

# **.TÌM HIỂU VỀ CÁI CHẾT.**

*BS Nguyễn Quý Khoáng - (4 tháng 2 năm 2012)*

## **DÀN BÀI**

### **I-MỞ ĐẦU**

### **II-ĐẠI CƯƠNG**

- A- **ẢO TƯỚNG LỚN** (Sogyal Rinpoche)
- B- **CÁI CHẾT TỚI BẤT NGỜ**
- C- **TẠI SAO PHẢI CHUẨN BỊ CÁI CHẾT ?**

### **III-CHẾT LÀ GÌ ?**

- A- **CHẾT LÂM SÀNG** (theo Y Học)
- B- **CHẾT THẬT SỰ** (theo Đạo Phật)

### **IV-CHẾT RỒI SẼ VỀ ĐÂU ?**

- A- **ĐỐI VỚI NGƯỜI KHÔNG TU**
- B- **ĐỐI VỚI NGƯỜI CÓ TU HÀNH**

### **V-ĐẠO PHẬT CÓ THỂ GIÚP GÌ CHO NGƯỜI SẮP LÌA ĐỜI ?**

- A- **QUAN NIỆM SỐNG VÀ CHẾT TRONG ĐẠO PHẬT**
- B- **ĐẠO PHẬT CÓ THỂ GIÚP GÌ CHO NGƯỜI SẮP LÌA ĐỜI ?**

### **VI-KHOA HỌC NGHIÊN CỨU VỀ CẬN TỬ.**

- A- **KINH NGHIỆM CẬN TỬ** (NDE=Near Death Experience)
- B- **SỰ THAM GIA CỦA KHOA HỌC VÀO CÔI CHẾT**
- C- **NHỮNG PHẢN ĐỀ VỀ KINH NGHIỆM CẬN TỬ**
- D- **LINH HỒN DƯỚI GÓC NHÌN CỦA KHOA HỌC**
- E- **VÀI KINH NGHIỆM TRONG CÔI CHẾT**

### **VII-KẾT LUẬN**

### **I-MỞ ĐẦU**

Nói về cái Chết là một điều không hấp dẫn và không dễ chút nào:

- Không hấp dẫn vì ai cũng tránh né vấn đề này, ai cũng dội khi nghe chữ “Chết”.
- Không dễ chút nào vì người trình bày đề tài chưa chết rồi trở về kể lại hoặc nếu có chết trong các kiếp trước thì đã phải ăn “cháo lú” nên quên mất rồi.

Chính vì những lý do trên, tôi xin phép được *svu tầm những sách hoặc bài liên quan đến cái Chết từ những nhà tu hành, đặc biệt là từ các vị Lạtma Tây Tạng cũng như từ các nhà khoa học rồi sắp xếp lại để quý bạn đỡ mất thời gian nghiên cứu.*

Chắc chắn phần trình bày này còn thiếu sót, rất mong sự góp ý của các bạn.

Vậy chúng ta thử đặt và trả lời một số câu hỏi sau đây:

1/ Ai phải chết? Mọi người đều phải chết, không chừa bất kỳ ai: Dù người giàu có nhất hay người nghèo khổ nhất thế giới, dù người cao sang quyền uy hay người hạ tiện cùng đing nhất thế gian, dù người hiền lành nhất hay là người độc ác nhất trên trái đất này...

2/ Tại sao phải chết? Vì có sinh thì phải có tử.

3/ Khi nào chết? Bất kỳ lúc nào, thường không biết trước được. Ngay khi thai nhi còn trong bụng mẹ hoặc là một cụ già trên 100 tuổi.

4/ Chết thế nào? Nhẹ nhàng hoặc khổ sở, từ từ hoặc đột ngột...

5/ Chết có phải là hết không? Không phải, vì thân xác như một bộ quần áo sau bao năm sử dụng đã bị hư nát, nay cần được thay bằng một bộ quần áo mới. Chính vì thế mà có câu ngôn ngữ Tây Tạng: “Mọi người đều chết nhưng chẳng ai chết cả”.

Tái sinh hay luân hồi đối với người Phật giáo là một sự kiện hiển nhiên. Thật vậy nếu không có tái sinh sẽ không thể nào giải thích được hiện tượng đa dạng của chúng sinh. Nếu không có sự tái sinh chi phối và tác động bởi quy luật nhân quả thì nhất định thế giới này phải là một thế giới bất công và phi lý.

Có lẽ câu hỏi “Luân hồi có thật hay không?” đã lỗi thời, và câu hỏi “Trước khi rơi vào vòng xoáy luân hồi, chúng ta là ai? Sau khi ra khỏi vòng xoáy ấy, chúng ta về đâu?” quan trọng và thực tế hơn. Đối với nhân loại đó là một cánh cửa bí ẩn mà chỉ khi chịu khó đi tìm người ta mới có thể mở ra được.

Tan-tra thừa dựa vào **các phương pháp quan sát, phân tích và nhất là thiên định** để tìm hiểu các diễn biến của cả ba quá trình này: quá trình của cái chết, « giai đoạn trung gian » và quá trình của sự sinh, và hướng chúng ta vào việc tu tập.

## **II-ĐẠI CƯƠNG**

### **A-ÁO TƯỚNG LỚN** (Sogyal Rinpoche)

Sau khi thầy tôi chết, tôi được gần gũi thầy Dudjom Rinpoche, một trong những thiền sư, hành giả Mật giáo và Yoga vĩ đại nhất của thời cận đại. Một ngày nọ, khi thầy đang lái xe hơi xuyên nước Pháp cùng với vợ thầy để ngắm cảnh miền quê, họ đi ngang qua một khu nghĩa trang dài vừa mới được sơn quét và trang trí hoa tươi. Bà vợ thầy nói: “Rinpoche, ngài hãy xem mọi thứ ở phương Tây thật ngăn nắp, sạch sẽ làm sao! Ngay tại những nơi người ta để thầy chết cũng thật sạch sẽ”.

Thầy Dudjom Rinpoche nói:

“Ồ, đúng thế, đây quả thật là một xứ văn minh. Họ có những ngôi nhà đẹp đến thế cho những xác chết. Nhưng bà không để ý sao? Họ cũng có những ngôi nhà tuyệt diệu cho những xác

sống nữa chứ”.

Mỗi khi nhớ lại câu chuyện ấy,tôi không khỏi nghĩ rằng cuộc đời thật trống rỗng,vô vi làm sao,khi nó được căn cứ vào một niềm tin sai lạc về trường cửu và tương tục.Khi sống kiểu ấy,chúng ta vô tình tự biến mình thành những cái xác sống,như thầy Dudjom Rinpoche đã nói.

Nhưng đây là kiểu sống của phần đông chúng ta,chúng ta sống theo một kế hoạch đã định.Nhỏ thì được giáo dục,lớn lên kiếm việc làm,rồi gặp một người nào đó,kết hôn và có con.Chúng ta mua một cái nhà,ráng làm ăn phát đạt,rồi mơ ước có một ngôi nhà ở miền quê hoặc thêm một chiếc xe hơi đời mới nhất . Vào dịp nghỉ thì đi du lịch xa cùng với bạn bè. Chúng ta dự định kế hoạch cho lúc về hưu . Những vấn đề trọng đại nhất mà một vài người trong chúng ta từng gặp chẳng phải chỉ là: không biết nên đi chơi đâu vào kỳ nghỉ hè tới hoặc mời ai vào dịp lễ Giáng Sinh.Cuộc đời của ta thật đơn điệu,tâm thường,lặp đi lặp lại.Ta phí một đời để theo đuổi những chuyên nhỏ nhen bởi vì dường như ta không biết có cái gì hơn thế .

Nhịp điệu đời sống của chúng ta rộn ràng tới nỗi ta không có thời giờ để nghĩ đến cái chết.Ta ém nhẹm những nỗi sợ hãi thâm kín của ta về Vô thường bằng cách bao vây quanh mình thêm nhiều đồ đạc,của cải,tiền nghi chỉ để tự biến mình thành nô lệ cho chúng. Mọi thời giờ và năng lực của ta đều kiệt quệ chỉ vì phải bảo trì những thứ ấy .Chẳng bao lâu,mục đích duy nhất của ta trên đời hóa ra chỉ là giữ cho mọi thứ ta sở hữu càng được bảo đảm an ninh càng tốt.Khi có biến chuyển gì xảy đến, ta tìm cách đối phó mau lẹ nhất,một giải pháp hữu hiệu tạm thời. Cứ thế, đời ta tiếp tục trôi giạt cho đến khi một cơn bệnh hay một tai nạn nào đó lay ta ra khỏi cơn mê.

Cũng không hẳn là ta dành nhiều thời gian suy nghĩ cho cuộc đời này. Hãy nghĩ đến những người đã làm việc bao nhiêu năm rồi phải về hưu , để thấy không biết mình phải làm gì cả vì họ càng ngày càng già và tiến gần đến cái chết.Mặc dù ta luôn luôn hô hào phải thực tế ,thực tế ở phương Tây có nghĩa là thiên cận một cách vô minh và thường ích kỷ. Sự tập trung thiên cận của chúng ta vào đời này và chỉ đời này mà thôi, chính là một ảo tưởng lớn,nguồn gốc của nền duy vật đen tối và phá hoại của thế giới ngày nay.Không ai bàn tới sự chết và đời sau vì người ta có thói tin rằng chuyên ấy chỉ làm đình trệ cái gọi là sự “tiền bộ” của ta trên đời này.

Nhưng nếu ước muốn sâu xa nhất của chúng ta quả là sống và tiếp tục sống thì tại sao chúng ta lại quả quyết một cách mù quáng rằng chết là hết chứ ? Ít nhất ta cũng nên thử thám hiểm xem có thể có đời sau hay không đã chứ ! Nếu quả thật chúng ta có óc thực nghiệm như ta từng tuyên bố thì tại sao ta không tự đặt câu hỏi cho mình một cách nghiêm túc:Tương lai thực sự của ta nằm ở đâu? Chung quy,chẳng có mấy ai sống lâu trên trăm tuổi và sau thời gian đó là cả một thời gian vô tận trải dài,không được giải thích .

## **B-CÁI CHẾT TỚI BẤT NGỜ**

Nhiều người như cố quên về cái chết, cho cái Chết là đáng sợ, không dám nhắc tới.

Nhưng cũng có người lại làm ra vẻ thần nhiên bất cần, coi thường sự chết bằng cách biểu lộ qua lời nói: “Ôi! Ai rồi cũng chết cả, vậy thì lo sợ, nghĩ ngợi làm chi cho mệt! Cứ để cho nó tới”. Thật sự thì lời nói đó chỉ là để khóa lấp về sự chết, chối bỏ sự chết, vì không muốn nghe chữ chết mà thôi. Nhưng khi sự chết đến gần với họ thì sự lo âu khủng khiếp không còn làm họ thần nhiên nữa và khi đó vì không có chuẩn bị trước nên sự ra đi của họ về thế giới bên kia lại chất chứa nhiều đau khổ và sai lầm .

Có người còn cho rằng Chết là hết, là không còn gì nữa . Vì thế họ sống vội vã, cố hưởng được những gì họ có trong cuộc đời hiện tại mà họ đang sống chớ không cần nghĩ đến tương lai, hậu quả của đời sau ra sao . Như vậy họ sống chỉ là để hưởng thụ, nặng về vật chất mà coi nhẹ hay không nghĩ đến phần tâm linh .

Sự chết quả thật là rất quan trọng, nếu mỗi người tư suy nghĩ về cái giờ phút cuối ấy thì thật sự là không đơn giản. Khi biết được vấn đề này một cách sâu xa tế nhị và quan trọng thì ngoài sự chuẩn bị cái chết cho riêng mình, ta còn nên giúp người khác biết chuẩn bị cho họ được an lành khi cái chết đến với họ .

Sống trên thế gian này hầu hết mọi người đều lặn xả vào làm việc để kiếm tiền rồi hưởng thụ và nô lệ cho vật chất trong khi cái chết là cái thực tế đang chờ đợi thì lại không bao giờ để tâm tới. Đó chính là cái sai lầm ghê gớm mà mọi con người đã và đang phạm phải mà không biết.

### **C- TẠI SAO PHẢI CHUẨN BỊ CÁI CHẾT ?**

Khi Sống, Con Người lo đủ việc và nhất là hết lòng chuẩn bị mọi thứ: Nào chuẩn bị thi cử, chuẩn bị ra trường, chuẩn bị cưới hỏi, chuẩn bị sinh con, chuẩn bị nhận việc làm, chuẩn bị mua nhà, chuẩn bị đi du lịch, chuẩn bị đi nằm bệnh viện v...v.Nhưng có một việc rất gần gũi, thiết thực và hệ trọng cho mỗi người thì lại không thấy ai chuẩn bị cả. Đó là chuẩn bị lúc lâm chung!

Tại sao lại phải chuẩn bị lúc qua đời? Mọi người ai cũng Chết cả, đó là chuyện tự nhiên, có gì mà phải chuẩn bị? Nhiều người sẽ nói như thế khi nhắc tới chữ Chết. Nhưng chính vì mọi người ai cũng phải Chết nên cũng phải chuẩn bị , mà nên chuẩn bị kỹ hơn, vì thật sự Chết không phải là đơn giản như những điều ta chuẩn bị trên đời. Lý do:

- Khi Chết, ta ra đi chỉ một mình đơn độc.

- Ở ngưỡng cửa Tử Sinh, vì không chuẩn bị trước nên ta sẽ bơ vơ, ngơ ngác, lo sợ, mơ hồ không biết làm gì và tới đâu.

- Rời khỏi thế gian rồi, ta sẽ đi vào những Cõi giới khác mà ta không biết xấu tốt ra sao? Tâm thức ta lúc ấy vô cùng bồn loạn, sợ sệt kinh hãi, hoang mang.

Vì thế khi sống, ta cần biết rõ khi Chết sẽ ra sao và chuẩn bị trước để lúc lâm chung, tâm thức ta đủ sáng suốt để nhận định đâu là Cửa tới Cõi An lành hầu chuyển đổi một kiếp đời mới khá tốt đẹp hơn.

Đức Phật đã nói rằng trong tất cả những mùa khác nhau để cày cấy, mùa thu là mùa tốt

nhất, trong tất cả những loại nhiên liệu để đốt, thì phân bò là tốt nhất, và trong tất cả những loại tỉnh giác khác nhau, sự tỉnh giác về sự vô thường và cái chết thì hữu hiệu nhất.

Cái chết là điều nhất định, nhưng khi nào nó giáng xuống thì bất định. Nếu chúng ta thực sự đương đầu với sự việc, chúng ta không biết được cái gì sẽ tới trước : ngày mai hay cái chết. Chúng ta không thể hoàn toàn quả quyết rằng người già sẽ chết trước và người trẻ còn ở lại phía sau. Thái độ thực tế nhất mà ta có thể nuôi dưỡng là hy vọng điều tốt đẹp nhất nhưng chuẩn bị điều tồi tệ nhất. Nếu điều xấu nhất không xảy ra thì mọi sự đều tốt đẹp, nhưng nếu nó xảy ra, nó sẽ không tấn công chúng ta một cách bất ngờ.

Đại sư Sogyal Rinpoche đã khuyên mọi người là nên nói một cách tế nhị, khéo léo sự thật về cái chết cho thân nhân sắp qua đời biết khi căn bệnh họ đã tới hồi nguy kịch. Điều ấy có lợi vì giúp họ “kịp dọn mình, chuẩn bị tinh thần cho một tình huống phải đến”. Nhờ thế mà dần dần họ sẽ cảm thấy yên tâm và cũng từ đó họ bắt đầu sửa đổi thái độ, tâm linh với mọi người, với gia đình, với những ân oán, nợ nần, những gì cần giải quyết v...v... cho tốt đẹp.

Né tránh Cái Chết sẽ không giúp giải quyết nó mà thực ra có thể làm vấn đề tệ hại hơn. Một số người nhận xét rằng thực hành Phật giáo dường như nhấn mạnh tới sự đau khổ và tính chất bi quan. Tôi cho rằng điều này thật sai lầm. Thực hành Phật giáo thực sự cố gắng để chúng ta có được một sự an lạc vĩnh cửu là điều không thể suy lường nổi đối với một tâm trí bình thường và tiệt trừ những đau khổ một lần cho mãi mãi.

### **III-CHẾT LÀ GÌ ?**

#### **A-CHẾT LÂM SÀNG** (theo Y Học)

Khi mũi hết thở, tim ngưng đập, mất ý thức, đồng tử không phản xạ với ánh sáng khi chiếu vào.

#### **B-CHẾT THẬT SỰ** (theo Đạo Phật)

Theo Đạo Phật, Chết thật sự là khi thần thức rời bỏ thể xác để vào cõi Trung giới, tức là nơi tạm trú của những vong linh chờ đi tái sinh.

1/Phật giáo Nguyên thủy không chấp nhận sự hiện hữu của thể dạng trung gian (antarabhava). Dòng tiếp nối liên tục của tri thức (continuum of consciousness) trực tiếp chuyển tải nghiệp của một cá thể từ cái chết sang sự sinh (thu thai) không có sự gián đoạn nào tức không trải qua một thể dạng trung gian nào cả. Sự « chuyển tiếp » giữa thể dạng hiện hữu trước sang thể dạng hiện hữu tiếp theo sau xảy ra rất nhanh chỉ trong khoảnh khắc của « một chớp mắt hay một tia chớp ».

Tóm lại Phật giáo Nguyên thủy không quan tâm đến những gì xảy ra giữa cái chết và sự sinh. Có thể đây là một sự thiếu sót, vì khi quan sát và theo dõi diễn tiến của một cái chết bình thường, người ta thấy quá trình đó không xảy ra đột ngột như một « tia chớp », và đối

với sự sinh thì các điều kiện thuận lợi giúp tinh trùng, noãn cầu và dòng tiếp nối liên tục của tri thức kết hợp với nhau không xảy ra trong « *chóp mắt* ».

2/Phật giáo Đại Thừa :Ngài Thế thân (Vasubandu - thế kỷ thứ III-IV) nêu lên khái niệm về thể dạng trung gian xảy ra giữa cái chết và sự sinh. Thể dạng này tượng trưng bởi một sinh linh cấu tạo bằng « khí » và « tri thức » (consciousness), mang hình hài của cá thể mà nó sắp tái sinh và « sống » được bảy ngày. Sinh linh trong thể dạng trung gian ấy có thể nhận biết được các sinh linh cùng một thể loại với nó. Sau bảy ngày thì nguyên nhân của nghiệp bắt đầu « chín », sinh linh ở thể dạng trung gian trên đây sẽ chuyển sang thể dạng tái sinh trong những điều kiện phù hợp với nghiệp của nó.

Tóm lại trên một khía cạnh nào đó có thể hiểu A-lai-da thức là dòng tiếp nối liên tục của tri thức (continuum of consciousness) của một cá thể, vận hành xuyên qua thể dạng trung gian. Tan-tra thừa « mô tả » các cơ sở chuyển tải trên đây dưới hình thức các « khí » cực kỳ tinh tế.

Thời điểm khi xảy ra sự sinh (thụ thai) đánh dấu sự chấm dứt của thể dạng trung gian và xác định sự thâm nhập của tri thức vào phôi vừa được hình thành. Cũng bắt đầu từ thời điểm trên đây phôi hàm chứa một tri thức mới, tượng trưng cho quả phát sinh từ nghiệp trong các kiếp trước. Thông thường thể dạng trung gian kéo dài 7 ngày, tối đa 49 ngày sau khi chết. Tuy nhiên theo sự tin tưởng của một số tông phái Phật giáo Nhật bản thời gian này có thể lên đến 77 ngày.

### 3/Theo Phật giáo Tây Tạng)

Khái niệm về thể dạng trung gian được Tan-tra thừa và nhất là Tối thượng du-già Tan-tra nghiên cứu, tu tập và quảng bá rộng rãi. Tan-tra thừa sử dụng các phương pháp quan sát, phân tích và thiền định để tìm hiểu các hiện tượng liên quan đến quá trình của cái chết và sự sinh để ứng dụng vào việc tu tập. Cái chết theo Tan-tra thừa là một quá trình tan biến tuần tự của thân xác vật chất và tâm thức, các hiện tượng tan biến này được phân loại thành nhiều cấp bậc từ thô thiển đến tinh tế và cực tinh tế.

Cái Chết theo Tử Thư Tây Tạng là khoảng thời gian kéo dài từ lúc một người tắt thở cho đến khi đương sự theo nghiệp để tái sinh vào một trong 6 đường là Trời, người, thần, súc sinh, ngạ quỷ và địa ngục. Hiểu theo nghĩa này, chết thường có các giai đoạn là lâm chung, tứ đại tan rã, pháp tính và tái sinh.

3-1/LÂM CHUNG kéo dài từ lúc một người thân của chúng ta ngưng thở, cho đến khi thần thức người ấy bỏ lại thể xác, vào Trung giới hóa thành vong linh hay hương linh. Theo người Trung Hoa, giai đoạn này thường nằm trong khoảng 8 giờ.

Nhưng người Tây Tạng lại nói, nó có thể kéo dài tới 3 ngày rưỡi hay 4 ngày :Khi hơi thở ngưng lại, khí dương từ đỉnh đầu đi xuống và khí âm từ dưới huyệt Đan điền đi lên để hợp thành nguyên khí ở huyệt Giáp Tích, ngang tim. Bấy giờ, người chết thấy một vàng

ánh sáng trong ,rực rỡ gọi là tịch quang của Pháp thân .Khi ánh sáng này biến đi,người ấy sẽ rơi vào bóng tối cận tử và nhìn thấy tịch quang của Pháp thân lần thứ 2 ,trước khi thần thức thoát khỏi thể xác

.Nếu người chết không lợi dụng cơ hội này để thoát ly sinh tử thì sẽ lạc vào cõi Trung giới,hóa thành hương linh,mang thân Trung âm . Thân này có khả năng xuyên qua tường và di chuyển đồng bộ với tư tưởng của hương linh .Từ lúc mang thân Trung âm,hương linh lại bị nghiệp lực chi phối và thường phải trải qua 2 giai đoạn là Trung âm Pháp tính và Trung âm Tái sinh .

Theo Đại đức Rinpoche thì nếu người sắp qua đời đã nói được những tâm tư nguyện vọng của họ một cách tự nhiên thoải mái thì điều ấy sẽ giúp họ thay đổi được quan niệm sống, thay đổi về cuộc đời mà họ đã từng trải qua để đi vào thế giới khác một cách bình an tốt đẹp . Khi bạn đến thăm người sắp chết, nếu họ nói ra những gì về cá nhân họ, cuộc đời họ, tình cảnh họ, bệnh tình họ... thì đó là những cảm nghĩ riêng tư của họ. Hãy để cho họ thổ lộ những gì mà họ muốn nói, đừng cản lời họ vào lúc đó. Không những là không cản trở mà còn khuyến khích, cảm thông với họ, hòa đồng vào với họ một cách ân cần đầy tình cảm ...khi họ nói ra: Có vậy họ sẽ có được cảm giác là khi ra đi họ không cô đơn.

Phần lớn người sắp qua đời đã thường tha thứ những gì mà người khác đã gây hại cho họ, kể cả kẻ thù mà lúc còn sống họ rất căm giận. Ngay cả nợ nần họ cũng nhớ và muốn giải quyết dứt khoát.Ở phút lâm chung, con người tự nhiên tốt lành hơn, cởi mở hơn, thánh thiện hơn, tất cả như buông xả nên họ dễ dàng tha thứ. Ngay cả tử tội, trước khi thọ hình cũng thường tỏ ra ăn năn hối cải những lỗi lầm mà mình đã phạm phải. Theo các Lạt Ma Tây Tạng thì dù người sắp lìa đời đã tạo nhiều ác nghiệp, nhưng lúc sắp mất, họ tỏ ra ân hận, hối tiếc, ăn năn sám hối, mong cầu sự tha thứ thì chắc chắn sẽ phần nào chuyển hoá được nghiệp xấu. Điều luôn luôn cần lưu ý là người sắp qua đời sẽ ra đi một mình nên phút tiễn đưa cần có thân nhân bè bạn để lúc qua đời khỏi cảm thấy bơ vơ lạc lõng.Vì thế sự lẽ loi đơn độc là điều bất hạnh nhất của người sắp mất.

Đừng bao giờ thuyết giảng giáo lý của riêng bạn cho người sắp lìa đời, nhất là khi người ấy không cùng tín ngưỡng với bạn.

Điều quan trọng cần nói là bạn bè, người thân khi kẻ cận bên người sắp qua đời thì đừng bin rìn, khóc lóc, níu kéo người sắp mất. Nếu ta cứ tạo mối thương cảm day dứt thì người sắp qua đời sẽ đau buồn vô cùng khiến họ khó nhắm mắt ; đó chính là điều vô cùng tai hại. Cần nhớ kỹ rằng khi gần tới phút lâm chung, họ cần phải được an ổn tâm hồn, buông xả tất cả, không còn gì vướng bận vào giai đoạn quan trọng đó.

### 3-2/SỰ TAN RÃ CỦA TỬ ĐAI

Chết chính là sự hủy hoại của cơ thể. Theo các Kinh sách cổ Đông phương thì thân xác và tâm thức hình thành là do sự liên kết của 5 Thể hay 5 Đại - Đó là Đất, Nước, Gió, Lửa và khoảng Không.

- Đất tạo nên thịt, xương và cả khứu giác để nhận biết các mùi.
- Nước tạo nên máu huyết, chất nhờn, chất lỏng trong cơ thể và luôn cả vị giác để nhận biết cay, chua đắng mặn, ngọt, bùi.
- Gió tạo nên hơi thở, hình thể và cả xúc giác để cảm nhận khi tiếp xúc, sờ mó, va chạm.
- Lửa tạo nên hơi ấm, màu sắc và thị giác để nhìn ngắm, xác định hình thể sắc màu.
- Khoảng Không tạo ra thính giác giúp nghe và phân biệt các âm thanh . Khoảng Không còn tạo ra những xoang bào, những khoảng trống, khoảng hở ở bên trong cơ thể.

Khi chết thì những tan rã của các Thể hay các Đại diện ra rất nhanh và người sắp chết lúc ấy cũng sẽ trải qua những xáo trộn biến chuyển trong cơ thể và cả tinh thần rất nhanh.

a/Trước hết thì Thể Đất tan rã nên cơ thể hầu như không còn sức mạnh nữa, khi đó người sắp chết cảm thấy cơ thể nặng nề kỳ lạ và như bị té chúi xuống, không tự mình nhắc người lên được. Da bắt đầu có màu tái xanh, má hóp và trên răng hiện ra những điểm màu đen. Khi đó hai mắt như bị kẹp sụp xuống, thấy mờ mờ, miệng bắt đầu nói những lời tối nghĩa, mơ hồ, tâm thần suy sụp.

b/Tiếp đến Thể Nước bắt đầu tan rã với dấu hiệu nước mắt, nước mũi ,nước miếng chảy ra mà ta không thể cản được.Mắt miệng, cổ họng khô và lưỡi như cứng lại và khát nước vô cùng. Hai lỗ mũi như lún vào trong,tay chân co giật, run rẩy, tâm thần mờ mịt như bông bênh. Khi đó từ cơ thể tỏa ra mùi khó chịu , đó là mùi tử khí. Điều này cũng dễ hiểu vì cơ thể con người thật sự là một khối dơ dáy như nhận định của các vị Chân sư quán triệt cái thân ô trọc và thấy rõ “cái cơ thể của con người” là như vậy .Nó tích chứa biết bao cái xấu xa, bất toàn và xú uế nhưng nhờ các cơ phận của cơ thể giữ chúng lại bên trong nên mọi người không thấy , chỉ thỉnh thoảng thấy qua mồ hôi, hơi thở hay phân giải, nước tiểu. Nhưng khi các đại bắt đầu tan rã thì các cơ phận của cơ thể cũng không còn khả năng cầm giữ các thứ đó nữa mà phân rã hay tuôn ra khiến tỏa mùi khó chịu. Những người làm việc ở bệnh viện thường cho biết là họ đã từng cảm nhận những mùi hôi tỏa ra trong phòng người sắp qua đời hay vừa mới qua đời. Ở giai đoạn tan rã của thể Nước thì qua một số người đã có lần chết đi sống lại nhiều khi nhớ và mô tả lúc này họ như bị chìm sâu trong lòng biển lớn hay bị khối nước ào ạt cuốn đi.

c/Tiếp theo là giai đoạn Thể Lửa tan rã dần, nên cơ thể lạnh, tái, mắt mũi miệng, cổ khô rát. Hơi thở lạnh. Lúc này không thấy rõ sự vật, tâm trí mờ tối không nhận rõ ra bất cứ ai cũng như không nhớ được ai. Họ thấy những đám khói mờ bốc lên.

d/Khi Gió bắt đầu tan rã thì bản thân người sắp mất cảm thấy khó thở, nhiều người vào giai đoạn này thường bảo thân nhân mở các cửa ra vì họ ngột thở. Vì là gió đang tan rã nên thoát ra từ bên trong cơ thể qua cổ họng khiến ta thở hổn hển. Nhưng không có sức hít vào. Đôi mắt lúc bấy giờ trợn ngược vì các dây cơ trong mắt không còn tạo thế cân bằng nữa. Cả cơ thể trở nên cứng đờ. Tâm thức lúc ấy mờ mịt tối tăm, không còn khả năng nhận biết những gì xảy ra chung quanh. Khi ấy các ảo giác bắt đầu hiện ra. Tùy theo nghiệp



thiện, ác ta gây ra lúc còn sống mà ta sẽ trông thấy những hình như tương ứng, ta cũng thấy lại tất cả quãng đời của ta như một cuốn phim chiếu ngược . Lúc này các hình ảnh và sự kiện như cuồng phong, bão tố vì Thế Gió đang đi giai đoạn tan rã. Đây là lúc máu rút về Tim . Hơi thở cuối cùng hắt ra. Chỉ còn một chút hơi ấm ở tim. Sự sống chấm dứt.

Tuy nhiên theo các Lạt Ma Tây Tang, nhất là những ghi chép trong Tử Thư thì lúc này thật sự vẫn chưa chết vì tâm thức còn có thể nghe, nhân biết những gì về chung quanh . Do đó mới có lời căn dặn rằng, thân nhân người mới chết không nên gây huyên náo, khóc lóc kể lể hay làm những điều gì có thể gây đau khổ, buồn phiền, thất vọng cho người vừa mới qua đời . Lúc này là lúc mà thân nhân nên thay phiên nhau tụng kinh, đọc kinh cầu nguyện ít nhất là trong vòng 49 ngày.

Khi Chết, cái thân xác thì nằm bất động, chỉ có phần như sương khói là Thần thức thoát ra khỏi cơ thể. Theo tài liệu trong Tử thư thì lúc bấy giờ người Chết đang ở trong cõi Trung âm, chưa nhận thức được là mình đã thực sự chết rồi mà cứ nghĩ là mình đang còn sống bình thường. Giai đoạn này quả thật là phức tạp, khó khăn. Vì cứ nghĩ là mình còn sống tự nhiên nên vẫn đi lại cũng ra vào nhà, cũng tiếp xúc gần gũi với vợ con, bạn, hàng xóm láng giềng.

Nhưng có điều là không ai trông thấy họ dù họ làm đủ mọi cách như xô đẩy, cản đường, kêu gọi... họ vẫn không thể làm cho bất cứ ai thấy được họ. Họ cũng thấy gia đình, bà con nói về họ, nhắc nhở họ. Lý do lúc bấy giờ họ không còn cái thân vật chất, vật lý và hoá học như trước đây nữa. Rồi khi họ thấy trong nhà bày biện bàn thờ khói hương nghi ngút, có ảnh của họ phóng lớn đặt lên đó nữa thì họ rất phân vân tưởng như là mơ, nhưng rồi thấy người thân vật vã khóc lóc khiến dần dần họ hiểu ra rằng mình đã chết . Mặc dầu vậy, họ vẫn trong tình trạng mơ hồ phân vân không nhận định hoàn toàn rõ rệt tình huống của họ lúc ấy.

Sự phân vân mê mờ của người đã mất không biết rõ tình trạng, hoàn cảnh của mình như vậy rất tai hại vì trong vòng 49 ngày nếu tâm thức họ cứ mơ mơ màng màng không rõ rệt thì họ lại càng khó phản ứng thích hợp thuận lợi với những gì đang chờ đợi họ bên kia của tử. Do đó các vị Đại sư thường căn dặn các đệ tử khi ở cạnh người sắp qua đời hãy tế nhị cho họ biết rõ là họ sẽ phải từ giả cõi thế gian , đó là điều mà bất cứ ai cũng đều phải trải qua không sớm thì muộn . Biết được chắc chắn như thế thì họ sẽ mạnh dạn và dứt khoát ra đi, với ý thức là mình đã thực sự chết rồi. Điều đó sẽ giúp họ đối phó với những tình huống bất ngờ sẽ xuất hiện khi họ ở vào giai đoạn Trung âm, giai đoạn mà những gì xuất hiện thường sẽ rất lạ lùng, hiếm thấy khi họ còn đang sống như: ánh sáng lạ toả ra chiếu vào họ, và cả âm thanh nữa: Về ánh sáng thì có nhiều loại ánh sáng đủ mọi cấp độ sáng tối và màu sắc khác nhau. Lúc bấy giờ họ nên tránh xa loại ánh sáng nào, nên vào với ánh sáng nào... Chính lúc này là lúc quan trọng, phải biết rõ, âm thanh nào nên tới, ánh sáng nào nên lia xa..để khỏi đi vào 6 đường lục đạo xấu xa tai hại do tâm thức mơ hồ lầm lạc.

3-3/PHÁP TÍNH(giai đoạn Trung âm Pháp tính) kéo dài 14 ngày kể từ khi thần thức của người chết vào Trung giới với thân trung âm. Đây là lúc chư Phật và Thánh Chúng hiện đến tiếp dẫn .Nhưng chỉ những vong linh nào có duyên mới nhận ra các Ngài và được các Ngài

cứu độ :

a/Từ ngày 1 đến ngày 5, có 5 phương Phật là Đại Nhật, A Súc, Bảo Sinh, Di Đà và Bất Không lần lượt xuất hiện, phóng quang chiếu soi vong linh .

b/Trong ngày thứ 6, cả năm vị Phật nói trên đều đồng thời thị hiện phóng quang chiếu soi vong linh .

c/Trong ngày thứ 7, có 42 thiện thần (thần ôn hòa) từ trái tim và yết hầu của vong linh xuất ra, phóng quang chiếu soi thân nó . Theo Tử thư Tây Tạng, những vị thần này đều là hóa thân của Trời Đại Hắc (Mahakala).

d/Từ ngày thứ 8 đến ngày thứ 14, có 58 hung thần (thần phẫn nộ) chia thành 7 nhóm từ trong đầu của vong linh tuần tự xuất ra ,phóng quang chiếu soi thân nó. Theo Tử thư Tây Tạng ,những vị thần này đều là hóa thân của vua Diêm Vương (Yamaraja).

***Cũng theo Tử thư Tây Tạng ,trong lúc chư Phật và Thánh chúng phóng quang chiếu soi,nếu vong linh nào khi sống đã tu tập và thấy Tánh,mới có thể hợp nhất vào Trí quang của Chư Phật hay sắc thân của Thánh Chúng,thì liền thoát khỏi vòng sinh tử luân hồi .***

Trên đây là quan niệm của Mật Tông,còn theo những người thanh tu-tĩnh nghiệp thì “Chư Phật và Thánh Chúng phóng quang không phải chỉ để chiếu soi mà là để tiếp dẫn thần thức của người niệm Phật”.

3-4/TÁI SINH bắt đầu từ tuần lễ thứ 3,khi Chư Phật và Thánh Chúng đều đã biến đi. Giai đoạn này có thể dài hay ngắn,tùy theo tâm trạng và nghiệp báo của mỗi vong linh .Có những vong linh không qua giai đoạn này vì họ đã vãng sinh hoặc tái sinh trước đó .Có những vong linh chỉ ghé qua vài giờ .Nhưng cũng có những vong linh phải lưu lại tới 49 ngày hay lâu hơn.Thân trung âm của con người có hình người bằng đứa bé 8 tuổi lành lặn hoàn toàn nhưng nếu người ấy bị đọa vào loài thú thì thân ấy sẽ chuyển thành thân thú trước khi tái sinh .

#### **IV-CHẾT RỒI SẼ VỀ ĐÂU ?**

##### **A-ĐỐI VỚI NGƯỜI KHÔNG TU**

Kẻ phạm phu chủ trương không tu hành ,sống hưởng thụ cho bản thân và gia đình nên không màng đến hậu quả.Đến lúc chết,phải theo nghiệp báo mà tái sinh vào một trong 6 đường là:Trời,người,thần,súc sinh,nạ quỷ và địa ngục .Người ta chia nghiệp ra 4 loại sau đây:

1/Cực trong nghiệp gồm 5 nghiệp rất nặng là giết cha,giết mẹ,giết Alahán,chia rẽ chư tang và phá hủy tượng Phật .Những nghiệp này có thể thay đổi số mạng người đó khiến họ chết non hay bị đọa vào địa ngục.Những người phạm cực trọng nghiệp mà không sám hối thì sau khi chết sẽ bị đọa vào địa ngục,đến khi mãn hạn liền bị chuyển kiếp sinh vào ác đạo để trả

nợ xưa .

2/Cân tử nghiệp là ý (tư tưởng),khẩu(lời nói),thân (hành động) của một người lúc hấp hối .Nếu thân-khẩu-ý trong sạch thì người đó tái sinh vào 3 đường thiện còn nếu thân-khẩu-ý bất tịnh thì người đó sẽ sinh vào 3 đường ác.

3/Tập quán nghiệp gồm những thói quen và nhất là những đam mê của chúng ta ở trong đời này.

a/Trường hợp người chuyển thân làm chó để giữ gia tài mà ông đã chôn dưới gầm giường nhưng chưa kịp nói cho vợ và con trước khi chết .

b/Một nhà sư già được người quen tặng cho mấy đọt mía liền đem trồng ngoài vườn .Một thời gian sau,đọt mía ấy mọc thành một cụm mía xum xuê,tươi tốt khiến nhà sư ưa thích nên hàng ngày tưới, bón,ngắm,bỏ bê công việc tu hành .Khi chết đi,nhà sư tái sinh làm con sâu mía .

4/Tích lũy nghiệp là những nghiệp đã tạo từ trước tới nay mà chưa hề sám hối nên vẫn còn tồn trữ trong Tạng tâm dưới dạng chủng tử .

Những người không có tâm nguyện hay một thói quen đặc biệt nào thì sẽ theo tích lũy nghiệp để tái sinh .Quy luật chi phối việc tái sinh trong trường hợp này rất phức tạp .Nhưng chúng ta có thể nói một cách tổng quát và ngắn gọn rằng:

a/Nếu là người siêng làm việc thiện thì sẽ thăng lên cõi trời .

b/Nếu là người nhân nại ,hiền lương thì sẽ trở lại nhân gian .

c/Nếu là người nóng giận ưa gây gỗ thì sẽ lạc vào cõi Thần Atula .

d/Nếu là người si mê,trộm cắp,dâm dục thì sẽ bị đọa làm súc sinh .

e/Nếu là người tham lam,bồn sển,ích kỷ sẽ biến thành ngạ quỷ .

f/Nếu là người ganh tị,độc ác,lừa đảo thì sẽ bị đọa vào địa ngục .

## **B-ĐỐI VỚI NGƯỜI CÓ TU HÀNH**

1/Người tu mà chưa đắc Đạo thì vẫn phải theo nghiệp thọ sinh như người phàm phu .Chỉ khác là nghiệp của họ thường là thiện nên phần lớn,họ đều được tái sinh vào cõi Trời hay cõi người .

2/Còn đối với người tu hành đã đắc Đạo,có 2 trường hợp xảy ra:

a/Những người tu hành đã đắc Đạo nhưng phát nguyện trở lại cõi Ta Bà để độ sinh thì sẽ theo nguyện lực tái sinh như trường hợp của các vị Lạtma Tây Tạng .

b/Những người tu hành đã đắc Đạo nhưng không muốn trở lại cõi Ta Bà thì sẽ được giải thoát theo pháp môn mình chọn.Có rất nhiều pháp môn nhưng tựu chung là 3 pháp môn chính:Thiền,Tịnh và Mật .

-b1/Người tu Thiền sẽ nhập vào cõi Niết Bàn .

-b2/Người tu Tịnh sẽ sinh vào cõi Cực Lạc .

-b3/Người tu Mật Tông,tụng chú sẽ nhập vào tịch quang của Pháp Thân vào lúc lâm chung .

Khi người đó tắt thở và trước lúc thần thức rời bỏ xác ,tịch quang này chỉ hiện ra có 2 lần,mỗi lần vài phút nên khó mà nhập được vào .

Nếu không được thì phải chuyển hướng,hợp nhất với Bản tôn hay một trong các vị Thánh hiện đến tiếp dẫn ở giai đoạn Trung âm Pháp Tính .

Còn như sợ tự mình không làm được việc đó thì phải nhờ một vị Thầy có thiên nhãn theo dõi và nhắc nhở rằng mình hiện đang đối diện với vị thánh nào và phải xử trí ra sao?

### **V-ĐẠO PHẬT CÓ THỂ GIÚP GÌ CHO NGƯỜI SẮP LÀ ĐỜI ?**

Để trả lời câu hỏi này,chúng ta phải biết rõ quan niệm sống và chết của Phật giáo .

#### **A-QUAN NIỆM SỐNG VÀ CHẾT TRONG ĐẠO PHẬT**

Tất cả mọi hiện tượng đều tương liên với nhau và biến đổi, không có một sự gián đoạn hay ngưng nghỉ nào, không có gì bớt đi cũng không có gì thêm vào, chỉ có nguyên nhân này sinh ra hậu quả kia, rồi hậu quả kia lại tạo ra nguyên nhân khác. Đó là cái nhìn của Phật giáo đối với tất cả các hiện tượng trong vũ trụ cũng như đối với sự sống và cái chết của từng cá thể.

Đạo Phật nhấn mạnh luật nhân quả có thể được phát biểu đại khái như sau:  
“Tất cả mọi sự,mọi vật đều có nguyên nhân của nó”.

Tuy nhiên,một mình nhân không đủ để gây ra quả mà cần phải có nhiều duyên hỗ trợ .Trợ duyên giúp việc gây quả gọi là thuận duyên,ngược lại chướng duyên ngăn việc gây quả gọi là nghịch duyên .Nói một cách khác:Có quả tất có nhân nhưng có nhân chưa chắc sẽ có quả !Vì việc gây quả không phải chỉ tùy thuộc vào nhân mà ngược lại còn phải nhờ thuận duyên nữa.

Áp dụng luật nhân quả vào cuộc sống,Đạo Phật đưa ra thuyết Nghiệp báo nghĩa là “Trồng dưa thì được dưa,trồng đậu thì được đậu”hay là “ở hiền thì gặp lành,làm ác thì gặp ác”.Nghiệp không phải chỉ là việc làm không thôi mà nó bao gồm tất cả tư tưởng,lời nói,hành động có ý thức của chúng ta.

Những nghiệp này vốn là nhân được lưu trữ ở trong Tạng thức dưới dạng chủng tử hay hạt giống .Chỉ cần có đủ cơ duyên thì những nhân này sẽ thành quả .Quả của nghiệp gọi là nghiệp quả hay nghiệp báo .Nghiệp báo có 2 loại:

- 1/Chính báo là thân thức của chúng ta .
- 2/Y báo là hoàn cảnh sống của chúng ta

Quá trình tạo nghiệp và chịu quả báo nói trên thông qua 3 thời là quá khứ,hiện tại,vị lại .Do đó,chết không phải là hết .Khi chết,chỉ có hình hài tan rã,còn Tạng thức (Alaïda thức) sẽ theo thần thức tái sinh vào một trong 6 cõi luân hồi tùy theo nghiệp báo .

Khác với thuyết Định mệnh theo đó, con người hoàn toàn bất lực trước sự an bài của Tạo Hóa, thuyết nghiệp báo tôn trọng quyền tự do của con người trong việc kiến tạo tương lai của mình. Thực vậy, tuy làm ác nhưng nếu cá nhân đó biết ăn năn, sám hối, làm các việc thiện, phóng sinh, bố thí nghĩa là tạo nghịch duyên ngăn không cho ác nhân kết thành quả khổ hoặc ít ra cũng làm giảm nhẹ nghiệp quả. Nếu người đó mới qua đời, chúng ta có thể thỉnh các tăng ni hoặc ban hộ niệm tụng kinh, niệm phật, trì chú thì người đã quá vãng có thể chuyển hóa phần nào được nghiệp chướng. Đây là quan niệm rất độc đáo của Phật giáo về nhân sinh.

## **B- ĐẠO PHẬT CÓ THỂ GIÚP GÌ CHO NGƯỜI SẮP LÀ ĐỜI ?**

Theo Đạo Phật, chết không phải là hết như đã trình bày ở phần trên mà chỉ là cơ hội để giải thoát (theo Tử thư Tây Tạng) hoặc làm lại cuộc đời trong một kiếp khác nên Đạo Phật mới khuyên chúng ta sám hối lỗi lầm và tịnh tu 3 nghiệp.

Ba nghiệp là nghiệp của Thân, Khẩu, Ý mà quan trọng nhất là Ý vì từ nghiệp của Ý mới kéo theo nghiệp của Khẩu và nghiệp của Thân. Ngoài ra, nghiệp quá khứ không quan trọng bằng nghiệp hiện tại vì nghiệp quá khứ đã xảy ra rồi, ta không sửa được mà chỉ có thể sám hối, còn nghiệp hiện tại thì ta có thể chủ động được.

Do đó, người sắp lìa đời cần phải đặc biệt lưu ý đến những gì mình nghĩ, nhớ, ao ước, nói và làm. Cận tử nghiệp này sẽ ưu tiên quyết định nơi mà người đó sẽ tái sinh.

Theo Tử thư Tây Tạng, việc thần thức rời bỏ thể xác được khởi sự vào lúc người đó rơi vào bóng tối cận tử và có cảm giác như đang bay rất nhanh trong một hang tối với tiếng gió rít bên tai. Khi gió ngưng bật và bóng tối tan đi thì thần thức, giống như con rắn vừa lột xác, có thể quan sát cái thân mà nó bỏ lại, để ra đi. Thần thức lúc đó bay lượn quanh xác mình, rất tỉnh táo và biết hết mọi chuyện xảy ra mặc dù không còn ngũ quan nữa. Chính lúc này, thân nhân đừng nên than khóc, nhất là để nước mắt rơi trên xác khiến thần thức càng quỳên luyến đau khổ hơn.

Thần thức thấy được mọi người, nghe rõ ràng họ nói nhưng thân nhân thì không thấy hoặc nghe họ được. Đây là thời gian rất tốt để trợ niệm và thường nằm trong khoảng 8 giờ đầu kể từ khi người đó tắt thở. Người Tây Tạng thường trợ niệm trong 3 ngày rưỡi hay 4 ngày. Trong điều kiện ở Việt Nam, chúng ta nên làm như người Tây Tạng nhưng còn ở ngoại quốc, xác chết phải để trong phòng lạnh của nhà quản nên chúng ta cố gắng trợ niệm trong 8 giờ trước rồi 3-4 ngày sau, khi làm lễ phát tang và cầu siêu, chúng ta mời quý Thầy, bà con và bạn bè tới trợ niệm và cử hành tang lễ. Khi an táng xong xuôi, chúng ta liền rước vong linh lên chùa để cầu siêu trong 7 tuần liền, mỗi tuần một lần.

### **Trợ niệm và Cầu Siêu rất khác nhau:**

-**Trợ niệm** gồm 2 việc chính; Một là nhắc nhở người sắp chết, đang chết hay mới chết phải lo niệm Phật cầu sinh Cực Lạc và hai là niệm Phật hiệu để hồi họ niệm theo.

-**Cầu siêu** là chúng ta có thể hoặc dùng tên mình hoặc thay vong linh, cúng dường, sám

hồi, tụng kinh, niệm Phật hay trì chú . Rồi đem phúc đức tạo được hồi hướng cầu cho vong linh vãng sinh Cực Lạc, hóa sinh lên Trời hay tái sinh làm người .

## VI-KHOA HỌC NGHIÊN CỨU VỀ CẬN TỬ.

### A-KINH NGHIỆM CẬN TỬ (NDE=NEAR DEATH EXPERIENCE)

Từ lâu, điều bí ẩn về sự tồn tại mối liên hệ giữa con người và những thế giới khác đã trở thành một đề tài hấp dẫn giới khoa học.

Đi tìm câu trả lời cho câu hỏi có hay không sự tồn tại ranh giới giữa sự sống và cái chết, hay điều gì sẽ xảy ra với ý thức của con người khi chết đi? Các nhà khoa học đã phát hiện ra những câu chuyện thú vị về các trường hợp bệnh nhân từng trải qua hiện tượng có tên gọi khoa học là “cận tử”.

Nghiên cứu về các trường hợp cận tử trong nhiều năm qua, các nhà khoa học tại Trường đại học Southampton (Anh) đã tập hợp được nhiều tài liệu giá trị phục vụ việc nghiên cứu khoa học về trạng thái cận tử. Nghiên cứu hơn 1.500 bệnh nhân bị mắc bệnh tim trong vòng 3 năm, mục đích của các nhà khoa học ngoài việc tìm cách điều trị, còn nhằm tìm hiểu về hiện tượng gì sẽ xảy ra khi trong cơ thể con người không còn hoạt động của tim và não. Công trình nghiên cứu này đã thu hút được sự quan tâm của hàng loạt các trung tâm khác nhau tại Mỹ, bao gồm các trung tâm nghiên cứu thuộc các bệnh viện ở Cambridge, Birmingham và Swansea... Tại nơi điều trị cho các bệnh nhân bị bệnh tim trong các trung tâm này, hàng loạt thiết bị máy ghi hình, máy chụp ảnh tự động được lắp đặt nhằm theo dõi những hiện tượng xảy ra đối với bệnh nhân trong quá trình phẫu thuật. Những bệnh nhân trải qua hiện tượng cận tử sẽ kể lại với các bác sĩ những sự việc mà họ đã nhìn thấy trong khi ý thức rời khỏi cơ thể họ (khi xảy ra những sự việc này, bệnh nhân hoàn toàn ở trong trạng thái hôn mê). Sau đó, những sự việc này được đem so sánh với những hình ảnh đã được ghi lại bằng các thiết bị ghi hình và máy chụp ảnh tự động.

Theo TS. Sam Parnia , người đứng đầu chương trình nghiên cứu về ý thức con người của Mỹ, thì việc bố trí một cuộc theo dõi và so sánh nêu trên sẽ giúp loại bỏ giả thuyết cho rằng cái chết chỉ là một hiện tượng đơn lẻ. Ông cho biết: Chết không phải là một khoảnh khắc đặc biệt, thay vào đó, nó là một quá trình bắt đầu từ khi tim ngừng đập, phổi ngừng hoạt động, hoạt động chức năng não dần bị suy giảm và ý thức rời khỏi cơ thể con người. Quá trình này nhìn từ khía cạnh sinh học, thì tương tự như khi người ta rơi vào trạng thái chết lâm sàng. Nó có thể diễn ra và kết thúc trong vòng một vài giây cho tới một giờ hoặc hơn thế. Tuy nhiên, trong khi diễn ra cái chết, dưới sự can thiệp của các thiết bị y tế, quá trình này bị cản trở, nhịp tim được phục hồi lại bình thường và quá trình diễn ra cái chết kết thúc, bệnh nhân sống lại. Trong số hơn 1.500 bệnh nhân được theo dõi nêu trên, các bác sĩ cho biết có 10-20% số bệnh nhân từng trải qua hiện tượng tim bị ngừng đập và chết lâm sàng vẫn duy trì được nhận thức tỉnh táo. Trong khi chết lâm sàng, họ vẫn nhận biết được chi tiết các sự việc đã diễn ra xung quanh nơi giường bệnh của mình.

Heather Sloan – một y tá làm việc tại Southampton (Anh) cho biết: Cô từng bị rơi vào trạng thái cận tử bí ẩn khi bị một cơn sốc do chảy máu nội tạng. Điều cuối cùng mà cô nhớ được là việc cô được đưa vào bệnh viện. Sau đó, cô nhận thấy mình đang đứng cạnh giường của một bệnh nhân. Theo thói quen nghề nghiệp, Sloan bắt đầu tiến hành các thao tác kiểm tra nhiệt độ và huyết áp cho bệnh nhân. Song cô bất ngờ nhận ra rằng bệnh nhân đang nằm trên giường bệnh đó lại chính là cơ thể của mình.

Cô Heather cũng kể lại rằng: Khi ấy cô có cảm giác như mình đang từ từ bay lên không trung.

Phía trên đầu là hàng trăm người đang đứng đợi cô, họ nói cho cô biết rằng cô đã bị mất đứa con nằm trong bụng mình. Y tá Heather bất chợt nhận ra rằng mình đang bị chết. Tuy nhiên, chỉ vài phút sau đó, Heather đột ngột thoát khỏi tình trạng cận tử. Cô dường như quay trở lại với thể xác của chính mình và tỉnh lại. Khi tỉnh lại, các y tá kể lại cho Heather biết là cô vừa bị mất đứa con chưa kịp chào đời, điều mà trên thực tế, cô đã biết trước trong lúc rơi vào trạng thái cận tử. Nghiên cứu của các nhà khoa học đã giúp y tá Heather Sloan hiểu được cảm giác khi ý thức rời khỏi cơ thể cô là một hiện tượng khoa học. Việc người bệnh thường nhìn thấy mình bị rơi vào một đường hầm tối đen và vàng sáng ở cuối đường hầm hay gặp lại những người thân đã quá cố đôi khi chỉ là một ảo giác. Tuy nhiên, theo các nhà khoa học thì đây vẫn còn là một vấn đề khó lý giải.

Trường hợp của Gary Williams – một bệnh nhân người Anh là một ví dụ khác về hiện tượng cận tử xảy ra trong bệnh viện. Gary kể lại rằng anh phải trải qua một ca phẫu thuật nguy hiểm vì mắc bệnh tim. Các bác sĩ đã bơm vào cơ thể anh một loại thuốc kháng sinh mà Gary vốn bị dị ứng với nó. Mặc dù trong suốt quá trình tiến hành phẫu thuật, bản thân Gary đã được gây mê và không biết gì, song ngay sau khi hiện tượng dị ứng với kháng sinh xảy ra, anh bỗng nhận thấy dường như anh đang lơ lửng và đang từ từ bay lên không trung, thoát khỏi cơ thể đang nằm bất động của mình. Bệnh nhân cũng cho biết, khi đó anh nhìn thấy chị gái mình đang ở bên cạnh giường bệnh và cầu xin các bác sĩ điều gì đó. Ngay sau đó Gary nhìn thấy các bác sĩ tiến hành tiêm cho mình. Anh bỗng nhiên có cảm giác như mình bắt đầu hạ thấp xuống và quay trở lại với cơ thể đang nằm yên bất động trên giường bệnh. Ngay sau khi tỉnh lại, Gary đã kể lại toàn bộ câu chuyện của mình cho các bác sĩ trực tiếp phẫu thuật cho anh, và các bác sĩ khẳng định rằng hiện tượng mà anh gặp phải chính là một dạng cận tử.

Trong trường hợp của một bệnh nhân khác sống tại Paris (Pháp), một phụ nữ có tên là Mulholland kể lại rằng bà đã từng chết và cảm nhận thấy cái chết của mình khi tim ngừng đập.

Bà thấy mình đang rời khỏi thân thể và từ từ bay lên trần nhà. Trong lúc ấy, mặc dù các bác sĩ khẳng định là cơ thể bệnh nhân đã được gây mê và không hề nhận biết được gì, song khi bà Mulholland kể lại cho họ nghe những gì bà đã nhìn thấy trong phòng phẫu thuật của mình và những gì các bác sĩ đã thao tác trong quá trình tiến hành phẫu thuật cho bà, thì họ

vô cùng ngạc nhiên. Bà Mulholland cũng cho biết: Khi đang dần bay lên không trung, bà đã ra sức để vói xuống, chỉ vì không muốn xa rời chồng và con gái, nên bà đã cố không để mình rời khỏi cơ thể đang nằm bên dưới. Sau ca phẫu thuật, bà Mulholland đã tỉnh dậy và biết rằng mình đã rơi vào trạng thái cận tử. Tuy nhiên, 3 ngày sau đó, bà không thể vượt qua căn bệnh hiểm nghèo và đã chết thực sự.

Trong một số trường hợp khác, tác giả của cuộc gặp gỡ và nói chuyện với nhiều trường hợp bệnh nhân từng trải qua hiện tượng cận tử, y tá Shirley Learthart kể lại rằng: Trong suốt 10 năm phục vụ trong các bệnh viện của Anh, bà đã từng tiếp xúc, nói chuyện và nghe rất nhiều câu chuyện từ những bệnh nhân khác nhau bị rơi vào cận tử. Họ không quen biết nhau, song tất cả những câu chuyện mà họ kể về tình trạng họ từng trải qua thì đều có một nội dung khá tương tự nhau. Trong thời gian trải qua cận tử, họ hầu như đều bị rơi vào một đường hầm tối đen với duy nhất một nguồn ánh sáng chói chang ở phía cuối đường hầm. Họ đang tiến về phía ánh sáng ấy, thì bỗng nhiên, như bị kéo trở lại và sau đó thấy mình tỉnh lại.

Qua các trường hợp thực tế đã xảy ra, hiện tượng cận tử ít nhiều đã được chứng minh về sự tồn tại của nó. Đó là sự tồn tại của ranh giới giữa sự sống và cái chết. Và theo như nhận xét của nhiều nhà khoa học, điều này cũng minh chứng cho giả thuyết: Chết không có nghĩa là “chấm dứt” tất cả, con người chỉ chuyển đổi sang một dạng trạng thái khác, một trạng thái hữu thức, song vô hình mà khoa học vẫn đang tiếp tục đi tìm lời giải đáp.

### **B-SỰ THAM GIA CỦA KHOA HỌC VÀO CÔI CHẾT**

Năm 1928, bác sĩ George Ritchie, giáo sư môn tâm thần học tại Đại học Y khoa Virginia, Hoa-kỳ, cho xuất bản cuốn Return from Tomorrow (Trở về từ ngày mai), trong đó, ông kể lại chi tiết những cảnh tượng mà ông đã trải qua trong một cơn chết đi sống lại hồi còn trai trẻ.

Bảy giờ, Thế chiến I (1914-1918) đang diễn ra ác liệt ở Âu châu. Ritchie đang thụ huấn quân sự tại Camps Barkeley thuộc Bang Texas. Do nhu cầu quân đội, ông được cử đi học ngành thuốc tại Đại học Virginia. Chuẩn bị nhập trường thì Ritchie bỗng mắc chứng sung phổi cấp tính. Bảy giờ, thần dược Penicillin chưa ra đời, cơn bệnh diễn tiến nguy kịch, và đêm nọ, y tá trực đã báo cáo với bác sĩ rằng bệnh binh Ritchie đang lên cơn hấp hối. Bác sĩ khám nghiệm thì thấy cơn bệnh đã chết, liền ra lệnh cho y tá lập thủ tục khai tử để chuyển xuống nhà xác. Khi người y tá lo xong thủ tục và trở lại phòng Ritchie thì chợt nhận ra có dấu hiệu hồi sinh, vì vị trí bàn tay thay đổi so với khi trước, liền vội vã báo cáo. Việc đưa xuống nhà xác tạm đình chỉ, bệnh binh được tiếp tục cứu chữa và theo dõi. Ba ngày sau, Ritchie mới hồi tỉnh rồi dần dần bình phục. Y sĩ trưởng Camps Barkeley, bác sĩ Donald Francis xác nhận đây quả thật là một trường hợp hy hữu trong đời làm thầy thuốc của ông. Đối với Ritchie, cũng hy hữu không kém. Sự việc chết đi sống lại chỉ diễn ra trong vòng 9 phút, thời gian người y tá trực đi làm thủ tục, nhưng là 9 phút đầy ý nghĩa vì ông đã trải qua một kinh nghiệm hiếm có trên đời: kinh nghiệm về cái chết. Theo ông kể lại, bảy giờ là vào khoảng nửa đêm, ông thấy mình đang ở trong một căn phòng nhỏ. Sực nhớ là phải đón chuyến xe bus để nhập trường cho đúng ngày, bèn vội vã đi tìm quần áo để cho



vào túi xách. Tìm mãi chẳng thấy đâu, Ritchie nghĩ rằng có thể quần áo để dưới gầm giường nên đi đến bên giường để tìm, cũng chẳng thấy gì cả, nhưng lại thấy trên giường có một thanh niên tóc nâu hớt ngắn đang nằm, không để ý là ai. Ông bỏ ra ngoài phòng, gặp một người trung sĩ ở hành lang, bèn lên tiếng nhờ chỉ giúp quần áo để đâu. Anh chàng này dường như không nghe câu hỏi mà cũng không trông thấy Ritchie, cứ lẳng lẳng xông xộc tiến đến, suýt nữa đâm sầm vào người, nếu Ritchie không nhanh chân tránh kịp. Ý nghĩ đến trường thôi thúc, ông cảm thấy cần phải lên đường, thế là tự nhiên đã thấy ở ngoài khu vực căn cứ và đang bay về hướng Richmond. Đến một nơi nọ, thấy bên dưới có một con sông rộng, vắt ngang là một cây cầu cao và dài, bên kia cầu là một thành phố lạ. Không biết đây là đâu, Ritchie nghĩ nên dừng chân để hỏi thăm đường. Vừa móng lên ý nghĩ đó thì đã thấy mình ở dưới mặt đất, chỗ có hai con đường chạy song song. Thấy có ánh sáng lấp lánh phát ra từ bảng hiệu của một ngôi nhà lợp ngói đỏ, Ritchie tiến về phía đó. Tới gần, mới biết đó là bảng quảng cáo bia Pabst Blue Ribbon treo ở cửa sổ, còn bảng hiệu thì đề hai chữ Cafe. Thấy có người đang trên đường tiến vào quán, Ritchie tiến đến và lịch sự hỏi "Xin cho biết đây là thành phố nào?". Nhưng, thật là ngạc nhiên, anh ta dường như chẳng nghe mà cũng chẳng thấy Ritchie, cứ lầm lũi mà đi. Tưởng anh ta điếc, ông tiến đến bên cạnh, lấy tay vỗ vào vai và lập lại câu hỏi. Lần này lại càng ngạc nhiên hơn, vì tay như đập vào khoảng không, và hai người gần nhau cho tới nỗi ông thấy được cả sợi râu chưa cạo trên má, vậy mà anh ta vẫn tỏ ra không hay biết gì cả!

Ritchie bỏ đi hỏi đường ở một người khác, nhưng lần này cuộc đối thoại cũng lại tái diễn. Một cảm giác cô đơn chợt đến với Ritchie. Thấy rằng việc đi Richmond có vẻ vô ích quá, vì dường như chẳng có ai biết sự hiện diện của ông cả, nên quyết định hãy trở về chốn cũ, nơi có nhiều người quen. Ông nghĩ rằng mình đã chết và muốn hồi sinh, nhưng giữa đêm tối mịt mùng như thế này, làm sao tìm ra cái xác của mình giữa 5,000 tân binh lúc nhúc trong các phòng? Sự nhớ bàn tay trái có đeo chiếc nhẫn Phi Gamma Delta, Ritchie cứ theo đó mà tìm và quả thật đã nhận ra được. Ông cố gắng lật tám vải che để nhập xác hồi sinh nhưng không thể nào làm được, bèn ngồi thừ bên giường với tâm trạng buồn bã. Lúc đó, tự nhiên trong phòng sáng rực lên một cách lạ kỳ, như "có cả triệu ngọn đèn hàn cùng bật lên một lúc", dù Ritchie biết chắc rằng trong phòng chỉ có mỗi một ngọn đèn 15 watts. Và rồi có người vào phòng, một người có vẻ lạ lùng, khác thường, như bằng ánh sáng. Ông không thấy rõ mặt, và người đó hẳn là chưa bao giờ quen biết, nhưng tự nhiên ông cảm thấy từ nơi người-ánh-sáng ấy toát ra một năng lực diệu kỳ, đem lại cho ông một cảm giác an lạc, thư thái, như được che chở trong tình thương yêu, đùm bọc. Bằng cách nào đó, người ấy đã cho Ritchie thấy lại toàn bộ cuộc đời đã qua, và hỏi "Con đã làm những gì trong cuộc đời của con?".

Rồi người đó dẫn Ritchie đi xem những cảnh giới lạ lùng, gây cho ông một ấn tượng sâu xa, nên khi kể lại, ông đã gọi đó là "một chuyến du lịch học hỏi" (an education tour).. Chẳng hạn, ở một nơi nọ, ông thấy những người đam mê sắc dục đang đau khổ vì thèm muốn nhưng bắt lực; những người nghiện rượu không thể nào đưa tay lấy được ly rượu đang để ở trước mặt, đành thèm thỗng đứng nhìn kẻ khác uống rượu ngon lành. Rồi lại thấy cảnh những người tự tử vì tuyệt vọng, nhưng chết rồi mà tuyệt vọng vẫn còn nguyên, vì cái chết đã không giải quyết được gì cả. Lại thấy cảnh một ông chủ đang hò hét ra lệnh

cho nhân viên làm việc này việc nọ, nhưng chẳng ai thèm nghe; ông ta chết rồi mà đâu có biết! Ritchie cho rằng những cảnh như thế là một hình thức của địa ngục, vì con người bị đau khổ do không thỏa mãn được sự tham, muốn. Sau đó, ông lại được dẫn đi xem những cảnh giới tốt đẹp hơn, chẳng hạn tại một nơi nọ có thư viện to lớn, với những sách quý, loại sách mà Ritchie gọi là "chìa khoá của vũ trụ", trong đó có Thánh-kinh. Kế đến là một nơi khác có cảnh quang cực kỳ xinh đẹp với những con người như bằng ánh sáng (Being of Light), giống như người dẫn đường. Tuy nhiên, ông vẫn nghĩ rằng người dẫn đường hẳn là vị cao nhất trong số đó và có lẽ đó là đấng Christ. Ritchie đang còn mê mải muốn đi nữa, nhưng tự nhiên những bức tường chung quanh khép lại. Ông chợt nhận ra căn phòng cũ, bên cạnh cái xác của mình, và rồi sau đó rơi vào một trạng thái mù mờ cho đến ba ngày sau mới tỉnh lại. Về sau, khi có dịp đi ngang qua thành phố Vicksburgh thuộc bang Mississippi, qua những dấu hiệu quen thuộc, Ritchie nhận ra ngay đó chính là thành phố ông đã tạm dừng chân để hỏi thăm đường trong cuộc phiêu du của trạng thái chết đi sống lại...

Trạng thái mà bác sĩ Ritchie trải qua, giới nghiên cứu gọi là kinh nghiệm cận tử (Near-Death Experience, NDE). Trong Y học, người ta phân biệt hai trạng thái chết: chết thật và chết lâm sàng (clinical death). Dấu hiệu của chết lâm sàng là tim ngưng đập, mũi ngưng thở, mất ý thức, con ngươi của mắt không còn phản ứng với ánh sáng. Tuy nhiên, thân thể vẫn còn chút nóng ấm. Bằng tự nhiên (như trường hợp của bác sĩ Ritchie ở trên) hoặc nhờ thuốc men và các phương tiện cấp cứu khác, người chết lâm sàng có thể được hồi sinh. Vì chết đi rồi sống lại, nghĩa là chỉ mới cận kề cõi chết chứ chưa đi vào hẳn trong cõi chết, nên giới nghiên cứu mới gọi những gì thấy biết trong trạng thái đó là kinh nghiệm cận tử (NDE). Những tiết lộ của bác sĩ Ritchie vào lúc đó quả là quá sớm, nên trở thành cung đàn lạc điệu, chẳng gây được sự chú ý nào ở người đọc. Hơn 45 năm sau, cũng viết về đề tài NDE, cuốn "Life after Life" (Đời nối đời) của bác sĩ Raymond Moody, khi được xuất bản vào năm 1975, đã trở thành một best seller trong năm, gây dư luận xôn xao trong giới độc giả. Ngay trang mở đầu, tác giả đã trang trọng đề tặng bác sĩ Ritchie, vì kinh nghiệm cận tử của ông này đã gợi ý cho tác giả dẫn thân vào việc nghiên cứu cái chết. Raymond Moody đỗ tiến sĩ Triết học, sau ba năm dạy Triết tại Đại học North Carolina, ông nghỉ dạy, đi học Y khoa và trở thành một bác sĩ chuyên khoa tâm thần.

Ông muốn trở thành giáo sư dạy về Triết lý Y học tại đại học Y khoa. Trong thời gian đi dạy hoặc đi học, ông thường được nghe các sinh viên, bạn bè hoặc những người khác kể lại về những kinh nghiệm của họ trong cảnh chết đi sống lại của chính họ hoặc của người thân. Nhận thấy rằng đó là một kinh nghiệm lý thú, nên phổ biến để nhiều người cùng chia sẻ, nên ông bắt tay vào việc thu thập tài liệu, phỏng vấn những người đã từng trải qua trạng thái đó. "Life after Life" là tổng kết tất cả những gì R. Moody đã thu hoạch được trong bước đầu, sau năm năm sưu tập với 150 trường hợp điển hình. Tổng kết kinh nghiệm của những người đã từng đối diện với thần Chết, Moody đã vẽ nên một bức tranh điển hình về cái chết (kinh nghiệm cận tử) như sau :

"Một người đang chết, và tới lúc suy kiệt cùng cực của thể xác, anh ta nghe bác sĩ tuyên bố rằng đã chết. Anh nghe vang lên một âm thanh khó chịu, như thể tiếng chuông rung lớn hay tiếng huyên não, cùng lúc đó, cảm thấy thân mình như được phóng đi rất nhanh trong một

đường hầm tối om om. Sau đó, bỗng nhiên anh ta nhận thấy đang ở ngoài thể xác của mình, tuy vẫn ở trong khung cảnh thực của lúc ấy, và như một khán giả, anh thấy cái xác của mình nằm đó, cách một quãng ngắn. Từ vị trí thuận lợi khác thường ấy và trong một tâm trạng xúc động sôi nổi, anh ta quan sát nỗ lực hồi sinh cái xác kia. "Sau một lúc, anh ta trấn tĩnh lại và trở nên quen thuộc với trạng huống kỳ cục này. Anh nhận ra rằng mình vẫn còn một cái thân (body), nhưng là một cái thân với tính chất và năng lực rất khác với cái thân xác vật chất mà anh đã bỏ lại. Rồi những việc khác bắt đầu xảy ra. Có những kẻ đến gặp và giúp đỡ anh. Anh thoáng thấy vong linh của thân nhân và bạn bè đã chết và một vị Thánh như bằng ánh sáng, đầy vẻ thương yêu ân cần mà anh chưa hề gặp, xuất hiện trước mắt. Vị này hỏi anh ta một câu để anh tự đánh giá cuộc đời mình và giúp anh trong chớp mắt thấy lại toàn cảnh cuộc đời với những biến cố quan trọng. Vào lúc đó, anh ta nhận ra như đang tiến tới một thứ ranh giới nào đó, phân cách cuộc đời trần thế và cuộc sống kế tiếp. Bây giờ, anh ta thấy rằng mình phải trở về trần thế vì chưa đến lúc phải chết. Chính vào lúc đó, anh lại tỏ ra phân vân do dự, vì anh đã có kinh nghiệm về kiếp sau như thế nào rồi, không muốn trở về nữa. Anh cảm thấy tràn trề sung mãn trong niềm an lạc thương yêu. Dầu muốn vậy, nhưng bằng một cách nào đó, anh ta lại nhập vào cái xác kia và sống lại". Về sau, anh ta cũng có thể đã kể câu chuyện đó cho người khác nghe, nhưng đã gặp trở ngại. Thứ nhất, anh ta không thể tìm được thứ ngôn ngữ thích hợp để diễn tả lại những gì đã xảy ra nơi cái cõi không phải là trần thế kia. Thứ hai, anh ta đã bị người nghe nhạo báng, nên thôi, không nói cho ai nghe nữa. Tuy vậy, kinh nghiệm đó đã tác động sâu xa vào cuộc đời anh, đặc biệt là đối với cái nhìn của anh về cái chết và các mối quan hệ trong cuộc sống". Cuốn "Life after Life" đã gây ngạc nhiên thích thú cho một số lớn người đọc (3 triệu bản đã được bán ra từ 1975 đến 1981) vì những tiết lộ thật là mới mẻ về cái chết. Người ta không ngờ rằng cái hiện tượng rất quen thuộc ấy lại chứa đầy những lạ lùng bí ẩn như thế. Tuy nhiên, những tiết lộ đó chưa có tính thuyết phục cao, nhất là đối với giới khoa học. Người ta không tin cũng phải, vì giữa thời đại mà các ngành khoa học hàng đầu như điện tử, điện toán, nguyên tử, sinh học... tiến bộ như vũ bão, đem lại bao kết quả thần kỳ trong cuộc sống hàng ngày của hàng tỷ người trên mặt địa cầu này, thế mà bác sĩ Moody lại đi giới thiệu về một bức tranh vẽ Cái Chết bằng những đường nét đầy màu sắc hoang tưởng! Mặt khác, như bác sĩ Moody đã viết trong chương Vấn đáp, người ta có thể đặt câu hỏi rằng nếu kinh nghiệm cận tử là một hiện tượng phổ biến, thế tại sao từ lâu không nghe nói đến?

Trong số những người không tin công trình nghiên cứu của Moody có một bác sĩ trẻ chuyên về tim mạch, tên là Michael Sabom, đang làm việc tại một bệnh viện ở Florida. Được báo chí phỏng vấn về vấn đề nêu lên trong "Life after Life", ông lịch sự trả lời: "Tôi không tin điều đó. Chết là chết, khi bạn chết là hết". Đa số những người chết đi sống lại được bác sĩ Moody phỏng vấn, tìm hiểu, là những bệnh nhân tim mạch. Bác sĩ Sabom đã tự tay hồi sinh nhiều bệnh nhân tim mạch, đã từng giành họ một cách thắng lợi ra khỏi bàn tay thần Chết. Vậy mà có nghe họ nói gì đâu? Nhiều bác sĩ khác cũng tỏ bày cảm tưởng như thế. Vậy nên ông tỏ ý không tin những gì Moody đã viết ra là điều tất nhiên. Tình cờ có một nhóm người hoạt động cho một nhà thờ địa phương đến mời bác sĩ Sabom cộng tác với tư cách cố vấn chuyên môn để giới thiệu cuốn sách của bác sĩ Moody với các tín hữu. Ngại mất lòng, ông nhận lời một cách bất đắc dĩ, vì trong thâm tâm, không những ông đã không

tin những gì Moody viết ra, mà ông còn cho rằng phương pháp làm việc của Moody thiếu khoa học, chưa được thấu đáo. Để có dữ kiện chuẩn bị cho những ý kiến sẽ được phát biểu trong buổi giới thiệu sách, bác sĩ Sabom thấy rằng cần phỏng vấn một vài bệnh nhân đã từng chết lâm sàng để xem hư thực ra sao. Khi phỏng vấn đến nhân chứng thứ ba, một phụ nữ trung niên, nội trợ, cư ngụ ở thành phố Tampa (Florida), có hồ sơ bệnh lý ghi rõ chết lâm sàng mấy lần, ông đã bàng hoàng kinh ngạc, như đã thú nhận sau này: "...Bà ta bắt đầu kể về kinh nghiệm cận tử của bà. Tôi nghe bằng đôi tai của nghề nghiệp thầy thuốc. Thật là cực kỳ ngạc nhiên, những chi tiết bà ta kể trùng hợp với những gì đã được mô tả trong "Life after Life", mặc dầu bà ta chưa được nghe nói về cuốn sách này...

Kết thúc cuộc phỏng vấn (ghi âm), tôi có cảm tưởng rõ ràng rằng những gì người phụ nữ này kể với tôi đêm ấy quả là một nhạo báng cá nhân sâu xa đối với tôi về một lãnh vực của y học mà tôi hoàn toàn mù tịt".

Michael Sabom đã viết những dòng này trong cuốn "Recollections of Death, a Medical Investigation" (Tái sưu tập về cái chết, một cuộc điều tra Y học. 1982) ở chương mở đầu, được xuất bản sau năm năm miệt mài nghiên cứu về kinh nghiệm cận tử tại bệnh viện Atlanta Veterans Administration Medical Center, nơi ông làm bác sĩ điều trị, và tại Đại học Y khoa Emory (Atlanta), nơi ông dạy học. Những gì ông công bố trong cuốn sách vừa nói, không những không có gì mâu thuẫn với "Life after Life" của Moody mà lại càng làm sáng tỏ thêm, củng cố thêm những sự thực đã được tiết lộ về cái chết. Ông viết: "Tôi phải công nhận rằng lần đầu tiên đọc Life after Life, tôi có cảm tưởng những kinh nghiệm này (NDE) được nói ra, hoặc là do những người đó muốn lợi dụng tác giả, hoặc chính bác sĩ Moody tô điểm thêm để làm thành một cuốn sách ăn khách. Sau năm năm, với 116 cuộc phỏng vấn, tôi nhận thức rằng mỗi hoài nghi ban đầu của tôi là sai lầm".

Khi nhận thức rằng kinh nghiệm cận tử là một hiện tượng phổ biến, người ta mới thử quay về quá khứ, lục tìm trong kho sách vở cổ kim Đông Tây xem vấn đề đó đã được đề cập chưa và thấy rằng người xưa đã nói tới rồi, chỉ có điều vì cơ duyên chưa đến nên đã bị người đời quên lãng mà thôi. Trong số những tác phẩm thuộc về Đạo học, người ta nhận ra sự hiện hữu của hai cô thư của Ai Cập và Tây Tạng với giá trị lớn lao của chúng. Còn kinh nghiệm cận tử, đã được kể lại rất nhiều. Bên cạnh chuyện kể của những người bình thường, còn có cả những nhân vật tiếng tăm, thế mà người ta đã không mấy may chú ý. Chẳng hạn kinh nghiệm về cái chết của Đô đốc Francis Beaufort lúc ông còn bé, bị rơi ở hải cảng Portsmouth (Anh quốc) năm 1795; của Đô đốc Richard Byrd khi ông thám hiểm Nam-cực; của văn hào Ernest Hemingway khi ông bị pháo kích trọng thương vào ngày 18-7-1918 tại mặt trận Ý, lúc tham gia Thế chiến I (1914-1918) v...v.

Trong lãnh vực nghiên cứu kinh nghiệm cận tử, Moody và Sabom không phải là hai khuôn mặt độc quyền và đi đầu. Cả hai được nhắc nhở nhiều vì sớm có công trình chào đời và công trình của họ tạo được sự chú ý lớn lao của dư luận. Người ta có thể kể những khuôn mặt lớn khác trong lãnh vực này, như tiến sĩ Kenneth Ring, bác sĩ Elizabeth Kubler-Ross (người đề tựa cho sách của Moody), Osiris và Haraldsson v...v. Hiện nay, việc nghiên cứu về

cái chết không còn là việc làm riêng lẻ của từng cá nhân nữa. Nó đã chính thức đi vào các đại học lớn, như một chuyên ngành mới. Connecticut, Michigan, Iowa, Virginia, Western New Mexico, Berkeley, Seattle Pacific, Denver...đều là những đại học có chuyên ban nghiên cứu NDE. Hiệp Hội Nghiên Cứu Cận Tử Quốc Tế (The International Association for Near-Death Studies) đã được thành lập, đặt trụ sở tại Đại học Connecticut, do tiến sĩ Kenneth Ring làm chủ tịch, qui tụ những người cùng quan tâm vấn đề này trên khắp thế giới..

### **C- NHỮNG PHẢN ĐỀ VỀ KINH NGHIỆM CẬN TỬ**

Song song với những cuộc nghiên cứu của các nhà khoa học, năm 1981 Viện Thống kê Gallup đã mở một cuộc thăm dò về kinh nghiệm cận tử trong dân chúng Mỹ. Kết quả cho thấy có đến hai triệu người Mỹ đã trải qua kinh nghiệm này, trong đó có 1.200.000 người thấy được hiện tượng ánh sáng và 1.700.000 người thấy lại toàn bộ cuộc đời mình. Cũng như vấn đề luân hồi, việc khám phá ra kinh nghiệm về cái chết không phải được giới khoa học thuộc nhiều ngành khác nhau (Y học, tâm lý, tâm thần, xã hội...) dễ dàng chấp nhận.

1/Không thiếu gì người đã mỉa cười cho rằng cái được gọi là **NDE chẳng qua chỉ là những ảo giác như lúc chiêm bao mộng mị mà thôi**, chả có gì lạ mà phải quan trọng hoá nó như thế.

Các nhà nghiên cứu đã rất quan tâm tới vấn đề này và câu hỏi theo tinh thần đó luôn luôn được đặt ra cho các nhân chứng trong cuộc phỏng vấn và luôn luôn bị phủ nhận, có khi khá quyết liệt. Họ xác nhận họ chiêm bao cũng đã nhiều và biết phân biệt chiêm bao với những gì thấy được trong kinh nghiệm cận tử. Ngôn ngữ thường được dùng để diễn tả là nó rất thực, còn thực như thế nào thì không thể nói nên lời, không thể chứng minh một cách cụ thể được. Các nhà nghiên cứu NDE, bằng cách đánh giá gián tiếp, đã hiểu được cái thực đó của NDE.

Trước hết, cảnh trong mộng thường thấy không rõ ràng, không để lại ấn tượng sâu xa. Trái lại, những điều nghe thấy trong NDE thường rõ nét hơn, in sâu vào trí nhớ, ảnh hưởng mạnh mẽ và lâu dài đến tinh thần và tình cảm của người trong cuộc.. Những người đã trải qua kinh nghiệm cận tử nói rằng với những gì đã trải qua, ho đã biết thế nào là chết, chết rồi sẽ đi về đâu, do đó, họ không còn sợ hãi cái chết nữa. Họ đã hiểu cái lẽ mà người Việt chúng ta gọi là "sống gỏi, thác về" (sanh ký, tử qui), từ đó họ có một thái độ bình thản đón nhận cái chết sẽ lại đến. Thậm chí có người còn mong cho sớm tới ngày đó để được về nơi cõi an lạc mà họ đã từng đặt chân đến nhưng không được phép ở lại.

Mặt khác, những gì có tính cách thiêng liêng được thấy trong NDE thường tác động sâu xa đến người được sống lại, làm cho họ phải suy nghĩ nhiều về ý nghĩa cuộc đời, về những giá trị tinh thần, về mối quan hệ với những người chung quanh... Từ đó, họ có một thay đổi lớn, gây ngạc nhiên cho những người quen biết. Có người từ chỗ trước kia có một cuộc sống đầy bon chen giành giật, chạy đua theo vật chất, thì nay lại chọn một nếp sống trầm lặng hơn. Có người từ chỗ vô tín ngưỡng đã tìm thấy đức tin ở tôn giáo. Có người vốn sống ích kỷ, thờ ơ với những hoạt động xã hội thì nay lại hiến dâng cả quãng đời còn lại cho

hành động phục vụ tha nhân kém may mắn. Chiêm bao mộng mi làm gì có khả năng tác động thay đổi sâu xa như thế?

Lại nữa, mộng thường thiên sai vạn biệt, không ai mộng giống ai, không có một mẫu số chung về mộng. Trái lại, người ta đã tìm thấy những nét chung nhất về kinh nghiệm cái chết. Những nét chung nhất đó là gì? Đó là cái cảm giác bay xuyên qua một đường hầm tối đen, nghe những âm thanh khó chịu, thấy được ánh sáng với những màu sắc khác nhau (trắng, vàng, đỏ, xanh...), cảm nhận được sự tách rời của linh hồn ra khỏi thể xác v.v. Chính căn cứ vào cái mẫu số chung đó, không phân biệt nam nữ, giàu nghèo, già trẻ, chủng tộc, tôn giáo, có học hay vô học, có địa vị trong xã hội hay chỉ là hạng tầm thường v.v. mà bác sĩ Moody đã vẽ nên bức tranh chết điển hình, như đã giới thiệu ở trước.

Những người đã trải qua NDE hầu hết đều xác nhận rằng trong trạng thái hồn lìa khỏi xác đó, họ rất tỉnh táo, sáng suốt, có sự nghe thấy bén nhạy hơn, đi lại dễ dàng theo ý muốn, không bị vật chất và không gian ngăn ngại. Họ thấy, nghe, tất cả những gì đang diễn ra chung quanh của thế giới người sống nhưng không thể nào tiếp xúc được với thế giới đó, không thể nào làm cho người sống hiểu về sự có mặt của họ ở bên cạnh; họ cũng không tác động gì được vào vật chất (đụng chạm người sống, di chuyển đồ đạc...). Chính những trở ngại khác thường này có khi làm cho người chết cảm thấy cô đơn, buồn nản hoặc giận dữ vì tình trạng gần như bị cô lập trong một thế giới khác. Họ nhận rõ họ có hai cái thân: một cái thân xác nằm kia, bất động, vô tri, như một "cái bao rỗng" (empty bag) và một cái tôi khác đang chứng kiến những nỗ lực hồi sinh của bác sĩ và y tá đang diễn ra trên thân xác họ mà không ghi nhận một cảm giác nào, mặc dù thấy rõ ràng là đang được xoa bóp lồng ngực, hoặc được mổ xẻ, được chích thuốc, được truyền máu v.v. Có người, sau khi sống lại, đã kể lại những lời nói và những việc làm của y tá và bác sĩ trong khi cấp cứu, làm số người này lấy làm lạ rằng lúc đó họ đã ở vào trạng thái chết, làm sao lại biết được?

Vào lúc tiến đến ranh giới của sự ra đi vĩnh viễn vào cõi an bình bên kia hay trở về trần thế nhiều hệ lụy này, hiều người đoán quyết rằng họ đã tỉnh táo quyết định quay về vì còn nhiều việc chưa giải quyết xong hoặc cuộc sống của người thân đang cần đến họ. Đó là trường hợp những bà mẹ có con còn thơ dại, những người chồng không nỡ bỏ vợ dại con thơ, những người đang dở dang sự nghiệp v...v. Đó là những quyết định của lý trí, hoàn toàn dựa trên dữ kiện thực tế, rất sáng suốt, điều mà mộng không thể có.

2/Cũng không thiếu những nhà Y học cho rằng những gì thấy trong **NDE chẳng qua chỉ là sản phẩm của những ảo giác do thuốc men điều trị.** Điều này mới nghe qua, không phải là không có lý. Những người chết đi sống lại để có kinh nghiệm cận tử là những kẻ đã trải chết một sống. Họ là thân chủ của những chứng ngặt nghèo như trụ tim mạch, xuất huyết bao tử, xuất huyết ruột, xuất huyết thận, thương tích trầm trọng... Trong những trường hợp đó, để giúp bệnh nhân bớt bị những cơn đau đớn hành hạ, các loại thuốc tác động đến hệ thần kinh được sử dụng, chẳng hạn morphine, do đó có thể gây ảo giác. Các nhà nghiên cứu NDE, đa số là giới Y khoa, dư biết điều ấy. Bằng phương pháp thông kê phân tích, bằng tiến hành thí nghiệm đối chứng, họ đã rút được kết luận rằng những ảo giác do thuốc men gây ra không giống với những gì thấy được trong kinh nghiệm cận tử. Các nhà sinh lý học

lý luận rằng vào lúc con người hấp hối, các cơ quan đều đi đến chỗ tê liệt, máu không còn cung cấp đủ oxygen cho não nữa, mặt khác, lượng carbon dioxide (CO<sub>2</sub>) gia tăng; thế nên những gì gọi là kinh nghiệm cận tử chẳng qua chỉ là những ảo giác phát sinh từ những phản ứng hoá học cuối cùng đang xảy ra trong não trong tình trạng suy kiệt. Bác sĩ Sabom đã mở cuộc thí nghiệm đối chứng bằng cách giảm lượng oxygen cung cấp cho não trên những người tình nguyện và ghi nhận có ảo giác phát sinh, nhưng những ảo giác này không dính gì đến NDE.

3/Không thiếu gì những nhà tâm lý học hoặc xã hội học đầy hoài nghi cho rằng những gì thấy trong kinh nghiệm cận tử chỉ là sự phóng chiếu kinh nghiệm mà bản thân người đó đã tích lũy trong cuộc sống. Nói một cách khác, những gì mà người chết sống lại kể về thế giới bên kia chỉ là sự bịa đặt do căn cứ vào kinh nghiệm có sẵn. Bác sĩ Sabom cũng như những nhà nghiên cứu khác không phải là không biết đến điều đó. Riêng ông, đã thực hiện cả những cuộc phỏng vấn đối chứng. Sabom cho biết rằng với kiến thức chuyên môn và kinh nghiệm phỏng vấn, có thể tìm ra dễ dàng những bịa đặt của những người chưa thực sự trải qua NDE, vì có những sơ hở rất lộ liễu. Bác sĩ Moody, để trả lời cho câu hỏi liệu nhân chứng có nói láo, có bịa đặt để đối gạt không, đã cho biết rằng bằng kinh nghiệm chuyên môn, bằng đánh giá thái độ và những biểu lộ xúc động của nhân chứng trong lúc phỏng vấn, ông có thể biết được đâu là sự thực. Và chẳng, không lẽ mỗi người mỗi nơi, không quen biết nhau, lại đồng tâm nói láo giống nhau.

#### D- LINH HỒN DƯỚI GÓC NHÌN CỦA KHOA HỌC

Theo GS Bruce Greyson, trưởng khoa Nghiên cứu tri giác (DOPS) thuộc Đại học Hệ thống Y tế Virginia (Mỹ), trải nghiệm cận tử xảy ra ở 10% bệnh nhân ngừng tim. Khi tỉnh lại, người bệnh có thể mô tả chính xác mọi hoạt động xung quanh khi họ bất tỉnh. Điều đáng nói là trong nhiều trường hợp trải nghiệm cận tử, điện não đồ và các bằng chứng y khoa khác cho thấy, não bệnh nhân không còn dấu hiệu hoạt động khi hiện tượng này diễn ra.

Ông Pim van Lommel, chuyên gia về trải nghiệm cận tử tại Bệnh viện Rijnstate (Hà Lan) đồng tình về vấn đề này. Ông cho rằng, khi ở trạng thái cận tử, "người bệnh không những có ý thức, mà ý thức của họ còn mở rộng hơn bao giờ hết. Họ có thể suy nghĩ hết sức rõ ràng, hồi tưởng chi tiết về thời thơ ấu và cảm thấy sự liên hệ chặt chẽ với tất cả mọi người, mọi vật xung quanh. Trong khi não họ hoàn toàn không có dấu hiệu hoạt động".

Theo GS Peter Fenwick, Viện Tâm thần học thuộc Đại học Kings (Anh): "Nếu có thể chứng minh rằng con người vẫn tiếp nhận thông tin khi họ bất tỉnh và thoát xác thì đó là bằng chứng không thể tranh cãi về việc ý thức tồn tại tách rời bộ não."

Có lẽ, ý tưởng về linh hồn cũng xuất phát từ hoàn cảnh này. Con người từ thời cổ xưa, khi trải qua trạng thái ảo thân, cho rằng khi đó phần tinh thần rời khỏi phần thể xác. Từ đó, họ bắt đầu tin vào sự tồn tại bên ngoài cơ thể.

Ý tưởng của GS Penrose ám chỉ đến một cơ chế để ý thức tiếp tục tồn tại sau khi thân thể con người đã chết. Nhưng nó sẽ đi về đâu? Theo GS Hameroff: "Nếu người bệnh không

được cứu sống, ý thức sẽ đi vào vũ trụ và biết đâu có thể một ngày nào đó sẽ được một cơ thể khác tiếp nhận trở lại".

DOPS hiện đang lưu giữ khoảng 1.400 hồ sơ về các trường hợp được cho là thuộc dạng này. Phần lớn đó đều là những đứa trẻ nhớ được tiền kiếp. Các em có thể kể vanh vách trước đây mình là ai, sống ở đâu, làm gì, trông như thế nào và nhiều chi tiết khác.

Ian Stevenson, một trong những chuyên gia tâm thần học hàng đầu nước Mỹ, người sáng lập DOPS bắt đầu thu thập những câu chuyện về tiền kiếp từ năm 1960. Trong số các tài liệu ông ghi nhận được, có nhiều trường hợp một đứa trẻ được sinh ra có bớt ở đúng vị trí vết thương mà các em đã bị trong kiếp trước. Một số luôn bị ám ảnh sợ những sự vật, hiện tượng đã gây ra cái chết trong tiền kiếp. Stevenson và các đồng nghiệp của ông chưa bao giờ khẳng định rằng hiện tượng đầu thai thực sự xảy ra. Họ chỉ cố gắng thu thập các bằng chứng về nó. Trong khoa học, những bằng chứng này có thể chẳng bao giờ đủ để khẳng định linh hồn con người tồn tại sau cái chết về thân xác và sau đó tái sinh trở lại trong một cơ thể mới. Nhưng điều đó không có nghĩa là chúng ta có thể khẳng định rằng không có linh hồn.

### **E-VÀI KINH NGHIỆM TRONG CÔI CHẾT**

Không phải tất cả mọi người khi chết đều trải qua đầy đủ các cảnh trạng như đoạn văn mô tả điển hình của bác sĩ Moody hoặc như toàn bộ nội dung của Tử thư Tây Tạng đề cập. Đây là những hiện tượng cơ bản, một người khi chết có thể kinh qua đầy đủ tất cả những cảnh trạng đó hoặc một số nào đó thôi. Theo Tử Thư Tây Tạng, nghiệp thức của mỗi người là nguyên nhân của sự sai khác đó. Những trích dẫn sau đây chỉ là phần hết sức khiêm tốn của những tài liệu được công bố. Nếu đọc những kinh nghiệm này trong cái nhìn quán chiếu của Tử thư Tây Tạng sẽ thấy vai trò quan trọng của nghiệp thức đối với sự thấy biết trong cõi trung âm.

#### **1.-Kinh nghiệm về cảm giác an lạc**

"Cái điều mà tôi không bao giờ có thể quên, tuyệt đối không bao giờ quên được là cảm giác an lạc tuyệt trần hoặc một cái gì đó tương tự...Vâng, tôi nhớ như in, đó là một cảm giác tốt đẹp của an bình, hạnh phúc... Sự an lạc, giải thoát.Sự sợ hãi đi đâu mất.Không còn đau đớn nữa.Không còn gì cả.Đó là một sự tuyệt diệu.Dù có mất cả triệu năm để nói về cảm giác đó, tôi cũng không bao giờ có thể cắt nghĩa cho được.Đó là một cảm giác mà mọi người một ngày nào đó rồi cũng sẽ bắt gặp.Đối với tôi, an lạc là chữ đúng nhất mà tôi có thể dùng để diễn tả". (Phụ nữ, 60 tuổi, bị bệnh tim).

#### **2.-Kinh nghiệm xuất hồn ra khỏi xác**

a/ "Vào lúc đó, tôi như thấy mình lơ lửng ở một góc phòng của bệnh viện, đang nhìn xuống cái xác bầm đen của tôi. Ngó bộ như sự sống đã rời khỏi nó rồi.Còn mẹ tôi, ngồi nơi cái ghế cạnh giường tôi nằm, đang chí tâm cầu nguyện và cô tình nhân người Ý thì đang khóc lóc ở chân giường". (Thanh niên, bị tai nạn xe hơi trầm trọng, nằm ở phòng cấp cứu).

b/"Tôi không thể nào chịu nổi cơn đau nữa... Và rồi tôi đổ gục xuống. Mọi vật tối sầm,



tôi chẳng nhớ gì cả, ngoại trừ vào lúc bắt đầu cơn bất tỉnh, như có ai đó chọt kéo cái màn che kín ánh sáng làm mọi vật tối thui. Một lát, hết đen, nhưng cũng không có ánh sáng. Nó như là một đám sương mù màu xám bao phủ, tôi thật không biết làm sao để diễn tả. Tôi cảm thấy đang có những hoạt động diễn ra đâu đó chung quanh, tôi vẫn còn đứng trên nền nhà, vậy mà tôi lại thấy tối. Tôi nghĩ sao có vẻ bất thường quá, tôi phải đứng ở một chỗ nào cao hơn thì tôi mới nhìn xuống được chứ, tôi chưa bao giờ để ý rằng nền nhà lát gạch hoa đen trắng. Vậy mà nó lại là thứ tôi nhận ra trước tiên khi bắt đầu ý thức... Và tôi cảm thấy như mình hạ xuống thấp hơn một chút, kiểu như lượn vòng quanh. Hai hoặc ba người đỡ tôi dậy, đặt vào một cái khay, không phải cái khay đâu, mà là cái xe đẩy bằng kim loại, có bốn chân. Họ buộc chân tôi lại và đẩy tôi ra ngoài... đưa vào phòng chính. Tôi thấy ở đó có một cái bàn khác với một mớ dụng cụ máy móc trên đó. Về sau tôi mới biết đó là cái máy dùng để kích thích tim hoạt động... Xin nhớ rằng tôi không phải là một tay nghiền ma túy đâu nhé... Đây cũng không phải là chuyện tưởng tượng. Tôi cũng chưa bao giờ đọc loại sách về đề tài "NDE"... Vâng, tôi có thể thấy toàn bộ các chi tiết..." (Đàn ông, 52 tuổi, làm nghề bảo vệ, bị bệnh tim).

c/"Căn phòng cấp cứu dường như sáng đỏ rực lên. Tôi không biết ánh sáng đó từ đâu tới. Tôi đang nhìn xuống và thấy họ (bác sĩ, y tá) đang làm việc trên cái xác tôi... Tôi đang ở trên cao, khỏi thân xác tôi và đang nhìn xuống. Họ đang làm việc để hồi tỉnh tôi. Tôi không nghĩ rằng mình đã chết. Đó là một cảm giác bất thường... Tôi không cảm thấy đau đớn một chút nào, mà chỉ thấy rất là an bình êm ả. Cái chết chẳng làm cho tôi sợ. Họ tiêm thuốc vào nơi háng. Bác sĩ

B. đi lại, quyết định tiêm một phát vào bên trái... Rồi ông ta đổi ý, chỉ chỗ khác, gần trái tim... Tôi cảm thấy như là tôi vẫn còn sống. Như là tôi đang ở đây nói chuyện với bác sĩ vậy. Tôi có thể nghe họ, trông thấy họ đang làm việc trên thân thể tôi, nghe họ nói chuyện, ra mệnh lệnh, chỉ thị. Có vẻ như tôi đang ở ngoài thân xác tôi và nhìn thấy mọi việc đang diễn ra". (Đàn ông, 62 tuổi, thợ cơ khí về hưu, bị bệnh tim).

d/ "Rồi tôi thấy mình tách ra khỏi thể xác và đang ngồi trên cao nhìn lại cái xác mình nằm co quắp, mẹ tôi cùng chị giúp việc thì đang khóc ré lên vì tưởng tôi đã chết. Tôi cảm thấy thương họ và cũng buồn cho thân tôi... Buồn, buồn lắm. Nay tôi vẫn còn có thể cảm nhận nỗi buồn đó. Nhưng lúc đó, tôi lại cảm thấy mình đã được giải thoát, vậy có lý do gì mà đau khổ. Tôi không còn thấy đau đớn nữa, tôi hoàn toàn tự do". (Bà già người Pháp, 73 tuổi hồi tưởng NDE lúc con trẻ).

### 3.-Kinh nghiệm đường hầm và ánh sáng

a/ "Chung quanh tôi toàn một màu tối đen. Tôi cần nói rõ rằng tôi cảm thấy như là đang phóng đi nhanh, rất nhanh, qua thời gian và không gian. Tôi đang đi xuyên qua một đường hầm (tunnel). Thật ra, nó chẳng giống đường hầm, tỷ như khi mình ở trong một đường hầm thì thấy chung quanh mình toàn một màu tối thui, thế thôi". (Phụ nữ 23 tuổi, bị shock hậu giải phẫu).

b/ "Tôi có thể thấy cái xác tôi nằm đó... Tôi thấy toàn cảnh diễn ra... rồi tôi chậm chậm

bay lên, như trôi đi trong một hành lang tối hoặc tối mờ mờ...Tôi nghĩ Cái gì đây? Việc gì đang xảy ra đây? Tôi tiếp tục bay lên, bay mãi lên...Tôi đi xa hơn và tôi đi vào một thế giới khác..." (Đàn ông, bệnh tim).

c/ "Ở cuối đường hầm là ánh sáng rực rỡ. Nó có màu cam.Ồ, bác sĩ đã thấy cảnh mặt trời lặn lúc hoàng hôn rồi chứ? Từ ánh sáng ấy nổi lên một màu cam chói lọi với viền vàng nhuốm ở chung quanh. Dường như đó là ánh sáng ở cuối đường hầm. Tôi không đi hết tới cuối đường hầm". (Đàn ông, 35 tuổi, bị bệnh tim).

d/ "Ánh sáng màu trắng hiện ra. Ánh sáng đó không làm cho tôi lóa mắt...Đó là thứ ánh sáng trắng nhất của màu trắng, tràn ngập chung quanh. Nó giống như khi bác sĩ nhìn vào toàn thể vũ trụ và chẳng thấy gì cả, ngoại trừ cái ánh sáng màu trắng ấy. Đó là loại ánh sáng chói lọi rực rỡ nhất trần đời, nhưng không phải là thứ ánh sáng làm hại mắt người ta như ánh sáng bóng đèn điện chẳng hạn... Tôi tự nói với tôi, như tôi đang nói với bác sĩ đây, thế là mình đang chết.Mình chẳng muốn chết, mình chống lại nó.Nhưng nếu có chết, mình sẽ chấp nhận. Tôi có một cảm giác hết sức an lạc, thích thú...Tôi chẳng thấy ai cả, chỉ có mình tôi nói với tôi..."(Nam bệnh nhân, chết lâm sàng lúc giải phẫu).

e/"Tôi đi qua giai đoạn tối đen... Có ánh sáng, như có ai đó đang cầm đèn chiếu và tôi tiến về phía đó. Và rồi mọi vật như sáng bừng lên và điều tôi nhớ tiếp theo đó là tôi như đang trôi đi bồng bênh...Tôi đi qua vùng ánh sáng đó, ánh sáng ngày càng sáng hơn...Sáng thiệt là sáng, càng tiến gần càng sáng hơn, đến làm cho lóa mắt. Nhưng không, nó không làm cho mắt phải nhức nhối khó chịu."(Đàn ông, 56 tuổi).

f/"Điều tôi diễn tả về ánh sáng, vâng, nó không phải là ánh sáng mà là sự vắng mặt của bóng tối, hoàn toàn không có bóng tối...Vâng, bác sĩ nghĩ đến loại nguồn sáng lớn khi chiếu lên mọi vật thì tạo thành cái bóng chứ gì? Với ánh sáng này thực sự là không có bóng đen. Chúng ta không quen với ý niệm đó bởi vì chúng ta luôn luôn thấy khi ánh sáng chiếu vào các vật thì vật có bóng đen, ngoại trừ khi ánh sáng đó chiếu đều khắp quanh ta. Nhưng loại ánh sáng này hoàn toàn không có bóng, vì ta không nhìn vào nguồn sáng, mà ta ở trong ánh sáng. Bác sĩ hiểu tôi nói gì chứ?"( Thợ máy, 54 tuổi).

#### 4.-Kinh nghiệm về khả năng tự tại (đi lại như ý muốn)

a/"Trong lúc người ta giải phẫu cho tôi, tôi chợt nhớ đến và liền trở lại ngay tức khắc nơi chiến trường mà tôi đã thua trận. Người ta đang thu dọn chiến trường. Tôi thấy những người chết hôm đó đang được gói lại trong "ponchos" và người ta đang thu nhặt người bị thương. Tôi quen một người trong toán và tôi nhớ như in là tôi đã cố gắng ngăn cản anh ta đừng có nhặt mấy cái xác kia. Nhưng tôi không làm được điều đó và bỗng nhiên tôi lại thấy mình trở về trạm phẫu thuật.Nó y như bạn vừa có mặt bằng xương bằng thịt ở đó rồi bỗng tức khắc bạn có mặt ở đây.Thật nhanh như nháy mắt."(Cựu chiến binh Mỹ ở VN, kinh nghiệm NDE trong một lần bị thương nặng ở mặt trận Củ chi).

b/ "Tôi có thể nhìn nơi đâu tôi muốn. Tôi vẫn còn ở trong hành lang, vậy mà tôi có thể nhìn ra ngoài bãi đậu xe. Như tôi vừa nghĩ O.K., không biết có chuyện gì ở ngoài bãi đậu xe không?, thế là như một phần của đầu óc tôi bay ra ngoài đó xem xét mọi việc rồi trở lại nói cho tôi biết..." (Gác đàn, bị bệnh tim).

c/ "Tôi có thể đi đâu bất cứ lúc nào, tùy thích. Không phải là bằng cách máy móc như xe

hơi hay vật gì khác. Nó chỉ là diễn tiến của tư tưởng thôi. Tôi thấy rằng hễ tôi nghĩ muốn đến bất cứ nơi nào là tức khắc có mặt ở đó ngay... Tôi cảm thấy khoái chí vì cảm giác có quyền lực. Tôi có thể làm điều tôi muốn... Thật vậy, nó thật còn hơn ở đây nữa." (Đàn ông, bị bệnh tim).

##### 5. Kinh nghiệm về việc gặp đấng Thiêng liêng hoặc thân nhân (đã chết), và lý do trở về.

a/ "Trong thời gian các bác sĩ coi như tôi đã chết, dường như tôi đang nói chuyện với một ai đó. Tôi không biết là ai, cái đó lạ lắm. Tôi có hỏi nhưng không được trả lời. Điều duy nhất tôi nhớ là giống như có một giọng nói rằng "Này, thế là con đã chết. Cuối cùng thì con đã chết". Tôi nói "Không, sớm quá mà. Ông nói cái gì thế?" Ông ta lại nói "Thế, con đã từ bỏ cuộc đời; con sẽ không còn đau khổ nữa." Tôi buồn như một đứa con nít và điều ấy làm cho tôi đau khổ. .. Tôi nói "Ông nói như thế nghĩa là gì? Tôi muốn trở về. Tôi không thể, tôi không thể chết được. Tôi đâu có chết. Tôi đang đi học mà, tôi đang có công việc. Người ta đang cần tôi. Tôi có nhiều việc phải làm. Cả một mớ công việc tôi phải làm mà chưa làm xong. Tôi muốn trở về, nếu có thể được". Giọng đó lại nói "Cái đó tùy con mà. Nếu con quay về, con sẽ tiếp tục đau khổ vì con đang thực sự đau đớn. Con sẽ đau khổ. Con sẽ chịu đau đớn kéo dài về sau". Tôi nói "Vâng, đối với tôi không thành vấn đề. Tôi chịu được mà. Chỉ cần cho tôi về là được". Lại nghe nói "Thôi được, cho về". Và vào lúc đó tôi nghe có giọt nước rơi trên mình và tiếng bác sĩ la lớn "Anh ta sống lại rồi, anh ta sống lại rồi". (Thanh niên 18 tuổi, bị tai nạn xe hơi trầm trọng, phải giải phẫu nhiều lần. Bệnh nhân xác nhận một năm sau tai nạn anh ta vẫn còn bị thương tích hành hạ đau đớn).

b/ Đáp câu hỏi của người phỏng vấn: "Tại sao bà cảm thấy là bà phải trở về? Tại sao bà chọn con đường trở về?", một phụ nữ bị chứng nghẽn tim, chết lâm sàng, đã trả lời: "Tôi nghĩ là vì tôi có hai đứa con còn nhỏ dại. Tôi thấy là chúng cần tôi hơn là tôi cần đi đến đó. Tôi nghĩ đi vào cõi tử kia thì tôi được an lạc, vui vẻ, không còn đau đớn nữa, nhưng điều đó có nghĩa là con tôi sẽ khổ. Tôi đã cân nhắc. Tôi không hối tiếc điều gì cả, tôi đã bình tĩnh suy nghĩ và có một quyết định hợp lý, một quyết định đúng đắn, không có sự can thiệp của cảm tính. Bà có biết là tôi muốn nói gì không? Tôi nói là tôi không quyết định bằng tình cảm. Tôi quyết định bằng lý trí".

c/"Trong cảnh mà tôi đã trải qua, tôi không thể thấy hình dáng tôi ra sao nhưng tôi biết là tôi đang đứng ở một nơi cao nào đó, vì nhìn xuống dưới kia có một vùng chẵn nuôi xanh tươi, đẹp tuyệt trần. Đó là một ngọn đồi nhỏ và một bãi cỏ bằng phẳng ở phía tay phải... Tôi nhìn xuống thấy bò, cừu và người chăn cừu, tất cả đang ở trong đồng cỏ, bò ở bên phải và cừu ở bên trái, còn người chăn cừu đứng trên một mô đất tròn, cao chừng 20 hoặc 30 bộ (feet). Dường như đó là vào một ngày trời nắng trong sáng. Toàn cảnh giống như trải một màu tươi xanh trên một sân chơi golf được chăm sóc kỹ. Người chăn cừu quay lưng về phía tôi, như hình ảnh bác sĩ thường thấy trong Thánh kinh. Ông ta mặc một chiếc áo dài, khăn vải trùm đầu, có băng vải buộc quanh, trong tay có cầm một cái gì đó... Tôi không biết ông ta là ai... Nhưng tôi thấy rõ ràng, như thấy bây giờ. Hình ảnh này đã khắc ghi vào óc tôi, không bao giờ quên được." (Thợ dệt, 55 tuổi, bị bệnh tim).

d/"Tôi bị một hàng rào chặn lại... Một bên của hàng rào là vùng đất cực kỳ khô cằn với những bụi rậm, là vùng đất hoang vu chẳng ai muốn đến. Phía bên kia của hàng rào là một khung cảnh chẵn nuôi tuyệt đẹp mà trong đời tôi chưa bao giờ thấy hoặc tưởng tượng ra,

cách quãng lại có cây cối xinh đẹp, bãi cỏ xanh tươi và những con ngựa... Cái hàng rào ấy à, là ba hay bốn lớp dây kẽm gai... Cái hàng rào là đường ranh phân chia rõ ràng, bãi cỏ xanh tươi kia chạy đến chân rào thì dừng lại... Bên này rào là thế giới này đây. Là cái chỗ đỡ bần khô cần mà tôi đang sống... còn bên kia là nơi đẹp đẽ tôi sẽ đi đến." (Đàn ông, 63 tuổi, sống lâu năm ở Texas, bị bệnh tim).

e/"Nó giống như cánh mặt trời lặn với ánh sáng đỏ rực. Không phải là bầu trời xanh hay như màu nước xanh lục châu. Mọi vật đều rất đẹp. Cây cối cũng có đó nhưng tất cả như tỏa bóng vàng kim. Hoàn toàn không có màu lục hay màu xanh". (Nội trợ, ở Florida, bệnh tim).

f/"Tôi đi đến một nơi có mặt các thân nhân, ông nội, bà nội, bố tôi, một ông chú vừa mới tự tử. Họ tiến về phía tôi để gặp tôi... Ông bà nội mặc toàn đồ trắng, có khăn trùm đầu. Họ trông có vẻ tươi tỉnh hơn là lần cuối cùng tôi gặp, ngó bộ vui vẻ lắm... Tôi cầm lấy tay bà nội... và bỗng nhiên mọi người quay lưng bỏ đi. Bà nội tôi còn ngó ngoái lại và nói "Chúng ta sẽ gặp con sau, giờ chưa phải lúc." (Đàn ông 43 tuổi, bị bệnh tim).

g/ "Rõ ràng y như rằng Chúa đi đến, đứng đó và đưa tay ra cho tôi. Vâng, ngài đứng đó, nhìn xuống tôi và mọi vật sáng rực lên...Ngài cao lớn, hai tay đưa ra, toàn thân trắng toát một màu, như là ngài mặc một chiếc áo dài màu trắng vậy... Gương mặt ngài đẹp hơn bất cứ khuôn mặt nào mà người ta từng thấy.Gương mặt ấy thật là đẹp đẽ, quả thật là xinh đẹp. Nước da ngài hầu như là sáng ngời lên, không một chút tí vết, tuyệt đối không một chút tí vết.. .Ngài nhìn xuống tôi, mỉm cười thân ái..." (Phụ nữ 55 tuổi, Tin Lành ).

## 6. Một mẫu kinh nghiệm tổng hợp

a/ "Khi người ta đưa (xác) tôi vào phòng cấp cứu thì ngó như là tôi ở đó nhưng tôi đâu có ở đó... Người ta đưa (xác) tôi lên bàn.Tôi thấy tôi như một người tham dự trong phòng cấp cứu, nhưng đứng ở đằng sau, cách xa cái bàn hơn những người khác.Tôi có thể nhìn xuống và thấy hết mọi việc. Cái bàn nằm kia, như ở cuối phòng, các bác sĩ ở bên phía tay phải của tôi, còn một lô y tá thì ở bên trái. Cả một vị linh mục cũng có mặt.Họ chích thuốc nhưng chẳng làm cho tôi đau đớn, vì tôi đã hoàn toàn thoát ra ngoài thân xác.Tôi tự nhủ "Đó không phải là mình đâu".Nhưng tôi biết cái xác nằm đó chính là tôi và chắc có chuyện gì không ổn đây.Tôi thấy mọi việc có vẻ lạ lùng quá; tôi chưa bao giờ trải qua một tình huống nào như vậy.Nói cho cùng, tôi không thấy sợ hãi.Người tôi đen thui nhựa đường, mặt tôi bị rách và chảy máu.Tôi nhớ thấy rõ cái chân, đầy máu; một bác sĩ nói "Ông ta sắp đi đứt cái chân rồi".Trong lúc đó, người ta đang cầm máu cho cái chân tôi. Cái monitor (màn hình máy đo tim mạch) đặt phía sau đầu tôi.

Tôi có thể nhìn thấy những đường sáng chạy trên monitor và bỗng nhiên nó ngừng lại... Rồi tôi nghe có ai đó nói "Nó ngừng rồi..." Một bác sĩ vỗ vỗ và chà đẩy trên ngực tôi... Và rồi tôi như ở trong bóng tối hoàn toàn.Tôi đi qua giai đoạn tối đen. Thấy có ánh sáng, như có ai đó đang chiếu đèn và tôi đi về phía ấy. Và rồi mọi vật như sáng bừng lên và điều tiếp theo tôi nhớ là tôi như trôi đi. Tôi đi xuyên qua vùng ánh sáng đó. Ánh sáng ngày càng sáng hơn. Sáng thiệt là sáng và càng tiến đến gần càng sáng, đến làm choá mắt... Tôi thấy những thiên thần ở quanh tôi. Nhưng những thiên thần quanh tôi lại là các con tôi. Đứa con lớn nhất của tôi lúc đó 17 tuổi,... nhưng có vẻ như chừng mới sáu tuổi. Các con quây quần bên tôi, ba đứa bên phải, ba đứa bên trái, đứa con trai lớn ở trước mặt. Tất cả như cùng một lứa tuổi...

Với mỗi đứa, tôi lại hồi tưởng những gì êm đềm nhất, thân ái nhất mà tôi đã trải qua với chúng. Giữa chúng và tôi không có nói năng gì. Nhưng khi nhìn chúng, tôi lại liên hệ từng đứa với những việc đã xảy ra trong quá khứ... Tôi nhìn thấy một màu xanh tuyệt đẹp, chung quanh chúng tôi toàn là một màu xanh đẹp đẽ đó. Không, bác sĩ không thể gọi đó là bầu trời xanh, đó là một màu xanh thăm thẳm, một màu sắc đẹp đẽ. Tôi chưa bao giờ thấy một màu xanh như thế... Tôi cảm thấy có một lực nhẹ nhàng ở trên đầu và nghe một giọng nói rằng "Về đi!". Tôi nói ""Lạy Chúa, sao lại là con? và ai đó nói rằng công việc của tôi trên trần thế chưa xong, rằng tôi phải trở về để hoàn tất. Tất cả là tôi chỉ nghe giọng nói của người đó thôi, một giọng vang lớn, rền như tiếng sấm, như tiếng sấm ở đâu đó vọng lại... Sau đó, tôi chẳng nhớ gì thêm nữa, mấy đứa con rời tôi ra, rồi thấy tối thui và chẳng biết gì nữa. Hai ngày sau, tôi mới tỉnh lại trong phòng cấp cứu." (Đàn ông, trung niên, kinh doanh, bị tai nạn xe hơi trầm trọng).

### 7. Kinh nghiệm cận tử đã làm thay đổi quan niệm sống

a/ Cựu chiến binh Mỹ tại Việt Nam, bị thương nặng (mất hai chân và một tay) : "Sau khi trải qua NDE, tôi không đi viếng các đám tang nữa. Tôi không gửi hoa phúng điếu. Tôi cũng không chia buồn với người ta. Nếu có ai đó nói cho tôi biết có người vừa chết, tôi sẽ nói là chúng ta nên vui. Tại sao chúng ta lại không tổ chức party khi chết? Trong chúc thư của tôi, tôi dặn là không tổ chức tang lễ, cũng không lập mộ phần. Tôi sẽ được thiêu, rồi đem tro rải đi. Tôi nghĩ việc ma chay chỉ phí thì giờ, phí đất đai, nên tổ chức party thì hơn... Tôi không sợ chết. Tôi quả quyết tin rằng mọi việc xảy ra đều vì một mục đích nào đó... Tôi sống, giải trí, và làm việc, bao giờ cũng hăng say, vì tôi nhận thức rằng trong giây lát đây, tôi có thể ra đi vĩnh viễn... Có một cái gì đàng sau cuộc sống này. Cái ấy là sự an lạc. Trong kinh nghiệm cận tử, tôi đã hoàn toàn được an lạc. Tôi không muốn trở về dương thế nữa. Nó thật là khác lạ. Đó không phải là một sự trống rỗng của cuộc sống hay của cảm giác, mà chính là một cảm thức đẹp đẽ, là một cuộc sống thực sự. Dù cuộc sống ở vào dạng nào chẳng nữa, dù chúng ta ở dưới một dạng thức nào đó, chúng ta vẫn hiện hữu."

b/Đàn ông, tình nguyện viên phục vụ tại bệnh viện, đã qua NDE vì bệnh tim:"Tôi thực không muốn kể với bác sĩ về tình trạng NDE ấy, nhưng tôi nghĩ rằng đó là lúc đáng Christ đã đến trong đời tôi. Và điều này đã làm thay đổi sâu xa lối sống của tôi. Trước kia, tôi nhậu bia, whiskey và cả một lô các món khác nhưng bây giờ tôi không đụng đến nữa. Tôi không thể chờ đợi cho đến khi xuất viện ,sau NDE, rồi mới đi nhà thờ. Ông mục sư nói chưa bao giờ thấy có người nhiệt tâm tìm đến Chúa như tôi. Trước đó, tôi không bao giờ đi nhà thờ. Tôi đã nguyện trước Chúa rằng tôi sẽ đem quãng đời còn lại của tôi để phục vụ Chúa, như tôi đang làm. Tôi hiện đang làm việc cho Cơ Quan Thiện Nguyện Cựu Chiến Binh."

c/ Nhà kinh doanh, cực kỳ bon chen, hoạt động, bị bệnh tim:"Điều ấy (NDE) đã làm thay đổi toàn bộ cuộc đời tôi như một cái giật mình tỉnh thức. Tôi thường lo toan cuộc sống; sống và bon chen lao tới trước, nỗ lực làm cho cuộc sống dễ chịu hơn bằng cách "cày" nhiều hơn để có nhiều tiền hơn, làm cho cuộc sống thoải mái hơn...và cứ thế. Từ nay, tôi không làm thế nữa. Tôi chỉ sống qua ngày. Tôi thường sống với những gì đang còn ở phía trước, chưa xảy đến, và những gì đã rơi rớt lại đàng sau, đã qua rồi. Người ta không thể sống bằng ngày mai hay ngày hôm qua. Ta chỉ có thể sống trong cái ngày hiện ta đang sống. Tôi biết rằng tôi không có cuộc sống dài lâu như người khác, nên tôi đã sẵn sàng... Tôi biết

nơi tôi sẽ đến, thế nên tôi không lo lắng về cái chết nữa. Tôi đã trải qua cái chết và nó cũng chẳng phiền nhiễu gì tôi. Tôi không sợ nó nữa...".

d/ Phụ nữ, sau khi trải qua NDE, tình nguyện phục vụ tại bệnh viện để an ủi bệnh nhân: "Sau khi chết đi sống lại, tôi đến xin làm việc tại bệnh viện với tư cách tình nguyện. Một trong các cô ở đó là một nhà tâm lý, đang làm cán sự xã hội, có biết về quan niệm sống mới của tôi. Mỗi khi bác sĩ cho người nào đó biết rằng họ sắp chết, cô thường được gọi đến vì người ta thấy rằng lúc đó cần có người ở bên cạnh để an ủi. Khi cô nghe có ai như thế đang lo âu phiền muộn thì cô lại gọi tôi và cùng với tôi đến chuyện trò với người sắp chết. Điều này không gây phiền hà gì. Nói chuyện về cái chết là điều dễ dàng đối với tôi. Tôi cảm thấy mình đã làm tốt việc đó và đã đem lại niềm an tâm hơn cho mọi người."

e/ Kinh nghiệm của một tiểu thương: "Khi tôi từ trong đường hầm (trong NDE) thoát ra, tôi biết đời tôi đã được hiến dâng cho Chúa... Từ đây, tôi sẽ không làm điều sai trái nữa. Tôi đã từng như những người khác, đã thử phiêu lưu nhiều trong cuộc sống khi làm ăn. Tôi đã uống rượu. Tôi có một cơ sở kinh doanh nhỏ và tôi đã nhậu nhẹt, hòa mình với người ta để giữ cho cơ sở chạy đều... Sau này, tôi nhận ra rằng tôi không cần phải hòa mình vào đám đó để giữ cho cơ sở hoạt động."

## VII-KẾT LUẬN

Tìm hiểu về cái Chết là một việc làm thật khẩn thiết vì tất cả chúng ta đều phải chết trong khi hầu hết chúng ta không biết gì về cái chết cả.

Nếu thật sự Chết là hết thì sự việc quá dễ dàng, chúng ta cứ việc sống cho đã đi rồi khi chết, sẽ có người khác lo giải quyết cái xác của mình: chôn, thiêu, cho kên kên ăn..., mà chẳng cần bận tâm gì cả.

Nhưng trên thực tế, đã có nhiều người nhớ về tiền kiếp, có những người tái sinh do ý nguyện độ sinh như những vị Lạt ma Tây Tạng, có những người đã trải qua kinh nghiệm cận tử, có những nhà ngoại cảm có thể tiếp xúc với người chết... thì như vậy, sau cái chết, còn có nhiều điều bí ẩn mà ngay cả Khoa học cũng chưa giải thích được. Nhà văn André Malraux có nói dù muốn hay không, sự chết vẫn luôn luôn ám ảnh và chi phối sự sống của con người, do đó chúng ta nên tìm hiểu về cái Chết mà không cần phải qua cửa ngõ tôn giáo.

Cái tựa của bài báo cáo là "TÌM HIỂU VỀ CÁI CHẾT" là tôi cố ý đặt như vậy thay vì nói "BÀN VỀ CÁI CHẾT" vì những hiểu biết của tôi chỉ là do vay mượn từ các người đi trước chứ không phải là tôi "thực chứng".

Các Thánh nhân xưa kia không trả lời về sự chết cho người hỏi, theo tôi nghĩ, không phải vì họ không biết mà vì họ không muốn người hỏi cứ thích "hý luận" trong khi không chịu thực hành để có được THIÊN NHÃN (chưa dám nói đến TUỆ NHÃN, PHÁP NHÃN và PHẬT NHÃN). Vậy là ta phải thiền định thật tinh tấn để nhập thiền rồi mới có thể tiếp xúc được cõi vô hình, mới biết rõ được cái Chết. Giờ đây, chúng ta chỉ có hai con mắt thịt (NHỤC NHÃN) thì làm sao chúng ta thấy được cõi vô hình để mà kết luận: Có-không? Đúng-sai?...

Tôi nói như vậy, không phải là tôi đã có thiên nhãn nhưng tôi nghĩ các Lạt ma Tây Tạng

nhờ Thiên định thâm sâu đã kể lại cho chúng ta rõ về sự Chết để ta chuẩn bị cho chính mình và cho người thân của mình thì tại sao có người lại phủ nhận ?

Có 2 quyển các bạn nên xem (đều có trên mạng, trong Thư viện Hoa Sen) vì các bạn sẽ thấy còn rất nhiều vấn đề mình chưa biết:

1/ Tạng thư sống chết của Sogyal Rinpoche do Ni sư Thích Trí Hải dịch và

2/ Thể dạng trung gian giữa cái Chết và sự sinh của Dagpo Rimpoché do Hoàng Phong dịch

Trước khi đi đâu xa, ta thường phải chuẩn bị hành trang thật đầy đủ thì các bạn có thấy thật lạ lùng rằng người ta thường không lo chuẩn bị điều gì trước khi vào cõi Chết cả. Theo tôi, ta nên chuẩn bị ngay lúc còn sống, nhất là với những người đã có tuổi để sự ra đi được nhẹ nhàng và tốt đẹp hơn.

### **TÀI LIỆU THAM KHẢO**

1/ **Pháp tuyền** (Phật Pháp tuyền tập) :Hiền Mật, Đỗ Hữu Trạch, 2011

2/ **Tạng thư Sống Chết** :Sogyal Rinpoche, Ni sư Trí Hải dịch .

3/ **Cái Chết**: Đức Dalai Lama giảng tháng 8 năm 2010 .

4/ **Qua cửa chuyển tiếp**: Đoàn văn Thông.

5/ **Kinh nghiệm cận tử**: Stephanie Lam. (Nguồn: The Epoch Times).

6/ **Life after life** :Raymond Moody

7/ **Recollection of Death, a medical investigation** :Sabom Michael

8/ **Trở về từ cõi sáng** : Nguyễn Phong

9/ Bên kia cửa tử: Charles Leadbeater do Nguyễn Phong dịch

10/ **Thể dạng trung gian giữa cái Chết và sự Sinh**:Dagpo Rimpoché.

11/ **Thắng cái Chết (Vaincre la Mort)**: Dalai Lama.