



Tuần Báo Phát Triển Điện Năng

Điện thư : tbptdn@videotron.ca
WEB: WWW.VOVINET.ORG

số 725

31 tháng 05 năm 2009

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

Quyển Luyện

Quyển luyện tình đời trong chuyển thức
Giải thông đời đạo tự phân liền
Trí tâm tự giác tâm thân hiển
Tự giác thân tâm tận độ duyên

Vĩ Kiên

Mục Bé Tám từ 15/08 /99 đến 21/08/99

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 đúng đắn, thì sẽ cảm thông chiều hướng phát triển của tâm linh.

Kính bái,

Bé Tám

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

- 1) Người đời không có cơ hội nhìn qua kỳ quan tận mắt thì khi chết tâm bất an tại sao ?
- 2) Sử sách để lại có hữu ích gì không ?
- 3) Tâm bất phục có hữu ích gì không ?
- 4) Cuộc thay đổi có hữu ích gì không ?
- 5) Thương tiếc có lợi ích gì không ?
- 6) Suy tính sai lầm đều bị dội ngược tại sao ?
- 7) Khơi dậy tình Trời cho mọi người tưởng nhớ có hữu ích gì không ?

<p>1) Niagara Falls, 15/08/99 6 : 29 AM <i>Hỏi : Người đời không có cơ hội nhìn qua kỳ quan tận mắt thì khi chết tâm bất an tại sao ?</i></p> <p>Đáp : Thưa người đời chưa có cơ hội nhìn qua kỳ quan của Trời Đất thì khi chết cảm thấy thiếu thốn cảnh đẹp của trời đất thì khi chết tâm bất an là chưa thấu triệt cảnh đời</p> <p>Kệ : <i>Sống đời không hiểu cảnh hồn nhiên Tâm thức chưa vui lại cảm phiền Nguyên lý chưa rành tâm vọng động Bình tâm tu luyện tự thông yên</i></p>	<p>2) Niagara Falls, 16/08/99 4 : 56 AM <i>Hỏi : Sử sách để lại có hữu ích gì không ?</i></p> <p>Đáp : Thưa sách sử để lại rất hữu ích cho người kế tiếp đọc và hiểu thêm sự có có không không của tâm thức</p> <p>Kệ : <i>Vạn sử trên đời bởi nhứt không Nhìn qua hiểu được trí phân tòng Vạn linh phát triển tùy duyên thức Hành pháp chọn thành tự hiểu không</i></p>
<p>3) Niagara Falls, 17/08/99 9 : 01 AM <i>Hỏi : Tâm bất phục có hữu ích gì không ?</i></p> <p>Đáp : Thưa tâm bất phục rất có hại cho tâm lẫn thân</p> <p>Kệ : <i>Tự mình tạo động trí không minh Động loạn tâm tư khó tiến trình Chuyển động không thành tâm khó hiểu Bình tâm thanh tịnh tự mình minh</i></p>	<p>4) Niagara Falls, 18/08/99 7 : 22 AM <i>Hỏi : Cuộc thay đổi có hữu ích gì không ?</i></p> <p>Đáp : Thưa cuộc thay đổi, mà tâm thức không thay đổi thì lập trường vẫn vững tiến</p> <p>Kệ : <i>Tùy duyên tận độ quý như thường Phá chấp giải mê tâm tạo ánh gương Hạnh đức tràn đầy Trời Phật chứng Qui nguyên nguồn gốc chuyển vô thường</i></p>
<p>5) Niagara Falls, 19/08/99 7 : 53 AM <i>Hỏi : Thương tiếc có lợi ích gì không ?</i></p> <p>Đáp : Thưa thương tiếc biến thành keo kiết và uất hận</p> <p>Kệ : <i>Điển không kết tụ giáng thu lần Uất khí tràn đầy khó xét phân Đường đạo không còn khai triển tốt Bền lâu không có tạo cù lần</i></p>	<p>6) Missisauga, 20/08/99 4 : 33 AM <i>Hỏi : Suy tính sai lầm đều bị dội ngược tại sao ?</i></p> <p>Đáp : Thưa suy tính sai lầm vì tâm không thật, ưa thù ghét và tiên đoán trật</p> <p>Kệ : <i>Tâm mê suy tính tạo sai lầm Khó tiến khó tu khó tiến tầm Nhịn nhục không thành mê loạn tưởng Sân si tủi nhục tạo sai lầm</i></p>
<p>7) Montréal, 21/08/99 9 : 43 AM <i>Hỏi : Khởi dậy tình Trời cho mọi người tưởng nhớ có hữu ích gì không ?</i></p> <p>Đáp : Thưa khởi dậy cho mọi người tưởng nhớ rất hữu ích cho tâm lẫn thân</p> <p>Kệ : <i>Nguồn cội là chuyện tự góp phần Thâm ân đời đạo cần kiên nhẫn Quý yêu Trời Phật không giờ dứt Liên hệ thâm sâu tự tiến thân</i></p>	

TRÍCH BẢNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

1. **Hỏi: Bạch Thầy, PLTC đúng mức, thời gian khoảng bao lâu?**

Đáp: Làm PLTC 6 cái thôi là đúng. Nhiều người làm 12 cái mệt lắm. Nhưng phải làm đúng, còn làm không đúng, làm bốn chục cái cũng như không. Không bằng người ta làm một cái.

2. **Hỏi: Bạch Thầy, như mình làm đúng thì mình có thể làm trên số mười hai được không, hay là chỉ làm mười hai cái thôi?**

Đáp: Nếu muốn và có thể làm được thì làm, nhưng phải làm đúng. Làm đúng, tôi thấy sáu cái là mệt lắm rồi.

3. **Hỏi: Thưa Thầy, nếu như Thầy làm đúng sáu cái thì khoảng thời gian bao lâu?**

Đáp: Như tôi bây giờ, tôi không biết thời gian, nhưng tôi làm người ta nói lâu vậy thôi. Nếu các bạn muốn, tôi cũng có thể thử cho các bạn thấy. Tôi không biết bao nhiêu phút, bao nhiêu giây. Các bạn coi đồng hồ, chứ tôi không để ý chuyện đó. (Ông Tám làm PLTC). Đó là một hơi!

- Thưa, một phút rưỡi.

4. **Hỏi: Thưa Thầy, khi ngồi làm PLTC đầu có phải rung mạnh không?**

Đáp: Khi làm PLTC mà thông thì đầu phải rung mạnh. Nếu chưa thông thì chưa rung, còn thông rồi thì rung. Rung một thời gian đến khi trụ đánh rồi là hết rung luôn.

TÀI LIỆU VỀ SỨC KHỎE

Năm món sinh tố phòng trị cao huyết áp, tiểu đường

Sinh tố không những giúp chúng ta giải khát. Mà ngoài ra một số loại sinh tố còn có ích cho bệnh nhân tiểu đường và cao huyết áp:

1. Táo:

Có hàm lượng đường fructose cao nhất trong các loại trái cây. Ngoài ra, nó còn có acid malic, acid tannic, chất xơ, canxi, phospho, sắt, pectin, kali, lipid, protid và nhiều loại vitamin rất tốt cho cơ thể. Theo Đông y, táo tính mát, vị ngọt chua, có công hiệu kiện tỳ, ích vị, trị các chứng buồn nôn, chán ăn, bổ dưỡng tâm khí, dùng trong chứng tinh thần uể oải. Nó còn có tác dụng sinh tân, nhuận táo, chỉ khát, dùng trị ho, tâm phiền miệng khát do nhiệt.

Táo còn có tác dụng hấp thu vi khuẩn và độc tố, trị tiêu chảy. Bên cạnh đó, chất xơ, acid hữu cơ lại kích thích đường ruột, làm mềm phân nên giúp đại tiện thông. Táo chứa chất kali có lợi cho việc bài tiết natri, tốt cho người cao huyết áp. Acid hữu cơ trong táo còn kích thích bài tiết dịch vị, trợ giúp tiêu hóa.

2. Mướp đắng:

Chứa nhiều chất xơ thô, canxi, phospho, sắt, beta-caroten, vitamin B1, B2, PP, C, nhiều loại acid amin, 5-HT..., đều là những chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể. Mướp đắng tính hàn, vị đắng, có công dụng dưỡng huyết, bổ gan, thanh nhiệt, sáng mắt, giải độc, dùng trị các chứng bệnh nhiệt phiền khát, trúng nắng phát sốt, kiết lỵ, ung nhọt, đau mắt đỏ do nhiệt... Các thử nghiệm đã chứng minh loại quả này chứa một chất tựa như insulin, làm giảm đường huyết rõ rệt, có thể dùng làm thuốc trị bệnh tiểu đường.

3. Cần tây Đà Lạt:

Chứa canxi, sắt, phospho, giàu protid - gấp đôi so với các loại rau khác. Cần tây còn chứa nhiều acid amin tự do, tinh dầu, mannitol, inositol, nhiều loại vitamin, giúp tăng cảm giác thèm ăn, xúc tiến tuần hoàn máu và bổ não. Cần tây tính mát, vị ngọt, tác dụng thanh nhiệt, lợi thủy, trị đàm nhiều đầy ngực, lao hạch... Thử nghiệm đã chứng minh rau cần có tác dụng giảm áp rõ rệt, thời gian duy trì tùy theo liều lượng.

4. Dưa leo:

Chứa canxi, phospho, sắt, nhiều muối kali, chất nhầy, các acid amin, chất thơm, vitamin A, B1, B2, PP và C. Dưa leo tính mát, vị ngọt, tác dụng thanh nhiệt, tiêu viêm, lợi tiểu, trừ thấp, tiêu sưng.

5. Ớt xanh Đà Lạt:

chứa khá nhiều protid, đường, canxi, phospho, sắt, beta-caroten, vitamin B1, B2, PP. Nó là loại rau quả chứa nhiều vitamin C nhất. Các chất trong loại quả này có tác dụng kích thích tuyến dịch vị, gia tăng sự bài tiết, vì thế tăng cường tác dụng tiêu hóa. Ngoài ra, còn kích thích tim đập nhanh, làm tăng tốc tuần hoàn, có tác dụng làm ấm, ức chế tích tụ mỡ, phòng ngừa béo phì. Ớt tính nóng, vị cay, có tác dụng tán hàn, kiện vị, tiêu thực, trị đau bụng do lạnh, nôn ói, tả lỵ. Các món sinh tố trên đều có thể giúp phòng trị bệnh cao huyết áp và tiểu đường. Tuy nhiên, nên cách 3 ngày dùng 1 lần vì hầu hết các loại trái cây đều mang tính mát (trừ ớt xanh). Việc dùng quá nhiều sẽ gây mất cân bằng hàn - nhiệt của cơ thể. Nên dùng cả phần vỏ của các loại trái cây trên để giữ được đầy đủ các hoạt chất.

Theo SK&DS

BẠN ĐẠO VIẾT

CON MÊ DUY NHỨT

Cuộc đời của con người có rất nhiều con mê nhưng chúng ta đồng chung một quan điểm là chỉ có một con mê duy nhất nó luôn hiện hữu, tiềm ẩn lúc chúng ta đang đi làm việc ngoài đời, lẫn trong vô thức ngay trong từng giấc ngủ, cái mà mình phải theo nó để qua ngưỡng cửa luân hồi sau khi tịch diệt.

Khi mình mê một người phụ nữ nào đó, mình tìm đủ mọi cách để gần gũi, giữ gìn, gắng tìm tiền tài danh lợi làm cái võ bọc mà che chắn con mê.

Bây giờ mình đã có ý thức chút đỉnh sau khi bước vào con đường đạo, Thầy Tổ đã chỉ dạy cho mình biết là không phải bấy nhiêu đó, con mê đó là mang lại hạnh phúc cho mình, mà còn một con đường khác nó có thể giúp cho mình giải thoát khỏi những chướng nạn do con mê đó sanh ra, đó là con đường đam mê đúng nghĩa của phần hồn, một lối về với Trời Phật, một nẻo không có u mê ám chướng ràng buộc mình với nghiệp quả luân hồi.

Cho nên mình phải hết sức gắng công truy tìm chân lý thật của vấn đề này, phải tậ trung vào con mê pháp, một con mê tha thiết được trở về với Tiên Phật qua ngưỡng cửa thanh tịnh của nguyên lý mật niệm Lục Tự Di Đà, dù cho trên từng nẻo vắng tâm tối dễ tạo si mê nhứt của dòng đời thì trong tâm ý mình luôn hằng hữu tới lời dạy của dòng đời thì trong tâm ý mình luôn hằng hữu tới lời dạy của vị Thầy đã mấy mươi năm vì những đứa con còn đang đắm chìm trong vòng mê muội mà ra sức giáo huấn hết lòng.

Một hành giả kiên trì tu luyện sẽ có một niềm đam mê thanh tịnh của Pháp Giới Di Đà, nó sẽ biến người tu thành nổi khát khao duy nhất là được giải thoát mà về với Trời Phật và với sự hướng tâm như thế thì tự khắc lửa dục không còn, mà ngược lại nếu tâm hồn mình còn nhiều bức xúc, luồng điện thanh nhẹ chưa hội tụ được trên giữa đỉnh đầu để rút đi lên, thì nổi đam mê về phụ nữ vẫn mở cửa gọi mời.

Mình thấy, biết bao chân lý, kinh kệ từ ngàn xưa đã dạy bảo cho hành giả quyết tâm cầu đạo nhưng tại sao quá ít người có kết quả cho vấn đề gọi là Tỉnh Thức thay vì Đam Mê này, đó là vì chưa có luyện tập mà chỉ hiểu qua ý niệm : “Đánh thức tâm thanh tịnh trở lại là tự khắc hết đam mê” mà kinh nhà Phật thường hay đề cập đến, nhưng lý thuyết muôn đời vẫn là lý thuyết, đâu có nhận được sự hỗ trợ của Trời Phật khi không chưởng hưởng thanh khí điện cho chính mình.

*Con mê đây vẫy giữa dòng đời
Mê nhứt cõi lòng chỉ một thôi
Mê Phật mê Trời qua nẻo sáng
tự nhiên thanh nhẹ chẳng buông lời.*

Tao Đàn Phú Nhuận, 15-05-2009
Thiên sinh Phương.