Luận về Mộng mơ qua Văn chương và Triết học

"Xử thế nhược đại mộng
Hồ vi lao kỳ sinh"
Đời là giấc mộng lớn.
Bôn ba làm gì cho mệt mỏi!

Suốt cuộc đời chúng ta trải qua biết bao nhiêu biến cố, chung quy có lẽ cũng chỉ là mộng ảo! Theo sách Nam Kha Ký của Đường Lý Công Tà thì Thuần Vũ nằm ngủ dưới gốc cây hòe, mơ thấy được kết hôn với con gái nhà vua, được bổ làm quan Thái Thú đất Nam Kha, giàu sang phú quý. Bỗng giặc giã lan tràn, thất trận, gia đình tan nát và bị thất sủng. Khi giật mình tỉnh dậy thấy mình đang ngủ dưới gốc cây hòe bên cạnh cái tổ kiến. Qua điển tích đó, Ôn Như Hầu Nguyễn Gia Thiều đã thể hiện tâm trạng của mình qua lời của cung nữ trong A phòng.

"*Giấc Nam Kha khéo bất bình*
Bừng con mắt dậy thấy mình tay không"!

Lư sinh gặp một vị đạo sĩ trong quán trọ và than thở cảnh bần cùng của mình. Vị đạo sĩ đang nấu một nồi kê, lấy trong túi một cái gối ra cho Lư sinh nằm nghỉ. Lư sinh bỗng ngủ thiếp đi giữa cơn gió thoảng của trưa hè, mơ thấy mình đi thi và đỗ đạt, được bổ nhiệm ra làm quan, vợ đẹp con ngoan, gia đình đầm ấm, hạnh phục "chàn chề", sống đến 80 tuổi mới chết. Bỗng giật mình tỉnh dậy, té ra công danh phú quý thoáng nhanh như bóng câu qua cửa, thời gian chưa chín một nồi kê mà sơn hà đã trải qua biết bao nhiêu biến đổi. Đời chẳng khác gì giấc mộng hoàng lương!

"*Xử thế nhược đại mộng!*
Hồ vi lao kỳ sinh
Lương mộng chức vi thành
Sơn hà kinh kỷ biến"!

Có những giấc mộng đẹp, thần tiên khiến khi tỉnh giấc, mình cảm thấy tiếc nuối bâng khuâng và cũng có những cơn ác mộng khiến khi tỉnh giấc, mình thấy lo âu bàng hoàng trong dạ.

"*Khi mơ những tiếc khi tàn*
Tỉnh trong giấc mộng muôn vàn cũng không".

Dù thần tiên hay ác mộng, trong cơn mơ mình không hề nghĩ mình mơ mà là thực. Khóc trong mơ, cười trong mơ, làm việc trong mơ, ăn uống trong mơ, tình tự như Đường Minh Hoàng du nguyệt điện. Trong lúc mộng du, con người hành động thực, chẳng khác nào bị "phép thôi miên" sai khiến hoặc bị điều khiển bởi phép Di Hồn Đại Pháp với mãnh lực hơn người.

Nhiều người kể chuyện mộng mơ, nhưng chưa thấy ai mơ được hóa ra sinh vật khác, duy chỉ có Trang Tử mơ thấy mình hoá thành bươm bướm. Điệp là con bướm nên có tên là Mộng Điệp hay mơ màng giấc điệp, hoặc gối điệp. Phạm Quý Thích trong bài Tổng vịnh truyện Kiều đã mô tả cuộc đời nàng Kiều như giấc mộng:

"*Nửa giấc đoạn trường tan gối điệp*
Một giây bạc mệnh dứt cầm loan."

Mộng điệp hay Mộng Xuân cũng là những giấc mộng đến với mỗi một người trong chúng ta một cách bất kỳ xuất ý (unexpectedly). Có người nói tiền không tạo được hạnh phúc (L'argent ne fait pas le bonheur), nhưng chắc chắn hơn là tiền cũng không mua được mộng.

"*Dẫu mà tay có ngàn vàng*
Đố ai mua được một tràng mộng xuân".

Thế thì mộng xuân thật vô giá. Mộng mơ có thể làm cho cuộc sống thêm thi vị, giấc ngủ thêm phong phú nhưng những cơn ác mộng có thể là triệu chứng kinh hoàng còn vang vọng lại trong tâm trí. Mặc dù lúc tỉnh không bao giờ chúng ta nghĩ đến nhưng đêm về phần vô thức (unconscious) làm việc gợi lại hoặc tô vẽ những cảnh hãi hùng dự phóng khiến mình phải hú hồn khiếp vía lúc tỉnh mơ. Tình cảnh tỵ nạn xa quê hương đã khiến cho nhiều người nằm mơ trở về quê nhà, nhìn lại con sông xưa thành phố cũ, thân quyến bạn bè như tình cảnh xa nhà của bà Thị Kính:

"*Chân trời đất khách đã lâu*
Chiêm bao lẩn thẩn ở đâu quê nhà"

Trong tác phẩm "Nhân Nguyệt Vấn Đáp" chị Hằng vẫn:

"*Ngàn thu sương tuyết, một lòng thanh quang*".

Vì sống xa lánh cõi trần ai bụi bặm.

"*Cõi trần thế cuộc chiêm bao*
Công hầu khanh tướng xôn xao trong vòng
Tranh nhau chỉ vì hơi đồng

Giết nhau vì miếng đỉnh chung ở đời"!

Lịch sử nhân loại, cứ thế mà nhắc đi nhắc lại mãi, khiến cho thi sĩ Tản Đà cũng than thở:

"*Ở đời lắm nỗi không bằng mộng*
Mộng lớn bao nhiêu khổ bấy nhiêu"

Trong lúc Hồ Xuân Hương không chịu ngủ để nghe tiếng trống canh dồn, biểu diễn cái hồng nhan với nước non.

"*Canh khuya văng vẳng trống canh dồn*
Trơ cái hồng nhan với nước non"!

Thì Tú Xương chập chờn trong hiu quạnh.

"*Nằm nghe tiếng trống, trống canh ba*
Vừa giấc chiêm bao chợt tỉnh ra
Thiên hạ có khi đang ngủ cả
Việc gì mà thức một mình ta"?

Ngày xưa, người đời thường tin vào khoa Báo Mộng như Nguyễn Trãi trong lúc còn dạy học nằm mơ thấy "Mẹ con cái rắn tan hoang cửa nhà". Khi tỉnh dậy mới biết đám học trò làm vườn đã phá tổ rắn. Câu chuyện này được dùng làm đề tài để giải thích lý do tại sao Nguyễn Trãi, một đại công thần nhà Lê, mà vẫn bị tru di tam tộc. Vụ án Thị Lộ giết dòng tộc Nguyễn Trãi thể hiện phần nào sự tương liên giữa người và thú vật "nợ máu phải trả bằng máu"! Ân oán giang hồ giữa người và rắn: "Rắn báo oán".

Vua Lý Thái Tổ đã nằm mơ thấy Rồng khi dời đô đến Thăng Long đã đặt kinh thành là Thăng Long. Alexandre Đại Đế trên đường đi đánh thành Tyre, dự định rút quân nhưng mơ thấy ngư nhân nhảy múa. Pháp sư đoán mộng cho đó là điềm chiến thắng, Alexandre tiến quân và thắng trận.

Các vĩ nhân như Đức Thích Ca Mâu Ni, Đức Khổng Tử, Lão Tử trước khi nhập thế đều được báo mộng. Mẹ của Đức Phật là Hoàng Hậu Maya đã chiêm bao thấy "bạch tượng sáu ngà biến thành hào quang soi vào bụng bà", là điềm báo bà sẽ sinh ra vĩ nhân cho thiên hạ.

Mẹ của Đức Khổng Tử là Nhan Thị lên núi Ni Khâu cầu tự. Khi bà tới chân núi thì lá "cây ở triền núi dựng đứng lên" báo hiệu bậc hiền nhân quân tử sắp ra đời. Trước khi ngài sinh ra "Kỳ Lân xuất hiện và hai con rồng xuống quấn chung quanh bà mẹ ngài, trước cửa có 5 vị bô lão đón mừng". Năm vị này là ngũ tinh: Kim tinh, Mộc tinh, Thủy tinh, Hỏa tinh và Thổ tinh. Người ta đoán rằng ngài là con của Thủy tinh nên vì sao này hiện xuống, 4 vị kia cũng xuống để chúc mừng ngày sinh ra ngài.

Kinh Thánh cũng ghi giấc mơ của tổ phụ Jacob được Chúa phù trì qua hình ảnh một chiếc thang bắc cao đến thiên đàng với Thiên thần lên xuống liên lạc với nhân gian. Các bộ lạc Da Đỏ cũng rất tôn trọng những người được mặc khải mơ thấy những biến cố liên hệ đến sự hưng vong của bộ lạc.

Cũng tự ngàn xưa, khoa Giải Mộng đã được các vua chúa và nhân gian lưu ý để đoán giải các giấc mơ có liên hệ đến vận mệnh của cá nhân và bộ tộc. Tùy mộng báo điềm xấu hay tốt mà tùy cơ ứng biến. Ngày nay báo mộng vẫn còn hiệu nghiệm ảnh hưởng đến quyết định cá nhân và tập thể trong các công tác trọng đại. Dẫu đúng, dẫu sai, đoán mộng vẫn là dấu hiệu của sự thận trọng, có khi làm mất cơ hội tốt nhưng cũng có khi tránh được tai nạn bất ngờ. Báo mộng có thể là biểu hiện của thần giao cách cảm (telepathy) của thế giới huyền bí, giữa người và người, vượt ra ngoài khả năng thực nghiệm và kiểm chứng của khoa học vật lý.

Khoa Tâm lý học đã dày công nghiên cứu trạng thái tâm thần về cả hai khía cạnh tâm lý siêu hình và tâm lý thực nghiệm. Những ai từng nghiên cứu về triết học, nhất là Tâm lý học hẳn quen thuộc với công trình nghiên cứu của Freud. Ông nói rằng trong suốt thời kỳ đế quốc La Mã, khoa giải mộng rất được thịnh hành và được tôn trọng "*Throughout the whole Roma period the interpretation of dreams was practiced and highly esteemed*". Freud còn đi xa hơn nữa, đã dùng phân tâm học (psycho analysis) nghiên cứu tâm trí qua 3 phần: Phần ý thức (conscious) phần tiềm thức (subconscious) và phần vô thức (unconscious) để tìm hiểu các tác động của tâm trí.

Mơ mộng được xem như là phần thể hiện các ước vọng bị chôn sâu vào phần vô thức. Những đam mê, những ước muốn và vì thiếu phương tiện thực hiện, như trẻ em thích ăn kẹo nhưng không có tiền mua, nên nằm mơ thấy ăn kẹo. Những đam mê do bản năng (id) thúc đẩy, nhưng không thực hiện được vì luân lý xã hội, cấm kỵ của tôn giáo tạo thành cái gọi là siêu bản ngã (superego) dồn ép các ước muốn vào phần vô thức, tạo nên tình trạng bị đồn ép thái quá có thể làm mất thăng bằng tâm thần.

Tình trạng dồn ép về dục tính tạo nên tình trạng mà Freud gọi là Libido. Sự dồn ép thường khiến cho cả nam lẫn nữ thường có những giấc mơ tình ái. Không phải "làm sao giết được người trong mộng, để trả thù duyên kiếp phủ phàng" mà mơ thấy ái ân với người khác phái kèm theo những phản ứng sinh lý như thật. Nếu tình trạng ái ân trong mộng tái diễn liên tục, cần danh y chữa trị. Để chữa bệnh dồn ép làm mất quân bình trí tuệ, Freud thường dùng phép thôi miên bệnh nhân (hypno analysis) để cho bệnh nhân nhớ lại và nói ra hết đầu đuôi tự sự hầu giải rối tơ lòng.

Thi hào Nguyễn Du cũng rất sành về tâm lý, đã diễn tả tâm tình của Thúy Kiều và Kim Trọng, khi đôi trai tài, gái sắc tương ngộ, một cách tài tình đúng với lời bình văn: "Nguyễn Du không bao giờ tả tình mà không mượn cảnh, cũng như không bao giờ tả cảnh mà không ngụ tình".

"*May thay giải cấu tương phùng.*
Gặp tuần đố lá thỏa lòng tìm hoa.
Bóng hồng nhác thấy nẻo xa.
Xuân lan, Thu cúc mặn mà cả hai.
Người quốc sắc kẻ thiên tài.
Tình trong như đã, mặt ngoài còn e."

Tình yêu (love) là thiên ân mà Thượng Đế đã ban cho con người. Người không có tình như cây không nhựa! (L'homme sans l'amour est comme l'arbre sans sève)

Thi hào Nguyễn Công Trứ cũng tự hỏi:

"*Tình là cái chi chi*
Dẫu chi chi cũng chi chi với tình.
Đa tình là dở, đã mắc vào đố gỡ cho ra"

hay

"*Đã gọi người năm thiên cổ dậy*
Lại đưa hồn trong lúc ngủ canh đi.
Nực cười thay lúc phân kỳ
Tuy chẳng nói biết bao nhiêu biệt lệ".

Cao Bá Quát cũng say đắm với tình

"*Giai nhân nan tái đắc.*
Trót yêu hoa nên dan díu với tình.
Mái Tây hiên nguyệt gác chênh chênh.
Rầu rĩ lắm, xuân về oanh nhớ."

Hay

"*Sầu ai lấp cả vòm trời*
Biết chăng chăng biết hỡi người tình chung
Xuân sầu mang mang tắc thiên địa
Giống ở đâu, vô ảnh vô hình
Cứ ò ó mò quanh quẩn bên mình
Khiến ngẩn ngẩn ngơ ngơ đủ chứng"

Khi đã thố lộ hết tâm tình thì tâm trí bớt bị dồn nén và dần dần trở lại trạng thái quân bình trí tuệ để tránh tình trạng điên vì tình. Ngày nay các chuyên gia về tâm lý (psychologist) còn dùng nhiều kỹ thuật trắc nghiệm để tìm hiểu bệnh nhân nhưng điều cốt yếu là bệnh

nhân phải tin tưởng và nói hết tâm tình thì tâm hồn mới được giải tỏa những uất ức, rối ren của cuộc đời.

Về hình thái, có những giấc mơ được kết cấu rõ ràng, minh bạch theo nguyên tắc luận lý như mơ đang diễn thuyết về một đề tài, tranh cãi về một vấn nạn gọi chung là "Thought like dreaming". Có những giấc mơ mà sự cấu kết lộn xộn, phi lý, hình ảnh biến ảo khôn lường, gây nên tình trạng ảo giác gọi chung là "hallucinatory dreaming".

Khi mơ, cơ thể tác động theo cơn mơ, có thể vung chân, múa tay, tim đập mạnh và hơi thở nhanh, mắt nhắm nhưng tròng mắt lên xuống láo liên gọi là "REM": (Rapid Eye Movement). Đi xa hơn nữa, ngành tâm lý học còn nghiên cứu giấc mơ và tác động REM của ngành sinh vật có vú (mamals). Trong lúc cơ thể nghỉ ngơi thì tâm trí làm việc. Năm 1960, nhà thần học sinh lý Pháp Michel Jouvet đã nghiên cứu về hiện tượng REM và nhận thấy rằng trong khi mơ, thần kinh hệ trung ương Ịàm việc và tê liệt hóa các khu thần kinh cảm giác của các phần khác của cơ thể, không tiếp nhận kích thích từ bên ngoài như lúc tỉnh. Tuy nhiên mơ bao hàm nhiều hình thái đặc biệt, đôi khi thần kinh cảm giác vẫn thu nhận các hiện trạng bên ngoài như sức nóng, lạnh. Nằm ngủ trong trưa hè nóng bức bên cạnh cửa sổ có thể có giấc mơ thoải mái nhất là khi gió thoảng thổi qua hơn là ngủ trong nhà giam nóng bức có thể có những giấc mơ bị ngộp thở.

Nằm vắt tay lên trán có thể mơ bị đui mắt vì cánh tay đè mi mắt. Nằm nghiêng có thể mơ thấy mình điếc lỗ tai, như vậy khi ngủ thần kinh không hẳn bị "shut down". Các khu thần kinh cảm giác ngoại biên mà vẫn thu nhận kích thích từ bên ngoài.

Về phương diện siêu hình, nhiều học giả tin tưởng rằng mơ thể hiện một ẩn ý tiềm tàng, một báo hiệu nào đó chứ không phải chỉ là phản ứng hóa học của cơ thể như Allen Hobson, trường Y khoa Harvard chủ trương.

Vấn đề có ý nghĩa tiềm tàng hay không (whether dreams have hidden meaning) vẫn là vấn đề ước đoán cho đến nay khoa học chưa chứng minh được! Khi nghiên cứu sự tương liên giữa mơ và phái tính nam nữ, người ta nhận thấy rằng nam giới thường mơ khác nữ giới. Quan niệm nam ngoại, nữ nội, có thể biểu hiện qua giấc mơ. Nữ giới thường mơ đến việc nhà, bè bạn với đầy đủ màu sắc và chi tiết. Nam giới thường mơ đến các hoạt động bên ngoài, các sinh hoạt táo bạo có tính cách tổng thể hơn là đi vào chi tiết, màu sắc. Thế thì mơ thể hiện phần nào tư thế xã hội và nghề nghiệp của mỗi người, mỗi người có một sinh cảnh riêng biệt nên mỗi người có một loại giấc mơ, không ai giống ai.

Như trên đã đề cập, mơ có thể là hiện thân của những ước muốn mà trong thực tế không thể thực hiện được, những ước muốn đó bị dồn ép và giải tỏa qua giấc mơ. Thế thì mơ đóng vai trò như một cơ phận "xả hơi" như Freud nhận xét "a sort of valve for letting off psychological steam, for reducing excitations in the mind" (The Interpretation of Dreams, Sigmund Freud) để giải tỏa tâm hồn khỏi bị ức chế. Một kinh nghiệm mà hầu như mọi

thanh niên nam nữ khỏe mạnh đều cảm nghiệm trong lứa tuổi dậy thì là thường nghĩ đến điều tình ái nhưng vì lễ giáo ràng buộc nên chỉ được "xả hơi" qua giấc mơ.

Một đặc điểm khác là "Mơ rồi Quên" khi tỉnh dậy. Xét kỹ ra thì thường khi Mộng Du hay nói Mớ thì không nhớ, nhưng nằm mơ thì có phần nhớ, phần quên. Đôi lúc kết cấu của giấc mơ lộn xộn, đầu voi đuôi chuột, về cả thời gian lẫn địa điểm nên chỉ nhớ mơ hồ.

Về khoa tâm lý thực nghiệm, các chuyên gia nghiên cứu về ký ức (memory) xem cơ chế ký ức được sắp xếp Thu (input) và Phát (output) các Ý Niệm như thế nào. Trí nhớ ví như máy điện toán (computer) dung lượng chứa các dữ kiện (data) có hạn, nên nếu chứa quá tải sẽ bị "over–loaded".

Theo Francis Crick, giải Nobel, thì trí nhớ (memory) là một hệ thống liên tưởng giữa các ý niệm, một khi hệ thống này chất chứa quá nhiều dữ kiện, phần thái quá sẽ bắt dầu tác động lệch lạc, phát xuất ra những tín hiệu vô tổ chức, lôn xộn, tạo nên trạng thái ảo giác khích động tâm trí tạo ra những giấc mơ nhằm mục đích tống khứ những ám ảnh thừa thãi. "Dream is the way of getting rid of obsessions" vì thế nên có hiện tượng mơ để tìm quên "dream in order to forget".

Như vậy, mơ đóng vai trò hóa giải và trung hòa hoài niệm trong tâm trí, tạo thế quân bình giữa các tư tưởng xuất nhập. Ngày nào chúng ta làm việc quá nhiều, hay quá nhiều vấn đề đến cùng một lúc khiến tâm trí mệt mỏi "Nhức Đầu". Cũng vậy khi giận dữ, hay trầm tư mặc tưởng vào một vấn đề gì chúng ta muốn được yên tĩnh. Nếu có ai quấy rầy, mình có thể phản ứng: "Leave me alone" vì khả năng thần kinh hệ không thể tiếp nhận thêm những dữ kiện mới.

Tâm trí cần yên tĩnh để có thì giờ gạn lọc, lưu trữ hoặc đào thải ý tưởng, đóng vai trò của một trung tâm kiểm tin. Về phương diện sinh học, tư tưởng ảnh hưởng đến sự biến đổi tác dụng hóa học của cơ thể. Sợ làm nhiều người bạc mặt. Vui quá, buồn quá hóa khóc. Những người thất tình hoặc âu lo thái quá thường bị gầy còm, xác xơ vì lượng hồng huyết cầu bị giảm thiểu... Nói dối có thể làm cho tim đập nhanh. Do đó khi điều tra người ta gắn máy vào cơ thể để đo nhịp tim. Khi nói láo thì nhịp tim thất thường và các phản ứng khác của cơ thể giúp cho nhân viên điều tra tìm ra sự thật (lie detector). Freud được mệnh danh là "Sư tổ của ngành Phân Tâm Học" (Psychoanalysis), vì tình trạng khoa học phôi thai nên ông ít chú trọng đến phần sinh học của giấc mơ (biology of the dream) và bỏ dở dang công trình nghiên cứu tâm lý theo phương pháp khoa học.

Ngày nay, các phương pháp khoa học được áp dụng để nghiên cứu một số lãnh vực về tâm lý con người gọi chung là Khoa tâm Lý Thực nghiệm. Càng nghiên cứu người ta càng gặp phải những vấn dề không thể dùng khoa học để giải đáp hoặc nếu có giải đáp thì cũng chỉ có tính cách võ đoán, do đó ngành Tâm Lý Siêu Hình vẫn dùng để bổ sung các khuyết điểm và định hướng cho ngành Tâm Lý Thực nghiệm.

Não bộ là vật chất như củi và tinh thần như lửa. Hồn lành trong xác mạnh (mens sana incorpore sano). Củi tốt thì ngọn lửa sẽ thanh. Một hệ thống thần kinh tốt, tinh thần sẽ lành mạnh. Thương tích về não bộ ảnh hưởng đến hệ thống suy luận, do đó khoa phạm tội học nghiên cứu thần kinh của những người phạm tội và cho biết đa số những người phạm tội bị thương tích về não bộ, hoặc thiếu chất serotonin, chất này giúp điều hoà cảm xúc và kiểm soát sự kích động. Tại Hoa Kỳ, trong số hơn 1300 tội nhân lãnh bản án tử hình, có 14 vị thành niên. Các trẻ em này đều có thương tích về óc và thuở nhỏ bị đánh đập làm mất tính hoà nhã và trở nên hung ác.

Cũng vậy trong cuộc sống hằng ngày, có nhiều người rất hoà nhã, vui vẻ, cũng có người hay càu nhàu, hoặc vì bệnh tật kinh niên, hoặc vì tự ti mặc cảm, hoặc vì lòng oán cừu chồng chất mà giải pháp là cần chữa trị bệnh tâm thần, tĩnh tâm, tránh tâm động, như vào Thánh đường mỗi ngày để cầu kinh, chúc bình an cho nhau. "*Các con hãy chúc Bình An cho nhau*", hoặc quyết tâm dứt bỏ thất tình lục dục "Lan đành cắt đứt dây chuông"!

"*Thà mượn, thú tiêu dao cửa Phật*
Mối thất tình quyết dứt cho xong
Đa mang chi nữa đèo bồng
Vui gì thế sự mà mong nhân tình
Lấy gió mát trăng thanh kết nghĩa
Mượn hoa đàm đuốc tuệ làm duyên
Thoát trần vào cõi tiên thiên
Làm thân ngoại vật là tiên, trên đời".

(Cung Oán Ngâm Khúc)

đều là những phương cách giúp con người tìm được sự tĩnh tâm, tránh phiền não.

Mặc dù với khoa học tiến bộ, khoa Tâm Lý Học, vẫn còn nằm trong giai đoạn phôi thai vì liên hệ đến phần nội giới của con người khiến cho khoa học thiên nhiên hay vật lý chưa đủ khả năng đi vào đời sống tâm linh.

Khoa học vật lý thiên về mô tả các hiện tượng vật chất và hữu hình, còn các vấn đề về nguồn gốc của sự vật, con người, tinh thần, trí tuệ... sinh, tử, tiền thân, hậu kiếp vẫn còn nằm trong phạm trù nghiên cứu của triết học và thần học đúng với câu:

"*Sông sâu còn có kẻ dò*
Lòng người 'sâu thẳm' ai đo cho cùng".

L'homme, cet inconnu. Man, The Unknown!

Trần Xuân Thời

*Nguồn: Internet eMail by **Trần Xuân Thời** chuyển*

Đăng ngày Thứ Ba, January 14, 2020
Ban Kỹ Thuật Khóa 10A-72/SQTB/ĐĐ, ĐĐ11/TĐ1ND, QLVNCH