



Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp  
**Tuần Báo Phát Triển Điện Năng**

Điện thư: [bientap.tbptdn@gmail.com](mailto:bientap.tbptdn@gmail.com) Web: [WWW.VOVINET.ORG](http://WWW.VOVINET.ORG)

*Tuần báo Điện Khí Phân Giải, dành riêng cho bạn đạo thực hành Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp*

Số: 793 Ngày: 19 tháng 09 năm 2010

**Xảo Trú**

Xảo trá hại mình thân kham khổ  
Khó tu khó tiến khó nam mô  
Qui y đường cũ tâm đau khổ  
Khó thoát vì động tạo nắm mồ

**Vĩ Kiên**

---

**Mục Bé Tám từ 01/12/2000 đến 07/12/2000**

---

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 toả 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**

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

- 1) Sự liên hệ giữa con người và vũ trụ có quan trọng không?
- 2) Muốn điều hòa thần kinh thì phải làm sao?
- 3) Người tu thiền cần sự trung tín và cần mẫn hay không?
- 4) Lòng tham của con người nằm ở đâu?
- 5) Máu đều hòa có bình an không?
- 6) Dâm tánh từ đâu hình thành?
- 7) Con người đi đến đường cùng mới phát triển trí thông minh tại sao?

<p><b>1) Atlantic city, 01-12-2000 4 :45 AM</b>  <i>Hỏi: Sự liên hệ giữa con người và vũ trụ có quan trọng không?</i></p> <p>Đáp: Thừa giữa con người và vũ trụ liên hệ về điện năng rất liên tục và quan trọng</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Người tu cảm thức chính mình tịnh  Liên hệ không ngừng tự giác minh  Nguyên khí Trời ban không thiếu thốn  Hít vô khỏe mạnh rõ hành trình</i></p>	<p><b>2) Atlantic city, 02-12-2000 3á:25 AM</b>  <i>Hỏi: Muốn điều hòa thần kinh thì phải làm sao?</i></p> <p>Đáp: Thừa muốn điều hòa thần kinh thì phải co lưới răng kê răng dùng ý niệm Nam Mô A Di Đà Phật, nước miếng chuyên chạy toàn thân, máu huyết sẽ điều hòa, tâm thân yên ổn, tự biết có đất có Trời liên hệ với tâm thức thì cuộc sống mới được ổn định</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Duyên Trời uyển chuyển khắp nơi nơi  Thực hiện qui nguyên lại nhớ Trời  Đạo đức tình thương đều sống động  Tự do tu tiến chuyển phân lời</i></p>
<p><b>3) Atlantic city, 03-12-2000 3:45 AM</b>  <i>Hỏi: Người tu thiền cần sự trung tín và cần mẫn hay không?</i></p> <p>Đáp: Thừa người tu thiền rất cần thực hành siêng năng</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Cần thực hành chăm chỉ mọi việc đều qua  Từ trước tới thanh thực hành chánh giác  Qui hội tâm linh hành trình giải tiến  Trước thanh rõ rệt tâm thành an</i></p>	<p><b>4) Atlantic city, 04-12-2000 4:25 AM</b>  <i>Hỏi: Lòng tham của con người nằm ở đâu?</i></p> <p>Đáp: Thừa lòng tham của con người nằm ở chỗ sợ nghèo, biến thể của nó là tham</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Lòng tham bộc khởi sợ mình nghèo  Ôm giữ lân la phải chạy theo  Dứt khoát không còn tâm tạo động  Mé lâm tương thật chẳng còn nghèo</i></p>
<p><b>5) Atlantic city, 05-12-2000 2:35AM</b>  <i>Hỏi: Máu điều hòa có bình an không?</i></p> <p>Đáp: Thừa máu điều hòa thật sự bình an</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Quân bình an lạc tự bình an  Khai triển tâm tư tự bạc bần  Mến tưởng Trời cao chung một nhịp  Thành tâm tu luyện sớm khai màn</i></p>	<p><b>6) Atlantic city, 06-12-2000 á:05AM</b>  <i>Hỏi: Dâm tánh từ đâu hình thành?</i></p> <p>Đáp: Thừa dâm tánh do sự tham muốn sanh ra tập quán hình thành</p> <p><b>Kệ:</b>  <i>Kích động tham dâm hội tính thành  Dứt khoát tâm tu lại hướng thanh  Sống động tình người không luyến tiếc  Hướng tâm thanh tịnh trí tâm thanh</i></p>
<p><b>7) Atlantic city, 07-12-2000</b>  <i>Hỏi: Con người đi đến đường cùng mới phát triển trí thông minh tại sao?</i></p> <p>Đáp: Người tu bị khổ nhục thì mới dừng hành tu tiến</p> <p><b>Kệ</b>  <i>Nhịn nhục thật sự tự thắng hoa  Có khổ có tu mới học hòa  Kích động trong ngoài không dấy động  Bình tâm tu tiến tự mình thông</i></p>	

---

## TRÍCH BẢNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

---

### Vấn đạo tại Đại Hội Thanh Tịnh (Prague – 2000)

**30. - Vấn:** Thưa Thầy Pháp lý Vô Vi là một pháp tu hay là một tôn giáo?

**Đáp:** Nó là một pháp tu, một kỹ thuật thực hành giải mở những sự trược ô trong tâm thức của chính mình.

**31. - Vấn:** Thưa Thầy giáo lý là gì?

**Đáp:** Giáo lý là một đường hướng dẫn tiến người ta đi, nhưng họ không thực hành cũng không làm gì để cứu giúp được.

**32. - Vấn:** Thưa Thầy pháp lý nghĩa là gì? Pháp lý Vô Vi có phải luyện tinh, khí, thần hay không?

**Đáp:** có tinh, khí, thần. Pháp là một khúc giải là một đường đi, đi tới cái lý vững mà tiến.

**33. - Vấn:** Thưa Thầy Quốc hồn là gì ? Có gì khác nhau giữa quốc gia và quốc hồn?

**Đáp:** Quốc hồn. Mọi người cấu trúc từ siêu nhiên mà hình thành, thì sự thanh nhẹ đó cấu trúc dần dần thành một cái hồn mới nhập xác ở thế gian đi theo định luật vay trả mà tiến hóa.

**34. - Vấn:** Thưa Thầy luyện tinh, khí, thần không đúng có bị tẩu hỏa nhập ma hay không? Có triệu chứng gì cho thấy là tẩu hỏa nhập ma?

**Đáp:** Những người tẩu hỏa nhập ma là tinh khí thần hướng về sự thanh cao tự thức và giải tiến tâm thân. Đấng này nó gom gọn để chê bai đạo này đạo nọ, để phá hoại người này, người kia, người nọ. Đó là cái luồng điện nó bị giáng xuống chỗ trược. Trược là đục không tiến được, hại tâm thân trước hết.

**35. Vấn-** Thưa Thầy làm thế nào để đem lại tình thương cho nhân loại ở tương lai?

**Đáp:** Mình không biết thương mình làm sao thương nhân loại được. Khi thương mình, mình mới khám phá cái thể xác tiểu thiên địa này do trời sắp đặt có âm có dương đầy đủ. Có màu sắc, có tim, gan, tỳ, phế, thận. Có ngũ hành đất, nước, lửa, gió hợp thành. Nếu chúng ta giữ thanh tịnh khai thác ra chúng ta là một tiểu thiên địa hòa hợp với sự vĩ đại của cả càn khôn vũ trụ. Cho nên chúng ta càng ngày càng thức tâm tu tiến thay vì phá hoại nhân sanh.

---

## THƠ

---

### DI NGÔN CỦA ĐỨC THẦY

(Tiếp theo)

V

ĐỂ lưu hậu thế làm kinh điển  
ĐỜI đạo cao thâm tạo phước duyên  
CHO tâm thanh thản hoà đại định  
NHÂN thân hiệp lại rõ nhân tiên  
LOẠI trược lưu thanh thân khí sáng  
CHỖ quên nguồn cội ngộ thần tiên  
KHÔNG nghe mà sợ đầu rỗng đúng  
CHO đạo đức hoà mới tri nguyên  
NGƯỜI được bình an thấy diệu huyền  
VIỆT nam nguyên thủy giống rồng tiên  
NAM phương linh địa Phật Vĩ Kiên  
KHÔNG tự chơn kinh ngộ Phật Tiên

VI

NGƯỜI tu chí quyết tới tây phương  
NÀO sá gian lao thẳng một đường  
CÓ tâm cử lụi đầu riết tới  
TÂM đặng thức giác sáng dị thường  
LÀ ham mà thuần thực công phu  
KHÁC kẻ không tu thấy chán chường  
KHÔNG tánh mạng đồng không tỏ ngộ  
CÓ hành luyện thông mới tỏ tường  
TÂM mình sẽ rõ đời và đạo  
LÀ thần khí hiệp luyện âm dương  
KHÁC thẩu nguồn cơn mừng lập nguyện  
Lời Thầy ghi lại chuyển bốn phương.

## VII

Đã từng lưu bước truyền giảng đạo  
NÓI thẳng ăn ngay đạo bước vào  
HY hữu, duyên đời duyên đạo ngộ  
SINH khí tinh thần luôn chuốc trau  
MÀ không thức giác thì đi xuống  
KHÔNG động khí thần mới hiệp vào  
CHUI hành luyện đạo, bày tâm sáng  
THẤT tình lục dục hết lao đao  
THOÁT khỏi luân hồi đầu luân chuyển  
ĐÁU còn phân biện trước hay sau  
CÓ Thầy có Tổ đường tu chắc  
ĐƯỢC hư kết cuộc do mình tạo  
TVTLTC 29.04.10  
Minh Thạnh

## CHIỀU MINH

Pháp báu chiếu minh Phật Quan Âm  
Luyện hơi khai mở mạch Đốc Nhâm  
Trung tim mà chiếu là chơn điển  
Điểm trụ rún nhìn ấy diệu thâm  
Một hơi đầy rún đến mười hai  
Hít vô hết đờc nhẹ hơi trầm  
Tiếp tục một đến mười một  
Lần lượt mười, chín, sáu, bảy, tám  
Chu kỳ năm, bốn, ba, hai, một.  
Một là tròn giáp chiếu minh nằm  
Pháp chuyển khai thông chuyển pháp luân  
Hơi điển chuyển tròn thấu lý tâm  
Pháp luyện vía hồn tương hiệp ngộ  
Luân xa khai mở đạo thâm thâm  
Chiếu tâm giác ngộ khai huyền khiêu  
Minh tâm kiến tánh ngộ Quan Âm.  
TVLT 30.04.2010  
Minh Thạnh

---

## TÀI LIỆU VỀ SỨC KHỎE

---

### Top 10 thực phẩm cho khung xương chắc khỏe

- Bổ sung những thực phẩm hợp lý trong chế độ ăn hàng ngày giúp xương chắc khỏe và giảm tối đa nguy cơ mắc bệnh loãng xương khi bước vào độ tuổi trung niên.

#### 1. Càng cua

Càng cua rất giàu protein và ít chất béo, phần thịt trong càng cua có chứa nhiều kẽm, khoảng 7 miligrams kẽm trong 100g thịt càng cua. Kẽm có tác dụng chống lại quá trình ôxy hoá, hỗ trợ giúp xương chắc khỏe và cải thiện hệ miễn dịch, giảm viêm nhiễm đường hô hấp. Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra mối liên quan mật thiết giữa việc cung cấp đủ kẽm và khả năng miễn dịch của cơ thể. Vậy nên, mỗi tuần nên bổ sung cua trong chế độ ăn 1 lần, khẩu phần khoảng 200g cua /người.

#### 2. Mận sấy khô (pruneaux)

Trong mận sấy khô có chứa nhiều đồng và boron giúp ngăn ngừa chứng loãng xương, chất xơ inulin có hiệu quả với các vi khuẩn đường ruột, tốt cho hệ tiêu hoá vì thế giúp cơ thể hấp thu canxi hiệu quả. Nên ăn từ 4 - 5 quả mận sấy khô mỗi ngày để tăng cường năng lượng và độ chắc khỏe của xương.

#### 3. Cải chíp (baby choy)

Trong cải chíp rất giàu canxi cho xương chắc khỏe, vitamin A, C, axit folic, sắt, beta- carotene và kali. Kali rất tốt cho hệ thần kinh, các cơ bắp và giảm huyết áp. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng beta - carotene giúp giảm nguy cơ ung thư bàng quang và ung thư phổi. Nên ăn 1 bát rau cải chíp mỗi ngày.

#### 4. Con hào (huitres)

Hàu và các loại tôm, cua, sò, hến là nguồn kẽm, canxi, đồng, sắt, iot, kali và selen tuyệt vời. Tuy nhiên hàu xếp vị trí đầu bảng với khả năng tăng cường lượng testosterone, bảo vệ cơ thể ngăn ngừa bệnh ung

thư tuyến tiền liệt.

### **5. Chuối**

Trong chuối có tập trung lượng tryptophan và serotonin cao, đặc biệt là kali- chất điện phân ngăn ngừa mất canxi của cơ thể. Chuối cũng rất tốt cho hệ thần kinh, tăng cường khả năng miễn dịch và giúp cơ thể chuyển hoá protein.

Ăn 1 quả chuối mỗi ngày giúp cung cấp lượng kali và carbohydrate cần thiết cho cơ thể.

### **6. Kiwi**

Trong quả kiwi có chứa nhiều kali giúp bảo vệ xương, giàu vitamin C và lutein giúp giảm nguy cơ mắc các bệnh tim mạch. Kiwi còn tăng cường năng lượng cho cơ thể. Nên ăn kiwi cả vỏ vì vỏ kiwi chứa nhiều dưỡng chất và không độc.

### **7. Súp lơ xanh (brocoli)**

Trong bông cải xanh có chứa lượng canxi, mangan, kali, photpho, magiê và sắt khoẻ mạnh. Ngoài ra còn chứa nhiều vitamin A, C, K và phytonutrient sulforaphane mà theo các nghiên cứu tại Đại học Johns Hopkins thì các chất này là có khả năng chống ung thư hiệu quả. Chất indole-3-carbinol trong bông cải xanh giúp giảm lượng estrogen thừa.

Các loại rau cải bắp, cải xoăn cũng chứa nhiều vitamin và chất khoáng tốt cho sức khoẻ.

### **8. Rau bina (épinard)**

Rau bina rất giàu vitamin K giúp tăng độ chắc khoẻ của cơ bắp và tăng mật độ chất khoáng trong xương, chống loãng xương và giảm gãy xương. Rau bina cũng giàu canxi, photpho, kali, kẽm và selen giúp bảo vệ gan và bệnh Alzheimer.

Nghiên cứu đăng trên Tạp Chí Dinh Dưỡng chỉ ra rằng chất carotenoid neoxanthin trong rau bina có khả năng tiêu diệt các tế bào ung thư tuyến tiền liệt, beta- carotene chống lại ung thư ruột kết. Nên ăn rau bina 4 lần 1 tuần.

### **9. Tỏi tây (poireaux)**

Các loại rau thuộc họ hành tỏi có chứa nhiều thiamine, riboflavin, canxi và kali giúp tăng độ chắc khoẻ của xương. Lượng axit folic và vitamin B thấp có thể ảnh hưởng xấu đến amino axit homocystein trong máu. Ăn tỏi tây giúp cung cấp cho cơ thể lượng axit folic và vitamin B cần thiết. Hơn nữa tỏi tây còn hỗ trợ chức năng tình dục và giảm nguy cơ ung thư tuyến tiền liệt.

### **10. Atisô (artichaud)**

Được biết từ lâu với tác dụng kích thích tình dục, atisô rất giàu chất xơ, chứa nhiều magiê và kali giúp xương chắc khoẻ. Lá cây atisô giàu flavonoids và polyphenols - chất chống oxy hoá giúp giảm nguy cơ đột quỵ và vitamin C giúp cải thiện hệ miễn dịch.