ngoài. Có lẽ bạn có khả năng suy tư về lòng từ bi trong một lúc, nhưng tôi cam đoan với bạn rằng bạn sẽ sớm nhớ lại khoảng thời gian mà bạn cư xử không tốt hoặc người khác đối xử không tốt với bạn, và từ đó có lẽ sẽ có một ý nghĩ nảy sinh: “Trời ơi! hôm nay sinh nhật mẹ tôi mà tôi quên điện thoại cho bà”, hoặc vài khái niệm khác đẩy bạn quay nhanh lại với những vấn đề thường ngày. Nếu bạn không cố gắng hoàn toàn làm trống rỗng tâm trí, chắc chắn bạn sẽ phát hiện ra nó hầu như bị lấp đầy với những thứ rối ren tâm thường: Cái mũi bị ngứa, có con ruồi cứ bay quanh phòng, hoặc sự suy nghĩ mà nếu bạn giữ lại quá lâu, bạn sẽ nhớ sự trở lại của Seinfeld<sup>[1]</sup>.

\*\*\*

Phản thảo luận này hầu hết là về thiền định, nhưng phần nhiều của vấn đề theo sau thì cũng phù hợp với quán tưởng.

Thiền định trần tĩnh được những câu chuyện phiếm thường lấp đầy tâm trí ta, và kết quả yên tĩnh cho phép ta quan sát mà không phán xét, để đạt đến một cấp độ cao hơn của tính độc lập, rồi cuối cùng trở nên có ý thức về một tình trạng nhận thức cao hơn.

Một bài tập đơn giản có thể chứng minh việc giữ tâm trí trống rỗng khó như thế nào, trống rỗng suy nghĩ, cảm xúc, công việc hàng loạt, thân thể không thoải mái, những lo lắng hàng ngày, hoặc việc nhà, việc kinh doanh.

Bạn hãy thử nhắm mắt lại trong một hai phút. Giữ hơi thở sâu, thở ra hết mọi lo lắng căng thẳng bạn mang theo bên thân thể. Thử cố giữ tâm bình lặng và không suy nghĩ đến điều gì cả, thậm chí những buổi hoàng hôn tuyệt đẹp, hay những cơn sóng biển hiền hòa. Đối tượng này sẽ làm trần tĩnh bên não trái của bạn, phần não hay suy nghĩ và phân tích.

Có lẽ bạn sẽ có vài giây phút thư giãn và hài lòng, nhưng rồi bạn có thể nghĩ rằng sao mà bạn lại ngớ ngẩn cầm một quyển sách mở ra trong khi mắt lại nhắm kín. Và rồi có lẽ bán tường thuật thì như thế này: Bạn có thích một thời hạn cuối cùng không? Hoặc là bạn có quên làm thạch bạc hà cho món đùi cừu mà bạn định đãi bạn bè tối nay? Những vấn đề căng thẳng của thế giới ngày nay dường như không ngớt xâm nhập vào đời sống hàng ngày của chúng ta, và trong môi trường

có vẻ giả tạo này – trong cảnh cô đơn tại căn phòng tối đen tĩnh mịch – chúng như đang đấm túi bụi vào mặt mũi mình. Dưới lớp ngăn chặn sự căng thẳng này, thân thể vật chất dường như hoạt động ở một cấp độ cảnh giác cao hơn – cái gọi là chiến đấu hoặc hành động phản kháng – gây ra vô số tâm lý phản ứng. Thậm chí bạn có thể cảm thấy sợ hãi, nghĩ rằng sự yên lặng này theo cách nào đó còn kinh hãi hơn. Như vậy bạn có thể ngồi yên được bao lâu? Năm phút? Có vẻ là một bước khởi đầu tốt đẹp, bạn hãy nói chuyện với chính mình, dù bạn biết rằng không thể. Có lẽ bạn có khả năng cho mình một thời gian khác hoặc ngày mai, như thể thiên định là cái gì đó phải chịu đựng.

Có lẽ bạn sẽ nói chuyện với chính mình vào ngày hôm sau, còn hơn là ngồi thiền mà bạn phải trầm tư mặc tưởng. Rất nguy hiểm nếu bạn bắt đầu như vậy. Như tôi đã nêu ra, bạn sẽ tập trung vào lòng từ ái. Quán tưởng sẽ bảo đảm đưa tâm trí bạn đến một sự hiểu biết sâu sắc về lòng từ trong đợt thực hành hôm nay, đó là chủ đề của quán tưởng, rồi dần dần đưa bản thân bạn đến đời sống chung quanh bạn. Rồi sự cảm thông sẽ dẫn đến tự tại, niềm hân hoan, tự hoàn thiện, và những mối quan hệ tốt hơn: Đó là hạnh phúc.

Để suy ngẫm một ý niệm hay một khái niệm thì phải tập trung trên ý nghĩa của nó, điều này dễ hơn xóa trống tâm trí và sự quan sát, đây là bản chất của thiền định. Khi bạn tập trung, những cấp độ khác nhau của ý nghĩa sẽ nổi bật. Cũng như vậy, sự liên kết tinh thần của bạn với đối tượng hay khái niệm cốt lõi sẽ đưa bạn đến những con đường xa hơn của sự sáng suốt và hiểu biết. Được thôi, nếu bạn cho là khoảng thời gian quán tưởng càng lâu thì bạn càng giữ được sự tập trung.

Hình ảnh nào mà cụm từ lòng từ ái gợi lên? Có lẽ là một người, mẹ bạn? bà ngoại? Hoặc hành động nào mà bạn làm theo cách tự phát hay hành động mà bạn là người nhận lãnh? Có lẽ là một cảm giác, một sự ám áp tràn khắp thân thể bạn và mang đến giọt nước mắt hạnh phúc? Bạn đã từng xác định hình tượng hoặc cảm xúc, bạn sẽ thấu triệt sự định nghĩa phổ biến hơn của cụm từ này. Lòng từ ái là một hành động của trí tuệ, và tập trung trên trí tuệ đó có thể là một phần thưởng to lớn đáng kể.

Toàn bộ hệ thống giá trị của bạn sẽ thay đổi tốt hơn nếu trong bạn đã có sẵn nền tảng của lòng từ ái. Bạn sẽ phát hiện ra rằng những nỗi sợ hãi và lo lắng được giảm bớt, thậm chí sẽ bị loại trừ. Quá trình suy luận sẽ đưa bạn đi từ một định nghĩa căn bản đến sự thấu triệt bản chất tâm linh (Bạn thấy đó, cuối cùng thì bạn cũng đang suy ngẫm về bản thân mình.) Khi bạn thấu hiểu được bản chất tâm linh là gì, thì cảm giác nội tâm yên ổn, lòng kiên nhẫn, trạng thái cân bằng, và sự hài hòa sẽ tự xuất hiện trong cuộc sống hàng ngày của bạn.

Lợi ích vật chất cũng được tích lũy. Giảm bớt nỗi sợ hãi, lo lắng và giữ lại nội tâm yên lành thì thân thể sẽ khỏe mạnh hơn. Hệ thống miễn dịch sẽ nâng cao. Tôi đã thấy nhiều bệnh nhân bị bệnh mãn tính cũng được giảm đau đớn khi tâm trí họ giữ được sự yên tĩnh. Nhiều người ghi nhận được những nguồn sinh lực khi sự sáng suốt và hiểu biết nổi bật. Tâm trí và thân thể có liên quan mật thiết với nhau cho nên việc chữa trị cũng liên quan lẫn nhau.

\*\*\*

Đôi khi bạn tập trung vào một khái niệm có thể bạn sẽ khám phá ra rằng có nhiều vấn đề xuất hiện khác với những điều bạn đã học hoặc lịch sử mà bạn đã nghiên cứu. Đây là điều mong đợi vì chúng ta đều hấp thụ những niềm tin và những giá trị trong gia đình, trường học, văn hóa và tôn giáo. Và giờ đây bạn nhìn mọi vấn đề trong cái nhìn mới mà không hề bị tổn thương. Giữ cho tâm trí sáng suốt là cần thiết. Nếu bạn có thể làm cho tâm trí phù hợp với những ý tưởng khác biệt và những khả năng mới mẻ, thì quá trình học hỏi luôn luôn phát triển. Có lẽ những điều mà bạn học từ lúc nhỏ không phù hợp với những điều hiện nay bạn đang trải nghiệm. Làm

sao bạn biết được ngoại trừ tâm trí bạn đang hoạt động và có ý thức. Làm sao bạn có thể nhận rõ ý nghĩa tính xác thực đầy đủ hoặc sâu sắc hơn, ngoại trừ bạn để tâm trí mình nhận chức năng theo cách an nhiên tự tại, không phán xét, cho đến khi bạn đã kiểm tra về mặt trí tuệ trên mỗi lựa chọn cho riêng bạn? Hãy cố đừng bỏ sót hay loại bỏ những ý tưởng hoặc quét sạch điều mà bạn đã trải nghiệm bởi vì những điều này khác biệt với những gì bạn đã được dẫn dắt đi đến niềm tin. Có thể những điều lạ lẫm đó lại là sự thật.

Hãy thông thả khi bạn quán tưởng. Bằng cách định nghĩa, quán tưởng có nghĩa là một sự tập trung trí tuệ không vội vã. Tâm trí phải phản ánh những lời đáp trả, và có lẽ còn thêm vào nhiều phản ánh và lời đáp trả khác đối với lần đầu – rồi nhiều lần sau đó. Bạn có thể tìm lại ký ức lướt nhanh vào ý thức giống như những vì sao trong buổi sớm hôm trên bầu trời. Bạn có thể thu thập đúng bản chất của sự sáng suốt bất chợt với nhiều tác dụng lành mạnh kèm theo.

Mỗi lần quán tưởng, bạn nên suy ngẫm một vấn đề để đảm bảo rằng bạn cung cấp sự uyên thâm và khoảng thời gian kéo dài hợp lý cho sự trải nghiệm của bạn. Mặc dù vậy, không chắc rằng một buổi thực hành sẽ mang đến cho bạn cốt lõi của vấn đề hay khái niệm mà bạn đã suy ngẫm. Bạn nên quay lại vấn đề hoặc khái niệm cho đến khi bạn thông thạo vấn đề, thấu triệt được cốt lõi, và nhận ra sự thay đổi trong con người bạn mà nó đã đúc ra. Đó là lúc mà bạn vui vẻ, hài lòng với vẻ đẹp và sức mạnh của bản chất thực trong bạn được tự do bởi những tác dụng lành mạnh của sự hiểu biết.

Khi bạn tin rằng bạn đã khám phá ra cái cốt lõi đó, bạn cũng không nên dừng lại việc quán tưởng. Hãy bắt đầu một sự quán tưởng mới về một khái niệm giống nhau trong ngày kế tiếp. Hãy nhắm mắt và thư giãn nhẹ nhàng vài phút. Tưởng tượng rằng bạn thở ra hết những căng thẳng và đau buồn, hít vào năng lực khỏe mạnh và trong lành. Thư giãn mọi cơ bắp và để cái cốt lõi hiện lên trong sự nhận thức của bạn. Khoảng chừng mười phút tiếp theo suy xét lại mọi cấp độ của ý nghĩa mà tư tưởng hoặc đối tượng nắm giữ cho bạn. Lòng từ bi là một khái niệm trí tuệ sâu sắc, nhưng cũng có sự uyên thâm trong vẻ đẹp của một con bướm. Hãy suy xét ẩn ý này. Làm thế nào cuộc đời bạn sẽ thay đổi theo sự hiểu biết mới? Những mối quan hệ? Những giá trị? Hãy ung dung suy xét. Ở đoạn cuối không hề có sự vội vã hay kiểm tra. Hãy thường thức sự uyên thâm và những chỉ dẫn. Hãy nhắc nhở bản thân mình luôn ghi nhớ mọi thứ đã trải nghiệm.

Nếu tâm trí bạn lang thang mất tập trung, đừng tự trách móc. Tư tưởng đi lang thang là chuyện bình thường, và những gì mà bạn cần là nhẹ nhàng quay lại vấn đề đó. Sau vài lần thực tập bạn sẽ chú ý đến việc tâm trí bạn bị lạc lối, nhưng vẫn còn mối liên quan với tư tưởng chính; trong tâm thần học người ta gọi là tự do hợp tác. Bạn càng thực hành nhiều thì việc giữ tập trung sẽ dễ dàng hơn và sự hiểu biết của bạn sẽ uyên thâm sâu sắc hơn. Vì vậy hãy để sự khó chịu, thất vọng bay đi. Nhưng bạn đừng tự ép mình ngồi quán tưởng khi thế giới bên ngoài còn quá nhiều thứ đối với bạn. Hãy thử lại vào ngày mai. Thứ vị là yếu tố rất cần thiết cho việc quán tưởng và thiền định. Mục đích là trở nên tự do chứ không phải bị trói buộc bản thân mình vào tiến trình thực hành.

Sau khi thực hành bạn hãy mở mắt và tâm trí hãy quay về với ý thức hàng ngày, có lẽ bạn muốn lưu giữ kinh nghiệm vào nhật ký hay vào một cuộn băng. Đây là cách làm vững chắc tư tưởng và giúp ký ức của bạn cho những hiểu biết sau này.

Nhiều người phát hiện niềm thú vị lúc quay lại những ý niệm ban đầu sau vài tuần hay vài tháng khi họ đã thông thạo, và họ so sánh lần thực hành này với lần trước. Không hề có một nguyên tắc nào về mặt này. Hãy tin vào trí tuệ nhạy bén của bạn. Như thánh Pierre Teilhard de Chardin<sup>[12]</sup> đã nói: “Bạn không phải là con người trần tục đã trải qua kinh nghiệm tâm linh; bạn là một con người tâm linh đã trải qua kinh nghiệm trần tục.” Khi bạn thấu hiểu bạn sẽ thấy ý nghĩa trong mọi thứ, và sự trong sáng của linh hồn.

\*\*\*

Nếu như quán tưởng đạt được phần thưởng xứng đáng thì thiền định là phương tiện để con người trần tục có khả năng đi sâu vào cõi tâm linh. Ở đây bạn không bị trói buộc bởi một ý niệm đơn lẻ hoặc bị hạn chế bởi sự tập trung. Hơn hết, bạn đang trò chuyện với tâm trí, thân thể và linh hồn của bạn, “Bạn tự do đi đến bất cứ nơi nào bạn thích trong sự tìm tòi về sự tiến bộ của tâm linh. Bạn không bị ràng buộc bởi không gian và thời gian, bạn có thể du hành về quá khứ hoặc tương lai, đến những vùng đất đã được biết hoặc chưa từng được biết, đến những nơi nhỏ xíu như trái tim con người hoặc vùng trời thênh thang như vũ trụ.”

Tin tôi đi, không có cuộc du hành nào thú vị hơn.

Tôi đã từng viết sách về thiền định, tuy nhiên tôi chưa thể đạt đến trí tuệ và nội tâm yên tĩnh như những nhà Yoga và các tu sĩ Châu Á điển tả. Họ là những người đã dành cả đời tu tập thiền định. Với tôi và với bạn điểm chính không phải là đạt đến mức độ thiền định hoàn hảo, mà để chúng ta cố gắng thực hành thiền càng nhiều càng tốt, để sử dụng như một công cụ trong sự tiến hóa, để đưa chúng ta hướng đến tâm linh, và để giúp chúng ta về mặt chữa trị bệnh tật.

Trước khi tôi gặp Catherine<sup>[18]</sup>, tôi dạy y học theo con đường chính thống, và tôi hướng dẫn điều trị bệnh tâm thần theo những cuốn sách truyền thống. Sau khi trải qua những kinh nghiệm với cô ta, tôi bắt đầu khám phá và chọn ra phép trị liệu khác; đó là khoảng thời gian tìm kiếm mà tôi đã học hỏi được những giá trị của thiền định.

Giống như thôi miên mà tôi đã sử dụng để đưa bệnh nhân trở về những kiếp quá khứ của họ, thiền định phát triển khả năng mở mang tâm trí đi đến phần sâu nhất, hầu hết những ảnh hưởng của thân thể và linh hồn được giấu kín, bất kể là chúng ở quá khứ, tương lai, hay hiện tại. Thật nghịch lý, vì không suy nghĩ, vì tâm trí trong sạch, chúng ta lại tự do hồi tưởng. Ký ức của quá khứ, hiện tại và tương lai giúp ta xác định nguyên nhân của nỗi khổ đau, và ngay khi chúng hé mở ra, ta dễ nhận thấy nỗi sợ hãi đến từ một nơi khác và bây giờ không còn là mối đe dọa nữa. Tôi đã có nhiều hồi ức trong kiếp quá khứ khi đi sâu vào thiền định và do đó tôi đã hiểu thấu được bản chất trong cách cư xử, trong sự bảo vệ, và trong nỗi sợ hãi của tôi. Có lẽ tôi sẽ không đạt được sự hiểu biết như ngày nay nếu tôi không thực hành thiền.

Chúng ta có thể sử dụng thiền để giải quyết những xung đột cá nhân và những mối quan hệ khó khăn, hoặc giúp tâm hồn được lành mạnh. Nhưng rồi cuối cùng, mục đích chính của thiền định là đạt được nội tâm yên tĩnh và sự cân bằng thông qua tâm linh.

\*\*\*

Các vị tu sĩ có thể ngồi thiền hàng giờ. Bạn chỉ nên bắt đầu khoảng hai mươi phút. Hãy ngồi thoải mái hoặc nằm nếu bạn thích, tuy vậy sẽ rất dễ ngủ quên. Nhắm mắt, thở chậm chậm, đều đặn và sâu; xác định rõ bất cứ nơi nào bị căng thẳng trong cơ thể bạn (với tôi thì ở cổ và vai); nhấn nhủ với thân thể bạn rằng: Mọi thứ đều yên ổn, mọi thứ đều an lành. Hãy thư giãn.

Hãy để những tư tưởng tán loạn và mối lo ngại hàng ngày bay nhẹ nhàng ra khỏi tâm trí bạn. Ngăn chặn mọi tiếng ồn ào của công việc, gia đình, bạn bè, và trách nhiệm, những chuyện thường xuyên tấn công bạn – từng cái một, nếu cần thiết. Quan sát chúng biến mất bằng trí tuệ. Hãy sống trong giây phút này, giây phút quý giá duy nhất của ân huệ, của ánh sáng, của sự tự tại.

Vì hiện tại là nơi duy nhất mà chúng ta có thể tìm thấy hạnh phúc, niềm hân hoan, yên lành, và tự tại, do đó thực hành về mặt tâm linh nhấn mạnh đến việc niệm trì trong giây phút hiện tại. Tâm trí con người là một kiệt tác của tạo hóa. Niệm trì là ý thức của những ý niệm, cảm xúc, tình cảm, và nhận thức đang chiếm ngự trong ta ngay bây giờ và chỉ bây giờ thôi. Bằng cách làm sáng tỏ nỗi đau buồn trong quá khứ và nỗi lo lắng về tương lai, tu tập thiền định sẽ mở cánh cửa cho chúng ta đi đến nội tâm yên tĩnh và sáng suốt.

Bằng cách đưa chúng ta đi từ ý thức hàng ngày vào sức niệm trì của giây phút hiện tại – chỉ giây phút hiện tại, chính xác tức thì – và cũng như vậy, đưa vào giá trị tinh thần, mà giá trị này sẽ nâng cao tâm hồn chúng ta, thiền định giải thoát cho chúng ta đi đến bất cứ nơi đâu. Theo cách đó, chúng ta có thể đạt được sự sáng tỏ về nỗi chán thương ở hiện tại, trong quá khứ hay một kiếp sống ở tương lai, hoặc sự phủ nhận vô ý thức về bản chất vấn đề nan giải của chúng ta. Đó là giá trị của thuật chữa bệnh trong thiền định; sự vô thức trở thành có ý thức. Có thể rất đơn giản để hiểu rõ chân lý của vẻ đẹp trong giây phút đó và mọi băn khoăn đã chứa đựng từ lâu. Đó được gọi là sự sáng suốt, và đó là cách mà chúng ta đạt đến chân lý tối thượng.

Đây là một hình ảnh minh họa của niệm trì.

Tôi đang hướng dẫn một bệnh nhân tên là Linda, cô là giáo viên, cô có thói quen luôn vội vàng vì sợ trễ giờ lên lớp, nhưng thiền định đã dạy cô làm chậm lại.

Stephan Rechtschaffen, giám đốc của viện Omega tại Rhinebeck, New York, kể lại một cảm giác khi ông đang ở văn phòng thảo luận về một vấn đề kinh doanh với một đồng nghiệp. Đó là một ngày xuân nắng đẹp, và từ cửa sổ ông có thể nhìn thấy một vị khách của viện, một tu sĩ Phật giáo Việt Nam, triết gia Thích Nhất Hạnh đang đi qua bãi cỏ. Stephan nói rằng: “Với mỗi bước chân, ông như đang hôn lên mặt đất. Ông hoàn toàn hiện hữu, nhưng rõ ràng là ông chỉ mãi mê cất bước. Tôi có thể cảm nhận rằng ông đang thưởng thức mỗi giây phút, cảm nhận được xúc cảm của cỏ dưới lòng bàn chân, cảm nhận được thân thể ông dường như hòa nhịp trong mỗi bước đi.”

Tu sĩ Thích Nhất Hạnh đang sống trong giây phút mà Linda đang học hỏi thực hành. Ông viết rằng: “Trong chúng ta luôn có một dòng sông của cảm xúc, trong đó mỗi giọt nước là một cảm xúc khác nhau, và mỗi cảm xúc dựa trên tất cả cảm xúc khác vì sự tồn tại của chính nó. Để quan sát nó, chúng ta chỉ ngồi trên bờ sông và nhận ra mỗi cảm xúc như nó đang nổi trên mặt nước, trôi đi và biến mất.”<sup>[12]</sup>

Khi chúng ta ngồi thiền, chúng ta đang ngồi trên bờ sông đó.

\*\*\*

Thiền định có thể giúp chúng ta thu gom lại năng lực chữa trị ở trong chúng ta, không chỉ là chữa trị bằng năng lực tự nhiên trong con người mà còn là chữa trị bằng thể chất. Nhiều hơn nữa, các thầy thuốc nhận biết rằng chúng ta có thể chống lại bệnh tật, thậm chí những căn bệnh rất nguy hiểm, với những loại thuốc được khám phá mới đây: Năng lực chữa bệnh nằm trong bản chất tâm linh của chúng ta. (Đó là sự khám phá gần đây tại phương Tây, trong khi các bác sĩ phương Đông đã biết về nó từ nhiều thế kỷ qua.) Có lẽ đây là loại thuốc thật sự điều trị cả thân thể và trí óc, ở đó chúng ta truyền sinh lực cho toàn bộ cơ quan – trí não, tâm hồn cũng như thể xác.

Trong một cuốn sách có tựa là *The Biology Of Hope And The Healing Power Of The Human Spirit* (Dutton, 1989), Norman Cousins mô tả chi tiết về những tình cảm có ảnh hưởng như thế nào trên hệ thống miễn dịch; các nhà nghiên cứu tại Harvard đã khám phá ra thiên định có thể kéo dài tuổi thọ; trong khi các bác sĩ tại nước Anh lại tìm thấy ăn kiêng, tập thể dục, và thực hành phương pháp giảm căng thẳng, những điều này trong thiên định là rất quan trọng, chắc chắn sẽ làm đảo ngược lại bệnh động mạch vành. Chỉ ăn kiêng và tập thể dục thì không có tác dụng.

Sức mạnh khẩn nguyện trong việc chữa lành bệnh cũng được chứng minh – không chỉ là một người cầu nguyện riêng lẻ, gia đình hoặc bạn bè mà còn những người cầu nguyện xa lạ nữa. Ví dụ như trong năm 1982, 393 bệnh nhân của khoa chăm sóc bệnh động mạch vành tại bệnh viện San Francisco ngẫu nhiên được chọn để nhận hay không nhận lời khẩn nguyện. Cả bệnh nhân, bác sĩ và y tá cũng không ai biết được nhóm nào được chọn và nhóm nào không được. Bệnh nhân nào nhận lời khẩn nguyện thì bớt bệnh hẳn. Một nghiên cứu tại Đại học Duke và Trung Tâm Y Học Durham Veteran Affairs cho thấy bệnh nhân tim mạch được sức cầu nguyện của bảy nhóm tôn giáo khác nhau từ nhiều nơi trên thế giới, đã khỏe hơn so với những bệnh nhân chỉ được điều trị theo phương pháp y khoa truyền thống. Một nghiên cứu với bệnh AIDS chứng minh rằng khi những người từ nơi xa xôi cầu nguyện cho bệnh nhân AIDS thì họ cảm thấy bớt đau đớn hơn và bớt thất vọng hơn.

Tôi dạy cho bệnh nhân phương pháp thiên định để làm giảm chứng mất ngủ, giúp họ điều chỉnh được trọng lượng, ngưng hút thuốc, giảm căng thẳng, chống lại bệnh nhiễm trùng, và bệnh mãn tính, làm giảm huyết áp cao. Phương pháp này đạt hiệu quả là do chất hóa học và vật lý của cơ thể có ảnh hưởng bởi năng lượng thể chất và tinh thần; thiên định đều đặn là dụng cụ vô giá cho việc phục hồi và gìn giữ sức khỏe.

Thiên định có thể mở ra những khả năng trải nghiệm tâm linh, vì tâm thức là một trong nhiều cánh cổng đi vào cõi bất diệt. Cánh cổng này không bao giờ mở rộng, và không có dấu hiệu nào thông báo cho chúng ta đâu là con đường dẫn đến đó. Không có mật mã hay lời nói thần kỳ nào để mở nó; Đó là quá trình nội tâm chuyển biến và được chuyển biến. Đặt để theo nhiều cách khác nhau, tâm trí là một lối đi, rồi thông qua thiên định bạn sẽ có đúng thời điểm sở hữu một bản đồ mà qua đó bạn sẽ tìm thấy con đường dọc theo lối đi để vào trạng thái sâu hơn, siêu việt hơn.

Thiên định sẽ đưa bạn đến một sự nhận thức được tăng cao của bản chất tâm linh, và đưa vào một trạng thái nhập định sâu lắng. Sự ngời sáng, mãn nguyện, và trạng thái khỏe mạnh sẽ xuất hiện khi chúng ta chạm đến cõi sâu lắng nhất của chúng ta. Thiên định cho phép một cảm xúc hạnh phúc lan truyền qua bạn, khi bạn đang quán tưởng một khái niệm hay một đối tượng đã cho bạn sự thú vị. Nó có thể đưa bạn trở về một kiếp quá khứ hoặc đi đến một kiếp tương lai; các bài học của mỗi kiếp sống sẽ sáng tỏ với bạn khi bạn tiếp thu chúng.

Khi bạn đạt đến sự nhận thức, bạn sẽ thấy bản thân mình tràn ngập lòng thương cảm và tình yêu thương mà không hề mong chờ được đáp trả. Bạn sẽ cảm thấy tính đồng nhất với từng người khác và con người, với thiên nhiên, với bầu trời và biển cả – và với tất cả những gì đang tồn tại. Bất kể bạn đã ở bao lâu trong trạng thái biến đổi, bạn sẽ trải nghiệm đỉnh cao tối thượng, một cảm giác độc nhất trong mỗi cái riêng lẻ mà chung cho nhiều thần thức, những thần thức đang tiến xa hơn theo cuộc hành trình tiến hóa của họ. Trong số vài bệnh nhân của tôi đã kể rằng trong lúc thiên định họ tách khỏi thể xác vật chất và bay bổng trên thân thể họ, quan sát thân thể từ một cảnh giới khác, giống như nhiều người trong tình trạng gần kề cái chết khi sống lại đã kể chuyện xuất hồn của họ. Bạn có thể chia sẻ kinh nghiệm đó hoặc những chuyến phiêu lưu mà chưa ai biết. Một điều chắc chắn là bạn sẽ khám phá ra bản ngã thiết yếu và năng lực tuyệt đối của bạn.





## Chương 12. David: Tâm linh

Lúc nhỏ tôi thường theo cha tôi đi đến điện thờ vào sáng Chủ Nhật, quan sát những ông lão đu đưa, lắc qua lắc lại<sup>[20]</sup> khi họ đọc kinh cầu nguyện. Cha tôi bảo tôi rằng nghi thức này lặp đi lặp lại cả ngày lẫn đêm, sáng trưa chiều tối. Tôi không hiểu ngôn ngữ của lời cầu nguyện, tiếng Hé-bơ<sup>[21]</sup>, căn bản là tôi không thể hiểu nguyên nhân để họ cầu nguyện. Tôi nghĩ là chẳng có ý nghĩa gì hết. Tôi cho rằng dù nhiều năm trôi qua đi nữa lời cầu nguyện cũng không thể có ý nghĩa gì, và lúc đó việc mà đu đưa, lắc qua lắc lại cũng không thể là bài tập thể dục.

Sau khi điều trị Catherine tôi mới vỡ ra. Những ông lão đó đặt để thân thể họ vào một tình trạng thay đổi cũng giống như tôi đặt bệnh nhân vào tình trạng thôi miên. Tôi không nghĩ nội dung của lời cầu nguyện quan trọng, mà nghi thức cầu nguyện mới là quan trọng –

giống như nhiều nghi thức tôn giáo, bất kể tôn giáo nào – đều giúp họ có nhiều năng lực tâm linh hơn. Dù người này là đạo Do Thái, đạo Thiên Chúa, hay đạo Hồi, đối tượng chỉ là một: được đến gần hơn với đấng Tối Thượng, và bằng cách cầu nguyện, sẽ trở nên gần hơn với chính bản chất tâm linh trong sáng.

Với tôi, có tâm linh nghĩa là có lòng thương cảm, yêu thương, chăm sóc. Nó có nghĩa là dang rộng đôi tay ra cho mọi người với cả tấm lòng từ ái mà không mong được đền đáp. Nó có nghĩa là thừa nhận điều gì đó lớn lao hơn chính bản thân, một sức mạnh tồn tại trong một cõi xa lạ mà chúng ta phải cố gắng khám phá. Nó có nghĩa là biết được còn nhiều bài học cao hơn để học hỏi, và sau khi chúng ta đã học xong những bài học đó, chúng ta biết rằng vẫn có nhiều bài học cao hơn nữa. Khả năng tạo ra tâm linh là trong từng người chúng ta, và chúng ta phải khai thác nó.

Tôi đã từng thấy nhiều người có đạo, phạm phải những hành động bạo lực và còn kích động người khác tạo ra chiến tranh. Họ nói rằng những người mà không cùng tôn giáo với họ là kẻ thù của họ, vì vậy họ phải tấn công và giết chết. Những người này không hề học hỏi bài học có sẵn mà chỉ biết có một vũ trụ, một linh hồn. Theo tôi, khuynh hướng này là hoàn toàn không có tâm linh, không hề có ý nghĩa mà tôn giáo tán thành. Thật ra, điều đó đánh dấu sự khác biệt giữa tôn giáo và tâm linh. Bạn không cần có tôn giáo để có tâm linh, có thể bạn là một người vô thần mà vẫn có lòng từ ái và thương cảm. Bạn có thể làm việc tự nguyện mà không phải vì Chúa yêu cầu bạn làm, nhưng bởi vì việc làm này khiến bạn cảm thấy vui vẻ, và bạn nghĩ đó là cách mà con người nên hành động hướng đến với nhau, đó là cách để tiến hóa đến cõi cao hơn.

Khái niệm về Thần Thánh trong tôi là tình yêu thương, năng lực trí tuệ nằm trong từng tế bào của cơ thể chúng ta. Tôi không nhìn Người như một tiêu chuẩn sáo rỗng của một người đàn ông với hàm râu quai nón, ngồi trên đám mây phán xét loài người. Trong thuật ngữ phân tâm học, đây là sự hiện hình, nhân tính hóa của Thần Thánh. Câu hỏi quan trọng liên quan đến tâm linh thì không phải là bạn đang hướng đến Chúa Trời nào, mà có phải thật sự bạn đang hướng đến chính linh hồn mình? Có phải bạn đang sống với một đời sống tâm linh? Có phải bạn là người tốt trên trái đất này, nhận niềm vui nơi bạn đang tồn tại, không gây đau khổ, chỉ làm việc tốt cho người khác?

Đây là thực chất cuộc đời, rất cần thiết cho chúng ta trên hành trình tiến lên trước, và dường như nó không hề rắc rối. Nhưng rất nhiều người trong chúng ta vẫn chưa thấu triệt những bài học tâm linh này. Chúng ta quá ích kỷ, thực dụng, mà thiếu lòng từ ái và sự đồng cảm. Ham muốn làm việc tốt được xếp vào sự ham muốn hưởng thụ vật chất. Và khi lòng tốt và sự ích kỷ vật lộn trong tâm trí, chúng ta trở nên bối rối, bất an.

Đó là tình trạng mà David đang lâm vào, như bạn sẽ nhìn thấy.

Gia đình David thuộc dòng dõi quý tộc New England cũ. Từ Boston bằng mọi cách, anh ta đến gặp tôi. Anh ta đã nghe về việc tôi đang làm, và CD của tôi đã giúp anh thư giãn dù anh chưa có cuộc thử nghiệm nào trở về quá khứ. Ngoài ra, anh đã thử phép trị liệu tâm lý thông thường nhưng nó không giúp anh được nhiều.

- Tôi đã chuẩn bị ở lại một tuần, chúng ta có thể làm được điều gì đó trong khoảng thời gian này?

- Chúng ta cứ thử xem.

Tôi trả lời nhưng lại đề ý đến vết cắt hoàn hảo trên quần và cái nhãn hiệu Polo trên áo anh ta.

- Tôi sẽ lập cho anh một thời khóa biểu ba buổi. Tuy nhiên chúng ta không thể thực hiện nếu anh không kể rõ lý do anh đến đây.

Tôi thật ngạc nhiên vì câu hỏi có vẻ như đánh đổ anh ta. Cuối cùng rồi anh ta mới trả lời.

- Tôi không biết chắc. Tôi không ... tôi không hạnh phúc.

- Nghề nghiệp? Cá nhân?

- Cả hai ... cũng không phải.

- Cái nào?

- Điểm chính là tôi không nên bị mất hạnh phúc.

- Không hạnh phúc thì không phải vấn đề “nên”. Đó là tình trạng của tâm trí.

- Dạ phải. Dĩ nhiên như vậy. Chỉ khi tôi nghĩ về cuộc sống riêng mà thường xa hơn cuộc sống tôi ao ước thì tôi không thể nhìn thấy một điểm nào là không vui.

- Nghề nghiệp của anh?

- Luật sư. Tôi làm cho công ty của cha tôi, và làm rất tốt. Có cổ phần đã hai năm, nhưng tôi không nói đến việc ưu đãi vì bà con thân thuộc.

Khi con cái làm việc cho cha mẹ vẫn thường có sự bất đồng.

- Anh có thấy khó chịu khi làm việc cho cha anh?

- Không hề.

Anh ta nhấn mạnh, ngắt câu bằng một cái vỗ tay nhẹ.

- Cha để tôi tự lập. Ông nuôi dạy tôi trở thành một con người của riêng tôi, mẹ tôi cũng vậy. Ông không bao giờ phê bình tôi, và hiếm khi gặp tôi trong văn phòng. Tôi cho rằng tôi dành thời gian cho ông vì thân tình nhiều hơn trong công việc.

Khi nhà tâm thần học bắt đầu tìm hiểu nguyên nhân vấn đề của người bệnh, trước tiên họ thường tìm hiểu về gia đình. Ở đây có vài động cơ vô thức trong công việc mà David không nhận ra? Tôi thăm dò xa hơn.

- Mẹ anh còn sống không? Anh ta mỉm cười.

- Vẫn còn sống, và hoạt động tích cực. Bà đang trên tàu của đoàn nhạc kịch, múa ba lê, viện bảo tàng nghệ thuật. Mẹ tôi là một bà chủ lớn.

Anh ta đưa tay lên như đoán trước được câu hỏi của tôi.

- Lúc nhỏ tôi được mẹ chăm sóc rất chu đáo, cả anh chị em tôi đều được chăm sóc. Chúng tôi rất gắn bó với nhau.

- Anh nói là anh gặp cha anh rất thân tình?

- Dĩ nhiên, mẹ tôi cũng vậy. Hôn nhân của họ bền vững đã bốn mươi năm rồi.

- Anh gặp họ thường xuyên?

- Có lẽ mỗi tuần một lần. Thường thì một tháng ba lần.

- Anh đã lập gia đình? Một cái vỗ tay nhẹ khác.

- Đúng vậy. Với thiên thần Leslie.

Có phải anh ta mỉa mai?

- Cô ta cũng là luật sư?

- Ồ không, nàng là diễn viên. Tôi gặp nàng vào năm thứ hai của đại học luật Harvard. Vào một dịp đi xem kịch tôi bị choáng váng vì Perdita, rồi tôi đi vào sau sân khấu rủ nàng đi chơi. Đó là cơ hội may mắn vĩnh viễn khi nàng đồng ý, rồi sau đó lại đồng ý khi tôi hỏi cưới nàng cách đây 5 năm.

- Cha mẹ anh chấp nhận?

- Con cháu gia đình quý tộc ở Boston kết hôn với một diễn viên hèn kém? Lúc đầu tôi không biết ba mẹ cảm thấy như thế nào? Tôi nói rồi, ba mẹ để tôi tự chọn cuộc đời mình. Nhưng bây giờ họ rất yêu quý nàng.

- Có con chưa?

- Chưa. Nhưng 5 tháng nữa thì khác. Siêu âm nói là con trai. Nó ở đây. Có người nối dõi rồi! Dòng họ có người tiếp nối rồi!

Anh ta kể cho tôi nghe bằng một niềm vui khôn tả.

Bây giờ thì anh nhào người về phía trước, và biểu lộ buồn thảm.

- Bác sĩ Weiss, đó chỉ là một vấn đề. Tôi yêu thương ba mẹ, tôi có một tuổi thơ tuyệt vời, có một người vợ đặc biệt, được học hành đàng hoàng, cuộc sống đầy đủ sung túc. Chúng tôi có đủ tiền để phòng mọi tai họa, hoặc chúng tôi có thể đi đến bất cứ nơi nào trên hành tinh. Tôi thật sự là một người chẳng phải lo toan gì hết. Tuy nhiên khi tôi suy nghĩ về những điều này, và thậm chí tôi biết rõ chúng đang hiện hữu, vẫn có một vấn đề gút mắc cơ bản: người đàn ông mà tôi vừa miêu tả không phải là người sống trong da thịt tôi.

Điều cuối cùng được kèm theo bằng tiếng nức nở và cái nhìn hết sức đau khổ khiến tôi thật sự nghĩ rằng mình đang đối mặt với một người khác.

- Anh có thể nói cụ thể hơn? Anh ta cố hết sức hồi phục.

- Giá mà tôi có thể. Nếu tôi cố gắng tìm từ ngữ mà tôi cảm thấy ra sao thì nó giống như là van xin. Một lời than van nhỏ mọn của một người quá yêu bản thân mình.

- Không quan trọng là nó như thế nào, rõ ràng là lời than van không hề nhỏ nhoi. Anh đang đau đớn.

Anh ta nhìn tôi biết ơn và thờ nhẹ nhõm.

- Được rồi. Nó như thế này: tôi không biết tại sao tôi được đặt để trên trái đất này. Tôi cảm thấy như thể mình đang trượt trong một cái ao đóng băng gọi là cuộc đời, và cái đó nằm sâu dưới nước cả trăm bộ<sup>[22]</sup>. Tôi biết rằng tôi nên bơi trong đó, rằng nó sẽ tốt nếu tôi trải nghiệm nó, nhưng tôi không biết làm thế nào để phá tảng băng đó. Tôi bối rối về nơi tôi đang sống trên thế giới này. Đúng là tôi rất vui khi làm việc với cha tôi, nhưng điều đó chỉ là một sự xác định của tôi: con của cha tôi. Tôi còn hơn nữa. Tôi còn một xác định khác nữa: người chồng tốt và sắp trở thành người cha tốt.

Anh ta cứ nói, lời nói tuôn thành âm thanh lớn đến sững sờ trong văn phòng tôi.

- Chúa ơi! Tôi hoàn toàn vô hình. Cuộc sống chỉ vèo qua tôi như con gió.

Tôi biết anh ta cần những lời giải sâu sắc. Hơn là sự rên rỉ, lời than van của anh ta liên quan đến sự tồn tại, một lời kêu van vì một sự xác định rõ mà anh ta không thể khám phá.

Có lẽ anh ta đang tìm kiếm không đúng chỗ.

\*\*\*

David kể rằng khi anh nghe CD của tôi tại nhà, anh ta thấy rất thư giãn và chìm vào giấc ngủ. Chẳng có gì sai cả, đơn giản là người đó đi quá sâu. Vì vậy “đợt thực hành” trước của anh đã khiến việc đưa anh vào trạng thái thôi miên dễ dàng hơn tại văn phòng tôi. Chỉ trong vài phút anh đã đi vào trạng thái thật sâu. Anh nói chậm chậm như đang cố nhìn kỹ vào cuộc đời từ bên ngoài:

- Đó là thế kỷ 12. Tôi là nữ tu, Sơ Eugenie,

đang làm việc trong bệnh viện ở ngoại ô Paris.

Anh nhún vai.

- Một nơi đầy chết chóc, lạnh lẽo, tối tăm. Cuộc sống của tôi quá cực nhọc. Người bệnh nằm đầy trong phòng, tôi biết còn nhiều người đứng ngoài chờ người nằm trong đây chết để có chỗ nằm. Thân thể họ bị giộp phồng đầy nước vàng. Mùi hôi bốc lên kinh khủng. Ngay thời tiết lạnh như vậy mà người bệnh nghèo nàn này vẫn bị sốt rất cao. Họ toát mồ hôi và rên rỉ. Nhìn họ đau đớn khủng khiếp.

Tôi không hề ngại gì khi làm việc ở đó. Một đứa bé gái 11 tuổi, mồ côi, đôi mắt lấp lánh với con sốt, đôi môi khô rang, khuôn mặt nhăn nheo như con khỉ. Chúng tôi biết con bé sắp chết mà tôi chẳng thể làm gì giúp nó. Tuy nhiên tâm trí con bé rất sáng suốt, nó có thể làm trò cười, nhiều bệnh nhân khác rất thích nó. Tôi yêu quý con bé nhất. Tôi đem nước đến và lau trán cho nó – tôi làm việc này với mọi người – với sự chăm sóc đặc biệt.

Vào ngày con bé chết, nó nhìn tôi và nói “Sơ đến trong đời con và đem cho con sự yên ổn. Sơ đã cho con hạnh phúc”. Hạnh phúc! Ông có thể tưởng tượng được không? Một đứa con gái tội nghiệp, trong sự đau đớn cực độ về thể xác, nói rằng đã hạnh phúc vì có tôi. Tôi không biết rõ lý do, nhưng tôi tăng đôi nỗ lực của mình đối với mọi bệnh nhân, hy vọng tôi có thể đem cho họ niềm hạnh phúc tương tự, hoặc ít ra cũng đem cho họ sự yên lành. Và nó có hiệu quả! Tôi biết sự hiện diện của mình dễ dàng dành họ, và nối kết linh hồn của chúng tôi lại với nhau, tuy vậy không có ai nối kết mạnh mẽ với tôi bằng cô bé mồ côi đó.

Khi nói khuôn mặt anh phản ánh nội tâm an lành và giọng nói rất nhẹ nhàng, kính sợ, huyền diệu.

- Rốt cuộc rồi tôi cũng không chống nổi bệnh tật. Con đau nhức buốt, tuy thân thể tôi khôn khéo nhưng tâm trí và linh hồn tôi rất sáng suốt. Tôi biết rằng tôi đã sống rất hữu ích cho mọi người, và đó là kế hoạch mà Thượng đế dành cho tôi. Khi tôi chết linh hồn bay cao hướng đến Thượng đế, người đã cứu rỗi tôi. Tôi được bao phủ trong ánh sáng vàng rực,

cảm thấy có sức sống mới trong ân huệ của Người. Nhiều thiên thần đến dẫn tôi đi, chào đón tôi bằng những tràng pháo tay và những bài hát trên thiên đường. Sống trên trái đất, tôi đã đánh liều mạng sống để giúp người khác mà không hề có ý nghĩ lợi ích vật chất. Đây là phần thưởng của tôi trên thiên đàng, có giá trị nhiều hơn kho báu của vua chúa, quý giá hơn những viên ngọc bích.

Họ giúp tôi kiến thức, và đổi lại tôi cho họ tình yêu thương vô tận. Qua họ tôi hiểu rằng giúp đỡ người khác là điều thiện cao quý nhất, và ông có thể tưởng tượng ra niềm vui của tôi khi họ nói rằng tôi đã đạt được điều đó. Chiều dài của cuộc đời không quan trọng. Con số của ngày giờ năm tháng sống trên trái đất là vô nghĩa. Quan trọng là chất lượng sống trong những năm tháng đó, chất lượng được đo lường trong hành động nhân từ và trí tuệ đạt được. “Vài người làm việc tốt một ngày còn hơn người khác làm trong một trăm năm”. Đây là lời nhắn của họ. “Mỗi linh hồn, mỗi con người đều quý giá. Với sự giúp đỡ của mỗi một người, mỗi một cuộc sống được cứu giúp, đó là giá trị không thể đo đếm được”. Mỗi linh hồn mà tôi chăm sóc trong bệnh viện, thuộc vào những thẻ xác đã chết trước tôi, gửi lời cầu chúc và tình yêu đến cho tôi, hòa lẫn vào niềm vui của tôi.

David ngừng lại một chút rồi tiếp:

- Một sinh vật tuyệt đẹp đáng ngạc nhiên khác với các thiên thần, dường như được làm từ ánh sáng, tuy vậy nó có hình thái con người rõ ràng, mặc một cái áo choàng màu tím, mang giày vàng. Giọng nói của nó - không thể phân biệt là nam hay nữ – có một quyền lực của trí tuệ siêu phàm.

Khi tôi đưa anh trở về hiện tại, anh vẫn trong tình trạng quyền lực của cảnh tượng, vẫn còn tràn đầy kính sợ và tâm được khai sáng<sup>[23]</sup>, anh nói với tôi:

- Chúng ta có thể gọi đó là Sinh Vật Nguồn. Vì những bài học mà các thiên thần dạy tôi là họ đã học từ sinh vật đó. ‘Nếu bạn cần sự giúp đỡ, bạn có thể cầu khẩn thông qua thiên định và cầu nguyện, bạn cần lúc nào thì nó sẽ hiện thân lúc đó’, Nguồn này chỉ dẫn tôi trực tiếp. ‘Mở rộng lòng nhân ái, tìm điều cao đẹp hơn mà không có động cơ ích kỷ, không có bất cứ bóng dáng nào của tiêu cực hay gây hại, có thể cầu khẩn một năng lực hiện thân đầy quyền năng để hoàn thành mục đích. Đây là quyền của chúng ta như những thực thể tâm linh. Đây là bản chất của tâm linh. Đây là lời cầu khẩn phước lành’.

Anh lắc đầu, băn khoăn và nói:

- Trong đời tôi chưa bao giờ có ý nghĩ như vậy. Tôi là người ngoại đạo. Không hề tin có Chúa và không có ý tưởng mập mờ nào trong tôi về Nguồn. Ý tưởng mà tôi đã từng là nữ tu có vẻ vô lý.

- Đó chính là một kiếp mà anh đã từng sống. Chắc chắn là một kiếp rất quan trọng vì anh đến đó rất nhanh và nó lại rất sống động.

Anh đồng ý.

- Nó không thể là ảo tưởng. Nó quá tách biệt với mọi thứ mà tôi tưởng tượng trong quá khứ.

- Vì vậy mà anh nghĩ là thật? Anh nắm tay lại.

- Tôi không thể đi xa quá. Nhưng tôi có thể nói với ông như vậy, bác sĩ Weiss. Đó là sự trải nghiệm cảm động kinh ngạc nhất mà tôi có thể nhớ.

- Có lẽ Sơ Eugenie là một con người trong da thịt anh. Có lẽ bà ta là một David mà anh đang tìm kiếm.

Anh nghĩ ngợi giấy lát.

- Chúng ta sẽ gặp lại, phải không?

Buổi điều trị đã xong. Anh đứng dậy và vỗ nhẹ tay.

- Cái gì sẽ đến?

Hai ngày sau anh trở lại và nói với tôi rằng cái kiếp sống đó cứ ám ảnh từ lúc anh ta rời khỏi văn phòng tôi. Anh có cảm giác mình đã trải qua một buổi lễ hiến linh. Bây giờ anh tò mò về cái tiếp, và gần như ném mình xuống ghế.

Vài phút sau anh quay trở về khoảng thời gian 140 năm trước trong cuộc nội chiến của Mỹ. Kiếp này anh ở ngoài cảnh tượng dù anh nhìn thấy nó rõ ràng. Anh là một thanh niên trong phe Liên Minh, lính bộ binh, suốt ngày đi tuần tra hoặc chiến đấu. Anh kể:

- Hết trận đánh này tới trận đánh khác. Mỗi trận đánh càng tệ hơn. Tôi sợ kết bạn vì tôi chắc rằng họ sẽ chết hoặc bị thương. Điều đó xảy ra cho mọi người: bị cắt xẻo hoặc bị giết. Chúng tôi chiến đấu với những người không phải là kẻ thù, mà là anh em với chúng tôi. Lý do duy nhất mà chúng tôi bắn họ là họ không bắn trước. Tôi cố gắng hết khả năng cứu đồng đội mình, giúp họ tìm nơi trú ngụ, thức ăn, nước uống. Tôi cũng giúp kẻ thù như vậy nếu có thể.

Anh sụp mắt xuống như thể cố tránh nhìn vào đó.

- Thật là vô nghĩa và đau buồn. Không thể nói là vinh quang từ chiến bại. Anh em giết anh em hoà. Liên quan đến cái gì? Một khoảng đất? Một con suối? Một tư tưởng?

Bỗng nhiên anh có vẻ buồn và già đi.

- Tôi cũng không sống sót sau chiến tranh. Tôi bỏ chỗ núp sau thân cây và để bị giết bằng cách đi bộ vào trận chiến. Tôi không có động lực nào để chiến đấu hoặc còn bụng dạ nào để giết chóc nữa. Đó là một loại tự sát.

Anh cam chịu thờ dài.

- Chiến tranh, bệnh dịch, động đất – tất cả là tai họa của thiên nhiên hoặc của con người. Tai ương giết chết hàng trăm hoặc hàng trăm ngàn – thì cái giá phải trả không thể kể xiết.



Giọng nói anh trở nên tự tin hơn.

- Điều gì mà có vẻ không thể tránh khỏi thì không hẳn là thật. Nó có thể dịu bớt bằng ý thức riêng của chúng ta, bằng tư tưởng và ý định của tập thể. Điều gì mà có vẻ tránh được thì đòi hỏi ý chí để ngăn ngừa nó.

Anh đang nói về việc giữ mạng sống bằng cách ngăn chặn bạo lực, nhưng anh ám chỉ tai họa thiên nhiên có thể được ngăn ngừa do sử dụng ý chí của con người? Tôi cũng không chắc lắm. Khi David quay trở về hiện tại anh cũng không biết rõ. Có lẽ chuyến đi sắp tới sẽ giải thích rõ hơn.

Vào ngày đó trước khi anh ra về, anh có một cái nhìn thoáng về cảnh tượng trong kiếp quá khứ ở nhiều thế kỷ trước tại Trung Quốc,

anh không biết năm nào. Ngay khi anh đến kiếp sống đó, thân thể anh bắt đầu run rẩy, và tôi hỏi liệu anh có muốn trở về, anh nói nhanh:

- Ô không, tôi không sợ cũng không bệnh hoạn gì. Tôi đang quan sát. Tôi là đứa bé trai 11 tuổi. Tôi bị run rẩy vì đất đang run. Đó là cơn động đất. Gia đình tôi rất giàu, họ xây một căn nhà rất chắc chắn, nhưng nó cũng không chịu nổi sức đẩy của thiên nhiên. Các bức tường đang nứt, tôi nghe tiếng thét của cha mẹ, của anh chị em tôi. Hoảng loạn, tôi nhảy đến giúp họ nhưng quá trễ. Đứa em gái bé bỏng của tôi đang hấp hối, tôi ôm nó trong lòng cho đến khi nó chết. Tôi chạy qua phòng khác, cũng chẳng có gì đỡ hơn, các bức tường đổ sụp và tôi chết theo cả nhà.

Hầu như ngay khi David bước vào kiếp sống đó, anh liền rời bỏ. Đơn giản là anh đến đó vì những bài học đã mời gọi anh. Anh lại quan sát nó khi anh trở về hiện tại.

- Cuộc sống tuy ngắn ngủi nhưng hạnh phúc. Những tòa nhà không có độ bền chắc không thể chống đỡ sự chấn động. Vào thời điểm đó không thể tránh được tai họa, hồi đó không thể tránh vì mức độ hiểu biết hay nhận thức bị hạn chế. Còn bây giờ chúng ta có kiến thức nhưng con người vẫn chết. Thật đáng giận. Chúng ta vẫn xây dựng những công trình không vững chắc trong những khu vực nguy hiểm mà không có kế hoạch hay sự chuẩn bị chu đáo. Tôi không nói về các nước thứ ba. Tôi đang nói đến nước Mỹ! Không phải thiếu tiền làm chúng ta ngưng trệ mà thiếu giá trị đặt trên con người. Chúng ta thà hy sinh con người hơn là phải tốn tiền. Độ an toàn đơn giản có thể tránh được đau đớn, thương tật và thậm chí mạng sống. Mỗi cuộc sống đều quan trọng, đặc biệt, và như vậy hàng ngàn người hy sinh thường là vì sự tham lam.

Một tiếng thở dài khác.

- Khi nào chúng ta sẽ học hỏi?

Tôi không có câu trả lời, nhưng tôi đã nghĩ đến điều này nhiều năm rồi. Có lẽ rồi tất cả chúng ta sẽ giác ngộ như David. Có lẽ rồi đây, chúng ta nhận ra rằng khi một người chết đi, đó là phần riêng trong quá trình của sự chết.

Mọi đời sống và linh hồn đều có liên quan.

Khi David quay lại cho đợt trị liệu cuối, chúng tôi đến thăm thêm hai kiếp quá khứ. Một lần nữa, chủ đề trong những chuyến trở về đợt trước tự biểu hiện, và anh có thể kể về nó rành mạch: có một giá trị tối thượng trong việc giúp đỡ người khác vì mỗi cuộc sống, mỗi biểu hiện về mặt thể chất trong chuyến du hành của linh hồn, là một sự vô giá.

Kiếp quá khứ đầu tiên trong buổi trị liệu này, anh là một bác sĩ vào thời đại hoàng đế La Mã. Trong những điều kiện ra với anh có một sự bùng nổ của bệnh dịch. Anh thấy mình đang băng bó chân người bệnh, không phải vì họ bị thương mà nhờ băng bó này tránh họ chết lây dịch từ chuột lan bệnh ghê tởm đến người. Anh cảnh báo mọi người tránh xa chuột, đặc biệt những con chuột chết, họ sẽ rời khỏi xác chuột, và càng cố giữ thân thể được sạch sẽ ở nhà càng tốt. Anh đã cứu rất nhiều người, nhưng bệnh dịch lan ra nhiều khu vực nơi mà anh chưa kịp cảnh báo hoặc là họ không nghe theo lời khuyên của anh. Thật kỳ diệu, bản thân anh không bị bệnh dịch tấn công, nhưng anh sống để chiến đấu với bệnh tật như là một người thầy thuốc được tôn trọng và sùng kính.

Kiếp kế tiếp được liên kết mạnh mẽ với cả hai kiếp tại La Mã và Pháp khi anh là một nữ tu chăm sóc nạn nhân bệnh đậu mùa. Hơn một lần anh đã ở tại thời Trung Cổ, vào một thời kỳ xa xưa nào đó, và lần nữa bệnh dịch lan tràn khắp nơi, ảnh hưởng hầu hết Châu Âu. Anh làm việc điên cuồng, chăm sóc số bệnh nhân quá nhiều trong thành phố nơi anh sống, có thể là ở London, anh không chắc lắm, tuy nhiên nỗ lực của anh không đủ chống lại cơn đại dịch. Hơn phân nửa cư dân thành phố chết, và luôn cả người nhà của anh. Kiệt sức vì chống đỡ, anh trở nên tuyệt vọng và đau đớn, lòng tràn ngập tội lỗi, ân hận vì thất bại nhiều lần. Anh có thể nhìn thấy xa hơn trong kiếp đó. Anh kể rằng anh còn sống thêm mười năm nữa, nhưng chưa bao giờ anh thật sự tha thứ cho mình. Tôi hỏi:

- Tại sao anh lại quá gắt gao với bản thân mình? Trong cuộc sống luôn có nhiều vấn đề anh không thể thực hiện được.

Từ trong tiềm thức, linh hồn bay bổng trên thân thể của kiếp sống thời Trung Cổ, anh nói:

- Bởi vì tôi quên việc băng bó. Họ có thể tránh đám họ chết.

Tôi hết sức ngạc nhiên. Anh đã mang những ký ức trong một kiếp xa xưa vào kiếp sống thời Trung Cổ! Đó là một tín hiệu nối kết lại những kiếp quá khứ của anh mới gần gũi làm sao, và tất cả kiếp quá khứ ở lại trong chúng ta như thế nào khi chúng ta tiến hóa. Vài người trong thời Trung Cổ có kiến thức về La Mã, biết về những cơn họ chết lây dịch từ chuột lan ra thành bệnh, nhưng anh cảm thấy lẽ ra mình thu thập điều mà anh đã biết ở thành Rome rồi ít ra cũng ngăn chặn nhiều cái chết, có lẽ cũng cứu được gia đình mình.

Anh lại nói, vẫn trong thân thể thời Trung Cổ.

- Tôi sẽ giữ lời hứa với ông. Trong tất cả những lần đầu thai tới tôi sẽ bảo vệ và cứu giúp nhiều người theo sự cố gắng hết sức của tôi. Tôi biết không có cái chết, rằng chúng ta bất tử, nhưng tôi sẽ làm tất cả mọi điều để giảm cơn đau cho nạn nhân và những người sống sót, sẽ làm mọi điều để những bài học của linh hồn tiến hóa không bị cản trở.

Tôi nghĩ anh đã giữ đúng lời trong mọi kiếp chỉ trừ kiếp này. Cái gì có thể thay đổi ký ức giờ đây đang thôi thúc? Có thể anh tìm thấy cốt lõi thật sự của mình là người chữa bệnh?

Cả hai chúng tôi đều yên lặng. Tôi hơi thoáng băn khoăn liệu sự hiện diện của David có phải là một báo hiệu của nạn dịch khác – điều đó có vẻ là mô hình của anh – và rồi bỏ qua tư tưởng này vì nó quá kỳ cục. Thời gian vẫn còn đủ trong buổi điều trị này để có thể khám phá nhiều kiếp khác. Tôi hỏi David muốn đi về quá khứ hay tương lai. Nỗi buồn biến mất, anh reo lên:

- Ô, tương lai!

Anh đưa tôi nhẹ nhàng đi đến một kiếp hơn một trăm năm sau. Trong kiếp đó cái con người da trắng lịch lãm theo đạo Tin Lành ngồi trước mặt tôi là một giáo sĩ đạo Do Thái!

- Tên tôi là Ephraim. Tôi đang đi dự hội nghị với Thiên Chúa giáo, Tin Lành, Hindu, Phật giáo, Hồi giáo, các bộ trưởng, và các thầy thuốc. Chúng tôi gặp gỡ thường xuyên, hai ba lần một tuần, để tu thiền và cầu nguyện, tạo ra một năng lực hài hòa để chống thù ghét và căn bệnh bạo lực thường thấy ở những con người ngu xuẩn trên thế giới. Con số người tham gia rất khiêm tốn, không quá năm mươi, nhưng sức mạnh của chúng tôi vô song. Mục đích của chúng tôi là làm dung hòa năng lượng tai họa của trái đất đã bị tháo tuôn ra một cách thiếu hiểu biết bởi những con người không quan tâm hoặc không biết về những định luật của tâm linh. Năng lượng này tạo ra động đất, bão tố, lũ lụt, bệnh dịch. Chúng tôi đã từng nghĩ rằng đây là những sự kiện ngẫu nhiên. Bây giờ thì chúng tôi tin là chúng được sản sinh ra – hoặc ít nhất là bị ảnh hưởng - bởi những tư tưởng và ý định của loài người. Chúng tôi có thể ngăn chặn chúng! Nhóm chúng tôi đi khắp nơi để dạy mọi người phương pháp cầu nguyện rõ ràng và thiền định xác thực mà chúng tôi sử dụng. Chúng tôi có hàng ngàn đệ tử. Tháng sau là hội nghị toàn cầu lần thứ mười lăm gồm hơn hai mươi lăm ngàn tín đồ đã tin theo chúng tôi. Họ sẽ đem lời dạy của chúng tôi về đất nước họ trên khắp toàn cầu. Hội nghị này vượt ra khỏi ranh giới tâm sinh lý để đạt được nền hòa bình, hòa hợp, và cảm thông cho tất cả con người và sinh vật sống trên thế giới và cho cả chính bản thân của hành tinh này.

Đôi mắt anh lấp lánh.

- Nó có hiệu quả! Chúng tôi có thể đo lường ảnh hưởng tích cực trên khí hậu trái đất. Đây là lần đầu trong nhiều thế kỷ mà trái đất đang hưởng thụ khí hậu mát mẻ. Mùa hè và mùa đông đã bớt khắc nghiệt hơn. Tỷ lệ bệnh ung thư đã giảm hẳn.

Trong một lần trở về quá khứ David đã nói bóng gió về khả năng tư tưởng ảnh hưởng lên hiện tượng thiên nhiên. Lần này đến tương lai, anh đã thông suốt khái niệm đó và xem việc giảng dạy là công việc trong cuộc đời mình. Anh thổ lộ với một giọng nói đầy kính sợ:

- Tôi đã học được cách dạy người khác phương pháp cầu khẩn những sinh linh có tầm nhận thức cao hơn, bằng cách giao tiếp với một trái tim trong sáng và từ ái, bằng cách tìm kiếm điều tốt đẹp cao hơn trong tâm linh, chúng tôi có thể năn nỉ họ trợ giúp. Họ đã sẵn lòng giúp đỡ. Thế giới bây giờ là một nơi tốt đẹp hơn rất nhiều so với một trăm năm trước.

Hình ảnh tuyệt vời mà David mang về làm tôi suy ngẫm. Cho dù kết quả trong công việc của Ephraim sẽ được nhận ra, một tương lai thật sự trên trái đất vẫn chưa rõ ràng. Có nhiều tương lai mở ra cho chúng ta, vài nơi bạo động, vài nơi hòa bình, và cũng có nhiều con đường đi đến đó. Chắc chắn nhiều yếu tố khác vượt ngoài hội nghị và những lời dạy của anh sẽ xác định tương lai nào sẽ trở thành hiện thực. Tuy nhiên, cảm giác của riêng tôi thì cho rằng những bậc thầy sẽ đóng vai trò quyết định, và chúng ta sẽ khôn ngoan lắng nghe họ như David. Tôi đã học hỏi được qua nhiều cuộc hành trình đi đến tương lai sẽ cách đây hàng thế kỷ, dân số trên thế giới sẽ giảm sút đáng kể. Làm sao điều này bị ảnh hưởng, bất kể là do chiến tranh, bệnh tật, độc tố, những mưu mô sai lầm, sự thay đổi trực trái đất, giảm tỷ lệ sinh đẻ, lựa chọn có ý thức, hoặc

trong nhiều cách chưa được biết, vẫn còn chưa xác định. Tôi không biết nhiệm vụ của Ephraim cuối cùng rồi sẽ thành công hay không. Liệu sự thúc đẩy bạo lực, tư lợi, tham lam, và thù hận có quá nhiều quyền năng hơn không.

Bây giờ David đang quan sát cuộc sống của Ephraim từ một viễn cảnh cao hơn, xa rời hơn. Đường như anh biết tôi đang nghĩ gì.

- Dân số sắp tới sẽ giảm sút do những sự kiện đau buồn theo cách tác động bất ngờ, hoặc có thể tự nhiên nó sẽ từ từ và nhẹ nhàng hơn, đều được quyết định bởi tư tưởng và hành động của con người. Tất cả chúng ta tự chọn cuộc sống sắp đến. Tôi có sự lựa chọn tốt và hữu ích, người khác cũng lựa chọn đúng đắn. Nhưng tôi băn khoăn liệu có đủ người trong chúng ta đều có sự lựa chọn tốt.

Tôi ao ước giá mà tôi có thời gian cùng với David khám phá nhiều vấn đề xa hơn, nhưng anh phải về nhà vì vợ anh mang thai và vì công việc kinh doanh. Tôi dặn anh giữ liên lạc với tôi, và cho tôi biết ba lần điều trị có hiệu quả như thế nào. Tuy nhiên tôi lo ngại anh sẽ bị cảm dỗ lại bởi môi trường sống đầy đủ sung túc.

Điều đó không xảy ra. Kiến thức về những kiếp sống quá khứ và tương lai đã giúp anh xác định vai trò của mình trong hiện tại. Anh rời công việc ở công ty của cha mình và trở lại Harvard học về luật môi trường. Anh cảm thấy mình phải chống lại những tác động tai hại trong hành nghề kinh doanh – nhiều loại mà công ty cũ của anh đã bênh vực – để anh có thể sửa đổi tương lai tốt đẹp hơn. Anh đặc biệt quan tâm đến vấn đề cảnh báo toàn cầu, sự tích lũy bất cẩn độc tố trường thọ do quá trình sản xuất công nghệ. Hậu quả của sự thiếu hiểu biết về vấn đề tuyệt chủng toàn bộ động vật và thực vật là rất đáng lo ngại. Vì vắng mặt chúng, sự cân bằng thiên nhiên sẽ bị ảnh hưởng. Cuối cùng thì David cũng trải nghiệm về ý nghĩa và mục đích trong cuộc đời; anh đã bình phục. Anh đã hết rối trí, và anh đã được sắp đặt với số phận của mình.

Như câu chuyện của David đã đưa ra, tâm linh không chiếm ngự đơn độc trong tâm trí, đúng hơn là, toàn bộ trong một con người, trong những chủ đích và hành động của một cuộc đời sống tốt đẹp. Bạn không thể chỉ nghĩ rằng “Kể từ giờ trở đi tôi sẽ có tâm linh”. Bạn phải cảm thấy nó như kết quả của hành động. Chúng ta sống trong một cộng đồng của linh hồn, và chúng ta phải biểu hiện những việc làm tốt đẹp trong cộng đồng đó. Cuộc sống xem xét nội tâm tự nó vẫn không đủ. Khi chúng ta bắt kịp những linh hồn trợ giúp theo con đường tâm linh của họ, chúng ta đạt đến một mức độ cao hơn của sự tiến hóa. Những kiếp quá khứ và tương lai của David chứng minh lòng tận tụy vị tha này đối với việc phụng sự yêu thương giữa những người bạn của anh. Anh càng cho đi nhiều thì anh càng nhận được nhiều. Như cuộc sống của anh, đời sống hướng đến tâm linh sẽ mang chúng ta lại gần với bản chất thánh thiện của chính chúng ta.



### Chương 13. Jennifer và Cristian: Tình yêu thương

Kiểm soát cơn giận, sức khỏe, sự đồng cảm, lòng thương cảm, kiên nhẫn và cảm thông, bất bạo lực, những mối quan hệ, số phận và tự nguyện, tâm linh: tất cả đều là những bước tiến đến sự bất diệt. Tất cả đều phải thấu triệt ngay bây giờ hoặc trong tương lai trên cuộc hành trình đến một linh hồn. Tất cả đều là những khía cạnh của đức tính cao thượng, đó là tình yêu thương.

Tình yêu thương là bài học tối thượng. Làm sao bạn có thể giữ lại cơn giận khi bạn yêu thương? Làm sao mà bạn không thương cảm và đồng cảm? Làm sao mà bạn không chọn những mối quan hệ đúng đắn? Làm sao mà bạn lại đánh đập người khác? Phá hoại môi trường? Gây gỗ với hàng xóm? Không có chỗ nào trong trái tim bạn cho những quan điểm khác, những phương pháp khác biệt, những lối sống khác biệt?

Bạn không thể.

Khi bệnh nhân của tôi trải nghiệm qua những chuyến trở về quá khứ và đi đến tương lai, họ đã thông thạo nỗi sợ, và niềm đau. Tình yêu thương là điều mà họ thấu triệt. Nhiều người nhận được lời nhắn nhủ từ những người có vai trò quan trọng trong cuộc đời của họ. Nhưng người khác thì nghe được từ một phía khác – cha mẹ, vợ chồng, hoặc con cái, những người thân yêu đã chết. Lời nhắn rằng “Con khỏe, con thương mẹ lắm. Mẹ đừng quá đau buồn vì con. Phạm vi nằm ở phía xa không tối tăm mà lại sáng sủa, bởi vì con ở đâu thì tình yêu thương cũng ở đó, và tình yêu là ánh sáng.”

Lời nhắn nhủ này có lẽ là một nguyện vọng đã được thực hiện, hoặc là những ảo tưởng để làm dịu nỗi đau mất mát. Nhưng tôi không nghĩ vậy. Tôi đã nghe chuyện này rất nhiều lần từ nhiều người. Tình yêu là điều chúng ta đem theo từ cuộc sống này đến cuộc sống khác, dù trong vài kiếp sống chúng ta không nhận thức được điều đó và đã có vài lần sử dụng sai mục đích. Cuối cùng thì tình yêu là điều giúp chúng ta tiến hóa.

Ví dụ trường hợp của Jennifer, cô vừa sinh đứa con thứ ba, đầu tiên ôm đứa bé trong tay, cô nhận ra đứa bé ngay – năng lực, sự biểu hiện trong đôi mắt, mối quan hệ tức khắc. Cô nói “Lại là bà nữa rồi, chúng ta lại sống cùng với nhau nữa.” Đứa bé là bà ngoại của một phụ nữ trong một kiếp quá khứ. Họ cứ cãi cọ gay gắt suốt cả cuộc đời đó, cả khoảng thời gian yêu thương nhau, dù tình yêu không hề biểu lộ. Cô biết bây giờ là cơ hội để đền bù những tổn hại trong quá khứ.

Có nhiều loại tình yêu: tình yêu nam nữ lãng mạn, tình yêu giữa cha mẹ và con cái, tình yêu thiên nhiên, âm nhạc, thi ca, mọi vấn đề trên trái đất và trên thiên đường.

Tình yêu cho đi và nhận lại bằng linh hồn. Đó là sự hiểu biết về tất cả những điều bí ẩn. Với tôi tình yêu là một tôn giáo tối cao. Nếu chúng ta có thể yêu thương theo cách riêng, nếu chúng ta có thể từ bỏ mọi nghi lễ, mà nghi lễ đó tuyên bố rằng “Của tôi là con đường chân lý còn tất cả cái khác đều là giả tạo”. Nếu chúng ta chính thức từ bỏ bạo lực, hiềm khích, và đau thương thì chúng ta gán vào tên của một thượng đế cụ thể – thượng đế của “tôi” – khi mà, bằng định nghĩa thượng đế là vũ trụ, là tình yêu, chúng ta không phải chờ đợi qua vô số kiếp để đi đến thiên đường.

Cristina ăn mặc theo kiểu mà phụ nữ Mỹ dường như không thể ganh đua: Váy dài xuống gót chân, áo choàng đủ màu đỏ xanh tím vàng. Tóc dài đen nhánh cột ra phía sau bằng một dây nơ cũng đủ màu. Lần đầu gặp cô tôi phát hoảng vì cách ăn mặc của cô, nhưng sau nhiều lần tôi

nhận ra rằng màu sắc như là một sự bù trừ vào tình cảm và tư tưởng tăm tối của cô. Cô là một phụ nữ đấu tranh để giữ lại một chút cá tính mà gia đình cô nỗ lực dập tắt nó. Ẩn dưới đôi mắt là những mảng u ám, và đôi tay run rẩy. Thật là mỏng manh, tôi nghĩ vậy. Cô than phiền về bệnh suyễn, và nó luôn xuất hiện khi cô bị căng thẳng. Nhưng thật ra tâm lý mới là vấn đề khiến cô đến gặp tôi.

Dáng người đầy đặn nhưng không mập, cô lộ ra một vẻ biểu hiện mơ hồ của sức mạnh trong bản năng giới tính rõ ràng. Ngay từ đầu cô đã xen lẫn giữa đối diện trực tiếp với tôi, hầu như không thân thiện, và tránh nhìn vào mắt tôi với dáng vẻ e lệ kiểu Latin, chứng tỏ cô đã lớn lên từ một nền giáo dục quý tộc nghiêm túc. Tôi đoán cô chừng hai mươi tám tuổi, nhưng hóa ra cô đã ở vào cuối tuổi ba mươi. Ngón tay áp út bên trái có đeo một chiếc nhẫn hồng ngọc, màu sắc của nó cũng hợp với quần áo lòe loẹt của cô. Tôi thắc mắc không biết đó có phải để trang trí hoặc là lời tuyên bố về hôn nhân. Để ý đến cái nhìn của tôi, cô nói:

- Đã ly dị, có hai đứa con. Tôi đeo nhẫn vì nó đẹp và vì nó xua đuổi những người cầu hôn.

Tiếng Anh của cô quá là thanh lịch, hoàn hảo, tuy nhiên tôi khám phá có pha chút giọng ngoại quốc. Tôi nói, tuyên bố chứ không phải hỏi:

- Cô không phải là người ở Miami.

- Ồ không, tôi ở São Paulo, Brazil.

- À, cô chuyển đến đây lúc nào?

- Cách đây ba năm. Sau khi ly dị tôi đi cùng với cha tôi.

- Bây giờ cô đang sống với cha cô?

- Ồ không, ông sống với mẹ tôi tại Bal Harbour. Nhà tôi cách đó vài dặm.

- Các con ở với cô?

- Dạ. Hai đứa con gái. Rosana bảy tuổi, Regina năm tuổi. Chúng rất đáng yêu.

- À, cô nói là đi theo cha cô...

- Làm việc với cha tôi trong kinh doanh.

- Kinh doanh gì?

- Ông không biết thật sao? Sau khi ly dị tôi lấy lại tên mình, và tôi cho là ông có nhận ra nó.

Tôi thật ngờ ngẩn. Đáng lẽ tôi phải liên kết ngay. Cha cô là chủ của một công ty chuyên về thời trang cao cấp. Hai năm trước nó mở rộng chi nhánh theo một hướng dành cho giới trẻ, quần áo thể thao giá rẻ. Vợ tôi có nói rằng nếu tôi ở tuổi thanh thiếu niên thì sẽ có một món nào đó mặc được. Tôi hỏi có phải Cristina chuyên về đây trùng khớp với việc kinh doanh mới của cha cô. Cô nói:

- Do trùng khớp, tôi không có quyết định, cũng không có kế hoạch.

Đôi mắt cô ánh lên giận dữ.

- Tôi không thua gì một con hầu.

- Điều này làm cô bực mình?

- Bực mình? Nổi điên thì có!

Cô chồm người về phía tôi và nói với nỗi đam mê, khiến cô run rẩy.

- Chúa ơi! Nếu cha tôi để cho tôi được tham gia! Ông sản xuất quần áo cho phụ nữ nhưng không tin phụ nữ có quyền biểu thị quan điểm của mình về việc họ ăn mặc trông như thế nào. Thị hiếu của tôi tốt gấp hai lần ông. Tôi cũng thông minh hơn ông gấp hai lần. Quần áo của ông chỉ là mốt nhất thời, giống như mọi thứ nhất thời, nó trở thành cò hủ. Rồi người ta cũng chán không mua nữa. Quần áo của tôi có thể vượt thời gian.

Tôi cho là Cristina có thể hoàn thành tốt bất cứ cái gì cô tự làm. Tôi hỏi cô:

- Ông không nghe lời cô?

- Ông tách tôi ra giống như động cơ xe hơi. Tôi không thử nữa. Cãi lại ông giống như chiến đấu với quân đội của tòa án dị giáo.

- Còn mẹ cô thì sao? Bà không giúp gì cho cô?

- Bà còn không tự giúp được mình. Mẹ tôi chỉ là một vật trang trí, giống như cái bình hoa. Bà câm miệng vì bà biết ông có thể bỏ rơi bà bất cứ lúc nào.

- Nhưng ông đâu có làm vậy.

- Chắc chắn ngàn lần ông không dám. Ông có nhiều bà ở nơi khác, căn hộ riêng, khách sạn riêng, tùy vào cảm giác của ông đối với họ. Tôn giáo của ông không cho phép ly dị. Tôi bắt chập và ly dị cách đây bốn năm. Lúc đó ông gần như giết tôi. Chỉ khi ông cần tôi nên mới cho tôi đến Mỹ.

- Mẹ cô có biết về những phụ nữ khác?



- Nếu bà không biết thì bà thật là khờ khạo. Cristina ngừng một lát.

- Nhưng rồi bà đúng là một người khờ.

Tôi không bình luận về nỗi cay đắng của cô.

- Cô là con một?

- Con gái một, tôi có hai anh trai.

- Họ cũng làm chung?

- “Làm việc” là từ bị dùng sai. Họ vào văn phòng rồi đi ra ngoài ăn trưa.

- Nhưng họ được đề bạt và kính trọng. Họ cũng được nghe lời.

Đây là một lời đoán dễ dàng.

- Cha tôi thì quá biết họ, làm gì mà ông nghe lời họ. Nhưng ông nói đúng về đề bạt và kính trọng. Ông biết không, tôi là phụ nữ và cũng không xứng đáng.

Đó là lời than phiền quen thuộc của phụ nữ Latin, bị đàn áp bởi nền văn hóa không hề tiến bộ trong thế kỷ 21.

Cô quả là một ngôi sao của gia đình, tuy nhiên cô bị ngăn chặn bởi đám mây của truyền thống và tư tưởng bảo thủ.

- Tại sao cô không bỏ đi, bắt đầu một cuộc sống độc lập?

Như thể tôi buộc cô tội giết người. Mặt tái nhợt, cô đẩy chiếc ghế đứng dậy, nhưng rồi ngã xuống. Cô bắt đầu khóc, nước mắt đầm đìa, dường như tôi đã đưa ra một câu hỏi hiển nhiên.

- Tôi không biết.

Cô kêu gào, mọi sự tể nhị tan biến, bỗng nhiên mất tự chủ.

- Làm ơn, xin làm ơn. Tôi cần ông giúp!

Sự thay đổi tâm tính quá bất ngờ đến nỗi vượt ngoài một lời lảm bảm. Tôi cảm thấy kính sợ.

- Dĩ nhiên tôi sẽ giúp, hãy kể cho tôi nghe vấn đề khó khăn, càng chi tiết càng tốt.

Cô nhìn tôi qua làn nước mắt và khó thở.

- Ông cần biết một điều là tôi yêu thương cha tôi. Chuyện mà tôi kể với ông không quan trọng, mà quan trọng là sự thật nằm bên dưới.

Tôi nghĩ yêu và ghét. Gần như sự mâu thuẫn tình cảm độc nhất lạ đời.

- Khi ông qua Mỹ ông bỏ lại gia đình tôi, tôi cảm thấy thoải mái. Hai anh trai tôi cũng theo ông, việc ra đi của họ có vẻ như tôi đã trút bỏ được mọi hạn chế, mọi áp lực đè lên tôi bởi tên bạo chúa Brazil của ngôi trường cũ.

Cô cười hồi tiếc.

- Đàn ông là một ngàn, đàn bà là con số không. Cha chưa bao giờ đánh tôi, chưa bao giờ thô lỗ. Ngược lại ông cho tôi mọi thứ tôi muốn, và đó là vấn đề. Tôi chưa bao giờ kiếm được tiền để mua chúng – đúng hơn là tôi kiếm được chúng bằng cách vâng lời. Khi còn nhỏ tôi đã biết là tôi khôn ngoan hơn anh trai tôi. Lúc tôi 21 tuổi tôi biết tôi khôn hơn cha tôi. Tôi làm việc cho ông một thời gian ở Brazil, giúp công ty phát triển, rõ ràng là giúp, vì không hề nhận được cổ phần. Nhưng điều đó chẳng tốt gì cho tôi. Tôi bị đuổi, bị đẩy sang một bên, không phải chỉ do ông mà còn cả anh trai tôi, vì họ ghen tị với sự thông minh của tôi, và mẹ tôi, bà chỉ là nô lệ của ông thôi. Điều đó không đúng, không công bằng. Vì vậy tôi lấy chồng, người đầu tiên theo đuổi tôi, mà tôi không nhận ra hắn cũng chỉ là tên bạo chúa... hắn đánh tôi.

Bây giờ thì những giọt nước mắt đã thôi không lăn xuống nữa. Giọng nói cũng đã cân bằng, tuy nhiên tôi vẫn có thể cảm giác sự xúc động khá căng thẳng giấu sau lời nói của cô.

Tôi không hề nghi ngờ về sự thật trong lời kể của cô. Cristina là một phụ nữ thách đấu với nền văn hóa lạc hậu trong một đức tin cổ hủ, và dù cô có mạnh mẽ đi chăng nữa họ vẫn đánh bại cô.

Cô thở sâu rồi nói:

- Được thôi. Gia đình tôi ở Miami, cha tôi ở Miami, còn tôi thì ở lại São Paulo với người chồng quá tệ và hai đứa con nhỏ đáng yêu. Cha tôi chống đối vụ ly dị, nhưng dù sao tôi cũng bắt chấp. Tôi không có sự lựa chọn, hắn cũng đánh cả con tôi. Khi dứt khoát rồi tôi mới kể với cha. Ông yên lặng. Nhiều tháng sau cũng yên lặng. Hết sức ngạc nhiên khi ông gọi tôi: “Đến Miami đi. Làm việc với cha trong công ty. Con ở đó có một mình. Cha sẽ lo cho con.” Vì vậy tôi đến đây. Tôi nghĩ ông tội nghiệp cho tôi – lòng rộng lượng và thương cảm của người đàn ông không bao giờ bộc lộ. Chỉ nhánh làm hàng cho tuổi ‘teen’ là ý tưởng của tôi, và tôi thật hãi hùng khi chúng tôi bắt đầu làm chung với nhau nữa. Tôi đưa cho ông nhiều ý tưởng. Ông ngón nó giống như kẹo sô cô la. Nhưng mà rất nhanh sau đó tôi nhận ra ngay chẳng có điều gì thay đổi, rằng ông đang lợi dụng tôi, rằng các anh tôi kiếm lợi bằng sự tài giỏi của tôi – rằng ông là người ích kỷ, tư lợi, kẻ hung ác máu lạnh.

Tôi chỉ ra một điều:

- Nhưng cô nói là cô yêu thương ông.

Một ý nghĩ thoáng qua đầu tôi. Có thể ông đã từng lạm dụng tình dục với cô lúc nhỏ, nhưng tôi vội bỏ ngay. Cô không lộ ra một triệu chứng nào. Không, lạm dụng thuộc về tâm lý. Đặt đề cô dưới sự thông trị của ông, ông hành động giống như kiểu hội chứng Stockholm, trong linh hồn của cô ở một khía cạnh người bị giam giữ phải lòng người bắt giữ. Ông hành hạ cô, nhưng cô không có ai để cô quay lại, không có ai để cô tin cậy. Đó là một dạng tàn bạo ngầm ngầm nhất. Cô ta không còn sự lựa chọn ngoài lòng yêu thương ông.

Dường như cô kiệt sức vì kể chuyện, tôi hỏi liệu cô có muốn nghỉ ngơi một lát. Nhưng cô thích kể tiếp.

- Tôi bắt đầu cuộc sống mới. Tôi và con tôi chuyển đến nhà hiện nay, và tôi nói với ông là tôi sẽ tự mở riêng một mặt hàng thời trang.

Hình dung ra cơn giận dữ của ông, tôi hỏi:

- Cha cô có nổi giận không?

- Tệ hơn. Ông cười mũi, và nói rằng tôi sẽ không bao giờ được tài trợ, rằng không ai muốn cho phụ nữ mượn tiền, rằng nếu tôi cố làm riêng thì ông sẽ không cho tôi và các con tôi thừa hưởng tài sản. Ông nói “Mày có đi làm điếm tao cũng chẳng quan tâm”. Nhưng bất chấp tôi cứ tiếp tục tiến hành. Khoảng một năm trước tôi bỏ việc ở công ty của ông, viết một dự án tiếp thị riêng, và thuê một văn phòng. Tôi nói chuyện với người mua sỉ và lẻ.

- Mà không có tiền?

- À, khi sống chung tôi cũng dành dụm tiền lương, và tôi được một khoản vay dành cho công ty nhỏ ở ngân hàng. Nhưng cũng chẳng đủ, mấy tháng đầu này đang gặp khó khăn. Tuy vậy, tôi cũng có vài mối bán. Khách hàng của Bloomingdale's<sup>[24]</sup> tại Miami mua mặt hàng thời trang công sở của tôi. Cô ta nói rằng tôi đã hoàn thành một cách “kỳ diệu” chỉ trong một thời gian ngắn. Tôi đang đi trên con đường của tôi. Dĩ nhiên khi cha tôi phát hiện ra điều này, ông không nói chuyện với tôi nữa. Tôi đã có hy vọng cho cuộc đời mới, nhưng nỗi lo lắng thì khủng khiếp. Tôi gặp ác mộng thường xuyên, cho nên tôi sợ ngủ. Tôi la mắng con tôi. Tôi ăn uống trong sự vội vã. Tôi đã tăng 5 ký, toàn là ăn vặt. Hơi thở tôi rất tệ, thỉnh thoảng tôi nghĩ tôi sắp chết.

- Cô nói cô có hy vọng. Nó đã tan biến rồi sao? Cô ôm đầu.

- Dạ đúng.

- Cô có biết lý do không?

Lần nữa cô lại mềm nhũn người ra khóc tức tưởi, hỏn hển thốt ra câu trả lời qua làn nước mắt.

- Cha kêu tôi quay về.

Công ty của ông sắp phá sản. Dù với danh tiếng của nó và dù sự thật là kho hàng đang chứa đầy hàng hóa, ông đang gặp rắc rối lớn về tài chính. Mặc dù quần áo ở thị trường cao cấp vẫn bán chạy – đó là lãnh vực mạnh của ông, là điểm nhấn mà ông phát lên – còn phần hàng giá rẻ đang

bị tuột dốc. Cristina đã đúng khi cô nhận định khách hàng sẽ mau chán. Đơn đặt hàng cho năm tới chỉ còn 40%, một sự sa sút thảm hại.

Sau khi cô giải thích về nguyên nhân, cô kể tiếp:

- Ông đang trên bờ phá sản, ông gọi tôi về để cứu ông.

- Và đó là lý do cô đến gặp tôi?

- Dạ đúng. Vì tôi không thể quyết định phải làm gì, nó đang làm tôi quẩn trí.

Tôi cam đoan với cô:

- Cô không hề quẩn trí, chỉ bị kẹt thôi. Tôi nói thêm:

- Đôi khi rất khó quyết định, nó ngăn chúng ta không thể quyết định được gì.

Cô nhìn tôi đầy biết ơn. Dù những gì tôi nói chẳng có sâu sắc hay có căn cứ nào, tôi chỉ đưa ra vấn đề.

- Có lẽ sẽ có ích nếu cô xem xét sự lựa chọn của cô.

- Rất tốt.

Cô nói với sự điềm tĩnh đã trở lại. Giờ đây từ ngữ tuôn rất nhanh. Rồi cô cũng tỉ mỉ sắp xếp sự chọn lựa trong tâm trí.

- Đầu tiên, tôi có thể quay lại giúp cha tôi. Điều đó có nghĩa là tôi hy sinh cuộc sống vì ông, một loại tự tử vì nguyên nhân gia đình. Kế đến, tôi ngưng làm việc và tái hôn. Lần này tôi phải chọn cẩn thận. Lần này có lẽ vì tình yêu – và sinh thêm vài đứa con, giống như hàng triệu chị em phụ nữ trên khắp thế giới. Cha mẹ tôi sẽ tán thành, nền văn hóa của tôi sẽ cảm ơn tôi, và tôi cho rằng tôi có thể tạo hạnh phúc cho mình nhưng với một cuộc đời không trọn vẹn.

Cô ngưng lại, rõ ràng đang mừng rỡ rồi lắc đầu buồn bã:

- Hoặc là tôi sẽ tiếp tục với mặt hàng quần áo của tôi. Cô sáng lên:

- Ông biết không nó có hiệu quả. Bác sĩ Weiss, tôi quên kể cho ông nghe chuyện này, khi đi đến quyết định kinh doanh, tôi là nhà siêu linh. Đừng cười tôi. Đúng vậy đó. Tôi biết tôi sẽ thành công. Nó không chỉ trong quyết định cuộc sống mà tôi bị rối tung.

Nhiều nhà kinh doanh thành công đều có năng khiếu giống như Cristina. Người ta gọi đó là ‘bản năng tự nhiên’ hoặc là ‘phản ứng theo bản năng’ hoặc là ‘làm theo trực giác’, nhưng đó là một

loại năng lực siêu nhiên. Tôi không nghi ngờ gì nếu Cristina sở hữu nó, và điều này có vẻ như chỉ ra con đường chân chính.

Tôi hỏi:

- Vậy cái gì là khía cạnh tiêu cực? Cô thử dài:

- Nhiều thứ. Cạnh tranh với ông trên thương trường?

Gia đình đã trục xuất tôi rồi, kể cả mẹ, nếu tôi cứ tiếp tục, họ sẽ không bao giờ tha thứ cho tôi. Thật tình, tôi không biết liệu tôi có tha thứ cho chính mình. Điều đó giống như tôi phản bội lại họ – phản bội cha – nên tôi thấy mình cũng đáng bị ông giận và bị trừng phạt.

- Hiện nay cô đang cạnh tranh với ông?

- Chính xác. Đó là lý do làm tôi khó ngủ và quá lo lắng.

Cô nhìn thấy tôi ngạc nhiên.

- Ô, không phải phần kinh doanh làm tôi lo. Việc tôi làm rất kỳ diệu, như khách hàng Bloomingdale nói. Tôi đã nói là tôi là nhà siêu linh. Đó là chuyện mà cha tôi sẽ bị phá sản, sự thành công của tôi rõ ràng là sẽ giết ông.

- Tôi không hiểu. Rốt cuộc thì tại sao cô lại kinh doanh riêng.

- Vì tôi giận. Vì cha phản tôi, tôi muốn trả thù. Vì ... Đến đây thì cô dừng lại và bắt đầu khóc.

- Tôi nghĩ mình không thể tiếp tục kinh doanh riêng. Khi thành công tôi cho là mình đã công kích ông. Thật sự một phần trong tôi không muốn thành công. Tôi đã có kế hoạch từ bỏ kinh doanh trước khi tôi đến gặp ông.

Lòng đầy thông cảm, tôi nói với cô:

- Ở đây có rất nhiều yếu tố. Cô bị phản bội, nhưng cô sẽ cảm thấy tội lỗi nếu cô đánh trả. Cô giận dữ, nhưng cô sợ hậu quả. Cô có năng lực siêu linh nhưng cô không biết trước được tương lai. Đàn ông chỉ toàn là người hại cô nhưng cô vẫn sẵn lòng tái hôn. Cô yêu và ghét cha cô cùng một lúc. Tôi nói có đúng không?

Cô cười ha hả.

- Bác sĩ hãy nói cái nào là cơ hội của tôi?

- Chúng ta phải nhìn vào tương lai để thấy chúng. Nhưng chúng ta nên trở về quá khứ trước.

Chuyến trở về đầu tiên của cô rất ngắn. Tất cả những gì cô kể là cô sống trong nền văn hóa Hồi giáo tại Bắc Phi, cô không biết ngày tháng cũng không biết gì về chung quanh. Cô là đàn ông, một thi sĩ, và cha cô cũng là nhà văn mà cô rất ghen tị, vì ông được công nhận sáng chói hơn, nổi bật hơn, và thu nhập cao hơn. Trường hợp tương ứng chính xác với kiếp hiện tại của cô quá rõ và trực tiếp, cho nên cô nghĩ những gì cô nhìn thấy chỉ là sự tương tượng không hơn không kém.

Lần thứ hai thì thú vị hơn.

- Đó là thời Trung Cổ. Thế kỷ thứ 12. Tôi là một thanh niên, một tu sĩ rất đẹp trai, sống trên núi – trông giống ở trung tâm miền Nam nước Pháp. Có rất nhiều hẻm núi và thung lũng, vì vậy việc đi lại rất khó khăn. Tuy nhiên nhiều người vẫn đến thăm tôi. Họ cần sự cứu giúp về tâm sinh lý. Tôi tin về chuyện đầu thai và khuyến khích người khác tin theo, đó là nguồn an ủi lớn lao cho họ. Những người bị bệnh tật, trẻ em bị bệnh phong, tìm kiếm tôi, và khi tôi chạm vào họ, nhiều người đã khỏi bệnh một cách thần kỳ. Dĩ nhiên tôi là hình ảnh được yêu quý. Không ai tài giỏi như tôi.

Cha tôi bây giờ là một chủ trang trại trong kiếp đó, và sống gần tôi. Ông ta có mọi thứ mà tôi thì không: tham lam, độc ác, ham mê thu lợi, kẻ yếm thế. Ông là người giàu nhất vùng, nhưng của cải vật chất của ông không cảm dỗ được cô thôn nữ hoang dã mà ông thêm muốn, tuy vậy ông có thể cho tất cả vì tình yêu của nàng. Nàng yêu tôi và sẵn sàng chấp nhận một tình yêu tinh thần thuần khiết, vì tôi hoàn toàn theo lời nguyện sống độc thân. Nàng nói với tôi “vì yêu người nên em nguyện hướng tình yêu mình đến Chúa”.

Một đội quân xâm lược từ Rome đã vượt qua được các hẻm núi và bao vây ngôi làng.

Họ tấn công. Tôi bị bắt. Người chủ trang trại tố cáo tôi với nhà cầm quyền, hẳn quả quyết là tôi có sử dụng sức mạnh thần bí. Khi họ nghe và tin về năng lực chữa bệnh và những câu chuyện đầu thai của tôi, họ đem tôi đi đem thiêu sống. Quả là một cái chết quá đau đớn, lửa và khói đã khiến tôi không thể nhìn thấy nàng đang khóc, chạy đến gặp tôi, cố gắng hết sức để an ủi tôi. Sau khi tôi chết, nàng gieo mình xuống vách núi tự tử và chết tức khắc.

Trong lúc chết, tôi có thể nhìn xuống ngôi làng để trông thấy chuyện gì đang diễn ra. Sự ghen tị của chủ trang trại không bao giờ biến mất, điều mà tôi không thể biết được lúc còn sống. Ông ta phải thu xếp một cuộc hôn nhân không tình yêu, và ngày càng cay đắng hơn, ác độc hơn. Trong sự kiểm nghiệm lại cuộc đời tôi có thể nhìn thấy mình quay lại trong một kiếp sau đó để giúp ông ta, bây giờ là một người thợ rèn sống với bài học cuộc đời. Tuy nhiên tôi cũng chẳng giúp ông được nhiều. Ông sẽ quay lại nhiều lần mà không hề tiến bộ. Tôi cảm thấy thất bại, và tôi thất bại vì tận trong tim, tôi ghét ông. Ông giết tôi và, tệ hơn nữa, gián tiếp giết người phụ nữ tôi yêu. Tôi vui mừng vì ông cay cú, thất bại, và đau khổ. Tôi biết tư tưởng mình sai trái nhưng tôi không thể ngăn được. Đó là sự dối trá để che đậy chuyện khác.

Ngày hôm đó khi Cristina ra về, tôi ghi nhớ lại để nhìn thấy liệu bệnh hen của cô có đỡ hơn, vì cái chết bị thiêu của vị tu sĩ: khói và lửa có liên quan đến bệnh hen. Điều này khá phổ biến, thờ khó khăn thường do nguyên nhân trong quá khứ. Thật ra, điều này được cải thiện rõ rệt qua đợt trị liệu kế tiếp, và không quá suy nhược như ngày nay.

Tôi ghi chép thêm: “Ghen tị là cái móc xích người chủ trại và vị tu sĩ lại với nhau trong một kiếp khác và có lẽ trong kiếp này. Bây giờ cha của Cristina đã có cơ hội tự cứu lấy mình vì sự ghen tức và phản bội mà ông đã bộc lộ trong kiếp quá khứ. Lẽ ra ông nên ủng hộ cô về mặt tâm lý bằng cách công nhận tài năng của cô, và nên đề bạt cô như một phần thưởng cho cô trong

công ty. Ông chẳng chọn cách nào cả. Có lẽ vẫn còn một kiếp khác mà ông cần học hỏi thêm bài học của lòng nhân ái, vị tha.”

Trong đợt trị liệu cuối cùng, Cristina thấy mình đang ở trong một thị trấn nhỏ tại nước Anh vào những năm 1800.

Cô kể rằng:

- Đó là một nơi rất thú vị. Lần đầu tiên trong lịch sử, đàn ông đi làm, rời nhà rồi đi đến văn phòng hoặc nhà máy, trong khi phụ nữ được đặt trách nhiệm ở nhà. Đó có nghĩa là một mô hình xã hội mới, mối quan hệ khác nhau giữa vợ chồng. Nhưng tôi may mắn: tôi vẫn còn trẻ, mới hai mươi, chưa kết hôn, có một công việc ở nhà máy dệt, vì vậy tôi làm ra tiền. Một hôm tôi đến đó, tôi nghĩ ra mọi cách để tăng sản phẩm mà đồng thời giảm được chi phí. Người giám sát của tôi rất ấn tượng và thường xuyên nhờ tôi tư vấn. Anh ta rất đẹp trai. Rồi một ngày anh nói yêu tôi, và tôi chắc rằng mình cũng yêu anh.

Người giám sát của Cristina trong kiếp đó lại một lần nữa là cha cô trong kiếp này. Tôi đưa cô đi xa hơn trong kiếp đó, chú ý đến những thay đổi rõ rệt qua sự biểu hiện của cô. Cô không còn là cô gái vô tư, hạnh phúc nữa, mà là một phụ nữ bị vỡ mộng, đầy cay đắng. Hóa ra anh ta là kẻ phản bội.

- Rốt cuộc hắn chẳng hề yêu tôi. Hắn giả vờ để lấy cấp ý tưởng của tôi làm thành của hắn. Hắn được thăng chức. Ông chủ cho rằng hắn là thiên tài. Thật quá quái, tôi thù hắn! Một ngày nọ, tôi chạm trán với hắn trước mặt ông chủ, năn nỉ hắn thừa nhận đó là ý tưởng của tôi. Ngày hôm sau hắn buộc tội tôi ăn cắp năm bảng Anh của bạn đồng nghiệp. Tôi quá vô tư, hoàn toàn vô tư, nhưng cô gái đó bênh vực hắn. Cô ta là người tình của hắn và hắn cũng nói yêu cô ta để cô ta đứng về phía hắn. Khi nào biết hắn là thằng khốn thì cô ta cũng hết đời rồi. Tôi bị bắt ở tù một năm, nhục nhã và cô đơn. Trong tù bệnh viêm phổi càng tấn công mạnh. Không chết nhưng phổi tôi quá yếu, và tôi bị ho suốt cả cuộc đời (Một tương ứng song hành với bệnh hen của cô trong hiện tại). Tôi không còn khả năng tìm việc và buộc phải đi ăn xin. Tôi có triển vọng, thật sự triển vọng – tất cả bạn đồng nghiệp tại nhà máy đều nghĩ như vậy – nhưng tôi đã nhận được điều gì tốt đẹp? Điều đã phá hủy cuộc đời tôi.

Cô bắt đầu khóc nức nở. Tôi hỏi:

- Cô có từng tha thứ cho hắn?

- Không bao giờ! Thù hận hắn là sự kích động khiến tôi không bao giờ quên. Tôi tự nhủ lòng mình ‘Tôi sẽ nhìn thấy cái chết của hắn trước khi tôi chết’. Nhưng tôi chẳng giữ được lời hứa ấy. Tôi chết rất trẻ chưa đến tuổi 40, độc thân, không con cái, cô đơn. Có lẽ hắn sống đến cả trăm tuổi. Thật không công bằng! Thật là một kiếp sống vô vị trên cuộc đời.

Không thật như vậy. Bi kịch của kiếp đó và kiếp làm tu sĩ đã chuẩn bị cho kiếp này và nhiều kiếp tới nữa. Khi tôi mang cô trở về, cô vẫn còn trong tình trạng biến đổi mà tôi không thể định nghĩa chính xác.

- Kinh Thánh nói rằng: ‘Con cháu nhiều đời sẽ chịu hình phạt vì tội lỗi của ông bà cha mẹ’. Nhưng thật vô nghĩa. Chúng ta là con cháu của chúng ta, được đầu thai vào làm cháu nội, ngoại, chắt, chít qua nhiều đời nhiều kiếp của chúng ta. Ngay tại bất cứ điểm nào, chúng ta cũng có thể

xóa bỏ mọi tội lỗi, bởi vì chúng không tồn tại trong một kiếp nào mà chúng tồn tại trong chính con người của chúng ta. Cha tôi đã theo suốt mọi kiếp sống của tôi. Tôi nhận ra ông có khi là người cha, rồi chủ trang trại, rồi người giám sát. Và trong mỗi kiếp, tôi yêu ông rồi thù hận ông. Tội lỗi của ông đã theo ông nhiều thế kỷ.

Cô chồm người lên, đầy hứng thú:

- Nhưng tội lỗi của tôi cũng vậy. Tôi không cần phải thay đổi tội lỗi của ông. Chính là của tôi. Tôi đã ghét ông cả thiên niên kỷ. Thù hận là tội lỗi. Mỗi lần thù ghét là tự triệt tiêu đi tình yêu mà tôi dành cho ông ở buổi ban đầu. Vậy thì nếu có gì thay đổi trong lần này thì sao? Nếu tôi chuyển thù hận thành tình yêu thì sao?

Sự sáng suốt lạ thường của Cristina dĩ nhiên không cần có câu trả lời cho câu hỏi: để chọn là người công nhân, người nội trợ, hoặc người cạnh tranh trong những tháng kế tiếp.

Lúc làm việc với nhau, tôi chỉ vừa bắt đầu tiến trình đi đến tương lai và sử dụng nó theo cách có lựa chọn cẩn thận. Trí tuệ và sức mạnh của Cristina khiến cô trở thành một thí sinh xuất sắc. Tôi nghĩ như vậy và đề nghị chúng tôi nên tiến hành.

Cô sẵn sàng đồng ý. Tôi dặn dò cô:

- Chúng ta chỉ nhìn vào tương lai có khả năng liên quan đến sự lựa chọn của cô. Tôi muốn tránh những cái nhìn thoáng qua bệnh tật, mất mát, chết chóc. Nếu cô thấy mình đi đến hướng đó thì hãy nói ngay, tôi sẽ đưa cô trở về.

Tôi bắt đầu bằng cách hỏi xem cô có thấy đang ở trong công ty của cha cô.

- Tôi bị bệnh, bệnh về thể xác.

Cô kể ngay tức thì, bắt kể lời cảnh báo của tôi, cô ngăn không cho tôi đưa cô về.

- Đó là căn bệnh bắt nguồn từ sự thất vọng. Công việc vất kiệt sức tôi. Bệnh hen nặng thêm. Tôi không thể thở. Giống như tôi đang ở tại Anh hai thế kỷ trước. Tôi đang ở trong tù.

Cảnh tượng là người nội trợ của cô quả là bằng với sự u ám.

- Con tôi đã lớn và đã chuyển đi. Tôi chỉ có một mình. Tôi không bao giờ tái hôn. Đầu óc tôi trống rỗng, giống như trí não bị khô cạn vì lâu ngày không sử dụng. Tôi thấy phát minh của mình như thuộc vào kiếp khác không phải kiếp này.

Nhưng khi bắt đầu việc cạnh tranh trong kinh doanh, cô nói tiếp:

- Tôi thành công. Cha tôi phá sản, và tôi là nhà triệu phú. Nhưng tôi rất đau khổ. Đó là mọi cảm giác giận dữ và hận thù. Tôi đã mất mát vì chiến thắng. Gia đình và tôi không bao giờ gặp nhau, không bao giờ nói chuyện. Chúng tôi trong phòng riêng, chia cách bằng sự im lặng, dành thời gian cho nhau bằng thù ghét.



Khi tôi đưa cô về, tôi cứ ngỡ cô sẽ buồn bã, nhưng ngược lại, cô tỏ ra rất vui. Cô gào lên:

- Có một chọn lựa thứ tư, một cái tôi không nhìn trước: bắt đầu kinh doanh riêng mà không cạnh tranh với cha tôi.

- Có rủi ro không?

- Chắc là không. Khả năng thiết kế và tiếp thị ứng dụng cho tất cả loại hình kinh doanh. Dụng cụ nhà bếp! Đồ gốm! Tôi là đầu bếp giỏi và thợ gốm khá tốt, vậy thì ít nhất tôi cũng có khái niệm về chúng, nhưng tôi sẽ nhờ tư vấn thêm. Tôi có nhiều cửa hàng rất thân thiết, họ có thể tiêu thụ hàng hóa, và tiếng tăm trong việc kinh doanh mới thì cũng cân sức với việc kinh doanh của bất cứ người nào. Tôi sẽ nói với người đã giúp cho mượn tiền trước kia về sự thay đổi trong kế hoạch kinh doanh, không có gì phải lo lắng. Tôi sẽ nảy sinh ra một kế hoạch tiếp thị mới, một kế hoạch kinh doanh mới – tôi có kinh nghiệm về loại hình này. Tôi sẽ thiết kế mẫu mã nôi cháo, ly tách nhiều thứ cho buổi tiệc, gồm có đất sét, thép, bạc. Sẽ không ai nói tôi giết hại cha tôi nữa. Lý do là ít nhất khi tôi thành công ông sẽ hạnh diện về tôi và còn yêu thương tôi hơn.

Lòng nhiệt tình của cô quá mức nên tôi không nỡ chỉ ra những nguy hiểm không lường trước. Tôi tin chắc cô sẽ thành công, nhưng đạt được tình yêu của cha cô thì tôi phải đặt lại dấu hỏi. Đôi khi sự sâu sắc phải thay đổi trong cả hai người trước khi điều đó trở thành hiện thực.

Cô ra về lòng dạt dào biết ơn, còn tôi thì chưa thật hài lòng. Đúng là tôi đã giúp cô giải quyết một tình trạng khó xử, nhưng vẫn còn nhiều việc phải làm. Tôi nghĩ lại sự sáng suốt của cô về việc chuyển đổi tội lỗi, và tự hỏi liệu cô có mệt mỏi hơn không. Do đó vài tháng sau khi cô điện thoại và xin một cái hẹn, tôi rất vui.

Cô kể tôi nghe rằng con đường kinh doanh của cô không vững lắm. Kế hoạch mới của cô không được sự ủng hộ như cô mong đợi. Cô phải còn tìm “dạng thiết kế” riêng. Cô phải chuyển các con từ trường tư sang học trường công. Cô đang lo lắng về tiền bạc, sợ rằng cuối cùng phải quay lại với cha cô, giá như chỉ lo cho các con. Tuy nhiên cô trình bày vấn đề khó khăn với tâm trạng cởi mở mà những lần trước đây không hề có, nỗi u ám trong đôi mắt đã biến mất, và hơi thở của cô nhẹ nhàng hơn. Tôi chỉ ra điều này và hỏi cô lý do.

- Tôi đang yêu.

Tôi thật sự ngạc nhiên. Khi cô về, tôi hình dung ra phải rất lâu cô mới có thể yêu được – cô quá hận đàn ông, quá quyết tâm sống một mình – tuy nhiên không hề có vết bụi nào trong ánh sáng của đôi mắt cô.

- Kể cho tôi nghe xem.

- Ricardo rất tuyệt vời. Rất tuyệt vời! Tôi gặp anh ấy trong nhóm đọc sách. Chúng tôi phát hiện ra là cùng yêu thích Don Quixote, có lẽ chúng tôi cùng đánh nhau với cối xay gió. Anh là người nhanh nhẹn trong thương mại, làm nghề tự do, điều hành cho các công ty quốc tế ở đây và tại Mỹ Latin. Anh đã từng ở São Paulo và biết cả con đường mà tôi đã sống. Anh nói tiếng Tây Ban Nha và Bồ Đào Nha, khi tôi nói với anh ấy về bác sĩ thì anh cũng đã biết và đã đọc một cuốn sách của bác sĩ bằng tiếng Bồ Đào Nha lúc anh ấy lưu lại Brazil lần cuối, vì ở đó anh ấy không tìm được bản tiếng Anh. Đó là cuốn sách đầu tiên của bác sĩ, anh ấy nghĩ như vậy, một cuốn

sách viết về bác sĩ và bệnh nhân của ông – tôi quên mất tên sách – tuy vậy tôi e là anh ấy không tin mấy. Bác sĩ có phiền không?

- Dĩ nhiên là không. Tôi rất vui vì cô đang hạnh phúc. Nhưng tôi thật sự ngạc nhiên là cô đang yêu.

Cô nhìn tôi quá đỗi nghiêm trang.

- Tôi cũng ngạc nhiên. Tôi tự hỏi lòng mình làm sao mà điều này có thể xảy ra, và quá bất ngờ, tôi tin là tôi có câu trả lời. Đó là vì những gì chúng ta nói chuyện về thời xa xưa. Giây phút mà tôi nhận ra tôi là người tội lỗi cũng như cha tôi có những tội lỗi mà tôi rất ghét, như nó đã đi qua suốt mọi kiếp quá khứ của tôi, rồi sự thù hận đối với cha và đàn ông bỗng biến mất – và Ricardo bước vào đời tôi. Tôi biết là quá nhanh, nhưng có thật!

Cô đặt tay lên bàn và chồm người lên.

- Đó là điều lạ lùng nhất, bác sĩ Weiss. Khi tôi nhìn thật sâu vào anh ấy, tôi thấy phần tốt của linh hồn tôi. Anh ấy là tôi và tôi là anh ấy. Nhưng có vẻ là không thể.

Tôi giải thích rằng nếu một linh hồn bị vỡ ra từ đấng Tối Thượng, nó có thể cùng một lúc đi vào nhiều thể xác, và điều cô cảm thấy thì không có gì lạ lùng hoặc bất thường cả. Cơ duyên mà cô và Ricardo gặp nhau đã được an bài, và giờ đây sự lựa chọn tự nguyện của hai người có thể sẽ quyết định chuyện gì sẽ xảy ra trong tương lai.

Cô cười hờn hờ và nói:

- Tôi có một ý kiến về chuyện có thể xảy ra. Tôi cũng vậy.

Vẫn còn vấn đề về chuyện kinh doanh mới của cô, không biết sẽ thành công hay thất bại. Tôi hỏi cô có muốn tôi đưa cô đến tương lai không, và sau khi do dự khá lâu cô đồng ý, trong sự phấn khởi hiện có cô không muốn thấy điều xấu. Thay vì chỉ đi xa trong vài năm tới, cô đi xa đến 1.200 năm! Thông thường ít khi người ta biết rõ chính xác năm nào trong tương lai mà họ đến, nhưng Cristina thì biết là năm 3200. Cô kể:

- Trái đất rất xanh tươi, xanh hơn và phì nhiêu hơn bây giờ. Rừng rậm xum xuê, đồng cỏ thì phủ đầy hoa. Nhưng thật buồn cười là không có thú vật. Tại sao, khi đã có quá nhiều thực phẩm? Cũng không có nhiều người. Con người giao tiếp với nhau bằng ngoại cảm, thân thể họ nhẹ hơn chúng ta nhiều và đầy ánh sáng. Họ sống theo từng nhóm nhỏ, không phải đô thị, trong những ngôi nhà xinh xắn làm bằng gỗ hoặc bằng đá, họ có vẻ là nông dân. Tôi nhìn thấy chất lỏng hoặc ánh sáng lỏng đang tưới xuống cây cối; thỉnh thoảng họ tưới chất lỏng đó vào thân thể. Những người đó cực kỳ trí tuệ. Tôi không thấy bất cứ bệnh tật, giận dữ, bạo lực hay chiến tranh. Chắc chắn có một đặc tính mờ ảo đi đến mọi thứ, một ánh sáng khắp nơi nối kết mọi người và mọi vật trong thanh bình.

- Điều này làm cô cảm thấy thế nào khi nhìn vào thế giới trong cách đó?

Tôi hỏi khi mang cô về hiện tại. Cô tươi cười:

- Thanh thân. Dễ chịu. Hân hoan. Tôi mong đến sống ở đó.

- Tôi thắc mắc sao cô lại đến đó thay vì một tương lai gần hơn.

Cô ngẫm nghĩ câu hỏi:

- Vì nó quan trọng hơn. Chính bản thân tôi có thể sắp xếp những năm đó ngay trong kiếp này. Việc kinh doanh của tôi sẽ tươi tốt như những cây cối ở hai thiên niên kỷ sau. Với tình yêu dành cho Ricardo thì làm sao nó có thể thất bại được?

Dĩ nhiên là cô nói đúng. Trong vòng mười tám tháng, hàng hóa của cô đã tăng tỷ lệ vào các cửa hàng khắp đất nước, và khi hai vợ chồng tôi đi qua nước Nga, chúng tôi thấy mặt hàng của cô tại St.Petersburg. Cô cũng đang phát triển nhanh việc kinh doanh trên mạng. Cô đầu tư một ít lợi nhuận vào việc kinh doanh của cha cô và cứu ông khỏi sự khủng hoảng bị phá sản. Ricardo và cô kết hôn, và tôi hầu như mất liên lạc với cô. Nhưng vào một buổi sáng, cô điện thoại đến và tôi có thể nghe giọng nói của cô tràn ngập niềm vui.

- Bác sĩ Weiss ơi, tôi phải kể với ông vì nhờ ông mà nó mới xảy đến. Tôi qua Ricardo và tôi ăn tối tại nhà cha mẹ tôi. Chúng tôi đến thường xuyên vì ông bà thích anh ấy. Khi chúng tôi tạm biệt, cha kéo tôi qua một bên và ôm tôi. Ôm tôi! Quả là tuyệt diệu. Và rồi lần đầu tiên trong đời tôi hoặc đời ông, ông nói ông yêu thương tôi.

Tình yêu là một phẩm chất và năng lực tuyệt đối. Dù chúng ta chết đi nó vẫn không dừng lại. Nó tiếp tục trên phương diện khác và lại quay trở về đây. Nó là nội bào của phẩm chất linh hồn và thể xác. Nó là cuộc sống và cả khi đã chết. Nó là mục đích của chúng ta, và tất cả chúng ta bây giờ và mãi mãi sẽ đạt được nó.



## Chương 14. Gary: Tương lai

Trong tất cả cuốn sách của tôi, tôi luôn cố gắng truyền đạt những tác động đầy kinh ngạc của những chuyến du hành trở về quá khứ: ảnh hưởng về những cảnh tượng kỳ diệu, không chỉ về mặt thể chất mà luôn cả mặt tâm lý, ý nghĩa của bí ẩn hoặc huyền bí hoặc siêu việt mà bệnh nhân và tôi đều trải nghiệm. Làm sao mà nó lại quá kỳ lạ như vậy, rồi khi chúng tôi du hành đến tương lai để không chỉ nhìn những gì xảy ra mà còn những gì sẽ xảy ra, cái gì sẽ tồn tại. Những chuyến đi như vậy tiếp tục lấp đầy trong tôi niềm kính sợ và sự cẩn trọng. Tôi luôn thận trọng đưa bệnh nhân vào những cõi mà có thể chỉ là tưởng tượng, nhưng nhờ chúng mà có những quyết định trong đời họ, theo những gì mà họ nhìn thấy, và tôi nhân mạnh với họ về sự nguy hiểm của trí tưởng tượng hoặc ảo tưởng.

Một sự báo trước khi khái niệm hóa về tương lai là khả năng dự đoán mà tiềm thức riêng của một người ao ước tạo ra viễn cảnh tương lai. Theo nhà phân tâm học những viễn cảnh ấy rất quan trọng bởi vì bất kể điều gì mà tiềm thức tạo ra đều có lợi cho nhà trị liệu và rất có ý nghĩa với người sáng tạo. Trong ý nghĩa này, ký ức về tương lai như là những giấc mơ. Thường có sự pha lẫn giữa biểu tượng và ẩn dụ, giữa niềm hy vọng và mơ ước trong lòng, giữa những ký ức thật sự và những trải nghiệm được biết trước. Nói một cách khác, chỉ vì người bệnh nhìn thấy tương lai nên không có nghĩa nó là tương lai thật. Mặc dù vậy, sự gắn gũi và sức mạnh của ký ức có thể cải thiện sớm cho hiện tại và quá trình tương lai của đời sống bệnh nhân. Đối với nhà trị liệu những thay đổi này thậm chí quan trọng hơn khả năng công nhận giá trị vật chất.

Ngoài ra, nhiều cảnh tượng tương lai gần đã được chứng minh là đúng, bạn có thể thấy kết quả của nhiều trường hợp trong cuốn sách này. Và nếu như chúng ta học hỏi để phân biệt chính xác tuyệt đối giữa sự thật và ảo tưởng,

cái mà đôi khi không thể xảy ra trong thế hệ này nhưng có lẽ sẽ xảy ra trong thế hệ kế tiếp. Và như chúng ta đã nhìn thấy tương lai, bất kể do sử dụng bài tập trị liệu hay không, đều có thể cải thiện tương lai đó bằng cách tự cải thiện chính mình. Sự bất diệt quý giá này mà rốt cuộc sẽ là của chúng ta chắc hẳn sẽ đến nhanh hơn. Chúng ta sẽ trải ngang qua những cánh đồng xanh tươi tốt và bầu trời sáng ngời để đến với đấng Tối Cao.

Tôi tin rằng chúng ta có thể nhìn thấy tương lai vì phần nào đó trong chúng ta đáp lại sự kiện mà quá khứ, hiện tại, và tương lai là một, xảy ra cùng một lúc, hơi khác so với độ dài của năm tháng ngày giờ bằng cách chúng ta đo đếm thời gian trên trái đất. Khá rõ nét, tương lai là ngay bây giờ, và thậm chí trên hành tinh này chúng ta có thể hình thành hiện tại bằng hành động của chúng ta. Đó là lý do tại sao điều này lại quá quan trọng để chuẩn bị không chỉ cho phần đời còn lại mà còn cho cả những kiếp sắp tới – cho sự bất diệt.

Tương lai dường như là một điểm đến khá linh động. Tồn tại một số lớn cho nhiều tương lai chắc chắn sẽ xảy ra và tương lai có thể xảy ra, qua một phạm vi thống kê rộng lớn. Tương lai gần riêng lẻ của chúng ta trong kiếp này sẽ tới rất sớm tùy vào một phạm vi lớn, như chúng ta đã thấy, dựa trên sự lựa chọn và hành động của chúng ta trong hiện tại. Tương lai xa – tương lai chung, tương lai của hành tinh này, một hành tinh mà có thể tồn tại mãi mãi, hoặc có thể bị phá hủy, dù bị phá hủy đi nữa, chúng ta cũng không ngừng tiến tới đấng Tối Cao – tùy thuộc vào sự lựa chọn chung của tất cả mọi người. Sự lựa chọn đó có thể được nhìn thấy từ bây giờ trong cảnh tượng của tương lai vài ngàn năm sau. Chúng ta càng nhìn gần một tương lai đặc biệt, chúng ta càng chính sửa đúng hơn theo cách dự đoán. Rất quan trọng để nhìn thấy trước một ngàn năm và hơn nữa bởi vì trái đất ngày nay đang gặp nguy hiểm. Có lẽ, nếu chúng ta ứng dụng trí tuệ nhiều hơn vào sự lựa chọn – do những gì chúng ta đã thấy – bắt đầu từ bây giờ chúng ta có thể điều chỉnh hướng đi của tương lai.

Khi tôi làm việc với những người tham dự hội thảo, tôi đưa họ đi đến một khoảng cách tương lai, vào những thời kỳ riêng biệt: một trăm năm tới, năm trăm năm, một ngàn năm hoặc hơn nữa. Tôi muốn nhìn xem có sự phù hợp nào trong những cảnh tượng đó, vì nếu chúng thích hợp thì sẽ có một cơ hội tốt, một sự thật nằm trong đó. Giá mà thế giới sẽ nhìn thấy và có cảm giác nhiều như họ đã dự đoán. Kinh nghiệm của tôi vẫn còn non nớt, nhưng tôi đã tìm ra những đặc điểm giống nhau, nổi bật như vậy trong 90% của những cảnh tượng mà càng lúc tôi càng tin có một cơ hội xuất sắc, có nhiều kiếp sống từ đây, rằng có một thế giới rực rỡ đang đợi chúng ta.

Tôi sử dụng phương pháp đi đến tương lai riêng lẻ để điều trị. Như tôi đã chú giải, chỉ trong thời gian gần đây tôi mới làm như vậy mà cũng rất miễn cưỡng, vì tôi lo lắng về việc tự hoàn thành sự tiên đoán trong tinh thần người bệnh không được ổn định. Tuy nhiên, vài bệnh nhân tự ý đi đến tương lai cũng có lợi ích từ điều đó. Tôi bắt đầu sử dụng phương pháp này, đưa bệnh nhân gần đến cái chết mà không cho họ thật sự nhìn thấy nó. Nếu chúng ta nhìn thấy đoạn cuối của cuộc đời, có lẽ bây giờ còn ba hay bốn giai đoạn nữa chúng ta mới nắm lấy được, còn nhiều sự lựa chọn nữa mà chúng ta sẽ quyết định, khi chúng ta tiến đến kiếp sau. Vài người vượt quá mức độ liệu pháp cho phép rồi đi đến cái chết thật sự, nhưng họ đủ sức mạnh để điều khiển nó, những người không mạnh mẽ không thể điều khiển được.

Tôi phát hiện ra người ta có những quyết định khôn ngoan và nhiều lựa chọn tốt khi họ biết trước. Họ nhìn vào ngã ba đường rồi nói: “Nếu tôi chọn con đường này, đường này, hoặc đường này, thì cái gì sẽ khác nhau?” Như bây giờ chúng ta lựa chọn, chúng ta thay đổi thường xuyên tương lai mình. Nhưng nói chung, ngoài sự vô hạn của tương lai mà chúng ta đối diện, vẫn còn một hoặc nhiều tương lai sẽ có, và có thể chúng ta có 5% cơ hội để đi theo con đường này, 10% cơ hội đi theo con đường khác, và chỉ 0,0001% cơ hội của con đường thứ ba. Đó là hệ thống khả năng có thể xảy ra và khả năng chắc chắn xảy ra mà chúng ta thường xuyên chỉnh sửa. Hãy nhớ rằng tất cả tương lai riêng lẻ của chúng ta là một phần của hình cong vũ trụ. Nếu vô số tương lai riêng lẻ này kết hợp với linh hồn cao hơn trong tương lai xa thì chúng ta sẽ đạt đến mục đích của chúng ta.

Cho đến bây giờ, sự lựa chọn là vấn đề quan trọng. Ví dụ như John, người đã nhìn thấy ngã ba đường nên đã quyết định một cuộc sống từ ái trong hiện tại, do có sự khác biệt quá lớn so với con đường hiện thời anh đang đi. Evelyn đã nhìn thấy một tương lai nơi mà nỗi thù hận ăn sâu trong tâm trí của cô không còn tồn tại, và trong kiếp này cô đã có thể bắt đầu con đường đi đến đó. Khi chúng ta nhìn thấy tương lai, không có nghĩa là chúng ta bắt buộc phải đến đó – vì rằng nhiều ngã ba nằm trong rất nhiều trường hợp. Vẫn còn rất nhiều sự lựa chọn, và cũng không quá trễ để quyết định.

Trong cả hai trường hợp của John và Evelyn, và cả người khác, tôi cũng đã miêu tả đầy đủ. Chúng ta đi về quá khứ rồi đến tương lai. Trong cách trị liệu cho Gary tôi đưa anh ấy đến tương lai mà không trở về quá khứ, vì anh đến với tôi trong tình trạng khủng hoảng. Vào một đêm trước khi anh điện thoại cho tôi, anh nằm mơ thấy mình tự bắn vào đầu. Sau khi nghe xong câu chuyện của anh, tôi nghĩ giấc mơ đó có vẻ như cũng rất thích hợp. Chết có nghĩa là kết thúc sự tuyệt vọng.

Gary là người đàn ông ở tuổi 40 tràn đầy sinh lực. Tuy nhiên công việc kinh doanh đồ cổ của anh ta sắp sụp đổ.

Bởi vì sự thành công của Antiques Roadshow trên ti vi, anh thừa nhận rằng sự hoành hành trong đồ hàng bạc có giá trị cao, tranh ảnh, đồ trang trí đã có thể lan khắp đất nước vì vậy anh phải mở rộng việc kinh doanh và thuê thêm kho chứa hàng. Nhưng một là do khiếu thẩm mỹ của anh quá kém, hai là do anh đánh giá quá cao về thị trường, anh lôi cuốn thêm vài người mua, đến khi nợ đáo hạn anh không có khả năng thanh toán. Đối tác thừa anh ra tòa. Anh phải cho nhân viên nghỉ việc.

Hai đứa con trai sinh đôi sắp vào đại học anh cũng không đủ tiền trả học phí cho chúng. Người vợ yêu quý, Constance, chẩn đoán bị nhiều xơ cứng. Một luật sư đề nghị anh nên lập hồ sơ phá sản, nhưng với Gary đó là điều không thể nghĩ tới.

Anh kể với tôi trong tâm trạng vội vã, khuôn mặt hốc hác mệt mỏi, âm ảm, đôi mắt lấp đầy niềm hối tiếc.

- Bác sĩ thấy đó, vì sao giấc mơ lại tác động mạnh đến vậy.

- Tại sao ý tưởng phá sản lại không thể nghĩ tới?

Dường như đó là giải pháp hợp lý duy nhất.

- Bởi điều đó chứng minh rằng cha tôi đúng.

- Về chuyện gì?

- Cha tôi đã nói ngàn lần: “Con trai ơi, con chẳng bao giờ làm nên trò trống gì”.

- Ông đã chết?

- Mười hai năm rồi.

- Nhưng anh vẫn nhớ lời nói của ông.

- Tôi bị ám ảnh. Bác sĩ Weiss, cha tôi là người đàn ông mạnh mẽ. Mẹ tôi chết lúc tôi ba tuổi. Ông một mình nuôi tôi khôn lớn. Ông là thợ xây dựng, một người cứng cỏi, không bao giờ đi uống rượu với bạn bè, không bao giờ tìm kiếm người đàn bà khác mà không chăm sóc tôi, lo lắng cho tôi, để dành tiền cho tôi. Chúa ơi! Ông nói tôi là người đầu tiên trong gia đình vào đại học. Ông muốn tôi làm luật sư hay bác sĩ, hoặc nhà khoa học. Ông hãnh diện về tôi. Tôi đã cố gắng, rất cố gắng, nhưng cũng không thể qua được các môn toán lý hóa, chỉ vì đầu óc tôi không lô-gíc. Tôi không thể làm luật sư, chỉ có thể là công nhân xây dựng.

Anh đứng dậy và dang cánh tay ra.

- Không, nó tạo ra sức mạnh. Hãy nhìn tôi.

Điều tôi nhìn thấy là một người đàn ông bình thường “có tầm vóc trung bình, chiều cao trung bình.” Đó không phải là anh ta, con người trốn tránh mình vì công việc thể xác, mà chính là anh tự nghĩ về mình như vậy. Anh tiếp tục:

- Tôi rất thích nghệ thuật, Ai Cập, Hy Lạp,

Ý, thời kỳ Phục Hưng. Trong năm học thứ hai tại Tulane tôi quyết định học ngành lịch sử nghệ thuật, nhưng chưa hết năm tôi nói chuyện với cha tôi.

- Rồi chuyện gì xảy ra?

Đôi môi anh ta cong lên đầy trách móc.

- Cha tôi nói: “Con trai ơi, con chẳng bao giờ làm nên trò trống gì”. Ông gọi tôi là thằng hèn, thứ ẻo lả, người trí thức – chẳng còn gì tệ hơn. Tôi đã phản bội ông, đã làm tan vỡ niềm hy vọng của ông, đã chứng minh ông đã phí cả cuộc đời. Ông nói: “Giá mà tôi có con gái”. Đối với ông là con gái thì cũng tệ như là người trí thức.

- Ông có từ bỏ anh không?

- Tệ hơn. Ông vẫn trả tiền ăn học. Ông nói tiền ông chẳng có chuyện gì khác để làm, rằng ông quá già để bắt đầu cuộc đời mới. Mỗi mùa hè và ngày lễ, tôi về thăm nhà, ông vẫn rất thân mật. Thân mật, tôi nghĩ vậy, như thể tôi là người lạ. Sau khi tôi bắt đầu kinh doanh, tôi cố gắng trả lại tiền cho ông, nhưng ông xé nát tấm ngân phiếu đầu tiên tôi vừa đưa. Tôi không bao giờ thử lại lần nữa. Ông trả thù tôi bằng cách khiến tôi cảm thấy tội lỗi, và ông đã thành công.

- Anh bị sức ép quá lớn. Rất khó giá vờ là điều gì đó mà anh không có, thậm chí khó hơn để bị coi thường rằng anh là ai. Nhưng anh đã tự tạo cho mình cuộc sống, trong khi nhiều người có cha như anh thì không làm được.

Cái nhìn tủi thân của anh ta chứng minh điều tôi nói là đúng. Anh nói trong cay đắng:

- Vài thành tựu, đối diện với chúng, tôi là kẻ thất bại.

- Thất bại trong kinh doanh đâu có gì xấu xa. Chuyện này luôn xảy ra. Anh sẽ rút ra khỏi điều đó. Trong khi anh đang có người vợ yêu thương anh.

- Ai nói là nàng yêu tôi.

Tôi bị choáng váng vì anh cố nhấn mạnh lời nói.

- Anh không nghĩ như vậy sao?

- Làm sao nó có thể được?

Anh trả lời trong trạng thái quá bị quan. Anh đang quá tuyệt vọng nên tôi cũng cảm thấy thật vô ích nếu có ý định cho anh thấy rằng chắc hẳn cô đã từng yêu anh khi cô kết hôn với anh, và cô cũng yên tâm rằng anh vẫn còn yêu cô hoặc ít ra phần nào trong anh vẫn còn hấp dẫn cô.

- Điểm nào cho thấy rằng cô không yêu anh? Anh biểu lộ sự hoang dại.



- Khi tôi nói với nàng tôi muốn tự sát, nàng năn nỉ tôi đừng.

Tôi choáng váng một chút, rồi cuối cùng hỏi lại:

- Điều đó chứng tỏ là cô ta không yêu anh?

- Nếu vậy thì nàng đã để tôi tự sát. Anh ta cười lạ lùng.

- Nhưng không thành vấn đề. Không quan trọng là khó khăn như thế nào mà nàng cố ngăn tôi, tôi sẽ thực hiện.

- Khi nào?

- Ngày mai thì sao? Có thích hợp với ông không? Còn tôi thì rất thích hợp.

Đe dọa tự tử là vấn đề nghiêm trọng nhất mà nhà trị liệu đối mặt. Điều mà Gary đến với tôi có nghĩa là ngay chính điểm nhỏ nhất anh đang lẫn lộn với quyết định của mình, rằng giấc mơ đã làm anh sợ. Có lẽ anh chỉ cố gây sốc cho tôi hoặc chỉ tạo ra bi kịch cho mình. Tuy nhiên mức độ khôn khéo biện luận rằng niềm ao ước vẫn còn đó, và tôi biết mình có thể nắm lấy cơ hội.

- Vậy tôi sẽ đưa anh vào bệnh viện.

Anh trợn mắt nhìn tôi, bỗng nhiên đôi mắt hoàn toàn mất hết biểu hiện.

- Không đời nào.

- Anh đang trong tình thế nguy hiểm chết người.

- Không phải nguy hiểm. Đó là một giải pháp.

- Chẳng ai mong anh như vậy. Anh đã nói vợ anh cố ngăn anh. Tôi cá với anh là con trai anh cũng sẽ cố ngăn.

- Các con tôi đi xa.

- Rồi hãy nghĩ về cú sốc của chúng, nỗi đau của chúng.

- Chúng bỏ tôi đi. Chúng nghĩ rằng tôi vô dụng, và chúng nó đúng. Tốt hơn là chúng không ở với tôi.

Lần nữa, sự biện hộ dường như không có hiệu quả. Nếu tôi không vực anh dậy khỏi cơn mê thì tôi phải đưa anh vào bệnh viện. Nhưng nếu tôi có thể giúp anh ta đến một viễn cảnh cao hơn và hình dung ra hậu quả việc tự tử...

- Tôi thỏa thuận với anh như thế này... Anh có về giặt mình.

- Thỏa thuận gì?

- Nếu anh dành hai buổi điều trị với tôi, để tôi cố giúp anh, tôi sẽ không đưa anh vào bệnh viện.

- Nhưng nếu tôi vẫn cảm thấy như vậy sau đợt trị liệu, bác sĩ sẽ không cố ngăn tôi?

Dĩ nhiên là không phải phần của thỏa thuận.

- Cứ hãy nhìn thấy những gì mà chúng ta đạt được. Tôi muốn anh đi đến tương lai.

\*\*\*

Khi Gary đi sâu vào tình trạng thôi miên, tôi hướng dẫn anh hai con đường xa rời nơi của anh trong hiện tại. Một con đường sẽ chỉ cho thấy những ảnh hưởng sau đó của cái chết của anh. Con đường kia là con đường của hành động tích cực, yêu bản thân, yêu cuộc sống.

Chúng tôi chọn con đường thứ nhất trước, con đường tự tử. Ngay lập tức mắt anh nhòa lệ.

- Tôi đã sai. Constance rất yêu tôi. Tôi nhìn thấy nàng quá đau đớn đến nhiều năm sau khi tôi chết. Hai đứa con tôi cũng đau đớn không kém. Tôi quá ích kỷ chẳng màng đến vợ con, sau khi tôi bóp cò thì các con phải bỏ học để về chăm sóc cho Constance vì nàng bệnh rất nặng.

Anh ngừng lại một chút rồi sừng sốt kể lại:

- Thật buồn cười, chúng nó đều cảm thấy phải chịu trách nhiệm về cái chết của tôi. Cảm giác tội lỗi đã tiêu phí thời gian của chúng. Chúng đều nghĩ lẽ ra phải bảo vệ tôi, cứu tôi nếu chúng cần cù hơn. Tôi không thể tin được! Chính là tay tôi đã bóp cò chứ không phải chúng. Còn Constance đã làm những gì nàng có thể. Nàng đã van xin tôi. Tôi không tin nàng và tự ý làm.

- Phản ứng của họ không có gì lạ lùng. Trong nhiều trường hợp người sống sót luôn cảm thấy có trách nhiệm.

Tôi nói trong yên lặng. Nước mắt rơi đầm đìa, anh kể lể:

- Tôi cảm thấy tiếc nuối về điều đó. Quá, quá hối tiếc. Tôi không muốn...

- Làm tổn thương vợ con?

- Dạ đúng. Tôi là người đau khổ.

Tự tử không phải là hành động của lòng vị tha. Đó là hành động của cơn giận dữ hoặc tuyệt vọng. Tôi đã chỉ ra điểm này cho Gary khi tôi đưa anh trở về, nhưng còn nhiều vấn đề quan trọng để anh biết thêm về tương lai. Tôi đưa anh đi xa hơn vào đợt điều trị kế tiếp.

Những ngón tay anh nắm chặt vào thành ghế đến khi những đốt ngón tay trắng bệch ra.

- Có người đàn ông đang đứng, tay cầm súng chĩa vào đầu. Tôi có thể nhìn thấy ngón tay hắn siết cò.

- Người đàn ông là anh?

- Đúng vậy!

- Với cây súng chĩa vào đầu, như là giấc mơ anh đã kể cho tôi nghe khi đến đây lần đầu.

Thân thể anh thư giãn.

- Một giấc mơ. Đúng vậy. Đúng là giấc mơ.

- Đó có nghĩa là anh muốn tự sát?

- Đúng. Tôi đáng chết. Tôi đang có một mối tình.

- Vậy là anh đã lập gia đình?

- Dĩ nhiên. Tôi làm việc cho cha vợ tôi.

- Một mối tình không phải là lý do để tự sát.

- Ông không hiểu. Nếu vợ tôi phát hiện, cô ta sẽ méc với cha cô, rồi tôi sẽ mất hết: công việc, gia đình, vị trí, bạn bè, lòng tự trọng. Tôi không chịu đựng nổi sự nhục nhã.

- Mối tình đó bí mật mà. Tại sao vợ anh biết được?

- Vì người tình của tôi đã viết cho vợ tôi một bức thư kể hết mọi chuyện. Ông biết không tôi bỏ cô ta nên cô nổi điên. Bức thư là sự trả thù.

- Nhưng mối quan hệ đã chấm dứt rồi. Anh kết thúc nó. Tại sao không thừa nhận rồi xin lỗi vợ anh trước khi cô ấy nhận được lá thư? Lúc cô ấy tha thứ cho anh, cô sẽ không kể cho cha cô biết.

- Không có cơ hội đâu. Cô ta không yêu tôi như yêu cha mình. Thật tình tôi chẳng hề nghĩ là cô ta yêu tôi.

- Vì vậy cô ta sẽ hài lòng nếu anh tự sát?

- Có một buổi lễ. Cô ta mời cha và bạn bè.

Nỗi cay đắng quá là sâu sắc giống như trong hiện tại của anh.

- Có giống như giấc mơ không?

Câu hỏi làm anh giật mình. Anh nghĩ ngợi một lát rồi do dự nói:

- Ông cho là một giấc mơ tái diễn? Không, tôi không nghĩ vậy. Chỉ là...

Anh lắc đầu.

- Không.

- Anh thật sự nghĩ mình tự sát?

Anh nhíu mày. Một sự yên lặng khác trùm lên. Cuối cùng thì...

- Tôi không biết. Tôi không thể nhìn thấy. Ôi, Chúa ơi! Tôi không biết phải làm gì.

Anh nhớ giấc mơ tương lai trong kiếp hiện tại khi anh quay lại với nó.

- Có phải tôi đã có cảm giác cũ, nổi nhục nhã và tuyệt vọng, lặp lại nhiều lần?

- Phải chăng là cảm giác như vậy?

- Có vẻ như tôi luôn luôn muốn tự sát. Không có nghĩa là cuộc đời tôi, mà đó là mô hình sẽ xảy ra.

- Cho đến khi anh sẵn sàng học hỏi. Giống như thảm kịch Hy Lạp. Nếu bây giờ anh tự sát, số phận anh sẽ bị sắp xếp phải đối diện với tình huống này mãi mãi. Điều mà anh không thể nhận ra là người đàn ông trong mơ và trong tương lai với cây súng chĩa vào đầu không thật sự là anh, chỉ là một phần trong anh, phần tự ghét mình, phần muốn tự sát.

Anh rùng mình như thể bất ngờ bị ớn lạnh.

- Nếu tôi đi con đường khác sẽ như thế nào?

- À, một câu hỏi hay. Ở đó anh sẽ có khả năng học hỏi.

Lần này mất thời gian hơn bình thường để đưa anh vào trạng thái thôi miên, có lẽ vì anh cũng quá sợ hãi con đường thứ hai, con đường sẽ đưa đến nỗi tuyệt vọng. Nhưng rồi anh cũng tìm thấy mình trong một tương lai gần, rồi cuộc không hề lựa chọn sự tự sát.

- Tôi cho phá sản. Nhưng tôi thắng kiện. Thật ra không có chứng cứ gì hết.

- Còn Constance?

- Hoàn toàn thông cảm. Các con tôi cũng vậy. Luôn cả bạn bè. Tôi nghĩ họ cảm thấy tất cả chúng tôi đều phạm sai lầm, rồi họ tha thứ cho tôi. Thật tình, họ không cảm thấy tôi cần sự tha thứ. Tôi là chồng, là cha, và là bạn, không thể tuyệt đối, không phải là Chúa.

- Làm sao anh đương đầu với vấn đề tài chính?

- Tôi bán nhà lớn mua lại nhà nhỏ. Tôi có thể thanh toán những món nợ chưa trả, không nói đến viện phí.

- Các con?

- Ở lại trường. Khi về nhà chúng phải ở chung một phòng, nhưng chúng không phàn nàn.

- Công việc của anh bây giờ ra sao? Anh cười:

- Tiền xu quý hiếm. Chúng là một trong những thú vui của tôi, và giờ đây chúng là năng khiếu của tôi.

- Làm tốt chứ?

- Thật huy hoàng, cảm ơn ông. Tôi thuê lại vài người đã làm cho tôi trước đây. Họ rất vui về quay lại làm với tôi bỏ luôn việc đang làm. Tôi đoán họ không nghĩ tôi là ông chủ tồi hay kẻ thất bại. Tôi cho họ biết sự thật khi họ thôi việc. Một người trong số họ nói rằng anh ta rất khâm phục lòng thương cảm và tính thật thà của tôi. Dĩ nhiên, việc kinh doanh đồ cổ cũng bắt đầu tốt đẹp, ai mà biết được?

Tôi đưa anh đi xa hơn đến cuối đời.

- Đó là cháu nội. Constance chết cách đây vài năm, nhưng tôi đã an ủi cô trong những ngày cuối cùng. Chúng tôi vẫn yêu nhau cho đến hơi thở cuối.

Anh thở dài.

- Nói chung, đó là một cuộc đời tốt đẹp.

Tôi biết khi anh có sự thay đổi về trái tim và tư tưởng, cuộc đời tiếp theo của anh sẽ tốt đẹp hơn. Trong đó Gary là một nhà khoa học, nghiên cứu sinh lý học thực vật, đặc biệt, tạo những loại giống có đầy đủ dinh dưỡng để góp phần giúp những người theo thuyết ăn chay tăng cường sức khỏe như một sự lựa chọn thay thế ăn thịt động vật, ở một cấp độ ý thức cao hơn. Không hề có viễn cảnh gì về kinh doanh, không ngoại tình, không có đau khổ bất hạnh, không hề có bóng dáng của tư tưởng tự sát.

Không có câu hỏi về con đường anh đã chọn khi tôi mang anh trở lại thực tại. Anh nhận ra mình sẽ tránh con đường đầu tiên vì anh sẽ khôn ngoan hơn trong lựa chọn ở hiện tại. Thật ra, theo cách đó cuộc sống của Gary sẽ phát triển xa hơn, chính xác như anh đã thấy trước trên con đường anh đã chọn. Gia đình vẫn tiếp tục ủng hộ và yêu thương anh. Anh thắng kiện. Anh bắt đầu kinh doanh lại, một phòng tranh cho họa sĩ (cảnh tượng về tương lai của một người hiếm khi đúng chính xác 100%), và có thuốc mới điều trị cho Constance, tuy vậy cả hai sẵn sàng chịu đựng bệnh tật của cô. Cách đây vài ngày, anh gọi cho tôi và kể về con trai anh đã bỏ trường đại học và trở thành nhạc sĩ rock.

- Anh nghĩ thế nào về chuyện đó?

- Tôi không ưa.

- Anh đã nói gì với nó?

- Tôi nói: “Bất kể con quyết định như thế nào thì con cũng sẽ làm được.”



## Lời kết

Trong lúc tôi tin có một ngã ba đường trong tất cả cuộc đời chúng ta và cuộc du hành đến tương lai sẽ giúp chúng ta quyết định nên đi trên con đường nào. Tôi cũng tin rằng có một ngã ba đường trong cuộc đời của thế giới mà nếu chúng ta càng nhìn thấy và càng thấu hiểu thì sẽ có nhiều cơ hội tốt đẹp hơn để chúng ta bảo vệ trái đất tránh khỏi sự hủy hoại.

Đó là nguyên nhân tôi thường sử dụng những buổi hội thảo như một phương tiện tiên tri. Một lần nữa lại không có cách nào để thẩm định những gì tôi đã khám phá. Tuy nhiên tôi tin chắc rằng vào đúng lúc tôi sẽ phát triển những phương pháp tốt hơn để tinh lọc các câu chuyện do những người mạo hiểm đi đến tương lai đã thấy và kể lại. Tôi biết rõ có một sự đồng lòng về tương lai của những người cùng tham dự hội thảo, cho đến giờ con số đã trên 2.000 người. Và tôi sẽ đề nghị, có thể hơi do dự và ngập ngừng một chút, những buổi hội thảo ở nước ngoài. Tôi sẽ tiếp tục khám phá.

Trong những nhóm du hành của tôi, như tôi thường ghi chép, tôi thử chọn ra ba người dừng lại trên cuộc hành trình đến tương lai: một trăm năm, năm trăm năm, một ngàn năm cách đây. Điều này không chắc chắn. Con người luôn luôn tự do để khám phá bất cứ một cõi nào trong bất cứ thời gian nào. Tuy nhiên như một lời khuyên nhủ, họ và tôi đều tìm thấy lợi ích.

Chúng tôi đã tìm thấy gì?

Trong một trăm năm hoặc hai trăm năm nữa thế giới sẽ gần giống như bây giờ. Chắc hẳn có thảm họa, có đau thương, có bệnh tật do thiên nhiên và con người gây ra, nhưng không ở mức độ toàn cầu. Có nhiều độc tố hơn, đông đúc hơn, ô nhiễm hơn, và lời cảnh báo cho thế giới nhiều hơn. Có ít bệnh độc hại hơn mà phương pháp lại tốt hơn cho sự tăng trưởng mùa màng, thực phẩm, v.v ... Nhưng theo cách diễn giải đồng dài gần như nguyên vẹn ý nghĩa trong bài hát của Stephen Sondheim “Chúng tôi vẫn ở đây”.

Sau giai đoạn này – có thể gần như ba trăm năm hoặc cách xa như sáu trăm năm – bắt đầu có một Thời Kỳ Đen Tối thứ hai. Trong những buổi thảo luận, người ta dường như được báo trước những sự kiện đáng ngại khít khao với niên đại sớm hơn. Có lẽ, vì tương lai không phù hợp và sự u ám sẵn sàng tiến nhanh hơn do những ý niệm và hành động tiêu cực của nhiều người. Nhưng vẫn còn thời gian làm đảo ngược lại thông qua những nỗ lực tích lũy của chúng ta. Giữa thời kỳ này khó hơn rất nhiều để định nghĩa chính xác. Tôi không biết cái gì tạo ra sự đen tối đó, như vậy cần phải có sự tinh tế, nhưng chúng tôi nhìn thấy dân số giảm sút rất lớn. Nguyên nhân có lẽ là do tỷ lệ sinh đẻ bị giảm vì chất độc hại trong môi trường, đã có thừa chứng cứ khoa học về tỷ lệ thúc đẩy tinh trùng bị sa sút. Tuy nhiên vì khuẩn, chất độc, thiên thạch, sao băng, hoặc tai họa chưa được thấy trước cũng phải chịu trách nhiệm.

Vài người trong chúng tôi sẽ không đầu thai lại vào trong thời gian đó. Ý thức của chúng tôi có lẽ thay đổi vừa đủ để chúng tôi được quan sát từ một nơi khác, từ một cảnh giới khác. Hẳn là chúng tôi không phải ở đây nữa. Theo cách riêng lẻ, tương lai của chúng tôi có thể tiến bộ hơn tương lai của hành tinh này. Vài người đầu thai vào các cõi khác hoặc các thế giới khác. Trong cuốn sách trước tôi viết về sự quan tâm đối với thế giới, một thế giới đang di chuyển từ một ngôi trường có một phòng học, nơi đó từ lớp một đến lớp mười hai ngồi học chung, đi đến hai ngôi trường khác nhau, tiểu học và trung học. Nhưng trung học thì hiện nay chưa có ở đây và sẽ không có cho đến khi chúng ta ngưng lại quá trình làm ô nhiễm, phá hủy và chết chóc. Vài người chắc chắn đã lên tới trung học và người khác đã lên đại học, nhưng họ ở vào một cõi khác và số lượng người đang đến ngày càng lớn hơn. Họ đạt đến mức độ mà họ không phải đầu thai trở lại trên trái đất này nữa, và có lẽ học sinh trung học đang giúp chúng ta từ một khoảng cách



xa. Những người trong trường đại học được tập trung trong khóa tốt nghiệp, nơi mà họ hình thành một nhóm và trở thành một phần của đảng Toàn Năng.

Và rồi vùng đất yên lành, màu mỡ, bình dị mà Hugh đã nhìn thấy ngay trước khi tôi bắt đầu thực hiện nhóm du hành vào tương lai, và từ đó có nhiều người cũng mô tả lại giống như vậy. Chỉ vài người tham dự có nói đến những đám mây mà Hugh đã đi qua trước khi đến miền đất tươi sáng. Có lẽ vì bây giờ chúng ta đang ở trong đám mây đen, và những người tham dự, trong khoảng giữa đám mây đó, không có khả năng nhận ra sự tồn tại của họ như Hugh đã biết. Nhưng tất cả mọi người đó có thể nhìn thấy ánh sáng rực rỡ, cảm thấy an lành, và đều áp dụng sự biến đổi. Nếu cảnh tượng họ tích lũy đầy đủ năng lực và nhiều người khác cùng tham gia để chuẩn bị cho nhiều kiếp sắp tới, hơn là ghét nhau, giết hại nhau, gieo độc hại cho môi trường và cho linh hồn của họ, thì vùng trời lý tưởng đó sẽ trở thành hiện thực. Họ sẽ đến một nơi trên thế giới này rất giống một cõi khác, nơi đó sẽ dễ dàng giảm khoảng cách cho họ hơn.

Vì tôi phải chết cũng như bất diệt nên hiện nay tôi quan tâm về thực tại và thời gian khác nhau sắp đến. Chúng ta không hề bị bắt buộc phải đi vào tương lai đó thậm chí dù cách cư xử của chúng ta có vẻ bị hạn chế quyền lựa chọn. Tuy nhiên tôi là người lạc quan. Tôi cho rằng còn kịp lúc để những ý thức chung của con người đạt được sự mong muốn cho một thế giới bình dị hơn, yên lành hơn. Để làm được điều đó, mỗi người trong chúng ta phải nhớ rằng định mệnh của chúng ta sẽ bất diệt. Than ôi, quá nhiều người trong chúng ta không biết điều này hoặc trong thời báo tin tức hàng ngày quên đi điều này.

Tôi hy vọng cuốn sách này sẽ là một lời nhắc nhở.



## Lời cảm ơn của tác giả

Tôi xin chân thành cảm ơn Richard Marek, đã đóng góp kiến thức và ủng hộ cuốn sách này. Anh thật sự là một người bạn tốt.

Nhân viên của Free Press từ trước đến nay luôn luôn tuyệt vời. Fred Hills, nhà biên tập hoàn hảo, đã luôn có những lời khuyên vô giá từ khi tôi mới bước vào Simon & Schuster.

Tôi cũng chân thành cảm ơn Carisa Hays, Elizabeth Keenan, Suzanne Donahue, Kirsa Rein, và nhiều người khác nữa.

Tôi mãi mãi nhớ ơn Joni Evans tại William Morris Agency.

Và với gia đình tôi, những người bạn tâm giao, người đã hành trình cùng tôi trong kiếp này cũng như nhiều kiếp khác. Và niềm vui lớn của tôi là sẽ đi cùng với họ cho đến bất diệt.



## Lời người dịch

Tôi có duyên may được người em từ Mỹ gửi tặng tác phẩm này. Không chỉ riêng tôi mà cô em gái, và nhiều người bạn Mỹ đều tâm đắc với những câu chuyện được trình bày trong đó. Hai nguyên nhân đã khiến tôi cố gắng dịch sang tiếng Việt. Thứ nhất là sự động viên của gia đình, đặc biệt là đứa cháu trai. Thứ hai là khi đọc xong quyển sách thì những người thân của tôi mới thấm thía hai chữ định mệnh.

Dù đã từng hiểu rõ về luật nhân quả, chúng tôi vẫn luôn đau đớn với những nghịch cảnh xảy ra trong cuộc đời, rồi băn khoăn tự hỏi tại sao chúng tôi không thể vượt qua. Nhưng giờ đây chúng tôi đã cảm thấy nhẹ lòng hơn và nhìn ra sự an bài trong số phận. Rồi từ đó chúng tôi biết thế nào là phải sống theo luật nhân quả, vì luật nhân quả không phải chỉ là để hiểu.

Trong quá trình dịch thuật, tác phẩm này đã khiến tôi luôn ngậm ngùi cho kiếp sống con người, và có nhiều câu chuyện làm tôi chạnh lòng rơi nước mắt. Tôi không tin chắc mình đủ khả năng đem những cảm xúc riêng tư đi vào lòng bạn đọc. Tuy nhiên tôi vẫn hy vọng ít nhiều bạn đọc có thể cảm thấy nhẹ lòng như chúng tôi khi biết rằng tại sao những nỗi đau, những tổn thương mất mát lại xuất hiện trong cuộc đời mình. Từ đó, bạn có thể đón nhận cuộc đời mà không quá bi ai, bạn sẽ lạc quan hơn vì dẫu sao mình vẫn còn may mắn là biết tin và sống theo luật nhân quả, bạn sẽ biết cách tạo dựng một tương lai tươi sáng hơn như tác giả đã trình bày rất rõ trong tác phẩm.

Qua bản dịch này, tôi chân thành gửi lời tri ân đến những người thân yêu, những người bạn, những người quen đã từng giúp đỡ tôi, dù chỉ một lần trên con đường ngắn ngủi, hoặc chỉ một lời an ủi khi tôi gặp khó khăn. Xin trân trọng tri ân với những người thân đã giúp tôi hoàn thành tác phẩm này.

*Sài Gòn – lập Đông, 2007*

*Vương Thị Minh Tâm*

*Kính bút*

---

<sup>[1]</sup> Khả năng nói được một ngôn ngữ mà không hề học trước.

<sup>[2]</sup> Bạn đọc có thể tham khảo thêm trong cuốn *Cuộc Thám Hiểm Các Cảnh Giới Huyền Bí*, dịch giả Thích Tâm Quang, NXB Phương Đông, Công Ty Văn Hóa Phát Quang.

<sup>[3]</sup> Một trào lưu tư tưởng mới ở phương Tây: không theo tôn giáo hay thói quen hay hệ thống chính trị truyền thống.

<sup>[4]</sup> Thành phố cổ nổi tiếng về sự đam mê khoái lạc vật chất.

<sup>[5]</sup> Victoria gọi ông bằng Yeshi, tên phụ của Yeshua, tên tiếng Aramaic của giáo sĩ Do Thái. Chúa Jesus, chúng ta biết tên Ông là vậy, là người Hy Lạp. Victoria chưa bao giờ nghe đến tên Yeshi cho đến lúc gặp ông trong hành trình quay về quá khứ. (chú thích của tác giả).

<sup>[6]</sup> Thành viên của nhóm các chủng tộc người Do Thái và Ả Rập.

<sup>[7]</sup> Ngày hội tôn giáo của đạo Cơ đốc tổ chức vào mừng 6 tháng Giêng để tưởng nhớ các nhà thông thái đến chào mừng Chúa hài đồng ở Bethlehem. (theo Tự điển Anh-Việt, Viện Ngôn Ngữ học).

<sup>[8]</sup> Còn gọi là tâm phân học.

<sup>[9]</sup> Môn thi bắt buộc mà học sinh tốt nghiệp lớp 12 phải vượt qua trước khi vào đại học của Mỹ.

- <sup>[10]</sup> Bảng điểm của các trường học Mỹ đánh giá theo A, B, C, D. Điểm A là hạng giỏi.
- <sup>[11]</sup> Sách viết về Phong trào tư tưởng đổi mới ở Phương Tây.
- <sup>[12]</sup> Còn gọi là A Lại Da Thức – từ Phật giáo.
- <sup>[13]</sup> Sự xét nghiệm các dịch hoặc mô lấy ở cơ thể sống ra để chẩn đoán bệnh.
- <sup>[14]</sup> Đèn tạo ra tia cực tím có tác dụng như ánh nắng để làm da rám nắng, một tiêu chuẩn đẹp và sang của người Âu, Mỹ.
- <sup>[15]</sup> Là 1 hòn đảo thuộc Ấn Độ Dương, 1 trong 4 hòn đảo lớn nhất thế giới, nằm ở phía Đông Nam ngoài khơi bờ biển Châu Phi.
- <sup>[16]</sup> Chương trình hài nổi tiếng trên kênh truyền hình của Mỹ.
- <sup>[17]</sup> Ngài là người đã hòa đồng với Chúa, và đạt đến một chân lý mà con người không hiểu nổi.
- <sup>[18]</sup> Bạn đọc có thể tham khảo trong cuốn “Tiền Kiếp và Luân Hồi có thật không?”
- <sup>[19]</sup> Trích từ Time Shifting, Doubleday, 1996. (chú thích của tác giả)
- <sup>[20]</sup> Nghi thức làm lễ cầu kinh.
- <sup>[21]</sup> Tiếng Hebrew, ngôn ngữ được dùng nhiều ở Israel.
- <sup>[22]</sup> 1 bộ (foot) = 12 inches, 1 inch = 2,54cm.
- <sup>[23]</sup> Có thể dùng từ ‘giác ngộ’ trong Phật giáo để diễn tả trạng thái này.
- <sup>[24]</sup> Công ty thời trang ở Mỹ.