

LÒNG SỢ HÃI

Cho đại đa số người hiện nay, thể tính cảm là phần linh hoạt nhất trong các thể của họ. So ra ta không ý thức về thể sinh lực (thể phách) mà chỉ mơ hồ cảm biết có nó khi trong người uể oải, thiếu sinh lực; còn thể xác chỉ được lưu tâm khi có gì trục trặc đau yếu hay khi ta thấy cần phải thỏa mãn nhu cầu này hay kia như đói, khát. Trái lại thể tính cảm là cái mà ta kinh nghiệm mỗi giây phút khi ta có phản ứng như buồn, vui, giận, sợ hãi v.v. Sự việc có nghĩa lực và sức sống của thể tính cảm quản trị cách biểu lộ cùng ảnh hưởng kinh nghiệm của linh hồn bên trong. Vì thể tính cảm quan trọng như vậy, chúng ta nên học để hiểu và kiểm soát bản chất tính cảm của mình, thông thạo kỹ thuật phát triển nó và tái định hướng nó tới kinh nghiệm rộng lớn hơn, mở mang thể này. Ta sẽ tìm hiểu về một số lực này, xem chúng từ đâu tới và đề nghị cách đối phó với lòng sợ hãi.

❶ Tổng Quát.

Để bắt đầu ta nên biết rằng:

- Năng lực tính cảm mà ta quen thuộc là một phần của năng lực tính cảm trong thái dương hệ.
- Thể tính cảm của người là một hạt nguyên tử trong thể tính cảm của vị Hành tinh Thượng đế.
- Thể tính cảm của Ngài là một tính chất thuộc thể tính cảm của vị Thái Dương Thượng đế.
- Thể của Đấng sau là đường kinh cho những lực phát xuất từ bên ngoài thái dương hệ.

Nhìn toàn cảnh cho thấy con người chỉ là phần rất nhỏ bé trong trọn hệ thống, và có rất nhiều lực vĩ đại, đa dạng hơn mà trí óc ta không thể nắm bắt, ảnh hưởng đến câu chuyện. Nó khiến vấn đề của con người trở nên phức tạp, nhưng nó cũng dẫn tới sự mở rộng tâm thức bao la khi con người tiến bộ hơn. Mặt khác khả năng giới hạn hiện nay của các thể con người xử sự như là áo giáp che chở họ đối với vô số lực chưa được biết, vì các thể này chưa có khả năng ghi nhận những lực hay đủ hiểu biết để sử dụng chúng.

Mỗi chúng ta đắm mình trong bể năng lực đó, rút lấy từ trong biển năng lực này những lực nào đáp ứng lại với tư chất của mình, có tính chất giống với đặc tính của ta để tạo nên thể tính cảm riêng biệt của mỗi người. Tùy theo mức tiến hóa của ta mà tính chất của lực sẽ giới hạn ta hay không. Chúng đặt giới hạn cho đáp ứng tính cảm của ta đối với kinh nghiệm sống, và sẽ thay đổi, tăng trưởng cùng với ta trong cuộc đời.

Thể tính cảm có những luân xa tiếp nhận lực từ mặt trời, các hành tinh, tức làm cho con người tiếp xúc với tất cả những phần trong thái dương hệ; những lực này từ thể tính cảm sẽ tuôn chảy vào thể sinh lực cho kết quả là mỗi kiếp con người có phần số rõ rệt định sẵn. Sự việc diễn tiến cho đến lúc ta thức tỉnh, hiểu được bản chất thực của mình và từ khi ấy, cảm biết những lực mà đa số người không nhận ra. Đó là lý do tại sao lá số thường khi chính xác cho người chưa tiến hóa hay chưa thức tỉnh, nhưng lại có nhiều sai lầm, tính trật cho người tiến hóa cao.

Vào lúc này khối đông người sống về tình cảm, bị nó chi phối, nó ra sao thì họ là vậy. Những lực ham muốn, ước ao, cảm xúc khi vui khi buồn, thất tình lục đục tuôn qua thể tình cảm và uốn nắn thể xác, dẫn dụ con người đi tới việc thực hiện ước vọng của mình không sai chạy. Nếu ao ước còn mang nhiều thú tính thì ta có người thiên về nhục dục, nỗ lực trong đời để thỏa mãn các ham muốn này. Nếu đó là ước ao có hạnh phúc và sống thoải mái thì đó là người yêu mỹ lệ, ưa chuộng lạc thú, hoàn toàn bị nỗ lực ích kỷ chi phối. Cứ như thế việc diễn ra cho đến lúc người ta có sự định hướng lại mục đích cuộc đời, chuyển năng lực tình cảm về một hướng khác, ham muốn trở thành ước nguyện. Bằng cách đó con người thoát khỏi cuộc luân hồi và tới khi ấy lá số mà ta biết hiện nay trở thành vô ích, không đúng và không cần.

② Năng Lực.

Những năng lực nào ảnh hưởng đến thể tình cảm con người? Có nhiều loại mà đa số nằm ngoài mức hiểu biết của ta vì nó thuộc về lực vũ trụ phát xuất từ những nguồn xa xăm, huyền bí con người không có khái niệm, thí dụ như năng lực của chòm sao Bảo Bình (Aquarius) đang ngày càng gia tăng ảnh hưởng lên trái đất. Ta dùng nó làm thí dụ để cho thấy nhân loại và địa cầu không cô độc, riêng rẽ, tách biệt nhưng là một phần của vũ trụ bao la và nằm trong cuộc tiến hóa chung. Lực khác phát xuất gần hơn, thí dụ lực của vị Thái Dương Thượng đế, và gần hơn nữa là lực từ thể tình cảm của nhân loại như một khối chung.

Ta đi sâu vào lực này một chút vì nó là căn nguyên của tâm lý quần chúng, là động lực chi phối cách xử sự của đám đông và cũng là căn bản cho dư luận. Tùy theo tính chất của thể tình cảm mỗi người, mức tiến hóa riêng mà ta đáp ứng lại với lực. Lãnh tụ khôn khéo là người biết cách gọi cho quần chúng có đáp ứng thích hợp cho mục tiêu của họ, và một cách là khơi dậy lòng ham muốn về cái này, điều nọ, vật kia. Họ lèo lái đám đông mà không ý thức chút gì về những lực này, nếu đó là người cung hai thì họ lôi cuốn, thu hút; nếu là cung một thì họ dùng sự sợ hãi là sẽ bị mất mát để chiêu dụ, và nếu thuộc về cung ba thì họ dùng tính thực tế, tiện dụng để kéo đám đông về với mình. Nói chung cả ba loại người lãnh đạo tác động vào thể tình cảm của dân chúng, và việc họ thành công hay không tùy thuộc phần lớn vào loại thể tình cảm của chính họ cùng khả năng kêu gọi được những ai phát triển đủ để đáp ứng với thúc giục tình cảm và thực hiện công việc. Người bình thường vì vậy là nạn nhân của mãnh lực tình cảm nơi kẻ khác, bị chúng đưa đẩy lôi kéo về mục đích riêng của kẻ này hay điều tốt lành cho tâm linh họ, bởi lực có thể được sử dụng cả hai chiều.

Trở lại với các loại lực thì một lực khác ảnh hưởng con người là lực tình cảm phát sinh từ gia đình, thân hữu của ta. Chúng ảnh hưởng ta mà ngược lại lực do ta phát ra cũng ảnh hưởng người xung quanh tùy theo bên nào phát và bên nào nhận, và thường là nhiều hơn ta tưởng. Mỗi ai mà ta tiếp xúc, gặp gỡ, sống chung, giao thiệp hằng ngày đều cho ra ảnh hưởng đối với ta hoặc tốt hoặc xấu. Họ có thể gọi nên trong thể tình cảm của ta điều cao thượng tốt lành, do đó giúp thêm cho ta trong việc tái định hướng, mà họ cũng có thể hạ thấp nó làm trí tuệ tiến bộ.

Chót hết là lực trong thể tình cảm của mỗi chúng ta. Mâm của những lực ấy nằm sẵn trong thể khi trẻ chào đời rồi ta sử dụng thể trong đời và mỗi ngày mỗi tạo dựng thêm cho thể. Nhiều người là nạn nhân cho thể tình cảm của chính mình, do chính họ tạo ra khi đáp ứng lại với năng lực của những nhóm ta kể ở trên.

③ Lòng Sợ Hãi.

Đây là một trong những biểu lộ thường có nhất của năng lực tinh cảm, là cái đe dọa đa số người và là cái xấu căn bản về mặt tinh cảm. Ai cũng biết sợ hãi là gì, từ người sơ khai kinh hoàng với những lực dũng mãnh của thiên nhiên mà họ chưa hiểu, tới người của nước tiến bộ ngày nay sợ kinh tế khủng hoảng, sợ thất bại, và hầu như ai cũng sợ chết. Dĩ nhiên ta muốn biết nguyên do của sự sợ hãi là gì, nhưng chỉ có bậc thánh nhân mới hiểu được vì khi đi sâu thì có nhiều điều sâu xa và bí ẩn. Điều ta có thể nói là mọi loài đều có lòng sợ hãi chứ không riêng gì con người và như thế sợ là tính Ác trong vũ trụ. Thú vật cùng với con người cảm nhận một cách vô thức những điều sau, sinh ra lòng sợ hãi:

- Sự rộng lớn bao la của toàn cảnh, đưa tới cảm giác bị chèn ép.
- Áp lực của tất cả những sự sống và cái hiện hữu khác.
- Luật trời tiến hành không sai chạy.
- Cảm giác bị cầm tù, giới hạn, kết quả là thấy mình yếu kém bất xứng.

Những yếu tố này là đầu mối sinh ra lòng sợ hãi và là căn bản của mọi nỗi kinh hoàng, chúng thuần là tâm lý mà không phải chỉ là bản tính sợ hãi tự nhiên của loài vật. Mai sau khi con người tiến đến mức hoà hợp được với sự Sống không còn tính chia rẽ, trở thành sự sống và không còn đồng hóa với phân hình thể, vật chất, chừng đó ta vào được tâm thức của vị Hành Tinh Thượng đế và thấy được phần nào sự tranh đấu của Ngài cùng kết quả vinh hiển mà Ngài sẽ tới. Đó là điều mà ta có thể nói được còn bàn rộng thêm hơn về việc lòng sợ hãi là tính sẵn có trong cuộc sống của trái đất sẽ không ích lợi gì. Thay vào đó ta sẽ hướng về con người trung bình, tìm hiểu xem lòng sợ hãi từ đâu mà có.

❖ Trước hết là lòng sợ chết, điều này đã được bàn tới trong rải rác các bài đã đăng trên báo nên không có gì để nói thêm, chỉ vẫn tất là không có cái chết, và thực ra nó là cửa bước vào đời sống mới tràn đầy hơn. Khi cái chết là diễn trình bình thường của sự sống thì không có gì đáng sợ xảy ra, mà ngược lại ta sẽ có cảm giác tự do thoải mái, thoát được giới hạn tù túng của thân xác. Còn khi đó là cái chết bất ngờ thì con người kinh nghiệm chỉ trong khoảnh khắc cảm giác sắp có chuyện kinh hoàng, như sắp bị điện giật và chỉ có thế mà không có gì khác thêm.

❖ Sợ tương lai.

Có nỗi lo sợ này vì:

— Thói quen sinh ra tư tưởng do bản năng, có căn nguyên nằm sâu trong thú tính và là ý muốn sinh tồn. Con người khi phát triển trí tuệ thêm vào đó khả năng tưởng tượng khiến vào lúc này thói quen trở thành mối đe dọa và làm cản trở, tuy rằng mai sau nó sẽ phát triển thành trực giác. Lo sợ sinh ra khi ký ức về những đau khổ lúc xưa được gọi lại mà lý luận cách mấy cũng không làm ta yên lòng. Thêm vào đó phương tiện liên lạc nhanh chóng làm con người thấy và xúc động với thảm kịch, chuyện não lòng của người ở cách xa hàng ngàn cây số, và tình trạng bất ổn làm khối đông người kinh hoàng ở nhiều nơi, ai nhậy cảm nhiều chừng nào càng dễ phản ứng lại chừng nấy. Sợ hãi tương lai vì vậy là cái hòa hợp giữa ký ức lưu giữ một cách tự nhiên và óc tiên đoán chuyện tưởng tượng. Ít ai thoát khỏi sự đe dọa ấy, gần như ai cũng lo lắng ưu tư, trạng thái này không gì giải tỏa được ngoài ý thức về chính linh hồn của mình

— Những lóe sáng ngăn ngủi cho thấy tương lai là yếu tố khác gây nên sợ hãi, ít khi nó vẽ nên cảnh hạnh phúc vui vẻ, chỉ vì nhân loại đã bị chiến tranh và đói kém tàn phá trong nhiều thế kỷ qua, cộng thêm với khó khăn về kinh tế. Hình ảnh họ thấy xem ra đen tối, kinh khủng và đầy tai họa.

— Yếu tố thứ ba là việc con người đồng hóa với nỗi lo sợ, lo lắng của khối đồng người khác, dù rằng chuyện không liên can gì đến cá nhân họ. Dựa theo kinh nghiệm riêng anh đồng hóa với họ sâu đậm tới mức không thể tách rời khỏi phản ứng của họ, thu hút vào người độc chất trong thể tính cảm và thể trí của họ nhiều đến nỗi anh bị lôi cuốn vào xoáy kinh hoàng và sợ hãi. Thực tế là không có thảm họa nào chờ đón anh trong tương lai, anh chỉ bị mê hoặc. Dầu vậy ảnh hưởng vẫn có cho thể tính cảm không sai chạy. Người như vậy thường là chưa có kinh nghiệm trong cách đối phó với nhân quả thế giới, tâm hồn họ mở rộng đối với đau khổ của kẻ khác và không thể phân biệt giữa vận mạng của mình và vận mạng của người khác quanh mình.

Ai nhạy cảm còn có thể bắt lấy làn rung động của chuyện ác và sự đau khổ nơi cõi tình cảm, nó có thể là những việc đã qua và mất hẳn rồi mà cũng có thể là họ thấy một phần nhỏ của chuyện sắp tới, liên can đến khổ não của ai khác nhưng họ lại xem đó là chuyện của mình và do vậy bị đau khổ. Nơi đây ta ghi nhận ảnh hưởng của ba loại sợ hãi trên đối với các thể: căng thẳng sinh ra trong thể tính cảm, căng thẳng sinh ra do óc tưởng tượng và căng thẳng trong hệ thần kinh của thể xác có thể dẫn tới đau đớn dữ dội cho cơ thể.

Ngoài ra còn những lo sợ khác như sợ thất bại, sợ đau đớn cho thân xác.

④ Làm Cách Nào Để Đối Phó Với Sự Sợ Hãi ?

Dù đã biết tất cả là do ảo ảnh, huyền hoặc nơi cõi tình cảm mà ra người ta cũng vẫn dễ dàng bị ảnh hưởng, tuy vậy có những qui tắc giản dị để vượt qua được. Ta có thể tóm tắt chúng như dưới đây:

— Biết rằng con người bất tử.

— Kiểm soát cái trí vì nhờ cái trí mà ta biết được linh hồn bất tử.

— Hãy biết rằng hình thể chỉ là tấm màn che đây sự vinh hiển của Thiêng Liêng.

— Hãy ý thức rằng Sự Sống Duy Nhất thấm nhuần mọi hình thể nên không có sự tử, đau khổ, phân ly.

— Vì thế hãy tách mình ra khỏi phần hình thể và đến với Thượng đế (hay linh hồn tùy cách gọi của mỗi người), trụ ở nơi có Ánh sáng và Sự Sống tràn đầy. Bằng cách ấy ta chấm dứt được ảo ảnh.

Chỉ dẫn trên được đưa ra bởi sợ hãi là phản ứng tình cảm đối với các yếu tố tâm lý và không thể được đối phó bằng lòng can đảm, mà bằng ánh sáng của linh hồn. Do hoạt động tình cảm mạnh nhất trong con người hiện nay, họ đem vào người cảm xúc và phản ứng tình cảm thuộc đủ mọi loại của khối đồng, nó khiến họ bị cuốn hút vào xoáy lực không có kiểm soát, vào lực tình cảm bị dẫn dụ sai, đưa tới hoặc thể chiến, kinh hoảng gây ra sụp đổ thị trường chứng khoán, hoặc đám đông xấu xí một ai. Đối phó bằng ánh sáng của linh hồn hàm ý ta phải dùng sự hiểu biết mà không dùng lực của trí não, và giải quyết sự việc bằng cách sử dụng đúng đắn năng lực, thay đổi mức rung động của các thể, bởi khi nói về các thể thanh là nói đến làn rung động. Thế thì câu hỏi thực tế là làm sao chế ngự được làn rung động xấu ?

Ta cần biết thế nào là làn rung động xấu. Làn rung động, động lực, tình cảm hay ham muốn phát xuất từ

khía cạnh thấp của hình tướng, nó khác với cái sinh ra từ linh hồn. Mỗi khi có phản ứng với làn rung động ta có thể đặt những câu hỏi sau:

— Phản ứng này là đáp lại với phàm ngã hay đáp lại với chân ngã ?

— Cái động lực thúc giục tình cảm tôi phản ứng đến từ đâu: từ sự sống thiêng liêng trong chính tôi, hay đến từ mặt hình hài sắc tướng ?

— Nếu tôi có phản ứng thì điều ấy làm hại hay giúp ích cho người quanh tôi ?

Trong việc huấn luyện tình cảm, mục tiêu ta nhắm đến là tập cho mình có tánh Vô Hại (Harmlessness), sao cho trong bản chất mình không có gì thù nghịch với bất cứ sự sống nào trong bất cứ hình thể nào, để vì vậy thu hút vào mình chỉ những gì lành thiện, và dùng những lực lành này trợ giúp người khác. Đó là bước đầu tiên, nó có nghĩa tập sống có ý thức về cả ba mặt vật chất, tình cảm, tư tưởng, dùng trí tuệ sáng suốt điều khiển tình cảm. Nếu cho đó là thiền thì bạn đã hiểu đúng sự việc.

Lòng sợ hãi được bàn tới vì chỉ nhờ vào việc đối phó với ảnh hưởng của nó và tìm cách chế ngự những ảnh hưởng này mà con người mới hiểu được chính mình, thành bậc giác ngộ. Điều khác cũng nên lưu ý là ở đoạn trên ta đề cập đến việc chuyển hướng lực mà không nói đến việc kiểm soát, bởi hành động tốt hay xấu ở cõi trần giản dị chỉ là do lực được hướng về điều thiện hay ác, và không phải là lực tự nó tốt hay xấu (thí dụ như con dao hay điện đều có thể dùng cho việc hữu dụng hay phá hoại, sự khác biệt nằm trong ý định của người sử dụng mà không phải nơi con dao hay sức điện).

Nếu kể ra thì tình hình thế giới hiện nay cho lý do rất chính đáng để sợ hãi mà nó cũng cho cơ hội tốt đẹp để giúp đời. Khi ta nuôi trong trí những chuyện đẹp đẽ, tốt lành, vui tươi thì như đã nói, nó sẽ ảnh hưởng đến người chung quanh, tạo nên bầu không khí trong sáng, hạnh phúc, an hòa. Khi cảm biết được sự sống vĩnh cửu và nỗ lực sống trong đó dù chỉ vài phút mỗi ngày, kinh nghiệm tuyệt diệu ấy sẽ còn mãi với ta trong những giờ sau, đẩy lui lòng sợ hãi ra khỏi tâm trí vì làn rung động không thích hợp. Nó mang sự bình an không gì lay chuyển được, là gia tài chung cho tất cả mọi người. Cánh cửa luôn mở rộng chỉ cần bạn cất bước đi về hướng ấy, và thêm một người có bình an nội tâm thì lòng sợ hãi trên thế gian được giảm bớt tương xứng.

Sách tham khảo:

A Treatise on White Magic by A.A.Bailey