



The LED Weekly

Volume 19, No. 7 January 24, 1999

P.O. Box 71071 Sunnyvale, CA. 94086 USA

voviled@ix.netcom.com

Tờ báo hằng tuần ĐIỀN KHÍ PHÂN GIẢI dành riêng phục vụ bạn đạo thực hành Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp

LỜI MỞ ĐẦU

Thấm thía quá bạn ơi!

Lời cao ý đẹp vui hòa
Thành tâm nhận được món quà thương yêu
Tràn đầy nguyên lý thật siêu
Tâm ta tu tiến ta đi tiến chung
Khai thông trí tuệ mỗi vùng
Tình thương đạo đức vô cùng thâm sâu
Cần khôn vũ trụ kết tào
Chơn tâm thức giác nhiệm màu khai minh
Thực hành khai triển hành trình
Chơn tâm thức giác chính mình tự tu.

Lương Sĩ Hằng

THƯ' NGỎ

QUY NGUYÊN

Quy nguyên giếng mối chẳng cơ cần
Học hỏi không ngừng chẳng khó khăn
Trí tuệ phân minh đường xích đạo
Dẹp phần mê chấp nguyện phân lần.

Lương Vĩ Kiên

Mục Bé Tám từ 28-11-98 đến 4-12-98

Copyright (C) 1998 by Lương Sĩ Hằng & VoViLED. All rights reserved.

Thưa các bạn,

Mục Bé Tám, viết qua tâm KHÔNG, liên hệ với từ quang của Đại Bi, nó cũng là một liều thuốc trị tâm bệnh và giải tỏa uất khí của tim, gan và thận. Không nên cắt xén bất cứ giai đoạn nào, có Đạo Tâm thì sẽ hiểu chiều sâu của Mục Bé Tám.

Ước mong các bạn thực hành đứng đắn, thì sẽ cảm thông chiều hướng phát triển của tâm linh.

Kính bái,

Bé Tám

Phần câu hỏi của Mục Bé Tám dành cho buổi sinh hoạt tại thiền đường:

1. Thương tình là phải thương làm sao ?
2. Nơi nào thanh tịnh nhất của bộ đầu ?
3. Sự thanh tịnh đồng nhất có thể đem lại sự hòa bình hay không ?
4. Liên hệ luồng điện cái của cần khôn vũ trụ thì phải liên hệ làm sao ?
5. Nguyên do gì hiểu được tâm trạng của người ở xa ?
6. Luồng điện tương giao là sao ?
7. Hành trang tâm lý mang theo bằng cách nào ?

Atlantic city, 28/11/98 7 : 15 AM

Hỏi: *Thương tình là phải thương làm sao ?*

Đáp: Thừa thương tình là phải dẫn thân trong khổ, thì mới rõ sự liên hệ giữa tình người và tình người, thức tâm mới phát triển tâm từ bi, bằng lòng tha thứ và thương yêu thì mới rõ giá trị thương tình liên hệ cùng Trời Đất. Ở trên đời này chỉ có Trời Đất và Đạo liên hệ với nhau không ngừng nghỉ.

Kệ :

Thương tình liên hệ triển miên tịnh
Giá trị thâm sâu rõ chính mình
Liên hệ không ngừng trong mỗi đạo
Thành tâm tu luyện rõ tình xinh.

Montréal, 29/11/98 12 : 00 AM

Hỏi: *Nơi nào thanh tịnh nhất của bộ đầu ?*

Đáp: Thừa trung tim bộ đầu liên hệ với điện giới, nơi đó thanh tịnh và sáng nhất.

Kệ :

Trung tâm điện giới quang hành tiến
Giải tỏa bình an chẳng có phiền
Quyển luyện tình Trời không giờ dứt
Thâm tu thanh tịnh thật là yên.

Montréal, 30/11/98 7 : 20 AM

Hỏi: *Sự thanh tịnh đồng nhất có thể đem lại sự hòa bình hay không ?*

Đáp: Thừa điện tâm hội nhập với thiên giới sáng tỏa toàn thân, ánh sáng sẽ đem lại hòa bình và ổn định.

Kệ :

Thân hình phát sáng ý càng mình
Hiểu điện tâm linh lại giúp mình
Quy hội tình người không bờ ngõ
Thành tâm phục vụ triển tâm linh.

Montréal, 01/12/98 9 : 15 AM

Hỏi: *Liên hệ luồng điện cái của căn khôn vũ trụ thì phải liên hệ làm sao ?*

Đáp: Thừa liên hệ luồng điện cái căn khôn vũ trụ, bằng cách hành pháp khai thông đốc mạch, tức là luồng điện căn bản của xương sống thông lên trung tim bộ đầu rút thẳng đi lên. Những chuyện gì bất an hướng tâm nơi đó sẽ giải quyết, khi nóng

giận trung tim điện quang sẽ phát sáng, sẽ thấy rõ diệu pháp là tha thứ và thương yêu là giá trị.

Kệ :

Quy nguyên giềng mối sống an yên
Chẳng có buồn phiền vẫn tạo duyên
Đời đạo song tu đồng diễn tiến
Khai tâm mở tánh rõ duyên tiền.

Montréal, 02/12/98 4 : 24 AM

Hỏi: *Nguyên do gì hiểu được tâm trạng của người ở xa ?*

Đáp: Thừa thực hành chung pháp thì từ trường phát triển như nhau, đồng điện tương hành tương trợ, rất khó xa cách, từ trường phát triển rất dễ cảm thông.

Kệ :

Một lòng tu tiến chẳng lòng vòng
Phát triển tâm linh chẳng ước mong
Cách cảm thần giao không bị động
Tình thương đạo đức từ ngoài trong.

Montréal, 03/12/98 2 : 13 AM

Hỏi: *Luồng điện tương giao là sao ?*

Đáp: Thừa tu thực hành chung một đường lối sẽ được tương giao trong thanh tịnh, quý mến nhau trong thâm tình cõi mở.

Kệ :

Chung hành điện giải tiến thân tu
Phá chấp giải mê lại giải mù
Tâm đạo đôi dào trong tiến hóa
Quý yêu muôn loại chẳng mê mù.

Montréal, 04/12/98 7 : 19 AM

Hỏi: *Hành trang tâm lý mang theo bằng cách nào?*

Đáp: Thừa hành trang tâm lý phần hồn mang theo bằng nhân lành hay độc ác. Nhân lành thì hồn sẽ được nhẹ khi lìa xác, ngược lại ác trược thì sẽ nặng nề và mê đắm.

Kệ :

Nhân quả thành hình muôn trạng thái
Nhân lành quả tốt chẳng bi ai
Người đời ca tụng không giờ dứt
Nhân quả thực hành sống miệt mài.

Qua Mục Thư Từ Lai Văng, bạn đọc có dịp chia sẻ tâm sự thiết tha của người gửi - các đứa con Vô Vi từ khắp Năm Châu; học hỏi và cảm nhận lòng thương yêu, sự hi sinh tận độ vô bờ của người nhận - Thầy Tám, người Thầy, người CHA VÔ VI yêu quý..... Những lá thư gói ghém tâm tình thấm thiết, nhất là từ các bạn Vô Vi đang ở quê nhà xa tít với hoàn cảnh khó khăn, gút mắc từ ĐẠO lẫn ĐỜI, luôn được hồi âm bằng những lời khuyên giải sáng suốt, chân tình, hướng tâm về chân lý vô cùng siêu diệu.

THƯ GỎI THẦY TỪ VIỆT NAM

CM, ngày 26/12/97

Ông Tám thương kính,

Đã lâu con không có dịp viết thư cho ông Tám. Nhân dịp có ông bà B Đ P về VN, con có những thắc mắc và muốn được tâm sự với ông Tám trường hợp riêng của con.

Bản chất của con đau yếu từ nhỏ nên gặp pháp môn thiền này, con chỉ muốn tập cho có sức khỏe mà thôi. Từ khi ông Tám rời khỏi VN, con vẫn theo pháp hành, nhưng càng thờ PL nằm xong, con cảm thấy người lạnh toát và cơ thể rất nhạy cảm với môi trường bên ngoài, có lúc nhìn cái gì cũng thấy người chơi vơi như ở đâu đâu, mắt thì hoa cả lên, không tập trung được, cho nên con cảm thấy sợ và ngưng hành pháp từ đây. Nói chung con không có ý muốn tu hành như phần đông những bạn đạo khác có ý muốn tiến tới những gì cao thượng về tâm linh. Vì cơ thể yếu đuối nên con chỉ muốn cố gắng và ước ao được sống như những người khác. Vậy mà ngay cả ước mơ tầm thường đơn giản ấy con cũng khó thực hiện được.

Ông Tám nhớ cách đây 10 năm con cũng có hỏi ông Tám về khối u trong bụng của con, con đã đi siêu âm nhiều lần và được xác nhận là không hề có khối u nào, nhưng mà lấy tay sờ vào vẫn thấy một khối u cứng ngắc. Nó giật và trôi vắn ruột con như con rắn. Lần ấy chị Bê có trả lời cho con là ông Tám nói do bộ tiêu hóa, mà chỉ cần thanh lọc là đủ. Con đã thanh lọc 2 lần 35 ngày không kể những lần 14 ngày và 7 ngày..., chỉ uống nước chanh đường, mà bệnh con vẫn không khỏi. Nhiều khi con rất muốn hành pháp để trợ cho cơ thể, nhưng bị hành quá, người mỗi mệt ỉu rũ, thần khí tiêu hao con cũng không ngồi thiền được.

Mới đây có người chỉ con lại ông thầy chữa bệnh, chỉ cho con cái phép để mang trong người. Nếu con mang trong người, thì cơ thể khỏe mạnh, khá lên thấy rõ. Nhưng nếu con không đeo trong người thì bị hành bệnh. Con cảm thấy sức khỏe đôi chút. Con cố gắng hành pháp lại khoảng 3 tháng nay, vì con cũng biết chuyện gì cũng phải tự lực cánh sinh, vẫn tốt hơn là nhờ tha lực. Con còn mấy điều gút mắc mà con vẫn chưa đáp được :

- Gia đình con theo đạo Thiên Chúa và con hành thiền như vậy thì theo người ta nói, người làm tội 2 chủ như vậy phần đời sẽ không được êm xuôi, không được như ý. Cho con biết ý kiến của ông Tám ra sao ?

- Cơ thể con yếu như vậy thì có thể có phần thiêng liêng nào tá vào khiến con bị khối u không thực như thế, và làm trở ngại cho việc lập gia đình của con hay không, vì nhiều lần định lập gia đình đều bị thất bại.

- Hỏi ông Tám còn ở VN, ông Tám có nói với con "Chừng nào tới phiên mày lấy chồng, đem chồng đến trình diện tao coi". Ý của ông Tám là sao ? Con có thể lập gia đình cuộc sống, có cuộc sống an cư, cuộc đời con sống cũng có ý nghĩa hơn.

Ông Tám thương kính, con biết ông Tám chỉ lo cho sự tiến hóa tâm linh của nhân loại. Ông Tám chỉ cho người ta tu thôi, nhưng con không hề có tham vọng ấy, dù con vẫn biết đường lối đó tốt đẹp. Nhưng con tự cảm nhận con không có khả năng đi cho trọn vẹn được, vì nó đòi hỏi quá nhiều cố gắng, quá nhiều hy sinh, mà con thấy con không thể chịu đựng được. Con cũng biết là do căn nghiệp của con sâu nặng. Sống một mình bơ vơ không nơi nương tựa, không gia đình là cả một sự kinh khủng đối với con. Nay con viết thư này mong ông Tám thương giúp đỡ con được lòng như sở nguyện.

Con, NT

THƯ HỒI ÂM CỦA THẦY TÁM

Atlantic city, ngày 12/7/98

NT,

Ông Tám vui nhận được thư con đề ngày 26/12/97 được biết con đang mang nghiệp thân, bệnh hoạn yếu ớt và không lối thoát. Con muốn có sức khỏe mà không chịu hành đúng pháp. Sự hiện diện của con bao gồm nhiều yếu tố hình thành. Cần sự khai triển hòa hợp với nguyên khí của Trời Đất nhiên hậu mới đạt được sức khỏe. Cuộc sống có tâm linh thì mới có sự sáng suốt. Con muốn có cuộc sống bình thường chung vui như mọi người thì con phải tự hiểu chính con đã từ đâu đến đây và sẽ về đâu.

Người đi trước đã tìm được một pháp tự cứu bằng cách tận dụng nguyên khí của Trời Đất hành triển, tâm thân ổn định. Cần thành tâm niệm Phật theo bằng giảng của ông Tám thì mới khai mở được Đại Trí. Nếu không chịu niệm Phật tự khôi phục chấn động siêu nhiên trong nội thức và khai mở huyền bí trong nội tâm, thì chiều sâu của nội tâm không có, thì khối thần kinh sẽ không được quân bình.

Mỗi buổi sáng thức dậy con nhớ uống 1 ly nước chanh, rắc một chút tiêu và một chút muối trước khi ăn sáng, sẽ giúp cho bộ tiêu hóa của con càng ngày càng tốt hơn. Chồng con là duyên và nợ, còn tu hành về PLVVKHHBPP là tự cứu hòa hợp với nguyên khí mà tu. Con là đạo Thiên Chúa, chỉ có xây dựng niềm tin mà thôi. Còn tu về PLVVKHHBPP là tự khai thác tâm lẫn thân, hòa

hợp với càn khôn vũ trụ mà tiến hóa. Hồn sẽ ý thức được nghiệp lực từ nhiều kiếp ẩn tàng trong khối óc thần kinh mà tự tu tự giải, tự khai triển trực giác của chính mình, hướng về thanh tịnh mà tu, từ đó gây dựng niềm tin rất vững vàng sớm gần Chúa hơn. Càng tu thiền càng hoang càng sẽ thấy rõ sự bảo bọc của Chúa, lúc nào cũng xây dựng cho tâm linh tiến hóa, thực hiện tình thương và đạo đức quý yêu muôn loài vạn vật, như tình của Đấng Toàn Năng đã và đang ân ban. Con tu cho chính con và ảnh hưởng nhiều người kế tiếp, đó là nhiệm vụ thiêng liêng cao cả, tức là làm đại sự chứ không phải là tiểu sự. Phần hồn của mọi người đến từ không giới và sẽ trở về với hai bàn tay không. Không ai có thể mang theo một vật gì khi hồn lìa khỏi xác.

Chồng chết thì vợ con khổ, cứ vậy mà tiến hóa nếu không dốc lòng tu thì phần hồn sẽ không được cứu. Hồn là chủ của thể xác, trách nhiệm đối với Trời Đất và quần sanh. Nhìn thấy nghe được và nói được đều mượn của Đấng Toàn Năng, đều là học hỏi hướng về thanh tịnh mà tu. Vô Vi chỉ có pháp niệm Phật, tự khai đại trí mà tu tiến, chứ không nuôi vọng tưởng không thành, tự khai triển trực giác của chính mình. Có chồng có con không khác gì gông cùm tại thế, ràng buộc trong sự ràng buộc, rồi cũng phải buông xuôi và ra đi. Bụng con có nhiều gas cho nên bị năng đau. Ở ngoài này có charcoal là loại thuốc than có thể giúp giải bớt gas.

Quý thương,
Lương Sĩ Hằng

LÀNG VÔ VI : Khu Đất Dành Riêng Cho Bạn Đọc

Làng Vô Vi được thành lập là do nhu cầu của bạn đọc muốn đóng góp bài vở vào LED Weekly. Thơ, văn, cảm tưởng v.v...của các bạn gửi về LED Weekly sẽ được đăng lên theo thứ tự.

HƯỚNG TÂM CẦU NGUYỆN

Kính xin quý bạn đạo hướng tâm cầu nguyện cho thân mẫu của bạn đạo Phan Văn Khá ở Đức Quốc là Bà Nguyễn Thị Nhẽ 85 tuổi mất ngày 18. 01. 99 lúc 2 giờ sáng, tại Đà Nẵng Việt Nam. Xin thành thật cảm ơn quý bạn đạo.

Hội ái Hữu Vô Vi Đức

NIỆM PHẬT

Niệm Phật là một đề tài được đề cập đến rất nhiều trong số đặc san vừa qua cũng như trong các buổi sinh hoạt của bạn đạo. Nay, thể theo lời yêu cầu của một bạn đạo Vô Vi "trẻ", tuổi gần tám mươi nhưng nhất định chưa già, là bác Tôn Bá ở Florida, tôi xin mạo muội trình bày kinh nghiệm của tôi trong vấn đề Niệm Phật, thờ Pháp Luân Chiếu Minh, Pháp Luân Thường Chuyển và Thiên Định.

Theo tôi, Niệm Phật là một trong các yếu tố căn bản quan trọng nhất của việc hành thiền theo Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp. Dĩ nhiên là vấn đề sức khỏe cũng là yếu tố quan trọng, như ăn chay, ăn dưỡng sinh giúp cho cơ thể được nhẹ nhàng, dễ hành thiền hơn. Nhưng không phải chú trọng quá đáng đến việc ăn uống mà thành Phật được! Đức Ông Tư đã từng nói là "...nếu ăn chay mà thành Phật thì bỏ nó thành Phật hết rồi!" Ăn chay thì tâm phải mở mới là tu, ăn chay mà tâm eo hẹp thì chẳng tiến được. Muốn mở tâm mở trí thì phải hành thiền. Chúng ta hành thiền có kết quả hơn nếu chúng ta hiểu được nguyên lý của lục tự Di Đà và hành trong nguyên lý ấy. Chúng ta hành thiền để tự giải bỏ các phiền não trong nội tâm nội tạng thì mới mong tìm được sự thanh tịnh, và như vậy mới gọi là khứ trước lưu thanh. Hiểu được nguyên lý của niệm Phật là nhận biết được sự khác biệt giữa hồn và xác, nghĩa là giữa phần diễn và phần ngũ hành. Và có nhận biết được thế nào là diễn thì mới thấy rõ là chỉ có chính ta mới vun bồi được cái năng lực ấy, vun bồi bằng cách tự khứ trước lưu thanh, gọi là tự tu tự tiến. Niệm Phật không có nghĩa là cầu xin, mà niệm Phật là để tìm hiểu lấy chính mình và trở về không, nghĩa là trở về cái thanh tịnh cội nguồn của mình, tuyệt nhiên, khi niệm Phật bằng ý, chúng ta không quán tưởng âm, thanh, sắc, tướng, không tưởng tượng.

Trong cuốn Thực Hành Tự Cứu* , Thầy Tám đã giải thích rất rõ ràng phương pháp công phu của người hành thiền theo Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp. Tôi xin trích dẫn phần tóm lược ngắn gọn về sáu chữ Nam, Mô A, Di Đà, Phật như sau:

"Nam là lửa. Mô là không khí. A là nước. Di là phát triển. Đà là màu sắc. Phật là thanh tịnh". Đó là các yếu tố cấu tạo mọi vật trên thế gian này. Con người ta, cũng như loài thú và loài vật, đều nhờ có các yếu tố căn bản này mà thành hình. Như vậy, mọi người, mọi vật trên thế gian đều được cấu tạo như nhau, nghĩa là "vạn vật đồng nhất thể", lúc chết, thân xác cũng trở thành cát bụi. Nếu có khác nhau, thì chỉ khác về diện quang vô hình tức là phần hồn. Mọi sự tranh chấp, so đo trên thế gian này rốt cuộc, chỉ là để thỏa mãn cái thân xác, cái cuộc sống đầy tranh chấp, đầy tham vọng, phù du, tạm bợ mà thôi. Nếu biết vậy thì chúng ta tranh chấp, so đo để làm chi? Chúng ta phải hiểu như vậy thì mới buông bỏ được để mà tu.

Niệm Phật và Pháp Luân Thường Chuyển là phương thức giúp ta buông bỏ ngã hủu tiến tới sự thanh tịnh, nối tiếp được với trung tâm sinh lực căn khôn vũ trụ. Chúng ta niệm Phật theo nguyên lý nói trên để tâm ý không bị ngoại cảnh chi phối, chúng ta mới phát triển được cái diện lực sẵn có trong ta. Trong bài này, tôi xin nói về niệm Phật và thờ Pháp Luân, sau là phối hợp cả hai, một phương pháp tôi đã thực hành từ nhiều năm và được sự đồng ý của Thầy.

Như tất cả bạn đạo chúng ta đều biết, niệm Phật thì dễ mà nhớ thì khó, do đó Thầy đã cho chúng ta cuốn băng niệm Phật. Tôi đã nghe băng này liên tục suốt ngày trong hơn một năm trường. Vâng, tôi đã nghe băng và cong lưỡi, răng ê răng, dùng ý để cảm nhận các chấn động lực chuyển chạy trong châu thân, suốt ngày này sang tháng nọ, chớ không phải cho băng chạy để "nghe qua rồi bỏ" đâu! Phải nhớ là chúng ta nghe để trụ và trụ liên tục! Muốn trụ được dễ dàng thì nên nhớ lúc nào cũng cong lưỡi, răng ê răng. Lúc đầu nghe để cảm nhận chấn động lực nơi các luân xa trên mình, lâu dần tạo được thói quen, lúc nào trong đầu cũng niệm và trụ đỉnh đầu cho nên lúc nào cũng cảm thấy an nhiên tự tại vì không còn bị vương bận một ý nghĩ nào khác. Dĩ nhiên là căn cơ, nghiệp quả của mỗi người mỗi khác, nên con đường tu của chúng ta, không ai giống ai, nhưng nếu chúng ta dốc lòng tu thì chúng ta cũng sẽ đạt được kết quả. Khi chúng ta cảm nhận được chấn động của việc niệm Phật là chúng ta đã bắt đầu biết diễn. Chúng ta nhớ đến đỉnh đầu là tự nhiên diễn trụ rồi thoát nhẹ ra ngoài như lúc ta ngồi thiền

vậy. Mỗi lúc gặp hoàn cảnh khó khăn hoặc ngang trái, chúng ta nhớ niệm Phật là giải được nạn tai ngay (Thầy thường nói "nạn là trược").

Có lần tôi bị đụng xe, vào mùa thu năm 1987, đập trán vào kiềng xe, thấy mát lạnh, sờ tay lên trán tưởng mình bị chảy máu nhưng không thấy máu, đồng thời thấy trong đầu có tiếng niệm Phật vang dậy và không thấy đau. Tinh thần tôi lúc ấy thấy rất bình thản, bình thản đến độ sau đó, chính tôi cũng ngạc nhiên, không ngờ mình đã bình tĩnh như vậy! Rồi một ngày, tôi đã phát giác ra là mình đang thờ Pháp Luân bằng ý trong lúc niệm Phật từ hồi nào mà không hay!

Thờ Pháp Luân Chiêu Minh và thờ Pháp Luân Thường Chuyển cũng là những điều không thể thiếu trong việc hành thiền. Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp có lẽ là pháp thiền duy nhất áp dụng pháp thờ một cách thực tiễn và KHOA HỌC! Chúng ta thờ để, trước hết, đem dưỡng khí vào thanh lọc cơ thể, sau là để buông bỏ tạp niệm. Dưỡng khí thanh lọc máu, và máu tốt thanh lọc ngũ tạng, nhất là các tế bào não bộ. Tạp niệm, tham, sân, si, hỷ, nộ, ái, ô, dục, ăn sâu trong các tế bào não bộ, chúng ta phải dùng ý, nghĩa là thanh lọc thẳng từ trong bộ óc mới có thể hóa giải được các phiền não của nội tâm. Thờ Pháp Luân để thanh lọc thân tâm, thân tâm có an lạc thì mới mong mở bộ đầu. Thân tâm động loạn thì không thể trụ được, không thể thông bộ đầu được vì :

Biến có lặng mình châu mới phát,
Lòng cho riêng mới gọi là thần.

Chúng ta phải hành, phải sửa tiến dần dần thì thân tâm mới an lạc. Chúng ta không đốt giai đoạn được, như đứa trẻ chưa biết đi thì chưa thể chạy được. Chúng ta phải tự hành chờ không có ai tu dùm chúng ta được.

Gần đây, tôi đã "được" (hay "bị"!) một võ đường Thái Cực Đạo của người Đại Hàn nhờ dạy một lớp Thiền. Tất cả các học viên đều là người ngoại quốc, nay một số lớn đã tiếp tục đến thiền tại Thiền Viện. Trong số bốn người bác sĩ nắn cột sống (chiropractor) theo học thì có một người gặp nhiều khó khăn khi thờ Chiêu Minh. Ông ta hành rất chăm chỉ, rất cố gắng, nhưng một tháng sau, thờ Chiêu Minh xong, chân tay vẫn lạnh và khuôn mặt không được thoải mái. Tôi kiểm soát lại cách

thờ của ông ta thì thấy ông ta có biết thờ bằng bụng, nhưng thờ không đúng lắm. Ông ta hít vô đầy rún bụng phình khá cao nhưng sau đó lại thở ra ngay thay vì hít vô tiếp cho đầy ngực, rồi mới thở nhẹ ra. Chúng ta phải biết rằng khi chúng ta dùng vòng cách mô (cơ màng bụng) để thở, chúng ta đem không khí vào phần dưới của hai lá phổi, gọi là "đầy bụng" vì bụng phình lên, nhưng hơi đầu có vô bao tử (!), rồi mới hít tiếp cho đầy phần trên của phổi. Làm như vậy, chúng ta hấp thụ được nhiều dưỡng khí hơn là thờ bình thường. Nếu không hít hơi vô đầy phổi thì chúng ta sẽ mau mệt vì cơ thể thiếu dưỡng khí. Tôi còn dặn ông ta là khi hít vô, ngoài việc cong lưng răng kê răng, chú ý vào rún, ông ta phải hình dung mình đang hấp thụ thanh khí điển của trời đất cho đầy cả ngực và khi thở ra là buông bỏ, là đẩy hết các độc tố, các phiền não trong mình ra khỏi đỉnh đầu như một cái máy lọc vậy, ngoài ra không được nghĩ gì khác, nhất là không được tưởng tượng bất cứ điều gì. Hơi thở phải thật tự nhiên, thật đều đặn, không nín hơi, không gượng ép, không cố gắng quá, phải thờ tùy theo sức mình và gia tăng dung lượng hơi thở dần dần theo sức của mình. Chính cá nhân tôi, khi trải qua các cuộc mổ óc, cũng đã dùng phương pháp này để vượt qua các cơn đau một cách thoải mái, vì khi điển đã chuyển chạy thì cơn đau không còn nữa. Ông ta đã thờ lại cho tôi xem, và sau khi thờ được mười hơi, chỉ mười hơi, bàn tay đã ấm lại, mặt mày hồng hào và cảm thấy khỏe, mừng quá! Tất cả mọi người có mặt đều nhận thấy sự thay đổi nơi ông ta và cũng vui lây.

Khi chúng ta thờ Chiêu Minh thành thói quen rồi thì chúng ta thờ Pháp Luân Thường Chuyển sẽ không có gì khó khăn. Sau mỗi lần thờ, chúng ta sẽ cảm thấy sự thay đổi ngay. Lâu ngày, chúng ta mới có thể dùng ý để thờ Pháp Luân được, rồi thờ Pháp Luân bằng ý theo từng hơi thở cùng lúc niệm Phật bằng ý. Tôi nói chúng ta "dùng ý" là khi chúng ta đã thấm nhuần được nguyên lý Nam Mô A Di Đà Phật, chỉ cần "nhớ" niệm Phật là tự nhiên điển rút, tâm trí lúc nào cũng hướng thượng, không niệm Phật mà cũng như niệm Phật, không ngồi thiền mà cũng như ngồi thiền vậy, với đầy đủ Soi Hồn, Pháp Luân và Thiền Định.

Trong Đặc San Vô Vi số 3, tôi có mạo muội làm một bài thơ con cóc (vì tôi "vốn đại khờ", không biết làm thơ lưu loát như các "đại thơ sĩ"

Vô Vi như Hạnh Lưu, Nguyễn Đình Trí, Phạm Xuân Hồng v.v...). Tôi làm một bài để đáp lễ anh Trịnh Quang Thắng, bạn đạo bên Pháp, đã mừng tôi thoát chết bằng một bài thơ dài thật hay. Tôi cố gắng lắm mới viết được có bốn câu:

Cảm ơn Huỳnh Thắng tặng bài thơ.
Bản đạo xưa kia vốn đại khờ,
Theo Thầy niệm Phật từng hơi thở,
Mồ óc học đạo, sống tỉnh bơ.

Thật vậy, tôi đã thoát chết là nhờ thiền và nhất là "niệm Phật từng hơi thở". Đây là một kinh nghiệm khó diễn tả, vì cần phải hành mới chứng nghiệm được, phải hành trong sự nhin nhục và cần mẫn chớ không thể đạt kết quả bằng sự nghiên cứu sách vở, hay nghe người khác nói hoặc hứa hẹn mà được. Hành thiền, niệm Phật, thở Pháp Luân liên tục thì một ngày nào đó, tất cả các hành động

ấy sẽ trở thành tự nhiên và hồn nhiên như hơi thở của chúng ta vậy. Khi quý vị "niệm Phật từng hơi thở" là quý vị thiền không ngừng nghỉ, nghĩa là được thanh nhẹ không ngừng nghỉ và ở đâu cũng thiền được. Còn thở là còn thiền, và rồi ... may ra ...

Nhất cú Di Đà vô biệt niệm,
Bất lao đàn chỉ đạo Tây Phương.

Đó là những kinh nghiệm thô thiền của riêng tôi. Rất mong ý kiến của quý bạn đạo.

Kính chúc quý bạn đạo tu tiến và ... "thiền" đều đều không ngừng nghỉ vì ngưng "thiền" là ngưng thở!

NTV

Thiền Viện Nhẫn Hòa, sinh nhật Thầy, 1998

VÔ VI VÒNG QUANH THẾ GIỚI

Hội Ái Hữu Vô-Vi Victoria (Úc-Châu).

Thông Báo: v/v ban Chấp Hành nhiệm kỳ 1999-2001

Hội Ái Hữu Vô Vi Victoria (Úc-Châu) trân trọng thông báo ban chấp hành nhiệm kỳ 1996-1998 đã chính thức chấm dứt nhiệm kỳ vào tháng 12 năm 1998 vừa qua. Vậy nay, chúng con xin ra mắt Đức Thầy và bạn đạo năm Châu.

Thành viên ban chấp hành nhiệm kỳ 1999-2001 bao gồm:

Hội trưởng: Lưu-Hữu.

Phó hội trưởng nội vụ: Nguyễn-Trọng-Hiếu.

Phó hội trưởng ngoại vụ: Ngô-Lệ.

Thư ký: Trần-Văn-Thanh.

Thủ quỹ: Tô-Dương và Thiện-Minh.

Ban tu học: Thái-H-Tân.

Ban xã hội: Chị Huệ.

Ban văn nghệ: Chị Kim-Thanh và Phú.

Ban kinh sách: N-Minh và Sari.

Mọi liên lạc về thư từ, kinh sách hay băng giảng, xin gửi về:

Thiền đường Melbourne.

c/c Lưu-Hữu

41 Hamel Street,

Box Hill South, Vic 3128.

AUSTRALIA

Hay những thông báo liên lạc qua Email:

Nguyễn-Trọng-Hiếu: nthieu@alphalink.com.au

Thay mặt ban chấp hành hội Ái Hữu Vô-Vi Victoria nhiệm kỳ 1999-2001.

Lưu-Hữu, Hội trưởng.

HỘI ÁI HỮU VÔ VI CANADA

Thông Báo:

Theo nội quy của HAHVV Canada nhiệm kỳ của ban chấp hành hiện thời (1997-1999) đến tháng 5 1999 là chấm dứt. Xin quý bạn đạo tham gia ứng cử hay đề cử (với sự chấp nhận của người được đề cử) vào chức vụ hội trưởng (và hội trưởng sẽ

thành lập ban chấp hành) và gửi đơn ứng cử hay đề cử về tổng thư ký tại trụ sở hội như sau :

Mrs Carol-Ann Hynes
Secrétaire générale
Association Vo-Vi du Canada
2922 rue Jolicoeur
Montréal - Qc - H4E 1Z3 - Canada
trước ngày 24 tháng 3 - 1999

Sau đó chúng tôi sẽ đăng tên những ứng cử viên vào cuối tháng 3 đầu tháng 4 1999 và cuộc bầu cử tân ban chấp hành nhiệm kỳ 1999-2001 sẽ được diễn ra tại trụ sở hội ngày chúa nhật 2 tháng 5 - 1999 lúc 11 giờ sáng - Xin bạn đạo (hội viên) đến tham dự đông đảo.

Communiqué de l'Association Vo-Vi du Canada

D'après les règlements de l'association, le mandat du comité directeur actuel (1997-1999) viendra à l'échéance en début du mois de Mai 1999, par

conséquent nous sollicitons des candidatures pour le poste de président de l'association (*le président élu formera son comité de direction*). Vous (*membre de l'association*) pouvez aussi proposer quelqu'un pour être candidat (mais avec l'accord de cette prsonne). Les candidatures devront être envoyées à l'adresse suivante :

Mrs Carol-Ann Hynes
Secrétaire Générale
Association Vo-Vi du Canada
2922 rue Jolicoeur
Montreal - Qc -H4E 1Z3 - Canada
avant le 24 Mars 1999

La liste des candidat(e)s sera publiée vers fin Mars début Avril 1999 et l'élection aura lieu le dimanche 2 Mai 1999 à 11hAM au siège de l'association . J'invite à tous les membres de l'association de venir nombreux.

Hẹn tái ngộ tuần sau !!!

Copyright (C) by Lương Sĩ Hằng & VôViLED. All rights reserved