

THIÊN KHÍ NĂNG

OKLAHOMA CITY, USA

Tháng 6 .2010

Biên soạn

Đức Ông GiuSe : Hoàng Minh Thắng

ROMA

CHƯƠNG I

MỘT VÀI Ý NIỆM CƠ BẢN QUAN TRỌNG

Trong ngày đầu năm người ta thường chúc nhau mọi sự tốt lành như: "Đắc tài, đắc lộc, đắc tửng sinh. Đa tử, đa tôn, đa phú quý". Ngày nay có lẽ nhiều người không thích đông con nhiều cháu, nhưng tài, lộc, phú quý và trường sinh hầu như ai cũng muốn. Tuy nhiên không thể sống lâu, nếu không khang an khỏe mạnh. Hay sống mà đau yếu cũng khó vui hưởng phú quý giàu sang. Do đó, người ta chúc nhau "khang an trường thọ". Thật vậy, nói cho cùng hôn an xác nanh, "tinh thần minh mẫn trong thân thể tráng kiện" là điều quan trọng hơn cả. Không phải vô lý mà triết gia Schopenhauer đã nói: "Sức khỏe thật đúng không phải là tất cả. Nhưng không có sức khỏe thì mọi sự không là gì hết". Ai cũng biết sức khỏe quý, nhưng không phải ai cũng ý thức được rằng con người được mời gọi sống mạnh khỏe và hạnh phúc tràn đầy, và vì thế mỗi

CHƯƠNG II

MỘT SỐ THỜI QUEN ĂN UỐNG, HÍT THỞ VÀ CỬ ĐỘNG GIÚP GÌN SỨC KHỎE

I. THAY ĐỔI KIỂU ĂN UỐNG

Rất nhiều thứ bệnh thuộc bộ máy tiêu hóa và hít thở phát sinh từ kiểu ăn uống và hít thở không đúng đắn. Vì thế muốn khỏe mạnh cần phải biết điều hòa kiểu cách ăn uống và hít thở của chúng ta.

1. Trước hết phải uống nhiều nước, mỗi ngày từ 2 lít trở lên

75% sức nặng của toàn thân thể con người là nước dưới mọi hình thái của nó. Do đó các tế bào và mọi cơ phận trong thân thể cần có nước. Ngoài việc năng tắm rửa để da dễ sạch sẽ, mịn màng, cần phải cung cấp cho thân xác lượng nước cần thiết giúp các cơ phận trong người hoạt động điều hòa khỏe mạnh.

Chỉ vì thân thể thiếu nước nên sinh ra nhiều bệnh tật như: khô tiêu, nhức đầu, trĩ, sạn thận, thận suy, sưng chân tay, áp huyết cao vv... từ đó con người dễ trở thành cầu kính. Uống nhiều nước ngay sau khi ngủ dậy ban sáng và trước khi đi ngủ ban tối, giúp bộ máy

10/8/10

1

CHƯƠNG III

MỘT VÀI Ý NIỆM VỀ THIÊN KHÍ NĂNG

Hình ảnh: (Cắt xẻ thành hình thức vấp ruy của mình trên mặt trời)

Thiên khí năng là sinh lực hiện diện và luân lưu trong vũ trụ dưới muôn vàn dạng thức khác nhau: ánh sáng, sức nóng, không khí, gió vv... Năng lực đại đồng ấy bắt nguồn từ Thiên Chúa và trao ban sinh lực cho mọi loài mọi vật, kể cả mọi thứ chất liệu của thế giới sự vật, mà chúng ta thường coi là vô tri vô giác một cách không đúng đắn. Ngày nay khoa vật lý đặc biệt là vật lý nguyên tử chứng minh cho chúng ta thấy vũ trụ và thế giới này là khí năng, là rung động, vì ba.

I. Ý NIỆM VỀ CON NGƯỜI TRONG KINH THÁNH

Có vài văn bản trong Kinh Thánh có thể giúp chúng ta hiểu được sự hiện diện ấy của thiên khí năng trong cuộc sống của mọi chất liệu trong vũ trụ, của thế giới vật chất, thảo mộc, súc vật và con người.

1. Con người là bản vị có thần khí, hơi thở của Thiên Chúa

CHƯƠNG IV

MỘT SỐ NGUYÊN TẮC QUÁT NỀN TẢNG CHUNG CHO NHIỀU PHƯƠNG PHÁP CHỮA BỆNH: CHÂM CỨU, BÂM HUYẾT, ĐÂY HUYẾT, PHÂN XÁ HỌC VÀ THIÊN KHÍ NẶNG

Cơ thể con người quả thật là một thế giới, một tiểu vũ trụ, một tiểu căn khôn, được cấu trúc một cách vô cùng tinh vi, tài tình và toàn vẹn, không thể tưởng tượng nổi. Càng học hiểu về cấu trúc, nhiệm vụ và khả năng của các cơ phận trong thân thể, chúng ta càng phải khám phục, cảm tạ Thiên Chúa, Thượng Đế, đã ban cho con người một môn quà tuyệt diệu như vậy. Tuyệt diệu hơn nữa là thân thể và các cơ phận con người được cấu trúc tài tình đến độ nó có nguyên cả một hệ thống giúp chống, chữa và phòng ngừa mọi thứ bệnh tật, mà không cần phải dùng tới thuốc. Đây là điều ít người biết tới, kể cả ngày nay nữa. Chính vì thế những gì trình bày trong chương III này đặc biệt quan trọng và định đoạt đối với thuật dưỡng sinh. Hiểu được các nguyên tắc nền tảng tổng quát này là chúng ta nắm được chìa khóa giúp giữ gìn sức khỏe một cách rất đơn sơ, hiệu nghiệm và không tốn tiền.

I. PHÂN XÁ HỌC VÀ CHÂM CỨU