

H. K. Challoner

# CON ĐƯỜNG LÀNH BỆNH

ThuVienSach.vn

## Con đường lành bệnh

*Tác giả:* H. K. Challoner

Việc chữa bệnh bằng những phương pháp khác y khoa thông thường hiện đang thịnh hành, nên tác phẩm *The Path of Healing* (xuất bản khoảng 1942) được trình bày để giúp quý độc giả có thêm ý niệm về một trong các lối đó. Tác giả H.K.Challoner hẳn đã quen thuộc với độc giả của PST qua chuyện *Vòng Tái Sinh* có đăng trên trang web, nay trong quyển *The Path of Healing* bà sẽ ghi lại ý tưởng của cùng vị Chân Sư về cách thực sự chữa lành bệnh. Ước mong những chỉ dẫn quý giá này sẽ giúp ích cho quý độc giả cùng gia đình về vấn đề sức khỏe, và soi sáng thêm cách sự sống diễn tiến.

### LỜI GIỚI THIỆU

Trong phần kể đây chúng ta sẽ chỉ xem xét một vài cách trị bệnh của những người có khả năng cảm nhận khác thường, cho phép họ thấy hay cảm được triệu chứng mà phương pháp y khoa thông thường không khám phá ra được, hay những ai trị bệnh bằng từ điện và ai tin rằng họ được người đã khuất, người vô hình chỉ dẫn. Hai hình thức sau được gọi là trị bệnh tâm linh, và thường được thực hiện qua một người trung gian (người đồng - medium), hoặc mê hoặc tỉnh lúc trị bệnh. Hiển nhiên lối chữa trị ấy có hiệu quả hay không phải tùy thuộc phần lớn vào cái nhìn, sự hiểu biết và sáng suốt của người trị bệnh như lối trị bệnh thông thường, mà thêm vào đó nó cũng tùy thuộc vào mức nhạy cảm và tư cách của người trung gian.

Ngoài ra một điều phải luôn luôn kể tới là cho dù người trị bệnh vô hình theo lối này có lòng tận tụy, xả kỷ và hăng hái giúp bệnh nhân thế mấy, trừ phi họ có hiểu biết về kiến thức y khoa thông thường và được huấn luyện, họ cũng sẽ có thể phạm lỗi lầm nghiêm trọng trong việc chẩn bệnh và áp dụng phương pháp như một y sĩ không lành nghề ở cõi trần. Bởi không phải hễ bạn qua đời, bước vào cảnh giới khác, là tự động bạn có được hiểu biết và khả năng mà bạn không có trong lúc còn trong xác thân dưới cõi trần, và đây là điểm thường ít được lưu ý.

Chuyện đáng tiếc là nhiều người đồng cốt do lòng nhiệt tâm muốn giúp đỡ thường cho những thực thể vào tự xưng là 'người trị bệnh' sử dụng họ. Nhưng trừ phi người trung gian có được thông nhãn (clairvoyance), được huấn luyện về tâm lý học, có hiểu biết đôi chút về triết học tức có khả năng trí tuệ để xét đoán, việc rõ ràng là họ không có phương tiện để kiểm chứng tư cách của thực thể sử dụng họ. Ta không thể tin tưởng rằng tất cả những người hướng dẫn vô hình nào nói rằng họ đến từ cõi cao là đúng như vậy. Nơi đó có thể cao so với cõi trần nhưng cũng chỉ là những cảnh thấp của cõi tình cảm, thế nên sự lầm tưởng ấy có thể gây nguy hại cho bệnh nhân.

Có nhiều trường hợp bệnh nhân lành bệnh khi được chữa hết triệu chứng bệnh theo phương pháp tâm linh, nhưng như ta sẽ thấy về sau là có những yếu tố sâu xa can dự vào bất cứ việc thực sự lành bệnh, và lành bệnh lâu dài nào. Chữa bệnh bằng nhân điện (tức prana, xin đọc bài Điem Sách số 42) có tính cách khác tuy nó cũng được truyền qua một người trung gian, và nhiều lối chữa bệnh tâm linh có thể được xem là chữa bằng nhân điện. Rất thường khi người chữa bệnh nhận được một dạng năng lực đặc biệt nào đó và chuyển qua cho bệnh nhân. Trong một số trường hợp sự kích thích của sinh lực hay prana cho ra kết quả thật kỳ diệu, nhưng sự hữu hiệu thực sự của việc làm sinh động trở lại sức sống của tế bào lại cũng tùy thuộc vào hiểu biết riêng của người trị bệnh, mức kiểm soát lực mà họ sử dụng cộng với khả năng cảm nhận được nhu cầu thực sự của bệnh nhân để hướng dẫn và điều hòa lực tuôn cho thích hợp. Trừ phi họ có khả năng làm vậy, những phương pháp trị bệnh vừa nói có thể tỏ ra nguy hiểm, vì rõ ràng là việc tuôn một dòng lực mạnh mẽ về cả mặt hủy diệt hay sáng tạo tùy theo nhịp truyền lực vào một bấu hay chỗ loét, có thể kích thích chính bệnh mà họ muốn loại trừ.

Lại còn ảnh hưởng tâm lý cần được xét tới. Phần lớn người bệnh ở trong tình trạng xuống tinh thần, tiêu cực và sợ hãi khi tới gặp người chữa bệnh. Một năng lực quá liều có thể vào phút đó khiến họ cho là khỏi bệnh và làm họ thấy hân hoan quá mức, nhưng trừ phi lực ấy được phân phối một cách khôn ngoan, phản ứng thất vọng xảy ra về sau sẽ lại mạnh thêm và tình trạng chung vì vậy bị ảnh hưởng. Việc chữa bệnh theo phương pháp dùng sinh lực prana, dựa trên sự kiện là cơ thể có những phản tương ứng bằng vật chất

thanh nhẹ, mà không một dụng cụ thông thường nào có thể ghi nhận được sự hiện diện của chúng. Thể sinh lực (thể phách) tác động như là trung gian truyền và phân phối sinh lực, thế nên nếu có rối loạn ngay bên trong thể này khiến cho một số đường lực không đi tới được phần thể xác đối ứng thì cơ thể không nhận được lượng sinh lực mà nó cần, với kết quả là người ta kiệt lực hay mắc bệnh.

Trong trường hợp này người trị bệnh có thông nhãn sẽ tìm cách chữa lại những đường lực nào bị phân tán, bị vỡ, và hướng chúng trở lại vào những trung tâm nào trong cơ thể không được sinh lực nuôi dưỡng đúng cách. Đôi khi việc này được thực hiện bằng cách xoa bóp thể sinh lực ngay bên trên phần bị đau, và là phương pháp giải quyết ngầm chứng bệnh theo cách thức người đời chưa nhìn nhận, về cái nguồn có thể có của sự xáo trộn (xin đọc thêm bài *Điềm Sách*). Nhưng ngay cả khi việc trị bệnh ở mức sâu hơn thông thường, ta vẫn còn làm việc với hậu quả thay vì với nguyên nhân căn bản, và dựa vào khả năng phán đoán của người chữa bệnh để tìm xem nhu cầu thực sự của bệnh nhân là gì, và trên hết thấy điều gì cần phải cho người bệnh và cho bao nhiêu.

Trên thực tế tất cả những phương pháp này kể luôn cả y khoa thông thường, nếu nhìn theo quan điểm bên trong thì vẫn là làm giảm hay làm mất đi *triệu chứng*, và ít khi có thể trị cái nguyên nhân tiên khởi sinh ra tất cả những rối loạn cho chuyện. Thêm vào đó, triệu chứng được tạm thời biến mất đi trong kiếp này mà thôi, và đó là mấu chốt của vấn đề. Chỉ nhờ hiểu biết về luật Nhân Quả người ta mới xác định được phương pháp chữa trị hữu hiệu mà luôn cả việc bệnh có thể được chữa trong kiếp này không, nói khác đi, liệu bệnh nhân có *sẵn sàng* để được chữa hay không. Hình thức trị bệnh này là cách chữa bệnh căn bản, diệt trừ được cái nguyên nhân đích thực, nhưng rõ ràng là có rất ít người đạt tới trình độ có thể chữa bệnh theo lối ấy.

Người ta có thể phản đối và nói rằng có hằng triệu người đã được chữa lành đó sao, ngay cả chữa được hết bệnh ung thư, nhưng đó chỉ là một phần của việc con người học để khám phá cách chữa cho mình hết mọi khuynh hướng mắc bệnh. Trong lúc này ta chưa biết ai đã sẵn sàng và ai chưa để bệnh về thể chất, tình cảm và trí tuệ được chữa, dầu vậy

với hiểu biết về y khoa rồi tâm lý càng lúc càng nhiều, cộng thêm với hiểu biết về tâm linh sẽ có về sau, khi đó những phép chữa trị đích thực và dứt hẳn sẽ có được.

Phép chữa trị mà cuốn sách này ghi lại được một Vị trình bày, ngài thấy được sâu hơn các nguyên nhân đằng sau của bệnh tật, và sách mô tả nỗ lực của ngài nhằm chỉ cho bệnh nhân cách thức để có được sự lành bệnh hẳn và lâu dài. Bệnh nhân này đã mắc bệnh từ hồi còn nhỏ, bởi trong gia đình có di truyền về sức khỏe kém, cô có khuynh hướng đau yếu cộng thêm với lời giáo dục và thái độ của người xung quanh. Mọi liên hệ trong gia đình có xung đột khiến tình cảm bị căng thẳng, và nỗi mong ước được thương yêu không được thỏa mãn khiến cô tăng thêm tham vọng có sẵn, và ước muốn thành công được người biết đến. Khi cô trưởng thành những xung đột tình cảm này gợi nên sự cay đắng và tức giận, nhưng hơn cả vậy là tâm trạng bất an và sợ hãi.

Gia đình cô không có khuynh hướng tôn giáo, và không dạy con nhiều về đạo đức, quan niệm chung trong nhà là thủ lợi càng nhiều càng tốt trong đời, bất kể những gì khác. Dầu vậy có những điều khác bù lại mà chính yếu là phần trí tuệ phát triển tốt đẹp, thấy được bản tính của mình và có khả năng sửa sai. Cô cũng có niềm tin là phải có câu trả lời cho thắc mắc của mình về mục đích của sự sống, và nguyên do cho bệnh tình cùng số mạng không may của cô, là không có tình yêu hay cơ hội nhiều hơn để biểu lộ khả năng sáng tạo vốn không thỏa mãn với điều tầm thường. Cô chấp nhận thuyết luân hồi nhưng không hiểu sâu hay áp dụng được nó vào trường hợp của cô. Trong nhiều năm cô đi hết y sĩ này rồi chuyên gia khác ở Anh và ngoại quốc để chữa bệnh, và khi không có kết quả cô quay sang những phương pháp khác thường, phép chữa trị tâm linh với hy vọng không thành là nó sẽ giúp được cô có đôi chút hạnh phúc.

Tuyệt vọng khôn cùng, cô tha thiết kêu cầu xin được khỏi nỗi đau đớn mà luôn cả được chỉ dẫn tại sao cô luôn luôn gặp chuyện không may, cùng giúp cô chấp nhận hoàn cảnh của mình để con người chịu đựng được cơn đau càng lúc càng nhiều, nhưng trên hết thấy là được chỉ dạy cách kiểm soát áp lực của nỗi sợ hãi đen tối. Sau chót có vẻ như tình cờ cô được tiếp xúc với tôi vốn có chút kinh nghiệm về việc được ảnh hưởng (overshadowed) để viết và vẽ. Tôi dùng chữ 'được ảnh hưởng - overshadowed' là vì tôi



không mê thiếp trong lúc viết hay vẽ, và tôi luôn luôn có thể ngưng bất cứ lúc nào mình muốn. Tôi không có khả năng siêu nhiên nào mà tôi cũng không quan tâm đến những hiện tượng tâm linh, ngược lại là khác, nhưng ban đầu lúc được ảnh hưởng, khả năng tự động ký - automatic writing - phát triển mỗi ngày thêm hơn. Mới đầu tay tôi được hướng dẫn rồi chỉ trong thời gian ngắn cả tay và trí điều hòa với nhau. Chữ và ý tưởng tuôn mạnh mẽ vào trí tôi có lẽ theo cách thức thần giao cách cảm nào đó. Phương pháp này cũng áp dụng cho việc vẽ hình (xin đọc quyển *Regents of the Seven Spheres* cùng tác giả), tuy ở đây hình ảnh và màu sắc tự trong trí trước khi tay chuyển di để vẽ ra hình.

Vì vậy khi tôi được ảnh hưởng để giúp bệnh nhân này, tay tôi được hướng dẫn không chút khó khăn đến bất cứ nơi nào trên cơ thể theo lối chữa trị mà tôi gọi là thoa bóp sinh lực. Khi nào có lời chỉ dẫn thì nó được làm trước để bệnh nhân thấy thoải mái, ở trong tâm trạng bình tĩnh để đón nhận và có sự tin tưởng, nhưng tôi cần nhấn mạnh rằng không hề có sự thôi miên trong bất cứ lúc nào. Tôi đang xoa bóp bệnh nhân theo lối thông thường với mục đích làm giảm cơn đau nhức dữ dội, thì đột nhiên tôi ý thức được một lan rung động quen thuộc mà đã từ lâu rồi tôi không nhận. Vị mà tôi gọi là Chân Sư chỉ nói ngắn ngủi, ngài bảo rằng ngài tới để đáp lại lời kêu cầu của cô không phải để chữa lành, nhưng để cô có được hiểu biết nhiều hơn về nguyên do cơn bệnh dai dẳng cả đời của mình, với bao sự tìm tòi, học hỏi đã không thể giải đáp. Có những lý do đặc biệt tại sao cô lại được giúp đỡ như vậy, và nếu cô phó thác cho ngài, ngài sẽ giải thích về sau.

Trong khi ngài sẵn lòng thực hiện tất cả những gì con người làm được và cho phép làm để giúp cô, chuyện cốt yếu là cô cần thỏa thuận theo sát những chỉ dẫn của ngài, và làm trọn phần của cô trong tiến trình để cuối cùng có thể mang cô tới sức khỏe và hạnh phúc mà cô chưa hề biết. Cô phải chuẩn bị để chấp nhận tạm thời nhiều tư tưởng xa lạ không phải chỉ về chính cô mà còn về thế giới mà cô là một phần, và thực tâm tìm cách áp dụng chúng. Ngài yêu cầu cô nhìn kỹ lòng mình xem có thể thực tâm chấp nhận các điều kiện này chăng, bởi chúng khó khăn và ngài không hứa hẹn con đường dễ dàng. Cô phải chuẩn bị đối đầu với nhiều nỗi thất vọng, cản trở, cũng như một vài sự thực không dễ

chịu về con người cô. Khi nào ngài thấy rằng thái độ cô đúng đắn và là cách duy nhất để có thể được chữa trị theo lối nghiêm ngặt như vậy thì ngài sẽ trở lại.

Phản ứng của cô dĩ nhiên là sự háo hức mong chờ cao độ. Trong quá khứ mỗi lần theo một lối chữa trị mới cô luôn luôn tràn trề hy vọng để rồi lại chầm dứt bằng sự thất vọng, nhưng bây giờ có vẻ như cuối cùng nếu không được lành bệnh thì ít nhất cô cũng giảm được phần lớn sự đau đớn và sợ hãi. Đời sống sẽ thay đổi, sẽ có nhiều cơ hội mở ra, ai đã bị bệnh tật làm nản lòng, có tham vọng bị thui chột, và trọn cuộc đời phải vật lộn với số mạng, ai chưa hề biết hạnh phúc thực sự là gì hẳn sẽ hiểu được tâm trạng của cô. Hơn thế nữa, cô có óc sáng tạo và hằng ao ước có khả năng nhiều hơn để diễn tả, và bây giờ chắc chắn nó tìm được cách để giải tỏa.

Dẫu vậy, cũng có lúc cô có phản ứng không tránh được, trước kia cô đã đi chữa nhiều nơi với những kẻ xưng mình là được hướng dẫn từ thế giới vô hình, hứa hẹn mọi điều cô ao ước, nhưng đã làm cô vỡ mộng, trở nên nghi kỵ và thường khi đau nặng hơn. Thế nên cô chờ đợi băn khoăn, hy vọng pha lẫn nghi ngờ, và ở chính phút này chúng tôi ghi lại lời chỉ dẫn của việc trị bệnh. Tôi sẽ không nói thêm về con người của vị Chân Sư, tôi không có thông nhãn nên không thể thấy là ai hiện diện, tuy nhiên như đã nói tôi luôn luôn cảm nhận được việc ngài đến bằng làn rung động hết sức rõ ràng, có sự thay đổi trong không khí và có sự đáp ứng khắp cả con người của tôi. Những trạng thái này đối với tôi là chuyện khá thông thường, nhưng lại không thể nào mô tả cho ai chưa có kinh nghiệm giống vậy, đối với tôi nó giống như chạm phải sợi dây điện sống động.

Có vẻ như nguồn đích thực của sự giúp đỡ như vậy và nguồn cảm hứng không phải là chuyện quan trọng lớn lao. Việc quan trọng là nó có nét chân thật, có sự rung động đầy tình thương và sáng suốt không sao lầm lẫn được mà tôi đã cảm thấy, và chót hết lời chỉ dẫn có hoàn toàn phù hợp với lời dạy của những đấng cao cả trong lịch sử chẳng. Về điểm đó tôi phải nhường cho độc giả sách này tự xét đoán.

Trở lại với cách trị bệnh, những lời dạy không ghi lại theo sát gần như nguyên văn, may mắn là bệnh nhân có trí nhớ rất khá và thêm vào đó cô tập trung trí não cao độ trong lúc

lắng nghe, tôi cũng có thể nhớ lại đủ để cả hai chúng tôi viết ngay được ra giấy sau khi việc chữa trị vừa xong. Bởi, như vị Thầy có nói trong lần chữa trị sau cùng, là việc sử dụng năng lực cần thiết để trị bệnh theo cách này khó thể cho phép được thực hiện chỉ vì lợi ích của một cá nhân mà thôi, mà phải được truyền ra cho khối công chúng rộng lớn.

Điều không tránh được là độc giả sẽ tìm thấy trong sách một số tư tưởng được lập lại đôi lần, có khi là chữ, là câu mà cũng có khi là vài khía cạnh của lời chỉ dạy, ý tưởng và phương pháp tập luyện. Sự việc xảy ra với dụng ý là trong khi chỉ có vài nguyên tắc căn bản làm nòng cốt cho trọn những buổi nói chuyện, tính cách phổ quát của chúng khiến chúng có thể được áp dụng vào khía cạnh này hay kia của mọi hoàn cảnh trong đời người bình thường. Nhưng bởi nhiều ý tưởng tỏ ra mới mẻ đối với bệnh nhân, và lúc ban đầu cô thấy khó hiểu và khó áp dụng nên điều cần thiết là giải thích chúng trong nhiều trường hợp, cùng chúng tỏ sự liên hệ của chúng trong lời giải đáp cho mọi cảnh ngộ và vấn đề ở đời.

Một lý do khác của việc lập lại là ngài cố gắng gây ấn tượng mạnh mẽ về các nguyên lý này cho cô, để trong tương lai cô có thể gần như tự động nhớ lại chúng, hầu khám phá được sự liên hệ của chúng đối với bất cứ vấn đề hay hoàn cảnh nào mà cô gặp phải. Đương nhiên là trong lúc chữa trị, vị Thầy ở trong vị thế xác định được tâm trạng của bệnh nhân, và quan sát được ngày này sang ngày kia có tiến bộ đích thực nào đã đạt được. Ngài thấy được sự trì chống nào vẫn còn hoạt động trong tiềm thức, và phần nào của chân lý đã bị cố ý loại bỏ vì nó không phù hợp với quan niệm sẵn có hay với ước vọng của cô.

Ngài cũng biết khi nào một điểm trọng yếu đã được thông hiểu, không phải chỉ hiểu bằng trí tuệ mà cả ở mức thâm sâu hơn để thành một phần vĩnh viễn trong con người của cô, thành khí cụ để cô có thể sử dụng cho bất cứ cuộc xung đột nào trong tương lai, thí dụ như giữa trí tuệ và tình cảm. Ngài có thể lập lại nhiều lần những khái niệm khó hiểu, trình bày nó bằng nhiều cách hay bằng những biểu tượng, dụ ngôn khác nhau cho thích ứng với nhu cầu đặc biệt của cô. Lẽ đương nhiên nhiều bài nói chuyện là nhằm để làm sáng tỏ những vấn đề riêng của cô và tôi đưa vài chuyện như vậy vào sách này, vì cho là nó có



thể giúp độc giả trong khó khăn riêng của họ. Bởi cho dù không ai gặp hai vấn đề y hệt như nhau, nhưng lời lẽ nói với một cá nhân trong lúc lo buồn thường khi gọi nên đáp ứng nơi một người khác trong khối đông nhân loại.

Đi tới rốt ráo thì mỗi người phải tự tìm thấy trong bất cứ hình thức chỉ dạy nào lời hướng dẫn ứng với tình trạng riêng của mình và phải tìm trong tâm những nguyên do sinh ra vấn đề của họ. Họ cũng phải học cách nhận biết nhu cầu của mình, tức lời chữa cho họ hết bệnh, nhờ vào việc càng lúc càng thông hiểu cái chân lý chung. Nếu phần dưới đây giúp được một người làm được việc đó, thì lời kêu cầu được soi sáng do đau khổ sinh ra sẽ thực hiện được mục đích sâu xa, hơn là chỉ thuận cho một cá nhân.

Cho phần kết luận tôi muốn nhấn mạnh nếu không nhờ vào lòng can đảm, và hơn nữa là thái độ tiếp nhận và lòng tin mà bệnh nhân chứng tỏ thì phần năng lực cần thiết cho những chữa trị này chắc chắn không thể có được. Vì thế tôi muốn thay mặt cho những ai hưởng được lợi ích nhờ cuốn sách này, ngỏ lời cảm tạ lòng rộng rãi của cô đã cho phép xuất bản việc hết sức riêng tư, và cũng xin cảm tạ sự hợp tác và trợ giúp vô giá của cô trong suốt lúc viết sách này.

## CHƯƠNG I

Nếu bạn đã không có nỗ lực để tuân theo các điều kiện của tôi, hẳn tôi đã không được phép hay đúng hơn nữa, không có quyền đề nghị giúp đỡ bạn. Điều này tôi nghĩ bạn sẽ hiểu. Giải quyết kết quả mà độc chất sinh ra chỉ là chuyện vô ích nếu nó cứ liên tục được hấp thu thêm vào người. Đó chính là điều đã xảy ra cho cơ thể và trí não của bạn trong thời gian dài hơn bạn biết. Vì vậy rõ ràng là trước khi một phép chữa trị căn bản nào bắt đầu, bạn cần nhận biết tính chất của các độc chất tinh tế này lẫn nguồn gốc của nó, và hiểu rõ ảnh hưởng của chúng.

Nhưng chúng ta hãy không có bất cứ ngộ nhận nào ngay từ đầu. Nếu bạn mong cho tôi chữa lành bằng cách chỉ bạn một công thức kỳ diệu nào đó, một thần dược làm biến đổi bạn mà không cần đến nỗ lực lớn lao nào nơi chính bạn để hợp tác hoàn toàn, thì bạn đang mơ tưởng chuyện bất khả. Không có một thần dược nào như thế cả. Cũng như

không có một quyền lực bên ngoài nào có thể được kêu gọi để thay đổi tình trạng ở mọi mức, vốn là kết quả của việc nẩy nở từ lâu qua nhiều kiếp và nhiều biến cố.

Quả thật điều dường như là phép lạ về lành bệnh có xảy ra. Việc đột nhiên có hiểu biết hay cảm nhận được Sự Sống có thể xảy ra làm thay đổi trọn thái độ và lối sống của một phải. Nhưng điều mà ít khi được nhận biết là khi chuyện như vậy xảy ra, nó là tột đỉnh của một tiến trình sâu xa không được ý thức nằm từ bên trong, và đã chuẩn bị người bệnh từ lâu cho sự lành bệnh thật sự từ gốc rễ. Nói khác đi họ đã làm tiêu tan hay chuyển hóa được cái duyên có tiên khởi đã mang lại bệnh tật họ phải gánh chịu trong kiếp này. Xin ghi nhớ như vậy.

Chắc chắn tôi có thể chỉ cho bạn phương cách để khỏi bệnh hoàn toàn, nhưng bạn phải bằng ý chí tự do của mình đặt chân trên đường ấy, không ai có thể đi trên đó ngoại trừ chính người hành giả. Tôi có thể và sẽ đề nghị cách chữa trị, nhưng bạn không thể lành bệnh nếu bạn không theo những phép ấy. Tôi có thể chỉ cái nguyên do đóng vai trò lớn lao trong việc mang lại tình trạng hiện thời của bạn, nhưng trừ phi bạn sẵn sàng cố gắng sửa chữa nhiều lỗi lầm trong cách suy nghĩ và cách sống, điều mà bạn hy vọng sẽ không xảy ra được. Tôi nhấn mạnh điều này vì tôi không muốn bạn ôm ấp ảo tưởng có thể dẫn tới thất vọng chua chát, và rơi trở lại vào nỗi chán nản vô vọng như trước. Dù thế nào đi nữa, đừng mong là có kết quả sớm để rồi bị nản lòng.

Tôi biết rằng với nhiều người ở trong hoàn cảnh hiện thời như bạn, biết trọn vẹn rằng họ không thể đạt tới mong ước của mình trong kiếp này, vì thật sự chuyện đó không thể thực hiện được; họ tin rằng định mạng đã xếp đặt khiến họ chỉ gặp thất bại và đau khổ, nên xem cuộc đời chỉ gồm sự đau buồn, tàn nhẫn, đau đớn và bất đắc chí, nỗ lực mà tôi đòi hỏi mới đầu có thể xem là chuyện không thể làm được, và hy vọng nào mà tôi đưa ra về một tương lai tốt đẹp hơn có thể chỉ là ảo vọng.

Tôi đồng ý là nhiều ước muốn hiện thời của bạn không thể thực hiện được, và cuộc đời xem ra vô nghĩa, vô vọng *khi nhìn từ góc cạnh theo bạn*, và cho tới nay đó là góc cạnh sai lầm. Nhưng tôi tuyên bố với bạn rằng *chắc chắn có trong bạn* một Quyền Lực có thể làm

thay đổi, không phải thay đổi áp lực và biến cố của thế giới bên ngoài lên trên cơ thể và tâm trí bạn, nhưng trọn định hướng và phản ứng của bạn đối với áp lực này, và qua đó thay đổi bản chất của tác động và ảnh hưởng của nó đối với bạn. Nhận biết và hòa hợp với Quyền Lực này là điều tôi hy vọng sẽ hướng dẫn bạn. Vì tôi có thể đoán chắc là một khi bạn đã học cách liên hợp với nó và để cho nó hướng dẫn mọi hoạt động của bạn, trọn quan niệm về đời sống sẽ thay đổi và điều này đương nhiên sẽ ảnh hưởng lên sức khỏe của bạn.

Nhưng tôi lập lại, sự thay đổi này không thể xảy ra mau lẹ, nên chớ mong đợi chuyện gì như vậy. Mọi sự tăng trưởng đúng thật đều diễn ra chậm chạp, bất cứ chuyện gì chỉ bằng tự ổn định từng bước từng bước một mới trở nên vững mạnh và lâu bền.

Điều tôi có thể và sẽ cho bạn tới khi nào bạn có thể tự mình rút ra được từ nguồn chữa bệnh đúng đắn cho chính bạn là tất cả những sự trợ giúp nào có thể được nhằm hướng tới việc đạt được sức khỏe và tâm bình an nhiều hơn. Nhưng bạn phải ý thức rằng việc như vậy dù tuyệt hảo vẫn không gì hơn là biện pháp tạm thời cho phép bạn tiếp tục sống và học hỏi cho tới khi nào những yếu tố đúng đắn và chữa bệnh có thể áp dụng.

Trước khi tôi nói thêm về bản chất của Quyền Lực này, cái nguyên lý làm tái sinh ngay trong chính bạn mà bạn có thể học cách khai thác, chuyện thiết yếu là bạn cần chuẩn bị để chấp nhận rằng một cái tâm như vậy có thể hiện hữu, chuyện không khó lắm đâu nhờ vào những tìm tòi của bạn từ trước tuy rằng bạn chưa thật sự nắm vững được những nguyên tắc căn bản, hay có thể nối kết chúng với trường hợp của mình.

Tôi không đòi hỏi gì nhiều hơn một thái độ cởi mở vào lúc này. Chắc chắn không phải là niềm tin mù quáng. Tin như vậy thì giống như ngọn nến yếu ớt rất dễ bị làn gió của tư tưởng hiện đại thổi tắt như bạn đã khám phá. Vào một chặng phát triển nào đó của con người niềm tin đó cần thiết để giúp họ tiến bước, nhưng tới một lúc nó phải được thay thế bằng ngọn đuốc hiểu biết mà chỉ nhờ vậy mới soi sáng được con đường cho hành giả, bằng ánh sáng của chúng có đầy sức khuyến dụ, làm cho sự tấn công của cái trí thuần lý

như bạn đã bị tấn công, không còn đủ sức mạnh để phá hủy nó. Ngọn đuốc ấy là điều mà tôi hy vọng sau này sẽ đặt được vào tay bạn để hướng dẫn bạn trên đường của mình.

Dẫu vậy, trước khi tôi làm được việc đó, điều quan trọng là bạn cần nỗ lực để có một thái độ ít nhất gần giống như niềm tin, một lòng sẵn sàng chấp nhận điều mà tôi phải nói dù chỉ tạm thời. Bởi xét cho cùng, đa số người do hoàn cảnh bắt buộc phải tin vào lời tuyên bố của những khoa học gia nhờ nghiên cứu đã khám phá bao bí ẩn của thiên nhiên, và nhờ vậy chứng minh rằng ngũ quan của con người dễ bị làm lẫn như thế nào. Thế nên đề nghị bạn chấp nhận điều tôi phải nói với bạn về những vùng trời hiểu biết rộng lớn hơn như là giả thuyết có thể chấp nhận được là điều hợp lý, cho tới khi nào bạn tới được mức tự mình chứng minh được hay bác bỏ chúng. Tất cả những gì tôi trình bày đều dựa trên chứng cứ của những chuyên gia trong ngành tạm gọi là khoa học tinh thần, họ là những người mà từ thuở xa xưa đã chuyên chú cả đời trong việc đi tìm Chân Lý.

Tất cả người như vậy đều nói tới sự hiện hữu của một số luật căn bản quản trị không những sự sống của vũ trụ mà luôn cả của con người, cái tiêu vũ trụ trong đại vũ trụ. Họ cũng xuyên qua thử nghiệm của mình nói tới cách thức theo đó mỗi cá nhân có thể học, để nhờ vậy xếp đặt đời mình hòa hợp được với những luật này, làm cho sự xung đột gây ra hầu hết mọi đau khổ của họ sẽ ngừng lại, và họ sẽ đạt tới chẳng những sức khỏe của thân thể mà luôn cả sự bình an và hạnh phúc.

Vì vậy bạn sẽ thấy rằng con đường mà tôi sẽ khuyên bạn khám phá không phải là con đường mới mẻ, dù người không tin như bạn nghe nó lạ lẫm về một số điều. Nhưng hãy luôn luôn nhớ rằng nó là con đường theo đó những đấng Cao Cả đã đạt tới bậc siêu nhân, được giải thoát khỏi những thúc đẩy và áp lực bên trong cũng như bên ngoài, vốn là những điều gây ra bao đau khổ cho người bình thường.

Con đường này quả thật là đầy thử thách và cam go như kinh nghiệm của bao người đã chứng thực, giống như đường đi của trái đất quanh mặt trời đã được các thiên văn gia chứng nhận, nên không có gì nghi ngờ hiệu quả hay giá trị của nó. Nhưng tôi muốn nhấn mạnh lần nữa rằng đây là con đường hoàn toàn thuộc kinh nghiệm và thử nghiệm cá

nhân. Chỉ những gì mà hành giả tự mình chứng minh được giá trị thì họ mới trở thành chuyên gia về việc này.

Mục tiêu của con người luôn luôn là sống toàn vẹn dù họ nhận biết hay không điều ấy, trong mọi tôn giáo mục tiêu đó được dạy như là ý muốn của Thượng đế. Và sự toàn vẹn ngoài những đặc tính khác còn có sức khỏe khang kiện. Như thế nếu bạn thành tâm chuẩn bị theo đuổi con đường dẫn với sự toàn vẹn bằng cách chịu tập luyện như tôi có thể chỉ cho bạn, thì có thể tôi làm việc về phần tôi và bạn làm phần bạn, chúng ta tạo được nền tảng vững mạnh như pháo đài chống đỡ, và cuối cùng bạn có thể đương cự không sợ hãi bất cứ giông bão hay thử thách nào mà cuộc đời mang tới trong tương lai. Vì bạn sẽ sử dụng nguồn sức mạnh và chữa trị lớn lao trong người bạn, sự vật đang hiện hữu mà bạn chưa khởi sự nhận ra.

## CHƯƠNG II

Trong lần nói chuyện trước tôi có đề cập tới sự hiện hữu của một số luật trong vũ trụ và những luật này tạo nên cơ cấu mà phương pháp chữa trị tôi sẽ dùng dựa vào đó. Vì vậy điều thiết yếu là bạn hiểu đôi chút về chúng trước khi có thể có tiến bộ. Nhưng trước khi nói thêm về luật thì tôi phải thừa rằng bạn không nên tưởng tượng là các luật này có thể trình bày được nhiều chân lý. Mọi hình thức của ngôn ngữ đều giới hạn, nhất là khi nói về ý niệm tinh thần, chúng đóng cứng ý tưởng bằng cách nhốt tư tưởng trong lớp vỏ của hình ảnh cụ thể, do đó ngôn ngữ thường khi che đậy hơn là biểu lộ ý nghĩa bên trong và nội dung, nên rất dễ dàng tạo ra chân lý nửa vời bị biến dạng cùng tín điều trong trí người đi tìm hiểu. Đây là nguy hiểm mà bạn phải luôn luôn cảnh giác và trông chừng.

Vậy thì tôi thúc giục bạn hãy cố công đi tìm ý nghĩa sâu hơn, phổ quát hơn đằng sau những gì tôi có thể nói, và đừng câu nệ quá chặt chẽ vào ngôn ngữ mà tôi bắt buộc phải dùng để trình bày tư tưởng, lý do là hai người có thể dùng cùng một chữ nhưng với ý nghĩa khác biệt. Ai lắng nghe nên luôn luôn tìm cách đồng hóa mình càng gần càng tốt với tâm tưởng của người nói, cố xem họ muốn diễn tả điều chi thay vì lập tức diễn dịch



chữ nghĩa theo ý mình và đồng ý hay không đồng ý mà không xem xét ý nghĩa lời nói sâu xa hơn.

Mới đầu chuyện như vậy có lẽ không dễ với bạn, vì bạn có cái trí lanh lẹ và ưa phán đoán, nhưng vào lúc nào đó trong sự phát triển của ta, chuyện cần yếu là nỗ lực tách rời và khởi sự xem xét mọi ý tưởng mới một cách khách quan không thành kiến. Vì làm sao có thể xét đoán là tư tưởng hay hay dở trước khi ta xem xét mọi khía cạnh của chúng ? Nhưng tôi sẽ tìm cách trình bày ngôn ngữ tôi dùng theo biểu tượng và ý nghĩa mà bạn có trong tư tưởng, và sẽ dùng những chữ diễn tả rõ ràng nhất ý nghĩa bên trong của các khái niệm đưa ra cho bạn. Chuyện quan trọng đầu tiên là bạn cần nắm bắt đôi điều về hình ảnh chung của sự sống.

Hãy khởi sự bằng cách tưởng tượng ra thiên hình vạn trạng hình thái của sự sống, từ điều thanh nhẹ nhất tới điều nặng nề nhất, từ vật thể nhỏ nhất đến các ngân hà trong vũ trụ, không phải như là các đơn vị hay sự sống riêng rẽ nhưng là khía cạnh, phản ảnh hay các mặt trời của một điều *duy nhất* tuyệt đối, một sự sống duy nhất biểu lộ qua tất cả những gì đang là. Tên gán cho nguồn tiềm năng vô tận này thì bạn biết là rất nhiều, có người gọi đó là Con Tạo, người khác gọi là Thiên Ý. Trong thời đại này nhiều người gọi đó là năng lực khi họ tìm cách xác định điều không thể xác định được, nhưng ta hãy dùng chữ Thượng Đế vì chữ này bao trùm mọi định nghĩa, cho dù đông phương khôn ngoan không gọi nó là cái gì mà chỉ dùng chữ CÁI ĐÓ, hay ba danh hiệu biểu lộ các đặc tính của Nó, bởi họ cảm thấy rằng vì Nó phải vượt khỏi mọi cách biểu lộ hay tưởng tượng của loài người nên Nó phải không có tên.

Sao đi nữa sự việc không quan trọng như đa số người tưởng, việc quan trọng là ý nghĩa tinh thần gán cho điều duy nhất bất khả tư nghị, cái Toàn Thể. Vậy thì nếu mọi sự biểu lộ ở bất cứ mức độ nào phát khởi từ một nguồn duy nhất là sự phản ảnh phần nào cho một tính chất của Toàn Thể, thì suy ra mỗi phần cá biệt phải có liên hệ rõ ràng tới mỗi phần khác, và không có gì được tạo ra mà có thể nằm ngoài hay thực sự tách biệt với điều mà *tự nó* là sự duy nhất và toàn vẹn. Điều này có nghĩa từ vật nhỏ nhất đến vật lớn nhất, từ điều trọng trực nhất tới điều thanh bai nhất tất cả đều chứa đựng một sự sống, là sự

thể hiện của sự sống ấy, đi tới rất rảo thì tất cả liền khít với nhau trong cơ trời thiêng liêng, y như từng miếng riêng rẽ của bức tranh ghép hình (puzzle), với mỗi miếng trên thực tế đóng góp vào ý nghĩa chung của toàn khối, mỗi phần được định sẵn vai trò để biểu lộ ý Trời.

Ai có tâm thức rộng lớn thế mấy thì cũng bị giới hạn do sự kiện là họ cảm thấy mình tách biệt, khiến cho họ không thể giải quyết điều bí ẩn nằm sẵn thấy ý tưởng về DUY NHẤT hay TOÀN THỂ, chỉ khi nào người ta đồng hóa có ý thức với TOÀN THỂ thì mới biết nó là gì. Tâm thức càng mở rộng được chừng nào thì cái nhìn về sự sống càng rộng, khi ấy nó có thể hiểu biết sâu xa hơn về cơ Trời, về mục đích và ý hướng của thiên ý.

Một số nhà đại hiền triết và các vị huân sư có được hiểu biết này, thấy được thoáng qua phần nào bóng dáng cơ Trời, tìm cách mô tả không toàn hảo điều mà họ biết chắc là không thể diễn tả được, cũng nhờ vậy mà những người tìm đạo khác biết về sự bí ẩn còn nằm ngoài tầm tay của mình. Chuyện sẽ trở nên sáng sủa hơn khi bạn tìm hiểu về tư tưởng của người có viễn ảnh đó, hầu bắt được ý nghĩa sâu xa hơn của đời bạn, vị trí của bạn trong cơ đồ chung. Điều luôn luôn cần nhớ là bạn không phải là đơn vị tách biệt như vẫn nghĩ, mà ngược lại bạn thuộc về toàn khối này, là một với nó, mối liên kết của bạn không phải chỉ với những ai chung quanh và với thế giới, mà luôn cả với thiên nhiên muôn loài muôn vẻ thì rất gần gũi và không thể tách rời. Việc đáng nói hơn nữa là vì thế mỗi cá nhân có ý nghĩa đặc biệt, độc đáo, và hiểu biết này là chuyện trọng yếu cho việc cuối cùng đạt tới sức khỏe và sự lành mạnh thực sự.

Dĩ nhiên ai có khuynh hướng chú tâm hoàn toàn vào chuyện của mình, ai xem mình là trung tâm của mọi chuyện thì có tính chia rẽ và thấy khó mà có cái nhìn như vậy. Từ trước tới nay thái độ của bạn là đồng hóa với cái tôi, với ước muốn và mục đích của nó, thế nên điều hết sức quan trọng là bạn cố gắng để có được viễn kiến rộng lớn này, và nắm được không phải chỉ với óc thông minh mà cũng tưởng tượng ra khái niệm về TOÀN THỂ, về sự hiện hữu của điều duy nhất tuyệt đối qua đó những sợi dây vô hình ràng buộc không những chỉ có bạn mà luôn cả nhân loại và địa cầu luôn cả vũ trụ làm thành 'một sự sống'.

Để làm được vậy tôi đề nghị với bạn hãy mơ mộng khi có được giờ phút yên tĩnh, hãy rỗng hình dung trọn vũ trụ bao la như là một vùng tâm thức rung động, linh hoạt, có sức sáng tạo bao trùm tất cả, như đã nói ngôn ngữ có tính giới hạn nên đây chỉ là cố gắng yếu ớt để vẽ lại hình ảnh của sự thật. Kế tiếp, nhìn trọn vũ trụ như gồm từng nhóm sự sống, giống như các khung lục giác của một tổ ong, tất cả tuân theo những luật căn bản và đều linh hoạt nhờ vào năng lực của một nguyên lý duy nhất mà chúng ta có thể gọi là ý Trời. Nhờ tưởng tượng như vậy, và nhờ tìm cách khám phá sự tương ứng giữa các sự sống này, từ vật rất nhỏ đến vật cực lớn, cùng cách thức mà những lối sinh hoạt tương tự lặp lại trong khắp Vũ Trụ mà ta khởi sự có ý thức sâu xa hơn về tính duy nhất. Giá trị của việc tập luyện óc tưởng tượng này là kích thích trực giác, điều cao hơn trí tuệ.

Có một câu nói rất cổ xưa có thể giúp cho bạn, vì nó biểu lộ tính duy nhất của sự sống một cách rõ ràng và chính xác, đó là:

Lớn nhỏ y nhau

Trên sao dưới vậy

Trong ngoài như một

Chỉ có một Sự Sống và một luật

Đoạn tiếp theo nhấn mạnh tính duy nhất của vạn vật.

Không có lớn cũng không có nhỏ

Không có trên mà cũng không có dưới

Không có trong mà cũng không có ngoài

Trong Thiên Cơ.

Tham thiền về những điều này sẽ làm bạn thấy được nhiều chân lý.

Khi tập khám phá nét tương đồng giữa những cặp đối nghịch như trên và dưới, trong với ngoài, lớn và nhỏ, sáng và tối, tốt và xấu trong thế giới đang sống, bạn có thể ý thức cách những sinh hoạt tương tự lặp lại không những trong khắp vũ trụ, trong thế giới của riêng bạn mà luôn cả trong cuộc sống của bạn. Lấy thí dụ hãy xem cách những hệ thống rộng lớn không tưởng tượng nổi quay quanh một tâm năng lực, thì bạn sẽ hiểu rằng hình ảnh này cũng giống như một thái dương hệ, như chính bạn với mặt trời trong người là điểm linh quang của sự sống, thường được ví von là ngọ trong quả tim. Hơn thế nữa chính bạn cũng gồm những hệ thống nhỏ hơn mỗi cái có trung tâm lực của riêng chúng ảnh hưởng những sự sống nhỏ bé trong cơ thể.

Cả vũ trụ hòa hợp như thế thành màng lưới liên hệ hết sức tinh vi, là những biểu lộ của một sự sống. Các biểu lộ này hằng đi theo chu kỳ sáng tạo và tan rã để theo đó chúng biến mình thành cái tổng thể phản ảnh thiên ý, cho ra chỉ một khía cạnh của tiềm năng vô hạn của thiên tính. Trọn cơ đồ gồm kế hoạch này sau kế hoạch kia luôn biến hóa, sinh ra rồi biến sang sự sống khác, cách ấy áp dụng không những cho vật chất đậm đặc mà luôn cho cả vật chất thanh bai hơn, vì vật chất dù thanh bai thế mấy vẫn là phương tiện chung để biểu lộ, và tất cả đều là chất thiêng liêng. Vào lúc này bạn chỉ cần áp dụng các khái niệm đó vào thân xác, tình cảm, trí tuệ và tinh thần, con người có những thể này tuy khoa học gia chưa nhìn nhận, nhưng trên thực tế chúng đóng một vai trò quan trọng về sức khỏe và sự kháng kiện nói chung.

Hãy nghĩ nhiều về khái niệm mà tôi đã vẽ ra cho bạn, cố gắng có ý thức về Sự Sống, phần thiêng liêng của cuộc sống, biểu lộ ở mọi cảnh giới và mức độ phù hợp theo nhịp điệu căn bản của luật thiên nhiên. Hãy tưởng tượng là mọi hình thể dù đặc dù thanh hiển hiện là nhờ áp lực của sự tăng trưởng bên trong, nhờ nỗ lực giữ cho quân bình cặp đối nghịch, và rồi xem xét diễn biến này trong đời của bạn. Cùng lúc ấy nhận biết rằng chỉ ở mức thấp với biểu lộ nặng tính vật chất hơn mà các áp lực này biểu lộ thành nhiều tranh chấp là nguyên do của sự ác, bệnh tật và thảm kịch. Hiện nay đó là điều không tránh được vì con người chưa thể kiểm soát phản ứng của mình và chưa hiểu rõ nhu cầu thực

sự của mình, nhưng nó không bắt buộc phải vậy một khi họ học cách tuân theo các luật lớn trong vũ trụ.

Sau này, tôi sẽ chỉ cho bạn thấy ngay trên địa cầu các nguyên nhân làm mất quân bình quá nhiều và dẫn đến sự đau ốm của bạn có thể được loại trừ phần lớn ra sao, trong lúc chờ đợi tôi đề nghị bạn kiên trì áp dụng những ý tưởng này cho trường hợp của bạn, vì trong thân xác nhiều việc xảy ra tương tự như cảnh con người và thiên nhiên đang tương tác với nhau trên mặt đất. Thực vậy, trọn lịch sử của diễn trình tiến hóa lập lại chính nó trong thân xác con người. Bạn biết rằng cuộc sống của bạn từ lúc mới đậu thai trong bụng mẹ thì về một khía cạnh, nó là việc nhắc lại các khuynh hướng chính trong cuộc phát triển của giống dân, và cũng tương ứng với sự phát triển trong thiên nhiên trên địa cầu. Trong con người bạn chiến tranh xảy ra ở mức độ tế bào, mỗi hoạt động của bạn diễn ra với giá là cái chết tức sự thay đổi của nhiều sự sống khác nhỏ bé hơn, và nhiều sự sống khác nữa lại sinh ra không dứt.

Nay bạn sẽ ý thức rằng nếu suy nghĩ kỹ thì mỗi đặc tính của cuộc sống về một mặt nào đó phải là một trung tâm của ý thức, vì nếu không có nó thì sẽ không thể có đáp ứng với sự kích thích dù là nhỏ nhoi thế mấy. Lẽ dĩ nhiên tôi không hàm ý rằng tế bào và cơ quan trong người có ngã thức, vì chỉ con người là có được điều ấy mà thôi, nhưng đúng ra tôi muốn nói là có một năng lực tiềm tàng trong mỗi phần vật chất, cho ra khả năng thuận theo chỉ dẫn rõ rệt hay là mô thức có sẵn để tăng trưởng. Đây không phải chỉ là thuần về sinh học, mà người ta không nên bỏ qua luật nhân quả với nguyên do bắt nguồn từ quá khứ.

Khả năng này gia tăng khi hình thể lớn mạnh và hóa phức tạp hơn do áp lực của các lực tiến hóa, ít người hiểu được tính chất bên trong của các lực này nhưng ta có thể xem đó như là thiên ý lộ dần. Việc lộ ra từ từ này tiếp tục cho tới khi nó biểu lộ trong người thành ngã thức, có khả năng mở rộng ra vô biên, hay nói chính xác hơn thì là sự hòa hợp với nguồn cội mà nó phát xuất. Điều mà tôi diễn tả thì tự nhiên chỉ là mô phỏng mờ nhạt của thực tại hết sức sâu xa hơn, nó là nỗ lực dẫn giải sự kiện là không thể có một vật gì thực



sự tách biệt trong vạn vật, hoặc là giữa tế bào với nhau, giữa người với người, hành tinh với hành tinh, hay vũ trụ với vũ trụ. Tất cả ở trong nhau, và mỗi phần ở trong tất cả. Thế nên tình trạng có vẻ chia rẽ xem ra rất thực của người thì chỉ là ảo ảnh, có được vì người ta không có khả năng thấy vượt ra ngoài thiên hình vạn trạng để đi sâu vào bản thể chung và tính phải tùy thuộc lẫn nhau.

Điều kiện căn bản của tính duy nhất này càng lúc càng được khám phá khoa học chứng tỏ ở mọi mức độ, nên bạn chấp nhận nó sẽ không khó và ứng dụng nó vào đời riêng cũng dễ. Không ai thoát được tính duy nhất này, điều bao trùm họ trong không gian và thời gian và chắc chắn là vượt ra ngoài nữa, vì chỉ khi thoát được khỏi màng lưới của không gian và thời gian, mà trong khoảnh khắc con người nhận thức được họ LÀ điều gì và tiềm năng của họ là chi. Cũng như họ không thể dứt bỏ những dây ràng buộc họ với vũ trụ, khi vô minh và tìm cách cô lập mình với vạn vật và người, họ gây ra phản ứng là nhân quả trở lại. Nay con người đang khám phá điều này việc lợi dụng người chung quanh lẫn thiên nhiên cho mục đích ích kỷ của mình. Hãy nhìn trở lại đời sống của chính bạn, việc chỉ biết có mình và bạn sẽ thấy điều này đúng như thế nào.

Sự việc càng lúc sẽ càng rõ ràng khi bạn xem xét những quan niệm này. Giống như đời hỏi có sự phân cách tuyệt đối, có độc lập hoàn toàn với mọi sự sống khác là bị tiêu diệt, thì luật ấy cũng phải áp dụng không sai lệch ở mọi cấp độ như thể chất, tình cảm, trí tuệ và tinh thần. Tìm cách chống đối lại luật căn bản về tính duy nhất này để cô lập mình về bất cứ mặt nào sẽ mang đến thiệt hại, mất mát về mặt nào đó, vì một phần của con người bị thiếu đi chất nuôi dưỡng thiết yếu.

Đó là lý do tại sao tất cả lời chỉ dạy theo chân lý đời hỏi rằng chỉ bằng việc dựa vào, lập mối liên hệ đúng đắn và hòa hợp với chính con người của mình và thế giới bên ngoài tức với luật trời, mà kết quả sẽ là sự sống trọn vẹn có được sức khỏe và hạnh phúc hoàn toàn. Nếu vẫn còn thắc mắc về khẳng định này, bạn hãy nhìn sự sống như là tổng thể và sẽ khám phá là trên thực tế mọi xáo trộn không phải chỉ là những gì làm cơ thể người phải đau đớn, mà luôn cả những gì xảy ra cho các sự sống khác lớn hay nhỏ, đều bắt nguồn từ hành động cố ý hay vô ý không hợp tác.

Việc có thể biểu lộ như là việc một tế bào hay cá nhân không có khả năng thuận theo nhịp của nhóm mà tế bào hay cá nhân thuộc về, hay có thể là việc một đơn vị tìm cách chiếm nhiều hơn khả năng đồng hóa và phân phối của nó. Hay nó có thể là quyết tâm muốn giữ cho riêng mình những gì lẽ ra phải chia sẻ với các đơn vị khác, những phần hợp với nó thành một khối chung không thể phân chia. Bởi cho và nhận phải bổ túc cho nhau để đạt tới sự quân bình đúng đắn. Không một đơn vị dù là tế bào, con người hay quốc gia có thể sống lành mạnh và hòa hợp khi sự quân bình về cho và nhận này chưa được điều chỉnh tốt lành.

Trọng diễn trình tiến hóa gồm có một chuỗi nỗ lực nhằm có điều chỉnh như vậy giữa các lực âm và dương, tĩnh và động. Ở mức thấp nhất nó biểu lộ như là tranh chấp giữa những phần tử ngăn không cho thay đổi, tìm cách chống đối tiến bộ, và những ai đẩy mạnh ngược lại sức kháng cự tiêu cực này cùng tìm cách vượt qua nó. Nhờ vậy có được sức mạnh và sự hiểu biết nhiều hơn. Ở mức tinh thần cao hơn, gắng công nhằm điều chỉnh sự quân bình có hình thức là hoạt động sáng tạo, bản chất của nó là hợp tác, là chọn lựa giữa điều tốt và điều tốt hơn trong khi có ý thức trọn vẹn về giá trị của vật, và nhắm vào việc thể hiện các nét rộng lớn hơn của sự biểu lộ thiêng liêng. Kết quả là không có tranh chấp như ta hiểu trong đời.

Ngay cả với người, tiến bộ có thể đạt được mà không cần phải có bạo động nếu có sự hiểu biết đúng đắn, nhưng ấy là điều quá hiếm hoi. Chuyện cũng có thể áp dụng cho chính cảnh sống của riêng bạn. Người ta có thể nói rằng bệnh tật thì gần như luôn luôn là hệ quả của chọn lựa và mục tiêu sai lầm, thiếu hiểu biết về mục đích của đời người và do đó thiếu quân bình. Hãy luôn luôn giữ điều này trong trí, tham thiền về nó, nhìn lại đời sống của bạn theo hiểu biết mới này và ráng nhận ra cách nó tác động trong mọi chuyện đã xảy ra và đang xảy tới cho bạn.

Luật trời không thể bị ngăn trở, quả dù mất bao lâu cũng phải đến sau cái nhân. Mỗi hành động sẽ không thể nào tránh được mà sẽ cho ra phản ứng đáp lại chẳng chóng thì chầy. Luật này mang lại sự quân bình toàn diện của các lực trong vũ trụ được phương đông gọi là Karma, nó là yếu tố quản trị việc luân hồi. Tôi đề nghị là từ đây tới lần nói chuyện kế,

bạn hãy nghiền ngẫm bản chất của những lực làm cho các phần điều chỉnh với nhau tuyệt diệu, nhờ vậy sự sống được tiến triển. Không phải là có một ánh linh quang nằm ẩn kín trong phần sâu kín của mỗi sự sống, là cái nhân của năng lực thiêng liêng sáng tạo sao ? Hãy nhìn qua bao năm tháng về sự thể hiện của năng lực sáng tạo này. Không phải là điểm linh quang này cháy âm thầm không được nhận biết trong linh hồn bạn, đã giữ cho bạn sống trong suốt những thất vọng, sầu não và bệnh tật của bạn sao ? Không phải cũng chính cái ý hướng rõ rệt, cái ý chí muốn trở thành điều lớn lao hơn đã thúc giục bạn tìm kiếm việc chữa bệnh, tìm sự mãn nguyện, mỹ lệ, hạnh phúc, nói khác đi là tìm một biểu lộ toàn hảo hơn của *Chính Nó* bên trong bạn sao ?

Và không phải bạn nhiều lần làm hư mục đích của nó khi lạm dụng năng lực cho cái ngã riêng rẽ ư ? Ý muốn được hoàn thiện này dĩ nhiên có trong mọi sinh vật nhưng đa số hoặc không đáp ứng, sống như người mộng du mà họ quả là vậy nếu xét theo khía cạnh sâu xa, hay là họ dùng ý riêng chống lại thiên ý như bạn làm. Thế thì làm sao có kết quả nào khác ngoài chuyện tai biến ? Chỉ khi nào con người thấy đủ chán chường mệt mỏi với những câu hỏi mà sự đau khổ của họ đặt ra, khi ấy họ mới thật lòng tìm câu trả lời, và việc đi tìm sẽ khởi sự dẫn họ vào đường giải thoát mà tất cả mọi người cuối cùng sẽ đạt tới.

Lòng bất mãn mơ hồ, ao ước mông lung gây ra phần lớn tính lo âu của con người hôm nay là dấu hiệu muốn nói rằng có thức tỉnh đối với một nhu cầu khẩn thiết mà chưa biết nó là gì. Nó gợi nên ý thức trong lòng người về nhu cầu thực sự của họ, những khả năng thiêng liêng, quyền uy, vinh quang và mỹ lệ vốn là quyền bẩm sinh của họ nếu họ học cách đạt được chúng. Tựa như hạt giống quý báu, tiềm năng và năng lực hồi sức của nó nằm trong tim bạn chờ giây phút được nhận ra, được thúc giục. Và cũng như hạt giống, nếu bị mất nguồn nuôi dưỡng thích hợp nó sẽ không thể mang lại kết quả.

Không phải là chính bạn từ trước tới nay không cho hạt giống những gì nó cần sao, như ánh sáng tinh thần, tưới mát để mang lại sự sống qua việc sống đời hoàn toàn hướng vào chính mình, chỉ biết có mình, giống như hạt giống trong đất khô chỗ tối tăm sẽ bị ngăn

cản không lớn được ? Nhưng bạn có thể bắt đầu thay đổi tình trạng đó nếu ngay từ phút này trong trí và hơn nữa trong óc tưởng tượng (vì óc tưởng tượng là một trong những quyền năng thiêng liêng nhiều tính sáng tạo nhất mà con người có được), bạn khởi sự tham thiền về cơ cấu của Sự Sống duy nhất, trong đó mọi tính chất của nó phải biểu hiện vai trò đã định của mình nếu muốn có hạnh phúc và sự viên mãn.

Tham thiền như vậy sẽ gọi nên trong lòng bạn cái lực tinh thần làm phục hồi, vì theo cách này bạn hướng đời sống có ý thức của bạn theo với thiên ý. Hãy làm vậy, không phải chỉ để tìm cách nhìn sự việc bằng con mắt bên trong, mà hơn nữa tìm cách *cảm biết* bạn như là một tế bào bên trong sự sống chung của đấng thiêng liêng. Khi ấy bạn sẽ có thể xem rõ hơn là cho tới lúc đó bạn có nỗ lực chân thành để tuân theo các luật thiên nhiên hay không. Khi tiếp tục xem xét quá khứ của mình mà không tìm cách biện minh, chống chế và với lòng thành thực sự, bạn biết bắt đầu hiểu lý do tại sao lực tái tạo của cuộc sống bao lâu nay không hoạt động trong lòng bạn hay từ ngoài tác động vào. Cuối cùng, cái mầm đang chờ đợi trong tim bạn có thể bắt đầu được thúc giục, và bạn cảm được sự rung động đầu tiên của cuộc sống mới.

### CHƯƠNG III

Lẽ tự nhiên là bạn vẫn thấy không thể nào hiểu được rằng sự sống trong khắp vũ trụ là một khối duy nhất tuyệt đối, thế nên đừng tự trách mình. Như tôi có nói, ý tưởng này đặc biệt khó cho ai chỉ biết đến quyền lợi và dục vọng của cái ngã như bạn đã từng là vậy. Khi biết nhiều hơn về bản chất của Sự Sống Duy Nhất và bắt đầu thoáng thấy vai trò đầy ý nghĩa mà mỗi khía cạnh có vẻ như riêng biệt với nhau đang đóng, ý thức về những hệ quả sâu xa hơn của khái niệm này sẽ tăng thêm. Vào lúc này tôi chỉ xin bạn hãy cố gắng giữ khái niệm ấy trong trí luôn luôn, và tìm cách áp dụng nó bất cứ khi nào có thể được trong bất cứ hoàn cảnh nào.

Hôm nay tôi muốn nói về một trong những yếu tố quan trọng nhất của việc chữa lành bệnh ở mức căn bản. Trong số tất cả những loài trên trái đất, chỉ có con người là có tiềm năng biết về mục tiêu đặc biệt của mình và vị trí của mình trong kế hoạch chung của cuộc

tiến hóa, kết quả là chỉ có con người mới có thể phát triển về sau khả năng hòa mình vào thiên ý có ý thức trọn vẹn. Điều này làm được vì ta có trong người điểm linh quang và năng lực mà tôi có nói trong bài đầu tiên, nó cho phép ta khi phát triển đến một mức nào đó, sẽ khởi sự biểu lộ nhiều hay ít những khả năng khác tiềm ẩn từ trước tới nay của trọn con người họ, cho tới khi chót hết ta đạt tới đỉnh cao gần như vô hạn của toàn tri toàn giác toàn năng. Điểm linh quang này, tâm điểm tinh thần này là linh hồn hay chân nhân con người.

Có nhiều điều đã được viết về linh hồn, vì sự hiểu biết đôi chút về bản chất và phần việc của linh hồn là chìa khóa không những cho chính bản thể con người, mà còn cho cả mục tiêu về sự hiện hữu của ta. Chuyện khó khăn ở đây cũng là trong lúc nỗ lực tìm cách xác định bất cứ điều gì có tính chất tinh thần và bí ẩn như thế, việc không tránh khỏi là ngôn từ sẽ làm cụ thể hóa biến nó thành sai lạc đi, nhưng nếu không có đôi chút hiểu biết về liên hệ giữa cái ngã và linh hồn, thì việc chữa bệnh ở mức độ sâu xa sẽ không thể nào thực sự làm được.

Thế nên tôi sẽ chỉ trình bày cho bạn vài manh mối, tư tưởng, chỉ dẫn về linh hồn với hy vọng là bằng cách tham thiền về những điều này và ráng hiểu bằng trực giác điều không thể giảng chính xác, bạn sẽ có thể đi những bước đầu tiên qua khỏi vùng tăm tối vẫn còn phân rẽ đa số người không biết được bản tính thật của mình. Một trong những vấn đề lớn nhất mà người sơ cơ đối đầu là giải quyết sự phân đôi dường như thấy có trong tâm thức, tức có tâm thức cao và tâm thức thấp, hay nói khác đi có linh hồn và cái tôi.

Con người thấy mình hoàn toàn tách biệt khỏi một phần của con người mình, điều được xem chính là nguồn cội cho sự hiện hữu của họ nhưng lại hết sức khác biệt, xa xôi, hoàn toàn tách ra khỏi những gì mà họ nghĩ là mình, là cảm xúc, hy vọng, ham muốn, hành động, kinh nghiệm, đặc tính, khả năng, tóm lại là khác với tất cả những gì họ là. Dầu vậy, thường khi bạn được bảo đảm rằng bạn và linh hồn của bạn chính là một, nó là một phần nói rộng của chính bạn ở chiều đo khác, lời bảo đảm ấy không có gì là thực và không có giá trị mấy khi chưa có cảm biết ý thức về nó.



Tôi dùng chữ Nó để nói về linh hồn có thể gây ra hình ảnh sai lạc trong trí bạn. Nhưng nếu tôi dùng chữ bạn thì nó cũng gây ra hình ảnh sai lạc khác, vì bạn không cảm thấy Nó là bạn. Mà dùng chữ 'linh hồn của bạn' thì cũng sai vì trên thực tế tôi phải nói về linh hồn như là nói với bạn, và cái tôi mà bạn đồng hóa với thì không gì khác hơn là cái bóng của bạn. Bởi đó chính là cái tôi, tức cái bóng, cái biểu lộ một phần, một khía cạnh của Chân Ngã bạn. Tuy nhiên tôi sẽ tiếp tục dùng chữ Nó để nói về linh hồn, vì chữ ấy có tính vô tư theo nghĩa là nó diễn tả một thực thể cá biệt không có nam hay nữ tính, mà chứa đựng trong Nó kinh nghiệm và tính chất của cả hai.

Chuyện hết sức thiết yếu để việc chữa bệnh và được toàn vẹn có thể xảy ra là có nỗ lực nghiêm chỉnh để nhận thức rằng linh hồn hay Chân Nhân là cái ngã thật của bạn, một phần của bạn không hề chết. Nó là *bạn*, hành giả trong bao kiếp, nó tâm thức chất chứa trọn kinh nghiệm làm nên cá tính của bạn hiện giờ, đặc tính và tiềm năng, trọn trang bị thể chất, tình cảm và trí tuệ mà bạn có lúc tái sinh. Mà còn nhiều, rất nhiều hơn thế, đó là kho năng lực của ánh sáng tinh thần càng lúc càng chiếu rọi con đường của bạn trong đời. Đọc một lời xác nhận ngắn vào mỗi sáng có thể giúp bạn nhận thức được tính chất của sự sống và mục tiêu giữa linh hồn và cái ngã. Thí dụ ngay khi vừa tỉnh giấc hãy đọc thử câu sau với đầy tin tưởng:

*Tôi và linh hồn là một. Tôi - tức linh hồn - sẽ dùng cái ngã ngày hôm nay cho tình thương và phụng sự.*

Hay là câu sau:

*Điều mà tôi tưởng là tôi thì là một dụng cụ cho linh hồn sử dụng.*

Khi luôn luôn nỗ lực xem bạn trên trái đất như là đường kinh qua đó có việc liên lạc càng lúc càng gần gũi hơn, giữa bạn ở cõi trần và năng lực thiêng liêng tuôn tràn qua linh hồn, bạn sẽ mở lòng để đón nhận năng lực chữa bệnh lớn nhất trong vũ trụ.

Vậy hãy thường xuyên nhắc nhở chính bạn rằng cái tôi này rất thường khi giới hạn, trói buộc và cản trở ham muốn, ước vọng của bạn, nhuộm màu mọi tư tưởng và hành động có

ý thức của bạn, thì không gì hơn là các lớp vật chất mà chuyện thực sự là bạn tạm thời khoác lên hình thể của nó để có được kinh nghiệm và hiểu biết lớn hơn trong thế giới vật chất, để phát triển khả năng và tính chất cao hơn. Mục tiêu này cũng gồm cả việc trả lại nợ cũ dưới hình thức vật chất, vì những điều này chỉ trả được khi tâm thức phần lớn trụ vào cùng mức độ. Một trong các mục tiêu chính của linh hồn là cứu chuộc lại vật chất bị làm độc bằng cách điều chỉnh chuyện không cân bằng, thanh lọc nó và tạo những đường kinh qua đó hiểu biết, giác ngộ có thể truyền ra thế giới.

Hay thử nghĩ rằng bạn là sứ giả, là cộng tác viên với linh hồn. Ít nhất thử làm điều trước cho tới khi bạn có được khả năng cảm nhận bạn và linh hồn mình về bản thể là một, cho tới khi bạn biết rằng cái tâm minh triết và tình thương thanh khiết là bạn, và chỉ vì thiếu sự phát triển tinh thần và hiểu biết mà bạn ở đây trong một phần bị tách lìa tạm thời của linh hồn trên mặt đất, không thể nhớ lại bản tính thật của mình hay có thể tiếp xúc với linh hồn bất cứ lúc nào. Vì hãy nhớ rằng tiếp xúc chỉ có được khi bạn cho cái tôi của mình thành con kinh liên lạc.

Có lẽ đưa ra ví dụ sẽ giúp bạn rõ hơn. Cái tôi của bạn có thể ví như là người thợ lặn khi xuống sâu dưới biển thì bị vướng vào rong trong đá, họ sợ hãi, hoảng hốt và quên mất cách dùng dây an toàn để tiếp xúc với bạn khác cùng nổi vào dây đó, quên luôn cả cách kiểm soát dụng cụ đeo trên người, và vì kinh hoàng họ có thể bị tai nạn chết đi. Nhưng bạn là người lặn xuống biển sâu của ngũ quan, biển sâu của ảo giác, không bao giờ có thể bị nguy hiểm chết người như thế, vì bạn không hề bị cắt đứt hoàn toàn hay bị bỏ rơi như nhiều lần đã tưởng. Trong mọi lúc người bạn đồng hành với bạn, chân ngã của bạn chờ đợi trên cao từ bao lâu nay, lắng nghe tín hiệu từ bạn. Nhưng bao lâu mà bạn chưa có nỗ lực kéo dây sống nối liền hai phần, hai người lặn với nhau, và có liên lạc từ phía bạn thì không có mấy điều gì có thể làm mà bạn có ý thức được.

Mọi hoạt động đều có một kỹ thuật đúng đắn cho nó, cả vật chất cũng như tinh thần, và một số điều kiện phải được thỏa mãn trước khi phần Cao có thể biểu lộ nó ra, và tác động vào phần dưới bằng cách xuyên qua những lớp vật chất dày phân cách chúng. Phần Cao cũng phải tuân theo luật nơi cõi riêng của nó. Vậy thì bao lâu mà người lặn lấy được tự

chủ phần nào, và nhớ lại phương pháp mà họ phải áp dụng để tiếp xúc được với bạn của mình, người ấy sẽ tiếp tục đi lạc trong bóng tối, và là con mồi cho quái vật của biển sâu vật chất, như lòng sợ hãi, nghi ngờ và cảm tưởng bị cô lập.

Kỹ thuật để tiếp xúc với Chân Ngã là điều mà tôi hy vọng chỉ dẫn cho bạn, cách thức phải khởi sự từ cái tôi, đầu tiên là bằng cách có ý niệm rõ rệt về bản chất của linh hồn, rồi nỗ lực loại bỏ các chướng ngại mà lỗi lầm và mê muội từ vô số kiếp đã dựng nên giữa cái ngã và điều sinh ra nó, là cha lành trên trời, hay còn gọi là thiên thân hộ mạng. Có một sự tương ứng chặt chẽ giữa việc làm của cái ngã và của linh hồn ở đây; vì linh hồn chính nó lại là phản ảnh của một tâm cao hơn nữa của sự biểu lộ thiêng liêng, một điểm năng lực tinh thần mà từ đó linh hồn nhận được sự sống và bản thể của nó. Linh hồn cũng đang tìm cách tiếp xúc với những trạng thái cao hơn nó, tới những cảnh sáng hơn và nhiều uy lực hơn, đến 'cha trên trời' và 'thiên thân' của riêng nó để có thể phản chiếu hình ảnh trên cao ấy qua chân ngã và rồi rọi một tia sáng từ chân ngã vào bạn là phần đại diện cho nó có tâm thức bị hạn chế hơn. Phương thức truyền đạt và giảm dần Sự Sáng này trong vũ trụ từ cảnh giới này sang cảnh giới kia diễn ra không có tận cùng.

Nay có lẽ bạn bắt đầu thấy vì sao tầm quan trọng của lời nhấn mạnh của tất cả các vị thầy tinh thần là càng lúc càng phải có sự liên hợp chặt chẽ hơn với linh hồn, và không phải chỉ để cho cá nhân mà thôi. Vì mỗi bước tiến đến sự liên hợp chặt chẽ hơn giữa hệ thống các lực này thì năng lực cứu chuộc được tuôn chảy nhiều hơn trong toàn hệ thống. Thế nên chuyện quan trọng là mỗi cá nhân làm phần việc của mình, bằng cách tạo nên sự kết hợp và hòa hợp trong phạm vi hoạt động nhỏ bé của họ, bởi nếu không có được điều này thì sự tuôn tràn của năng lực bị chặn lại.

Khi bạn có thể mở được con người của mình với nguồn cội của sức mạnh và minh triết bên trong, tôi có thể hứa rằng cùng với việc liên lạc có được thường xuyên hơn và chặt chẽ hơn, bạn sẽ không còn là nô lệ cho thân xác đau yếu, cho ước muốn tuyệt vọng và sự lẫn lộn giữa tình cảm với căng thẳng tâm hồn đang tấn công trí não bạn. Bởi lòng sợ hãi và nghi ngờ chính mình vốn là hai kẻ thù chính của bạn, sẽ giảm bớt đi khi bạn dựa nhiều

hơn vào sự hướng dẫn của linh hồn, nhận biết rằng nó không còn là một điều gì không thể tiến đến được, chuyện gì tách biệt, xa vời.

Nhưng như tôi đã khuyến cáo, bạn chớ nên trông mong là sự chuyển hướng ấy sẽ xảy tới mau lẹ. Nó phải là tiến trình chậm chạp, y như tất cả những tăng trưởng nào thực sự và trường cửu. Cái cây mà bị thúc cho lớn bằng phương tiện nhân tạo luôn luôn yếu ớt và dễ dàng bị tấn công. Nỗ lực đầu tiên sẽ đầy khó khăn, nhất là cho ai từ trước tới nay gói trọn trong lớp vỏ là cái tôi tách biệt với kẻ khác. Vỏ này phải bị phá tan, và đó là việc làm gây nhiều đau khổ. Nhưng bạn có thể an ủi mình với ý nghĩ rằng mỗi sự rạn nứt như vậy sẽ cho phép ánh sáng đi vào sâu hơn, vậy hãy mạnh dạn đối đầu với căng thẳng và biết rằng chúng thực ra là dấu hiệu của sự giải thoát.

Hãy luôn luôn nhủ lòng rằng bạn không còn đơn độc mà bạn nối kết với mọi khía cạnh khác của sự biểu lộ thiêng liêng, và linh hồn thực sự là một phần sống động của chính bạn, bạn càng giữ được những ý tưởng này trong trí thường chừng nào thì cuộc sống càng dễ dàng chừng ấy. Rất nhiều nỗi ưu tư, sợ hãi, ao ước tuyệt vọng không ngỏ thành lời, lỗi lầm và tội ác đối với chính mình và người khác là do việc tin rằng mình cô lập, bị bỏ rơi không được ngó ngang tới.

Bởi con người không biết - vì họ ít khi được dạy - ý nghĩa thực của cuộc sống, họ luôn hành động theo quan niệm là sống ở đời để thực hiện ham muốn hoàn toàn cá nhân. Chỉ hết sức từ từ sau nhiều kiếp sống, họ mới ý thức rằng một đời dành để thỏa mãn sự thèm muốn thúc đẩy của bản tính thấp, sẽ dẫn tới bệnh tật và sự rối loạn nói chung cho mọi mặt của mình. Vẫn còn quá ít con số y sĩ và người chữa bệnh biết rằng nhu cầu chính yếu thực sự, là dạy cho người biết cách làm sao tiếp xúc được với nguồn hiểu biết chân thật, điều chỉ có thể đạt được ở cõi tinh thần, vì chỉ ở nơi ấy mới tìm được sự hướng dẫn đưa người ra khỏi mê hồn trận mà họ đang lạc lối.

Thời điểm bây giờ có lẽ lại càng khó khăn hơn khi làm vậy, vì khuynh hướng thời đại là chú trọng gần như hoàn toàn vào hoạt động vật chất, đóng chặt tai với tiếng nói nhỏ bé, tinh lặng của con người thật, ngoại trừ ai đã hướng tâm mình để lắng nghe âm thanh đó.

Vậy hãy bắt đầu bằng cách đi tìm sự tĩnh lặng, khi nào có thể không hãy có những lúc - dù ngắn ngủi thế mấy - cô tịch lặng lẽ, nhất là khi lòng nhiều sợ hãi, nghi ngờ và ham muốn. Khi cố gắng như vậy để làm tĩnh lặng cái trí lao chao, bạn cũng làm yên trở lại tình cảm bị hoạt động của hạ trí khơi dậy.

Khi bạn đang bị chìm đắm như lúc này mà có thể kêu gọi đến năng lực tinh thần của mình, và sử dụng dây nối kết thì luôn luôn có đáp ứng. Mỗi lần bạn xác định tính hợp nhất căn bản với cái tâm năng lực này là bạn tạo nên đường kinh mạnh hơn bằng chất liệu thanh, và nhờ đó mà trợ lực có thể đến. Theo cách ấy chót hết bạn có thể có được sự hòa hợp ý thức với phần tinh thần cao hơn của chính bạn, và bạn sẽ mạnh dạn đối đầu với bất cứ thử thách nào đang đứng trước mặt.

Hãy nhớ rằng làm cho cái trí càng lúc càng ý thức về chân lý là một trong những bước mà nhân loại phải có. Đây là nguyên do của sự thúc đẩy con người đến việc mở rộng, hiểu biết và khám phá. những phiêu lưu nhỏ bé này chỉ là biểu tượng cho điều tương tự về mặt tinh thần. Thế thì hãy dùng mọi cơ hội để đem xuống sự hiểu biết về tính duy nhất của sự sống mà bạn đã có được ở cõi cao. Hãy mở lòng đón nhận mọi động lực từ linh hồn đến, và học cách vượt qua hàng rào của ngũ quan ngăn trở nỗ lực của bạn, không cho bạn đồng hóa với tinh thần Đại Ngã, điều mà linh hồn của bạn chỉ là một phản ảnh. Vì bạn được tạo ra từ sự hòa hợp ý thức này với Ánh Sáng duy nhất, và tâm bạn không hề được an lòng, trí bạn không hề được bình lặng hay xáo trộn cõi thấp được yên tĩnh bao lâu mà chưa có sự hòa hợp ấy.

## CHƯƠNG IV

Tôi vừa nhấn mạnh giá trị của việc rút khỏi hoạt động thường ngày trong vài phút hầu suy gẫm về những ý tưởng khác biệt mà chúng ta đã học, và tìm xem có thể áp dụng chúng ra sao cho các vấn đề đang có. Nhưng bạn sẽ cần làm nhiều hơn vậy nếu muốn tiếp xúc chặt chẽ hơn với linh hồn. Để có thể bước vào chỗ bình an sâu kín trong tâm theo ý muốn, người ta cần phải có đôi chút hiểu biết về kỹ thuật tham thiền.

Trong quá khứ các tôn giáo luôn luôn có dạy những bước đầu tiên của việc tham thiền, tuy nhiên vào lúc này ít nhất ở phương tây thầy dạy rất thường khi không thuộc các tôn giáo lớn. Nhiều người tự cho mình tài giỏi về chuyện tham thiền và khoa yoga cao cấp, thu hút kẻ dại khờ muốn đi tìm quyền lực thay vì chuyện tham thiền, dù họ nhận thức được điều ấy hay không. Ước muốn đó làm họ bị nguy hại vì động cơ sai lầm có thể gây thương tật không sửa chữa được, ngay cả khi người chân thành tìm đạo muốn tập chạy trước khi biết đi cũng có thể gặp nguy hiểm. **Bước đầu tiên của chuyện tham thiền cần phải chậm rãi, để nền tảng được củng cố ở mọi chặng đường.**

Điểm chính yếu thứ nhất, và đặc biệt cho ai đau ốm, là học cách nghỉ ngơi thoải mái. Mức quan trọng của chuyện này càng ngày càng được nhiều y sĩ và chuyên gia tâm thần nhìn nhận, vì gần như bất cứ ai trong giai đoạn hiện tại của cuộc sống văn minh thường xuyên ở trong tình trạng bị căng thẳng. Người giống như bạn có lo lắng và ưu tư về chuyện riêng, lúc ban đầu thấy gần như không thể nào đạt được sự an nhiên cần thiết, tách ra khỏi những xáo trộn nói chung. Nhưng giống như mọi chuyện khác, người ta có thể học để làm được việc đó.

Thế nên để khởi sự, mỗi ngày bạn cần để ra một khoảng thời gian ngắn để tập nghỉ ngơi thoải mái, vài phút là cũng đủ cho giai đoạn đầu. Trước tiên tập làm dẫn sự căng thẳng của thân thể, mỗi tay chân và bắp thịt bằng cách thở nhịp nhàng mà không làm gì hơn, hãy hít vào và đếm tới hai, giữ lại đếm một và thở ra đếm hai trở lại. Điều này quan trọng vì việc tập thở phức tạp hơn có thể gây nguy hiểm, trừ phi được người thông thạo trông nom. Việc quan trọng thực sự ở đây là khi bạn thở thì tập nâng tinh thần lên tới điều mà hơi thở tượng trưng là lực tái tạo của sự sống. Thế thì hãy đem sinh lực vào người bạn, thấy nó luân chuyển nhịp nhàng trong trọn khắp con người bạn, rồi thở ra như là ân lành, ánh sáng, sự sống và tình thương cho cả thế giới. Đây là chuyện thiết yếu vì mỗi vật gì hiện hữu đều thuộc về Đại Ngã xét theo mặt tinh thần, nên không một vật gì được giữ lại cho riêng cái ngã tách biệt.

Khi thực tập bài thể dục ngắn ở trên, hãy ý thức rằng mỗi nguyên tử trong không khí thực ra là điểm linh quang của Sự Sống thiêng liêng, nên khi được dùng đúng cách sẽ mang



theo năng lực chữa lành. Hãy để sự sống thiêng liêng thấm nhập con người bạn bằng cách dâng hiến hoàn toàn bạn cho nó. Không cho một tư tưởng kháng cự nào ở đâu ngăn chặn sự tuôn chảy của những hạt sinh lực này, dù rằng chúng có ở khắp nơi nhưng không thể làm công việc của chúng khi có hàng rào dựng nên chống lại chúng như lòng hoài nghi, sợ hãi hay bất cứ hình thức bác bỏ nào.

Kẻ đó tập buông bỏ về mặt tình cảm tức không còn lòng ham muốn, sợ hãi, đối kháng, cố chấp là những tình cảm có trong hết thấy mọi người tuy họ có thể không nhận biết. Cách tốt nhất để có được tâm trạng này là chấp nhận bạn như bạn là, người khác như họ là, và tất cả những khó khăn mà bạn có thể gặp phải trong ngày. Nó thực sự có nghĩa tìm cách quy thuận ý nguyện và ham muốn của người đối với Thiên Ý là điều luôn luôn nhắm đến sự tốt lành tốt bực cho người, và như vậy đặt bạn, kẻ khác và ngay cả sự việc trong ngày vào những lực cao hơn và khôn ngoan hơn mà chính bạn có thể kêu gọi được.

Cùng lúc ấy hãy cố ý thức rằng mọi vật đang tiến đến sự toàn thiện tốt mức cho dù bề ngoài có vẻ như ngược lại điều ấy. Hãy cảm nhận sự hợp nhất của chính bạn với diễn trình, thấy bạn như là một phần không tách rời được của nó. Khi sự hiểu biết và kinh nghiệm sâu xa biến thành niềm tin, việc tập luyện như vậy về sự buông bỏ hoàn toàn và nương tựa vào thiên ý tràn xuống bạn qua linh hồn của bạn, thì chuyện không tránh được là tiến trình hòa hợp và chữa lành sẽ bắt đầu ở mọi mức độ.

Khi tập những điều này một cách đều đặn, bạn có thể bắt đầu cảm được lợi ích tốt lành của chúng trong tất cả sinh hoạt và mối liên hệ sớm hơn là bạn tưởng. Nhưng xin nhắc lại, bước đầu sẽ khó khăn vì mức kiểm soát bạn có đối với chính mình còn quá ít. Thí dụ bạn sẽ thấy rằng chỉ vừa tìm cách nâng tâm thức hầu định trí vào tư tưởng mà tôi đề nghị với bạn, thì những tư tưởng lang bang sẽ dồn đến trí não và ngăn chặn không cho có sự an nhiên mà bạn muốn tìm. Việc kiểm soát tư tưởng vợ vẫn, kiểm soát không cho cái trí thường lang thang nghĩ đến chuyện đây đây hằng ngày, là một trong những nỗ lực đầu tiên mà người mới tập tham thiền phải làm. Chuyện đặc biệt làm việc kiểm soát khó có

được là gần như tất cả những tư tưởng ấy đều chứa đựng cảm xúc mạnh mẽ, và có khuynh hướng gây ra căng thẳng.

Một điều bạn không bao giờ nên làm là tìm cách dùng ý chí của mình để cấm cản những tư tưởng trên, có nghĩa tìm cách chống đối lại chúng dữ dội, có lòng bức tức. Thái độ ấy chỉ làm tăng thêm căng thẳng, vì nó tạo ra tranh chấp không tránh được với ham muốn và thói quen của cơ thể. Bạn cần nghĩ ra cách không kêu gọi tình cảm trong lúc đối phó với tư tưởng, và có nhiều phương pháp giúp mang lại sự yên tĩnh mà mỗi cá nhân phải tự tìm cách nào tốt nhất cho mình.

Cách thường được nhắc tới là tập ngắm nhìn mỗi tư tưởng với lòng dứt bỏ khi nó khởi lên, khoan xét đoán mà đợi tới cuối ngày, rồi để nó lặng lẽ chìm mất khi bạn chú tâm vào sự toàn thiện là mục tiêu cuối cùng của mọi tư tưởng và mọi hành động. Thực vậy, lời hướng dẫn cho bạn về bất cứ hình thức xả bỏ, tập trung hay tham thiền nào (tức ba chặng sơ khởi của việc đạt tới sự hợp nhất chặt chẽ hơn với linh hồn), là nỗ lực đắm mình vào năng lực bao trùm của thiên ý. Chỉ điều ấy thôi là cũng có thể hóa giải mọi nỗi sợ hãi, tranh chấp và nghi ngờ.

Điểm chính yếu trong cố gắng này là không bao giờ bỏ cuộc vì chán nản, khi thấy có vẻ như nó không có hiệu lực và bạn không đạt kết quả nào, ngay cả khi bạn thực hiện mọi lời chỉ dẫn. Làm sao mong đảo ngược lại chỉ trong vài tháng hay một năm, khuynh hướng và thói quen đã chế ngự bạn không phải chỉ trong kiếp này mà còn trong nhiều kiếp khác.

Nhưng mỗi nỗ lực mà bạn có đều cho ra ảnh hưởng, làm mạnh thêm các tính chất không thể thiếu được cho thành công tối hậu, vì mỗi nỗ lực đều gọi nên trong lòng bạn năng lực của linh hồn. Một trong những mục đích của bạn nên có, là làm cho cơ thể và trí não càng lúc càng quen dần với tình trạng tiếp thu chủ động. Nó đảo ngược lại bất cứ khuynh hướng nào thiên về tính đồng cốt thụ động. Trí não phải chú tâm, trụ vào một khái niệm hay một tư tưởng, không hề cho nó được trống vắng.

Tiếp tục việc tham thiền sẽ làm bạn thấy rằng ngay cả trong ngày bận rộn nhất, ở giữa sự huyên nào của thành phố hay căng thẳng trong nhà, bạn vẫn có thể tìm được yên tĩnh

trong phút chốc đằng sau hay trong cơn xáo trộn quanh bạn, dù chỉ rút lui ngắn ngủi vào nội tâm sâu kín để cảm nhận được sự bình an mang lại sức sống và do vậy tăng cường sức mạnh của mình. Chớ nên nói rằng bạn không có giờ để tập việc là một trong những món quà quý báu nhất, cái khả năng rút lui qua bên và làm tái sinh động tinh thần của mình với nguồn năng lực luôn luôn mang lại bình an và sức mạnh, ngay cả giữa lúc có căng thẳng dữ dội nhất.

Thời giờ là để cho bạn dùng nó mà nó không phải là chủ nhân con người, hãy học cách tổ chức chính mình và sử dụng thời giờ bạn có một cách khôn ngoan, hữu hiệu. Làm được vậy bạn sẽ giúp huấn luyện cơ thể của mình thích ứng sáng suốt với nhịp sống hơn là cái nhịp mà nó đã quen. Ít nhất năm phút trong ngày bạn rộn nhất có thể và phải được dành qua bên, và thời gian này nên được tăng dần khi bạn quen với việc thực tập. Những phút ít oi được sử dụng đúng cách có thể mang sinh lực vào tron con người của bạn, làm bạn mạnh hơn, quyết tâm hơn và dẻo dai hơn. Tuy nhiên hãy cẩn thận rằng đó là loại năng lực chính đáng, rút từ nguồn đúng đắn là linh hồn và hướng vào mục tiêu thiêng liêng, mà không phải là ham muốn của cái ngã riêng biệt.

Lúc tốt nhất để thực tập cách chữa lành về mặt t này là tập ngay khi vừa thức dậy và vài phút trước khi đi ngủ. Khi thức giấc, bạn hãy đuổi mọi bấp thịch trong người như thú vật làm, vì chúng hành động theo bản năng hợp với luật thiên nhiên. Hãy làm thế vài lần, và giữ cho thoải mái hoàn toàn giữa mỗi lần như vậy, xong tập thở, tưởng tượng rằng bạn đem không khí trong treo buổi ban mai vào tận nơi sâu thẳm nhất của con người mình. Trong khi làm vậy hãy dâng hiến bạn lên Thượng Đế là nguồn cội của vạn vật, từ ngài phát ra năng lực tái tạo của ánh sáng và tình thương. Hãy cảm biết chúng tuôn tràn qua linh hồn của bạn và xác nhận trong lòng rằng chúng có thể hướng dẫn bạn giải quyết mọi vấn đề, đối phó với mọi khủng hoảng, hành xử khôn ngoan và với tình thương cùng sự hiểu biết trong mọi liên hệ trong ngày.

Bạn cũng có thể hình dung mình như là một điểm sáng nhỏ của Ánh Sáng bao trùm khắp cả, là ngọn lửa sáng nhỏ cháy bừng trong ngọn lửa lớn hơn, trong sáng hơn, ngọn lửa rực rỡ của tình thương thiêng liêng. Tưởng tượng là điểm sáng nhỏ này hóa lớn hơn và hòa

vào Tổng Thể. Hãy dùng bất cứ ngôn từ nào bạn muốn vì nhiều người dùng lời để kích thích trí tưởng tượng, hay không cần dùng một lời nào. Khi trước tôi có nhắc đến tầm quan trọng của khả năng bên trong là *thấy và cảm biết* cách thức mình tiếp nhận một khái niệm. Vậy hãy nỗ lực thấy và cảm biết cách bạn tiến lên những mức tâm thức cao hơn, thoát khỏi mọi tiên kiến, thành kiến, quan niệm của người làm bẻ cong và nhuộm màu ánh sáng tinh khiết, là điều sẽ chiếu rọi vào chỗ tăm tối mù mờ thuộc cõi vật chất đậm đặc.

Lẽ tự nhiên mỗi người trong khi thực tập hằng ngày, phải tìm cách riêng của mình để kêu gọi năng lực tái tạo của cuộc sống. Như tôi có nói nhiều lần, ngôn từ hay nhất cũng không hơn được biểu tượng, và biểu tượng có ý nghĩa khác nhau cho những người khác nhau, nhưng vì bạn hỏi xin vài lời để dùng làm kinh đọc, giúp ổn định thân trí và tình cảm, tôi đề nghị bạn dùng bài kinh này vì nó hợp với nhu cầu và tâm tính đặc biệt của bạn.

*Hỡi Thượng Đế là tình thương vô biên, hòa tan trọn vẹn tất cả những gì lạc điệu và không thanh tịnh, hôm nay con hiến dâng chính mình cho công tác của ngài.*

*Xin hãy biến con thành dụng cụ toàn hảo hơn để con có thể trở nên xứng đáng cho việc truyền qua vật chất đậm đặc mà con khoác lấy, phần nào Bô đề tâm thiêng liêng cho môi trường của con.*

*Nếu con làm hay suy nghĩ điều chi trái với tinh thần chân lý và sự hòa hợp, xin Chân Ngã ngự trong tim con hãy vang lên nốt trong trí não làm rung động trọn bản thể, để con nhận ra lời cảnh tỉnh và nhớ đến việc tuân theo mục tiêu của linh hồn mình.*

*Khi con quên đi linh hồn trong ngày hôm nay vì căng thẳng của cuộc sống, xin hãy nhắc trí não vẫn vợ của con về linh hồn để con có thể tiếp xúc với Chân Ngã trở lại.*

*Xin cho tình thương là hướng dẫn duy nhất trong ngày hôm nay của con, xin cho tất cả hành động của con là biểu lộ của lời khen và biết ơn, tư tưởng con là sứ giả tạo nên mỹ lệ, hoan lạc và bình an chung quanh.*

*Xin ban ân lành cho nỗ lực của con, hướng dẫn bước đi của con, gọi hứng và giúp cho quyết tâm con được mạnh.*

*Xin giúp con chuẩn bị mình cho việc phụng sự rộng lớn hơn.*

*Hỡi đấng của Sự Sống, con dâng hiến ngày này cho ngài, xin để ánh sáng tràn ngập linh hồn con và chiếm ngự trọn vẹn linh hồn con và con.*

## **CHƯƠNG V**

Tôi biết rằng trong tim bạn vẫn còn cảm thấy là nguồn tình thương, hy vọng và hoan lạc đã bị ngưng lại mãi mãi, và đã quá trễ để cố gắng thực hiện đề nghị của tôi cho có kết quả thực sự. Bạn cũng cảm thấy rằng đòi hỏi ai bị đau đớn quá nhiều và tuyệt vọng, thấy có hy vọng hay an ủi với tư tưởng tôi đưa ra là điều quá khó, và nói chung những tư tưởng này đối với bạn quá trừu tượng, xa vời không có giúp ích thực tế nào để làm nhẹ bớt tình trạng của bạn, cũng như bạn không hoàn toàn chấp nhận giá trị của vài tư tưởng.

Như tôi có nói trước đây bước đầu tiên sẽ khó khăn cho ai giống như bạn, còn đồng hóa sâu đậm với các vấn đề cụ thể và vật chất, và không tin rằng có thể có hiện hữu trong mỗi người một tâm năng lực chói ngời có khả năng trợ giúp, hay tin rằng nếu hiện hữu thì tâm ấy có thể tạo nên phép lạ. Thêm vào đó, nói rằng bạn có thể cảm thấy mình là một phần không tách rời của cuộc sống thiêng liêng thì gần như vô lý.

Để nhắc lại, tôi không mong rằng bạn sẽ nhắm mắt chấp nhận bất cứ lời nào ở trên trong giai đoạn hiện này của bạn. Làm sao bạn làm được vậy? Bạn đã chìm đắm quá lâu trong cảnh mà tôi có thể gọi thực là một biển tiêu cực. Tất cả điều mà tôi hỏi xin lần nữa như tôi đã hỏi vào lúc ban đầu của việc trị bệnh, là bạn nên thử có tinh thần cởi mở và xem xét các ý tưởng này một chút. Dùng chúng như là đề tài để suy ngẫm, coi như là lý thuyết để chứng minh đúng hay sai, thử áp dụng chúng vào các vấn đề của bạn để xem chúng có giải quyết được chăng.

Nhưng đừng quên sự kiện rằng bằng hình thức này hay hình thức khác, những khái niệm trên hay điều tương tự là giáo huấn căn bản của tất cả những nhà hiền triết, thánh nhân,

trong số đó trên hết thầy là đức Phật, đức Chúa. Các Vị này chứng tỏ rằng những nguyên tắc trên *mang lại kết quả*, bằng cách dùng chúng làm căn bản cho trọn cuộc đời mình, và nó cũng có thể giúp ích cho bạn nữa, nếu bạn ý thức rằng vào lúc này hay lúc kia tất cả thánh nhân ấy đã từng bước trong thung lũng tối tăm mà lúc này bạn đang bước, và đồng hóa sâu xa với nỗi đau khổ, bực dọc, chán nản và nghi ngờ mà ai cũng có. Thế nhưng, cuối cùng các ngài nói rằng chính thung lũng này là cửa ngõ dẫn tới đỉnh cao chói lọi của giác ngộ và ý thức.

Vì những bậc tiền phong đó đã kinh nghiệm địa ngục đen tối nhất mà con người rơi vào, nên họ để lại sau lưng tất cả những giáo huấn làm bằng chỉ đường đưa tới sự giải thoát. Con Đường dẫn ra khỏi mọi đau khổ phiền não của người chỉ là một, có bao nhiêu người đi tìm hạnh phúc thì có bấy nhiêu đường dẫn vào Đường này, nhưng nếu bạn vẫn tin rằng vì lẽ nào đó bạn khác với những người tìm đạo khi họ khởi sự con đường dài tìm Chân Lý, thì tôi đề nghị ta trở về thí dụ mà tôi dùng trước kia.

Hãy tưởng tượng một hạt giống có lý trí của bạn nằm trên đất khô, lạnh. Không phải nó sẽ chán nản thấy chung quanh không có gì ngoại trừ bóng tối dày đặc, cảm được sức nặng của đất đè lên thân hình, không có ánh sáng mang lại sự sống cùng không khí, hơi ẩm và độ ẩm sao? Không phải nó sẽ tự nói rằng 'Ta kể như chết rồi, không có hy vọng gì bên ngoài, không có sự sống nào bên trong cho ta năng lực' sao? Nhưng trong hạt giống có tiềm tàng một năng lực có sức mạnh không tưởng tượng nổi, một đặc tính của cùng năng lực mà vũ trụ nhờ đó thành hình. Chính điều ấy làm cho sau này hạt giống tăng trưởng thành bông hoa tuyệt mỹ, thành quả mịn màng.

Khi mùa xuân, mùa tái tạo đến thấm nhuần vạn vật, khi hơi ẩm len xuống tận nơi hạt giống khô bị chôn vùi, thì Sự Sống rung động trong quả tim của hạt giống, và ngay cả ở nơi tối đen ban đầu không được nhận thấy, nhận biết, phép lạ của việc tái sinh, chỗi dậy có thể bắt đầu. Nhánh rễ mong manh vươn ra, hút lấy chất bổ dưỡng trong đất trước đây đe dọa sự hiện hữu của nó, cuối cùng một cái chồi trắng nhọt đâm ra khỏi vỏ cứng và



chậm rãi nhưng chắc chắn lớn lên, vươn lên, đẩy lớp đất đè nặng ở trên, gạt luôn cả đá qua bên, thách thức lại bóng tối.

Hãy thử điều ấy cho chính bạn, và chúng nghiệm sức mạnh không thể tưởng nổi mà sinh lực có được khi nó được kích động. Không gì có thể chống cự được nó, vì lẽ nào đó lực sẽ đẩy vận cụ của nó tiến ra ánh sáng, và một khi chồi xuyên qua đất hay tìm đường quanh hòn đá, và bắt được ánh sáng có năng lực tiềm ẩn thì nhiều năng lực lớn hơn sẽ tác động, làm củng cố và làm đẹp thêm cái hình thể đang tăng trưởng, tạo ra màu sắc, sự dẻo dai, cứng cáp. Theo cách đó, chồi mầm bung ra, lớn mạnh, hình dạng thay đổi cho tới khi trở hoa, hoa thành trái để rồi với thời gian rải hạt cho mùa sau. Thí dụ về hạt giống này tựa như mọi điều khác trong thiên nhiên mang ý nghĩa tinh thần liên quan tới đời sống của người, và còn vượt xa hơn thế nữa. Đây là một thí dụ mà đức Jesus và các bậc huân sư đã dùng để giảng dạy.

Ở đây sự tương đồng với chuyện tăng trưởng tâm linh rất sát, trong một thời gian dài hình thể mà con người đồng hóa với nó có thể có vẻ không đáp ứng với quyền năng bên trong, vật đang bị cầm giữ trong vật chất đậm đặc và tối tăm, có sự tức bực, nổi loạn, đau đớn và tuyệt vọng. Nhưng một khi con người bắt đầu ý thức rằng bên trong người mình có nguồn cội của mọi sự sống, và tìm cách dù rất yếu ớt để khơi dậy nó, thì lực tái tạo, lực thương yêu, và ý chí thiêng liêng về hồi sinh tụ trong linh hồn bắt đầu nhen nhúm trong tâm, và khi con người hợp tác thì nó có thể biến đổi mọi kim khí thấp thành vàng ròng.

Giống như mọi hạt giống có tiềm năng tăng trưởng, phương thức của mọi tiến trình lúc mới phát triển có thể nói là nằm sẵn, hạt giống biết sẵn, thì bên trong mọi sinh vật cũng có hiểu biết tương tự về nguồn cội và mục tiêu mà nó hướng tới, điều được ẩn sâu trong tim. Đó là tri thức điều khiển, là bộ nhớ có sẵn với mục đích duy nhất là thành cái khuôn mẫu lý tưởng nguyên thủy.

Đó là điều gọi là sự thúc đẩy để tiến hóa, ý thức này được gieo vào chỗ sâu kín, huyền bí, tối đen từ rất xa xưa, dưới hình thức sơ khai, thô lậu nhất nó tìm cách uốn nắn vật chất đậm đặc khó chiều dục theo hình ảnh nguyên thủy đó, nhưng nơi con người sự thúc giục

hướng về mục tiêu chưa biết rõ có bản chất khác, vì nó là ý chí căn bản để kết hợp có ý thức với nguồn cội ban sơ. Ý muốn này luôn giục giã không cho con người ngơi nghỉ. Nó ngụ trong tim người trụ vào Linh Hồn, tự ý đi xuống sâu vào vật chất như là sứ giả và luôn tìm cách lôi cuốn cái ngã lên trên để hòa làm một với nguồn cội thiêng liêng của chính mình.

Con người được hứa hẹn rằng '*Các bạn sẽ trở thành như thần thánh biết được chuyện xấu và tốt*'. Không phải qui dữ mà chính Lucifer người mang ánh sáng, tượng trưng cho sự giác ngộ, đã thúc giục con người chỗi dậy từ tình trạng chỉ biết hiện hữu để bắt đầu hành trình dài đến việc có ngã thức sáng suốt. Vì chỉ nhờ hiểu biết về bóng tối mới có thúc đẩy để tìm cách thoát khỏi sự tối tăm, nhận biết về kêu gọi Ánh Sáng. Nhân loại hiện đang bắt buộc phải trải qua kinh nghiệm này vốn chưa hề có trước đây, vì chưa bao giờ khả năng trí tuệ của người lại được kích thích, hay ý thức về cái ngã tách biệt lại sâu sắc như bây giờ. Tương lai tùy thuộc vào việc bao nhiêu người có thể được khơi dậy từ sự mê ngủ, để khởi sự hành trình như bạn đang làm hiện nay.

Bạn nên nhớ rằng mục tiêu tinh thần của người là việc thanh lọc và làm vật chất trong sáng, vì như mặt nước trong treo tĩnh lặng phản ảnh hai bên bờ không chút sai lệch, nhưng khi có gió thổi qua, hay khi có bùn dơ sẽ cho ra hình ảnh sai lệch hay không có phản chiếu nào, ý tưởng nguyên mẫu chỉ có thể phản ảnh vào tâm thức con người qua trung gian nào tự nó sáng sủa, hòa hợp và thanh khiết. Phần việc của mọi huấn sư dù đang hiện hữu bằng xác thân dưới trần hay không, và những ai khi đang tranh đấu trong nước đục của đời sống trên mặt đất, là giúp nhân loại làm yên các tranh chấp trong bản tính của con người, để chân lý có thể tỏ lộ.

Điều này chỉ có thể làm được nhờ mỗi cá nhân nỗ lực tạo trong lòng mình một tâm hòa hợp, thanh khiết và trên hết thấy có tình thương và lòng từ. Sau này bạn cũng có thể tác động như là con kinh, qua đó lực cứu chuộc của sự sống thiêng liêng có thể xuyên thấu vào sự tối đen của vật chất, và khuấy động hạt giống hồi sinh trong giấc đông miên của vật chất. Một trong những khó khăn lớn nhất mà người như bạn gặp phải, những ai cuối cùng bắt đầu tiếp xúc với linh hồn mình và lắng nghe tiếng nói của nó, là ban đầu âm

thanh sẽ rối rắm, thường khi bị bẻ cong vì âm thanh của bao giọng nói xô bồ vốn là một phần của cái ngã, từ trước tới nay có ảnh hưởng mạnh mẽ đến cái tôi. Chúng có tính nổi loạn, là những nét còn mạnh và có tính phân rẽ của cái ngã liên hệ đến các giai đoạn tiến hóa đã qua.

Chúng tượng trưng cho tất cả thói quen đã mọc rễ sâu trong người, niềm tin và thái độ bắt nguồn từ lòng sợ hãi và thành kiến. Chúng vẫn là những lực sống động bị chôn sâu trong tiềm thức, thường khi được tạo ra trong nhiều kiếp. Bất cứ nỗ lực nào nhằm hòa hợp chúng với cái ngã, sẽ khơi dậy thái độ bảo vệ đối với việc mất thế lực tức là một phần của cái chết, thế nên chúng chống trả để giữ sự hiện hữu riêng biệt của mình. Ấy là điều cần nhận biết và giải quyết, vì bao lâu mà những lực này còn ẩn sâu, thì chúng sẽ không hề ngừng là một mối đe dọa nghiêm trọng cho mỗi nỗ lực của bạn muốn nối kết với Linh hồn.

Việc thiếu hòa hợp bên trong chính bạn, là một trong những lý do tại sao chuyện rất quan trọng là bạn phải hiểu bản chất của mình, và có thể nhận biết phần tử khó trị này khi chúng tìm cách kiểm soát, vì chúng có ảnh hưởng phá hoại trên sức khỏe của cá nhân mạnh hơn là người sơ sơ ý thức, và không biết tới bản chất của chúng là dễ dàng trở thành nô lệ và nạn nhân của chúng.

Sự giúp đỡ đến từ nguồn tinh thần thực sự thường khi bị những lực này của tiềm thức ngăn cản, bởi người bị cản trở khó mà phân biệt giữa lời đòi hỏi của chúng và tiếng thì thầm nhỏ bé của linh hồn. Đây là một trong số lý do tại sao linh hồn hiện diện nơi tất cả mọi người vẫn bị lãng quên, át tiếng. Nhiều khó khăn hiện thời của bạn là do sự ngăn trở bạn dựng nên trong kiếp này và những kiếp khác giữa cái tôi và linh hồn, khi bạn chú tâm vào việc đạt được ham muốn riêng tư và quyền lợi riêng cho dù người khác bị thiệt thòi. Thêm vào đó là việc phí phạm năng lực vào chuyện không đáng, và nhớ rằng năng lực có tính thiêng liêng. Ý thức và chấp nhận điều này đã là một tiến bộ rồi, thế nên đừng ngã lòng.

Để thay đổi tình trạng này, tập dừng lại một chút để suy ngẫm dù ngắn thế mấy, khi bạn chú tâm mạnh mẽ để lo công việc nặng phần vật chất hằng ngày của bạn, sẽ giúp bạn có ý niệm hợp lý hơn về giá trị. Nhờ những phút dứt bỏ ấy rất có thể bạn sẽ được dụng tâm của mình nhờ vào sự soi sáng của Linh hồn bạn. Cố gắng đều đặn làm việc này sẽ là một bước thật sự, tiến đến khả năng luôn luôn hành động từ một nguồn cao hơn là mức thông thường.

Cuối cùng khi bạn trì chí tập luyện, sẽ có thêm hàng rào được dẹp bỏ trong cái tôi chia rẽ của bạn. Giống như nước làm mòn đá, mỗi nỗ lực nhằm tái định hướng mình sẽ làm yếu đi những lực trong người bạn làm chặn lại ánh sáng. Chính bạn ban đầu cho chúng sức mạnh và để chúng thành chủ nhân ông, thế nên chuyện rõ ràng bây giờ là bạn, cái ngã được hòa hợp và linh hồn làm mạnh thêm, phải xóa tan tất cả những gì chặn đường cho việc kết hợp thực sự và có ý thức.

Điều này không thể làm được nhờ vào hành động của bất cứ tác nhân bên ngoài nào như một số tôn giáo có dạy. Chỉ có bạn, tức phần thiêng liêng trong bạn mới có thể cứu chuộc được bạn khỏi lỗi lầm, tuy đúng là nhiều tác nhân bên ngoài có thể 'chỉ dẫn'. Khó khăn và thất bại ban đầu thường khi làm cho người ta bỏ cuộc không muốn đạt tới trọn bản thể của mình, vì cái ngã đang tranh đấu không thể thấy kết quả nào trong một thời gian lâu. Thường khi ngay lúc khởi đầu tập luyện người ta lại thấy mình gặp khó khăn lớn lao hơn, kể cả việc cơ thể phản ứng lại nhiều hơn, và họ kết luận rằng đã nghe theo chỉ dạy sai lầm, nhưng họ cần ý thức điều vô cùng quan trọng, là ngay vừa khi có sự cố gắng chân thật để thay đổi trọn định hướng cuộc đời, thì có sự chống đối của những khuynh hướng trong người, và chống đối này có thể rất mạnh mẽ.

Mỗi con đường bắt đầu với bước đầu tiên, và bước đầu tiên tránh khỏi sự chịu lụy những lực của vô minh và thành nô lệ cho chúng, là sự cố gắng nhất quyết xem xét một cách vô tư mọi tính chất khác biệt trong con người của mình, như tôi có nói. Nó hàm ý việc sẵn sàng đối đầu và chấp nhận bất cứ điều gì khám phá được, dù là khó chịu thế mấy. Bởi chìa khóa của việc tự làm chủ là biết chính mình, ai đạt được sự kiểm soát đối với những

lực của phần thấp kém trong người thì có nhiều cánh cửa mở ra cho họ, nói khác đi những lực to lớn này đứng gác ngay cổng, ngăn chặn không cho họ làm chủ chính mình.

Khi đạt tới điều này thì nó không phải chỉ là chiến thắng của riêng bạn, bởi nếu vậy thì không phải đó lại là một hình thức khác của tư lợi và óc chia rẽ sao? Nếu con người là tiểu vũ trụ trong Đại vũ trụ, thì khi cá nhân có được quyền năng thực sự để quản trị và kiểm soát một phần nhỏ của sự sống lớn là chính mình, và khởi sự hiểu mục đích thật của cuộc tiến hóa, chuyện không tránh khỏi là họ cùng lúc có được khả năng lớn hơn để quản trị khôn ngoan hơn nhiều điều hơn, và sau này làm cho họ phụng sự được trọn sự sống, bằng cách thực hành đúng vai trò của mình trong thế giới.

Nhưng nếu tìm cách cai trị thế giới nhỏ bé của mình mà trước tiên không tìm hiểu thành phần của nó sẽ mang lại tai họa, đây là nguyên nhân căn bản của phần lớn các thảm kịch và thất bại lớn cũng như nhỏ, mà con người gặp phải trong sinh hoạt 'nội' và 'ngoại' giới của họ. Muốn học hỏi khách quan bản chất của mình, bạn phải tìm cách nhìn vào chính mình mà *không có lòng than thân, không sợ hãi và không tức giận*. Khi phán xét chính mình và phản ứng của mình như phán xét một người lạ với chủ đích không nặng tình cảm, thân nhiên và không khoan nhượng, bạn cuối cùng sẽ có được cái nhìn của Linh hồn, là vật luôn luôn biết sự thực về cái ngã mà nhãn quan bị che mờ của cái tôi chia rẽ ít khi có thể làm được vậy.

Thoát khỏi mọi vết tích của việc dối lòng, mọi nại có khéo léo để che dấu sự thực là điều tôi cần, nếu bạn muốn có sức khỏe và hạnh phúc. Việc làm này đặc biệt khó cho ai từng sống quá lâu với hình ảnh giả tạo của chính họ, và nó có thể là chuyện bất khả trừ phi một số ảo ảnh được trước tiên quét sạch. Nếu bạn không tin là mình có thể thành thật nhìn vào tim mình và phơi bày hậu ý kín đáo nhất của mình - có rất ít người có thể làm vậy tuy nhiều người tin rằng họ làm được -, thì hãy đến gặp ai thương yêu bạn nhiều và khôn ngoan, xin họ cho bạn thấy hình ảnh của chính bạn. Hay nếu không có được bạn quý như vậy, thì hãy đi tới kẻ thù và mở tâm hồn lắng nghe lời chỉ trích của họ mà không lập tức biện bạch chống đỡ. Còn không có cả bạn lẫn thù, thì hãy tới hỏi giáo sĩ nào sáng

suốt, khoan hòa, hay bất cứ ai có sự thấu hiểu sâu xa về tâm lý người và xin được biết sự thật.

Điểm quan trọng hàng đầu của việc tìm kiếm như vậy, là chúng tỏ cho chính bạn thấy rằng bạn thực sự muốn có chân lý trong đời. Vậy hãy xem kỹ phản ứng của bạn. Nếu vừa nghe lời chỉ trích mà lập tức có ý bác bỏ và chối không nhận, thì bạn có thể biết chắc là mũi tên đã bắn trúng ở đâu đó một khuyết điểm. Hãy thử xem xét nó, suy ngẫm về điều bạn đã nghe và tự hỏi Linh hồn để được hướng dẫn. Chớ hề dẫu mặt với lỗi lầm hay thất bại. Thật ra thất bại có thể là thầy dạy tuyệt hảo nhất, nó có thể làm lộ ra một điểm yếu chưa biết nếu bạn dùng nó như tấm gương và ngắm nhìn không chút sợ hãi. Ngay cả khi kẻ thù của bạn bộc lộ tật xấu của bạn với ác ý cũng là làm ơn rất lớn cho bạn.

Tôi biết nội tâm bạn đã sẵn sàng và có thể có những bước đầu tiên khó khăn để dọn đường, vậy nếu bạn tiếp tục gắng công và làm phần việc của bạn trong chặng sơ khởi của bất cứ việc chữa lành lâu dài nào, tôi sẽ cố gắng làm phần việc của tôi, và giúp bạn khám phá phần bí ẩn của bản thể mình, điều bí mật của nhu cầu thật sự của bạn. Vì tôi xin nhắc lại lần nữa là nếu bệnh nhân không chính mình hợp tác, và tìm cách làm phần của mình trong việc chữa lành sự gãy đổ giữa phần cao và phần thấp trong bản thể của họ, nỗ lực hòa hợp chúng thành một đơn vị có mục đích và tình thương, thì ngay cả khi được chữa bệnh việc hết bệnh sẽ không được lâu.

Nó có thể cho phép bệnh nhân sống lâu hơn, cho họ cơ hội có kinh nghiệm nhiều hơn và liên hệ rộng lớn hơn là điều rất cần để tăng trưởng. Ngoài chuyện ấy ra nó không đạt được việc gì khác trừ tạm thời làm hết bệnh, mà bệnh trên thực tế luôn luôn là dấu hiệu của rối loạn bị che dấu sâu xa hơn, hay sự mất quân bình rộng lớn hơn, và là điều mà linh hồn tìm cách làm cái ngã chú ý. Lý do là trừ phi các rối loạn ấy được giải quyết để chúng không thể tái hiện hoặc trong kiếp này hoặc trong kiếp khác, dưới hình thức một chứng bệnh tương tự hay không, thì do việc bài học mà bệnh mang lại bị làm ngơ, chúng có thể hóa mạnh hơn trong khoảng thời gian bị làm ngơ ấy.



Thế thì vào lúc mà con người cho rằng 'Định mang' ra tay dưới hình thức có bất hạnh xảy tới, hay có bệnh tật thì kẻ khôn ngoan tự hỏi, 'Điều này nhằm dạy ta chuyện chi ? Chân Ngã muốn ta thấy việc gì ? Ta phải làm gì để được lành bệnh ?' Chỉ có họ mới có thể tìm ra câu trả lời. Hãy tham thiền về ý sau cho tới khi tôi trở lại với bạn.

Linh hồn là chủ nhân thực sự của cái ngã cùng những đặc tính khác biệt của nó. Bạn ở dưới trần này là sứ giả của linh hồn, khoác lên thân xác vật chất trong một thời gian để bạn có thể học việc kết hợp với 'Đại Ngã', hầu thỏa mãn ước vọng chân thật của mình. Vì Đại Ngã thì còn hơn cả linh hồn, điều sau cũng chỉ là phản ảnh những tính chất cao hơn của Bản thể Thiên liêng. Nó tạo nên cây cầu giữa trời và đất bằng phương tiện qua đó Ánh sáng của sự tái tạo có thể truyền đến mỗi hạt giống riêng rẽ vẫn còn chôn sâu trong sự vô minh.

Cái ngã vì thế là dụng cụ lý tưởng, để nhờ vậy tình thương và Ánh sáng có thể thấu nhập vào chỗ tăm tối và hỗn loạn của cảnh giới thấp. Khi mỗi đơn vị kết hợp được với điều sinh ra nó thì Ánh sáng được chiếu rọi sâu thêm vào trái đất, soi thấu bóng tối như bao nhiêu sứ giả đã làm trong quá khứ, nhưng chỉ khi nào tất cả mọi người cuối cùng trở thành con kinh cho Ánh sáng, thì mọi sinh vật mới chia sẻ sự an lạc huyền bí và không lời nào mô tả được của nó.

## CHƯƠNG VI

Chuyện không cần tranh luận là ngã thức phải là bước đầu tiên dẫn đến tâm thức tối thượng. Vì vậy, như mọi tôn giáo lớn xác nhận rằng tâm thức tối thượng, điều là sự đồng hóa tuyệt đối với ý chí và mục tiêu của Đấng Tạo Hóa, là mục tiêu cao tột của con người, thì đương nhiên là con người tiến bộ dần qua việc gia tăng ý thức về mọi đặc tính của mình. Đó là lý do tại sao việc quan trọng hàng đầu là mỗi cá nhân cần nỗ lực để hiểu bản tính thấp của họ, vì hiểu biết về chân ngã bị ngăn chặn ở mức độ này.

Chúng ta đã thấy là muốn biết chính mình bạn cần phải học nhìn lại bạn mà không than thân, không sợ hãi và không có ảo tưởng. Ba chướng ngại ấy đối với cái nhìn rõ ràng tượng trưng cho một số trở ngại đáng kể cho việc tiến xa. Chúng là hậu quả của vô minh,

là nguồn cội của sự mù quáng tâm linh của con người và của sự thiếu minh triết, chúng cũng tượng trưng cho vài yếu tố có tính phá hoại nhiều hơn mà nhân loại đã sinh ra, và nằm trong số những yếu tố khó khăn nhất phải vượt qua và chuyển hóa, vì chúng là cốt lõi của tính chia rẽ, thế nên là đối nghịch trực tiếp cho mục tiêu căn bản của cuộc tiến hóa.

Tính than thân là một trong những hình thức gây cản trở cho óc chia rẽ và tình cảm chia rẽ. Ảnh hưởng của nó sẽ giảm dần một khi có ý thức rằng mọi sự sống đều là một. Khi ấy cá nhân bắt đầu thấy mình không còn là đơn vị riêng rẽ mà số mạng độc ác và khó hiểu bắt phải chịu đau khổ lạ lùng, nhưng là một phần của nhiều sự sống có liên hệ chặt chẽ, là một tế bào trong khối nhân loại, giống như nhân loại là một tế bào trong vũ trụ rộng lớn của những đấng Cao Cả.

Và khi người ta cũng bắt đầu ý thức rằng mỗi người tạo ra định mạng cho riêng mình, có ý chọn như thế ở cõi cao để thực hiện con đường riêng, thì sự than vãn của họ tự nhiên sẽ giảm đi. Hơn thế nữa, một khi họ có thể chấp nhận rằng việc họ là và làm có thể đóng góp vào mục tiêu tối hậu của toàn thể, thì giá trị của sự đau khổ lẫn thất bại của họ bắt đầu được xem như là một phần của tiến trình chung cho việc chữa lành và thăng hoa nhân loại.

Nhưng bạn chưa đến giai đoạn ấy. Bạn thấy nó như là một giả thuyết hay ho và đôi lúc có tin, nhưng điều ấy không có giá trị thực tế gì khi bạn vẫn chưa *cảm* được sự hợp nhất với nhân loại, và trên hết thấy thiếu quyết tâm. Ngay cả khi sinh hoạt với người khác, bạn vẫn giữ tin tưởng là vì lẽ nào đó bạn khác người, cô lập với họ vì tưởng rằng bạn gặp nhiều sự nản lòng, thất bại và bệnh tật hơn người. Vì thế bạn nhủ thầm rằng mình sẽ không bao giờ có thể đóng góp chuyện có giá trị vào công cuộc chung, bạn tức giận chuyện đó và tội nghiệp mình về sự thua thiệt này.

Bạn không thấy rằng đó là vì trong quá khứ bạn đã từ chối cơ hội, khăng khăng giữ thái độ hết sức tiêu cực, không hợp tác hiện vẫn còn chế ngự cái nhìn của bạn sao, rằng bạn

chìm đắm sâu đậm trong *cảm tưởng* cô lập ? Ngạn ngữ có nói '*Ai nghĩ trong lòng ra sao thì họ như vậy*', và bao lâu mà bạn chưa khởi sự thay đổi tư tưởng hằng nghiền ngẫm là bị số mạng đầy đọa, và bắt đầu áp dụng chỉ dạy đã nhận được, xác nhận chúng luôn mỗi khi thấy cay đắng, thì nhất định là bạn làm ngăn cản niềm hy vọng là có thể mở rộng chân trời.

Khi ai đó nghĩ tới mình quá nhiều thì không dễ mà ý thức rằng nguồn cội chính của mọi đau khổ nơi con người nằm trong *thái độ* ta có đối với hoàn cảnh, hơn là hoàn cảnh gặp phải. Nhưng đó là điều thường xảy ra. Có người là nạn nhân của tai biến khủng khiếp trong đời riêng và đời công, mà bình thần sáng suốt đón chúng, còn tỏ ra hơn hờ nhờ có cái nhìn đúng tầm mức theo giá trị chân thực. Đa số thì làm lớn chuyện không đáng vì họ không có khả năng này, và không thể đặt biên cố trong đời vào bối cảnh rộng lớn của thế giới hiện tại. Khi cố gắng đồng hóa mình với hằng triệu người khác bị khổ sở và thử thách vô vàn hơn họ, thì người ta có thể bắt đầu thấy mình may mắn như thế nào, thay vì có phần số bị ngược đãi phải chịu buồn rầu và mất mát.

Khi than thân và quan trọng hóa khó khăn riêng, bạn thực ra làm điều mà không biết là tăng uy lực của chúng đối với bạn. Bạn khiến mình bị chúng hủy diệt thay vì học hỏi từ kinh nghiệm này, và dù không tin, một phần của bạn hài lòng với thái độ là thấy mình quan trọng, cao hơn người khác vì sự đau khổ của bạn tệ hơn của người khác. Thực ra thái độ ấy là bám chặt hơn nữa vào việc tự dối lòng. Mỗi khi làm vậy bạn đồng hóa mình với một trong những ảo ảnh lớn nhất, khi nhìn mỗi kinh nghiệm theo quan niệm của cái ngã mà thôi, theo dự vọng và ao ước của nó là có thái độ làm tăng cường hàng rào dựng nên giữa bạn và tính sáng tạo của sự sống. Thái độ không thể kéo dài mà không có ảnh hưởng, thế nên bạn tự tạo cho mình hệ quả không tránh được dưới hình thức cô lập về thể chất lẫn tâm lý đối với lực sống, việc rớt cuộc sẽ phải thành bệnh nhiều hơn, bị khủng hoảng và những bệnh khác.

Nhìn theo khía cạnh rộng rãi hơn thì đau khổ có ý chỉ đường, và cho biết có kháng cự hay không hợp tác với linh hồn nếu bệnh nhân thực sự mở mắt, nó là nỗ lực của linh hồn nhằm tạo quân bình tương đối giữa những lực tác động lên cơ thể dưới cõi trần. Quân

bình duy trì được bằng những chu kỳ nhịp nhàng trong thiên nhiên, nhưng con người không còn tuân theo nhịp nữa và do đó không thể theo các nhịp tương ứng ở cõi cao. Nếu làm được vậy thì nhờ vào việc tạo được quân bình đúng đắn giữa những yếu tố đối nghịch trong người và trong xã hội, họ có thể hợp tác một cách tự do và sáng suốt với trọn sự sống một cách hòa hợp.

Vì con người là một phần không tách rời được của thế giới, sự sống bằng cách này hay cách kia luôn luôn chỉ đường, ra dấu, cho tín hiệu. Bạn sẽ khôn ngoan hơn nếu chú tâm thêm vào việc xem đau khổ riêng tư như là thông điệp cần phải giải mã, để khám phá xem cuộc Sống muốn cho bạn hay điều gì về chính bạn, ấy là chuyện đáng làm hơn là than vãn về số phận mình. Hãy xem mọi kinh nghiệm tốt cũng như xấu là sóng trên sông, đưa bạn ra khỏi vùng nước nông ao tù tới biển lớn sáng tạo của thiên ý.

Vẫn còn một điều mạnh mẽ trong người bạn chống đối lại cơn sóng tăng trưởng và thay đổi, bao lâu mà bạn chưa bắt đầu ý thức và chấp nhận các mục đích sâu xa hơn đằng sau tất cả những gì xảy ra cho bạn, các làn sóng to này không thể mang bạn dễ dàng thoải mái ra khỏi vùng bùn và đá trong sông. Chỉ khi nào, cuối cùng bạn không còn tiếp tục cuộc chống đối đầy đau khổ đối với làn sóng không cưỡng được của thiên liêng, thì một số lớn vấn đề của bạn mới chấm dứt.

Vào lúc này cho dù viễn kiến và hiểu biết được mở rộng cùng tăng thêm, có điều gì đó của người bạn thường cố tình tránh áp dụng phương pháp mà bạn được dạy để đối phó với tình trạng khó khăn. Khi chuyện như vậy xảy ra, hãy nhớ lời khuyên cáo của tôi về sự kháng cự trong lòng do các đặc tính của bạn. Ta hãy thử dùng một hình ảnh khác, tôi thường xem bạn như là một vũ viên từ trước tới nay không chịu học những bước của vũ điệu, và không thể hiểu được nhịp của bản nhạc, không những bạn nhảy sai bước mà còn muốn đi ngược lại những vũ viên khác trong sân khấu cuộc đời. Ngoài việc gây rối cho ai gần nhất, chuyện không tránh được là bạn còn dẫm chân, xô tới lui và xử tệ và bạn đổ lỗi cho tất cả mọi người trừ bạn. Nhạc và bài vũ không nhất thiết là sai, chỉ có vũ viên sai vì từ chối không chịu học.

Thí dụ này chỉ đúng một phần nhưng áp dụng được cho đa số ai không thể thích ứng tốt đẹp với cuộc đời, và thấy khó có được mối liên hệ với người khác. Họ không thật sự quan tâm đến người khác mà chỉ nghĩ đến mình, trách đời, luật pháp trong nước, tính xấu hay sự thiếu hiểu biết của người khác, đổ lỗi cho mọi người và mọi chuyện ngoại trừ chính khuyết điểm của mình.

Điều hết sức cần, nhất là vào giai đoạn tiến hóa này, là có nhận thức rộng rãi hơn về sự kiện là nhiều đau khổ bên trong và bên ngoài mỗi người chỉ là do sự thiếu hiểu biết hoàn toàn về việc hòa hợp thật là gì. Rất ít người có thể thấy được liên hệ đúng đắn giữa các phần với nhau, quân bình đúng đắn trong việc sử dụng năng lực, cho và nhận, nói tóm tắt là hiểu biết rằng biểu lộ *tình thương* là câu đáp cho mọi vấn đề. Chỉ khi nào điều này được chấp nhận nhiều hơn như là một lối sống thì sức khỏe - tức sự quân bình đúng đắn - thực sự mới có được.

Giai đoạn đi tìm câu đáp cho thắc mắc mà sự hỗn loạn nói chung gợi nên, hỗn loạn mà bạn và cả nhân loại đang chìm đắm hiện giờ, là chặng không tránh được trên đường tiến hóa của linh hồn. Từ sự tối tăm vô minh nhân loại chập vạt tiến ra ánh sáng, mù quáng như hài nhi chào đời nhờ nỗ lực và cả đau đớn. Con người cũng chỉ là trẻ nhỏ thiếu hiểu biết, nhưng bị tính thiêng liêng trong chính bản thân và cuộc đời thúc giục tiến lên đến những khả thi mới của chân lý. Chuyện đó rồi sẽ sinh ra đau khổ vì trong con người có quá nhiều thành phần chống đối nhau, nhất là những gì trì trệ luôn luôn sợ hãi thay đổi và cưỡng lại nó. Nỗi đau khổ này là chuyện tốt lành, nhưng người ta chỉ thấy vậy một khi biết nó quả đúng là khai phóng, là thầy dạy, và luôn thức tỉnh, chăm chú, sẵn sàng để học, để tìm ý nghĩa bên trong của nó.

Nay chắc chắn bạn có thể thấy là bỏ giờ và năng lực để than thân, oán trách hiện tại và mơ tưởng về quá khứ hay tương lai vô định không những mất thì giờ mà còn thực sự có hại, bởi nó vừa tiêu cực vừa không sáng tạo nên nó cầm giữ làm cho bạn không tăng trưởng và đổi mới. Hơn thế nữa nó còn nguy hiểm vì làm tình trạng hiện giờ của bạn tệ thêm, việc không chịu sống trọn vẹn và tích cực cho mỗi giây phút đến trong đời mà tìm cách trốn chạy có thể làm sự sống bị thui chột ở mức nào đó, dễ dàng biến thành bệnh tật

hay yếu đuối, ngăn không cho hoàn thành phần việc đặc biệt mà bạn muốn làm trong kiếp này.

Mục đích của linh hồn bạn là cái ngã cần học điều mà nó từ chối không học trong những kiếp trước. Nếu nó thất bại lần nữa chắc chắn điều ấy sẽ tạo nên tình trạng tranh chấp mới, khiến bài học hóa khó hơn lần sau. Hệ quả của việc liên tục từ chối không học có thể tích tụ, và nếu nó xảy ra quá thường, tới một kiếp nào đó cái ngã tuyệt vọng quá vì đau khổ sẽ muốn được hướng dẫn để ra khỏi chỗ tăm tối, như bạn đã làm. Nay có lẽ bạn ý thức rằng chuyện quan trọng, là đừng bao giờ tìm cách trốn chạy bất cứ kinh nghiệm nào hay bất cứ phần việc nào đến với mình, và tốt hơn hãy tìm hiểu ý nghĩa của chúng.

Vậy thì, từ nay trở đi cố nhìn sự đau khổ của bạn theo cách tôi đề nghị. Ráng tìm hiểu xem linh hồn của bạn đang muốn cho bạn biết gì về chính mình và nhu cầu thực sự của mình. Cùng lúc, ý thức là nếu bạn chấp nhận sự đau khổ để tăng trưởng và trải qua nó với lòng can đảm, thông minh thì nó có thể làm nảy nở khả năng và tính chất mà bạn chưa có, đây là những tiềm năng còn ẩn kín trong phần cao của bản thể mà con người trong cái ngã chưa có phương tiện để biểu lộ.

Chuyện cũng có ích nếu bạn nhìn khó khăn hiện tại của mình tương tự như sự thử thách, thử lòng mà người chí nguyện thời xưa trải qua trong đền thờ để được chứng đạo (initiation), nhưng ngày nay nó có hình thức là khó khăn thường nhật trong thời đại có căng thẳng bất thường, vì thử thách về lòng kiên nhẫn, sức mạnh nội tâm và can đảm luôn luôn cần thiết trước khi có tiến bộ xa hơn một mức nào đó.

Nhưng bạn cũng không nên quên giá trị của nó trong tiến trình mà tôi thường nói, là thăng hoa nhân loại. Bởi mỗi cá nhân sẽ hoàn thành một điều riêng trong kế hoạch chung, bạn nên thử khám phá xem phần đóng góp của bạn là gì; màu sắc nào bạn sẽ vẽ vào bức tranh muôn màu của nhân loại, sợi chỉ nào bạn sẽ dệt vào tấm thảm chung, nốt nhạc nào bạn sẽ xướng lên vào điệu thường khi có vẻ là tiếng trúc trắc của đời hiện nay, cái đúng ra chỉ là âm thanh cõi trời bị biến thể do nhạc cụ bất toàn, vị trí nào của bạn trong sự lui tới nhịp nhàng của vũ viên trên sân khấu đời.



Chân Ngã của bạn biết câu trả lời cho tất cả những câu hỏi này, thế thì khi cuộc đời có vẻ hết sức vô nghĩa không hứng thú, màu sắc ảm đạm, nốt khó nghe lạc điệu, hãy nhớ rằng đó chỉ vì mắt bạn chưa thấy phần việc mà bạn phải làm trong kế hoạch chung phức tạp, tế nhị của toàn khối, và hãy giải quyết bằng cách tập kỹ thuật mà tôi đã dạy bạn. Bao lâu mà chưa thành công một phần, bạn phải chấp nhận giai đoạn này như là chuyện hiển nhiên cần có, và như vậy có giá trị, ít nhất nó sẽ khiến bạn hướng về linh hồn thường hơn để được giác ngộ, và có sự hiểu biết sâu xa, uyên thâm hơn.

Tôi biết bạn xem thái độ ấy đôi lúc gần như bất khả, khi bóng tối và sự nản lòng xem ra quá nặng nề không có cách gì làm tan được. Nhưng hãy thử nghĩ, để cho mắt người thấy được hình thể - là ý tưởng được cụ thể hóa - thì không phải bóng tối cũng cần thiết y như ánh sáng sao ? có cách nào khác để biết được ánh sáng trừ phi so sánh với điều đối nghịch ? Cũng y vậy, chân thiện mỹ thành sự thực đáng ao ước cho người chỉ vì ảnh hưởng của sự đối nghịch là ác độc, đau khổ và hỗn loạn gây cho tâm trí người. Hơn thế nữa đó là những sự thúc đẩy, giục dã, kích thích làm họ tỉnh giấc khỏi sự thờ ơ, hờ hững và thúc đẩy họ tìm cách thoát bằng việc khám phá sức mạnh tiềm tàng của chính bản thân.

Cái nỗ lực từ từ để khám phá căn nguyên bí ẩn mà từ đó mỹ lệ và chân lý nảy sinh, soi sáng tình trạng hỗn loạn của họ, sẽ chỉ họ tìm cách biểu lộ quyền năng thiêng liêng trong người. Thay vì than thân bạn nên mừng rằng không bị trở ngại như đa số người, vì ít nhất trong kiếp này định mạng đã ép bạn phải nhận ra sự vô minh, bất lực của chính mình, bị thúc đẩy để xin được chỉ cách chữa lại khiếm khuyết của chính bản thân.

Bạn chớ nên nghĩ rằng thay đổi nhận thức như vậy sẽ tự động giải thoát bạn khỏi đau khổ trong kiếp này hay những kiếp khác. Làm sao được ? Ngay cả khi nó mạnh mẽ tới mức trọn định hướng trong đời của bạn được thay đổi một cách mau nhiệm, thì cũng vẫn cần phải có thử thách, phải gặp nhiều kinh nghiệm mới cũng như cũ theo cách mới lạ như minh triết mới đạt được của bạn yêu cầu. Nó có nghĩa bạn vẫn phải gặp hệ quả do vô minh trong quá khứ sinh ra, trải qua nó và chuyển hóa trước khi tất cả sự thiếu quân bình

và yếu kém của thân xác, trí tuệ, tình cảm có thể hoàn toàn bị loại trừ. Khi có thêm hiểu biết và thiên nhiên hơn về mặt tinh thần, bạn sẽ thấy mình có thể đối phó tốt đẹp với tất cả thử thách như vậy, làm cho không sinh ra nguyên nhân nào 'gây bệnh'.

Thêm vào đó, chỉ bằng cách phát triển khả năng trải qua mọi thăng trầm của đời một cách khôn ngoan và với hiểu biết mà đặc tính cao mới *có thể* nảy nở. Nay hẳn chuyện rõ ràng là phương tiện duy nhất để ai giống như bạn, từ trước tới nay tin mình là tù nhân của nghịch cảnh, có thể tách ra khỏi tâm trạng bi quan và tiêu cực như vậy, là ý thức và chấp nhận rằng nghịch cảnh luôn luôn là người bạn chân chính trá hình, một khi ta hiểu chuyện. Tôi khuyên bạn trong tương lai hãy gắng xem biến cố nào có vẻ như làm tan vỡ đời bạn, hay trói buộc bạn, thực ra là một phần của tiến trình giải thoát.

Thử thách tột đỉnh không hề là hết hy vọng có một đời phong phú hơn với nhiều cơ hội lớn lao. Đúng ra nó có thể là một cách để mang nạn nhân ra khỏi rối rắm, có tự do rộng rãi hơn và sự sáng nhiều hơn từ trước tới nay, một khi họ chịu nghe để tìm đường ra khỏi nơi đen tối, nhưng điều này chỉ xảy ra khi họ thừa với mầm sáng thiêng liêng toàn tri trong người là 'Xin theo ý Chân Nhân'.

Sự chấp nhận hoàn toàn ấy dĩ nhiên là một trong những thái độ khó nhất mà cũng thiết yếu nhất cần phải có cho ai muốn được lành bệnh, và nó phải là sự chấp nhận tích cực dựa trên hiểu biết mà không phải là lòng cam chịu tuyệt vọng, tiêu cực. Trên thực tế chỉ có hiểu biết thực sự mới khiến việc này có thể xảy ra, và lý tưởng mà nói thì người ta cũng nên tỏ lòng biết ơn là cơ hội mới được trưng ra, cho họ áp dụng một thái độ mới về sự sống và chứng thực giá trị của nó.

Nghe khó quá ư ? Ban đầu dĩ nhiên là khó và sẽ còn khó khăn trong một thời gian dài, bây giờ bạn có thể tin rằng đó là chuyện bất khả, nhưng tôi đoán chắc với bạn là không phải vậy nếu có kiên nhẫn và chịu thực hành. Chuyện có thể có lợi ở đây nếu bạn nhớ là cái nhịp điệu tăng trưởng tự nhiên cần phải diễn ra chậm chạp, để gốc rễ được vững vàng. Có ước muốn tăng trưởng và phát triển khả năng tinh thần là đủ để khởi sự. Cái ý thức là không có gì xảy ra cho bạn mà không có nguyên nhân chính đáng, không có gì là tự nhiên

mà có, từ ngoài đột nhiên áp đặt vào cho bạn, cũng giúp ích cho việc tập có quan niệm mới.

Có thêm hiểu biết về cách những luật của vũ trụ tác động cũng có thể cho bạn ý thức là về một khía cạnh sâu xa hơn thì 'kẻ thù' của bạn, điều làm bạn mất sự bình an và cản trở ao ước của bạn, luôn luôn tượng trưng ở mức này hay mức kia một phần nào đó chưa thăng hoa trong người bạn. Thế nên mỗi lần gặp trở ngại, bạn sẽ từ từ có thể nhận ra yếu kém nào đang được lộ diện. Cố xem mỗi trở ngại như là chất xúc tác có thể làm cho chân lý mới mẻ nào đó nảy sinh, và mừng đón nó như thân hữu tặng quà cho bạn.

Cuối cùng, nếu tiếp tục nỗ lực này bạn sẽ có thể đón nhận, tai biến, lòng bất nhân, thương tổn, vô ơn giống như bạn được vàng, và lời chỉ trích tệ hại sẽ có giá trị cho bạn nhiều hơn lời khen của thân hữu. Nhờ bỏ được lòng kiêu hãnh là điều gần như luôn luôn ngăn không cho chấp nhận chân lý, bạn sẽ khởi đầu xem ngay cả kẻ thù số một của bạn, dù là người, tình cảnh hay điều gọi là định mạng, như là ân nhân lớn lao nhất, chúng sẽ được xem như là tác nhân gửi tới để giúp bạn phát triển đặc tính tinh thần như tha thứ, thông cảm và cao hơn hết thấy, có lòng nhân đối với sự vô minh và mù quáng của nhân loại, việc luôn gây thương tổn cho chính con người.

Thảm kịch là có quá nhiều cơ hội đầy giá trị đưa tới mà cái ngã bác bỏ, vì chúng không có hình thức giống như ao ước của người. Rất ít người có thể biết được giá trị thực sự của kinh nghiệm, đọc được ý nghĩa thâm kín mà nó chứa đựng, nên họ lỡ cơ hội lọc được vàng từ điều có vẻ như chỉ là rác rưởi. Bởi vàng này tức là chân lý, luôn luôn ẩn dấu trong kinh nghiệm bình thường nhất của đời và có thể lọc ra được từ mọi chuyện trong đời. Nó được trưng ra lần này rồi lần kia cho con người, cho đến khi nào họ học cách nhận ra nó nhờ minh triết và phân biện, và biết mau mắn chấp nhận bất cứ điều gì đến với mình, chỉ nhắm tới việc khám phá quyền năng tinh thần mà món quà đặc biệt này là biểu hiện.

Lẽ tự nhiên lúc mới đi tìm bạn sẽ thường không có nhận thức đúng đắn, nó là một trong những điều khó nảy nở nhất, và lắm tu sĩ uyên thâm của đạo giáo vẫn còn phải học nhiều

điều về chuyện quả là học thuật sâu xa. Tuy vậy dù vấp té bao lần, bạn không nên tự trách mình, thấy lo lắng hay căng thẳng. Người sơ cơ mong đợi hay đòi hỏi quá nhiều nơi mình, đặt tiêu chuẩn cao quá khả năng hiện tại, tập xử sự như vị thánh trước khi đặt bước đầu tiên lên đường dẫn tới sự thánh thiện, thì rất dễ có lòng *cao ngạo* và người Hy Lạp khi xưa tin là sẽ bị thần thánh quở phạt, mà thần thánh là gì nếu không phải là lực tiến hóa ?

Hãy ý thức rằng thất bại không đáng kể như lối suy nghĩ thường tình của nhiều người. Nếu tìm hiểu thì chúng có thể được xem như ngón tay chỉ đường, nhưng chỉ ai có lòng can đảm và sáng suốt đi tìm căn cội sâu xa ẩn kín mới biết thế. Nguyên do đích thực của khuyết điểm trong người nằm ở căn cội ấy, khiến cho thất bại là điều không tránh được. Hiện tại bạn không bị đòi hỏi phải làm gì nhiều hơn ngoài việc cố dùng mỗi cơ hội đến với tâm thức đang phát triển của bạn để có hiểu biết thêm. Hãy thành thật tìm xem bạn có thể học được gì từ tất cả những chuyện xảy đến cho mình, tốt cũng như xấu, và chúng cho biết gì về chính mình cùng thế giới của bạn.

Có lẽ bây giờ bạn bắt đầu hiểu được lý do vì sao bệnh tật không phải luôn luôn 'được phép' chữa lành. Vì cái ngã không chịu học bài học đặc biệt mà bệnh tật được dùng để dạy. Trong cuộc sống, bệnh và thảm kịch là triệu chứng của sự bất hòa và mất quân bình sâu xa, nếu được chữa lành trước khi nguyên do sâu xa này cảm nhận được và loại bỏ, cái ngã sẽ lại gặp xáo trộn tương tự ở thời điểm khác chưa chắc thuận lợi bằng lúc này.

Nếu mục tiêu thực sự là đạt tới tình trạng khỏe mạnh lâu dài, thì cần vun trồng thái độ khôn ngoan về hiểu biết và chấp nhận. Bạn có thể tự khuyến khích bằng cách nhớ rằng với mỗi nỗ lực rửa sạch căn cội bị nhiễm độc, bất kể làm vậy gây căng thẳng ra sao cho cá nhân, bạn sẽ loại trừ được nguyên nhân đã đưa bạn tới tình trạng hiện giờ. Bạn cũng sẽ tạo được sự hòa hợp cho khung cảnh quanh mình. Tôi có nhấn mạnh khi trước là khi bầu không khí bên trong và bên ngoài trở nên tinh khiết, ổn định hơn, nó sẽ thu hút những lực và quyền năng mà trong kiếp này bạn không thể tiếp xúc được, nhưng chúng sẽ thuộc về bạn để sử dụng trong tương lai, trong khung cảnh rộng lớn hơn là cho riêng mình. Lẽ dĩ

nhiên điều này tùy thuộc vào việc bạn có khôn ngoan đủ để không hề quên rằng chúng phải không được dùng thuần cho mục tiêu cá nhân.

Việc dùng năng lực và quyền năng tinh thần, biểu hiện của Chân ngã, cho lợi ích cá nhân trên thực tế là một hình thức tà đạo, dù hiển nhiên là người ta thường không thấy như vậy. Nhiều vấn đề ảnh hưởng con người lúc này sinh ra từ việc lạm dụng điều giao phó cho người, điều ấy mang lại tai họa không tránh được vì nó đảo lộn và sau đó nhiễm độc chất liệu. Nó sẽ làm hư chất liệu thanh bai trong các thể của những kiếp tới, nếu không phải trong kiếp hiện tại, và sẽ tiếp tục tác động lên con người cho tới khi nào họ thanh lọc được chúng. Bạn đã phạm nhiều tội như thế trong quá khứ, nên chúng là nguyên do của vài khó khăn bạn gặp hiện nay.

Vì vậy, bây giờ hãy khởi sự cách hành động trong đời sống hằng ngày sao cho việc thanh lọc được tiến mau lẹ, bằng cách đem hòa điệu và hạnh phúc vào môi trường của bạn. Hãy quên nỗi đau đớn và u sầu của chính mình bằng cách giúp đỡ người khác. Theo cách ấy bạn sẽ dần mở được những con kinh qua đó Linh hồn có thể gửi ánh sáng rực rỡ chữa lành xuống không những cho bạn, mà còn cho tất cả những ai bạn có liên hệ.

## CHƯƠNG VII

Chúng ta đã cùng nhau tìm hiểu một số nguyên nhân và hậu quả của việc than thân, và thấy rằng chẳng những làm vậy vô ích mà còn nguy hại; hôm nay chúng ta sẽ xem xét bản chất và điều nguy hiểm của lòng sợ hãi.

Sợ hãi là tình trạng thông thường của mọi người, và có lẽ là nguyên nhân lớn nhất gây hại cho sức khỏe thân xác, tình cảm và tâm thần. Nếu không tin bạn hãy thử phân tích những khuyết điểm, lỗi lầm, thói quen, niềm tin và ham muốn mạnh mẽ của người bình thường, và bạn sẽ kinh ngạc khám phá ra vai trò của lòng sợ hãi ở mọi tầng lớp, bao nhiêu là hình thức của nó và những dạng mà nó trá hình, cùng ảnh hưởng của nó trong cách cá nhân phản ứng với kinh nghiệm.

Nỗi sợ hãi đối với bạn như với đa số người thì vẫn là anh xà ích cảm cương bầy ngựa tình cảm, tâm trí và ý chí, và thường là đụng khối đá vô minh làm tan nát chiếc xe. Bao lâu mà quyền kiểm soát còn nằm trong tay kẻ này và quyền lực của hắn ta đối với bạn còn mạnh, thì con đường hỗn loạn và nguy hiểm ấy sẽ còn tiếp tục.

Thế thì rõ ràng một trong những điều đầu tiên phải làm là học để biết cách tự bạn cảm cương điều khiển, hay đúng hơn là đặt sự điều khiển vào tay của người xà ích thực sự là Chân ngã của bạn. Khi có thể làm được vậy dù chỉ mới một phần rất nhỏ, bạn sẽ có thể khiến nỗi sợ hãi thành tôi tớ cho bạn, tức chỉ sử dụng chúng khi nào hữu ích để báo cho bạn hay có nguy hiểm, và bạn không còn bị chúng đè bẹp bất lực, là nạn nhân cho ảnh hưởng tiêu cực phá hoại của chúng. Muốn làm vậy, trước hết chuyện hệ trọng là khám phá xem lòng sợ hãi đã nắm quyền kiểm soát tới đâu, và chỗ nào cội rễ nó mạnh mẽ nhất trong người bạn.

Một cách là xem xét kỹ lưỡng bản chất của hành động và phản ứng của bạn. Chẳng mấy chốc bạn sẽ khám phá là có rất ít hành động và phản ứng không bị lòng sợ hãi chi phối, hãy nhớ rằng lòng kiêu hãnh, ham muốn thành công, ngưỡng phục và những thôi thúc khác có vẻ như không liên quan gì với nhau, thường có chung lòng sợ hãi là động cơ căn bản thúc đẩy. Chút thực tập nho nhỏ ấy sẽ chứng minh cho bạn thấy là lòng sợ hãi phải được hóa giải tới độ nào trước khi bạn có thể thắng cuộc.

Tôi dùng chữ ' hóa giải ' một cách chủ tâm vì trong khi nhân mạnh với bạn vào lúc này lòng sợ hãi là một trong những trở ngại chính cho sự tiến triển của bạn, tôi không muốn nói là lòng sợ hãi không có chỗ đứng hợp lý của nó như là tác nhân hữu ích cho sự phát triển của phần lớn nhân loại. Như thường lệ mọi việc tùy thuộc vào giai đoạn mà cá nhân đang phát triển.

Hiển nhiên là trong giai đoạn sơ khai (nhiều người còn trong giai đoạn này dù họ tự cho rằng mình vẫn minh tiến bộ, vì không như nhiều người tưởng, chúng ta vẫn chưa thoát

hắn thú tính hay tính dã man) lòng sợ hãi là điều cần thiết. Nó thúc đẩy con người phát triển một số tính chất quý giá nhất, và còn là động cơ cho nhiều cái tổ vĩ đại. Nó cũng

tránh cho họ những chuyện có tính tự hại thân, và khiến trọn cộng đồng chỗi dậy khỏi cảnh thờ ơ, băng hoại, tự mãn.

Nhưng tới một giai đoạn phát triển của người, lòng sợ hãi phải được thay bằng tình thương và minh triết, cùng với sự nhìn nhận là có những lực tinh thần mà khi được khơi dậy đúng cách, có thể hướng dẫn hành động của mỗi người một cách chắc chắn hơn là những lực mù quáng và sơ đẳng trong quá khứ.

Lòng sợ hãi là khuynh hướng chia rẽ rõ rệt. Tính này ban đầu giúp cho linh hồn thoát kiếp thú thành người, nhưng khi làm được vậy rồi thì nó không còn nét xây dựng nữa mà trở thành phá hoại. Trong lúc con người ngày càng ý thức nhiều hơn về nhu cầu cần hợp tác, anh cũng thấu hiểu nhiều hơn về tính hợp nhất với Vạn Vật. Khi ấy lòng sợ hãi bị xem là điều nguy hại cho bước tiến của cuộc tiến hóa, và trí não người dần dần ý thức rằng điều gì có giá trị hay cần yếu, tốt đẹp ở một giai đoạn tiến hóa có thể trở thành xấu, hay ít nhất gây cản trở khi họ đạt tới trình độ cao hơn. Giá trị của mọi giai đoạn hay huấn thị thì tương đối so với việc nó là động cơ thúc đẩy, hay gây cản trở cho sự tiến bộ của người.

Tuy vậy ở gần như bất cứ giai đoạn nào của người, trong tâm họ lòng sợ hãi vẫn còn đó và chi phối hành vi của họ dù chỉ dưới hình thức là giấc mơ, điều thúc giục trong tiềm thức hay hồi ức mập mờ phát sinh từ tiềm thức của cả giống dân hay của cá nhân. Từ những điều này, và dĩ nhiên là từ những thôi thúc chính đáng và hợp lý của việc tự bảo vệ, mà vô số lòng sợ hãi nảy sinh.

Thế nên có điên rồ mới đề nghị rằng ngay cả với ai tự cho là mình đã tiến hóa cao, nên loại trừ tất cả nỗi sợ hãi trong tim, vì các nỗi sợ hãi sẽ tiếp tục biểu lộ và cho ra ảnh hưởng mạnh mẽ đối với hành động của con người, cho tới khi họ đạt tới mức những ảnh hưởng chế ngự họ phần lớn phát xuất từ Chân ngã. Khi ấy cái nhìn tinh thần và cảm nhận đúng đắn hơn về các giá trị sẽ khiến họ thoát khỏi uy lực của chúng.

Đó là giai đoạn mà tuy đa số người không nhận biết, tất cả ai tìm kiếm hạnh phúc, sự viên mãn đều đang nhắm tới, nó là giai đoạn không thể hòa đồng với sự thắng thế của vô số



người hiện đang chi phối nhân loại, nhưng khi con người càng lúc càng thành công trong việc nhận biết và tuân theo tiếng nói của Chân ngã, thì lòng sợ hãi dần dần bị những lực cao mà người tiến xa có thể tiếp xúc và biểu lộ, thu hút chúng.

Cho đa số nhân loại ngày ấy vẫn còn xa, vào lúc này bệnh tật, đau ốm và rối loạn đủ mọi kiểu sinh sôi nảy nở thành lòng sợ hãi, khi thể giới ngày càng trở nên hung bạo, cạnh tranh nhiều hơn thì lòng sợ hãi làm con người thấy là họ ngày càng thiếu an toàn.

Đối với bạn khi phần tốt lành trong người chưa nảy nở đủ mạnh để loại trừ ảnh hưởng tệ hại nhất mà lòng sợ hãi gây ra cho sự an ổn trong người, chuyện nên làm là tìm cách để ít nhất kiểm soát nó và cũng chuyển hóa phần nào tình cảm này. Cho đa số người giống như bạn là hết sức nhạy cảm, lo lắng, có khi còn có tính siêu hình (psychic) một chút thì thời đại hiện giờ đặc biệt khó khăn cho họ. Phản ứng của họ đối với làn sóng chấn động của nỗi sợ hãi tập thể, sự rung động rất đổi mạnh mẽ của tình cảm, lo lắng, tức giận và bạo động đang lan tràn trên thế giới có lúc trở thành không chịu được nữa, và do đó sẽ ảnh hưởng tệ hại cho thể sinh lực. Việc này hiển nhiên cho phản ứng tương tự lên những bộ phận của thể xác. Thế nên chuyện lại càng cần thiết là ai như vậy nên học cách bảo vệ chính mình đối với các tấn công không ngừng này.

Chuyện mà bạn cần là học cách đề phòng để có thể làm giảm thiểu thật nhiều các đe dọa đặc biệt cho sự quân bình tình cảm của bạn. Tôi đề nghị rằng trước tiên, bạn nên ý thức là bao nhiêu năng lực và thì giờ, điều có thể dùng vào chuyện có tính xây dựng hơn và dùng để củng cố thân xác cùng làm cái trí lạng xuống, đã bị phí phạm qua việc hồi hộp lo nghĩ đến những tình cảnh, việc không may và thất bại mà nhiều phần có thể không bao giờ xảy ra. Việc dùng óc tưởng tượng theo cách tiêu cực như vậy thường đi kèm với lòng sợ hãi. Con người sợ rất nhiều chuyện với hệ quả là chúng làm suy yếu ý chí, sự quyết tâm, trở thành chướng ngại tình cảm mạnh mẽ, ngăn chặn hành động tích cực, và ảnh hưởng tới đáp ứng của họ trước khi cơ hội và hoàn cảnh xảy ra.

Chẳng những chỉ có thế, chúng còn tạo ra hình tư tưởng là trung tâm năng lực ở cõi thanh, chứa năng lực tiêu cực đã sinh ra chúng. Những hình này có thể thực sự ảnh hưởng

bầu không khí với lực mà chúng phát ra, và do vậy tác động bất cứ ai trong vòng ảnh hưởng của chúng. Nguyên tắc này đương nhiên áp dụng đồng đều cho luôn hình tư tưởng lạc quan và tích cực.

Trong bất cứ trường hợp nào, tương lai thường khi không giống như chuyện ghê gớm mà nhiều người lo sợ cho cuộc sống riêng của mình trong lúc kinh hoàng ghê gớm hay âm ảm. Nhưng nếu hình tư tưởng như vậy được tạo ra thường xuyên và nghiền ngẫm mãi, chúng sẽ chứa đầy lực thu hút tới mức hình có khuynh hướng lôi kéo về người tạo ra hình đúng cái kinh nghiệm mà họ sợ hãi.

Vì vậy nên nhớ rằng khi bạn liên tục tạo ra hình ảnh việc bạn không thể đối phó với một tình cảnh hay vấn đề nào, thì đó là bạn đang thực sự thêm vào hình năng lực tiêu cực, hình sẽ có khuynh hướng tạo nên bầu không khí mà nỗi sợ hãi của bạn dễ dàng thành chuyện có thật. Cùng lúc đó bạn làm giảm chính quyền lực và khả năng của bạn ở cõi trí, và trên hết thấy ở cõi tinh thần. Tuy nhiên những quyền năng này cũng có thể được thêm sức, củng cố lại để cho phép bạn đối phó với tình cảnh nếu đó là chuyện không tránh được.

Theo cách mà bạn thường suy nghĩ thì hàng ngày và hàng giờ bạn đang tạo những tính chất, quyền năng và khuynh hướng tương tự cho con người bạn. Những điều này đương nhiên ảnh hưởng trọn định hướng của bạn về cuộc đời. Hệ quả là mọi cố công nhằm chuyên hóa thái độ tiêu cực bị lòng sợ hãi và lo lắng chế ngự thành điều tích cực làm kích động, gợi hứng, thể hiện lòng tự không tin sẽ giúp bạn đối phó được với vấn đề khi nó xảy tới, và theo với thời gian sẽ dần dần loại trừ được sự tấn công ghê gớm nhất của lòng sợ hãi và tuyệt vọng.

Nhưng khi bạn tới giai đoạn thật tâm nhìn nhận có sự hiện hữu của một tâm năng lực trong lòng bạn cao hơn con người phàm tục, điều có thể và nên được kêu cầu để trợ lực, cho hứng khởi, thì trọn câu chuyện sẽ thay đổi, vì người sẽ biết chắc là mình không đơn độc chiến đấu. Khi chưa đạt tới giai đoạn này, hãy cố tập cho quen với việc chuyển hóa lối suy nghĩ tiêu cực thành tích cực cho tới khi nó trở thành thói quen. Mỗi lần làm vậy là

bạn gia tăng khả năng biết chấp nhận mọi kinh nghiệm như là sự thách đố hơn là sự đe dọa, và sẽ có được sức mạnh đối đầu với thách đố nếu nó tới.

Tuy vậy nếu vào lúc này mà việc cố công loại trừ tư tưởng sợ hãi có vẻ bất khả, và bạn tiếp tục bị ám ảnh về nỗi sợ hãi việc tương lai không phải vì óc tưởng tượng mà vì chuyện rất có thể xảy ra như bị đau đớn thêm, mất mát cá nhân, tuổi già, cuộc sống thiếu thốn vật chất và tình thân là điều mà xem ra thiết yếu cho đời bạn, thì tôi xin đề nghị bạn dùng một kỹ thuật khác. Hãy trực diện với nỗi sợ hãi của bạn vì trốn lánh hay nhắm mắt với điều mà ta tin là không thể tránh được thì không hề có ích gì, nhưng tôi sẽ ráng chỉ cho bạn thấy là ngay cả việc xem là không thể tránh được vẫn có thể không xảy ra, hay khi nó tới thì có thể không khủng khiếp như bạn tiên liệu.

Một trong những nhà thơ sáng suốt nhất đã viết:

Bởi chuyện của người vẫn chưa rõ rệt.

Vậy hãy luận bàn điều tệ nhất có thể tới.

Khi đã tưởng tượng ra 'điều tệ nhất có thể tới', hãy tìm cách xem làm sao đối đầu tốt nhất với chuyện vậy, và giải quyết nó một cách sáng suốt nhất, hành động nào ở cõi trần, nhưng quan trọng hơn là thái độ tinh thần, có thể giúp bạn giải quyết vấn đề ở mọi cảnh giới trong tình trạng như vậy.

Một cách để làm là xem kinh nghiệm như nó xảy ra cho người khác. Bước ra ngoài nó, tách rời khỏi nó trong điều kiện riêng của bạn, và trên hết hãy tách ra khỏi phản ứng tình cảm của bạn. Xem xét coi bạn sẽ đưa ra lời khuyên thực tế nào cho bạn bị cảnh như thế. Tưởng tượng là họ giải quyết nó một cách hữu hiệu, khôn ngoan. Ráng thấy luôn lòng hứng khởi và sức mạnh có thể được gọi nên khi họ tìm cách xem xét vấn đề sao cho có được nhận thức cao hơn về chuyện. Nhưng chuyện cũng quan trọng là tưởng tượng họ không những có thể đối phó được với chuyện, mà còn có được lợi ích với điều mà mới thoạt nhìn thì có vẻ như là thảm họa không đường thoát.

Thí dụ, hãy nghĩ tới cách có thể thực sự biến kinh nghiệm thành chuyện tốt lành, nó có thể dạy cho anh bài học gì, và khi chấp nhận nó với lòng can đảm thì làm sao anh có thể thâm nhập được đức tính, sự khôn ngoan, sức mạnh đạo đức, và trên hết thấy khả năng có thể giúp được người khác trong cảnh tương tự. Nỗ lực như vậy, nhằm khách quan hóa nỗi lo sợ của bạn, sẽ cho phép bạn xem xét một cách坦然 nhiên hơn những khía cạnh khác nhau của chuyện đe dọa cá nhân bạn. Đó là việc cần và khó mà đạt được. Nhìn ngắm vấn đề của người khác không thành kiến và thấy rõ sự thật luôn luôn dễ làm hơn là nhìn chuyện của chính mình, điều hay vướng vào tình cảm, nỗi lo sợ và hy vọng riêng tư.

Nhưng nếu bạn chịu thử làm như thế và quyết định có thái độ tốt nhất nào nếu nỗi sợ hãi thành sự thực, thì bước quan trọng kế là ráng để lại mọi chuyện sau lưng. Đừng tiếp tục nghiên ngắm nó hay nghĩ tới nghĩ lui trong trí. Bạn đã có quyết định, đó là tất cả điều bạn có thể làm, nay để hết mọi chuyện qua bên. Bất cứ khi nào tư tưởng trở lại mà nó sẽ làm vậy, hãy cố gắng lập tức thay nó bằng sự xác quyết đầy tự tin, là cho dù điều gì xảy tới thì bạn luôn luôn được trợ giúp để đối đầu với tình thế một cách khôn ngoan và xây dựng. Thỉnh thoảng xem lại khả năng mình cũng là chuyện có ích, coi bạn đã có tiến bộ gì trong việc tạo nên những vũ khí tinh thần để dùng trong các trường hợp như thế.

Bạn có thể thấy rằng cho tới nay không một điều gì tôi đề nghị giúp được gì mấy cho bạn, tuy làm thí nghiệm thì có lợi. Vậy chúng ta hãy xem có thể tìm ra những phương pháp khác giải tỏa được cái áp lực to tát gồm nhiều yếu tố mà từ những ngày đầu đã ảnh hưởng đến sức khỏe của bạn, chi phối tâm trí cùng tình cảm và làm biến dạng trọn thái độ của bạn với cuộc sống. Chúng ta đã xem xét cái tác động lớn lao mà trí não có thể có đối với tình cảm, và thấy rằng một trong những quyền năng hết sức mạnh mẽ và sáng tạo của nó là sức thu hút.

Một phương pháp vô cùng quan trọng để đối phó với bao nhiêu là tư tưởng tiêu cực và đôi khi có tính đe dọa, chuyện thường xâm lấn tâm trí mọi người nhưng đặc biệt hơn là người như bạn có nhạy cảm khác thường với bầu không khí, và vì vậy trở thành nạn nhân cho lòng sợ hãi và lo lắng chung hiện đang nhiễm trọn bầu không khí tình cảm của thế giới, là nỗ lực cố sức chú ý vào nơi khác. Nó có nghĩa tập trung tư tưởng hoàn toàn vào

một ý hay sinh hoạt không có liên hệ gì với tư tưởng đang ám ảnh lúc bấy giờ. Sự chú ý là một trong những cách mạnh mẽ nhất của việc tụ năng lực vào một tâm đặc biệt, vì nó làm tâm thức rút khỏi tất cả những địa hạt khác của tư tưởng, ý chí hay tình cảm, và do đó tuôn năng lực vào trọng tâm mới. Khi làm được vậy thì ngay cả ý thức về sự sống của thân xác cũng có thể tạm thời bị lãng quên.

Ta hãy lấy một trường hợp quá mức làm thí dụ. Khi đau răng thì bình thường không thể nào quên dù chỉ trong phút chốc và ta tập trung mọi điều vào chuyện này, ngay cả ngón tay cũng không tránh được việc sờ vào cái răng đau. Nay giả thử có chuyện nguy ngập bất ngờ xảy tới, như chuyện khẩn cấp, tai nạn, nhà phát hỏa, ai bị nguy hiểm kêu la cầu cứu. Sự chú ý lập tức chuyển hướng, trọn năng lực trước đây bị thu hút vào cơn đau nay trự vào chuyện khẩn cấp mà nếu đủ căng thẳng còn có thể khiến nó tạm thời bị quên đi, hay ít nhất giảm thiểu mạnh mẽ vì tất cả quyền năng của trọn cái ngã nay tập trung ở nơi khác.

Hay thử xem một tình trạng ít căng thẳng hơn như ai đó dồn hết tâm trí vào việc giải quyết một vấn đề khó khăn, thí dụ là khoa học gia, thương gia hay ai chú tâm vào một nước cờ. Người như vậy có thể hoàn toàn đồng hóa với việc họ đang làm và không còn biết chuyện gì khác đang xảy ra chung quanh họ, ngay cả khi có quấy rầy, tiếng ồn, cảm giác nóng hay lạnh. Khả năng có thể chuyển sức chú ý từ một trọng tâm này sang cái khác nhờ việc hoàn toàn đồng hóa của cái ngã vào một điểm, và do vậy với năng lực phát sinh từ đó, có thể cho giá trị lớn lao trong việc đem tâm thức ra khỏi những lượn sóng lên xuống của lòng sợ hãi và lo lắng.

Như thế khi bạn thấy mình bị nằm trong tình cảm ám ảnh hay suy nghĩ nào đó mà không thể thoát, bị nó kèm chặt dằng dai tấn công trở tới trở lui, hãy ráng chuyển tâm trí theo cách này sang chuyện khác vô tư hơn, không liên quan gì đến quá khứ hay tương lai mà với hiện tại và ngay đây. Trong trường hợp bạn, chuyện tốt nhất có thể là một vấn đề siêu hình hay không chừng là điều liên hệ với kỹ thuật của việc làm sáng tạo đặc biệt của bạn. Hãy nhất quyết tập trung tư tưởng vào đó, tìm cách đào sâu. Theo cách ấy tự động năng

lực đang xoáy quanh vô ích sẽ được chuyển sang trung tâm mới. Căng thẳng được giải tỏa và thăng bằng tái lập nếu bạn trì chí. Vì căng thẳng phần lớn là do sự tập trung năng lực không đáng vào vấn đề hay chuyện đe dọa thể xác, tình cảm, trí não có liên quan đến cái tôi.

Câu nói thông thường 'Nghĩ tới chuyện khác đi' có căn bản vững chắc và nhiều người tự động làm mà không biết chuyện thực sự diễn ra sao. Thế thì trong tương lai hãy sử dụng phương pháp ấy một cách thông minh và hữu ý, bất cứ khi nào bạn thấy mình rơi trở lại vào thói quen cũ và bị áp lực của lòng sợ hãi, lo lắng mà từ hồi thơ ấu bạn đã tạo cho mình cảm ứng, bắt đầu lần nữa việc lấn át bạn. Đây là một trong những phương pháp sơ khởi dạy về kỹ thuật tham thiền, nó phát triển tham thiền định trí theo lối có tính xây dựng, sửa chữa, và có thể giúp bạn tốt đẹp vào bất cứ lúc nào có căng thẳng. Nó cũng có thể giúp huấn luyện hạ trí của bạn thành vật phục vụ cho bạn thay vì là chủ nhân.

Một phương pháp khác có tính sáng tạo hơn để chuyển sự chú ý khỏi chuyện của bạn là hướng nó về những ai đang đau khổ, gửi đến họ tư tưởng thương yêu và tìm cách khôi phục sức mạnh của chân nhân trong tình trạng của họ, vì xin nhớ rằng ở cõi mà linh hồn con người linh hoạt và thức tỉnh hơn hết, họ hòa hợp chặt chẽ và có liên hệ thần giao cách cảm nhiều hơn là ta tưởng ở cõi trần này.

Nói cho cùng thì mỗi người phải tự tìm cho mình cách tốt nhất để thay đổi rung động tiêu cực hay sợ hãi thành chuyện có tính xây dựng, và để cho năng lực của họ tuôn vào đó có thể hướng đi với tác động lớn nhất đến 'cửa thoát', làm thỏa mãn tốt nhất nhu cầu của họ, hợp với tính khí và khiến họ thoát khỏi sự trói buộc của lối suy nghĩ có khuynh hướng trở đi trở lại, được thêm sức mạnh vì tái diễn luôn.

Giống như bất cứ kỹ thuật mới nào, cách tập kiểm soát này xem có vẻ khó và ban đầu dường như bất khả thi cho ai chưa hề tập kiểm soát tâm tưởng loạn động của họ. Như mọi chuyện, phần lớn đó là vấn đề quyết tâm và kiên nhẫn tập luyện, nhưng yếu tố quan trọng nhất là có ý mạnh mẽ muốn thay đổi hành vi sai thành đúng, sự nô lệ tình cảm thành tự do thoát khỏi những tâm tình phá hoại. Dầu vậy cần ý thức rằng sự việc bạn tìm cách đối

phó với những kẻ nội thù cho sức khỏe và bình an trong lòng, sẽ khiến bạn có được trợ giúp xưa nay nằm ngoài tầm tay bạn. Chân ngã cũng ao ước chắc chắn hơn thế nữa việc phàm ngã vẫn còn chìm đắm trong bóng tối, bị áp lực vật chất và tâm linh đè ngộp được giải thoát.

Khi thử tập với bất cứ ý tưởng nào mà tôi đề ra, bạn cũng nên giữ vững tư tưởng và thường xuyên nhắc lại trong lòng rằng không có gì là không tránh được như mới thoát nhìn, và thay đổi tư tưởng làm nó xây dựng, lạc quan hơn, cộng thêm với việc chuẩn bị có thể ít nhất tránh cho bạn phần nào trọn ảnh hưởng của bất cứ điều gì mà bạn sợ. Cũng hãy thực hiện việc trên bằng thái độ can đảm và rất thực tế là chú tâm vào hiện tại từng phút một, thay vì dành thì giờ suy gẫm về tương lai tưởng tượng. Tức khi làm tròn phần việc của mỗi giây phút tới hết mức của bạn, bạn có thể đang thực sự thay đổi hướng của giòng đời từ lâu vẫn cuốn trôi bạn như chiếc lá thụ động tới điều mà bạn sợ.

Trở lại thí dụ trước đây, một khi học cầm định mạng trong tay mình, bạn có thể còn được phép điều khiển ngựa theo đường khác với đường bạn tin là có thảm họa đón đầu. Lời xưa nói, 'Số mạng đẩy đưa nhưng nó không hề ép buộc'. Vì vậy nếu chuyện mà bạn kinh sợ rốt cuộc không tránh khỏi vì là một phần của số mạng, bạn không nhất thiết phải bị nó đè bẹp, vùi dập tan nát. Bởi xin nhớ rằng, ngựa trong thí dụ tượng trưng cho tình cảm, dục vọng. Hãy học cách kiểm soát hay ít nhất sửa đổi chúng, tin cậy vào Chân ngã là kẻ thực sự điều khiển cỗ xe thay vì cái ngã, rồi thì thảm họa nếu phải tới sẽ không chi phối bạn nhiều như bạn là hiện nay. *Vì một con người khác* đương đầu với nó, có những đặc tính mới đủ sức đối chọi nó một cách khôn ngoan, xây dựng, hiểu biết và bình thản. Hơn thế nữa đó là một người mà sức mạnh tinh thần luôn luôn có sẵn khi họ kêu gọi được Chân ngã.

Còn một điểm khác bạn cũng nên giữ trong trí, tầm quan trọng của một việc không phải chính yếu nằm trong chính nó, mà luôn luôn nằm trong phản ứng của người liên hệ đối với nó. Hãy chú tâm làm cho toàn hảo dây liên kết với Chân ngã, và theo thời gian mọi nỗi sợ hãi đang tấn công bạn lúc này sẽ tan biến trong ngọn lửa tinh khiết. Khi ấy bạn sẽ



biết niềm vui trọn vẹn của tinh thần, được chữa lành thực sự vì bạn sẽ không 'phạm lỗi' nữa.

## CHƯƠNG VIII

Hôm nay tôi muốn làm bạn ý thức thêm về bản chất của đặc tính nơi cõi tinh thần, điều có thể diệt trừ nguyên nhân căn bản của bệnh tật. Đó là tình thương, vì tình thương theo nghĩa đầy đủ nhất và sâu xa nhất là lực làm 'cho trọn' theo mọi chiều hướng. Sự trọn vẹn là việc kết hợp mọi phần tử của một thể theo cách hòa hợp quân bình hoàn toàn, với kết quả là sức khỏe tuyệt hảo.

Tình thương là nguyên lý kết hợp, hòa giải và hòa hợp, thế nên là một trong những lực chữa lành mạnh mẽ nhất. Nó là gốc rễ của sự an khương và nguồn cội của an lạc. Tình thương là năng lực đại đồng do vậy chính thực là nguyên ủy của mọi năng lực. Thế nên lời khẳng định Thượng Đế là tình thương là cách biểu lộ đơn giản và đúng nghĩa nhất của con người tính chất của CÁI ĐÓ, cái tỏ lộ qua phân cao cả nhất của mọi đặc tính mà con người biết được.

Như thế ta thấy rằng tình thương, dù là một phần hay trọn các đặc tính của nó, là trung tâm và gốc của mọi tôn giáo lớn và chỉ dạy tâm linh. Nói theo khoa học thì nó là luật hấp dẫn từ tính, theo đó một phần tử bị lôi kéo về phần tử khác, hòa hợp với nó sinh ra hình thể mới. Trên thực tế nó là lực làm cho muôn sự sống ở mỗi cảnh giới thể hiện, là ý chí tuôn năng lực trong tư tưởng Thượng Đế là đáng sáng tạo vũ trụ. Cũng chính luật này điều động sự thôi thúc căn bản không cưỡng lại được trong con người, thu hút họ đến sự hòa hợp với Cội Nguồn ngay cả khi họ không biết tính chất của động lực thúc giục họ.

Một tính chất khác của tình thương là cách cho ra chính mình. Nơi loài vật, thôi thúc chính yếu này biểu lộ qua tính dục hay bản năng che chở. Ở trình độ tiến hóa cao, dù tình thương vẫn tác động theo cách này, bản chất sâu xa hơn của nó dần dần lộ ra là con người có những đức tính như hiểu được nhu cầu, có từ tâm, quên mình hoàn toàn và ngay cả việc hy sinh bản thân.

Nhờ tình thương con người trở thành cửa mở rộng cho sự tuôn trào của Bồ đề tâm xuống cõi vật chất, khiến nhân loại hiểu thêm được bản chất của lòng từ. Mặc dù vậy, tình thương ở cõi trần dù là cao đẹp nhất cũng chỉ là cái bóng của năng lực sáng tạo tối cao có tính chữa lành và tái tạo. Tình thương mà đa số người có được, sự quyến luyến cuồng nhiệt người hay vật, lòng ham muốn chiếm giữ cho cái ngã tách biệt, thì không gì hơn là cái bóng mờ, đôi khi còn cong queo hay đảo ngược lại tính chất chính yếu của nó.

Thực vậy, ở mức thấp nhất do lòng tự ái nó có thể trở thành có hại, độc ác, tàn phá và nguy hiểm, y như bất cứ biểu lộ thiêng liêng nào cũng có thể hóa đen tối và tệ hại khi bị tính đối nghịch không chế. Về một mặt trọn lịch sử của nhân loại có thể xem như là tình thương nếu hiểu được, từ hình thức ban đầu là tình thương đại đồng, phản ánh qua những đáng cứu thế cao cả, đã gọi hứng và nâng cao những ai mà nó kêu gọi tìm họ dù chỉ thoáng qua, cho đến những biểu lộ thấp kém của tình thương sai đường gây ra đau khổ không tưởng được.

Bạn tham thiền càng nhiều về ảnh hưởng và năng lực của tình thương thì bạn càng khởi sự ý thức rằng điều tôi nói ban đầu là đúng. Nó là căn bản tuyệt đối, là tinh túy của chính Sự Sống. Không có gì mà nó không làm hoàn thiện và vinh quang, một khi cái nguồn và bản chất thực của nó được ý thức là sự biểu lộ căn bản của Thiên tính trong thế giới.

Nếu bạn có thể thực hiện trọn vẹn được tình thương thì mọi tranh chấp nội tâm sẽ tự nó giải quyết. Bởi bản chất của tình thương là kết hợp, không những nó có khả năng chữa lành mà còn loại trừ lòng sợ hãi. Sợ hãi tan biến đi cho ai có thể đồng hóa chúng hoàn toàn với ý làm lành tức tình thương. Điều này được chứng minh biết bao lần, do năng lực của tình thương tăng cường ngay cả cho ai là người yếu ớt nhất và nhát nhúa hơn hết.

Có vô số thí dụ về ảnh hưởng của tình thương làm thay đổi trọn định hướng của người. Nó làm họ có sáng suốt, dũng cảm, khiến hàng ngàn người đói đầu và khắc phục được bao hiểm nguy, tai biến với sự thản nhiên, ngay cả cực hình và cái chết hay bệnh tật hành hạ. Tục truyền rằng ở đông phương nơi chuyện phát từ tâm hết dạ, ta có thánh nhân chung đụng dã thú mà không hề hấn gì. Bởi điều mà con người sợ hãi gần như luôn luôn,

là việc gặp phải sự biểu lộ một tính chất nào đó của chính họ. Kẻ nào đã hoàn toàn chế ngự được cơn dữ trong tim thì cơn ngoài thiên nhiên không còn là hiểm họa. Tình thương tỏa rạng sẽ mạnh tới mức làm cơn tìm đến chân người để tắm mình trong lực mang lại sự sống.

Nếu có thể biểu lộ trọn vẹn tình thương chân thật qua phạm ngã, thì nó sẽ lập tức khiến trí não xóa đi tất cả những biểu lộ gì không phải từ tình thương mà ta luôn luôn gặp trong đời, do ái tính giữa chúng và phản ảnh của chúng trong bản tính ta. Nhưng chỉ có rất ít kẻ đạt tới mức hoàn thiện này. Ngay cả ai tốt lành nhất, cao thượng nhất vẫn còn phải tranh đấu với những lực đối nghịch, và khi ta chọn thái độ này hay kia chúng sẽ do từ lực thu hút về ta điều tương tự với chúng trong đời.

Điều giống nhau sẽ luôn luôn thu hút nhau không ít thì nhiều. Lòng sợ hãi sinh ra sợ hãi; thù hận, thù hận; bạo động, bạo động; và ngược lại. Ai thương yêu thật lòng một cách khôn ngoan (và đây là điểm quan trọng) sẽ gọi nên tình thương, lòng tin tưởng ở chỗ không ngờ. Bạn có thể đưa ra nhiều thí dụ trong đời sống hằng ngày có vẻ như đi ngược với khẳng định trên. Bề ngoài dường như là thế, nhưng ai nhìn qua được hình dạng bên ngoài sẽ luôn luôn thấy có ái lực bên trong

Đức Jesus dựa vào hiểu biết về luật căn bản này khi ngài khuyến dạy ta hãy yêu kẻ thù của mình. Ngài biết rằng điều ác chót hết chỉ có thể được khắc phục bằng điều thiện, và khi thương yêu thì người ta không những tạo được trong lòng một tâm điểm của năng lực tinh thần và bình an nội tại, mà cùng lúc phát sinh từ lực thúc đẩy làm lành nào tiềm ẩn trong lòng thù địch của họ. *Khi có đáp ứng đủ mạnh* nó còn có thể khiến họ ngưng ác ý. Đương nhiên ai chưa đáp ứng đủ thì tình thương bị chống đối mãnh liệt.

Đức Jesus và những vị lãnh đạo tinh thần thấp hơn tỏa ra ánh sáng quá chói lọi, lực quá dũng mãnh có thể rúng động ai không có đáp ứng, làm họ kinh hoàng sợ mất sức mạnh họ vẫn tự hào, kêu gọi ác tính tiềm ẩn để chống lại sự thúc đẩy của tình thương, và do đó sinh ra thù ghét. Nhưng nói về người bình thường thì không sợ có phản ứng như vậy, vì tình thương họ biểu lộ chỉ là bóng mờ của thiên tính.

Nay ta thử áp dụng những khái niệm này về bản chất của tình thương vào trường hợp bạn. Tuy bạn đã yêu và được yêu thương, tình thương của bạn gần như luôn luôn có lẫn với ham muốn cá nhân, đòi hỏi hay bắt buộc có đáp ứng khiến làm hư chuyện. Nó không thu hút mà đẩy lui. Phần lớn lý do là vì bạn không biết về đặc tính cốt yếu của tình thương, điều luôn luôn phóng thích thay vì cầm giữ. Khi tìm cách cầm giữ một ai hoàn toàn cho riêng mình, việc tự do tăng trưởng và biểu lộ bản tính của họ bị đe dọa. Để tự vệ họ chống lại và kết quả thường là sự chia rẽ cách này hay cách kia. Như thế điều giống nhau sẽ sinh ra giống nhau. sợ hãi thay vì tự do và hoan lạc là kết quả của tình thương như vậy.

Tôi có nói tình thương đồng nghĩa với hiểu biết và lòng từ, nó ngụ ý có đáp ứng với nhu cầu và nhược điểm bạn khác nhận ra nhờ sáng suốt của con tim. Nó có nghĩa *chấp nhận họ như họ là*. Có câu nói 'Hiểu tất cả là tha thứ tất cả', tha thứ theo đúng nghĩa là hình thức biểu lộ cao tột nhất của tình thương. Hiểu kẻ khác theo nghĩa này muốn nói ta có nhận thức tinh thần phát triển cao độ.

Nay bạn thấy vì sao tôi luôn luôn nhấn mạnh việc cần hiểu rõ bản tính của bạn. Vì nếu không có sự hiểu biết ấy bạn sẽ dễ dàng phóng chiếu ham muốn riêng và thành kiến của mình cho người khác, thấy nơi họ điều mà bạn ao ước muốn tìm hoặc tốt hoặc xấu. Cái khuynh hướng rất thông thường này là nguyên do của nhiều ảo ảnh và thảm kịch trong tình người. Tình thương chân thật luôn luôn có thể xuyên thấu qua nhiều lớp vỏ che dấu mà chuyện ả sau đó.

Khi bạn có được hiểu biết này không những về mình mà về cả người khác, bạn sẽ bắt đầu hiểu thêm một chút về việc cần thực hành nhiều hơn tình thương kết hợp trong mọi hoạt động. Tự nhiên bạn có thể hỏi là làm sao việc thương yêu mọi người mọi vật, kể luôn kẻ thù của mình, áp dụng được cho bản tính đen tối của một cá nhân ? làm sao mong bạn thương yêu kẻ mất quân bình mà vẫn không sinh ra năng lực đen tối ?

Ta hãy xem xét lại bản chất của chúng. Ta đã thấy những lực này, thèm muốn, si mê, ao ước cuồng loạn, sinh ra xáo trộn trong lòng và rồi bệnh tật cho mọi người lúc này rồi lúc

kia, là điều còn sót lại của bản tính sơ khai nơi người, tương tự như giai đoạn phát triển của thú vật và trẻ thơ chưa được hòa vào trọn khối.

Lý tưởng mà nói thì con người phải kiểm soát được những lực này từ lâu, hay hơn nữa là đã chuyển hóa chúng từ vị thế chủ nhân, là điều hay thấy, thành phương tiện hữu dụng tốt lành. Nhưng không cần nói bạn cũng biết ít khi được vậy. Nguyên do bạn và nhiều người khác sống với nỗi sợ hãi là lực sẽ bùng ra khi bất đắc chí, là do bạn ít khi hiểu được bản chất thực của lực, hệ quả là không biết luyện nó, bởi tất cả lực trong thiên nhiên phải được luyện nếu muốn chúng trở lại bản chất nguyên khởi của chúng, là năng lực thiên thần hay ác quỷ.

Nói chung việc làm ngơ buổi ban đầu, sự đè nén hung bạo, thiếu thông cảm và thiếu sự huấn luyện sáng suốt trong lúc trẻ con khôn lớn, cùng với những yếu tố sinh ra từ quá khứ xa xăm, tất cả làm tách rời những dạng năng lực này khỏi đường tiến hóa chính. Bởi chúng bị rơi rớt lại sau, những lực này biểu lộ một cách vô lý y như trẻ con cư xử khi chúng không hòa hợp thành công vào với gia đình.

Đó là lý do tại sao đôi khi bạn thấy như rõ ràng có kẻ khác lạ sống trong người bạn, kẻ phản bội ẩn núp trong lâu đài của bạn. Bạn sợ hãi tâm tình của nó là điều chi phối bạn cho dù ráng chống đỡ, chúng đẩy bạn vào tình trạng đen tối không thấy được lý lẽ nào, ngay cả việc khiến bạn thốt ra lời tàn nhẫn hay có hành động ngu dại, thiếu suy nghĩ mà một phần khác trong người bạn lên án. Tệ hơn nữa, càng tranh đấu chùng nào với lực, càng tìm cách đẩy nó ra khỏi chuyện bạn thì nó lại càng thắng thế chùng ấy.

Lý luận với những nội lực này, trách cứ hay ra lệnh cũng vô ích y vậy. Chúng không đáp ứng với lý lẽ vì chúng hiện hữu bên dưới mức này, và là một phần của tình cảm. Khi phạm nhân còn bị kèm hãm nhiều mặt vì những ảnh hưởng thấp kém đó, bạn không thể đánh bại chúng trong những mặt mà chúng mạnh mẽ nhất.

Đè nén dữ dội hay nghiêm khắc lại càng tệ hơn nữa, vì hành động ấy hướng năng lực vào ngay những tính chất mà bạn muốn chuyển hóa. Đó là một trong những lỗi lầm nguy hiểm nhất mà nhiều kẻ cuồng tín tôn giáo và muốn thanh lọc bản thân phạm phải.

Thái độ tương tự cũng được ngay cả những tổ chức gọi là trường bí giáo áp dụng. Họ nhấn mạnh việc người nhập môn cần phải diệt mọi dục vọng và khuyết điểm trong người, ngay cả óc cá biệt, và *dùng ý chí* chống lại bản tính của phạm nhân, trong đó nhiều chuyện trực tiếp sinh ra từ tiềm thức.

Trước hết, việc dùng ý chí của con người trong bất cứ tình trạng khó khăn nào thuộc loại này đều không bao giờ nên khuyến khích, nhất là khi nó liên hệ đến những khía cạnh tinh tế hơn nữa của sự sống. Chuyện chưa sẵn sàng để dùng nó vì ý chí chuyện ít khi hay không hề không nhuộm lòng ham muốn, tư lợi, hung bạo hay ý muốn chế ngự. Ké đó, tin rằng bất cứ điều gì cũng có thể bị diệt trừ hay làm tiêu tán là chuyện sai lầm. Không hề có tình trạng là cái chết thực sự mà chỉ có thay đổi, chuyển biến, tăng trưởng, trở thành, sự chuyển di của vật chất hay tâm thức từ một tình trạng nào sang tình trạng khác.

Việc ấy áp dụng cho những bản chất tệ hại của thiên nhiên cũng y như là cho bất cứ tình trạng hiện hữu nào. Nếu những lực này có thể bị tiêu hủy thì sẽ còn lại gì nếu không phải là khoảng không trống rỗng ? Và điều gì sẽ được thế vào để chiếm chỗ trống nào trong phạm nhân còn dốt nát ? Đức Jesus, vị được nhiều người xem là một trong những nhà tâm lý học đại tài nhất của thế giới, cho ta thấy được vấn đề khi ngài nói đến việc gian phòng được tẩy rửa, trống vắng sau khi một ma quỷ bị tống khứ và có bầy ma quỷ khác dữ dằn hơn mau lẹ ủa vào.

Vậy điều gì sẽ thay cho ý chí chuyện trong nỗ lực đối đầu và thanh lọc bản chất thấp của họ ? Còn gì khác hơn tình thương, vì nó không hề tiêu diệt mà luôn luôn chuyển hóa ? Bạn chớ rơi vào suy nghĩ lầm lạc rằng tôi đề nghị yêu thương theo cách lầm lạc của con người những biểu lộ rõ ràng của các năng lực bị hướng sai trong đời, rằng ta nên chịu theo những khuyết điểm của mình, tội nghiệp và nương tay với chúng.

Chuyện khác xa như thế, bạn hãy nhớ rằng chữ ' thương yêu ' có nhiều ý. Điều tôi muốn nói là trước tiên bạn nên gắng sức dùng tình thương như là cách để hiểu chúng, vì tình thương luôn luôn hàm ý thông cảm. Hãy cố gắng nhận ra bản chất *thiết yếu* của những lực này, những lực trời cho mà bạn không thể kiểm soát và chỉ có và bạn mà thôi đã dim

chúng xuống, biến chúng thành xấu xa hơn vì trong kiếp này và những kiếp trước, hoặc bạn không có hiểu biết hay không có cả ước muốn làm chúng biểu hiện đúng đắn, vì bạn luôn luôn chuyển năng lực của chúng để thỏa mãn dục vọng của mình.

Khi làm vậy bạn thành tác nhân chuyển biến chúng từ 'thiên thần' sang 'ác quỷ', từ những lực kiến tạo chói sáng thành lực phá hủy, đen tối. Thế nên chẳng những bạn nên có lòng thương xót đối với chúng mà luôn cả hối hận. Bạn cần đưa lực bị cầm tù có sự chói sáng trở lại, điều bạn đã làm hoen ố. Bao lâu chưa làm được vậy thì bạn vẫn thể chưa đạt được sự trọn vẹn và nỗi vui mà bạn mong muốn, vì chúng là một phần của bạn.

Nhờ cách tập chuyển biến do tưởng tượng, bạn tuôn năng lực cứu chuộc vào tình trạng hỗn độn của những năng lực bất trị này. Cố công ấy cũng giúp bạn ý thức rằng mọi việc nào bị xem là xấu xa trong chính con người bạn và trong thế giới thì thật ra, luôn luôn là kết quả của việc sử dụng lầm năng lực thiêng liêng, do ý chí dốt nát của người lôi kéo nó xuống thấp, và biến nó thành việc khác.

Tất cả những lực như thế phải được trở lại cho mục đích và phận sự chân thật của nó nếu con người muốn đạt tới tình trạng hòa hợp, và điều này chỉ có thể xảy ra do nỗ lực hữu ý là dùng tình thương cứu chuộc tất cả những gì đã bị hạ giá trị, tình thương như là dung môi cao tột nhất, là năng lực duy nhất có thể từ sự hỗn loạn của phạm nhân hay tình trạng của quốc gia tạo nên được sự hòa hợp vĩnh cửu. Và cũng nên nhớ rằng tình thương hàm ý hy sinh. Khi tình thương được kêu gọi trong bất cứ hoàn cảnh nào, sự chia rẽ và kế tiếp là vô minh và độc ác cuối cùng bị quét sạch.

Đối với bạn tới nay điều này chỉ đạt được khi bạn luôn luôn duy trì thái độ tỉnh thức, theo dõi hành động và tư tưởng của mình để nhận ra ngay bất cứ lúc nào có tính 'thiếu tình thương' lên vào. Nó có nghĩa việc điều chỉnh lại hoàn toàn trọn đáp ứng của bạn không những đối với những lực trong người bạn, mà với cả những lực bên ngoài, với người chung quanh và nói chung là với thế giới. Nhưng trên hết thảy, nó có nghĩa là trong bất cứ khó khăn nào bạn phải kêu gọi những tính chất của tình thương, bằng cách tưởng tượng năng lực của nó tuôn từ Linh hồn xuống thành từng dải ánh sáng sống động.



Khi cố gắng duy trì định hướng về Chân ngã thay vì chuyện phù du (không có nghĩa là xuất thế mà ngược hẳn lại), bạn sẽ dùng tình thương để ảnh hưởng và chuyển hóa mọi lực chống cự trong bản tính mình và tự nhiên là việc này sẽ cho tác động vượt ra ngoài chính bạn. Vì Linh Hồn là cầu nối liền tinh thần, và vật chất, mà bạn là sản phẩm của Linh Hồn, bạn phải học xử sự như cái cầu giữa ánh sáng tái tạo này và những tính chất của phần đen tối, hỗn loạn trong người bạn, và như thế là làm phần của bạn trong việc chăm lo cho điều bị giam hãm. Bạn càng tiến đến gần chừng nào việc đồng hóa cái ngã với Chân ngã và dùng năng lực cao của nó để giúp bạn trong việc này, chuyện tổng hợp mọi khía cạnh của cái ngã càng được thực hiện mau chững ấy.

Hiện tại khả năng biểu lộ tình thương trọn vẹn hơn qua cái ngã có vẻ không gì hơn là lý tưởng xa vời, nhưng nó không như thế mãi nếu bạn học cách vun trồng nó. Bất cứ điều gì bạn làm như sách bạn đọc, loại nhạc bạn nghe, tính cách tư tưởng bạn thường có, lời phán xét của bạn về người khác, loại năng lực bạn dùng cho công việc, tất cả đều có tác động lên trọn con người của bạn do việc nối kết bạn với mức cao hay thấp của sự sống.

Điều này áp dụng cho tất cả mọi người. Đa số người chú tâm vào chuyện nhất thời và thường là điều khờ dại, thấy mọi việc đánh động tâm thức và sự sống của mình theo ý nghĩa ngắn hạn và vật chất của nó, do vậy mới sinh ra rối loạn và tình trạng bi thảm của thế giới. Nếu có thêm người học cách dành mỗi ngày một khoảng thời gian rũ bỏ áp lực của cuộc sống, bằng cách kêu gọi ảnh hưởng của năng lực thiêng liêng luôn bao trùm là tình thương, thì sự chuyển hóa kỳ diệu của tình trạng thế giới có thể xảy ra.

Ít nhất bạn có thể làm được việc sau. Vào mỗi lần tĩnh tâm như thế, hãy thử cảm xúc và tưởng tượng thấy trong trí, năng lực tái tạo này của tình thương thấm nhập vào chốn đen tối nhất và sơ khai nhất của con người bạn như là những luồng sáng rõ nhẹ nhàng thật nhân từ, đến các lực xáo động của lỗi lầm ngày xưa đang chờ được tinh lọc. Vì tôi xin nhắc lại lần nữa rằng tình thương là lực duy nhất có thể cứu chuộc và biến chuyện xấu thành chuyện tốt, vô minh thành minh triết và bệnh tật thành lành mạnh.

Hãy nhớ lại chuyện thần tiên về nàng công chúa thuận lấy quái vật hung dữ để cứu gia tộc cô. Về đẹp và lòng nhân của cô đã thắng được quái vật, và nụ hôn vì tình thương của cô làm cho nó thoát được lời nguyền vốn ràng buộc nó vào loài vật, và làm cho nó trở lại hình dáng cũ, thành hoàng tử người yêu trong mộng của cô. Giống như những chuyện thần tiên khác, chuyện trên có biểu tượng sâu xa mà từ lâu ý nghĩa đã bị quên lãng. Vậy thì khi tuyệt vọng, hãy cố nhìn những khía cạnh đen tối của con người mà bạn thường dấy vò mình, có bản chất là nét vinh hiển của Sự Sống Duy Nhất, tạm thời bị lời nguyền và cầm tù do vô minh, mù quáng vào ảo tưởng của phạm ngã. Hãy gắng sức giải thoát chúng bằng cách biểu lộ qua mọi tư tưởng và hành động của bạn khả năng tái tạo của tình thương. Như thế bạn và chúng sau cùng sẽ thoát khỏi xích xiềng của bạn.

## CHƯƠNG IX

Chúng ta đã xem xét những cách mà năng lực tình thương có thể được dùng để kiểm soát và hướng dẫn các lực làm linh hoạt bạn. Nhưng tiến trình phải không dừng ở đó, và cái ngã chỉ là một tế bào rất nhỏ trong bể mênh mông vô vàn những sự sống khác. Vậy thì làm sao có được sự hòa điệu và liên lạc to lớn hơn, không phải cho thế giới nhỏ bé của bạn mà cho luôn cả thế giới rộng lớn hơn? Bởi ta biết chắc điều này, không một đơn vị riêng rẽ nào có thể đạt được sự toàn thiện cho chính nó trừ phi nó hoàn thiện thái độ của mình đối với tất cả bạn đồng hành, những con người khác mà sự sống của nó hợp với họ thành một khối chung.

Cho đa số người, giai đoạn này còn rất xa điều ấy, nhưng với thiểu số có hiểu biết nhiều hơn thì họ có trách nhiệm lớn hơn, và nên coi đó là mục tiêu trọng đại cho mình. Nó hàm ý việc đạt tới sự kết hợp và hòa điệu to lớn hơn, trước tiên trong vòng ảnh hưởng nhỏ bé của mình nhất là đối với những ai mà họ có sinh hoạt thân cận, bởi họ có thể tin chắc là đôi bên được mang lại với nhau do liên hệ trong quá khứ. Mỗi đây như thế có thể thuộc đủ mọi loại, nhưng nay ta sẽ xem xét những liên hệ sinh ra tình trạng bất hòa, điều là một phần rõ ràng trong cảnh đời rất hay thấy của nhân loại.

Nhờ hiểu biết tăng gia, bây giờ bạn đã có thể nhận ra những mối dây như thế trong kiếp này, và lý do có thể có cho những tranh chấp và khó khăn đặc biệt mà nó tạo nên. Đặc biệt việc tỏ ra hiển nhiên trong mối liên hệ gia tộc của bạn, nhiều điều chắc chắn là kết quả của sự thù nghịch từ lâu đời và những thương tổn đôi bên gây cho nhau. Trong những trường hợp như thế, việc quan trọng hơn hết là có mọi nỗ lực ngay bây giờ, trong kiếp này, để tạo nên sự hòa hợp ở nơi có gây hấn, ít nhất là phản ứng về phía bạn. Có lẽ bạn không thể thay đổi được phản ứng của bên kia, nhưng đó không phải là chuyện của bạn. Thay đổi thái độ về phía bạn có thể sinh ra ảnh hưởng to lớn hơn là bạn biết.

Cả hai bạn là cựu thù của nhau được sinh ra trong cùng gia đình để cho cả hai có cơ hội phá bỏ hàng rào hận thù, ghét bỏ kéo dài nhiều đời, và bao lâu chưa thành công thì số mạng sẽ tiếp tục mang đôi bên gặp nhau trở lại, cho tới khi một trong hai bạn đạt được chân hiểu biết. Ai làm được thế sẽ thoát khỏi dây ràng buộc còn bạn kia sẽ phải học bài học ở một nơi khác và bằng cách khác, nhưng họ phải học và thực hành nó. Vì điều chắc chắn là trong kiếp này, hai bạn đối đãi nhau tệ hại thêm chừng nào thì việc hòa giải trong tương lai càng khó hơn chừng ấy. Khi đó người ta phải dùng sự khôn ngoan và lòng từ, đem tình thương vào chuyện để ngăn chặn dòng suối đục và thanh tẩy nó, bằng cách lấy chất độc ra khỏi nước. Vì lẽ tiến trình ấy phải xảy ra lúc này hay lúc khác, bạn, người đã có được một chút hiểu biết, phải là kẻ nỗ lực khởi công ngay, dù phá vỡ thói quen thù hận, ganh tị và ngay cả ghét bỏ khó khăn là dường nào.

Điều nghiêm trọng và cần làm cho ai luôn nghiền ngẫm hận thù phải chú ý là khi cay đắng nhớ lại điều tệ hại của nhau, việc ấy có tác dụng như chất độc và là nguyên do của nhiều bệnh cho thể chất và tâm thần. Hiển nhiên là y sĩ tâm thần biết chuyện ấy, nhưng sự hiểu biết của họ chưa đủ sâu, vì họ không biết rằng thái độ như vậy sinh ra một luồng liên tục chảy của vật mà tôi chỉ có thể mô tả là acid tâm thần vào thể sinh lực (thể phách), và có thể tác động lên cả thể tình cảm. Chúng thấu nhập thể xác và trừ phi không chặn lại, cuối cùng sẽ gây nên nhiều bệnh nan y cho người. Chúng cũng có khuynh hướng tạo nên những hình tư tưởng mạnh mẽ khiến trí não xáo trộn, mất thăng bằng và có thể gây huyền tưởng làm loạn trí.

Chuyện không may là những sai lầm ngày xưa thường luôn luôn có khuynh hướng được nhớ lại qua ham muốn riêng tư và giới hạn của người, nó tạo thành tấm gương đục và cho hình ảnh méo mó.

Kết quả là sự việc bị bẻ cong so với tầm vóc và ý nghĩa thực sự của nó, làm chuyện nhỏ hóa ra to vì người ta tự lừa dối mình và tuôn vào đó tất cả nhược điểm, ham muốn, lòng kiêu hãnh và thù hận của họ.

Lúc trước tôi có nói đến giá trị của *óc chú ý* trong giai đoạn chuyên hóa, và vạch ra rằng chú tâm vào vật hay người nào là tuôn vào đối tượng tư tưởng của bạn loại năng lực mà bạn sử dụng. Đó là lý do tại sao phải tránh với bất cứ giá nào mọi hình thức chỉ trích phá hoại hay tiêu cực. Nó có thể cho ra ảnh hưởng nghiêm trọng ở mặt hiển hiện hay mặt thanh, tương tự như điều tôi vừa nhắc đến. Thế nên khi tư tưởng chỉ trích nổi lên, hãy lập tức thay nó bằng tư tưởng tích cực, nhấn mạnh những tính chất tốt lành nơi kẻ mà bạn đã chê bai, khả năng và ưu điểm của họ hơn là khuyết điểm.

Làm vậy bạn sẽ giúp họ cũng như là giúp chính mình, vì một điều nào đó trong con người họ được chạm tới và sẽ đáp ứng lại, ngay cả khi bạn lẫn họ không biết lúc ấy. Và nhớ lại thí dụ tôi đã dùng trước kia là cái boomerang luôn luôn quay về người đã tung nó đi. Tới mức này, trong bất cứ trường hợp nào bạn nên ý thức rằng kẻ thù của bạn chỉ phản ảnh trở lại bạn năng lực phá hoại mà chính bạn tạo ra. Một khi bạn loại trừ chúng rồi thì ác ý của họ không gọi được gì nơi bạn, ngoài tình thương và ý muốn giúp đỡ họ.

Một trong những lỗi lầm của bạn có từ quá khứ xa xôi là bạn không hề biết cách tha thứ; bạn có thể bác bỏ lời này nhưng nhớ rằng, các thương tổn thật sự được tha thứ cũng sẽ được lãng quên theo nghĩa chúng không quay trở về gậm nhấm ký ức, không để lại vết sẹo. Nếu có nhớ lại đi nữa thì không còn phản ứng tình cảm nào, vì chúng đã được lọc hết độc chất. Khả năng tha thứ lớn lao như vậy chỉ có được sau nhiều lần gắng công. Có lẽ bạn phải tha thứ kẻ thù không biết bao lần cho đến khi thành công trong việc làm hòa với kẻ thù thật sự trong chính người bạn, và nhờ vậy tạo được ngay trong lòng ít nhất bầu không khí sáng tạo thương yêu.

Bao lâu bạn chưa làm phần việc này thì chưa có lối thoát cho những ràng buộc mà mối liên hệ như thế áp đặt, vì nói cho sát thì chúng là cơ hội mà Linh hồn trung ra cho hai kẻ thù nghịch nhau, ai làm ngo chúng hay tìm cách tránh né là tự gây hại cho mình. Cũng không ích lợi gì khi tưởng tượng là bạn sẽ không phải gặp chúng về sau nếu bây giờ tránh đi, chuyện sẽ quay trở lại với bạn lần này rồi lần nữa, cho tới khi bạn chuyển hóa được chúng nhờ năng lực tình thương. Bạn cũng không trị dứt hẳn hay có được bình an khi nào các tranh chấp này chưa chấm dứt, vì lẽ tuy bề ngoài của cái ngã thay đổi qua các kiếp sống, nhược điểm chưa giải quyết vẫn y vậy, vẫn cũng là tình trạng thiếu quân bằng và quan trọng hơn nữa là thiếu tình thương, chúng sẽ tiếp tục thể hiện trở lại trong mỗi cái ngã mà bạn khoác lấy cho tới khi chúng được chữa lại.

Nhiều người tự lừa dối mình bằng cách tưởng tượng rằng họ sẽ là người khác hẳn trong kiếp tương lai. Đây là hình thức dễ chịu của việc tự gạt mình nhưng sai lầm, con người căn bản chỉ có thể thay đổi bằng cách biến đổi thái độ nó có ngay *lúc này và ở đây*, và bằng nỗ lực cần thiết để có được hiểu biết, khôn ngoan và tình thương lớn lao hơn, điều duy nhất có thể chuyển biến quái vật vô minh và ý chí cứng lòng thành sự sáng. Do vậy hãy cố gắng làm cho những lực tái tạo này tuôn chảy tự do vào mọi loại tranh chấp từ xưa, theo lời dạy của Đấng nói rằng tình thương là việc cần thiết hàng đầu để sống đúng cách, từ đó có hạnh phúc và sức khỏe. Ngài nói, *'Ta mang đến điều răn này cho các con, là hãy thương yêu nhau'*. Và ngài thiệt mạng khi làm tròn điều răn ấy. Cách ngài biểu lộ tình thương là biến mình trở thành luôn luôn là con kinh cho tình thương tuôn tràn qua, đến mọi sự sống. Dù vậy ngay cả những kẻ tuyên bố là tín đồ theo lời ngài vẫn tìm lý lẽ để bác bỏ nó:

- Điều răn ấy quá khó cho chúng ta. Làm sao có thể mong là chúng ta biểu lộ tình thương như vậy khi chúng ta chưa hề biết nó là sao ? Làm sao ta có thể thương yêu khi trong lúc tuyệt vọng và vô vọng ta không thấy gì ngoài lòng hận thù và bạo lực ? Nếu quả thật chỉ bằng cách tuôn rải tình thương cho tất cả thì mọi ước vọng sẽ thành, nếu quả thật khi ta chưa học để biết thương yêu và tha thứ kẻ thù thì ta không thể có được tình thương và sự tha thứ cho mình, vậy còn hy vọng gì cho ta ?

Nhưng có phải Vị có tình thương, lòng từ và minh triết sâu rộng lại chế điều con người bằng cách đòi hỏi họ làm chuyện bất khả không ? Khi tuyên bố với nhân loại rằng tình thương tự nó là sự biểu lộ của thiên tính, ngài cho thế giới thấy một khía cạnh mới của chân lý muôn đời, tức tình thương là hình thức đặc biệt của quyền năng mà mọi ai cũng phải và sau cùng biểu lộ, vì mọi người đều có bản chất thiêng liêng.

Tất cả những gì phát xuất từ cái Nguồn duy nhất sáng tạo này phải chia sẻ bản chất của nó không khác hơn được, và nếu bản chất của đấng mà ta gọi là Thượng đế sinh ra con người là tinh túy của tình thương, sự thể hiện của việc hòa hợp tuyệt đối, ta suy ra là không có gì mà không có tiềm năng biểu lộ nó và trở thành *trọn lành*. Như thế điều kiện tiên quyết cho tất cả những ai muốn chuyển hóa điều đen tối trong lòng mình, biểu hiện của việc không thương yêu, là có mọi nỗ lực để tạo điều kiện đòi hỏi cho quyền năng cứu chuộc này có thể tăng gia và tác động.

Nhưng trong khi tâm hồn còn khô héo, kiêu hãnh, tự tôn, luôn than thân trách phận, đầy lòng thù ghét hay ganh tị, hết sức chia rẽ thì làm sao có thể xử sự như là con kinh cho lực hòa đồng chảy qua đó ? Nụ hoa không được cho hé cánh để đón ánh mặt trời sẽ so rút lại và chết đi, không thể truyền đời mình về sau bằng cách sinh hạt giống. Chuyện cũng vậy với quả tim đóng kín, nó không thể làm trí não đơm bông kết trái để chuyển hoá cuộc sống, vì tâm trí nào không đáp ứng với tình thương sẽ khiến cho trọn cơ thể mất đi chất dinh dưỡng cần thiết cho nó.

Do tình trạng 'điếc' nói chung này, việc thiếu khả năng đáp ứng với sự sáng, mà đức Jesus đã giảng đi giảng lại bằng lời và gương của ngài rằng ta cần vun trồng tình thương. Ngài biết rằng chỉ nhờ vậy mà nhân loại đau khổ mới có thể đạt được đời sống dồi dào hơn, tức có sức khoẻ đúng thực. Thế thì, nếu đôi khi bạn vẫn thấy trong tim không có tình thương và năng lực tái tạo xin hãy vững lòng. Chúng có đó. Chúng không biểu lộ vì bạn chưa học cách thể hiện chúng. Hãy khởi sự bằng cách tập có lòng ân cần, phục vụ, có thiện chí trong mọi cảnh ngộ, và bạn sẽ khiến có được những ánh sáng trong lòng và trong khung cảnh chung quanh.

Ta chỉ mới xem xét vài cách mà qua đó tình thương tự biểu lộ. Một trong những cách chính là dùng óc sáng tạo. Nó có vẻ lạ đối với bạn, nhưng không phải sự sáng tạo đúng ra là một lực tạo hình và sinh sản ư? Không phải nó là tinh hoa của động lực Sống làm tăng trưởng, phát triển đến vô cùng tận sao? Sự sáng tạo nhờ óc tưởng tượng nuôi dưỡng, nếu không có thì con người không bao giờ tiến hóa khỏi giai đoạn sơ khai. Và nói thật rõ ràng không phải sự sáng tạo là hành động *cho ra chính mình* sao? Họa sĩ, nhạc sĩ, nhà sáng chế và khoa học gia khi làm việc đã cho ra chính họ không giữ lại chút gì, chịu cho kỷ luật của lực huyền bí áp đặt lên họ, lực mà Socrates gọi là thần linh của ông. Và đó là gì nếu không phải là điều phát xuất từ Chân Nhân là tâm của sức sáng tạo? Người mẹ cũng làm y vậy khi cho bào thai trong lòng trọn con người của bà, và tình nhân cho người mà họ yêu quý.

Biểu lộ tình thương bằng việc cho ra như thế là một cách diễn giải khác lời dạy của đức Jesus: *Kẻ nào có sẽ được có thêm*. Vì ai có khả năng cho ra tới mức nào thì tình thương trong lòng họ có khả năng phát triển và tăng trưởng tới mức ấy. Hơn thế nữa, khi cho ra trọn tất cả những gì họ có không chút tiếc rẻ, họ thu hút vào người nhiều phần thưởng tinh thần to lớn hơn, lý do là khi biểu lộ ý chí của Đại Ngã theo cách nhỏ bé của mình, cuối cùng họ trở thành *Đại Ngã* là điều mà họ cho.

Đừng nghe ai nói rằng cho ra là việc bất khả, rằng họ không có gì để cho. Lắm người vì những lý do khác nhau mà ít khi họ nhận ra, tự bảo mình điều ấy và bạn có tính đó ít nhiều. Họ viện đủ cớ để không cho ra:

- Số mạng cầm giữ tôi.
- Tay chân tôi bị trói buộc.
- Tôi không có cơ hội để phục vụ người khác.
- Không ai cần tôi thương.
- Cuộc đời đã giết chết nhiệt tâm và lý tưởng của tôi.



- Nỗi đau đớn khiến tôi không làm thiện nguyện được.
- Tôi bị nghèo khó nên không giúp được ai.
- Đời sống hàng ngày đòi hỏi làm tôi không có giờ rảnh.
- Tôi không có chỗ để cho ra.
- Tôi già quá / Tôi trẻ quá.
- Phụng sự chán lắm và chẳng có thưởng gì.
- Tôi chán đời quá đỗi.
- Tôi mệt quá.

Người ta sẽ viện cớ đến bất tận để biện minh cho việc mình không mở lòng từ khi có ai cần. Khi nào bạn thấy mình làm vậy thì hãy xét lòng, coi những cớ viện ra có chính đáng như bạn và người khác tưởng chẳng.

Có ai nghèo quá đỗi, bơ vơ đến mức không thấy có cảnh đời khác tệ hơn đời mình? Vì vậy, hãy bước ra khỏi căn phòng đen tối chỉ biết chính mình, và quên đi cảnh ngộ của bạn trong chốc lát để nhìn quanh xem có ai cần lòng thông cảm, khuyến khích, hay chỉ cần sự hiện diện của một người khác chịu lắng nghe họ, làm họ vui lên và cho họ hy vọng. Hãy giúp mọi ai mà bạn được thu hút tới. Tôi nhắc lại: 'được thu hút tới'. Không như ai cho rằng mình tốt lành thường nghĩ, không có gì cần phải chạy tới đâm bổ vào cánh nói ví von là căn phòng cửa đóng kín. Việc cố tình can thiệp như vậy không do tình thương chân thực gọi nên, mà thường khi do lòng kiêu căng, tự phụ hay cảm giác có lỗi mà ra. Nhưng nếu bạn tập có thái độ sẵn sàng trong lòng, ai cần giúp đỡ sẽ cảm được làn rung động của tâm bạn và sẽ tự mình tìm đến bạn.

Hãy tập dùng trí não và sự thông cảm một cách lặng lẽ để khiến ai quanh bạn cảm biết rằng bạn sẵn sàng, có sẵn đó gặp họ trong cảnh của họ và chịu lắng nghe. Có thể bạn không ở trong vị thế giúp đỡ được về mặt vật chất hay ngay cả khuyên giải họ, nhưng tư

tưởng và trên hết thấy thái độ mà đa số người tin là giống như lời cầu nguyện, sẽ kêu gọi được những năng lực ngoài năng lực của chính bạn, chúng có thể tuôn qua người nếu bạn giữ cho mình khai mở đối với ảnh hưởng của chúng. Ngay cả khi bạn bị ràng buộc vì công việc, phải ở trong phòng hay nằm liệt giường, hãy dùng cách thức này là điều ai cũng làm được. Nếu bạn không thể dùng vật chất ở mức đậm đặc hơn thì hãy làm việc bằng các dùng chất liệu của trí tuệ.

Ai cũng có điều gì đó để cho ra, có một vai trò sáng tạo và xây dựng trong cuộc sống dù không đáng kể thế mấy theo ý họ hay ý người khác. Ai chỉ có tài mọn sẽ làm chủ hài lòng nếu họ dùng nó, và khi làm vậy phát huy được hết những tiềm năng của nó. Nếu không được gì thì bạn có được kinh nghiệm cho chính mình, biến nỗi đau khổ và mất mát của bạn thành sự khôn ngoan sáng suốt.

Đừng quan tâm đến cách mà người ta đón nhận nỗ lực của bạn. Đó không phải là chuyện của bạn. Tình thương chân thật không lệ thuộc vào sự đáp trả. Nó tuôn ra không ngừng đến mọi người, mọi vật trong tầm của nó và thấy thỏa mãn trong lòng với việc Tự biểu lộ này. Vì tình thương là nỗi vui của chính nó, nó phát sinh từ một Nguồn bất tận, tăng trưởng chỉ nhờ nguồn ấy, có được nước tái tạo từ Suối không hề vơi.

Tình thương như thế có thể ví như ngọn đèn tỏa sáng ở chỗ tối tăm, nó rải ra tia sáng không màng đến kết quả việc chiếu rọi của mình. Nếu không có ai được lợi gì nhờ ánh sáng của nó thì cũng không sao; nó vẫn tiếp tục rạng ngời. Kết quả không ảnh hưởng gì đến năng lực soi sáng bóng tối chung quanh nó. Biểu lộ tình thương ở mức cao nhất có thể có được cho con người ở mức tiến hóa hiện thời là đồng hóa với nhu cầu của kẻ khác, vượt qua được mọi ý muốn cá nhân có tính chia rẽ. Điều này thường có nghĩa là đứng qua bên không can thiệp vào ý muốn của người khác, ấy là một trong những thái độ rất khó làm. Không một điều gì, sự lãnh đạm, vô ơn, thay đổi hay thiếu điều muốn có lại ảnh hưởng được, hay làm bớt đi, sự an nhiên tự tại và nỗi hoan lạc của người đã tuyệt kỹ về khoa cao nhất và khó đạt nhất này, trong tất cả các ngành khoa học và nghệ thuật.

Đương nhiên nó là mục tiêu quá cao nên đa số chưa thực hiện được, vì nhân loại nói chung vẫn còn đắm chìm trong tư lợi, đồng hóa mật thiết với cái ngã. Nhưng nó không là lý do cho ai muốn có sức khoẻ tốt lành mọi mặt gạt bỏ, không xem đó là lý tưởng để gắng sức đạt tới. Bởi lẽ việc có thể làm được một khi Linh Hồn làm chủ nhiều hơn trong đời.

Vì bạn sinh trưởng trong nước theo Thiên Chúa giáo, tôi đề nghị bạn đọc lại tất cả những điều mà đức Jesus và môn đệ thân cận của Ngài giảng dạy về năng lực và bản chất của tình thương. Ấy là các đoạn cao thâm và quan trọng nhất trong kinh sách của thế giới, tuy nhiên bạn sẽ thấy rằng tất cả những vị đại giáo chủ khác theo cách của họ giảng nhiều chân lý y hệt thế, vì *Chân Lý chỉ có một*. Và các bậc Thầy này tự chứng tỏ sự hữu lý của chúng bằng cách thực hành lời dạy, các Ngài là chứng nhân cho thấy ta có thể sống trọn vẹn theo các lý tưởng đó trong đời vật chất.

Nhiều người bảo họ 'thương nhân loại' hay 'thương hết thảy mọi người', tức lời mơ hồ tổng quát rất dễ nói mà thường là vô nghĩa. Bởi không thể nào 'thương yêu' đa số người quanh ta theo nghĩa thường được hiểu, nhưng hãy nhớ rằng nó có nhiều nghĩa ngoài nghĩa bình thường hay nói. Nói rằng mình thương yêu mà không biểu lộ bằng hành động thiện chí, nhằm phục vụ, có liên hệ cá nhân hòa hợp, lòng vô hại hay thấy qua việc không thốt lời chỉ trích phá hoại, thì chỉ là nói sai. Vì tình thương có bản chất là hợp nhất.

Chỉ bằng cách luôn giữ ý tưởng này trong trí bạn mới có thể làm cho tình thương tuôn chảy tự do vào trọn môi trường quanh bạn, mang lại những thay đổi căn bản, như lời đức Chúa dạy rằng tình thương là điều cần thiết hơn hết để sống đúng đắn trong bất cứ cảnh nào. Nỗ lực đặt tình thương làm nền tảng cho sự sống đặc biệt cần vào lúc này. Con người tự gây nguy hiểm cho mình vì có các liên hệ thực là thiếu tình thương, chẳng những với kẻ khác mà luôn cả với thiên nhiên rộng lớn hơn. Thiên trách của họ là bảo vệ, phục vụ, huấn luyện và bảo vệ thiên nhiên, mà lại xem thiên nhiên như nô dịch thay vì là con quý của mình.

Họ quên rằng mọi sinh vật đều là phần nối kết của mình trong một thế giới chung có cơ cấu hợp nhất, khiến cho không có phần gì của thế giới này không phải cũng là một phần

của trọn người họ. Đặc biệt hơn nữa là trường hợp thế giới loài vật mà họ liên hệ rất mật thiết, vì thể xác của con người thuộc về loài này. Bao lâu mà chúng ta chưa ý thức điều ấy khi làm tổn thương và tiêu diệt chẳng những thú vật mà luôn cả địa cầu chỉ vì lòng tham, là ta tiếp tục việc gây tổn thương và phá hoại chính mình.

Tôi nêu lên điều này để giúp bạn thấy rõ là mọi vật liên kết thân thiết với nhau ra sao. Sự Sống thiêng liêng làm linh hoạt mỗi vật, làm cho mọi vật có tính thiêng liêng. Nhìn nhận rằng con người có trách nhiệm rất đặc biệt về việc sử dụng và đường hướng của sự Sống thiêng liêng có trong con người và luôn cả thế giới bên ngoài, thì chưa đủ. Ta cần biết thêm là mọi việc, mọi người mà ta tiếp xúc cũng có ảnh hưởng làm ta đau hay mạnh. Tất cả những gì mà bạn sờ mó, thấy, nghe hay ngửi và nhất là ăn vào là thành phần của sự Sống này và cần được đối xử cho hợp, như là sự tín thác thiêng liêng.

Bạn vẫn cho rằng biểu lộ tình thương ở mọi mức và trong mọi sinh hoạt là chuyện bất khả. Hãy thử làm mà xem, thí nghiệm dù chỉ trong vài giờ hay một ngày. Hãy tận dụng trí tưởng tượng của mình và giả dụ mình là một đấng cao cả nào đó như đức Jesus, đức Phật, vị thánh hay nhà hiền triết nào mà bạn chọn, và tự hỏi ngài sẽ xử sự ra sao nếu ở trong trường hợp của bạn, phải đối đầu với những vấn đề đặc biệt của bạn. Thử nhìn tình trạng theo nhãn quan của ngài, cái nhìn của tình thương không vị kỷ; lắng nghe bằng đôi tai của ngài, tai của lòng từ; dùng đôi tay của ngài, bàn tay phục vụ khôn ngoan.

Nếu bạn làm được việc ấy với trọn tâm lòng, óc thông minh và ý chí một cách chân thật và xả kỷ dù chỉ trong vài giờ, tôi dám quả quyết bạn sẽ có được cái nhìn hoàn toàn mới về ý nghĩa thực và mục đích của cuộc sống. Hơn thế nữa, khi thỉnh thoảng tập có thái độ này, dần dần nhiều thái độ giả tạo của bạn với sự sống sẽ biến cải rõ rệt, cho kết quả là thay đổi trọn nhãn quan vốn chỉ biết có mình, điều đã gây tổn thương biết bao cho bạn.

Tôi muốn nhắc lại lần nữa câu nói *'Ta nghĩ gì trong lòng thì trở nên thế ấy'*. Tư tưởng quá thật luôn nhuộm màu, chi phối và uốn nắn trọn khung cảnh của người cũng như là bản tính của họ. Tư tưởng là một trong những lực tạo tác mạnh mẽ nhất trong vũ trụ, và bao

lâu mà ai suy nghĩ không thuận theo Thực Tại và luật thiêng liêng, bấy lâu nó vẫn còn là một trong những lực nguy hiểm nhất .

Hãy xem một thí dụ nhỏ, ảnh hưởng của tư tưởng và tình cảm (vì ở mức độ hiện nay của người chỉ trong rất ít trường hợp là tư tưởng hoàn toàn tách biệt với dục vọng) có thể làm tràn khắp phòng hay một nơi chôn lán rung động do người hay tụ họp nơi ấy phát ra, khiến ai nhạy cảm lập tức nhận biết và bị nó chi phối. Đó là chứng cứ khác về khả năng của cá nhân, hoặc có thể làm khung cảnh nhẹ nhàng sáng sủa, hoặc khiến nó u tối và đắm chìm vào bầu không khí phá hoại, rầu rĩ của họ.

Nó có nghĩa ta chịu trách nhiệm lớn lao dù điều này thường không được nhận biết. Mỗi chúng ta liên tục uốn nắn và tạo tác môi trường của mình, và dụng cụ bạn dùng là những cặp đối nghịch lớn như thương ghét, tư tưởng xây dựng và phá hoại. Thế nên tất cả những bậc Thầy đều chê trách thói quen thường thấy là tính chỉ trích và nói xấu người khác. Tôi đã nói về điều này trước đó rồi, nhưng trở lại nữa vì những ai như bạn có tánh ưa phê bình thấy rất khó mà ý thức ảnh hưởng tai hại nó có thể gây ra cho bạn lẫn người mà bạn chỉ trích.

Vậy hãy canh chừng cẩn thận chính mình. Trông chừng ngay cả lời nói dường như vô tình mà có thể gây đau khổ, lo buồn hay gợi nên mặc cảm tự ti nơi người khác, nhất là lời nói gay gắt hoặc bài bác. Coi chừng luôn cả tư tưởng của bạn. Hãy nhớ tới khả năng có thể làm tổn thương hay làm lạnh của nó. Tốt hơn hết là tránh mọi hình thức chỉ trích trừ phi nó thực sự được yêu cầu, khi ấy chỉ nên đưa ra nếu nó xây dựng và hữu ích, vì trong trường hợp như vậy nó có thể là một dạng của tình thương. Một cách để chữa bạn khỏi thái độ chỉ trích (thường có gốc rễ từ lòng kiêu hãnh, khinh thị, tự cao tự đại vốn là một hình thức của mặc cảm tự ti) là tìm cách đồng hóa nhiều hơn với ai mà bạn lên án, và sẽ thấy họ là một phần của bạn nhiều như thế nào.

Sao đi nữa, bao lâu mà bạn chưa thể đồng hóa thực sự – việc nằm ngoài khả năng của đa số người –, làm sao bạn dám ngang nhiên cho mình quyền phán xét kẻ khác ? Làm sao bạn có thể ở vị trí lên án hành động của họ khi chắc chắn là bạn không có sự sáng suốt để

chỉ nhờ đó hiểu thấu được nguyên nhân thật ? Làm sao bạn có thể biết được bí ẩn của đời họ, sự tranh đấu, đau khổ, thất vọng, nhược điểm và những lo sợ của họ ? Và trên hết thấy mục tiêu mà Linh Hồn họ quyết định đạt tới trong kiếp này trên dương thế ? Muốn làm được những việc này bạn phải trở thành là chính họ.

Nếu có được cái nhìn thấu đáo như thế – chuyện bất khả khi chưa phát triển tâm linh cao độ – mọi lời kết án sẽ lập tức ngưng ngay vì tâm bạn tràn ngập lòng thương xót. Hơn nữa bạn sẽ hiểu rằng rất thường khi lỗi lầm mà bạn đang chỉ trích là phản ảnh nhiều lỗi của bạn. Nếu không phải vậy hẳn nó đã không gợi nên phản ứng gay gắt như thế nơi bạn. Đó thường là dấu hiệu của tiềm thức nhận ra lỗi của mình và sinh lòng sợ hãi, bác bỏ nó.

Thế thì, trừ phi bạn đã bỏ được cái xà trong mắt mình như đức Jesus dạy, hãy dẫn lại ý chỉ trích người khác, và thay vào đó quay vào tự kiểm bản thân. Ai đã giác ngộ thực sự sẽ tự chế không có hình thức, ý kiến, thái độ gì chống đối hung bạo người khác, và nhất là đối với chuyện chi mới mẻ, bất ngờ hay ngay cả khi chúng khác với bản tính của họ, vì những phản ứng như thế gần như luôn luôn phát sinh từ tình cảm do đó đáng nghi.

Hãy nhìn nhận rằng mọi việc không gì hơn là chuyện thoảng qua trong sự phát triển của con người hay giống dân, hãy chấp nhận nó với lòng cởi mở và thông cảm, hiểu biết rằng không chừng chính mình đã ở trong những giai đoạn ấy nhiều kiếp trước, trên đoạn đường dài xuyên qua ảo ảnh cuộc đời. Nó không có nghĩa là tôi khuyên bạn nhắm mắt với điều ác nói chung, hay ngay cả việc chịu theo tiêu chuẩn giá trị giả tạo của đa số người đời. Khác hẳn vậy. Bạn phải nhìn sự việc y như nó là mà cùng lúc nhận ra nguyên do sinh ra nó.

Thế giới này bệnh hoạn y như bạn là người đau yếu, tuy nhiên như tôi đã nhấn mạnh nhiều lần, tiềm năng có được sức khoẻ và sự trọn lành nằm sẵn trong mỗi người, do đó việc chữa bệnh phải bắt đầu từ chính cá nhân. Phản ứng có thể bắt đầu từ mỗi cái tâm nhỏ bé và theo thời gian kích thích làm trọn khối bùng dậy. Có lẽ bạn sẽ bớt khe khát hơn nếu hiểu rằng cuộc tiến hóa chưa hoàn tất, cho dù nhân loại có hình thể và các bộ phận hoạt động như ngày nay. Ta chỉ mới phát triển nửa đường và đang trong giai đoạn chuyển tiếp.

Trong tương lai nhân loại bớt là tác nhân thụ động đối với những lực vô tư, bị các lực sơ khai nhào nặn và quản chế như hiện giờ. Về một mặt con người sẽ ý thức họ là kẻ sáng tạo ra chính mình, làm chủ tiến trình phát triển ở mọi mức độ bằng cách tiếp xúc với Linh Hồn và các đẳng cấp thiên thần. Như vậy càng ngày họ lại càng có khả năng để tạo mình theo cách thức lý tưởng của nguyên mẫu (archetype) thiêng liêng.

Khi tìm cách tập cho bạn có ngã thức và tự chủ tôi chỉ cố công giúp bạn tiến chút ít đến giai đoạn sắp tới ấy, chỉ cho thấy cách bạn có thể chuẩn bị thể tương lai cho tâm thức sử dụng, làm cho việc nảy nở thêm những tiềm năng có thể xảy ra trong thể đó. Bạn sẽ thấy rằng khi suy gẫm luôn những khái niệm ấy trong tâm, và gắng sức áp dụng chúng bằng mọi cách, bạn sẽ tham dự càng lúc càng nhiều hơn vào việc tái tạo. Hãy tập khiêm tốn và cởi mở hơn, bớt xét đoán và tìm cách nhận ra tình thương ẩn dấu dưới nhiều mặt, có hình thức không ngờ, rồi từ từ năng lực của nó sẽ nảy nở trong lòng, tuôn tràn ra từ người bạn và soi sáng thế giới của bạn.

## CHƯƠNG X

Một trong những khó khăn chính của bạn sinh ra do sự kiện là tuy trí não bạn chấp thuận các tư tưởng mà chúng ta đang tìm hiểu, một điều gì đó trong người bạn vẫn có khuynh hướng bác bỏ tin tưởng là có thể được chữa dứt bệnh hoàn toàn, nếu bạn xếp đặt được trọn cuộc đời mình theo những ý tưởng đó. Đây là phản ứng về mặt tình cảm, và là một khía cạnh khác của lòng sợ hãi và tự nghi ngờ thường có của bạn.

Nhưng điều cần yếu là ít nhất bạn nên sẵn sàng thí nghiệm các ý tưởng này với trọn bản thể của mình nếu có chút hy vọng là sẽ thành công; và như tôi thường khuyên cáo bạn, tuy khó thể đạt được sức khỏe kiện toàn trong kiếp này nhưng nếu ít nhất bạn có thể khởi sự giải tỏa những tranh chấp còn đang gây ra nhiều vấn đề cho mình, chuyện không tránh được là nó sẽ làm cuộc đời bạn từ nay về sau có khác biệt to tát ở cõi này, và chắc chắn sẽ cho bạn cơ hội lớn lao hơn từ trước tới giờ để có được sức khỏe và hạnh phúc trong những kiếp sau.



Thế thì chúng ta hãy kêu gọi đến năng lực phát xuất từ nơi cao hơn tình cảm. Hãy tập dùng kỹ thuật mà tôi đã đề nghị khi trước, tức khả năng 'thấy và cảm' ngụ ý việc dùng trí tưởng tượng và quan năng cao hơn nữa là trực giác. Hãy cố 'thấy' những ý niệm mà ta đang nói đây như là các Quyền Năng hoạt động bên trong và xuyên qua cuộc sống, trong mọi khía cạnh từ cái nhỏ nhất đến cái cao nhất của *trọn* sự sống, là chuyển động trong thời gian của sự biểu hiện để LÀ và TRỞ THÀNH. Hãy ý thức – *cảm biết* – rằng do việc tất cả ý tưởng dựa trên cảm nhận tinh thần phải hướng tới những tính chất của Thực Tại không ít thì nhiều, chúng có thể và thực ra là phải luôn luôn được thấy như là những trạng thái tương đồng, vượt ra ngoài những gì chúng có thể biểu lộ theo chữ nghĩa con người.

Đừng tìm cách xác định giá trị của những khái niệm căn bản này bằng cách lý luận vắn vẹo, như bạn có khuynh hướng muốn làm. Chỉ vô ích thôi. Bạn chỉ có thể đạt tới sự hiểu biết sâu xa hơn bằng cách thay đổi mức nhận thức, nỗ lực dùng phân trí tuệ cao vì chỉ có nó là có thể làm lộ ra thẳng ý nghĩa của tất cả những khái niệm tinh thần, vượt qua biện chứng pháp và sự thuần lý, những điều sau này không hề là phương cách theo đó có thể có được nhận thức chân thực. Ốc tưởng tượng, xin nói lần nữa, là cách có giá trị nhất ở đây, vì khi sử dụng đúng đắn (tức không để cho nó đi lạc sang mộng tưởng) có thể dẫn tới sự phát triển quan năng tuyệt diệu hơn hết là trực giác, điều vẫn còn trong tình trạng phôi thai nơi đại đa số nhân loại.

Trực giác là bản năng ở mức cao hơn rất nhiều trên đường phát triển xoắn ốc của con người, hai quan năng này thường bị lẫn lộn với khả năng siêu hình. Cố nhiên bản năng là một hình thức của tính mẫn cảm chuyện siêu hình, nhưng nó rất hay sai lạc nơi người vì con người đã vượt qua giai đoạn cảm thú, lúc mà bản năng có giá trị lớn lao, và đi vào cõi hạ trí. Trực giác đúng nghĩa, tức trực thị và trực nhận, thì gần như luôn luôn không sai chạy vì nó là một quan năng của Linh Hồn.

Chuyện khó khăn cho người sơ cơ là học phân biệt giữa hai điều này, mà họ chỉ có thể học như thường lệ là từ lầm lỗi. Ở trình độ như của bạn và người thông minh trung bình

đạt tới hiện nay, sự phát triển khả năng suy nghĩ rõ ràng là điều rất quan trọng vì nó có thể dùng để kiểm lại bất cứ điều gì có vẻ như phát xuất từ cõi cao mà thực ra chỉ là phản ảnh nơi cõi dục vọng. Ở đây bạn thấy lần nữa nó là việc kêu gọi quan năng của linh hồn, và ta sẽ luôn luôn trở lại điều ấy.

Tự nhiên là điều này cũng áp dụng cho việc giải quyết một khó khăn khác của bạn. Bạn thấy gần như không thể tự thúc đẩy để hướng khả năng của mình vào việc giúp người, bằng cách hy sinh thì giờ, những thú vui, năng lực tương đối ít ỏi của bạn. Ta không thể cưỡng ép việc cho ra, hướng tới người khác, nhưng nó sẽ phát triển khi khả năng hòa với người khác của bạn gia tăng nhờ việc dùng óc tưởng tượng, và hằng ngày cố công vươn lên những lực tinh thần để được giúp đỡ, chúng luôn có đó cho bạn sử dụng khi hòa mình vào với chúng.

Bởi mong đợi bạn đạt tới lòng không ích kỷ ngay tức khắc là chuyện không hợp lý, ít nhất hãy giữ trong trí điều mà tôi đã cố gắng làm bạn lưu tâm ngay từ buổi đầu của những trị liệu này: ấy là tính phân cách và riêng rẽ một mình có thể không bao giờ làm bạn có được hạnh phúc hay sức khỏe kiện toàn thật sự. Chiếm lấy điều gì đúng ra là đại đồng của chung cho quyền lợi riêng và nhu cầu của một đơn vị tách biệt, gạt ra hẳn những người khác là đi ngược với luật thiêng liêng, và làm vậy thì bạn chỉ thất bại, tự làm cho mình mất thăng bằng, căng thẳng và cuối cùng sinh bệnh.

Tôi có thể nói chắc với bạn rằng những ai rộng rãi cống hiến thì giờ, năng lực và tài năng (hãy nhớ rằng tất cả cũng là biểu lộ của năng lực thiêng liêng) tuân theo luật phân phối đúng đắn, là tự động mở rộng con người của mình cho sự cứu chuộc và sáng tạo tràn vào. Hệ quả là họ nhận được năng lực tinh thần, trí tuệ, tình cảm mà chỉ nhờ đó sinh ra hòa hợp, bình an trong mọi cảnh giới của sự sống; chuyện cuối cùng phải vậy.

Có vẻ như bạn nghĩ rằng điều này không phải luôn luôn có, tôi xin nhắc bạn lần nữa là ta không nên và thực ra không thể xét đoán tình trạng bằng tiêu chuẩn nông nổi, ngắn hạn của con người. Cách thức của sự sống thì không đơn giản hay hiển nhiên, mà luôn luôn

có nguyên nhân nằm sau nguyên nhân, các lớp sâu kín chồng chất lên nhau mà chỉ những ai có hiểu biết tinh thần mới nhận ra được.

Trong trường hợp đặc biệt ta đang thảo luận bạn đã bỏ qua một yếu tố rất quan trọng. Khi con người tiến bộ về mặt tinh thần anh có nhiều tự do chọn lựa hơn người khác, vì tầm nhìn và hiểu biết rộng hơn khiến anh không những có lòng từ sâu đậm hơn đối với họ và vấn đề của họ, mà lại còn có ý thức trách nhiệm lớn hơn đối với sự sống như là trọn khối.

Như bạn biết, đa số người có chọn lựa do phản ứng tình cảm thúc đẩy hay hạ trí tính toán, không có mấy người chịu ảnh hưởng của hiểu biết chân thực, và lại càng có ít người có được hiểu biết thực sự của các luật tinh thần. Kết quả là người trung bình không có khả năng thấy được kết quả mà một quyết định có thể dẫn tới, ngay cả khi vào lúc đó quyết định xem ra khôn ngoan hay đúng đắn. Nhưng chuyện khác hẳn với ai mà trong tâm ngọn lửa thương yêu cháy sáng tới mức bệnh tật, nghèo khó, ngược đãi, ngay cả sự chết cũng không có nghĩa gì so với quyết tâm bùng bùng muốn giúp đỡ người khác.

Kết cục là nhiều người trước khi sinh ra tự ý chọn là hy sinh mọi lợi lộc cõi trần mà họ có quyền được hưởng và đa số người khác coi trọng, để chia sẻ và làm nhẹ bớt gánh nặng đè lên nhân loại. Sự hy sinh này có thể diễn tả bằng nhiều cách, một trong những cách hữu hiệu nhất có lẽ là biểu lộ trong đời họ rằng con người có thể gánh chịu đau khổ hơn mức bình thường với lòng can đảm, kiên nhẫn, và ngay cả với niềm vui. Bởi chẳng có gì đặc biệt để nói khi người may mắn, mạnh khỏe và giàu có hân hoan vui vẻ, nhưng khi sự sáng chiếu lòa nơi ai bị bệnh tật, tai họa hay ai nghèo khó sống nơi tối tăm trên trái đất, những kẻ đau khổ khác lập tức chú ý đến họ và thường hỏi : 'Anh có bí quyết gì về hạnh phúc mà tôi không có ? Ở đâu mà anh có được lòng can đảm trong nghịch cảnh vậy ? Xin hãy chia sẻ hiểu biết với chúng tôi.'

Mặt khác có thể là những ai trang trải gần xong nhân quả của họ, gần được giải thoát sẽ chọn để được rảnh tay làm phần việc lớn hơn bằng cách trả những món nợ còn thiếu trong một kiếp, tất cả những chướng ngại gì còn chặn đường anh tới sự tự do. Như tôi

thường nhấn mạnh nhiều lần, mong ai có tầm nhìn và sự hiểu biết giới hạn của con người nhận được câu đáp cho mọi vấn đề gặp trong đời là chuyện vô ích.

Tuy nhiên nếu bạn thấy đề nghị mà tôi đưa ra khó chấp nhận được thì hãy nhìn trở ngược lại lịch sử. Không phải đa số những cải cách xã hội và thay đổi luật lệ xấu cùng thái độ của người có được là nhờ sự hy sinh, tranh đấu và viễn kiến của một thiểu số người sao ? Nếu đức Jesus không uống trọn chén đắng tới cận dưới đáy thì ngài có được khả năng thu hút hàng triệu linh hồn đau khổ, lạc lõng đến với ngài chăng ? Và ngài còn có quyền giảng triết lý hy sinh cái ngã như ngài đã giảng không ?

Về sau tôi sẽ đi sâu hơn vào trọn câu hỏi khó khăn này, nhưng tôi muốn nhấn mạnh lần nữa là sự giác ngộ về nhiều bí ẩn khôn lường của ý nghĩa cuộc đời và sau cùng là mục đích sự hiện hữu của ta, chỉ dần dần có được khi người tìm đạo đi sâu hơn và sâu hơn nữa xuống dưới lớp vỏ ngoài của sự vật. Tất cả điều bạn cần biết hiện giờ là mỗi kinh nghiệm có mục đích của nó, và một phần giá trị của nó là bắt ép bạn và tất cả những ai đau khổ đi tìm mục đích đó. Lấy thí dụ bệnh tật là cách để trước tiên khiến bạn tranh đấu, hầu được giải thoát khỏi nhiều ảo tưởng gây hại cho bạn. Mọi thảm kịch có thể được lộ cho thấy là ơn phước trá hình cho ai sẵn sàng mở mắt, và nhận ra chúng là dấu hiệu chỉ đến hiểu biết rộng lớn hơn về mục đích thật của đời mình.

Vậy hãy loại bỏ ý nghĩ in chập trong óc mà nhiều người chưa hiểu xa hơn các khái niệm ghi trong Cựu Ước hay có, rằng bệnh tật và tai họa có vẻ như không đáng phải bị là những hình thức trừng phạt. Ngược hẳn vậy. Trừng phạt luôn luôn là chuyện của con người, con người hiếm khi thấy được gì khác hơn là chỉ một phần lời giảng dạy ghi trong các kinh điển, lần nhận xét của riêng họ về ý nghĩa đích thực của tất cả những luật trời.

Một thí dụ khác của việc thiếu hiểu biết này là lời giải thích tron tru luật Nhân Quả, như 'Mắt đổi mắt, răng đền răng' mà nhiều người tây phương tin tưởng. Nó vừa thiếu hiểu biết vừa sai lầm, và là kết quả của quan niệm thuần tính người về sự công bình sơ đẳng và là cách suy nghĩ duy vật. Chuyện luôn luôn không khôn ngoan chút nào khi ta chịu bằng

lòng với lý thuyết dễ nghe và hời hợt như thế, chúng có thể có bóng dáng chân lý nhưng thường là chân lý bị biến dạng.

Tôi thường tìm cách làm bạn ý thức rằng những đau khổ của con người gần như luôn luôn là do hành động của chính họ, hoặc là quyết định do phần cao cả và khôn ngoan hơn trong bản thể họ. Chúng là nỗ lực của linh hồn muốn thanh tẩy và giải thoát phần tâm thức thấp khỏi những gì ngưng đọng, cầm giữ họ trong trạng thái kết tinh cứng nhắc, hay khiến họ vi phạm luật thiêng liêng do vô minh. Chỉ do kinh nghiệm riêng và áp lực mà chân ngã tác động lên họ là có thể giúp con người đạt được tự do như thế.

Điều này đưa ta trở về chỉ dạy căn bản là muốn trở thành con người *trọn vẹn* thì mọi kinh nghiệm của người tới một lúc nào đó phải được hấp thu, trước khi chúng có thể trở thành tính chất, quyền năng, trực giác có thể hòa với người khác trong sự tranh đấu, lý tưởng và niềm vui của họ. Đó là ý nghĩa thực sự của sự phát triển.

Lúc bắt đầu cuộc du hành tinh thần để khám phá về cái tôi và Chân Ngã, điều quan trọng thiết yếu là luôn nhớ đến sự kiện rằng bao lâu bạn cố tình sử dụng sai lầm khả năng của mình, gạt bỏ cơ hội, bị những tình cảm và thái độ chia rẽ thúc đẩy, thì chính bạn ở mức cao hơn của Chân Ngã và tuân theo luật quân bằng, sẽ *chọn* không sớm thì muộn cơ hội trong một kiếp sống để qua đó bù đắp lại và tái tạo sự cân bằng. Tôi biết là ý này được nhấn mạnh nhiều lần trong cuộc nói chuyện, nhưng nó là điều mà cái trí thường dễ quên, nhất là khi ý thức về những chuyện liên quan mà đa số người sẽ cho là thật tầm thường và là hành vi hữu lý, lại có thể làm rời óc.

Nếu thực sự muốn giải quyết những gì còn ngăn trở việc đạt tới tình trạng sức khỏe tốt đẹp và trọn con người được an khang, nhiều niềm vui trong đời mà bạn ao ước cùng với cơ hội mà bạn tin là cần có để phát triển khả năng bẩm sinh của mình, rất có thể bị cố ý không cho thành tựu trong kiếp này, hầu khiến bạn phải phát triển những mặt khác và những tính chất còn thiếu sót. Điều này cùng với việc trả nợ cũ là chuyện quan trọng lớn lao theo quan điểm của Linh Hồn.

Bạn thấy lần nữa là thật không khôn ngoan chút nào nếu đưa ra kết luận rõ ràng về nguyên do có thể có cho biến cố trong một kiếp riêng biệt, vì ta không sao hiểu trọn câu chuyện phức tạp cho tới khi nào bạn đạt tới mức phát triển xa hơn. Hiểu biết hết mọi nguyên do gây ra tình trạng hiện giờ sẽ không có lợi ích thật sự, ngoài việc gây hoang mang cho bạn. Điều quan trọng là sống *trong lúc này*, học chấp nhận và đối phó với chuyện xảy ra khi chúng tới theo sự hiểu biết mà bạn đã thu thập được. Ý thức rằng việc gì xảy ra cho mỗi cá nhân không hề là may rủi, mà là do mỗi chúng ta tự tạo cho mình, là đủ.

Thế thì nếu bạn mong ước có đời sống tốt đẹp, trọn vẹn hơn trong tương lai, bạn nên khởi sự tạo dựng nó ngay lúc này bằng cách phát triển trọn tiềm năng và khả năng tới hết mức của mình, nhưng trên hết thấy hãy gia tăng khả năng thương yêu và giúp đỡ *trong cảnh sống hiện giờ của bạn*. Chi tiết về luật Nhân Quả, điều duy trì sự quân bằng cho toàn khối trong vũ trụ, sự hòa hợp thiêng liêng của cuộc sống, sẽ ngày càng rõ ràng hơn cho bạn khi bạn tìm cách mở rộng nhãn quan tinh thần của mình. Điều thường ít được chú ý là cảnh ngộ mà người đời cho là tốt đẹp như lợi lộc vật chất và ngay cả sức khỏe khang kiện, chỉ có thể là tốt đẹp thực sự nếu chúng được sử dụng đúng đắn, và cho phép sở hữu chủ tái phân phối thế lực và khả năng mà họ có nhờ các điều này. Nếu chúng bị giới hạn hầu làm lợi cho cá nhân mà thôi, chúng có thể trở thành điều bất hạnh như đẩy họ sâu hơn vào hố vô minh và duy vật.

Dụ ngôn về thanh niên giàu có trong kinh thánh diễn tả ý này, cũng như chuyện các thỏi bạc. (Chuyện kể người chủ vườn nho sắp đi xa nên giao cho hai người làm công số bạc bằng nhau, một người đem đi chôn, người khác dùng nó sinh lời. Khi chủ trở về, người đem bạc chôn trả lại y số, người kia trả lại có thêm tiền lời.) Chúng tượng trưng cho khả năng và tài nghệ mà người chủ vườn nho (tức Linh Hồn) cho nhân công mượn. Như tôi đã vạch ra trong một kỳ trước, người nào đem chôn thỏi bạc hay tài năng của mình thì bị mất nó, hay chính xác hơn, khi bỏ quên thỏi bạc khiến mình không còn có vật thì tự động anh bị truất đi vật ấy. Việc có nghĩa là bởi anh không dùng nó để làm tròn mục tiêu của đời mình, tài năng hóa thui chột, trong khi đó ai cố gắng hết sức mình với những gì họ có,

gia tăng khả năng của mình thì nhờ vậy xứng đáng nhận được thêm quyền hành và trách nhiệm.

Ai muốn khám phá ý nghĩa tinh thần trong các dụ ngôn của đức Jesus luôn luôn có thể tìm ra ý nghĩa sâu xa hơn có liên quan đến các luật trong vũ trụ. Bạn chớ bao giờ nên quên sự kiện rằng con người hiện diện trên địa cầu là để tăng trưởng – trở thành nhiều hơn là họ bây giờ bằng cách dùng mọi cơ hội tốt hay xấu mà cuộc đời trao cho họ; vì *trở thành* theo nghĩa tinh thần của chữ ấy là biểu lộ dù nhỏ thế mấy và theo cách giới hạn ra sao, một khía cạnh của Thiên Tính là hằng tăng trưởng.

Khi giữ tất cả những ý niệm này trong đầu, bạn sẽ khởi sự thấy rằng tuy hy vọng và mơ ước của bạn có thể không nhất thiết thành tựu qua hình thức của chúng hiện giờ, chúng có thể và sẽ chậm chạp thay đổi bản chất thành hình thái mới làm thành đạt dễ có hơn. Nó có nghĩa là chúng sẽ được chuyển hóa, khiến cho nổi thất chí và những thử thách ở cõi trần nhiều phần không còn quan trọng lớn lao đối với bạn nữa.

Có câu nói dạy rằng: *'Nếu bạn không có được điều mình muốn thì tốt hơn hãy học ham muốn điều bạn có'*. Tuy câu nói vụng và không hấp dẫn cho lắm nhưng nó diễn tả một chân lý đúng thực. Bởi điều gì bạn hay ai thực tình sở hữu, dù khiêm nhường và bị coi nhẹ, là ánh sáng của Chân Ngã bên trong con người, có tiềm năng sáng tạo và cứu rỗi. Hãy ham muốn điều ấy, ao ước với trọn tâm lòng và nó sẽ bắt đầu khởi động, soi sáng thế giới của bạn. Vậy hãy theo sát cái nguồn sáng, nổi hoan lạc siêu vật chất ấy trong những lúc đầy đe dọa và đen tối nhất của đời bạn. Hãy kêu gọi nó với trọn niềm tin và nó sẽ dẫn dắt bạn ra khỏi thung lũng của bóng tối.

Đừng nghe theo ai cười nhạo và bảo rằng những tư tưởng này chỉ là biện luận và trốn tránh 'thực tại'. Hãy hỏi 'thực tại' theo họ nghĩa là gì. Những bậc huân sư cao cả nhất trên thế giới luôn nhấn mạnh không hề mệt mỏi, rằng phải tìm kiếm Thực Tại trong ý nghĩa sâu kín của vật và sự việc, hơn là trong hình thái giới hạn mà con người cảm nhận chân lý theo sự hạn hẹp của chính mình. Hiểu được Thực Tại là mục tiêu của nỗ lực mọi người, không phải là những mục tiêu vô thường mà lắm khi sự vô minh nhắm tới.



Hãy phân tích những mục tiêu này nếu bạn không tin lời tôi. Thí dụ bản chất thực của lòng ao ước được sở hữu, có tình yêu hay được thành công, được mãn nguyện và có hạnh phúc, những điều thúc đẩy nhân loại cũng như thúc đẩy bạn, đi từ thử nghiệm này sang thử nghiệm khác, và nhiều lúc từ thất bại này sang thất bại khác, mà không hề làm thỏa mãn ngay cả cho ai đạt được mong ước của mình, là gì ? Bạn không thể thấy rằng những ham muốn ấy, cho dù có mục đích hữu dụng trong việc thúc đẩy con người cố gắng mà nếu để không họ sẽ không làm, cùng khiến họ có được kinh nghiệm mà để không có thể họ sẽ không có, khi xem kỹ thì không giống như chúng có vẻ là hay sao ?

Gần như luôn luôn chúng là diễn dịch sai lạc của người về sự thôi thúc phát xuất từ những phân sâu thẳm hơn, từ thúc giục của Linh Hồn, quyền rũ phạm nhân như chớp nhấp nháy của đom đóm dẫn từ kinh nghiệm này sang kinh nghiệm kia, hay là sự tìm kiếm không ngừng để cuối cùng bắt buộc họ phải tranh đấu để thoát khỏi vũng lầy ảo ảnh, lên tới đất an toàn hơn. Vì như tôi có vạch ra trước đây, bạn có khuynh hướng hay quên rằng tất cả những ý tưởng, hy vọng, mong ước, tham vọng và mơ tưởng nói cho cùng là những biểu tượng cho phần tinh thần tương ứng cao hơn, hay những nguyên ý (archetypes). Chúng tượng trưng cho ước vọng chưa được nhận ra hay là một phần của sự toàn thiện tối hậu, là hòa nhập vào Đại Ngã thiêng liêng. Đó là tại sao nhiều tôn giáo nhấn mạnh ý tưởng rằng con người đang sống trong thế giới ảo ảnh.

Sự biểu lộ, kinh nghiệm, căng thẳng luôn có giữa những cặp đối nghịch là điều rất thật. Chúng có tầm quan trọng thiết yếu trong mọi tiến trình của sự tăng trưởng. Nhưng tầm quan trọng phóng đại quá mức mà con người gán cho những thành đạt và thỏa mãn thuần vật chất chỉ là ảo tưởng, vì họ tưởng lầm biểu tượng là Thực Tại.

Tất cả những ai đã dành nhiều kiếp thí nghiệm và tìm kiếm, lang thang trong những tiểu lộ và mê lộ của vô minh, nhấn mạnh tới lui nhiều bận rằng chỉ có ý thức bản chất của sự hợp nhất thiêng liêng bên trong của Sự Sống mới có thể cho mãn nguyện lâu dài, và cách đạt tới việc ấy là có nỗ lực không ngừng để khơi động quyền năng của Linh Hồn, nó luôn luôn nhắm tới điều thiện tối hậu không phải chỉ cho cá nhân mà luôn cả cho xã hội.

## CHƯƠNG XI

Bạn vẫn còn khuynh hướng phí phạm quá nhiều thì giờ, như đa số người khác, vào chuyện suy nghĩ viển vông và ham muốn mơ hồ mong có thay đổi tình trạng, nhưng thường hơn nữa bạn trở về quá khứ đắm chìm vào việc ao ước hoặc hối tiếc vô ích. Những điều này chỉ hoài công trừ phi nó cho phép bạn nhìn ra lỗi lầm của mình rõ ràng hơn, và dùng những hồi nhớ này để dạy bạn cách mà nhân và quả đã tác động trong đời bạn.

Tuy nhiên nói chung thì những hoạt động ấy – nếu gọi đó là hoạt động vì thật ra chúng đầy tiêu cực và dậm chân một chỗ – là một hình thức trốn tránh vì cá nhân không đủ sức đối phó với áp lực, khó khăn và trách nhiệm của hiện tại. Có nhiều nguy hiểm không được nhận ra trong loại buông thả tâm tình như vậy, vì dù chuyện có vẻ khó tin đối với bạn nhưng mỗi một hối tiếc, câu chuyện được nhắc lại, lời tự biện minh, cũng như là mỗi ao ước muốn có sự tái diễn niềm vui đã mất là gây hại cho chính bạn.

Không những nó làm tâm bạn tràn ngập những điều tiêu cực và vô ích, có thể thực sự gây ra những phản ứng có hại về thể chất và tâm thần, mà đó còn là phí phạm thì giờ và năng lực tốt hơn nên dùng cho hoạt động sáng tạo trong hiện tại, thay vì cố tình ngăn chặn lực đáng lẽ phải được phóng thích và hướng cho chảy vào hoạt động tương lai. Ngoài ra cũng do miên man suy tưởng về chuyện đã qua và vì thế không thể thay đổi được nữa, bạn xử sự như con sóc trong lồng bận rộn tíu tít mà không đi tới đâu, và không bao giờ thoát được cảnh giam cầm cay đắng của mình. Hãy nghĩ đến sự giam cầm vì đó là chữ rất sát.

Lại còn có một ảnh hưởng tai hại khác mà thái độ như vậy có thể sinh ra, đặc biệt cho người như bạn. Vì quá khứ của bạn có đầy sự thất chí và đau khổ, nó khiến bạn hay nghĩ rằng không mong có chuyện gì tốt hơn trong tương lai. Sự bầu vịu bi quan vào quá khứ làm sinh ra đúng những tình trạng mà bạn sợ hãi. Sự thay đổi thực sự chỉ có được trong đời nếu bạn chịu có nỗ lực tột cùng, hầu vượt ra khỏi lối mòn xưa cũ để có cách sống mới.

Thay đổi là luật của thiên nhiên. Tôi đã vài lần tìm cách nhấn mạnh điều này với bạn. Thế nên, khi không chịu tiến bước thì cái ngã bị ứ đọng ở mức này hay kia; việc này cũng dẫn tới những hình thức bệnh tật khác nhau, ngay cả tới sự thui chột, nhân và quả tác động ở đây và ngay lúc này trong kiếp hiện tại.

Con người có được chọn lựa và tự do ý chí trong những giới hạn nào đó; vậy thì khi cố tình chọn việc chôn vùi mình vào nấm mồ quá khứ, họ vi phạm một luật thiêng liêng khác là luật tiến hóa, tiến từ chặng này sang chặng kia, và sẽ phải nhận lãnh hậu quả. Điều tôi muốn bạn hiểu rõ là nếu trong tương lai chuyện đau lòng, khổ tâm, mất mát hay tai biến có đến, bạn không nên cho rằng chúng phải sinh ra điều này hay kia cho mình như chúng đã làm trong quá khứ. Vì, nếu bạn chịu gắng công thay đổi phản ứng bình thường, tập nhìn sự việc cách khác, bạn sẽ phần nào nhờ đó trở thành *một con người khác*. Bạn sẽ được trang bị với hiểu biết mới và khả năng kháng cự mới.

Trong quá khứ nhiều phản ứng của bạn sinh ra phần lớn vì thiếu hiểu biết về ý nghĩa và mục đích cuộc đời, không thể chấp nhận rằng mỗi kinh nghiệm tự nó có tiềm năng cho tiến bộ hơn, sinh ra một giai đoạn phát triển mới. Với tâm chứa đầy sự tức tối và tuyệt vọng, thường khi bạn cố tình gạt bỏ kinh nghiệm, nhắm mắt với những cơ hội mà kinh nghiệm cho bạn. Khi từ chối không để cho mình được mang vào tương lai, bạn đã cùng lúc bác bỏ những tặng phẩm, khả năng và hiểu biết đón chờ bạn ở đó, và khi ngăn chặn sự chuyển vận tự nhiên của lực Sống, chính bạn thành tác nhân gây nên những bệnh tật trực tiếp sinh ra do việc bác bỏ sự sống, vì bạn không thể có được lợi ích, hiểu biết, ánh sáng nào cao hơn mức phạm ngã, nếu bạn cố tình ngăn chặn chúng với các thái độ vừa nói.

Hãy xem xét chính bạn. Tại sao bạn lại phản ứng như thế ? Không phải là vì trong tâm có ham muốn được tuấn nạn mà bạn không nhìn ra, có ao ước thầm kín là thành đối tượng được thương xót và quan tâm nằm sau việc bạn luôn luôn nhấn mạnh đến những bất hạnh của mình sao ? Bạn thấy chằng, chúng ta luôn luôn quay trở lại lời khuyên

cáo: *Con người hãy tự biết mình*. Không có hiểu biết về cái tôi thì con người luôn luôn là nạn nhân của việc tự lừa dối họ.

Điều gì tôi trình bày hôm nay đương nhiên cũng áp dụng không những cho bạn mà cho tất cả mọi người, già cũng như trẻ. Đặc biệt hơn người trẻ tạo dựng tương lai của mình trên địa cầu bằng tất cả những gì họ làm và nghĩ; họ đối mới con người mình luôn với vật liệu mềm dẻo của tuổi trẻ chưa có những thành kiến và định kiến, giáo điều về cuộc đời gây cản trở biết bao cho sự tăng trưởng. Thế nên, phải chi họ học được kịp thời mục đích của sự sống thì họ có cơ hội vô tận và rục rờ.

Nhưng ngay cả người già, đã qua mức có được những sinh hoạt sáng tạo với đời, vẫn có thể có được sự đền bù và mãn nguyện trong lòng, đây là những thành quả sẽ phát triển bình thường do kinh nghiệm được tiêu hóa một cách khôn ngoan. Vì vậy tăng trưởng có thể tiếp tục đến cuối đời ở cõi trần, làm họ thành nguồn trợ lực và thương yêu cho người chung quanh họ. Người già cũng có tương lai mà họ có thể và nên chuẩn bị – tức giai đoạn kế của cuộc đời chờ đón họ bên kia cửa tử, điều chỉ là sự tiếp nối tâm thức của đời hiện tại. Chuyện quan trọng là mọi người, ngay cả người trẻ, nên ý thức rằng cảnh đời sau khi chết của họ sẽ tương ứng với cuộc sống của họ trên trái đất. Không có sự đứt đoạn thực sự nào, mà dòng sống luôn tuôn đi không ngừng nghỉ.

Vậy hãy khôn ngoan và trang bị cho mình ngay từ bây giờ cho cuộc hành trình này, nuôi dưỡng tâm và trí bằng những chuyện đẹp đẽ, sáng suốt để bạn có thể bước vào chặng đường mới, sẵn sàng đối với điều gì ở đó được lộ ra cho bạn. Không may cho người già là có rất ít ai làm vậy. Đa số ưa thích, như bạn đã làm từ trước tới nay, nhìn trở ngược về quá khứ, do đó dành những năm cuối đời gặm nhấm nỗi niềm hối tiếc vô vọng, như gặm vỏ xơ không có chút bổ dưỡng nào.

Giống như suối nước tràn lên từ bên dưới mặt đất, ta cũng phải tìm nước của sự sống từ bên dưới bề mặt của vẻ ngoài. Tôi muốn nhấn mạnh lần nữa rằng giống như phản ứng của bạn với chuyện quá khứ đã tạo nên bạn như là bạn ngày nay, phản ứng của bạn với hiện tại cũng đã ảnh hưởng và tạo nên tương lai của đời sống sau, và những kiếp tới trên

trần tiếp theo đó. Theo cách ấy bánh xe mà con người gọi là Định Mạng xoay vùn, nhưng bạn có quyền năng nhiều hơn bạn tưởng để tự mình kiểm soát bánh xe ấy, một khi bạn học cách đối đầu với biến cố theo phương pháp sáng tạo mà tôi đã cố gắng chỉ cho bạn.

Vậy hãy quyết định khởi sự bây giờ – ngay tức khắc – đối phó với mọi chuyện xảy đến cho bạn bằng cách mới này. Như tôi đã từng nhấn mạnh, tư tưởng và dự vọng có quyền năng sinh động để tạo nên thay đổi, nhất là khi chúng liên kết với óc tưởng tượng. Hiểu biết này có tầm quan trọng rất đặc biệt cho tất cả những ai có khuynh hướng tiêu cực và dễ chán nản, ngã lòng. Không phải lịch sử đã chứng minh điều ấy sao ? Không phải mỗi thay đổi tận gốc rễ để mang lại sự tốt đẹp hơn, ban đầu hiện hữu như là tư tưởng trong trí người sinh ra do óc tưởng tượng được tỏ ngộ ?

Ngay cả lực của thiên nhiên cũng phải chịu theo năng lực sáng tạo của tư tưởng con người, vì nói cho sát thì vật chất là tôi tớ cho trí tuệ. Lúc nào con người cũng phát ra tư tưởng và sự ham muốn tràn lan thật xa, không phải chỉ trong cảnh giới của mình mà còn vượt ra ngoài cảnh ấy. Tựa như sứ giả của điều thiện hay ác, tốt lành hay phá hoại, chúng không ngừng tác động, gây ảnh hưởng cho họ và thế giới của họ theo muôn vàn cách tinh tế không nhận biết được. Nếu không phải kiếp này thì trong kiếp mai sau, nhân loại không sao thoát khỏi hệ quả của chúng.

Khi có hiểu biết và quyền năng đầy đủ, con người còn có thể tạo nên thân xác theo ý họ chọn, khiến chúng sinh động bằng tư tưởng; nhưng lẽ dĩ nhiên muốn làm vậy thì họ phải thoát khỏi mọi nhân quả của quá khứ. Có lời nói rằng những vị đại thánh hay chân sư, các thánh nhân thực sự, có quyền năng như thế. Có lẽ lúc thân xác được đặt trong mô, đức Jesus đã dùng hiểu biết như vậy làm phân tán những nguyên tử vật chất và tái hợp chúng lại, khi muốn hiện ra cho các học trò thấy ? Chi tiết về hiểu biết bí truyền này được các nhà luyện kim tìm kiếm, tuy đa số không ý thức rằng con người phải khám phá linh đan tinh thần hơn là thuốc tiên vật chất.

Với điều này trong trí, nay bạn phải có thể thấy rõ hơn là tại sao tôi cố gắng làm bạn hiểu rằng những tư tưởng ganh tị, ghét bỏ, ghen tương, tức tối và thờ ơ với khó khăn của đồng

loại mình, có nguy hiểm đặc biệt cho sức khỏe và hạnh phúc. Hãy nhớ rằng năng lực của chúng ta nên những vùng độc *trong khắp* thân hình, và dĩ nhiên là năng lực ấy lan rộng ra xa khỏi thể xác; điều này thật tệ hại vì những hạt nguyên tử cõi cao sẽ được dùng để tạo nên các thể khác nhau trong tương lai. Hệ quả không tránh được là các thể này sẽ bị nhiễm các độc chất ấy.

Điều quan trọng gần như vậy là sự kiện rằng ngay cả bạn, ở mọi mức độ, là một phần liên can với toàn khối nhân loại mà khi khiến cho mình bị nhiễm độc như vậy, bạn cũng giúp làm nhiễm độc cái khối rộng lớn hơn; và sự độc ác mà bạn làm cho khối ấy hiển nhiên là bạn đang làm cho chính mình. Vòng luân quần sinh ra cho tới khi bạn chủ tâm thoát khỏi nó. Tôi cũng đã nhấn mạnh điều này bằng nhiều cách khác nhau, và nhắc lại nữa vì nó có tầm quan trọng cho sinh lực đến nỗi bạn cần ý thức là trách nhiệm của mỗi một cá nhân lớn lao ra sao.

Vì vậy, hãy thanh lọc con người hết mọi khuynh hướng phá hoại để bạn có thể khởi sự tỏa ra năng lực tích cực, chữa lành, dẫn tới nhiều sức khỏe, hạnh phúc và toàn vẹn hơn. Không có gì phải tuyệt vọng chán chường nếu nỗ lực của bạn xem ra vẫn yếu kém và không có tính xây dựng. Không cố gắng nào bạn làm mà không ảnh hưởng, dù rất nhỏ, bầu không khí của bạn, và kế tiếp là những vùng rộng lớn hơn vì tất cả là một với bạn, và không có chia cách thực sự nào trong trọn những đường nét dọc của sự sống.

Đây là ý nghĩa bên trong của lời đức Jesus: 'Điều gì các con làm cho kẻ hèn mọn nhất là làm cho chính ta'. Vì ngài là mẫu người đã trở nên hoàn thiện; ngài nói tới không phải chỉ nhân loại trên địa cầu mà luôn cả mỗi sinh vật nhỏ bé yếu đuối, cho chí sự sống của tế bào mà bốn phận của con người là hướng dẫn, giúp đỡ, và tinh lọc bằng cách họ sống và suy nghĩ, để cuối cùng mang mọi vật đến sự trọn lành.

## CHƯƠNG XII

Nay chót hết khi bạn thực sự chấp nhận ý tưởng căn bản là kiếp sống hiện tại chỉ là một phần trong diễn trình phát triển tinh thần, một khía cạnh của chuỗi kinh nghiệm do việc có nhiều kiếp trước sống trong thế giới vật chất, bạn nên nhận thức rằng mỗi kinh nghiệm

riêng rẽ là một mốc trên chặng đường, thiết yếu trong một giai đoạn riêng của cuộc hành trình để chỉ đường tới chặng kế.

Dẫu vậy, một khi bất cứ chặng nào đã hoàn tất và thông qua, bài học nó đã thấu nhập, nó nên được liên kết với giai đoạn đặc biệt ấy trong cuộc phát triển, và với bài học hay vấn đề riêng biệt mà người lữ hành phải đối phó. Nếu anh không thể nói thật lòng rằng mình đã học hết các điều kiếp ấy đã xếp đặt để dạy anh, anh phải chấp nhận sự kiện là mình chưa sẵn sàng để đi bước kế trên đường.

Giờ bạn đã thấy rằng nhiều dấu hiệu tương tự tái hiện lần lần, nhiều trường hợp tương tự nhau, những vấn đề giống nhau xảy ra lập đi lập lại. Khi bắt gặp sự việc ấy bạn nên không ngoan nhận xét rằng đó là dấu hiệu muốn nói bạn chưa học thấu đáo, chưa đọc kỹ thông điệp mà dấu hiệu chứa đựng. Nó thực sự có nghĩa là bạn chưa khám phá nơi chính mình lý do sinh ra tình trạng trở lại trong đời. Vì có sự tái lại này, đôi khi bạn cảm thấy tuyệt vọng như khách lữ hành có thể cảm thấy, tưởng đường đi thẳng tiến mà lại khám phá nó vòng ngược đưa anh trở về chỗ khởi đầu.

Nhưng tôi muốn trấn an bạn. Thì giờ không uống phí đâu. Bạn đã học được chút ít dù không ý thức việc ấy. Điều bạn nên làm là có nỗ lực đặc biệt để khám phá lý do của việc có tái lại, vì bao lâu mà bạn chưa làm được vậy, bạn sẽ phải đối diện nhiều lần nữa với tình huống tương tự. Thế thì đừng ngạc nhiên và đừng than phiền, mà khởi sự giải quyết điều khó hiểu. Hãy chấp nhận nó như là thông điệp phải giải mã. Hãy nghiên cứu việc kỹ càng để xem cảnh huống này tương tự cảnh huống kia ra sao, về cách nào, và bạn đã thất bại ở mặt nào khi đối đầu với nó.

Để được thành công bạn phải có thái độ vô tư, buông bỏ (detachment) càng nhiều càng tốt. Phải không có tính than thân trách phận, không có tình cảm thái quá, không tìm cách chống chế biện minh cho việc thất bại của mình. Hãy dùng hiểu biết của bạn về tâm lý cũng như lập luận hữu lý, nhưng trên hết hãy dùng tất cả hiểu biết sâu xa mà tới nay bạn hẳn đã có để cho phép bạn nhìn ra.



Khi giải quyết các vấn đề như vậy, càng lúc bạn sẽ càng nhận ra rằng mỗi lần bỏ lỡ không nhận ra tâm của vấn đề là do sự mù quáng và vô minh của chính bạn. Điều mang bạn quay trở về chỗ khởi đầu có thể là ản ức chưa giải tỏa trong tâm tánh bạn, phán xét sai lầm, hoặc có thể chỉ là do không có tình thương, làm cho việc tạo mối liên hệ toàn hảo bị thất bại, và lần này rồi lần kia trong quá khứ sinh ra những chuỗi hệ quả giống nhau

Không nên hiểu lầm điều ấy. Hiện tại chỉ lập lại việc đã xảy ra trong quá khứ ở kiếp này hay kiếp khác, khi sự phát triển bị chặn lại ở một điểm, nên chuyện đáng lẽ đã hoàn tất lại hóa dở dang. Đó là cách luật nhân quả làm việc theo ý muốn của Linh Hồn để hoàn thiện dụng cụ của nó. Nỗ lực cứ được lập đi lập lại mãi, để khiến phàm ngã thâm nhập được những đặc tính cần thiết cho việc phải làm vào lúc đó.

Như tôi đã nhấn mạnh nhiều lần, bạn chỉ nên nhìn vào quá khứ, bắt kể tính chất nó ra sao, như là thầy dạy và thất bại như là người dẫn đường, giúp bạn hiểu rõ hơn điểm yếu và nhu cầu tinh thần của mình. Một khi bất cứ bài học đặc biệt nào đã thấu đáo, việc lưu tâm đến quá khứ chỉ có giá trị khi dùng kinh nghiệm của bạn để giúp người khác trong trường hợp tương tự.

Xin có lời khuyên cáo ở đây. Muốn làm việc này hữu hiệu thì điều quan trọng là theo dõi chính mình chặt chẽ, và tránh không để phản ứng cá nhân chi phối lời khuyên mà bạn cho ra. Tuy nhiên khi bạn làm cho mình càng lúc càng nhạy cảm với tiếng nói nội tâm, bạn sẽ được hướng dẫn để tiếp xúc đúng cách với ai bạn muốn giúp đỡ, vì cần sự khôn ngoan để làm vậy.

Bạn phải nhớ chớ hề đưa ra điều mà bạn tin là chân lý cho người khác một cách giáo điều và quá đỗi hăng hái. Bá nhân thì bá tánh nên cũng có vô số con đường dẫn tới minh triết, thực vậy, có câu nói rằng 'Mỗi người có đường riêng của mình'. Hãy khám phá con đường riêng của ai bị đau khổ bằng cách đồng hóa với họ để cảm thông, rồi giúp họ tìm chân lý theo cách của họ, mà chớ hề tìm cách ép buộc họ theo con đường của bạn. Khi cảm thấy họ có thể sẵn sàng tìm đường khác với đường của mình, khi ấy hãy trưng ra điều bạn muốn chỉ cho họ.

Việc khuyến đạo gây hại nhiều hơn lợi. Ta không được tìm cách phá vỡ hàng rào, mà nhờ minh triết và tình thương, đôi khi ta có thể biến đổi chúng thành cửa mở dẫn tới khung cảnh quang đấng, rộng rãi hơn. Tôi nói với bạn điều ấy vì bạn phải học *cách* cho ra ai cần điều bạn đã nhận được. Nhưng cách cho luôn luôn là việc làm rồi trí người thiện tâm mới tập cho ra.

Một trong những trở ngại chính của việc phát triển óc tiếp nhận nhiều hơn và cởi mở hơn đối với chân lý là bị ràng buộc vào thành kiến, và chấp nhận không suy nghĩ việc diễn giảng ấu trĩ những biểu tượng được dùng để trình bày chân lý trong thời đại khác, lúc con người có trí tuệ chưa phát triển như ngày nay. Rất thường khi các biểu tượng này trở thành xiềng xích ràng buộc chân người đi tìm Thực Tại.

Ai bầu víu vào tín điều của bất cứ tôn giáo nào nên ý thức rằng, điều Thực Tại căn bản không thể được trình bày cho người có trí não trung bình bằng hình thức nào khác ngoài biểu tượng. Khi nhận thức của con người phát triển thì các biểu tượng này cũng phải thay đổi theo. Hệ quả là ai bám chặt vào lời diễn giải cổ xưa những chân lý vĩnh cửu, là đắm mình vào dòng năng lực sắp mất hết tính chất sống động, và đang dần dần có tình trạng tương tự như động mạch xơ cứng lại. Nhiều tôn giáo ngày nay gặp phải tình trạng này, và nhiều bệnh tật cũng là kết quả của người bệnh bám cứng vào ý niệm và thái độ mà, được những dòng năng lực nay đã suy thoái làm linh hoạt, lẽ ra phải loại bỏ.

Tính linh động, việc sẵn sàng chịu thay đổi, thích nghi với hoàn cảnh và ý tưởng mới, luôn luôn tìm những gì có ý nghĩa tinh thần, phổ quát hơn, theo quan điểm sâu xa hơn – , là điều phải có trước tiên cho sự tăng trưởng và cho sức khỏe.

Khuynh hướng bầu víu vào quá khứ, như bạn đã biết, là một trong những nguyên do của nhiều nỗi khó khăn của bạn. Đôi khi tôi thấy bạn vẫn như bị chôn chặt trong cái kén thật sự gồm những định kiến. Bạn càng để cho những định kiến này khống chế mình chừng nào, việc thoát khỏi chúng càng khó chừng đó. Vật chất đã hóa thạch, bao kín, thành khuôn rắn chắc, mà muốn tạc thành hình mới bắt buộc phải giáng những đòn mạnh, bởi cái kén phải bị phá vỡ trước khi con bướm (tượng trưng cho Linh Hồn) có thể chui ra.

Làm sao bạn có thể giang đôi cánh trong ra mặt trời khi chúng vẫn còn bị ép vào hai bên thân do những ràng buộc của niềm tin sai lạc, mê tín, nỗi sợ hãi làm mù đầu óc, và tẻ hơn hết, việc đồng hóa với cá tính trọn cả đời khi xưa mà nay không cần là vậy nữa ?

Bây giờ, chót hết bạn có thể khởi đầu việc bạn được tự do. Trọn chỉ dạy tôi đưa ra cho bạn là để giúp giải thoát bạn và những ai tương tự khỏi hình thức giam hãm này. Chính cái ảo tưởng chết người của nhân loại về sự sống và ý nghĩa thật của sự sống, làm ngăn cản không cho ta mở lòng đối với các lực giải thoát và tân tạo.

Hãy buông bỏ những ảo tưởng của bạn. Thời điểm cho bạn khởi sự sống tích cực hơn, thực tế hơn, lạc quan hơn là ngay bây giờ. Tôi quả quyết với bạn, như đã làm thường khi trước đây, rằng bạn sẽ có được sức mạnh và khích lệ từ mỗi nỗ lực chân thật bạn làm, vì mỗi điều như thế sẽ giúp bạn liên hợp chặt chẽ hơn với cái Nguồn chung cho mọi sức mạnh và năng lực. Khi được tăng cường với những lực này về sức khỏe tinh thần, bạn sẽ có khả năng tạc những hòn đá của hiện tại thành đền thờ sáng chói cho tương lai.

Tôi biết bạn vẫn còn xem ấy là chuyện khó tin, nhưng đó chỉ là bởi có những lúc bạn e sợ điều mà tương lai mang đến, tới mức bạn không thể cho mình được tự do, và ngay cả sau khi chúng ta đã cùng nhau thảo luận, bạn vẫn tiếp tục phí phạm ngày giờ và năng lực tìm cách xuyên thấu bức màn che đậy nó để được trấn an. Nhưng tại sao bạn không thể thấy rằng tương lai luôn luôn ở trong tình trạng được tạo tác mỗi ngày từ tư tưởng hành động và quyết định của mình ?

Cơ hội lớn nhất cũng như hy vọng của người nằm trong khả năng tái tạo và tân tạo chính mình, và do đó vận mạng của ta. Tôi luôn luôn tìm cách làm bạn lưu ý tới điểm này, vì nếu bạn thực lòng quyết định phá bỏ cái kén cũ xưa, bạn phải ngưng không nghiền ngẫm hình ảnh bất toàn của mình mà bạn đã tạo nên, do sự yếu đuối, thất bại và thiếu sót trong quá khứ. Bạn – cái phàm ngã – nếu muốn từ nay có thể được hướng dẫn từ cái tâm quyền lực ngụ trong người bạn, và có thể chuyển hóa mọi lực tiêu cực vẫn còn khổng chế bạn

thành lực tích cực cho sức khỏe và sự tái tạo. Hiện tại là của bạn, hãy sử dụng nó. Nó là nơi mà tương lai của bạn được tượng hình.

Vậy hãy xác định không ngần ngại rằng tương lai thực sự là của bạn để tạo tác và xây dựng. Chỉ có riêng bạn, trang bị với những năng lực mang lại sức sống của Linh Hồn, là có thể tạo nên nó thành hình dạng vô cùng thanh bai hơn trước kia, thành vật mỹ lệ và giá trị. Giống như đặc tính và khả năng hiện tại của bạn là kết quả trực tiếp của những nỗ lực đã làm trong quá khứ, không phải suy ra thì nếu chọn bạn có thể nuôi dưỡng hạt giống còn tiềm ẩn trong người, để chúng có thể nở hoa trong tương lai thành quyền năng lớn lao và tốt lành hơn bạn biết sao ?

Thế thì hãy ngưng ngay từ phút này, đừng giống như biết bao kẻ đương thời với bạn khăng khăng đồng hóa mình một cách vô minh chỉ với vật chất đậm đặc, và hệ quả là hoàn toàn bị sự xáo trộn và tranh chấp chi phối, những điều tạo nên sinh hoạt bình thường của con người. Chúng sẽ luôn luôn cầm giữ người cho đến khi họ có được hiểu biết tinh thần đối với ý nghĩa của việc, và nhận ra chúng là những lực không thăng bằng trong bản tính mình. Chỉ khi ấy họ mới khám phá làm sao có thể đạt được bình an dưới thế.

Bạn đã bị chúng giam hãm trong bao kiếp qua, và trong bao nhiêu năm ở kiếp hiện tại. Nhưng nay đã tới điểm mà bạn có thể giải thoát cho mình. Việc không thể thực hiện bằng một nỗ lực tốt đỉnh, mà bằng hàng trăm sợi chỉ mỏng manh, do chính bạn tạo như con nhện giăng tơ, mỗi ngày và tất cả ngày trong mọi hoàn cảnh. Đó là những sợi mà cuối cùng sẽ thành cây cầu nối liền bạn với Chân ngã bất cứ khi nào trong trí não bạn muốn băng qua nó, để tới cuối cùng bạn có thể qua đó không gặp trở ngại và bước vào trạng thái minh triết, nhiều sự sáng hơn bạn chưa hề biết.

Khi ấy và chỉ khi ấy mà thôi, bạn sẽ ý thức mục đích của kỷ luật dưới dạng đau khổ và thất chí bạn đã kinh nghiệm trong kiếp này, và cảm tạ là đã phải trải qua chúng.

## CHƯƠNG XIII

Đừng để bạn bị xuống tinh thần do tuyệt vọng nhiều lần về mức tiến bộ chậm chạp của mình, và giận dữ với chính bạn vì dù tập luyện những bài tập tôi đề nghị với bạn mà ít khi thành công.

Tôi biết có lúc bạn cảm thấy rằng nỗ lực thực hành lại khiến bạn đau khổ thêm và mang lại nhiều thử thách nặng nề hơn; bạn cảm thấy rằng với mỗi bước tiến bạn phải lùi hai bước; rằng càng sâu vào thì thung lũng càng hóa đen tối hơn và mỗi lần lên tới một đỉnh cao, vượt qua một khúc quanh thì một đỉnh khác cao hơn xuất hiện, và con đường mà bạn đi lộ ra là uốn lượn không ngừng trước đôi mắt mệt mỏi rã rời của bạn.

Tuy nhiên về nhiều mặt đó là dấu hiệu tốt lành. Nó cho thấy có sự vận hành và tăng trưởng của ý thức lớn lao hơn. Nếu không có tiến bộ bạn hẳn sẽ không thấy khung cảnh mới này cho dù nó làm bạn hoảng hốt. Vì vậy, có thức tỉnh gia tăng đối với chuyện còn phải làm là lý do để hy vọng hơn là tuyệt vọng. Bạn đã học nhiều về những gì tới nay vẫn chưa biết; chẳng những nguyên do thực của bao vấn đề của bạn, mà việc có giá trị vô kể hơn nữa là trong bất cứ tình huống nào, nó có thể kêu gọi sự hướng dẫn và sức mạnh của Linh hồn bạn, và ngay cả kêu cầu những vị trông chừng nhân loại từ những cõi cao với tình thương sâu đậm cùng lòng thông cảm, và luôn luôn đáp ứng với lời kêu cầu chân thành xin trợ giúp.

Vì bạn đã tới một giai đoạn có ý thức nhiều hơn bao giờ hết so với trước kia về khuyết điểm và nhu cầu của mình, thất bại hóa ra có ý nghĩa quan trọng nhiều hơn. Nhưng đây chỉ là một giai đoạn mà thôi, cho dù bạn nghĩ là nó kéo dài ra sao và đen tối thế mấy. Nếu bạn tiếp tục dần bước thì nó sẽ bị vượt qua và nằm lại đằng sau. Thung lũng tối đen cũng phải có lúc chấm dứt.

Hãy nhớ, ánh sáng xóa tan bóng đen và ngay nơi đây vào lúc này, ánh sáng tràn lan quanh bạn luôn luôn ngay cả khi bạn ý thức rất ít điều ấy. Khi, bất cứ lúc nào có thể được, bạn không chú tâm vào những khó khăn và thất bại và kêu cầu ánh sáng bao trùm vạn vật này, nó sẽ chiếu rọi con đường trước mặt trong lúc bạn tiến lên.

Như chúng ta đã thấy trong những bài nói chuyện trước đây, việc chủ tâm hướng vào bất cứ một khía cạnh đặc biệt nào của sự sống sẽ lôi kéo bạn về nó và nó tới bạn. Vì vậy điều quan trọng là chỉ hướng tâm vào những gì Chân, Thiện, Mỹ, các lực mang lại sự hòa điệu

và sức khỏe. Đương nhiên điều này áp dụng cho bất cứ hình thức sinh hoạt nào, vật chất, trí não cũng như tinh thần. *Bởi chỉ có một Sự Sống và một Luật.*

Hãy thử xem lại người lực sĩ. Ai quyết định tập luyện cho một môn thể thao nào phải trải qua việc tập dượt lâu dài và khó nhọc. Họ không thể trở thành tay đấu võ quyền Anh hoặc lực sĩ điền kinh chỉ trong vài tuần. Nếu không tập luyện trong nhiều năm, cho dù anh có thể cho là mình mạnh mẽ và có sức khỏe, khi bắt đầu tập luyện những bắp thịt chưa quen của mình, anh sẽ bị đau nhức dữ dội. Nhưng nếu nhất quyết đạt tới mục tiêu của mình, anh sẽ chấp nhận các khó nhọc tạm thời này, những đau đớn và căng thẳng về thể chất, và sẵn sàng có hy sinh khi cần như hy sinh về dinh dưỡng, thú vui, thời giờ. Thực vậy, trọn cuộc đời của anh sẽ phải chỉnh đốn lại và hướng tới mục đích của anh.

**Nếu người lực sĩ rút cuộc chỉ tập dượt cho mục đích phù du nhất, và theo đuổi giải thưởng tương đối không nghĩa lý mấy, lại sẵn lòng chấp nhận kỷ luật như vậy và có nỗ lực mạnh mẽ lâu dài thế đó, thì ta trông đợi gì nơi người có mục tiêu cao cả và trường cửu hơn, với phần thưởng là sự thành đạt to tát hơn, niềm an lạc tuyệt vời hơn bất cứ điều gì mà trí phàm có thể tưởng được ?**

Hãy nhớ, nỗ lực phải luôn luôn tương xứng với mục tiêu.

Nếu bạn thực tâm mong muốn được chữa lành ở mọi mặt, được cứu thoát khỏi ảnh hưởng của sự mù quáng tinh thần, thì có kỷ luật và quyết tâm không gì lay chuyển, khả năng tự vực dậy mỗi lần bạn vấp ngã là điều thiết yếu. Hơn nữa, vận cụ phải được rèn luyện để dùng, và việc này hiển nhiên cần thời gian. Giống như không một tòa nhà nào có thể xây trên sự hoang tàn đổ vỡ của dinh thự cũ, thì đầu tiên nhiều công việc dọn dẹp nền móng phải làm trước khi ta có thể khởi sự xây ngôi đền mới và cao quý hơn, mà muốn tồn tại lâu dài phải được dựng trên cấu trúc vững chắc hơn.

Vì thế, bạn phải xét tới những điều kiện mà nay bạn phải làm việc. Vì trong quá khứ, bạn chưa hề nghiêm chỉnh tìm cách đối phó với phản ứng bình thường khi thất bại, làm sao

bạn có thể mong thành công ngay lập tức trong nỗ lực này, là thực sự đảo ngược lại trọn cuộc đời của bạn ?

Khi cơ thể không được chú ý hoặc làm suy yếu vì bất cứ hình thức quá độ nào, ta phải dành nhiều thì giờ và nỗ lực hơn cho giai đoạn sơ khởi là chuẩn bị và tập luyện, và phần nào không quân bình sẽ cho phản ứng dữ dội hơn. Chuyện không may là tới nay, trong kiếp này cùng nhiều kiếp trước, bạn đã làm ngơ phần tinh thần của bản thân, và làm suy yếu lực kháng cự về thể chất và tình cảm, do chú tâm vào ham muốn cá nhân làm người khác bị thiệt thòi. Bạn phải đối đầu với nhiều hệ quả và chịu đựng chúng, và bạn sẽ cần có lòng kiên nhẫn lớn lao, điều đặc biệt khó khăn so với tham vọng và sự hăng hái đặc biệt của bạn muốn thành công khi làm bất cứ chuyện gì.

Nhưng tôi đã khuyên cáo bạn khi trước là đòi hỏi chính mình quá nhiều lúc ban đầu, đổ xô tới mục tiêu thay vì củng cố từng bước một, thì đặc biệt nguy hiểm cho việc làm loại này. Tính nóng lòng muốn có kết quả có nghĩa là động cơ che giấu của bạn đáng ngờ và không chừng là do lòng kiêu căng, hãnh diện tinh tế. Hãy suy ngẫm về những điều tôi vừa nói. Yếu tố quan trọng là động cơ phải trong sạch, không nhuộm khuyết điểm cá nhân càng nhiều càng tốt, vì nỗ lực mà bạn sẵn lòng thực hiện lúc này là bước quan trọng nhất mà con người có thể làm; nó là điểm quanh của trọn những kiếp dài đi từ cõi trần lên thiên đàng; vì vậy điều thiết yếu là phải có thái độ khách quan và quân bằng ngay từ khởi điểm.

Đây là điều mà Chân Nhân khoác xác phàm đang cố công đạt tới, nó uốn nắn phàm ngã là vật mà từ xưa nay bạn gần như hoàn toàn đồng hoá với nó. Nhưng công việc của nó đặc biệt khó khăn do chất liệu từ kiếp trước mang lại. Những điều này gây trở ngại cho kinh nghiệm lúc đầu của bạn (xin nhớ lại lần nữa, là kết quả của chọn lựa trong lòng) và hóa mạnh mẽ thêm do sự thiếu hiểu biết của cha mẹ, thầy cô và sự khờ dại của chính bạn, như bạn biết rõ.

Vì các việc ấy và sự kiện là bạn chỉ khởi sự lúc gần đây chịu lắng nghe tiếng nói nội tâm của Linh Hồn, nên việc không tránh khỏi là những lực tiêu cực vẫn còn quá mạnh. Làm



sao bạn có thể mong sửa lại ngay tức khắc trọn tất cả những thói quen sai lầm về tư tưởng và hành động, thành hình trong bao năm qua của kiếp này mà từng đã có trước đó nữa ? Không sao mong có được và bạn cũng không bị đòi hỏi phải có.

Tuy nhiên bạn càng thành công trong việc giữ chặt lấy hiểu biết mà bạn đã có được về bản chất của Chân Ngã mình, cảm nhận hòa hợp với nó trong lòng chắc chắn sẽ lớn mạnh cho tới khi nó thành thực tại mãi mãi.

Vậy trong những giờ phút âm đạm mà bạn sợ hãi khi cái ngã bị cầm giữ tỏ ý chống đối, quay ngược với mọi lý thuyết và niềm tin, và cứng đầu lên tiếng:

- Tôi đơn độc, tôi yếu ớt và bất lực, tôi không là gì cả.

khi không có ý chí làm lành và ngay cả ước muốn làm vậy, khi cơ thể mòn mỏi bác bỏ Linh Hồn, chủ nhân của nó, biến mọi ngọt ngào thành chua cay do nuôi dưỡng bằng mỗi độc chất cay đắng và thù ghét còn đó chưa chuyển hóa trong phần sâu kín hơn của phàm ngã; khi ngay cả gương mặt của người thân trở thành mặt nạ, khi do tuyệt vọng bạn gào to:

- Ai sẽ cứu thoát tôi khỏi thân xác chết chóc này ?

hãy có cố gắng tốt cùng để nhớ lại trọn những gì bạn đã được dạy, và ý thức rằng đây là một phần của tiến trình chuyển hóa, dẫn tới sự giải thoát khỏi sự tối tăm mà bạn rơi vào.

Chỉ ở giây phút thấp nhất và yếu ớt nhất mới nên có xác nhận về sự hòa hợp với Chân Ngã. Vì nỗ lực làm vậy sẽ khơi lên nốt mà Linh Hồn luôn luôn đáp ứng. Dù có vẻ như không có gì xảy ra tức khắc, và sự tối tăm vẫn dày đặc không xuyên thấu, cái nốt không ngừng rung động và có ảnh hưởng, và ngay khi rung động này đủ mạnh, ánh sáng sẽ xuyên qua và quét sạch bóng tối, cái làm phần tâm thức thấp bị mù đi và trở nên hoang mang.

Hãy tự hỏi bạn trong những giây phút ngờ vực như vậy:

- Sự thực có bớt là sự thực chẳng khi nó vướng vào màng lưới những nghi ngờ ? Vàng thái dương có bớt chói lọi chẳng vì mây che phủ nó trước mắt ta ?

Không phải thế, và bạn cũng không bớt là Chân Nhân chói lọi và chân thực hơn chỉ vì tiếp xúc bị đứt đoạn do nhiều năm thiếu hiểu biết và hiện nay bạn thiếu sức mạnh cùng hiểu biết để kiểm soát hoặc vượt lên trên lớp sương mù đen tối của những cảnh giới thấp. Hãy nhớ, bạn và Linh Hồn của bạn đang làm việc chung hiện nay như một khối duy nhất (mà thực ra là vậy) trong việc phát triển sự hợp tác mãi mãi có ý thức. Cả hai đang tạo chiếc cầu bắc ngang qua hồ ảo giác giữa hai điều mà thực ra, *chỉ là một*.

Bạn không thấy rằng thỉnh thoảng bạn có thể cố tình bị phân cách, để được kích thích có nỗ lực tốt cùng nhằm vươn lên những cõi cao hơn sao ? Đương nhiên là không phải luôn luôn. Có nhiều nguyên nhân khác có thể mang lại một trong những lần đột nhiên có vẻ như bị cô lập làm bạn tuyệt vọng như thế. Nhưng dù cảm thấy bị tách rời ra sao đi nữa, nếu bạn tìm cách nhớ lại những chớp lóe ý thức đã tới với bạn từ cõi Thực Tại sẽ hữu ích. Vì một khi kinh nghiệm được chúng trong tâm thức thấp, chúng sẽ không bao giờ bị mất hẳn, mà là sở hữu còn hoài và vẫn khơi lại được. Chúng là những thoáng thấy của điều thực sự là di sản muôn đời của bạn.

Nhưng bạn đã chú tâm quá lâu vào những mục tiêu của cuộc sống mà việc đạt tới trạng thái chủ quan hóa khó hơn. Vì chúng tác động bằng vật chất thanh hơn, chuyện không tránh được là bạn sẽ thấy phải cần thời gian trước khi bạn có thể ý thức được chúng một cách hữu thức. Nhưng tôi có thể đoán chắc với bạn rằng chuyện này sẽ thay đổi, khi bạn tham thiền nhiều hơn về những thực tại lớn hơn còn ẩn kín này trong thế giới vật chất.

Mỗi nỗ lực bạn có để làm việc theo ý muốn của Linh Hồn, mỗi lần bạn cố tâm thay một tư tưởng phá hoại hoặc tiêu cực bằng tư tưởng tích cực và sáng suốt hơn, hoặc có tính sáng tạo và hòa điệu hơn, sẽ thêm một viên gạch làm tiến lại gần hơn cái kiêu mẫu lớn lao của Thọ Trời, đẩy mạnh việc tái tạo trọn cấu trúc là chính bạn theo mẫu thanh bai và cao cả hơn.

Chỉ khi nào cấu trúc mới này thành hình vượt qua đường lối của cái cũ, bạn mới có thể thấy được đường nét của nó rõ ràng hơn và ý thức được vẻ mỹ lệ và sức mạnh của nó. Rồi cuối cùng bạn bắt đầu thấy càng lúc càng vững tâm, và cảm biết chuyện gì đang xảy ra trong cuộc tranh đấu lâu dài, và bên trong sự tối tăm mà lúc này đôi khi thấy có vẻ không sao xuyên thấu và bất biến. Bạn sẽ không còn sợ hãi bụi do mảnh vụn rơi xuống, tiếng ồn của búa nện và máy khoan, là giai đoạn cần thiết cho bất cứ công trình tái xây dựng nào.

Vào lúc này bạn phải chấp nhận những giai đoạn ấy mù quáng ít nhiều; nhưng hãy tự nhủ rằng dù vẫn thấy mình bị đè bẹp bao nhiêu lần với cảm giác bị thiếu sót và thất bại, việc xây cất vẫn tiến hành. Tôi muốn nhấn mạnh với bạn lần nữa những gì tôi đã nói từ lúc ban đầu của những chữa trị này. Hãy cố gắng, khi bạn thấy mình bị đe dọa với nỗi thất vọng và cảm giác chật vật chống chọi lại khó khăn quá độ, giữ trong trí ý niệm bạn là một tế bào nhỏ trong Sự Sống rộng lớn hơn, là một với ý chí và mục tiêu của Thượng Đế.

Bạn càng thấy mình như thế rõ ràng chừng nào, bạn càng chắc chắn được thu hút vào tâm thức ngày càng rộng lớn hơn, và tham dự vào mục đích của việc sáng tạo nên con người – là cuối cùng khiến mọi chúng sinh biết chúng là một với Cái Đó, là tình thương, uy lực và an lạc. Thế thì tại sao bạn phải lo sợ hoặc thất vọng? Bạn đang trên đường tới mục tiêu.

## CHƯƠNG XIV

Còn có một ý nghĩa sâu xa hơn về sự đau khổ mà tôi chưa nói tới, nhưng tôi tin nay bạn sẵn sàng để xem xét ý tưởng tổng quát, cho dù bạn không hy vọng nắm được các hàm ý sâu xa hơn của nó, vì tôi chỉ có thể nói phớt qua bề mặt của đề tài bí truyền thâm sâu như vậy.

Ta hãy xem cái ý niệm căn bản là tính đồng nhất tuyệt đối của sự Sống. Chúng ta thường xem xét vai trò của những tế bào bên trong bất cứ một cấu trúc đơn nào, và sự kiện là nếu một tế bào ngưng không làm phần việc được giao phó của nó và gây rối loạn, ảnh hưởng dây chuyền mà nó sẽ có trên trọn khối có thể tai hại. Tương tự vậy, bởi tất cả sinh vật –

theo một nghĩa rộng – là những tế bào trong các thể rộng lớn hơn nhiều hay là các trung tâm của sự sống, mỗi sinh vật phải có ảnh hưởng đối với cái nhóm riêng của nó tùy theo phản ứng của nó đối với kinh nghiệm.

Tới nay con người quan tâm đến những nhóm của mình gồm có gia đình như là một đơn vị, và những ai mà họ có liên hệ chặt chẽ nhất trong suốt quãng đời, trong công việc, tiếp xúc xã giao và trên hết cả do tình thân. Vì vậy hành vi và niềm tin của họ tới một mức nào đó, phải ảnh hưởng tất cả những người này.

Nhưng điều thường không được nhận thức là Linh Hồn chính nó cũng liên kết với những nhóm rộng lớn hơn ở cõi của mình. Điều này có thể gồm những nhóm người hoặc đang có mặt dưới trần hoặc chưa tái sinh.

Nơi cõi trần, thành viên của một nhóm không nhất thiết phải cảm thấy rất thân thiết với nhau, hoặc ít nhất không hợp chung lại với nhau trong một khoảng thời gian dài; tuy nhiên các nhóm linh hồn thành hình nhờ hợp tác và có tình thân thiết qua nhiều liên hệ trong quá khứ, cả khi dưới trần và lúc chưa tái sinh, do đó dài hơn vô hạn định nhờ các điều vừa nói và những lý do khác có tính chất bí ẩn sâu hơn.

Mỗi nhóm Linh Hồn nối kết với những nhóm khác ở các cõi cao hơn, y như các nhóm dưới trần, và hệ thống này lan lên trên cũng như xuống dưới, ra ngoài trong trọn vũ trụ, đi lên tới cả những cảnh giới của đại thiên thần và có thể xa hơn nữa.

Hãy thử trong một chốc, tưởng tượng màng lưới tinh vi này, hằng hà sa số những tâm của sức sống thông minh, tâm này ảnh hưởng tâm kia nhờ vào sức chiếu tỏa riêng của nó, mỗi tâm đóng vai trò của nó trong trọn thiên cơ.

Theo cách tương tự vậy, đương nhiên là một nhóm trên trần khi làm một việc rõ rệt nào, có thể tỏa ra ảnh hưởng ra bên ngoài nhóm của nó đến những ai có cùng làn sóng và đáp ứng với nốt của nó, dù thành viên trong các nhóm chưa hề gặp gỡ nhau ngoài đời.

Trong thời đại này ảnh hưởng nhóm gia tăng hơn bao giờ hết, do có nhiều cách liên lạc mới. Báo, truyền thanh, truyền hình và trên hết cả internet đưa những vấn đề và tai họa

của thế giới vào đời sống của mỗi cá nhân. Hệ quả là năng lực mà cảm xúc mạnh mẽ hoặc tư tưởng mạnh mẽ hướng tới có thể tác động lên tình thế của con người thì không sao lường được.

Như ta đã nói trước kia, quyền lực sinh ra do quyền lợi chặt chẽ và do chú tâm, cả hai là một phần của kỹ thuật được người làm việc về truyền thông sử dụng. Kết quả là nó củng cố những dây liên hệ tinh tế giữa các nhóm và ai có thể cảm nhận, cởi mở đối với việc truyền tư tưởng cùng những ảnh hưởng ngoại cảm khác. Người nhạy cảm đặc biệt dễ bị hại, và những phương pháp truyền thông như vậy chỉ nên dùng bởi những ai muốn giúp đồng loại mình một cách tổng quát, và không bao giờ nên tạo áp lực đối với người khác, cho dù người truyền đi có thể nghĩ là nó có mục đích tốt lành. Có nhiều lời kinh, lời xướng đặc biệt có thể rất có hiệu quả khi được dùng đúng cách cho việc này để hướng dẫn những đường lực chữa bệnh, tình thương và sức mạnh tinh thần cho ai cần nó.

Như vậy nay bạn có thể nhận thức là kinh nghiệm tới một mức nào đó, cho dù với cá nhân chúng có vẻ riêng tư ra sao, lại đóng góp vào tổng khối kinh nghiệm của tổng hợp những sự sống hay cái nhóm nhân loại trên thế giới này. Nó là tổng hợp của việc hợp tác bên trong cũng như bên ngoài, giúp tạo nên điều được nhận ra là không khí của một thời đại.

Mỗi đơn vị riêng rẽ trong nhóm nhân loại trên thế giới này, ngoài việc trang trải nhân quả riêng của mình, cũng có can dự không tránh được với nhân quả riêng của nhóm họ, quốc gia, dân tộc và tình trạng của *trọn khối* tức phải kể luôn thế giới thiên nhiên vì họ là một phần của nó. Ta có thể nhận ra dấu hiệu của điều này tác động trong các thiên tai chung cho nhiều người như động đất, hoặc quốc gia bị bán loạn vì chiến tranh điên cuồng.

Có những ý nghĩa sâu xa hơn nhiều trong lời dạy về sự can dự của nhóm đối với đau khổ, mà bạn có thể khám phá khi tham thiền về trọn câu hỏi. Không ai có thể thoát được sự can dự này và trách nhiệm nó áp đặt lên mỗi đơn vị trong hệ thống rộng lớn, để cống hiến vào đó chỉ những gì tốt lành, xây dựng và được tình thương làm mạnh mẽ.

Ngay cả ai tin là có thể giữ cho mình tách biệt với thái độ trung lập và không tham gia, họ đã phạm luật thiêng liêng về tương quan đúng đắn, do việc người khác không có được điều mà họ có thể cung cấp; hệ quả là anh phải đền bù hành động ấy không trong kiếp này thì kiếp kia. Do chính hành động là sống ở đời, người ta mắc nợ ở mỗi mức, vì mỗi điều gì mà ta làm hay không làm đều có ảnh hưởng đến tình trạng của thế giới vật chất hoặc thanh nhẹ hơn, không những bằng hành động mà anh đóng góp, mà còn luôn cả việc phát ra tinh tế những đường từ lực, tiêu cực hoặc tích cực, xây dựng hoặc phá hoại, tốt hay xấu, truyền đi bằng thần giao cách cảm những động lực hay thông điệp trong trọn hệ thống.

Những điều này đương nhiên có nhiều hình thức. Thí dụ ở cõi trí đó có thể chính yếu là ý tưởng hoặc khái niệm, mà ai khác trên cùng độ dài sóng có thể bắt lấy và nhận nó là của họ. Nhưng chính ở cõi tình cảm những làn sóng ấy mới mạnh bội phần và nguy hiểm hơn nhiều, vì có đông người đang trụ vào tình cảm.

Nay bạn thấy làm sao việc quan trọng là canh giữ tư tưởng và tình cảm phóng ra không? Vì thời gian và không gian không có ý nghĩa gì đối với tư tưởng hoặc tình cảm linh động mạnh mẽ, ai trên cùng làn sóng trong thế giới có thể bị ảnh hưởng rất dễ dàng, chuyện xấu cũng như tốt.

Thế thì khi tâm tình bạn đến tôi, oán hận, chứa đầy lòng than thân và quan tâm quá đáng về vấn đề của bạn, bạn có thể như vi khuẩn làm lây ai khác không quen biết với bạn, ai ở trong trạng thái dễ cảm thụ, hoặc bên bờ vực thăm sâu. Tình cảm với năng lực mạnh mẽ như lòng thù ghét hoặc hung bạo lại càng dễ lây hơn nữa, và có thể tăng cường thái độ chỉ mới manh nha hoặc là tiềm năng nơi người khác đồng cảm với nó.

Mức trách nhiệm mà mỗi cá nhân gánh chịu trong bầu không khí, không phải chỉ chung quanh họ mà luôn cả thì giờ của họ, không thể phóng đại hoặc nhắc nhở cho đủ.

Nhân đây cũng nên nhớ rằng lực mà bạn phát ra cũng sẽ ảnh hưởng đến bạn không tránh được. Không có cách chi tránh được hệ quả của chúng, vì không có hành động hay tư

tưởng nào đủ mạnh để ghi lại vào không khí chung quanh, lại không cho ra ảnh hưởng nào đó lên cá nhân sinh ra nó.

Dĩ nhiên ta cũng cần xem xét khía cạnh khác của sự việc. Vào thời điểm quan trọng này, bạn và tất cả những ai muốn tìm cách giúp nhân loại được khuyến khích ý thức rằng tư tưởng mạnh mẽ và mỗi đáp ứng của bạn đối với nhu cầu có thể mang lại tốt lành ra sao.

Khi cố công vun bồi ý thức về nhu cầu của người khác, thiện chí, tình thân ái trong mối liên hệ của bạn, tình thương và sự hân hoan chấp nhận bất cứ kinh nghiệm nào như là phương tiện đi tới mục đích thiêng liêng, bạn sẽ đứng theo nghĩa đen giúp làm bầu không khí nhẹ nhàng hơn chẳng những cho riêng bạn mà còn luôn những bầu rộng lớn hơn, vì bạn có thể truyền đi sức mạnh và lòng can đảm bằng thần giao cách cảm, tới những ai có thể bạn không hề gặp nhưng vẫn ràng buộc với bạn, trong màng lưới tinh vi và vô hình này của kiếp người.

Nỗ lực ấy đặc biệt quan trọng hiện giờ vì có biết bao người đang gặp đau khổ về thân xác, tình cảm và trí não, do như tôi đã nói với bạn, sự căng thẳng mà nhân loại như một khối đang trải qua và ý thức lan rộng về nỗi đau khổ của đám đông trên địa cầu. Ít nhất nó sẽ giúp làm nhẹ bớt một phần nào đó sự dẫn vật, nếu có hiểu biết nhiều hơn về nguyên nhân của tình trạng, nhưng đặc biệt hơn là vai trò mà sự đau khổ có thể và thực sự đóng trong việc khơi dậy con người khỏi lòng thờ ơ lãnh đạm, và gọi nên ước muốn giúp đỡ và phụng sự. Thực vậy nó kích thích động lực tình thương và lý tưởng vẫn còn ngủ say

trong nhiều người. Nó cũng có thể cho con người ý niệm đúng mức để những bất hạnh của họ trở nên dễ chịu hơn, và xem ra ít bất công hơn.

Mà chuyện còn nhiều hơn thế ấy.

Ta đã có nói về một thí dụ nổi bật về ảnh hưởng mà sự đau khổ cá nhân có thể có trên mức độ thế giới, nhưng bạn chưa hoàn toàn ý thức trọn vẹn ý nghĩa của nó vì nó liên quan đến điều tôi gọi là nhân quả thế giới. Đó là khi những ai, do bị một khuyết tật đặc biệt nào đó, chẳng những vượt qua nó mà còn dành đời mình tìm cách làm nhẹ bớt số



phần của người đồng cảnh, hoặc bằng sự thí nghiệm của riêng họ hoặc bằng cách làm gương, dùng đời mình chứng tỏ là mặc dù có khuyết tật, họ vẫn có thể sống một đời sống tốt đẹp và hữu ích.

Cũng hãy nghĩ đến những tiến bộ lớn lao đã có về hiểu biết y khoa, do chữa trị vết thương mà chiến tranh hay tai nạn gây nên, và do việc nghiên cứu sâu rộng để tìm cách chữa bệnh hay có trong một vùng.

Như thế sự mất quân bình hoặc nghiệp quả chung tới một mức nào đó có thể được quân bình và giảm bớt nhờ sự đau khổ và hy sinh của số ít người. Ở đây tôi đề cập chỉ phớt qua một bí ẩn khác rất sâu xa mà ngay cả những nhà hiền triết cũng phải nhận là có rất ít hiểu biết, và để bạn dùng trực giác tìm hiểu.

Trong nỗ lực to tát trên khắp thế giới để giải quyết bệnh tật, bạn có thí dụ về lời dạy là động và phản động cân bằng nhau và ngược chiều; sự tâm tới sâu thẳm luôn luôn cần nỗ lực tương ứng để làm tăng ánh sáng. Nay bạn phải đối đầu với một thí dụ khác trong thế giới của bạn. Tính hủy hoại môi trường vốn là tính tự nhiên của người vì tư lợi, đang bắt đầu làm họ thấy mình phải lệ thuộc vào thiên nhiên ra sao, và ý thức rằng thiên nhiên cũng là một phần nội tại của mình. Điều này bắt buộc anh phải khởi sự bảo vệ và gìn giữ nó, nếu chỉ vì nhu cầu sống còn cho anh.

Những ai đang nỗ lực, như bạn đang làm, để có nhận thức và hiểu biết về ý nghĩa sâu xa hơn của mọi điều xảy tới cho họ và thế giới, chớ nên bao giờ hài lòng với lời giải thích dễ dàng và hiển nhiên về bất cứ hiện tượng nào, nhất là cõi tình cảm, nơi mà lực mạnh mẽ nhất và do đó có tiềm năng nguy hiểm nhất.

Còn một khía cạnh khác của đau khổ tôi đã nói ở trước mà nhắc lại đây cũng có lợi. Đó là thuyết nói rằng nhiều người bị đau khổ, có thể trước khi sinh đã cố ý chọn việc đau ốm để trả nợ lại cho cộng đồng, hoặc chỉ vì lòng từ ái. Nhưng còn có ý nghĩa sâu xa hơn cho hành động như vậy, và những sự hy sinh khác mà số ít người làm cho đông đảo người. Tôi chỉ gợi ý tuy nhiên nó có thể giúp bạn có được một thái độ quân bình hơn.

Phải chăng mục đích của người như vậy có lẽ là để giúp làm giảm, dù chỉ tạm thời, phần nào gánh nặng của điều ác chung mà nhân loại sinh ra từ bao thời đại trước, nay trở thành quá lớn và nhân loại khó giải quyết cùng chuyển hóa? Có thể nó đã được nhiều thánh nhân và đáng cứu thế, ta nghe kể, tự ý khoác lấy thân xác bị bó buộc kinh khiếp, hầu dạy con người cách sống khôn ngoan hơn và do đó tự cứu họ khỏi địa ngục do chính mình tạo nên?

Người ta nói rằng vào mỗi giai đoạn có khủng hoảng to lớn nào – như con người đang gặp phải ngày nay –, một số linh hồn tiến hoá cao tự ý xuống trần để giúp nhân loại qua được ảnh hưởng của những lực hủy diệt mà chính con người đã gọi nên. Những người nam và nữ ấy thuộc nhiều tôn giáo hoặc không màng chi tới đạo nào qua những hình thức đòi bại của nó; nhưng sự hiểu biết đích thực về các luật thiêng liêng có đó, nằm sẵn trong tim họ; họ được sinh ra trong ánh sáng của linh hồn, và động lực của linh hồn thúc đẩy họ có những hy sinh như vậy.

Nhưng lại còn những ý nghĩa sâu xa hơn về tình trạng bệnh tật và sự ác trên thế giới. Nó quá bí ẩn đối với sự hiểu biết của người vào lúc này, tuy nó có thể giúp bạn tham thiền về điều ấy.

Tình trạng có tính địa phương không? Có phải bệnh tật và bạo hành không có ở đây khi chưa có người, mà tăng ảnh hưởng của chúng với sự sống trên trái đất do lòng ham muốn và vô minh của người?

Càng xem xét những câu hỏi như vậy, bạn càng ý thức sự huyền diệu của những bí ẩn nằm sau bề ngoài, mà con người ở trình độ hiện giờ không nên mong nếu hỏi sẽ có trả lời gọn gàng. Nếu họ được cho những giải đáp như vậy thì họ có thể biết chắc là chúng không là câu đáp chính xác; bởi việc sử dụng chữ và câu, là điều không tránh được và là điều con người đặt ra, không thể nào diễn tả những ý niệm liên quan đến hiểu biết về chân lý mà họ chưa đủ sức để tiếp nhận.

Tuy nhiên vài gợi ý mà tôi đưa ra cho bạn trong những buổi chữa trị này, ít nhất có thể trong tương lai cho bạn nhãn quan rộng hơn về những vấn đề khổng lồ của nhân loại; và bạn càng tham thiền nhiều về chúng chừng nào, bạn sẽ bắt đầu nhận thức rằng không có đau khổ nào là hoàn toàn tình cờ hoặc vô ích. Luôn luôn có điều ta có thể học được từ đau khổ này, không phải chỉ có đương sự mà bằng cách này hay cách kia, luôn cả tâm thức rộng lớn hơn của một nhóm người.

Vậy hãy gắng càng lúc càng xem bạn như là đơn vị quan trọng chính yếu trong thiên cơ; một dụng cụ mà Linh Hồn của bạn tạo ra, không những để giúp cho việc chuyển hóa những lực tàn phá sinh ra do lỗi lầm khi trước của bạn, mà còn là tham dự vào một nỗ lực trọng đại hơn nhiều, trong nỗ lực chung do phần lớn nhân loại đang thực hiện một cách mù quáng và theo linh tính, nói về phạm ngã, nhằm chuyển hóa kim loại thấp thành vàng ròng.

Tôi nhấn mạnh lần nữa rằng khi bạn can đảm và vui vẻ chịu đựng nỗi đau khổ riêng của mình, khiến cho không làn rung động tiêu cực nào được phát ra ảnh hưởng đến bầu không khí trong thế giới của bạn, là bạn có thể trở thành ngay cả trong kiếp này một nguồn sức mạnh và ân phước, bằng cách hợp nhất trong tư tưởng với tất cả những ai đang tìm cách giúp đỡ nhân loại.

Đây là vận mạng cao cả. Hãy đọc lại nó trong những giờ phút tăm tối của đau đớn hoặc tuyệt vọng. Bạn có thể trở thành là một vớ bông hoa của nhân loại trong nỗ lực chung này, nếu muốn.

Cùng lúc hãy ý thức rằng không giống như người nam và người nữ trung bình bị đau khổ một cách mù quáng vì vô minh đối với mục tiêu ẩn trong bệnh trạng của mình, bạn đặc biệt được hưởng ân phước vì bạn đã có nhân quả tốt cho phép có hiểu biết rộng lớn hơn, và hơn hết thảy, có được khả hữu là kết hợp mình với những lực cứu chuộc từ Linh Hồn bạn.

Hãy có óc tưởng tượng khá hơn. Trong những lúc tâm tình đen tối thường xảy đến cho mình, hãy thử nhìn bạn như là một phần của điều thực ra là quyền năng thiên thần. Hãy

xem thấy nó tự mang vào mình gánh nặng của đời cho mục đích đã vạch, là nỗ lực làm sạch một phần nhỏ bé của trọn khối tích lũy đen tối mà nó đã tạo ra quanh mình qua bao thời đại. Vì bạn, và thực sự là mỗi con người, cao cả nhiều lần hơn những thể mà bạn đang tạm thời cư ngụ, và chuyện không tránh được là chúng làm giảm bớt quyền năng của con người thật.

Điều rất quan trọng là bạn cần ý thức điều này và rồi giữ nó trong tâm, vì nó sẽ khiến thái độ bạn thay đổi đối với những người khác cũng đang đau khổ trên trần. Tất cả các bạn bị giảm thiểu lại khi chìm vào những thể vật chất đậm đặc này. Một khi hiểu ra được điều ấy, nó sẽ khiến một trong những hình thức tệ hại nhất của lòng chia rẽ – là chỉ trích và lên án – không thể còn được nữa. Tôi đã nhấn mạnh với bạn điều này nhiều lần trước đây, nhưng việc loại trừ hành vi phá hoại ấy quan trọng đến mức tôi thấy cần phải nhấn mạnh trở lại, lần này rồi lần nữa.

Hãy tự nhắc mình, khi bạn sắp chỉ trích một ai, rằng bạn không biết chút gì về trình độ tâm linh của anh; anh có thể tiến xa hơn bất cứ ai chỉ trích họ nhưng không có được khả năng đích thực của mình hầu cho anh tập trung vào việc đối phó với vấn đề đã tránh né từ trước tới nay, hoặc những lực mà anh tái sinh với chủ ý tinh luyện nó. Hoặc anh có thể tình nguyện vào đời với mục đích rõ rệt là giúp đỡ ai đau khổ, bằng cách đến với họ trong cùng tình trạng.

Chỉ có chân ngã mới biết được lý do thực sự tại sao phàm ngã lại như nó là. Chân ngã cũng biết cận kề từng chút một giới hạn của phàm ngã và tiềm năng của nó. Nhìn như vậy thì bạn có thể tin chắc rằng nó không bị đòi hỏi điều gì, không gánh nặng nào trao cho nó mà phàm ngã không đủ sức đối phó, một khi nó biết kêu gọi cái quyền năng vô tận của thiên tính mà nó là một phần không thể tách xa.

Cũng hãy nhớ điều này khi cảm thấy bạn bị thử thách vượt quá mức chịu đựng, và tin rằng bạn đã tới điểm sức cùng lực kiệt. Luôn luôn có những nguồn năng lực tinh thần mà bạn có thể xin được trợ giúp.

Hãy đọc lại câu chuyện dụ ngôn về tài năng. Hãy cố gắng xem bạn như là một tài năng. Bất kể môi trường mà bạn được đặt để vào – hoặc đúng ra là đã được đặt trong kiếp này – dù nó sang hay hèn, tình trạng vật chất tốt hay xấu, điều kiện của bạn nên được xem như là quà tặng của thiêng liêng mà bạn, con người thật bên trong thân xác, được cho để dùng một cách khôn ngoan và xây dựng theo khả năng của mình, và phải tìm cách làm tăng giá trị của nó bằng sự hiểu biết, minh triết và khả năng tỏa ra tình thương vào môi trường của bạn ngày càng nhiều hơn.

Vậy hãy gắng làm mỗi phần việc, đối đầu với mỗi vấn đề dù nhỏ thế mấy, như thể nó có tầm quan trọng sống chết cho Trọn Khối. Rồi, mới đầu chậm rãi, nhưng không tránh được là bạn sẽ dần ý thức càng lúc càng nhiều những tiềm năng nằm sau các thất bại và khuyết điểm của phàm ngã, tuy tới nay chúng vẫn còn tiềm ẩn và không được nhận biết.

Nhờ dần dần chuyển hóa căn nhà ngục tù là hình thể, bằng cách mở rộng tâm thức của bạn nhờ quyền năng của linh hồn, cho đến khi cái bất toàn và giới hạn không còn thể cầm giữ nó được nữa, bạn sẽ tạo một nơi cư ngụ rộng lớn hơn nhờ năng lực chuyển hóa là tình thương, sự biểu hiện chân thực của Linh Hồn bạn, trong đó mọi đặc tính có thể hiện hữu chung với nhau một cách hòa hợp.

Chỉ tới khi ấy một phàm ngã mới sinh ra có thể tỏa rạng niềm hoan lạc bắt nguồn từ quyền năng vô tận cuối cùng tìm được chủ đích của mình, là con người hoàn toàn tuân phục linh hồn, là tình thương và là Thượng Đế.

## **CHƯƠNG XV**

Có một nét đặc biệt của MTTL mà mọi chữa trị tinh thần đều dựa trên đó, tuy bạn không thể hiểu và đừng nói là có thể chấp nhận được, nhưng dầu vậy nó không để cho bạn được yên.

Việc không có gì ngạc nhiên khi bạn tìm cách giải quyết một trong những bí ẩn siêu hình lớn lao nhất bằng những khả năng trí tuệ. Tôi cũng không thể cho bạn lời giải đáp có thể làm trí tuệ thỏa mãn hoàn toàn.

Bạn hỏi: 'Sự hòa nhập huyền bí mà bao nhiêu huấn sư nói tới khi cuối cùng giọt nước hòa vào biển cả là gì ? Đó có phải là kết cục cho tất cả những nỗ lực của con người, những đau khổ, tranh đấu, để mất hết ý thức về chính mình, mất luôn chính cái Ngã mà anh được kêu đi tìm ? Nếu cuối cùng là tất cả hòa vào làm Một, trong trạng thái tuyệt đối không phân rẽ, vậy đâu là người thương yêu và đâu là điều/người được thương yêu ? Làm sao hiểu được ý niệm thương yêu mà không nói tới thuyết Nhị nguyên ? Có tình trạng mà chỉ có việc tiêu tán là kết quả chót hết của tiến trình không thể nghĩ bàn trải qua bao thời đại, mà ta gọi là cuộc tiến hóa không ?'

Những câu hỏi ấy đã được nêu lên từ khi con người bắt đầu đi tìm cái chân lý tối hậu về chính mình, vận mạng của mình và của vũ trụ. Việc nêu lên những thắc mắc này là điều tốt lành và chính đáng, vì tinh thần con người mở lớn bằng cách thăm dò vượt ra ngoài điều không biết, bằng cách vươn ra hết sức mình, tranh đấu không ngừng để vượt qua được giới hạn của nó.

Cùng lúc ấy, dần vật mình là điều vô lý như bạn vẫn đang làm. Như tôi vẫn thường nói, làm sao điều gì bất toàn và non sót như trí năng lại có thể bắt đầu hiểu được những bí ẩn của mục tiêu của cái Toàn Thiện và cái Vô Giới Hạn ?

Những ai thuộc các giáo phái khác nhau, nói rằng họ có thể cho câu trả lời hữu lý về câu hỏi mà bạn nêu ra, là có lòng cao ngạo tinh thần, lớn như cao ngạo của ai cho là vì không tìm được bằng chứng vật chất nào về sự hiện hữu của Thượng đế, vậy thì không có Thượng Đế. Người sáng suốt thực sự là người luôn luôn sẵn sàng nhìn nhận giới hạn của mình.

Trở lại những khó khăn của bạn. Sau khi nhìn nhận rằng chân lý tối hậu nằm ngoài khả năng của bất cứ sinh linh giới hạn nào có thể hiểu được, chuyện vẫn khả hữu là người ta có thể đạt được phần nào lớn hơn về thực tại bằng vài phương pháp tham thiền, bằng sự học hỏi, bằng cách nêu thắc mắc về Sự Sống, tìm cách giải mã những câu nói đầy biểu tượng của bậc hiền triết, nhưng có lẽ hơn hết thảy, là bằng ước nguyện. Những ai đã phát triển khả năng là có cái nhìn bên trong và trực giác có thể nhờ các phương tiện này kêu

gợi sâu trong lòng mình làm bùng lên sự tỏ ngộ bất ngờ, xuyên thấu tâm linh. Vì có lời dạy rằng Sự Sống Duy Nhất *trụ trọn vẹn chính nó* trong mỗi mặt của mình.

Với đa số người đây là câu vô nghĩa, nhưng hãy cứ tham thiền về nó.

Bạn hoang mang với câu nói rằng giọt nước hòa vào đại dương. Nó là gì ngoài là một ẩn dụ ? Cũng có lời rằng cuối cùng đại dương làm cho giọt nước được tràn đầy. Chuyển hóa không giống như là tiêu tán thành hư vô. Nếu giọt nước có thể hóa lớn rộng cho tới khi trở thành đại dương, hay nếu đại dương theo cách thức nào đó không hiểu được, tuôn hết trọn tâm thức của nó vào một hạt nguyên tử đơn độc, thì có phải là hạt nguyên tử ấy có được lợi ích vô tận không ? Tất cả những ẩn dụ loại ấy trưng ra chân lý và dùng biểu tượng theo thời gian, không gian, và hình thể, nhưng Thực Tại nằm ngoài chúng. Và cũng có lời là *Hãy trở thành điều bạn là, rồi bạn sẽ hiểu.*

Giống như trò chơi trí tuệ sẽ không bao giờ giải quyết được vấn đề nào liên quan đến ý niệm về Thực Tại hay Chân lý Tối hậu, vậy tại sao tuyệt vọng ? Bạn vẫn còn chưa bắt đầu phát triển những khả năng mà chỉ nhờ chúng con người mới có thể vượt lên trên bằng đôi cánh tinh thần, được mang vào các tầng trời mà rất ít người có ý niệm. Nhưng các cánh giới ấy cũng không gì hơn là cái bóng, ánh phóng chiếu, chỉ là ranh giới của Thực Tại.

Tuy nhiên, đọc sách về những nhà thần bí cao cả hẳn phải cho bạn thấy là bức màn che dấu chuyện huyền linh không thể biểu lộ, thì không phải là tuyệt đối không xuyên thấu qua được.

Những ai đi tìm chân lý với tình thương và lòng tôn kính cùng với minh triết, đã đạt tới ý thức to lớn hơn về vài khía cạnh của Thượng đế, hơn bất cứ ai khác thám hiểm mặt tâm linh.

Nhưng không ai trong nhóm thực sự thành công trong việc nói về điều mà họ biết ngoài trừ những chữ rời rạc, biểu tượng và thí dụ tương tự mà chính họ tự nhận là hoàn toàn không tỏ lộ ra chút gì về thực tại họ đã thoáng thấy mơ hồ.



Mà ngay cả những thoáng thấy mờ nhạt đó chỉ đạt được sau nhiều năm, có khi phải sau cả đời tận tụy không ngừng tìm kiếm và theo những phép thực hành cùng kỷ luật tinh thần mà tôi đã phác họa sơ sài cho bạn. Thế nhưng điều hiểu biết rằng ai đi tìm đạo như vậy đã có thể đạt tới những tầm nhìn cao, có thể gợi hứng cho bạn lòng can đảm và hy vọng. Sự kiện là trong kiếp này, bạn cảm thấy có lòng nung nấu muốn hiểu, cho thấy cuộc tìm kiếm của riêng bạn không phải chỉ mới bắt đầu trong kiếp hiện giờ.

Trong thời hiện đại, ngay cả cái nhìn mờ nhạt ấy về bản chất tối hậu của Thực Tại là chuyện hiếm có, vì con người hiện đang lo việc phát triển khả năng trí tuệ chưa từng có trước đây. Vì vậy ai tiến hóa nhiều và nhạy cảm, phải chịu áp lực quá độ của giai đoạn

vật chất và hết sức hướng ngoại của cuộc tiến hóa. Giai đoạn ấy rồi sẽ qua. Nó hiện đang qua. Nhưng bạn cần nhớ rằng những chu kỳ lớn của việc phát triển phải mất nhiều năm mới tới đỉnh và lại cần thời gian lâu hơn khi suy tàn.

Đừng hiểu lầm rằng những điều vừa nói có nghĩa tôi phủ nhận tầm quan trọng thiết yếu của việc phát triển trọn vẹn những khả năng trí tuệ. Tất cả những ý tưởng và lý thuyết mới, ngay cả về tôn giáo và tinh thần, phải đi qua cái lọc của trí cảnh giác và phê bình hầu ước ao mơ hồ, hoang tưởng hoàn toàn và thiên kiến được loại bỏ, nhờ việc dùng óc phân biện và chọn lọc, nhưng đừng mong quá nhiều vào nó. Thái độ mà tôi đề nghị là như của một khoa học gia chân chính, đi kèm với vài tính chất của phương pháp dùng trực giác thần bí. Thực vậy, nhiều khoa học gia đang bắt đầu nhìn nhận là họ đã đi tới giới hạn của thế giới vật chất, và đứng trên đường biên của một thế giới khác.

Quả ấy là con đường sắc cạnh mà người chí nguyện đi tìm minh triết phải đi trên đó; nhưng anh càng ý thức việc ấy chừng nào, anh càng tiến bước an toàn chừng ấy.

Vậy đừng lo lắng quá đáng về giới hạn hiện nay, hoặc ngay cả về mức độ thực của tiến bộ của bạn. Làm vậy cho thấy có sự chú tâm quá nhiều vào phàm ngã. Câu trả lời là hãy bước đi và làm việc từ mức cao nhất bạn có thể đạt được trong mọi cảnh ngộ trực diện với mình, và bạn sẽ thực hiện được tốt đẹp.

Ai mong ước đạt tới đỉnh trong chỉ một lần băng lên núi là khờ dại. Nó chẳng có lợi gì nếu bạn làm được vậy, bởi không khí quá loãng khiến bạn không thở được. Thực vậy, chúng ta được nghe rằng ngay cả bậc tinh hoa của nhân loại, những vị nay không còn tái sinh, cũng như là những vị khác ở mức cao hơn trên thang tiến hóa, vẫn chưa biết gì về những cõi xa xăm là bản chất của Sự Sống Duy Nhất mà trên địa cầu lộ nó toàn vẹn nhất qua biểu hiện và năng lực của tình thương.

Cũng như không cần phải cảm thấy là những hiểu biết mà bạn vẫn chưa có là chuyện thiết yếu cho sự tiến bộ của mình. Ở những giai đoạn sớm của này, việc chú tâm quá nhiều vào những bí ẩn sâu xa còn có thể làm ngăn cản nó. Chú tâm quá nhiều vào những hiểu biết bí truyền cũng có tác dụng như vậy, vì nó không nhất thiết cho con người minh triết hoặc tình thương. Ở đây, việc của bạn là đối phó với những vấn đề thuộc giai đoạn hiện tại tiến hóa của mình một cách sáng suốt và hữu hiệu, với hỗ trợ tinh thần từ Linh Hồn ở mức mà bạn có thể kêu gọi được. Siêu hình học không là chuyện thay thế được cho việc sống đạo, tuy hiểu biết của nó có thể dùng như là gợi hứng và chỉ dẫn.

Chuyện lại còn có thể là bị lạc trong mê lộ của khoa này và do đó sao lãng bản phận tự nhiên nơi cõi trần. Đây là lỗi lầm mà có quá nhiều người chưa hiểu biết phạm phải, khi họ tìm cách chạy trước khi biết đi, đó là chưa nói tới việc muốn bay, và vì thế rơi vào hố tén điều, sự thật nửa vời và những ý tưởng sai lầm về vị thế tinh thần của họ, làm ngăn cản hơn là giúp đỡ họ để sống một đời sống tốt đẹp.

Vào lúc này bạn chỉ cần ý thức hơn bao giờ hết về những khuyết điểm riêng biệt và chướng ngại, từ bao lâu nay đã ngăn chặn không cho bạn tiến bộ đến một tầm nhìn quân bình hơn, và do đó lành mạnh hơn cho sức khỏe, là đủ. Cũng vậy, nay bạn ý thức nhiều hơn là đã sẵn sàng cố gắng đi một bước nữa, tách xa khỏi thái độ giả tạo xưa kia của bạn về sự chia rẽ, để tới nhận thức rộng lớn hơn.

Tuy vậy tôi muốn lưu tâm bạn một lần nữa là nay khi đặt chân lên con đường này, thỉnh thoảng bạn sẽ có được những cái nhìn thoáng qua về các trình độ tâm thức cao hơn, những giây phút bất chợt có khái thị, nhận thức rõ ràng hơn về việc cảnh giới thiêng liêng

thấu nhập vào cõi vật chất. Nhưng chớ hề tìm cách dùng lực để bước qua những cánh cổng dẫn tới các nhận thức ấy. Ban đầu những kinh nghiệm đó luôn luôn đến như là quà tặng. Chúng có thể đến trong lúc tham thiền, nhờ đọc sách, hoặc bằng việc chuyển hóa bất ngờ thần diệu của vật hết sức bình thường, khi có vẻ như chính Sự Sống vọt ra chào mừng bạn, để chứng tỏ cho bạn thấy là quả thật Nó có trong vạn vật.

Đối với bạn, có lẽ thiên nhiên và âm nhạc là phương tiện tốt nhất để có sự tỏ ngộ, vì ngôn ngữ này của chúng đánh động tim bạn nhiều nhất. Dầu vậy, cũng hãy nhận thức rằng cái thoáng nhìn như vậy luôn luôn được truyền đến phàm ngã từ chân ngã, nơi mà cảm nhận này có trong đó. Nó là hình ảnh báo trước sự kiện chân ngã hằng ảnh hưởng phàm ngã là ra sao cho mọi người.

Điều quan trọng chính yếu là việc tìm kiếm Thực Tại này phải luôn luôn được thúc đẩy bằng lòng hiến dâng cho lý tưởng cao tột nhất. Nó cũng phải luôn luôn được thực hiện với lòng kiên nhẫn và quyết tâm không hề suy sụp khi gặp thất bại hay tai ương, hoặc có lẽ là điều khó chịu nhất, là khám phá rằng một số suy diễn và lý thuyết của bạn đã dựa trên những suy đoán sai lầm.

Nhưng nó khó có thể xảy ra nếu bạn luôn luôn giữ trong trí rằng quyền năng mà bạn có thể kêu cầu là 'cái nhìn' của Linh Hồn khi đi tìm chân lý ở bất cứ mức nào. Vì tính chất đặc biệt của linh hồn là khả năng dự vào điều có thể gọi là kho minh triết, cho tất cả ai có thể lên tới cảnh giới để lấy được từ kho.

Nó là một lý do khác cho việc tại sao tham thiền đều đặn lại vô cùng thiết yếu; nó có khuynh hướng hòa hợp bạn với cảnh giới đó, bằng cách chú tâm vào bất cứ ý niệm hay giả thuyết nào mà bạn đang tìm cách làm sáng tỏ.

Và khi bạn thành công, kiến toàn kỹ thuật này thì bạn sẽ thành người thụ lãnh các lực tràn về từ những cõi khác và cao hơn.

Có lẽ cách tiếp xúc được những mức cao này là việc mê say tìm kiếm và tôn thờ chân lý, như của khoa học gia, hay của nhạc sĩ, nghệ sĩ, thi sĩ, tất cả những ai liên kết chặt chẽ với

cõi của những vị sáng tạo. Hoặc nó có thể nhờ tập yoga, những ai tập luyện nhờ hiểu biết các luật bên trong quản trị thân xác và trí não con người.

Tuy nhiên có lẽ thần bí gia (mystic) và những ai nhìn thấy Thượng Đế trong mọi tạo vật là người đạt tới nó dễ nhất, nhưng hơn hết thấy là ai thương yêu người khác. Dù tới đích bằng con đường nào, cuối cùng mỗi người đều tới được ngọn núi thánh. Có thể qua bao thời gian dài, người ta đi hết từng con đường một, và như vậy toàn thiện mình về mọi mặt.

Nhưng muốn tới đỉnh cao nhất của việc toàn thiện, có thể có được cho người trong thân xác và thấy được thoáng qua viễn ảnh của mỹ lệ, chân lý và vinh quang tuyệt vời, thì kỷ luật cá nhân và sự dốc lòng là điều thiết yếu tuyệt đối. Với phạm ngã vô kỷ luật và không thăng bằng, việc tập trung tư tưởng mạnh mẽ vào những cõi cao sinh ra áp lực có thể lớn đến nỗi người ta gặp rủi ro, là bị choáng ngợp vì những lực tuôn ra nơi đó, trừ phi họ khôn ngoan chuẩn bị mình trong nhiều kiếp để có thể gặp chúng từ trung tâm tinh thần của mình. Nếu chưa làm vậy anh có thể không chịu đựng nổi hình ảnh thần linh và nó còn có thể hủy diệt anh, như trong chuyện thần thoại là Semele bị hủy diệt khi nhìn thấy gương mặt của thần Zeus.

Tôi nhấn mạnh hiểm họa ấy nhiều lần trong những cuộc nói chuyện này, nhưng nó rất dễ quên. Không có đường tắt trong cuộc mạo hiểm này vào những vùng cao hơn của điều chưa biết. Bất cứ hình thức kích thích quá độ nào đều nguy hiểm, nên cốt yếu là có sự quân bình ở mức độ cao.

Ma túy hoặc tập luyện siêu hình có thể đưa ta đi xuống vào những hoang tưởng của tiềm thức chính mình, hoặc sâu hơn nữa vào những vùng đen tối mà nhân loại đã tạo ra trên con đường dài dẫn tới sự sáng. Tôi nhắc lại: *Không có đường tắt*, vậy chớ bao giờ để bạn bị lôi cuốn vì sự quá độ hoặc lòng nhiệt thành.

Sự chữa trị đích thực mà bạn tìm kiếm đòi hỏi có sự quân bình và hòa hợp; vậy làm sao nó có thể là gì khác hơn việc diễn tiến chậm chạp, vì nó cần có chuẩn bị từ từ của thân xác, tình cảm và trí não để thay đổi tất cả những thói quen và nhịp điệu trước kia ?

Những gì tôi cho bạn trong các chỉ dẫn sơ khởi này là đủ cho kiếp hiện sinh, và có thể luôn cho kiếp tới; nhưng chuyện ấy tùy thuộc vào chính bạn. Nay bạn ý thức là có bao nhiêu điều phải sửa chữa, bao nhiêu nên củng cố và bao nhiêu cần tháo bỏ.

Điều tôi cố công đạt tới chỉ là khiến bạn đặt chân lên con đường chân thực của việc chuẩn bị tiến bước liên tục, trên đường tới sức khỏe kiện toàn mãi mãi.

Nhưng tôi muốn lưu ý bạn thêm lần nữa là mỗi nỗ lực mà bạn làm để chữa lành chính mình như tôi đã dạy, phải mang lại kết quả. Bạn có thể ý thức điều này ngay cả trong kiếp hiện thời. Đó là hy vọng của tôi.

Quả thực bạn đã tiến xa trên con đường dẫn vào Đường Đạo. Chẳng bao lâu, nếu kiên tâm với nỗ lực của mình, bạn sẽ đến bước tới vì bạn có sự quyết chí trong tâm, niềm tin, can đảm và trên hết thấy ước nguyện là những điều tuyệt đối cần trong việc tìm kiếm như thế này.

Nếu những tiềm năng vừa nói không có sẵn trong phạm vi của bạn hiện nay, hẳn tôi không sao sao có thể có tiếp xúc chặt chẽ như thế này với bạn, cũng như bạn không thể đạt nhiều tiến bộ trong thời gian ngắn ngủi như vậy. Hãy tham thiền về điều ấy cho tới chúng ta gặp lại.

## CHƯƠNG XVI

Đây là kỳ trị liệu cuối tôi dành cho bạn, vì vậy tôi muốn nhắc bạn nhớ những điểm quan trọng nhất trong nỗ lực của tôi nhằm cho bạn thấy cách có thể có được sự lành bệnh theo đúng nghĩa của nó.

Nay bạn hiểu lý do tại sao bất cứ việc chữa lành nào, muốn được chân thực và lâu dài, phải thật sâu xa và đi đến tận gốc rễ tức không phần nào của trọn phạm vi mà không được kể tới; và muốn đạt được vậy thì bước đầu tiên là nhìn nhận nhu cầu là bạn cần kêu gọi một lực lớn hơn của bạn, tức là lực của Linh Hồn bạn.

Để làm được việc ấy, bạn phải học liên hợp mình với linh hồn, bằng cách dùng những phương pháp và kỹ thuật mà chúng ta đã học chung, và bằng cách có được khả năng nhận ra làn rung động của nó, và tuân theo động lực, khi chiếc cầu nối liền giữa hai khía cạnh con người của bạn hóa ra mạnh mẽ hơn, sẽ cho phép quyền năng và minh triết của nó tuôn tràn tự do và xây dựng hơn vào mỗi sinh hoạt của đời bạn ở mỗi mức độ.

Cố gắng chân thực mà bạn đã làm trong lúc tôi tiếp xúc với bạn sẽ chứng tỏ cho bạn thấy rằng điều này có thể làm được. Nó lại còn có thể cho cảm tưởng trong vài lúc hiếm hoi là tương đối dễ làm; nhưng tôi phải khuyến cáo bạn rằng sự kiện thỉnh thoảng bạn có thể lên tới những cảnh cao của tâm thức, phần lớn là do có tiếp xúc chặt chẽ với linh hồn của bạn, nhờ điều mà tôi chỉ có thể gọi là sự kích thích nhân tạo.

Điều này sẽ không thể kéo dài trừ phi từ nay trở đi, bạn theo một định hướng hoàn toàn mới cho mọi việc trong đời, tạo cho mình điều kiện để việc có thể diễn ra. Như bạn biết, nó nghĩa là làm sạch những đường kinh bằng công sức của chính mình trong phạm ngã, để cho ánh sáng có thể tuôn tràn và nhờ vậy đạt tới sự hợp nhất lớn hơn cho cùng khắp trọn con người của bạn.

Tôi đã khuyến cáo bạn nhiều lần rằng vào giai đoạn sớm sửa như thế này, bạn chớ nên mong đợi có kết quả ngay lập tức. Trong khi tiến trình tái định hướng và tái tạo diễn ra, chuyện không tránh được là sẽ có trở ngại và luôn cả những lúc đen tối dày đặc mà những nhà huyền học cao cả gọi là '*khô cạn*', làm cho khó mà chịu đựng hơn so với những kinh nghiệm lúc gần đây.

Khi điều này xảy ra, hãy nhớ rằng những giai đoạn đen tối ấy, giống như sự đau đớn trong cơ thể, có thể có giá trị thực sự bao lâu mà bạn hiểu nguyên nhân của chúng, và không để cho mình nản lòng nhiều. Bởi giống như sự đau đớn làm bạn ý thức là có gì đó không ổn, và báo động cho bạn đi tìm nguyên nhân và cách chữa, thì những giai đoạn đặc biệt khó khăn cũng là sự nhắc nhở, báo tin, kích động có thể thúc đẩy bạn có nỗ lực đặc biệt để khơi dậy chính mình, và với quyết tâm lớn hơn kêu gọi những năng lực này, chúng sẽ luôn luôn đáp ứng với lời kêu cầu chân thực để có thêm giúp đỡ và nghị lực.

Khi bắt buộc mình phải chú tâm vào đường sinh lộ thay vì chú ý vào vấn đề ở mức thấp hơn, bạn sẽ có thể đạt được việc có tiếp xúc thêm với linh hồn của bạn.

Cuối cùng, bạn đã chấp nhận sự kiện là con người có thể trở nên toàn thiện. Đây là một trong những bước sinh tử trên con đường đi tìm cái bản thể trọn vẹn. Mà bạn cũng cần giữ trong trí là để có được viên ngọc quý ấy, khi này hay khi khác bạn cần chuẩn bị để từ bỏ nhiều điều ít giá trị hơn, và có cố gắng thực lòng đi theo lời khuyên của những ai tiến xa hơn bạn về mặt tinh thần, ai mà qua bao thời đại, đã hiến đời mình cố công khai sáng nhân loại.

Nhưng ở đây tôi muốn nhấn mạnh rằng có hiểu biết về chỉ dạy của họ không mà thôi thì chưa đủ; ngay cả minh triết trong kinh điển hoặc gương của những Đấng Cao Cả cũng chưa đủ. Tất cả đều là chỉ dẫn vô giá vì chúng trưng ra những khía cạnh của con Đường *chung* và duy nhất đúng thực, dẫn tới việc thoát khỏi bệnh tật, đau khổ và tuyệt vọng.

Dẫu vậy các lời dạy này cũng có thể thành trở ngại và nguy hiểm, nếu người tầm đạo tự ràng buộc mình về mặt *tình cảm* hoặc cuồng tín vào bất cứ lời nào và gạt bỏ mọi điều khác. Điểm chính yếu là khi đã tìm ra cách riêng biệt thích hợp nhất cho tâm tình và quan điểm của mình, anh nên *sống nó*, áp dụng vào từng chi tiết nhỏ nhất của cuộc sống, dù xem ra không đáng kể thế mấy. Bởi trừ phi lời dạy có thể được kinh nghiệm trong hành động và thấy là có tác dụng, anh không thể biết là chọn lựa của mình đúng hay sai. Nói cho cùng thì điều này là thử nghiệm duy nhất có giá trị trong bất cứ thí nghiệm nào.

Một khi đã chọn con đường rõ ràng và phương pháp mà nó khuyến dụ được chứng tỏ là hữu hiệu, thì sự thành công của con đường tùy thuộc hoàn toàn vào việc thực hành lời dạy với lòng kiên nhẫn, chịu đựng, quyết tâm và *tin tưởng*. Tin tưởng, và tôi không có ý nói niềm tin mù quáng là điều cần yếu vì cho dù bạn vấp ngã bao lần, cho dù khó khăn mà bạn phải đối đầu có khắc nghiệt ra sao, và cho dù phải trải qua thời gian dài vô kể mới thấy được tiến bộ đích thức nào, bạn phải tiếp tục giữ tin tưởng là bạn, như bao con người khác, có thể *trở nên toàn thiện* và mục tiêu ấy có thể *đạt được*.



Hãy nhắc chính mình khi có nghi ngờ nổi lên, rằng mình triết qua các thời đại nhất quyết rằng con người là Phật chưa thành, và vận mạng của ta là trở thành Thượng Đế với ý thức trọn vẹn.

Vậy hãy bước đi vững mạnh trong thung lũng tối tăm, mắt dán chặt vào ánh đèn mời gọi đằng trước, trang bị với tất cả những gì bạn đã thu thập được, cho bạn sự hiểu biết và an lòng.

Bởi tới cuối bạn đã kinh nghiệm, dù chỉ trong một giây ngắn ngủi, không phải về lý thuyết mà là chân lý sống động, điều mà việc kết hợp với linh hồn bạn có thể mang lại.

Hiểu biết ấy không bao giờ mất đi trọn hoặc bị lãng quên, cho dù dĩ nhiên là nó có thể tạm thời bị áp lực của thế gian che khuất và chìm vào hư vô.

Dừng để chuyện ấy diễn ra nữa. Vì nó đã xảy ra cho bạn một lần trong quá khứ. Khi đó bạn có biết những chân lý này; bạn lại còn cố gắng hành động theo chúng. Nhưng bạn quên. Khói sương của ý chí, tham vọng, lòng thù ghét tràn vào và xóa tan mọi ký ức về đỉnh cao chói lọi và con đường đi tới chúng. Nhưng hiểu biết nằm che dấu bên dưới như là kho tàng bị đá rơi che phủ, cho tới khi cuối cùng Linh Hồn phải có một động lực mạnh mẽ, để nhu cầu cần được trợ giúp lớn đến mức làm sống lại ký ức mờ nhạt về những điều có lần đã biết. Ấy là lý do cho cuộc đời khó khăn của bạn trong kiếp này.

Có một thay đổi tâm thức trong kiếp vừa rồi của bạn xa đến mức làm cho ký ức mờ nhạt, và ước nguyện mơ hồ được khơi dậy trong tâm bạn từ thuở nhỏ. Nhưng việc cũng là do nỗ lực đặc biệt để gợi nhớ đã được thực hiện trong một kiếp trước, khiến cho bạn có thể có được giúp đỡ lúc này, và cho phép có phương pháp chỉ dạy đặc biệt qua một trung gian.

Có câu cách ngôn xưa nói rằng khi học viên sẵn sàng thì vị thầy xuất hiện.

Vị ‘thầy’ đó có thể có nhiều hình thức, như một chớp sáng làm tỏ ngộ, một đoạn văn trong sách, một người bạn chỉ đường. Nhưng bởi *chỉ những gì giống nhau mới hiểu được nhau*, chạy quanh đi tìm một ‘guru’ như nhiều người làm là chuyện hoài công.

Thường khi nếu có ai xưng là thầy thì họ không gì hơn là phản ảnh của lòng kiêu ngạo, hoặc kiêu hãnh thầm kín nơi người mong cầu. Trong bất cứ trường hợp nào, không phải phạm ngã hướng dẫn ai sẵn sàng nhận chân lý và chỉ dạy tới đúng chỗ, mà là Linh Hồn.

Nay bạn đã được cho thấy cách khởi sự tiến trình chữa lành bệnh hẳn cho mình. Bạn sẽ nhận được trợ giúp để có thể tiếp tục dùng thân xác này cho đến bao lâu mà nhân quả cho phép và linh hồn bạn thấy cần. Thực vậy, cho tới khi nào bạn tới cuối của điều gì bạn có thể đạt được trong phạm ngã hiện thời.

Trong lúc này bạn sẽ được hướng dẫn tới những ai chữa bệnh ở cõi trần, ai trong ngành y khoa mà bạn tin tưởng. Họ sẽ giữ cho bạn có đủ sức khỏe, cho phép bạn tiếp tục công việc của mình ở cõi trần cho tới bao lâu mà bạn cần.

Có một điều tôi muốn lưu ý bạn. Đừng tưởng rằng bạn hẳn phải độc đáo về mặt nào đó để có được kinh nghiệm mà tôi tạm gọi là sự trợ giúp và tập luyện nhân tạo; hoặc rơi vào ảo tưởng là bạn có được ân huệ đặc biệt. Trong cõi mà linh hồn sinh hoạt thì không có ân huệ. Không ai nhận được nhiều hơn hay ít hơn họ xứng đáng được nhận trong một lúc nào đó, trên chặng đường dài qua thời gian hay nhu cầu trong giai đoạn phát triển hiện nay của họ.

Trong bất cứ trường hợp nào, nỗ lực đặc biệt để có được liên lạc như thế này không hề chỉ làm cho phạm ngã của ai được nhận mà thôi. Mục đích của nó rộng hơn thế. Cơ hội đến với ai có viễn kiến và được họ nắm lấy; cơ chế thích hợp có sẵn và được họ dùng. Khi có nhu cầu lớn lao để đánh tan những lực của thuyết duy vật như thấy ngày nay, ta phải sử dụng mỗi vũ khí cho dù bất toàn ra sao đi nữa.

Tôi đã vạch ra là hiện giờ nhân loại đang ở điểm thấp nhất của thuyết duy vật, và vì thế đang trải qua một giai đoạn khủng hoảng trầm trọng chưa hề có. Nó có nghĩa là một điểm ngoặt trong cuộc tiến hóa, nếu đa số nhân loại có thể được khơi dậy khỏi lòng thờ ơ về mặt tinh thần, và có thể vươn lên nắm lấy cơ hội được giác ngộ mà cơn khủng hoảng như thế mang tới.

Nhưng mọi chuyện tùy thuộc là ai có viễn kiến có khơi đủ năng lực tinh thần để chống chọi với những lực đen tối của tham lam, tư lợi, bạo hành và mù quáng, bằng không những lực này có thể nhận chìm thế giới vào các tai họa khủng khiếp mà nhân loại chưa hề trải qua. Do ý thức về hiểm họa này mà mỗi hiểu biết tinh thần, mỗi thiện chí, mỗi tiến bộ về liên hệ sâu hơn và có kết quả hơn giữa các nước và cá nhân, nói tắt là mọi việc gì làm hợp nhất và có hòa điệu, được kích động và khích lệ bất cứ khi nào những vị trông coi và tìm cách hướng dẫn nhân loại nhận ra được.

Hệ quả là bất cứ ai có thể được khơi dậy khỏi việc chìm đắm vào cái tôi, thì được cho có trợ giúp đặc biệt và khích lệ để dự vào việc làm đích thực là sự cứu rỗi.

Đó là lý do trong những bài nói chuyện này, tôi thường xuyên nhấn mạnh đến nhu cầu cho bạn nhận biết và chấp nhận trách nhiệm của mình, như là tế bào trong cơ thể của nhân loại, và làm việc để biến nó thành tế bào mạnh khỏe tỏa ra ánh sáng và sức sống.

Đề nghị tạ ơn đối với tất cả những gì được nhận có nghĩa nay bạn phải làm việc không ngừng, để xứng đáng đóng vai trò ngày càng lớn lao hơn trong nỗ lực tinh thần vĩ đại này, nhằm cứu vớt nhân loại.

Bạn có khả năng làm được điều ấy trong môi trường chuyên biệt của mình, qua đó bạn có thể phổ biến hiểu biết về sự chữa lành đúng thực và chỉ dạy đã cho bạn. Bằng cách đó bạn cũng có thể giúp làm mở rộng những dòng suối tình thương và quyền lực hiện đang tuôn tràn vào địa cầu trong thời điểm này, nhằm củng cố tất cả những ai có thiện tâm hiện đang làm việc ở đây theo những đường lối của mình để hợp tác, dù họ có biết hay không, với mọi ai khác ở những cảnh giới cao hơn, ai đang chiến đấu cho nhân loại.

Và khi có vẻ như đó là công tác vô vọng, và bạn tuyệt vọng như sẽ thường thấy vậy với sự bất lực của chính mình và thiếu khả năng; khi làn mây đen tức những đau khổ của nhân loại đe dọa làm ngợp bạn, hãy nhớ rằng khi liên minh với lực của sự sáng là bạn cũng đang làm việc không những cho hạnh phúc và an bình lớn lao hơn kiếp sống của mình hiện giờ, mà còn luôn cả cho kiếp tới. Bạn không phải chỉ tìm cách làm toàn thiện

điểm linh quang nhỏ bé mà bạn là, hầu cho nó có thể chiếu ánh sáng vào thế giới tăm tối, hoang mang và hỗn loạn chung quanh bạn, mà còn để nó có thể thành tia sáng trong treo và chói lọi trong tương lai.

Hãy nhớ lại lời nói của đức Jesus mà tôi thường nhắc với bạn:

- Ai có sẽ được cho có thêm.

Khi bạn nỗ lực dùng trọn hiểu biết mà bạn kêu gọi giúp mình trên đường với quyết tâm, minh triết và can đảm nhiều hơn vì nhiều khi phải cần có can đảm, bạn sẽ phát triển khả năng nhận được nhiều hơn từ kho vô tận trong kho tàng vũ trụ của tinh thần.

Nay tôi, vị thầy mà bạn kêu gọi đến với mình do đã sẵn sàng trong tâm để chấp nhận và áp dụng cách chữa phổ quát cho mọi hình thức bệnh tật, phải rời bạn.

Nhưng sự thật là không lúc nào bạn không có thầy, trừ phi bạn tự tách rời mình khỏi Tiếng Nói nội tâm mà mỗi vị thầy và người chữa trị tâm linh là đại diện. Bởi tất cả họ là biểu tượng theo trình độ của họ những khía cạnh của quyền lực cứu rỗi lớn lao, điều vốn khởi sự ngay từ đầu con đường của nhân loại trong vật chất đậm đặc, để giải thoát họ khỏi vòng vô minh của nó. Tiếng của chúng nói qua mỗi linh hồn riêng rẽ đến phạm ngã đã học cách chăm chú lắng nghe; thực vậy, về một mặt nào đó, tất cả chúng là âm vang yếu ớt của một Tiếng Nói, của nhà y sĩ thiêng liêng, Bò Đè tâm.

Trọn nỗ lực của tôi trong những bài giảng này là khiến bạn tiếp xúc với tính chất đặc biệt của bạn trong Tiếng Nói phổ quát ấy. Công việc của bạn từ nay là giữ cho đường liên lạc rộng mở.

Linh hồn của bạn, vị thầy của riêng bạn, quả thực còn gần hơn tay chân và hơi thở, sẽ không bao giờ rời bạn, cho dù bạn có thể làm ngơ nó. Làm sao nó bỏ rơi bạn được? Nó là cái ngã đích thực của bạn.

Vậy hãy trụ càng thường càng tốt vào chỗ yên lặng, để tập cho tai trong lòng phân biệt được giọng nói này trong những tiếng kêu gào tranh nhau bên trong và bên ngoài bạn.

Hãy học cách hướng về độ dài sóng này để khi cần bạn luôn luôn có thể dễ dàng tiếp xúc với một phần của chính bạn, sáng suốt hơn phàm ngã, là điều bạn bị chôn sâu trong biết bao thời đại.

Nhưng khi bạn lắng nghe, xin hãy nhớ lời khuyên cáo khi trước của tôi. Trong một thời gian dài tới đây bạn phải giữ để không nghe những gì mà các khuynh hướng trong con người bạn muốn bạn nghe. Hãy dùng trí thông minh, lương tri cũng như là trực giác của mình. Bạn đều cần hết chúng để ngăn không cho những ước ao, sợ hãi và hy vọng làm nhòa thông điệp.

Tới cuối, nếu trí chí, giọng nói đến với bạn trong giai đoạn ngắn ngủi này bằng âm điệu và ngôn ngữ của cõi trần, sẽ được thay bằng Tiếng Nói mà sẽ không bao giờ rời bạn.

Đôi lúc khi cảm thấy mình bị tách lìa hoàn toàn, không thể hướng về, hoặc ngay cả không muốn làm vậy do tính trọng trực của tình trạng vật chất, hãy cố tâm nhớ lại tất cả những gì bạn đã được dạy; cố gắng đứng qua bên những lo lắng của phàm ngã và đi tìm nguyên do của trở ngại này, vì bạn có thể biết chắc một điều là chắc chắn nó sinh ra từ đâu đó trong bản ngã của bạn. Thế thì chớ bao giờ trách móc những điều kiện bên ngoài hoặc người khác. Chỉ ai vô minh mới làm vậy.

Tôi xin rời bạn với lời trấn an cuối cùng. Nếu bạn trí chí áp dụng những cách khác nhau mà tôi đã đề nghị cho dù có trở ngại, cuối cùng chắc chắn bạn sẽ có thể hòa được vào độ dài sóng của Linh hồn bạn. Sau đó bạn lại có thể tiến lên mức cao hơn, do tiếp xúc thêm với nó. Bởi như tôi đã khẳng định nhiều lần, cũng như bạn là phàm ngã nỗ lực đi lên cõi mà linh hồn bạn sinh hoạt, thì linh hồn cũng luôn tìm những nguồn cao hơn về minh triết và hiểu biết tinh thần vẫn còn vượt ngoài tầm của nó.

Chót hết, tôi muốn nhắc bạn lần nữa là quyền lực tái tạo và chữa lành lớn nhất là tình thương – tình thương dưới nhiều hình thức khác nhau, vì tình thương là sự tỏ lộ cho người nét vinh quang sắp tới. Vậy hãy tìm cách biểu lộ nó trong tất cả những gì bạn làm, và để tư tưởng của bạn luôn hướng về nó. Như thế một ngày kia trọn cuộc đời của bạn

trên mặt đất sẽ trở thành sự biểu lộ của năng lực thiêng liêng này, và là vận cụ cho nó sử dụng.

Vậy, hỡi người con của trời và đất, hãy để tình thương từ nay là điều hướng dẫn cho bạn mọi lúc, trong những ngõ ngách, dưới mọi hình thức của đời, cái tình thương làm đẹp và tăng hoạt mỗi biểu lộ của sự sống. Hãy tập có lòng từ với mọi vật, mà trên hết thấy là cho con người chung với bạn, nam và nữ, bao người như vậy vẫn còn sống trong tối tăm, sợ hãi và thù ghét. Hãy dùng óc tưởng tượng đi vào sự đau khổ và nỗi đau đớn của họ, và trên hết thấy bằng sự đồng hóa nhờ trực giác.

Đừng quên rằng tình thương luôn luôn biểu lộ nó bằng cách cho ra; không nhất thiết là những món vật chất là điều tương đối dễ, và thường như là có để không cho ra thì giờ, tư tưởng, thông cảm và thực ra là cho chính mình. Khi tập cho ra trọn con người tới hết sức mình, bạn sẽ được giải thoát khỏi gánh nặng là sự phân rẽ cái ngã, việc si mê với những giới hạn của nó mà bao lâu nay đã cầm giữ bạn.

Và lúc nào cũng nỗ lực giữ tâm trạng hoan lạc, tỏa ra sự sáng; vì đây là sự phản chiếu của năng lực sáng tạo chữa lành và tân tạo, Ánh Sáng là Sự Sống.

Đừng bao giờ quên rằng khả năng thương yêu lớn thêm chừng nào, thì bạn càng tới gần hơn chừng ấy hiểu biết sự đôi chút về bản tính thật của Thiên Tính.

Bạn càng trở nên hoàn thiện chừng nào trong môi trường của bạn, dù nó nhỏ hẹp thế mấy, thể hiện năng lực tuôn ra của tình thương, tình thương này càng chói rạng trọn vẹn hơn trọn bản thể của bạn, và trung cho bạn thấy những bí ẩn của nó.

Và bạn biết thương yêu chừng nào thì sẽ có được chừng ấy, không phải chỉ có niềm hoan lạc và an nhiên cho dù bao thăng trầm trong đời, mà cái khả năng là bạn trở thành nguồn bình an và chữa lành.

Và khi bạn thành công – chắc chắn ngày ấy sẽ tới dù sớm dù muộn – khi đồng hóa trọn tâm thức của mình với chính cái Nguồn của tình thương, mọi ước muốn chia rẽ sẽ mất biệt, chữ trở nên thừa.

Bạn sẽ là trọn, vì bạn sẽ trở thành ngọn lửa trong Ngọn Lửa và đạt được mục tiêu.

Bình An đến với bạn.

Mong sao tình thương tuôn vào, xuyên qua và chảy quanh bạn trong lớp sóng vinh quang không ngừng tăng mãi.

Mong sao Ánh Sáng bên trong hợp nhất với Ánh Sáng bên ngoài,

mong sao chúng hòa vào nhau, quyện lấy nhau, chiếu rọi.

Mong sao thiên cơ thành tựu và vận mạng của bạn được thành.

*Copyright (c) 2008 Minhtrietmoi.org. All rights reserved.*