



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

Điện thư: bientap.tbptdn@gmail.com Web: 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: 1130 5 tháng 3 năm 2017

Thơ ngỏ

Dứt Khoát

*Dứt khoát tình người thân sống động
Chung vui sum hợp giải thông tông
Thành tâm tu sửa tự khai lòng
Quyết chí sửa mình xây dựng tiến*

Vĩ Kiên

Mục Bé Tám 1991

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 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) Chơn lý là sao?
- 2) Nội thức là sao?
- 3) Ôn định là sao ?
- 4) Tu đạo khác được không?
- 5) Huyền vi là sao?
- 6) Có người tu không cần giữ giới thì sao?
- 7) Giới là gì?

<p>1) <i>Hỏi: Chơn lý là sao?</i></p> <p>TL: Thừa chơn lý là sự thật thể hiện trong tâm của hành giả, nó cũng là nước cam lồ, giải toả phiền ưu trong nội thức.</p>	<p>2) <i>Hỏi: Nội thức là sao?</i></p> <p>TL: Thừa nội thức là tự nhiên cảm nhận được rất rành rẽ, chỉ có thiên nhiều thì rất dễ cảm nhận được điều này, còn không thiên thì nhớ nhớ quên quên, có khi tạo thành một giấc mộng và không nắm vững, biến thể của nó là bán tín bán nghi, tức là nửa tin và nửa không, lưng chừng và khờ khạo, không hiểu rõ vị trí của chính mình, thiếu ổn định.</p>
<p>3) <i>Hỏi: Ổn định là sao ?</i></p> <p>TL: Thừa biết rõ mình phải làm gì trong giây phút sống còn. Cho nên tham thiền nhập định nó sẽ đem lại cho hành giả một việc làm đúng đắn hơn hết, trong suốt cả cuộc sống làm người, bớt bơ vơ và tự thức.</p>	<p>4) <i>Hỏi: Tu đạo khác được không?</i></p> <p>TL: Thừa đạo nào cũng được, vì nó cũng đều nằm trong một nguyên lý, của Trời Đất cấu thành và giải tỏa, người đời vô minh hay chia ra đạo này đạo nọ, chứ kỳ thật chỉ có một đạo của Trời mà thôi, biết được thì rất dễ sống và tiến hoá nhanh hơn. Đơn giản và rất dễ chịu, người không hiểu thì bày ra đủ trò, như cúng bái bùa phép để dẫn dắt người đời từ bước một, nhiên hậu mới rõ lẽ huyền vi.</p>
<p>5) <i>Hỏi: Huyền vi là sao?</i></p> <p>TL: Huyền vi là sự tinh vi nhứt của càn khôn vũ trụ quan đã sắp xếp từ lâu. Cho nên người tu thiền, càng tu thì càng ngộ được huyền vi mà nhiệm là vậy, chỉ có tâm môm tu thiền để cảm thức điều hay lẽ phải thể hiện trong tâm.</p>	<p>6) 24-09-91</p> <p><i>Hỏi: Có người tu không cần giữ giới thì sao?</i></p> <p>TL: Thừa tu mà không giữ giới là hỏng và hoàn toàn thất bại trên đường tu học.</p>
<p>7) <i>Hỏi: Giới là gì?</i></p> <p>TL: Thừa từ sự ăn uống cho tới hành động của điện năng cơ tạng, phải luôn luôn giữ lấy sự phát quang trong nội thức, nếu hướng ngoại và lia điện giới tức là phá giới, tự đánh mất từ quang sở hữu, bản chất gian lận và tự lờng gạt trở lại như xưa, mất hẳn chí tu học, tự ái độc tài và biện luận theo chiều hướng bất minh mà tưởng lầm là mình đã đạt thành, khùng mà không hay, điên mà không biết, giao động trong sự hiểu biết lưng chừng, không chịu tâm môm tu học như xưa, xung danh lại càng khó giải thoát.</p>	

CÙNG ĐỌC THƠ ĐỨC THẦY

Thi Đua Tu Thiền Thanh Tịnh

*Chung vui sum họp sống thâm tình
Sống động thực hành sống sống mình
Giao cảm tình Trời qui một mối
Điện năng phát triển thấu chơn tình*

*Chơn tình đời đạo khai minh
Sanh sanh diệt diệt chơn tình quang khai
Thành tâm tự tiến tiến hoài
Khai thông nguyên lý nhiệm mầu
Tâm minh trí sáng giải sầu giải mơ
Dù cho kích động thiên cơ
Tự tu tự tiến giờ giờ an vui
Cảm thông nguyên lý đạo mùi
Dẫn thân học hỏi rèn trui thực hành
Khai tâm mở trí hướng thanh
Trời ban tình đẹp thực hành đến nơi
Tai nghe chơn lý phân lời
Tự tu tự tiến hợp thời tiến thẳng
Chẳng còn loạn động khó khăn
Qui y tam bảo cơ căn tiêu tan
Khai thông thức giác nhiều màn
Cùng chung huynh đệ cùng hành cùng tu*

Lương Sĩ Hằng

TRÍCH BĂNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

VÁN ĐẠO FOUNTAIN VALLEY 25/7-15/8/1981 (Cuốn 4)

Đức Thầy: Dạ. Có ai thắc mắc nữa?

Bạn đạo: Dạ, thưa Thầy, cho con hỏi một câu.

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Dạ, con là người theo đạo Tin Lành,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Nhưng con rất kính mến Thầy,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Và yêu mến cái phương Thiền này.

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Tuy nhiên, trong sách Kinh Thánh của Chúa Jésus là không cho con thờ bất cứ hình tượng nào,

Đức Thầy: Ừ.

Bạn đạo: Cũng như không thể niệm một câu kinh nào,

Đức Thầy: Ừ,

Bạn đạo: Ngoài câu Kinh Thánh,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Mà Chúa Jêsus đã dậy. Cho nên, cái lúc mà, trước khi ngồi Thiên thì có câu nguyện,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Thành thử là con thấy cái câu cầu nguyện đó nó có vẻ trái ngược với những điều Kinh Thánh

Đức Thầy: Dạ,

Bạn đạo: Mà con đã học; cho nên con rất là ngại. Cho nên, con không biết phải tu Thiên bằng cách nào? Xin Thầy giải.

Đức Thầy: Cho nên, khi mà Anh tưởng tới Chúa, và Anh tưởng tới giải thoát, là Chúa đã nhắc cho Anh là phần hồn bất diệt; thì cái Phương Pháp Công Phu này đó, nó không có cái gì trở ngại, bởi vì nó là lập lại trật tự để nhận lãnh những chân lý sáng suốt của Chúa đã ban; và mình phải giải thoát. Thì cái đó, nhiều khi những người, người ta nói, "Thôi, bây giờ tôi không có chấp nhận những cái đó," thì trong đó mình còn chấp về cái vấn đề điển: bởi vì cái điển này là hai luồng điển ra và vô, mà thôi; nhưng mà lấy cái ấn tượng đó để cái lòng con người có sự cung kính, để dẫn giải. Nhưng mà hỏi, Quan Âm, Jêsus Christ, đâu có đánh lộn? Di Lạc, Jêsus Christ, không có gây lộn; Chúa, với Trời, không có gây lộn! Tất cả đều là sự thiện lành và đưa chúng ta tới sự sáng suốt. Cho nên, vì chúng ta tánh chất của người Việt Nam, của người Á Đông, phải mượn một cái lẽ lối của người Á Đông để dẫn giải; nhưng mà kỳ thật là hai luồng điển mà thôi, không có gì hết. Cho nên, cái âm thanh Anh nói: tiếng ra tiếng vô, tiếng nặng tiếng nhẹ, đó là luồng điển mà thôi; không có gì hết. Cho nên, đấng này, chúng tôi sau này người tu cao rồi là phá mê, phá chấp, thì những cái đó không có nghĩa lý gì đối với chúng tôi; thấy không? Bởi vì "Quán Thế Âm Bồ Tát" là Anh được lên cao Anh mới dòm thấy sự tăm tối của chính tâm tư của Anh; à, "Di Lạc" là Di Thiện Tối Lạc; à, "Long Hoa" là sự sáng suốt của phía bên trong mà mình đã bỏ phé đây; là một cái luồng điển mình đi lên đó, mình mới thấy rõ; đó; cái đó cũng là luồng điển khai mở mà thôi.

Nhưng mà hỏi rằng vì sao bên kia người ta truyền rằng, "Không có nên tin bậy; nếu tin bậy là chúng

ta sẽ bị xuống Địa Ngục"? Rồi bây giờ bao nhiêu người cũng đã thấy rồi: làm bao nhiêu lần, rồi rốt cuộc bao nhiêu năm; rồi cũng thấy cũng chẳng có đi đến đâu, và không hiểu "Mình là ai?" Cho nên, vì sự mong muốn được gần đấng mà, Chúa Cứu Thế mà mình đang mong muốn gặp đây, thì bây giờ mình có cơ hội lập lại trật tự, thì chúng ta nên lập lại trật tự mà để thấy rõ phần hồn, và thấy Kinh Thánh đã nói rõ, không sai một lời. Thì phải có thanh tịnh, trật tự, thì đọc lại Kinh Thánh mới thấy giá trị vô cùng. Cho nên, Kinh Thánh không bao giờ chấp, nhưng mà người hành thì tự chấp thì có, vì sợ; "Tôi sợ thằng này, tôi mới xin Ông, để Ông cứu tôi! À! Tôi sợ con ma nó bắt tôi; tôi phải tin Chúa, để Chúa cứu tôi!" Cái đó là "Tôi sợ;" không phải, "Chúa sợ." Chớ Chúa không bao giờ ban Ôn Sợ cho một người nào hết! Chúa kêu người phải dũng tiến để được cứu rồi; nó rõ ràng như vậy đó! Thì bây giờ mình, cái ý thức của mình: con người sống có cái thức; Anh không có cái thức, Anh không có đến đây nói chuyện với chúng tôi được; và tôi không có cái thức, không bao giờ tôi trả lời Anh; thấy không? Chúng ta có thức, chúng ta xét trong cái thức tịnh hay thức động mà thôi; đó. Đó là cái hồn, căn bản của mình. Cho nên, nếu Anh có cơ hội lập lại trật tự thì Anh nên xét cho kỹ; và cái chuyện này chúng tôi làm là hoàn toàn chúng tôi phá mê phá chấp, không có vun bồi trong sự mê tín. Mà người nào mê tín, mà xin phù hộ đồ, này kia, kia nọ, là miễn tu cái Pháp này; tu cái Pháp này thì bị ma nhập, ráng chịu: có nhà, có cửa, rước ma nhẩy vô, thì nhập! Chớ còn đấng này chúng tôi chỉ dũng tiến đi lên để chúng tôi giải tỏa những sự trược ô sẵn có của bản thân, và tìm hiểu thực chất sẵn có của chính chúng tôi. Đó. Thì, Anh không niệm cũng được; nhưng mà Anh làm những cái động tác đó là cũng không khác gì Niệm, bởi vì động tác đó cũng lập lại trật tự, cũng như là Niệm vậy thôi. Thấy không?

Bạn đạo: Dạ, kính thưa Thầy, cửa tử là cửa tất nhiên của con người sinh ra tại thế gian; và để sửa soạn cho sự đi vào của cửa tử đó thì có bệnh: ai chết cũng phải do một bệnh nào đó mới chết. Nhưng, thưa Thầy, tâm sinh bệnh, tánh sinh bệnh; xin lỗi, "Tánh sinh bệnh." Thì cái căn cơ của mình, Tham, Sân, Si, Hi, Nộ, Dục, nó sinh bệnh. Bây giờ nhờ Pháp môn này chúng ta có thể ổn định được nội tạng, nghĩa là, một cách khác, chúng ta có thể có được một phương pháp thiên

nhiên để mà chữa bệnh; nhưng dù chúng ta chữa được tất cả các bệnh ở trong nội tạng của chúng ta, chúng ta vẫn không tránh được sự chết. Như vậy thì xin Thầy chỉ cho sự chết tốt lành của người tu, nghĩa là của người không có bệnh trần thế, không có bệnh của xác thân? Xin cảm ơn Thầy.

Đức Thầy: Bởi vì con người mà đã biết sự sáng suốt của mình là vô cùng, cho nên phải vun bồi sự sáng suốt; thì lúc đó mình đi với sự sáng suốt. Mà trong lúc đương hành, đương sanh, thì mình đang điều khiển cái thể xác bằng mọi sự sáng suốt, không vun bồi sự mê chấp và cũng không làm loạn cho nội tâm, nội tạng; thì chắc chắn là cái bệnh hoạn nó lại ít. Nhưng mà sự sáng suốt kia, căn bản trong khi, tôi nói "Chết trước khi chết," là chúng ta lia xác trước khi chúng ta đi; thì, đối với người tu cái Pháp này, nó nhẹ nhàng hơn, và nó dứt khoát hơn nếu nó ý thức được cái ý trí của nó là vô cùng, thì nó đã vun bồi trước khi nó đi, nó giải thoát trước khi nó đi; thì nó không có cái sự chết đối với nó nữa.

Bạn đạo: Dạ.

Đức Thầy: Sống như thế này mà không còn chết! Lúc nào cũng sống, phần hồn cũng tươi, cũng sáng suốt, chấp nhận tất cả mọi hoàn cảnh đưa đến; mọi bài học xảy đến đều giải tỏa và khai thông hết; thì đâu có sự bận bịu trong tâm linh đau khổ nữa? Không có nữa! Cho nên, ý trí vượt qua tất cả những sự trở ngại, là vậy. Còn ai hỏi gì nữa?

Bạn đạo: Dạ thưa Ông Tám,

Đức Thầy: Dạ,

Bạn đạo: Dạ, hỏi bên nhà đó, thì theo cái kiểu Việt Nam đó,

Đức Thầy: Ừ.

Bạn đạo: Thì không có cái gì kêu bằng "Tổ chức," hết đó.

Đức Thầy: Ừ,

Bạn đạo: Mà con thấy qua bên đây, qua bên nước Mỹ này đó,

Đức Thầy: Ừ,

Bạn đạo: Thì cái gì họ cũng làm, phải có tổ chức,

Đức Thầy: Ừ,

Bạn đạo: Cho nó đàng hoàng,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Cho nên có nhiều người họ hỏi tại sao cái pháp môn này của Ông Tám lập ra, thấy đồng người như vậy mà không có tổ chức gì hết?

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Dạ, kính hỏi Ông Tám, có nên làm có tổ chức?

Đức Thầy: Ở đây, nghĩa là, số người của chúng ta bằng đầu ít, rồi lần lần đông, thì tự nhiên phải có trật tự. Nhưng mà bây giờ tất cả những bạn đạo ở đây cũng đã bắt đầu xin phép lập cái Hội Ái Hữu Vô Vi, là những người bạn tu ngồi chung với nhau, để trao đổi; không phải "Điều khiển;" không có sự bầy điều khiển; "Trao đổi để thăng hoa" mà thôi: ông nào tu lâu, tu mới, cũng vậy: đều trao đổi và tiến hóa, mới đem lại sự công bằng của trong Đạo Pháp. Cho nên, tôi lập "Hội Ái Hữu Vô Vi" mà thôi, chớ không có lập cái "Đạo Vô Vi!" "Đạo" là mọi người đều phải trở về với Vô Vi; đạo đó, người nào hành thì người đó được! À; người đó là chủ của cái đạo đó, trách nhiệm. Bởi vì người đó làm biếng, mình có trao cái Pháp họ, vô ích! Bởi vì ở đây mình có phải lời nói xuôi đâu, an ủi họ đâu? Kêu họ hành mà! Mà người đó làm biếng á, thì đâu có điều khiển được? Bởi vì ở nhà họ tu mà, đâu có tới trước mặt mình tu mà điều khiển? Cho nên, chúng ta không có tổ chức đó. Nếu chúng ta tổ chức đó thì chúng ta phải làm tiên: "Một giờ đồng hồ Anh ngồi ở chỗ tôi Anh Thiên, Anh trả bao nhiêu tiền." Cái đó là "Bán đạo ăn!" Chúng tôi không làm được cái đó. Chúng tôi, mọi người phải sống trong cộng đồng của xã hội, phải làm ăn, và phải chịu đựng mọi sự đau khổ của chính mình, và tiến hóa.

Bạn đạo: Có người họ đề nghị thế này, họ nói, "Nếu mà làm cái Ái Hữu, không ai chịu trách nhiệm hết thấy. Phải có một người làm manager," thì làm management đó,

Đức Thầy: Ừ.

Bạn đạo: Có người manager họ lo cái chuyện đó;

Đức Thầy: Ừ.

Bạn đạo: Họ, phải có một cái số tiền nào cho họ, để họ lo cái chuyện đó cho mình,

Đức Thầy: Dạ.

Bạn đạo: Lúc họ ngồi rãnh rỗi đó, họ phải lo chuyện đó.

Đức Thầy: Ừ. Cho nên, đặng này chúng ta thấy rõ ràng phần hồn là quan trọng. Nếu mọi người mà ý thức được phần hồn của họ đó, thì tất cả thế gian đó, chỉ có Ông Trời manager được.

Kính thưa Quý Bạn Đạo,

Bạn đạo: Dạ.

Đức Thầy: Người phàm không có manager nổi; bởi vì chúng ta tu về Vô Vi; nếu mà chúng ta lấy con người ngự trị trên đầu chúng ta, thì chúng ta không cần tu. Chúng ta cứ sống như vậy, còn sướng hơn! Tôi nói thiệt với các bạn như vậy. Cho nên, người ta đã tu lắm, tu lạc! Nhưng mà tu đến ngày này đó, học một khóa bao nhiêu tiền đó, rồi cuộc không biết gì hết! Còn chúng ta hành khổ như thế này, mà chúng ta được vui tươi trong sự sáng suốt; và sự phát tâm của chúng ta hòa hợp, tự nhiên như vậy đó, thương yêu vô cùng, và sống động vô cùng. Cái đó mới là cái tu!

THÔNG BÁO CỦA THIỀN VIỆN NHẪN HÒA

Đây là danh sách bạn đạo đã phát tâm đóng góp cho Quỹ Trùng Tu Thiền Viện Nhẫn Hòa:
ĐỢT BA (Tiếp theo ngày 26/2/17)

Bđ Nguyễn Mai/Bắc CA	300 \$USD
Bđ Nguyễn Chí Nghĩa/Hương/CANADA	3,000 \$CAN
Bđ ở Marietta, GA	500 \$USD
Bđ Trần Ngọc Dũng/Hoa/MA	2,000 \$USD

Chúng tôi đã có thể xúc tiến chương trình sửa và lợp lại mái Thiền Viện và sẽ khởi sự ngay khi thời tiết cho phép. Sau đó là sửa 3 sàn “ban công” trên tầng lầu hai và các cầu thang bên phía ngoài Thiền Viện đã bị hư hại nặng. Bên trong nhà, tầng dưới sẽ lột bỏ thảm (20 năm chưa thay!) và cầu thang, để lót gạch. Sửa sang phòng ăn tức là nhà kiếng bên cạnh nhà bếp; trở cửa để chuyển thức ăn từ bếp qua phòng ăn. Phòng thiền trên lầu cũng cần tu bổ lại thảm cũng 20 năm chưa thay! Gắn một skylight nhỏ (Solatube) nơi hành lang. Vách ngoài quanh nhà tầng dưới cũng cần thay những chỗ gỗ đã bị mục rồi sơn v.v...

Chúng tôi còn ước mong trong tương lai gần sẽ có đủ phương tiện trải sỏi đường niệm hành (dài khoảng 1 mile tròn vòng), và trải đá bãi đậu xe để tránh lầy lội khi mưa và trải nhựa nếu được. Tuy nhiên việc thực hiện những dự án này rất tốn kém cho nên còn tùy thuộc vào tình hình tài chánh. Rất mong quý bạn đạo tiếp tục hỗ trợ chúng tôi trong việc trùng tu quy mô này.

Xin cảm ơn quý bạn đạo.

Thay mặt Bạn Đạo và Thiền Viện Nhẫn Hòa,
Nguyễn Trí Vượng kính bái.

Báo cáo về quỹ cứu khổ ban vui của Đức Thầy và Bạn đạo Vô Vi

Tiếp theo báo cáo ngày 31 tháng 12 2016 chúng tôi đã nhận cho đến 28/2/2017 và từ quỹ bạn đạo cho quỹ cứu khổ ban vui như sau:

Người gửi	US\$	CAD\$
Vo danh (TX)	1 000	
Van Thi Do (CA)	100	
Lai T Nguyen (VA)	500	
Cam Ly (TX)	100	
Anh Ly)TX)	100	
Lynn Tran (TX)	200	
Frances Nguyen (CA)	500	
Hoa Nguyen (TX)	800	
Vo danh (GA)	5 000	
An danh (TX)	3 000	
Hong Vo (CO)	100	
Chau Thieu Du (CA)	600	
Trung Hoai Nguyen (ON)		1 000
Mai Thi Huynh Lam (CA)	500	
Vo danh (Mtl)		400
Ngoc & Luan Nguyen (CA)	100	
Nguyen van Minh (CA)	500	
General employment service	1 000	
New smoke shop & more	1 000	
Lam van Bon (Mtl)		200

Trong 2 tháng qua chúng tôi đã sử dụng như sau:

- Bỏ thí hòm và mai táng cho người chết gia đình nghèo không tiền mua hòm
- Giúp những bạn đạo nghèo cần sự trợ giúp (bị tai nạn hay đau ốm hay hỗ trợ học phí cho con em, hoặc sửa nhà dột nát)
- Học bổng 2016-2017 cho các em nghèo, khuyết tật được học chữ hay học nghề nếu không bị bỏ học
- Giúp các em cảm điếu một phần tiền ăn
- Giúp người già neo đơn
- Giúp người nghèo không tiền trị bệnh
- Giúp các em bị bỏ rơi ở cổng chùa tiền sữa và tiền học
- Phát gạo cho người nghèo vùng xa vào ngày rằm & mừng một
- Giúp những người phong cùi tiền ăn và con em tiền ăn học
- Phát xe lăn cho người tàn tật nghèo
- Phát gạo cho người nghèo ngày rằm hay mừng một

Những người đau khổ đã nhận được sự giúp đỡ **cúi đầu cảm ơn Đức Thầy và quý bạn đạo**

Mọi sự sơ sót hay thắc mắc về quỹ này xin liên lạc người trách nhiệm ký tên dưới đây:

và Ngân phiếu xin đề **VoVi Association of Canada** và gửi về :

2590 Allard St. Montreal – Quebec- H4E 2L4 Canada

email tbptdn@videotron.ca

Xin thành thật cảm ơn quý bạn đạo

Thay mặt ban trách nhiệm quỹ CKBV

Kính thư

Phan Cao Thăng

Tôi đi mổ tim

Lưu ý: Bài viết chỉ nhằm chia sẻ một kinh nghiệm để đời khó mà quên, cùng góc độ nhìn chứ không nhằm chữa bệnh.

Ngày đi mổ, giờ hẹn là 7 giờ sáng nhưng bệnh viện yêu cầu đến sớm hai tiếng để làm thủ tục. Kết quả là phải để đồng hồ báo thức lúc 3 giờ sáng hầu có đủ thời giờ mà tập thể dục, tắm xà phòng như bác sĩ mổ yêu cầu, không súc dầu thơm, không xoa kem dưỡng da, rồi xoa "antibiotic ointment" trên môi và trong mũi trước khi rời nhà, v.v. Nhóm bác sĩ mổ tim của bệnh viện Inova Fairfax Hospital đã viết xuống giấy, dặn dò cẩn thận mọi chuyện cũng như đưa cho một quyển cẩm nang để bệnh nhân và người nhà an tâm trong ca mổ, cũng như hiểu rõ mọi giai đoạn từ các chứng bệnh về tim, việc chữa trị, thời gian bình phục, thực đơn nên theo sau khi mổ, xác suất khỏi bệnh, xác suất tử vong, v.v.

Bệnh viện yêu cầu có ít nhất một thân nhân đi theo để có gì còn làm quyết định thay cho bệnh nhân. Phần tôi chỉ có cô hàng xóm đi theo, những bệnh nhân khác được cả ba, bốn người đi tháp tùng cho lên tinh thần. Tôi không lo lắng với kết quả vụ mổ vì đã chấp nhận, nhưng cô hàng xóm chắc chắn là lo đến mất ăn mất ngủ cả tháng qua, vì tôi từ chối không chịu đi mổ liền sau khi bác sĩ khám phá là tôi bị nghẹt 100% trên hai mạch chính (main artery) đưa máu trở về tim. Chưa kể vẫn đi du lịch, dù bác sĩ khuyên ở nhà. Mạch bên phải quả tim bị nghẹt làm thiếu máu cung cấp cho hai lá phổi và đó là lý do hay bị ho, sung phổi, bị ách xì mỗi khi khí hậu thay đổi, hơn xa một người bình thường. Bên trái mạch trước quả tim bị nghẹt khiến toàn bộ cơ thể bị ảnh hưởng.

Sau khi làm các thủ tục giấy tờ xác định tôi đúng là bệnh nhân của ca mổ tim, tôi được cho vào ngòai trong phòng chờ để y tá cân đo và hỏi đủ mọi chuyện liên quan đến sức khỏe. Các bác sĩ, y tá trong nhóm mổ lần lượt xuất hiện và đến bắt tay cùng tự giới thiệu. Bác sĩ trưởng nhóm mổ thông báo cho biết là với các hình chụp quang tuyến mới nhất, chụp hai ngày trước, cho thấy là ngoài chuyện hai mạch máu bị nghẹt, quả tim của tôi lại có một bọc trắng chứa nước khá to nằm che phía trước. Do đó trước khi làm câu dẫn cho hai mạch máu bị nghẹt, một bác sĩ tim khác sẽ phải cắt và lấy đi cái bọc trắng đó (heart cysts). Thời gian mất thêm cho vụ mổ có thể là 15 phút. Hỏi ra mới biết là cái bọc trắng đó là do bẩm sinh, không phải ai cũng có. Nếu không có vụ mổ tim, bác sĩ có thể chỉ châm kim vào và rút nước trong bọc ra là xong. Nay nhân ngực được mở, bác sĩ sẽ cắt bỏ cái bọc đó luôn và thử nghiệm xem có bị ung thư hay nhiễm trùng gì chẳng.

Tôi chỉ nhớ đến đây với câu chuyện chờ đợi mổ vào buổi sáng. Khi mở mắt ra thì thấy cô hàng xóm đang đứng trước mặt và quơ tay qua lại hỏi tôi có biết ai đây không. Tôi tức cười quá bảo là cô chứ ai. Sau đó y tá xuất hiện cho biết là ca mổ của tôi đã xong với kết quả rất tốt, cho biết là tôi đang ở phòng hồi sinh (ICU), rồi hỏi tên tôi với ngày sinh, và có biết là tôi đang ở đâu không. Đây là họ muốn kiểm lại là trí nhớ của tôi có bị ảnh hưởng chi không với thuốc mê trong vụ mổ. Thấy tôi trả lời rõ ràng mọi câu hỏi, họ an tâm cho tôi nước uống, đắp thêm mền ấm như tôi yêu cầu. Họ cho biết là nếu tình trạng tiến triển khả quan, tôi sẽ được chuyển ra phòng bình thường rộng hơn vào tối nay. Phòng ICU thì một y tá trông nom cho một bệnh nhân 24/24, ngoài phòng thường thì một y tá trung bình trông 6 bệnh nhân hay hơn. Để theo dõi tình trạng bệnh nhân mới mổ, tôi sẽ phải nhịn ăn cho đến sáng mai, uống nước thì được. Vì thấy tôi đã tỉnh, không có quờ quạng chi, nên hai bàn tay của tôi được tự do, không bị buộc chặt xuống giường như vài bệnh nhân khác. Họ chỉ yêu cầu tôi nằm yên tại chỗ, cần chi thì bấm nút gọi y tá, ngay cả chuyện tiêu tiểu.

Cô hàng xóm tiếp lời cho biết là tôi được đưa vào phòng mổ lúc 7 giờ hơn chút, và đến 10 giờ 30 thì cô y tá trong phòng mổ gọi ra cho biết là ca mổ thành công, chỉ mất có tổng cộng ba tiếng rưỡi, thay vì từ 4 đến 6 tiếng như dự tính. Họ sẽ đưa tôi ra phòng ICU, sau khi đóng lại vết mổ và lau chùi sạch sẽ. Hỏi tôi cảm thấy thế nào, tôi cho biết là ngực thì hơi đau nhưng không đến nỗi phải la làng, chỉ có hơi khó chịu vì thấy óng

cắm đầy người cùng các vết băng. Cô y tá cười và cho biết là tôi phải chịu như vậy trong những ngày ở bệnh viện chờ hồi phục. Nhưng sẽ được tháo bỏ ra từ từ trong vài ngày sắp tới.

Nhân dịp cô y tá rảnh rang và trông cô vui vẻ trả lời các câu hỏi, tôi bèn hỏi thăm về từng vết băng trên người cùng những giây ống hiện đang nối đầy người. Nhờ vậy tôi mới liên kết được việc mổ tim của tôi, cũng như ý nghĩa của của chữ "open heart surgery" là thế nào. Khi một mạch máu của tim bị nghẹt, nếu chỉ nghẹt từ 40 đến 60% thì bác sĩ sẽ cho bệnh nhân uống thuốc loãng máu và trợ tim, cùng khuyến cáo cải thiện việc ăn uống như ăn ít đi, bớt lượng thịt đỏ, dầu mỡ, v.v. Nếu nghẹt từ 60% đến 80%, thì khi làm soi tim thử nghiệm, bác sĩ sẽ bơm bong bóng làm thông nơi bị nghẹt và sau đó đặt vào một vòng xoắn (stent) hầu giúp mạch máu nơi đó vững chắc hơn. Còn nếu mạch máu bị nghẹt từ 80% đến 100% thì phương pháp chữa trị duy nhất hiện nay được hiệp hội y khoa chấp nhận là dùng 1 tĩnh mạch khác trong người để cầu dẫn cho máu đi vòng qua chỗ bị nghẹt (by-pass surgery).

Xin mở ngoặc ở đây để nói về một phương pháp mới làm thông mạch tim dù đã bị nghẹt 100%. Phương pháp mới này do trường đại học y khoa Boston đề xướng. Họ chuyên vào máu một loại thuốc làm mềm phần bị nghẹt. Sau đó dùng các dụng cụ thông tim đi đến nơi bị nghẹt và dùng một mũi khoan xuyên qua, rồi rút các chất dơ làm nghẹt ra khỏi mạch máu. Sau đó chỉ việc đặt vòng xoắn (stent) vào đó là xong. Một bệnh viện vùng Florida đã thử nghiệm và thành công với 6 bệnh nhân, nhưng khổ cái là phương pháp này vẫn chưa được chuẩn nhận với hội y khoa Hoa Kỳ. Mà chạy đi xuống Florida xin được làm vật thí nghiệm với phương pháp này cũng quá khó khăn cho một người ở xa, nên tôi chào thua.

Nếu nơi bị nghẹt nằm ở trên một mạch không quan trọng, ví dụ như chỉ một hoặc hai nơi ở mạch bên phải, bác sĩ giải phẫu có thể áp dụng phương pháp giải phẫu vi tiểu để cầu thông mạch máu bằng nhưng dụng cụ thật nhỏ đi kèm với thấu hình. Trong trường hợp này, bác sĩ không cần cắt mở lồng ngực bệnh nhân, không cần cho tim phổi ngừng đập, mà chỉ cần soi ba hay bốn lỗ nhỏ chung quanh khu vực tim bị nghẹt mà thôi. Như vậy thời gian vết mổ được lành và sức khỏe phục hồi sẽ thật nhanh.

Trường hợp của tôi vì hai nơi bị nghẹt đều nằm trên mạch chính, một bên phải và một bên trái, bác sĩ cho biết là không thể nào áp dụng giải phẫu vi tiểu được mà phải áp dụng phương pháp thông thường là họ sẽ cưa xương giữa hai lồng ngực, rồi banh ra (giống như chúng ta đội chiếc xe lên lúc thay bánh xe vậy), để có thể thấy quả tim rõ ràng. Sau đó, máu sẽ được rút hết ra cho vào một bình chứa, cùng lúc các mạch máu trong người sẽ được nối vào một cái máy "heart and lung machine" sẽ bơm một dung dịch thay thế máu và khí oxy nuôi dưỡng các bộ phận khác trong người như bộ óc, thận, gan, v.v. Còn quả tim và phổi thì được cho nằm yên để bác sĩ dùng một tĩnh mạch cắt dưới chân đem lên để cầu thông qua nơi bị kẹt. Nhờ có cái máy "heart and lung machine" này, cùng việc để quả tim và phổi bất động, việc cầu thông mạch máu của quả tim trở nên dễ dàng, ít có tai nạn xảy ra bất ngờ đưa đến chuyện xuất huyết, kích tim, đứt mạch máu não, v.v. và đưa đến tử vong. Đó là chưa kể việc gây mê đã được dùng một liều nhẹ hơn và liên tục thẳng vào máu, thay vì một lần thật nhiều khi bắt đầu mổ rồi thôi, đã khiến nhiều bệnh nhân yếu trong người đã ngủ luôn không dậy nữa. Mặc dù bác sĩ mở cho biết xác suất tử vong là 1%, nhưng theo thống kê thì con số đó thấp hơn nhiều. Có thể còn thấp hơn một phần ngàn.

Sau khi đã làm xong việc cầu dẫn mạch máu, dung dịch nước biển cùng các ống nối trên người bệnh nhân sẽ được rút ra. Máu sẽ cho chạy vào trở lại. Tim và phổi sẽ được kích thích cho đập trở lại từ từ như bình thường. Khung xương lồng ngực được cho về lại vị trí cũ, bác sĩ sẽ dùng một sợi dây kim loại để nối sát hai khung xương lại với nhau, cùng dùng một loại keo đặc biệt giữ chặt hai khung xương và kích thích xương tăng trưởng cho mau lành. Sợi dây kim loại này (sternal wires) không có phản ứng với máy báo động nơi kiểm soát an ninh ở phi trường, vậy các bạn đừng lo nha. :-)

Nhìn vết mổ nơi ngực dài chừng 20cm, tôi thấy cũng hơi ón, nhưng lạ là không thấy vết may hay băng lại gì hết. Cô y tá cho biết vết may nằm ở bên trong nên không tạo thành vết sẹo lớn như trước. Ngoài ra, nhờ môi

trường trong bệnh viện trong sạch, vết thương không cần băng lại và như vậy sẽ mau lành hơn. Bên dưới vết mổ, tôi thấy có ba cái ống đường kính chừng 15mm đi vào trong người, cô y tá cho biết đó là ba ống hút giúp đưa ra ngoài những huyết dịch, huyết tương chảy ra từ các vết mổ, cắt vá bên trong người. Ba cái ống này thật làm phiền tôi, vì vướng chúng bệnh nhân không thể nào hít vào cho đầy phổi, hoặc thở bụng nếu muốn. Nhìn thấy ống câu thông nước tiểu, cô y tá cho biết đó là thủ tục bình thường để tránh bệnh nhân đái văng tung tóe trong phòng mổ, trong lúc ai nấy đều bận không có thời giờ lau chùi. Ống thông nước tiểu này sẽ được rút ra vào hôm sau, bệnh nhân cần uống nước cho thật nhiều để có thể đi tiểu trở lại như bình thường trong vòng 6 tiếng, vì nếu không họ sẽ gấn trở lại và uống thuốc thông tiểu thêm vài ngày nữa.

Ngày thứ nhất sau khi mổ, tôi chỉ nằm trên giường và không được ăn gì. Qua ngày thứ hai, họ bắt đầu cho ăn nhẹ, và bắt tôi phải ra ghế ngồi, cùng khuyến khích đi bộ chung quanh tầng lầu. Ngày thứ ba, họ chỉ cách leo thang lầu sao cho an toàn, và gia tăng số vòng đi bộ, cùng lúc ăn uống nhiều hơn. Chiều tối ngày thứ tư, y tá làm thủ tục cho tôi về lại nhà, sau khi giúp tôi tắm rửa và chỉ dẫn cách lau chùi các vết mổ khi về nhà. Tôi phải tắm và lau chùi các vết thương mỗi ngày một lần. Các khăn lau và quần áo đều phải thay mới hàng ngày. Hôm cuối, có nhân viên thể dục (physical therapist) vào chỉ dẫn tôi cách tập thể dục giới hạn khi phải nằm trên giường.

Khi đang viết bài này, tôi đã về nhà được 6 tuần, xin viết tóm tắt để chia sẻ kinh nghiệm qua thời gian hồi phục.

Sau khi mổ tim, chắc chắn là ai cũng được khuyến cáo là cần phải theo cách ăn uống cho một quả tim tốt lành (Healthy Heart Diet), và phải uống kèm vài thứ thuốc như thuốc loãng máu (Aspirin 81mg chẳng hạn), thuốc điều hòa máu, thuốc tan mỡ, v.v. Sau một thời gian, tùy theo tình trạng tiến triển của bệnh nhân, các loại thuốc này được giảm hoặc bỏ hẳn.

Tuần lễ đầu tiên về nhà, chắc chắn rất là khó khăn cho bệnh nhân vì cử động chi cũng đều làm đau ngực, mặc quần áo cũng khó, làm bếp cũng không xong, khiêng vật chi nặng hơn 3 pounds cũng không cho, v.v.

Cho nên việc cần người thân, hay thuê người phụ giúp, hay vào ở trong Rehab Center là điều cần thiết. Từ tuần thứ hai trở đi là đỡ hơn vì đã quen dần, nhưng bệnh nhân cũng cần tránh việc khiêng nặng, các hoạt động nặng nề như cắt cỏ, làm vườn, v.v.

Sau khi mổ tim, việc tập thể dục cũng bị giới hạn, các bác sĩ tim cũng như các chuyên viên thể dục đều khuyến cáo bệnh nhân nên đi bộ càng nhiều càng tốt. Mỗi ngày từ 2 đến 3 dặm (3 đến 5km). Dĩ nhiên đi dưới trời nắng ấm thì càng tốt hơn nữa.

Đối với cá nhân tôi, việc ăn uống kiêng khem, làm việc và tập thể dục bị giới hạn cũng không có chi khó khăn. Việc duy nhất làm tôi mệt nhất là chuyện chỉ được nằm ngửa mà ngủ. Bác sĩ khuyến cáo là không nên nằm nghiêng, lý do là cần chờ cho hai khung xương sườn lành lặn trở lại. Việc trở mình, khiêng nặng có thể sẽ làm cho hai khung xương bị lệch, cần phải điều chỉnh, và làm thời gian phục hồi lâu hơn. Mà thời gian cần thiết cho hai khung xương nối liền trở lại là từ 6 đến 12 tuần. Mỗi tối nhiều khi tôi chỉ ngủ được hai hay ba tiếng rồi thức luôn, vì nằm nhiều quá nóng lưng còn khổ hơn. Để qua thời giờ, tôi quay ra tập Thiền, hay đi bộ vòng quanh trong phòng. Thật khổ cho ai phải ngủ cùng phòng. Ngoài ra, thuốc gây mê Anesthesia đôi khi làm cho bệnh nhân cảm thấy lạnh hay nóng bất thường, ngược lại với thời tiết, và việc này có thể kéo dài từ một đến hai tháng.

Do việc khung xương sườn cần ít nhất là từ 6 đến 12 tuần mới lành lặn, bác sĩ mổ tim khuyên bệnh nhân không nên lái xe trong vòng 6 tuần. Mỗi khi đi đâu thì chỉ nên ngồi ở băng ghế sau. Lý do là khung xương ngực còn yếu, mà lỡ có tai nạn xe cộ xảy ra cái túi hơi (airbag) bung ra có thể đập mạnh vào ngực làm cho khung xương bị lệch dễ dàng.

Việc xuống cân chắc chắn là không tránh khỏi đối với những người hơi nặng cân. Nhất là khi áp dụng cách ăn theo đề nghị Healthy Heart Diet, cùng lúc uống thuốc tiêu mỡ. Đến nay tôi đã sụt 20 pounds, sau 6 tuần.

Còn một người giám đốc trong sở của tôi đã sụt tổng cộng là 35 pounds. Ông ta đã cảm thấy khỏe hơn thật nhiều so với trước, làm việc dai sức hơn, v.v.

Chắc các bạn cũng hiếu kỳ muốn biết phí tổn của việc mổ tim này là bao nhiêu. Ba tuần sau khi về nhà, tôi nhận được bản báo cáo của hãng bảo hiểm cho biết phí tổn mà họ đã thanh toán với nhà thương là \$70,000.

Tôi và bạn hữu đều ngạc nhiên là sao rẻ quá. Vì so với vài người quen cũng mổ tim ở Cali, phí tổn đã gần gấp ba. Đây là không tính các chi phí đến việc soi tim trước đó. Dĩ nhiên phí tổn cho việc cấp cứu một người bị kích tim (heart attack) cần xe cứu cấp chở vào bệnh viện, rồi phải làm soi tim, rồi tìm một nhóm bác sĩ tim làm ca mổ khẩn cấp, tổng số tiền chắc chắn là vượt qua con số \$100,000 dễ dàng. Tùy theo bảo hiểm sức khỏe mà mỗi người đã chọn, bệnh nhân đôi khi chỉ phải trả 10%, 20%, hay 50% tổng số phí tổn.

Vài dòng chia sẻ tin tức về vụ mổ tim cùng các bạn, cầu mong mọi người đều dồi dào sức khỏe, không phải trải qua một cuộc giải phẫu tim như tôi. Mà nếu có, thì cũng không có chi quá lo.

Nguyễn Đức Trọng
Virginia, 12/12/2016

Hướng tâm cầu nguyện

1) Kính xin quý bạn đạo hướng tâm cầu nguyện cho bạn đạo Đỗ Thành Sơn sanh năm 1928, Mậu Thìn. Từ trần lúc 1.45 am sáng ngày 27/02/2017 tức ngày ngày mùng 2 tháng 2 năm Đinh Dậu tại Qui Nhơn, Việt Nam hưởng thọ 90 tuổi được siêu thăng tịnh độ.

Bạn đạo Đỗ Thành Sơn là anh ruột của bạn đạo Đỗ thị Dương Cẩm và cậu của bạn đạo Vũ thị Tố Oanh và Wan Thị Bích Liễu thuộc thiền đường Duyên Lành Melbourne, Úc Châu.

Thành thật cảm ơn quý bạn đạo.

2) Xin quý bạn đạo hướng tâm cầu nguyện cho Cụ Nguyễn Thị Viện (là bà của bạn đạo Nguyễn Thị Soái) sinh năm 1919, mất ngày 16.2.2017 tức ngày 20.1.2017 AL, tại Khu Ất phường Hạp Lĩnh TP Bắc Ninh Tỉnh Bắc Ninh sớm được siêu thăng tịnh độ. Thay mặt bạn đạo Bắc Ninh kính báo.

THƠ BẠN ĐẠO

Đồng Hành Về Nguồn

Về nguồn cố gắng bạn ơi!
Đồng hành đi đất về nơi cảnh Trời
Tôi cùng bạn vượt trùng khơi
Tu hành thanh nhẹ chơn lời ta ban
Tình Cha tình Mẹ chứa chang
Ban con ân phước điển quang sáng ngời
Cùng Huynh cùng Tỷ về Trời
Thực hành thẳng tiến nơi nơi vui hoà
Tạ ơn Thầy Tổ Mẹ Cha
Dạy con Pháp Lý tìm ra đường về
Về nơi Thiên cảnh hương quê
Trở về nguồn cội con kè bên Cha
Nhớ thương Cha Mẹ thiết tha
Bạn ơi cố gắng tiến xa về nguồn

Thủy Bùi 1/3/2017