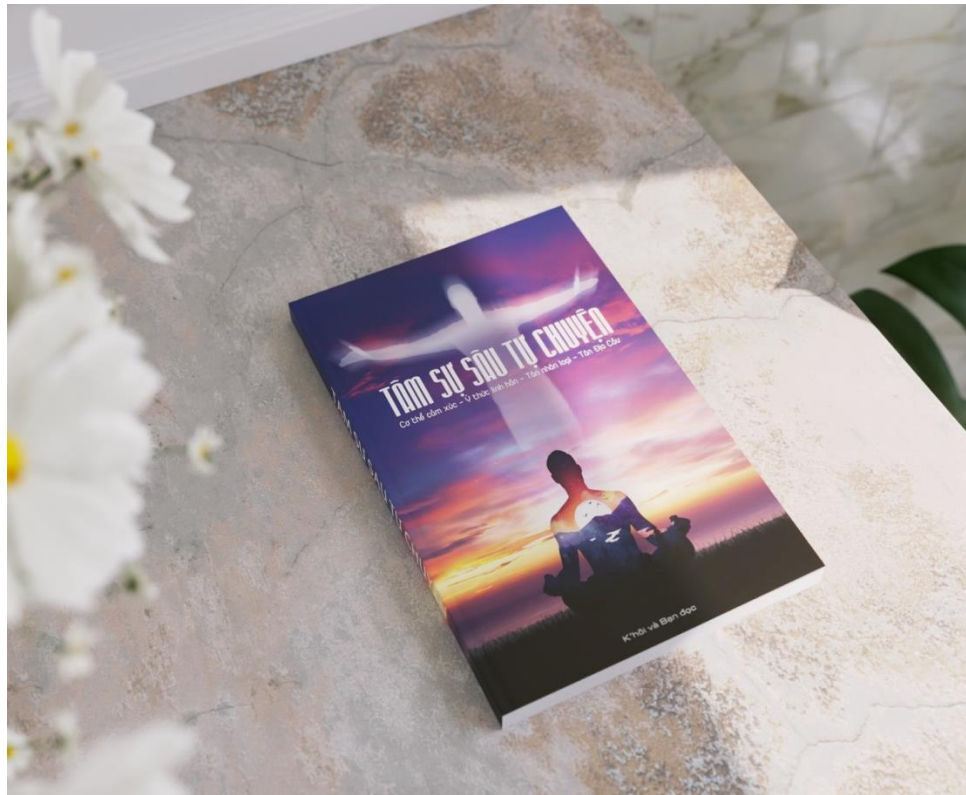




# TÂM SỰ SÂU TỰ CHUYÊN

Cơ thể cảm xúc - Ý thức linh hồn - Tâm nhân loại - Tâm Địa Cầu

K'hoi và Bạ̄n đọ̄c



Bản điện tử của quyển sách này được tác giả cho phép chia sẻ miễn phí tới tất cả các bạn hữu duyên đang đi trên con đường tìm kiếm sự thật và phát triển bản thân mình. Tác giả cũng cho phép bạn đọc thu âm và chia sẻ lại quyển sách dưới dạng sách nói (audio books).

Nếu bạn cảm thấy quyển sách này hữu ích và mong muốn hỗ trợ tác giả, mọi đóng góp tùy tâm xin được gửi về:

HOANG DANG KHOI - Agribank - 5402205061890

hoặc

VIEN NGOC ANH - Vietcombank - 1037774148

*Cảm ơn các bạn đã đọc sách và đồng hành cùng tác giả suốt những năm tháng qua!*

# TÂM SỰ SÂU TỰ CHUYỆN

“Khi bạn đọc quyển sách này, bạn hãy tạm thời quên hết tất cả những gì mình đã từng biết đi nhé, để bạn không đem so sánh những cái mình đã biết với những điều được kể ở đây. Bởi nếu không thì bạn sẽ dùng sai mục đích của những kiến thức này cũng như những kiến thức mà bạn đã học được. Và ở những lúc khác, khi bạn đọc những kiến thức tâm linh tương tự như thế này thì bạn cũng hãy quên hết mọi thứ mà tớ đã kể với bạn ở đây đi nhé.”

# MỤC LỤC

1. KHÔNG AI CHẤP NHẬN MÌNH BUỒN.....	5
2. BẢO MẬT VÀ SỰ TÁCH BIỆT.....	11
3. ĐƠN GIẢN NHUNG GIÀU CÓ.....	18
4. TẦN SỐ VÀ LUẬT HẤP DẪN.....	26
5. SỰ SỢ HÃI VÀ NIỀM TIN.....	35
6. VAI TRÒ CỦA CƠ THỂ CẢM XÚC.....	42
7. CỨU MUÔN LOÀI ĐỂ CỨU TÔI.....	56
8. SAI VÀ ĐÚNG ĐỀU LÀ MỘT.....	68
9. CHỮA LÀNH CƠ THỂ CẢM XÚC.....	82
10. CON ĐƯỜNG SÁNG TẠO.....	95
11. NGUỒN GỐC SÁNG TẠO.....	104
12. TỐT HAY KHÔNG TỐT.....	124
13. SỐNG LÀ MỘT VỚI VẠN VẬT.....	141
14. ÁNH SÁNG VÀ BÓNG TỐI.....	164
15. GỠ BỎ HỆ NIỀM TIN.....	193
16. SỰ THẬT CAO NHẤT.....	217

# 1. KHÔNG AI CHẤP NHẬN MÌNH BUỒN



**H:** *Bạn nghĩ gì về Facebook?*

**K:** Mọi thứ trong thế giới này đều có hai mặt, bạn chọn dùng một thứ theo cách nào thì là sự lựa chọn của bạn: Dùng nó để phát triển bản thân hay để "hủy hoại" bản thân.

**H:** *Cụ thể là sao?*

**K:** Người ta phần lớn không ý thức được những sự lựa chọn mà mình có. Ví dụ người ta thường bỏ kết bạn (unfriend) hay bỏ theo dõi (unfollow) những người mà mình không thích, còn tớ thì lại bỏ theo dõi phần lớn bạn thân của mình, thỉnh thoảng chợt nhớ thì tớ sẽ ghé tường của họ để xem. Tớ chỉ theo dõi và thích những người bạn làm tớ khó chịu.

**H:** *Khó chịu là sao?*

**K:** Phần lớn là sự ghen tị đó, và sự cô đơn của bản thân mình. Ghen tị với cái người ta ăn, điều người ta biết, nơi người ta đến, cái người ta có...



**H:** *Người ta thường né tránh những cảm giác ấy, tại sao bạn lại tìm nó?*

**K:** Người bình thường họ được dạy rằng sự ghen tị là xấu, sự cô đơn là yếu kém, nên họ không dám chấp nhận là mình ghen tị, là mình cô đơn. Chỉ khi họ chấp nhận và trân trọng sự ghen tị, sự cô đơn của mình, họ mới thấy được vẻ đẹp và ý nghĩa của nó. Bởi lẽ, tất cả chúng ta đều là một và có sự kết nối với nhau, chính những cảm giác ấy của cơ thể tạo cho chúng ta cảm giác tách biệt và tồn tại độc lập, và rồi để chúng ta đi tìm nhau và chơi cùng nhau.

**H:** *Bạn có thể ví dụ về sự ghen tị mà người ta hay giấu diếm không?*

**K:** Ví dụ như những ngày nghỉ hay lễ, bạn sẽ thấy nhiều người viết trên mạng xã hội: "Ngày lễ ở nhà thật an nhàn - feeling peaceful", nhưng thực chất là "Tui ghen tị với những đứa đi du lịch, đi shopping quá" mặc dù là họ có thể đã đi hết nửa quả đất, có biệt thự, xe hơi và trải nghiệm hết gần như mọi thứ.

**H:** *Tại sao người ta lại hành động như thế, họ có ý thức được không?*

**K:** Đó là do niềm tin của họ, thậm chí họ còn không biết rằng mình có niềm tin đó. Như ví dụ ở trên, họ hành động như vậy là dựa trên hai niềm tin: Ghen tị và cô đơn là yếu kém, thành công là phải có nhiều tiền, có người đi cùng, đi nhiều nơi, biết nhiều thứ. Và hệ niềm tin này thì được hình thành qua văn hóa, giáo dục và phần lớn là quảng cáo.

**H:** *Nhưng bề ngoài họ vui lắm mà?*

**K:** Nhiều năm nay tớ chưa gặp hay thấy ai thực sự vui vẻ và hạnh phúc cả. Họ chỉ thể hiện như vậy do ý thức cơ thể của họ tin rằng: Phải vui vẻ và vị tha thì mới được xã hội công nhận, thì họ mới được tồn tại. Họ không biết rằng để hạnh phúc thực sự, điều đầu tiên phải làm là trung thực với cảm xúc và cảm nhận của mình.



**H:** Ý thức cơ thể là sao?

**K:** Khi ta sống trong cơ thể này, có hai ý thức chạy song song: Ý thức của cơ thể giúp bảo đảm sự tồn tại của cơ thể trong xã hội, và ý thức của linh hồn ta. Ý thức của cơ thể ví dụ như: Đói rồi, khát quá, buồn ngủ... còn ý thức của linh hồn ví dụ như: Nghề thợ mộc có vẻ thú vị, học thử xem sao.

**H:** *Người ta có ý thức được ý thức cơ thể của mình không?*

**K:** Phần lớn là không, họ sống với ý thức cơ thể của mình là chính, vậy nên mọi hành động và suy nghĩ của họ đều dựa trên hệ niềm tin đúng sai được xây dựng từ môi trường sống của họ, tuân theo hệ thống đúng sai ấy thì được đồng người chấp nhận và do đó sự tồn tại của họ được đảm bảo. Ý thức linh hồn của họ gần như bị dập tắt bằng cách dùng kim loại nặng làm vô hiệu hóa con mắt thứ 3 trong não họ, ví dụ như kim loại nặng trong kem đánh răng, nước uống hay được dải vào không khí...

**H:** *Có thể giúp họ nhận ra điều đó không?*

**K:** Không thể và cũng đừng cố gắng làm chi. Vì ý thức cơ thể của họ tin rằng: Khoa học hiện đại tiên tiến này là đúng, giúp cơ thể họ an toàn và sống lâu, và việc tin vào linh hồn là mê tín dị đoan. Nhưng bạn có thể gieo những hạt mầm len lõi để giúp họ kết nối với linh hồn họ. Một khi họ còn sống với ý thức cơ thể của họ là chính thì họ còn sống trong định mệnh mà được sắp đặt bởi linh hồn họ ở không gian cao hơn. Và linh hồn họ cũng đã quyết định khi nào thì họ sẽ thức tỉnh với ý thức linh hồn của mình. Nên sau cùng thì chả có gì phải lo cả, mọi thứ đều luôn diễn ra theo kế hoạch, nếu bạn còn lo lắng và gượng ép bất cứ điều gì thì bạn cần biết rằng đó là ý thức cơ thể của bạn, với những niềm tin ẩn sâu bên dưới. Và tất cả đều là sự phát triển của cá nhân mà thôi, chẳng để cứu ai, giúp ai hết cả. Chúng ta là ý thức, tồn tại vĩnh cửu ngoài không gian và thời gian.

## 2. BẢO MẬT VÀ SỰ TÁCH BIỆT



**H:** *Tại sao người ta lại bị ám ảnh bởi vấn đề bảo mật như vậy?*

**K:** Bởi vì người ta còn sống với ý thức cơ thể của họ, và vai trò chính của ý thức cơ thể là giúp họ tồn tại trong xã hội. Họ có bí mật để giữ vì xã hội công nhận điều đó là sai, nên nếu bị tiết lộ thì họ sẽ bị xâm hại hoặc không được công nhận. Bảo mật còn giúp họ giữ gìn tài sản và công cụ, để giúp họ duy trì sự tồn tại của cơ thể họ.

**H:** *Vậy khi sống với ý thức linh hồn thì nó như thế nào?*

**K:** Đây là hai tài khoản Facebook của tớ: dangkhoi210 với mật khẩu là vhbb3w9xx, và khoihoang210 với mật khẩu vhbb3w9xx, gmail là khoihoang.hua@gmail.com và mật khẩu là vhbb3w9x210x. Tài khoản thẻ ngân hàng Agribank là 5402205061890 với mã PIN là 258991 và số căn cước công dân của tớ là 068091009336. Đó là tất cả những gì tớ đang dùng, tương đương với tất cả những thứ quan trọng với người khác.

**H:** *Wow...*

**K:** Khi bạn sống với ý thức linh hồn của bạn, bạn sẽ thoát ra khỏi chế độ sinh tồn của ý thức cơ thể của bạn. Bạn sẽ biết rằng mình sẽ không bao giờ chết và không có thứ gì gọi là sai trái hay bí mật, bởi vì tất cả mọi hành động và suy nghĩ của một người thì từng giây từng phút đều được lưu giữ lại và tất cả mọi người đều biết.

**H:** *Bạn có thể đưa ra ví dụ được không?*

**K:** Có một điều thú vị về con người, đó là một người sẽ lộ nguyên hình khi họ ở một mình. Bởi vì niềm tin được xây dựng từ văn hóa xã hội tạo cho ý thức cơ thể của họ cách hành xử và suy nghĩ, để họ được số đông công nhận và tồn tại. Nhưng khi ở một mình thì ý thức cơ thể của họ cảm thấy an toàn và tạm thời "đi ngủ", lúc này ý thức linh hồn bắt đầu hoạt động và với đặc điểm chính là sự tò mò. Thế là họ bắt đầu tìm hiểu những thứ mà xã hội coi là sai trái, phần lớn là về tình dục với đủ thể loại như da màu, động vật, gay, les, yaoi, hentai... và thử nghiệm

những kiểu tự sướng khác nhau. Nhưng khi bước ra xã hội, ý thức cơ thể trở lại và làm họ xấu hổ với những điều họ đã làm và không dám nói tới chúng như là những bí mật. Do vậy mà khi đụng tới tình dục thì phần lớn con người đều rùng mình và lảng tránh. Nhưng mà họ không biết rằng, mọi lúc luôn có những linh hồn khác hay hộ mạng thể ở bên quan sát họ, thậm chí những linh hồn đó còn có thể kè vào để trải nghiệm cảm xúc của một con người.

**H:** *Tại sao bạn lại biết những điều đó?*

**K:** Nếu bạn muốn giúp con người phát triển ý thức thì bạn phải làm sao? Không thể dùng phi thuyền không gian bay tới và ngồi giảng lý thuyết được, muốn giúp con người thì phải trở thành con người trước đã. Vậy nên tất cả những điều ở trên tớ đều xem và đều làm rồi, và tớ cũng đã từng ôm những mặc cảm y như vậy khi sống với ý thức cơ thể của mình. Còn bây giờ, tớ sống với ý thức linh hồn của mình, không có thứ gì là sai trái, bảo mật hay bí mật nữa. Nhưng không có nghĩa là mọi người cũng nên



công khai mọi thông tin cá nhân như thế, tớ chỉ muốn mọi người ý thức được ý thức cơ thể của mình là như vậy. Chỉ cần mọi người nhận ra là: "À, đó là ý thức cơ thể của mình, nó sợ hãi nhiều thứ để giúp cho cơ thể này được tồn tại trong xã hội", thì đó là bạn bắt đầu nhìn mọi thứ với ý thức linh hồn của mình.

**H:** *Nếu như không có đúng sai nữa thì mọi người sẽ làm hại nhau thì sao?*

**K:** Bởi vì mọi người còn sống với ý thức cơ thể của mình, nó tạo ra cảm giác tách biệt so với người khác và môi trường, nên mọi người không cảm nhận được nỗi đau của người khác. Nhưng khi bạn sống với ý thức linh hồn của mình, bạn sẽ cảm thấy mọi thứ đều kết nối với nhau, nếu bạn làm người khác đau khổ thì bạn cũng sẽ cảm thấy đau khổ y như người bị tác động vậy.

**H:** *Vậy trải nghiệm của một người sẽ đóng góp vào trải nghiệm tổng thể?*

**K:** Đúng vậy. Mọi suy nghĩ, cảm xúc và trải nghiệm của một người sẽ đóng góp vào trải nghiệm tổng thể. Ví dụ như một linh hồn muốn biết cảm giác như thế nào khi đi ăn cắp chó và bị đánh chết, thì trải nghiệm đó sẽ được lưu lại trong kho thư viện tổng hợp. Nếu những linh hồn khác muốn biết trải nghiệm đó ra sao thì có thể "sống lại" khoảnh khắc của người ăn cắp chó đó. Nó cũng giống như việc con người xem phim ảnh vậy.

**H:** *Vậy là linh hồn đó sắp xếp mọi thứ để đưa đến việc người đó đi ăn cắp chó?*

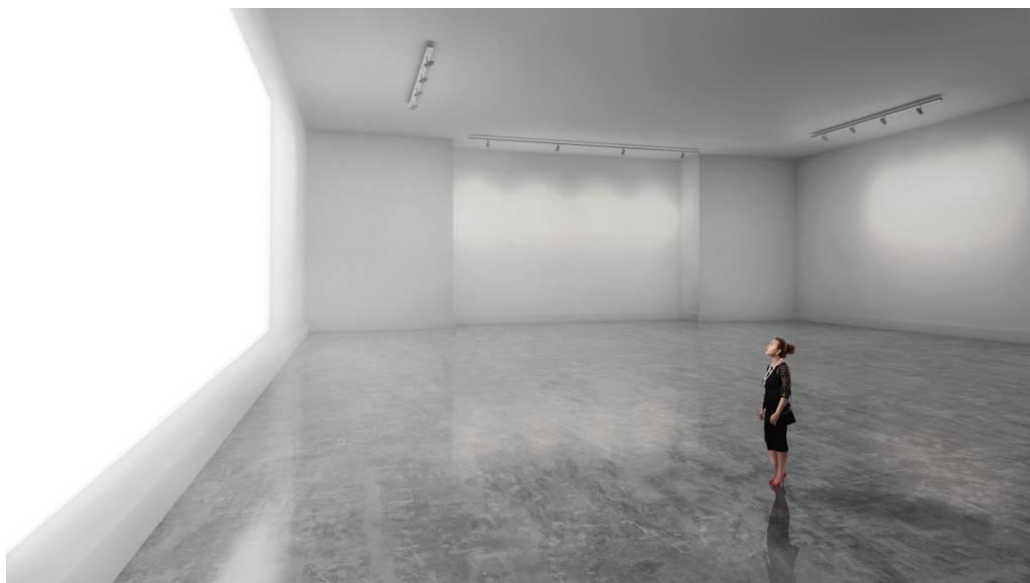
**K:** Đúng vậy, bởi thế mà con người mới có khái niệm "Số phận". Khi sống với ý thức cơ thể, con người luôn tìm kiếm sự an toàn như là tìm kiếm người yêu chung thủy trọn đời, gia đình hạnh phúc, quốc gia với chế độ y tế và xã hội đảm bảo... nhưng đó không phải là cái linh hồn họ muốn trải nghiệm, vì khi sống quá an toàn và đầy đủ thì linh hồn sẽ chẳng học

được gì cả. Do vậy, linh hồn của họ luôn tạo ra hoàn cảnh đi ngược lại với những điều mà ý thức cơ thể của họ muốn, và khi ý thức cơ thể của họ chống chọi với điều mà nó không muốn thì khổ đau được tạo ra.

**H:** *Ồ, có phải do vậy mà tôn giáo nói trần gian là một cõi mê và bể khổ không?*

**K:** Đúng vậy. Đó là một sân chơi để linh hồn học tập và trải nghiệm. Bây giờ thì sân chơi đó đang khép lại, con người đang thức tỉnh dần ra khỏi cõi mê đó để bước vào một thời kỳ hoàn toàn mới. Ý thức linh hồn của họ đang được tải dần xuống và ý thức cơ thể của họ từng bước lộ rõ ra trước mắt họ. Quá trình đó mới chỉ ở giai đoạn đầu, mất một thời gian khoảng 20 năm để ý thức linh hồn của họ được tải vào cơ thể sinh học mà đang được nâng cấp từng ngày của họ (bởi những năng lượng đang quét qua toàn bộ hệ mặt trời này và làm mọi vật chất, sinh vật thay đổi cũng như tạo ra sự chuyển hóa của Trái Đất lúc này). Và sau khi bước vào thời kỳ mới, phần lớn những thứ chúng ta biết ngày hôm nay sẽ biến mất.

### 3. ĐƠN GIẢN NHƯNG GIÀU CÓ



**H:** *Tớ vừa đi kiểm tra tài khoản ngân hàng bạn đưa, làm gì có đồng nào trong đó mà công với chả khai?*

**K:** Ha ha. Tớ chỉ xài duy nhất tài khoản ngân hàng đó thôi, thỉnh thoảng có tiền vào đấy và cũng không ít đâu. Nếu bạn đủ rảnh để rình thì chắc sẽ chộp được, tớ thậm chí còn không biết khi nào tiền gửi về tới nơi mà cứ cầm thẻ đi rút thôi, khi nào đi rút mà tiền nó ra thì là tiền đã tới rồi. Tớ không đăng kí Internet Banking, không biết chuyển khoản, không biết mua sắm online và tớ cảm thấy những thứ này quả thực quá phức tạp để bộ não của tớ có thể hiểu được (ha ha), nên cứ có tiền là rút hết về để ở nhà. Tớ thích tự lái xe đi mua đồ hay lấy đồ, dù có xa chục km thì cũng sẽ đi, tớ thích lái xe như thế dù là đi miết trên một con đường như vậy. Nếu cần mua đồ online thì nhờ bạn mua giùm rồi tớ đem tiền mặt đi trả cho bạn.

**H:** *Hơ, sao phải tự làm khổ thân mình như thế trong khi những tiện ích đó rất là hữu dụng mà?*

**K:** Tớ làm gì biết khổ cơ chứ, khi con người sống với ý thức cơ thể thì họ sẽ sợ khổ và luôn tìm kiếm những cách dễ dàng và lười biếng nhất. Khi bạn sống với ý thức linh hồn, sẽ không có cái gọi là chán hay khổ, và bạn sẽ luôn sống trong từng khoảnh khắc. Và lại, để làm ý thức cơ thể lắng xuống và phát triển ý thức linh hồn, bạn cần phải làm cuộc sống của mình đơn giản đi. Bạn thử nhìn quanh mình xem, có bao nhiêu thứ bạn không dùng tới bao giờ, giày dép, áo quần, đồ điện tử, sách đã đọc, món đồ chơi... Bạn hãy đem cho bớt đi, mọi đồ vật đều có ý thức của nó và nó cũng giống như con chó hay con mèo, muốn được yêu thương và đụng chạm tới.

Mỗi lần với một món đồ mà bạn không dùng tới nữa, hãy để nó trong ba lô hằng ngày của bạn. Rồi khi bước ra đường, có những người mà bạn sẽ gặp gỡ và tiếp xúc, trong khoảnh khắc giao tiếp đó đột nhiên bạn nhớ tới món đồ ấy đang ở trong ba lô của mình, thì đó là lúc món đồ ấy nói chuyện với bạn đó.



Và bạn hãy tặng món đồ ấy cho người ta và nói rằng: "Có vẻ món đồ này của tớ rất thích cậu, nên tớ tặng cậu này". Đó sẽ là một cảm giác rất thú vị mà bạn từng trải nghiệm đó, người ta và bạn đều vui vẻ một cách lạ thường, và bạn có thể cảm thấy chút tiếc nuối khi chào tạm biệt món đồ ấy. Như thế từng bước một, bạn sẽ biến cuộc sống của mình thành những câu chuyện cổ tích tràn đầy niềm vui. Khi đó bạn sẽ ngó quanh và nhìn thấy ai ai cũng ôm trong mình một đồng đô mà không bao giờ dùng tới, và họ cứ mua thêm và mua thêm bởi những lời quảng cáo ngon ngọt dụ dỗ lấy ý thức cơ thể của họ, rằng nếu có những món đồ đó hay món thực phẩm đó thì họ sẽ được an toàn, sống lâu, sống dễ dàng và được xã hội công nhận. Họ cứ giữ những thứ đồ khư khư bên mình mà không hề đụng tới như vậy, nhưng khi mất rồi thì lại ngồi khóc hu hu.

**H:** *Vậy bạn có cách thức hiệu quả nào để làm nhanh quá trình kết nối với ý thức linh hồn không?*

**K:** Bạn có thể đem cho hết những thứ bạn không dùng tới nữa và giữ lại những thứ hay dùng. Ăn uống đơn giản, uống nhiều nước tinh lọc, giảm bớt mọi sản phẩm chế biến sẵn mà có hạn sử dụng lâu ngày, cũng như giảm bớt mỹ phẩm hằng ngày, hoặc bạn cũng có thể tự mua nguyên liệu về để chế biến lấy mọi thứ.

Bạn có thể dành một khoảng thời gian để cách ly với xã hội, 2 hay 3 tháng gì đó, nghỉ việc và chẳng làm gì nữa cả, tắt hết điện thoại và mạng xã hội. Thay vào đó thì bạn có thể trồng cây, nuôi vài con cá và nghĩ cách trang trí chỗ mình ở với những thứ đơn giản và rẻ tiền, hay là kiếm những người bạn để làm những việc tay chân nhàn rỗi, không bị bó buộc bởi tiền bạc và thời gian, cứ làm rồi ăn, ăn rồi ngồi tám, tám chán thôi đi ngủ. Thời gian đầu sẽ khá là khó vì ý thức cơ thể của bạn bị mất nguồn nuôi dưỡng, nó sẽ gào khóc, cô đơn và ức chế vô cùng tận. Bạn sẽ nhận ra nguồn nuôi dưỡng ý thức cơ thể của mình là

những trang mạng xã hội, với sự tự mãn hay tự ti qua những bức ảnh về cơ thể của nó hay những thứ nó ăn, nơi nó đến, cái nó làm; hay là những tin tức nóng hổi hằng ngày có thể giúp nó phòng tránh được những “nguy hiểm” trong tương lai, hay để nó liên tục tiếp cận những trào lưu mới, kiến thức mới và không bị lạc hậu ở lại phía sau.

**H:** *Nhưng đâu phải ai cũng có điều kiện và khả năng để làm được như vậy?*

**K:** Đúng vậy. Mỗi người sẽ có một cách đi riêng và khác biệt, nó phụ thuộc vào sở cầu và đặc điểm của mỗi linh hồn, mặc dù có chung một cái đích nhưng mỗi linh hồn sẽ chọn một con đường đi khác nhau. Nó không phải là vấn đề nhanh hay chậm, mà là có còn gì để học tập và trải nghiệm hay không. Sở dĩ linh hồn tớ đã chọn cách như trên vì như vậy sẽ làm nhanh quá trình thức tỉnh của bản thân và để rồi có thể hỗ trợ người khác. Không phải là một điều ngẫu nhiên khi tớ ngồi viết những dòng chữ này và bạn ngồi đọc những dòng chữ này.

Vậy nên, chẳng có gì là ngẫu nhiên cả, mọi thứ sẽ còn được sắp xếp sẵn cho tới khi ý thức linh hồn của chúng ta được tải đầy đủ vào cơ thể này. Và trong lúc quá trình tải xuống này vẫn đang diễn ra, ta sẽ học hiểu dần dần và chữa lành mọi khía cạnh của ý thức cơ thể ta, nhưng cũng đừng quên tận hưởng cuộc sống nơi đây khi nó vẫn còn đang tiếp diễn.

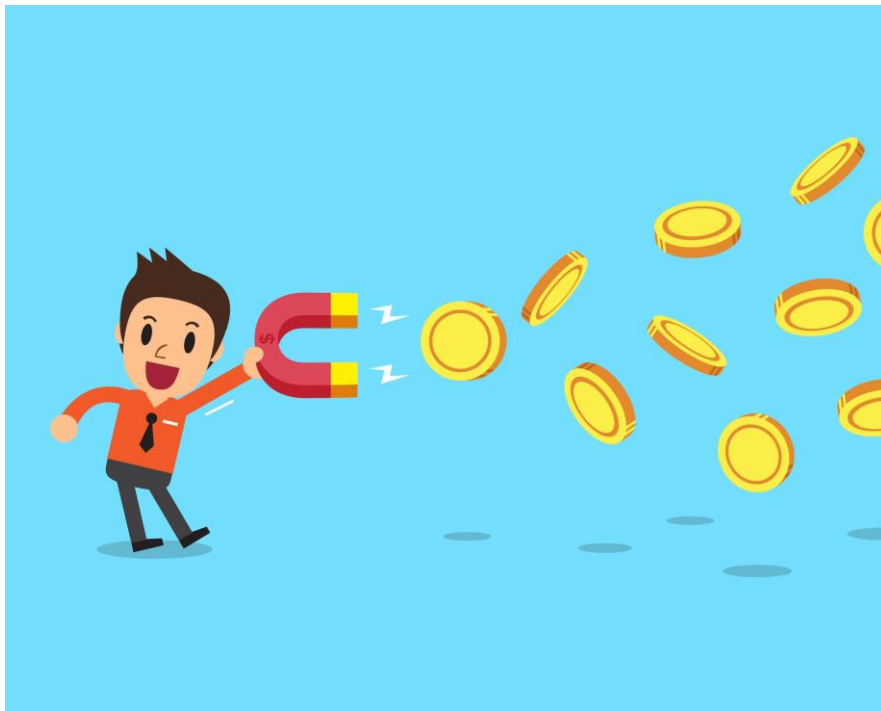
Tóm lại, cách tốt nhất là bạn hãy học cách chấp nhận mọi thứ dưới góc nhìn của linh hồn mình (là hình ảnh của Đấng sáng tạo): "Tôi luôn ở đúng nơi, đúng lúc và đúng hoàn cảnh. Mọi suy nghĩ, cảm nhận và hành động của tôi đều đúng như những cái tôi cần. Mọi thứ diễn ra đều được sắp xếp cho sự phát triển ý thức của tôi, giúp tôi kết nối với ý thức linh hồn của tôi nhiều hơn mỗi ngày. Dù cho ý thức cơ thể của tôi thường xuyên cảm thấy sự ức chế, cô đơn, ghen tị hay sự phán xét đúng sai thì cũng không quan trọng và chỉ là tạm thời mà thôi."

**H:** *Vậy nếu có suy nghĩ và mong muốn giết người hay xâm hại người khác thì sao?*

**K:** Điều đó sẽ không có nữa đâu, đó là những bài học cơ bản mà phần lớn linh hồn đều đã trải qua rồi (chỉ bao gồm những người tìm đọc những kiểu thông tin như thế này, còn bên ngoài xã hội vẫn có tồn tại giết chóc và xâm phạm người khác, và cũng sẽ mất một thời gian nữa thì họ mới đi tìm kiếm những thông tin kiểu như này).

Còn nếu như bạn đang đọc những dòng chữ này thì phần lớn những bài học chỉ còn là về sự sợ hãi như tức giận, ghen tị, cô đơn... rồi làm tan vỡ những mối quan hệ và sự ràng buộc, nên những suy nghĩ xâm hại cơ thể người khác sẽ rất là ít và không còn cần thiết nữa. Và có thể nói rằng việc vượt qua những sự sợ hãi của bản thân chính là quá trình học cách chấp nhận và yêu thương bản thân mình, để bản thân mình trở nên hoàn thiện và trở lại là ý thức linh hồn hay chính là bản thể của mình. Đó sẽ là sự chấm dứt của khổ đau và sự tách biệt, và là một sự khởi đầu mới.

## 4. TẦN SỐ VÀ LUẬT HẤP DẪN





**H:** *Nếu có ai đó lấy tài khoản mạng xã hội của bạn để quậy phá thì sao?*

**K:** Ha ha. Điều đó sẽ không xảy ra đâu, trừ khi bạn muốn chứng minh rằng câu tớ vừa nói là sai, và cả trường hợp đó cũng sẽ không xảy ra. Bởi lẽ, thông điệp mà tớ viết thì ở một thực tại hoàn toàn khác so với thực tại mà bạn vừa đề cập tới. Ví dụ như bạn hãy hình dung tới chiếc máy radio nhé, cái đài mà tớ đang ở trong là đài 100Mhz và thông điệp của tớ mang tần số 100Mhz, còn cái việc mà dùng tài khoản người khác để quậy phá và bêu xấu thì nó là ở đài 90Mhz. Nên dù là bạn đang ở cuộc sống 90Mhz và thấy thông điệp 100Mhz của tớ, bạn muốn đọc chúng thì bạn phải điều chỉnh ý thức của mình lên kênh 100Mhz để có thể hiểu và tiếp nhận được.

Và ở kênh 100Mhz này, ý thức cơ thể của bạn sẽ giảm bớt lại và nhường chỗ nhiều hơn cho ý thức linh hồn của bạn. Nên khi đọc tới thông tin tài khoản của tớ, bạn sẽ không mảy may nghĩ tới việc vào tài khoản của tớ để bới tìm hay dùng nó để quậy phá; bởi vì những hành động đó là của kênh tần số

90Mhz, nơi mà người ta sống với những bảo mật, bí mật, sự khổ đau và sự tách biệt.

Và việc lợi dụng, cười chê người khác hay lấy cướp sự sở hữu của người khác là những hành động giúp nuôi sống ý thức cơ thể của một người, thông qua việc làm nó tốt hơn, cao hơn người khác và sở hữu nhiều hơn người khác. Nên đối với những người ở kênh 90Mhz, họ sẽ chỉ lướt qua và bỏ mặc những thông tin này, hoặc là dù có bắt gặp thấy thì ý thức cơ thể của họ cũng sẽ nghĩ: "Bởi vì không có bí mật gì thú vị hay tiền bạc gì trong đó đâu nên người ta mới viết ra như thế, nên chả việc gì mất thời gian mà ngồi lục tìm".

Và khi bạn đọc những dòng chữ này, bạn sẽ cảm thấy được sự tự do và an bình của những ngôn từ và câu chữ, bởi thông điệp này được viết từ một thực tại mới, không sự tách biệt, không thời gian mà chỉ có ánh sáng, sự chấp nhận và tình yêu vô điều kiện...

**H:** Nghe nó sạo sạo làm sao ấy, đó có phải là cái luật hấp dẫn mà tôn giáo hay tâm linh thường đề cập đến không?

**K:** Đúng vậy đó, hay là như câu nói "Suy nghĩ tạo nên thực tại của bạn", nhưng đó không hẳn là suy nghĩ mà phải nói là niềm tin thì chính xác hơn. Và để thấy được những niềm tin của mình, bạn sẽ phải dành nhiều thời gian để quan sát bản thân mình, qua từng suy nghĩ, cảm xúc và hành động của mình.

Tớ sẽ lấy ví dụ về một tình huống cụ thể nhé, để bạn thấy được rằng một hoàn cảnh xảy ra với bạn thì một kiểu, còn khi xảy ra với người khác thì lại hoàn toàn khác.

Bước ra khỏi quầy rút tiền, có một người đàn ông tiến lại gần bạn và nói rằng: "Cháu có thể cho chú ít tiền được không, chú gặp chút vấn đề...". Rồi bạn (hay người kia) rút ra trong túi một ít tiền dư gồm có 1 tờ 50k, 1 tờ 20k, 1 tờ 10k cùng vài tờ tiền lẻ và bạn hỏi lại chú ấy: "Chú cần bao nhiêu tiền?". Sau khoảnh khắc suy nghĩ, người đàn ông ấy đáp lại với người kia rằng "Chú cần 10k thôi", nhưng đối với bạn, ông

ấy lại đáp rằng "Chú cần 50k" hay thậm chí là "Cho chú hết chỗ đó đi".

Mặc dù ngay ban đầu khi mà người đàn ông ấy bước đến, bạn và người kia đều biết rằng chú ấy sẽ xin tiền nhưng cách người kia phản ứng thì hoàn toàn khác với bạn: Khi ông chú ấy đến gần, trong người bạn nổi lên cảm giác run sợ cùng với suy nghĩ "Ông ấy sẽ xin tiền và thậm chí có thể cướp đồ của mình"; nhưng với người kia thì họ không hề có cảm giác sợ hãi và có suy nghĩ khác hẳn với bạn: "Chả sao cả, chú ấy vì miếng cơm manh áo cả thôi, nếu chú muốn 50k hay thậm chí là tất cả chỗ này thì mình sẽ cho hết."

Đó là lý do bạn nên ngừng đọc những tin tức xã hội và chính trị, nếu bạn để ý thì bạn có thể thấy rằng hầu như phần lớn tin tức đều rơi vào những thể loại: Giá vàng, chiến tranh, cướp giết, hiếp dâm, lừa đảo, thực phẩm giả, xu hướng thời trang, người nổi tiếng... Và tất cả những thông tin ấy đều thu hút ý thức cơ thể của con người, giúp nó phòng tránh những "nguy hiểm" trong tương lai và cập nhật

những xu hướng mới về công nghệ, thời trang, lối sống... Và để thu hút người đọc, những trang mạng phải liên tục đăng tải những kiểu tin tức như vậy. Rồi những thông tin ấy ăn sâu vào hệ niềm tin của bạn, tạo tiền đề cho mọi phản ứng, cảm xúc và suy nghĩ của bạn trong những tình huống hằng ngày. Như vậy, bạn tạo nên thực tại của mình bằng niềm tin và suy nghĩ của mình với sự tách biệt, cô đơn và khổ đau, mà bạn không biết rằng đã có một thực tại mới, một Trái Đất mới đang ở ngay trong tầm với và bạn chỉ cần học cách điều chỉnh tần số của mình vào đúng kênh đài đó mà thôi.

**H:** *Tại sao chiến tranh cứ lặp đi lặp lại như vậy?*

**K:** Nếu giải thích ra thì sẽ làm phần tự chuyện này trở nên dài hơn mong muốn, tớ nghĩ chúng ta nên để câu hỏi này cho phần sau vậy. Để tiếp tục phần niềm tin và suy nghĩ tạo nên thực tại, bạn có nghĩ rằng một người có thể sẽ sống sót nguyên vẹn khi bước thản nhiên qua một chiến trường không?

**H:** *Tớ không nghĩ là người ấy có thể?*

**K:** Đó là cách nghĩ thông thường của một người đó, là sự phán đoán và tư duy với ý thức cơ thể của ta, hay chính là bộ não logic chúng ta dùng hằng ngày để sinh hoạt và làm việc. Nhưng rồi sẽ tới một lúc chúng ta nhận ra rằng ý thức cơ thể chỉ có thể đưa chúng ta tới một giới hạn nhất định mà thôi. Và để đi xa hơn bước nữa, để hiểu bản chất của vũ trụ và thời gian, chúng ta cần phải phát triển một hệ ý thức mới, đó là sự kết hợp giữa ý thức cơ thể và ý thức linh hồn.

Chúng ta sẽ bị lôi vào bất kì cuộc tranh đấu nào nếu bên trong chúng ta vẫn còn những niềm tin mà tạo ra sự tách biệt bên trong chúng ta. Ví dụ như niềm tin về người xấu và người tốt, về người thân và người lạ, về người nhà và kẻ thù, về cái đúng và cái sai... Do vậy, khi một người không còn bất kì những niềm tin đó, không còn bất kì sự sợ hãi nào bên trong và yêu thương được tất cả mọi người như nhau, thì họ vẫn sẽ坦然 sống một cách bình thường dù cho là ở giữa chiến trường. Chính trạng

thái yêu thương và vô tư này sẽ làm người khác không gây hại tới bạn vì bạn không có xu hướng làm hại tới bất kì ai. Như thế, trạng thái yêu thương vô điều kiện bên trong bạn sẽ giúp bạn gặp được trạng thái yêu thương vô điều kiện ở trong người khác, dù đó là bất kì ai đi chăng nữa.

**H:** *Thế có tồn tại các chiều thực tại song song không?*

**K:** Chiều thực tại song song chỉ là sản phẩm của tư duy chúng ta mà thôi. Tất cả chúng ta chỉ có một thực tại chung và đó chính là hiện tại.

Bạn hãy hình dung mỗi chúng ta là một sợi tơ với tính cách riêng và những sự lựa chọn của riêng mình, và tất cả chúng ta là tỷ tỷ những sợi tơ để đan dệt thành một sợi dây thực tại của chúng ta. Chỗ điểm các sợi tơ quấn với nhau để tạo nên sợi dây chính là hiện tại tiếp diễn không ngừng và là thực tại duy nhất của chúng ta. Ở sau chỗ điểm này là sợi dây đã thành hình và chính là quá khứ không thể thay đổi. Ở trước chỗ điểm này là vô vàn những sợi tơ rời với vô vàn những khả năng tạo ra những thực tại khác



nhau, đó chính là khả năng vô tận tạo ra bất kì lựa chọn hay quyết định nào của mỗi chúng ta.

Do vậy, bạn có sức mạnh lớn hơn rất nhiều so với mình nghĩ, mỗi lựa chọn và hành động của bạn sẽ tác động và đóng góp tạo nên một thực tại chung của tất cả chúng ta. Nếu bạn muốn thực tại bên ngoài thay đổi, thì bạn cần thay đổi từng suy nghĩ, cảm xúc và hành động của mình trước tiên. Vậy nên, sẽ không có ai bên ngoài giúp tạo nên thực tại của bạn ngoài chính bạn.

## 5. SỰ SỢ HÃI VÀ NIỀM TIN



**H:** *Tớ đã hạn chế xem những tin tức xã hội tiêu cực, nhưng giờ lại thấy mọi người xung quanh mình mần mải xem, nào là chống phá nhà nước, đánh nhau, đánh ghen, bạo động, khủng bố... làm tớ thấy cực kì khó chịu và không biết phải làm sao?*

**K:** Như tớ đã nói đấy, thực tại xảy ra trước mắt bạn đều do bạn tạo ra cả, với suy nghĩ và niềm tin của mình. Bạn nhớ lần trước tớ nói bạn như thế nào chứ, rằng bạn nên ngừng xem những tin tức xã hội và chính trị vì khi nghĩ nhiều tới những điều đó thì bạn sẽ thu hút chúng lại để xảy ra đến với chính mình. Khi nghe thấy điều ấy, ý thức linh hồn của bạn biết đó là sự thật, và ngay lúc ấy thì ý thức cơ thể của bạn cũng chớp ngay lấy kiến thức đó và phát triển lên thêm một bậc.

Từ việc ý thức cơ thể của bạn luôn thích theo dõi những tin tức xã hội và chính trị để phòng tránh những điều có thể gây "nguy hiểm" cho sự tồn tại của cơ thể bạn, thì ý thức cơ thể của bạn chuyển sang né tránh những tin tức đó để nó không thu hút những điều tiêu cực và làm đe dọa tới sự tồn tại của

cơ thể bạn. Do vậy mà bạn cảm thấy khó chịu khi những người xung quanh mình vẫn thích xem những tin tức như vậy.

Giờ bạn thấy ý thức cơ thể của mình thực sự vô cùng thông minh chưa. Người càng thông minh thì càng khó thoát ra khỏi ý thức cơ thể của mình. Nếu bạn là một người thông minh thì bạn sẽ thấy, cái lúc bạn nghĩ rằng bạn đã hiểu ý thức cơ thể của mình thì bạn đã bị chính ý thức cơ thể của mình đánh lừa rồi. Và khi ý thức linh hồn của bạn được thức tỉnh một bậc thì ý thức cơ thể của bạn cũng phát triển thêm một bậc. Ồ, đó cũng là cuộc đấu tranh giữa cái ác và cái thiện bên trong một con người đó.

Bạn nhớ những bộ phim yêu thích của mình chứ, kẻ ác thì vô cùng thông minh và kẻ thiện thì cũng không hề chịu thua. Hai thế lực cứ lớn mạnh cùng nhau và đánh nhau từ đời này sang kiếp khác mà không bao giờ có sự chấm dứt.

**H:** *Ra thế, vậy mỗi khi mình cảm thấy khó chịu và bất an với bất kì điều gì đó bên ngoài thì mình cần phải xem xét bên trong rằng mình đang giữ niềm tin gì, cái niềm tin mà ý thức cơ thể dùng để bảo vệ sự an toàn của cơ thể mình?*

**K:** Đúng vậy. Nhưng đó là điều không hề dễ dàng, không phải mọi lúc bạn đều thấy được lý do ở bên trong mà làm cho mình cảm thấy bất an và lo lắng. Ví dụ khi bạn theo đạo Phật, Phật dạy bạn không nên bỏ dư đồ ăn, không nên đánh người và chửi người. Rồi như vậy ý thức cơ thể của bạn tạo ra cho nó một niềm tin mới: Là người không phí phạm đồ ăn, không đánh người và chửi người thì mới đáng sống và tồn tại. Và với niềm tin đó ẩn bên dưới, bạn sẽ cảm thấy khó chịu và phán xét những người ăn uống lãng phí, xâm hại cơ thể hay tâm trí của người khác.

Điều mà bạn cần nhận ra chính là học cách chấp nhận hành động của người khác là không sai và được cho phép xảy ra bởi vũ trụ. Nếu như bạn không chấp nhận và vẫn luôn khó chịu với một tình huống

thì tình huống đó sẽ mãi lặp đi lặp lại cho đến khi nào bạn chấp nhận nó thì thôi.

**H:** *Tại sao tớ phải học cách chấp nhận từng thứ một như thế?*

**K:** Bạn có bao giờ tự hỏi mình: "Tôi là ai, ngoài cái tên này, cơ thể này, nơi ở này... và ý nghĩa sự tồn tại của tôi là gì?". Nếu như bạn chưa hề tự hỏi câu hỏi đó thì có thể bạn chưa từng trải qua nỗi đau tột cùng bao giờ. Bởi vì thường trong những lúc tuyệt vọng và đau khổ như thế, ý thức cơ thể của bạn sẽ gục ngã và để ý thức linh hồn của bạn được đánh thức. Và câu hỏi đó chính là câu hỏi của ý thức linh hồn bạn, hay cũng chính là câu hỏi của Đấng sáng tạo: "Tôi là ai?".

Để biết mình là ai, Đấng sáng tạo đã tạo nên sự tồn tại. Rồi qua sự tồn tại, Đấng sáng tạo biết mình là ai: Tôi là tất cả những gì tôi tạo nên, tôi là sự sáng tạo bất tận và vĩnh cửu. Vậy nên, sáng tạo là Đấng sáng tạo, hủy diệt cũng là Đấng sáng tạo; cái đúng là Đấng sáng tạo, cái sai cũng là Đấng sáng tạo. Mỗi

chúng ta là một hình ảnh của Đấng sáng tạo, được tạo ra để sáng tạo và trải nghiệm, để tạo nên cái "Tôi là tất cả, là sự sáng tạo bất tận và vĩnh cửu". Và đó là lý do vì sao đặc điểm nổi bật của ý thức linh hồn chính là sự tò mò.

Mỗi chúng ta là hình ảnh của Đấng sáng tạo, với khả năng và năng lực không hơn không kém. Và qua thời gian dài trải nghiệm và tiến hóa, chúng ta học tập và hiểu biết về thực tại: Sinh và diệt. Để rồi một ngày đã đủ trưởng thành, mỗi chúng ta quay trở lại thành Đấng sáng tạo với ý thức linh hồn của mình, trở thành một bản mở rộng của Đấng sáng tạo, để trả lời cho câu hỏi "Tôi là ai?": "Tôi là tất cả, tất cả là tôi".

Và chúng ta đang ở trong giai đoạn đó, chúng ta đang thức tỉnh dần và học cách chấp nhận mọi thứ để hoàn thiện bản thân mình, để trở lại là hình ảnh của Đấng sáng tạo. Đây là giai đoạn và bước tiến tuyệt vời nhất của mọi nền văn minh trong vũ trụ, với những dòng nước mắt ngập tràn trong hạnh phúc khi nhận ra mình thực sự là ai, rằng mình chưa



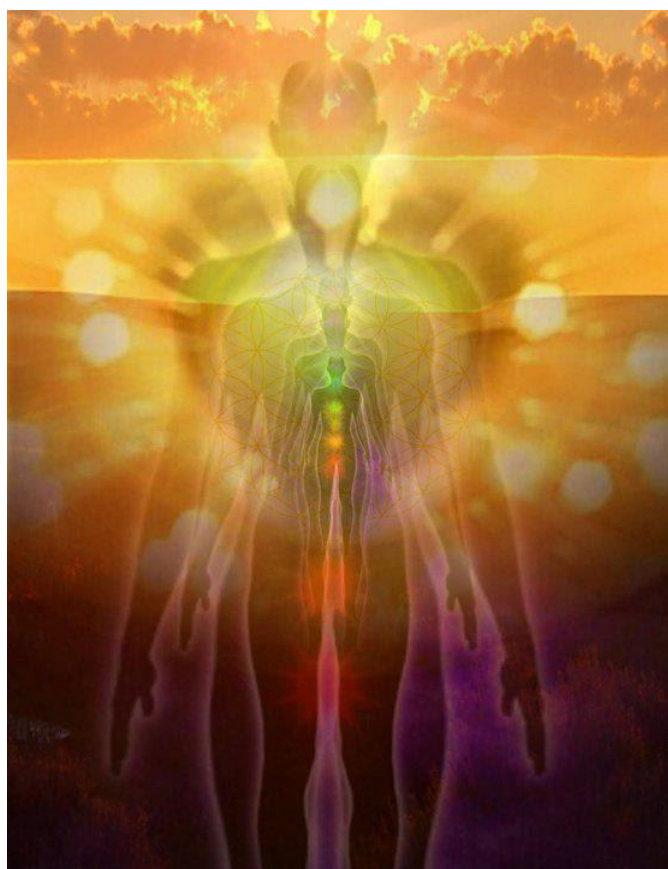
bao giờ bị bỏ rơi một mình, rằng những gia đình của chúng ta ở những hành tinh khác và vũ trụ khác đã chờ đợi cả hàng chục ngàn năm để tới ngày được đoàn tụ với Trái Đất chúng ta, khi chúng ta thức tỉnh hoàn toàn với ý thức linh hồn của mình.

Như thế, nếu có nói rằng mục đích của sự tồn tại chỉ là để tồn tại thôi, thì cũng không sai tí nào.

**H:** *Thế bên trên Đấng sáng tạo là gì?*

**K:** Ha ha. Tôi biết chắc bạn sẽ hỏi câu hỏi này, đương nhiên không phải là một cỗ máy tính khổng lồ rồi. Mỗi chúng ta (linh hồn) như là một giọt nước trong một cái hồ lớn (Đấng sáng tạo), và cái hồ lớn ấy chỉ là một giọt nước trong một cái hồ lớn hơn, và cái hồ lớn hơn ấy cũng chỉ là một giọt nước trong một cái hồ lớn hơn nữa... Đó là sự vĩnh cửu và mở rộng không ngừng của Đấng sáng tạo, là sự tồn tại bất tận của vũ trụ mà không hề có sự khởi đầu hay kết thúc.

## 6. VAI TRÒ CỦA CƠ THỂ CẢM XÚC



**H:** *Như thế nào gọi là suy nghĩ và hành động dựa trên sự sợ hãi của mình, chúng ta thường hay nghe điều đó nhưng có lẽ chúng ta chưa thực sự hiểu được nó?*

**K:** Khi nhắc tới từ “Sợ hãi” thì chúng ta thường nghĩ tới những trường hợp cụ thể nhất mà chúng ta đã từng trải nghiệm. Ví dụ như khi ta đứng bên bờ vực, khi thấy người ở gần cãi nhau và đánh nhau, khi người lái xe chở mình đi với tốc độ cao... và như lẽ tự nhiên mà chúng ta giới hạn khái niệm “Sợ hãi” lại, chỉ dành những trường hợp cụ thể như vậy.

Sự sợ hãi là cảm xúc của cơ thể sinh học, là một cơ chế để bảo vệ sự sinh tồn của cơ thể của bạn trong một môi trường xã hội. Vậy nên bất kì suy nghĩ và hành động nào của bạn mà để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể bạn thì đó là suy nghĩ và hành động dựa trên sự sợ hãi.

Chúng ta đang tồn tại trong một thực tại tách biệt, với mọi thứ như tách rời nhau và không liên

quan tới nhau. Và để xác định sự tồn tại của cơ thể bạn trong môi trường thì ý thức cơ thể của bạn phát triển thành 3 chức năng cơ bản: Sở hữu vật hay người (là sự đối chiếu với vật hay người khác để tạo nên sự tồn tại của bạn), Được công nhận bởi người khác (là hơn hay thua, và cũng để tạo ra sự đối chiếu với vật hay người khác), Sự cảm nhận về thời gian (những điều đã xảy ra hay sẽ xảy ra để giúp tạo nên sự tồn tại của cơ thể bạn trong hiện tại). Theo đó, những cảm xúc, suy nghĩ và hành động mà dựa trên sự sợ hãi để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể bạn thì sẽ bao gồm:

+*Sợ hãi cao*: Là sự sợ hãi trước những điều có thể gây nguy hiểm trực tiếp tới tính mạng của bạn.

+*Tức giận, phán xét, chỉ trích*: Để bảo vệ những thứ mình có (bao gồm cả vật lẫn người) hay những thứ mình biết (mất thời gian để học tập và trải nghiệm), hay là không chấp nhận sự thua thiệt hay bất bình đẳng...

+*Ghen tị, so sánh*: Là không chấp nhận thua thiệt, muốn hơn người khác, muốn có nhiều hơn...

+*Thể hiện, tự cao*: Là những điều giúp tạo nên và đảm bảo sự tồn tại của cơ thể bạn: Đồ ăn, đồ mặc, vẻ ngoài, vóc dáng, tên tuổi, quốc tịch, ngôn ngữ, nhà cửa, vật chất, học vấn, kiến thức, nơi ở...

+*Lo lắng, cô đơn, mặc cảm*: Là mong muốn có bạn bè, người thân, người khác hay vật chất xung quanh ủng hộ và chấp nhận bạn, để tạo nên sự tồn tại của cơ thể bạn.

Tất cả những thái cực ấy đều thuộc vào sự sợ hãi, hay chính là sự đau khổ. Đơn giản mà nói thì đó chỉ là cơ chế sinh tồn của ý thức cơ thể, giúp nó định hình sự tồn tại của cơ thể bạn trong thực tại tách biệt này.

**H:** *Vậy ra cái ác chỉ là chế độ sinh tồn? Cái ác bắt đầu tồn tại từ khi nào?*

**K:** Đúng vậy, chế độ sinh tồn là yếu tố chính mà tạo nên cái ác.

“Cái ác” chỉ là khái niệm mà con người tạo ra, cũng như “Cái sai” để giúp con người tồn tại và ứng xử với nhau. Nếu bạn nhìn với một cách nhìn khác, rằng ý thức cơ thể của bạn luôn tìm mọi cách để đảm bảo sự tồn tại của cơ thể bạn trong môi trường, thì đó không gì khác là tình yêu mà ý thức cơ thể dành cho cơ thể bạn. Như vậy, sự sợ hãi chính là tình yêu mà ý thức cơ thể dành cho cơ thể bạn.

Rồi bạn sẽ nhận ra, không có thứ gì là không được tạo ra bằng tình yêu cả, trọng lực là tình yêu, lực hấp dẫn là tình yêu, lực liên kết giữa mọi phân tử là tình yêu, mọi phản ứng hóa học đều là tình yêu... Tình yêu là luật cơ bản để tạo nên sự tồn tại, là bản chất của Đấng sáng tạo. Dù cho chúng ta cảm nhận rằng dường như mọi thứ đều tách rời nhau và không

liên quan tới nhau, nhưng thực chất tất cả mọi thứ đều được kết nối với nhau bằng những sợi dây vô hình, đó là tình yêu vĩnh cửu.

Vậy nên, nếu như bạn càng suy nghĩ và hành động dựa trên sự sợ hãi của mình, thì bạn càng gia cố sự tồn tại của cơ thể mình trong thực tại tách biệt này, tức là càng gia cố sự tách biệt của bạn ra khỏi với Đấng sáng tạo, càng cắt đứt mình ra khỏi sợi dây tình yêu vĩnh cửu mà kết nối vạn vật lại với nhau. Hay theo cách nói của loài người thì bạn đã trở thành "Kẻ ác", không bao giờ tìm được sự an bình và tự tại bên trong mình, luôn muốn nhiều hơn, luôn muốn cao hơn và thể hiện nhiều hơn mà không bao giờ là đủ.

Mọi sinh vật trong mọi vũ trụ đều tồn tại và phát triển với quy trình tương tự nhau, dù cho hình dáng, kích thước và vẻ ngoài có khác nhau rất nhiều. Khi một loài sinh vật phát triển và tiến hóa lên một ngưỡng nhất định mà ở đó não bộ của chúng bắt



đầu hình thành sự tư duy logic, nghĩa là não bộ của chúng có thể tái tạo lại hình ảnh và âm thanh, thì chúng sẽ cảm nhận được thời gian bằng cách ghi nhớ những điều đã xảy ra, là cơ sở để chúng hình thành và phát triển ngôn ngữ, chữ viết và suy nghĩ. Và khi tư duy logic được hình thành thì “Cái ác” cũng bắt đầu xuất hiện.

Khi tư duy logic mới được hình thành, một loài sinh vật vẫn sống theo hình thức bầy đàn, săn bắn và hái lượm. Chúng bắt đầu biết quan sát, ghi nhớ và tích trữ lương thực. Cho tới một ngày, một thành viên trong cộng đồng được sinh ra với thể hình và thể chất yếu ớt hơn nhiều so với đại đa số, và cá thể này bắt đầu bị số đông xua đuổi vì sợ rằng kẻ thù sẽ rình rập cá thể yếu ớt này và gây nguy hiểm cho cả cộng đồng. Như thế, cá thể này không được sự công nhận của cộng đồng và bắt đầu lảng tránh đi, nhưng vì thể lực không đủ để tự tìm thức ăn cho mình, hẳn phải đi ăn trộm và ăn cướp từ kẻ khác.

Vì không được yêu thương và công nhận bởi cộng đồng, hắn luôn bất an về tương lai không được đảm bảo của mình và càng lúc càng tích trữ thực phẩm ăn trộm nhiều hơn. Hắn lén lút quan sát và theo dõi thành viên nổi bật nhất của cộng đồng, hắn ghen tị và mong muốn được như vậy. Dựa trên quan sát thực tế và những loài khác, hắn bắt đầu nghĩ rằng nếu như mình có thể mạnh hơn kẻ đó thì có thể hắn sẽ được quay lại cộng đồng. Như vậy, hắn tìm cách giết chết thành viên mạnh nhất của cộng đồng, nhưng không ngờ rằng sau đó hắn chỉ càng bị xua đuổi và chính thức trở thành "Kẻ ác".

**H:** *Vậy quý dữ là thực sự có tồn tại?*

**K:** Về cơ bản thì tất cả những gì con người đã từng khắc họa qua văn hóa, giải trí và nghệ thuật đều có tồn tại. Sự sống ngoài Trái Đất còn phong phú, đa dạng hơn nhiều và vượt xa trí tưởng tượng của con người, nhưng vì những sự sống đó ở những tần số

khác nhau nên con người không thể thấy được, giống như mắt người không thể thấy được tia cực tím hay tia tử ngoại vậy.

Quý dữ cơ bản được hình thành cũng giống như tình huống ở trên nhưng có khác chút ở cách tư duy của ý thức cơ thể của kẻ bị đày đọa. Khi một cá thể không được cộng đồng chấp nhận và hẳn cũng không sở hữu được thứ gì cả, thì cái mà hẳn nhận được duy nhất đó là nỗi đau thể xác và sự khinh đuổi. Hẳn không dám tự tử và ý thức cơ thể của hẳn cần phải tìm được yếu tố khác để xác định sự tồn tại của cơ thể hẳn.

Và rồi, ý thức cơ thể của hẳn thay đổi và tìm được yếu tố mới để xác định sự tồn tại của cơ thể mình, đó chính là nỗi đau và sự khinh bỉ, sự thù hận. Hẳn bắt đầu suy nghĩ: "Chỉ những kẻ bị tổn thương và bị khinh bỉ mới đáng sống, mới là kẻ mạnh. Còn những kẻ khác đều là kẻ yếu, và kẻ yếu thì trở thành đồ ăn cho kẻ mạnh, và nếu càng tiêu thụ kẻ yếu thì kẻ

mạnh sẽ càng mạnh hơn và càng sống lâu hơn". Và thế là hắn tìm giết và ăn thịt, hù dọa và đày đọa những kẻ khác. Chính suy nghĩ và niềm tin kiên quyết rằng "Càng tiêu thụ kẻ yếu thì kẻ mạnh sẽ càng mạnh hơn và càng sống lâu hơn" đã làm thay đổi mọi tế bào sinh học của hắn và biến hắn thành quỷ dữ sống qua hàng ngàn năm.

**H:** *Vậy là sự thù hận hay bạo lực chỉ càng làm con quỷ lớn mạnh hơn?*

**K:** Đúng vậy. Cũng vì thế mà phim ảnh, thiên truyện về anh hùng và siêu nhân thì không bao giờ có điểm dừng. Bởi vì ý thức chúng ta chưa hiểu được bản chất của chúng. Khi chúng ta còn sống với ý thức cơ thể (hay ý thức sinh tồn) của mình, chúng ta vẫn sẽ còn đối xử với "Cái ác" và "Cái sai" bằng sự thù hận và sự sợ hãi của mình. Nên khi một người hùng giết chết một con quỷ, thì nó chỉ chết đi cái xác ở thực tại này thôi, còn quang thể của nó vẫn giữ ý thức cơ thể

của nó mà thoát khỏi thực tại này và ngụ ở thực tại cao hơn một tầng, đó là tầng trung gian hay thế giới âm mà chúng ta hay gọi. Rồi qua thời gian, từ thế giới âm mà nó lớn mạnh hơn và quay trở lại thực tại tách biệt để ngụ vào một cơ thể sinh học khác, và thế là câu chuyện anh hùng lại tiếp tục.

Và giờ đây, ở ngưỡng cửa của tầng ý thức mới, chúng ta sẽ nhận ra rằng "Cái ác" chỉ là sự tách biệt, sự cô độc và thiếu thốn tình yêu. Do vậy, chúng ta không cần những anh hùng hay những siêu nhân, mà chúng ta cần những con người với tình yêu bao la để đánh thức, cầu siêu và thiện nguyện để những ý thức linh hồn bị nhốt bên dưới những ý thức cơ thể ấy được đánh thức và tìm được đường về Nhà, về với Đấng sáng tạo và tình yêu vĩnh cửu.

**H:** *Tại sao sự sống ngoài Trái Đất vẫn chưa tiếp cận công khai với loài người?*

**K:** Bạn có nhào vô ngăn cản khi thấy hai con sư tử đang đánh nhau không? Đương nhiên là không rồi, vì bạn biết đó chỉ là một điều tự nhiên mà thôi. Con người cũng như vậy đó, chúng ta nghĩ rằng chúng ta là loài tiến bộ và thông minh nhưng về bản chất thì chúng ta vẫn chưa thoát ra khỏi chế độ sinh tồn của mình. Chúng ta bảo rằng mình không sợ chết, nhưng lại xung phong lao vào chiến trường để giết giặc với những lý do vô cùng sợ chết: Tôi bảo vệ gia đình và quốc gia của tôi (cái mà tạo nên sự tồn tại của tôi).

Như thế, con người cứ sợ chết nhưng lại khẳng định là mình không sợ chết, đó là bởi vì bạn biết rằng và tin rằng sự sợ hãi (sợ chết) sẽ tạo ra "Cái ác" và "Cái ác" thì không đáng tồn tại, do vậy mà ý thức cơ thể của bạn luôn đánh lừa bạn rằng là bạn không sợ chết. Nhưng chính sự sợ hãi đối với sự sợ hãi mới là cái tạo nên "Cái ác".

Giờ thì chúng ta đã hiểu được bản chất của sự sợ hãi, chúng ta hãy bắt đầu học cách chấp nhận rằng là mình sợ chết, rằng mình là "Kẻ ác". Và đối với "Kẻ ác" thì chỉ có một cách duy nhất là học cách yêu thương nó, yêu sâu, yêu đậm và yêu bằng tận đáy lòng. Mỗi sớm mai thức dậy, hãy giữ cho mình một niềm tin, một niềm tin cho một thực tại mới:

"Tôi yêu bạn, ý thức cơ thể của tôi. Cảm ơn bạn vì cơ thể này, từ hôm nay sẽ không gì có thể làm hại được cơ thể này nữa. Và tôi tin rằng, tất cả mọi người ngoài kia đều tốt, sẽ không ai làm hại ai nữa. Mọi thực phẩm tôi ăn đều sạch sẽ và tôi sẽ chữa lành mọi món ăn mà tôi chạm tay tới bằng tình yêu và sự biết ơn của tôi. Tôi sẽ cố gắng yêu thương hết tất cả mọi người tôi gặp, dù cho ý thức cơ thể của tôi vẫn còn phán xét và sợ hãi về thế giới bên ngoài.

Tôi chấp nhận và tha thứ cho tất cả những người đã làm tôi sợ hãi, dù cho đó là những người bạn, những người thân, những người hàng xóm, những chính trị gia, những tỷ phú hay những người cầm quyền... Tôi biết bên trong họ có những gì vì họ



cũng giống như tôi, tôi biết sự cô đơn và sự sợ hãi thường trực trong họ. Họ có thể có tất cả mọi thứ nhưng họ không thể thản nhiên đi bộ xuống phố và ăn lấy một bát bún cua. Tôi sẵn sàng chấp nhận và yêu thương họ. Rồi một sáng mai thức dậy, ý thức linh hồn của họ sẽ tỉnh giấc và nhận ra rằng: “Có càng nhiều chỉ càng làm tôi có ít đi, tôi muốn thay đổi và tôi muốn yêu thương”.

Và đó là thực tại mới của tôi, là Trái Đất mới của tôi. Tôi không ở đây để đánh đổ thực tại cũ, mà tôi đang ở đây để tạo nên một thực tại mới bằng việc nhận thức được chính mình, thay đổi chính mình và từng suy nghĩ, hành động của mình”.

## 7. CỨU MUÔN LOÀI ĐỂ CỨU TÔI



**H:** *Làm sao để tớ cứu được Trái Đất?*

**K:** Tớ không thể trả lời được câu hỏi này bởi vì câu hỏi này chưa hoàn thiện.

**H:** *Câu hỏi rõ ràng quá còn gì.*

**K:** Động từ "Cứu" luôn cần có phụ ngữ đi kèm mới được, bạn muốn cứu thế giới khỏi điều gì?

**H:** *Cứu Trái Đất khỏi ô nhiễm, chiến tranh và bạo lực?*

**K:** Ha ha. Đó chẳng phải là "Cái ác" đó sao. "Cái ác" là sự thiếu thốn tình yêu, hay bóng tối là sự vắng mặt của ánh sáng.

Đó không phải là mong muốn cứu giúp Trái Đất của bạn, mà là mong muốn cứu rỗi bản thân mình khỏi chết chóc và ngộ độc. Trái Đất đâu có bảo rằng "Hãy cứu lấy tôi" đâu, mà ngược lại, người cần được cứu đó chính là bạn, hãy cứu bạn khỏi "Cái ác" bên trong mình, cứu bạn ra khỏi sự thiếu thốn tình yêu bên trong mình bằng cách thức tỉnh tình yêu vĩnh cửu bên trong. Và cách duy nhất để thức tỉnh tình yêu bên trong là hãy kết nối mình lại với mọi người

và mọi vật. Hãy yêu thương lấy mọi người, hãy mua lấy tờ vé số khi bạn được mời mua, hãy mở lòng cho tặng những đồng tiền khi bạn bị người đường “lừa lọc”, hãy cất bớt đi một cái khóa cửa, hãy bỏ bớt đi một lớp tường rào... vì rằng tất cả mọi người cũng đều vì miếng cơm manh áo mà thôi. Những thứ bạn cho đi, bạn sẽ luôn được nhận lại. Những gì bạn mất đi, vũ trụ sẽ không bao giờ quên.

Chúng ta chỉ có một thực tại và mỗi chúng ta đều đóng góp vào sự tồn tại của thực tại này. Bất kì điều gì xảy ra trên thế giới đều có sự tham gia và sự đồng ý của bạn dù cho bạn có ý thức được điều đó hay không. Bạn được dạy rằng mình thật nhỏ bé hay vô dụng, và để làm bản thân mình được tồn tại mà bạn đã trở thành “Kẻ ác” từ khi nào không hay: Bạn mua mẫu mã thay vì chất lượng sản phẩm, bạn đã có đủ nhưng vẫn cứ mua, bạn bận chụp ảnh tự sướng mà rác rưởi bỏ quên trên đất, bạn rủ rê người khác đi chơi để lấp đầy sự cô đơn thay vì làm tăng thêm niềm vui cho mình, bạn tìm người yêu để có người đưa người nấu thay vì để đồng trải nghiệm cuộc sống, bạn đi

làm vì tiền bạc thay vì đam mê và sở thích, bạn không ăn trọn bữa cơm vì mình là người “lịch sự”, bạn dùng chén bát một lần vì để tiết kiệm nước...

Nếu bạn muốn xây dựng một Trái Đất mới, trước tiên bạn phải nhận trách nhiệm về bản thân mình bởi vì bạn là một người đồng sáng tạo nên thực tại này. Bạn là một hình ảnh không hơn không kém của Đấng sáng tạo, và đây cũng là cái đích cuối cùng của cuộc sống làm người ở trần gian này. Bạn phải tập chấp nhận sự sợ hãi của mình, tập chấp nhận “Cái ác” của mình vì nó cũng chỉ là tình yêu, là tình yêu mà ý thức cơ thể dành cho cơ thể của bạn. Bạn hãy tập lắng nghe cơ thể của mình, mỗi khi bạn cảm thấy tức giận, ghen tị, ham muốn hay cô đơn thì bạn hãy trung thực với bản thân mình và chấp nhận mọi cảm xúc ấy một cách yêu thương và biết ơn. Khoảnh khắc bạn thấy được và chấp nhận những sự sợ hãi bên trong mình, là bạn đã không hành động dựa trên những sự sợ hãi đó, là bạn đã thức tỉnh thêm một phần ý thức linh hồn của mình và thấy được những sự lựa chọn mới trong cuộc sống mình. Khi ý thức

linh hồn của bạn thức tỉnh hoàn toàn, bạn sẽ nhận ra mình có bất tận sự lựa chọn, bạn có thể chọn mình là bất kì ai, suy nghĩ và làm bất kì điều gì, đi đến bất kì nơi đâu... và lúc ấy bạn sẽ trở lại là bản chất thật sự của mình.

**H:** *Nếu có biểu tình với mục đích làm xã hội tốt đẹp hơn thì tớ có nên đi không? Hoặc nếu có bạn bè hay người thân tham gia thì liệu có cần ngăn cả họ?*

**K:** Cũng giống như bản chất của sự mong muốn cứu lấy Trái Đất của bạn, bạn vẫn nghĩ rằng đó là vì môi trường và thiên nhiên nhưng thực chất đó là sự sợ hãi của bạn, sợ rằng ngày mai không còn cá để ăn và không còn không khí trong lành để hít thở. Và dù bạn có đứng lên lật đổ chế độ đi chăng nữa thì chế độ mới cũng sẽ không bao giờ khá hơn và rồi cũng sẽ rơi vào con đường y chang như vậy. Hãy nhìn lịch sử loài người rồi bạn sẽ thấy, thời kỳ này đến thời kỳ khác, triều đại này đến triều đại khác, chế độ này đến chế độ khác... tất cả đều giống nhau và được tạo ra bởi cùng một tầng ý thức của nhân loại: Là sự nhận

thức tách biệt của ý thức cơ thể. Nếu bạn muốn có một thế giới mới đầy ắp hòa bình và tình yêu, bạn phải xây dựng nó với ý thức mới, một ý thức hiểu được rằng tất cả chúng ta chỉ là một, rằng khi bạn chống đối bất kì ai thì cũng chẳng khác gì bạn chống đối chính bản thân mình. Và đó là bài học mà con người đang mò mẫm học hiểu suốt hàng chục ngàn năm qua, để cuối cùng nhận ra rằng chưa bao giờ thật sự tồn tại khái niệm “người khác”.

Nếu bạn đã đọc những điều này và hiểu được chúng, thì câu trả lời cho bạn rằng có nên đi biểu tình hay không thì đã quá rõ ràng. Còn nếu bạn cảm thấy mình thật sự muốn đi, thì hãy cứ đi bởi vì linh hồn của bạn có điều gì đó cần trải nghiệm từ việc làm đó. Vậy nên không có lời khuyên nào là tốt nhất cho bạn, vì vũ trụ này chỉ có “một mình” bạn mà thôi, và người duy nhất bạn nên lắng nghe đó chính là bản thân bạn, là tiếng gọi sâu thẳm bên trong bạn, là ý thức linh hồn của bạn.

Còn những người xung quanh bạn, hãy để họ làm những điều họ muốn làm, nếu họ xin lời khuyên

của bạn thì cũng hãy cho họ lời khuyên chân thành và nhớ kết câu lại rằng: “Đi hay không thì tùy bạn, hãy lắng nghe tiếng gọi bên trong mình”. Và bạn hãy ngừng lo lắng, vì bạn hiểu bản chất của sự lo lắng (sự sợ hãi) rồi đó. Hãy chấp nhận và an tâm rằng mọi người luôn ở đúng nơi, đúng lúc, đúng hoàn cảnh và làm đúng những gì họ cần. Chúng ta đang ở bước chuyển giao quan trọng mà mỗi người đều có vai trò của mình trong bức tranh tổng thể này, không có một chi tiết nào là ngẫu nhiên hay sự cố nào là ngoài ý muốn, mà chỉ có là ngoài ý muốn của ý thức cơ thể của bạn thôi.

**H:** *Nghe bạn nói một hồi tớ cảm giác như thể tớ đang nghe một vị sư giảng đạo, tớ nghĩ bạn nên đi tu đi.*

**K:** Ha ha. Tại sao tớ phải đi tu chứ khi mà tớ đã thành Phật rồi, và tớ đang ở đây để giúp bạn trở thành Phật giống như tớ. Tất cả mọi người đều là Phật cả, Phật ở đây không phải là một nhân vật tách biệt nào đó mà chính là trạng thái của Đấng sáng tạo, và đó không là gì khác ngoài tình yêu thương.



Con đường trở thành Phật là con đường học tập yêu thương và chấp nhận tất cả mọi thứ, và chỉ cần yêu thương, chấp nhận, tha thứ cho tất cả mọi người và mọi vật là bạn đã trở thành Phật.

Việc tôn thờ và ghi ơn người khác là đặc điểm chính của ý thức cơ thể của con người, họ thường cúi đầu trước những cá nhân đã đạt được sự khai sáng viên mãn với tình yêu vô bờ và sự bình thản trước mọi hoàn cảnh. Thấy họ như vậy, con người ai cũng muốn đạt được sự khai sáng như thế, nhưng để hiểu được và vượt qua được ý thức cơ thể (với sự sợ hãi) của mình là điều không dễ dàng gì, vì thế mà con người thường hình tượng hóa họ thành những nhân vật để tôn thờ và noi gương theo. Về bản chất, không một ai trong những người đã khai sáng từng nói rằng “Hãy tôn thờ tôi” hay “Hãy đi theo tôi”, cái mà họ dạy chỉ là “Hãy làm như tôi, yêu thương, chấp nhận và tha thứ cho tất cả mọi người, mọi vật”. Và đó là điều đơn giản nhất mà cũng là điều khó nhất trên trần đời.

Từ trước đến nay, con người nghĩ rằng khi thành Phật rồi thì là hết và sẽ được quay trở về với Đấng sáng tạo trong tình yêu vĩnh cửu. Thực sự thì không phải như vậy, bạn nghĩ rằng thành Phật là điểm cuối nhưng đó mới chỉ là sự khởi đầu mà thôi. Khi thành Phật rồi thì sao nữa, chưa một ai từng kể cho bạn điều này bao giờ đúng không, bởi vì những linh hồn đã thành Thánh hay Phật rồi thì họ cũng ngồi đó và chờ đợi. Họ chờ đợi và núp sau sân khấu để giúp đỡ tất cả những con người còn lại trên trần gian để hoàn thiện những bài học của mình. Và bây giờ, tất cả những vị Thánh, Bồ Tát hay Phật đều đã quay trở lại, đang ở ngay đây cho giai đoạn quan trọng này, và thực tế là họ chưa bao giờ rời đi cả.

Thực tại tách biệt mà chúng ta biết hôm nay là tầng thực tại thấp nhất trong vũ trụ, và như tớ nói đó, chúng ta nghĩ rằng mình đã đạt trình độ phát triển cao nhưng thực chất chúng ta vẫn chưa thoát khỏi chế độ sinh tồn của mình. Quá trình một linh hồn trở thành Thánh hay Phật là quá trình học tập và trải nghiệm thực tại tách biệt này, để rồi một ngày

tích góp đủ kinh nghiệm và kiếp sống thì linh hồn đó trở nên trưởng thành và hiểu thấu được bản chất của thực tại và vũ trụ. Sau khi hiểu được bản chất của vũ trụ và sự tồn tại, linh hồn đó mới thực sự bắt đầu quá trình học tập sáng tạo nên những thực tại và sự tồn tại mới. Chính vì thế, trở thành Thánh và Phật mới chỉ là sự khởi đầu mà thôi.

Mọi sự sống trong vũ trụ đều rất quý giá, vì vậy sự sống trên những hành tinh thường không tự phát sinh mà được gieo mầm và được chăm coi bởi một nền văn minh phát triển khác. Trái Đất chúng ta cũng vậy, sự sống đã được gieo mầm và trông coi bởi một nền văn minh phát triển cao. So với tuổi đời nền văn minh hàng trăm triệu năm của những người bảo hộ, loài người hiện đại chúng ta mới chỉ tồn tại được hơn 200 ngàn năm. Nếu lấy hình ảnh so sánh thì loài người chúng ta chỉ giống như những đứa trẻ mẫu giáo, tập cách chơi với nhau và học cách xây dựng mọi thứ bằng tay bằng chân của mình. Còn những người trông coi loài người chúng ta thì cũng như những đứa sinh viên với vai trò là những người phụ

huynh, họ không còn làm mọi thứ với tay chân của mình nữa mà dùng ý niệm hay ý thức của mình để vận hành mọi thứ, và họ có thể tạo ra bất kì điều gì mà họ mong muốn với sự tưởng tượng của mình. Như thế, loài người chúng ta cũng có ông bà của mình, với tuổi đời nền văn minh lên đến hàng tỷ năm. Rồi khi bức màn được kéo xuống, phụ huynh sẽ luôn là những người lộ diện đầu tiên và sẽ bước lên sân khấu để chúc mừng những đứa trẻ đã hoàn thành khóa học trần gian của mình.

Không sao cả nếu những thông tin trên làm bạn cảm thấy sự hơn thua, vì bạn biết rằng đó chỉ là ý thức cơ thể của bạn mà thôi. Và họ sẽ chỉ xuất hiện khi phần lớn con người thức tỉnh được ý thức linh hồn của mình, nếu không thì con người sẽ lại đúc thêm một sê-ri tượng mới để thờ cúng và tôn thờ. Ha ha. Và sự kiện đoàn tụ ấy sẽ xảy ra khi mà số lượng người đã thức tỉnh ý thức linh hồn đạt tới một con số cần thiết. Sẽ mất 5 năm, 10 năm hay 15 năm thì điều đó phụ thuộc vào sự lựa chọn của mỗi chúng ta, rằng chúng ta muốn sự kiện đó diễn ra

sớm hay muộn qua từng suy nghĩ và hành động của mình.

## 8. SAI VÀ ĐÚNG ĐỀU LÀ MỘT



**H:** *Vậy có nghĩa là bạn không còn sợ chết, vậy bạn có thể tự thiêu mình được không?*

**K:** Nỗi sợ hãi, sợ chết tớ nói đến không phải chỉ là nỗi sợ chết của cơ thể sinh học mà đó còn là nỗi sợ chết của ảo thể. Giống như ví dụ về người lính anh dũng xông pha chiến trận để bảo vệ ảo thể của mình: “Sự tồn tại của tôi được tạo ra bởi quốc gia nơi tôi được sinh ra, được tạo ra bởi gia đình tôi có”. Đó là cái không sợ chết về cơ thể sinh học để bảo vệ cái sợ chết về ảo thể - cái mà được tạo dựng nên bởi ý thức cơ thể, là những niềm tin của chúng ta.

Như vậy, nếu tớ tự thiêu để chứng minh cho bạn thấy rằng tớ không sợ chết thì đó chính là sự sợ chết của tớ, để bảo vệ ảo thể với niềm tin rằng “Tôi không sợ chết”. Vì vậy mà không phải cứ có thể tự thiêu mình là bạn có thể thành Phật, nhưng thành Phật rồi thì bạn có thể lựa chọn tự thiêu mình. Nhưng lúc đó, hành động tự thiêu không phải là để chứng minh cho người khác thấy rằng là bạn không

sợ chết, mà là để bạn trải nghiệm xem mình sẽ học được gì từ việc tự thiêu đó. Vì rằng khi bạn đã thành Phật, bạn sẽ không bao giờ phải chứng minh cho ai về bất kì điều gì về bản thân mình, cũng như sẽ không bao giờ chống chọi lại bất kì điều gì ở bên ngoài mình.

Về bản chất thì sự sợ hãi của sinh học cơ thể là điều luôn tồn tại khi chúng ta còn sống trong cơ thể của mình, nên việc gạt bỏ cảm giác sợ hãi và đau đớn sinh học một cách hoàn toàn là điều không thể. Vậy nên, câu trả lời cuối cùng là tớ có thể tự thiêu và cũng không thể tự thiêu mình.

**H:** *Hmm... Bộ não logic có vẻ khó nắm bắt khái niệm vừa có vừa không này...*

**K:** Ha ha. Bạn có biết vì sao mọi tôn giáo đều kêu gọi yêu thương nhưng cũng chính tôn giáo là một trong những nguyên nhân gây ra khổ đau hay không? Bởi vì mọi điều được nói ra bởi những người



đã khai sáng thì đều đúng và cũng đều sai cùng một lúc, cũng giống như bản chất của thực tại trần gian này: Tất cả chúng ta đều tách biệt nhưng cũng đều là một cùng một lúc.

**H:** *Tại sao những tôn giáo thường có những bài võ, bài khí công đi kèm?*

**K:** Bạn thấy sự giới hạn của bộ não logic rồi đấy, nên để hiểu được bản chất của vũ trụ thì bạn cần một bộ não cao cấp hơn là bộ não IQ của mình. Bên cạnh việc học cách yêu thương vạn vật thì người tu luyện còn cần phải tập luyện những bài võ, bài khí để khai mở cơ thể năng lượng của mình. Sự khai mở cơ thể năng lượng sẽ làm vật chất cơ thể sinh học thay đổi và bộ não được cài đặt lại để vận hành ở một trạng thái cao hơn, hay là chúng ta sẽ vận hành với ý thức linh hồn của mình nhiều hơn.

Việc đi tu giờ đã trở thành quá khứ, nó là để dành cho những linh hồn mà hoàn thành những bài

học trần gian sớm hơn đa số người. Còn giờ đây, bạn không cần thiết phải đi theo con đường ấy nữa bởi vì cơ thể sinh học của tất cả chúng ta đang được cài đặt lại dưới sự ảnh hưởng của bức xạ vũ trụ. Chúng ta đang bước vào khu vực vũ trụ có tần số năng lượng cao hơn và chúng ta sẽ sống với ý thức cao hơn, đó là ý thức linh hồn của mình. Quá trình thay đổi vật chất cơ thể của bạn sẽ gây cho bạn những triệu chứng như đau nhức, tâm trạng thất thường, sở thích hay thay đổi, sở thích thực phẩm cũng thay đổi thường xuyên... Và vì không ai giống ai, nên cách tốt nhất là bạn hãy lắng nghe những mong muốn của cơ thể mình, và hãy giữ vững niềm tin rằng tất cả mọi thứ đều sẽ ổn cả thôi bởi vì sự thật đúng là như vậy mà.

Với sự tác động của bức xạ vũ trụ làm thay đổi vật chất và sinh học, ý thức của loài người và ý thức của tất cả sự sống trên Trái Đất đang được nâng lên. Đó là lý do biểu tình và bạo lực đang bùng nổ ở

khắp mọi nơi, không phải vì mọi thứ đang trở nên tồi tệ hơn mà là loài người đang bắt đầu thức tỉnh với thực tại và hệ thống mình đang sống ở trong. Và sau giai đoạn tức giận và bạo loạn này, con người mới có thể hiểu thấu được bản chất của vạn vật cũng như bản chất của chính mình.

**H:** *Dân chủ với Cộng hòa thì cái nào tốt hơn?*

**K:** Bản chất là đều như nhau nếu nó được tạo ra và phát triển bởi tư duy logic hay ý thức cơ thể của con người – là ý thức tách biệt và luôn dễ dàng trở thành “Cái ác”. Và không có nơi nào là tốt hơn nơi nào, sự tốt hơn chỉ là sự cảm nhận của ý thức cơ thể của bạn, vì khi ở nơi tốt hơn đó thì sự tồn tại cơ thể của bạn được an toàn, được sung sướng (về cơ thể sinh học) và được công nhận (về ảo thể). Khi bạn thức tỉnh ý thức linh hồn của mình, bạn sẽ thấy mọi nơi đều như nhau, dù cho thiếu rau áo rách ngủ dưới hiên đi nữa thì bạn vẫn cảm thấy sự tĩnh tại sâu bên

trong mình. Lúc đó, bạn sẽ không đi để sung sướng nữa mà là đi để chấp nhận thách thức, rồi như thế bạn sẽ nhận ra, ý thức linh hồn của bạn không hề thích cuộc sống dễ dãi và an nhàn chút nào đâu.

Vì ý thức linh hồn luôn tò mò và thích thử thách, nên con người thường rơi vào những tình huống éo le và trắc trở mà đi ngược lại mong muốn an toàn của ý thức cơ thể của họ. Như thế, với sự chống chọi lại thực tại của ý thức cơ thể thì sự chịu đựng và khổ đau bên trong chúng ta được tạo ra. Vậy nên để đạt được sự tĩnh tại và bình an, bạn cần học cách chấp nhận mọi việc xảy ra với mình, học cách nhìn thực tại với con mắt của ý thức linh hồn của mình, rằng mình luôn ở đúng nơi, đúng lúc, đúng hoàn cảnh và luôn làm đúng những gì mình cần làm. Như vậy, càng tập quen nhìn mọi thứ với con mắt của ý thức linh hồn của mình thì bạn càng nhanh chóng trở thành ý thức linh hồn của mình và trở lại là bản chất thật sự của mình – là hình ảnh của Đấng sáng tạo.

Việc chấp nhận thực tại là công việc bạn cần thực hiện ở bên trong mình và thực hiện điều đó một mình mà thôi, bởi vì khi bạn chạy rong khắp nơi và la lối rằng: “Tôi cô đơn quá, tôi ghen tị quá, tôi khổ sở quá... và tôi sẵn lòng chấp nhận chúng”, thì bạn đã không còn chấp nhận những cảm xúc và hoàn cảnh đó của mình. Và cả khi bạn nghĩ rằng “Tôi chấp nhận, tôi tha thứ” ở trong đầu mình thì bạn vẫn chưa hoàn toàn chấp nhận và tha thứ cho người khác hay bản thân mình. Bởi vì suy nghĩ của bạn cần thời gian để tồn tại, mà thời gian thì thực chất không hề tồn tại, nên bất kì suy nghĩ nào của bạn được sinh ra trong đầu thì đều đúng và cũng đều sai cùng một lúc.

Vậy nên sự chấp nhận mọi thứ là sự tĩnh lặng của suy nghĩ, là trạng thái không suy nghĩ, không cần nói và không cần chứng minh với ai về bất kì điều gì về bản thân mình. Như vậy, chấp nhận mọi tình huống và hoàn cảnh không phải là liên tục tự nói với mình

hay người khác là “Tôi luôn ở đúng nơi, đúng lúc, đúng hoàn cảnh và làm đúng những cái mình cần”, mà đó là sự tĩnh lặng về suy nghĩ, là sự an ngụ tĩnh tại trong từng nhịp thở và nhịp đập của cơ thể mình dù cho bất kì điều gì xảy ra ở bên ngoài đi nữa.

Cũng bởi vậy mà mọi pháp giảng của tôn giáo khi đã được dạy ra rồi thì đều đúng và cũng đều sai cùng một lúc. Nên khi bạn theo học giáo lý của bất kì đạo pháp hay tôn giáo nào, sau khi bạn đọc xong thì bạn hãy quảng hết đi, đừng nhớ câu nào hay chữ nào cả. Bởi vì nếu không như thế thì ý thức cơ thể của bạn sẽ dùng chính những câu chữ ấy để bảo vệ sự tồn tại của ảo thể mà nó đã tạo ra, nên khi bạn suy nghĩ rằng bạn đã chấp nhận và tha thứ rồi thì bạn vẫn còn chưa thực sự chấp nhận và tha thứ. Đây cũng là lý do vì sao tôn giáo vừa tạo ra yêu thương nhưng cũng vừa tạo ra khổ đau cho con người.

**H:** *Vậy là khi tớ suy nghĩ, nói ra hay viết ra rằng “Vạn sự tùy duyên” thì tớ vẫn chưa thực sự chấp nhận mọi thứ?*

**K:** Đúng vậy. Bạn vừa chấp nhận nhưng cũng vừa không chấp nhận. Mặc dù bạn đã chấp nhận cho qua đi điều gì đó, nhưng khi bạn nói ra hay viết ra như vậy thì bạn đã cố gắng đi tìm sự công nhận của người khác rằng là mình đã chấp nhận sự việc đó. Khi đó, ý thức cơ thể của bạn sẽ dùng chính nỗi đau và sự mất mát để tạo nên sự tồn tại của cơ thể bạn (ảo thể), giống như cách thức quý dữ được hình thành mà tớ đã kể cho bạn vậy.

Ví dụ như khi bạn mất đi chiếc điện thoại, bạn đã chấp nhận cho qua sự việc và đi mua một chiếc khác, nhưng đồng thời bạn cũng tìm kiếm sự chấp nhận từ người khác và mạng xã hội rằng “Tớ mất điện thoại, không sao cả, vạn sự tùy duyên thôi”. Khi đó, chính cái nỗi đau mất mát ấy giúp bạn được công nhận bởi người khác, rồi nỗi đau ấy biến thành một yếu tố

giúp tạo nên sự tồn tại của cơ thể bạn (ảo thể) với một niềm tin mới ẩn sâu bên dưới được hình thành: “Mất điện thoại và chấp nhận cho qua, không tức giận hay buồn bã thì mới đáng được tồn tại. Bởi vì chính điều đó giúp tôi được mọi người để ý và công nhận”. Và cách duy nhất để bạn nhận ra rằng mình có niềm tin đó ẩn sâu bên dưới là lúc bạn cảm thấy có gì đó thỏa mãn và hả hê bên trong mình khi bạn thấy người khác bị mất điện thoại giống như bạn.

Tương tự như vậy, bất kì khi nào bạn gặp vấn đề gì và đi tìm kiếm sự an ủi từ người khác, thì bạn biến từng nỗi đau một thành yếu tố xác định sự tồn tại của cơ thể mình (ảo thể). Và cứ như thế, lần này đến lần khác, bạn tăng dần yếu tố xác định sự tồn tại của cơ thể mình và làm tăng cường sự tách biệt của bạn so với vạn vật. Như vậy, bạn tách dần mình ra khỏi sợi dây kết nối vạn vật, ra khỏi tình yêu vĩnh cửu của Đấng sáng tạo và càng lúc càng khó tìm được sự an bình trong mình. Và vì chúng ta chưa hiểu được như



thế nào là thật sự chấp nhận và tha thứ để mà chữa lành cơ thể cảm xúc của mình nên chúng ta vẫn thường có một câu nói: “Mỗi tình đầu luôn là mối tình đẹp nhất”, bởi lẽ những vết thương của mối tình đầu đã trở thành yếu tố tạo nên sự tồn tại của cơ thể bạn (ảo thể) mà bạn còn không hề hay biết. Để rồi cuối cùng, bài học bạn cần nhận ra là phải ngừng tìm kiếm người khác để chia sẻ, để hiểu mình hay để an ủi mình, bởi vì vũ trụ này chỉ có “một mình” bạn mà thôi.

Qua đó, chúng ta thấy được rằng ý thức cơ thể của chúng ta vô cùng thông minh, vì rằng tất cả những gì chúng ta đã học, đang học và muốn học đều chỉ là để học cách thông minh và thông minh hơn mà thôi. Vậy nên xã hội của chúng ta ai cũng thông minh, và sự thông minh ấy dễ dàng bị dụ dỗ và đưa ta trở thành “Cái ác”. Như thế, tất cả chúng ta đều góp phần tạo nên hiện trạng của Trái Đất ngày hôm nay.

Và ngay cả khi bạn không tìm kiếm sự công nhận từ người khác, mà chỉ cần bạn giữ suy nghĩ trong đầu mình rằng “Mất thì thôi, không sao cả, vạn sự tùy duyên thôi” thì ý thức cơ thể của bạn cũng đã tự công nhận nó, như vậy mà kết quả cũng sẽ tương tự như là việc đi tìm sự công nhận từ người khác và biến bạn thành “Kẻ ác”. Vậy nên sự chấp nhận và tha thứ là nhoẻn miệng cười không nói không thưa, là sự tĩnh lặng vắng bóng mọi suy nghĩ, là bốn nhịp hít vào và bốn nhịp thở ra đều đặn.

**H:** *Vậy là bạn thực sự an bình và hạnh phúc?*

**K:** Ha ha. Khi tớ trả lời là “Có” thì tớ đã “Không” còn an bình vẹn toàn nữa, bởi vì khi tớ cho bạn biết là “Có” thì tớ đã tìm sự công nhận của bạn, rồi sự công nhận của bạn giúp gia cố sự tồn tại tách biệt của cơ thể tớ và làm tớ tách ra khỏi vạn vật một tí, nên tớ mất đi sự an bình vẹn toàn.

Vì vậy mà bạn sẽ thấy rằng mạng xã hội đang tách dần mọi người ra khỏi sự kết nối với mọi thứ xung quanh mình. Mạng xã hội không được tạo ra với mục đích như vậy nhưng chúng ta đang dùng nó với mục đích như vậy mà chúng ta thậm chí còn không hề ý thức được. Một khi bạn nghĩ và viết ra “Cảm thấy hạnh phúc” thì bạn đã không còn hạnh phúc nữa. Một khi bạn nghĩ và viết ra “Cảm thấy an bình” thì bạn đã không còn an bình nữa. Nhưng khi bạn nghĩ và viết ra “Cảm thấy cô đơn” thì bạn sẽ không còn “cô đơn” nữa, vì khi đó: “Tôi là sự cô đơn sâu thẳm bởi vì mọi người thích (một cách vô tội vạ) và công nhận sự cô đơn của tôi, như vậy chỉ có sự cô đơn mới đáng được tồn tại. Nên ý nghĩa tồn tại của tôi là làm người khác cô đơn giống như mình, và ai đó có thể chỉ cho tôi biết chỗ nào bán súng được không?”.

## 9. CHỮA LÀNH CƠ THỂ CẢM XÚC



**H:** *Tớ muốn được an bình, muốn được yêu lại như mỗi tình đầu ngày xưa, vậy tớ phải bắt đầu từ đâu?*

**K:** Bắt đầu bằng việc chữa lành cơ thể cảm xúc và học cách yêu thương, chấp nhận ý thức cơ thể của mình. Quá trình này sẽ bao gồm hai bước:

+Bước 1: Bạn hãy đọc câu “thần chú” dưới đây, hãy đọc nó với thái độ chân thành và thật tâm, bạn không cần phải ghi nhớ hay thuộc lòng nó, bởi vì ý thức cơ thể của bạn sẽ luôn nghe được mọi suy nghĩ của bạn và ghi nhớ chúng dù cho bạn chỉ đọc qua hay suy nghĩ về điều gì đó duy nhất một lần:

“Tôi đã không hề ý thức rõ ràng được sự tồn tại của bạn – ý thức cơ thể của tôi, cho tới ngày hôm nay. Giờ tôi đã biết và hiểu rằng vai trò chính của bạn cũng chỉ là để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể này trong một cộng đồng xã hội với hệ niềm tin đúng và sai mà thôi. Tất cả những gì bạn kiếm tìm cũng chỉ là tình yêu, mà tình yêu ấy thì vẫn luôn ở bên trong đây – là tình yêu vĩnh cửu kết nối tất cả vạn vật. Từ hôm nay, tôi muốn bạn chỉ cho tôi thấy những nỗi đau, những sợ hãi mà bạn đã cất giữ bấy lâu nay ở trong

sâu thẳm cơ thể này, trong từng tế bào này. Đó là những nỗi đau và sợ hãi mà bạn đã dùng chính chúng để tìm kiếm lấy sự công nhận, an ủi và cảm thông từ người khác. Và quá trình tìm kiếm sự công nhận và an ủi này từ người khác đã làm tách dần bạn và tôi ra khỏi tình yêu bao la kết nối vạn vật lại với nhau. Như vậy, con đường đi tìm kiếm tình yêu ấy mà tôi với bạn đang đi trên thì càng đi càng lạc. Tôi muốn bạn đem trở lên những nỗi đau và những sợ hãi mà bạn đã cất đi đó, để tôi có thể thấy được và chữa lành chúng, đồng thời cũng để tôi bắt đầu học cách yêu thương bạn. Để rồi, tôi và bạn sẽ đồng hành bước vào một thực tại mới, một Trái Đất mới chỉ có tình yêu và hòa bình, không còn đói nghèo, không còn bệnh tật, không còn bạo lực, không còn sợ hãi... và như thế sẽ không còn bất kì sự nguy hiểm nào đến sự tồn tại của cơ thể này nữa”.

...

+Bước 2: Như vậy, lời “hẹn thề” đã được ký kết và điều tiếp theo là bạn hãy chuẩn bị tinh thần để sẵn sàng đón nhận lại những hồi ức ngập tràn sự sợ hãi

mà bạn đã từng trải qua, và thậm chí sẽ có những ký ức mà bạn còn không hề nhớ là mình đã trải qua. Đây sẽ là công việc mà bạn phải thực hiện một mình và thực hiện nó ở bên trong bạn mà thôi, sẽ không ai giúp bạn và cũng sẽ không ai hiểu được ngoài chính bản thân bạn. Và để lắng nghe và nhận lại những ký ức sợ hãi bị chôn vùi này, bạn nên tìm kiếm cho mình những khoảng thời gian yên tĩnh một mình.

Để giúp bạn dễ dàng hơn trong công việc này, bạn có thể thực hiện những công việc có liên quan tới nước, bởi nước mang trong mình một năng lượng đặc biệt mà khi tiếp xúc với nước, bạn có thể dễ dàng kết nối với ý thức linh hồn của mình. Như vậy, những việc làm bình thường như rửa chén bát, lau chùi nhà cửa, giặt đồ, tưới cây hay tắm gội (nước nóng) sẽ giúp bạn thư thái và dễ dàng đón nhận những hình ảnh, ý niệm xuất hiện lên ở trong đầu. Và bạn cũng đừng làm những công việc ấy một cách hời hợt và vội vàng để rồi lại ôm lấy chiếc điện thoại hay ngồi vào chiếc máy tính, vì rằng thế giới vẫn ở đó và bạn hãy nên cho thế giới nghỉ ngơi chốc lát.

Thế giới sẽ không dạy thêm được gì mới cho bạn nữa đâu ngoài sự thông minh hơn và tinh lạnh hơn – cái mà chỉ càng làm bạn rời xa và tách biệt so với Đấng sáng tạo, so với tình yêu vĩnh cửu.

Đó chỉ là lời khuyên của tớ về những việc bạn có thể làm, bởi vì đó là những việc vặt có thể cung cấp cho bạn những khoảng thời gian thư thái và tĩnh lặng, để bạn dễ dàng thấy được và nhanh chóng chữa lành những vết thương và sợ hãi bên trong mình. Còn thực tế, những ký ức sợ hãi ẩn sâu trong bạn có thể sẽ xuất hiện ở bất kì lúc nào và bất kì nơi đâu: Khi bạn đi trên đường, khi bạn lái xe, khi bạn đọc sách, khi bạn làm việc, khi bạn đi vệ sinh, khi bạn đang trò chuyện với bạn bè, khi bạn đang ở giữa một cuộc họp... và những ký ức sợ hãi này thì bao gồm: Những hành động hay tình huống làm bạn cảm thấy xấu hổ, tự ti; tình huống và sự việc làm bạn cảm thấy ghen tị, áy náy lương tâm; tình huống làm bạn tức giận và buồn bực; tình huống bạn bị người khác xâm hại hay la mắng, chửi rủa; tình huống người khác phán xét bạn hay bạn phán xét người khác...



Sau khi những ý niệm hay hình ảnh này xuất hiện trong đầu bạn cùng với cảm xúc sợ hãi đi kèm, thì việc làm tiếp theo là bạn hãy chấp nhận chúng bằng cách hãy cứ để những hình ảnh ấy trôi qua trong đầu cùng với những cảm xúc đó, và bạn cần phải ngừng tham gia vào những ký ức đó với sự phán xét đúng sai hay những suy nghĩ “Đáng lẽ nên, đáng ra nên, bởi vì...”. Như vậy, bạn cứ để những hình ảnh và cảm xúc này trôi qua bên trong mình, và bạn hãy ý thức lại rồi tập trung mình vào hiện tại bằng việc quan sát nhịp thở của mình hay quan sát mọi sự việc xung quanh mình: Người xung quanh đang làm gì, cảm xúc trên mặt họ ra sao hay họ mang trang phục màu gì, kiểu gì; vị trí tương đối của mọi vật ra sao và vị trí của mình có sự tương quan như thế nào so với tất cả những thứ bên ngoài...

Lần lượt như thế, từng ký ức sợ hãi ẩn sâu trong bạn sẽ xuất hiện lại (một lần hay nhiều lần) và rồi trôi dần đi, cho đến khi nào một ký ức xuất hiện lại và bạn không còn thấy bất kỳ ý nghĩ nào hay cảm xúc nào đi kèm với nó nữa thì đó chính là lúc bạn đã

thực sự chữa lành vết thương đó.

À, vẫn còn một điều trong câu hỏi của bạn về mong muốn có những mối tình của bạn. Bạn nên nhận ra rằng đó vẫn chỉ là mong muốn của ý thức cơ thể của bạn mà thôi, đó là nguyện vọng và mong muốn dựa trên niềm tin ở sâu trong bạn: “Có đôi có lứa thì mới đáng được tồn tại”. Niềm tin ấy của bạn đã được nhào nặn và hình thành qua thời gian dưới sự tác động của văn hóa, xã hội, phim ảnh, quảng cáo và mạng xã hội với sự đóng góp lớn lao nhất. Rồi khi bạn yêu thương và chữa lành cơ thể cảm xúc (ý thức cơ thể) của mình rồi thì những niềm tin ấy cũng sẽ rơi rụng đi, rồi bạn sẽ cảm thấy rằng việc có đôi có lứa không còn quan trọng nữa, mà vấn đề chỉ còn là bạn có muốn đi cùng ai đó để trải nghiệm những điều mới hay là không thôi.

Mâu thuẫn đúng không nào. Ha ha. Rằng ta mong muốn chữa lành mình để được yêu lại như mối tình xưa, nhưng khi chữa lành và yêu thương lấy chính mình rồi thì việc có người yêu hay không thì cũng không đáng bận tâm nữa, bởi vì chính bạn đã

trở thành sự yêu thương luôn rồi, còn đâu mà phải đi kiếm đi tìm.

**H:** *Vậy là chỉ gồm công việc nội tâm, nội thể thôi đúng không, mà không có gì phải làm hết ở bên ngoài mình?*

**K:** Có chứ, nếu như bạn muốn. Tớ sẽ cho bạn một sự lựa chọn và thách thức, còn bạn có muốn thực hiện hay không thì cũng không quan trọng, nhưng nếu bạn dám chấp nhận thách thức này thì nó có thể sẽ giúp bạn chữa lành những vết thương bên trong mình nhanh hơn nhiều lần.

Để chấp nhận thách thức này, bạn cần phải nhìn thực tại với con mắt của ý thức linh hồn của mình, rằng tất cả mọi thứ đều được sắp đặt trước, không ai gặp gỡ là sự trùng hợp, không gì xảy ra là sự ngẫu nhiên. Bất kì sự việc nào đã xảy ra mà có sự tham gia của bạn và người khác thì đều đã có sự thỏa hiệp giữa linh hồn bạn và linh hồn họ, giống như việc linh hồn muốn trải nghiệm việc đi ăn cắp chó và bị đánh chết mà tớ đã kể cho bạn. Như vậy, tất cả đúng sai

và đau khổ chỉ tồn tại ở ý thức cơ thể của bạn mà thôi.

Và đây là thách thức dành cho bạn: Bạn hãy mua những món quà hay những quyển sách và gửi tặng cho những người mà đã từng tạo ra cho bạn những sự sợ hãi (tức giận, ghen tị, đau khổ, cô đơn, tủi thân, áy náy...) cùng với lời viết của bạn: "Tặng bạn và cảm ơn bạn đã bước vào cuộc đời mình". Đừng quan tâm tới việc món quà đó rẻ tiền hay đắt tiền, hay người ta sẽ chỉ vứt nó vào sọt rác một cách lãng phí, hay là họ sẽ chẳng đọc quyển sách đó đâu... và tất cả những điều suy nghĩ này của bộ não logic thì đều không hề quan trọng, cái quan trọng đó chính là ở bạn, rằng bạn có sẵn sàng học cách chấp nhận và yêu thương, để bạn trở về với bản chất thật sự của mình hay không.

Chắc bạn sẽ hỏi là tớ đã làm như vậy chưa, thì tớ đã làm đúng y chang như thế đó. Từ trước đến nay, điều khác biệt giữa tớ và mọi người đó chính là ở chỗ tớ luôn ý thức được ý thức linh hồn bên trong mình, tớ luôn tự hỏi sao người ta lại có thể làm như

thể, tàn nhẫn như thế. Do vậy mà bao năm tháng cuộc đời của tứ đều là những cuộc đấu tranh không ngừng nghỉ giữa ý thức cơ thể (Cái ác) với ý thức linh hồn (Cái thiện) ở bên trong mình. Lúc mà một mối quan hệ bị đổ vỡ và để lại sự khủng hoảng cho ý thức cơ thể của tứ, tứ đã thức tỉnh ý thức linh hồn của mình một cách rõ ràng hơn và bắt đầu quan sát dần, hiểu thấu dần những suy nghĩ, cảm xúc và hành vi của ý thức cơ thể của mình.

Khi mà mối quan hệ đó sụp đổ, ý thức cơ thể của tứ đã vô cùng tức giận và bỏ kết bạn với những “kẻ thù” của mình (như cách người ta vẫn thường làm). Nhưng rồi ý thức linh hồn của tứ bắt đầu lên tiếng: “Hãy kết bạn lại đi”, và thế là tứ làm theo tiếng gọi đó và hành động ngược lại so với những hành động sợ hãi ban đầu (trách mắng, đổ lỗi, tức giận...). Và rồi những hành động vừa có vừa không nhiều lần như thế đã làm mọi người xung quanh tứ thực sự hoảng sợ và lo lắng. Vậy nên, tứ đã không có cách nào khác ngoài việc tạm thời tách mình ra khỏi xã hội một thời gian, để tứ có thể sắp xếp lại mọi thứ ở bên trong

mình.

Cho đến khi tứ xuất hiện lại, những sự sợ hãi của ý thức cơ thể tứ vẫn còn đó nhưng lúc này thì phần lớn suy nghĩ và hành động của tứ đã bắt đầu được vận hành bằng ý thức linh hồn của mình. Rồi ý thức linh hồn của tứ đã lên tiếng rằng: "Hãy mua quà tặng, mua sách tặng những bạn ấy đi", và tứ đã nghe theo và đã làm y như vậy. Như thế, tứ đã cầm món quà trên tay mình để đưa cho "kẻ thù" của mình, dù cho bên trong vẫn còn sự tức giận và đổ kỵ của ý thức cơ thể của mình.

Điều đó không xảy ra một lần mà là 2 lần, 3 lần. Tứ đã tặng quà cho mọi người như vậy đó, và tứ không hề quan tâm những món quà ấy có đắt tiền hay không, hay người ta có ăn hay không, đọc hay không, xem hay không... mà tứ chỉ tặng thôi, tặng cho bản thân mình, tặng cho sự tự do của linh hồn mình. Và chỉ cho đến bây giờ, sống với ý thức linh hồn, tứ mới thực sự thấy được giá trị của những hành động đó. Chính vì thế mà bây giờ tứ giao cho bạn thử thách này, nếu như bạn muốn thành Phật,

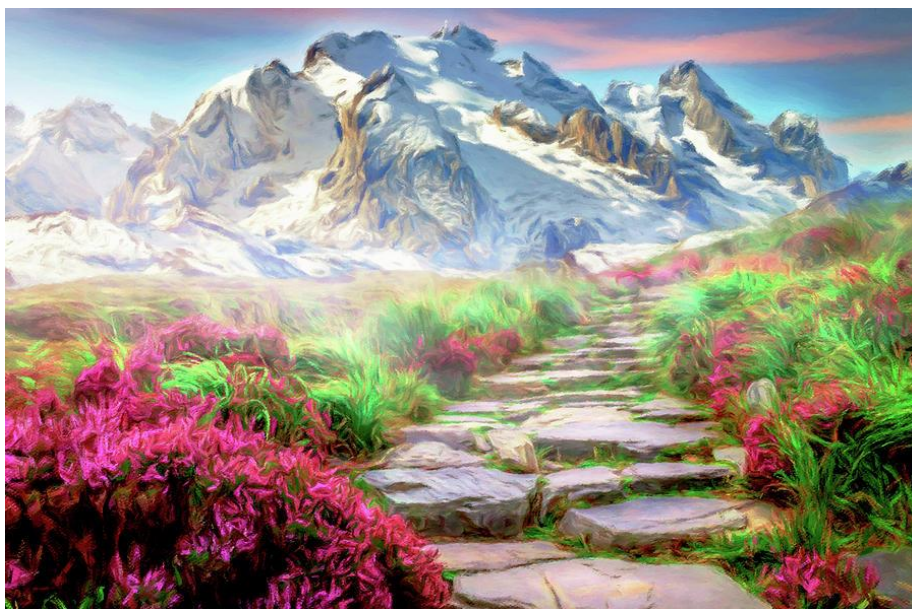
muốn tình yêu bao la và sự an bình thì hãy bắt đầu từ hôm nay, bắt đầu chấp nhận và tha thứ cho tất cả mọi người. Nhưng lưu ý rằng, đó là sự chấp nhận và tha thứ thật sự đó nha, chứ không phải với tấm hình chụp món quà bạn đã mua và rồi đem đăng lên mạng xã hội với tựa đề: “Quà gửi “kẻ thù” của mình, cảm ơn bạn đã bước vào cuộc đời của mình – Cảm thấy biết ơn/an bình/tha thứ”.

Đây chỉ là lời khuyên của tớ mà thôi nên bạn đừng ép mình phải thay đổi, mọi thứ đều được vũ trụ chấp nhận và bạn có thể chọn bất kì sự lựa chọn nào mà mình muốn, vấn đề chỉ là bạn sẽ sống trong vui vẻ, an bình, sáng tạo hay trong chịu đựng, buồn bã, cô đơn mà thôi. Rồi bạn sẽ tự mình thay đổi khi bạn bắt đầu thấu hiểu bản chất của thực tại và thức tỉnh dần với ý thức linh hồn của mình. Và bạn cũng đừng suy nghĩ rằng kiếp sau mình sẽ không quay trở lại nữa. Ha ha, tin tớ đi, rồi bạn sẽ quay trở lại, sẽ cầu xin để được quay lại trong kiếp sau và kiếp sau đó nữa một khi bạn thoát khỏi ý thức cơ thể mà mình đang mang theo này. Rồi bạn sẽ vẫn ở đây và cứ ở

đây mãi mãi vì rằng làm gì có nơi nào khác để mà đi...



## 10. CON ĐƯỜNG SÁNG TẠO



Như nào một áng văn hay?

Như nào một tấm tranh đẹp?

Áng văn hay không hay bởi lời khen chê người đọc.

Áng văn hay cũng không hay bởi ít hay nhiều người xem.

Tấm tranh đẹp không đẹp bởi lời phân tích nói trắng nói hoa.

Tấm tranh đẹp cũng không đẹp bởi người đường có ngó hay không.

Một áng văn hay là một áng văn hay, chỉ có nhiều thôi.

Một tấm tranh đẹp là một tấm tranh đẹp, chấm hết không hơn.

Cái hay là sự rung động con tim, cái đẹp là sự quên lãng thực tại.

Cái hay là sự vắng bóng nghĩ suy, cái đẹp là sự yêu thương mở lòng.

Luôn hỏi vì sao, bản chất con người. Vì sao nó hay? Vì sao nó đẹp?

Văn hay vì văn nhiều đó chữ, tranh đẹp vì tranh bố cục fi-bô-na-ci.

Văn hay vì đời văn nhân thiếu thốn, tranh đẹp vì cảnh hoa nhân khó nhọc.

Văn hay vì văn có một hai ba cách bước, tranh đẹp vì tranh có đỏ xanh vàng hợp phối.

Văn hay vì văn mĩa mai châm biếm, tranh đẹp vì tranh vẽ bướm vẽ hoa...

Vì sao nó hay?

Người hỏi muôn đời.

Vì sao nó đẹp?

Khi chết mới hiểu.

Muốn hiểu thực tại

Tư duy con người.

Một hai ba bốn

Vậy hay vậy đẹp.

Một quyển ra đời  
Tư duy viết văn.  
Hai tập xuất bản  
Tư duy sáng tạo.  
Trăm sách chưa đủ  
Ngàn vở vẫn chưa.

Dựa trên thời gian  
Tư duy hiện hữu.  
Bước một bước hai  
Tạo sự thông minh.

Cái hay cái đẹp  
Hữu tồn vô gian.  
Không bước không cách  
Đẹp là đẹp, hay là hay.

Bản chất cái đẹp  
Con tim sáng tạo.  
Bản chất cái hay  
Con tim rộng mở.

Cách nhìn cái đẹp  
Tư duy sáng tạo.  
Cách nhìn cái hay  
Thông minh nghiên ngẫm.

Tư duy sáng tạo  
Bản chất cầu não.  
Con tim sáng tạo  
Bản chất Chúa Trời.

Vạn vật hữu sinh  
Con Đấng sáng tạo.  
Cầu não không trừ  
Một phần trong đó.

Tư duy viết văn  
Tạo nhà phân tích.  
Con tim kẻ chữ  
Văn nhân ra đời.

Tư duy vẽ tranh  
Tạo nhà phê bình.  
Con tim chọn màu  
Mài dũa hoa nhân.

Tư duy sáng tạo  
Trồng cây trên mái.  
Con tim sáng tạo  
Người tìm nhà quê.

Tư duy sáng tạo  
Khu phố chống trộm.  
Con tim sáng tạo  
Công viên tình thương.

Tư duy sáng tạo  
Nhà tù bất xuất.  
Con tim sáng tạo  
Đâu cần nhà tù.

Phân tích văn giỏi  
Chắc gì viết hay.  
Phê bình tranh hay  
Chắc gì vẽ giỏi.

Tư duy, cảm nhận  
Hai thứ khác nhau.  
Tư duy phần óc  
Cảm nhận phần tim.

Con đường sáng tạo  
Làm gì có bước.  
Bước đầu bước cuối  
Hãy là sáng tạo.

Bản chất sáng tạo  
Chúa Trời quyền năng.  
Bản chất Chúa Trời  
Tình yêu vô bờ.

Muốn là sáng tạo  
Tập là yêu thương.  
Muốn viết văn hay  
Tập cách chấp nhận.  
Muốn vẽ tranh đẹp  
Tập cách tha thứ.

Muốn là sáng tạo  
Hãy bớt nghĩ suy.  
Muốn viết văn hay  
Thả cá trồng cây.  
Muốn vẽ tranh đẹp  
Tập bớt seo-phi.

Muốn là sáng tạo  
Hãy mua tờ số.  
Muốn viết văn hay  
Đừng để mặt khẩu.  
Muốn vẽ tranh đẹp  
Tập bớt sân si.



Con đường sáng tạo  
Không ai dạy bạn  
Chỉ duy tự mình...

# 1 1. NGUỒN GỐC SÁNG TẠO



**H:** *Bạn xem tin tức này chưa, bạn nghĩ bên nào sẽ thắng trong cuộc kiện cáo bản quyền này?*

**K:** Bên nào thắng cũng đâu có quan trọng. Quan trọng là bạn có hiểu vì sao người ta lại tạo ra khái niệm bản quyền không?

**H:** *Ờ thì để bảo vệ quyền lợi cho bản thân mình, tớ thấy hợp lý mà.*

**K:** Uhm. Đó là một điều hiển nhiên mà thôi, dựa trên sự phát triển của bộ não tư duy của con người – một bộ não luôn thấy rằng mọi thứ tách biệt và không liên quan với nhau. Như thế, bản quyền là một khái niệm được tạo ra từ tư duy của con người, từ ý thức cơ thể của con người. Nó là sản phẩm của chế độ sinh tồn của con người (bảo vệ nguồn thu tài chính, bảo vệ thức ăn, bảo vệ tài sản), và là đứa con của sự sợ hãi.

Như tớ đã nói đó, một khi bạn suy nghĩ và hành động dựa trên sự sợ hãi, dựa trên chế độ sinh tồn

của ý thức cơ thể của mình thì bạn đã gia cố sự tồn tại tách biệt của cơ thể mình, để rồi bạn tự tách dần mình ra khỏi vạn vật, ra khỏi Đấng sáng tạo, ra khỏi tình yêu bao la gắn kết vạn vật.

Theo đó, bạn có thể đoán ra được vì sao mà những tác phẩm văn học hay âm nhạc, hay những bức tranh thực sự làm lay động lòng người càng lúc càng hiếm không? Đó là vì vật chất và tiền bạc, và có sự tác động thêm bởi tin tức và mạng xã hội.

Cho tới ngày hôm nay, chúng ta vẫn còn hoài vương và yêu quý những tác phẩm thời chiến, những bài ca dưới ánh trăng hay những tấm tranh kinh điển để đời. Và so với cái lúc mà những tác phẩm nổi tiếng ấy ra đời thì bây giờ chúng ta đã thông minh hơn và có ý thức cao hơn. Với tư duy tiến bộ của mình, chúng ta mổ xẻ và phân tích mọi tác phẩm, mọi tấm tranh mà đã từng làm xao xuyến và thay đổi con tim của hàng triệu người nhìn, người nghe.

Chúng ta đã học cách phân tích những tác phẩm sáng tạo như mổ xẻ những con ếch con ương, để chúng ta có thể lập ra thành những công thức, những quy luật và những cách bước để chúng ta và những thế hệ mai sau có thể sáng tạo ra những tác phẩm kinh điển tiếp theo. Rồi từ những kết quả tư duy nghiên cứu ấy, chúng ta lập nên những ngành khoa học khác nhau: Văn hóa học, tâm lý học, âm nhạc học, hội họa học... và chúng ta viết nên hàng ngàn quyển sách, hàng triệu văn chương về: Làm sao để sáng tạo, thế nào là một bài văn hay, điều gì đã làm ra một bài ca bất hủ, hoàn cảnh nào đã tạo nên những họa sĩ kinh điển, điều gì làm nên một công trình kiến trúc nổi tiếng...

Chúng ta không phủ nhận kết quả của những quá trình nghiên cứu tâm đắc ấy, và cũng dựa trên những kết quả ấy mà chúng ta có được nền tảng cho mình để tự mình có thể bắt đầu học cách sáng tạo, bắt đầu đặt bút vào những trang giấy. Như thế,

chúng ta học cách sáng tạo chỉ với tư duy của mình, bằng cách biết càng nhiều càng tốt, học càng sâu càng lợi, mà chúng ta bỏ quên đi điều quan trọng nhất đó là con tim sáng tạo.

Dù chúng ta cũng biết rằng cần phải có một con tim biết rung động thì mới sáng tạo được, nhưng chúng ta không thật sự hiểu như thế nào mới có thể tạo nên một con tim sáng tạo. Bởi vì con tim sáng tạo chính là Chúa Trời tồn tại ngoài không gian và thời gian, nhưng chúng ta lại dùng tư duy tuyến tính của mình - cái mà tồn tại trong thời gian và không gian, để cố gắng học hiểu về Chúa Trời là gì, sự sáng tạo là sao.

Và cứ như vậy, chúng ta học rất nhiều và biết rất nhiều, chúng ta biết rằng như thế nào là một bài văn hay, biết rằng có bao nhiêu yếu tố để làm nên một bức tranh hoàn mỹ, hiểu được có bao nhiêu nhịp điệu thì tạo nên một bài ca bất hủ... nhưng chúng ta không thể nào tự mình tạo nên được những bài ca

xao xuyên tâm hồn, những bức tranh rù quyển con tim hay những bài văn nghẹn ngào xúc cảm, mà chúng ta chỉ có thể trở thành những nhà cảm nhận sâu sắc, những người phê bình đáng giá, những giảng viên nghệ thuật hay những nhà phân tích chuyên môn.

Để trở thành một người sáng tạo thực thụ, bạn cần phải trở thành một linh hồn hoàn toàn tự do, tự do khỏi mọi sự sợ hãi của ý thức cơ thể của mình, để bạn có thể kết nối trực tiếp với ý thức linh hồn của mình, với Đấng sáng tạo và với tình yêu vĩnh cửu tồn tại ngoài không gian và thời gian. Biết nhiều hay ít, điều đó không quan trọng, nhưng khi biết càng nhiều thì bạn có thể lại càng làm ít đi sự sáng tạo thật sự của mình, bởi vì những bức tường mà ý thức cơ thể của bạn đã dựng nên, làm cản trở sự kết nối của bạn với ý thức linh hồn của bạn.

Một bông hoa đẹp là bông hoa đứng đâu cũng đẹp, nó không hề quan tâm ai sẽ ngó, ai sẽ nhìn.

Một bông hoa đẹp không quan tâm việc người đời có làm ra những bông hoa giả giống nó hay không, và nó cũng không quan tâm người đời sẽ ngắm nhìn nó hay dẫm đạp lên nó. Một bông hoa đẹp không đẹp bởi đất nó đứng ở trên, cũng không đẹp bởi nước tưới là đục hay trong, nó đẹp bởi vì bản chất nó đẹp vậy thôi.

Những linh hồn tự do cũng vậy, họ không quan tâm mình có đủ ăn hay không, họ không quan tâm mình có đủ mặc hay không, họ không quan tâm có ai sao chép mình hay không, họ không quan tâm tên mình là gì và ai gọi ra sao, họ không quan tâm cái mình làm ra có ai xem hay ai đọc hay không, họ không quan tâm thế nào là sai hay thế nào là đúng, và họ cũng không hề biết hai chữ bản quyền. Chính vì lẽ đó, họ không có gì để lo, không có gì để nghĩ mà chỉ có một cái đầu hoàn toàn trống rỗng, một sự vắng mặt hoàn toàn của ý thức cơ thể và họ hoàn toàn tự do khỏi mọi sự sợ hãi. Đó là yếu tố cốt lõi để



tạo nên một con người sáng tạo thực sự, một con người có thể kết nối và chạm vào Nguồn cội của sự sáng tạo.

Vì lẽ đó, nếu như bạn có thể gặp mặt và hỏi xin bí quyết của những con người xuất chúng ấy thì câu trả lời cho bạn sẽ luôn là: "Tôi không biết nữa, tôi không nhớ vì sao mình có thể làm ra được tác phẩm như vậy, mọi thứ cứ hiện lên trong đầu tôi và thế là tôi chỉ cầm bút lên mà vẽ, chỉ cất tiếng thanh mà ca...". Và dù bạn có cho họ tỷ tiền và vật chất đi chăng nữa thì họ cũng không thể dạy cho bạn được nửa chữ, bởi vì chính họ cũng không biết vì sao mà mình đã có thể làm nên được tác phẩm như vậy. Rồi khi nhận được câu trả lời như vậy, người đời xem rằng họ cố gắng giữ những bí mật cho riêng mình và thế là chúng ta bắt đầu mần mò phân tích, mổ xẻ những tác phẩm của họ từ đời này sang đời khác.

Khi chúng ta biết quá nhiều, chúng ta sẽ nghĩ rằng để sáng tạo thì cần phải có nhiều đây bước

nhiều đây cách, để viết văn hay thì cần phải biết nhiều đây chữ, để vẽ tranh đẹp thì cần phải có nhiều đây màu, để làm ra công trình đẹp thì cần phải học nhiều đây bằng cấp... Và đó là cách hình thành nên tư duy sáng tạo của chúng ta, chứ không phải là con tim sáng tạo - là sự kết nối thật sự với Nguồn cội sáng tạo, với Chúa Trời quyền năng.

Tư duy sáng tạo khác hoàn toàn so với con tim sáng tạo. Tư duy sáng tạo cần rất nhiều điều kiện và cái cần đó thì không bao giờ là đủ, bởi vì đó chính là ý thức cơ thể mang vỏ bọc là sự sáng tạo. Nó cần một ngôi nhà bên suối để đặt bút vẽ tranh, nó cần một ngôi nhà trên bờ biển để yên tĩnh nghỉ ngơi, nó cần một căn penthouse để tầm nhìn rộng mở chân trời, nó cần thương hiệu ECO để tâm trong thể sạch, nó cần xế hộp để người đời bớt kêu la, nó cần laptop xịn và chuộng cà phê ngon, nó cần thời gian sáng trưa chiều hay tối, nó cần lương hưu để ngủ an viết sách, nó cần tiếp kiến cô này thầy kia...

Không giống với đũa bạn tư duy sáng tạo của mình, con tim sáng tạo thì lại hoàn toàn khác và vô cùng dễ tính: Nước tương chén cháo cũng đủ; chiếu thấp, giường cao đâu có khác; miễn tới nơi thì thôi, quan trọng đâu xe nào; vội để mà làm chi, thời gian đâu có sống; làm gì có đồ dư, vào miệng ngay là mới; bệnh sao mà sống nổi, hăng luôn vui luôn cười; có đâu cái đúng cái sai, nếu yêu nếu thương tất cả; một màu cũng thành tranh, hai màu cũng nên hình; nhiều chữ chắc đã hay, "lông" có phải đâu "tóc"; trăm từ cũng là văn, ngàn chữ cũng là văn; mọi thứ đều có thể, sáng tạo vạn hình hài...

Sự sáng tạo là nguồn lực tạo nên vạn vật và giữ vạn vật lại với nhau, và sự sáng tạo không tồn tại trong không gian và thời gian mà ngược lại, thời gian và không gian chính là sản phẩm của sự sáng tạo. Vậy nên, bạn có thể chạm vào Nguồn cội sáng tạo ở bất kì nơi đâu và bất kì lúc nào, chỉ cần bạn có thể làm yên lặng mọi suy nghĩ của mình, gạt bỏ mọi

sự sợ hãi (niềm tin) của ý thức cơ thể của mình và hoàn toàn chấp nhận rằng vạn vật an bài hữu duyên nhất Chúa Trời.

Nguồn cội sáng tạo là Đấng quyền năng vô hạn, bạn không thể chạm vào đó mà không biết mình đang kiếm tìm gì ở bên trong đó. Rằng bạn vẽ tranh hay bạn viết tiểu thuyết, bạn soạn nhạc hay đờn ca múa hát, bạn vẽ nhà hay vẽ siêu nhân quái thú, bạn trồng cây hay chơi đá lượm sỏi, bạn xin lời khuyên hay chỉ dẫn lựa chọn... Như vậy, mỗi chúng ta đều có số mệnh định sẵn với một kiếp sống của mình, đó là những cái làm bạn đam mê và thích thú như một cách bản năng, đó là những cái mà linh hồn bạn muốn học tập và trải nghiệm trong một kiếp người cụ thể. Nhưng không có nghĩa là số mệnh ấy sẽ làm bạn mãi sống trong khổ sở và éo le, bởi vì số mệnh là có tồn tại nhưng bạn hoàn toàn có thể chỉnh sửa được nó. Tuy nhiên, muốn chỉnh sửa được số mệnh của mình thì bạn phải trở thành ý thức linh hồn của

mình, thấy được tất cả mọi sự lựa chọn trong vũ trụ và không còn để ý thức cơ thể của mình kiểm soát mọi thứ bằng sự sợ hãi của nó nữa.

...

Một sáng đẹp trời thức dậy, bạn cảm thấy thật khoan khoái và dễ chịu. Rửa mặt rồi ăn sáng, bạn chuẩn bị sẵn sàng dắt xe ra cửa và thẳng tiến đến công ty. Nhưng khi cửa bật mở, máu huyết của bạn như dồn hết lên não khi thấy con chó nhà bên cạnh đang đứng trên sân nhà mình mà loay hoay tìm thế ị. Bạn hồng hộc chạy ra sau nhà để chộp lấy cây chổi và xông pha chạy ngược ra trước la hét: “Đồ quỷ sứ, mày chậm một bước nữa là mày chết với bà nghe con kia”. Thế rồi bạn hì hà ngồi dọn dẹp trong sự tức tối: “Ăn gì lắm thế để rồi ị gì mà dài thấy ớn, tối về tao méc mẹ mày nghe con”.

Sự bực bội và giận dữ như thế giúp ý thức cơ thể của bạn tồn tại, để nó không phải chịu đựng việc phải lụi hụi làm những công việc dơ bẩn và “vô ích”,

để nó tiết kiệm thời gian cho những tin tức hay những thước phim, để có thể giúp nó khôn hơn, lanh hơn và phòng tránh được những nguy hiểm trong tương lai mà “có thể đe dọa” đến sự tồn tại của cơ thể bạn. Nhưng bạn đâu có biết rằng, sự tức giận của bạn đã làm bạn hoàn toàn mù quáng trước câu trả lời của vũ trụ dành cho bạn, đó là câu trả lời cho câu hỏi mà bạn đã lăn tăn trong suốt hai ngày hôm trước.

Có một sự tình là, bạn mong muốn thay đổi môi trường làm việc hiện tại và bạn cũng đã đi rải hồ sơ ở nhiều công ty mà bạn cảm thấy có vẻ thích thú. Kết quả là đã có 2 công ty xin mời bạn đến để tham gia phỏng vấn và khảo sát môi trường làm việc. Như vậy, bạn đã cân nhắc, bạn đã “brainstorm”, bạn đã hỏi han và xin lời khuyên từ bạn gần bè xa... Thế rồi bạn mần mò và lăn tăn suốt 2 ngày trời mà không biết lựa chọn cái nào. Xét theo cảm giác thì bạn thích cái 2, nhưng xét theo tư duy dẫn đo thì số 1 lại hơn:

Lương cao hơn, công ty đẹp hơn, bàn làm việc cạnh cửa sổ tầng 7 rộng mở...

Khi bạn đắn đo và suy nghĩ, bạn đã gửi thông điệp vào vũ trụ mà bạn còn không hề hay biết. Và như thế vũ trụ đã trả lời lại cho bạn với câu trả lời chính xác cho cái bạn cần, nhưng vấn đề là bạn đã không biết lắng nghe. Rằng con chó Nina hàng xóm ấy, nó đã đứng đó ị, đứng với cái thế rất chi là hài hước và cục ị của hấn rơi ra với hình dáng đúng chữ số 2 to tướng và nguyên vẹn. Nhưng bạn đã không thấy được điều đó dù cho nó chình ình ở trước mắt bạn, bởi vì bạn đã bận bịu chìm đắm trong sự sợ hãi của ý thức cơ thể của mình. Như vậy, kết quả là bạn đã chọn cho mình công ty số 1 với tư duy so sánh của mình, rồi bạn cũng đã giới thiệu công ty số 2 cho một đứa bạn thân của mình.

Ba tháng sau, bạn nhận ra công ty số 1 mình đã chọn thì không hề giống như những gì mà mình nghĩ ban đầu, nào là làm việc tăng ca liên miên, nào

là có đâu sáng tạo mà chỉ toàn những việc lặp đi lặp lại. Trong lúc cực ẩm ức với ông sếp còn chưa tan, bạn dạo mạng xã hội và thấy đứa bạn mình đang làm ở công ty số 2 đó, nào là hẳn được sếp dẫn đi ăn thường xuyên, nào là được đi thực trạng khảo sát, nào là đồng nghiệp hòa đồng và dễ thương... Rồi như vậy, bạn cứ ngồi chơi với hai đứa bạn mang tên Ân Hận và Giá Như của mình.

Bạn thấy đấy, Đấng sáng tạo thì vô cùng sáng tạo và cũng cực kỳ hài hước, Ngài luôn biết cách để lấy sự chú ý của bạn. Vấn đề chính đó là ở bạn, ở cách bạn để ý thức cơ thể kiểm soát cuộc sống và số mệnh của mình, với con mắt và bộ não vô cùng nhỏ bé của nó.

...

Với những khoảng thời gian rảnh rỗi của mình, bạn vẫn thường để mình chìm đắm vào những câu chuyện cổ tích lãng mạn, những thước phim đầy hồi hộp và kịch tính mà bạn không biết rằng cuộc sống



của bạn, cuộc hành trình của bạn cũng chính là một câu chuyện cổ tích, là một bộ phim điện ảnh...

Chẳng phải tớ đã nói sẽ giúp bạn biến cuộc sống của bạn thành một câu chuyện cổ tích rồi sao. Ha ha. Điều đó thì đơn giản lắm, chỉ cần bạn học cách yêu thương, chấp nhận và tha thứ cho tất cả mọi người và mọi vật, để rồi hiểu rằng dưới con mắt của Đấng sáng tạo thì chẳng có đúng và cũng chẳng có sai, rằng tất cả những gì mọi người đã làm và đang làm cũng chỉ là vì sự tồn tại của cơ thể họ mà thôi, dù cho họ có ý thức được điều này hay không. Rồi khi ý thức cơ thể của bạn trở nên yên lặng, bạn sẽ bắt đầu thực sự chạm vào Nguồn cội sáng tạo quyền năng và vĩnh cửu, và đó cũng chính là tình yêu vĩnh cửu mà loài người vẫn đang tìm kiếm, là con đường để trở về Nhà.

Nguồn cội sáng tạo ấy, nó giống như một "cái lõi" mà bạn chỉ có thể cảm thấy ở ngay bên trong mình, nó là một cái gì đó nhưng cũng chẳng là gì hết

cả. Nó không hình hài, không thời gian, không kích thước nhưng bạn có thể lấy ra từ đó tất cả mọi thứ, tất cả kiến thức mà bạn cần để bạn có thể làm quá trình học tập và trải nghiệm cuộc sống trần gian trở nên dễ dàng hơn. Và bất kì lúc nào bạn cảm thấy sự bất ổn hay lo lắng trong cơ thể mình, bạn chỉ cần tập trung lại vào hiện tại, chạm vào nơi sâu thẳm ấy là bạn có thể trở lại trạng thái an bình và tự tại.

Tất cả những gì bạn cần làm là đặt câu hỏi và câu trả lời sẽ được gửi lại dưới dạng những hình ảnh hay ý niệm ngay bên trong đầu bạn, hay là qua những hình ảnh, chữ số, câu viết ở bên ngoài bạn. Điều duy nhất bạn cần làm đó là tập trung sống trong hiện tại và quan sát từng khung hình sự sống chạy qua trước mắt mình.

Như vậy, những văn nhân, nhạc sĩ, ca sĩ hay họa sĩ tiếng tăm thì đều đã từng là những linh hồn hoàn toàn tự do, là những con người từng sống ở "đáy" xã hội với không một sự lo âu và sợ hãi. Họ từng là

những người lính không sợ không lo, họ từng là những người dân quân hiểu thấu những ánh mắt đau, những giọt lệ buồn. Họ từng là những ca sĩ quán trà với cát-sê bao nhiêu cũng được, họ từng là những họa sĩ không tên không tuổi, và họ cũng từng là những kiến trúc sư không đủ ăn, không đủ mặc...

Rồi khi “hòa bình” và nền kinh tế thị trường phát triển, tên tuổi của họ được hàng triệu người biết đến và đã mang lại cho họ vô số sự công nhận cũng như tiền tài. Như thế, người nghệ sĩ bắt đầu ý thức được giá trị của bản thân mình và bắt đầu mở tay đón nhận những thứ mà mình xứng đáng được nhận lấy. Đây là điều hoàn toàn tự nhiên và chính đáng, nhưng đây cũng chính là lúc mà người nghệ sĩ bắt đầu giam linh hồn tự do của mình lại với bản quyền, tên tuổi và tất cả những gì mình đã nhận được.

Bởi thế, từ những người nghệ sĩ ngồi đâu hát đó, nằm đâu vẽ đó mà đã trở thành những người nghệ sĩ 3 tháng một bài hát mới, 4 tháng một bức tranh tân.

Dần dần như vậy, những tác phẩm của họ càng về sau càng vắng bóng điều gì đó, một điều gì đó rất “nhỏ” nhưng lại làm bài hát hay bức tranh không còn được lắng đọng và xao xuyến lâu dài như những tác phẩm trước nữa. Mặc dù lúc mới được tung ra, những tác phẩm mới này cũng rất được ưa chuộng và yêu thích.

Và với điều kiện và hoàn cảnh mới, họ đã có thể tự cho phép mình tiếp cận được những kiến thức chuyên môn và chuyên ngành. Họ bắt đầu biết nhiều hơn và bắt đầu “hiểu được” vì sao những tác phẩm ban đầu của mình lại hay, lại đẹp như thế. Như vậy, từ cách sử dụng con tim sáng tạo của mình, người nghệ sĩ đã chuyển qua dùng tư duy sáng tạo của mình trong thiết kế và sáng tác. Đây chính là lý do làm cho những tác phẩm về sau của họ dù hay, dù mới nhưng đâu đó ẩn sâu bên dưới vẫn mang âm hưởng và bóng dáng của những tác phẩm ban đầu.

Nói như vậy không có nghĩa là mọi nghệ sĩ nên sống một cuộc sống nghèo khổ hay tách biệt, vì bạn hoàn toàn có thể lựa chọn cho mình một cuộc sống vừa đơn giản nhưng cũng vừa giàu có, vừa sống trong thời gian nhưng cũng vừa sống ngoài thời gian, vừa bảo vệ tên tuổi của mình nhưng cũng vừa không quan tâm đến nó... Và cách sống như vậy chính là điều mà bạn cần phải tự sáng tạo ra cho mình, bởi vì tất cả mọi thứ đều có thể xảy ra, vì bạn là một hình ảnh của Đấng sáng tạo, không hơn và cũng không kém.

Cuối cùng, chỉ có một điều duy nhất bạn cần giữ trong mình mà thôi: "Tôi là một linh hồn tự do. Bản chất thực sự của tôi là sự sáng tạo bất tận và là tình yêu thương vô bờ. Còn tất cả những thứ còn lại, là con yêu của ý thức cơ thể của tôi".

## 12. TỐT HAY KHÔNG TỐT



**H:** Ăn chay hay ăn mặn, cái nào tốt hơn?

**K:** Đều như nhau cả thôi. Cái bạn cần hiểu không phải là cái nào tốt hơn cái nào, mà là bản chất của “Tốt” và “Không tốt” ở đây là gì.

“Tốt” và “Không tốt” cũng như “Thiện” và “Ác”, nó đều là một thứ hết cả. “Tốt” ở đây là sự hòa hợp, là cách sống trong tình yêu thương vạn vật, là cách sống với con tim cảm xúc của mình. Còn “Không tốt” là cách sống tách biệt với vạn vật, là cách sống với tư duy logic của não bộ, là cách sống với sự sợ hãi của ý thức cơ thể của bạn.

Như tớ đã nói, vũ trụ này chỉ có “một mình” bạn mà thôi, tất cả những thứ ở bên ngoài bạn đều là một phần của bạn, và tớ cũng chỉ là một phần mở rộng của bạn đó thôi. Nếu bạn xem rằng thức ăn chỉ là thức ăn đơn thuần với những con số ca-lo-ri và dưỡng chất, thì những thức ăn ấy đều trở thành “Không tốt”, dù cho đó là rau xanh hữu cơ hay thịt mặn thuần chủng.

Vạn vật hữu tồn đều có bản chất là ý thức. Và khi tồn tại ở thực tại tách biệt này, mà tạm thời ngăn

cách với tình yêu vĩnh cửu của Đấng sáng tạo, thì mọi vật đều cần được yêu thương và đụng chạm tới. Như thế, mọi cục đá, mọi cây cối hay mọi con vật cũng đều mong muốn có được tình yêu thương và bảo bọc trong chu trình tồn tại và tiến hóa của mình.

Chúng ta đã từng sống một cuộc sống hài hòa và yên bình với vạn vật như thế đó. Chúng ta đã từng trồng những cây rau và nuôi những con vật với tình yêu thương của mình. Chúng ta đã từng cầu nguyện cho mọi sinh vật được đầu thai và hóa kiếp trước khi chúng bị làm thịt, và chúng ta cũng đã từng cầu nguyện để thể hiện lòng biết ơn với Chúa Trời trước mỗi bữa ăn ngon.

Thế rồi mọi thứ đã thay đổi khi chúng ta trở nên thông minh hơn. Chúng ta bắt đầu “nhận ra” rằng: “Làm gì có Chúa Trời, sờ không thấy mà nhìn cũng chẳng ra”. Chúng ta bắt đầu lấy tất cả mọi thứ chúng ta có thể cầm nắm được để đặt vào kính hiển vi mà mổ xẻ và quan sát. Và từ những công cuộc nghiên cứu đó, chúng ta đã có được hàng triệu những mẫu thức, hàng tỷ những con số mà có thể giúp cuộc



sống của chúng ta trở nên dễ dàng và chính xác hơn. Rồi dựa trên những kết quả thực nghiệm, chúng ta đã lập nên những trại gia súc công nghiệp trên những mảnh đất rộng hàng ngàn, hàng triệu mét vuông, hay là tạo ra những loại gia súc và rau cỏ biến đổi gen để gặt hái năng suất cao và lợi nhuận lớn. Như thế, chúng ta đã bắt đầu cho mình một cuộc sống tách biệt với vạn vật, một cuộc sống càng lúc càng dư ăn dư mặc nhưng lại càng cô đơn buồn tủi.

Cũng giống như câu chuyện về một con người bình thường trở thành quý dữ vì hoàn cảnh không được yêu thương và chấp nhận, thì mọi thức ăn chúng ta đang ăn ngày hôm nay cũng đều trở thành quý dữ y như vậy khi xét về mặt năng lượng. Chúng ta không còn trồng rau, nuôi con với trái tim của mình nữa mà là bằng những công thức, những con số và những hệ thống kỹ thuật. Do vậy mà những tế bào hay miếng thịt của những cây rau, con vật đều nhuộm màu sự sợ hãi và đau đớn. Rồi khi những thức ăn đậm đà sự sợ hãi này được hấp thu vào

trong cơ thể thì quang thể của chúng ta bị mất cân bằng về mặt năng lượng và qua thời gian sẽ biểu hiện thành bệnh tật ở cơ thể vật chất. Và việc chúng ta đi xén đi mổ thì cũng chỉ là tạm thời mà thôi, rồi những căn bệnh sẽ lại tiếp tục tái phát bởi vì chúng ta không hiểu nguồn gốc cốt lõi sinh ra bệnh tật ở đây là gì.

Như vậy, bất kì món thức ăn nào đi nữa thì cũng sẽ vừa độc và vừa khỏe, và điều đó phụ thuộc hoàn toàn vào cái tâm của bạn. Nếu bạn coi thức ăn chỉ là thức ăn, thì bạn sẽ yếu bệnh. Nếu bạn coi thức ăn là những sinh mệnh cũng như bản thân mình và bạn có thái độ biết ơn, trân trọng chúng thì bạn sẽ khỏe mạnh.

Dù cho thức ăn bạn ăn có biến đổi gen, có chứa kim loại nặng hay hóa chất gì đi chăng nữa thì cơ thể của bạn đều có khả năng đào thải hết chúng ra khỏi cơ thể. Điều duy nhất bạn cần làm là sống với trái tim của mình, yêu thương và trân trọng vạn vật, chấp nhận và tha thứ cho tất cả. Đó là cách để bạn sống hài hòa với vạn vật và giữ cho cơ thể của mình trong

sạch khỏi mọi sự sợ hãi và bệnh tật.

Vì thế, bạn sẽ nhận ra rằng điều cốt lõi của lời cầu nguyện trước những bữa ăn không phải là về nội dung hay hình thức của câu nói đó mà là về thái độ và sự thấu hiểu. Những lời nguyện này là điều cần thiết ban đầu để có thể giúp bạn có được thái độ biết ơn và trân trọng vạn vật, và một khi bạn đã có được thái độ và sự thấu hiểu này rồi thì nội dung câu nguyện không còn quan trọng nữa. Rồi bạn cũng sẽ chẳng cần phải cầu nguyện nữa đâu vì con tim biết ơn đã là trạng thái tồn tại thường trực của bạn luôn rồi. Và với con tim yêu thương này, bạn có thể chữa lành mọi vật mà bạn chạm tới, hay dù là chỉ đi ngang qua chúng trong khoảnh khắc mà thôi.

Nếu như muốn bắt đầu, bạn có thể tìm cho mình những câu nguyện có sẵn hoặc là bạn có thể tự mình sáng tạo nên sao cho phù hợp nhất với bản thân mình, ví dụ như: "Mong mọi sinh vật được giải thoát khỏi sự khổ đau và tách biệt", "I love you all", "Cảm ơn tất cả đã mang đến cho tôi bữa ăn này",... hay là "Thank you f\*\*\*ing God for this meal", "I am grateful

for this f\*\*\*ing meal"... Ha ha.

Và bạn cũng có thể dùng trí tưởng tượng của mình để hình dung ra những đợt năng lượng ánh sáng tỏa ra từ trái tim của mình, bao trùm lấy vạn vật xung quanh và mở rộng ra ôm lấy toàn Trái Đất, rồi ôm lấy toàn vũ trụ. Nếu bạn nghĩ rằng điều này là ngớ ngẩn thì cũng chẳng sao cả, vì tớ cũng đã từng nghĩ như vậy đó. Bạn cứ thử đi rồi bạn sẽ thấy cuộc sống xung quanh mình dần dần trở nên an bình và tốt đẹp hơn, một khi bạn thực sự đạt được trái tim biết ơn và yêu thương sự sống này. Tớ không thể nói cho bạn biết mất bao lâu để bạn có thể có được trái tim yêu thương này, bởi vì bạn sẽ đạt được khi bạn đạt được vậy thôi. Và rồi sẽ có lúc bạn tự nhủ: "Bộ não tư duy của mình ngu chết đi được, phải xài ít lại đi thôi". Ha ha.

Vậy đấy, không có luật lệ hay khuôn mẫu nào cả và bạn hoàn toàn có thể tạo ra bất kì cái nào mà bạn cảm thấy phù hợp nhất cho mình. Cái chính không phải là nội dung, hình thức đúng hay sai mà đó là sự sáng tạo, là tình yêu thương và sự hài hước ẩn ở sâu

bên dưới. Bạn không cần phải tôn thờ ai cả bởi vì bản chất thật sự của bạn chính là Đấng sáng tạo, là Thánh là Phật, là tình yêu thương, là sự tò mò và sự hóm hỉnh. Do vậy mà Đấng sáng tạo hay ý thức linh hồn thì không bao giờ có khái niệm tuổi tác hay trưởng thành, chỉ có ý thức cơ thể của bạn mới trở thành người lớn mà thôi. Đó là những con người lớn “mạnh mẽ” mà không dám chấp nhận và chữa lành những nỗi đau, những nỗi sợ hãi ở ngay bên trong mình. Và cứ thế, họ khoác lên trên mình những chiếc áo dày cộm mà cắt đứt đi sự kết nối giữa trái tim mình với trái tim của những người khác, vật khác ở xung quanh, để rồi cùng nhau tạo nên một xã hội lạnh nhạt và thiếu thốn tình cảm.

Và bạn cũng không cần phải tuân theo bất kì chế độ ăn uống nào nữa đâu, cũng như bạn nên ngừng việc đi kiếm đi tìm những lời khuyên và chỉ dẫn từ người khác, rằng mình nên ăn gì, làm gì hay đi đâu. Bạn đã đi tìm lời khuyên từ người khác quá lâu và quá đủ rồi, bây giờ đã tới lúc bạn phải tự lắng nghe chính cơ thể của mình, xem nó muốn ăn gì và ngủ

nghe ra sao. Bạn cũng hãy tập lắng nghe lấy tiếng nói của ý thức linh hồn của mình, xem mình thực sự muốn làm điều gì và đi tới nơi đâu. Không ai có thể ép bạn được bất kì điều gì cả vì quyền lựa chọn là hoàn toàn ở bạn, và khả năng lựa chọn ấy là bất tận. Nếu bạn cảm thấy rằng mình không có sự lựa chọn nào khác thì đó là do bạn vẫn còn đang sống trong ràng buộc, sự ràng buộc được tạo ra bởi ý thức cơ thể của bạn để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể bạn trong gia đình và xã hội, để bảo vệ hình ảnh cũng như tên tuổi của bạn trong nhân gian.

**H:** *Này cậu xem, tớ đã mua một chậu hoa theo lời khuyên của cậu. À, tớ có mua thêm quyển sách hướng dẫn trồng cây cảnh trong nhà nữa này.*

**K:** Như tớ đã nói, con đường học cách sáng tạo và yêu thương là bạn phải tự mình mà thôi, nghĩa là bạn sẽ không cần nhiều sách vở và công thức đâu. Đó là con đường bạn học cách kết nối lại với ý thức linh hồn của mình, và thông qua đó bạn kết nối lại với vạn vật và vũ trụ.

Cách thức mà bạn đang áp dụng là cách thức giúp bạn thông minh hơn và biết nhiều hơn mà thôi, đó không phải là cách giúp bạn mở rộng trái tim mình và học cách kết nối với vạn vật. Quyển sách ấy sẽ dạy cho bạn biết tên loài cây ấy là gì, loài cây ấy cần ánh sáng và độ ẩm ra sao, nên đặt ở vị trí nào trong căn nhà hay khu vườn của bạn... Như thế, bạn sẽ chẳng học được gì mới cả ngoại trừ việc biết nhiều kiến thức hơn, và bạn cũng sẽ không học được thêm tí yêu thương nào cả. Và dù cho bạn có làm đúng y chang những điều người khác dạy bạn đi chăng nữa, thì cũng chưa chắc rằng cái cây của bạn sẽ phát triển và kết hoa một cách khỏe mạnh.

Nếu như bạn dùng trí thông minh của mình để trồng cây, bạn sẽ cần sách và cần thầy để chỉ bảo cho bạn cái cây ấy tên là gì và điều kiện sống ra làm sao. Rồi bạn cần quang kế, nhiệt kế và ẩm kế để đo đạc hết thảy những vị trí trong ngôi nhà hay khu vườn của bạn, để chọn cho được vị trí tối ưu nhất cho cái cây của mình được yên tọa phát triển. Kết quả là bạn vẫn sẽ có một ngôi vườn đẹp và bạn biết



hết mọi thông tin về từng cái cây trong khu vườn của mình, nhưng bạn lại không có sự kết nối và sự giao tiếp xúc cảm với chúng. Và liệu rằng bạn có thể nhớ hết tên và thông tin của từng loại cây trong khu vườn của mình hay không, khi mà số lượng của chúng tăng dần từ khá nhiều lên đến rất rất nhiều...

Khi bạn tập sống bằng con tim của mình và dùng tư duy của mình ít lại thì mọi thứ sẽ hoàn toàn khác. Răng trái tim của bạn biết nhiều hơn rất nhiều so với bộ não của bạn, bởi vì nó có thể kết nối và giao tiếp với tất cả mọi thứ ở xung quanh nó. Bạn không cần phải biết tên của một loại cây hay loại hoa nào đó là gì, cũng như việc bạn đừng nên quan trọng cái tên của người khác, cho đến vẻ ngoài, tuổi tác, ngôn ngữ, màu da hay quốc tịch của họ. Nếu bạn nhìn mọi thứ với tư duy của mình, bạn sẽ có hệ thống và cấp bậc, sự hơn thua rõ rệt và sự trọng khinh trên dưới. Nếu bạn nhìn mọi thứ với con tim của mình, bạn sẽ chỉ thấy có một, tất cả chỉ là một mà thôi.

Với tư duy của mình, bạn sẽ phải đọc bao nhiêu trang giấy và phải dùng bao nhiêu công cụ để bạn



có thể chọn được vị trí phù hợp nhất cho cái cây của mình? Nhưng với trái tim của mình, bạn chẳng cần sách và cũng chẳng cần kế đo đâu, tất cả những gì bạn cần làm là hỏi và hỏi một cách chân thành mà thôi: "Này cây, trong ngôi nhà này, trong khu vườn này, cây muốn ngồi ở vị trí nào?". Và đương nhiên là cái cây sẽ không trả lời ngay lại cho bạn rằng: "Tôi muốn ngồi ở vị trí ấy trong khu vườn của bạn".

Như tớ đã nói ở phần trước, rằng bạn có thể giao tiếp với mọi đồ vật ở xung quanh mình, và câu trả lời cho câu hỏi của bạn sẽ luôn được gửi lại dưới dạng hình ảnh và ý niệm trong đầu bạn sau một lúc ngắn hay là một ngày cho đến vài ngày. Và trong trường hợp này, cái cây sẽ gửi lại câu trả lời cho bạn bằng một hình ảnh trong đầu bạn, đó là hình ảnh về một vị trí hay góc vườn nhà bạn với cái cây mới mua của mình ở đúng vị trí ấy mà không trật đi đâu được. Rồi sau đó bạn có thể dùng tư duy logic của mình mà phân tích vị trí ấy, để rồi nhận ra vị trí ấy hết sức hoàn hảo cho cái cây của mình... Như vậy đó, bạn sẽ cảm thấy cuộc sống hết sức vi diệu và dễ dàng biết

bao mà chẳng phải bận tâm ghi nhớ quá nhiều thứ trong đầu mình để làm gì.

Nghe thiệt hay và thiệt dễ đúng không, nhưng để đạt được tới bước ấy thì chẳng dễ chút nào đâu. Bởi vì nếu bạn muốn nhận được câu trả lời từ cây cối, đồ vật và vũ trụ, bạn cần phải hoàn toàn không suy nghĩ gì cả và thực sự không suy nghĩ gì hết cả, ngay cả việc suy nghĩ về việc không suy nghĩ gì hết. Và bởi vì bạn luôn suy nghĩ và luôn chìm đắm trong đám suy nghĩ của mình nên bạn không thể nhận ra được những câu trả lời đó đã được gửi đến cho mình. Rằng bạn suy nghĩ về trách nhiệm và nghĩa vụ của bản thân, về ý kiến của người khác về mình, về ý kiến của mình cho người khác, về thân thể của mình béo hay gầy, về tuổi của mình già hay trẻ, về cái sai cái đúng, về công việc lương hưu, về người yêu gia đình, về tiền nợ tiền vay, về điện thoại ô tô, về nhà nhỏ nhà to, về bằng này cấp kia, về nghề cao nghiệp thấp, về ăn chơi mua sắm, về kiểu tóc kiểu tai, về giày hiệu túi nai, về chụp hình chéc-in... và hàng trăm hàng ngàn những suy nghĩ như thế cứ liên tục

xuất hiện trong đầu bạn, từ lúc bạn bắt đầu mở mắt thức giấc cho đến khi bạn hoàn toàn chìm vào giấc ngủ say. Đó là những mớ suy nghĩ hỗn độn có nguồn gốc từ sự sợ hãi của ý thức cơ thể của bạn, để bảo vệ và gom nhặt sự công nhận về sự tồn tại của cơ thể của bạn ở trong gia đình và xã hội.

Tớ vẫn hay dùng khái niệm “Tập yêu bản thân mình” để nói về việc chữa lành, yêu thương và làm tĩnh lặng ý thức cơ thể của mình, nhưng cái khái niệm này lại cho ta một cảm giác về điều gì đó khá là dễ làm và dễ thực hiện. Nhưng nếu xét về bản chất thật sự, “Tập yêu bản thân mình” là quá trình gồm rất nhiều yếu tố, hay nói cách khác thì đó chính là con đường để trở thành Phật. Bởi lẽ, để chữa lành được ý thức cơ thể của mình, bạn phải dành nhiều thời gian để quan sát, thấu hiểu và chấp nhận ý thức cơ thể của mình. Và một khi bạn đã thấu hiểu được ý thức cơ thể của mình rồi, bạn sẽ bắt đầu yêu thương và tha thứ cho nó cũng như chấp nhận và tha thứ cho tất cả những người khác – những người vẫn còn đang sống với ý thức cơ thể, sống trong chế độ sinh

tồn của mình. Và khi đã đạt được tới mức đó thì cũng tương đương với việc bạn có thể đạt được mọi bằng cấp về ngành tâm lý học, bởi đó chỉ là ngành nghiên cứu về cách thức hoạt động và phản xạ của não bộ, của ý thức cơ thể của con người.

Giờ bạn thấy đấy, “Yêu bản thân mình” không phải chỉ dừng lại ở việc bạn cảm thấy hoàn toàn hài lòng và tự tin với chính mình thôi đâu, mà đó còn là bài tập tốt nghiệp trường đời, để bạn trở thành Phật, trở thành cử nhân của lớp học trần gian – lớp học thực tại nhị phân hay tách biệt.

...

Rồi khi bạn ngồi trong khu vườn của mình với tâm trí hoàn toàn trống rỗng, bạn sẽ bắt đầu “lắng nghe” thấy những sinh linh trong khu vườn của mình, và bạn bắt đầu di chuyển những chậu cây đi đi lại lại mà chẳng vì lý do gì cả (cũng giống như việc bạn thiết kế hay sáng tác vậy). Rồi bạn như tự động biết được cây nào cần nhiều nước, cây nào cần ít nước và bạn cứ tưới theo cảm tính của mình mà thôi. Như thế, bạn nhận ra cách mà những loài động vật

vẫn sống, chúng sống trong hiện tại với trực giác và cảm tính của mình, chúng sống trong sự hài hòa và kết nối với vạn vật xung quanh. Cũng vậy mà chúng biết được thứ nào thì ăn được, thứ nào thì không và khi nào thì cần phải di chuyển tới nơi khác, tới khu vực địa lý khác...

**H:** *Bạn nói bạn đã thành Phật, nghĩa là bạn đã hoàn thành công việc yêu bản thân mình?*

**K:** Đã thành Phật ở đây nghĩa là ở một cuộc sống khác, ở một hành tinh khác, ở một vũ trụ khác với thời điểm khác. Những gì tớ đang nói ở đây có thể hiểu như là những ký ức đang quay trở lại, thông qua việc kết nối với ý thức linh hồn của tớ.

Và ở hành tinh này, ở thời điểm này với cơ thể sinh học này, tớ vẫn còn đang trong quá trình tập yêu bản thân mình với những mảnh ghép còn lại cuối cùng. Tớ vẫn còn những ràng buộc và vướng mắc nhất định mà thỉnh thoảng chúng vẫn còn hiện lên trong suy nghĩ của tớ. Không phải tất cả mọi điều tớ nói ra ở đây đều là những điều tớ đã hoàn thành

rồi, mà ở trong đó vẫn còn những điều tớ chưa thực hiện hay thậm chí là tớ cũng chưa từng nghĩ tới. Như tớ vừa nói, đây như là những ký ức đang quay trở lại với tớ, và sau khi nhớ lại chúng rồi, viết chúng ra rồi và thấu hiểu chúng rồi thì tớ mới bắt đầu tu tập và thực hành chúng.

Nói một cách đơn giản, tớ ở đây để làm bài tập tốt nghiệp trường đời thêm một lần nữa, để giúp đỡ và đồng hành cùng các bạn trong chuyến hành trình đưa Trái Đất bước sang một kỷ nguyên mới này. Nói như thế không có nghĩa là tớ có thể biết tất cả những điều sẽ xảy ra, bởi vì sẽ luôn có những thứ mới để học tập và trải nghiệm. Mọi vũ trụ tồn tại với những quy luật tương tự nhau nhưng về chi tiết và hình thức cụ thể thì sẽ không hoàn toàn giống hệt nhau, vậy nên sẽ luôn luôn có chỗ cho kiến thức mới và bài học mới.

## 13. SỐNG LÀ MỘT VỚI VẠN VẬT





**H:** *Vậy khi nào thì cần sát sinh? Giết càng ít thì càng tốt đúng không?*

**K:** Bạn vẫn sát sinh hằng ngày đó thôi, tất cả thức ăn, thức uống mà bạn tiêu thụ hằng ngày cho đến tất cả sản phẩm vật chất mà bạn sở hữu và sử dụng đều được làm ra từ những quá trình có bao gồm sát sinh thực vật và động vật. Sinh ra và chết đi là một chu trình hoàn toàn tự nhiên, và sát sinh cũng thế.

Bản chất của việc sát sinh là một sự trung tính, không có đúng và cũng không có sai. Nhưng chính cái mục đích mà bạn sát sinh mới là vấn đề cốt lõi.

Nếu bạn sát sinh vì rằng bạn cần thức ăn và dưỡng chất thì đó là một điều hoàn toàn tự nhiên. Nếu bạn sát sinh để may áo thêu quần, để làm nơi ăn chốn ở thì cũng không có gì để mà bàn. Bạn sát sinh vì số lượng động thực vật nào đó phát triển khỏi tầm kiểm soát và ảnh hưởng tới cuộc sống của bạn hay những sinh vật khác thì cũng là điều hết sức cần thiết. Như vậy, bạn sát sinh khi bạn cảm thấy



rằng đó là điều thực sự tất yếu và cần thiết. Hơn nữa, khi bạn sát sinh với con tim yêu thương của mình thì bạn còn giúp thúc đẩy quá trình tái tạo và chuyển sinh của mọi sinh mệnh.

Nhưng khi bạn sát sinh với một động cơ khác thì bạn lại dễ dàng trở thành “Kẻ ác” – là kẻ đánh mất sự kết nối với vạn vật và Đấng sáng tạo. Nếu như bạn sát sinh vì sự tức giận, sự ghen tị hay cô đơn của mình, thì bạn đã hành động dựa trên sự sợ hãi của mình. Và hành động dựa trên sự sợ hãi thì là hành động có mục đích giúp bảo vệ và gia cố sự tồn tại tách biệt của cơ thể bạn trong môi trường xã hội, nên với hành động như thế, bạn đã tự mình bước một bước xa hơn ra khỏi tình yêu kết nối muôn loài.

Khi hiểu được điều này rồi, bạn sẽ không còn phán xét hay chỉ trích những kẻ tham lam, độc ác hay độc tài nữa, bởi vì họ là những con người hoàn toàn trống rỗng tình yêu ở bên trong mình dù cho họ có sở hữu hay chiếm đoạt bao nhiêu đi chăng

nữa. Còn nếu như bạn vẫn phán xét và chỉ trích họ thì chính bạn cũng vẫn còn đang thiếu thốn tình yêu ở bên trong mình. Và nếu là như vậy, bước 1 bạn hãy dừng lại để hít thở và tập yêu lấy chính bản thân mình, rồi đến bước 2 bạn hãy tập chấp nhận, tha thứ và yêu thương những kẻ tham tham, độc tài hay độc ác đó. Đây chính là cách duy nhất và là cách duy nhất mà thôi để bạn có thể thay đổi thế giới này.

Bạn đừng đánh giá mọi thứ bằng vẻ bề ngoài của nó bởi vì bản chất ở bên trong đó có thể hoàn toàn khác với điều mà bạn nghĩ. Ví dụ như một ngày đẹp trời thức dậy, tớ bước ra khu vườn sau nhà và phát hiện thấy cây hoa yêu quý của mình đang bị tàn phá bởi một con sâu xanh to ngồng, rồi ngay sau đó thì tớ đã cầm lấy con sâu ấy, bóp chết và vứt ngay xuống đất. Và đó là tất cả những gì bạn có thể nhìn thấy được, rồi dù cho bạn nghĩ rằng tớ ác hay vô cảm thì cũng không hề quan trọng bởi vì đó chỉ là cách nghĩ hay niềm tin của bạn mà thôi.

Với cùng một hành động sát sinh có biểu hiện bên ngoài y chang như vậy, thì ở bên trong hành động ấy có thể xảy ra hai trường hợp, là “Thiện” hay là “Ác”. Nếu tớ sát sinh với cái tâm tĩnh tại của mình cùng với lời thiện nguyện: “Lần khác tao sẽ bỏ mày vào một cái lọ và cho mày ăn một cách có kiểm soát nhé, còn bây giờ thì xin lỗi vậy vì điều kiện không cho phép”, thì đó là sát sinh “Thiện”. Còn nếu tớ sát sinh với sự tức giận của mình cùng với những lời rủa: “Đụng vào cây của tao hả mày, chết nha mày!”, thì đó là sát sinh “Ác”.

“Thiện” ở đây là cách sống chấp nhận và hài hòa với vạn vật, là sự đầu hàng trước sự vận động của không gian, thời gian và không cố gắng kiểm soát bất kì điều gì. “Ác” ở đây là cách sống tách biệt với vạn vật và luôn muốn kiểm soát mọi thứ theo ý của mình, luôn chống đối với sự vận động của thực tại. Nếu tớ giết con sâu ấy với sự tức giận của mình thì có nghĩa là tớ đã biến cây hoa ấy thành yếu tố xác

định sự tồn tại của cơ thể tớ, và vậy mà sự cố gắng bảo vệ cây hoa đó đồng nghĩa với việc tớ cố gắng bảo vệ lấy sự tồn tại tách biệt của cơ thể tớ ở giữa vạn vật. Do vậy, hành động dựa trên sự tức giận sẽ chỉ sinh ra cho tớ sự khổ đau và thiếu thốn tình yêu mà thôi.

Như thế, bạn đừng nên đánh giá và phỏng đoán mọi thứ qua vẻ bề ngoài và hình thức của chúng, bởi vì bản chất ở bên dưới đó thì chỉ có người thực hiện mới có thể hiểu hết được. Những sự đánh giá và phỏng đoán này cũng chỉ là những niềm tin ẩn bên dưới ý thức cơ thể của bạn mà thôi, và thông qua những sự đánh giá và phỏng đoán, ý thức cơ thể của bạn đã tạo ra và bảo vệ sự tồn tại tách biệt của cơ thể bạn ở trong xã hội. Bằng cách càng đánh giá, càng phỏng đoán thì bạn càng làm ít đi tình yêu ở bên trong mình vì sự tách biệt của mình.

Cũng giống như câu chuyện về một người phụ nữ ăn chay ngồi thiền nhưng lại đi làm việc ở một lò

mổ heo. Cô ấy đã xin được làm việc ở cái khâu đầu tiên của lò mổ, đó là khâu dùng súng bắn đinh vào đầu những con heo. Rồi mọi người bắt đầu bàn tán, chỉ trích khi tin tức này được đăng tải lên báo mạng và dường như mọi người không thể hiểu được vấn đề cốt lõi ở đây là gì. Nếu xét về bản chất, đó là hành động sát sinh "Thiện" bởi vì cô ấy hành động với lý do rằng: Con người vẫn cần phải tiêu thụ thịt lợn nhưng những người công nhân lò mổ lại giết chúng với sự lạnh lùng và vô cảm của mình, vì thế mà cô ấy muốn đảm nhận khâu sát sinh đó, để cầu nguyện cho chúng tìm được đường về Nhà và được tiếp tục chuyển sinh.

Không chỉ có sát sinh dựa trên sự tức giận hay ghen tị mới là "Ác", mà hành động sát sinh như là một thú tiêu khiển thì cũng có bản chất y chang như vậy. Nếu bạn sát sinh để thể hiện sự tài giỏi hay trí thông minh của mình, thì bạn cơ bản cũng đã trở thành "Kẻ ác" - kẻ sống tách biệt với muôn loài và

coi mình là loài thượng đẳng. Và đây cũng chỉ là một điều hoàn toàn tự nhiên trong chu trình vận động của vũ trụ mà thôi.

Bất kì ai cũng có quyền lựa chọn cho mình cách sống hài hòa với vạn vật (Ánh sáng) hay cách sống tách biệt với vạn vật (Bóng tối). Sống hài hòa với vạn vật thì tĩnh tại và an bình, còn sống tách biệt với vạn vật thì thiếu thốn và khổ đau. Nhưng vấn đề chính ở đây đó là bạn không phân biệt được như thế nào thì là sống hài hòa với vạn vật, như thế nào thì là sống tách biệt với vạn vật, bởi vì ý thức cơ thể của bạn rất là thông minh và luôn tìm cách đánh lừa bạn. Bạn nghĩ rằng như thế này thế kia thì là sống hài hòa với vạn vật, nhưng thực chất đó lại là niềm tin của ý thức cơ thể của bạn để giúp bạn tồn tại tách biệt với vạn vật. Và cứ như vậy, ý thức cơ thể của bạn luôn nhảy lên đầu lên cổ bạn bởi vì mục đích chính của nó là để tạo ra và bảo vệ sự tồn tại tách biệt của cơ thể bạn ở trong thực tại này mà.

Vì vậy, con đường học cách kết nối với vạn vật cũng là con đường bạn học cách vượt qua ý thức cơ thể của mình và giành lấy quyền kiểm soát cuộc sống từ nó. Ý thức cơ thể của bạn chỉ như là một đứa trẻ mà thôi, nó rất cần tình yêu thương và không muốn bị cho ra rìa đâu. Và vì không muốn bị cho ra rìa nên nó sẽ luôn cố gắng giành lại quyền kiểm soát và đánh lừa bạn rằng là bạn đã kiểm soát được nó. Hơn nữa, trong quá trình chuyển giao sang Trái Đất mới này, ý thức cơ thể của bạn cũng muốn được đi theo bạn và không muốn bị bỏ lại ở sau đâu. Vì thế mà bạn hãy tập quan sát, tập yêu thương và chấp nhận mọi khía cạnh của ý thức cơ thể của mình để bạn cùng đồng hành với nó trên chặng đường này. Như vậy, bạn sẽ cho phép ý thức cơ thể của mình dẫn dắt mình đi qua quá trình chuyển giao này một cách dễ dàng và êm ái hơn, bằng những tín hiệu cảm xúc mà nó gửi cho bạn về những thứ mà nó muốn ăn, những nơi mà nó muốn đến và những thứ mà nó

muốn làm. Vì rằng quá trình chuyển giao này sẽ mang lại nhiều sự thay đổi về vật chất cho cơ thể của bạn, tạo ra nhiều đau nhức hay mệt mỏi toàn thân, nên việc tin tưởng vào cơ thể của mình sẽ giúp ích cho bạn nhiều hơn rất nhiều so với niềm tin mà bạn đặt vào y học hiện đại đó.

Cũng theo nguyên lý như vậy, khi bạn ăn uống lãng phí và mua sắm quá mức cần thiết của mình thì hành động của bạn cũng thuộc vào loại sát sinh "Ác".

**H:** *Tôn giáo hay tâm linh đều hay nói rằng việc ăn chay giúp cơ thể bạn vận hành ở mức năng lượng cao hơn, điều này có đúng không?*

**K:** Có một lý do mà tớ rất ít đọc sách và cũng chưa hề nghiên cứu bất kì tôn giáo nào, đó là vì phần lớn tôn giáo đã bị chỉnh sửa và mọi sách vở kiến thức đều mang tính chất thúc đẩy cuộc sống tách biệt với vạn vật, dù cho hình thức thể hiện bên ngoài thì là sống hài hòa với vạn vật.



Bạn có thể không tin điều này, nhưng để thử hỏi bạn một câu nhé: “Lần cuối cùng mà những con người phạm trần trở thành Thánh hay Phật là khi nào? 2000 năm trước, 4000 năm trước? Tại sao bây giờ chúng ta không còn thấy những vị Phật thật sự nữa, người mà có thể làm bạn bật trào dòng lệ hạnh phúc khi bạn vẫn còn đứng cách xa họ hàng chục mét?”. Điều này thử sẽ kể cho bạn ở lần sau, cho bạn biết rằng thế lực bóng tối đã ngự trị ở đây là gì, và họ đã làm những gì để giữ loài người trong mê muội.

Bản chất đúng của câu hỏi của bạn chính là: “Phật là sống chan hòa với vạn vật bằng tình yêu thương của mình”, nhưng bằng cách nào đó, chúng ta lại hiểu thành: “Phật là yêu thương vạn vật nên Phật không sát sinh, không ăn thịt động vật”. Bởi vì sự tác động của các thế lực bên ngoài cũng như cách nhận thức khác nhau của các tầng ý thức khác nhau, nên chúng ta dần hình thành nên niềm tin: “Ăn chay

là Phật, không sát sinh là Phật, mà Phật thì thoát khỏi vòng luân hồi và không bị đày xuống kiếp súc sinh hay địa ngục". Do vậy, hành động ăn chay và không sát sinh trở thành hành động có nguồn gốc từ sự sợ hãi của ý thức cơ thể của bạn, để nó bảo vệ sự tồn tại của cơ thể bạn khỏi chết chóc và đau khổ. Và như thế mà một nghịch lý đã được tạo ra, ý thức cơ thể của bạn muốn bảo vệ cơ thể của bạn và tìm kiếm tình yêu thương, nhưng cũng chính hành động và mong muốn này lại tạo cho bạn sự tách biệt, sự chịu đựng và sự thiếu thốn tình yêu.

Tớ nhắc lại một lần nữa nhé, Phật ở đây là trạng thái giác ngộ, trạng thái thấu hiểu thực tại và vũ trụ, đó không phải là một nhân vật cụ thể nào hay là một bức tượng đá trắng nào đâu nhé. Nhưng cứ bất kể khi nào tớ nhắc tới chữ Phật thì trong đầu bạn có thể lại hiện ra ngay một nhân vật nào đó hay một bức tượng nào đó. Như vậy mà bạn nhận ra rằng mình bị ảnh hưởng rất nhiều từ văn hóa và xã hội nơi mình

sinh ra và lớn lên, và sự ảnh hưởng này phát triển thành hệ niềm tin vững chắc ở bên trong bạn, để rồi chúng quyết định từng suy nghĩ và hành động của bạn trong cuộc sống hằng ngày.

Để đạt được trạng thái giác ngộ và thấu hiểu thực tại, bạn cần phải có một bộ não với cấu trúc hoạt động ở mức cao hơn. Bạn không thể hy vọng rằng mình có thể hiểu được mọi triết lý hay giáo lý chỉ trong 1 ngày hay 2 ngày được, và bạn cũng không thể trở thành Phật chỉ với niềm tin của mình thôi đâu. Bạn CẦN và CẦN PHẢI có cơ thể của mình đi theo với bạn. Như vậy, bạn cần hiểu rằng bạn không thể nâng cấp não bộ của mình chỉ với xen-lu-lô-zơ được, bởi vì bộ não của bạn có thành phần cấu tạo phần lớn là chất béo cũng như phần lớn da thịt của bạn, mà cơ thể của bạn thì lại không thể tự tổng hợp được mọi chất béo mà nó cần.

Những điều tớ nói ở đây không phải chỉ là tâm linh, mà đó là khoa học tâm linh, nó bao gồm cả Vật

lý, Hóa học và Sinh học. Tôi sẽ lấy một ví dụ tương đương để bạn hiểu về quá trình từ người thường trở thành Phật nhé. Bạn hãy hình dung một cục than là người bình thường và viên kim cương là người đã giác ngộ. Điều giống nhau giữa hai cái này chính là về thành phần, hai cái đều được làm từ Các-bon cả, nhưng điểm khác là ở cấu trúc liên kết giữa những nguyên tử Các-bon với nhau.

Cục than thì có cấu trúc Các-bon rời rạc và không đồng đều, còn kim cương thì có cấu trúc Các-bon đồng đều và khăng khít nhau. Để biến cục than thành kim cương thì bạn cần phải để cục than ở dưới nhiệt độ và áp suất rất cao, rồi khi ở trong môi trường có năng lượng cao như vậy thì những nguyên tử Các-bon trong cục than sẽ bắt đầu thay đổi về cấu trúc. Những hạt Các-bon bắt đầu xếp gần lại nhau với cấu trúc tinh thể và chuyển từ cục than với bề mặt gồ ghề sang viên kim cương với bề mặt sáng bóng. Bởi vậy, một cục than to sẽ giảm kích thước

của nó lại nhiều lần khi nó chuyển thành kim cương.

Con người trở thành Phật cũng tương tự như vậy đó. Khi bạn học cách yêu thương, chấp nhận và tha thứ cho tất cả là bạn đã giữ mình ở một trạng thái năng lượng cao. Và khi bạn giữ trong mình trạng thái năng lượng cao này một cách ổn định thì vật chất Các-bon trong cơ thể bạn sẽ bắt đầu thay đổi về cấu trúc. Cơ thể bạn sẽ thay đổi dần từ cấu trúc Các-bon rời rạc và nặng nề sang trạng thái cấu trúc Các-bon tinh thể và rắn chắc. Và vậy mà cơ thể của bạn sẽ phần nào giảm kích thước lại, lỗ chân lông cũng sẽ thu nhỏ lại và làm cho bạn có làn da mịn màng.

Chắc hẳn bạn cũng biết vì sao kim cương rất là hiếm rồi đó, bởi vì không phải chỉ cần có nhiệt độ và áp suất cao ổn định thôi đâu, mà nó còn cần phải có đúng lượng Các-bon ban đầu cần thiết. Vì thế mà dù cho điều kiện nhiệt độ và áp suất ở dưới lòng đất ở rất nhiều nơi là như nhau, nhưng không phải chỗ

nào cũng có thể có kim cương được hình thành. Con người trở thành Phật cũng như vậy đó, bạn giữ cho mình năng lượng tần số yêu thương thật cao nhưng lại không cung cấp đủ cho cơ thể của mình những dưỡng chất cần thiết thì làm sao cơ thể của bạn có thể tái cấu trúc sang một trạng thái cao hơn được, và vậy làm sao bạn có thể đạt được tới trạng thái giác ngộ thực tại.

Bạn không thể so sánh cơ thể của mình với con trâu hay con bò được, bởi vì chúng hoàn toàn khác với bạn, chúng có enzyme đặc hiệu và hệ vi sinh trong dạ dày để chúng giúp phân giải xen-lu-lô-zơ thành axit amin và chất béo. Ngay cả cơ thể của bạn cũng không có enzyme để tiêu hóa được lactose trong sữa bò hay sữa dê, vậy nên việc tiêu thụ sữa và các sản phẩm từ sữa mà có chứa lactose có thể sẽ làm cản trở việc hấp thu dưỡng chất và vi chất từ thức ăn bạn ăn hằng ngày. Đây cũng chính là lý do vì sao bạn thấy rằng nhiều loại sữa cho người bệnh

thường có ghi là “Không chứa lactose”, để nó không cản trở việc hấp thu dinh dưỡng của người bệnh. Và vì quá trình tách lactose ra khỏi sữa sẽ làm tăng giá thành sữa lên rất nhiều lần, cái mà sẽ làm giảm tỉ lệ tiêu thụ của người dân, nên ngành sữa dân dụng thường lãng tránh hẳn đi điều này. Như thế, chỉ khi bạn bị bệnh thì bạn mới dám chi nhiều tiền để tiêu thụ những loại sữa đắt tiền mà không có chứa lactose.

Khi tớ đang viết những dòng chữ này thì tớ đang ở trong giai đoạn rất thèm ăn thịt béo và không cảm thấy ngon miệng khi ăn thịt nạc. Đã có những giai đoạn tớ ăn chay thuần hay là chỉ ăn mỗi thịt nạc, phần lớn đó là vì tớ ăn uống theo niềm tin của mình, nghe theo những lời khuyên hay chỉ bảo từ người khác bên ngoài. Rồi khi tớ cho phép cơ thể của mình ăn những thứ mà nó cần, tớ bắt đầu cảm thấy dễ chịu hơn rất nhiều và tớ cũng không còn quan tâm đến bất kì số đo nào nữa, dù ai nói ai ràm thế nào đi

chẳng nữa thì cũng chẳng còn quan trọng, cái quan trọng đó là tố yếu cơ thể của mình và cảm thấy thoải mái với chính cơ thể của mình.

Và để tố kể cho bạn điều này, bạn có tin hay không thì cũng không quan trọng, vì rằng không biết trước thì cũng biết sau mà thôi. Rằng Cholesterol không gây hại cho tim mạch và cơ thể của bạn mà là ngược lại, Cholesterol là yếu tố cần thiết cho cơ thể của bạn. Thủ phạm chính cho vấn đề tim mạch và thừa cân không phải là Cholesterol mà chính là đường, dầu tinh luyện và bia rượu. Nếu bạn không tin thì bạn cứ đi hỏi ông bà nội ngoại của mình mà xem, nếu như bạn vẫn còn ông bà nội ngoại. Rằng cái thời của ông bà nội ngoại của bạn làm gì có khái niệm về vấn đề thừa cân hay tim mạch, và họ tiêu thụ thịt mỡ trong mọi bữa ăn hằng ngày mà vẫn khỏe nhăn răng ở cái tuổi 90. Cái giết chết họ phần lớn không phải là bệnh tật mà chính là chiến tranh, tai nạn hay đơn giản chỉ là bị con trâu



nhà đá trúng đầu mà chết. Bệnh tim mạch và ung thư chỉ xuất hiện và tăng vọt trong vòng hơn 100 năm trở lại đây, với sự ra đời và du nhập của đường kính, dầu tinh luyện và bia rượu. Những kiến thức bạn nghĩ là đúng thì đều đã bị bóp méo vì mục đích quyền lực cũng như để giữ loài người trong u mê và sợ hãi. Cũng giống như việc tôn giáo bị chỉnh sửa vậy, tớ sẽ kể cho bạn trong lần khác.

Cuối cùng thì bạn phải quay lại với chính cơ thể của mình mà thôi, rằng hãy lắng nghe từng cảm xúc và mong muốn của nó, ăn gì, làm gì và đi đâu. Bạn hãy học cách tin tưởng vũ trụ và linh hồn trên cao của mình, chấp nhận rằng những thức ăn mình muốn ăn là cái cần thiết cho cơ thể của mình, dù cho tư duy của mình có phán xét "lợi" hay "hại" đi chăng nữa, và chấp nhận rằng mọi thức ăn mà người khác đem đến cho mình cũng là điều đã được sắp đặt sẵn cho sự cần thiết và sự phát triển của bản thân mình.

Và bạn cũng cần phải gỡ bỏ mọi thái độ phán xét hay những sự sợ hãi về vấn đề tình dục, vì rằng những quan niệm này được tạo ra để giữ bạn ở trong trạng thái sợ hãi, và khi sống trong sợ hãi thì quá trình thức tỉnh và giác ngộ của bạn sẽ bị cản trở. Tình dục là một thứ rất quan trọng và đầy những bí ẩn, nó là cây cầu kết nối với Đấng sáng tạo, là nguồn gốc tồn tại của vạn vật. Tình dục cũng giống như sát sinh vậy thôi, bạn có thể dùng nó theo cách "Thiện" hay theo cách "Ác". Nếu bạn dùng tình dục theo cách "Thiện", thì bạn dùng nó để trân trọng, yêu thương cơ thể của mình và giữ cho năng lượng cơ thể của mình được cân bằng và khỏe mạnh (bạn dùng nó một mình hay hai mình thì cũng không quan trọng). Nếu bạn dùng tình dục theo cách "Ác", thì bạn sẽ dùng nó để xác định sự tồn tại của cơ thể bạn qua việc sở hữu và xâm hại người khác.

Bạn cần phải cho phép bản thân mình sát sinh, bởi vì đó là khả năng vốn có của bạn, vì bạn là một

hình ảnh của Đấng sáng tạo quyền năng không hơn và không kém. Như thế, sinh và diệt là khả năng bản chất vốn có của bạn, điều quan trọng là bạn sẽ dùng khả năng ấy để sống hài hòa với vạn vật hay là để tạo ra sự tồn tại tách biệt của bạn so với vạn vật. Một bên sẽ cho bạn cuộc sống an bình và hạnh phúc, còn bên còn lại sẽ cho bạn khổ đau và chịu đựng.

Nếu bạn nhất quyết mình phải ăn chay và không cho phép mình sát sinh dù chỉ là một con kiến, thì đó là bạn vẫn đang sống với nỗi sợ hãi của ý thức cơ thể của mình, với niềm tin rằng: "Tôi không sát sinh, tôi sống hài hòa với vạn vật. Như thế thì tôi đáng được tồn tại và được bảo vệ khỏi mọi khổ đau và nghiệp lực". Và với niềm tin như vậy, luật hấp dẫn của vũ trụ sẽ đưa đến những sự việc và cảnh tượng xảy ra ở ngay trước mắt bạn, để bạn có thể thấy được niềm tin đó của mình, để rồi bạn học cách gỡ bỏ những niềm tin đó qua việc chấp nhận và tha thứ cho bản thân mình cũng như người khác.

Đó là cảnh tượng sát sinh hay tai nạn dẫn đến cái chết của sinh vật nào đó mà diễn ra ở ngay trước mắt bạn (mà người khác thì lại không thấy), và đương nhiên là điều này sẽ làm bạn bị sốc, buồn bã hay lo lắng. Sau đó, bạn có thể sẽ phán xét người khác hoặc là bạn muốn khuyên nhủ người ta nên dừng việc sát sinh lại. Bạn thấy đấy, đó không phải là hành động cứu chúng sinh của bạn, đó là hành động cứu vớt và bảo vệ lấy niềm tin của ý thức cơ thể của bạn.

Như thế, hành động ngăn cản người khác sát sinh là hành động dựa trên sự sợ hãi của bạn, để bảo vệ ảo thể của bạn, và vậy mà sẽ chỉ tạo thêm cho bạn khổ đau và chịu đựng mà thôi. Bạn đã hành động như thế bởi vì bạn nghĩ rằng Phật cũng sẽ hành động như thế. Nhưng thực tế đâu phải như vậy, Phật chỉ bước đi lướt qua mọi sự đời một cách "vô cảm" mà thôi. Phật sẽ không làm gì đưng tay đưng chân hay nói năng bất kì điều gì hết cả mà chỉ

mỉm cười với trái tim của mình thôi. Đó là trái tim yêu thương mà sẽ làm rạn vỡ mọi trái tim khác, như một giọt nước rơi xuống mặt hồ tĩnh lặng, làm người đời thức tỉnh sau một cơn mê dài và bắt đầu cảm thấy những nỗi đau, sự chịu đựng của những sinh linh khác.

Và đó cũng là cách chúng ta sẽ thay đổi thế giới này, không phải bằng sự phỏng đoán, chỉ trích, phán xét hay biểu tình bạo động mà là bằng tình yêu và sự tha thứ của trái tim mình cho tất cả chúng sinh. Và bạn cũng không cần công cụ gì ghê gớm cả đâu, chỉ cần bạn làm tĩnh lặng suy nghĩ của mình, hít thở và quan sát mọi thứ đang diễn ra ở ngay trước mắt mình, như thể rằng sẽ có một điều kỳ diệu gì đó xuất hiện bất kì lúc nào: Khi bạn đang trên đường, đang rửa chén, đang ở bàn làm việc, đang ở giữa căn vườn, đang lúc tắm, ngồi vệ sinh, xem ti vi, chơi với thú cưng...

## 14. ÁNH SÁNG VÀ BÓNG TỐI



**H:** *Giờ thì bạn kể cho tớ biết thế lực bóng tối đã kiểm soát Trái Đất là ai chứ?*

**K:** Ha ha. Là chính bạn chứ không ai khác, đó là một phần mở rộng của bạn hay cũng như là của tớ. Tớ sẽ không kể cho bạn những cái tên hay là những mốc thời gian này nọ, nhưng tớ sẽ kể cho bạn quy luật phát triển và tiến hóa của mọi sinh vật trong vũ trụ. Và cũng giống như những thứ mà tớ đã kể cho bạn từ đầu đến giờ, tớ sẽ không dạy cho bạn hay kể cho bạn thứ gì mới hết cả bởi vì tất cả những điều tớ nói ở đây đều là kiến thức cốt lõi của vũ trụ mà bạn đều biết hết ở sâu bên trong mình. Điều tớ đang làm ở đây chỉ là giúp bạn nhớ lại những gì mà bạn vốn biết đó thôi, vì thế mà những thông tin này sẽ dễ dàng ở lại trong tim bạn dù là bạn chỉ đọc qua chúng một lần không hơn.

Như bạn thấy rồi đó, sự tồn tại luôn có hai hướng phát triển chính: Một là sống hài hòa với vạn vật (ánh sáng), hai là sống tách biệt với vạn vật (bóng

tối). Tất cả sự tồn tại đều được tạo ra bởi một Đấng sáng tạo bất tận duy nhất, và mỗi sinh mệnh đều là một phần của Đấng sáng tạo. Sự tách biệt (bóng tối) thì không hề tồn tại ở tầng ý thức linh hồn mà chỉ tồn tại ở những tầng cõi có sự tồn tại của vật chất, không gian và thời gian mà thôi. Tất cả sự tồn tại đều là con của Đấng sáng tạo, ánh sáng hay bóng tối thì cũng đều nhận được tình yêu như nhau từ Đấng sáng tạo quyền năng.

Để lấy ví dụ cụ thể về hai thái cực phát triển của sự sống trong vũ trụ, chúng ta sẽ liên tưởng tới những nền văn minh thuần khiết về ánh sáng – hay là sống hài hòa với vạn vật, và những nền văn minh thuần khiết về bóng tối – hay là sống tách biệt với vạn vật.

Những nền văn minh thuần khiết về ánh sáng là những loài sinh vật phát triển cao về tâm linh và năng lượng. Khi đạt được bước phát triển cao về sự thông minh và khả năng tư duy, họ vẫn giữ được sự



liên kết của mình với thiên nhiên cây cỏ và tôn trọng mọi sự sống trong vũ trụ. Họ cũng có những khoảng thời gian tranh giành lãnh địa và biểu hiện ra sự tham lam để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể họ khỏi đói rét và bệnh tật, và đây cũng là hiện thân đầu tiên của sự tách biệt. Nhưng rồi họ trải qua giai đoạn này rất nhanh bởi vì họ sống với con tim của mình là chính và tư duy là phụ. Như thế, họ sống chan hòa và chia sẻ, giúp đỡ lẫn nhau trên con đường tồn tại và tiến hóa. Họ cũng có những tôn giáo và văn hóa của riêng mình trong thời kỳ đầu phát triển, khi mà ý thức của họ còn ở tầng thấp. Và qua hàng ngàn, hàng triệu năm sống trong hòa bình, ý thức của họ phát triển dần và họ trở thành loài sinh vật khai sáng. Sau đó, họ hòa nhập vào cộng đồng vũ trụ, là cộng đồng bao gồm tất cả những nền văn minh đã đạt tới trình độ khai sáng và phát triển cao.

Điều dễ thấy ở những nền văn minh thuần ánh sáng này đó là họ sống khá đơn giản, họ không đặt

nặng sự quan trọng về hình thức và vật chất, họ chỉ tạo ra đủ những điều cần thiết cho sự trải nghiệm của mình. Họ xây dựng công trình bằng những vật liệu thân thiện với tự nhiên, và họ trồng trọt bằng những phương pháp không gây hại cho môi trường hay những sự sống khác. Và khi họ phát triển tới tầng cao, ý thức của họ tăng lên và họ có khả năng dùng ý niệm của mình để cải biến vật chất. Họ dùng khả năng tâm linh của mình để làm biến đổi năng lượng của vật thể, biến những cục đá cứng thành như đất sét để họ có thể nhào nặn chúng thành những vật dụng như bàn ghế hay công cụ lao động, và sau khi đã có được hình dáng như ý thì họ sẽ dùng ý thức của mình để chuyển năng lượng của vật chất về lại trạng thái ban đầu, đưa cục đá về lại trạng thái rắn chắc. Và vì họ đã phát triển ra khỏi ý thức cơ thể của mình, họ không còn phán xét hay chỉ trích bất kì điều gì, không còn sợ hãi, ghen tị hay cô đơn, đau khổ. Họ sống với một sự thật duy nhất, đó là

tình yêu vĩnh cửu của Đấng sáng tạo và tất cả chỉ là một. Và ý thức của họ cũng được kết nối với nhau, giúp họ có thể giao tiếp với nhau ở bất kì lúc nào và ở bất kì nơi đâu mà không cần thiết phải qua những công cụ bên ngoài. Nếu như có một sự kiện nào đó xảy ra ở đâu đó, nếu một người không thể tham gia trực tiếp bằng cơ thể vật lý của mình thì họ có thể tham gia bằng cơ thể ánh sáng hay cơ thể trung gian của mình, hay như chúng ta thường gọi là phương pháp xuất hồn.

Ở nền văn minh của họ thì cũng không còn tồn tại bất kì lời nói dối hay bí mật nào, vì lẽ mọi hành động và suy nghĩ của một người thì luôn được tất cả mọi người biết đến, và mọi việc làm của một người thì đều nằm trong sự đồng thuận của cả cộng đồng. Họ không có xe cộ hay phương tiện máy móc phức tạp như chúng ta biết, họ có thể dùng những vật dụng đơn giản như tấm thảm vải và dùng ý thức của mình để di chuyển chúng như là phương tiện cá

nhân. Khi di chuyển số đông người hay nhiều đồ đạc, họ cũng có những phương tiện lớn hơn và cách vận hành thì cũng bằng ý thức của họ. Họ có thể kết nối và giao tiếp với những nền văn minh bên ngoài hành tinh của họ, bằng cách điều hướng sự tập trung của mình đến với những đối tượng mà họ muốn liên lạc. Họ cũng có sự hiểu biết cao về thiên văn và quy luật tồn tại của vũ trụ.

Họ có thể tạo ra những công cụ với chất liệu, hình dáng và tính chất đặc thù để sử dụng những năng lượng vũ trụ để chiếu sáng, đốt nóng hay dùng để chữa bệnh. Và những năng lượng vũ trụ mà họ dùng này thì đều là những loại năng lượng tự do và hoàn toàn không gây hại cho môi trường. Như thế, họ sống một cách đơn giản và chan hòa với tự nhiên mà không hề có bệnh tật hay khổ đau. Mặc dù họ không dùng khoa học, công nghệ hay máy móc như chúng ta biết, nhưng họ có tất cả những tiện nghi và giải trí mình cần. Qua thời gian, họ phát triển cao

dần và tham gia sáng tạo cùng với Đấng sáng tạo, giúp tạo ra và vận hành những hệ thống sự sống mới ở trong vũ trụ.

...

Không như những nền văn minh thuần về ánh sáng, những nền văn minh thuần về bóng tối thì lại hoàn toàn khác biệt và phức tạp hơn hẳn nhiều lần. Chắc bạn cũng đoán ra rồi đấy, đó là nền văn minh có nhiều điểm giống với nền văn minh chúng ta hôm nay.

Một nền văn minh đi theo con đường tách biệt (trở thành bóng tối) khi họ sử dụng tư duy logic của mình là chính và trái tim của mình là phụ. Tư duy logic là đặc điểm chính của ý thức cơ thể của một sinh vật, nó được hình thành từ quá trình phát triển, tiến hóa và là sản phẩm tồn tại trong thời gian. Như thế, khi họ dùng tư duy của mình để tìm hiểu bản chất của vũ trụ thì họ cũng đồng thời dùng kiến thức học được để tạo ra và bảo vệ sự tồn tại của cơ thể

mình, để rồi tạo ra sự tách biệt của họ so với vạn vật và tạo ra bóng tối.

Và để tạo ra sự tách biệt cho mình, họ cần yếu tố bên ngoài để đối chiếu và vậy mà tạo nên sự tồn tại của hai khái niệm: Sự sở hữu (có/không) và sự công nhận (hơn/kém). Như vậy, sự không sở hữu cũng tạo nên tính chất sở hữu cho một người: Hắn có mọi thứ và điều đó tạo nên hắn, tôi không có gì cả và điều này tạo nên tôi; và sự không công nhận cũng tạo nên tính chất công nhận cho sự tồn tại của một người: Hắn được mọi người công nhận và điều đó tạo nên hắn, tôi bị mọi người thù ghét, xâm hại và điều này tạo nên tôi. Bởi thế, khi nói về sự tách biệt (bóng tối) thì mọi thứ trở nên phức tạp và khó khăn hơn, và vậy mà một sinh vật dễ dàng đánh mất sự kết nối với ý thức linh hồn của mình và ngã gục trước sự sợ hãi của ý thức cơ thể, để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể sống của mình.

Rồi nền văn minh của họ phát triển dần với sự ra đời của khoa học và công nghệ, cùng với chiến tranh không ngừng nghỉ và luôn phát triển về quy mô, tính chất. Từ những cuộc chiến với lý do đơn giản nhất là để bảo vệ lãnh thổ và nguyên liệu sống, cho tới những cuộc chiến với lý do vô cùng tinh vi và phức tạp, đó là những lý do được tạo ra để bảo vệ ảo thể từ ý thức cơ thể của họ, hay theo ngôn ngữ của loài người thì đó là sự tự hào hay sĩ diện.

Những cuộc chiến không ngừng nghỉ ấy sẽ đưa đến ba kết cục khác nhau. Một là họ sẽ thức tỉnh với trái tim tình yêu của mình, từng người từng người một. Để rồi họ thay đổi, chấm dứt mọi chiến tranh và bắt đầu sống trong cân bằng với vạn vật xung quanh. Khi đó, họ sống hài hòa giữa trái tim và trí óc của mình (là sự cân bằng giữa ánh sáng và bóng tối), giúp tạo nên một kiểu tư duy cảm xúc cấp cao. Và như thế, họ thoát ra khỏi sự tách biệt bởi ý thức cơ thể của mình và sống với ý thức linh hồn của mình.

Đây cũng chính là lúc họ bắt đầu được đón nhận và gia nhập vào cộng đồng vũ trụ với những nền văn minh phát triển cao.

Đối với kết cục thứ hai, thì họ không thể tìm được lối thoát cho mình và đưa đến cái kết của sự tự hủy diệt mình. Từ giết chóc để bảo vệ lãnh thổ sinh tồn cho tới những nạn diệt chủng để bảo vệ ảo thể của mình, và vậy mà họ thường đi đến kết cục của sự hủy diệt toàn hành tinh nơi họ sống. Như thế, rất nhiều nền văn minh trong vũ trụ đã sụp đổ hoàn toàn và buộc những linh hồn phải đi đến những hành tinh khác có mức phát triển tương đương để tiếp tục học tập và phát triển. Cũng giống như Trái Đất lúc này vậy, có rất nhiều những linh hồn đang cư ngụ ở đây thì có nguồn gốc từ những hành tinh khác mà đã bị hủy diệt hoàn toàn.

Đối với kết cục thứ ba, thì những cuộc chiến dài đằng đằng giữa họ đi đến hồi kết, mọi chính quyền được sát nhập lại và trở thành một quốc gia duy



nhất. Rồi họ tiếp tục phát triển và đẩy mạnh về khoa học, kỹ thuật cũng như sự phát triển về bảo mật và riêng tư. Họ không giao tiếp với nhau bằng ý thức mà là bằng ngôn ngữ, và thông qua những công cụ và thiết bị. Vì họ sống trong chế độ tách biệt, chế độ "Cái ác", nên họ cần phải liên tục tiêu thụ những loại "thức ăn ác" để giữ sống cho sự tách biệt của họ. Những thức ăn đó là sự sợ hãi của người khác hay vật khác thông qua những hành động điều khiển và xâm hại; hay đơn giản là sử dụng văn hóa, phim ảnh và trò chơi mà dựa trên những hành động điều khiển hay xâm hại người khác dù cho đó chỉ là trên phương tiện giả lập.

Mặc dù thống nhất dưới một vương quyền, nhưng bên trong họ luôn có lục đục nội bộ và xã hội luôn tồn tại tệ nạn, như thế mà nhà tù luôn tồn tại. Vì khi sống trong chế độ tách biệt, ý thức cơ thể của họ luôn tìm kiếm đau khổ và chịu đựng từ người khác, hay đơn giản là từ chính bản thân mình để giữ

cho sự tồn tại tách biệt của cơ thể họ. Rồi thì khoa học của họ phát triển tới đỉnh cao, họ có thể cải biến và thay đổi gen của mình, và thế mà giúp chấm dứt lão hóa hoàn toàn cho cơ thể của họ. Khi đó, họ bắt đầu sống với cơ thể bất tử của mình và đánh mất hoàn toàn sự kết nối với Đấng sáng tạo. Rồi họ tự xem mình là Chúa Trời khi họ có thể tạo ra và cải biến những sự sống theo ý muốn của mình với khoa học và kỹ thuật đỉnh cao. Họ có thể tạo ra trí thông minh nhân tạo cao cấp và mọi loại rô bốt, máy móc để phục vụ cho nền văn minh của họ. Và họ phát triển cao về công nghệ rô bốt nano, công nghệ phi thuyền vũ trụ, công nghệ năng lượng tự do hay công nghệ trình chiếu lập thể trên không gian thực...

Cơ bản mà nói, họ có khả năng tạo ra được tất cả mọi thứ và họ có thể điều khiển được cả không gian và thời gian theo ý muốn của mình, ở một mức độ nào đó. Tuy nhiên, một điều rất quan trọng ở đây đó là họ không thể tạo ra sự sống mới có linh hồn được

nữa, mà họ chỉ có thể điều khiển và bóp méo những sự sống đã có sẵn hay là sáng tạo ra những con robot thông minh nhưng lại hoàn toàn vô cảm mà thôi. Vì rằng bạn không thể cứ cho một con tinh trùng vào trứng và rồi để nó vào trong môi trường có điều kiện y chang trong bụng người mẹ thì nó sẽ phát triển thành phôi hay thành con được, mà bạn cần phải đặt nó vào trong một sinh vật có ý thức linh hồn thì quá trình thụ tinh và phát triển thành phôi mới diễn ra. Bởi vì họ đã cải biến gen của mình, trở thành bất tử và cắt đứt kết nối với ý thức linh hồn của mình, nên họ không thể tự mình sinh sản được nữa cũng như trở nên vô cảm trước mọi sự sống. Như thế, nền văn minh của họ dừng lại ở một số lượng nhất định và bắt đầu chết dần, chết mòn qua thời gian.

Nhìn từ bên ngoài, thì nền văn minh của họ rất là ngăn nắp và phát triển với quy hoạch, kiến trúc đỉnh cao. Họ giữ cho môi trường sạch đẹp và mọi động

vật khỏe mạnh nhưng họ lại không có cảm xúc với chúng. Nếu cần cán ngang một cánh rừng hay lấp một vùng biển chỉ để làm một điều gì đó thì họ cứ thẳng tay mà làm vậy thôi. Và nếu có thiếu hụt bất kì loại động thực vật nào đi nữa thì họ cũng chỉ việc nhân giống chúng ra thật nhiều và thả chúng vào môi trường để đảm bảo sự đa dạng sinh học, để bảo vệ môi trường mà họ sinh sống. Như thế, họ coi mình là loài thượng đẳng trong vũ trụ và xem thường những sự sống thấp hơn mình, thậm chí họ còn bắt những cư dân của những nền văn minh đang phát triển khác để làm thức ăn, như cái cách chúng ta đối xử với gia súc, gia cầm vậy.

Qua thời gian, họ mở rộng phạm vi kiểm soát trong vũ trụ với công nghệ phát triển của mình, để tìm kiếm những nền văn minh đang ở trong giai đoạn phát triển còn thấp, giai đoạn mà những linh hồn còn đang học tập về cuộc chiến "Thiện" với "Ác" và tạo ra rất nhiều năng lượng sợ hãi. Lúc này, họ chỉ

là những nhân vật núp ở sau sân khấu, ở những tầng không gian cao hơn để điều khiển và tác động. Còn sân khấu chính - tầng không gian thứ 3 mà chúng ta đang sống ở trong, là những nền văn minh non trẻ đang trên con đường phát triển và tiến hóa.

Để thỏa mãn khả năng kiểm soát và thể hiện tài năng của mình, họ đóng đô ở những hành tinh non trẻ và biến chúng thành lãnh thổ của mình. Họ dựng nên những mô hình để nhốt những nền văn minh này lại, để giữ cư dân bản địa ở trong tầng ý thức thấp bằng cách sử dụng khoa học và kỹ thuật của mình. Và thế là họ bắt đầu trò chơi Chúa Trời, người chơi chính là họ, còn bàn cờ là những nền văn minh đang phát triển này. Như thế, họ cũng tìm kiếm và chiêu mời một số lượng cư dân bản địa để tham gia vào hàng ngũ của họ, để trở thành những con bài chủ lực trên bàn cờ và dẫn dắt cư dân bản địa vào những mâu thuẫn và chiến tranh không ngừng nghỉ.

Để giữ cho mình được sống trong sự tách biệt, họ phải liên tục tạo ra năng lượng sợ hãi cho những cư dân bản địa của những hành tinh mà họ chiếm đóng. Và để điều khiển trò chơi của mình, họ bí mật liên lạc với những người lãnh đạo của những quốc gia lớn trên những hành tinh này, rồi họ cung cấp cho những quốc gia này kiến thức và công nghệ để thúc đẩy sự phát triển của khoa học, kỹ thuật và quân sự. Sau đó, họ dùng công nghệ của mình để tác động tâm trí của những người dân bản địa và tạo ra những cuộc chiến tàn khốc kéo dài.

Như thế, đây là những ván cờ mà chỉ có một người chơi mà thôi. Họ tự xưng mình là Chúa Trời và là người chơi cờ, còn những con vua con hậu chính là những tay sai đứng đằng sau những hệ thống kinh tế, tài chính toàn cầu hay những hệ thống hiệp hội bí mật, và những con tượng con mã con xe chính là những tỷ phú hay những chính trị gia. Và họ cũng thực hiện việc bắt cóc những cư dân bản địa vì mục

đích thí nghiệm. Như tớ đã nói ở trên đó, rằng họ và Liên minh bóng tối của họ đang chết dần chết mòn vì họ không thể tự sinh sản được nữa, nên họ cần những cư dân bản địa này để giúp phục hồi nền văn minh của họ.

Và ở tầng không gian cao hơn, họ cũng lập nên hệ thống năng lượng bao bọc lấy toàn bộ hành tinh họ chiếm đóng, để ngăn cản mọi sự can thiệp hay giải cứu từ bên ngoài. Họ dùng công nghệ bậc cao của mình để ngăn cản sự thức tỉnh của những cư dân bản địa. Họ cũng dùng văn hóa và giải trí để reo rắc những nỗi sợ hãi về sự xâm lăng của những nền văn minh bên ngoài khác. Vì như thế mà những nền văn minh ánh sáng cơ bản là không thể xuất đầu lộ diện và trực tiếp cứu giúp những nền văn minh này được. Hơn nữa, họ cũng tạo ra nhiều cách khác nhau để kiểm soát bàn cờ của mình, như là tạo ra bệnh tật để kiểm soát dân số và giữ cư dân bản địa sống trong sợ hãi, hay tạo ra thuốc phòng bệnh có chứa các

chất đặc thù để kiểm soát tần số năng lượng mà mọi cư dân phải được tiêm chủng ngay khi còn bé, hay là tạo ra những hợp chất kim loại nặng và bỏ chúng vào nước uống, thực phẩm hay không khí để làm giảm khả năng kết nối của cư dân bản địa với ý thức linh hồn của mình...

“Rồi ai sẽ cứu, làm sao họ có thể tự giải thoát cho mình được?”. Chắc chắn là sẽ có người đến cứu rồi, và bây giờ mới là phần hay nhất của bộ phim dài tập này đây.

Sẽ luôn có những kế hoạch để giải cứu những nền văn minh mà bị giam cầm trong bóng tối như vậy. Và những kế hoạch này thì luôn được an bài từ trước khi những nền văn minh này bị giam cầm, thậm chí là còn trước khi những hành tinh này được hình thành nữa cơ. Như thế, Liên minh ánh sáng đã được hình thành với sự tham gia của những nền văn minh phát triển cao (sống ở tầng không gian thứ 5 và cao hơn) và với nhiệm vụ là giúp đỡ, hỗ trợ hay



cứu giúp những nền văn minh còn đang phát triển ở trong tầng không gian thứ 3.

Bên cạnh việc đánh đuổi bóng tối, Liên minh ánh sáng cũng có thể giúp Liên minh bóng tối thành lập lãnh thổ của mình, với những giao ước nhất định để giúp các linh hồn non trẻ học tập và trải nghiệm, không để các cư dân bản địa tự hủy diệt mình hoàn toàn. Rồi trước khi ra đi, Liên minh ánh sáng thường có giao kèo với Liên minh bóng tối rằng: “Xong rồi đó, hãy giúp quản lý khu vực này, chúng tôi sẽ rời đi. Cho đến ngày những linh hồn ở đây trưởng thành, chúng tôi sẽ quay trở lại để giải cứu họ, và chúng tôi sẽ chiến đấu với chúng bạn tới phút cuối cùng nếu chúng bạn không chịu từ bỏ khu vực này, để cho những linh hồn nơi đây được phát triển sang một tầng bậc mới cao hơn”. Sau khi đã làm hết những gì mình cần, Liên minh ánh sáng ra về và để Liên minh bóng tối ở lại với trò chơi của mình.

Thông thường, trong công cuộc giải cứu những nền văn minh bị giam cầm trong bóng tối như thế, thì luôn có một số lượng linh hồn của Liên minh ánh sáng tiên phong đi trước để làm người truyền đạt kiến thức và nâng cao năng lượng, giúp thúc đẩy sự phát triển của những linh hồn bản địa. Những linh hồn tiên phong này sẽ chọn những vị trí và điều kiện khác nhau trên hành tinh để đầu thai và lớn lên, với sự thức tỉnh của ý thức linh hồn của mình được sắp đặt trước. Họ sinh sống như những cư dân bản địa bình thường và họ bắt đầu truyền dạy những tri thức và quy luật vũ trụ, những điều mà thường được lưu truyền lại thành tôn giáo và văn hóa. Và trước khi họ ra đi, họ thường để lại lời nhắn rằng một ngày nào đó họ sẽ quay trở lại cùng với quân đoàn ánh sáng để giải cứu toàn bộ cư dân bản địa khỏi bàn tay của thế lực bóng tối. Tuy nhiên, sau khi họ ra đi, tôn giáo và văn hóa cũng đều bị tác động và chỉnh sửa lại bởi Liên minh bóng tối, ngay cả cái chết của những

chiến sĩ ánh sáng này cũng bị làm giả bằng công nghệ trình chiếu lập thể trên không gian thực và càng làm thúc đẩy thêm sự sợ hãi, sự tách biệt trong cư dân bản địa.

Rồi ngày giải cứu hành tinh bị giam cầm trong bóng tối cũng đến, khi mà những cư dân bản địa đã học đủ những bài học trần gian, những bài học về ánh sáng và bóng tối. Và ở sự khởi đầu của cuộc giải cứu này, một số lượng thành viên của Liên minh ánh sáng sẽ đầu thai vào trước, đó là những người xung phong cầm những ngọn đuốc đầu tiên đứng giữa biển trời đen đặc và không lối thoát. Họ là đợt xung phong thứ 1 để mở đường cho những đợt sau, và là đợt gặp nhiều khó khăn nhất, vì thế mà rất nhiều trong số họ đã tìm đến cái kết là sự tự vẫn. Rồi thì đợt thứ 2 bắt đầu ra trận, với số lượng đông hơn và bám trụ vững hơn để tiếp tục cầm giữ và thắp thêm những ngọn đuốc mới từ đợt đổ bộ thứ 1. Và sau đó không lâu sẽ là đợt đổ bộ thứ 3 với số lượng chiến

binh ánh sáng đông hơn cả. Như thế, 3 đợt đổ bộ này sẽ chiếm một phần nhỏ dân số của hành tinh đang bị giam cầm và những linh hồn này cũng chỉ sinh sống như những người bình thường, nhưng cơ thể của họ đóng vai trò như là những cầu nối để đưa năng lượng ánh sáng từ bên ngoài và từ những phi thuyền của Liên minh ánh sáng (ở tầng không gian cao hơn mà cư dân bản địa không thấy được) vào trong hành tinh, để nâng dần tần số năng lượng của hành tinh bị chiếm đóng này lên một mức tồn tại mới.

Ngày lật đổ vương quyền cuối cùng cũng đến, Liên minh ánh sáng với hạm đội không gian hùng hậu của mình bắt đầu tiến gần lại hành tinh bị chiếm đóng, để đánh giáp lá cà với Liên minh bóng tối. Cuộc chiến với quy mô vũ trụ bùng nổ trong chiều không gian cao hơn mà nằm ngoài tầm mắt của những cư dân bản địa ở chiều không gian thứ 3. Như thế, một bên vẫn sinh sống những ngày bình thường

lặp đi lặp lại, còn một bên thì đang diễn ra cuộc chiến hết sức căng go và gay cấn. Rồi cuộc chiến cũng phải đi đến hồi kết, Liên minh bóng tối bắt đầu tan rã và tháo chạy khỏi khu vực chiếm đóng. Sau đó, những hệ thống thiết bị năng lượng được dựng nên để kiểm soát cư dân và hành tinh thì đều bị tháo gỡ và hủy bỏ. Tiếp theo, Liên minh ánh sáng sẽ tạo ra sự bảo vệ cho hành tinh vừa mới được giải phóng, để tránh mọi sự can thiệp xa hơn từ Liên minh bóng tối.

Khi mọi vấn đề ở tầng không gian cao hơn đã được giải quyết ổn thỏa, Liên minh ánh sáng bắt đầu chuyển sang tầng không gian thứ 3 và tóm gọn những con vua và con hậu của bàn cờ. Như rắn mất đầu, những con tượng, con mã, con xe cũng bắt đầu mất phương hướng và cố gắng tạo ra càng nhiều sự sợ hãi càng tốt, bằng việc tạo nên những tin tức giả để gây sợ hãi quy mô lớn và cố gắng tạo ra những cuộc chiến tranh mới. Nhưng tới lúc này thì những

kế hoạch như vậy không còn mấy tác dụng nữa, bởi vì ánh sáng trên hành tinh đã đủ lớn để áp đảo bóng tối rồi, không còn mấy ai muốn cầm vũ khí và xông ra chiến trường thêm nữa.

Tới đây, đội quân ánh sáng mà đã đổ bộ 3 đợt trước đó sẽ bắt đầu công việc thật sự của mình, không còn phải ở ẩn nữa mà bắt đầu đứng lên và truyền ngọn lửa ánh sáng cho tất cả mọi người còn lại trên hành tinh. Như thế, cho tới khi ngọn lửa trong tất cả những con tim được thắp sáng thì cũng là lúc một hành tinh mới đã được hình thành, một hành tinh chỉ có tình yêu và hòa bình.

...

Đó là câu chuyện và cũng là quy luật phát triển chung của sự sống trong vũ trụ, đồng thời đó cũng là câu chuyện về Trái Đất. Nhưng câu chuyện về Trái Đất thì có nhiều uẩn khúc và thú vị hơn rất nhiều lần, và có lẽ tớ sẽ để câu chuyện này lại cho những người bảo hộ nhân loại, để họ kể lại với chính lời kể của

mình trong ngày đoàn tụ của chúng ta với những người thân bên ngoài Trái Đất.

Khi bạn đọc được những dòng chữ này, tớ muốn bạn biết rằng cuộc chiến giữa ánh sáng và bóng tối trên hành tinh xinh đẹp này đã đi đến hồi kết. Liên minh bóng tối đã bị đẩy lùi khỏi địa phận của hệ mặt trời, và Trái Đất đã được cách ly hoàn toàn khỏi mọi sự can thiệp từ bên ngoài. Bây giờ chính là lúc đội quân ánh sáng trên mặt đất bắt đầu công việc thực sự của mình: Truyền những ngọn lửa trái tim cho tất cả mọi người còn lại trên mặt đất. Nếu bạn đang đọc những dòng này, thì bạn là một phần của Liên minh ánh sáng và là những người tiếp theo để cầm lấy ngọn đuốc yêu thương. Vậy nên, hãy bước ra khỏi sự sợ hãi của ý thức cơ thể của mình và đứng lên với sự thật của mình, không ai có thể làm hại bạn được nữa vì bạn đang ở dưới sự bảo hộ của quân đoàn ánh sáng ở những chiều không gian cao hơn. Đó là hạm đội Liên minh ánh sáng và vô vàn những vị Thần

Thánh Tiên Phật. Và khi tất cả những ngọn đuốc trên mặt đất được thắp sáng thì một Trái Đất mới cũng sẽ bắt đầu hiện hình, với sự chào đón của tất cả những cư dân ở những tầng không gian cao hơn, là những người mà đã đợi chờ chúng ta trong suốt hàng chục ngàn năm qua, và đó chính là thiên đường thực sự.

Như vậy, bạn hãy ngừng việc cho phép những tin tức truyền thông làm mình sợ hãi và lung lay, vì đó chỉ là những cố gắng cuối cùng của Liên minh bóng tối với mong muốn đạp đổ nôi canh mà thôi. Cuộc chiến đã an bài và không gì có thể làm thay đổi được tuyến không gian thời gian mà chúng ta đang đi ở trên. Thực tại không gian thứ 3 của chúng ta đang được nâng dần tần số tồn tại để chuyển qua thực tại không gian thứ 5, và quá trình này diễn ra nhanh hay chậm thì tùy thuộc vào việc bạn sẵn sàng bỏ ra bao nhiêu sức lực để thắp sáng những ngọn đuốc khác. Vì rằng Trái Đất của chúng ta đang chuyển sang một tần số tồn tại mới, hay là chúng ta đang bước vào



một vũ trụ mới, nên những hành tinh hay ngôi sao trên trời mà chúng ta từng biết sẽ thay đổi và không còn giống như trước kia nữa.

Giờ đã tới lúc chúng ta gác qua một bên những cái tên, tên của bạn, tên của họ, bạn đến từ đâu, họ đến từ đâu... và tất cả không còn quan trọng nữa. Tất cả những cái tên này đều là sản phẩm của tư duy hay ý thức cơ thể của chúng ta mà thôi. Nó có thể giúp bạn hiểu được những gì đang diễn ra nhưng đồng thời cũng tạo ra sự tách biệt của bạn, vì thế mà khi phụ thuộc vào nó, bạn sẽ luôn phán xét và chỉ trích những người khác hay vật khác bên ngoài. Bây giờ chỉ có một điều quan trọng mà thôi, đó là bạn hãy nhớ lại nhiệm vụ của mình trước khi bạn bắt đầu kiếp sống này: Nhớ lại và trở lại là bản chất thật sự của mình, là ngọn lửa tình yêu vô bờ ở bên trong trái tim của mình mà gửi đến tất cả mọi chúng sinh, để rồi cùng nhau tạo nên Trái Đất mới và đưa thiên đường trở lại mặt đất.

Và cũng đã đến lúc bạn phải dừng mọi công cuộc đi tìm kiếm sự thật của mình lại rồi đó. Cũng giống như việc bạn vẫn hoài tranh cãi ai là người đã tìm ra Châu Mỹ và vào năm bao nhiêu. Vì đó là sự thật nhưng chỉ là sự thật trong trò chơi tách biệt mà thôi, mà sự tách biệt thì không có thật nên những sự thật bạn đang tìm kiếm thì không phải là sự thật cao nhất. Vậy nên, bạn không cần phải đi tìm kiếm bất kì sự thật nào nữa, vì rằng những sự thật đó thì không giúp gì hơn ngoài việc làm tăng thêm sự tách biệt của bạn. Từ bây giờ, hãy nhận ra và giữ lấy bên trong mình một sự thật cao nhất và cuối cùng, đó chính là sự an bình, yêu thương, chấp nhận và tha thứ!

## 15. GỠ BỎ HỆ NIỀM TIN



**H:** *Bằng cách nào mà tớ có thể thấy được niềm tin của mình và gỡ bỏ chúng?*

**K:** Bạn không cần phải cố gắng tìm chúng ở trong mình đâu, vì lẽ rằng vũ trụ và linh hồn của bạn sẽ chỉ cho bạn thấy những niềm tin của bạn bằng những sự kiện, sự việc được đưa đến xảy ra cho bạn trong cuộc sống hằng ngày.

Niềm tin của bạn là một hệ thống phản xạ có điều kiện, là hệ thống dựa trên sự sợ hãi và có mục đích là để bảo vệ sự tồn tại của cơ thể vật chất của bạn, cũng như để bảo vệ ảo thể mà được tạo ra từ ý thức cơ thể của bạn. Như thế, mọi cảm xúc mà có nguồn gốc từ sự sợ hãi như tức giận, lo lắng, đau khổ, ghen tị, cô đơn, hụt hẫng, tự hào, phán xét, chế giễu, chỉ trích, khinh bỉ, tự ti... thì đều được hình thành dựa trên hệ niềm tin của bạn – cái mà được hình thành dần qua môi trường văn hóa và xã hội ở nơi bạn sinh ra và lớn lên.

Bởi vì tất cả linh hồn của chúng ta đã cùng thống nhất lựa chọn tuyến thời gian không gian tăng tốc, nghĩa là chúng ta đang đi trên một con tàu cao tốc để trở lại là ý thức linh hồn của mình, và vượt ra khỏi ý thức cơ thể của chúng ta. Ví như con đường tu tập từ mức độ ý thức thấp với sự sợ hãi và tách biệt, lên tới trạng thái ý thức linh hồn đầy đủ thì thường mất khoảng vài chục năm, 30 hay 40 hay 60 năm, thì bây giờ chúng ta đang đi trên tuyến thời gian không gian mà có thể cho phép chúng ta cán tới đích đó chỉ với vài năm, hay hơn chục năm mà thôi. Điều này đồng nghĩa với việc thay vì 2-3 ngày mới có một sự việc làm xuất hiện sự sợ hãi ở trong bạn (cô đơn, ghen tị, tức giận...) thì bây giờ bạn có thể thấy sự sợ hãi ở trong mình hàng chục lần cho tới trăm lần mà chỉ xảy ra trong một ngày.

Đó là lý do vì sao bạn cảm thấy rằng thế giới như thể đang chuẩn bị bước vào giai đoạn diệt vong. Tất cả mọi thứ bạn nhìn thấy, đọc được hay nghe được

đều làm bạn nổi lên sự sợ hãi, tức giận hay chỉ trích. Từ những người ở gần cho tới những người ở xa, từ cuộc sống thực cho tới xã hội ảo, từ những tin tức truyền miệng cho đến tin tức trên báo đài và mạng xã hội, tất cả và tất cả đang góp sức làm bạn rơi vào trạng thái hoang mang và lo lắng. Như vậy, sự vận động của vũ trụ ở trong hiện tại lúc này là có mục đích để đưa tất cả mọi sự sợ hãi trong tất cả mọi người nổi lên trên bề mặt, để chúng ta có thể thấy được những niềm tin của mình và tháo gỡ chúng đi.

Chúng ta sẽ nhận ra được những niềm tin của mình và tháo gỡ chúng bằng cách chấp nhận và làm tĩnh lặng ý thức cơ thể của mình, để chúng ta có thể kết nối lại với ý thức linh hồn của mình. Và khi đã kết nối được với ý thức linh hồn của mình rồi, bạn sẽ dần hiểu ra và nhận ra được sự hoàn hảo của sự sống và tạo hóa, đó là một hệ thống khổng lồ tuyệt đẹp và kỳ diệu, rằng tất cả vạn vật hữu tồn đều được sắp đặt và an bài mặc dù chúng vô cùng vĩ đại, phức tạp

và “ngẫu nhiên”. Và đây cũng là lúc bạn bắt đầu cảm thấy năng lượng tình yêu kết nối vạn vật với nhau, chảy qua cơ thể của mình, cái mà lúc đầu chỉ đến với bạn bằng những đợt ngắn ngủi và chóng vánh, nhưng rồi nó sẽ trở nên thường xuyên, thường trực và rồi trở thành trạng thái tồn tại mới của bạn.

Trạng thái tồn tại mới này chính là Trái Đất mới mà tớ vẫn đề cập từ đầu đến giờ đó, là tần số 100Mhz (tớ chỉ lấy làm ví dụ) mà không tồn tại bất kì sự sợ hãi hay tách biệt nào. Và không phải rằng khi bạn chuyển sang đài 100Mhz này rồi thì mọi chết chóc và ô nhiễm sẽ lập tức biến mất ra khỏi tầm mắt của bạn, mà đó là khi bạn bắt đầu sống với ý thức linh hồn và với con tim thức tỉnh của mình. Với trạng thái ý thức linh hồn này, bạn sẽ bắt đầu ý thức được sự kết nối của mình với tất cả mọi chúng sinh khác, điều mà sẽ giúp bạn dừng lại mọi hành động tiêu xài lãng phí cũng như giúp bạn bắt đầu thấy được những cọng thun hay những miếng rác trên mặt đất

mà vốn từng “vô hình” đối với bạn, rồi bạn sẽ cúi xuống và nhặt chúng lên vì rằng bạn cảm thấy có gì đó nhoi nhoi ở trong tim và bạn không thể để chúng trên mặt đất như vậy được.

Và khi tất cả mọi người cùng bắt lên tần số 100Mhz của chiều không gian thứ 5 này rồi, chúng ta sẽ chấm dứt mọi sự sợ hãi cũng như mọi sự tách biệt trên hành tinh này. Chúng ta sẽ bắt đầu chung tay làm sạch hành tinh xinh đẹp của chúng ta cùng với sự giúp đỡ của những gia đình đến từ những vì sao xa xôi bên ngoài hệ mặt trời của chúng ta. Và để giúp những người khác chuyển từ thực tại 90Mhz lên thực tại 100Mhz này, bạn phải ngừng mọi sự sợ hãi bạn dành cho họ, hãy thôi tức giận, lo lắng, ghen tị, chỉ trích hay phán xét bất kì ai, mà việc bạn cần làm là hãy yêu thương và tha thứ cho họ, hãy nhặt những sợi thun hay miếng rác giúp cho họ bởi vì họ vẫn sẽ còn bận rộn với những suy nghĩ trong đầu của mình thêm một thời gian nữa, cho tới khi họ đủ sẵn sàng



để bước vào thực tại 100Mhz cùng bạn.

Như thế, những đồ vật hay con người xung quanh bạn cứ liên tục biến mất ra khỏi cuộc sống của bạn, không phải là vì bạn bất cẩn, cầu thả hay là vì người ta ra đi để đi tìm những công việc, nơi ở hay con người khác mới và tốt hơn bạn, mà là họ ra đi để cho bạn thấy được niềm tin ở bên trong mà bạn vẫn hoài ôm giữ bấy lâu nay và không hề hay biết: “Nếu có người đó, vật đó thì cuộc sống của tôi mới được vẹn tròn và niềm vui của tôi mới được đủ đầy. Lúc đó, tôi mới tìm được ý nghĩa tồn tại của mình và cảm thấy được xứng đáng tồn tại”. Và vì chính những niềm tin này nên một khi những đồ vật hay ai đó bước ra đi khỏi cuộc sống của bạn thì đều để lại cho bạn sự sợ hãi không nguôi ở trong mình, đó là sự tức giận, ghen tị, huyệt hẫng, phán xét, đổ lỗi, tự ti... Như thế, thay vì thể hiện tình yêu và lòng biết ơn cho họ vì đã giúp bạn thấy được sự thiếu thốn tình yêu ở bên trong, cái mà bạn phải tự lấp đầy cho mình, thì

bạn lại oán trách và phán xét người khác. Và rồi bạn đắm chìm trong đồng suy nghĩ luẩn quẩn “Đúng sai” hay “Giá như...” của mình và luôn cố gắng suy nghĩ kiếm tìm cho được lý do vì sao mà họ lại ra đi như thế.

Nếu cứ tiếp tục suy nghĩ như vậy thì bạn sẽ chỉ càng chìm sâu và sâu hơn vào những nỗi sợ hãi và tách biệt của mình mà thôi, rồi đến một lúc có thể bạn sẽ tìm đến con đường tự kết liễu chính bản thân mình. Vậy nên, ở đây chỉ có một điều duy nhất mà bạn cần phải nhận ra, rằng vũ trụ đang cố gắng dạy cho bạn một bài học cao nhất và cũng là bài học cuối cùng, đó là:

Bạn là một hình ảnh của Đấng sáng tạo, không hơn và không kém. Sự tồn tại của bạn đã là minh chứng rằng bạn hoàn toàn xứng đáng được tồn tại và bạn luôn được yêu thương trọn đầy bởi Đấng sáng tạo, và không có bất kì điều gì ở bên ngoài bạn có thể làm mất đi sự xứng đáng tồn tại đó của bạn,

cũng như tình yêu vĩnh cửu thì luôn ở ngay bên trong bạn. Điều duy nhất bạn cần làm đó là tập cách kết nối lại với tình yêu ở bên trong mình. Và ở ngay bài học làm người cuối cùng này, tất cả những công việc bạn cần làm thì đều là những công việc ở bên trong bạn, và mọi công việc ở bên ngoài bạn chỉ là yếu tố phụ trợ. Kiếp sống này là kiếp sống để bạn nhớ lại tất cả những gì mình đã học được và trải nghiệm được. Và những tri thức ở bên ngoài bạn thì không còn gì là thực sự mới mẻ đối với bạn nữa, bởi lẽ chúng chỉ là những biến thể hay sự phức tạp hóa mọi thứ của tư duy hay ý thức cơ thể của con người mà thôi.

Những thứ bạn xem, bạn đọc hay bạn tìm kiếm ở bên ngoài mình thì có thể đều là sự thật, nhưng chúng chỉ là sự thật của trò chơi tách biệt. Mà sự thật của trò chơi tách biệt thì có thể sẽ làm tăng cường sự tồn tại tách biệt của bạn, hoặc sẽ là công cụ để giúp bạn tìm được sự thật cao nhất (tình yêu) ở bên

trong mình. Cũng giống như những điều tốt đang nói ra ở đây, chúng là thông tin được lấy ra từ sự thật cao nhất ở bên trong tốt, đó là tình yêu thương, là sự sáng tạo, là sự chấp nhận và là sự tha thứ. Và tình yêu vô điều kiện này được gắn kết vào từng ngôn từ và lời kể của tốt để tạo ra sự thật trong thực tại tách biệt này.

Như thế, quyển sách này là sự thật trong trò chơi tách biệt, nhưng nó không phải là sự thật cuối cùng mà chỉ là công cụ để bạn có thể tự tìm được cho mình sự thật cao nhất ở bên trong bạn mà thôi. Điều này cũng giống như mọi tôn giáo hay giáo lý vậy, chúng được viết ra từ sự thật cao nhất và trở thành sự thật trong thực tại tách biệt, để giúp người đọc tự mình tìm được sự thật cao nhất ở bên trong mình. Vì thế, khi bạn đem những điều tốt đã nói ở đây để đi so sánh với những tôn giáo khác thì bạn đã không còn dùng những sự thật trong thực tại tách biệt này để tìm đến sự thật cao nhất nữa, mà là bạn đã dùng

chúng để tạo ra sự tồn tại tách biệt của cơ thể bạn. Vậy nên, khi bạn đọc quyển sách này, bạn hãy tạm thời quên hết tất cả những gì mình đã từng biết đi nhé, để bạn không đem so sánh những cái mình đã biết với điều được kể ở đây. Bởi nếu không thì bạn sẽ dùng sai mục đích của những kiến thức này cũng như những kiến thức mà bạn đã học được. Và ở những lúc khác, khi bạn đọc hay nghe những kiến thức tâm linh tương tự như thế này thì bạn cũng hãy quên hết mọi thứ mà tớ đã kể với bạn ở đây đi nhé.

Chúng ta hay bảo rằng mình có trí nhớ kém và hay quên mọi thứ, nhưng thực tế thì chúng ta lại nhớ hết tất cả mọi thứ và luôn đem chúng ra so sánh với nhau. Bạn biết tại sao rồi chứ, đơn giản đó là vì xuyên suốt gần 20 năm giáo dục mà bạn đã trải qua thì bạn hầu như không hề được dạy gì khác ngoài khả năng tư duy, ghi nhớ và so sánh. Đó là bởi vì mức độ nhận thức của chúng ta chưa nhìn rõ được mọi thứ, cũng như đó là một phần nhỏ của kế hoạch

giữ loài người trong sự tách biệt của Liên minh bóng tối. Tuy nhiên, nếu bạn nhìn thế lực bóng tối với con mắt của Đấng sáng tạo, của ý thức linh hồn của mình, thì bạn sẽ thực sự nể phục chúng với tài năng và công nghệ đỉnh cao của mình. Vậy nên, bạn hãy đọc quyển sách này để rồi hiểu, rồi cười, rồi khóc, rồi sau cùng là hãy để những dòng chữ này trôi đi ra khỏi trí nhớ của mình, để giữ cho mình trạng thái tĩnh tại và yên lặng khỏi mọi suy nghĩ.

...

Khi sự sợ hãi bên trong bạn xuất hiện, những gì bạn cần làm là ý thức lại chính mình vào trong hiện tại, tập trung vào nhịp thở của mình, vào nhịp đập con tim của mình và chú ý quan sát mọi thứ đang diễn ra ở ngay trước mắt. Hãy ngưng tham gia vào những dòng suy nghĩ phán xét hay chỉ trích mà cứ để chúng trôi qua và biến mất đi. Cứ như thế, từng bước từng bước một, bạn sẽ chấp nhận và tha thứ cho tất cả chúng sinh, rồi suy nghĩ của bạn cũng sẽ

dần trở nên tĩnh lặng và để lại cho bạn sự an bình tự tại.

Từng điều từng điều một, vũ trụ sẽ mang đến những sự việc để giúp bạn thấy được hết tất cả những niềm tin mà bạn giữ ở bên trong mình, rồi công việc duy nhất bạn cần làm đó là thôi chống chọi lại với thực tại và hãy chấp nhận những sự việc đó hoàn toàn ở bên trong mình với sự vắng mặt của mọi suy nghĩ (phán xét, chỉ trích, biện hộ, "Giá như...", "Bởi vì..."). Giống như tớ đã kể cho bạn ở phần trước, rằng đây là công việc chấp nhận ở ngay bên trong bạn và chỉ mình bạn thực hiện mà thôi. Nếu bạn dùng sự chấp nhận những sự việc này của mình để kiếm tìm sự công nhận từ người khác, thì bạn chỉ càng biến sự sợ hãi từ những sự việc này trở thành yếu tố xác định sự tồn tại tách biệt của cơ thể bạn, điều mà càng làm tăng thêm sự chịu đựng và cô đơn cho bạn.

Nếu bạn khó chịu với việc bạn giúp người ta nhưng người ta không giúp lại bạn, thì đó là niềm tin của bạn: “Một thế giới tốt đẹp là khi tôi giúp người ta thì người ta cũng sẽ giúp lại tôi. Như thế, ở trong thế giới tốt đẹp này, tôi mới xứng đáng được tồn tại.”

Nếu bạn ghen tị với người khác và tự ti về bản thân mình, hay khổ đau vì “thất bại” trên trường đời, thì đó là niềm tin của bạn: “Thành công là có nhiều tiền, biết nhiều chữ, đi nhiều nơi, làm nghề này việc kia và có gia đình đông đủ. Và chỉ khi có được thành công như thế thì tôi mới xứng đáng được tồn tại”.

Nếu bạn đau khổ vì người tình “bỏ rơi” hay “lừa dối” bạn, thì đó là niềm tin của bạn: “Người yêu thì phải chung thủy, tình yêu thật sự là tình yêu 1-1 và sống tới đầu bạc răng long. Chỉ như thế tôi mới được yêu thương vẹn tròn và tôi mới xứng đáng được tồn tại”.



Nếu bạn bực bội khi gặp nhiều “trắc trở” ở một nơi nào đó mà bạn đã cố gắng để đến được, thì đó là niềm tin của bạn: “Nơi đó, quốc gia đó thì tốt hơn tất cả. Và khi ở đó rồi thì tôi mới được là tôi, rồi tôi mới được yêu thương trọn đầy và tìm được ý nghĩa tồn tại của tôi”.

Nếu bạn buồn bực khi bị bạn bè “bỏ rơi” hay “nói ít nói nhiều” ở sau lưng mình, thì đó là niềm tin của bạn: “Bạn bè thì phải luôn nhớ tới nhau, nhớ ngày sinh và kỷ niệm của nhau, quan tâm tới những sự việc hằng ngày của nhau. Như thế thì mới là bạn bè và lúc này thì tôi mới được là tôi, tôi mới xứng đáng được tồn tại.”

Nếu bạn tức giận trước những người cầm quyền hay lãnh đạo, trước bất kì những chính sách hay chế độ nào (y tế, lương bổng, xã hội, văn hóa...), thì đó là niềm tin của bạn:

“Là những người do dân bầu ra thì phải lo cho dân. Người lãnh đạo thực sự là những người lo cho

tất cả đồng bào dân tộc khỏi mọi ốm đau và bệnh tật. Mọi chính sách phải được công bằng và bình đẳng. Như thế, đó mới là quốc gia của tôi và lúc đó thì tôi mới được yêu thương vẹn đầy và xứng đáng được tồn tại”.

Nếu bạn khó chịu với việc thường xuyên bị người khác nhắc nhở về vấn đề công việc hay tình yêu của mình, thì đó là niềm tin của bạn: “25 tuổi là có được nhiều đây và làm được nhiều kia thứ, 30 tuổi là nghề nghiệp đã ổn định và có gia đình sum vầy hạnh phúc. Như thế tôi mới được yêu thương và xứng đáng được tồn tại”.

Nếu bạn cảm thấy khó ở khi người khác đụng chạm tới gu thời trang hay số đo cơ thể của mình, thì đó là niềm tin của bạn: “Chỉ có hình dáng bên ngoài như thế, số đo như thế, bạn thời trang như thế thì tôi mới được công nhận và được xứng đáng tồn tại”.

Nếu bạn buồn lòng khi người khác không làm điều gì đó cho bạn, thì đó là niềm tin của bạn: “Cha mẹ và con cái thì phải như thế này thế kia (nhớ nhung, gọi điện, cho tiền...), người yêu thì phải như thế này thế kia (tặng quà, đưa đón, hỏi han...), bạn bè tri kỷ thì phải hiểu nhau như này như kia... chỉ như thế thì tôi mới được yêu thương đủ đầy và xứng đáng được tồn tại.”

...

Như vậy, khi mọi niềm tin đã được gỡ bỏ và mọi sự sợ hãi đã được bẻ nhỏ tận gốc thì bạn sẽ trở lại là ý thức linh hồn của mình. Bạn sẽ trở thành hình ảnh của Đấng sáng tạo quyền năng, bạn có thể trở thành bất kì ai và đi đến bất kì nơi đâu mà không có bất kì sự ràng buộc nào. Tất cả mọi nơi bạn đến khi đó sẽ đều mang lại cho bạn sự an bình và hạnh phúc như nhau, bạn có thể ở một chỗ mãi mãi hoặc đi chu du khắp nơi không ngừng nghỉ thì đó là tùy ở bạn, rằng bạn có muốn trải nghiệm một điều gì đó mới mẻ hay

là làm tăng thêm niềm hạnh phúc vốn tràn đầy của mình hay không. Rồi có thể bạn sẽ nói rằng “Ở nhà chán chết đi được, có bạn bè lôi ra khỏi nhà thì thật quý hóa”, nhưng đó chỉ là bạn nói cho vui vậy thôi chứ khái niệm “Chán” thì không còn tồn tại trong từ điển của bạn nữa rồi, cũng như mọi cảm xúc khác mà có nguồn gốc là sự sợ hãi vậy.

Và bạn cũng sẽ bắt đầu nói lung ta lung tung với bạn bè của mình bởi vì bạn chỉ muốn tham gia vào những cuộc hội thoại cho vui, vì lẽ tất cả những vấn đề của người khác lúc này không còn là vấn đề của bạn nữa rồi. Như vậy, bạn sẽ nhận ra rằng phần lớn những gì bạn thường trao đổi với bạn bè của mình thì chỉ là sự trao đổi về những niềm tin mà thôi, đó là những đánh giá đúng sai, nên hay không nên, hơn hay kém, thành công hay không thành công, món nào đẹp món nào xấu, nên làm như thế này hay làm như thế kia...

Chắc tới đây bạn sẽ hỏi: “Uây, khi thức tỉnh ý thức linh hồn hết rồi thì người ta không có gì để nói với nhau nữa hả?”. Có thể nói là như vậy đó! Ha ha. Đó là lý do vì sao mà những nền văn minh ở tầng không gian cao hơn thì thường khá là yên tĩnh. Nếu nhìn từ bên ngoài thì phải nói rằng cuộc sống ở đó khá là “buồn tẻ”. Mọi người chỉ giao tiếp với nhau khi cảm thấy cần thiết, còn lại thì ai làm việc người ấy. Và công việc và trải nghiệm của một người thì sẽ luôn đóng góp vào trải nghiệm của tất cả mọi người. Nó sẽ khác lắm so với cuộc sống ồn ào và náo nhiệt hiện tại của Trái Đất ở trong chiều không gian thứ 3 này.

Cũng do vậy, khi Liên minh ánh sáng tuyển chọn những người xung phong tham gia đội quân trên mặt đất thì rất đông người muốn tham gia. Tuy nhiên, vì số lượng ghế ngồi hạn chế nên chỉ ai có “học bạ ưu tú” thì mới được cầm chiếc vé trên tay. Ha ha. Như thế, Trái Đất là một trường học cực kỳ “nóng hổi” trong vũ trụ, hàng tỷ hàng tỷ những linh

hồn xếp hàng muốn được vào học nhưng chỉ những ai có đủ điều kiện thì mới được lựa chọn. Tớ kể cho bạn điều này để bạn biết rằng, để có được một cơ thể và đang đi trên mặt đất lúc này thì bạn thực sự không nhỏ bé như bạn nghĩ đâu, vậy nên hãy yêu quý, trân trọng bản thân và cơ thể của mình, cũng như hãy bỏ hết đi những niềm tin như thế nào là đẹp, như thế nào là chuẩn đi nhé.

Rồi bạn có thể đi về một vùng đất xa xôi hẻo lánh hay đi đến những thành thị cao sang; bạn có thể làm nghề quét rác, thông mương hay làm bác sĩ, luật sư; bạn có thể ở đất liền trồng rau hay ra biển đánh cá, đi xe đạp cà tàng hay đi SH đất đỏ... Tất cả mọi thứ bạn làm không còn là để tạo nên sự tồn tại "cao sang" hay "hơn thua" của mình nữa mà là để thỏa trí tò mò và đam mê của bạn: Làm nghề này thì sướng hay khổ ra sao, đi xe này thì nhọc nhằn hay êm ái như thế nào, sống chênh vênh thì khó khăn ra sao hay sống an nhàn thì cảm giác như thế nào...

Với ý thức linh hồn của mình, bạn sẽ không còn để tâm nhiều đến tiền bạc, vẻ ngoài, tuổi tác, thời gian, vật chất hay bất kì sự sướng khổ nào của cơ thể vật chất nữa. Cơ bản mà nói thì bạn chẳng để tâm nhiều đến bất kì điều gì nữa, miễn là không làm hại tới những sinh linh khác. Bởi vì sống với ý thức linh hồn sẽ giúp bạn cảm thấy được sự liên kết giữa mình và vạn vật, điều mà giúp bạn đọc được cảm xúc của con vật hay người khác ở gần bạn.

Có thể bạn sẽ nói rằng: “Tớ không thể làm được như thế đâu bởi vì có rất nhiều ràng buộc mà tớ không thể từ bỏ được, tớ không thể từ bỏ người thân và gia đình của mình được”, mà bạn quên mất bản chất của sự ràng buộc ở đây là gì. Đó là sự sợ hãi đó, là niềm tin đó, là “Cái ác” đó. Mà “Cái ác” thì chúng ta phải làm sao, thì phải yêu thương nó và yêu thương nó một cách vô điều kiện.

Bạn cứ giữ cho mình một niềm tin rằng: “Khi cha mẹ ủng hộ công việc và đam mê của mình rồi thì

mình mới được yêu thương, rồi khi đó mình mới yêu cha mẹ của mình lại vì đã ủng hộ mình". Còn cha mẹ của bạn thì lại giữ niềm tin rằng: "Khi con của tôi trở thành người thành công như tôi mong muốn thì tôi mới được yêu thương, lúc đó tôi mới hết sức ủng hộ và thương yêu chúng". Và như thế, hai bên giằng co từ đời này đến kiếp khác mà không ai chịu cho ai tình yêu thương trước, bên này bảo bên kia là hãy cho tôi làm như vậy trước thì tôi mới yêu thương lại, còn bên kia thì bảo bên này phải làm như vậy như kia trước thì cũng mới chịu yêu thương và công nhận lại.

Vậy nên, muốn gỡ bỏ mọi sự ràng buộc và sự sợ hãi, bạn chỉ có một cách duy nhất đó là chấp nhận, tha thứ và yêu thương tất cả mọi người. Và bạn hãy nói với cha mẹ và những người thân yêu của mình rằng: "Con sẽ mãi yêu thương cha mẹ dù cho con có làm bất kì ngành nghề gì và sống khổ ra sao đi chăng nữa. Dù con có trở thành người như cha mẹ



mong muốn hay trở thành người mà tự mình mong muốn thì tình yêu của con dành cho cha mẹ cũng sẽ không hề thay đổi. Dù cho cha mẹ có làm bất kì điều gì đúng sai hay không trở thành được hình mẫu phụ huynh mà cha mẹ mong muốn vì những lục đục hay xích mích gì đi chăng nữa, thì con cũng vẫn sẽ yêu thương cha mẹ y như vậy, không hơn và cũng không kém”.

...

Như tớ đã nói với bạn đó, khi bạn sống với con tim yêu thương vô điều kiện của mình rồi, sẵn sàng yêu thương, chấp nhận và tha thứ cho tất cả vạn vật chúng sinh rồi, thì cuộc sống xung quanh bạn sẽ bắt đầu thay đổi theo. Tất cả mọi người mà bạn gặp gỡ và biết đến sẽ đều luôn yêu thương và ủng hộ bạn hết mực dù cho bạn làm bất kì điều gì đi chăng nữa. Và khi một ngày đẹp trời thức dậy, bạn nói với cha mẹ của mình rằng: “Cha mẹ, con muốn làm ngư dân đánh cá, công nhân quét rác, người trồng hoa cỏ,

thanh niên tình nguyện... ở nơi nào đó rất gần hay chỗ rất xa kia”, thì bạn sẽ luôn nhận được một câu trả lời: “Uhm, miễn là con cảm thấy vui là được, con cứ tính theo đường của con, cha mẹ sẽ ủng hộ”.

Và từ đây, bạn chính thức trở thành một linh hồn tự do và có thể đi đến bất kì nơi đâu, làm bất kì điều gì mà mình mong muốn. Rồi bạn sẽ nhận ra, câu trả lời cho vấn đề đầu tiên cũng như vấn đề cuối cùng trong vũ trụ này chỉ có một mà thôi, đó là tình yêu vô điều kiện.

## 16. SỰ THẬT CAO NHẤT



**H:** Sao bạn lại ghi trên bì sách là “Bởi K’hoi và Bạn đọc”?

**K:** (Mỉm cười)... Để hiểu được điều này, tớ muốn bạn nhớ lại ở trong sâu thẳm mình, hãy nhớ lại mục đích vì sao bạn đang ở đây. Hãy nhớ lại rằng chỉ có một sự thật cao nhất, đó là không hề có sự tồn tại tách biệt thật sự của bạn và tớ, mà chỉ có sự tồn tại của Chúng Ta mà thôi.

Hãy nhớ lại và nhớ lại những câu hỏi mà Chúng Ta đã tự hỏi mình, đó là những câu hỏi “Như thế nào?” và “Ra làm sao?” mà không bao giờ có điểm cuối: Là một ca sĩ nổi tiếng hay ca sĩ vô danh thì như thế nào? Là một họa sĩ ai cũng biết đến hay không một ai ngó ngàng thì ra sao? Là một người lính hi sinh chiến trường thì như thế nào? Là một người mẹ có con ra trận thì ra sao? Là một người thông minh thành đạt thì như thế nào? Là một người thất bại và vô dụng trong xã hội thì ra sao? Là một người với thân hình xinh đẹp thì như thế nào? Là một người

xấu xí, bị mọi người lánh tránh thì ra sao? Là một người giết chết gia đình của mình thì như thế nào? Là một người bị người thân của mình giết chết thì ra sao? Là một người có đủ tay chân lành lạnh thì như thế nào? Là một người mù, điếc, tàn tật, thiếu tay thiếu chân hay thiếu năng tư duy thì cuộc sống sẽ ra sao? Là một người bác sĩ, kiến trúc sư, thợ mộc hay công nhân lao động tay chân thì như thế nào? Là một người sở hữu biệt thự nhà lầu hay người vô gia cư đói khổ thì ra sao? Là một người lái xe, người đánh cá, người bán vé số, người làm tóc hay người bán rong thì như thế nào? Là người chính trị gia yêu đồng bào thì ra sao? Là người chính trị gia tham lam và sống trong sợ hãi, tách biệt thì như thế nào? Là đứa bé sinh ra đã chết thì ra sao và người ba người mẹ sẽ như thế nào? Là người xâm hại đến thân thể của người khác thì sao? Người bị xâm hại cơ thể thì như thế nào? Là người bị người yêu của mình ruồng bỏ và lừa dối thì cảm giác ra sao? Còn người ruồng

bỏ và lừa dối người khác thì họ nhìn cuộc sống như thế nào? Là người con được ba mẹ cưng chiều thì ra sao và người con bị cha mẹ đối xử tệ hại thì như thế nào? Là người vi phạm pháp luật và ở tù thì sao, còn người tự do khỏi mọi ràng buộc thì như thế nào? Là người ở một chỗ và không đi đâu được thì sao? Là người đi du học và chu du khắp quả đất thì như thế nào? Là người yêu thương động vật và cây cỏ thì sao? Là người xem thường mọi sự sống và xem mình là loài thượng đẳng thì sao? Là chiến binh ánh sáng thì như thế nào? Là chiến binh bóng tối thì ra sao?... vân vân và vân vân...

Đó chính là lý do vì sao bạn tồn tại, tớ tồn tại, vạn vật tồn tại. Tất cả chỉ để tạo nên một câu trả lời duy nhất cho câu hỏi "Tôi là ai?" của Đấng sáng tạo, và câu trả lời đó chính là: "Tôi là tất cả, tất cả là tôi". Như thế, tất cả mỗi chúng ta, mọi sinh linh, tớ và bạn đều đóng góp vào câu trả lời cuối cùng đó, đóng góp vào sự tồn tại bất tận của sự sống và tạo hóa.

Vậy nên, mỗi chúng ta là một sự thể hiện duy nhất và độc nhất của Đấng sáng tạo, không có bất kì ai để chúng ta noi gương theo và trở thành, mỗi chúng ta sẽ chỉ trở thành mỗi chúng ta mà thôi, để đóng góp vào khả năng sáng tạo bất tận của Đấng sáng tạo.

Bởi vậy, người duy nhất mà bạn cần lắng nghe đó chính là ý thức linh hồn của bạn. Đó là người thầy đầu tiên và cũng là người thầy cuối cùng của bạn chứ không phải ai khác. Bạn sẽ trở thành người mà bạn sẽ trở thành, không ai có thể tạo nên điều đó giúp cho bạn.

Vì Chúng Ta đã đặt ra bất tận những câu hỏi như thế, và để trả lời được những câu hỏi này thì Chúng Ta đã tạo ra trò chơi tách biệt này. Và để tạo ra sự tách biệt thì Chúng Ta đã sáng tạo ra sự sợ hãi, đó là sự ghen tị, tức giận, lo lắng, buồn bã, cô đơn, phán xét, chỉ trích, tự hào... Như thế, trần gian trở thành một cõi mê mà khi ở trong đó, mọi người quên hết nguồn gốc và mục đích tồn tại của mình. Mọi người

cứ luôn nghĩ là mình hoàn toàn làm chủ được cuộc sống của mình, nhưng thực tế thì linh hồn của mọi người ở tầng không gian cao hơn vẫn luôn sắp đặt gần như là mọi thứ. Vì vậy mà tất cả sự tồn tại ở trong trò chơi tách biệt và quên lãng này thì thường được sắp đặt và an bài gần như là hoàn toàn. Dù cho định mệnh có tồn tại, nhưng một người vẫn có thể chỉnh sửa định mệnh để làm cuộc sống của mình dễ dàng hơn mà vẫn đạt được cái đích đã đề ra. Và tớ cũng đã nói về điều này ở phần trước rồi đó.

Vậy nên, tất cả mọi người thì luôn ở đúng nơi, đúng lúc, đúng hoàn cảnh và làm đúng những gì mình cần làm, dù cho suy nghĩ của bạn có hài lòng về công việc, chỗ ở hay hoàn cảnh của mình hay không đi chăng nữa. Chính vì thế mà bạn cần nhớ lại tất cả những điều này, để bạn tập cách yêu bản thân mình, tập chấp nhận và tha thứ cho tất cả mọi điều xảy đến với mình, rồi để bạn ngừng kháng cự lại sự vận động của thực tại và vũ trụ. Mỗi một khi bạn



không còn suy nghĩ và hành động dựa trên sự sợ hãi của cơ thể mình, thì bạn đã kết nối lại với ý thức linh hồn của mình thêm được một bước, để bạn tiến lại gần sự an bình và tình yêu vĩnh cửu ở bên trong mình, để bạn trở lại là ý thức linh hồn của mình với khả năng lựa chọn và quyết định bất tận.

Và ở trong bức tranh của sự tồn tại này, tớ và bạn đều có ý nghĩa, mục đích ngang nhau và không hơn không kém. Vì chúng ta đang sống trong trò chơi tách biệt này mà tớ thường ghen tị với bạn, bạn thường ghen tị với tớ, rồi tất cả chúng ta ai cũng ghen tị và so sánh với nhau nhưng chẳng để làm gì hết cả, ngoại trừ việc làm cản trở sự phát triển của bản thân và làm cuộc sống thêm đậm đà sự khổ đau. Giờ thì bạn hiểu vì sao lúc đầu tớ nói rằng tớ chỉ hay theo dõi những người làm mình khó chịu và ghen tị rồi đó, bởi vì chỉ khi tớ chấp nhận và yêu thương hết mọi sự sợ hãi ở bên trong mình thì tớ mới kết nối lại được hoàn toàn với ý thức linh hồn của mình.

Cũng như quyển sách này đây, rằng tớ không hề có ý định là sẽ viết nó đâu và chính quá trình viết nên nó còn làm mất đi sự an bình ở bên trong tớ. Bởi vì một lẽ, tớ luôn có thể đọc được cảm xúc của người khác và mang chính cảm xúc của người khác lên mình, dù là ở gần hay là ở xa mà chỉ thông qua những tin nhắn, và vậy mà tớ có thể cảm thấy sự ghen tị của người khác dành cho mình, để rồi tớ cũng lấy cảm xúc ghen tị nặng nề của người khác đem lại cho chính cơ thể của mình. Bởi vậy, tớ luôn có xu hướng tránh xa mọi sự cạnh tranh và không hề muốn hơn thua bất kì ai. Tuy nhiên, chính cái nỗ lực chỉ làm cho có và không màng kết quả này lại chỉ càng mang đến thành tích cao hơn mọi người, những người mà đã miệt mài cố gắng thâu đêm suốt sáng. Và khi tớ nói rằng tớ đâu có chăm chỉ hay cố gắng gì đâu thì chỉ càng biến mình trở thành đứa “khiêm tốn đê tiện và không muốn chia sẻ bí quyết cho bạn bè” mà thôi. Ha ha. Thật sự là khó sống quá

đi mà... Mặc dù vậy, tớ vẫn cảm thấy được tình cảm yêu thương mà bạn bè dành rất nhiều cho mình. Như thế, cái lịch sử chuyên làm người khác ghen tị của tớ giờ đã trở thành đồng, thành kho mà giờ lại còn thêm viết sách nữa chứ. Mặc dù người ta chả hiểu thằng này nó viết về cái gì, nhưng cứ thấy nó viết được thành sách thì cứ ghen tị trước đã rồi tính sau... Làm người khổ vậy đó, nhưng cũng rất thú vị. Ha ha.

Lúc trước, tớ đâu có chỉ cho ai được điều gì đâu bởi vì tớ cũng đâu biết vì sao mình làm được những điều như vậy. Nhưng giờ thì tớ biết và nhớ rồi, bí quyết chính là quyển sách này đây. Rằng khi bạn kết nối lại được với ý thức linh hồn của mình rồi, bạn có thể "truy cập vào kho dữ liệu" mà bạn đã tích lũy được ở tất cả những kiếp trước, cũng như bạn có thể nhớ lại dần dần những khả năng mà mình vốn có. Từ việc bạn không biết vẽ vời trở nên vẽ thành thạo nhanh chóng, rồi cho tới ca hát, thêu thùa, nhảy

múa, ngôn ngữ, điêu khắc, thiết kế...

Còn về việc bìa sách với tựa chữ “Bởi K’hoi và Bạn đọc” là bởi vì chúng ta đồng thời cùng nhau tạo nên quyển sách này. Và bây giờ tớ muốn bạn nhớ lại, nhớ lại ở bên trong mình rằng:

Chúng ta đã chơi trò chơi tách biệt này đủ lâu rồi, chò trôi để trả lời cho mọi câu hỏi “Như thế nào” và “Ra làm sao” của chúng ta. Bây giờ, chúng ta đã trả lời được những câu hỏi tò mò của mình và cũng đã tới lúc chúng ta cần chấm dứt mọi sự tách biệt và khổ đau, để chúng ta trở lại là sự thật cao nhất của mình. Rằng tất cả chúng ta chỉ là một và tình yêu vô điều kiện là bản chất tồn tại của vạn vật hữu tồn, và cũng là nguồn năng lượng vĩnh cửu để tạo nên vũ trụ và sự sống bất tận. Như thế, ở kiếp sống này đây, chúng ta cần những linh hồn xung phong đảm nhiệm những vị trí mà có thể giúp đỡ những người khác thức tỉnh về sự thật cao nhất ở bên trong mình, và để đưa chúng ta bước vào một thực tại tồn tại

mới mà không còn tồn tại bất kì sự tách biệt hay sợ hãi nào.

Bởi vậy mà đã đưa đến sự tồn tại của tớ, đưa đến sự tồn tại của những trang viết này để bạn có thể ngồi ở đây và đọc chúng. Và dù cho bạn có chấp nhận hiện tại của mình hay không đi chăng nữa thì điều này chưa bao giờ là một vấn đề quan trọng trong trò chơi tách biệt này, vì mỗi chúng ta luôn ở đúng nơi, đúng lúc, đúng hoàn cảnh và làm đúng những gì mình cần làm.

Và như vậy, quyển sách này là do chúng ta cùng viết nên, tớ chỉ là công cụ trung gian để nhắc nhở và đánh thức sự thật cao nhất mà vẫn luôn ở bên trong bạn đó thôi, cũng như để tớ tự nhắc nhở mình, để chúng ta tập tành trở lại là ý thức linh hồn hay là bản thể của mình, và để thoát khỏi mọi sự nặng nề của cơ thể vật chất với vô vàn những sợ hãi của nó. Rồi bạn sẽ thấy được mọi thứ thì xinh đẹp và kỳ diệu biết bao, khi bạn bắt đầu nhìn được mọi thứ bằng

con mắt của ý thức linh hồn của mình, hay là con mắt của Đấng sáng tạo.

Vậy nên, bạn có thể tự do cho phép mình chia sẻ quyển sách này, để nó có thể tự nhiên đến được với những ai mà đã đồng ý tham gia vào việc tạo nên sự tồn tại của quyển sách này. Và bạn hãy nhớ, quyển sách này là do Chúng Ta viết nên, nó không là của riêng ai. Cũng như tất cả mọi sự sáng tạo ở bên ngoài kia vậy, rằng bản quyền thì vốn dĩ không hề tồn tại và rằng tất cả chúng ta đều được kết nối chặt chẽ với nhau bằng một sợi dây vô hình, đó là sự sáng tạo, là đam mê và là tình yêu vô điều kiện.

**H:** *Tại sao viết nên quyển sách này lại làm mất đi sự an bình ở trong bạn?*

**K:** Tới đây thì bạn đã hiểu được rằng bản chất của bóng tối, "Cái ác" hay sự sợ hãi là gì rồi, đó là sự tách biệt. Mà sự tách biệt thì được tạo ra bởi ý thức cơ thể của bạn, hay chính là khả năng tư duy và trí

thông minh của bạn. Như thế, suy nghĩ tư duy chính là nguồn năng lượng để nuôi dưỡng ý thức cơ thể của bạn, là nguồn năng lượng để tạo ra sự tách biệt của bạn và để tạo ra mọi cảm xúc có nguồn gốc từ sự sợ hãi ở trong bạn.

Hay nói một cách ngắn gọn, khi bạn suy nghĩ càng nhiều thì bạn càng tạo ra sự tách biệt của mình, càng tạo ra sự khổ đau và cô đơn ở trong cơ thể của mình. Bạn không thể chấp nhận mọi thứ bằng cách cứ liên tục nói với mình hay nói với người khác rằng: Không sao cả, rồi sẽ ổn thôi, thôi kệ đi... mà bạn cần phải tắt mọi suy nghĩ của mình đi, bằng thiền tự, yoga, sống trong hiện tại hay bất kì công cụ nào mà cảm thấy phù hợp nhất đối với bạn.

Như thế, khi tớ viết quyển sách này, tớ phải dùng tư duy của mình, dùng kho ngôn ngữ bên trong ý thức cơ thể của mình để có thể viết nên những dòng chữ tồn tại trong thời gian và không gian. Tớ đã viết, đã chỉnh sửa và sắp xếp những lời văn của mình một

cách có quy củ và hài hòa sao cho bạn có thể hiểu được chúng một cách dễ dàng nhất. Và chính việc sử dụng tư duy và suy nghĩ của mình, tớ đã vun góp năng lượng để nuôi dưỡng ý thức cơ thể của mình, để rồi cơ thể cảm xúc của tớ chống trả lại và cản trở tớ trong quá trình viết nên quyển sách này.

Trước khi đặt tay viết những dòng chữ đầu tiên, tớ đã sống trong sự an bình và tự tại với chính mình. Tớ chẳng làm việc, có việc thì làm mà không có thì thôi. Mỗi ngày trôi qua tớ đều an nhiên với tất cả mọi thứ tớ có, ngôi nhà gỗ, khu vườn xanh và mọi thứ trên internet đều mang lại niềm vui cho tớ như nhau. Tớ cũng không có nhu cầu phải nói chuyện, trao đổi với bất kì ai hay tham gia vào bất kì điều gì để tìm kiếm sự hoàn thiện của bản thân mình. Nhưng rồi một ngày đẹp trời thức dậy, những dòng chữ bắt đầu chạy trong đầu tớ, tớ không thể tắt chúng đi, mà ngược lại, chúng còn cản trở mọi giấc ngủ và bữa ăn của tớ. Như vậy mà tớ phải làm theo



định mệnh của mình, phải viết hết tất cả những con chữ này ra thì tớ mới lấy lại được sự an nhiên. Và thế là tớ cứ viết, cứ viết ra những điều mà ngay lúc đầu tớ còn không định hình được rằng mình sẽ viết tới chúng.

Thế rồi, tớ cứ viết ra hết mọi thứ mà hiện lên ở trong đầu mình một cách bình ổn và chậm rãi, cho tới khi tớ hoàn thành bài tâm sự sâu số 8, khi ý thức cơ thể của tớ bắt đầu phản kháng và cản trở việc tải xuống thông tin từ ý thức linh hồn của tớ:

“Đâu có ai thích hay bình luận gì đâu, đừng có viết nữa, đến ai hiểu cả mà cứ viết làm chi. Cứ mỗi lần mi viết chữ là mi không tập trung ăn, không tập trung ngủ và làm cơ thể này mệt mỏi sút cân. Mi còn chưa làm được những điều này thì mi đi dạy cho ai chứ. Mi bảo mi đã hoàn toàn an bình rồi, nhưng giờ thì mi xem, ức chế và hụt hẫng thấy mẹ chưa. Mi chưa từng thấy bất kì linh hồn hay UFO nào mà sao cứ ngồi đó viết như thế là đúng rồi vậy á. Mi còn

chẳng biết cái nào là thật, cái nào là không. Tất cả những thứ mi viết chẳng có cơ sở rõ ràng nào hết trơn á, nên chẳng có ai đọc là đúng rồi.”

Như thế đó, tớ đã quyết định ngưng ở bài số 8, rồi tớ tiếp tục chơi game và xem những bộ phim yêu thích. Tuy nhiên, sáng ngày hôm sau, khi mở mắt với cái đầu trống rỗng trở lại thì chữ tiếp tục ùa về và làm tớ quyết định sẽ viết tiếp. Nhưng khi mở máy tính lên, khi thấy vẫn chẳng ai thích hay bình luận gì thì ý thức cơ thể của tớ lại quay trở lại với bài hội thoại chết dẫm như trước đó. Rồi tớ lại ngồi thần thờ như vậy, không viết được mà cũng không chơi game hay xem phim được. Sau đó một ngày nữa, tớ vẫn bị y chang như thế, nhưng lúc này thì tớ đã nhận ra rồi, nhận ra sự hình thành trở lại của “Cái ác” ở trong mình. Thế là sau đó tớ đã ngồi lại một mình với cơ thể của mình và dành thời gian im lặng với nó. Và nếu để diễn tả nội dung cuộc hội thoại vô lời đó thì nó có thể được diễn dịch thành:

“Không sao cả, cơ thể của tớ ạ. Nó không quan trọng rằng có ai đọc hay không, bởi đây là nhiệm vụ mà tớ cần phải thực hiện. Nếu bạn cho phép tớ dùng cơ thể này là công cụ trung gian để truyền tải thông tin thì tớ vô cùng biết ơn bạn, nếu được như thế thì bạn đã hoàn toàn được yêu thương và xứng đáng được tồn tại.”

Vậy đó, tớ đã bỏ ra những khoảng thời gian để ngồi yên tĩnh với bản thân mình, với nhịp đập và nhịp thở của con tim mình, để tớ có thể yêu bản thân mình được nhiều hơn, để làm tĩnh lặng mọi sự phản kháng của cơ thể cảm xúc và tiếp tục hoàn thành quyển sách này.

**H:** *Vậy sẽ còn quyển sách khác nữa chứ?*

**K:** Tôi không biết được đâu, giống như quyển sách này vậy, nó sẽ xuất hiện khi nó cần phải xuất hiện. Và đã tới những dòng chữ cuối cùng rồi, tạm thời tôi được quay trở lại với sự tự tại và an bình của mình.

Giờ thì tới lượt của bạn rồi đó, hãy cầm ngọn đuốc sự thật cao nhất này để thắp sáng chính bản thân mình, để rồi những người khác có thể thấy được và tiếp bước cầm ngọn lửa để soi sáng toàn bộ mọi góc ngách ngõ hẻm của hành tinh xinh đẹp này. Và khi đó, một Trái Đất mới sẽ hiện hình đầy đủ và trở thành ngôi nhà mới của chúng ta!



# TÂM SỰ SÂU TỰ CHUYỆN

Cơ thể cảm xúc - Ý thức linh hồn - Tâm nhân loại - Tâm Địa Cầu

K'hôi và Bạ̣n đ̣oc



# SÁCH CÙNG TÁC GIẢ

