

Tần số rung động con người bị chi phối bởi tầng ý thức

ISSN: 2734-9195

16:39 01/10/2024

Những người trải qua cảm giác chết hụt (cận tử), đều thay đổi vĩnh viễn, họ trở thành 1 con người khác, bớt mưu cầu vật chất, và bắt đầu hành trình tìm kiếm chân lý, điều này không có gì bất thường.

Tác giả: **Cư sĩ Phúc Quang**

1. Vấn nạn nghiện rượu, ma túy

Xã hội rất quan tâm tới những vấn nạn xã hội, để tìm được cốt lõi nguyên do vì sao vấn nạn đó có, tại sao nó được duy trì, đặc biệt với vấn đề nghiện rượu và ma túy. Khái niệm “nghiện” là nói tới sự lặp lại của 1 hành vi, thói quen dưới tác động lệ thuộc nặng nề quá mức của thần kinh, mà ở đó thần kinh cảm giác rằng nếu thiếu đi “hành vi” đó, thì cơ thể này sẽ chết.



Ảnh thiết kế bởi AI

Nghiện, không nói riêng gì tới rượu hay ma túy, mà nó có thể bất kỳ là 1 điều gì khác như tình dục, mua sắm,... Tuy nhiên, rượu và ma túy hay được nói đến nhiều hơn do những hệ lụy mà chúng mang lại.

Xã hội tin rằng rượu, ma túy làm cho nạn nhân trở nên nghiện ngập. Nhưng từ trích dẫn của Nhà tâm thần học – *David R. Hawkins* (ông còn là bác sĩ, nhà tâm linh và nhà nghiên cứu ý thức, tinh thần con người), thì việc “nghiện” không phải do chất gây nghiện, mà tự do ý thức con người. Tự thân rượu, ma túy không có sức mạnh nội lực bên trong để gây nghiện, mà về một mặt nào đó, chúng kìm nén các tần số rung động thấp, tức trường năng lượng tiêu cực, từ đó làm tiền đề cho tần số rung động cao hơn, hay cảm xúc tích cực hơn có cơ hội phát triển. Theo nghiên cứu của các nhà trị liệu tâm lý đo lường, thì cảm xúc thăng hoa được ghi nhận lúc say rượu, ma túy là ở tầng tần số từ 400 – 600, đây là tầng của tình yêu, niềm vui và an lạc. Chính vì cảm giác đó, mà người sử dụng bị lệ thuộc, ý thức thích cảm giác thăng hoa nhanh chóng này nên bị tham đắm, theo ngôn từ nhà Phật.

Ở đây, chúng ta phải nhận định rõ, sự ức chế cảm xúc tiêu cực, gia tăng tần số hạnh phúc, không đồng nghĩa là tác động tới hành vi con người. Sự thăng hoa này mang tính đốt cháy giai đoạn và là sự thăng hoa của ức chế thần kinh. Con người có vài cách tạo ra cảm xúc phấn khích cơ bản như tập thể thao, lao động trí óc, giúp đỡ người khác, giữ trong sạch thân, khẩu, ý... nhưng tất cả việc đó đều mất nhiều thời gian để kích thích ý thức và nâng đỡ tần số, còn rượu và ma túy gần như đốt cháy toàn bộ quãng đường này, mà sẽ đem tới sự hạnh phúc rất nhanh.

Bên cạnh đó, chính do sự rút ngắn thời gian kích thích cảm xúc, điều đó đồng nghĩa với việc nó cũng có thể phản tác dụng, tinh thần trong 1 vài khoảnh khắc hoàn toàn có thể bị dẫn tới cảm xúc tiêu cực, gọi là sự hỗn loạn cảm xúc, tần số thay đổi phụ thuộc bối cảnh, người ở cạnh, dòng suy nghĩ tưởng vọng trong đầu ngay lúc đó vụt qua kéo ý thức đi theo,...

Lý do rượu bị hạn chế và ma túy bị cấm bởi chúng khiến 1 phần ý thức hành vi con người bị cưỡng chế, không hoạt động, thay vào đó chúng chỉ sản sinh ra hoạt chất dopamine, tạo niềm vui cho người sử dụng. Con người dễ hành động những điều trái pháp luật, cư xử thô lỗ, trái đạo đức, vì tinh thần khi này đã tê liệt một phần.

Bên trong các tầng tần số rung động, khi con người vô tình chạm tới 1 tầng tần số rất cao so với tần số của bản thân mình, gần như chúng ta sẽ bị nghiện ngay lập tức, và sự vô tình này dễ được tạo ra do rượu, hay ma túy. Ví như tần số của một người bất kì đang là khoảng 100 – 300 trong đời sống hàng ngày trong đó

100 là sợ hãi, 125 là sự khát khao, 150 là giận dữ, 175 là kiêu hãnh, 200 là can đảm, 250 là trung dung, 300 là sự chấp nhận; thỉnh thoảng họ có thể chạm vào mốc tần số 500 tức là vui vẻ, hạnh phúc. Tuy nhiên, với hệ tâm lý như vậy, chỉ cần 1 lần tần số họ đi tới ngưỡng 600 - 700, tức đạt tới cảm nhận an lạc, lập tức ý thức sẽ “nghiện” cảm xúc đó.

Những tần số cao từ 600 trở lên đến 1.000 là những rung động rất mạnh, thậm chí tần số 800 tới 1.000 còn được coi là chỉ xuất hiện ở bậc vĩ nhân. Những tần số này thuộc dạng năng lượng thuần khiết, thường rất ít người duy trì được nó bởi những vọng tưởng xen vào, tham lam, sân si, sợ hãi, sân hận, nghi ngờ, ... Một điều thú vị khác, là những tần số cao như vậy cũng được ghi nhận ở những em bé sơ sinh, niềm vui của chúng là thuần khiết, cho tới khi ý thức của chúng đủ lớn để xen vào những tạp niệm về sự khen chê, về sự sở hữu từ những thứ nhỏ nhất như đồ chơi. Nhưng những bạn trẻ sơ sinh không được gọi là vĩ nhân, vì theo nhà Phật, đơn giản là chúng chưa có trí tuệ tối thượng. Người giác ngộ theo khía cạnh nhà Phật, phải là người vừa đạt tới tầng tần số cao, vừa có trí tuệ, tức người đó phải được trí tuệ dẫn dắt ý thức đi lên tần số đó, chứ không phải do rượu, hay ma túy.

Tần số rung động cao có nội lực rất mạnh, đây là lý do chúng ta luôn thích ở cạnh một người có trường năng lượng tốt, người tích cực, người cười tươi, vì năng lượng của họ sẽ chữa lành và an ủi cho ta. Còn khi một người tần số thấp, vô tình chạm tới tần số cao, ý thức họ sẽ không bao giờ quên, họ sẽ đi tìm kiếm mãi, đó là lý do họ lầm tưởng rằng cuộc sống họ cần rượu, cần ma túy, họ sử dụng chúng như 1 phương pháp tạo “an lạc” ảo, mà không biết chúng sai lầm. Phật giáo gọi đó là sự hạnh phúc không thật, chúng đem tới khổ đau.

Trong Phật giáo, đức Phật tích cực khuyến khích đệ tử mình thiền định, quán sát dòng chảy ý thức. Từ nghiên cứu của Hawkins, ông cũng chỉ ra rằng định là 1 phương pháp hữu hiệu để vươn tới trạng thái ý thức cao hơn.

Ngoài lề một chút, Hawkins cũng nói về một phương diện tham khảo khác, chính là những người trải qua cảm giác **“cận tử” (tức trạng thái thoát chết - chết hụt)**. Những người trải qua cảm giác chết hụt (cận tử), đều thay đổi vĩnh viễn, họ trở thành 1 con người khác, bớt mưu cầu vật chất, và bắt đầu hành trình tìm kiếm chân lý, điều này không có gì bất thường, hầu hết diễn ra như vậy. Tình trạng này cũng được chỉ ra là xuất hiện ở những người ngộ độc LSD, hoặc một loại nấm độc.

2. Xả bỏ trong giáo lý Phật giáo cùng sự tương đồng nguyên lý nâng cao tần số

Phật dạy chúng đệ tử của mình trong quá trình thiền định, nhờ ly dục, ly ác pháp, có tầm có tứ, nên sinh hỷ lạc, chứng đạt tầng thiền đầu tiên. Nhờ có tầm, tứ, diệt tầm tứ để nhập định, nhờ định sinh ra hỷ lạc, chứng đạt tầng thiền thứ hai. Xả niệm lạc trú tức ly lạc, không tham hỷ lạc, chính niệm tỉnh giác nên đạt tầng thiền thứ ba. Diệt cả lạc, cả hỷ, không còn khổ, không còn lạc, xả niệm thanh tịnh, nhập tầng thứ tư. Vượt thoát sắc tưởng, diệt trừ tưởng hữu, không tác ý đến tưởng khác biệt, suy tư “hư không là vô biên”, chứng và trú Không vô biên xứ. Vượt thoát hoàn toàn Không vô biên xứ, suy tư “thức là vô biên”, chứng và trú Thức vô biên xứ. Vượt thoát hoàn toàn Thức vô biên xứ, suy tư “không có vật gì”, chứng và trú Vô sở hữu xứ. Vượt thoát hoàn toàn Vô sở hữu xứ, chứng và trú Phi tưởng phi phi tưởng xứ. Vượt thoát hoàn toàn Phi tưởng phi phi tưởng xứ, chứng và trú Diệt thọ tưởng.

Xét ở mặt tần số rung động, đối với người có tần số 20 là sự nhục nhã, nhưng so với tần số 30, thì tần số 30 vẫn là 1 sự hạnh phúc hơn dù do tần số 30 là cảm thấy tội lỗi. Nếu không xả bỏ được tần số nhục nhã, thì con người không vượt lên được tần số 30. Con người cũng cần xả bỏ tần số 100 là sự sợ hãi, để tiến tới tần số 125 là sự khát khao. Nếu không xả bỏ được sợ hãi, chúng ta chẳng thể nào có được khát khao. Tương tự vậy, phải xả bỏ tần số 350 là sự chấp nhận để đạt tới tần số 400 của lý trí,...

Trong nhà Phật cũng nói nhiều về dục vọng, tiền bạc,... có thể đem lại niềm vui, nhưng đó là niềm vui không thật, tạm thời, mà hậu quả lại là gia tăng lòng tham, chính là tích tụ tần số thấp, điều này cần xả bỏ. Phải tu tập kiên định, giữ giới trọn vẹn thì con người mới có cơ hội duy trì trạng thái thăng hoa hạnh phúc lâu bền.

Tần số rung động của một con người được thể hiện qua vấn đề nhận thức, cách nhìn nhận của cuộc sống, sự suy xét định kiến. Một bậc thầy là người không bao giờ ép buộc người khác, mà người đó khuyên răn dựa trên kinh nghiệm, trải nghiệm cá nhân.

Đức Phật không bao giờ bắt buộc ai đó phải làm gì theo ý mình, ngài nói cái này thiện, nên làm, ngài nói cái này bất thiện, đừng làm, vì làm sẽ đau khổ. Đức Phật không bài trừ tục lệ lễ nghi, ngài chỉ nói nên trì giới thiện lương để lễ nghi đó hoàn thiện, trong lễ nghi đó cái nào mê tín, cái nào bất thiện nên bỏ. Giáo pháp của Phật dạy không phải là một chủ thuyết xây dựng trên trí năng.

Đó là kinh nghiệm thực chứng, những gì Phật thuyết ra đều đã thực chứng, và mọi người cũng có thể kiểm điểm lại bằng kinh nghiệm thực chứng của bản thân. Phật thuyết vạn vật là vô thường và không có tự ngã. Điều này Phật đã chứng nghiệm và mọi người cũng có thể chứng nghiệm. Phật thuyết vạn vật

nương vào nhau mà sinh khởi, tồn tại, và hoại diệt, chứ không phải xuất phát từ một nguyên nhân đầu tiên nào hết. Điều này bản thân mỗi người cũng có thể tự chứng nghiệm.

3. Sự cải thiện tần số từ thấp lên cao

Trong sự thống kê, phần lớn con người có tầng tần số rung động trung bình và thấp, đó là lý do vĩ nhân nhân loại ít, mà số lượng người than vãn khổ đau thì cao. Con người tập trung vào việc trách móc, đổ lỗi và mượn sự hạnh phúc từ bên ngoài nhiều hơn, thay vì nỗ lực, tập trung vào động lực phấn đấu; con người tập trung vào lòng tham cá nhân nhiều hơn là sự nỗ lực vì một đời sống xã hội chung phát triển.

Tuy nhiên, chúng ta vẫn luôn có tiềm năng để cải thiện, chuyển dịch tần số của mình. Trên thang nhận thức, có hai mốc rung động mang tính bản lề, tạo điều kiện cho những bước nâng tần số bản thân. Đầu tiên là ở tầng 200, đây là tần số can đảm, khởi đầu của sức mạnh nội tâm.

Ở tầng này, con người sẽ ngừng trách cứ người khác và nhận trách nhiệm trước những hành động, cảm xúc và niềm tin của mình, đồng thời dũng cảm cải thiện bản thân. Khi một người vẫn còn đưa trách nhiệm đổ cho người khác, thì người đó vẫn tiếp tục ở trong tâm thế của nạn nhân.

Thứ hai là tầng 500, tần số của tình yêu. Người vươn lên tới tầng này thì yêu thương chữa lành mọi thứ, tha thứ mà không phán xét, thể hiện lòng từ bi vô điều kiện đối với tất cả mọi người, mọi thứ, mọi sự kiện không có ngoại lệ nào. Ngay cả khi ai đó "đối xử tệ với bạn", bạn vẫn có thể tự do lựa chọn cách không phản ứng bất thiện và buông bỏ oán hận.

Tu tâm, có thể là hành trình không dễ dàng, đầy gian khổ, con đường này phải nỗ lực rất nhiều để thoát khỏi những điểm hút quen thuộc của hành vi cũ. Nói một cách tục tĩu, là bản lĩnh vượt qua cám dỗ, trên phương diện Phật học, là giới trong sạch không hoen ố.

Theo Hawkins nghiên cứu, những bài giảng thuyết của đức Phật về trì giới, giữ phạm hạnh trong sạch, thanh tịnh có tần số rung động lên tới điểm 1.000, thậm chí vượt ngưỡng 1.000. Các giáo lý thuần khiết mang tần số mạnh mẽ, nhưng theo thời gian, giáo lý đó có thể bị sai lầm do những người viết có tần số thấp hơn không thấu cảm được diễn giải.

Mỗi tầng nhận thức đều có 1 sự rung cảm lĩnh hội nhất định, sự hạn chế riêng. Không có cụ thể tôn giáo nào là sự chân lý tuyệt đối, Phật giáo với Phật tử là

chân lý,

Kito giáo với tín đồ kito là chân lý, chứng minh khoa học đối với nhà khoa học là chân lý, đó đều chỉ là nhận thức mang tính cá nhân dựa trên tần số của họ, hoặc sự cộng hưởng tần số của tập thể họ đang sống.

Bản chất tâm linh, tôn giáo học chỉ là hướng chúng ta tới năng lượng thuần khiết tuyệt đối thông qua sự cải thiện đời sống lương thiện hơn, trong lành hơn.

Tác giả: **Cư sĩ Phúc Quang**

Tài liệu tham khảo: *Power vs Force, David R. Hawkins, Phạm Nguyên Trường dịch, NXB Thế giới, Thaihabooks*