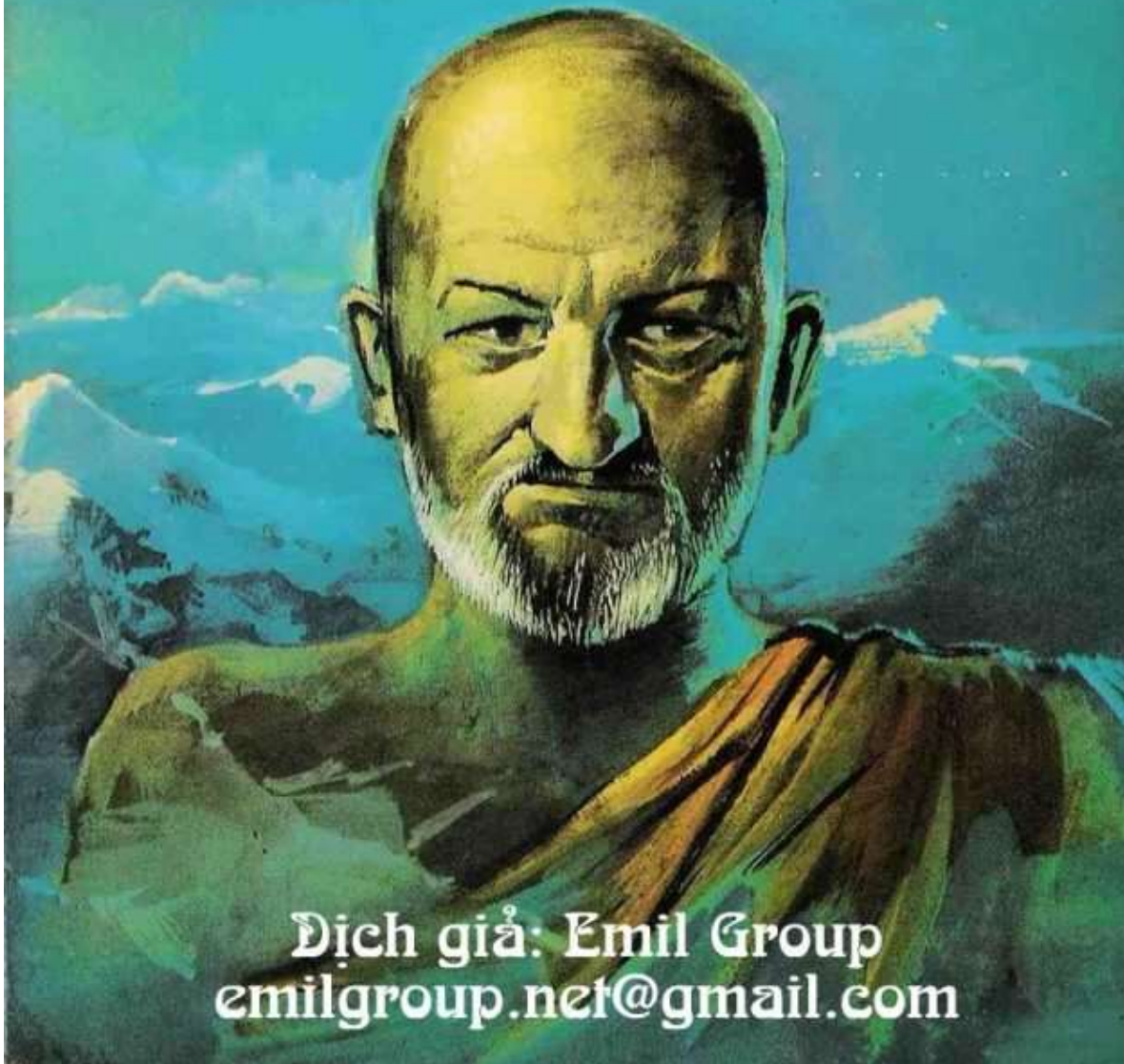


LOBSANG RAMPA

You-Forever

Bạn Là Mãi Mãi



Dịch giả: Emil Group
emilgroup.net@gmail.com

Về tác giả Tuesday Lobsang Rampa

Tuesday Lobsang Rampa tự nhận mình là linh hồn một vị Lạt ma người Tây Tạng đã mượn tạm xác của một người Anh tên là Cyril Hoskin (8 tháng 4 năm 1910 – 25 tháng 1 năm 1981). Cái tên Tuesday (thứ Ba) liên quan đến lời ông kể rằng các quý tộc người Tây Tạng được đặt tên theo ngày mà họ sinh ra.

Vào tháng 11 năm 1956, cuốn sách đầu tiên với tựa đề *The Third Eye (Con mắt thứ ba hay Tây Tạng huyền bí)* được xuất bản ở Anh. Cuốn sách kể lại những kinh nghiệm của ông khi lớn lên trong một tu viện ở Tây Tạng từ năm lên bảy tuổi. Tựa đề cuốn sách liên quan đến một cuộc phẫu thuật trên trán để mở ra con mắt thứ ba làm tăng cường khả năng nhìn hào quang của ông.

Trong cuốn *The Rampa story (Câu chuyện của Rampa)* và *Doctor from Lhasa (Bác sỹ từ Lhasa)*, ông kể rằng thân xác ông đã bị hủy hoại nặng nề vì những đòn tra tấn của phát xít Nhật nên đã mượn xác của Cyril Henry Hoskin để viết ra những cuốn sách ký tên là Lobsang Rampa. Ông Cyril là một người thợ sửa ống nước, sau khi hồn của Tu sĩ Bác sĩ Rampa nhập vào mới bắt đầu viết những cuốn sách về Tây Tạng.

Theo lời nhà xuất bản *Secker & Warburg*, tác giả Lobsang Rampa đã cung cấp tài liệu chứng minh rằng ông có bằng y khoa của Đại học Trùng Khánh, và trong các văn bản đó ông được mô tả là một vị Lạt Ma của tu viện Potala ở Lhasa. Nhiều cuộc trò chuyện cá nhân của NXB với ông đã chứng minh ông là một người có quyền năng và tri thức khác thường. Về cuộc sống cá nhân của mình, ông thể hiện sự dè dặt đôi khi khó hiểu; nhưng mọi người đều có quyền riêng tư và Lobsang Rampa có thái độ như vậy có lẽ để che giấu sự an toàn cho gia đình ông vẫn đang sống ở mảnh đất Tây Tạng hiện đang do Trung Quốc quản lý. Thật vậy, một số chi tiết, chẳng hạn như vị trí thực của cha ông ở Tây Tạng, đã được cố tình ngụy trang vì mục đích này.

Vì những lý do trên, Tác giả buộc phải nhận và đã tự nguyện nhận trách nhiệm duy nhất về những về những gì ông viết trong sách. Ta có thể cảm thấy rằng đâu đó ông đã dành được sự tin tưởng của người phương Tây, dù cái nhìn của người phương Tây về vấn đề những cuốn sách nói tới rất khó để khẳng định.

Lời tựa

Tôi là Tuesday Lobsang Rampa. Đó là cái tên duy nhất của tôi, bây giờ là tên hợp pháp của tôi, và tôi sẽ không trả lời thêm nữa. Rất nhiều thư gửi đến tôi với một đồng những cái tên kỳ lạ, và tôi đã ném chúng vào sọt rác, vì như đã nói, tên duy nhất của tôi là Tuesday Lobsang Rampa.

Tất cả những cuốn sách của tôi là sự thật, tất cả những lời xác nhận của tôi cũng hoàn toàn là sự thật. Nhiều năm trước, báo chí Anh và Đức đã bắt đầu một chiến dịch chống lại tôi ở thời điểm mà tôi không thể bảo vệ bản thân mình bởi vì tôi gần như chết vì nhồi máu cơ tim. Tôi bị khủng bố một cách không thương xót và điên rồ.

Thực tế có một vài người ghen tị với tôi, vì vậy họ thu thập 'chứng cứ', nhưng một điều rõ ràng là 'những nhà sưu tập chứng cứ' ấy chẳng thèm thử nhìn đến TÔI! Thật không bình thường khi mà 'một bị cáo' lại không có nổi một cơ hội để kể lại sự tình. Một người được coi là vô tội chừng nào anh ta chưa bị chứng minh là có tội. Tôi CHƯA BAO GIỜ 'bị chứng minh là có tội', và cũng chưa bao giờ được cho phép tự chứng minh là mình THÀNH THẬT!

Các tờ báo của Anh và Đức không cho tôi bất kỳ một khoảng trống nào trên các trang của họ, vì vậy tôi ở địa vị thật không may là mặc dù vô tội và trung thực, nhưng cũng chẳng thể cho ai biết câu chuyện của mình. Một kênh truyền hình lớn mời tôi tham gia phỏng vấn, nhưng họ KHẲNG ĐỊNH rằng tôi phải nói những gì họ muốn, hay nói cách khác, là nói dối. Tôi muốn nói sự thật, vì vậy họ không cho tôi xuất hiện.

Vậy, tôi xin khẳng định lại một lần nữa, rằng mọi thứ tôi viết là sự thật, Mọi lời xác nhận của tôi là sự thật. Lý do đặc biệt mà tôi phải nhấn mạnh rằng tất cả những điều này là sự thật vì trong một tương lai gần, những người như tôi sẽ xuất hiện, và tôi không muốn rằng họ phải chịu sự khổ sở như tôi đã trải qua và những hận thù luẩn quẩn.

Rất nhiều người đã được nhìn thấy những giấy tờ xác nhận rằng tôi là một Lạt Ma cao cấp của tu viện Potala tại thủ đô Lhasa, Tây Tạng, và rằng tôi là một Bác

sĩ có trình độ được đào tạo ở Trung Quốc. Mặc dù vậy, người ta vẫn cứ lờ đi khi những báo chí tọc mạch đến.

Bạn sẽ đọc những cuốn sách của tôi với một tâm trí khẳng định tích cực rằng mọi điều là SỰ THẬT chứ? Tôi là chính mình mà thôi. Vậy tôi là thế nào, hãy đọc những cuốn sách tôi viết và bạn sẽ thấy

Lobsang Rampa

Lời nói đầu

Đây là một Khoá Huấn Luyện Đặc Biệt cho những ai chân thành mong muốn trí tuệ trong một số điều cần phải biết.

Dự kiến ban đầu là cần tổ chức những Khoá Học Thực Tế, nhưng làm như vậy thì mỗi học viên tham gia sẽ phải trả một khoản phí khoảng £35 để tham gia! Vì vậy, với sự hợp tác của các Nhà Xuất Bản, tôi đã quyết định tổ chức nó bằng hình thức viết sách.

This is a very special Course of Instruction for those who are sincerely interested in knowing the things which have to be known.

At first it was intended that this should be in the form of a Correspondence Course, but then it was realized that with all the organization necessary each student would have to pay a fee of about thirty five pounds for the Course! So, with the cooperation of my Publishers, it was decided to produce it in book form.

Bạn cần biết rằng thông thường trong một Khoá Học Thực Nghiệm, sinh viên có thể đưa ra những câu hỏi, còn qua hình thức này tôi không thể trả lời câu hỏi của người đọc, bởi vì :

Bạn biết không, một tác giả nghèo tội nghiệp không thu được nhiều tiền từ cuốn sách đâu, ông ta thực sự thu được rất ít, và thường thì ông ấy sẽ nhận được những lá thư từ khắp nơi trên thế giới, mà người viết 'quên' gửi kèm tem. Vì vậy Tác giả phải đối diện với lựa chọn rằng ông ta sẽ tự trả hay là lờ lá thư ấy đi.

You will appreciate that normally in a Correspondence Course there would be certain questions which a student would want to ask, but I cannot undertake to answer questions arising from this book because —

A poor wretched Author does not make much out of books, you know, he makes very little indeed, and often an Author will receive letters from all parts of the world, and the writers "forget" to include return postage. The Author is then faced with the choice of paying himself or ignoring the letter.

Trong trường hợp của tôi, thật ngu ngốc thay, tôi phải chịu phí giấy in, thuê người đánh máy, trả tiền tem, vv, và nó khiến toàn bộ việc này trở nên quá đắt

đỏ, nên tôi không định trả lời bất kỳ câu hỏi hay lá thư nào, trừ khi người hỏi đã rất canh cánh trong đầu câu hỏi của mình.

Là một độc giả, bạn nên quan tâm đến điều đó. Tôi đã từng nhận được những lá thư nói rằng những cuốn sách của tôi quá đắt và liệu tôi có thể gửi cho họ những bản copy không. Tôi còn có một lá thư từ một độc giả nói rằng sách của tôi quá đắt nên liệu tôi có thể gửi cho anh ta bản viết tay từng cuốn sách của tôi không, và sau khi suy xét anh ta còn thêm vào yêu cầu hai cuốn sách của hai tác giả khác nữa. Vâng, tôi đã trả lời thư của anh ta.

In my case, very foolishly, I have borne the cost of the printed paper, having the stuff typed, paying the postage, etc. etc., but it makes all this too expensive, and so I am not at all prepared to answer any questions or letters whatever unless people bear that point in mind.

You may be interested as a Reader to hear this; I have had letters telling me that my books are too expensive and would I send free copies. I had one letter from a person who said that my books were too expensive, and he asked me to send him an autographed copy of each of my books, and as an afterthought he added two other books by two other Authors and he asked me to give him those also. Yes, I did reply to his letter!

Tôi nhấn mạnh với bạn rằng, nếu bạn đọc cuốn sách này, bạn sẽ thu được nhiều lợi ích từ nó, và nếu bạn học theo cuốn sách này, bạn còn nhận được nhiều hơn thế nữa. Để giúp các bạn, tôi đã đưa vào phần Hướng dẫn, giống như bạn có được từ Khoá Học Thực Nghiệm vậy.

Sau cuốn sách này là một cuốn nữa bao gồm những chuyên khảo về một loạt chủ đề về huyền bí học và những điều quan tâm thường ngày, đồng thời nó cũng bao gồm một Từ điển theo hình thức rất đặc biệt, một Từ điển giải nghĩa tôi tự viết sau khi tham khảo một loạt những cuốn sách từ các quốc gia khác nhau trên khắp thế giới. Tôi coi cuốn sách thứ hai này là cần thiết cho sự hiểu biết đầy đủ và có lợi nhất cho cuốn này, cuốn số một trong hai cuốn.

I tell you emphatically that if you read this book you will derive much benefit from it; if you study this book you will derive much more benefit from it. To

help you, you will find included the Instructions which would have gone out with the Correspondence Course.

Following this book there will be another book containing monographs on various subjects of occult and everyday interest, and also containing a very special form of Dictionary, an explanatory Dictionary, and having tried to get such a book from various countries throughout the world I decided to write one myself. I regard this second book as essential to the complete and most beneficial understanding of this, the first of the two.

T. Lobsang Rampa.

Hướng dẫn chung

Chúng ta – bạn và chúng tôi – giờ đã thống nhất rằng sẽ cùng làm việc với nhau để sự phát triển tinh thần của bạn được nhanh chóng. Một số các bài học sẽ lâu hơn và có thể khó khăn hơn những bài khác, nhưng những bài học đó không phải là sự nhồi nhét, mà chúng chứa, như cái mà chúng ta có thể gọi là 'thịt' chứ không phải là những trang trí lạ mắt.

We — you and us — agree going to have to work together so that your psychic development may proceed apace. Some of these Lessons will be longer and possibly more difficult than others, but these Lessons are not padded; they contain, so far as we are able, real "meat" without fancy trimmings.

Hãy chọn ra một đêm nhất định mỗi tuần để nghiên cứu BÀI TẬP. Tạo ra thói quen nghiên cứu tại một thời điểm nhất định, ở một chỗ nhất định, trong một ngày nhất định. Cần nhiều hơn cho nó thay vì chỉ đọc những từ ngữ bởi bạn cần phải hấp thụ được những ý tưởng có thể rất xa lạ với bản thân, và một thói quen thường xuyên giữ tinh thần kỷ luật sẽ giúp bạn rất nhiều.

Select a definite night each week on which to study this Lesson-work. Get into the habit of studying at a certain time, at a certain place, at a certain day. There is more to it than just reading words because you have to absorb ideas which may be very strange to you, and the mental discipline of regular habits will assist you enormously.

Hãy dành chỗ – phòng riêng chẳng hạn – mà bạn cảm thấy thoải mái. Bạn sẽ học dễ dàng hơn nếu cảm thấy thoải mái. Nằm xuống nếu bạn thích, nhưng trong mọi trường hợp tuyệt đối không học trong trạng thái cơ bắp căng thẳng, hãy thư giãn để toàn bộ sự chú ý của bạn tập trung vào từng chữ và những ý nghĩ đằng sau chúng. Nếu bạn thấy nhận thức của mình bị căng lên nhiều thì đó là để cảm nhận được cảm giác căng thẳng! Bạn hãy tự đảm bảo cần một giờ, hai giờ hay bao lâu để đọc hết BÀI TẬP là tùy, không ai hướng dẫn bạn và phá vỡ dòng suy nghĩ của bạn. Trong phòng của mình – khi nghiên cứu – hãy đóng cửa lại. Khoá nó lại, dành sự ưu tiên cho bài học, kéo rèm để sự thay đổi ánh sáng không làm phân tán sự chú ý của bạn. Chỉ để một ngọn đèn duy nhất

trong phòng, tốt nhất là một chiếc đèn đọc sách bên cạnh. Nó sẽ cho bạn đủ ánh sáng cần thiết trong khi phần còn lại của phòng tối vừa phải.

Have some place — some room set aside — where you can be comfortable. You will learn more easily if you are comfortable. Lie down if you prefer, but in any case adopt an attitude where there is no strain upon muscles, where you can relax so that the whole of your attention may be given to the printed words and the thoughts behind them. If you are tensed up much of your awareness is devoted to sensing the feeling of tenseness! You want to make sure that for an hour, or two hours, or however long it takes you to read the Lesson-work, no one will intrude upon you and break your trend of thoughts. In your room — your study — shut the door. Lock it, for preference, and draw close the blinds so that the fluctuations of daylight do not distract your attention. Have just one light on in the room, and that should be a reading lamp placed slightly behind you. This will provide adequate illumination while leaving the rest of the room in suitable shade.

Nằm xuống hoặc ở bất kỳ tư thế nào bạn cảm thấy thoải mái và yên tĩnh. Thư giãn trong vài phút, hít sâu, giữ hơi trong ba hoặc bốn giây, sau đó thở ra ba hoặc bốn giây nữa. Làm như vậy khoảng ba lần, sau đó thư giãn một lát và bắt đầu học.

Đầu tiên hãy đọc lướt qua như bạn đang đọc một tạp chí. Sau khi đọc xong hãy ngưng một lát để những điều vừa đọc chìm vào tiềm thức của bạn, rồi đọc lại một lần nữa. Đọc kỹ từng bài, từng đoạn một. Nếu có bất cứ điều gì làm cho bạn lưu ý, hãy ghi nó vào một cuốn sổ tay. Đừng cố nhớ mọi thứ, không bao giờ là nô lệ của những từ ngữ cả. Toàn bộ mục đích của những bài học này là để chìm vào tiềm thức của bạn. Một nỗ lực có ý thức để ghi nhớ thường làm người ta không nhìn thấy ý nghĩa đầy đủ của từ ngữ. Bạn không phải đang chuẩn bị thi nên không cần phải học thuộc lòng như vẹt. Bạn đang, thay vào đó, lưu trữ những tri thức giúp bạn tự do khỏi cơ thể xác thịt và cho phép bạn nhìn thấy cái cơ thể ấy thực sự là gì, để từ đó xác định rõ mục đích của Sự sống trên Trái đất.

Lie down or adopt any position which is quite comfortable and restful. Relax for a few moments, let yourself breathe deeply, that is, take perhaps three really deep breaths one after the other. Hold the breath for three or four seconds,

then let it out over a period of three or four seconds. Rest quiet for a few more seconds, and then pick up the Lesson-work and read it. First read it easily — just work through it as if you were reading a newspaper. When you have done that, pause for a few moments to let what you have so lightly read sink into your subconscious. Then start all over again. Go through the Lesson-work meticulously, paragraph by paragraph. If anything puzzles you make a note of it, write it down on a conveniently placed note book. Do not try to memorize anything, there is no point in being a slave to the printed word, the whole purpose of Lesson-work such as this is to sink into your sub-conscious. A conscious attempt to memorize often blinds one to the full meaning of the words. You are not entering into an examination where parrot-like repetition of certain phrases is all that is required. You are, instead, storing up knowledge which can set you free from the bonds of the flesh and enable you to see what manner of thing this human body is, and determine the purpose of Life on Earth.

Khi bạn đã đọc xong Bài học lần nữa, hãy tham khảo lại những ghi chú của mình và nguy ngẫm về những điểm khiến bạn đặt câu hỏi, những điểm bạn chưa rõ. Quá dễ để viết thư cho chúng tôi để tìm câu trả lời, nhưng điều đó sẽ không làm cho nó chìm vào tiềm thức của bạn được. Vì vậy tốt hơn là bạn hãy tự NGHĨ để tìm ra câu trả lời cho chính mình.

When you have gone through the Lesson-work again, consult your notes and ponder over the points which puzzle you, the points which are not clear to you. It is too easy to just write in to us and have a question answered; that will not cause it to sink into your subconscious. It is kinder and better for you that you should THINK of the answer yourself.

Bạn phải làm phần của mình. Bất cứ điều gì đáng giá đều cần có sự lao động tương xứng. Những thứ được cho, miễn phí thường là những thứ không có giá trị mấy! Bạn phải mở trí, bạn phải sẵn sàng tiếp thu những tri thức mới. Bạn phải 'hình dung' rằng tri thức đang đổ vào bạn. Hãy nhớ câu châm ngôn trong Kinh thánh rằng 'Anh nghĩ thế nào thì anh là thế ấy'

*You must do your part. Anything that is worth having is worth working for.
Things which are given away, free, are usually so given because they are not
worth charging for! You must open your mind; you must be willing to absorb*

BÀI 1: SỰ SỐNG LÀ GÌ?

Trước khi chúng ta cố gắng để hiểu được bản chất của Chân Ngã (Overself) hoặc xem xét bất kỳ vấn đề 'huyền bí' nào, thì đầu tiên chúng ta phải chắc chắn hiểu được bản chất của CON NGƯỜI. Trong Khoá huấn luyện này, chúng ta sẽ dùng thuật ngữ CON NGƯỜI nói chung để chỉ cả đàn ông và đàn bà. Hãy để chúng tôi đầu tiên khẳng định chắc chắn rằng phụ nữ ít nhất ngang với đàn ông về mọi mặt liên quan đến sự nhận thức về huyền học và những giác quan ngoại cảm. Phụ nữ, trên thực tế thường có một hào quang sáng hơn và khả năng lớn hơn trong việc đánh giá những khía cạnh khác nhau của siêu hình học.

Before we attempt to understand the nature of the Overself or deal with any "occult" matter we must be sure that first we comprehend the nature of Man. In this Course we shall use the term "Man" to indicate man and woman. Let us at the outset state definitely that woman is at least the equal of man in all matters relating to the occult and extra-sensory perceptions. Woman, in fact, often has a brighter aura and a greater capacity for appreciation of the various facets of metaphysics.

Trên thực tế, mọi thứ đều tồn tại 'sự sống'. Kể cả những sinh vật mà chúng ta thường gọi là 'chết' cũng có sự sống. Sự sống của cái hình thái đó có thể đã ngừng – như chúng ta gọi với thuật ngữ là 'chết' – nhưng với sự chấm dứt đó, một hình thái của sự sống khác lại bắt đầu. Quá trình chết ấy tạo ra đời sống mới cho chính nó.

Actually, everything that exists is "life." Even a creature which we normally term "dead" is alive. The normal form of its life may have ceased — as it would have done for us to term it dead — but with the cessation of that "life" a fresh form of life took over. The process of dissolution creates life of its own!

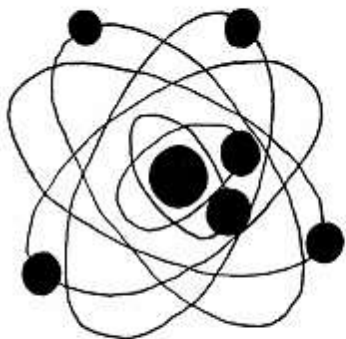
Tất cả mọi thứ là rung động. Mọi thứ bao gồm các phân tử chuyển động liên tục. Chúng ta sẽ dùng từ 'phân tử' thay vì nguyên tử, nơtron, proton, ... bởi đây là Khoá huấn luyện về Siêu hình, không phải khoá học Hoá học hay Vật lý. Chúng ta đang cố gắng 'vẽ một bức tranh tổng quát' thay vì đi vào tiểu tiết những vấn đề không liên quan.

Everything that is vibrates. Everything consists of molecules in constant motion. We will use "molecules" instead of atoms, neutrons, protons, etc., because this is a Course on Metaphysics, not a Course of Chemistry or Physics. We are trying to "paint a general picture" rather than go into microscopic detail on irrelevant matters.

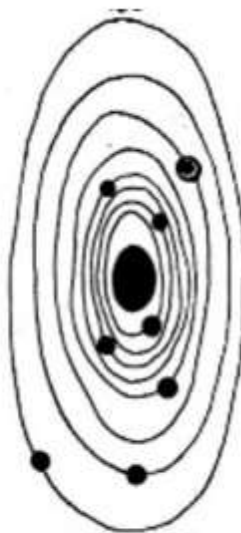
Có lẽ trước tiên chúng ta cũng nên nói một vài lời về các phân tử và nguyên tử để làm hài lòng các nhà chủ nghĩa thuần túy kéo họ lại gửi cho chúng ta một mô kiến thức mà chúng ta đã biết! Các phân tử nhỏ, CỰC NHỎ, nhưng chúng có thể được nhìn thấy bằng cách sử dụng kính hiển vi điện tử, hoặc những người được đào tạo về siêu hình cũng nhìn thấy chúng. Theo từ điển, một phân tử là phần nhỏ nhất của một chất có khả năng tồn tại độc lập trong khi vẫn giữ các tính chất của chất đó. Mặc dù một phân tử là rất nhỏ nhưng chúng được cấu tạo từ các hạt nhỏ hơn nữa, được gọi là "nguyên tử."

Perhaps we should say a few words about molecules and atoms first in order to appease the purists who otherwise would write in and give us knowledge which we already possess! Molecules are small, VERY small, but they can be seen by the use of the electron microscope and by those who are trained in metaphysical arts. According to the dictionary, a molecule is the smallest portion of a substance capable of independent existence while retaining the properties of that substance. Small though molecules are, they are composed of even smaller particles known as "atoms."

Một nguyên tử giống như một hệ thống năng lượng mặt trời thu nhỏ. Các hạt nhân nguyên tử đại diện cho mặt trời trong hệ mặt trời của chúng ta. Xung quanh "mặt trời" này, các hạt điện tử electron xoay theo cách tương tự như các hành tinh quay Mặt trời trong hệ mặt trời. Và cũng như trong hệ mặt trời, một đơn vị nguyên tử hầu như là trống không! Ở đây, trong Hình 1 là biểu diễn phóng to nhiều lần nguyên tử Các-bon – một 'viên gạch' của Vũ trụ chúng ta, và Hình 2 là mô phỏng Hệ mặt trời. Mỗi chất có số electron khác nhau quay quanh hạt nhân 'Mặt trời' của nó. Ví dụ Uranium có 92 electron, Các-bon chỉ có 6, hai gần hạt nhân và quay ở quỹ đạo có khoảng cách xa hơn. Nhưng chúng ta sẽ quên đi về nguyên tử, và chỉ nói tới ở đây một khái niệm duy nhất: PHÂN TỬ



Hình 1: Nguyên tử Các-bon



Hình 2: Hệ Mặt Trời

An atom is like a miniature solar system. The nucleus of the atom represents the Sun in our own solar system. Around this "sun" rotate electrons in much the same way as our solar-system planets revolve around our Sun. As in the Solar-system, the atom unit is mostly empty space! Here, in Figure One, is how the carbon atom — the "brick" of our own Universe — appears when greatly magnified. Figure Two shows our Solar-system. Every substance has a different number of electrons around its nucleus "sun." Uranium, for example, has ninety-two electrons. Carbon has only six. Two close to the nucleus, and four orbiting at a greater distance. But we are going to forget about atoms and refer only to molecules . . .

Con người là một khối các phân tử chuyển động nhanh. Con người có vẻ như ở thể đặc, không dễ để chọc một ngón tay qua thịt và xương. Tuy nhiên, đặc tính 'đặc' này là một ảo tưởng bao trùm lên chúng ta bởi chúng ta quá Con người. Hãy xem xét một sinh vật vô cùng nhỏ bé đang đứng cách xa một cơ thể con người và nhìn vào nó. Sinh vật ấy sẽ thấy những mặt trời đang quay, những dải xoắn ốc tinh vân, những dòng chảy giống như dải Ngân Hà. Ở những phần mềm của cơ thể – xác thịt – các phân tử phân bố thưa. Trong các chất cứng như

xương chẳng hạn, các phân tử phân bố dày đặc, cụm lại với nhau và cho ta hình ảnh của những chòm sao vĩ đại.

Man is a mass of rapidly rotating molecules. Man appears to be solid; it is not easy to push a finger through flesh and bone. Yet this solidity is an illusion forced upon us because we too are Mankind. Consider a creature of infinite smallness who can stand at a distance from a human body and look at it. The creature would see whirling suns, spiral nebulae, and streams akin to the Milky Way. In the soft parts of the body — the flesh — the molecules would be widely dispersed. In the hard substances, the bones, the molecules would be dense, bunched together and giving the appearance of a great cluster of stars.

Hãy tưởng tượng mình đang đứng trên đỉnh của một ngọn núi một đêm trong vắt. Bạn ở đó một mình, xa những ánh đèn thành phố, những ánh đèn hắt vào bầu trời đêm gây ra sự khúc xạ từ những giọt nước đang ngưng và làm cho bầu trời bị mờ đi. (Đó là lý do tại sao những đài quan sát luôn được xây dựng ở những vùng sâu vùng xa). Bạn đang đứng trên đỉnh núi của mình ... trên đầu là những ngôi sao sáng và rực rỡ. Bạn nhìn chăm chú vào chúng và thấy chúng đang chạy trên những đường ray vô tận trước con mắt bạn. Những dải thiên hà lớn kéo dài trước bạn. Những chòm sao tô điểm cho bóng tối của bầu trời đêm. Suốt dọc bầu trời, những nhóm được gọi là Thiên Hà xuất hiện như những vệt khói khổng lồ. Những ngôi sao, những thế giới, những hành tinh. Phân Tử. Đó là cách mà các vi sinh vật nhìn thấy BẠN!

Imagine yourself standing on the top of a mountain on some clear night. You are alone, far from the lights of any city which, reflecting into the night sky, causes refraction from suspended moisture-drops and makes the heavens appear dim. (This is why observatories are always built in remote districts.) You are on your own mountain-top . . . above you the stars shine clear and brilliant. You gaze at them as they wheel in endless array before your wondering eyes. Great galaxies stretch before you. Clusters of stars adorn the blackness of the night sky. Across the heavens the band known as the Milky Way appears as a vast and smoky trail. Stars, worlds, planets. Molecules. So would the microscopic creature see YOU!

Những ngôi sao xuất hiện trên bầu trời như những điểm sáng với những khoảng cách đáng kinh ngạc giữa chúng. Hàng tỉ, hàng nghìn tỉ những ngôi sao trên đó, nhưng so với sự bao la của không gian, chúng dường như trở thành rất ít. Ta có thể di chuyển bằng một tàu không gian giữa các vì sao mà không chạm vào bất kỳ ngôi sao nào. Giả sử bạn thu hẹp khoảng cách giữa những ngôi sao, hay có thể coi là các phân tử, vậy BẠN CÓ THỂ NHÌN THẤY GÌ? Rằng những vi sinh vật đang nhìn bạn từ xa, chẳng phải chúng cũng tự hỏi tương tự sao? CHÚNG TA biết rằng tất cả những phân tử đó, nhưng cái mà các sinh vật nhìn thấy là CHÚNG TA. Hình dáng sau cùng mà những ngôi sao tạo thành trên bầu trời là gì? Mỗi Con người là một Vũ trụ, một Vũ trụ mà trong đó các hành tinh – phân tử – quay xung quanh một mặt trời. Mỗi tảng đá, cành cây, hay giọt nước bao gồm một số lượng xác định các phân tử chuyển động không ngừng.

The stars in the heavens above appear as points of light with incredible spaces between them. Billions, trillions of stars there are, yet compared to the great empty space they seem few indeed. Given a space ship one could move between stars without touching any. Supposing you could close up the spaces between the stars, the molecules, WHAT WOULD YOU SEE? That microscopic creature who is viewing you from afar, is he — it — wondering that also? WE know that all those molecules which the creature sees is US. What, then, is the final shape of the star formations in the heavens? Each Man is a Universe, a Universe in which planets — molecules — spin around a central sun. Every rock, twig, or drop of water is composed of molecules in constant, un-ending motion.

Con Người được bao gồm bởi những phân tử chuyển động. Sự chuyển động tạo ra một dạng điện thống nhất với dạng điện được Chân Ngã cung cấp, sinh ra sự sống. Quanh các cực của từ trường Trái đất những cơn bão bùng lên và phát sáng, tạo ra các Ánh Sáng Phương Bắc^[1] đủ màu sắc. Xung quanh tất cả các hành tinh – và phân tử! – các bức xạ từ tương tác với bức xạ từ của hành tinh, hay nguyên tử, lân cận. 'Không Con Người nào là độc lập!' Không thể giới hay phân tử nào có thể tồn tại mà không có những thế giới hay phân tử khác. Mọi sinh vật, thế giới, hay phân tử phụ thuộc vào sự tồn tại của những sinh vật, thế giới, hay phân tử khác, nhờ đó chúng mới được duy trì.

Man is composed of molecules in motion. That motion generates a form of electricity which, uniting with the "electricity" delivered by the Overself, gives sentient Life. Around the poles of the Earth magnetic storms flare and glow, giving rise to the Aurora Borealis with all its coloured lights. Around ALL planets — and molecules! — magnetic radiations interplay and interact with other radiations emanating from nearby worlds and molecules. "No Man is a world unto himself!" No world or molecules can exist without other worlds or molecules. Every creature, world or molecule depends upon the existence of other creatures, worlds or molecules that its own existence may continue.

Cũng phải thấy rằng mỗi nhóm phân tử có mật độ phân bố khác nhau, trong thực tế, chúng giống như những chòm sao dao động trong không gian. Ở vài nơi trong vũ trụ có rất ít những ngôi sao hay hành tinh, hay thế giới – bạn gọi nó là gì cũng được – trong khi những chỗ khác lại dày đặc những hành tinh, ví dụ trong dải Ngân Hà. Đá cũng là đại diện tương tự cho một chòm sao dày đặc, hoặc một thiên hà. Không khí có mật độ các phân tử ít hơn rất nhiều. Trên thực tế, không khí đi xuyên qua chúng ta và thực sự chúng xuyên qua các mao mạch phổi và thấm vào máu. Vượt trên bầu khí quyển là khoảng không mà những nhóm phân tử hydro phân bố rộng khắp. Không gian không hề trống rỗng như người ta tưởng, nó là tập hợp của những phân tử hydro dao động mạnh, và tất nhiên, những vì sao, hành tinh và các thế giới được hình thành từ phân tử hydro.

It must also be appreciated that molecule groups are of different densities, they are, in fact, like clusters of stars swinging in space. In some parts of the Universe there are areas populated by very few stars or planets, or worlds — whichever you like to call them — but elsewhere there is a considerable density of planets, as for example, in the Milky Way. In much the same manner rock can represent a very dense constellation or galaxy. Air is much more thinly populated by molecules. Air, in fact, goes through us and actually passes through the capillaries of our lungs and into our blood stream. Beyond air there is space where there are clusters of hydrogen molecules widely dispersed. Space is not emptiness as people used to imagine, but is a collection of wildly oscillating hydrogen molecules and, of course, the stars and planets and worlds formed from the hydrogen molecules.

Rõ ràng là nếu một người tập hợp đáng kể những nhóm phân tử ấy thì sẽ rất khó để bất kỳ sinh vật nào đi qua, nhưng có một cái gọi là 'ma', trong đó những phân tử của nó bố trí thưa và dễ dàng lọt qua một bức tường gạch. Hãy nghĩ về bức tường gạch thật sự và một tập hợp các phân tử giống như một đám mây bụi trong không khí. Dường như đám bụi không thể đi xuyên qua nó. Có những khoảng không giữa các phân tử, giống như khoảng không khác nhau giữa những ngôi sao vậy, và nếu những sinh vật đủ nhỏ, hay những phân tử tạo thành nó phân bố đủ rộng, thì nó có thể đi qua những phân tử, ví như bức tường gạch, mà không chạm vào đâu cả. Điều này giúp chúng ta hình dung làm thế nào để một 'con ma' xuất hiện trong một căn phòng đóng kín, và làm thế nào nó có thể đi xuyên qua tường. Mọi thứ đều có liên quan, một bức tường là đặc với bạn, nhưng không phải đặc với một con ma, hay với một sinh vật trong thể vía. Nhưng ta sẽ bàn về những thứ đó sau.

It is clear that if one has a substantial collection of molecular groups, then it is quite a difficult matter for any other creature to pass through the groups, but a so-called "ghost" which has its molecules widely spaced can easily pass through a brick wall. Think of the brick wall as it is; a collection of molecules something like a cloud of dust in suspension in the air. Improbable though it may seem, there is space between every molecule just as there is space between different stars, and if some other creatures were small enough, or if their molecules were dispersed enough, then they could pass between the molecules of, say, a brick wall without touching any. This enables us to appreciate how a "ghost" can appear within a closed room, and how it can walk through a seemingly solid wall. Everything is relative, a wall which is solid to you may not be solid to a ghost or to a creature from the astral. But we shall deal with such things later new knowledge. You must "imagine" that knowledge is flowing into you. Remember, "As a man think, so is he."

BÀI 2: CHÂN NGÃ VÀ SỢI CHỈ BẠC

Thể xác con người, tất nhiên, là tập hợp các phân tử như ta đã thấy, và trong khi một sinh vật vô cùng bé nhỏ như con virus chẳng hạn, có thể thấy chúng ta là tập hợp các phân tử, thì bây giờ chúng ta còn phải coi con người là một tập hợp các hoá chất nữa.

The human body is, of course, a collection of molecules as we have just seen, and while a very minute creature such as a virus would see us as a collection of molecules, we have to regard the human being now as a collection of chemicals as well.

Cơ thể con người bao gồm nhiều hóa chất. Thể xác cũng bao gồm chủ yếu là nước. Nếu bạn nghĩ rằng điều đó mâu thuẫn với bất cứ điều gì trong bài học trước, hãy nhớ rằng ngay cả nước bao gồm các phân tử, và thực sự là nếu bạn có thể dạy cho một con virus nói (!), nó chắc chắn sẽ cho bạn biết rằng nó đã nhìn thấy các phân tử nước va vào nhau như sỏi trên bãi biển! Thậm chí một sinh vật nhỏ hơn sẽ nói rằng các phân tử không khí nhắc nó nhớ đến cát trên bờ biển. Nhưng bây giờ chúng ta quan tâm nhiều hơn tới các chất hóa học trong cơ thể.

A human being consists of many chemicals. The human body also consists mainly of water. If you think that contradicts anything in the last Lesson remember that even water consists of molecules, and it is indeed a fact that if you could teach a virus to speak (!) it would undoubtedly tell you that it saw water molecules clashing around each other like pebbles on a beach! An even smaller creature would say that the molecules of air remind it of sand on the seashore. But now we are concerned more with the chemistry of the body.

Nếu bạn đến một cửa hàng và mua một quả pin cho đèn flash là bạn có một vật chứa với vỏ kẽm và một điện cực các-bon trung tâm – một mảnh các-bon bằng một cái bút chì – và một tập hợp các hoá chất nén chặt giữa vỏ kẽm bên ngoài và lõi các-bon trung tâm. Dung dịch bên trong khá ẩm và bên ngoài tất nhiên là

khô. Bạn lắp quả pin vào đèn và bật công tắc để có ánh sáng. Bạn có biết tại sao không? Trong những điều kiện nhất định, kim loại, các-bon và các hoá chất phản ứng hoá học với nhau, tạo ra một cái mà ta gọi là điện. Cái vỏ kẽm với thành phần hoá học của nó và lõi các-bon sinh ra dòng điện, nhưng quả pin không có điện. Nó chỉ đơn thuần là một tập hợp các hoá chất để tạo ra dòng điện trong những điều kiện nhất định.

If you go to a shop and you buy a battery for your flashlamp you get a container with a zinc case and a carbon electrode in the centre — a piece of carbon perhaps as thick as a pencil — and a collection of chemicals packed tightly between the outer zinc case and the central carbon rod. The whole affair is quite moist inside; outside, of course, it is dry. You put this battery in your flashlamp and when you operate the switch you get a light. Do you know why? Under certain conditions metals and carbon and chemicals react together chemically in order to produce something which we call electricity. This zinc container with its chemicals and its carbon rod generate electricity, but there is no electricity within the flashlamp battery; it is instead merely a collection of chemicals ready to do its work under certain conditions.

Nhiều người đã nghe nói rằng tất cả các loại tàu thuyền sinh ra chỉ cần đặt trên nước muối là có thể sinh ra điện! Ví dụ, trong điều kiện nhất định, một chiếc tàu hoặc thuyền đứng yên trên biển có thể tạo ra một dòng điện giữa các tấm kim loại liền kề không giống nhau. Thật không may nếu một con tàu có, ví dụ, tấm đáy bằng đồng kết nối với sắt phía trên, khi đó trừ khi có sự sắp xếp đặc biệt, nếu không dòng điện sinh ra sẽ ăn mòn các đường giao nhau giữa hai kim loại, mà trong trường hợp này là sắt và đồng. Tất nhiên nó không bao giờ thực sự xảy ra bởi bây giờ người ta có thể ngăn hiện tượng đó bằng một cái gọi là 'anode ăn mòn'. Một miếng kim loại như kẽm, nhôm hoặc magiê hoạt động hơn so với những kim loại thông dụng như đồng hoặc liên quan tới đồng. Đồng, như bạn biết, thường được sử dụng để làm cánh quạt tàu. Bây giờ, nếu "anode ăn mòn" được gắn chặt với các tàu, thuyền chỗ nào đó dưới nước, và được kết nối với bộ phận kim loại bị ngập khác, kim loại hy sinh này sẽ bị ăn mòn và bỏ đi, nhưng nó ngăn chặn sự lãng phí khi phải bỏ đi thân tàu hay cánh quạt. Miếng kim loại ăn mòn này có thể được thay thế và đó cũng là một phần của việc bảo

trì tàu. Và tất cả điều này được đề cập chỉ để cung cấp cho bạn một ý tưởng về cách tạo ra điện.

Many people have heard that boats and ships of all kinds generate electricity by just being in salt water! For instance, under certain conditions a boat or a ship which is even resting idly in the sea can generate an electric current between adjacent dissimilar metal plates. Unfortunately if a ship has, for instance, a copper bottom connected to iron upper-works, then unless special arrangements were made "electrolysis" (the generation of electric current) would eat away the junction between the two dissimilar metals, that is, the iron and the copper. Of course it never actually happens now for it can be prevented by using what one terms a "sacrificial anode." A piece of metal such as zinc, aluminum, or magnesium is positive compared to other common metals such as copper or bronze. Bronze, as you will know, is often used for making ships' propellers. Now, if the "sacrificial anode" is fastened to the ship or boat below the water line somewhere, and is connected to other submerged metal parts, this sacrificial metal will corrode and waste away, and it will prevent the hull of the ship or the propellers from wasting away. As this metal piece corrodes it can be replaced. That is just an ordinary part of ship maintenance, and all this is mentioned just to give you an idea of how electricity can be, and is, generated in the most unusual ways.

Bộ não cũng tạo ra điện của nó! Trong cơ thể con người có những dấu vết của kim loại, thậm chí kim loại kẽm, và tất nhiên chúng ta phải nhớ rằng phân tử cơ bản của cơ thể con người là carbon. Có rất nhiều nước trong cơ thể, và dấu vết của hóa chất như magiê, kali, vv Chúng kết hợp để tạo ra một dòng điện, mỗi phút một lần, nhưng có thể được phát hiện, đo lường, và vẽ đồ thị.

The brain generates electricity of its own! Within the human body there are traces of metals, even metals such as zinc, and of course we must remember that the human body has the carbon molecule as its basis. There is much water in a body, and traces of chemicals such as magnesium, potassium, etc. These combine to form an electric current, a minute one, but one which can be detected, measured, and charted.

Một người có vấn đề về thần kinh có thể dùng một dụng cụ nhất định đo sóng não. Các điện cực được gắn lên đầu anh ta và những cái bút nhỏ viết lên một dải giấy. Khi bệnh nhân nghĩ đến vài thứ nhất định, những cái bút vẽ bốn dòng nguệch ngoạc có thể được dịch ra để chỉ rõ người đó bị làm sao. Những dụng cụ như vậy hiện rất thịnh hành trong tất cả các bệnh viện thần kinh.

A person who is mentally ill can, by the use of a certain instrument, have his brain waves charted. Various electrodes are placed upon his head and little pens get to work on a strip of paper. As the patient thinks of certain things the pens draw four squiggly lines which can be interpreted to indicate the type of illness from which the patient is suffering. Instruments such as this are in common use in all mental hospitals.

Não là một dạng trạm tiếp nhận thông điệp được truyền xuống từ Chân Ngã, và ngược lại chuyển thông điệp như các bài học kinh nghiệm, kiến thức, ... nó thu được tới Chân Ngã. Các thông điệp này được chuyển tải qua một phương tiện gọi là 'Sợi Chỉ Bạc', đó một tập hợp các phân tử tốc độ cao, rung động và xoay ở một dải tần số hoàn toàn khác lạ, nối giữa cơ thể con người và Chân Ngã của người đó.

The brain is, of course, a form of receiving station for the messages which are transmitted by the Overself, and the human brain in its turn can transmit messages, such as lessons learned, experiences gained, etc., to the Overself. These messages are conveyed by means of the "Silver Cord," a mass of high velocity molecules which vibrate and rotate at an extremely divergent range of frequencies, and connects the human body and the human Overself.

Thế xác trên Trái đất giống như một chiếc xe hoạt động bằng điều khiển từ xa. Người lái xe là Chân Ngã. Bạn có thể đã nhìn thấy chiếc xe đồ chơi được kết nối tới đứa trẻ bằng một đoạn cáp linh hoạt dài. Đứa trẻ có thể nhấn nút để chiếc xe đi tới, đi lui hoặc dừng, và bằng cách xoay một bánh xe trên sợi cáp linh hoạt kia mà chiếc xe được điều khiển. Thế xác con người có thể được so sánh rất rất gần với điều đó. Chân Ngã không thể tự mình xuống Trái Đất để thu được những trải nghiệm nên nó gửi xuống Trái đất cái thân xác này, là CHÚNG TA

trên Trái đất. Mọi thứ mà ta trải nghiệm, mọi thứ ta làm, nghĩ, nghe đều được gửi lên và lưu trong bộ nhớ của Chân Ngã.

The body here on Earth is something like a vehicle operating by remote control. The driver is the Overself. You may have seen a child's toy car which is connected to the child by a long flexible cable. The child can press a button and make the car go forward, or make it stop or go back, and by turning a wheel on this flexible cable the car can be steered. The human body may be likened very very roughly to that, for the Overself which cannot come down to the Earth to gain experiences sends down this body which is US on Earth. Everything that we experience, everything that we do or think or hear travels upwards to be stored in the memory of the Overself.

Người rất thông minh là người có được 'nguồn cảm hứng' từ những thông điệp trực tiếp gửi xuống từ Chân Ngã qua Sợi Chỉ Bạc một cách có ý thức. Leonardo da Vinci là một trong những người đã liên lạc hầu như liên tục với Chân Ngã của ông, vì vậy ông được coi là thiên tài trong hầu hết mọi thứ ông làm. Những nghệ sĩ lớn hay những nhạc sĩ lớn cũng là những người liên lạc được với Chân Ngã của họ có lẽ bằng một hoặc hai 'đường dây' đặc biệt nào đó, và họ quay trở lại, soạn những bản nhạc hay vẽ những bức tranh từ 'nguồn cảm hứng' mà ít nhiều được quyết định bằng Quyền năng Vĩ đại đang kiểm soát chúng ta.

Very highly intelligent men who get "inspiration" often obtain a message directly — consciously — from the Overself by way of the Silver Cord. Leonardo da Vinci was one of those who was most constantly in touch with his Overself, and so he rated as a genius in almost everything that he did. Great artists or great musicians are those in touch with their Overself on perhaps one or two particular "lines," and so they come back and compose "by inspiration" music or paintings which have been more or less dictated to them by the Greater Powers which control us.

Sợi Chỉ Bạc kết nối chúng ta với Chân Ngã của mình theo cách tương tự như dây rốn nối em bé với mẹ nó. Dây rốn là một sự sắp đặt cực kỳ phức tạp, thực sự rất phức tạp, nhưng nó không là gì nếu so với sự phức tạp của Sợi Chỉ Bạc. Sợi Chỉ này là một tập hợp những phân tử xoay với tần số cực lớn, và đến nay nó

vẫn là vô hình với thể xác mà nó gắn tới. Các phân tử của nó phân bố quá rộng so với khả năng nhìn trung bình của con người. Nhiều loài động vật có thể nhìn thấy nó bởi chúng nhìn và nghe ở những dải tần số rung động khác khác với con người. Chó, như bạn biết, có thể phát hiện ra những âm thanh mà ta cho là 'im lặng', 'im lặng' bởi con người không thể nghe nhưng chó thì nghe được dễ dàng. Tương tự thế, động vật có thể nhìn thấy Sợi Chỉ Bạc và hào quang bởi cả hai đều rung động ở dải tần số trong khả năng thị giác của chúng. Bằng cách tập luyện, cũng khá dễ để con người có thể mở rộng dải tiếp nhận thị giác, giống như một người sức yếu, bằng cách tập thể dục nhiều, có thể nâng một trọng lượng mà thông thường là vượt xa khả năng thể chất của anh ta.

This Silver Cord connects us to our Overself in much the same way as the umbilical cord connects a baby to its mother. The umbilical cord is a very intricate device, a very complex affair indeed, but it is as a piece of string compared to the complexity of the Silver Cord. This Cord is a mass of molecules rotating over an extremely wide range of frequencies, but it is an intangible thing so far as the human body on Earth is concerned. The molecules are too widely dispersed for the average human sight to see it. Many animals can see it because animals see on a different range of frequencies and hear on a different range of frequencies than humans. Dogs, as you know, can be called by a "silent" dog whistle, silent because a human cannot hear it but a dog easily can. In the same way, animals can see the Silver Cord and the aura because both these vibrate on a frequency which is just within the receptivity of an animal's sight. With practice it is quite easily possible for a human to extend the band of receptivity of their sight in much the same way as a weak man, by practice and by exercise, can lift a weight which normally would be far far beyond his physical capabilities.

Sợi Chỉ Bạc là một khối các phân tử, một khối các rung động. Ta có thể so sánh nó với một chùm tia sóng radio mà các nhà khoa học đã phát ra Mặt trăng. Các nhà khoa học đang cố gắng đo khoảng cách tới mặt trăng, họ phát một chùm sáng hẹp dạng sóng tới bề mặt Mặt trăng. Nó rất giống với Sợi Chỉ Bạc nối giữa cơ thể con người và Chân Ngã, nó là cách mà Chân Ngã giao tiếp với thân xác trên Trái đất.

The Silver Cord is a mass of molecules, a mass of vibrations. One can liken it to the tight beam of radio waves which scientists bounce off the Moon. Scientists trying to measure the distance of the Moon, broadcast on a very narrow beam a wave form to the surface of the Moon. That is much the same as the Silver Cord between the human body and the human Overself; it is the method whereby the Overself communicates with the body on Earth.

Mọi thứ chúng ta làm Chân Ngã đều biết. Người ta có thể phấn đấu trở nên tâm linh nếu họ đi trên Con Đường Đạo. Về cơ bản, để phấn đấu cho sự phát triển tinh thần ấy, họ phải cố gắng tăng tần số rung động của mình, và thông qua Sợi Chỉ Bạc để tăng tần số rung động của Chân Ngã. Chân ngã gửi xuống một phần của nó vào một thân xác để học những bài học cần thiết và đạt được những trải nghiệm. Mỗi hành động tốt ta làm sẽ tăng tần số rung động cho thể vía của ta và của Trái Đất, nhưng mỗi khi ta làm một việc xấu với ai đó, nó sẽ giảm trừ đi tần số rung động linh hồn của ta. Vì vậy, khi ta làm một ai đó bị ốm yếu đi, ta đã tự mình kéo lùi bản thân XUỐNG một bậc trong nấc thang tiến hoá và mỗi việc tốt ta làm sẽ tăng cho ta một lượng rung động. Do đó, thực sự rất cần tuân thủ công thức cổ xưa của Phật Giáo khuyên ta rằng 'Hãy lấy ân báo oán, luôn cho ra điều tốt, ta sẽ luôn tiến lên và không bao giờ bị thụt lùi'.

Everything we do is known to the Overself. People strive to become spiritual if they are on "the right Path." Basically, in striving for spirituality they strive to increase their own rate of vibration on Earth, and by way of the Silver Cord to increase the rate of vibration of the Overself. The Overself sends down a part of itself into a human body in order that lessons may be learned and experiences gained. Every good deed we do increases our Earth and our astral rate of vibration, but if we do an evil deed to some person that decreases and subtracts from our rate of spiritual vibration. Thus, when we do an ill turn to another we put ourselves at least one step DOWN on the ladder of evolution, and every good deed we do increases our own personal vibration by a like amount. Thus it is that it is so essential to adhere to the old Buddhist formula which exhorts one to "return good for evil and to fear no man, and to fear no man's deed, for in returning good for evil, and giving good at all times, we progress upwards and never downwards."

Mọi người giờ đã biết về một con người là "cái tôi cấp thấp" hay Phàm Ngã. Một số kiến thức siêu hình được lộ ra để sử dụng phổ biến rất giống cách ta gọi một người là trong "tâm trạng đen tối" hay "tâm trạng buồn". Tất cả đều là vấn đề rung động, là toàn bộ những gì thể xác truyền qua Sợi Chỉ Bạc đến Chân Ngã và những gì Chân Ngã gửi trả lại thể xác qua Sợi Chỉ Bạc.

Everyone knows of a person who is "a low sort of fellow." Some of our metaphysical knowledge leaks over into common usage in much the same way as we say a person is in a "black mood," or a "blue mood." It is all a matter of vibration, all a matter of what the body transmits by way of the Silver Cord to the Overself, and what the Overself sends back again by way of the Silver Cord to the body.

Nhiều người không thể hiểu được sự bất lực của họ để liên lạc một cách có ý thức với Chân Ngã. Đó là một vấn đề khá khó khăn cần được đào tạo lâu dài. Giả sử bạn ở Nam Mỹ và bạn muốn gọi điện cho ai đó ở Nga, Siberia chẳng hạn. Đầu tiên bạn phải đảm bảo rằng đường dây điện thoại sẵn sàng, sau đó bạn phải lưu ý đến sự chênh lệch giờ giấc giữa hai đất nước. Tiếp đó bạn phải đảm bảo rằng người bạn cần gọi đã sẵn sàng và có thể nói cùng ngôn ngữ với mình, và sau tất cả những điều trên thì bạn cần phải xem nhà chức trách có cho phép cái tin nhắn thoại đó không! Tốt nhất trong giai đoạn tiến hoá này là đừng làm phiền quá nhiều để liên lạc có ý thức với Chân Ngã, bởi không có Khoá học, không có thông tin, bạn chỉ được cung cấp vài trang viết mà có thể mất cả chục năm để thực hành

Many people cannot understand their inability to consciously contact their Overself. It is quite a difficult matter without long training. Supposing you are in South America and you want to telephone someone in Russia, perhaps in Siberia. First of all you have to make sure that there is a telephone line available, then you have to take into consideration the difference in time between the two countries. Next you have to make sure that the person you want to telephone is available and can speak your language, and after all that you have to see if the authorities will permit of such a telephone message! It is better at this stage of evolution not to bother too much about trying to contact

one's Overself consciously, because no Course, no information, will give you in a few written pages what it might take ten years of practice to accomplish.

Hầu hết mọi người mong đợi quá nhiều; họ hy vọng rằng họ có thể đọc về một Khóa học rồi ngay lập tức đi thực hành và thế là có thể làm mọi thứ như Thầy, trong khi Thầy đã phải học suốt cả một đời, và thậm chí nhiều kiếp trước nữa! Hãy đọc về Khóa huấn luyện này, nghiên cứu nó, suy ngẫm nó, và nếu bạn mở tâm trí của mình, bạn có thể đạt được sự chứng ngộ. Chúng tôi được biết đã có nhiều trường hợp mà mọi người (hầu hết là phụ nữ) nhận được những thông tin nhất định và họ đã thực sự nhìn thấy thể dĩ thái, hay hào quang, hay Sợi Chỉ Bạc. Chúng tôi có nhiều kinh nghiệm như vậy để củng cố tuyên bố của chúng tôi, rằng bạn cũng có thể làm điều này – **nếu bạn tin!**

Most people expect too much; they expect that they can read a Course and immediately go and do everything that the Masters can do, and the Masters may have studied a lifetime, and many lifetimes before that! Read this Course, study it, ponder upon it, and if you will open your mind you may be granted enlightenment. We have known many cases where people (most often women) received certain information and they then could actually see the etheric or the aura or the Silver Cord. We have many such experiences to fortify us in our statement that you, too, can do this — if you will permit yourself to believe!

Bài 3: THỂ DĨ THÁI

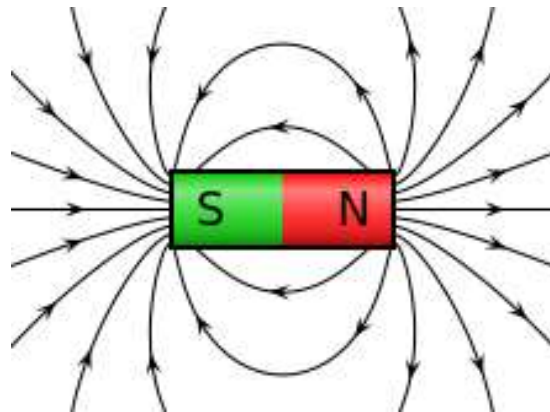
Chúng ta đã biết làm thế nào não người sinh ra dòng điện qua phản ứng của các hóa chất, nước và các dung dịch kim loại chảy qua nó, cũng như hoạt động của các thành phần cấu thành nên nó. Cơ thể con người cũng sinh ra điện theo cách tương tự như bộ não nhờ máu chảy qua các động mạch, tĩnh mạch mang theo các chất hóa học, dung dịch kim loại và nước. Thành phần chính của máu như chúng ta đã biết là nước. Toàn bộ cơ thể được bao trùm bởi điện năng. Nó không giống với dòng điện để thắp sáng nhà bạn hay làm nóng bếp nấu ăn. Hãy nhìn nhận nó giống như một dạng từ trường.

We have already seen how the human brain generates electricity through the action of the chemicals, the water, and the metallic ores coursing through it and of which it is comprised. Just as the human brain generates electricity so does the body itself, for the blood is coursing through the veins and arteries of the body also carrying those chemicals, those metallic traces, and the water. The blood is, as you will know, mainly water. The whole body is suffused with electricity. It is not the type of electricity which lights your house or heats the stove with which you cook. Look upon it as of magnetic origin.

Nếu ta đặt một thanh nam châm lên bàn, trên một tờ giấy và rắc một ít mạt sắt lên bề mặt nó, ta sẽ thấy chúng được sắp xếp theo một dạng nhất định. Điều này cũng đáng để bạn thử tự thí nghiệm. Bạn sẽ thấy có một hàng mạt sắt đi qua chính giữa thanh nam châm, và những đường vòng mạt sắt đi vào hai đầu thanh nam châm. Việc thí nghiệm này sẽ giúp ích cho bạn trong những bài sau. Lực từ giống như thể dĩ thái của cơ thể, giống hạt hào quang con người vậy.

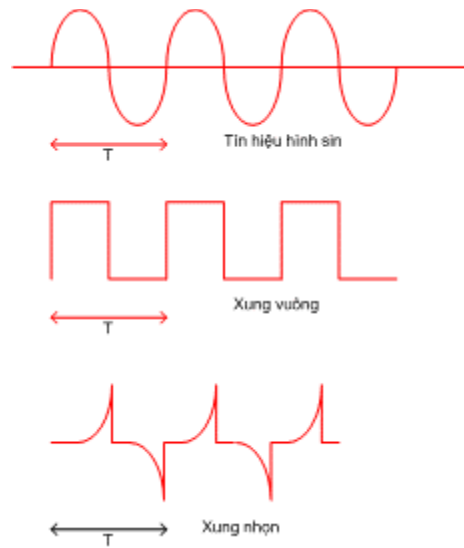
If one takes a bar magnet and lays it down on a table, placing upon it a sheet of plain paper, and then sprinkles on the plain paper, above the magnet, a liberal supply of iron filings, one will find that the filings arrange themselves in a special pattern. It is worth making the attempt. Get an ordinary cheap magnet from a hardware store or scientific supplier, they are very very cheap (or you may be able to borrow one!). Put a piece of paper across the top so that underneath the magnet is located at about the centre of the paper. From your chemist or scientific supply store you will be able to obtain fine iron filings. Here

again, they are very very cheap. Sprinkle them on the paper as you would sprinkle salt or pepper. Let them fall on the paper from a height of perhaps twelve inches, and you will find that these iron filings arrange themselves in a peculiar pattern which precisely follows the magnetic lines of force coming from the magnet. You will find you have the central bar of the magnet outlined, and then you have curved lines going from each end of the magnet. The best way, the most profitable way, is to try it, for this will help you in your later studies. The magnetic force is the same as the etheric of the human body, the same as the aura of the human body.



Từ trường của một thanh nam châm hình trụ [Emil Group] Chắc hẳn chúng ta đều biết rằng một dây dẫn khi có dòng điện chạy qua sinh ra từ trường quanh nó. Nếu thay đổi chiều và giá trị của dòng điện, ta có dòng điện xoay chiều thay vì dòng một chiều, khi ấy từ trường cũng dao động theo nhịp tương ứng với các xung nhịp của dòng điện xoay chiều.

Probably everyone knows that a wire which carries an electric current has a magnetic field around it. If the current varies, that is, if it is known as "alternating" instead of "direct," then the field pulsates and fluctuates in accordance with the changes in polarity, that is, it seems to pulse with the alternating current.



Xung nhịp của dòng điện xoay chiều [Emil Group] Cơ thể con người là một nguồn điện có từ trường bao quanh. Đó là một từ trường rất biến thiên, ta gọi nó là thể dĩ thái. Thể dĩ thái biến thiên hay rung động cực nhanh đến mức khó nhận biết được sự chuyển động của nó. Giống như ta có một cái bóng điện trong nhà, và dù dòng điện biến thiên 50 hay 60 lần/giây nhưng ta không nhận biết được, trong khi ở những vùng quê xa xôi, hay trên những con tàu, thuyền, dòng điện biến thiên chậm hơn nên mắt ta cảm nhận được sự nhấp nháy.

The human body which is a source of electricity has a magnetic field outside it. It has a highly fluctuating field. The etheric, as we call it, fluctuates or vibrates so rapidly that it is difficult to discern the movement. In much the same way, one can have an electric lamp lighted in one's house, and although the current fluctuates fifty or sixty times a second, one cannot perceive this, yet in some country districts, or perhaps aboard ship, the fluctuations are so slow that the eye can detect the flickerings.

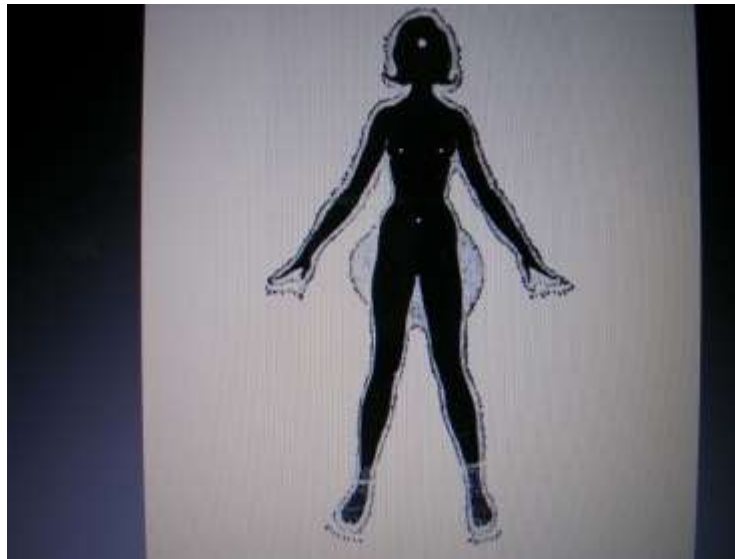
Nếu một người đến quá gần, bạn sẽ có cảm giác rợn da gà. Nhiều người, nếu không nói là hầu hết, đều hoàn toàn cảm giác được khi có ai đó đến gần. Hãy thử với một người bạn, thử đến sau anh ta và đưa một ngón tay đến gần gáy anh ta, rồi chạm vào anh ta. Thường là anh ta sẽ không thể phân biệt được đâu là chạm, đâu là đến gần. Đó là bởi vì bạn đã chạm vào thể dĩ thái của anh ta.

If a person goes too close to another one there will often be a sensation of goose-flesh. Many people — most people — are fully aware of the close

proximity of another person. Try it on a friend, stand behind your friend and hold one finger close to the nape of his neck and then touch him lightly. He will often not be able to distinguish between a closeness and a touch. That is because the etheric is also susceptible to touch.

Thể dĩ thái là từ trường bao quanh cơ thể con người (Hình 3). Nó là phần lõi của hào quang, hay ta có thể gọi là các "hạt nhân" của hào quang. Ở một số người, thể dĩ thái rộng khoảng 3.175mm quanh mỗi bộ phận của cơ thể, thậm chí quanh mỗi sợi tóc. Đôi khi ở một vài người nó có thể rộng hơn nhiều nhưng không vượt quá 15cm.

This etheric is the magnetic field which surrounds the human body (Fig. 3). It is the forerunner of the aura, the "nucleus" of the aura, as one might say. In some people the etheric covering extends for about an eighth of an inch around every part of the body, even around each individual strand of hair. In other people it may extend for some inches, but not often more than six inches.



Hình 3: Thể dĩ thái

Thể dĩ thái này có thể được sử dụng để đo sức sống của một người. Nó thay đổi đáng kể theo cường độ sức khỏe. Nếu một người đã làm việc vất vả cả ngày thì thể dĩ thái sẽ rất gần với da, nhưng sau khi được nghỉ ngơi, nó có thể mở rộng ra đến vài centimet. Nó giống hệt hình dáng cơ thể, thậm chí đến cả một nốt ruồi hay một cái mụn. Trong sự kết nối với thể dĩ thái, ta có thể quan tâm để phát biểu rằng nếu ai đó bị căng thẳng quá mức thì cường độ dòng điện thường

rất thấp, và rồi thể dĩ thái có thể nhìn thấy phát sáng, đôi khi màu hồng, đôi khi xanh. Có một điều kiện thời tiết cũng làm tăng sự hiển thị của thể dĩ thái. Nó đáp ứng với biển và được biết đến như Ngọn lửa của Thần Sét. Trong những điều kiện thời tiết nhất định, toàn thể các bộ phận của cột buồm và đồ vật trên một con tàu có thể bị bao bởi một ánh lửa lạnh, nó khá vô hại, nhưng đáng sợ với người thấy nó lần đầu. Ta có thể gọi nó là thể dĩ thái của con tàu.

The etheric can be used to measure the vitality of a person. It changes considerably in intensity with the health. If a person has done a hard day's work, then the etheric will be very close to the skin, but after a good rest it will extend perhaps for inches. It follows the exact contours of the body, it even follows the contours of a mole or a pimple. In connection with the etheric it might be of interest to state that if one is subjected to a very very high tension of electricity at negligible amperage, then the etheric can be seen glowing, sometimes pink, sometimes blue. There is a weather condition also which increases the visibility of the etheric. It is met with at sea and is known as Saint Elmo's Fire. Under certain weather conditions every part of a ship's masts and rigging become outlined in cold fire, it is quite harmless but rather frightening for those who see it for the first time. One can liken this to the etheric of a ship.

Những người sống ở các vùng quê có kinh nghiệm đi ra ngoài vào ban đêm và cũng nhìn thấy những đường điện cao thế trên đầu. Trong những điều kiện thời tiết thích hợp, họ sẽ thấy có một ánh sáng màu trắng xanh mờ, trông khá kỳ lạ khiến những người nông dân chất phác sợ hãi! Tuy nhiên các kỹ sư điện đều biết đó là hào quang của đường điện cao thế và đó là khó khăn mà họ đang phải đối mặt, bởi khi một hào quang quét xuống chất cách điện có thể làm ion hóa không khí dẫn đến đoản mạch, khiến rơ-le của các trạm điện bị ngắt và cả vùng mất điện. Trong thời kỳ hiện đại này, các kỹ sư phải dùng những biện pháp phòng ngừa vô cùng đặc biệt và đắt đỏ để giảm thiểu hoặc loại trừ cái hào quang đó.

Many people in the country have had the experience of going out into the countryside on a dark or misty night and have looked at the high tension wires stretching overhead. Under suitable conditions they will have noticed a misty whitish-bluish glow, it looks rather eerie, and has given many an honest

countryman a severe fright! Electrical engineers know this as the corona of high tension wires and it is one of the difficulties with which they are confronted, because a corona sweeping down over insulators can ionise the air so that there is a short circuit, and that may trip relays in power stations and put a whole countryside into darkness. In these more modern days engineers take very special and very costly precautions in order to minimize or eliminate the corona.

Hào quang của một cơ thể, tất nhiên chính là thể dĩ thái, và nó có vẻ gì đó giống như tỏa ra từ những đường dây cao thế. Hầu hết mọi người đều có thể nhìn thấy thể dĩ thái nếu họ chịu thực hành một chút và kiên nhẫn.

The corona of a human body, of course, is the etheric, and it looks something the same as the discharge from high tension wires. Most people can see the etheric of the body if they will practice a little, if they will have patience.

Thật không may, mọi người nghĩ rằng có một số cách nhanh chóng và dễ dàng để đạt được kiến thức và quyền năng mà các Thầy phải mất nhiều năm trời. Không có gì có thể làm được nếu không chịu luyện tập, những nhạc sĩ vĩ đại luyện tập nhiều giờ mỗi ngày và họ chưa bao giờ ngừng luyện tập. Vì vậy nếu bạn muốn nhìn thấy thể dĩ thái và hào quang, bạn cũng phải luyện tập.

Unfortunately, people think that there is some quick and cheap way to the attainment of knowledge and powers which take the Masters years. Nothing can be done without practice; great musicians practice for hours every day, they never cease to practice. So you, if you want to be able to see the etheric and the aura, you must practice also.

Có một cách thực hành là chọn một đối tượng để quan sát và yêu cầu người đó giơ cánh tay trần lên, các ngón tay xò ra trước một nền màu đen hoặc trung tính, cách nền vài inch. Nhìn về phía cánh tay và ngón tay nhưng không nhìn trực tiếp vào chúng, mà là nhìn qua nó. Có một chút kỹ năng nhỏ ở đây, hãy nhìn đúng chỗ và đúng cách. Khi nhìn, bạn sẽ thấy bám xung quanh da thịt là cái gì đó giống như một làn khói xanh xám. Như chúng tôi đã nói, nó có thể rộng khoảng 3mm (1/8 inch), thậm chí tới 15cm từ cơ thể. Thông thường là người ta sẽ nhìn về phía cánh tay và chả nhìn thấy gì ngoài cánh tay cả, đó có

thể là vì họ đã cố gắng quá nhiều, có thể vì họ "chỉ thấy gỗ mà không thấy cây". Hãy thả lỏng cơ thể, đừng cố gắng quá mức, với sự luyện tập rồi bạn sẽ nhìn thấy rằng luôn có một cái gì ở đó.

One way is to get a willing subject and get that person to extend a bare arm. Have the fingers outspread, the arm and fingers should be a few inches away from some neutral or black background. Look towards the arm and the fingers, not directly at it, but towards it. There is just a little knack in looking at the right place in the right way. As you look you will see clinging closely to the flesh something that looks like a bluish-grayish smoke. As we said, it extends perhaps an eighth of an inch, perhaps six inches from the body. Quite often a person will look toward the arm and see nothing but the arm; that may be because they are trying too hard, it may be because they "cannot see the wood for the trees." Let yourself become relaxed, do not try too hard, and with practice you will see that there really is something there.

Một cách khác là thực hành trên chính mình. Ngồi xuống ở một tư thế thoải mái. Đảm bảo rằng khoảng cách từ chỗ bạn đến bất kỳ vật gì xung quanh ít nhất là 15cm, bất kể là bàn, ghế, hay bức tường. Hít thở đều, sâu và chậm, sau đó đưa tay ra xa hết cỡ, các ngón tay chụm lại với ngón cái quay lên. Rồi bạn mở các ngón tay ra cách nhau khoảng 3mm-6mm, bạn sẽ thấy 'cái gì đó'. Nó giống như một làn khói xám, hơi sáng. Và khi bạn tiếp tục mở các ngón tay rộng thêm khoảng nửa centimet, bạn sẽ nhanh chóng thấy rằng 'cái gì đó' ở đó. 'Cái gì đó' chính là thể dĩ thái

Another way is to practice on yourself. Sit down and make yourself quite comfortable. Place yourself so that you are at least six feet from any other object, be it chair, table, or wall. Breathe steadily, deeply, and slowly, extend your arms to full length, place your finger tips together with your thumbs upwards so that just your finger tips are in contact. Then, if you part your fingers so that they are about an eighth of an inch — a quarter of an inch — apart you will perceive "something." It may look like a grey mist, it may look as if it is almost luminous, but when you see that, then very very slowly draw your fingers further apart, a quarter of an inch at a time, you will soon see that there is "something" there. That "something" is the etheric.

Nếu không thấy, bạn lại chụm các ngón tay và bắt đầu lại. Đó chỉ là vấn đề luyện tập. Một lần nữa, các nhạc sĩ vĩ đại trên thế giới này cũng phải luyện tập, luyện tập và luyện tập, họ viết nên những bản nhạc tuyệt vời sau khi luyện tập, BẠN cũng có thể đạt được những kết quả tốt trong khoa học siêu hình! Nhưng xin hãy nhìn lại những ngón tay của mình. Xem xét cẩn thận đám sương mù chảy từ ngón này đến ngón kia. Với sự luyện tập bạn sẽ nhận ra rằng nó chảy từ tay trái đến tay phải, hoặc từ tay phải đến tay trái, không phụ thuộc vào giới tính mà phụ thuộc vào tình trạng sức khỏe và tâm trạng của bạn lúc đó.

If you should lose contact, that is, if the faint "something" should vanish, then touch your finger tips together and start all over again. It is just a matter of practice. Once again, the great musicians of this world practice, and practice, and practice; they produce good music after their practice; YOU can produce good results in metaphysical sciences! But look again at your fingers. Watch carefully the faint mist flowing from one to the other. With practice you will observe that it flows from either the left hand to the right hand, or from the right hand to the left hand, depending not merely upon your sex, but upon your state of health and what you are thinking at the time.

Nếu có ai đó muốn giúp, bạn có thể thực hành trên lòng bàn tay của mình. Hãy bảo người đó, là người khác giới thì càng tốt, ngồi đối diện với bạn. Hai người giơ thẳng tay về phía nhau, sau đó bạn từ từ úp lòng bàn tay của mình vào gần lòng bàn tay của người kia cũng đang từ từ ngửa lên. Khi cách nhau khoảng 5cm bạn sẽ cảm thấy một luồng ấm hoặc lạnh từ tay này đến tay kia, cảm giác bắt đầu từ giữa lòng bàn tay. Tùy thuộc vào giới tính của bạn, bạn sẽ cảm thấy đó là luồng ấm hay lạnh. Nếu cảm thấy một luồng ấm, hãy dịch chuyển bàn tay một chút để các ngón tay không thẳng nhau mà tạo thành một góc, và bạn sẽ cảm thấy sức nóng tăng lên. Càng tập nhiều, sức nóng đó càng tăng lên. Khi đạt tới trạng thái đó, hãy nhìn một cách cẩn thận vào khoảng cách giữa lòng bàn tay bạn và người kia, bạn sẽ thấy rất rõ thể dĩ thái. Nó giống như khói thuốc lá khi chưa được hít vào, nghĩa là thay vì màu xám bẩn của khói thuốc lá đã hít, nó có sắc xanh nhạt tươi tắn.

If you can get an interested person to help you, then you can practice with the palm of your hand. You should get this person, if possible a member of the

opposite sex, to sit in a chair facing you. You should both extend your hands, your arms, at full length. Then slowly bring your hand palm down close to that of your friend who sits palm up. When you are about two inches apart you may find either a cool breeze or a warm breeze flowing from one hand to the other, the sensation starts in the middle of the palm. It depends on which hand it is and which sex you are whether you feel a cold breeze or a warm breeze. If you feel a warm breeze move your hand slightly so that your hand is not directly in line fingers to fingers, but at an angle, and you may find that the sensation of heat increases. The heat increases as you practice. When you get to this stage, if you look carefully between your palm and that of the other person, you will see very distinctly the etheric. It is like cigarette smoke which has not been inhaled, that is, instead of the dirty grey of inhaled cigarette smoke it will be a fresh bluish tinge.

Chúng ta phải tiếp tục lặp lại rằng thể dĩ thái chỉ là biểu hiện bên ngoài của các lực từ tính bên trong cơ thể, ta gọi nó là 'ma' vì khi một người chết trong khi sức khỏe còn tốt thì thể dĩ thái của anh ta vẫn còn tồn tại trong một thời gian, nó có thể tách ra khỏi cơ thể và đi lang thang như một con ma mất trí, đó là một điều hoàn toàn và thực sự khác với thể vía. Chúng ta sẽ nói về tất cả những điều này một ngày nào đó. Nhưng bạn chắc cũng đã từng nghe nói rằng trong những nghĩa địa cổ xưa, nơi không có những ánh đèn, rất nhiều người bảo rằng họ có thể thấy một ánh lân tinh chui lên từ những ngôi mộ mới chôn cất vào những đêm tối trời. Đó là những thể dĩ thái đang tiêu tan từ một thể xác mới chết. Nó tựa như nhiệt xuất phát từ một ấm nước đã đun sôi sau đó được tắt đi. Khi cái ấm lạnh dần thì rõ ràng nhiệt tỏa ra ngoài cũng trở nên ít đi. Tương tự như thế, khi một thân xác chết đi (hãy nhớ là có những giai đoạn liên quan của cái chết!), thể dĩ thái sẽ bị mất dần, mất dần. Bạn có thấy thể dĩ thái vẫn được bao quanh một cơ thể vài ngày sau khi đã chết lâm sàng, nhưng điều này ta sẽ học trong một bài riêng.

We have to keep on repeating that the etheric is merely the outer manifestation of the magnetic forces of the body, we call it the "ghost" because when a person dies in good health this etheric charge remains for a time, it may become detached from the body and wander like a mindless ghost, which is a thing completely and utterly different from the astral entity. We shall deal with

all that at a later date. But you may have heard of old graveyards in the country, where there are no street lamps etc.; many people say that they can see a faint bluish light on dark nights rising up from the ground of a grave which has only that day been made. That is actually the etheric charge dissipating away from a newly dead body. You can say that it is similar to the heat departing from a kettle which has been boiling and has then been switched off. As the kettle gets cooler the feeling of heat from the outer side obviously becomes less. In the same way, as a body dies (there are relative stages of death, remember!) the etheric force gets lower and lower. You can have an etheric hanging around a body for several days after clinical life has departed, but that will form the subject of a separate lesson.

Vậy, hãy luyện tập, luyện tập và luyện tập. Hãy nhìn vào tay bạn, cơ thể bạn và cố gắng thử nghiệm với một người bạn, bởi chỉ bằng cách luyện tập bạn mới có thể nhìn thấy thể dĩ thái, bởi chừng nào có thể nhìn thấy thể dĩ thái, bạn mới có thể nhìn thấy hào quang, một thể thanh hơn rất nhiều.

Practice, and practice, and practice. Look at your hands, look at your body, try these experiments with a willing friend, because only by practice can you see the etheric, and until you can see the etheric then you cannot see the aura which is a much finer thing.

BÀI 4: HÀO QUANG

Như chúng ta đã thấy trong các bài học trước, cơ thể được bao quanh bởi thể dĩ thái, nó bao quanh tất cả các phần của cơ thể. Mở rộng bên ngoài thể dĩ thái là hào quang. Theo cách nào đó nó cũng tương tự như thể dĩ thái ở chỗ nó có nguồn gốc điện từ, nhưng có tương tự kết thúc.

As we saw in the preceding lesson, the body is surrounded by the etheric which encompasses every part of that body. But extending outside the etheric is the aura. This is in some ways similar to the etheric in that it is of magnetic electric origin, but there the similarity ends.

Ta có thể nói rằng hào quang cho thấy màu sắc của Chân Ngã. Nó giúp nhận biết một người có đời sống thuộc về tinh thần hay xác thịt. Nó cũng cho thấy một người sức khỏe tốt, hoặc kém, hoặc là thực sự bị bệnh. Tất cả mọi thứ được phản ánh trong hào quang, đó là các chỉ số của Chân Ngã, hoặc, nếu bạn thích, có thể gọi là của linh hồn. Linh hồn tương tự như Chân Ngã.

One can state that the aura shows the colours of the Overself. It shows whether a person is spiritual or carnal. It shows also if a person is of good health, or poor health, or is actually diseased. Everything is reflected in the aura, it is the indicator of the Overself, or, if you prefer, of the soul. The Overself and the soul, of course, are the same thing.

Trong hào quang, ta có thể thấy bệnh tật và sức khỏe, sự chán nản và thành công, tình yêu và lòng thù hận. Có lẽ cũng thật may là hiện không có nhiều người nhìn thấy hào quang bởi ngày nay người ta sẽ tận dụng lợi thế của ai đó, để hót tay trên, và hào quang sẽ phản bội lại mọi ý nghĩ xấu xa đó, nó sẽ phản ánh chúng trên màu sắc và rung động thuộc về Chân Ngã. Thực tế là khi một người hấp hối, hào quang bắt đầu mờ dần, và trong một số trường hợp cụ thể, hào quang thực sự bị tan trước khi cái chết đến, chỉ còn lại thể dĩ thái. Mặt khác, nếu một người bị chết đột ngột trong khi đang khỏe mạnh thì vẫn còn hào quang đến một lúc sau đó, ta gọi là chết lâm sàng.

In this aura we can see sickness and health, dejection and success, love and hatred. It is perhaps fortunate that not so many people can see the auras at the present time, for nowadays it seems to be the common thing to take advantage of one, to seek the upper hand, and the aura betrays every thought as it should do, reflecting as it does the colours and the vibrations of the Overself. It is a fact that when a person is desperately ill the aura begins to fade, and in certain cases the aura actually fades out before a person dies. If a person has had a long illness then the aura does actually fade out before death, leaving only the etheric. On the other hand, a person who is killed accidentally while in good health possesses the aura up to, and for some moments after, clinical death.

Tốt hơn là ở đây ta nên xem xét về cái chết, bởi cái chết không phải như ta ngắt một dòng điện hay đổ một cái xô. Cái chết là một quá trình. Không quan trọng người đó chết như thế nào, thậm chí là bị chặt đầu, cái chết không diễn ra ở khoảnh khắc ngay sau đó. Bộ não, như chúng ta đã biết, là một kho tế bào sản xuất ra dòng điện. Máu cung cấp các hoá chất, độ ẩm và các vi chất kim loại, và chắc chắn những thành phần này vẫn được lưu trong các mô của não. Do đó não có thể vẫn tiếp tục hoạt động từ ba đến năm phút sau khi chết lâm sàng!

It might be well here to interpose certain remarks about death, because death is not like switching off a current or emptying a bucket. Death is a rather long drawn-out affair. No matter how a person dies, no matter if a person is beheaded even, death does not take place for some moments after. The brain, as we have seen, is a storage cell generating electric current. The blood supplies the chemicals, the moisture and the metallic ores, and inevitably those ingredients become stored in the tissue of the brain. Thus the brain can continue to function for from three to five minutes after clinical death!

Một số người cho rằng có những cách làm cho người ta chết ngay lập tức, nhưng tất nhiên điều này là vô lý. Như chúng tôi đã nói, kể cả trong trường hợp đầu bị chặt khỏi cổ, thì bộ não vẫn còn hoạt động từ ba đến năm phút. Đã có một trường hợp thực sự được chứng kiến và ghi chép trong những ngày của cuộc Cách mạng Pháp.

It is said by some people that this or that form of execution is instantaneous, but that, of course, is ridiculous. As we have stated, even if the head be completely severed from the body the brain can still function for from three to five minutes. There is a case which was actually witnessed and carefully chronicled in the days of the French Revolution.

Một người bị coi là “kẻ phản bội” đã bị chặt đầu, và khi đao phủ cúi xuống túm tóc để nhặt cái đầu lên, hắn ta nói “Đây là cái đầu của kẻ phản bội.” Những kẻ chứng kiến – Sự hành hình thời đó được làm công khai và nó cũng là một ngày lễ! – đã hoảng hốt khi từ đôi môi của cái đầu bị chặt mấp máy một câu không thành tiếng “Đó là lời nói dối.” Điều đó thực sự có thể được tìm thấy trong hồ sơ của Chính phủ Pháp.

A so-called “traitor” had been beheaded and the executioner reached down and lifted up the head by the hair saying as he did so, “This is the head of a traitor.” People in the audience — executions in those days were public and also a public holiday! — were alarmed when the lips formed the soundless words, “That is a lie.” That can actually be seen in the records of the French Government.

Bất kỳ một bác sĩ hay nhà phẫu thuật nào cũng có thể nói cho bạn biết rằng nếu việc cung cấp máu lên não bị gián đoạn, não sẽ trở nên suy yếu sau ba phút, đó là lý do tại sao nếu một trái tim ngừng đập, người ta phải nỗ lực điên cuồng như vậy để khởi động lại quả tim, giúp dòng máu lưu thông. Chúng tôi đã đi lạc đề ở đây để thấy rằng cái chết không phải là tức thời, cũng không phải là sự phai nhạt của hào quang. Đó là thực tế về mặt y học, nhân đây, các nhà điều tra và bệnh lý học nên được biết rằng cơ thể chết ở nhiều mức khác nhau, não chết đầu tiên, rồi đến từng cơ quan nội tạng, cuối cùng là tóc và móng.

Any doctor or surgeon will tell you that if the blood supply be interrupted the brain becomes impaired after three minutes, that is why if a heart stops there are such frantic efforts to start the flow of the blood again. We have digressed here to show that death is not instantaneous, nor is the fading of the aura. It is medical fact, by the way, known to coroners and pathologists that the body dies at various rates; the brain dies, and then organs die one by one. About the last to die are the hair and the nails.

Vì cơ thể không chết ngay lập tức, nên dấu vết của hào quang vẫn còn sót lại trên đó. Vì vậy, một người có thần nhãn có thể thấy được hào quang của người chết và biết tại sao anh ta chết. Thể dĩ thái có tính chất khác với hào quang, thể dĩ thái có thể tồn tại thêm một thời gian như một 'con ma' tách biệt, đặc biệt nếu người đó chết đột ngột hoặc chết vì bạo lực. Một người đang khoẻ mạnh bỗng chết vì bạo lực như thể "cục pin được sạc đầy", do đó nên thể dĩ thái ở mức mạnh. Khi cơ thể chết, thể dĩ thái tách ra và trôi đi. Bởi sự hấp dẫn từ trường, nó chắc chắn sẽ đến nơi trước đây thường lai vãng và nếu một người có thần nhãn hay một người ở trạng thái kích động (ví dụ rung động của anh ta tăng lên), có thể nhìn thấy thể dĩ thái đó và kêu lên "Ôi! Bóng ma của người này hay người kia!"

As the body does not die instantly, traces of the aura may linger on. Thus it is that a person who is clairvoyant can see in the aura of a dead person why that person expired. The etheric is of a different nature from the aura, and the etheric may continue for some time as a detached phantom, especially if a person has died violently, suddenly. A person in good health who meets a violent end has his "batteries fully charged," and so the etheric is at full strength. With the death of the body the etheric becomes detached and floats away. By magnetic attraction it will undoubtedly visit its former haunts, and if a clairvoyant person is about or a person who is highly excited (i.e. has his vibrations increased), then that person will be able to see the etheric and will exclaim "Oh! The ghost of so-and-so!"

Hào quang là một dạng vật chất thanh hơn rất nhiều so với sự thô trược của thể dĩ thái. Thực tế, hào quang thanh hơn nhiều bởi thể dĩ thái thuộc về thể xác vật lý. Thể dĩ thái "chảy" trên cơ thể giống như một chất bao phủ hoàn toàn theo đường nét cơ thể, nhưng hào quang mở rộng theo dạng quả trứng trùm lên cơ thể (Hình 4). Ví dụ nó có thể cao tới hơn hai mét, rộng hơn một mét hai ở chỗ phình to nhất. Nó thon gọn lại và đầu hẹp của quả trứng ở phía dưới chân. Hào quang gồm các bức xạ nhiều màu sắc từ trung tâm năng lượng này đến trung tâm năng lượng kia của cơ thể. Người Trung Quốc xưa có câu "Một bức tranh đáng giá ngàn lời". Vì thế, để tiết kiệm ngàn lời, chúng tôi đưa vào bài học này phác thảo một người với dòng lực hào quang vào và ra từ các trung tâm khác nhau cũng như phác thảo chung hình quả trứng.



The aura is of much finer material than the comparatively crude etheric. The aura, in fact, is as much finer to the etheric as the etheric is to the physical body. The etheric "flows" over the body like a complete covering following the contours of the body, but the aura extends to form an egg-shaped shell around the body (Fig. 4). It might be, for instance, seven feet or more in height, and about four feet in width at its broadest part. It tapers down so that the narrow end of the "egg" is at the bottom, that is, where the feet are. The aura consists of the radiations in brilliant colour from the various centres of the body to other centres of the body. The old Chinese used to say that "One picture is worth a thousand words." So, to save a few thousand words, we will insert here in this lesson a sketch of a person standing full face, and side view, and on these sketches we will indicate the lines of force of the aura to and from the various centres, and the general outline of the egg-shape.

Chúng ta phải làm rõ rằng hào quang thực sự vẫn luôn tồn tại dù bạn không nhìn thấy nó. Bạn biết đấy, bạn không nhìn thấy không khí mình thở, và chúng

ta nghi ngờ rằng liệu con cá có thể nhìn thấy nước mà nó bơi trong đó chẳng? Hào quang, lúc này, là một lực thực sự quan trọng. Nó tồn tại ngay cả khi hầu hết mọi người chưa qua đào tạo không nhìn thấy nó. Có thể nhìn thấy một vầng hào quang bằng cách sử dụng thiết bị khác nhau ví dụ như các loại kính bảo hộ đeo mắt, nhưng theo những gì mà chúng tôi thấy thì những cái kính đó cực kỳ hại thị giác, chúng làm mắt phải điều tiết, làm việc theo một cách không tự nhiên. Hiện chúng tôi không thể giới thiệu một loại kính cũng như màn hình tinh thể lỏng nào để xem hào quang. Chúng tôi chỉ có thể đề nghị bạn hãy luyện tập, luyện tập và luyện tập, sau đó với một chút lòng tin và sự giúp đỡ, bạn sẽ có thể nhìn thấy. Khó khăn lớn nhất trong việc nhìn thấy những hào quang là hầu hết mọi người không tin rằng họ có thể nhìn thấy nó!

We must make it clear also that the aura really does exist even if you cannot see it for the moment. As you will appreciate, you cannot see the air which you breathe, and we doubt if a fish can see the water in which it swims! The aura, then, is a real vital force. It exists even though most untrained people cannot see it. It is possible to see an aura by using various equipment, there are, for example, various types of goggles which can be used over the eyes, but all the information which we have been able to gather on the subject indicates that these goggles are extremely injurious to the sight; they try the eyes, they force the eyes to act in an unnatural manner, and we cannot recommend for one moment goggles purporting to enable one to see the aura, nor those various screens consisting of two sheets of glass with a water-tight space between which one fills with a special and usually highly expensive dye. We can only suggest that you practice and practice, and then with a little faith and a little help you should be able to see. The biggest difficulty in seeing the aura is that most people do not believe that they can see it!

Hào quang, như chúng tôi đã nêu, có nhiều màu sắc khác nhau, nhưng chúng tôi sẽ chỉ ra rằng những gì chúng ta gọi là màu sắc chỉ là một phần đặc biệt của quang phổ. Nói cách khác, mặc dù chúng tôi sử dụng từ "màu", chúng tôi cũng có thể cũng trích dẫn tần số sóng của nó, điều mà chúng ta gọi là "đỏ" hay "xanh". Nhân đây có thể nói rằng màu đỏ là màu dễ nhìn thấy nhất, màu xanh thì không dễ như vậy. Một số người không thể nhìn thấy màu xanh, có những người khác không thể nhìn thấy màu đỏ. Nếu bạn là người có thể nhìn thấy hào

quang thì cũng xin nói rằng hãy cẩn thận đừng nói dối, bởi nếu bạn nói dối, hào quang của bạn sẽ phản bội lại bạn. Thông thường một người sẽ có "vầng hào quang" màu xanh nhạt hoặc vàng. Nếu có một lời nói dối, một lần sáng vàng xanh sẽ bắn ngang qua vầng hào quang. Đó là một màu rất khó tả, nhưng ai đã nhìn thấy màu đó một lần sẽ không bao giờ quên. Như vậy, khi nói dối, bạn phản bội chính mình ngay lập tức bởi việc bắn ra một tia lửa vàng xanh trên đỉnh của hào quang.

The aura, as we have stated, is of various colours, but we would point out that what we refer to as colours is merely a special part of the spectrum. In other words, although we use the word "colour" we could just as well quote the frequency of that wave which we call "red" or "blue." Red, by the way, is one of the easiest colours to see. Blue is not so easy. There are some people who cannot see blue, there are others who cannot see red. If you are in the presence of a person who can see the aura, by the way, be careful not to say something which is untrue, because if you do tell an untruth the aura-seer will betray you! Normally a person has a "halo" which is either a bluish or a yellowish colour. If a lie is told then a greenish yellow shoots through the halo. It is a difficult colour to explain, but once seen the colour is never forgotten. So — to tell a lie is to betray oneself immediately by the greenish-yellow flare which shoots through the halo which is at the top of the aura.

Có thể nói rằng hào quang cơ bản được mở rộng lên đến mắt, tiếp đó là một lớp vầng màu xanh hoặc vàng rực rỡ. Sau đó, ở phần trên cùng của hào quang, bạn có một đài phun ánh sáng mà Phương Đông gọi là Hoa sen, bởi vì nó thực sự giống thế. Màu sắc của nó thay đổi và để dễ hình dung bạn có thể tưởng tượng hoa sen đang nở

One can say that the aura extends basically up to the eyes, and then you get a radiant layer of yellow or blue which is the halo or nimbus. Then, at the very topmost part of the aura, you get a sort of fountain of light which in the East is known as The Flowering Lotus, because it does actually look like that. It is an interchange of colours and to the imaginative it reminds one irresistibly of the opening of the seven-petaled lotus.

Một người có đời sống tâm linh càng cao thì vầng hào quang đó càng có màu vàng nghệ rực rỡ. Nếu một người có suy nghĩ không rõ ràng thì vầng hào quang biến thành một màu bùn nâu khó chịu, bao quanh bởi màu mật xanh pha vàng biểu hiện sự lầm lạc.

The greater one's spirituality, the more saffron-yellow is the nimbus or halo. If a person has dubious thoughts, then that particular portion of the aura turns an unpleasant muddy brown, fringed by this bile-coloured yellowish-green which betokens falsehoods.

Chúng tôi tin rằng nhiều người nhìn thấy hoặc cảm nhận được hào quang mà không biết rằng họ thấy. Một điều khá phổ biến khi ai đó nói rằng cô ta phải mặc màu này hay màu kia, cô ta không thể mặc một cái màu nào đó được, bởi theo bản năng cô ta nghĩ rằng nó sẽ đụng độ với hào quang của cô ấy. Bạn có thể nhận thấy một người mặc những quần áo hoàn toàn không thể chấp nhận được với những gì mà bạn hình dung. Bạn có thể không 'nhìn thấy' hào quang, nhưng bạn – người có thể đang phát triển tri giác hơn bạn của mình – sẽ biết rằng cái màu sắc đó hoàn toàn xung đột với hào quang của cô ta. Rất nhiều người sau đó, ý thức, kinh nghiệm, hoặc nhận thức được hào quang của con người nhưng vì từ thời thơ ấu họ đã được dạy rằng nhìn thấy cái này hay cái kia là vô lý nên họ đã từ thôi miên bản thân mình rằng họ có thể không có thể nhìn thấy một điều như vậy.

We are of the belief that more people see auras than seems apparent. We believe that many people see or sense the aura and do not know what they are seeing. It is quite a common thing for a person to say that she must have this or that colour, she cannot wear such-and-such a colour, because instinctively she thinks that it would clash with her aura. You may have noticed a person who wears clothing which is quite utterly impossible according to your own estimation. You may not "see" the aura, but you — being possibly more perceptive than your unsuitably clad friend — will know that such colours clash completely with her aura. Many people, then, sense, experience, or are aware of the human aura but because from early childhood they have been taught that it is nonsense to see this, or nonsense to see that, they have hypnotized themselves into believing that THEY could not possibly see such a thing.

Có một thực tế nữa là một người có thể làm ảnh hưởng đến sức khoẻ của chính mình bởi việc mặc quần áo một số màu nhất định nào đó. Nếu bạn mặc một bộ quần áo có màu xung đột với hào quang của mình, chắc chắn rằng bạn sẽ rất dễ bị ốm hoặc không thoải mái, thậm chí bạn còn khó chịu đến tận lúc cởi bỏ những đồ đó ra. Bạn có thể phát hiện ra rằng một màu sắc đặc biệt nào đó trong nhà làm cho bạn bị kích thích hoặc xoa dịu. Cuối cùng, màu sắc đơn giản chỉ là tên gọi cho những rung động khác nhau. Màu đỏ rung động một tần số, màu xanh rung động ở tần số khác, màu đen lại khác nữa. Giống như sự rung động mà chúng ta gọi là âm thanh có thể gây xung đột và làm nên bất hòa, những rung động "vô thanh" mà chúng ta gọi là màu sắc cũng có thể gây việc tương tự và tạo ra một Linh hồn bất hoà.

It is also a fact that one can influence one's health by wearing clothing of certain colours. If you wear a colour which clashes with your aura, then you will undoubtedly be ill at ease or self-conscious, you may even be indisposed until you take that unsuitable colour off. You may find that a particular colour in a room irritates you or soothes you. Colours, after all, are merely different names for vibrations. Red is one vibration, green is another vibration, and black is yet another. Just as the vibration which we call sound can clash and make disharmony, so can "soundless" vibrations which we call colours clash and make a Spiritual disharmony.

BÀI 5: MÀU SẮC HÀO QUANG (1)

Màu sắc hào quang

Mỗi nốt nhạc là một tổ hợp các rung động mà nó phụ thuộc vào việc hài hoà với những nốt khác. Sự KÉM hài hoà sẽ gây ra một nốt "chát chúa", một nốt thật khó nghe. Vì vậy người nhạc sĩ luôn cố gắng để viết ra những nốt êm dịu.

Every musical note is a combination of harmonic vibrations which depends upon being compatible with its neighbours. Any LACK of compatibility causes a "sour" note, a note which is not pleasant to hear. Musicians strive to produce only notes which please.

Giống như âm thanh, màu sắc cũng vậy bởi bản chất của màu sắc cũng là rung động, mặc dầu chúng ở trên phần khác biệt đôi chút của "ngưỡng quang phổ nhận biết của con người". Một người có thể mang những màu sắc tinh khiết, màu sắc của sự bình an và sự phát triển tâm linh cao. Hoặc người khác có thể mang màu sắc trung bình, chứng tỏ sự kích động thần kinh. Trên hào quang con người có rất nhiều màu khác nhau và các sắc thái khác nhau. Nhiều màu trong đó vượt ra ngoài ngưỡng nhìn thông thường của những người chưa được đào tạo và do đó chúng tôi không có từ nào để tả chúng.

As in music, so in colours, for colours also are vibrations, although they are on a slightly different part of the "Human-perception Spectrum." One can have pure colours, colours which please and uplift one. Or one can have colours which jar, which jangle the nerves. In the human aura there are many many different colours and shades of colours. Some of them are beyond the range of vision of the UNTRAINED observer and so, for those colours we have no universally accepted name.

Như bạn biết, có những tiếng huýt chó "câm lặng", nghĩa là những âm thanh trên một dải tần rung động mà tai người không nghe được nhưng tai chó có thể nghe được. Ở quãng âm vực tiếp theo, tai người có thể nghe những âm thanh sâu hơn so với chó, những con chó không nghe thấy âm trầm. Giả sử ta dịch chuyển ngưỡng nghe của con người lên, như thế ta có thể nghe thấy những âm thanh như chó nghe được, hay nói cách khác là có thể nghe những nốt cao trong âm vực của tiếng huýt chó. Tương tự như vậy, nếu ta có thể tăng hay dịch ngưỡng nhìn lên thì ta có thể thấy hào quang. Tuy nhiên, nếu không thực hiện việc đó một cách cẩn thận, có thể ta sẽ mất khả năng nhìn thấy màu đen hoặc màu tím đậm!

There is, as you know, a "silent" dog whistle. That is, it resonates on a band of vibrations which human ears cannot hear but which a dog can. At the other end of the scale, a human can hear deeper sounds than can a dog; low sounds are inaudible to dogs. Suppose we move the range of human hearing up — then we should hear as a dog does and would hear the high notes of the dog whistle. So, if we can raise or shift our sight range up we shall be able to see the human aura. Unless we do it carefully, though, we shall then lose the ability to see black or deep purple!

Vì việc liệt kê vô số các màu sắc không mang nhiều ý nghĩa nên ở đây chúng ta chỉ đề cập đến những màu phổ biến và mạnh nhất. Những màu sắc cơ bản thay đổi theo tiến bộ của một người, thể hiện trên hào quang của họ. Người có đời sống tâm linh càng phát triển thì những màu sắc hào quang càng sáng, ngược lại những người không may trượt xuống trên nấc thang tiến hoá thì màu sắc hào quang biến đổi không ngừng hoặc tối. Những màu cơ bản (chúng tôi sẽ đề cập dưới đây) thể hiện những nét "cơ bản" của một người. Vô số sắc thái màu chỉ ra những suy nghĩ và dự định khác nhau, đồng thời nó cũng chỉ rõ mức độ phát triển tâm linh. Các luồng và vòng xoáy hào quang giống như một chiếc cầu vồng đặc biệt phức tạp. Các màu sắc cuộn xoáy dần quanh cơ thể như hình xoắn ốc, và đồng thời đổ xuống từ đầu đến chân. Nhưng màu sắc của nó phong phú hơn một chiếc cầu vồng rất nhiều bởi cầu vồng đơn giản chỉ là hiện tượng khúc xạ từ tinh thể nước – những thứ rất đơn giản – trong khi hào quang tự nó tồn tại.

Dưới đây là một vài lưu ý về những màu cơ bản, số lượng màu cơ bản là 'rất khiêm tốn' bởi dù có đưa ra thêm cũng chẳng ích gì nếu bạn không thể nhìn thấy những màu cơ bản này!

It would be unreasonable to list innumerable colours. Let us deal with only the most common, the strongest, colours. The basic colours change according to the progress of the person in whose aura they are seen. As the person improves in spirituality, so the colour improves. If a person is unfortunate enough to slip back on the ladder of progress, then his basic colours may alter completely or change in shade. The basic colours (which we mention below) show the "basic" person. The innumerable pastel shades indicate the thoughts and intentions as well as the degree of spirituality. The aura swirls and flows like a particularly intricate rainbow. Colours race round the body in increasing spirals, and also pour down from the head to the feet. But these colours are many more than ever appeared in a rainbow; a rainbow is merely refraction from water crystals — simple things — the aura is life itself.

Màu đỏ

Màu đỏ trong hình thái tốt của nó chỉ ra rằng đó là người có tiếng nói. Những vị Tướng và các nhà lãnh đạo có nhiều màu đỏ trong suốt trên hào quang của họ. Một người có hào quang màu đỏ sáng rõ với cạnh màu vàng cho thấy rõ ràng đó là một "Nhà vận động" – Một người luôn phấn đấu để giúp đỡ người khác. ĐỪNG nhầm lẫn họ với những người láu táu bình thường, màu "đỏ" trên hào quang của họ gắn với "nâu"! Những dải màu đỏ trong suốt hoặc những tia sáng đỏ trong suốt phát ra từ bề ngoài của các bộ phận chứng tỏ bộ phận đó rất khỏe mạnh. Nhiều vị lãnh đạo thế giới có rất nhiều màu đỏ trong suốt như thế trên hào quang của họ, Nhưng không may là trong quá nhiều tình huống, nó bị ô nhiễm bởi những gam màu làm giảm giá trị.

RED. In its good form red indicates sound driving force. Good Generals and leaders of men have a lot of clear red in their aura. A particularly clear form of red with clear yellow edges indicates a person who is a "Crusader" — one who is always striving to help others. Do NOT confuse this with the ordinary meddler;

his "red" would be "brown"! Clear red bands or flashes emanating from the site of an organ indicates that the organ is in very good health. Some of the world leaders have a lot of clear red in their make-up. Unfortunately, in too many instances, it is contaminated with debasing shades.

Màu đỏ trong hình thái xấu có dạng đỏ bùn, hoặc quá tối, nó chỉ ra một tính cách nóng nảy hoặc lẫn quẩn. Đó là người không đáng tin cậy, hay gây gổ, nguy hiểm, một kẻ toan tính. Màu đỏ nặng nề cho thấy sự kích thích thần kinh. Một người với màu đỏ "xấu" có thể có một cơ thể mạnh mẽ, nhưng thật không may đó cũng lại là kẻ mạnh mẽ làm việc sai trái. Những kẻ giết người luôn có màu đỏ tối trong hào quang của chúng. Một màu đỏ nhẹ hơn (nhẹ hơn chứ không phải trong suốt) thể hiện sự căng thẳng và thiếu ổn định. Một người ưa hoạt động – thậm chí bồn chồn – không thể ngồi yên lấy một giây. Tất nhiên người như vậy rất khó để thực sự tự tập trung.

Màu đỏ quanh các cơ quan nội tạng chỉ ra tình trạng sức khỏe của chúng. Một màu đỏ nặng nề, thậm chí nâu đỏ, từ từ đập vào một bộ phận chúng tỏ bệnh ung thư. Có thể nói rằng người đó đã mắc bệnh ung thư HOẶC ĐANG Ủ BỆNH UNG THƯ! Hào quang cho thấy những gì bệnh sẽ gây đau đớn cho cơ thể sau đó, nếu không được chữa trị. Đây là một trong những ứng dụng lớn nhất của "Hào quang trị liệu" trong nhiều năm tới.

A bad red, one that is muddy or too dark, indicates bad or vicious temper. The person is unreliable, quarrelsome, treacherous, a self seeker at the expense of others. Dull reds invariably show nervous excitation. A person with "bad" red may be physically strong. Unfortunately he will also be strong at wrong-doing. Murderers always have degraded red in their auras. The lighter the red (LIGHTER, not "clearer") the more nervous and unstable the person. Such a person is very active — jittery even — and cannot keep still for more than a few seconds at a time. Of course such a person is very self-centered indeed. Reds around the organs indicate their state. A dull red, brownish red even, slowly pulsing over the site of an organ indicates cancer. One can tell if the cancer is there OR IF IT IS INCIPIENT! The aura indicates what illnesses are going to afflict the body later, unless curative steps are taken. This is going to be one of the greatest uses of "Aura Therapy" in later years.

Một đốm đỏ nhấp nháy từ hàm chỉ ra bệnh đau răng; một màu đỏ xỉn nhấp nháy từ quầng lúc này chỉ ra sự sợ hãi phải đi khám nha khoa. Màu đỏ tươi hơi vàng (Scarlet) thường được "mặc" trên những người quá chắc chắn về bản thân; nó cho thấy người này hoàn toàn ngây thơ về chính mình. Đây là màu của niềm tự hào sai lầm – một niềm tự hào vô căn cứ. Nhưng – màu đỏ tươi hơi vàng này cũng xuất hiện rõ ràng nhất quanh hông của những cô gái bán hoa. Họ đích thị là "Gái Bán Hoa"! [1] Những người phụ nữ này thường không phải quá đam mê tình dục như họ làm, với họ đó đơn thuần chỉ là một công cụ kiếm sống. Vì vậy, những kẻ quá kiêu ngạo và những cô gái điếm chia sẻ cùng một màu sắc hào quang. Có những ẩn ngữ đầy giá trị từ lâu đời như "gái bán hoa" (scarlet woman), "tâm trạng buồn" (blue mood), "thịnh nộ" (red rage), "tính khí đen tối" (black with temper) và "ghen tị" (green with envy) quả thực mô tả chính xác hào quang của người trong tâm trạng đó! Rõ ràng là những người nói ra các châm ngôn đó vô thức hay hữu thức đã nhìn thấy hào quang.

A speckled, flashing red from the jaws indicates toothache; a dull brown pulsing in time from the nimbus indicates fright at the thought of a visit to a dentist. Scarlet is usually "worn" by those who are too sure of themselves; it indicates that a person is altogether too fond of himself. It is the colour of false pride — pride without a foundation. But — Scarlet also shows most clearly around the hips of those ladies who sell "love" for coins of the realm! They are indeed "Scarlet Women!" Such women are usually not at all interested in the sex act as such; to them it is merely a means of earning a living. So, the over-conceited person and the prostitute share the same colours in the aura. It is worth a thought that these old sayings, such as "scarlet woman," "blue mood," "red rage," "black with temper" and "green with envy" do indeed accurately indicate the aura of a person afflicted with such a mood! The people who originated such sayings obviously consciously or unconsciously saw the aura.

Vẫn trong nhóm màu đỏ này – màu hồng (thực ra nó giống như màu đỏ san hô) cho thấy sự non nớt. Thanh thiếu niên thường có màu đỏ này thay vì bất kỳ màu đỏ nào khác. Với người trưởng thành, nếu xuất hiện màu hồng này thì nó thể hiện đó là người tính khí trẻ con và bất an. Một màu đỏ-nâu, giống như màu

gan sống, cho thấy một người thực sự rất khó chịu. Tốt nhất là nên tránh những người này kéo anh ta sẽ đem đến những rắc rối. Nếu nhìn thấy thấy màu này trên một bộ phận, nó cho thấy rằng bộ phận đó bị bệnh rất nặng và người có màu hào quang như thế trên những cơ quan nội tạng quan trọng sẽ chết sớm.

Tất cả những người có màu đỏ ở cuối xương ức có rắc rối về thần kinh. Họ nên kiểm soát hoạt động của mình và sống bình tĩnh hơn nếu họ muốn sống lâu và hạnh phúc.

Still on with the "red" group — pink (it is more of a coral, really) shows immaturity. Teenagers show pink instead of any other red. In the case of an adult, pink is an indicator of childishness and insecurity. A red-brown, something like raw liver, indicates a very nasty person indeed. One who should be avoided, for he will bring trouble. When seen over an organ it shows that the organ is very diseased indeed and the person who has such a colour over a vital organ will soon die.

All people with RED showing at the end of the breastbone (end of the sternum) have nerve trouble. They should learn to control their activities and live more sedately if they want to live long and happily.

Màu cam

Màu cam thực sự là một nhánh của màu đỏ, nhưng ở đây chúng ta sẽ đề cập đến nó như một nhóm riêng bởi nhiều tôn giáo vùng Viễn Đông thường nói đến màu cam như màu của mặt trời và bày tỏ lòng kính trọng nó. Đó là lý do vì sao vùng Viễn đông có rất nhiều màu cam. Nhưng mặt khác, để thấy cả hai mặt của một vấn đề, ta cũng nên biết rằng có những tôn giáo khác tin tưởng rằng màu xanh là màu của mặt trời. Không quan trọng là bạn ủng hộ quan điểm nào, về cơ bản màu cam là một màu tốt lành, và những người có vầng hào quang màu cam thích hợp cho thấy họ là người biết quan tâm đến người khác, họ là những người theo chủ nghĩa nhân đạo, những người cố gắng làm tốt nhất để giúp đỡ những kẻ không may. Thật tốt nếu có hào quang màu cam-vàng bởi nó thể hiện rõ sự tự kiểm soát, và nhiều ưu điểm nữa.

ORANGE. Orange is really a branch of red, but we are paying it the compliment of giving it a classification of its own because some religions of the far East used to regard orange as the colour of the sun and paid homage to it. That is why there are so many orange colours in the far East. On the other hand, just to show the two sides of the coin, yet other religions held the belief that blue was the colour of the sun. It does not matter to which opinion you subscribe, orange is basically a good colour, and people with a suitable shade of orange in their aura are those who show much consideration for other people, they are humanitarians, people who do their best to help others not so fortunately endowed. A yellow-orange is to be desired because it shows self-control, and has many virtues.

Màu nâu-cam cho biết đó là một kẻ lười biếng, người mà “chẳng quan tâm gì hết!” Màu nâu-cam cũng chỉ ra bệnh thận. Nếu nó xuất hiện gần thận và có những vệt xám lờm chờm trong đó thì đó là dấu hiệu của sỏi thận.

Brownish-orange indicates a repressed lazy person who "couldn't care less!" A brownish-orange also indicates kidney trouble. If it is located over the kidneys and has a jagged grey blur in it, it shows the presence of kidney stones.

Một màu cam nhuộm xanh lá cây cho thấy một người thích tranh cãi chỉ để tranh cãi, và khi bạn đã tiến đến điểm có thể nhìn thấy các sắc thái của màu sắc hào quang, thì hãy khôn ngoan và tránh tranh cãi với những người có màu xanh lá xen với màu cam bởi với họ chỉ có “trắng và đen”, họ thiếu trí tưởng tượng, thiếu nhận thức và sự phân biệt để nhận ra rằng có nhiều sắc thái khác nhau của tri thức, nhiều sắc thái của quan điểm, và nhiều sắc thái của màu sắc. Người bị ảnh hưởng bởi màu xanh lá-cam thường tranh luận không dứt chỉ vì thích tranh luận mà không quan tâm đến đúng hay sai; với loại người này thì tranh luận là việc họ làm.

An orange which is tinged with green indicates a person who loves to quarrel just for the sake of quarrelling, and when you progress to the point when you can see the shades within the shades within the colours, then be wise and avoid arguing with those who have a green amid the orange because they can see "only black and white," they lack imagination, they lack the perception and the

discernment to realize that there are shades of knowledge, shades of opinion, and shades of colour. The person afflicted with a greenish-orange argues endlessly just for the sake of argument and without really caring whether his arguments are right or wrong; to such people the argument is the thing.

Màu vàng

Một màu vàng kim chỉ ra rằng người sở hữu nó có một tính chất rất tâm linh. Những vị thánh vĩ đại có quầng màu vàng quanh đầu. Người có đời sống tâm linh càng cao, màu vàng kim càng sáng rực rỡ. Xin lạc đề ở chỗ này một chút là những linh hồn vô cùng cao cả nhất cũng còn có màu chàm, nhưng ở đây ta đang nói về màu vàng! Người có hào quang màu vàng luôn có một tinh thần mạnh mẽ và linh hồn tốt đẹp. Họ đều là những người phát triển trên Đường Đạo, và với sắc thái vàng trong hào quang, họ hầu như không còn gì để sợ nữa. Một người với sắc hào quang vàng tươi sáng có thể hoàn toàn đáng tin cậy.

YELLOW. A golden yellow indicates that its possessor is of a very spiritual nature. All the great saints had golden halos around their heads. The greater the spirituality the brighter glowed the golden yellow. To digress let us state here that those of the very highest spirituality also have indigo, but we are dealing with yellow! Those who have a yellow in the aura always are in good spiritual and moral health. They are well upon the Path, and according to the exact shade of yellow they have little of which to be afraid. A person with a bright yellow in the aura can be completely trusted.

Một người với màu vàng nhờ nhợt (như màu của miếng pho-mát Cheddar hỏng!) thể hiện tính hèn nhát, vì thế người ta thường nói là "Ôi, thảng nhát gan!" (Oh, he is yellow!). Đã từng có một thời kỳ xa xưa mà việc nhìn thấy hào quang là rất bình thường, và có lẽ vì thế lúc ấy những kiểu nói đó trở thành ngôn ngữ mang nghĩa khác. Tuy nhiên, một màu vàng xấu xí thể hiện một kẻ tồi, một kẻ thực sự sợ hãi tất cả mọi thứ.

A person with a degraded yellow (the colour of bad Cheddar cheese!) is of a cowardly nature, and that is why people say, "Oh, he is yellow!" It used to be

far more common that one could see the aura, and presumably most of these sayings came into the different languages at that time. But a bad yellow shows a bad person, one who is really frightened of everything.

Màu vàng cam hoàn toàn không được ưa chút nào bởi nó chỉ ra sự rụt rè trong cả tinh thần, đạo đức và thể chất, và cùng với nó là một linh hồn hoàn toàn yếu đuối và không có niềm tin. Người có hào quang màu vàng cam sẽ đổi từ tôn giáo này sang tôn giáo khác, luôn cố tìm một cái gì đó chỉ trong năm phút. Họ thiếu khả năng giữ quyền lực, không thể gắn với bất cứ cái gì quá vài phút.

A reddish-yellow is not at all favourable because it indicates mental, moral and physical timidity, and with it absolute weakness of spiritual outlook and conviction. People with a reddish-yellow will change from one religion to another, always seeking for something which is not obtainable in five minutes. They lack staying power, they cannot stick at a thing for more than a few moments.

Một người có màu đỏ-vàng và nâu-đỏ trong hào quang luôn theo đuổi người khác giới – và chả đi đến đâu! Đáng chú ý là nếu một người tóc màu đỏ (hay màu gừng) và có hào quang đỏ-vàng sẽ rất hay gây gổ, rất khó chịu và luôn nghĩ sai về người khác. Đó là đặc biệt nói về những người tóc đỏ và da đỏ, có thể là tàn nhang. Một số hào quang đỏ-vàng còn chỉ ra rằng những người mang sắc thái hào quang này thường có mặc cảm lớn. Màu đỏ càng nhiều hơn màu vàng, người đó có mức mặc cảm càng nhiều. Một màu nâu-vàng cho thấy những suy nghĩ thực sự tăm tối và sự phát triển tâm linh nghèo nàn. Có lẽ mọi người đều biết về Skid Row, một thung lũng mà tất cả đều say rượu, lười biếng và bị bỏ rơi, cuối cùng trôi dạt đến Trái Đất. Nhiều người ở tầng lớp này, hay hoàn cảnh này, có hào quang màu đỏ-nâu vàng, và những kẻ đặc biệt xấu có hào quang dạng đốm nhựa xanh lá cây khó chịu. Thật khó để cứu rỗi những kẻ này khỏi sự điên rồ của họ.

A person who has a red-yellow and brown-red in the aura is always chasing after the opposite sex — and getting nowhere! It is noteworthy that if a person has red hair (or ginger) and has red-yellow in the aura, that person will be very pugnacious, very offensive, and very ready to misconstrue any remark into a

personal slight. This refers particularly to those who have red hair and reddish, perhaps freckled, skin. Some of the redder yellows indicate that the person possessing these shades has a great inferiority complex. The redder the red in the yellow, the greater the degree of inferiority. A brownish-yellow shows very impure thoughts indeed and poor spiritual development. Presumably most people know about Skid Row, the vale to which all drunks, deadbeats, and derelicts eventually drift on this Earth. Many of the people in that class, or condition, have this red-brown yellow, and if they are particularly bad they have an unpleasant form of lime green speckling the aura. These people can rarely be saved from their own folly.

Màu vàng nâu cho thấy những ý nghĩ không trong sạch và người có hào quang như thế thường không ngay thẳng và hẹp hòi. Trong lĩnh vực sức khoẻ, màu xanh lá cây-vàng cho thấy có vấn đề về gan. Khi màu xanh lá cây-vàng biến thành màu nâu-đỏ-vàng, nó thể hiện sự cảnh báo về bản chất của các căn bệnh xã hội. Người có bệnh xã hội luôn có một dải màu nâu sẫm, vàng sẫm quanh hông. Nó thường bị điểm với những chấm nhỏ giống như bụi đỏ. Khi màu nâu ngày càng trở nên rõ rệt hơn trên nền vàng, hay những dải lờm chờm, nó chỉ ra những phiền não. Một người mắc bệnh đa nhân cách thường thấy một nửa hào quang màu xanh-vàng và nửa kia màu nâu hay xanh lá cây-vàng. Đó là sự kết hợp rất khó chịu.

A brownish-yellow indicates impure thoughts and that the person concerned does not always keep to the straight and narrow path. In the health line a green-yellow shows liver complaints. As the greenish-yellow turns to brownish-reddish-yellow it shows that the complaints are more in the nature of social diseases. A person with a social disease invariably has a dark brown, dark yellow band around the hips. It is often speckled with what looks to be red dust. With the brown becoming more and more pronounced in the yellow, and perhaps showing jagged bands, it indicates mental afflictions. A person who is a dual personality (in the psychiatric sense) will often show one half of the aura as a bluish-yellow and the other half as a brownish or greenish-yellow. It is a thoroughly unpleasant combination.

Màu vàng kim tinh khiết mà chúng tôi đề cập ở đầu nhóm “Vàng” này nên luôn luôn được phát triển. Có thể đạt tới nó bằng cách giữ những suy nghĩ và ý định của mình tinh khiết. Tất cả chúng ta đều phải đạt tới màu vàng tươi sáng này trước khi ta muốn đi xa hơn trên con đường tiến hoá.

The pure golden yellow with which we commenced this heading of “Yellow” should always be cultivated. It can be attained by keeping one’s thoughts and one’s intentions pure. Every one of us has to go along through the brighter yellow before we get far along the path of evolution.

[1] *Scarlet* nghĩa là màu đỏ tươi sắc vàng, cũng còn có nghĩa là Gái bán hoa
[VMC]

ÀI 5: MÀU SẮC HÀO QUANG (2)

Màu xanh lá

Màu xanh lá là màu của sự chữa lành, màu của giáo dục và màu của sự phát triển thể chất. Vị bác sỹ và nhà phẫu thuật giỏi có rất nhiều màu xanh trên hào quang của họ; họ cũng có nhiều màu đỏ nữa, và chắc cũng khá tò mò vì hai màu này lại rất hài hòa với nhau chứ không hề có sự đụng độ. Màu đỏ và xanh lá cây khi ta thấy trên vật chất thường xung đột và đối kháng với nhau, nhưng trên hào quang thì lại rất hài hòa. Xanh lá đi cùng với màu đỏ thích hợp chỉ ra rằng đó là một vị phẫu thuật gia sáng láng, một người đầy tài năng. Màu xanh lá toàn bộ không điểm màu đỏ vào cho thấy đó là một vị bác sỹ trác tuyệt, một người giỏi nghề, hay một người ý tá làm việc với cả trái tim. Màu xanh lá trộn với một lượng màu xanh lam nhất định cho thấy đó là một người thành công trong lĩnh vực giáo dục. Một số những vị thầy giỏi có màu xanh lá trên hào quang của họ, và có những dải, hoặc tia, hoặc xoáy xanh lam, một dạng tia điện, và thông thường giữa xanh lam và xanh lá có một dải màu vàng kim, nó cho thấy rằng vị thầy là người để lại nhiều tình yêu trong tim học trò, cũng đồng nghĩa rằng người này có nhận thức về tinh thần đủ cao để dạy những bài học giá trị trong lĩnh vực của họ.

GREEN. Green is the colour of healing, the colour of teaching, and the colour of physical growth. Great doctors and surgeons have a lot of green in their aura; they also have a lot of red, and, curiously enough, the two colours blend most harmoniously and there is no discord between them. Red and green when seen together in materials often clash and offend, but when they are seen in the aura they please. Green with a suitable red indicates a brilliant surgeon, a most competent man. Green alone without the red indicates a most eminent physician, one who knows his job, or it might indicate a nurse whose vocation is both her career and her love. Green mixed with a suitable blue indicates success at teaching. Some of the greater teachers had green in their auras and bands, or striations, of swirling blue, a form of electric blue, and often between the blue and the green there would be narrow bands of golden yellow which would indicate that the teacher was one who had the welfare of his students at

heart and had the necessary high spiritual perceptions in order to teach the best subjects.

Tất cả những ai quan tâm đến sức khỏe của con người và động vật đều có nhiều màu xanh lá điểm trong hào quang của họ. Họ có thể không phải là nhà phẫu thuật hay bác sĩ cao cấp, nhưng tất cả cho dù là ai, nếu họ đang làm việc với sức khỏe của động vật hoặc con người hay thực vật, thì đều có một lượng màu xanh lá nhất định trong hào quang của họ. Có vẻ như đây là màu biểu trưng của lĩnh vực công việc này! Màu xanh lá không phải là màu cơ bản, dù vậy nó gần như luôn luôn giúp ích cho một số màu sắc khác. Đó là một màu hữu ích và nó chỉ ra rằng một người có nhiều màu xanh lá trong hào quang có bản chất thân thiện, từ bi, ân cần. Tuy nhiên, nếu người đó có màu xanh vàng, thì người đó không thể tin cậy được, và càng nhiều màu vàng kém hài hòa trộn với màu xanh lá kém hài hòa thì người đó càng khó tin, không đáng tin chút nào. Những kẻ lừa đảo chuyên nghiệp có hào quang màu vàng-xanh – loại người chuyên ngon ngọt để bòn rút tiền của người khác- chúng có một loại màu xanh lá chết mà màu vàng được thêm vào nó. Khi màu xanh lá cây càng chuyển sang xanh lam của bầu trời để chịu hoặc xanh ánh điện – thì người đó càng đáng tin cậy hơn.

All those who are concerned with the health of people and animals have much green in their auric make-up. They may not be high ranking surgeons or physicians, but all people, no matter who they are, if they are dealing with health either of animals or humans or plants, they all have a certain amount of green in their aura. It seems to be almost their badge of office! Green is not a dominant colour, though, it is nearly always subservient to some other colour. It is a helpful colour and indicates that one who has much green in the aura is of a friendly, compassionate, considerate nature. If the person has a yellowish-green, however, then that person cannot be trusted, and the more the mixture of unpleasant yellow to unpleasant green, the more untrustworthy, the more unreliable the person. Confidence tricksters have a yellow-green — the type of people who talk nicely to a person and then swindle them out of their money — these have a sort of lime green to which their yellow is added. As the green turns to blue — usually a pleasant sky blue or electric blue — the more trustworthy a person is.

Màu xanh lam

Màu này thường được gọi là màu của thế giới tinh thần. Nó cũng cho thấy khả năng trí tuệ, chính là một phần của tâm linh, nhưng tất nhiên nó phải có màu xanh đúng mức; khi đó nó rất ưa nhìn. Thể dĩ thái có màu hơi xanh, một màu xanh lam tương tự như khói thuốc lá khi không hít vào, hoặc màu xanh của gỗ cháy. Màu xanh càng sáng thì người đó càng khỏe mạnh và mạnh mẽ. Màu xanh nhạt là màu sắc của một người thiếu chính kiến, không tự mình quyết định được, một người chỉ tự ra được quyết định quan trọng cho chính mình khi bị dồn đến đường cùng. Màu xanh đậm hơn là của một người đang tiến bộ, một người đang cố gắng. Nếu màu xanh sẫm hơn, nó cho thấy người đó tận tâm đến những các công việc trong cuộc sống và tìm thấy sự hài lòng trong đó. Màu xanh sẫm này thường được tìm thấy trong các nhà truyền giáo, những người chắc chắn nhận được "Ơn gọi". Người ta chưa thấy người truyền giáo nào thèm khát những công việc đi khắp thế gian của mình chỉ để được trả công cả. Luôn có thể đánh giá được một ai đó qua mức độ sống động của màu vàng và độ sẫm của màu xanh lam.

BLUE. This colour is often referred to as the colour of the spirit world. It also shows intellectual ability as apart from spirituality, but of course it has to be of the right shade of blue; with the right shade it is a very favourable colour indeed. The etheric is of a bluish tinge, a blue somewhat similar to non-inhaled cigarette smoke, or the blue of a wood fire. The brighter the blue, the healthier and the more vigorous in health is the person. Pale blue is the colour of a person who vacillates a lot, a person who cannot make up his mind, a person who has to be pushed in order to get any worthwhile decision from him. A darker blue is that of a person who is making progress, a person who is trying. If the blue is darker still it shows one who is keen on the tasks of life and who has found some satisfaction in it. These darker blues are often found in missionaries who are missionaries because they have definitely had "A Call." It is not found in missionaries who just desire a job perhaps travelling round the world with all expenses paid. One can always judge of a person by the vigour of the yellow and the darkness of the blue.

Màu chàm tím

Giờ chúng ta sẽ tới lớp màu chàm và tím, xếp chung vào một nhóm bởi vì sắc thái của chúng rất khó phân biệt, và nó là một trường hợp hai màu phụ thuộc vào nhau chặt chẽ. Những người có hào quang được mở rộng ra màu chàm là những người tin vào Đạo một cách sâu sắc, chứ không phải là những người xưng mình là tôn giáo. Có rất nhiều sự khác biệt; một số người nói rằng họ là người có Đạo, một số người thì tin vào Đạo, nhưng chỉ nhìn vào hào quang mới có thể nói chắc chắn điều đó, màu chàm tím là một chứng minh dứt khoát. Nếu một người có một chút màu hồng trong hào quang chàm tím, vết đánh dấu này cho biết sự kích động và khó chịu của anh ta, đặc biệt là dưới sự điều hành của một kẻ bệnh hoạn. Sắc thái hơi hồng trong chàm thể hiện một sự xuống cấp, nó cướp đi sự tinh khiết của hào quang. Tình cờ là những người hào quang màu chàm hoặc tím hoặc tím thường khổ sở vì các bệnh liên quan đến tim và rối loạn dạ dày. Họ là loại người không ăn thức ăn chiên và ăn rất ít chất béo.

INDIGO. We are going to class indigo and violet as being under the same heading because one shades imperceptibly into the other, and it is very much a case of one being quite dependent upon the other. People with indigo showing to a marked extent in their aura are people of deep religious convictions, not merely those who profess to be religious. There is a great deal of difference; some people say that they are religious, some people believe they are religious, but until one can actually see the aura one cannot say for sure; indigo proves it conclusively. If a person has a pinkish tinge in the indigo the possessor of such a marked aura will be touchy and unpleasant, particularly to those who are under the control of the afflicted person. The pinkish tinge in the indigo is a degrading touch, it robs the aura of its purity. Incidentally, people with indigo or violet or purple in their auras suffer from heart trouble and stomach disorders. They are the type of people who should have no fried food and very little fat food.

Màu xám

Màu xám là một màu biến đổi của hào quang. Bản thân nó không biểu hiện điều gì nếu người có hào quang này không tự mình nhập cuộc. Nếu người mà bạn đang quan sát không nhập cuộc để giải quyết, thì người đó sẽ có những dải xám lớn và những đốm xám, nhưng thì bạn không nhìn được vào cơ thể này của họ. Màu xám trong hào quang cho thấy người này thiếu cá tính và thường là sức khỏe cũng không tốt. Nếu một người có các dải màu xám trên một bộ phận cụ thể nào đó, nó cho thấy rằng cơ quan đó có nguy cơ bị bệnh, ĐANG bị bệnh và cần được chăm sóc y tế ngay lập tức. Một người bị đau nhói đầu sẽ có một đám mây khói màu xám trong vầng hào quang, và dù là hào quang màu gì đi nữa, thì mỗi khi mỗi khi dải màu xám đập vào nó sẽ sinh ra cơn đau đầu.

GREY. Grey is a modifier of the colours of the aura. It does not signify anything of itself unless the person is most unevolved. If the person at whom you are looking is unevolved, then there will be great bands and splotches of grey, but you normally would not be looking at the nude body of an unevolved person. Grey in a colour shows a weakness of character and a general poorness of health. If a person has grey bands over a particular organ it shows that the organ is in danger of breaking down, IS breaking down, and medical attention should be sought immediately. A person with a dull throbbing headache will have a grey smoky cloud going through the halo or nimbus, and no matter what colour the halo, grey bands going through it will pulsate in time with the throb of the headache.

BÀI 6: VỎ HÀO QUANG

Đến giờ thì đã rõ ràng là tất cả mọi thứ tồn tại đều là rung động. Do vậy, xuyên suốt mọi thứ tồn tại thì có một thứ có thể gọi là một bàn phím khổng lồ bao gồm tất cả những rung động có thể có trên đời. Hãy tưởng tượng rằng đó là dải bàn phím kéo dài vô hạn của một cái đàn piano dài vô tận. Nếu bạn muốn, hãy tưởng tượng chúng ta là những con kiến, và chúng ta chỉ có thể thấy rất ít nốt nhạc. Các rung động sẽ tương ứng với những phím đàn khác nhau của cây đàn piano. Một nốt nhạc, hay một phím, sẽ bao gồm những rung động mà chúng ta

gọi là “sờ thấy”, những rung động chậm và “đặc” đến mức chúng ta cảm thấy nó thay vì là nghe thấy hay nhìn thấy (Hình 5).

By now it will be obvious that everything that is is a vibration. Thus, throughout the whole of existence there is what one could term a gigantic keyboard consisting of all the vibrations which can ever be. Let us imagine that it is the keyboard of an immense piano stretching for limitless miles. Let us imagine, if you like, that we are ants, and we can see just a very few of the notes. The vibrations will correspond to the different keys of the piano. One note, or key, would cover the vibrations which we term “touch,” the vibration which is so slow, so “solid” that we feel it rather than hear it or see it (Fig. 5).



Hình 5: Bàn phím Biểu tượng

- Touch: Sờ thấy
- Sound: Âm thanh
- Sight: Hình ảnh
- Radio: Sóng vô tuyến
- Psychometry: Thấu cảm (khả năng khám phá ra những sự kiện về một người hay một sự kiện bằng cách chạm vào những vật vô tri vô giác có liên quan tới họ/sự kiện đó)
- Telepathy: viễn cảm, thần giao cách cảm
- Clairvoyance: Sự thấu thị, nhãn thông (khả năng nhìn bằng con mắt thứ ba)

Nốt tiếp theo là âm thanh. Đó là nốt sẽ bao gồm những rung động kích hoạt cơ chế trong tai chúng ta. Chúng ta có thể không cảm nhận được những rung động đó bằng tay, nhưng tai chúng ta nói cho chúng ta rằng có "âm thanh". Chúng ta không thể nghe thấy bất cứ thứ gì mà có thể sờ nắm được, chúng ta cũng không thể sờ thấy thứ gì mà có thể nghe được. Như vậy chúng ta đã nói về hai nốt trên bàn phím piano của chúng ta.

The next note will be sound. That is, the note will cover those vibrations which activate the mechanism within our ears. We may not feel with our fingers those vibrations, but our ears tell us that there is "sound." We cannot hear a thing which can be felt, nor can we feel a thing which can be heard. So we have covered two notes on our piano keyboard.

Nốt tiếp nữa là hình ảnh. Ở đây, một lần nữa, chúng ta có rung động ở một tần số (mà nó rung động quá nhanh) khiến chúng ta không thể sờ được và cũng không thể nghe được, nhưng nó có tác động đến mắt của ta và ta gọi nó là "hình ảnh".

The next will be sight. Here again, we have a vibration of such a frequency (that is, it is vibrating so rapidly) that we cannot feel it and we cannot hear it, but it affects our eyes and we call it "sight."

Kết hợp ba "nốt" này thì có một số rất ít các tần số hay dải tần số khác giống như vậy, chúng ta gọi chúng là radio. Với một nốt cao hơn thì chúng ta có viễn cảm, sự thấu thị và nhiều kiểu quyền năng[1] hay khả năng làm ra những phép

màu. Nhưng điểm cốt lõi của toàn bộ những điều này đều làm ra từ những dải tần vô tận, hay là những rung động, trong đó con người mới chỉ có thể nhận thức được một dải tần rất rất hạn chế.

Interpenetrating these three "notes" there are a very few others such as that frequency, or band of frequencies, which we call "radio." A note higher and we get telepathy, clairvoyance, and kindred manifestations or powers. But the whole point is that of the truly immense range of frequencies, or vibrations, Man can perceive only a very, very limited range.

Tuy nhiên, hình ảnh và âm thanh có quan hệ rất gần với nhau. Chúng ta có nói một màu sắc chính là một nốt nhạc bởi vì người ta đã có thể tạo ra những nhạc cụ điện tử chơi nốt đó khi màu này được đặt dưới máy quét. Nếu bạn thấy điều đó khó hiểu thì hãy xem điều này: sóng vô tuyến, tức là âm nhạc, lời nói và cả hình ảnh luôn ở quanh ta. Nó ở cùng ta ở trong nhà cũng như mọi nơi ta đi, mọi thứ ta làm. Nếu không có sự trợ giúp thì ta không thể nghe thấy những sóng vô tuyến đó, nhưng nếu ta có một thiết bị đặc biệt, cái mà ta gọi là đài radio, nó sẽ làm chậm lại các sóng này, và nếu bạn muốn, nó sẽ chuyển những tần số vô tuyến đó thành tần số âm thanh, khi đó chúng ta có thể nghe những chương trình radio hay xem truyền hình. Như vậy, ta có thể lấy một âm thanh và nói rằng có một màu sắc tương ứng với nó, hoặc có thể lấy một màu sắc và nói rằng màu này có một nốt nhạc tương ứng. Điều này đương nhiên rất phổ biến ở phương Đông, và chúng tôi cho rằng điều này làm tăng sự cảm nhận nghệ thuật của một người, ví dụ như một người có thể nhìn vào một bức tranh và tưởng tượng ra một bản hợp xướng, đó là kết quả của những màu sắc đó nếu nó được chuyển thành âm nhạc.

Sight and sound are closely related, however. We can have a colour and say that it has a musical note because there are certain electronic instruments which have been made which will play a particular note if a colour is put under the scanner. If you find that difficult to understand consider this; radio waves, that is, music, speech and even pictures, are about us at all times, they are with us in the house, wherever we go, whatever we do. We — unaided — cannot hear those radio waves, but if we have a special device which we call a radio set which slows down the waves, or, if you like, converts the radio

frequencies into audio frequencies, then we can hear the radio program originally broadcast or see the television pictures. In much the same way we can take a sound and say that there is a colour to fit it, or we can have a colour and say that that particular colour has a musical note. This, of course, is well known in the East, and we consider that it does actually increase one's appreciation of art, for example, if one can look at a painting and imagine the chord which would be the result of those colours, if it were made into music.

Tất nhiên, mọi người sẽ nhận thấy rằng Sao Hỏa cũng được gọi là Hành tinh Đỏ. Sao Hỏa là hành tinh của màu đỏ, và một sắc thái đỏ nhất định – màu đỏ cơ bản – tương đương với nốt “Đô”.

Everyone will, of course, be aware that Mars is also known as the Red Planet. Mars is the planet of red, and red of a certain shade — the basic red — has a musical note which corresponds to “do.”

Màu cam, là một phần của màu đỏ, ứng với nốt “Rê”. Có một vài niềm tin tôn giáo cho rằng màu cam là màu của Mặt Trời, trong khi một vài tôn giáo khác lại cho rằng màu xanh lam mới nên là màu của Mặt Trời. Còn với chúng tôi, màu cam là màu của Mặt Trời.

Orange, which is a part of red, corresponds to the note “re.” Some religious beliefs state that orange is the colour of the Sun, while other religions are of the opinion that blue should be the Sun's colour. We prefer to state that we hold orange to be the Sun's colour.

Màu vàng tương ứng với nốt “Mi”, và Sao Thủy chính là “kẻ thống trị” của màu vàng. Tất cả những điều này đương nhiên bắt nguồn từ thần thoại cổ của phương Đông; giống như người Hy Lạp có những vị Chúa và Nữ thần chạy trên bầu trời với những chiếc xe lửa rực cháy, người phương Đông cũng có những câu chuyện thần thoại và truyền thuyết riêng của mình, nhưng họ gán cho các hành tinh màu sắc, và nói rằng màu này được thống trị bởi hành tinh này.

Yellow corresponds to “me,” and the Planet Mercury is the “Ruler” of yellow. All this, of course, goes back into ancient Eastern mythology; just as the Greeks

had their Gods and Goddesses who raced across the skies in flaming chariots, so the people of the East had their myths and their legends, but they invested the planets with colours, and said that such-and-such a colour was ruled by such-and-such a planet.

Màu xanh lá có nốt nhạc tương ứng với "Fa". Đó là màu sắc của sự sinh trưởng, và nhiều người tuyên bố rằng cây cối có thể được kích thích bởi những nốt nhạc thích hợp. Tuy chúng tôi không có kinh nghiệm cá nhân nào về vấn đề cụ thể này, nhưng chúng tôi có thông tin về việc này từ một nguồn hoàn toàn tin cậy. Sao Thổ là hành tinh cai trị màu xanh lá. Rất thú vị để nói rằng người cổ đại đã thấy được những màu này từ đến trong trực giác khi họ ngắm một hành tinh lúc đang thiên. Nhiều vị tiên bói thiên ở những vùng đất cao, những đỉnh núi của dãy Himalayas chẳng hạn, và một khi lên trên độ cao khoảng mười lăm nghìn feet (4572 m), hoặc cao hơn nữa, cách khỏi mặt đất, không khí sẽ trở nên loãng hơn, và các hành tinh có thể được nhìn thấy rõ hơn, nhận thức sẽ rõ ràng sâu sắc hơn. Từ đó các nhà hiền triết cổ đã đặt ra luật về màu của các hành tinh.

Green has a musical note corresponding to "fa." It is a colour of growth, and it is stated by some people that plants can be stimulated by suitable notes of music. While we have no personal experience on this particular item, we have had information about it from an absolutely reliable source. Saturn is the planet controlling the colour green. It may be of interest to state that the Ancients derived these colours from the sensations they received as they contemplated a certain planet when they were meditating. Many of the Ancients meditated on the highest parts of the Earth, in the high peaks of the Himalayas, for example, and when one is fifteen thousand feet, or so, above the surface of the earth quite a considerable amount of air is left behind, and planets can be seen more clearly, perceptions are more acute. Thus the Sages of Old laid down the rules about the colours of planets.

Màu xanh lam có âm hưởng của nốt "Son". Như chúng ta đã nói, một số tôn giáo coi màu xanh lam là màu của Mặt Trời, nhưng chúng tôi đang làm việc theo truyền thống Phương Đông nên chúng tôi cho rằng màu xanh lam được cai quản bởi Sao Mộc.

Blue has the note of "so." As we mentioned previously some religions regard blue as the colour of the Sun, but we are working in the Eastern tradition and we are going to take the assumption that blue is covered by the Planet Jupiter.

Màu chàm là nốt "La" trên thang âm nhạc, và ở Phương Đông người ta cho rằng nó được chi phối bởi Sao Kim. Khi những khao khát của một người theo hướng tích cực, Sao Kim sẽ trao cho họ những lợi ích qua khả năng nghệ thuật và sự trong sáng trong tư tưởng. Nó giúp họ có những tính cách tốt hơn. Nhưng khi người kết nối đến Sao Kim với tần số rung động thấp hơn, nó sẽ dẫn đến sự dư thừa theo nhiều kiểu.

Indigo is "la" on the musical scale, and in the East is said to be ruled by Venus. Venus, when favourably aspected, that is, when conferring benefits upon a person, Venus gives artistic ability and purity of thought. It gives the better type of character. It is only when it is connected with lower-vibration people that Venus leads to various excesses.

Màu tím tương ứng với nốt "Si" và được chi phối bởi Mặt Trăng. Một lần nữa, nếu chúng ta là người có những mặt tốt đẹp thì Mặt Trăng, hay màu tím, sẽ đem đến sự trong sáng về tư tưởng, tinh thần và trí tưởng tượng có kiểm soát. Nhưng ở khía cạnh xấu, đương nhiên, sẽ có sự rối loạn tâm thần hay thậm chí điên cuồng, mất trí.

Violet corresponds to the musical note of "ti" and is ruled by the Moon. Here again, if we have a well-aspected person the Moon, or violet, gives clarity of thought, spirituality, and controlled imagination. But if the aspects are poor, then, of course, there are mental disturbances or even "lunacy."

Phía ngoài hào quang có một lớp vỏ bao trọn quanh cả thể xác, thể dĩ thái và thể hào quang của chính nó. Nó là một tổng thể của một cá thể con người, với thể xác ở trung tâm, tiếp đến là thể dĩ thái, và sau đó là thể hào quang, tất cả được bọc trong một cái túi!

Hãy hình dung thế này: chúng ta có một quả trứng gà, trong đó có lòng đỏ tương tự như thể xác, tức là cơ thể vật lý. Bên ngoài lòng đỏ có lòng trắng,

tượng trưng cho thể dĩ thái và thể hào quang. Nhưng ngoài lòng trắng trứng, giữa lòng trắng và vỏ trứng, có một lớp da rất mỏng và cũng rất chắc chắn. Khi bạn luộc trứng bạn sẽ bóc vỏ rồi đến lớp da này ra, tổng thể con người chính là như thế. Tất cả được chứa trong lớp vỏ giống như lớp da này. Lớp da đó hoàn toàn trong suốt và sẽ hơi dập dềnh dưới những va chạm của các xoáy hay các rung động của thể hào quang, nhưng nó luôn cố đạt được hình dáng của quả trứng, giống như là quả bóng bay sẽ luôn cố trở lại hình dáng của nó vì áp lực phía trong lớn hơn áp lực ở bên ngoài. Sẽ dễ hình dung hơn nếu bạn tưởng tượng rằng thể xác, thể dĩ thái và thể hào quang được bao bọc trong một túi bóng kính hình ô van cực kỳ mỏng (Hình 6).

Outside the aura there is a sheath which completely encloses the human body, the etheric, and the aura itself. It is as if the whole assembly of the human entity, with the human body at the centre, and then the etheric, and then the aura, is all encased in a bag! Imagine it like this; we have an ordinary hen's egg. Inside there is the yolk corresponding to the human body, the physical body, that is. Beyond the yolk we have the white of the egg which we will say represents the etheric and the aura. But then outside the white of the egg, between the white and the shell, there is a very thin skin, quite a tough skin it is, too. When you boil an egg and you get rid of the shell you can peel off this skin; the human assembly is like that. It is all encased in this skin-like covering. This skin is completely transparent and under the impact of swirls or tremors in the aura it undulates somewhat, but it always tries to regain its egg-shape, something similar to a balloon always trying to regain its shape because the pressure within is greater than the pressure without. You will be able to visualize it more if you imagine the body, the etheric, and the aura contained within an exceedingly thin cellophane bag of ovoid shape (Fig. 6).



Hình 6. Vỏ bọc Hào quang

Suy nghĩ của một người được phóng ra từ bộ não, đi qua thể dĩ thái, xuyên qua hào quang và lên lớp vỏ hào quang. Ở đây, trên mặt ngoài của lớp vỏ bọc, người đó sẽ có hình ảnh của những suy nghĩ của mình. Cũng như nhiều trường hợp khác, đây là một ví dụ tương tự với ti vi hay radio. Trong ống hình có một bộ phận được gọi là "súng điện tử", nó bắn những hạt điện tử (electrons) lên một màn hình huỳnh quang chính là màn hình – là phần mà chúng ta xem. Khi mà các hạt điện tử này va chạm vào một cái màng đặc biệt ở trong màn hình tivi, nó sẽ phát quang, tức là có một điểm sáng tồn tại trong một khoảng thời gian mà mắt ta có thể duy trì hình ảnh đó bởi "sự lưu ảnh trên võng mạc". Và thế là ta có thể xem được toàn bộ hình ảnh trên tivi. Khi hình ảnh ở máy phát thay đổi thì hình ảnh mà ta thấy trên màn hình tivi cũng thay đổi theo. Tương tự như vậy, suy nghĩ của chúng ta đi từ máy phát, tức là bộ não đến màng bọc của thể hào quang. Ở đây các suy nghĩ dường như va chạm và tạo nên các hình ảnh mà một nhà thấu thị có thể nhìn thấy. Nhưng chúng ta không chỉ đơn thuần nhìn thấy những hình ảnh của các suy nghĩ hiện tại mà còn có thể thấy những gì đã từng có trước kia.

As one thinks, one projects from the brain through the etheric through the aura, and on to the auric skin. Here, upon the outer surface of that covering, one gets pictures of the thoughts. As in so many other instances, this is another example corresponding to radio or television. In the neck of a television tube there is what is known as "an electron gun" which shoots fast-moving electrons onto a fluorescent screen which is the viewing screen — the part at which you gaze. As the electrons impinge upon a special coating inside the television screen, the thing fluoresces, that is, there is a point of light which persists for a time so that the eyes can carry over by "residual memory" the picture of where the point of light was. So eventually the human eye sees the whole picture on the television screen. As the picture at the transmitter varies, so does the picture that you see on the television screen vary. In much the same way thoughts go from our transmitter, that is, the brain, and reach that sheath covering the aura. Here the thoughts seem to impinge and form pictures which a clairvoyant can see. But we see not merely the pictures of present thoughts, we can also see what has been!

Một người lão luyện có thể dễ đọc được những điều kẻ khác đã làm trong hai hay ba kiếp trước. Điều này có thể nghe rất khác thường đối với những người chưa biết gì, nhưng nó đúng là như vậy.

It is easily possible for an Adept to look at a person and to actually see on the outer covering of the aura some of the things that the subject has done during the past two or three lives. It may sound fantastic to the uninitiated, but nevertheless it is perfectly correct.

Như vậy không gì là có thể bị tiêu hủy. Mọi thứ vẫn luôn tồn tại. Nếu bạn tạo ra một tiếng động, rung động của tiếng động đó – cái năng lượng mà tiếng động đó tạo ra – sẽ tiếp tục mãi mãi. Ví dụ, nếu bạn có thể đi từ Trái Đất này đến một hành tinh xa xôi trong tích tắc (giả thiết rằng bạn có phương tiện phù hợp), bạn có thể thấy những hình ảnh đã xảy ra cả ngàn năm trước. Ánh sáng có một tốc độ nhất định, và ánh sáng không bao giờ tiêu tan, vậy nên nếu bạn đứng ở một khoảng cách đủ xa so với Trái Đất (ngay lập tức), bạn sẽ có thể nhìn thấy sự hình thành của Trái Đất! Nhưng chúng ta đang đi lạc khỏi chủ đề thảo luận rồi. Chúng tôi chỉ muốn nhấn mạnh rằng tiềm thức, phần không bị kiểm soát bởi

ý thức, có thể phóng ra hình ảnh của những thứ vượt ra ngoài ý thức hiện tại. Vậy nên một người có khả năng thấu thị tốt có thể dễ dàng thấy chân tướng của người đối diện. Đây là mức cao hơn khả năng thấu cảm, là cái mà ta có thể gọi là "thấu cảm hình dung". Ta sẽ đề cập đến khả năng thấu cảm ở đoạn sau.

Matter cannot be destroyed. Everything that is still exists. If you make a sound the vibration of that sound — the energy which it causes — goes on for ever. If, for instance, you could go from this Earth quite instantly to a far, far planet you would see (provided you had suitable instruments) pictures which happened thousands and thousands of years before. Light has a definite speed, and light does not fade, so that if you got sufficiently distant from the Earth (instantly) you would be able to see the creation of the Earth! But this is taking us away from the subject under discussion. We want to make the point that the subconscious, not being controlled by the conscious, can project pictures of things beyond the present reach of the conscious. And so a person with good powers of clairvoyance can easily see what manner of person faces him. This is an advanced form of psychometry, it is what one might term "visual psychometry." We will deal with psychometry later.

Bất cứ ai dù ở mức nhận thức hay nhạy cảm nào đi nữa đều có thể cảm nhận được hào quang, kể cả khi họ không nhìn thấy nó. Đã bao nhiêu lần bạn cảm thấy ngay lập tức bị hấp dẫn, hay chỉ muốn quay đi bởi một người mà bạn thậm chí còn chưa kịp nói chuyện? Cảm nhận vô thức của hào quang lý giải cho việc thích và ghét của ta. Tất cả chúng ta đều từng nhìn thấy hào quang, nhưng do sự lạm dụng theo nhiều hình thức, ta đã bị mất khả năng này. Trong một vài thế kỷ tiếp theo, con người sẽ một lần nữa có lại khả năng viễn cảm, thấu thị, ...

Everyone with any perception or sensitivity at all can sense an aura, even when they do not actually see it. How many times have you been instantly attracted, or instantly repelled by a person when you have not even spoken to him? Unconscious perception of the aura explains one's likes and dislikes. All peoples used to be able to see the aura, but through abuses of various kinds they lost the power. During the next few centuries people are going once again to be able to do telepathy, clairvoyance, etc.

Hãy đi sâu hơn vào vấn đề thích và ghét: mỗi thể hào quang được hợp thành từ nhiều màu và dải màu. Các màu và dải màu này cần phải tương thích với nhau thì hai người mới có thể hợp được. Rất thường xảy ra trường hợp rằng người vợ và người chồng hợp nhau ở một vài góc độ, nhưng ở góc độ khác lại hoàn toàn đối lập. Đó là bởi vì khuôn dạng sóng hào quang của người này chỉ chạm tới khuôn dạng sóng hào quang người kia ở những điểm nhất định, và ở những điểm đó có sự đồng thuận, tương thích hoàn toàn. Ví như khi mà ta nói hai người như hai thái cực, thì đây chắc chắn là trường hợp mà họ không tương thích với nhau chút nào. Nếu muốn, ta có thể nói rằng những người hợp nhau có những màu sắc hào quang hài hòa với nhau, trong khi những người không hợp nhau có màu hào quang xung đột và rất khó chịu khi nhìn vào đó.

Let us go further into the matter of likes and dislikes: every aura is composed of many colours and many striations of colours. It is necessary that the colours and striations match each other before two people can be compatible. It is often the case that a husband and a wife will be very compatible in one or two directions, and completely incompatible in others. That is because the particular wave form of one aura only touches the wave form of the partner's aura at certain definite points and on those points there is complete agreement and complete compatibility. We say, for instance, that two people are poles apart, and that is definitely the case when they are incompatible. If you prefer, you can take it that people who are compatible have auric colours which blend and harmonize, whereas those who are incompatible have colours which clash and would be really painful to look upon.

Mọi người đều thuộc một kiểu nhất định nào đó. Đó là những tần số chung. Những người thuộc cùng một kiểu tần số chung sẽ hình thành nhóm với nhau. Bạn có thể thấy một nhóm các cô gái luôn đi với nhau, hay một nhóm các chàng trai trẻ đi lang thang trên các góc phố hay thành lập các băng nhóm. Đó là bởi vì những người này có tần số chung hay là loại hào quang chung, họ phụ thuộc vào nhau, họ dính nhau như nam châm, và người mạnh nhất ở trong nhóm sẽ chi phối và ảnh hưởng đến tất cả theo chiều hướng tốt hoặc xấu. Giới trẻ nên được huấn luyện theo kỷ luật hoặc tự kỷ luật bản thân để làm chủ được những cơn bốc đồng tuổi trẻ, để cuộc tiến hóa của cả giống loài được phát triển.

People come of certain types. They are of common frequencies. People of a "common" type go about in a body. You may get a whole herd of girls going about together, or a whole group of young men lounging on street corners or forming gangs. That is because all these people are of a common frequency or common types of aura, they depend upon each other, they have a magnetic attraction for each other, and the strongest person in the group will dominate the whole and influence them for good or for bad. Young people should be trained by discipline and by self-discipline to control their more elementary impulses in order that the race as a whole may be improved.

Như đã nói ở trên, thân xác là tâm của vỏ bọc hình trứng – tâm của hào quang, đó là vị trí bình thường của hầu hết những người khỏe mạnh. Khi một người đang có vấn đề về tâm thần, người đó sẽ không ở đúng trung tâm. Có nhiều người nói rằng: "Hôm nay tôi cảm thấy như mình đang ở bên ngoài chính mình vậy." Có thể đó là tình huống mà họ bị lệch về một góc trong hình ô van. Những người hai nhân cách[2] còn hoàn toàn khác với một người bình thường, họ có thể có một nửa hào quang màu này còn nửa kia lại màu khác. Nếu hai nhân cách là rõ rệt, hào quang của họ không chỉ có hình một quả trứng, mà là hai quả trứng giao nhau. Những bệnh về tâm thần không nên được chữa trị quá đơn thuần. Những biện pháp gây sốc có thể sẽ rất nguy hiểm bởi nó sẽ lái Thể Vía (chúng ta sẽ nói về cái này sau) thẳng ra khỏi cơ thể. Nhưng về cơ bản, các phương pháp gây sốc được thiết kế (có ý thức hay vô thức) là để gây sốc hai "quả trứng" này hợp lại thành một. Thường thì nó chỉ "đốt cháy" các mô hình thần kinh trong não.

As already stated, a human is centered within the egg-shape covering — centered within the aura, and that is the normal position for most people, the average, healthy person. When a person has a mental illness he or she is not properly centered. Many people have said "I feel out of myself today." That may well be the case, a person may be projecting at an angle inside the ovoid. People who are of dual personality are completely different from the average, they may have half the aura of one colour, and half of a completely different colour pattern. They may — if their dual personality is marked — have an aura which is not just one-egg shape but has two eggs joined together at an angle to each other. Mental illness should not be treated so lightly. Shock treatment can

be a very dangerous thing because it can drive the astral (we shall deal with this later) straight out of the body. But in the main, shock treatment is designed (consciously or unconsciously!) to shock the two "eggs" into one. Often it just "burns out" neural patterns in the brain.

Chúng ta được sinh ra với những tiềm năng nhất định, những giới hạn nhất định như màu sắc của hào quang, tần số rung động và những thứ khác nữa, vậy nên ta hoàn toàn có thể chỉnh sửa hào quang cho tốt lên khi có ý định và quyết tâm làm. Đáng buồn là, việc chỉnh sửa nó để trở nên tệ hơn lại dễ hơn! Lấy Socrates[3] làm ví dụ, ông biết là mình có thể rất dễ trở thành kẻ sát nhân tốt bụng, nhưng ông không định đầu hàng số phận và đã thực hiện các bước để chỉnh sửa con đường của mình xuyên suốt cuộc đời. Thay vì trở thành một kẻ sát nhân tốt bụng, Socrates đã trở thành người sáng suốt nhất thời đại của mình. Nếu chúng ta muốn, tất cả chúng ta đều có thể nâng tư tưởng của mình lên một tầm cao hơn và giúp ích cho thể hào quang. Người có màu đỏ nâu vẫn đục ở trên hào quang cho thấy tình dục quá đà, có thể tăng tần số rung động của màu đỏ lên bằng cách thanh lọc các khao khát tình dục của mình và khi đó anh ta sẽ trở thành một người có nhiều động lực xây dựng, tạo ra con đường cho chính mình trong cuộc sống.

We are born with certain potentialities, certain limits as to the colouring of our auras, the frequency of our vibrations and other things, and it is thus possible for a determined, well-intentioned person to alter his or her aura for the better. Sadly, it is much easier to alter it for the worse! Socrates, to take one example, knew that he would be a good murderer, but he was not going to give in to the blows of fate and so he took steps to alter his path through life. Instead of becoming a murderer Socrates became the wisest man of his age. All of us can, if we want to, raise our thoughts to a higher level and so help our auras. A person with a brown muddy coloured red in the aura, which shows excessive sexuality, can increase the rate of vibration of the red by sublimating the sexual desires and then he will become one with much constructive drive, one who makes his way through life.

Hào quang tan rã rất nhanh sau khi chết, nhưng thể dĩ thái có thể tiếp tục tồn tại sau đó trong một khoảng thời gian khá lâu, tùy thuộc vào tình trạng sức

khỏe của người từng sở hữu nó. Thể dĩ thái có thể trở thành những con ma không trí thực hiện những ám ảnh vô tri. Nhiều người ở các vùng nông thôn đã nhìn thấy những kiểu vầng sáng xanh trên mộ của những người vừa được chôn. Vầng sáng này rất dễ trông thấy vào ban đêm. Đương nhiên, đây chỉ đơn thuần là thể dĩ thái đang tiêu tan khỏi cơ thể đang phân hủy.

The aura vanishes soon after death, but the etheric may continue for quite a long time, it depends on the state of health of its former possessor. The etheric can become the mindless ghost which carries out senseless hauntings. Many people in the country districts have seen a form of bluish glow over the graves of those who have just been interred. This glow is particularly noticeable by night. This, of course, is merely the etheric dissipating away from the decomposing body.

Trong hào quang tần số rung động thấp sẽ có những màu mờ đục đục, những màu gây tránh xa hơn là thu hút. Tần số rung động của một người càng cao thì màu sắc của hào quang sẽ càng tinh khiết và rực rỡ, rực rỡ không phải theo kiểu lòe loẹt, mà rực rỡ theo cách đẹp nhất, tâm linh nhất. Chỉ có thể nói rằng những màu tinh khiết ta "say mê" trong khi những màu mù mờ làm ta thấy gớm. Một việc làm tốt sẽ làm bề ngoài của một người đẹp hơn do hào quang sáng lên. Một việc làm xấu sẽ làm ta cảm thấy buồn hay đưa chúng ta vào tâm trạng "tối tăm". Làm việc tốt – giúp đỡ người khác – sẽ khiến chúng ta nhìn thế giới qua "lăng kính màu hồng".

In the aura low vibrations give dull muddy colours, colours which nauseate rather than attract. The higher one's vibrations become the purer and the more brilliant become the colours of the aura, brilliant not in a garish way, but in the best, the most spiritual way. One can only say that pure colours are "delightful" while the muddy colours are distasteful. A good deed brightens one's outlook by brightening one's auric colours. A bad deed makes us feel "blue" or puts us in a "black" mood. Good deeds — helping others — make us see the world through "rose tinted spectacles."

Cần phải luôn nhớ rằng màu sắc là nhân tố chính chỉ ra tiềm năng của một người. Đương nhiên, màu sắc sẽ thay đổi theo tâm trạng của người đó, nhưng

những màu cơ bản không thay đổi trừ khi người đó cải thiện (hay làm xấu đi) tính cách của mình. Bạn có thể hiểu là những màu cơ bản sẽ giữ nguyên, nhưng những màu tạm thời sẽ dao động và thay đổi tùy theo tâm trạng. Khi bạn nhìn vào ánh hào quang của một người, bạn nên hỏi:

It is necessary to keep constantly in mind that the colour is the main indicator of a person's potentialities. Colours change, of course, with one's moods, but the basic colours do not change unless the person improves (or deteriorates) the character. You may take it that the basic colours remain the same, but the transient colours fluctuate and vary according to the mood. When you are looking at the colours of a person's aura you should ask:

1. Nó màu gì?
2. Nó trong hay đục, tôi có thể nhìn xuyên qua nó rõ như thế nào?
3. Nó có xoáy ở một vài chỗ không, hay nó ở nguyên một điểm gần như mãi mãi?
4. Nó là một dải màu giữ nguyên hình dáng và khuôn dạng hay dao động và có những chóp nhọn và những chỗ lũng sâu?
5. Phải phải đảm bảo rằng ta không phán xét một ai vì rất dễ có thể nhìn vào một hào quang và tưởng tượng rằng ta thấy những màu đục trong khi nó chẳng đục tí nào. Có thể là do suy nghĩ sai lầm của chúng ta khiến các màu sắc trông có vẻ đục, nên luôn nhớ rằng, trước khi nhìn thấu hào quang của bất cứ người nào, trước tiên ta phải nhìn xuyên qua hào quang của mình đã!

What is the colour?

Is it clear or muddy, how plainly can I see through it?

Does it swirl over certain areas, or is it located almost permanently over one spot?

Is it a continuous band of colour holding its shape and its form, or does it fluctuate and have sharp peaks and deep valleys?

We must also make sure that we are not prejudging a person because it is a very simple matter to look at an aura and imagine that we see a muddy colour when actually it is not muddy at all. It may be our own wrong thoughts which

makes a colour appear muddy, for remember, in looking at any other person's aura we first have to look through our own aura!

Có một sự kết nối giữa âm nhạc và nhịp điệu của thần kinh. Bộ não con người là một tập hợp các rung động với các xung điện tỏa ra từ tất cả các phần của nó. Mỗi người phát ra một nốt nhạc theo tần số rung động của người đó. Giống như ta có thể đến gần một tổ ong và nghe thấy tiếng vo vo của rất nhiều con ong, có lẽ có những sinh vật khác có thể nghe thấy nốt của con người. Mỗi người đều có nốt nhạc cơ bản của riêng mình liên tục phát ra giống như đường dây điện thoại phát sóng vào không khí. Thêm nữa, những bản nhạc nổi tiếng là những bản đồng điệu với dạng sóng của bộ não, đồng điệu với hòa âm của rung động cơ thể. Bạn có thể có một "bài hit" khiến cho mọi người đều ngâm nga và huýt sáo theo. Mọi người nói là chúng có "giai điệu thế này" liên tục chạy qua trong đầu họ. Những bài hit là những bài được nhập vào sóng não của ta trong một khoảng thời gian nhất định trước khi năng lượng cơ bản của chúng bị tiêu tan.

There is a connection between musical and mental rhythms. The human brain is a mass of vibrations with electrical impulses radiating from every part of it. A human emits a musical note depending upon the rate of vibration of that human. Just as one could get near a beehive and hear the drone of a whole lot of bees, so perhaps could some other creature hear humans. Every human has his or her own basic note which is constantly emitted in much the same way as a telephone wire emits a note in a wind. Further, popular music is such that it is in sympathy with the brain wave formation, it is in sympathy with the harmonic of the body vibration. You may get a "hit tune" which sets everyone humming it and whistling it. People say that they have "such-and-such a tune" running constantly through their brain. Hit tunes are ones which key-in to the human brain waves for a certain time before their basic energy is dissipated.

Nhạc cổ điển lại có tính chất lâu bền hơn. Nó là loại nhạc khiến cho sóng thính giác của chúng ta hình thành và rung động một cách dễ chịu theo điệu của nó. Nếu lãnh đạo của một quốc gia muốn tác động tới những người đi theo, họ phải soạn ra, hoặc thuê người soạn ra, một bản nhạc đặc biệt gọi là quốc ca. Khi nghe thấy bản quốc ca ấy, người ta sẽ thấy đong đầy những cảm xúc, và họ sẽ đứng nghiêm và nghĩ tốt đẹp về đất nước mình, hoặc căm giận các nước khác.

Đó chỉ đơn giản là do những rung động của cái gọi là âm thanh tác động lên rung động thần kinh để phản ứng theo một cách nhất định. Do đó, chúng ta có thể “đặt hàng trước” những phản ứng nhất định cho người nghe bằng cách chơi những kiểu nhạc nhất định cho người đó.

Classical music is of a more permanent nature. It is music which causes our auditory wave form to vibrate pleasantly in sympathy with the classical music. If the leaders of a nation want to rouse up their followers they have to compose, or have composed, a special form of music called a national anthem. One hears the national anthem and one gets filled with all sorts of emotions, then one stands upright and thinks kindly of the country, or thinks fierce thoughts of other countries. That is merely because the vibrations which we call sound have caused our mental vibrations to react in a certain way. Thus it is possible to “pre-order” certain reactions in a human being by playing certain types of music to that person.

Một người suy nghĩ sâu sắc có khuôn dạng sóng não biên độ rộng với điểm cực đại cao và cực tiểu sâu thích những loại nhạc có sóng tương tự thế, đó là loại nhạc có dạng sóng biên độ rộng. Nhưng một người với bộ não tản mát sẽ thích âm nhạc tản mát suy nghĩ, loại nhạc phải có chút leng keng, xúng xoảng và khi biểu diễn trên đồ thị thì nó chỉ như một đường vắn vẹo.

A deep thinking person, one who has high peaks and deep hollows to his brain wave form, likes music of the same type, that is, music having high peaks and a deep wave form. But a scatter-brained person prefers the scatter-brain music, music that is more or less a jingle jangle and on a chart would be represented more or less accurately by just a squiggle.

Nhiều nhạc sĩ vĩ đại có thể du hành thể vía hữu thức hoặc vô thức, những người đã vượt qua cõi trung giới, là cõi sau của đời sống sau cái chết. Họ nghe thấy “âm nhạc của vũ trụ”. Là người nhạc sĩ, loại âm nhạc thiên đường này gây một ấn tượng bao la đối với họ, nó gắn vào trí nhớ của họ nên khi họ trở về Trái Đất, họ ngay lập tức ở trong “tâm trạng sáng tác”. Họ vội vàng chạy đến một nhạc cụ hoặc đến những tờ giấy có kẻ hàng, và ngay lập tức viết xuống, tất cả những

gì họ nhớ, những ký hiệu âm nhạc mà họ nghe thấy ở nhưng vì tinh tú. Rồi vì không nhớ nên họ nói rằng họ đã sáng tác ra tác phẩm này!

Many of the greatest musicians are those who consciously or subconsciously can do astral travelling, and who go to the realms beyond death. They hear "the music of the spheres." Being musicians this heavenly music makes a vast impression upon them, it sticks in their memory so that when they come back to Earth they are immediately in a "composing mood." They rush to a musical instrument or to lined paper, and immediately write down, so far as they remember, the notations of the music which they heard in the astral. Then they say — remembering no better — that they have composed this or that work!

Hệ thống quảng cáo cao siêu thâm độc trong đó thông điệp quảng cáo được hiện nhấp nháy trên màn hình tivi rất nhanh để những đôi mắt hữu thức phải để ý tới, nó lợi dụng tác động lên phần bán hữu thức chứ không tác động hẳn vào phần ý thức hữu thức. Rồi phần tiềm thức bị giật mình và chú ý tới quảng cáo bởi dạng sóng khuôn mẫu này chạm đến nó, và phần tiềm thức, vốn chiếm chín phần mười của tổng thể tâm trí chúng ta, cuối cùng sẽ điều khiển phần hữu thức đi ra ngoài và mua món đồ được quảng cáo cho dù về mặt ý thức thì người đó biết rằng họ thậm chí không muốn có thứ đó. Những kẻ vô đạo đức, chẳng hạn như những người đứng đầu của một quốc gia mà không chiếm được tình cảm của dân chúng, có thể khiến cho mọi người phản ứng với bất kỳ yêu cầu tiềm thức nào bằng cách dùng loại quảng cáo này.

The diabolic system of subliminal advertising in which an advertising message is flashed on the television screen too quick for the conscious eyes to see, plays upon one's semi-awareness while not impinging upon the conscious perceptions. The subconscious is jerked to awareness by the flow of wave patterns reaching it, and the sub-conscious, being nine-tenths of the whole, eventually drives the consciousness to go out and purchase the item which was advertised even though — consciously — the person concerned knows that he or she does not even desire such a thing. An unscrupulous group of people, such as the leaders of a country who had not the welfare of the people at heart, could actually make the people react to any subliminal commands by using this form of advertising.

[1] Quyền năng này có thể là khả năng chuyển di tư tưởng, cô đặc thành vật chất từ tư tưởng, thuật biến hình, ... [ND]

[2] Hiện tượng đa nhân cách [ND]

[3] Sokrates hay Socrates là một triết gia Hy Lạp cổ đại (469–399 TCN). Ông sinh ra tại thành phố Athena, thuộc Hy Lạp, và đã sống vào một giai đoạn thường được gọi là hoàng kim của thành phố này. Ông có tư tưởng tiến bộ, nổi tiếng về đức hạnh với quan điểm: "Hãy tự biết lấy chính mình", "Tôi chỉ biết mỗi một điều duy nhất là tôi không biết gì cả". Ông bị chính quyền khi đó kết tội làm bại hoại tư tưởng của thanh niên do không thừa nhận hệ thống các vị thần cũ được thành Athena thừa nhận và bảo hộ và truyền bá các vị thần mới. Vì thế ông bị tuyên phạt tử tử bằng thuốc độc, mặc dù vậy ông vẫn có thể thoát khỏi án tử hình này nếu như ông công nhận những cáo trạng và sai lầm của mình, hoặc là rời bỏ Athena. Nhưng với quan điểm "Thà rằng chịu lỗi, hơn là lại gây ra tội lỗi.", ông kiên quyết ở lại, đối diện với cái chết một cách hiên ngang. Theo ông sự thật còn quan trọng hơn với cả sự sống [ND]

BÀI 7: QUAN SÁT HÀO QUANG

Đây là một bài học ngắn nhưng lại rất quan trọng. Bạn nên đọc và nghiên ngẫm nội dung của bài học này.

This is going to be a short lesson but a very important one. It is suggested that you read this particular lesson very, very carefully indeed.

Nhiều người cố gắng để nhìn thấy hào quang một cách thiếu kiên nhẫn, họ mong rằng có thể nhìn thấy hào quang chỉ bằng cách đọc những đoạn hướng dẫn, nhìn vào những bản chụp, và thế là hào quang xuất hiện. Thật ngây thơ! Nhiều Minh sư đã phải chờ đến gần hết cuộc đời để có thể thấy được Hào quang, nhưng nếu một người luyện tập một cách tận tụy và kiên trì, họ sẽ phân biệt được Hào quang, khác biệt với số đông còn lại không có sự tập luyện như vậy. Người ta nói rằng hầu hết con người có thể bị thôi miên; Sự luyện tập cũng như vậy, sự "luyện tập" đó thực sự có nghĩa là "kiên trì" sẽ có thể nhìn thấy Hào quang.

Many people in trying to see the aura are impatient, they expect to read some written instructions, look up from the printed page, and see auras arrayed before their startled gaze. It is not quite so simple as that! Many of the Great Masters take almost a lifetime before being able to see the aura, but we maintain that provided a person be sincere and will practice conscientiously, the aura can be discerned by the majority of people. It is stated that most people can be hypnotized; in just the same way most people with practice, and that "practice" really means "perseverance," can see the aura.

Xin được nhấn mạnh hơn nữa rằng nếu bạn muốn nhìn thấy Hào quang, tốt nhất bạn nên nhìn vào một người khỏa thân, vì rằng Hào quang bị ảnh hưởng đáng kể bởi quần áo chúng ta mặc trên người. Có người nói rằng: "Ồ! Tôi sẽ mặc đồ mới lấy từ tiệm giặt, chúng sẽ không ảnh hưởng đến Hào quang của tôi!" Vâng, tuy nhiên bạn nên biết rằng những nhân viên trong tiệm giặt là đã chạm vào đồ của bạn. Công việc trong tiệm giặt là đơn điệu và những người làm nó cũng bị nhiễm vào trong cách sống của họ. Nói cách khác, họ có xu hướng không tập trung vào bản thân, và khi họ gấp quần áo một cách máy móc, hoặc

chạm vào quần áo, suy nghĩ của họ không hướng đến công việc mà bay bổng vào những chuyện riêng tư. Những cảm xúc từ hào quang của họ ảnh hưởng vào quần áo và khi bạn mặc chúng lên người bạn sẽ thấy rằng bạn có một vài cảm xúc của ai đó đang ở đây. Nó rất khó tin đúng không? Hãy nhìn theo cách này; bạn có một miếng nam châm và bạn chậm chậm cầm con dao chạm vào nó. Bạn sẽ thấy rằng con dao nằm trong tầm ảnh hưởng của cực nam châm và hút nó vào. Việc đó cũng giống như con người, có người có thể lôi cuốn một người khác. Một phụ nữ đi nghe nhạc, ngồi cạnh một người lạ, sau đó cô ấy có thể nói rằng: "Tôi phải đi tắm thôi! Tôi cảm thấy ô nhiễm khi ngồi cạnh con người đó. "

It must be emphasized over and over again that if one wants to see the aura at its best one has to look upon a nude body, for the aura is influenced considerably by clothing. For example supposing a person says "Oh! I will put on everything absolutely fresh from the laundry then it will not interfere with my aura!" Well, in all probability some parts of the clothing have been handled by someone at the laundry. Laundry work is monotonous and the people who are engaged upon it normally reflect upon their own affairs. In other words, they are a bit "out of themselves," and as they mechanically fold clothing, or touch the clothing, their thoughts are not upon their work but upon their own private business. The impressions from their own aura enter into the clothing, and then when you go to put on that clothing and look at yourself you are going to find that you have got somebody else's impressions there. Difficult to believe? Look at it this way; you have a magnet and you touch that magnet quite idly with a penknife. Afterwards you find that the penknife has picked up the auric influence of the magnet. It is in much the same way with humans, one can pick up from the other. A woman can go to a show, sit beside a stranger, and afterwards she can say, "Oh, I must have a bath! I feel contaminated being close to that person!"

Nếu bạn muốn nhìn thấy hào quang thực sự với tất cả các màu sắc của nó thì bạn phải nhìn vào một cơ thể khỏa thân. Hơn thế nữa, từ một cơ thể phụ nữ bạn sẽ thấy những màu sắc khác biệt hơn. Chúng tôi không muốn nhắc đến chủ đề này lắm, tuy nhiên, thường thì hào quang từ cơ thể phụ nữ có màu sắc mạnh hơn – nói cách khác là thô hơn – dù dùng từ gì đi nữa, hào quang của họ mạnh

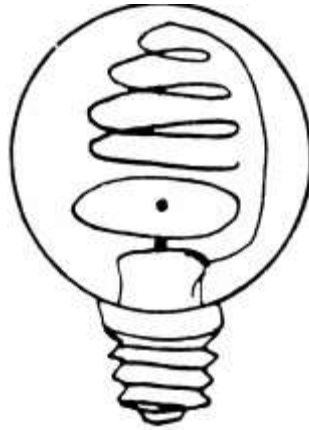
mẽ hơn và dễ thấy hơn. Một số trong chúng ta không thể ra ngoài và tìm được một người phụ nữ sẵn sàng cởi quần áo của họ cho ta xem, vậy tại sao bạn không sử dụng cơ thể của chính mình?

If you want to see the true aura with all its colours you must look at a nude body. If you can look at a female body you will find that the colours are more distinct. We really hate to say this, but often with the female body the colours are stronger — more crude if you like — but whatever way you term it, they are still stronger and easier to see. Some of us might find it difficult to go out and discover a woman who will take off her clothes without any objections, so why not use your own body for a change?

Để thực hiện điều này bạn cần ở một mình, một cách kín đáo, có thể là trong phòng tắm chẳng hạn. Và hãy chắc rằng bạn có một nguồn sáng nhẹ và dịu. Nếu bạn thấy sáng quá thì hãy che bớt nó đi bằng cách treo một cái khăn tắm để giảm ánh sáng. Nhưng lưu ý đừng để khăn quá gần đèn để bị bắt lửa; có phải bạn đi đốt nhà mình đâu, chỉ che bớt ánh sáng mà thôi. Nếu bạn có thể sử dụng loại bóng đèn Osglim thì sẽ hết sức thích hợp. Bóng đèn Osglim có bóng thủy tinh trong suốt bao ngoài. Từ cái trụ thủy tinh bên trong bóng, có một thanh kim loại ngắn gắn với một đĩa kim loại tròn. Một thanh kim loại khác đi từ trụ thủy tinh, kéo dài đến đỉnh bóng và tạo hình xoáy tròn ốc, nó khá nặng. Chúng tôi để ảnh minh họa cho bạn vì cái tên "Osglim" là cái tên thương mại và ở chỗ bạn có thể nó có cái tên khác.

You must be alone for this, you must be alone in the privacy of, for example, a bathroom. Make sure that the bathroom has a subdued light. If you find the light is too bright — and it should definitely be dim! — hang a towel close to the source of light so that while there IS illumination it is of a very low order. A word of warning here; make sure that the towel is not so close to the lamp that it smolders and catches fire; you are not trying to burn up your house, but to cut down the light. If you can get hold of one of those Osglim lamps which use no current that registers on a meter, then you will find that is very very suitable indeed. An Osglim lamp consists of a clear glass bulb. From the glass pinch inside the bulb there is a short rod to which is affixed a round circular plate. Another rod comes out of the glass pinch and extends almost to the top of the

bulb, and from it depends a coarse spiral of quite heavy wire. When this lamp is inserted into a lamp socket and switched on it glows with a reddish glow. We are going to include an illustration of this type of lamp because, of course, "Osglim" is a trade name, and in different localities the name may be varied.



Hình số 7: Đèn Neon "Osglim"

Với ánh sáng bóng Osglim, hoặc loại đèn khác với ánh sáng dịu nhẹ, hãy cởi hết quần áo của bạn và soi mình vào một tấm gương soi toàn thân. Đừng cố nhìn cái gì trong lúc này, hãy thư giãn. Hãy đặt một tấm màn đen đằng sau bạn, có thể dùng màu xám tối nếu bạn không có, để có một nền trung tính, không có màu sắc nào làm ảnh hưởng đến hào quang của bạn.

With the "Osglim" switched on, or with your illumination of a definitely dim order, take off all your clothes and look at yourself in a full-length mirror. Do not try to see anything for the moment, just relax. Make sure that you have a darkish curtain behind you, either black (for preference) or dark grey so that you have what is known as a neutral background, that is, a background which has no colour to influence the aura itself.

Hãy chờ vài giây để rồi từ từ quan sát bản thân mình trong gương. Hãy nhìn vào đầu mình, bạn có thấy một ánh sáng màu xanh ở thái dương của mình không? Nhìn xung quanh cơ thể, từ tay đến hông. Bạn có thấy ánh lửa xanh như khi đốt cồn không? Bạn đã nhìn thấy loại đèn khò mà thợ kim hoàn đốt bằng các loại nhiên liệu từ methanol. Ánh lửa từ đó màu xanh, đầu ngọn lửa ánh vàng. Ngọn

lửa Dĩ thái cũng giống vậy. Khi bạn nhìn thấy nó là có tiến triển rồi. Bạn có thể không thấy nó vào lần thứ nhất, thứ hai hay thứ ba. Cũng giống như nhạc sĩ cũng không thể lúc nào cũng thành công vào lần đầu tiên, thứ hai hay thứ ba nếu anh ta chơi một bản nhạc khó. Người nhạc sĩ cần kiên nhẫn, và bạn cũng vậy. Bằng cách luyện tập, bạn có thể nhìn thấy lớp dĩ thái. Khi luyện tập nhiều hơn bạn có thể nhìn thấy hào quang. Lần này tới lần khác, lặp đi lặp lại, sẽ dễ dàng hơn để nhìn thấy từ một cơ thể khóa thân.

Wait a few moments while gazing at yourself in the mirror quite idly. Look at your head, can you see a bluish tinge around your temples? Look round your body, from your arms to your hips, for instance. Do you see a bluish flame almost like alcohol flame? You have all seen the type of lamp which some jewelers use which burns methylated spirits or wood alcohol or any of those spirituous liquids. The flame is a bluish flame, often it sparkles yellow at the tips. The etheric flame is like that. When you see that, you are making progress. You may not see it the first, the second, or the third time that you try. In the same way, a musician cannot always get the results that he wants on the first, the second or third time that he plays a difficult piece of music. The musician persevered, so must you. With practice you will be able to see the etheric. With more practice you will be able to see the aura. But again, and again, we must repeat, it is much easier, much clearer with a nude body.

Bạn đừng nghĩ rằng cơ thể khóa thân là điều sai trái. Người ta nói rằng: "Con người được tạo ra theo hình ảnh của Thượng Đế", vậy có gì sai trái khi nhìn "Hình ảnh của Thượng Đế" khi không có gì che thân? Hãy nhớ rằng: "Để tới được sự thánh thiện, mọi thứ đều thánh thiện". Bạn nhìn vào mình hoặc ai khác với lý do thuần khiết. Nếu bạn có những suy nghĩ không trong sáng, bạn sẽ không thấy dĩ thái hay hào quang, bạn chỉ thấy những gì bạn mong đợi!

Do not think that there is anything wrong with the nude body. People state "Man is made in the image of God," so what is wrong in seeing "the image of God" unclad? Remember, "To the pure, all things are pure." You are looking at your self or at another person for a pure reason. If you have impure thoughts you will not see either etheric or aura, you will only see what you are looking for!

Tiếp tục ngắm mình, tiếp tục tìm kiếm thể dĩ thái này. Bạn sẽ tìm thấy vào đúng lúc mà bạn có thể thấy được nó.

Đôi khi khi một người muốn nhìn thấy hào quang nhưng lại không thấy gì, thay vào đó là cảm giác hơi ngứa ở bàn tay, chân, hoặc nơi nào khác trên cơ thể. Cảm giác đặc biệt này, sự ngứa, rất dễ nhận ra. Khi bạn gặp tình trạng đó có nghĩa rằng bạn đang tiến đến nhìn thấy hào quang, có nghĩa rằng bạn đã ngăn mình bằng cách căng mắt nhìn; bạn cần thả lỏng, cần "bình tĩnh trở lại". Nếu bạn thư giãn, nếu bạn "buông bỏ", thì thay vì thấy ngứa, và thậm chí là co giật, có thể bạn sẽ thấy lớp dĩ thái hoặc hào quang, hoặc cả hai.

Keep looking at yourself, keep looking for this etheric. You will find that in time you can see it.

Sometimes a person will be looking for an aura and see nothing, but instead there will be an itching in the palms, or in the feet, or even in some other part of the body. It is a peculiar sensation, this itching, and is absolutely unmistakable. When you get that it means that you are well on the way to seeing, it means that you are stopping yourself from seeing by being too tense; you have to relax, you have to "simmer down." If you relax, if you "unwind," then instead of getting itching and perhaps twitches you will see the etheric or the aura, or both.

Cảm giác ngứa thật ra là sự tập trung sức mạnh của hào quang trong lòng bàn tay bạn (hoặc bất cứ cái gì có thể tập trung vào). Nhiều người bị đổ mồ hôi ở bàn tay, nách và những nơi khác khi họ sợ hãi và căng thẳng. Trong trải nghiệm tâm linh này, thay vì mồ hôi, bạn bị ngứa. Đó là một tín hiệu tốt, chúng tôi xin nhắc lại. Nó có nghĩa là – chúng tôi cũng xin nhắc lại – bạn đã cố gắng quá sức và khi bạn sẵn sàng thư giãn, thì lớp dĩ thái và có thể cả hào quang sẽ xuất hiện ngay trước ánh nhìn thẳng thốt của bạn.

The itching is actually a concentration of your own auric force within your palms (or whatever the centre may be). Many people when they are frightened or tensed up perspire in the palms of the hands or in the armpits or elsewhere. In this psychic experiment instead of perspiring, you itch. It is, we repeat, a good

sign. It means — we repeat this also — that you are trying too hard and when you are ready to relax, then the etheric and perhaps the aura also will be before your quite startled gaze.

Nhiều người không thể quan sát hào quang của chính mình một cách trọn vẹn khi nhìn qua gương. Gương làm méo mó màu sắc của hào quang và phản xạ lại (đi qua hào quang lần nữa), nó làm méo mó các loại màu sắc, và vì vậy những hình ảnh khó nhận thấy hoặc có thể mờ nhạt hơn là thực tế. Nó cũng giống như một con cá ở sâu dưới đáy nước, nhìn lên những bông hoa cao hơn mặt nước vài feet. Con cá không nhận được màu sắc giống mắt bạn, mà hình ảnh bông hoa đã bị méo mó bởi những gợn sóng, độ trong suốt của nước, .v.v Cũng giống thế, khi bạn nhìn hình ảnh phản chiếu của hào quang từ bên trong hào quang, hình ảnh có thể không đúng. Vì vậy tốt hơn, khi có thể, hãy nhìn Hào quang của người khác.

Many people cannot see their own aura with complete accuracy because they are looking through their aura out towards a mirror. The mirror distorts the colours somewhat and reflects back (again through the aura) this distorted range of colours, and so the poor percipient imagines that he or she had muddier colours than may be the case. Think of a fish deep in a pond, looking up at some flower held a few feet from the surface of the water. The fish would not perceive colours the same as you would, the fish would have the vision of the flower distorted by ripples on the water and by the clarity or otherwise of the water. In the same way, you looking out of the depths of your own aura, and seeing the reflected image back into the depths of your own aura, could be misled somewhat. For that reason it is better, whenever convenient, to gaze upon someone else.

Đối tượng cần sắc sảo và chịu khó hợp tác. Vì nhiều người lo lắng và xấu hổ nếu bị bạn nhìn chăm chăm vào khi họ khóa thân. Khi đó lớp dĩ thái sẽ co lại vào bên trong cơ thể, hào quang gần như bị co rút lại hoàn toàn và biến màu. Cần phải luyện tập để có thể đưa ra được những chuẩn đoán bệnh chính xác, nhưng điểm chính là trước tiên bạn cần phải nhìn thấy một màu nào đó, không quan trọng màu nhìn thấy là đúng hay sai lệch.

Your subject must be quite willing, quite co-operative. If you are looking upon the nude form of some person often the person gazed upon will be nervous or embarrassed. In that case the etheric shrinks back almost into the body, and the aura itself closes up quite a lot and falsifies the colours. It needs practice to be able to give a good diagnosis, but the main thing is to see any colours first, it doesn't matter if they are true or false colours.

Cách tốt nhất để khắc phục là tìm được người này, và trò chuyện ngắn gọn, chỉ là một cuộc thảo luận nhẹ nhàng để làm cho họ thấy thoải mái và rằng sẽ không có chuyện gì xảy ra cả. Ngay khi đối tượng của bạn thư giãn, lớp dĩ thái của họ sẽ trở lại cân đối bình thường và hào quang sẽ lại tỏa ra lấp đầy vỏ hào quang.

The best way is to get this person and talk to her, just make small talk, just make idle discussion in order to set her at ease and show that nothing is going to happen. As soon as your subject relaxes her etheric will regain its normal proportions and the aura itself will flow out to completely fill the auric sac.

Điều này rất giống việc thôi miên; Người thôi miên không chỉ thu hút sự chú ý của một người và thôi miên anh ta. Việc thôi miên thường có nhiều phiên; Người thôi miên đầu tiên nhìn vào bệnh nhân và họ thiết lập một mối quan hệ, điểm chung – sự hiểu biết lẫn nhau, và rồi người thôi miên sẽ làm vài thủ thuật nhỏ để xem đối tượng có đáp ứng với hai, ba bài thôi miên đơn giản không. Sau hai hoặc ba phiên, Người thôi miên sẽ đưa đối tượng vào trạng thái thôi miên hoàn toàn. Theo cùng cách với đối tượng của bạn, đầu tiên đừng nhìn chăm chăm vào cơ thể, hãy tự nhiên, cứ như là họ đang ăn mặc bình thường. Sau đó, đến phiên thứ hai, đối tượng sẽ yên tâm hơn, lấy lại sự tự tin và thư giãn hơn. Vào phiên thứ ba, bạn có thể nhìn vào cơ thể, hoặc nhìn vào đường bao quanh cơ thể và nhìn thấy – bạn có nhìn thấy đường bao mờ màu xanh nhạt không? Bạn có nhìn thấy những dải xoáy đầy màu sắc bao quanh cơ thể và vầng sáng màu vàng không? Bạn có thấy những ánh sáng di chuyển từ đỉnh đầu, tỏa ra xung quanh như một bông sen nở, hay theo cách nói của Tây phương – như một quả pháo hoa lấp lánh nhiều màu sắc?

This can in many ways be likened to hypnotism; a hypnotist doesn't just grab a person and hypnotize him then and there on the spot. Usually there are a number of sessions; the hypnotist first sees the patient and they establish a form of rapport, or common basis — a mutual understanding, if you like — and the hypnotist may even try one or two little tricks such as seeing if the subject responds to elementary hypnotism. After two or three sessions the hypnotist puts the subject thoroughly into a trance. In much the same way you would have your subject, and first of all not stare at the body, hardly look at the body, just be natural, as if the other person was fully clothed. Then, perhaps on the second occasion, the subject will be more reassured, more confident, more relaxed. On the third occasion you can indeed look at the body, or look at the outline of the body and see — can you see that faint blue haze? Can you see those bands of colours swirling about the body, and that yellow halo? Can you see that play of light from the top centre of the head splaying out like an unfolding lotus, or — in Western parlance — something like a firework sparkler sparkling in various colours?

Đây là một bài học ngắn nhưng quan trọng. Chúng tôi gợi ý rằng bạn có thể chờ đợi cho đến lúc bạn thấy thoải mái, không còn điều gì bận tâm, không đói cũng không quá no, rồi đi vào phòng tắm, và tắm nếu như bạn muốn loại bỏ ảnh hưởng của quần áo, và sau đó luyện tập để nhìn thấy hào quang của mình.

Đó là tất cả những điều cần ghi nhớ khi luyện tập!

This is a short lesson; it is an important lesson. Now it is suggested that you wait until you are comfortable, no particular worries on your mind, you are not hungry nor are you overfed, then go to your bathroom, have a bath if you like to get rid of any influence from your clothing, and then practice so that you can see your own aura.

It is all a matter of practice!

BÀI 8: DU HÀNH THỂ VÍA

Trong những bài học trước, chúng ta đã thống nhất rằng thể xác là trung tâm của thể dĩ thái và hào quang; tiếp đó ra khỏi thể xác, thảo luận về thể dĩ thái, mô tả các dấu hiệu màu sắc của thể hào quang và tiến đến lớp ánh vàng ngoài cùng. Tất cả những nội dung này đều đặc biệt quan trọng, nên tốt hơn là bạn hãy quay lại và nghiên cứu kỹ các bài học trước, bởi chương này và chương chín, chúng ta sẽ chuẩn bị nền tảng để rời khỏi cơ thể. Khi hiểu rõ về thể dĩ thái, hào quang và bản chất cấu trúc phân tử của cơ thể, bạn sẽ gặp ít khó khăn hơn.

In previous lessons we have regarded the body as being the centre of the etheric and the aura; we have moved from the body outwards, discussing the etheric and then on to a description of the aura with its striations of colour, and forward to the outer auric skin. All this is extremely important, and you are advised to go back and reread the previous lessons, for in this lesson and lesson nine we are going to prepare the ground for leaving the body. Unless you are clear about etheric and aura and the nature of the molecular structure of the body you may run into some difficulties.

Như chúng ta đã thấy, cơ thể con người bao gồm một số lượng lớn các chất nguyên sinh. Chúng là tập hợp các phân tử phân bố trên một khoảng không gian nhất định, tương tự như cách vũ trụ chiếm lĩnh không gian. Bây giờ chúng ta sẽ đi vào bên trong, xa khỏi hào quang, thể dĩ thái, đi sâu vào trong cơ thể, bởi thân xác này chỉ là một phương tiện, "một bộ quần áo – trang phục của một diễn viên đang diễn vai được giao phó trên sân khấu là thế giới này".

The human body consists, as we have seen, of a mass of protoplasm. It is a mass of molecules spread out over a certain volume of space in much the same way as a universe occupies a certain volume of space. Now we are going to go inwards, away from the aura, away from the etheric, and in to the body, for this flesh-body is just a vehicle, just "a suit of clothes – the garb of an actor who is living out his allotted part upon the stage which is the world".

Người ta tuyên bố rằng hai vật không thể chiếm cùng một không gian. Điều đó hợp lý khi ta nghĩ tới gạch, gỗ hay những mảnh kim loại. Nhưng khi hai vật có rung động không tương đồng, hoặc khoảng cách giữa các nguyên tử và neutron, proton đủ rộng, thì một vật khác có thể cùng hiện diện trong không gian đó. Bạn có thể thấy khó hiểu nên chúng ta thử tiếp cận theo cách khác, có lẽ bằng hai ví dụ minh họa. Đây là ví dụ đầu tiên:

It has been stated that two objects cannot occupy the same space. That is reasonably correct when one thinks of bricks, or timbers, or pieces of metal, but if two objects have a dissimilar vibration, or if the spaces between their atoms and neutrons and protons are wide enough, then another object can occupy the same space. You may find that difficult to understand so let us put it in a different way, let us give perhaps two illustrations. Here is the first

Bạn lấy hai chiếc ly và rót đầy nước tới miệng, sau đó thả vào ly thứ nhất khoảng 1 thìa café cát, nước sẽ chảy tràn ra ngoài thành dòng từ mép ngoài của chiếc ly xuống. Trong trường hợp này, nước và cát không thể chiếm cùng không gian, vì vậy một trong hai phải nhường chỗ. Cát nặng hơn, chìm xuống đáy, đẩy nước dâng cao hơn miệng ly gây tràn.

If you get two glasses and you fill them right up to the brim with water you will find that if you tip a little sand — say, a teaspoonful — into one of the filled glasses, the water will overflow and will run down the side showing that in this case the water and the sand cannot both occupy the same space, and so one has to give way. The sand, being heavier, sinks to the bottom of the water thus raising the level in the glass to the point where the water overflows.

Giờ chúng ta hãy chuyển sang chiếc ly thứ hai cũng được đổ đầy nước tới miệng – đầy chính xác như chiếc ly đầu tiên. Nếu bây giờ chúng ta lấy đường và rắc từ từ vào ly, có thể cho thêm cả 6 muỗng cà phê đường trước khi nước tràn! Nếu chúng ta làm điều này thật chậm, ta sẽ thấy đường biến mất, hay nói chính xác hơn, đường tan ra. Chúng hòa các phân tử riêng của mình vào không gian trống giữa các phân tử nước, vì lẽ đó chúng không chiếm nhiều không gian hơn. Chỉ khi tất cả không gian giữa các phân tử nước đã được lấp đầy các phân tử đường thì lượng đường dư thừa mới chiếm thêm không gian ở đáy ly và đẩy nước tràn.

Trường hợp này chúng ta đã có bằng chứng rõ rệt rằng hai đối tượng có thể cùng hiện hữu trong một không gian.

Let us turn to the other glass which also has been filled with water to the brim — filled to precisely the same level as the first glass. If now we take sugar and we slowly sprinkle sugar into the glass, we find that we may be able to put even six teaspoonfuls of sugar into the glass before the water overflows! If we do this slowly we will see the sugar disappear, in other words, it dissolves. As it dissolves its own molecules occupy spaces between water molecules, and thus it does not take up any more space. Only when all the space between the water molecules has been filled with sugar molecules does the excess sugar pile up on the bottom of the glass and eventually cause the water to overflow. In this case we have clear proof that two objects can occupy the same space.

Hãy lấy một minh họa khác, hãy quan sát hệ mặt trời của chúng ta. Đây là một vật thể, một thực thể, một "cái gì đó". Có những phân tử, hay những nguyên tử mà chúng ta gọi là các thế giới, di chuyển trong không gian. Nếu đúng là hai vật thể không thể chiếm cùng một không gian, thì chúng ta không thể gửi một tên lửa từ Trái Đất vào không gian! Cũng không thể có người từ vũ trụ khác bước vào vũ trụ này bởi vì nếu họ làm như vậy họ sẽ chiếm không gian của chúng ta. Vì vậy, trong những điều kiện thích hợp, hai đối tượng có thể chiếm cùng một không gian.

Let us have another illustration; let us look at the solar system. This is an object, an entity, a "something." There are molecules, or atoms which we call worlds, moving about in space. If it is true that two objects cannot occupy the same space, then we could not send a rocket from the Earth into space! Nor could people from another universe enter this universe because if they did so they would be occupying OUR space. So — under suitable conditions — it is possible for two objects to occupy the same space

Cơ thể con người, bao gồm các phân tử với một lượng không gian nhất định giữa các nguyên tử, cũng chứa các cơ thể khác, những cơ thể mỏng manh, những cơ thể tâm linh, hay thứ mà chúng ta gọi như là thể vía. Những cơ thể này có cấu tạo chính xác như cơ thể con người, nghĩa là, chúng cũng bao gồm

các phân tử. Nhưng cũng giống như trái đất hoặc chì hay gỗ, nó bao gồm một sự sắp xếp nhất định của các phân tử – các phân tử có một mật độ nhất định – cơ thể tinh thần có phân tử ít hơn và khoảng cách xa hơn. Do đó, cơ thể linh hồn hoàn toàn có thể đan vào với thân xác vật lý trong sự tiếp xúc chặt chẽ nhất, và không chiếm không gian của nhau.

The human body, consisting of molecules with a certain amount of space between atoms, also houses other bodies, tenuous bodies, spirit bodies, or what we call astral bodies. These tenuous bodies are precisely the same as to composition as is the human body, that is, they consist of molecules. But just as earth or lead or wood consists of a certain arrangement of molecules – molecules of a certain density – spirit bodies have their molecules fewer and further between each. Thus it is quite possible for a spirit body to fit into a flesh body in the most intimate contact, and neither occupies space needed by the other.

Thể vía và cơ thể vật lý được kết nối với nhau bằng Sợi Chỉ Bạc. Sợi dây này là một số lượng lớn các phân tử rung động với tốc độ khủng khiếp. Tương tự như dây rốn kết nối một người mẹ với đứa con của mình; trong cơ thể người mẹ, các xung động, cảm giác và dưỡng chất tuôn chảy từ người mẹ đến thai nhi. Khi đứa bé được sinh ra và dây rốn bị cắt đứt, thì đứa bé chết đối với cuộc sống trong bụng mẹ, nghĩa là nó trở thành một thực thể riêng biệt, một sự sống riêng biệt, nó không còn là một phần của người mẹ nữa, vì vậy nó “chết” như một phần của người mẹ và tự mình tồn tại.

The astral body and the physical body are connected together by the Silver Cord. This latter is a mass of molecules vibrating at a tremendous speed. It is in some ways similar to the umbilical cord which connects a mother to her baby; in the mother impulses, impressions, and nourishment flow from her to the unborn baby. When the baby is born and the umbilical cord is severed, then the baby dies to the life it knew before, that is, it becomes a separate entity, a separate life, it is no longer a part of the mother, so it “dies” as part of the mother and takes on its own existence.

Sợi Chỉ Bạc kết nối Chân ngã với thể xác, và phát ra rung động ánh sáng tác động tới cơ thể liên tục mỗi giây. Những ấn tượng, những yêu cầu, những bài học và thậm chí đôi khi sự nuôi dưỡng tinh thần cũng từ Chân Ngã đưa xuống thể xác. Khi cái chết xảy ra, Sợi Chỉ Bạc bị cắt đứt và thể xác bị bỏ lại như một bộ quần áo cũ bị vứt bỏ trong khi linh hồn vẫn tiếp tục tiến bước.

The Silver Cord connects the Overself and the human body, and impressions flash from one to the other during every minute of the flesh-body's existence. Impressions, commands, lessons, and at times even spiritual nourishment come down from the Overself to the human body. When death takes place the Silver Cord is severed and the human body is left like a discarded suit of clothes while the spirit moves on.

Chúng ta chưa bàn sâu về chủ đề này ở đây, nhưng cần phải nhận thức được rằng có một số các "thể tinh thần." Hiện tại, chúng ta đang giải quyết vấn đề về thể xác và thể vía. Trong tất cả hình thái tiến hóa hiện tại của chúng ta, có chín thể riêng biệt, mỗi một thể kết nối với thể khác bằng một Sợi Chỉ Bạc, nhưng lúc này, chúng ta quan tâm nhiều hơn tới việc du hành bằng thể vía và những vấn đề liên quan mật thiết với cõi trung giới.

This is not the place to go into the matter, but it should be stated that there are a number of "spirit bodies." We are dealing with the flesh-body and the astral body at present. In all in our present form of evolution there are nine separate bodies, each connected to the other by a Silver Cord, but we are concerned now more with astral travelling and matters intimately connected with the astral plane.

Con người là một linh hồn được bọc lại trong cơ thể xương thịt, để học hỏi và trải nghiệm những kinh nghiệm mà nó không thể có được nếu không sử dụng thân xác. Con người, hay thân xác của Con người, là một phương tiện được điều khiển, kiểm soát bởi Chân Ngã. Một số người thích sử dụng thuật ngữ "linh hồn", chúng ta sử dụng "Chân Ngã" vì nó thuận tiện hơn, thực sự thì linh hồn là một vấn đề khác, và đi đến một lĩnh vực thậm chí cao hơn. Chân Ngã là người điều khiển, người vận hành thân xác. Não của con người là một trạm chuyển tiếp, một tổng đài điện thoại, một nhà máy hoàn toàn tự động, tùy bạn thích gọi

là gì. Nó lấy thông điệp từ Chân Ngã, và chuyển đổi các mệnh lệnh của Chân Ngã thành hoạt động hóa học hay hoạt động thể chất giúp cho thể xác nhận thức được, khiến cơ bắp hoạt động và gây ra những tiến trình về thần kinh nhất định. Nó cũng chuyển ngược lại cho Chân ngã các thông điệp và ấn tượng về những trải nghiệm đã đạt được.

Man, then, is a spirit briefly encased in a body of flesh and bones, encased in order that lessons may be learned and experiences undergone, experiences which could not be obtained by the spirit without the use of a body. Man, or the flesh-body of Man, is a vehicle which is driven, or manipulated by the Overself. Some prefer to use the term "soul," we use "Overself" because it is more convenient, the Soul is a different matter, actually, and goes to an even higher realm. The Overself is the controller, the driver of the body. The brain of the human is a relay station, a telephone exchange, a completely automated factory, if you like. It takes messages from the Overself, and converts the Overself's commands into chemical activity or physical activity which keeps the vehicle alive, causes muscles to work, and causes certain mental processes. It also relays back to the Overself messages and impressions of experiences gained.

Bằng cách vượt qua những giới hạn của thể xác như một người cầm lái tạm thời rời khỏi một chiếc xe, Con người thấy Thế giới Tinh thần Vĩ đại và đánh giá những bài học đã trải nghiệm qua khi ở trong thân xác, nhưng ở đây ta đang thảo luận về thể vật lý và thể vía, có lẽ cũng đề cập vắn tắt về Chân Ngã. Chúng ta đặc biệt nhắc đến thể vía bởi trong thể đó, con người có khả năng du hành tới những nơi xa xôi trong chớp mắt, ta có thể đi bất cứ đâu, vào bất cứ lúc nào, thậm chí thấy những người bạn cũ hay người thân đang làm gì. Bằng cách luyện tập, dù là đàn ông hay đàn bà đều có thể đi thăm các thành phố trên thế giới hay tới những thư viện lớn nhất. Điều này rất dễ làm, chỉ cần bạn luyện tập, có thể thăm bất kỳ thư viện nào, xem từng cuốn sách, đọc từng trang. Rất nhiều người không tin họ có khả năng rời khỏi cơ thể bởi ở thế giới phương Tây, người ta bị thuyết phục cả đời để không tin những thứ không thể cảm nhận và rời tranh cãi về những điều vô nghĩa.

By escaping from the limitations of the body, like a driver temporarily leaving an automobile, Man can see the Greater World of the Spirit and can assess the lessons learned while encased in the flesh, but here we are discussing the physical and the astral with, perhaps, brief mentions of the Overself. We mention the astral in particular because while in that body Man can travel to distant places in the twinkling of an eye, Man can go anywhere at any time, and can even see what old friends or relations are doing. With practice, Man — or Woman! — can visit the cities of the world and the great libraries of the world. It is easy, with practice, to visit any library and to look at any book or any page of a book. Most people think they cannot leave the body because in the Western world they have been so conditioned for the whole of their life to disbelieve in things which cannot be felt, torn to pieces and then discussed in terms which mean nothing.

Trẻ thơ tin vào các nàng tiên, tất nhiên là có những thứ như thế và chúng tôi những người có thể nhìn thấy và trò chuyện với họ gọi là Tinh linh Thiên nhiên. Rất nhiều đứa trẻ có những người bạn vô hình. Đối với người lớn, trẻ em sống trong một thế giới tưởng tượng, nói chuyện sôi nổi với những người bạn không thể nhìn thấy bởi người lớn hoài nghi. Nhưng bọn trẻ biết rằng những người bạn này là có thật.

Children believe in fairies; there are such things, of course, only we who can see them and converse with them call them Nature Spirits. Many really young children have what are known as invisible playmates. To adults the children live in a world of make-believe, talking animatedly to friends who cannot be seen by the cynical adult. The child knows that these friends are real.

Đứa trẻ lớn lên bị cha mẹ cười nhạo, hoặc giận dữ với sự tưởng tượng không đâu. Cha mẹ, những người đã quên đi thời thơ ấu của mình và quên cách họ đã từng hành động như thế nào, thậm chí kết tội một đứa trẻ là “kẻ nói dối” hay là “quá giàu trí tưởng tượng.” Cuối cùng, đứa trẻ trở nên bị thôi miên khi tin rằng không có những thứ như các Tinh linh Thiên nhiên (hoặc các tiên nữ), để rồi khi trưởng thành, có gia đình riêng, chúng không khuyến khích con cái mình nhìn thấy hoặc chơi với các Tinh linh Thiên nhiên!

As the child grows older parents laugh, or become angry at the idle imaginations. Parents, who have forgotten their own childhood and forgotten how their parents acted, even beat a child for being "a liar," or being "over-imaginative." Eventually, the child becomes hypnotized into believing that there are no such things as Nature Spirits (or fairies), and in turn these children grow up — have families of their own — and discourage their own children from seeing or playing with Nature Spirits!

Chúng ta có thể khẳng định khá chắc chắn rằng người phương Đông và người Ireland biết rõ hơn về những Tinh linh Thiên nhiên, dù gọi là tiên nữ hay yêu tinh thì đó cũng là có thực, họ làm những việc tốt lành. Và Con người, trong sự thiếu hiểu biết và khoe khoang thì phủ nhận sự tồn tại của những loài này, tự gạt mình ra ngoài sự chữa lành kỳ diệu cũng như kho tàng thông tin khổng lồ, bởi Tinh linh Thiên nhiên chỉ giúp những người mà chúng thích và giúp những người tin vào chúng.

We are going to say quite definitely that the people of the East and the people of Ireland know better; there are Nature Spirits, never mind if they are called fairies or leprechauns — never mind whatever they are called — they are real, they do good work, and Man, in his ignorance and boastfulness in denying the existence of these people, denies himself a wondrous treat and a marvelous store of information, for the Nature Spirits help those whom they like, help those who believe in them.

Không có giới hạn đối với trí tuệ của Chân Ngã trong khi thể xác bị giới hạn rất nhiều. Hầu hết mọi người trên Trái đất đều rời bỏ cơ thể mình suốt thời gian ngủ. Khi tỉnh dậy họ nói họ có một giấc mơ, bởi vì, một lần nữa, con người được dạy để tin rằng cuộc sống trên Trái đất là điều quan trọng duy nhất và rằng họ không đi đâu cả khi ngủ. Thế là, tất cả những trải nghiệm tuyệt vời được hợp lý hóa thành "những giấc mơ"!

There are no limits to the knowledge of the Overself. There are very real limits to the abilities of the body — the physical body. Almost everyone on Earth leaves the body during sleep. When they awake they say that they have had a dream, because, here again, humans are taught to believe that this life on Earth

is the only one that matters, they are taught that they do not go travelling around when asleep. So — wonderful experiences are rationalized into "dreams."

Nhiều người tin rằng có thể rời bỏ thể xác theo ý muốn, bay nhanh bay xa, trở lại cơ thể vài tiếng sau đó với nhận thức đầy đủ toàn vẹn về những gì họ làm, tất cả những điều họ đã thấy, và họ đã trải nghiệm. Gần như bất kỳ ai cũng có thể rời thể xác và du hành bằng thể vía, nhưng họ phải tin rằng họ có thể làm được. Thật vô vọng cho người nào giữ tư tưởng hoài nghi hoặc suy nghĩ không thể làm một điều như vậy. Sự thực là du hành thể vía khá dễ dàng khi người ta vượt qua rào cản đầu tiên là sự sợ hãi.

Many people who believe can leave the body at will, and can travel far and fast, returning to the body hours later with a full and complete knowledge of all they have done, all they have seen, and all they have experienced. Nearly anyone can leave the body and do astral travelling, but they have to believe that they can do this, it is quite useless for a person to put out repelling thoughts of disbelief, or thoughts that they cannot do such a thing. Actually, it is remarkably easy to astral travel when one gets over the first hurdle of fear.

Nỗi sợ là chiếc phanh khổng lồ. Gần như mọi người đều phải kìm nén nỗi sợ bản năng rằng bỏ lại cơ thể là chết. Vài người sợ chết khiếp rằng khi rời cơ thể họ có lẽ không quay về được nữa, hoặc thực thể nào đó sẽ nhập vào cơ thể của họ. Điều này hoàn toàn không thể xảy ra trừ khi ta "mở cánh cổng" bằng sự sợ hãi. Người không sợ thì chẳng có điều tổn hại nào xảy ra với anh ta được. Sợi Chỉ Bạc không thể bị đứt khi người ta đang du hành thể vía, không thứ gì chiếm hữu thể xác trừ khi người đó đưa ra lời mời rõ ràng bằng cách khiếp sợ.

Fear is the great brake. Most people have to suppress the instinctive fear that to leave the body is to die. Some people are deathly afraid that if they leave the body they may not be able to get back, or that some other entity will enter the body. This is quite impossible unless one "opens the gate" by fear. A person who does not fear can have no harm whatever occur to him. The Silver Cord cannot be broken when one is astral travelling, no one can invade the body unless one gives a definite invitation by being terrified.

Bạn luôn có thể – LUÔN LUÔN – trở lại cơ thể mình, y như cách bạn thức giấc sau một đêm nằm ngủ. Điều duy nhất đáng sợ là trở nên sợ hãi. Nỗi khiếp sợ là thứ duy nhất dẫn đến nguy hiểm. Chúng ta đều biết là điều ta sợ hiểm khi xảy ra!

You can always — ALWAYS — return to your body, just the same as you always awaken after a night of sleep. The only thing to be afraid of is of being afraid; fear is the only thing which causes any danger. We all know that the things which we fear rarely happen!

Tư tưởng là trở ngại chính tiếp sau sợ hãi, bởi vì tư tưởng, hay lý trí, tạo một vấn đề thực sự. Hai thứ này, tư tưởng và lý trí, có thể ngăn trở ta trèo lên những đỉnh núi cao bởi nó rủ rỉ vào tai ta rằng chỉ trượt chân một phát thôi là sẽ bị rớt xuống và nát ra từng mảnh. Vì vậy tư tưởng và lý trí nên được hạn chế. Thật không may, chúng có những cái tên chẳng ra gì. Tư tưởng! Bạn tư tưởng về “tư tưởng” chưa? Tư tưởng là gì? Từ đâu mà bạn có suy nghĩ? Có phải bạn đang nghĩ từ đỉnh đầu? Hay sau gáy? Lòng mày chẳng? Hay ở trong tai của bạn? Bạn có ngừng suy nghĩ khi nhắm mắt không? Không! Tư tưởng của bạn ở bất cứ nơi nào bạn tập trung tới; bất cứ đâu bạn chú ý đến. Thực tế cơ bản, đơn giản này có thể giúp bạn bước ra khỏi cơ thể và tiến vào trung giới, nó có thể giúp thể vĩa của bạn bay lượn tự do như làn gió nhẹ. Hãy nghĩ về nó, đọc lại thật kỹ bài học này để xem tư tưởng đã thường xuyên giữ chân bạn lại như thế nào bởi vì bạn nghĩ về những chướng ngại, về những nỗi sợ không tên. Bạn có thể, chẳng hạn, đã ở nhà một mình giữa đêm với tiếng gió gào thét bên ngoài, và bạn có thể nghĩ về những tên trộm, hay tưởng tượng có ai đó đang nấp sau tấm rèm sẵn sàng nhảy bổ vào bạn. Tư tưởng ở đây có thể gây nguy hại! Hãy nghĩ về tư tưởng nhiều hơn một chút.

Thought is the main drawback after fear, because thought, or reason, poses a real problem. These two, thought and reason, can stop one from climbing high mountains; reason tells us that a slip will cause us to be cast down and dashed to pieces. So thought and reason should be suppressed. Unfortunately they have bad names. Thought! Have you ever thought about thought? What is thought? Where do you think? Are you thinking from the top of your head? Or from the back of your head? Are you thinking in your eyebrows? Or in your

ears? Do you stop thinking when you close your eyes? No! Your thought is wherever you concentrate; you think wherever you concentrate upon. This simple, elementary fact can help you get out of your body and into the astral, it can help your astral body soar as free as the breeze. Think about it, reread this lesson so far, and think about thought, think how thought has often kept you back because you thought of obstacles, you thought of unnamed fears. You may, for instance, have been alone in the house at midnight with the wind howling outside, and you may have thought of burglars, you may have imagined someone hiding behind a curtain ready to jump upon you. Thought, here, can harm! Think of thought some more.

Bạn đang bị đau răng và miễn cưỡng tới gặp nha sĩ. Ông ấy nói bạn phải nhổ chiếc răng đó đi. Bạn sợ sẽ rất đau. Bạn ngồi ở đó, trên chiếc ghế chữa răng trong nỗi sợ hãi. Ngay khi nha sĩ nhắc chiếc ống chích lên để chuẩn bị tiêm, một cách tự động bạn nhăn mặt, và có lẽ thậm chí trở nên tái mét. Bạn chắc chắn nó sẽ đau đớn, rằng bạn cảm nhận được mũi kim đi vào, rồi sau đó một cú vặn kim khủng khiếp làm chiếc răng của bạn bật ra đầy máu. Có lẽ bạn sợ mình sẽ ngất xỉu với cú sốc, cứ như thế bạn tiếp thêm sức mạnh cho nỗi sợ, bạn khiến răng mình càng lúc càng tổn thương nặng nề bằng cách suy nghĩ và tập trung tất cả sức mạnh tư tưởng của bạn vào chiếc răng đau đó. Tất cả năng lượng của bạn được dành cho việc làm răng đau hơn, nhưng khi bạn đang suy nghĩ một cách ngớ ngẩn như thế, thì tư tưởng ở đâu đến? Trong đầu chẳng? Làm sao bạn biết? Bạn có cảm thấy nó ở đó không? Tư tưởng chính là nơi bạn tập trung đến, tư tưởng chỉ ở bên trong vì bạn đang chỉ nghĩ về bản thân mình và bởi bạn nghĩ rằng tư tưởng hẳn phải ở bên trong. Thực ra tư tưởng ở nơi bạn muốn nó ở, tư tưởng ở nơi bạn dẫn dắt nó đến.

You are suffering from toothache, and reluctantly you go to see the dentist. He tells you that you have to have a tooth extracted, you are afraid it will hurt; you sit there in the dental chair in fear. As soon as the dentist picks up his hypodermic to give you an injection you automatically wince, and perhaps even turn pale. You are sure it is going to hurt, you are sure that you are going to feel that needle going in, and afterwards there will be that horrid wrench as your tooth comes bloodily out. Perhaps you are afraid that you are going to faint with the shock, so you feed the fear, you make your tooth hurt more and

more by thinking and concentrating the whole of your thought power upon the site of that tooth! All your energy is devoted to making that tooth ache more, but when you idly think, where is the thought then? In the head? How do you know? Can you feel it there? Thought is where you concentrate, thought is within you only because you are thinking of yourself and because you think thought must be within you. Thought is where you want it to be, thought is where you direct it to be.

Hãy xem xét về “tư tưởng là nơi bạn tập trung vào” một lần nữa. Trên trận chiến nóng bỏng, có những người bị bắn hoặc bị đâm nhưng họ không cảm thấy đau đớn. Thậm chí họ còn không biết rằng mình đã bị thương, chỉ khi họ có thời gian để suy nghĩ về nó, họ mới cảm thấy đau đớn và có lẽ còn té xỉu vì sốc! Tư tưởng, lý trí, sợ hãi, là hệ thống phanh làm chậm sự phát triển tâm linh của chúng ta, chúng là tiếng kêu loảng xoảng yếu ớt của cỗ máy đang chậm dần và làm méo mó những yêu cầu của Chân Ngã.

Let us look at “thought is where you concentrate” again. In the heat of battle, men have been shot or stabbed and have felt no pain. For a time they may not even have known that they were wounded, only when they had time to think about it did they feel the pain and perhaps collapse with shock! But thought, reason, fear, are the brakes that slow up our spiritual evolution, they are but the weary clanking of the machine slowing down and distorting the commands of the Overself.

Con người, khi đã gạt bỏ được những nỗi sợ ngốc nghếch và hạn chế của mình, thường trở thành một siêu nhân với sức mạnh vượt bậc, cả về cơ bắp lẫn tinh thần. Đây là một ví dụ, một người đàn ông yếu đuối, nhút nhát với cơ thể nhão nhoẹt, rời khỏi vỉa hè để bước vào dòng xe cộ đông đúc. Tâm trí anh ta đang ở xa, rất xa, có lẽ là về công việc của hay tâm trạng của bà vợ khi thấy anh ta về tối nay. Cũng có thể anh ta đang nghĩ về những hóa đơn còn chưa thanh toán! Bỗng một tiếng còi đột ngột từ chiếc xe đang lao tới và người đàn ông – chưa kịp suy nghĩ – nhảy phắt trở lại hè đường một cách phi thường, không dễ thực hiện cả với một vận động viên đã qua đào tạo. Nếu anh ta bị cản trở bởi quá trình suy nghĩ thì chắc quá muộn, chiếc xe hẳn đã tông vào rồi. Bớt suy nghĩ đi sẽ cho phép người ta thuận theo Chân ngã để kích thích cơ bắp với một loạt hóa

chất (như adrenalin) khiến họ vượt xa khả năng bình thường của mình và cho phép hành động bất phá vượt quá tốc độ suy nghĩ có ý thức.

Man, when uncluttered by his own stupid fears and restrictions, could almost be a superman with greatly enhanced powers, both muscular and mental. Here is an example; a weakly, timid man with perfectly shocking muscular development, steps off a sidewalk into a heavy stream of traffic. His thoughts are far, far away, perhaps on his business or upon what sort of a mood his wife is going to be in when he gets home that night. He may even be thinking of unpaid bills! A sudden hoot from an approaching car and the man — without thought — springs back into the sidewalk with a prodigious leap which would normally be quite impossible for even a trained athlete! If this man had been hampered by thought processes he would have been too late, the car would have knocked him over. The lack of thought enabled the ever-watching Overself to galvanize the muscles with a shot of chemicals (such as adrenalin) which made the subject leap far beyond his normal capability and indulge in a spurt of activity beyond the speed of conscious thought.

Người phương Tây được dạy rằng việc suy nghĩ, lý trí “phân biệt con người với loài vật”. Việc không biết kiểm soát tưởng kìm giữ con người chậm hơn nhiều loài vật về du hành thể vía. Hầu hết chúng ta đều đồng ý rằng ví dụ như mèo, có thể nhìn thấy nhiều điều con người không thấy. Đa số mọi người có trải nghiệm về việc loài vật nhìn thấy một con ma hoặc nhận biết được có sự cố gì đó sắp xảy ra trước khi con người biết chuyện. Loài vật sử dụng một hệ thống nhận biết khác với ‘lý trí’ và ‘tư tưởng’. Thế thì chúng ta cũng có thể!

Mankind in the Western world has been taught that thought, reason “distinguishes Man from the animals.” Uncontrolled thought keeps Man lower than many animals in astral travel! Almost anyone would agree that cats, to give just one example, can see things that humans cannot. Most people have had some experience of animals looking at a ghost or becoming aware of incidents long before the human became so aware. Animals use a different system from “reason” and “thought.” So can we!

Trước tiên, chúng ta cần phải kiểm soát tư tưởng của mình, kiểm soát tất cả những tạp niệm buồn chán, chấm dứt những tư tưởng vô ích không ngừng lượn lờ quanh tâm trí. Ngồi xuống nơi nào đó khiến bạn thấy thoải mái, nơi bạn hoàn toàn thư giãn, nơi không ai quấy rầy bạn. Nếu muốn, bạn hãy tắt đèn bởi ánh sáng của nó có thể gây trở ngại trong những trường hợp này. Bạn hãy dành một chút thời gian ngồi yên suy tưởng về tư tưởng của chính mình, hãy quan sát chúng, xem cách chúng lượn lờ trong ý thức bạn, mỗi tạp niệm đều cố tình đòi để được chú ý tới, sự bất đồng với người đồng nghiệp, những hóa đơn chưa được thanh toán, chi phí sinh hoạt, tình hình thế giới, những gì bạn muốn trình bày với sếp – hãy gạt bỏ tất cả chúng sang một bên!

First, though, we have to control our thoughts, we have to control all those weary tag ends of idle thought which constantly creep past our minds. Sit down somewhere where you are comfortable, where you can be completely relaxed, and where no one can disturb you. If you wish, extinguish the light for light is a drawback in a case such as this. Sit idly for a few moments just thinking about your thoughts, look at your thoughts, see how they keep creeping into your consciousness, each one clamouring for attention, that quarrel with a man at the office, the unpaid bills, the cost of living, the world situation, what you would like to say to your employer — sweep them all aside!

Hãy hình dung bạn đang ngồi trong một căn phòng tối đen trên đỉnh một tòa nhà chọc trời; trước mắt bạn là một bức tranh lớn bao phủ bởi tấm màn che màu đen, một tấm màn che không có hoa văn, không có gì khiến bạn bị sao nhãng. Hãy tập trung vào tấm rèm đó. Trước hết, hãy chắc chắn rằng không có tư tưởng nào được vượt qua tâm thức của bạn (đó là tấm rèm màu đen), và nếu những tư tưởng có xu hướng xâm phạm, hãy đẩy nó qua một bên. Bạn có thể làm được, đó chỉ là vấn đề luyện tập. Trong lúc này, các ý nghĩ sẽ cố lấp ló ở rìa của tấm màn đen, hãy đẩy chúng ra, buộc chúng phải đi, sau đó lại tập trung chú ý vào tấm rèm đen lần nữa, bạn hãy tự mình nâng mình lên để bạn có thể nhìn thấy tất cả những gì ở phía sau.

Imagine that you are sitting in a completely dark room at the top of a skyscraper; before you there is a large picture window covered by a black blind, a blind which has no pattern, nothing which could prove a distraction.

Concentrate on that blind. First of all make sure that there are no thoughts crossing your consciousness (which is that black blind), and if thoughts do tend to intrude, push them back over the edge. You can do so, it is merely a matter of practice. For some moments thoughts will try to flicker at the edge of that black blind, push them back, forcibly will them to go, then concentrate on the blind again, will yourself to lift it so that you may look out at all that is beyond.

Một lần nữa, khi bạn nhìn chăm chăm vào tấm màn đen tưởng tượng đó, bạn sẽ thấy tất cả các khía cạnh của thói quen suy nghĩ kỳ lạ có xu hướng tấn công vào, cố gắng thu hút sự chú ý của bạn. Hãy đẩy chúng trở lại, xua chúng đi với một nỗ lực có ý thức, không cho phép những ý nghĩ đó nhảy vào (phải, chúng tôi biết rằng đã nói điều này trước đây, nhưng ở đây ta đang cố gắng lái về điểm trọng tâm). Khi bạn có thể giữ được ấn tượng về màu đen hoàn toàn trong một khoảng ngắn, bạn sẽ thấy có một tiếng "lách tách" như tiếng một miếng vải da đang bị xé, rồi bạn có khả năng nhìn vượt ra khỏi thế giới thông thường của chúng ta, bước vào một thế giới với các chiều không gian khác, nơi mà không gian và thời gian có ý nghĩa hoàn toàn mới mẻ. Bằng cách thực hành, bằng cách thực hiện điều này, bạn sẽ nhận ra mình có khả năng kiểm soát suy nghĩ như những các bậc Đạo sư và các vị Thầy.

Again, as you gaze at that imaginary black blind you will find that all manner of strange thoughts tend to intrude, they try to force their way into the focus of your attention. Push them back, push them back with a conscious effort, refuse to allow those thoughts to intrude (yes, we are aware that we have said this before, but we are trying to drive the point home). When you can hold an impression of complete blankness for a short time, you will find that there is a "snap" as a piece of parchment is being torn, then you will be able to see away from this ordinary world of ours, and into a world of a different dimension where time and distance have an entirely fresh meaning. By practicing this, by doing this, you will find that you are able to control your thoughts as do the Adepts and the Masters.

Hãy thử sức, hãy luyện tập điều này, bởi nếu bạn muốn tiến bộ, bạn phải thực hành và thực hành tới khi tự mình vượt qua những tư tưởng vô nghĩa.

Try it, practice it, for if you want to be able to progress you must practice and practice until you can overcome idle thoughts.

BÀI 9: DU HÀNH THỂ VÍ (TIẾP)

Trong chương trước, chúng ta đã xử lý các giai đoạn cuối của tư tưởng. Chúng ta đã nhất trí rằng "tư tưởng là nơi bạn muốn nó đến". Đó là công thức thực sự hữu ích giúp chúng ta thoát ra khỏi cơ thể, xuất hồn. Hãy để chúng tôi lặp lại điều này.

In the last lesson we dealt in the concluding stages with thought. We said "thought is where you want it to be." That is a formula which really can assist us to get out of the body, to do astral travelling. Let us repeat it.

Tư tưởng là nơi bạn muốn nó ở đó. Nếu bạn muốn ở bên ngoài cơ thể, hãy đặt tư tưởng ở đó. Hãy thực hành từng chút một. Để bắt đầu, bạn sẽ cần một không gian yên tĩnh, nơi không có bất kỳ sự phiền nhiễu nào. Bạn đang cố gắng đẩy mình ra khỏi cơ thể. Bạn phải ở một mình, phải được thư giãn và chúng tôi khuyên bạn để thực hành dễ hơn có thể nằm trên giường. Hãy đảm bảo rằng không ai quấy nhiễu và phá rối buổi thực hành của bạn. Khi bạn đã nằm im, hãy thở chậm, nghĩ về sự thực hành này, tập trung vào một điểm cách mắt khoảng sáu feet (1.8 m), nhắm mắt, tập trung và tưởng tượng con người thực sự của bạn, phần hồn của bạn, đang theo dõi bạn từ sáu feet phía trên kia. Suy nghĩ! Thực hành! Tập trung! Rồi bằng việc thực hành này, bạn sẽ hơi sốc như bị điện giật khi thấy phần hồn của mình đang nằm nhắm mắt cách bạn sáu feet đó.

Thought is where you want it to be. Outside of you, if you want it so. Let us have a little practice. Here again, you will need to be where you are quite alone, where there are no distractions. You are going to try to get yourself out of your body. You must be alone, you must be relaxed, and we suggest that for ease you lie down, preferably upon a bed. Make sure that no one can intrude and ruin your experiment. When you are settled, breathing slowly, thinking of this experiment, concentrate on a point six feet in front of you, close your eyes, concentrate, WILL yourself to think that you — the real you, the astral you — watches your body from some six feet away. Think! Practice! Make yourself

concentrate. Then, with practice, you will suddenly experience a slight, almost electric shock, and you will see your body lying with eyes closed some six feet away.

Mới đầu thực hành sẽ cần phải nỗ lực thực sự mới đạt được kết quả này. Bạn có thể cảm thấy như đang nằm trong một quả bóng cao su lớn, phập phồng, phập phồng. Bạn cứ cố đẩy và đẩy và căng thẳng nhưng dường như chẳng có gì xảy ra. Cuối cùng, đột nhiên bạn bùng nổ và cảm giác nhẹ dần đi, như quả bóng đồ chơi của trẻ bị chọc thủng. Đừng hoảng hốt, đừng nhường chỗ cho sự sợ hãi bởi nếu bạn tiếp tục duy trì thì sẽ chẳng có bất kỳ rắc rối nào xảy ra tiếp theo cả, nhưng nếu bạn sợ hãi thì bạn sẽ ngay lập tức trở lại cơ thể và sẽ phải bắt đầu buổi thực hành vào lúc khác. Nếu bị trở lại cơ thể thì ngày hôm đó mọi cố gắng sẽ vô ích. Vậy nên bạn cần đi ngủ và nghỉ ngơi đã.

At first it will be quite an effort to achieve this result. You may feel as if you are inside a big rubber balloon, pushing, pushing. You push and push and strain, and nothing seems to happen. It almost seems to happen. Then at last, suddenly, you burst through, and there is a slight snapping sensation almost as, in fact, puncturing a child's toy balloon. Do not be alarmed, do not give way to fright, because if you remain free from fright you will go on and on, and not have any trouble whatever in the future, but if you are afraid you will bounce back into the physical body and will then have to start all over again at some other date. If you bounce back into your body there is no point in trying anything more that day for you will rarely succeed. You will need sleep — rest — first.

Hãy đi xa hơn một chút, hãy tưởng tượng bạn đang đi ra khỏi cơ thể mình bằng phương pháp đơn giản này, hãy tưởng tượng bạn đang đứng đó nhìn phần xác của mình và tự hỏi điều gì xảy ra tiếp theo. Đừng chú tâm nhìn vào cái xác của bạn lúc đó, bạn sẽ thường xuyên nhìn thấy nó mà, thay vào đó hãy thử điều này:

Let us go further, let us imagine that you have got out of your body with this simple easy method, let us imagine that you are standing there looking at your physical component and wondering what to do next. Do not bother to look at

your physical body for the moment, you will see it again quite often! Instead try this:

Hãy để mình trôi nổi trong phòng như bong bóng xà phòng lười biếng, bởi bạn thậm chí còn không nặng bằng bong bóng xà phòng! Bạn không thể ngã, không thể làm đau mình được. Hãy để phần xác của bạn nghỉ ngơi. Bạn sẽ, tất nhiên, phải xử lý được việc này trước khi xuất hồn ra khỏi cơ thể.

Let yourself float about the room like a lazily drifting soap bubble, for you do not even weigh as much as a soap bubble now! You cannot fall, you cannot hurt yourself. Let your physical body rest at ease. You will, of course, have dealt with that before freeing your astral from this fleshly sheath.

Bạn cũng cần đảm bảo rằng thể xác của mình hoàn toàn thoải mái. Nếu không có sự phòng bị này, bạn có thể thấy rằng khi quay trở lại, bạn sẽ có một cánh tay tê cứng hay một cái cổ vẹo. Hãy chắc chắn rằng không có vật gỗ ghè nào có thể đè lên dây thần kinh, ví dụ nếu bạn rời khỏi cơ thể khi cánh tay trôi ra khỏi nệm sẽ dẫn đến vài áp lực đè lên dây thần kinh dẫn đến tê tay. Một lần nữa, hãy chắc chắn rằng cơ thể của bạn hoàn toàn thoải mái trước khi thực hành việc rời khỏi thân xác để du hành thể vía.

You will have made sure that your flesh-body was quite at ease. Unless you took this precaution you may find when you return to it that you have a stiff arm or a cricked neck. Be certain that there are no rough edges that would press into a nerve, for if, for example, you have left your physical body so that an arm is extended over the edge of the mattress there may be some pressure upon a nerve which will cause you "pins and needles" later. Once again, then, make sure that your body is absolutely at ease before making any attempt to leave it for the astral body.

Bây giờ hãy để bản thân bạn trôi dạt, thả trôi trong căn phòng, lơ lửng vô định như thể bạn là bong bóng xà phòng. Hãy khám phá trần nhà và những nơi bình thường bạn không nhìn thấy. Hãy quen dần chuyển du hành thể vía cơ bản này bởi chừng nào còn chưa quen với việc thả trôi trong căn phòng, bạn không thể xuất hồn ra ngoài an toàn được.

Now let yourself drift, let yourself float about the room, idly move round as if you were a soap bubble drifting on vagrant air currents. Explore the ceiling and the places where you could not normally see. Become accustomed to this elementary astral travel because until you are accustomed to idling about in a room you cannot safely venture outside.

Hãy để chúng tôi nói theo cách khác đi. Thực ra việc xuất hồn này rất dễ dàng, chẳng có gì khó ngoài việc bạn cho phép bản thân tin rằng mình có thể làm được. Trong mọi trường hợp, mọi điều kiện đều không có gì để bạn phải sợ cả, không có chỗ cho sự sợ hãi vì đây là chuyến du hành đến với sự tự do. Chỉ khi bạn quay trở lại cơ thể bạn mới cảm thấy bị cầm tù, bó buộc, bị đè nén bởi một cơ thể nặng nề không đáp ứng tốt các yêu cầu tinh thần. Không, không có chỗ cho sự sợ hãi trong chuyến du hành này, sợ hãi là điều quá xa lạ với nó.

Let us try it again with somewhat different wording. Actually, this astral travel affair is easy, there is nothing to it so long as you allow yourself to believe that you can do it. Under no circumstances, under no conditions should you feel fear, for this is not a place for fear, in astral travel you are journeying to freedom. It is only when back in the body that you need to feel imprisoned, encased in clay, weighted down by a heavy body which does not respond very well to spiritual commands. No, there is no place for fear in astral travel, fear is quite alien to it.

Chúng tôi sẽ tiếp tục lặp lại sự chỉ dẫn cho chuyến du hành này bằng ngôn từ hơi khác đi một chút. Giờ bạn đang nằm thẳng lưng trên giường. Hãy đảm bảo cơ thể bạn hoàn toàn thoải mái, không có vật gì đè vào các dây thần kinh, chân duỗi thẳng, bởi nếu không chân bạn có thể bị tê do ảnh hưởng tới sự lưu thông máu. Nghĩ ngơi yên tĩnh, thả lỏng, không có bất kỳ vướng bận gì, không có gì phải lo lắng. Hãy chỉ tập trung vào việc đưa thể vía thoát ra khỏi thể xác.

We are going to repeat astral travel directions under slightly different wording. You are lying flat on your back on a bed. You have made sure that every part of you is comfortable, there are no projections sticking into nerves, your legs are not even crossed, because if they were, at the point where they cross you might have a numbness after just because you will have interfered with the circulation of the blood. Rest calmly, contentedly, there are no disturbing influences, nor

are you worried. Think only of getting your astral body out of your physical body.

Thư giãn và thư giãn thêm nữa. Hãy tưởng tượng một con ma giống hình thể xác của bạn đang nhẹ nhàng rời khỏi thể xác và bay lên như một quả bóng trong làn gió mùa hè. Hãy để nó tiếp tục bay lên trong khi vẫn nhắm mắt, nếu không trong hai hoặc ba lần đầu, bạn có thể thấy giật mình đến mức co rúm lại, sự giật mình đó sẽ thô bạo lôi thể vía của bạn trở lại trong thể xác.

Relax and relax yet more. Imagine a ghostly shape corresponding roughly to your physical body, gently disengaging from the flesh body and floating upwards like a puffball on a light summer's breeze. Let it rise up, keep your eyes closed otherwise, for the first two or three times, you may be so startled that you will twitch, and that twitch may be violent enough to "reel in" the astral to its normal place within the body.

Mọi người thường giật mình vô thức trong khi đang ngủ. Và tất cả đều thường thấy rằng sự giật mình thô bạo lôi ta tỉnh dậy. Cú giật mình này là do thoát xác quá nhanh của thể vía, như chúng tôi từng đề cập, gần như mọi người đều xuất vía vào ban đêm ngay cả khi họ không hề ý thức về việc đó. Nhưng giờ hãy quay về với du hành thể vía của chúng ta.

People frequently jerk in a peculiar manner just when they are falling asleep. All too often it is so violent that it brings one back to full wakefulness. This jerk is caused by a too rough separation of the astral body and the physical body, for, as we have already stated, nearly everyone does astral travelling by night even if so many people do not consciously remember their journeying. But back to our astral body again.

Hãy nghĩ về thể vía của bạn đang dần dần tách khỏi thể xác và bay lên trên khoảng ba hay bốn feet (khoảng 1,2m). Nó nằm đó thư giãn nhẹ nhàng. Bạn có thể đã trải qua cảm giác lắc lư khi bạn đang ngủ, đó chính là sự đung đưa khi xuất hồn. Như chúng tôi từng nói, thể vía bạn đang trôi nổi bên trên bạn, có thể lắc lư một chút, và Sự chỉ bực kết nối từ rốn của thể xác tới rốn của thể vía.



Ảnh 8 – Trạng thái khi rời khỏi cơ thể

Think of your astral body gradually, easily separating from the physical body, and drifting upwards to about three, or perhaps four feet above the physical. There it rests above you swaying gently. You may have experienced a sensation of swaying just when you are falling asleep; that was the astral swaying. As we have said, the body is floating above you, possibly swaying a little, and connected to you by the Silver Cord which goes from your umbilicus to the umbilicus of the astral body (Fig. 8).

Đừng nhìn quá gần bởi như chúng tôi đã cảnh báo rằng nếu bạn giật mình và co rút, bạn sẽ lôi cơ thể mình trở về và phải bắt đầu lại vào lúc khác. Nếu bạn chú ý đến lời cảnh báo của chúng tôi, không co rút, thì linh hồn của bạn sẽ trôi nổi trên không một lúc, đừng làm gì cả, không nghĩ, thờ nông vì đây là lần đầu tiên bạn xuất vía. Hãy nhớ rằng đây lần đầu tiên bạn XUẤT VÍA, và bạn phải rất cẩn thận.

Do not look too closely because we have already warned you that if you become startled and twitch you will bring your body back and have to start all over again on some other occasion. Suppose you heed our warning, and do not twitch, then your astral body will remain floating above for some moments, take no action at all, hardly think, breathe shallowly for this is your first time out, remember, your first time CONSCIOUSLY out, and you have to be careful.

Nếu bạn không sợ, nếu bạn không co rút, thể vía sẽ từ từ nổi lên, nó sẽ chỉ trôi đi đến đầu giường hoặc cạnh giường một cách khá nhẹ nhàng, mà không có bất kỳ cú sốc nào, rồi nó sẽ từ từ hạ xuống để bàn chân chạm vào, hoặc gần như chạm sàn. Khi đó là quá trình hạ cánh nhẹ nhàng kết thúc, thể vía của bạn có thể nhìn vào cơ thể của chính mình và truyền lại những gì nó nhìn thấy.

If you are not afraid, if you do not twitch, the astral body will slowly float off, it will just drift away to the end or the side of the bed where quite gently, without any shock whatsoever, it will gradually sink so that the feet touch, or almost touch the floor. Then, the process of making "a soft landing" over, your astral will be able to look at your physical and relay back what it sees.

Bạn sẽ có một cảm giác khá khó chịu khi nhìn vào cơ thể mình và chúng tôi xin nói trước với bạn đây thường là một trải nghiệm vô cùng khó chịu. Nhiều người trong chúng ta thường không hình dung đúng về mình. Bạn có nhớ khi lần đầu tiên nghe giọng nói của mình không? Bạn đã nghe giọng nói của mình trên máy ghi âm chưa? Lần đầu có thể bạn sẽ không tin rằng đó chính là giọng nói của mình, bạn có thể nghĩ rằng ai đó đang đánh lừa bạn, hoặc máy ghi âm bị lỗi.

You will have a quite discomforting sensation of looking at your own physical body and we point out now that it is often a humiliating experience. Many of us have a completely erroneous idea of what we look like. Do you remember when you first heard your voice? Have you heard your voice on a tape recorder? For the first time you may have frankly disbelieved that it was your voice, you may have thought that someone was playing a trick on you, or that the recorder was faulty.

Lần đầu tiên khi người ta nghe thấy giọng nói của chính mình, họ có thể không tin rồi trở nên kinh hãi và xấu hổ. Nhưng hãy đợi cho đến khi bạn nhìn thấy cơ thể của mình lần đầu tiên! Bạn sẽ đứng đó trong thể vía của mình với toàn bộ tâm thức được chuyển vào thể vía, và nhìn xuống thân xác. Bạn sẽ sợ hãi và không thích hình dạng của cơ thể cũng như làn da, bạn sẽ bị sốc bởi các nét và các đặc điểm trên khuôn mặt, và nếu bạn tiến xa hơn một chút và nhìn vào tâm trí của mình, bạn sẽ có chút chế nhạo và ám ảnh, thậm chí nó khiến bạn bị lòi trở lại thể xác vì quá sợ! Nhưng giả sử bạn vượt qua cuộc gặp gỡ với chính cơ

thể ghê ghớm này thì sau đó bạn sẽ là gì? Bạn phải quyết định nơi mình đi, việc muốn làm, những gì muốn xem. Việc đơn giản nhất là đến thăm một người mà bạn quen biết, có lẽ là một người họ hàng thân thiết sống ở thành phố lân cận. Nó nên là một người mà bạn quen mặt vì bạn phải hình dung người đó một cách chi tiết, bạn phải hình dung rõ về nơi họ sống và chính xác cách tới đó. Hãy nhớ điều này là mới mẻ đối với bạn – mới mẻ bởi bạn đến bằng tâm thức – và bạn muốn đến theo chính xác con đường mà bạn đi bằng thể xác.

The first time one hears one's voice, one disbelieves it, one becomes appalled and mortified. But wait until you see your body for the first time! You will stand there in your astral body with your consciousness quite fully transferred to your astral body, and you will look down upon that reclining physical body. You will be horrified; you will not like the shape of the body nor the complexion, you will be shocked at the lines on the face and by the features, and if you advance a little further and look into your mind you will see certain little quirks and phobias which may even cause you to jump back into the body out of sheer fright! But supposing you surmount this first frightening meeting with yourself, what then? You must decide where you are going, what you want to do, what you want to see. The easiest system is to visit some person with whom you are well acquainted, perhaps a close relative who lives in a neighbouring city. First it should always be a person that you frequently visit because you have to visualize the person in considerable detail, you have to visualize where he or she lives and precisely how to get there. Remember this is new to you — new to you doing it consciously, that is — and you want to follow the exact route which you would follow if you were going in the flesh.

Rời khỏi phòng của bạn, đi ra ngoài đường (tất nhiên trong thể vía, nhưng đừng lo lắng, mọi người không thể nhìn thấy bạn đâu), đi theo lối bạn thường qua, giữ cố định hình ảnh của người mà bạn muốn ghé thăm và cách đi tới đó. Sau đó, nhanh chóng hơn rất nhiều so với chiếc xe chạy nhanh nhất, bạn đã ở nhà của người đó.

Leave your room, move to the street (in the astral, of course, but do not worry, people cannot see you), traverse the path which you would normally take keeping fixed before you the image of the person whom you want to visit and

how to get there. Then, very very speedily, far more quickly than the fastest car could take you, you will be at your friend's or relative's house.

Với việc thực hành xuất hồn, bạn sẽ có thể đi đến bất kỳ nơi đâu; từ biển cả, đại dương tới núi non, sẽ không còn gì cản trở bạn, không có chướng ngại nào trên con đường của bạn. Tất cả những mảnh đất hay thành phố trên thế giới sẽ luôn ở đó chờ bạn đến thăm.

With practice you will be able to go anywhere, seas, oceans and mountains will be no bar, no obstacle, to your path. The lands of the world and the cities of the world will be yours to visit.

Một số người nghĩ rằng "Ôi! Nếu tôi đi và tôi không thể quay lại. Vậy điều gì sẽ xảy ra?" Câu trả lời là – bạn không thể bị lạc. Linh hồn sẽ không thể bị lạc, và xuất vía không thể làm tổn hại chính bạn hay cơ thể của bạn đã bị kiểm soát bởi người khác. Nếu bất cứ ai đến gần cơ thể của bạn trong khi bạn đang xuất hồn, cơ thể sẽ truyền một cảnh báo và bạn "bị cuốn lại" với tốc độ của suy nghĩ. Không gì có thể hại bạn, tổn hại duy nhất là sợ hãi. Vì vậy đừng sợ hãi, hãy trải nghiệm, và trải nghiệm này sẽ hiện thực hóa tất cả các hy vọng, tất cả khát vọng du hành thể vía của bạn vào các cõi.

Some people think "Oh! Supposing I go and I cannot get back. What then?" The answer is — you cannot get lost. It is quite impossible to get lost, it is quite impossible to harm yourself or to find that your body has been taken over. If anyone comes near to your body while you are astral travelling the body relays a warning and you are "reeled in" with the speed of thought. No harm can come to you, the only harm is fear. So do not fear, but experiment, and with experiment will come a realization of all your hopes, all your ambitions in the realms of astral travel.

Khi bạn trong sự tỉnh thức của thể vía, bạn sẽ thấy màu sắc rực rỡ hơn khi bạn sống trong thể xác của mình. Mọi thứ lung linh sống động như khi bạn nhìn thấy những tia lửa "sự sống" vậy. Đó là sức sống của trái đất, và khi bạn vượt qua nó, bạn sẽ cảm nhận được sức mạnh và sự can đảm.

When you are in the astral stage consciously you will see colours more brilliantly than you do in the flesh. Everything will shimmer with life you may even see particles of "life" about you like sparks. That is the vitality of the earth, and as you pass through it you will pick up strength and courage.

Có một khó khăn là bạn sẽ không thể mang theo bất cứ thứ gì đi cũng như không thể mang theo bất kỳ cái gì về. Trong một số điều kiện nhất định điều này là có thể nhưng chỉ khi bạn thực hành nó nhiều lần – rằng bạn vật chất hóa qua nhãn thông, nhưng không dễ dàng để đến chỗ một người và chẩn đoán tình trạng sức khỏe của người đó bởi bạn cần có khả năng trao đổi về những điều này. Bạn có thể đến một cửa hàng, ngắm nghía qua sản phẩm của họ và chọn cái định mua hôm sau, điều này hoàn toàn có thể làm được. Thường khi bạn ghé thăm cửa hàng trong thể vía, bạn sẽ thấy những sai sót và ngỡ ngàng với một số sản phẩm có giá quá mắc. Khi bạn đang trong thể vía và muốn trở về thân xác, bạn nên bình tĩnh, nghĩ đến thể xác của mình, nghĩ đến việc quay về và bạn đang đi vào trong nó. Khi bạn nghĩ đến điều này, ngay lập tức dù đang từ bất cứ nơi nào, bạn sẽ trở về vị trí ba hoặc bốn feet phía trên thân xác. Bạn sẽ thấy mình ở đó, bồng bềnh, nhấp nhô, giống như khi bạn rời khỏi cơ thể. Hãy để chính mình chìm xuống rất, rất chậm, chậm rãi bởi vì hai cơ thể này cần phải được đồng bộ hoàn toàn.

A difficulty is this; You cannot take anything with you, you cannot bring anything back! It is, of course, possible under some conditions — and this comes with much practice only — that you materialize in front of a clairvoyant, but it is not easy to go to a person and carry out a diagnosis of their health condition because you really need to be able to discuss things like that. You can go to a shop and look over their stock and decide what you want to go and buy the next day, that is quite permissible. Often when you visit a shop in the astral you will see the flaws and the shoddiness of some of the goods which are high priced! When you are in the astral and you want to return to the physical, you should keep calm, you should let yourself think of the flesh body, think that you are going to go back and that you are going to get in. As you think this there will be a blur of speed, or there may even be an instantaneous shift from wherever you were to a spot three or four feet above your reclining body. You will find that you are there, drifting, undulating slightly, just as when you left

the body. Let yourself sink down very, very slowly, it must be slowly because the two bodies have to be absolutely synchronized.

Nếu làm đúng, bạn sẽ nhập vào cơ thể mà không bị sốc hay co giật, không có cảm giác nào khác ngoài cảm nhận cơ thể là một khối lạnh lẽo và nặng nề.

If you do it right you will sink into the body without a jar, without any tremor, without any sensation other than that the body is a cold and heavy mass.

Nếu bạn vụng về và không thể căn chỉnh được chính xác hai cơ thể, hoặc nếu ai đó làm gián đoạn việc quay trở lại của bạn với một cú giật, bạn có thể bị nhức đầu, đau nửa đầu. Trong trường hợp đó bạn phải cố gắng đi ngủ, hoặc buộc phải xuất hồn một lần nữa, bởi chừng nào hai cơ thể còn chưa khớp nhau thì bạn vẫn còn đau đầu. Không có gì phải lo lắng cả chắc chắn là sẽ chữa khỏi nếu đi ngủ ngay, dù chỉ một lát, hoặc chủ tâm du hành thể vía một lần nữa.

If you should be clumsy and you should not exactly align your two bodies, or if someone should interrupt you so that you go back with a jerk, you may find that you have some headache, some almost migraine type of headache. In that case you have to try to get yourself to sleep, or force yourself out into the astral again, because until your two bodies are back in exact alignment you cannot get rid of the headache. It is nothing to worry about because a quite definite cure is to go to sleep, even for a few moments, or consciously to get out into the astral again.

Khi quay trở lại cơ thể, có thể bạn sẽ cảm thấy cứng đờ, như thể đang mặc bộ quần áo ướt từ hôm trước và đến bây giờ vẫn ướt và hôi. Chừng nào bạn còn chưa quen khi trở lại thì bạn còn cảm thấy hoàn toàn chẳng vui vẻ gì, những màu sắc rực rỡ mà bạn từng thấy trong thể vía sẽ mờ dần đi. Nhiều màu bạn không còn nhìn thấy nữa trong thân xác, nhiều âm thanh bạn nghe thấy khi xuất vía không còn khi quay trở lại. Nhưng đừng bận tâm, bạn đến trái đất là để học cái gì đó, và khi bạn hoàn thành bài học tìm ra lý do mình đến Trái Đất này, bạn sẽ thoát khỏi những ràng buộc, thoát khỏi việc tái sinh trên Trái Đất. Và khi bạn rời khỏi thân xác hoàn toàn, với Sợi Chỉ Bạc cắt đứt, bạn sẽ đến những cõi xa hơn rất nhiều cõi trung giới.

You may find that back in your flesh-body you are stiff. You may find that the sensation is much the same as putting on a suit of clothes which got wet the day before and now is still wet and dank. Until you get used to it it is not altogether a happy sensation coming back to the body, you will find that the glorious colours which you saw in the astral world have dimmed. Many of the colours you will not see at all in the flesh, many of the sounds that you heard in the astral are quite inaudible when in the fleshly body. But never mind, you are upon Earth to learn something, and when you have learned that which was your purpose in coming to Earth you will be free of the ties, free of the bonds of Earth, and when you leave your fleshly body permanently, with the Silver Cord severed, you go to realms far above that of the astral world.

Hãy thực hành việc du hành thể vía, thực hành và thực hành mà thôi. Tránh xa mọi sự sợ hãi, bởi bạn không sợ gì cả và cũng chẳng có gì phải sợ, không gì có thể hại bạn, chỉ có niềm vui mà thôi.

Practice this astral travelling, practice it and practice it. Keep away all fear, for if you have no fear, then there is nothing to fear, no harm can come to you, only pleasure.

BÀI 10: VƯỢT QUA NỖI SỢ

Chúng ta thường nói “Không có gì đáng sợ hơn sự sợ hãi”. Cũng cần nhấn mạnh rằng khi một người đã thoát khỏi nỗi sợ hãi thì sẽ chẳng có gì nguy hiểm khi thực hiện xuất vía, cho dù chuyển đi đó có xa tới đâu chẳng nữa. Nhưng, bạn có thể hỏi vậy có gì đáng sợ ở đây? Chúng tôi xin dành ra bài học này để bàn về NỖI SỢ HÃI và NHỮNG GÌ KHÔNG NÊN SỢ HÃI.

We have said "There is nothing to fear except fear." We must emphasize again that provided a person remains free from fear there is no danger whatsoever in astral travelling, no matter how far nor how fast one goes. But, you may ask, what is there to fear? Let us devote this Lesson to the subject of fear and what there is that should not be feared!

Sợ hãi là một cảm xúc tiêu cực, có thể bào mòn những nhận thức tốt của con người. Bất kể nỗi sợ hãi của chúng ta là gì, mọi hình thức sợ hãi đều gây hại.

Fear is a very negative attitude, an attitude which corrodes our finer perceptions. No matter of what we are afraid, any form of fear does harm.

Người ta có thể sợ rằng khi du hành thể vía rồi thì không quay lại được thân xác. Việc có thể trở lại cơ thể là đương nhiên trừ khi người đó đang sắp chết thật, hoặc đã sống hết cuộc đời trên trái đất rồi, tức là bạn cũng đồng ý rằng nó chẳng có gì liên quan gì tới việc xuất vía cả. Ta cũng phải thừa nhận rằng có trường hợp người đó sợ hãi đông cứng lại đến mức không thể làm gì. Trong tình huống đó, nếu đang trong thể vía, sự hoảng sợ này có thể khiến thể vía không cử động được. Tất nhiên, điều này làm chậm tiến trình nhập xác đôi chút cho tới khi nỗi sợ giảm dần. Bạn biết đấy, nỗi sợ sẽ giảm dần, mỗi loại cảm giác chỉ tồn tại trong khoảng thời gian ngắn. Vì vậy sự sợ hãi đơn giản chỉ làm chậm tiến trình quay trở lại cơ thể an toàn mà thôi.

People may fear that in going into the astral state they may not be able to return to the body. It is always possible to return to the body unless one is actually dying, unless one has come to the end of one's allotted span upon Earth, and that, as you will agree, has nothing to do with astral travelling. It is

possible, we must admit that one can be so afraid as to be paralyzed with fright, and in that case one just cannot do anything. In such a condition a person may be in the astral body and may be so utterly terrified that even the astral body is unable to move. Of course that delays the return to the physical body for some time, until the sharpness of the fear wears off. Fear does wear off, you know, a sensation can be sustained only for a certain time. So a person who is afraid merely delays a perfectly safe return to the physical body.

Chúng ta không phải hình thái sống duy nhất có thể vĩa, cũng như loài người không phải là hình thái sống duy nhất trên Trái đất. Trong thế giới của chúng ta có những sinh vật thân thiện được biết đến như chó, mèo, ngựa, chim, nhưng cũng có những sinh vật kém thân thiện như loài nhện hoặc loài rắn với những vết cắn và nọc độc của chúng, hay những tạo vật đáng sợ như vi khuẩn, vi rút và những thứ độc hại khác. Nếu bạn nhìn những con vi khuẩn dưới kính hiển vi bạn sẽ thấy chúng như những sinh vật kỳ bí mà có thể hình dung như sống cùng lũ rồng trong các câu chuyện cổ tích. Trong cõi trung giới có nhiều thứ còn kỳ lạ hơn bất cứ cái gì bạn có thể bắt gặp trên Trái đất.

We are not the only form of life in the astral just as humans are not the only form of life on Earth. In this world of ours we have pleasant creatures like cats and dogs and horses and birds to mention just a few; but there are also unpleasant creatures like spiders that bite or snakes that poison. There are unpleasant things like germs, microbes and other harmful and noxious things. If you had seen germs under a high powered microscope you would see such fantastic creatures that you would imagine that you were living in the days of the dragons of fairy tale fame. In the astral world there are many things stranger than anything you can encounter on Earth.

Ở cõi trung giới bạn sẽ bắt gặp những sinh vật, những người hoặc thực thể đặc biệt. Ta có thể bắt gặp các Tinh linh Thiên nhiên – những sinh vật tốt bụng và thân thiện. Nhưng ở đây cũng có những sinh vật ghê ghớm mà có lẽ chỉ được biết đến qua các câu chuyện truyền thuyết hay tiểu thuyết của các nhà văn, như quỷ dữ, thần rừng và cả đồng sinh vật xấu xí. Một số sinh vật ở dạng tiến hóa thấp và có thể sau này sẽ thành người, hoặc cũng có thể phân nhánh sang giới động vật. Dù sao đi nữa, ở giai đoạn phát triển này chúng đều khá khó chịu.

In the astral we shall meet remarkable creatures or people or entities. We shall see Nature Spirits; these, by the way, are almost invariably good and pleasant. But there are horrible creatures who must have been seen by some of the writers of mythology and legend, because these creatures are like the devils, the satyrs, and other various aspected fiends of the myths. Some of these creatures are low elementals who may later become humans or they may branch out into the animal kingdom. Whatever they may be, at this stage of their development they are thoroughly unpleasant.

Tạm dừng một chút ở đây để đề cập tới những người say rượu, họ thường nhìn thấy “những con voi màu hồng” hay những hiện tượng kỳ dị khác, thực ra thì họ đang nhìn thấy những sinh vật kỳ bí chúng ta vừa đề cập ở trên. Người say rượu là những người đã lái thể vía ra khỏi thân xác và đi vào tầng thấp nhất trong cõi trung giới. Tại đây, họ bắt gặp những sinh vật hết sức đáng sợ, và sau khi tỉnh rượu, như mọi khi, họ vẫn giữ những ký ức sống động về những gì đã thấy. Dù say rượu là một cách để đi vào cõi trung giới và ghi nhớ, nhưng đó không phải là cách được khuyến nghị vì nó thường chỉ đưa người ta tới tầng thấp nhất, cảnh giới suy đồi nhất trong cõi trung giới. Hiện nay có rất nhiều loại thuốc được sử dụng trong ngành y tế để điều trị các bệnh về tâm thần có tác dụng tương tự. Ví dụ, Mescaline, một chất có thể thay đổi các dao động sóng não và đẩy thể vía ra khỏi cơ thể và đi vào cõi trung giới theo đúng nghĩa đen. Cũng xin được nói thêm, đây cũng không phải là cách được khuyến cáo. Thuốc và các cách thức khác để đẩy thể vía ra khỏi thể xác đều thực sự có hại, chúng gây hại tới Chân Ngã.

It is worth pausing a moment here to point out that drunkards, those who see “pink elephants” and various other remarkable apparitions, are indeed seeing precisely that type of creature! Drunkards are people who have driven their astral body out of the physical body and into the very lowest planes of the astral world. Here they meet truly fearsome creatures, and when the drunkard later recovers — as much as he ever does! — his senses, then he has quite a vivid memory of the things that he saw. While getting thoroughly drunk is one method of getting into the astral world and remembering, it is not one which we would recommend because it takes one only to the very lowest, to the most degraded planes of the astral. There are various drugs now in use by the

medical profession principally in hospitals for the mentally sick which have a similar effect. Mescaline, for example, can so alter one's vibrations that one is literally ejected from the physical body and catapulted into the astral world. Here again, this is not a method to be recommended. Drugs and other forms of getting out of the physical body are truly harmful, they cause harm to the Overself.

Nhưng hãy cùng chúng tôi quay trở lại với các "phần tử". Chúng ta định nghĩa như thế nào là phần tử? Phần tử là là hình thái cơ bản của sự sống tinh thần. Chúng được cấu thành từ các hình tư tưởng. Những hình tư tưởng đơn thuần là sự phóng chiếu từ hữu thức hoặc vô thức của con người, bản thân chúng không có sự sống thật.

But let us return to our "elementals." What do we mean by elementals? Well, elementals are a primary form of spirit life. They are a stage up from thought forms. These thought forms are merely projections from the conscious or unconscious mind of the human and they have merely a pseudo life of their own.

Hình tư tưởng được tạo ra bởi các thầy tu Ai Cập cổ đại để bảo vệ xác ướp của các vị Pha-ra-ong vĩ đại và các vị hoàng hậu nổi tiếng trước sự xâm phạm của những kẻ trộm mộ. Các hình tư tưởng được xây dựng từ ý tưởng rằng chúng sẽ đẩy lùi những kẻ xâm nhập, rằng chúng sẽ tấn công vào tâm thức những tên trộm để khủng bố tinh thần những kẻ này khiến chúng sợ. Chúng ta không quá quan tâm về các hình tư tưởng, vì chúng chỉ là những thực thể vô thức, chỉ đơn giản được các thầy tư tế đã chết giao nhiệm vụ và được cài đặt để hoàn thành các công việc cụ thể, chúng là lá chắn bảo vệ các ngôi mộ chống lại kẻ xâm nhập. Chúng ta chỉ quan tâm tới một số thời điểm với phần tử.

Thought forms were created by the ancient Egyptian priests in order that the mummified bodies of great pharaohs and famous queens could be protected from those who would desecrate the ancient tombs. Thought forms are constructed with the idea that they shall repel invaders, that they shall attack by impinging upon the consciousness of those who would intrude, and, in impinging upon the consciousness, to cause such extreme terror that the would-

be burglar flees. We are not concerned with thought forms, for they are mindless entities which are merely charged by long-dead priests and set to accomplish certain tasks, the guarding of tombs against invaders. We are concerned for the moment with elementals.

Các phần tử, như chúng ta đã đề cập, chúng là tinh thần con người ở giai đoạn sơ khai. Trong thế giới linh hồn tại cõi trung giới, chúng tương tự như loài khỉ ở thế giới loài người. Loài khỉ không hề có tính trách nhiệm, tinh nghịch, thường quanh quẩn và làm phiền, và chúng cũng không có những lý luận riêng của mình. Chúng, như ta thường nói là tăng nguyên thủy có sự sống mà thôi. Các phần tử có vị trí trong cõi trung giới như lũ khỉ trong thế giới loài người, là các hình thái có chuyển động chút ít nhưng không có mục đích, chúng hay trở chứng và làm bộ ghê tởm để dọa dẫm, chúng tạo nên những trạng thái đe dọa đối với con người khi du hành thể vía, nhưng tất nhiên chúng không thể gây hại gì. Hãy luôn luôn ghi nhớ rằng: chúng chẳng thể gây hại gì hết.

Elementals, as we have stated, are spirit people in the early stages of development. In the spirit world, the astral world, they correspond roughly to the position occupied by monkeys in the human world. Monkeys are irresponsible, mischievous, frequently spiteful and vicious, and they have no great reasoning power of their own. They are, as one might say just animated lumps of protoplasm. Elementals, occupying about the same status in the astral world as monkeys in the human world, are forms which move about more or less without purpose, they jibber and put on strange horrifying expressions, they make threatening motions at an astral travelling human, but, of course, they can do no harm. Always keep that in mind; they can do no harm.

Nếu bạn từng không may phải vào bệnh viện tâm thần và nhìn thấy những trường hợp loạn trí nặng, bạn sẽ bị sốc với những bộ dạng của ca bệnh nặng, họ tiến đến, gào thét, hoặc có thể có những hành động vô nghĩa. Họ làm nhảm và chảy nước dãi, nhưng đứng trước thái độ cương quyết, họ lại trở nên yếu đuối và lùi bước.

If you have ever been so unfortunate as to go to a mental hospital and see really bad cases of mental derangement, you will have been shocked at the

manner in which some of the worst cases there come up to one and make threatening, or possibly meaningless, gestures. They slobber and drool, but if they are faced with determination they, being of a very inferior mentality, always retreat.

Khi bạn đi qua những cảnh giới thấp của cõi trung giới, bạn có thể bắt gặp những loại người này, một số khá kỳ dị và lạ lùng. Đôi khi nếu người xuất vía thấy e sợ thì các sinh vật này càng tụ tập xung quanh và cố tình gây rối cho họ. Chúng không có ý gây hại, thực ra chúng hoàn toàn vô hại, trừ khi người đó sợ chúng. Khi có một người bắt đầu xuất vía, bạn sẽ thường bắt gặp hai hay ba những thực thể cấp thấp tụ tập gần đó để quan sát họ "đi ra" thế nào, cũng tương tự kiểu người thích đứng xem kẻ học lái lần đầu lái xe. Những khán giả này luôn mong có sự gay cấn, kích thích xảy ra, và đôi khi nếu lái mới bị bối rối, anh ấy hoặc cô ấy sẽ đâm vào cột đèn hoặc gây ra hành động nào đó thỏa mãn sự hiếu kỳ của người xem. Những phần tử như vậy vốn không có hại, chúng đơn giản là tìm kiếm sự giải trí rẻ tiền. Chúng thích nhìn thấy sự biến dạng của con người, do đó nếu bạn thể hiện sự sợ hãi ra ngoài, chúng sẽ vui sướng tiến đến, tiếp cận và đe dọa bạn. Thực ra chúng không thể làm gì con người, chúng giống như những con chó sủa bậy, mà một con chó sủa bậy thì không gây hại gì. Hơn nữa, chúng chỉ có thể làm phiền tới bạn nếu bạn sợ hãi và cho phép chúng khiến bạn sợ hãi.

When you move through the lower astral planes you may meet some of these people, some of these strange, outlandish creatures. Sometimes if a traveller is timid these creatures cluster around and try to fluster one. There is no harm in that, they are quite harmless, really, unless one is afraid of them. When one is starting astral travel you will often get two or three of these lower entities congregating nearby to see how one "makes out", in much the same way as a certain type of person always likes to look at a learner driver taking a car out for the first time. The spectators always hope that something gory or exciting will happen, and sometimes if the learner driver is flustered he, or, more usually, she, will collide with a lamp post or something else to the great delight of the spectators. The spectators, as such, mean no harm, they are just sensationalists trying to get a cheap thrill. So with the elementals, they are merely out for cheap entertainment. They like to see the discomfiture of

humans, therefore, if you show any fear, these elementals will be delighted and will keep up their gesticulations, their fierce and threatening approaches. Actually, they can do nothing whatever to any human, they are more like dogs who can bark only, and a barking dog does no harm. Furthermore, they can only annoy you so long as you, through your fear, permit them to.

Đừng sợ hãi, không gì có thể xảy ra với bạn cả. Bạn rời khỏi cơ thể, bay vào cõi trung giới và chín mươi đến chín chín phần trăm là bạn sẽ không nhìn thấy những thực thể bậc thấp này. Xin được nhắc lại một lần nữa, bạn sẽ chỉ nhìn thấy chúng khi bạn sợ hãi chúng mà thôi. Thông thường, bạn sẽ bay vượt lên khỏi lãnh địa của chúng, chúng chỉ tụ tập ở những cảnh giới thấp của cõi trung giới cũng như những loài sâu tụ tập đáy sông hay biển vậy.

Have no fear, nothing whatever can happen to you. You leave your body, you soar into the astral plane, and about ninety or ninety nine times out of a hundred you will not see any of these low entities. Again, you will only see them if you are afraid of them. Normally you will soar up and beyond their realm, they are clustered right at the bottom of the astral plane in much the same way as worms cluster at the bottom of a river or sea.

Khi bạn tiến vào cõi trung giới, bạn sẽ gặp rất nhiều sự kiện đáng chú ý. Bạn có thể nhìn thấy những tia sáng rực rỡ từ phía xa. Đó là những cảnh giới vượt khỏi tầm của ta. Bạn còn nhớ những phím đàn của chúng ta chứ? Con người khi tồn tại trong cơ thể chỉ có thể nhận biết được ba đến bốn "nốt nhạc", nhưng khi rời khỏi cơ thể và tiến vào cõi trung giới, bạn sẽ được mở rộng giới hạn thêm vài "nốt nhạc", sự mở rộng giới hạn như vậy cùng đủ để bạn nhận thức được những thứ lớn lao hơn ở phía trước. Một vài "thứ" trong đó được thể hiện bởi ánh sáng chói lòa khiến bạn không thể nhìn rõ chúng là gì.

When you move up into the astral planes you will meet many remarkable occurrences. You may in the distance see great and brilliant gleams of light. These are from planes of existence presently beyond your reach. Remember our keyboard? The human entity, while in the flesh, can be aware of only three or four "notes," but in getting out of the body and into the astral world you have extended your range of "notes" a little upwards, you have extended that range

enough to become aware that there are greater things ahead of you. Some of these "things" are represented by the bright lights which are so bright that you cannot really see what they are.

Nhưng lúc này hãy tiếp tục trong không gian của cõi trung giới. Tại đây bạn có thể viếng thăm những người bạn hoặc những người họ hàng, bạn có thể tới mọi thành phố trên thế giới và nhìn ngắm những tòa nhà vĩ đại, bạn có thể đọc những cuốn sách bằng những ngôn ngữ lạ, hãy nhớ rằng, trong cõi trung giới, bạn biết tất cả các ngôn ngữ. Bạn sẽ cần tập luyện việc xuất vía. Dưới đây là một số mô tả về việc xuất vía cùng như những kinh nghiệm để bạn thực hành.

But let us content ourselves for the time being with the middle astral. Here you can visit your friends or your relations, you can visit the cities of the world and see the great public buildings, you can read books in strange languages, for, remember, in the middle astral plane all languages are known to you. You will need to practice astral travel. Here is a description of what it is like, a description which can be your own experience with practice.

Ngày đã dần kết thúc, bóng tối bắt đầu trùm lên, chỉ để lại ánh hoàng hôn tím dần cho tới khi tắt hẳn, bầu trời chuyển sang màu chàm rồi tối đen. Những ánh sáng le lói lan tỏa xung quanh, ánh xanh trắng từ những chiếc đèn đường, ánh vàng lấp ló từ trong các ngôi nhà, dường như bị che khuất bởi những chiếc rèm che cửa.

The day had grown old and the shadows of night had fallen, leaving the purple twilight which gradually grew darker and darker until at last the sky turned indigo, and then — black. Little lights had sprung up all around, the whitish-blue lights which illumined the streets, the yellowish lights which were the lights within the houses, perhaps they had been tinted somewhat by the blinds or curtains through which they shone.

Cơ thể vẫn đang nằm trên giường một cách tỉnh thức, hoàn toàn thoải mái. Từ từ bạn sẽ có cảm giác chìm xuống, một cảm giác như thể có gì đó đang trôi dạt, dịch chuyển. Có những vết ngứa lâm râm trên khắp cơ thể, rồi dần dần có một

sự tách rời. Phía trên cơ thể đang nằm thẳng, một đám mây được hình thành tại điểm cuối của Sợi chỉ Bạc, đám mây bắt đầu vô định không hình dạng giống như vết mực lớn loang lổ trong không khí. Chầm chậm, đám mây hình thành vóc dáng cơ thể con người, bay lên khoảng ba đến bốn feet (khoảng 1,2m) tại nơi nó lắng lư và xoắn lại. Qua khoảng vài giây, thể vía bay cao hơn, sau đó bàn chân nghiêng sang một bên. Rồi từ từ, nó hạ xuống đứng ở phía cuối giường, ngấm thân thể nơi nó vừa rời khỏi và vẫn còn liên kết.

The body was resting in bed fully conscious, fully relaxed. Gradually there came a faint creaking sensation, a feeling as if something was drifting, shifting. There was the faintest of faint itches throughout the body, gradually there came a separation. Above the prone body a cloud formed at the end of a gleaming Silver Cord, the cloud started as an indistinct mass something like a big blot of ink floating in the air. Slowly it formed into the shape of a human body, it formed and rose to about three or four feet where it swayed and twisted. Over some seconds the body of the astral rose higher, then the feet tilted. Slowly it sank down so that it was standing at the foot of the bed looking at the physical body which it had just left and to which it was still attached.

Trong căn phòng, những cái bóng leo lắt tụ lại một góc như những sinh vật lạ bị dồn vào chân tường. Sợi Chỉ Bạc vẫn rung lên và tỏa ánh sáng xanh bạc mờ ảo, bản thân thể vía phát ánh sáng xanh dịu. Thể vía quan sát xung quanh rồi nhìn xuống cái xác đang nằm nghỉ ngơi thoải mái trên giường. Đôi mắt lúc này nhắm chặt, hơi thở chậm rãi yên tĩnh, không cử động, không co giật, thể xác dường như đang nghỉ ngơi hoàn toàn và thoải mái. Sợi Chỉ Bạc không rung nữa nên không còn có bất cứ sự bất ổn nào.

In the room the flickering shadows crept into the corners like strange animals at bay. The Silver Cord was vibrating and shining with a dull silvery-blue light, the astral body itself was rimmed with blue light. The figure in the astral looked about and then looked down upon the physical body resting comfortably on the bed. The eyes were now shut, the breathing was quiet and shallow, there was no movement, no twitching, the body appeared to be resting comfortably. The Silver Cord did not vibrate therefore there was no evidence of any unease.

Cảm thấy hài lòng, thể vía yên lặng và từ từ bay lên không trung, xuyên qua mái nhà và đi vào màn đêm. Sợi Chỉ Bạc được kéo giãn nhưng không hề giảm kích thước. Giờ đây thể vía giống như một quả bóng bay thổi căng được buộc vào ngôi nhà là thể xác. Thể vía bay lên cao chừng mười lăm mét, ba mươi mét, hay sáu mươi mét phía trên mái nhà. Rồi nó dừng lại, trôi nổi nhàn hạ và nhìn lại.

Satisfied, the astral form silently and slowly rose up into the air, passed through the ceiling of the room and through the roof above, and out into the night air. The Silver Cord lengthened but did not diminish in thickness. It was as if the astral figure was a gas-filled balloon tethered to the house which was the physical body. The astral figure rose until it was fifty, a hundred, two hundred feet above the rooftops. There it stopped, floated idly, and looked about.

Nhìn từ những ngôi nhà dọc các con phố hay từ những con phố bên cạnh có thể thấy những dải màu xanh các Sợi Chỉ Bạc của những người khác. Chúng cứ kéo dài ra rồi biến mất trong khoảng không vô hạn. Con người luôn xuất vía vào ban đêm, dù họ nhận thức được hay không, nhưng chỉ những người yêu thích luyện tập xuất vía mới trở lại với tất cả nhận thức đầy đủ về những gì họ đã trải qua.

From houses all along the street and from streets beyond there were the faint blue lines which were the Silver Cords of other people. They extended up and up and disappeared into some illimitable distance. People always travel by night whether they know it or not, but only the favoured ones, the ones who practice, come back with the full knowledge of all that they have done.

Thể vía này vẫn đang trôi nổi trên mái nhà, nhìn lại và quyết định nơi cần đi. Cuối cùng, nó quyết định tới thăm một vùng đất rất xa. Ngay khi định được khoảng cách, nó lập tức bắt đầu với tốc độ kỳ diệu vượt qua các vùng đất, vượt qua biển cả, và thậm chí vượt qua cả những con sóng lớn bạc đầu. Có một lúc trong chuyến hành trình, nó nhìn chăm chú xuống dưới đường đua trên vùng biển huyền ảo với ánh sáng và âm nhạc vang lên từ sàn tàu. Rồi Thể vía lại tăng tốc để bắt kịp thời gian. Qua tối rồi lại đến đêm, rồi lại tối và tới chiều muộn. Chiều muộn dần qua đi và chuyển sang trưa. Cuối cùng trong ánh sáng chói, thể vía nhận ra rằng nó đã tới vùng đất muốn nhìn ngắm, mảnh đất yêu

quý với những con người đáng yêu. Một cách nhẹ nhàng, thể vía hạ xuống mặt đất, và hòa vào những con người trong thể xác mà không ai nhìn thấy, nghe thấy nó.

This particular astral form was floating above the rooftops, looking about, deciding where to go. At last it decided to visit a land far, far away. Upon the instant of decision it started into fantastic speed, whirling almost with the speed of thought across the land, across the seas, and as it crossed the sea below the great waves leapt up with the white crests at the top. At one point in its journey it peered down at a great liner racing across the turbulent sea with all lights on and the sound of music coming from the decks. The astral form sped on overtaking time. The night gave way to the evening before; the astral form was catching up on time, night gave way to evening and evening, in its turn, was overtaken and became late afternoon. Late afternoon was outstripped and become noon itself. At last in the bright sunlight the astral figure saw that which it had come to see, the land so far away, a dearly beloved land with dearly beloved people. Gently the astral figure sank to the earth and mixed unseen, unheard among those who were in the physical body.

Sau cùng, bỗng xuất hiện một lực kéo mạnh mẽ, xoắn lại từ Sợi Chỉ Bạc. Ở vùng đất xa xôi kia, thể xác bị bỏ lại cảm nhận được ngày mới lại đến và đang kêu gọi vía của nó trở về. Trong một vài khoảnh khắc, thể vía cố nán lại nhưng sự cảnh báo cuối cùng là không thể bỏ qua. Thể vía bay lên không trung, bất động trong giây lát giống như những chú chim câu, sau đó tỏa ra khắp bầu trời, nhấp nháy trên mặt đất, vượt qua mặt nước, rồi quay trở lại mái nhà. Những Sợi Chỉ Bạc khác cũng rung lên, những người khác cùng đang trở về với thể xác họ, thể vía này hạ xuống qua mái nhà mình, trôi nổi ngay phía trên cơ thể của nó. Từ từ, nhẹ nhàng với sự cẩn thận nhất định, nó đi xuống và nhập vào thể xác. Trong khoảnh khắc đó, cảm giác lạnh lẽo, mơ màng, nặng như chì đè lên. Sự nhẹ nhàng, tự do, ngập tràn màu sắc trong thể vía biến mất dần, thay vào đó là cảm giác lạnh lẽo. Nó như thể bạn phải khoác một chiếc áo ướn bên ngoài cơ thể ấm áp vậy.

Eventually there came an insistent tugging, a twisting of the Silver Cord. Far far away in a different land the physical body which had been left behind was

sensing the break of day and was recalling its astral. For some moments the astral lingered on, but at last the warning could no longer be ignored. Up into the air rose the shadowed form, poised motionless for a moment like a homing pigeon, then sped across the skies, flashing across land, across water, back to the place of the rooftop. Other cords were trembling too, other people were returning to their physical bodies, but this particular astral form sank down through the rooftop and emerged through the ceiling over the slumbering figure of its physical. Lightly, slowly, it sank down and positioned itself precisely above the physical body. Slowly, gently, with infinite care it descended and merged into that physical body. For a moment there was a sensation of intense cold, a sensation of dullness, of leaden weight pressing down. Gone was the lightness, the feeling of freedom, the bright colours experienced in the astral body, instead there was cold. It felt as if a warm body was putting on a wet suit of clothes.

Thế xác cử động và mở mắt. Bên ngoài cửa sổ, ánh sáng mờ nhạt của ngày mới xuất hiện phía đường chân trời. Thế xác cử động và nói: "Tôi nhớ tất cả những trải nghiệm đêm qua".

The physical body stirred and the eyes opened. Outside the windows the first faint streaks of daylight were showing above the horizon. The body stirred and said, "I remember all my experiences of the night."

Bạn cũng có thể có những trải nghiệm như vậy, bạn cũng có thể xuất vía, bạn có thể nhìn thấy những mình yêu quý, và mối quan hệ của bạn với những người yêu quý càng nhiều thì bạn càng dễ xuất vía. Nó cần có sự luyện tập và luyện tập nhiều hơn. Theo những ghi nhận của các truyền thuyết phương Đông, từ thời xa xưa con người đã có thể xuất vía vào cõi trung giới, nhưng vì nhiều người đã lạm dụng điều đó nên khả năng này bị tước đi. Đối với những người có tư tưởng thuần khiết, những người tâm trí thuần khiết, sự thực hành sẽ giải phóng họ khỏi thân thể nặng nề và sẽ có thể đi bất kỳ đâu họ muốn.

You too can have such experiences, you too can travel in the astral, you can see those whom you love, and the greater the ties between you and those whom you love the more easily you can travel. It needs practice and more practice.

According to old Eastern tales, in the days of long long ago all mankind could travel in the astral but because so many people abused that privilege it was taken away. For those who are pure in thought, for those who are pure in mind, practice will bring release for the leaden, cloying weight of the body, and will enable one to go wherever one wills.

Bạn sẽ không chỉ tập luyện trong năm phút hay năm ngày. Bạn cần “hình dung” rằng mình có thể làm điều đó. Bạn chính là điều bạn tin. Bất cứ điều gì bạn tin mình có thể làm là bạn làm được. Nếu bạn thực sự tin, nếu bạn chân thành tin rằng mình có thể làm được điều gì đó, thì chắc chắn là bạn làm được. Tin tưởng, tin tưởng, và cùng với sự thực hành, bạn sẽ có thể du hành vào cõi trung giới.

You will not do it in five minutes, nor in five days. You must “imagine” that you can do it. Whatever you believe you are, that you are. Whatever you believe you can do, that you can do. If you really believe, if you sincerely believe that you can do a thing, then you can do that thing. Believe, believe, and with practice you will travel in the astral.

Xin nhắc lại một lần nữa, đừng sợ khi xuất vĩa bởi không gì có thể làm hại bạn, đừng để ý đến những thực thể cảnh giới thấp cổ tình làm bạn hoảng sợ hoặc kinh hãi dù rất ít khả năng bạn nhìn thấy chúng. Chúng không thể làm gì bạn trừ khi bạn sợ chúng. Bạn được an toàn tuyệt đối khi không sợ hãi.

Again, have no fear for while in the astral no one can harm you no matter how fearsome, no matter how terrifying is the aspect of lower entities whom you may, but probably will not, see. They can do nothing to you unless you are afraid. The absence of fear ensures your absolute protection.

Vậy bạn có tập không và bạn đã quyết định sẽ đi đâu chưa? Hãy nằm lên giường, tất nhiên là chỉ nằm một mình trên giường thôi nhé, và tự nhủ với bản thân, tối nay bạn sẽ đến nơi này nơi kia để thấy cái này cái kia, và khi thức dậy vào buổi sáng, bạn sẽ nhớ tất cả mọi thứ bạn đã làm. Luyện tập là tất cả những gì bạn cần để có thể đạt được điều này.

So will you practice, will you decide where you are going? Lie down upon your bed, you must be alone in your bed, of course, and tell yourself that this night you are going to such-and-such a place to see so-and-so, and when you awaken in the morning you will remember everything that you did. Practice is all that is necessary to make this attainable.

BÀI 11: THẦN CHÚ VÀ BÙA PHÉP

Chủ đề du hành thể vía dĩ nhiên có tầm quan trọng sống còn, do đó sẽ thuận lợi hơn cho bài học này khi bạn có thêm nhiều lưu ý trong khi tận hưởng trò tiêu khiển thú vị này.

The subject of astral travelling is, of course, of vital importance, and for that reason it might be advantageous to devote this Lesson to more notes about that quite fascinating pastime.

Chúng tôi khuyên bạn nên đọc kỹ bài học này một lượt, tỉ mỉ như bạn đã làm với các bài học trước, và sau đó dành ra một buổi tối vài ngày trước khi quyết định thử nghiệm. Chuẩn bị cho bản thân bằng cách suy nghĩ để chọn ra tối nào sẽ đi ra khỏi thân thể mà vẫn hoàn toàn ý thức, nhận biết được đầy đủ về tất cả những gì đang diễn ra.

We suggest that you carefully read this Lesson, go through it at least as meticulously as you have gone through the other Lessons, and then decide upon an evening a few days ahead as the evening of your Experiment. Prepare yourself by thinking that upon the chosen evening you are going out of the body and remain fully conscious, fully aware of all that is happening.

Như bạn đã biết cần có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về một số quyết định trước khi làm. Người xưa thường dùng "bùa", hay nói cách khác là "thần chú", tức lặp đi lặp lại một câu nào đó (một hình thức cầu nguyện) với mục tiêu thấm nhuần vào tiềm thức. Bằng cách lặp lại câu thần chú trong ý thức – chỉ một phần mười chúng ta – là có thể gửi một mệnh lệnh bắt buộc đến tâm thức. Ví dụ câu thần chú như thế này:

As you know, there is a very great deal in preparing, in deciding in advance what one is going to do. The Ancients of Old used "incantations," in other words, they repeated a mantra (that is, a form of prayer) which had as its objective the subjugating of the sub-conscious. By repeating their mantra the

conscious — only one tenth of us — was able to send an imperative order to the sub-conscious. You could have a mantra such as this: —

“Vào ngày này, tôi sẽ du hành vào cõi trung giới, và tôi sẽ đi với đầy đủ sự tỉnh thức về những gì mình làm, những gì mình thấy. Tôi sẽ nhớ tất cả những điều này và có thể hồi tưởng lại toàn bộ khi tôi trở về trong cơ thể. Tôi phải làm được mà không thất bại. ”

"On such-and-such a day I am going to travel in the astral world, and I am going to remain fully aware of all that which I do and be fully aware of all that which I see. I shall remember all this and recall it fully when I am again in my body. I shall do this without fail."

Bạn nên lặp lại câu thần chú này ba lần, tức là, bạn đọc câu thần chú, sau đó lặp lại nó và rồi khẳng định thêm một lần nữa. Cơ chế hoạt động của nó như thế này: Khi ta phát biểu một điều gì đó thì nó chưa đủ để báo với tiềm thức vì ta luôn nói đủ thứ, và chúng tôi chắc chắn rằng tiềm thức cho rằng phần hữu thức của chúng ta rất lảm nhảm! Thế nên đọc thần chú một lần là chưa đủ để thông báo với tiềm thức. Đọc lại lần thứ hai và phải phát biểu giống hệt thì khi đó tiềm thức mới bắt đầu chú ý. Lần khẳng định thứ ba, tiềm thức – như ta có thể nói – bản khoăn rằng nó là về cái gì nhỉ và nó nhận được thần chú của chúng ta một cách đầy đủ, thế là thần chú giờ đã được tiếp nhận và lưu lại.

You should repeat this mantra in groups of three, that is, you should say it, then having said it you should repeat it, then having repeated it you should affirm it once more. The mechanics of it is something like this: One states a thing, that is not enough to alert the sub-conscious because one is always stating things, and we are sure that the sub-conscious thinks that the conscious part of us is very talkative! Having stated our mantra once the sub-conscious is not at all alerted. The second time the same words are stated, and they must be stated quite identically, the sub-conscious begins to take notice. At the third affirmation the sub-conscious — as one might say — wonders what it is all about and is fully receptive to our mantra, and the mantra is received and stored.

Giả sử bạn lặp lại ba lần câu thần chú vào buổi sáng, sau đó bạn sẽ đọc nó vào giữa trưa (tất nhiên là khi chỉ có một mình) và một lần nữa vào buổi chiều rồi tiếp tục trước khi nghỉ ngơi để đi ngủ. Nó giống như khi đóng đinh, bạn có chiếc đinh và bắt đầu chọn điểm để đóng trên gỗ, nhưng một phát là không đủ, bạn phải tiếp tục đóng cho đến khi đinh thọc vào trong tấm gỗ đến độ sâu mong muốn. Tương tự như vậy, lặp lại câu thần chú giống như những nhát búa đóng lời tuyên bố của bạn vào tiềm thức.

Supposing you say your three affirmations in the morning, then you will want to say them (when you are alone, of course) at midday and again in the afternoon and again before you retire and go to sleep. It is as knocking in a nail; you have your nail, you start the point in the wood but one blow is not enough, you have to keep administering blows until the nail is in the wood to the depths desired. In much the same way, the affirmations administer blows which drive the desired statement into the awareness of the sub-conscious.

Đây chẳng phải phát minh gì mới mẻ cả, nó cổ xưa như loài người vậy, vì người cổ đại từ thời xa xưa đã biết rất nhiều về thần chú và bùa ngải, chỉ có chúng ta trong kỷ nguyên hiện đại đã quên mất, hoặc hoài nghi về chuyện đó. Vì thế chúng tôi nhấn mạnh rằng bạn phải tự đọc lời chú của mình và không cho bất kỳ ai biết về điều đó, bởi nếu những kẻ hoài nghi biết chuyện, họ sẽ chế nhạo bạn, rồi có thể ném sự hoài nghi vào tâm trí bạn. Những kẻ chuyên cười nhạo và ném sự hoài nghi là những kẻ khi trưởng thành mất đi khả năng nhìn thấy các Tinh linh Thiên nhiên hoặc trò chuyện bằng thần giao cách cảm với động vật. Hãy nhớ lấy điều đó!

This is not a new devise by any means, it is as old as humanity itself, for the old old people of days long gone knew a lot about mantras and affirmations, it is only we in the modern age who have forgotten, or perhaps have become cynical about the whole affair. For that reason we impress upon you the urge that you must state your affirmations to yourself and not let anyone else know about them, for if other skeptical people know about them they will laugh at you and perhaps throw doubt in your mind. It is people laughing and throwing doubt which has stopped adults from seeing Nature Spirits and being able to converse telepathically with animals. Remember that.

Bạn hãy chọn ra một buổi tối thích hợp, và khi ngày dự định đó đến, bạn phải cố gắng hết sức để giữ sự yên tĩnh, bình an nội tại cũng như với mọi người. Điều này có tầm quan trọng sống còn. Phải không còn xung đột nào bên trong khiến bạn quá khích. Ví như bạn có một cuộc cãi vã với một người ngày hôm đó, thì khi có thời gian bạn sẽ nghĩ nhiều về điều bạn đã nói với họ, hay những gì họ nói với bạn, và như thế toàn bộ sự chú tâm của bạn không còn dành cho việc du hành thể vía nữa. Nếu bạn cảm thấy bị quấy rầy hoặc khổ sở vào ngày đã chọn, hãy chủ động tạm gác chuyến du hành thể vía sang ngày khác bình an hơn.

You will have decided upon the evening of a suitable day, and on the day in question when it arrives, you must make every effort to remain tranquil, to remain at peace with yourself and with everyone else. This is of vital importance. There must be no conflict within you which would cause you to become excited. For example, suppose you have had a heated argument with someone that day, then you will be thinking of what you would have said if you had had more time to think, you will think of things said to you, and your whole attention will not be focused upon travelling in the astral. If you are disturbed or distressed during the proposed day, postpone your astral travelling consciousness until another more peaceful day.

Nhưng giả như mọi thứ đều yên ổn và suốt cả ngày bạn chỉ nghĩ đến việc du hành thể vía với những dự đoán thú vị, như thể bạn đang mong đợi một hành trình đến với người thân yêu sống ở xa, rằng nó là một lý do thực sự đáng để đi vậy. Hãy đi vào phòng ngủ, thay quần áo chậm rãi và yên lặng trong khi vẫn thở đều đặn. Khi bạn đã lên giường, hãy chắc chắn rằng đồ ngủ của bạn khá thoải mái, nghĩa là nó không thít vào cổ và cũng không nên xiết chặt quanh eo bởi nếu bạn mặc những đồ như áo cổ cồn, hay đeo thắt lưng, nó sẽ kích thích cơ thể vật lý và có thể gây giật mình ở những thời điểm quan trọng. Kiểm tra phòng ngủ để đảm bảo nhiệt độ phù hợp, tức không quá nóng cũng không quá lạnh. Nếu bạn chỉ mặc ít quần áo thôi thì sẽ tốt hơn nhiều để tránh sức nặng của vật chất đè lên cơ thể.

But assuming that everything is tranquil and that all day you have been thinking of astral travelling with pleasurable anticipation just as you would pleausrably anticipate a journey to some loved one who lived so distant from you that it

would be an event indeed to so travel, then go to your bedroom, undress slowly keeping quite calm and breathing steadily. When you are ready get into your bed, make sure that your night attire is quite comfortable, that is, it should not be tight around the neck nor should it be tight around the waist, for if you have distractions such as a tight neckband or a tight waistband, this irritates the physical body and may cause a jerk at a crucial moment. See that your bedroom is of a temperature most convenient to you, that is, neither too hot nor too cold. If you have little clothing on the bed so much the better because you do not want to be oppressed by an excessive weight of material above you.

Tắt đèn ngủ, và tất nhiên bạn phải đảm bảo rằng rèm cửa cũng đã kéo vào để không một tia sáng nào có thể chiếu vào mắt không đúng lúc. Khi tắt cả mọi thứ đã chuẩn bị xong, hãy nằm xuống một cách thoải mái.

Turn out your bedroom light, and you will, of course, have made sure that your curtains are drawn closed so that no vagrant rays of light can flicker into your eyes at the wrong moment. With all this satisfactorily accomplished, lie down comfortably.

Giờ đã yên vị trên giường, bạn hãy để toàn thân mềm ra, hoàn toàn thư giãn. Cố gắng đừng buồn ngủ, tuy nhiên nếu bạn đã lặp lại tốt câu thần chú rồi thì ngủ hay không cũng không quan trọng, bởi bạn vẫn có thể nhớ lại được. Mặc dù vậy, chúng tôi khuyến cáo bạn nên tỉnh táo bởi chuyến du hành đầu tiên ra khỏi cơ thể thực sự rất thú vị.

Settle yourself, let yourself go limp, let yourself become completely and utterly relaxed. Do not fall asleep if you can help it, although if you have repeated your mantra successfully sleep will not matter because you will still remember. We advise you to stay awake if you can because it really is interesting, this first trip out of the body.

Nằm thoải mái – tốt nhất là nằm ngửa – hãy tưởng tượng rằng bạn đang đẩy một cơ thể khác ra khỏi mình, hãy tưởng tượng rằng có một con ma ở thể vía đang bị đẩy ra ngoài. Bạn có thể cảm thấy nó đang bay lên, một cái gì đó giống như một nút chai bật lên qua nước, bạn có thể cảm thấy nó đi ra từ thể xác.

Một chút ngứa râm ran nhẹ, sau đó cơn ngứa gần như chấm dứt. Hãy lưu ý chỗ này vì chuyển động tiếp theo sẽ là một cú giật, phải rất cẩn thận bởi nếu bị giật mạnh thì thể vía sẽ bị lôi trở lại như một cú đập vào thể xác.

Lying comfortably — preferably on your back — imagine that you are forcing another body out of yourself, imagine that the ghostly form of the astral is being pushed out. You can feel it rising up something like a cork rising up through water, you can feel it withdrawing from your own flesh-body molecules. There is a very slight tingling, then will come a moment when the tingling almost ceases. Be careful here because the next motion will be a twitch unless you are careful, and if you do twitch violently your astral body will come back with a thud into the physical.

Hầu hết mọi người, nếu không muốn nói là tất cả, trên thực tế đã có trải nghiệm bị rơi khá rõ ràng khi bắt đầu ngủ. Những học giả thì cho rằng đây là dấu vết để lại từ loài khỉ. Nhưng thực chất, cảm giác rơi xuống này gây ra bởi cú giật mình do thể vía mới trôi nổi lên trên bị ROI trở lại thể xác. Thường thì nó sẽ giật một cái đến mức người đó tỉnh ngủ hẳn, nhưng dù là gì chẳng nữa, nó cũng thường là một cú giật mạnh hoặc lôi thể vía trở lại thể xác khi nó thoát ra chưa quá vài inches.

Most people, in fact we might almost say everyone, has had the experience of apparently falling just at the point of sleep. Learned pundits have stated that this is a relic of the days when humans were monkeys. Actually, this sensation of falling is caused by a twitch which causes the newly floating astral body to FALL back into the physical body. Often it will jerk one into complete awakeness, but whatever it is there is usually a violent twitch or jerk and back comes the astral body without having got more than a few inches out of the physical.

Nếu biết rằng sẽ bị giật mình thì bạn sẽ không mắc phải nữa, vì vậy khi nhận biết trước những khó khăn, bạn sẽ dễ vượt qua hơn. Khi dứt cơn ngứa vẫn chưa có chuyển động nào cả, mà sau đó là cảm giác man mát, như thể có cái gì đó đi ra khỏi cơ thể. Tiếp đó là ấn tượng rằng có cái gì đó ở phía trên người, như là ai đó thô lỗ vút chiếc gối lên mình vậy. Đừng để ý, và nếu bạn không bị quấy rầy

vì điều đó thì tiếp theo bạn sẽ thấy mình đang nhìn vào chính cơ thể mình, có thể từ cuối giường, hoặc cũng có khi là từ trần nhà.

If you are aware that there is a possibility of a twitch, then you will not twitch, so let yourself become aware of difficulties then you can overcome them. After the slight tingling stops make no movement at all, and there will be a sudden coolness, a feeling as if something has left you. You may have an impression that there is something just above you, as if, to put it crudely, someone was dropping a pillow on you. Do not be disturbed, and if you are not disturbed the next thing that you will know is that you are looking at yourself from perhaps the end of the bed or even from the ceiling looking down.

Hãy xem xét cơ thể một cách bình tĩnh nhất khi du hành lần đầu, vì bạn chưa bao giờ nhìn thấy nó rõ như thế trước đây. Bạn sẽ nhìn vào chính mình, và chắc chắn bạn sẽ thốt lên đầy kinh ngạc khi thấy nó không giống như mình nghĩ. Chúng tôi biết rằng bạn soi gương, nhưng người ta không thể thấy được chân tướng của chính mình kể cả qua cái gương tốt nhất. Trái và phải bị đảo lộn hết, rồi cả sự méo mó khác nữa. Chẳng có gì giống với việc đối diện với chính mình hết!

Examine yourself with as much composure as you can manage on this first occasion because you never see yourself so plainly as you do on this first excursion. You will look at yourself, and no doubt you will exclaim with astonishment when you find that you are nothing like you expected. We know that you look in mirrors, but a person does not see a true reflection in even the best mirror. Lefts and rights are reversed, for example, and there are other distortions. There is nothing like coming face to face with yourself!

Tự kiểm tra mình xong rồi, bạn hãy tập luyện di chuyển trong phòng, nhìn vào tủ quần áo hoặc một cái ngăn kéo, quan sát xem mình có thể di chuyển dễ dàng nhường nào. Rồi kiểm tra trần nhà, những nơi mà thường ngày bạn khó mà với tới. Chắc chắn là bạn sẽ thấy rất nhiều bụi ở những chỗ ít được sờ tới, và hãy làm một thử nghiệm hữu ích khác; hãy cố gắng để lại vân tay trong bụi, và bạn thấy là không thể. Các ngón tay, bàn tay và cả cánh tay của bạn có thể xuyên qua tường mà chẳng có bất kỳ cảm giác nào.

Having examined yourself, then you should practice moving about the room, look in a closet or in a chest of drawers, observe how easily you can go anywhere. Examine the ceiling, examine those places where you cannot normally reach. No doubt you will find much dust in the inaccessible places, and that will give you another useful experiment; try to leave fingerprints in the dust, and you find you cannot. Your fingers and your hand and your arm as well sink through the wall without any sensation whatever.

Khi đã hài lòng rằng mình có thể di chuyển theo ý muốn, hãy xem cái gì nổi giữa thể vía và thể xác bạn. Bạn có thấy một Sợi Chỉ Bạc lấp lánh không? Nếu bạn đã từng đến xưởng rèn ngày xưa, bạn sẽ nhớ đến hình ảnh lấp lánh ánh đỏ của kim loại bị búa của người thợ rèn đập vào, nhưng trong trường hợp này, thay vì màu đỏ anh đào lấp lánh là màu xanh hoặc thậm chí màu vàng. Di chuyển xa hơn khỏi thể xác bạn sẽ thấy Sợi Chỉ Bạc tự dài ra trong khi đường kính không giảm đi. Nhìn lại thể xác một lần nữa rồi chuẩn bị tới nơi bạn đã dự kiến, hãy nghĩ về người hoặc chỗ đó, bạn không cần nỗ lực gì hết, chỉ cần nghĩ về người và chỗ đó mà thôi.

When you are satisfied that you can move about at will, look between your astral and your physical. Do you see how your Silver Cord is sparkling? If you have ever visited an old blacksmith's shop you will be reminded of the way in which the red hot metal sparkled when it was hit by the blacksmith's hammer, but in this case, instead of sparkling cherry-red, the sparklings will be blue or even yellow. Move away from your physical body and you find that the Silver Cord stretches without any effort, without any diminution of diameter. Look again at your physical body, and then go to where you had planned, think of the person or of the place, and make no effort whatsoever, just think of the person and the place.

Rồi bạn sẽ thấy mình bay lên qua trần, nhìn xuống ngôi nhà, con phố của mình bên dưới. Nếu đây là chuyến đi đầu tiên, bạn hãy đi chậm một chút để nhận ra địa hình bên dưới. Khi đã quen với du hành thể vía một cách chủ động, bạn có thể đi với tốc độ ý nghĩ và có thể đi bất kỳ đâu không giới hạn.

Up you will rise through the ceiling, you will see your home and your street beneath. Then, if it is your first conscious trip, you will proceed fairly slowly to your destination. You will be going slowly enough to recognize the terrain beneath you. When you are used to astral travelling consciously you will go with the speed of thought, and when you can do that there is no limit whatsoever to where you go.

Một khi đã thực hành được du hành thể vía, bạn có thể tới bất kỳ nơi nào, không chỉ đơn thuần là trên trái đất này. Thể vía không cần thở nên bạn có thể mọi không gian, tới nhiều thế giới khác, và đã nhiều người làm thế rồi. Tiếc là trong điều kiện ngày nay, họ không còn nhớ nơi mình đã đi. Còn bạn, với sự thực hành, bạn sẽ khác với họ.

When you are practiced in astral travelling you can go anywhere at all, not merely anywhere on this Earth. The astral body does not breathe air, and so you can go into space, you can go to other worlds, many people do. Unfortunately, through present day conditions, they do not remember where they go. You, with practice, can be different.

Nếu bạn thấy khó tập trung vào người mình dự kiến đến thăm thì có thể chụp ảnh người đó lại, đừng lỏng khung kính vì nếu lỏng khung kính và để trên giường, bạn có thể lăn đè vào vỡ kính và bị cửa đứt da. Chỉ nên dùng một bức ảnh khung thường và cầm trong tay. Trước khi tắt đèn, hãy nhìn chăm chú thật lâu vào bức ảnh, sau đó tắt đèn và cố gắng giữ lại những đặc điểm ấn tượng nhất của người trong ảnh. Điều này có thể giúp bạn hình dung dễ hơn.

If you find it difficult to concentrate upon the person whom you propose to visit it is suggested that you have a photograph of that person, not a framed photograph because if you have a framed photograph in bed you may roll over and break the glass, thus causing cuts. Have an ordinary unframed photograph, and hold it in your hands. Before turning out the light take a long long look at the photograph, then extinguish the light and try to retain a visual impression of the person whose features are in that photograph. That may make it easier for you.

Một số người không thể du hành thể vía khi ở trạng thái thoải mái, như được ăn no mặc ấm. Họ chỉ có thể du hành hữu thức khi đang ở hoàn cảnh không mấy dễ chịu như đói hoặc lạnh, và đó là một thực tế, thậm chí còn ngạc nhiên hơn là có người còn cố tình ăn cái gì đó không thích hợp để mình bị khó tiêu! Để rồi sau đó họ có thể du hành thể vía mà không có khó khăn nào cản trở. Chúng tôi cho rằng lý do để làm điều đó là vì thể vía sẽ dễ thoát ra để tránh sự khó chịu từ thể xác.

Some people cannot do astral travelling if they are comfortable, if they are well fed or warm. Some people can only go astral travelling consciously when they are uncomfortable, when they are cold or hungry, and it is indeed a fact, though an astonishing one, that certain people deliberately eat something that disagrees with them so that they get indigestion! Then they can do astral travelling without any particular difficulty. We suppose the reason for that is that the astral body gets heartily sick of the discomfort of the physical body.

Ở Tây Tạng và Ấn Độ có những ẩn sĩ được treo lên tường và không bao giờ nhìn thấy ánh mặt trời. Họ được ăn có lẽ ba ngày một lần, chỉ đủ để duy trì sự sống, khi ấy ngọn lửa sự sống chỉ leo lét không bị dập tắt. Những người này có thể du hành thể vía liên tục, đến bất cứ nơi nào có điều gì đó đáng để học. Khi du hành họ có thể trò chuyện với những người có khả năng thần giao cách cảm, hoặc tạo ra ảnh hưởng tốt đẹp cho nhiều thứ. Có thể khi du hành thể vía, bạn cũng sẽ gặp những người này, và nếu may mắn, họ sẽ dừng bước cho bạn một vài lời khuyên và giúp bạn biết mình có thể tiến xa đến đâu.

In Tibet and India there are hermits who are walled up, who never see the light of day. These hermits are fed perhaps once every three days, and fed just enough in order that life may be sustained, in order that the feebly flickering flame of life may be not extinguished. These men are able to do astral travelling all the time, and they travel in astral form to anywhere where there is anything to be learned. They travel so that they may converse with those who are telepathic, they travel that they may perhaps influence things for good. It is possible that in your own astral travels you will come across such men as these, and if you do you will indeed be blessed, for they will stop and give you advice and tell you how you may progress further.

Hãy đọc đi đọc lại Bài học này. Chúng tôi lặp lại một lần nữa rằng chỉ cần thực hành và có đức tin là đủ để bạn có thể du hành trong cõi trung giới, được giải thoát khỏi những khó khăn của thế giới này một vài khoảnh khắc.

Read and re-read this Lesson. We repeat again that only practice and faith are necessary in order that you, too, may travel in the astral and be freed for a time from the troubles of this world.

BÀI 12: THỰC HÀNH NHÓM VÀ IM LẶNG

Sẽ dễ hơn nhiều để tập luyện du hành thể vía, nhãn thông và những kĩ thuật liên quan đến siêu hình (metaphysical) nếu chuẩn bị một nền tảng phù hợp. Tập luyện siêu hình đòi hỏi phải thực hành, quan sát và liên tục thực hành. Không thể chỉ đọc một vài hướng dẫn sách vở mà ngay sau đó lập tức tiến bộ trong du hành thể vía mà không cần luyện tập. Bạn phải thực hành thường xuyên.

It is so much easier to engage in astral travelling, clairvoyance and similar metaphysical pursuits if a suitable foundation is prepared first. Metaphysical training needs practice, considerable, constant practice. It is not possible to read a few printed instructions and then immediately without practice to go off on a far far journey in the astral. You must practice constantly.

Một khu vườn chỉ có thể phát triển nếu những hạt giống được gieo trồng trên mảnh đất phù hợp. Sẽ là rất bất thường nếu một bông hồng xinh đẹp phát triển trên một tảng đá gờ-ran-nít. Do đó, rõ ràng là bạn đừng đợi có được nhãn thông, hoặc bất kì kĩ thuật huyền bí nào phát triển khi mà tâm trí của bạn chỉ có những tư tưởng bị đóng kín và gẫn xi, khi mà tâm trí liên tục bị xáo trộn bởi những suy nghĩ không liên quan. Và tiếp theo đây, chúng ta sẽ làm việc nhiều hơn với sự tĩnh tại bởi quá nhiều những tạp niệm lộn xộn ngày nay lẫn tiếng kêu om xòm của radio và truyền hình đang bóp nghẹt tài năng siêu hình.

No person would expect a garden to grow unless the seeds were planted in suitable ground. It would be most unusual for a beautiful rose to grow out of a granite rock. Wherefore it appears that you cannot expect clairvoyance, nor any occult art whatever, to bloom where the mind is closed and sealed, where the mind is a constant jangle of ill-connected thoughts. We are later going to deal more extensively with quietude because the present-day clutter of irrelevant thoughts and the constant blare of radio and television really is stifling metaphysical talents.

Các nhà hiền triết từ thời cổ xưa luôn kêu gọi rằng “Hãy yên lặng và nhận biết rằng Ta ở bên trong”. Các nhà hiền triết cao niên ấy đã dành hầu hết cuộc đời để nghiên cứu về siêu hình trước khi viết một câu duy nhất đó lên giấy. Rồi họ rút vào vùng hoang dã, nơi không có sự ồn ào của cái được gọi là nền văn minh, nơi mà họ thoát khỏi sự sao nhãng, nơi mà không ai có thể làm rơi một cái xô hay cái chai!. Bạn có lợi thế là được thừa hưởng những bài học trải nghiệm mà người xưa phải dành cả đời để có để có được, và bạn có thể nhận được lợi thế từ tất cả những điều đó mà không cần phải dành quá nhiều thời gian để nghiên cứu nữa! Nếu bạn nghiêm túc (nếu không nghiêm túc thì bạn đã không đọc những điều này), bạn sẽ muốn chuẩn bị cho mình sẵn sàng để nhanh chóng mở ra cánh cửa tinh thần, và cách tốt nhất để làm điều đó là đầu tiên hãy thư giãn.

The Sages of Old exhorted "Be still and know that I am within." The old sages devoted almost a lifetime to metaphysical research before committing a single word to paper. Again, they withdrew into the wilderness, into a place where there was no noise of so-called civilization, where they were free of distractions, where no one could drop a bucket or a bottle! You have the advantage that you can take much benefit from the lifetime experiences of the men of old, and you can take advantage of all this without having to spend most of your life in study! If you are serious, and if you were not serious you would not be reading this, you will want to prepare yourself, to make yourself ready for the speedy unfolding of the spirit, and the best way to do it is to relax first.

Hầu hết mọi người không biết ý nghĩa của từ “thư giãn”. Họ nghĩ rằng chỉ cần ngồi phệt xuống một cái ghế là đủ, nhưng không phải như vậy. Để thư giãn, bạn phải làm sao cho toàn bộ cơ thể trở lên thả lỏng, đảm bảo rằng tất cả các cơ bắp không còn căng cứng. Tốt nhất là nên học một con mèo, hãy xem cách mà nó hoàn toàn buông bỏ. Con mèo sẽ đi vòng tròn vài lần, rồi nằm xuống trong một tư thế ít nhiều như một cái đồng chả có hình thù gì cả. Con mèo chả quan chút nào nếu cái chân của nó bị thò ra một chút, hay là trông thiếu duyên dáng; nó đi vào sự nghỉ ngơi, sự thư giãn và chỉ có việc thư giãn là có ý nghĩa duy nhất trong tâm trí nó. Con mèo có thể nằm cái bịch xuống và ngủ ngay lập tức.

Most people have no idea of what is meant by the word "relax." They think if they slump in a chair that is good enough, but it is not. To relax you must let

the whole of your body become pliant, you must make sure that all muscles are without tension. You cannot do better than to study a cat, see how the cat completely "lets go." The cat will come in, turn round a few times, and then go down into a more or less shapeless heap. The cat does not bother at all about wondering if a few inches of leg is showing, or if one is looking ungraceful; a cat comes in to rest, to relax, and relaxation is thus the only thought in the cat's mind. A cat can flop down and be instantly asleep.

Có lẽ mọi người đều biết rằng mèo có thể nhìn thấy những thứ mà con người không thể nhìn thấy. Đó là vì trực giác của mèo cao hơn chúng ta trên "bộ phím đàn", nó có thể nhìn thấy thể vía mọi lúc, và việc đi lại trong thể vía của chúng không khác gì ta đi qua lại các phòng. Thế nên chúng ta hãy mô phỏng theo lũ mèo, nhờ vậy ta sẽ có một nền tảng vững chắc để xây dựng một cấu trúc kiến thức siêu hình lâu bền, vững chãi.

Probably everyone knows that a cat can see things which humans cannot. That is because the cat's perceptions are higher up on our "keyboard," and thus it can see into the astral at all times, and a journey in the astral for a cat is no more than it would be for us to cross the room. Let us, then, emulate a cat because then we shall be on firm ground, and we can build our structure of metaphysical knowledge on a sound and enduring basis.

Bạn có biết cách thư giãn không? Nếu không có bất kỳ hướng dẫn nào thì liệu bạn có biết cách thả lỏng không? Đây là cách mà chúng tôi làm: nằm xuống ở bất kỳ tư thế nào thoải mái. Nếu muốn dang chân hay dang tay, hãy cứ việc dang ra. Toàn bộ nghệ thuật thư giãn là thật sự và hết sức thoải mái. Tốt hơn là bạn nên thư giãn trong phòng riêng, vì rất nhiều người, đặc biệt là phụ nữ, không thích bất cứ ai nhìn thấy họ và nghĩ rằng họ kém duyên dáng. Và để thư giãn bạn phải quên tất cả những quy ước thông thường về sự duyên dáng đi, thật đấy, quên tất cả chúng đi.

Do you know how to relax? Could you without any further instructions become pliant, able to pick up impressions? This is how we would do it; lie down in any position which is comfortable. If you want to have your legs outspread, or your arms outspread — spread them out. The whole art of relaxing is to be

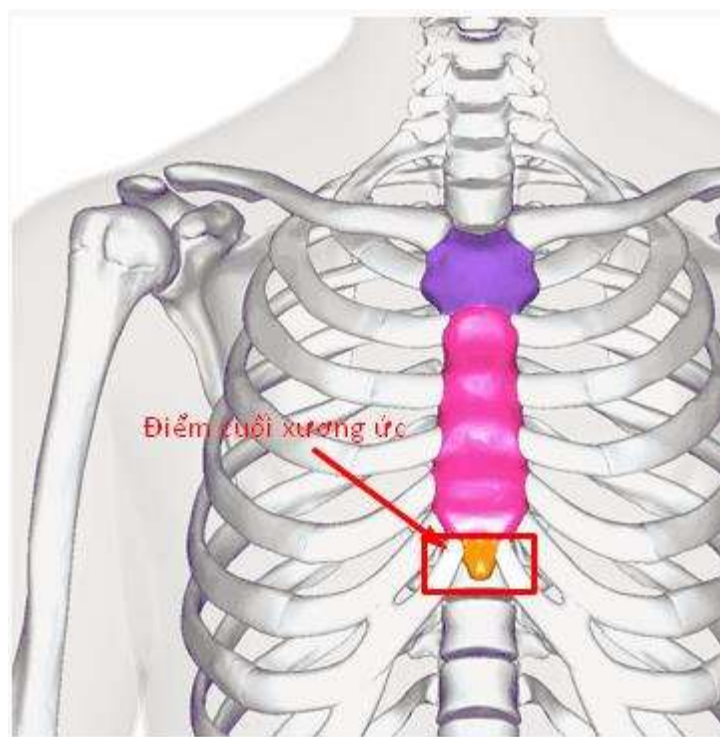
completely and utterly comfortable. It will be much better if you relax in the privacy of your own room, because many people, particularly women, do not like anyone to see them in what they wrongly imagine is an ungraceful attitude, and to relax you have to forget all about conventional grace, and, indeed, all about conventions.

Hãy hình dung rằng cơ thể của bạn là một hòn đảo với những cư dân tí hon và họ luôn luôn tuân theo mệnh lệnh của bạn. Bạn có thể nghĩ thế này, nếu muốn, rằng cơ thể mình là một công trường rộng lớn với các kỹ thuật viên được đào tạo kỹ càng, rất biết tuân thủ mệnh lệnh, đang làm việc ở các cơ quan điều hành, chính là các trung tâm điều khiển thần kinh ở khắp cơ thể của bạn. Rồi khi bạn muốn thư giãn, hãy nói với họ rằng giờ nhà máy đóng cửa, nói rằng bạn muốn họ rời khỏi đó, rằng hãy tắt những máy móc của họ, những trung tâm điều khiển thần kinh của họ, và đi khỏi nhà máy một lúc.

Imagine that your body is an island peopled by very small persons who are always obedient to your commands. You can think, if you like, that your body is some vast industrial estate with highly trained, highly obedient technicians at the various controls and "nerve centres" which make up your body. Then when you want to relax, tell these people that the factory is being shut down, tell them that your present desire is that they leave you, that they "shut down" their machines and their "nerve centres," and go away for the time being.

Hãy nằm một cách thoải mái, cố hình dung rằng một loạt những người tí hon đang ở ngón chân, bàn chân, đầu gối – thực tế là ở khắp mọi nơi. Hình dung bạn đang nhìn chăm chú xuống cơ thể của chính mình, vào tất cả những con người nhỏ bé đang kéo cơ bắp của bạn và làm cho hệ thần kinh của bạn co giật. Nhìn chăm chú xuống họ như thể bạn đang ở trên cao, mãi tít trên trời, đang nhìn xuống họ, và định vị họ trong tâm trí của bạn. Hãy bảo họ đi ra khỏi bàn chân của bạn, ra khỏi cẳng chân của bạn, ra lệnh cho họ di chuyển ra khỏi đôi tay bạn, cánh tay của bạn, bảo họ tập hợp lại ở vùng giữa rốn và điểm cuối xương ức. Vị trí của nó, để chúng tôi chỉ cho bạn, là cuối của xương lồng ngực. Nếu bạn di ngón tay xuống từ giữa người, giữa những xương sườn, bạn sẽ thấy có một xương cứng như thanh ba, và đó chính là xương ức. Dịch ngón tay của bạn xuống sâu hơn một chút cho đến điểm cuối của thanh ba này. Giữa điểm đó

và rốn chính là vị trí được chỉ định. Hãy ra lệnh cho tất cả những công nhân tí hon tụ lại ở vùng đó, hình dung rằng bạn có thể nhìn thấy tất cả bọn họ diễu hành lên từ các chi thành hàng ngũ như là các công nhân rời khỏi nhà máy bận rộn lúc tan tầm.



Điểm cuối xương ức [VMC]

Lying comfortably, deliberately imagine a host of these small people in your toes, in your feet, in your knees — everywhere in fact. Picture yourself gazing down upon your body and upon all these little people who are pulling up on your muscles and causing your nerves to twitch. Gaze down upon them as if you were some great figure high, high in the sky, look upon these people, and then address them from your mind. Tell them to come out of your feet, leave your legs, command them to march away from your hands and from your arms, tell them to congregate in the space between your umbilicus and the end of your sternum. The sternum, let us remind you, is the end of the breastbone. If you run your fingers down the middle of your body, between your ribs, you will find that there is a bar of hard material, and that is actually the sternum. Run your fingers down a little further until the material ends. So — between that spot and your umbilicus is the designated spot. Command all these little people to

congregate on that space, imagine that you can see them marching up your limbs up your body in their serried ranks like workers leaving a busy factory at the end of the day.

Để đến chỗ được chỉ định họ sẽ phải rời bỏ đôi chân của bạn, đôi tay của bạn, và do đó các chi sẽ không còn bị căng thẳng, thậm chí không còn cảm nhận, vì những người tí hon này là những người làm cho máy móc của bạn làm việc, những người vận hành các trạm tiếp sức và trung tâm thần kinh. Cánh tay và cẳng chân của bạn, sau đó, không chính xác là bị tê liệt, nhưng sẽ không còn bất cứ cảm giác nào về sự căng thẳng, không còn bất cứ cảm giác nào về sự mệt mỏi, chúng ta có thể nói rằng chúng gần như không còn ở đây nữa.

In coming to the designated spot they will have deserted your legs and your arms, and so these limbs will be without tension, without feeling even, for these little people are the ones who make your machinery work, the ones who feed the relay stations and the nerve centres. Your arms and legs, then, will be not precisely numb, but without any feeling of tenseness, without any feeling of tiredness, we might say that they will be almost "not there."

Bây giờ bạn đã có tất cả những người tí hon tập trung ở nơi đã định, như thể đám công nhân của các nhà máy đang tham gia cuộc mít tinh chính trị vậy! Hình dung là bạn đang nhìn chăm chú xuống họ một lúc, hãy để cho ánh mắt của bạn bao quát toàn bộ họ, rồi một cách chắc nịch, bảo họ đi ra, rời khỏi cơ thể bạn cho đến khi được hướng dẫn trở lại. Nói với họ hãy đi theo Sợi Chỉ Bạc và ra khỏi bạn. Họ phải rời đi trong yên tĩnh, khi bạn đang thiền, đang thư giãn.

Now you have all your little people congregating in the prearranged space like a lot of factory workers attending a political rally! Gaze upon them in your imagination for a few moments, let your gaze encompass all of them, then firmly, confidently, tell them to get off, tell them to leave your body until you instruct them to return. Tell them to go along the Silver Cord and away from you. They must leave you in peace while you meditate, while you relax.

Hãy hình dung Sợi Chỉ Bạc đang kéo căng ra phía xa, từ cơ thể vật lý của bạn đến khoảng không phía trên. Hình dung rằng Sợi Chỉ Bạc giống như một đường

hầm, đường tàu điện ngầm chẳng hạn, và các hành khách trong giờ cao điểm tại những thành phố như London hoặc NewYork hoặc Nga – hình dung rằng tất cả bọn họ rời khỏi thành phố cùng một lúc và đi ra vùng ngoại ô, hình dung về những toa tàu nối nhau đưa tất cả những người công nhân đi ra khỏi thành phố trong yên tĩnh. ĐỂ CHO những người tí hon đó làm cho bạn- rất dễ luyện tập! – sau đó bạn sẽ không còn căng thẳng, hệ thần kinh của bạn sẽ không còn bị làm phiền, và cơ bắp của bạn sẽ không còn căng. Chỉ cần nằm im lặng, hãy để tâm trí của bạn ngưng lại. Không quan trọng là bạn đang nghĩ gì, thậm chí cũng không quan trọng là bạn không nghĩ gì. Hãy để điều đó xảy ra một lúc trong khi bạn thở từ từ, đều đều, và sau đó loại bỏ những suy nghĩ theo cách thức rất giống cách bạn giải tán đám công nhân nhà máy vậy.

Picture to yourself that Silver Cord stretching away from your physical body out into the great realms beyond. Picture to yourself that the Silver Cord is like a tunnel, like a subway, and imagine all the rush-hour travellers in a city such as London or New York or Moscow – imagine them all leaving the city at once and going out into the suburbs, think of trainload after trainload taking all these workers away leaving the city comparatively quiet. MAKE these little people do that to you – it is very easy with practice! – then you will be quite without tension, your nerves will no longer be a-jangle, and your muscles will no longer be tense. Just lie quiet, let your mind "tick over." It does not matter what you think about, it does not matter even if you do not think. Let that go on for a few moments while you breathe slowly, steadily, then dismiss those thoughts in much the same way as you dismissed your "factory workers."

Con người rất bận rộn với những suy nghĩ lùn mùn của mình nên họ không có thời gian cho những điều vĩ đại hơn của Đời sống Vĩ đại. Người ta rất bận rộn với những bản khoán như khi nào thì có đợt giảm giá tiếp theo, hoặc có bao nhiêu phiếu mua hàng miễn phí trong tuần, hoặc truyền hình có cái gì, thế nên họ không có thời gian quan tâm đến những việc thực sự quan trọng. Tất cả những thứ trần tục hàng ngày này hoàn toàn tầm thường. Liệu những điều tương tự như cái váy được giảm giá hôm nay có thực sự quan trọng không trong năm mươi năm nữa? Nhưng năm mươi năm nữa kể từ bây giờ bạn sẽ tiến bộ thế nào là rất quan trọng, hãy nhớ điều này, rằng chưa có một ai kể cả đàn ông lẫn đàn bà có thể mang được một xu nào sang kiếp sau, nhưng kiến thức mà họ thu

lượm được từ cuộc sống này thì có thể mang đến cuộc sống kế tiếp. Đó chính là lý do vì sao họ ở đây, và bạn muốn mang những kiến thức đáng giá đi theo hay chỉ đồng suy nghĩ lộn xộn vô ích, bạn sẽ biết mình nên dành sự chú ý cho cái gì. Do đó, khóa học này sẽ hữu ích với bạn, nó có thể ảnh hưởng đến toàn bộ tương lai của bạn!

Humans are so busy with their petty little thoughts that they have no time for the greater things of the Greater Life. People are so busy wondering about when the next sale is held or how many trading coupons are given free this week or what is happening on the television, that they have no time for dealing with the things that really matter. All these mundane everyday things are completely trivial. Will it matter in fifty years time that so-and-so's were selling dress lengths at below cost today? But it will matter to you in fifty years time how you progress now, for keep this thought in mind; no man or woman has ever succeeded in taking a single penny beyond this life, yet every man and woman takes the knowledge which they have gained in this life to the next life. That is why people are here, and if you are going to take worthwhile knowledge to the other side, or just a useless clutter of unrelated thoughts, is a matter which should engage your earnest attention. So — this Course is useful to you, it can affect your whole future!

Đó chính là tư tưởng – lý do – kìm giữ loài người ở vị trí rất thấp như bây giờ. Con người nói về lý do của họ, và bảo rằng đó là cái phân biệt họ với loài vật; Đúng thế – quả đúng là như vậy! Có loài sinh vật nào ngoài loài người ném bom nguyên tử vào nhau? Có loài sinh vật nào công khai moi ruột tù nhân chiến tranh hay cướp của? Bạn có thể hình dung được sinh vật nào ngoài trừ loài người làm băng hoại cả đàn ông lẫn đàn bà một cách ghê ghớm như vậy? Loài người, bất chấp những ưu việt của họ, có nhiều khía cạnh còn thấp hơn những con thú thấp nhất trong rừng. Đó là bởi vì con người có những giá trị sai lầm, con người khao khát duy nhất tiền bạc, đuổi theo vật chất của cuộc sống trần tục, trong khi những thứ thực sự quan trọng trong đời này là những thứ phi vật chất mà chúng tôi đang cố gắng dạy cho bạn!

It is thought — reason — which keeps humans in their very inferior present position. Humans talk about their reason, and say it distinguishes them from

the animals; it does — indeed it does! What other creatures but humans throw atom bombs at each other? What other creatures publicly disembowel prisoners-of-war or deprive them of very useful appurtenances? Can you think of any creature except a human who mutilates men and women in such spectacular fashion? Humans, in spite of their vaunted superiority, are in many respects lower than the lowest beasts of the field. That is because humans have wrong values, humans crave after money only, crave after the material things of this mundane life, whereas the things that matter after this life are the immaterial things which we are trying to teach you!

Hãy để cho suy nghĩ của bạn dừng ngay bây giờ trong khi bạn đang thư giãn, làm cho tâm trí của bạn dễ tiếp nhận. Nếu bạn thực hành lặp đi lặp lại, bạn sẽ phát hiện ra cách tắt những suy nghĩ trống rỗng vô tận đang làm mình hỗn loạn, và thay vào đó bạn có thể nhận thức được chân lý thực sự, bạn có thể nhận thức được những cảnh giới khác nhau của sự tồn tại, những thứ này hoàn toàn xa lạ với cuộc sống trên Trái đất – thứ xa lạ rất thú vị – và không có một từ ngữ cụ thể nào để mô tả. Điều duy nhất bạn cần là thực hành, rồi bạn cũng có thể nhìn thấy những thứ đó trong tương lai.

Let your thoughts be switched off now that you are relaxing, make your mind receptive. If you will practice and practice again, you will find that you can switch off the endless empty thoughts which clutter you, and you can instead perceive true realities, you can perceive the things of different planes of existence, but these things are so completely alien to life on Earth — so pleasantly alien, too — that there are no concrete terms with which to describe the abstract. Only practice is needed before you, too, can see the things of the future.

Có những người tuyệt vời có thể nằm xuống là ngủ ngay và vài phút sau tỉnh dậy một cách tươi tỉnh, cảm hứng toát ra từ đôi mắt họ. Đó là những người có thể tắt suy nghĩ của họ theo ý muốn, và điều chỉnh, lựa chọn kiến thức từ các hành tinh. Bạn cũng có thể làm được điều đó nếu thực hành.

There are certain great men who can drop off to sleep for a few moments and within minutes can again awaken refreshed, and with inspiration shining from

their eyes. These are people who can switch off their thoughts at will, and tune in and pick up the knowledge of the Spheres. This also you can do with practice.

Sẽ vô cùng có hại cho những người mong muốn phát triển tâm linh khi tham gia những vòng xoáy tầm phào, vô bổ và rỗng tuếch của đời sống xã hội. Những bữa tiệc cocktail chẳng hạn – người ta khó lòng mà nghĩ ra một trò tiêu khiển nào tồi tệ hơn cho những kẻ đang cố gắng phát triển. Khi uống rượu hay đồ có cồn, nó làm suy yếu khả năng trực giác của người đó, thậm chí còn dẫn dắt họ vào cảnh giới thấp hơn, nơi có thể bị tra tấn bởi những thực thể rất thích cầm giữ loài người trong trạng thái không thể suy nghĩ rõ ràng được. Với họ đấy là điều thích thú nhất. Nhưng tiệc tùng và vòng xoáy tầm thường của xã hội với trò tán gẫu vô bổ của những tâm trí trống rỗng nhưng luôn cố gắng che dấu sự trống rỗng đó, thực sự là rất khổ sở cho những kẻ đang cố tiến bộ. Bạn chỉ có thể tiến bộ nếu bạn giữ mình trong sạch khỏi những con người đầu óc nông cạn, những kẻ mà suy nghĩ to tát nhất của họ là có thể uống bao nhiêu loại rượu, tại bất kỳ cuộc tụ tập nào, hay những người thích tán gẫu ngớ ngẩn về rắc rối của người khác.

It is very very harmful indeed for those who desire spiritual development to engage in the ordinary, useless, empty round of social life. Cocktail parties — one can hardly think of a worse pastime for those who are trying to develop. Drink, spirits and alcohol, impair one's psychic judgement, they may even drive one into the lower astral where one can be tormented by the entities who delight in catching humans in a stage where they cannot even think clearly. They find it most amusing. But parties, and the usual social round with the senseless chatter of empty minds trying to disguise the fact that their minds are empty, is a painful sight for those who are trying to progress. You can only progress if you keep clear of these shallow-minded people whose greatest thought is how many cocktails they can drink at any given gathering, or who prefer to chatter inanely about other person's troubles.

Chúng tôi tin các linh hồn có thể nói chuyện được với nhau, chúng tôi tin rằng về mặt vật lý họ có thể giữ im lặng, không cần nói một từ, nhưng có thể liên lạc với nhau bằng thần giao cách cảm thông qua "sự thấu hiểu". Ý nghĩ của người này kích hoạt sự hồi đáp từ người kia. Đặc biệt khi cả hai già đi, đã sống với

nhau rất nhiều năm như vợ chồng chẳng hạn, họ có thể dự đoán được ý nghĩ của nhau. Những người già này, thực sự yêu nhau, họ không tham gia vào những cuộc tán gẫu vô bổ hoặc nhỏ mọn, họ ngồi cùng nhau trong yên lặng và trao đổi thông điệp qua tư tưởng. Họ đã nhận ra bài học muộn màng về lợi ích từ việc nói chuyện trong im lặng, nói là "quá muộn" bởi người già theo đúng nghĩa đen, đã ở cuối cuộc hành trình cuộc đời rồi. Còn bạn có thể làm điều đó từ khi bạn vẫn còn trẻ.

We believe in the communion of the souls, we believe that two people can remain together physically silent, no words need be said, yet these people commune telepathically by "rapport." The thought of one evokes a response in the other. It has been noted that at times two very old people who have lived together for many years as man and wife can anticipate the thoughts of each other. These old people, truly in love, do not engage in senseless babble or small talk; they sit together picking up silently the message flowing from one brain to another. They have learned too late of the benefits which come to one from the silent communion, they have learned "too late" because old people are, literally, at the end of life's journey. You can do it while still young.

Một nhóm người nhỏ với suy nghĩ có tính xây dựng cũng có thể thay đổi hoàn toàn thế giới. Không may là rất khó để có thể có được nhóm nhỏ ấy với những người không ích kỷ, không vụ lợi, những người có thể tắt những suy nghĩ hẹp hòi của mình để tập trung duy nhất vào những điều tốt đẹp của thế giới. Chúng tôi cho rằng, nếu ngay bây giờ bạn và những người bạn của mình có thể cùng nhau kết thành một vòng tròn, mỗi người ngồi thoải mái nhất có thể, đối diện với nhau, bạn có thể làm ra những điều tốt đẹp vĩ đại không chỉ cho chính mình mà còn cho mọi người.

It is possible for a small group of people, thinking constructively, to alter the whole course of the world's events. Unfortunately it is too difficult to get a small group of people who are so unselfish, so unselfcentred, that they can switch off their own selfish thoughts and concentrate only on the good of the world. We say now that if you and your friends will get together and will form a circle, each one of you sitting comfortably at full ease, and facing each other, you can do very great good for yourself and for other people.

Mỗi người có thể ngồi để ngón chân chạm vào nhau, hai tay đan vào nhau. Dĩ nhiên là không người nào chạm vào người nào, về mặt vật lý mỗi người là độc lập. Hãy nhớ rằng người Do Thái cổ, những bậc cao niên biết rất rõ rằng khi thương lượng, mặc cả, nếu đứng chụm chân, và tay siết chặt thì sinh lực được bảo tồn. Khi một vị cao niên Do Thái tìm cách kiểm soát một cuộc đàm phán khó khăn, ông luôn nhận được lợi thế hơn nếu biết cách đứng đúng tư thế đặc biệt trong khi đối thủ thì không biết. Ông sẽ không với thái độ khúm núm xin xỏ như người ta hình dung, bởi ông ta biết cách để duy trì và tận dụng các lực của cơ thể. Khi đã đạt được mục đích trở thành người thắng cuộc, ông ta có thể dang tay và đứng dang chân ra vì không còn cần duy trì lực "tấn công" nữa. Đã đạt được kết quả nên ông ta có thể đứng thoải mái.

Each person should have his or her toes touching. Each person should have his or her hands clasped together. No person should touch another, of course, but each one should be as a separate physical unit. Remember the old Jews, the very old Jews; they well knew that if they were bargaining they should stand with their feet together and their hands clasped because then the vital forces of the body were conserved. An old Jew, trying to drive a hard bargain, always got the better of the bargain if he stood in that particular manner and his opponent did not. He did not stand that way through cringing subservience, as many people imagine, but because he knew how to conserve and utilize his body forces. When he had achieved his objective, then he could throw his hands wide and stand with legs apart, no longer need he conserve his forces for the "attack" for he was the victor. Having attained his end he could stand relaxed.

Thế nên mỗi người trong nhóm các bạn hãy ngồi đan tay và khoanh chân để bảo tồn năng lượng cơ thể. Nó rất giống một chiếc nam châm khi ta đặt một chiếc kẹp giữa hai cực để giữ lực từ không đi ra ngoài khiến chiếc nam châm trở thành một cục sắt vô dụng. Nhóm của bạn nên ngồi thành vòng tròn, cùng hướng về không gian ở giữa, trên nền nhà vì sau đó một cách tự nhiên là những cái đầu sẽ hơi cúi xuống, như thế thư giãn và thoải mái hơn. Không được nói, chỉ ngồi – hãy chắc chắn rằng các bạn không nói chuyện. Các bạn đã quyết định chủ đề cần suy tưởng rồi nên việc nói thêm nữa là không cần thiết. Hãy ngồi như vậy vài phút. Từ từ mỗi người trong số bạn sẽ cảm thấy một sự bình an vĩ

đại đổ xuống người bạn, mỗi người sẽ cảm thấy ngập tràn ánh sáng bên trong. Bạn sẽ có sự khai sáng tâm linh thực sự, và cảm thấy mình "Là Một với Vũ Trụ".

If each of you in your group keep your feet and your hands together, each of you will conserve body energy. It is much the same as having a magnet and placing a "keeper" across the poles in order to save the magnetic force without which the magnet would be just a lump of idle metal. Your group should sit in a circle, all more or less gazing at space in the centre of the circle, preferably at a space on the floor because then heads will be slightly tilted down, and that is more restful and more natural. Do not talk, just sit — be SURE you do not talk. You have already decided on the theme of your thoughts so no further talk is necessary. Sit like that for some minutes. Gradually each one of you will feel a great peace stealing in upon you, each one of you will feel as if you are being flooded with an inner light. You will have truly spiritual enlightenment, and will feel that you are "One with the Universe."

Các công việc chăm sóc trong nhà thờ được thiết kế với ý tưởng đó. Các bạn hãy nhớ rằng những linh mục thời xưa trong nhà thờ là những nhà tâm lý học khá giỏi, họ biết cách sắp xếp mọi thứ để có được kết quả mong muốn. Ta biết rằng một người khó mà giữ cho toàn bộ đám đông im lặng mà không liên tục ra lệnh, do đó mới có âm nhạc và dẫn dắt tư tưởng dưới dạng những lời cầu nguyện. Nếu một vị linh mục đứng ở nơi mà mọi ánh mắt có thể tập trung vào, khi ông ta nói những điều nhất định sẽ đạt được sự chú ý của mọi người trong khán đài hoặc cuộc họp, làm cho tư tưởng của tất cả khán giả đều được hướng đến một mục đích nào đó. Đây là cách đơn giản để làm điều đó nếu người ta không muốn dành thời gian và năng lượng cần thiết cho sự phát triển lớn lao hơn. Còn bạn và bạn bè của bạn nếu muốn có thể đạt được kết quả tốt hơn rất nhiều bằng cách ngồi theo nhóm nhỏ trong im lặng.

Church services are designed with that in mind. Remember that the early priests of all the churches were quite good psychologists, they knew how to formulate things in order to get desired results. It is known that one cannot keep a whole crowd of people quiet without constant direction, and so there is music and directed thought in the form of prayers. If a priest of any sort is standing where all eyes can focus upon him as he says certain things, then he

has gained the attention of every person in the audience or congregation, their thoughts are all directed to a certain purpose. This is an inferior way of doing it, but a way which is necessary for mass production among a people who will not devote the time or energy necessary for greater development on other lines. You and your friends can, if you wish, get far better results by sitting in your little group, and sitting in silence.

Khi ngồi trong im lặng, mỗi người hãy cố gắng thư giãn, nghĩ về những điều thuần khiết hoặc những thứ đã xác định. Đừng để tâm vào cái hóa đơn cuối tuần chưa trả, cũng đừng băn khoăn rằng thời trang mùa tới sẽ thế nào; thay vào đó, hãy suy nghĩ về việc nâng cao sự rung động để bạn có thể cảm nhận được sự tốt lành, vĩ đại đến từ cuộc sống.

Sit in silence, each one of you trying to relax, each one of you thinking of pure things or thinking of the designated item. Never mind about last week's grocery bills which you have not yet paid, never mind about wondering what the next season's fashions are going to be; think, instead, of raising your vibrations so that you may perceive the goodness, the greatness, which is in the life to come.

Chúng ta nói quá nhiều, tất cả chúng ta, chúng ta khiến cho bộ não cứ huyên náo luôn luôn như cái máy mà không có suy nghĩ. Nếu chúng ta thư giãn, nếu ta ở một mình nhiều hơn, nói ít hơn và không buôn chuyện với người khác, thì những tư tưởng tinh khiết hơn những gì ta có thể tưởng tượng sẽ ngấm tràn vào bên trong, để nâng linh hồn ta lên. Những người cao tuổi ở ngoại ô nông thôn một mình cả ngày có những suy nghĩ tinh khiết hơn rất nhiều so với bất kì người nào trong các thành phố trên thế giới. Những người chần cừ được cho là ít học có độ tinh khiết về tinh thần mà khối vị linh mục cao cấp muốn ganh tỵ. Đó là bởi họ có thời gian ở một mình, để suy ngẫm, và khi mệt mỏi bởi sự suy ngẫm, tâm trí họ sẽ đi vào sự trống rỗng và những suy nghĩ lớn lao hơn từ "bên trên" sẽ đến.

We talk too much, all of us, we let our brains clatter away like machines which have no thought. If we relax, if we remain alone more and talk less when we are in the company of others, then thoughts of a greater purity than we can now imagine come flooding in upon us to uplift our souls. Some of the old

country people who were alone all day had far greater purity of thoughts than any person in the cities of the world. Shepherds, while by no means educated people, had a degree of spiritual purity which many of the priests of high degree would envy. That is because they had time to be alone, time to ponder, and when they were tired of pondering their minds would go blank and the greater thoughts from "beyond" would enter.

Thế nên sao không thực thành nửa tiếng mỗi ngày. Thực hành ngồi thẳng hoặc dựa, nhưng nhớ rằng bạn phải hoàn toàn thoải mái. Hãy để tâm trí của bạn trở nên tĩnh lặng. Nhớ câu "Hãy tĩnh lặng và nhận biết TA chính là Thượng Đế", là câu một vị Thầy đã nói. Hay câu khác là "Hãy tĩnh lặng và nhận biết rằng TA ở bên trong". Hãy thực hành như vậy. Hãy để mình thoát khỏi những suy nghĩ, thoát khỏi những lo lắng, ngờ vực, và bạn sẽ thấy rằng trong một tháng bạn sẽ cân bằng hơn, được nâng lên, và hầu như trở thành một con người khác.

Why not practice for half an hour every day. Practice sitting or reclining, and remember you must be quite fully at ease. Let your mind become still. Remember "Be still and know that I am God" is one saying. Another is "Be still and know the I within." Practice in this manner. Let yourself remain free of thought, let yourself remain free of worries and of doubts, and you will find that within a month you are more poised, you are uplifted, you are quite a different person.

Ta không thể kết thúc chương này mà không nhắc lại một lần nữa về thực hành nhóm và việc ngừng nói. Trong một số trường học, người ta dạy rằng phải chuẩn bị những câu chuyện phiếm nhỏ để trở thành một người chủ tọa tốt. Ý tưởng của nó là kiểu không để những vị khách bị bỏ lại trong im lặng trong trường hợp họ bối rối quá mà không biết nói gì. Chúng tôi thì nói ngược lại, sự im lặng đem đến một trong những điều quý giá nhất trên Trái Đất, vì thế giới hiện đại đã không còn sự tĩnh lặng, luôn luôn có tiếng gầm rú của giao thông, tiếng rít của máy bay trên đầu, và hơn cả là những tiếng loa vô cảm của đài phát thanh và truyền hình. Điều này có thể dẫn đến sự sụp đổ của nhân loại một lần nữa. Bạn, bằng cách cung cấp không gian của sự tĩnh lặng, thanh bình và yên ổn, có thể làm được nhiều thứ cho bản thân và cho những người xung quanh.

We cannot end this lesson without referring once again to parties and idle talk. In some finishing schools it is taught that one must have "small talk" in order to be a good host or hostess. The idea seems to be roughly that guests must never be left for one moment in silence in case their own personal thoughts are so murky that their outlook would become cluttered. We say, on the contrary, that in providing silence we should be providing one of the most precious things upon this Earth, for in the modern world there is no longer silence, there is the constant roar of traffic, the constant shrieking of aircraft overhead, and over all the insensate blare of radio and television. This can lead to the Fall of Man once again. You, by providing an oasis of quiet and peace and tranquility, can do much for yourself and for your fellow-men.

Sao bạn không thử im lặng một ngày? Xem ta có thể nói ít tới cỡ nào. Chỉ nói khi thật cần và tránh tất cả những điều không liên quan, tránh tất cả những trò ngồi lê đôi mách và buôn chuyện vô bổ. Nếu bạn làm điều này một cách thức tỉnh và thận trọng, bạn sẽ khá sốc vào cuối ngày về về mức độ những điều không cần thiết mà mình thường nói.

Will you try for a day, and see how quiet you can be? See how little you can talk. Say only that which is necessary and avoid all that which is irrelevant, avoid all that which is merely senseless gossip and chatter. If you do this consciously and deliberately you will be quite shocked at the day's end at how much you normally say which really does not matter in the least.

Vậy là ta đã thảo luận rất nhiều về chủ đề "trò chuyện" và "ồn ào", và nếu thực hành im lặng bạn cũng sẽ thấy rằng chúng tôi đúng. Trong rất nhiều các giới luật của các tôn giáo có yêu cầu về im lặng, rất nhiều nhà sư và ni cô được lệnh giữ im lặng, người ra lệnh đó không phải để trừng phạt, mà vì họ biết rằng chỉ trong im lặng ta mới có thể nghe thấy tiếng nói của Đấng Bề Trên.

We have been on a lot about chatter and noise, and if you will practice silence you will find that there, too, we are right. Many of the Religious Orders have Orders of silence, many of the monks and nuns are commanded to keep silence, and the authorities do not do this as a punishment, they do it because they know that only in silence can one hear the voices of the Great Beyond.

BÀI 13 – NGÔI TRƯỜNG TRÁI ĐẤT

Hầu hết chúng ta đều ít nhiều thỉnh thoảng tự hỏi mình, rằng "Mục đích sống trên Trái đất này là gì? Liệu có cần phải chịu quá nhiều khổ sở và khó khăn đến vậy không?". Thực ra, đau khổ, khó khăn, chiến tranh đều là tất yếu. Chúng ta quá đặt nặng vấn đề vật chất trên Trái đất này, vì ta nghĩ rằng không có gì quan trọng hơn cuộc sống ở đây. Trên thực tế, hành tinh này đơn thuần là nơi ta hóa thân thành những diễn viên trên sân khấu, thay đổi phục trang cho phù hợp với vai ta đóng, và khi kết thúc vở kịch, ta nghỉ ngơi một lát, sau đó quay trở lại vai diễn tiếp theo, có thể với một trang phục khác hoàn toàn.

Who has not, at some time or other, wondered "What is the purpose of life on Earth? Is it really necessary to have so much suffering, so much hardship?" Actually, of course, it is necessary that there should be suffering and hardship and wars. We place too much store upon the things of this Earth, we tend to think that there is nothing so important as life on Earth. Actually, upon Earth we are merely as actors upon a stage, changing our clothes to suit the role that we have to play, and at the end of each act retiring for a while, to return to the next act perhaps in different garb.

Chiến tranh là cần thiết. Nếu không có chiến tranh, thế giới sẽ sớm bị quá tải về dân số. Chiến tranh là cần thiết để con người có cơ hội cho việc tự hy sinh và vượt lên những giới hạn của xác thịt để phục vụ đồng loại. Vậy nhưng ta lại nhìn vào cuộc đời này như thể sống trên thế giới này mới là điều quan trọng nhất. Trên thực tế nó lại là điều ít quan trọng nhất.

Wars are necessary. Without wars the world would soon be overpopulated. Wars are necessary in order that there may be opportunities for self sacrifice and for Man to rise above the limits of the flesh in the service of others. We look upon life as it is lived on this world as the only thing that matters. Actually it is the thing that matters least.

Trong thế giới tinh thần, ta không thể bị phá hủy, không bị ảnh hưởng bởi khó khăn hay bệnh dịch. Do đó, Linh hồn để có được trải nghiệm phải đi vào thân xác bằng xương bằng thịt – không hơn gì một khối chất nguyên sinh được sinh động hóa – để có được các bài học. Trên Trái đất, cơ thể vật lý giống như một con rối được giật theo mệnh lệnh của Chân ngã (Overself) thông qua Sợi Chỉ Bạc, điều khiển và nhận các thông điệp.

When we are in the spirit we are indestructible. We are immune from hardships and from illnesses. Thus, the spirit which has to gain experience, motivates a body of flesh and bone — a body which is but a lump of animated protoplasm — in order that lessons may be learned. Upon Earth the body is as a puppet, jerking and twitching to the orders of the Overself who, through the Silver Chord, commands and receives messages.

Bây giờ chúng ta xem xét mọi thứ theo một cách khác. Một người đến Trái đất lần đầu tiên, có thể không hề có chút năng lực nào, giống như một đứa bé, và anh ta không thể tự mình lên kế hoạch cho mình được. Do đó, phải có người khác lên kế hoạch cho anh ta. Chúng ta không bàn tới những thực thể chưa tiến hóa, bởi nếu bạn đang học bài học này, nghĩa là bạn đã đạt đến trình độ mà ít nhiều có thể tự lên kế hoạch cho mình. Giờ hãy xem cảnh một người trước khi đến với Trái đất.

Let us look at things in a rather different way for a moment, shall we? A person who comes to Earth for perhaps the first time is a helpless creature, something like a baby, and he is not able to make any plans for himself. Thus, plans have to be made for him by other people. We are not concerned with those who are unevolved for if you are studying this Course it shows that you have reached a stage of evolution in which you are able to plan more or less that which you have to learn. Let us look upon the scene before one comes to Earth.

Một con người – một thực thể – sau mỗi đời sống trên Trái đất quay trở lại với Chân Ngã trong các cảnh giới của cõi trung giới. Linh hồn này sẽ nhìn ra tất cả những lỗi, những sai lầm mắc phải trong đời sống đó, và sẽ quyết định, có thể tự mình hoặc trao đổi với các linh hồn khác về những bài học chưa hoàn thành và sẽ phải học lại bài đó. Vậy là kế hoạch được lập ra, linh hồn lại tiếp tục đi vào

cơ thể vật lý một lần nữa. Và một cuộc tìm kiếm cha mẹ phù hợp để đáp ứng những điều kiện môi trường cần thiết cho bài học được diễn ra. Đó là, nếu một người phải học bài sử dụng đồng tiền, anh ta sẽ được sinh ra trong một gia đình giàu có, hoặc nếu một người phải học bài vươn lên từ "bùn lầy", anh ta sẽ được sinh ra trong một gia đình nghèo khó. Anh ta thậm chí có thể sinh ra bẩm sinh bị liệt, hoặc mù, tất cả phụ thuộc vào bài cần học.

A person — an entity — has returned to the Overself in the astral planes, has returned from one life on Earth. The entity will have seen all the mistakes, all the faults of that life, and will have decided, perhaps alone, perhaps in company with others, that certain lessons were not learned and will have to be undertaken again. So plans are made whereby the entity will go down into a body once more. A search is made for parents who will afford the necessary facilities for the type of environment which is now required. That is, if a person has to be accustomed to handling money he will be born to rich parents, or if a person has to rise from "the gutter" he will be born to parents in very poor circumstances indeed. He may even have to be born crippled or blind, it all depends on what has to be learned.

Mỗi người trên Trái Đất như một đứa trẻ trong lớp học. Hãy liên tưởng đến các lớp học. Một đứa trẻ trong cùng lớp với rất nhiều đứa khác. Vì một vài lý do, đứa trẻ cá biệt này làm chưa tốt bài nào đó, thế là cuối cùng nó đạt điểm kém khi thi. Các giáo viên quyết định kết quả đó dựa trên thái độ, điểm số trong suốt học kỳ cũng như việc làm bài thi cầu thả để đánh giá nó không phù hợp, chưa sẵn sàng để lên lớp cao hơn. Vì vậy, đứa trẻ bước vào đợt nghỉ hết kỳ với ý nghĩ không vui bởi nó biết rằng khi kỳ học mới bắt đầu, nó sẽ phải quay lại trường và ở lại lớp cũ.

A human on Earth is as a child in a classroom. Think of it in terms of classrooms. A child is in a classroom with a lot of other children. For some reason this particular child does not do so well, does not master the lessons, and so at the end of the term he makes a very poor showing at the examinations. The teachers decide that on the basis of his general attitude and grades during the term, and the general mess that he has made of the examination itself, he is not fit, not ready to be promoted to a higher grade.

Thus, the child goes off on the school vacation at the end of term with the unhappy knowledge that when school starts again he is going to have to come back to the same old class!

Khi quay lại với các hoạt động ở trường, đứa trẻ không phải chỉ học lại tất cả các bài cũ để có thêm cơ hội, chúng còn phải học hành chăm chỉ hơn để được lên lớp, và sẽ bị giáo viên để ý hơn bởi đó là những đứa trẻ cần phải nỗ lực, làm chủ bài học của chúng và tiến bộ. Những đứa trẻ bị thụt lùi này tự ý thức rằng với những thành viên mới trong lớp, nó có vẻ cầm đầu chúng một thời gian, để thể hiện rằng dẫu nó chưa được lên lớp thì chẳng qua là vì nó chưa muốn mà thôi. Nếu cuối kỳ đó, đứa trẻ vẫn không có dấu hiệu tiến bộ, thì có thể giáo viên sẽ tổ chức một cuộc họp và ra quyết định rằng đứa trẻ này trí lực kém, đề xuất phải chuyển đến một kiểu trường học khác.

With the resumption of school activities, the child who was not promoted goes back to learn all the same lessons, to have another chance. But those who studied more assiduously go on and reach a higher grade, and perhaps are treated with more consideration by the teachers because these children are ones who have tried, who have mastered their lessons and who have progressed. The one who was left behind feels self conscious with the new members of the class, he tends to lord it over them for the time being, to show that although he did not pass into a higher grade it was because he did not want to. If at the end of this term the boy does not show signs of progress, then it may be that the teachers will hold a conference, and they may even decide that the boy is of an inferior mentality and recommend that he be moved to a different type of school.

Đối với những đứa học giỏi và có tiến bộ thỏa đáng, sẽ đến lúc chúng phải quyết định sẽ làm gì trong tương lai. Liệu chúng sẽ trở thành bác sỹ, luật sư, thợ mộc hay tài xế xe buýt? Dù gì đi nữa, chúng cũng phải học những kiến thức chuyên ngành. Một bác sỹ tương lai sẽ cần học những thứ khác với tài xế xe buýt, và với sự tư vấn của giáo viên, các môn học cần thiết sẽ được sắp xếp.

If children at school are doing well and progressing satisfactorily through their studies there will come a time when they have to decide what they are going to

be in later life. Are they going to be doctors, lawyers, carpenters or bus drivers? Whatever it is, they will have to undergo the necessary studies. A doctor-to-be will need to study different things than would a bus driver-to-be, and in consultation with teachers the necessary studies are arranged.

Trong thế giới tinh thần cũng vậy, trước khi một người được sinh ra vài tháng, thực ra, ở đâu đó trong thế giới tinh thần sẽ có một hội thảo. Linh hồn trước khi đi vào cơ thể vật lý sẽ thảo luận với những người hướng dẫn cách học một số bài học nhất định, giống như cách một sinh viên trên Trái đất thảo luận về cách anh ta có thể học để nhận được bằng cấp mong muốn. Những người hướng dẫn tinh thần có thể sẽ nói rằng, người sinh viên sẽ chuẩn bị bước vào Trường học Trái Đất, sẽ trở thành con trai hoặc con gái của một cặp vợ chồng nào đó, hoặc thậm chí của một cặp chưa kết hôn! Sẽ có một cuộc thảo luận về việc phải học những gì và khó khăn nào phải trải qua, bởi sự thật buồn là nghịch cảnh sẽ dạy người ta nhanh chóng và sâu sắc hơn là lòng tốt. Điều đáng lưu ý là một người ở địa vị thấp trong thực tại này không có nghĩa người đó có vị trí thấp ở thế giới tinh thần. Ví như một người chọn vị trí người hầu trong một đời sống nhất định để học một bài học nào đó, nhưng trong thế giới tinh thần, đó là một thực thể tiến hóa rất cao.

So it is in the spirit world; before a human is born several months before he is born, in fact, somewhere in the world of spirit there is a conference. The one who is going to enter into a human body discusses with advisors how certain lessons may be learned in much the same way as a student upon Earth will discuss how he may study to obtain his desired qualifications. The spirit advisors are able to say that the student about to enter into the school of the world shall become a son or daughter of a certain married couple, or even of an unmarried couple! There will be a discussion as to what has to be learned and what hardships have to be undergone, for it is a sad fact that hardship teaches one more quickly and more permanently than does kindness. It is also worthy of note that it does not at all mean that because a person is at present in a lowly position that that person is lowly in the spirit world. Often a person will be in a menial position in a certain life in order that specified lessons may be learned, yet in the life to be the person may be a high entity indeed.

Thật không may khi ở Trái đất, một người được đánh giá bởi số tiền anh ta có, bởi địa vị của cha mẹ anh ta, và điều này đương nhiên là một bi kịch vô lý. Nó cũng giống với việc đánh giá một cậu học sinh, hoặc sự tiến bộ của cậu ta qua số tiền mà bố cậu kiếm được thay vì đánh giá chính sự tiến bộ của cá nhân cậu. Chúng tôi nhắc lại rằng cho đến nay chưa từng có ai thành công trong việc mang đi một xu nào qua bên kia cửa tử, nhưng tất cả những kiến thức thu được, những kinh nghiệm trải qua đều được lưu giữ và mang theo đến bên kia cuộc sống. Do vậy, những ai nghĩ rằng mình có cả triệu đô nên sẽ chiếm được ghế đầu trên thiên đàng đều sẽ cảm thấy buồn và sai lầm. Tiền bạc, địa vị, ganh đua, và chủng tộc không quan trọng chút nào, điều quan trọng duy nhất là mức độ tâm linh mà người đó đạt tới!

It is unfortunate that upon Earth a person is judged by the amount of money he has, by what his parents were, and this, of course, is tragically absurd. It is much the same as judging a school boy, or his progress, by how much money his father has instead of judging the boy by his own progress. We repeat that no one has so far succeeds in taking even one single penny beyond the barrier of death, but all knowledge is taken, every experience undergone is stored and taken away into the life beyond. Thus, those who think that because they have a million or so they are going to get a front seat in heaven, are going to be sadly and unpleasantly mistaken. Money, position, race and colour do not matter in the slightest; the only thing that matters is the degree of spirituality which one has reached!

Quay lại với chủ đề linh hồn chuẩn bị đi vào một kiếp sống khác, khi đã tìm thấy cha mẹ phù hợp, thì sau đó vào một thời điểm thích hợp, linh hồn sẽ đi vào trong cơ thể đang được hình thành của đứa trẻ trong bụng mẹ, và với việc đi vào trong cơ thể, mọi ký ức về cuộc sống trước đây bị xóa bỏ. Tất nhiên sẽ thật khủng khiếp nếu đứa bé còn nhớ về thời gian xưa kia của mình, rằng nó có thể đã từng có mối quan hệ rất gần gũi, rất sâu sắc với cha hoặc mẹ nó bây giờ! Hay sẽ rất bi thảm và đau đớn khi đứa bé có thể nhớ ra rằng kiếp trước nó là một ông vua vĩ đại mà giờ lại trở thành kẻ nghèo kiệt xác. Vì lý do đó và còn vô vàn những lý do khác nữa, việc không nhớ được kiếp trước là một sự nhân từ cho những con người bình thường, nhưng khi họ quay về sau khi kết thúc cuộc sống này, trở lại thế giới tinh thần, tất cả – TẤT CẢ MỌI THỨ – đều được nhớ lại.

To return to our spirit about to enter into another incarnation; when suitable parents have been found, then, at the appropriate time, the spirit will enter into the forming body of the unborn infant, and with the entering into the body there will become an instant erasure of the conscious memories of the life beyond such entering. It would of course be a terrible thing if the baby had a memory of when he was, perhaps, very closely, very intimately related to his mother or his father! It would be tragic and painful if the baby could remember that in the past life he was a great king, and now he was the poorest of the poor. For that reason, among many others, it is an act of mercy that the average person cannot remember his or her past life, but when they once again pass through this life and return to the spirit world everything — EVERYTHING — is remembered.

Nhiều người bị dính mắc vào những quan niệm cũ về việc “Hãy tôn kính Cha Mẹ”. Mặc dù đây thực sự là tình cảm thiêng liêng đáng trân trọng, song cũng cần phải làm rõ rằng: Rất nhiều người trên Trái Đất này sẽ không bao giờ gặp lại cha hoặc mẹ mình khi họ đi vào trong thế giới tinh thần! Vào những ngày xa xưa, các thầy tu làm đủ kiểu để có được sự hợp tác của các bậc cha mẹ, để những người trẻ tuổi không rời khỏi bộ lạc, bởi sự giàu có của các bộ lạc thời đó phụ thuộc vào những người trẻ tuổi ấy. Bộ lạc càng đông càng dễ dàng chiến thắng các bộ lạc nhỏ. Do vậy các thầy tu càng hô hào những đứa trẻ phải tuân theo cha mẹ chúng, còn cha mẹ thì lại đặc biệt vâng lời các thầy tu.

Many people adhere most rigidly to the old statement “Honour thy father and thy mother.” While this is indeed a most laudable feeling, it should be made clear that many many people upon Earth will never again see their father or their mother when they enter into the spirit world! In the old days it was very necessary that the priests do everything possible to gain the cooperation of parents in order that young men and young women did not leave the tribes, because the wealth of tribes in those days rested in the young people. The more numerous the tribe the more easily could they overcome small tribes. Thus it was that the priests exhorted children to obey the parents, and the parents in particular obeyed the priests.

Chúng tôi khẳng định lại một lần nữa rằng chúng tôi hoàn toàn đồng ý rằng cha mẹ nên được "tôn kính" miễn là họ xứng đáng. Nhưng chúng tôi cũng tuyên bố rằng nếu cha mẹ độc đoán, tàn nhẫn hoặc bạo ngược thì những người đó đã tự mình chối bỏ tất cả các quyền được "tôn kính". Đứa trẻ không nhất thiết phải tuân theo lời cha mẹ một cách mù quáng. Có những "đứa trẻ" lớn tuổi, đã lập gia đình, sống nửa đời rồi nhưng vẫn run rẩy sợ hãi hoặc e dè khi ai đó nhắc đến cha mẹ chúng. Thường thì nó dẫn đến các chứng loạn thần kinh, thay vì tình yêu thì có lẽ là nỗi sợ hãi và hận thù giấu kín. Thậm chí, những "đứa trẻ" nhiều tuổi này còn luôn cảm thấy tội lỗi bởi chúng được nuôi dưỡng để tin rằng "Hãy tôn kính Cha Mẹ".

Let us state quite definitely that we do indeed agree that parents should be "honoured" provided they merit it. We also state that if a parent is overbearing or unkind or tyrannical, then that parent has rejected and spurned all rights to be "honoured." There is no need whatever for the slavish obedience which some "children" give to their parents. Some "children" are adult and married, and have perhaps lived half a century on their own, yet they still tremble with fear or apprehension when the name of a parent is mentioned. Frequently it leads to a neurosis, and instead of commanding love there is perhaps fear and ill-concealed hatred. Yet these "children" — perhaps half a century or more of age — feel guilt because they have been brought up to the belief "Honour thy father and thy mother."

Vậy nên với những người chịu tổn thương, đau khổ, chúng tôi khẳng định lại chắc chắn và dứt khoát rằng nếu không vui về cha mẹ mình, bạn sẽ không bao giờ gặp lại họ trong thế giới tinh thần. Trong thế giới tinh thần có luật Harmony và bạn hoàn toàn không thể gặp bất cứ ai mà bạn không hợp. Vì vậy, nếu bạn đã kết hôn và cuộc hôn nhân của bạn là thực dụng, một cuộc hôn nhân mà bạn e sợ đổ vỡ do sợ những lời đồn thổi thì bạn sẽ không bao giờ gặp lại chồng (vợ) bạn trong thế giới tinh thần trừ khi anh ấy hoặc cô ấy thay đổi tận gốc để cả hai cùng hòa hợp.

For those so afflicted we would like to say again quite definitely, quite emphatically, that if you are unhappy with your parents you will never see them again in the spirit world. In the spirit world there is the Law of Harmony, and it

is utterly impossible for you to meet anyone with whom you are incompatible. Thus, if you are married to a partner and yours is a marriage of convenience, a marriage which you are afraid to break for fear of what the neighbours will say, you will never again meet your partner in the spirit world unless he or she alters so radically (or if YOU alter!) that you are both compatible.

Chúng tôi nhắc lại để tránh sự hiểu lầm có thể ở đây: Nếu bạn và bố mẹ bạn không hòa hợp, không hạnh phúc với nhau, thì các bạn sẽ không gặp nhau trong bất kỳ chiều kích thực tại nào. Nó cũng được áp dụng với mọi mối quan hệ, như vợ chồng chẳng hạn. Họ chắc chắn phải hòa hợp và hoàn toàn hài hòa trước khi có thể gặp lại nhau. Đây là một trong những lý do vì sao cơ thể vật lý cần thiết cho linh hồn để có thể học những bài kiểu như thế, bởi chỉ trong cơ thể vật lý, hai thực thể đối kháng nhau mới có thể tiếp xúc được, và họ phải cố gắng rất nhiều, nhờ đó mà "mài nhẵn những góc cạnh thô của mình" và đạt đến hiểu biết lẫn nhau.

We must again repeat, so that there is no possibility of misunderstanding: — If you and your parents are incompatible, if you do not get on, if you are not happy together, if you are not suited to each other, then you will not meet on any other plane of existence. The same applied to relatives, or husband and wife. They must definitely be compatible and in complete harmony before they can meet again. This is one of the reasons why it is necessary for spirits to have a physical body, that lessons may be learned, because only in the physical body can two antagonistic entities be brought into contact so that they may try to "smooth off the rough edges" and reach mutual understanding.

Trong một bài học tiếp theo chúng ta sẽ giải quyết các vấn đề về Thượng Đế hay Thần Thánh, hay những hình tượng khác nhau của các niềm tin tôn giáo. Con người tưởng lầm rằng đó là thực thể vĩ đại nhất. Điều này hoàn toàn không đúng, và một lần nữa đó lại là ý tưởng được nuôi dưỡng bởi các tổ chức tôn giáo. Tôn giáo dạy rằng Con người là hình ảnh phản chiếu của Thượng Đế, do đó không có gì cao hơn Con người. Trên thực tế, ở các thế giới khác còn có những hình thái rất rất cao của sự sống. Thượng Đế không phải là một ông già tốt bụng và nhân từ, người quan sát ân cần chúng ta như một sổ sách vở. Thượng

để là rất thực, một Tinh thần sống động dẫn dắt tất cả chúng ta nhưng không phải theo cách mà chúng ta đã được dạy.

Later, in another Lesson, we shall deal with the problems of God or Gods, and of different forms of religious belief. Humans mistakenly think that they are of the greatest form of existence. That is quite incorrect, and again it is an idea fostered by organized religions. Religious thought teaches one that Man is made in the image of God, therefore, if Man is made in the image of God, there can be nothing higher than Man! Actually, on other worlds there are some very very high forms of life. God is not a benevolent old gentleman who peers at us kindly through the pages of some book. God is a very real thing, a living Spirit who guides us all, but not necessarily in the way that we have been taught.

Cuối cùng trong bài học này hãy suy nghĩ về mối quan hệ của chính bạn với cha mẹ hoặc chồng (vợ) hoặc họ hàng. Bạn có thực sự hạnh phúc với họ không? Hay bạn đang sống riêng? Bạn có định sống với bất cứ ai trong đó suốt phần đời còn lại này không? Hãy nhớ rằng, khi bạn ở trường học có bạn bè và giáo viên. Bạn phải tôn trọng giáo viên nhưng họ không theo bạn suốt đời, họ được chỉ định để tạm thời thực hiện giám sát việc học hành của bạn mà thôi. Cha mẹ bạn cũng là những người bạn chọn từ khi còn ở thế giới tinh thần để đỡ đầu và giám sát sự phát triển của bạn. Nếu ta yêu thương cha mẹ chân thành không phải vì tôn giáo dạy phải thế, thì ta sẽ có niềm vui lớn lao khi biết rằng sẽ gặp lại họ ở "thế giới bên kia". Hoàn cảnh của thế giới bên kia sẽ là kết quả của những gì ta kiến tạo ở đây, trên Trái đất này.

Finally in this Lesson think over your own relationship with your parents, or with your partner, or with your relations. Are you happy with them? Are you, really? Or are you living apart? Could you contemplate living with any of these people permanently throughout the rest of existence? Remember when you were at school, there were a number of people in the class with you, there were teachers. You had to pay respect to the teachers but they are not permanently associated with your life, they were temporary measures, people appointed to supervise your education. Your parents also are people whom you have chosen — with their permission in the spirit world — to sponsor and supervise your development. If people sincerely love their parents, and not because some

religious teaching tells them they should, then they will indeed have the greatest joy of all in knowing that they will definitely meet their parents on "the other side." Conditions on the other side will be what you here on Earth make them.

BÀI 14: CHO VÀ NHẬN

Tất cả chúng ta đều từng lo lắng làm sao để giải quyết được vấn đề này kia, để có được những thứ dành cho ta. Và chắc hẳn ai trong chúng ta cũng đều phải thừa nhận đã từng ước gì được giúp đỡ. Điều đó tất nhiên là chuyện hết sức bình thường khi một người mong muốn có được sự hỗ trợ của người khác. Con người luôn cảm thấy không an toàn và muốn bám vào hình ảnh của “Đức Cha” hoặc “Đức Mẹ” để cảm thấy được che chở, cảm thấy mình thuộc về một Gia đình lớn. Nhưng để có thể nhận lại, trước tiên phải biết cho đi. Bạn không thể nhận mà không cho đi, bởi chính hành động sẻ chia – thái độ mở rộng tâm hồn – khiến bạn có thể tiếp nhận với những ai sẵn sàng chia sẻ những thứ bạn muốn nhận!

All of us are anxious to get things done for us, to get things given to us. Probably everyone would admit to having prayed for assistance! It is, of course, a natural thing in human affairs to want the assistance of someone else. Man feels insecure alone and wants the “God-Father” image or the “Mother” image in order that he may feel protected, may feel that he is one of a great Family. But in order that one may receive, one must first give. You cannot receive without giving, for the act of giving — the attitude of opening the mind — makes it possible for you to be receptive to those who are willing to give what you want to receive!

Khi chúng tôi nói “cho đi”, điều đó không nhất thiết phải là tiền bạc mặc dù việc này khá quen thuộc, bởi tiền với phần lớn mọi người là thứ họ mong muốn hơn tất cả. Tiền ở thời đại này đảm bảo an toàn cho các nhu cầu, thoát khỏi nỗi sợ đói nghèo, không bị chủ nợ ghé thăm! Tiền có thể được cho đi, và phải được cho đi dưới những điều kiện nhất định, nhưng “cho đi” nghĩa là không mong chờ sự báo đáp, tự nguyện giúp đỡ người khác. Chúng ta có thể, và phải, cho đi tiền, vật chất, sự hỗ trợ hoặc niềm an ủi tinh thần cho những ai cần thiết. Một lần nữa, trừ khi chúng ta cho đi, còn không sẽ chẳng thể nhận được gì.

When we say “give” we do not necessarily mean money although it is usual to give money, because that to most people is what they desire above all else. Money at the present time signifies security from want, relief from the fear of

starvation, freedom from the visits of the debt collector! Money can be given, and must be given under certain conditions, but "give" also means to give of oneself, to be willing to be of service to others. We can, and must, give money or goods or assistance or spiritual consolation to those who need them. Again, unless we give we cannot receive.

Có rất nhiều hiểu nhầm về khái niệm "cho đi", "bố thí", "ăn xin" và những vấn đề tương tự với những thuật ngữ khác như "từ thiện" ở phương Tây. Dường như mọi người cho rằng có gì đó đáng xấu hổ, bị hạ thấp khi được nhận sự giúp đỡ từ người khác. Nhưng đây tuyệt đối không phải vấn đề. Tiền đơn thuần là thứ được trao cho chúng ta khi sống trên Trái đất này, là thứ mà nhờ nó ta có thể mua hạnh phúc và phát triển bản thân thông qua việc dùng nó giúp đỡ người khác thay vì dành dụm vô ích trong những cái két kiến cố.

There is much misconception about "give," "alms," "begging," and similar matters relating to so-called "charity" in the Western world. It seems that people imagine that there is something shameful, something degrading in having to solicit assistance from another one. But this is definitely not the case. Money is merely a commodity which is lent to us while upon the Earth, it is a commodity with which we can buy happiness and self-advancement by helping others with that money instead of hoarding it uselessly in some dead stone vault.

Thật không may là thế giới của nền kinh tế này lại là nơi người ta được đánh giá bằng số tiền có trong ngân hàng và việc khoe khoang số tiền đó. Những người đàn ông và đàn bà diện đồ hiệu lấp lánh để thỏa mãn bản thân – để dựng lên một hình ảnh giả tạo – không phải là những con người tâm linh và hào phóng; họ là kẻ tiêu xài mà không có chút suy nghĩ về sự cho đi, chỉ tiêu tiền ích kỷ theo bản ngã của họ. Ở thế giới phương Tây, một người được đánh giá thông qua cách vợ anh ta ăn diện, xe anh ta lái, nhà anh ta ở, anh ta có thuộc câu lạc bộ này nọ không? Rồi thì anh ta chắc chắn phải là một người đàn ông chân chính bởi chỉ những kẻ đẳng cấp tỉ phú mới được tham gia câu lạc bộ đó! Một lần nữa, đây quả là thế giới của những giá trị sai lệch, bởi – cho phép chúng tôi nhắc đi nhắc lại điều này để nó ăn sâu vào tiềm thức của bạn – chưa một người đàn ông hay phụ nữ nào từng thành công khi mang theo dù chỉ một xu lẻ xuống

suối vàng; tất cả những gì chúng ta có thể mang theo là tri thức, kinh nghiệm, sự hào phóng và lòng tốt, những thứ được chặt lọc để giữ lại phần tinh túy nhất. Và người chỉ sống cho chính mình, dẫu rằng khi tại thế có là một tỉ phú, thì khi về "thế giới bên kia" cũng chỉ là một linh hồn phá sản.

This, unfortunately, is the world of commerce where a man's measure is taken by the money that he has in his bank and by the outward show he makes with that money. The flashily dressed man or the woman who gives for his own satisfaction — to build up a false façade — is not a spiritual man nor a generous man, he is a man who is spending without any thought of giving, he is spending selfishly that his own ego may be bolstered. In the Western world a man is judged by how well his wife dresses, what sort of a car he drives, what sort of a house he occupies; does he belong to this or that club? Then he must be a man of substance because only those in the millionaire class can belong to THAT club! Again, this is a world of false values, for — let us repeat it endlessly so that it sinks into your sub-conscious — no man or woman has ever succeeded in taking even one penny or one pin, or even a spent match beyond the River of Death; all that we can take is that contained within our knowledge, all that we can take is the sum total of our experiences, good and bad, generous and mean, which will be distilled down so that only the essence of those experiences remains. And the man who lived for himself alone upon the Earth, although upon the Earth he was perhaps a millionaire, when he goes to "the other side" he will be a spiritual bankrupt.

Ở phương Đông, hình ảnh quen thuộc với người nội trợ khi khép cửa cuối ngày là thấy có nhà sư vận cà sa đi xin bố thí. Điều này là một phần của cuộc sống phương Đông đến nỗi mà bà nội trợ nào cũng từng nhìn thấy, và bất kể giàu nghèo ra sao, họ đều san sẻ thức ăn cho nhà sư, người đang trông chờ vào sự hào phóng của gia chủ. Thậm chí gia chủ coi đây là niềm vinh dự nếu được nhà sư tới xin bố thí. Không giống với quan niệm ở phương Tây, nhà sư không phải là kẻ ăn sẵn hay ăn xin, cũng không phải kẻ lười biếng, ngại làm và sống dựa vào lòng tốt của người khác. Bạn có biết những điều này diễn ra thế nào ở phương Đông không?

In the East it is a common sight indeed for the housewife to go to her door at the close of day and find there the robed monk with his humble begging bowl. This is so much a part of life in the East that every housewife sees to it — no matter how poor she may be — that she has food to spare for the mendicant monk who depends upon her generosity. It is considered an honour indeed to the house that a monk should call for sustenance. But contrary to common belief in the West, a monk is not just a parasite or beggar, he is not a shiftless man who is afraid to work and so lives on the bounty of others. Do you know what it is like, these evening scenes in the East?

Hãy hình dung chúng ta đang ngắm nhìn phương Đông, cụ thể một vài nước, như Ấn Độ chẳng hạn, nơi mà việc bố thí cho các nhà tu hành là điều vô cùng phổ biến, tương tự như Trung Quốc và Tây Tạng trước khi Chủ nghĩa Cộng Sản nắm quyền. Chúng ta sẽ cùng ghé thăm một ngôi làng ở Ấn Độ. Màn đêm đang dần phủ xuống và trải dài trên mặt đất. Ánh đèn được bật lên với sắc xanh nhạt, lá cây bao báp^[1] khẽ xào xạc khi cơn gió đêm thổi xuống từ dãy Himalaya. Trên con đường bụi bặm, các nhà sư vận áo choàng rách rưới, mang theo mọi thứ mà ông sở hữu trên thế giới này ung dung xuất hiện. Ông khoác chiếc áo cà sa, đôi dép xỏ quai dưới chân và tay cầm tràng hạt. Choàng qua vai là tấm vải làm chăn đắp khi ngủ. Những vật dụng nhỏ khác được xếp vào trong cà sa. Tay phải ông cầm chiếc gậy, không phải để tự vệ trước thú vật hay con người, mà để gạt những cành cây ngang đường; và cũng dùng để kiểm tra độ sâu của một con sông trước khi tìm cách băng qua.

Let us assume that we are looking down in the East upon some country such as India where this process of giving to the monks is common indeed, as it was in China and Tibet before the Communists seized power. We are, then, looking down on a village in India. The evening shadows are falling and lengthening across the ground. The light is taking on a bluish-purplish tinge, the leaves of the baobab trees are rustling slightly as the night winds come along from the Himalayas. Softly along the dusty road comes a monk dressed in tattered robes, carrying with him all that he possesses in the world. He has his robe, with sandals upon his feet, in his hand he carries his rosary. Slung across his shoulder he has his blanket which serves him as his bed. Other small possessions are tucked into his robe. In his right hand he has a staff, not to

defend himself against animals or humans, but that he may push aside brambles and branches which otherwise would impede his progress; he uses it, too, to test the depths of a river before he attempts to ford it.

Vị sư tiến tới một căn nhà, sửa sang lại áo choàng và lấy ra cái bát gỗ đã cũ mòn, nhẵn bóng theo thời gian. Cánh cửa đột nhiên bật mở và một người phụ nữ đứng kính cẩn tại lối ra với một đĩa đồ ăn trên đôi tay. Bà khiêm tốn nhìn xuống – không phải nhìn chăm chăm vào nhà sư bởi đó là một hành động khiếm nhã – nó thể hiện bà là con người khiêm nhường, đoan trang và đáng kính. Nhà sư tiến đến với cái bát trên hai tay. Đương nhiên, ở phương Đông, một người luôn giữ bát hoặc cốc bằng hai tay bởi sử dụng một tay thể hiện sự thiếu tôn trọng với đồ ăn, vốn là thứ quý giá xứng đáng được bê bằng cả hai tay. Vậy là nhà sư giữ chiếc bát ngay ngắn bằng hai tay. Người phụ nữ bỏ vào đó một lượng thức ăn hào phóng rồi quay đi, không một lời nói, không một ánh nhìn, bởi bổn phận cho nhà sư không phải là một gánh nặng; mà đó là cách họ cảm thấy mình trả được một phần món nợ thông qua những người làm việc cho Thượng Đế.

He approaches a house, as he does so he fumbles in the breast of his robe and produces his well-worn, shiny bowl, a wooden bowl which is aged and worn smooth with use. As he approaches the house the door is suddenly opened and a woman stands respectfully at the entrance with a dish of food in her hands. Modestly she looks down — not gazing at the monk — for that would be an impertinence, she looks down to show that she is modest, demure, and of a good name. The monk walks up to her and holds his bowl with two hands. Of course, in the East one always holds a bowl or a cup with two hands because to hold it with one hand only would "show disrespect" to the food, food is precious therefore it is worthy of the attention of two hands. So — the monk holds his bowl steady with two hands. The woman puts in a generous supply of food, and then turns away, no word is exchanged, no glance is given, for to feed a monk is an honour not a burden, to feed a monk is to pay to some small extent the debt which all lay people feel toward those who are in Holy Orders.

Bà chủ nhà cảm thấy như mình và gia đình vừa được ban ân huệ khi một người, sứ giả của Thượng Đế, đến gõ cửa; bà cảm thấy bữa cơm mình nấu đã được ghi

nhận và tự hỏi liệu vị sư kia có chẳng dành vài lời tốt đẹp về những món đồ ăn bổ thí, khiến các nhà sư khác nữa sẽ đến không. Ở ngôi nhà khác, những người phụ nữ kia hẳn đang nhìn qua tấm rèm cửa sổ với ánh mắt ghen tỵ và tự hỏi vì sao họ không được vị sư ghé qua.

The woman of the house feels that she and her house have been paid respect that this, a Holy Man, has called at her door, she feels that tribute has been paid to her cooking, she wonders if some other monk may perhaps have said some kind words about the food which she has provided and this has sent another monk to her door. In other houses women may be looking rather jealously out from their curtained windows, wondering why they have not been chosen for the monk's visit.

Với chiếc bát đầy vật phẩm bổ thí được giữ cẩn thận trên đôi tay, nhà sư chậm rãi quay đi, băng ngược con đường đến dưới tán lá, chỗ trú chân thường lệ. Ông ngồi xuống như vẫn dành phần lớn thời gian trong ngày ngồi ở đây, ăn bữa tối, cũng là bữa duy nhất mỗi ngày. Các nhà sư không ăn quá nhiều, họ sống thanh đạm và chỉ nạp đủ để duy trì thể lực, sức khỏe và điều đó không khiến cho họ trở nên háu ăn. Ăn quá nhiều sẽ cản trở sự phát triển tinh thần, thực phẩm giàu dinh dưỡng và thực phẩm khô hủy hoại sức khỏe, nên nếu một người muốn phát triển tinh thần thì có thể học các nhà sư, ăn đủ chứ không nên nhiều, ăn để cơ thể được nuôi dưỡng chứ không ăn quá chất để cơ thể bị nuông chiều và linh hồn bị cầm tù trong bùn đất.

With his bowl filled, the monk slowly turns away still holding the receptacle with two hands, and moves across the road again to the shelter of some friendly tree. There he will sit, as he has sat for most of the day, and have his evening meal, the only meal of the day. Monks do not overeat, they live frugally and have just enough to maintain their strength and their health, but they do not have sufficient to make them become gluttonous. Too much food clogs the spiritual development, too rich food or fried foods impair the physical health, and, if one is to develop spiritually, one should live as the monks live, eat enough but no more, eat plainly that the body may be fed but do not eat richly so that the mind is satiated and the spirit locked in the case of clay.

Cần giải thích rằng nhà sư, người được bố thí thức ăn không cần thiết phải thấy mang ơn. Từ thời xa xưa, một triết lý sống đã hình thành ở phương Đông, đó là nhà sư được bố thí như một quyền lợi, họ không phải là kẻ ăn mày, không phải là gánh nặng, cũng không phải là người lười biếng hay ăn chực.

It should be explained that the monk who has had this food does not necessarily feel overcome with gratitude. Through time immemorial a Way of Life has arisen in the East; a monk is fed as a right, he is not a beggar, not a burden, he is not a shiftless man nor a parasite.

Mỗi ngày, cho tới trước bữa tối, nhà sư sẽ ngồi hàng giờ dưới gốc cây, chờ đợi những người cần giúp đỡ tới. Đó là những người cần lời khuyên, cần an ủi tinh thần, hay những người có người thân bị bệnh, hoặc thậm chí cả những người muốn viết thư khẩn cấp. Một vài người khác đến gặp nhà sư để nghe tin về những người thân yêu ở nơi xa xôi nào đó, vì nhà sư thường di chuyển liên tục từ thị trấn này sang thị trấn khác, từ thành phố này sang thành phố khác, băng qua những vùng đất từ biên giới này đến biên giới khác. Và nhà sư giúp đỡ họ bất kể họ muốn điều gì, bất kể thời gian là bao lâu, mà không đòi hỏi gì cả. Nhà sư là bậc thánh nhân và cũng là những học giả. Ông biết rằng nhiều người dân trong làng cần ông giúp đỡ, nhưng không thể trả công vì họ quá nghèo, chính thế nên nhà sư luôn luôn tu rèn kiến thức của mình, và để mang đến niềm an ủi về tinh thần cho mọi người, ông không có thời gian, cũng không có quyền làm việc chân tay kiếm sống. Vậy nên, quyền lợi, bốn phận và sự vinh hạnh của những người được ông giúp là giúp đỡ lại, bố thí một phần nhỏ thức ăn mà ông cần để duy trì sự sống.

During the day, before the evening meal, the monk will have been sitting for hours beneath a tree, available to all who comes his way, available to all who need his services. Those who need spiritual solace will have come to him for help, as will those who have relations who are ill, or even those who want an urgent letter written. Some, too, come to see the monk, to hear if he has any news of loved ones in some far distant place, for a monk is always on the move walking from town to town, from city to city, traversing the countryside, crossing the land from border to border. And the monk gives his services free, no matter what is wanted of him, no matter how long the service demanded

takes, it is free. He is a Holy Man and an educated man; he knows that many of the villagers who need him and the help that he willingly proffers, cannot pay him, they are too poor, wherefore it is right and just that as he has had to study for his knowledge, and as he brings spiritual consolation to people, he has not the time nor the right to work manually and earn a living. Therefore it becomes the duty, the privilege and the honour that those whom he has assisted shall in their turn assist him and pay to some small extent with the food which he has to keep body and soul together.

Sau bữa ăn, nhà sư sẽ nghỉ ngơi một lát rồi đứng dậy và lau bát bằng cát mịn. Ông chống gậy, bước vào màn đêm với ánh trăng quen thuộc chiếu sáng rực rỡ như mọi khi. Nhà sư thường di chuyển rất nhanh và xa, đồng thời ngủ rất ít. Họ được kính trọng ở khắp các nước Phật giáo.

After his meal the monk will rest awhile, and then, rising to his feet and cleaning his bowl with fine sand, he will pick up his staff and stride off into the night often travelling beneath the light of a brilliant tropical moon. The monk travels far and fast, and sleeps little. He is a man respected throughout the Buddhist countries.

Chúng ta cũng vậy, nên sẵn lòng cho đi để có thể nhận lại. Vào những ngày xa xưa, có một luật lệ tôn nghiêm rằng tất cả mọi người nên cho đi một phần mười tài sản của họ để qua đó sự tốt lành được hình thành. "Một phần mười" này được gọi là "thuế thập phân", và chẳng mấy chốc nó trở thành một phần không thể thiếu của cuộc sống. Ví dụ ở Anh quốc, các nhà thờ có thể thu thuế thập phân trên tất cả tài sản, mọi thứ mà ai đó sở hữu. Số tiền này được dành cho việc bảo trì của nhà thờ và chi trả lương cho những chức trách đương nhiệm. Có một lưu ý thú vị xảy ra khoảng vài chục năm trước ở Anh về những vụ việc pháp lý, trong đó những địa chủ kế nghiệp đã gây ra sự hỗn loạn lớn tại các phiên tòa về đất đai, nhằm yêu cầu bãi thuế thập phân thu bởi Giáo hội Anh. Những tay địa chủ kế nghiệp này phàn nàn rằng phải trả một phần mười thu nhập đang khiến họ khuyhnh gia bại sản. Thực ra thì họ bị hủy hoại là do không tự nguyện cho đi, bởi nếu một người cho đi mà không có thiện chí thì tốt hơn hết là đừng làm.

We, too, should be willing to give in order that we may receive. In the days of long ago it was a divine law that all men should give a tenth of their possessions that good may thereby be wrought. This "tenth" became known as a "tithe," and soon it became an integral part of life. In England, for example, the churches could levy a tithe on all property, on everything that a person possessed. This money was devoted to the upkeep of the church and provided the stipend of the incumbents of a living. It is interesting to note that some ten years ago in England there were a number of law cases where hereditary landlords made a great commotion in the law courts of the land in order that the tithes imposed by the Church of England should be set aside. The hereditary landlords were complaining that having to pay a tenth of their income was ruining them. Actually, they were being ruined by not giving willingly, for unless one gives willingly it is better not to give at all.

Ngày nay các tiêu chuẩn đã khác nhiều so với thời kỳ đó. Không ai phải sống dựa vào thuế thập phân và cũng không ai phải trả loại thuế này, và đó là điều đáng tiếc. Một điều vô cùng quan trọng là nếu ta muốn phát triển về mặt tinh thần, ta hãy dành "một phần mười" để giúp đỡ người khác – đặc biệt là khi giúp đỡ người khác mang lại rất nhiều điều tốt lành cho bản thân. Tóm lại, chúng ta chỉ có thể tiến bộ và nhận được sự giúp đỡ nếu giúp đỡ mọi người xung quanh.

Nowadays standards are rather different from what they were years ago. No longer do people live on tithes nor do they pay tithes, and that is a pity. It is essential that if one is going to progress spiritually one shall "tithe" for the good of others – and especially as "for the good of others" brings much good to oneself. In short, we can only progress and be helped if we help others.

Chúng ta biết rằng một số doanh nhân rất bảo thủ, không hề xuất phát từ một nền tảng giáo lý nào nhưng vẫn sẵn sàng dành một phần mười thu nhập của họ để giúp đỡ những người khác – và quan trọng hơn đó là vì sự tốt lành của chính họ. Họ làm như vậy không phải vì niềm tin tôn giáo, mà bởi kinh nghiệm thương trường khốc liệt và các số liệu kế toán đã dạy họ rằng làm một việc tốt mà không mong đợi báo đáp sẽ giúp họ có ngày được nếm trái ngọt!

We are aware of a number of very hard-headed business men of no great spiritual leaning who willingly give a tenth of their income for the good of others — and, more especially, for their own good. They do it not because they are religious, they do it because hard commercial experience and the facts of account books have taught them that in thus "casting their bread upon the waters" it comes back to them a thousand fold!

Chủ nợ – đối tượng mà một số nơi trên thế giới còn gọi dưới danh nghĩa là các "tập đoàn tài chính" -, không phải lúc nào cũng được nhớ đến bởi tinh thần hay lòng hảo tâm, và với chúng ta thì có vẻ như nếu dù chỉ một quý ngài trong số họ có niềm tin chân chính vào việc cho đi một phần mười tài sản của họ, thì chắc chắn phải có điều gì vô cùng lời lãi trong đó, và quả thực chúng ta biết rất nhiều doanh nhân vẫn làm theo cách này.

Moneylenders — who in some parts of the world are referred to as "financial corporations" —, are not always noted for spirituality nor for generosity, and it seems to us that if even one of these money-lender-financier gentlemen has sufficient faith in "tithing" then there must indeed be something very profitable in the scheme, and we know that many many hard-headed business men do just this.

Các quy luật huyền bí ảnh hưởng như nhau tới cả những người vô thần lẫn tâm linh. Một người nghiên cứu và tìm đọc cả đồng sách tâm linh không khiến họ trở nên tâm linh được. Anh ta có lẽ chỉ đọc và ngộ nhận rằng mình là tâm linh thôi. Cái mà anh ta đọc đi thẳng qua đôi mắt rồi biến vào hư không chứ chẳng đọng lại chút nào vào những tế bào não, vậy nhưng anh ta vẫn tự coi mình là "linh hồn vĩ đại" và thực sự tin rằng bản thân đang tiến bộ. Trên thực tế, người như vậy thường rất tự cao tự đại và không sẵn lòng giúp đỡ người khác mặc dù giúp người khác cũng là giúp chính anh ta.

The occult laws apply to the unspiritual as much as they do to the spiritual. It does not matter if a person studies a lot and reads a lot of spiritual books, that does not make a person spiritual. He might be just reading and deluding himself into thinking he is spiritual. The matter which he is reading may pass straight through his eyes and vanish into thin air without having once impinged upon

the memory cells of his brain, yet this person will refer to himself as a "great soul" and really believe that he is making progress. Actually, he is usually very self righteous and very unwilling to help others, even though in helping others he would greatly help himself.

Xin nhắc lại một lần nữa rằng giúp đỡ người khác luôn là một việc làm đúng đắn. Dĩ nhiên điều đó cũng mang lại lợi ích cho chính người biết cho đi!

We repeat again that it is right and proper and profitable that a person shall give help to others. Incidentally, it is very helpful to the person who gives!

Thập phân, có nghĩa là, như chúng ta đã nói, một phần mười số tài sản mà ta có. Nó cũng là một triết lý sống, bởi nếu một người cho đi thì cũng đồng thời được nhận lại. Chúng tôi vẫn nhớ khi viết cho một người đã được giúp đỡ và hỗ trợ nhiều; giúp đỡ và hỗ trợ tiêu tốn tiền bạc, thời gian và đặc biệt là trí tuệ. Khi một vấn đề của anh ta được giải quyết thì những vấn đề khác lại xuất hiện như đàn chim sáo trước cánh đồng mới gieo hạt. Chúng tôi bảo: "để nhận lại, anh phải cho đi đã". Vậy là anh ta bị tổn thương, và cố giải thích cho chúng tôi hiểu rằng anh ta là người hào phóng nhất, đã làm mọi thứ có thể để giúp đỡ người khác trên những tờ báo địa phương. Quan điểm của chúng tôi là nếu một người phải làm 'những việc làm tốt' để được đăng báo, thì người đó đang cho đi không đúng cách.

Tithe means, as we have said, a tenth. It also means a Way of Life because if one gives one also receives. We have in mind as we write a person who was given much help, much assistance; help and assistance which cost money, time, and specialized knowledge. As fast as one trouble was cleared up for that person other troubles descended like a flock of starlings in a newly seeded field. We said "In order to receive you must first give." The person was most offended, and gave us to understand that he was most generous and did everything possible to help others as the local newspapers would attest. Our contention is that if a person has to have 'good deeds' reported in the local newspapers, then that person is not giving in the correct way.

Có nhiều cách để chúng ta có thể giúp đỡ người khác. Bên cạnh việc dành một phần mười thu nhập của mình giúp đỡ người khác, ta có thể giúp họ về tinh thần, hoặc giúp họ bằng sự an ủi cần thiết khi họ rơi vào thời gian khủng hoảng. Giúp đỡ người khác, chúng ta cũng giúp đỡ chính mình. Giống như một doanh nghiệp phải có sự thay đổi tốt để phát triển kinh doanh, chúng ta cũng phải có sự uyển chuyển về cách cho đi và rồi ta có thể nhận lại.

There are many ways in which we can give. We can, in addition to devoting a tenth of our income to good work, help others in their spiritual needs, or help them by the necessary consolation when they fall upon evil times. In giving to others we give unto ourselves. Just as a business must have a good turn-over in order that business may prosper, so must we have a good turn-over of giving in order that we may receive.

Chúng ta phải cho đi để giúp đỡ người khác, chúng ta phải cho đi để chính chúng ta có thể được giúp đỡ.

We must give to help others, we must give in order that we may be helped.

Thật vô ích khi cầu mong rằng có gì đó sẽ được trao cho bạn chừng nào bạn chưa chứng tỏ rằng mình xứng đáng bằng cách giúp đỡ những người gặp khó khăn. Hãy thực hành điều đó, thực hành cho đi, quyết định bạn có thể cho đi bao nhiêu, cho đi cái gì, và thế nào, rồi thực hiện nó ra sao, tại sao và khi nào, đưa ra hành động cụ thể, thử làm trong ba tháng. Rồi bạn sẽ thấy rằng hết ba tháng bạn sẽ có gì đó thu về, hoặc tinh thần, hoặc tài chính, hoặc cả hai.

It is useless to pray that something be given to you unless you first show that you are worthy by giving to those who need it. Practice it, practice giving, decide how much you can give, what you can give, and how, and having worked out how and why and when, put it into practice, try it for three months. You will find that at the end of three months you are in pocket either spiritually or financially, or both.

Hãy học hỏi về điều này, rồi nghiên cứu thêm lần nữa, và ghi nhớ rằng "Hãy cho đi để rồi sẽ nhận lại", "Cho đi không cầu báo đáp"

Will you study this, and study it again, and remember "Give that ye may receive," "Cast your bread upon the waters."

END