

Tất cả là Một Oneness - Once and for All

Lời sau cùng của Cố GS Nguyễn Ngọc Huy:
'Lúc tắt hơi mới biết được mạng trời
Khi nhắm mắt mới đành thôi hoạt động'

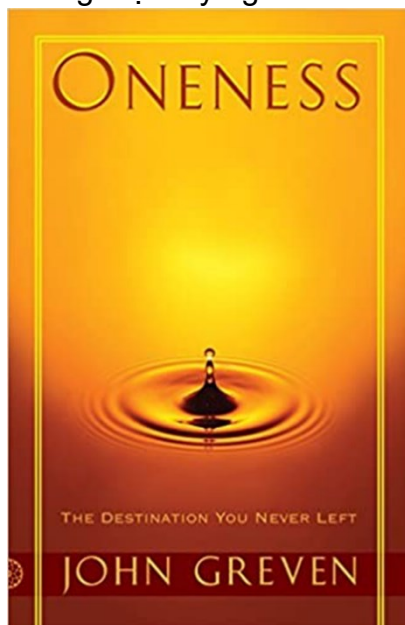
Oneness còn có thể hiểu như: - trạng thái hợp nhất (state of being united), - thỏa thuận (agreement), - trạng thái hay phẩm chất thành một (?) (the state or quality of being one), - tính độc đáo (uniqueness), - sự đơn độc (singleness), - tính tương tự (sameness). Đối với người Hindi, Oneness còn có nghĩa là **phẩm chất của sự hợp nhất thành một** - the quality of being united into one.

Cũng có quan niệm rằng, chúng ta có thể bắt đầu với ý tưởng nếu chúng ta đến từ ngôn từ Oneness, thực sự chỉ có một người trong chúng ta (one of us) ở trong từ này.

"Nhất thể" hay "Ý thức thống nhất" – Oneness or Unity Consciousness là một khái niệm cuối cùng nhận được sự lưu tâm và chấp nhận trong lãnh vực khoa học rộng hơn sẽ được diễn giảng ở phần dưới đây.

1- Về quyển sách Oneness của John Greven

Chương trình Tinh thần Toàn cầu trong quyển sách của **John Greven** cho rằng sự Đồng nhất gồm một bức tranh lớn trong đó có tác giả và bác sĩ chữa bệnh tâm hồn (mind-body healing) **Deepak Chopra** cùng với tác giả và nhà khoa học xã hội **Riane Eisler** cùng có chung một suy nghĩ...



Bạn đã bỏ lỡ điều gì?

Trong Oneness, tác giả John Greven mời độc giả nhìn thế giới như hiện tại, ngay lúc này, không có suy nghĩ riêng của phản ảnh những ấn dấu bí mật bị che khuất qua nhiều mặt - without the mind's own reflections obscuring its multifaceted mystery.

Bạn đã bỏ lỡ điều gì?

Trong Oneness, tác giả John Greven mời độc giả nhìn thế giới như nó thực sự, ngay bây giờ - the world as it really is, right now.

Oneness đưa người đọc, từng bước một, đến thực tế không thể chối cãi đó là **bản thân** - self. **Nội dung của cuốn sách này là tìm kiếm một trải nghiệm hàng ngày của một**



người, để chỉ ra điều gì đó mà tâm trí có thể đã lướt qua. Nó không chỉ ra bất cứ điều gì mới, hay bất cứ điều gì bạn có thể đạt được, hoặc bất cứ điều gì bạn có thể mang thêm vào chính mình. Nó không chỉ ra những việc tốt bạn đã làm trong cuộc sống của bạn để nhấn mạnh bạn phải là một người tuyệt vời như thế nào. **Nó đang chỉ ra một cái gì đó rất đơn giản**, một cái gì đó quá rõ ràng, khi nó được chỉ ra và nhìn thấy; để rồi, bạn tự hỏi làm thế nào và vì sao nó đã bị bỏ lỡ được?

Làm thế nào tâm trí có thể có một cái gì đó quá rõ ràng như đã được đãi ngộ sẵn (for granted)?

Làm thế nào tâm trí dễ dàng ném ra viên ngọc quý giá thuận lợi cho những phản cảm của tâm trí?

Hoặc:

- Bạn có thể đã tìm kiếm qua sự tự giác – self-realization, sự giác ngộ - enlightenment, hoặc tư tưởng của Đức Phật, hay Thượng đế hoặc một số mục tiêu khác có chung hay ngụ ý một điều tương tự.
- Bạn có thể đã tìm kiếm trong nhiều năm hoặc bạn có thể bắt đầu tìm kiếm. Cho dù bạn đã đi du lịch trên cùng một lối đường trong một thời gian dài hay bạn chỉ **cần thực hiện bước đầu tiên. Hai việc trên cũng không có gì khác biệt.**

Cuốn sách này mời bạn hãy nhìn vào một không gian đã bị lướt qua, để xem điều gì là hiển nhiên và đưa cuộc tìm kiếm đó đến một kết thúc...ngay bây giờ.

2- Giác ngộ



Trong hàng ngàn năm, các thầy giác ngộ từ các tín ngưỡng khác nhau, các nhà triết học tiếng tăm, nhà huyền bí – mystics, pháp sư - shamans, và nhà hiền triết – sages... đã cố gắng chia sẻ một thông điệp quan trọng với chúng ta: nhận thức của chúng ta về sự **chia ly là một ảo ảnh** - **our perception of separation is an illusion**

Trong mạng lưới của cuộc sống phi thường này, chúng ta được kết nối với mọi thứ. **Chúng**

ta là một - In this extraordinary web of life, we are connected to everything. We are one.

Và hiện nay, vật lý lượng tử đang cung cấp cho chúng ta cùng một thông điệp là mô tả cách các dạng nguyên tử (subatomic), một khi được nối với nhau và sau đó tách ra, vận hành theo cách không liên kết tức thời, truyền thông tin và tác động lẫn nhau trên các khoảng cách lớn. (And now quantum physics is providing the same message... describing how subatomic particles, once joined together and then separated, behave in a nonlocal way instantaneously communicating information and impacting each other over great distances).

Những dạng nguyên tử vướng mắc về căn bản vẫn là một thực thể duy nhất, mặc dù chúng đã được tách ra.

Nguyên tắc vướng mắc này giúp chúng ta đóng khung được những trải nghiệm không bình thường của mỗi chúng ta về việc ...*biết được ai đang nghe điện thoại trước khi chúng ta trả lời hoặc nhận biết điều gì đó về một người ở cách xa ngàn dặm.*

Kết nối phi tiêu điểm (nonlocal connections) tồn tại bởi vì chúng ta bị vướng mắc lẫn nhau!

Làm thế nào điều này có thể xảy ra? Tất cả hình thức và vật chất trong vũ trụ đều bắt nguồn từ cùng một điểm kỳ dị đặc biệt (singularity).

Tất cả chúng ta đều vướng mắc. Chúng ta được kết nối bởi cả nguồn gốc của ý thức và bởi các dạng nguyên tử (subatomics) tạo ra hình dạng vật lý (physical forms) của chúng ta.

Vật lý lượng tử cho thấy hành động tập trung sự chú ý của chúng ta thay đổi cách thế giới hành xử xung quanh chúng ta. Hành vi của các dạng nguyên tử, các khối vật chất chung quanh chúng ta bị thay đổi bởi hành động quan sát của chúng ta (the act of our observation).

Như thí nghiệm hai khe (double slit experiment) cho thấy, photon và electron có một cách tương tác (behaving) khi chúng không được nghiên cứu cận kề (chúng có các dạng tác động giao thoa của sóng di chuyển đồng thời qua cả hai khe hở). Tuy nhiên, chúng có mô hình tác động hoàn toàn khác nhau khi chúng được đo để xác định thông qua hai lỗ mở mà chúng di chuyển. Khi chúng được quan sát, sóng lượng tử sụp đổ và các photon và electron chọn một lỗ mở để di chuyển, tạo ra mô hình tác động của các hạt riêng lẻ đập vào màn hình.

Khoa học đang cung cấp bằng chứng về bản chất có sự tham gia của vũ trụ mà chúng ta đang sống. Ý thức là một lực lượng sáng tạo làm thay đổi thực tế chúng ta đã và đang trải nghiệm.

Mỗi suy nghĩ chúng ta có là năng lượng có thể tạo ra hình thức và giúp thể hiện thực tế mà chúng ta mong muốn.



Như vật lý lượng tử tiết lộ, các dạng nguyên tử tồn tại ở nhiều vị trí trong sóng lượng tử cho đến khi quan sát được thực hiện và kết quả được chọn.

Trong mỗi suy nghĩ, nếu chúng ta đã chọn một điểm lựa chọn vì sự chú ý, ý định, hoặc trọng tâm của chúng ta, **vô hình chung, chúng ta làm sụp đổ biển khả năng (sea of possibility) thành một kết quả duy nhất (single outcome).** Nói

chung, khi chúng ta cùng nhau tập trung và các ý định được đặt thẳng hàng (aligned), chúng ta sẽ phóng đại sự chọn lựa một khả năng mong muốn. (Khoa học phía sau Bí mật - The Science Behind the Secret, Travis Taylor).

Trong nhiều năm, một tổ chức có tên là **Viện Khoa học Noetic** đã nghiên cứu bản chất của ý thức và khả năng kết nối với nhau và với vũ trụ theo những cách chúng ta chưa hiểu được trong hiện tại.

Nghiên cứu xử dụng các tập hợp số ngẫu nhiên đã ghi lại sức mạnh của suy nghĩ và cảm xúc tập thể của chúng ta trước và trong các sự kiện quan trọng trên thế giới. Những nghiên cứu này đang cung cấp bằng chứng về nhận thức tập thể của chúng ta trước khi các sự kiện thế giới xảy ra ...

Các nghiên cứu nghiêm ngặt khác cũng đang cung cấp bằng chứng có ý nghĩa thống kê về sức mạnh mà chúng ta phải xử dụng suy nghĩ của mình để tác động đến thế giới vật chất chung quanh chúng ta.

Điều này sẽ có ý nghĩa gì khi chúng ta thức dậy khỏi giấc mơ chia tay tập thể?

Chúng ta sẽ bắt đầu nhận ra rằng khi chúng ta hướng những suy nghĩ, lời nói và hành động có hại cho người khác, chúng ta sẽ tự nhận chúng vì không có "cái khác".

Vì sao?

Vì, **chúng ta là một**. Và vì suy nghĩ của chúng ta là năng lượng có thể tạo ra hình thức, chúng ta có sức mạnh tập thể để cùng tạo ra (co-create) thế giới mà chúng ta mong muốn có.

Như nhiều người khôn ngoan đã chia sẻ, chìa khóa chính là tưởng tượng tới các cảm xúc đã có rồi, thứ mà chúng ta mong muốn, như thể chúng đã ở ngay đây.

Chúng ta hãy tưởng tượng một hành tinh hòa bình và yêu thương, phong phú, lành mạnh và an toàn cho tất cả mọi người.

Khi chúng ta tưởng tượng thực tế chúng ta chọn với cảm xúc đã tồn tại xung quanh chúng ta, chúng ta chọn nó từ một từ trường lượng tử của các khả năng. ***Khi chúng ta chọn khả năng của một hành tinh lành mạnh, hòa bình và từ bi, chúng ta sẽ cùng tạo ra thực tế này.***

3- Tính bất nhị - Nondualism

Trong tâm linh, chủ nghĩa vô song, còn được gọi là bất nhị, có nghĩa là "không hai" (not two) hoặc "***nhất bất phân chia trong một sát na***"- "one undivided without a second" Nondualism nguyên ủy là đề cập đến một trạng thái ý thức trưởng thành, trong đó sự phân đôi của ***Tôi - Người khác*** (I-Other) là "vượt qua - transcended" hay không phân



biệt, và nhận thức đó được mô tả là "vô tâm - centerless" và "không có sự phân đôi – without dichotomies".

Mặc dù trạng thái ý thức này dường như có vẻ như tự nhiên, thường tuân theo sự chuẩn bị kéo dài thông qua thực hành khổ hạnh (ascetic) hoặc thiền định, hoặc chiêm niệm (contemplative)...từ đó có thể bao gồm các mệnh lệnh đạo đức (ethical injunctions).

Trong khi thuật ngữ "chủ nghĩa bất nhị" có nguồn gốc từ Advaita Vedanta, những mô tả về ý thức bất nhị không được tìm thấy trong Ấn Độ giáo - Hinduism, Phật giáo (Tánh Không – Emptiness - Nyata), Hồi giáo – Islamic, và các truyền thống Kitô giáo phương Tây và Tân Platon – Henotheism - Hiệp hội huyền bí). (Advaita Vedanta (/ ʌdˈvaɪtə vɛˈdɑːntə /; tiếng Phạn: अद्वैत वैत द द न न có nghĩa là non-duality nhằm thể hiện tâm linh trong một truyền thống bản địa ở Ấn Độ).

Ngược lại, trong truyền thống Phật giáo, tính bất nhị được phát triển trong các triết lý **Vệ Đà và hậu Vệ Đà** - Vedic and post-Vedic Upanishadic. Tính bất nhị này có liên quan đến giáo lý về Tánh không, và hai giáo lý chân lý, đặc biệt là giáo lý **Madhyamaka** về tính bất nhị của chân lý tuyệt đối và tương đối. Những giáo lý này, cùng với giáo lý về Phật tánh đã là những khái niệm có ảnh hưởng trong sự phát triển tiếp theo của **Phật giáo Đại thừa** - Mahayana Buddhism, không chỉ ở Ấn Độ, mà cả Phật giáo Đông Á và Tây Tạng, đặc biệt là ở Thiền (Zen) và Kim cương thừa - Vajrayana.

4- Tâm linh nhất thể - Oneness spirituality - Chia khóa của Hạnh phúc & Thay đổi Thế giới

Tâm linh nhất thể là gì?

Đó là để có một sự hiểu biết sâu sắc và có kinh nghiệm rằng tất cả chúng ta đều là MỘT trong tất cả các biểu hiện của cùng một Ý thức - Consciousness.

Chúng ta cần có điều này tức thì. *Bởi vì xã hội chúng ta đang sống bị bệnh về mặt đạo đức, và chúng ta cũng vậy.*

Điều trên do chủ nghĩa cá nhân và chủ nghĩa vật chất phóng đại, hầu hết mọi người được thúc đẩy để theo đuổi ham muốn của riêng họ bằng bất cứ giá nào. Không cần phải nói, điều này gây ra xung đột và đau khổ cho người khác, và cho cả hành tinh chúng ta đang sống. Và mọi người vẫn không lưu ý hay biết rằng đây không phải là một chiến lược thông minh ngay cả trong việc theo đuổi hạnh phúc cá nhân của chính họ.

Tình huống này giống như nếu mọi tế bào trong cơ thể bạn quyết định tự hành động và tiêu thụ càng nhiều chất dinh dưỡng và năng lượng càng tốt - thậm chí nhiều hơn mức

cần thiết. Từ đó, các bộ phận trong cơ thể bạn sẽ sớm bị bệnh và điều đó sẽ gây hại cho sức khỏe của toàn bộ cơ thể - bao gồm cả các tế bào tham lam kia.

Thách thức ở sự nhất thể là làm cho các tế bào riêng lẻ hiểu rõ hai điều:

- Mọi quan hệ của chúng (tế bào) với nhau và toàn bộ cơ thể con người;
- Những gì một cuộc sống tế bào tốt là thuộc về tất cả bộ phận trong con người.

Nếu Bạn, trong khi theo đuổi hạnh phúc cho chính mình, làm tổn thương những người khác cũng đang tìm kiếm hạnh phúc, sẽ không tìm thấy nó, dù ở thế giới này hay thế giới tiếp theo. Tâm linh nhất thể sẽ cung cấp cho chúng ta một cách khác để sống một cuộc sống đúng nghĩa và hạnh phúc.

Nguyên tắc mà chúng ta tìm thấy trong tất cả các truyền thống tâm linh, và điều đó có thể tạo ra một sự khác biệt căn cội (radical) cho thế giới là gì? **Đó là sự Nhất thể - Oneness.**

Điều này giống như mỗi tế bào tự chăm sóc lấy chính nó, nhưng cũng hợp tác với những tế bào khác, và đặt căn bản là lấy sức khỏe của tất cả bộ phận của cơ thể làm mục tiêu. Kết quả là, các tế bào có được tất cả thức ăn và năng lượng cần thiết, cùng với một môi trường tốt hơn và tuổi thọ dài hơn trong một cơ thể lành mạnh.

5- Làm thế nào để thực hành Oneness?

Có một cách để bắt đầu suy ngẫm và cởi mở về việc thực hành sự Tánh nhất thể là xem xét những cách nào **bạn mang lại sự tôn trọng đối với tất cả các sinh vật sống trong cuộc sống của bạn?** Ví dụ về điều này có thể là: Bạn có thể dành thời gian để nhận diện mức độ quan trọng của một con nhện trong nhà mà bản năng bạn muốn giết, vì vai trò của nhện trong cuộc sống hàng ngày của bạn là đảm bảo trong nhà có... ít ruồi, kiến hoặc côn trùng khác có thể ảnh hưởng đến chất lượng cuộc sống của bạn!

Có baio giờ Bạn có thể dành thời gian để suy ngẫm về những nỗ lực của tất cả mọi người, vật chất, tài nguyên có liên quan đến việc làm cho bạn có một ly nước không?

Bạn có thể suy nghĩ về sự độc đáo của những phẩm chất của cuộc sống mà bạn có mà bằng lời nói, sự hiện diện, hỗ trợ, hành động của bạn cho phép một người khác trong cuộc sống của bạn trải nghiệm chất lượng cuộc sống tốt hơn.

Các cơ hội để phản ánh, chiêm nghiệm sự Nhất thể là vô hạn. **Nó cho bản thân chúng ta một khoảnh khắc để thấy các kết nối vô tận tồn tại trong mọi trải nghiệm và hành động mà chúng ta tham gia hàng ngày.**

Khi bạn thực tập chánh niệm (mindfulness), chiêm nghiệm (contemplation), và suy gẫm (reflection) về tánh nhất thể, điều này có thể giúp bạn mang lại cái nhìn sâu sắc và nhận thức rõ hơn về hiệu quả của hành động của bạn và đánh giá cao hơn cho thời điểm hiện tại bạn đang trải qua. Và TẤT CẢ điều đó đòi hỏi trong chính ngay một sát na (khoảnh khắc) đó phát sinh.

5- Kết luận

Con người cần có đức tin – spiritual faith. Mà đức tin là gì?

Một đức tin tôn giáo dù dưới bất cứ hình thức nào như Thiên Chúa giáo, Phật giáo, Bà la Môn, Ấn độ giáo, Cao đài, Hòa hảo, Islamic, Chúa Jesus, Đức Phật Thích Ca, Phật Bà Quan Âm, Đức Mẹ Maria, Thánh Mohamed, v.v... Tất cả chỉ là MỘT, chỉ có khác tên gọi mà thôi. Nếu nghĩ như vậy, thế giới sẽ là Oneness – một nhất thể - **Tất cả là Một và Một là tất cả.**

Nếu nghĩ như trên, bạn sẽ thấy rằng nhận thức cá nhân của bạn không bao giờ thực sự tách rời khỏi ý thức lớn hơn khác. Bạn chỉ đơn thuần trải nghiệm nó như tách rời trong khi bạn có sẵn một cơ thể, một hình thể - a body, a physical form. Giống như một con sóng trên biển, bạn là một cá thể riêng biệt và độc đáo - a distinct and unique individual, nhưng đồng thời bạn không bao giờ tách rời khỏi biển, từ nguồn cội của bạn. **Bạn là MỘT và là TẤT CẢ.**

Vì vậy, những ngôn từ như: Nhất nguyên – Nhất thể - Nghĩ cùng một hướng – Thân giao cách cảm – Nhị nguyên (Dualism) – Đa nguyên (Pluralism) – Tính độc đáo (Uniqueness) - Sự đơn độc (Singleness), - Tính tương tự (Sameness).v.v...tuy là những “chữ” viết khác nhau, nhưng thiết nghĩ cho cùng là để diễn đạt cùng một ý niệm:”Một là tất cả - Tất cả là một”

Riêng suy nghĩ của người viết, sau khi góp nhặt cát đá, chuyển dịch những suy nghĩ trích từ mạng lưới toàn cầu, vẫn thấy rằng... đối với cá nhân người viết, phải chăng con sói cô độc (solitary) nhưng không cô đơn (lonely) trong rừng sâu là **hiện thân của sự đơn độc hay là tất cả không gian chung quanh gộp lại cũng chỉ là Một?**

Mai Thanh Truyết

Một suy nghiệm sau cơn mộng du 78 năm dài

