

TÂM LÀ GÌ? NÓ Ở ĐÂU TRONG CƠ THỂ

Dr. Sam Parnia

Tâm Hà Lê Công Đa dịch

---o0o---

Nguồn

<http://thuvienhoasen.org>

Chuyển sang ebook 08-08-2009

Người thực hiện :

Nam Thiên - namthien@gmail.com

[Link Audio Tại Website http://www.phatphaponline.org](http://www.phatphaponline.org)

Mục Lục

Lời Người Dịch

Trường hợp cận tử (NDE)

Tâm vẫn là một bí mật hàng đầu

---o0o---

Lời Người Dịch

Tâm là gì? Trong chúng ta chắc có nhiều người đã từng được nghe giai thoại Thiên học liên quan đến câu chuyện "an tâm" giữa Bồ Đề Đạt Ma và Tổ Huệ Khả. Khi Tổ Huệ Khả thỉnh cầu Bồ Đề Đạt Ma, "Xin Thầy an tâm cho con." Bồ Đề Đạt Ma bảo, "Người đem tâm của người ra đây để ta an cho." Tổ Huệ Khả bối rối, "Nhưng con không thể tìm ra nó." Bồ Đề Đạt Ma cười bảo, "Thì ta đã an tâm cho người rồi đó."

Sự bối rối của Tổ Huệ Khả cũng là sự bối rối của tất cả chúng ta. Cho đến nay Tâm vẫn là một khái niệm trừu tượng. Có tâm hay không? Nếu có, tâm nằm ở đâu trong mỗi con người? Phải chăng tâm chính là thần thức, một danh từ mà Phật giáo Tây Tạng thường hay dùng để chỉ một cái gì đó như là một chủng tử - tích lũy tất cả nghiệp quả của một cá nhân- sẽ rời bỏ xác thân khi ta chết để đầu thai hay đi về một cảnh giới khác?

Những câu hỏi này không phải chỉ được đặt ra cho những người Phật tử mà còn cho cả giới khoa học nói chung. Dưới mắt nhìn khoa học, cái tâm này nếu hiện hữu tất phải nương tựa vào thân xác để tồn tại. Trong con người,

não bộ là bộ phận chủ quản của ý thức, của tư duy, thế nên cái tâm này nếu có, não bộ phải là ngôi nhà lý tưởng để tâm trú ngụ, hay nói một cách khác hơn, tâm chỉ là sự nối dài của não bộ. Trên căn bản của cái nhìn này, khi ta chết, não bộ ngưng hoạt động, cái tâm này cũng phải biến mất theo.

Cuộc tranh luận về mối quan hệ giữa tâm và thân, như thế, đã kéo dài từ bao thế kỷ qua. Sam Parnia, Bác sĩ chuyên khoa hồi sinh, Giám đốc Dự án “Human Consciousness Project” và là tác giả cuốn “Chuyện Gì Xảy Ra Khi Chúng Ta Chết,” đang cố gắng để giải quyết cuộc tranh luận này. Trong một cuộc phỏng vấn hồi đầu tháng 10/08 dành cho AOL, Bác sĩ Parnia đã cho chúng ta một ý niệm căn bản về trường hợp cận tử cũng như phương pháp khoa học thực nghiệm được áp dụng hiện nay trong việc khảo cứu về tâm. Ông đã chứng minh cho ta thấy một điều: Tâm có mặt, hiện hữu như một thực thể độc lập đối với não bộ. Kết quả này vô hình chung đã hoàn toàn phù hợp với những gì được mô tả trong “Tử Thư” của Phật giáo Tây Tạng về việc thần thức lìa bỏ xác thân trong giờ lâm tử. Đây là một bước tiến quan trọng của khoa học trong nỗ lực nghiên cứu về tâm. Từ viên gạch lót đường này, khoa học đang bắt đầu có những bước đi mới vào ngưỡng cửa bí mật này.

Tốt nghiệp Đại Học Y Khoa St. Thomas, Luân Đôn, BS Parnia là người sáng lập Consciousness Research Group tại Đại học Southampton, Anh quốc. Cùng với Tiến sĩ Peter Fenwick, những công trình nghiên cứu của ông về Kinh Nghiệm Cận Tử (NDE - near-death experiences) đã gây được sự chú ý của dư luận, không phải chỉ riêng ở Anh quốc mà trên toàn thế giới. Công trình nghiên cứu này đã được trình bày trong một tác phẩm xuất bản mới đây: “What Happens When We Die: A Groundbreaking Study into the Nature of Life and Death.” LCD.

---o0o---

Làm sao bác sĩ có thể giải thích được trường hợp cận tử?

Cho đến nay, bằng chứng cho thấy là khi trái tim ngừng đập, máu sẽ không còn luân lưu trong cơ thể, tất cả đều đi vào trạng thái bất động. Não bộ chấm dứt hoạt động trong vòng 10 giây sau đó. Một điều khá thích thú là –khi chúng tôi, những bác sĩ điều trị, cố gắng tìm cách can thiệp vào bằng cách xoa bóp ngực, cho thuốc, kích thích trái tim- mặc cho tất cả những nỗ lực này có thể kéo dài hàng chục phút hay cả giờ, các cuộc nghiên cứu đều

cho thấy là chúng ta vẫn không thể nào bơm đủ liều lượng máu cần thiết vào não bộ để cho nó hoạt động trở lại.

Vậy thì điều gì đã xảy ra cho tâm ở giây phút này? Cụ thể hơn, trong trường hợp của tôi, điều gì đã xảy ra cho bệnh nhân mà tôi đang điều trị? Cái tâm của y có còn ở đó hay không? Chúng ta nghĩ rằng tâm cũng sẽ chấm dứt hoạt động chỉ trong vòng vài giây đồng hồ. tuy nhiên một điều thích thú là, trong 5 cuộc nghiên cứu độc lập khác nhau -một là của tôi- có từ 10 đến 20 phần trăm những người đã được công nhận chết lâm sàng, người ta vẫn ghi nhận được có những dấu hiệu về một số hoạt động của tâm. Nó cho thấy một điều rằng, ở trong con người có một số loại hình ý thức nào đó vẫn còn hiện diện cho dù não bộ đã không còn hoạt động nữa.

Những điều mà họ mô tả được gọi là kinh nghiệm cận tử. Đây là cảnh giới chủ quan, giống như ở trong giấc mơ. Thông thường, họ bảo rằng, “Tôi đã thấy một cái đường hầm, Tôi đã thấy ánh sáng.” Chúng ta không thể nào thẩm định được những điều này. Tôi không thể nào nói rằng giấc mơ của bạn là thực hay không thực. Một số người sau khi được hồi sinh đã kể lại rằng họ đã thấy quang cảnh bác sĩ và y tá đang làm việc với những chi tiết đặc thù. Thế thì câu hỏi đặt ra là –nó có xảy ra đúng như vậy không? Có thực sự như vậy không? Những Bác sĩ và y tá tại hiện trường đều xác nhận về những điều mà bệnh nhân mô tả là đúng. Điều này có nghĩa là bệnh nhân khi sống lại đã nhớ lại tất cả những gì đã xảy ra. Vậy thì họ đã thực sự trông thấy? Trông thấy bằng cách nào? Hoặc giả lúc đó tâm của họ đang thực sự lơ lửng ở một nơi nào đó trên trần nhà?

Điểm quan trọng ở đây là, không ai với đầu óc bình thường lại có thể phủ nhận kinh nghiệm này đã xảy ra. Câu trả lời dễ dàng nhất thì cứ cho rằng đây chỉ là một trò chơi của tâm, một cái ảo ảnh. Nhưng vấn nạn là, khi sống lại họ đã nói cho chúng ta biết tất cả những gì đã thực sự xảy ra tại phòng hồi sinh. Thế nên khó mà cho rằng đây chỉ là một ảo ảnh. Người ta chỉ có thể giải thích rằng sự việc như thế xảy ra vào ngay thời điểm khi não bộ vừa ngưng hoạt động hay là vừa mới phục hồi. Chẳng hạn như bạn nằm mơ thấy mình đang sống ở một nơi nào đó cả hàng năm trời, nhưng nó chỉ có thể xảy ra trong thời gian thực tế chưa tới một phần triệu giây đồng hồ. Cũng vậy, ngay lúc não bộ bắt đầu ngưng hoạt động, bạn liền có ngay cái kinh nghiệm nhanh chóng tại hiện trường và cảm tưởng như là mình đã có mặt ở đó trong suốt thời gian. Tuy nhiên vấn đề ở đây là, hãy tạm gác qua một bên những chuyện đường hầm và ánh sáng, những bệnh nhân sống lại đã kể cho chúng ta nghe những chi tiết rất đặc thù, “Nó có thể đã xảy ra vào khoảng

9:15AM.” Và những sự kiện mô tả đã xảy ra trong khoảng từ 10 đến 20 phút.

Một cách giải thích khác là họ thực sự trông thấy mọi việc. Họ đã nhắm mắt và chuyện xảy ra là có thể họ mở mắt ra lại ở một lúc nào đó và chúng bắt đầu tích lũy dữ kiện rồi não bộ thu lượm những dữ kiện này. Điểm then chốt của cách lý giải này là bệnh nhân đã thực sự trông thấy mọi chuyện đang xảy ra.

Tâm vẫn còn là một bí mật. Chúng ta không thể hiểu được. Có thể tâm là phi-cục-bộ với não bộ. Nếu bạn đem vấn đề này hỏi những nhà vật lý lượng tử thì có thể như vậy bởi vì chúng ta hiểu rằng ở mức độ này, mọi sự vật có tính phi-cục-bộ. Chúng ứng xử trong một cách thế có vẻ không giống ai.

---o0o---

Bác sĩ hy vọng đạt được những gì thông qua công trình nghiên cứu này? Tiến bộ về y khoa? Một sự hiểu biết sâu sắc hơn về cái chết?

Tất cả những gì mà chúng ta làm trong lãnh vực y khoa đều mang đến phúc lợi cho xã hội. Nếu bạn bỗng dưng khám phá ra một phương thuốc điều trị bệnh ung thư, đó là một bước tiến của y khoa nhưng chung cuộc vẫn là một bước tiến của xã hội. Đây là một công trình nghiên cứu y khoa sẽ mang đến phúc lợi cho toàn xã hội. Công việc này khá quan trọng bởi vì những hiểu biết của chúng ta về tâm và não rất ít ỏi. Trong đa số trường hợp, chúng ta không thể tách lìa chúng. Chỉ trong trường hợp chết lâm sàng hoặc bị đứng tim, tâm và não bộ mới có thể tách rời khỏi nhau. Và nếu như chúng có thể được tách rời ra thì vấn đề này sẽ có những tác động đến khoa thần kinh học.

Phần lớn công việc mà chúng tôi đang làm là nghiên cứu những gì xảy ra cho não bộ cùng phương thức mà chúng tôi có thể cải thiện vấn đề hồi sinh đối với trường hợp đứng tim, cải thiện phương thức trông nom những bệnh nhân tim vừa mới ngưng đập. Nếu chúng tôi mang được bệnh nhân trở lại với đời sống kịp thời, sẽ tránh được cho họ những thiệt hại về hệ thần kinh, những hư hỏng về trí não, và những bất bình thường khác.

Nó thực sự mở ra một viễn cảnh vô tận. Một đằng là chuyên về tim và đằng khác là khoa thần kinh học. Một cách tổng quát, nó sẽ mang phúc lợi đến cho mọi người.

Trường hợp cận tử (NDE)

Bằng cách nào bác sĩ có thể xác nghiệm tính cách đúng đắn về những kinh nghiệm xảy ra mà bệnh nhân cận tử mô tả lại?

Chúng tôi cho thiết trí một bộ phận giống như cái kệ ở ngay phía trên đầu giường của bệnh nhân. Phía bề mặt của cái kệ quay xuống dưới -tức là phía mà bạn có thể trông thấy khi đang nằm ngửa ở trên giường quay mặt nhìn lên- có một cái hình tam giác. Ở phía kia, tức là phía mà bạn chỉ có thể trông thấy được khi ở trên trần nhà nhìn xuống (bệnh nhân không thể trông thấy được), có vẽ một bức tranh tương đối phức tạp.

Hãy hình dung bạn đang nằm trên giường bệnh viện mà ở phía trên mình là một cái kệ. Nếu người nào đó (tức là bệnh nhân kể lại về kinh nghiệm cận tử) sau khi sống lại và mô tả là họ đã thấy một hình ảnh nào đó, trường hợp này như đã nói ở trên là một trò chơi của tâm, một ảo ảnh. Nếu họ bảo rằng họ trông thấy một cái hình tam giác, thì có thể là bởi vì họ đã mở mắt ra. Còn nếu khi sống lại họ cho biết là đã nhìn thấy cái bức tranh phức tạp kia, điều này có nghĩa là ý thức (tâm) của họ tiếp tục tồn tại.

Trong công trình nghiên cứu này chúng tôi muốn cho thiết trí khoảng từ 50 đến 100 cái loại kệ này, tối thiểu ở khoảng 25 bệnh viện. Chúng tôi đã thực hiện được khoảng một nửa -phần lớn là tại Anh quốc. Chúng tôi cũng có 9 trung tâm tại Hoa Kỳ, và chúng tôi đã tiên phong thử nghiệm phương pháp này tại Anh từ 18 tháng nay. Trong khi chúng tôi không thể nào tiên đoán được lúc nào thì trường hợp đứng tim sẽ xảy ra, chúng tôi nghĩ rằng nơi có khả năng xảy ra là phòng cấp cứu và phòng bệnh nhân nguy kịch. Một khi đã được thiết bị xong, chúng tôi chỉ làm công việc theo dõi. Và rồi chúng tôi phỏng vấn những người sống lại. Nếu chúng tôi có thể bắt gặp được trường hợp đứng tim đúng lúc, chúng tôi có thể cho gắn máy theo dõi não bộ.

Chúng tôi cũng đang sử dụng một phương tiện kỹ thuật tối tân hiện nay trong việc khảo sát não bộ gọi là INVOS [in-vivo optical spectroscopy] dùng để đo lượng oxy trong não. Tất cả những cuộc nghiên cứu trước đây đều cho biết là dù cố gắng cách nào chúng ta cũng không thể đưa đủ lượng máu cần thiết vào não. Làm sao để bạn biết được chuyện này? Biết đâu có thể đã có đủ máu ở trong não nhưng tại vì bạn không biết mà thôi. Với INVOS, chúng ta sẽ biết một cách chính xác bao nhiêu máu đã được bơm vào não và như

thế chúng ta có thể ghi nhận được mối liên hệ tương quan với trường hợp cận tử. Đây là điều chưa từng được thực hiện trước đây.

---o0o---

Cho đến nay loại dữ kiện nào mà bác sĩ đã thu lượm được?

Chỉ là những dữ kiện rất mực tiên khởi. Chúng tôi chỉ mới bước vào giai đoạn điều chỉnh một cách tốt đẹp phương pháp nghiên cứu này. Chúng tôi mới có một số nhỏ đối tượng nghiên cứu và muốn nâng con số này lên 1,500 người. Lý do là tỷ lệ những người có kinh nghiệm cận tử, sống sót qua cơn đứng tim, rất là ít ỏi, chỉ khoảng 2%. Đó là lý do tại sao chúng tôi phải có rất nhiều bệnh nhân và bệnh viện để công trình nghiên cứu này có thể đạt được kết quả. Không những người sống sót đã hiếm mà trong số những người này, kinh nghiệm về cận tử lại càng hiếm hơn.

---o0o---

Tâm vẫn là một bí mật hàng đầu

Hỏi nào thì bác sĩ quan tâm đến chuyện có sự phân cách giữa tâm và não bộ?

Tôi bắt đầu quan tâm đến vấn đề này khi còn là một sinh viên y khoa, mười lăm năm trước đây. Khi mà bạn -những y tá, bác sĩ- phải đối diện và có những quyết định liên quan đến những vấn đề sống chết (cụ thể như có nên thực hiện việc hồi sinh cho bệnh nhân này không?), tất cả đều chỉ đơn thuần dựa trên những ý kiến chủ quan, và dĩ nhiên là có một sự mù mờ trong đó

Trong năm cuối cùng trước khi tốt nghiệp, tôi đã chứng kiến một số lượng bệnh nhân bị đột tử vì đứng tim. Trong đó có một trường hợp đặc biệt, đó là một bệnh nhân mà tôi đã từng quen biết trước đây. Một hôm, tôi vừa mới rời phòng anh ta chừng 30 phút vì anh ta trông có vẻ khỏe khoắn thì nhận được cấp báo là có một trường hợp đứng tim xảy ra. Bất hạnh thay, trường hợp đó lại chính là anh ta.

Bây giờ nhớ lại, khi thấy anh ta nằm bất động ở trên giường tôi không khỏi khởi lên suy nghĩ: “Chuyện gì đang xảy ra cho cái tâm và ý thức của anh ta? Anh ta có thể nghe hay nhìn thấy chúng tôi không?” Tôi đã từng nghe những mẩu chuyện như vậy về những người có kinh nghiệm cận tử, thế nhưng vẫn

chưa có câu trả lời chính thức của khoa học. Tôi nghĩ đó là giây phút quyết định của đời tôi.

Ngay cả lúc còn là một sinh viên y khoa tôi đã rất thích thú trong việc tìm hiểu tâm là gì, và mối liên hệ của nó với não bộ ra sao. Tại sao chúng ta là một nhất thể toàn vẹn như là những cá nhân với những nhân cách, cảm xúc, tình cảm? Trước đây tôi tin rằng tất cả đều bị cắt đứt, khô kiệt (khi một người chết) cho đến khi tôi bắt đầu nhìn sâu chi tiết vào vấn đề này. Có thể nói đây là lãnh vực cuối cùng của khoa học hoàn toàn chưa được khám phá.

---o0o---

Thế thì, trên quan điểm cá nhân, bác sĩ tin rằng tâm là cái gì?

Ngay bây giờ, dĩ nhiên, tôi không có câu trả lời cho bạn. Tâm vẫn là một bí ẩn hàng đầu. Mặc dầu đa phần mỗi con người chúng ta không ngừng phóng thích những hoạt động điện tử, nhưng không ai đưa ra được một thí nghiệm hay là một bằng chứng khả tín nào về cơ chế vận hành sinh học.

Nếu tôi bảo bạn nhìn vào một cái tế bào não ở trong kính hiển vi và bảo rằng, “Cái tế bào não này đang suy nghĩ hay đang mệt mỏi,” chắc bạn sẽ tự bảo mình, “Cái ông này ăn nói ba trợn. Làm sao mà nó có thể sản xuất ra một tư tưởng, ý nghĩ được.” Chuyện gì xảy ra khi bạn nói kết, 2 hay 100, hay 1,000 hoặc 1 triệu tế bào não lại với nhau? Những tư tưởng phát xuất từ đâu? Không ai biết. Không ai có thể giải thích. Điều này đưa ta đến vấn nạn trong việc tìm hiểu về ý thức.

Hiện đang có hai khuynh hướng liên quan đến vấn đề này. Một phe thuộc khuynh hướng cổ điển, quy ước hơn, cho rằng có những hoạt động điện-hoá xảy ra trong não bộ, nhưng họ không thể giải thích được như thế nào. Còn phe kia thì thú nhận rằng đó là một thực thể mà khoa học chưa khám phá được cho nên không thể giải thích tiến trình được biết của não bộ. Cũng chẳng khác gì toán học và trọng lực. Bạn không thể phân chia trọng lực ra thành những mảnh nhỏ. Trọng lực là trọng lực.

Có thể nói có đến khoảng chín mươi chín phần trăm thời gian của đời sống, bạn không thể nào tách rời tâm và não ra khỏi nhau. Tuy nhiên trong một số trường hợp hiếm hoi, bạn có thể làm được việc này bởi vì não hoàn toàn ngưng hoạt động và bạn có thể quan sát được những gì xảy ra đối với tâm. Nếu quan điểm của phe thứ nhất là đúng -rằng đó là những hoạt động của tế bào não - thế thì khi bạn cho não ngừng hoạt động, cái tâm cũng sẽ phải biến

mất theo. Cũng giống như ánh sáng, khi bạn tắt điện, ánh sáng tắt theo, khi bạn mở điện, ánh sáng trở lại. Và như vậy, một khi bạn tắt điện mà ánh sáng vẫn còn – có nghĩa rằng nó không phải là nguồn của ánh sáng. Đây là một thực thể khoa học hoàn toàn mới mẻ. Nghiên cứu vấn đề này rất mực thú vị bởi vì đây có thể là lần duy nhất chúng ta có mọi câu trả lời dứt điểm cho một câu hỏi đã từng được nêu lên từ thời Hy Lạp cổ. Người ta đã không ngừng tranh luận nhau về vấn đề này qua mọi nền văn minh trên thế giới. Và bây giờ họ vẫn tiếp tục tranh luận, cũng cùng một vấn đề đó, và cũng cùng hai phe đó.

*Tâm Hà Lê Công Đa chuyên ngữ
(Khoahoc.net)*

---o0o---

HẾT