

Sách nằm trong bộ sách "Bộ tứ giác ngộ"

# Giác ngộ

Sách Về Sự Tỉnh Thức Và Giác Ngộ



Bởi Ken Luball và Bodhi ("Tinh thần thánh")

# Mục lục

[Giác ngộ.](#)

[Giác ngộ.](#)

[Translator: Thi Huyen Tran Nguyen | Copyright Claimant: Ken Luball](#)

[Ghi chú của tác giả:](#)

[Giai đoạn đầu tiên của sự giác ngộ - Giai đoạn ngủ quên](#)

[Giai đoạn thứ hai của sự giác ngộ - Thức tỉnh](#)

[Giai đoạn thứ ba của sự giác ngộ - Khai sáng](#)

[“Viết đánh giá”](#)

[Hòa bình, tình yêu và ánh sáng | Tên tôi là Ken Luball. Người tìm kiếm tâm linh ~ Tác giả ~ Người hướng dẫn](#)

[\\*\\*\\*\\*\\* | Tác giả của "Bộ tứ giác ngộ: một loạt bốn cuốn sách về tâm linh" | và sách Giác ngộ, một tập thơ về tâm linh](#)

**Translator: Thi Huyen Tran Nguyen**

**Copyright Claimant: Ken Luball**

## Ghi chú của tác giả:

“*Giác ngộ: Cuốn sách về sự tỉnh thức và giác ngộ*” là một tập thơ bao gồm 200 bài thơ tự do về tâm linh. Bài thơ này gồm những suy ngẫm được tìm thấy trong bốn cuốn tiểu thuyết tâm linh trong “*Bộ tứ giác ngộ*” cùng với nhiều bài khác chưa được xuất bản. Chủ đề cơ bản của những bài thơ này về tâm linh, mỗi bài minh họa các khía cạnh khác nhau của sự thức tỉnh và giác ngộ. Để thực sự hiểu từng chủ đề, chỉ đọc 2 hoặc 3 chủ đề mỗi ngày và “suy ngẫm”.

Tâm linh là niềm tin rằng có một tinh thần thánh (tinh thần hoặc linh hồn) ở trong mỗi vật sống và do đó, mỗi vật sống đều quan trọng, bình đẳng và kết nối.

Mục tiêu của tôi khi viết bốn cuốn sách trong bộ tứ giác ngộ và cuốn sách được truyền cảm hứng từ tinh thần thánh này là cố gắng đánh thức và giúp những người khác được thức tỉnh và hiểu đầy đủ hơn về giác ngộ để chuyển hành trình đời sống của họ có thể được nhận thức đầy đủ hơn.

*Bodhi*, “*tinh thần thánh*” của tôi đã hướng dẫn tôi viết ra những suy nghĩ này. Mặc dù hành trình hướng tới *Giác ngộ* của tôi vẫn chưa hoàn thành, nhưng *Bodhi*, *tinh thần thánh của tôi*, chắc chắn chính là *Giác ngộ*. Tôi đã dùng tinh thần thánh của mình để viết cuốn sách giác ngộ này cho tất cả những ai đang tìm cách *Thức tỉnh* hoặc những người đã *Thức tỉnh* và muốn dẫn thân xa hơn trên con đường hướng tới *Sự giác ngộ*. Tìm hiểu thêm về từng cuốn sách Tâm linh trong bộ sách “*Bộ tứ giác ngộ*” tại trang web của tôi:

<http://kenluball.com>

Bốn cuốn sách trong “*Bộ tứ giác ngộ*” bao gồm:

*Hôm nay tôi sắp chết: Những lựa chọn trong cuộc sống*

*Hướng dẫn tinh thần: Chuyển hành trình của sự sống*

*Sự bình yên: Ngôi làng của hy vọng*

*Ảo tưởng về hạnh phúc: Lựa chọn tình yêu thay vì sợ hãi*

# Con bướm

Không phải những người khác phải thay đổi (Bản ngã).  
Nhưng chính bạn phải là người đầu tiên tiến hóa (Tinh thần).  
Chỉ khi đó bạn mới bắt đầu  
ra khỏi cái kén của bạn và  
trở thành một con bướm.

# **Ba giai đoạn của sự giác ngộ**

# Giai đoạn đầu tiên của sự giác ngộ - Giai đoạn ngủ quên

Giai đoạn đầu tiên của sự giác ngộ bắt đầu khi chúng ta được sinh ra, khi chúng ta được xã hội hóa và dạy những gì phải tin (Bản ngã), khi chúng ta tiếp xúc và chấp nhận những điều khác của xã hội nơi mà chúng ta sinh ra.

Từ khi chúng ta ra đời, danh tính của chúng ta thường đã được xác định trước.

Màu da của chúng ta, đất nước chúng ta sinh ra, tôn giáo và nhiều so sánh khác do con người tạo ra thường quyết định tương lai của chúng ta trên thế giới.

Chúng ta tin rằng những so sánh này là đúng khi quan sát những người khác,

đọc về chúng trên sách báo và xem TV, phim ảnh.

Hầu hết mọi người đều tin tưởng và hiểu rõ những khác biệt này, để xác định bản thân họ

tốt hơn, quan trọng hơn người khác.

Những người chấp nhận và tin rằng những gì họ đã được dạy là sự thật mặc kệ thành công trong cuộc sống mà tiếp tục ngủ quên, được định sẵn để sống một cuộc sống tầm thường,

tin rằng hạnh phúc và ý nghĩa của nó sẽ đến từ thế giới.

"Không".

# Giai đoạn thứ hai của sự giác ngộ - Thức tỉnh

Những người Thức tỉnh bắt đầu đặt câu hỏi liệu mọi thứ chúng ta đã học và chấp nhận

những gì chúng ta học trong cuộc sống khi chúng ta lớn lên, đó là sự thật.

Một cảm giác bắt đầu nảy nở bên trong, không thể bỏ qua được nữa,

đặt câu hỏi về tính chính xác của mọi thứ chúng ta từng tin tưởng.

Mặc dù chúng ta có thể đang sống một cuộc sống “thành công”, giàu có, nổi tiếng

hoặc bất kỳ những so sánh đã học nào khác về thành công là gì,

nó không còn dập tắt đi những cảm giác khó chịu mà chúng ta trải qua đến từ sâu bên trong chúng ta.

Nỗi thống khổ mà chúng ta cảm thấy phát xuất từ tinh thần thánh của chúng ta, nó hiện diện trong mỗi vật sống.

Nó có thể được gọi là Tinh thần/ Linh hồn/ Tinh thần thánh hoặc gán cho nó một cái tên khác.

Không quan trọng.

Nó đại diện cho một sự hướng dẫn cho chúng ta trong suốt cuộc đời và mang lại cho cuộc sống của chúng ta ý nghĩa.

Chúng ta thức tỉnh khi lần đầu tiên cảm thấy có điều gì đó không ổn, bắt đầu đặt câu hỏi nếu những gì chúng ta đã học và chấp nhận là đúng và có thể là không đúng,

bắt đầu cho chúng ta một cuộc hành trình mà chúng ta không có lựa chọn nào khác ngoài việc theo đuổi.

Hành trình hướng tới sự giác ngộ.



# Giai đoạn thứ ba của sự giác ngộ - Khai sáng

Sự giác ngộ xảy ra khi cuối cùng chúng ta chấp nhận tất cả những gì chúng ta đã học và tin là đúng thì không đúng. Bất chấp ngoại hình, sự giàu có, công việc, tài sản vật chất hoặc bất kỳ sự so sánh nào khác mà chúng ta đã được dạy để phân biệt chúng ta với nhau, bây giờ chúng ta nhận ra rằng chúng ta không tốt hơn hoặc quan trọng hơn bất kỳ ai khác. Chúng ta bắt đầu lắng nghe tinh thần thánh ở bên trong chúng ta và hiểu được thông điệp của nó. Bằng cách chia sẻ tình yêu của chúng ta vô điều kiện với tất cả những người khác. Mặc dù những gì chúng ta đã học được khi còn trẻ sẽ vẫn còn với chúng ta (Bản ngã), ảnh hưởng của nó đối với cuộc sống của chúng ta bây giờ là rất ít. Thay vì cạnh tranh, bây giờ chúng ta mong muốn hợp tác. Thay vì sống trong sợ hãi, giờ đây chúng ta tìm cách sống hết mình với tình yêu. Và thay vì chỉ mong muốn những gì tốt nhất cho bản thân, giờ đây chúng ta mong muốn giúp đỡ người khác một cách vị tha để họ đi dễ dàng hơn trong hành trình xuyên suốt cuộc đời. Với sự thay đổi này và sự chấp nhận thông điệp của tinh thần thánh, chúng ta tiến xa hơn trên con đường hướng tới giác ngộ.

# Cùng với sự giác ngộ, mọi thứ đều thay đổi

Đó là một phần của cuộc hành trình.

Một khi bạn giác ngộ, điều chắc chắn là cuộc sống của bạn sẽ không bao giờ giống nhau và không có đường quay trở lại.

Tất cả mọi thứ trong cuộc sống của bạn sẽ thay đổi bao gồm cả tình bạn, các mối quan hệ của bạn

và kiên nhẫn với những người chưa giác ngộ và vẫn đang ngủ quên.

Sự giác ngộ xảy ra khi bạn bắt đầu đặt câu hỏi về mọi thứ mà bạn đã học được.

Tuy nhiên, sự giác ngộ sẽ chỉ xảy ra khi bạn thực sự chấp nhận mọi thứ bạn học được trong cuộc sống là không đúng.

Sự thật luôn luôn ở bên trong chúng ta.

Hãy yên lặng lắng nghe bên trong mình để tìm thấy tất cả các câu trả lời mà bạn tìm kiếm.

# Vở kịch

Vào ngày chúng ta sắp chết, khi bản ngã cuối cùng cũng đầu hàng trong suốt cuộc đời của chúng ta, chúng ta sẽ hiểu rằng toàn bộ cuộc đời của chúng ta là một vở kịch.

Nó là giả dối.

Chúng ta đã diễn xuất tốt vai diễn của mình đến nỗi chúng ta không bao giờ biết rằng nó không có thật.

Cuộc sống chỉ là một ảo ảnh, nơi tất cả chúng ta đều là một phần nhỏ trong vở kịch.

Nếu chúng ta làm theo kịch bản khi chúng ta học cách để sống cũng như khi chúng ta lớn lên,

câu trả lời chúng ta tìm kiếm trong cuộc sống có thể lẩn tránh chúng ta.

Chỉ khi chúng ta hành động ngoài kịch bản và được thức tỉnh, câu trả lời mà chúng ta tìm kiếm có thể được mặc khải.

# Ma trận

Ma trận là một thế giới mà hầu hết mọi người đều ngủ quên,  
chấp nhận những điều được học về là sự thật.

Những người vẫn ngủ quên trong suốt cuộc đời của họ  
tìm kiếm sự thật họ là ai trong cuộc đời và tin vào những gì họ đã được dạy  
cũng như họ lớn lên sẽ mang lại cho họ ý nghĩa và hạnh phúc.

"Không".

Khi lần đầu thức tỉnh, chúng ta bắt đầu đặt câu hỏi liệu niềm tin đó có đúng  
không.

Bất chấp cuộc sống của chúng ta đã “thành công” như thế nào, cảm nhận  
được tiếng nói bên trong mà chúng ta bắt đầu lắng nghe ở bên trong mình,  
Các chuẩn mực mà chúng ta đã từng học và được mọi người chấp nhận là  
chân lý một cách chắc chắn,

giờ đây không còn có ý nghĩa đối với chúng ta nữa.

Giọng nói mà chúng ta nghe được nói với chúng ta về tình yêu vô điều kiện,  
hy vọng, bình đẳng, giúp đỡ và tất cả các giá trị tốt đẹp khác,  
có lòng vị tha với tất cả những người khác.

Ma trận mà chúng ta từng hiểu và chấp nhận trong cuộc sống của chúng ta

Bắt đầu tan biến để lại một thế giới không thể nhận ra,  
một thế giới nơi tình yêu (Tinh thần) chiếm ưu thế hơn sợ hãi (Bản ngã).

Thay vì cạnh tranh với nhau để tồn tại trên thế giới  
thay vào đó, chúng ta mong muốn được giúp đỡ lẫn nhau.

Sống trong một thế giới như vậy là hoàn toàn có thể.

Để làm như vậy, hãy lắng nghe giọng nói mà bạn nghe thấy bên trong mình,  
hãy mở rộng trái tim để đón nhận ý nghĩa thật sự của cuộc sống  
để ma trận của bạn tan biến và  
được mặc khải ý nghĩa thật sự của cuộc sống trong sự thức tỉnh.

# Vali

Tôi muốn bạn hình dung một chiếc vali đang mở.  
Trước khi chúng ta được sinh ra, chiếc vali trống rỗng.  
Tuy nhiên, với sự ra đời của chúng ta, cái tôi (Bản ngã) là tất cả những gì  
chúng ta đã học được  
và tin những điều đó là đúng, sau khi chúng ta được sinh ra, chúng ta bắt  
đầu chất đầy vào chiếc vali này.

Với mỗi lần chúng ta tương tác, chiếc vali trở nên nặng hơn,  
khi nó bắt đầu trở nên lộn xộn với hành lý mà chúng ta chất vào,  
từ tất cả những điều sai lầm mà chúng ta đã học được trong suốt cuộc đời  
của mình.

Vali càng nặng thì ánh sáng tâm linh của chúng ta càng mờ đi  
và chúng ta sẽ phải tháo ra nhiều hơn nữa khi chúng ta thức tỉnh  
và bắt đầu hành trình hướng tới sự giác ngộ của chúng ta.

Trong vali là tất cả sự giả dối tự coi mình là trung tâm  
được học bởi cái tôi (Bản ngã) và được đưa trẻ học khi chúng lớn lên.  
Mặc dù không mất nhiều thời gian để làm đầy vali (Thường là trong 5 năm  
đầu tiên của cuộc đời),  
có thể mất phần còn lại của cuộc đời chúng để tìm lại ánh sáng tâm linh của  
chúng,

tháo vali ra và trở về với sự bình yên và thấu hiểu bên trong mà  
chúng thứ đã từng biết trước khi vali bắt đầu đầy.

Vì vậy, tất cả chúng ta hãy cố gắng giữ cho vali của con mình nhẹ hơn  
trong những năm đầu đời của chúng, cho phép ánh sáng tâm linh của chúng  
sáng hơn

và hành trình của chúng trong cuộc sống dễ dàng hơn và ý nghĩa hơn.

# Lời nói dối

Ngay khi chúng ta được sinh ra, Lời nói dối đã bắt đầu.  
Xã hội hóa của chúng ta dạy chúng ta chấp nhận những điều khác biệt của xã hội  
và tầm quan trọng của chúng ta trên thế giới.  
Chúng ta tìm hiểu những người nổi tiếng, giàu có, có công việc quan trọng, màu da, tôn giáo, giới tính hoặc bất kỳ so sánh nào khác mà chúng ta đã học được  
trên thế giới được xác định là ưu việt, thành công hơn và tốt hơn những người khác.

Không điều gì có thể che giấu được sự thật.  
Trên thực tế, sự giáo dục cho mình là trọng tâm của chúng ta là nguyên nhân của hận thù, tham lam, chiến tranh, biến đổi khí hậu, giết người, định kiến và nhiều vấn đề tiêu cực khác có trên thế giới cả ngày nay và trong suốt chiều dài lịch sử.

Sự thật là không ai quan trọng hơn người khác,  
bất kể thành tựu của họ trong cuộc sống.

Điều sự thật là hành trình trong cuộc đời của chúng ta có giá trị như chính chúng ta, chia sẻ bình đẳng tài nguyên của hành tinh, cho phép mọi sự sống trở nên rực rỡ, quan trọng, thành công và ý nghĩa.

# Lăng kính

Khi chúng ta được sinh ra lần đầu tiên, trước khi chúng ta được hòa nhập  
với xã hội và dạy những điều phải tin,  
ánh sáng khúc xạ qua lăng kính sự sống là màu trắng tinh khiết.

Ánh sáng trắng này xuất hiện do  
tình yêu vô điều kiện hiện hữu trong mỗi cuộc đời.

Khi chúng ta học cách chúng ta phải hành động và đối xử với nhau,  
ánh sáng trắng của lăng kính bị phân tán thành vô số màu.

Chúng ta càng chấp nhận những gì chúng ta học và được dạy  
với xã hội, chúng ta nên hành động và đối xử với người khác như thế nào,  
kẻ giết người phản chiếu

màu sắc của cầu vồng chiếu qua lăng kính và trở thành.

Ánh sáng đi ra khỏi lăng kính càng tối, cuộc sống càng trở nên thử thách.

Hầu hết các vấn đề và nhiều bệnh tật, kinh nghiệm trên khắp thế giới,  
cả bây giờ và trong suốt lịch sử, đều xảy ra khi phần lớn thấy  
ánh sáng tối đi ra khỏi lăng kính sự sống.

Khi chúng ta thức tỉnh, hãy bắt đầu đặt câu hỏi về những gì chúng ta đã  
được dạy và

được cho là đúng (Bản ngã), màu sắc chúng ta thấy được phản ánh  
qua lăng kính bắt đầu sáng

khi chúng ta bắt đầu từ chối phần lớn những gì chúng ta đã từng tin tưởng.

Màu sắc quan sát được ở phía bên kia của lăng kính càng sáng thì  
cuộc sống của chúng ta sẽ càng trở nên bình yên, yêu thương và ý nghĩa  
hơn.

Và với sự thay đổi màu sắc này, một sự hiểu biết thực sự về  
ý nghĩa của cuộc sống sẽ được thực hiện.

# Cuộc sống đáng giá bao nhiêu?

Giá của cơ thể bao gồm các bộ phận của cơ thể chỉ đáng giá là \$1 đô.

Dưới đây có phải là giá trị của cuộc sống?

Sự giàu có, danh vọng, một công việc cao trọng, thuộc một chủng tộc cao quý,

tôn giáo, tình dục hoặc bất cứ điều gì khác phân biệt chúng ta với nhau làm cho cuộc sống này đáng giá hơn cuộc sống khác?

Những câu hỏi này phải được trả lời bởi bất kỳ ai đang tìm cách thức tỉnh và trở nên giác ngộ.

Nếu câu trả lời của bạn cho những câu hỏi này là có, hành trình tâm linh của bạn vẫn chưa bắt đầu.

Tuy nhiên, nếu bạn bắt đầu đặt câu hỏi rằng một cuộc sống đáng giá bao nhiêu,

thực sự tin tưởng và chấp nhận mỗi cuộc sống đều quan trọng như nhau, bất chấp bất kỳ sự khác biệt nào đã học, đã thấy,

lúc đó, bạn đã thức tỉnh và bắt đầu hành trình hướng tới sự giác ngộ.



# Giây phút cuối đời

Sau khi chúng ta đã sống hết mình, khi chúng ta đến gần cái chết, việc xem xét lại cuộc sống của chúng ta đã diễn ra như thế nào là điều thường thấy.

Chúng ta đã sống một cuộc sống "thành công"?  
Giây phút cuối đời mang đến một cơ hội duy nhất để làm điều này, bởi vì tại thời điểm này,

Cái tôi (Bản ngã) nói lỏng ảnh hưởng của nó đối với chúng ta và tinh thần thánh ảnh hưởng đến chúng ta mạnh hơn.  
Tại thời điểm này trong chu kỳ của cuộc sống, nó không còn quan trọng bao nhiêu nữa

Số tiền chúng ta kiếm được, diện tích ngôi nhà chúng ta đã ở, công việc chúng ta đã có hoặc bất cứ điều gì khác liên quan đến thành công, được sai khiến trên thế giới bởi bản ngã.

Giờ đây, tất cả chúng ta đều bình đẳng và chúng ta đánh giá sự thành công của chúng ta

qua một lăng kính khác: đó là thông qua tinh thần thánh.  
Khi chúng ta xem xét lại cuộc sống của mình, những gì chúng ta đã nghĩ là thành công

bây giờ sẽ mang một ý nghĩa khác.  
Đó là tại thời điểm này, đặc biệt là trong vài ngày cuối cùng của cuộc đời chúng ta,

Chúng ta nhận ra những gì chúng ta nghĩ là quan trọng thì thực sự là không quan trọng.

Tất cả những gì chúng ta tích lũy được, bạn bè chúng ta có, những nơi chúng ta đã đến thăm, công việc chúng ta đã làm, số tiền chúng ta kiếm được hoặc bất kỳ những so sánh nào khác

mà bạn có thể nghĩ ra thuộc về thế giới mà chúng ta đang sống, đều trở nên vô nghĩa.

Đó là thời điểm mà quyền kiểm soát của bản ngã thấp nhất đối với các hành động và quyết định của chúng ta, lúc đó, ý nghĩa thực sự của cuộc sống cuối cùng cũng trở nên rõ ràng.  
Mặc dù Bản ngã có thể đã ảnh hưởng đến cuộc sống của chúng ta lúc trước có mạnh mẽ như thế nào,

thì ở hiện tại, cơ hội để nhìn cuộc sống của chúng ta theo một cách khác.  
Tại thời điểm này trong cuộc sống của chúng ta, khi chủ yếu xem cuộc sống  
của chúng ta

qua con mắt của tinh thần thánh, chúng ta có thể thấy mình có nhiều điều  
hối tiếc.

Chúng ta bắt đầu hiểu những thú vui ích kỷ trên thế giới mà  
chúng ta đã tìm kiếm không phải là rất quan trọng.

Khi cái chết trở nên tất yếu, chúng ta cuối cùng cũng nhận ra không có ý  
nghĩa gì trong số những thứ đó.

Khi chúng ta chết, trừ khi nền văn hóa của chúng ta giống như của người Ai

Cập cổ đại,

cơ thể của chúng ta sẽ được chôn cất hoặc hỏa táng và không có gì chúng ta  
tích lũy được

trong suốt cuộc đời của chúng ta mà chúng ta mang theo được.

Xác của chúng ta sau đó sẽ được đặt trong quan tài hoặc bình, giống như  
những người khác,

người chết, bất kể địa vị của họ hay thành tích suốt đời của họ.

Vào thời điểm đó, ngay trước khi chết, chúng ta cuối cùng đã hiểu  
chúng ta thực sự bình đẳng.

Không ai tốt hơn ai.

Chủng tộc, tiền bạc, uy tín không còn quan trọng.

Khi chúng ta tiến gần đến cái chết của mình, điều trở nên rõ ràng là con  
đường bản ngã mà

chúng ta đã đi theo để tìm kiếm thành công và hạnh phúc không phải là con  
đường đúng đắn.

Nỗi sợ hãi, thù hận và thành kiến mà chúng ta từng cảm thấy không còn  
quan trọng đối với chúng ta nữa,

không phải vì chúng ta sắp chết, mà bởi vì "Vốn dĩ nó chưa bao giờ quan  
trọng".

# Tôi cô đơn

Được vây quanh bởi một biển người, tôi vượt qua nhiều người  
và hầu như tôi không nhận thấy sự tồn tại của tôi.

Bên trong mình, tôi cảm thấy trống rỗng, lạc lõng, sợ hãi mọi thứ  
tôi muốn được chứng minh giá trị của tôi mỗi ngày.

Tôi không ngừng lo lắng, muốn được hạnh phúc, thành công,  
có thể tồn tại trong thế giới được cung cấp mọi thứ cho gia đình tôi và tôi  
cần được an toàn, tận hưởng những điều tốt đẹp nhất mà cuộc sống ban  
tặng.

Tôi sợ phải suy nghĩ quá nhiều.

Nếu tôi làm vậy, tôi có thể nhận ra, từ lúc chúng ta chào đời cho đến khi  
chúng ta chết,

mỗi chúng ta đều cô độc trong thế giới này.

Hành trình đời sống thì luôn đơn độc,

câu trả lời chưa bao giờ có thể được tìm thấy trên thế giới.

Để tìm thấy câu trả lời, để hạnh phúc và thành công, để không cô đơn,  
tìm kiếm trong bản thân bạn trước tiên,  
sau đó chia sẻ điều đó mà không sợ hãi với tất cả những người khác.

# Tiếng nói bên trong

Mỗi chúng ta có hai giọng nói mà chúng ta nghe được bên trong.

Một, đến từ tâm trí của chúng ta, là tiếng ồn ào,

thường bị ngộ nhận, cho chúng ta biết phải làm gì và nói gì.

Những từ được thốt ra từ tâm trí của chúng ta, là kết quả của những gì chúng ta đã học được trong cuộc sống,

nó xác định niềm tin, định kiến và cách chúng ta nhìn thế giới. (Cái tôi)

Tiếng nói kia đến từ trái tim của chúng ta.

Giọng nói này vốn có trong mọi sự sống.

Nhiều người gọi giọng nói này là “Bản ngã cao hơn” của chúng ta. (Tinh thần)

Thông điệp của nó mang lại cho cuộc sống của chúng ta ý nghĩa.

Dù cả hai tiếng nói đều ở trong chúng ta trong suốt cuộc đời,

chúng ta có thể chọn giọng nói nào để nghe theo.

Chủ yếu lắng nghe tiếng nói yên tĩnh hơn, nhẹ nhàng thì thâm thông điệp của tình yêu,

thay vì là tiếng nói to hơn từ tâm trí, dù có cần thiết đến đâu,

là nguyên nhân của nhiều bệnh tật và hầu hết các

vấn đề và sự bất bình đẳng được thấy trên khắp thế giới.

# Nhìn xa hơn

Khi chúng ta nhìn và nói chuyện với ai đó, chúng ta sẽ thấy gì và nghe thấy gì?

Chúng ta có nhìn thấy diện mạo của họ, quần áo họ đang mặc, màu da của họ hoặc bất kỳ đặc điểm nào khác chúng ta đánh giá người khác bằng (Bản ngã).

Chúng ta có nghe thấy họ đang nói gì không, những lời nói trả lời câu hỏi của chúng ta hoặc khi họ cho chúng ta biết ý kiến của họ.

Có nhiều hơn những gì chúng ta thấy và nghe không?

Ý kiến của chúng ta, thường được hình thành khi chúng ta còn trẻ, định hướng tương tác của chúng ta và cách chúng ta nhìn thế giới.

Chỉ khi bạn nhìn xa hơn tầm nhìn và suy nghĩ của mình, chúng ta mới thấy giá trị của một người nào đó.

Hãy nhìn vào trong tâm hồn họ để thấy một điều khác, tiết lộ bản chất (Tinh thần) của họ để khám phá con người thật của họ.

# Tôi là ai?

Tôi có phải là người mà bạn nhìn thấy, nghe thấy, chạm vào hay tôi là một thứ khác?

Tôi có phải là người được xã hội giao cho nhiều vai trò không?

Cha, Chồng, Con trai, Con gái, Người dọn dẹp, Chủ tịch,  
Nam, Nữ, Da trắng, Da đen, Châu Á, Đồng tính nam, Dị tính hoặc  
bất kỳ tên gọi nào khác mà chúng ta được định nghĩa bởi xã hội  
khi chúng ta chấp nhận những điều mà chúng ta đã học được là đúng.

Có lẽ tôi còn hơn là thế.

Tôi có tinh thần thánh, giống như mọi sự sống.

Cơ thể của chúng ta chỉ là một vỏ bọc bên ngoài con người thực sự của  
chúng ta.

Chúng ta giống nhau là đều trải qua cuộc sống như nhau.

Ngoại hình, công việc, học vấn, chủng tộc, tôn giáo, danh tiếng, sự giàu có  
của chúng ta

hoặc bất kỳ sự khác biệt nào khác giữa chúng ta đều vô nghĩa.

Tôi là ai?

Tôi là bạn và tất cả chúng ta là một.

# Làm tốt hơn

Khi chúng ta làm hại người khác bằng những lời lẽ không hay, lợi dụng người khác bằng mọi cách,  
muốn chứng minh rằng chúng ta thông minh hơn, quan trọng hơn họ,  
Chúng ta có thể thành công nhanh chóng với nỗ lực của mình.  
Tuy nhiên, trên thực tế, vết thương làm tổn thương cả hai, dẫn đến một thế giới của sợ hãi, hận thù và bóng tối.  
Chúng ta phải luôn cố gắng giúp đỡ, không làm hại lẫn nhau.  
Không bao giờ có lý do để đánh giá người khác.  
Mỗi chúng ta phải làm tốt hơn, đối xử tốt hơn với tất cả mọi người bằng lòng tốt, sự tôn trọng và sự cảm thông,  
mở ra một kỷ nguyên mới của hòa bình, tình yêu và ánh sáng.

# Mất trí

Tâm lý học định nghĩa mất trí là một trạng thái tâm trí bị rối loạn nghiêm trọng.

Albert Einstein đã định nghĩa sự điên rồ là làm điều tương tự nhau nhiều hơn nữa nhưng lại mong đợi có kết quả khác nhau.

Nguyên nhân của mất trí là gì?

Nguyên nhân của mất trí là do sống trong một thế giới vị kỷ, nơi mà chiến tranh, nạn đói, tình trạng vô gia cư, biến đổi khí hậu, lòng tham, định kiến, sợ hãi, căm ghét tồn tại, chấp nhận thực tế và bất lực mà những điều này gây ra.

Chúng ta tuân theo hình mẫu của sự vị kỷ, chỉ quan tâm đến sự tồn tại và thành công của chúng ta trên thế giới. Bây giờ, chúng ta có khả năng để cung cấp thức ăn cho mọi người, thoát khỏi đói kém, cung cấp thuốc cho những người nghèo vì những căn bệnh có thể chữa được, những người không có nơi nương tựa,

xử lý biến đổi khí hậu bằng cách chấp nhận các giải pháp thay thế xanh, hãy nắm lấy tình yêu thương vô điều kiện thay cho sự căm ghét và sợ hãi, loại bỏ nguyên nhân của chiến tranh bằng cách chia sẻ bình đẳng các nguồn lực của chúng ta.

Điều gì ngăn cản chúng ta làm điều này: tham lam và sợ hãi.

Vẫn chưa quá muộn để điều trị bệnh mất trí, Mặc dù cánh cửa để thay đổi của chúng ta có thể nhanh chóng bị đóng lại. Bây giờ là lúc để thay đổi.

Trừ khi chúng ta cùng nhau giải quyết một cách quyết liệt những nguyên nhân gây ra chứng mất trí này và thoát khỏi những tai họa của xã hội ở trên, đó là thế giới không thể sinh sống được cho con cháu chúng ta sau này.



**You've Just Finished your Free Sample**

**Enjoyed the preview?**

**Buy: <http://www.ebooks2go.com>**