

thăng thiên đàng, - người đứng đầu một giáo phái kêu lên như vậy. Tất nhiên người có thể không đi cùng ta, - ông ta nói tiếp, - nhưng lúc đó quỷ sứ sẽ tóm lấy người và thiêu đốt người trong địa ngục.

Ý nghĩ về sự trừng phạt dưới địa ngục làm mất hết thích thú sống và tiêu tan hạnh phúc.

Mặc dù không một thủ lĩnh tôn giáo nào đủ sức đảm bảo đường lên thiên đàng hoặc đày xuống địa ngục (vì không có địa danh này) nhưng khái niệm địa ngục khủng khiếp đến nỗi bản thân ý nghĩ về nó trở thành một gánh nặng đè lên trí tưởng tượng, đè nặng đến mức làm tê liệt trí óc, và trên cơ sở đó hình thành nỗi sợ hãi cái chết.

Ngày nay, may mắn thay, nỗi sợ hãi này không còn phổ biến như trước đây, khi chưa có các trường đại học và cao học. Khoa học đã chiếu tia sáng sự thật vào nhân loại, và sự thật này nhanh chóng giải phóng mọi người trên trái đất khỏi nỗi sợ chết. Không còn dễ dàng gây ấn tượng bỏ vạc đầu đối với thanh niên nam nữ có học. Nhờ có sinh vật học, thiên văn học, địa chất học và các bộ môn khoa học khác, nỗi sợ hãi thít chặt tâm hồn con người từ những thế kỷ tăm tối nay đã tiêu tan.

Toàn bộ thế giới cấu tạo từ hai thứ: năng lượng và vật chất. Từ đầu chương trình học vật lý chúng ta đã biết là cả vật chất lẫn năng lượng (hai dạng thực tế mà con người được biết) đều không thể được tạo ra hay mất đi. Chúng chỉ biến đổi từ dạng này sang dạng khác chứ không mất đi.

Sự sống - đó là năng lượng chứ còn gì nữa? Và, cũng như các dạng năng lượng khác, nó trải qua những thay đổi và biến thể. Và cái chết - cũng chỉ là một sự biến thể. Nếu đúng như vậy thì có nghĩa là sau khi chết bắt đầu một giấc ngủ dài vĩnh viễn, hiền lành, mà ngủ - thì có gì phải sợ? Hãy trấn áp nỗi sợ chết trong con người mình!

## ----- SỢ CHẾT: BA TRIỆU CHỨNG

Suy nghĩ về cái chết. Thói quen này thường gặp ở những người đứng tuổi, nhưng thậm chí nhiều thanh niên cũng hay nghĩ đến hư vô trong khi lẽ ra phải tận hưởng cuộc đời. Không hiếm khi do thiếu mục đích sống hoặc không có khả năng ( hai nguyên nhân này rất hay gắn với nhau) tìm được nghề nghiệp thích hợp. Loại thuốc tốt nhất để chữa sợ chết - đó là mong muốn đam mê đạt được một điều gì đó có ý nghĩa phục vụ mọi người. Con người bận rộn không nghĩ gì tới cái chết.

Liên hệ với sợ nghèo đói. Sợ tình cảnh nghèo đói đang đến gần hoặc đến do cái chết của ai đó.

Liên hệ với bệnh tật hoặc tính thất thường. Bệnh tật có thể dẫn đến trầm uất. Thất tình, cuồng tín, bản tính hay mất trí khôn đều có thể trở thành nguyên nhân gây sợ chết.

-----