



Pháp Hành Thiền
Đời Đạo Song Tu

Pháp Hành Thiền
Đời Đạo Song Tu

Thiền sư
LƯƠNG SĨ HẰNG
VĨ KIÊN

Thiền Sư
LƯƠNG SĨ HẰNG  VĨ KIÊN

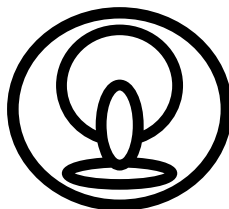
THỰC HÀNH TỰ CỨU

.....

**Pháp Thiền Thực Hành
Đời Đạo Song Tu**
theo

Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp

.....



VÔ-VI Multimedia Communication

Xuất Bản:
VÔ-VI MULTIMEDIA COMMUNICATION
Điện Thư : VoViCommunication@gmail.com
www.luongsihang-vikien.org



All Rights Reserved
Copyright ©1998, 1999, 2001, 2003, 2014, 2022

© LƯƠNG SĨ HẰNG © VĨ-KIÊN
& VÔ-VI MULTIMEDIA COMMUNICATION

ISBN: 979-8-9863697-2-3

■ MỤC LỤC


I. LỜI GIỚI THIỆU	9
II. LỜI MỞ ĐẦU	11
III. THỰC HÀNH THIỀN VÔ-VI.....	15
Phần A:.....	15
1. Điều cần biết trước khi thực hành thiền.....	15
2. Cách ngồi và hướng ngồi.....	16
3. Động tác căn bản khi thực hành thiền	18
Phần B:	19
Thực Hành Thiền Vô-Vi trong 6 tháng đầu.....	19
1. Nguyên.....	20
** CHÚ GIẢI	21
2. Pháp Soi Hồn.....	23
3. Xả Thiền	21
4. Pháp Luân Chiếu Minh.....	30
5. Ý Niệm Phật trước & sau 6 tháng.....	34
Phần C:	39
Thực Hành Thiền Vô-Vi sau 6 tháng	39
1. Nguyên.....	39
2. Pháp Soi Hồn.....	40
3. Pháp Luân Thường Chuyển	42
4. Thiền Định.....	45
* Cách bắt ấn tam muội.....	48
5. Xả Thiền	48

Phần D:	51
Ý Nghĩa của các Pháp Hành Thiền	51
1. Ý Nghĩa của pháp Niệm Phật	51
2. Ý Nghĩa của pháp Soi Hồn.....	51
3. Ý Nghĩa của Pháp Luân Chiếu Minh.....	52
4. Ý Nghĩa của Pháp Luân Thường Chuyển	52
5. Ý Nghĩa của Thiền Định	52
Phần E:	55
Các Pháp Hành thêm	55
1. Thể Dục Trợ Luân	55
2. Lạy Kính	57
3. Cách Thượng Kính Vô-Vi.....	60
4. Niệm Bát Nhã sau buổi ăn.....	62
5. Mật Niệm Bát Chánh.....	64
6. Kiểm Điểm Đời Đạo	69
7. Chưởng Hưởng Dưỡng Khí	70
IV. VẤN ĐẠO	71
a. Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp ...	71
b. Phương Pháp Công Phu - Thiền Thực Hành...	100
c. Soi Hồn	110
d. Niệm Phật.....	122
e. Pháp Luân Chiếu Minh.....	124
f. Pháp Luân Thường Chuyển	127
g. Thiền Định.....	140
h. Các Pháp Hành Thêm	156

V. MỤC ĐẶC BIỆT	161
Phần 1:	161
● Thiết Thập Đồi Đạo Song Tu của TS Lương Sĩ Hằng ㊦ Vĩ Kiên.....	161
● Bài thơ sáng tác đầu tay của TS Lương Sĩ Hằng ㊦ Vĩ Kiên.....	170
● Một Kiếp Phù Sanh	172
● Thơ ngày 03/08/1997, về việc sửa tên các danh từ Vô-Vi.....	175
● Thơ ngày 05/05/2003, chuẩn cho việc đơn giản hóa câu Nguyễn.....	176
Phần 2:	179
● Thiết Thập Đồi Đạo Song Tu, Cụ Đỗ Thuần Hậu .	179
● Phật Học Vấn Đáp, cụ Đỗ Thuần Hậu	183

I. LỜI GIỚI THIỆU

Kính thưa quý bạn,

 húng tôi xin giới thiệu Thực Hành Tự Cứu, chỉ dẫn cách hành thiền tại gia – đời đạo song tu, dựa trên căn bản tu hành theo Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp do cụ Đỗ Thuần Hậu (1883-1967) khai sáng và trao pháp lại cho thiền sư Lương Sĩ Hằng, pháp danh Vĩ Kiên (1923-2009).

Thực Hành Tự Cứu hay còn được gọi là Pháp Thiền Vô-Vi không phải là một tôn giáo nên:

- Không phân biệt tôn giáo nào
- Không có giáo điều
- Không có giáo chủ mà chỉ có người đi trước thành công hướng dẫn người đi sau.

Thực Hành Tự Cứu có tính chất độc lập, thực tế và giản dị nên:

- Bất cứ ai cũng có thể hành được
- Người tập không phải tuân theo một điều luật gì cả như lễ nghi, thủ tục nhập môn, cấm giới hay sự bắt buộc phải tin tưởng một điều gì trước.
- Không phải thay đổi nếp sống hằng ngày như buôn bán, học hành, làm ăn, sinh hoạt gia đình.
- Chỉ đòi hỏi một điều duy nhất là Thực Hành Thiền đều đặn, chăm chỉ để có được kết quả tốt.

II. LỜI MỞ ĐẦU

Qua những chuỗi ngày vật lộn với đời, ai ai cũng mệt mỏi muốn có được giờ giấc nghỉ ngơi và thoải mái, nhưng không sao gặp được pháp tốt để hành thiền, bắt buộc phải hướng tâm về tiền tình duyên nghiệp, bị giày xéo tâm can mang bệnh mà không lối thoát.

Trang sử động loạn đã và đang bước qua với thiên cơ biến chuyển cực khổ vô cùng - con người bắt đầu mới tìm đến nguyên lý sanh tồn của trời đất, mới cảm thức được sự ồn ồn ào ào rồi đâu cũng sẽ về đấy, nhiên hậu mới cảm thức được trật tự của chính mình hòa hợp với trời đất là quý giá, mới bằng lòng tìm một lối thoát cho chính mình, tức là tu.

Tu sửa trong trật tự, tự đạt đến thanh tịnh.

Chỉ có thiền mới đạt được sự quân bình và giác tâm, phát triển huyền bí trong nội tâm.

Cơ hội này có một không hai, là mang xác làm người, khối óc sống động vô cùng. Trí tâm thanh nhẹ nhờ dứt khoát được chủ kiến. Thành tâm tu thiền là sẽ tự giải được nghiệp tâm. Bằng lòng co lưới răng kè răng, niệm Phật cho đến lúc khai mở được điển tâm: trung tim bộ đầu, khí tinh trụ. Điển tâm xuất phát hòa hợp với tinh ba của vũ trụ thì phần Hồn càng thức giác được sự

huyền vi của trời đất mà hành triển, thì tâm lẫn thân sẽ được bình an. Hòa hợp với nguyên khí của trời đất thì âm thanh sẽ được dung hòa và truyền cảm.

Chỉ có thiền đúng pháp, khử trừ lưu thanh thì mới đạt được điểm tốt của trời đất mà hành sự: tận độ quần sanh qua những lời chân thật đã tự đạt.

Chỉ có thiền mới hội tụ được điển.

Chỉ có điển thì mới hòa hợp với điển giới: phát triển siêu thức của hành giả, hội nhập với từ quang diệu thanh của Đấng Đại Bi, Toàn Năng.

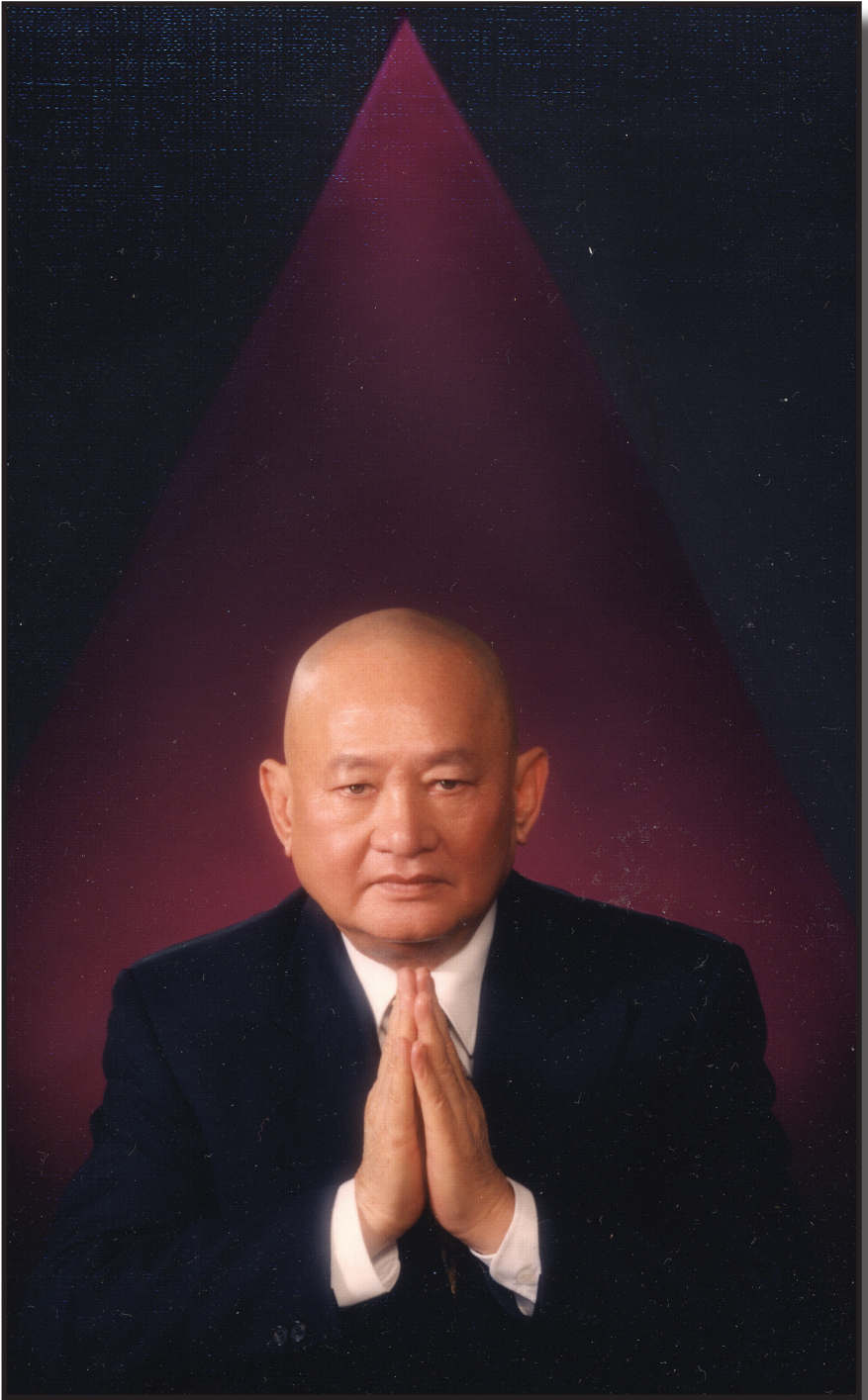
Bằng lòng dẫn thân phục vụ quần sanh, dẫn tiến tâm linh phát triển đến vô cùng, không biên giới, không giới hạn, thật sự thực hiện tình thương và đạo đức.

Duyên may mới được nghe qua pháp tu thiền tự thức, là Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp, một pháp thích ứng cho tất cả mọi pháp.

Chỉ có thực hành, sẽ được đến nơi tươi sáng của trời đất.

.....

**Thiền Sư Lương Sĩ Hằng ㊦ Vĩ Kiên
(1923 – 2009)**



III. THỰC HÀNH THIỀN VÔ-VI

Phần A

1. ĐIỀU CẦN BIẾT TRƯỚC KHI THỰC HÀNH THIỀN

Chọn nơi yên tĩnh để tập thiền. Đóng cửa, tắt đèn.

Người mới nên chọn giờ thích hợp với hoàn cảnh của mình. Khi bớt lo lắng công việc hằng ngày hay bất cứ lúc nào thuận tiện như trước khi đi ngủ, buổi sáng sớm, hoặc sau khi đi làm về nghỉ một chút rồi luyện tập thiền. Điều cần thiết là nên luyện tập đều đặn.

Nếu tập luyện thờ Pháp Luân Chiếu Minh (*nằm thờ*) thì phải tập luyện trước khi ăn hay chờ ít nhất sau buổi ăn khoảng 2 giờ.

Còn về Pháp Luân Thường Chuyển (*tức là ngồi thờ*) thì phải chờ ít nhất sau buổi ăn khoảng 2 hay 3 giờ mới được tập và tập vào thiền định sau đó.

Nên biết rằng giờ tốt nhất để tập thiền là vào giờ tỵ (*từ 11 giờ đêm đến 01 giờ sáng*) giờ địa phương.

Người mới nên tránh Thiền Định vào giờ âm, tức là từ 15 giờ chiều đến 21 giờ tối.

Vẫn có thể tập luyện những phương pháp khác như niệm Phật, thờ Chiếu Minh, Pháp Luân Thường Chuyển hay những pháp phụ, như Lạy Kính, Trợ Luân vv...vào bất cứ giờ nào rảnh rỗi.

Ngoại trừ Pháp Luân Chiếu Minh (tức là năm thờ), khi tập các pháp khác đều xoay mặt về hướng nam mà công phu.

Bất cứ lúc nào thuận tiện, người mới khảo cứu, nên nghe thêm băng thuyết giảng của TS Lương Sĩ Hằng – Vĩ Kiên hay băng niệm Nam Mô A Di Đà Phật của Pháp Lý Vô-Vi để hiểu rõ về Pháp Lý Vô-Vi hơn.

2. CÁCH NGỒI VÀ HƯỚNG NGỒI

Ngồi trên gối đặt trên thảm hay mền. Xếp chân phải trên bắp vế chân trái hoặc ngược lại. Đầu & lưng thẳng. Hai tay kèm theo hông. Hai lòng bàn tay úp lại để trên đùi.

Ngồi xoay mặt về hướng Nam.

Các bạn có thể chọn một trong những cách ngồi thích hợp với bạn:



a. Ngồi kiết già:

Chân phải trên đùi trái và chân trái trên đùi phải.
Hoặc ngược lại.



b. Ngồi bán già:

Chân trái trên đùi hay bắp vế chân phải và chân phải dưới đùi chân trái. Hoặc ngược lại.



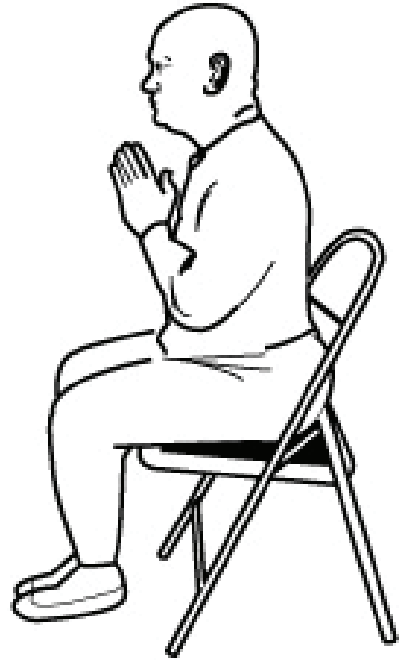
c. Ngồi xếp bằng:

Hai chân xếp tự nhiên.

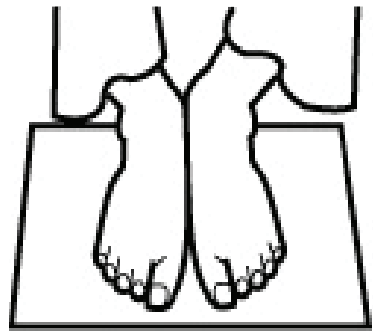


d. Ngồi trên ghế:

Ngồi thẳng không dựa lưng vào thành ghế. Hai bàn chân sát vào nhau.



Hai gót chân chạm với nhau.
Nên mang dép hoặc chân để trên tấm thảm để tránh chân chạm mặt đất. (dành cho những ai không thể ngồi xếp hai chân lại được)



3. ĐỘNG TÁC CĂN BẢN KHI THỰC HÀNH THIỀN VÔ-VI

Khi luyện tập, lúc nào cũng giữ nguyên những động tác sau đây:

1. Co chót lưỡi lên nhẹ chạm nướu chân răng hàm trên.



2. Răng kề răng, ngậm miệng lại. Đầu và lưng giữ thẳng. Miệng khép kín bình thường.



3. Mắt nhắm, trong ý nhìn thẳng từ điểm giữa hai chân mày (còn gọi là *huyệt ấn đường*) ra tới phía trước.



Phần B

THỰC HÀNH THIỀN VÔ-VI TRONG 6 THÁNG ĐẦU

Trong sáu tháng đầu, các bạn có thể chọn bất cứ giờ nào thích hợp tùy theo hoàn cảnh để luyện tập.

Cần chọn nơi yên tĩnh để thực hành.

Các bạn phải tập đều đặn các pháp theo thứ tự sau đây:

1. Nguyện
2. Pháp Soi Hồn
3. Pháp Luân Chiếu Minh
4. Ý Niệm Nam Mô A Di Đà Phật

Tập luyện Soi Hồn là để ổn định thần kinh khối óc.

Tập luyện Pháp Luân Chiếu Minh là để thanh lọc và điều hòa ngũ tạng, bộ ruột, giải tỏa trực khí trong cơ tạng thì mới hội tụ được luồng điện trên bộ đầu.

Muốn phát triển về tâm linh, bạn cần tập luyện bằng ý: “niệm, thường niệm, vô biệt niệm” trên sáu luân xa cho đến khi hội tụ được luồng điện trên bộ đầu.

Ngoài ra những người mới còn có thể tập thêm Thế Dục Trụ Luân và Lạy Kính (*xin xem trong phần “Các Pháp Hành Thêm”*).

1. NGUYỆN:

Trước khi tập ta nên phát nguyện tu về đường hướng nào.

Hai bàn tay chắp lại để trước ngực. Định tâm cho phẳng lặng.



Tập trung trí ý trên đỉnh đầu.

Rồi dùng ý thâm niệm những câu sau đây: **

- **Nam Mô A Di Đà Phật**
(ý niệm câu này 3 lần).
- **Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới**
Quán Thế Âm Bồ Tát
- **Nam Mô Long Hoa Giáo Chủ Di Lạc** chứng minh
đệ tử (tên họ của mình) tu hành đắc đạo.
(ý niệm 2 câu trên 2 lần)
- **Con nguyện:**
Quy Y Phật
Quy Y Pháp
Quy Y Tăng
- **Nam Mô A Di Đà Phật.**
- **Vạn Vật Thái Bình.**

Hai tay vẫn chắp trước ngực và xá 3 xá, lưng vẫn giữ thẳng, không cúi lạy.

Tiếp tục ngồi thẳng lưng, co lưỡi chạm nướu chân răng hàm trên, răng kè răng, miệng ngậm, mắt nhắm và từ điểm trung tâm giữa hai chân mày nhìn thẳng tới trước, hơi thở bình thường. Thời gian tập pháp Soi Hồn là ít nhất 5 phút và nhiều nhất là 15 phút.

**** CHÚ GIẢI:**

Vào ngày 05 tháng 05 năm 2003, thiền sư Lương Sĩ Hằng – Vĩ Kiên đã viết bằng văn bản cho phép đơn giản hóa câu nguyện dành cho người mới tu trong sáu tháng đầu, (đặc biệt cho người ngoại quốc và người có tín ngưỡng hay ngôn ngữ khác, phản ánh qua hai văn bản “Chuẩn Cho” của Thiền Sư, đính kèm ở Đề Mục Đặc Biệt).

Những bạn này chỉ cần niệm **Lục Tự Di Đà** (3 lần) mà không phải niệm hai câu nguyện: “**Nam Mô Tây Phương ...và Nam Mô Long Hoa Giáo Chủ...**” trong sáu tháng đầu.

Tuy nhiên, trong sách này, chúng tôi xin lưu giữ lại nguyên bản gốc để dành cho những bạn không phân biệt tín ngưỡng, ngôn ngữ và sắc tộc, thời gian & không gian, nhận thức rằng Pháp Lý Vô-Vi là pháp tu luyện

phát triển về điểm năng, đã được TS Lương Sĩ Hằng cắt nghĩa về ý nghĩa của hai câu nguyện như sau:

“Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Quán Thế Âm Bồ Tát”: là lòng điểm cực thanh cực mạnh rọi xuống thế gian. Niệm Quán Thế Âm Bồ Tát là để hành giả tự thức và tiến hóa.

“Nam Mô Long Hoa Giáo Chủ Di Lạc chứng minh đệ tử (tên họ) tu hành đắc đạo”: là lòng điểm Di Thiện Tối Lạc. Niệm Long Hoa Giáo Chủ là thức tỉnh phần Hồn trở về với sự thanh tịnh để dẫn tiến vạn linh.

Quy Y Phật: Chúng ta mượn cái phương tiện này để tập trung trở về. Quy y - quy là trở về, y là nguyên trạng thanh tịnh của chúng ta, tiến thẳng về Phật Pháp, là bỏ nghiệp tâm, trở về với sự thanh nhẹ, trở về Phật Tánh.

Quy Y Pháp: là hành cho đúng pháp, nắm cái phương tiện này tu cho đứng đắn, tiến tới nơi điểm quang pháp giới. Pháp là khứ giả, là đuổi phần trước, lưu lại phần thanh (khứ trước lưu thanh)

Quy Y Tăng: là trở về với sự chân thật của chính mình, tức là trở về với phần Hồn chịu trách nhiệm với vạn linh, trời đất.

2. PHÁP SOI HỒN

SOI là tìm kiếm. **HỒN** là sự sáng suốt, sự thanh tịnh. Soi Hồn là một phương pháp giúp chúng ta tìm kiếm lại sự thanh tịnh và sự sáng suốt của chính mình.

Theo đông y học, Soi Hồn là quy nguyên thần kinh khối óc. Soi Hồn cho khối thần kinh bộ óc được ổn định.... Chấn động lực của bộ óc sẽ gia tăng và giúp tăng gia ký ức, trí nhớ cho con người.

Sau khi nguyện xong, các bạn bắt đầu hành pháp Soi Hồn. Có thể làm bất cứ lúc nào. Thời gian hành pháp Soi Hồn ít nhất là 5 phút và nhiều nhất là 15 phút.

Ngồi trên gối xoay mặt về hướng nam, lưng thẳng, chân để theo cách chỉ trong phần căn bản. Co chót lưỡi lên chạm nướu răng hàm trên, răng kề răng, ngậm miệng. Mắt nhắm lại, trong ý nhìn thẳng từ giữa hai chân mày tới phía trước.

Bắt đầu SOI HỒN:

1) Từ từ đưa hai cánh tay lên ngang vai. Dùng đầu hai ngón tay cái bịt kín hai lỗ tai. Bịt vừa kín, khi đưa cánh tay ngang vai là vừa đủ kín, không nên ấn ngón cái vào lỗ tai quá chặt.



2) Dùng đầu hai ngón tay giữa chặn nhẹ lên vành khớp xương khớp mắt và kéo chần nhẹ ra cho hai mí mắt nhắm kín lại.



3) Dùng hai ngón tay trở chặn nhẹ trên mí tóc chỗ màng tang. Ngón áp út và ngón út co lại vào trong lòng bàn tay.



Ý nhìn ngay trung tâm giữa hai chân mày thẳng tới trước. Nói trong ý: “Tập trung 3 báu linh: tinh, khí, thần”.



Hơi thở bình thường. Thời gian Soi Hồn ít nhất là 5 phút và nhiều nhất là 15 phút.

■ Trích Lời Giảng về Soi Hồn:

“SOI HỒN, chú ý trung tâm chân mày là đường khai mở. Sửa tâm, sửa tánh lâu ngày sẽ thành một tập quán tốt, khai triển con mắt thứ ba, nhắm mắt thấy rộng và nhẹ nhàng, thì mới thật sự là buông bỏ.

Những cái huyết ở trong lỗ tai này liên hệ đến cuống họng, bao tử. Cho nên Soi Hồn ít nhất phải 5 phút và phải cố gắng đạt tới 15 phút thì thấy nó chạy thông từ

trên óc chạy xuống dưới thận. Lúc đó thì mạch đốc nó bắt đầu mát. Cái mạch đốc nằm từ đâu? Từ dưới xương khu chạy lên óc, đi tới cái môi trước, đó là Đốc Mạch.

Người mới tu nên làm pháp này để chấn chỉnh khối óc và tập trung giữa hai chân mày. Sự động loạn đã thu hút trần trọc quá nhiều, cho nên chúng ta phải chấn chỉnh khối óc trước tiên.

Người mới tu không cần thiết giờ giấc. Giờ rảnh có thể làm pháp Soi Hồn để cho giảm bớt sự động loạn không cần thiết của cuộc đời đau khổ hiện tại....”

“...Trên thế gian này chưa có tôn giáo nào thực hành pháp Soi Hồn. Pháp này giúp cho bạn khai mở trung tâm điểm của bộ đầu gọi là Thiên Môn hay Hà Đào Thành và chấn động lực của luồng điện sẽ phát triển mãi mãi đến vô cùng tận.

Khi chúng ta đưa hai tay ngang vai, tất cả các thần kinh của ngũ tạng, tim, can, tỳ, phế, thận đều hoạt động và toát mồ hôi. Lúc đầu hai ngón tay bịt kín lỗ tai thì người mới tu, tánh còn nóng, cảm thấy lỗ tai nghe ồ ồ... tu lâu bạn sẽ không còn nghe ồ ồ nữa, lúc đó bạn cảm thấy tinh thần sáng suốt...

Người mới tu làm pháp Soi Hồn để khôi phục thần lực đã bị mất đi trong ngày: vì làm việc, vì sinh hoạt chúng ta phải dùng tất cả khả năng sẵn có của chính

mình, dùng điện để đổi lấy đồng tiền chén cơm, thì không thể nào không bị suy yếu thần kinh.

Khi ta làm việc trở về, ta làm như thế (*Soi Hồn*) là ta khôi phục lại chấn động lực của khối óc. Khi bạn dùng hai ngón tay cái bịt kín hai lỗ tai là bạn đang hội tụ luồng điện về bộ đầu và tập trung nó vào giữa hai chân mày.

Ngón trỏ và ngón giữa của bạn chận lên màng tang nơi chân tóc và ở giữa xương khớp mắt thì luồng điện cũng chuyển chạy về trung tâm chân mày. Khi bạn đã có khả năng tập trung được luồng điện đó rồi thì ánh sáng sẽ phóng ra từ nơi Ấn Đường, trung tâm giữa chân mày, tiến thẳng một đường lên trung tâm của càn khôn vũ trụ. Lúc đó chúng ta càng ngày càng cảm thấy thông thả nhẹ nhàng hơn.

Người mới tu nên làm pháp này ít nhất sáu tháng để chấn chỉnh bộ óc. Sự động loạn đã thu hút trần trược quá nhiều. Cho nên chúng ta phải chấn chỉnh khối óc trước tiên. Người mới tu không cần thiết giờ giấc.

Giờ rảnh có thể làm pháp Soi Hồn để cho giảm bớt sự động loạn không cần thiết của cuộc đời đau khổ hiện tại”.

*(Phương Pháp Công Phu, Culver City,
ngày 21 tháng 7, 1982)*

- Thời gian Soi Hồn ít nhất là 5 phút và nhiều nhất là 15 phút.
- Muốn dễ tìm điểm mí chân tóc chỗ màng tang nơi ngón tay trở chận nhẹ lên, thì cần nhẹ bộ răng hàm lại sẽ thấy một đường gân nổi lên gần mí tóc chỗ màng tang. Chỗ này bình thường hơi lõm xuống.
- Trong lúc Soi Hồn mà thấy có tạp niệm hay lo ra, suy nghĩ lung tung thì dùng ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật nhiều lần để từ từ giải ra những sự lo âu, nghĩ ngợi đó.
- Người mới tu cảm thấy trong đầu trời lên tiếng nghe ồ ồ. Soi Hồn lâu ngày thì những tiếng ồ trong đầu sẽ lắng dịu dần rồi trở về không, không còn nghe tiếng ồ trong bộ đầu nữa. Sau khi Soi Hồn xong thì chúng ta xả thiền như sau:

3. XẢ THIỀN:

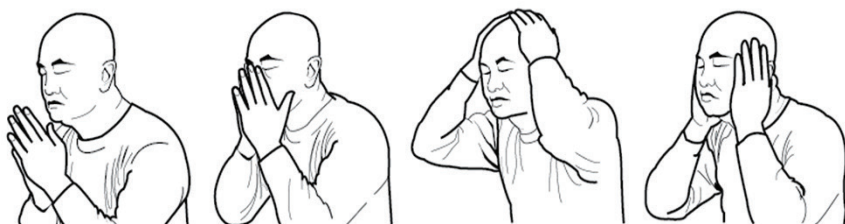
Sau khi Soi Hồn xong, tiếp tục Xả Thiền như sau:

1. Hai tay từ từ đưa lên trên đầu. Hai lòng bàn tay đặt úp lên trên đỉnh đầu để hồi điển trở lại bản thể.



Vuốt vòng từ đầu xuống theo vành tai. Vuốt trái tai xuống. Vuốt mặt như vậy 3 lần. (hình vẽ trang 27)

2. Chà xát hai lòng bàn tay với nhau cho thật nóng, vuốt mặt như vậy 3 lần.



3. Chà xát hai bàn tay với nhau cho thật nóng. Dùng một bàn tay bóp và vuốt tay kia từ bả vai xuống cánh tay, đến cổ tay thì nắm và vuốt ra khỏi các đầu ngón tay. (3 lần). Rồi đổi bàn tay bóp và vuốt tay còn lại (3 lần).



4. Chà xát hai bàn tay với nhau cho nóng. Dùng hai bàn tay bóp và vuốt từ háng xuống đùi tới bàn chân.

Dùng ngón tay bấm huyết tê nơi móng ngón chân cái và bề quặp xuống (3 lần). Chà xát hai bàn tay cho nóng, làm lại như vậy cho chân kia. (3 lần)



5. Sau cùng, chà mạnh hai lòng bàn chân vào nhau 50 lần.

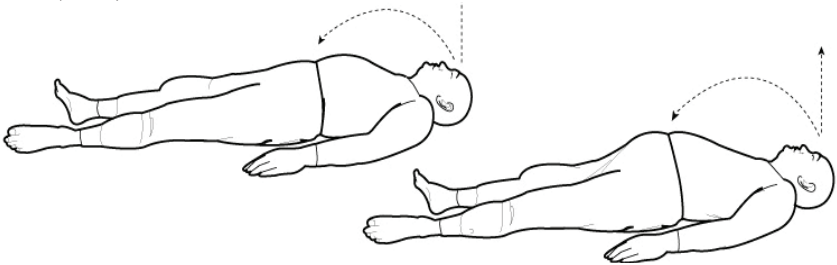


4. PHÁP LUÂN CHIẾU MINH

Sau khi Xả Thiên xong, bạn nằm xuống làm tiếp tục Pháp Luân Chiếu Minh như sau:

Thở Pháp Luân Chiếu Minh để thanh lọc và làm cho điều hòa bộ ruột. Đây là pháp vừa nằm thở bằng bụng vừa cùng lúc chú ý cái rún.

- Nằm ngửa trên giường, đầu thẳng, lưỡi co lên chạm nướu (*lợi*) chân răng hàm trên, răng kề răng, miệng ngậm, duỗi thẳng tay chân và hoàn toàn thả lỏng. Tự nhủ quên hết chân, tay, thân mình.
- Mắt nhắm, trong ý nhìn thẳng từ giữa trung tâm hai chân mày tới phía trước, rồi tập trung chú ý tới cái rún (*rốn*). Khi tập pháp này, lúc nào cũng chú ý đến cái rún (*rốn*).



- Hít hơi vào và thở ra bằng mũi: thở ra cho hết hơi, từ từ xẹp bụng xuống. Tiếp tục hít hơi vào, cùng lúc phình bụng ra. Đến khi hết hít vào được, thì thở ra cho hết hơi, xẹp bụng xuống: thầm đếm 1. Tiếp tục hít vô, phình bụng lên và thở hơi ra, xẹp bụng xuống, thầm

đếm 2. Liên tục hít vào phình bụng lên, và thở ra xẹp bụng xuống, thềm đếm 3, rồi tiếp tục đến 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 đến 12 vòng. Sau vòng thứ 12, thì tạm nghỉ vài giây.

- Bắt đầu hít thở và đếm trở lại từ 1 đến 11 hơi. Sau chu kỳ thứ 11, thì tạm nghỉ vài giây, rồi mới bắt đầu hít thở và đếm trở lại từ 1 đến 10. Rồi tiếp tục từ 1 đến 9; từ 1 đến 8; từ 1 đến 7; từ 1 đến 6; từ 1 đến 5; từ 1 đến 4; từ 1 đến 3; từ 1 đến 2; rồi 1 vòng hơi. Sau mỗi một chu kỳ, đều tạm nghỉ vài giây. Tổng cộng tất cả là 78 vòng hơi thở.

- Hơi thở phải từ từ, nếu nhanh quá sẽ kém hiệu quả, nếu chậm quá thì dễ ngủ quên. Pháp này có thể tập bất cứ lúc nào bụng trống, hoặc cách 2 hay 3 giờ sau bữa ăn. Tập pháp này sau khi làm pháp Soi Hồn hay tập riêng thêm trong ngày cũng được.

■ Trích Lời Giảng về Pháp Luân Chiếu Minh:

Pháp Luân Chiếu Minh sẽ sửa trị cơ tạng trở lại thanh nhẹ, giúp cho bộ ruột sa thải được nhiều độc tố nên có giấc ngủ ngon, sáng đi làm nhẹ nhàng. Pháp này còn giúp gia tăng sự kiên nhẫn trong lúc làm việc, hay nhận xét việc gì thì cũng rất bình tâm vì cái hỏa can (*gan*) được giải, bộ ruột được thông, cái óc được nhẹ. Rất tốt cho người đi làm việc, rất dễ tập. Pháp Luân Chiếu Minh đem lại cho chúng ta có được một nhãn tánh dồi dào và giúp cho đầu óc được minh mẫn trở

lại. Ban đầu nó hơi khó khăn. Nhưng người mới tu quan trọng là làm pháp này, rồi làm lần lần nó điều hòa cái hơi mới ngồi thiền được.

Hít hơi vô để làm gì? Để làm cho bộ ruột được thanh lọc điều hòa, trật tự nhẹ nhàng. Cái ruột cung ứng điện năng cho khối óc, cho nên chúng ta lo cái óc và lo cái ruột. Hai cái hòa hợp là một, lúc đó Vía mới nhẹ.

“Tại sao bạn phải nghĩ là “đầy rún (rốn)”?”

...”Đầy rún (rốn) là chú ý tới trái thận, vì thận với rún (rốn) liên hệ trực tiếp với nhau. Khi ta hít đầy như thế này, cái hơi nó ép phía đằng sau. Khi ta thở ra thì cái hơi nó cũng ép ra sau. Hai hơi hít vô và thở ra là một hơi thở liên tục - nhập lại. Chúng ta phải liên tiếp thở cái thứ hai để thành lực lượng mạnh, ép cái trực khí của trái thận và trực khí của ngũ tạng và sẽ đẩy nó ra theo đường đại tiện, tiểu tiện, hay lỗ chân lông.

Khi ta thở liên tục như vậy cho tới 12, cái hơi thanh nhẹ sau ép lần lần và dồn qua trái cột và đưa qua đại tiểu tiện hay lỗ chân lông, khai thông xương sống một phần. Rồi tiếp tục thở từ 1-11, 1-10, 1-9, 1-8, 1-7, 1-6, 1-5, 1-4, 1-3, 1-2, và 1.

Nằm xuống dùng trung tâm chân mày chú ý tới cái rún (rốn). Trong lúc thở Pháp Luân Chiếu Minh, trong khi bạn chú ý tới cái rún (rốn) là bạn tập trung vào thể

Vía của các bạn. Sự liên kết sẽ giúp cho phần Hồn và thể Vía của bạn có cơ hội tương hội với nhau, một khi mà trật tự của thể xác bạn đã lập lại được sự quân bình. Có Hồn thì phải có Vía nó mới nhẹ. Nhẹ nhàng trong người khỏe mạnh, không có bị bệnh hoạn.

Đối với người mới tu, đối với thanh niên tập thể thao là những người hay hít vô ngực, kêu hít vô bụng thì thấy khó khăn. Nhưng nên tập tùy theo khả năng của mình. Sau này cố ý phải hít cho kỳ được thì hít vô là “phải đầy rún (rốn)”. Lấy cái gì có thực chất mà giải cho nó thông suốt hơn là lấy thanh khí điển của càn khôn vũ trụ để hóa giải cái cơ tạng của cái tiểu vũ trụ này?

Những người nam giới ham mê sắc dục thì tinh khí bị suy yếu, do đó hơi thở ngày càng yếu. Nữ giới cũng vậy, ham tính dục, sanh nhiều con, mất trung khí, hơi thở không dồi dào. Nếu họ làm pháp thở này, họ sẽ từ từ khôi phục lại trung khí, từ từ sẽ đưa họ tới chỗ mạnh dạn, quán thông mọi sự việc...

Người mới tu nên tập hai pháp trên đây trong sáu tháng trước khi hành sang pháp khác. Cái pháp này hỗ trợ cho cơ tạng rất nhiều và đem lại cho tứ chi được mạnh dạn để tránh những bệnh nan y như là xụi bại hoặc là hư gan, hư tim trong lúc chúng ta không biết trật tự trong cái tham ăn, tham uống, tạo nhiều bệnh. Tham dục cũng tạo bệnh hư óc. Đó, bệnh do

tánh sanh ra là vậy.”

5. Ý NIỆM PHẬT trước & sau 6 tháng

Ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật là để cho chấn động lực chuyển chạy toàn thân giúp khai thông ngũ tạng, ngũ kinh và để khai mở phần điển tâm trên bộ đầu.

Ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật là giúp gia tăng chấn động lực của thần kinh bộ óc, ổn định tinh thần, quân bình tâm thức.

Dùng ý thầm niệm sáu chữ Nam Mô A Di Đà Phật trên sáu luân xa bất cứ lúc nào trong ngày.

Niệm, thường niệm, vô biệt niệm cho đến khi phần điển tâm trụ được trên bộ đầu.

Niệm Nam Mô A Di Đà Phật bao gồm những giai đoạn như sau:

- a) Hiểu nguyên ý Nam Mô A Di Đà Phật
- b) Niệm Nam Mô A Di Đà Phật căn bản trên 6 luân xa
- c) Thường niệm Nam Mô A Di Đà Phật để trụ nguyên ý

a) Hiểu nguyên ý NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT

Niệm Nam Mô A Di Đà Phật, phải hiểu nguyên ý của Nam Mô A Di Đà Phật:

Nam là lửa.

Mô là không khí.

A là nước.

Di là phát triển.

Đà là màu sắc.

Phật là linh cảm.

● **NAM** thật phương Nam lửa Bính Đinh phát điể ra ngay trung tâm hai chân mày, nơi đó hai luồng điể chấu lại, phát hỏa sáng ra.

● **MÔ** chỉ rõ vật vô hình.

Khi chúng ta nhắm mắt thấy đượ cảnh ở bề Trên.

● **A** Nhâm Quý gồm thâu nơi thận, là thủy điể tương giao nơi thận thủy. Khi cái thận bất ổn ngũ không đượ, mà thủy điể tương giao là khỏe mạnh, ngũ yên.

● **DI** giữ bèn 3 báu linh: tinh, khí, thần. Tinh, khí, thần trụ hóa đi lên thì con người ổn địn.

● **ĐÀ** ấy sắc vàng bao trùm khắp cả.

Chúng ta thanh tịnh rồi, từ quang phát triển ra châu thân, bảo vệ châu thân, ánh vàng bao trùm khắp cả.

● **PHẬT** hay thân tịnh ở nơi mình. Biết chuyện mình để sửa tiến, ăn năn hối cải, sám hối tiến hóa thì con người mới đượ thanh nhẹ.

b) Niệm Nam Mô A Di Đà Phật căn bản trên 6 luân xa
Ngồi nhắm mắt, đầu giữ thẳng, co lưỡi lên chạm nướu chân răng hàm trên, răng kề răng, miệng ngậm.

Định tâm cho phẳng lặng, dùng ý thầm niệm 6 chữ
Nam Mô A Di Đà Phật trên 6 luân xa.

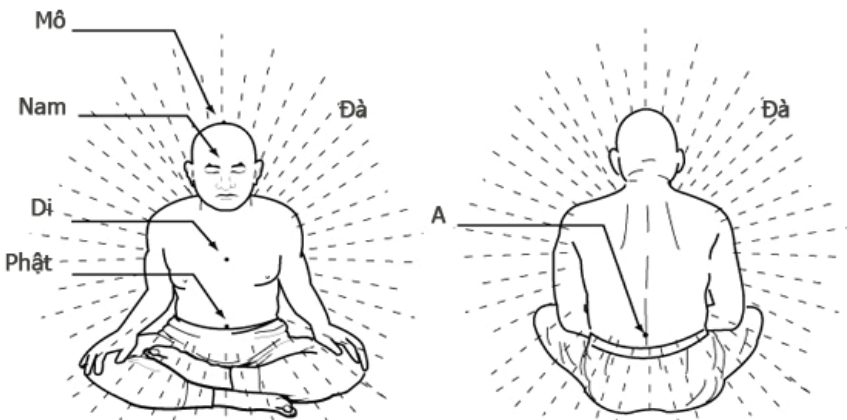
Nam: Khi ý thầm niệm chữ Nam, chú ý tập trung ngay
trung tâm hai chân mày.

Mô: Khi ý thầm niệm chữ Mô, chú ý tập trung ngay
trung tâm bộ đầu.

A: Khi ý thầm niệm chữ A, chú ý tập trung ngay trung
tâm hai trái thận.

Di: Khi ý thầm niệm chữ Di, chú ý tập trung ngay trước
giữa ngực.

Đà: Khi ý thầm niệm chữ Đà, như là ánh sáng phát ra
xung quanh bản thể, tất cả lỗ chân lông phát quang
trong thanh tịnh.



Phật: Khi ý thâm niệm chữ Phật, chú ý tập trung ngay về nơi rún (rốn).

c) Thường niệm Nam Mô A Di Đà Phật để trụ nguyên ý
Dùng ý trí niệm Nam Mô A Di Đà Phật với chấn động lực chuyển chạy về các luân xa tương ứng của mỗi chữ trong 6 tháng đầu hay cho đến khi nào bắt đầu cảm thấy có điện chạy trên bộ đầu hay ở trung tâm hai chân mày, sau đó thì tập như sau:

Nhắm mắt, co lưỡi, răng kè răng, miệng ngậm rồi tập trung ở trung tâm hai chân mày, dùng ý niệm cả 6 chữ Nam Mô A Di Đà Phật. Không niệm theo từng luân xa nữa. Nếu có điện rút trên đỉnh đầu thì vẫn nhìn từ trung tâm chân mày và ý niệm ngay trung tâm bộ đầu. Khi nguyên ý trụ được như vậy là tốt, nhưng muốn đạt nguyên ý trụ tâm, phải niệm, thường niệm và vô biệt niệm, tiến tới điện giới, thì mỗi nơi đều tròn trịa, xuất phát thẳng hoa thanh nhẹ. Trong không mới thấy rõ tâm người hòa hợp với tự nhiên và hồn nhiên mà tiến hóa.

Phần C:

THỰC HÀNH THIỀN VÔ-VI SAU 6 THÁNG

Sau khi tập xong phần căn bản trong 6 tháng đầu, chúng ta bắt đầu thực hành trọn vẹn phương pháp công phu luyện đạo, tu thiền theo Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp. Các bạn cần tập đều đặn các pháp theo thứ tự sau đây:

1. Nguyện
2. Soi Hồn
3. Pháp Luân Thường Chuyển, Ấn Tam Muội
4. Thiền Định
5. Xả Thiền

Thời điểm tốt nhất để hành thiền là vào giờ Tý (*từ 23 giờ đêm đến 01 giờ sáng*) giờ địa phương. Tránh hành thiền từ 03 giờ hay 15 giờ chiều đến 09 giờ hay 21 giờ tối.

Ngồi xoay mặt về phương Nam trong tư thế theo phương pháp ngồi trong sáu tháng đầu. Tắt đèn.

1. NGUYỆN

Ngồi ngay ngắn, đầu thẳng, rút cằm vô, lưng thẳng, co gối, răng kề răng, miệng ngậm, hai bàn tay chắp vào nhau để trước ngực chỉ lên trời, không chỉ phía trước hay vô cằm.

Định tâm cho phẳng lặng. Tập trung trí ý trên đỉnh đầu (*đỉnh đầu là giao điểm của đường từ sống mũi*

qua gáy với đường nối hai vành tai), rồi dùng ý thâm niệm những câu sau đây:

Nam Mô A Di Đà Phật.

(ý niệm câu này 3 lần)

Nam Mô Tây Phương

Cực Lạc Thế Giới

Quán Thế Âm Bồ Tát,

Nam Mô Long Hoa

Giáo Chủ Di Lạc chứng

minh đệ tử *(tên họ của*

mình) **tu hành đắc đạo.**

(ý niệm câu này 2 lần)



Con nguyện quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng.

Nam Mô A Di Đà Phật. Vạn Vật Thái Bình.

Hai tay vẫn chắp trước ngực và xá 3 cái, với cổ tay

ngiêng các đầu ngón tay xuống lên khoảng 35 độ.

Lưng vẫn giữ thẳng, không cúi đầu lạy.

2. SOI HỒN

Sau khi Nguyện xong, hành tiếp Soi Hồn như sau:

Vẫn trong tư thế ngồi, từ từ đưa hai cánh tay lên

ngang vai. Dùng đầu hai

ngón tay cái đút vào bịt kín

hai lỗ tai.



Dùng đầu hai ngón tay giữa chận nhẹ lên vành khớp xương khoe mắt, và kéo chận nhẹ ra cho hai mí mắt nhắm lại.



Dùng đầu hai ngón tay trở chận nhẹ trên mí tóc chỗ màng tang. Ngón áp út và ngón út co lại vào trong lòng bàn tay.



Đầu thẳng, lưng thẳng, co lưỡn chạm nướn chân răng hàm trên, răng kờ răng, miệng ngậm, mắt nhắm, ý nhìn ngay trung tâm chân mày thẳng tới trước.



Nói trong ý: “tập trung 3 báu linh: tinh, khí, thần”.

Lắng nghe tiếng ồ ồ trong bộ đầu, từ từ sẽ lắng dịu, hơi thở bình thường. Ngồi thẳng lưng.

Pháp này có thể làm bất cứ lúc nào trong ngày sau phần Nguyện. Tập cho thần kinh khối óc được ổn định. Thời gian tập pháp Soi Hồn ít nhất là 5 phút và nhiều nhất là 15 phút.

■ Trích Lời Giảng về Soi Hồn:

- Khi Soi Hồn, người mới tu nghe thấy trong đầu có tiếng ồ. Lắng nghe tiếng ồ một thời gian sẽ lắng dịu xuống và mất đi.

- Soi Hồn: Soi là tìm kiếm. Hồn là sự sáng suốt, sự thanh tịnh.

Soi Hồn là một phương pháp giúp chúng ta tìm kiếm lại sự thanh tịnh và sự sáng suốt của chính mình. Theo đông y học, Soi Hồn là quy nguyên thần kinh khối óc.

- Trong khi hành pháp Soi Hồn mà thấy có tạp niệm hay lo ra, suy nghĩ lung tung thì dùng ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật để từ từ giải ra những sự lo âu, nghĩ ngợi đó.

- Chỗ mí tóc nơi ngón tay trở chận, muốn dễ tìm thì cắn răng lại, sẽ thấy nổi gân.

3. PHÁP LUÂN THƯỜNG CHUYỂN

Sau khi Soi Hồn xong, hành tiếp Pháp Luân Thường Chuyển như sau:

- Vẫn trong tư thế ngồi, từ từ hạ hai tay xuống khép sát vào hông sườn, hai lòng bàn tay úp xuống để trên đùi. Đầu thẳng, co lưỡi chạm nướu răng trên, răng kề răng, mắt nhắm, trong ý nhìn thẳng từ giữa trung tâm hai chân mày tới trước.

- Bắt đầu tập thở ra cho hết hơi, xẹp bụng từ từ xuống. Khi bụng xẹp hết từ từ hít vào. Ngay trong lúc bắt đầu hít vào, ý liền ra lệnh: “**đầy rún (rốn), đầy ngực, tung lên bộ đầu**”. Khi không còn hít vào được nữa liền từ từ thở ra đến khi xẹp bụng, ép sát bụng, ép cho tới đáy cặn bao tử, cho hơi ra hết. Lúc hít vô, thở ra cũng không động đậy tới ngực, chỉ dùng bụng thôi. Lúc hít vô, hơi thở ra vừa hết lại bắt đầu ra lệnh: “**đầy rún (rốn), đầy ngực, tung lên bộ đầu**” và hít hơi vào.



- Mỗi lần hít thở từ 6 đến 12 vòng hơi thở như vậy là đủ. Hít vô và thở ra là một chu kỳ. Hít vào bao nhiêu thì thở ra bấy nhiêu, cho thật tròn đầy.

Hoàn toàn tránh dẫn tư tưởng theo hơi thở, nén hơi hoặc dẫn hơi. Thở đều đặn và liên tục như vòng bánh xe luân chuyển.

■ **Trích Lời Giảng về Pháp Luân Thường Chuyển:**
Hít hơi vào, cái ý phải ra lệnh: “**đầy rún (rốn),
đầy ngực, tung lên bộ đầu**”.

Khi đầy rún (rốn), thì bụng phình ra, đầy ngực, tung lên bộ đầu, bụng cũng vẫn phình ra. Chỉ lúc bắt đầu thở ra, bụng mới từ từ xẹp xuống.

Thở ra phải thở xẹp hết. Không còn giữ hơi ở trong bụng. Xẹp lép. Tại sao phải thở xẹp bụng? Khi các bạn thở xẹp là ép cái thận, trực tiếp được lọc, sẽ đi ra đường tiểu tiện. Ép hết rồi, mới hít từ từ vào trở lại...

Pháp Luân Thường Chuyển là đả thông tất cả kinh mạch bên trong thì huệ tâm mới khai. Pháp Luân Thường Chuyển huệ tâm khai, khi mà chúng ta thường chuyển rồi thì nó hòa tan với càn khôn vũ trụ, hời quang phản chiếu. Chúng ta mới thấy nguyên năng bên trong của chúng ta và thấy rõ nguyên lai bốn tánh của chính mình.

Phải thực hành để xác nhận, thực hành để thấy, và nó phải mở tất cả những năng khiếu như học thức, chuyên môn. Bất cứ ngành nào mà thực hành Pháp Luân Thường Chuyển, thì lúc đó trí óc dồi dào, làm

việc vui vẻ mến cảm muôn loài vạn vật.

Quán thông mình, quán thông tất cả thì mới thấy rằng càn khôn vũ trụ với ta không có xa, Tiểu Thiên Địa của chúng ta tiến hóa tới vô cùng, và phần Hồn chúng ta là bất diệt. Cho nên tuổi trẻ biết sửa mình và biết lập lại trật tự để có một đời sống an khương tại thế, để xây dựng địa hình là thể xác của chúng ta, quê hương là thể xác của chúng ta. Nếu các bạn lập lại trật tự sáng suốt trở về xứ sở thì xứ sở đó trong tay các bạn.

Cuối cùng mọi người trong chúng ta cố gắng thực hành và lập lại trật tự cho chính mình và sử dụng khả năng sẵn có của chính mình, trở về với thanh tịnh và sáng suốt thì lúc đó cộng đồng như sanh đau khổ của chúng ta mới thực sự giải thoát. Tôi mong rằng mọi người ý thức và thực hành để tự kiểm chứng thì lúc đó mới thấy rõ những lời nói của tôi đã nói về phương pháp này.”

4. THIỀN ĐỊNH

Sau khi Pháp Luân Thường Chuyển xong, hành tiếp Thiền Định như sau:

- Cách ngồi và để tay như lúc làm Pháp Luân Thường Chuyển.
- Vãn đầu thẳng, rút cằm vô, co lưỡi, răng kè răng, hai tay khép sát vào hông sườn, hai lòng bàn tay úp

xuống để trên đùi, mắt nhắm lại và ý nhìn từ giữa trung tâm hai chân mày tới trước.

Tập trung trí ý lên đỉnh đầu, ý thầm nguyện: “xuất Hồn lên đánh lễ Phật”.



Chỉ chú tâm lên xoáy óc một chút thôi, rồi sau đó nhìn thẳng trung tâm giữa hai chân mày lâu chừng nào tốt chừng nấy, ý chí thả lỏng, tâm phẳng lặng và ý dễ cho ngủ. Ngồi càng lâu càng tốt.

- Người mới tu để tay lên đùi
- Người tu lâu có thể bắt ấn Tam Muội

Khi Thiền Định, ngứa mình, tê chân hay có ý động loạn thì chỉ niệm Nam Mô A Di Đà Phật ngay trung tim bộ đầu.

■ Trích Lời Giảng về Thiền Định:

“Thiền là cho phẳng lặng tất cả mọi sự việc và sự thanh hướng về thanh, trước lắng về trước. Thanh là chấn động lực của bộ đầu, phải thả lỏng cho nó phóng lên tới vô cùng tận và trước tự nó phải lắng trong.

Trong khi Thiền Định, ngửa mình chỉ nên niệm Phật, tê chân cũng chỉ niệm Phật. Ngửa và tê nó tạo cái âm tánh. Tạo cái âm tánh thì trở về trước. Trước rồi thì nó ác, ác trước là vậy. Còn người thiền lâu có thể bắt ấn tam muội. Ngồi Thiền Định càng lâu càng tốt, trong lúc ngồi những vị bộ đầu rút nhẹ có thể ngủ ngồi.

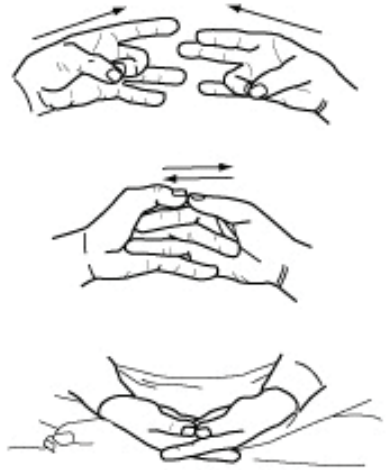
Bộ đầu càng rút nhẹ chừng nào thì ta càng dễ đi vào giấc ngủ mê chừng đó, trong mê có tỉnh. Ngồi đây nhưng ai nói gì cũng nghe, cái đằng trước mắt chúng ta, ngay trung tâm chân mày, cái gì chúng ta cũng thấy. Những cảnh bên Trên chúng ta thấy rõ rệt. Ngồi đúng thì mặt mày thấy vui tươi, ngồi không đúng thì mặt mày thấy buồn bực.

Còn ngồi thiền mà quậy qua quậy lại, đó là tà khí chưa dang hay là tà khí xâm nhập. Pháp Luân Thường Chuyển chưa đúng chiều, đi ngược chiều, chấn động khối thần kinh cho nên cựa quậy. Những cái đó phải ngừng ngay và thực hành Pháp Luân Chiếu Minh cho nhiều, cho nó khai thông những huyết kinh trong thể xác, dẫn giải tất cả tà khí, trước khí trong thể xác,

nhiên hậu nó mới ngồi yên tĩnh Thiền Định được. Lúc ngồi thanh tịnh ngay ngắn, thừa tiếp thanh điển bên Trên để đi học. Lúc về thì nó nặng đầu, nó lắc cái đầu thì chúng ta bắt đầu xả thiền.”

■ CÁCH BẮT ẤN TAM MUỘI:

Người tu lâu có điển trong lúc ngồi tập Pháp Luân Thường Chuyển hay Thiền Định tự động rút hai bàn tay lại để ở giữa thay vì ở hai bên đùi. Cách để tay này dành cho người tu đã lâu.



5. XẢ THIỀN

Sau khi Thiền Định xong, hành tiếp Xả Thiền để chấm dứt như sau:

1. Hai tay từ từ đưa lên trên đầu. Hai lòng bàn tay đặt úp lên trên đỉnh đầu để hồi điển trở lại bản thể. Vuốt vòng từ đầu xuống theo vành tai. Vuốt trái tai xuống. Vuốt mặt như vậy 3 lần.

2. Chà xát hai lòng bàn tay với nhau cho thật nóng, vuốt mặt như vậy 3 lần. Chà xát hai bàn tay với nhau cho thật nóng, vuốt mặt như vậy 3 lần. Chà xát hai bàn tay với nhau cho thật nóng, vuốt mặt như vậy 3 lần.

3. Chà xát hai bàn tay với nhau cho thật nóng. Dùng

một bàn tay bóp và vuốt tay kia từ bả vai xuống cánh tay, đến cổ tay thì nắm và vuốt ra khỏi các đầu ngón tay. (làm 3 lần). Rồi đổi bàn tay bóp và vuốt tay còn lại. (làm 3 lần).

4. Chà xát hai bàn tay cho nóng. Dùng hai bàn tay bóp và vuốt từ háng xuống đùi tới bàn chân. Dùng ngón tay bấm huyết tê nơi móng ngón chân cái và bẻ quặp xuống. (làm 3 lần).

Làm lại như vậy cho chân kia. (làm 3 lần).

5. Sau cùng, chà mạnh hai lòng bàn chân vào nhau 50 lần.

IV. VẤN ĐẠO

- a. Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp
- b. Phương Pháp Công Phu - Thiền Thực Hành
- c. Soi Hồn
- d. Niệm Phật
- e. Pháp Luân Chiếu Minh
- f. Pháp Luân Thường Chuyển
- g. Thiền Định
- h. Các Pháp Hành Thêm

■ VẤN ĐẠO

a. PHÁP-LÝ VÔ-VI KHOA-HỌC HUYỀN-BÍ PHẬT-PHÁP

1. Hỏi: Vô-Vi nghĩa là sao?

1. **Đáp:** Vô là không, Vi là nhỏ nhất cũng không. Cho nên chúng ta am hiểu được nguyên lý của Vô-Vi thì ở đời không có gì tranh chấp mà tạo khổ cho chính mình. Vô-Vi là đi tới chỗ thanh nhẹ. Muốn biết rõ Vô-Vi, nhìn mặt Trời, nó “không” mà nó sáng. Cái “không” từ bi của mọi người còn sáng hơn nữa, xác nhận rõ con người chế bóng đèn chớ bóng đèn không chế con người được.

2. Hỏi: Chủ trương của Vô-Vi là gì?

2. **Đáp:** Chủ trương của Vô-Vi là tự thức, tự khai triển lấy chính mình, mở thức hòa đồng hòa hợp với cả càn khôn vũ trụ, đi tới vô cùng.

3. Hỏi: Làm sao chúng ta có thể biết được một pháp môn là chánh pháp?

3. Đáp: Pháp môn nào mà khứ trước lưu thanh là chánh pháp. Chúng ta mang cái thể xác trước ô, ăn uống cũng trước, độc tố đầy đây, pháp nào giải ra được thì cái pháp đó là chánh. Bất cứ pháp nào mà giải được độc tố trong người, cái đó là chánh pháp. Những pháp nào làm gia tăng trước ô, đó là tà pháp bị điều khiển bởi ngoại cảnh.

4. Hỏi: Kính thưa Thầy, mấy năm qua con chịu nhiều quả không ít. Nay đã thức giác, con rất hiểu câu: “vạn sự trên đời là không”. Tất cả đều không có sự thật nên con nguyện buông bỏ tất cả, quyết tâm lo tu sửa cho phần Hồn thanh nhẹ. Nay con xin Thầy hãy ban cho con vài lời giáo huấn để ý chí con thêm vững trên đường tu học?

4. Đáp: Người tu theo Vô-Vi đời đạo song tu, đừng có sợ đời, cứ đặng đi, nó mở. Mở mới thấy sự sai của mình, mình mới sửa tiến, mới bằng lòng ngồi lại học với người ta, xây dựng cho chung. Nhiều người nói tôi tu, tôi sợ vô chỗ đó, tôi sợ ăn cái đó, tôi sợ nói chuyện với bà đó. Không được! Cứ dẫn thân đi, không có sao đâu. Muốn phát triển thì phải dẫn thân, đừng có ngần ngại. Thực hành đúng dẫn cái pháp. Đêm đêm nhớ thực hành đúng dẫn cái pháp thì đi đâu mình cũng

không sợ gì hết. Pháp này là khứ trước, lưu thanh, chỉ đem lại ánh sáng giúp đỡ cho mọi người chứ không bao giờ phá hoại ai mà sợ.

5. Hỏi: Tại sao cái gì của bên Vô-Vi cũng kêu từ từ?

5. Đáp: Là để con người học lại cái nhẫn mà thôi. Chúng ta giáng trần nhiều kiếp chỉ học có chữ nhẫn mà tới nay chưa xong. Tu cũng muốn mau và cái gì cũng muốn mau hết. Mất chữ nhẫn. Có mau đi nữa mà thiếu sáng suốt thì làm được việc gì? Chúng ta vạn sự phải từ từ khai triển trong thanh tịnh.

6. Hỏi: Tỉnh bùa ngải trước khi theo Pháp-Lý Vô-Vi thì phải thiền khoảng bao nhiêu năm mới giải được phần điển ngũ hành này?

6. Đáp: Phải niệm Phật thường xuyên mới giải được. Ngũ hành họ cũng chiết từ Võ Phật mà ra, mà chúng ta niệm Nam Mô A Di Đà Phật thét rồi từ Võ Phật tiến về Văn Phật. Lúc đó chúng ta mới thấy giá trị của Phật pháp đi tới chỗ nào. Cho nên nhiều vị thờ ngũ hành rất hay, bùa phép rất hay nhưng mà cuối cùng tu được rồi thì từ đó họ giải. Họ giải cái bản chất ý lại và không có làm phiền muộn Thánh, Thần nữa thì tâm thức họ phải khai triển, họ mới tiến về Phật pháp được. Cuối cùng là Phật pháp mới hóa độ quần sanh được.

7. Hỏi: Xin Thầy giảng về tính chất từ bi của điển Vô-Vi?

7. Đáp: Từ bi là muốn biết được tánh chất của điển Vô-Vi thì chúng ta nhìn điển mặt trời coi phải từ bi không? Không có điển mặt trời, làm sao chúng ta sống, ban chiếu cho khắp mọi nơi? Tâm từ bi của chúng ta phát triển, nội tâm bừng sáng rồi, chúng ta muốn làm gì đây? Muốn cứu độ vạn linh trong cơ thể chúng ta cũng như ảnh hưởng quần sanh tại thế. Đó là phát triển từ bi và tiếp tục học từ bi càng ngày càng lớn rộng hơn. Mọi người cùng tu, cùng tiến càng ngày càng lớn rộng hơn. Từ bi của điển Vô-Vi là phải hiểu mình, sửa mình mới thấy rõ chất lượng từ bi. Chính mình đã sai, mà Trời, Phật không có tha thứ, chúng ta đâu có cơ hội tu? Chúng ta phải học tha thứ và thương yêu thì chúng ta mới có cơ hội học từ bi và thực hiện từ bi được.

8. Hỏi: Người ta sinh ra để làm gì?

8. Đáp: Con người sinh ra để học cái khổ. Giải khổ, thức tâm thì đời đời sẽ sung sướng.

9. Hỏi: Người ta chết rồi sẽ đi về đâu? Những người không tu thì sẽ như thế nào?

9. Đáp: Cho nên có luật nhân quả đàng hoàng. Chúng ta làm người chúng ta có nhân từ, có từ ái, bác ái. Từ bi xây dựng cho chung thì tương lai khi chết là phần Hồn chúng ta sẽ nương cái luồng điển thanh nhẹ, có người đưa rước và có người giúp đỡ. Có nhiều

người không có tu pháp lý Vô-Vi mà tâm họ tốt, tâm bác ái tràn đầy, muốn mọi người hướng về trật tự và xây dựng cho chung. Cái tinh thần đó ở thế gian gọi là chánh nghĩa, tốt lắm. Những người đó chết cũng thành Thần vậy. Mà Thần thì họ sẽ có cơ hội dự những cuộc thuyết pháp của Chư Phật. Họ cũng tu tiến trở về cõi Phật được.

10. Hỏi: Tu đời là gì?

10. Đáp: Tu đời là làm phước. Như ở thế gian đi học ngành nghề, nhiều ngành nghề. Ngành nghề nào học ra rồi chúng ta phải phục vụ tận tâm. Như thành bác sĩ, kỹ sư cũng là làm phước, học phước đó nhưng mà không tận tâm là nó phản lại - vô phước. Ta học được nghề, ta phải tận tâm phục vụ, thì cái nghề sẽ tinh vi và tạo được phước đức cho chính mình kêu bằng tu phước. Phải dẫn thân độ đời tu phước.

11. Hỏi: Tu đạo là gì?

11. Đáp: Tu đạo là phải tạo sự quân bình trong nội thức của chính mình để phần Hồn có cơ hội ngự trên tòa sen thanh nhẹ hòa hợp với chấn động của vũ trụ mà đi. Cũng như khi mà chúng ta Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển, Thiên Định, luồng điện quân bình nhắm mắt xuất ra. Trước mắt chúng ta có đám mây, cứ bước lên đám mây đó đi là tốt rồi, còn êm ả hơn chiếc Mercedes.

12. Hỏi: Thế nào gọi là đời đạo song tu?

12. Đáp: Đời đạo song tu là chúng ta có xác này mà chúng ta không có dẫn thân khai thác lấy chính mình, thì xác này kể như vô dụng. Xác này không có cơ hội phục vụ cho Hồn tiến hóa. Xác này có trật tự là sẽ có cơ hội phục vụ cho Hồn tiến hóa. Có xác, có Hồn mà không biết, cũng đi yêu thương, nghe Chúa giảng yêu thương rồi đi yêu thương người ta, bị người ta gạt, rồi ngồi khóc. Cái đó không được, cái đó trật rồi. Phải yêu thương lấy chính mình, biết chính mình, khai thác lấy chính mình, hòa hợp với càn khôn vũ trụ. Mình là chủ của một Tiểu Thiên Địa. Hồn này là chủ của một Tiểu Thiên Địa mà không khám phá được cơ cấu này nó vi diệu bằng cách nào? Tại sao mọi người ham thích thể xác này mà cứ đùn đầu vô thể xác này để lãnh khổ? Từ Tổng Thống tới người dân cũng đều khổ, không ai sướng đâu? Vì xác này - sanh, lão, bệnh, tử, khổ rõ ràng mà chúng ta tu để khai phá Tiểu Thiên Địa này, mới thấy sự huyền vi cấu trúc của Trời Đất đã hình thành, thì phần Hồn mới thấy rõ có trách nhiệm đem sự sáng suốt phục vụ cho thể xác và phục vụ quần sanh. Dẫn thân vô quái ngại mới gọi là đời đạo song tu.

13. Hỏi: Tại sao tu là giải thoát, vậy giải thoát có gọi là đắc đạo không?

13. Đáp: Giải thoát được, tức là hơn đắc đạo. Đạt

được sự quân bình mới là giải thoát.

14. Hỏi: Tại sao tu là giải nghiệp?

14. Đáp: Nghiệp là những cái lẩn tẩn, lí tí trong người. Ngồi đây mà nghĩ chuyện kia, chuyện người này chuyện người nọ, rồi nó dồn dập trong thần kinh của chúng ta. Nó bám trong thần kinh của chúng ta. Nó xuất hiện bất cứ lúc nào, làm trở ngại mức thanh tịnh, tiến hóa của chính mình.

Cho nên phải có cái pháp mới giải được cái nghiệp. Khối óc chẳng chặt, thần kinh cơ thể cũng chẳng chặt mà chúng ta giải được là chúng ta đem sự sáng suốt xây dựng cho lục căn lục trần. Cơ tạng khối óc của chúng ta tiến hóa tốt đẹp là trong người không có ẩm khí, không có ma nữa.

Không biết giải quyết ở đây, là chỉ nghe ma, ăn bậy, nói bậy. Ẩm khí trong người thì trọc hút trọc, ma dễ nhập xác. Những người bệnh khùng là vì trọc hút trọc. Nhiều kiếp sai lầm mà không biết và kiếp này cũng không có sửa chữa được. Cho nên nó còn vấn vương hoài, hành hạ hoài vì hướng tâm đi về chiều hướng trọc - nó phải hút trọc. Hút trọc là phải hoành hành. Chắc chắn là phải hoành hành.

Xã hội - người xấu thì phá rối, người tốt mới là xây dựng. Chúng ta - phần Hồn là chủ của thể xác, chúng

ta phải nghiêm. Giữ nghiêm luật vô sanh của Trời Đất để thực hành thì mới ảnh hưởng được lục căn lục trần, vạn linh trong cơ thể của chúng ta đồng tu, đồng tiến, mới kêu bằng nhẹ nhàng.

Mặt sáng, mắt sáng, mặt tươi mới là người thực thi đúng đường lối phát triển về tâm linh, điển giới.

15. Hỏi: Nghiệp tu là gì?

15. Đáp: Nghiệp tu là bày ra: bây giờ tôi biết ông Phật, tôi bày ông Phật, tôi nắn hình, tôi làm chùa cho người ta tu, thét rồi ai tới là tôi phải mang nghiệp. Tôi phải lo cho ông Phật, tôi phải cắt nghĩa đủ chuyện là nghiệp. Mình tạo nghiệp cho chính mình thì mình phải giải. Cái đó là nghiệp. Đã tu mà còn tạo ra hình ảnh tức là tạo nghiệp.

Còn phương pháp Vô-Vi là chỉ cho mọi người nhìn lại chính họ và khai triển chính họ, thấy họ và Vô-Vi không có tạo nghiệp. Thực hành đứng đắn và ảnh hưởng cho mọi người tiến hóa, như vậy là không có tạo nghiệp. Giải nghiệp chứ không có tạo nghiệp. Vừa chỉ cho họ là vừa giải nghiệp. Còn đàn kia để hình ông Phật và chỉ cho họ mà chỉ không thông suốt cuộc là chỉ ôm lấy hình đó và quỳ lạy. Quỳ lạy hình đó, rốt cuộc cũng không thấy gì. Con ma cũng có thể ứng trong cái tượng mà phá rối. Đó là cái nghiệp của người truyền pháp vì chưa thấu triệt lấy chính mình,

truyền sai là bị nạn.

Tại sao tu bao nhiêu năm mà chết xuống đó thấy còn ở dưới âm phủ, làm gì ở dưới đó? Cũng bận áo tu mà ở dưới, học cái gì ở dưới? Phải mò mò từ chữ. Tại hiểu không hết nguyên lý của Trời Đất vì thiếu thực hành, chỉ học một khía cạnh của lý thuyết. Không có thực hành rồi truyền ra, chỉ người khác là mình kẹt vì cái nghiệp lực lôi cuốn như vậy. Thành ra ở trên đời thấy đám ma ngon lành lắm mà xuống đó thấy cũng còn chưa giải quyết được cái gì hết. Chưa hiểu, còn phải đi mò mò học lại trong cái cõi âm u.

Còn tu sáng, người ta chỉ đi lên, không đi xuống cõi đó làm gì? Dứt khoát trong kiếp này. Những người tu Vô-Vi đi theo đúng đường như tôi, là dứt khoát kiếp này, không có xuống địa ngục làm cái gì. Vì con đường đi lên của chúng ta ngày đêm hướng thượng và tự lập lại quân bình hòa hợp với chấn động của càn khôn vũ trụ mà tiến hóa chứ chúng ta không có ô trược, ôm lấy sự thù hận giam hãm người, tức là giam hãm mình. Hại người tức là hại mình, tức là mình đi xuống, không có đi lên. Cho nên nó phải đi xuống cõi âm là vậy

16. Hỏi: Tu mà thiếu tu là sao?

16. Đáp: Nói chuyện tu không, mà Hồn không có đi được. Tu mà thiếu tu - không có đi học đạo được.

Cũng như Thượng Đế họp ở đâu, mình không bao giờ tới được hết. Thượng Đế họp không có giấy mời, chỉ chuyển ý là mình tới dự, mình nghe rõ ràng cuộc họp, thành ra mình không có nói bậy. Nói là phải trúng.

17. Hỏi: Tu nhất kiếp, ngộ nhất thời là sao?

17. Đáp: Tu nhất kiếp ngộ nhất thời, là hành pháp đứng đắn thì lúc lia xác, mình có cơ sở tiến hóa đi lên rồi. Vì căn bản đêm đêm lo tu thì tới lúc đi, là mình dứt khoát theo cái ánh sáng đó mà mình đi. Ngộ nhất thời: ngộ không để tiến hóa đi lên.

18. Hỏi: Tu hành là gì?

18. Đáp: Tu là phải hành. Hành là hành pháp, khai tâm mở trí. Tu mà không hành thì tâm không mở, trí không khai, là chỉ nói láo thôi. Lập lại chuyện Tiên, Phật, Thánh là nói láo, thị phi chứ đâu có tiến hóa được. Trực giác mới là đúng.

Lập lại những lời của Phật nhưng mà chưa bao giờ hành được một tí nào. Lập đi, lập lại hoài, không bao giờ tiến được. Âm thầm của nó không có hòa tan với các giới được. Chính nó không có thực hành, nó ôm lý thuyết rồi cuối cùng không thoát được, nó bị kẹt.

19. Hỏi: Như ý là thế nào?

19. Đáp: Như ý là luồng điện thanh, tròn rồi: cái

ý tôi muốn đi đâu, nó phải đi đó. Như tôi đã cắt nghĩa là chúng ta đến được Bồng Lai Tiên Cảnh, chúng ta muốn có một cái ly nước thì cái ly nước nó đến. Không phải đi tìm một cái ly nước khó khăn như vậy. Cao chừng nào, nhẹ chừng nấy. Ngày hôm nay, chúng ta lấy cái gì chứng minh?

Vệ tinh hiện đại ở thế gian, vật chất mà tiến tới cung trăng, điện thoại chúng ta bấm là nói chuyện với người đó liền, ý chúng ta chuyển là nó tới rồi. Người tu thanh nhẹ, ý - là nó phải tới liền. Vật chất mà nó còn tiến hóa như vậy thì cái ý điển của chúng ta nó nhanh hơn, nhiều hơn, thần giao cách cảm rất mau.

20. Hỏi: Tại sao phải tu khi còn ở trần gian?

20. Đáp: Vì trần gian không thật với nhau, thiếu thật thà, do đó tạo sự kích động và phản động. Muốn giải quyết sự kích động và phản động là thế nào?

Phải tu sửa lấy chính mình. Vì mình có khối óc, có lãnh vực thanh tịnh, mà nếu đạt tới thanh tịnh thì mình không còn sự kích động và phản động. Vì khi thanh tịnh là hóa giải mọi sự kích động và phản động. Cho nên cần tu để dự trường thi tại thế gian, sống vui hòa mình trong thanh tịnh.

21. Hỏi: Tại sao kêu là điển? Điển đời là gì? Điển đạo là gì?

21. Đáp: Muốn biết điển là chúng ta dòm hạt gạo do đâu hình thành? Không nhờ điển Trời, mặt trăng, mặt trời quang chiếu, làm sao chúng ta có hạt gạo? Sức mạnh của hạt gạo có chút xíu mà có thể nuôi con người sống cả trăm năm là do cái gì?

Gạo chúng ta nấu thành cơm. Cơm ăn vô, nó biến thành thủy, thủy biến thành khí, khí biến thành sắc, là nó trở về sắc giới. Nó phải trở về sắc giới. Từ sắc giới, chúng ta mới tu, lập lại quân bình. Luồng điển hòa hợp với sắc giới rồi mới rõ tâm linh là cái gì? Điển giới tâm linh là cái gì? Vừa nói là minh giải liền. Vừa nhớ là thấy hình ảnh liền, không có sao hết, nhanh chóng vô cùng.

22. Hỏi: Điển giới ai thấy mà lấy làm bằng chứng?

22. Đáp: Khi tu hành rồi sẽ thấy. Có người thấy mới nói lại cho mình nghe. Không phải con ma đi xuống đây nói đâu. Có người thấy được mới nói lại cho mình nghe. Họ thấy lấy chính họ, họ tu sửa, mà lấy gì làm bằng chứng? Nếu điển dồi dào thì mắt họ sáng, mặt họ tươi. Không có bị ám khí như người thường dùng lý thuyết mà không sửa chữa tâm thân.

23. Hỏi: Thế nào là bước qua điển giới?

23. Đáp: Bước qua điển giới là mình làm Pháp Luân Thường Chuyển, âm dương hiệp nhất, hợp khí cùng

Trời Đất thì mới có cơ hội nương đó mà bước qua điển giới tiến hóa nhanh nhẹ. Trí tuệ khác, suy nghĩ cũng khác, nháy mắt là giải quyết được sự việc của chính mình, không phải lo lâu. Có nhiều người cả tháng mới viết được mấy câu thơ. Những người tu Vô-Vi này làm chút xíu là ra rồi, nó hội tụ được luồng điển âm dương trong cơ tạng và nguyên khí của Trời Đất hỗ trợ cho tiến hóa nhanh, nó phân giải rõ rệt, gom gọn thành thi thơ chớ không có gì đâu.

24. Hỏi: Thiền khác với tu như thế nào?

24. Đáp: Tu mà không thiền là tu không có kết quả. Tu mà lý luận là tu hú, không phải thật tâm tu. Tu là phải thiền. Tu hú là rủ người này tu, người kia tu trong lý thuyết thôi. Còn hành không có, chỉ cãi lộn về lý thuyết thôi. Cần thực hành để khai tâm, mở trí và nói chơn ngôn cảm động đối phương để đối phương tự tiến và xuất phát những chơn ngôn truyền cho hơn loại, người này tới người nọ. Cái chuyện đó mới là thực chơn hơn. Còn dùng lý thuyết, dùng lời kinh kệ nói đủ thứ nhưng chính bản thân chưa đạt được một cái gì. Mình nhìn họ, mình hiểu rồi, nói hay lắm, nói kinh sách, nói tới chuyện đời xưa không có bỏ một câu nào hết, nhưng rốt cuộc hoàn cảnh không có yên ổn, gia đình cũng chưa có tiến tới tốt.

Chỉ có thực hành tu thiền mới thật là tu. Thế gian này

chỉ có một đạo: “Tình Thương và Đạo Đức” mà chính mình không thương mình thì làm sao mình thương người khác? Tu là thương mình, sửa lại, lập lại sự quân bình của chính mình mới thật sự là tu. Thương mình mới thương họ, mới biết được giá trị của tình thương, của Bề Trên đang ban chiếu ở chỗ nào?

Ngày hôm nay chúng ta ngồi đây có đèn điện chiếu, có phương tiện đầy đủ do đâu? Do điện năng của Trời Đất hình thành đã có từ bao nhiêu năm rồi đâu phải mới đây đâu? Cái mới đây chúng ta hưởng là nó đã kết tập, cấu trúc từ bao nhiêu năm mới hình thành, chứ không phải đơn giản đâu.

Đại phước đức chúng ta mới được ngự trong cái chỗ ổn định như vậy và nghe những lời truyền cảm phân giải trong tâm ta mà chính ta có khả năng tiến tới, chứ không phải người truyền pháp độc đoán một người đâu.

Trong ta có, cho nên mọi người chúng ta là bình đẳng. Nghe, hiểu, hành, tiến là bình đẳng, không có dị biệt giữa sư phụ và đệ tử để uy hiếp tinh thần người khác.

Ở đây toàn là bình đẳng thương yêu trong xây dựng, thực hiện đạo Tình Thương và Đạo Đức. Biết mình, biết họ, cùng tu, cùng tiến, xây dựng cho chung để giải quyết đại sự chung tại thế gian đã và đang đau khổ từ bao nhiêu triệu năm không giải quyết được.

25. Hỏi: Có bao nhiêu pháp thiên ở thế gian?

25. Đáp: Nhiều lắm. Mỗi người có thể đặt một pháp. Thấy ông Phật thành công, bây giờ tôi học Phật quán. Tôi ngồi quán “tôi muốn tiền, bây giờ tôi quán cho tiền mất”. Cái đó là họ cũng đạt được cái pháp vậy. Quán hoài mà chữ tiền vẫn còn dính trong óc hoài. Còn mình ở đây là giải. Mỗi đêm mỗi làm mỗi giải, hòa hợp với tự nhiên và hồn nhiên thì khi sơ sanh, mình đâu có nghĩ tiền?

Tức là mình đi tới chỗ không cần tiền, không nghĩ tới tiền nhưng mà có sự chung vui hòa bình trong tâm thức của chính mình, hòa hợp cả càn khôn vũ trụ. Mình không có dị biệt, chê đầu này, khen đầu nọ nữa, sửa mình để tiến là chuyện cần thiết. Mình sai chẳng có ai sai thì chúng ta mới đi đúng đường hơn. Cho chúng ta đúng là chỉ có đi xuống không có đi lên đâu.

26. Hỏi: Như vậy có sự khác biệt giữa các pháp thiên như thế nào?

26. Đáp: Giữa những pháp thiên, so sánh thì thấy có sự khác biệt: Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp là ứng dụng tất cả những gì từ tự nhiên và hồn nhiên của Trời Đất đã cho chúng ta. Chúng ta hòa hợp với tự nhiên và hồn nhiên của Trời Đất mà tiến thì chúng ta đang hành Pháp Lý Vô-Vi. Chỉ biết Pháp Lý Vô-Vi là một pháp cho tất cả mọi pháp. Mọi người

đều sống như vậy và phải tiến đúng đường mới giải quyết được. Cũng như trước mặt ta, hiện tại có người đang quay hình ảnh mà những người đó không có chuyên môn, làm sao đem được cái hình ảnh tốt? Những người chuyên môn phục vụ và thương quý chúng ta, họ mới làm được cái điều lành cho chung.

Chúng ta tu cũng vậy, chúng ta biết thương quý cảnh tranh Trời tốt đẹp. Chúng ta tu để lập lại trật tự bừng sáng trong nội tâm thì nhiên hậu chúng ta mới có những lời chơn lý truyền cảm để bố thí chơn ngôn cho chúng sanh, mượn cái đó để giải quyết trong khi khổ tâm, kêu bằng cứu khổ ban vui là Pháp-Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp.

27. Hỏi: Tại sao có đạo tu về Thánh giới, có đạo tu về Tiên giới, có đạo tu về Phật giới. Sự khác biệt như thế nào?

27. Đáp: Anh thấy tại sao ở ngoài đường có loại xe Ford, Chevrolet, xe Honda, xe Toyota? Các đạo đều trở về nguồn gốc ánh sáng đại bi của Trời Phật, thì xuống thế gian mượn phương tiện để tận độ. Phương tiện nào cũng tận độ và nếu đi đúng là chung tiến, cuối cùng cũng đến nơi, không có cái nào khác biệt hết. Cho nên người đạo không nên chê đạo. Thực hành để ảnh hưởng người đó và thực hành đúng như vậy thì chung tiến và càng ngày càng sáng suốt thêm

và càng thanh tịnh thêm.

28. Hỏi: Thế nào là pháp tu tắt?

28. Đáp: Vô-Vi là pháp tu tắt theo con đường Vô là không, Vi là nhỏ cũng không. Trong không, nó còn không. Chuyện lớn làm thành nhỏ. Chuyện nhỏ làm thành không, thì nó mới tu tắt được.

Ở trong gia đình chuyện nhỏ xé to thì con đường dài lắm, nó mới giải quyết được. Trong gia đình chúng ta chuyện lớn làm thành nhỏ, chuyện nhỏ làm thành không, tức khắc chúng ta giải quyết được, không có gì hết. Ngồi lại với nhau dễ dàng.

Đến đây với hai bàn tay không rồi phải trở về với hai bàn tay không, tranh chấp làm chi? Gia đình sẽ ổn định, không có gì khổ. Cách nào cũng có cách giải quyết được hết.

29. Hỏi: Như vậy có phải có căn duyên mới ngộ pháp tu tắt hay sao?

29. Đáp: Mọi người là cái giống của Trời Đất sanh ra, cũng như Lão Tử từ xưa đến bây giờ đều có căn nguyên hết mà không có cơ hội khai thác lấy chính mình vì không hiểu pháp.

Bây giờ các bạn gặp được pháp, cứ lấy pháp này là đường đi khai thác lấy chính tôi. Tôi là một khả năng

của vũ trụ mà tôi không khai thác ra tôi, thì làm sao hòa hợp với càn khôn vũ trụ mà tiến hóa được? Cứ thực hành đi sẽ thấy rõ rệt.

30. Hỏi: Như vậy những người không gặp pháp tu tất thì họ không có duyên may hay sao?

30. Đáp: Họ không có duyên may thì họ phải gặp khổ nhiều. Họ khổ nhiều, lận đận tới già, tới già bệnh mà không có lối thoát, không biết đi đường nào, không có đường hướng thì họ phải chịu cảnh luân hồi.

Người tu Vô-Vi dứt khoát cảnh luân hồi để tiến hóa về điển giới mới hội nhập được thanh quang điển lành của Thượng Đế mà tu tiến.

31. Hỏi: Pháp Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp có phải là một pháp môn tu thiền hay không?

31. Đáp: Nó là một pháp cho tất cả mọi pháp.

32. Hỏi: Tại sao phải gọi dài như vậy?

32. Đáp: Pháp-Lý: pháp là khứ giả, phải rành rẽ, rõ rệt.

Vô-Vi là phải giải thích về không, giải thoát được không không thanh nhẹ.

Khoa-Học là ứng dụng trong mọi trường hợp cũng có thể tiến hóa được, kêu bằng khoa học.

Huyền-Bí là nội tâm của chúng ta sẽ mở ra và tự hiểu,

tự thức, tự tiến.

Phật-Pháp là hướng về sự thanh nhẹ mà đi. Phật-Pháp là vô danh, không có đặt cái ông đó mà quỳ lạy hoài thì mình càng ngày càng nặng trọc. Phật là vô danh cho nên mình phải hành tới thanh nhẹ, mình mới thấy giá trị của một vị Phật. Cho nên Phật, Phật đã nói Phật đã thành, chúng sanh sẽ thành nếu chịu tu.

Không tu thì lân la đời, luân hồi làm thú vật, ma quỷ lần lần cũng đi tới chỗ thanh nhẹ và học tiến ở tương lai nhưng mà nó chậm chút thôi. Thượng Đế có dạy hết, có năng, có mưa là có dạy rồi, trong có có, không không đã dạy con người tiến hóa. Trong trọc, trong thanh cũng đã và đang dạy con người.

33. Hỏi: Tại sao pháp Vô-Vi còn gọi là pháp môn xuất Hồn?

33. Đáp: Pháp Vô-Vi là giải trọc mới xuất về cõi thanh được. Nếu ôm trọc làm sao về thanh được? Thực hành phương pháp Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển, Thiên Định, toàn là giải. Niệm Phật cũng là giải. Từ đầu chí cuối, từ sớm mai tới chiều cũng là giải. Giải cái trọc thì tự nhiên hội tụ cái thanh. Cái thanh về đâu? Thanh là cõi Trời thì nó phải xuất Hồn đánh lễ Phật là đúng. Gần những người đã tu trước hơn mình và thanh nhẹ thì mới bình đẳng trong tiến

hóa theo lời Phật đã nói: “Chỉ hành mới tiến, không hành không bao giờ tiến được.”

34. Hỏi: Xin Thầy giải thích thêm Hồn là gì?

Đáp: 34: Hồn là tinh ba của vũ trụ cấu thành, thì nó có hình tướng như chúng ta nhưng mà nhỏ, gọn hơn, nhắm mắt là xuất đi, trẻ cũng như baby vậy đó. Đi đâu cũng được, nhanh nhẹ, không phải nặng trọc, gõ ghè đi tới hù người ta, không có vụ đó. Nhanh nhẹn, dễ thương.

Người tu ở thế gian mà tu đứng đắn, mặt mày tươi, dễ thương, mắt sáng, mặt tươi. Thấy xác to nhưng mà gom lại có chút xíu thôi. Điểm Linh Quang - mình là một điểm Linh Quang tại trần mà không gom lại thì làm sao mình tiến hóa tới cõi Trời được? Cho nên phải bỏ công. Ở thế gian kiếm tiền cũng phải học, phải khổ, phải dày công mới có tiền. Tu cũng vậy, phải dày công mới tiến hóa tới cõi Tiên Giới và mới thấy được phần Hồn tiến hóa ở chỗ nào mà tiếp tục tu tiến tới vô cùng.

35. Hỏi: Còn xác là gì?

35. Đáp: Xác là cơ cấu của Thượng Đế đã ấn định, không khác gì họa đồ giam hãm phần Hồn, từ nghịch tới thuận để học và tu. Tất cả mọi người ở thế gian có xác nhưng mà cái Hồn bị giam hãm, chỉ theo chiều

hướng của ngoại cảnh, lắm lúc không giải quyết được.

Chúng ta chỉ có tu, khai triển nội tâm, nội thức của chúng ta mới có cơ hội giải quyết. Người đời họ chỉ hướng ngoài thôi. Rồi bí không biết làm sao, làm cái hình ông Phật để nhắc người ta, cứ vậy thôi, thì cũng lẫn quẩn trong vòng lẫn quẩn. Tô đẹp ông Phật mà không biết xây dựng cho mình trở nên tánh Phật, hướng về thanh nhẹ, tu tiến để giải thoát.

36. Hỏi: Làm sao biết được mình xuất Hồn?

36. Đáp: Khi mình tu thanh nhẹ, giải được hết rồi thì nhắm mắt tự nhiên mình ở nơi khác, không phải ở trong thể xác này. Mình có thể liên lạc bất cứ ở chỗ nào. Mình gặp và nhớ rất rõ hình ảnh đã gặp và học hỏi được nơi chỗ thanh nhẹ và mình mới đem sự thanh nhẹ đó bố thí chơn ngôn cho thế gian cùng tu, cùng học.

Mọi người đều liên hệ với Trời, thiêng liêng. Mỗi người sanh ra đều có thiên tính, không phải thú tính đâu. Mọi người sanh ra có thiên tính nhưng không biết tu thì không thấy thiên tính. Tôi thường làm bốn câu thơ

*Thiên địa hữu tình như loại hóa
Mặt người thú tánh nhận không ra
Long lanh trước mắt cho là đẹp
Hóa dục quần sanh lãnh khổ mà.*

Cha đã khổ, để con ra rồi ép lấy vợ, bắt lấy chồng. Nó khổ, khổ, khổ, khổ, khổ, khổ, khổ mãi, khổ tới bây giờ. Chúng ta, một số người cũng đang khổ chứ không có sướng đâu? Quần sanh là khổ, không có ai sướng hết. Sanh, lão, bệnh, tử, khổ rất rõ ràng.

37. Hỏi: Thưa Thầy có thể kiểm chứng được là mình xuất Hồn không?

37. Đáp: Kiểm chứng được chứ. Nếu mình tu đúng đắn, mình xuất Hồn như đêm nay tôi thiền, tại sao tôi đi gặp những người đó? Từ hồi nào giờ tôi không có gặp mà bây giờ tôi gặp? Họ nói những điều hay lẽ phải, tôi cần phải về tu sửa. Vì vậy đêm đêm cứ lo tu thiền để được gặp và học thêm.

Càng thiền, càng minh mẫn, càng sáng suốt chứ không có tin bậy. Họ nói ông Phật, ông Thượng Đế mình không có tin đâu. Chính tôi gặp, tôi nói chuyện mới tin. Những vị mà giáng lâm xuống thế gian xưng Thượng Đế, xưng này, xưng nọ tới với tôi thì tôi nói thật, tôi chỉ có bao nhiêu đây; mà có nói cái chuyện kia, tôi không cần biết, vì tôi chưa đạt tới đó. Nó nói hay lắm, nói siêu, nhưng mà bản thân chưa có kết quả tốt. Tôi tu, bản thân tôi thấy có kết quả, tôi dũng mãnh hơn, tôi đi con đường đó, tôi làm một con người xứng đáng giữa càn khôn vũ trụ. Con người tôi phải có thực chất, khai triển tâm linh cho chính tôi, chứ

không phải nịnh bợ mà được cái gì.

Người thế gian nghe Thượng Đế là sợ lắm, phải nịnh bợ nhờ vả, phải ôm gốc bự để tiến hóa. Không phải vậy, phải tu sửa. Thượng Đế thiết đứng trước mặt chúng ta mà chúng ta không tu sửa, rốt cuộc cũng không đi vào đâu.

38. Hỏi: Xuất Vía là gì?

38. Đáp: Con người có Vía, có Hồn. Mà tu thanh nhẹ rồi thì cái Vía nó mới rời khỏi thế gian. Nó tập tành, nay chút, mai chút, vừa nhắm mắt thấy xuất ra đi đâu? Đi đây, đi đó, đi trong cơ thể mình mà thôi nhưng mà tưởng đi ra bên ngoài. Rồi từ đó mới khám phá đây là một Tiểu Thiên Địa có kim, mộc, thủy, hỏa, thổ, có ngũ sắc, ngũ quan, huyền sắc, huyền quang, màu sắc lộng lẫy, có núi non trên khối óc của chúng ta, trên bộ đầu chúng ta có đầy đủ núi non tươi đẹp. Dưới bụng của chúng ta có tứ hải quy gia. Ngay lỗ rún là quy gia, có nguồn sống vui đẹp ở trong ta. Những vị Phật tu thanh tịnh rồi biết bao nhiêu chuyện phải giải quyết! Dẫn thân tu, càng tu càng thấy rõ chính mình và thấy khả năng vô cùng, mình cần phải học và hành và đi tới vô quái ngại mới đúng là người tu.

39. Hỏi: Còn Hồn Vía tương hội là sao?

39. Đáp: Hồn Vía tương hội là mới thấm thía cuộc

sống. Có Hồn, có Vía đã xa nhau từ nhiều kiếp, bây giờ tương hội. Thương yêu thấy những hình ảnh đẹp, những lời nói đẹp, hai người khấn khít thi thơ dỗi dào trong minh triết, đó kêu là Hồn Vía tương hội. Bây giờ văn minh cũng cho thấy, chúng ta có cơ hội hỏi xem cơ thể chấp nhận được hay là không? Nếu cơ thể không chấp nhận thì phản xạ cơ của ngón tay bật ra.

Nếu cơ thể chấp nhận thì phản xạ cơ của ngón tay khép kín - vững chắc. (*kỹ thuật kiểm tra phản ứng cơ*) thì văn minh thời đại, người ta đã tìm ra hết rồi. Điển mà thôi. Thích hợp hay là không thích hợp, nó cũng trả lời được. Cái cơ thể này nó trả lời được hết. Lần lần sẽ có bằng chứng cho mọi người thấy.

40. Hỏi: Con là một người theo đạo công giáo, nhiều khi đến nhà thờ, không đọc kinh công giáo lại niệm Phật Di Đà nhiều hơn. Vậy khi chết sẽ đi về đâu?

40. Đáp: Niệm Phật là sửa mình. Còn đọc kinh mà không sửa mình thì cũng như không. Lời Chúa nhắc nhở từ li, từ tí mà mình không có sửa đúng theo kinh thánh, cũng tới nhà thờ là vô ích. Niệm Nam Mô A Di Đà Phật là sửa tâm, sửa trí mà vô trong cái nhà thờ chúng ta mới thấy trược thanh nó ra thế nào. Người có thực chất hành và người không hành thế nào? Càng niệm Phật càng thấy được gần Chúa hơn. Niệm Phật để trở về không, mới học từ bi và thực hiện từ bi.

41. Hỏi: Xin Thầy giải thích thêm cho chúng con được rõ:

*Nhân thân nan đắc,
Phật pháp nan văn,
Thiền duyên nan ngộ,
Phật quốc nan sanh.*

41. Đáp: Người thế gian thì tất cả cái gì cũng “nan” hết. Nhân thân nan đắc: Xác này của chúng ta có trong tự nhiên và hồn nhiên chứ không phải ta muốn là có đâu. Tôi thấy xác cô đó đẹp, tôi muốn nhập vô, tôi lấy xác của cô đó, tôi làm của tôi, được không? Không được đâu!

Nhân thân nan đắc: Khó mà có lắm, rất khó hình thành ở thế gian này. Có cơ hội, có khối óc, có tay chân, có cơ tạng tức là phần Hồn đang làm chủ cái Tiểu Thiên Địa này mà không có hành pháp để khai thác nó ra thì rất uổng cho một kiếp. Cơ hội cuối cùng là thể xác này mà thôi. Nếu mà thể xác này diệt là một cuộc đời hành trình của chúng ta bị tận diệt, rồi thì không có làm được gì cho hậu thế. Chỉ có tu mới lưu lại những triết lý cho hậu thế thực hành để họ tự thấy lấy chính họ. Tự tu, tự tiến, đó là bố thí chơn ngôn còn hơn là tu phước.

Phật pháp nan văn: Người đời làm sao hiểu được Phật pháp mà hỏi? Không có hỏi được Phật pháp, chỉ

có tu thôi, không có hỏi. Tu mở ra mới thấy sự thanh tịnh. Phật pháp là thanh tịnh làm sao mà hỏi được?

Siêu mà! Siêu là không có lời thì chúng ta phải thầm tu, thầm tiến. Đến đó chúng ta hiểu. Chớ không phải nói Phật pháp là sao? Bây giờ hỏi làm sao? Hỏi hoài mà chúng ta không hành thì cũng như nước đổ lá môn vậy thôi. Cắt nghĩa cho mình nghe rồi về, mình không hành, cũng như không. Hành rồi mình thấy rõ, chính tôi hành tôi mới thấy.

Tôi đã sửa tâm, sửa tánh một phần nào, lần lần đi tới thanh nhẹ, trật tự siêu giác, chơn tâm khai mở. Lúc đó tôi thấy giá trị của Phật pháp, mới ca tụng Phật pháp như Thích Ca đã thành. Là Thích Ca tụng cái pháp Ngài đã hành, đạt được và truyền lại cho thế gian. Người người nghe qua cảm nhận được sự tu là cần thiết, sự dứt khoát là cần thiết. Khi dứt khoát được là chúng ta mới thấy Bi Trí Dũng, giá trị của Bi Trí Dũng mà tu tiến.

Thiện duyên nan ngộ: Chúng ta không có thanh nhẹ làm sao chúng ta gặp được, biết được giá trị của từ bi mà nói thiện? Phải biết được từ bi và học từ bi mới tạo được thiện ngôn. Người cha thương con phải âu yếm, xây dựng với lời chơn thật, từ bi đối đãi với đứa con. Nhớ lại Đức Phật đã nuôi dưỡng tất cả, giúp đỡ những người đau khổ tự thoát. Nhờ từ bi, mà chúng

ta làm một nghiêm phụ, tâm từ bi không có thì con làm sao phát triển? Phải có tâm từ bi dẫn độ con, mới cảm động tâm thức của nó, nó mới tiến hóa.

Chúng ta là người tu phát triển được luồng điển của chính mình là từ trường sẽ tốt. Từ trường chúng ta nhìn con, là thanh tịnh làm việc rồi. Sự thanh tịnh của mình có thể ban chiếu cho đứa con nó cảm động và noi gương nghiêm phụ của nó mà thực hành đi tới tốt. Cho nên người tu Vô-Vi lợi vô cùng. Mình lập lại quân bình cho chính mình thì từ trường sẽ tốt. Chuyện gì cãi vã, nói chơi, nói giỡn cũng mở được hết. Vì chúng ta thanh tịnh thì luồng điển của Chư Phật thanh tịnh ban chiếu cho chúng ta, tâm thức của chúng ta xán lạn, dễ tha thứ và thương yêu trong lúc bàn bạc xây dựng, mọi người đều mến cảm.

Những bạn đạo Vô-Vi - tại sao tôi tu mà bây giờ tôi nói chuyện một chập bà đó khóc, ông kia ông khóc? Bởi vì tôi đã tránh được khóc và lập lại được quân bình thì từ trường tôi tốt, chiếu cho đối phương, đối phương mới cảm nhận cái chấn động của nội thức của người. Người có mà phung phí, hướng ngoại, người không chịu tu sửa thành ra người cảm động khi nghe tới đó, trúng cái nút đó là phải thức giác, cảm động mà rơi lụy. Cái đó sung sướng, không phải khổ rơi lụy đâu.

Phật Quốc nan sanh: Phật Quốc nan sanh: Ở thế gian

muốn tạo cảnh thiên đàng đâu có được. Phật Quốc là cảnh vô cùng. Ở thế gian tạo được ánh đèn để chiếu người ta vậy thôi, nhưng mà tạo cảnh thiên đàng ở thế gian đâu tạo được? Tạo được Thiên Đàng là Phật Quốc rồi. Không có tranh tụng lẫn nhau. Chỉ có xây dựng và giúp đỡ lẫn nhau mà thôi. Nơi đó là ánh sáng vô cùng tận: Niết Bàn khai mở tâm thức.

42. Hỏi: Người mất đi được an táng bằng cách chôn dưới lòng đất hoặc thiêu; con cháu bị ảnh hưởng chi phối như thế nào với nơi chôn cất?

42. Đáp: Chúng ta thấy xác của chúng ta đây, biết bao nhiêu nghiệp lực từ tiền kiếp truyền tới ngày hôm nay mà chúng ta phát triển không được về tâm linh. Phần Hồn cũng không thấy rõ ràng là nghiệp lực bao vây, cho nên chết rồi nên đốt thiêu cho nó giải tất cả các nghiệp, không có lưu luyến. Ở đời, người Việt Nam, người Trung Hoa cũng vậy, chết thích chôn.

Có nhiều người chôn, con cái đến đúng 40 tuổi là nó phải khùng, vì sự sanh khắc của gia cang cũng còn nó lưu luyến và nó chiếu. Nếu thanh thì không nói gì, mà trước chỉ có phá hoại thôi: gia cang bất ổn. Nhiều người điên mà không biết tại sao điên; khùng mà không biết tại sao khùng, giải quyết không được. Nhiều yếu tố lắm, không phải đơn giản đâu.

Chỉ có tu - trong gia đình anh em có bị như vậy thì

mình tu. Ráng cố gắng tu. Thật tâm tu hướng về một vị Phật A Di Đà mà tu tiến. Luồng điện càng ngày càng mạnh, từ trường càng tốt, chúng ta có thể ảnh hưởng cho phần Hồn con em tự thức giác tu với chúng ta, thì nó mới giải quyết được cái trận đồ không điền của nó.

43. Hỏi: Cha mẹ làm sao mới giúp con cái được an lành? Có phải chiều con theo như Âu Mỹ hay không? Tại sao có câu: con là nghiệp, vợ là oan gia?

43. Đáp: Con là nghiệp. Người mẹ mới đẻ một đứa con là dành cho con đủ chuyện hết. Nó chưa lớn mà dám mở cái 'account' để dành tiền cho nó rồi! Cái tình thương âu yếm của mẹ con không bao giờ kể hết được. Cả quả địa cầu này đều như vậy. Tình mẹ lúc nào cũng âu yếm. Con mình có sai lầm cách mấy cũng là giàu lòng tha thứ và giúp đỡ nó. Cho nên người mẹ chịu tu là tạo cái dù cho con hưởng. Mẹ mà trụ được điện là độ cho con, giúp đỡ cho con tiến hóa. Cái từ trường tốt là cái vốn của Trời Đất cho mình. Bây giờ mình có cái pháp để xây dựng từ trường tốt thì gia cang yên ổn thuận hòa, tốt đẹp.

44. Hỏi: Ở Việt Nam, một số người thường nói pháp thiên Vô-Vi mê tín dị đoan vì nhấn mạnh đến khả năng con người có thể tu xuất Hồn được. Xin Thầy minh giải?

44. Đáp: Vì tập quán ở Việt Nam. Chính tôi là người

Việt Nam từ nhỏ đến lớn bịnh cũng không có uống thuốc tây, uống tàn nhang, ông Thánh, ông Thần độ thôi. Đó là mê tín dị đoan rồi. Vì đó tôi mới khám phá sau khi tôi hành pháp, tôi khám phá được điện năng cơ tạng của tôi liên hệ với cả càn khôn vũ trụ. Tôi thấy tôi từ không giới đến đây rồi tôi phải trở về không. Không có chạy chối chổ nào được hết. Cho nên tôi dày công hành triển một đường một, từ không đến, phải trở về không mới là đặc pháp.

Ở Việt Nam người ta nói tôi mê tín dị đoan. Vô-Vi là mê tín dị đoan vì họ chưa có khả năng thấy chính họ. Họ chỉ tọc mạch thấy chuyện người khác và đồn ra cho người ta là mê tín dị đoan. Làm cho dân trí không mở, xứ sở không lành mạnh, không phát triển, chỉ phá hoại lẫn nhau mà không chịu xây dựng chung tiến, hòa hợp với càn khôn vũ trụ, làm sao chúng ta giàu mạnh được? Xung anh hùng mà không biết Hồn là yếu vô cùng.

Hồn chúng ta mới là chánh nghĩa. Hồn chúng ta mới bất diệt. Dám hy sinh cứu mình và giúp mọi người thì nước giàu dân mạnh.

b. PHƯƠNG PHÁP CÔNG PHU - THIỀN THỰC HÀNH

1. Hỏi: Ngoài cách xem bảng chỉ dẫn của Thầy có thể nhờ bạn đạo kiểm soát hộ mình không? Nếu vậy thì làm sao biết bạn đạo đã thờ và thiền đúng cách?

1. Đáp: Tôi đã dẫn thân quay video hít thở rõ ràng. Đó là bạn thân của các bạn. Nếu bạn thiền, bạn cứ bật ra coi ngày hai lần, thét rồi nó quen. Bạn làm được, chớ không cần kiểm ai. Mỗi người bày một chuyện rồi bày lung tung, nó hư.

2. Hỏi: Tại sao ngài thiền lại phải quay mặt về hướng nam?

2. Đáp: Phải quay mặt về hướng nam vì hướng nam - hỏa sanh hỏa. Mình tập trung lửa ở trung tim chân mày, thì kêu bằng hỏa-hỏa tương giao. Lửa dẫn lửa, phát sáng lạ hơn, còn hỏa kiếm thủy làm sao dẫn được?

Chúng ta lấy tay đánh vô trung tim chân mày một cái, nó xẹt, tá hỏa tam tinh. Rồi luồng điển âm dương từ bên trái qua bên mặt, hợp nhất xuất phát đi lên, hòa hợp với hướng nam. Hướng nam là chỉ thiên đàng, chỉ có lửa chớ không có cửa chặn đường. Luồng điển của chúng ta hòa hợp với luồng điển ở bên Trên thì chỉ có rút đi lên thôi, không có đi xuống nữa.

3. Hỏi: Tại sao ngài thiền thì lưng phải luôn luôn thẳng?

3. Đáp: Phải thẳng lưng, vì nếu chúng ta khòm thì đau ngực. Vả lại, lưng thẳng mới mở đi lên được, khai thông mạch Đốc dễ dãi hơn. Còn chúng ta ngài cong lưng không được, vì khí huyết sẽ uất, cho nên phải luôn thẳng lưng.

4. Hỏi: Tại sao hành giả phải chấp hai tay để niệm?

4. Đáp: Vì chúng ta có âm, có dương. Cơ thể chúng ta có điển âm dương. Hai luồng điển hợp nhất mới xuất phát đi lên, thì cái ý nguyện của chúng ta mới chuyển đạt tới được.

5. Hỏi: Tại sao hành giả phải răng kề răng, co lưỡi?

5. Đáp: Khi chúng ta co lưỡi, răng kề răng là chúng ta đang thực thi “co lưỡi, răng kề răng” mới tập trung tinh khí thần cũng như cái ấn của Quán Âm đã có từ lâu như thế này: hai tay chúng ta chấp lại, làm như vậy là ấn của Quán Âm đây. Tinh, khí, thần trụ, co lưỡi răng kề răng thì nó mới trụ và thăng hoa đi lên được.

6. Hỏi: Tại sao phải niệm Nam Mô A Di Đà Phật 3 lần?

6. Đáp: Niệm Nam Mô A Di Đà Phật là giải tỏa tất cả những sự trược ô trong nội tâm và hướng tâm thẳng đi lên.

7. Hỏi: Tại sao phải niệm Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới Quán Thế Âm Bồ Tát?

7. Đáp: Vì Nam Mô Tây Phương Cực Lạc Thế Giới là nơi thanh tịnh cuối cùng để phát triển phần Hồn. Vì chúng ta phải hướng tâm về đó thì con đường đi chúng ta mới thật sự thanh nhẹ.

8. Hỏi: Tại sao phải niệm Nam Mô Long Hoa Giáo

Chủ Di Lạc?

8. Đáp: Long Hoa Giáo Chủ: khi mà tâm chúng ta tưởng tới Quán Thế Âm Bồ Tát, xán lạn trong nội tâm thì hoa tình thương sẽ ươm nở. Long Hoa Giáo Chủ là phải trụ thanh khí đã chuyển hóa xuống, chứng minh cho chúng ta trong lúc ngồi thiền.

9. Hỏi: Tại sao những người mới tu ban đầu phải niệm Nam Mô A Di Đà Phật ở 6 luân xa?

9. Đáp: Những người mới tu ban đầu phải niệm Nam Mô A Di Đà Phật ở 6 luân xa vì chúng ta đang sống trong tập quán thờ cúng, không biết giá trị khai mở trung tim chân mày, khai mở khối óc và khai mở cơ tạng, đâm ra mê tín.

Phương pháp này là tự khai mở lục thông thì không còn sự mê tín nữa. Sau đó là tùy theo luồng điển phát triển ngay trung tim chân mày, phát triển lên chỗ trán và bộ đầu. Lúc đó là luồng điển càng ngày càng khai mở thì tự nhiên nó trụ tới đó. Lúc nào chúng ta cũng chú ý ngay trung tim chân mày xuất phát ra trước.

10. Hỏi: Có người không cần niệm Lục Tự Di Đà mà chỉ hành thiền, Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển, Thiền Định có mở 6 luân xa hay không?

10. Đáp: Cái đó cũng như là thể thao, nó khác. Còn cái này là ý niệm về phần Hồn, phải có một chỗ thanh

nhẹ và mục đích tiến tới vô cùng tận, nó khác. Còn cái kia là chỉ tập thể thao.

11. Hỏi: Thế nào là niệm?

11. Đáp: Niệm là ý niệm. Ý mình tưởng niệm trong sự thanh nhẹ, không phải ý niệm là la lô cho người ta nghe. Cái đó là khẩu khai, thần khí tán, không bao giờ phát triển trong tâm thức của mình được. Dùng ý niệm mới phát triển được tâm thức.

12. Hỏi: Thế nào là thường niệm?

12. Đáp: Thường niệm là mình niệm, quen rồi. Co lười rãng kề rãng quen rồi, mình cảm thấy khỏe, nhẹ. Cái đó cũng là cái tập quán tốt để khai mở tâm thức và hướng về không để giải tỏa tất cả những phiền não sai quấy của nội tâm.

13. Hỏi: Thế nào là vô biệt niệm?

13. Đáp: Vô biệt niệm là mình niệm quen rồi là vô biệt niệm, lúc đó chúng ta không còn niệm nữa, chỉ có nhớ thôi. Nhớ tới Nam Mô A Di Đà Phật thì đầu tỏa sáng. Nam ở chỗ nào, chỗ đó tỏa sáng. Mô ở chỗ nào, chỗ đó tỏa sáng. Tất cả nguyên lý đều nằm trong Nam Mô A Di Đà Phật. Khi chúng ta nhìn, chúng ta thấy quân bình hay là không quân bình, chúng ta hiểu được. Nếu chúng ta đạt được quân bình thì nhìn đối phương chúng ta rất dễ truyền cảm và hiểu được rất

nhều chuyện.

14. Hỏi: Có người niệm Nam Mô A Di Đà Phật, khi thì cảm thấy thanh thản, khi thì cảm thấy dao động, mặc dù có răng kè răng, co lưởi và tập trung ý chí ở Hà Đào Thành nhưng vẫn không hết. Đó là do sự biến chuyển điển quang ở trong mình hay là do trước điển tung lên?

14. Đáp: Do luồng điển trung ương chưa liên hệ với luồng điển cái của vũ trụ thành ra khi nặng, khi nhẹ. Nếu chúng ta dày công thường niệm như vậy thì sẽ liên hệ với luồng điển cái của vũ trụ. Lúc nào chúng ta tưởng, nó cũng thanh nhẹ hết, kêu bằng tịnh. Tới đó là tịnh rồi - xuất phát. Đó là tịnh, thanh tịnh.

15. Hỏi: Tại sao khi hành thiền, lúc nào mình cũng phải ngó giữa hai chân mày và ý tập trung ở đỉnh đầu?

15. Đáp: Bởi vì chúng ta tu là muốn trở lại ngay thẳng và muốn khám phá tất cả. Còn tu mà đi theo bên tay mặt và theo bên tay trái là giới hạn mức tiến. Chúng ta lấy trung dung, phải ngó ngay để đi tới, và sẽ dẫn tiến tay mặt cũng như tay trái. Bên trong tiểu thiên địa chúng ta, có tả có hữu, có thanh có trọc. Nếu chúng ta là chủ nhân ông, ông vua của một tiểu thiên địa mà không công bằng làm sao dẫn tiến được vạn linh? Chúng ta phải đi trung dung, không nghiêng tay mặt, không nghiêng tay trái.

16. Hỏi: Tại sao khi thiền xong phải xoa mặt, xoa tai và xoa bóp mình và tay chân?

16. Đáp: Bởi vì khi thiền, chúng ta ngồi xếp bằng làm Pháp Luân Thường Chuyển thì điện chạy đều trong cơ thể, mà trong đó liên hệ với hai tay, hai chân. Điện đang chạy rất mạnh, chúng ta giờ lên có thể động những người khâu lắp đi ngang. Chúng ta phải quy nguyên, trở về bộ đầu, trụ đánh lên trên này thì mới chuyển xuống thể xác, rồi chúng ta vuốt mặt để quy lại cái luồng điện vô cơ thể. Thanh điện quy lại, và sửa tướng diện của con người trở nên thọ hơn. Rồi mới bóp tay, bóp chân cho điều hòa, cũng như các môn thể thao làm cho thần kinh được xoa dịu trở lại, vậy thôi! Đó không phải là điều quan trọng của tu. Quan trọng của tu là ý chí và tâm thức.

17. Hỏi: Trong thời gian từ 3 giờ chiều đến 9 giờ tối, có thể làm phép Soi Hồn hoặc Pháp Luân Chiếu Minh hoặc ngồi trụ trên đỉnh đầu niệm lục tự hay không?

17. Đáp: Được.

18. Hỏi: Có người tu lâu, hiện nay vẫn thường xuyên thiền vào giờ Dậu (6 giờ đến 8 giờ tối), như vậy có đúng không?

18. Đáp: Đúng, người có điện, bất cứ đi đứng ngồi nằm cũng đều là thiền. Còn người mới thiền phải lựa

giờ Tý (11 giờ đêm đến 1 giờ sáng) thông khai, luồng điển của Trời Đất thông khai. Mình mượn cái trớn đó mới mở được, làm Pháp Luân Thường Chuyển mới khai mở được.

19. Hỏi: Có phải nhất thiết theo thứ tự là phải Soi Hồn trước rồi sau đó mới làm Pháp Luân Thường Chuyển, sau cùng mới vô Thiên Định? Trật tự đó không bao giờ thay đổi cả, có phải vậy không?

19. Đáp: Đúng như vậy. Trước khi vô thiên là phải niệm. Trước hết chúng ta phải có một đường hướng đi bằng cách nào. Cũng như chúng ta đi trên thuyền mà chiếc thuyền không có hướng là không bao giờ đi tới đất liền được. Phải có hướng trước.

Rồi chúng ta mới Soi Hồn, là chấn chỉnh bộ óc, đầu đó đang hoang. Thượng bất chánh là hạ tắc loạn. Thượng - ở trên óc suy nghĩ đang hoang thì cơ tạng chúng ta mới yên ổn. Soi Hồn để khai tâm mở trí và sửa tánh. Lúc nào cũng nghiêm nghị thực hành đứng đắn.

20. Hỏi: Làm thế nào để được điển rút bộ đầu?

20. Đáp: Chỉ có Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển: Pháp Luân Thường Chuyển nói sao phải làm đúng như vậy thì mới thông Đốc Mạch, điển mới rút bộ đầu. Khi mà Nhâm Đốc Mạch tương thông rồi, là ý dục không có nữa thì điển mới bừng sáng ngay chơn tâm

chân mày. Lần lần điển tiến lên ngay tới trung tâm cái trán bừng sáng ra - cái tuệ giác minh mẫn.

21. Hỏi: Tại sao có người tự nhận là trình độ cao, sắp mở bộ đầu mà vẫn còn thắc mắc nhiều chuyện, nhiều câu hỏi và đi đâu cũng sợ trợn điển của người khác, chỉ ở nhà tu thiền?

21. Đáp: Cái đó là thần kinh có phần yếu. Nếu thần kinh mạnh, dũng mãnh thực hiện Bi Trí Dũng là không có sợ gì hết. Nếu chúng ta cao, tại sao chúng ta không dám độ người khác? Lại sợ người khác, sợ trợn điển? Ta độ trợn điển, cho trợn điển đi đi. Nếu ta sáng, ta cứ chiếu đi, chiếu thẳng vô bóng tối, bóng tối phải tan, có gì đâu? Cho nên một câu nói ra thì mình chứng minh người đó chưa có tiến tới dũng mãnh, chưa hiệp khí cùng Trời Đất, hay sợ này, sợ kia, sợ nọ. Cái đó là chưa hiệp khí cùng Trời Đất, tự gạt và sẽ bị gạt thì có.

22. Hỏi: Có cần ngủ ngời hay không?

22. Đáp: Ngủ ngời là tùy theo bộ đầu rút thanh nhẹ. Khi mà ta ngủ ngời thì nhắm mắt một chút, thấy khỏe thì nên ngủ ngời. Còn ngủ ngời mà mệt, không có nên ngủ ngời, cái luồng điển Đốc Mạch chưa có thông.

23. Hỏi: Làm thế nào để biết mình đang hướng thượng hay hướng hạ? thí dụ: nhãn hướng thượng hay nhãn

hướng hạ?

23. Đáp: Nhẫn hướng thượng: chúng ta làm Pháp Luân Thường Chuyển là đã hướng thượng rồi. Chúng ta niệm Phật cũng hướng thượng, mà giải trược là không có hướng hạ nữa.

Hướng hạ là chúng ta không biết niệm Phật, không cần niệm Phật, không cần làm Pháp Luân Thường Chuyển thì tự nhiên cái dục sẽ bành trướng, kêu bằng hướng hạ. Dục là hủy hoại tâm thân. Hướng hạ là hủy hoại tâm thân.

Hướng thượng là xây dựng cho phần Hồn tiến hóa ở tương lai, hiểu cái điều lành. Chúng ta ôm giữ điều lành thay vì điều ác mộng mà không tiến tới đâu.

24. Hỏi: Cái gì gọi là tinh, khí, thần?

24. Đáp: Tinh, khí, thần là tất cả những gì tề tựu từ nguyên khí của Trời Đất - chất nhờn từ nguyên khí của Trời Đất. Trong cơ tạng chúng ta có tinh mới có khí. Tinh cô động lại mới chuyển hóa khí. Có khí mới có thần. Như bây giờ chúng ta nói chuyện được, chúng ta mới vui. Còn nói chuyện không được là tinh khí không có trụ, âm thanh không xuất phát thì làm sao có thần nhãn mà làm việc? Có tinh khí - bộ gan, bộ mật mới giúp được ba luồng điện tim, gan, thận đầy đủ, con người mới nhẹ nhàng, thoải mái. Tim, gan, thận - ba luồng điện đó

không có giao hợp được là loạn thuyết, thích hơn thua.

c. SOI HỒN

1. **Hỏi:** Xin cắt nghĩa Soi Hồn là gì?

1. **Đáp:** Trên thế gian này chưa có tôn giáo nào thực hành pháp Soi Hồn. Pháp này giúp cho bạn khai mở trung tâm điểm của bộ đầu gọi là Thiên Môn hay Hà Đào Thành và chấn động lực của luồng điện sẽ phát triển mãi mãi đến vô cùng tận.

Khi chúng ta đưa hai tay ngang vai, tất cả các thần kinh của ngũ tạng, tim, can, tì, phế, thận đều hoạt động và toát mồ hôi. Lúc đầu hai ngón tay cái bịt kín lỗ tai thì người mới tu, tánh còn nóng, cảm thấy lỗ tai nghe ồ ồ. Tu lâu bạn sẽ không còn nghe ồ ồ nữa. Lúc đó bạn cảm thấy tinh thần sáng suốt. Người mới tu làm pháp Soi Hồn để khôi phục thần lực đã bị mất đi trong ngày, vì làm việc, vì sinh hoạt chúng ta phải dùng tất cả khả năng sẵn có của chính mình, dùng điện để đổi lấy đồng tiền chén cơm, thì không thể nào không bị suy yếu thần kinh. Khi ta làm việc trở về, ta làm Soi Hồn là ta khôi phục lại chấn động lực của khối óc.

Khi bạn dùng hai ngón tay cái bịt kín hai lỗ tai là bạn đang hội tụ luồng điện về bộ đầu và tập trung nó vào giữa hai chân mày. Ngón trỏ và ngón giữa của bạn chận lên màng tang nơi chân tóc và ở giữa xương

khỏe mắt thì luồng điện cũng chuyển chạy về trung tâm chân mày.

Khi bạn đã có khả năng tập trung được luồng điện đó rồi thì ánh sáng sẽ phóng ra từ nơi Ấn Đường, trung tâm giữa chân mày, tiến thẳng một đường lên trung tâm của càn khôn vũ trụ. Lúc đó chúng ta càng ngày càng cảm thấy thông thả nhẹ nhàng hơn.

Người mới tu nên làm pháp này ít nhất 6 tháng để chấn chỉnh bộ óc. Sự động loạn đã thu hút trần trược quá nhiều, cho nên chúng ta phải chấn chỉnh khối óc trước tiên. Người mới tu không cần thiết giờ giấc. Giờ rảnh có thể làm pháp Soi Hồn để giảm bớt sự động loạn không cần thiết của cuộc đời đau khổ hiện tại.

2. Hỏi: Trong lúc Soi Hồn, tâm trí mình phải như thế nào?

2. Đáp: Mình cứ co lưỡi và tập trung, ngó thẳng ở trung tim chân mày. Cái ý mình ngó thẳng ngay trung tim chân mày và trên đỉnh đầu. Mình tập trung niệm Nam Mô A Di Đà Phật để cho tất cả những luồng điện của thần kinh quy tụ làm một. Tâm ý lúc Soi Hồn mà nếu vọng động, hướng chuyện ngoài nhiều quá, chúng ta phải dùng ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật. Ý niệm chứ không phải miệng môi. Dùng ý niệm để điện chạy đều một vòng hòa hợp với càn khôn vũ trụ, nó mới mở được.

3. Hỏi: Trong lúc Soi Hồn có nhiều tư tưởng tạp nhạp thì phải làm sao?

3. Đáp: Tư tưởng tạp vào thì chúng ta chỉ niệm Phật thôi. Dùng ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật là giải nó ra. Bởi vì Nam Mô A Di Đà Phật đã quy không, đã trở về không, tức không là gì? Không là ánh sáng. Bây giờ ánh sáng đang chiếu cho chúng ta, không ai bắt được. Ánh sáng đến thì bóng tối phải dang ra.

4. Hỏi: Soi Hồn cần thiết như thế nào?

4. Đáp: Người mới tu phải Soi Hồn, rất cần thiết Soi Hồn để trụ. Soi Hồn là chính mình sửa tâm, sửa tánh. Khi nó trụ rồi tâm tánh mình đâu đó cũng đàng hoàng, chánh đại quang minh. Nếu Soi Hồn không trụ là tâm tánh bất thường.

5. Hỏi: Tại sao phải Soi Hồn?

5. Đáp: Soi Hồn là chấn chỉnh khối óc của chúng ta lại. Hai luồng điển - hai sợi thần kinh ở đây, nó thông suốt vô trung ương (trung tâm chân mày) phát sáng. Soi Hồn là làm cho ổn định thần kinh khối óc của chúng ta. Khi chúng ta sơ sanh giáng xuống thế gian là chúng ta ngây thơ, quy nguyên thanh thần, nhẹ nhàng. Bây giờ chúng ta sống với cảnh đời lôi cuốn, làm nhiều động thần kinh, càng ngày càng suy yếu thì cái chấn động lực chúng ta mới yếu kém. Phải gom

lại để chấn động lực mạnh lên. Lúc đó hào quang chúng ta sáng suốt và ổn định hơn. Càng ngày, càng quên tất cả thế sự, trở về chơn tánh trong lúc sơ sanh thì con người tươi tắn.

Soi Hồn chú ý trung tim chân mày là đường khai mở. Sửa tâm sửa tánh lâu ngày sẽ thành một tập quán tốt, khai triển con mắt thứ ba, nhắm mắt thấy rộng và nhẹ nhàng thì mới thật sự là buông bỏ.

6. Hỏi: Khi Soi Hồn hai ngón tay bịt hai lỗ tai để làm gì?

6. Đáp: Vì lỗ tai của ta hằng ngày tiếp xúc những chấn động bên ngoài, cho nên đêm lại công phu chúng ta bịt hai lỗ tai lại, vừa thôi chứ không phải ép mạnh. Nhiều người ép cho mạnh, động thần kinh trong đó, không được. Bịt cho hai cánh tay vừa ngang vai là đủ rồi. Nó bịt để cách biệt những chấn động của bên ngoài và phát triển những chấn động thanh nhẹ ở bên trong tâm thức và thăng hoa nhẹ nhàng.

7. Hỏi: Có cần bịt lỗ tai thật kín hay không?

7. Đáp: Không cần chặt kín. Nhiều người bị con la nhiều quá, chông la nhiều quá muốn bịt kín cho rồi. Không phải vậy, đâu có cần bịt kín. Điển mà, chỉ giơ ngay ngang vai là kín rồi, vừa ngang vai là vừa kín, vừa đúng và không động thần kinh. Nhiều người ép quá, động thần kinh không tốt, có mấy chục ngàn sợi

thần kinh, không phải ít đâu.

8. Hỏi: Để ngón tay trở chận ở trán để làm gì?

8. Đáp: Những ngón tay của ta là kết hợp từ trong cơ tạng. Tim, gan, tì, phế, thận là ngũ hành. Hai bên luồng điện âm dương hợp lại. Vừa để tay lên là điện chạy rồi và ý chúng ta tập trung ngay trung tim chân mày là điện tụ lần lần ngay chỗ đó. Lâu ngày nhắm mắt là vừa để tay lên là thấy sáng rồi.

9. Hỏi: Tại sao ngón tay giữa lại kéo nhẹ mí mắt?

9. Đáp: Ngón giữa đặt nhẹ nhẹ ở mí mắt. Soi Hồn ở đây, nó có một cái thần kinh liên hệ về con mắt. Làm lâu ngày con mắt sẽ sáng. Nhiều người mắt cận thị bây giờ cũng có thể bớt độ đeo kính đi.

10. Hỏi: Nguyên tắc của Soi Hồn là nhìn thẳng ngay trung tim chân mày, lắng nghe điện chạy trung tim bộ đầu, có phải vậy không?

10. Đáp: Những người ban đầu hay lo chuyện đời, bịt vô lỗ tai hay nghe tiếng ồ ồ đó. Chúng ta cứ theo tiếng ồ đó, nghe lần lần sẽ giải, cái tiếng đó sẽ đi khỏi, không còn ở trong lỗ tai nữa thì chúng ta bắt đầu tập trung được rồi.

11. Hỏi: Khi nói đến nhắm mắt mà nhìn thẳng, như lỗ tai lại bịt mà lắng nghe, như vậy có mâu thuẫn hay không?

11. Đáp: Không, tự nhiên như vậy. Khi chúng ta bị lỗi tai, những người mới tu bị vô nghe ồ ồ trong này. Cứ để ý chỗ đó, từ từ sau này chúng ta bị lỗi tai vô thì không còn sự ồ ồ nữa. Một thời gian lâu nó sẽ đi mất, lúc đó là tâm chúng ta đã bắt đầu thanh tịnh, tốt rồi.

12. Hỏi: Soi Hồn cần bao nhiêu phút mới được?

12. Đáp: Ít nhất là 5 phút tới 15 phút là nhiều nhất.

13. Hỏi: Có cần làm hơn số quy định đó hay không? Và có hại gì không nếu mình làm thêm?

13. Đáp: Không cần làm hơn, cái gì quá cũng là hư; cái nào vừa là đúng.

14. Hỏi: Làm sao biết được là mình Soi Hồn đúng 15 phút nếu mình không mở mắt nhìn đồng hồ hoặc là để đồng hồ reo báo hiệu để khỏi làm phiền bạn đạo chung thiên?

14. Đáp: Nếu mình muốn, hiện tại vẫn mình có đồng hồ reo thì mình để đúng 15 phút cho nó reo rồi mình nghỉ. Cái đó cho mấy người ban đầu, tập cho nó quen. Còn nếu người ta làm quen rồi, người ta đâu có cần? Khi làm cho nó bừng sáng hết tất cả là người ta đã biết bao nhiêu phút, bao nhiêu giờ rồi.

15. Hỏi: Làm sao biết được là Soi Hồn có kết quả đúng?

15. Đáp: Khi mà có kết quả đúng là tâm tánh mình được thay đổi. Hồi nào giờ thích nói láo, bây giờ hết rồi. Lần lần nó sửa tâm, sửa tánh, nó không có nói bậy nữa, đâu đó đàng hoàng, nghiêm chỉnh. Cặp mắt thay đổi tốt, cái nhìn nó khác.

16. Hỏi: Xin cho biết sự hữu ích của Soi Hồn?

16. Đáp: Soi Hồn là chấn chỉnh tất cả những chấn động trên khối óc, đâu đó có trật tự, nhìn khác. Bộ đầu càng ngày càng phát triển thì cơ tạng càng ngày càng phát triển theo. Bên trên đàng hoàng thì bên dưới sẽ tiến hóa chung một đường lối và không vọng động nữa. Những người Soi Hồn một thời gian, bây giờ giận ai rồi tôi muốn trả thù người đó, ghét người đó, vừa Soi Hồn nó ra cả một chương trình từ đầu chí cuối là hậu quả mình lãnh đủ thôi, không có làm chuyện trả thù nữa. Vì nó là một cơ quan quan trọng và nó sẽ giúp đỡ cho con người khai tâm mở trí và sửa tâm, sửa tánh thay đổi tất cả bên trong, sự uất hận của bộ gan.

17. Hỏi: Người thiếu mất mấy ngón tay làm sao Soi Hồn được?

17. Đáp: Thiếu mất mấy ngón tay có thể lấy bông gòn bịt lỗ tai lại trong giờ đó. Dùng ý niệm Phật, nhìn thẳng trung tim chân mày, tập trung ba báu linh: tinh, khí, thần rồi điện nó cũng chạy. Cái này là thuộc về điện

ting, khí, thần - cũng là điển mà thôi. Điển mà trụ ngay chơn tim chân mày mới sửa tâm, sửa tánh được.

18. Hỏi: Khi Soi Hồn hai cánh tay bị mỏi thì phải làm sao?

18. Đáp: Hai cánh tay bị mỏi thì có cái phương pháp xả thiền làm cho máu nó chạy đều đó, bóp bên này, bóp bên kia thì nó chạy đều rồi mình Soi Hồn lại, đâu có sao đâu.

19. Hỏi: Khi Soi Hồn mà bị nhức đầu thì Soi Hồn có hết được hay không?

19. Đáp: Những người nhức đầu kinh niên dày công Soi Hồn thì bệnh đó tự động sẽ đi mất. Nhiều người đã thành công rồi.

20. Hỏi: Khi Soi Hồn ba ngón tay bị nóng thì phải làm sao?

20. Đáp: Ba ngón tay mà còn nóng là cái gan trược. Chúng ta bây giờ đã tìm ra nhiều cách rồi. Phải cho cái gan ăn nhiều chất rau, chất xanh nhiều thì nó bớt nóng. Hay là uống nước chanh. Bữa sớm mai chúng ta uống nửa trái chanh, một chút tiêu, một chút muối thì cái phần đó cũng sẽ giảm được.

21. Hỏi: Đôi lúc Soi Hồn lại bị ngộp, đó là trạng thái gì?

21. Đáp: Bị ngộp đó là hiện tượng của tim. Khi mà Soi

Hồn thấy ngộp là tim không có tốt, không có đàng hoàng rồi. Cái đó là người thiếu thể thao, cần phải đi bộ mỗi ngày ít nhất một hai tiếng đồng hồ. Soi Hồn không có bị vấn đề đó.

22. Hỏi: Tại sao có lúc Soi Hồn dễ dàng nhưng có lúc lại gặp khó khăn?

22. Đáp: Khó khăn là vì sự lo âu của chuyện đời dấy động quá nhiều. Cái gì mình cũng muốn mau hơn thiên hạ, cái gì mình cũng muốn tốt hơn thiên hạ thì bận rộn áp đảo, không khác gì sóng nhờ, vô ngời Soi Hồn thì không còn ý nghĩa của Soi Hồn nữa. Sự vọng động tràn ngập trong óc mình, làm không được, làm một chút là chán. Soi Hồn là phải yên lặng, phải thấy rõ, phải nhìn rõ Đức Phật từ bi trước kia Ngài là gì? Ngài từ trong vọng động mà giải tỏa được sự vọng động, ngày nay Ngài mới được thanh nhẹ. Bây giờ chúng ta phải giải tỏa những sai lầm của chính mình, ăn năn sám hối thì việc làm chúng ta mới tốt.

23. Hỏi: Trong ngày mà rối rảnh có nên Soi Hồn thêm hay không? Và bao nhiêu lần trong ngày?

23. Đáp: Nếu làm được trong ngày 3 lần thì tốt lắm. Sớm mai, trưa, chiều cũng được.

24. Hỏi: Soi Hồn là để gia tăng chấn động lực. Xin giải thích thêm?

24. Đáp: Soi Hồn là chúng ta tập trung tinh khí thần, là tinh ba được tập trung tiến lên hòa hợp với chấn động của càn khôn vũ trụ thì chúng ta mới hòa hợp với tinh ba của càn khôn vũ trụ. Lúc đó mà ánh sáng xuất ra, Hồn chúng ta xuất ra, thấy một cái hột sáng. Hồn cũng như thể xác này mà nó nhỏ gọn, có thể đi đứng được - tinh ba của vũ trụ. Thế gian nhờ tinh ba của cha mẹ mới có thân xác. Chúng ta tu nhờ tinh ba điển khí của vũ trụ, Hồn chúng ta mới đi đứng được dễ dãi.

25. Hỏi: Gia tăng chấn động lực là gì?

25. Đáp: Gia tăng chấn động lực - thay vì sự sáng suốt của chúng ta hướng ngoại, bây giờ chúng ta Soi Hồn, chỉ hướng nội phát triển một đường đi lên thôi. Đó kêu bằng gia tăng phù hợp với chấn động thanh tịnh đi lên, để rút đi lên chứ không phải chấn động dầm đá như thế gian.

26. Hỏi: Tại sao Soi Hồn là để quy nguyên khối óc thần kinh?

26. Đáp: Đó là phải quy nguyên tất cả những gì trong tự nhiên và hồn nhiên chúng ta có. Chúng ta có khối óc áp dụng về tình đời quá nhiều động loạn. Bây giờ chúng ta muốn giải tiến đi lên, quy nguyên trong sự thanh tịnh mới sáng suốt được, mới hội nhập trong sự thanh tịnh, sáng suốt được.

27. Hỏi: Khi Soi Hồn trạng thái ê ê nặng nặng giữa chân mày, đó là trạng thái gì? Tốt hay xấu?

27. Đáp: Trạng thái đó là tốt. Hai luồng điện đang bắt đầu hiệp nhất. Nó nặng ngay trung tim chân mày rồi nặng ngay trung tim giữa trán là khi có thể xuất được thì chỉ thấy chuyện đời, cảnh này, cảnh nọ, xứ này, xứ nọ.

Còn quy nguyên lên trung tim đỉnh đầu, lên trên mở ác này là nó tiến về Bồng Lai tiên cảnh. Chỗ đó đẹp lắm, đẹp vô cùng. Con người, người ta dễ thương và thông minh lắm, gặp ai cũng thông minh hết, chớ không có hỗn ấu, giận hờn như ở thế gian. Không có!

Chỉ thanh tịnh, giải quyết tất cả mọi sự việc. Cái đó là Bồng Lai tiên cảnh. Khi mà các bạn đi đến đó, các bạn muốn có cái ly, thì một chút có cái ly theo ý mình muốn, màu sắc chớ không phải đi tìm kiếm khổ cực. Cho nên trình độ không mua, không bán là vậy. Tu đến đó là tận hưởng về đó. Như ngày hôm nay chúng ta làm con người, sung sướng hơn con thú nhiều. Tuy bây giờ vẫn minh, chúng ta thấy chậm nhưng mà chúng ta có thể đi mua, order một bộ đồ bạn tốt được. Mua được cái bàn tốt, mua một cái ghế tốt do mọi người sắp đặt nhưng mà nó có. Còn trên kia chúng ta muốn là nó phải có, điển mà. Nó sẽ chạy tới tức khắc, không có bê trễ. Mọi người ở thế gian muốn

mua cái gì, muốn là có liền. Khi tâm thức của chúng ta trụ lên rồi thì muốn cái gì phải có cái đó. Ở cảnh giới đó khác.

Cho nên ở Thiên Đàng, những người tu tiến về siêu quốc, nó còn những chỗ siêu quốc tốt đẹp hơn ở đây nhiều. Ở đây mới mở một phần, cái trí hợp tác mà tạo ra computer. Computer còn nói chuyện được khắp thế giới. Mà khi tâm thức thanh tịnh nhẹ nhàng, chúng ta có thể liên lạc bất cứ ở đâu cũng được. Nhẹ hòa với nhẹ, ăn khớp dễ dãi vô cùng, không có gì khó khăn hết. Người tu thành đạo không bao giờ làm khó bất cứ ai mà xây dựng cho chung thì thành tâm phục vụ thôi.

28. Hỏi: Trạng thái ê ê, nặng nặng ở giữa chân mày có sự khác biệt gì giữa hai phái nam và nữ hay không?

28. Đáp: Cũng vậy đó thôi. Nam cũng mang cái xác phối hợp âm dương, nữ cũng âm dương, không có gì khác đâu. Nhờ đó phát triển ra mới khai tâm mở trí và sửa tâm tánh được tốt.

29. Hỏi: Soi Hồn là mạch điện, xin giải thích thêm?

29. Đáp: Mạch điện rõ ràng: hai âm dương hợp nhất là mạch điện đó. Bây giờ mình muốn có điện, có âm tinh nói chuyện ở đây mà không gắn cái đó vô làm sao có điện chạy được? Gắn cái mát đó vô nó mới

chạy được, hai cái mát điễn.

Muốn thấy điễn là cái gì? Chúng ta đánh một cái ở đây, nó xẹt ra tá hỏa tam tinh, nó xẹt ra ba mươi sáu ngôi sao trước mắt, xẹt lửa - đánh một bạt tai, xẹt lửa, chứng minh thể xác của chúng ta toàn là điễn. Có âm, có dương mà chúng ta sử dụng loạn, mất trật tự thành ra lo âu. Nếu chúng ta hướng thượng, tiến về sự trật tự văn minh của càn khôn vũ trụ thì chúng ta chỉ có an vui và tận hưởng mà thôi.

30. Hỏi: Soi Hồn mà bị mê đi, trạng thái đó tốt hay xấu?

30. Đáp: Tốt, cái đó nó bắt đầu phối hợp được hai luồng điễn rồi nó mới mê, mà trong mê có tỉnh. Đang mê mà kêu là tỉnh liền, chứ không phải mê luôn, kêu không thức dậy đâu. Cái gì đi ngang, nghe cũng hiểu hết. Trong mê có tỉnh là vậy, là người thông minh chứ không còn ngu nữa.

31. Hỏi: Soi Hồn đỉnh đầu mát và xương sống mát lạnh, đó là trạng thái gì?

31. Đáp: Mát lạnh thì không tốt, ấm mà phát sáng là tốt. Xương sống đi lên ấm và phát sáng là tốt. Bộ đầu mát, nhẹ cũng sáng là tốt.

d. NIỆM PHẬT

1. Hỏi: Tại sao phải niệm Nam Mô A Di Đà Phật?

1. **Đáp:** Mục đích niệm Nam Mô A Di Đà Phật là một liều thuốc khai đại trí, chứ không phải niệm Phật để nhờ Phật độ hay là dụng ý hại người khác. Tự thức là chánh pháp. Pháp Lý Vô-Vi là tu bằng trí bằng ý. Tu bằng trí bằng ý thì phải biết niệm Phật. Niệm Phật là gom thấu cái chấn động lực trụ hóa phát triển đi lên, kê bằng trí ý phát triển đi lên, trở về không mới hòa hợp với không giới để tiến hóa được.

Các bạn nên lưu ý: niệm, thường niệm, vô biệt niệm, tập lần lần. Chúng ta tập lần lần, niệm, thường niệm, vô biệt niệm là không niệm một cái gì hơn là nhớ nguyên lý Nam Mô A Di Đà Phật.

Tất cả càn khôn vũ trụ phối hợp thu ngắn:

Nam là lửa,
Mô là không khí,
A là nước,
Di là phát triển,
Đà là màu sắc,
Phật là linh cảm.

Cộng cỏ cũng có bao nhiêu công chuyện đó. Vạn linh đồng nhất. Chúng ta hiểu nguyên lý này, chúng ta càng ngày càng áp dụng nhiều hơn, thực hành nhiều hơn. Thế gian có cơ hội thức tâm, hiểu được nguyên lý từ cạn đến sâu, từ nặng đến nhẹ thì các bạn mới đạt được quân bình thăng tiến sẵn có của tâm linh.

2. Hỏi: Khi niệm Phật có một nhịp rung động liên tục từ trước trán lên bộ đầu, sự rung động hòa nhịp vào nhịp đập của mạch máu tim, sự rung động càng lúc càng mạnh. Điều trên có đúng hay là hại?

2. Đáp: Cái đó đúng. Nên trụ ngay trung tim bộ đầu và nhớ Nam Mô A Di Đà Phật nó còn thanh nhẹ hơn.

e. PHÁP LUÂN CHIẾU MINH

1. Hỏi: Nên tập Pháp Luân Chiếu Minh vào lúc nào, và công dụng của Pháp Luân Chiếu Minh?

1. Đáp: Sau khi ăn cơm 2 tiếng đồng hồ là làm được. Công dụng của Pháp Luân Chiếu Minh là điều hòa cơ tạng và giúp cho tứ chi ấm áp.

Pháp Luân Chiếu Minh sẽ sửa trị cơ tạng trở lại thanh nhẹ thì con người mới vui được. Pháp này giúp cho bộ ruột sa thải nhiều độc tố nên cơ thể khỏe và có giấc ngủ ngon, sáng đi làm nhẹ nhàng. Pháp này còn giúp gia tăng sự kiên nhẫn trong lúc làm việc, hay nhận xét việc gì thì cũng rất bình tâm vì cái hỏa can (gan) được giải, bộ ruột được thông, óc được nhẹ.

2. Hỏi: Tại sao khi thở Pháp Luân Chiếu Minh thì phải chú ý đến rún?

2. Đáp: Tại sao bạn phải nghĩ đến rún? Nghĩ đến rún là chú ý tới trái thận. Vì thận với rún liên hệ trực tiếp với nhau. Khi ta hít đầy như thế này, cái hơi ép phía đằng

sau. Khi ta thở ra thì cái hơi cũng ép ra sau. Hai hơi hít ra và thở vô là một hơi thở liên tục, nó nhập lại là phải liên tiếp thở hơi thứ hai để thành lực lượng mạnh, ép trước khí của trái thận và trước khí của ngũ tạng và sẽ đẩy ra theo đường đại tiện, tiểu tiện hay các lỗ chân lông. Lúc thở Pháp Luân Chiếu Minh, trong khi bạn chú ý tới cái rún là bạn tập trung vào thể Vía của các bạn. Sự liên kết sẽ giúp cho phần Hồn và thể Vía của bạn có cơ hội tương hội với nhau, một khi mà trật tự của thể xác bạn đã lập lại được quân bình.

Đối với người mới tu, đối với thanh niên tập thể thao là những người hay hít vô ngực, kêu hít vô bụng thì thấy khó khăn, nhưng tập tùy theo khả năng của mình. Sau này cố ý phải hít cho kỳ được thì hít vô là phải đầy rún.

3. Hỏi: Xin Đức Thầy kể lại lúc đầu hành trình của Đức Thầy gặp khó khăn khi làm Pháp Luân Thường Chuyển và nguyên nhân nào phát sinh ra thở Chiếu Minh?

3. Đáp: Lúc ban đầu tôi làm Pháp Luân Thường Chuyển, tôi làm cũng không được. Vô ngồi thiền, tôi thiền cũng không được. Tôi tính bỏ cái pháp này, không làm được.

Ngồi 5 phút, ngồi cũng không yên, làm Pháp Luân Thường Chuyển hít cũng không vô, bởi vì mình học võ, tập thể thao đâu có hít vô bụng được? Lúc đó tôi

nói: “nếu có Quán Âm thì giúp tôi, tôi muốn tu lắm, tôi muốn hành pháp này”... thì tôi vừa nằm ...ở đường hẻm Việt Nam...nằm ghé bố thì tự nhiên bụng tôi cứ hít vô, thở ra, hít vô, thở ra mà tôi muốn ngưng, ngưng không được.

Tôi thấy sao lạ vậy? cứ hít vô, thở ra, hít vô, thở ra 1 tới 12, rồi 1 tới 11, rồi 1 tới 10, 1 tới 9, 1 tới 8, 1 tới 7, 1 tới 6, 5, 3, 2, 1 rồi ngưng. Tôi muốn hít, hít lại không được. Rồi một hồi, tôi mới tự động làm, cũng bao nhiêu công chuyện làm đó, tôi thấy khỏe quá. Làm hai, ba lần một đêm, rồi tôi thấy khỏe.

Sáng tôi đi xuống thăm Ông Tư. Ông Tư nhìn, ông nói: “Hít được rồi”. Ông nhìn mặt, ông nói: “Hít được rồi!”. Thì mình cũng nói: “Ông này thiệt là tinh, mình chưa nói mà ông nói: hít được rồi”. Tôi cũng không khen ông hay, vì tôi sợ ông gạt tôi. Tôi nghĩ, mình ngồi đó: “dạ dạ”, ngồi vậy thôi. Nhiều cái ông nói trúng mình mà tôi không bao giờ khen, khen sợ ông làm bậy thành ra tôi sợ lắm. Tôi sợ người ta gạt, tôi không có bao giờ khen bậy đâu, thành ra ông nói: “thằng cha này khó chịu nhất thế giới này, thử tôi đủ chuyện hết”. Ông nói tôi vậy đó.

Cho nên mình muốn học cái gì, phải nghe, phải xét cho kĩ rồi phải hành cho đúng thì mới đạt được kết quả. Nghe mà không xét, cứ đâm đầu làm lung tung

hết thì làm loạn cho chính mình. Phải xét cho kĩ và hành cho đúng mới có kết quả.

4. Hỏi: Thưa Thầy, tại sao thờ Chiêu Minh phải đếm từ 1 cho đến 12 rồi từ 1 cho đến 11...cho tới số 0?

4. Đáp: Bởi vì tất cả 1 tới 12 là một giáp. Từ một giáp mà giải được một giáp trở về không mới là đúng toán Trời, 24 trên 24. Chúng ta sống đây cũng 24 trên 24 mà giải được là tất cả trở về không mới là đúng. Về không là thanh nhẹ, không còn nghiệp, không còn nghiệp duyên nữa. Trong thực hành mà hiểu được đạo mới là đúng. Đạo vốn quân bình, là không.

f. PHÁP LUÂN THƯỜNG CHUYỂN

1. Hỏi: Định nghĩa Pháp Luân Thường Chuyển?

1. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển huệ tâm khai. “Hít vô đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu” là lấy nguyên khí của Trời Đất giải mở, đổi chiều thuận tiến đi lên thay vì vọng động hướng hạ tranh chấp, thì Pháp Luân Thường Chuyển có thể giúp cho kẻ hung hóa hiền.

Chúng ta phải nương theo nguyên khí của Trời Đất mà khai mở những lối bịch ở bên trong thì phần Hồn mới được nhẹ và làm Pháp Luân Thường Chuyển như vậy thì huệ tâm mới khai. Hiệp khí cùng Trời Đất, ổn định, huệ tâm khai mới thấy cảnh Tiên mà lo tu. Khoa Học Huyền Bí nội tâm khai mở mới tu được.

2. Hỏi: Tại sao phải làm Pháp Luân Thường Chuyển?

2. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển là lấy nguyên khí của Trời Đất để khai mở cơ tạng. Cơ tạng của chúng ta cấu trúc bởi nguyên khí của Trời Đất, do chúng ta ăn cơm, lớn lên cũng phải do nguyên khí của Trời Đất ban chiếu hạt gạo mới thành thì chúng ta mới có cơm ăn. Ăn vô thì biến sanh thủy, thủy biến sanh khí, khí biến sanh sắc, bụng đói mặt xanh, ăn no mặt hồng. Đó là điển. Tất cả chúng ta là điển. Phải lấy Pháp Luân Thường Chuyển khai mở ra. Điển hòa hợp với điển, tâm con người mới ổn định. Khi hiệp nhất cùng Trời Đất thì huệ tâm mới sáng.

3. Hỏi: Tại sao Pháp Luân Thường Chuyển hít vô đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu đi trái ngược lại cái thở của thể thao?

3. Đáp: Vì lúc ra đời sơ sanh đứa bé nào cũng dùng bụng hít. Hít đầy rún là liên hệ với thận, thận mới chuyển từ Đốc Mạch lên khối óc, huệ tâm mới khai. Còn thở thể thao là giữ thể ở thế gian, là giữ cho thể xác thôi. Thể xác giới hạn một trăm năm, tới lúc nào không có thể giữ được rồi cũng ra đi, không có thức được và không hiểu được sự sai lầm của phần Hồn mà tiến hóa.

4. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển thì chú ý ở đâu?

4. Đáp: Luôn luôn phải chú ý trung tâm chân mày. Tánh tình con người hay gian trá, cần tập trung ngay trung tâm chân mày để sửa tánh hư tật xấu.

5. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển có cần thiết phải ra lệnh hay không? Tại sao phải ra lệnh: “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”?

5. Đáp: Xác của chúng ta luôn luôn lười biếng. Nó chỉ biết ăn, chơi, ngủ thôi thì chúng ta phải ra lệnh. Nếu không ra lệnh thì nó quên. Các bạn làm Pháp Luân Thường Chuyển, cứ nói: “tôi hít vô, thở ra thôi, ra lệnh làm gì”? Không ra lệnh nó không làm, nó lười biếng. “Đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”: cái ý mình tưởng như vậy. Dùng ý tưởng như vậy, làm quen thét rồi, ý vừa chuyển là bụng phình và nó chuyển đúng hướng theo Pháp Luân hòa hợp với càn khôn vũ trụ mà tiến hóa. Cái thở của thể thao là phải hít vô, giữ đầy ngực để cho hai tay mạnh đánh đối phương. Còn ở đây, mình hít vô để khai thông Đốc Mạch. Từ đằng sau xương sống, xương khu, xương cụt, đi lên tới môi đằng trước là cái vòng chuyển cả tiểu vũ trụ của bản thể mình hòa hợp với Đại Vũ Trụ, kêu là Đốc Mạch. Đốc Mạch thông, khai triển tới Nhâm Mạch, con người mới đi tới diệt dục. Đi một vòng mới là dẫn tiến, mở đường cho phần Hồn tiến hóa. Cho nên phải ra lệnh: “hít vô đầy rún”. Tại sao “phải đầy rún”? Cái rún đối chiếu với cái thận. Khi các bạn ngồi xếp bằng, thì thận phải cần

thủy, nước quy hội về trái cật trị bệnh đau lưng. Hít vô đầy rún thì đem sức ấm vô sưởi trái cật, rồi từ trái cật mới thông suốt từ xương sống đi lên tới môi trên.

Khi châm cứu, tại sao người ta nói: “A! tôi đau lưng dữ quá”! Chích một mũi ngay môi trên, lưng lại hết đau? Bởi vì điểm này thuộc luồng Đốc Mạch, không cần chích sau lưng, mà người ta chích môi trên là hết đau lưng.

Tiếp theo Đốc Mạch là Nhâm Mạch, khi hai luồng khí điểu đó chuyển lên, nhắm con mắt, thấy mình xuất đi ra. Làm Pháp Luân Thường Chuyển phải hít vô như vậy mới mở được. Lấy lực lượng cả càn khôn vũ trụ để mở và dẫn tiến, đưa chúng ta đi. Rõ rệt đường lối như vậy mới kêu bằng xuất. Còn ngồi đây mà tưởng tượng tôi đi, đó là ảo ảnh! Còn ở đây, thật sự phải làm sao để mở, để đi ra. Chỉ có bấy nhiêu đó thôi!

6. Hỏi: Khi ăn no khoảng mấy tiếng mới làm được Pháp Luân Thường Chuyển?

6. Đáp: Sau hai tiếng đồng hồ làm được rồi. Nó giúp đỡ bao tử, giúp đỡ bộ ruột, khai thông Nhâm Đốc Mạch.

7. Hỏi: Pháp Luân Thường Chuyển có cần dẫn hơi thở hoặc chú ý đến hơi thở như các pháp thiền khác hay không và tại sao?

7. Đáp: Cứ hạ lệnh như vậy: “đầy rún, đầy ngực, tung

lên bộ đầu”. Nếu chú ý dẫn hơi là sai, vì con người không có nhẹ nhàng, dẫn sai tới đó rồi muốn nghĩ chuyện này, chuyện kia. Phải làm y như vậy lâu ngày sẽ hội tụ tốt đẹp và bên trong nó thông, hết tức ngực, tức là cái đầu thông rồi. “Đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”, thông thì nhắm mắt là nó phải thấy sáng.

8. Hỏi: Trong các băng giảng của Đức Thầy thuộc về Pháp Luân Thường Chuyển có đề cập đến vấn đề kĩ thuật hít thở không cho xuống dưới bụng, thưa Thầy tại sao?

8. Đáp: “Đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”, không có cho xuống dưới bụng. Xuống dưới bụng động hỏa tam muội, xông sức nóng lên trên óc, lên cặp mắt thì những người đó, hít dưới đơn điền để có sức mạnh đánh võ. Chúng ta không có đánh võ, chúng ta tu bằng trí, bằng ý, thuận thiên tiến hóa, không có đánh võ.

9. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển có cần nghĩ đến hít hơi vô lỗ mũi hay không?

9. Đáp: Hít bằng lỗ mũi mới chuyển từ khối óc, đi vô từ trong bụng qua thận, thận mới chuyển tới Đốc Mạch đi lên bộ đầu. Từ bộ đầu chuyển xuống Nhâm Mạch - từ môi chuyển xuống hậu môn ở dưới, là Nhâm Đốc tương thông. Nó chạy một chu luật về điển thăng hoa, mới mở huệ tâm được.

10. Hỏi: Làm Pháp Luân Thường Chuyển có nên để ý tưởng hít hơi vô đỉnh đầu hay không, thưa Thầy?

10. Đáp: Không cần. Chưởng Hưởng Dưỡng Khí thì cần. Dùng lỗ mũi hít vô: “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu” thì tự động nó sẽ mở tới chỗ đó.

11. Hỏi: Đang làm Pháp Luân Thường Chuyển khi hít vô, hơi vô hết nổi rồi thì thở ra liền, có nên cố gắng hít thêm nữa hay không?

11. Đáp: Hít vô cho hết hít được rồi từ từ thở ra. Chớ không nên thở cái ào. Thở cái ào là còn yếu. Hít vô bao nhiêu, thở ra bấy nhiêu, lúc đó mới là mạnh. Thở ra chậm chừng nào, xẹp bụng chừng nào thì mạnh chừng nấy.

12. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển mồ hôi ra thì tốt hay xấu?

12. Đáp: Tốt lắm, mồ hôi có nhiệm vụ đem độc tố trong người ra. Người ta tu ở đây, văn minh có thanh lọc, còn ở trên núi không có chỗ thanh lọc thì lấy gì mà giúp được thể xác? Lấy nguyên khí đem độc tố trong người ra. Trên núi ăn ít hơn dưới thế gian, dễ tu, dễ hít hơn. Các bạn ăn no quá khó hít lắm.

13. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển có khi ra mồ hôi, có khi không ra. Có phải là do thời tiết hay không, thưa Thầy?

13. Đáp: Cái đó do thời tiết. Khi thời tiết nóng, mồ hôi ra là tốt, mà nhiều người thời tiết lạnh cũng ra là trọc trong người quá nhiều. Những người đó trọc nhiều lắm hay thấy ma, thấy quỷ thì làm Pháp Luân Thường Chuyển trong mùa đông mồ hôi cũng ra. Mà ra được rồi là tương lai sẽ hết thấy ma, quỷ nữa, nhẹ... vì trong mình ô trọc quá. Nhiều người ăn thịt thà nhiều quá, ô trọc lắm. Có nhiều người mùa đông ngồi nói chuyện với tôi một chặp cũng ướm áo, là trong mình trọc quá. Cái này tôi chứng minh rõ ràng. Tôi có dịp gặp một ông mục sư tại Florida, thì nơi đó ông thấy nhà bạn đạo mình tu, ông nói: “chùng nào Master của bạn tới, bạn phải kêu tôi tới liền”. Lúc đó chị Tâm kêu ông tới gặp tôi nói chuyện, tôi nói cho ông nghe, tôi nói tới đâu, ông lật Kinh Thánh chứng minh tới đó, đúng như vậy. Tôi nói tôi không có học Kinh Thánh, mà tôi nói câu nào thì ông lật đúng cái trang đó. Rồi ông hỏi tại sao mùa đông mà tôi ngồi bên ông, tôi thấy mồ hôi ra ướm áo? Tôi nói: “tại vì ông ăn thịt quá nhiều. Trọc khí trong người ông nhiều. Tôi mới cho ông cuốn Thượng Đế Giảng Chơn Lý đi về đọc mà tu. Từ đó về sau ông không có đến nữa.

14. Hỏi: Như vậy những người mới bắt đầu hành thiền không ra mồ hôi là chưa đúng mức hay sao?

14. Đáp: Vì trong mình trọc thì phải ra. Còn không có trọc là không có ra.

15. Hỏi: Có ra mồ hôi mà cảm thấy nóng, cái đó tốt hay xấu thưa Thầy?

15. Đáp: Thấy ấm trong người thì được, nóng là không được.

16. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển ra mồ hôi có nên lau hay không?

16. Đáp: Nên lau, không sao đâu. Lau rồi làm tiếp. Hạng nhất ở Việt Nam làm Pháp Luân Thường Chuyển là phải ra mồ hôi rất nhiều. Phải để cái khăn lông đó mà lau rồi làm tiếp, cho nó giải ra hết, sáng nhẹ nhàng lắm.

17. Hỏi: Những người hôi nách làm Pháp Luân Thường Chuyển có hết hay không?

17. Đáp: Có thể hết được vì Pháp Luân Thường Chuyển là chuyển tới bộ ruột. Bộ ruột dơ mới hôi nách. Mỗi buổi sáng những người đó làm Pháp Luân Thường Chuyển rồi đi cầu thấy những vành trắng bao vây cái phân, là trong bộ ruột dơ. Tới bây giờ thanh lọc là sẽ bớt hôi nách.

18. Hỏi: Ra mồ hôi có phải là giải trực điển ở lỗ chân lông hay không?

18. Đáp: Đúng vậy. Giải trực từ lỗ chân lông, từ hơi thở.

19. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển mà mê

đi, trạng thái đó tốt hay xấu?

19. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển nhắm mắt mà mê đi, thấy ánh sáng sung sướng nhẹ nhàng, cái đó rất tốt. Cái đó là đường hướng đi lên.

20. Hỏi: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển hít vào phía sau lưng ở gần thận có tiếng kêu cốc, đó là trạng thái gì?

20. Đáp: Đó là trạng thái rất tốt, sẽ lập lại khớp xương sống, sau này không có bị đau lưng, ngời lúc nào cũng thẳng lưng. Nghe cụp cụp tốt lắm, thì sẽ bớt dục nữa. Con người, thanh niên mà bị dục, làm mà nghe cụp cụp là nó bớt dục, thì Đốc Mạch sẽ thông.

21. Hỏi: Trong ngày có nên làm thêm Pháp Luân Thường Chuyển hay không? Bao nhiêu lần trong ngày, thưa Thầy?

21. Đáp: Ở trong ngày, sau khi ăn hai tiếng đồng hồ, chúng ta có thể làm được. Lúc rảnh rỗi ngời đầu cũng có thể làm Pháp Luân Thường Chuyển được, nhưng mà giờ tý thông khai, chúng ta mượn cái trớn của Trời Đất tiến hóa nhanh, tốt hơn, lựa giờ tý thì tốt. Còn ban ngày nhớ tập để cho quen, để cho có một thói quen tốt, thì sau này cái ý chuyển tốt, cái đầu dễ sáng hơn.

22. Hỏi: Trong các băng giảng của Đức Thầy, Thầy thường khuyên chúng con nên làm Pháp Luân

Thường Chuyển nhiều lần, chúng con xin Thầy giảng thêm cho hiểu rõ: nhiều lần có nghĩa là hít thở từ 6 đến 12 lần hay là hít thở không cần số lượng?

22. Đáp: Sáu lần mà làm đúng cũng đã toát mồ hôi rồi, thì có dịp khác chúng ta làm nhiều lần như vậy. Phải chú ý làm nhiều lần như vậy là tốt, không có sao hết. Trong ngày, buổi sớm mai chúng ta cũng có thể làm Pháp Luân Thường Chuyển được, chiều trong văn phòng rảnh rỗi chúng ta cũng có thể làm Pháp Luân Thường Chuyển được, nhớ luôn luôn cái đó nó mới mở.

23. Hỏi: Từ 3 giờ chiều đến 9 giờ tối, trong khoảng đó có sử dụng được Pháp Luân Thường Chuyển hay không?

23. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển trong giờ đó, mình không phải là giờ thiền, mình có thể nằm làm Pháp Luân Chiếu Minh tốt hơn, hỗ trợ cho bộ ruột và giải tỏa phong thấp trong người.

24. Hỏi: Muốn làm Pháp Luân Thường Chuyển cho đúng đòi hỏi nơi hành giả những tiêu chuẩn gì?

24. Đáp: Muốn làm Pháp Luân Thường Chuyển cho đúng phải ngồi ngay ngắn, thẳng lưng hít từ lỗ mũi đưa vô nè nhẹ: “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”, đó là tiêu chuẩn dẫn tiến để mở luồng điện ở bên trong cơ tạng phát sáng ở tương lai.

25. Hỏi: Thừa Thầy, hít thở khó thì phải làm sao?

25. Đáp: Hít thở khó là nhiều người bị đau lỗ mũi, bệnh đó phải trị. Cái đó phải nhờ thuốc men uống để trị hết bệnh nghẹt mũi là hít được, có gì đâu? Nhiều người nghẹt mũi, lý do là từ ruột dơ cũng tạo nghẹt mũi mà không hay. Nhiều người con mắt không có thấy rõ mà súc ruột một thời gian rồi thấy rất rõ và lỗ mũi nghẹt cũng bớt nghẹt luôn.

26. Hỏi: Thế nào là hít thở bằng ánh sáng?

26. Đáp: Hít thở bằng ánh sáng là luyện bằng ý, lúc đó là ánh sáng. Vừa nhắm mắt, ý mình nói: “đầy rún, đầy ngực tung lên bộ đầu” thì mình thấy ánh sáng chạy từ lỗ mũi lên tới chỗ nào mình thấy cái đường chạy, đường điển chạy rõ ràng trong lúc nhắm mắt mình thấy vậy đó, bằng ý nó mới chạy. Ban đầu tập phải dùng hơi mà tập quen là dùng ý chuyển là nó chạy rồi.

27. Hỏi: Tại sao tu đã lâu mà sau khi thở Pháp Luân Thường Chuyển đầu vẫn còn lắc, mình vẫn còn rung chuyển, có phải tại vì điển ngũ tạng vẫn còn bị nghẹt không?

27. Đáp: Chưa đủ lực lượng phải tiếp tục làm nữa đi. Cương quyết đi, thấy lắc là mình đã đi tới được rồi, đi tới nữa đi. Đi tới nữa là dứt khoát sẽ ổn định. Tới lúc đó,

muốn lắc cũng không lắc được. Những người tu về Vô-Vi, tôi là người lắc nhiều nhất. Hồi trước, tôi ở trên gác mà lắc tới cả cái gác cũng rung luôn. Tôi sợ điên, tôi nói mình tin theo Phật, mà Ông Tư nói Pháp Luân Thường Chuyển huệ tâm khai thì mình cứ chết bỏ, sợ gì?

Bây giờ tiền không có mà vợ thì chửi, đâu có ai thương đâu? Gia đình không có ai thương hết. Cứ việc làm tới. Ngồi trên chiếu manh đó, cứ việc làm tới. Làm thét rồi bây giờ tôi muốn lắc cũng không được nữa. Hồi xưa nó lắc dữ lắm, mà trụ rồi nó còn lắc dữ lắm. Bắt đầu trụ rồi, phát sáng ra thấy cảnh vật tươi tốt rồi là muốn lắc chút cũng không được. Ngồi đâu ngay ngắn đó.

28. Hỏi: Pháp Luân Thường Chuyển huệ tâm khai là sao?

28. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển là chúng ta đem nguyên khí của Trời Đất và chúng ta ăn những gì? Hoa quả thịt thà cũng là nguyên khí của Trời Đất hình thành. Lấy nguyên khí giải nguyên khí mới tiến hóa tới vô cùng, hiệp khí cùng Trời Đất thì huệ tâm mới khai. Pháp Luân Thường Chuyển phải làm một hơi, “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”, toát mồ hôi. Đừng sợ chết, đừng sợ tức hơi, đừng sợ nghẹn hơi. Như ở Việt Nam họ sợ nghẹn hơi khi họ thở. Sau họ nghe lời tôi, thở bực ra cái hết à. Hết tức ngực, hết nghẹn hơi rồi thì họ thấy đầu sáng và con người nhẹ nhàng, sung sướng, bệnh tật tiêu tan hết.

29. Hỏi: Về Pháp Luân Thường Chuyển có phải bắt buộc thời gian của hơi thở ra bằng hơi thở vô không? Con cố tập hít vô cho đến tung lên bộ đầu nhưng hơi thở ra rất ngắn, vậy có đúng không? Hiện nay khi thở Pháp Luân Thường Chuyển con nên để tay trên đùi hay bắt ấn Tam Muội?

29. Đáp: Người mới tập nên để tay trên đùi, kẹp hông lại vì ai cũng có con ma lười biếng, ngồi một chặp nó khòm lưng. Mình kẹp là mình kiểm soát cái lưng không có khòm.

Khi thở là hít vô bao nhiêu phải thở ra bấy nhiêu; nó mới là mạnh. Hít vô nhiều mà thở ra có chút xiu là yếu. Ta hít vô và thở ra nhẹ nhàng con người mới mạnh.

30. Hỏi: Tại sao khi làm Pháp Luân Thường Chuyển, nếu hơi thở ngắn, không dài xuống tới bụng, và bị đứt quãng hoặc không tung lên bộ đầu được là tại sao?

30. Đáp: Đó là làm chưa đúng. Hít hơi vô bụng không được. Phải làm Pháp Luân Chiếu Minh trước. Tập năm hít rồi mới ngồi làm Pháp Luân Thường Chuyển. Còn không tập được năm hít, ngồi làm Pháp Luân Thường Chuyển vô ích thôi.

31. Hỏi: Những người mới tu, khi ra lệnh: “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu” nhưng chưa làm được như vậy. Có cách nào để thở cho đúng không?

31. Đáp: Muốn có trật tự thì phải tập ra lệnh niệm Phật đều đặn để cho đại trí phát triển thì mới điều khiển được lục căn lục trần trong xác người mới tu. Con ma lười biếng trấn nơi những huyết đó. Nếu chúng ta không thường niệm Phật để xây dựng cho vạn linh tiến hóa thì rất khó điều khiển ở bên trong.

g. THIỀN ĐỊNH

1. Hỏi: Thiền Định là gì?

1. Đáp: Thiền là ngồi chỉnh đốn, làm Pháp Luân Thường Chuyển, Soi Hồn đâu đó có trật tự kê bằng thiền. Định là xuất đi lên, mới kê bằng định.

Luồng điện rút lên bộ đầu và trì tâm thanh tịnh niệm Phật xuất đi luôn mới kê bằng định. Định là tiến tới một giới thanh nhẹ hơn giới của thể xác.

Thiền cho phẳng lặng tất cả mọi sự việc và sự thanh hướng về thanh, trược lắng về trược. Thanh là chấn động lực của bộ đầu phải thả lỏng cho nó phóng lên tới vô cùng tận và trược tự nó phải lắng trong. Trong khi Thiền Định, nếu ngứa mình chỉ nên niệm Phật, tê chân cũng chỉ niệm Phật.

Ngồi Thiền Định càng lâu càng tốt, trong lúc ngồi, những vị có bộ đầu rút nhẹ có thể ngủ ngồi. Bộ đầu càng rút nhẹ chừng nào thì ta càng dễ đi vào giấc ngủ mê chừng đó, trong mê có tỉnh. Ngồi đây nhưng ai nói gì cũng nghe, cái đàng trước mắt chúng ta, ngay

trung tâm chân mày, cái gì chúng ta cũng thấy. Những cảnh bên trên chúng ta thấy rõ rệt. Ngồi đúng thì mặt mày thấy vui tươi, ngồi không đúng thì mặt mày thấy buồn bực.

2. Hỏi: Tại sao phải Thiền Định?

2. Đáp: Thiền Định là lúc luồng điện của ta làm Pháp Luân Thường Chuyển thông Nhâm Đốc mạch rồi, chỉ có một hướng đi lên hiệp khí cùng Trời Đất. Lúc đó chúng ta mới Thiền Định, hòa hợp là một. Bên Trên chỉ có rút chúng ta đi lên thôi, nhập định quên tất cả những thế sự, đi theo ánh sáng vô cùng tận mà tiến hóa.

3. Hỏi: Sau khi Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển xong rồi, trước khi Thiền Định tại sao phải ra lệnh xuất Hồn lên đánh lễ Phật để học đạo. Xin Thầy giải thích cho con được rõ?

3. Đáp: Khi làm Pháp Luân Thường Chuyển là đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu hiệp khí cùng Trời Đất thì phải có một hướng đi thanh nhẹ. Con xin xuất Hồn đánh lễ Phật. Phật là sự thanh nhẹ vô cùng, chúng ta phải tiến tới sự thanh nhẹ vô cùng, không nên nhầm lẫn những hình ảnh nữa. Tu theo Phật là vô hình, vô tướng và đi tới vô cùng mới đúng.

4. Hỏi: Tại sao ngồi thiền lưng phải thẳng?

4. Đáp: Cái lưng chúng ta phải thẳng bởi vì xương

sống chúng ta là cái vũ trụ, liên hệ với càn khôn vũ trụ mà nếu chúng ta không thẳng lưng, cứ ngồi khòm khòm như vậy không có tu được, không có xuất phát luồng điện, không có xuất phát rõ rệt. Tiểu vũ trụ là cái lưng chúng ta ngồi thẳng thì thủy điện tương giao, thận thủy phát, nó đi lên trên khối óc làm cho khối óc êm ả. Sau giờ thiền chúng ta có giấc ngủ ngon, khỏe mạnh và thanh tịnh.

5. Hỏi: Ngồi thiền trên ghế hai chân phải làm sao?

5. Đáp: Ngồi thiền trên ghế là hai chân phải hợp lại, bởi vì luồng điện âm dương luôn luôn phải hợp nhất mới giải tiến được, mà phân tán không có giải tiến được. Tay chúng ta phải hợp nhất, chân chúng ta cũng phải hợp nhất. Phải thẳng lưng mới xuất phát đi lên được.

6. Hỏi: Ngồi thiền xếp bằng ở trên tapis tốt hay xấu?

6. Đáp: Cách mặt đất là tốt. Những người có luồng điện còn yếu, bộ đầu không thanh thoát xuất phát mà cứ ra ngồi gốc cây sát mặt đất, là bị rút. Một ngày nào đó bị khối trọc nó rút, nhập xác nói bậy bạ, nghĩ bậy, nói sai, thích nói thiên cơ, nói đủ chuyện hết nhưng mà chính mình giải quyết không được.

7. Hỏi: Ngồi thiền kiết già tốt hay xấu?

7. Đáp: Tùy theo khả năng của mọi người. Có người ngồi được kiết già mà có người ngồi bán già, người

chịu ngồi ghế. Cần xương sống thẳng, ngay thẳng xuất phát đi lên là cần thiết thôi. Còn ngồi cách nào, nghĩa là phương tiện nào thoải mái cũng được hết.

8. Hỏi: Các môn khác có vị trí ngồi nhất định, còn pháp môn Vô-Vi không có chủ trương ở tư thế ngồi, tại sao?

8. Đáp: Vô-Vi có chủ trương đàng hoàng: xương sống thẳng đứng, ngồi ngay thẳng. Đó là chủ trương của Vô-Vi, không có ngồi méo mó được, không có ngủ gà, ngủ gật được. Ngồi thẳng, được mấy phút là mấy phút. Còn không là nằm ngủ, không có ngồi mà ngủ gà, ngủ gật hoài không được, rốt cuộc không thấy gì đâu. Tôi nhắc rất nhiều lần, giữa con người và con người kính trọng, tôi không mịch lòng người ta làm gì, tôi chỉ nói qua thôi, tôi không có làm khó khăn mọi người mà nhiều người ngồi không được ngủ gà, ngủ gục. Nhắc hoài ở trong băng, tôi nói cả triệu lần như vậy. Người nào chịu làm Pháp Luân Thường Chuyển “đầy rún, đầy ngực, thông lên bộ đầu rồi, thì khi mở rồi muốn ngồi méo chút cũng không được, phải ngồi thẳng.

9. Hỏi: Tại sao phải hành thiền vào giờ Tý (từ 11 giờ tối đến 1 giờ sáng)?

9. Đáp: Giờ Tý là giờ Trời Đất thông khai. Xác chúng ta phối hợp bởi Trời Đất, mình mượn cái giờ thông khai đó mình mới giải được phần trực trong nội tâm của chính chúng ta.

Giờ đó đem lại sự thông minh. Không phải chỉ đối với những người thiên mà thôi, mà những người làm chánh trị, làm cách mạng, họ cũng lựa 0 giờ để ngồi suy nghĩ ra nhiều việc hơn. Giờ đó mới chứng minh sự giao cảm của càn khôn vũ trụ, và đem lại sự thông minh thanh nhẹ cho con người.

10. Hỏi: Giờ chánh Tý là giờ nào? Có sự khác biệt giữa các quốc gia hay không?

10. Đáp: Cứ mười một giờ ở quốc gia nào, ai cũng có thể xác mệ là phải ngủ, mà khỏe là phải thức. Giờ nào ngồi thấy thanh nhẹ, cũng như giờ Tý mà chúng ta đã quy định. Chỗ khác tới giờ Tý cũng vậy đó, thì chúng ta cứ ngồi giờ đó thôi.

11. Hỏi: Mới bắt đầu hành thiền họ không làm được giờ Tý, giờ chánh Tý họ có thể làm giờ nào cũng được phải không?

11. Đáp: Có một pháp Chiếu Minh phụ giúp cho họ Soi Hồn. Chiếu Minh là giúp cho cơ tạng yên ổn một phần. Còn nếu muốn khối óc mở cho mau là phải Pháp Luân Thường Chuyển.

Pháp Luân Thường Chuyển cho đúng, ngồi đúng chánh Tý, khai mở ra thì nhanh lắm, dễ thấy ánh sáng hơn.

12. Hỏi: Giờ nào không hành thiền được cho người

mới tu?

12. Đáp: Giờ nào là giờ âm, tức là giờ trọc từ 3 giờ chiều trở đi. Giờ âm đó hay bị những thiêng liêng phá phách bởi vì những người mới tu còn yếu, ngồi giờ đó không được. Người mà tu lâu mạnh rồi, ngồi giờ đó không sao hết, chỉ độ người ta thôi. Còn người yếu thì bị áp đảo, bị trọc hút trọc. Nếu chúng ta thanh, chúng ta sáng, ngồi đâu cũng chiếu cho người ta được.

Bởi vì chúng ta còn trọc, phải nên tránh cái giờ đó thì nó không áp đảo cái xác hôn mê được. Giờ đó không ngồi, giờ đó chúng ta có thể làm Pháp Luân Chiếu Minh, Soi Hồn một chút cho thể xác an nghỉ, rồi đến giờ chánh Tý chúng ta làm.

13. Hỏi: Nhiều người mới tu sợ hành thiền nửa đêm thì mất giấc ngủ và hại sức khỏe, có đúng không?

13. Đáp: Không phải, đó là ham ngủ, đó là tập quán mà thôi. Còn đây chúng ta lập lại trật tự giờ của chúng ta.

Giờ Tý là giờ Trời Đất thông khai, chúng ta theo chấn động của vũ trụ mà sống thì không phải ngủ nhiều giờ, con người khỏe mạnh không phải ngủ nhiều giờ. Ngủ ít giờ mà làm việc rất nhiều, không mệt nhọc mới là đúng.

14. Hỏi: Khi ngồi thiền có nên nghe băng giảng Vô-Vi hay không?

14. Đáp: Đối với những người nghe băng giảng là người mới tu, bận rộn làm ăn, không nghe được nhiều triết lý để dẫn dắt cho chúng ta khai tâm mở trí. Những người đó bận rộn về nhà phải nghe băng; nghe băng cho nhiều, nhiều khi nghe một tiếng, hai tiếng mà bắt được một hai câu, thấy sự sai của chính mình mà ăn năn sám hối, tự tu tự tiến.

Luồng điển của người truyền pháp nâng niu chúng ta và xây dựng tâm thức tiến hóa. Những người ban đầu mới tu nghe băng thấy êm ả trong người lắm, chỉ phụ giúp giai đoạn đó. Sau này tự đi được rồi đâu cần phải nghe băng. Nếu nghe băng hoài làm sao đi nghe ông Tiên nói chuyện gì, ông Phật nói chuyện gì? Mình phải tự túc phát triển đi lên thì lúc đó mình có sức mạnh, thanh nhẹ, mới nhận được những gì bên ngoài liên hệ với mình. Ăn năn sám hối và dễ tu hơn.

15. Hỏi: Làm sao để giữ cái ý khởi chạy trong lúc ngồi thiền để cái tâm yên tịnh?

15. Đáp: Cứ niệm Phật liên tục, nhớ Nam Mô A Di Đà Phật là khai mở huyền bí của nội tâm. Chúng ta niệm chưa đủ lực lượng thì không có phát triển. Nhiều người niệm có một chút, nói sao tôi niệm hoài không thấy? Niệm hoài? niệm có một chút thôi mà nói niệm hoài. Người ta niệm từ năm này tới tháng kia mới khai tâm mở trí, mở huyền bí của nội tâm. Nhiều người

niệm Phật, nhiều người không có thiền, họ niệm Phật không mà tâm họ hiền lành, họ làm thơ, làm thi cũng được. Vì luồng điển họ lập lại trật tự, quân bình của nội tâm, lúc đó họ cảm thức đời đạo rõ rệt, dễ tu hơn.

16. Hỏi: Tại sao khi niệm Phật nhưng mà cái ý vẫn không giữ được?

16. Đáp: Chính bản thân niệm chưa đúng lực lượng. Niệm đúng lực lượng là không còn ý nữa. Phải giải, Soi Hồn và niệm Phật đúng là chỉ giải thôi, nó không có lưu được.

17. Hỏi: Khoảng 4 giờ sáng thì hay nằm chiêm bao xuất Vía, có nên thiền vào giờ đó để xuất Vía, có phải không?

17. Đáp: Không phải vậy. Nằm chiêm bao là không đúng. Vô-Vi không có chấp nhận chiêm bao. Ngồi thiền trật tự xuất phát ra, phát sáng thấy rõ ràng mới là được. Còn chiêm bao là không chấp nhận. Chiêm bao là phải kiểm điểm ăn uống, hành động hằng ngày chúng ta sai trái cách nào, làm cho thần kinh bất ổn mới phát ra chiêm bao. Cái đó lâu ngày tạo ra bệnh. Chúng ta hành thiền đúng đắn, phải áp dụng đúng giờ, đúng giấc, khai triển luồng điển trong tâm thức của chúng ta. Người tu Vô-Vi là văn minh kịp thời, khai triển luồng điển trong tâm thức của chính mình hòa hợp với càn khôn vũ trụ.

Vô-Vi là không không. LED là Life Energy Development là cuộc sống, luồng điện cuộc sống của chúng ta khai triển ra. Vô-Vi là điện.

Ý thức là luồng điện rồi, các bạn không có khổ nữa, sẽ vui và thấy chúng ta có Trời, có Đất, có Đạo trong nội tâm. Càng hành càng sung sướng, càng khỏe mạnh, càng thấy cái kho tàng quý giá của Đấng Toàn Năng đã ban cho và chúng ta hành để tận hưởng mà thôi.

18. Hỏi: Khi thiền lâu bị tê mỏi, xả thiền rồi ngồi tiếp, cần phải nguyện, Soi Hồn, Pháp Luân Thường Chuyển hay không?

18. Đáp: Nếu mà vô nhập định được thì cứ ngồi thiền luôn. Còn không thì ta làm đúng ba pháp như vậy cũng khôi phục tốt, cũng nhẹ được.

19. Hỏi: Người không có chân hay bị què, làm sao ngồi thiền?

19. Đáp: Có thể ngồi trên ghế. Thiền là do cái óc, do trí ý mình muốn thiền, muốn tiến hóa tới đâu và phải xây dựng đúng theo đường hướng phát triển khối óc cơ tạng hợp nhất nguyên khí cùng Trời Đất thì mới tiến tới chỗ tốt đẹp ở tương lai.

20. Hỏi: Trong khi Thiền Định thì phải đỡ ngủ bằng cách nào?

20. Đáp: Trong khi Thiền Định, lúc nhập định rồi, chúng ta ngồi ngay ngắn, cũng như một giấc ngủ rồi vừa rút lên trung tim bộ đầu đi thẳng lên thì chúng ta kể như ngủ khỏe mạnh, xuất phát đi lên, êm ả như vậy, không có dấy động nữa. Cứ việc dỗ ngủ nơi đó, ngồi nhắm mắt, ý mình dỗ ngủ, nói dỗ ngủ một chút, không phải dỗ ngủ hoài. Nói một chút, nhẹ là hợp liền. Hợp liền là nhẹ và thấy rõ ràng đi đây, đi đó. Nhiều người thấy được cũng viết liền những gì đã thấy và nhớ mãi, tôi viết ra. Sau này mình tu tới lúc mình có bỏ xác đi nữa cũng để lại cho người khác đọc, người ta thấy cái pháp này hành đi đến đâu và kết quả thế nào? Đó là sự đóng góp của hành giả Vô-Vi.

21. Hỏi: Còn nếu không dỗ ngủ được thì phải làm sao?

21. Đáp: Không dỗ ngủ được thì mình phải kiểm điểm lại trong ngày mình có cái gì động không? Từ ăn uống tới hành động - có động chỗ nào thì mới không êm ả được? Vì động, ngồi vừa nhắm mắt là nhớ chuyện đâu đâu, không đâu vào đâu, làm sao tịnh được? Hiệp khí cùng Trời Đất mới nhẹ xuất đi lên. Ngồi 3 tiếng như 15 phút, nhẹ như vậy.

22. Hỏi: Trong khi Thiền Định, còn nhiều tư tưởng phức tạp trong đầu thì có nên niệm Phật hay không?

22. Đáp: Niệm Phật rất cần thiết. Soi Hồn đúng thì tư tưởng phức tạp phải giải ra. Khi Thiền Định, có

những gì phức tạp đến làm cho đầu óc suy tư, mình phải niệm Phật để dứt khoát khai mở trọc khí, trở về không, thanh nhẹ thì mới dễ nhập định được, cần niệm Phật lắm.

23. Hỏi: Thế nào là thả lỏng bộ đầu?

23. Đáp: Bộ đầu thả lỏng là luồng điện xuất phát đi lên. Chúng ta phải thả nhẹ, hướng về hướng đó mà đi tức là thả lỏng.

24. Hỏi: Có nên bắt ấn tam muội hay không trong lúc Thiền Định?

24. Đáp: Nên bắt ấn tam muội: âm dương tương hợp hòa khí mà đường lối bên trên bộ đầu xuất phát đi lên mới dẫn tiến kịp thời được, Lục Căn Lục Trần mới tháp tùng phần Hồn đi lên được.

25. Hỏi: Trong lúc Thiền Định có nên nhìn thẳng giữa trung tâm chân mày hay không?

25. Đáp: Phải luôn nhìn thẳng giữa trung tâm chân mày. Đó là điểm chánh, từ đó xuất phát ra, lần lần khai triển lên trung tim trán và mở ác rồi tới trung tim bộ đầu là đường lối phát triển về điện giới tâm linh.

26. Hỏi: Những bạn đạo mới, sau 6 tháng thực hành, khi Thiền Định không được lâu, bị nhiều tư tưởng chi phối, thì phải làm sao cho ngồi thiền được lâu?

26. Đáp: Những người muốn thiền lâu ban ngày phải nhớ niệm Phật và nhớ một vị Phật là thanh nhẹ, dứt khoát tình đời. Niệm Phật để giải, lập lại quân bình nội khoa tâm lý mà nhập định là nó mới yên.

27. Hỏi: Khi Thiền Định không được lâu, bị nhiều tư tưởng chi phối có thể trở lại Pháp Luân Thường Chuyển hay không?

27. Đáp: Đúng, phải trở lại làm cho đúng Pháp Luân Thường Chuyển là phải nhớ hạ lệnh: “đầy rún, đầy ngực, tung lên bộ đầu”, sau này nó từ từ ngộp mà đi tới thông thì cái lưng lúc nào cũng thẳng, ngồi thẳng lưng. Khi nó thông rồi là thẳng lưng, muốn méo mó một chút không được. Hình của vị Phật ngồi thế nào mình ngồi như vậy.

28. Hỏi: Trong khi Thiền Định thế nào là trạng thái nửa mê, nửa tỉnh? Xin Thầy giải thích cho chúng con được rõ điều này. Làm sao phân biệt được trong lúc Thiền Định bị buồn ngủ, ngủ gà, ngủ gật và trạng thái được mê đi?

28. Đáp: Pháp Luân Thường Chuyển chưa thông suốt thì lúc thiền ngủ gà, ngủ gật. Nếu mà thông, nguyên khí thông được rồi, là trong mê có tỉnh. Mình thấy mê, thấy xuất đi đâu, mà ở dưới thế gian này ai có nói gì mình cũng nghe, mà mình còn nhớ chuyện mình đương đi, giao hảo ở bên Trên và đương phát triển,

học hỏi.

29. Hỏi: Trong khi Thiền Định làm sao biết được thế nào là trạng thái nhập định?

29. Đáp: Nhập định như tôi nói, bộ đầu rút một cách thanh nhẹ và tỏa sáng ra, kêu bằng nhập định, không còn nhớ chuyện thế gian nữa.

30. Hỏi: Xin Đức Thầy cho chúng con được biết thời gian Thiền Định cần phải bao nhiêu lâu mới có kết quả tốt đẹp?

30. Đáp: Do sự cố gắng và nghiệp lực của mọi người từ nhiều kiếp. Mỗi người ở thế gian ai cũng có mang nhiều nghiệp từ nhiều kiếp đến đây và phải cần tu giải liên tục. Có người mau, có người sáu, bảy tháng như hồi đó tôi mới tu. Bảy tháng là tôi đã thấy nhiều chuyện, đã hiểu, tiếp xúc được nhiều chuyện rồi, mà có nhiều người sáu, bảy tháng không được. Bởi vì họ không có dứt khoát, họ không bị sỉ nhục, không bị gia đình hắt hủi. Như tôi bị gia đình hắt hủi sỉ nhục, coi tôi không ra gì hết, nhưng tôi không tủi thân. Đường đi của tôi, cứ mền tượng Đức Thích Ca, đã buông bỏ tất cả mới khai sáng được đạo màu cho quần sanh.

Vậy ta đi theo đường lối của Thích Ca thì phải dứt khoát và phải quý thương những người trong gia đình, vì yêu thương muốn giúp đỡ mình nên họ mới khi dễ,

kích bác để cho mình bỏ pháp. Sự kiên trì mình cứ tu đi, cũng trong gốc tình thương mà ra. Nên cảm ơn hơn là giận hờn người ta, dù cho nói nặng hay là hiếp đáp, mình cũng nhịn nhục thì mới thặng hoa.

Khi đạt được rồi mới thấy Tiên, Phật xưa nay đều là nhịn nhục mới thành đạo. Thiếu nhịn nhục không bao giờ thành đạo. Nhịn là phải nhục mà tôi có cơ hội nhịn và được nhục nữa, tôi mới tiến hóa, khai tâm, mở trí. Tôi thấy xung quanh là những người ân nhân đã giúp cho tôi tiến hóa rất tốt. Cho nên tôi nói: “hoàn cảnh là ân sư”. Hoàn cảnh đã dìu dắt tôi được tiến hóa tới ngày hôm nay. Cũng nhờ hoàn cảnh khắc khe, tôi vượt khỏi được, tôi mới học được đạo, khai triển nội tâm của tôi.

31. Hỏi: Thưa Thầy như vậy thời gian ngồi thiền cần phải bao nhiêu lâu?

31. Đáp: Nó tùy theo duyên nghiệp của mỗi người. Giải được, dứt khoát được thì nó nhanh. Tu phải dứt khoát chủ kiến của mình, đừng cho tôi như vậy là đúng, tôi hay hơn người khác, không được. Phải dứt khoát chủ kiến thì mình mới thoát khỏi sức hút của hồng trần. Nếu không dứt khoát chủ kiến thì khó thành đạo lắm. Thời gian tu có nhiều người tu đến ba chục năm, bốn chục năm tới chết cũng không thấy cái gì. Vì nghiệp lực quá nặng và không dứt khoát, cứ dây dưa lôi cuốn

mãi mãi như vậy thành ra khó tiến. Tu phải có tinh thần dứt khoát, dũng mãnh. Khi mà nhập định được rồi, phải dứt khoát bỏ đời qua đạo. Tiến tới vô cùng mới khám phá được siêu thức ở bên trên, tốt đẹp vô cùng.

32. Hỏi: Trong lúc Thiền Định nếu có thấy hình ảnh hoặc màu sắc thì có nên theo dõi những hiện tượng đó hay không?

32. Đáp: Chúng ta tu vô hình, vô tướng, chỉ lo niệm Phật, hướng về đường đi thanh nhẹ, trở về với tự nhiên và hồn nhiên, thì mình sẽ thấy những tự nhiên và hồn nhiên, chớ không cần phải tìm hình ảnh để làm gì? Tự nhiên và hồn nhiên đến với mình rõ ràng. Cảnh là mình, mình là cảnh thì mình có cơ hội hòa tan với các giới và tu tiến. Đừng ham mê những cảnh đẹp mà chậm trễ, phần Hồn tiến hóa không được. Chúng ta đi trong một chiếc tàu như thế này, nói 3 giờ lên tàu là 3 giờ lên tàu, mà 3 giờ rưỡi lên tàu là trễ, tàu nó chạy mất, phải ráng chịu. Tu này nó còn nhanh hơn. Trong một giây, trong một khắc chút xíu trễ là không đi được.

Cho nên chúng ta phải thường xuyên hướng thượng thực hành. Có dịp là cứ đi liền không sao hết. Nhiều khi Chư Tiên hợp với luồng điển của mình, họ cũng tới nhắc. Đi là mình phải đi, không nên bỏ cơ hội ngàn

vàng, không bỏ được. Phải đi mới thấy rõ sự huyền diệu của Đấng Toàn Năng đã và đang làm những gì cho chúng sanh hiện tại, quý báu vô cùng, phục vụ không bỏ một ai hết.

33. Hỏi: Xin Thầy cho biết khi nào hành giả biết mình đã tiến tới cơ quy nhất tam giới: thượng, trung, hạ trong bản thể?

33. Đáp: Khi tiến tới cơ quy nhất: thượng, trung, hạ là lúc nhắm mắt hiệp khí cùng Trời Đất, xuất phát đi lên không còn thấy thể xác nữa mà chỉ thấy ánh sáng để tiến hóa đi tới mà thôi.

34. Hỏi: Xin Thầy giảng về nguyên lý vạn linh đồng nhất?

34. Đáp: Tu mà bộ đầu rút đi lên, cơ tạng hợp nhất đi lên thì vạn linh cũng phải đi lên. Nhiều người ở trần thấy ngôi sao chiếu rớt xuống, đằng sau đuôi có một luồng sáng đi theo. Phần Hồn chúng ta mà xuất phát đi lên thì đằng sau lưng của chúng ta cũng có vạn linh đi theo như vậy.

h. CÁC PHÁP HÀNH THÊM

1. Hỏi: Ý nghĩa của kính Vô-Vi là gì?

1. Đáp: Kính Vô-Vi là biểu trưng cho thanh quang của cả càn khôn vũ trụ và cũng là biểu trưng cho lòng trung nghĩa.

2. Hỏi: Xin cho biết sự lợi ích của việc lạy kính Vô-Vi?

2. Đáp: Chúng ta lạy 50 lần để điều hòa kinh mạch trong bản thể, khi cúi xuống và khi đứng lên, điển năng được dung hòa và ổn định. Pháp này làm cho khỏe mạnh, tim gan tốt. Những người tu Vô-Vi có thể tập phương pháp lạy này để tự dẹp bỏ tự ái.

3. Hỏi: Lạy kính Vô-Vi vào giờ nào thì tốt nhất?

3. Đáp: Tùy, không nên ăn no rồi lạy. Sau khi ăn hai, ba tiếng đồng hồ có thể lạy được. Cái đó cũng như thể thao, mà lạy tưởng nhớ sự thanh cao, thanh nhẹ và trút đầu xuống để đem luồng trược điển ra thì chúng ta mới lưu thanh và thể thao tốt, làm cho tim ổn định và trí chúng ta luôn luôn hướng về sự thanh nhẹ tu tiến.

Cho nên ta lạy kính Vô-Vi, khỏe mạnh mới lạy. Lạy mà ngu dốt, khờ khạo chúng ta không lạy làm gì. Lạy để giúp ích được cơ tạng và khối óc, chúng ta mới lạy. Lạy cho con tim, cơ tạng tốt và khối óc lại được thanh nhẹ, tâm lẫn thân được bình an, chúng ta mới làm.

4. Hỏi: Kính Vô-Vi lỡ bị bể khi dọn nhà thì phải làm sao?

4. Đáp: Thì lập cái mới và mình cũng cầu xin và làm y như vậy. Lập cái mới nuôi dưỡng sự trong lành trong cái kính đó. Mỗi ngày mình lạy là gởi điển của mình giữ căn nhà đó tốt lành.

5. Hỏi: Có kính Vô-Vi rồi vì hoàn cảnh không nhà, không cửa, hay vì sợ kính bị ô uế, muốn trả về thì phải làm sao?

5. Đáp: Mình cứ đứng đó nói: “Xin giải cái kính này vì không có chỗ tôn kính.” Mình cầu xin như nói chuyện với người phàm, đâu có gì đâu? Mà thành tâm nói vậy là có thể dọn được, không có sao hết.

6. Hỏi: Xin cho biết sự lợi ích của Thể Dục Trợ Luân?

6. Đáp: Thể Dục Trợ Luân hỗ trợ cho những bệnh áp huyết cao, dư máu và những bệnh trĩ. Khi chúng ta chú ý con trê (hậu môn) và rút con trê (hậu môn) lên, khi các bạn bật hai bàn tay lên và đưa tay ra phía sau, thì giúp huyết ở cổ tay hoạt động, làm cho đầu ổn định, mấy ngón chân co lại là cũng chạy lên óc. Phải chú ý và co rút con trê lên mỗi khi đưa tay lên.

7. Hỏi: Tại sao phải tập Mật Niệm Bát Chánh?

7. Đáp: Mật Niệm Bát Chánh là dành cho người nào có điểm, để kiểm điểm luồng điện của mình phát triển đúng đường hay không? Những người tu lâu, niệm tới điểm nào thì điểm đó bật sáng lên. Còn những người tu chưa đạt được kết quả cao thì chỉ chạy tê tê một chút thôi.

8. Hỏi: Niệm Bát Chánh có phải là dẫn điện theo 8 điểm không?

8. Đáp: Niệm Bát Chánh là phải dẫn điễn theo 8 điếm, kiểm soát luồng điễn Đốc Mạch đi tới đâu. Nó đi thì chúng ta vừa ý niệm là nó chạy, mà nó chưa mở chúng ta niệm cũng được.

9. Hỏi: Ý nghĩa của việc nguyện sau bữa ăn?

9. Đáp: Chúng ta nguyện:

*Nam mô bát nhã ba la mật đa,
Sắc bất dị không, không bất dị sắc,
Thời chiếu kiến ngũ uẩn giai không,
Thọ tướng hành thức, diệc phục như thị.*

Chúng ta hiểu được những cái gì chúng ta ăn, thì chúng ta phải giải cho luồng điễn của mình tiến hóa tới đồng nhất. Tâm của chúng ta ăn rồi, phải cứu độ, có vay là phải có trả, cho nên niệm Bát Nhã là có vay là phải có trả, con người mới an tâm.

V. MỤC ĐẶC BIỆT

PHẦN I

■ Thiết thật Đòi Đạo Song Tu
của thiền sư LƯƠNG SĨ HẰNG ㊦ Vĩ Kiên

Sàigòn, ngày 15 tháng 07 âm lịch năm 1958

Hôm nay là lễ Trung Ngươn, tôi rất lấy làm hân hạnh được Ông Tư cho phép tôi tham gia cuộc tề tựu này để cúng Phật và là một cơ hội mà tôi được trực tiếp cùng quý bạn để học hỏi thêm trên đường đời cũng như đường đạo.

Tôi thường được nghe những lời khen ngợi vui lành của Ông Tư cho tôi hay sự tiến triển của quý bạn, mỗi khi tôi đến hầu Ông Tư. Do sự cố gắng tiến triển của quý bạn đã ảnh hưởng cho tôi một phần lớn lao và đã đem lại cho tôi một luồng điển mạnh mẽ, thăng tiến, kiên cố và tự sửa chữa để tìm hiểu đạo lý thiêng liêng.

Tôi không biết lấy gì đền đáp những sự dìu dắt thành thật với những lời vàng ngọc của Ông Tư đã ban cho tôi lúc nào tôi thắc mắc.

Muốn khỏi phụ lòng Ông Tư tôi xin quý bạn cho tôi được tường thuật những sự hiệu quả mà tôi đã thu lượm được trong thời gian ngắn ngủi đã qua.

Tôi muốn biết sự đồng ý của quý bạn trước khi tường thuật:

Xin quý bạn nỡ nụ cười tượng trưng hoa sen để kính Phật. Tôi xin cầu nguyện Phật ban nhiều điển lành cho Ông Tư và chúng ta được sáng suốt thêm để phụng sự bản thân, đạo lý và nhân loại. Nam Mô A Di Đà Phật.

Do đâu mà tôi được quen với Ông Tư? Tôi nhờ ông bạn tôi tên là Phụng thường đến thăm tôi và nói nhiều đạo lý cho tôi được biết, lâu lâu có đề cập đến Ông Tư, nhưng trong lúc ấy tôi không để ý về những sự huyền bí thiêng liêng, vì tôi còn trong vòng mê trần, ăn nhậu, có tánh tự tôn, chỉ nghĩ việc tiền, nếu có tiền thì mọi việc đều xong.

Đến tháng Giêng đầu năm nay, tôi có một người bạn, có một đứa con gái bị bệnh 13 năm nay, chỉ nói xàm không làm được việc gì để giúp đỡ gia đình cả. Ông bạn tôi làm bao nhiêu tiền cũng không đủ chữa bệnh cho con. Nhưng bệnh nặng nhất là đầu năm nay, ông bạn đến cho tôi hay. Tôi đến nhờ ông Phụng đưa tôi đến gặp Ông Tư để yêu cầu cho phép đem người bệnh đến nhà nhờ Ông chữa. Ông Tư đồng ý, hôm ấy tôi được cơ hội nói chuyện với Ông Tư gần 3 giờ đồng hồ, nhưng rốt cuộc tôi cũng không hiểu gì về đạo. Đến sáng hôm sau, tôi đem bệnh nhân đến, Ông Tư

vui vẻ xem bệnh và cho hay cô em này hấp với một người bạn ma gái.

Ông cho bùa và thuốc uống. Ông khuyên hồn ma đi tu, khuyên liên tiếp một hồi thấy bệnh nhân bớt nói và xin ông cho ở lại không chịu đi về. Ông rất nhẫn nại khuyên tiếp một hồi, cô ấy miễn cưỡng ra về. Uống bùa và thuốc đầu đuôi trong vòng 10 ngày cô ấy khỏi bệnh. Sau khi hết bệnh Ông Tư bảo mua chút ít đồ cúng cho hồn ma ăn, kẻ khuất mặt và người bệnh đồng đi tu.

Đến bữa cúng tôi cũng có mặt tại nhà Ông Tư, trong lúc cúng Ông Tư nói chuyện với hồn ma. Tôi tự cười thầm và nói trong thâm tâm, ma đâu có thấy mà nghe ông này nói chuyện như có người đang hầu ông. Một chuyện thật là lạ đối với tôi, không tốn bao nhiêu tiền mà đã có thể chữa được một bệnh lâu năm.

Tôi về suy nghĩ và thuật lại cho hai người bạn tôi tên là Ty và Chanh. Hai ông này không tin bảo tôi đưa đi gặp Ông Tư. Chúng tôi hỏi đủ điều. Ông Tư rất bình tĩnh trả lời một cách hợp lý. Ông Ty nhờ Ông Tư xuất Hồn đi Hải Phòng, Tourane và Chợ Lớn xem nhà cửa ra sao? Không mấy phút Ông Tư nhắm mắt một hồi rồi trả lời đầy đủ. Ông Ty hỏi Ông Tư có phải Phật không? Chúng tôi tiếp: “Ông có thể truyền đạo lại cho chúng tôi được không?” Ông Tư nói: “Tôi luôn luôn

sẵn lòng nếu quý ông muốn tu”.

Ba anh em chúng tôi ra về và nói chúng mình sẽ tìm một hôm đến xin Ông Tư truyền đạo. Chúng tôi suy nghĩ chín chắn, chúng tôi đồng ý đến xin nhập môn. Ông Tư chỉ pháp Soi Hồn và Pháp Luân Thường Chuyển với hai câu nguyện. Tôi tự nhận hiểu đây là phương pháp luyện nội công rất có ích cho thân thể. Đêm đầu tôi khởi sự thờ ơ ạch, nghe nói dễ nhưng mà khó. Mỗi đêm mỗi tập trong tâm trí tôi nghĩ rất nhiều chuyện, ngứa tất cả châu thân. Tôi đến hầu Ông Tư để tìm cách tẩy trừ những trở lực đưa đến mỗi đêm khi tôi ngồi tịnh. Ông Tư bảo cứ cương quyết tập trung tâm trí theo Phật thì mọi việc sẽ tiêu tan. Tôi tiếp tục cố gắng làm theo lời chỉ bảo, quả thật không lâu những rắc rối vừa kể trên không còn nữa. Đúng thời hạn 3 tháng tôi thấy trong người khỏe nhiều, đi đứng nhẹ nhàng.

■ Tự cướp lại được nền kinh tế vững chắc như sau:

1. Không ham chơi bời.
2. Không thích ăn thịt, thích ăn chay.
4. Không gây lộn với vợ.
5. Không phách lối, khinh ghét ai cả.
6. Không dùng một giọt rượu.
7. Hết đau lưng và tim hết hồi hộp.
8. Tự nhìn nhận tất cả những tội lỗi đi lạc đường từ ngày ra xã hội đến nay.

Tâm trí sáng suốt minh xét bất cứ một trở lực nào xảy đến. Tôi tự xét rằng trở lực là một cơ hội tốt đẹp cho sự tu luyện. Tu trong thời loạn hơn là lúc thái bình. Rồi từ từ tôi đi đến chỗ định tâm, tự vào trong tiệm nước hay rạp hát ngồi yên mở mắt tịnh thì không nghe ai nói gì cả, thấy trong tâm tâm mát mẻ như có một thán khí đặc biệt. Những tài tử trên màn ảnh hình như không phương pháp nào lôi cuốn tâm trí của tôi trong lúc tôi tịnh.

■ Sự thấy lúc công phu ban đêm:

Ba tháng đầu thấy những giọt sáng như mây, xương sống nghe giựt cụp cụp. Ba tháng sau thấy có những cảnh lạ trước mắt nhưng xa, sau khi công phu nằm xuống có khi điển giựt, biết trước nhưng không thể cản trở được, có đêm năm tới sáu lần. Điển giựt đến đêm chót tôi thấy xuất ra một bóng đen định trở lại đâm tôi, tôi vẫn niệm Phật, không lâu tôi mở mắt thấy trước mắt tôi hiện ra một vị Phật đang tham thiền, phong cảnh rất ngoạn mục, tôi tập trung tư tưởng theo Đức Phật, thơ thới trong tâm, lúc hình Phật xa dần dần thì bóng đen cũng mất luôn. Qua hôm sau mắt tôi trông thấy vạn vật đều rõ rệt. Linh tính sáng suốt, nhiều khi nghi là có. Mỗi đêm ngồi ít nhất là một giờ.

Rất nhiều đặc điểm chưa minh xét được, tôi xin hứa cùng các bạn, tôi sẽ đăng ký những gì tôi được thấy rõ rệt, hầu góp thêm phần kiến thức kỳ tới.

Hôm nay là ngày rằm tháng Giêng năm Tân Sửu (1961)

Đầu năm đang đón mừng với tánh cách xây dựng và thử thách. Năm con chuột đi con trâu lại trở về, tôi vẫn được cơ hội tiếp tục việc tu hành, lần lượt theo dõi con đường gay go mà Ông Tư đã cố gắng xông pha và tìm kiếm để đem lại sự hữu ích và thực tế cho chúng ta về đời cũng như về đạo. Cuộc đời lao lý của người đã vượt qua và đang tiến, luôn luôn ở trong thực hành. Chúng ta vẫn được gần một người bạn đứng tuổi, do Trời Phật đã ban cho chúng ta một ảnh hưởng lớn lao đang đối diện trong trí óc của chúng ta. Chỉ chờ nơi sự cố gắng của chúng ta hầu sớm kết tập một con đường chơn đạo Vô-Vi.

Tôi xin trân trọng thuyết trình cùng quý bạn về đường lối của Pháp Lý mà Ông Tư đã diu dắt tôi một thời gian đã là 3 năm. Giai đoạn đầu được huấn luyện sau sáu tháng tôi đã tường thuật và ký lục vào ngày 15 tháng 7 âm lịch năm 1958.

Từ ngày ấy đến giờ, tôi không có lúc nào lãng phí thì giờ tu luyện, dù tôi đang đứng trong hoàn cảnh khó khăn về vật chất, vì sau sáu tháng tôi đã được nhận thấy việc đời là tự sanh và tự diệt đó thôi. Còn về phần đạo thì luôn luôn ẩn núp ở bên trong chính mỗi người đều có. Một cơ cấu: nước, lửa, gió, đất đã kết thành hình thù duyên dáng ở bên ngoài, với những

thứ riêng kết tập ở bên trong.

Mọi sự giản tiện và phức tạp đều giao phó cho chúng ta và chúng ta phải tự điều khiển lấy, với một ý chí cương quyết hay là lãng phí đó thôi. Còn về con đường tâm đạo tu hành thì cũng phải thực tập và tự tìm kiếm kinh, sắc bất dị không, không bất dị sắc, trong cái có nó có cái không mà trong cái không nó có cái có.

Vậy ai làm chủ cái có và cái không? Người tu hành có điểm thì có thể hiểu rất rõ rệt và khoan khoái với một con đường điển quang thâm thúy luyến ái của Trời Phật. Mùi vị thiêng liêng đã đem lại cho mọi người tự nhận thấy sự tự do phát triển vô bờ bến, tùy sự khắc phục của mọi người. Tôi tu đến ngày nay tôi tự nhận thấy hơi thở của tôi thâm và phóng nơi bộ phận đầu nhiều hơn là bụng, không biết lo là cái gì.

Tiếng nói rất nhẹ nhàng và lạnh lẽo hơn trước. Trên đầu của tôi lúc nào cũng sáng, nhắm mắt lại càng sáng hơn và thấy lần lần phóng lên không trung, nhiều khi được thấy rất nhiều cảnh và được nghe rất nhiều; nhưng thấy rồi là quên và nghe cũng vậy. Gặp cái gì cần nói đến là nói rất thông chứ không cần suy nghĩ mệt trí như trước nữa, có thể hiểu được tánh tình của người đối diện, lắm lúc tôi nói ra cứ sợ mình nói bậy, vì tôi không phải là thầy tướng. Có nhiều bạn nhờ tôi

đoán việc này việc nọ, tôi nói ầu, họ cũng cho là trúng, tôi nhận thấy con người của tôi càng ngày càng khác.

Hằng ngày niệm Nam Mô A Di Đà Phật được biết rõ rệt chữ ấy, chạy lên bộ đầu và được nghe khớp xương mở, trên đầu sáng và mát mẻ. Ban ngày cũng như ban đêm lắm lúc tôi tự nhận thấy hình như tôi không còn ở nhà, tâm hồn lơ lửng trên không trung. Trong lúc nói chuyện hay viết thơ về đạo thì tôi được một thanh khí mát mẻ sáng sủa trên bộ đầu và tôi tự cảm giác rất nhẹ nhàng.

Mỗi đêm công phu đều được phóng đi xa, luồng điện xuất ra giữa hai chân mày rồi đưa thẳng lên không trung, cứ lên mãi cho đến lúc mê và tê lạnh cả mả ác. Đến lúc hồi điện thì tỉnh lại và muốn tiếp tục công phu thì bộ đầu giựt run phải đi ngủ một chập mới có thể công phu trở lại được. Lúc này tôi công phu không nhất định, đến giờ chỉ định bộ đầu của tôi sáng như đèn manchon. Không sao ngủ được, tự động phải thức dậy công phu. Muốn làm biếng cũng không được. Bồ đồng mỗi đêm cũng được hai giờ đồng hồ, khi nhắm mắt ngủ cũng như khi công phu, thấy đi đây đi đó không có lúc nào rảnh cả.

Đến đây có thể nói tôi đã ghi thêm được một chấm trong con đường tu hành thực tập. Mọi sự khó khăn cũng đều đòi hỏi nơi thực hành. Ước mong được sự

thông cảm của quý bạn đã hòa lẫn tình đạo hữu với
tôi. Thành thật kính chào quý bạn và chúc quý bạn
vui tiến.

Kính bái,

Lương Sĩ Hằng 🍵 Vĩ Kiên

■ Bài Thơ Đầu Tay

của thiền sư Lương Sĩ Hằng ㊦ Vĩ Kiên

Tô lục chuốc hồng tựa cảnh Tiên

Điểm mùi chua ngọt lòng xao xuyến

Sơn tinh thủy tú luân phiên hiện

Hà thủy đục trong khắp các miền.

Thọ vẽ Hồn thơ gieo ý nguyện

Khéo khôn khôn khéo tìm phương chuyển

Xây dựng ngày kia sẽ thấu truyền

Tô Điểm Sơn Hà, Thọ Khéo Xây.

Ngày 15 tháng 7 âm lịch năm 1958

*Tu hành vui thú triền miên
Đệ nay xin thuật lại miền thiêng liêng
Xuất Hồn đánh lễ Sư Ông
Vượt qua Bỉ Ngạn lòng không thấy lòng*

*Nhẹ như thể tuyết lông hồng
Giao du thẳng cảnh vui Bồng Lai Tiên
Đánh tan tất cả ưu phiền
Tu hành cõi mở điển liền xuất theo*

*Từ nay hết sợ cảnh nghèo
Đường ta ta tiến chẳng theo thuyết tà
Chúc cho các bạn phân qua
Tìm đường tự tiến mới là quang vinh*

*Đệ nay tận lý thuyết trình
Tự tu tự tiến mở tình Thiên Cơ.*

Kính bái,
Lương Sĩ Hằng ㊟ Vĩ Kiên
Sài Gòn, ngày 18 tháng 05 năm 1968

MỘT KIẾP PHÙ SANH

Tôi tên là Lương Sĩ Hằng, sanh năm 1923 đã được sống trong cõi phù sanh này trọn 74 năm tròn, dẫn thân trong thực hành tu học, vượt qua biết bao nhiêu cảnh đối trá lường gạt của tình đời đen bạc, từ sự thanh nhẹ cho đến sự nặng trọc của xác lẫn tâm, từng rơi lụy trong khổ cảnh đau thương tàn phá bởi chiến tranh, cảm thấy chính mình và người dân vất vả vô cùng, nên luôn luôn muốn tìm ra sự công bình của xã hội và Trời Đất.

Từ sự dẫn thân trong thực hành đó, tôi mới cảm nhận được nguyên khí của Trời Đất là quan trọng nhất cho cuộc sống. Qua thiên cơ biến chuyển bão lụt tàn phá vô cùng, làm nhà tan cửa nát ở miền Trung mà tôi đã dự từ lúc ấu thơ, tôi đã có cơ hội nhìn thấy Bát Tiên bay qua trong lúc cực kỳ nguy hiểm. Lúc ấy tâm thức của tôi quên đi sự lo âu, đói rách sắp xảy đến cho cả gia đình chúng tôi.

Rồi sau sự chuyển động mạnh mẽ của thiên cơ, thì đâu cũng vào đó, mọi người chung vui và xây dựng trở lại một cuộc sống mới. Từ đấy, tôi bắt đầu tìm đến sự huyền bí của Trời Đất, thích nghe kinh kệ trong chùa. Đêm đêm chạy chơi và thường ghé nơi tụng niệm của nhiều người sắp xếp trong trật tự, đứng ngoài cửa sổ nhìn vào, mê mẩn nghe những lời kinh kệ đã làm cho

cảm động lòng tôi đến muối cắn cũng không đập.

Càng ngày càng lớn, tôi càng bơi vào biển động của tiền tình duyên nghiệp, nhưng chẳng thấy sương chỉ thấy toàn là khổ nhục mà thôi. Những khi ấy tôi nhớ đến Đức Phật Thích Ca đã hành thiền đơn độc, sự tích này đập vào tâm hồn của chính tôi, ngày đêm tôi tưởng nhớ đến khổ công hành triển của Ngài. Duyên lành lại đến với tôi là gặp được Pháp Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp. Từ đấy, ngày đêm tôi lo niệm Phật để tự thức tự giải tất cả những sự mê lầm của chính mình từ bao nhiêu năm đã và đang sống trong cõi phù sanh này.

Nhờ dứt khoát dày công tu luyện, đêm đêm hành thiền, bất chấp sự gian lao và khổ cực, có tiền cũng tu, không tiền vẫn tu, nên mãi cho đến nay tôi vẫn khỏe mạnh và làm việc nhiều hơn lúc còn trẻ. Nhờ Pháp Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp, nay tôi có thể hiểu được nhiều việc trong một lúc mà chẳng lao tâm cực trí, tự cảm thấy làm như không làm, nói như không nói, lúc nào cũng an yên và thanh nhẹ, khí điển dồi dào trong lúc phục vụ bất cứ ở lãnh vực nào.

Ước mong các giới đọc qua quyển sách này sẽ ý thức khả năng tin yêu Phật pháp của chính mình mà hành thiền thì sẽ có kết quả đồng nhất như tôi đã đạt. Chúng ta sẽ có ánh sáng từ bi tại mặt đất, nhiên hậu mới đem

lại sự chung vui hòa bình và hạnh phúc cho nơnon loại của quả địa cầu này, tự động dứt khoát tham sân, cùng chung hướng về thanh tịnh mà cầu nguyện cho nơnon tâm tự thức và yên vui.

Sydney, ngày 20 tháng 03 năm 1997

Lời thơ dặn dò về việc sửa tên các danh từ Vô-Vi Vancouver, ngày 03 tháng 08 năm 1997

Những danh từ Vô-Vi đề ra không nên sửa như:

1) **SOI HỒN**: Pháp này tập trung luồng điện của khối óc, ổn định thần kinh, tinh khí trụ nơi trung tim bộ đầu, hòa hợp với tinh ba của vũ trụ, luồng điện sẽ thật sự xuất phát và trở về với sự hòa hợp với càn khôn vũ trụ. Hồn xuất phát dễ dãi học đạo hằng đêm, sẽ không còn bỡ ngỡ nữa, tự tin và dũng mãnh hành pháp tới vô cùng. Trí tâm thanh nhẹ và dứt khoát.

2) **CHIẾU MINH**: Phát triển sự liên hệ giữa Hồn và Vía, trung tâm chân mày chiếu xuống rốn nơi Vía làm việc, lâu ngày Hồn Vía sẽ tương hội, mạch Nhâm Đốc tương thông, âm dương điều hòa, hít thở từ 1 đến 12, từ 1 đến 11 vv... cho đến 0, cứ giảm như vậy đến không, sẽ giúp cho bộ ruột gan điều hòa, sẽ có giấc ngủ ngon. Những sự nhức mỏi sẽ tiêu tan, bộ tiêu hóa sẽ điều hòa và khỏe mạnh.

3) **PHÁP LUÂN THƯỜNG CHUYỂN**: Dụng nguyên khí của Trời Đất, khai sáng tâm thức, thuận chiều vận hành của Trời Đất, khối óc sẽ được minh mẫn, phản lão hườn đồng. Hồn sẽ xuất phát trẻ trung và nhanh nhẹ như một cậu bé dễ thương. Từ trường chạy đều từ tâm lẫn thân. Tâm tư dứt khoát tu tiến. Nhâm Đốc tương thông. Điện khí dồi dào, làm việc không chán nản và vô quái ngại.

4) THIÊN ĐỊNH: Nguyên khí cơ tạng thuận chiều cùng Trời Đất, sẽ không còn sân si tranh giành và tham lam nữa. Sống chung với Trời và Đất, thực hiện tình thương và đạo đức, dứt khoát hướng thượng và sẽ không hướng ngoại nữa. Luồng điện thanh tịnh liên hệ cả càn khôn vũ trụ. Xây dựng đức nhĩn nhục và tiến hóa trong thanh tịnh. Bước vào điện giới nhiên hậu mới cảm thức được vạn sự trên đời là không. Sẽ không còn tranh chấp vô lý, dễ tha thứ và thương yêu, thật sự xây dựng cho chung.

Những danh từ kể trên là điển khí, gắn liền với chiều sâu của đạo pháp. Nếu sửa là tam sao thất bổn, mất gốc chánh của điển tâm. Trí người phạm sử dụng văn chương đi xuống thấp, không làm sao phát triển đi lên được. Phát triển đi lên thì mới có chiều sâu của đạo pháp, dứt khoát tu tiến trong thanh tịnh. Vô-Vi chỉ có thực hành. Khai triển trực giác thì mới rõ nguyên lý điển quang là gì? Không phải văn chương án ngữ và không hành tới đích.

**Thư về vấn đề đơn giản hóa phần Nguyên
dành cho người mới tập thiền trong sáu tháng đầu.**

Kính gửi các bạn,

V/D: Chuẩn cho phần Nguyên của những bạn mới tập thiền Vô-Vi trong sáu tháng đầu.

Để giản dị hóa giúp các bạn mới tìm hiểu Vô-Vi và muốn tập thiền theo Pháp Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp do tôi hướng dẫn, kể từ nay tôi chuẩn cho các bạn mới tập thiền Vô-Vi trong 6 tháng đầu, ở phần niệm có thể dùng ý niệm 6 chữ “Nam Mô A Di Đà Phật” trên 6 luân xa, còn riêng hai câu nguyện Quán Thế Âm và Long Hoa Giáo Chủ có thể dành cho người tập thiền bắt đầu nguyện sau sáu tháng thực hành.

Những phần khác trong video do tôi thực hiện như Soi Hồn - Xả Thiên - Chiếu Minh không thay đổi.

Riêng các bạn đã hành thiền Vô-Vi từ 6 tháng trở lên không có gì thay đổi.

Việc chuẩn cho giản dị này nhằm mục đích giúp các bạn mới bắt đầu tập thiền có cơ hội tham gia tìm hiểu về pháp thiền Vô-Vi, một pháp thiền đem lại lợi ích cho sức khỏe và sự trong sáng của tâm hồn.

Pháp Lý Vô-Vi Khoa-Học Huyền-Bí Phật-Pháp là một pháp thiền thích ứng với mọi người, không phân biệt tôn giáo, tín ngưỡng hay dân tộc.

Chúc các bạn thực hành tốt và đạt được nhiều kết quả.
Quý thương,

Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên

Hawaii, ngày 05 tháng 05 năm 2003



Đức Tổ Sư ĐỖ THUẦN HẬU
(1883 – 1967)

PHẦN 2

■ Thiết thật Đời Đạo Song Tu của Cụ ĐỖ THUẦN HẬU

Thưa Các Bạn,

Khi tôi sanh trong đời, tôi vẫn như các bạn. Là người ở trần gian, 9 tuổi mồ côi mẹ, vẫn còn cha. Cha tôi là Đỗ Hạo Cừ sống được 73 tuổi (đã qua đời).

Lúc ấy tôi không chị em, chỉ có một mình tại thế đây, chịu những chua cay chát đắng mặn nồng lặn ngụp trong bể khổ không thể kể. Bởi thế tôi học nghề như sau: thầy thuốc nam, thầy bùa, thầy coi quẻ, thợ mã, thợ nhuộm, thợ sơn cùng nấu nướng mọi việc để lo sinh sống. Trong đời lúc nghèo hèn ấy tôi dạy học trò chữ Việt, chữ Pháp để lấy tiền cưới vợ lập gia đình. Lúc ấy cha thì có mẹ ghẻ, lại già, nên không kể đến, bởi thế tôi tự lập nhưng vẫn nương quyền cha, đủ hiếu nghĩa. Khi tôi lập gia đình cũng vẫn nương quyền cha trong 2, 3 năm thì bà mẹ ghẻ đày đọa cực khổ và chính tôi được biết những sự chua cay lặn ngụp trong bể khổ không thể kể. Lúc tôi nằm nghỉ cùng lo lường để nuôi gia đình một vợ và tám đứa con thì cực khổ ấy cứ ràng buộc thêm vì phải chống chọi trong thế gian này vì thấy mạnh hiếp yếu. Khi tôi làm được đủ ăn hằng ngày thì một ngày kia chán đời sang đạo.

Lúc tôi đi cầu đạo vào thâm sơn cùng cốc cũng có nhiều người tu luyện phép màu cũng được thấy, nhưng giai đoạn ấy tôi không được xu hướng do nơi Tiên Sư A Bí A Kìa là một người Địa Tiên tôi vẫn biết, tôi được trở về. Đi tìm đạo Phật, đi đến các chùa miếu trong thế gian thì chùa có ông thầy bà vài phần nhiều là tánh trần cũng như người ở thế gian không tu, nhưng khác hơn là mặc áo nâu sòng tụng kinh gõ mõ truyền bá vậy thôi.

Còn miếu thì thấy nhiều người làm cốt hay xác ông này bà kia nói chuyện ảo ảnh, những người ấy là người trần, chẳng phải tiên. Thật là trần tục! Vì lúc ấy tôi nghiên cứu thấy nhiều vị tu hành trên đó được sung sướng, ăn no ngủ kỹ, nào là chùa ngôi phượng trượng, người ta họp lại kính dâng phẩm vật cúng bái cho Phật cùng người, như người ở thế gian không thường những chi, trong sự tụng thì gõ mõ tụng kinh ca tụng giọng lên giọng xuống êm tai, còn mục đích tu hành thì không thấy thuyết ra những điều nào khác. Khi họ thuyết kinh thì chỉ nói tích xưa cũ kỹ chớ không chỉ sự tu hành cho rõ rệt.

Còn xét về phần pháp môn thì biểu cúng quả chiêm ngưỡng, thì mấy điều ấy có thể tôi làm cũng được. Bởi thế tôi phải tìm chơn sư tới sáu, bảy năm mới gặp được Đức Cao Minh Thiên Sư biểu 16 pháp môn rút theo sách xưa nào là Tánh Mạng Khuê Chỉ của chư Tiên ở bên Tàu làm sách ấy. Còn sách Thanh Tịnh Kinh của Đức Khổng Tử bày ra cũng cứ nghĩa sông

mà khảo cứu. Tôi cũng không lấy làm tin nhưng mà tôi phải vào đấy chịu quy y đảnh thọ các điều. Trong lúc ấy có nhiều môn đệ của ông nhưng chỉ có một hai người cùng tôi làm được theo ông, biết được linh Hồn sáng suốt theo những bạn tu hành nói lại, còn chính tôi chỉ hiểu được lấy tôi. Nhưng lúc ấy tôi thấy sự tu hành có câu: “cư trần nhiễm trần”, thì sự tham lam hãm hử các bạn tu với tôi vẫn còn, tuy tôi cũng có mà ít hơn. Tôi chán nản nửa chừng ấy, tôi tách ra để làm ăn ngay thẳng bảo trợ gia đình và tự nhiên cứu kinh sách nhà Phật từ ngàn xưa để lại. Từ đấy sắp sau bốn, năm năm tôi đã được 55 tuổi khởi đầu tu hành.

Và trí ý của tôi hằng ngày nghiên cứu rõ rệt, muốn đi đến cảnh Tiên nhà Phật, tự tu tự luyện và nghiên cứu không khí bao la thì tôi được biết trong pháp môn xuất Hồn có 4 điểm mà thôi, còn 12 môn khác phụ thuộc nhưng cũng có kiêm thêm nhiều bí mật. Nhờ sự xuất Hồn trong ý trí mới sáng suốt thêm, mới tìm được ra bí mật sáng suốt ấy. Khi tôi khởi đầu để nghiên cứu và quan sát tôi mới có thể hiểu, các bạn làm pháp môn như tôi coi sự tu hành có y như vậy không.

Trong một năm vừa qua, từ năm Canh Tý 1960 đến năm Tân Sửu đây, ngày rằm tháng giêng tôi xin mời các bạn hội họp, lấy sự thành thật việc tu hành trong một năm, tánh chất bản thể ra thế nào, cùng linh Hồn điển quang tịnh độ chất lượng ra sao để hiểu biết. Như các

bạn cùng chung với tôi, tôi cũng làm một bản kiểm thảo này để phần năm tới là năm 1962 Nhâm Dần coi sự tu hành thúc đẩy tâm tiến thế nào? Trong sự tu hành tôi cho các bạn biết sự hèn hạ xấu hèn hung dữ - tính tình chúng ta không nên che đậy để chỉ rõ nhờ sự tu hành nó phát triển thế nào mới biết được, gọi là thiết thật.

Trong đời người ta thấy cái sự hèn hạ, xấu hèn, người ta che lấp. Còn sự vinh sang tốt lành con người bêu diễn lên, nói lên quá - thì sự tu ấy càng ngày càng mờ ám.

Tôi biểu các bạn tu luyện đạo Pháp Lý này, tôi được thâm lượm bao nhiêu, xin kể rõ các mục. Còn những điều xấu của tôi cũng chỉ rõ sự hèn hạ. Sự tốt, vinh quang về phần tu, tôi được lượm lặt những điều sáng suốt của phép Tiên nhà Phật đưa ra minh triết cũng xin kể rõ đặng các bạn sưu tầm thêm.

Ngày hôm nay giờ này, phút này tôi được tiếp các bạn, kiểm thảo về sự tu hành vui vẻ hân hoan, hoan hỉ, có phần long trọng hơn.

Xin chào các bạn - để kết tình thân ái.

■ *Cha tôi là Đỗ Hạo Cừu làm Phó Tổng tại An Thới, Sa Đéc, đã qua đời. Còn tôi là Đỗ Thuần Hậu 78 tuổi cũng đồng ở xứ quê hương của cha tôi. Vì bị thời cuộc tôi phải ở Quận 3, Đa Kao, 91 Phan Thanh Giản lập bản Thiết Thật này.*

PHẬT HỌC VẤN ĐÁP với CỤ ĐỒ THUẦN HẬU

Vấn: Ông là người ở trần, tại sao ông tu?

Đáp: Từ lúc tôi 45 tuổi, người Pháp cai trị trong lúc nước mất nhà tan, tôi đứng làm người trong thời ấy, thì tôi thấy nào bậc phú gia, bậc quan lại, từ bậc thượng đến bậc trung, thì tôi biết nhiều phần hiệp đáp, râu xé người.

Giàu sang quan lại cũng thế đó thôi, còn hạng thấp thì cũng tham lam, gian trá, sân si, rồi cũng người này hiệp người kia, sanh thù oán giết lẫn nhau, còn trong gia đình thì vì tiền của tham lẫn râu xé, con không kể cha, cho đến đổi anh em cũng thế.

Lúc ấy tôi dựa theo quan lại để tầm bắt kẻ gian và điều tra những người hung dữ, đâm chém đủ điều nhưng tôi dòm lại thấy Hồn oan cáo báo cho tôi biết và xưng tên tuổi đúng không sai. Khi ấy tôi buồn, bỏ các việc làm, ra làm một anh điền chủ thường tình và tầm kiếm con đường giải thoát cái đời của tôi cho khỏi sự bỉ ối ấy, không có chi hơn là sự đi tu để tránh những điều dối trá.

Nhưng trái lại tôi có gia đình đông con nhưng thấy trong Nhà Phật, Thiền Lâm tuyên bố phải ly gia cắt ái, nên không tu thì không thành Phật, còn tôi ở nhà niệm Phật tụng kinh là không thành vấn đề. Bởi thế

tôi suy nghĩ đủ điều, nếu không đời sao có đạo, khổ
ơ là khổ! Khi tôi nghĩ rồi bước ra đi ta bà nào là chùa
chiền, nào là núi non để tầm đạo.

Lúc tôi gặp được ông Cao Minh Thiên Sư dạy đạo, tôi
quy y cùng ông gọi là đạo Vô-Vi, xuất chưởng Anh Nhi,
tu tâm dưỡng tánh, ở nhà làm lấy ăn để tu. Nhưng tôi
thấy Vô-Vi chưởng Anh Nhi thì cũng được, nhưng đàn
ông mà không có máy sanh dục đưng con làm sao
làm được? Nhưng tôi cũng mượn phần ấy, rồi nhờ tự
nghiên cứu thiêng liêng để cứu xét. Khi ấy tôi hiểu rõ
cư trần là nhiễm trần thì bao giờ chúng tôi cũng có tội
lỗi, không bao giờ mỗi việc gì cho khỏi, ví như cá dưới
nước sao khỏi ướt mình?

Sự chán đời bao trùm sự hiểu biết nhiều tội lỗi, chớ
tôi không chán ngán. Khi ấy tôi phải buộc lòng tu tâm
dưỡng tánh, nhưng đã lỡ có gia đình không thể theo
mấy ông đó cho được. Tôi mới suy nghĩ ra tu là tu, còn
luật gia đình của Khổng Thánh cũng là tu, bởi thế tôi
cho là đời đạo song tu. Vì thế ấy tôi suy nghĩ ra tôi phải
tu mà tu làm sao mới được? Đây chữ tu tôi xin trả lời.

Tu là một nền tảng điều hòa vững chắc làm cho hung
dữ hóa ra hiền, tự làm lấy mà ăn, không sanh sự lý,
lương tâm tôi bình tĩnh không xao động. Cũng có chữ
“tu là tu trang”, làm cho một cái nền trở nên đẹp để
vững chắc bằng phẳng. Chữ tu là trau dồi sửa đổi, ví

như trong mình ta, trí não Mâu Ni Châu là cục ngọc làm cho Hồn ta được trong sáng, đó là Pháp Luân Thường Chuyển dồi mài cho thông khí, thời trí ta mới sáng. Hễ sáng thì thông minh làm ăn không thất bại và trí ta dồi mài trau sửa, bỏ sự si mê u ám trở nên một người sáng suốt. Đây là cái nền tảng cốt giác của sự tu hành, là nguồn cội của nó, cùng làm ăn để nuôi gia đình, tối thì công phu luyện đạo, gọi là đời đạo song tu.

Vấn: Tại sao kêu là điển?

Đáp: Trước kia ta ở trong thai noãn. Trong thai noãn phía trong nhờ khí dương loại đực của cha ta, loại cái của mẹ ta. Khi giao cấu thì có chất lỏng nhớt, khí của loại đực là cha ta, chất ấy nóng là tánh hùng cường hung tợn hùng dũng, còn mẹ ta là chất lỏng nguội, chất ấy gọi là khí mát. Khi cha mẹ cấu tạo hợp nhất gom lại cả hai.

Tất cả nào là trí ý, tư tưởng hợp nhất, hợp tánh hợp tình, hợp lý trí, hợp ý, tánh có thể cấu tạo cả hai. Khí lỏng chung hợp, hùng dũng, sức lực đem lại chất cốt giác, nào là da thịt xương máu cả hai chung lại. Khí chủng hai bên hóa thành hợp nhất, đặc lại trở nên một cục máu, hóa sanh thai noãn, thì hằng ngày mẹ ta nuôi trong lòng mẹ ta.

Ngoài thì nhờ hơi thở ấy, dưỡng khí của Trời Đất mới hóa máu thịt nên hình tượng gọi là bào thai. Bào thai ấy nhờ tất cả tinh thần hai bên của cha mẹ thấm cho

cục máu, mới có mắt mũi và tay chân, biến hóa vô cùng vô tận. Sự hợp nhất của cha mẹ, khí hóa hai bên, sang sót đầy đủ, rồi hóa ra ruột gan, pèò, phổi, ngũ tạng. Khi cấu tạo gọi là Nguyên Thủy thì thấy sóng gió là hơi thở hùng dũng.

Tất cả gom góp sức lực của cha mẹ gọi là bảo tố nguy hiểm, lấy tất cả nguyên chất, khí nước hai bên chất ấy gom lại, khí thành máu mới nên hình. Cốt giác của khí thành máu có 3 thứ: máu trong thịt kể xương gọi là máu đỏ, cùng bầm, để điều động thừa tiếp ngũ tạng và bên ngoài, còn máu nhớt màu trắng trong để thừa tiếp cho da cùng các chỗ chân lông chống cự vi trùng ngoại xâm cùng ghẻ chốc, đết-xẻ, nhờ máu ấy mau lành.

Còn ngũ tạng, ruột gan, da lông, tóc, cũng nhờ tất cả nguyên chất của cha mẹ, hơn nữa cũng nhờ cha mẹ và khí âm, khí dương, lúc ấy hai bên đồng mệt nhọc. Thở là gió hợp với dưỡng khí Trời Đất ở tại dương thế, hợp cùng thán khí của Trời Đất. Khi thai noãn ấy lần lần hóa sanh ra hình dạng, ví như một chiếc tàu có đủ máy móc.

Rồi thai ấy ở trong bụng mẹ, có đủ ruột gan và tay chân, thành ra một thứ máy móc của chiếc tàu, biết bạo động và tùng theo hơi thở vô ra của mẹ. Thì trong thai noãn có huyết mẫu, khí của cha mẹ chia sót đó, hợp với khí hạo nhiên cùng thán khí của dương thế trong Trời Đất để nuôi người, cây cối và loài vật. Các

loại cùng chúng ta đều có tánh chất, gọi là khí hạo nhiên của Trời và Đất.

Khi mẹ hoài thai chín tháng thì thai noãn đủ nguyên hình, biết ăn, ngủ, ỉa. Khi lọt lòng thì bản thể ta có nhiều nhót bao xung quanh để nuôi dưỡng cho đủ sức thông thả cựa quậy. Nhót ấy làm da lông thông đồng hình thể, rồi loại cái là mẹ ta thở vô thở ra tập cho thai ấy làm theo, khi ta ỉa đái cùng ngủ nghê, cùng làm việc nường chịu theo loại cái, là mẹ.

Trên đầu có chất nhót trắng bao phủ, nhót ấy là khí điển của cha trước kia dư lại tồn tại chất ấy để bổ túc thai noãn, thai được sáu tháng thì thai ấy nhờ một chất điển Thiên Đàng sa xuống nhập vào hơi thở của mẹ, rồi hợp tác làm chủ thai noãn, biết ăn, ngủ, ỉa, động đũa tay chân từ ấy đến 9 tháng 10 ngày, thai ấy biết cựa quậy, khóc la đau ốm, nhức mỏi đủ điều. Bởi thế khi ta khỏi lòng mẹ, nào là hô hấp, khóc la cựa quậy, càng ngày càng biết đủ điều như cha mẹ, mới thành con người ta.

Con người ta nhờ Trí Thức ở trên trời sa xuống gọi là Hồn. Còn tánh tình là khóc, cựa quậy tay chân, vọt nhảy là tánh ý của mẹ. Trong kinh nhà Phật nói: Ta vốn là Ta, gọi là Căn Bản. Căn Bản gọi là Khí Điển. Hồn của ta trên trời sa xuống từ lúc mẹ ta có thai noãn trong sáu tháng, làm chủ bản thể, gọi là trí ý - Hồn. Tánh tình là Vía. Nhưng cũng có sự phụ thuộc

vốn của cha mẹ ta là khí cấu tạo, rồi hợp thành một cái vốn khí điển của Thiên Đàng sa xuống nhập vào thai. Bào thai này nhờ có ngưng khí chất lỏng của cha mẹ tạo thành, gọi là “khí bẩm sở cấu, vật lực sở tế”. Vốn điển này của cha mẹ ta giúp cho, gọi là Tinh Khí, tánh vía của cha mẹ ta giúp cho. Còn điển Hồn trên Thiên Đàng sa xuống nhập vào bản thể, gọi là Hồn, vốn ở Thiên Đàng, vốn gọi là Giống.

■ **Tóm tắt:** Tinh, vốn của Cha. Khí, vốn của Mẹ. Thần, vốn của Thiên Đàng sa xuống. Nói chung là Tinh, Khí, Thần, gọi là Ta, vốn là Ta. Ta vốn là Thần Hồn trên Thiên Đàng sa xuống, cũng gọi là Căn Bản. Căn Bản vốn là gốc Hồn trên Trời sa xuống làm chủ bản thể. Bản thể gọi là Căn, cha mẹ cấu tạo trước, còn Bản là vốn điển ở Thiên Đàng sa xuống, nhập vào ở chung với bản thể, kết tụ thành hình dạng con người, cũng gọi là Ta, vốn là Ta. Cho nên tôi là tác giả giải điều ấy chung cho tất cả con người ở thế gian đều có Hồn trên Trời sa xuống làm Chủ Nhân Ông.

“Đố ai biết Lão là Ai?...

Người trong thế giới hay ngoài càn khôn?”

(ta vốn là ta) ...

Người đủ tri thức gọi là Hồn. Còn ta là người ở thế gian, cha mẹ ta sanh ra. Đến đây chấm dứt lời bố di của tôi. Sơ sót xin các bạn thứ cho.

CÁC SÁCH ĐÃ XUẤT BẢN:

SÁCH THIỀN THỰC HÀNH THEO PHÁP LÝ VÔ-VI:

- Tôi Tâm Đạo (Hồ Văn Em).
- Thực Hành Tự Cứu (TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên).

SÁCH TRƯỚC TÁC CỦA CỤ ĐỒ THUẦN HẬU:

- Đời Đạo Song Tu & Tình Trong Bốn Bể (Đồ Thuần Hậu).
- Kinh A Di Đà (Đồ Thuần Hậu).
- Kinh A Di Đà (cụ Đồ Thần Hậu & TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên minh giải).
- Phép Xuất Hồn & Quái Mộng Kỳ Duyên (Đồ Thuần Hậu).

SÁCH TRƯỚC TÁC CỦA TSƯ LƯƠNG SĨ HẰNG © VĨ KIÊN:

- Khai Ngộ Chơn Lý I (TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên).
- Nguyên Lý Tận Độ (TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên).
- 53 Chơn Kinh Tu Học (TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên).
- Phụ Ái Mẫu Ái (TSư Lương Sĩ Hằng © Vĩ Kiên).
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm '96
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm '97
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm '98
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm '99
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm 2000
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm 2001
- Tham Gia Phát Triển Trí Tâm 2002

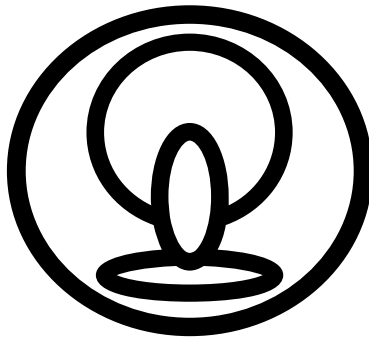
- Thư Từ Lai Vãng '96
- Thư Từ Lai Vãng '97
- Thư Từ Lai Vãng '99
- Thư Từ Lai Vãng 2000

SÁCH TRƯỚC TÁC CỦA KIM THÂN CHA:

- Thượng Đế Giảng Chân Lý (*Kim Thân Cha*).

SÁCH DỊCH:

- Địa Ngục Du Ký
(*TSư Lương Sĩ Hằng* © *Vĩ Kiên minh giải & Đào Mộng Nam lược dịch*).
- Luân Hồi Du Ký (*Đào Mộng Nam*).
- Nhân Gian Du Ký (*Đào Mộng Nam*).
- Thiên Đường Du Ký
(*TSư Lương Sĩ Hằng* © *Vĩ Kiên minh giải & Đào Mộng Nam lược dịch*).



VÔ-VI MULTIMEDIA COMMUNICATION (VMC)

Điện Thư : VoViCommunication@gmail.com