

ĐẠI ĐẠO TAM KỲ PHỔ ĐỘ  
TÒA THÁNH TÂY NINH

---

# CHÂU THÂN GIẢI

NGUYỄN TRUNG HẬU

HỘI THÁNH GIỮ BẢN QUYỀN

---

Ebook được làm theo ẤN-BẢN phổ biến trên Website của DAOCAODAI.INFO. Mọi góp ý, đề nghị thay đổi, sửa chữa những sơ sót, có thể có, xin vui lòng gửi điện thư vào địa chỉ: *tamnguyen351@live.com*

Thành thật tri ơn THÁNH THẤT NEW SOUTH WALES – AUSTRALIA, BAN PHỤ TRÁCH KINH SÁCH WEBSITE DAOCAODAI.INFO đã bỏ nhiều tâm-huyết và công sức trong việc sưu tập, biên khảo, đánh máy, in ấn hay phổ biến trên Website ngõ hầu GIÁO-LÝ ĐẠI-ĐẠO được phổ truyền rộng rãi, lưu lại di-sản tinh-thần vô-giá cho thế-hệ hiện tại và nhiều thế-hệ tiếp nối mai sau.

California, 16/12/2011  
Tâm Nguyên

---

# CHÂU THÂN GIẢI

NGUYỄN TRUNG HẬU

## MỤC LỤC

1. LỜI TỰA .....	7
2. XÁC HỒN .....	9
3. NGŨ TẠNG .....	13
4. NGŨ QUAN - LỤC CĂN - LỤC TRẦN.....	18
5. THẦN KINH.....	25
6. TINH KHÍ THẦN.....	27
7. PHẢI HIỆP TINH, KHÍ, THẦN LÀM MỘT.....	30
8. NGUYÊN NHÂN VÀ HÓA NHÂN.....	33
9. VẠN LOẠI CHUYỂN KIẾP ĐỒ.....	34
10. NHỊ XÁC THÂN.....	35
11. ÂM DƯƠNG LUẬN .....	37
12. PHÂM THAI.....	39
13. THÁNH THAI.....	40
14. CHIÊM BAO .....	41
15. KHUYÊN LÁNH XA TỬU SẮC TÀI KHÍ.....	43

## LỜI TỰA

---

Trong số mấy mươi muôn Đạo Hữu, tưởng có khi nhiều người cũng rõ thông đạo lý. Song người thì mỗi Đạo buộc ràng, kể lại gia đình bận bịu, không rảnh rang soạn sách, dịch kinh, để phổ thông đạo lý cho kẻ mới đầu cơ. Cho hay người biết Đạo thật nhiều, mà kẻ chưa thông chẳng ít.

Mấy vị Giáo Hữu, Giáo Sư không thể nào giảng Đạo riêng cho mỗi người được. Vì vậy mà có cuốn sách nhỏ này, cốt để thay thế cho chư vị ấy mà truyền bá sơ lược chút ít về đạo lý của Đại Đạo Tam Kỳ Phổ Độ, sơ dĩ để dìu dắt bước đường kẻ mới đưa chân vào nền Đạo. Xin khá biết cho.

Sách này luận về châu thân, mà do theo đạo lý, lại chia ra làm hai chương: Một chương luận về vật chất, một chương giải về tinh thần.

Muốn luyện Đạo, trước phải biết mình mà muốn biết mình thì quyển sách này may ra cũng là một bài học vỡ lòng cho người chưa rõ Đạo. Nhưng không phải như tiểu thuyết mà dễ hiểu, đọc một bài cần phải suy nghĩ một bài, có khi còn phải xem đi xét lại đôi ba phen, nếu đọc sơ qua một bận rồi cho là khó hiểu thì chẳng ích chi, rất uổng công người khổ tâm đặt để.

Cholon, le 25 Novembre 1927

**Bảo Pháp NGUYỄN TRUNG HẬU**

## CHÂU THÂN GIẢI

### XÁC HỒN

Con người vẫn có hai phần, *phần hồn* và *phần xác*.

#### **Phần xác:**

Tuy mắt phàm coi thân hình như một, chớ kỳ trung bốn thân là một khối chất chứa vắn vắn, muôn muôn sanh vật. Những con sanh vật ấy lại câu kết nhau mà thành khối. Chúng nó nhờ vật thực của ta ăn vào mà lớn lần lần, mà sanh sanh hóa hóa thêm nữa. Vì vậy mà thân thể một đứa hài nhi càng bữa càng lớn lần cho tới tuổi trưởng thành mới thôi (Ấy là giới hạn thước tắc của hình vóc con người).

Con người càng già, thì ngũ tạng lục phủ càng suy, tinh thần hao kém, sự ăn uống một ngày một giảm. Những con sanh vật trong châu thân cũng như đó mà gầy mòn, mà hễ chúng nó gầy mòn, thì thân thể con người tất phải xóp ve, gầy guộc. Có khi những con sanh vật của một phần trong châu thân, vì một duyên cơ chi mà chết đi, thì chỗ ấy phải trở nên tê bại, hay là chai, vì đã mất sự sống rồi.

Khi chết, xác phải tiêu diệt, rục rã ra, chơn linh của mấy con sanh vật ấy lia khỏi xác mà trở về nơi không khí. Ấy là: Cửa đất trả về cho đất, cửa Trời trở lại nơi Trời.

#### **Phần hồn:**

Hồn là vật thiêng liêng (\*1) do nơi khối linh quang của Tạo Hóa ban cho.

Có kẻ cứ khôi không chịu tin có phần hồn, cứ nói rằng con người biết nghĩ suy, tính toán là tự nơi cái óc mà

ra, mà hễ thác rồi, thì vạn sự giai hữu, một kiếp thác là một kiếp mất, cái linh hồn và cảnh Thiên đàng Địa ngục là điều vô bằng có.

Kẻ ấy chẳng hiểu rằng cái óc chẳng khác nào một cái máy đánh chữ của linh hồn lợi dụng mà tỏ ra những điều tư tưởng, những nét buồn vui, thương ghét vậy thôi. Hồn tức thị là người đánh máy ấy. Có máy mà chẳng có người đánh thì làm sao ra chữ được? Có xác thật (có óc) mà không hồn, thì làm sao biết nghĩ suy tính toán? Kìa một cái chuông treo giữa gió: Như gió thổi làm cho chuông vận động mà kêu, thì bất quá là kêu bòn bon inh ỏi vậy thôi, có đâu ngân giọng u minh, khoan nhặt? Muốn cho tiếng chuông u minh khoan nhặt, cần có tay người động vào mới được. Cái óc con người chẳng khác nào cái chuông ấy. Nếu không có linh hồn là người động chuông, thì đâu lộ ra được nhiều tư tưởng kỳ kỳ cao thượng.

Con người nhờ có linh hồn mới biết nghĩ suy, tính toán, thương ghét, buồn vui. Vậy hỏi chớ khi chung cuộc rồi (khi thác) cái điểm linh ấy đi đâu? Không lẽ mà mất đi được? Vậy chẳng là uống công trình của Tạo Hóa nắn đúc cho mình làm ư? Ấy vậy, cái linh hồn ấy phải sống đời đời kiếp kiếp (\*2) rồi ra mới có Luân Hồi, Quả Báo là lẽ công bình thiên nhiên của Tạo Hóa.

Trong châu thân, hồn xác pha lẫn nhau. Tỉ như muốn làm xi măng ạt mê (ciment armé) phải trộn sạn và ciment lộn nhau, đoạn phải trộn nước vào mới đánh thành khối được. Châu thân chẳng khác chi khối xi măng ạt mê đó. Sạn ấy là xương, xi măng là thịt, nước là hồn.

Ví dụ một cái ly không, tuy vẫn mắt thường ta thấy trống không, chớ hẳn thật trong lòng ly chứa đầy không

khí. Châu thân ta ví như cái ly: Linh hồn ta như không khí. Ta không thấy không khí trong ly như ta không thấy đựng phần hồn trong châu thân vậy.

Muốn cho nước trong đựng tinh khiết, cái ly cần phải tinh khiết, còn muốn cho linh hồn trong sạch châu thân cần phải trong sạch. Đó là về phần tinh khiết mà thôi. Chớ không cần phải có một châu thân trắng kiện mới có linh hồn trắng kiện, vì ta thường thấy nhiều người hình thù trắng kiện mà trí thức tối tăm, còn kẻ thì hình vóc ốm o mà thông minh trí tuệ. Cái châu thân trắng kiện bất quá là cần ích cho cơ thể mà thôi, chớ chẳng ích chi cho phần hồn. Châu thân trắng kiện tỉ như một cái máy tốt và chắc chắn, máy chắc chắn thì lâu hư, thân thể trắng kiện thì lâu tiêu diệt, mà có tiêu diệt thì tiêu diệt phần xác vậy thôi, chớ phần hồn chẳng hề tiêu diệt.

Phần bổ dưỡng linh hồn chẳng do nơi vật thực hữu hình. Hồn vẫn không hình chất, nên phải dùng vật thực không hình chất mà bổ dưỡng. Vật thực không hình chất ấy tức là sự học hỏi và cách tịnh luyện tinh thần trong mấy cơn nhàn, khoảng vắng.

Phải hiểu rằng xác thật tỉ như một cái nhà cho linh hồn ở tạm trong mỗi kiếp ngắn ngủn trên cõi trần này vậy thôi. Xác thật nhờ khí huyết mẹ cha tạo thành, còn linh hồn thì do nơi Thiên tứ (Trời cho). Nếu linh hồn với xác thật tự một gốc mà ra, thì tánh chất thông minh hay là u ám của con cháu phải do nơi cha mẹ, ông bà, nghĩa là hễ ông bà cha mẹ thông minh thì sanh ra con cháu thông minh, còn u ám thì sanh ra con cháu cũng đồng một thể.

Sự thật lại không phải vậy, vì có nhiều người u ám mà sanh ra con cháu thông minh trí tuệ. Cũng có người

thông minh trí tuệ lại sanh ra con cháu ngu ngậy, dại dột, thậm chí anh em vẫn một huyết mạch với nhau mà cũng còn có kẻ khờ người dại (\*3). Cái xác thịt do nơi khí huyết cha mẹ tạo thành, thì vẫn do nơi xác thịt cha mẹ, nghĩa là cha mẹ yếu ớt bệnh hoạn sanh con yếu ớt bệnh hoạn (\*4), cha mẹ mạnh khỏe thì sanh con mạnh khỏe.

(\*1) Thiêng liêng là không thấy, không nghe, không sờ được.

(\*2) Nhiều Đạo Thần Linh đã dùng đồng tiền và cơ bút chứng chắc rằng linh hồn vẫn có và vẫn sống đời đời kiếp kiếp.

(\*3) Con cái dẫu có giống cha mẹ thì giống nơi vật chất mà thôi, vì vật chất do nơi khí huyết lưu truyền.

(\*4) Tuy vậy chớ khi lớn lên, hình vóc con cái cũng có khi biến đổi khác hẳn với hình vóc sơ sanh là vì nhờ biết giữ vệ sanh và tập tành thể thao.

## CHƯƠNG THỨ NHỨT NGŨ TẠNG

Châu thân con người tử như một cái xương lớn, phân ra nhiều sở làm lụng, tuy phận sự khác nhau, chớ vẫn chung về một mối là tiếp dưỡng châu thân để bảo tồn sự sống. Mấy sở làm lụng ấy chia ra làm năm gọi ngũ tạng. Ngũ tạng là: Tâm, Can, Vị (\*1), Phế, Thận.

Người có ngũ tạng như Trời Đất có ngũ hành (\*2). Nếu không có ngũ hành thì không có Càn Khôn, Thế Giới, còn nếu không có ngũ tạng thì cũng không có nhơn loại.

Đấng chủ trương cai quản ngũ tạng là thần hồn của ta. Khi thần hồn lìa xác, ngũ tạng vắng chủ trương phải ngưng, mà hễ ngũ tạng ngưng tức là ta chết vậy.

### VỊ (bao tử)

Trong ngũ tạng, cần nhứt hơn hết là tạng này, vì nó chứa vật thực, rồi làm cho tiêu tán ra huyết để vận chuyển cùng mình mà nuôi lấy châu thân.

### TẠNG CAN (lá gan)

Gân tạng Tì, lại có tạng Can nhĩ ra một thứ nước xanh xanh, vàng vàng mà đấng gọi là mật (đờm) để phụ với tạng Tì làm cho vật thực dễ tiêu hóa, nhứt về vật mỡ dầu.

### TẠNG THẬN (trái cật)

Trước khi huyết vận chuyển khắp châu thân, thì có tạng Thận lọc đi lượm lại cho trong sạch, còn cặn cặn thì xuống bàng quang (bong bóng) mà theo đường tiểu

tiện. Tạng Thận có hai trái: trái bên hữu gọi là Thận hỏa, trái bên tả gọi là Thận thủy. Ba tạng: Tì, Can, Thận đều ở nhằm hạ tiêu.\*3)

### TẠNG TÂM (trái tim)

Khi hai tạng kể trên đó làm cho vật thực tiêu hóa ra huyết rồi, tạng tâm lại vận chuyển huyết khắp châu thân. Trái tim tỉ như một ống bơm vừa xịt ra, vừa hút vào được. Hễ trái tim tớp vô, huyết trong ấy tủa ra theo mạch máu mà châu lưu khắp thân thể, rồi trái tim phùng ra huyết lại trở về. Trái tim cứ thoi thóp như vậy mãi đặn vận chuyển huyết vô, ra. Nếu ta đặt tay trên ngực, thì nghe trái tim động, gọi là “đánh trống ngực”.

Khi huyết trở lại rồi nhiễm lấy vật dơ mà hóa bầm, vì đã chạy cùng thân thể, như nước mưa khi ở không trung rớt xuống thì trong sạch, mà hứng vô lu rồi lại đục đi, vì bị bụi bặm, còn trùng hoặc giữa không khí, hoặc trên mái nhà nhiễm vào.

### TẠNG PHẾ (lá phổi)

Tạng phế có hai lá ở nhằm trung tiêu. Trái tim thì ở giữa, mà cái đuôi lại trịch qua bên tả.

Nhờ sự hô hấp (\*4) không khí mới vô ra nơi phổi. Mỗi lần hít vô, không khí vào đến phổi, nhờ lấy khinh khí (oxygène) trong hơi thở ấy huyết bầm mới đặn tươi nhuận lại như trước mà luân chuyển nữa.

Mỗi lần thở ra, hơi thở lại hóa ra trước khí, vì nó đã dùng mà tươi nhuận huyết bầm, tỉ như nước sạch mà dùng rửa giặt rồi phải dơ vậy.

Muốn cho thân thể thường tráng kiện, ít sanh bệnh, ta cần phải biết điều dưỡng ngũ tạng theo cách sau đây:

**VỊ:** – Chớ lầm tưởng rằng hễ ăn uống đặn nhiều thì mập mạp và mạnh dạn. Ta thường thấy nhiều người mỗi buổi ăn sấp hai, sấp ba kẻ khác, mà ốm vẫn hườn ốm. Còn có kẻ ăn uống theo mực thường mà lại nở nang phì mỷ. Ấy có phải tại ăn nhiều mà mập đâu. Nên nói ăn nhiều thì bệnh hoạn, gầy ốm là phải hơn. Vì ăn quá độ, vật thực không tiêu, tạng tì phải mệt, mà mệt tất phải đau (gọi là phạt tì). Vậy, muốn bổ tì, nên ăn uống có độ lượng, nhứt là nên dùng rau cỏ hơn thịt cá, vì rau cỏ là vật thực nhẹ nhàng, mau tiêu, lại nhờ thọ khí nóng của thái dương (mặt trời) khử độc (\*5) rồi nên ăn vô ít sanh bệnh hoạn.

**CAN:** – Ăn uống quá độ lượng phạt Tì, rồi Can là ăn chịu với Tì hơn hết, phải can thiệp mà sanh bệnh. Rượu là món phạt Can hơn hết, phần nhiều bợn rượu thường đau gan là bởi có ấy.

Sự can đờm chí khí của con người do nơi Can mà phát ra (cho nên thường gọi kẻ nầy dạn gan, người kia nhát gan là vậy). Sự sân si hân nộ là do nơi can đờm, chí khí mà phát lên. Cho nên bớt sân si, hân nộ thì điều Can vậy.

**TÂM:** – Ăn uống quá độ lượng cũng hại cho tạng Tâm. Kẻ đau tim hay mệt mỏi, bản thân, ăn rồi bắt buồn ngủ, nặng đầu, làm việc gì, dầu nhẹ nhàng cho mấy cũng mệt thở hào hển. Vì hễ trái tim bệnh, huyết mạch chạy không đều, huyết mạch không điều hòa thường sanh các chứng bệnh ấy.

Sự lo lường, tư tưởng do nơi tâm trí phát sanh. Nhiều lo tưởng thường lao tâm, tiêu tứ. Đoạn tư tưởng là bổ tâm vậy.

**THẬN:** – Ăn uống quá độ lượng, vật thực không tiêu tán, mà hễ vật thực không tiêu tán, thì Thận là cái



bàn lọc, phải nhọc công gạn lược nhiều lần, rồi phải hao mòn, mà hễ gạn lọc nhiều lần thì chỉ tồn nhiều cặn cáu, cho nên nước tiểu thường hôi đục.

Tạng Thận cũng là máy làm ra tinh (\*6) (vật ăn uống bấy ngày mới hườn một điểm tinh). Dâm dục nhiều hao tinh, phạt thận, dứt dâm dục là bổ thận vậy.

**PHẾ:** – Hai lá phổi là vật mềm mại và có lỗ hang như tàng ong vậy. Nếu khí thở không đặng trong sạch (nghĩa là chứa nhiều côn trùng bụi bặm), lỗ phổi phải vì bụi bặm mà bít nghẹt, thêm nổi côn trùng ấy vào phổi ăn khoét hư đi (vì phổi mềm), biểu sao không bệnh hoạn, nhứt là không tránh khỏi cái bệnh rất hiểm nghèo là ho lao vậy. Về vật thực chẳng nên ăn vật chi sanh lạnh (sống sít, lạnh lẽo) vì mấy vật ấy quén đàm. Hễ đàm nhiều thì chận phổi bít nghẹt mà sanh ra hen, suyễn. Nên ở chỗ cao ráo mát mẻ, nhà cửa cho thiệt khoảng khoát, cho có thanh khí, nên ở nơi vắng vẻ như ruộng, đồng, rẫy bãi.

Tạng phế là máy hô hấp không khí (hơi thở). Nói nhiều mệt sức hao hơi, mà mệt sức hao hơi thì phạt phế. Muốn bổ phế, chớ nên nhiều lời lảm tiếng.

Tóm lại, sự thọ yếu của con người do nơi mình mà ra. Cho hay số mạng định trước, mà ta có thể cải đặng. Cho nên có câu “*Nhân định thắng thiên*” là vậy đó. Tỉ như đời người là trăm tuổi, nếu chúng ta biết bảo tồn thân thể, tịnh dưỡng tinh thần, có lẽ ta sống quá tuổi ấy được. Còn nếu ta ăn uống quá độ lượng cho hao mòn ngũ tạng, nhiều lo rộn tính cho tiêu tán tinh thần thì thế nào sống lâu đặng?

Kìa như một cái cầu đúc, quan bác vật định cho là bền bỉ trăm năm. Mà nếu xe cộ chở chuyên nặng nề qua lại thường ngày, tự nhiên cầu ấy phải mau hư, mau sụp.

Thân thể ta như một cái máy, sanh mạng như hơi mạnh (force motrice) để làm cho cái máy chạy vậy. Nếu vật dụng (tức là ngũ tạng) trong máy ấy hư, là tại người thợ coi máy (tức là ta) không kỹ càng, chớ hơi mạnh (sanh mạng ta) không can dự vào. Mà hễ máy hư không chạy, thì hơi mạnh phải dứt (tức là ta chết).

(\*1) Tì là lá lách mà đến ngày nay, khoa học vẫn chưa xác định công dụng của tạng này ra sao, cho nên trong ngũ tạng, chúng tôi dùng vị (bao tử) thế cho tạng tì.

(\*2) Ngũ hành là: Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ. Sách thuốc gọi: Tâm thuộc hỏa, Can thuộc mộc, Tì thuộc thổ, Phế thuộc kim, Thận thuộc thủy.

Muốn nói trúng hơn thì vật thực tiêu hóa rồi thành ra một thứ nước trắng trắng, đồng chất với huyết rồi hiệp với huyết làm một mà vận chuyển khắp châu thân để nuôi lấy sự sống.

(\*3) Châu thân chia làm ba tầng gọi là tam tiêu. Tầng trên (đầu) gọi là thượng tiêu, tầng giữa (ngực) gọi là trung tiêu, tầng dưới (bụng) gọi là hạ tiêu.

(\*4) Hô là thở ra, hấp là hít vô.

(\*5) Khử độc là làm cho hết độc, côn trùng trong rau cỏ bị hơi nóng mặt trời chết bết.

(\*6) Xin xem bài giải về Tinh, Khí, Thần.

## NGŨ QUAN - LỤC CĂN - LỤC TRẦN

Ngũ tạng trong mình gọi là ngũ nội, còn thân ngoài lại có ngũ quan. Ngũ quan nghĩa là năm chức hay biết về việc ngoại là: *Nhãn, Nhĩ, Tỉ, Thiệt, Thân*.(\*1)

- **Nhãn** (*mắt*) để thấy.
- **Nhĩ** (*tai*) để nghe.
- **Tỉ** (*mũi*) để hửi.
- **Thiệt** (*lưỡi*) để nếm mùi.
- **Thân** (*mình*) để rõ biết các vật cứng, mềm, nóng, lạnh,...

Nhờ thấy, nghe, hửi, nếm, sờ rãm mới biết việc kia, vật nọ, mà hề biết việc kia, vật nọ rồi mới sanh ý. Ý là gì? Là sự muốn tưởng, nghĩ ngợi do nơi ngũ quan mà sanh. Nếu mắt không thấy, tai không nghe, mũi không hửi, lưỡi không nếm, thân không biết cứng mềm, nóng lạnh, thì con người biết chi mà muốn tưởng, mà nghĩ ngợi?

Kinh Phật gọi *Nhãn, Nhĩ, Tỉ, Thiệt, Thân, Ý* là **lục căn** (sáu cội rễ trong châu thân). Lục căn lại hiệp với **lục trần** (sáu bợn nhơ) là: *sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp*.

- **SẮC** là màu đẹp đẽ, hình dung tốt tươi...
- **THÍNH** là lời ngon ngọt, giọng thâm trầm...
- **HƯƠNG** là mùi mẽ thơm tho.
- **VỊ** là mùi ngon ngọt (chỉ về vật ẩm thực).
- **XÚC** là sự cảm động.
- **PHÁP** là những sự vật xảy ra.

Mắt thấy sắc xinh vật đẹp bắt ham (*Sắc*).

Tai nghe tiếng ngọt ngon, giọng thâm trầm phải mển (*Thính*).

Mũi hửi mùi thơm phải đẹp (*Hương*).

Lưỡi nếm vật ngon phải thích (*Vị*).

Thân không tịnh phải cảm động (*Xúc*).

Ý thường hay muốn mà sanh ra sự vật (*Pháp*).

Lục trần là sáu bợn nhơ thường hay rù quyến con người say mê tục thế, quên đường đạo đức, xa mỗi luân thường. Nó lại bao phủ lương tâm mà làm cho phải nặng nề, nhơ bợn. Vì lục trần mà con người phải hao mòn thân thể, mờ mịt lương tâm, xa lữ cội rễ, rồi kiếp luân hồi không phương thoát khỏi.

Nên chi muốn thoát tục mà tìm nguồn Tiên, cõi Phật, ta phải diệt hết lục trần đi. Mà muốn diệt lục trần, trước phải lo trừ nơi cội rễ là lục căn vậy.

Phải giữ cho được mắt chay, tai chay, mũi chay, lưỡi chay, thân chay, ý chay (ấy là lục trai đó). Sao gọi là mắt chay, tai chay, mũi chay, lưỡi chay, thân chay, ý chay?

**1.- Mắt chay**, nghĩa là không thềm xem sắc đẹp, dầu ai xinh lịch thể nào cũng chẳng qua là thân đi, thịt chạy, xem sắc tốt như tro bụi để làm nhơ danh giá, như gươm đao để đẽo xẻ thân hình, như thuốc độc hại tán tinh thần.

Ta nên tự nghĩ như vậy: Hòa gian với gái có chồng là phá gia cang người, rồi sau vợ con mình phải trả quả.

Hòa gian với gái góa bụa, là phá tiết người, với gái chưa chồng là phá trinh, làm cho người lỡ làng duyên phận về sau.

Mắt chẳng nên dòm lên trên thấy người cao sang hơn

mình mà ganh ghét, chớ nên ngó xuống thấy kẻ thấp hèn hơn mình mà khi thị.

Tóm lại, vạn ác dâm vi thủ, nếu giữ được mắt chay, thì diệt được bợn như thứ nhứt là SẮC vậy.

**2.- Tai chay** nghĩa là không thêm nghe đến lời ngon ngọt, giọng thâm trầm, giữ được vậy khỏi bị ai rù quyến vào đường tà, nẻo vạy, khỏi gây hơn thua, phải quấy (*Vô lự do vô sự, vô sự tiểu Thân Tiên*). Ở đời lắm người giả dối, miệng tuy ngọt dịu, mà lòng chứa gươm đao, giọng kèn tiếng quyến của họ có thể làm cho gái mất tiết trinh, trai hư danh giá. Vậy nên lời phi, tiếng thị mặc ai, chẳng nên đem vào tai mà bị cám dỗ, chẳng nên lắng nghe rồi đồ đi, nói lại cho ra việc “Ngồi lê đôi mách”, ai cười chê nhiech mắng ta, ta cứ ngơ tai giả điếc, thì khỏi lo cãi cọ tranh đua, họ nói mặc họ, mình không nghe, nói thét mỗi miệng tự nhiên phải nín.

Tóm lại tai có mà như điếc thì diệt được bợn như thứ nhì là THINH vậy.

**3.- Mũi chay** nghĩa là mũi giữ đừng cho biết mùi, đi ngang chỗ hôi tanh, chẳng biết hôi tanh mà gớm, đứng gần kẻ xạ ướp, hương xông chẳng vì xạ ướp hương xông mà động. Giữ được vậy thì diệt đặng bợn như thứ ba là HƯƠNG vậy.

**4.- Lưỡi chay** nghĩa là lưỡi chẳng cần nếm miếng ngon vật lạ, miếng ăn chỉ no dạ thì thôi. Ham miếng cao lương, mỹ vị chi cho khỏi sát sanh hại vật. Mình ăn ngon miệng mà con sanh vật phải hại mạng, thì ăn sao đành? Tuy là loài vật, chớ cũng thọ hưởng một điểm linh quang như mình. Kiếp này nó là con sanh vật, biết đâu kiếp trước nó chẳng phải là người? Kiếp này mình làm người,

biết đâu kiếp trước mình chẳng phải là con sanh vật? Ôi! Luân hồi chuyển kiếp, người vật, vật người, luân chuyển lại qua cũng đồng một thể. Mình ăn thịt loài vật tức là mình ăn thịt lẫn nhau, mà người có lương tâm há nỡ ăn thịt lẫn nhau cho đành đoạn?

Ông Mạnh Tử nói rằng: *“Thấy cầm thú bị đem giết thì Ngài bất nhẫn. Nghe nó kêu la thảm thiết khi bị thọc huyết, Ngài không đành ăn thịt”*. Lòng nhân này hiệp với đức háo sanh Tiên Phật đó.

Người có tiền của còn mua chim cá mà phóng sanh thay! Như mình nghèo không phóng sanh thì thôi, nỡ nào lại sát sanh cho đành đoạn?

Lưỡi chay cũng chẳng nên đắm say mùi rượu. Uống rượu vô loạn tâm, mà hề loạn tâm thì sanh quấy. Người xưa dùng rượu để cúng tế Thánh Thần, dùng rượu làm lễ mà thôi. Chớ Thánh Thần đâu hưởng rượu của người phạm tục?

Người nay lấy nê câu *“Vô tữu bất thành lễ”* rồi trong việc quan, hôn, tang, tế, mỗi mỗi thủy dùng rượu, thậm chí đến lúc bi hoan, ly hiệp cũng dùng rượu, buồn gọi dụng tửu binh giải phá thành sầu, vui gọi dụng rượu Tô hứng chí.

Hại thay! Rượu là giống độc, ai cũng đều biết, mà nhiều kẻ lại ưa dùng, ấy cũng là lạ đó.

Có lời tục rằng: *“Lưỡi không xương nhiều điều lác léo”*. Muốn giữ cho lưỡi được trọn chay ta chẳng nên nhiều lời lắm tiếng. Nửa lời nói ra chẳng phải, còn tổn đức bình sanh thay. *“Bán cú phi ngôn tổn bình sanh chi đức”*, phương chi uốn ba tấc lưỡi mà việc không nói có, việc có nói không, quấy làm ra phải, phải sửa thành quấy, thì tổn

đức biết bao. Lời nói ra phải cho cẩn thận, đáng nói thì nói, không đáng thì thôi, đừng bạ đâu nói đó mà tổn đức hao hơi, lại còn nổi sự sanh, sanh sự.

Tóm lại nếu giữ lối đặng trọn chay, thì chẳng những diệt tận bợn nhơ thứ tư là Vị mà lại còn giữ đặng tư cách người tu hành đạo đức nữa.

**5.- Thân chay** nghĩa là thân mình không cần trau giồi xinh đẹp, ăn mặc tốt tươi, chẳng cần dùng quần là, áo lụa, chẳng ham nệm gấm, giường ngà. Người tu hành phải ép xác để cầu khổ hạnh (Xả thân cầu đạo, xả phú cầu bần). Áo vải, quần thô, miễn che thân, ấm cật là đủ, đã giữ hạnh kẻ tu hành, lại vụn câu tiết kiệm, nằm chẳng lựa giường êm nệm ấm, nơi đâu sạch sẽ được yên giấc là xong.

Nếu thân trau giồi, chải chuốt cho đẹp dạ mình, cho vừa mắt chúng, chi cho khỏi sanh lòng cảm động mà ra điều tình tệ.

Giữ được thân tịnh như vậy, thì tâm không xao động, không cảm xúc, tức là diệt được bợn nhơ thứ năm là XÚC vậy.

**6.- Ý chay** là ý chẳng vọng tưởng việc ác, không mơ ước việc cầu cao, không tính lợi cho mình mà hại cho người, chẳng tính điều tham lam, trộm cướp.

Làm ác gặp ác chẳng sai (*Tích ác phùng ác*).

Tính việc cầu cao mà không đủ sức làm, đã không nên việc, lại hao tài, tổn sức, rồi ra người thất chí, mà hễ thất chí thì cả đời không làm chi nên đặng. Chi bằng an phận thủ thường, tổ nào theo tổ nấy.

Tính lợi cho mình mà hại cho người là mất lẽ công bình. Làm người không giữ luật công bình đâu trọn tư

cách làm người đặng?

Tham lam, trộm cướp (\*2) của người không thể hưởng lâu đặng (*Hoạnb tài bất phú*). Không gặp nạn này cũng vương lấy tai kia, khiến hao tài tổn của cho hết tiền phi nghĩa ấy đi. Dầu trốn khỏi luật hình dương pháp, chớ lương tâm cắn rứt hằng ngày, thêm nổi luật Âm Cung rành rạn, đợi buổi chung qui gia hình chẳng vị.

Tóm lại, giữ được ý chay như vậy thì diệt được bợn nhơ thứ sáu là PHÁP vậy.

Lục căn chay rồi, lục trần tự nhiên tiêu diệt. Đó là giặt bề ngoài, còn cội Tâm là giặt bề trong, phải chay mới được.

**7.- Tâm chay:** – Nghĩa là tâm mình phải sạch mọi việc trần duyên, không hay, không biết, không lo, không tưởng, muốn việc chi trên phạm tục này không trụ nơi tâm được, phải tan như giá, phải rã như sương, cội tâm trống như không, trắng như giấy, tâm có mà như không. Ấy là sắc tức thị không. Hễ tâm trần chết, tâm đạo khởi ra. Ấy là không tức thị sắc.

Giữ được tâm chay như vậy, tức là gần Đạo rồi.

Tu luyện cốt lo cho phần hồn ngày sau được tiêu điều, tự toại nơi cội Niết Bàn Cực Lạc, khỏi lao lự, khỏi khổ phiền, khỏi tiêu diệt. Ta nay còn lộn theo trần tục mà nếu giữ được tâm chay, tức là gặp Niết Bàn tại thế.

Vậy khuyên người đồng đạo rán kiên tâm trì chí sửa tánh, răn lòng, một ngày làm lấy một mây lành, trau tria một nét hạnh, lần lần nhứt nhu nguyệt nhiễm cũng đặng trọn lành. Nếu thấy khó ngã lòng, sao cho là Đạo?

Muốn lánh xa trần khổ, trước phải chịu khổ tâm, khổ hạnh bây giờ là ngôi Cực lạc về sau vậy.

(\*1) Theo sách Tây thì quan thứ năm là da. Đây tôi đề là Thân cũng vậy vì cả châu thân đều bọc da.

(\*2) Tham lam trộm cướp có nhiều cách:

- Làm quan hà lạm của dân, làm chủ lương công cướp việc, ấy là cách cướp giựt của người thượng phẩm.

- Bán buôn lương thẳng tráo đấu, xúi kiện thưa đặng hưởng huê hồng, gạt người lấy của, ấy là cách cướp giựt của hàng trí thức.

- Lấy xâu ăn đầu, cờ gian, bạc lận, làm tố ăn lời chủ, đào hầm khoét vách, cướp giựt hành hung, ấy là thủ đoạn của phường hạ tiện.

## THẦN KINH

Thần kinh là đàn lạc chạy theo xương thịt, có dây có sợi mà trắng, bắt từ óc và cốt chỉ trong xương sống tua ra khắp thân hình. Nhờ nó mà châu thân chuyển động và hay biết về việc nhức đau, nóng lạnh, vãn vãn...

Có ba thứ thần kinh:

1. Thứ làm cho giãn ra.
2. Thứ làm cho co vô (hay thứ này gọi là vận động thần kinh).
3. Thứ làm cho hay biết nóng lạnh, đau nhức... (thứ gân này gọi là tri giác thần kinh).

Ví dụ ta muốn gơ tay ra, linh hồn ta sai khiến loại thần kinh thứ nhất, đoạn nó giãn ra rồi tay ta mới gơ ra hoặc gơ lên được. Khi ta muốn co tay vô, linh hồn ta sai khiến loại thứ nhì, đoạn nó rút lại rồi tay ta mới co vô được (hai thứ này chẳng khác nào dây đàn để làm cho máy chạy vậy).

Khi ta đứt tay, loại thần kinh thứ ba tiếp lấy sự đau đớn rồi chạy cho giác hồn hay biết (xin xem bài giải về Tinh, Khí, Thần). Thứ này chẳng khác nào dây điện để truyền sự đau đớn, nhức nhối, nóng lạnh cho giác hồn vậy.

Ngoài ba thứ này lại có một bộ thần kinh khác không từng lấy linh hồn mà cũng không ăn chịu với giác hồn nữa. Bộ thần kinh này làm cho trái tim thoi thóp, huyết vận chuyển, phổi hô hấp, tì vận động. Ta không thể nào muốn cho trái tim không thoi thóp, huyết mạch không vận

chuyển, phổi không hô hấp được v.v..., vì linh hồn không phải sai khiến nó được, thậm chí khi ta ngủ, tim, phổi, tỉ vị, huyết mạch cũng vận động luôn luôn, bộ thần kinh này gọi là giao cảm thần kinh (Grand sympathique). Giao cảm thần kinh lại do theo sanh hồn, sanh hồn còn nó còn hành sự, sanh hồn dứt (tức là thác) nó phải ngưng vậy. Tuy gọi là vô khiến mặc dầu, chớ nếu ta biết phép luyện sanh hồn (luyện thân) ta cũng có thể điều khiển nó được vậy.

Bên xứ Ả Rập (Arabic), các thầy tu gọi là Pha-kia (fakir) thường luyện đặng phép mầu ấy, họ muốn làm cho trái tim không động, mạch máu không chạy, hơi thở ngưng lại dễ như chơi vậy. Thậm chí có nhiều thầy cao đệ hay dùng phép trá tử (giả chết) trong đôi ba tháng rồi sống lại như thường.

Tóm lại sự thần thông quảng đại, phép tắc thiêng liêng của Tạo Hóa, ta đã sẵn trong mình (vì ta là Tiểu Thiên Địa) tại ta không tìm kiếm đó thôi, nếu ta biết phương phép luyện tự nhiên đoạt máy Càn Khôn.

## CHƯƠNG THỨ NHÌ TINH KHÍ THẦN

Trời có Tam Bửu (ba vật báu) là: *Nhật, Nguyệt, Tinh*. Đất có Tam Bửu là: *Thủy, Hỏa, Phong*. Người có Tam Bửu là: *Tinh, Khí, Thần*. Tinh, Khí, Thần là gì và bởi đâu mà ra?

Khi mở mang Trời Đất, người mà Tạo Hóa sanh ra trước hết gọi là Nguyên nhân (êtres créés) (xin xem bài giải riêng), Nguyên nhân này do khối Linh quang của Tạo Hóa nảy ra (émanation divine). Trong khối Linh quang của Tạo Hóa có ba ngươn gọi là Tam Hồn:

1. Linh hồn (Âme intelligente)
2. Sanh hồn (Âme aérienne ou vitale)
3. Giác hồn (Âme spermatique ou sensitive)

Tuy là ba Ngươn hồn chớ cũng pha lẫn nhau làm một, cho nên một mà ba, ba mà một.

Nguyên nhơn bởi thọ điểm trong khối Linh quang của Tạo Hóa thì vẫn đủ ba hồn ấy:

- **Linh hồn** tức là bốn nguyên của ngươn **THẦN**.
- **Sanh hồn** tức là bốn nguyên của ngươn **KHÍ**.
- **Giác hồn** tức là bốn nguyên của ngươn **TINH**.

Nhờ Linh hồn mới có tính khôn ngoan, biết nghĩ suy xem xét đủ điều.

Nhờ Sanh hồn mới có sự sống.

Nhờ Giác hồn mới biết đau đớn, nóng lạnh, mệt

khỏe v.v...

Khi Nguyên nhân chưa mang lấy xác phàm (\*1) thì Giác hồn chưa biết đau đớn, nóng lạnh, mệt khỏe là vì chưa có phần vật chất.

Lần lần Nguyên nhân lại dùng vật thực huyết nhục mà xác thanh khiết phải hóa ra trọng trước, thêm nổi dâm tình vọng động mà biết trần lỗ. Vật ăn uống đều có chất sanh, những chất sanh ấy ăn vào cấu kết lại thành khối mà làm xác phàm (formation des cellules), có xác phàm rồi mới biết nóng lạnh, có trần lỗ mới biết hổ người, vì vậy mới chằm lá cây để che thân thể, sau lần lần dùng đến da thú vật, v.v...

Nguyên bốn của Tinh, Khí, Thần là vậy đó. Đây xin giải ra từ ngữ để cho mọi người dễ hiểu hơn:

**1.- Cai quản về phần trí,** trí lại tự óc (não) mà ra, nên thường gọi tiếng chung là trí não. THẦN là vật thiêng liêng (\*2) thường thường ở tại mắt, tuy vậy chớ nội châu thân chỗ nào đến cũng được cả.

**2.- KHÍ** là hơi thở, trong hơi thở đều có chất sanh để bảo tồn sự sống. Con người mới sanh ra, khóc ré lên, châu thân vận chuyển, rồi tiếp lấy thanh khí vào mình. Ở ngoài, thanh khí thuộc về Tiên Thiên (\*3) trong sạch, khí thở vào mình rồi bị nhiễm lấy vật chất xác phàm mà hóa ra Hậu Thiên ô trược (xin xem bài giải về tạng Phế).

**3.- TINH** thuộc về lưu chất (mình nước) sết sết mà trong. Nhờ TINH mà con người mới có sức lực, nổi dòng giống và tạo Nhị xác thân. Trong phần TINH cũng có chất sanh, chia ra làm ba, một phần trong sạch hơn hết gọi là tinh ba xông lên thành hơi (TINH hóa KHÍ) hiệp

với KHÍ, THẦN mà tạo Nhị xác thân (Périsprit) (xin xem bài giải riêng), một phần xông lên vào theo lỗ xương sống (canal rachidien) đến tận óc để làm khí lực (énergie) cho bộ thần kinh vận chuyển, một phần nữa là phần cận cấu để nảy sanh dòng giống.

Ở đời, ai ai cũng cần phải làm lụng mới có mà ăn, phải lo lường, tính toán mới ra tiền bạc, phải giao cấu nhau mới sanh con nối hậu. Hễ lao động nhiều phải lao lực (KHÍ), lo lường, tính toán nhiều phải hao THẦN, dâm dục nhiều tổn TINH, thêm nổi thất tình, lục dục làm cho thân phàm phải mau hao mòn tiêu tụy. Cho nên người càng già càng suy nhược, vì ba báu ấy càng bữa càng hao mòn rồi rốt cuộc phải chết, tí như thắp đèn càng thắp càng hao dầu, khi hết dầu đèn phải tắt. Ấy là cuộc Đinh Hư Tiêu Trưởng vậy. Muốn sống lâu phải tránh mấy điều tổn mạng vừa kể trên đó đi.

Còn muốn siêu Phàm nhập Thánh, ta cần phải luyện TINH, KHÍ, THẦN mới được.

(\*1) Khi Nguyên nhân chưa mang xác phàm thì còn thuộc về Tiên Thiên, vật chất ăn vào cấu kết thành xác phàm thuộc Hậu Thiên cho nên sách gọi “Thiên sanh, Địa thành”.

(\*2) Thiêng liêng là không thấy, nghe, sờ rẫm được.

(\*3) Tiên Thiên là sanh trước Trời, không hình dạng, trong sạch như không khí, điện quang, v.v... Hậu Thiên là sanh sau Trời, thuộc về vật chất trọng trược.

## PHẢI HIỆP TINH, KHÍ, THÂN LÀM MỘT

Tinh, Khí, Thân là bốn mạng của con người. Muốn siêu Phàm nhập Thánh mà trở về với Tạo Hóa thì phải luyện Tinh hóa Khí, rồi luyện Khí hóa Thân cho ba vật báu ấy hiệp lại làm MỘT điểm linh quang, mới có thể hiệp MỘT với khối linh quang của Tạo Hóa mà đắc kiếp.

### Luyện Tinh Hóa Khí

Tinh vẫn thuộc về lưu chất, muốn luyện cho thành hơi (khí), ta phải nấu nó ra hơi, như nấu nếp đặt rượu vậy, gọi là Hỏa Hầu (Tôn chỉ quyển sách này chỉ luận sơ lược về châu thân mà thôi), muốn biết cách luyện Tinh, Khí, Thân thể nào xin xem lấy Đơn Kinh, song Đơn Kinh có nhiều chỗ mắc mớ, có xem thì hiểu chút đỉnh vậy thôi, chớ chỗ cao sâu, huyền bí không thể nào thấu đáo, chỗ huyền bí duy có nhờ Thầy ta chỉ bảo mà thôi. Nhiều ông do nơi Đơn Kinh luyện đạo, bị nhiều chỗ hiểu lầm, luyện đạo không thấy ấn chứng lại còn hại cho tinh thần là khác.

### Luyện Khí Hóa Thân

Tuy luyện Tinh hóa Khí rồi, chớ khí ấy còn thuộc về Hậu Thiên, ta còn phải lọc đi lọc lại theo phép Vận Châu Thiên cho khí trở nên nhẹ nhàng trong sạch, cho Hậu Thiên Khí đổi lại Tiên Thiên Khí mới có thể hiệp làm một với Thân được, sách gọi là Âm Dương tương hiệp (xin xem bài giải về Âm Dương).

### Luyện Thân Hườn Hư (\*1)

Chùng ấy Thân ta đã đầy đủ rồi, song chưa hiện xuất

dương thân ra được. Ta cần phải luyện sao cho nó trở nên như khí Hư Vô, mới nhẹ nhàng hơn không khí, rồi mới có thể trở lại Hư Vô chi khí, hiệp làm một với Tạo Hóa gọi là đắc đạo.

Chơn linh của Tạo Hóa do nơi khí Hư Vô sanh ra. Khí Hư Vô là gì? Là khí không không, tự nhiên mà có, không sanh, không tuyệt, không trước, không sau, xem không thấy, lóng chẳng nghe, rờ không đụng. Mình không thể nào tìm ra cớ rễ, mà dầu muốn tìm ra cũng không có. Cho hay vật chi cũng có căn bản. Chúng ta lấy căn bản Càn Khôn Thế Giới là khí Hư Vô thì đủ, nếu hỏi dẫn lên hoài như vậy: "*Vật chi sanh ra khí Hư Vô, rồi vật chi lại sanh ra vật mà sanh ra khí Hư Vô đó?*". Nếu hỏi như vậy thì ngồi mà hỏi cho đến chết cũng chưa dứt câu hỏi được.

Chơn linh của con người cũng do nơi khí Hư Vô, luyện Thân mình trở lại Hư Vô chi khí, thì là trở về căn bản đó.

Như chúng ta bền tâm tu luyện cho nhằm cách thức Thầy ta chỉ vẽ, thì chúng ta có thể hiện xuất dương thân trong khi còn tại thế mà vân du thiên ngoại. Theo luật nặng nhẹ tự nhiên (loi de la Pesanteur), thì vật chi nhẹ hơn không khí đều được bay lên, vật chi nặng hơn phải rơi xuống. Ví dụ: Hút một liều thuốc, khói thì bay lên vì nhẹ hơn không khí, còn tàn thuốc thì nặng hơn nên phải rơi xuống. Khi hôn ta lìa xác, nếu nhẹ hơn không khí, thì theo Nê Hườn Cung mà bay lên, nếu nó nặng hơn không khí, thì nó phải theo cừu khiếu mà đọa xuống. Có người thác rồi, lỗ tai, con mắt, mũi, miệng đều ra máu, là tại hồn xuất mạnh quá.



(\*1) Trước khi tạo Thiên lập Địa là lúc Hỗn độn sơ khai (chaos) nghĩa là lúc sơ khởi khí Vô Cực, thì chưa có Trời Đất, hơn vật chi hết. Cái không không, mờ mờ đó là Hư Vô, là bốn căn tánh thể ta vậy. Ta do gốc đó mà sanh ra, trở về Hư Vô chi khí gọi là Hườn Hư.

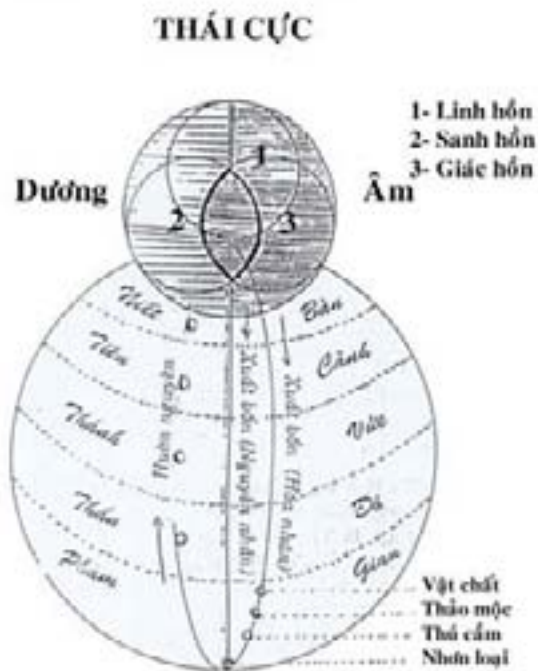
## NGUYÊN NHÂN VÀ HÓA NHÂN

---

Trong vạn loại, từ vật chất đến con người, thủy thủy có chất sanh (électron) (cái chất sanh ấy do nơi khối Linh quang của Tạo Hóa ban cho). Kiếp luân hồi lại bắt từ vật chất đến thảo mộc, từ thảo mộc lên thú cầm, từ thú cầm đến hơn loại: Hơn loại còn phải luân đi chuyển lại muôn vàn kiếp nữa mới đặng hoàn toàn. Ấy là cuộc luân chuyển theo luật tự nhiên của Càn Khôn, Thế Giới (évolution). Người mà do phép luân chuyển ấy sanh ra, nghĩa là bắt từ vật chất phát sanh, gọi là Hóa nhân (êtres évolués). Con người của Tạo Hóa sai xuống lúc ban sơ để lập nên nhân loại, sau buổi tạo Thiên lập Địa thì gọi là Nguyên nhân (êtres créés). Nguyên nhân cũng phải chuyển kiếp luân hồi như Hóa nhân vậy. Nguyên nhân thường gọi là kẻ có tiền căn, cựu vị.

Luân hồi chuyển kiếp chẳng khác nào sự hô hấp huyết mạch trong châu thân. Huyết trong trái tim tua ra khắp châu thân, rồi trở lên phổi nhuận sắc lại cho trong sạch đặng trở về tim. Thái Cực chẳng khác nào trái tim, người đắc đạo hườn nguyên hiệp nhứt với Thái Cực (Đấng Tạo Hóa) thì cũng như huyết nhuận sắc rồi trở về hiệp làm một với trái tim vậy. Cho nên châu thân con người gọi là Tiểu Thiên Địa thì phải lắm. Muốn rõ cách chuyển kiếp thể nào xin xem hình sau đây

VẠN LOẠI CHUYỂN KIẾP ĐỒ



VẠN LOẠI CHUYỂN KIẾP ĐỒ

NHỊ XÁC THÂN

Nhị xác thân là gì? Là thân thứ hai của con người (thân thứ nhứt tức là thân phàm, xác thịt). Có kẻ gọi là tướng tinh. Khoa học Tây có chỗ gọi là Périsprit, có chỗ gọi là Double, hoặc là Corps astral. Nhị xác thân thuộc về lưu động chất (fluide) là vật thiêng liêng, cho nên mắt không thấy đặng, nhưng có khi nó cũng có thể hiện hình ra cho người ta thấy, nên gọi là bán hữu hình. Cái nhị xác thân của người nào thì lấy in theo hình ảnh của người nấy như rập vậ. Nhị xác thân chánh là xác thật của phần hồn. Khi hồn còn ở xác phàm, nhị xác thân cũng ở theo xác phàm, hễ hồn lìa khỏi xác phàm thì nhị xác thân cũng thoát ra theo bao bọc Linh hồn.

Kẻ thác rồi mà hiện ra cho người ta thấy (thường gọi là ma hiện hình) là hiện hình cái nhị xác thân ấy (Métérialisation du Périsprit).

Kẻ tu đặc đạo rồi có thể ngồi một chỗ mà xuất nhị xác thân ra khỏi xác phàm, rồi cũng đi đứng, nói năng như thường, con mắt phàm không thể nào phân biệt nó với xác thịt được.

Nhị xác thân của Thân, Thánh, Tiên, Phật lại huyền diệu vô cùng, trong nháy mắt dạo khắp ba ngàn thế giới, núi non, cây cối, sắt đá chi chi cũng qua được là vì nhị xác thân thuộc lưu động chất, mà lưu động chất của Tiên, Phật lại thuộc về Cao Thiên Khí, cho nên không vật chi cản ngăn được hết.

Trong một cái xác phàm tinh khiết mới có được nhị

xác thân tinh khiết. Mà muốn cho xác phàm tinh khiết thì chẳng nên dùng vật thực huyết nhục là vật chất nặng nề, ô trược. Vì vậy nên muốn luyện đạo cần phải trường trai, vì đồ chay thuộc về thảo mộc, nhẹ nhàng tinh khiết.

## ÂM DƯƠNG LUẬN

---

Tôn chỉ sách này là luận về châu thân mà thôi, muốn cho rõ nghĩa hai chữ Âm Dương là chữ tôi thường dùng trong sách, nên xin giải sơ lược ra đây.

Dương là sáng, Âm là tối. Theo Trời Đất thì ngày là Dương, đêm là Âm, cho nên mặt trời gọi là Thái Dương, mặt trăng gọi là Thái Âm. Dương khí là khí nóng, trong sạch nhẹ nhàng, Âm khí là khí lạnh (nguội), ô trược, nặng nề. Thần Tiên thuộc về Dương thân, nhẹ nhàng mà siêu thăng, Tà Ma thuộc về Âm thân, ô trược, nặng nề, phải đọa giáng. Sách gọi là Dương thăng, Âm giáng.

Về nhơn loại thì đàn ông thuộc Dương, đàn bà thuộc Âm.

Phân tinh của đàn ông thuộc về Dương, của đàn bà thuộc Âm.

Về loài vật thì Dương là đực, Âm là cái; Dương là trống, Âm là mái. Thiên Tiên Âm Dương thuộc khí, Hậu Thiên Âm Dương thuộc chất.

Về Tiên Thiên, thì khí Dương khí Âm độn nhau mới sanh Thái Cực: Thái Cực lại sanh Trời Đất. Ấy là Âm Dương tương hiệp.

Về Hậu Thiên thì tinh cha (Dương) tinh mẹ (Âm) tương hiệp mới sanh sanh hóa hóa (chỉ về Phàm thai).

Đèn điện ta thắp, cũng nhờ Âm Dương tương hiệp mà sanh ánh sáng, vì có hai dây điện: Một dây nóng thuộc Dương, một dây nguội thuộc Âm.

Theo phép Đạo, luyện Khí (Âm) hiệp Thân (Dương) cũng gọi là Âm Dương tương hiệp (chỉ về Thái thai). Khi luyện được Âm Dương tương hiệp rồi thì hiện xuất hào quang như đèn điện sanh ánh sáng vậy.

Thánh Hiền xưa cũng do Âm Dương tương hiệp mà đặt ra chữ MINH 明 là sáng. Bên tả (\*1) là chữ NHẬT 日 bên hữu là chữ NGUYỆT 月, hai chữ ráp lại là Âm Dương tương hiệp thành ra chữ 明 là sáng.

Lạy Phật Trời, hai tay chấp lại cũng gọi là Âm Dương tương hiệp phát khởi Càn Khôn, sanh sanh hóa hóa.

(\*1) Tả thuộc Dương, hữu thuộc Âm, nên thường gọi là Nam tả, Nữ hữu.

Nếu các bạn không đọc được phần chữ Hán trên đây, các bạn cần phải cài đặt fonts chữ Hán qua địa chỉ sau đây: <http://www.twinbridge.com/> (Free Chinese TrueType fonts for Microsoft Office, eBook Reader and Internet)

## PHẨM THAI

Trước khi dựng nên Trời Đất, khí Hư Vô chia ra Âm Dương. Ấy là Đạo Âm Dương tương hiệp mới sanh Thái Cực, Thái Cực lại sanh Lưỡng Nghi. Lưỡng Nghi phân Tứ Tượng. Tứ Tượng sanh Bát Quái. Bát Quái lại biến hóa vô cùng mới có nhân loại. (Xin xem sách TIÊN THIÊN TIỂU HỌC thì rõ hơn). Đó là cuộc dựng nên Trời Đất. Cuộc gây dựng nhưn loại cũng đồng một thể. Khi vợ chồng giao cấu nhau, phần tinh hai người hiệp lại gọi là Âm Dương tương hiệp. Phần tinh của đờn bà ngậm lấy phần tinh của đờn ông thành ra một khối nhỏ tròn như trứng (\*1) vậy gọi là đậu thai, tức là Thái Cực. Thái Cực lần lần lớn dài, đoạn sanh ra đầu, đầu và mình đó là Lưỡng Nghi, kế mọc ra tứ chi (hai tay, hai chân) gọi là Tứ Tượng. Tứ chi của con trai gọi là Tứ Dương, của con gái gọi là Tứ Âm. Khi lớn lên, đàng trai đàng gái phối hiệp nhau thì Tứ Dương nằm trên Tứ Âm, thành ra Bát Quái, vì đó mà sanh con đẻ cháu gọi là biến hóa vô cùng.

Ngũ tạng trong thân thể con người phù (hợp?)(\*) với ngũ hành của Trời Đất, cửu khiếu lại ứng đối với cửu tiêu.

Tóm lại, cuộc gây dựng nhưn loại chẳng khác nào cuộc gây dựng Trời Đất, cho nên con người gọi là Tiểu Thiên Địa.

(\*1) Phần tinh đờn ông ở trong, phần tinh đờn bà bao ngoài, cho nên của đờn ông sanh xương, của đờn bà sanh thịt.

(\*) Trong bản chánh không có chữ hợp, chúng tôi nghĩ có chữ hợp câu trên mới đầy đủ ý nghĩa hơn.

## THÁNH THAI

Luyện Khí (Âm) hiệp Thần (Dương) gọi là Âm Dương tương hiệp, khi ấy là đạu Thánh thai, gọi là Thái Cực (Đạo gia gọi là Linh đơn, Thiên gia kêu là Xá Lợi Tử). Thái Cực sanh Lưỡng Nghi rồi phân Tứ Tượng theo phạm thai vậy.

Tứ chi của xác phạm thuộc về Hậu Thiên gọi là Tứ Âm, tứ chi của Thánh thai thuộc về Tiên Thiên gọi là Tứ Dương. Tứ Âm hiệp với Tứ Dương thành ra Bát Quái. Khi đắc đạo rồi, nhị xác thân huyền diệu vô cùng, thoát xác phạm chừng nào cũng đặng, vân du thiên ngoại dễ như chơi, gọi là biến hóa vô cùng.

Tóm lại Phạm thai, Thánh thai đều do theo luật Thiên Đạo, một gốc mà ra. Langsa có câu: “Tout part de l’Unité”, nghĩa là mỗi mỗi đều do Một mà ra. Một ấy tức là Trời vậy.

Phạm thai phải đủ mười tháng mới đủ hình, Thánh thai cũng phải mười tháng mới toàn thân mà xuất anh nhi (tức là nhị xác thân). Song anh nhi còn nhỏ, chưa được cứng cáp, nên phải gia công luyện thêm ba năm nữa gọi là Tam niên nhũ bộ (ba năm bú mớm). Tam niên nhũ bộ rồi, Dương thần mới được thần thông, khi ấy như muốn ở nán lại phạm gian cứu dân độ thế, hay là thoát xác phi thăng tùy ý.

Muốn chứng quả cao hơn nữa (là bực Kim Tiên đồng vai với Phật), cần phải tìm chốn non cao thanh tịnh, bồi bổ dương thần cho cứng cáp thêm nữa. Phải tịnh dưỡng như vậy cho đặng chín năm, gọi là “Cửu niên điện bích”.

## CHIÊM BAO

Chiêm bao có hai thứ: Ảo mộng và Thần mộng. Ảo mộng là chiêm bao thấy điều huyền hoặc cho nên thường gọi là mộng mị hay là mộng huyền.

Thần mộng là chiêm bao linh, thấy sao có vậy.

**Ảo mộng** thường bởi nhiều cớ:

1.– Trong giấc ngủ, hoặc ăn uống không tiêu, hoặc nằm cắn mạch máu làm cho máu chạy không đều. Mà hễ máu chạy không đều thì loạn trí (thần): Loạn trí mới thấy bậy bạ, như kẻ điên bị loạn trí thấy bậy bạ mà nói xàm. Cái mơ trong giấc ngủ chẳng khác chi cái nói xàm của kẻ điên vậy. Đờn bà đường kinh không điều hòa (hay trôi sệt) ngủ hay chiêm bao là bởi cớ ấy.

2.– Trong giấc ngủ, nếu phách (\*1) chế hỗn, não (óc) ta phải vắng chủ trương thì không chi kèm chế, nên sự suy nghĩ, lo lường của ta trọn ngày mà đã in vào não đó, thừa dịp tuôn ra lộn xộn (như bầy chiên không người giữ tuôn bậy vậy), hỗn ta lúc đó bị phách chế, mơ màng nửa biết, nửa không cho nên khi tỉnh giấc rồi, ta nửa quên nửa nhớ.

**Thần mộng** do nơi duyên cớ sau này: Trong giấc ngủ ngũ tạng, lục phủ đều êm tịnh, như máy để êm không chạy, người coi máy (tức là hỗn) được thông thả mới xuất ngoại thân, song xuất không trọn khỏi xác (nếu xuất trọn xác thì chết rồi) vì phải còn một phần ở lại (ấy là phần ít), khi ấy hỗn mới vân du cảnh ngoại (nếu hỗn được tinh khiết, thì có thể lên tận cõi trên), khi thấy vậy, khi thấy khác, có khi gặp hỗn khác mà chuyện vãn với nhau.

Phần hồn xuất xem thấy bao nhiêu, thì phần hồn ở lại in vào não bấy nhiêu, nên khi ta tỉnh giấc, thì nhớ đủ đầu dây mối nhợ. Ấy là Thần mộng (ít khi có lẩm).

Có người thuở nay chưa hề quen biết cái nhà kia mà chiêm bao thấy mình đến đó, nhà cửa thế nào, cách sắp đặt làm sao đều thấy rõ hết. Khi tỉnh giấc, đến đó xem thử, thì chẳng sai một mảy. Ấy là Thần truyền.

Đời xưa có người trong giấc chiêm bao mà kết nghĩa kim bằng với nhau, gọi là nghĩa Thần giao.

(\*1) Phách là phần trọng trước của Thần Hồn, thuộc Âm. Khi Hồn lìa khỏi xác (chết), phách phưởng phất theo mây gió, không bao lâu phải tan rã, chất sanh trong phách lộn theo không khí, rồi ta lại hít vào mình. Thế thì trong Trời Đất không vật chi sanh thêm mà cũng không vật chi tuyệt bớt (Rien ne se crée, ni ne se perd). Cuộc tử sanh, cuộc tiêu hóa bất quá là đem đầu nọ đắp đầu kia vậy thôi. Lafin d'une chose est le commencement d'une autre (Cái cuối cùng của vật này là cái khởi đầu của vật khác).

## KHUYÊN LÁNH XA TỬU SẮC TÀI KHÍ

*Kể từ thuở mở mang trời đất,  
 Nguồn nhưn sanh tánh chất thật thà.  
 Vì chưng trần tục đắm sa,  
 Một ngày một nhiễm một xa cội nguồn.  
 Người thì mông pha tuông biển sắc,  
 Kể tìm nơi đổ bác chen vào.  
 Đã ham rừng thối rượu ao,  
 Lại quen tánh khí bào hao lầy lừng.  
 Thế mà phải tinh thần suy kém,  
 Uống ngội xưa một điểm linh quang.  
 Ăn năn ví chẳng sớm toan,  
 Mối dây oan nghiệt buộc ràng bên chân.*

\*\*\*

*Rượu là giống trăm phần ác độc,  
 Làm cho người hình vóc héo hơn.  
 Kể ra hại chất bằng non,  
 Đốt tiêu phế phủ, soi mòn tâm can.  
 Khi quá chén tào khang chẳng kể,  
 Lúc lữ say nào nề xóm giềng.  
 Mẹ cha thăm, vợ con phiền,  
 Nhuốc như danh giá, đảo điên đạo nhà.  
 Ví biết trọng tề gia chi bửu,  
 Đừng lân la quán rượu lâu cao.  
 Vui mê bầu ngọc chén đào,  
 Đã suy khí lực, lại hao tinh thần.*

\*\*\*

Chùa mấy chốn lầu Tần, quán Sở,  
Thói trăng huê dẫu lỗ đấm sa.  
Ăn năn sớm tháo chân ra,  
Khỏi vòng lục đục mới là người khôn.  
Con sóng sắc dập dồn biển ái,  
Mảnh hồng nhan là cái gươm đao.  
Xưa nay mấy mặt anh hào,  
Giang san sự nghiệp chôn vào tình si.  
Trai xấu tiếng cũng vì sắc hại,  
Gái mất trinh cũng tại gian dâm.  
Đảo điên đức bốn, thường năm,  
Phong thương tục bại, tội dâm muôn đời.

\*\*\*

Trường đồ bác là nơi gieo nạn,  
Hại nhiều tai bại sản khuynh gia.  
Chung sông nào kẻ trẻ già,  
Xô bỏ quý tiện cũng là đồng vai.  
Khi vận đỏ hiểm tay niêm nở,  
Thói a dua tiếng bợ lời tưng.  
Rủi thua vương lấy nợ nần,  
Người xa gièm siểm, kẻ gần khinh khi.  
Cơn túng ngặt kẻ chi tội phước,  
Lòng rắp ranh tìm chước gian tham.  
Việc chi hễ lợi thì làm,  
Thân danh là trọng cũng đăm chôn vùi.

\*\*\*

Biết nhãn nhin tính xuôi muôn sự,  
Mặc tình ai làm dữ nấy lo.  
Lửa lòng nóng quá lửa lò,  
Biết khôn dần xuống khỏi lo tụng đình.  
Giận một lúc mà sinh hại cả,  
Dầu ăn năn cũng đã muộn rồi.  
Chi bằng giả điếc làm đui,  
Thị phi ừ hử cho xuôi mọi bể.  
Nôm na một bốn giác mê.

## CHUNG

### CHÂU THÂN GIẢI

Tác giả: NGUYỄN TRUNG HẬU  
Nhà in HOÀNG HẢI 152 Douaumont SAIGON

1955

Thánh Thất New South Wales - Australia

Tái ấn hành năm Nhâm Ngọ 2002

[thanhthatnsw@yahoo.com.au](mailto:thanhthatnsw@yahoo.com.au)

---

**CHÂU THÂN GIẢI**  
Tác Giả: NGUYỄN TRUNG HẬU