

DAVID R. HAWKINS

Phạm Nguyên Trường dịch

# POWER vs FORCE

TRƯỜNG NĂNG LƯỢNG VÀ NHỮNG YẾU TỐ ẨN  
QUYẾT ĐỊNH HÀNH VI CỦA CON NGƯỜI



NHÀ XUẤT BẢN  
THẾ GIỚI



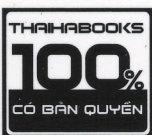
THINH-BOOKS  
Phong sự để dân đọc



Chứng ngộ	700-1.000
An bình	600
Niềm vui	540
Tình yêu	500
Lý trí	400
Chấp nhận	350
Sẵn sàng	310
Trung dụng	250
Can đảm	200
Kiều hãnh	175
Giận dữ	150
Khát khao	125
Sợ hãi	100
Đau khổ	75
Thờ ơ	50
Tội lỗi	30
Nhục nhã	20



sachthaiha



Giá: 179.000đ

POWER <sup>vs</sup> FORCE

## POWER VS. FORCE

By David R. Hawkins, M.D., Ph.D.

Copyright © 1995, 1998, 2004, 2012 by David R. Hawkins.

Original English language publication 1995 by Veritas Publishing,  
Arizona, USA

## POWER VS. FORCE

Bản quyền tiếng Việt © 2020, 2021 Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.

*Không phần nào trong cuốn sách này được sao chép hoặc  
chuyển sang bất cứ dạng thức hoặc phương tiện nào, dù là điện tử,  
in ấn, ghi âm hay bất cứ hệ thống phục hồi và lưu trữ thông tin  
nào nếu không có sự cho phép bằng văn bản của  
Công ty Cổ phần Sách Thái Hà.*

Biên tập viên Thaihabooks: **Thaihabooks**

Họa sĩ & Trình bày: **Vương Mai - Thu Hiền**



Công ty Cổ phần Sách Thái Hà

Trụ sở chính: 119 C5 Tô Hiệu -

Nghĩa Tân - Cầu Giấy - Hà Nội

Tel: (024) 3793 0480; Fax: (024) 6287 3238

Chi nhánh TPHCM: 88/28 Đào Duy Anh, Phường 9, Q. Phú Nhuận

Tel: (028) 22532641

Website: [www.thaihabooks.com](http://www.thaihabooks.com) / [nhasachthaiha.vn](http://nhasachthaiha.vn)

**Thai Hà Books trân trọng cảm ơn mọi ý kiến đóng góp của độc giả.**

**Mọi thông tin xin gửi về:**

- Góp ý về biên tập: [publication@thaihabooks.com](mailto:publication@thaihabooks.com)
- Tư vấn dịch vụ xuất bản: [dichvuxuatban@thaihabooks.com](mailto:dichvuxuatban@thaihabooks.com)



# DAVID R. HAWKINS

Phạm Nguyên Trường dịch

# POWER vs FORCE

TRƯỜNG NĂNG LƯỢNG VÀ NHỮNG YẾU TỐ ẨN  
QUYẾT ĐỊNH HÀNH VI CỦA CON NGƯỜI

*(Tái bản lần 10, có chỉnh sửa)*



NHÀ XUẤT BẢN  
THẾ GIỚI



THEHORSEBOOKS  
Phụng sự để dẫn đầu



# MỤC LỤC

<i>Lời giới thiệu cho lần xuất bản đầu tiên</i>	9
<i>Lời tựa cho lần xuất bản đầu tiên</i>	17
<i>Lời tựa cho lần xuất bản mới</i>	31
<i>Lời tựa mới</i>	47
<i>Dẫn nhập</i>	49

## PHẦN MỘT: CÔNG CỤ

Chương 1: Những tiến bộ quan trọng trong nhận thức	59
Chương 2: Lịch sử và phương pháp luận	77
Chương 3: Kết quả kiểm tra và giải thích	95
Chương 4: Các tầng ý thức của con người	103
Chương 5: Phân bố tầng thứ ý thức trong xã hội	125
Chương 6: Những chân trời mới trong lĩnh vực nghiên cứu	133
Chương 7: Phân tích điểm tới hạn trong đời thường	147
Chương 8: Cội nguồn của nội lực	165

## PHẦN HAI: CÔNG VIỆC

Chương 9: Mô thức của nội lực trong thái độ của con người	179
Chương 10: Nội lực trong chính trị	185
Chương 11: Nội lực trên thương trường	197
Chương 12: Nội lực và thể thao	207



Chương 13: Nội lực xã hội và tinh thần nhân loại	217
Chương 14: Nội lực trong nghệ thuật	229
Chương 15: Thiên tài và nội lực của sáng tạo	237
Chương 16: Thắng không kiêu	245
Chương 17: Sức khỏe thể chất và nội lực	251
Chương 18: Cuộc sống khỏe mạnh và quá trình bệnh tật	257

### **PHẦN BA: Ý NGHĨA**

Chương 19: Cơ sở dữ liệu của ý thức	271
Chương 20: Quá trình tiến hóa của ý thức	281
Chương 21: Nghiên cứu về ý thức thuần khiết	297
Chương 22: Cuộc đấu tranh tâm linh	311
Chương 23: Tìm kiếm chân lý	323
Chương 24: Giải pháp	341
<i>Phụ lục A: Tính điểm chân lý của các chương sách</i>	351
<i>Phụ lục B: Bản đồ ý thức</i>	352
<i>Phụ lục C: Tính điểm hiệu chỉnh các tầng ý thức</i>	354
<i>Thuật ngữ</i>	367
<i>Về tác giả</i>	379
<i>Tiểu sử tóm tắt</i>	383
<i>Đôi dòng tự sự</i>	385
<i>Tài liệu tham khảo</i>	403

*Người thiện nghệ thì không phô trương  
Họ mang vẻ ngoài của kẻ thật thà  
Người biết Nó thì cũng biết rõ Mô thức Tuyệt đối  
Biết được Mô thức chính là Nội lực Vĩ diệu  
Nội lực ấy chuyển dời vạn vật và vô danh*





## LỜI GIỚI THIỆU

### CHO LẦN XUẤT BẢN ĐẦU TIÊN

**T**hử tưởng tượng nếu tất cả các câu hỏi đều có đáp án hoặc là ‘Yes’ (đúng) hoặc là ‘No’ (sai). Một câu trả lời đúng và có thể chứng minh được; cho bất kỳ câu hỏi nào được nêu ra dưới dạng một lời tuyên bố.

Xin tiếp tục suy nghĩ.

Có những thứ rõ ràng: “Jane đang hò hẹn với gã khác” (Y/N); “Johnny đang nói thật về trường học” (Y/N). Nhưng chỉ khác đi một chút, câu chuyện sẽ rẽ sang: “Đây là khoản đầu tư an toàn.” (Y/N); “Sự nghiệp này xứng đáng để tôi theo đuổi” (Y/N).

Sẽ ra sao nếu mọi người đều tìm được câu trả lời như thế?

Những kết luận làm người ta kinh ngạc sẽ xuất hiện ngay lập tức.

Xin nghĩ thêm.

Sẽ xảy ra chuyện gì với hệ thống pháp lý chậm chạp và thường xuyên sai sót của chúng ta, nếu có một câu trả lời rõ ràng, xác tín cho phán quyết: “John Doe có tội như cáo trạng.” (Y/N)? Sẽ xảy ra chuyện gì với nền chính trị như chúng ta vẫn thấy hiện nay, nếu tất cả chúng ta đều có thể hỏi: “Ứng viên X sẽ thực hiện một cách trung thực lời hứa mà ông ta đưa ra trong chiến dịch tranh cử” (Y/N) – và tất cả chúng ta đều nhận được cùng một câu trả lời?

Và ngành quảng cáo thì sao? Chấm hết chẳng?

Hẳn là bạn đã hiểu ý. Nhưng ý tưởng này sẽ nhanh chóng vươn xa hơn. Sẽ xảy ra chuyện gì với chủ nghĩa dân tộc (“Trên thực tế, dân tộc X đang quyết tâm lật đổ chế độ dân chủ”)? Sẽ xảy ra chuyện gì với chính phủ (“Trên thực tế, dự luật này có bảo vệ các quyền công dân”)? Sẽ xảy ra chuyện gì với câu hỏi “Thư điện tử (mail) bị kiểm soát”?

Nếu, như người ta thường nói, chỉ một giờ sau khi học nói, con người đã học cách nói dối, thì hiện tượng chúng ta đang thảo luận sẽ là bước khởi đầu của quá trình thay đổi cơ bản nhất trong tri thức của nhân loại kể từ khi hình thành xã hội loài người, sự chuyển hóa sẽ mang tính đột phá – trong các lĩnh vực từ truyền thông đến luân lý, trong các khái niệm cơ bản nhất của chúng ta, cũng như trong từng khía cạnh của đời sống thường nhật – sâu sắc đến nỗi khó có thể tưởng tượng cuộc sống trong kỷ nguyên mới của chân lý sẽ diễn ra như thế nào? Thế giới mà chúng ta biết có thể phải thay đổi tận gốc rễ và không thể trở lại như xưa được nữa.

---

**Kinesiology:** danh từ. Cơ thể động học – Nghiên cứu các cơ và chuyển động của chúng, đặc biệt là để ứng dụng cho việc rèn luyện các cơ bắp. [Xuất phát từ tiếng Hy Lạp: Kinesis, vận động (kinein, động từ vận động) + -logy]<sup>1</sup>.

Nửa sau thế kỉ XX, lần đầu tiên giới khoa học chú ý tới nghiên cứu về cơ thể động học là do công trình của Tiến sĩ

---

<sup>1</sup> American Heritage Dictionary, Houghton Mifflin, 1987.



George Goodheart, người đi tiên phong trong lĩnh vực mà ông gọi là *cơ thể động học ứng dụng* (applied kinesiology), sau khi phát hiện được rằng kích thích vật lý tốt lành – ví dụ, thực phẩm bổ sung có lợi – có thể làm cho một số cơ chỉ thị nào đó mạnh lên, trong khi các kích thích có hại có thể làm cho những cơ chỉ thị này đột ngột yếu đi<sup>1</sup>. Hàm ý ở đây là, ở tầng rất sâu bên dưới ý thức dựa trên khái niệm, cơ thể “đã biết” và báo hiệu – thông qua quá trình kiểm tra các cơ – cái gì tốt và cái gì xấu đối với những cơ này. Ví dụ kinh điển (sẽ được trích dẫn trong phần sau) được nhiều người nhận ra là các cơ chỉ thị yếu đi khi thí nghiệm được tiến hành mà cạnh đó có đường hóa học, trong khi các cơ này lại mạnh lên khi thí nghiệm được tiến hành mà cạnh đó có thực phẩm bổ sung tự nhiên, lành mạnh.

Cuối những năm 1970, Tiến sĩ John Diamond đã trau chuốt lĩnh vực này thành một môn học mới mà ông gọi là *Cơ thể động học hành vi* (behavioral kinesiology). Phát hiện đáng chú ý của Tiến sĩ Diamond là các cơ chỉ thị có thể mạnh lên hoặc yếu đi khi có các kích thích liên quan đến cảm xúc và trí tuệ – tích cực hoặc tiêu cực – tương tự như các kích thích vật lý<sup>2</sup>. Một nụ cười có thể làm bạn mạnh lên – trong khi câu “Tôi ghét anh” lại khiến bạn yếu đi.

Trước khi tiếp tục, xin được giải thích chi tiết cách thức “kiểm tra”, nhất là khi độc giả cũng muốn tự mình thực hiện. Những nét chính của quy trình được Tiến sĩ Diamond áp dụng – tác phẩm *Your Body Doesn't Lie* (tạm dịch: *Cơ thể bạn không nói dối*), xuất bản năm 1979 – được trình bày trong

<sup>1</sup> Xem Goodheart, 1976.

<sup>2</sup> Xem Diamond, 1979.



tác phẩm mang tính kinh điển: *Muscles: Testing and Function* (tạm dịch: Cơ: Kiểm tra và chức năng) của H. O. Kendall (Baltimore: Williams & Wilkins, 2<sup>nd</sup> ed., 1971).

Phải có hai người thì mới tiến hành kiểm tra được. Hãy chọn một người bạn hoặc người thân trong gia đình. Chúng ta sẽ gọi người đó là đối tượng.

1. Để đối tượng đứng thẳng, tay phải buông thõng bên người, tay trái đưa ngang, song song với sàn nhà, cùi chỏ thẳng (có thể dùng tay kia, nếu muốn).

2. Đứng trước mặt đối tượng và đặt tay trái của bạn lên vai phải của đối tượng để giữ chắc người đó. Rồi đặt tay phải của bạn lên đúng cổ tay trái đang duỗi ra của đối tượng.

3. Nói với đối tượng rằng bạn sẽ cố gắng ấn tay trái của người đó xuống, còn người đó sẽ hết sức chống lại.

4. Rồi ấn tay của người đó xuống thật nhanh, kiên quyết và đều lực. Ấn đủ mạnh nhằm kiểm tra lực đẩy và đàn hồi của cánh tay, nhưng không mạnh đến mức làm cho cơ bị mỏi. Vấn đề không phải là ai mạnh hơn mà để xem cơ tay có thể “khóa chặt” với khớp vai nhằm chống lại lực đẩy hay không.

Giả sử cơ đó không có vấn đề gì về mặt vật lý và đối tượng có tâm trạng bình thường, thoải mái, không có kích thích từ bên ngoài (đó là lý do vì sao người tiến hành kiểm tra không được cười hoặc có bất kỳ tương tác nào khác với đối tượng), thì cơ sẽ thử mạnh (test strong) – cánh tay sẽ nằm yên như cũ. Nếu tiến hành kiểm tra mà cạnh đó có các kích thích tiêu cực (ví dụ, đường hóa học), thì “mặc dù lần này bạn ấn không mạnh như lần trước, cơ vẫn sẽ không thể



chống lại được lực ấn và cánh tay của đối tượng sẽ buông xuống” (thử yếu – test weak)<sup>1</sup>.

Đáng chú ý là, các đối tượng trong công trình nghiên cứu của Diamond có phản ứng giống nhau. Kết quả có thể dự đoán được, lặp đi lặp lại và giống nhau đối với tất cả các đối tượng. Xảy ra ngay cả khi kích thích và phản hồi không có mối liên hệ duy lý nào. Không hiểu vì lý do gì mà một số biểu tượng trừu tượng lại làm cho tất cả các đối tượng đều “thử yếu” trong khi những biểu tượng khác thì ngược lại. Một số kết quả làm người ta lúng túng: một số tranh ảnh với nội dung không hoàn toàn tích cực cũng không hoàn toàn tiêu cực có thể làm cho tất cả các đối tượng đều thử yếu, trong khi những hình ảnh “trung tính” khác lại làm cho tất cả các đối tượng đều thử mạnh. Và một số kết quả trở thành cơ sở cho phỏng đoán có giá trị: Trong khi gần như toàn bộ âm nhạc cổ điển và hầu hết nhạc Pop (trong đó có cả rock and roll “cổ điển”) đều làm cho tất cả các đối tượng đều phản ứng mạnh, thì nhạc “hard” rock hay “metal” rock – phổ biến hồi cuối những năm 1970 – lại làm cho tất cả các đối tượng đều phản ứng yếu.

Diamond còn nhắc tới một hiện tượng nữa, mặc dù ông không phân tích sâu những hàm ý khác thường của nó. Các đối tượng đều có kết quả thử yếu khi nghe các đoạn băng ghi âm những lời dối trá mà mọi người đều biết<sup>2</sup>, Edward Kennedy bao biện vụ tai nạn ở Chappaquiddick. Còn khi nghe những đoạn băng ghi âm các tuyên bố rõ ràng là

---

<sup>1</sup> Xem Kendall, 1971.

<sup>2</sup> Lyndon Johnson lấp liếm vụ dối trá vịnh Bắc Bộ (vu cho Bắc Việt Nam tấn công tàu chiến Mỹ. (ND)



chân thực, thì đều có kết quả thử mạnh<sup>1</sup>. Đây là xuất phát điểm của công trình nghiên cứu của tác giả cuốn sách này – ông David R. Hawkins, một Tiến sĩ và nhà tâm thần học nổi tiếng. Năm 1975, Tiến sĩ Hawkins bắt đầu nghiên cứu về phản ứng cơ thể động học (kinesiologic response) đối với sự thật và giả dối.

Các lần kiểm tra được tiến hành sao cho các đối tượng không biết gì về cái (hay vấn đề) được đem ra đánh giá. Trong các công trình nghiên cứu hoàn toàn khách quan – và trong các buổi trình diễn trước các khán giả – tất cả các đối tượng đều thử yếu trước các phong bì chứa đường hóa học và thử mạnh trước các phong bì chứa giả được giống y như mấy phong bì kia. Phản ứng tương tự cũng xuất hiện trong những lần kiểm tra các giá trị mang tính trí tuệ.

Dường như ở đây, một hình thức của ý thức cộng đồng, *linh hồn tập thể* (spiritus mundi), hay, như Hawkins gọi theo Jung, “cơ sở dữ liệu của ý thức” đang hoạt động. Hiện tượng mà chúng ta thường thấy trong các loài động vật sống thành bầy – một con cá đang bơi bên rìa đàn cá sẽ đổi hướng ngay lập tức khi những con cá trong đàn cách đó mấy trăm mét đang chạy trốn con cá săn mồi – cũng có trong loài người chúng ta dưới dạng tiềm thức. Có nhiều ví dụ được ghi chép về việc một số người hiểu rõ ràng các thông tin mà một người ở rất xa từng trải qua, đến mức không thể phủ nhận rằng chúng ta nắm được những kiến thức mà mọi người chia sẻ, chứ không chỉ có những kiến thức mà chúng ta thu nhận được bằng ý thức lý tính. Hoặc có lẽ, đơn giản hơn, chính tia sáng đỏ của trí huệ cận lý trí bên trong

<sup>1</sup> Diamond, đã dẫn.





mỗi người giúp phân biệt giữa lành mạnh và không lành mạnh, cũng có thể phân biệt được đúng và sai.

Một yếu tố mang tính chỉ dẫn rõ ràng của hiện tượng này là bản chất nhị phân (binary nature – chất kép) của phản hồi. Hawkins phát hiện được rằng câu hỏi phải được diễn đạt để có câu trả lời rõ ràng là “có” hoặc “không”, tương tự như khớp nối giữa các dây thần kinh tắt hoặc bật, tương tự như những hình thức “hiểu biết” cơ bản nhất, sơ khai nhất; rất giống với cái mà các nhà vật lý học hàng đầu nói là bản chất tinh túy của năng lượng vũ trụ. Phải chăng bộ não của con người, ở mức độ nguyên sơ nào đó, là chiếc máy vi tính kỳ diệu câu thông với trường năng lượng vũ trụ, có kiến thức lớn hơn hẳn những gì bộ não biết?

Tiến sĩ Hawkins tiếp tục nghiên cứu và khám phá hứa hẹn nhất của ông là công cụ hiệu chỉnh chân lý tương đối trên thang điểm từ 1 đến 1.000 để đánh giá các quan điểm, những lời tuyên bố, hay ý thức hệ. Người ta có thể nói: “Cái này (cuốn sách, triết lý, thầy giáo) được hiệu chỉnh ở 200 (Y/N), ở 250 (Y/N) v.v. cho đến khi mọi người đều có phản ứng yếu, đó chính là điểm hiệu chỉnh. Hàm ý lớn lao của các hiệu chỉnh này là lần đầu tiên trong lịch sử nhân loại, giá trị của hệ tư tưởng có thể được đánh giá như một phẩm chất bẩm sinh trong bất kỳ đối tượng nào.

Trong suốt 20 năm tiến hành những hiệu chỉnh như thế, Hawkins có thể phân tích toàn bộ phổ ý thức của con người, đồng thời xây dựng được một bản đồ tuyệt vời về những trải nghiệm của con người. Cuộc “giải phẫu ý thức” này đã tạo được một hồ sơ về thân phận của toàn thể nhân loại, tạo điều kiện cho việc phân tích một cách toàn diện quá trình phát triển về tình cảm và tinh thần của các cá nhân,

các xã hội và chủng tộc nói chung. Một quan điểm quá sâu sắc và có ảnh hưởng sâu rộng, cung cấp cho chúng ta không chỉ hiểu biết mới về hành trình của con người trong vũ trụ này, mà còn là kim chỉ nam cho tất cả chúng ta trong quá trình tìm hiểu chúng ta và những người hàng xóm của chúng ta đang ở đâu đó trên những tầng giác ngộ tâm linh, và ở đâu đó trong cuộc hành trình của cá nhân nhằm trở thành người mà chúng ta có thể trở thành.

Trong cuốn sách này, Tiến sĩ Hawkins trình bày thành quả của nhiều thập kỷ nghiên cứu và hiểu biết sâu sắc về những khám phá mang tính cách mạng trong vật lý hạt cao cấp và động lực học phi tuyến. Lần đầu tiên trong kho tàng trí tuệ phương Tây, có người chỉ ra rằng ánh sáng lạnh lùng của khoa học đã thừa nhận những điều mà các thánh nhân và các nhà huyền học thường xuyên nói về tự ngã, Thượng đế và bản chất của thực tại. Quan điểm này về hữu thể, linh hồn và thánh thần tạo ra bức tranh về quan hệ của con người với vũ trụ, mối quan hệ độc nhất vô nhị, có khả năng thỏa mãn cả tâm hồn lẫn lý trí. Cuốn sách này chứa đựng thành quả to lớn về trí tuệ và tinh thần, bạn có thể thu lượm được nhiều thứ trong đó, và bạn còn có thể trao tặng cho mình nhiều hơn nữa.

Hãy lật sang trang sau. Tương lai bắt đầu từ đây.

**E. Whalen**

*Nhà xuất bản Bard Press*

*Arizona, 1995*

## LỜI TỰA

### CHO LẦN XUẤT BẢN ĐẦU TIÊN

Có thể khó giải thích điều “đơn giản”. Phần lớn cuốn sách này là để biến cái đơn giản thành rõ ràng. Nếu chúng ta có thể hiểu thật sâu dù chỉ một điều đơn giản, thì chúng ta chắc chắn sẽ mở mang được khả năng nhận thức thấu đáo bản chất của vũ trụ và cả chính đời sống.

Kinesiology – dựa trên việc kiểm tra phản ứng rõ-ràng-hoặc-không của cơ bắp đối với các kích thích – hiện đã là ngành khoa học có vị trí vững chắc. Kích thích tích cực tạo ra phản ứng mạnh; kích thích tiêu cực khiến cho cơ được kiểm tra suy yếu hẳn. Kiểm tra cơ trong cơ thể động học lâm sàng đã được nhiều người chứng thực trong suốt 25 năm qua. Nghiên cứu ban đầu của Goodheart về chủ đề này đã được Tiến sĩ John Diamond ứng dụng rộng rãi hơn. Những cuốn sách của ông còn đưa lĩnh vực này tới đông đảo công chúng. Diamond khẳng định rằng phản ứng tích cực hay tiêu cực xảy ra với cả các kích thích về thể chất lẫn tinh thần.

Công trình nghiên cứu được trình bày trong cuốn sách này đã đưa kỹ thuật của Tiến sĩ Diamond tiến xa thêm vài bước nữa – thông qua khám phá cho thấy phản ứng cơ thể động học thể hiện khả năng của cơ thể con người trong việc phân biệt không chỉ kích thích tích cực với kích thích tiêu cực, mà còn phân biệt được giữa kích thích đồng hóa



(tăng cường sức sống) với dị hóa (tiêu hao sức sống) và, đáng chú ý nhất là, phân biệt được sự thật với giả dối.

Bài kiểm tra này khá đơn giản, nhanh chóng và tương đối chính xác. Cơ bắp phản ứng tích cực trước một tuyên bố đúng một cách khách quan; phản ứng tiêu cực nếu đối tượng kiểm tra được nghe một tuyên bố sai. Hiện tượng này xảy ra độc lập với ý kiến hoặc kiến thức của đối tượng được kiểm tra về chủ đề được nói tới và phản hồi là như nhau trong những cộng đồng có nền văn hóa khác nhau và nhất quán theo thời gian. Như vậy là, các kết quả kiểm tra đáp ứng được các yêu cầu của khoa học: có khả năng lặp lại và do đó, có thể được các nhà điều tra khác nhau kiểm tra, xác minh. Lần đầu tiên trong lịch sử nhân loại, kỹ thuật này cung cấp cho chúng ta cơ sở khách quan nhằm phân biệt giữa sự thật và dối trá, hoàn toàn có thể kiểm chứng được – theo thời gian – với những đối tượng kiểm tra vô tư, được lựa chọn một cách ngẫu nhiên.

Hơn nữa, chúng tôi nhận thấy rằng, hiện tượng có thể kiểm tra được này có thể được sử dụng để đánh giá tầng ý thức của con người, để từ đó có thang đo logarit tùy ý gồm những số nguyên, xếp hạng năng lượng nội tại tương đối của các tầng ý thức trong tất cả các lĩnh vực trải nghiệm của con người. Công cuộc nghiên cứu thấu đáo này đã tạo ra một thang điểm đã hiệu chỉnh về ý thức, trong đó logarit các số nguyên từ 1 đến 1.000 thể hiện sức mạnh của tất cả các tầng ý thức có thể có của nhân loại.

Hàng triệu lần hiệu chỉnh đã xác nhận khám phá này, tiết lộ thêm sự phân tầng của sức mạnh bên trong trong công việc của con người, đồng thời cho thấy sự khác biệt đáng kể giữa sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài



cùng phẩm chất của chúng. Đến lượt mình, sự kiện này lại giúp giải thích lại một cách toàn diện hành vi của con người nhằm xác định những trường năng lượng vô hình đang kiểm soát hành vi của họ. Cũng phát hiện được rằng các thang đo đã được hiệu chỉnh trùng khớp với tầng của hệ thống tôn ti trật tự của *triết lý thường hằng*; các mối tương liên với các hiện tượng cảm xúc và trí tuệ trong xã hội học, tâm lý học lâm sàng, phân tâm học và tâm linh truyền thống cũng lập tức tự thể hiện ở đây.

Thang đo được hiệu chỉnh cũng đã được xem xét dưới ánh sáng của những khám phá mới nhất trong vật lý lý thuyết cao cấp và động lực học phi tuyến của *thuyết hỗn độn*. Chúng tôi cho rằng các tầng đã được hiệu chỉnh tương ứng với các Trường điểm hút (attractor fields) đầy nội lực trong ý thức, vốn là tác nhân chi phối đời sống của con người và, do đó, quyết định nội dung, ý nghĩa và giá trị, có vai trò như năng lượng tổ chức cho các mô thức phổ biến trong hành vi của con người.

Sự phân tầng của các Trường điểm hút, phù hợp với tầng của ý thức tương ứng, cung cấp cho chúng ta hệ hình mới để đưa trải nghiệm của con người thuộc mọi thời đại vào bối cảnh mới. Thực tế là, bằng cách tiếp cận với những dữ liệu mà từ trước đến nay chưa thể tiếp cận được, phương pháp của chúng tôi hứa hẹn mang lại giá trị to lớn, cả trong lĩnh vực nghiên cứu lịch sử cũng như lợi ích tiềm tàng to lớn cho tương lai của nhân loại. Trong khi cố gắng nhấn mạnh giá trị của kỹ thuật này như một công cụ nghiên cứu, những ví dụ được trình bày về các ứng dụng tiềm năng của nó trong nhiều lĩnh vực hoạt động của con người: về mặt lý thuyết, có thể áp dụng trong nghệ thuật, lịch sử, thương mại, chính trị,



y học, xã hội học và khoa học tự nhiên; về mặt thực dụng, có thể áp dụng trong tiếp thị, quảng cáo, nghiên cứu và phát triển; về mặt kinh nghiệm, có thể áp dụng trong tâm lý học, triết học và nghiên cứu tâm linh – tôn giáo. Chúng tôi cũng trình bày những ứng dụng cụ thể trong các lĩnh vực đa dạng như tội phạm học, tình báo, cai nghiện và toàn bộ lĩnh vực tự cải thiện bản thân.

Nhưng việc sử dụng và ngoại suy xa hơn phương pháp nghiên cứu được trình bày chi tiết ở đây chỉ mang tính gợi ý. Mặc dù kết quả được trình bày ở đây là sản phẩm của hai mươi năm điều tra và hàng triệu hiệu chỉnh trên hàng nghìn đối tượng do các nhóm điều tra viên tiến hành, cuốn sách này chỉ là khảo sát bước đầu tiềm năng của phương pháp nhằm thúc đẩy kiến thức của chúng ta trong tất cả các lĩnh vực nghệ thuật và khoa học. Có lẽ quan trọng nhất, nó có thể trở thành biện pháp giúp đỡ trong quá trình phát triển tâm linh và nâng người ta lên tầng ý thức cao nhất, thậm chí là chứng ngộ.



Bằng cách sử dụng quy trình kiểm tra cơ thể động học được trình bày ở đây, có thể tìm được thông tin không giới hạn về bất kỳ đối tượng nào, cả trong quá khứ cũng như hiện tại. Nhưng, biết rằng có thể biết mọi thứ về bất kỳ cái gì hoặc bất kỳ người nào, ở bất kỳ đâu, tại bất kỳ thời điểm nào, đã tạo ra hệ hình lúc đầu làm người ta choáng váng. Nói chung, phản ứng này xuất hiện là do nhận thức được tính phi định xứ, phi cá nhân và tính phổ quát của ý thức; và đặc biệt là nhận thức được rằng mỗi người đều có khả năng quan sát được suy nghĩ và động cơ của mình, cũng



như sự minh bạch của chúng qua thời gian. Nhận thức được rằng mọi suy nghĩ và hành động của mỗi người đều để lại dấu vết mãi mãi không thể xóa nhòa trong vũ trụ có thể là một tư tưởng làm người ta lo lắng.

Cũng như khi phát hiện được sóng vô tuyến hay tia X, sự mở rộng đột ngột nhận thức của chúng ta về hoạt động của vũ trụ không chỉ tạo điều kiện, mà còn đòi hỏi phải đưa thế giới quan của chúng ta vào bối cảnh mới. Kiến thức mới đòi hỏi chỉnh sửa lại các ý tưởng cũ nhằm tạo ra một bối cảnh rộng lớn hơn. Mặc dù nó có thể tạo ra một số áp lực về mặt trí tuệ, quá trình đưa hành vi của con người vào bối cảnh mới có thể phơi bày những cấu trúc nền tảng bên dưới các vấn đề của cá nhân và xã hội, do đó, tiết lộ những giải pháp tiềm tàng.

Trên thực tế, chủ đề này cực kỳ đơn giản, cho nên khó trình bày với thế giới say đắm những hiện tượng phức tạp. Mặc dù không tin vào đơn giản hóa, nói chung, chúng ta có thể thấy hai kiểu người: dễ tin và không dễ tin. Đối với những người không dễ tin, mọi thứ đều là giả cho đến khi được chứng minh là thật; đối với những người dễ tin, mọi điều được nói với thiện ý có lẽ là đúng, trừ khi được chứng minh là sai. Thái độ bi quan của chủ nghĩa hoài nghi yếm thế là do sợ hãi. Tiếp nhận thông tin một cách lạc quan hơn là do tự tin. Tồn tại cả hai thái độ và mỗi thái độ đều có ưu điểm và hạn chế của mình. Do đó, tôi phải trình bày dữ liệu sao cho có thể đáp ứng cả hai phương pháp tiếp cận vừa nói.

Do đó, cuốn sách này có tính chất nghịch hợp, được viết nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho nhận thức bằng cả bán cầu não trái và bán cầu não phải. Trên thực tế,

chúng ta biết mọi thứ nhờ nhận dạng mô thức<sup>1</sup> toàn diện. Cách dễ nhất để nắm bắt một khái niệm hoàn toàn mới chỉ đơn giản là quen thuộc. Cách hiểu này được khuyến khích bằng cách hành văn với đặc điểm là “đóng”. Đáng lẽ chỉ thỉnh thoảng mới sử dụng các tính từ hoặc ví dụ để thể hiện tư tưởng, thì ở đây lại sử dụng rất nhiều và lặp đi lặp lại. Các khái niệm sau đó được “ghi nhận”, và tâm trí được thoải mái. Cách tiếp cận này cũng hấp dẫn bởi vì tâm trí đọc Chương 3 sẽ không hoàn toàn giống với tâm trí đọc Chương 1.

Ý tưởng phải bắt đầu từ Chương 1 và đọc dần cho đến cuối là khái niệm chỉ phù hợp với não trái. Đó là con đường của vật lý học Newton, dựa trên một tầm nhìn hạn chế và có giới hạn về thế giới, trong đó tất cả các sự kiện đều được giả định sẽ xảy ra theo trình tự  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Quan điểm thiên cận này xuất phát từ hệ hình lối thời về thực tại. Quan điểm rộng lớn và toàn diện hơn của chúng ta dựa trên không chỉ phần tinh túy của vật lý học cao cấp, toán học và thuyết phi tuyến tiên tiến nhất, mà còn dựa trên trực giác có thể được mọi người xác nhận qua trải nghiệm.

Nói chung, thách thức trong quá trình trước tác nằm trong thế tiến thoái lưỡng nan: lĩnh hội các khái niệm phi tuyến tính trong cấu trúc tuyến tính, câu này rồi mới tới câu khác. Những lĩnh vực khoa học chứa đựng các dữ liệu tự chúng đã là phức tạp và đủ khó khăn rồi: vật lý lý thuyết cao cấp và phân toán học của nó; động học phi tuyến; thuyết hỗn độn và phân toán học của nó; cơ thể động học hành vi

---

<sup>1</sup> Pattern-recognition, nhận dạng mô thức là nhận dạng tự động các mô thức và tính quy luật trong dữ liệu. Được sử dụng trong phân tích dữ liệu thống kê, xử lý tín hiệu, phân tích hình ảnh, truy xuất thông tin, nén dữ liệu, đồ họa máy tính... (ND)





cao cấp; sinh học thần kinh; lý thuyết dòng chảy rối; cũng như những quan tâm mang tính triết học về nhận thức học và bản thể học. Ngoài ra, cần nói tới bản chất của ý thức của con người, một khu vực chưa được khám phá, tất cả các môn khoa học đều dừng lại trước đường biên của nó. Thực sự hiểu những chủ đề này từ quan điểm trí tuệ thuần khiết là công việc khó khăn, cần nghiên cứu cả đời. Không những không cố gắng làm công việc khó khăn như thế mà tôi đã tìm cách chất lọc ra bản chất của mỗi chủ đề và chỉ làm việc với những bản chất ấy.

Thậm chí cố gắng bước đầu nhằm giải thích hoạt động của kỹ thuật kiểm tra cũng quan trọng đối với cuốn sách này, dường như ngay từ đầu đã siêu việt những quy luật của vũ trụ mà chúng ta đã biết, chắc chắn sẽ đưa chúng ta vào lĩnh vực của vật lý lý thuyết cao cấp, động lực học phi tuyến và thuyết hỗn độn. Vì vậy, tôi cố gắng trình bày những chủ đề này, ở mức cao nhất có thể, bằng những thuật ngữ bình thường. Không cần phải có trí tuệ uyên bác mới hiểu được những điều sẽ được trình bày ở đây. Chúng ta sẽ tìm hiểu dần dần các khái niệm cho đến khi hiểu rõ. Mỗi lần chúng tôi quay lại để nhận xét về những ví dụ, bạn đọc sẽ hiểu sâu hơn. Hình thức học tập này tương tự như quan sát vùng đất mới từ trên máy bay: lần đầu đi qua, mọi thứ trông lạ lẫm; lần thứ hai, thấy một số điểm quen quen; lần thứ ba, bắt đầu có cảm giác, và cuối cùng, chúng ta quen với nó nhờ tiếp xúc. Cơ chế nhận dạng mô thức bẩm sinh của tâm trí sẽ hoàn thành những việc còn lại.

Mặc dù đã hết sức cố gắng, tôi vẫn sợ rằng độc giả có thể không nắm được thông điệp quan trọng nhất của công trình này, tôi xin nói ngay từ đầu: tâm trí của cá nhân một con người

cũng tương tự như cái máy tính câu thông với một cơ sở dữ liệu khổng lồ. Cơ sở dữ liệu này chính là ý thức của nhân loại, ý thức của chúng ta chỉ đơn thuần là biểu hiện cá nhân, nhưng nguồn gốc của nó nằm trong ý thức chung của toàn thể nhân loại. Cơ sở dữ liệu này là vương quốc của thiên tài; vì làm người là tham gia vào cơ sở dữ liệu này, mỗi người ngay khi được sinh ra là có quyền tiếp xúc với thiên tài. Hiện nay, thông tin không giới hạn trong cơ sở dữ liệu này đã được chỉ ra là sẵn sàng cho bất cứ người nào trong một vài giây, bất cứ lúc nào và ở bất cứ đâu. Đây thực sự là một khám phá làm người ta phải kinh ngạc, mang lại sức mạnh nhằm thay đổi cuộc đời, cả cá nhân lẫn tập thể, đến một mức mà trước đây chưa ai dự đoán được.

Cơ sở dữ liệu này siêu việt thời gian, không gian và tất cả các giới hạn của ý thức cá nhân. Điều đó làm cho nó trở thành công cụ nghiên cứu có một không hai trong tương lai và mở ra các lĩnh vực nghiên cứu chưa ai dám mơ ước. Nó mở ra triển vọng về việc thiết lập cơ sở khách quan cho các giá trị, các hành vi và hệ thống niềm tin của con người. Thông tin do phương pháp này thu được mở ra bối cảnh mới trong việc tìm hiểu hành vi của con người và hệ hình mới trong việc xác nhận sự thật khách quan. Vì kỹ thuật này có thể được những người chính trực áp dụng, ở bất cứ đâu, bất cứ lúc nào, nó có khả năng khởi động một kỷ nguyên mới của trải nghiệm của con người dựa trên chân lý có thể quan sát và kiểm chứng được.

Chúng ta biết rõ cách thức phân biệt một cách chính xác thật với giả, khả thi với bất khả thi, lòng tốt và ác ý. Chúng ta có thể soi tỏ các lực lượng ẩn tàng nắm quyền quyết định

hành vi của con người mà cho đến nay vẫn bị bỏ qua. Chúng ta nắm được phương tiện nhằm tìm được đáp án cho những vấn đề cá nhân và xã hội mà trước đây không thể nào giải quyết được. Giả dối không còn ảnh hưởng tới đời sống của chúng ta nữa.

(Nghiên cứu tiếp theo, sau khi tác phẩm này được xuất bản lần đầu, năm 1995, cho thấy chỉ những người có điểm hiệu chỉnh từ 200 trở lên mới cho kết quả kiểm tra chính xác. Chi tiết trong Chương 2 và Phụ lục C).

---

Mặc dù chủ đề này có thể trình bày một cách dễ dàng trên lớp học hay trên băng video, nhưng viết ra cho dễ đọc thì lại thành vấn đề. Chứng minh có thể là phức tạp. Nhưng thuyết minh thì lại cực kỳ đơn giản. Trẻ em cũng có thể hiểu ngay lập tức và khao khát làm theo. Chẳng có gì làm chúng ngạc nhiên hết. Vì chúng luôn luôn biết rằng chúng câu thông với cơ sở dữ liệu; người lớn chúng ta chỉ đơn giản là đã quên. Thần đồng bẩm sinh nằm ngay gần bề mặt, đó là lý do vì sao trẻ em nhận ra hoàng đế cởi truồng. Thiên tài cũng tương tự như thế.

Cuốn sách này sẽ được coi là thành công nếu khi đọc đến dòng cuối cùng, bạn thốt lên: “Tôi vẫn biết như thế mà!” Nội dung cuốn sách này chỉ là hình ảnh của những điều bạn đã biết, nhưng bạn không biết là mình biết. Thế thôi. Tất cả những việc tôi hy vọng làm ở đây là kết nối những dấu chấm để cho hình ảnh bị che giấu xuất hiện trở lại.

Cuốn sách này đưa ra một lời hứa rất lớn, có lẽ là lời hứa lớn nhất mà bạn từng gặp. Nó có thể cung cấp cho bạn



phương tiện giúp phát hiện xem mình có bị lừa dối hay không. (Vì vậy, bạn không bao giờ phải đọc một cuốn sách hoặc tham gia những khóa học kéo dài mà không kiểm tra trước – quá nguy hiểm và quá tốn kém). Mức độ trung thực của cuốn này có điểm là 850 (xem Phụ lục A), quá cao đối với giai đoạn này trong nền văn hóa của chúng ta. Tôi cầu mong rằng điều đó chứng tỏ tôi đã thực hiện được phần nào lời hứa.

Là tác giả, tôi hy vọng tác phẩm này có thể xóa bỏ nguồn gốc của đau đớn, đau khổ và thất bại, và thúc đẩy quá trình tiến hóa của ý thức con người trong mỗi chúng ta để vươn tới niềm vui – đó phải là cốt lõi của trải nghiệm của chúng ta.



Công trình trình bày trong cuốn sách này được khởi động vào tháng 1 năm 1965, và cuối cùng, đã hoàn thành vào tháng 6 năm 1994. Phần lớn là trong giai đoạn tôi làm luận án tiến sĩ. Những phát hiện của nghiên cứu này là kết quả của việc sử dụng công cụ nghiên cứu được trình bày ở đây – phản ứng cơ thể động học. Công trình này phát triển một cách tự phát mà không tham khảo các nguồn thông tin bên ngoài nào; mãi sau này tôi mới thiết lập liên hệ với công trình của những người khác nhằm cung cấp một khung tri thức tham khảo. Phần lớn kết quả của công trình nghiên cứu này hiện đã được giới nghiên cứu trên toàn thế giới chứng thực trong những công trình nghiên cứu độc lập, ví dụ, hội nghị lớn đầu tiên về ý thức: “Hướng tới cơ sở khoa học về ý thức” (Toward a Scientific Basis for Consciousness),



được tổ chức tại Trung tâm Khoa học Y tế, Đại học Arizona, Tuscon, Arizona, tháng 4 năm 1994<sup>1</sup>.

Các nhóm nghiên cứu của chúng tôi đã sử dụng phương pháp kiểm tra được trình bày trong cuốn sách này nhằm hiệu chỉnh mức độ trung thực của mỗi chương, mỗi đoạn và từng câu. (Ví dụ, quá trình kiểm tra phát hiện được một lỗi trong danh sách những người nổi tiếng đã tự hủy hoại bản thân – hậu quả của chính sự nổi tiếng của mình. Khi kiểm tra từng từ, chúng tôi phát hiện được sự lầm lẫn với tên “John Lennon”: trên thực tế, ông bị ám sát. Sau khi xóa tên ông, mức độ trung thực của câu này, và do đó của cả đoạn văn, đã tăng lên tương xứng với phần còn lại của cả chương).

Một vài bản thảo ban đầu của cuốn sách đã được lưu hành trong số những độc giả được lựa chọn, từ nhân viên y tế bình thường đến các nguyên thủ quốc gia như Mikhail Gorbachev và các khôi nguyên Nobel. Phản hồi của mỗi người mỗi khác. (Sự kiện thú vị là điểm số của những người được kiểm tra đã tăng lên sau khi nhận được bản thảo; dường như chỉ cần tiếp xúc với bản thảo là đã “đề cao” được tầng ý thức của đối tượng rồi). Vì hàm ý và ứng dụng thực tế của công trình này quá đa dạng, và có thể được mở rộng và

---

<sup>1</sup> Trong hội thảo này, ví dụ, Richard Amoroso, Giám đốc Viện nghiên cứu cấp cao lý trí của con người, đã tuyên bố: “Ý thức không phải là một khái niệm trừu tượng mà là thực tại vật chất, thẩm thấu và cung cấp nội lực cho không/thời gian mà não bộ soi chiếu. Nó là một thể bổ sung đa chiều, với những tính chất tạo điều kiện cho quá trình hình thành những giả thuyết có thể kiểm tra được trên phương diện vật chất”. Báo cáo “Ý thức: Định nghĩa cấp tiến” được trình bày tại hội thảo “Hướng tới cơ sở khoa học về ý thức” (Toward a Scientific Basis for Consciousness), được tổ chức tại Trung tâm Khoa học Y tế, Đại học Arizona, Tuscon, Arizona, tháng 4 năm 1994.

hướng chú ý vào bất cứ khía cạnh nào nhằm đáp ứng được lợi ích nhóm khán thính giả nào đó, một số đoạn trong đó đã được điều chỉnh để phục vụ cho việc thuyết trình cho các nhóm có những mối quan tâm đặc biệt.

Một phần tác phẩm đã được tác giả trình bày trong diễn văn chính tại Hội nghị Quốc gia lần thứ nhất về Ý thức và Nghiện ngập (First National Conference on Consciousness and Addictions) ở San Mateo, California, năm 1985<sup>1</sup> và bản tóm tắt đã được Viện Brookridge đưa vào cuốn *Beyond Addictions, Beyond Boundaries* (tạm dịch: Vượt qua nghiện ngập, Vượt qua các giới hạn – Shirley Burton và Leo Kiley biên tập, năm 1986)<sup>2</sup>. Bản thảo mở rộng đã được đưa vào bài giảng ghi hình kéo dài 4 giờ về ý thức và nghiện ngập tại Hội nghị Quốc gia lần thứ hai về ý thức và nghiện ngập (Second National Conference on Consciousness and Addictions) ở San Francisco, năm 1986<sup>3</sup>.

Các phần khác xuất hiện trong một vài băng video, xuất bản những năm 1980, nhan đề “Archival Office VisitSeries” (Tư liệu lưu trữ về các buổi thăm khám: Căng thẳng; Sức khỏe; Bệnh tật và Tự chữa lành; Giải quyết khủng hoảng lớn; Trầm cảm; Nghiện rượu; Sơ cứu tinh thần; Quá trình lão hóa; Bản đồ ý thức; Chết và Hấp hối; Đau đớn và Khó sợ; Giảm cân; Lo lắng, Sợ hãi và Bồn chồn; Nghiện ma túy và Nghiện rượu; và Tình dục<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins, 1986, trong Burton and Kiley.

<sup>2</sup> Đã dẫn.

<sup>3</sup> Hawkin, băng video nói chuyện về “ý thức và nghiện ngập” (Consciousness and Addictions), Veritas Publishing.

<sup>4</sup> Video và audio về các buổi thăm khám lưu trữ trên Veritas Publishing.



Đây là lần đầu tiên công cuộc giải phẫu ý thức được trình bày toàn bộ với hình thức rõ ràng, mạch lạc, không gia giảm nhằm đáp ứng nhóm khán thính giả đặc biệt hay nhóm khán thính giả có mối quan tâm đặc biệt nào.

**Bác sĩ, Tiến sĩ David R. Hawkins**

*Viện Nghiên cứu tâm linh*

*Sedona, Arizona, 1995*





## LỜI TỰA

### CHO LẦN XUẤT BẢN MỚI

**L**ần xuất bản đã được sửa chữa này rất quan trọng vì một số lý do.

Năm 2006, Tiến sĩ Hawkins đọc toàn bộ cuốn sách để làm bản sách nói, nhằm cung cấp cho người nghe không chỉ thông tin mà cả “sóng tải” của ngữ cảnh và tinh hoa của tác phẩm này. Vừa đọc to, Tiến sĩ Hawkins vừa chỉnh sửa nội dung cuốn sách. Phiên bản chỉnh sửa bao gồm cả những thay đổi đó.

Hầu hết các sửa đổi đều rất nhỏ, chỉ thay đổi từ ngữ. Ví dụ, ở một số chỗ trong bản ghi âm, ông dùng từ “tiêu cực” thay cho “xấu xa”, “nguồn gốc” thay cho “nguyên nhân”, v.v.. Có một vài sửa đổi quan trọng, như phần giải thích kỹ lưỡng về phương pháp kiểm tra cơ bắp và ứng dụng của nó trong nghiên cứu ý thức. Qua nhiều năm làm việc với kỹ thuật này, Tiến sĩ Hawkins đã phát hiện và tích hợp những thay đổi nhỏ trong phương pháp luận vào tác phẩm mà bạn đang có trong tay.

Phiên bản được sửa chữa này còn giải quyết vấn đề điểm hiệu chỉnh của đối tượng có thể thay đổi theo thời gian. Khi có sự khác biệt giữa hiệu chỉnh trong bản in lần đầu và lần xuất bản sau, phiên bản được sửa chữa đưa giá trị hiệu chỉnh sau vào trong ngoặc đơn. Ví dụ, Chương 23 về “Tìm kiếm chân lý” trình bày điểm hiệu chỉnh của các nhóm tôn giáo

khác nhau trong ấn bản ban đầu, năm 1995, sau đó là hiệu chỉnh trong cuốn sách xuất bản sau, nhan đề *Truth vs. Falsehood* (2005) trong dấu ngoặc đơn. Điểm hiệu chỉnh của các nhóm tôn giáo thay đổi theo thời gian vì chính sách của họ đã thay đổi. Điểm hiệu chỉnh của một bộ kinh hay trước tác thay đổi tùy theo ấn bản hoặc bản dịch. Điểm hiệu chỉnh của một cá nhân có thể thay đổi tùy thuộc vào suy nghĩ của người đó (ví dụ, đóng góp cho xã hội, một cuốn sách mà người đó đã viết, mục đích trong một hoạt động cụ thể nào đó, v.v.) Hơn nữa, khi đối tượng được kiểm tra nhiều lần, thì việc đọc lại có thể góp phần thay đổi điểm hiệu chỉnh.

Tác giả số gắng trung thực, chính xác và rõ ràng. Như ông giải thích trong cuốn sách này, *Quy luật về sự phụ thuộc nhạy cảm vào các điều kiện ban đầu* có nghĩa là, một thay đổi nhỏ theo thời gian có thể làm thay đổi hẳn điểm hiệu chỉnh, “như con tàu mà bánh lái chỉ lệch một độ cuối cùng sẽ làm cho nó đi chệch khỏi lộ trình hàng trăm dặm”. Do đó, trong phiên bản được sửa chữa này, tác giả đã cố gắng truyền tải “điều kiện ban đầu” theo cách diễn đạt nguyên sơ và chính xác nhất của chúng.

---

Phiên bản sửa đổi tác phẩm này được thực hiện ngay khi tác giả ngừng diễn giảng trước công chúng. Do đó, chúng tôi có cơ hội thuận lợi trong việc đánh giá ảnh hưởng của cuốn sách kể từ xuất bản đầu tiên, cách đây hơn 15 năm.

Cho đến nay, đây là cuốn sách đưa nhân loại tới sự kết hợp hấp dẫn nhất giữa thế giới tuyến tính của logic, lý trí và khoa học và các thực tại phi tuyến của tình yêu, niềm vui,



vẻ đẹp, tự siêu việt<sup>1</sup>, *hiệp thông màu nhiệm (unio mystica)* và Chứng ngộ.

Tiến sĩ David R. Hawkins là cây bút, bác sĩ tâm thần, bác sĩ lâm sàng, người thầy tâm linh, và nhà nghiên cứu ý thức nổi tiếng thế giới. Tác phẩm độc nhất vô nhị này của ông xuất phát từ suối nguồn của lòng từ bi mang tầm vũ trụ và giảm bớt khổ đau, an ủi trên khắp thế giới và tất cả mọi cõi.

Bằng cách khẳng định rằng thực tại tâm linh chính là cốt lõi của đời sống con người, và Thánh thần (Divinity) chính là cội nguồn của ý thức, tác phẩm này tiết lộ cho chúng ta thấy rằng mọi khía cạnh của trải nghiệm của con người đều là biểu hiện của/và cũng là con đường dẫn tới cái Tối thượng (Ultimate).

Trong những năm 1970, là Tiến sĩ, David Hawkins đã khởi xướng một số cách tiếp cận tích hợp trong điều trị những bệnh nhân bị rối loạn tâm thần nghiêm trọng. Nếu Mẹ Teresa làm việc với “người nghèo nhất trong số những người nghèo”, thì Tiến sĩ Hawkins làm việc với “những người ốm yếu nhất trong số những người ốm yếu”. Ông điều trị toàn bộ con người bằng cách chữa lành và cải thiện ở cả tầng thể chất, tinh thần và tâm linh. Năm 1973, ông là đồng tác giả cuốn sách mang tính bước ngoặt, nhan đề *Orthomolecular Psychiatry* (Tâm thần học theo liệu pháp dinh dưỡng vi lượng) viết chung với nhà hóa học, khôi nguyên Nobel, Linus Pauling, khởi đầu cho lĩnh vực mới trong ngành tâm thần học.

---

<sup>1</sup> Self-transcendence: Nhu cầu được thúc đẩy bởi các giá trị vượt ra ngoài bản thân, như trực giác siêu nhiên, lòng vị tha, hòa hợp bác ái. (ND)

Trong những năm 1980, bằng cách đưa hiện tượng nghiện ngập vào bối cảnh lớn hơn của khoa học về ý thức, ông đã làm thay đổi hẳn bộ mặt của nó. Nghiện rượu và nghiện ma túy ảnh hưởng đến hàng triệu người; do đó, soi sáng con đường thoát khỏi tình trạng tuyệt vọng là món quà tuyệt vời cho nhân loại. Công trình của Tiến sĩ Hawkins xác nhận rằng trạng thái hạnh phúc và tình yêu mà người nghiện ma túy và nghiện rượu tìm kiếm có thể được tìm thấy ở bên trong con người họ, thông qua nỗ lực và quy thuận ngay từ nội tại.

*Người nghiện không tìm kiếm những thứ làm mình xấu hổ. Toàn bộ thế giới tâm linh muốn đạt được trạng thái mà ý thức cảm thấy phúc lạc.*

*Hãy thay đổi phương pháp, chứ đừng thay đổi khát vọng. Bạn không cần tìm kiếm trạng thái này; nó luôn luôn có sẵn ở bên trong chúng ta.*

Trong những năm 1990, cuộc đời ông có một bước ngoặt bất ngờ.

Đáp lại mong ước của bạn bè và những người thân yêu, những người nhận thấy tầm quan trọng của cuốn sách này đối với thế giới, năm 1995, ông tự xuất bản tác phẩm *Power vs. Force: Anatomy of Consciousness* (tạm dịch: Sức mạnh bên trong đối đầu với lực lượng bên ngoài: Giải phẫu ý thức). Ông đã bắn khoản khi lấy tên mình làm tên tác giả cuốn sách; thực ra, nó là tác phẩm của không chỉ tự ngã của cá nhân ông.

*Power vs. Force* đã được dịch ra 25 thứ tiếng và có thể đã bán được hơn một triệu bản. Sau đó là hơn mười cuốn

sách nữa, với hàng trăm bài giảng, bài phỏng vấn trên đài phát thanh và các nhóm nghiên cứu Hawkins được thành lập ở các thành phố lớn nhất thế giới, từ Seoul đến Cape Town, và Los Angeles.

---

Cuốn sách này là bước đột phá lớn đối với tâm hồn của nhân loại (human psyche), nó vạch ra những chiều kích của ý thức mà trước đây chỉ những nhà “huyền môn” mới biết. Những người đó, những người được Trời phú cho khả năng trực nhận thực tại (hay bất kỳ tên gọi nào khác), đã luôn luôn khẳng định vai trò trung tâm của cái “vô hình”.

*Việc làm bên ngoài không bao giờ nhỏ,  
nếu công cuộc bên trong là vĩ đại  
Việc làm bên ngoài không bao giờ là vĩ đại,  
nếu công cuộc bên trong là nhỏ bé  
- Meister Eckhart,  
nhà thần học Kitô giáo thế kỷ XIV.*

Tương tự như Meister Eckhart, họ chỉ cho chúng ta thấy “cái vĩ đại bên trong” của chúng ta, vì tất cả những thứ hữu hình đều bắt nguồn từ bên trong. Như Tiến sĩ Hawkins viết trên trang mở đầu tác phẩm này:

*Người thiện nghệ thì không phô trương  
Họ mang vẻ ngoài của kẻ thật thà  
Người biết nó thì cũng biết rõ Mô thức Tuyệt đối  
Biết được Mô thức chính là Nội lực Vi diệu  
Nội lực Vi diệu chuyển dời vạn vật và vô danh*

Có thể đây là lần đầu tiên trong lịch sử nhân loại, Tiến sĩ Hawkins – thông qua những tiến bộ tuyệt vời nhất của khoa học nhân văn, tâm lý học, và triết học – đã trao cho chúng ta một tập hợp các công trình xác nhận “chân lý thần bí”.

Điểm nổi bật trong công trình nghiên cứu của Hawkins là “Bản đồ ý thức” – rất nổi tiếng – được trình bày trong tác phẩm này. “Bản đồ ý thức” xác nhận rằng các “giai đoạn” điển hình của quá trình tiến hóa tâm linh của con người trong các cuốn Kinh của thế giới là “những mô thức điểm hút” (attractor patterns) và “trường năng lượng” (energy fields) là có thật và có thể đo lường được. Các tầng này đã được các triết gia, thánh nhân, các nhà hiền triết và các nhà huyền môn nói tới trong suốt nhiều thế kỷ; nhưng chưa bao giờ có khuôn khổ khoa học để tìm hiểu chúng và dùng nó để tiến tới tự do tối thượng. “Bản đồ ý thức” không có tính giáo điều và không phức tạp trong mô tả về tiến trình cảm xúc, quan niệm về Chúa, về bản thể, và quan điểm sống đúng đắn với từng tầng ý thức.

Cuốn sách *Power vs. Force* đưa ra một bản giải phẫu ý thức đầy thuyết phục về mặt logic; phác họa vòng cung của quá trình tiến hóa tâm linh của con người từ điểm thấp nhất (Nhục nhĩ) đến cao nhất (Chứng ngộ). Nó soi sáng tính nhất thể của vạn sự vạn vật, bằng cách tiết lộ cốt lõi năng lượng của mọi thứ đang tồn tại – người và không phải người, nhìn thấy được và không nhìn thấy được. Tất cả sự sống là một bản giao hưởng có nhịp điệu của các dạng năng lượng đan cài vào nhau: “Khi không còn quan điểm nhị nguyên, người ta có thể thấy sự phụ thuộc lẫn nhau và sự thâm nhập vào nhau của vạn vật trên thế gian này. Tính nhất thể là quan điểm quan trọng nhất của tất cả các tôn giáo



và các hệ thống tâm linh lớn, đó là thực tại tối thượng nằm bên dưới và bên trong tất cả các hình tướng”.

Cuốn sách này cung cấp cho chúng ta lời giải thích mang tính thực dụng và ngắn gọn về một số nguyên lý cốt lõi, được coi là đúng đắn đối với các nền văn hóa: tình yêu mạnh hơn hận thù, sự thật giải phóng chúng ta; tha thứ giải phóng cả hai bên; tình yêu vô điều kiện chữa lành; can đảm cho ta sức mạnh; và bản chất của Thánh thần/Thực tại (Divinity/Reality) là an bình.

Trong khi những nguyên lý này đã được linh hồn tập thể của nhân loại nhận thức được bằng trực giác và được các nhà huyền môn hiếm hoi, những người đã từng trải nghiệm, khẳng định từ rất lâu rồi, thì giờ đây chúng ta đã có một sơ đồ dễ dàng tiếp cận và được đặt ra trong từng bối cảnh theo lối khoa học, chỉ cho chúng ta con đường dẫn tới tự do cho nhân loại.

Các tầng ý thức (“các trường năng lượng”) được hiệu chỉnh dựa trên tác động có thể đo lường được của chúng. Ý thức tăng tầng, thì “tần số” hay “sự rung động” của năng lượng cũng tăng lên. Do đó, ý thức cao hơn sẽ lan tỏa năng lượng có lợi và chữa lành thế giới, có thể kiểm tra được thông qua phản ứng của cơ bắp – cơ phản ứng mạnh khi có tình yêu và sự thật. Ngược lại, các trường năng lượng giả dối hay tiêu cực tạo ra phản ứng yếu. Nghĩa là chúng ta cần phải tránh những thứ làm suy yếu năng lượng sống: nhục nhã, tội lỗi, nhầm lẫn, sợ hãi, căm thù, kiêu căng, tuyệt vọng và giả dối. Cần thực hành những thứ nâng đỡ sự sống: sự thật, lòng can đảm, chấp nhận, lý trí, tình yêu, vẻ đẹp, niềm vui và an bình.

Khám phá ra sự khác biệt giữa “sức mạnh bên trong” và “lực lượng bên ngoài” đã tạo được ảnh hưởng đối với nhiều lĩnh vực hoạt động của con người như kinh doanh, quảng cáo, giáo dục, tâm lý học, y học, luật pháp và quan hệ quốc tế. Các chuyên gia trong từng lĩnh vực đã và đang áp dụng rất thành công những cơ chế và ảnh hưởng được mô tả trong cuốn sách này.

Không chỉ soi rọi hoạt động của những người bình thường như sinh kế, sức khỏe, nghệ thuật, thể thao, các mối quan hệ và chính trị, cuốn sách *Power vs. Force* đã lần đầu tiên trong thời hiện đại vạch ra ranh giới của những tầng ý thức cao nhất của con người (Tự thể hiện bản thân, Không, Bất nghị nguyên, Chứng ngộ hoàn toàn) và những hiện tượng khác nhau của chúng.

Tự truyện ở cuối cuốn sách này chứng minh ý thức cao cấp của chính tác giả. Để tận hưởng những lợi ích của cuốn sách, người đọc không cần đánh giá cao khía cạnh này trong đời sống của tác giả; tuy nhiên, đối với các học giả, các nhà thần học và những người cầu đạo, những người hiểu được mức độ hiếm hoi của trạng thái ý thức này, thì đây là chất xúc tác có ý nghĩa cực kỳ sâu sắc.

Tiến sĩ Hawkins mô tả các giai đoạn Chứng ngộ đến mức có thể nhận ra chúng bằng trải nghiệm. Nói cho cùng, chúng ta không thể lập được bản đồ nơi chúng ta chưa từng đến. Những cuộc phỏng vấn chuyên sâu khẳng định trạng thái ý thức vô cùng cao, với tất cả những đặc điểm nổi bật kinh điển: Ý thức thuần khiết về Thực tại Tối hậu (Ultimate Reality), lòng từ bi, cống hiến không mệt mỏi nhằm giảm bớt đau khổ, sự chính xác và tao nhã trong từng lời nói và mỗi cử chỉ, phong thái tự do, an nhiên tự tại, niềm vui có





tính lan tỏa, óc hài hước, hòa hợp với tất cả tồn tại, và chiều sâu của thái độ quy thuận Thực tại, mà người bình thường không thể nào tưởng tượng được.

Cũng như nhiều nhà tiên phong vĩ đại trong lĩnh vực tinh thần của nhân loại, công trình làm cho Tiến sĩ Hawkins trở thành nổi tiếng bắt đầu từ sâu thẳm trong ý thức của chính ông. Trong những cuốn sách xuất bản sau này, như *The Eye of the I* (tạm dịch: Con mắt của tôi), *I: Reality and Subjectivity*, *Discovery of the Presence of God*, (tạm dịch: Tôi: Thực tại và chủ quan, phát hiện về sự hiện diện của Chúa) và *Transcending the Levels of Consciousness* (tạm dịch: Siêu việt qua các tầng ý thức), ông giải thích các tầng cao nhất của ý thức bằng thứ ngôn ngữ “có thể hiểu được” và truyền cảm hứng cho mọi tầng lớp xã hội – tôn giáo và phi tôn giáo, mọi chủng tộc, mọi lứa tuổi, mọi quốc tịch, mọi hoàn cảnh cá nhân.

Không ngôn từ nào có thể mô tả được tặng phẩm mà cuốn sách này mang tới cho quá trình tiến hóa của nhân loại.

Không có bản đồ thì không thể tìm thấy được kho báu. Con đường này rộng mở đối với tất cả những người quyết định đi theo nó. Tất cả chúng ta đều có xuất phát điểm khác nhau, nhưng tất cả chúng ta đều tự mình điều khiển bánh lái hướng tới tương lai. Tiến sĩ Hawkins cho rằng sẽ có tiến bộ đáng kể nếu thực hành bất cứ nguyên tắc đúng đắn nào, ví dụ như: “Hãy tử tế và tha thứ cho mọi chuyện và mọi người, trong đó có cả bản thân chúng ta, mọi lúc mà không có ngoại lệ nào”.

Năm 2003, các sinh viên đã đề nghị ông đặt tên cho toàn bộ lời dạy của mình. “Bất nhị Sùng kính”, ông đáp, tức là hòa hợp những thứ từng được coi là những mặt đối lập trong



cuộc hành trình ở bên trong: trái tim và khối óc. Những lời dạy của Bất nhị Sùng kính nhấn mạnh những chân lý cốt lõi của các truyền thống tâm linh vĩ đại trên thế giới: từ bi và lòng trắc ẩn đối với mọi vật và mọi người (kể cả chính mình), khiêm nhường, tha thứ, giản dị, lấy tình yêu làm lẽ sống, sùng kính toàn bộ đời sống, hết mình vì Chân lý, quy thuận Thượng đế. Đây là con đường dẫn thẳng tới Chứng ngộ mà mỗi bước tiến của tình yêu và chính trực bên trong mỗi người đều nâng toàn bộ tồn tại lên một tầng cao mới: “Chúng ta thay đổi thế giới không phải bằng lời nói hay việc làm mà đó là hệ quả của con người mà chúng ta trở thành”.

Tương tự như các bậc thầy vĩ đại khác (Mẹ Teresa, Ramana Maharshi), những người cầu đạo từ những vùng xa xôi đã tới bên ông, họ nói rằng “hào quang” hay “ánh sáng chói lòa” – thông qua “truyền dẫn không lời” – đã có tác dụng chuyển hóa. Ông tuyên bố rằng cái mà người ta nhìn thấy ở trong ông là bản chất thật sự của chính họ: “Bản thể của sư phụ và bản thể của đệ tử là một và như nhau”.

Mức độ quan trọng của trạng thái ý thức hiếm hoi của ông đã được công bố trong bài báo với nhan đề “Beyond Reason: The Certitude of the Mystic, from Al-Hallaj to David R. Hawkins”, trên tạp chí *International Journal of Humanities and Social Science* (tháng 9 năm 2011). Bài báo kể về những trải nghiệm tâm linh của ông, cũng như của các nhà hiền triết và các vị thánh trong quá khứ và ý nghĩa của chúng trong thời hiện đại<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> F. Grace, 2011. “Beyond Reason: The Certitude of the Mystic, Al-Hallaj to David R. Hawkins,” *International Journal of Humanities and Social Science*, Vol. 1, No. 13 (tháng 9), tr. 147-156.



Tiến sĩ Hawkins rất có thể là người đầu tiên được đào tạo như một nhà khoa học/bác sĩ hiện đại đã trải qua quá trình chuyển hóa vốn được gọi là “Chúng ngộ” hay “hiệp thông màu nhiệm” – rồi sau đó có thể ghi lại điều kiện chuyển hóa trong các bài giảng và sách vở. Trong khi nhiều người trong chúng ta có những khoảnh khắc “vụt hiện” thoáng qua, những niềm vui mãnh liệt, hoặc tự siêu việt, nhưng trạng thái vĩnh viễn như thế là của hiếm. Vốn dĩ, hầu hết những người như thế vẫn nằm trong trạng thái “Thần hứng”, không thể nói thành lời. Như William James nói với chúng ta trong tác phẩm kinh điển của ông *Varieties of Religious Experience* (tạm dịch: Sự đa dạng của trải nghiệm tôn giáo), trải nghiệm thần bí là “không thể mô tả được”.

Tiến sĩ Hawkins nổi bật vì sau khi chuyển hóa ý thức năm 1965, ông dành hết công sức trong 30 năm tiếp theo để tìm kiếm phương tiện truyền đạt những chân lý mang tính tâm linh không thể nói được đó nhằm giúp cho thế giới khoa học, thế giới hiện đại có thể hiểu được. Cuốn sách này, *Power vs. Force* chính là phương tiện như vừa nói đó.

Trạng thái Chúng ngộ hoàn toàn viên mãn trong phúc lạc của nó, đến mức người đó sẽ không bao giờ ra khỏi nó trừ khi muốn chia sẻ món quà đã nhận được do đã quy thuận hoàn toàn tình yêu dành cho Chúa và cho những người anh em đồng loại. Việc Tiến sĩ Hawkins trở lại với thế giới logic và ngôn từ để chia sẻ với chúng ta “bản đồ” giúp chúng ta cũng có thể đi hết con đường mà chúng ta phải đi đã nói lên tình yêu vị tha vô bờ bến mà ông dành cho nhân loại.

Ông từng giải thích: “Khi phát hiện ra cái gì đó có khả năng giảm bớt đau khổ, thì trách nhiệm của chúng ta là



chia sẻ nó với những người khác để giúp đỡ họ”. Tương tự như Alexander Fleming, người phát hiện ra penicillin và cống hiến hết mình cho việc chia sẻ khám phá đó với thế giới, Tiến sĩ Hawkins đã dành cả đời mình cho việc chia sẻ khám phá Thực tại sao cho mọi người dễ tiếp cận nhất.



Thông tin và bối cảnh tổng thể của cuốn sách này có tác động lớn trong việc chẩn đoán và hóa giải tất cả các chứng ngại và bệnh tật tinh thần. Nó hoạt động như một loại enzyme trợ giúp về mặt tinh thần, nhằm giảm thiểu đau khổ. Nó tăng cường những cơ chế bẩm sinh của quá trình tự chữa bệnh, tự ý thức và tiến hóa trong tâm hồn con người.

Để người đọc thấy bằng chứng thuyết phục sâu rộng của tác phẩm, xin trích dẫn một số tuyên bố mang tính đại diện tại lần xuất hiện cuối cùng của David Hawkins trước công chúng vào mùa thu năm 2011:

*Tiến sĩ, Đức cha Michael Beckwith*, Người sáng lập Trung tâm Tâm linh Quốc tế Agape: “Dù ngài có thể nghĩ rằng mình đang dần không được công chúng chú ý nữa, nhưng năng lượng của tình yêu, lòng từ bi và trí tuệ của ngài vẫn nằm trong mỗi trái tim mà ngài đã chạm tới trong suốt nhiều năm qua. Và tất nhiên, trong đó có trái tim tôi và trái tim của cộng đồng tâm linh của tôi. Ngài là phước lành mang tầm vũ trụ đối với hành tinh, là hiện diện hữu ích với dấu ấn sâu đậm và trường tồn”.

*Swami Chidatmananda*, giáo sĩ Hindu giáo ở Ấn Độ: “Thay mặt của tất cả các đệ tử ở Ấn Độ, tôi xin tỏ được bày tỏ lòng ngưỡng mộ và kính trọng Tiến sĩ David Hawkins vì



đã tạo ra sự thay đổi to lớn trong cuộc đời của tất cả chúng ta. Những cuốn sách của ông làm cho chúng tôi hiểu kinh văn của Ấn Độ rõ ràng hơn, và nói như thế là đúng đối với cả người mới bắt đầu cũng như đối với học giả tinh thông tiếng Sanskrit”.

*Tiến sĩ Marj Britt*, mục sư trưởng của dòng Unity (Unity Church), Phó Giám đốc Trung tâm Quốc tế của dòng tu này: “Không thể bày tỏ hết lòng biết ơn của tôi vì những điều ngài đã mang tới cho thế giới này. Vì những biện pháp mà ngài đã làm để những lời dạy của Chúa Jesus Christ và các bậc thầy khác thực sự sống dậy thông qua ngài và ý thức của chính ngài”.

*Tiến sĩ Don MacDonagh* về nắn xương, chỉnh hình: “Làm việc trong lĩnh vực y tế, tôi đã có cơ hội chứng kiến giá trị của những tư tưởng này đối với các bệnh nhân đang chữa trị nhiều chứng bệnh khác nhau. Khi họ đã tham gia vào công việc này, tôi biết họ sẽ học được bằng hàng trăm cách khác nhau rằng chữa lành là khả thi chỉ vì một lý do duy nhất: Tình yêu Thượng đế. Thay mặt họ, xin cảm tạ ngài vì sự nghiệp của cả đời ngài và vì tất cả những gì ngài đã ban tặng cho chúng tôi”.

*Jakob và Fabiola Merchant*, nói về ảnh hưởng trong sự nghiệp của David Hawkins đến việc nuôi dạy con cái: “Chúng tôi đã nghiên cứu công trình của ngài trong suốt nhiều năm qua, và đó là nền tảng cho cuộc sống chung của chúng tôi. Có nghĩa là con cái chúng tôi luôn luôn nhắc nhở chúng tôi tha thứ cho tất cả mọi người mỗi khi họ mắc lỗi! Hơn hết, ngài đã dạy chúng tôi thực hành tình yêu vô điều kiện và nhìn thấy Thần tính trong vạn sự vạn vật,



không chỉ trên đỉnh núi cô quạnh mà còn trong đời sống thường ngày của chúng tôi”.

*Một người đàn ông Mỹ:* “Tôi chìm trong nghiện ngập suốt 10 năm, hơn năm năm hít heroin, ra tù vào tội, lang thang trên đường phố. Nhờ ơn Chúa, tôi đã gặp những bài giảng của ngài trong trại cai nghiện cách đây vài năm. Bây giờ tôi có đời sống tỉnh táo, tràn đầy niềm vui. Ngài đã đưa tôi đến với Chúa Christ, ngài đã đưa tôi đến với Krishna, ngài đã đưa tôi đến những căn phòng phục hồi và 12 bước. Tôi thức dậy mỗi sáng, tràn ngập lòng biết ơn vì mình đang sống. Tôi từng nghĩ rằng mình bị kết tội phải sống cuộc đời mà tôi đã sống trong suốt những năm tháng còn lại của mình, thế mà nhờ ơn đức của ngài, tôi đã tỉnh dậy thành người tự do. Ngài đã cứu tôi”.

*Một phụ nữ Canada:* “Tôi từng bị bệnh trầm cảm suốt cả cuộc đời. Tôi đã đọc cuốn *Power vs. Force*. Phép màu đã xảy ra. Tôi không còn bị hoảng loạn nữa. Tôi tận hưởng đời sống. Tôi được tự do. Tôi biết rằng trầm cảm là một căn bệnh mà chúng ta không thể nhìn thấy. Nó ở bên trong chúng ta, bào mòn chúng ta. Và tôi muốn cảm ơn ngài, nhờ ngài mà tôi được tự do, khỏe mạnh, ngài đã chỉ cho tôi con đường ra khỏi bóng tối”.

*Một phụ nữ Hàn Quốc:* “Chúa trong giai đoạn trưởng thành của tôi là vị thần ưu ái một số ít người, thường nổi cơn thịnh nộ và trả thù. Tôi không thể chấp nhận một vị chúa như thế. Vì vậy, trước khi tôi đọc cuốn *Power vs. Force*, tôi là người vô thần. Không có tôn giáo và bất kỳ kiến thức tâm linh nào, tôi không thể trả lời những câu hỏi như: “Vì sao tôi được sinh ra trong cõi đời này? Chúng ta đến từ đâu và chúng ta sẽ đi về đâu sau khi chết?” Năm 29 tuổi,

tôi phát hiện được những cuốn sách của Tiến sĩ Hawkins. Sau sự kiện này, thế giới không còn như xưa nữa. Thế giới đen trắng và vô hồn bỗng xuất hiện một thế giới hoa lệ và đầy màu sắc. Tôi đã có một cuộc đời mới”.

---

Cuộc đời, sự nghiệp và sự hiện diện của Tiến sĩ Hawkins chiếu rọi vào tinh thần nhân loại ánh sáng mới và cung cấp cho họ chiếc la bàn đáng tin cậy cho tiến trình phát triển đời sống của mỗi cá nhân và tập thể của chúng ta.

Chúng ta sống trong một thế giới đầy đau khổ về vật chất, tinh thần và cảm xúc. Chúng ta có thể biết được gì về những nguồn lực chưa được khai mở bên trong mỗi người? Chính xác thì ảnh hưởng của mỗi người hay nhóm người lan tỏa tình yêu, thái độ chấp nhận và từ bi là gì? Có phải là ý thức của chúng ta có năng lượng thúc đẩy không chỉ chính chúng ta mà còn thúc đẩy cả thế giới? Cuốn sách này nói: “Có”.

Bằng cách chỉ cho chúng ta con đường, Tiến sĩ Hawkins cho chúng ta cơ hội tiến tới giải thoát. Bằng cách đưa chân lý tâm linh cao cả vào ngữ cảnh có thể nói chuyện được với tâm trí mang tính logic và tuyến tính của chúng ta, ông đã phá bỏ một trong những rào cản lớn nhất đối với việc mở rộng ý thức: nghi ngờ mang tính trí tuệ.

Người làm cha mẹ nào cũng biết, phải yêu thương lắm thì người lớn mới giải thích được những vấn đề thực tế theo cách mà một đứa trẻ có thể hiểu. Các nhà hiền triết cũng luôn luôn gặp khó khăn như thế: làm sao truyền đạt những hiện thực phi tuyến tính nằm ngoài tâm với của tâm trí để

tâm trí có thể hiểu được. Tiến sĩ Hawkins đã giải thiêng đời sống tinh thần bằng cách nói theo thuật ngữ của thời đại chúng ta: khoa học. Tuy nhiên, với mỗi ngôn từ và cử chỉ tôn kính, ông vẫn giữ được bí ẩn hoàn toàn của Đấng tối cao (Absolute).

Ông nói như một người bình thường nói với bạn của mình về cuộc sống bình thường của người bình thường. Ông không mặc bộ áo choàng đặc biệt, không thực hiện các nghi lễ đặc biệt, cũng không dạy các bài kinh kệ hay nghi lễ đặc biệt. Như ông nói:

*Có thể tìm được sự thật về Đại ngã của mỗi người trong đời sống hằng ngày. Chỉ cần sống một cách tử tế và quan tâm. Phần còn lại sẽ tự hiển lộ đúng thời, đúng lúc. Cái tâm thường và Thượng đế nào có khác gì nhau.*

Ông khẳng định vẻ đẹp của đời sống thường nhật và sự thiêng liêng của mỗi tương tác: “Tình yêu của chúng ta dành cho nhau chẳng khác gì tình yêu của chúng ta dành cho Chúa”.

*Thực tại cốt lõi là: hiểu được bản chất của vạn vật là biết Chúa.*

**Tiến sĩ Fran Grace**

*Giáo sư nghiên cứu tôn giáo và quản lý  
phòng thiền Đại học Redlands, California;  
Giám đốc sáng lập Viện Sống thiền Sedona, Arizona*

*Tháng 12 năm 2011*



## LỜI TỰA MỚI

**K**ể từ lần xuất bản đầu tiên cuốn sách này, đã có hàng trăm buổi thuyết trình trên khắp thế giới để miêu tả và làm rõ thêm chủ đề.

Cuốn sách truyền cho người ta hy vọng. Nó chỉ rõ tính chắc chắn, khác hẳn với đoán mò. Nó khai tâm cho người ta khả năng tự kiểm tra.

Trong cuộc sống thường nhật, có thể phải mất nhiều năm mới phát hiện và sửa chữa được sai lầm, mà thường là phải trả giá rất cao về tiền bạc, thời gian và công sức. Một triệu đô la và nhiều năm bỏ vào một dự án để tìm hiểu xem nó có khả thi hay không, trong khi có thể tìm được câu trả lời chỉ trong vài giây. Cho nên phương pháp được trình bày trong cuốn sách này có tính thực tế rất cao.

Thế giới thích thú với những thứ nghe có vẻ tốt, nhưng khi thực hiện lại có thể là thảm họa. Quan trọng là biết phân biệt giữa bản chất với vẻ ngoài. Những thứ dường như hấp dẫn nhưng cuối cùng lại sụp đổ tan tành. Những thứ dường như tầm thường lại chứng tỏ là thực tại có khả năng chống lưng cho những nỗ lực của chúng ta.

**Vinh danh Thiên Chúa trên Trời**

**Bác sĩ, Tiến sĩ David R. Hawkins**

*Giám đốc sáng lập Viện Nghiên cứu tâm linh  
Sedona, Arizona*

*Tháng 12 năm 2011*



## DẪN NHẬP

Tất cả các nỗ lực của nhân loại đều có mục tiêu chung bất thành vẫn là tìm hiểu hoặc gây ảnh hưởng lên trải nghiệm của con người. Để làm được điều đó, con người đã xây dựng được nhiều môn học mang tính mô tả và phân tích: đạo đức học, triết học, tâm lý học, v.v.. Thời gian và tiền bạc được đầu tư cho việc thu thập và phân tích dữ liệu nhằm dự đoán xu hướng của con người nhiều đến mức có thể làm người ta choáng váng. Đằng sau cuộc tìm kiếm điên cuồng này là kỳ vọng có được “câu trả lời” tối thượng nào đó. Đường như chúng ta luôn luôn tin tưởng rằng, một khi tìm được “Câu trả lời” này thì chúng ta sẽ giải quyết được tất cả các vấn đề kinh tế, tội phạm, y tế quốc gia hoặc chính trị. Nhưng cho đến nay, chúng ta vẫn không giải quyết được bất cứ vấn đề nào.

Không phải là thiếu dữ liệu – chúng ta gần như đang chết đuối trong biển dữ liệu. Trở ngại là chúng ta không có các công cụ thích hợp để lý giải ý nghĩa của dữ liệu. Chúng ta vẫn chưa đặt đúng câu hỏi vì chưa có tiêu chuẩn thích hợp để đánh giá mức độ liên quan hoặc độ chính xác của những câu hỏi của chúng ta. Thế tiến thoái lưỡng nan của con người – bây giờ và mãi mãi như thế – là tưởng nhầm rằng những tạo tác mang tính trí tuệ do mình tạo ra là



thực tại<sup>1</sup>. Nhưng những giả thuyết nhân tạo này chỉ là sản phẩm của một quan điểm khá tùy tiện. Những hạn chế tiềm ẩn trong quan điểm của người hỏi dẫn tới những câu trả lời không thỏa đáng. Chỉ cần câu hỏi sai một li là câu trả lời đã đi cách xa cả dặm rồi.

Chỉ khảo sát dữ liệu không thôi thì chưa thể có hiểu biết, muốn có hiểu biết thì phải khảo sát dữ liệu trong bối cảnh cụ thể. Nếu không biết được ý nghĩa của dữ liệu thì những dữ liệu đó chỉ là vô ích. Để hiểu ý nghĩa của dữ liệu, chúng ta không chỉ cần đặt câu hỏi đúng; mà còn cần các dụng cụ thích hợp để đo lường dữ liệu trong quá trình phân loại và mô tả.

Mặc cho tất cả những nỗ lực, người ta vẫn chưa thể lý giải được hầu hết các hành vi của con người. Các hệ thống mà chúng ta tạo ra để tìm hiểu dường như là rộng lớn và đầy ấn tượng, nhưng, đến lượt mình, từng hệ thống đều dẫn chúng ta tới ngõ cụt vì những hạn chế cố hữu ngay trong đề cương ban đầu. Khi nghiên cứu bản chất của các vấn đề của con người, chúng ta biết rõ là chúng ta chưa bao giờ nắm được tiêu chuẩn mang tính thực nghiệm đáng tin để đo lường và giải thích động cơ cũng như kinh nghiệm của con người trong suốt chiều dài của lịch sử.

Tất cả các trường phái triết học đều cố gắng cắt nghĩa trải nghiệm của con người bằng cách tạo ra những khái niệm trừu tượng và giả thiết rằng chúng phù hợp với thực tại tối thượng. Tất cả các hệ thống chính trị đều được xây dựng trên những giả định về các giá trị tương đối của con người mà không hề chỉ ra được bất kỳ cơ sở thực tế hiển

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958.



nhiên nào. Tất cả các hệ thống đạo đức đều chuyển thành những nỗ lực tùy tiện nhằm quy giản những hành vi vô cùng phức tạp của con người thành đúng và sai. Phân tâm học, trong khi tiết lộ cho chúng ta thấy tâm trí vô thức, đã trộn tung cả đống lộn xộn này lên, mở đầu cho một loạt các phương pháp điều trị và tâm lý học xuất phát từ nhiều quan điểm khác nhau, làm người ta hoang mang. Những câu chuyện lảm nhảm bất tận này về những nỗ lực của con người nhằm tìm hiểu bản thân mình cuối cùng đã sinh ra một bãi lầy ngữ nghĩa, mà cuối cùng, lời nói nào cũng có thể đúng ở một mức độ nào đó. Vì không chắc chắn về bản chất chính xác của quan hệ nhân quả, cho nên ngay cả khi kết quả có thể đo lường được thì chúng vẫn có thể bị gán cho những nguyên nhân giả tạo.

Những sai lầm chết người của tất cả các hệ tư tưởng, về cơ bản đều là: (1) không phân biệt được chủ thể và khách thể; (2) không tính đến giới hạn cố hữu của bối cảnh trong khung tư tưởng và thuật ngữ; (3) không có hiểu biết về bản chất của bản thân ý thức; và (4) hiểu sai về bản chất của luật nhân quả. Hậu quả của những thiếu sót này sẽ hiện rõ khi chúng ta nghiên cứu những trải nghiệm chủ yếu của con người từ góc nhìn mới, và với các công cụ mới.

Xã hội thường xuyên bỏ thêm nhiều nỗ lực nhằm sửa chữa hệ quả mà không sửa chữa nguyên nhân, đó là một trong những lý do vì sao ý thức của con người lại tiến hóa chậm như thế. Nhân loại thực sự hầu như mới bước chân lên bậc thang đầu tiên; chúng ta vẫn chưa giải quyết được ngay cả những vấn đề sơ đẳng, ví dụ như nạn đói trên thế giới. Trên thực tế, cho đến nay, điều làm người ta kinh ngạc nhất là các thành tựu của nhân loại đều đạt được qua thử



và sai. Trong khi quá trình tìm kiếm ngẫu nhiên này dẫn người ta tới một mê cung rối rắm, phức tạp, thì câu trả lời đúng lại luôn luôn đơn giản. Quy luật cơ bản của vũ trụ là tiết kiệm. Vũ trụ không lãng phí bất kỳ một hạt quark nào; tất cả đều có mục đích và có vị trí trong toàn bộ thể cân bằng – không có sự kiện nào dư thừa.

Khi chưa nhìn được xa hơn những nguyên nhân hiển nhiên thì con người còn chưa thể hiểu biết được chính mình. Từ những ghi chép của nhân loại, chúng ta có thể nhận xét rằng chỉ xác định cái gọi là “nguyên nhân” ở trong thế giới này thì không bao giờ tìm được câu trả lời. Thay vào đó, cần phải xác định các điều kiện nằm bên dưới những nguyên nhân bề ngoài; trong khi những điều kiện này lại chỉ tồn tại trong chính ý thức của con người. Cô lập các chuỗi sự kiện và áp lên chúng khái niệm của trí não về “quan hệ nhân quả” thì không thể tìm được câu trả lời dứt khoát cho bất kỳ vấn đề nào. Không có nguyên nhân thực sự nào trong cái thế giới có thể quan sát được này. Như chúng tôi sẽ chứng minh, thế giới có thể quan sát được này là thế giới của các hệ quả.

Có thể dự đoán điều gì cho tương lai của nhân loại? Xã hội với những tiểu hệ thống hỗn loạn – một sức mạnh tàn phá đang lồng lộn – chắc chắn sẽ diệt vong? Viễn cảnh này là cơ sở cho nỗi sợ hãi của toàn xã hội về tương lai đang chờ đợi mình. Các cuộc thăm dò được tiến hành trên toàn thế giới cho thấy ở khắp mọi nơi, kể cả các nước tiên tiến nhất, tỷ lệ người bất hạnh là khá cao<sup>1</sup>. Trong khi đa số người

<sup>1</sup> Polls, “Happiness is Hard to Find Anywhere in the World”, *Time*, 13 tháng 9, 1993, tr.56.

cảm thấy bị quan và cầu nguyện cho cuộc đời tốt đẹp hơn trong “kiếp sau”, thì một số ít người có tầm nhìn – nhìn thấy một tương lai không tưởng – lại không thể mô tả được các phương tiện cần thiết để tiến tới tương lai như thế. Xã hội cần *những người có khả năng nhìn thấy phương tiện, chứ không cần những người mộng mơ về kết quả*. Có phương tiện thì chắc chắn sẽ có kết quả.

Khó tìm được các phương tiện hiệu quả là do chúng ta không có khả năng phân biệt cái thuộc về bản chất với cái không phải là bản chất. Cho đến nay, vẫn chưa có hệ thống nào đủ sức đưa ra được phương pháp có thể phân biệt những giải pháp hiệu quả, có giá trị, với những giải pháp kém hiệu quả, không có giá trị. Các phương tiện đánh giá của chúng ta vốn dĩ không có khả năng tiến hành những đánh giá mang tính thực tiễn.

Các lựa chọn xã hội thường là kết quả của động cơ cá nhân, của sai lầm thống kê, của tình cảm, của chính trị hoặc áp lực của các phương tiện truyền thông, hay định kiến cá nhân và lợi ích được ban phát. Những quyết định quan trọng, ảnh hưởng đến cuộc sống của mọi người trên hành tinh này đều được đưa ra trong những điều kiện mà về cơ bản là cầm chắc thất bại. Vì không có nền tảng thực tế cần thiết để xây dựng các giải pháp hiệu quả, cho nên các xã hội thường xuyên phải viện tới lực lượng bên ngoài (dưới các biểu hiện khác nhau, chiến tranh, luật lệ, thuế khóa, quy tắc và quy định), cực kỳ tốn kém, chứ không sử dụng sức mạnh bên trong – cực kỳ tiết kiệm.

Hai thiên hướng hành động cơ bản của con người, lý tính và cảm tính, vốn dĩ đều không đáng tin, như lịch sử sinh tồn bấp bênh của cá nhân và tập thể đã cho thấy.

Mặc dù chúng ta cho rằng hành động của mình là có lý do, nhưng trên thực tế, con người hoạt động chủ yếu theo nhận dạng mô thức; quá trình sắp xếp dữ liệu theo trật tự logic chủ yếu nhằm tăng cường cơ chế nhận dạng mô thức để làm cho nó trở thành cái gọi là “đúng”<sup>1</sup>. Nhưng không có gì mãi mãi là “đúng”, trừ một số hoàn cảnh nhất định, và ngay cả lúc đó thì cũng chỉ “đúng” theo một quan điểm cụ thể nào đó, thường không được nói ra mà thôi.

Kết quả là, con người đây suy tư rút ra kết luận rằng mọi vấn đề của mình đều là do mình “không biết”. Cuối cùng, kết luận đó phát triển thành nhận thức luận, một nhánh của triết học chuyên khảo sát câu hỏi về cách thức và mức độ hiểu biết thực sự của con người về bất cứ chuyện gì. Những cuộc thảo luận triết học như thế dường như là uyên bác hoặc hời hợt, nhưng những câu hỏi mà chúng đặt ra lại nằm ở chính cốt lõi trải nghiệm của con người. Dù bắt đầu từ đâu trong một cuộc kiểm tra kiến thức của con người, cuối cùng, chúng ta đều đi đến các hiện tượng của ý thức và bản chất của ý thức con người. Rồi thế nào chúng ta cũng nhận ra cùng một điều: muốn cải thiện điều kiện sống của con người thì phải tìm bằng được cơ sở có thể xác minh được của sự hiểu biết, mà chúng ta có thể tin cậy được.

Do đó, trở ngại chính đối với sự phát triển của con người là thiếu kiến thức về bản chất của chính ý thức. Nếu quan sát từng khoảnh khắc hoạt động của tâm trí của chính mình, chúng ta sẽ nhận ra ngay rằng tâm trí hoạt động nhanh hơn hẳn, chứ không như chúng ta vẫn thừa nhận. Rõ ràng là, quan điểm cho rằng hành động của chúng ta dựa

<sup>1</sup> Xem Kosslyn and Anderson, 1993.





trên những quyết định được suy xét cẩn thận là ảo tưởng rất lớn. Ra quyết định là chức năng của ý thức; tâm trí đưa ra quyết định cực kỳ nhanh – lựa chọn hàng triệu mảnh dữ liệu và các mối liên quan và dự báo, vượt xa hiểu biết có ý thức của con người. Đây là chức năng bao trùm, chịu sự chi phối bởi các mô thức năng lượng mà ngành khoa học mới về động lực học phi tuyến gọi là những *điểm hút* (*attractors*)<sup>1</sup>.

Ý thức không ngừng tự động chọn những gì nó cho là tốt nhất, vì suy cho cùng, đó là chức năng duy nhất mà nó thực sự có thể đảm đương. Giá trị tương đối và phẩm chất của dữ liệu cụ thể được quyết định bởi một mô thức điểm hút giữ thế thượng phong đang vận hành trong tâm trí cá nhân hoặc trong một nhóm người. Có thể nhận diện, mô tả và hiệu chỉnh những mô thức này; thông tin thu được sẽ cho chúng ta hiểu biết hoàn toàn mới về hành vi, lịch sử và số phận tiềm tàng của nhân loại.

Tác phẩm này là kết quả của 20 năm nghiên cứu chuyên sâu, với hàng triệu lần hiệu chỉnh, bất cứ người nào cũng có thể tiếp cận được kiến thức như thế. Khám phá này là nhờ sự kết nối bất ngờ giữa sinh lý học về ý thức, chức năng của hệ thần kinh của con người, và vật lý vũ trụ. Xin đừng ngạc nhiên khi nhớ rằng, suy cho cùng, chúng ta là một phần của vũ trụ, trong đó mọi thứ đều kết nối với nhau; do đó, tất cả bí mật của nó, chí ít là về mặt lý thuyết, đều mở ra trước mắt, nếu chúng ta biết chỗ tìm và cách tìm.

Con người có thể tự nâng mình lên không? Tại sao không? Tất cả công việc phải làm là khiến cho mình dễ nổi lên hơn, rồi tự vươn lên trạng thái cao hơn mà không cần nỗ lực gì hết. Lực lượng bên ngoài không thể làm được việc đó;

---

<sup>1</sup> Xem thảo luận mang tính định nghĩa trong Ruelle, 1980.

nhưng sức mạnh bên trong thì không chỉ có thể, mà còn thường xuyên làm việc đó.

Người ta thường nghĩ rằng đang sống nhờ lực lượng bên ngoài mà mình có thể kiểm soát, nhưng trên thực tế, người ta bị chi phối bởi sức mạnh bên trong – mà mình không thể kiểm soát được – xuất phát từ các nguồn mà mình không hề biết. Vì sức mạnh bên trong là phi nỗ lực, vô hình và không làm cho người ta nghi ngờ. Lực lượng bên ngoài được cảm nhận bằng giác quan; trong khi chỉ có nhận thức bên trong mỗi người mới có thể thấy được sức mạnh bên trong của mình. Con người bị bó chặt trong tình trạng hiện nay là do đồng nhất với các mô thức năng lượng điểm hút có nội lực vô cùng mạnh mẽ, mà con người đã vô tình kích hoạt. Bị lực lượng bên ngoài ngăn trở, nhưng lại được năng lượng của sức mạnh bên trong đẩy đi, cho nên con người cứ trùng trùng, lơ lửng mãi trong trạng thái tiến hóa này.

Do đó, cá nhân mỗi người chẳng khác gì cái phao trên biển ý thức – không biết mình đang ở đâu, từ đâu tới, đang đi đâu, và không biết tại sao. Con người cứ vẫn vơ mãi xung quanh những câu hỏi hóc búa bất tận này, vẫn những câu hỏi đó suốt từ thế kỷ này sang thế kỷ khác, và sẽ tiếp tục như thế, không thể có bước nhảy lượng tử nào trong ý thức. Trải nghiệm bên trong về tự do, niềm vui và tôn kính là dấu ấn của việc mở rộng một cách đột ngột bối cảnh và hiểu biết. Tất cả những người đã có trải nghiệm như thế sau đó đều cảm thấy rằng vũ trụ đã ban tặng cho họ một món quà quý giá. Dĩ nhiên được tích lũy bằng nỗ lực, nhưng sự thật tự bộc lộ bản thân mà không cần nỗ lực<sup>1</sup>.

Hy vọng rằng qua cuốn sách này, người đọc có thể lĩnh hội và sau đó chuẩn bị các điều kiện cho mặc khải cá nhân; đó chính là cuộc phiêu lưu tối thượng.

PHẦN MỘT

# CÔNG CỤ



## CHƯƠNG 1

# Những tiến bộ quan trọng trong nhận thức

Công trình này khởi động vào năm 1965, được thúc đẩy bởi những tiến bộ trong nhiều lĩnh vực khoa học – trong đó ba ngành có vai trò quan trọng đặc biệt. Nghiên cứu lâm sàng về sinh lý học của hệ thần kinh và hoạt động tổng hòa của cơ thể con người mà kết quả là tạo ra, trong những năm 1970, một ngành khoa học mới – *cơ thể động học (kinesiology)*<sup>1</sup>. Trong khi đó, ở lĩnh vực công nghệ, máy tính đang được thiết kế để có thể thực hiện hàng triệu phép tính trong một mili giây, giúp tạo ra những các công cụ trí tuệ nhân tạo mới<sup>2</sup>. Cánh cửa mở đột ngột tới những dữ liệu khổng lồ mà trước đây không thể tưởng tượng được lại tạo ra triển vọng mang tính cách mạng về các hiện tượng tự nhiên: *thuyết hỗn độn (chaos theory)*. Đồng thời, trong các môn khoa học lý thuyết, cơ học lượng tử dẫn đến vật lý lý thuyết cao cấp; thông qua toán học, xuất hiện một lĩnh vực nghiên cứu hoàn toàn mới là *động lực học phi tuyến (nonlinear dynamics)* – đây là một trong những bước tiến xa

---

<sup>1</sup> Xem Goodheart, 1976.

<sup>2</sup> Xem Peat, 1988.



nhất của khoa học hiện đại, chúng ta vẫn chưa nhận thức được tác động lâu dài của nó<sup>1</sup>.

Lần đầu tiên trong lịch sử, cơ thể động học cho chúng ta thấy liên kết gần gũi giữa tâm trí và cơ thể, chúng tỏ rằng tâm trí “suy nghĩ” cùng với cơ thể. Do đó, nó mở ra đại lộ rộng thênh thang để khám phá những cách thức mà ý thức tự biểu hiện trong các cơ chế tinh vi đằng sau các quá trình tiến triển của bệnh tật<sup>2</sup>.

Các máy tính cao cấp, cho phép mô tả bằng đồ họa một lượng lớn dữ liệu, mở ra hệ thống đáng tin cậy bên trong những điều mà vật lý học Newton đã bỏ qua, coi đó là dữ liệu hỗn loạn, không thể giải mã hoặc vô nghĩa<sup>3</sup>. Các lý thuyết gia trong những lĩnh vực khác nhau đột nhiên có thể liên kết những cách hiểu rành mạch dữ liệu từng được coi là không mạch lạc hoặc *phi tuyến tính* – rời rạc, hoặc hỗn loạn và do đó không thể nắm bắt được bằng lý thuyết và toán học logic xác suất truyền thống.

Phân tích những dữ liệu dường như “rời rạc” này giúp xác định các mô thức năng lượng ẩn tàng, hoặc các *điểm hút* (được toán cao cấp về các phương trình phi tuyến đặt ra). Những điểm hút này tồn tại đằng sau những hiện tượng tự nhiên dường như là ngẫu nhiên<sup>4</sup>. Đồ họa máy tính thể hiện rõ ràng cách sắp xếp của các Trường điểm hút này. Tiềm năng cho việc phân tích các hệ thống được cho là không thể dự đoán được trong các lĩnh vực riêng biệt như cơ học chất lưu,

<sup>1</sup> Xem Briggs and Peat, 1989.

<sup>2</sup> Xem Walther, 1976.

<sup>3</sup> Xem Lorenz, 1963.

<sup>4</sup> Xem Mandelbrot, 1977.



sinh học con người và thiên văn học dường như là vô hạn. (Tuy nhiên, công chúng nói chung vẫn không biết gì về lĩnh vực động lực học phi tuyến, ngoài một số mẫu đồ họa máy tính mới, hấp dẫn, xuất hiện trên thị trường, do hình học phân dạng (fractal) tạo ra).

Trong thời đại trước khi có những khám phá này, khoa học tuyến tính ngày càng tách xa nền tảng của chính cuộc sống – trên thực tế, tất cả các quá trình sống đều là phi tuyến tính. Y học cũng như vậy. Khi tiếp xúc với những khám phá tuyệt vời của cơ thể động học, y học đã lơ đi, vì không có bối cảnh, không có hệ hình về thực tại nào để tìm hiểu chúng. Y học quên mất rằng nó là nghệ thuật, và khoa học chỉ đơn giản là công cụ của nghệ thuật đó mà thôi.

Trong y học, những người hành nghề truyền thống luôn luôn giữ khoảng cách với tâm thần học vì nó giải quyết những thứ không thể đo lường được và do đó, dường như thiếu tính “khoa học” – theo quan điểm của khoa học Newton. Trên thực tế, ít nhất là từ những năm 1950, môn tâm thần học hàn lâm đã có những bước đột phá khoa học quan trọng trong tâm thần dược học. Tuy vậy, nó vẫn là lĩnh vực phi tuyến nhất trong y học, nó khảo sát những chủ đề như trực giác, quá trình ra quyết định và toàn bộ quá trình sống. Mặc dù sách báo tâm thần học hàn lâm ít khi nói tới những vấn đề như tình yêu, ý nghĩa, giá trị hoặc nguyện vọng, nhưng, ít nhất, môn tâm thần học cũng có quan điểm có phần rộng lớn hơn về con người, đó là nói nếu so với những lĩnh vực y học truyền thống khác.





Dù cho cuộc tìm kiếm có bắt đầu từ nhánh nào – triết học, lý thuyết chính trị, thần học, v.v. – tất cả các con đường cuối cùng đều hội tụ ở một điểm chung: truy tìm lý giải mang tính hệ thống về bản chất của ý thức thuần túy. Nhưng tất cả các lĩnh vực chủ yếu trong việc tìm kiếm kiến thức của con người được thảo luận bên trên – thậm chí cả cơ thể động học và động lực học phi tuyến – đều phải dừng lại trước chướng ngại lớn cuối cùng: khám phá bản chất của chính ý thức. Đúng là, một số nhà tư tưởng tiên phong đã vượt ra ngoài các giới hạn trong lĩnh vực của mình và bắt đầu đặt câu hỏi về quan hệ giữa vũ trụ, khoa học và ý thức trong trải nghiệm của tâm trí<sup>1</sup>. Chúng tôi sẽ nhắc tới các lý thuyết của họ và tác động của chúng đối với quá trình phát triển tri thức của nhân loại trong những phần sau.

Công trình này là kết hợp một số ngành khoa học thành một phương pháp luận, vừa đơn giản, tinh tế vừa có ích. Theo đó, chúng tôi nhận thấy rằng có thể nghiên cứu được ý thức. Mặc dù, cho đến nay, chúng ta vẫn chưa có bản đồ dẫn đường cho công trình nghiên cứu như thế, nhưng nghiên cứu chủ đề này đã tạo ra đề cương của chính mình, và cùng với nó, tạo ra bối cảnh cần thiết để nhận thức thấu đáo những phát hiện của nó.

Vì mọi thứ trong vũ trụ đều liên kết với nhau<sup>2</sup> nên không có gì ngạc nhiên khi một trong những mục tiêu cơ bản của công trình nghiên cứu này – bản đồ các trường năng lượng

<sup>1</sup> Geoffrey Chew là cha đẻ của thuyết Bootstrap/S-Matrix Theory và được trích dẫn trong tác phẩm *Đạo của vật lý* của Fritjof Capra, khi ông nói rằng bằng cách mở rộng thuyết bootstrap có thể dẫn tới nhu cầu chưa từng có là cần phải đưa nghiên cứu ý thức của con người vào các lý thuyết về vật chất trong tương lai (1975).

<sup>2</sup> Xem Bohm, 1987.





của ý thức – sẽ tương liên với/và được chứng thực bởi, tất cả các biện pháp nghiên cứu khác – hợp nhất sự đa dạng của trải nghiệm của con người và những biểu hiện của nó trong một hệ hình bao quát được tất cả<sup>1</sup>. Quan điểm thấu triệt sâu sắc như vậy có thể vượt qua sự phân chia giả tạo giữa chủ thể và khách thể, siêu việt lên quan điểm hạn chế, vốn là yếu tố tạo ra ảo tưởng nhị nguyên. Trên thực tế, chủ thể và khách thể là một và như nhau<sup>2</sup> – có thể chứng minh mà không cần dùng đến các phương trình phi tuyến hoặc đồ họa máy tính.

Bằng cách coi chủ thể và khách thể là như nhau, chúng ta có thể siêu việt để vượt lên khỏi những hạn chế của khái niệm thời gian, bản chất của thời gian chính là trở ngại lớn, ngăn cản, không cho chúng ta thấu hiểu bản chất của đời sống, đặc biệt là trong việc thể hiện nó dưới dạng trải nghiệm của con người. Nếu, trên thực tế, cái gọi là chủ thể và khách thể thực sự là một và như nhau, thì chúng ta có thể trả lời được tất cả các câu hỏi bằng cách nhìn vào bên trong con người của chính mình. Chỉ cần ghi lại các quan sát, chúng ta có thể thấy bức tranh lớn đang hiện ra, một bức tranh không hề có giới hạn nào đối với công cuộc khám phá xa hơn.

Tất cả chúng ta đều luôn luôn có sẵn một chiếc máy tính tiên tiến hơn hẳn so với công cụ trí tuệ nhân tạo

---

<sup>1</sup> Như Ken Wilber đã chỉ ra, bất cứ lý thuyết nào về thực tại cũng phải bao gồm và trùng với triết học thường hằng và trật tự mang tính bản thể luận của hữu thể: (1) vật chất; (2) sinh vật học; (3) tâm lý học; (4) tâm linh; (5) hiển nhiên; (6) tối thượng (vượt lên trên ý thức), được thảo luận trong tác phẩm của Wilber: *The Holographic Paradigm*, tr. 159.

<sup>2</sup> Xem Maharshi, 1958.



phức tạp nhất – đó chính đầu óc của con người. Chúc năng cơ bản của bất kỳ thiết bị đo lường nào cũng chỉ đơn giản là đưa ra tín hiệu cho thấy đã có thay đổi nhỏ. Trong các thí nghiệm được miêu tả trong cuốn sách này, các phản ứng của chính cơ thể con người cung cấp cho chúng ta tín hiệu về sự thay đổi trong các điều kiện xung quanh. Như độc giả sẽ thấy, cơ thể có thể phân biệt, ở mức độ tinh tế nhất, sự khác biệt giữa những thứ có ích và những thứ có hại cho cuộc sống.

Không có gì phải ngạc nhiên vì điều này. Tất cả các sinh vật sống đều phản ứng với những thứ có ích và những thứ có hại cho cuộc sống; đó là cơ chế cơ bản để sinh tồn. Tất cả các hình tướng của đời sống đều có khả năng bẩm sinh là phát hiện được thay đổi và phản ứng phù hợp với thay đổi – do đó, cây mọc trên cao nhỏ hơn vì nồng độ oxy trong không khí thấp hơn. Nguyên sinh chất của con người còn nhạy cảm hơn nguyên sinh chất của cây cỏ.

Phương pháp luận, bắt nguồn từ công trình nghiên cứu động lực học phi tuyến mà chúng tôi sử dụng trong quá trình xây dựng bản đồ về các lĩnh vực ý thức của con người được gọi là *nghiên cứu điểm hút*. Phương pháp này sử dụng *phân tích điểm tới hạn* để xác định phạm vi sức mạnh của các trường năng lượng<sup>1</sup>. (Kỹ thuật phân tích điểm tới hạn xuất phát từ sự kiện là trong bất kỳ hệ thống phức tạp cao nào cũng đều có một điểm tới hạn mà ở đó, đầu vào nhỏ nhất sẽ tạo ra thay đổi lớn nhất. Ví dụ, chỉ cần chạm nhẹ vào đúng cơ chế thoát là có thể làm cho bánh răng lớn của cối xay gió dừng lại; và nếu biết chỗ đặt dù chỉ một ngón tay, bạn có thể làm tê liệt cả một đầu máy xe lửa khổng lồ).

<sup>1</sup> Xem Hawkins, "Map of Consciousness," bài giảng video trong Archival Office Series.



Động lực học phi tuyến tạo điều kiện cho chúng ta xác định quy luật quan trọng này trong những biểu hiện phức tạp, thậm chí là khi chúng bị dữ liệu rời rạc hoặc quá nhiều dữ liệu không thể giải thích được làm cho khuất lấp đi. Nó phát hiện được những quan hệ mà thế gian tưởng là không liên quan, vì nó sử dụng cách tiếp cận hoàn toàn khác, cũng như những phương pháp giải quyết vấn đề hoàn toàn khác với các phương pháp mà thế gian thường dùng<sup>1</sup>.

Thế gian mặc định rằng quá trình giải quyết vấn đề phải bắt đầu từ cái đã biết (câu hỏi hoặc điều kiện) rồi chuyển sang cái chưa biết (gọi là câu trả lời) theo trình tự thời gian, qua các bước nhất định và trình tự logic. Động lực học phi tuyến vận động theo hướng ngược lại: từ cái chưa biết (những dữ liệu không xác quyết của câu hỏi) đến cái đã biết (câu trả lời)! Nó hoạt động trong hệ hình quan hệ nhân quả khác. Ở đây là nhận diện vấn đề và tìm cách tiếp cận với nó chứ không phải là trình tự logic (như khi giải bài toán bằng phương trình vi phân)<sup>2</sup>.

Nhưng trước khi tìm cách nhận diện kỹ hơn những câu hỏi của công trình nghiên cứu này, xin cùng khảo sát một số khái niệm mà chúng tôi giới thiệu chi tiết hơn.

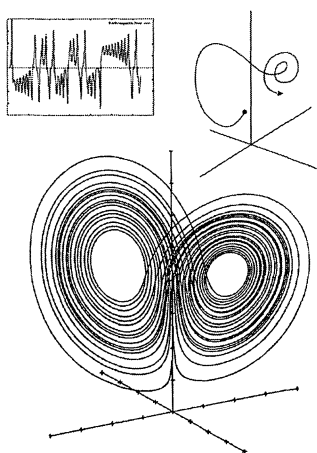
## Điểm hút

*Điểm hút* là tên gọi của mô thức có thể xác định được – xuất phát từ đám dữ liệu dường như vô nghĩa. Có sự cố kết không nhìn thấy được trong tất cả những dữ liệu dường như

<sup>1</sup> Xem Gleick, 1987.

<sup>2</sup> Bản chất của thuyết hỗn độn được James Gleick giải thích rõ ràng trong *Chaos: Making a New Science*, và John Briggs and F. David Peat trong *Turbulent Mirror*.

chẳng ăn nhập gì với nhau. Edward Lorenz là người đầu tiên chứng minh rằng cố kết như thế vẫn tồn tại trong tự nhiên, đấy là khi ông nghiên cứu các đồ họa máy tính được vẽ từ các mô thức thời tiết trong một thời gian dài. Mô thức điểm hút được ông nhận dạng đã trở nên khá nổi tiếng, gọi là “Con bướm của Lorenz.”<sup>1</sup>



Các loại điểm hút khác nhau có các tên gọi khác nhau, ví dụ, *điểm hút lạ*. Nhưng đối với nghiên cứu của chúng tôi, phát hiện quan trọng nhất là một số mô thức có nội lực

<sup>1</sup> Hiệu ứng cánh bướm là một cụm từ dùng để mô tả khái niệm trong lý thuyết hỗn độn về độ nhạy cảm của hệ thống đối với điều kiện gốc. Nhà toán học Edward Norton Lorenz là người khám phá ra hiệu ứng này. Khi thực hiện mô phỏng các hiện tượng thời tiết, Lorenz nhận thấy rằng nếu ông làm tròn các dữ liệu đầu vào, dù với sai số bé thế nào đi nữa, thì kết quả cuối cùng luôn luôn khác với kết quả của dữ liệu không được làm tròn. Một thay đổi nhỏ của dữ liệu đầu vào dẫn đến một thay đổi lớn của kết quả. Tên gọi hiệu ứng cánh bướm bắt nguồn từ hình ảnh ẩn dụ: một cơn bão chịu sự ảnh hưởng của một con bướm nhỏ bé vỗ cánh ở một nơi nào đó rất xa cơn bão. (ND)



cực kỳ lớn, trong khi những mô thức khác có nội lực yếu hơn hẳn. Có điểm tới hạn phân biệt hai nhóm điểm hút khác nhau này. Hiện tượng này song hành và là hệ quả của các liên kết năng lượng cao và thấp trong toán học về các liên kết hóa học.

## Các trường chiếm ưu thế

Trường chiếm ưu thế được thể hiện bằng ảnh hưởng của các mô thức năng lượng cao lên các mô thức năng lượng yếu hơn. Tương tự như một từ trường nhỏ nằm trong từ trường lớn hơn, mạnh hơn của một nam châm điện từ khổng lồ. Vũ trụ hiện tượng là biểu hiện của sự tương tác của vô vàn mô thức điểm hút với sức mạnh khác nhau. Biểu hiện vô cùng phức tạp của sự sống chính là những phản ứng bất tận của sự nở ra và co lại của những trường này, được kết hợp lại với nhau nhờ sự hòa điệu và những tương tác khác của chúng.

## Phân tích điểm tới hạn

Khái niệm quan hệ nhân quả truyền thống của vật lý học Newton (xem bên dưới) loại bỏ tất cả dữ liệu “không xác quyết” như thế vì chúng không khớp với mô thức của nó. Nhờ những khám phá của Einstein, Heisenberg, Bell, Bohr và những người khác, mô hình vũ trụ của chúng ta đã mở rộng ra một cách nhanh chóng. Vật lý lý thuyết cao cấp đã chứng minh được rằng vạn vật trong vũ trụ này đều phụ thuộc và tương tác một cách tinh tế với nhau<sup>1</sup>.

Vũ trụ bốn chiều của vật lý học cổ điển của Newton thường được mô tả như một cái đồng hồ khổng lồ, với ba chiều của không gian thể hiện các quá trình tuyến tính trong thời gian.

<sup>1</sup> Xem Capra, 1975.

Nếu nhìn vào ngay cả những chiếc đồng hồ đơn giản hơn, chúng ta sẽ nhận thấy rằng một số bánh răng chuyển động chậm chạp và đều đặn, trong khi những bánh răng khác chuyển động rất nhanh, còn bộ dao động nhỏ xíu xoay tít trong khi cơ chế thoát chuyển động tới lui. Đè lên một trong những bánh răng lớn đang chuyển động sẽ gây được rất ít tác dụng tới cả cơ chế; nhưng, ở một chỗ nào đó có một cơ chế dao động tinh vi mà chỉ cần chạm nhẹ vào là cũng có thể làm cho toàn bộ thiết bị dừng lại. Đây là được gọi là “điểm tới hạn” – lực tác động nhỏ nhất tạo được tác động lớn nhất.

## Nhân quả

Trong thế giới có thể quan sát được, nhân quả thường được cho là hoạt động theo phương thức sau:

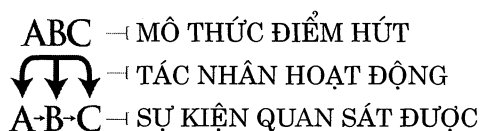
$$A \rightarrow B \rightarrow C$$

Đây được gọi là trình tự tuyến tính mang tính định mệnh – tương tự như những quả bóng bi-a tuần tự đập vào nhau. Ngầm định rằng A tạo ra B tạo ra C.

Nhưng công trình nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra rằng, quan hệ nhân quả hoạt động theo cách hoàn toàn khác, trong đó tổ hợp mô thức điểm hút “ABC” tách ra thông qua các “tác nhân hoạt động” (operants) của nó và được thể hiện dường như là trật tự “A, sau đó B, sau đó C” của nhận thức.



Từ biểu đồ này, chúng ta thấy rằng nguồn (ABC) – không thể nhìn thấy được – tạo ra trình tự hữu hình  $A \rightarrow B \rightarrow C$ , là hiện tượng có thể quan sát được trong thế giới ba chiều, có thể đo lường được. Những vấn đề thường gặp mà thế giới tìm cách đối phó tồn tại ở tầng có thể quan sát được  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Nhưng công việc của chúng tôi là tìm ra mô thức điểm hút vốn có, tức là tìm nguồn ABC, mà dường như là xuất phát điểm của  $A \rightarrow B \rightarrow C$ .



Trong biểu đồ đơn giản này, tác nhân hoạt động (operants) siêu việt lên cả cái có thể quan sát được và cái không thể quan sát được; chúng ta có thể hình dung những tác nhân này như thể cầu vồng nổi giữ địa hạt xác định và địa hạt không xác định. (Có thể phỏng đoán được sự tồn tại của cái gọi là “tác nhân hoạt động” bằng cách nêu câu hỏi: “Cái gì chứa đựng cả cái có thể và cái không thể, cái đã biết và cái chưa biết?” Nói cách khác, ma trận (matrix) sinh ra tất cả các khả năng này là gì?)

Mô tả về cách thức hoạt động của vũ trụ như thế phù hợp với lý thuyết của nhà vật lý học David Bohm: vũ trụ toàn ảnh với trật tự ẩn vô hình (“cuộn lại”) và trật tự hữu hình (“trải ra”)<sup>1</sup>. Nhưng quan trọng nhất cần nhớ là quan điểm thấu triệt này của khoa học tương hợp với quan điểm

<sup>1</sup> Vũ trụ trong quan niệm của Bohm được chính Bohm giải thích trong bài phỏng vấn *The Holographic Paradigm*, do Ken Wilber biên tập, 1982.



về thực tại mà các thánh nhân chứng ngộ, những người đã vượt ra ngoài ý thức để tới trạng thái nhận thức thuần tịnh, đã từng trải nghiệm trong suốt chiều dài của lịch sử<sup>1</sup>. Bohm mặc nhiên công nhận điểm khởi đầu vượt ra khỏi cả hai địa hạt hữu hình và ngấm ẩn, chẳng khác gì nhận thức thuần tịnh được các thánh nhân miêu tả<sup>2</sup>.

Các siêu máy tính trí tuệ nhân tạo tạo điều kiện cho người ta áp dụng các lý thuyết của động lực học phi tuyến vào nghiên cứu chức năng não bộ thông qua kỹ thuật *mô hình hóa sinh lý thần kinh*<sup>3</sup>. Chức năng của trí nhớ đang được đặc biệt nghiên cứu bằng các mô hình thần kinh, người ta đã tìm được các mạng lưới điểm hút trong những mô hình này. Kết luận của công trình nghiên cứu đang được tiến hành là mạng lưới thần kinh của não hoạt động như một hệ thống các mô thức điểm hút, sao cho hệ thống không hoạt động theo kiểu ngẫu nhiên – mặc dù mỗi tế bào thần kinh riêng lẻ có thể hoạt động theo cách dường như là ngẫu nhiên<sup>4</sup>.

Các mô hình thần kinh của ý thức cho thấy một lớp mạng lưới thần kinh được gọi là “hệ thống thỏa mãn ràng buộc” (constraint satisfaction systems)<sup>5</sup>. Trong những hệ thống này,

<sup>1</sup> Trạng thái ý thức thuần túy này là tầng 6 trên thang của Wilber và đã được Maharshi, Huang Po, và Nisargadatta Maharaj mô tả trong những bản dịch tiếng Anh xuất sắc các tác phẩm của họ.

<sup>2</sup> Được Ramesh Balsekar công nhận trong suốt buổi phỏng vấn. Ramesh Balsekar, sau nhiều năm làm phiên dịch cho Nisargadatta Maharaj, cũng đạt được trạng thái ý thức như thế, và được thể hiện trong bài phỏng vấn (1987) và trong một loạt cuốn sách của ông.

<sup>3</sup> Xem Hoffman, 1992.

<sup>4</sup> Xem Li and Spiegel, 1992.

<sup>5</sup> Đã dẫn.





một mạng lưới các đơn vị nơ-ron kết nối với nhau, hoạt động trong một loạt các giới hạn và do đó, lập ra các mô thức điểm hút, một số mô thức trong số này hiện đang được xác định là có liên quan với tâm lý-bệnh học<sup>1</sup>. Kiểu mô hình hóa này liên kết hành vi với sinh lý học và tương tự như kết quả của kiểm tra cơ thể động học của chúng tôi – chúng tôi có sự kết nối giữa tâm trí và cơ thể.

Theo thuật ngữ của *thuyết hỗn độn*, nghiên cứu lâm sàng được mô tả trong những trang sau đã xác định được không gian pha, bao gồm toàn bộ phạm vi tiến hóa của ý thức của con người. Trong phạm vi này, người ta đã xác định được nhiều mô thức điểm hút với sức mạnh bên trong tăng dần. Những mô thức này là các trường năng lượng, và các trường này là phẩm chất của bản thân ý thức chứ không phải của bất kỳ cá nhân cụ thể nào. Điều này được thể hiện qua việc chúng xuất hiện ở các nhóm dân cư đông người trong những khoảng thời gian kéo dài, không phụ thuộc vào người kiểm tra hay đối tượng được kiểm tra.

Có thể mô tả quá trình tiến hóa của ý thức và phát triển của xã hội loài người bằng các thuật ngữ toán học của động lực học phi tuyến. Công trình nghiên cứu của chúng tôi chỉ đề cập tới một nhóm giới hạn các tham số của ý thức mà chúng tôi đã tiến hành hiệu chỉnh từ 1 đến 1.000. Những con số này là logarit (cơ số 10) của sức mạnh bên trong của các trường tương ứng. Toàn bộ trường hay không gian pha của bản thân ý thức là không có giới hạn, tiến tới vô cực. Phạm vi từ 1 đến 600, là khu vực của phần lớn trải nghiệm của con người, là phạm vi cơ bản của công trình

---

<sup>1</sup> Xem Hoffman, 1992.



ngiên cứu này; các tầng từ 600 đến 1.000, khu vực tiến hóa phi thường – khu vực của chứng ngộ, của các thánh nhân và trạng thái tinh thần thiêng liêng nhất – sẽ được trình bày trong phần sau.

Trong toàn bộ trường được nghiên cứu, những mô thức kế tiếp nhau xuất hiện cho thấy sức mạnh bên trong tăng dần của các trường điểm hút, mà trong đó có nhiều thay đổi cục bộ, nhưng tổng thể thì vẫn nhất quán. Cái gọi là “điểm hút lạ” (strange attractors) có thể có năng lượng cao hoặc thấp, và điểm tới hạn trong dữ liệu của chúng tôi được hiệu chỉnh ở mức 200, dưới mức đó sức mạnh bên trong của điểm hút có thể là được coi là yếu hay tiêu cực, trên mức đó là mạnh hay tích cực. Khi đạt đến điểm hiệu chỉnh 600, sức mạnh bên trong của điểm hút là cực kỳ mạnh mẽ.

Trong thuyết hỗn độn có một yếu tố quan trọng, rất hữu ích trong việc tìm hiểu quá trình tiến hóa của ý thức: *Quy luật về sự phụ thuộc nhạy cảm vào các điều kiện ban đầu*<sup>1</sup>. Quy luật này nói tới sự kiện là chỉ một thay đổi nhỏ trong một khoảng thời gian cũng có thể tạo ra thay đổi sâu sắc<sup>2</sup>, tương tự như một con tàu mà bánh lái chỉ lệch đi một độ cuối cùng sẽ làm cho nó đi chệch hàng trăm dặm. Hiện tượng này – sẽ bàn chi tiết hơn trong phần sau – là cơ chế quan trọng nhất cho mọi quá trình tiến hóa và cũng là cơ sở tiềm tàng cho tiến trình sáng tạo.



<sup>1</sup> Xem Gleick, 1987.

<sup>2</sup> Hiện tượng này được gọi là lặp lại (iteration) được Edward Lorenz thảo luận (1960) trong phân tích mang tính lịch sử dữ liệu thời tiết bằng máy tính.



Nhìn chung, chúng ta có thể thấy rằng từ xa xưa, con người đã cố gắng lý giải sự phức tạp khôn cùng và thường không thể dự đoán được của hành vi của con người. Vô số hệ thống đã được xây dựng nhằm cố gắng lý giải cái không thể lý giải được. “Lý giải” điều gì đó thường có nghĩa là làm cho nó trở thành định nghĩa được bằng các thuật ngữ tuyến tính: logic và hợp lý. Nhưng bản thân tiến trình sống, và do đó là cả trải nghiệm sống, đều mang tính hữu cơ – nghĩa là, về bản chất là phi tuyến tính. Đây chính là nguồn gốc làm cho trí tuệ của con người lúc nào cũng rối bời, không lối thoát.

Tuy nhiên, trong công trình nghiên cứu này, các phản hồi trong kiểm tra cơ bắp không phụ thuộc vào hệ thống niềm tin hay kiến thức của đối tượng được kiểm tra. Những cái xuất hiện là các mô thức của trường năng lượng, là những khía cạnh của chính ý thức, không liên quan gì tới bản sắc cá nhân. Theo cách nói phổ biến về não trái/não phải, chúng ta có thể nói rằng các đối tượng kiểm tra, ở mọi nơi, đều phản ứng giống nhau với một Trường điểm hút, không liên quan đến khác biệt cá nhân về logic-não-trái, lý trí hoặc các hệ thống tư duy kế tiếp nhau. Kết quả của công trình nghiên cứu này chỉ ra rằng các mô thức có nội lực mạnh mẽ làm công việc tổ chức hành vi của con người.

Thế thì, chúng ta có thể trực cảm được khu vực với tiềm năng vô hạn – chính là ý thức – trong đó có một Trường điểm hút với nội lực cực kỳ mạnh mẽ, làm công việc tổ chức tất cả mọi hành vi của con người thành “nhân tính” bẩm sinh. Bên trong Trường điểm hút khổng lồ này có các trường nhỏ hơn, với năng lượng và nội lực ngày càng nhỏ hơn. Đến lượt mình, những trường này lại chi phối hành vi, sao cho các



mô thức có thể xác định được là nhất quán trong các nền văn hóa và thời gian, trong suốt lịch sử loài người. Tương tác giữa các biến thể bên trong các Trường điểm hút tạo nên lịch sử của nền văn minh và loài người. (Một nghiên cứu phụ không được nói tới ở đây chỉ ra rằng thế giới động vật và thực vật cũng bị kiểm soát bởi các Trường điểm hút với nội lực nằm trên những tầng khác nhau, theo thứ bậc).

Công trình nghiên cứu của chúng tôi tương quan chặt chẽ giả thuyết “trường tạo hình thái” của Rupert Sheldrake<sup>1</sup>, cũng như mô hình toàn ảnh về chức năng của não bộ-tâm trí của Karl Pribram<sup>2</sup>. (Lưu ý rằng, trong vũ trụ toàn ảnh, thành tựu của mọi cá nhân đều có đóng góp vào tiến bộ và thịnh vượng của toàn thể loài người). Công trình nghiên cứu của chúng tôi cũng tương quan với các kết luận của Khô nguyên Nobel, Sir John Eccles, nói rằng não bộ hoạt động như một bộ thu nhận các mô thức năng lượng nằm trong chính tâm trí, mà tâm trí là ý thức được thể hiện

---

<sup>1</sup> TS. Sheldrake nhận định trong bài viết với nhan đề “Những trường hình thái và cộng hưởng hình thái” (Morphic Fields and Morphic Resonance) như sau: “Mỗi cá thể vừa đồng thời sử dụng vừa đồng thời đóng góp cho trí nhớ tập thể của chủng loài. Điều này cho thấy các mô thức hành vi mới có thể lan truyền nhanh chóng hơn so với lẽ thường. Ví dụ, nếu một giống chuột nào đó học được một loại hành vi mới ở Harvard (Mỹ) thì những con chuột cùng giống trên khắp thế giới có khả năng sẽ học được cùng một loại hành vi đó nhanh hơn”. (ND)

<sup>2</sup> Tương quan giữa tác phẩm của David Bohm, Karl Pribram, Rupert Sheldrake, và Ilya Prigogine được thảo luận trong tạp chí *Brain/Mind Bulletin*, Vol. IV, 1979. (Lý thuyết não bộ toàn ảnh - Holographic Brain - là một nhánh của khoa học thần kinh, nghiên cứu ý tưởng cho rằng ý thức của con người được hình thành bởi các hiệu ứng lượng tử trong hoặc giữa các tế bào não. Lý thuyết này trái ngược với khoa học thần kinh truyền thống, nghiên cứu hành vi của não bằng cách xem xét các mô thức của tế bào thần kinh và phản ứng hóa học xung quanh các tế bào thần kinh, và giả định rằng, ở quy mô này, các hiệu ứng lượng tử là không đáng kể. (ND)



bằng các suy nghĩ<sup>1</sup>. Chỉ có cái tôi phù phiếm mới tuyên bố rằng những suy nghĩ đó là “của tôi”. Mặt khác, các thiên tài thường cho rằng nền tảng của tất cả ý thức – thường được gọi là Thánh thần – chính là cội nguồn của các bất phá sáng tạo của nhận thức.

---

<sup>1</sup> Khôi nguyên Nobel, Sir John Eccles, tuyên bố rằng năng lượng của tâm trí kích thích não bộ phản hồi; trong diễn văn của ông tại Hội nghị của Hiệp hội cận tâm lý ở Utrecht, Hà Lan, năm 1976.



## CHƯƠNG 2

### **Lịch sử và phương pháp luận**

Cơ sở của công trình này là nghiên cứu được thực hiện trong hơn 20 năm, với hàng triệu lần hiệu chỉnh, trên hàng nghìn đối tượng kiểm tra, ở mọi lứa tuổi và tính cách, và từ mọi tầng lớp xã hội. Theo kế hoạch ban đầu, nghiên cứu theo lối lâm sàng và do đó, có ý nghĩa phổ quát, rộng rãi. Vì phương pháp kiểm tra này có giá trị áp dụng cho tất cả các hình thức biểu hiện của con người, những lần hiệu chỉnh này đều thành công trong các lĩnh vực như văn học, kiến trúc, nghệ thuật, khoa học, sự kiện thế giới và những đặc điểm phức tạp trong các mối quan hệ giữa người với người. Phạm vi kiểm tra để xác định dữ liệu là toàn bộ trải nghiệm của con người trong suốt chiều dài của lịch sử.

Về mặt tinh thần, các đối tượng được kiểm tra rất đa dạng, từ những người được coi là “bình thường” đến những bệnh nhân tâm thần cực nặng. Các đối tượng được kiểm tra là những người sống ở Canada, Hoa Kỳ, Mexico và khắp các nước Nam Mỹ và Bắc Âu; thuộc mọi quốc tịch, chủng tộc và tôn giáo, mọi lứa tuổi, từ trẻ em đến người trên chín mươi, và đa dạng về sức khỏe, cả thể chất lẫn tinh thần. Các đối tượng được kiểm tra từng người và theo nhóm, do nhiều



người và nhóm người khác nhau thực hiện. Nói chung, kết quả giống hệt nhau và có thể lặp lại, đáp ứng các yêu cầu cơ bản của phương pháp khoa học: có thể làm lại thí nghiệm với kết quả giống hệt như thế<sup>1</sup>.

Các đối tượng được chọn một cách ngẫu nhiên và được kiểm tra trong những điều kiện vật lý và hành vi khác nhau: trên đỉnh núi và ở ven biển, trong các buổi tiệc ngày lễ và khi đang làm công việc hằng ngày, trong những khoảnh khắc vui vẻ và muộn phiền. Hoàn cảnh không hề ảnh hưởng đến kết quả kiểm tra – ở đâu kết quả cũng giống nhau, mặc dù các yếu tố bên ngoài có thể khác nhau, chỉ phụ thuộc vào phương pháp luận của chính quy trình kiểm tra mà thôi. Vì yếu tố này quan trọng như thế, cho nên chúng tôi sẽ mô tả chi tiết phương pháp kiểm tra này trong phần sau.

## **Bối cảnh lịch sử**

Năm 1971, ba nhà vật lý trị liệu công bố công trình nghiên cứu đáng tin cậy về kiểm tra cơ bắp<sup>2</sup>. Tiến sĩ George Goodheart, ở Detroit, Michigan (Hoa Kỳ), trong khi chữa bệnh đã tiến hành nghiên cứu các kỹ thuật kiểm tra cơ bắp một cách sâu rộng và phát hiện được sự kiện động trời: mỗi cơ bắp mạnh hay yếu đều liên quan đến sức khỏe hay bệnh tật của một cơ quan tương ứng cụ thể của cơ thể<sup>3</sup>. Ông nói rõ thêm rằng mỗi cơ bắp đều liên quan đến một kinh lạc trong cơ thể và ông liên hệ công trình của mình với

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins, "Phân tích và hiệu chỉnh định tính và định lượng các tầng ý thức của con người", luận án tiến sĩ, lưu trữ tại Veritas Publishing.

<sup>2</sup> Xem Kendall, Kendall, và Wadsworth, 1971.

<sup>3</sup> Xem Goodheart, 1976.





công trình của bác sĩ Felix Mann trên phương diện y học của các đường kinh lạc<sup>1</sup>.

Đến năm 1976, cuốn sách của Tiến sĩ Goodheart về cơ thể động học ứng dụng đã được xuất bản tới 12 lần; ông bắt đầu dạy kỹ thuật cho các đồng nghiệp và tháng nào cũng công bố một băng video về nghiên cứu của mình. Công trình của ông đã nhanh chóng được những người khác tiếp sức, và Trường Đào tạo Quốc tế về Cơ thể động học ứng dụng (International College of Applied Kinesiology) được thành lập, một số người thuộc Học viện Y tế dự phòng (Academy of Preventive Medicine) cũng tham gia nhóm này. David Walther trình bày chi tiết quá trình phát triển của lĩnh vực này trong tác phẩm của ông về cơ thể động học ứng dụng – cũng được xuất bản vào năm 1976<sup>2</sup>.

Ban đầu, phát hiện chấn động nhất của cơ thể động học là chứng minh rõ ràng rằng các cơ bắp lập tức yếu đi khi cơ thể tiếp xúc với các kích thích có hại. Ví dụ, nếu một bệnh nhân bị hạ đường huyết đặt đường vào lưỡi, rồi thử cơ bả vai (cơ bả vai hay cơ delta thường được dùng làm cơ chỉ thị) thì cơ này lập tức yếu đi. Theo đó, người ta phát hiện được rằng các chất có tác dụng chữa bệnh làm cho các cơ ngay lập tức trở nên mạnh.

Một cơ cụ thể nào đó yếu đi chứng tỏ cơ quan nội tạng tương ứng của nó đang bị bệnh (chứng minh bằng bắt mạch và xét nghiệm cơ thể hay trong phòng thí nghiệm), đây là công cụ lâm sàng rất hữu ích trong quá trình chẩn bệnh.

---

<sup>1</sup> Xem Mann, 1974.

<sup>2</sup> Xem Walther, 1976.

Hàng nghìn người hành nghề chữa bệnh<sup>1</sup> đã bắt đầu sử dụng phương pháp này và dữ liệu tích lũy được đã nhanh chóng gia tăng cho thấy cơ thể động học là kỹ thuật chẩn đoán quan trọng và đáng tin, có thể giám sát chính xác phản ứng của bệnh nhân với quá trình điều trị cũng như chẩn đoán.

Kỹ thuật này đã được giới chuyên môn từ nhiều trường phái khác nhau chấp nhận, và mặc dù chưa được y học chính thống để ý tới, nó đã được các bác sĩ theo khuynh hướng chữa bệnh tổng thể áp dụng một cách rộng rãi. Một trong số đó là Tiến sĩ John Diamond, cũng là bác sĩ tâm thần. Ông bắt đầu sử dụng cơ thể động học trong chẩn đoán và điều trị bệnh nhân tâm thần. Ông gọi ứng dụng mở rộng của cơ thể động học là “cơ thể động học hành vi” (behavioral kinesiology)<sup>2</sup>.

Trong khi những người khác nghiên cứu lợi ích của phương pháp này nhằm phát hiện các dị ứng, rối loạn dinh dưỡng và phản ứng với thuốc, thì Tiến sĩ Diamond sử dụng kỹ thuật này để nghiên cứu ảnh hưởng có lợi hoặc bất lợi của nhiều loại kích thích giác quan và tâm lý, ví dụ như các loại hình nghệ thuật, âm nhạc, biểu hiện nét mặt, thay đổi giọng nói và căng thẳng về cảm xúc. Ông là người thầy xuất sắc và các cuộc hội nghị chuyên đề của ông đã thu hút được hàng nghìn chuyên gia, mỗi người đều quay trở lại công việc khám chữa bệnh của mình với sự quan tâm và trí tò mò được nhen nhóm lại khi họ phát hiện ra những ứng dụng của kỹ thuật này.

---

<sup>1</sup> Practitioners – những người hành nghề chữa bệnh có thể là bác sĩ mà cũng có thể không phải là bác sĩ – ND.

<sup>2</sup> Xem Diamond, 1979.



Bên cạnh khả năng ứng dụng rộng rãi, quá trình kiểm tra cơ bắp diễn ra nhanh chóng, đơn giản, dễ thực hiện và rất dứt khoát; tất cả các nhà nghiên cứu đều khẳng định những lần kiểm tra sau cũng cho ra cùng kết quả. Ví dụ, đường hóa học làm cho mọi đối tượng kiểm tra đều có kết quả thử yếu – dù đặt trên lưỡi, hay để trong gói rồi đặt ở vùng bụng phía dưới xương sườn, hoặc giấu trong một phong thư kín (cả người kiểm tra và đối tượng kiểm tra đều không biết có gì trong đó).

Việc cơ thể phản ứng ngay cả khi tâm trí không biết đấy là cái gì là điều ấn tượng nhất. Hầu hết những người hành nghề chữa bệnh đều đã tiến hành nghiên cứu xác minh riêng, họ đặt các chất khác nhau vào các phong bì kín, có đánh số và để cho một người thứ hai không biết gì tiến hành kiểm tra với người thứ ba. Tuyệt đại đa số kết luận rút ra được là, cơ thể phản hồi chính xác, thậm chí ngay cả khi tâm trí hữu thức không biết đấy là cái gì.

Độ tin cậy của kết quả kiểm tra này luôn luôn làm cho công chúng và bệnh nhân bất ngờ – và dĩ nhiên, cả những người hành nghề chữa bệnh cũng vậy. Trong những buổi giảng bài thường kỳ của tác giả cuốn sách này, với 1.000 người tham dự, 500 phong bì chứa chất tạo ngọt nhân tạo cùng với 500 phong bì giống hệt như thế chứa vitamin C hữu cơ được chuyển cho mọi người. Sau đó những người tham dự được chia ra thành từng cặp và luân phiên kiểm tra lẫn nhau. Khi các phong bì được mở ra, mọi người đều cảm thấy ngạc nhiên và thích thú khi họ thấy mọi người đều phản ứng yếu trước đường hóa học và phản ứng mạnh với vitamin C hữu cơ. Thói quen dinh dưỡng của hàng nghìn gia đình trên khắp nước Mỹ đã thay đổi sau buổi trình diễn này.



Đầu thập niên 1970, giới y học nói chung và ngành tâm thần học nói riêng còn cực kỳ bảo thủ – nếu không nói là thù địch ra mặt – với ý tưởng cho rằng dinh dưỡng có ảnh hưởng nhiều tới sức khỏe, chứ không chỉ sức khỏe tinh thần hay hoạt động của não. Việc xuất bản cuốn sách *Orthomolecular Psychiatry* (tạm dịch: Tâm thần học theo liệu pháp dinh dưỡng vi lượng) của tác giả cuốn sách này và khôi nguyên Nobel, Linus Pauling, được đón nhận nồng nhiệt – những người ủng hộ thuộc nhiều thành phần xã hội khác nhau, nhưng giới quyền uy trong lĩnh vực y tế thì không<sup>1</sup>. (Thú vị là, hơn 20 năm sau, các khái niệm được trình bày trong cuốn sách đó đã trở thành nền tảng cho phương pháp đang được áp dụng để điều trị căn bệnh tâm thần).

Điểm đột phá của cuốn sách này là cho rằng những căn bệnh tâm thần nghiêm trọng như rối loạn tâm thần, cũng như những chứng bệnh nhẹ hơn, ví dụ như rối loạn cảm xúc, có cơ sở di truyền liên quan đến chuỗi phản ứng sinh hóa bất thường trong não – cơ sở ở mức có thể được sửa chữa ở tầng phân tử. Do đó có thể sử dụng cả dinh dưỡng cũng như thuốc men để điều trị những căn bệnh như rối loạn lưỡng cực, tâm thần phân liệt, nghiện rượu và trầm cảm. Năm 1973, khi *Tâm thần học theo liệu pháp dinh dưỡng vi lượng* được xuất bản, giới quyền uy trong lĩnh vực tâm thần học vẫn theo hướng phân tâm học có định hướng; công trình này chủ yếu được những người hành nghề chữa bệnh theo khuynh hướng tổng thể chấp nhận. Các phương pháp được đề xuất và kết quả điều trị thường xuyên được xác minh bằng cơ thể động học.

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins and Pauling, biên tập, 1973.



Tuy nhiên, việc Tiến sĩ Diamond chứng minh được rằng cơ thể tức khắc phản ứng yếu trước những thái độ mang tính cảm xúc không lành mạnh hoặc căng thẳng tinh thần đã tạo được ảnh hưởng kéo dài nhất trong lĩnh vực lâm sàng. Những tinh chỉnh của ông đối với kỹ thuật kiểm tra cơ bắp – được hầu hết những người hành nghề chữa bệnh sử dụng – cũng được dùng trong công trình nghiên cứu này trong hơn 20 năm. Những người hành nghề chữa bệnh và các nhà nghiên cứu ở khắp mọi nơi, cũng như tác giả cuốn sách này đều nhận xét rằng, phản hồi trong các lần kiểm tra hoàn toàn độc lập với hệ thống niềm tin, quan điểm tri thức, lý trí, hoặc tư duy logic của đối tượng được kiểm tra. Người ta cũng nhận xét rằng phản hồi yếu trong các lần kiểm tra thường đi kèm với hiện tượng phi đồng thời (desynchronization) của hai bán cầu đại não<sup>1</sup>.

### Kỹ thuật kiểm tra

Cần hai người để thực hiện kỹ thuật này. Một người là đối tượng kiểm tra, sẽ giơ ngang một cánh tay, song song với mặt đất. Người thứ hai ấn hai ngón tay của mình vào cổ tay của cánh tay đang giơ ra đó và nói: “Chống lại”. Đối tượng được kiểm tra hết sức chống lại lực ấn. Đó là tất cả công việc cần làm.

Một trong hai người có thể đưa ra tuyên bố. Trong khi đối tượng được kiểm tra ghi nhớ câu đó trong đầu, thì sức mạnh của cánh tay anh ta đang được kiểm tra bằng sức ấn xuống của người kia. Nếu tuyên bố này mang tính tiêu cực, sai, hoặc có điểm hiệu chỉnh dưới 200 (xem “Bản đồ ý thức”,

---

<sup>1</sup> Tính phi đồng thời này được John Diamond trình bày tại Viện Y học phòng ngừa (Academy of Preventative Medicine), 1973.



Chương 3), thì đối tượng được kiểm tra sẽ “yếu đi”. Nếu câu trả lời là có hoặc có điểm hiệu chỉnh trên 200, anh ta sẽ “mạnh lên”.

Để giải thích quy trình, có thể bảo đối tượng nhớ lại hình ảnh của Abraham Lincoln trong suốt thời gian kiểm tra, và sau đó, ngược lại, tưởng tượng hình ảnh của Adolf Hitler. Hiệu quả tương tự cũng xảy ra khi nhớ lại người ta yêu so với người mà ta sợ, ta ghét, hoặc có nhiều tiếc nuối, đắng cay về họ.

Sau khi có thang hiệu chỉnh bằng số (xem bên dưới), có thể tìm được điểm hiệu chỉnh bằng cách nói: “Thứ này” (cuốn sách này, tổ chức này, động cơ của người này v.v.) có điểm hiệu chỉnh “trên 100”, rồi “trên 200”, rồi “trên 300”... cho đến khi đối tượng phản ứng yếu. Rồi tiến hành tinh chỉnh: “Trên 220, 225, 230”... Hai người hoán đổi vị trí cho nhau, và kết quả vẫn sẽ như thế. Người đã thành thạo kỹ thuật này có thể áp dụng để đánh giá các công ty, các bộ phim, các cá nhân hoặc sự kiện trong lịch sử; hoặc chẩn đoán các vấn đề trong cuộc sống hiện thời.

Đọc giả sẽ nhận thấy quy trình kiểm tra này là sử dụng kiểm tra cơ bắp để xác nhận một tuyên bố được phát biểu một cách rõ ràng rằng đúng hay sai. Nếu câu hỏi không được phát biểu dưới dạng như thế thì phản ứng sẽ không đáng tin. Câu hỏi về tương lai cũng dẫn tới phản hồi không đáng tin; chỉ những tuyên bố liên quan đến hoàn cảnh hiện tại hoặc sự kiện trong quá khứ hoặc sự kiện hiện nay mới thu được câu trả lời nhất quán.

Để tránh truyền cho đối tượng cảm giác tích cực hoặc tiêu cực, người kiểm tra phải tỏ ra vô tư trong khi tiến hành kiểm tra. Mức độ chính xác sẽ tăng khi bảo đối tượng nhắm



mất, và xung quanh không có nhạc hoặc những thứ có thể làm đối tượng sao nhãng.

Vì quy trình kiểm tra đơn giản đến mức khó tin, cho nên trước hết người hỏi phải xác minh tính chính xác của nó đến mức tự họ cảm thấy hài lòng. Có thể kiểm tra phản ứng bằng cách hỏi chéo và những người đã thành thạo kỹ thuật này đều nghĩ ra được các thủ thuật để tự cảm thấy hài lòng là nó đáng tin<sup>1</sup>. Chẳng bao lâu sau người ta sẽ nhận thấy rằng tất cả các đối tượng đều phản ứng như nhau, rằng đối tượng hoàn toàn không cần phải có kiến thức về vấn đề được đề cập và phản ứng hoàn toàn không phụ thuộc vào ý kiến cá nhân của đối tượng về câu hỏi được đưa ra.

Trước khi đưa ra câu hỏi kiểm tra, chúng tôi nhận thấy rằng sẽ thuận lợi hơn nếu trước hết kiểm tra với tuyên bố: “Tôi xin phép hỏi câu này”. Tương tự như câu hỏi đăng nhập trên cổng máy tính và đôi khi bạn sẽ nhận được câu trả lời: “Không”. Nếu đối tượng trả lời “không” thì nên bỏ câu hỏi đó hoặc hỏi kỹ vì sao lại “không”. Có lẽ câu trả lời hoặc hàm ý của nó tại thời điểm đó, hoặc những lý do không xác định khác đã làm người hỏi cảm thấy căng thẳng về mặt tâm lý<sup>2</sup>.

Trong công trình nghiên cứu này, chúng tôi yêu cầu đối tượng kiểm tra tập trung vào một suy nghĩ, một cảm giác, một thái độ, một ký ức, một quan hệ hoặc hoàn cảnh sống cụ thể. Kiểm tra thường được thực hiện trong các nhóm

<sup>1</sup> Những buổi trình diễn cơ thể động học thường làm cho những người tin tưởng vào chủ nghĩa duy vật choáng váng. Một người quan sát như thế, một nhà phân tâm học, đã phản ứng lại bằng cách chứng minh rằng buổi trình diễn là giả mạo. Sau khi thất bại, ông ta bỏ đi và nói: “Ngay cả nếu đúng như thế thì tôi vẫn không tin”.

<sup>2</sup> Quy trình được xây dựng trong nhiều năm, trong những buổi kiểm tra diễn ra hàng tuần tại Viện Nghiên cứu Tâm linh (Institute for Spiritual Research), Sedona, AZ, 1983-1993.



đồng người; để trình diễn trong các lớp học, trước hết, chúng tôi lập ra nền tảng bằng cách hỏi đối tượng, đã nhắm mắt, hình dung trong đầu ký ức về khoảnh khắc khi họ tức giận, buồn bực, ghen tỵ, chán nản, tội lỗi hoặc sợ hãi; tất cả mọi người đều có yếu đi. Sau đó, chúng tôi đề nghị họ hình dung trong đầu về người hoặc hoàn cảnh đáng yêu trong cuộc sống, và mọi người đều mạnh lên; thường thì sẽ thấy những tiếng thì thầm đầy ngạc nhiên của khán giả về ý nghĩa của hiện tượng mà họ vừa phát hiện được.

Hiện tượng tiếp theo được chúng tôi trình diễn là chỉ cần nghĩ về một chất nào đó cũng tạo ra phản ứng y hệt như khi cơ thể tiếp xúc trực tiếp với chất đó. Ví dụ, chúng tôi giơ một quả táo từng được phun thuốc trừ sâu và yêu cầu khán giả nhìn thẳng vào nó trong khi tiến hành kiểm tra; tất cả đều yếu đi. Sau đó chúng tôi giơ lên một quả táo trông theo phương pháp hữu cơ, không có chất gây ô nhiễm môi trường và khi khán giả nhìn vào nó, họ sẽ mạnh lên ngay lập tức. Vì không người nào trong số đó biết quả táo nào được phun thuốc trừ sâu, quả nào không, cũng như không biết gì về kiểm tra, độ tin cậy của phương pháp này đã làm hài lòng tất cả mọi người<sup>1</sup>.

Muốn có kết quả đáng tin cậy, cần nhớ rằng người ta xử lý trải nghiệm theo những cách khác nhau; một số người theo lối cảm xúc, một số người khác bằng thính giác, còn một số người khác thì bằng thị giác. Vì vậy, cần tránh đưa ra những câu hỏi: “Bạn cảm thấy thế nào?” về một người, một tình huống hoặc trải nghiệm; hoặc: “Nó trông như thế nào?” hoặc: “Nó nghe như thế nào?”. Thường thì, nếu ta nói:

---

<sup>1</sup> Hawkins, Những bài giảng công cộng, Sedona, AZ, 1984-1989.





“Hãy hình dung tình huống (hoặc một người, địa điểm, sự vật hoặc cảm giác) trong đầu” thì đối tượng sẽ theo bản năng mà chọn hình thức xử lý thích hợp của mình<sup>1</sup>.

Đôi khi, trong một nỗ lực nào đó, thậm chí có thể là vô thức, nhằm nguy trang phản ứng của mình, các đối tượng sẽ chọn cách xử lý khác với cách xử lý bình thường của họ và có phản hồi không chân thật. Khi đối tượng có phản ứng ngược lại thì phải đặt câu hỏi theo cách khác. Ví dụ, một bệnh nhân cảm thấy có lỗi khi tức giận với mẹ mình có thể hình dung trong đầu hình ảnh của bà và thả mạnh. Tuy nhiên, nếu người kiểm tra diễn đạt lại câu hỏi bằng cách đề nghị đối tượng hình dung thái độ hiện nay của anh ta đối với mẹ mình, đối tượng sẽ yếu đi ngay lập tức.

Để có kết quả chính xác, cần thận trọng, ví dụ, bỏ kính, đặc biệt nếu là gọng kim loại, và mũ (vật liệu tổng hợp ở trên đầu làm cho mọi người đều yếu đi). Cánh tay kiểm tra cũng không được có trang sức, đặc biệt là đồng hồ thạch anh. Khi có phản hồi bất thường, nếu tìm hiểu kỹ sẽ biết nguyên nhân – ví dụ, người kiểm tra có thể xúc nước hoa mà bệnh nhân có phản ứng khó chịu, khiến cho phản ứng tiêu cực của người đó là không chính xác. Nếu một người kiểm tra thường xuyên thất bại, không thể thu được phản ứng chính xác, thì cần xem lại ảnh hưởng của giọng nói của anh ta đối với đối tượng; một số người, ít nhất là trong một số giai đoạn nhất định, có thể thể hiện năng lượng tiêu cực trong giọng nói, làm ảnh hưởng kết quả kiểm tra<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Được ghi chép khá đầy đủ trong lĩnh vực lập trình ngôn ngữ thần kinh.

<sup>2</sup> Diamond, Những bài giảng tại Viện Y học phòng ngừa (Academy of Preventative Medicine), 1978.



Cần tính đến một yếu tố khác khi có phản hồi ngược, đó là khung thời gian của ký ức hoặc hình ảnh liên quan. Nếu đối tượng đang hình dung về một người cụ thể nào đó và quan hệ của họ với nhau, phản hồi sẽ phụ thuộc vào khoảng thời gian mà ký ức hoặc hình ảnh xuất hiện trong đầu người đó. Nếu người đó đang nhớ về quan hệ với anh trai của mình trong thời thơ ấu, thì phản ứng có thể khác với phản ứng khi người đó hình dung về quan hệ của họ hiện nay. Câu hỏi luôn luôn phải thu hẹp đến mức cụ thể<sup>1</sup>.

Một nguyên nhân khác dẫn đến kết quả mâu thuẫn là điều kiện thể chất của đối tượng kiểm tra: căng thẳng, hoặc suy giảm chức năng tuyến ức, vì gặp phải một trường năng lượng rất tiêu cực. Tuyến ức là trung tâm điều khiển hệ thống kinh lạc của cơ thể, khi năng lượng của nó xuống thấp, không thể dự đoán được kết quả kiểm tra. Có thể dễ dàng khắc phục trong vài giây bằng kỹ thuật đơn giản mà Tiến sĩ John Diamond phát hiện được – “gõ ngực”. Tuyến ức nằm ngay sau xương ức. Nắm chặt tay, rồi dấm nhẹ vào khu vực này một cách nhịp nhàng, nhiều lần trong khi mỉm cười và nghĩ về người bạn đang yêu. Mỗi lần đập mạnh lại nói “Ha-ha-ha”. Kiểm tra lại sẽ thấy tuyến ức đã lấy lại vị thế của mình và kết quả kiểm tra cũng sẽ bình thường trở lại<sup>2</sup>.

### **Áp dụng quy trình kiểm tra trong công trình nghiên cứu này**

Kỹ thuật kiểm tra vừa mô tả được Tiến sĩ Diamond giới thiệu trong tác phẩm *Behavioral Kinesiology* (tạm dịch:

<sup>1</sup> Nguyên tắc nghiên cứu, Viện Nghiên cứu Tâm linh (Institute of Spiritual Research), 1992.

<sup>2</sup> Thường xuyên trình diễn trước công chúng và được miêu tả khá kỹ trong tác phẩm *Your Body Doesn't Lie* (tạm dịch: Cơ thể bạn không nói dối) của Diamond.



Cơ thể động học hành vi). Chỉ có một thay đổi duy nhất, đó là liên kết phản ứng với thang đo logarit nhằm hiệu chỉnh sức mạnh bên trong của thái độ, suy nghĩ, cảm xúc, tình huống, và các mối quan hệ khác nhau. Vì việc kiểm tra diễn ra rất nhanh, chưa tới 10 giây, cho nên có thể xử lý một lượng lớn thông tin về nhiều vấn đề khác nhau trong khoảng thời gian rất ngắn.

Điểm số của các đối tượng kiểm tra nằm trong khoảng từ 1, tương ứng với tồn tại vật chất đơn thuần, tới 600, mức cao nhất của ý thức bình thường trong thế gian này, và sau đó, từ 600 trở lên đến 1.000 là khu vực của trạng thái Chúng ngộ bậc cao. Phản hồi ở dạng câu trả lời Có-hoặc-Không đơn giản xác định điểm hiệu chỉnh của đối tượng. Ví dụ: “Nếu chỉ cần được sống là 1, thì nội lực của tình yêu là hơn 200”. (Đối tượng phản ứng mạnh là đồng ý). “Tình yêu hơn 300”. (Đối tượng vẫn phản ứng mạnh). “Tình yêu hơn 400”. (Đối tượng vẫn phản ứng mạnh). “Tình yêu 500 hoặc hơn”. (Đối tượng vẫn phản ứng mạnh). Trong trường hợp này, tình yêu được điểm 500, và dù có kiểm tra bao nhiêu đối tượng thì kết quả vẫn lặp lại y như thế. Với những lần kiểm tra lặp đi lặp lại – với từng người hay nhóm người – cũng đều thu được thang điểm nhất quán, khá phù hợp với trải nghiệm của con người, với lịch sử và quan niệm thông thường của con người, cũng như những phát hiện của tâm lý học, xã hội học, phân tâm học, triết học, y học, và Chuỗi Tồn tại Vĩ đại (Great Chain of Being)<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Chuỗi Tồn tại Vĩ đại hay Chuỗi Hiện hữu là quan niệm về bản chất của vũ trụ với ba đặc điểm chung: tính đầy đủ, tính liên tục và sự phân tầng. Các nguyên tắc về sự đầy đủ nói rằng vũ trụ là “đầy đủ”, thể hiện sự đa dạng tối đa của các loại tồn tại; mọi thứ có thể (tức là không tự mâu thuẫn) đều là thực tế. Các nguyên tắc liên tục khẳng định rằng vũ trụ được cấu tạo bởi một chuỗi vô hạn các dạng, mỗi dạng chia sẻ với dạng lân cận của nó ít nhất một thuộc tính. Theo nguyên tắc phân tầng tuyến tính, các loại tồn tại sắp xếp theo thứ tự phân cấp từ loại tồn tại đơn giản nhất đến loại hoàn hảo nhất hay Chúa. (ND)

Nó cũng phù hợp với “tầng ý thức” trong triết học thường hằng<sup>1</sup>.

Tuy nhiên, người kiểm tra phải thận trọng khi thấy đối tượng có thể khó chịu với câu trả lời cho một số câu hỏi. Không được sử dụng kỹ thuật này một cách vô trách nhiệm và người kiểm tra phải luôn luôn tôn trọng mức độ sẵn sàng tham gia của đối tượng; không bao giờ được sử dụng kỹ thuật này nhằm buộc đối tượng công nhận thất bại hay sự yếu kém của mình. Trong khi khám chữa bệnh, không được nêu ra với đối tượng câu hỏi mang tính cá nhân, trừ khi là để phục vụ công tác điều trị. Tuy nhiên, có thể đặt câu hỏi loại trừ sự liên quan mang tính cá nhân của đối tượng kiểm tra, lúc đó, người này chỉ còn là chỉ dấu cho các mục đích của nghiên cứu hiệu chỉnh.

Phản ứng trước bài kiểm tra cơ bắp không phụ thuộc vào sức khỏe thể chất thực sự của đối tượng. Nó thường làm cho những vận động viên có cơ bắp kinh ngạc khi họ cũng yếu như tất cả những người khác trước một kích thích độc hại. Người kiểm tra cũng có thể là một phụ nữ ốm yếu nặng chưa tới 45kg, còn đối tượng có thể là cầu thủ bóng đá chuyên nghiệp nặng hơn 100kg, nhưng kết quả kiểm tra vẫn như nhau, ngay cả khi người phụ nữ chỉ dùng hai ngón tay để ấn cánh tay rắn chắc của vận động viên.

---

<sup>1</sup> Triết học thường hằng là tinh túy của chân lý tâm linh của tất cả các tôn giáo và phản ánh việc nhận thức mở rộng trên quy mô từ vật chất đến nguyên sinh chất, từ đời sống động vật, phản ứng cảm xúc, khả năng tư duy, tư tưởng trừu tượng, nhận thức nguyên mẫu, tâm trí cao hơn, tình yêu thánh thiện và phúc lạc, bất nhị (hiền nhân), và ý thức thuần khiết tối thượng. Như Ken Wilber đã chỉ ra, các tầng ý thức này xuất hiện khắp nơi - bất kỳ lý thuyết nào về thực tế nào cũng phải lĩnh hội được những tiên đề này.



## Những điểm không nhất quán

Các giai đoạn kiểm tra khác nhau hoặc các nhà điều tra khác nhau có thể thu được kết quả khác nhau vì nhiều lý do:

1. Hoàn cảnh, con người, chính trị, chính sách và thái độ thay đổi theo thời gian.
2. Người ta có xu hướng sử dụng các giác quan khác nhau khi nghĩ tới điều gì đó, như thị giác, xúc giác, thính giác hoặc cảm giác. Do đó, “mẹ bạn” có thể là vẻ ngoài của bà, cảm giác của bạn về bà, giọng nói của bà, v.v., hoặc Henry Ford có thể được hiệu chỉnh như một người cha, một nhà công nghiệp, hay người có ảnh hưởng lớn đối với nước Mỹ, hoặc một người bài Do Thái, v.v..
3. Nếu không sử dụng một thang đo cụ thể để tham chiếu thì sẽ thu được những con số bất kỳ nào đó. Tất cả những lần kiểm tra trong cuốn sách này đều tham chiếu theo Bản đồ ý thức (Chương 3). Ví dụ: “Trên thang điểm từ 1 đến 600, trong đó 600 là Chứng ngộ thì cái này\_\_\_\_\_có điểm là\_\_\_\_\_”. Nếu không có một thang điểm cụ thể để tham chiếu, thì có thể thu được những con số đáng kinh ngạc, trên 1.000 và những lần kiểm tra tiếp theo điểm số còn cao hơn. Trên thang này, không có người nào trên hành tinh của chúng ta đạt điểm 1.000 – điểm của các *Thánh thần giáng thế*.

Có thể chỉ rõ bối cảnh và bám chắc vào một giác quan chiếm ưu thế. Cùng một đội kiểm tra, với cùng một kỹ thuật thì sẽ được kết quả nhất quán. Trăm hay không bằng tay quen.



Thái độ tốt nhất là không thể hiện cảm xúc với đối tượng. Trước khi nêu câu hỏi, nên rào trước: “Nhân danh điều tốt đẹp nhất, cho điểm hiệu chỉnh chính xác. Hơn 100. Hơn 200. v.v.” Lời rào đón “Nhân danh điều tốt đẹp nhất” gia tăng độ chính xác vì nó siêu việt lên trên lợi ích và động cơ cá nhân.

Tuy nhiên, có một số người không thể có thái độ dửng dưng mang tính khoa học và không thể khách quan, và vì vậy phương pháp cơ thể động học sẽ không chính xác. Tâm huyết và ý muốn hướng tới sự thật phải đứng cao hơn ý kiến cá nhân và cố gắng chứng minh ý kiến của mình là “đúng”.

## Hạn chế

Kết quả kiểm tra chỉ chính xác nếu đối tượng có điểm hiệu chỉnh cao hơn 200 và mục đích sử dụng kết quả kiểm tra là chính trực, với điểm hiệu chỉnh trên 200. Yêu cầu là những người tham gia phải khách quan và vì sự thật chứ không phải vì ý kiến chủ quan. Vì vậy, tìm cách chứng minh một quan điểm nào đó sẽ cho kết quả không chính xác. Khoảng 10% dân số không thể sử dụng kỹ thuật kiểm tra cơ thể động học, mà vẫn chưa tìm được lý do. Đôi khi các cặp vợ chồng cũng không thể trở thành đối tượng kiểm tra của nhau – cũng chưa rõ lý do – và có thể phải tìm người thứ ba làm đối tác trong bài kiểm tra này.

## Những trường hợp không hợp lệ

Cả thái độ hoài nghi (điểm hiệu chỉnh 160) và giấu cột (điểm hiệu chỉnh dưới 200) vì chúng phản ánh định kiến tiêu cực. Ngược lại, bài kiểm tra thực sự đòi hỏi một tâm hồn cởi mở và trung thực, tránh phù phiếm mang tính trí tuệ. Những



nguyên cứu tiêu cực về cơ thể động học hành vi đều có điểm hiệu chỉnh dưới 200 (thường là 160), những người thực hiện các nghiên cứu đó cũng như thế.

Thậm chí các giáo sư nổi tiếng cũng có thể và thực sự có điểm hiệu chỉnh dưới 200, và điều này làm những người bình thường ngạc nhiên.

Vì vậy, các nghiên cứu tiêu cực là hệ quả của thành kiến tiêu cực. Ví dụ, đề cương nghiên cứu của Francis Crick dẫn đến kết quả là phát hiện ra cấu trúc xoắn kép của DNA, có điểm hiệu chỉnh 440. Kế hoạch nghiên cứu cuối cùng của ông nhằm chứng minh rằng ý thức chỉ là sản phẩm của hoạt động thần kinh, chỉ có điểm hiệu chỉnh là 135.

Khi những người kiểm tra có điểm hiệu chỉnh dưới 200, hoặc những đề cương nghiên cứu sai lầm bị thất bại cũng có điểm hiệu chỉnh thấp như thế có nghĩa là phương pháp luận mà họ tuyên bố bác bỏ là đúng. Họ “phải” nhận kết quả tiêu cực, và đó chính là kết quả mà họ nhận được. Ngược đời là, kết quả như thế là bằng chứng chứng tỏ rằng bài kiểm tra nhằm phát hiện sự khác biệt giữa chính trực không thiên vị và không chính trực là đúng.

Bất kỳ phát hiện mới nào cũng có thể gây ra rắc rối và được coi là nguy cơ đánh đổ vị thế của hệ thống niềm tin đang hiện hành. Sự xuất hiện của môn khoa học lâm sàng về ý thức, tức là môn khoa học công nhận giá trị của Thực tại tâm linh, tất nhiên, sẽ có người phản đối, vì nó thực sự đối đầu trực tiếp với sự thống trị của bản chất ái kỷ của chính bản ngã, mà bản ngã vốn là tự phụ và cố chấp ngay từ khi mới ra đời.

Dưới tầng ý thức 200, khả năng nhận thức bị hạn chế vì Tâm trí Thấp hơn giữ vai trò quan trọng, tâm trí này có



thể nhận ra sự kiện nhưng chưa thể hiểu được thuật ngữ “sự thật” có ý nghĩa gì (nó nhầm lẫn giữa *res interna* với *res externa* – bên trong với bên ngoài) và sự thật có các yếu tố sinh lý khác với những yếu tố sinh lý của đối trá. Ngoài ra, sự thật là được trực cảm, như được chứng minh bằng phân tích giọng nói, nghiên cứu ngôn ngữ cơ thể, phản ứng đồng tử, thay đổi trong điện não đồ, nhịp thở và huyết áp, đáp ứng điện da, cảm xạ và thậm chí cả kỹ thuật Huna đo khoảng cách hào quang phát ra từ cơ thể. Một số người có một kỹ thuật rất đơn giản là dùng cơ thể đang đứng thẳng như một con lắc (ngả về phía trước khi nghe được lời nói thật và ngả về phía sau khi nghe thấy điều đối trá).

Nói một cách văn hoa hơn, các nguyên tắc giữ thể thượng phong là không thể dùng đối trá để bác bỏ sự thật, cũng như bóng tối không thể lấn át được ánh sáng. Phi tuyến tính không khuất phục những giới hạn của tuyến tính. Sự thật thuộc hệ hình khác với logic và do đó không phải là “có thể chứng minh được”, vì cái có thể chứng minh được chỉ có điểm hiệu chỉnh dưới 400. Cơ thể động lực học nghiên cứu ý thức hoạt động ở tầng 600, nằm trên ranh giới của tuyến tính và phi tuyến tính.



## CHƯƠNG 3

# **Kết quả kiểm tra và giải thích**

Mục đích của công trình nghiên cứu này là lập bản đồ mang tính thực tiễn về các trường năng lượng của ý thức nhằm phác thảo phạm vi và địa hình chung của một lĩnh vực chưa từng được khám phá của con người. Để người đọc dễ dàng nắm bắt được vấn đề, chúng tôi đã làm tròn các con số mà các trường năng lượng khác nhau đã đạt được.

Nhìn vào Bản đồ ý thức, ta thấy rõ là các tầng được hiệu chỉnh tương quan với các tiến trình đặc thù của ý thức – cảm xúc, nhận thức hoặc thái độ, thế giới quan và niềm tin mang tính tâm linh. Nếu có đủ không gian, có thể mở rộng biểu đồ này đến mức có thể bao gồm mọi phương diện hành vi của con người. Từ đầu đến cuối, các kết quả nghiên cứu đều củng cố lẫn nhau; càng nghiên cứu chi tiết và mở rộng thì mức độ củng cố càng cao hơn.

# BẢN ĐỒ Ý THỨC

Quan điểm về Chúa	Quan điểm về cuộc sống	Tầng	Logarit	Cảm xúc	Quá trình
Đại ngã	Đang là	Chứng ngộ	↕ 700-1.000	Không nói lên lời	Ý thức thuần túy
Vạn vật	Hoàn hảo	An bình	↕ 600	Phúc lạc	Tỏa sáng
Độc nhất	Đầy đủ	Niềm vui	↕ 540	Bình an	Biến hình kỳ diệu
Yêu thương	Nhân từ	Tình yêu	↕ 500	Tôn kính	Mặc khải
Thông thái	Có ý nghĩa	Lý trí	↕ 400	Thấu hiểu	Trừu tượng hóa
Khoan dung	Hài hòa	Chấp nhận	↕ 350	Tha thứ	Siêu việt
Truyền cảm hứng	Hy vọng	Sẵn sàng	↕ 310	Lạc quan	Mục đích
Trao khả năng	Thỏa mãn	Trung dung	↕ 250	Tin tưởng	Giải phóng

<b>Cho phép</b>	<b>Khả thi</b>	<b>Can đảm</b>	↕	<b>200</b>	<b>Khẳng định</b>	<b>Trao quyền</b>
<b>Bằng quan</b>	<b>Đòi hỏi</b>	<b>Kiêu hãnh</b>	↕	<b>175</b>	<b>Kinh khi</b>	<b>Thối phồng</b>
<b>Hiềm khích</b>	<b>Đối kháng</b>	<b>Tức giận</b>	↕	<b>150</b>	<b>Thù hận</b>	<b>Hung hăng</b>
<b>Từ chối</b>	<b>Thất vọng</b>	<b>Khao khát</b>	↕	<b>125</b>	<b>Thèm muốn</b>	<b>Nô dịch hóa</b>
<b>Trừng phạt</b>	<b>Kinh khiếp</b>	<b>Sợ hãi</b>	↕	<b>100</b>	<b>Lo âu</b>	<b>Thoái lui</b>
<b>Kinh bỉ</b>	<b>Bị kích</b>	<b>Đau khổ</b>	↕	<b>75</b>	<b>Tiết nuối</b>	<b>Chặn nản</b>
<b>Chỉ trích</b>	<b>Vô vọng</b>	<b>Thờ ơ</b>	↕	<b>50</b>	<b>Tuyệt vọng</b>	<b>Từ bỏ</b>
<b>Thù oán</b>	<b>Xấu xa</b>	<b>Tội lỗi</b>	↕	<b>30</b>	<b>Trách móc</b>	<b>Hủy hoại</b>
<b>Miệt thị</b>	<b>Khốn khổ</b>	<b>Nhục nhả</b>	↕	<b>20</b>	<b>Nhục nhả</b>	<b>Trừ khử</b>

Điểm phản ứng tới hạn trên thang đo ý thức này là 200, là tầng gắn với Can đảm. Tất cả thái độ, suy nghĩ, cảm xúc, liên tưởng, thực thể hoặc nhân vật lịch sử nằm ở bên dưới tầng hiệu chỉnh này đều làm cho đối tượng yếu đi. Thái độ, suy nghĩ, cảm xúc, liên tưởng, thực thể hoặc nhân vật lịch sử nằm bên trên mức này làm cho đối tượng mạnh lên. Tầng này nằm giữa các điểm hút yếu và mạnh, giữa ảnh hưởng tiêu cực và tích cực, giữa sự thật và giả dối.

Ở các tầng dưới 200, động lực cơ bản là tìm cách sống còn, mặc dù ở tận cùng của thang đo – khu vực tuyệt vọng và chán nản – thậm chí động cơ đó cũng không còn. Tầng Sợ hãi và Giận dữ có đặc điểm là các xung động ích kỷ, phát sinh từ động lực tìm cách sống còn cho cá nhân. Ở tầng Kiêu hãnh, động cơ sinh tồn có thể mở rộng đến mức bao gồm cả sự sống còn cho những người khác. Khi một người vượt qua ranh giới giữa ảnh hưởng tiêu cực và tích cực và tiến tới tầng Can đảm, hạnh phúc của người khác dần trở nên quan trọng hơn đối với họ. Đến tầng 500, hạnh phúc của người khác trở thành động lực cơ bản. Tầng 500 có đặc điểm là quan tâm tới nhận thức tâm linh cho cả mình và những người khác, còn ở tầng 600, lợi ích của nhân loại và tìm kiếm chứng ngộ là mục tiêu chính. Từ 700 đến 1.000 là những người cống hiến cả cuộc đời để cứu rỗi toàn nhân loại.

## Thảo luận

Suy ngẫm về bản đồ này, người ta có thể mở rộng đáng kể lòng trắc ẩn đối với cuộc sống trong những biểu hiện muôn hình vạn trạng của nó. Nếu xem xét kỹ những thái độ mang tính cảm xúc thường bị coi là kém “phẩm hạnh”, chúng ta sẽ nhận ra là về cơ bản, đó là những thái độ chẳng tốt cũng



chẳng xấu; các đánh giá về đạo đức chỉ đơn thuần là quan điểm của người đánh giá mà thôi.

Ví dụ, chúng ta thấy một người ở tầng Đau khổ (75 điểm) vươn lên được tầng Giận dữ (150 điểm) là đã tốt lắm rồi. Mặc dù Giận dữ là cảm xúc mang tính phá hoại và vẫn ở tầng ý thức thấp, nhưng, lịch sử xã hội đã cho thấy, Thờ ơ có thể cầm tù toàn bộ các nhóm văn hóa thứ cấp cũng như các cá nhân. Nếu những người hết hy vọng có thể mong muốn một điều gì đó tốt hơn (Khao khát – 125), rồi sau đó sử dụng năng lượng của Giận dữ (150) để phát triển lòng Kiêu hãnh (175), thì sau đó họ có thể có khả năng tiến lên tầng Can đảm (200) và tiếp tục cải thiện thực sự những điều kiện của cá nhân hoặc tập thể của mình.

Ngược lại, người đã đạt đến trạng thái ổn định là Tình yêu vô điều kiện sẽ coi bất cứ trải nghiệm nào bên dưới mức đó đều là không thể chấp nhận được. Khi ý thức cá nhân phát triển thì quá trình này sẽ tự duy trì và tự sửa mình để rồi tự hoàn thiện trở thành một lối sống. Có thể dễ dàng thấy được hiện tượng này ở các thành viên của các nhóm giúp đỡ lẫn nhau 12 bước – họ liên tục khắc phục những thái độ tiêu cực như ủy mị hoặc cố chấp. Những người ở tầng ý thức thấp hơn có thể thấy những thái độ như thế là chấp nhận được và thậm chí còn đứng ra bênh vực.

Trong suốt chiều dài của lịch sử, tất cả các tôn giáo và truyền thống tu luyện tâm linh lớn trên thế giới đều quan tâm tới các kỹ thuật nhằm vượt qua các tầng ý thức. Hầu hết các tôn giáo và truyền thống này đều nói gián tiếp hoặc tuyên bố thẳng thừng rằng leo lên những nấc thang này là công việc gian nan và thành công hay không phụ thuộc việc có sự phụ (hoặc ít nhất là giáo lý) hướng dẫn và



khuyến khích người ta trở thành người đắc đạo hay không, nếu không, người đó có thể rơi vào tình trạng tuyệt vọng vì không thể đạt được mục tiêu mà không có người giúp đỡ. Hy vọng là bản đồ của chúng tôi sẽ có ích cho nỗ lực tối thượng này của con người.

Hiệu quả mang tính nhận thức luận về nhận thức mà bản đồ này tạo ra vừa tinh tế vừa sâu rộng. Có thể tìm được ở đây nhiều ứng dụng thực tế trong các lĩnh vực như thể thao, y học, tâm thần học, tâm lý học, quan hệ cá nhân và truy cầu hạnh phúc của tất cả mọi người. Ví dụ, nghiên ngẫm thật kĩ Bản đồ ý thức có thể làm thay đổi cách hiểu của chúng ta về quan hệ nhân quả. Khi nhận thức tiến hóa cùng với tầng ý thức, thì người ta sẽ ngày càng hiểu rõ ràng rằng cái mà thế giới gọi là miền nguyên nhân trên thực tế lại là miền kết quả. Bằng cách nhận trách nhiệm về những hậu quả mà nhận thức của mình tạo ra, những người có lối suy tư này có thể siêu việt vai trò nạn nhân và hiểu rằng “những thứ ở bên ngoài không có quyền gì đối với mình”. Không phải các sự kiện trong đời sống, mà cách người ta phản ứng và thái độ của người ta mới quyết định những sự kiện đó có ảnh hưởng tích cực hay tiêu cực đến đời sống của mình, dù họ coi đấy là cơ hội hay khó khăn thì cũng thế.

Căng thẳng tâm lý là hậu quả thực sự của một tình trạng mà bạn đang chống lại hay muốn trốn tránh, nhưng bản thân tình trạng này không có bất cứ sức mạnh nào bên trong. Không có thứ gì có sức mạnh bên trong đủ để “tạo ra” căng thẳng. Nhạc lớn làm tăng huyết áp của một người lại có thể là nguồn vui đối với người khác. Ly hôn có thể là đau khổ nếu người ta không muốn, nhưng lại là giải thoát nếu họ muốn.



Bản đồ ý thức cũng rọi ánh sáng mới lên tiến trình lịch sử. Mục đích của công trình nghiên cứu này là chỉ ra sự khác biệt quan trọng nhất giữa lực lượng bên ngoài và sức mạnh bên trong. Ví dụ, chúng ta có thể nghiên cứu một giai đoạn lịch sử, chẳng hạn như giai đoạn cáo chung của chủ nghĩa thực dân Anh ở Ấn Độ. Nếu hiệu chỉnh quan điểm của Đế chế Anh trong giai đoạn đó – đế chế vị kỷ và bóc lột – chúng ta sẽ thấy nó ở dưới mức tối hạn (200) trên thang ý thức. Động cơ của Mahatma Gandhi (điểm hiệu chỉnh 760), rất gần với điểm cao nhất của ý thức của một người bình thường. Gandhi đã thắng trong cuộc đấu tranh này vì quan điểm của ông có sức mạnh bên trong lớn hơn hẳn. Đế chế Anh (có điểm hiệu chỉnh 175) đại diện cho lực lượng bên ngoài, và bất cứ khi nào lực lượng bên ngoài đối đầu với sức mạnh bên trong, lực lượng bên ngoài cuối cùng sẽ bị đánh bại.

Chúng ta có thể thấy trong suốt chiều dài của lịch sử, xã hội đã tìm cách “xử lý” các vấn đề của mình bằng cách ban hành luật lệ, chiến tranh, thao túng thị trường, luật pháp và cấm đoán – tất cả đều là biểu hiện của lực lượng bên ngoài – chỉ để nhận ra rằng những vấn đề này vẫn còn nguyên như cũ hoặc trở đi trở lại mặc dù đã được xử lý. Mặc dù các chính phủ (hoặc cá nhân) đang hành động theo quan điểm dựa vào lực lượng bên ngoài là những người thiện cận, thì những người quan sát nhạy cảm cuối cùng cũng thấy rõ rằng các điều kiện của xung đột xã hội sẽ không biến mất cho đến khi tìm ra và “chữa lành” được nguyên nhân cơ bản của nó.

Khác nhau giữa chữa trị và chữa lành là: chữa trị thì bối cảnh vẫn như cũ, trong khi chữa lành là thay đổi bối cảnh

nhằm tạo ra phản ứng lâm sàng và loại bỏ hoàn toàn nguyên nhân chứ không chỉ triệu chứng. Kê đơn thuốc hạ huyết áp cho bệnh nhân huyết áp cao là một chuyện; còn mở rộng bối cảnh của đời sống của bệnh nhân đến mức người đó không còn tức giận, không còn tư tưởng thù địch và ức chế lại là chuyện hoàn toàn khác.

Hy vọng rằng, trong khi nghiên ngẫm Bản đồ ý thức, bạn sẽ có được lòng trắc ẩn, và nó sẽ rút ngắn bước đường tiến tới Niềm vui. Chìa khóa mở cánh cửa Niềm vui là tử tế vô điều kiện đối với muôn loài, trong đó có chính bản thân mình – mà chúng tôi gọi là từ bi<sup>1</sup>. Nếu không có từ bi, mọi cố gắng của con người đều chẳng có ý nghĩa gì. Từ những biện pháp điều trị cho cá nhân, chúng ta có thể khái quát hóa cho bối cảnh xã hội lớn hơn: bệnh nhân không thể thực sự khỏi bệnh hoặc về cơ bản là lành lặn nếu không tìm đến sức mạnh bên trong của lòng từ bi, đối với chính họ và những người khác. Lúc đó, người được chữa lành có thể trở thành thầy thuốc chữa lành cho người khác.

---

<sup>1</sup> Xem Eadie, tr. 114.



## CHƯƠNG 4

### **Các tầng ý thức của con người**

**H**àng triệu hiệu chỉnh được thực hiện trong suốt nhiều năm nghiên cứu đã xác định được phổ giá trị tương ứng chính xác với các thái độ và cảm xúc được mọi người công nhận, được khu biệt hóa bằng các trường năng lượng điểm hút đặc thù, tương tự như trường điện từ hút magnet. Để cho dễ hiểu, cũng như đảm bảo tính chính xác chủ quan và lâm sàng, chúng tôi áp dụng cách phân loại sau đây cho các trường năng lượng này.

Quan trọng cần nhớ là các điểm hiệu chỉnh không phải tăng theo cấp số cộng, mà tăng theo hàm logarit. Do đó, tầng 300 không phải là cao hơn hai lần tầng 150; mà là lũy thừa 300 của 10 ( $10^{300}$ ). Do đó, chỉ cần tăng vài điểm là sức mạnh bên trong đã có một bước tiến lớn, tỷ lệ gia tăng năng lượng khi bước lên tầng mới là cực kỳ to lớn.

Các tầng ý thức khác nhau của con người tự thể hiện theo những cách rất sâu sắc và tác động sâu rộng; chúng tạo ra những ảnh hưởng vừa to lớn vừa tinh tế. Nói chung, tất cả các tầng dưới 200 đều có tính hủy hoại cuộc sống của cá nhân lẫn xã hội; ngược lại, tất cả tầng trên 200 là biểu hiện của sức mạnh bên trong mang tính xây dựng. Tầng then chốt (200) là bản lề phân chia khu vực của lực lượng bên ngoài (hay giả dối) với sức mạnh bên trong (hay sự thật).

Để mô tả các tương quan cảm xúc của các trường năng lượng của ý thức, cần nhớ rằng, trong một cá nhân, các trường này ít khi được biểu hiện như các trạng thái thuần túy. Một người có thể hành động ở một tầng nào đó trong một lĩnh vực nhất định và ở tầng hoàn toàn khác trong một lĩnh vực khác của đời sống. Điểm ý thức tổng quát của một cá nhân là tổng toàn bộ tác động của tất cả những tầng khác nhau này.

### **Tầng năng lượng 20: Nhục nhã**

Tầng Nhục nhã cận kề đến mức nguy hiểm với cái chết, người ta có thể vì nhục nhã mà cố ý tự tử, hoặc tự tử một cách tình cờ hơn: không làm gì nhằm duy trì đời sống, gọi là “tự tử thụ động”. Phổ biến nhất là chết trong những vụ tai nạn mà đáng lẽ ra có thể tránh được. Tất cả chúng ta, ở mức độ nào đó, đều nhận thức được về nỗi đau “mất thể diện”, mất uy tín hoặc cảm thấy mình là “người chẳng ra gì”. Ở tầng Nhục nhã, người ta gục đầu xuống và lẩn lút, ước mong mình trở thành vô hình. Trục xuất khỏi cộng đồng thường đi kèm với nhục nhã, trong các xã hội nguyên thủy – tất cả chúng ta đều từ đó mà ra – trục xuất cũng chẳng khác gì chết.

Những trải nghiệm đầu đời như lạm dụng tình dục dẫn đến Nhục nhã, nếu không được chữa trị thì sẽ làm méo mó nhân cách trong suốt một đời người. Như Freud đã nói, Nhục nhã sinh ra chứng loạn thần kinh chức năng. Nhục nhã có tính phá hoại đối với đời sống tình cảm và tâm lý, và thiếu lòng tự trọng còn làm cho cơ thể người ta dễ mắc bệnh. Người cảm thấy Nhục nhã thường nhút nhát, xấu hổ và hướng nội.



Nhục nhã cũng được sử dụng làm công cụ đàn áp tàn bạo, và chính các nạn nhân của nó cũng trở thành những kẻ tàn bạo. Những đứa trẻ bị làm nhục rất tàn bạo với động vật và tàn bạo với nhau. Những người có tầng ý thức từ 20 đến 30 thường khá nguy hiểm. Họ rất dễ có ảo giác là mình bị buộc tội, cũng như hay mắc chứng hoang tưởng; một số người bị bệnh loạn thần kinh hoặc phạm phải những tội ác kỳ quái.

Một số người ở tầng Nhục nhã lại tìm cách bù đắp bằng thói cầu toàn và cứng nhắc, và thường trở thành cố chấp và bất dung. Ví dụ khét tiếng nhất là những kẻ cực đoan về đạo đức, họ lập ra các nhóm “dân phòng”, phóng chiếu cảm giác Nhục nhã vô thức của mình lên những người mà họ cảm thấy là tấn công hoặc giết những người đó là chính đáng. Những kẻ giết người hàng loạt thường hành động nhân danh sự trong sạch tính dục, biện minh rằng đó là hình phạt đối với những người phụ nữ “lãng lơ”.

Vì Nhục nhã hạ thấp toàn bộ tầng tính cách của một con người, cho nên người đó dễ có những cảm xúc tiêu cực khác, và do đó, họ cũng thường có thái độ kiêu hãnh giả tạo, giận dữ và cảm giác tội lỗi.

### **Tầng năng lượng 30: Tội lỗi**

Tội lỗi, thường được xã hội của chúng ta sử dụng nhằm thao túng và trừng phạt, biểu hiện dưới nhiều hình thức khác nhau như hối hận, tự trách mình, bạo dâm và toàn bộ triệu chứng tự coi mình là nạn nhân. Cảm giác tội lỗi vô thức gây ra bệnh tâm thần, dễ gặp tai nạn và có thể tự tử. Nhiều người phải vật lộn suốt đời với cảm giác này, trong khi một số người khác cố gắng đến mức tuyệt vọng nhằm



chạy trốn nó bằng cách phủ nhận một cách vô đạo đức toàn bộ cảm giác Tội lỗi.

Bị cảm giác Tội lỗi thống trị sẽ dẫn đến lo lắng rằng mình có “tội”, thái độ thiếu khoan dung đó thường bị những kẻ mị dân trong tôn giáo lợi dụng nhằm ép buộc và kiểm soát. Những kẻ buôn thần bán thánh này thường bị hình phạt ám ảnh, có thể hành động vì cảm thấy chính mình có tội, hoặc phóng chiếu tội lỗi của mình lên những người khác.

Các nhóm tiểu văn hóa thường thực hiện những nghi thức tự trừng phạt khác thường, thể hiện dưới nhiều hình thức đặc biệt tàn bạo, ví dụ như dùng người hay động vật làm vật hiến tế trong những nghi lễ công khai. Cảm giác tội lỗi kích động những cơn thịnh nộ, và biểu hiện của nó là giết người. Tử hình là ví dụ về việc làm sao mà giết người lại làm cho đám đông có mặc cảm tội lỗi hài lòng. Ví dụ, xã hội thiếu khoan dung của chúng ta (Mỹ) bêu riếu nạn nhân trên mặt báo và giáng lên đầu họ những hình phạt mà chưa bao giờ chứng minh được là chúng có tác dụng ngăn chặn hoặc giúp người ta sửa chữa.

### **Tầng năng lượng 50: Thờ ơ**

Tầng này có đặc điểm là nghèo đói, tuyệt vọng và vô vọng. Thế giới và tương lai trông có vẻ ảm đạm; cuộc sống đầy đau thương. Thờ ơ là trạng thái bất lực; nạn nhân của nó thiếu thốn mọi thứ, họ không chỉ thiếu nguồn lực mà còn thiếu cả năng lượng để có thể tận dụng những nguồn lực sẵn có. Nếu không có nguồn cung cấp năng lượng từ bên ngoài thì họ có thể không làm gì nhằm duy trì đời sống, kết quả là tự tử thụ động. Mất hết ý chí sống, ánh mắt của họ đờ đẫn và vô vọng, họ hồ hững trước các kích thích cho đến khi mất họ



không còn phản ứng và thậm chí không có đủ năng lượng để nuốt thức ăn được đút vào tận miệng.

Đây là tầng của những người vô gia cư và những người bị xã hội bỏ rơi; cũng là số phận của nhiều người già và những người cô đơn do mắc các bệnh mãn tính hoặc những căn bệnh làm cho tình trạng sức khỏe ngày càng xấu đi. Người thờ ơ sống phụ thuộc vào người khác và bị coi là gánh nặng đối với những người xung quanh.

Thường thì, xã hội không có đủ động lực nhằm giúp đỡ một cách thiết thực cho các cộng đồng cũng như các cá nhân ở tầng này – họ bị coi như những người ăn bám. Đây là tầng năng lượng của các đường phố ở Calcutta, nơi chỉ những người thánh thiện như Mẹ Teresa và đệ tử của Bà mới dám đặt chân đến. Thờ ơ là từ bỏ hy vọng, và chẳng có mấy người có đủ dũng khí để thực sự đối diện với nó.

### **Tầng năng lượng 75: Đau khổ**

Đây là tầng của buồn bã, mất mát và chán nản. Hầu hết mọi người đều trải qua tình trạng này nhiều lần, nhưng những người bị mắc kẹt ở tầng này sẽ có cuộc sống đầy hối tiếc và phiền muộn. Đây là tầng của những người thường xuyên than thở, thường xuyên cảm thấy mất mát và hối hận về quá khứ; cũng là tầng của những người thường xuyên thất bại và những tay nghiện cờ bạc, coi thất bại là một phần trong cách sống của mình, kết quả là mất việc làm, mất bạn bè, mất gia đình, và cơ hội, mất tiền bạc và sức khỏe.

Những tổn thất lớn đầu đời làm cho người ta sau này dễ dàng chấp nhận một cách thụ động đau khổ, coi nỗi buồn là cái giá của cuộc đời. Khi đang Đau khổ, người ta nhìn thấy ở đâu cũng buồn: những đứa trẻ con đáng buồn, hoàn cảnh



của thế giới đáng buồn, chính cuộc sống cũng đáng buồn. Tầng này phủ màu sắc ảm đạm của nó lên toàn bộ tầm nhìn về cuộc sống của người đó. Một phần của hội chứng mất mát này là quan niệm cho rằng không gì có thể thay thế được những thứ đã mất hoặc thay thế được điều mà những thứ bị mất kia là biểu tượng. Ở đây người ta đã khái quát hóa trường hợp cụ thể đến mức mất người thân yêu bị coi là mất chính tình yêu. Ở tầng này, những mất mát về mặt tình cảm như thế có thể gây ra bệnh trầm cảm nghiêm trọng hoặc thậm chí là chết.

Mặc dù Đau khổ là nghĩa địa của cuộc đời, song nó vẫn có nhiều năng lượng hơn Thờ ơ. Do đó, khi một bệnh nhân bị sang chấn và rơi vào trạng thái thờ ơ bắt đầu khóc, thì chúng tôi biết là họ đang khá lên. Khi bắt đầu khóc là họ sẽ bắt đầu ăn trở lại.

### **Tầng năng lượng 100: Sợ hãi**

Ở tầng 100, con người có nhiều năng lượng sống hơn; sợ nguy hiểm thực sự là nỗi sợ lành mạnh. Sợ hãi đang vận hành phần lớn thế giới, thúc đẩy vô vàn hoạt động khác nhau. Sợ kẻ thù, sợ già hay sợ chết, sợ bị từ chối và nhiều nỗi sợ hãi trong xã hội là động lực cơ bản trong cuộc sống của hầu hết mọi người.

Theo quan điểm của tầng này, thế giới trông có vẻ nguy hiểm, đầy rẫy cạm bẫy và đe dọa. Các cơ quan và chế độ độc tài áp bức thích dùng sợ hãi làm công cụ để kiểm soát dân chúng, và tình trạng bấp bênh là ngón nghề của những tay thao túng trên thương trường. Sợ hãi được các phương tiện truyền thông và quảng cáo sử dụng nhằm gia tăng thị phần.



Sợ hãi, cũng như trí tưởng tượng của con người, có thể được khuếch đại đến vô cùng vô tận; một khi Sự sợ hãi trở thành trung tâm chú ý của một người nào đó thì vô vàn những sự kiện đáng sợ trên thế giới sẽ cung cấp dưỡng chất cho nó. Sự sợ hãi trở thành ám ảnh và có thể xuất hiện dưới mọi hình thức. Sự mất quan hệ dẫn đến ghen tuông và căng thẳng mãn tính ở mức độ cao. Tư tưởng sự sợ hãi có thể biến thành hoang tưởng hoặc tạo ra những cơ cấu phòng vệ thái quá và bởi vì Sự sợ hãi dễ lây lan, nó có thể trở thành xu hướng giữ thế thượng phong trong xã hội.

Sự sợ hãi làm cho nhân cách không phát triển được và dẫn đến ức chế. Vì phải có năng lượng thì mới vượt qua được sự sợ hãi; cho nên nếu không có trợ giúp, những người bị ức chế không thể vươn lên được tầng cao hơn. Vì vậy, những người sợ hãi tìm kiếm các nhà lãnh đạo mạnh mẽ, những người dường như đã chinh phục được nỗi sợ hãi của chính mình để dẫn dắt họ thoát khỏi tình trạng nô lệ.

### **Tầng năng lượng 125: Khát khao**

Tầng này có nhiều năng lượng hơn nữa. Khát khao là động lực của rất nhiều lĩnh vực hoạt động của con người, trong đó có kinh tế. Những người làm quảng cáo lợi dụng Khát khao của chúng ta để thao túng chúng ta bằng những nhu cầu liên quan tới bản năng sinh tồn. Khát khao thúc đẩy chúng ta nỗ lực hơn nữa nhằm đạt được mục tiêu hoặc phần thưởng. Khát khao tiền bạc, uy tín hoặc quyền lực dẫn động đời sống của nhiều người, những người đã vượt thoát khỏi Sự sợ hãi thì Khát khao là cách sống nổi trội nhưng đầy hạn chế của họ.



Khát khao cũng là tăng nghiện ngập, trong đó khát khao trở thành thèm muốn, còn quan trọng hơn chính cuộc sống. Những nạn nhân của Khát khao có thể thực sự không nhận thức được nền tảng của những động cơ của mình. Đối với một số người, Khát khao được người khác chú ý trở thành chất gây nghiện và những đòi hỏi thường xuyên của họ làm cho người ta xa lánh. Khát khao hấp dẫn giới tính tạo ra toàn bộ ngành mỹ phẩm, thời trang và phim ảnh.

Khát khao dẫn tới tích trữ và lòng tham. Nhưng Khát khao là vô độ, vì nó là trường năng lượng ngày càng gia tăng, do đó thỏa mãn khát khao này thì sẽ xuất hiện khát khao chưa được thỏa mãn khác. Các triệu triệu phú vẫn bị ám ảnh với việc kiếm được ngày càng nhiều tiền hơn.

Tuy nhiên, Khát khao là tầng cao hơn hẳn so với Thờ ơ hay Đau khổ. Để “có”, trước hết phải có năng lượng để “muốn”. Truyền hình đã tạo được ảnh hưởng to lớn đối với nhiều người bị ức chế, bởi vì nó khắc sâu vào tâm trí họ những điều họ muốn và tiếp thêm năng lượng cho những khát khao của họ đến mức họ thoát khỏi Thờ ơ và bắt đầu tìm kiếm cuộc sống tốt đẹp hơn. Mong muốn có thể đưa người ta bước lên con đường dẫn tới thành công. Do đó, Khát khao có thể trở thành bệ đỡ giúp người ta bước lên các tầng ý thức cao hơn.

### **Tầng năng lượng 150: Giận dữ**

Mặc dù Giận dữ có thể dẫn đến giết người và chiến tranh, nhưng như một tầng năng lượng, nó cách xa cái chết hơn hẳn những tầng bên dưới. Giận dữ có thể dẫn đến cả hành động xây dựng cũng như phá hoại. Khi người ta thoát khỏi cách sống Thờ ơ và Đau khổ, để vượt qua Sợ hãi, thì họ bắt





dầu mong muốn; Khát khao dẫn đến thất vọng, đến lượt nó, Khát khao dẫn đến Giận dữ. Vì vậy, Giận dữ có thể là điểm tựa mà những người bị ức chế cuối cùng vượt thoát tới tự do. Giận dữ vì bất công xã hội, vì bị đối xử tàn nhẫn và bất bình đẳng đã tạo ra những phong trào quần chúng vĩ đại, dẫn đến những thay đổi to lớn trong cơ cấu xã hội.

Nhưng, Giận dữ hay thể hiện nhất dưới dạng oán hận và trả thù và do đó, đây là tình cảm bùng nổ và nguy hiểm. Có thể thấy lối sống Giận dữ ở những người hay cáu kỉnh, dễ nổi khùng, những người quá nhạy cảm với những chuyện nhỏ nhặt và trở thành “những kẻ tích tụ bất công”, hay sinh sự, hiếu chiến hoặc thích kiện tụng.

Vì Giận dữ xuất phát từ mong muốn không được đáp ứng, nó lấy trường năng lượng bên dưới làm cơ sở. Thất vọng là kết quả của việc thổi phồng mức độ quan trọng của khát khao. Người giận dữ có thể nổi cơn thịnh nộ, tương tự như một đứa trẻ cáu kỉnh. Giận dữ dễ dẫn đến căm thù, nó bào mòn tất cả các lĩnh vực trong cuộc sống của một người.

## **Tầng năng lượng 175: Kiêu hãnh**

Kiêu hãnh, điểm hiệu chỉnh 175, có đủ năng lượng để vận hành Binh chủng Thủy quân lục chiến Hoa Kỳ. Đây là tầng mà phần lớn nhân loại chúng ta hiện nay mong ước. Trái ngược với các trường năng lượng thấp hơn, người ta sẽ cảm thấy phấn khích khi lên đến tầng này. Gia tăng lòng tự trọng xoa dịu tất cả những đau đớn mà người ta đã trải qua ở những tầng ý thức thấp hơn. Kiêu hãnh có vẻ ngoài đẹp đẽ và nó biết như thế; nó ngênh ngang mang những thứ của nó vào màn diễn hành của cuộc đời. Kiêu hãnh cách khá xa Nhục nhã, Tội lỗi hoặc Sợ hãi, cho nên, ví dụ, thoát khỏi



cảnh tuyệt vọng trong khu ổ chuột để đạt tới niềm tự hào của người lính thủy đánh bộ đã là bước nhảy vọt rồi. Kiêu hãnh thường được coi là tốt và được xã hội khuyến khích, nhưng, như chúng ta thấy trong bản đồ các tầng ý thức, nó vẫn có nhiều tiêu cực, cho nên vẫn nằm dưới tầng tối hạn (200). Đây là lý do vì sao Kiêu hãnh chỉ tốt hơn so với các tầng bên dưới.

Như tất cả chúng ta đều biết, vấn đề là “Kiêu hãnh thường dẫn tới sa ngã”. Kiêu hãnh mang tính phòng thủ và dễ bị tổn thương, vì nó phụ thuộc vào các điều kiện bên ngoài. Nếu không có những điều kiện đó, nó có thể đột ngột rơi xuống tầng năng lượng thấp hơn. Bản ngã bị thổi phồng rất dễ bị tấn công. Kiêu hãnh vẫn là tầng yếu vì người ta có thể hạ bệ nó để đưa nó về tầng Nhục nhĩ, đó chính là đe dọa thổi bùng lên ngọn lửa sợ hãi về việc đánh mất Kiêu hãnh.

Kiêu hãnh mang tính chia rẽ và tạo ra chủ nghĩa bè phái, với nhiều hậu quả tai hại. Người ta thường chết vì Kiêu hãnh; các đội quân thường xuyên tàn sát lẫn nhau vì một trong những khía cạnh của lòng Kiêu hãnh, được gọi là chủ nghĩa dân tộc. Chiến tranh tôn giáo, khủng bố chính trị và cuồng tín, lịch sử kinh hoàng của Trung Đông và Trung Âu, đều là cái giá của lòng Kiêu hãnh, mà tất cả các xã hội đều phải trả.

Mặt trái của Kiêu hãnh, do đó, là kiêu ngạo và phủ nhận. Đây là những đặc điểm cản trở phát triển. Khi Kiêu hãnh, người ta không thể cai nghiện vì họ không công nhận mình bị mắc các vấn đề về tình cảm hoặc khiếm khuyết về ý chí. Tất cả các phủ nhận đều là do Kiêu hãnh mà ra. Do đó, Kiêu hãnh là chướng ngại rất lớn trong quá trình vươn tới nội lực thực sự – thay thế Kiêu hãnh bằng tâm vóc và uy tín chân thực.



## Tầng năng lượng 200: Can đảm

Tầng 200, tầng đầu tiên có nội lực thực sự. Khi kiểm tra đối tượng ở tất cả các tầng năng lượng dưới 200, chúng tôi nhận thấy – có thể dễ dàng kiểm tra lại – tất cả những người này đều phản ứng yếu. Mọi người đều phản ứng mạnh với các trường năng lượng hỗ trợ sự sống trên tầng 200. Đây là tầng tối hạn, chia tách những ảnh hưởng tích cực và tiêu cực đối với đời sống. Ở tầng Can đảm, người ta có nội lực thực sự; do đó, nó cũng là tầng có thể truyền năng lượng. Đây là khu vực của khám phá, của thành tựu, kiên cường và quyết tâm. Ở những tầng thấp hơn, người ta nhìn cuộc đời bằng cặp mắt vô vọng, buồn bã, đáng sợ, hoặc bức bối; nhưng ở tầng Can đảm, người ta thấy cuộc đời rất thú vị, đầy thử thách và kích thích.

Can đảm nghĩa là sẵn sàng thử sức với những điều mới mẻ và đối phó với những thăng trầm của cuộc đời. Ở tầng này, con người có thể đối phó và xử lý một cách hiệu quả những cơ hội của đời sống. Ví dụ, ở tầng 200, người ta có năng lượng để học các kỹ năng nghề nghiệp mới. Phát triển và học hành trở thành những mục tiêu có thể thực hiện được. Người ta có khả năng đối đầu với sợ hãi hoặc khiếm khuyết trong tính cách và vươn lên mặc dù vẫn còn có những khuyết điểm đó; lo lắng cũng không còn làm tê liệt được nỗ lực như nó có thể làm ở các tầng thấp hơn. Những chương ngại từng khuất phục được những người ở các tầng ý thức dưới 200, lúc này lại trở thành những yếu tố kích thích đối với những người đã tiến lên đến tầng đầu tiên của nội lực thực sự.

Những người ở tầng này lấy của thế giới bao nhiêu năng lượng thì sẽ trả lại bấy nhiêu; ở những tầng thấp hơn, tập thể

cũng như cá nhân tiêu hao năng lượng của xã hội mà không hoàn trả. Vì thành tích tạo ra phản hồi tích cực, tự thưởng, và lòng tự trọng ngày càng được củng cố thêm. Hiệu quả bắt đầu từ đây. Ý thức tập thể của nhân loại vẫn nằm ở mức 190 suốt nhiều thế kỷ và, kỳ lạ là, nó chỉ mới nhảy lên được mức hiện nay (204) trong thập kỷ vừa qua mà thôi<sup>1</sup>.

### **Tầng năng lượng 250: Trung dung**

Khi đạt đến tầng mà chúng tôi gọi là Trung dung, năng lượng trở nên rất tích cực, vì nó là hiện thân của giải thoát khỏi những tầng ý thức thấp hơn. Dưới 250, ý thức có xu hướng nhìn nhận mọi thứ theo hướng nhị nguyên và có quan điểm cứng nhắc, đó là trở ngại trong thế giới phức tạp và đa tầng chứ không chỉ có hai màu đen và trắng.

Những quan điểm như thế tạo ra phân cực, đến lượt nó, lại tạo ra đối lập và chia rẽ. Như trong võ thuật, tư thế cứng nhắc sẽ trở thành điểm sơ hở; không dẻo thì dễ gãy. Trung dung vượt lên trên các rào cản hoặc chống đối làm tiêu tan năng lượng của con người, nó làm cho con người trở thành linh hoạt và không phán xét, đánh giá các vấn đề theo lối thực tế. Trung dung có nghĩa là không dính chấp quá mức vào kết quả; không đạt được mục tiêu không còn bị coi là thất bại, đáng sợ hay thất vọng nữa.

Người ở tầng Trung dung có thể nói: “Ồ, nếu không nhận được công việc này thì mình sẽ nhận được công việc khác”. Đây là khởi đầu thái độ tự tin ở bên trong con người; cảm nhận được nội lực của chính mình, nên khó có thể đe dọa

---

<sup>1</sup> Tác phẩm này xuất bản lần đầu tiên năm 1995, nghĩa là ý thức của nhân loại mới vượt lên mức 204 trong những năm cuối 1980, đầu 1990. (ND)



được họ. Người đó không có động cơ chứng minh bất cứ điều gì. Thái độ điển hình của tầng 250 là cuộc sống, với những thăng trầm của nó, về cơ bản là ổn, nếu có thể linh hoạt theo hoàn cảnh.

Những người Trung dung thường cảm thấy hạnh phúc; biểu hiện nổi bật của tầng này là khả năng tự tin để sống trong đời. Do đó, theo kinh nghiệm, đây là tầng an toàn. Những người ở tầng này dễ hòa đồng với mọi người, người khác cảm thấy an toàn khi kết giao và ở bên cạnh họ, vì họ không quan tâm tới xung đột, cạnh tranh, hoặc tội lỗi của người khác. Họ là những người thoải mái và về cơ bản là không lo âu. Đây là người có thái độ không phán xét và không có nhu cầu kiểm soát hành vi của người khác. Đổi lại, vì những người Trung dung coi trọng tự do, nên rất khó kiểm soát họ.

### **Tầng năng lượng 310: Sẵn sàng**

Tầng năng lượng rất tích cực này có thể được coi là cánh cổng dẫn đến những tầng cao hơn. Ví dụ, trong khi ở tầng Trung dung, tất cả công việc đều được hoàn thành ở mức thỏa đáng, thì ở tầng Sẵn sàng, công việc được hoàn thành ở mức tốt và thường thì, nỗ lực nào cũng thu được thành công. Trưởng thành nhanh, đây là những người được chọn để đưa lên. Sẵn sàng có nghĩa là người đó đã vượt qua được trở ngại tinh thần đối với đời sống và cam kết dự phần vào đời sống. Dưới điểm hiệu chỉnh 200, người ta thường bảo thủ, nhưng ở tầng 310, người ta có đầu óc rất cởi mở. Người ở tầng này trở thành thân thiện thực sự và thành công về kinh tế và xã hội dường như là đương nhiên. Thất nghiệp không làm cho người Sẵn sàng nao núng, vì họ sẽ nhận bất kỳ công việc nào,



nếu cần, hay sẽ tạo dựng sự nghiệp hoặc tự mình kinh doanh. Họ không cảm thấy xấu hổ vì phải phục vụ người khác hoặc bắt đầu từ dưới đáy. Bản tính của họ là thích giúp đỡ người khác và có tinh thần xây dựng xã hội. Họ cũng sẵn sàng đối mặt với các vấn đề tinh thần của mình và không có các trở ngại lớn trong việc học hỏi.

Ở tầng này, lòng tự trọng bẩm sinh đã khá cao và còn được củng cố bởi những phản hồi tích cực từ xã hội dưới những hình thức như công nhận, đánh giá cao và phần thưởng. Sẵn sàng nghĩa là đồng cảm và đáp ứng nhiệt tình trước nhu cầu của người khác. Những người Sẵn sàng là những người xây dựng và đóng góp cho xã hội. Với khả năng vượt qua nghịch cảnh và học hỏi từ kinh nghiệm, họ thường là những người có khả năng tự hoàn thiện bản thân. Sau khi buông bỏ thái độ Kiêu hãnh, họ sẵn sàng nhìn vào những khiếm khuyết của mình và học hỏi những người khác. Những người ở tầng Sẵn sàng là những học trò xuất sắc. Họ là những người dễ dạy và là nguồn nội lực đáng kể của xã hội.

### **Tầng năng lượng 350: Chấp nhận**

Ở tầng nhận thức này, đã diễn ra một thay đổi lớn, người ta biết rằng mình là nguồn gốc và là người tạo ra những trải nghiệm trong cuộc đời của chính mình. Nhận trách nhiệm như thế là điểm nổi bật của tầng này với đặc điểm là sống hài hòa với các lực lượng bên ngoài của đời sống.

Tất cả những người dưới điểm 200 thường tỏ ra bất lực và coi mình là nạn nhân, phó mặc thân phận cho cuộc đời định đoạt. Đó là do người ta tin rằng hạnh phúc hay trắc trở là do “bên ngoài”. Một bước nhảy lớn – giành lại sức mạnh



bên trong – được hoàn thành triệt để ở tầng Chấp nhận, với nhận thức rằng nguồn gốc của hạnh phúc nằm trong chính mình. Tại tầng tiến hóa hơn này, không có gì ở “ngoài kia” có khả năng làm cho con người hạnh phúc, và tình yêu không phải là một cái gì đó được người khác ban cho hay lấy đi mất, mà nó được tạo ra ngay trong chính bản thân mình.

Không được đánh đồng Chấp nhận với thụ động, bởi đó là biểu hiện của thờ ơ. Hình thức Chấp nhận này tạo điều kiện cho người ta tham gia vào đời sống theo các điều kiện của chính cuộc đời mà không cố gắng uốn nắn nó theo một chương trình nào cả. Cùng với Chấp nhận là bình yên về tình cảm và khi siêu việt lên khỏi từ chối thì nhận thức càng mở rộng thêm. Lúc này, người ta nhìn thấy mọi thứ như chúng vốn là, mà không bị bóp méo hay hiểu sai; bối cảnh của trải nghiệm được mở rộng đến mức người đó có thể “nhìn được toàn bộ bức tranh”. Thực chất, Chấp nhận là giữ cân bằng, cân đối và đúng mực.

Người ở tầng Chấp nhận không thích tranh cãi đúng hay sai, thay vào đó, họ tìm cách giải quyết và tìm giải pháp cho vấn đề. Khó khăn không làm họ khó chịu hay nhụt chí. Các mục tiêu dài hạn được ưu tiên hơn các mục tiêu ngắn hạn; kỷ luật tự giác và làm chủ bản thân là đức tính nổi bật của họ.

Ở tầng Chấp nhận, khác biệt hay quan điểm đối lập không chia rẽ được chúng ta; chúng ta nhận ra rằng người khác có những quyền giống như chúng ta, và chúng ta tôn trọng quyền bình đẳng. Trong khi các tầng thấp hơn có đặc điểm là cứng nhắc, thì ở tầng này, đa nguyên về mặt xã hội bắt đầu được coi là hình thức giải quyết vấn đề. Do đó, tầng này không còn phân biệt đối xử hay bất dung nữa;



người ta nhận thức được rằng bình đẳng không loại bỏ đa dạng. Chấp nhận dung hợp chứ không chối bỏ.

## **Tầng năng lượng 400: Lý trí**

Trí tuệ và lý trí bước lên hàng đầu khi người ta vượt lên khỏi xu hướng cảm tính của các tầng thấp hơn. Lý tính có khả năng xử lý khối lượng dữ liệu lớn và phức tạp; đưa ra quyết định một cách nhanh chóng và đúng đắn; hiểu được sự phức tạp của các mối quan hệ, phân cấp và phân biệt tinh tế; và vận dụng khéo léo các biểu tượng để thể hiện các khái niệm trừu tượng, khái niệm trừu tượng ngày càng trở thành quan trọng hơn. Đây là tầng của khoa học, y học, và nói chung là khả năng trừu tượng hóa và sự hiểu biết ngày càng gia tăng. Kiến thức và giáo dục được coi là nguồn vốn. Hiểu biết và thông tin là công cụ chính để đạt được thành tựu, đây là dấu ấn của tầng 400. Tầng này là tầng ý thức của những khôi nguyên Nobel, của các chính khách vĩ đại, và các thẩm phán của tòa án tối cao. Einstein, Freud và nhiều nhà tư tưởng vĩ đại khác của lịch sử cũng nằm ở tầng này, các tác giả bộ sách *Great Books of the Western World* (tạm dịch: Những cuốn sách vĩ đại của Thế giới phương Tây) cũng nằm ở tầng này.

Khiếm khuyết của những người ở tầng này là họ không phân biệt được một cách rõ ràng sự khác biệt giữa biểu tượng và nội dung đằng sau biểu tượng và lẫn lộn giữa thế giới khách quan và chủ quan, làm cho họ không hiểu đầy đủ về quan hệ nhân quả. Ở tầng này, rất dễ thấy cây mà không thấy rừng, rất dễ mê đắm vào các khái niệm và lý thuyết, để rồi cuối cùng rơi vào lý thuyết suông và bỏ qua bản chất của vấn đề. Tìm tòi tri thức có thể trở thành mục đích tự thân.





Lý trí có giới hạn ở chỗ là nó không có khả năng phân biệt được bản chất hoặc điểm tới hạn của vấn đề phức tạp. Và, nói chung Lý trí thường không quan tâm đến bối cảnh.

Tự nó, Lý trí không cung cấp cho chúng ta kim chỉ nam hướng tới chân lý. Nó tạo ra rất nhiều thông tin và tài liệu, nhưng không có khả năng giải quyết sự thiếu nhất quán trong dữ liệu và kết luận. Tự thân tất cả các luận cứ triết học đều nghe có vẻ rất thuyết phục. Mặc dù Lý trí rất có hiệu quả trong thế giới kỹ nghệ, nơi các phương pháp logic giữ thể thượng phong, nhưng ngược đời là, bản thân Lý trí lại là chướng ngại chính, ngăn cản không cho người ta vươn lên những tầng ý thức cao hơn. Chỉ có 4% dân số thế giới siêu việt được tầng ý thức này mà thôi.

### **Tầng năng lượng 500: Tình yêu**

Tình yêu được bàn ở đây không phải là thứ tình yêu mà các phương tiện truyền thông đại chúng đang quảng bá. Ngược lại, nói chung thế giới coi tình yêu là cảm xúc mãnh liệt, kết hợp hấp dẫn về thể xác, chiếm hữu, kiểm soát, ghen, gọi tình và mối lạ. Loại tình yêu này thường phù phiếm và thất thường, thất thường khi điều kiện thay đổi. Khi thất vọng, tình cảm này thường thể hiện thành tức giận và phụ thuộc mà nó che đậy. Người ta thường thấy tình yêu biến thành thù hận, nhưng đấy không phải là tình yêu mà là ràng buộc và thói đa cảm có tính gây ghen. Thù hận là do Kiêu hãnh, chứ không phải Tình yêu. Trong mối quan hệ như thế, có lẽ chẳng bao giờ có tình yêu đích thực.

Tình yêu vô điều kiện, không thay đổi và vĩnh viễn là đặc điểm của tầng này. Nó không lên xuống thất thường vì nguồn yêu thương ở bên trong người đang yêu, không phải



phụ thuộc vào điều kiện bên ngoài. Yêu thương là trạng thái của hiện hữu. Đó là liên hệ mang tính khoan dung, khuyến khích và nâng đỡ với thế giới bên ngoài. Tình yêu không mang tính trí tuệ và không xuất phát từ tâm trí. Tình yêu xuất phát từ trái tim. Tình yêu này, với động cơ thuần khiết, có khả năng nâng đỡ người khác và thực hiện được những thành tích to lớn.

Ở tầng này, khả năng nhận biết bản chất nổi bật hẳn lên; cốt lõi của vấn đề trở thành trọng tâm chú ý. Vì đã vượt qua tầng lý trí, ở đây xuất hiện khả năng nhận biết tức thời toàn bộ vấn đề và mở rộng bối cảnh, đặc biệt là đối với thời gian và quy trình. Lý trí chỉ giải quyết những vấn đề cụ thể, trong khi Tình yêu giải quyết tổng thể. Người ta thường cho rằng đó là trực giác, tức là khả năng hiểu ngay lập tức mà không cần dựa vào quá trình suy luận biểu tượng một cách tuần tự. Trên thực tế, hiện tượng dường như trừu tượng này là khá rõ ràng; cùng với nó là quá trình giải phóng khá nhiều chất endorphin ở trong não bộ.

Tình yêu không có quan điểm và do đó, có tính bao trùm, vượt lên trên chia tách về địa vị. Lúc đó, nó có thể trở thành “hòa nhập với người khác”, vì không còn bất kỳ rào cản nào nữa. Do đó, Tình yêu mang tính dung hợp và không ngừng mở rộng cảm thức về tự ngã. Tình yêu chú tâm vào những mặt tốt đẹp của cuộc sống trong tất cả các biểu hiện của nó và thúc đẩy những mặt tích cực. Nó xua tan tiêu cực bằng cách đưa vào bối cảnh khác chứ không tấn công.

Đây là tầng hạnh phúc thực sự, nhưng, mặc dù thế giới rất hào hứng với chủ đề Tình yêu, và tất cả các tôn giáo trường tồn đều có điểm từ 500 trở lên, thật thú vị khi biết rằng chỉ có 4% dân số thế giới từng đạt đến tầng ý thức



này mà thôi. Và chỉ có 0,4% đạt đến tầng tình yêu vô điều kiện (540).

### **Tầng năng lượng 540: Niềm vui**

Khi Tình yêu ngày càng trở nên vô điều kiện hơn, người ta bắt đầu thấy nó là Niềm vui bên trong chính con người mình. Đây không phải là niềm vui bộc phát khi thấy các sự kiện xoay chuyển theo hướng mà mình ao ước; mà là niềm vui đi kèm với tất cả các hoạt động của người đó. Niềm vui xuất hiện trong từng khoảnh khắc của đời sống, chứ không phải từ bất kỳ nguồn bên ngoài nào. 540 cũng là tầng chữa lành và của các nhóm giúp đỡ lẫn nhau về mặt tâm linh.

Từ tầng 540 trở lên là lĩnh vực của thánh nhân, những người chữa lành về mặt tâm linh, và những người nghiên cứu tâm linh cao cấp. Đặc điểm của trường năng lượng này là mức độ kiên nhẫn siêu hạng và giữ vững thái độ tích cực trước những nghịch cảnh kéo dài. Điểm nổi bật của trạng thái này là lòng từ bi. Những người đạt đến tầng này có ảnh hưởng đáng kể lên những người khác. Họ có quan điểm cởi mở và bền bỉ, có thể khơi gợi trạng thái tin yêu và an bình.

Ở những tầng ở nửa trên 500, người ta thấy thế giới lung linh vẻ đẹp tinh tế và hoàn hảo của tạo tác. Mọi thứ đều diễn ra một cách nhẹ nhàng như không, vì chúng xảy ra đồng thời với nhau; thế giới cùng với mọi thứ trong thế giới này được coi là biểu hiện của tình yêu và Thánh thần. Ý chí cá nhân hợp nhất với ý chí của Thánh thần. Người ta cảm nhận được Hiện diện (Presence) mang theo năng lượng tạo điều kiện cho các hiện tượng xảy ra ngoài sức tưởng tượng của người bình thường về thực tại, mà người quan sát bình thường gọi là kỳ diệu. Những hiện tượng này là sức mạnh



bên trong của trường năng lượng, chứ không phải là của cá nhân.

Ở tầng này, ý thức trách nhiệm đối với người khác khác về chất so với những tầng thấp hơn. Họ mong muốn sử dụng trạng thái ý thức của mình vì lợi ích của chính đời sống chứ không phải vì lợi ích những con người cụ thể. Cùng với khả năng yêu nhiều người cùng một lúc, người ta còn phát hiện được rằng, càng yêu nhiều, thì người ta càng có thể yêu nhiều hơn nữa.

Trải nghiệm cận tử, do tác động mang tính chuyển hóa của nó, thường xuyên cho phép người ta trải nghiệm tầng năng lượng từ 540 đến 600.

### **Tầng năng lượng 600: An bình**

Trường năng lượng này liên quan tới trải nghiệm được thể hiện bằng những thuật ngữ như siêu việt, tự thể hiện bản thân và Thần thức (God-consciousness). Đây là trạng thái cực kỳ hiếm hoi. Khi đạt đến trạng thái này sẽ không còn có sự phân biệt giữa chủ thể và khách thể nữa, và không còn tiêu điểm nhận thức cụ thể. Không hiếm những trường hợp khi những người đạt đến tầng này lui về ở ẩn, tránh xa thế giới, vì trạng thái phúc lạc xuất hiện sau đó sẽ cản trở, không cho người đó làm những công việc trần tục nữa. Một số người trở thành đạo sư; một số người khác hoạt động âm thầm vì lợi ích của nhân loại. Một số người trở thành những thiên tài vĩ đại trong các lĩnh vực của mình và có những đóng góp to lớn cho xã hội. Những người này là thánh và cuối cùng có thể được chính thức phong thánh, mặc dù ở tầng này, người ta thường đã siêu việt tôn giáo hình thức, để được thay thế bằng tâm linh thuần khiết, cội nguồn của tất cả các tôn giáo.



Đôi khi có người nói rằng nhận thức từ tầng 600 trở lên xảy ra như trong một đoạn phim quay chậm, chùng chình trong thời gian và không gian – mặc dù không có gì đứng yên; tất cả đều sống động và rạng rỡ. Mặc dù thế giới này cũng là thế giới mà những người khác đều nhìn thấy, nó liên tục trôi chảy, tiến triển trong vũ điệu tiến hóa được phối hợp một cách nhịp nhàng, tràn đầy ý nghĩa và năng lượng. Mặc khải tuyệt vời này diễn ra một cách phi lý tính, đến mức tâm trí hoàn toàn tĩnh lặng, không còn bất cứ giải thích nào. Người chứng kiến và điều được chứng kiến trở thành một; người quan sát hòa tan vào cảnh quan và trở thành cái được quan sát. Tất cả mọi thứ đều được Hiện diện – với quyền năng vô hạn, vi tế nhưng vô cùng bền chắc – kết nối với nhau.

Những tác phẩm nghệ thuật, âm nhạc và kiến trúc xuất sắc có điểm từ 600 đến 700 có thể nhất thời đưa chúng ta lên tầng ý thức cao hơn và được mọi người công nhận là có khả năng truyền cảm hứng và bất tử.

### **Tầng năng lượng 700-1.000: Chứng ngộ**

Đây là tầng của những Vĩ nhân trong lịch sử, những người đã khởi phát những con đường tu luyện tâm linh mà quần chúng đã tu tập theo trong suốt nhiều thời đại. Tất cả đều gắn liền với Thánh thần, và thường đồng nhất với Ngài. Đây là tầng của những cảm hứng mãnh liệt, những Vĩ nhân này nằm trong các trường năng lượng điểm hút có ảnh hưởng đến toàn thể nhân loại qua suốt nhiều thời đại. Ở tầng này, không còn trải nghiệm của cái tôi cá nhân tách biệt với những cái tôi khác nữa; mà, Đại ngã đã hợp nhất Ý thức Vũ trụ và Thánh thần. Người ta trải nghiệm

Đấng Phi Hiển lộ như là Đại ngã vượt ngoài tâm trí. Siêu việt khỏi bản ngã cũng là tấm gương dạy những người khác cách thức thực hiện điều đó. Đây là đỉnh cao nhất của quá trình tiến hóa ý thức trong cõi nhân gian.

Những giáo lý vĩ đại đã nâng đỡ quần chúng và nâng cao tầng nhận thức của toàn thể nhân loại. Tâm nhìn như thế được gọi là ân sủng, và món quà mà nó mang lại là an bình vô hạn, không thể diễn tả bằng lời<sup>1</sup>. Ở tầng tự thể hiện này, cảm thức về sự tồn tại của người đó siêu việt lên mọi thời gian và tất cả tính cá thể. Không còn đồng nhất với cơ thể vật lý như là “tôi” nữa, và do đó, không còn lo lắng cho số phận nữa. Cơ thể chỉ được coi là công cụ của ý thức thông qua sự can thiệp của tâm trí, giá trị cốt yếu của nó là truyền tải thông tin. Tự ngã của cá nhân hòa nhập trở lại vào Đại ngã. Đây là tầng của bất nhị nguyên, hoặc Nhất thể hoàn chỉnh. Ý thức không còn nằm một chỗ; nhận thức hiện diện như nhau ở khắp nơi<sup>2</sup>.

Các tác phẩm nghệ thuật vĩ đại khắc họa những người Chúng ngộ có đặc điểm là một người thầy với vị trí cụ thể của bàn tay, được gọi là mudra (thủ ấn), lòng bàn tay tỏa ra phúc lành. Đây là hành động truyền trường năng lượng tới ý thức của loài người. Tầng Ôn phúc Thiêng liêng (Divine Grace) đạt điểm 1.000, tầng cao nhất mà một số người sống trong giai đoạn lịch sử thành văn đã đạt được – tức là những người được tôn xưng là Thánh thần giáng thế như Thần Krishna, Đức Phật và Chúa Jesus Christ.

---

<sup>1</sup> Xem James, 1929.

<sup>2</sup> Trải nghiệm cá nhân của tác giả.

## CHƯƠNG 5

# **Phân bố tầng thứ ý thức trong xã hội**

### **Mô tả chung**

Đồ thị thể hiện phân bố các tầng năng lượng trong dân số thế giới tương tự như hình dạng của một ngôi chùa, trong đó 85% nhân loại có điểm hiệu chỉnh dưới mức tối hạn 200, trong khi tầng ý thức trung bình của toàn thể nhân loại hiện nay xấp xỉ 204<sup>1</sup>. Nội lực của một số ít người gần đạt tầng cao nhất bù đắp cho năng lượng của đám đông gần đáy cho nên mới có được mức trung bình này. Chỉ 8,0% dân số thế giới hoạt động ở tầng ý thức 400, chỉ 4,0% dân số thế giới có điểm từ 500 trở lên và phải nhiều triệu người mới có một người có điểm từ 600 trở lên.

Thoạt nhìn, những con số này dường như là khó tin, nhưng nếu xem xét kỹ hoàn cảnh của thế giới, chúng ta sẽ nhanh chóng nhớ lại rằng người dân trên các tiểu lục địa sống chỉ ở mức qua ngày đoạn tháng. Đói khát và bệnh tật

---

<sup>1</sup> Ý thức của nhân loại, như một tổng thể, vẫn nằm ở tầng 190 trong nhiều thế kỷ, rồi sau đó đột ngột nhảy lên tầng hiện nay là 204 sau khi diễn ra hiện tượng gọi là Hội tụ Hải hòa (Harmonic Convergence) cuối những năm 1980. Ý thức gia tăng dẫn đến Hội tụ Hải hòa? Hội tụ Hải hòa nâng cao tầng ý thức? Hay, trường thu điểm hút của “trật tự ẩn”, không nhìn thấy được, đẩy sức mạnh, tạo ra cả hai hiện tượng này?



là chuyện thường ngày, đi cùng với áp bức chính trị và khan hiếm các nguồn lực xã hội. Nhiều người trong số đó sống trong tình trạng vô vọng, được hiệu chỉnh ở tầng Thờ ơ, cam chịu tình trạng nghèo đói cùng cực. Chúng ta cũng cần hiểu rằng, đa số phần còn lại của dân chúng trên thế giới – văn minh cũng như sơ khai – sống chủ yếu ở tầng Sợ hãi; đa số người dành cả cuộc đời nhằm tìm kiếm một hình thức an toàn nào đó. Những người có lối sống vượt lên trên những đòi hỏi tối thiểu để có thể tùy ý lựa chọn thì bị đẩy vào cái máy xay của nền kinh tế thế giới do Khát khao sai khiến và đạt được những khát khao này, trong trường hợp tốt nhất cũng chỉ vươn tới tầng Kiêu hãnh mà thôi.

Nếu chưa đạt tầng 250 thì chưa thể có bất kỳ thỏa mãn có ý nghĩa nào. Chỉ ở tầng này người ta mới bắt đầu tự tin, ở mức độ nào đó, đây chính là cơ sở cho những trải nghiệm sống mang tính tích cực trong quá trình tiến hóa của ý thức.

### **Những tương quan về văn hóa**

Các trường năng lượng dưới 200 là phổ biến trong những điều kiện cực kỳ sơ khai, đây là nơi con người hầu như chỉ đủ sống qua ngày. Quần áo rất ít, hầu hết mọi người đều mù chữ, tỷ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh khá cao, bệnh tật và suy dinh dưỡng là hiện tượng phổ biến, sức mạnh bên trong của xã hội bằng không. Chỉ có những kỹ năng thô sơ và chỉ tập trung vào việc tìm kiếm thực phẩm và củ đun, làm nhà, hoàn toàn phụ thuộc vào những thay đổi trực tiếp của môi trường. Đây là trình độ văn hóa bộ lạc thời kỳ đồ đá, chỉ nhỉnh hơn đời sống động vật một chút mà thôi.

Dân chúng ở tầng từ 200 đến gần 250 có đặc điểm là lao động không có kỹ năng, buôn bán sơ khai và xây dựng được





các công trình đơn giản, chẳng hạn như thuyền độc mộc và những căn nhà tạm bợ. Năng động bắt đầu được thể hiện trong đời sống du mục và, ở trong những nhóm dân cư có ý thức trung bình cao hơn một chút, nông nghiệp lần đầu tiên xuất hiện và hoạt động trao đổi phát triển thành quan hệ tiền hàng.

Các tầng ở khoảng giữa 200 đi kèm với lao động đã tương đối có kỹ năng. Nhà ở và nền kinh tế nông nghiệp còn đơn giản nhằm duy trì đời sống đã tương đối ổn định; quần áo đầy đủ hơn và nền giáo dục sơ đẳng bắt đầu được xây dựng.

Những tầng gần tới 300 là nơi có những người lao động với tay nghề cao, công nhân cổ cồn xanh, thương nhân, ngành bán lẻ và các ngành công nghiệp khác. Ở những tầng thấp hơn, ví dụ, đánh cá là hoạt động cá nhân hoặc bộ lạc, nhưng ở những tầng trên 250, đánh bắt cá đã trở thành một ngành công nghiệp.

Ở tầng 300, chúng ta thấy có các kỹ thuật viên và những người thợ thủ công có tay nghề cao, những nhà quản lý và cơ cấu doanh nghiệp phức tạp hơn. Đa số người dân có bằng trung học cơ sở. Người ta quan tâm tới thời trang, thể thao và giải trí đại chúng; ở tầng này, tivi là phương tiện giải trí tuyệt vời.

Ở tầng khoảng 350, chúng ta thấy bộ máy quản lý cấp cao, các nghệ nhân và các nhà giáo có nhận thức đầy đủ về các sự kiện công cộng và thế giới quan vượt ra ngoài phạm vi làng xóm, khu vực hay thành phố của mình để vươn tới tầm quốc gia và sự thịnh vượng của nó. Đối thoại xã hội trở thành vấn đề được người ta thực sự quan tâm. Đời sống được đảm bảo vì người ta đã có các kỹ năng và thông tin phù hợp để xã hội văn minh vận hành. Tính năng động và



linh hoạt xã hội cũng như nguồn lực tạo điều kiện cho người ta thỉnh thoảng có thể đi du lịch và tham gia những trò giải trí hào hứng khác.

Tầng 400 trở lên là tầng thức tỉnh trí tuệ, học thức thực sự, trung học phổ thông, tầng lớp chuyên môn, các giám đốc điều hành và các nhà khoa học. Ở những tầng thấp hơn, trong nhà thường không có sách báo, thì ở những tầng này thường có các tờ tạp chí, báo ra định kỳ, và những cái tủ đầy sách. Người ta quan tâm tới các chương trình truyền hình giáo dục trên tivi và nhận thức chính trị đã phức tạp hơn. Người ta thành thạo hơn trong giao tiếp, họ có những ưu tư đầy trí tuệ và tham gia hoạt động sáng tạo nghệ thuật. Các hoạt động giải trí diễn ra dưới nhiều hình thức như cờ vua, du lịch, nhà hát và các buổi hòa nhạc. Người ta thực sự quan tâm tới các doanh nghiệp dân sinh có ý muốn cải tạo môi trường xã hội. Các thẩm phán tòa án tối cao, các vị tổng thống, các chính khách, các nhà phát minh và các nhà lãnh đạo trong lĩnh vực công nghiệp là những người thuộc các tầng này.

Vì giáo dục là nền tảng của tầng này, nên người ta thường sống ở các khu vực đô thị, nơi có các nguồn thông tin và kiến thức, ví dụ như các trường đại học lớn. Một số người muốn trở thành giảng viên đại học, trong khi những người khác trở thành luật sư hoặc thành viên của các tầng lớp chuyên môn khác. Phúc lợi của đồng bào trở thành mối bận tâm chung, mặc dù chưa phải là động lực hành động của người ta. Tầng cao hơn 450 là tầng của các nhà lãnh đạo trong các lĩnh vực, đây là những người có uy tín xã hội, có thành tích cao và cân đai áo mũ tương xứng. Einstein và Freud đều có điểm hiệu chỉnh 499. Mặc dù cao hơn 400



là tầng của các trường đại học và các vị tiến sĩ, nhưng đây cũng là nguồn gốc của tầm nhìn giới hạn và hạn chế về vũ trụ của vật lý học Newton và tách biệt giữa tinh thần và thể xác của Descartes. Thú vị là cả Newton và Descartes đều có điểm hiệu chỉnh 499.

Nếu tầng 200 vạch ra ranh giới thay đổi quan trọng, thì tầng 500 đánh dấu bước nhảy vọt khác của ý thức. Mặc dù đời sống của cá nhân vẫn là quan trọng, nhưng động lực của Tình yêu bắt đầu nhuộm màu lên tất cả các hoạt động và khả năng sáng tạo được thể hiện đầy đủ nhất, cùng với nó là trách nhiệm, cống hiến và sức cuốn hút quần chúng. Ở đây, dù hoạt động trong lĩnh vực nào, từ thể thao đến nghiên cứu khoa học, cũng đều là những người xuất sắc. Vị tha cùng với trung thành với các nguyên tắc trở thành yếu tố thúc đẩy. Người ta chấp nhận vai trò lãnh đạo chứ không tìm kiếm nó. Những bản nhạc, nghệ thuật và kiến trúc tuyệt vời xuất hiện trên những tầng này, và chỉ cần những người ở những tầng này có mặt là đã có tác dụng động viên, nâng đỡ người khác rồi.

Ở những tầng trên 550 là những nhà lãnh đạo truyền cảm hứng, những người nêu gương cho xã hội và tạo ra, trong lĩnh vực hoạt động của mình, những hệ hình mới với hàm ý sâu rộng đối với toàn thể nhân loại. Mặc dù họ nhận thức rõ rằng mình vẫn còn khiếm khuyết và hạn chế, những người ở tầng này thường được công chúng coi là phi thường và có thể được gắn với những biểu tượng độc đáo. Nhiều người ở những tầng khoảng 550 bắt đầu có những trải nghiệm tâm linh sâu sắc và đắm chìm vào hành trình tìm kiếm tâm linh. Một số người đã làm bạn bè và gia đình phải kinh ngạc khi có những bước đột phá trong nhận thức chủ quan mới mẻ về thực tại. Có thể mô tả ý thức ở tầng này



là nhìn xa trông rộng và có thể tập trung vào việc đưa toàn thể xã hội lên. Một vài người có thể nhảy vọt từ tầng này lên khu vực có điểm 600. Ở đây, cuộc đời của một người có thể trở thành huyền thoại. Đặc điểm của các tầng trên 600 là lòng từ bi, nó thấm vào mọi động cơ và hoạt động.

### **Quá trình phát triển của ý thức**

Mặc dù các tầng mà chúng tôi đã mô tả có khoảng cách rất khác nhau, nhưng trong một đời người, hiếm có người nào có thể chuyển từ tầng này sang tầng khác. Trường năng lượng được hiệu chỉnh cho một người khi mới ra đời chỉ tăng, trung bình, khoảng năm điểm. Việc tăng ý thức của một cá nhân đã được an bài ngay từ khi người đó mới ra đời là sự kiện nghiêm túc với những hàm ý sâu sắc. Và bản thân ý thức, trong biểu hiện của nó thành nền văn minh của nhân loại, thực sự tiến hóa rất chậm chạp, qua rất nhiều thế hệ.

Đa số dân chúng sử dụng những trải nghiệm của cuộc đời nhằm trau dồi và thể hiện những thay đổi của trường năng lượng bẩm sinh của mình; ít người vượt qua được trường năng lượng của mình, mặc dù nhiều người đã có những tiến bộ đáng kể trong vùng đó. Khi nhìn nhận rằng động cơ là cái quyết định tầng của một người thì ta dễ dàng hiểu được nguyên nhân vì sao lại như thế. Động cơ xuất phát từ ý nghĩa, đến lượt nó, ý nghĩa là biểu hiện của bối cảnh. Như vậy, thành tựu bị bối cảnh trói buộc, mà bối cảnh, khi nhất quán với động cơ, sẽ quyết định sức mạnh tương đối bên trong của mỗi con người.

Tất nhiên, tầng trung bình năm điểm trong một đời người là con số thống kê, kết quả của nhiều sự kiện, trong đó có sự kiện là những lựa chọn được tích lũy trong cuộc đời

của người ta thường làm cho tầng ý thức của họ giảm đi. Như sẽ bàn chi tiết trong phần sau (Chương 23), ảnh hưởng của một vài người có ý thức cao sẽ cân bằng lại với toàn bộ dân chúng ở các tầng thấp hơn. Nhưng, ngược lại, như lịch sử đã cho thấy, thái độ hay hành vi quá tiêu cực của một ít người có thể tạo được ảnh hưởng lên toàn bộ các nền văn hóa và kéo tầng ý thức của toàn nhân loại xuống thấp hơn. Kiểm tra cơ thể động học chỉ ra rằng, chỉ cần 2,6% dân số thế giới có tình trạng phân cực cơ động học bất thường (thủ mạnh với Trường điểm hút tiêu cực và thủ yếu với Trường điểm hút tích cực) là đã gây ra tới 72% các vấn đề xã hội.

Tuy nhiên, một số người có thể có những bước bứt phá tích cực, thậm chí lên đến hàng trăm điểm. Nếu một người nào đó có thể thực sự thoát được sức cuốn hút ích kỷ của những Trường điểm hút dưới 200, và chủ động lựa chọn sống cuộc đời thân thiện, đứng đắn, tử tế và khoan dung, để rồi, cuối cùng giúp những người khác giải quyết những vấn đề cốt tử của họ, thì người đó chắc chắn có thể vươn lên được những tầng cao hơn, ít nhất là trên lý thuyết. Trên thực tế, phải có ý chí cực kỳ to lớn mới làm được như thế.

Như vậy là, mặc dù chuyển từ trường năng lượng này sang trường năng lượng khác trong một đời người là sự kiện hiếm khi xảy ra, nhưng vẫn có cơ hội. Cần động lực để kích hoạt tiềm năng đó; nếu không có lựa chọn thì sẽ không thể có tiến bộ. Xin nhấn mạnh lại rằng, gia tăng tầng được tính theo hàm logarit; do đó, lựa chọn của cá nhân có thể có tác động vô cùng lớn. Sự khác biệt về tầng nội lực, ví dụ, giữa 361,0 và 361,1 là rất lớn và có khả năng biến đổi cả cuộc sống của một người, cũng như ảnh hưởng của người đó đối với thế giới nói chung.



## CHƯƠNG 6

# **Những chân trời mới trong lĩnh vực nghiên cứu**

Cho đến lúc này, quan tâm chủ yếu của chúng ta là giải thích cơ cấu và giải phẫu ý thức, đối chiếu ít nhiều tới cơ chế của sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài. Nhưng chúng ta không chỉ quan tâm tới vấn đề thuần túy lý thuyết. Bản chất độc đáo của phương pháp nghiên cứu được trình bày ở đây tạo điều kiện cho chúng ta nghiên cứu những lĩnh vực tri thức tiềm tàng mà cho đến nay vẫn chưa thể tiếp cận được. Có thể được áp dụng cho những vấn đề thực tế thông thường nhất, cũng như với những khám phá lý thuyết cao cấp nhất. Xin đi sâu vào một số ví dụ có tính khái quát.

### **Một số vấn đề xã hội**

Xã hội rất quan tâm tới nạn nghiện ma túy và nghiện rượu, coi đây là những vấn đề song hành với tội phạm, nghèo đói và phúc lợi. Nghiện ngập đã chứng tỏ là vấn đề xã hội và bệnh lý khó chữa, cho đến nay, hiểu biết về nó mới ở mức miêu tả sơ đẳng nhất. Khi dùng từ “nghiện”, chúng tôi có ý muốn nói nghiện mang tính bệnh lý, theo nghĩa cổ điển là phụ thuộc liên tục vào rượu hoặc ma túy, bất chấp những



hậu quả nghiêm trọng mà nó gây ra, người nghiện không thể bỏ thói quen sử dụng chất này nếu không có sự trợ giúp từ bên ngoài, vì chính ý chí đã bị vô hiệu hóa. Nhưng bản chất cốt lõi của nghiện là gì, và người nghiện thực sự đang nghiện gì?

Nhiều người tin rằng chính chất gây nghiện làm cho nạn nhân đã trở thành người nghiện, sức mạnh bên trong của chất đó tạo ra trạng thái “thăng hoa”. Nhưng nếu xem xét kỹ bản chất của nghiện ngập thông qua phương pháp luận vừa được trình bày, chúng ta sẽ có quan niệm khác. Tự thân rượu hoặc ma túy không có sức mạnh bên trong đủ sức tạo ra trạng thái “thăng hoa”; chúng chỉ ở tầng 100 mà thôi (mức của các loại rau). Cảm giác “thăng hoa” mà người sử dụng ma túy hoặc rượu đạt được có thể hiệu chỉnh ở tầng từ 350 đến 600. Tác dụng thực tế của ma túy chỉ đơn giản là kìm nén các trường năng lượng thấp hơn, do đó, tạo điều kiện cho người sử dụng chỉ trải nghiệm những tầng cao hơn. Tương tự như bộ lọc loại bỏ tất cả các nốt thấp hơn trong một dàn nhạc, sao cho người ta chỉ nghe thấy những nốt cao. Đè nén các nốt thấp không tạo ra các nốt cao; nó chỉ phô bày sự hiện diện của những nốt đó mà thôi.

Bên trong các tầng ý thức, tần số cao hơn có năng lượng nội tại cực kỳ mạnh mẽ, rất ít người thường xuyên trải nghiệm những tần số đó ở dạng thuần khiết, vì chúng bị các trường năng lượng như lo lắng, sợ hãi, tức giận, phẫn uất, v.v. che lấp. Một người bình thường hiếm khi trải nghiệm, ví dụ, tình yêu không sợ hãi, hoặc niềm vui thuần khiết, chứ chưa nói tới trạng thái thăng hoa. Nhưng những trạng thái cao hơn này có nội lực rất mạnh, đã trải qua là không bao giờ quên được, và họ sẽ tìm kiếm mãi.





Chính trải nghiệm trạng thái cao hơn này làm cho người ta trở thành người nghiện<sup>1</sup>. Bộ phim kinh điển *Lost Horizon* (tạm dịch: Chân trời đã mất) là minh họa rất hay cho quan điểm này. Shangri-La (ảnh dụ của bộ phim về tình yêu vô điều kiện và sắc đẹp) đạt điểm 600. Khi một người được nếm trải trạng thái này, nó sẽ cải biến người đó đến mức anh ta không bao giờ còn bằng lòng với ý thức bình thường được nữa. Sau khi trở về từ Shangri-La, nhân vật chính của bộ phim phát hiện được sự thật này, đấy là lúc anh ta không thể tìm được hạnh phúc trong thế giới của chúng ta. Rồi anh ta từ bỏ mọi thứ để tìm kiếm và quay trở lại trạng thái ý thức đó, trải qua nhiều năm đấu tranh, có lúc suýt chết, nhằm trở lại trạng thái đó và tìm lại được Shangri-La.

Quá trình cải biến tương tự cũng xảy ra ở những người sử dụng những biện pháp khác nhằm vươn tới trạng thái ý thức cao, ví dụ như trải nghiệm Samadhi (định) thông qua thiền định, hoặc trải nghiệm cận tử. Người ta thường nhận xét rằng những người đó đã vĩnh viễn thay đổi. Đối với họ, từ bỏ tất cả những thứ mà thế giới vật chất đang bày ra trước mắt và trở thành những người tìm kiếm chân lý không phải là cái gì đó bất bình thường; nhiều người đã từng trải qua trạng thái thăng hoa với LSD trong những năm 1960 cũng hành động tương tự. Cũng có thể đạt được các trạng thái thăng hoa như thế thông qua trải nghiệm của tình yêu và tôn giáo, âm nhạc hoặc nghệ thuật cổ điển, hoặc tu tập tâm linh.

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins, "Consciousness and Addiction" (tạm dịch: Ý thức và nghiện ngập), video và audio trên Veritas Publishing.



Trạng thái thăng hoa mà người ta tìm kiếm, bằng bất cứ phương tiện nào, thực ra chính là trường trải nghiệm của ý thức của chính mình (Đại ngã). Nếu là người không được tinh tế về tâm linh và không có bối cảnh để hiểu trải nghiệm, thì họ sẽ tin rằng nó được tạo ra từ một cái gì đó “bên ngoài họ” (ví dụ như đạo sư, âm nhạc, ma túy, người tình...). Thực ra, tất cả chỉ là, họ đã trải nghiệm thực tại xảy ra ngay bên trong chính mình, trong những hoàn cảnh đặc thù mà thôi. Phần lớn những người này đã tách ra khỏi trạng thái ý thức thuần khiết của mình đến mức không nhận ra khi họ đang trải nghiệm trạng thái đó, vì họ đồng nhất mình với các trạng thái thấp hơn của bản ngã. Hình ảnh tiêu cực về bản thể che lấp vẻ rực rỡ hân hoan vốn là bản chất thực sự của họ, do đó họ không nhận ra nó. Trạng thái vui sướng, an bình, mãn nguyện này, trên thực tế, là cốt lõi tinh túy bên trong chính họ, cũng là giáo lý cơ bản của tất cả các đạo sư vĩ đại (ví dụ: “Nước Chúa ở trong bạn”)<sup>1</sup>.

Trạng thái “thăng hoa” của một người là bất kỳ trạng thái ý thức nào nằm bên trên tầng nhận thức thông thường của người đó. Do đó, đối với một người sống trong Sợ hãi, thì chuyển lên Can đảm đã là “thăng hoa”. Đối với những người sống ở tầng Thờ ơ, vô vọng thì Tức giận là “thăng hoa” (ví dụ như những kẻ bạo loạn trong khu ổ chuột trong Thế giới thứ ba). Sợ hãi ít nhất cũng tốt hơn Tuyệt vọng, còn Kiêu hãnh thì tốt hơn hằn Sợ hãi. Chấp nhận thoải mái hơn hằn Can đảm; còn Tình yêu thì làm cho tất cả các trạng thái thấp hơn kém hấp dẫn hơn. Trong khi Niềm vui vượt qua tất cả

<sup>1</sup> Chúa vừa siêu việt (tôn giáo truyền thống) vừa có mặt khắp nơi (chân lý của huyền bí được trải nghiệm).



cảm xúc thấp kém hơn của con người, thì Mê ly là cảm xúc hiếm hoi. Trải nghiệm tuyệt vời nhất là trạng thái Bình an tuyệt đối ở tầng 600, tinh tế đến nỗi không thể nào mô tả được bằng lời.

Trạng thái càng ở tầng cao hơn thì càng có nhiều nội lực hơn trong việc cải biến toàn bộ đời sống của đối tượng. Chỉ một khoảnh khắc ở trạng thái rất cao có thể thay đổi hoàn toàn đường đời, cũng như mục tiêu và giá trị của một con người không phải là chuyện hiếm. Có thể nói rằng người đó không còn như xưa nữa, sau trải nghiệm này, anh ta đã là một người hoàn toàn mới. Cơ chế tiến hóa tâm linh là thông qua quá trình vất vả trên con đường tận tâm tu tập.

Phải hết mình tu tập suốt cả cuộc đời thì may ra mới đạt được trạng thái thăng hoa vĩnh viễn, nhưng, bằng cách sử dụng các phương tiện nhân tạo, người ta cũng có thể tạm thời đạt được trạng thái đó. Song, cân bằng của tự nhiên đã quyết định rằng đạt được trạng thái đó mà không tìm kiếm thì sẽ mắc nợ, và mất cân bằng theo lối tiêu cực sẽ dẫn đến hậu quả tiêu cực. Giá phải trả cho niềm vui đánh cắp được là tình trạng tuyệt vọng của nghiện ngập, và cuối cùng, cả người nghiện lẫn xã hội đều phải trả giá.

Xã hội của chúng ta là xã hội coi khổ hạnh là lý tưởng (làm việc vất vả, chủ nghĩa khắc kỷ, hy sinh bản thân, kiểm chế) và thường chỉ trích niềm vui trong hầu hết những biểu hiện đơn giản hơn của nó, thậm chí thường xuyên nói rằng đấy là bất hợp pháp. (Các chính trị gia, dù thế tục hay có khuynh hướng tôn giáo, đều biết rõ chuyện này. Thủ đoạn của các chính trị gia khu vực nhằm được đưa lên đầu đề báo chí là thông báo công khai tuyên bố ý định ngăn cấm những trò giải trí trong nhà tù, không cho tù nhân hút thuốc lá,



xem tivi hoặc đọc tạp chí)<sup>1</sup>. Trong xã hội của chúng ta, hứa hẹn hoặc cấm dỡ sông thì không sao, nhưng thỏa mãn thì không được. Ví dụ, cấm dỡ giới tính được thương mại hóa, được sử dụng nhằm bán vô vàn sản phẩm, nhưng khoái cảm của mại dâm thì bị cấm, vì bị coi là vô đạo đức.

Trong lịch sử, tất cả các giai cấp thống trị đều giành được địa vị và của cải bằng cách kiểm soát xã hội thông qua một số hình thức đạo đức khắt khe nào đó. Tầng lớp dưới càng làm việc vất vả và càng ít thú vui thì hệ thống cai trị sẽ càng giàu, dù đó có là chế độ thần quyền, quý tộc, quả đầu, hoặc chế độ dựa trên nền kinh tế công nghiệp thì cũng thế. Sức mạnh bên trong của những chế độ đó được xây dựng trên khoái lạc bị tước đoạt của người lao động. Thực tế, như chúng ta thấy, khoái lạc chính là năng lượng cao. Năng lượng của quần chúng đã bị bóc lột trong suốt nhiều thế kỷ nhằm tạo cho những tầng lớp bên trên rất nhiều khoái lạc mà các tầng lớp dưới không được hưởng.

Sự thật là, khoái lạc của năng lượng sống là nguồn vốn quý giá nhất của nhân loại; tước đoạt khoái lạc của con người đã và đang dẫn đến khoảng cách rộng lớn giữa những người “có” và vô vàn những người “không có”. Khoái lạc của các tầng lớp trên chính là điều làm cho các giai cấp cần lao ghen tỵ – từ khoái lạc vì có quyền lực dưới nhiều hình thức khác nhau đến những cảnh hưởng thụ xa hoa. Nhận ra rằng, trong khi những người kia hưởng lạc thú mà mình thì không được hưởng tạo ra lòng hận thù hoặc lý tưởng hóa những vụ đàn áp của những đạo luật mang tính cấm đoán nhằm chống lại khoái lạc của những người sát cánh với mình.

<sup>1</sup> *Arizona Republic*, 20 tháng 12 năm 1993.



Như vậy là, quy tắc đạo đức đó chính là hiện tượng bóc lột – đã được hợp lý hóa – năng lượng của đời sống của quần chúng – bằng cách bóp méo có chủ đích các giá trị. Ảo tưởng được trưng ra là cuộc đời càng khốn khổ thì tưởng thưởng càng cao quý hơn. Sự kết hợp bị bóp méo giữa khoái lạc với đau khổ tạo ra môi trường xã hội đồi bại về mặt đạo đức, trong đó khổ đau gắn liền với khoái lạc. Trong bầu không khí như thế, sự chuyển đổi một cách cực đoan giữa đau khổ và hưng phấn là đặc trưng của nghiện ngập ít nhất cũng tạm thời được biện hộ trong trò chơi phản xã hội có thể làm chết người: được và mất cảm giác thăng hoa bị cấm đoán.

Phương pháp mà xã hội hiện nay dùng để “xử lý vấn đề” – tham gia một nửa cuộc chơi: phủ nhận chất gây nghiện – xuất phát từ nhân sinh quan đó. Bằng cách làm như thế, chúng ta đã tạo ra thị trường siêu lợi nhuận và dễ dàng tham gia đến mức ngành tội phạm rất phát đạt, hủy hoại đời sống của những người ở nhiều tầng khác nhau. Ví dụ, bắt giữ trùm ma túy, nói chung, không có ảnh hưởng gì đến vấn đề ma túy; thậm chí, trước khi ông trùm bị bỏ tù, thì đã có người khác thay thế rồi. Ví dụ, trùm ma túy Nam Mỹ Pablo Escobar (1949-1993) vừa chết là lập tức có ba ông trùm khác lên thay, thế là con trần tình bây giờ đã có ba đầu chứ không phải một<sup>1</sup>.

Vấn đề ma túy đòi hỏi phương pháp tiếp cận mang tính xã hội có điểm hiệu chỉnh 350, còn chương trình phòng chống ma túy hiện nay của chúng ta chỉ được 150 điểm mà thôi. Do đó, nó không hiệu quả, và số tiền bỏ ra là lãng phí.

---

<sup>1</sup> Fedarko, “The New Kingpins,” *Time*, 13 tháng 12 năm 1993.

## Nghiên cứu trong công nghiệp và khoa học

Phương pháp chẩn đoán được trình bày ở đây nhanh chóng tìm được những lĩnh vực mang lại hiệu quả cho nghiên cứu và phát triển trong khoa học và công nghiệp. Những ví dụ mang tính lịch sử minh họa cách thức sử dụng phương pháp này có thể tiết kiệm những nỗ lực kéo dài trong nhiều năm và hàng triệu đôla.

### *Nghiên cứu vật liệu*

Thomas Edison đã thử nghiệm hơn 1.600 chất và hợp chất trước khi phát hiện được vonfram là nguyên tố thích hợp nhất để tạo nên cải tiến mang tính lịch sử của ông cho bóng đèn sợi đốt<sup>1</sup>. Có một cách dễ dàng hơn nhằm tìm ra vật liệu tốt nhất: phân chia các lựa chọn có thể thay thế cho nhau thành hai nhóm và hỏi: “Vật liệu đó nằm trong nhóm này”. (Y/N?). Sau lượt xác định này, một lần nữa chia nhóm được chọn thành hai phần. Và cứ thế tiếp tục. Nhờ phương pháp này, chúng ta sẽ có câu trả lời chính xác trong vòng ba phút, chứ không phải cần nhiều năm.

### *Phát triển sản phẩm*

Tập đoàn RJR Nabisco Holdings Corporation đã chi khoảng 350 triệu đôla để nghiên cứu và sản xuất một điều thuốc lá không khói<sup>2</sup> dựa trên giả thuyết sai lầm rằng hút thuốc chủ yếu là do quen miệng. (Trên thực tế, về phương diện lâm sàng, người ta phát hiện ra rằng khi bị mù, người ta thường

<sup>1</sup> Xem Josephson, 1959, tr. 20.

<sup>2</sup> Bộ phim dựa trên câu chuyện có thật kể lại toàn bộ câu chuyện và hậu quả nan đề *Barbarians at the Gate* (tạm dịch: Những kẻ man rợ ở cổng), được chiếu trên tivi vào năm 1993.



thôi hút thuốc. Có nhiều nguyên nhân làm cho người ta hút thuốc, khoái miệng chỉ là một, và thậm chí là nguyên nhân không đáng kể)<sup>1</sup>. Kiểm tra cơ thể động học về khả năng tồn tại trên thị trường của bất kỳ sản phẩm tiềm năng nào, trong đó có sản phẩm vừa nói, có thể đưa chúng ta tới kết luận rõ ràng về khả năng được công chúng chấp nhận và tính khả thi của sản phẩm trên thương trường trong vòng chưa đầy một phút. Có thể xác định rất chính xác khả năng sản phẩm được chấp nhận và lợi nhuận, nếu các câu hỏi được diễn đạt chính xác và tất cả các biến số đều được khảo sát kỹ lưỡng, trong đó có thời gian, thị trường, quảng cáo và các nhóm dân cư mà ta nhắm tới.

### *Nghiên cứu khoa học*

Khoa học cung cấp sân chơi cho khám phá cơ thể động học, mang tới cho một nhóm những người tìm kiếm hào hứng làm lu mờ tất cả những trò tiêu khiển có thể được thực hiện ở trong nhà. (Đối chiếu kết quả của nhóm này với nhóm khác cùng sử dụng phương pháp này cũng rất thú vị). Trong ứng dụng tổng quát hơn, có thể xác định một cách nhanh chóng những đại lộ rộng lớn để có các nghiên cứu mang lại hiệu quả và người ta sẽ phát hiện được rằng thường thì, muốn tìm được những tư tưởng có giá trị nhất, ta phải tính đến phạm vi và quy mô của công trình nghiên cứu. Vì phương pháp này tránh được những hạn chế của bối cảnh, một trong những ứng dụng có giá trị nhất của nó là kiểm tra chính quá trình, nghĩa là, xem liệu đó có phải là hướng đi đúng hay không. Do đó, chúng ta có thể khẳng định rằng

---

<sup>1</sup> Đây là nhận xét của các bác sĩ, được xác nhận bởi trải nghiệm của tác giả trong suốt hàng chục năm.



các tiên đề cơ bản làm nền tảng cho các công trình nghiên cứu là có giá trị.

Ví dụ, công cuộc tìm kiếm sự sống ở những hành tinh khác trong vũ trụ được thực hiện bằng cách phát vào không gian ký hiệu toán học  $\omega$ . Tức là giả định rằng, nếu không hiểu được khái niệm toán học đó ( $\omega$ ), thì không nên văn minh nào có thể có được khả năng thu sóng vô tuyến. Nhưng giả định này quá hồ đồ, khi cho rằng cuộc sống ở đây cũng diễn ra trong không gian ba chiều hoặc các giác quan của con người có thể phát hiện được, chứ chưa nói đến nó được cấu thành từ các đơn vị sống rời rạc, và chính những đơn vị này giải quyết các vấn đề bằng cách sử dụng trí tuệ và áp dụng các biểu tượng để giao tiếp xuyên không gian và thời gian.

### *Y học*

Chẩn đoán bằng cơ thể động học là khoa học đích thực, như trường Đại học Quốc tế Cơ thể động học ứng dụng đã cho thấy. Mỗi bộ phận của cơ thể đều có các cơ chỉ thị tương ứng, phản ứng yếu của cơ chỉ thị cho thấy bộ phận tương ứng trong cơ thể đã mắc bệnh. Cơ thể động học đã được nhiều người sử dụng nhằm khẳng định cả chẩn đoán lẫn hiệu quả của liệu pháp điều trị. Có thể dùng phản ứng cơ thể động học của bệnh nhân nhằm xác định liều lượng và loại thuốc phù hợp. Tương tự như thế, có thể dùng cơ thể động học để tìm ra các dị ứng và nhu cầu bổ sung dinh dưỡng.

### *Nghiên cứu trong Thần học, Nhận thức luận và Triết học*

Mặc dù giá trị của ứng dụng cơ thể động học có thể phụ thuộc vào khả năng nhận thức của người quan sát, kỹ thuật sử dụng cơ thể động học như một phương pháp luận nhằm





xác định sự thật có điểm hiệu chỉnh là 600. Có nghĩa là phương pháp được trình bày ở đây có độ tin cậy vượt qua tính nhị nguyên hay địa hạt ý thức bình thường như chúng ta thấy trong cuộc sống hằng ngày. Tầng chân lý của toàn bộ cuốn sách này là khoảng 850. Để giữ được tầng này trong toàn bộ cuốn sách thì sự thật của mỗi chương, mỗi trang, mỗi đoạn và mỗi câu đều đã được kiểm tra bằng cách sử dụng phương pháp được trình bày ở đây; tất cả các tuyên bố và kết luận cũng đã được xác minh tương tự như thế.

Có thể giảm bớt những nhầm lẫn về bản chất của chân lý nếu chúng ta tiến hành đo lường mức độ trung thực của cả câu hỏi cũng như câu trả lời. Mâu thuẫn và mơ hồ nảy sinh từ những tầng ý thức còn nhiều bối rối; câu trả lời chỉ đúng ở mức độ ý thức của chính nó. Do đó, chúng ta có thể thấy một câu trả lời là “đúng” nhưng đồng thời lại “vô giá trị”, tương tự như nốt nhạc được chơi chính xác nhưng sai chỗ trong bản tổng phổ. Tất cả các nhận xét đều phản ánh tầng cụ thể của ý thức và chỉ có giá trị ở tầng đó mà thôi. Do đó, tất cả các biện pháp tiếp cận đối tượng đều mang sẵn trong bản thân chúng những hạn chế vốn có.

Một tuyên bố có thể đúng với người ở tầng nhận thức cao, nhưng đầu óc của người trung bình thì không thể hiểu nổi. Do đó, trình độ có hạn của người nghe có thể bóp méo lời tuyên bố và làm giảm giá trị của nó. Đây là số phận của mọi tôn giáo trong tất cả các thời đại: Những lời giáo huấn là do những người ở tầng nhận thức cao đưa ra, sau này bị các đệ tử, những người được trao quyền dẫn dắt nhân loại hiểu sai lạc đi.

Có thể thấy những méo mó cực đoan nhất trong những giáo phái chính thống của bất kỳ tôn giáo nào. Chỉ có sự thật



mới có thể loại bỏ được tính tiêu cực của những diễn giải giáo lý của người theo phái chính thống, vốn mang sẵn thái độ tiêu cực. Mô tả kém giá trị nhất về Thánh thần là vị Thần đầy ghen tỵ, đầy thù hận và giận dữ, vị thần của chết chóc khác xa với Thiên Chúa đầy nhân từ và yêu thương. Vị thần của thái độ tiêu cực chính đáng tôn vinh cái tiêu cực và cung cấp cho tín đồ con đường chối bỏ trách nhiệm bằng những lời biện hộ của con người tàn nhẫn và độc ác. Nói chung, đau đớn và khổ sở gia tăng khi người ta tụt dần xuống những tầng ý thức cuối cùng.

Độ chân thực của mỗi tầng ý thức có tính tự xác minh, nghĩa là, mỗi tầng đều có phạm vi nhận thức riêng, và phạm vi nhận thức đó khẳng định những thứ đã được người ở tầng đó tin đều đúng. Vì vậy, tất cả mọi người đều cảm thấy những quan điểm ẩn sau hành động và niềm tin của mình đều được biện minh. Đó là mối nguy hiểm cố hữu của tất cả những cái được gọi là “chính nghĩa”. Người nào cũng có thể là chính nghĩa, từ kẻ giết người biện minh cho cơn thịnh nộ của mình đến những kẻ mị dân tôn giáo và những kẻ cực đoan về chính trị thuộc mọi trường phái. Bằng cách bóp méo bối cảnh, người ta có thể hợp lý hóa và biện minh cho hầu như mọi hành vi của con người.



Với sự hoành tráng và tinh tế của nó, cuộc đối thoại của nhân loại quả thật là tuyệt vời, nó phản ánh những tương tác muôn hình vạn trạng của những trường năng lượng điểm hút đầy nội lực tạo thành ý thức của con người. Sự xuất chúng của các triết gia vĩ đại trên thế giới suốt



25 thế kỷ qua, với phạm vi và sự phức tạp của học thuyết của họ, đã và vẫn làm người ta phải kinh ngạc. Tuy nhiên, nói chung, có rất ít đồng thuận về bản chất của chân lý, như nó vốn là. Nếu không có thước đo khách quan thì những người đã và đang sống đều phải sàng lọc qua những suy tư luôn luôn thay đổi về cuộc đời nhằm nhận thức được chân lý của chính mình; đây dường như là cuộc đấu tranh không ngừng nghỉ – mà do sự sắp xếp của tâm trí của con người – đã gắn chặt với số phận của họ.

Sự sắp xếp của tâm trí như thế ám chỉ rằng bất kỳ tuyên bố nào cũng chỉ đúng trong bối cảnh nhất định nào đó, mặc cho sự kiện là các diễn giải và nguồn gốc của bối cảnh đó là vô hình và không thể diễn đạt bằng lời. Như thế mỗi người đều đang khám phá cuộc đời với một chiếc la bàn độc nhất vô nhị. Và bất kỳ cuộc đối thoại có ý nghĩa nào đều chứng tỏ lòng từ bi vô bờ bến của con người đối với thân phận của chính mình và chứng thực rằng Trường điểm hút bao trùm, viên dung tất cả, tạo điều kiện cho tiềm năng trở thành thực tế chính là sức mạnh gắn kết cái toàn thể.

Sự hòa hợp phát sinh từ các mô thức làm nhiệm vụ tổ chức ẩn đằng sau hỗn loạn bên ngoài; do đó, quá trình tiến hóa của nhân loại vẫn diễn ra mặc cho những tín hiệu dường như khác thường của các cá nhân trong bất kỳ thời khắc nào. Hỗn loạn chỉ là nhận thức nông cạn. Vạn vật đều thuộc về một tổng thể lớn hơn; mỗi người đều dự phần vào quá trình tiến hóa của Trường điểm hút dung hợp tất cả của chính ý thức. Tiến hóa là đặc điểm cố hữu của Trường điểm hút tổng thể ấy, và nó đảm bảo rằng nhân loại sẽ được cứu rỗi, và cùng với nhân loại, tất cả sự sống đều được

cứu rồi. Con người cao quý là vì họ liên tục vật lộn với cuộc đời không cầu mà có của chính mình trong thế giới, mà cũng là ngôi nhà đầy những cái gương – chỗ dựa duy nhất của con người, niềm tin của con người vào hành trình của chính cuộc đời.

## CHƯƠNG 7

### **Phân tích điểm tới hạn trong đời thường**

Những ứng dụng tiềm năng trong lĩnh vực nghiên cứu mà chúng tôi vừa trình bày đã hé mở những khả năng ứng dụng bất tận của nó. Vì tương tác của các Trường điểm hút của năng lượng với ý thức của con người thể hiện thành tương tác giữa tâm trí và cơ thể, cho nên có thể dùng phương pháp này để đánh giá và cho điểm hiệu chỉnh bất cứ dự định nào. Chỉ cần hai người trung thực, trong đó có một người đã làm quen với kỹ thuật kiểm tra cơ bắp. Ý nghĩa thực tiễn của nó làm người ta phải kinh ngạc; công cụ này có thể là cú hích cho quá trình tiến hóa xã hội, tương tự như là bất kỳ khám phá lớn nào của vật lý học từ xưa cho đến nay. Xin được nói rõ thêm những chi tiết mang tính thực dụng trong đời sống hằng ngày.

Vì sức mạnh bên trong đã hiệu chỉnh của mô thức điểm hút nào đó liên quan trực tiếp đến mức độ trung thực của nó, cho nên có thể phân biệt được thật với giả, có tính xây dựng với phá hoại, thực tiễn và hiệu quả với không thực hiện được và lãng phí. Chúng ta có thể nhận diện động cơ, chương trình và mục tiêu trong bất kỳ dự án nào hoặc của



bất kỳ người nào. Sói cũng không cần ẩn mình sau lốt cừu thêm nữa.

Như chúng ta đã thấy, ý thức phân biệt dứt khoát thật và giả. Bạn có thể xác nhận ngay lập tức: nói tuổi thật của mình, cánh tay bạn sẽ mạnh lên, và sau đó nói con số khác, tay bạn sẽ yếu đi. (Giả sử bạn 43 tuổi) “Tôi 43 tuổi”. Bảo một người ấn cánh tay đang giang ra của bạn, bạn luôn luôn phản ứng mạnh. Bây giờ, hãy nói: “Tôi 45 tuổi”, và bạn sẽ yếu đi ngay lập tức. Tương tự như một chiếc máy tính, ý thức chỉ phản ứng 0 hoặc 1, đúng hay sai. (Bất cứ sự mơ hồ nào trong quá trình này đều là do cách hỏi chứ không phải do cơ chế phản ứng. Xem Chương 2, Phụ lục C và phần trình bày bên dưới).

Chúng ta có thể nhận diện mức độ trung thực của bất kỳ tuyên bố nào, hệ thống niềm tin nào, hoặc khối lượng kiến thức nào. Chúng ta có thể đo lường chính xác sự trung thực của bất kỳ câu, đoạn, chương hoặc toàn bộ cuốn sách, trong đó có cuốn sách này<sup>1</sup>. Bây giờ chúng ta đã có trong tay quan điểm về các phong trào xã hội và lịch sử mà trước đây không thể nào có được. Nghiên cứu chính trị không đóng khung trong giai đoạn hiện nay. Chúng ta có thể nhìn lại lịch sử để đánh giá, ví dụ, so sánh Gorbachev với Stalin, Trotsky với Lenin, v.v..

Trong tất cả các lần kiểm tra này, cơ thể động học phơi bày trật tự ngầm ẩn bằng cách làm cho nó hiển lộ, mở toang bản chất thực sự của nó. Quá trình sử dụng hệ thống chính là quá trình tự học và tự định hướng. Mỗi câu trả lời sẽ được khám phá lại dẫn đến câu hỏi tiếp theo – thật may mắn là

<sup>1</sup> Xem Phụ lục A.



theo hướng đi lên và có lợi. Chúng ta khám phá được sự thật về chính mình vì bản thân những câu hỏi mà chúng ta đặt ra đã phản ánh động cơ, mục tiêu và mức độ nhận thức của chính chúng ta. Nó luôn luôn cung cấp thông tin để hiệu chỉnh câu hỏi chứ không phải câu trả lời.

Trong khi thảo luận về quá trình này, chúng tôi phải nhấn mạnh một lần nữa, cụ thể hơn, về cách đặt câu hỏi. *Dùng từ chính xác là cực kỳ quan trọng.* Ví dụ, câu hỏi có thể như sau: “Đây là quyết định tốt chứ?” Nhưng chúng ta muốn nói gì khi dùng từ “tốt”? Tốt cho ai, và trong giai đoạn nào? Do đó, phải lựa chọn kỹ ngôn từ khi hỏi. Tốt hay xấu là hoàn toàn chủ quan; vũ trụ có thể nghĩ khác.

Động cơ khi đặt câu hỏi cũng rất quan trọng. Bao giờ cũng phải hỏi trước: “Tôi có thể hỏi câu này chứ?”. Không bao giờ hỏi nếu bạn chưa sẵn sàng chấp nhận câu trả lời; câu trả lời có thể hoàn toàn khác với điều bạn đang nghĩ. Mặc dù bạn có thể cảm thấy khó chịu khi sử dụng phương pháp này một cách thiếu khôn ngoan, kinh nghiệm cho thấy nếu cứ tiếp tục mạch hỏi đáp, ta sẽ thấy bối cảnh rộng lớn hơn và không còn khó chịu nữa. Ví dụ, một cô gái tuyên bố: “Bạn trai của tôi là người trung thực” hoặc “Anh ấy là người có ích đối với cuộc sống của tôi” và câu trả lời phủ nhận lời tuyên bố này. Cô gái ấy thất vọng khi nhận ra rằng tình yêu của anh ta thật ích kỷ và anh ta đang lợi dụng cô. Nhưng những câu hỏi khác lại cung cấp cho cô giải pháp: “Mối quan hệ này sẽ kết thúc một cách đau đớn”. (Đúng) “Nhờ biết thế mà tôi tránh được rất nhiều đau khổ” (Đúng). Tôi có thể rút kinh nghiệm”. (Có). Như vậy là, chúng ta nhận thấy lợi ích khi hoàn thành chuỗi câu hỏi này.

Thực dụng hơn, kỹ thuật này có thể xác định một khoản đầu tư nào đó có phải là một khoản đầu tư an toàn hay không, hoặc một tổ chức nào đó có đáng tin hay không. Chúng ta có thể dự đoán chính xác tiềm năng của những phát triển mới, không chỉ trong lĩnh vực tiếp thị, mà còn trong lĩnh vực nghiên cứu y học hoặc kỹ thuật. Chúng ta có thể kiểm tra các biện pháp an toàn đang được sử dụng trên những con tàu chở dầu lớn. Chúng ta có thể đánh giá trước hiệu quả của chiến lược quân sự. Chúng ta biết chắc chắn người nào cầm quyền thì phù hợp, và phân biệt được ai là chính khách, ai là chính trị gia. Trong lĩnh vực truyền thông, chúng ta có thể biết ngay lập tức người phỏng vấn hay người được phỏng vấn có nói thật hay không, và nếu họ nói thật thì thật đến mức độ nào. (Nếu bạn thử kiểm tra trên giờ phát tin cả các kênh truyền thông, bạn có thể bị sốc khi phát hiện được rằng, trong một số trường hợp, tất cả người của công chúng đều nói dối).

Trước khi mua, bạn muốn biết chiếc xe second-hand còn tốt hay không? Quá dễ. Người bán hàng có nói thật hay không? Quá đơn giản. Mỗi tình mỗi chớm của bạn sẽ đi về đâu? Đây có phải là sản phẩm đáng tin? Đây có phải nhân viên đáng tin? Thiết bị mới này an toàn tới mức nào? Phương pháp này sẽ thành công hay thất bại? Một bác sĩ hay luật sư cụ thể nào đó có chính trực, kỹ năng và trình độ đến mức nào? Ai là thầy thuốc, giáo viên, huấn luyện viên, thợ sửa chữa, thợ cơ khí, hay nha sĩ giỏi nhất? Muốn hoàn thành tốt nhiệm vụ, các cơ quan nhà nước cần phải đạt đến tầng ý thức nào, những người đang giữ chức hiện nay đang ở tầng nào?

Khả năng phân biệt ngay lập tức thật với giả như thế có giá trị tiềm năng phi thường đối với xã hội đến mức chúng



tôi thấy cần phải trình bày và xác minh trong công trình nghiên cứu này một số ứng dụng thực tế rõ ràng.

### **Những sự kiện hiện nay và trong lịch sử**

Vì kỹ thuật này phân biệt được ngay lập tức bằng chứng thật với bằng chứng giả cho nên có thể dùng nó để giải quyết các tranh cãi thực tế – ví dụ, danh tính của thủ phạm hoặc nơi người mất tích đang có mặt. Có thể tìm được sự thật đằng sau các sự kiện lớn vừa mới xảy ra; nạn nhân và người tố cáo hiện nay có tội hay vô tội, hoặc giá trị của thuyết âm mưu trong lịch sử hoặc những bí ẩn chưa được giải đáp, ví dụ như câu chuyện của Amelia Earhart<sup>1</sup> hay vụ bắt cóc trẻ em của gia đình Lindbergh<sup>2</sup>, v.v.. Có thể xác minh trong một giây lời khai trước đây tại các phiên điều trần ở Thượng viện [Hoa Kỳ] và các bản tường trình của các phương tiện truyền thông về các sự kiện trong vài giây. Ví dụ, sử dụng kỹ thuật này, người ta sẽ được phát hiện được rằng một nhân vật thể thao lớn gần đây đã thụ án tù thực sự là người vô tội, còn người tố cáo anh ta đã nói dối. Trong một vụ tiêu biểu gần đây, người tố cáo nói thật, còn người bị tố cáo vẫn đang giữ chức vụ cao.

---

<sup>1</sup> Amelia Earhart là người phụ nữ đầu tiên bay một mình qua Đại Tây Dương và là người đầu tiên bay một mình từ Hawaii đến đất liền Hoa Kỳ. Trong một chuyến bay vòng quanh địa cầu, tháng 7 năm 1937, Earhart biến mất trên Thái Bình Dương. (ND)

<sup>2</sup> Ngày 1 tháng 3 năm 1932, Charles Augustus Lindbergh Jr., con trai 20 tháng tuổi của hai phi công Charles Lindbergh và Anne Morrow Lindbergh, bị bắt cóc khi nằm trong cũi ở tầng trên trong nhà Lindberghs, Highfields, East Amwell, New Jersey, Hoa Kỳ. Ngày 12 tháng 5, thi thể của bé được một tài xế xe tải phát hiện bên lề đường gần đó. (ND)

## **Nghiên cứu trong lĩnh vực y tế**

Việc không thể chữa được một số bệnh hoặc không tìm ra phương pháp điều trị thường là do những hạn chế trong chính quá trình điều trị. Câu trả lời sai thường ngăn cản người ta tìm kiếm nguyên nhân thực sự. Ví dụ, hiện nay mọi người đều cho rằng thuốc lá gây ung thư; tuy nhiên nghiên cứu của chúng tôi tiết lộ rằng, khi áp dụng phương pháp kiểm tra cơ thể động học đối với thuốc lá trồng theo lối hữu cơ thì được phản ứng mạnh, trong khi thuốc lá thương mại cho phản ứng yếu. Trước năm 1957, người ta không coi thuốc lá là tác nhân gây ung thư, nhưng hiện nay nó là tác nhân gây ung thư là do những chất hóa học được đưa vào trong quá trình sản xuất. Có những biện pháp khác để chữa ung thư phổi của người hút thuốc. Công trình nghiên cứu được đăng trên tạp chí *Science*, năm 1995, chỉ ra rằng một gam vitamin C mỗi ngày ngăn chặn được những hư hại đối với tế bào do hút thuốc gây ra. Nhưng giải pháp thực sự là xác định và loại bỏ các hóa chất gây ung thư ra khỏi quá trình sản xuất.

## **Tư pháp hình sự và điều tra tội phạm**

Biết được nhân chứng có nói dối hay không là vô cùng quan trọng trong bất kỳ quá trình điều tra nào. Nhưng xác định liệu công tố có giấu giếm bằng chứng hay bồi thẩm đoàn có bị mua chuộc hay không (hoặc họ có khả năng hiểu được bằng chứng hay không) cũng quan trọng không kém.

Một trong những ứng dụng thú vị nhất của kỹ thuật này là tội ác xảy ra mà không có nhân chứng, và chỉ có lời của người tố cáo phản bác lại lời của người bị tố cáo. Quá nhiều



cáo buộc về tội phạm tình dục nhằm chống lại những người có vai vế là ví dụ mà ai cũng thấy. Các nhân vật của công chúng dễ bị bôi nhọ thanh danh vì động cơ chính trị, nhất là trong xã hội, nơi truyền thông coi bị đơn như thể là người có tội chỉ vì người đó vừa bị tố cáo. Xã hội cần bảo vệ những người bị tố cáo chẳng khác gì bảo vệ những người tố cáo.

### **Thống kê và phương pháp luận: Tiết kiệm thời gian**

Người ta đã dành rất nhiều tiền của và thời gian cho việc thu thập dữ liệu để chứng minh những điều có thể thấy rõ trong vòng vài phút. Ví dụ, để “chứng minh” giá trị của phương pháp cơ thể vận động cho những người còn hoài nghi, phải tuân theo các bước sau đây: (1) 15 nhóm nhỏ khác nhau với tổng số 360 đối tượng đã được kiểm tra với cả kích thích tích cực lẫn tiêu cực (phân tích thống kê cho thấy  $p \leq 0,001$ ); (2) 7 nhóm lớn với 3.293 tình nguyện viên được kiểm tra tương tự như thế ( $p \leq 0,001$ ); (3) 325 đối tượng được kiểm tra riêng lẻ ( $p \leq 0,001$ ); (4) 616 bệnh nhân tâm thần được kiểm tra theo nhóm và riêng lẻ ( $p \leq 0,001$ ). Kết luận rút ra từ tất cả những cuộc kiểm tra vừa nói là giả thuyết vô hiệu<sup>1</sup> bị bác bỏ. Những phương pháp truyền thống không hiệu quả.

### **Chính trị và Chính phủ**

Các nhà lãnh đạo của chúng ta đang nói thật? Một chính trị gia nào đó đang bảo vệ Hiến pháp Hoa Kỳ hay đang phá hoại nó vì lợi ích cá nhân? Một ứng cử viên cụ thể nào đó có khả năng có một không hai, đủ sức đáp ứng những

<sup>1</sup> Null hypothesis - giả thuyết vô hiệu là giả thuyết ngược lại với giả thuyết mà nhà nghiên cứu muốn kiểm định, ký hiệu  $H_0$ . (ND)



đòi hỏi của chức vụ mà ông/bà ta theo đuổi? Cơ quan chính phủ hay người phát ngôn có xuyên tạc các sự kiện? Chính sách được đề xuất có thực sự giải quyết được vấn đề mà người ta nhắm tới? Hiện nay, có thể giải quyết những vấn đề thực tế như thế. Có thể phân tích để đánh giá những cuộc tranh luận chính trị và diễn thuyết trước công chúng xem chúng sát với thực tế đến mức nào, và có thể đánh giá các dự luật từ quan điểm sáng tỏ hơn. Chắc chắn là người ta có thể xác định được những chương trình có giá trị và loại bỏ những chương trình không hiệu quả.

## **Thương mại**

Có thể “bắt mạch” một doanh nghiệp hoặc một ngành hoạt động kém hiệu quả và giải quyết các vấn đề của nó mà không lo thất thoát tiền bạc cho việc thí nghiệm các chương trình, sách lược. Bản phân tích đầy đủ về một doanh nghiệp sẽ bắt đầu với việc tính điểm hiệu chỉnh tầng của động lực tập thể trong giai đoạn hiện nay và trong quá khứ, cũng như năng lực của tất cả những người liên quan tới hoạt động của nó. Tiếp theo, có thể tính điểm hiệu chỉnh mà các phòng ban cần vươn tới thì mới thành công. Sau đó, có thể đánh giá theo cách tương tự chính sách, nhân sự, sản phẩm, nguồn cung cấp, quảng cáo, tiếp thị và thủ tục tuyển dụng. Sau đó, có thể nghiên cứu các chiến lược thị trường khác nhau mà không cần đầu tư vào phân tích thị trường quá tốn kém, nhờ đó bảo toàn được vốn mà lại tiết kiệm được rất nhiều thời gian và công sức.

Người khôn ngoan luôn luôn nhớ rằng trong các hiệp định thương mại, tương tự như trong chính trị, sự thật là thứ khá mơ hồ. Mọi người đều ngầm hiểu rằng những điều



người ta nói đều nhằm giành được lợi thế nào đó chứ không xuất phát từ lòng chân thành, dù đo bằng bất cứ tiêu chuẩn nào. Người bình thường sẽ coi những tuyên bố phóng đại, lừa dối, nói vô hại cũng chỉ là những thứ màu mè của thị trường, chẳng khác gì bộ comple và cà vạt của doanh nhân. (Trên thực tế, thú vị là, phân tích cơ thể động học thường mách bảo chúng ta rằng không nên tiếp tục tin một người vốn có uy tín khi người đó bắt đầu diện comple và đeo cà vạt!) Do đó, có thể áp dụng cơ thể động học vào vô số công việc hằng ngày – ví dụ, xem hóa đơn có chính xác hay không. Một tài khoản bị thổi phồng, chất lượng thấp hoặc kỹ năng kém đều làm cho cánh tay của điều tra viên yếu đi. Có thể dễ dàng phát hiện được gian lận và giả mạo; kỹ thuật này có thể nhanh chóng phát hiện được tờ séc thật với tờ séc giả, viên kim cương giả với viên kim cương thật.

## Khoa học và nghiên cứu

Dễ dàng xác định mức độ trung thực của mọi bài báo, mọi thí nghiệm, mọi lý thuyết khoa học, đây đúng là tài sản đầy tiềm năng lớn đối với cộng đồng khoa học và xã hội nói chung. Chúng ta có thể khẳng định chắc chắn lợi ích của một hướng nghiên cứu nào đó, cũng như giá trị của phương án nghiên cứu dự phòng trước khi thực hiện. Có thể sử dụng để kiểm tra hiệu quả kinh tế của dự án nghiên cứu, cũng như khả năng của các nhà nghiên cứu và thiết bị.

Phân tích yếu tố tới hạn có thể giúp tìm được vị trí trong hệ thống mà chỉ cần nỗ lực ít nhất lại có khả năng tạo ra kết quả tốt nhất. Mô phỏng trên máy tính, với tất cả những biến số phức tạp và không chắc chắn, là kỹ thuật tiên tiến nhất hiện nay để dự đoán xu hướng phát triển và thăm dò



các phương án dự phòng. Nhưng, chúng ta có thể siêu việt lên những hạn chế cố hữu của mạch logic bằng cách sử dụng cơ thể động học của cái máy tính tiên tiến nhất thế giới – hệ thần kinh của con người. Tính phi định xứ lượng tử đảm bảo rằng, ở bất cứ đâu, người ta cũng tìm được câu trả lời cho bất cứ câu hỏi nào, bản thân sự kiện này đã nằm ngoài hiểu biết hoặc khả năng của bất kỳ chiếc máy tính thông thường nào.

## Chữa bệnh

Trong y học, có thể kiểm tra mức độ chính xác của chẩn đoán, cũng như hiệu quả của phác đồ điều trị. Có thể áp dụng kỹ thuật này cho các vấn đề tâm lý, có thể xác định một cách chắc chắn nguyên nhân của căn bệnh rối loạn thần kinh nào đó. Hiện nay, một chủ đề điều tra đang gây tranh cãi là lĩnh vực gọi là ký ức tuổi thơ bị dồn nén về sự kiện gọi là bị lạm dụng tình dục. Có thể nhanh chóng phân biệt được đâu là sự kiện thật, đâu là “ký ức” được tạo ra do tác động của lời gợi ý trong quá trình chữa bệnh. Freud kết luận rằng, hầu hết các báo cáo về loạn luân thời thơ ấu mà ông từng gặp đều xuất phát từ chứng cuồng loạn, và ông không còn tin nữa. Nhưng các nhà điều tra sau đó lại nói rằng lời khai của các bệnh nhân này là đúng. Nghiên cứu kỹ hơn chỉ ra rằng, các báo cáo về tuyên bố của bệnh nhân là đúng thì hóa ra lại là sai.

Kiểm tra cơ thể động học được sử dụng nhằm củng cố các phán đoán lâm sàng, cũng như các nghiên cứu được kiểm soát theo lối khoa học, bởi vì nó có thể siêu việt các giới hạn



cố hữu của công trình nghiên cứu mù đôi<sup>1</sup>, cách thức nghiên cứu có thể tạo ra sai sót mà nó được thiết kế nhằm ngăn chặn. Số liệu thống kê không thể thay thế được sự thật, và do sự phức tạp của các hiện tượng mang tính hành vi sinh học, người ta có thể coi tổ tiên gần gũi là nguyên nhân bề nổi. “Nguyên nhân” thực sự có thể là lực kéo của tương lai thông qua Trường điểm hút bị che giấu (nghiệp).

## Giáo dục

Có thể thực hiện một bài tập gây ấn tượng sâu sắc: đánh giá những cuốn sách trong thư viện của một người nào đó. Đơn giản chỉ cần để chúng lên trên vùng bụng ở phía dưới xương sườn rồi nhờ người khác kiểm tra sức mạnh cơ bắp của bạn. Bạn sẽ xếp được những cuốn sách đó thành hai chồng: đúng và sai; suy nghĩ về sự khác biệt giữa hai chồng sách có thể mang tới cho bạn mặc khải – nhiều người kiểm tra phát hiện được rằng đây là một trong những trải nghiệm quý giá nhất trong cuộc đời của mình. (Một số người thực sự đã để hai chồng sách này ở đó trong một khoảng thời gian dài để ngấm dần bài học này).

Làm tương tự như thế với bộ sưu tập âm nhạc của một người nào đó cũng cho kết quả tương tự. Chồng tiêu cực là những bài rap đầy bạo lực, liên quan tới tình dục và heavy metal rock. Chồng tích cực là nhạc cổ điển, rock cổ điển

---

<sup>1</sup> Double-blind study: Phương pháp nghiên cứu mù đôi là phương pháp nghiên cứu trong đó cả đối tượng được nghiên cứu và cả các nhà khoa học đều được “làm mù”. Cả thuốc thật và giả được có hình dạng y hệt nhau (về màu sắc và hương vị) được phát cho các nhóm đối tượng. Một nhóm sử dụng thuốc và một nhóm sử dụng giả dược. Bệnh nhân cũng không biết họ uống thuốc thật hay giả dược mà nhà nghiên cứu cũng không biết. Công việc thống kê sự cải thiện và hiệu quả sẽ do bên thứ ba thực hiện. (ND)

(trong đó có The Beatles), phần lớn nhạc đồng quê miền Tây, nhạc reggae, những bài ballad nổi tiếng, v.v..

## Tâm linh

Mặc dù chương này chủ yếu bàn về những ứng dụng trong cuộc sống đời thường, cũng nên nói rằng kỹ thuật này có thể có tính tâm linh sâu sắc. Ví dụ, chúng ta có thể kiểm tra các tuyên bố trái ngược nhau: “Tôi là một cơ thể” với “Tôi có một cơ thể”. Các câu hỏi thích hợp tiếp nối từ đây có thể giải quyết được những sợ hãi cơ bản nhất của con người. Tất cả những đánh giá thiện cận của ta về chính mình<sup>1</sup> làm cho ta sợ, vì chúng làm cho ta dễ bị tổn thương. Nhận thức của chúng ta về cơ bản bị bóp méo bởi những đánh giá của ta về chính mình, đến lượt mình, những đánh giá này lại được xác nhận đánh đồng với những giới hạn của chúng ta. Lỗi là khi chúng ta bám vào niềm tin rằng ta là “cái đó”. Ta sẽ biết sự thật khi ý thức được rằng ta có “cái đó” hoặc làm “cái đó”, chứ không phải là “cái đó”.

Bạn sẽ cực kỳ tự do khi nhận ra rằng tôi “có” một cơ thể và tâm trí, chứ không phải tôi “là” tâm trí hay cơ thể. Một khi đã siêu việt khỏi cảm giác sợ chết, cuộc sống sẽ trở thành trải nghiệm khác hẳn, vì sợ chết là nền tảng của tất cả những sợ hãi khác. Ít người biết thế nào là sống không sợ hãi – nhưng vượt qua sợ hãi là niềm vui, đây là khi ý nghĩa và mục đích của tồn tại trở nên rõ ràng. Khi nhận ra điều này, cuộc sống trở thành phi nỗ lực, nguồn gốc của đau khổ không còn; đau khổ là cái giá mà chúng ta phải trả cho những dính chấp của chính mình.

<sup>1</sup> Self-definitions – đánh giá của một người về giá trị của mình như là một cá nhân, tách biệt với vai trò xã hội hay với người khác của cá nhân người đó. (ND)





Tuy nhiên, các vấn đề thực tiễn vẫn hiện diện trong các cuộc truy cầu tâm linh. Về các bậc thầy tâm linh, người Mỹ cực kỳ ngây thơ, một phần vì ở đây không có truyền thống tâm linh như các nền văn hóa lâu đời hơn. Ở Ấn Độ, người ta biết rằng thế giới đầy các đạo sư giả, nhưng người Mỹ chưa có thái độ hoài nghi như thế. Đồ giả từ Ấn Độ thường xuyên xuất hiện với những bài thuyết pháp đầy ấn tượng và lừa bịp những người ngây thơ, khao khát đời sống tâm linh ở phương Tây, những người cả tin như trẻ con, rời bỏ nhà cửa và gia đình, bán sạch tài sản để đi theo kẻ bịp bợm quyến rũ dưới chiêu bài tâm linh để rồi cuối cùng vỡ mộng. Sự tinh quái của một số “đạo sư” có thể làm người ta hoa mắt, cộng với tài diễn xuất điêu luyện, họ thường chinh phục được ngay cả những người tìm kiếm tâm linh nhiều kinh nghiệm. Đây là quyến rũ mang tính tâm linh. Pha trộn giữa thật và giả, với vẻ ngoài bóng bẩy, những giáo lý nghe có vẻ có giá trị, người ta không nhận ra rằng bản chất của chúng đã bị bóp méo khi đặt trong bối cảnh khác với bối cảnh ban đầu.

Những hành vi lạm dụng tâm linh như thế là chuyện thường ngày ở Ấn Độ, nơi mà những kẻ lường gạt thêm khát nổi tiếng này bị coi thường và nếu trở về quê nhà thì họ thường bị chính phủ bắt phải sống trong khu vực của mình. Những kẻ được gọi là các “bậc thầy” như thế có thể gây ra những đau khổ và bi kịch khủng khiếp. Nhiều người bị trầm cảm nghiêm trọng khi phát hiện được rằng họ đã bị lừa dối và bị cưỡng bức về mặt tâm linh. Vỡ mộng và nỗi đau còn nặng nề hơn hẳn những mất mát khác trong cuộc đời, và không phải người nào cũng có thể phục hồi được.

Các tiên tri giả có thể lôi cuốn được người ta vì họ có khả năng thuyết phục. Nhưng sử dụng phương pháp kiểm tra được trình bày ở đây sẽ cung cấp cho bạn một chiếc áo giáp chắc chắn, đơn giản, nhằm chống những vụ lừa đảo như thế. Sẽ có ích nếu để một người nào đó kiểm tra bạn khi bạn xem những người truyền giáo trên tivi mà không bật âm thanh. Các đạo sư giả hiệu làm cho mọi người đều phản ứng yếu một cách rõ rệt, như thể vũ trụ coi hành vi cưỡng bức tâm linh là sai trái đặc biệt nghiêm trọng.

Sư phụ đích thực là người như thế nào? Trước hết, đặc điểm phổ biến của sư phụ đích thực là không bao giờ kiểm soát cuộc sống của bất cứ người nào, trên bất cứ phương diện nào và bằng bất cứ cách nào – mà chỉ giải thích cho người ta biện pháp nâng cao ý thức của mình. Nhưng nếu kiểm tra cơ thể vận động học, chúng ta sẽ thấy mẹ Teresa, được thế giới công nhận bằng cách trao cho Bà Nobel hòa bình, có điểm hiệu chỉnh 710, và vị Thánh tâm linh được người Ấn Độ công nhận, Ramana Maharshi (1879-1950), từ trần năm 1950, có điểm hiệu chỉnh 720. (Ngài chứng ngộ khi vừa tròn 16 tuổi, không bao giờ hạ sơn và đã sống cuộc đời đơn giản, khiêm tốn, tránh xa tiền tài, danh tiếng, đệ tử, và hẳn sẽ còn mai danh ẩn tích nếu không có một nhà văn người Anh nổi tiếng viết về trạng thái chứng ngộ của Maharshi và vì thế đã đưa những người cầu đạo trên khắp thế giới tới với Ngài)<sup>1</sup>.

Thế giới của các ông đồng bà cốt và thầy bói là nơi có nhiều lừa đảo nhất về mặt tâm linh. Kiểm tra mức độ chân thực của những việc làm và lời nói của những nhà ngoại

---

<sup>1</sup> Xem Brunton, 1984.



cảm này, cũng như mức độ chân thực của “nguồn” được cho là ở “thế giới bên kia” sẽ cho chúng ta những thông tin hữu ích. Đôi khi mức độ chân thực cao đến ngạc nhiên, trên thực tế là rất thuyết phục. Mức độ chân thực, hiệu chỉnh ở 500, là xứng đáng nghe – dù xuất phát từ đâu – vì không có khả năng yêu thương chính là nguồn gốc của hầu hết các vấn đề của con người. Trên tầng 500, sở hữu tài sản và các nhu cầu trần tục trở nên vô nghĩa, đó là lý do vì sao các đạo sư thực sự không tìm kiếm, cũng không mong muốn lợi ích vật chất.

Sử dụng đúng cách hệ thống này luôn luôn dẫn chúng ta tới quá trình tự khám phá và tự phát triển. Cuối cùng, nó có thể dẫn chúng ta tới lòng từ bi đối với mọi người, đây là khi chúng ta nhận ra rằng tất cả chúng ta đều phải đấu tranh với ma tính trong bản chất của con người. Mỗi người đều có khiếm khuyết trong lĩnh vực nào đó, và mỗi người đều đang đi trên con đường tiến hóa, một số đi trước chúng ta, còn một số thì tụt lại ở đằng sau. Những bước đã đi là những bài học cũ, còn những bước ở đằng trước là những giáo lý mới cần phải học.

Thực ra, chẳng cần dằn vặt về bất cứ chuyện gì và cũng chẳng cần trách móc bất cứ người nào. Không cần căm ghét ai, nhưng có những thứ tránh được thì tốt hơn, và những ngõ ngách tối tăm sẽ trở nên ngày càng sáng sủa hơn. Mỗi người đều tự lựa chọn tầng ý thức của mình, nhưng tại một thời điểm nào đó trong quá khứ, không ai có thể làm khác điều họ đã từng làm. Chúng ta chỉ có thể đến “đó” khi bắt đầu từ “đây”. Phải có nền tảng thì mới nhảy được. Đau khổ thúc đẩy tiến hóa; ảnh hưởng mang tính tích lũy của nó cuối cùng sẽ buộc chúng ta phải rẽ sang hướng mới, mặc dù cơ chế này có thể diễn ra rất chậm chạp. Phải rơi xuống

tận đáy bao nhiêu lần thì mới học thuộc bài? Có thể là hàng ngàn lần, đó là lý do vì sao con người lại nhiều đau khổ đến như thế, nhiều đến mức không thể nào hiểu nổi. Chậm rãi, nền văn minh của nhân loại tiến dần từng chút một.

Một bài kiểm tra hết sức thú vị: sử dụng kỹ thuật này để đánh giá lại những tổ chức hay cá nhân thường bị mang ra chỉ trích, ví dụ, đánh giá nội lực hiện nay của Liên hợp quốc, sau đó hỏi cơ quan này phải ở tầng nào thì mới thực hiện thành công nhiệm vụ được giao. Khi nhìn thấy những khác biệt như thế được thể hiện bằng những con số, chúng ta có thể ngưng tự chỉ trích và trách móc các tổ chức vì nhận ra rằng, các tổ chức này đơn giản là không có nội lực cần thiết để hoàn thành nhiệm vụ như kỳ vọng. Hiểu thì không còn lên án, cũng không còn mặc cảm tội lỗi. Cuối cùng, tất cả các phán xét đều là tự phán xét, và khi hiểu được điều này thì cũng là lúc bạn hiểu sâu hơn và rộng hơn bản chất của đời sống.

Có ánh sáng chiếu vào, cái có hại sẽ mất khả năng gây hại. Và lúc đó, sẽ không cần che giấu bất cứ thứ gì. Tất cả suy nghĩ, hành động, quyết định hay tình cảm đều tạo ra cơn lốc trong các trường năng lượng đan cài vào nhau, cân bằng lẫn nhau, liên tục vận động của cuộc đời, để lại hồ sơ tồn tại mãi với thời gian. Có thể là đáng sợ khi lần đầu tiên chúng ta nhận thức được như thế, nhưng nó chính là bàn đạp cho bước tiến hóa vượt bậc.

Trong vũ trụ siêu liên kết này, bất cứ cải thiện nào trong thế giới riêng tư của chúng ta cũng góp phần cải thiện toàn bộ thế giới rộng lớn dành cho tất cả mọi người. Tất cả chúng ta đều lơ lửng trên cùng tầng ý thức chung của cả nhân loại, mỗi đóng góp của chúng ta vào tầng ý thức tập thể đều quay



trở lại với chúng ta. Tất cả chúng ta, bằng nỗ lực của mình nhằm cải thiện đời sống, đều góp phần nâng cao tầng ý thức của nhân loại. Những việc chúng ta làm nhằm cải thiện đời sống sẽ tự động mang lại lợi ích cho tất cả chúng ta, vì tất cả chúng ta đều sống trong cuộc đời. Chúng ta chính là cuộc đời. “Cái gì tốt cho bạn thì cũng là tốt cho tôi” là sự kiện mang tính khoa học.

Tử tế với chính mình và với tất cả biểu hiện của đời sống là lực lượng chuyển hóa mạnh mẽ nhất. Nó không tạo ra phản ứng, không có nhược điểm và không bao giờ dẫn đến mất mát hay tuyệt vọng. Nó gia tăng nội lực thực sự của mỗi người mà không đòi hỏi bất cứ chi phí nào. Nhưng muốn có nội lực cao nhất thì tử tế phải được thể hiện với tất cả, không có ngoại lệ, cũng không được kỳ vọng vào lợi ích hay phần thưởng có tính ích kỷ nào. Và ảnh hưởng của nó càng vi tế bao nhiêu thì càng sâu rộng bấy nhiêu.

Trong cái vũ trụ “đồng thanh tương ứng, đồng khí tương cầu” và “ngưu tầm ngưu, mã tầm mã” này, chúng ta thu hút về phía mình những thứ chúng ta phóng xuất ra. Hậu quả có thể đến một cách bất ngờ. Ví dụ, chúng ta tử tế với người trực thang máy, và một năm sau, một người lạ giúp chúng ta trên con đường cao tốc vắng vẻ. Một việc có thể nhìn thấy được “này” không dẫn tới một việc có thể nhìn thấy được “khác”. Thay vào đó, trên thực tế, sự thay đổi trong động cơ hoặc hành vi tác động lên một trường, rồi trường này làm cho khả năng phản hồi tích cực tăng lên. Việc tu tâm của chúng ta tương tự như mở một tài khoản ngân hàng, nhưng chúng ta không thể rút ra theo ý mình. Những nguồn dự trữ này là do trường năng lượng vi tế quyết định, trường này



lúc nào cũng chờ đợi một sự kích hoạt để đưa năng lượng bên trong nó trở về với cuộc sống của chính chúng ta.

Câu chuyện *Hồn ma đêm Giáng sinh* (A Christmas Carol) của Dickens là câu chuyện về cuộc đời của tất cả chúng ta. Tất cả chúng ta đều là Scrooge. Tất cả chúng ta đều là Tiny Tim. Tất cả chúng ta đều ích kỷ và kém cỏi trong một số lĩnh vực nào đó. Tất cả chúng ta đều là nạn nhân như Bob Cratchit, và đều phần nộ về đạo đức khi bà Cratchit không chịu nâng cốc mừng Scrooge. Bóng ma đêm Giáng sinh trong quá khứ ám ảnh cuộc đời của tất cả chúng ta; linh hồn của những đêm Giáng sinh sắp tới mời gọi tất cả chúng ta đưa ra những quyết định vì cuộc sống của chính chúng ta và của những người khác. (Nhân tiện, nếu hiệu chỉnh tăng năng lượng của Giáng sinh, chúng ta sẽ thấy rõ ràng rằng năng lượng bên trong của nó trú ngụ trong chính trái tim của con người).

Tất cả các cách đặt câu hỏi đều dẫn đến cùng một câu trả lời tối thượng. Phát hiện ra rằng mọi thứ đều không bị che giấu và chân lý hiển lộ khắp mọi nơi là chìa khóa dẫn tới chúng ngộ về những vấn đề thực tế đơn giản nhất và vận mệnh của cả loài người. Trong quá trình khảo sát cuộc sống hàng ngày của mình, chúng ta có thể thấy rằng tất cả những nỗi sợ hãi của chúng ta đều được xây dựng trên giả tưởng. Dem sự thật thế chỗ cho đối trá là cốt lõi của quá trình chữa lành, cả những thứ hữu hình lẫn vô hình.

Và trăm lần như một, bất cứ người trần trở nào cuối cùng cũng gặp câu hỏi – câu hỏi lớn nhất: “Ta là ai?”

## CHƯƠNG 8

### **Cội nguồn của nội lực**

Mục đích cao nhất của công trình nghiên cứu của chúng tôi là kiến thức có thể áp dụng được chứ không phải là kiến thức hàn lâm hay triết học, mặc dù có thể rút ra được một số kết luận mang tính triết học, thậm chí ngay từ một phân tích ngắn gọn về sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài. Từ quan điểm thực tế, trước khi tiếp tục, chúng ta cần biết cội nguồn của sức mạnh bên trong là gì và nó hoạt động như thế nào. Cái gì tạo ra sức mạnh lớn lao của nó? Tại sao, cuối cùng, bao giờ lực lượng bên ngoài cũng thua sức mạnh bên trong?

Về phương diện này, *Tuyên ngôn độc lập* (Hoa Kỳ) có thể cung cấp cho chúng ta bài học bổ ích. Văn kiện này có điểm hiệu chỉnh khoảng 700. Nếu đọc kỹ từng câu một, ta sẽ thấy nguồn gốc sức mạnh bên trong của nó: đó là khái niệm cho rằng mọi người sinh ra đều bình đẳng, và các quyền con người là cốt lõi và do đó không thể tương nhượng. Thật thú vị là, khái niệm này cũng là cội nguồn nội lực của Mahatma Gandhi.

Trong quá trình kiểm tra, chúng ta sẽ thấy sức mạnh bên trong xuất phát từ ý nghĩa. Sức mạnh bên trong là động lực và nguyên tắc. Sức mạnh bên trong luôn luôn liên kết

với những tác nhân tăng cường ý nghĩa của chính cuộc đời. Nó mời gọi cái mà chúng ta gọi là cao quý trong bản chất của con người, ngược lại, lực lượng bên ngoài lôi kéo cái mà chúng ta gọi là đê tiện. Sức mạnh bên trong mời gọi những thứ nâng đỡ, trân quý và làm cho con người trở thành cao thượng. Lực lượng bên ngoài lúc nào cũng cần được biện minh, còn sức mạnh bên trong thì không cần biện hộ. Lực lượng bên ngoài gắn với phân biệt, chia rẽ; sức mạnh bên trong gắn với toàn thể, không phân chia.

Phân tích bản chất của lực lượng bên ngoài, chúng ta sẽ thấy vì sao nó khuất phục sức mạnh bên trong; đây cũng là một trong những định luật cơ bản của vật lý học. Vì lực tự động tạo ra phản lực, cho nên, về bản chất, tác động của nó bị giới hạn. Chúng ta có thể nói rằng lực là chuyển động. Nó đi từ đây đến kia (hoặc cố làm như thế), chống lại lực cản. Trong khi đó, sức mạnh bên trong đứng yên tại chỗ. Tương tự như một trường thường trực, bất động. Ví dụ, trọng trường không đi ngược lại bất cứ cái gì. Năng lượng bên trong của nó làm cho tất cả các đối tượng trong trường của nó chuyển động, nhưng chính trọng trường thì không chuyển động.

Lực lượng bên ngoài luôn luôn di chuyển ngược với một cái gì đó, sức mạnh bên trong thì không. Lực lượng bên ngoài thực chất là bất toàn và do đó phải liên tục cung cấp năng lượng cho nó. Còn sức mạnh bên trong là toàn bộ và hoàn thiện trong chính bản thân nó và không cần bất cứ thứ gì từ bên ngoài nó. Nó không đòi hỏi; nó không cần bất cứ thứ gì. Vì lòng tham của lực lượng bên ngoài là vô hạn, nó liên tục tiêu thụ. Ngược lại, sức mạnh bên trong là ủng hộ, cung cấp và hỗ trợ. Sức mạnh bên trong mang lại đời





sống và năng lượng. Lực lượng bên ngoài tước đoạt đời sống và năng lượng. Chúng ta nhận thấy sức mạnh bên trong gắn với lòng từ bi và làm cho chúng ta có những tình cảm tích cực đối với bản thân mình. Lực lượng bên ngoài gắn liền với phán xét và có xu hướng làm cho chúng ta khởi lên những tình cảm tiêu cực về bản thân mình.

Lực lượng bên ngoài luôn luôn tạo ra phản lực; nó gây chia rẽ chứ không thống nhất. Chia rẽ bao giờ cũng có nghĩa là xung đột; do đó giá phải trả bao giờ cũng cao. Vì lực lượng bên ngoài kích động chia rẽ, chắc chắn là nó sẽ tạo ra phân biệt thắng/thua; và vì lúc nào cũng có người thua, cho nên lúc nào cũng có kẻ thù. Thường xuyên đối mặt với kẻ thù, lực lượng bên ngoài luôn luôn ở trong tư thế phòng thủ. Phòng thủ là tổn kém, dù là trên thương trường, trong chính trị hay trong các vấn đề quốc tế.

Trong khi tìm kiếm cội nguồn của sức mạnh bên trong, chúng tôi nhận ra rằng nó liên quan với ý nghĩa và ý nghĩa này liên quan đến tầm quan trọng của chính đời sống. Lực lượng bên ngoài là cụ thể, tầm thường và gây nhiều tranh cãi. Nó cần bằng chứng và hỗ trợ. Còn cội nguồn của sức mạnh bên trong thì vượt trên mọi lý lẽ và không cần chứng minh. Cái đã hiển nhiên thì không thể bàn cãi. Sức khỏe quan trọng hơn bệnh tật, sống quan trọng hơn chết, danh dự tốt hơn ô nhục, tin tưởng và sự tín nhiệm hơn là hoài nghi và yếm thế, xây dựng hơn là hủy hoại – tất cả đều là những tuyên bố hiển nhiên không cần chứng minh. Cuối cùng, điều duy nhất chúng ta có thể nói về cội nguồn của sức mạnh bên trong đơn giản là “có đó”.

Mỗi nền văn minh đều được đặc trưng bởi các nguyên tắc mang tính bản địa. Nền văn minh với những nguyên tắc



cao quý sẽ phát triển thành công, còn nền văn minh với những nguyên tắc ích kỷ thì sẽ tan rã. Thuật ngữ “nguyên tắc” nghe có vẻ trừu tượng, nhưng hậu quả của nguyên tắc lại khá cụ thể. Nếu khảo sát các nguyên tắc, chúng ta sẽ thấy chúng nằm trong địa hạt không nhìn thấy được bên trong chính ý thức. Mặc dù chúng ta có thể chỉ ra nhiều ví dụ về sự trung thực trên thế giới này, nhưng bản thân sự trung thực với vai trò là nguyên tắc tổ chức quan trọng nhất đối với nền văn minh thì lại không tồn tại độc lập trong thế giới bên ngoài. Do đó, nội lực thực sự phát ra từ chính bản thân ý thức; những cái chúng ta nhìn thấy chính là biểu hiện hữu hình của cái vô hình.

Lòng tự hào, mục đích cao quý, hy sinh vì phẩm giá của cuộc đời – tất cả những thứ như thế đều được coi là có khả năng truyền cảm hứng, làm cho cuộc sống trở thành ý nghĩa. Nhưng cái thực sự truyền cảm hứng cho chúng ta trong thế giới vật lý này là những thứ tượng trưng cho các khái niệm có ý nghĩa sâu sắc đối với chúng ta. Những biểu tượng như vậy điều chỉnh động cơ của chúng ta cho khớp với các nguyên tắc trừu tượng. Một biểu tượng có thể tạo được sức mạnh to lớn vì nguyên tắc đã nằm sẵn trong ý thức của chúng ta.

Ý nghĩa quan trọng đến mức khi cuộc đời không còn ý nghĩa, người ta thường tự tử. Khi cuộc đời không còn ý nghĩa, trước hết, chúng ta bị trầm cảm; khi cuộc sống trở nên vô vị hơn thì cuối cùng chúng ta sẽ chết. Lực lượng bên ngoài có những mục tiêu nhất thời; khi những mục tiêu này đạt được rồi thì người ta sẽ cảm thấy một sự trống rỗng vô nghĩa. Mặt khác, sức mạnh bên trong liên tục thúc đẩy chúng ta. Ví dụ, nếu dâng hiến cuộc đời mình nhằm nâng



cao phúc lợi của những người khác và tất cả những người chúng ta tiếp xúc, cuộc sống của chúng ta không bao giờ có thể mất ý nghĩa. Nhưng nếu, mục đích cuộc đời của chúng ta chỉ đơn giản là thành công về tài chính thì chuyện gì sẽ xảy ra sau khi đã thành công? Đây là một trong những nguyên nhân gây ra bệnh trầm cảm ở tuổi trung niên.

Vỡ mộng vì cảm giác trống rỗng bắt nguồn từ việc không điều chỉnh được cuộc đời với những nguyên tắc sinh ra nội lực. Cuộc đời của các nhạc sĩ, các nhà soạn nhạc và nhạc trưởng lớn trong thời đại của chúng ta là minh họa rõ ràng cho hiện tượng này. Họ thường tiếp tục sự nghiệp đầy hiệu quả của mình khi đã trên tám mươi, thậm chí trên chín mươi, thường có con và sống khỏe mạnh cho đến khi già lão<sup>1</sup>! Họ đã cống hiến đời mình cho sự nghiệp sáng tạo và thể hiện cái đẹp; cái đẹp đi liền với/và thể hiện nội lực vô cùng to lớn. Về mặt lâm sàng, chúng ta biết rằng nghề nào phù hợp với cái đẹp thì cũng luôn luôn có sức sống và trường thọ. Vì cái đẹp là chức năng của sáng tạo, trường thọ là hiện tượng phổ biến trong tất cả các nghề nghiệp có tính sáng tạo.

Quan điểm triết học của chủ nghĩa duy vật thô thiển, dựa trên tiền đề cho rằng chỉ có những gì đo đếm được mới là hiện thực, là quan điểm lan tràn trong tất cả các ngành khoa học. Tuy nhiên, cội nguồn của sức mạnh bên trong là vô hình và không thể sờ mó được. Tiền đề cơ bản của chủ nghĩa kinh nghiệm logic cho thấy rõ ràng rằng nó là ngụy biện. Nói rằng không đo lường được là không hiện thực đã là

---

<sup>1</sup> Đây là lĩnh vực nghiên cứu đặc biệt được Diamond trình bày trên tờ *Behavioral Kinesiology*, 1979.



quan điểm trừu tượng, chẳng phải thế sao? Bản thân mệnh đề này cũng không thể sờ mó được, không trông thấy được, hoặc có thể đo lường được; chính luận cứ về hữu hình lại được tạo ra từ cái vô hình.

Ngay cả khi quan điểm như vậy là có giá trị, thì ai là người muốn sống mà không có lòng tự hào, danh dự, tình yêu, lòng vị tha, hay giá trị? Mặc dù lập luận này chứa đựng trong lòng nó những hàm ý đáng khinh bỉ, xin phân tích một cách rành rẽ.

Sức mạnh bên trong có bất cứ cơ sở hữu hình nào hay không? Có phải nó chỉ bắt nguồn từ những cái không thể định nghĩa, huyền bí, triết học, tâm linh, hay trừu tượng? Chúng ta có thể biết thêm gì về sức mạnh bên trong, thứ sức mạnh chỉ có ý nghĩa đối với những người có xu hướng thiên về thế giới não trái, dù cho sự nguy hiểm đã được máy tính giúp sức, cũng vẫn chỉ là hệ thống đo lường cơ học?

Trước khi tiếp tục, xin nhắc lại rằng những cỗ máy trí tuệ nhân tạo tiên tiến nhất thế giới không thể cảm nhận được niềm vui hay hạnh phúc. Lực lượng bên ngoài có thể làm cho người ta thỏa mãn, nhưng chỉ sức mạnh bên trong mới mang tới niềm vui. Chúng ta cảm thấy thỏa mãn khi thắng những người khác, nhưng chúng ta cảm thấy vui khi chiến thắng chính mình. Nhưng, như các chương trước cho thấy, hiện nay chúng ta không chỉ đo đếm được mà còn có thể đánh giá và tính điểm cho những đặc điểm đó. Để tư duy duy lý có thể nắm bắt được sự kiện này, xin tiếp tục hành trình qua một số khái niệm dễ hiểu từ vật lý lý thuyết cao cấp.

Không cần phải sợ những khái niệm này; ngược lại, những khái niệm này khá đơn giản, mặc dù hàm ý của



chúng đối với đời sống hằng ngày lại rất sâu sắc. Không cần hiểu cấu trúc phân tử của cao su mà vẫn có thể đi bằng ô tô. Thuyết tương đối của Einstein, Định luật Bell, v.v., tất cả đều có thể được trình bày trong một vài câu dễ hiểu, mặc dù chứng minh thì rất phức tạp.

Một số khái niệm được định nghĩa trong thời gian gần đây giúp chúng ta hiểu được bản chất của sức mạnh bên trong. Một trong số đó là lý thuyết của nhà vật lý học David Bohm, nói rằng có vũ trụ hữu hình và vũ trụ vô hình<sup>1</sup>. Không nên sợ ý tưởng này; nhiều thứ trong cuộc sống hằng ngày mà chúng ta đã quen – tia X, sóng radio và sóng tivi – cũng đâu có nhìn thấy được. Một vũ trụ “cuộn lại” song hành với vũ trụ hữu hình “mở ra”, mà cái vũ trụ hữu hình này chỉ đơn giản là biểu hiện của vũ trụ vô hình, cuộn lại mà thôi.

Như vậy là, ví dụ, ý tưởng về việc xây dựng một tòa nhà cao nhất thế giới được một số người ủng hộ và tạo ra khái niệm vô hình, mà cuối cùng trở thành Tòa tháp Empire State trong thế giới hữu hình. Vũ trụ cuộn lại kết nối với ý thức của con người, và cảm hứng xuất hiện trong tâm trí của người sáng tạo. Bohm nói rằng ý nghĩa là liên kết giữa tâm trí và vật chất, tương tự như hai mặt của một đồng xu<sup>2</sup>.

Một khái niệm hữu ích khác do Rupert Sheldrake đề xuất là trường tạo hình thái (morphogenetic field) hay trường M<sup>3</sup>. Các mô thức làm công việc tổ chức vô hình này hành động tương tự như các khuôn năng lượng nhằm thiết lập

<sup>1</sup> Được thảo luận kỹ lưỡng trong tác phẩm *Holographic Paradigm and Other Paradoxes* của Wilbur, 1982.

<sup>2</sup> Bohm, D., *Brain/Mind Bulletin*, 27 tháng 5 năm 1985.

<sup>3</sup> Xem Sheldrake, 1981.



các hình thức trên các tầng khác nhau của đời sống. Chính nhờ sự khu biệt của các trường M mà các loài mới có những cá thể giống hệt nhau. Trong các trường năng lượng của ý thức cũng có một cái gì đó tương tự như các trường M và đó chính là nền tảng cho các mô thức tư duy và hình ảnh – người ta gọi hiện tượng này là “nguyên nhân mang tính tổ chức” (formative causation). Ý tưởng cho rằng các trường M hỗ trợ cho quá trình học tập đã được xác minh qua thử nghiệm trên diện rộng<sup>1</sup>.

Khi vận động viên điền kinh Roger Bannister phá kỷ lục chạy một dặm bốn phút, anh đã tạo ra một trường M mới. Trước đó, hệ thống niềm tin giữ thế thượng phong trong ý thức của con người là chạy một dặm trong bốn phút là đạt đến giới hạn của con người rồi. Sau khi trường M mới được thiết lập, nhiều vận động viên điền kinh đột nhiên bắt đầu phá vỡ kỷ lục chạy một dặm trong bốn phút. Hiện tượng này xảy ra mỗi khi nhân loại bứt phá vào một hệ hình mới, dù đó là khả năng bay (trường M do anh em nhà Wright tạo ra), hay khả năng cai rượu (trường M do Bill W., người sáng lập hội Người nghiện rượu ẩn danh tạo ra). Sau khi một trường M nào đó được tạo ra, tất cả những người lặp lại thành tích này đều góp phần củng cố sức mạnh bên trong của trường M đó.

Tất cả chúng ta đều quen thuộc với hiện tượng là một số người ở cách xa nhau đồng thời cùng nghĩ tới một ý tưởng.

---

<sup>1</sup> Sheldrake kêu gọi các tiếp cận mang tính cộng đồng hơn nữa đối với nghiên cứu này. Đáp lại, ở Hoa Kỳ và Anh, người ta đã trao giải thưởng (Hoa Kỳ 10.000 USD, Anh 250 £) cho những cuộc kiểm tra khẳng định giả thuyết này.

Thí nghiệm của Morse code ủng hộ lý thuyết này và được Mahlberg trình bày trên tờ *Brain/Mind Bulletin*, ngày 8 tháng 7 năm 1985.



Bằng cách nào đó, trường M hoạt động như một nguyên tắc tổ chức, tương tự như sức hút của từ trường Trái đất. Trường M không phải di chuyển đi đâu hết. Nó là trường năng lượng đứng yên, nhưng lại có mặt ở khắp mọi nơi. Một khi được tạo ra, nó tồn tại dưới dạng mô thức phổ biến có sẵn trong toàn bộ vũ trụ vô hình.

Khái niệm tiếp theo chúng ta phải xem xét kỹ lưỡng hơn là thuyết hỗn độn (động lực học phi tuyến). Ứng dụng trước hết của nó là dự báo thời tiết, nhiều thế kỷ nghiên cứu thời tiết đã dẫn tới đồng thuận rằng, không thể áp dụng bất cứ mô thức toán học có thể xác định, có thể dự đoán nào trong việc dự báo thời tiết (cũng như không thể dùng toán học để chứng minh được thời điểm vòi nước sẽ nhỏ giọt, hoặc thậm chí, giải thích cách hình thành một giọt nước). Hỗn độn đơn giản có nghĩa là tập hợp các dữ liệu dường như vô nghĩa – ví dụ: một loạt các điểm – mà ta không thể nhìn thấy bất kỳ quy luật nào. Sau khi công nghệ máy tính tiên tiến xuất hiện, người ta phát hiện ra rằng, có thể dùng máy tính để tìm các quy luật tổ chức bên trong những tập hợp dữ liệu mà mới nhìn dường như là vô tổ chức; dường như là rời rạc nhưng thực sự có sự gắn kết nội tại bị che giấu.

Phân tích bằng máy tính cho thấy trật tự trông như hình số tám gấp chồng lên chính nó, thường kèm theo hiệu ứng phổ để hình đó có cấu trúc lặp lại. Khoa học đã xác nhận điều mà các nhà huyền môn từng tuyên bố trong suốt nhiều thế kỷ qua: thực ra, vũ trụ có quy luật, thống nhất và được tổ chức xung quanh những mô thức có chức năng hợp nhất<sup>1</sup>.

---

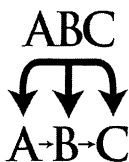
<sup>1</sup> Bỏ được tính nhị nguyên thì sẽ thấy vạn vật phụ thuộc lẫn nhau và xâm nhập vào nhau. Nhất thể là trung tâm của các tôn giáo và hệ thống tâm linh lớn khi thực tại tối thượng là nền tảng và nằm trong mọi hình tướng.



Động lực học phi tuyến đã xác minh rằng, vũ trụ không hề hỗn độn; chính giới hạn của nhận thức làm cho người ta thấy rối loạn. Nó làm cho người não trái lo lắng, nhưng dường như người não phải lại cho là đương nhiên. Những người sáng tạo chỉ đơn giản là viết, vẽ, điêu khắc hoặc phác họa ra những thứ mà họ thấy trong tâm trí của mình. Chúng ta không sử dụng tư duy logic khi khiêu vũ, chúng ta khiêu vũ theo cảm tính. Chúng ta lựa chọn dựa trên các giá trị, mà các giá trị thì liên kết với các mô thức bên trong mỗi người.

Chuỗi quan hệ nhân quả được mọi người chấp nhận thường được các khoa học cơ bản hiểu là những hiện tượng xảy ra theo trình tự  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Trong sơ đồ như thế của thuyết tất định duy vật chủ nghĩa, không có gì là tự nhiên sinh ra hay mất đi, tất cả chỉ là kết quả của một cái gì đó. Vì vậy, nó có giới hạn; trên thực tế, hệ thống này xác định thế giới của lực lượng bên ngoài. Lực A gây ra Lực B, sau đó được truyền sang Lực C với hệ quả là D. Đến lượt mình, D trở thành khởi đầu của một loạt các phản ứng dây chuyền, bất tận (*ad infinitum*). Đây là thế giới của não trái, thế giới trần tục và có thể dự đoán được. Đây là hệ hình có giới hạn, các môn khoa học thông thường hoạt động theo hệ hình này: quen thuộc, có thể lập biểu đồ, có thể kiểm soát, nhưng thiếu sáng tạo – đã được xác định, và do đó, bị hạn chế bởi quá khứ. Đây không phải là thế giới của thiên tài, nhưng nhiều người cảm thấy an toàn. Đây là thế giới của hiệu quả và thiết thực. Tuy nhiên, với những người sáng tạo, thế giới này thật tẻ nhạt, tầm thường, đơn điệu và chán ngắt. Tưởng tượng trong đầu về tòa nhà Empire State là một chuyện; xây dựng nó lại là chuyện khác. Muốn làm một cái gì đó thì phải có động lực. Động lực bắt nguồn từ ý nghĩa. Do đó, thế giới vô hình và hữu hình liên kết với nhau theo sơ đồ:





Ở đây chúng ta thấy rằng khái niệm ABC, nằm trong vũ trụ vô hình, vũ trụ cuộn lại, đi vào thế giới hữu hình và biểu hiện thành chuỗi  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Như thế, thế giới hữu hình được tạo ra từ thế giới vô hình, và do đó bị tương lai chi phối<sup>1</sup>. Khả năng của khái niệm vô hình trong việc vật chất hóa nằm ở sức mạnh bên trong của chính khái niệm ban đầu. Chúng ta có thể nói rằng não phải “lập ra mô hình”, còn não trái thì “làm cho nó trở thành hữu hình”. Khái niệm ABC có thể là điểm hút năng lượng cao hoặc điểm hút năng lượng thấp. Một số khái niệm và giá trị rõ ràng là có nhiều sức mạnh bên trong hơn những khái niệm và giá trị khác. (Cho đến nay, khoa học mới chỉ xác định rằng, các điểm hút có thể có năng lượng cao hoặc thấp mà thôi).

Nói một cách đơn giản, các mô thức điểm hút mạnh làm cho chúng ta mạnh lên, còn các mô thức yếu làm cho chúng ta yếu đi. Một số ý tưởng làm người ta suy yếu đến mức chỉ nghĩ đến chúng là đối tượng kiểm tra đã không thể giữ cho cánh tay thẳng được rồi. Trong khi một số khái niệm khác lại mạnh đến mức chỉ cần nghĩ đến chúng là dù có cố gắng đến đâu cũng không thể ấn cánh tay đối tượng xuống. Đây là hiện tượng phổ biến. Các mô thức mạnh gắn liền với sức khỏe; các mô thức yếu gắn liền với ốm đau, bệnh tật và thậm chí là chết chóc. Nếu bạn có tâm tha thứ, cánh tay của

<sup>1</sup> Xem Land và Jarman, 1992.



bạn sẽ rất mạnh. Nếu bạn có ý nghĩ trả thù, cánh tay của bạn sẽ yếu đi.

Đối với mục đích của chúng ta, chỉ cần công nhận rằng sức mạnh bên trong làm cho bạn mạnh lên, trong khi, lực lượng bên ngoài làm cho bạn yếu đi. Một số người sai lầm khi cho rằng tình yêu, từ bi và tha thứ là thụ động, nhưng trên thực tế, chúng làm cho người ta mạnh mẽ hơn hẳn. Thù hận, phán xét và lên án chắc chắn làm cho bạn yếu đi. Do đó, dù đúng hay sai về mặt đạo đức, thực tế đơn giản là trong dài hạn, yếu không thể thắng mạnh. Yếu tất nhiên sẽ thua.

Trong suốt chiều dài của lịch sử nhân loại, những người mạnh mẽ là những người hoàn toàn nhất quán với những điểm hút đầy sức mạnh. Họ luôn luôn nói rằng sức mạnh mà họ thể hiện không phải là của mình hay do chính mình tạo ra. Tất cả đều gán nguồn sức mạnh này cho một cái gì đó vĩ đại hơn bản thân mình.

*Tất cả những người thầy vĩ đại trong suốt chiều dài của lịch sử nhân loại, bằng mọi ngôn ngữ và mọi lúc, đều chỉ dạy đi dạy lại có một điều. Tất cả đều nói: Từ bỏ những điểm hút yếu để đến với những điểm hút mạnh.*

Khảo sát những điểm hút này, chúng ta sẽ thấy rằng những mô thức yếu có xu hướng bất chước (chỉ trên hình thức) các mô thức mạnh hơn. Chúng ta gọi là những kẻ bất chước. Do đó, người Đức trong thời Đế tam Đế chế bị tình cảm, thoát nhìn tưởng là lòng yêu nước, lừa bịp; nhưng thực chất, đó là chủ nghĩa dân tộc. Kẻ mị dân hoặc cuồng tín tìm mọi cách làm cho chúng ta tin rằng đồ nhái chính là hàng thật. Để đạt được mục đích, những kẻ mị dân phải dùng những lời lẽ hùng hồn. Ngược lại, những người có nội lực thực sự chẳng cần nhiều lời.

PHẦN HAI

CÔNG VIỆC



## CHƯƠNG 9

### **Mô thức của nội lực trong thái độ của con người**

**K**hả năng phân biệt giữa mô thức năng lượng cao và thấp là vấn đề nhận thức và suy xét mà hầu hết chúng ta đều học qua tiến trình thử và sai đầy đau đớn. Thất bại, đau khổ và cuối cùng là bệnh tật đều do ảnh hưởng của các mô thức yếu; ngược lại, thành công, hạnh phúc và sức khỏe bắt nguồn từ những mô thức điểm hút mạnh. Do đó, xứng đáng bỏ ra vài phút để xem qua danh sách các mô thức trái ngược nhau, tức là những mô thức đã được nghiên cứu và hiệu chỉnh để xác định tiêu chí tương ứng và được liệt kê dưới đây. Đây là nguyên tắc học tập dựa trên nguyên tắc khép kín<sup>1</sup>. Suy ngẫm về các cặp mô thức trái ngược nhau có thể khởi động quá trình phát triển ý thức để dần dần nhận ra những mô hình hoạt động trong các mối quan hệ, trong kinh doanh, và tất cả các tương tác khác nhau làm nên tầm tham cuộc đời. Ở bên trái là các tính từ mô tả các mô thức mạnh (tích cực), với điểm hiệu chỉnh trên 200; bên phải là các mô thức yếu (tiêu cực), có điểm hiệu chỉnh dưới 200.

---

<sup>1</sup> Principle of closure: Nguyên tắc khép kín, ám chỉ việc bộ não tự động lấp kín những phần còn thiếu trong thiết kế để tạo thành bức tranh hoàn chỉnh. (ND)



Ấm áp .....	Phát sốt	Dối dào .....	Thừa mứa
Biết ơn .....	Mắc nợ	Đồng cảm .....	Thương hại
Bình dân .....	Trang trọng	Đồng tình .....	Hạ cố
Bình đẳng .....	Thượng đẳng	Đức hạnh .....	Nổi tiếng
Bồi dưỡng .....	Bào mòn	Giải phóng .....	Cắm đoán
Buông bỏ .....	Lo âu	Giáo dục .....	Dễ dàng
Cảm kích .....	Đổ kỵ	Giàu kinh nghiệm .....	Cay nghiệt
Can đảm .....	Liều lĩnh	Gợi cảm hứng .....	Tầm thường
Cao thượng .....	Phô trương	Gợi tình .....	Dâm dăng
Chấp nhận .....	Bác bỏ	Hài hước .....	Nhần nhó
Chất phác .....	Tính toán	Hành động .....	Nhận về
Chia sẻ .....	Tích cóp	Hào phóng .....	Hà tiện
Cho .....	Nhận	Hấp dẫn .....	Khêu gợi
Cho phép .....	Kiểm soát	Hiện diện .....	Sở hữu
Chữa lành .....	Kích thích	Hòa giải .....	Cứng rắn
Chu đáo .....	Chiều chuộng	Hữu ích .....	Phiền phức
Có mục đích .....	Thèm khát	Khiêm nhường .....	Cao ngạo
Có ý thức .....	Vô ý thức	Khiêm tốn .....	Tự ti
Cởi mở .....	Bảo thủ	Khoan dung .....	Dễ dãi
Công khai .....	Giấu giếm	Khuyến khích .....	Thúc ép
Công minh .....	Chính đáng	Kiên định .....	Nao núng
Cốt lõi .....	Bề ngoài	Lạc quan .....	Bì quan
Dài hạn .....	Tức thời	Lẽ phải .....	Trừng phạt
Dân chủ .....	Độc tài	Lịch lãm .....	Phải phép
Dẫn dắt .....	Ép buộc	Lịch sự .....	Xun xoe
Đáng tin .....	Giả tạo	Linh hoạt .....	Cứng nhắc
Đạo đức .....	Lập lờ	Lỗi lạc .....	Khôn ranh
Đẹp đẽ .....	Hào nhoáng	Lựa chọn .....	Bắt buộc
Độ lượng .....	Chỉ trích	Lưu tâm .....	Ấm ảnh
Dịu dàng .....	Thô lỗ	Mạnh mẽ .....	Cưỡng bách



Mềm dẻo .....	Cứng rắn	Thống nhất .....	Chia rẽ
Mời mọc .....	Thúc giục	Thông thái .....	Thông thái rởm
Ngoại giao .....	Lừa mị	Thừa nhận .....	Phủ nhận
Ngoan ngoãn .....	Ngược ngạo	Tiếp xúc .....	Vắt kiệt
Ngợi ca .....	Nịnh bợ	Tiết kiệm .....	Bần tiện
Nguyên tắc .....	Thủ đoạn	Tin cậy .....	Dựa dẫm
Nhận .....	Đoạt	Tin tưởng .....	Cả tin
Nhẫn nại .....	Thèm khát	Tin yêu .....	Cổ chấp
Nhẫn nhịn .....	Định kiến	Tinh táo .....	Say mềm
Nhận thức .....	Thiên kiến	Tinh thần .....	Vật chất
Nhiệt tình .....	Kích động	Toàn cục .....	Cục bộ
Phát triển .....	Vật lộn	Tôn trọng .....	Hạ mình
Phụng sự .....	Tham vọng	Trách nhiệm .....	Dẫn vật
Quan sát .....	Hoài nghi	Trân trọng .....	Tâng bốc
Quan tâm .....	Phán xét	Trật tự .....	Rối bời
Quý trọng .....	Lợi dụng	Trù phú .....	Cần cỗi
Quyền uy .....	Giáo điều	Trực giác .....	Phàm tục
Quyết tâm .....	Ngoan cố	Trung thành .....	Bè phái
Sáng tạo .....	Đơn điệu	Trung thực .....	Đúng luật
Tài năng .....	May mắn	Trường tồn .....	Nhất thời
Tài tình .....	Mưu mô	Tự do .....	Khuôn khổ
Tầm nhìn .....	Tưởng tượng	Tự vệ .....	Tấn công
Tán đồng .....	Chỉ trích	Tự nhiên .....	Nhân tạo
Tận tụy .....	Sở hữu	Tự phát .....	Thúc ép
Thách thức .....	Cản trở	Tử tế .....	Tàn bạo
Thắm mỹ .....	Màu mè	Tự tin .....	Kiều ngạo
Tháo gỡ .....	Loại bỏ	Tán đồng .....	Phê phán
Thiện nguyện .....	Phung phí	Ưu tiên .....	Đặc quyền
Thỏa mãn .....	Thừa mứa	Vị tha .....	Vị kỷ
Thoải mái .....	Dai dẳng	Vĩnh cửu .....	Tạm thời

Vinh danh .....	Thờ phụng	Xây dựng .....	Phá hoại
Vô tư .....	Vô tâm	Xuất sắc .....	Tàm tạm
Vừa đủ .....	Thái quá	Ý định .....	Tính toán
Vui sướng .....	Khoái lạc	Ý nghĩa .....	Quan trọng
Vui vẻ .....	Đồng bóng	Yêu cầu .....	Đòi hỏi
Vượt qua trở ngại .....	Ganh đua	Yêu nước .....	Dân tộc chủ nghĩa

Chỉ cần đọc qua danh sách này là bạn sẽ không còn như trước nữa. Chỉ cần nhận thức được khác biệt giữa những thái cực này thì sức mạnh bên trong của một người cũng đã bắt đầu gia tăng rồi. Nhớ tới những khác biệt này là chúng ta sẽ nhận thấy những điều mà trước đây chúng ta chưa từng để tâm tới. Rồi bạn đọc sẽ thấy, mặc khải xảy ra là vì vũ trụ ưu ái sức mạnh bên trong của mỗi người.

Hơn nữa, vũ trụ không quên bất cứ điều gì. Câu hỏi về nghiệp (karma) có nhiều khía cạnh khác nhau, nhưng mọi quyết định về việc mình là ai và sống như thế nào đều tạo ra hậu quả to lớn. Tất cả các lựa chọn của chúng ta đều tạo ra ảnh hưởng trong những giai đoạn rất dài. Người ta đã viết hàng ngàn báo cáo về trải nghiệm cận tử trong suốt nhiều thế kỷ, trong đó có những cuốn sách bán chạy nhất, ví dụ, *Saved by the Light* (tạm dịch: Được cứu bởi ánh sáng) của Dannion Brinkley, hay *Embraced by Light* (tạm dịch: Được ánh sáng ôm ấp) của B. J. Eadie (điểm hiệu chỉnh 595); những báo cáo này khẳng định rằng, cuối cùng, chúng ta sẽ phải nhận trách nhiệm về mọi suy nghĩ, lời nói và hành động của mình và phải trải qua chính xác tất cả những đau khổ mà chúng ta đã gây ra cho người khác. Chúng ta tạo ra thiên đường hay địa ngục của bản thân mình là có ý nghĩa như thế.





Vũ trụ nín thở trong từng khoảnh khắc khi chúng ta quyết định con đường mình sẽ đi; vì vũ trụ, cốt tủy của sự sống, cực kỳ tỉnh thức. Mỗi hành động, suy nghĩ và lựa chọn đều góp thêm một nét vào bức tranh vĩnh viễn tồn tại với thời gian; những quyết định của chúng ta len lỏi qua vũ trụ của ý thức và sẽ tác động đến cuộc sống của vạn vật. Xin đừng cho rằng ý tưởng này là thần bí hoặc hão huyền, xin nhớ rằng nguyên lý cơ bản của vật lý lý thuyết hiện đại: vạn vật trong vũ trụ đều kết nối với nhau<sup>1</sup>.

Các quyết định của chúng ta củng cố quá trình hình thành các trường M đầy sức mạnh, đó chính là những mô thức điểm hút ảnh hưởng đến những mô thức điểm hút khác<sup>2</sup>. Ngay cả khi một người ngồi một mình trong một cái hang thì suy nghĩ của anh ta cũng ảnh hưởng đến những người khác, dù anh ta có muốn hay không. Nếu hành động hoặc quyết định của bạn hỗ trợ đời sống thì nó cũng hỗ trợ đời sống của muôn loài, trong đó có đời sống của chính bạn. Những gợn sóng mà chúng ta tạo ra sẽ quay trở lại với chúng ta. Trước đây dường như người ta từng coi đó là tuyên bố của siêu hình học, nhưng hiện nay đã được khẳng định như là sự kiện khoa học, có thể xác minh được<sup>3</sup>.

Vạn vật trong vũ trụ đều liên tục phát ra mô thức năng lượng ở một tần số cụ thể, mãi mãi tồn tại và những người biết cách đọc thì sẽ đọc được nó. Mỗi lời nói, hành động và ý định đều vĩnh viễn để lại dấu ấn trên thế gian này. Vũ trụ biết mọi ý nghĩ và ghi lại mãi mãi. Không có gì là bí mật;

<sup>1</sup> Xem Bohm, 1980.

<sup>2</sup> Xem Sheldrake, 1981.

<sup>3</sup> "Test Supports Sheldrake Theory" (tạm dịch: Kiểm tra ủng hộ thuyết của Sheldrake), *Brain/Mind Bulletin*, ngày 12 tháng 9 năm 1983.



không có gì bị che giấu, không thể che giấu được. Một lúc nào đó, linh hồn của chúng ta sẽ đứng trần trụi trước mắt tất cả mọi người. Cuối cùng, mỗi người đều phải giải trình cuộc đời mình trước vũ trụ.

## CHƯƠNG 10

### **Nội lực trong chính trị**

**M**uốn hiểu rõ hơn sự khác nhau cơ bản giữa sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài và hàm ý của những khác biệt này đối với chính đời sống của chúng ta, cần phải khảo sát hành vi của con người trên quy mô rộng lớn hơn. Những tương tác của dân chúng và chính quyền cung cấp cho chúng ta nhiều minh họa rõ ràng.

Xem xét lịch sử từ góc nhìn độc đáo của mình, tất nhiên, chúng ta sẽ nhớ đến ví dụ nổi bật là cuộc Cách mạng Mỹ. Đây là cuộc Cách mạng đầu tiên trong lịch sử chính thức khẳng định tự do là quyền bất khả tương nhượng và tạo ra tiền lệ cho những thế kỷ sau. Những nguyên tắc có điểm hiệu chỉnh 700 tạo được ảnh hưởng đối với nhân loại trong thời gian dài. Ngọn bút mạnh hơn đao kiếm, bởi vì sức mạnh bên trong xuất phát từ tâm trí, trong khi lực lượng bên ngoài có nguồn gốc từ thế giới vật chất.

Một sự kiện then chốt trong lịch sử thế giới, mà chúng ta đã nói tới và sẽ lại còn tiếp tục nói, trong thế kỷ này (thế kỷ XX), thông qua sức mạnh bên trong của một ẩn sĩ: Mahatma Gandhi, một người nặng chưa tới 45kg và được gọi là “người da màu”, đơn thương độc mã đã chiến thắng

Đế quốc Anh, lực lượng mạnh nhất thế giới lúc đó – cai trị hai phần ba diện tích Trái đất<sup>1</sup>.

Gandhi không chỉ buộc Đế quốc Anh phải quỳ gối, mà ông còn giật tung bức màn che phủ vỏ kịch có tên là chủ nghĩa thực dân kéo dài suốt nhiều thế kỷ, và ông đã làm được bằng cách đơn giản là bảo vệ một nguyên tắc: phẩm giá cốt tủy của con người và quyền tự do, chủ quyền và quyền tự quyết của con người<sup>2</sup>. Theo quan điểm của Gandhi, cốt lõi của nguyên tắc này là con người có những quyền đó là do thần tính của sự chào đời của anh ta. Gandhi tin rằng quyền con người không phải do quyền lực trần gian ban phát mà là quyền cố hữu trong bản chất của chính con người, trong chính sự kiện là anh ta được sinh ra làm người<sup>3</sup>.

Bạo lực là lực lượng bên ngoài; vì Gandhi nhất quán với sức mạnh bên trong chứ không phải lực lượng bên ngoài, ông cấm mọi hành vi bạo lực trong đại nghiệp của mình<sup>4</sup>. Và, vì ông thể hiện những nguyên tắc phổ quát (có điểm hiệu chỉnh 700), cho nên ông có thể gắn kết ý chí của toàn thể nhân dân. Khi ý chí của nhân dân đoàn kết và nhất quán với các nguyên tắc phổ quát, thì không lực lượng nào có thể khuất phục được. Chủ nghĩa thực dân (có điểm hiệu chỉnh 175) dựa trên quyền lợi ích kỷ của đất nước thực dân. Gandhi thể hiện – và được cả thế giới chứng kiến – sức mạnh bên trong của lòng vị tha khi đối đầu với quyền lợi ích kỷ<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Xem Rudolph and Rudolph, 1993.

<sup>2</sup> Xem Mehta, 1982.

<sup>3</sup> Xem Fischer, 1982.

<sup>4</sup> Xem Laczey, 1972.

<sup>5</sup> Đã dẫn.



(Nguyên tắc này cũng đã được Nelson Mandela thể hiện một cách ngoạn mục ở Nam Phi)<sup>1</sup>.

Adolf Hitler đã xây dựng được bộ máy quân sự vĩ đại nhất trong lịch sử thế giới. Ở tầng thuần túy lực lượng, quân đội của ông ta là bất khả chiến bại; nhưng ông ta không thể thắng được hòn đảo nhỏ bé nằm bên kia eo biển Manche (tiếng Anh: English Channel), vì sức mạnh bên trong mà Winston Churchill thể hiện – ông đã dùng nguyên tắc tự do và hy sinh quên mình làm chất kết dính ý chí của cả dân tộc mình. Churchill (có điểm hiệu chỉnh 510) đại diện cho sức mạnh bên trong, Hitler đại diện cho lực lượng bên ngoài<sup>2</sup>. Khi sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài đối đầu nhau, sức mạnh bên trong bao giờ cũng thắng; trong dài hạn, nếu sức mạnh bên trong đã ăn sâu bén rễ trong ý chí của nhân dân thì lực lượng bên ngoài không thể làm gì được nó.

Lực lượng bên ngoài có sức hấp dẫn bởi vì nó phát ra ánh hào quang nào đó, vẻ hào nhoáng có thể núp dưới chiêu bài lòng ái quốc trá hình, uy tín, hay ưu thế giả tạo; ngược lại, sức mạnh bên trong thực sự lại thường không có vẻ hào nhoáng bề ngoài. Còn gì quyến rũ hơn lực lượng Luftwaffe (không quân) và Waffen SS (lực lượng vũ trang SS) của Đức Quốc xã trong Chiến tranh thế giới lần thứ hai? Những đơn vị ưu tú này là hiện thân của lẫm liệt, đặc quyền và phong cách, và chắc chắn là có sức mạnh to lớn – trong đó có những loại vũ khí tối tân nhất thời đó và tinh thần đồng đội

---

<sup>1</sup> Xem *Newsweek*, 9 tháng 5 năm 1994.

<sup>2</sup> “Crusade in Europe” (Thập tự chinh ở châu Âu), loạt video *March of Time*, 1939; xem thêm Lash, 1976.

góp phần củng cố sức mạnh của họ. Toát lên ánh hào quang của những đoàn quân bách chiến bách thắng.

Kẻ yếu bị cuốn hút vào và thậm chí sẵn chết vì vẻ hào nhoáng của lực lượng bên ngoài. Nếu không thế, làm sao những thứ khủng khiếp như chiến tranh lại có thể xảy ra? Lực lượng bên ngoài thường chiếm thế thượng phong trong một giai đoạn ngắn ngủi nào đó, và những người yếu đuối bị những người dường như đã vượt qua tình trạng yếu đuối quyến rũ. Nếu không thế, làm sao chế độ độc tài tồn tại được?

Một trong những đặc điểm của lực lượng bên ngoài là thói kiêu căng; còn sức mạnh bên trong thì khiêm tốn. Lực lượng bên ngoài thường khoa trương; nó có thể trả lời tất cả các câu hỏi của cuộc đời. Sức mạnh bên trong thì khiêm tốn.

Nhiều hệ thống chính trị và phong trào xã hội bắt đầu với sức mạnh bên trong, nhưng cùng với thời gian, chúng bị những người tìm kiếm lợi ích thâm tóm, ngày càng phụ thuộc vào lực lượng bên ngoài và cuối cùng, bị người đời ruồng bỏ. Lịch sử của nền văn minh đã nhiều lần cho thấy những sự kiện như thế.

Muốn hiểu đầy đủ sự phân biệt mà chúng ta đang thảo luận, cần phải xem xét sự khác biệt giữa chính trị gia (politician) và chính khách (statesman). Các chính trị gia, hoạt động vì mục đích cá nhân, cai trị bằng lực lượng bên ngoài sau khi giành được địa vị bằng cách thuyết phục với lời lẽ khoa trương – thường có điểm hiệu chỉnh dưới 200. Chính khách là những người có nội lực thực sự, lãnh đạo bằng cách động viên, tự mình làm gương và bảo vệ những nguyên tắc hiển nhiên. Chính khách khơi gợi lòng cao thượng vốn có trong tất cả mọi người và đoàn kết mọi người lại với nhau



bằng cái có thể được mô tả đúng nhất là “trái tim”. Trí tuệ dễ bị lừa, còn trái tim biết đâu là thật đâu là giả. Trí tuệ thì có hạn nhưng trái tim thì vô hạn; trí tuệ dễ bị cái nhất thời lôi kéo, trái tim chỉ quan tâm đến cái muôn đời.

Lực lượng bên ngoài thường dùng những lời lẽ đao to búa lớn, tuyên truyền và lý sự màu mè nhằm tranh thủ sự ủng hộ và che giấu những động cơ thực sự của mình. Sự thật có đặc điểm là không cần ai bảo vệ; nó hiển nhiên là thế. Sự kiện “mọi người sinh ra đều bình đẳng” không cần biện minh hay thuyết phục bằng ngôn từ đao to búa lớn. Giết người trong trại tập trung bằng hơi ngạt đương nhiên là sai; không cần lý sự nhiều. Các nguyên tắc mà sức mạnh bên trong dựa vào không cần chứng minh, trong khi lực lượng bên ngoài bao giờ cũng cần – lúc nào người ta cũng tranh cãi về việc vũ lực có “chính đáng” hay là không.

Rõ ràng là, sức mạnh bên trong liên kết với những thứ có lợi cho đời sống, còn lực lượng bên ngoài liên kết với những thứ lợi dụng đời sống vì lợi ích của cá nhân hay tổ chức nào đó. Lực lượng bên ngoài là chia rẽ và bè phái, do chia rẽ mà nó yếu đi, trong khi sức mạnh bên trong liên kết mọi người lại với nhau. Lực lượng bên ngoài gây chia rẽ. Trong chủ nghĩa sô-vanh, hiểu chiến hiển nhiên là có đòi hỏi thiết lập nhà nước quân phiệt, xa lánh các nước khác trên thế giới.

Sức mạnh bên trong thu hút, trong khi lực lượng bên ngoài đẩy người ta ra xa. Vì sức mạnh bên trong liên kết mọi người lại với nhau, nó không có kẻ thù thực sự nào, mặc dù những kẻ cơ hội có thể phản đối những biểu hiện của nó, vì không đáp ứng mục đích của họ. Sức mạnh bên trong phục vụ người khác, trong khi lực bên ngoài phục vụ chính mình.



Chính khách chân chính phục vụ nhân dân<sup>1</sup>; chính trị gia lợi dụng nhân dân vì những tham vọng của mình. Chính khách hy sinh thân mình nhằm phục vụ nhân dân; còn các chính trị gia thì hy sinh người khác cho mục đích của mình. Sức mạnh bên trong khơi gợi bản chất cao thượng của chúng ta, còn lực lượng bên ngoài khơi gợi bản tính thấp hèn của chúng ta. Lực lượng bên ngoài thì có hạn, trong khi sức mạnh bên trong là vô hạn.

Khăng khăng nói rằng mục đích biện minh cho phương tiện, lực lượng bên ngoài bán đứng tự do để đổi lấy thủ đoạn. Lực lượng bên ngoài có những giải pháp nhanh chóng và dễ dàng. Sức mạnh bên trong coi phương tiện và mục đích là một, nhưng mục đích đòi hỏi chín chắn hơn, kỷ luật hơn và kiên nhẫn hơn thì mới có kết quả. Những nhà lãnh đạo vĩ đại truyền cảm hứng cho chúng ta là những người có đức tin và tự tin vào tính chính trực tuyệt đối của mình và nhất quán với nguyên tắc bất bạo động. Những nhân vật lỗi lạc đó hiểu rằng, không giữ vững nguyên tắc thì sức mạnh bên trong cũng không còn. Winston Churchill không bao giờ cần sử dụng vũ lực với người Anh; Gandhi đánh bại Đế quốc Anh mà không cần phải vung tay giận dữ. Chúng ta có thể nhận xét rằng bạo lực không thể giải quyết được vụ xung đột đường như bất tận ở Trung Đông, nhưng cuối cùng, trong dài hạn, vụ xung đột này có thể giải quyết được thông qua đối thoại.

---

<sup>1</sup> Trong các cuộc đối thoại chính trị xã hội gần đây, người ta nhấn mạnh nhiều tới quản lý là vai trò lãnh đạo quan trọng nhất.





## Chế độ dân chủ và Hợp chúng quốc Hoa Kỳ

Cuối cùng, mọi người đều thừa nhận rằng chế độ dân chủ là hình thức cai trị ưu việt hơn những hình thức khác. Lời kêu gọi tự do đang ngày càng gia tăng trên khắp thế giới, nhiều nước từng đàn áp tiếng nói kêu đòi tự do đang học những bài học cần thiết cho quá trình thiết lập tự do. Các nhà sử học thường sử dụng khoa học thông thường hiện nay để tìm cách giải thích những chuỗi sự kiện chính trị bằng quan hệ nhân quả  $A \rightarrow B \rightarrow C$ ; nhưng đó chỉ là quá trình mở ra liên tục mà chúng ta nhìn thấy của một cái gì đó với sức mạnh bên trong lớn hơn hẳn, đấy là mô thức điểm hút ABC, vốn là xuất phát điểm của quá trình tiến hóa xã hội.

Sức mạnh bên trong của Hoa Kỳ, hoặc bất kỳ chế độ dân chủ nào khác, xuất phát từ những nguyên tắc nền tảng của nó. Do đó, chúng ta có thể tìm cơ sở của sức mạnh bên trong bằng cách kiểm tra những văn kiện như *Hiến pháp Hoa Kỳ*, *Tuyên ngôn nhân quyền*, *Tuyên ngôn độc lập*, và những biểu hiện của tinh thần dân chủ được mọi người thừa nhận trong bài Diễn văn của Tổng thống Abraham Lincoln ở Gettysburg.

Tiến hành hiệu chỉnh nội lực tương đối của từng dòng chữ của những văn kiện này, chúng ta sẽ thấy mô thức điểm hút cao nhất – xuất phát điểm của toàn bộ nội lực của chính phủ Hoa Kỳ là câu sau đây trong *Tuyên ngôn độc lập*: “Chúng tôi khẳng định một chân lý hiển nhiên rằng mọi người sinh ra đều bình đẳng, tạo hóa đã ban cho họ những quyền bất khả tương nhượng, trong đó có quyền sống, quyền tự do và quyền mưu cầu hạnh phúc” (điểm hiệu chỉnh 700). Những tình cảm thể hiện trong Diễn văn ở Gettysburg, trong đó Abraham Lincoln nhắc nhở



chúng ta rằng nước Mỹ được hoài thai trong Tự do và “... hiến dân cho tuyên bố nói rằng tất cả mọi người được sinh ra đều bình đẳng” và “dân tộc này, dưới ơn trên của Chúa, sẽ chứng kiến một cuộc sinh nở mới của Tự do và chính quyền của dân, do dân và vì dân, sẽ không biến mất khỏi Trái đất này” (cũng có điểm hiệu chỉnh 700).

Nếu xem xét các hành động và những lời tuyên bố của chính Lincoln trong những năm Nội chiến, chúng ta chắc chắn sẽ thấy rằng ông không hề có lòng thù hận. Ông tỏ ra thương cảm chứ không hề ghét bỏ miền Nam, vì ông hiểu rõ hơn bất kỳ người nào khác rằng đây là trận chiến đấu giữa những người có đạo đức cao hơn và những người có đạo đức thấp hơn. Do đó, ông đại diện cho “chân lý hiển nhiên” mà ông nhắc tới, và cảm thấy tiếc cho cái giá mà ông biết là đất nước phải trả<sup>1</sup>.

*Tuyên ngôn độc lập* nói rằng: “Chúng tôi khẳng định một chân lý hiển nhiên” – rằng nhân quyền là do tạo hóa ban cho con người và là những quyền không thể tương nhượng; nghĩa là, những quyền đó không xuất phát từ mệnh lệnh của lực lượng bên ngoài, cũng không phải do những kẻ cầm quyền tạm thời nào đó ban cho. Chế độ dân chủ công nhận quyền thiêng liêng của những người bị trị, chứ không phải quyền của kẻ cai trị. Nó không phải là một quyền do tước vị, của cải, hoặc ưu thế quân sự mà có, mà là tuyên bố rất sâu sắc về cốt tủy của bản chất người, nó xác định các nguyên tắc nội tại của chính cuộc sống của con người: tự do và quyền mưu cầu hạnh phúc<sup>2</sup>; tất cả, về thực chất, đều nói đến tự do

<sup>1</sup> Xem Cuomo, Lincoln, 1990.

<sup>2</sup> Cơ sở nội lực của Mahatma Gandhi có điểm hiệu chỉnh giống hệt với cơ sở nội lực của *Tuyên ngôn độc lập* và *Hiến pháp* Hoa Kỳ. (ND)



và bình đẳng của tất cả mọi người, được nội lực của thần thánh cao cấp hơn ban tặng cho con người<sup>1</sup>.

Điều thú vị là, nếu hiệu chỉnh nội lực của Trường điểm hút của chế độ thần quyền, chúng ta thấy nó luôn luôn thấp hơn các chế độ dân chủ công nhận Tạo hóa là quyền lực tối thượng. Những người chấp bút *Tuyên ngôn độc lập* đã rất khôn khéo khi vạch ra đường phân giới rất rõ ràng giữa tâm linh và tôn giáo. Và họ biết bằng trực giác, chứ không phải bằng lý trí, sự khác biệt rõ ràng giữa sức mạnh của tâm linh và tôn giáo. Tôn giáo, cả trong quá khứ lẫn hiện tại, thường liên kết với sức mạnh bên ngoài, đôi khi mang tính thảm họa; trong khi các khái niệm tâm linh như lòng trung thành, tự do và hòa bình không tạo ra tranh chấp hoặc xung đột, chứ chưa nói chiến tranh. Tâm linh luôn luôn liên kết với bất bạo động.

Nhưng nếu xem xét việc áp dụng *Tuyên ngôn nhân quyền* trong giai đoạn hiện nay, chúng ta sẽ thấy nội lực của nó trong một số lĩnh vực đã suy giảm. Quyền không bị khám xét và bắt giữ mà không có lý do chính đáng, cũng như không phải chịu những hình phạt tàn nhẫn và khác thường, đều đã bị những thủ đoạn được sử dụng suốt nhiều năm qua bào mòn. Tinh thần của *Hiến pháp* Hoa Kỳ đã bị lu mờ đến mức người ta thường xuyên đệ trình và thông qua những đạo luật vi hiến một cách trắng trợn mà không có người nào lên tiếng phản đối. Những nhóm người ủng hộ chế độ toàn trị hiện diện ngay trong chính phủ; xã hội chúng ta thường xuyên chịu đựng các chiến thuật của chế độ toàn trị do chính quyền liên bang và địa phương

---

<sup>1</sup> Xem Fischer, đã dẫn.



thực hiện – được thể hiện trong việc áp dụng những biện pháp đe dọa mà mọi người đều có thể nhận ra. Đáng tiếc là, chúng ta đã quá quen thuộc với bầu không khí sợ hãi và bạo lực làm cho những người Mỹ ở nước ngoài ngạc nhiên khi họ thấy rằng ở nhiều nước, chính phủ hay lực lượng cảnh sát thậm chí không hề đe dọa xâm nhập vào đời tư của họ.

Điều quan trọng nhất cần nhớ là áp dụng các biện pháp thực tế mà không tôn trọng nguyên tắc là đánh mất sức mạnh bên trong vô cùng to lớn. Ví dụ, các công trình nghiên cứu không tìm được kết quả ủng hộ những luận cứ nói rằng tử hình bọn tội phạm sẽ ngăn chặn được tội ác; và mục đích không thể biện minh cho phương tiện. Hậu quả của việc vi phạm nguyên tắc được thể hiện trong số liệu thống kê tội phạm ở Hoa Kỳ, nơi giết người phổ biến đến mức thậm chí không được đưa lên trang đầu các tờ báo ra hằng ngày.

Vì chúng ta không phân biệt được nguyên tắc với biện pháp, người bình thường không đủ sáng suốt để nhận thức được sự khác biệt giữa chủ nghĩa yêu nước và Chủ nghĩa yêu nước chân chính, giữa tinh thần Hoa Kỳ và Tinh thần Hoa Kỳ, giữa chúa và Chúa, giữa tự do và Tự do. Do đó, “tinh thần Hoa Kỳ” được những người da trắng thượng đẳng và đám đông thực hiện hình phạt lynch (có điểm hiệu chỉnh 150) để biện minh cho hành động của mình, tương tự như những kẻ hiếu chiến từng nhân danh “Chúa” trong suốt chiều dài của lịch sử. Coi tự do như là phóng túng làm cho chúng ta hiểu rằng nhiều người không phân biệt được tự do là phóng túng và Tự do chân chính, như là một nguyên tắc.

Cần phải có kinh nghiệm và khả năng phán đoán, do giáo dục mà ra, thì mới phân biệt được các nguyên tắc và những thứ giả vờ là nguyên tắc. Cần phải tập xét đoán



như thế thì mới tồn tại được về mặt đạo đức trong thế giới hiện đại, nói chung; nhưng đây lại là đòi hỏi bắt buộc trong những vùng xám, nơi sự mơ hồ về đạo đức đã được nâng tầm từ tục lệ thành hình thức nghệ thuật, đó là chính trường và thương trường đang diễn ra trong đời sống hằng ngày của chúng ta.



## CHƯƠNG 11

### **Nội lực trên thương trường**

Con người có quyền tự do lựa chọn, nếu không, họ sẽ không phải giải trình hay chịu trách nhiệm gì. Thực ra, lựa chọn cao nhất là lựa chọn nhất quán với Trường điểm hút năng lượng cao hay với Trường điểm hút năng lượng thấp. Các mô thức điểm hút yếu từng hạ bệ các chính phủ, các phong trào xã hội và toàn bộ nền văn minh cũng chính là các mô thức phá hủy các tổ chức và sự nghiệp của con người. Người ta lựa chọn và rồi người ta nhận hậu quả.

Rõ ràng nhất là trong lĩnh vực kinh doanh. Tuy nhiên, nếu nắm được vài khái niệm cơ bản thì đây lại là nơi có thể dễ dàng tránh được thất bại. Có thể nhanh chóng tìm được điểm hiệu chỉnh các trường điểm hút, dù đó là một sản phẩm, công ty, quảng cáo hay nhân viên. Trong công trình nghiên cứu của chúng tôi, những khác biệt giữa các doanh nghiệp thất bại và các doanh nghiệp thành công được thể hiện rõ ràng đến mức có thể tin rằng mức độ chính xác của dự đoán là rất cao.

Điều rất hay xảy ra là, “người mua” – cử tri, nhà đầu tư hoặc người tìm kiếm chân lý, cũng như người mua hàng – bị rơi vào cái bẫy hào nhoáng của mô thức giả mạo mà bề ngoài dường như là mô thức điểm hút năng lượng cao. Người ta bị



phong cách bề ngoài và trình diễn khéo léo làm cho lóa mắt, tương tự như những các nhà đầu tư ngây thơ mua bạc rồi mới thấy rằng toàn bộ thị trường bạc đã bị thao túng. Có thể dễ dàng nhận ra những vụ khủng hoảng tín dụng và thủ phạm của chúng rất lâu trước khi bê bối xuất hiện. Có thể tránh được những thảm họa tương tự bằng cách đơn giản là khảo sát xem nỗ lực kinh doanh liên kết với mô thức điểm hút cao hay mô thức điểm hút thấp. Khi người ta hiểu được sự khác biệt giữa cách vận hành của sức mạnh bên trong và lực lượng bên ngoài trên thương trường thì cách phân biệt như thế có thể trở thành gần như là bản năng.

Sam Walton, người sáng lập Walmart, cho chúng ta ví dụ về sức mạnh bên trong xuất phát từ việc nhất quán với mô thức điểm hút năng lượng cao. ABC mà ông hình dung trong đầu dẫn tới kết quả là chuỗi  $A \rightarrow B \rightarrow C$  trong thế giới này, chính là đế chế Walmart phát triển rất nhanh. (Các nguyên tắc cơ bản được trình bày trong tác phẩm *Sam Walton* do Vance Trimble chấp bút)<sup>1</sup>.

Trên lối đi của nhiều cửa hàng bách hóa khổng lồ hiện nay dường như không có một nhân viên nào; sự hồ hững trước nguyện vọng của khách hàng làm người ta choáng váng. Ngược lại, nhân viên của Walmart được đào tạo để trở thành những người sẵn sàng giúp đỡ, thân thiện và nhiệt tình, cho thấy trường năng lượng đầy tình người tại nơi làm việc của họ. Công việc của họ có ý nghĩa và giá trị vì chúng nhất quán với Phụng sự, cam kết hỗ trợ đời sống và giá trị của con người. Tất cả các cửa hàng của Walmart đều có khu vực để khách hàng nghỉ chân và quyết định mua sắm.

<sup>1</sup> Xem Trimble, 1990.





Bố trí không gian nhằm đáp ứng các nhu cầu đơn giản của con người như thế không thể vượt qua được những tính toán quản lý khắt khe, hoàn toàn khoa học về tổng doanh thu trên một đơn vị diện tích. Nhưng “hiệu suất” kiểu đó không quan tâm tới lòng nhân ái của con người, cũng như đánh mất lòng trung thành của hàng triệu khách hàng. Máy tính không có tình cảm; nếu nhận ra rằng *tình cảm quyết định hành động mua hàng* thì người ta sẽ chú ý nhiều hơn đến cảm xúc của khách hàng.

Một trong những yếu tố thương mại cực kỳ quan trọng, mặc dù thường xuyên bị bỏ qua, đó là tình cảm “gia đình” của nhân viên – lòng trung thành của họ đối với nhau và với tổ chức. Đây là phẩm chất nổi bật trong các công ty thành công. Các nhân viên cảm thấy được khuyến khích và hỗ trợ là những người thường có nụ cười chân thành với khách hàng. Một đặc điểm nữa của môi trường kiểu này là nhân viên thường gắn bó lâu dài, trong khi những công ty có thái độ lạnh nhạt và hờ hững thường xuyên phải tuyển người mới thay thế những người ra đi. Không có đủ nhân viên là biểu hiện của mô thức điểm hút năng lượng thấp. Phân tích điểm tới hạn của một chuỗi cửa hàng được phẩm giảm giá sâu, được thực hiện trong Chương 11, cho thấy vài đôla tiết kiệm được bằng cách không có thêm nhân viên tại quầy kiểm hàng làm thất thu hàng ngàn đôla doanh thu; những biểu hiện thiếu cần như thế thường xảy ra ở các doanh nghiệp bị trường năng lượng thấp chi phối.

Muốn thành công cần phải nắm được và thực hành những nguyên tắc cơ bản tạo ra thành công chứ không chỉ bắt chước hành động của những người thành công. *Phải trở thành giống như họ* thì mới thực sự làm được những

việc họ làm. Các công ty đã bắt chước một vài đặc điểm của Walmart, với hy vọng giành thị phần, đã không thành công vì họ chỉ bắt chước  $A \rightarrow B \rightarrow C$  chứ không nhất quán với ABC, mà đây chính là khái niệm cốt lõi, vốn là cội nguồn của những đặc điểm vừa nêu.

Nghiên cứu của chúng tôi về mô thức điểm hút liên quan mật thiết với những kết luận mà Thomas Peters và Robert Waterman trình bày trong cuốn *In Search of Excellence* (tạm dịch: Truy tìm sự tuyệt hảo), một bản phân tích chi tiết một số công ty lớn<sup>1</sup>. Các tác giả rút ra kết luận rằng các công ty thành công là những công ty có “tâm”, trái ngược với những công ty được quản lý một cách khoa học, theo phong cách não trái. Đọc công trình nghiên cứu này, người ta không thể không ngạc nhiên trước những thiếu sót của nhiều quy trình khảo sát thị trường; đơn giản là những người làm công tác thống kê không biết đặt câu hỏi.

Bên cạnh việc đếm hàng triệu đôla mà công ty kiếm được, những người làm công tác phân tích còn có thể đánh giá chính xác nhiều triệu đôla mà họ đã bỏ qua. Ví dụ điển hình là vụ suy thoái của ngành sản xuất ô tô Hoa Kỳ. Từ thành công của Rolls-Royce hay Volkswagen Beetle, những công ty tán thành triết lý về lỗi thời có tính toán chứ không phải là chất lượng lâu dài thì người ta sẽ thấy rõ rằng đấy là tính toán sai lầm thô thiển. Nhiều năm trước, công trình nghiên cứu của chúng tôi đã chỉ rằng, theo đuổi các mô thức điểm hút năng lượng cao mà chúng tôi đã xác định, Detroit có thể giành lại thị trường ô tô. Cần phải có những

---

<sup>1</sup> Trong tác phẩm phân tích kinh điển về các nguyên tắc kinh doanh này, Peters và Waterman đã coi các nguồn sức mạnh bên trong là các nguyên tắc chứ không phải là các chính sách và quy trình kinh doanh, biện pháp quản lý hay công nghệ.



cải tiến thực sự sáng tạo thì mới giành lại hình ảnh trong lòng dân chúng và chất lượng bền vững phải thế chỗ cho lỗi thời có tính toán, vì giá của một chiếc xe mới đã hơn 20.000 đôla rồi.

Dễ thấy là, không có nhiều người Mỹ vui vẻ bỏ ra số tiền lớn như thế khi biết rõ rằng khoản đầu tư này sẽ nhanh chóng bị mất giá vì lỗi thời. Rõ ràng là cái làm cho xe mất giá không phải là giá trị thực chất, vốn có của nó: giá bị thổi phồng do vẻ ngoài hào nhoáng và mới lạ, không phản ánh bất kỳ giá trị thực tế nào. Người ta sẽ vui vẻ trả 50.000 đôla hoặc hơn để mua một chiếc Rolls-Royce, nếu biết rằng 20 năm nữa nó vẫn có phong cách hạng nhất và máy móc tốt, giá bán lại vẫn cao, thậm chí có thể còn cao hơn giá mua ban đầu.

Công trình nghiên cứu của chúng tôi chỉ ra rằng, người Mỹ sẵn sàng trả giá cao như thế để mua những chiếc ô tô, nếu giá trị thực sự của chúng tương đương với giá mà họ phải trả nhằm bảo vệ khoản đầu tư này và nếu xe chạy tốt, giữ được giá trị lâu dài, lý tưởng là suốt cả đời người. (Ví dụ, chiếc ô tô mà các bộ phận như động cơ và bộ phận truyền động dễ dàng tháo lắp và thay thế – bảo hành trọn đời – chắc chắn sẽ được nhiều người mua). Công trình nghiên cứu điểm hút cho thấy rằng, khách hàng sẵn sàng trả tiền để mua món hàng có chất lượng cao và sản phẩm tốt sẽ bán được mà không cần chiêu trò quảng cáo bóng bẩy nào. Chính trực và hoàn hảo tự thể hiện giá trị của mình, vì chúng nhất quán với sức mạnh bên trong.

Một trong những ứng dụng đơn giản và hữu ích nhất của phân tích điểm tới hạn là lĩnh vực quảng cáo. Sử dụng kỹ thuật cơ thể động học đơn giản mà chúng tôi đã trình bày

có thể cho thấy ngay lập tức liệu chiến dịch quảng cáo hay chiến dịch bán hàng nào đó làm cho con người ta yếu đi hay mạnh lên.

Các công ty phải trả những khoản tiền rất lớn để tiếp cận được với càng nhiều khán thính giả thì càng tốt, nhưng chiến lược này có thể phản tác dụng, quảng cáo thương mại được nhiều người xem nhưng lại làm cho khán giả yếu đi sẽ gây tổn hại hình ảnh của công ty. Quảng cáo làm cho khán giả mạnh lên luôn luôn tạo được tình cảm tích cực chứ không gây ác cảm đối với sản phẩm. Tương tự, những người làm quảng cáo mua thời gian trong các chương trình truyền hình làm cho người ta yếu đi sẽ thấy sản phẩm liên kết một cách vô thức với những tình cảm tiêu cực. Bằng cách phân tích chi tiết quảng cáo, có thể xác định những yếu tố tạo ra ảnh hưởng tiêu cực, khiến người xem yếu đi – giọng của người dẫn; diễn xuất của diễn viên; từ ngữ, khái niệm hoặc ký hiệu được sử dụng. Việc một số công ty thường xuyên đưa ra những quảng cáo vô vị, thậm chí đáng xấu hổ cho thấy Trường điểm hút thấp đang giữ thế thượng phong trong bộ phận quảng cáo và tiếp thị của họ.

---

Ngoài lĩnh vực thương mại, trong xã hội còn có nhiều thị trường khác, nơi người ta tìm kiếm, trao đổi, ăn cắp, ép buộc và từ chối đáp ứng nhu cầu của con người. Thực tế đơn giản của đời sống là người ta cảm thấy thỏa mãn khi nhu cầu được đáp ứng; còn thất vọng sẽ sinh ra bạo lực, tội phạm và rối loạn cảm xúc. Nếu các cơ quan quản lý của chính phủ được sắp xếp lại nhằm hỗ trợ việc đáp ứng các nhu cầu của con người, chứ không phải là đẩy mạnh các chiến dịch đạo đức,



phân biệt rõ ràng đen trắng, nhằm xóa bỏ “các vấn đề xã hội”, thì những cơ quan này có thể trở thành lực lượng mạnh mẽ trong việc làm cho con người trở thành tử tế hơn.

Các trường nhận thức bị giới hạn bởi mô thức điểm hút liên kết với chúng. Có nghĩa là khả năng nhận ra các yếu tố quan trọng trong một tình huống nào đó bị hạn chế bởi bối cảnh do tăng ý thức của chính người quan sát tạo ra. Động cơ của người quan sát tự động quyết định những thứ họ nhìn thấy; do đó, nguyên nhân được người ta gán cho các yếu tố mà trên thực tế là thiên kiến của người quan sát chứ hoàn toàn không giúp ích gì trong tình huống đó. Khái niệm “đạo đức tùy tình huống” nói cho chúng ta biết rằng hành vi được cho là đúng hay sai tùy thuộc vào tình huống. Vì mỗi yếu tố đều tô màu cho bức tranh, chỉ đưa vào một ít màu xám vào là toàn bộ quanh cảnh đã thay đổi rồi.

Một trong những chỉ dấu chứng tỏ Trường điểm hút có năng lượng thấp là cuộc đấu tranh của những lực lượng đối lập nhau. Trong khi sức mạnh bên trong luôn dẫn đến giải pháp có lợi cho cả hai bên, thì lực lượng bên ngoài tạo ra tình huống kẻ thắng người thua; cuộc đấu tranh tiếp theo chỉ ra rằng chưa tìm được giải pháp hợp lý, vì khẳng định lợi ích của một nhóm sẽ làm thiệt hại lợi ích của nhóm khác, hoặc quyền của bị cáo xung đột với quyền của nạn nhân. Muốn có giải pháp Trường điểm hút năng lượng cao thì phải tìm được câu trả lời làm cho tất cả các bên đều hài lòng mà vẫn khả thi. Muốn có những giải pháp như thế thì phải sử dụng cả não phải mang tính xây dựng, lẫn não trái mang tính phê phán.

Một trong những nguyên tắc cơ bản có nội lực đủ sức giải quyết các vấn đề của thị trường: ủng hộ việc tìm kiếm

giải pháp chứ không tấn công những hiện tượng được cho là nguyên nhân. Bản thân hành động tấn công vốn là mô thức điểm hút rất yếu (150) dẫn đến sợ hãi, đe dọa, ép buộc và cuối cùng là băng hoại đạo đức. Các “Đội trấn áp tội phạm” chính là như thế, họ biến các đường phố thành môi trường của tội phạm.

Khảo sát một cách khách quan cho thấy hầu hết các “vấn đề xã hội” dường như không thể giải quyết được lại là do chúng ta thường xuyên có thái độ ủy mị hoặc giáo dục đạo đức cho thanh thiếu niên. Cả hai quan điểm này đều không dựa trên sự thật, và do đó, tất cả các biện pháp tiếp cận từ hai quan điểm này đều yếu. Giả dối làm cho tất cả chúng ta đều yếu đi; theo sau hành động xuất phát từ quan điểm sai lầm là sử dụng sức mạnh bên ngoài. Trong mọi trường hợp, người ta đều lấy vũ lực thay thế cho sự thật. Súng và dùi cui chúng tỏ yếu đuối; không có nội lực mới cần kiểm soát người khác, cũng như phù phiếm là do thiếu tự tin. Trừng phạt là hình thức bạo lực, không thể thay thế được nội lực. Trong xã hội của chúng ta, hình phạt ít khi giải quyết được vấn đề tội phạm, hầu như không có tác dụng; trừng phạt nhằm báo thù ở tầng năng lượng 150, tầng rất yếu.

Mặt khác, hỗ trợ giải quyết các nhu cầu của con người cho chúng ta giải pháp không cần chi phí, nhưng kết quả là bình an; tấn công “vấn đề” do con người tạo ra là việc làm tốn kém, chưa nói tới việc hình sự hóa toàn bộ xã hội. Chỉ có con nít mới giả định rằng có thể giải thích hành vi của con người bằng tư duy trắng đen, tốt xấu rõ ràng. Phủ nhận các nhu cầu sinh học cơ bản và động cơ mang tính bản năng là việc làm vô ích. Ngăn chặn những biện pháp thỏa mãn tính dục bình thường chỉ dẫn đến những biện pháp thỏa mãn



bất thường. Các giải pháp có sức mạnh bên trong là những giải pháp dựa trên tầng Chấp nhận (350) chứ không phải lên án (tầng Giận dữ, 150). Ví dụ, đã từ lâu ở Amsterdam, một khu vực của thành phố được dành làm khu đèn đỏ, yên tĩnh và thanh bình, như miền quê; đường phố khá an toàn. Ở Buenos Aires, các cặp tình nhân có những khu vực riêng trong các công viên. Ở cả hai nước này, cảnh sát tuần tra những khu vực này là để bảo vệ, chứ không quấy rối và tất cả đều yên bình.

Một ví dụ khác là chính phủ không có khả năng giải quyết tệ nạn ma túy, đã được nhắc tới bên trên. Một lần nữa, sai lầm là ở chỗ họ nhìn vấn đề từ quan điểm đạo đức và hành động xuất phát từ bạo lực nhằm trừng phạt. Sai lầm nghiêm trọng ban đầu là không phân biệt được ma túy mạnh và ma túy ít nguy hiểm, có thể không gây nghiện. Ma túy mạnh, gây nghiện, với những triệu chứng vật vã nghiêm trọng vì thiếu thuốc và thường gắn liền với tội phạm. Ma túy ít nguy hiểm (giải trí) không gây nghiện, không có những triệu chứng vật vã nghiêm trọng vì thiếu thuốc và thường được những người mới dùng sử dụng. Bằng cách hình sự hóa ma túy không nguy hiểm, chính phủ đã tạo ra tập đoàn tội phạm mới, giàu có và hoạt động trên bình diện quốc tế. Khi các biện pháp cấm đoán trở thành hiệu lực, trên đường phố, ma túy giá rẻ, tương đối vô hại trở thành khan hiếm, và những kẻ buôn bán ma túy nguy hiểm lập tức thế chỗ, đồng thời, việc sử dụng loại ma túy an toàn, hầu như vô hại thì bị hình sự hóa và trở thành tội lỗi.

Tất cả các giải pháp thành công đều dựa trên nguyên tắc của nội lực, đó là giải quyết không phải bằng cách tấn công những hiện tượng tiêu cực, mà bằng cách khuyến khích



những hiện tượng tích cực. Không thể cai nghiện rượu bằng cách tấn công tình trạng say xỉn, lựa chọn tỉnh táo mới đem lại kết quả. “Cuộc chiến chấm dứt mọi cuộc chiến” không làm được những việc như thế, cũng không thể nào thành công được. Tất cả các cuộc chiến, trong đó có cuộc chiến chống “trụy lạc”, “ma túy” hoặc chống lại bất kỳ nhu cầu cơ bản nào khác của con người vẫn thường xuyên được trao đổi trên thị trường xã hội ngầm đồ sộ đằng sau thị trường thông thường, chỉ có thể giành chiến thắng bằng con đường hòa bình.



## CHƯƠNG 12

### **Nội lực và thể thao**

**K**iến thức mang tính lý thuyết mà chúng tôi thu được trong công trình nghiên cứu về ý thức cung cấp bối cảnh có thể áp dụng cho bất kỳ lĩnh vực hoạt động nào của con người. Có thể minh họa bằng cách khảo sát các môn thể thao, đây là ví dụ tốt, vì thể thao được nhiều người theo dõi và được ghi chép khá đầy đủ. Những người anh hùng vĩ đại trong thể thao được vinh danh trong suốt chiều dài của lịch sử, ít nhất là không kém cạnh những nhân vật vĩ đại trong khoa học, nghệ thuật hoặc bất kỳ lĩnh vực văn hóa nào khác. Các ngôi sao thể thao tượng trưng cho tất cả chúng ta về khả năng đạt được trình độ xuất sắc, lão luyện và vươn tới tầng của nhà vô địch.

Cái gì trong trong con người các vận động viên làm cho đám đông nghiêng mình ngưỡng mộ và trung thành cuồng nhiệt như thế? Thoạt tiên, chúng ta có thể nghĩ rằng đó là lòng kiêu hãnh, đam mê cạnh tranh và chiến thắng. Trong khi những động cơ này có thể tạo ra niềm vui và hưng phấn, nhưng màn trình diễn xuất sắc của vận động viên không phải là lý do tạo ra những cảm xúc kính phục và tôn trọng khôn cùng đến như thế. Chính sự công nhận mang tính trực giác về việc cần phải có những nỗ lực phi thường nhằm



vượt qua giới hạn của con người và vươn tới những tầng cao mới làm cho đám đông cuồng nhiệt đến như vậy.

Các vận động viên cũng thường trải nghiệm các trạng thái ý thức cao. Có những tài liệu ghi nhận rõ ràng rằng, các vận động viên việt dã thường xuyên đạt được trạng thái tuyệt vời của an bình và niềm vui. Trên thực tế, nâng cao ý thức thường truyền cảm hứng để khắc phục trong thời gian dài những cơn đau và tình trạng kiệt sức, tất yếu sẽ xảy ra thì mới đạt được thành tích cao. Hiện tượng này thường được mô tả như là tự thúc đẩy để tiến đến điểm phá vỡ các rào cản thành tích và lúc đó, hoạt động, kỳ lạ thay, lại trở thành rất nhẹ nhàng, không cần cố gắng chút nào; lúc đó cơ thể dường như chuyển động một cách duyên dáng và thoải mái, hài hòa của chính nó, như thể được lực lượng vô hình nào đó nâng đỡ. Trạng thái hân hoan này hoàn toàn khác với tình trạng ngầy ngất của thành công; nó là niềm vui của an nhiên tự tại và hòa hợp với toàn thể đời sống.

Đáng chú ý là việc siêu việt bản thể cá nhân và phó thác cho bản chất hoặc linh hồn của đời sống thường xảy ra ở thời điểm ngay bên trên giới hạn năng lực của vận động viên. Cái dường như là giới hạn được quyết định bởi hệ hình thành tích của chính người đó trong quá khứ hoặc đã được công nhận về mặt lý thuyết là có thể vượt qua được, ví dụ như kỷ lục chạy “bốn phút một dặm”. Trước khi Roger Bannister phá kỷ lục chạy một dặm trong bốn phút, mọi người chấp nhận rằng con người không thể chạy nhanh hơn tốc độ đó; sự vĩ đại của Bannister không chỉ là phá kỷ lục, mà là phá vỡ hệ hình đó để vươn tới mô hình mới về khả năng của con người. Trong mọi lĩnh vực hoạt động của con người, đột phá lên tầng cao mới của tiềm năng đều tương tự



như thế; trong nhiều sự nghiệp khác nhau, những người đạt được thành tích vĩ đại đều có những báo cáo tương tự về hoàn cảnh xung quanh thành tích của mình.

Chúng tôi đã tiến hành hiệu chỉnh những thành tích thể thao và các lĩnh vực hoạt động khác của con người, ví dụ như phim ảnh. Trong số tất cả các bộ phim về thể thao đã được nghiên cứu, bộ phim *The Big Blue* (tạm dịch: Đại dương xanh) do Pháp sản xuất có điểm hiệu chỉnh cao nhất<sup>1</sup>. Đây là câu chuyện về nhà vô địch thế giới về lặn sâu, Jacques Mayol. Ông là người Pháp, mãi gần đây vẫn còn giữ kỷ lục thế giới. Bộ phim được hiệu chỉnh ở tầng năng lượng cực kỳ cao, 700 điểm (nghĩa là trạng thái nhất thể mọi sự sống và chân lý vũ trụ), và có thể đưa người xem lên tầng ý thức cao; người quản lý của một rạp chiếu phim từng chiếu bộ phim này nói rằng khán giả thần thờ đi ra khỏi rạp, chìm trong im lặng hoặc khóc vì niềm vui trong lòng mà bà chưa bao giờ thấy và không thể miêu tả được.

Nhờ sử dụng kỹ thuật chuyển động chậm (slow-motion photography), bộ phim mô tả chính xác vận động viên lặn sâu vĩ đại nhất thế giới trong trạng thái ý thức hưng phấn. Chuyển động chậm, vẻ đẹp và sự duyên dáng thường được nhận thức ở các trạng thái thăng hoa; thời gian dường như ngừng trôi và có sự tĩnh lặng ở bên trong, mặc cho những ồn ào của thế giới bên ngoài.

Chúng tôi thấy, trong suốt bộ phim, Jacques Mayol luôn luôn giữ được trạng thái này bằng sức tập trung cao độ, nó giúp ông hầu như lúc nào cũng ở trong trạng thái thiền định. Nhờ trạng thái đó mà ông đã siêu việt được những

---

<sup>1</sup> *The Big Blue*, diễn viên chính Rosanna Arquette và Jean-Marc Benn, Luc Besson đạo diễn, Studio le Clare, Paris sản xuất, 1985.



giới hạn của con người bình thường, tạo điều kiện để đạt được thành tích lẫy lừng nhờ thay đổi quá trình sinh lý. Càng lặn sâu, nhịp tim càng chậm lại và máu của ông gần như tập trung hoàn toàn trong bộ não (tương tự như cá heo). Người bạn thân nhất của ông trong bộ phim này, cũng là vận động viên đẳng cấp, đã chết khi cố gắng theo đuổi kỳ tích của Mayol, vì ông ta chưa đạt đến tầng ý thức cần thiết để có thể siêu việt các giới hạn thông thường hoặc những đòi hỏi của cơ thể.

Trải nghiệm chủ quan của trạng thái phúc lạc mà không cần nỗ lực cũng xảy ra trong những hình thức trình diễn đặc biệt khác, ví dụ như của các vũ công Sufi nổi tiếng thế giới với những màn xoay người bất tận. Nhờ kỷ luật và luyện tập đến kiệt sức, các vũ công này có thể di chuyển dễ dàng trên sân khấu trong thời gian dài với độ chính xác làm người ta phải kinh ngạc.

Các môn võ thuật đỉnh cao chứng minh rõ ràng rằng, động cơ và nguyên tắc có vai trò quan trọng nhất trong việc đạt được thành tích thể thao phi thường<sup>1</sup>. Người ta thường khuyên các võ sĩ trẻ: “Đừng dùng sức”<sup>2</sup>. Các võ trường này đã đào tạo được các võ sư với mỗi bận tâm hàng đầu là cái tôi cao thượng chiến thắng cái tôi thấp kém bằng cách kiềm chế, luyện tập và quyết tâm đạt được mục tiêu nhất quán với nội lực thực sự của mình<sup>3</sup>. Nhất quán với những mô thức điểm hút năng lượng cao không chỉ giới hạn ở việc tuân theo kỷ luật tự giác mà còn trở thành cả một phong cách sống.

<sup>1</sup> Tôn chỉ của dòng Goshin-Kan (karate cổ truyền của Okinawa): (1) Trau dồi đạo đức; (2) Lương thiện và chân thành; (3) Kiên trì; (4) Trên kính dưới nhường; (5) Tu chí, rèn thân; và (6) Phụng sự cuộc đời.

<sup>2</sup> Chỉ dẫn của thầy dạy Karate Shihan Dennis Rao cho tác giả, 1986.

<sup>3</sup> Chỉ dẫn của thầy Seiyu Oyata, 1986.



Vì vậy, khi sức mạnh nội tại của nguyên tắc được chuyển sang cho các võ sinh thì kết quả bắt đầu được thể hiện trong mọi lĩnh vực đời sống của họ.

Đặc điểm nổi bật của những con người thực sự vĩ đại, đạt được thành tích cao trong thể thao là luôn luôn khiêm tốn (như Pablo Morales từng thể hiện sau khi giành được huy chương vàng Thế vận hội mùa hè năm 1992). Các vận động viên giành được thành tích cao thể hiện lòng biết ơn, lòng kính sợ sâu xa và nhận thức rằng thành tích của họ không chỉ là kết quả của những nỗ lực cá nhân – nỗ lực cá nhân tối đa đã đưa họ đến điểm đột phá, từ đó họ được sức mạnh lớn hơn sức mạnh của chính bản thân mình đẩy đi. Trạng thái này thường được diễn tả như là phát hiện ra một số khía cạnh của Đại ngã lớn hơn, chưa từng biết tới hay chưa từng được trải nghiệm trong hình thức thuần khiết nhất của nó.

Sử dụng cơ thể động học, chúng tôi có thể chứng minh rằng những người được thúc đẩy bởi trường năng lượng nằm bên dưới tầng Can đảm (200) đều yếu đi. Kiêu hãnh (175) chính là gót chân Achilles khét tiếng, nó không chỉ quật ngã các vận động viên mà còn quật ngã những người có tiềm năng trở thành vĩ đại trong tất cả các lĩnh vực hoạt động của con người. Kiêu hãnh không chỉ làm cho người ta yếu đi mà còn không thể cung cấp được nội lực mang tính thúc đẩy của tình yêu, danh dự hoặc quyết tâm vươn tới những nguyên tắc cao cả hơn (hoặc thậm chí vươn tới chính điểm xuất sắc). Nếu yêu cầu một vận động viên đầy sức mạnh nghĩ về việc đánh bại đối thủ của mình, hoặc trở thành ngôi sao, kiếm được nhiều tiền, hoặc trở thành nổi tiếng, chúng ta sẽ thấy rằng anh ta yếu đi và chúng ta có thể ấn cánh tay đầy những bắp thịt đã được huấn luyện của anh ta xuống mà



không cần phải nỗ lực. Nhưng nếu nghĩ tới niềm vinh quang của đất nước hoặc của môn thể thao của mình, cố gắng hiển màn trình diễn của mình cho người mình yêu, hoặc thậm chí chỉ là niềm vui khi hết sức nỗ lực để trở thành xuất sắc, thì chính vận động viên đó sẽ mạnh lên và chúng ta không thể ấn cánh tay của anh ta xuống dù có cố gắng thế nào.

Do đó, những người thi đấu có động cơ là kiêu hãnh hoặc lòng tham, hoặc quan tâm trước hết đến việc đánh bại đối thủ, sẽ yếu đi ngay khi tiếng súng lệnh vừa nổ và không thể phát huy hết khả năng tất yếu cần phải có thì mới đạt được thành tích xuất sắc. Nhiều khi, chúng ta nhìn thấy một vận động viên có khởi đầu không tốt vì những lý do vừa nêu, nhưng trong quá trình thi đấu, anh ta quên hết các mục tiêu ích kỷ thì thành tích của anh ta được cải thiện. Chúng ta cũng chứng kiến hiện tượng ngược lại, là khi vận động viên khởi động tốt bởi anh ta thi đấu vì danh dự của đất nước, vì đội của mình hoặc vì chính môn thể thao này, nhưng lại chùn bước khi gần đến đích, bởi kỳ vọng về vinh quang cá nhân hoặc chiến thắng đối thủ đã làm anh ta mất sức và mất phong độ.

Một loạt những tư tưởng đáng tiếc xuất hiện khi vận động viên nào đó lập kỷ lục mới trong những vòng loại làm dấy lên những tham vọng cá nhân mà trước đó anh ta không hề có, và sau đó, trong trận chung kết đã không đạt được thành tích cũ, làm cho người xem hoang mang. Nếu những vận động viên hàng đầu thấu hiểu được rằng thành tích xuất sắc mà họ giành được không phải là thành tựu cá nhân mà là món quà dành cho cả nhân loại, như một biểu hiện của tiềm năng của con người, thì họ sẽ trở nên mạnh mẽ và duy trì được sức mạnh trong suốt cuộc thi.



Ở khía cạnh nào đó, có thể cho rằng ý thức cao đến đâu thì bản ngã cao đến đấy, tầng 200 là bản lễ, vị kỷ bắt đầu chuyển sang vị tha. Ở đấu trường tinh tế như Thế vận hội, những hệ quả tệ hại, cả trong đời sống cá nhân lẫn đời sống công cộng, do những động cơ xuất phát từ các tầng dưới 200 đều được minh họa rõ ràng qua các vụ bê bối. Quá mong mỗi giành huy chương và đánh bại đối thủ bằng bất kỳ giá nào làm cho các vận động viên từ bỏ sức mạnh bên trong của nguyên tắc đạo đức và tụt xuống mức độ thô thiển nhất của lực lượng bên ngoài. Khó có thể có ví dụ nào rõ ràng hơn việc một trường điểm hút tiêu cực có thể khiến cho sự nghiệp thể thao đầy hứa hẹn sụp đổ nhanh chóng đến như thế.

Nếu động cơ cao thượng hướng tới thành tích xuất sắc tạo điều kiện cho người ta tiếp cận với ơn phước và nội lực, thì động cơ lấy mình làm trung tâm nhằm giành giật lợi ích cá nhân lại lôi kéo người ta vào lĩnh vực của lực lượng bên ngoài. Được công nhận – ngay cả dưới dạng biểu tượng là tấm huy chương, chứ chưa nói đến phần thưởng bằng tiền kèm theo – chẳng liên quan gì đến sự vĩ đại của thể thao chân chính, vĩ đại là do tầm cao của tinh thần; đó cũng là lý do để chúng ta ca ngợi những nhà vô địch. Ngay cả khi vận động viên không đầu hàng trước những ham muốn về của cải và danh vọng, có động cơ làm bá chủ trong môn thể thao đó, chứ không chỉ đơn giản là thể hiện thành tích cao nhất mà người đó có thể đạt được, vẫn có tác động mang tính ích kỷ, đồi bại – bị lực lượng tiêu cực gắn với tầng Kiêu hãnh lôi kéo đi.

Thực ra, thể hiện niềm tự hào thì không có gì sai. Tất cả chúng ta đều có thể tự hào khi chúng ta giành được America's Cup hoặc các vận động viên Thế vận hội giành được huy chương, nhưng đó là kiểu kiêu hãnh khác. Đó là



sự vinh danh thành tích của con người, siêu việt lên trên thái độ kiêu hãnh mang tính cá nhân. Chúng ta tôn vinh nỗ lực, chứ không tôn vinh thành tích cá nhân, đấy chỉ là nhân dịp và là thể hiện của một cái gì đó lớn lao hơn, phổ quát và bẩm sinh trong trái tim của con người. Thế vận hội, một trong những vở kịch vĩ đại nhất về sự phấn đấu của con người và là vở kịch thu hút được mọi khả năng tưởng tượng của con người, nó cho chúng ta bối cảnh nhằm chống lại niềm kiêu hãnh mang tính cá nhân. Toàn bộ cuộc thi đấu khuyến khích các vận động viên chuyển từ niềm kiêu hãnh cá nhân thành kính trọng, một biểu hiện của tình yêu vô điều kiện và tôn vinh cả đối thủ, vì họ cũng cống hiến cho chính những nguyên tắc cao cả đó.

Các phương tiện truyền thông có xu hướng khơi gợi những mặt tiêu cực của thể thao và hủy hoại ngầm các vận động viên, vì địa vị của người nổi tiếng, dù vô tình hay cố ý, đều làm người ta rơi vào chủ nghĩa vị kỷ. Các vận động viên vĩ đại cần phải có những biện pháp tự bảo vệ nhằm chống lại nguồn gây ô nhiễm này. Khiêm tốn và lòng biết ơn dường như là lá chắn hữu hiệu duy nhất trước cuộc tấn công của các phương tiện truyền thông. Võ sinh các môn võ thuật cổ truyền thường sử dụng những bài tập đặc biệt nhằm vượt qua những khuynh hướng dẫn tới chủ nghĩa vị kỷ. Tận hiến kỹ năng, thành tích hoặc sự nghiệp của mình cho nguyên tắc cao cả hơn là biện pháp bảo vệ tối thượng duy nhất.

Sức mạnh bên trong của thể thao chân chính có đặc điểm là duyên dáng, nhạy cảm, tĩnh lặng bên trong, và ngược đời là, những vận động viên dũng mãnh nhất trên đấu trường lại là những người dịu dàng trong cuộc sống đời thường. Chúng ta chúc mừng nhà vô địch vì chúng ta công nhận





rằng họ đã vượt qua tham vọng cá nhân bằng cách hy sinh và dâng hiến cho nguyên tắc cao cả hơn. Những người vĩ đại trở thành huyền thoại khi họ lấy mình làm tấm gương cho chúng ta soi. Không phải là tài sản mà họ có, cũng không phải là những việc họ làm, mà là con người họ trở thành, họ truyền cảm hứng cho tất cả mọi người, và chính vì thế mà chúng ta tôn vinh họ. Chúng ta nên tìm cách bảo vệ thái độ khiêm tốn của họ trước các thế lực chuyên lợi dụng, khai thác họ bằng những lời tán dương trong thế giới đời thường. Chúng ta cần dạy cho công chúng biết rằng khả năng và thành tích tuyệt vời của các vận động viên này là những món quà dành cho nhân loại, cần được tôn trọng và bảo vệ, không để cho các phương tiện truyền thông và ngành thương mại lạm dụng.

Tinh thần Thể vận hội nằm trong trái tim của mỗi người. Bằng cách nêu gương, các vận động viên vĩ đại có thể đánh thức nhận thức về những nguyên tắc đó trong tất cả mọi người. Những anh hùng đó và phát ngôn viên của họ có ảnh hưởng tiềm tàng rất lớn đối với loài người, và theo nghĩa đen, sức mạnh bên trong đó có thể nâng cả thế giới trên đôi vai của mình. Nuôi dưỡng thành tích xuất sắc và công nhận giá trị của nó là trách nhiệm của tất cả mọi người, vì yêu cầu trở thành xuất sắc trong mọi lĩnh vực hoạt động của con người truyền cảm hứng cho tất cả chúng ta nhằm hướng tới việc biến sự vĩ đại còn chưa được thể hiện của con người trở thành hiện thực.



## CHƯƠNG 13

### **Nội lực xã hội và tinh thần nhân loại**

**K**hi cổ vũ tinh thần thể thao chân chính là chúng ta ca ngợi biểu hiện của tất cả mọi ý nghĩa mà từ “tinh thần” đem lại cho chúng ta: lòng can đảm, bền bỉ, trách nhiệm, nhất quán với nguyên tắc, thể hiện thành tích xuất sắc, danh dự, thái độ tôn trọng và khiêm tốn<sup>1</sup>. Truyền cảm hứng ngụ ý bồi dưỡng tinh thần; làm mất nhuệ khí nghĩa là chán nản, tuyệt vọng, thất bại. Nhưng nghĩa chính xác của thuật ngữ “tinh thần” là gì? Có thể hiểu toàn bộ trải nghiệm mang tính tập thể của nhân loại bằng từ tinh thần trong những cụm từ như “tinh thần đồng đội”, hoặc khi chúng ta khuyên người ta “lấy lại tinh thần”. Tinh thần là yếu tố có tính thực tiễn cao, có thể quyết định chiến thắng hay thất bại, các tướng lĩnh, huấn luyện viên và giám đốc điều hành đều biết như thế. Các nhân viên hoặc các thành viên của các

---

<sup>1</sup> Trong từ điển *Living Webster Encyclopedic Dictionary of the English Language* (Viện Ngôn ngữ Anh, Hoa Kỳ, Chicago, 1971) được định nghĩa như sau: “Từ gốc Latin nghĩa là hơi thở, không khí, cốt lõi của đời sống, linh hồn; nguyên tắc vô hình của sự sống, nguyên tắc sống còn của con người, có ý thức đối lập với vật chất; sự mạnh mẽ, dũng cảm, sống động; tính cách, khía cạnh thiêng liêng của Chúa Ba Ngôi; nguyên tắc đằng sau hành động; ý nghĩa chung, nguyên tắc hoạt động; khuynh hướng thống trị”.



nhóm khác nhau không hòa nhập vào tinh thần của nhóm sẽ nhanh chóng thấy mình thành người thừa hoặc không còn trong nhóm nữa.

Từ những điều đã trình bày, rõ ràng là thuật ngữ “tinh thần” nói tới các cốt lõi vô hình và, mặc dù biểu hiện của nó thay đổi theo từng tình huống, nhưng cốt lõi thì không bao giờ thay đổi<sup>1</sup>. Cốt lõi có tầm quan trọng sống còn; mất tinh thần là chúng ta chết – chúng ta chết vì không còn nguồn động viên.

Vì vậy, từ quan điểm dịch tễ học, có thể nói rằng tinh thần chính là cuộc sống; năng lượng của cuộc sống có thể được thể hiện bằng thuật ngữ “tinh thần”. Tinh thần là sự sống động đi kèm với và là biểu hiện của sự nhất quán với năng lượng sống. Sức mạnh bên trong của các mô thức điểm hút năng lượng cao là khả năng đồng hóa, duy trì sự sống; ngược lại với nó là dị hóa, cuối cùng là chết. Sức mạnh bên trong thực sự tương đương với sự sống, tương đương với

---

<sup>1</sup> Định nghĩa *Tinh thần* như một khái niệm đã luôn luôn tạo ra thách thức khó khăn đối với trí tuệ của con người; hiểu biết trọn vẹn ý nghĩa của nó dường như vượt quá khả năng của não trái (tương tự như máy tính kỹ thuật số, nó xác định vật này khác vật kia như thế nào). Tinh thần là một thuật ngữ tổng thể não phải nắm bắt trọn vẹn nhất (tương tự như máy tính analog, xử lý toàn bộ và bản chất). Những cuộc tranh luận triết học kéo dài đánh vật với ý tưởng về tinh thần hay linh hồn trong suốt nhiều thế kỷ chứng tỏ sự bất lực của trí tuệ khi đơn thuần đọc mã đối phó bản chất. Nghịch lý của những cuộc tranh luận triết học là bất kỳ cuộc thảo luận nào liên quan đến ý nghĩa đều sử dụng bản chất như chính nội dung của diễn ngôn của nó. Do đó, ngay cả một cuộc thảo luận bác bỏ ý tưởng tiên nghiệm/bản chất/tinh thần làm như vậy dựa trên giả định về sự tồn tại của chân lý như cơ sở của lập luận. Nếu không có những thứ như tinh thần/bản chất/sự thật dựa trên thực tế thì không có tiền đề cho bất kỳ lập luận nào chống lại sự tồn tại của chúng, cũng như không có lập luận sẽ có một cơ sở thực tế. Trong thời hiện đại, chúng ta có thể nói rằng khái niệm tinh thần đề cập đến trật tự ẩn tàng của Bohm, hết như khái niệm hữu hình đề cập đến trật tự hiển lộ.



tinh thần, trong khi lực lượng bên ngoài tương đương với yếu, tương đương với chết. Khi một người nào đó đánh mất hay không có đủ những phẩm chất mà chúng ta gọi là tinh thần, người đó trở thành không có nhân tính, không có tình yêu và lòng tự trọng; người đó thậm chí có thể trở thành ích kỷ và bạo lực. Một dân tộc quay lưng lại, không còn nhất quán với tinh thần nhân loại, dân tộc đó có thể trở thành tội phạm quốc tế.

Người ta rất hay nhầm lẫn tâm linh với tôn giáo. Chúng tôi đã lưu ý rằng *Hiến pháp*, *Tuyên ngôn nhân quyền* và *Tuyên ngôn độc lập* của Hoa Kỳ phân biệt dứt khoát giữa tâm linh và tôn giáo. Chính phủ Hoa Kỳ bị cấm không được thành lập bất kỳ tôn giáo nào, vì sợ rằng chính phủ sẽ làm mất quyền tự do của người dân; nhưng cũng chính các văn kiện này lại khẳng định rằng thẩm quyền của chính phủ thực chất là bắt nguồn từ những nguyên tắc tâm linh<sup>1</sup>.

Trên thực tế, những người sáng lập các tôn giáo lớn trên thế giới sẽ cảm thấy choáng váng trước những việc làm hoàn toàn không có tính tâm linh nhân danh họ trong suốt chiều dài của lịch sử – nhiều việc làm cho những người không theo những tôn giáo ấy phải rùng mình. Lực lượng bên ngoài luôn luôn bóp méo chân lý nhằm phục vụ mục đích vị kỷ của mình. Cùng với thời gian, các nguyên tắc tâm linh vốn là nền tảng của các tôn giáo bị bóp méo để phục vụ cho những mục đích thực dụng, ví dụ như quyền lực, tiền bạc và những mục đích trần tục khác. Trong khi đó,

---

<sup>1</sup> Điểm độc đáo của tiền đề cơ bản của chính phủ Hoa Kỳ - và nguồn gốc quyền lực của nó - là khái niệm cho rằng chính phủ có quyền hành nhờ có sự đồng thuận của người bị cai trị, những người bình đẳng với nhau là do họ thần tính của Đấng sáng tạo ra họ ("một quốc gia nằm dưới quyền của Chúa").



tâm linh là khoan dung, thì tinh thần mộ đạo lại thường không khoan dung; đức tin tôn giáo dẫn đến hòa bình – mộ đạo lại dẫn đến xung đột, đổ máu và tội ác nhân danh nó. Tuy nhiên, bên trong mọi tôn giáo vẫn còn sót lại nền tảng tinh thần vốn là xuất phát điểm của tôn giáo đó<sup>1</sup>. Tương tự như tôn giáo, khi những nguyên tắc làm nền tảng cho các nền văn hóa bị những lời giải thích sai lầm làm cho lu mờ hoặc ô uế thì toàn bộ nền các văn hóa đều sẽ bị mất giá.

Muốn hiểu đầy đủ hơn về bản chất của tinh thần trong sức mạnh bên trong, nguồn gốc và hoạt động dưới dạng một phong trào xã hội, chúng ta phải nghiên cứu kỹ lưỡng một tổ chức tâm linh đương thời, có quyền lực và ảnh hưởng to lớn, một tổ chức nhất quán với tinh thần của con người và mọi thứ đều được ghi chép công khai, nhưng lại tuyên bố thẳng thừng là không phải tổ chức tôn giáo. Ví dụ như hội Người nghiện rượu ẩn danh (Alcoholics Anonymous – AA), đã tồn tại suốt 55 năm qua.

Tất cả người Mỹ chúng ta đều biết đôi điều về AA, vì tổ chức này đã thâm nhập vào mọi ngõ ngách của xã hội hiện đại và đã có hàng triệu tín đồ. Hiện nay, người ta ước tính rằng AA và các chi nhánh của nó tạo được ảnh hưởng, bằng cách này hay cách khác, tới cuộc sống của khoảng 50% người Mỹ. Thậm chí ngay cả khi các nhóm tự giúp nhau, thực hành chương trình cai nghiện 12 bước, không tham gia trực tiếp vào đời sống, thì các nhóm này vẫn tạo được ảnh hưởng đến chúng ta một cách gián tiếp, vì chúng cũng

---

<sup>1</sup> So sánh đã hiệu chỉnh giữa nền tảng tinh thần ban đầu của các tôn giáo lớn trên thế giới và những biểu hiện chính thức sau đó được trình bày trong Chương 23. Khác biệt giữa nền tảng và biểu hiện là rất lớn.



cổ một số giá trị bằng cách nêu gương. Xin nghiên cứu các nguyên tắc sức mạnh bên trong vốn là nền tảng cho AA, cũng như quá trình hình thành nền tảng này trong quá khứ và khảo sát ảnh hưởng của những nguyên tắc này trong dân chúng nói chung, cũng như trong các thành viên của tổ chức này nói riêng. Chúng ta có thể xem xét AA thực chất là gì và không phải là gì, và rút ra bài học từ cả hai.

Theo lời mở đầu tác phẩm nhan đề *Alcoholics Anonymous* (tạm dịch: Người nghiện rượu ẩn danh), AA “không liên kết với bất kỳ tôn giáo, giáo phái, phong trào chính trị hay tổ chức nào”. Nó “không có ý kiến về các vấn đề bên ngoài”. Nó không ủng hộ cũng không chống lại bất kỳ cách tiếp cận nào khác đối với vấn đề nghiện rượu. Tổ chức này không thu phí hay lệ phí, không lễ lạt kỷ niệm, không đồng phục, không có chức tước, không có luật lệ buộc mọi người phải tuân theo. Không có tài sản; không có đền đài miếu mạo hay văn phòng to lớn. Không chỉ tất cả các thành viên đều bình đẳng với nhau, mà tất cả các nhóm AA đều có quyền tự chủ và tự trang trải<sup>1</sup>. Thậm chí 12 bước cơ bản mà các thành viên áp dụng trong quá trình cai nghiện cũng chỉ được gọi là “những gợi ý”. Họ không sử dụng bất kỳ hình thức ép buộc nào và

---

<sup>1</sup> Lời mở đầu cuộc họp của AA cũng đều nói: Hội Người nghiện rượu ẩn danh là tổ chức của huynh đệ của những người chia sẻ trải nghiệm, sức mạnh và hy vọng của mình với nhau rằng họ có thể chia sẻ vấn đề chung của mình và giúp người khác cai nghiện. Yêu cầu duy nhất đối với thành viên là muốn bỏ rượu. Thành viên AA không phải đóng lệ phí; chúng ta hoạt động thông qua đóng góp tự nguyện. AA không liên minh với bất kỳ giáo phái, đảng phái, tổ chức hoặc thiết chế nào; không muốn tham gia vào bất kỳ tranh cãi nào, không tán thành hay phản đối bất kỳ sự nghiệp nào. Mục đích chính của chúng tôi là giữ cho mình tỉnh táo và giúp những người nghiện rượu khác đạt được trạng thái tỉnh táo” (*Alcoholics Anonymous*, P.O. Box 459, Grand Central Station, New York, 1941, 1993).



cách làm này được khẳng định bằng những khẩu hiệu như “Lạt mềm buộc chặt”, “Làm ngay việc quan trọng hơn”, và, quan trọng nhất là “Dĩ hòa vi quý”<sup>1</sup>.

AA tôn trọng tự do, thể hiện trong việc dành quyền lựa chọn cho từng cá nhân. Trung thực, trách nhiệm, khiêm tốn, phụng sự và thể hiện tinh thần khoan dung, thiện chí và tình huynh đệ là những mô thức của sức mạnh bên trong mà người ta dễ dàng nhận thấy ở tổ chức này. AA không gắn bó với bất kỳ luân thường đạo lý cụ thể nào, không có quy định đúng và sai hay tốt và xấu, và tránh phán xét về đạo đức. AA không tìm cách kiểm soát bất kỳ người nào, kể cả các thành viên của nó. Thay vào đó, nó đưa ra cho người ta một con đường. Nó nói với thành viên: “Nếu thực hành những nguyên tắc này trong tất cả các công việc của mình, bạn sẽ thoát khỏi căn bệnh nguy hiểm, ngày càng nặng thêm, vô vọng và chết chóc này, bạn sẽ phục hồi được sức khỏe và lòng tự trọng của mình, và có thể sống một đời sống có ích, mãn nguyện với cả mình lẫn những người khác”<sup>2</sup>.

AA là ví dụ độc đáo về sức mạnh bên trong của những nguyên tắc này trong việc chữa trị những căn bệnh đã hoàn toàn vô vọng và thay đổi những mô thức tính cách có tính phá hoại của các thành viên của tổ chức. Từ hệ hình độc đáo này và sau khi người ta phát hiện được rằng các nhóm người gặp gỡ nhau một cách thường xuyên nhằm giải quyết các vấn đề chung có sức mạnh vô cùng to lớn, thì lần lượt xuất hiện tất cả các hình thức trị liệu nhóm như: Al-Anon, dành cho vợ hoặc chồng của các thành viên AA;

---

<sup>1</sup> Xem *Twelve Steps and Twelve Traditions*, 1952.

<sup>2</sup> Xem Chương 11 trong *Alcoholics Anonymous*, 1955.





sau đó là Alateen, dành cho con của những người này; sau đó là hội Người đánh bạc ẩn danh (Gamblers Anonymous), hội Người nghiện ma túy ẩn danh (Narcotics Anonymous), hội Cha mẹ ẩn danh (Parent Anonymous – ngăn chặn lạm dụng trẻ em và cung cấp hỗ trợ cho cha mẹ), hội Phàm ăn ẩn danh (Overeaters Anonymous), v.v.. Hiện có gần 300 tổ chức ẩn danh, họ tự giúp nhau, thực hành chương trình 12 bước nhằm đối phó với tất cả các khía cạnh và hình thức đau khổ của con người. Kết quả là, hiện nay người Mỹ nói chung đã không còn lên án những hành vi tự hủy hoại bản thân mà công nhận rằng, tình cảnh của họ thực ra là những căn bệnh có thể chữa trị được.

Từ quan điểm thực tế, có thể đo đếm được tác động đáng kể của các tổ chức tự giúp nhau đối với xã hội – không chỉ trong việc xoa dịu những đau khổ của con người và xây dựng lại tổ ấm gia đình, mà còn tiết kiệm được hàng tỷ đôla. Trốn việc, phí bảo hiểm ô tô, chi phí cho phúc lợi, chăm sóc sức khỏe và chi phí cho hệ thống phạt đều giảm đáng kể vì những thay đổi hành vi của rất nhiều người mà phong trào này tạo ra được. Chỉ riêng chi phí tư vấn và trị liệu nhóm cho hàng triệu người gặp khó khăn cũng làm cho người ta choáng váng rồi.

Thành viên của các tổ chức này, tổng cộng lên đến hàng triệu người, nhất trí thừa nhận rằng, công nhận những hạn chế của bản ngã cá nhân đã tạo điều kiện cho họ trải nghiệm nội lực chân chính, và sức mạnh bên trong này đã giúp họ phục hồi – một việc mà cho đến nay không có gì trên đời, trong đó có thuốc men, chữa trị tâm lý, hoặc bất kỳ ngành khoa học hiện đại nào có thể làm được.



Từ câu chuyện về quá trình hình thành tổ chức AA 12 bước ban đầu, chúng ta có thể rút ra một số nhận xét quan trọng. Quay lại những năm 1930, nghiện rượu, như trong nhiều thế kỷ trước, đã được xã hội coi là căn bệnh vô phương cứu chữa, ngày càng nặng thêm, làm cho cả y học và tôn giáo đều lúng túng. (Trên thực tế, tình trạng nghiện rượu trong giới tăng lữ cao đến mức đáng lo ngại). Nghiện các loại ma túy cũng được cho là không thể cai được, và đến một giai đoạn nào đó, nạn nhân bị coi là “đồ vứt đi”.

Đầu những năm 1930, một doanh nhân nổi tiếng người Mỹ (người ta bảo tên là Rowland H.) tìm mọi cách cai rượu mà không có kết quả, đã đi gặp Carl Jung (1875-1961), một nhà phân tâm học nổi tiếng người Thụy Sĩ. Jung chữa cho Rowland H. trong khoảng một năm, cho đến khi ông này đã tương đối tỉnh táo. Rowland về Mỹ, lòng tràn đầy hy vọng, nhưng rồi lại bị bệnh vì thường xuyên uống quá nhiều rượu.

Rowland quay lại Thụy Sĩ để gặp Jung và xin được điều trị tiếp. Jung khiêm tốn nói với ông ta rằng, cả khoa học lẫn nghệ thuật của mình đều không thể giúp được gì hơn nữa, nhưng trong suốt lịch sử nhân loại – hiếm, nhưng đôi khi – một số người hoàn toàn phó thác số phận của mình cho một tổ chức tâm linh nào đó và phó thác cho Chúa để được giúp đỡ, và họ đã cai được rượu<sup>1</sup>.

Rowland trở về Mỹ, vô cùng thất vọng, nhưng ông ta đã làm theo lời khuyên của Jung và tìm được tổ chức gọi là Nhóm Oxford (Oxford Groups). Đây là những nhóm người thường xuyên gặp nhau để thảo luận về cách sống theo

---

<sup>1</sup> Xem Bill W., 1988; *Selected Letters of C.G. Jung, 1909-1961*, tr. 276-281.



những nguyên tắc tâm linh căn bản, rất giống với những nguyên tắc mà sau này AA áp dụng. Nhờ đó, Rowland đã cai được rượu, và việc ông cai được rượu đã làm cho một thành viên khác của nhóm này, tên là Edwin T., hay “Ebby” – cũng nghiện rượu đến mức hoàn toàn tuyệt vọng – vô cùng ngạc nhiên. Rowland nói với Ebby về quá trình cai nghiện của mình, Ebby làm theo và cũng cai được. Mô hình người này giúp người kia giải quyết cùng một vấn đề sau đó lan từ Ebby sang người bạn của ông ta tên là Bill W., một người thường xuyên phải nhập viện vì chứng nghiện rượu vô phương cứu chữa, sức khỏe vô cùng tồi tệ. Ông ta được coi là hoàn toàn tuyệt vọng. Ebby nói với Bill rằng mình cai được là do phụng sự người khác, tu tâm tính, ẩn danh, khiêm tốn và phó thác cho sức mạnh lớn hơn bản thân mình mình<sup>1</sup>.

Bill W. là người vô thần, và ông thấy phó thác cho sức mạnh cao hơn không phải là ý tưởng hấp dẫn, nói nhẹ nhàng là như thế. Phó thác mâu thuẫn với thái độ kiêu hãnh của Bill; ông hoàn toàn tuyệt vọng. Đầu óc ông lúc nào cũng bị rượu ám ảnh, nhưng cơ thể lại dị ứng với rượu – nó làm cho ông ta lúc nào cũng bị bệnh, mất trí; ông và vợ, bà Lois, biết chắc rằng chẳng bao lâu nữa ông ta sẽ chết. Cuối cùng, Bill hoàn toàn buông xuôi; ngay lúc đó, ông ta đã có một trải nghiệm sâu sắc về Hiện diện (Presence) và Ánh sáng (Light) bao trùm khắp chốn và cảm thấy vô cùng an bình. Đêm đó, cuối cùng Bill đã có thể ngủ được, và khi thức dậy vào ngày hôm sau, ông ta cảm thấy như thể đã chuyển hóa một cách mạnh mẽ, không thể nói thành lời<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> Đã dẫn, tr. 281-286.

<sup>2</sup> Xem “Bill’s Story” trong Alcoholics Anonymous, 1955, tr. 1-17.



Bác sĩ William D. Silkworth, ở phía Tây của Thành phố New York, chuyên theo dõi sức khỏe của Bill khẳng định giá trị và hiệu quả trải nghiệm của ông ta. Silkworth từng điều trị cho 10.000 người nghiện rượu và trong quá trình chữa trị, đã thu thập được đủ kiến thức để nhận ra tầm quan trọng của trải nghiệm của Bill. Sau đó, chính Silkworth đã giới thiệu Bill với nhà tâm lý học vĩ đại William James, tác giả cuốn sách kinh điển *The Varieties of Religious Experience* (tạm dịch: Sự đa dạng của trải nghiệm tôn giáo).

Bill muốn trao món quà của mình cho những người khác, chính ông từng nói: “Tôi đã dành vài tháng sau đó để cố gắng khuyên những người nghiện bỏ rượu, nhưng không thành công”. Cuối cùng, ông phát hiện được rằng cần phải thuyết phục người nghiện về tình trạng vô vọng của họ – nói theo tâm lý hiện đại, là khắc phục thái độ phủ nhận của họ. Thành công đầu tiên của Bill là một bác sĩ phẫu thuật, tên là Bob, ở Akron, bang Ohio. Hóa ra bác sĩ Bob là người có khuynh hướng tâm linh mạnh mẽ và đã trở thành người đồng sáng lập AA. Cho đến khi qua đời, năm 1956, ông không uống thêm một giọt rượu nào nữa (Bill W. cũng thế, ông này mất năm 1971)<sup>1</sup>. Sức mạnh to lớn mà Bill W. nhận thức được thông qua trải nghiệm nội tâm của mình đã được thể hiện ra bên ngoài trong đời sống của hàng triệu người nhờ nó mà được chuyển hóa. Trong danh sách 100 người Mỹ vĩ đại nhất thuộc mọi thời đại do Tạp chí *Life* bình chọn, Bill W. được ghi nhận là người khởi xướng toàn bộ phong trào tự giúp nhau<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Đã dẫn, tr. 171-182.

<sup>2</sup> Xem *Life's 100 Most Important Americans of the 20th Century*, 66.



Câu chuyện của Bill W. là câu chuyện điển hình của những người đã từng là kênh truyền tải nội lực vô cùng to lớn: những nguyên tắc mà họ truyền tải trong sự nghiệp ngăn ngừa của mình đã làm thay đổi cuộc đời của hàng triệu người trong những giai đoạn rất dài. Ví dụ, Chúa Jesus Christ chỉ thuyết giảng trong vòng ba năm, và giáo lý của Ngài đã biến đổi tất cả các thế hệ trong xã hội phương Tây kể từ ngày đó. Cuộc gặp gỡ của con người với những giáo lý này là trung tâm của lịch sử phương Tây trong suốt 2.000 năm qua. Điểm hiệu chỉnh cao nhất của những trường nội lực của điểm hút mà chúng tôi phát hiện được bao giờ cũng liên quan với giáo lý của các bậc thầy tâm linh vĩ đại nhất trong lịch sử.

Thực hành dưới hình thức tôn giáo có tổ chức (xem Chương 23) như hiện nay bao giờ cũng có điểm hiệu chỉnh thấp hơn nội lực của trường năng lượng của những giáo lý ban đầu, do các bậc thầy vĩ đại tuyên thuyết. Nhưng những nguyên lý ban đầu vẫn giữ được mô thức nội lực của điểm hút bẩm sinh; chỉ có biểu hiện của chúng là yếu đi mà thôi. Những giáo lý đó vẫn giữ được nội lực to lớn như thuở ban đầu.

Sức mạnh bên trong của một nguyên tắc không hề thay đổi theo thời gian. Dù chúng ta có hiểu thấu đáo hay không, những nguyên tắc này vẫn là những lý tưởng để nhân loại phấn đấu. Từ những vật lộn để làm cho mình trở thành con người tốt đẹp hơn, chúng ta học thể hiện tâm từ bi đối với những người đang còn bị xung đột nội tâm dần vật; từ đó mà có trí tuệ, trong đó có lòng từ bi đối với *thân phận của con người*.



Nếu xem xét các định luật của vật lý lý thuyết cao cấp và kết quả nghiên cứu về điểm hút của chúng tôi, chúng ta sẽ thấy rõ ràng, trong vũ trụ mà mọi thứ đều liên kết với nhau, sức mạnh nội tại vô hình đã làm cho chúng ta những việc mà chúng ta không bao giờ có thể tự làm được. Như chúng tôi đã nói bên trên, chúng ta không thể nhìn thấy điện, tia X hoặc sóng vô tuyến, nhưng nhờ tác dụng mà chúng tạo ra, chúng ta mới biết sức mạnh bên trong của chúng. Tương tự như thế, chúng ta liên tục thấy tác động của sức mạnh bên trong của những suy nghĩ và cảm xúc, mặc dù cho đến nay, chúng ta vẫn cho rằng không thể đo được năng lượng hoặc sức mạnh bên trong của ý nghĩ.

Khi bàn về các trường điểm hút có nội lực mạnh mẽ, chúng tôi thường chỉ nói bóng gió về chúng bằng các biểu tượng. Về mặt vật lý, quốc kỳ chỉ là các hình mẫu trên mảnh vải, nhưng người ta sẵn sàng chết vì cái mà lá cờ là vật tượng trưng. Như chúng tôi đã nói, sức mạnh là do ý nghĩa mà ra. Ý nghĩa lớn nhất đối với chúng ta xuất phát từ thế giới tinh thần chứ không phải từ thế giới vật chất.

Đến đây, chúng ta thấy rằng nhất quán với những nguyên tắc liên kết với các trường năng lượng của điểm hút có nội lực mạnh mẽ có thể giúp đạt được thành tích trong các kỳ Thế vận hội; thành công trên thương trường; chiến thắng trong lĩnh vực chính trị trên bình diện quốc tế; và chữa khỏi những căn bệnh vô vọng, đang ngày càng nặng thêm. Cũng chính các mô thức điểm hút này đã làm nên những bản nhạc hay nhất mà chúng ta từng biết. Các mô thức điểm hút này cũng là nền tảng của những giáo lý tôn giáo lỗi lạc nhất, nền tảng của nền nghệ thuật và kiến trúc vĩ đại nhất thế giới, và khởi nguồn của tất cả sáng tạo và thiên tài.

## CHƯƠNG 14

### **Nội lực trong nghệ thuật**

Các tác phẩm vĩ đại trong mỹ thuật, âm nhạc và kiến trúc còn lại với chúng ta qua nhiều thế kỷ là những tác phẩm tiêu biểu trường tồn cho ảnh hưởng của những mô thức điểm hút năng lượng cao. Ở những tác phẩm đó, chúng ta thấy tâm huyết mà những nghệ sĩ bậc thầy trong nền văn minh của chúng ta hướng tới sự hoàn thiện và cái đẹp, và bằng cách đó, hướng tới sự cao quý của nhân loại.

Nghệ thuật luôn luôn cung cấp nơi gặp gỡ cho những nỗ lực tinh thần cao cả nhất trong lĩnh vực thể tục. Từ thời Phidias<sup>1</sup>, nhà điêu khắc ở Hy Lạp cổ đại, người ta đã cho rằng vai trò của nghệ thuật là hiện thực hóa, bằng các phương tiện vật chất, những lý tưởng mà con người có thể và nên trở thành, đưa những biểu hiện tinh túy của tinh thần nhân loại thành hình thức có thể nhìn thấy được, có thể sờ mó được, để tất cả mọi người đều có thể tiếp cận được.

Nghệ thuật vĩ đại là hiện thân của cái tinh túy của không chỉ những trải nghiệm được sắp xếp một cách ngăn nắp của con người mà còn là của cả thế giới mà chúng ta đang sống. Chúng ta gọi đó là cái đẹp. Tương tự như nhà vật lý lý thuyết,

---

<sup>1</sup> Mất năm 430 trước Công nguyên. (ND)



người nghệ sĩ tìm thấy trật tự trong hiện tượng tưởng là hỗn độn. Michelangelo đã nhìn thấy *David* và *Pietà* trong khối đá cẩm thạch vô tri vô giác, và với một cái đục, ông đã đục bỏ phần đá dư thừa để cho hình ảnh tuyệt vời đó hiển lộ ra trước mắt mọi người. Ngắm nghía những hoa văn ngẫu nhiên của bức tường thạch cao vô tri vô giác trong nhà nguyện Sistine, qua thần hứng nghệ thuật, ông đã nhìn thấy trật tự ABC kỳ diệu, và thông qua kỹ xảo của nghệ thuật, ông đã hiện thực hóa thành  $A \rightarrow B \rightarrow C$ , tức là tác phẩm mà chúng ta gọi là *The Last Judgment* (tạm dịch: Phán xét cuối cùng).

Di sản nghệ thuật truyền lại cho nhân loại cũng diễn ra ở bên trong: trong khi ngắm nhìn cái đẹp được thể hiện thành hình tượng nghệ thuật, cảm giác tinh tế trước cái đẹp khắc sâu vào tâm khảm của chúng ta, tạo điều kiện cho chúng ta khám phá và tạo ra tưởng thưởng mang tính thẩm mỹ trong mớ bòng bong dường như lộn xộn của tồn tại. Nghệ thuật và tình yêu là những món quà tuyệt vời nhất mà con người dành cho chính mình.

Không có tình yêu thì không có nghệ thuật. Nghệ thuật luôn luôn là tạo tác của linh hồn, là kết quả của những xúc chạm của con người, dù đó là xúc chạm vật chất hay xúc chạm trí tuệ và tinh thần; nó đã là như thế từ thời đại người Neanderthal, và sẽ mãi mãi như thế. Do đó, chúng tôi phát hiện được rằng nghệ thuật do máy tính tạo ra và thậm chí là những bức ảnh tuyệt vời nhất cũng không bao giờ đạt điểm hiệu chỉnh cao như những bức tranh nguyên bản. Một thí nghiệm cơ thể động học thú vị nhất mà bất kỳ người nào cũng có thể làm là kiểm tra sức mạnh của một người đang nhìn bức tranh nguyên bản và sau đó kiểm tra lại, khi nhìn



vào bản sao theo lối cơ học bức tranh đó. Khi một người nhìn vào sản phẩm được làm theo lối thủ công, anh ta mạnh lên; còn khi nhìn vào sản phẩm sao chép, anh ta yếu đi, và lúc nào kết quả cũng như thế, không phụ thuộc vào nội dung bức tranh. Bản gốc tác phẩm gây ra tình trạng lo lắng vẫn làm cho đối tượng kiểm tra mạnh mẽ hơn là bản sao tác phẩm làm người ta cảm thấy thoải mái. Những người nghệ sĩ tâm huyết đưa tình yêu vào tác phẩm của mình, cả xúc chạm của con người lẫn tính chất sáng tạo của con người đều có nội lực vô cùng mạnh mẽ. Do đó, cơ thể động học cung cấp cho chúng ta công cụ phát hiện dự phòng để thẩm định các tác phẩm nghệ thuật giả mạo.

Nhà phân tâm học vĩ đại, Carl Jung, nhấn mạnh nhiều lần quan hệ giữa nghệ thuật với phẩm giá của con người và vai trò quan trọng của tâm hồn trong nghệ thuật. Trong tất cả các nhà phân tâm học nổi tiếng trong lịch sử, thì Jung (và các tác phẩm của ông) có điểm hiệu chỉnh cao nhất. (Nhiều người trong số đó, nhất quán với mô thức điểm hút theo thuyết quyết định luật duy vật có điểm thấp hơn hẳn).

Ở một số khía cạnh, âm nhạc là loại hình nghệ thuật tinh tế nhất, theo nghĩa nó là thứ mơ hồ nhất. Tuy nhiên, bằng cách bỏ qua tính duy lý của não trái để tiến trực tiếp đến nhận thức về mô thức của não phải mang tính tiềm thức của chúng ta, âm nhạc vừa là bản năng nhất và cũng dễ xúc động nhất. Nó cũng cung cấp cho chúng ta ví dụ đơn giản nhất về cách các mô hình điểm hút sắp xếp thực tại: nếu bạn muốn hiểu sự khác biệt giữa hỗn loạn và ý nghĩa, và bằng cách đó, nắm được định nghĩa hiệu quả về nghệ thuật, thì bạn chỉ cần suy ngẫm về sự khác nhau giữa tiếng ồn và âm nhạc.



Mô tả về quá trình sáng tạo của nhà soạn nhạc đương thời người Estonia, Arvo Pärt (sinh năm 1935), với những tác phẩm thường được người ta cho là “siêu việt” hoặc “thần bí”, đúc rút lại phần lớn những hiện tượng mà chúng ta đã nhận thấy về vai trò quan trọng sống còn của thiên tài nghệ thuật trong quá trình bộc lộ các mô thức điểm hút:

Muốn viết được, tôi phải sửa soạn con người mình trong một thời gian dài. Đôi khi mất đến năm năm... Trong cuộc đời tôi, trong âm nhạc của tôi, trong tác phẩm của tôi, trong những giờ phút đen tối của tôi, tôi đỉnh ninh rằng trừ một thứ ra, tất cả những cái khác đều chẳng có ý nghĩa gì. Phức tạp và đa diện chỉ làm tôi bối rối, và tôi phải truy tìm sự thống nhất. Một thứ ấy là gì, làm sao tìm được đường đến với nó? Dấu vết của nó xuất hiện dưới nhiều hình thức và mọi thứ không quan trọng đều rơi rụng hết... Ở đây, tôi còn lại một mình trong thinh lặng. Tôi đã phát hiện ra rằng, chỉ cần một nốt nhạc chơi đẹp là đã quá đủ rồi... Đó là mục tiêu của tôi. Thời gian và phi thời gian giao hòa với nhau. Khoảnh khắc và vĩnh hằng đang hòa quyện vào nhau trong mỗi chúng ta<sup>1</sup>.

Trong các loại hình nghệ thuật, âm nhạc là thứ dễ làm chúng ta rơi lệ nhất, nó khiến chúng ta quỳ gối hoặc truyền cảm hứng cho chúng ta để vươn tới những đỉnh cao của tình yêu và sáng tạo. Chúng tôi đã nhận xét rằng tuổi thọ dường như là một hệ quả của sự liên kết với các trường điểm hút của âm nhạc cổ điển, dù đấy là nhạc công, nhạc trưởng, hay

---

<sup>1</sup> Lời giới thiệu đĩa nhạc *Tabula Rasa*, ECM Records, 1984.



nhà soạn nhạc thì cũng thế. Nhạc cổ điển thường thể hiện các mô thức có nội lực cực kỳ cao.

Trong tất cả các loại hình nghệ thuật, kiến trúc là xác thực nhất và có ảnh hưởng nhất tới đời sống của con người ở khắp mọi nơi. Chúng ta sống, mua sắm, đi làm và giải trí trong các tòa nhà; do đó, hình dáng của bản thân cấu trúc xứng đáng được chú ý nhiều nhất, vì ảnh hưởng của nó là nền tảng cho quá nhiều hoạt động của con người.

Trong tất cả các công trình kiến trúc trên thế giới, các thánh đường lớn làm cho người ta có cảm giác kính sợ đặc biệt. Các mô thức năng lượng của chúng có điểm hiệu chỉnh cao nhất so với tất cả các dạng kiến trúc khác. Đó dường như là kết quả của một số yếu tố. Ấn tượng mà các thánh đường để lại cho chúng ta có thể là sự kết hợp đồng thời của một số loại hình nghệ thuật: âm nhạc, điêu khắc và hội họa, cũng như thiết kế không gian. Hơn nữa, những dinh thự này là dành cho Thánh thần; cái được tạo ra nhân danh Tạo hóa (Creator) nhất quán với các mô thức điểm hút cao nhất. Thánh đường không chỉ truyền cảm hứng, mà còn thống nhất, giảng dạy, tượng trưng và bồi dưỡng tất cả những gì cao quý nhất trong con người.

Tuy nhiên, vẻ đẹp trong kiến trúc không cốt ở khả năng mở rộng hay quy mô lớn. Có ít cảnh quan kiến trúc quyến rũ hơn những ngôi nhà tranh nhỏ nằm rải rác trong các vùng nông thôn Ireland, ngôi nhà sau độc đáo và gây được nhiều ấn tượng hơn ngôi nhà ta vừa đi qua. Khả năng thưởng thức thẩm mỹ thiên bẩm tạo điều kiện cho cái đẹp phô bày vẻ duyên dáng thông qua sự đơn giản trong nhiều kiến trúc nhà ở truyền thống.

Kiến trúc công cộng được suy nghĩ thấu đáo toát lên vẻ đẹp mang tính chân thực của lịch sử kết hợp với sự tiện dụng. Chức năng và vẻ đẹp kết hợp với nhau một cách đầy ấn tượng trong các nhà ga tàu điện ngầm ở Nga, cũng như trong thiết kế và quy hoạch của nhiều chung cư cao tầng mới ở Canada. Các nền văn hóa cổ xưa hơn dường như luôn luôn biết rằng đẹp bao giờ cũng có tính thực tiễn: công trình thiết kế không đẹp sẽ mất giá trị rất nhanh. Khu dân cư có kiến trúc xấu xí sẽ trở thành khu vực đầy tệ nạn và bạo lực; những dự án nhà ở trong các khu ổ chuột nhếch nhác, hạ thấp nhân tính, thể hiện những mô thức có nội lực thấp là hang ổ của nghèo đói và tội ác – tuy nhiên, cần phải nhớ rằng tình trạng đói nghèo của khu ổ chuột có thể là nguyên nhân của sự sa đọa hay thôi thúc vượt lên, phụ thuộc vào việc nó nhất quán với mô thức điểm hút nào. (Không phải là hoàn cảnh, mà thái độ của con người đối với hoàn cảnh mới quyết định hoàn cảnh sẽ là nguyên nhân dẫn thất bại hay là nơi hun đúc ý chí chiến thắng).

Duyên dáng là thể hiện sức mạnh bên trong của nhạy cảm mang tính thẩm mỹ, và sức mạnh bên trong luôn luôn được thể hiện một cách duyên dáng, dù đó là vẻ đẹp của đường nét hay phong cách thể hiện thì cũng thế. Chúng ta gắn duyên dáng với sang trọng, tinh tế và không cần nỗ lực. Chúng ta ngạc nhiên trước vẻ duyên dáng của các vận động viên Thế vận hội, cũng như chúng ta cảm thấy hân hoan trước vẻ duyên dáng của nhà thờ được xây dựng theo phong cách Gothic. Các mô thức có sức mạnh nội tại duyên dáng thừa nhận và hỗ trợ đời sống. Những mô thức này tôn trọng và đề cao phẩm giá của những mô thức khác. Duyên dáng là một khía cạnh của tình yêu vô điều kiện. Duyên dáng hàm ý hào phóng – không chỉ đơn giản là hào phóng về vật chất,



mà là hào phóng về tinh thần, ví dụ như sẵn sàng nói lời cảm ơn hay công nhận vai trò quan trọng của những người khác trong đời sống của chúng ta. Duyên dáng đi liền với khiêm tốn và nhún nhường. Sức mạnh bên trong không cần phô trương, còn lực lượng bên ngoài luôn luôn phải điều võ dương oai, vì nó thiếu tự tin. Các nghệ sĩ vĩ đại biết ơn sức mạnh bên trong của mình, không phụ thuộc vào hình thức thể hiện của nó, vì họ biết đó là một món quà để làm điều tốt lành cho nhân loại, gắn liền với trách nhiệm trước những người khác.

Cái đẹp tự thể hiện dưới nhiều hình thức khác nhau, trong các nền văn hóa khác nhau, trong các giai đoạn khác nhau mà chúng ta có lý do chính đáng để nói rằng cái đẹp nằm trong mắt của người chiêm ngưỡng. Tuy nhiên, cần lưu ý rằng chỉ phương tiện thể hiện cái đẹp là thay đổi; bản chất của cái đẹp không thay đổi, chỉ có hình thức cảm nhận nó là thay đổi mà thôi. Thú vị là, những người ở tầng ý thức cao có thể nhìn thấy cái đẹp dưới mọi hình thức. Đối với họ, không chỉ toàn bộ đời sống là thiêng liêng, mà tất cả các hình tướng đều đẹp.



## CHƯƠNG 15

### **Thiên tài và nội lực của sáng tạo**

**S**áng tạo và thiên tài là trung tâm của các điểm hút đầy sức mạnh và có nhiều năng lượng. Không có nhân tài nào có khả năng hơn nhân tài nào trong việc tạo ra trường M mới hoặc quá trình mở ra của vũ trụ cuộn lại; trên thực tế, đây là lĩnh vực sáng tạo và thiên tài được thể hiện một cách rõ ràng. Tuy nhiên, những quá trình liên kết chặt chẽ với nhau này vẫn còn là điều bí ẩn; có rất ít thông tin về bản chất cốt lõi của sáng tạo hay thiên tài.

Lịch sử loài người là bản trường ca về cuộc đấu tranh của con người nhằm thấu hiểu chân lý, mà đối với các thiên tài thì dường như là hiển nhiên. Thiên tài, về bản chất, là một loại ý thức có khả năng tiếp cận các mô thức điểm hút năng lượng cao. Nó không phải là đặc điểm của cá tính. Không phải là cái mà một người nào đó “có”, hoặc thậm chí một cái gì đó mà người nào đó “là”. Những người mà chúng ta công nhận là thiên tài thường nói rằng họ không phải là thiên tài. Một trong những đặc điểm chung của thiên tài là khiêm tốn. Thiên tài luôn luôn nói rằng nhờ ảnh hưởng của một cái gì đó cao hơn mà họ mới có nhận thức thấu triệt như thế.

Quá trình khơi dậy thiên tài thường liên quan đến việc trước tiên là đặt câu hỏi và chờ đợi trong một khoảng

thời gian, có thể dài mà cũng có thể ngắn, để ý thức tìm hiểu vấn đề; sau đó, thật bất ngờ, câu trả lời đột nhiên xuất hiện, thường là không mô tả được bằng lời. Các nhạc sĩ vĩ đại, trong suốt chiều dài của lịch sử, đều tuyên bố rằng họ không có dự định ở trong đầu, mà chỉ viết ra những âm thanh họ đã nghe, đã hoàn thiện ở trong tâm trí mình<sup>1</sup>. Trong khi mơ ngủ, F.A. Kekulé (1819-1896), ông tổ của ngành hóa hữu cơ, đã nhìn thấy mô hình tế bào hữu cơ dưới dạng vòng cacbon. Trong khoảnh khắc khai sáng, Albert Einstein (1879-1955) đã có nhận thức thấu triệt mang tính cách mạng mà nhiều năm sau ông mới có thể diễn đạt thành công thức toán học. Thật vậy, một trong những vấn đề chính của thiên tài là làm sao diễn đạt được những điều mới chỉ có một mình mình hiểu, để những người khác có thể hình dung và hiểu được. Mặc khải thường là đã trọn vẹn và người được mặc khải đã tỏ tường, không cần giải thích gì thêm, nhưng có khi phải mất cả một đời người mới làm cho những người khác hiểu được nó<sup>2</sup>.

Như vậy là, thiên tài dường như sinh ra từ mặc khải bất thành linh chứ không phải từ quá trình hình thành tư tưởng hay nguyên lý, là quá trình không hề được chuẩn bị trước. Mặc dù tâm trí của thiên tài có thể gặp bế tắc và tuyệt vọng vì không giải quyết được vấn đề, nhưng thực ra tâm trí đang chuẩn bị để trường đó xuất hiện. Diễn ra cuộc vật lộn với lý trí để cuối cùng, tương tự như một công án Thiên, dẫn đến ngộ cut, chỉ còn một cách tiến lên là nhảy từ mô thức năng lượng điểm hút thấp lên mô thức năng lượng điểm hút cao hơn.

---

<sup>1</sup> Xem Dilts, 1992.

<sup>2</sup> Xem Goleman, 1992.





Các mô thức năng lượng điểm hút có sự hài hòa, như các thanh điệu trong âm nhạc. Hòa âm càng có tần số cao thì nội lực càng mạnh. Thiên tài đạt được điều hòa mới. Mỗi bước tiến trong ý thức của con người đều là bước nhảy từ mô thức điểm hút có mức độ hài hòa thấp lên mức độ hài hòa cao hơn. Đặt câu hỏi ban đầu là kích hoạt điểm hút; câu trả lời nằm trong giới hạn hài hòa của nó. Đây là lý do vì sao người ta nói rằng hỏi và trả lời chỉ là hai mặt của một đồng tiền, và không thể hỏi trừ khi đã có câu trả lời – nếu không có câu trả lời thì sẽ không có mô thức để từ đó sinh ra câu hỏi<sup>1</sup>.

Các thiên tài được công nhận có thể là của hiếm, nhưng thiên tài nằm sẵn trong tất cả chúng ta. Không có cái gọi là “may mắn” hay “ngẫu nhiên” trong vũ trụ này. Và không chỉ vạn vật đều liên kết với nhau mà không có cái gì bị gạt ra ngoài vũ trụ. Tất cả chúng ta đều là thành viên. Ý thức là phẩm chất phổ quát, tương tự như phẩm chất của vật chất. Vì thiên tài là đặc điểm của ý thức, thiên tài cũng có tính phổ quát. Đã mang tính phổ quát thì, về mặt lý thuyết, ai cũng có thể tiếp cận được.

Quá trình sáng tạo và thiên tài vốn nằm sẵn trong ý thức của con người. Vì đặc tính cơ bản của ý thức của mọi người là như nhau, cho nên thiên tài là tiềm năng nằm trong tất cả mọi người. Nó chỉ chờ hoàn cảnh thích hợp để bộc lộ. Trong cuộc đời mình, mỗi người chúng ta đều có những khoảnh khắc thiên tài, nhưng có lẽ chỉ có chúng ta hoặc những người thân thiết nhất của chúng ta mới biết. Chúng ta đột nhiên có một hành động hoặc quyết định xuất sắc hoặc nói đúng lúc, đúng chỗ, đúng điều cần nói mà

---

<sup>1</sup> Xem Loehle, 1990.



không biết vì sao. Đôi khi chúng ta thấy tự hào vì những sự việc ngẫu nhiên này, nhưng thật ra, chúng ta không biết chúng từ đâu tới.

Thiên tài thường được thể hiện thông qua thay đổi nhận thức – thay đổi bối cảnh hoặc hệ hình tư duy. Tâm trí vật lộn với vấn đề không thể giải quyết được, nó đặt ra câu hỏi và mở lòng đón nhận câu trả lời. Nguồn gốc của câu trả lời có nhiều tên gọi khác nhau, tùy thuộc vào nền văn hóa và thời đại; trong các loại hình nghệ thuật của văn minh phương Tây, theo truyền thống, đó là các nữ thần Hy Lạp, gọi là Muses. Những người khiêm tốn và có lòng biết ơn vì được ban cho ánh sáng có thể tiếp tục tiếp cận được thiên tài. Những người gán cảm hứng cho cái tôi của mình chẳng bao lâu sau sẽ đánh mất khả năng này, hoặc bị thành công của mình làm cho sa ngã. Nội lực cao, tương tự như điện áp cao, phải hết sức thận trọng.

Do đó, thiên tài và sáng tạo được người trong cuộc trải nghiệm như thể họ đang chứng kiến. Đó là hiện tượng phốt lờ bản thể cá nhân hay bản ngã. Khả năng trở thành thiên tài là điều có thể học được, mặc dù thường là phải trải qua sự phó thác đầy đau đớn, đó là khi con phượng hoàng thiên tài vụt bay lên từ đồng tro tàn của tuyệt vọng, sau cuộc vật lộn vô ích với vấn đề không thể giải quyết được. Thua rồi mới thắng; thất bại rồi mới thành công; khiêm tốn rồi mới có lòng tự trọng.

Một trong những vấn đề trong khi cố gắng tìm hiểu thiên tài là một người gần như thiên tài thì mới nhận ra được thiên tài. Thế giới thường xuyên hoàn toàn thất bại trong việc xác định thiên tài; xã hội thường ca ngợi công trình của



thiên tài, mà không chú ý tới thiên tài bên trong quá trình sáng tạo ra cái công trình kia. Khi chưa nhận ra thiên tài trong chính mình, ta sẽ rất khó nhận ra thiên tài trong những người khác – chúng ta chỉ có thể nhận ra những cái chúng ta thấy ở bên trong chính mình.

Thiên tài là một trong những nguồn tài nguyên vĩ đại nhất, chưa được khai thác trong xã hội của chúng ta. Nó không mang tính cụ thể mà cũng chẳng có tính cá nhân. Những người có tài năng thiên phú thường có nhiều tài năng. Một thiên tài có thể là thiên tài trong những địa hạt khác nhau và có thể có câu trả lời cho nhiều vấn đề khác nhau. Xã hội bị tổn thất nặng nề vì không biết cách bồi dưỡng các thiên tài của mình. Thực ra, chi phí để duy trì, bồi dưỡng thiên tài không phải là lớn – cội nguồn của thiên tài không của riêng ai và thiên tài thực sự ít khi quan tâm đến tiền bạc hay danh vọng. Nhưng trên thực tế, xã hội thường thờ ơ hoặc thù địch với thiên tài.

Những người mà chúng ta cho là thiên tài thường có lối sống khá đơn giản. Thiên tài có đặc điểm là rất trân trọng và tiết kiệm tài nguyên, vì thiên tài quý trọng đời sống và nhìn thấy giá trị bên trong của tất cả các biểu hiện của nó. Vì thời gian và tài nguyên là quý giá, sử dụng nhiều hơn mức cần thiết được coi là lãng phí; do đó, thiên tài thường có cuộc sống rất bình lặng và chỉ miễn cưỡng phá lệ khi có lý do nào đó. Không cần phải “nhận” khi đã “có rồi”. Vì tiếp xúc được với nguồn cung vô cùng vô tận cho nên thiên tài chỉ cần những nhu cầu tối thiểu. (Sự đơn giản đó dường như là đặc điểm thường gặp của thành công thực sự nói chung). Cơ sở của lối sống dường như ngây thơ, không quan tâm tới vật chất này chính là nhận thức thấu triệt bản chất của

vũ trụ: cái gì có lợi cho đời sống thì được đời sống nâng đỡ; sinh tồn, do đó, không cần phải nỗ lực, cho và nhận là một và như nhau.

Thiên tài thường bị người đời coi là bất bình thường hoặc lập dị. Vì nhất quán với các điểm hút năng lượng cao cho nên những người tài ba thường có quan điểm về cuộc sống khác với thế nhân; do đó, đối với họ, mọi thứ cũng có ý nghĩa khác hẳn. Nhờ trí tuệ vượt xa khả năng hiểu biết của chúng ta, thiên tài thường hứng thú với những hoạt động với cường độ cao.

Thiên tài không phải là minh tinh màn bạc. Rất ít thiên tài là những người nổi tiếng. Rất nhiều thiên tài không được người đời biết đến; nhiều người dường như không được đánh giá cao và có thể, trên thực tế, chưa từng học qua đại học. Đặc điểm nổi bật của kiểu thiên tài này là khả năng tận dụng triệt để những trải nghiệm của mình và khai thác nó với tinh thần tận tụy mà hoàn cảnh đòi hỏi nhằm vươn tới trình độ bậc thầy trong lĩnh vực của mình. Nhiều thiên tài sau khi qua đời mới được công nhận. Trên thực tế, món quà – hay tai họa – của thiên tài thường làm cho cuộc đời của họ gặp nhiều chuyện không may.

Một trong những đặc điểm của thiên tài là khả năng làm việc với cường độ cao, thường theo chu kỳ. Khi có cảm hứng, người tài ba có thể làm việc 20 giờ mỗi ngày để hiện thực hóa giải pháp trong khi nó vẫn còn tươi mới trong tâm trí. Những giai đoạn hoạt động với cường độ cao đan xen với những giai đoạn dường như là trì trệ, mà thực ra là thời gian ấp ủ ý tưởng, một phần thiết yếu của sáng tạo. Do đó, đôi khi có cảm tưởng như thiên tài là một người có những tính cách hoàn toàn trái ngược nhau. Những người tài ba



hiểu được rằng cần phải có không gian để các ý tưởng kết tinh. Đó là giai đoạn họ hoàn toàn không để tâm tới công việc của người thường và bị coi là đáng trí. Sáng tạo xảy ra trong những điều kiện thích hợp ở bên trong chứ không phải do hoàn cảnh bên ngoài. Tất cả chúng ta đều biết những câu chuyện về những người đã tìm ra giải pháp cho những vấn đề phức tạp trong khi đang lái xe trên đường cao tốc.

Nguyên nhân chủ yếu làm cho nhiều người không nhận ra, và do đó, không củng cố thiên tài của chính mình là do người ta nhầm tưởng thiên tài là có chỉ số thông minh (IQ) cao. Đây là sự hiểu lầm kinh khủng. Sẽ hữu ích hơn nếu coi thiên tài chỉ đơn giản là mức độ hiểu biết đặc biệt cao trong một lĩnh vực hoạt động nhất định của con người. Quan niệm sai lầm về IQ xuất phát từ thực tế là nhiều thiên tài nổi tiếng trong các lĩnh vực toán học và vật lý học là những người có chỉ số IQ cao; tuy nhiên, để có thể hiểu những công trình trong hai lĩnh vực này thì điều kiện tiên quyết là phải có chỉ số IQ cao. Có rất nhiều thiên tài nghệ thuật, thiên tài âm nhạc, các nhà thiết kế và phát minh, những thiên tài trong nhiều lĩnh vực không có chỉ số IQ cao, tài năng của họ là sáng tạo, cách tân trong những khu vực cụ thể.

Xin nhắc lại rằng chỉ số IQ chỉ là thước đo năng lực học thuật trong việc hiểu theo lối logic các biểu tượng và từ ngữ mà thôi. Những giá trị làm kim chỉ nam cho đời sống của con người có ý nghĩa quyết định để trở thành thiên tài hơn là chỉ số IQ. Từ những công trình nghiên cứu của chúng tôi, dường như sự nhất quán của mục tiêu và giá trị của một người với các điểm hút năng lượng cao liên quan chặt chẽ với thiên tài hơn tất cả những thứ khác. Thiên tài

có thể được nhận diện chính xác hơn qua những phẩm chất như kiên trì, can đảm, tập trung, động lực lớn và chính trực tuyệt đối. Tài năng thôi thì chưa đủ. Muốn đạt được trình độ bậc thầy thì phải có quyết tâm phi thường và bằng định nghĩa đơn giản nhất, có thể nói rằng thiên tài là khả năng đạt được mức độ tinh thông phi thường trong nghề nghiệp của một người. Tất cả các thiên tài, dù nổi danh hay không, đều tuân thủ công thức: Làm cái mình thích làm nhất, và làm với tất cả khả năng của mình.

## CHƯƠNG 16

### **Thắng không kiêu**

Nhiều thiên tài sau khi được công chúng phát hiện và tôn vinh đã gặp bi kịch, chứng tỏ rằng có “thành công” viết thường và có “Thành Công” viết hoa. “Thành công” viết thường hủy hoại cuộc đời, “Thành Công” viết hoa củng cố đời sống. Thành Công thực sự cổ vũ và nâng đỡ tinh thần; đó không chỉ là thành tích, mà là thành tích của một con người đã tiến tới một phong cách sống thành đạt, một phong cách sống không chỉ mang lại lợi ích cho bản thân người đó mà còn mang lại lợi ích cho tất cả những người ở bên cạnh họ. Ở khắp mọi nơi, bối cảnh của những thành tựu đã đạt được đều làm cho cuộc sống của những người thành công có thêm sức mạnh.

Ngược lại, cái mà những tờ báo lá cải gọi là thành công thường hủy hoại sức khỏe và các mối quan hệ của người “thành công”; những người giàu có và nổi tiếng thường hay suy sụp về mặt tinh thần. Nhưng cái mà thế giới gọi là thành công chỉ đơn giản là danh tiếng, và ngày nào cũng có tin nói rằng một người nào đó đang có khả năng phá hủy danh tiếng của mình. Những người nổi tiếng thường lao đầu vào những cuộc hôn nhân thất bại, ma túy, rượu, tự tử hoặc chết sớm. Nếu lập danh sách tất cả những người nổi tiếng



mà sự nghiệp tàn lụi do những bi kịch như thế gây ra hẳn sẽ phải mất nhiều trang giấy – các minh tinh màn bạc (Judy Garland, Marilyn Monroe, James Dean); các ngôi sao nhạc pop (Elvis Presley, Janis Joplin, Jimi Hendrix); các nhà văn (Edgar Allan Poe, Jack London, Ernest Hemingway, F. Scott Fitzgerald) – danh sách còn kéo dài thêm nữa. Bên cạnh những ví dụ khét tiếng như thế về cái giá phải trả của những người nổi tiếng là hàng nghìn cuộc đời của những người “thành công” ít tên tuổi hơn thân tàn ma dại vì ma túy hay do nhân cách méo mó mà từ một người tử tế, họ trở thành kiêu căng, độc ác, tự phụ và bê tha.

Không chỉ là những người đó có quá nhiều của cải, quá tiếng tăm hoặc được quá nhiều người chú ý, mà những ảnh hưởng như thế bóp méo bản ngã của họ và củng cố cái có thể được gọi là tự ngã nhỏ mọn chứ không củng cố Đại ngã cao thượng. Tự ngã nhỏ mọn là một phần trong con người chúng ta, nó dễ bị những lời xu nịnh vuốt ve dắt mũi; trong khi Đại ngã cao thượng là phần bản chất đã tiến hóa hơn trong chúng ta, nó là phần khiêm tốn và biết cảm ơn khi thành công. Tự ngã nhỏ mọn nhất quán với mô thức điểm hút yếu; Đại ngã cao thượng nhất quán với trường năng lượng có nội lực cao.

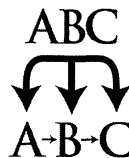
Chúng ta được nâng lên hay chìm xuống không phụ thuộc vào thành công mà phụ thuộc vào việc nó tích hợp vào tính cách của chúng ta như thế nào. Chúng ta kiêu hãnh hay khiêm nhường; chúng ta là người tự cao tự đại hay có lòng biết ơn; chúng ta cho rằng mình giỏi hơn những người khác vì có tài hay coi tài năng là món quà mà chúng ta hàm ơn – là những yếu tố quyết định. Tất cả chúng ta đều biết những người chỉ mới thành công một chút thôi đã bị tha hóa,



họ trở thành những kẻ kiêu căng, hách dịch và dạy đời khi mới được ban cho một ít quyền hành. Và tất cả chúng ta đều biết những người có thẩm quyền lớn hơn hẳn nhưng lại tỏ ra chân thành, nhạy cảm và quan tâm tới người khác.

Khi biết những người đầy quyền lực trên thế giới, những người đứng đầu các ngành công nghiệp, các chủ tịch ngân hàng, những khôi nguyên Nobel và thành viên của các gia đình nổi danh lâu đời ở Mỹ, chúng ta sẽ ngạc nhiên khi thấy rất nhiều người cởi mở, thân thiện, chân thành và coi thành công là trách nhiệm, là bốn phận cao quý. Đây thực sự là những người thành công, đặc biệt lịch sự và quan tâm tới tất cả mọi người; dù với những người quyền cao chức trọng hay nói chuyện với những giúp việc, họ đều đối xử như nhau. Những người thành công thực sự thường không hành động một cách kiêu ngạo, bởi vì họ cho rằng mình không giỏi hơn mà chỉ may mắn hơn những người khác mà thôi. Họ coi mình là người quản lý, có trách nhiệm sử dụng ảnh hưởng của mình để mang lại nhiều lợi ích nhất cho tất cả mọi người.

Có thể giải thích sự kiện làm cho những người thực sự thành công trở thành những người lịch thiệp, cởi mở và hào phóng bằng quan hệ nhân quả của chúng tôi:





Người thực sự thành công đồng nhất mình với ABC. Họ nhận thức được rằng mình là kênh truyền dẫn hoạt động của ABC nhằm tạo ra thành công trong thế giới bên ngoài. Vì đồng nhất với cội nguồn của thành công cho nên họ không sợ mất. Nhưng một người coi thành công của mình xảy ra trong thế giới bên ngoài,  $A \rightarrow B \rightarrow C$ , thì luôn luôn cảm thấy bất an, vì người đó nghĩ rằng nguồn gốc của thành công nằm ở “ngoài kia”. Biết rằng nguồn gốc của thành công nằm trong chính mình thì sẽ rất tự tin. Tin rằng nguồn gốc sức mạnh nằm bên ngoài mình thì người ta trở thành yếu đuối và dễ bị tổn thương và do đó, có thái độ phòng thủ và muốn chiếm hữu. Thành công thật sự bắt nguồn từ bên trong, không phụ thuộc vào hoàn cảnh bên ngoài.

Cái thang thành công dường như có ba bậc chính. Ở bậc thứ nhất, những cái chúng ta “có” là quan trọng; địa vị của chúng ta phụ thuộc vào của cải có thể nhìn thấy được. Khi thăng lên, người ta giành được địa vị thông qua công việc người ta “làm”, chứ không phải bằng những thứ người ta có. Ở nấc thang này, vị trí và hoạt động mang đến cho người ta địa vị xã hội cao, nhưng mức độ hấp dẫn của vai trò xã hội mất đi vẻ hào nhoáng khi người đó đã trưởng thành và trở thành bậc thầy; lúc đó thành tựu trở thành quan trọng. Cuối cùng, người đó chỉ còn quan tâm đến con người mà mình sẽ trở thành, tức là quan tâm tới kết quả của những trải nghiệm trong cuộc đời mình. Ở những người như thế, “sự hiện diện” của họ có sức cuốn hút kỳ lạ, đó là biểu hiện bên ngoài cho sự duyên dáng của sức mạnh bên trong. Ở bên cạnh họ, chúng ta cảm thấy ảnh hưởng của những mô thức năng lượng điểm hút có nội lực cao mà họ nhất quán với/và phản ánh ra ngoài. Điều chỉnh cuộc sống để cho nó



nhất quán với các mô thức năng lượng có nội lực cao thì chắc chắn sẽ thu được thành công.

Tại sao thành công thực sự lại tương đối nhẹ nhàng như thế? Có thể so sánh nó với từ trường được tạo ra bởi dòng điện chạy qua dây điện. Dòng điện càng mạnh thì từ trường càng lớn. Và từ trường tạo ảnh hưởng lên tất cả mọi thứ trong khu vực của nó. Rất ít người vươn tới đỉnh. Tuy nhiên, thế giới của những điều tầm thường lại là môi trường cạnh tranh khốc liệt, còn ở dưới chân kim tự tháp thì quá đông đúc. Người chiến thắng có sức lôi cuốn được thiên hạ kiếm tìm; kẻ thua phải cố gắng để được chấp nhận. Những người yêu thương, tử tế và chu đáo có nhiều bạn bè đến mức không đếm xuể; những người nhất quán với với các mô thức thành công chắc chắn sẽ thành công, lĩnh vực nào thì cũng thế. Và bây giờ, mỗi người chúng ta đều có khả năng phân biệt được đâu là mô thức có nội lực mạnh có thể dẫn tới thành công và đâu là mô thức có nội lực yếu có thể dẫn tới thất bại.



## CHƯƠNG 17

### **Sức khỏe thể chất và nội lực**

**C**húng ta trở thành người khỏe mạnh cũng như thành người giàu có, là nhờ trí tuệ. Nhưng trí tuệ là gì? Theo nghiên cứu của chúng tôi, nó là kết quả của sống nhất quán với các mô thức điểm hút có nội lực cao. Mặc dù trong đời sống bình thường, chúng tôi thường thấy những trường năng lượng đan xen vào nhau, nhưng mô thức có nội lực cao nhất giữ thể thượng phong. Hiện nay chúng tôi đã tìm được đủ dữ liệu để có thể đưa ra tuyên bố cơ bản về động lực học phi tuyến và nghiên cứu điểm hút: *các điểm hút tạo ra bối cảnh*. Thực chất, nói như thế có nghĩa là động cơ của một người, xuất phát từ các nguyên tắc mà người đó nguyện tuân theo, quyết định khả năng nhận thức của người đó và do đó, trao ý nghĩa cho hành động của người đó.

Hiệu quả của đời sống nhất quán với nguyên tắc thể hiện rõ nhất ở khía cạnh sinh lý. Nhất quán với những mô thức điểm hút năng lượng cao làm cho người ta khỏe mạnh; nhất quán với những mô thức năng lượng thấp sinh ra bệnh tật. Rất rõ ràng và có thể dự đoán được. Có thể chứng minh được rằng các mô thức có năng lượng cao củng cố, còn các mô thức có năng lượng thấp làm suy yếu bằng những cuộc trình diễn đáp ứng tiêu chí khoa học là khả năng lập lại chính xác tới 100% là sự kiện mà độc giả đã nắm được.



Hệ thần kinh trung ương của con người rõ ràng là có khả năng nhạy bén trong việc phân biệt các mô thức hỗ trợ cuộc sống và mô thức hủy hoại cuộc sống. Trường năng lượng điểm hút có nội lực cao giúp cơ thể khỏe mạnh, giải phóng endorphin ở trong não và tăng cường sức khỏe cho tất cả các cơ quan trong cơ thể, trong khi các kích thích bất lợi giải phóng adrenaline, là chất ức chế phản ứng miễn dịch và ngay lập tức làm cho người ta yếu đi và tùy thuộc vào bản chất của kích thích mà một số cơ quan cụ thể bị yếu đi.

Đây là những hiện tượng làm cơ sở cho những phương pháp trị liệu như nắn khớp xương, châm cứu, bấm huyệt và nhiều phương pháp khác. Tuy nhiên, tất cả các phương pháp điều trị này đều nhằm điều chỉnh các chứng bệnh do mất cân bằng năng lượng mà ra, nhưng nếu không điều chỉnh thái độ gây ra tình trạng mất cân bằng năng lượng, thì bệnh tật có thể quay trở lại. Hàng triệu người trong các nhóm tự giúp nhau đã chứng minh rằng sức khỏe và chữa lành tất cả những vấn đề do hành vi của con người gây ra và bệnh tật là kết quả của việc áp dụng thái độ tương ứng với các mô thức điểm hút năng lượng cao.

Nói chung, sức khỏe thể chất và tinh thần đồng hành với thái độ tích cực; trong khi bệnh tật, cả thể chất lẫn tinh thần, gắn liền với thái độ tiêu cực như oán giận, ghen tỵ, thù địch, tủi thân, sợ hãi, lo lắng, v.v.. Trong phân tâm học, thái độ tích cực được người ta gọi là những cảm xúc có ích (welfare emotions), còn những cảm xúc tiêu cực được gọi là những cảm xúc khẩn cấp (emergency emotions). Chìm đắm thường xuyên trong những cảm xúc khẩn cấp sẽ dẫn đến bệnh tật về thể chất hoặc tinh thần và làm cho nội lực của người đó suy yếu hẳn. Làm sao vượt qua được thái độ tiêu cực



để sức khỏe và nội lực không bị suy giảm? Quan sát lâm sàng cho thấy, bệnh nhân phải đạt đến điểm quyết định. Chân thành khao khát thay đổi sẽ tạo điều kiện cho người ta tìm kiếm các mô thức năng lượng điểm hút cao hơn trong những biểu hiện khác nhau của chúng.

Người ta không vượt qua được thái độ bị quan khi cứ hoài nghi, yếm thế mãi; quan điểm phổ biến, nói rằng người ta là do môi trường xung quanh quyết định, là có cơ sở về mặt lâm sàng. Các mô thức điểm hút có xu hướng thống trị lĩnh vực mà chúng được nhận vào; do đó, tất cả những việc cần làm là tự đưa mình vào trường có năng lượng cao và thái độ bên trong của con người mình sẽ tự động bắt đầu thay đổi. Đây là hiện tượng trong các nhóm tự giúp nhau mà mọi người đều biết – như thể hiện trong câu: “Chỉ cần dẫn xác đến cuộc họp là được”. Bạn chỉ cần để mình tiếp xúc với các mô thức cao hơn thì chúng sẽ bắt đầu “tự thấm”; như người vẫn ta nói: “Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng”.

Y học cổ truyền thường cho rằng căng thẳng là nguyên nhân của nhiều rối loạn và bệnh tật. Vấn đề là chẩn đoán này không nói được nguồn gốc của căng thẳng. Dường như nó quy trách nhiệm cho hoàn cảnh bên ngoài, mà không nhận thức được rằng *tất cả căng thẳng đều ở bên trong, đều do thái độ của người đó mà ra*. Không phải các sự kiện của cuộc đời, mà phản ứng của người ta trước các sự kiện mới là tác nhân kích hoạt các triệu chứng gây căng thẳng. Một cuộc ly hôn, như chúng ta đã nói, có thể làm cho người ta đau đớn hay thanh thản. Thách thức trong công việc khuyến khích hoặc làm người ta lo lắng, tất cả phụ thuộc vào việc ta coi cấp trên là một người thầy hay một tên ác ma.



Thái độ của chúng ta bắt nguồn từ quan điểm của chúng ta và quan điểm của chúng ta lại liên quan đến động cơ và do đó, liên quan tới bối cảnh. Tùy thuộc vào cách diễn giải ý nghĩa của sự kiện, cùng một tình huống, cách lý giải này có thể là bi kịch nhưng cách lý giải khác lại là hài kịch. Về mặt sinh lý học mà nói, lựa chọn thái độ là người ta lựa chọn giữa endorphin đồng hóa hay adrenaline dị hóa và hormone gây căng thẳng.



Sẽ là ngốc nghếch khi tuyên bố rằng chỉ những tác động có nguồn gốc bên trong mới ảnh hưởng tới sức khỏe của chúng ta. Các yếu tố phi cá tính của thế giới vật chất bên ngoài cũng có thể làm cho chúng ta khỏe hay yếu. Ở đây, kiểm tra cơ thể động học cũng rất có giá trị. Nó sẽ cho thấy một cách rõ ràng rằng, các chất tổng hợp, chất dẻo, phẩm màu nhân tạo, chất bảo quản, thuốc trừ sâu và đường hóa học (chỉ xin kể vài thứ đó thôi) sẽ làm cho cơ thể yếu đi; trong khi các chất tinh khiết, các chất hữu cơ, hoặc các cách làm thủ công có xu hướng khiến cho chúng ta mạnh lên. Ví dụ, nếu làm thí nghiệm với chất vitamin C, chúng ta thấy rằng vitamin C hữu cơ ưu việt hơn acid ascorbic, được sản xuất bằng phương pháp hóa học; vitamin C hữu cơ làm cho cơ thể mạnh lên, acid ascorbic thì không. Trứng từ gà thả vườn, nuôi bằng các chất hữu cơ có sức mạnh nội tại lớn hơn hẳn trứng gà công nghiệp. Phong trào ăn thực phẩm lành mạnh dường như đang đi đúng hướng.

Đáng tiếc là, cả Hiệp hội Y khoa Hoa Kỳ (American Medical Association) lẫn Hội đồng Quốc gia về thực phẩm





và dinh dưỡng (National Council on Food and Nutrition) đều chưa được khai sáng trong lĩnh vực dinh dưỡng. Ngày nay, cộng đồng khoa học đã công nhận rằng dinh dưỡng liên quan đến hành vi và sức khỏe, nhưng nhận xét đơn giản này đã gây ra cuộc bàn cãi dai dẳng, đó là, cách đây 20 năm, khi Linus Pauling và tôi tuyên bố trong cuốn sách có nhan đề *Orthomolecular Psychiatry* (tạm dịch: Tâm thần học theo dinh dưỡng vi lượng), rằng dinh dưỡng tác động tới môi trường hóa học trong não bộ và dòng máu đang chảy trong huyết quản, và do đó ảnh hưởng tới các hành vi khác nhau, ảnh hưởng tới cảm xúc, làm rối loạn tâm thần và hóa chất trong não bộ<sup>1</sup>.

Mới gần đây, người viết những dòng này đã công bố một loạt bài viết, bài cuối cùng được xuất bản năm 1991, trong công trình nghiên cứu kéo dài 20 năm, chứng tỏ rằng chế độ dinh dưỡng chứa một số loại vitamin ngăn chặn quá trình phát triển bệnh rối loạn thần kinh, gọi là rối loạn thần kinh mãn tính (tardive dyskinesia), thường là không thể chữa được. Khá nhiều bệnh nhân điều trị bằng các loại thuốc chống loạn thần trong thời gian dài thường mắc những rối loạn như thế<sup>2</sup>. Trong công trình nghiên cứu được tiến hành trên 61.000 bệnh nhân, do 100 bác sĩ khác nhau điều trị trong hơn 20 năm, sử dụng vitamin B3, C, E và B6 đã làm giảm tỷ lệ bệnh nhân bị mắc chứng rối loạn thần kinh khủng khiếp này từ 25% xuống còn 0,04%<sup>3</sup>. (Trong số 61.000 bệnh nhân được bảo vệ bằng liệu pháp vitamin liều cao, chỉ có

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins and Pauling, 1973.

<sup>2</sup> Xem Tkacz and Hawkins, 1981.

<sup>3</sup> Xem Hawkins, 1989.



37 chứ không phải 20.000 người bị rối loạn như người ta dự đoán)<sup>1</sup>.

Ở Mỹ, bài báo này hầu như bị người ta lơ đi, vì chưa có hệ hình đủ sức làm cho nó trở thành đáng tin. Giới y học đơn giản là không quan tâm tới dinh dưỡng, còn các ban bệ thì vẫn chẳng thiết tha gì với những người đổi mới. Xin nhớ rằng một trong những nhược điểm cố hữu của bản chất của con người là kiên quyết bảo vệ quan điểm đã đứng vững, mặc cho vô vàn bằng chứng chống lại nó; biện pháp lành mạnh nhất khi không được công nhận là chấp nhận. Khi chúng ta thực sự hiểu được thân phận của con người, chúng ta sẽ có lòng từ bi ngay ở nơi chúng ta có thể đã từng cảm thấy bị chỉ trích. Từ bi là mô thức điểm hút năng lượng có nội lực cao nhất. Như chúng ta sẽ thấy, khả năng hiểu, khả năng tha thứ và chấp nhận có liên quan trực tiếp đến sức khỏe của mỗi chúng ta.

---

<sup>1</sup> Xem Hawkins, 1991.

## **Cuộc sống khỏe mạnh và quá trình bệnh tật**

**T**raï qua nhiều thời đại, người ra đã đúc rút được nhận định chung là một số bệnh liên quan đến một số cảm xúc và thái độ nhất định. Ví dụ, thời Trung cổ, khái niệm “u sầu” được người ta liên kết giữa trạng thái phiền muộn với suy gan. Ngày nay, nhiều rối loạn thể chất rõ ràng là có liên hệ với những cảm xúc căng thẳng.

Nhiều tài liệu ghi nhận rằng cảm xúc gây ra nhiều hệ lụy về sinh lý. Vào thuở sơ khai của phân tâm học, các công trình nghiên cứu nhằm xác định các bệnh cụ thể đi kèm với các xung đột tâm lý cụ thể đã mở ra cả một ngành y học tâm thể (psychosomatic medicine). Tất cả chúng ta đều đã nghe nói về mối liên hệ giữa bệnh tim với những người có tính cách “tip A” so với những người có tính cách “tip B” và cũng đều biết rằng một cơn giận dữ bị đè nén có thể dẫn đến tăng huyết áp và đột quỵ. Người ta cho rằng cảm xúc làm cho nội tiết tố thay đổi thông qua các biến thể dẫn truyền thần kinh trong những khu vực khác nhau của não bộ, liên quan tới việc kiểm soát các cơ quan khác nhau của cơ thể thông qua hệ thống thần kinh thực vật hoặc thần kinh giao cảm.



Trong những năm gần đây, lo ngại về việc lây lan bệnh AIDS đã tạo được cú hích lớn cho các công trình nghiên cứu về hệ thống miễn dịch. Nói chung, dường như khi cơ thể trải qua hiện tượng gọi là căng thẳng thì tuyến ức sẽ bị ức chế; và cùng với nó là khả năng phòng thủ của cơ thể sẽ bị suy yếu. Nhưng cách tiếp cận chủ đề này chưa tiến hành khảo sát quan hệ giữa hệ thống niềm tin và thái độ, cũng như chưa xem xét bối cảnh nhận thức phát sinh từ quan hệ ấy, mà đó lại là cái quyết định bản chất của trải nghiệm cá nhân. Nguyên nhân gây căng thẳng bao giờ cũng liên quan tới khuynh hướng mà cơ thể phản ứng trước các kích thích theo các mô thức cụ thể và có tính đặc thù. Dựa trên những kết quả thu được từ những bài toán của động lực học phi tuyến và nghiên cứu điểm hút mà cơ thể động học và môn châm cứu đã xác nhận, chúng ta có thể nói một cách rõ ràng về bản chất nền tảng của quá trình bệnh tật.

Một ý tưởng hoặc một loạt những ý nghĩ tự thể hiện trong ý thức, như một thái độ, có xu hướng tồn tại bền bỉ theo thời gian; thái độ này gắn kết với trường năng lượng điểm hút có mức độ mạnh yếu tương ứng. Kết quả là tri giác về thế giới tạo ra những sự kiện thích hợp nhằm kích hoạt những cảm xúc đặc thù. Tất cả thái độ, suy nghĩ và niềm tin còn kết nối với nhiều con đường khác nhau, gọi là “kênh tuyến” năng lượng (kênh lạc) tới tất cả các cơ quan trong cơ thể. Bằng cách kiểm tra cơ thể động học, có thể chứng minh được rằng các huyết châm cứu cụ thể có liên hệ với một số thái độ đặc thù và vì thế, đến lượt mình, kênh lạc là kênh truyền năng lượng tới các cơ bắp và các cơ quan cụ thể trong

cơ thể<sup>1</sup>. Các kinh mạch cụ thể này được người xưa gọi theo tên những cơ quan mà chúng cung cấp năng lượng; ví dụ, kinh tâm (tim), kinh đởm (túi mật)...<sup>2</sup>

Những đường truyền bên trong có vai trò quan trọng sống còn này hoàn toàn không phải là huyền bí và có thể chứng minh chỉ trong vài giây mà mọi người đều công nhận. Như chúng ta đã biết, nếu bạn có một suy nghĩ tiêu cực ở trong đầu thì một cơ bắp cụ thể nào đó sẽ yếu đi; nếu sau đó, bạn thay ý nghĩ này bằng một ý nghĩ tích cực thì chính cơ bắp đó sẽ mạnh lên ngay lập tức<sup>3</sup>. Kết nối giữa tâm trí và cơ thể là trực tiếp, cho nên, phản ứng của cơ thể dịch chuyển và thay đổi theo từng sát na nhằm phản ứng lại với những suy nghĩ nối tiếp nhau và những cảm xúc liên quan tới những suy nghĩ này.

Chúng ta đã nói tới *Quy luật về sự phụ thuộc nhạy cảm vào các điều kiện ban đầu* được rút ra từ môn động lực phi tuyến và kiến thức toán học liên quan đến môn khoa học này<sup>4</sup>. Xin nhắc lại, quy luật này nói rằng một thay đổi vô cùng nhỏ trong mô thức dữ liệu đầu vào có thể dẫn đến thay đổi rất lớn trong kết quả ở đầu ra. Đó là do thay đổi nhỏ lặp đi lặp lại theo thời gian làm cho mô thức thay đổi theo lối tăng dần, hoặc, đôi khi, thậm chí nhảy sang một hàm điều hòa mới, nếu đầu vào tăng theo hàm logarit. Kết quả là biến đổi nhỏ bé đó được khuếch đại lên cho đến khi, cuối cùng, nó ảnh hưởng đến toàn bộ hệ thống và mô thức năng lượng cũ tiến hóa thành mô thức năng lượng mới; rồi chính mô thức

<sup>1</sup> Xem Walther, 1976.

<sup>2</sup> Xem Mann, 1974.

<sup>3</sup> Xem Diamond, 1979.

<sup>4</sup> Xem Briggs and Peat, 1989.



này cũng tiến hóa theo cùng một quá trình như thế, và biến đổi cứ thế tiếp tục, v.v..

Trong vật lý học, quá trình này được gọi là “nhiều loạn” (turbulence) và là đề tài của vô vàn công trình nghiên cứu, đặc biệt là trong lĩnh vực khí động học, mà cả các nhà vật lý học lẫn toán học đều quan tâm. Nếu nhiều loạn xảy ra trong các trường năng lượng điểm hút của ý thức thì sẽ tạo ra tình trạng xáo trộn trong cảm xúc và tình trạng này sẽ còn tiếp tục cho đến khi trạng thái cân bằng nội môi mới được thiết lập<sup>1</sup>.

Khi tâm trí bị thế giới quan tiêu cực khống chế, thì trong các dòng năng lượng dẫn đến các cơ quan khác nhau trong cơ thể sẽ liên tiếp xuất hiện những thay đổi cực kỳ nhỏ. Tất cả các chức năng phức tạp của trường sinh lý học tổng thể vi tế này đều bị ảnh hưởng – thông qua hoạt động truyền electron, cân bằng hormone thần kinh, tình trạng dinh dưỡng, v.v.. Cuối cùng, những thay đổi vô cùng nhỏ sau một quá trình tích lũy sẽ hiện ra thành kết quả nhìn thấy được trong các dụng cụ đo lường, ví dụ như kính hiển vi điện tử, chụp cộng hưởng từ, tia X, hoặc phân tích sinh hóa. Nhưng khi chúng ta phát hiện được những thay đổi này thì quá trình bệnh tật, do những cộng hưởng lặp đi lặp lại, đã đi quá xa rồi.

Có thể nói, vũ trụ vô hình của tư duy và thái độ đã trở nên rõ ràng, đây là hệ quả của lối phản ứng theo thói quen của cơ thể. Nếu xem xét hàng triệu ý nghĩ liên tục đi qua

---

<sup>1</sup> Cân bằng nội môi là đặc tính của một hệ thống mở để điều khiển môi trường bên trong nhằm duy trì trạng thái cân bằng, thông qua việc điều chỉnh các cơ chế điều hòa cân bằng động khác nhau. Tất cả các sinh vật sống bao gồm cả đơn bào hay đa bào đều duy trì cân bằng nội môi. (ND)



tâm trí, ta sẽ không ngạc nhiên khi biết rằng tình trạng của cơ thể có thể thay đổi hoàn toàn nhằm thích ứng với mô thức tư duy giữ thế thượng phong, đã bị các yếu tố di truyền và môi trường làm cho thay đổi<sup>1</sup>. Chính tác động dai dẳng và lặp đi lặp lại của các kích thích, thông qua quy luật phụ thuộc nhạy cảm vào điều kiện ban đầu, đã dẫn tới quá trình bệnh tật có thể quan sát được. Các kích thích khởi động quá trình này có thể nhỏ đến mức không thể phát hiện được.

Nếu sơ đồ hình thành bệnh tật vừa nói là đúng thì, bằng cách thay đổi mô thức tư duy và phản ứng theo thói quen có thể thủ tiêu được tất cả các loại bệnh tật. Trên thực tế, trong suốt chiều dài lịch sử, người ta đã ghi nhận rằng tất cả các loại bệnh mà nhân loại từng biết đều có những trường hợp tự khỏi. (Hiện tượng này là chủ đề của chương trình tivi 20/20, ngày 8 tháng 4 năm 1994). Y học truyền thống đã ghi lại các trường hợp tự “khỏi bệnh”, nhưng chưa bao giờ có các công cụ mang tính khái niệm nhằm nghiên cứu hiện tượng này. Nhưng, ngay cả những bác sĩ phẫu thuật tuyệt đối nghiêng về y học hiện đại cũng không muốn mổ cho những người tin rằng mình sẽ chết trong lúc phẫu thuật, vì không ít trường hợp những bệnh nhân như thế quả thực đã chết.

Trong hội Người nghiện rượu ẩn danh (AA) người ta hay nói: Tính cách chưa thay đổi một cách căn bản thì chưa thể bỏ được rượu<sup>2</sup>. Đây là thay đổi cơ bản lần đầu tiên được Bill W., người thành lập AA, trình bày một cách rõ ràng – một sự chuyển hóa sâu sắc trong toàn bộ hệ thống niềm tin, cùng với một bước nhảy vọt đột ngột trong ý thức<sup>3</sup>. Bác sĩ tâm thần

<sup>1</sup> Xem Redington và Reidbord, 1993.

<sup>2</sup> Được nhấn mạnh trong cuốn sách nền tảng của AA, *Alcoholics Anonymous*, 1955.

<sup>3</sup> Xem Bill W., *The Language of the Heart*, 1988.

người Mỹ Harry Tiebout, ở Greenwich, bang Connecticut, là người đầu tiên chính thức nghiên cứu bước chuyển hóa lớn như thế trong thái độ của con người. Tiebout phát hiện ra hiện tượng này trong khi điều trị cho một người phụ nữ nghiện rượu được coi là vô vọng, tên là Marty M., thành viên nữ đầu tiên của AA. Bà ta đã thay đổi tính cách đột ngột đến mức không một phương pháp điều trị nào lúc đó có thể lý giải nổi. Bác sĩ Tiebout ghi lại rằng bà ta đã chuyển hóa từ một người đầy giận dữ, than thân trách phận, cố chấp và ích kỷ thành một người tử tế, dịu dàng, vị tha và nhân ái. Đây là ví dụ quan trọng, vì nó thể hiện rõ ràng yếu tố then chốt trong quá trình phục hồi từ những căn bệnh ngày càng nặng thêm hoặc vô vọng. Bác sĩ Tiebout viết bài đầu tiên trong một loạt bài báo về quá trình theo dõi bệnh nhân với nhan đề “Sức mạnh của thái độ phó thác”<sup>1</sup>.

Trong tất cả các trường hợp bình phục của những người mắc bệnh nan y và vô vọng đã được nghiên cứu, bao giờ cũng có sự thay đổi quan trọng trong ý thức, nhờ đó, các mô thức điểm hút dẫn đến quá trình bệnh lý không còn thống trị tâm trí của họ nữa. Các bước cần thiết để thoát khỏi những trạng bệnh như thế đã được 100 người cai được rượu đầu tiên biến thành quy trình chính thức; sau đó trở thành quy trình 12 bước nổi tiếng do AA đề xuất và được tất cả các nhóm phục hồi 12 bước ra đời sau đó áp dụng<sup>2</sup>. Hàng triệu người tuân theo những bước này và đã khỏi bệnh, gọi lên cho chúng ta ý nghĩ rằng có thể áp dụng cách làm này cho tất cả các loại bệnh. Lời khuyên Carl Jung dành Rowland H. – “Dù tin hay không, cũng dồn hết tâm trí vào nhóm tâm linh mà anh thích,

<sup>1</sup> Xem *AA Comes of Age*, 1957, và *AA Today*, 1960.

<sup>2</sup> Xem *Twelve Steps và Twelve Traditions*, 1953.





và hy vọng rằng trong trường hợp của anh, phép màu có thể xảy ra”<sup>1</sup> – có thể cũng ứng nghiệm cho bất kỳ người nào ao ước chữa khỏi căn bệnh đang ngày càng nặng thêm.

Trong quá trình tự chữa lành, khả năng yêu thương và nhận thức về tầm quan trọng của yêu thương ở người bệnh thường gia tăng rõ rệt – đây vừa là yếu tố vừa là phương thức chữa bệnh. Nhiều cuốn sách trong danh sách bán chạy nhất nói với chúng ta rằng yêu thương là sống lành mạnh. Nhưng, vì kiêu hãnh mà tâm trí thường chống lại, không muốn thay đổi. Tình yêu đồng loại chỉ có thể nảy sinh khi chúng ta ngừng chỉ trích, sợ hãi và căm thù người khác. Sự thay đổi triệt để như thế có thể làm cho người ta mất phương hướng; cần phải có lòng can đảm thì mới chịu đựng được những cảm giác khó chịu tạm thời trong quá trình phát triển. Khả năng bình phục phụ thuộc vào thái độ sẵn sàng khám phá những cách nhìn mới về bản thân và cuộc sống của người bệnh, bệnh nào thì cũng thế. Trong đó có cả khả năng chịu đựng nỗi sợ hãi ẩn giấu ở bên trong, khi hệ thống niềm tin bị lung lay. Người ta thường ve vuốt và bám riết vào những hận thù và bất bình trong lòng mình; muốn chữa lành mọi bệnh tật và thương tổn của nhân loại, có lẽ cần phải đẩy toàn thể nhân loại tránh xa khỏi những lối sống đầy oán hận, công kích và báo thù.

Trở ngại lớn nhất mà những suy nghĩ và hành vi liên quan tới các trường năng lượng có điểm hiệu chỉnh dưới 200 là chúng gây ra phản ứng ngược. Trong vũ trụ có thể quan sát được này, mọi người đều biết quy luật là lực sinh ra phản lực – cùng cường độ nhưng theo chiều ngược lại.

---

<sup>1</sup> Xem *AA Comes of Age*, 1957.



Do đó, mọi cuộc tấn công, dù về tinh thần hay vật chất, đều dẫn đến phản công. Ác tâm làm cho chúng ta đau ốm; chúng ta luôn luôn là nạn nhân của lòng thù hận của chính mình. Thậm chí những ý nghĩ oán hận thâm kín cũng tạo ra những cuộc tấn công về mặt sinh lý lên chính cơ thể của người có ý nghĩ đó.

Mặt khác, tương tự như tình yêu, tiếng cười có tác dụng chữa lành vì nó nảy sinh khi ta biết quan sát bối cảnh nhỏ bé từ bối cảnh rộng lớn hơn và bao quát hơn, do đó, người quan sát tách ra khỏi tâm thế của nạn nhân. Mỗi câu pha trò đều nhắc nhở chúng ta rằng thực tại của chúng ta là vô cùng lớn lao và siêu việt, nó vượt ra ngoài các tiểu tiết của các sự kiện. Ví dụ, những lời bông đùa trong tình cảnh ngặt nghèo, khi người pha trò đem những mặt đối lập của nghịch cảnh đặt cạnh nhau, làm người nghe bớt lo lắng và sau đó bật ra tiếng cười. Đột nhiên được giác ngộ thường đi kèm với tiếng cười. Trò đùa lớn nhất là đặt ảo tưởng bên cạnh thực tế.

Ngược lại, không có khiếu hài hước gây ra nhiều hệ lụy đối với sức khỏe và hạnh phúc. Các hệ thống chuyên chế, ở tất cả các cấp, đều không có khả năng hài hước. Tiếng cười đem tới chấp nhận và tự do, nhưng lại là mối đe dọa đối với sự thống trị bằng bạo lực và đe dọa của họ. Khó áp chế những người có khả năng hài hước. Hãy cảnh giác trước những thứ không biết hài hước, con người, thể chế, hay hệ thống niềm tin thì cũng thế; đi kèm với nó bao giờ cũng là thôi thúc muốn kiểm soát và thống trị, dù mục tiêu mà họ tuyên bố có là thịnh vượng hoặc hòa bình thì cũng thế mà thôi.



Không thể tạo dựng được hòa bình theo cách đó. Hòa bình là trạng thái tự nhiên của các mối quan hệ, trong đó tất cả những thứ cản trở hòa bình đều bị loại bỏ. Chỉ có một ít người thực sự cam kết lấy hòa bình làm mục tiêu thực tế. Trong đời sống cá nhân, người ta đều quan tâm hơn tới việc là người “đúng đắn” trong bất cứ thứ gì có ảnh hưởng tới quan hệ của họ hoặc chính họ. Địa vị mà tự mình phải biện minh là kẻ thù thực sự của hòa bình. Tìm giải pháp ở tầng cường chế, thì sẽ không tìm được giải pháp hòa bình nào hết.

Lĩnh vực chăm sóc sức khỏe cho ta thấy những nỗ lực nhằm kiểm soát rồi sẽ tự lún sâu vào vũng lầy quan liêu đang nhanh chóng lan rộng. Hệ thống phức tạp thì tốn kém, yếu kém và thiếu hiệu quả chẳng khác gì những thái độ làm nền tảng cho cấu trúc của chúng. Những hệ thống liên kết với trường điểm hút cực kỳ yếu là những hệ thống không hiệu quả vì sự thiếu trung thực cố hữu của chúng và sẽ trở thành lãng phí và công kênh. Lĩnh vực chăm sóc sức khỏe, do mang hai gánh nặng quá lớn là sợ hãi và quy định, nên hầu như không thể vận hành suôn sẻ. Cá nhân chỉ khỏi bệnh (hoặc lĩnh vực chăm sóc sức khỏe chỉ khỏi bệnh) khi động cơ của họ được nâng lên và thôi tự lừa dối mình, để có tầm nhìn mới rõ ràng hơn. Không có thủ phạm; lỗi là do lệch lạc của chính hệ thống.

Nếu nói rằng sức khỏe, hiệu quả và thịnh vượng là trạng thái tự nhiên, hài hòa với thực tế thì bất cứ hệ thống nào không khỏe mạnh, kém hiệu quả và không thịnh vượng đều cần xem xét kỹ lưỡng ngay trong lòng nó, chứ không đổ lỗi cho những thứ nằm bên ngoài hệ thống. Các mô thức điểm hút đều tuân theo các định luật vật lý của riêng mình,

dù đó có thể không phải là những định luật do Newton phát hiện được; tha thứ là được tha thứ. Như chúng ta đã nhận xét nhiều lần, trong vũ trụ, nơi mà tất cả đều liên kết với nhau, không có gì gọi là “ngẫu nhiên”, và cũng không có gì nằm ngoài vũ trụ. Vì không nhìn thấy nội lực của các yếu tố thực tế mà chỉ quan sát được các hiệu ứng mà chúng gây ra, cho nên người ta mới tưởng rằng các sự kiện xảy ra là “ngẫu nhiên”. Một sự kiện đột ngột và bất ngờ dường như là ngẫu nhiên, không liên quan tới những nguyên nhân có thể nhìn thấy được, nhưng, nếu nghiên cứu kỹ, ta sẽ truy nguyên được nguồn gốc thực sự của nó. Căn bệnh bất ngờ bao giờ cũng có những biểu hiện có thể nhận ra được; thậm chí khuynh hướng dẫn tới biến cố ngẫu nhiên cũng bao gồm nhiều bước chuẩn bị nhỏ trước khi xảy ra cái gọi là “biến cố ngẫu nhiên” đó.

Bệnh là bằng chứng cho thấy có điều gì đó không ổn trong hoạt động của tâm trí, và đây chính là nơi chứa đựng nội lực để tạo ra thay đổi. Điều trị bệnh mà chỉ coi nó như quá trình vật lý, diễn ra trong thế giới ảo  $A \rightarrow B \rightarrow C$ , thì không điều chỉnh được nguồn gốc của rối loạn chức năng, và chỉ làm bệnh thuyên giảm tạm thời chứ không phải là chữa trị dứt điểm. Chỉ cần thay đổi thái độ là đã có thể chữa được căn bệnh làm cho người ta đau khổ suốt đời; mặc dù thay đổi này dường như có thể xảy ra trong tích tắc, nhưng có thể người bệnh đã chuẩn bị trong nhiều năm.

Cần nhớ rằng điểm tới hạn trong bất kỳ hệ thống phức tạp nào cũng là điểm, mà ở đó, một lực nhỏ nhất cũng đủ sức làm thay đổi toàn bộ hệ thống. Thậm chí, nước đi của một con tốt trên bàn cờ cũng có thể xoay chuyển hoàn toàn thế cờ. Từng chi tiết của hệ thống niềm tin mà chúng ta



chứa chấp ở trong đầu đều gây ra những hệ quả hoặc tốt hoặc xấu. Chính vì thế mà không có căn bệnh nào là thực sự nan y hay vô vọng; ở đâu đó, một lúc nào đó, một người nào đó, nhờ những quá trình mà chúng tôi vừa mô tả, đã thoát khỏi căn bệnh gọi là nan ý đó.

Những quá trình được mô tả có vai trò quan trọng không chỉ trong quá trình phục hồi mà còn quan trọng đối với sự tiến bộ của ý thức – khi trải qua những cuộc vật lộn đầy đau đớn của quá trình tiến hóa – để từ đó phát sinh lòng từ bi đối với chính mình và toàn thể nhân loại. Chỉ theo cách ấy, chúng ta mới đồng thời vừa trở thành người chữa lành vừa trở thành người được chữa lành. Và chỉ theo cách ấy, chúng ta mới có thể hy vọng được chữa lành, mới hy vọng thoát khỏi bất kỳ sự bất ổn nào, cả về thể chất hay tinh thần.

Phải chăng những điều vừa nói có nghĩa là nếu chúng ta học được cách vận hành đời sống của mình ở tầng tình yêu vô điều kiện thì chúng ta sẽ trở thành bất tử? Không. Chất nguyên sinh của cơ thể vật lý dễ bị tổn thương trước những tác động do lập trình di truyền của chính nó gây ra, cũng như trước tác động của môi trường bên ngoài. Nhưng đứng trên quan điểm của ý thức ở tầng 500 trở lên, dường như chết chỉ là ảo ảnh, và cuộc sống vẫn tiếp tục mà không bị cản trở bởi những hạn chế của nhận thức khu trú trong một cơ thể vật lý. Ý thức là năng lượng có vai trò quan trọng sống còn, nó vừa mang lại sự sống cho cơ thể vừa vượt ra khỏi cơ thể trong một cõi khác.



PHẦN BA

Ý NGHĨA





## CHƯƠNG 19

### **Cơ sở dữ liệu của ý thức**

Nhà phân tâm học vĩ đại người Thụy Sĩ, Carl Jung, khi nhận thấy các mô thức và biểu tượng nguyên mẫu hiện diện khắp nơi, đã đặt ra khái niệm “vô thức tập thể” – một bể vô thức không đáy chứa tất cả những trải nghiệm chung của nhân loại<sup>1</sup>. Có thể coi cái bể này là một cơ sở dữ liệu ẩn, khổng lồ, chứa đựng nhận thức của con người, được đặc trưng bởi các mô thức phổ quát, đầy sức mạnh, làm nhiệm vụ tổ chức. Cơ sở dữ liệu chứa đựng tất cả các thông tin mà ý thức của con người có thể tiếp cận như thế, hàm ý cả những khả năng tuyệt vời vốn có nữa; chứ không chỉ là kho chứa thông tin khổng lồ đang chờ được truy xuất. Cơ sở dữ liệu này có những đường truyền nối với tất cả những trải nghiệm của con người từ thuở khai thiên lập địa đến nay, cũng có nghĩa là nó có khả năng “biết” gần như bất cứ thứ gì khi có người “hỏi”.

Đây là nguồn gốc của tất cả thông tin thu được theo lối cận lý trí (suprational), siêu lý trí (suprational), bằng trực giác hoặc linh cảm, bằng bói toán hoặc giấc mơ, hoặc suy đoán

---

<sup>1</sup> Xem Jung, 1979.



“gặp may” nào đó. Đó là cội nguồn của thiên tài, là cội nguồn cảm hứng và nguồn cung cấp kiến thức “huyền bí”, trong đó có cả “những lời tiên tri”. Tất nhiên, nó cũng là kho thông tin để cơ thể động học khai thác. Những nhà tư tưởng cảm thấy bối rối trước khái niệm về kiến thức “huyền bí” hoặc phi lý trí thường chùn bước trước những điểm thiếu nhất quán có tính logic – hoặc phi logic – với các khái niệm của Newton về tính đồng thời, tính nhân quả, hoặc thời gian và không gian.

Trên thực tế, cơ sở dữ liệu này là vũ trụ lớn hơn thế. Cũng những nhà tư tưởng đó sẽ ngắm nhìn bầu trời đêm và vui sướng khi nhìn thấy chòm sao mà mình yêu thích. Nhưng, trên thực tế, không có chòm sao nào như thế hết. Mô hình các “chòm sao” mà chúng ta đã quen được tạo thành từ các điểm sáng xuất phát từ các nguồn chẳng liên quan gì với nhau – có nguồn cách xa chúng ta hàng triệu năm ánh sáng; một số thậm chí còn nằm ở các thiên hà khác; có nguồn chính là các thiên hà; và nhiều nguồn đã tắt cách đây hàng thiên niên kỷ, tức là không còn “tồn tại” nữa. Các nguồn sáng đó không có mối liên hệ nào với nhau về không gian hoặc thời gian. Không chỉ là hình cái muỗng lớn hoặc hình con gấu hay hình người, mà chính mô hình hay bản thân “chòm sao” đó đều là do con mắt của người quan sát phóng chiếu lên bầu trời mà thôi. Tuy nhiên, cung hoàng đạo vẫn là “thật”, vì chúng ta có ý niệm về nó, theo nghĩa đầu tiên của từ này. Thuật chiêm tinh vẫn “tồn tại” và đối với nhiều người, nó là công cụ thực dụng và có ích trong việc lý giải con người mình và những mối quan hệ của mình. Tại sao không? Cơ sở dữ liệu của ý thức là nguồn tài nguyên bất tận.



Cơ sở dữ liệu này hoạt động tương tự như một cái tụ điện với một trường tiềm năng, chứ không như một cục pin. Không thể đặt câu hỏi trừ khi đã xuất hiện tiềm năng cho câu trả lời. Đó là do cả câu hỏi và câu trả lời đều được tạo ra từ cùng một hệ hình và do đó, chúng hoàn toàn hòa hợp với nhau. Không có “lên” nếu trước đó không có “xuống”. Nhân – quả xảy ra đồng thời chứ không phải theo thứ tự; đồng nhịp (synchronicity) là thuật ngữ được Carl Jung sử dụng để giải thích hiện tượng này trong trải nghiệm của con người<sup>1</sup>. Từ những hiểu biết dựa trên quá trình khảo sát vật lý học cao cấp của chúng tôi, một sự kiện diễn ra “ở nơi này” không “gây ra” một sự kiện “ở nơi khác” trong vũ trụ. Thay vào đó, cả hai sự kiện xuất hiện đồng thời, và sự tuần tự là kết quả của chính quá trình quan sát.

Nếu đó không phải là tuần tự tuyến tính nhân – quả theo quan điểm của Newton thì những sự kiện này kết nối với nhau như thế nào? Hiển nhiên là hai sự kiện đó có liên quan hoặc kết nối với nhau theo một số cách thức vô hình nào đó, nhưng không phải do trọng lực hay từ tính, cũng không phải nhờ gió vũ trụ hoặc chất ête; mà chúng được bao bọc bởi một Trường điểm hút rộng đến mức bao gồm được cả hai sự kiện. Chúng ta có thể biết nó là như vậy, vì nếu không, các sự kiện sẽ hoàn toàn không thể được quan sát như các sự kiện, chưa nói đến việc chúng diễn ra đồng thời hoặc liên quan với nhau về thời gian hay được cho là có quan hệ nhân quả.

---

<sup>1</sup> Đã dẫn. Hàm ý của đồng bộ là hai sự kiện không được liên kết, trong thực tế, theo lối nhân quả, nhưng được người quan sát nhận thức như vậy vì chúng có ý nghĩa. Khi ý thức của một người tiến lên trên 550, mọi thứ bắt đầu xảy ra một cách đồng bộ và các sự kiện của cuộc sống diễn ra trong trật tự hoàn hảo và hài hòa với thời gian chính xác. Xem thêm Insinna, 1994.



Sự “kết nối” giữa hai sự kiện chỉ xảy ra trong ý thức của người quan sát – người đó “nhìn thấy” một kết nối và mô tả một “cặp” sự kiện, rồi đưa ra giả thuyết về mối quan hệ. Mối quan hệ này là khái niệm chỉ tồn tại trong tâm trí của người quan sát; không nhất thiết phải có bất kỳ sự kiện bên ngoài mang tính hệ quả tất yếu nào trong vũ trụ của chúng ta. Nếu không có mô thức điểm hút làm cơ sở, thì cũng chẳng trải nghiệm được gì hết. Do đó, toàn bộ vũ trụ hiển lộ này là sự biểu hiện của nó và trải nghiệm của chính bản thân nó, diễn ra đồng thời cùng một lúc.

Thượng đế toàn năng và hiện diện khắp nơi. Không có khoảng cách giữa cái chưa biết và cái đã biết. Chỉ cần đặt câu hỏi thì từ cái chưa biết sẽ xuất hiện cái đã biết. Tòa nhà Empire State ra đời trong tâm trí của người kiến trúc sư nghĩ ra nó. Ý thức con người là nhân tố làm cho một khái niệm không nhìn thấy được chuyển hóa thành trải nghiệm hữu hình, ví dụ, “tòa nhà kia”, và do đó, ngưng đọng lại cùng với thời gian. Sự kiện thực sự “xảy ra” tại giao lộ của Phố 34 Tây và Đại lộ số 5 ở thành phố New York vào năm 1931 vẫn còn đó để cho mọi người chiêm ngưỡng. Cái “đã xảy ra” trong ý thức của những người sáng tạo ra nó cũng được ghi lại trong cơ sở dữ liệu để tất cả chúng ta cùng chiêm ngưỡng. Cả hai đều tồn tại một cách trọn vẹn, nhưng trong các lĩnh vực cảm giác khác nhau. Bằng cách chuyển khái niệm thành bê tông và thép, kiến trúc sư đơn giản là tạo điều kiện cho tất cả chúng ta trải nghiệm tầm nhìn bên trong của chính ông.

Chúng ta, những người được cho là “bình thường” lúc nào cũng để hết tâm trí vào chức năng cải biến các khái niệm từ

tầng vô hình, ABC, sang tầng nhận thức bằng giác quan  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Còn những con người phi thường sống chủ yếu trong thế giới của ABC. (Những người sống vượt lên trên thế giới đó, trong địa hạt hoàn toàn vô hình của ý thức thuần khiết, thì được gọi là các nhà huyền môn). Đối với những người như thế, nguồn gốc của vạn vật đều rõ ràng; họ không quan tâm đến quá trình biến mọi thứ thành hữu hình và hiển lộ. Trong cuộc sống đời thường, đây là những người có khả năng sáng tạo; họ lập ra hàng loạt doanh nghiệp mới, rồi sau đó trao quyền điều hành và quản lý cho những người khác. Những người tiến xa hơn – các nhà huyền môn – thì nói rằng chỉ có tầng nhận thức ABC bên trong họ là “thực”, còn thế giới quan sát được chỉ là ảo ảnh hoặc chiêm bao. Tuy nhiên, cần chỉ ra rằng quan điểm này cũng là quan điểm hạn chế như bao quan điểm hạn chế khác. Cả cái thực lẫn cái không thực đều không tồn tại, chỉ tồn tại cái *đang là*. Cái đang là ấy, từ tất cả các góc nhìn hay chẳng từ góc nhìn nào, cũng vẫn là như thế.

Tồn tại mà không có hình tướng là thứ không thể tưởng tượng được, nhưng, nó đồng thời lại là thực tại tối hậu. Nó ôm ấp cả cả âm lẫn dương, ôm ấp cả cái chưa hiển lộ lẫn cái đã hiển lộ, cả cái có hình tướng lẫn cái vô hình tướng, cả cái nhìn thấy được lẫn cái không nhìn thấy được, cả cái nằm trong thời gian lẫn cái nằm ngoài thời gian. Do đó, thế giới dường như là thực đồng thời cũng là thế giới *Thực*, vì cái Toàn năng phải ôm trọn bên trong nó tất cả những cái đang là. Do đó, Sáng tạo diễn ra liên tục, nếu không, có thể sẽ chẳng có sáng tạo nào hết. Tìm kiếm “cuộc khởi đầu” của sáng tạo là cuộc tìm kiếm bắt nguồn từ khái niệm nhân tạo về thời gian. Không thể định vị trong thời gian “khởi đầu”



của một cái gì đó nằm ngoài thời gian. “Vụ nổ lớn” chỉ có thể xảy ra trong tâm trí của người quan sát mà thôi.

Vũ trụ này có tinh thần hợp tác rất cao. Vì vũ trụ không khác với bản thân ý thức, nên nó cảm thấy hạnh phúc khi tạo ra bất cứ thứ gì chúng ta muốn tìm ở “ngoài kia”. Vấn đề nằm ở bản thân khái niệm về nguyên nhân, nó gợi ý cho người ta đặt câu hỏi bằng cách giả định rằng thời gian trôi như một sợi dây, rằng các sự kiện diễn ra tuần tự hoặc có một chuỗi các sự kiện mà họ cho là hợp lý. Bước ra ngoài thời gian thì sẽ chẳng còn nguyên nhân nào. Có thể nói rằng thế giới hiển lộ bắt nguồn từ thế giới không hiển lộ, nhưng, một lần nữa, nói như thế lại gợi ý một chuỗi nhân quả nối đuôi nhau theo thời gian – nghĩa là, cái không hiển lộ trở thành cái hiển lộ. Vượt ra ngoài dòng chảy của thời gian, khi nhận thức của ta đã vượt ra ngoài những hạn chế của khái niệm cho rằng mọi thứ diễn ra một cách tuần tự thì không còn trước và sau nữa. Lúc đó, có thể nói rằng đó là quan hệ tương hỗ, vũ trụ hiển lộ là nguyên nhân tạo ra vũ trụ không hiển lộ; và ở tầng nhận thức nhất định, có thể chứng minh quan niệm như thế là đúng. Ví dụ, nếu chúng ta nhìn vào các electron xếp trên một mặt của màng điện môi và số proton đứng bằng như thế ở mặt kia bên, làm sao có thể nói bên nào là nguyên nhân làm cho bên kia xếp thành hàng? Tương tự như thế, mặc dù chữa lành là một hệ quả của lòng từ bi, nhưng từ bi không phải là “nguyên nhân” của chữa lành. Trong trường năng lượng từ 600 trở lên, hầu như mọi thứ đều có xu hướng chữa lành.

Chắc chắn là cội nguồn của mọi sự sống và mọi hình tướng vĩ đại hơn những biểu hiện của nó; tuy nhiên, nó không khác và cũng không tách biệt, dù chỉ một ly, khỏi sự



sống và những hình tượng. Không còn khái niệm về sự tách biệt giữa người sáng tạo và cái được sáng tạo. Như Kinh Thánh nói, cái gì đang là, thì đã là, và sẽ luôn luôn là.

Do đó, thời gian là địa điểm của tri giác về một toàn ảnh đã ở trong trạng thái hoàn chỉnh; đó là ấn tượng mang tính chủ quan và cảm tính của một quan điểm đang di chuyển liên tục. Một toàn ảnh không có bắt đầu hoặc kết thúc. Nó đã hiện diện một cách hoàn chỉnh, khắp mọi nơi. Trên thực tế, sự xuất hiện của “chưa hoàn thành” cũng là một phần của sự hoàn chỉnh của toàn ảnh ấy. Ngay cả bản thân hiện tượng “mở ra” cũng cho thấy một góc nhìn hạn hẹp. Trên thực tế, không có vũ trụ cuộn lại đối đầu với vũ trụ mở ra; kỳ thực, chỉ có nhận thức đang hình thành. Nhận thức của chúng ta về các sự kiện đang diễn ra theo thời gian cũng tương tự như du khách đang ngắm nhìn phong cảnh mở ra trước mắt anh ta. Nhưng, nói rằng phong cảnh mở ra trước mắt du khách chỉ là câu tu từ mà thôi. Không có thứ gì đang thực sự mở ra; không có thứ gì đang thực sự trở thành hiển lộ. Chỉ có quá trình tiến triển của nhận thức.

Những nghịch lý này sẽ tan hòa vào hệ hình lớn hơn, đủ sức gom trọn cả hai mặt đối lập, trong đó, các mặt đối lập chỉ là vị trí thực tế của người quan sát. Ở tầng ý thức 600 trở lên, quá trình siêu việt khỏi các mặt đối lập sẽ diễn ra một cách tự phát. Tự thân khái niệm “người biết” đối chọi với “cái được biết” đã có tính chất nhị nguyên rồi, vì nó ám chỉ sự tách biệt giữa chủ thể và khách thể (một lần nữa, chủ thể và khách thể chỉ có thể được suy ra bằng cách chấp nhận một cách giả tạo một điểm quan sát tùy tiện). Đáng Sáng tạo tạo ra muôn vật – trên trời và dưới đất, hữu hình và vô hình – đứng ngoài cả hai, ôm trọn cả hai và là một với



cả hai. Do đó, tồn tại chỉ đơn giản là tuyên bố nói rằng nhận thức là biết về quá trình nhận thức của nó và biết rằng sự biểu hiện của nó là ý thức.

Bản thể luận không cần phải là môn tư biện. Suy tới cùng, đó chỉ là thần học về sự tồn tại; bất cứ người nào nhận thức được rằng mình đang hiện hữu đều có quyền tiếp cận với những kiến giải cao nhất của nó và có thể đi xa hơn nữa. Chỉ có một chân lý tuyệt đối; tất cả những thứ còn lại đều là sự thật nửa vời, sinh ra từ các tạo tác của nhận thức có giới hạn và địa vị của người quan sát. “Tồn tại hay không tồn tại” (To be or not to be) không phải là lựa chọn; một người có thể quyết định là cái này hay là cái kia, nhưng hành động tồn tại (to be) là sự kiện thật duy nhất đang là.

Tất cả những điều trình bày bên trên đã được các nhà hiền triết, những người với nhận thức vượt xa khỏi tính nhị nguyên, thể hiện ở nhiều thời điểm khác nhau trong lịch sử trí tuệ của nhân loại. Nhưng ngay cả như thế, khi tuyên bố rằng nhận thức về tính phi nhị nguyên của tồn tại là ưu việt hơn so với việc coi nó là nhị nguyên thì một lần nữa, lại rơi vào ảo tưởng. Cuối cùng, không có nhị nguyên hay phi nhị nguyên; mà chỉ có nhận thức. Chỉ có bản thân nhận thức mới có thể tuyên bố rằng nó vượt ra ngoài tất cả các khái niệm như “là” hoặc “không là”. Chắc chắn là như thế, vì chỉ có bản thân ý thức mới có thể nhận biết được cái “đang là”.

Bản thân nhận thức còn cao hơn cả ý thức. Do đó, nó có thể nói rằng Cái tuyệt đối là không thể tư nghì chính bởi nó vượt xa kẻ biết, vì nó nằm ngoài tầm với của bản thân ý thức. Những người đã vươn tới trạng thái nhận thức như thế nói rằng không thể nào mô tả được và đối với những





người chưa từng trải nghiệm bối cảnh đó thì mô tả cũng chẳng có ý nghĩa gì. Tuy nhiên, đây là trạng thái đích thực của Thực tại, trạng thái phổ quát và vĩnh cửu; đơn giản là chúng ta không nhận ra mà thôi. Công nhận điều đó là cốt lõi của chứng ngộ và quyết định tối hậu của quá trình tiến hóa của ý thức nhằm đạt đến trạng thái tự siêu việt<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958; Maharaj, 1973; Hoàng Bá, 1958; và Balsekar, 1987-1991.



## CHƯƠNG 20

### **Quá trình tiến hóa của ý thức**

**H**àng nghìn phép tính và vô số lần hiệu chỉnh dựa trên kiểm tra cơ thể động học những người khác nhau và từ phân tích những sự kiện trong lịch sử cho chúng ta biết rằng, tính trung bình trong một kiếp sống, tầng ý thức của tất cả người dân trên thế giới chỉ tăng hơn 5 điểm một chút. Rõ ràng là, từ hàng triệu trải nghiệm không được nói ra mà mỗi người đã trải qua trong suốt cuộc đời, người ta cũng chỉ học được một vài bài học mà thôi. Đạt tới trí huệ chắc chắn là những bước đi chậm chạp và đầy đau đớn, ít người sẵn sàng từ bỏ những quan điểm mà họ đã quen, ngay cả khi đó là những quan điểm không chính xác; sức đề kháng trước thay đổi hay phát triển quả thật là lớn. Dường như hầu hết mọi người đều sẵn sàng chết chứ không muốn thay đổi những hệ thống niềm tin đang giam cầm họ ở tầng ý thức thấp hơn.

Nếu đúng như thế thì thân phận của con người rồi sẽ ra sao? Chẳng lẽ chỉ có thể kỳ vọng mỗi thế hệ chỉ tiến được 5 điểm hay sao? Câu hỏi nhức nhối này xứng đáng để chúng ta suy ngẫm.

Trước hết, có thể nhận xét rằng, trong phân bố tầng nhận thức của người dân trên toàn thế giới: tuyệt đại đa số



đều nằm ở tầng dưới cùng của thang tiến hóa, và vẫn phải dựa vào lực lượng bên ngoài để bù đắp cho sức mạnh bên trong mà họ không có. Các nền văn hóa càng tiên tiến thì càng có nhiều dao động hơn. Người Nhật tận dụng được những bài học của Chiến tranh thế giới lần thứ hai và cùng nhau thực hiện được bước nhảy khá xa trong quá trình tiến hóa của họ. Mặt khác, Chiến tranh Việt Nam làm cho tầng ý thức của người Mỹ đi xuống; chúng ta vẫn chưa biết mình thực sự đã học được điều gì.

Đáng tiếc là, ngành giải trí của chúng ta, nói chung, đều dựa vào những trò giải trí giết gân và vì thế mà hướng về phía bạo lực. Giết người là món ăn tinh thần mà các gia đình thưởng thức trên màn ảnh tivi hằng đêm; con cái của chúng ta trưởng thành trong bầu không khí tinh thần như thế. Người Mỹ đã học được cách thưởng thức những thứ khủng khiếp – và càng kỳ quái thì càng được ưa chuộng. Độc ác và hỗn loạn đang trở thành hiện trạng. Ở thành phố Phoenix, người ta đã không thông qua sáng kiến đòi hỏi rằng, trẻ em phải được cha mẹ cho phép thì mới được mang súng, nhưng hãng ABC News ngày 1 tháng 1 năm 1993 đã tường thuật vụ giết người bằng súng ngắn, nạn nhân là đứa bé hai tuổi rưỡi, còn thủ phạm là đứa trẻ ba tuổi. Dường như xã hội đang thể chế hóa một số tầng ý thức tự lan truyền, những tầng đó sẽ trở thành đặc điểm thâm căn cố đế của các tầng lớp xã hội khác nhau.

Tuy nhiên, chúng ta vẫn có quyền tự do lựa chọn và do đó, tiềm năng cho sự chuyển dịch và đa dạng của trải nghiệm của mỗi người vẫn còn khá lớn, cung cấp cho người ta nhiều lựa chọn khác nhau. Những công trình nghiên cứu



của chúng tôi về vật lý lý thuyết cao cấp, động lực học phi tuyến và bản chất của các phương trình phi tuyến cho thấy, rõ ràng là, ít nhất, về mặt lý thuyết, lựa chọn không chỉ là có thể mà còn là tất yếu. Từ cái có quy tắc xuất hiện cái bất quy tắc; có thể nói, tất cả các mô thức điểm hút đều kết nối với nhau, dù chỉ bằng một “sợi dây” đơn lẻ. Nhưng chính xác thì những lựa chọn mang tính chuyển hóa diễn ra như thế nào? Cái gì là nguyên nhân? Ai tạo ra chúng và vì sao? Đây là chủ đề quan trọng liên quan đến một vài nguyên tắc đã được xác định.

Trưởng thành và phát triển không theo quy tắc nào và phi tuyến tính. Thực tế là, chúng ta không biết gì về bản chất cốt lõi của tăng trưởng, hoặc bản chất của bất kỳ “quá trình” nào trong tự nhiên. Từ xưa tới nay, chưa có người nào từng nghiên cứu bản chất của cuộc sống, người ta mới chỉ nghiên cứu những hình ảnh và hậu quả của nó. Đơn giản là chưa có môn toán học nào lĩnh hội được nó; phương trình vi phân tuyến tính đưa chúng ta đến những cái gần đúng, nhưng chưa tới cốt lõi. Một hạt giống đang nảy mầm là đang thi triển những điều kỳ diệu không thể tin được, thông qua phép màu bên trong nó mà chúng ta không thể nào cắt nghĩa nổi.

Như thường thấy, quá trình trưởng thành của cả cá nhân lẫn tập thể đều có thể diễn ra một cách từ từ hoặc đột ngột. Nó không bị giới hạn bởi những ràng buộc mà bị giới hạn bởi những khuynh hướng. Mỗi người lúc nào cũng có vô vàn lựa chọn, vì người nào cũng muốn bối cảnh làm cho họ trở thành người hấp dẫn. Thường thì, phạm vi lựa chọn của một người bị giới hạn bởi tầm nhìn của người đó.



Bối cảnh, giá trị và ý nghĩa chỉ là những thuật ngữ khác nhau để chỉ mạng lưới vi tế của các mô thức năng lượng trong trường năng lượng điểm hút làm nhiệm vụ tổ chức tổng thể – bản thân trường này cũng chỉ là một phần của trường năng lượng còn lớn hơn nữa, và cứ như thế, trong một thể liên tục vô hạn lan khắp vũ trụ, và cuối cùng, bao gồm toàn bộ trường của chính ý thức. Đường như tổ hợp mô thức năng lượng như thế là quá lớn, vượt ra khỏi khả năng nhận thức của con người, nhưng những người có tầng ý thức từ 600 đến 700 vẫn có thể lĩnh hội được tính toàn vẹn của nó. Điều này giúp chúng ta hình dung khả năng nhận thức to lớn của những người nằm ở tầng ý thức rất cao.

Yếu tố quan trọng nhất giúp ý thức tiến lên là thái độ sẵn sàng. Thái độ đó giúp mở mang tâm trí bằng cách đánh giá theo phương thức mới giá trị có thể có của các giả thuyết mới. Mặc dù động lực tạo ra thay đổi cũng nhiều chẳng khác gì những khía cạnh khác nhau của thân phận con người, nhưng chúng thường xuất hiện một cách tự phát khi tâm trí bị thách thức trước nghịch lý hoặc vấn đề nan giải. Vì vậy, trong một số trường phái tu luyện, ví dụ như Thiên tông, người ta cố tình tạo ra một sự bế tắc nhằm đẩy đến một bước nhảy vọt về nhận thức.

Trên thang nhận thức của chúng ta, có hai điểm mang tính bản lề, tạo điều kiện cho những bước tiến to lớn. Đầu tiên là ở tầng 200, khởi đầu của sức mạnh bên trong. Ở tầng này, người ta sẽ ngừng trách cứ người khác và nhận trách nhiệm trước những hành động, cảm xúc và niềm tin của mình. Khi một người còn phóng chiếu nguyên nhân và trách nhiệm ra bên ngoài thì người đó vẫn tiếp tục ở trong



tâm thế bất lực của nạn nhân. Thứ hai là tầng 500. Người ta vươn lên tới tầng này khi coi yêu thương và tha thứ mà không phán xét như một lối sống, thể hiện lòng từ bi vô điều kiện đối với tất cả mọi người, mọi thứ và mọi sự kiện mà không có ngoại lệ nào. (Trong các nhóm phục hồi 12 bước, người ta nói rằng không có cái gọi là oán hận chính đáng. Ngay cả khi ai đó “đối xử tệ với bạn”, bạn vẫn có thể tự do lựa chọn cách phản ứng và buông bỏ oán hận). Khi một người cam kết như thế, nhận thức của họ bắt đầu tiến hóa và họ bắt đầu trải nghiệm một thế giới khác hẳn, ôn hòa hơn.

Lúc đầu, thật là khó mà hiểu được rằng thái độ có thể thay đổi thế giới mà người ta đang trải nghiệm và có thể trải nghiệm nó theo vô số cách. Nhưng, như khi xem bức ảnh toàn ảnh, những thứ bạn nhìn thấy phụ thuộc hoàn toàn vào quan điểm của bạn. Đây là quan điểm mà người ta vẫn gọi là “thực tại”?

Trên thực tế, *đây là một vũ trụ toàn ảnh*. Mỗi cách nhìn đều thể hiện quan điểm được xác định bởi tầng ý thức độc nhất vô nhị của người quan sát. Nếu bạn đứng ở phía bên này của toàn ảnh, nhận thức của bạn sẽ khó trùng với nhận thức của người quan sát ở mặt kia. “Hắn bị điên rồi!” là một phản ứng thường thấy khi có sự khác biệt lớn như thế. Và thế giới là tập hợp các toàn ảnh trong vô số chiều kích, chứ không phải là tập hợp những cái gương soi – đứng yên một chỗ trong thời gian và không gian và chỉ cung cấp một phản chiếu duy nhất, như người ta thường nói. Trải nghiệm bằng thính giác cũng là một phần của chuỗi toàn ảnh của Trường điểm hút của tất cả các âm thanh đã từng tồn tại



từ trước đến nay. Thế giới vật lý cũng là thế giới có thể cảm nhận bằng xúc giác. Nó có kết cấu, màu sắc, kích thước và các quan hệ trong không gian như vị trí và hình dạng. Từng phẩm chất này, một lần nữa, là một phần của trình tự nằm bên dưới, cùng với tất cả các phẩm chất khác, quay ngược về “điểm tận cùng của thời gian” để trở về nguồn gốc ban đầu của sự tồn tại của nó, chính là *hiện tại*.

Có thể nói, toàn ảnh, trong chính nó và tự nó, là một quá trình. Không có gì cố định trong toàn ảnh ba chiều. Thế toàn ảnh bốn chiều thì sao? Nó sẽ ôm trọn đồng thời tất cả các trường hợp có thể có của chính nó. Đường như muốn thay đổi thì phải dịch chuyển qua thời gian, nhưng nếu siêu việt lên bản thân thời gian thì sẽ không còn cái gọi là tuần tự nữa. Nếu tất cả đều là bây giờ thì sẽ không còn cái gì dịch chuyển từ chỗ này đến chỗ kia nữa. Tự bản thân mỗi toàn ảnh đều là phóng chiếu mang tính tiến hóa từ một ma trận phi tuyến tính bất tận của các sự kiện không có quan hệ nhân quả, mà diễn ra đồng thời. Ở tầng nhận thức từ 600 đến 700, cái đã là, cái đang là và cái sẽ là được lĩnh hội một cách âm thầm trong khả năng mang tính toàn ảnh, hoàn chính và đồng thời<sup>1</sup>. Thuật ngữ “không thể diễn tả” bắt đầu có ý nghĩa.



Muốn hiểu rõ hơn, xin xem xét ví dụ sau đây. Hãy tưởng tượng một người “hành khất” đang đứng ở một góc phố:

<sup>1</sup> Xem Eadie, 1992.





Trong một khu phố sang trọng dành cho giới thượng lưu, ở một thành phố lớn, có một ông già quần áo tả tơi đang đứng một mình, lưng dựa vào phiến đá lát tường bóng loáng. Bây giờ, xin quan sát ông lão từ những tầng ý thức khác nhau và lưu ý tới những khác biệt trong diện mạo của ông.

Từ tầng cuối cùng, tầng 20 (Nhục nhã), ông lão ăn mày trông thật bẩn thỉu, kinh tởm và đáng xấu hổ. Từ tầng 30 (Dần vật), ông ta bị chỉ trích vì để cho mình rơi vào tình trạng như thế. Ông ta đáng bị như thế; có lẽ ông ta là một kẻ lười nhác, gian dối hòng hưởng phúc lợi xã hội. Ở tầng 50 (Tuyệt vọng), hoàn cảnh khốn cùng của ông ta có thể toát lên vẻ tuyệt vọng, là bằng chứng chứng tỏ rằng xã hội hoàn toàn bất lực trước vấn đề người vô gia cư. Ở tầng 75 (Đau khổ), ông lão trông thật thảm hại, không bạn bè, hoàn toàn cô độc và trợ trợ.

Ở tầng ý thức 100 (Sợ hãi), chúng ta có thể coi người hành khất này như một mối đe dọa, một kẻ gây phiền toái cho xã hội. Có lẽ nên gọi cảnh sát trước khi ông ta phạm tội. Ở tầng 125 (Khát khao), ông ta có thể là biểu tượng cho một vấn đề nhức nhối – vì sao không có người đứng ra giải quyết? Ở tầng 150 (Giận dữ), ông lão có thể trông giống như một kẻ thích gây hấn; hoặc, người ta có thể tức giận khi thấy tình trạng như thế vẫn tồn tại trong xã hội. Ở tầng 175 (Kiêu hãnh), ông ta có thể bị coi như một nỗi xấu hổ hoặc một kẻ thiếu lòng tự trọng, không biết tự cải thiện bản thân mình. Ở tầng 200 (Can đảm), chúng ta có thể tự hỏi liệu ở gần đây có nhà cho người vô gia cư hay không; việc làm và chỗ ở là những thứ ông ta cần ngay lúc này.



Ở tầng 250 (Trung dung), ông lão trông khá ổn, thậm chí có thể là thú vị nữa. Ta có thể tự nhủ: “Dĩ hòa vi quý thôi”; nói cho cùng, ông ấy chẳng làm hại ai. Ở tầng 310 (Sẵn sàng), chúng ta có thể quyết định lại gần ông lão và xem có thể để giúp đỡ ông ta, hoặc tham gia công tác với tổ chức thiện nguyện ở địa phương trong một thời gian nào đó. Ở tầng 350 (Chấp nhận), ông lão khơi dậy trí tò mò. Có lẽ ông ta có một câu chuyện thú vị, rất đáng quan tâm; ông ấy đang ở đó vì những lý do mà chúng ta có thể không bao giờ hiểu được. Ở tầng 400 (Lý trí), ông ta là biểu hiện của tình trạng bất ổn kinh tế và xã hội đang diễn ra trong thời điểm hiện nay, hoặc có lẽ là một chủ đề tốt cho công trình nghiên cứu tâm lý chuyên sâu, xứng đáng được chính phủ tài trợ.

Ở các tầng cao hơn, ta thấy ông già không chỉ toát lên vẻ thú vị, mà còn thân thiện và thậm chí là đáng yêu. Có lẽ sau đó chúng ta sẽ có thể thấy rằng ông ta, trên thực tế, là một người đã siêu việt lên các giới hạn của xã hội và để sống đời tự do tự tại, một ông lão vui vẻ mang vẻ thông thái của tuổi tác và sự thanh thản của một người hoàn toàn bàng quan trước vật chất. Ở tầng 600 (An bình), ông là hình ảnh phản chiếu nội tâm của ta theo sự biểu lộ tức thời của nó.

Khi có người tới gần, phản ứng của ông già với những người ở các tầng ý thức khác nhau cũng sẽ khác nhau. Với một số người, ông ta sẽ cảm thấy an toàn, nhưng với những người khác, ông cảm thấy sợ hãi hoặc chán nản. Một số người sẽ làm ông ta tức giận, còn một số người khác thì làm cho ông ta thích thú. Do đó, ông ta sẽ tránh một số người, và vui vẻ chào đón một số người khác. (Vì thế mới nói, thực ra,



cái chúng ta gặp chính là cái gương đang phản chiếu hình bóng của chính mình)<sup>1</sup>.

Tầng ý thức của chúng ta quyết định những thứ chúng ta nhìn thấy diễn ra theo cách như thế. Cũng đúng như thế nếu nói rằng khi ta áp dụng hệ thống ý niệm này vào thực tại trước mắt, thì tầng ý thức tại thời điểm quan sát sẽ là căn cứ để dự báo phản ứng của ta trước thực tại đó. Các sự kiện bên ngoài có thể tạo ra các điều kiện, nhưng chúng không quyết định tầng ý thức của phản ứng của con người. Để minh họa, xin lấy ví dụ phạm tục hơn trong hệ thống hình phạt hiện nay của chúng ta.

Dù được đưa vào cùng một môi trường cực kỳ căng thẳng, các tù nhân khác nhau – tùy thuộc vào tầng ý thức của họ – sẽ phản ứng cực kỳ khác nhau. Những tù nhân có ý thức ở tầng thấp nhất đôi khi tìm cách tự tử. Một số người khác thì bị rối loạn tâm thần, còn một số mắc chứng hoang tưởng. Trong cùng một hoàn cảnh, nhưng có người trở thành chán nản, câm lặng và bỏ ăn. Có những người lấy tay ôm đầu,

---

<sup>1</sup> Một sự trùng hợp thú vị là, sau khi viết xong chương này, “một người đàn ông 75 tuổi với bộ râu bầm đầy tàn thuốc lá... [ông ta]... sẽ không nói rằng mình là người vô gia cư, mà chỉ tạm thời không có nhà trong khi đứng đợi một người bạn”. Ông ta dựng tạm một cái lều trên bãi đất công gần ngay đường cao tốc trong khu vực nhà của tác giả bài viết này. Trong một tháng sống ở đó, Cyrus (ông ta tự nhận như vậy) là trung tâm của một cuộc tranh cãi nho nhỏ. Một số người nói rằng ông ta chướng mắt và la hét đòi đuổi đi, cảnh sát trưởng nghi ngờ và đe dọa bắt. Một số người coi ông là hiện tượng mới lạ và vô hại hoặc hoan nghênh chủ nghĩa cá nhân của ông ta; ít nhất có một người “đã đề nghị cho ông ta chỗ ở”. Ông già từ chối yêu cầu sự giúp đỡ từ các tổ chức dịch vụ xã hội. Ông ta nói: “Tôi không cần và không muốn bất kỳ thứ gì”, nhưng ông chấp nhận sự giúp đỡ của các cá nhân. Ông nói rằng muốn mọi người mang thức ăn cho mình, đặc biệt là bánh mì (Red Rock News, Sedona, Arizona, 27 tháng 11 năm 1993). Cyrus biến mất một cách bí ẩn đúng vào hôm cảnh sát trưởng bảo đấy là hạn chót để ông ta ra đi.



cổ giấu những giọt nước mắt tủi hổ. Người ta thường cảm thấy sợ hãi, trong đó có cả thái độ phòng thủ đầy hoang tưởng. Trong cùng một phòng giam ấy, chúng ta thấy những tù nhân có mức năng lượng cao hơn tỏ ra tức giận, bạo lực, dễ gây gỗ và giết người. Thái độ kiêu ngạo được thể hiện ở khắp mọi nơi, dưới dạng một tay bặm trợn dương dương tự đắc và chiến đấu để ngai lên vị trí thống trị.

Ngược lại, một số tù nhân tìm được dũng khí để đối mặt với nguyên nhân vì sao họ lâm vào cảnh tù đầy, và bắt đầu suy ngẫm về đời sống nội tâm của mình một cách trung thực. Và bao giờ cũng có những người có khả năng vượt qua nghịch cảnh và ngồi đọc sách báo. Các tù nhân có ý thức ở tầng Chấp nhận tìm kiếm người giúp đỡ và tham gia các nhóm hỗ trợ. Thỉnh thoảng cũng có tù nhân tìm kiếm niềm vui trong học tập, bắt đầu học trong thư viện nhà tù hoặc trở thành cố vấn pháp lý cho các bạn tù (một vài cuốn sách chính trị có ảnh hưởng nhất trong lịch sử được chấp bút sau song sắt nhà tù). Một số ít tù nhân chuyển hóa được ý thức và họ chăm sóc các bạn tù với tấm lòng nhân ái và hào hiệp. Đã từng có tù nhân nhất quán với các trường năng lượng cao hơn và dẫn sâu vào con đường tâm linh, thậm chí chủ động hướng tới chứng ngộ.

Cách chúng ta phản ứng phụ thuộc vào thế giới mà chúng ta dường như đang phản ứng lại. Chúng ta trở thành người như thế nào, cũng như chúng ta nhìn thấy điều gì, đều là do nhận thức quyết định. Có thể nói, nhận thức tạo ra thế giới tri giác, trải nghiệm. Có một điều thú vị đáng lưu ý là người ở tầng nhận thức càng thấp thì càng khó duy trì giao tiếp bằng mắt. Những người ở tầng thấp nhất còn hoàn toàn



tránh tiếp xúc bằng mắt. Ngược lại, người ở tầng ý thức càng cao thì khả năng duy trì giao tiếp bằng mắt càng kéo dài, và cuối cùng, là một cái nhìn gần như vô tận, sâu thẳm trở thành đặc điểm của họ. Tất cả chúng ta đều biết những ánh mắt dè dặt ân hận, ánh mắt trừng trừng thù địch, và ngược lại, là những đôi mắt ngây thơ, mở to, không chớp. *Nội lực và nhận thức luôn luôn song hành với nhau.*

Vậy, nhận thức hoạt động như thế nào? Cơ chế như thế nào? Quan sát của mọi người đều xác nhận rằng nhận thức là độc nhất vô nhị, mang tính chủ quan. Xin lấy ví dụ một phiên tòa giả trong trường luật, trong đó, các nhân chứng khác nhau đưa ra các báo cáo hoàn toàn khác nhau về cùng một sự kiện. Cơ chế của nhận thức giống như cách vận hành của rạp chiếu phim, trong đó máy chiếu chính là ý thức. Các hình trên nhũ tương phim là các mô thức năng lượng điểm hút, còn những hình ảnh chuyển động trên màn ảnh là thế giới mà chúng ta nhận thức và gọi là “thực tại”. Có thể nói rằng các hình dạng trên cuộn phim là các trường điểm hút ABC trong tâm trí, còn các hình ảnh chuyển động trên màn ảnh là  $A \rightarrow B \rightarrow C$  mà chúng ta quan sát như là thế giới hiện tượng.

Giản đồ này cung cấp cho chúng ta mô hình nhằm làm rõ hơn bản chất của quan hệ nhân quả, xảy ra ở tầng của cuộn phim chứ không phải ở tầng của màn ảnh, vì thế giới thường xuyên dành nỗ lực của mình cho màn hình cuộc sống ở tầng  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Đây là những nỗ lực thiếu hiệu quả và tốn kém. Nhân quả bắt nguồn từ các mô thức điểm hút của các tầng năng lượng, các ABC của các hình dạng in sâu vào cuộn phim tâm trí, sau đó, cuộn phim này mới được chiếu rọi bởi ánh sáng của ý thức.



Bản chất của dòng ý thức, các mô thức tư duy, nhận thức, cảm giác và trí nhớ của nó đều là hệ quả của sự vận động của trường năng lượng điểm hút nắm quyền thống trị. Cần nhớ rằng trường năng lượng điểm hút nào *thống trị là do ý chí*. Không phải người nào đó áp đặt, mà là kết quả những lựa chọn, niềm tin và mục tiêu của mỗi người.

Khi chấp thuận cho trường năng lượng nào đó thống trị là ta đồng bộ hóa với mô thức trường năng lượng với một số hình thức xử lý đặc thù và ảnh hưởng đến tất cả các quyết định của ta, phù hợp với tập hợp các giá trị và ý nghĩa đi kèm với nó. Cái mà người ở tầng ý thức này coi là quan trọng và thú vị, thì người ở tầng ý thức khác lại có thể cho là nhàm chán hoặc thậm chí là ghê tởm; chân lý mang tính chủ quan. Có thể coi đó là sự kiện đáng sợ. Việc khoa học được nâng lên địa vị kim chỉ nam bất khả sai lầm là biểu hiện của thôi thúc đầy bất an làm cho chúng ta cảm thấy rằng “ở ngoài kia” có một thế giới khách quan, có thể đo lường được, có thể dự đoán được, mà chúng ta có thể thực sự dựa vào.

Nhưng trong quá trình siêu việt khỏi những biến dạng nhận thức đậm màu cảm xúc, chính khoa học, do hạn chế của các tham số, lại tạo ra biến dạng nhận thức khác. Muốn nghiên cứu, khoa học phải tách dữ liệu ra khỏi bối cảnh, nhưng rốt cục, chỉ có bối cảnh mới làm cho dữ liệu trở thành quan trọng, có giá trị hoặc có ý nghĩa. Bất kỳ lĩnh vực tri thức có tổ chức nào của con cũng có thể vươn tới khám phá cuối cùng mà vật lý lý thuyết cao cấp đạt được. Càng phân tích chi tiết hơn cấu trúc của những gì được cho là “ở ngoài kia”, người ta phát hiện được rằng những thứ họ đang nghiên cứu, trên thực tế, lại là bản chất của những



quá trình phức tạp của cái ý thức bắt nguồn từ bên trong con người họ. Thực ra “ở ngoài kia” chẳng có gì khác ngoài bản thân ý thức. Xu hướng tin tưởng theo thói quen là một ảo tưởng căn bản của con người, tâm trí thật là phù phiếm, nó luôn luôn có xu hướng coi những đối tượng tạm thời của nó là “của tôi”.

Khách quan mà nói, có thể thấy rằng tất cả các tư tưởng đều thực sự xuất phát từ ý thức của thế giới; tâm trí cá nhân chỉ đơn thuần xử lý chúng trong những cách kết hợp và hoán vị mới mà thôi. Những tư tưởng dường như là độc đáo thực ra chỉ xuất hiện thông qua trung gian là thiên tài và trong mọi trường hợp, các tác giả của những tư tưởng này đều cảm thấy rằng họ tìm được hoặc được ban cho, chứ không tạo ra chúng. Có lẽ mỗi chúng ta đều là độc nhất vô nhị, như thể không có hai bông tuyết nào giống hệt nhau; tuy nhiên, chúng ta là vẫn chỉ là những bông tuyết mà thôi.

Tất cả chúng ta đều thừa hưởng trạng thái tâm trí của con người ngay từ khi mới ra đời, sự ra đời mà dường như ta không đòi hỏi. Muốn siêu việt những giới hạn của tâm trí, cần phải trút phế nó, không để cho nó giữ vai trò độc quyền phán xét thực tại nữa. Tâm trí phù phiếm đóng dấu xác thực lên cuộn phim cuộc đời mà nó tình cờ nhìn thấy, bản chất của tâm trí là thuyết phục chúng ta rằng quan điểm độc đáo của nó về trải nghiệm mới là thứ chân thực. Mỗi người đều âm thầm cảm thấy rằng trải nghiệm của họ về thế giới là trải nghiệm duy nhất đúng và chính xác.

Trong phần thảo luận về các tầng ý thức, chúng tôi đã nhận xét rằng, một trong những mặt trái của Kiêu hãnh là phủ nhận. Tâm trí của mọi người đều làm công việc phủ nhận nhằm bảo vệ cái được cho là “đúng đắn” của nó.



Phủ nhận làm cho mọi thứ trở thành cố định và chống lại thay đổi, làm cho ý thức trung bình khó có thể tiến xa hơn 5 điểm trong một đời người. Buông bỏ ảo tưởng “tôi biết” thì mới có bước nhảy vọt trong tầng ý thức. Thường thì, chỉ khi đã “chạm đáy”, nghĩa là, đã làm hết sức mình mà vẫn không cứu vãn được thất bại của hệ thống niềm tin vô ích thì người ta mới sẵn sàng thay đổi. Ánh sáng không thể lọt vào được một cái hộp đóng kín; mặt tốt của thảm họa là nó có thể là bước mở đầu giúp vượt lên tầng nhận thức cao hơn. Nếu ta coi cuộc sống như một ông thầy, thì nó sẽ diễn ra đúng như thế. Nếu không khiêm tốn học hỏi nhằm biến những bài học đau đớn của cuộc đời mà chúng ta gặp thành con đường dẫn tới trưởng thành và phát triển thì chúng đã lãng phí những bài học đó.

Chúng ta chứng kiến, quan sát và ghi nhớ những trải nghiệm đang lần lượt diễn ra trước mắt. Thậm chí như thế, trong bản thân nhận thức cũng không có gì thực sự xảy ra. Nhận thức chỉ ghi lại những thứ đang được trải nghiệm mà không hề tác động lên nó. Nhận thức là trường thu hút bao trọn tất cả, với nội lực vô giới hạn, hết như chính đời sống. *Không có gì tâm trí tin tưởng mà không trở thành sai lầm khi nó vượt tới tầng ý thức cao hơn.*

Tâm trí đồng nhất với những thứ nó chứa ở bên trong. Nó chịu trách nhiệm về mọi lời khen và tiếng chê đối với những điều mà nó tin tưởng, vì sẽ là hạ mình nếu tâm trí phù phiếm thừa nhận rằng điều duy nhất nó đang làm là trải nghiệm, và trên thực tế, nó chỉ đang trải nghiệm bản thân trải nghiệm. Tâm trí thậm chí không trải nghiệm thế giới mà chỉ trải nghiệm những bản tường thuật về thế giới do các giác quan mang lại mà thôi. Ngay cả những tư tưởng





sáng chói nhất và những cảm xúc sâu sắc nhất cũng chỉ là những trải nghiệm; cuối cùng, chúng ta chỉ có một chức năng: trải nghiệm quá trình trải nghiệm.

*Hạn chế chủ yếu của ý thức là sự ngây thơ của nó. Ý thức rất cả tin; nó tin tất cả những thứ nó nghe thấy. Ý thức, tương tự như phần cứng của máy tính, nó sẽ chạy tất cả các phần mềm do bạn đưa vào. Chúng ta không bao giờ đánh mất sự ngây thơ bẩm sinh của ý thức của chính chúng ta; ngây thơ cứ mãi còn đó, chất phác và cả tin, hết như một đứa trẻ dễ bị tác động. Người giám hộ duy nhất của nó là nhận thức sáng suốt luôn luôn xem xét kỹ lưỡng chương trình được đưa vào.*

Qua nhiều thời đại, người ta đã rút ra kết luận rằng, chỉ cần quan sát tâm trí là tâm trí đã có xu hướng đưa tầng ý thức của người đó lên<sup>1</sup>. Tâm trí đang bị theo dõi sẽ trở nên khiêm tốn hơn và bắt đầu không còn coi mình là toàn trí nữa. Lúc đó nhận thức mới bắt đầu trưởng thành. Cùng với khiêm tốn là khả năng tự trào và người đó ngày càng thoát khỏi tâm thế nạn nhân của tâm trí và từng bước trở thành chủ nhân của nó. Bức tranh chần trêu của nổi tiếng của Thiên tông minh họa cho quá trình này.

Thoát khỏi ý nghĩ rằng chúng ta “là” tâm trí của mình, chúng ta bắt đầu nhận thấy mình “có” tâm trí, và chính tâm trí có những ý nghĩ, niềm tin, cảm xúc và ý kiến. Cuối cùng, chúng ta có thể vươn tới trí huệ, đó là lúc nhận thức được rằng tất cả các ý nghĩ của chúng ta chỉ đơn giản là được vay mượn từ cơ sở dữ liệu khổng lồ của ý thức và chưa bao giờ thực sự là của chúng ta. Các hệ tư tưởng chiếm ưu thế

---

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958; Maharaj, 1973; Hoàng Bá, 1958; và Balsekar, 1987-1991.



được tiếp nhận, được hấp thụ, được đồng nhất, và đến thời điểm thích hợp, sẽ bị những những tư tưởng được ưa chuộng hơn thay thế. Khi bớt đề cao giá trị của những quan niệm, những ý nghĩ nhất thời này thì chúng mất dần khả năng chế ngự chúng ta và chúng ta sẽ thấy tâm trí ngày càng tự do hơn, cũng như sẽ thoát dần ra khỏi tâm trí. Đến lượt mình, trạng thái này chuyển thành nguồn vui mới; niềm vui từ bản thân cuộc đời sẽ ngày một hoàn thiện khi người ta nhích dần lên các tầng ý thức cao hơn.

## Nghiên cứu về ý thức thuần khiết

Các khía cạnh khác nhau của ý thức đã và đang là đề tài nghiên cứu của triết học truyền thống, còn các biểu hiện của ý thức dưới dạng tâm trí hoặc cảm xúc là đối tượng của y học, nhưng bản chất của chính ý thức lại chưa bao giờ được nghiên cứu về phương diện lâm sàng một cách toàn diện.

Trong y học, giả định cho rằng ý thức không là gì ngoài chức năng của não bộ được thể hiện trong cách nói kiểu như: “Bệnh nhân đã lấy lại ý thức”. Lỗi mô tả hạn hẹp, thông thường này giả định rằng ý thức là hiện tượng vật lý trần tục, một sự ưu tiên hiển nhiên cho trải nghiệm, không cần phải gì nói thêm nữa.

Một trong những mối quan tâm thường xuyên dành cho vấn đề này là suy đoán về những hiện tượng xảy ra với ý thức của con người khi người đó chết. Sức mạnh bên trong của đời sống và nhận thức phát sinh từ nền tảng vật chất? Cơ thể duy trì đời sống có ý thức, hay ngược lại – sức mạnh bên trong của đời sống duy trì cơ thể? Vì định kiến của người hỏi về quan hệ nhân quả quyết định cách đặt câu hỏi, cho nên tầng ý thức của người hỏi sẽ xác định trước bản chất của câu trả lời. Do đó, mỗi người hỏi sẽ tìm ra câu trả lời thể hiện cái mà trên thực tế chỉ đơn giản là tầng ý thức của chính họ.



Đối với nhà khoa học theo trường phái duy vật, câu hỏi này dường như vô nghĩa và vô ích. Đối với những người ở cực bên kia (“đã chứng ngộ”), câu hỏi sẽ có vẻ hài hước và cho thấy nhận thức hạn chế của người hỏi, làm cho người ta phải động lòng trắc ẩn. Người bình thường có thể thuận theo uy quyền của một trong hai cực, hoặc dựa vào các giáo lý tôn giáo truyền thống để đưa ra câu trả lời.

Tất cả các cuộc thảo luận về sự sống, cái chết và số phận chung cuộc của ý thức nhất thiết phải phản ánh những khác biệt của bối cảnh. Câu nói nổi tiếng của René Descartes: “Tôi tư duy, do đó, tôi tồn tại”, nói ngược lại sẽ là: “Tôi tồn tại, do đó, tôi tư duy”. Vì tư duy diễn ra dưới dạng hình tượng, cho nên Descartes nói đúng; cái có hình tượng phải tồn tại để có hình tượng. “Tôi tồn tại” là một tuyên bố của nhận thức, khi nó chứng kiến năng lực trải nghiệm là độc lập với hình tượng<sup>1</sup>. Descartes ám chỉ rằng ý thức chỉ nhận thức được chính nó khi nó có hình tượng. Nhưng những người đã chứng ngộ trong suốt chiều dài của lịch sử không đồng ý với quan điểm này, họ thường nói rằng ý thức vượt lên trên hình tượng và thực sự là một matrix có quyền lực vô hạn; hình tượng phát sinh từ đó. Các nhà vật lý học hiện đại tán thành quan điểm này, ví dụ như khái niệm về vũ trụ “cuộn lại” và vũ trụ “mở ra” của David Bohm.

Nếu không có ý thức, sẽ chẳng có thứ gì để trải nghiệm hình tượng. Cũng có thể nói rằng bản thân hình tượng, như là một sản phẩm của nhận thức, không tồn tại một cách độc lập, do đó, hình tượng là phù du và có giới hạn, trong khi ý thức thì bao trùm lên tất cả và vô biên. Làm sao mà

---

<sup>1</sup> Xem Descartes, “Rules for the Direction of the Mind,” trong *Great Books of the Western World*, tập 31, tr. 4.



cái phù du, có bắt đầu và kết thúc rõ ràng, lại có thể tạo ra cái không có hình tướng, bao trùm lên tất cả và hiện diện khắp nơi? Tuy nhiên, nếu chúng ta nhìn nhận rằng bản thân khái niệm giới hạn cũng chỉ là sản phẩm của nhận thức mà không có thực tại nào ở bên trong nó thì điều bí ẩn kia sẽ tự khắc được hóa giải: hình tướng trở thành biểu hiện của vô hình tướng. Về mặt bản thể học, ý thức là một khía cạnh của “cái-đang-là” và “cái-đang-tồn-tại” và ẩn chứa trong định nghĩa của con người về bản thân anh ta là có tính người. Tính người chỉ là một trong những biểu hiện của cái đang tồn tại.

Sự vận hành của ý thức ở con người là đề tài nghiên cứu rộng lớn hơn của chúng tôi. Mặc dù bản thân ý thức có thể là thứ không sờ mó được, nhưng nó chính là bản chất bên trong của tất cả các hành vi của con người. Nhằm phục vụ cho mục đích của công trình nghiên cứu này, vấn đề là làm sao tìm được bằng con đường lâm sàng liên kết giữa ý thức và hành vi một cách chính xác, có ý nghĩa, có thể được nghiên cứu và đánh giá một cách khoa học. May mắn là, cơ thể động học đã chứng minh một cách dứt khoát rằng biểu hiện vật lý của khả năng tri giác thông qua phản ứng tức thời của cơ thể trước các sự kiện được trải nghiệm trong ý thức. Kỹ thuật này cung cấp cho chúng ta phương pháp luận đơn giản mà rõ ràng, với đích đến đã được xác định, không thể nhầm lẫn mà ta có thể hiệu chỉnh, ghi lại và lặp lại bằng thực nghiệm.

### **Những đặc điểm của ý thức thuần túy**

Hình dung của chúng ta về ý thức liên kết với khái niệm của chúng ta về chính bản thân mình: ý thức về bản thân càng hạn chế, thì các thông số của trải nghiệm càng nhỏ.

Các hệ hình về thực tại có giới hạn của một người tạo ra tác dụng trong mọi hoạt động của người đó. Ví dụ, các công trình nghiên cứu của chúng tôi về cái gọi là “nghèo” chứng minh rõ ràng rằng, “nghèo” không chỉ là tiền bạc, mà những người thực sự “nghèo” đều nghèo trong tất cả các lĩnh vực của đời sống: nghèo bạn bè, nghèo lời ăn tiếng nói, nghèo giáo dục, nghèo thú vui xã hội, nghèo nguồn lực, nghèo sức khỏe và tầng hạnh phúc tổng thể cũng nghèo nốt. Như thế, nghèo có thể được coi là phẩm chất đặc trưng của ý thức tự thân bị giới hạn, từ đó dẫn đến thiếu thốn về nguồn lực<sup>1</sup>. Không phải là tiền bạc, mà là tầng ý thức. Năng lượng tầng nhận thức này có điểm hiệu chỉnh vào khoảng 60.

Nhận dạng bản thân như thế, do đó, trải nghiệm về bản thân có thể bị hạn chế tới mức coi mình chỉ là cơ thể vật lý. Tất nhiên, chúng ta có thể hỏi: Làm sao người đó biết rằng mình có một cơ thể vật lý? Nhờ quan sát mà chúng ta thấy rằng các giác quan nhận ra sự hiện diện của cơ thể vật lý. Câu hỏi tiếp theo: Cái gì nhận biết các giác quan? Chúng ta trải nghiệm những điều mà các giác quan mang lại như thế nào? Phải có một cái gì đó lớn lao hơn, một cái gì bao trùm hơn cơ thể vật lý, để nó trải nghiệm những thứ nhỏ hơn nó. Cái đó là chính tâm trí. Người ta đồng nhất với cơ thể của mình vì tâm trí của người đó trải nghiệm cơ thể. Những bệnh nhân bị mất những bộ phận khá lớn của cơ thể nói rằng ý thức về bản thân vẫn không hề suy giảm; người đó vẫn nói: “Tôi vẫn là tôi như tôi mọi khi”.

Lại xuất hiện câu hỏi: Làm sao người ta biết tâm trí đang trải nghiệm cái gì? Bằng quan sát và nội quan, người ta

<sup>1</sup> Xem phần nói về Nghèo đói (Poverty) trong *Comprehensive Textbook of Psychiatry* của Kaplan và Sadock, 2000, tr. 205-287.



có thể nhận thấy rằng, ý nghĩ không có năng lực tự trải nghiệm chính mình, mà một thứ gì vừa cao hơn, vừa cơ bản hơn ý nghĩ, mới là thứ trải nghiệm những ý nghĩ lần lượt trôi qua tâm trí. Và người ta cũng nhận ra rằng tri giác về danh tính của cái đó không bị nội dung của những ý nghĩ trong tâm trí họ làm cho thay đổi.

Cái gì quan sát và nhận biết tất cả những hiện tượng chủ quan và khách quan của cuộc sống? Nó chính là ý thức. Ý thức vừa là nhận thức về trải nghiệm, vừa là nguồn gốc của việc trải nghiệm. Cả hai đều hoàn toàn có tính chủ quan. Ý thức không được định đoạt bởi những thứ mà nó dung chứa; ý nghĩ chảy qua ý thức cũng như cá bơi trong đại dương. Đại dương tồn tại độc lập với cá; những thứ nằm trong lòng biển không quyết định bản chất của nước. Như một tia sáng không màu, ý thức chiếu sáng vật thể mà ta chứng kiến – do đó văn học trên khắp thế giới đều dùng từ “ánh sáng” để mô tả ý thức<sup>1</sup>.

Chỉ đồng nhất mình với nội dung của ý thức là nguyên nhân làm cho trải nghiệm về mình trở thành hạn chế. Ngược lại, đồng nhất với chính ý thức là biết rằng bản thể thực sự là vô hạn. Khi những suy nghĩ và cảm nhận đầy hạn chế của một người về cái tôi của mình đã được khắc phục, để cảm giác về bản thể đồng nhất với chính ý thức thì được gọi là “chúng ngộ”<sup>2</sup>.

Một trong những đặc điểm của trải nghiệm về ý thức thuần túy là nhận thức về tính phi thời gian (hay tính phi thời gian của nhận thức). Ý thức được trải nghiệm như một

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958; Maharaj, 1973.

<sup>2</sup> Đã dẫn.



cái gì đó bên ngoài mọi hình tướng và thời gian và được coi là hiện diện đồng thời ở khắp mọi nơi. Nó được mô tả là “cái-đang-là” và “cái-đang-tồn-tại” và, trong ngôn ngữ tâm linh, là “cái-tôi-đang-là”<sup>1</sup>. Ý thức không thừa nhận sự tách biệt, đó là hậu quả của những hạn chế của nhận thức. Trạng thái chúng ngộ là “Nhất thể”, không còn phân chia thành các phần riêng biệt. Phân chia là do nhận thức bị giới hạn; phân chia là do quan điểm cứng nhắc mà ra.

Trong suốt chiều dài của lịch sử, những mô tả tương tự như thế về ý nghĩ phù hợp với các công trình nghiên cứu của William James, được tường thuật trong Các bài giảng Gifford và trong tác phẩm nổi tiếng *Varieties of Religious Experience* (tạm dịch: Sự đa dạng của trải nghiệm tôn giáo). Người ta vẫn nói rằng trải nghiệm về ý thức là của hiếm, độc nhất vô nhị, không thể nói bằng lời, và “vượt ra ngoài tâm trí”; trạng thái không còn ý nghĩ của Cái biết – một trạng thái trọn vẹn, dung hợp tất cả, không cần, không muốn, và vượt lên trên giới hạn của việc trải nghiệm một tự ngã riêng lẻ, đã bị cá nhân hóa<sup>2</sup>.

Một thuộc tính khác của ý thức thuần túy là dòng chảy của những suy nghĩ hoặc cảm giác bình thường đã ngưng hẳn. Ngoài ra, đây còn là trạng thái của nội lực, lòng từ bi, dịu dàng và tình yêu bất tận. Ở trạng thái này, tự ngã cá nhân trở thành Đại ngã Bất tận (Infinite Self). Cùng với nó là thừa nhận rằng Đại ngã là cội nguồn của năng lực trải nghiệm tự ngã.

<sup>1</sup> Xem Maharaj, 1973.

<sup>2</sup> Xem James, 1929.





Khả năng nhận thức tự ngã như là Đại ngã là đỉnh điểm của quá trình xóa bỏ những đồng nhất bị giới hạn<sup>1</sup>.

Trong quá khứ, người ta đã viết rất chi tiết các bước cần thực hiện nhằm giúp nhận thức về Đại ngã như là ý thức. Người ta còn đưa ra nhiều kỹ thuật nhằm loại bỏ chướng ngại ngăn cản nhận thức đã được mở rộng. Các trường phái tu tập tâm linh khác nhau đều có những kỹ thuật này. Quy trình chung của tất cả các giáo lý đó là loại bỏ từng bước một việc coi bản thể là hữu hạn<sup>2</sup>.

Chúng ngộ được cho là tương đối hiếm, không phải vì khó thực hiện các bước đi cần thiết mà vì ít người quan tâm, đặc biệt là trong xã hội hiện đại. Nếu chặn một nghìn người trên đường phố và hỏi: “Tham vọng lớn nhất trong đời của bạn là gì?”, có bao nhiêu người sẽ nói: “Trở thành người chứng ngộ?”.

## **Xã hội đương đại công nhận ý thức cao cấp**

Người ta ngày càng quan tâm tới ý thức và coi đó là một đề tài khoa học; bằng chứng là hội thảo quốc tế đầu tiên về tài này, gọi là “Hướng tới nền tảng khoa học về ý thức” (Toward a Scientific Basis of Consciousness), được tổ chức tại Trung tâm y khoa thuộc Đại học Arizona ở Tucson, bang Arizona, từ ngày 12 đến 17 tháng 4 năm 1994. Đây là hội nghị quốc tế liên ngành, có các học giả lừng lẫy tham gia. Tuy nhiên, mặc dù có nhiều người thuyết trình nổi tiếng và những đề tài chuyên môn rất sâu được đem ra thảo luận nhưng lại có rất ít những nghiên cứu vượt lên trên lối giải thích duy lý/

<sup>1</sup> Trải nghiệm cá nhân của tác giả.

<sup>2</sup> Xem Maharaj; Hoàng Bá; Maharshi, 1952; và Balsekar, 1987-1991.



duy vật về ý thức như một hiện tượng thuần túy vật chất (quy giản luận duy vật).

Trên thực tế, các cách tiếp cận chủ đề ý thức cũng đa dạng như chính trải nghiệm của con người. Chúng tôi đã trích dẫn nhiều nhận thức thấu triệt tiên tiến nhất được rút ra từ các công trình nghiên cứu đương đại về vấn đề này. Xin xem lại quá trình tiến hóa của tư tưởng đương thời về vấn đề này, nó có thể hữu ích cho những bước tiến rõ ràng hơn tới kết luận của riêng chúng tôi.

Có một kiểu ý thức nào đó thường được coi là đặc điểm thể hiện sự khác biệt giữa cái đang sống và cái không sống. Sự sống là biểu hiện của ý thức trong thế giới hình tướng quan sát được hoặc trải nghiệm được. Nhưng toàn bộ trải nghiệm của con người chứng thực rằng ý thức vừa hiển lộ vừa không hiển lộ. Nhận thức về ý thức nằm trong hình tướng là bình thường; nhưng nhận thức được ý thức thuần khiết, vượt ra ngoài hình tướng là hiện tượng hiếm hoi.

“Trải nghiệm” về bản thân ý thức thuần khiết – một trải nghiệm hoàn toàn không có nội dung – đã được thuật lại một cách nhất quán trong suốt lịch sử nhân loại; tất cả đều nói y như nhau<sup>1</sup>. Nhiều người sau khi đạt được trạng thái này đã trở thành Bậc thầy Vĩ đại và đã tạo được ảnh hưởng sâu sắc đến hành vi của con người. Những con người như thế trong cuộc đời tương đối ngắn của mình đã có khả năng khiến cho hàng triệu người, trong nhiều thiên niên kỷ, nhận thức được ý nghĩa của chính tồn tại. Vì những lời giáo huấn của họ không liên quan tới thế giới vật chất được các

<sup>1</sup> Xem Maharaj; Hoàng Bá; Balsekar.



giác quan trải nghiệm, cho nên chúng được gọi là “tâm linh” hoặc “thần bí”<sup>1</sup>.

Tới mãi thời gian gần đây, trước khi các nhà khoa học quan tâm tới đề tài này, chỉ có những người thầy tâm linh và đệ tử của họ mới quan tâm tới vấn đề nghiên cứu ý thức. Nhưng trong hai mươi năm vừa qua, như chúng ta đã thấy, nhiều nhà vật lý lý thuyết đã chuyển hướng nghiên cứu và quan tâm đáng kể tới tương quan giữa vật lý lý thuyết cao cấp và vũ trụ phi vật chất. Việc chú tâm hơn vào văn hóa đại chúng từ những năm 1960 đã tạo ra một lớp công chúng cởi mở, sẵn sàng đón nhận những phát kiến mới của công cuộc nghiên cứu này, ví dụ, *The Tao of Physics* (tạm dịch: Đạo của vật lý) của Fritjof Capra, và *The Psychology of Consciousness* (tạm dịch: Tâm lý học về ý thức) của Robert Ornstein, hiện đã trở thành các tác phẩm kinh điển. Các trạng thái ý thức cao hơn – trước đây thường được cho là cực kỳ hiếm – xuất hiện ngày càng thường xuyên hơn, đó là do trường M của hệ hình mới lan rộng ra; các cuộc khảo sát gần đây chỉ ra rằng, gần 65% dân số báo cáo về việc họ từng có trải nghiệm mà trước đây được xếp vào loại thuần túy tâm linh.

Vì khoa học, do bản chất vốn có của nó, chỉ quan tâm đến những hiện tượng có thể quan sát được, nó chưa bao giờ quan tâm tới các khái niệm tâm linh, không coi đây là chủ đề đáng xem xét, bất chấp thực tế là nhiều nhà khoa học vĩ đại trong suốt chiều dài của lịch sử đã đích thân chứng thực rằng họ đã có những trải nghiệm chủ quan về ý thức thuần khiết, xảy ra trong quá trình nghiên cứu và thường có

<sup>1</sup> Xem *Brain/Mind Bulletin*, đã dẫn.



vai trò cực kỳ quan trọng đối với công trình của mình<sup>1</sup>. Nhưng vụ bùng nổ của lĩnh vực động lực học phi tuyến đã kích thích trí tò mò và làm dấy lên nhiều bình luận về bản chất của tồn tại cũng như bản thân ý thức, được thể hiện trong những cuốn sách, ví dụ, *Does God Play Dice?: The Mathematics of Chaos* (tạm dịch: Liệu Thượng đế có gieo súc sắc?: Phép toán của hỗn độn) của Ian Stewart. Khái niệm mới về “khoa học về cái toàn thể” trở thành chủ đề của nhiều cuốn sách nổi tiếng, ví dụ, *Looking Glass Universe* (tạm dịch: Gương vũ trụ) của John Briggs; và *Turbulent Mirror* (tạm dịch: Tấm gương nhiễu loạn) của Briggs và F. David Peat. Gần đây, làn sóng hân hoan về vai trò quan trọng của khám phá mới này đã lôi cuốn được cả các nhà thiên văn học, toán học, các bác sĩ phẫu thuật não và các nhà thần kinh học, cũng như các nhà vật lý học.

Chúng tôi thường xuyên nhấn mạnh rằng con người không thể quan sát hoặc nhận ra sự kiện nếu trước đó chưa có bối cảnh và ngôn từ để gọi tên sự kiện đó. Sự bất lực này, được gọi là mù hệ hình<sup>2</sup> và là hệ quả trực tiếp của hạn chế về bối cảnh<sup>3</sup>. Vì thế, quá trình mở rộng nền móng tri thức đã lan tràn trong các ngành vật lý học cũng chỉ tạo được một cách chậm chạp tiềm năng cho các quan điểm và cách tiếp cận mới trong các ngành khoa học “nhân văn”, ví dụ như tâm lý học.

<sup>1</sup> Xem Chapter 15, “Genius and the Power of Creativity.”

<sup>2</sup> Paradigm blindness: Khái niệm mù hệ hình ngụ ý rằng các cá nhân, nhóm và tổ chức không sẵn sàng hoặc không thể chấp nhận bất kỳ thách thức nào đối với thế giới quan của mình. (ND)

<sup>3</sup> Xem Kuhn, 1970.



Mặc dù Abraham Maslow (1908-1970) đã thảo luận, từ khá lâu về “các trải nghiệm đỉnh”, song sách báo tâm lý học dòng chính không bao giờ thực sự chú ý tới chủ đề về chính ý thức, trừ một vài tác phẩm kinh điển như *Sự đa dạng của trải nghiệm tôn giáo* của William James, từ lâu đã trở thành công trình khoa học được mọi người chấp nhận về tâm lý học của ý thức, dưới dạng trải nghiệm tâm linh. Cuối cùng, tâm lý học tâm linh, đôi khi được gọi là tâm lý học xuyên nhân cách (transpersonal psychology) – vượt ra ngoài giới hạn của tâm lý học thực nghiệm và lâm sàng – tìm cách khảo sát những khía cạnh hoàn toàn chủ quan của những trải nghiệm của con người. Những trải nghiệm hoặc năng lực bất thường, từng bị coi là trò lừa bịp hoặc ảo giác, rốt cuộc đã trở thành chủ đề nghiên cứu của cận tâm lý học, góp phần hợp pháp hóa các trải nghiệm, ví dụ như khả năng ngoại cảm (extrasensory perception – ESP).

Ban đầu, tâm thần học xuất phát từ nỗ lực nhằm giải quyết căn nguyên hữu hình gây ra những thứ vô hình trong hành vi và bệnh tật của con người. Tâm thần học, một nhánh của y học, quan tâm tới bệnh học; do đó, nó gần như chỉ giải quyết các tầng ý thức thấp và những mối tương quan của sinh lý thần kinh; tuy nhiên, loại ý thức đó lại nằm ngoài hệ hình của tâm thần học cổ điển.

Trong y học, các thầy thuốc làm việc theo quan điểm của hệ hình lớn hơn về quá trình chữa lành và áp dụng cả những phương thức phi truyền thống trong trị liệu được gọi là những người chữa bệnh “tổng thể” – ban đầu, thuật ngữ này bị giới y khoa coi là thiếu chuyên nghiệp. Nhưng đóng góp của những người tiên phong trong lĩnh vực này, nhất là ở những trường hợp như bình phục sau khi bị nhồi máu cơ tim



hoặc sử dụng cầu nguyện nhằm đẩy nhanh quá trình hồi phục sau phẫu thuật, buộc người ta phải công nhận một cách nghiêm túc.

Elisabeth Kübler-Ross đã làm cho cả giới chuyên môn lẫn công chúng quan tâm tới những hiện tượng trong quá trình hấp hối và trải nghiệm cận tử do các bệnh nhân thuật lại. Cuối cùng, những trải nghiệm bên-ngoài-cơ-thể cũng đã trở thành đề tài tương đối phổ biến, khi nhiều bệnh nhân được phẫu thuật kể lại những chuyến chu du bên-ngoài-cơ-thể, họ chứng kiến toàn bộ quá trình phẫu thuật và nghe thấy tất cả những cuộc trao đổi trong phòng phẫu thuật<sup>1</sup>. Thelma Moss nổi tiếng nhờ phương pháp chụp ảnh Kirlian để ghi lại các trường năng lượng, ví dụ, trường năng lượng xung quanh đầu ngón tay. Nhiều người biết những bức ảnh bà chụp cơ thể năng lượng của cả chiếc lá vẫn còn nguyên sau khi nó bị cắt làm đôi<sup>2</sup>. Cuối cùng, thậm chí châm cứu cũng được một số người trong ngành y tế ở Mỹ tôn trọng – nhiều thầy thuốc học kỹ thuật này bất chấp thực tế là, y học truyền thống không công nhận bất kỳ loại năng lượng nào khác, ngoài năng lượng cơ học, năng lượng điện hoặc năng lượng hóa học.

Các phương pháp tiếp cận tổng thể hoạt động theo bối cảnh khác về bản chất của ý thức của con người chứ không như y học truyền thống, nó nhấn mạnh chữa lành chứ không chỉ điều trị. Mặc dù dường như những phương pháp này chưa có kết nối rõ ràng với những đột phá về mặt lý thuyết của những thập kỷ gần đây, các liệu pháp thay thế

<sup>1</sup> Xem Kübler-Ross, 1993.

<sup>2</sup> Xem Krippner, 1974.



được những người chăm sóc sức khỏe tổng thể áp dụng – dù họ là bác sĩ, người thực hành các biện pháp chữa bệnh thay thế hay người chữa bệnh không chuyên, và dù cách tiếp cận và phương pháp rất khác nhau – tất cả đều có một yếu tố chung; tất cả đều dựa trên các kỹ thuật không gây ảnh hưởng đến nguyên sinh chất, mà tác động lên trường năng lượng bao quanh thân thể, chảy qua và ảnh hưởng tới cơ thể của con người<sup>1</sup>.

Thành công kỳ lạ của phong trào giúp nhau 12 bước – nằm bên ngoài lĩnh vực y tế – mà chúng tôi thường xuyên nhắc tới, khẳng định một cách đầy ấn tượng nhận định rằng thực hành các nguyên tắc của ý thức có thể giúp chữa lành. Khả năng chữa lành những căn bệnh tưởng chừng như vô vọng đã được Carl Jung công nhận khi ông chữa cho Rowland H. – như chúng ta đã thấy. Đây là mắt xích đầu tiên trong một chuỗi dài những lần chữa lành, rồi sau đó trở thành phong trào mang tên hội Người nghiện rượu ẩn danh lan tràn khắp thế giới – thể hiện rõ trong vùng ý thức cao hơn. Trải nghiệm tâm linh sâu sắc mà Jung hy vọng truyền cho Rowland rất giống với quá trình chuyển hóa dẫn tới chứng ngộ, là cốt lõi của thông điệp được truyền cho Bill W., người sáng lập của AA<sup>2</sup>. Đáng chú ý là Bill W. dùng cụm từ “ngôn ngữ của trái tim” để mô tả AA<sup>3</sup>.

Tất cả những việc làm mang tính tiên phong trong quá trình khai thác trí tuệ của con người, cả về lý thuyết lẫn ứng dụng, đều hội tụ tại một điểm chung. Hoặc, có lẽ tốt hơn, nếu nói rằng chúng có điểm khởi nguồn chung. Điều mà Bill W.

---

<sup>1</sup> Đã dẫn.

<sup>2</sup> Xem AA Comes of Age.

<sup>3</sup> Bill W., 1988.

phát hiện được sau khi đã hoàn toàn tuyệt vọng không bắt nguồn từ tính hữu lý trên phương diện khái niệm hoặc từ bất kỳ chú tâm nội quan nào vào tự ngã, mà bắt nguồn từ một bước nhảy vọt lên tầng ý thức cao hơn, đưa Đại ngã tới Sự hiện diện của Ánh sáng và Nội lực vô hạn (Presence of Infinite Light and Power)<sup>1</sup>. Trải nghiệm mang tính chuyển hóa này đã giúp hàng triệu người bình phục chỉ đơn giản là minh chứng cho nội lực của các trường năng lượng có điểm hiệu chỉnh 600 hoặc cao hơn. Đó là tầng mà trải nghiệm của ý thức chuyển từ có hình tướng sang vô hình tướng.

Nội lực của vô hình tướng này, “Nội lực cao hơn” của Phong trào tự giúp nhau 12 bước trên toàn thế giới và đồng thời là cơ sở giúp cho hàng triệu người bình phục<sup>2</sup>, cũng chính là cội nguồn nội lực mà công cuộc nghiên cứu mang tính trí tuệ với tất cả những nhánh vươn xa của nó đã chẳng tiến xa được bao nhiêu mà còn đang tìm đường quay lại. Họ đang tìm kiếm nội lực của chính ý thức thuần khiết.

---

<sup>1</sup> Xem Chương 1, “Bill’s Story,” trong *Alcoholics Anonymous*, 1952.

<sup>2</sup> Xem Twelve Steps and Twelve Traditions.



## CHƯƠNG 22

### Cuộc đấu tranh tâm linh

Từ những hiểu biết mà chúng ta có về ý thức, có thể diễn giải lại cuộc đấu tranh tâm linh của nhân loại. Bản thân ý thức thuần khiết, được mô tả là “cái-đang-là”, “cái-đang-tồn-tại” và “cái-tôi-đang-là” tượng trưng cho tiềm năng vô hạn, nội lực vô hạn và nguồn năng lượng vô hạn của tất cả tồn tại, được người ta coi là “Thánh thần”, “Chúa”, “Thượng đế”. Ở trong tiềm năng này, cái Không hiển lộ trở thành cái Hiện lộ như Thánh thần giáng thế – Chúa Jesus Christ, Đức Phật, Bậc thầy Vĩ đại – có trường năng lượng ở tầng 1.000. Những thánh nhân này thiết lập các mô thức điểm hút có nội lực cực kỳ lớn mà tâm trí của con người – với năng lực toàn thể trong việc phản ứng một cách toàn diện trước các trường điểm hút – là đối tượng của các trường điểm hút đó.

Những người thầy đã chứng ngộ – tuy nội lực không bằng những thánh nhân vừa nói, nhưng vẫn cực kỳ mạnh mẽ – chỉ dạy người ta con đường dẫn đến nhận biết về “Đại ngã”. Trong suốt chiều dài của lịch sử, Đại ngã, như những người đã chứng ngộ mô tả, là vô hạn, vô hình tướng, không thay đổi, hiện diện khắp nơi, vừa hiển lộ vừa không hiển lộ<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958; Hoàng Bá, 1958; Maharaj, 1973; Balsekar, 1990.

Là Nhất thể, là Toàn thể, và Chúa (Oneness, Allness, and Godness) của tất cả vạn vật đang tồn tại, bất khả phân biệt với Đấng Sáng tạo. Trong địa hạt của con người, nội lực của Đấng Sáng tạo là Trường điểm hút khổng lồ, cho phép và bao hàm biến đổi (ý chí tự do) để cuối cùng, “mọi con đường đều dẫn đến Ta”. Trong các công trình nghiên cứu của chúng tôi, những lời dạy và các tác phẩm thảo luận về vấn đề này thường có điểm hiệu chỉnh 700.

Ở trường năng lượng có điểm 600, không còn những suy nghĩ thông thường nữa. Tồn tại, vượt lên trên quá trình tuyến tính trần tục, được chứng kiến như là Cái biết, hiện diện khắp nơi và phi nhị nguyên. Vì bản thân tồn tại là vô định xứ, nên nhị nguyên “ta/người” và ảo tưởng về sự tách biệt do nó sinh ra cũng biến mất<sup>1</sup>. Đây là trạng thái an yên vượt trên mọi hiểu biết, là tình thương yêu vô điều kiện, bất tận – bao trùm tất cả, biết hết, hiện diện khắp nơi, toàn năng và phù hợp với Đại ngã, là nhận thức rằng cái Hiện lộ với cái Không Hiện lộ là một.

Có thể nói, các trạng thái tâm linh thực sự bắt đầu ở tầng khoảng 500 (Tình yêu), rồi trở thành Tình yêu vô điều kiện ở tầng 540, và cứ thế tiến tới vô cùng. Những đạo sư có điểm hiệu chỉnh gần 500 và 600 thường được công nhận là những vị thánh; trạng thái ý thức của họ thường được mô tả là siêu phàm<sup>2</sup>.

Đối với các đệ tử, thâm nhập vào trạng thái siêu phàm khi ở bên cạnh các đạo sư có trường năng lượng từ 550 điểm trở lên – do Trường điểm hút đầy nội lực giữ thế thượng phong

<sup>1</sup> Xem Balsekar, 1989.

<sup>2</sup> Xem Walsh, 1985.



“đẩy lên” – không phải là trải nghiệm hiểm hoi<sup>1</sup>. Nếu đệ tử chưa đạt được tầng ý thức cao hơn, thì trạng thái siêu phàm sẽ chấm dứt khi người đó ra khỏi trường năng lượng của đạo sư. Những người tìm kiếm tâm linh đã đạt tầng thứ cao trong khi tiến dần tới chứng ngộ, thường vào rồi lại ra khỏi “sự hiện diện của Người được yêu thương”; trong các tác phẩm của cả phương Đông lẫn phương Tây, đánh mất trạng thái cao hơn và rơi xuống trạng thái thấp hơn được đồng hóa với “sự thống khổ của linh hồn”<sup>2</sup>.

Tu tâm, tương tự như nhiều cuộc mưu cầu gặt gao khác, có thể là hành trình đầy gian khổ và thường đòi hỏi người truy cầu phát triển các công cụ đặc thù, trong đó có, luôn luôn nhắm tới mục tiêu và không bao giờ sao nhãng. Khó khăn của tu tâm là, người thực hành phải nỗ lực rất nhiều thì mới thoát khỏi được lực hút quen thuộc của các Trường điểm hút thấp hơn, để di chuyển vào vùng ảnh hưởng của Trường điểm hút cao hơn. Để trợ giúp cuộc đấu tranh này, tất cả các tôn giáo đều có những quy định cấm không cho các môn đồ tiếp xúc với các trường năng lượng thấp; chỉ có quan điểm độc đoán thì mới cho rằng lỗi như thế là “tội”. Quan điểm tự do hơn chấp nhận việc người ta lần lữa mãi trong các trường năng lượng thấp hơn là “thất bại” có thể tha thứ được. Nhưng trên thực tế, thái độ, cảm xúc và hành vi đặc trưng của các trường năng lượng dưới 200, nói chung, quả thực sẽ ngăn cản trải nghiệm tâm linh.

Hệ thống luân xa kinh điển, được nhiều trường phái tâm linh công nhận, tương ứng gần như chính xác với Bản đồ

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958.

<sup>2</sup> “Sự thống khổ của linh hồn” là đề tài xuyên suốt kinh sách Kitô giáo cổ điển. Xem Peers, 1958; Blakney, 1942; French, 1965; Walsh, 1985.

ý thức mà các nghiên cứu của chúng tôi đã vạch ra. Tầng 600 tương ứng với luân xa vương miện, tầng 525 tương ứng với luân xa con mắt thứ ba, tầng 505 tương ứng với luân xa trái tim, tầng 350 tương ứng luân xa cổ họng, tầng 275 tương ứng với đám rối dương và lá lách hoặc luân xa xương cùng, và tầng 200 tương ứng với luân xa gốc (hiệu chỉnh năm 2010).

Tất cả các giáo lý đều khuyên môn đồ tránh xa “thế gian”, tránh dính mắc vào tình dục hoặc tiền bạc, cũng như tránh các thái độ và cảm xúc thấp hơn, ví dụ, thù hận, đố kỵ, oán giận và ganh ghét. Hấp thụ các trường năng lượng thấp cản trở bước tiến trong lĩnh vực tâm linh<sup>1</sup>.

Các vùng thấp hơn cũng là nơi có hiện tượng nghiện ngập; người ta có thể mắc lại ở bất kỳ tầng thấp hơn nào đó. Hiện nay, hầu như tất cả những trường năng lượng này và những hành vi liên quan với chúng đều là lý do để người ta thành lập các nhóm tự giúp nhau. Tất cả các nhóm này đều nhất trí rằng, nếu không có bối cảnh tâm linh thì việc bình phục là khó xảy ra, nếu không nói là không thể. Nói chung, trong các chương trình nâng cao nhận thức đều có một châm ngôn phổ quát: Chưa nói ra sự thật thì còn bất lực! Tất cả các nhóm tự lực định hướng tâm linh đều yêu cầu người tham gia thực hiện bước đầu tiên này. Họ nhất trí rằng, tâm trí cởi mở và sẵn sàng là những điều kiện tiên quyết cho tiến bộ; nói cách khác, nội tâm của người ta phải phát triển và đạt đến trường năng lượng ở tầng 200 thì mới có thể được chữa lành. Ở lại quá lâu trong tầm ảnh hưởng của các trường thấp hơn sẽ dẫn đến nguy cơ thực sự là bị

<sup>1</sup> Xem Krippner, 1974.



cuốn sâu vào những trường này và không thể thoát ra được. Tuy nhiên, không phải lúc nào cũng như thế; lịch sử đã ghi nhận nhiều người bị cuốn sâu vào đam mê nào đó, rồi bất ngờ nhảy lên được tầng ý thức cao.

Trong xã hội hiện đại, đôi khi cũng có những đột phá bất thành linh như thế; như chúng ta đã thấy, đó chính là trải nghiệm của Bill W., và kết quả là ông đã thành lập AA. Dường như trải nghiệm này có những đặc trưng tiêu biểu là chuyển hóa hoàn toàn ý thức, thoát khỏi sức lôi cuốn của các trường điểm hút thấp hơn và đột ngột nhảy lên tầng nhận thức cao hơn. (Trải nghiệm này thường xảy trong những ngày AA mới được thành lập, các thành viên lúc đó thường là những người sắp “thở hắt ra”; nhưng hiện nay, phần lớn những thành viên mới của AA đều là những người nghiện đã nhận thức được tác hại của rượu và tìm cách thoát ra, cho nên không thấy nói tới nữa).

Sức lôi cuốn hoặc ảnh hưởng của các trường năng lượng cao gây ra hiệu ứng đồng hóa hay củng cố tăng trưởng lên đối tượng mạnh như thế nào thì sức lôi cuốn do các trường điểm hút có năng lượng thấp hơn lại tạo ra hiệu ứng ngược lại – dị hóa hoặc phá hủy – cũng mạnh mẽ như thế. Ví dụ phổ biến nhất trong văn hóa hiện nay là ảnh hưởng của một số loại nhạc rap đầy bạo lực. Trong những lần kiểm tra của chúng tôi, punk rock, death rock và nhạc rap của các băng nhóm đường phố (gangster rap) làm cho tất cả những người tham gia đều yếu đi, khẳng định lại những nhận xét được Tiến sĩ John Diamond đưa ra trước đây<sup>1</sup>. Trong một nghiên cứu gần đây hơn về sinh viên (được thuật lại trên tờ

---

<sup>1</sup> Xem Diamond, J., *Lectures on Behavioral Kinesiology*, New York, 1972.

*The Arizona Republic*, ngày 4 tháng 7 năm 1994), Tiến sĩ James Johnson thuộc Đại học Bắc Carolina phát hiện được rằng, nhạc rap làm cho sinh viên có thái độ khoan dung với bạo lực và có khuynh hướng sử dụng bạo lực, đồng thời có thái độ coi trọng vật chất và giảm sút hứng thú với học thuật cũng như thành công trong dài hạn.

Kinh nghiệm thường thấy trong các nhóm trị liệu và phòng khám là những người lạm dụng ma túy không cai được nếu họ tiếp tục nghe nhạc heavy metal rock; một năm theo dõi bệnh nhân nghiện cocaine, điều trị cả nội trú lẫn ngoại trú ở Sedona Villa, một chi nhánh của Bệnh viện Camelback của Phoenix, Arizona, cho thấy, không có người lạm dụng cocaine nào tiếp tục nghe loại âm nhạc đầy bạo lực và tiêu cực này mà cai được ma túy<sup>1</sup>. Các nhóm tự giúp nhau dành cho người nghiện ma túy luôn luôn khuyên người ta tránh xa ảnh hưởng (nghĩa là, các trường năng lượng) của mọi thứ gắn với lối sống cũ. Những người nghiện này phát hiện được rằng chỉ bỏ ma túy thôi thì chưa đủ; bỏ ma túy mới chỉ là tấn công vào  $A \rightarrow B \rightarrow C$  của tình trạng nghiện ngập. Khi họ còn chưa cam kết quyết tâm đoạn tuyệt với ảnh hưởng của trường đó – mà âm nhạc, tương tự như ma túy, chỉ đơn giản là một biểu hiện của nó – thì họ chưa thể thoát khỏi sức cuốn hút của điểm hút năng lượng thấp, hay ABC của tình trạng nghiện ngập.

Những người đã cai được, nhưng sau đó lại rời bỏ trường năng lượng của các chương trình tự giúp nhau thường sẽ

---

<sup>1</sup> Mỗi năm chi nhánh Sedona Villa của bệnh viện Camelback điều trị cho hơn 100 người nghiện cocaine trong trong 5 năm (1981-1986). Không có người nào tiếp tục nghe nhạc rock heavy metal mà cai được (khảo sát sau điều trị, 1986).



bị nghiện lại, như có thể dự đoán trước<sup>1</sup>. Ngoài việc từ bỏ sức mạnh tổng hợp mà các thành viên khác trong nhóm truyền cho, việc họ khẳng định rằng có thể “đi theo con đường riêng” là dấu hiệu cho thấy họ sẽ tái nghiện khi bản ngã trời dậy, vì thái độ ấy chứng tỏ thái độ kiêu ngạo và tự phụ – có điểm hiệu chỉnh 175, thấp hơn nội lực cần có của trường chữa lành – đã thâm nhập vào tâm trí của họ.

Tất nhiên là, nguyên tắc ấy cũng vận hành khi người ta đi theo hướng khác. Tìm kiếm chứng ngộ là tìm kiếm sức hút của các mô thức điểm hút có nội lực mạnh mẽ nhất. Một lần nữa, chìa khóa ở đây là quyết tâm, làm đi làm lại hành động mà mình đã lựa chọn. Ở đây, nguyên tắc phụ thuộc nhảy cảm vào các điều kiện ban đầu của thuyết hỗn độn giúp chúng ta giải thích theo lối khoa học cách làm truyền thống nhằm đạt được tiến bộ về mặt tâm linh. Tất cả các pháp môn tu luyện tâm linh đều nói rằng muốn tiến bộ thì bước đầu tiên là “quyết tâm”. Lịch sử cho thấy hiện tượng mà mọi người đều biết trong quá trình điều trị: Quyết tâm không lay chuyển là yếu tố kích hoạt Trường điểm hút mới và tạo điều kiện cho người bắt đầu ra khỏi Trường điểm hút cũ. Có thể hình dung một trường điểm hút yếu hơn đang đến gần trường điểm hút mạnh hơn, đúng lúc đó, thành tố thứ ba (ví dụ, ý chí tự do) sẽ bất ngờ tạo ra chuyển tiếp và chuyển hóa sẽ diễn ra.

Trong các pháp môn tu luyện ở phương Đông, người ta cho rằng người tu tập đơn thương độc mã, không được đại sư hoặc người thầy giúp đỡ thì dường như sẽ không thể

---

<sup>1</sup> Những người nghiện bỏ chương trình 12 bước tái nghiện (Theo dõi của tác giả).

thu được nhiều tiến bộ<sup>1</sup>. Kinh nghiệm của AA cho thấy, không có người bảo trợ giúp đỡ, người nghiện rượu thực sự không thể cai được. Trong lĩnh vực thể thao, những huấn luyện viên giỏi được người ta săn đón vì họ truyền được cảm hứng để các vận động viên nỗ lực tối đa. Một người tu luyện có thể thúc đẩy sự tiến bộ của chính mình bằng cách chỉ tập trung vào một ông thầy đã tu ở tầng thứ cao và bằng cách đó, nhất quán với trường năng lượng của người thầy; trong quá trình kiểm tra của chúng tôi, kết quả lặp đi lặp lại thường xuyên là việc ghi nhớ hình ảnh ông thầy tâm linh đã tu ở tầng thứ cao giúp cho tất cả các đối tượng đều mạnh lên, không phụ thuộc vào niềm tin của cá nhân.

Trong cuộc chiến đấu của cá nhân nhằm đạt đến sự chuyển hóa tâm linh, yếu tố xúc tác cho sự thay đổi luôn luôn nằm ngoài khả năng của người cầu đạo. Các vị thánh vĩ đại, ví dụ như Francis of Assisi, thường khẳng định rằng các ngài chỉ là những kênh truyền dẫn nội lực cao hơn từ bên ngoài và không có công lao gì trong các sáng kiến hoặc thành tựu cá nhân của trạng thái mà chính họ đạt được, họ cho rằng tất cả đều nhờ ân điển của Chúa<sup>2</sup>. Lời của Thánh Francis of Assisi là minh họa cho phương tiện, theo đó, người mới vươn lên từ tầng nhận thức thấp hơn tự đặt mình vào ảnh hưởng của nhận thức cao hơn, được chuyển hóa “bằng thẩm thấu” (cuốn theo). Ngay cả những người quan sát bình thường cũng thường xuyên nhận thấy rằng một người có thể nhờ một lực lượng vô hình nào đó mà chuyển hóa hoàn toàn, dù không có yếu tố xúc tác.

<sup>1</sup> Xem Maharshi, 1958.

<sup>2</sup> Xem “St. Francis of Assisi,” trong *Lives of the Saints* của Walsh Butler, 1985, tr. 314-320.





Việc người nào đó đột ngột ra khỏi ảnh hưởng của Trường điểm hút thấp và lọt vào ảnh hưởng của Trường điểm hút cao hơn thường được ca ngợi là phép màu. Trải nghiệm của con người phải chịu phán quyết bất hạnh là rất ít người thoát khỏi các trường năng lượng đang từng bước chi phối hành vi của họ. Chương trình tâm linh được nhiều người hiện nay ưa chuộng với nhan đề *A Course in Miracles* (tạm dịch: Khóa học về những điều kỳ diệu)<sup>3</sup> được thiết kế nhằm tạo điều kiện cho những cuộc vượt thoát kiểu này. Mục đích của khóa học về tâm lý tâm linh này là bằng cách khuyến khích chuyển hóa toàn vẹn nhận thức nhằm chuẩn bị những nền tảng cần thiết để giúp người học thực hiện một cú bứt phá trong ý thức. Phương thức truyền thống được ưa chuộng hơn là cầu nguyện và thiền định cũng cung cấp cho người ta xuất phát điểm nhằm vượt ra khỏi ảnh hưởng của trường năng lượng thấp hơn để vươn lên trường năng lượng cao hơn.

Các thầy thuốc có điểm hiệu chỉnh 500 trở lên trở thành những người trị bệnh đầy quyền năng và gặt hái nhiều thành công vang dội với những phương pháp điều trị mà những người khác, dù cũng áp dụng nhưng không thể đạt được kết quả tương tự (và do đó, dẫn tới những dữ liệu trái ngược nhau trong nhiều công trình gọi là nghiên cứu mù đôi). Những sai khác không thể lý giải được như thế chứng tỏ có sự can thiệp của sức mạnh bên trong mà cách giải thích quen thuộc, theo lối nhân quả đang giữ thế thượng phong trong y khoa, không thể lý giải nổi. Trong thế giới toàn đồ, bất kỳ sự kiện “đơn lẻ” nào kỳ thực cũng là kết quả

---

<sup>3</sup> Xem *A Course in Miracles*, 1975.



của tất cả các sự kiện trong vũ trụ; “những sự kiện” như vậy không có thực tại tự thân. Vũ trụ là ý thức của con người. Muốn hiểu nó thì cần phải có hiểu biết vượt xa trí năng đơn thuần.

Những thành tựu của lý trí thuần túy là những dấu mốc quan trọng của lịch sử văn hóa của nhân loại. Chúng đã giúp con người làm chủ được môi trường bên ngoài, và ở một mức độ nào đó, trên bình diện vật lý, làm chủ cả môi trường bên trong của mình. Nhưng lý trí có giới hạn của nó, theo nhiều cách khác nhau. Sự thông tuệ của tri thức ở tầng 400 làm cho những người ở tầng 300 lóa mắt và ganh tỵ, nhưng lại làm cho những người ở tầng ý thức cao hơn nhầm lẫn. Từ góc nhìn cao hơn, ta sẽ thấy rõ niềm say đắm mù quáng mà lý trí dành cho bản thân nó mới tẻ nhạt và tầm thường làm sao. Lý trí là tấm gương phản chiếu cái hư ảo của tâm trí; cuối cùng, tự say đắm mình là thứ tẻ nhạt nhất, không đáng nhìn.

Lý trí, tác nhân khai phóng vĩ đại đã giải phóng chúng ta khỏi những đòi hỏi xuất phát từ bản chất thấp kém của mình, cũng là giám sát viên nghiêm khắc và lạnh lùng, không cho chúng ta vượt thoát tới những cõi giới bên trên và vươn ra bên ngoài trí tuệ. Đối những người bị cuốn vào các tầng từ 400 đến 500, chính lý trí của họ là cái mũ chụp lên đầu họ, một cái trần ngăn cản quá trình tiến hóa tâm linh. Đáng chú ý là biết bao nhiêu người trong số những tên tuổi vĩ đại của lịch sử có điểm hiệu chỉnh 499 – Descartes, Newton, Einstein và hàng chục nhà khoa học khác. Đó là khúc mắc cuối cùng, một rào cản khổng lồ; cuộc chiến đấu nhằm vượt qua nó là cuộc đấu tranh tâm linh thường xuyên nhất và thường là kéo dài nhất.



Việc các nhà khoa học thông thái đã hoàn toàn bị ảnh hưởng của tầng Lý trí cuốn hút, rồi thực hiện được những bước đột phá bất ngờ và xuất hiện ở tầng nhận thức và toàn thể bao trùm không phải là chuyện hiếm<sup>1</sup>. Thế giới tâm linh trùng khớp với thế giới của khoa học phi tất định và các hệ thống phi tuyến, như chúng tôi đã cố gắng chỉ ra trong cuốn sách này. Trên thực tế, công trình nghiên cứu và phân trình bày này của chúng tôi đã được thiết kế nhằm tạo điều kiện để những những người chủ yếu suy nghĩ theo lối tuyến tính và quen với tư duy “não trái” có thể dựa trên xét đoán lý tính mà thừa nhận các hiện tượng tâm linh. Có lẽ cơ cấu bản đồ giải phẫu ý thức của chúng tôi – bằng cách chỉ ra rằng sức mạnh bên trong của sáng tạo là từ trên xuống, chứ không phải từ dưới lên – có thể soi sáng phần nào bản chất của quan hệ nhân quả tối thượng.

Tuy nhiên, chúng tôi không muốn biến những nhận định của mình thành giáo điều mà hy vọng có thể giúp cho những độc giả đang trong quá trình tự khám phá bản thân, cũng như mong muốn rằng tác phẩm này không chỉ đơn thuần là phân tích điều bịa đặt vốn được coi là tự ngã lý trí, mà còn phân tích toàn bộ ý thức của người đọc. Trong nghiên cứu của chúng tôi, toàn bộ con người của đối tượng được kiểm tra phản ứng với các kích thích của bài kiểm tra. Mặc dù tâm trí của đối tượng kiểm tra có thể không nhận thức được những sự kiện đang diễn ra, nhưng chắc chắn là toàn bộ con người của họ đã nhận thức được, nếu không, những phát hiện của chúng tôi đã không có sự nhất quán đến như thế. Điều này làm chúng ta nhớ tới nhận xét của những người thầy tâm linh rằng, người cầu đạo chỉ cần khám phá ra... điều mà người đó đã biết từ trước.

<sup>1</sup> Xem Capra, 1976.



## CHƯƠNG 23

### **Tìm kiếm chân lý**

Mặc dù thoạt nghe có vẻ đáng ngờ, nhưng chúng ta phải thừa nhận rằng, vì mục đích vận hành của đời sống thường nhật, chân lý là bất cứ điều gì làm cho một người ở tầng nhận thức hiện thời của họ tin. Người ở các tầng ý thức thấp hơn, chấp nhận cả những tuyên bố phi logic, không có cơ sở và thể hiện những nguyên lý không thể chứng minh được bằng trí tuệ hay thực tế là chân lý. Không phải chỉ có những thành phần “cực đoan” mới có hiện tượng này. Những người vô tội bị kết án và bỏ tù chỉ vì lời khai của những người làm chứng rõ ràng là không hợp lý hoặc thiên vị xảy ra thường xuyên hơn là chúng ta muốn thừa nhận. Trên toàn thế giới, những cuộc chiến tranh kéo dài nhiều năm (ví dụ, các cuộc chiến tranh của người Slav ở châu Âu hoặc Trung Đông) đều xuất phát từ niềm tin điên rồ rằng trả thù là thực thi công lý – niềm tin này hầu như chắc chắn sẽ làm cho xung đột kéo dài bất tận.

Ngoài một ít ngoại lệ, ngay cả những tôn giáo mà bề ngoài là những lời dạy của “Chúa Bình An” cũng chưa bao giờ cấm chiến tranh hoặc giết người trong hoàn cảnh “chính đáng” – dĩ nhiên là nó chỉ chính đáng đối với những kẻ giết người; còn nạn nhân của họ sẽ không bao giờ chấp nhận lời

biện bạch này. Dù hoàn toàn trái ngược với các nguyên tắc cơ bản của đức tin, những hành vi tự mâu thuẫn như thế sẽ không làm chúng ta ngạc nhiên nếu áp dụng phương pháp phân tích nhân tố tới hạn để hiệu chỉnh quá trình tiến hóa (hay thoái hóa) theo thời gian của các giáo lý tâm linh.

Chúng ta có thể dùng phương pháp này để khảo sát giáo lý tôn giáo hàng đầu trên thế giới.

(Xin lưu ý tới sự khác biệt điểm số: Điểm của các nhóm tôn giáo thay đổi theo thời gian, đó là do chính sách của họ đã thay đổi. Do vậy, chúng tôi đưa vào ấn bản sửa đổi này cả điểm hiệu chỉnh, trong dấu ngoặc đơn, rút ra từ tác phẩm *Truth vs. Falsehood*, xuất bản năm 2005, sau *Power vs. Force* 10 năm. *Truth vs. Falsehood* trình bày những cuộc thảo luận khoáng đạt và điểm của các nhóm tôn giáo, các thực hành tâm linh và các thánh kinh. Ngoài ra, nếu đối tượng được kiểm tra nhiều lần, việc lặp đi lặp lại như thế có thể góp phần làm thay đổi kết quả hiệu chỉnh).

## Kitô giáo

Chân lý trong những lời rao giảng của Chúa Jesus Christ có điểm hiệu chỉnh 1.000, mức cao nhất có thể đạt được trên bình diện này. Tuy nhiên, tới thế kỷ II, chân lý trong việc thực hành giáo lý của Ngài đã giảm xuống còn 930, tới thế kỷ VI thì giảm xuống còn 540. Đến giai đoạn diễn ra các cuộc Thập tự chinh, tức là đầu thế kỷ XI, chân lý đã giảm xuống tầng hiện tại là 498. Vụ suy giảm nghiêm trọng vào năm 325 dường như là do Hội đồng Nicaea đã phát tán rộng rãi những giải thích giáo lý sai lầm của mình. Những người



ngiên cứu lịch sử tôn giáo sẽ cảm thấy thú vị khi hiệu chỉnh tầng chân lý của Kitô giáo trước và sau các vị thánh Paul, Constantine, Augustine, v.v..<sup>1</sup>

Cần lưu ý rằng bản dịch Kinh Tân ước từ tiếng Aramaic của Lamsa có điểm hiệu chỉnh 750, trong khi phiên bản gọi là King James, dịch từ tiếng Hy Lạp, có điểm hiệu chỉnh 500. Các bản dịch khác nhau có tầng chân lý khác nhau như thế nào thì tầng chân lý của các thực hành Cơ đốc giáo cũng khác nhau như thế ấy. Hầu hết các giáo phái chính – Công giáo La Mã, Anh giáo, Khoa học Cơ đốc giáo<sup>2</sup> và nhiều giáo phái nhỏ, ví dụ, Quakers – có điểm hiệu chỉnh từ 550 đến 600. (Năm 2005, điểm hiệu chỉnh của các giáo phái Cơ đốc chính nằm trong khoảng từ 310 đến 535). Các diễn giải

---

<sup>1</sup> Việc Kitô giáo rơi từ 930 xuống 498 điểm phải được công nhận như là thảm họa lớn nhất trong lịch sử tôn giáo phương Tây. Ở đây chúng ta có thể thấy nguồn gốc của sự phân ly khỏi những lời dạy của Chúa Jesus Christ đã tạo điều kiện cho những hành động tàn bạo trong các cuộc Thập tự chinh và Tòa án dị giáo. Một câu hỏi lặp đi lặp lại trong thảo luận về sự xuống dốc mang tính lịch sử của Kitô giáo xoay quanh việc đưa Cựu ước tương đối yếu (475) vào thánh kinh Kitô giáo. Thực sự, nền đạo đức “mất đến mất” của các nhà tiên tri có liên quan gì đến lời dạy của Chúa Christ về tình yêu thương và tha thứ phổ quát? Người ta đã hỏi đúng rằng, nếu Chúa Jesus đến để giảng dạy Kinh Cựu ước, thì ngài có áy náy chút nào về việc đến hay không? Thêm vào đó, cũng như Hồi giáo, thực hành hằng ngày của Kitô giáo bị vấy bẩn bởi các nhóm theo chủ nghĩa chính thống hiểu chiến tự xác định bằng lòng hận thù và chương trình nghị sự hung hăng của họ, mà cơ sở của nó là tước đoạt quyền tự do của người khác. Cũng có thể chính gánh nặng tiêu cực chưa chất này đã giữ Kitô giáo hiện nay nằm dưới tầng Tình yêu. Thú vị là những người được gọi là Kitô hữu này ít khi trích dẫn Chúa Christ. Tài liệu luận chiến và tự biện hộ của họ hầu như đều được rút ra Cựu ước; khi họ nói “thánh thư”, đó thường là điều họ muốn nói. Giả sử như Kitô giáo, khi đánh giá hành vi đạo đức, chỉ tuân theo các giáo lý của Tân ước, thì thế giới hiện nay sẽ như thế nào?

<sup>2</sup> Christian Science – giáo phái do Mary Baker Eddy (1821-1910) sáng lập, chủ trương rằng có đức tin và thực hành đức tin thì sẽ khắc phục được bệnh tật. (ND)

chuyên biệt, ví dụ, *A Course in Miracles* (tạm dịch: Khóa học về những điều kỳ diệu) đương thời hay chủ nghĩa thần bí thế kỷ XIV của Meister Eckhart, có điểm hiệu chỉnh từ 600 đến 700. Tuy nhiên, cũng như Hồi giáo, các nhóm theo trào lưu chính thống cực đoan với những chương trình nghị sự chính trị phản động có thể có điểm hiệu chỉnh 125, hoặc thậm chí còn thấp hơn nữa.

## **Phật giáo**

Chân lý trong những lời rao giảng ban đầu của Đức Phật cũng có điểm hiệu chỉnh 1.000. Tuy nhiên, đến thế kỷ VI tầng chân lý trong thực hành đã giảm xuống trung bình còn 900 – so với những tôn giáo khác, giáo lý của Đức Phật ít bị xuyên tạc nhất: Phật giáo Tiểu thừa vẫn có điểm hiệu chỉnh 850; Phật giáo Đại thừa có điểm hiệu chỉnh 950; thực hành của Thiền tông hiện nay đạt từ 600 đến 700 điểm. (Năm 2005, điểm hiệu chỉnh của các nhánh chính trong Phật giáo dao động từ năm 405 đến năm 960).

## **Ấn Độ giáo**

Những lời dạy của Thần Krishna có điểm hiệu chỉnh 1.000 và suy giảm rất chậm theo thời gian, do đó, chân lý của thực hành hiện nay vẫn có điểm hiệu chỉnh 850 hoặc hơn. (Năm 2005, điểm hiệu chỉnh của các môn Yoga chính dao động từ 390 đối với dòng Hatha Yoga, tới 975 đối với dòng Jnanan Yoga).

## **Do Thái giáo**

Những lời dạy của Abraham có điểm hiệu chỉnh 985; việc thực hành giáo lý thời Moses có điểm hiệu chỉnh 770; Kinh Talmud





có điểm hiệu chỉnh 665 (hiệu chỉnh năm 2011). Do Thái giáo hiện đại đạt 499 điểm. (Năm 2005, điểm hiệu chỉnh của các nhánh chính trong Do Thái giáo dao động từ 550 đến 605, trong đó, Kinh Zohar đạt 905 điểm). Kinh Cựu ước có điểm hiệu chỉnh khoảng 475.

## Hồi giáo

Tầng ý thức của Mohammed đã thay đổi. Kinh Koran có điểm hiệu chỉnh 700 (hiệu chỉnh năm 2011). Cốt lõi của đức tin Hồi giáo là chấp nhận đầy yêu thương và bình an trong tâm hồn, nhưng quá trình tiến hóa của giáo lý này, trên thực tế, ngay từ đầu đã quyện chặt với chính sách bành trướng lãnh thổ dưới hình thức thánh chiến (Jihad) hoặc chiến tranh tôn giáo. Đến cuối giai đoạn Thập tự chinh, chân lý trong những giáo lý này đã sụt giảm nghiêm trọng. Trong thời hiện đại, sự ngóc đầu dậy của các phong trào tôn giáo mang tinh thần chủ nghĩa dân tộc cuồng tín, với đặc điểm là hoang tưởng và bài ngoại, đã nhanh chóng làm xói mòn cốt lõi tâm linh của tôn giáo này. Hiện tại, tầng chân lý của những lời rao giảng của các phong trào Hồi giáo chính thống đầy bạo lực dao động trong khoảng từ 90 đến 130. (Năm 2005, điểm hiệu chỉnh của Hồi giáo dao động từ 30 với nhánh Wahhabism, tới 700 với nhánh Sufism).



Nhìn vào quá trình suy giảm tầng chân lý của các tôn giáo lớn trên thế giới, chúng ta thấy rằng những tôn giáo mà phần lớn là “Yin” (âm – trong chữ Hán) vẫn tương đối thuần khiết, trong khi những tôn giáo “Yang” (dương – trong chữ Hán – ND) hơn (liên quan đến các vấn đề thể gian) đã



suy thoái đáng kể, cho đến khi các giáo phái cực đoan đẩy bạo lực của những tôn giáo hiếu chiến nhất thực sự rơi xuống dưới tầng 200, tức là dưới tầng tới hạn của tính toàn vẹn. Tín điều càng nhị nguyên thì dường như càng dễ bị giải thích sai. Nhị nguyên thúc đẩy hành động tách rời khỏi đức tin và phân biệt giữa các tầng của chân lý. Khi xảy ra những sự kiện như thế, bản chất tâm linh có thể bị hiểu sai khi nó chuyển thành bạo lực. Do đó, khái niệm Chiến binh Cơ đốc giáo (chiến binh của linh hồn) qua lối diễn giải theo “nghĩa đen” đã bị bóp méo trong bản dịch, thành ra kẻ giết người chính đáng trên chiến trường.

Các tín đồ Ấn Độ giáo không làm rối loạn các tầng diễn dịch; họ không bao giờ hiểu sai trận chiến đấu trong phần mở đầu *Chí tôn ca* (Bhagavad Gita), họ không bao giờ nghĩ rằng Thần Krishna dạy các tín đồ nên thực sự tham gia chiến đấu. Đức Phật cho rằng, vô minh là nguyên nhân của mọi đau đớn và thống khổ ở trên đời, Ngài cho rằng nó là “tội lỗi” duy nhất, và bốn phận của mỗi người là từ bi và cầu nguyện cho chúng sinh – khó có thể bị biến dạng như thế.

Tất cả các giáo lý tâm linh cao cả bị mất giá trị là do những người chứng ngộ ở tầng thấp giải thích sai; mỗi tầng ý thức xác định sẵn năng lực nhận thức và lĩnh hội hạn chế của nó. Khi người ta chưa tu tập đến mức trở thành người chứng ngộ, hoặc ít nhất là trải nghiệm trạng thái ý thức cao cấp, thì tất cả các giáo lý tâm linh vẫn chỉ là tín đồn và do đó, dễ bị bóp méo và hiểu nhầm. Kinh thánh có thể được trích dẫn nhằm biện minh cho bất kỳ quan điểm nào. “Người công chính” bao giờ cũng nguy hiểm, vì họ có nhận thức thiên lệch và hậu quả là họ có thái độ thờ ơ trước



bạo lực tinh thần. Trong bất kỳ tôn giáo nào, các giáo phái chính thống bao giờ cũng có điểm thấp nhất, ý thức của họ thường vận hành ở tầng tương tự như giới tội phạm; đặc điểm nổi bật của họ là chủ nghĩa cực đoan và phi lý đầy vị kỷ. Nhưng với 85% dân số loài người có điểm hiệu chỉnh dưới tầng tối hạn 200, sai lầm rất dễ bị phát tán và dễ dàng được mọi người trên khắp thế giới chấp nhận.

Các giáo phái (Cult) mọc nhanh như nấm, vì công chúng không có những tiêu chí khách quan để phân biệt giữa thật và giả. Sử dụng các công cụ của công trình nghiên cứu này, chúng ta có thể coi bất kỳ phong trào tâm linh tự xưng có điểm hiệu chỉnh dưới tầng 200 là “giáo phái”. Như đã thấy bên trên, các giáo phái không chỉ là hiện tượng bị cô lập, nổi loạn mà còn phát triển mạnh dưới dạng các phân nhóm được chấp nhận trong các tôn giáo lớn trên thế giới, nhưng đã xuyên tạc và làm biến chất ý định ban đầu của giáo lý.

Thực ra, các giáo phái không cần phải là tôn giáo chính thức nào hết. Tất nhiên, cuồng tín cực đoan nhất là tư tưởng bài tôn giáo trên cơ sở chống lại thánh thần, gọi là “Satan giáo”. Satan giáo không có chương trình nghị sự tôn giáo rõ rệt của riêng mình, vì nó tự coi mình là phản đảo và đi ngược lại các nguyên tắc từ bi, hòa ái. Và, bằng hình thức này hay hình thức khác, nó vẫn sống cùng chúng ta. Vì có “lên” là phải có “xuống” và có “sáng” là phải có “tối”, việc tìm kiếm chân lý và cam kết hướng tới các cấp độ tâm linh cao hơn được tổ chức trên bình diện xã hội của nhân loại cũng luôn luôn ám chỉ việc truyền bá giả dối và phục tùng các trường năng lượng thấp nhất được tổ chức trên bình diện xã hội. Trên thực tế, khảo sát bản chất bài tôn giáo cho thấy sức hủy diệt khổng lồ của trường năng lượng tiêu cực. Đáng tiếc là, chúng ta có sẵn nhiều bằng chứng như thế.



Những cạm bẫy của Satan giáo trá hình lan tràn dưới dạng các tiểu văn hóa thịnh hành trong giới trẻ, phương tiện chính của nó là dòng nhạc công khai. Những cạm bẫy này ngầm chứa các nguyên tắc, và nguyên tắc thì tạo ra Trường điểm hút. Các bác sĩ lâm sàng đang chữa bệnh gần khu vực đô thị đều biết rõ ảnh hưởng của các trường điểm hút này. Sức công phá của các trường năng lượng này là nguyên nhân gây ra bệnh tật. Nạn nhân không còn phân biệt được thiện và ác, thăm khám lâm sàng có thể phát hiện được sự đảo lộn giá trị như thế. Có thể thấy rõ là những người bị tác động thường xuyên có hệ thống kinh lạc “bung bét” và các bán cầu đại não phản ứng chệch choạc trước các mô thức tiêu cực lặp đi lặp lại của loại âm nhạc liên quan tới Satan giáo. Kết quả chung cuộc là, họ rơi vào trạng thái thôi miên, và trong thái này, người nghe rất dễ tuân theo những gợi ý đầy bạo lực và báng bỏ của bài hát. Theo nghĩa này, những đứa trẻ thường xuyên nghe những loại nhạc đó trở thành nô lệ, theo nghĩa đen của từ này, sau này chúng dễ ngã theo những vụ phá hoại phi lý mà thực ra chúng “không biết tại sao” lại hành động như thế, vì họ hành động theo những gợi ý vô thức đã ngấm vào tâm trí sau khi bị thôi miên. Nhưng ảnh hưởng của chúng kéo dài rất lâu.

Cơ thể và hệ thống miễn dịch tiếp tục suy yếu sau khi thứ nhạc kia đã tắt từ lâu, đồng thời phản ứng cơ thể động học cũng đảo lộn hoàn toàn. Các kích thích tiêu cực làm cho người bình thường yếu đi thì lại làm cho những người này mạnh lên, trong khi những kích thích làm cho người bình thường mạnh lên lại làm cho họ yếu đi. Do không ý thức được rằng mình là nạn nhân của trường năng lượng tiêu cực có uy lực lớn, các thành viên của nhóm văn hóa này đôi khi trở thành những người phụ thuộc hoàn toàn vào những



lực lượng vượt xa sự hiểu biết của họ mà không thể nào thoát ra được. Chất dẫn truyền thần kinh não của những thanh thiếu niên bị lạm dụng về thể chất, tình cảm và tình dục như thế bị mất cân bằng vĩnh viễn, khi trưởng thành sẽ rơi vào tình trạng trầm cảm, thường tìm kiếm những người thích lạm dụng và phải liên tục đấu tranh với khuynh hướng muốn tự sát, trên thực tế, ý muốn tự sát chính là hình thức ám thị còn lại sau khi bị thôi miên<sup>1</sup>.

Chúng ta có thể không muốn công nhận rằng bệnh dịch truyền nhiễm về tâm linh như thế – làm chúng ta nhớ lại thời Trung cổ – vẫn có thể phát huy độc tính của nó trong xã hội dường như đã khai sáng của chúng ta. Nhưng những ảnh hưởng tai ác như thế không phát tác trong chân không đạo đức hoặc không nảy sinh từ matrix xã hội chưa tích hợp sẵn các tiền đề cho quá trình phát triển của chúng. Nghịch lý của xã hội khắt khe là nó thường xuyên quyến rũ người ta, nhưng lại không cho người ta được thỏa mãn, vì vậy, các phương thức giải tỏa thông thường chỉ làm cho người ta thường xuyên cảm thấy bất mãn và cuối cùng, bất mãn được giải tỏa theo lối truy lạc. Xem xét kỹ lưỡng hơn, chúng ta có thể phát hiện được rằng, các yếu tố khác của cái mà chúng ta gọi là “nền văn minh”, trên thực tế, cũng dung dưỡng cho sự tồn tại dai dẳng của nó.



Trong khi người ta dùng những trò chơi trên tivi và máy tính chuyên tôn vinh bạo lực để lập trình tâm trí thanh thiếu niên, thì cha mẹ chúng lại bị các chương trình

---

<sup>1</sup> Trải nghiệm của tác giả.



dành cho người lớn trên các phương tiện truyền thông tấy nã. Kiểm tra cơ thể động học cho thấy, chỉ một đoạn trong một chương trình truyền hình tương đối điển hình đã làm cho các đối tượng thỉnh thoảng lại yếu đi. Mỗi một sự kiện làm cho người quan sát yếu đi đều ức chế hệ thống miễn dịch của người đó. Mỗi sự kiện làm người ta yếu đi đều phản ánh thương tổn gây ra cho hệ thần kinh trung ương, cũng như hệ thống thần kinh thực vật của người xem. Hệ thống kinh lạc bị phá vỡ thì chắc chắn tuyến ức cũng bị ức chế; mỗi chấn thương đều gây hại cho hệ thống thần kinh nội tiết và hệ thống dẫn truyền thần kinh mỏng manh của não bộ. Mỗi hình ảnh/ngôn từ tiêu cực đều đưa người xem tiến gần hơn tới bệnh tật và trầm cảm – hiện là một trong những căn bệnh phổ biến nhất trên thế giới.

Các cấp độ trầm cảm cận lâm sàng không dễ bị phát hiện, giết chết nhiều người hơn tất cả các bệnh khác của nhân loại cộng lại. Không có thứ thuốc nào có thể chữa được bệnh trầm cảm có nền tảng tâm linh, vì căn bệnh đó không phải là do rối loạn chức năng của não, mà do phản ứng xác đáng trước những biểu hiện báng bỏ đời sống. Thể xác là phản ánh của tinh thần trong biểu hiện vật lý của nó, và các vấn đề của thể xác là kịch tính hóa các cuộc vật lộn của tinh thần – mà tinh thần chính là cái đem lại đời sống cho thể xác. Một niềm tin mà chúng ta quy cho là ở “ngoài kia” sẽ gây ra ảnh hưởng “ở trong này”. Tất cả mọi người đều đang tự giết mình. Đây là thực tế lâm sàng khắc nghiệt, chứ không phải là quan điểm đạo đức.



Trên thực tế, nỗ lực áp đặt những tiêu chuẩn để phán xét cái gì là tuyệt đối Thiện, cái gì là tuyệt đối Ác là một



trong những cạm bẫy đạo đức nguy hiểm nhất. Không hề lên mặt dạy đời, nhưng chúng ta có thể tuyên bố một cách rõ ràng rằng, bất cứ thứ gì hay hiện tượng nào có điểm hiệu chỉnh trên 200 đều củng cố sự sống và do đó, có thể được định nghĩa là “tốt”; trong khi đó, bất cứ thứ gì hay hiện tượng nào có điểm hiệu chỉnh dưới 200 là phá hoại, là không củng cố sự sống và do đó, có thể được tuyên bố là “tiêu cực”. Bằng kiểm tra cơ thể động học, chúng tôi có thể chứng minh rằng một giả thuyết sai, ví dụ, “mục đích biện minh cho phương tiện” là tiêu cực về mặt chức năng, nhưng đây là lại là lời biện minh thường thấy cho nhiều hành vi của con người – từ những lỗi lầm trong thương mại đến những hành động tàn bạo trong chiến tranh. Sự mơ hồ về tâm linh như thế cuối cùng đã dẫn đến những nhầm lẫn không thể sửa chữa được giữa Thiện và Ác, đã và đang là gót chân Achilles của xã hội loài người.

Chính quá trình xuyên tạc chân lý vì thiếu sáng suốt như thế đã tạo điều kiện dẫn đến quá trình sa sút của các tôn giáo lớn trên thế giới (như đã nói ở trên). Các tôn giáo rơi xuống dưới tầng 500 có thể vẫn rao giảng tình yêu, nhưng họ không thể thực hành yêu thương. Và, không có hệ thống tôn giáo khuyến khích chiến tranh nào có thể tuyên bố, có quyền lực về mặt tâm linh mà không khoác lên mình thói đạo đức giả trắng trợn rồi lớn tiếng phán xét những người trung thực là vô thần.

Xã hội dễ bị tổn thương nhất khi khả năng phân biệt giữa những người có sức cuốn hút và những kẻ bất chước, hoặc khả năng nhận thức sự khác biệt giữa các tầng ý thức khác nhau bị cùn mòn. Đây là lý do vì sao những hành động bất lương trở thành luật pháp và cơ sở để những kẻ cực đoan



chính trị sử dụng những khẩu hiệu đúng đắn nhằm thuyết phục dân chúng. Những đứa trẻ bị bạo hành trở thành thủ phạm của những vụ bạo hành, vì xã hội rối ren đã đánh mất năng lực phân biệt cần thiết nhằm bảo vệ ý thức của mình khó có thể hy vọng bảo vệ được thể hệ trẻ của nó.

Tăng ý thức của một người được quyết định bởi những nguyên tắc mà người đó cam kết tuân thủ. Muốn ý thức tiếp tục phát triển thì không được dao động về nguyên tắc, nếu không, người đó sẽ rơi trở lại tầng thấp hơn. Không bao giờ được coi thủ đoạn là biện minh thích đáng. Nếu coi sát nhân là sai, thì nguyên tắc này phải không có bất kỳ ngoại lệ nào, dù khái niệm được sử dụng nhằm biện minh cho ngoại lệ kia có hấp dẫn về mặt cảm xúc đến mức nào thì cũng vậy mà thôi. Do đó, xã hội chấp nhận án tử hình bao giờ cũng sẽ có những vụ giết người. Cả hai đều là sản phẩm của cùng một tầng nhận thức. Đối với kẻ sát nhân, hành động giết người cũng chỉ là ngoại lệ có thể bào chữa được.

Khi nguyên tắc bị vi phạm, hình thức đã méo mó của nó sẽ lan truyền chẳng khác gì bệnh ung thư. Xã hội cổ vũ giết chóc – dù là trong chiến tranh hay do cảnh sát, hoặc hệ thống pháp luật hình sự – thì cùng lúc đó, nó không thể ngăn chặn tội “giết người” một cách hiệu quả. Sát nhân là sát nhân; đây là sự kiện mà ta không trốn tránh được. Quyết định giết người hay không giết người là vấn đề cơ bản trên con đường vươn tới nội lực thực sự; nhưng 85% dân số trên thế giới hoặc hầu như chưa có chính phủ nào thử đi bước đầu tiên này. Koko, con khỉ đột nổi tiếng từng sống ở Viện Nghiên cứu linh trưởng, đã làm việc với một nhà tâm lý học trong mấy năm và đã phát triển được vốn từ vựng trong ngôn ngữ cử chỉ phức tạp. Nó là con vật trung thực, tình cảm, thông minh và đáng tin; tính chính trực của nó





có điểm hiệu chỉnh 250. Do đó, ở gần con khỉ đột Koko còn an toàn hơn là sống cùng 85% số người trên hành tinh này.

Những tổn thương mà người ta gây ra cho “con mắt tâm linh” của con người làm cho người ta mơ hồ về đạo đức và không nhìn thấy sự thật, làm cho 85% dân số trên thế giới – những người sống lay lắt dưới tầng chính trực mang tính quyết định – phải chịu đau khổ. Vấn đề lớn mà nhân loại nói chung phải giải quyết là chữa lành căn bệnh mù lòa về tâm linh này. “Vấn đề” cấp bách hơn của cái gọi là Đúng và Sai – luôn luôn làm chệch hướng quan tâm của xã hội của chúng ta – chỉ tồn tại như chức năng của nhận thức nằm ở các tầng ý thức thấp hơn. Trẻ con được dạy rằng các hành vi nguy hiểm là “sai”, nhưng càng lớn lên thì sáng suốt phải thay thế cho các châm ngôn đạo đức. Sát nhân là sai hay không sai có thể là song đề cho những người ở các tầng ý thức thấp; ở các tầng cao hơn, câu hỏi này trở thành lối bịch và thậm chí là không thể tưởng tượng nổi. Do đó, đạo đức quy ước chỉ là thay thế tạm thời khi chưa vươn tới tầng ý thức cao hơn mà thôi. Những lời dạy về đạo đức, một sản phẩm phụ của tính nhị nguyên, mất dần ý nghĩa khi ý thức vươn lên khỏi tầng 500 và cao hơn nữa, và sẽ chẳng có ý nghĩa gì khi lên tới tầng 600.

Để vươn tới vũ đài, nơi người ta hoạt động chủ yếu bằng lý trí đòi hỏi ý thức phải có bước tiến hóa to lớn, tức là vươn tới tầng 400 trở lên – tầng ý thức đầy nội lực trong xã hội thế tục. Freud, Einstein và Descartes có điểm hiệu chỉnh 499, tức là cùng tầng với chủ nghĩa nhân văn<sup>1</sup>. Nhưng lý trí,

---

<sup>1</sup> Freud vẫn nằm dưới tầng 500 vì ông phủ nhận phần tâm linh của con người, trong khi Carl Jung khẳng định bản chất tâm linh của con người, có điểm hiệu chỉnh cao hơn nhiều, trên 550.



rất dễ bị mất quan điểm khi người đó chỉ quan tâm tới ý kiến của mình, về lâu dài, lý trí chưa bao giờ cung cấp cho người ta bất kỳ nền tảng đạo đức vững chắc, hay thậm chí là sự chắc chắn nào về trí tuệ. Ngược lại, lý trí thường xuyên đưa chúng ta đi từ những hỗn loạn vì vô minh tạo ra tới mê cung do trí não tạo ra cũng rắc rối không kém. Trong thế giới mà hỗn loạn hiện diện khắp nơi, chúng ta rất cần một thước đo chính xác, có thể xác minh một cách khách quan, để đo lường chân lý. Hy vọng rằng, công trình nghiên cứu này đã giới thiệu tới chúng ta một công cụ như thế. Việc truyền thêm, với bất cứ mức độ nào, ảnh hưởng của chân lý vào ý thức tập thể của con người đều cho chúng ta lý do để hy vọng hơn là những hy vọng có thể rõ ràng là xuất phát từ những thứ có xu hướng chắc chắn sẽ dẫn tới quan điểm tổng thể đầy bi quan.

Chúng tôi đã chứng minh rằng ý thức có khả năng nhận biết bất kỳ sự thay đổi năng lượng nào trong phạm vi log 10 (tối âm vô cực). Có nghĩa là không có sự kiện nào xảy ra trong vũ trụ mà sự nhạy cảm sắc bén của bản thân ý thức lại không thể phát hiện được. Mặc dù năng lượng của ý nghĩ của con người là rất nhỏ, nhưng vẫn hoàn toàn có thể đo lường được. Năng lượng của ý nghĩ xuất phát từ tầng ý thức 100 thường nằm trong khoảng từ log  $10^{-800.000.000}$  đến  $10^{-700.000.000}$  microwatts. Mặt khác, năng lượng của ý nghĩ đầy tình yêu thương xuất phát từ tầng ý thức 500 có giá trị khoảng log  $10^{-35.000.000}$  microwatts.

Mặc dù chỉ có 15% dân số thế giới nằm ở trên tầng ý thức tối hạn 200, nội lực tập thể của 15% đó cũng đủ sức đối trọng với ảnh hưởng tiêu cực của 85% còn lại của dân số thế giới. Bởi vì thước đo nội lực được chia theo hàm logarit,



cho nên chỉ cần một vị Thần giáng thế có tầng ý thức 1.000 là có thể và trên thực tế, hoàn toàn đối trọng được với ảnh hưởng tiêu cực tập thể của toàn thể nhân loại. Kiểm tra động lực học cho thấy:

Một người ở tầng 700	Đối trọng với	70 triệu người ở tầng dưới 200
Một người ở tầng 600	Đối trọng với	10 triệu người ở tầng dưới 200
Một người ở tầng 500	Đối trọng với	750.000 người ở tầng dưới 200
Một người ở tầng 400	Đối trọng với	400.000 người ở tầng dưới 200
Một người ở tầng 300	Đối trọng với	90.000 người ở tầng dưới 200
12 người ở tầng 700	Bằng	Một Thần giáng thế ở tầng 1.000

Ngay khi chấp bút cuốn sách này, trên hành tinh của chúng ta có 12 người có điểm hiệu chỉnh hơn 600. Tuy nhiên, tháng 5 năm 2006, chỉ có sáu người: ba người nằm trong khoảng từ 600 đến 700, một người nằm trong khoảng từ 700 đến 800, một người nằm trong khoảng từ 800 đến 900 và một người nằm trong khoảng 900 đến 1.000.

Nếu không có những đối trọng này, nhân loại sẽ tự hủy diệt vì ảnh hưởng tiêu cực, vô cùng to lớn và không có gì ngăn chặn do chính nó gây ra. Tuy nhiên, sự chênh lệch nội lực giữa một ý nghĩ đầy yêu thương ( $10^{-35.000.000}$  microwatts) và ý nghĩ đầy sợ hãi ( $10^{-750.000.000}$  microwatts) lớn đến mức vượt xa khả năng nhận biết của trí tưởng tượng của



con người. Từ phân tích bên trên, chúng ta có thể thấy, thậm chí trong một ngày chỉ cần vài ý nghĩ đầy tình yêu thương, với nội lực khổng lồ của chúng, cũng thừa sức đối trọng với tất cả những ý nghĩ tiêu cực của chúng ta.

Như chúng tôi đã nói, xét từ quan điểm hành vi – xã hội, thì chân lý là một tập hợp các nguyên tắc làm kim chỉ nam cho người ta sống, dù họ có nói mình tin vào cái gì thì cũng thế mà thôi. Chúng tôi thấy rằng, có chân lý chủ quan, chân lý dùng cho hoạt động, chân lý giả định và chân lý mang tính trí tuệ; và chân lý thực tế. Tính chính danh của bất kỳ chân lý nào trong số những chân lý vừa nêu phụ thuộc vào bối cảnh của tầng nhận thức nhất định. Chân lý không thể vận hành nếu nó không có ý nghĩa, và ý nghĩa, tương tự như giá trị, lại phụ thuộc vào một trường nhận thức độc đáo duy nhất. Sự kiện và dữ liệu có thể thuyết phục được người ở tầng nhận thức này, nhưng lại chẳng có giá trị gì đối với người ở tầng nhận thức khác. Giá trị mang tính chức năng của thông tin mà người ta nhận được cũng thay đổi theo tầng trí tuệ và khả năng trừu tượng hóa của tâm trí người nhận. Không chỉ đơn giản là “đúng”, mà người ta còn phải nhận thức được thì chân lý mới phát huy được tác dụng; nhưng tầng bên dưới không thể nhận thức được chân lý ở tầng bên trên, tầng bên trên lại coi chân lý ở tầng bên dưới là vô giá trị. Do đó, chúng ta có thể kết luận rằng, tất cả các loại chân lý mà chúng ta biết trong phạm vi hoạt động bình thường của con người là những ví dụ về chân lý *phụ thuộc*, tính chân thực của nó là hoàn toàn phụ thuộc vào một tập hợp các tham số hoặc bối cảnh nhất định. Thậm chí “chân lý khoa học” mà chúng ta rất coi trọng, về bản chất, cũng chỉ là chân lý trong những điều kiện nhất định, và do đó có thể bị nghi ngờ và sai lầm. Kết luận dựa trên thống kê đã



trở thành công cụ tuyên truyền, và việc có thể sử dụng các số liệu thống kê đã bị bóp méo để chứng minh bất cứ cái gì về bất cứ cái gì đã làm mất dần niềm tin của chúng ta.

Có chân lý nào hoàn toàn phi cá tính, không phụ thuộc vào điều kiện hoặc bối cảnh của từng cá nhân?

Chân lý – do các phương pháp nghiên cứu được giải thích trong suốt cuốn sách này phát hiện ra – tìm được giá trị của nó từ những nguồn gốc tối thượng nằm bên trên rất xa ảnh hưởng của bất kỳ trường nhận thức bị khu biệt nào. Nó không đại diện cho tính cách hay quan điểm và nó vẫn giữ nguyên trong mọi điều kiện của đối tượng hoặc môi trường kiểm tra.

Vô minh không khuất phục trước những cuộc tấn công, nhưng nó sẽ tiêu tan khi có ánh sáng chiếu vào, và tiết lộ chân lý là biện pháp nhanh nhất làm cho thái độ thiếu trung thực không còn đất sống. Muốn củng cố nội lực thì chỉ có một cách duy nhất: Gia tăng tính chính trực, trí tuệ và tâm từ bi. Nếu có thể làm cho dân chúng thuộc mọi sắc tộc và màu da trên thế giới nhận thức được như thế, thì sự sống còn của xã hội loài người và hạnh phúc của các thành viên của nó sẽ được bảo đảm vững chắc hơn.

Khi người ta nhận trách nhiệm đối với chân lý của cuộc đời mình thì hành động đó sẽ tạo được hiệu quả ban đầu là nâng các tầng của trường năng lượng thấp hơn lên tầng 200 – tầng tới hạn – đây là nơi nội lực bắt đầu xuất hiện và bước đệm để đi lên tất cả các tầng cao hơn. Can đảm đối mặt với sự thật cuối cùng sẽ dẫn đến Chấp nhận, nội lực mạnh mẽ hơn sẽ xuất hiện ở tầng 350. Ở tầng này, người ta có đủ năng lượng để giải quyết phần lớn các vấn đề xã hội của con người. Đến lượt mình, nó sẽ dẫn đến nội lực mạnh mẽ hơn



nữa ở tầng 500, tầng của Tình yêu. Nhận biết được nhược điểm mang tính người của mình và của mọi người khác sẽ giúp ta có lòng khoan dung và sau đó là tâm từ bi. Từ bi là cánh cửa dẫn đến Ân điển, tới nhận thức chung cuộc về việc chúng ta là ai, tại sao chúng ta lại ở đây, và cội nguồn tối thượng của toàn bộ tồn tại.

## CHƯƠNG 24

### **Giải pháp**

Như đã chỉ ra, hấp thụ trọn vẹn kiến thức được trình bày trong tác phẩm này có thể nâng tăng ý thức của một người lên trung bình là 35 điểm. Vì quá trình phát triển của ý thức trong suốt cuộc đời của một người trên hành tinh này trung bình chỉ gia tăng 5 điểm, gia tăng 35 điểm trong nhận thức của một người mang lại lợi ích to lớn cho người đó và vì chính người đó. Và, như vật lý lý thuyết cao cấp và động lực học phi tuyến đã chỉ ra, bất kỳ sự gia tăng đơn lẻ nào cũng nâng ý thức của tất cả mọi người trên hành tinh này lên một mức độ nào đó.

Trở nên có ý thức hơn là món quà lớn nhất mà bất cứ người nào cũng có thể trao tặng cho thế gian; hơn nữa, trong phản ứng dây chuyền, món quà sẽ quay trở lại với người tặng. Trong khi tăng ý thức của nhân loại nói chung đứng ở mức 190 đầy nguy hiểm trong suốt nhiều thế kỷ, thì giữa những năm 1980, nó đột nhiên nhảy vọt lên tầng 204, hứa hẹn sẽ mang lại nhiều hy vọng. Lần đầu tiên trong lịch sử, con người đã có nền tảng an toàn để từ đó tiếp tục hành trình đi lên của mình. Và hy vọng mới đây hứa hẹn này xuất hiện thật đúng lúc.

Hiện nay, nhiều chủ đề mà chúng tôi đã thảo luận đang bùng nổ trên các phương tiện thông tin đại chúng. Xuyên tạc



tôn giáo để phục vụ cho những mục tiêu man rợ của chính trị, tội ác ngày càng đồi bại thêm, trẻ em cũng dính líu vào bạo lực, hiện tượng mơ hồ về đạo đức trong chính trị và bạo lực quái dị của các giáo phái, tất cả đều xuất hiện trên tấm phong với hai tông màu chính là đối trá và không có đồng thuận: đối trá là khoang tiếp nhiên liệu cho con tàu xã hội, và người ta không tìm được tiếng nói chung về trách nhiệm của cá nhân và tập thể đối với đồng loại.

Tình trạng hỗn loạn và tê liệt xã hội như thế là do không có các hướng dẫn làm cơ sở để ban hành quyết định. Hy vọng rằng, cuốn sách này, mà trên thực tế là một tiểu luận về khoa học đạo đức, đã tiến được một bước nhằm lấp đầy khoảng trống đó. Từ “đạo đức” ở đây không chỉ đơn thuần là những phán xét đạo đức vụn vặt về đúng và sai, mà nhắm tới nền tảng vừa mang tính khách quan vừa mang tính cá nhân để dùng làm căn cứ ban hành quyết định và đánh giá về phương pháp tổ chức tiên tiến nhất đời sống của chúng ta.

Trong khuôn khổ xã hội, chúng ta chắc chắn có thể không chấp nhận phục tùng một cách thụ động bất kỳ hệ thống chính trị nào nằm dưới tầng 200. Thay vào đó, bằng cách áp dụng các biện pháp khảo sát và hiệu chỉnh mà chúng ta mới xây dựng được, giờ đây chúng ta có thể, ví dụ, thiết lập được các tiêu chí rõ ràng để lựa chọn quan chức nhà nước. Để có thể hoạt động hiệu quả, mỗi cơ quan đều phải có tầng nhận thức tối thiểu cụ thể; nói chung, quan chức chính phủ nào có điểm dưới 200 sẽ không thể giải quyết được các vấn đề mà còn tạo ra thêm những vấn đề mới.

Vấn đề xã hội lớn hơn là, hành vi của con người có những mặt tối, làm sao ta có thể giữ được lòng từ bi. Đây là thế giới tương đối; mỗi người đều hành động từ tầng ý thức của



mình và do đó, tin rằng hành động và quyết định của mình là “đúng”; chính cái “đúng đắn” này đã làm cho những kẻ cuồng tín trở nên nguy hiểm. Nhưng nguy hiểm thực sự đối với xã hội không xuất phát từ những niềm tin mù quáng không úp mở, ví dụ, thuyết cho rằng người da trắng là giống dân cao quý nhất (điểm 150), vì ít nhất chúng ta cũng có thể giám sát được thiệt hại do chúng gây ra. Nguy hiểm nghiêm trọng thật sự đối với xã hội ẩn mình trong sự cuốn hút một cách âm thầm và vô hình đang lén lút chinh phục tâm hồn của con người. Trong quá trình lôi cuốn ý thức cộng đồng, các trường điểm hút tiêu cực được trang điểm bằng thuật hùng biện và thao túng các biểu tượng. Hơn nữa, không phải thông điệp công khai của thông tin tiêu cực được đưa vào, mà trường năng lượng đi kèm với nó mới phá hủy ý thức.

Ví dụ, nếu kiểm tra cơ thể động học những tác phẩm nổi tiếng của ngụy triết học, ta sẽ thấy rõ ràng sự tiêu cực đến mức cực đoan của chúng. Nhưng ngay cả sau khi đã được cảnh báo trước, chúng ta vẫn có thể vô tình bị cuốn vào các trường năng lượng vô hình, các trường này sẽ được kích hoạt khi có người đọc các tác phẩm như thế. Người ta nghĩ rằng mình có thể giữ được tinh thần độc lập, nếu dùng trí tuệ bác bỏ những tác phẩm đó, nhưng chỉ cần tiếp xúc với những tài liệu đó cũng đã gây ra ảnh hưởng tiêu cực sâu sắc rồi, và ảnh hưởng này vẫn tiếp tục tồn tại ngay cả sau khi chúng đã bị trí tuệ bác bỏ. Dường như bên trong những ảnh hưởng tiêu cực này ẩn chứa một loại virus, nó xâm nhập vào tinh thần của chúng ta mà ta không nhận ra và không phát hiện được.

Ngoài ra, chúng ta thường lơ là cảnh giác khi tiếp xúc với những tài liệu tự gán cho mình các thuộc tính trí tuệ



tâm linh hay tôn giáo, quên rằng tất cả những tội ác ghê tởm mà con người có khả năng gây ra từ trước tới nay đều nhân danh Chúa. Trong khi những giáo phái bạo lực có thể thể hiện rõ bản chất ghê tởm của chúng thì các hệ thống tín ngưỡng đội lốt lòng mộ đạo thậm chí còn quỷ quyệt hơn nhiều, vì chúng làm băng hoại con người bằng sức lôi cuốn âm thầm của Trường điểm hút vô hình.

Ở đây, tốt hơn hết hãy nhớ lại trí huệ của người xưa: Đừng sợ cái ác, cũng đừng chiến đấu với nó, mà chỉ cần tránh xa nó; nhưng muốn tránh nó thì phải có khả năng nhận ra nó. Trên thực tế, Socrates nói rằng, nếu không có khả năng như thế, người trẻ (bao gồm cả tuổi trẻ tiếp tục ẩn náu trong mỗi người trưởng thành) sẽ bị các trường điểm hút có năng lượng thấp làm cho hư hỏng. Mặc dù Socrates đã bị xử tử vì truyền dạy nhận thức sáng suốt này, song lời dạy của ông thì còn sống mãi: Không phải những cuộc tấn công, chính ánh sáng của trí huệ sẽ xua tan bóng tối<sup>1</sup>. Vậy thì, vấn đề chung cuộc ở đây là làm sao nuôi dưỡng và bảo tồn được nội lực của nhận thức thấu đáo về đạo đức.

Quá trình nghiên cứu của chúng tôi rút cuộc đã đưa chúng ta đến nhận thức quan trọng hơn hết: *Nhân loại chưa có khả năng phân biệt giữa thiện và ác.*

Quy thuận một cách khiêm nhường nhận thức này, con người mới có thể nắm được vũ khí. Khi chúng ta thừa nhận rằng mình là những người cả tin và dễ bị các giác quan thuyết phục và dễ bị các thứ hào nhoáng (trong đó có cả hào

---

<sup>1</sup> Socrates dạy rằng mục đích của con người là cống hiến cuộc đời mình cho khai sáng linh hồn (ánh sáng) chứ không phải theo đuổi chủ nghĩa duy vật và giác quan (dẫn đến bóng tối). Xem *Republic* của Plato.

nhóang về trí tuệ) đánh lừa, lúc đó, chúng ta mới bắt đầu có nhận thức sáng suốt. May mắn thay, trong thế giới nhị nguyên này, con người đã được ban cho ý thức có thể phát hiện ra ngay lập tức cái gì có khả năng phá hoại, và gửi tín hiệu cho tâm trí – nếu không thì tâm trí không thể biết – bằng cách làm cho cơ thể yếu đi một cách cực kỳ rõ rệt khi xuất hiện các kích thích có hại. Cuối cùng, trí tuệ có thể quy giản thành quy trình đơn giản là tránh xa những thứ làm cho bạn yếu đi – không cần gì thêm nữa.

Thực hành thường xuyên kỹ thuật này, tình trạng mù lòa về mặt tinh thần, không phân biệt được thật giả có thể dần dần được thay thế bằng “con mắt” trực giác ngày càng tinh tường hơn. Một ít người may mắn dường như có khả năng này ngay từ khi mới ra đời; đời sống của họ bao giờ cũng rõ ràng và lời cuốn tiêu cực không gây ra được bất kỳ sút mẻ nào. Nhưng với hầu hết chúng ta, cuộc đời không được dễ dàng như thế; chúng ta mất rất nhiều thời gian để khắc phục thiệt hại do các trường điểm hút có tính phá hoại – tác động của chúng diễn ra ở mức gần như vô thức và thôi miên – gây ra. Thậm chí, có người mất phần lớn cuộc đời mới cai được một thói nghiện ngập nào đó – và mà nghiện ngập phổ biến và ngấm ngấm nhất là thói quen phủ nhận, vì mơ hồ về trí tuệ mà nó làm cho loài người khốn khổ.

Trí tuệ, trái ngược với ảo tưởng về sự vĩ đại của nó, không chỉ không có khả năng nhận ra giả dối, mà còn không có cả nội lực cần thiết để tự vệ, ngay cả giả sử như nó có khả năng phân biệt. Nếu nhìn vào thành quả khổng lồ mà hoạt động trí tuệ đã tích lũy được trong suốt lịch sử thì liệu có bất kính không khi nói rằng năng lực lập luận mà con người vẫn thường huênh hoang ấy thực ra còn không có khả năng



phân biệt tối quan trọng kia? Toàn bộ lĩnh vực triết học chỉ đơn thuần là bằng chứng chứng tỏ rằng, hàng ngàn năm qua, con người đã vật lộn và vẫn chưa đạt đến nhận thức đơn giản nhất về đúng và sai, nếu không cuộc đàm luận ấy đã đạt được đồng thuận từ khá lâu rồi.

Từ cách cư xử thường thấy của con người, chúng ta có thể thấy rõ ràng là, giả sử trí tuệ có thể chắc chắn đạt tới kết luận cơ bản này, nó thì nó *vẫn không có nội lực đủ sức chặn đứng ảnh hưởng của các trường tiêu cực*. Chúng ta vẫn không ý thức được nguyên nhân gây ra những tai ách của mình, thì trí tuệ lại bịa ra đủ thứ lý do chính đáng và tự thôi miên bằng những chính những lực lượng bên ngoài này. Ngay cả khi một người nhận thức được bằng trí tuệ rằng hành vi của mình là tự hủy hoại bản thân, thì kiến thức ấy cũng không tạo được bất kỳ tác dụng rắn đe cần thiết nào; thừa nhận về mặt trí tuệ những hiện tượng nguyền ngáp của mình cũng chưa bao giờ mang lại cho chúng ta sức mạnh bên trong đủ sức kiểm soát chúng.

Kinh thánh dạy chúng ta rằng những lực lượng vô hình làm cho con người khổ sở<sup>1</sup>. Mọi người trong thế kỷ của chúng ta đều nhận thấy rằng, ngay cả những vật thể có vẻ vô hại cũng phát ra những tia năng lượng vô thanh, vô hình; những người khám phá ra chất radium đã phải trả giá bằng cả mạng sống của mình. Tia X có thể làm chết người, và phóng xạ cũng như chất radon đều có thể giết người một cách âm thầm. Các trường năng lượng điểm hút

---

<sup>1</sup> Thư của thánh Phao-lô gửi tín hữu Ê-phê-xô, 6:12. "Vì chúng ta chiến đấu không phải với phàm nhân, nhưng là với những quyền lực thần thiêng, với những bậc thống trị thế giới tối tăm này, với những thần linh quái ác chốn trời cao."



giết chết chúng ta cũng vô hình và có nội lực mạnh không kém, nhưng tinh vi hơn hẳn.

Khi người ta nói rằng một người nào đó bị “ám” có nghĩa là ý thức người đó đã bị các trường điểm hút tiêu cực thống trị, không thể thoát ra được. Theo cách diễn giải này, chúng ta có thể thấy rằng toàn bộ các phân khúc xã hội đều bị “ám” một cách triệt để, đến mức chính họ không ý thức được động cơ của mình. Trí huệ cho chúng ta biết rằng một người tôn thờ thiên đường hay địa ngục thì cuối cùng sẽ trở thành bày tôi trung thành của một trong hai cõi đó. Địa ngục không phải là tình trạng do Chúa có quyền phán xét áp đặt, mà là hệ quả tất yếu của các quyết định mà mỗi người tự đưa ra. Địa ngục là kết quả chung cuộc của việc liên tục lựa chọn cái tiêu cực và do đó, tự làm mình xa rời tình yêu và chân lý.

Những người đã chứng ngộ luôn luôn nói rằng dân chúng nói chung “đang bị mắc kẹt trong một giấc mơ”; phần lớn dân chúng bị những lực lượng vô hình thao túng, và trong phần lớn của đời, hầu hết đều bất lực trước thực tế này. Chúng ta cầu Chúa để trút bớt gánh nặng tội lỗi của mình, và bằng việc thú tội, chúng ta cầu mong được xoa dịu. Ăn năn, hối hận dường như được dẹt vào tấm thảm cuộc đời. Vậy thì, làm sao những người vô tình bị mắc bẫy trong những ảnh hưởng phá hoại như thế có thể có được sự cứu rỗi?

Tuy nhiên, trên thực tế, ngay cả xét từ quan điểm khoa học đơn thuần, thì cứu rỗi thực sự có thể xảy ra; sự thật là, năng lượng của một ý nghĩ yêu thương có nội lực mạnh gấp nhiều lần năng lượng của một ý nghĩ tiêu cực, cũng đủ bảo đảm cho nhận định vừa nêu. Do đó, các giải pháp truyền thống như yêu thương và cầu nguyện đều có căn cứ

khoa học vững chắc; trong linh hồn của mỗi người đã có sẵn nội lực giúp họ tự cứu rỗi.

Có thể gọi nhân tính là đau khổ mà tất cả chúng ta đều phải mang trên vai. Chúng ta không nhớ mình có cầu xin được sinh ra hay không, và chúng ta thừa hưởng một tâm trí hạn chế đến mức hầu như không có khả năng phân biệt giữa cái ôm ấp sự sống và cái đưa tới cái chết<sup>1</sup>. Toàn bộ nỗ lực của đời sống là siêu việt bệnh cận thị này. Khi ý thức của chúng chưa tiến bộ đến mức vượt qua được tính nhị nguyên và không còn quanh quẩn trên mặt đất nữa thì chúng ta chưa thể bước lên các tầng cao hơn của đời sống. Có lẽ, chính vì ý chí tập thể của chúng ta siêu việt được, cho nên chúng ta đã có đủ khả năng để rồi cuối cùng phát hiện được cái la bàn mà chúng ta mang theo từ lúc mới ra đời, nó sẽ dẫn chúng ta ra khỏi bóng tối của sự ngu dốt và vô minh. Chúng ta thiếu một thứ rất đơn giản, nó có thể giúp chúng ta vượt qua những những cạm bẫy của trí tuệ quý quýet mà chúng ta đã phải trả một cái giá khổng lồ mới thu thập được. Cái la bàn này chỉ nói “có” hoặc “không”. Nó cho chúng ta biết rằng cái gì nhất quán với thiên đường sẽ làm cho chúng ta mạnh lên, còn cái gì nhất quán với địa ngục sẽ làm cho chúng ta yếu đi.

Bản ngã của con người hiện diện khắp nơi khắp chốn kia thực ra hoàn toàn không phải là “tôi”; mà chỉ đơn thuần là “nó”. Nhìn ra được bản chất của ảo ảnh này, ta sẽ thấy trò đùa bất tận của vũ trụ, trong đó, chính bi kịch của con người lại là một phần trong vở hài kịch của vũ trụ. Sự phi lý

---

<sup>1</sup> Đây thường được coi là điểm khởi đầu mà từ đó cuối cùng đi đến nhận thức về bản chất thực sự của chúng ta, mà các vị thầy như Nisargadatta Maharaj viết trong tác phẩm *I Am That*, 1973.



của trải nghiệm của con người là ở chỗ, bản ngã chiến đấu một cách dữ dội nhằm duy trì ảo tưởng về một cái “tôi” riêng biệt và riêng lẻ, mặc dù đó không chỉ là bất khả về mặt bản thể luận, mà còn là nguồn gốc của tất cả mọi đau khổ trên đời. Lý trí của nhân loại tự làm kiệt sức mình khi không ngừng lý giải cái không thể lý giải được. Bản thân lý giải đã là quá buồn cười rồi, phi lý và ngớ ngẩn như người đang tìm cách nhìn vào gáy của chính mình, nhưng thói kiêu ngạo của bản ngã là vô bờ bến, và chính việc cố gắng tìm ý nghĩa trong cái vô nghĩa làm cho nó càng phình to hơn nữa. Tâm trí, khi đồng nhất với bản ngã, về bản chất, không thể nhận thức thấu đáo được thực tại; nếu làm được như thế thì nó sẽ tự tan biến ngay lập tức khi nhận ra bản chất và nền tảng hão huyền của chính nó. Chỉ khi vượt lên khỏi nghịch lý của tâm trí siêu việt bản ngã thì cái Đang Là mới nổi bật lên như sự hiển nhiên và chói ngời trong Cái Tuyệt Đối vô hạn của nó. Và, khi đó tất cả những từ ngữ này đều sẽ trở thành vô dụng.

Nhưng có lẽ, chính nhờ lòng từ bi trước sự vô minh của những người khác mà chúng ta có thể học được cách tha thứ bản thân mình, và khi ấy, tương lai của chúng ta chắc chắn sẽ là hòa bình. Có thể chúng ta vẫn chưa nhìn rõ được mục đích của mình trên Trái đất này, nhưng con đường từ đây trở đi rõ ràng là đã khác. Cuối cùng, tầng ý thức của nhân loại hiện nay đã cao hơn 200, chúng ta có thể hy vọng rằng nền văn hóa của nhân loại sẽ có những bước chuyển hóa vĩ đại, khi nhân loại đã trở nên có trách nhiệm hơn với kiến thức của mình, và do đó, có trách nhiệm hơn với những việc làm của mình. Chúng ta phải chịu hoàn toàn trách nhiệm, dù có muốn hay không. Trong quá trình tiến hóa nhận thức tập thể của nhân loại, chúng ta đã tiến đến vị trí có thể

thậm chí đảm đương việc coi sóc bản thân ý thức. Nhân loại không còn cam chịu trả giá một cách thụ động cho sự vô minh, nếu không, ý thức chung của chúng ta sẽ không thể vươn lên tầng cao hơn. Từ đây trở đi, con người có thể quyết định không để bóng tối nô dịch nữa; khi đó, con người có thể nắm chắc được số phận của mình.

*Vinh danh Thiên Chúa trên các tầng trời!*



## PHỤ LỤC A

### **Tính điểm chân lý của các chương sách**

Điểm toàn bộ tác phẩm: 850

Chương 1.....	780	Chương 13.....	870
Chương 2.....	830	Chương 14.....	870
Chương 3.....	750	Chương 15.....	730
Chương 4.....	770	Chương 16.....	760
Chương 5.....	740	Chương 17.....	770
Chương 6.....	710	Chương 18.....	770
Chương 7.....	740	Chương 19.....	830
Chương 8.....	820	Chương 20.....	890
Chương 9.....	800	Chương 21.....	870
Chương 10.....	780	Chương 22.....	860
Chương 11.....	770	Chương 23.....	880
Chương 12.....	800	Chương 24.....	860

BẢN ĐỒ Ý THỨC

Quan điểm về Chúa	Quan điểm về cuộc sống	Tầng	Logarit	Cảm xúc	Quá trình
Đại ngã	Đang là	Chứng ngộ	↑ 700-1.000	Không nói lên lời	Ý thức thuần túy
Vạn vật	Hoàn hảo	An bình	↑ 600	Phức tạp	Tỏa sáng
Độc nhất	Đầy đủ	Niềm vui	↑ 540	Bình an	Biến hình kỳ diệu
Yêu thương	Nhân từ	Tình yêu	↑ 500	Tôn kính	Mặc khải
Thông thái	Có ý nghĩa	Lý trí	↑ 400	Thấu hiểu	Truyền tượng hóa
Khoan dung	Hài hòa	Chấp nhận	↑ 350	Tha thứ	Siêu việt
Truyền cảm hứng	Hy vọng	Sẵn sàng	↑ 310	Lạc quan	Mục đích
Trao khả năng	Thỏa mãn	Trung dung	↑ 250	Tin tưởng	Giải phóng

<b>Cho phép</b>	<b>Khả thi</b>	<b>Can đảm</b>	↕	<b>200</b>	<b>Khẳng định</b>	<b>Trao quyền</b>
<b>Bằng quan</b>	<b>Đòi hỏi</b>	<b>Kiêu hãnh</b>	↕	<b>175</b>	<b>Kinh khi</b>	<b>Thối phồng</b>
<b>Hiềm khích</b>	<b>Đối kháng</b>	<b>Tức giận</b>	↕	<b>150</b>	<b>Thù hận</b>	<b>Hung hăng</b>
<b>Từ chối</b>	<b>Thất vọng</b>	<b>Khao khát</b>	↕	<b>125</b>	<b>Thèm muốn</b>	<b>Nô dịch hóa</b>
<b>Trừng phạt</b>	<b>Kinh khiếp</b>	<b>Sợ hãi</b>	↕	<b>100</b>	<b>Lo âu</b>	<b>Thoái lui</b>
<b>Khinh bỉ</b>	<b>Bị kích</b>	<b>Đau khổ</b>	↕	<b>75</b>	<b>Tiếc nuối</b>	<b>Chấn nản</b>
<b>Chỉ trích</b>	<b>Vô vọng</b>	<b>Thờ ơ</b>	↕	<b>50</b>	<b>Tuyệt vọng</b>	<b>Từ bỏ</b>
<b>Thù oán</b>	<b>Xấu xa</b>	<b>Tội lỗi</b>	↕	<b>30</b>	<b>Trách móc</b>	<b>Hủy hoại</b>
<b>Miệt thị</b>	<b>Khốn khổ</b>	<b>Nhục nhả</b>	↕	<b>20</b>	<b>Nhục nhả</b>	<b>Trừ khử</b>

## PHỤ LỤC C

# **Tính điểm hiệu chỉnh các tầng ý thức**

### **Thông tin tổng quát**

Trường năng lượng của ý thức có vô số chiều kích. Một số tầng cụ thể tương quan với ý thức của con người được hiệu chỉnh từ 1 đến 1.000 (Xem Phụ lục B: Bản đồ ý thức). Những trường năng lượng này phản ánh và thống trị ý thức của con người.

Vạn vật trong vũ trụ đều phát ra một tần số cụ thể hoặc trường năng lượng cực nhỏ vĩnh viễn được lưu lại trong lĩnh vực ý thức. Do đó, mỗi người hoặc sinh vật đã từng sống và bất cứ điều gì liên quan đến họ, trong đó, bất kỳ sự kiện, suy nghĩ, hành động, cảm giác hoặc thái độ nào đều được vĩnh viễn ghi lại và có thể được truy xuất tại bất kỳ thời điểm nào trong hiện tại hoặc tương lai.

### **Kỹ thuật**

Phản ứng kiểm tra cơ là phản ứng “có” hoặc “không có” (không) trước một tác nhân kích thích cụ thể nào đó. Kiểm tra bằng cách bảo đối tượng đưa thẳng cánh tay ra đằng trước, người kiểm tra dùng hai ngón tay ấn nhẹ xuống cổ tay của cánh tay mà đối tượng đang đưa ra. Thường thì tay



kia của đối tượng cầm chất cần kiểm tra và đặt lên vùng bụng ở phía dưới xương sườn (solar plexus – đám rối dương). Người kiểm tra nói với đối tượng kiểm tra: “Chống lại” nếu chất được kiểm tra có lợi cho đối tượng, cánh tay sẽ mạnh mẽ, tức là khó ấn xuống. Nếu nó không có lợi hoặc nó có tác dụng ngược, cánh tay sẽ yếu đi, tức là dễ bị ấn xuống. Phản ứng diễn rất nhanh.

***Điều quan trọng cần lưu ý là ý định, cũng như cả người kiểm tra và người được kiểm tra đều phải có điểm hiệu chỉnh trên 200 thì phản ứng mới chính xác.***

Kinh nghiệm từ các nhóm thảo luận trực tuyến cho thấy, nhiều nhà nghiên cứu thu được kết quả không chính xác. Nghiên cứu thêm cho thấy, ở điểm 200, vẫn có 30% khả năng bị lỗi. Tầng ý thức của nhóm kiểm tra càng cao thì kết quả càng chính xác. Tốt nhất là những người tham gia đều có thái độ vô tư, tuyên bố trước khi nói ra điểm hiệu chỉnh như sau: “Nhân danh điều tốt đẹp nhất, điểm đúng của... Hơn 100, hơn 200”, v.v.. Đặt trong bối cảnh “nhân danh điều tốt đẹp nhất” làm gia tăng mức độ chính xác, vì nó siêu việt mọi lợi ích và động cơ tư lợi cá nhân.

Suốt nhiều năm, người ta đều nghĩ rằng bài kiểm tra này chỉ là phản ứng cục bộ của hệ kinh mạch hoặc hệ thống miễn dịch của cơ thể. Nhưng, một công trình nghiên cứu sau này đã tiết lộ rằng, phản ứng đó hoàn toàn không phải là phản ứng cục bộ với cơ thể mà là phản ứng tổng thể của bản thân ý thức đối với năng lượng của một chất hoặc một lời tuyên bố. Cái gì đúng, cái gì có lợi hoặc hỗ trợ đời sống thì tạo ra phản ứng tích cực, xuất phát từ khu vực phi cá nhân của ý thức, vốn hiện diện trong tất cả mọi người đang sống. Cơ bắp trong cơ thể mạnh lên chứng tỏ rằng phản ứng



là tích cực. Đồng tử cũng có phản ứng (đối trá thì đồng tử giãn ra và sự thật thì đồng tử co lại), chụp ảnh cộng hưởng từ cũng phát hiện được thay đổi trong chức năng của não bộ. (Để cho tiện, người ta thường dùng cơ delta<sup>1</sup> làm cơ chỉ thị; tuy nhiên, có thể sử dụng bất kỳ cơ nào).

**Trước khi đưa ra câu hỏi (dưới dạng một lời tuyên bố), cần xin phép;** tức là, nói: “Tôi xin phép hỏi về những điều tôi đang nghĩ”(Có/Không). Hoặc: “Công cuộc hiệu chỉnh này nhằm phục vụ cho những điều cao cả nhất”.

Nếu lời tuyên bố là sai hoặc một chất mà đối tượng đang cầm có hại thì các cơ bắp yếu đi một cách nhanh chóng nhằm phản ứng trước mệnh lệnh: “Chống lại”. Kết quả này chứng tỏ rằng, tác nhân kích thích là tiêu cực, không đúng sự thật, phản sự sống hoặc câu trả lời là “không”. Phản ứng diễn ra rất nhanh. Sau đó, cơ thể sẽ phục hồi nhanh chóng và cơ bắp căng lên như bình thường.

Có ba cách kiểm tra. Phương pháp được sử dụng trong nghiên cứu và cũng thường được sử dụng nhất cần hai người: người kiểm tra và đối tượng được kiểm tra. Không gian nên yên tĩnh và không có nhạc nền. Đối tượng được kiểm tra nhắm mắt lại. Người kiểm tra phải đưa ra câu hỏi dưới dạng một lời tuyên bố. Phản ứng của cơ bắp chính là câu trả lời “có” hoặc “không”. Ví dụ, không được hỏi: “Đây có phải là một con ngựa khỏe mạnh không?”. Mà phải nói: “Con ngựa này khỏe”, hoặc ngược lại: “Con ngựa này ốm yếu”.

Sau khi đưa ra tuyên bố, người kiểm tra nói với đối tượng kiểm tra đang đang đưa thẳng cánh tay song song

---

<sup>1</sup> Còn gọi là cơ vai, cơ bả vai – ND.



với đất: “Chống lại”. Người kiểm tra ấn nhanh và nhẹ hai ngón tay lên cổ tay của cánh tay đang đưa ra. Cánh tay của đối tượng kiểm tra giữ chắc là “có” còn yếu đi là “không có” (không). Phản ứng xảy ra ngay tức thì.

Phương pháp thứ hai là gọi là vòng chữ O, một người có thể làm được. Cong ngón cái và ngón giữa trên cùng một bàn tay thành hình chữ O, rồi nín chặt vào nhau. Sau đó móc ngón trỏ của bàn tay kia vào vòng O và tìm cách kéo hai ngón tay ra xa nhau. Lực giữa phản ứng “có” và “không” khác nhau đáng kể.

Phương pháp thứ ba là phương pháp đơn giản nhất, nhưng cũng như các phương pháp còn lại, phải luyện tập thì mới thành thục. Chỉ cần nâng một vật nặng, ví dụ, cuốn từ điển dày hoặc vài viên gạch, từ mặt bàn lên tới thắt lưng. Nghĩ về một hình ảnh hoặc câu nói đúng cần tính điểm và sau nâng vật nặng kia lên. Sau đó, ngược lại, nghĩ về một điều gì đó đã biết trước là sai. Để ý rằng, khi sự thật hiện lên trong tâm trí thì nâng một cách nhẹ nhàng, nhưng khi nghĩ đến cái sai (không đúng) thì phải cần nhiều sức hơn. Có thể dùng hai phương pháp đã nói bên trên để kiểm tra kết quả.

### **Hiệu chỉnh điểm các tầng cụ thể**

Điểm tới hạn giữa tích cực và tiêu cực, giữa đúng và sai, hoặc giữa cái mang tính xây dựng và cái phá hủy, ở nằm ở tầng 200 (xem Bản đồ ý thức trong Phụ lục B). Bất kỳ cái gì trên 200 điểm, hoặc đúng, đều làm cho đối tượng khỏe lên; bất kỳ cái gì dưới 200 điểm, hoặc sai, đều làm cho cánh tay yếu đi.

Bất cứ điều gì trong quá khứ hoặc hiện tại, trong đó có hình ảnh hoặc lời tuyên bố, các sự kiện lịch sử, các nhân vật quan trọng, đều có thể được kiểm tra mà không cần phát biểu thành lời.

## Hiệu chỉnh bằng con số

Ví dụ: “Lời dạy của Ramana Maharshi đạt hơn 700 điểm”. (Có/Không). Hoặc: “Hitler đạt hơn 200 điểm” (Có/Không). “Khi ông ta ngoài 20 tuổi”. (Có/Không). “Ngoài 30”. (Có/Không). “Ngoài 40”. (Có/Không). “Khi ông ta chết?” (Có/Không).

## Ứng dụng

Không thể dùng bài kiểm tra cơ bắp để đoán định tương lai; nếu không, câu hỏi sẽ trở thành vô cùng vô tận. Ý thức không có giới hạn về thời gian và không gian; tuy nhiên, có thể không được phép hỏi. Tất cả các sự kiện trong hiện tại hoặc trong quá khứ đều có thể hỏi. Câu trả lời là phi cá nhân và không phụ thuộc vào hệ thống niềm tin của cả người kiểm tra lẫn đối tượng được kiểm tra. Ví dụ, nguyên sinh chất rút lui khỏi các tác nhân kích thích độc hại và thịt chảy máu. Đó là những phẩm chất của những vật liệu dùng cho kiểm tra và chúng đều phi cá nhân. Ý thức thực sự chỉ biết mỗi sự thật, vì chỉ có sự thật mới thực sự tồn tại. Ý thức không phản ứng trước giả dối, vì giả dối không tồn tại trong Thực tại. Ý thức cũng sẽ không phản hồi chính xác trước những câu hỏi không chính trực hoặc vị kỷ.

Nói một cách chính xác, phản ứng của bài kiểm tra là “bật” hoặc chỉ đơn thuần là “không bật”. Tương tự như công tắc điện, chúng ta nói rằng điện đang “bật” và khi chúng ta





sử dụng thuật ngữ “tắt”, chúng ta chỉ muốn nói rằng không có điện. Trên thực tế, không có gì gọi sự-tắt. Đây là tuyên bố tình tế nhưng quan trọng sống còn đối với việc nắm bắt bản chất của ý thức. Ý thức có khả năng nhận biết duy nhất là Chân lý. Nó chỉ đơn giản là không thể phản ứng trước giả dối. Tương tự như thế, một tấm gương phản chiếu hình ảnh chỉ khi có đối tượng để phản chiếu. Nếu không có đối tượng đứng trước gương thì không có hình ảnh phản chiếu trong gương.

### **Hiệu chỉnh điểm cho một tầng**

Các tầng đã hiệu chỉnh có quan hệ với thang tham chiếu cụ thể. Để có các số liệu tương tự như trong Phụ lục A, phải tham chiếu bảng đó hoặc đưa ra một tuyên bố kiểu như: “Trên thang ý thức của con người từ 1 đến 1.000, trong đó 600 là Chứng ngộ, \_\_\_\_\_ đạt trên \_\_\_\_\_ (đưa ra một con số)”. Hoặc: “Trên thang ý thức trong đó 200 là tầng Sự thật và 500 là tầng Tình yêu, thì tuyên bố này đạt trên \_\_\_\_\_” (đưa ra một con số).

### **Thông tin tổng quát**

Mọi người, nói chung, muốn phân biệt thật và giả. Vì thế, tuyên bố phải rất cụ thể. Tránh sử dụng các thuật ngữ chung chung như công việc tốt, có thể xin vào làm. Tốt là phải tốt theo nghĩa nào? Mức lương? Điều kiện làm việc? Cơ hội thăng tiến? Cấp trên công tâm?

### **Thuần thực**

Thường xuyên làm kiểm tra thì sẽ thuần thực dần. Những câu hỏi phù hợp và hầu như chính xác một cách kỳ lạ



bắt đầu tuôn ra như suối. Nếu người kiểm tra và đối tượng được kiểm tra làm việc cùng nhau trong một khoảng thời gian nào đó, thì một người hoặc cả hai sẽ dần hình thành khả năng định vị chính xác một cách đáng kinh ngạc những câu hỏi cần phải hỏi, ngay cả khi cả hai người đều không biết trước đề tài được kiểm tra. Ví dụ, người kiểm tra đánh mất một vật và bắt đầu bằng câu: “Tôi để trong văn phòng của mình” (Trả lời: Không). “Tôi để trong ô tô” (Trả lời: Không). Đột nhiên, đối tượng kiểm tra gần như nhìn thấy vật đó và nói: “Hỏi đi, ở phía sau cửa nhà vệ sinh”. Người kiểm tra nói: “Vật đó đang treo ở phía sau cửa nhà vệ sinh” (Trả lời: Có). Trong tình huống thực này, đối tượng kiểm tra thậm chí không biết rằng người kiểm tra đã dừng xe để đổ xăng và treo áo khoác trong nhà vệ sinh của trạm xăng.

Có thể lấy được thông tin về bất cứ thứ gì, ở bất kỳ đâu trong thời gian hoặc không gian hiện tại hoặc quá khứ. Vấn đề là câu hỏi có được chấp thuận hay không mà thôi. (Đôi khi “không” được chấp thuận, có lẽ do nghiệp hoặc những lý do không biết khác). Bằng cách kiểm tra chéo, có thể dễ dàng khẳng định mức độ chính xác. Những người học được kỹ thuật này sẽ ngay lập tức thu được nhiều thông tin hơn hẳn những thông tin chứa trong tất cả các máy tính và thư viện trên toàn thế giới. Trước mắt họ sẽ mở ra vô vàn khả năng và triển vọng đầy ấn tượng.

## Hạn chế

Kết quả kiểm tra chỉ chính xác nếu bản thân các đối tượng kiểm tra có điểm 200 và dùng cho mục đích chính trực, có điểm trên 200. Điều này đòi hỏi tính khách quan, không dính chấp và nhất quán với sự thật chứ không phải là



ý kiến chủ quan. Vì vậy, cố gắng chứng minh một quan điểm sẽ cho kết quả không chính xác. Khoảng 10% dân số không thể sử dụng kỹ thuật kiểm tra cơ thể động học, vì những lý do còn chưa rõ. Cũng do những nguyên nhân còn bí ẩn mà có những người không thể dùng bản đồ của mình làm đối tượng kiểm tra và có thể phải tìm người thứ ba để hợp tác.

Điều kiện để một người trở thành đối tượng kiểm tra là cánh tay của người đó phản ứng mạnh khi nghĩ đến một vật hoặc người đáng yêu, và yếu đi nếu nghĩ về cái tiêu cực (sợ hãi, ghét bỏ, tội lỗi, v.v..) (ví dụ: Winston Churchill làm cho cánh tay mạnh lên, còn Osama bin Laden làm cho cánh tay yếu đi).

Đôi khi, một đối tượng kiểm tra phù hợp vẫn có phản ứng ngược. Có thể xóa bỏ hiện tượng này bằng cách đấm vào tuyến ức. (Nắm bàn tay lại, đập mạnh ba lần vào phía trên xương ức, mỉm cười, nói “ha-ha-ha” và mừng tượng một người nào đó hoặc một cái gì đó đáng yêu). Mất cân bằng tạm thời sẽ biến mất.

Sự mất cân bằng có thể do đối tượng mới tiếp xúc với người tiêu cực, nghe nhạc heavy metal rock, xem các chương trình truyền hình bạo lực, chơi trò chơi điện tử bạo lực, v.v.. Hiệu ứng độc hại mà năng lượng của âm nhạc tiêu cực gây ra cho hệ thống năng lượng của cơ thể còn kéo dài đến nửa tiếng đồng hồ sau khi nhạc đã tắt. Các chương trình quảng cáo trên truyền hình hoặc tivi đang hoạt động khi tiến hành kiểm tra cũng là nguồn năng lượng tiêu cực thường gặp.

Như đã nhận xét bên trên, phương pháp phân biệt giả/dối và các tầng của sự thật được hiệu chỉnh có những yêu cầu rất nghiêm ngặt. Do những hạn chế này, nên trong cuốn *Truth vs. Falsehood* chúng tôi đã cung cấp điểm của các tầng để độc giả dễ dàng tham khảo.



## Giải thích

Kiểm tra sức mạnh của cơ bắp hoàn toàn độc lập với ý kiến hay niềm tin của cá nhân và là phản ứng phi cá nhân của trường ý thức; hết như chất nguyên sinh, các phản ứng của nó cũng không có tính cá nhân. Đối tượng kiểm tra có phản ứng giống nhau, dù đề tài kiểm tra được diễn đạt bằng lời hay chỉ nghĩ thầm trong đầu là minh chứng cho nhận định vừa nêu. Như vậy là, câu hỏi không có tác động gì tới đối tượng kiểm tra, họ thậm chí không biết đó là gì. Để chứng minh, xin làm bài kiểm tra sau đây:

Người kiểm tra nghĩ tới hình ảnh mà đối tượng kiểm tra không biết và tuyên bố: “Hình ảnh tôi đang nghĩ tới là tích cực” (hoặc “là đúng” hoặc “đạt trên 200 điểm”, v.v.). Theo hướng dẫn của người kiểm tra, đối tượng kiểm tra phản ứng lại lực đang ấn xuống cổ tay mình. Nếu người kiểm tra nghĩ đến hình ảnh tích cực (ví dụ, Abraham Lincoln, Chúa Jesus, Mẹ Teresa, v.v.), thì cơ cánh tay của đối tượng kiểm tra sẽ mạnh lên. Nếu người kiểm tra nghĩ tới một lời tuyên bố đối trá hay hình ảnh tiêu cực (ví dụ, bin Laden, Hitler, v.v.) cánh tay sẽ yếu đi. Do đối tượng kiểm tra không biết người kiểm tra nghĩ gì, cho nên niềm tin của cá nhân không ảnh hưởng tới kết quả kiểm tra.

## Những người không đủ tiêu chuẩn tham gia

Cả thái độ hoài nghi (160 điểm) và nhạo báng, cũng như vô thần, đều có điểm hiệu chỉnh dưới 200 vì chúng thể hiện định kiến tiêu cực. Ngược lại, tìm tòi thực sự đòi hỏi một tâm hồn cởi mở và trung thực, không có thái độ kiêu căng về trí tuệ. Những công trình nghiên cứu mang tính tiêu cực về phương pháp luận của phép kiểm tra này, cũng như



những người thực hiện, đều có điểm hiệu chỉnh chưa tới 200 (thường ở 160).

Một người bình thường có thể ngạc nhiên nếu biết rằng thậm chí các giáo sư nổi tiếng cũng có thể và thực sự có điểm hiệu chỉnh dưới 200. Như vậy là, các công trình nghiên cứu mang tính tiêu cực là hệ quả của thành kiến tiêu cực. Ví dụ, đề cương nghiên cứu của Francis Crick dẫn đến khám phá ra mô hình xoắn kép của DNA đạt 440 điểm. Song đề cương nghiên cứu mới đây của ông nhằm chứng minh rằng ý thức chỉ là sản phẩm của hoạt động thần kinh, chỉ đạt 135 điểm. (Crick là người vô thần).

Thất bại của các nhà nghiên cứu hoặc đề án nghiên cứu sai lầm có điểm hiệu chỉnh dưới 200 (thường là 160), càng khẳng định sự thật của chính phương pháp luận mà họ muốn bác bỏ. Họ sẽ thu được và quả thật đã thu được kết quả tiêu cực; kết quả này, ngược lại càng chứng minh tính chính xác của bài kiểm tra nhằm phát hiện sự khác biệt giữa thái độ chính trực không thiên vị và không chính trực.

Bất kỳ phát hiện mới nào cũng đều có thể làm đảo lộn kế hoạch của người khác và bị coi là đe dọa, phá vỡ các hệ thống niềm tin đang thịnh hành. Công trình nghiên cứu ý thức khẳng định giá trị của Thực tại tâm linh, tất nhiên, sẽ có đối kháng, vì nó thực sự đối đầu trực diện với quyền thống trị của cốt lõi ái kỷ của chính bản ngã, vốn ngạo mạn và cố chấp ngay từ khi mới ra đời.

Bên dưới tầng ý thức 200, khả năng nhận thức bị hạn chế vì Tâm trí cấp thấp hơn giữ thế thượng phong. Tâm trí thấp hơn có khả năng nhận ra sự kiện, nhưng chưa có khả năng hiểu thế nào là sự thật (nó nhầm lẫn giữa *cái bên trong* (*res interna*) với *cái bên ngoài* (*res externa*) và cũng chưa



hiểu rằng sự thật có các yếu tố sinh lý đi kèm khác hẳn giả dối. Ngoài ra, sự thật được cảm nhận bằng trực giác – bằng chứng là việc sử dụng phương pháp phân tích giọng nói, nghiên cứu ngôn ngữ cơ thể, phản ứng của đồng tử, thay đổi điện não đồ, dao động trong hơi thở và huyết áp, phản ứng gọi là Galvanic skin response, cảm xạ, và thậm chí có thể dùng kỹ thuật Huna để đo chiều dài tia hào quang phát ra từ cơ thể. Một số người sử dụng kỹ thuật rất đơn giản: Đứng như một con lắc (ngả về đằng trước khi thấy sự thật và ngả về sau khi thấy đối trá).

Nhìn từ bối cảnh cao hơn, những nguyên tắc giữ thế thượng phong là giả dối không thể bác bỏ được Sự thật, cũng như bóng tối không thể bác bỏ được ánh sáng. Cái phi tuyến tính không bị giới hạn của cái tuyến tính tác động. Sự thật là hệ hình khác với logic và do đó, là không thể chứng minh được, vì những thứ có thể chứng minh được chỉ có điểm hiệu chỉnh trong khoảng từ 400 đến 500 mà thôi. Phương pháp luận trong nghiên cứu ý thức đạt điểm 600 là tiếp giáp của các chiều kích tuyến tính và phi tuyến tính.

## **Những hiện tượng thiếu nhất quán**

Sau một thời gian cũng những người kiểm tra đó có thể thu được kết quả khác nhau, những người kiểm tra khác nhau cũng có thể thu được điểm hiệu chỉnh khác nhau vì một số lý do:

1. Hoàn cảnh, con người, chính trị, chính sách và thái độ thay đổi theo thời gian.
2. Trong lúc nghĩ về cái gì đó, người ta thường sử dụng giác quan khác nhau, ví dụ thị giác, thính giác, hoặc



cảm xúc. Do đó, khi bạn nghĩ tới mẹ mình, bạn có thể tưởng tượng hình ảnh, cảm xúc, giọng nói, v.v., hoặc Henry Ford có thể được hiệu chỉnh điểm số như một người cha, một nhà công nghiệp, hay ảnh hưởng của ông đối với nước Mỹ, hoặc chủ nghĩa bài Do Thái của ông, v.v..

3. Tầng ý thức càng cao, độ chính xác càng lớn (Các tầng trên 400 là chính xác nhất).

Người thực hiện có thể xác định bối cảnh và kiên trì sử dụng phương thức thịnh hành nào đó. Một nhóm kiểm tra sử dụng cùng một kỹ thuật sẽ nhận được kết quả nhất quán trong nội bộ nhóm. Thực hành càng nhiều sẽ càng thuần thực. Tuy nhiên, có một số người không có thái độ vô tư, khoa học, và không thể suy xét một cách khách quan, do đó, đối với họ, phương pháp kiểm tra này sẽ không chính xác. Tâm huyết và hướng đến chân lý phải được đặt lên trên ý kiến cá nhân và nỗ lực nhằm chứng minh ý kiến của mình là “đúng”.

### Lưu ý

Người ta đã phát hiện được rằng kỹ thuật này không có tác dụng đối với những người có điểm hiệu chỉnh dưới 200, nhưng gần đây người ta còn phát hiện thêm rằng kỹ thuật này không có hiệu quả nếu những người tham gia kiểm tra theo thuyết vô thần. Nguyên nhân có thể rất đơn giản: Chủ nghĩa vô thần có điểm hiệu chỉnh dưới 200; và theo quan hệ nghiệp lực luân báo, tư cách của người phủ nhận bị chính hành động phủ nhận chân lý hoặc Thánh thần (Chúa) của anh ta bác bỏ, hệt như lòng căm thù phủ nhận tình yêu.





## THUẬT NGỮ

**Thuyết hỗn độn (Chaos Theory):** Khoa học về quá trình trong thế đối sánh với trạng thái. Lý thuyết này bắt nguồn từ việc khám phá ra các mô thức trong điều kiện không thể đoán trước. Thuyết này đề xuất quan điểm nhận thức những khả năng của toàn hệ thống chứ không phải chỉ nhận thức các sự kiện cục bộ và đòi hỏi hệ thống topo sử dụng các mô thức và hình dạng để lường tượng hình tướng bên trong của hệ thống phức tạp, mà, mặc dù không thể dự đoán ở phạm vi cục bộ nhưng lại ổn định trên toàn hệ thống. Thuyết hỗn độn công nhận một hệ thống phức tạp có khả năng tăng cường đồng thời cả tình trạng hỗn loạn lẫn trật tự.

Cuối những năm 1800, Jules-Henri Poincaré lưu ý rằng, vật lý học Newton chính xác về mặt toán học khi chỉ nghiên cứu tương tác giữa hai vật thể, nhưng nếu thêm vào yếu tố thứ ba thì các phương trình của Newton không còn đáng tin cậy nữa – chỉ có thể đạt mức gần đúng mà thôi. Tính phi tuyến tính này ám chỉ rằng, theo thời gian, bất cứ hệ thống nào cũng có thể – thông qua phản hồi và lặp lại – trở nên không thể đoán trước được. Năm 1963, Lorenz công bố bài báo nhan đề “Dòng chảy tắt định, không theo chu kỳ” (Deterministic Nonperiodic Flow), cung cấp cho chúng ta hệ hình khoa học mới, được James Yorke gọi là



“Thuyết hỗn độn” trong bài báo nổi tiếng của mình: “Period Three Implies Chaos” (Tạm dịch: Giai đoạn Ba ám chỉ sự hỗn độn). Thuyết hỗn độn xem xét các chủ đề như nhân đôi chu kỳ (period doubling – Trong lý thuyết hệ thống động lực học, sự phân đôi nhân đôi chu kỳ xảy ra khi một thay đổi nhỏ trong các tham số của hệ thống làm xuất hiện một quỹ đạo tuần hoàn mới từ một quỹ đạo tuần hoàn hiện có – quỹ đạo mới có chu kỳ gấp đôi so với quỹ đạo ban đầu – ND), lặp lại (iteration), phân dạng (fractal) và rẽ nhánh (bifurcation – Lý thuyết phân đôi là nghiên cứu toán học về những thay đổi trong cấu trúc định tính hoặc cấu trúc topo của một họ nhất định, chẳng hạn như các đường cong tích phân của họ trường vectơ và nghiệm của họ phương trình vi phân – ND), và công nhận rằng trong không gian hữu hạn có vô hạn các chiều kích. Hội nghị đầu tiên về Hỗn độn được tổ chức tại Viện Hàn lâm Khoa học New York (New York Academy of Science vào năm 1977), và năm 1986, Viện này đã tổ chức hội nghị đầu tiên về Thuyết hỗn độn trong y học và sinh học.

**Bối cảnh (Context):** Toàn bộ trường quan sát theo một quan điểm nào đó. Bối cảnh bao gồm bất cứ dữ kiện quan trọng nào chứng thực được ý nghĩa của một tuyên bố hoặc sự kiện. Dữ liệu sẽ chẳng có ý nghĩa gì nếu không xác định được bối cảnh của nó. “Tách ra khỏi bối cảnh” là bóp méo ý nghĩa của một tuyên bố vì không xác định được điều kiện đi kèm có vai trò bổ sung chứng thực việc tìm ra ý nghĩa. (Đây là mảnh khoe phổ biến trong các phiên tòa. Luật sư cố tình bóp méo lời khai của nhân chứng bằng cách lờ đi các chi tiết có thể thay đổi hàm ý của lời khai, mà chỉ yêu cầu nhân chứng chỉ trả lời “có” hoặc “không”).

**Tạo tác (Creation):** Một quá trình liên tục, không có khởi đầu hay kết thúc, thông qua đó, vũ trụ hiển lộ của hình tướng và vật chất được tạo ra bằng phép lặp, bắt đầu từ ba điểm – chỉ cần ba điểm là các phân dạng (fractal) có thể tạo ra vô số hình tướng. Trong tiếng Phạn, Rajas, Tamas và Sattvas là ba yếu tố nguyên thủy của tất cả những gì có thể trải nghiệm được. Ba yếu tố này được thể hiện bằng các vị thần Ấn Độ giáo là Shiva, Vishnu và Brahma. Trong Kito giáo, những yếu tố này được thể hiện trong Chúa Ba Ngôi.

**Nhị nguyên (Duality):** Thế giới của hình tướng được đặc trưng bởi sự phân tách mà người ta cho là dường như có thể thực hiện được giữa các đối tượng (phản ánh trong sự phân đôi khái niệm, ví dụ, “này/kia”, “đó/đây”, “hồi ấy/bây giờ” hoặc “bạn/tôi”). Các giác quan tạo ra nhận thức về giới hạn, vì quan điểm cố định nào cũng tiềm ẩn hạn chế. Khoa học cuối cùng đã vượt ra khỏi sự phân đôi nhân tạo giữa người quan sát và đối tượng được quan sát – đặc trưng của thuyết nhị nguyên theo quan điểm của Descartes, thế kỷ XVII – và hiện nay cho rằng người quan sát và đối tượng được quan sát là một và như nhau. Vũ trụ không có trung tâm, nó liên tục mở rộng đều đặn và đồng thời từ mọi điểm. Định lý Bell đã giúp chúng ta chứng minh rằng đây là vũ trụ của các sự kiện đồng thời xảy ra chứ không phải vũ trụ của nguyên nhân và hậu quả cách nhau trong không gian và xảy ra trong khung thời gian nhân tạo theo quan điểm của Newton. Chính thời gian và không gian cũng đều chỉ là sản phẩm có thể đo lường được của trật tự ngầm ẩn cao hơn.

**Trường năng lượng (Energy Field):** Trong công trình nghiên cứu này, một dãy giá trị được thiết lập bởi các tham số của không gian pha của một Trường điểm hút với mô thức

vận hành bên trong trường năng lượng lớn hơn của ý thức và có thể quan sát được thông qua các tác động đặc trưng trong hành vi của con người. Nội lực của trường năng lượng được tính điểm hiệu chỉnh khá giống với điện áp trong hệ thống điện hoặc nội lực của từ trường hay trọng trường.

**Cuốn theo (Entrainment):** Hiện tượng được minh họa bằng nguyên tắc gọi là “khóa pha” (mode-locking). Khi nhiều đồng hồ quả lắc đặt gần nhau, quả lắc trong những chiếc đồng hồ này cuối cùng sẽ lắc theo cùng một nhịp. Trong sinh học con người, hiện tượng này được thể hiện khi một nhóm phụ nữ làm việc hoặc sống cùng nhau dần dần sẽ có chu kỳ kinh nguyệt trùng khớp với nhau, tương tự như hiện tượng của một âm thoa. Chính vì thế mà các đội quân thường cố tình đi khác nhịp khi hành quân qua cầu.

**Phân dạng (Fractal):** Các mô thức phân dạng có đặc điểm là bất quy tắc và chiều dài vô hạn. Các điểm hút lạ là do các đường cong phân dạng tạo ra. Ví dụ kinh điển là nỗ lực xác định chiều dài đường bờ biển của nước Anh. Nếu cộng các đoạn lại với nhau bằng cách sử dụng thang đo ngày càng nhỏ hơn thì hóa ra nó dài vô hạn. Phân dạng ngụ ý chiều dài vô hạn trong diện tích hữu hạn.

**Toàn ảnh (Hologram):** Hình chiếu ba chiều vào không gian hình ảnh của một vật thể, được tạo ra bằng cách chiếu một nửa tia laze vào một tấm kính ảnh, nửa tia còn lại hướng vào vật thể, rồi chiếu lên tấm kính ảnh vừa nói. Trên tấm kính ảnh sẽ có hình ảnh giao thoa, nếu bây giờ chiếu một chùm tia laze qua tấm kính ảnh thì ta sẽ tái tạo được ảnh của vật thể trong không gian ba chiều. Thú vị là, từng phần của tấm kính ảnh đều có khả năng tái tạo toàn bộ hình ảnh của cả vật thể. Trong vũ trụ toàn ảnh, tất cả đều liên kết với nhau.



**Phép lặp (Iteration):** Sự lặp lại. Phép lặp phi tuyến hiện diện trong vô số hệ thống. Do lặp lại như thế mà chỉ cần một thay đổi cực kỳ nhỏ trong điều kiện ban đầu cuối cùng sẽ tạo ra một mô thức khác với mô thức gốc. Trong một phương trình phát triển, kết quả lần lặp trước trở thành đầu vào cho chuỗi tiếp theo. Ví dụ, nếu một máy tính tính toán đến mười sáu số sau dấu phẩy, thì số cuối cùng là số làm tròn số cho số thứ mười bảy. Sai số này, được khuếch đại qua nhiều lần lặp lại sẽ tạo ra những thay đổi đáng kể trong dữ liệu gốc và làm cho dự đoán trở thành bất khả thi. (Do đó, một thay đổi nhỏ trong mô thức tư duy lặp đi lặp lại tạo ra nhiều tác động lớn).

**Não trái (Left-brain):** Nói đến kiểu tư duy theo trình tự tuyến tính, thường được miêu tả là “logic” hay “lý trí”. Xử lý dữ liệu theo trình tự  $A \rightarrow B \rightarrow C$ . Tương tự như máy tính kỹ thuật số.

**Tuyến tính (Linear):** Tuân theo tiến trình logic theo kiểu vật lý Newton và do đó, có thể giải được bằng các phương trình vi phân trong toán học truyền.

**Trường M (M-Field):** Các trường tạo hình (Morphogenetic fields), tương tự như các mô thức điểm hút. Trong giả thuyết của Rupert Sheldrake, trường M là một phần của lý thuyết nhân quả hình thành (formative causation), cho rằng các trường năng lượng của hình tướng tiến hóa và củng cố lẫn nhau.

**Mạng lưới thần kinh (Neural Network):** Các mô thức đan cài vào nhau của các nơ-ron thần kinh tương tác với nhau trong hệ thống thần kinh.

**Chất dẫn truyền thần kinh (Neurotransmitters):** Các chất hóa học trong não bộ (hormone, v.v.) kiểm soát

quá trình dẫn truyền tế bào thần kinh trong toàn bộ hệ thần kinh. Những thay đổi hóa học rất nhỏ có thể dẫn đến những thay đổi lớn, cả về chủ quan lẫn khách quan, trong cảm xúc, suy nghĩ và hành vi. Hiện nay, đây là lĩnh vực nghiên cứu quan trọng nhất trong lĩnh vực tâm thần học.

**Phi nhị nguyên (Non-duality):** Trong quá khứ, tất cả những người đạt đến tầng ý thức trên 600 đều mô tả thực tại như lý thuyết khoa học cao cấp hiện nay gợi ý. Khi siêu việt giới hạn của mốc nhận thức cố định thì không còn là ảo ảnh của chia tách nữa, dù là chia tách về không gian và thời gian như chúng ta biết hiện nay. Vạn vật tồn tại đồng thời trong vũ trụ bao trùm không hiển lộ, cuộn vào, ngầm ẩn, tự thể hiện dưới dạng nhận thức về hình tướng hiển lộ, mở ra và rõ ràng. Những hình tướng này, trong thực tại, không tồn tại một cách độc lập và có thực chất, mà là sản phẩm của nhận thức (nghĩa là, con người chỉ đơn thuần trải nghiệm nội dung của tâm trí của mình). Ở tầng phi nhị nguyên, có sự quan sát nhưng không có người quan sát, vì chủ thể và khách thể là một. Bạn và tôi trở thành Nhất Thể đang trải nghiệm tất cả như thần thánh. Ở tầng 700, chỉ có thể nói rằng “Tất cả đang là”, trạng thái Như Như; tất cả là ý thức, là vô hạn, là Thượng đế, không có phần này hay phần kia, không có khởi đầu hay kết thúc. Cơ thể vật lý là một biểu hiện của Nhất Thể, trong khi trải nghiệm chiều không gian này, đã tạm thời lãng quên thực tại của nó, do đó, cho phép ảo mộng về một thế giới ba chiều. Cơ thể chỉ đơn thuần là phương tiện giao tiếp; người còn đồng nhất bản thể với cơ thể như là “Tôi” là chưa chứng ngộ, người đó còn lầm tưởng rằng họ là hữu sinh hữu tử và sẽ chết. Cái chết tự nó cũng là ảo ảnh, vì tưởng rằng cơ thể là “Tôi”. Trong phi nhị nguyên, ý thức trải nghiệm bản thân nó, vừa hiển lộ



vừa không hiển lộ, nhưng không có người trải nghiệm. Trong thực tại này, chỉ có hành động tự nhận thức là có bắt đầu và kết thúc mà thôi. Trong thế giới huyền hoặc, chúng ta giống như một tên ngốc tin rằng vạn sự vạn vật tồn tại khi anh ta mở mắt ra và thôi tồn tại khi anh ta nhắm mắt lại.

**Phi tuyến tính (Nonlinear):** Tính bất quy tắc không thể tiên đoán theo thời gian, “nhiều loạn”, không theo chu kỳ, ngẫu nhiên. Phi tuyến tính được minh họa bằng chuỗi toán học, như phương trình tiến hóa ngẫu nhiên của hình tượng được thể hiện dưới dạng  $dx(t)/dt = F(xt) + w(t)$  trong đó  $w(t)$  là điều kiện nhiễu của quá trình ngẫu nhiên. Phi tuyến tính cũng mô tả môn toán học của các tín hiệu hỗn độn, trong đó có thống kê phân tích chuỗi thời gian cho các hệ thống phi tuyến tất định. Phi tuyến tính có nghĩa là khuếch tán hoặc hỗn độn; không phù hợp với lý thuyết hoặc môn toán logic xác suất; không thể giải được bằng phương trình vi phân. Đây là chủ đề của môn khoa học gọi là Thuyết hỗn độn, làm phát sinh một ngành nghiên cứu mới gọi là toán học phi Newton.

**Nghịch hợp (Oxymoronic):** Một cách diễn đạt cái phức tạp hoặc mơ hồ bằng cách kết hợp các thuật ngữ tương phản rõ ràng, đơn giản đến khó tin. Giải quyết mâu thuẫn bằng cách đặt cạnh nhau và tương phản nhau, như trong “ngọn lửa lạnh lẽo” hoặc “ngu ngốc khôn ngoan”. Những kiểu nghịch hợp phản ánh bản chất của nghịch lý, còn bản thân nghịch lý lại phát sinh từ sự tương phản giữa các tầng khác nhau của trừu tượng hóa, do việc trình bày các khái niệm từ các bối cảnh khác nhau và các quan điểm khác nhau tạo ra.

**Hệ hình (Paradigm):** Những chiều kích của bối cảnh hoặc trường được giới hạn bởi các tham số dự đoán trước

nhận thức của một người nào đó về thực tại. Nói chung, hệ hình là diễn giải về nhận thức của một người nào đó về thực tại theo những giới hạn của nó.

**Không gian pha (Phase space):** Bản đồ nén dữ liệu không - thời gian vào mô thức đa chiều. Bản đồ Poincaré là mô tả bằng đồ họa một lát cắt xuyên suốt mô thức đa chiều thể hiện điểm hút ngầm ẩn.

**Não phải (Right-brain):** Thường có nghĩa là “tổng thể”; có những khả năng như đánh giá, trực giác và hiểu tâm quan trọng, ý nghĩa và suy luận. Phi tuyến tính; hoạt động theo các mô thức và quan hệ chứ không thông qua chuỗi logic của quan hệ nhân quả theo vật lý học Newton.

Người ta cho rằng não phải xử lý cái toàn thể chứ không giải quyết từng bộ phận. Tương tự như máy tính analog, não phải xử lý các quá trình và thường có khả năng hoạt động mà không cần tham chiếu thời gian. Nhận thức não phải phát hiện được bản chất bên trong trường dữ liệu phức tạp, mà nếu không, các dữ liệu này không thể thích nghi được với phân tích tri nhận có ý nghĩa – những hiện tượng phổ quát như “yêu” hoặc sáng tạo. (Các thuật ngữ “não trái” và “não phải” bắt nguồn từ tham chiếu các kiểu nhận thức khác nhau mà trước đây từng được cho là được khu biệt ở những khu vực nhất định của não bộ, nhưng, như Karl Pribram đã chỉ ra, não hoạt động theo kiểu toàn thể chứ không phải bằng những khu vực theo lối giải phẫu học nghiêm ngặt).

**Phương pháp khoa học (Scientific):** Phương pháp tìm hiểu tự nhiên đặc biệt là để tìm ra các định luật có thể dự đoán được của các tính chất vật lý. Lý thuyết khoa học hiện đại xuất hiện vào thế kỷ XVI với tác phẩm *Discourse on Method*



(tạm dịch: Bàn về phương pháp) của René Descartes, sau đó là *Inductive Inquiry* (tạm dịch: Nghiên cứu mang tính quy nạp) của Francis Bacon và *Principia* (tạm dịch: Các nguyên lý) của Isaac Newton. John Locke là người đầu tiên sử dụng thuật ngữ “khoa học” và đề xuất rằng, dựa trên dữ liệu đến từ cảm thụ vật lý, chúng ta có thể biết chắc chắn về tương tác của các sự kiện vật lý. Những khái niệm này tạo ra mô hình vũ trụ mang tính cơ học, có thể dự đoán được, nhưng quan điểm này đã bị thuyết lượng tử hiện đại – nói rằng ở cấp độ hạ nguyên tử, các quy luật may rủi [xác suất] thay thế các định luật tất định – lật đổ.

Lịch sử nhận thấy rằng khoa học không tiến lên bằng cách mở rộng các lý thuyết đã được thiết lập, mà có những bước nhảy vọt bằng cách thay đổi hệ hình. Hàm ý là, khoa học chỉ đơn thuần là phản ánh một quan điểm, và không có tách biệt thực sự giữa người quan sát và hiện tượng được quan sát. Thuyết tương đối còn đi xa hơn bằng cách tuyên bố rằng vật chất là năng lượng – phụ thuộc vào điểm nhìn tham chiếu. Sau này Mô hình toàn ảnh (Holographic Model) của David Bohm khẳng định rằng trật tự rõ ràng dựa trên trật tự ngầm ẩn. Hình tượng trở thành hệ quả của suy luận, không gian và thời gian không mang tính khu biệt hóa và không có “đây” hay “kia” (tính phi định xứ của toàn thể lượng tử). Do đó, vũ trụ được mô tả chứa vô hạn các chiều kích và những thực tại ở chiều kích cao hơn.

**Có tính ngẫu nhiên (Stochastic):** Không thể đoán trước, phi tuyến tính, thất thường, hỗn loạn.

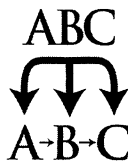
**Điểm hút lạ (Strange Attractor):** Thuật ngữ do David Ruelle và Floris Takens đặt ra vào năm 1971, trong lý thuyết nói rằng chỉ cần ba chuyển động độc lập là có thể sinh ra



toàn bộ sự phức tạp của các mô thức phi tuyến của vũ trụ này. Một điểm hút lạ là mô thức trong không gian pha. Có thể truy dấu mô thức này qua các điểm động trong thời gian của một hệ thống động. Điểm trung tâm của Trường điểm hút tương tự như tâm của một quỹ đạo. Các điểm hút là fractal và do đó có chiều dài vô hạn. Sơ đồ của các điểm hút được vẽ bằng mặt cắt ngang của cái gọi là bản đồ Poincaré. Quá trình tạo hình topo của không gian pha tạo ra điểm hút như một hình xuyên, tương tự như một chiếc bánh vòng gấp lại.

**Vũ trụ (Universe):** Có thể coi vũ trụ của chúng ta là có vô hạn chiều kích. Vũ trụ ba chiều quen thuộc mà chúng ta đã quen chỉ là một trong số đó, và chỉ đơn thuần là một ảo ảnh do các giác quan của chúng ta tạo ra mà thôi. Khoảng không gian giữa các hành tinh không phải là trống rỗng, mà là biển năng lượng; có thể nói rằng năng lượng tiềm tàng trong một inch (inch = 2,54cm) vuông lớn ngang với năng lượng của toàn bộ khối lượng của vũ trụ vật chất. David Bohm đã đề xuất mô cuộn lại/mở ra của các trạng thái của tồn tại, với một trật tự biểu lộ và một trật tự ngậm ẩn của thực tại, có thể so sánh với các trạng thái hiển lộ/không hiển lộ của thực tại đã được những người chứng ngộ và trải nghiệm tính phi nhị nguyên mô tả trong suốt nhiều thế kỷ qua.

Trong mô hình nhân quả:





$A \rightarrow B \rightarrow C$  là vũ trụ của hình tượng, mở ra, rõ ràng, hiển lộ, có thể nhận thức được.  $ABC$  là vũ trụ tiềm tàng, cuộn lại, ngấm ẩn, không hiển lộ, vượt ra ngoài nó là ma trận vô tận, phi hình tượng của cả hình tượng lẫn không hình tượng, toàn trí, toàn năng và hiện diện khắp nơi.



## VỀ TÁC GIẢ

Tiến sĩ Hawkins là cây bút, người thầy tâm linh và diễn giả nổi tiếng thế giới về trạng thái tâm linh thăng hoa, về nghiên cứu ý thức và Nhận ra Sự hiện diện của Chúa chính là Đại ngã phổ quát.

Các tác phẩm đã xuất bản của ông cũng như các bài giảng được ghi lại đã được nhiều người công nhận là độc nhất vô nhị, theo nghĩa là nhận thức mang tính tâm linh trong một người có kiến thức khoa học và lâm sàng, rồi sau đó có thể diễn đạt bằng từ ngữ và giải thích hiện tượng bất thường này một cách rõ ràng và có thể hiểu được.

Quá trình chuyển đổi từ trạng thái mang tính bản ngã bình thường của tâm trí sang trạng thái giải thoát bởi Hiện diện Vô hạn được trình bày trong bộ ba tác phẩm *Power vs. Force* (1995), được cả Mẹ Teresa ca ngợi; *The Eye of the I* (2001), và *I: Reality and Subjectivity* (2003), đã được dịch sang phần lớn các ngôn ngữ chính trên thế giới. Các tác phẩm *Truth vs. Falsehood: How to Tell the Difference* (2005), *Transcending the Levels of Consciousness* (2006), *Discovery of the Presence of God: Devotional Nonduality* (2007), và *Reality, Spirituality and Modern Man* (2008) tiếp tục khám phá những biểu hiện và những giới hạn cố hữu của bản ngã và cách siêu việt qua chúng.

Bộ ba tác phẩm này có xuất xứ từ công trình nghiên cứu về Bản chất của ý thức và luận án tiến sĩ, nhan đề *Qualitative and Quantitative Analysis and Calibration of the Levels of Human Consciousness* (tạm dịch: Phân tích định tính và định lượng và hiệu chỉnh tầng thứ ý thức của con người - 1995), thiết lập mối tương liên giữa những lĩnh vực dường như khác hẳn nhau: khoa học và tâm linh. Đó là nhờ khám phá được kỹ thuật quan trọng mà lần đầu tiên trong lịch sử loài người đã chứng tỏ là phương tiện phân biệt sự thật với dối trá.

Tâm quan trọng của công trình ban đầu đã được công nhận bằng bài điểm sách dài và với những đánh giá rất thuận lợi trên tờ *Brain/Mind Bulletin* và các buổi thuyết trình sau đó như Hội nghị về Khoa học và Ý thức Quốc tế (International Conference on Science and Consciousness). Nhiều bài thuyết trình đã được trình bày trước các tổ chức, hội nghị tâm linh, nhóm tôn giáo, nữ tu và nhà sư ở cả trong và ngoài nước, trong đó có Oxford Forum ở Anh. Ở Viễn Đông, Tiến sĩ Hawkins được công nhận là Đạo sư của con đường dẫn đến Chứng ngộ (Tae Ryoung Sun Kak Dosa). Phản hồi trước nhận xét của ông rằng trong nhiều thời đại, do không có người giải thích mà nhiều sự thật tâm linh đã bị hiểu lầm, Tiến sĩ Hawkins đã tổ chức những buổi hội thảo hằng tháng để trình bày những giải thích chi tiết, nhưng quá dài, không thể viết thành sách. Các băng ghi âm với phần cuối là những câu hỏi và trả lời, càng làm rõ thêm vấn đề được trình bày.

Mục đích tổng thể của công trình trọn đời này là để thể hiện bằng văn bản trải nghiệm của con người dưới dạng tiến hóa của ý thức và hợp nhất sự hiểu biết của cả tâm trí và



tâm linh như những biểu hiện của Thần tính bẩm sinh, vốn là nền tảng và cội nguồn bất tận của đời sống và Hiện hữu. Sự cống hiến của ông được thể hiện bằng tuyên bố “Vinh danh Thiên Chúa trên trời!”, được viết ngay trên trang đầu và trang cuối các tác phẩm của ông.





## TIỂU SỬ TÓM TẮT

Tiến sĩ Hawkins đã tham gia chữa bệnh tâm thần từ năm 1952 và là thành viên trọn đời của Hiệp hội Tâm thần Hoa Kỳ và nhiều tổ chức nghề nghiệp khác. Ông từng xuất hiện trong các chương truyền hình quốc gia, trong đó có *The McNeil/Leher News Hour*, *The Barbara Walters Show*, *The Today Show*, trong các phim tài liệu khoa học và nhiều chương trình khác. Oprah Winfrey cũng đã từng phỏng vấn ông.

Tiến sĩ Hawkins là tác giả của nhiều bài báo, sách, đĩa CD, đĩa DVD và loạt bài giảng về khoa học và tâm linh. Ông cùng với khôi nguyên Nobel, Linus Pauling, là đồng biên tập cuốn sách mang tính bước ngoặt, nhan đề *Orthomolecular Psychiatry*. Tiến sĩ Hawkins giữ vai trò tư vấn cho các Giáo phận dòng tu Giám mục và Công giáo, cho các tu viện... trong suốt nhiều năm ròng.

Tiến sĩ Hawkins thuyết trình ở nhiều nơi, trong đó có Tu viện Westminster, các trường đại học ở Argentina, đại học Notre Dame và Michigan; Đại học Fordham và Đại học Harvard; và Oxford Forum ở Anh. Hằng năm, ông thường giảng bài ở trường Đại học Y California ở San Francisco. Ông còn là cố vấn cho một số chính phủ nước ngoài về ngoại giao quốc tế và giúp giải quyết các cuộc xung đột kéo dài, đe dọa hòa bình thế giới.



Để ghi nhận những đóng góp đối với nhân loại, năm 1995, Tiến sĩ Hawkins được Dòng Hiệp sĩ Cứu tế Toàn quyền Thánh John, thành lập từ năm 1077, phong tước Hiệp sĩ.

## ĐÔI DÒNG TỰ SỰ

Trong khi những sự thật được thuật lại trong cuốn sách này đều bắt nguồn từ nghiên cứu khoa học và được trình bày một cách khách quan, như mọi sự thật khác, nhưng trước hết, chúng là trải nghiệm mang tính cá nhân. Một chuỗi lần lượt các trạng thái nhận thức mạnh mẽ bắt đầu ngay từ khi tôi còn nhỏ và kéo dài suốt cả cuộc đời, rồi sau đó định hướng quá trình nhận thức chủ quan để cuối cùng hiện diện trong một loạt những cuốn sách này.

Năm tôi ba tuổi, ý thức trọn vẹn về tồn tại đột ngột xuất hiện, đó là sự hiểu biết đầy đủ, tuy không thể diễn tả thành lời, ý nghĩa của “Tôi là”, rồi ngay lập tức tôi cảm thấy sợ hãi vì nhận ra rằng “tôi” có thể chưa bao giờ tồn tại. Đây là sự thức tỉnh trong chốc lát khỏi tình trạng mù mịt thành trạng thái thức tỉnh thức, và trong khoảnh khắc đó, cái tôi cá nhân được sinh ra và tính hai mặt của “Là” và “Không là” đã xuất hiện trong nhận thức chủ quan của tôi.

Trong suốt thời thơ ấu và thời niên thiếu, nghịch lý của tồn tại và câu hỏi về thực tại của bản thể vẫn thường xuyên làm tôi băn khoăn. Đôi lúc bản thể cá nhân bắt đầu quay ngược trở lại vào Đại ngã phi cá nhân lớn lao hơn, và nỗi sợ ban đầu về không-tồn-tại – nỗi sợ hãi cơ bản về hư vô tái xuất hiện.



Năm 1939, trong lúc đi giao báo trên con đường dài mười bảy dặm bằng xe đạp ở ngoại ô Wisconsin, vào một đêm tối trời mùa đông, nhiệt độ dưới 20 độ C, tôi bị trận bão tuyết lôi đi cách nhà mấy dặm. Xe đạp đổ trên mặt băng, cơn gió dữ dội lôi những tờ báo khỏi cái giỏ gắn vào ghi-đông và thổi tung tóe khắp cánh đồng đầy tuyết. Trong bộ quần áo cứng đơ vì lạnh, tôi đã khóc vì tuyệt vọng và kiệt sức. Để tránh gió, tôi phá lớp vỏ băng ở một bờ tuyết cao, rồi đào một cái hốc và bò vào. Chẳng bao lâu sau, tôi hết run, rồi cảm thấy ấm áp lạ thường, và sau đó là trạng thái bình yên không thể nào tả nổi. Cùng với đó, xung quanh tôi ngập tràn ánh sáng và tình yêu vô hạn, không có bắt đầu cũng không có kết thúc và không tách rời khỏi bản chất của chính tôi. Khi nhận thức của tôi tan chảy vào trạng thái rục rỏ và hiện diện khắp nơi này thì cơ thể vật lý và môi trường xung quanh cũng mờ dần. Tâm trí trở nên tĩnh lặng; mọi ý nghĩ đều dừng lại. Hiện diện Vô hạn là tất cả những gì đang là hoặc có thể là, siêu việt mọi thời gian hay mô tả.

Sau trạng thái phi thời gian ấy, tôi bỗng thấy có người nào đó đang lay chân mình; rồi khuôn mặt đầy lo lắng của bố tôi hiện ra. Tôi rất không muốn trở lại với thể xác và tất cả những hệ lụy kèm theo, nhưng vì tình yêu và đau khổ của bố tôi, nên Linh hồn đã thổi sinh khí và tái kích hoạt thể xác của tôi. Trong tôi này sinh lòng trắc ẩn khi thấy bố sợ tôi chết, mặc dù, ngay lúc đó, đối với tôi khái niệm về chết dường như là vô lý.

Tôi không kể lại trải nghiệm chủ quan này với bất kỳ ai, vì không có bối cảnh để mô tả nó. Hồi ấy, các trải nghiệm tâm linh thường chỉ xuất hiện trong những câu chuyện về cuộc đời của các vị thánh. Nhưng sau trải nghiệm này,



tôi bắt đầu cảm thấy thực tại của thế giới được mọi người chấp nhận dường như chỉ là tạm thời; giáo lý tôn giáo truyền thống không còn ý nghĩa và, ngược đời là, tôi trở thành người theo thuyết bất khả tri. So với ánh sáng của Thánh thần đã rọi sáng lên tất cả chúng sinh, thì ánh sáng của ông trời của tôn giáo truyền thống thật ra rất mờ nhạt; do đó, trong tôi, tâm linh đã thay thế cho tôn giáo.

Trong Chiến tranh thế giới lần thứ hai, tôi được phân công nhiệm vụ vô cùng nguy hiểm là dò mìn và đã nhiều lần chạm trán với cái chết, nhưng tôi không sợ. Như thể chết đã không còn là sự kiện có thực nữa. Sau chiến tranh, ham mê sự phức tạp của tâm trí và muốn nghiên cứu môn tâm thần học, tôi đã dốc sức để có tấm bằng y khoa. Thầy hướng dẫn tôi là nhà phân tâm học, giáo sư tại Đại học Columbia cũng là người theo thuyết bất khả tri; cả hai chúng tôi đều có quan điểm hoài nghi về tôn giáo. Công việc phân tích diễn ra thuận lợi, sự nghiệp của tôi cũng thế, và sau đó là thành công.

Tuy nhiên, con đường vào giới chuyên môn của tôi không hoàn toàn bằng phẳng. Tôi mắc phải một căn bệnh ngày càng nặng hơn, có thể dẫn tới chết người mà lúc đó chưa có biện pháp chữa trị. Năm 38 tuổi, tôi đã ở trong tình trạng vô phương cứu chữa và biết rằng mình sắp chết. Tôi không quan tâm đến thể xác, nhưng linh hồn tôi đau đớn và tuyệt vọng vô cùng. Khi thời khắc cuối cùng sắp đến, một ý nghĩ vụt lóe lên trong tâm trí tôi: “Nếu có Chúa thì sao?” Tôi bèn cầu nguyện: “Nếu có Chúa, xin Ngài hãy giúp con ngay bây giờ”. Nếu trên đời này có một vị Chúa nào đó và đã bị quên lãng, tôi xin phó thác cho Người. Khi thức dậy, tôi bàng hoàng đến không thốt lên lời vì phát hiện mình vừa trải qua một cuộc lột xác vĩ đại.



Con người trước đây của tôi đã hoàn toàn biến mất. Không còn bản ngã hay cái tôi cá nhân nữa, mà chỉ còn Hiện diện Vô hạn của quyền lực vô biên, là tất cả những gì còn lại lúc đó. Hiện diện Vô hạn đã thế chỗ cho những thứ đã từng là “tôi”, thân xác và hành động của tôi là do Ý chí Vô hạn của Hiện diện Vô hạn điều khiển. Thế giới được soi rọi bởi ánh sáng của Nhất thể Vô hạn, khi vạn vật phát lộ trong vẻ đẹp và sự hoàn hảo vô hạn của chúng thì cũng là lúc Nhất thể Vô hạn tự biểu lộ.

Cuộc đời cứ thế trôi, nhưng trạng thái tĩnh lặng này luôn luôn hiện diện trong tôi. Không còn ý chí cá nhân; thân xác tôi vận hành dưới sự dẫn dắt của Ý chí của Hiện diện Vô hạn, một ý chí có quyền năng vô hạn nhưng rất dịu dàng. Trong trạng thái đó, không cần phải nghĩ về bất cứ thứ gì nữa. Tất cả chân lý đã tự hiển lộ mà không cần khái niệm hóa hoặc thậm chí là không thể khái niệm hóa được nữa. Đồng thời, hệ thống thần kinh vật lý của tôi bị quá tải cực độ, như thể nó đang phải chuyên chở quá nhiều năng lượng so với năng lực tự nhiên của nó.

Lúc đó, tôi không thể hoạt động hiệu quả trong thế giới này. Không còn động lực bình thường, cũng không còn sợ hãi và lo lắng nữa. Không có gì để tìm kiếm nữa, vì tất cả đều hoàn hảo. Danh vọng, thành đạt và tiền bạc đều trở nên vô nghĩa. Bạn bè thúc giục tôi quay lại hoạt động trong lĩnh vực khám chữa bệnh vì mục đích thực dụng, nhưng tôi không có động lực của người bình thường để làm việc đó.

Giờ đây, tôi đã có khả năng nhận biết được thực tại ẩn bên dưới các nhân cách: các bệnh lý tâm lý đều xuất phát từ niềm tin của con người rằng họ là cá tính của mình. Với nhận thức như thế, công việc khám chữa bệnh của tôi dường như tự hồi sinh và cuối cùng trở thành phát đạt.



Bệnh nhân từ khắp mọi miền đất nước (Mỹ) tìm đến phòng khám của tôi. Lúc đó chúng tôi đã có 2.000 bệnh nhân ngoại trú, cần phải có hơn 50 bác sĩ chuyên khoa cùng các nhân viên khác, một dãy 25 văn phòng, và các phòng thí nghiệm vừa để nghiên cứu vừa để đo điện não đồ. Mỗi năm lại có thêm 1.000 bệnh nhân mới. Ngoài ra, tôi còn xuất hiện trên đài phát thanh và các chương trình truyền hình, như đã nói bên trên. Năm 1973, nghiên cứu lâm sàng của tôi được trình bày trong một cuốn sách, nhan đề *Tâm thần học theo liệu pháp dinh dưỡng vi lượng*. Công trình này đi trước thời đại tới 10 năm và đã gây chấn động.

Toàn thể hệ thần kinh của tôi đã dần dần được cải thiện, rồi một hiện tượng khác xuất hiện. Có một dải năng lượng ngọt ngào và cực kỳ dễ chịu liên tục chảy theo cột sống và lên não tôi, làm cho tôi luôn luôn cảm thấy vô cùng sáng khoái. Mọi thứ trong cuộc sống của tôi đều xảy ra theo lối đồng hiện, diễn tiến trong sự hài hòa hoàn hảo; cái phi thường trở thành bình thường. Cái mà thế giới gọi là phép màu là khởi nguồn từ Hiện diện Vô hạn, chứ không phải từ bản ngã cá nhân. Cái “tôi” cá nhân chỉ còn là nhân chứng cho những hiện tượng này. Cái “Tôi” vĩ đại hơn, sâu sắc hơn bản ngã hay những suy nghĩ trước đây của tôi, quyết định tất cả những sự kiện đã xảy ra.

Những trạng thái từng hiện hữu trong tâm trí tôi đã được nhiều người khác nhau kể lại trong suốt chiều dài của lịch sử và đã buộc tôi phải nghiên cứu những học thuyết tâm linh, trong đó có những lời dạy của Đức Phật, những nhà hiền triết đã chứng ngộ, thiền sư Hoàng Bá, và gần đây hơn như Ramana Maharshi và Nisargadatta Maharaj. Do đó, có thể khẳng định rằng, những trải nghiệm này không



phải là duy nhất. Tôi đã ngộ được ý nghĩa của *Chí tôn ca*. Đôi khi, tôi cũng trải nghiệm được trải nghiệm xuất thần mà Sri Ramakrishna và các vị thánh Kitô giáo từng nói tới.

Vạn vật và mọi người trên thế giới đều rực rỡ và có vẻ đẹp đầy tao nhã. Mọi sinh vật đều trở nên Rạng rỡ và thể hiện sự Rạng rỡ này trong sự tĩnh lặng và huy hoàng. Rõ ràng là, toàn thể nhân loại thực sự được thúc đẩy bởi tình yêu thâm kín, nhưng đơn giản là họ không nhận thức được; mọi người sống hầu hết cuộc đời mình như những người đang ngủ, không thức tỉnh để nhận thức được mình thực sự là người như thế nào. Những người xung quanh tôi trông như thể họ đang ngủ và vô cùng đẹp. Như thế tôi đang yêu tất cả mọi người.

Tôi cần phải chấm dứt thói quen hành thiền một giờ mỗi sáng và một giờ mỗi tối, trước khi ăn, vì thiền khuếch đại phúc lạc đến mức tôi không thể duy trì được hoạt động bình thường. Trải nghiệm tương tự như từng xảy ra trong hốc tuyết khi tôi còn bé lại tái diễn, và tôi ngày càng khó rời bỏ trạng thái đó và khó quay trở lại với thế giới hơn. Tôi nhìn thấy vẻ đẹp lạ thường của vạn vật tỏa sáng trong tất cả sự hoàn hảo của chúng, và những gì thế giới cho là xấu thì tôi lại chỉ thấy vẻ đẹp thường hằng của chúng. Tình yêu mang tính tâm linh này bao trùm mọi suy nghĩ và tất cả các ranh giới giữa đây và kia, hay giữa lúc đó và bây giờ, hoặc mọi sự tách biệt đều biến mất.

Sức mạnh của Hiện diện lớn dần trong tôi trong những năm tháng đắm chìm trong sự im lặng nội tâm đó. Cuộc sống không còn mang tính cá nhân nữa; ý chí cá nhân cũng không còn. Cái “Tôi” cá nhân đã trở thành công cụ của Hiện diện Vô hạn; đi đây đi đó và làm theo ý chí của Hiện diện.





Mọi người đều cảm thấy bình yên lạ thường trong ánh hào quang của Hiện diện. Những người cầu đạo tìm lời giải đáp cho những vấn đề của đời sống, nhưng vì không còn những người như David, họ thực sự rút ra câu trả lời từ chính Đại ngã của mình, không khác với của tôi. Đại ngã tỏa sáng từ đôi mắt của mỗi người.

Điều kỳ diệu, vượt xa sự hiểu biết thông thường, đã xảy ra. Nhiều bệnh mãn tính từng hành hạ cơ thể tôi trong nhiều năm đã biến mất; thị lực tự khôi phục, và tôi không còn phải sống chung với cặp kính hai tròng trọn đời nữa.

Thỉnh thoảng, trái tim tôi bất ngờ phát ra một luồng năng lượng đầy phúc lạc, một Tình thương Vô hạn về phía đang xảy ra tai họa nào đó. Một lần, trong lúc lái xe trên đường cao tốc, dòng năng lượng tinh tế này bắt đầu tuôn ra từ ngực tôi. Khi xe lượn qua một khúc cua thì tôi nhìn thấy tai nạn ô tô; bánh của chiếc xe bị lật úp vẫn đang quay. Dòng năng lượng với cường độ mạnh hướng vào những người ngồi trong xe rồi sau đó tự động dừng lại. Một lần khác, khi tôi đang tản bộ ở một thành phố xa lạ, dòng năng lượng đó bắt đầu chảy tới dãy nhà ở đằng trước và tới địa điểm sắp xảy ra một trận ẩu đả. Những người tham chiến ngã ngựa và bắt đầu cười vang, và một lần nữa, dòng năng lượng dừng lại.

Nhiều lần nhận thức của tôi đột ngột trải qua những thay đổi sâu sắc trong những tình huống đầy bất ngờ. Một lần, trong lúc tôi đang ăn tối một mình tại ở nhà hàng Rothmann's trên đảo Long Island, Hiện diện bất ngờ gia tăng đến mức mọi thứ và mọi người – từng là những thứ tách biệt trong nhận thức bình thường – tan chảy thành một thể thống nhất, phổ quát vượt thời gian. Trong sự Tĩnh lặng bất động đó, tôi dần nhận thấy rõ ràng là không có



“sự kiện” hoặc “sự vật” nào nữa và không có gì thực sự “xảy ra”, vì quá khứ, hiện tại và tương lai, kể cả ảo tưởng về một cái “Tôi” riêng biệt hữu sinh hữu tử cũng chỉ đơn thuần là tạo tác của nhận thức. Khi bản thể giả tạo, giới hạn, hòa tan vào Đại ngã đến từ cội nguồn đích thực của nó, trong tôi dâng trào cảm giác khó tả: trạng thái bình an tuyệt đối và trút bỏ mọi ưu phiền. Chính ảo tưởng về tính cá thể là nguồn gốc của mọi khổ đau. Khi người ta nhận ra rằng họ là vũ trụ, toàn bộ và mãi mãi là một với Mọi thứ Đang Hiện hữu (All That Is), thì sẽ không bao giờ còn đau khổ nữa.

Bệnh nhân từ khắp nơi trên thế giới, trong đó có những người tuyệt vọng nhất trong số những người tuyệt vọng, tìm đến cơ sở khám chữa bệnh của tôi. Từ các bệnh viện xa xôi, họ đến đây với bộ dạng kỳ cục, quần quai, trong những cái chăn ẩm ướt với hy vọng chữa khỏi chứng rối loạn tâm thần nan y của mình. Một số người bị trầm cảm nặng; nhiều người không nói được trong suốt nhiều năm. Nhưng bên dưới vẻ ngoài tàn tạ đó, mỗi bệnh nhân đều toát lên bản chất đẹp đẽ và đầy yêu thương, mà người đời vì không nhận ra nên đã hoàn toàn chối bỏ họ.

Ngày nọ, một nữ bệnh nhân cảm và trầm cảm nặng được đưa vào bệnh viện trong tình trạng bị trói. Bệnh nhân này bị rối loạn thần kinh nghiêm trọng và không thể đứng được. Cô quần quai trên sàn, lên cơn co giật và hai mắt trợn ngược. Mái tóc cô xơ tung; quần áo thì đã bị xé hết từ trước và cô thốt ra những tiếng gầm gừ rợn người. Cô thuộc gia đình giàu có cho nên đã được nhiều bác sĩ và chuyên gia nổi tiếng từ khắp nơi trên thế giới thăm khám trong suốt nhiều năm trời. Người ta đã thử tất cả phương pháp nhưng vô vọng.

Một câu hỏi ngắn, không lời xuất hiện: “Chúa ơi, Ngài muốn làm gì với cô ấy?” Sau đó, tôi nhận ra rằng cô ấy chỉ



cần được yêu thương, chỉ có thể thôi. Bản ngã bên trong của cô tỏa sáng qua đôi mắt và Đại ngã kết nối với phần cốt lõi đầy yêu thương này. Ngay trong giây phút đó, cô ấy được chữa lành vì đã nhận thức được bản chất đích thực của mình; những gì xảy đến với tâm trí hoặc thể xác của cô không còn gây phiền toái cho cô nữa.

Thực ra, hiện tượng này đã xảy ra với rất nhiều bệnh nhân. Trong mắt người đời, một số người đã bình phục, còn một số người khác thì không, nhưng đối với chính người bệnh thì việc sau đó họ có phục hồi về mặt lâm sàng hay không, không còn quan trọng nữa. Những đau khổ, dằn vặt nội tâm đã chấm dứt. Khi họ cảm thấy được yêu và bình an trong tâm hồn, mọi đau khổ đều chấm dứt. Chỉ có thể giải thích hiện tượng này bằng cách nói rằng Lòng từ bi của Hiện diện đã đưa thực tại của bệnh nhân vào bối cảnh khác, để họ trải nghiệm được sự chữa lành ở tầng siêu việt khỏi thể gian và những biểu hiện của nó. Sự bình an bên trong – vượt trên thời gian và danh tính – của Đại ngã ôm trọn tất cả chúng ta.

Rõ ràng là cái tôi cá nhân chứ không phải Chúa mới là nguồn gốc của mọi đau đớn và khổ sở. Sự thật này đã được truyền đạt một cách thâm lặng tới tâm trí của bệnh nhân. Một bệnh nhân trầm cảm khác, không nói trong nhiều năm, cũng bị tắc nghẽn như thế. Đại ngã, thông qua tâm trí, đã nói với người đó: “Anh đổ lỗi cho Chúa, trong khi cái tôi của anh mới là thủ phạm”. Người bệnh nháy mắt lên và bắt đầu nói, trước sự sửng sốt của cô y tá đang đứng gần đó.

Công việc chữa trị ngày càng vất vả và cuối cùng trở thành quá tải. Bệnh nhân phải chờ đợi vì không có giường,



mặc dù bệnh viện đã xây thêm một khu mới. Tôi cảm thấy rất thất vọng vì mỗi lần chỉ giúp được một bệnh nhân thoát khỏi được những đau khổ trần thế. Chẳng khác gì muối bỏ biển. Có lẽ cần cách giải quyết khác thì mới sửa chữa được căn nguyên của tình trạng chung này – dòng chảy bất tận của những đau khổ và đau đớn về mặt tinh thần của nhân loại.

Vì vậy, tôi bắt đầu nghiên cứu phản ứng sinh lý học (kiểm tra cơ bắp) trước các kích thích khác nhau, và đi đến một khám phá tuyệt vời. Đó là “lỗ sâu” giữa hai vũ trụ<sup>1</sup> – thế giới vật chất và thế giới của tâm trí và linh hồn – giao thoa giữa các chiều kích. Trong cái thế giới chỉ toàn những người mộng mị, lạc xa khỏi cội nguồn của mình, thì đây là công cụ để khôi phục và chứng minh cho tất cả mọi người rằng, họ đã mất kết nối với thực tại cao hơn. Từ phát hiện này, tôi bắt đầu kiểm tra mọi vật chất, mọi suy nghĩ và khái niệm có thể được gọi lên trong tâm trí con người. Các sinh viên và trợ lý nghiên cứu đã giúp đỡ tôi. Và chúng tôi có một khám phá quan trọng: trong khi tất cả các đối tượng đều yếu đi khi có các kích thích tiêu cực, ví dụ, đèn huỳnh quang, thuốc trừ sâu và đường hóa học, thì những người tu tập theo các trường phái tâm linh đã vươn tới tầng nhận thức cao hơn không phản ứng yếu như những người bình thường khác. Một sự chuyển dịch quan trọng và dứt khoát đã diễn ra trong ý thức của họ. Dường như họ nhận thức được rằng, chỉ những gì tâm trí tin tưởng thì mới tác động

---

<sup>1</sup> Wormhole: Lỗ sâu, lỗ giun, hay Cầu Einstein-Rosen là một không - thời gian được giả định là có cấu trúc topo đặc biệt tạo nên đường đi tắt trong không thời gian. Chúng nối thông từ một vùng không - thời gian này đến vùng kia và đôi khi, vật chất đi từ vùng này sang vùng kia bằng cách chui qua lỗ này. (ND)



được tới mình, thế giới trần tục không thể chi phối được họ nữa. Có lẽ bằng cách chỉ ra quá trình thăng tiến của nhận thức để đạt đến chứng ngộ, chúng ta có thể giúp con người gia tăng khả năng chống lại những thăng trầm của cuộc đời, kể cả bệnh tật.

Chỉ cần tưởng tượng về những thay đổi là Đại ngã đã có khả năng thay đổi mọi thứ trên thế giới; mỗi lần lấy Yêu thương thay thế cho thù hận là một lần Yêu thương thay đổi thế giới. Tập trung sức mạnh của tình yêu vào một điểm cụ thể nào đó, chúng ta có thể tạo ra những biến đổi sâu sắc đối với toàn bộ tiến trình văn minh. Mỗi khi xảy ra sự kiện như thế, lịch sử đều chia thành hai ngã.

Bây giờ, dường như tôi không chỉ có thể nói những hiểu biết quan trọng này cho thế giới nghe, mà còn có thể chứng minh một cách rõ ràng và không thể bác bỏ được. Trước đây, dường như bi kịch lớn nhất của đời người luôn luôn là linh hồn của họ rất dễ bị lừa gạt; khi con người không thể phân biệt được đúng sai thì hệ quả tất yếu sẽ là bất hòa và xung đột. Đưa bản chất của chính ý thức vào bối cảnh khác và giải thích điều tưởng chừng như chỉ có thể phỏng đoán là câu trả lời cho tình thế tiến thoái lưỡng nan này.

Đã đến lúc tôi cần rời bỏ cuộc sống ở New York – một căn hộ ở thành phố và ngôi nhà trên đảo Long Island – để làm một cái gì đó quan trọng hơn. Cần phải tự hoàn thiện mình như một công cụ. Để làm được như thế, phải rời bỏ thế giới này và mọi thứ trong đó, thay thế nó bằng đời sống ẩn dật trong một thị trấn nhỏ, nơi tôi hành thiền và nghiên cứu suốt bảy năm liền.

Trạng thái phúc lạc choáng ngợp tự ập tới, và cuối cùng, tôi thấy cần phải học cách sống trong Hiện diện Thiêng liêng

mà vẫn hoạt động được trong thế giới này. Nói chung, tâm trí tôi đã không còn biết những gì đang xảy ra trên thế giới bên ngoài. Để có thể nghiên cứu và viết sách, tôi cần dừng tất cả hoạt động tâm linh và tập trung vào thế giới ngoại tại. Đọc báo và xem tivi giúp tôi nắm được các nhân vật, các sự kiện chính và bản chất của cuộc đối thoại của xã hội hiện thời.

Trừ những người cầu đạo, phần lớn nhân loại không hiểu được những trải nghiệm chủ quan phi thường về chân lý, và do đó, không thấy được trọn vẹn ý nghĩa của nó; đó là lĩnh vực của các nhà huyền môn, họ thường tác động tới toàn thể nhân loại bằng cách đưa năng lượng tâm linh vào ý thức tập thể. Vì vậy, tôi cố gắng sống như một người bình thường, vì sống như một người bình thường, tự nó, đã là biểu hiện của Thánh thần; cuộc sống thường nhật là con đường giúp chúng ta khám phá sự thật về bản thể thực sự của mình. Chỉ cần sống một cách tử tế và quan tâm. Phần còn lại sẽ tự hiển lộ vào đúng lúc cần hiển lộ. Cái tâm thường và Chúa nào có khác gì nhau.

Và như thế, sau khi trải qua cuộc hành trình kéo dài, linh hồn tôi đã quay trở lại với công việc quan trọng nhất: cố gắng đem Hiện diện tiến gần hơn đến ngưỡng nhận thức của càng nhiều người thì càng tốt.

Hiện diện là tĩnh lặng, Nó truyền tải trạng thái bình an, vốn là không gian, trong đó và nhờ đó, vạn vật mới hiện hữu; mới tồn tại và trải nghiệm. Nó vừa dịu dàng vô hạn vừa cứng chắc như một tảng đá. Với Nó, mọi nỗi sợ hãi đều biến mất. Linh hồn đạt đến trạng thái ngây ngất không thể nào tả nổi. Vì trải nghiệm về thời gian ngưng lại, cho nên không còn e sợ hay hối tiếc, không còn đau đớn hoặc hy vọng;



nguồn vui là bất tận và vĩnh hằng. Không có bắt đầu, cũng không có kết thúc, cho nên cũng không có mất mát, đau buồn hoặc khát vọng. Không cần phải làm gì; mọi thứ đều đã hoàn hảo và hoàn chỉnh.

Khi thời gian dừng lại, mọi vấn đề đều biến mất; chúng chỉ đơn thuần là tạo tác của nhận thức. Khi Hiện diện phủ lên, người ta sẽ không còn đồng nhất mình với thể xác hay tâm trí nữa. Khi tâm trí trở nên tĩnh lặng, ý nghĩ “Tôi là” cũng biến mất, và Nhận thức Thuần túy tỏa sáng để soi rọi bản chất của chúng ta trong quá khứ, hiện tại và mãi mãi về sau, vượt trên mọi thế giới và mọi vũ trụ, vượt thời gian, và do đó, không có khởi đầu hoặc kết thúc.

Người ta thường tự hỏi: “Làm sao đạt được trạng thái nhận thức như thế?”, nhưng ít người tuân thủ quy trình vì chúng quá đơn giản. Trước hết, họ phải rất khát khao trạng thái đó. Sau đó phải sống thật vị tha và hiền từ – liên tục và trong mọi hoàn cảnh, không có ngoại lệ. Họ phải thể hiện lòng từ bi đối với mọi thứ, trong đó có từ bi với chính mình và những ý nghĩ của mình. Tiếp theo, họ phải sẵn sàng gác lại mọi khát vọng và từ bỏ ý chí cá nhân tại mọi thời khắc. Mỗi lần ý nghĩ, cảm giác, ước muốn hoặc hành động được phó thác cho Chúa, là một lần tâm trí càng trở nên tĩnh lặng thêm. Ban đầu, việc này sẽ giải phóng khỏi tâm trí người ta toàn bộ câu chuyện và đoạn văn, sau đó thì đến các ý tưởng và khái niệm. Khi buông bỏ mong muốn sở hữu những suy nghĩ này, thì chúng không còn gắn kết chặt chẽ như vậy nữa, mà bắt đầu trở nên rời rạc ngay từ khi mới manh nha. Cuối cùng, người ta có thể đảo ngược năng lượng đằng sau mỗi ý nghĩ trước khi nó trở thành ý nghĩ thực sự.

Phải liên tục và không ngừng giữ chánh niệm như thế, thậm chí không được sao nhãng dù chỉ khoảnh khắc, trong khi vẫn hoạt động bình thường. Thời gian đầu, dường như là rất khó, nhưng rồi sẽ trở thành thói quen, tự động, ngày càng cần ít nỗ lực hơn, và cuối cùng, chẳng cần cố gắng gì hết. Tương tự như quả tên lửa được bắn lên vũ trụ. Lúc đầu, cần phải có lực đẩy rất lớn, nhưng sau đó, càng cách xa trường hấp dẫn của Trái đất bao nhiêu thì càng cần ít lực đẩy bấy nhiêu và cuối cùng, nó di chuyển trong không gian bằng động lượng của chính mình.

Và rồi, đột nhiên, nhận thức của người ấy bất ngờ thay đổi, Hiện diện đã ở đó, không thể nhầm lẫn và bao trùm lên tất cả. Họ sẽ e sợ trong giây lát, khi bản thể cá nhân chết đi, và sau đó, cái tuyệt đối của Hiện diện sẽ làm lóe lên tia chớp kinh ngạc. Cú đột phá này vô cùng ngoạn mục, mãnh liệt hơn tất cả những hiện tượng mà người ta từng gặp trước đó. Không có trải nghiệm thông thường nào có thể so sánh được. Nhưng tình yêu vốn luôn luôn có mặt cùng với Hiện diện sẽ giúp giảm nhẹ cú sốc sâu sắc này. Họ sẽ bị hủy diệt nếu không có sự nâng đỡ và bảo vệ của tình yêu đó.

Sau đó là một khoảnh khắc kinh hoàng, khi bản ngã tìm mọi cách để tồn tại, vì nó sợ rằng sẽ trở thành hư vô. Nhưng không, khi nó chết đi, thế chỗ cho nó sẽ là Đại ngã, hiện thân của Vạn vật, của Toàn thể, trong đó vạn vật đều được nhận diện và đều rõ ràng trong biểu hiện hoàn hảo của chính bản chất của chúng. Cùng với việc trở thành bất định xứ, người ta cũng nhận ra rằng mình là tất cả những gì đã từng hiện hữu hoặc có thể hiện hữu. Họ là toàn thể và hoàn chỉnh, vượt trên mọi danh tính, vượt trên mọi giới tính,





thậm chí vượt trên cả bản tính người. Họ sẽ không bao giờ sợ đau khổ và chết chóc nữa.

Kể từ thời điểm này, chỉ còn những thứ phi vật chất là tác động được tới thân xác mà thôi. Ở những tầng nhận thức tâm linh nhất định, bệnh tật của thân xác được chữa lành hoặc tự biến mất. Nhưng ở trạng thái tuyệt đối, những suy nghĩ như thế không còn phù hợp nữa. Thân xác sẽ đi theo tiến trình được dự đoán trước của nó, rồi sau đó sẽ quay trở lại cội nguồn của nó. Vấn đề này không quan trọng; người đó không bị ảnh hưởng. Thể xác hiện ra như “nó” chứ không còn là “tôi”, như một đối tượng khác, như món đồ gỗ trong phòng. Buồn cười là mọi người vẫn coi thể xác đó như thể đó là con người “bạn”, nhưng bạn không thể nào giải thích trạng thái nhận thức này cho người không có hiểu biết về nó. Tốt nhất là, nên tiếp tục công việc của mình và để cho Chúa tiến hành điều chỉnh các mối quan hệ xã hội. Tuy nhiên, một khi đạt được phúc lạc, người ta khó lòng che giấu được trạng thái ngây ngất cực độ này. Cả thế giới có thể bị lóa mắt, và người từ khắp nơi có thể đến để bước vào vòng hào quang của nó. Người đó có sức cuốn hút những người cầu đạo và những người tò mò về thế giới tâm linh, cũng như những người bị bệnh nan y đang tìm kiếm phép màu. Người đó có thể trở thành một thổi nam châm và nguồn vui cho những người kia. Thường thì lúc đó, người ấy sẽ mong muốn chia sẻ trạng thái này với mọi người và dùng nó để mang lại lợi ích cho nhân quần.

Nhưng cơn ngây ngất ban đầu này không trường tồn tuyệt đối; có những khoảnh khắc đau đớn tột cùng. Cơn đau mãnh liệt nhất xuất hiện khi trạng thái này dao động và đột ngột biến mất mà chẳng có lý do rõ ràng nào. Những lúc

như thế, người này sẽ rơi vào trạng thái tuyệt vọng cùng cực, họ sợ rằng mình bị Hiện diện bỏ rơi. Những cú rớt ngã này làm cho con đường tâm linh của họ trở nên gian nan, và phải có ý chí rất mạnh mẽ thì mới vượt qua được. Cuối cùng, họ nhận thức được rõ ràng rằng phải vượt qua tầng này hoặc vĩnh viễn đau khổ vì “bị rớt xuống”. Sau đó, họ phải từ bỏ vẻ huy hoàng của cơn ngây ngất để thực hiện nhiệm vụ cực kỳ khó khăn: siêu việt tính nhị nguyên cho đến khi thoát khỏi tất cả các đối nghịch cùng các lực kéo xung khắc nhau của chúng. Tuy nhiên, nếu từ bỏ cái xích sắt của bản ngã là sướng, thì từ bỏ cái xích vàng của niềm vui ngây ngất lại hoàn toàn khác. Người đó cảm thấy như đang từ bỏ Chúa, và trong họ khởi lên mức độ sợ hãi mới, chưa từng có. Đây là nỗi kinh hoàng cuối cùng của đơn độc tuyệt đối.

Về phần bản ngã, nó khiếp đảm trước viễn cảnh nó không tồn tại, và mỗi lần trạng thái ấy cận kề là nó đều co rúm lại. Lúc đó mới thấy rõ các mục đích của những khổ đau và những đêm đen của linh hồn. Chúng gây ra những đau đớn mãnh liệt đến mức buộc người ta phải nỗ lực đến tận cùng để vượt qua. Khi sự chao đảo giữa thiên đường và địa ngục trở nên không thể chịu đựng được, người đó phải từ bỏ chính niềm khao khát được tồn tại. Chỉ làm xong việc đó thì cuối cùng, họ mới không còn phân biệt giữa cái Toàn thể và hư vô, tồn tại và không tồn tại. Đỉnh điểm của hành trình tâm linh này – cũng là giai đoạn khó khăn nhất, bước ngoặt cuối cùng – là khi người đó nhận thức rõ ràng rằng ảo tưởng về sự tồn tại mà họ vượt qua là bất khả văn hồi. Không thể quay lại được nữa, và chính nỗi ám ảnh về sự bất khả văn hồi này làm cho chuống ngại cuối cùng này dường như là sự lựa chọn khó khăn hơn hết thảy.



Nhưng, trên thực tế, trong sự tận diệt cuối cùng của bản thể, sự tan rã của tính hai mặt duy nhất còn lại: tồn tại và không tồn tại – bản thân danh tính – sẽ tan biến vào trong Thánh thần Phổ quát, và không có ý thức cá nhân nào còn lại để lựa chọn nữa. Lúc đó, Chúa sẽ định đoạt bước đi cuối cùng.

— David R. Hawkins



## TÀI LIỆU THAM KHẢO

Abraham, R., và Shaw, C., *Dynamics: The Geometry of Behavior*, Tập. I-III. Santa Cruz, California: Aerial Press, 1984.

Amoroso, R., “Consciousness: A Radical Definition.” *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Khuyết danh, *AA Today*. New York: Cornwall Press. 1960.

Khuyết danh, *A Course in Miracles*. Huntington Station, New York: Foundation for Inner Peace, ColemanGraphics. 1975.

Khuyết danh, *Alcoholics Anonymous*. New York: Alcoholics Anonymous Publishing, Inc. 1955.

Khuyết danh, *Alcoholics Anonymous Comes of Age: A Brief History of AA*. New York: Alcoholics Anonymous Publishing, Inc. 1957.

Khuyết danh, *Twelve Steps and Twelve Traditions*. New York: Alcoholics Anonymous Publishing, Inc. 1953.

*The Anti-Stalin Campaign and International Commission: A Selection of Documents*. New York: Columbia University (Russian Institute). 1956.

Balsekar, R. S., *A Duet of One: The Ashtavatra Gita Dialogue*. Redondo Beach, California: Advaita Press. 1989.

—, *Experiencing the Teaching*. Redondo Beach, California: Advaita Press. 1988.

—, *Exploration into the Eternal*. Durham, North Carolina:Acorn Press. 1989.

—, *The Final Truth*. Redondo Beach, California: Advaita Press. 1989.

—, *From Consciousness to Consciousness*. Redondo Beach, California:Advaita Press. 1989.

—, *Personal Interviews*. Redondo Beach, California: Advaita Press. 1987.

—, *Pointers from Nisagargadatta Maharaj*. Durham, North Carolina:Acorn Press. 1990.

Barzon, J., “The Paradoxes of Creativity.” *The American Scholar*. Số 50, trang 337-351. Mùa hè năm 1989.

Bendat, J. S., and Pearson, A. G., *Measurement and Analysis of Random Data*. New York: John Wiley and Sons. 1966.

Beringa, M., “The Mind Revealed.” *Science*. Số 249, trang 156-158. 24 tháng Tám, 1990.

Bill W., *The Language of the Heart*. New York: Cornwall Press. 1988.

Blakney, R. B. (trans.), *Meister Eckhart*. New York: Harper & Row. 1942.

Bohm, D., *Quantum Theory*. New York: Prentice-Hall. 1980.

—, *Wholeness and the Implicate Order*. London: Routledge & Kegan Paul. 1980.

—, và Peat, F. D., *Science, Order, and Creativity*. New York: Bantam Books. 1987.

—, Hiley, B., and Kaloyerous, P. N., “An Ontological Basis for Quantum Theory.” *Phys. Reports*. Số 144:6, trang 323.

Briggs, J., *Fractals: The Patterns of Chaos*. New York: Simon & Schuster. 1993.

—, và Peat, F.D. *Looking Glass Universe*. New York: Simon & Schuster. 1984.

—, và Peat, F.D., *Turbulent Mirror: An Illustrated Guide to Chaos Theory and the Science of Wholeness*. New York: Harper & Row. 1989.

Brinkley, D., *Saved by the Light*. New York: Villard Books. 1994.

Bruner, J. S., and Posteman, L., “On the Perception of Incongruity: A Paradigm.” *Journal of Personality*. Số 18, trang 206. 1949.

Brunton, P., *A Search in Secret India*. Los Angeles: Weiser. 1984.

Butz, M., *Psychological Reports*. Số 17, trang 827-843 và 1043-1063. 1993.

Capra, F., *The Tao of Physics: An Exploration of the Parallels Between Modern Physics and Eastern Mysticism*. New York: Bantam. 1976.

—, *The Turning Point: Science, Society, and the Rising Culture*. New York: Bantam. 1982.

Chalmers, D., "On Explaining Consciousness Scientifically: Choices and Challenges." *Toward a*

*Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Chew, G. F., "Bootstrap: A Scientific Idea." *Science*. Số 161. 23 tháng Năm, 1968.

—, "Hadron Bootstrap: Triumph or Frustration?", *Physics Today*. 23 tháng Mười, 1970.

—, "Impasse for the Elementary Particle Content.", *The Great Ideas Today*. Chicago: Encyclopedia Britannica. 1974.

Churchill, W. S., *Blood, Sweat, and Tears*. New York: G. P. Putnam and Sons. 1941.

Combs, A., "Consciousness as a System Near the Edge of Chaos." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Crick, F., and Koch, "The Problem of Consciousness." *Scientific American*. Số 267, trang 152-159. Tháng Chín 1992.

*Crusade in Europe*. "1939: Marching Time." Bảng hình sưu tầm.

Cuomo, M., *Lincoln on Democracy*. New York: Harper Collins. 1990.

Deikman, A. J., "The Role of Intention and Self as Determinants of Consciousness: A Functional Approach to a Spiritual Experience." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học



Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Descartes, R., In *Great Books of the Western World*, Tập 31. Chicago: Encyclopedia Britannica. 1952.

Diamond, J., *Behavioral Kinesiology*. New York: Harper & Row. 1979.

—, *Your Body Doesn't Lie*. New York: Warner Books. 1979.

Dilts, R., "Strategies of Genius." *Success*. Số 39. 26-27 tháng Mười, 1992.

Dunn, J. (ed.), *Prior to Consciousness: Talks with Nisargadatta Maharaj*. Durham, North Carolina: Acorn Press. 1985.

—, *Seeds of Consciousness*. New York: Grove Press. 1982.

Eadie, B. J., *Embraced by the Light*. Placerville, California: Gold Leaf Press. 1992.

Eccles, J., *Evolution of the Brain: Creation of the Self*.

Edinburgh, Scotland: Routledge. 1989.

—, *The Human Psyche: The Gifford Lectures*.

Đại học Edinburgh, 1977-78. Edinburgh, Scotland: Routledge. 1984.

—, (ed.), *Mind and Brain: The Many Faceted Problems*. New York: Paragon House. 1986.

—, và Robinson, D. N., *The Wonder of Being Human: Our Brain and Our Mind*. New York: Free Press. 1984.

Fedarko, K., "Escobar's Dead End." *Time*. Số 142:25, trang 46-47. 13 tháng Mười Hai, 1993.

Feigenbaum, N.J., "Universal Behavior in Nonlinear Systems." *Los Alamos Science*. Số 1, trang 4-29. 1981.

Fischer, L., *Gandhi: His Life as a Message for the World*. New York: New American Library. 1982.

Freeman, W. J., and Skarda, C. A., "Spatial EEG Patterns: Nonlinear Dynamics and Perception." *Brain Res. Review*. Số 10, p. 147. 1985.

French, R. M. (trans.), *The Way of A Pilgrim*. New York: Seabury Press. 1965.

Galin, D., "The Structure of Subjective Experience." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Gardner, H., *The Mind's New Science*. New York: Basic Books. 1985.

Gilbert, M., *The Complete Churchill Videos*. BBC. 1993.

Glass, L., and MacKay, M. W., "Pathological Conditions Resulting from Instabilities in Physiological Control Systems." *Ann. NY. Acad. Sci.* Số 316, p. 214. 1979.

Gleick, J., *Chaos: Making a New Science*. New York: Viking Penguin. 1987.

Godman, D. (ed.), *Be As You Are: The Teachings of Ramana Maharshi*. Boston: Arkana. 1985.

Goleman, D., et al., "The Art of Creativity." *Psychology Today*, Số 25, trang 40-47. March/April 1992.

Goldman, A., "Philosophy of Mind: Defining Consciousness." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Goodheart, G., *Applied Kinesiology*, ấn bản thứ 12. Detroit: Xuất bản riêng. 1976.

Hardy, C., "Meaning as Interface Between Mind and Matter." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Harman, W., "A Comparison of Three Approaches to Reconciling Science and Consciousness." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Hawkins, D. R., *Archival Office Visit Series*: "Stress"; "Health"; "Illness and Self-Healing"; "Handling Major Crises"; "Depression"; "Alcoholism"; "Spiritual First Aid"; "The Aging Process"; "The Map of Consciousness"; "Death and Dying"; "Pain and Suffering"; "Losing Weight"; "Worry, Fear and Anxiety"; "Drug Addiction and Alcoholism"; và "Sexuality." Bài giảng bằng băng hình và tiếng. Sedona, Arizona: Institute for Spiritual Research, 1986.

—, "Consciousness and Addiction," in Kiley, L., Burton, S. (eds.), *Beyond Addictions, Beyond Boundaries*.

San Mateo, California: Brookridge Institute. 1986.

—, "Expanding Love: Beauty, Silence and Joy." *Call of the Canyon*, Tập II. Sedona, Arizona. 1983.

—, “Love, Peace and Beatitude.” *Call of the Canyon*, Tập I. Sedona, Arizona. 1982.

—, “Orthomolecular Psychiatry.” *International Encyclopedia of Psychiatry, Psychoanalysis and Psychiatry*. 1979.

—, “The Prevention of Tardive Dyskinesia with High Dosage Vitamins.” *Journal of Orthomolecular Medicine*. Tập 1, Số 1. 1986.

—, và Pauling, L., *Orthomolecular Psychiatry*. San Francisco: W.H. Freeman and Company. 1973.

Heilbron, J. L., “Creativity and Big Science.” *Physics Today*. Số 45, trang 42-47. Tháng 11. 1992.

Henon, J., “A Two-Dimensional Mapping with a Strange Attractor.” *Com. Math Physics*. Số 50, trang 69-77. 1976.

Hoffman, R. E., “Attractor Neuro Networks and Psychotic Disorders.” *Psychiatric Annals*. Số 22:3, trang 119-124. 1992.

Hofstadter, D. R., *Metalogical Themes: Questing for the Essence of Mind and Pattern*. Toronto, Canada: Bantam Books. 1985.

Huang Po (John Blofield, trans.), *The Zen Teaching of Huang Po: On Transmission of the Mind*. New York: Grove Press. 1958.

Insinna, E., “Synchronicity Regularities in Quantum Systems.” *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

James, W., *The Varieties of Religious Experience*. New York: Random House. 1929.

Josephson, M., *Edison*. New York: McGraw Hill. 1959.

Jung, C. G., *Collected Works*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press. 1979.

—, (R. F. Hull, trans.), *Synchronicity as a Causal Connecting Principle*. Bollington Series, Tập 20. Princeton, New Jersey: Princeton University Press. 1973.

Kaplan, B., Sedock, V., Kaplan, H., Kaplan & Sadock's *Comprehensive Textbook of Psychiatry*.

Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2000.

Kelly, V. C., "Affect and Intimacy." *Psychiatric Annals*. Số 23:10 trang 556-566. October, 1993.

Kendall, H., Kendall, F., Wadsworth, G., *Muscles: Testing and Function*. Baltimore: Williams and Wilkins. 1971.

Kosslyn, S., and Anderson, R. (eds.), *Frontiers in Cognitive Neuroscience*. Cambridge, Massachusetts: MIT Press. 1993.

Krippner, S., *Western Hemisphere Conference on Kirlian Photography*. Garden City, New York. 1974.

Kübler-Ross, E., *On Life after Death*. New York: Celestial Arts. 1991.

—, *Questions and Answers on Death and Dying*. New York: Macmillan. 1993.

Kuhn, T., *The Structure of Scientific Revolutions*.

Chicago: Đại học Chicago Press. 1970.

Laczey, E., *Gandhi: A Man for Humanity*. New York: Hawthorne. 1972.

Lamparski, R., *Lamparski's Hidden Hollywood*. New York: Simon & Schuster. 1981.

Lamsa, G. (trans.), *Holy Bible from Ancient Eastern Manuscripts*. Philadelphia:A.J. Holmes Co. 1957.

Land, G., Jarman, B., *Breakpoint and Beyond*. New York: Harper Business. 1992.

Lash, J. P., *Roosevelt and Churchill*. New York: W. W. Norton.1976.

Lee, T. D., *Particle Physics and Introduction to Field Theory*. Switzerland: Harwood Academic Pubs. 1981.

Li, E., and Spiegel, D., "A Neuro Network Model of Associative Disorders." *Psychiatric Annals*. Số 22:3, trang 144-145. 1992.

Libet, B., *Brain* 106. trang 623-642. Đại học California at San Francisco Physiology Dept. 1984.

"Life's 100 Most Important Americans of the 20<sup>th</sup> Century." *Life*. Số 13:12. Fall, 1990.

"Lincoln, Abraham." In *The New Encyclopedia Brittanica*, 15th Ed. Chicago: Encyclopedia Brittanica. 1984.

Loehle, C., "A Guide to Increase Creativity in Research." *Bioscience*. Số 40, trang 123-129. February 1990.

Lorenz, E. N., "Deterministic Nonperiodic Flow." *Journal of Atmospheric Science*. Số 20, trang 130-141. 1963.

—, “Predictability: Does the Flap of a Butterfly’s Wings Set off a Tornado in Texas?” *American Association for the Advancement of Science*. December 29, 1979.

—, “The Problem of Deducting the Climate from the Governing Equations.” *Tellus*. Số 16, trang 1-11. 1964.

Lowinsky, E.A., “Musical Genius: Evolution and Origins of a Concept.” *Musical Quarterly*. Số 50, trang 321-340 và 476-495. 1964.

Maharaj, N., *I Am That*, Vols. I and II. Bombay, India: Cetana. 1973.

Maharshi, R., *Talks with Sri Ramana Maharshi*, Tập III. Madras, India: Jupiter Press. 1958. --- (do Carl Jung giới thiệu), *The Spiritual Teachings of Ramana Maharshi*. Boulder, Colorado: Shambhala. 1972.

Mandelbrot, B., *The Fractal Geometry of Nature*. New York: W. H. Freeman and Co. 1977.

Mandell, A. J., “From Molecular Biologic Simplification to More Realistic Central Nervous System Dynamics.” In Cavenar, et al. (eds.), *Psychiatry: Psychological Foundations of Clinical Psychiatry*. New York: Lippincott. 1985.

Mann, F., *The Meridians of Acupuncture*. London, England: William Heinemann Medical Books Limited. 1974.

Maslow, A. H., *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Viking. 1971.

McAlear, N., “On Creativity.” *Omni*. Số 11, trang 42-44. Tháng Tư 1989.

Mehta, V., *Mahatma Gandhi and His Apostles*. New York: Penguin Books. 1982.

"Mind's Chaotic Periods May Lead to Higher Order." *Brain/Mind Bulletin*. Số 18, trang 12. Monroe, R., *Journeys Out of the Body*. New York: Anchor/Doubleday. 1971.

"Musical Composition." In *The New Encyclopedia Britannica*, 15th Edition. Chicago: Encyclopedia Britannica. 1984.

Nathanson, D. L., "About Einstein" and "Understanding Einstein." *Psychiatric Annals*. Số 23:10, trang 543-555. October 1993.

Nome, B., *Personal Interviews*. Santa Cruz, California. 1988.

"Nonlinear Analysis Reveals Link Between Heart and Mind." *Brain/Mind Bulletin*. Số 18:12, Tháng Chín 1993.

Peat, F. D., *Artificial Intelligence*. New York: Baen. 1988.

—, "Time, Structure and Objectivity in Quantum Theory." *Foundation of Physics*. December 1988.

Peers, E.A. (trans.), *St. John of the Cross: Ascent of Mount Carmel*. New York: Doubleday. 1958.

Penrose, R., "Quantum Coherence and Consciousness." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Peters, T. J., and Waterman, R. H., *In Search of Excellence*. New York: Warner Books. 1982.

Plato, *The Republic*. In *Great Books of the Western World*. Tập 7. Chicago: Encyclopedia Britannica, 1952.



Prigogine, I., and Stengers, I., *Order Out of Chaos: Man's New Dialogue with Nature*. Toronto, Canada: Bantam Books. 1984.

Raspberry, W., "Rap Music Shares Same Qualities as Nicotine: Dangerous, Addictive." *The Arizona Republic*. 4 tháng Bảy, 1994.

Ray, M., and Rinzler, A. (eds.), *The New Paradigm in Business: Emerging Strategies for Leadership and Organizational Change*. New York: Tarcher/Perigee. 1993.

Redington, D., and Reidbord, S., *Journal of Nervous and Mental Disease*. Số 180, trang 649-665. 1992.; Số 181, trang 428-435. 1993.

Ring, K., *Heading Toward Omega*. New York: William Morrow. 1984.

Rosband, S. N., *Chaotic Dynamics of Nonlinear Systems*. New York: John Wiley and Sons. 1990.

Rudolph, S. H., and Rudolph, L. I., *Gandhi: The Traditional Roots of Charisma*. Chicago: Đại học Chicago Press. 1983.

Ruelle, D., *Chaotic Evolution and Strange Attractors: The Statistical Analysis of Time Series from Deterministic Nonlinear Systems*. New York: Cambridge University Press. 1989.

—, "Strange Attractors." *Mathematical Intelligence*. Số 2, trang 126-137. 1980.

Schaffer, W. M., and Kot, M., "Do Strange Attractors Govern Ecological Systems?" *Bioscience*. Số 35, Trang 349. 1985.

Scott, A., "Hierarchical Organization in the Brain Emergence of Consciousness." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Health Sciences Center, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Sheldrake, R., *A New Science of Life*. London, England: Victoria Works. 1981.

—, Essay in *New Scientist*. Số 90, trang 749 and 766-768. 18 tháng Sáu, 1981.

—, "Formative Causation." Interview in *Brain/Mind Bulletin*. Số 6, Trang 13. 3 tháng Tám, 1981.

Simonton, D. K., "What Produces Scientific Genius?" *USA Today*. Số 117, June 11, 1988.

Smale, S., *The Mathematics of Time: Essays on Dynamical Systems*. New York: Springer-Verlag. 1980.

Stewart, H. B., and Thompson, J. M., *Nonlinear Dynamics and Chaos*. New York: John Wiley & Sons. 1986.

Stone, A. M. "Implications of Affect Theory for the Practice of Cognitive Therapy." *Psychiatric Annals*. Số 23:10, trang 577-583. 1993.

Tkacz, C., and Hawkins, D., "A Preventive Measure for Tardive Dyskinesia." *Journal of Orthomolecular Psychiatry*. Tập 10, trang 120-123. 1981.

Trimble, V., *Sam Walton*. New York: Dutton. 1990.

Tritton, D., "Chaos in the Swing of a Pendulum." *New Scientist*. 24 tháng Bảy, 1986.

Tucker, R. C., *Stalin in Power*. New York: W.W. Norton. 1990.

Tuckwell, H. C., *Introduction to Theoretical Neurology: Nonlinear and Stochastic Theories*. New York: Cambridge University Press. 1988.

Varvoglis, M., "Nonlocality on a Human Scale: PSI and Consciousness Research." *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Walsh, M. (ed.), *Butler's Lives of the Saints*. New York: Harper & Row. 1985.

Walther, D., *Applied Kinesiology*. Pueblo, Colorado: Systems DC. 1976.

Weisburd, S., "Neural Nets Catch the ABCs of DNA." *Science News*. 1 tháng Tám, 1987.

"What is Consciousness?" Interviews with C. Koch, T. Winograd, và H.P.Moravat. *Discover*. Số 13, trang 95-98.

Wilber, K. (ed.), *The Holographic Paradigm and Other Paradoxes: Exploring the Leading Edge of Science*. Boston: Shambhala. 1982.

—, Engler, J., and Brown, D. P., *Transformations of Consciousness*. Boston: Shambhala. 1986.

Winfrey, A., "Is It Impossible to Measure Consciousness?" *Toward a Scientific Basis for Consciousness; an Interdisciplinary Conference*. Đại học Arizona, Trung tâm Khoa học Y tế, Tucson, Arizona, 12-17 tháng Tư, 1994.

Wing, R. L., *The Tao of Power: An Introduction to the Tao Te Ching of Lao Tsu*. Garden City, New York: Doubleday. 1986.

Wright, F. L., *Genius and the Mobocracy*. New York: Drell, Sloan, and Pierce. 1949.

Yorke, J. A., and Tien-Yien, L., "Period Three Implies Chaos." *American Math Monthly*. Số 82, trang 985-992. 1975.

Zukav, G., *The Dancing Wu-Li Masters: An Overview of the New Physics*. New York: Bantam. 1982.

# POWER vs FORCE

---

## NHÀ XUẤT BẢN THẾ GIỚI

46 Trần Hưng Đạo - Hoàn Kiếm - Hà Nội

Tel: (024) 3825 3841

Fax: (024) 3826 9578

Email: thegioi@thegioipublishers.vn

Web: www.thegioipublishers.com.vn

---

*Chịu trách nhiệm xuất bản:*

**GIÁM ĐỐC - TỔNG BIÊN TẬP: PHẠM TRẦN LONG**

*Biên tập viên nhà xuất bản: Trịnh Hồng Hạnh*

*Sửa bản in:* Trang Mon

*Thiết kế bìa:* Ngọc Mai

*Trình bày:* Thu Hiền

---

### **Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam**

Hawkins, David R.

Trường năng lượng và những yếu tố ẩn quyết định hành vi của con người = Power vs force / David R. Hawkins ; Dịch: Phạm Nguyên Trường.

- Tái bản lần 10 - H. : Thế giới ; Công ty Sách Thái Hà, 2021. - 417tr. ; 24 cm

ISBN: 978-604-345-252-5

1. Tâm lí cá nhân 2. Ý thức

155.234 - dc23

TGF0341p-CIP

---

In 3.000 cuốn, khổ 15,5x24 cm tại Công ty CP In Bắc Sơn, địa chỉ: 262 đường Phúc Diễn, quận Nam Từ Liêm, Hà Nội. Số đăng ký KHXB: 4901-2021/CXBIPH/01-297/ThG. Quyết định xuất bản số: 1323/QĐ-ThG cấp ngày 31/12/2021. In xong và nộp lưu chiểu năm 2022.