# THUYẾT TAM TÀI

Theo Việt Nho thì **Âm Dương** ,**Ngũ hành** và **Tam Tài** là ba nền tảng quan trọng của nền Văn Hoá Việt Nam. ( 1 )

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

( 1 ):Có nhiều thứ Nho trong đó có Việt Nho là Nho vương đạo, còn Hán Nho là Nho bá đạo ( Xem cuốn **Văn Hoá Thái Hòa Việt Nam** trên vietnamvanhien.net )

**Tam Tu Kinh** có câu: **Tam Tài giả**:” **Thiên Địa Nhân** : Ba Tài là **Trời Đất và Người.**

Theo Dịch lý thì **: Thiên / Địa lưỡng nhất** ( dual unit ) **= “ Nhân: Nhân giả kỳ Thiên Địa chi Đức” :** Con Người là tinh hoa của Trời Đất “ : Đó là **Tam Vị nhất Thể ( Trinity )**: trong Văn Hóa Việt **,** nên:

**Con Nguời có mối Liên hệ nhất Thể với với Trời Đất**

## I.-Mối Liên hệ Nhất thể ( bằng Thơ ) giữa Tam Tài:Trời - Đất -Người ( Ta )

Theo Nho thì: “ **Vạn vật đồng nhất Thể, vạn vật tương liên:** Mọi vật đều có cùng bản thể: Vật chất và năng lượng, nên mọi vật đều có liên hệ mật thiết với nhau.”

### Bài thơ dưới đây diễn tả mối liên hệ khăng khít giữa Tam tài:

**Trời -Đất sinh Ta có ý không
Chưa sinh Trời -Đất có Ta trong
Ta cùng Trời -Đất ba ngôi sánh
Trời Đất in Ta một chữ đồng
Đất nứt Ta ra Trời chuyển động
Ta thay Trời mở Đất mênh mông
Trời che Đất chở Ta thong thả
Trời - Đất Ta đầy đủ Hoá công.**

### *( Vịnh Tam Tài. Trần Cao Vân )*

## II.- Mối liên hê bất biến ( theo Khoa học ) giữa Tàm tài

Theo thuyết Big Bang thì từ một điểm “ **Tinh chất bị dồn nén cực nhỏ** “ ( singularity ) dãn nở ra ( Tán ) qua Vụ Nổ lớn ( Big Bang ) làm văng ra những đám tinh vân nóng đỏ mà tạo ra hằng hà sa số giải Thiên hà, một trong số đó có **giải Ngân hà** của chúng ta .Trong giải Ngân Hà có **Thái dương hệ** gồm Mặt Trời và 9 Hành tinh, trong đó có **Quả Đất** của chúng ta. Chúng ta biết khi một vật được ném ra quanh một vật cố định thì tạo ra **lực Ly Tâm** ( centrifugal force ) < như ném gũ > giúp vật di chuyển theo đường cong và đồng thời cũng tạo ra **lực Hướng Tâm** ( centripetal force ) làm đối cực, hai **lực Ly tâm và Hướng tâm** kết thành **Nhất nguyên lưỡng cực** ( bipolar ) như **Thái cực (** Ultimate Supreme **) Âm Dương hòa** ( Ying Yang harmony ) .

Lực Ly tâm và lực Quy tâm là cặp đối cực ( Opposite term ) của Dịch lý luôn được lưỡng nhất ( Dual unit ) như hai mặt của một Đồng tiền. Lực Ly tâm và Quy tâm nối kết một vật cố định với một vật chuyển động, Khối lượng và khoảng cách giữa hai vật càng gần thì lực Vũ trụ ( Tán / Tụ ) hấp dẫn tác dụng lên nhau càng lớn.

The **Big Bang Theory** is the leading explanation about how the universe began. At its simplest, it says the universe as we know it started with a small singularity, then inflated over the next 13.8 billion years to the cosmos that we know today.Nov 7, 2010, the closer objects are to each other, the stronger their gravitational pull is. **Earth’s gravity** comes from all its mass. All its mass makes a combined gravitational pull on all the mass in your body. ... You exert the same gravitational force on **Earth** that it does on you.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

We know from Isaac Newton and his law of gravitation that any two objects in the Universe exert a force of attraction on each other. This relationship is based on the mass of the two objects and the distance between them. The greater the mass of the two objects and the shorter the distance between them, the stronger the pull of the gravitational forces they exert on each other.

We also know that gravity can work in a complex system with several objects. For example, **in our own Solar** **System, not only does the Sun exert gravity on all the planets, keeping them in their orbits, but each planet exerts a force of gravity on the Sun,** **as well as all the other planets, too, all to varying degrees based on the mass and distance between the bodies. And it goes beyond just our Solar System, as actually, every object that has mass in the Universe attracts every other object that has mass — again, all to varying degrees based on mass and distance**

**With his theory of relativity, Albert Einstein explained how gravity is more than just a force: it is a curvature in the space-time continuum. That sounds like something straight out of science fiction, but simply put, the mass of an object causes the space around it to essentially bend and curve. This is often portrayed as a heavy ball sitting on a rubber sheet, and other smaller balls fall in towards the heavier object because the rubber sheet is warped from the heavy ball’s weight.**

In reality, we can’t see curvature of space directly, but we can detect it in the motions of objects. Any object ‘caught’ in another celestial body’s gravity is affected because the space it is moving through is curved toward that object. It is similar to the way a coin would spiral down one of those penny slot cyclone machines you see at tourist shops, or the way bicycles spiral around a velodrome.



### A 2-dimensional animation of how gravity works. Via NASA’s Space Place..

We can also see the effects of gravity on light in a phenomenon called gravitational lensing. If an object in space is massive enough – such as a large galaxy or cluster of galaxies — it can cause an otherwise straight beam of light to curve around it, creating a lensing effect.

[What is a centripetal force? (article) | Khan Academy](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/what-is-centripetal-force)

[www.khanacademy.org › ... › Centripetal forces](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/what-is-centripetal-force)

[**Centripetal force**](https://www.merriam-webster.com/dictionary/centripetal%20force) is defined as, “the force that is necessary to keep an object moving in a curved path and that is directed inward toward the center of rotation,” while [**centrifugal force**](https://www.merriam-webster.com/dictionary/centrifugal%20force) is defined as “the apparent force that is felt by an object moving in a curved path that acts outwardly away from the center of rotation,” according to Merriam Webster Dictionary.

**A centripetal force is a net force that acts on an object to keep it moving along a circular path. ... Newton’s 1ˢᵗ law tells us that an object will continue moving along a straight path unless acted on by an external force. The external force here is the centripetal force**.

**Gravity.** The average person probably doesn’t think about it on a daily basis, but yet gravity affects our every move. Because of gravity, we fall down (not up), objects crash to the floor, and we don’t go flying off into space when we jump in the air. The old adage, “everything that goes up must come down” makes perfect sense to everyone because from the day we are born, we are seemingly bound to Earth’s surface due to this all-pervasive invisible force.

But physicists think about gravity all the time. To them, gravity is one of the mysteries to be solved in order to get a complete understanding of how the Universe works. So, what is gravity and where does it come from.

#### Chúng ta hãy tìm xem mối liên kết giữa con Người ( Nhân) và Trời Đất ( Thiên Địa ) ra sao?

Chúng ta biết lực Hấp dẫn ( gravity ) nối kết chúng ta với quả Đất, mọi vật trên mặt Đất đều rơi xuống chứ không thể bay lên, mọi sự vận động của chúng ta đều liên quan đến lực Hấp dẫn.

## III.- Điểm tựa giúp con Người liên kết được với Quả Đất ( Địa )

Con người được nối kết với quả Đất qua Trọng tâm ( center of Gravity ) của Quả Đất và Trọng tâm của con Người . Trọng tâm của con Người ở dưới Rốn, có thể tìm được bằng khoảng cách 3 chiều rộng của ngón tay Trỏ ở dưới Rốn. Theo các nhà hành Thiền, đó là huyệt **Đan Điền hạ** còn gọi là **Đan Điền tinh** hay **the lower Cinnabar field**.

**Con Người được nối kết với quả Đất qua Trọng tâm của nhau.Trọng tâm là điểm tựa ( point d’appui, strong point ) của lực hấp dẫn Vũ trụ tác dụng lên các vật thể và giữa các vật thể với nhau. ( universal attaction )**

**Ta có thể bảo huyệt Đan Điền hạ là nơi con Người ( Nhân ) được liên kết với quả Đất ( Địa ) qua trọng tâm của nhau.**

## Center of Gravity Defined

The **center of gravity** (CG) of an object is the point at which weight is evenly dispersed and all sides are in balance. A human’s **center of gravity** can change as he takes on different positions, but in many other objects, it’s a fixed location.Dec 31, 2015



### Centre of Gravity in the Human Body

In the anatomical position, **the COG lies approximately anterior to the second sacral vertebra**. However, since **human beings** do not remain fixed in the anatomical position, the precise location of the COG changes constantly with every new position of the **body** and limbs.

How do you find the center of gravity of a person?

To locate it, start by placing an index finger three finger widths below your navel to locate the height of your center of gravity. Then, trace lines around your torso at the same level to your left and right sides and imagine a line going sideways through your body which connects those two points.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Trọng Tâm của con Người ở dưới Rốn cách Rốn bằng 3 chiều rộng của ngón tay Trỏ, như vậy Huyệt Đan Điền cũng ở đó.**

**IV.-Điểm tựa giúp con Người ( Nhân ) liên kết được với Trời (Thiên )**

**qua Huyệt Đan Điền thượng: Huệ Nhãn : The upper Field.**

**HUỆ NHÃN**

**Não bộ con người**

Não bộ con ngưòi gồm hai Bán cầu não Phải và Trái.Bán cầu nảo Phải chủ Tình, Bán cầu não Trái chủ Lý, hai Bán cầu đưọc nối kết bởi cầu nối corpus Collosum. Cầu nối Corpus Collosum như là xa lộ giúp hai bán cầu trao đổi Tình Lý với nhau sau cho **Tình Lý tương tham** hay **Tình Lý lưỡng nhất** hầu **Thân Tâm lưỡng nhất** để cho **Thân an Tâm lạc.**

Tuyến Tùng (Pineal gland ) nằm phía sau Corpus Colloum, phải chăng Tuyến Tùng đóng vai trò điều phối hai bán cầu não ?.

Xưa nay người ta lầm tưởng Tâm của con Người ở nơi quả Tim, nhưng **Tâm con Người chính là** **ở Não bộ**. Huệ nhãn nằm trước Não bộ, trong não bộ gồm có tuyến Tùng và tuyến Yên điều hòa mọi chức năng của con Người, Huệ nhãn là cửa ngõ giúp con người tiếp cận với nguồn Tâm linh.

## Huệ nhãn (The Third Eye)

****

**Huyệt Đan Điền thượng hay Huệ Nhãn** ỡ trong miền của Não bộ và là huyệt đạo của Tâm linh ( seat of Spirit. Shen ) được quy chiếu tới trigram đại diện cho Thuần Dương ( pure Yang: Mặt Trời ). Văn Hóa Việt Nam từ thời Tị Tổ Viêm Đế có tục thờ Mặt Trời tức là thờ Trời .

**Hệ Mặt Trời** là biểu hiện thể lý của đời sống Hiện hữu bao la và Tâm linh mà chúng ta gọi là **Thái dương Thần đạo** ( Solar Logos ) Ánh sáng mặt Trời là sinh lực của thảo mộc, vậy bức xạ từ Tâm mặt Trời cung cấp sinh lực cho nguồn **Tâm linh của chúng ta:nguồn Tình Thương, hoan lạc và hòa hợp.**

Vậy Con Người được liên kết với Trời ( Mặt Trời ) qua huyệt Đan Điền thượng hay Huệ nhãn nơi Não con Người, nơi tuyến Tùng ở mặt sau của Corpus collosum ( ?). Corpus Collosum là cầu nối giữa **hai Bán Cầu não - Tâm của con Người** -, xưa nay người ta lầm tưởng Tâm con Người là ở nơi Quả Tim.

**Vậy Huệ Nhãn của con Người là điểm tựa nơi con Người được liên kết với Trời - Nguồn Tâm linh -.**

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

## “ Sun a spirit?

The solar system is the physical manifestation of a vast Life, Being, and Spirit which we call a **Solar Logos**. ... Just as the light of the sun is vitality to plants, so **the radiance of the subjective Heart of the Sun provides vitality to our** **own spiritual nature, filling it with love, joy, and harmony**.

Logos: the Word of God, or principle of divine reason and creative order, identified in the Gospel of John with the second person of the Trinity incarnate in Jesus Christ.

( Jungian psychology) the principle of reason and judgment, associated with the **animus** (*unconscious masculine side of a woman) “*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

## V.- Cách sống thuận Thiên của con Người

Nho có câu**:Thuận Thiên giả tồn, nghịch Thiên gỉa vong :** Sống hợp với Trời, tức là Dịch lý ( cũng là Thiên lý ) thì tồn tại và phát triển, còn hành động ngược lại là tiêu vong.

Mọi người khi mới sinh ra chào đời,nhờ tiếng khóc Oa oa giúp cho nhịp thở điều hòa thì mới sống được.

Chúng ta biết khi thở vào thì thần kinh Giao cảm làm cho nhịp Tim đập nhanh hơn, còn khi thở ra thì thần kinh đối Giao cảm làm cho quà Tim đập chậm lại, khi Thở vào / Thở ra được điều hòa thì nhip đập quả Tim được ổn định mà sống khỏe mạnh. Tuy nhiên khi sinh hoạt hàng ngày, con người bị tiêu hao năng lượng, nên lắm khi mất quân bình làm cho con Người ốm đau. Ngưòi Đông phương xưa tuy trình độ Khoa học còn thấp kém, nhưng cũng đã biết cách sống thuận Thiên để cho Thân an Tâm lạc.

Các nhà hành Thiền tuy chưa biết rõ về Khoa học , nhưng đã nhận ra hai điểm tựa với Trời Đất : **Điểm tựa nơi Trời là Huệ nhãn, điểm tựa nơi Đất là huyệt Đan Điền hạ** và tìm cách ngồi Thiền để điều hòa hơi Thở vào và hơi Thở ra luân lưu qua hai huyệt để nối liên kết Nhân với Thiên Địa sao cho **Thân** ( Huyệt Đan Điền ) , **Tâm** ( Huệ nhãn ) được lưỡng nhất hầu **Thân an Tâm lạc.**

Nhờ cách tu thân này mà con Người có thể thực hiện được cuộc sống Hòa giữa Tam tài.:

## Thiên sinh, Địa dưỡng, Nhân hòa

**I.- Thiên sinh** là nguồn sinh sinh hóa hóa của Vũ trụ, đó là 3 luật lớn trong Vũ trụ:

1.-**Luật Biến động tức là Dịch lý**,

Cũng là thuật Quyền biến. Dịch lý là **Tinh thần Triết lý An vi** của Việt Nho – Văn Hóa Thái hòa Việt Nam .-
Hướng động của kinh Dịch đã được gói ghém trong chữ Dịch kép bởi nhật và nguyệt: **易:(日+月)** (nguyệt biến thể)

**Bất biến (tĩnh chỉ): non change.**

**Biến hóa (xoáy ốc): sequent change.**

**Biến động (duy biến): cyclic change**

**2.- Luật Giá sắc** ( Sow And Reap ) **là luật Gieo ( giá ) Gặt ( Sắc )**

Ai gieo thì nấy gặt

Gieo gì thì Gặt nấy

Gieo một thì Gặt trăm

Luật này có phần giống **Luật Nhân quả** của nhà Phật.

3.- **Luật Loại tụ** là luât **Tuồng nào theo tập nấy** ( Vân tòng Long, phong tòng Hổ: Ce qui resemble s’assemble )

**II.- Địa dưỡng** là công trình khai thác và bảo vệ nguồn tài nguyên Thiên nhiên nơi các môi trường : Không khí, Đất, Nước., bằng cách khám phá ra các Định luật Khoa học giúp phục vụ đời sống.

**III.-Nhân hòa.** Mọi người trong Dân tộc phải hành xử với nhau theo **tinh thần chung**: **Nhân Nghĩa và Bao dung** của Dân tộc để hòa với nhau, hầu chung vai đấu cật với nhau mà xây dựng Gia đình và Xã hội.

Khi hai bên có sự bất đồng mâu thuẩn với nhau, thì dựa theo Tinh thần chung của Dân tộc mà bao dung nhau, ngồi lại với nhau trong tinh thần kính trọng yêu thương, ( **Nhân** ) tìm cách hoà giải với nhau theo đức **Nghĩa** tức là lẽ công bằng **“Phải Người phải Ta “,** để đạt tới giải pháp “ **một Vừa hai Phải** “ mà Hoà với nhau,chứ không có tìm cách Hơn Thua đủ với nhau, khiến xé nát tinh thần Đồng bào, làm phân hóa Dân tộc!

Đây là lối sống theo **Dịch lý Âm Dương hòa** hay **Tình / Lý tương tham** cũng như **Nhân / Nghĩa lưỡng nhất,** cách hành xử ở đời này dựa theo hai tiêu chuẩn:

**Chấp kỳ lưỡng đoan** ( Thiên 6 câu 4, T.D ) **.**: Nhờ tinh thần Bao dung mà hai bên chiụ ngồi lại hoà giải với nhau.

**Doãn chấp kỳ trung** (Thư. Đại Vũ mô 15 ):Hai bên đều lấy tiêu chuẩn **Nghĩa** < Lẽ công bằng tương đối > mà hoà giải với nhau. Đấy là giải pháp lưỡng lợi ( win – win solution ), không ai thắng hay thua hoàn toàn, bên nào mà gần với **Lẽ phải chung của Dân tộc ( Nhân Nghĩa Bao dung )** hơn thì đạt được phần hơn. Đây là giải pháp khó nhất, nhưng lại mang tính chất xây dưng nhất cho mỗi bên và cả Quốc gia Dân tộc nữa.

 Khi hai bên có sự bất đồng, sự xích mích, không thể dùng bạo lực mà giải quyết cho êm đẹp được, mà kết quả là một Hơn một Thua, gây ra mối hiềm khích, làm phân hóa xã hội.

Âm Dương Hòa là **Vi ngôn đại Nghĩa** rất tế nhị, và khó thực hiện . Âm Dương la ngược nhau, làm sao mà HÒA được. Muốn Hòa thi trước tiên hai bên phải nhìn nhận với nhau là hai bên còn phiến diện, do bên nào cũng có khuyết điểm để cho bên kia có cớ khích bác nhau, không bên nào đúng hoàn toàn, nên tạm thời phải nới lỏng ( bỏ lơi ) Lập trường riêng của mình, mà theo Tiêu chuẩn Công chính chung là **Tinh thần Dân Tộc**: **Nhân Nghĩa Bao dung** , đối thoại với nhau, tìm giải pháp Dung hòa “ **Một vừa hai Phải** “ thì mới Hòa với nhau được. Có thưc sự yêu Dân tộc, yêu Đồng bào, bỏ cái quá yêu Mình mà chân thành đối thoại với nhau thì mới thực hiện nổi. Nếu cứ mang tâm trạng Phe phái cực đoan, nhằm tranh dành mục tiêu: Đúng / Sai Hơn /Thua với nhau thì không Hòa giải với nhau được. Nếu không vượt qua được chính Mình, vưon lên trên những thứ cố chấp nhỏ hẹp ( cứ tưởng lập trường mình là đúng đắn hoàn toàn, mà không có cái nhìn tổng quát về tương lai của Dân tộc ) thì cứ giam hãm nhau trong bế tắc mà làm cho Dân tộc ngày càng phân hàa mà suy yếu đi!

Do đó mà những người Duy Lý, không có **Lòng rộng** ( phải thật sự Nhân ái, mà bỏ Hận thù, đức Trần Hưng Đạo là gương sáng của Dân tộc ) **Trí sâu** ( không Phiến diện,cố châp ), biết lấy quyền lợi Quốc gia Dân tộc làm trọng hơn hết, mà tha thứ cho nhau, bỏ mưu mẹo vặt, bao dung nhau thì mới có thể Hòa giải với nhau được. Đây là tiến trình đầy khó khăn và lâu dài mới thực hiện từng bước được. Đặc biệt chúng ta có **Tam giáo có cái Tâm bao la**, Nho giáo với tinh thần **Bao dung**, Phật giáo với tấm **Lòng Hỷ xả**, Kitô giáo thì **Tha thứ cho nhau đến 70 lần 7**, mỗi chúng ta thì sao, đây là cái **Dại đàn mà không Khôn độc**!

**Đây chính là mối liên hệ Hòa của nền Văn Hóa Nông nghiệp Việt Nam**, còn **nền Văn Hoá Du mục của Tàu thì chuyên gây bất hòa.**

Trở lại với nền Văn Hóa Du mục. Chúng ta đừng **quên chế độ Nô lệ, Đế quốc thực dân, chế** **độ Phong kiến chuyên chế và Chế độ CS** có nguồn **gốc từ nền Văn Hoá Du mục bạo** **động**!.

**VI.- Cuộc sống nghịch Thiên ( Thiên Lý: Dịch lý ):**

**Nạn Duy Lý với hành động bạo tàn ( thuộc Văn Hóa Du mục )**

Cuộc sống nghịch thiên là cuộc sống **trái vớị Dịch lý Âm Dương hoà** hay **Âm Dương bất hòa** hay **Tình Lý bất tương tham. Đây là “ cuộc sống một chiều Duy Tình hay Duy lý “.**

Khi **Duy Tình** thì vìệc hành xử coi trọng bên này mà coi nhẹ bên kia, cách cư xử này “trái với lý Công chính, nên bị thiên lệch, gây ra sự xích mích trong Gia đình và ngoài Xã hội.

Còn **Duy Lý** **mà quên Tình** thì hành xữ bất công theo lối cực đoan đầy gian ác của độc tài, gây khổ đau cho con Ngừời, gia đình và xã hôi. Duy Lý khơi nguồn cho cuộc sống Gia đình và Xã hội rối ren, lối sống Duy lý là nguồn cho những cuộc chiến tranh “ **Cá Lớn nuốt cá Bé** “, “ **Mạnh được Yếu thua** ‘ hay “ **Dĩ Cường lăng nhược** “ suốt dòng Lịch sử nhân loại.

Đây là **cuộc chiến suốt dòng Lịch sử nhân loại giữa hai nền Văn Hóa Du mục và Nông nghiệp.**

Trên thế giới có **3 trung tâm Nông nghiệp**, trung tâm ở **giữa hai con sông Nile và Euphrate** bên Trung Đông , cũng như nền Nông nghiệp **Aztec** ở miền Bắc Mexico ( northern Mexican ), cả hai trung tâm này đã bị quân Du mục tiêu diệt, còn nền Nông nghiêp giữa **hai dòng sông Hoàng Hà và Dương Tử** của đại chủng Việt cũng đã bị Du mục Hoa Hán thanh toán, tuy không bị tiêu diệt, nhưng đã bị thương tổn và hao mòn.

Đặc biệt trên thế giới chỉ có nền nông nghiệp **châu chấu Viêt Nam ( Cá bé )** nhiều lần đã đá cho **Xe Du mục đại Hán** ( **Cá lớn )** ngả nghiêng, đó là nhờ tinh thần Bất khuất của Văn Hóa Việt Nam.

**“ Nực cười Châu chấu đá xe,**

**Tưởng rằng chấu đổ, ai dè Xe nghiêng! “**

**“ Sa cơ nên phải lụy Tào**

**So bề Tài Sức thì Tao kém gí !”**

( Ca dao )

Nền Văn Hóa Dân tộc của chúng ta có đủ hai chiều, dựa tên nền tảng **Nhân Bản:**

**Trai mà chi, Gái mà chi**

**Sao cho ăn ở Nhân Nghì ( Nghĩa ) mới nên** ( Ca dao )

Khi hành xử với nhau sao cho hai chiều **Nhân / Nghĩa lưỡng nhất hay Tình / Lý tương tham** thì đạt đức **Bao dung**, giúp con người có khả năng tự chế mà sống với nhau đúng theo tinh thần Văn Hóa Thái Hòa của Dân tộc.
 Chúng ta nên nhớ trên thế giới đại loại có hai nền Văn Hóa:

1.- Nền Văn hoá “ **khoan hoà nhu thuận** “ Nông nghiệp của Việt Nam được xây dựng trên **nguyên lý Mẹ**, ( **Tổ Mẫu Âu Cơ** ) nên **nặng Tình hơn Lý, mang bản chất Hòa bình** : ” **Tuy ngoài** ( Xã hội) **là Lý, nhưng trong** ( Cá nhân) **là Tình**. ( Nguyễn Du ) “.

2.- Nền Văn Hóa bạo động Du mục của đại Hán được xây dựng trên nguyên lý Cha ( Tổ Phụ của Trung Hoa là Hiên Viên, lãnh tụ Du mục từ Tây Bắc tràn qua miền Bắc nước Tàu ), họ trọng Lý hơn Tình, đúng hơn là Duy lý, nên **luôn gây chiến tranh cướp bóc và bành trướng**.

**3.- Nan đề của cuộc sống Duy Lý một chiều trên dòng lịch sử nhân loại:**

 **a**.- Trong mỗi **cá nhân** là **“ Tình Lý bất tương tham “** do **duy Tình** vànhất là **Duy Lý:** **Mạnh** **được yếu thua “** gây ra trăm ngàn Bất công .

 **b.-** Trong **Gia đình** là **“ Trọng Nam khinh Nữ ”** hay **“ Trong Nữ khinh Nam “**

Theo Việt Nho thì người Nam phải “ **phù yểu trọng Nữ** “ cho đời sống Nam Nữ được quân bình. Trai Gái đều phải ăn ở theo **Nhân Nghĩa Bao dung** .

Trong **Hôn nhân** khi **Gái /Trai kết đôi Vợ Chồng** thì tổ chức hai cuộc Lễ, một là **lễ Thành hôn** trọng thể dành cho Gia đình và bạn bè, hai là **Lễ Giao bái** cho cặp đôi Vợ chồng ,trong Lễ Giao bái hai Vợ Chồng cùng bái nhau và cùng uống chung một chén Rượu thề giao ước tôn trọng nhau, ăn ở công bằng với nhau cho tới khi **cốt rủ xương mòn, đầu bạc răng long**, có lẽ không hiểu rõ nên bỏ đi . **Lễ Thành hôn cho Tình, Lễ Giao bái cho Lý,** giúp hai Vợ chồng ăn ở với nhau theo “**Tình Lý tương tham** “ sao cho “ **Thuận Vợ thuận Chồng tát bể Đông cũng cạn** “.

Còn trong **Văn Hóa Trung Hoa,** do **Trọng Nam khinh Nữ,** đàn bà được xem như tài sản của Đàn ông, nên sinh ra cảnh **Chồng Chúa Vợ Tôi.**

c- **Trong Quốc gia** thì Tôn Quân làm Thiên tử, trọng Vua khinh Dân . Chính quyền thì độc tài khuynh loát nhân dân, thay vì phục vụ nhân dân lại bắt nhân dân phục vụ chính quyền, còn các đảng phái thì thay vì “ **Quần nhi bất đảng**“ mà lại “ **Đảng nhi bất Quần** “, nghĩa là các đảng phải cùng nhau đoàn kết theo tinh thần Hiến pháp mà hợp lực phục vụ nhân dân, chứ không thể vì quyền lợi riêng của đảng mà xâu xé nhau làm thương tổn đến quyền lợi chung.

Xem ra, **hai** **đảng Dân chủ và C**ộ**ng hòa của Hoa Kỳ “ đang mấp mé “** ở trong tình trạng **“ Đảng nhi Bất quần “** thay vì hợp tác với nhau theo tinh thần Hiến pháp mà lo việc chung, đàng này khi đảng này làm gì, thì đảng kia tìm cách chống đối và tìm cách mỹ dân để kiếm phiếu cho đảng, điều này trái với Tinh thần Hiến pháp: **Bác ái /Công bằng lưỡng nhất** !.

**d.-** Trên **trường Quốc tế** thì **“ Dân tuý là Gốc “, còn “ Thị trường chung là Ngọn “,** mà không ngược lại, chứ không **như CS** thì phá Gia đình và Quốc gia cho là chật hẹp mà xây Quốc tế bao la không tưởng, trước đây **các tư bản Hoa kỳ** cũng đã đem vốn vào Trung Hoa để xâỳ nên “ **công xưởng thế giới** “ bên Trung Hoa mà kiếm lợi nhiều, đó cũng là cách **ôm Ngọn** **bỏ Gốc,** làm suy yếu **nội lực Quốc gia**. Mối liên hệ giữa “**Quốc gia”và “Quốc tế “ phải được điều hòa hay Lưỡng nhất.**

## Dân túy ( Gốc ) / Thị trường chung ( Ngọn ) cần được lưõng nhất.

e.- Trong việc giao thương làm ăn với nhau thì phải dựa trên tiêu chuẩn công bằng tương đối chung: Hai bên cùng có lợi.

Tron**g** cuộc **xây dựng Quốc gia** và **giao thương với thế giới** Tổng Thống Donald Trump đã đề ra 3 điểm:

1.- **Make America great** “ để **xây dựng Nội lực Dân tộc** ( Gốc: **Nội** )

**2.- Chiến lược** **chống chính sách** “ **Mạnh được Yếu thua** “ **của Trung Cộng để bắt nạt các nước nhỏ ở Á Đông ( Gốc Ngoại )**

**3.- Trong việc làm ăn, Giao thương với Trung Cộng và các đối tác khác** thì lấy **việc trao đổi Xuất / Nhập theo tiêu chuẩn Công bằng.**

## Nếu Khi điều hành sao cho Gốc / Ngọn được điều hòa để Quốc gia trở nên phồn vinh và ổn định thì đó mới là Chính Nghĩa,vì đã kết hợp được “ Hợp Nội Ngoại chi đạo” .

**e. Trên cấp nhân loại thì phải sao cho Thù đồ / Đồng quy lưỡng nhất .**

**Đồng quy nhi Thù đồ:** Nhân loại từ gốc Đông phi ( Đồng quy ) theo những bước đường khác nhau ( Thù đồ ) phần bố ra năm Châu bốn biển, nên có tiếng nói khác nhau, Văn Hoá Tôn giáo, chế độ chính trị xã hội khác nhau, tập quán khác nhau, do ở cách xa nhau ,không hiểu nhau mà gây rắc rối cho nhau qua nhiều hình thức, nhất là chiến tranh. Tổ Tiên chúng ta cho đây là do **“ Tập tương viễn** “, do tập quán khác nhau , không hiểu nhau, gây xích mích mà dân các nước xa nhau .

**Thù đồ nhi Đồng quy:** Nhờ phương tiên giao thông và truyền thông nhanh chóng, **thế giới ngày** **nay đã trở thành cái Làng**, nhân dân các nước có cơ hội tiếp xúc với nhau, tìm hiểu nhau, thông cảm với nhau, qua **Thị trường chung**, các bên tìm ra lối sống tương đối công bằng mà sống Hoà với nhau mà tồn tại và phát triển, đây là **bước đường Đồng quy thuộc “Tính tương** **cận** “ , dầu cho bước Thù đồ làm cho nhân loại không hiểu nhau mà xa nhau, nhưng **tất cả biết quay về bản tính con Người là Nhân Tình, Nhân Tính hay Tình Nghĩa**, đây là tiêu chuẩn sống chung, nếu Nhân loại thực sự sống với nhau theo Tình Nghĩa thì mới hoà với nhau được, đó là **vấn đề nội khởi thuộc cá nhân**, còn **vấn đề ngoại khởi thuộc Quốc tế là vấn đề Tư bản và Cộng sản.**

Nếu không tìm ra đường lối sống Hoà với nhau, thi hai bên Tư bản và Cộng sản sẽ huỷ diệt nhau bằng vũ khi sát thương hàng loạt, đó là lối hành xử mà Tổ Tiên Việt gọi là **Khôn độc Dại Đàn.**

**VII.- Đâu là cốt tuỷ của nan đề Quốc t**ế

Nền tảng của **Chế độ** **Tư bản** thì Chủ trương thực hiện quyền **Tư hữu và Tự do**

Nền tảng của **Chế độ** **cộng sản** là Chủ trương thực hiện quyền **Công hữu (và Nô lệ )**

Theo Dịch lý **Âm Dương Hoà** của Việt Nho thì: **Tư hữu / Công hữu** và **Tự do / Nô lệ** là cặp đối cực ( opposite term ) , muốn đạt trạng thái hòa thì phải làm sao cho:

**Công hữu / Tư hữu lưỡng nhất** ( dual unit ) < Hòa >.

**Tự do / Nô lệ lưỡng nhất < Hòa >**

**Tự do hàng Dọc** ( Thiên Địa) **/ Tự do hàng Ngang** ( Tha nhân ) **lưỡng nhất < Hòa >**

**1.- Cách giải quyết vấn đề Công hữu /Tư hữu lưỡng nhất**

Nan đề của Xã hội xưa nay là vấn đề **công bằng Xã hội**, công bằng xã hội có liên quan đến vấn đề **Thiên bẩm** < *innate* > ( Tư cách và khả năng phú bẩm của từng người trong việc tạo ra Tư hữu chênh lệch nhau ) và **Nhân vi** < *artificial*  >.

**Nhờ Thiên bẩm** về tư cách và khả năng cao thấp khác nhau mà có Ngườì làm trong một giờ có được hàng trăm hàng ngàn đồng, còn người khác chỉ có vài chục vài đồng, thậm chí có người không làm ra đồng nào, do đó mà trong xã hội có một ít “ **kẻ ăn không hết, người lần** **không ra** “ Vậy sự khác biệt về tài sản trong xã hôi có bất công không, rõ ràng là không, có bất công là do con người được sinh ra không công bằng về bản chất, nhưng con người không thể đòi hỏi Trời hay bất cứ ai về chuyện Thiên bẩm cao thấp này,chấp nhận hay không thì tùy ý.

**Về Nhân vi .** Nhờ Thiên phú mà một số ít người làm ăn giỏi trở nên giàu có lớn ( Đại phú do Thiên ) ,trong đó có một số người giàu có đó lại dùng thế lực đồng tiền của mình để áp bưc bóc lột người khác, khiền cuộc sống họ nghèo khó, đây mới chính là nguồn bất công xã hội, nhưng làm sao mà tách biệt ra phần bất công do Thiên bẩm và Nhân vi. Ở Hoa kỳ có nhiều tỷ phú, tiểu biểu như Bill Gate, Elon Musk, Steve Job. .và còn có nhiều người vô gia cư ( Homeless ) sống ngoài đường phố văn minh. ( tuy được chính phủ trợ cấp nhưng người vô gia cư không thích sống khuôn khổ như mọi người, mà họ chỉ thích sống tự do theo ý thích riêng ở ngoài đường! )

Trong một xã hội có **một số ít** **người giàu** **có lớn** và **vô số người nghèo khó** , thậm chí có nhiều người vô cùng cơ cực khổ đau, do đó mà nảy sinh ra **nạn Hồng thủy CS**, nạn này là một đáp ứng gây thê thảm khốn cùng cho nhân loại, đã gây ra không biết bao nhiêu đổ vỡ về mọi mặt, nhất là tiêu diệt hàng trăm triệu nhân mạng, tuy trước đó đã có giải pháp giải quyết nan đề công bằng xã hội này.

Ngày xưa ở **phương Đông, trong chế độ Nông nghiệp,** Tổ Tiên Việt đã thiết lập **Chế độ Bình** **sản** bằng cách lấy **Công điền Công thổ** cấp phát cho **người nghèo khó, cô nhi quả phụ**, những người tật nguyền, mỗi nhân khẩu được cấp phát một số sào ruộng để họ tự canh tác lấy hoa lợi mà sống, còn **người tật nguyền** thì cho Rong canh, tức cho người khác canh tác lấy hoa màu mà sống, tuy rất ít ỏi nhưng không ai phải đi ăn xin hay chết đói, nên không ai dùng miếng ăn để áp bức bóc lột họ như kiểu tem phiếu của CSVN trước đây .

Còn trong **chế độ Công nghiệp Tây phương** thì đánh thuế Lũy tiến lập ra **quỹ An sinh xã hội,** giúp cho những người tàn tật, những gia đình có lợi tức thấp để **chọ họ sống hàng ngày** và còn **huấn nghệ giúp chọ họ có một nghề để sống tự lập**.

Còn Ông Tổ Marx vô cùng nhân hậu, vì không nhận ra yếu tố Thiên bẩm, đổ mọi bất công cho yếu tố Nhân vi nên ông đề ra giải pháp Cách mạng vô sản, kích động số đông thành phần nghèo Công Nông dễ bị lừa, đem lòng Hận thù cào bằng Thượng tằng kiến trúc và Hạ tằng Cở sở xã hội để lập Thiên đường trần gian , với lời hứa nơi đó mọi người ai ai cũng có đủ nhu cầu sống và làm việc theo khả năng ( **Các tận sở năng, các thụ sở nhu** ). Khốn thay, khi CM vô sản đã giáng cấp con Người, phá tan gia đình, cào bằng xã hội để cướp chính Quyền và Tài sản Quốc gia, thì đảng CS nào cũng càng làm cho sư Bất công tràn ngập, khi đó người ta mới nhận ra rằng, ngoài những Nhân danh tốt đẹp những lời kich động sắt máu, thế giới mới nhận ra thực chất thì đảng CS nào cũng là đảng Cướp bằng con đường Khủng bố tàn bạo.

Qua đó , người ta mới nhận ra **không thể có công bằng xã hội tuyệt đối**, để ai ai cũng giống nhau như hệt, giống như **Cỏ cụ Hồ hay hoa cứt Lợn**, ( danh từ của Cụ Phan Khôi ) tất cả đều đồng nhất, trong thế giới chỉ có một lọại hoa cứt Lợn, cỏ cụ Hồ, chỉ rặc một loại hoa cùng một màu, cái gì cũng đồng nhất như “ **Mâu thuẩn Thống nhất** !!.

Hai mẫu giải quyết công bằng Xã hội theo Đông và Tây phương trên là giải pháp theo Dich lý.

Dịch lý là luật biến hoá trong Vũ trụ: Chỗ nào Nước cũng chảy từ trên cao xuống thấp, Không khi cũng từ áp suất cao tràn xuống nơi áp suất thấp,dòng Điện cũng truyền từ điện thế cao xuống điện thế thấp, nhờ sự cách biệt đó mới có sự biến hóa trong Vũ trụ., một khi mọi sự cách biệt được san bằng thì hết biến hoá, khi đó qủa đất của chúng ta sẽ hết sinh linh cũng như hết biến hoá mà Quả Đất biến thành một bãi sa mạc khô cằn bất động.

Do đó mà cách thiết lập Công bằng xã hội chỉ theo cách **lấy Nhiều bù Ít, lấy Cao bù Thấp, lấy Mạnh giúp Yếu một cách tương đối,** nhưng rất cần có sự cách biệt cần thiết giúp cho sự biến hoá trong Vũ trụ vẫn được duy trì ở trạng thái quân bình động, sao cho mọi hiện tượng đều được ổn định, chứ không thể cào bằng như CS. Ở trong thế giới hiện tượng hữu hạn**, việc gì cũng một Vừa hai Phải** là được, xin đừng cực đoan, mê say lý tưởng tuyệt đối xa vời mà sát phạt nhau!

Nên nhớ trong thế giới hiện tượng này mọi sự đều tương đối, chỉ có sự biến hoá mới là bất biến , nên mới tuyệt đối, còn trong cách hành xử hàng ngày, xin **đừng đem tư tưởng cực đoan của** **mình mà lấn áp nhau, đừng mặc nhiên coi mình là hoàn thiện, còn người khác thì không**, để tìm cách tiêu diệt nhau cho mục tiêu Hơn Thua, kết quả hai bên cùng bị tổn thương, hoặc kìm nhau trong cảnh bế tắc không lối thoát, rõ là “ **Khôn quá hoá Dại** “ !

### 2.- Vấn đề Tự do

Theo **Việt Nho** thì có **hai thứ Tự do** : Tự do **hàng Dọc** và Tự do **hàng Ngang**

**Tự do hàng Dọc** **với Thiên Địa** là nguồn Tự do vô biên, có vô biên thì mới đi vào nguồn Tâm linh vô cùng được mà tu Thân, **Tự do hàng Ngang với Tha nhân** thì hữu hạn,giúp mọi người cư xử Công bằng mà Hoà với nhau.

Muốn đi vào nguồn Tâm linh thì trong Xã hội phải có **Tự do Văn Hoá và Tự do Tôn giáo** để giúp mọi người có Cơ hội và phương tiện tiếp cận với nguồn Tâm linh để giúp phát triển toàn diên con Người hầu có Tư cách và Khả năng.

**Tư cách** giúp con người biết cách làm việc theo Lương tâm và biết xử hoà mà sống yên vui với nhau, còn **Khả năng** giúp con Người biết cách ăn nên làm ra, ai ai cũng có thể sống Tự do bằng cách sống Tự lập, chẳng cần mưu mẹo cướp bóc nhau.

Còn **Tự do hàng Ngang** trong Xã hội thì con người có quyền Tư do lựa chọn là quyền thiêng liêng nhất, nhưng ai ai cũng cần Tự do, nên quyền Tự do giữa mọi người bị hạn chế. Muốn xây dựng xã hội được ổn định và tiến bộ thì phải có hai Tiêu chuẩn về **Tự do tập thể**.

Một là **Thiểu số phục tùng Đa số**, nhờ vậy mà công việc chung mới đưọc tiến hành . Hai là **Đa số phục tùng Thiểu số.** Thiểu số là thành phần có Lòng rộng Trí sâu, thông thạo về việc kinh bang tế thế,nên trong việc điều hành đất nước toàn dân phải phục tùng thiểu số , nhờ vậy mà Đất nước được tiến bộ, giúp cho Dân sinh Dân trí ngày càng được nâng cao.

**3.- Vấn đề Tự do / Nô lệ**

**Tự do và Nô lệ là cặp đối Cực theo Dịch lý cần được lưỡng nhất.**

Trong **chế dộ Dân chủ** thì cần phải **tôn trọng Nhân quyền** để bảo đảm Tự do cho mọi người, con Người có được Tự do thì việc làm mới có hiệu năng, nhất là có sáng kiến để tiến bộ, khi có sáng kiến thì càng giúp con Người làm việc có nguồn vui và làm cho công việc ngày một tăng tiến hơn. Khi công việc đưọc tăng tiến hơn thì đem lại **nguồn Tư hữu nhiều hơn.Tư hữu là mồ** **hội nước mắt của mình thì không ai có quyền gì để tước đoạt**! Nhưng khi sống trong Xã hội, mỗi người dân phải thực hiện **nghĩa vụ Dân quyền**, đo là **nghĩa vụ** **đóng thuế** để xây dựng công ích Quốc gia và **nghĩa vụ quân sự** để bảo vệ Quốc gia .

Còn trong Chế độ Nô lệ hay Độc tài, công nhân không có quyền Tự do, lại không được hưởng trọn vẹn công lao mồ hôi nước mắt của mình tức là quyền Tư hữu, nên việc làm thiếu hiệu năng và không có sáng kiến. Công hữu đã cướp mất động cơ làm việc của công nhân , nên trong chế độ CS ngưòi dân cứ bị đói dài dài, **chính là họ đói Tự do.**

### 4.- Chế độ Bình sản

**Chế độ Chính trị của Tổ tiên Việt thì gồm cả Dân chủ / Độc tài, cũng như Tư bản / Cộng sản,** vì các cặp đối cực Dân chủ / Độc tài , Tư bản / Cộng sản đã được luỡng nhất trong **chế độ Nhân trị. Chế độ Nhân trị gồm Lễ trị và Pháp trị’.**

**a.- Lễ trị** có nghĩa là cai trị dân bằng đường lối **“ cung Kỷ kính Tha: Trọng Minh và trọng Người “** tức là **tôn trọng Nhân** **quyền** , nên chế độ phải giúp mọi người có cơ hội phương tiện **trau dồi Văn Hoá cũng như Tôn giáo** để mọi người được phát triển toàn diện, nghĩa là **mọi người phải tu Thân hầu trau dồi Tư cách và Khả năng**, như vậy là Dân tộc cần phải có **nền Văn Hóa Nhân bản** cùng với **công trình Khoa học tiến bộ**. Đây là **hàng rào cản bên Trong giúp mọi cá nhân biết tôn trọng Nhân quyền mà sống hoà nhau, đoàn kết với** **nhau mà lo việc chung**.

**Lễ trị là hàng rào cản bên Trong là do sự đóng góp của toàn dân.**

**b.- Pháp Trị là nền Pháp luật công minh** ngăn cản những người không tự chế được mà phạm pháp làm rối loạn trật tự xã hội.

**Pháp Trị** là **hàng rào cản bên Ngoài do chính quyền điều hành**.

Khi điều hành làm sao cho **hàng rào cản bên Trong và bên Ngoài được lưỡng nhất** thì chắc chắn là mọi Người được hòa vui, gia đình ấm êm và đất nước được thịnh trị,

Thiển nghĩ **mỗi chúng ta** nên hành xử với nhau theo tiêu chuẩn **Dich lý Âm Dương Hòa**, của Tổ Tiên Việt, chúng ta phải vượt lên trên **nguyên lý Nhị nguyên** ( non contrdition, Tiers exclu : **Duy lý: Độc tài** ) : **Tốt / Xấu , Phải / Trái, Được / Thua, Mạnh /Yếu .** . . mỗi người phải vượt lên trên chính Mình, vượt lên trên Đối cực Xấu / Tốt. ., đừng căn cứ vào Xấu / Tốt mà xâu xé nhau, hỷ xả cái Ý nghĩ Hơn / Thua đó mà tìm cách hành xử HÒA với nhau theo **Nhất nguyên lưỡng cực** “ **Âm Dương hoà “, tức là Tinh thần chung của Dân tộc: Nhân / Nhĩa .Bao Dung ( Hùng /Dũng:Bao dung ),** Không riêng cho Phe pháinào để lấy cớ Phải / Trái nhằm Hơn / Thua mà xâu xé nhau **mới tháo gỡ được bế tắc,** hầu giúp cho nhà êm nước ấm để mọi người được sống yên vui với nhau, tranh dành Hơn Thua với nhau chỉ đem đến cái cảnh “ **Khôn Độc Dại Đàn** “ rốt cuộc cả hai cùng dại, **kẻ Dại nhất là cả Dân tộc điêu linh**!

 Xin đừng lầm vì chính Mình không hành xử nổi theo Nhân Nghĩa, mà lại khinh bỉ Nhân Nghĩa mà xa lánh Văn Hóa Dân tộc!

#### Do đó mà “ Ở đời có Dại mới nên Khôn “!,chứ đừng nên : “ Khôn quá hóa Dại “

Nan đề hiện nay là **nạn Duy Lý đang phổ biến khắp nơi**, vì con người quá mê mãi khoa học,tưởng rằng Khoa học là vạn năng, có thể giải quyết được mọi vấn đề, mà quên lảng đời sống **Tâm linh . Khoa học mà thiếu đời sống Tâm linh thì đánh mất Lương tâm, Khoa học mà thiếu Lương tâm thì chỉ làm hủy hoại Tâm hồn** ( Science sans conscience, c’est que ruine de l’âme “ ,”

Khoa học rất là cần cho cuộc sống Vật chất , nhưng là con dao hai lưỡi, **người có Lương tâm thì dùng Khoa học để phục nhân loại, còn nhà Khoa học thiếu Lương tâm thì dùng Khoa học để răn đe địch thủ, thậm chí còn**  **đưa tới cảnh tiêu diêt nhân loại để tranh dành Hơn Thua với nhau.** Nhân lọại đang còn ở trong tư thế đấu kiếm dằng co nhau, hai bên đều muốn hòa, nhưng bên nào cũng thủ thế, không bên nào có can đảm hạ kiếm trước, và không ai có khả năng tước kiếm hai bên, hai bên cứ thủ thế với nhau, **khi sống thì cứ kìm hãm nhau, và có chết thì chết cả đôi**, đó là **trí khôn của nhân loại**!

**Vô số bom nguyên tử và hoả tiển đang treo bằng sợi chỉ mành trên đầu nhân loại và đang nằm chờ phút giây căm tức mất kiểm soát để được kích hoạt và phóng đi, để Khoa học làm trọn chức năng được tôn làm vạn năng của mình ! Hai quả bom nguyên tử được thả ở hai thành phố ở Nhật vào tháng 8 năm 1945 tới nay còn chưa hết kinh hoàng!**

Xem ra nhân loại đang gậm nhấm bài học**: “ Tham Dĩa bỏ Mâm “ và “Khôn Độc Dại Đàn “** mà Tổ Tiên Việt đã cảnh báo con cháu từ khuya!

**VIII.- Thảm họa của nhân loại do Lối sống nghịch Thiên lý hay Dịch lý**

Chúng ta có thể kể đến một số biến cố đau thương trong Lịch sử Nhân loại:

**1.- Về Tôn giáo**

1.- Trong **Cựu Ước**, vào thời Ông Abraham và Ông Lot có **hai thành Sodom và Gomorah** bị thiêu ruị bởi mưa lửa và Lưu huỳnh, vì nạn con người hủ bại, ăn chơi trác táng.

2.- **Nạn Hồng thuỷ** cuốn trôi thế giới tội lỗi, Ông Noê phải đã đóng tàu di chuyển những cặp người và vật còn tinh tuyền để lập nên một **thế giới mới tốt lành hơn**. Nhưng sau đó thế giới vẫn còn không khá hơn.

3.- **Chúa Cha lại sai Chúa Con Giê-su** từ **Trời mới** xuống **Đất mới** để đem lý Công chính **hầu lâp lại Hòa bình thế giới**, nhưng **Ngài đã bị thành phần giả hình đóng đinh trên cây Thánh gíá**, chúng ta không rõ God plan như thế nào, nhưng tới nay tình hình thế giới vẫn ngày càng rối ren!

**2.-** Về **Xã hội** thì **Nhân loại** đã trái qua hai cuộc **thế chiến I và II và nạn Cộng sản.**

**a.- Thế chiến thứ nhất ( 1914 – 1918 ) giữa Đức và Pháp**

Quân của Pháp tử trận: 27,000.00

Quân Đức có 19, 218 trong đó có 7,500.00 chết và mất tích, 11, 678.00 bị thương

**b.- Thế chiến thứ hai giữa :**

**Đồng minh** gồm Mỹ, Anh và Liên Xô

**Phe Trục**: Đức và Chư hầu cùng Ý và Nhật.

Thống kê năm 1965 của Liên Hợp Quốc cho biết chỉ riêng số người thiệt mạng do chiến tranh ở châu Âu đã lên đến 49.257.000 người. Những nước chịu thiệt hại lớn nhất gồm:

**Liên Xô**: 21.000.000 người (theo tài liệu nghiên cứu của Krivosheev năm 2005, con số này có thể lên tới 26.600.000 người, bao gồm 8,7 triệu quân nhân và hơn 18 triệu thường dân[[138]](https://vi.wikipedia.org/wiki/Chi%E1%BA%BFn_tranh_th%E1%BA%BF_gi%E1%BB%9Bi_th%E1%BB%A9_hai#cite_note-138))

**Đức**: 9.700.000 người (theo tài liệu nghiên cứu năm 2000 của tiến sĩ [Rüdiger Overmans](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=R%C3%BCdiger_Overmans&action=edit&redlink=1), con số này bao gồm 5.300.000 quân nhân, 3.170.000 thường dân và 1.400.000 người Đức ở các quốc gia khác)

**Ba Lan**: 6.028.000 người (theo tài liệu của Viện IPN - Ba Lan năm 2000, con số này là 5.600.000 đến 5.800.000 người, trong đó có khoảng 3.000.000 người Do Thái)

**Nam Tư**: 1.600.000 người

**Pháp**: 620.000 người

#####  **Italia**: 890.000 người [[139]](https://vi.wikipedia.org/wiki/Chi%E1%BA%BFn_tranh_th%E1%BA%BF_gi%E1%BB%9Bi_th%E1%BB%A9_hai#cite_note-139)

**Tiệp Khắc**: 364.000 người

**Hoa Kỳ**: 325.000 người

**Anh**: 320.000 người.

## Tại châu Á - Thái Bình Dương

**Hoa Kỳ**: khoảng 300.000 người

**Nhật Bản**: khoảng 2.200.000 người

**Trung Quốc**: ước tính 15-20.000.000 người[[140]](https://vi.wikipedia.org/wiki/Chi%E1%BA%BFn_tranh_th%E1%BA%BF_gi%E1%BB%9Bi_th%E1%BB%A9_hai#cite_note-140)

**Hai miền Triều Tiên**: khoảng 1.000.000 người

**Ấn Độ**: 2.587.000 người, chưa kể 5 triệu người chết do [Nạn đói Bengal năm 1943](https://vi.wikipedia.org/wiki/N%E1%BA%A1n_%C4%91%C3%B3i_Bengal_n%C4%83m_1943)

**Việt Nam**: gần 2.000.000 người (chủ yếu do Nạn đói năm Ất Dậu, năm 1944-1945)

**Indonesia**: khoảng 3.000.000 đến 4.000.000 người.

**c.- Nạn Hồng thủy Cộng sản**

Các quốc gia theo chế độ cộng sản năm 1979–83, giai đoạn mà số lượng [quốc gia cộng sản](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%87_th%E1%BB%91ng_x%C3%A3_h%E1%BB%99i_ch%E1%BB%A7_ngh%C4%A9a) đạt mức cao nhất, tuy sau này đã bị suy thoái.

Các quốc gia theo [**chế độ cộng sản**](https://vi.wikipedia.org/wiki/Ch%E1%BB%A7_ngh%C4%A9a_c%E1%BB%99ng_s%E1%BA%A3n) trong lịch sử là những quốc gia được định nghĩa đi theo đường lối[**xã hội chủ nghĩa**](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%87_th%E1%BB%91ng_x%C3%A3_h%E1%BB%99i_ch%E1%BB%A7_ngh%C4%A9a) theo các quan điểm chính trị của [Karl Marx](https://vi.wikipedia.org/wiki/Karl_Marx) và [Lenin](https://vi.wikipedia.org/wiki/Vladimir_Ilyich_Lenin) ([chủ nghĩa Marx-Lenin](https://vi.wikipedia.org/wiki/Ch%E1%BB%A7_ngh%C4%A9a_Marx-Lenin)), [Stalin](https://vi.wikipedia.org/wiki/Iosif_Vissarionovich_Stalin) ([chủ nghĩa Stalin](https://vi.wikipedia.org/wiki/Ch%E1%BB%A7_ngh%C4%A9a_Stalin)) hay [Mao Trạch Đông](https://vi.wikipedia.org/wiki/Mao_Tr%E1%BA%A1ch_%C4%90%C3%B4ng) ([chủ nghĩa Mao](https://vi.wikipedia.org/wiki/T%C6%B0_t%C6%B0%E1%BB%9Fng_Mao_Tr%E1%BA%A1ch_%C4%90%C3%B4ng)).

Những vụ giết người có chủ đích mà không phải do [chiến tranh](https://vi.wikipedia.org/wiki/Chi%E1%BA%BFn_tranh) dưới chế độ cộng sản đã được ghi nhận lại.[[8]](https://vi.wikipedia.org/wiki/C%C3%A1c_v%E1%BB%A5_th%E1%BA%A3m_s%C3%A1t_d%C6%B0%E1%BB%9Bi_ch%E1%BA%BF_%C4%91%E1%BB%99_C%E1%BB%99ng_s%E1%BA%A3n#cite_note-valentino-8)[[9]](https://vi.wikipedia.org/wiki/C%C3%A1c_v%E1%BB%A5_th%E1%BA%A3m_s%C3%A1t_d%C6%B0%E1%BB%9Bi_ch%E1%BA%BF_%C4%91%E1%BB%99_C%E1%BB%99ng_s%E1%BA%A3n#cite_note-wheat-9) **Nhiều thuật ngữ đã được sử dụng để mô tả những vụ giết người trên**, cụ thể bao gồm:

**Diệt chủng ( *Genocide* )**

**Thanh trừng chính trị ( *Politicide* )**

**Giết người thảm sát ( *Democide* )**

**Tội ác chống lại nhân loại ( *Crime against humanity* )**

**Thanh trừng giai cấp ( *Classicide* )**

**Khủng bố ( *Terror* )**

**Giết người hàng loạt (*Mass killings*)**

**Communist Holocaust** hay **Red Holocaust** — nôm na có nghĩa là *“Thảm họa Cộng sản”*, lấy cảm hứng từ [Holocaust](https://vi.wikipedia.org/wiki/Holocaust) — vụ tàn sát người [Do Thái](https://vi.wikipedia.org/wiki/Do_Th%C3%A1i) trên lãnh thổ [Phát xít Đức](https://vi.wikipedia.org/wiki/%C4%90%E1%BB%A9c_Qu%E1%BB%91c_X%C3%A3).

*( Từ internet )*

**KẾT LUẬN**

#### Từ đầu chí cuối chúng tôi bàn đến con Người của hai nền Văn Hóa Nông nghiệp và Du mục.

**Chúng ta biết rằng mọi sự tốt xấu trên đời đều do con ngừời làm ra, mọi cuộc cướp bóc và Chiến tranh gây xáo trộn xã hội và khồ đau cho con Người cũng đều do con Ngùời Duy Lý cực đoan làm ra**, **nên** **vấn đề trước tiên là nan đề về con Người**: **Con người** **vong Nhân, vong Thân, vong Gia, vong Quốc, vong Nô**, để thấy rỏ nguyên nhân, chúng ta hãy xét về **nguồn gốc Văn hóa ( nếp sống ) của con Người**:

**Những người sống bằng nghề nông** khi nào cũng bám sát với Thời tiết và sống hòa với Thiên nhiên, được sống gần thiên nhiên, lại ăn nhiều rau quả, trong cuộc sống tuy mệt nhọc nhưng không phải mưu toan nhiều, lý trí còn thuần cẩn, nên **con người trở nên khoan hòa nhu thuận**, cuộc sống của họ đượm Tình cảm, khi có tình cảm với Thiên nhiên và con Người thì không nỡ làm điều gì có hại cho đối nhân, đối vật mà sống hòa với nhau, do đó mà **nền Văn Hóa Nông nghiệp mang bản chất Hòa bình.**

**Còn những người Du mục sống.bằng nghề chăn nuôi đàn súc vật** ( khác với mục súc của nông nghiệp ) hàng ngày họ ngồi trên lưng ngựa chăn súc vật, họ chuyên ăn thịt, cơ thể rất cường tráng, họ chuyên giết súc vật, nhiều khi rất tàn nhẫn, khi giết súc vật còn cắm que vào đít con vật làm cho nó chết lần mới khoái, dần dần quen thói cường bạo, họ di cư luôn luôn, họ ở trong lều, họ phải luôn chiếm đồng cỏ từ Tây qua Đông để chăn súc vật, **nên rất thiện chiến**, Hiên Viên Hoàng đế ( lãnh tụ Du mục là thuỷ Tổ của Tàu ). đã đánh chiếm và thâu tóm các chủng Việt mà lập nên nước Trung Hoa sau họ Hồng Bàng 182 năm.

Quân **Du mục Mông Cổ** **đã cày nát thế giới từ Đông qua Tây**, đoàn quân kỹ mã của họ tràn tới đâu là cày nát tan hoang tới đó, khi đoàn ngựa của họ lướt qua là cỏ không thể mọc, gà không dám gáy, chó không dám sủa**, Cộng sản và quân khủng bố ngày nay là hâu duệ của quân Du mục.**

Họ đã chiếm và cai trị Trung Hoa nhiều lần qua nhiều đời, quân Mông cổ lập nên nhà Nguyên là một, trong 60 năm, họ đã qua đánh chiếm Việt Nam đến 3 lần nhưng nhà Trần đã đánh cho thảm bại.

Tiếng Pháp có câu: **Partout the delicat est toujours vaincu par le Grossier** : Hầu hết trên thế

giới đâu đâu những người khoan nhu ( nông nghiệp ) đều bị đánh bại bởi người Du mục thô bạo, đây là lý do cho chúng ta biết Lịch sử của nhân loại là Lịch sử của **Cá lớn nuốt Cá bé**, của **Mạnh được Yếu thua** hay **Dĩ Cường lăng Nhược, mọi cuộc chiến** đều do phe Du muc gây ra.

Ngày nay CS cũng như quân khủng bố đều là thành phần mang giòng máu của truyền thống Văn hóa Du mục.

Khi chúng ta nhắc tới Trung Hoa ở đây, để chỉ các nhà cầm quyền Trung Hoa mà thôi, còn 70% dân Trung hoa thuộc đại chủng Việt là anh em của chúng ta.

 **Truyền thống Du mục** của Trung Hoa bắt đầu từ **Thuỷ Tổ Hiên Viên Hoàng đế,tiếp đến Tần Thủy Hoàng, Hán Vũ đế, Mao Trạch Đông, Đặng Tiểu Bình, Ôn Gia Bảo, Giang Trạch dân, Tập Cận Bình** . . họ lập nên **Chế độ Phong kiến chuyên chế** thâm ác, nay còn hợp lưu **với CS quốc tế rất tinh vi và tàn bạo, nên vô cùng hung hiểm,** các nhà cầm quyền Tàu luôn tìm cách xâm chiếm nước ta, họ đã cai trị Dân tộc chúng ta hơn 1000 năm, họ còn đem quân đánh chiếm 17 lần, nhưng đều thảm bại, nay lại dùng chiến tranh vi trùng để khuynh loát thế giới mà bành trướng , nhất là cho dễ bề nuốt chửng con mồi Việt Nam, nên nhớ **vì bị Tham, Sân, Si mê hoặc. nên CSVN tình** **nguyện làm Chư hầu cho giặc truyền kiếp**, họ cọng Rắn vào cắn Gà nhà, qua 60 năm VC giúp Tàu cộng xâm nhập vào mọi lãnh vực của Việt Nam, nay Tàu đã bao vây bốn mặt, may nhờ nhờ Tổng thống Trump đã đánh cho Tàu cộng mấy chưởng điêu đứng, làm chậm lại bước bành trướng, nay CSVN đang bị Tàu cộng đe dọa nặng nề nhưng lại được Hoa kỳ mời gọi kết thân, đây là cơ hội ngàn vàng cho CSVN, nếu muốn tr**ở** về với Chính Nghĩa Dân tộc, thì liệu còn có Khả năng và kịp thời nữa không ?

 Châu Âu tuy là quê hương của **Chế độ Nô lê, đế quốc Thực dân và Cộng sản,** nhưng nhờ bị bách hại và với tinh hoa của Kitô giáo mà các Tổ phụ Hoa kỳ đã thiết lâp được nền Dân chủ theo Dịch lý Đông phương, xây dựng được một Quốc gia có nền tảng vững chắc và tân tiến nhất ngày nay!

Còn lại vấn đề quan trọng là **cuộc chiến giữa những người CSVN và những người Quốc** **gia.** Qua phần trình bày trên, chúng ta nhận ra cả hai phe đều là **nạn nhận của cuôc chiến giữa hai nền Văn Hoá Nông nghiêp ( Dân chủ ) và Du mục ( Độc tài ) cũng như hai khối Tư bản và Cộng** **sản, chúng ta đã ăn phải của độc Văn Hoá ngoại lai, mà bỏ viên Ngọc HÒA quý gíá ( Long Toại ) của Dân tộc .**

Thực tế hiện nay là những nguời Quốc gia chưa thể tiêu diệt được hết người CSVN, mà những người thuộc phe CSVN cũng không thể diệt hết được người Quốc gia.

Thực tế là chưa bên nào hoàn hảo hết, nên không thể dành phần thắng hoàn toàn về phe mình, **nếu hai bên không vượt lên chính mình, vượt lên phe phái của mình mà cùng nhau quay về Chính nghĩa Quốc gia mà sống Hòa với nhau thì chỉ đưa Quốc gia Dân tộc tiến** **dần tới cảnh Nô lệ mà tiêu vong**, **không cách nào hơn là tìm cách Hoà giải với nhau theo Tinh thần: Nhân / Nghĩa Bao dung ( Hùng / Dũng: Bao dung ) của Dân tộc mà sống chung với nhau,** **cứ bám vào lý tưởng cực đoan, dành Hơn Thua với nhau, thì thiết tưởng không gì u mê bằng, hai bên phải canh tân nếp sống của mình trư**ớ**c , bỏ cái não trạng Duy ly Hận thù, trau dồi nếp sống có Tình có Nghĩa vươn lên mà tìm lối thoát chung cho cả Dân tộc**, **xin hai bên bỏ cái lối** **Khôn độc dại Đàn, Tham Dĩa bỏ Mâm**, **đừng cam tâm làm con Tốt Quốc tế đưa cả Dân tộc vào kiếp** **Trầm luân** ! **Nếu hai bên cứ dành Hơn / Thua Phải / Trái ngụy biện với nhau, cứ yên tâm làm đầy tớ cho ý tưởng Duy Lý ngoại lai, bỏ cuộc sống Nhân Nghĩa Bao dung của Tổ Tiên thì chỉ làm nhơ dòng máu Tiên Rồng của Tổ Tiên, mà chờ ngày xuống hố cả lũ !**

Xin nhớ chúng ta là giòng dõi của Tiên Rồng, hãy nhớ kỹ Tiên Rồng không là chuyện Hoang đường ,quê mùa lạc hậu, mà là **Tinh thần Hoà cao cả của Dân tộc** :

 **Là cháu Tiên thì phải biết lấy Tình Nhân ái bao la từ Quốc Mẫu Âu Cơ để làm tiêu chuẩn Đoàn kết**  **chung .**

**Là Con Rồng thì cũng biết lấy Lý Công chính rạch ròi từ Quốc Phụ Lạc Long để hành xử Hoà với nhau.**

**Rõ ràng Đồng bào Việt Nam nào mà bỏ Tiêu chuẩn Sống chung : “ Nhân / Nghĩa, Bao dung” thì mới Lạc Hồn Dân tộc . Vì Lạc Hồn Dân tộc nên có một số Đồng hương Việt Nam ( thay vì Đồng bào ) mới đối xử với nhau như kẻ Thù.**

Xin hỏi mấy người CSVN, mấy vị theo lý tưởng CS , sao mà tài sản không **cộng** cho tòan dân, mà chỉ có mấy Ủy Viên Trung ương thâu tóm hết Quyền và Tài sản của Dân tộc. Bấy lâu đảng trưởng CS đang bày trò chống Tham nhũng, đây là **trò hề con nít**, **đảng viên CSVN đâu có thèm tham** **nhũng, mà chỉ ngang nhiên ăn cướp ban ngày đàng hoàng trưóc thanh thiên bạch nhật bằng khủng bố**, **trước đây CSVN đã cướp hết tài sản Quốc gia,** **nay phe đảng này chỉ đang cướp lại của phe kia đã phổng tay trên mà thôi!**.

**CSVN yêu nước một cách cuồng nghiệt**, yêu bằng cách đè cổ nhân dân ra, nhét bo bo vào họng cho được hạnh phúc, nhưng khốn thay dạ dày của dân không tiêu hóa nổi!

Và nay CSVN không còn thể bám vào mớ dẻ rách**: Duy vật Biện chứng, Duy vật Sử quan và Kinh tế chính trị học nữa, với cái XHCN xuống Hố cả nước, vì:**

**Duy vật Biện chứng** có gốc từ Gốc “ **Mâu thuẩn thống nhất**”. Mâu thuẩn thống nhất là Cực này nuốt chửng Cực kia bằng gian manh và bạo lực để độc chiếm, độc trị mà Cướp : Cướp Chinh quyền để **cướp** Tài sản Qu**ố**c gia, cốt tuỷ của Mâu thuẩn thống nhất là **Duy lý cực đoan**, Duy Lý cực đoan đã đưa tới Chiến tranh thứ nhất , thứ hai và nạn hồng thuỷ CS, tất cả đã đem đến không biết bao nhiêu tai hoạ và khổ đau cho nhân loại.

**Duy vật Sử quan** là loại sử “ **của “ Chó đuổi sau “ vạch đường cho “ Chồn chạy trước!”** , Marx đã bắt sử Nhân loại chạy theo Đường vạch sẵn: CS nguyên thủy tới Tư sản, Tư bản, rồi CS, tới đây, thì CS tồn tại vĩnh viễn.

Không may, chưa đầy thế kỷ mà CS đã biến dạng thành Độc tài chuyên chính! Nga đang chuyển mình theo Chính thống giáo ( ? ), Còn Trung cộng đang đốt Chó Rơm V.C., **Xã hội chủ nghĩa mà V.C. đang bám đã đem cả nước xuống hố và đưa Dân tộc vào con đường Kiệt ( impass** ).

**Kinh tế Chính trị học gì mà Làm kinh tế** thì **tước quyền Tư do và quyền Tư hữu** của người dân, tước Khả năng và sáng tạo của con người, nên dân cứ đói dài dài, may có mấy nước Tư bản đem vốn và kỷ thuật vào giúp cứu sống lần hồi.

**Làm Chính trị** thì **tước Nhân quyền, lạm dụng Dân quyền, giết hại thành phần tinh hoa yêu nước**, giúp Tàu cộng tiêu diệt Dân tộc Việt Nam !

**Dẻ rách còn có thể đem chùi dày được, còn chủ nghĩa Mác Lê thì nên dùng làm gì đây hởi mấy “Đỉnh cao trí tuệ “?**

**Gần đây, có vị Luật sư gốc Nghệ An** **ở Houton, Texas, kêu gọi mọi người “ Move on “** mà Hoà giải Dân tộc . **Ông thừa nhận Cờ đỏ búa liềm sao vàng là cờ VN** , ông quên đi CS đã dùng Búa để đập đầu, dùng Liềm đã để cứa cổ nhân dân, ông đã mãi miết đi đêm với những người CS gộc đã hết thời ( Nguyễn Minh Triết, Nguyễn Tấn Dũng ) , để kết nghĩa đoàn viên, chắc là ông vẫn quyết mê theo đường lối XHCN, **Ông không đề ra những ai hòa giải với phe CS nào, hòa giải theo tiêu chuẩn** **nào và** **theo tiến trình ra sao**, ai đã giao cho ông làm việc quốc gia đó, chắc là một mình ông độc diễn thôi, ông quên đi rằng việc ông chủ trương Move on là CS đã và đang cố làm trước ông! Có phải ông đang đóng vai trò độc diễn nhằm giải hòa với CS theo mẫu mực Hơn / Thua như VC! Xin đừng nằm mơ, VC còn khôn ranh hơn Ông nhiều ! Trong cuộc đàm đạo với CS, thấy hai bên nói chuyện Tình Nghĩa ăn ý với nhau lắm, nhưng xem ra ông chỉ là chú Cừu non trước hàm Sói già!

**Thiển nghĩ muốn cứu nước thì phải cứu những con Người Bất Nhân, Bất Nghĩa trong toàn dân trưóc, vì mọi Bất công trong Gia đình và ngoài Xã hội đều do họ làm ra, họ gây rối loạn Xã hội, nếu hai bên không cùng nhau làm cuộc Cách mạng canh tân đời sống, hầu đem lại Nguồn Động lực cho công trình xây dựng**  **các Cơ chế xã hội công bằng, thì rốt cuộc mọi sự cũng chỉ là những chuyện ruồi bu làm nát thêm xã hội đã nát bấy như Tương!**

**Cứ lý, cứ sự là Không có con Người thực sự Nhân ái thì không thể làm việc Công chính đươc !**

 **Làm việc nước mà không có Chính lược Hoà Dân tộc để đoàn kết toàn dân , không có Chiến lược, Chiến thuật để xây dựng các Cơ chế xã hội cho tương đối công bằng thì trước sau gì cũng tiến nhanh, tiến mạnh, tiến vững chắc lên nền Tà trị như** **Đỉnh cao trí tuệ!**

**Không biết tới khi nào thì Đồng bào chúng ta mới Tỉnh giấc Công miên mà Hú Hồn Thiêng Sông Núi về với Dân Tộc mà vươn lên vực dậy?**

**TÓM LẠI**

**THAY VÌ SỐNG THEO TINH THẦN DỊCH LÝ LƯỠNG CỰC NHẤT NGUYÊN “ ÂM DƯƠNG HÒA” CỦA ĐÔNG PHƯƠNG ĐỂ HÒA THUẬN VỚI NHAU THEO TIÊU CHUẨN “ NHÂN / NGHĨA BAO DUNG ” HAI CHIỀU, THÌ NHÂN LOẠI LẠI CHỌN LỐI SỐNG DUY LÝ “ NHỊ NGUYÊN MÔT CHIỀU “ THEO TRIẾT LÝ TÂY PHƯƠNG ĐỂ DÀNH HƠN THUA VỚI NHAU, NÊN MỚI GÂY RA ĐẠI NẠN BẤT HÒA!**

**MUỐN SỐNG THEO TINH THẨN HÒA THÌ PHÃI HÙNG DŨNG, HÙNG LÀ SỨC MẠNH VẬT CHẤT, DŨNG LÀ SỨC MẠNH TINH THẤN, NÊN KHÓ, CÒN VIỆC VÁC BÚA LIỀM ĐI ĐẤU TRANH ĐỂ DÀNH HƠN THUA THÌ DỄ HƠN NHIỀU,VÌ CHĨ CẦN CÓ HÙNG LÀ ĐỦ!**

**CẦU XIN HỒN THIÊNG SÔNG NÚI SOI SÁNG VÀ ĐỘ TRÌ CHO DÂN TỘC CHÚNG TA CHÓNG THOÁT NẠN “ DĨ CƯỜNG LĂNG NHƯỢC!**

**Trân trọng,**

**Việt Nhân**

**Muà đại Dịch Covid 19 ( 06 / 2020 )**

# THAM KHẢO ĐAN ĐIỀN

# CENTER OF GRAVITY AND THE THIRD EYE

# HYUỆT VÀ HUỆ NHÃN

**ĐAN ĐIỀN**

**Đan điền là gì?**

**Đan điền** là thuật ngữ trong [y học](https://vi.wikipedia.org/wiki/Y_h%E1%BB%8Dc), [võ thuật](https://vi.wikipedia.org/wiki/V%C3%B5_thu%E1%BA%ADt), [dưỡng sinh](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=D%C6%B0%E1%BB%A1ng_sinh&action=edit&redlink=1) dùng để chỉ một vài trung tâm khí lực hay là các [huyệt đạo](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=Huy%E1%BB%87t_%C4%91%E1%BA%A1o&action=edit&redlink=1) trên [cơ thể người](https://vi.wikipedia.org/wiki/C%C6%A1_th%E1%BB%83_ng%C6%B0%E1%BB%9Di).

**Thượng đan điền**: Trùng với huyệt [Ấn đường](https://vi.wikipedia.org/wiki/%E1%BA%A4n_%C4%91%C6%B0%E1%BB%9Dng) (giữa 2 chân mày) còn gọi là “**Đan Điền** **thần**”.Nghiên cứu về Đan Điền được dùng ban đầu trong [Đạo giáo](https://vi.wikipedia.org/wiki/%C4%90%E1%BA%A1o_gi%C3%A1o). Tuy nhiên vì có nhiều môn phái, sách vở khác nhau nên thuật ngữ “đan điền” có thể được dùng không nhất quán bởi các môn phái khác nhau. Trong cơ thể người có ba bộ vị được gọi là đan điền:

**Trung đan điền**: Trùng với huyệt [Đản trung](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=%C4%90%E1%BA%A3n_trung&action=edit&redlink=1) (chính giữa đường nối 2 đầu ti, cắt ngang đường dọc theo xương ức) còn gọi là “**Đan Điền khí**”.

**Hạ đan điền**: Còn gọi là “**Đan Điền tinh**”, vị trí bắt đầu ngang với huyệt [Khí hải](https://vi.wikipedia.org/wiki/Kh%C3%AD_h%E1%BA%A3i) (nằm trong khoảng trên đường chính trung, dưới [rốn](https://vi.wikipedia.org/wiki/R%E1%BB%91n) 1,5 thốn – khoảng 3 cm) và huyệt Mệnh môn (tại cột sống, ngang với thắt lưng). Khi Đan Điền được chủ động kích hoạt, bộ vị của nó hoàn toàn nằm ở giữa và phía trên bụng dưới. Có môn phái thì nói nó nằm trên huyệt [Thần khuyết](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=Th%E1%BA%A7n_khuy%E1%BA%BFt&action=edit&redlink=1) (rốn).

Đan điền, [từ Hán Việt](https://vi.wikipedia.org/wiki/T%E1%BB%AB_H%C3%A1n_Vi%E1%BB%87t) có nghĩa là “ruộng trồng đan dược” (???), là nơi khí lực dễ tập trung hay có thể tập trung khí lực nhiều nhất, mạnh nhất. Vì vậy tùy theo môn phái và tùy theo mục đích sử dụng mà có các dị biệt về [huyệt đạo](https://vi.wikipedia.org/w/index.php?title=Huy%E1%BB%87t_%C4%91%E1%BA%A1o&action=edit&redlink=1).

(Wikipedia)

## Vị trí, công dụng, cách tập thở các loại Đan Điền

**Cách thứ nhất : Quân bình âm dương (hay cách thở 2 Đan Điền)**

**a-Điều thân :**

Bàn tay duơng đặt trên Đan Điền Thần dưới mỏm xương ức, bàn tay âm đặt dưới rốn 5cm nơi huyệt Khí Hải, Đan Điền Tinh.

Tay dương của Nam là tay trái, nữ là tay phải. Tay âm của nam là tay phải, nữ là tay trái. Đan Điền Thần là địện dương nối với tay dương. Đan Điền Tinh là điện âm nối với tay âm, đó là cách nối mạch truyền khí và tích lũy khí vào tạng phủ để điều hòa âm dương theo nguyên tắc bảo toàn năng lượng .



### The Three Fields

**1.- The lower Cinnabar Field** ( **Hạ Đan điền** ) is the *dantian* proper and is the seat of essence (*jing*). Different sources place it at 1.3, 2, 2.4, 3, or 3.6 inches (*cun*) below or behind the navel, and consider it to be the same as, or closely related to, other loci in the same region of the body: the Gate of the Existence (*mingmen*), the Origin of the Barrier (*guanyuan*), and the Ocean of Breath (*qihai*). In the first stage of the Neidan process (“refining essence into breath”), circulating the essence along these two channels generates the Internal Elixir.

**[ Dantian**, dan t’ian, **dan tien** or tan t’ien is loosely translated as “elixir field”, “sea of qi”, or simply “energy center”. **Dantian** are the Qi Focus Flow Centers, important focal points for meditative and exercise techniques such as qigong, martial arts such as t’ai chi ch’uan, and in traditional Chinese medicine.

Elixir:a [substance](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/substance), usually a [liquid](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/liquid), with a [magical](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/magical) [power](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/power) to [cure](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/cure), [improve](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/improve), or [preserve](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/preserve) something:

*It’s*[*yet*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/yet)*another*[*health*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/health)[*product*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/product)[*claiming*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/claim)*to be the elixir****of***[***life***](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/life)***/***[***youth***](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/youth)*(= something to make you*[*live*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/live)[*longer*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/long)*/*[*stay*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/stay)[*young*](https://dictionary.cambridge.org/us/dictionary/english/young)***).]***

* *

The nine palaces Cửu trù Hồng phạm

*The nine palaces of the upper Cinnabar Field
(the leftmost palace in the lower row
is located between the eyebrows)*

*[ Hình này có liên hệ gì đến Cửu trù Hồng phạm, Đan Điền cung (* **丹田宮***ở giữa 5 cung bên dưới) phải chăng là Hoàng Cực ? ]*

**2.- The middle Cinnabar Field** ( **Trung Đan điền** ) is at the center of the chest according to some authors, or between the heart and the navel according to others. **It is the seat of breath** (or “energy”, *qi*) and is also called **Yellow Court** (*huangting*), **Crimson Palace** (*jianggong*), or **Mysterious Female** (*xuanpin*, an emblem of the conjunction of [Yin and Yang](https://www.goldenelixir.com/taoism/yin_and_yang.html)). Its central position in the body also inspired the names Central Palace (*zhonggong*) and “One Opening at ] the Center of the Person” (*shenzhong yiqiao*). In the second stage of the Neidan process (“refining breath into spirit”), the Internal Elixir is moved from the lower to the middle *dantian* and is nourished there.

**3.- The upper Field** ( **Thượng Đan điền** ) is located in the region of the brain and is **the seat of spirit** (*shen*). Also known as Muddy Pellet (*niwan*) or Palace of Qian (*qiangong*, with reference to the ☞ [trigram](https://www.goldenelixir.com/taoism/table_bagua.html) representing Pure Yang), it is divided into nine palaces or chambers arranged in two rows. *Niwan* denotes both the upper *dantian* as a whole and the innermost palace or chamber (the third one in the lower row). Moving the Internal Elixir to the upper Field marks the third and last stage of the Neidan process (“refining spirit and reverting to Emptiness”).

### Cinnabar Fields and Meditation

**Cinnabar Fields and Meditation**

*[There are three Cinnabar Fields, but] the* ***lower Cinnabar Field is*** *the Cinnabar Field in the strict sense. Different views exist concerning its position. The medical texts usually say that it is located 1.3 inches below the navel. According to the alchemical texts, instead, it is found 1.3 inches behind the navel.*

### Book IconWang Mu, Foundations of Internal Alchemy

The Neidan tradition has inherited and developed several notions that have evolved in various contexts since Han times. The term *dantian* first occurs in two sources related to [the transformation of Laozi into a divine being](https://www.goldenelixir.com/taoism/taoism_intro_3.html), both dating from 165 CE: the *Inscription for Laozi* (*Laozi ming*) mentions the term in connection to the Purple Chamber (*zifang*, the gallbladder), and the *Stele to Wangzi Qiao* (*Wangzi Qiao bei*) relates it to meditation practices. One of the two main sources on early Taoist meditation, the third-century *Scripture of the Yellow Court* (*Huangting jing*), frequently refers to the three *dantian* as the Three Fields (*santian*) and the Three Chambers (*sanfang*), and also mentions the Yellow Court and the Muddy Pellet. The other main early Taoist meditation text, the [*Central Scripture of Laozi*](https://www.goldenelixir.com/taoism/texts_laozi_zhongjing.html) (*Laozi zhongjing*), gives the first detailed description of the lower Field, saying that it contains the whole cosmos and is the residence of the material carriers of essence (*jing*), i.e., semen for men and menstrual blood for women. The same passage shows that the appellation “cinnabar” originally derives from the red color of the innermost part of the *dantian*, with no direct relation to the mineral cinnabar or to the elixir. [[See a translation of this passage.](https://www.goldenelixir.com/taoism/texts_laozi_zhongjing.html)]

In several early descriptions, the three *dantian* also appear as residences of [inner gods](https://www.goldenelixir.com/taoism/inner_gods.html) visualized by adepts in meditation practices — in particular, the One (Taiyi), who moves through the three Fields within the human body. The best-known occurrence of the term *dantian* in this context is found in the *Baopu zi*. [[See a translation of this passage.](https://www.goldenelixir.com/taoism/texts_baopu_zi.html)] The [Shangqing](https://www.goldenelixir.com/publications/eot_shangqing.html) sources developed these meditation practices. The practice of embryonic breathing (*taixi*), also known as “breathing of the Cinnabar Field” (*dantian huxi*), further contributed to shape the Neidan view of the *dantian*.

## Huyệt Đan Điền ở đâu và công dụng như thế nào?

Hai tay để vào Đan Điền Thần để hoàn toàn tăng dương tăng Sinh Hóa, chữa bệnh âm, ăn không tiêu, tiêu chảy, thiếu máu, áp huyết thấp, người lạnh, sốt rét….Tay trái nam để dưới xương ức, nơi Đan Điền Thần, tay phải chồng lên trên, nữ đặt tay ngược lại.

 **a.-Điều thân**

**b-Điều ý :**

Cuốn lưỡi, ngậm miệng, nhắm mắt, thở bằng mũi bình thường. Nằm nghe, theo dõi bụng phồng lên và xẹp xuống tự nhiên theo hơi thở ra-vào, gọi là Quán Tức (theo dõi hơi thở)

**c-Điều tức :**

Để ý mỗi lần thở vào, tưởng tượng khí từ ngoài vũ trụ vào từ đỉnh đầu (Thiên Môn) chạy đến tụ ở Đan Điền Thần, và khi hơi thở ra, tưởng tượng đưa khí từ Đan Điền Thần xuống tụ lại ở Đan Điền Tinh. Cứ mỗi hơi thở vào-ra như thế, trong đầu đếm nhẩn là 1 lần, rồi 2 lần….cho đến 10 lần, rồi trở lại đếm từ 1 đến 10 lần, gọi là 20, từ 1 đến 10 nữa gọi là 30, gọi là Sổ Tức (đếm hơi thở)….càng theo dõi hơi thở vào-ra càng lâu, càng nhiều đến mấy trăm lần càng tốt….

**d-Lợi ích :**

Có nhiều công dụng. Nếu thở thiền như vậy mà bị hôn trầm rơi vào giấc ngủ sâu, không theo dõi là đã đếm được bao nhiêu lần, thì đó là cách chữa bệnh mất ngủ hiệu qủa nhất, vì bệnh mất ngủ do suy nghĩ lung tung, nay cột tâm lại không cho tâm viên ý mã, chỉ đếm hơi thở mà ngủ được, do đó tây phương chữa bệnh mất ngủ bằng cách đếm cừu 1 con, 2 con, 3 con…. lên đến ngàn con là ngủ được, nhưng đó chỉ là Sổ (đếm) chứ không phải thiền Sổ Tức (đếm hơi thở).

Ngược lại, nếu không bị hôn trầm, còn tỉnh táo, có thể đếm được đến mấy ngàn lần, gọi là thiền tỉnh thức, tần số sóng não xuống thật thấp (3 Hertz) hơn là tần số ngủ (5 Hertz), như vậy cơ thể vẫn được ngủ, nhưng trí nhớ được tăng cường, minh mẫn, phát triển tế bào não, tăng cường hệ miễn nhiễm giúp cơ thể khỏe mạnh không bệnh tật, trẻ hóa tế bào, làm chậm sự lão hóa, phát triển tâm linh, tăng thêm hồng cầu, tăng oxy trong máu, bụng nóng ấm, mềm, tiêu hóa nhanh, hấp thụ và chuyển hóa nhanh, loại bỏ độc tố nhanh tống ra ngoài cơ thể.

Giai đoạn này là đang tập ở giai đoạn Lửa Cung Ly đốt vàng cung khảm.

## Cách thứ hai : Tập thở Đan Điền Thần :

**a-Điều thân :**

Hai tay để vào Đan Điền Thần để hoàn toàn tăng dương tăng Sinh Hóa, chữa bệnh âm, ăn không tiêu, tiêu chảy, thiếu máu, áp huyết thấp, người lạnh, sốt rét….Tay trái nam để dưới xương ức, nơi Đan Điền Thần, tay phải chồng lên trên, nữ đặt tay ngược lại.

**b-Điều ý:**

Cuốn lưỡi, ngậm miệng, nhắm mắt, thở bằng mũi bình thường. Nằm nghe, theo dõi bụng phồng lên và xẹp xuống tự nhiên theo hơi thở ra-vào, gọi là Quán Tức (theo dõi hơi thở)

**c- Điều tức :**

Sổ Tức, tưởng tượng khi hơi thở vào, khí từ ngoài vũ trụ vào từ Thiên Môn (đỉnh đầu) đến tụ lại ở Đan Điền Thần, mình cảm thấy dưới bàn tay nóng ấm. Khi hơi thở ra, tưởng tuợng khí nóng ấm ở bàn tay tỏa ra hâm nóng Đan Điền Thần. Cứ mỗi lần hơi thở vào-ra hâm nóng Đan Điền Thần như vậy, mình đếm 1, rồi lần thứ hai đếm 2…. đến 10, là hết vòng thứ nhất, thì quay trở lại đếm vòng thứ hai 1,2,3,4,5,6,7,8,9,20, vòng thứ ba 1,2,3,4,5,6,7,8,9,30, vòng thứ tư 1,2,3,4,5,6,7,8,9,40…

Nếu để nhiệt kế dưới bàn tay, chúng ta nhận thấy trước khi tập, nhiệt kế chỉ 30 độ, sau khi tập 30 phút, nhiệt kết chỉ trên 37 độ là tập đúng. Người ngoài theo dõi nhiệt độ càng lúc càng tăng là người tập vẫn còn tỉnh thức, nếu nhiệt độ đứng lại không tăng là người tập đã đi vào hôn trầm (ngủ say) hay nhiệt độ tụt xuống dần là người tập đã tâm viên ý mã, suy nghĩ theo tư tưởng đi chỗ khác, mà ý không còn ở Đan Điền Thần nữa.

**d-Lợi ích :**

Nếu thở thiền ở Đan Điền Thần bị hôn trầm đi vào giấc ngủ sâu là đã chữa được bệnh mất ngủ do áp huyết thấp, người lạnh, thiếu máu não, cơ thể suy nhược,suy tim, tâm thần suy nhược, ăn không tiêu, hay bị tiêu chảy, đau nhức. Nếu còn tỉnh thức, cơ thể vẫn được ở trong trạng thái ngủ, chỉ có bộ não đang làm việc chỉnh sửa hệ thống thần kinh giác quan hoàn hảo hơn như mắt nhìn rõ, tai nghe thính, mũi thính, vị giác phân biệt rõ ràng, ăn uống ngon hơn, và tâm linh được phát triển đến trình độ cao hơn.

Tập càng nhiều ở giai đoạn này sẽ đạt đến trình độ : Vân thông khí công soi cốt tiết.

## Cách thứ ba : Tập thở Đan Điền Tinh

**a-Điều thân :**

Hai tay để vào Đan điền Tinh để tăng âm, tăng Chuyển Hóa, chữa bệnh dương, táo bón, người nóng, khát uống nước nhiều, áp huyết cao, sốt nóng…

Nam đặt bàn tay phải dưới rốn 5cm nơi huyệt Khí Hải Đan Điền Tinh, tay trái đặt chồng lên trên. Nữ đặt tay ngược lại.

**b-Điều ý:**

Quán Tức theo dõi bụng phồng lên và xẹp xuống tự nhiên theo hơi thở ra-vào.

Tưởng tượng khi hơi thở vào từ đỉnh đầu Thiên Môn (cửa thông ra ngoài trời) vào thẳng đến Đan Điền Tinh tụ lại ở đó, khi hơi thở ra, tưởng tượng khí ở bàn tay lăn tỏa vào bụng dưới làm ấm Đan Điền Tinh. Khi đã có được cảm giác mỗi lần hơi thở ra làm âm Đan Điền Tinh, bắt đầu Sổ Tức đếm hơi thở, mỗi vòng đếm từ 1 đến 10, vòng thứ hai đếm từ 1 đến 20, rồi 1 đến 30… đến hàng trăn lần, ngàn lần.

**c-Lợi ích :**

Khi tỉnh thức tập thở là đang ở thời kỳ Sinh Hóa trong chu kỳ chuyển hóa, khi đi vào giấc ngủ sâu, tất cả biến thành chuyển hóa, chuyển chất bổ để biến thành máu chuyển thành tinh khí, sinh tinh hóa tủy mạnh thận, nuôi xương cốt.

Tập một thời gian liên tục thì lại chuyển tinh hóa khí giai đoạn hai diệt dục để hoàn tinh bổ não biến khí hóa thần, tập bài này suốt đời không có hại để chuyển thần hoàn hư có nghiã là thay đổi tế bào não, cải lão hoàn đồng, tăng cường trí nhớ trí thông minh.

## Cách thứ tư : Tập Thở Mệnh Môn.

(sau lưng, điểm giữa cột sống ngang lưng quần, đối xứng với rốn, hay tạm gọi là rốn sau)

**a-Điều thân**

Cuốn lưỡi, ngậm miệng, nhắm mắt, thở bằng mũi tự nhiên. Có ba cách điều thân, tùy theo mục đích :

Chuyển hỏa khí sang Mệnh Môn, hai tay đặt tại Đan Điền Thần.

Chuyển thủy khí sang Mệnh Môn, hai tay đặt tại Đan Điền Tinh.

Chuyển tinh hóa khí, tay dương tại Đan Điền Thần và khí hóa thần, tay âm đặt tại Đan Điền Tinh.

**b-Điều ý**

Cũng có 3 cách điều ý theo mục đích :

*Chuyển hỏa khí sang Mệnh Môn :* Tưởng tượng hơi thở vào từ Thiên Môn tụ ở Đan Điền Thần, hơi thở ra, chuyển hỏa khí từ Đan Điền Thần vào Mệnh Môn.

*Chuyển thủy khí sang Mệnh Môn :* Tưởng tượng hơi thở vào từ Thiên Môn tụ ở Đan Điền Tinh, hơi thở ra, chuyển thủy khí vào Mệnh Môn.

Chuyển tinh hóa khí, tưởng tượng hơi thở vào từ Thiên Môn tụ ở Đan Điền Thần, để chuyển hóa tinh chất của thức ăn biến thành hỏa khí, ngưng thở 1 giây dùng ý chuyển dẫn hỏa khí tụ ở Đan Điền Tinh, để chuyển hóa hỏa khí thành tinh khí một lần nữa. Hơi thở ra, chuyển tinh khí từ Đan Điền Tinh vào Mệnh Môn để khí hóa thần.

Mỗi lần xong một hơi thở, áp dụng Sổ Tức từ 1 đến 10 nhiều lần lên đến ngàn lần.

**c-Lợi ích :**

Khi Sổ Tức bị hôn trần sẽ rơi vào giấc ngủ ngon.

Khi Sổ Tức còn tỉnh thức, cách thứ nhất làm tăng Mệnh môn hỏa, làm tăng thận dương, chữa được bệnh thận dương hư, chữa bệnh tiểu đêm, tiểu nhiều, mất trí nhớ, áp huyết thấp, người lạnh, sốt rét, chữa bệnh thận khỏi phải lọc thận.

Cách thứ hai làm tăng thủy cho Mệnh Môn làm mạnh thận âm, nuôi duỡng thận, tăng thận thủy, chữa áp huyết cao, tinh khí thiếu, yếu xương cốt, sinh tinh tủy, hoàn tinh bổ não, chữa thận nhiệt đi tiểu nóng rát, tiểu rắt.

Cách thứ ba, chuyển tinh hóa khí, khí hóa thần, nuôi bộ não phát triển, thay tế bào não, làm chậm lão hóa, tăng cường trí nhớ trí thông minh, phát triển tâm linh. Đây là giai đoạn luyện Tinh bền khí đủ dưỡng nguyên thần.

## Tại sao gọi là Đan Điền Thần ?

Vị trí của Đan điền thần được định nghĩa là một lỗ rỗng gọi là **Hư Vô Huyệt Lý**, ngang dọc 1 thốn 2 phân sờ và nhìn không thấy, nhưng là nơi chuyển hoá Âm Dương, cách tim 3 thốn 6, cách thận 3 thốn 6, đo khoảng cách từ tim (Hỏa) xuống Thận (thủy) là 8 thốn 4 .**Tiểu vũ trụ của con** **người** liên quan đồng nhất thể với đaị Vũ trụ của trời đất nên khoảng cách từ mặt trời (hỏa) xuống mặt nước biển (thủy) là tám mươi bốn muôn ngàn dặm (84 x 10000 (muôn)x1000x dặm 1,609km) đúng như khoa học đã xác định .

Điện khí Hỏa của Trời là Dương, điện khí Thủy của trái Đất là Âm, giữa lưng Trời là điểm chuyển hóa Âm Dương khi đụng nhau tạo ra sét và tiếng nổ ở đó. Ở đó là nơi nào không xác định được chính xác nên ở trong thân người được gọi là Hư Vô Huyệt Lý .

Nếu muốn thường xuyên âm dương được chuyển hóa để giúp con người khỏe mạnh sống lâu con người mới tìm cách luyện đơn như Thái Thượng Lão Quân, lập một cái lò bát quái ở Đan điền Thần này gọi là lập Lư Đảnh .Chất liệu để luyện đơn là hai chất độc không bao giờ có thể hòa hợp được với nhau đó là chất dương thủy ngân ( hống) và chất âm chì (diên) nung nấu trong lò ở một nhiệt độ thích hợp ( gọi là luyện công phu để hống diên giao đầu) độ lửa của lò bát quái lúc đó vừa nóng bên trong vừa nóng bên ngoài gây ra một tiếng nổ cả hai thứ tan thành chất bột đỏ tươi gọi là thần sa thường dùng để bao áo các viên thuốc tầu chữa bệnh tim, thần kinh, an thần , thần sa uống nhiều thì ngộ độc tẩu hỏa nhập ma, loại chế biến ít độc có thể uống được là chu sa, trong các triều đại Tầu dùng Chu sa bón cho con Thạch sùng ăn rồi lấy máu của Thạch sùng bôi vào cổ tay người con gái để xác nhận còn là xử nữ hay không rồi mới tiến cung, nên có điển tích của câu thơ Lấy bột chu sa bón thạch sùng.Ngày nay các nhà hàng tàu có món phở áp chảo là để lửa phừng cháy lên trên vào chảo rồi lấy ra, ăn có mùi thơm ngon đặc biệt hơn là chỉ xào bằng lửa dưới, giống như kiểu luyện tiên đơn lửa bên ngoài đủ nóng đến độ làm phừng lửa cháy bên trong lò bát quái mới thành thuốc tiên.

Khi chúng ta chọn chỗ đặt tay vào Đan Điền là chúng ta đang ở thời kỳ Lập Lư Đảnh .Khi thở nghe bụng nóng là nóng trong, nghe bàn tay nóng chảy mồ hôi là lửa ngoài nóng, cái nóng được tăng cường theo chu kỳ khép kín để bảo toàn năng lượng, đến độ nóng nào thích hợp thì tâm hoả và thận thủy chuyển hóa gây ra một tiếng nổ đinh tai nhức óc như sét đánh, khiến mình bàng hoàng ngơ ngác, tưởng bom ở đâu nổ, chỉ có trong đầu mình nghe được mà người ngoài không nghe được lúc đó thành tiên rồi, khó mà đạt được, nhưng để chuyển tinh hoá khí, khí hóa thần giúp sống lâu khỏe mạnh không bệnh tật thì dễ hơn mọi người đều tập được.

Các tiên gia gọi vị trí đan điền thần là Cung Huỳnh Đình, Đình là sân, Huỳnh là vàng, tức là sân rồng nơi các bá quan văn võ cùng vua họp bàn chánh sự, các nơi báo cáo tình hình trong nước và là đầu não chỉ huy điều hành việc nước. Cho nên ý tập trung tại Đan Điền Thần, ý là vua, các quan là những thần kinh chức năng cơ quan tạng phủ tụ tập ở đây để điều hòa các chức năng của cơ thể. Ngược lại nếu thiền theo các môn phái khác, ý tập trung tại bộ đầu, thì theo lý thuyết của khí công ý ở đâu khí ở đó, khí huyết sẽ dồn hết lên bộ đầu sinh tẩu hỏa nhập ma, bộ đầu gọi là Nê Hoàn Cung như phòng ngủ của vua. Nếu quốc gia nào mà ông vua cứ ở phòng ngủ nơi hậu cung vui chơi với tam cung lục viện thì sẽ mất nước, cho nên muốn nước giầu dân mạnh vua lúc nào cũng phải ra ngoài Huỳnh Đình Cung kiểm soát công việc làm của các bá quan văn võ (âm dương, huyết khí) của các bộ (tạng phủ) thì cơ thể luôn luôn khỏe mạnh không bệnh tật.

Mọi người nên tập bài tĩnh công đến suốt đời cũng không có biến chứng tẩu hỏa nhập ma, vì càng tập là càng luyện đơn để tiến hóa, luyện đơn chắc chắn thể xác khỏe mạnh không bệnh tật, nhưng về tinh thần, trí não được phát triển, kết qủa đầu tiên cảm nhận được là : Vân thông khí công soi cốt tiết. Tinh bền khí đủ dưỡng nguyên thần. Tiếp tục tập sẽ có trạng thái : Xuất thần lên cảnh thần tiên. Học thêm tâm pháp bí truyền cao siêu. Tập đến khi thần hoàn hư : Đến bực này thì chứng kim tiên. Không không không hậu không tiền,. Không lo không nghĩ không phiền lòng ai . Đến lúc đó tôi sẽ từ giã qúy vị biệt tích giang hồ.

Nói như vậy để qúy vị biết tôi chưa đạt được cảnh giới này, nên mới còn duyên để gặp gỡ qúy vị

***doducngoc***

o O o

Kính gửi Đại Phu Đỗ Đức Ngọc

Tôi rất cám ơn ngài gửi cho Đồ Hình các kinh huyệt.

*Tôi là người tu thiền, muốn biết đích xác huyệt Đan Điền, chỉ biết đại khái dưới rốn 2 phân (2 đốt ngón tay), và thắc mắc rằng, sâu hơn huyệt Đan Điền nữa là huyệt gì, trên Đan Điền là huyệt Âm giao có phải cũng là Đan Điền không thưa Đại phu ? Tôi quen biết một võ sư cho biết đó là huyệt Khí Hải, xin đại phu xác định, chỉ giáo dùm cho chính xác vị trí.*

*Chúc Đại phu mọi điều như ý và càng thêm công đức, phổ độ chúng sinh.*

Kính thư,

Tăng

#### Trả lời

Khí Hải còn gọi là Đan Điền Tinh, dưới huyệt Khí Hải có huyệt Quan Nguyên, nhà đạo gọi là Chơn Khí Huyệt, Âm Giao không phải là Đan Điền. Khí công thiền có 3 đan điền, Đan Điền Khí từ xương ức lên đỉnh đầu, khi thở thiền chú ý hơi thở ở Thiên Môn (chỗ lõm trên đỉnh đầu do thiền mà có, không hoàn toàn đúng vào huyệt Bách Hội) hay chú ý vào Ấn Đường, hai nơi này gọi là Đan Điền Khí. Đan Điền Thần là nơi Âm Dương gặp nhau để biến hóa, gọi lả Hư Vô Huyệt Lý, sờ và nhìn không thấy, rộng vuông vức 1 thốn 2, cách tim 3 thốn 6, cách thận 3 thốn 6 .Tổng cộng tâm hỏa cách thận thủy 8 thốn 4, tương đương với khoảng cách từ mặt trời xuống biển là 84 muôn ngàn dặm (84x10000x1000x1,609km) điểm giữa trời với đất giao tiếp điện âm dương tạo ra tiếng sấm sét ở thiên nhiên, thì Hư Vô Huyệt Lý cũng tạo ra chấn động âm dưong, nên gọi là Đan Điền Thần, khi thở tập trung ý tại đan điền thần dưới xương ức gần huyệt Cưu Vĩ, nó nằm sâu bên trong, vô hình, Thái Thượng Lão Quân gọi cách thở này là Lập Lư Đảnh để nấu thuốc luyện tiên đơn (lửa cung ly đốt vàng cung khảm), cung ly là tâm hỏa, cung khảm là thận thủy, khí công gọi là cách thở thai tức (bào thai trong bụng mẹ không cần thở bằng mũi để lấy oxy bên ngoài, chỉ cần theo dõi nhịp mạch đập ở Đan Điền Thần, thấy nó vẫn đập, mặc dù mình không thở mà vẫn sống ), cuốn lưỡi nối vòng Nhâm Đốc để khí đi xuống 12 đốt cổ họng thì 12 đốt này nhà đạo gọi là Thập Nhị Trùng Lầu, nhưng luyện đến khi chuyển tinh hoá khí, chuyển khí hóa thần, thì khí đi lên sau lưng vòng phía sau 12 đốt cổ lên đầu vào Cung Nê Hoàn thì 12 đốt này có tên gọi khác là Thập Nhị Trùng Thiên…..

Thân

##### Doducngoc

*Vô cùng cám ơn Đại Phu đã giảng giải rất chi tiết về Đan Điền Tinh, Khí, Thần, khiến tiểu nhân được mở rộng tầm kiến thức.*

*Nhưng lại thêm các danh từ như Thốn, Cung Nê Hoàn, khiến tiểu nhân thêm mờ mịt. Xin cho biết 1 thốn tương đương với bao nhiêu cm hay inches, trong hệ thống đo lường hiện đại. Và vị trí cung Nê Hoàn ở đâu ?*

*Ngoài ra, cách thận 3 thốn 6 lại cách thận thủy 8 thốn 4, là sao?*

Khác biệt thế nào giữa 2 Thận và Thận thủy ?

Xin cảm tạ,

Tăng

#### Trả lời

1-Thốn là đơn vị đo lường chiều dài của 1 đốt lóng tay của mỗi người mập ốm khác nhau theo tỷ lệ với thân hình của người ấy, nhưng theo 1 quy luật chung như khoảng cách giữa 2 núm vú là 8 thốn, khoảng cách lằn chỉ nhượng tay đến lằn chỉ cổ tay dài 12 thốn, thí dụ nói huyệt
Nội Quan cách lằn chỉ cổ tay 2 thốn, thì huyệt này trên tay một đứa nhỏ chỉ dài có 3cm, nhưng trên cổ tay người lớn 7cm… do đó đơn vị đo huyệt gọi là đồng thân thốn, lấy đốt tay người nào đo lên thân người ấy, chứ không đo trên người khác được. Thời nay giải quyết dễ dàng hơn, xem thốn là 1 đoạn, vậy huyệt Nội Quan là 2/12 (trên tổng số 12 đoạn của chiều dài cánh tay ngoài)… Từ rốn xuống xương mu dài 5 thốn, huyệt Khí Hải tính từ rốn xuống là 1 thốn rưỡi, tức là 1.5/5.

2-Nê Hoàn Cung ví như phòng ngủ của vua, nằm trong đầu nhưng vô hình không có vị trí nhất định, không phải ai cũng có, chỉ có những vị tu thiền đạt mức thượng trí (kiến thức ngoài thế gian không có). Còn Đan Điền Thần, nhà đạo gọi là Huỳnh Đình Cung (sân rồng) nơi văn võ bá quan cùng vua họp bàn việc nước, điều khỉển lục bộ như ngoại giao, giáo dục, công chánh, kinh tế, nội vụ,y tế….Vì thế khi thở ý tập trung ở đây (ý là vua) theo dõi, kiểm soát, điều chỉnh sự hoạt động của lục phủ ngũ tạng lúc nào cũng được tốt thì cơ thể luôn luôn khỏe mạnh. Nếu vua (ý) ở Nê Hoàn Cung mê say với cung tần mỹ nữ thì quốc gia sẽ loạn, ví như ý tập trung ở đầu, cơ thể sẽ bị bệnh, tẩu hỏa nhập ma, áp huyết cao, mất ngủ, điên loạn… Cho nên khí công chữa bệnh chỉ nên tập trung ý theo dõi hơi thở ở Đan Điền Thần để chuyển hóa âm dương, giúp lục phủ ngũ tạng luôn hoạt động tốt để cơ thể khỏe mạnh không bệnh tật. Đây cũng là một phương pháp thiền để tăng cường sức khỏe, không xuất hồn lên bộ đầu sẽ làm tăng áp huyết, không tập trung nhiều ở Chơn Khí Huyệt (dưới Đan Điền Tinh) sẽ thành qủy dâm dục…

3-Khoảng cách từ tim xuống điểm nối 2 qủa thận dài 8 thốn 4, Hư Vô Huyệt Lý chiếm 1 thốn 2, ở trung tâm lư đảnh ở đoạn giữa tâm-thận

4-Thận là nói chung, nhưng chức năng chứa lọc nước gọi là thận thủy để đối đãi với tim cho sức nóng ấm cho cơ thể goi là tâm hỏa, dùng danh từ hỏa thủy là có ý nghĩa về sự biến hóa của trời đất, mặt trời nóng giao hòa với quả đất bằng cách đưa sức nóng xuống mặt biển, lúc nhiều
lúc ít để nước nóng bốc hơi thành mây, nước biển cạn gọi là thủy triều xuống, mây tụ lại thành mưa trả nước về cho biển gọi là thủy triều lên, đó gọi là sự biến hóa hỏa-thủy của thiên nhiên vũ trụ, trong con người cũng do tâm hỏa và thận thủy chuyển hóa gọi là sự khí hóa làm lục phủ ngũ tạng hoạt động điều hòa.

Thân

***doducngoc***

## Khai mở “Huệ nhãn” của Đại sư Tây Tạng

**Một khi đã có Huệ nhãn thì dù ngồi tĩnh tọa trong viện, nơi núi cao hay trong rừng sâu vẫn có thể thấy những gì xảy ra ở khoảng cách xa.**

Xứ Tây Tạng, được xem là “thánh địa” của những câu chuyện kỳ bí và tâm linh mà khoa học đang tìm cách lý giải. Đã có rất nhiều nhà khoa học và dân tộc học nổi tiếng “đơn phương độc mã” trèo đèo vượt núi trong tuyết lạnh để vào xứ sở của “đỉnh trời” không ngoài mục đích là tìm hiểu những gì thuộc lãnh vực siêu linh huyền bí.

## Khám phá

Nhiều nhà khoa học và dân tộc học nổi tiếng như James Frazer, R. Muller, William Halse Ricers, Ions Veronica, Mbiti John, Wentz W. E, Osborne Harold... đặc biệt là một người phụ nữ, một nữ văn sĩ tên là Alexandra David Neel đã đơn phương độc mã trèo đèo vượt núi trong tuyết lạnh để vào xứ sở của “đỉnh trời” là xứ Tây Tạng không ngoài mục đích là tìm hiểu tận nơi những gì thuộc lãnh vực siêu linh huyền bí. Nhờ đó mà thế giới Tây phương mới biết được những cuộc sống lạ lùng của các vị Lạt Ma Tây Tạng, nhất là biết về những năng lực tâm linh kỳ bí của những vị sư sống trong hang động, nơi mà “Trời” và “Đất” gần như giao hòa với nhau thành một thể.

Điểm đặc biệt đáng nhắc đến là nơi đây các vị sư đều có khả năng cao về nhận thức, họ có thể hiểu nhau qua không gian hơn là biểu lộ bằng lời nói hay hành động. Nhờ khả năng đọc được tư tưởng người khác mà nhiều vị Lạt Ma Tây Tạng biết trước được những gì mà người khác đang dự tính trong đầu.

Ngoài ra, những vị này còn có khả năng phân tích vầng màu sắc tỏa ra từ đầu bất cứ ai để từ đó biết được ý tưởng tốt hay xấu mà người đó đang dự định. Đây chính là nguồn năng lực của con mắt thứ ba đã được nhiều tài liệu nhắc tới với tên gọi là “Thần nhãn” hay “Huệ nhãn”.

**

Trở lại vấn đề khả năng thông hiểu ý tưởng người khác cũng như thấy rõ và phân biệt vầng màu mà các vị Lạt Ma Tây Tạng có được thì đó lại là sự kiện có vẻ bình thường đối với người dân Tây Tạng.

Lý do dễ hiểu là từ tấm bé, họ đã được cha mẹ kể cho nghe chuyện cổ tích về người Tây Tạng thời cổ xưa, theo chuyện cổ này thì thời xưa ấy, người Tây Tạng ai cũng có một “nhãn lực” đặc biệt, nhãn lực này không phải từ đôi mắt thông thường của con người mà là từ một con mắt thứ ba này mà người xưa gọi là Thần nhãn hay nói theo kinh điển là Huệ nhãn.

Về sau, vì con người bị lôi kéo dần vào đường vật chất, ích kỷ, tham lam, sân hận, mê mờ nên trí óc không còn trong sạch, sáng suốt. Cuối cùng như tấm gương bị bụi mờ che kín, con mắt thứ ba trở thành u tối không còn sử dụng được nữa.

Các nhà nghiên cứu về Huệ nhãn đã bắt gặp trong giới động vật hình ảnh trung thực nhất về con mắt thứ ba một cách rõ rệt không chối cãi. Tuy nhiên câu hỏi tại sao lại có sự hiện hữu và công dụng thực tế thì lại còn lắm mơ hồ. Đặc biệt lạ lùng là ngay trong giới động vật có xương sống cấp dưới thì lại thấy hiện một cấu tạo giống như cấu tạo mắt bình thường, nghĩa là cũng có dây thần kinh, thủy tinh thể và võng mạc... Ngay cả loài cá, lưỡng thê, bò sát, chim, cả động vật có vú kể cả con người cũng đều có dấu tích con mắt thứ ba.

Khi khảo sát bộ xương của loài khủng long thời tiền sử, các nhà cổ sinh vật học cũng chú ý tới một chỗ lõm nơi phần sọ của loài bò sát khổng lồ này và đã đoán nơi đây là vị trí của một cơ quan thị giác hay nói theo suy tưởng của sự kiện đang bàn là “con mắt thứ ba”. Công dụng của con mắt này có lẽ để giúp các loài động vật thời cổ không những thấy mà còn biết thêm hay cảm nhận trước được tình trạng chung quanh như mưa, gió nhất là các vật thể nằm khuất ở vị trí phía trên đầu.

|  |
| --- |
| *https://images.kienthuc.net.vn/zoom/800/uploaded/maianh/2014_03_28/ktt_29.3_tay_tang2_kienthuc_mcdh.jpg* |

Khai mở “Huệ nhãn”

Những khám phá mới đây nhất (vào năm 1996) từ một số nhà khoa học đã cho biết là trong não người có một tuyến tuy rất nhỏ, chỉ bằng hạt đậu xanh nhưng nhiệm vụ của tuyến này rất kỳ diệu, chỉ tiết ra loại nhân hóa tố đặc biệt với một lượng rất nhỏ trong trường hợp con người đang chú tâm cầu nguyện với tất cả thành tâm, hay vào các giai đoạn con người ở tình trạng nguy biến, thập tử nhất sinh.

Cái tuyến lạ lùng đó là tuyến Tùng quả (Pineal gland). Khi phân hóa tố của tuyến đi vào máu thì cơ thể sẽ có những phản ứng kỳ diệu bất ngờ mà lúc bình thường không có được. Các nhà sinh vật học còn khám phá ra rằng:

**Tuyến Pineal gland còn có liên quan tới bộ phận mà người Tây Tạng gọi là con Mắt thứ ba.**

**Chỉ những ai chịu vứt bỏ lòng tham luyến sân si mê mờ, quyết tâm giữ lòng trong sạch và tu trì mới có được Huệ nhãn**. Chính phần lớn các vị Đại sư Tây Tạng, những người ẩn cư nơi vùng núi cao tuyết giá hay trong các Đạo viện thâm nghiêm là có thể có năng lượng “thượng thừa” ấy mà thôi. Tuy nhiên, theo các vị Đại sư thì không phải tất cả các vị chân tu Tây Tạng đều có Thần nhãn hay Huệ nhãn như ta tưởng, vì muốn có được Thần nhãn thì ngoài hội đủ các điểm cần yếu như đã nói trên, còn phải có Thần lực đặc biệt kết hợp với các pháp môn tu luyện cao siêu mới được.

|  |
| --- |
| *https://images.kienthuc.net.vn/zoom/800/uploaded/maianh/2014_03_28/ktt_29.3_tay_tang3_kienthuc_orre.jpg* |

Phép tu luyện cao siêu đó có mục đích là để khai mở Huệ nhãn. Một khi đã có Huệ nhãn rồi thì dù ngồi tĩnh tọa trong viện, nơi núi cao hay trong rừng sâu vẫn có thể thấy được những gì xảy ra ở khoảng cách rất xa, hay chuyển di tư tưởng đến một nơi nào đó cho ai.

Tại Tây Tạng, nhiều Đạo viện thường có những buổi thực tập về phép chuyển di tư tưởng giữa các hàng đệ tử trong giai đoạn tu luyện các phép thần thông. Phương cách thực tập rất khoa học, lúc đầu hai người đệ tử ngồi cạnh nhau để chuyển tư tưởng cho nhau. Khi bắt được tư tưởng của nhau rồi thì khoảng cách tĩnh tạo giữa hai người này sẽ ở vị trí xa hơn.

Cứ thế mà về lâu về dài họ có thể đạt tới khả năng truyền tư tưởng cho nhau qua khoảng cách rất xa: hoặc từ đạo viện này đến đạo viện khác, từ hang động này đến hang động khác. Theo bà Alexandra David Neel thì dãy Hy Mã Lạp Sơn tuyết phủ im lìm hoang vắng nhưng lại là nơi các nguồn tư tưởng của các vị ẩn tu giăng bủa khắp nơi nơi...

#### Theo PLXH

**THAM KHẢO**

**Tuyến Tùng và tuyến Yên**

**The Brain**

How many brains do you have - one or two? Actually, this is quite easy to answer...you have only **one brain**. However, the cerebral hemispheres are divided [right down the middle](https://faculty.washington.edu/chudler/sagittal.html) into a right **hemisphere** and a **left hemisphere**. Each hemisphere appears to be specialized for some behaviors. The hemispheres communicate with each other through a thick band of 200-250 million nerve fibers called the **corpus callosum**. (A smaller band of nerve fibers called the anterior commissure also connects parts of the cerebral hemispheres.)

****

****

**The pineal gland ( Tuyến Tùng ) is a small endocrine gland in the brain, situated beneath the back part of the corpus callosum, and secretes melatonin.**

**TUYẾN TÙNG**

**Cấu tạo và chức năng**



**Tuyến tùng quả (pineal gland) hay còn có tên gọi khác là tuyến tùng. Tuyến tùng là bộ phận nằm ẩn nơi sâu kín của bộ óc, núp dưới cuống nối hai bán cầu não, nhỏ như hột đậu. Vào buổi chiều xuống tuyến tùng tiết ra hormone melatonin, đưa chúng ta vào giấc ngủ.**

##### 1. Tuyến tùng là gì?

**Tuyến tùng quả** (pineal gland) là một tuyến nội tiết nhỏ nằm ở [**hệ thần kinh**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/cau-tao-va-cach-he-kinh-trung-uong-hoat-dong/). **Tuyến tùng** là một tuyến nội tiết nhỏ nằm trong não của các loài động vật có xương sống, ở vùng biểu mô, gần trung tâm não bộ, giữa hai bán cầu và được giấu kín trong một cái rãnh, nơi mà hai mảnh của đồi thị (thalamus) gặp nhau. **Tuyến tùng** có hình dạng giống như một quả tùng nhỏ nằm gần trung tâm của não, giữa hai bán cầu chui trong rãnh chỗ gặp nhau của hai đồi não. **Tuyến tùng chứa chủ yếu là pinealocytes, là những tế bào sản xuất hormone melatonin và các tế bào thần kinh đệm-một loại tế bào não đặc biệt hỗ trợ tế bào thần kinh (các tế bào truyền thông tin đến các tế bào khác).**

##### 2. Tuyến tùng tiết ra chất gì?

**Tuyến tùng tiết ra** melatonin là một loại hormone giúp điều chỉnh nhịp sinh học. **Melatonin** được sản xuất theo lượng ánh sáng mà cơ thể tiếp xúc. Tuyến tùng giải phóng một lượng melatonin lớn hơn khi trời tối khiến cơ thể có cảm giác buồn ngủ. Nhiều thực phẩm bổ sung cung cấp melatonin như một chất hỗ trợ giấc ngủ tự nhiên.



Tuyến tùng tiết ra melatonin là một loại hormone giúp điều chỉnh nhịp sinh học.

##### **3. Chức năng của tuyến tùng**

Một số chức năng của tuyến tùng bao gồm:

**a.-Đồng hồ sinh học**

**Tuyến tùng** hoạt động như một cái đồng hồ trong cơ thể con người để nhận biết mọi thay đổi lượng ánh sáng mặt trời từ ngày đến đêm hoặc giữa các mùa khác nhau qua đó điều chỉnh nhịp sinh học trong cơ thể. Khi đồng hồ báo đêm đến thì**tuyến tùng tiết ra** melatonin tạo ra cảm giác buồn ngủ.

**b.- Chuyển hóa xương**

Những thay đổi trong chức năng của**tuyến tùng** có thể ảnh hưởng đến chuyển hóa xương, đồng thời phụ nữ sau [**mãn kinh**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/nao-la-man-kinh-muon/) dễ bị [**loãng xương**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/benh-loang-xuong/) hơn đáng kể so với các nhóm khác. Chức năng của **tuyến tùng** có xu hướng suy giảm theo tuổi tác. Việc bổ sung melatonin theo đường uống có tác dụng tăng khối lượng xương có thể được sử dụng trong tương lai để bảo vệ chống loãng xương sau mãn kinh.



###### Chuyển hóa xương có sự liên quan với melatonin

**c.- Sức khỏe tinh thần**

Giấc ngủ và sức khỏe tinh thần có mối liên quan chặt chẽ với nhau. Một số rối loạn sức khỏe tâm thần cũng có thể làm cho bạn khó ngủ hơn. Một trạng thái tinh thần được chứng minh là có mối quan hệ chặt chẽ với ánh sáng. Trong bệnh lý rối loạn cảm xúc theo mùa là một dạng trầm cảm ảnh hưởng đến tâm trạng của một người và có xu hướng xảy ra khi mức độ ánh sáng thấp. Điều này có thể là do những thay đổi của**tuyến tùng tiết ra** melatonin. Tuy nhiên, những nghiên cứu gần đây cho thấy melatonin không có bất kỳ ảnh hưởng nào đến rối loạn tâm trạng.

**d.- Chi phối chức năng tuyến yên**

Tuyến yên là một tuyến ở vùng dưới đồi có chức năng điều tiết nội tiết tố, bao gồm cả sự tăng trưởng và chức năng tuyến giáp. Nghiên cứu gần đây đã cho thấy rằng**tuyến tùng** có thể ảnh hưởng thay đổi hoạt động của tuyến yên. Melatonin do **tuyến tùng tiết ra** có thể ngăn chặn tuyến yên tiết ra các hormone đóng vai trò thiết yếu trong sự phát triển của buồng trứng và tinh hoàn và điều chỉnh các chức năng như [**chu kỳ kinh nguyệt**](https://www.vinmec.com/vi/tin-tuc/thong-tin-suc-khoe/chu-ky-kinh-nguyet-duoc-tinh-nhu-nao/)**.**



###### Chức năng của tuyến tùng có ảnh hưởng đến chu kỳ kinh nguyệt

**e.-Chuyển hóa thuốc**

Một số loại thuốc bao gồm cả thuốc kích thích thần kinh và thuốc điều trị có thể làm thay đổi chức năng của **tuyến tùng** và hoạt động sản xuất melatonin của tuyến tùng.

**g.-Sự lão hóa**

Khi cơ thể già đi, **tuyến tùng** có xu hướng tiết ra ít melatonin hơn. Mặc dù melatonin không phải là nguyên nhân duy nhất làm xuất hiện những thay đổi liên quan đến tuổi tác, nhưng nồng độ melatonin giảm có ảnh hưởng không nhỏ đến quá trình hoạt động sinh hoạt và trao đổi chất của cơ thể. Melatonin có thể là tác nhân của việc **người lớn tuổi ngủ ít hơn và có thể khó ngủ hơn.**



###### Chức năng của tuyến Tùng ảnh hưởng đến sự lão hóa

**h.-Ý thức định hướng**

Những người bị suy yếu chức năng**tuyến tùng** do tổn thương của tuyến này có ảnh hưởng tới nhận thức, định hướng không gian và thời gian của người đó.

Chủ đề: [Tuyến tùng](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/tuyen-tung/) [Tuyến tùng quả](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/tuyen-tung-qua/) [Gây buồn ngủ](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/gay-buon-ngu/) [Tuyến tùng trong não](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/tuyen-tung-trong-nao/) [Chức năng của tuyến tùng](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/chuc-nang-cua-tuyen-tung/) [Buồn ngủ](https://www.vinmec.com/vi/chu-de/buon-ngu/)

## Guide To Understanding The Pituitary Gland

The pituitary gland is a structure located at the base of the brain, which dictates and manages the functions of the majority of other endocrine glands throughout the body. The pituitary gland has been coined as the master gland because of its management abilities. The pituitary gland is protected and housed by the sella turcica or bony structure that does not leave much room for any expansion. The hypothalamus, the part of the brain that sits just above the pituitary gland, is what controls its function. The hypothalamus works similar to a meter or monitor to detect abnormalities the levels of the hormones the pituitary gland produces. The hypothalamus is physically connected to the pituitary gland by a strong bundle of nerve projections and blood vessels. The hypothalamus communicates with the pituitary gland by sending hormones into connecting blood vessels, and through nerve impulses that bridge the structures together.

Learn all about the pituitary gland now.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### TUYẾN YÊN ( Pituitary Gland )

#### Vị trí của Tuyến yên

****

**Tuyến yên** hay còn gọi là **tuyến não thùy** là một tuyến nội tiết có kích thước bằng hạt đậu và khối lượng 0.5g (0.018 oz) nằm ở sàn não thất ba, trong hố yên của thân xương bướm. Đây là một tuyến quan trọng giữ vai trò chỉ đạo hoạt động của hầu hết các tuyến nội tiết khác.

## Cấu tạo của Tuyến yên

Dựa vào hình thể, nguồn gốc thai và chức năng, người ta chia tuyến yên làm ba thùy: thùy trước, thuỳ giữa và thuỳ sau.

**1.- Thùy trước tuyến yên (tuyến yên bạch)**

Thùy trước được chia làm 3 phần: phần phễu, phần trung gian, và phần xa (hay phần hầu). Thùy trước tuyến yên có tính chất là một tuyến nội tiết thật sự, nó gồm hai loại tế bào:tế bào ưa acid tiết ra hormon GH và Prolactin, tế bào ưa kiềm tiết ra ACTH, TSH, FSH, LH, Lipoprotein...

Chức năng: các hormon này tham gia vào rất nhiều hoạt động quan trọng của cơ thể như: quyết định sự tăng trưởng của cơ thể (GH), sự tăng trưởng và phát triển các tuyến sinh dục (LH, FSH). Đặc biệt các hormon tiền yên còn có tác động điều hòa hầu hết các tuyến nội tiết khác, nên người ta gọi tuyến yên là đầu đàn trong các tuyến hệ nội tiết.

### 2.- Thuỳ sau tuyến yên

Gồm các tế bào giống như các tế bào mô thần kinh đệm,các tế bào này không có khả năng bài tiết hormon. Chúng chứa các hormon do vùng dưới đồi bài tiết ra đó là Vasopressin và Oxytoxin. Chức năng của Vasopressin (ADH):hay còn gọi là hormon làm tăng hấp thu nước ở ống lượn xa và ống góp. Nếu thiếu hormon này thì nước không thể tái hấp thu ở thận gây bệnh đái tháo nhạt. Oxytoxin: đây là hormone làm tăng co bóp cơ tử cung. Phụ nữ có thai thường có nồng độ hormone này tăng cao trong máu. Đến giai đoạn sinh, tác dụng của oxytoxin làm co bóp mạnh cơ tử cung và đẩy thai nhi ra ngoài

**3.- Thuỳ giữa tyến yên**

Thường phát triển mạnh ở động vật cấp thấp, ở người chỉ phát triển ở trẻ nhỏ. Thuỳ giữa tuyến yên tiết ra MSH có tác dụng phân bố sắc tố da. Động mạch cung cấp máu cho tuyến yên là hai nhánh: động mạch tuyến yên trên và động mạch tuyến yên dưới, cả hai đều xuất phát từ động mạch cảnh trong.

**Chức năng của Tuyến yên**

**1.- Tuyến yên tiết ra hormone gì?**

Tuyến yên tiết ra nhiều loại hormon khác nhau, tác động đến các bộ phận khác nhau của cơ thể.

### Thùy trước tuyến yên

Thùy trước gồm ba phần là phần phễu, phần trung gian và phần xa. Về cấu tạo được hình thành từ hai loại tế bào là tế bào ưa acid và tế bào ưa kiềm.

Thùy trước có thể xem là một tuyến nội tiết thật sự, nó tiết ra nhiều loại hormone có phạm vi tác động rất rộng từ tăng trưởng, chuyển hóa đến sinh sản,... Có thể kể đến như:

**Hormon Adrenocorticotrophic hormone** (ACTH) có chức năng kích thích tuyến thượng thận sản xuất cortisol. Cortisol có vai trò quan trọng trong trao đổi chất, kiểm soát lượng đường, điều hòa huyết áp và là yếu tố chống viêm.

**Hormone tăng trưởng** (Growth hormone -GH) tác động đến nhiều tế bào khác nhau, giúp tăng chiều cao ở trẻ em, kiểm soát khối lượng cơ bắp,và lượng mỡ trong cơ thể.

**Hormon Prolactin** khích thích tuyến vú sản xuất sữa.

**Hormon kích thích tuyến giáp** TSH kích thích tuyến giáp sản xuất hormon tuyến giáp là triiodothyronine (T3) và thyroxin (T4), giúp kiểm soát nhiều chức năng của cơ thể như nhịp tim, nhiệt độ và trao đổi chất.

**Hormone kích thích nang trứng** (Follicle-stimulating hormone – FSH) giúp kích thích buồng trứng sinh nang trứng và tinh hoàn sinh tinh trùng.

Trong khi đó, **hormone Luteinising hormone** (LH) kích thích sự rụng trứng và kích thích các tế bào trong tinh hoàn sản xuất testosterone

**2.- Thùy sau tuyến yên**

Là nơi tập trung khoảng 50.000 đầu mối thần kinh liên lạc khắp cơ thể, thùy sau sản xuất hai hormone đó là:

**Hormone Oxytocin** là kích thích sự co bóp của tử cung lúc phụ nữ chuyển dạ và giúp vú tiết sữa.

**Hormone chống bài niệu** (ADH) tác động lên thận, giúp cơ thể hấp thu lại nước từ ống lượn xa và ống góp. Nếu thiếu hormone này sẽ gây nên bệnh đái tháo nhạt, là tình trạng nước không thể tái hấp thu tại thận.

Hormon ADH cũng gây tăng huyết áp.

**3.- Tuyến yên hoạt động như thế nào?**

Vùng dưới đồi và tuyến yên có mối quan hệ mật thiết, thống nhất với nhau giúp cơ thể khôi phục lại sự cân bằng, đáp ứng lại những sự thay đổi của cơ thể đối với môi trường xung quanh.

Khi các hormone trong cơ thể giảm hay tăng đến một mức nhất định, các bộ phận trong cơ thể sẽ phát các tín hiệu báo đến vùng dưới đồi. Vùng dưới đồi sẽ sử dụng các hormone riêng của mình liên lạc với tuyến yên, kích thích tuyến yên sản xuất các hormone phù hợp. Các hormone của tuyến yên phóng thích vào máu, tác động đến các cơ quan đích (như thận, tuyến giáp, cơ quan sinh sản,…) và giúp các cơ quan đích này sản xuất ra các hormone riêng của nó. Các hormone được sản xuất tại cơ quan đích này sẽ điều hòa cơ thể, giúp cơ thể lập lại sự cân bằng. Ví dụ như khi nồng độ hormone T3, T4 trong máu quá cao làm tăng nhịp tim và tốc độ chuyển hóa trong cơ thể, tuyến giáp sẽ gửi tín hiệu về vùng dưới đồi, vùng dưới đồi điều khiển tuyến yên giảm sản xuất hormone TSH làm tuyến giáp giảm sản xuất hormone T3, T4.

**4.-Những vấn đề cần lưu ý**

Trong đó suy chức năng tuyến yên tương đối phổ biến. Đây là tình trạng thiếu hụt một hoặc nhiều hormone tuyến yên. Bệnh gây nên bởi nhiều nguyên nhân khác nhau, có thể là do sự thiếu hụt bẩm sinh, do khối u tuyến yên, do viêm, do chấn tương, xâm nhiễm hoặc bệnh không rõ nguyên nhân. Bệnh thường khởi phát từ từ, dấu hiệu bệnh không rõ rệt, bệnh nhân có một số triệu chứng chung như: mệt mỏi, ăn kém ngon miệng, co cứng bụng, nôn ói, da xanh tái, rụng lông và tóc, nhiều vết nhăn ở da, hạ huyết áp tư thế đứng, nhịp tim chậm, mất kinh, teo tinh hoàn,…Sự suy giảm chức năng tuyến yên sẽ ảnh hưởng nghiêm trọng đến các cơ quan chịu sự tác động của hormone tuyến yên như tuyến giáp, tuyến thượng thận, cơ quan sinh dục. Trong một số trường hợp suy tuyến yên cấp có thể đe dọa mạng sống người bệnh.
Khi có những bất thường về sức khỏe và các triệu chứng cảnh báo về suy tuyến yên, bệnh nhân nên đến các cơ sở y tế uy tín để được thăm khám và điều trị.

# CẶP ĐỐ1 CỰC: TÙNG / YÊN

***Theo Việt Nhân thì Có lẽ tuyến Tùng tiết ra Melatonin giúp điều hòa giấc ngủ Ban đêm để nạp Năng lượng, còn Tuyến Yên thì tiết ra các loại hormone để dùmg năng lượng mà điều hòa sinh hoạt cơ thể lúc ban ngày, nên Tùng / Yên cần phải lưỡng nhất để cho sinh hoạt ngày đêm của con Người được quân bình.***

******

**HỒNG PHẠM CỬU TRÙ**· **洪範九疇**

***Hồng:*** To lớn. ***Phạm:*** khuôn mẫu. ***Cửu:*** 9. ***Trù:*** loài.

***Hồng phạm là cái khuôn mẫu của Trời Đất.***

***Hồng phạm cửu trù là cái khuôn mẫu của Trời Đất gồm có chín trù.***

Tương truyền, Hồng phạm cửu trù do vua Hạ Vũ (2205-2197 tr.TL) làm ra khi Hạ Vũ trị thủy ở sông Lạc, bắt được một con linh qui mà trên lưng của nó có một bức đồ, gọi là Lạc Thư.

Trong Kinh Thư có câu: *“Thiên nãi tích Vũ hồng phạm cửu trù, di luân du tự”.* Nghĩa là: Trời bèn cho vua Vũ hồng phạm cửu trù, luân thường vì thế mà bày ra có thứ tự.

Điểm xuất phát của Hồng phạm là thừa nhận một vị Thần Linh duy nhất gọi là Thiên hay Đế, vừa khách quan vừa chủ quan.

Hồng phạm cửu trù là một quan niệm đại qui mô về Tâm lý, Sinh lý, Xã hội, Chánh trị, về Vũ trụ vạn vật, tức là một **Vũ trụ quan tiêu chuẩn, một Nhân sinh quan lý tưởng,** căn cứ vào sự quan sát thực nghiệm mà kết cấu ra.

Thiên Hồng phạm cửu trù trong Kinh Thư mở đầu:

*Sơ nhất viết* ***Ngũ Hành,***

*Thứ nhị viết kính dụng* ***Ngũ Sự****,*

*Thứ tam viết nông dụng* ***Bát Chánh****,*

*Thứ tứ viết hiệp dụng* ***Ngũ Kỷ,***

*Thứ ngũ viết kiến dụng* ***Hoàng Cực,***

*Thứ lục viết nghệ dụng* ***Tam Đức,***

*Thứ thất viết minh dụng* ***Kê Nghi,***

*Thứ bát viết niệm dụng* ***Thứ Trưng****,*

*Thứ cửu viết* ***hưởng dụng Ngũ Phúc, uy dụng Lục Cực****.*

#### Nghĩa

1.- Trù thứ nhứt gọi là **Ngũ Hành**,

2.- Trù thứ hai gọi là kính dùng **Ngũ Sự** (năm việc),

3.- Trù thứ ba là dùng cho đầy đủ **Bát chánh** (8 điều chánh),

4.- Trù thứ tư là hiệp dùng **Ngũ Kỷ**,

5.- Trù thứ năm là kiến thiết dùng **Hoàng Cực**,

6.- Trù thứ sáu là cai trị dùng **Tam Đức**,

7.- Trù thứ bảy là sáng suốt dùng **Kê Nghi** (xét việc nghi ngờ),

8.- Trù thứ tám là xét dùng **Thứ Trưng**,

9.- Trù thứ chín là khuyên dùng **Ngũ Phúc**, ra oai dùng Lục Cực.

**

# ĐỒ BIỂU HỒNG PHẠM CỬU TRÙ

**1.- NGŨ HÀNH**: **Hiện tượng Ngoại giới** 2.- **NGŨ SỰ**: **Hiện tượng Nội giới**

**3.- BÁT CHÁNH:** Tổ chức quốc gia 4.- **NGŨ KỶ**: Lịch số

**5.- HOÀNG CỰC: Trung tâm Vũ trụ**

**6.- TAM ĐỨC**: Xử thế Tiếp vật 7.- **KÊ NGHI:** Chiêm nghiệm

 **8.- THỨ TRƯNG:**Thời tiết, thảo mộc 9.- **NGŨ PHÚC** LỤC CỰC: Thưởng phạt

1. Ngũ Hành: Thủy, Hỏa, Mộc, Kim, Thổ.

**2. Ngũ Sự:  (Diện mạo, lời nói, thấy, nghe, suy nghĩ).**

**3. Bát Chánh:** **Thực, Hóa, Tự, Tư Không, Tư Đồ, Tư Khấu, Tân, Sư**. (Ăn, của cải, cúng tế, quan Tư Không [kho tàng], quan Tư Đồ [giáo dục], quan Tư Khấu [công an], tiếp khách, việc quân).

4. Ngũ Kỷ: Tuế, Nguyệt, Nhật, Tinh thần, Lịch số. (năm, tháng, ngày, các vì sao, lịch số).

**5. Hoàng Cực:** Làm Vua dựng nên mực thước cho Dân bắt chước, thì hưởng được 5 phúc lành, dùng để ban khắp cho thứ dân; các thứ dân theo mực thước của vua, giúp vua giữ mãi được mực thước ấy.

6. Tam Đức: Chánh trực, Cương khắc, Nhu khắc. (ngay thẳng, cứng rắn, mềm dẽo).

**7. Kê Nghi:** Xét những chỗ nghi hoặc bằng phép bói: **Bốc** là bói bằng mai rùa, **Phệ** là bói bằng cỏ thi.

**8. Thứ Trưng:** **Mưa, nắng, nóng, lạnh, gió**, đều hợp thời, đúng khí hậu, cây cối tốt tươi.

**9. Ngũ Phúc, Lục Cực:** *Ngũ phúc* là: **Thọ, Phú, Khang ninh, Hiếu đức,** **Chung mệnh.** (sống lâu, giàu có, mạnh khỏe bình yên, yêu chuộng đạo đức, già được trọn đời). *Lục Cực:* **Hung đoản** **chiết, Tật, Ưu, Bần, Ác, Nhược**. (hung họa chết non, tật bịnh, lo buồn, nghèo nàn, ác nghiệt, nhu nhược).

**Lực Hướng Tâm & Lực Ly Tâm**

( Centripetal & centrifugal )

A centripetal force is a net force that acts on an object to keep it moving along a circular path.

In our article on [centripetal acceleration](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-acceleration-tutoria/a/what-is-centripetal-acceleration), we learned that any object traveling along a circular path of radius r with velocity vexperiences an acceleration directed toward the center of its path,

a = \frac{v^2}{r}*a*=*rv*2​a, equals, start fraction, v, squared, divided by, r, end fraction.

However, we should discuss **how** the object came to be moving along the circular path in the first place. [Newton’s 1ˢᵗ law](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/science/physics/forces-newtons-laws/newtons-laws-of-motion/a/what-is-newtons-first-law) tells us that an object will continue moving along a straight path unless acted on by an external force. The external force here is the centripetal force.

It is important to understand that the centripetal force is not a [fundamental force](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/science/cosmology-and-astronomy/universe-scale-topic/light-fundamental-forces/v/four-fundamental-forces), but just a label given to the **net force** which causes an object to move in a circular path. The tension force in the string of a swinging tethered ball and the gravitational force keeping a satellite in orbit are both examples of centripetal forces. Multiple individual forces can even be involved as long as they add up (by vector addition) to give a net force towards the center of the circular path

**[What is a centripetal force? (article) | Khan Academy](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/what-is-centripetal-force)**

[www.khanacademy.org › ... › Centripetal forces](https://www.khanacademy.org/science/physics/centripetal-force-and-gravitation/centripetal-forces/a/what-is-centripetal-force)

[**Centripetal force**](https://www.merriam-webster.com/dictionary/centripetal%20force) is defined as, “the force that is necessary to keep an object moving in a curved path and that is directed inward toward the center of rotation,” while [**centrifugal force**](https://www.merriam-webster.com/dictionary/centrifugal%20force) is defined as “the apparent force that is felt by an object moving in a curved path that acts outwardly away from the center of rotation,” according to Merriam Webster Dictionary.

A **centripetal force** is a net **force** that acts on an object to keep it moving along a circular path. ... Newton’s 1ˢᵗ law tells us that an object will continue moving along a straight path unless acted on by an external **force**. The external **force** here is the **centripetal force**.

 **Lực Huong tâm** là một [lực quán tính](https://vi.wikipedia.org/wiki/L%E1%BB%B1c_qu%C3%A1n_t%C3%ADnh) xuất hiện trên mọi vật nằm yên trong [hệ quy chiếu](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%87_quy_chi%E1%BA%BFu) [quay](https://vi.wikipedia.org/wiki/Chuy%E1%BB%83n_%C4%91%E1%BB%99ng_quay) so với một [hệ quy chiếu quán tính](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%87_quy_chi%E1%BA%BFu). Nó là hệ quả của trường [gia tốc](https://vi.wikipedia.org/wiki/Gia_t%E1%BB%91c), xuất hiện trong [hệ quy chiếu phi quán tính](https://vi.wikipedia.org/wiki/H%E1%BB%87_quy_chi%E1%BA%BFu) mà trong trường hợp này là hệ quy chiếu quay. Cũng có thể hiểu lực **ly tâm là phản lực của**[**lực hướng tâm**](https://vi.wikipedia.org/wiki/L%E1%BB%B1c_h%C6%B0%E1%BB%9Bng_t%C3%A2m)**tác động vào vật đang chuyển động theo một** **đường cong** (thành phần lực vuông góc với [vận tốc](https://vi.wikipedia.org/wiki/V%E1%BA%ADn_t%E1%BB%91c) và làm đổi hướng vận tốc), để giữ cho vật nằm cân bằng trong hệ quy chiếu quay.

## PHÂN BIỆT KHÁI NIỆM TRỌNG LỰC VÀ TRỌNG LƯỢNG

Trọng lực là lực hút của trái đất tác động lên mọi vật để hút vật về hướng Trái đất. (Hay nói cách khác trọng lực là lực hấp dẫn của trái đất đối với các vật xung quanh nó). Phương và chiều của trọng lực luôn hướng về tâm của trái đất. Trọng lực tác dụng lên các vật khác nhau thì khác nhau, phụ thuộc vào khối lượng của các vật và khoảng cách từ vật đó đến tâm của trái đất. Đơn vị tính là N (newton - tên nhà Vật lý người Anh quốc)
Trọng lượng của một vật là trọng lực tác động lên vật cụ thể.
Ví dụ: Trọng lực hàm ý lực hút của trái đất lên mọi vật nói chung, trọng lượng phải gắn với một vật cụ thể như trọng lượng của người đàn ông là 600 N, trọng lượng của bịch đường là 10 N...nghĩa là lực hút trái đất tác dụng lên người đàn ông là 600 N và bịch đường là 10 N. Người đàn ông và bịch đường đều bị hút về trái đất bởi trọng lực.
Công thức liên hệ giữa trọng lượng và khối lượng thường gặp ở bậc học THCS là “P=10.m” (với m là khối lượng, đơn vị là kg. Còn P là trọng lượng, đơn vị là N)
Trong thực tế, khối lượng của 1 vật cụ thể là đại lượng không thay đổi nhưng trọng lượng của nó sẽ thay đổi tuỳ thuộc vào độ cao và vĩ độ địa lý của vật trên trái đất. (Lớp 10 bậc THPT các em sẽ hiểu rõ hơn khi học về lực hấp dẫn)

**Hình: warping Time and Space ( SPACE.com )**

#### Time – Space – Continuum ( Einstein )

Black Hole làm cho Tìme biến thành sợi dọc và Space biến thành sợi ngang,hai mô căn bản này đan kết với nhau mà sinh ra Vạn vật.

[](https://www.facebook.com/hocsinhvavatly/photos/a.209067926178863/209104432841879/?type=3&eid=ARDEkR06VSfdJo-x9Oam0afaDO6Hh-T52_G960CxF_tJAQleoH5A4llF5MgwUQd3RYLnx9wp-918jh_V&__xts__%5B0%5D=68.ARDZ-VnksE8Yf6Zq80nXDDKKiaUhlQKL8cxTSAlCtcpUDM6Ts2bjLDiBgY3E2qUEIknDLxWiYfaEhVaJRS49vvwaq1VwC3JG_BIcLuQarQhNA5iRhLSxqKLfBhqGY5rIAGcaVhY4OZqK275RSRb1prVRS0rE8pHNlQ3oEYPyRtK00kmS-BLVhLrux-9yHikmTr8OWxJN9oR9kJhWPwh3ySZSaxRaRhwQNpdeF47RrPDLbVKxQcG8WSxKcaZ1ROgeiQG0tzqPN5IaanuzTda0WWrVdwD9hN-c9XHEUpS80BFXa1U5qW2UrXNXvqdUGmMIWjJEFoUOWmtm89bc4W9z5Fs&__tn__=EHH-R)

Black Hole

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

#### Cách Ngồi Thiền sao cho Thân / Tâm lưỡng nhất

Dùng Hơi thở luân lưu giữa Đan điền thượng ( Huệ nhãn: **TÂM** ) và Đan điền hạ ( **THÂN** ) sao cho được điều hòa, Khi **Tâm / Thân lưỡng nhất** hay điều hòa thì **Thân an / Tâm lạc**.

##### **In** [**mechanics: Circular orbits**](https://www.britannica.com/science/mechanics/Circular-orbits#ref612120)

**Sun is an inward (centripetal) force acting on Earth. This force produces the centripetal acceleration of the orbital motion.**

**As the centripetal force acts upon an object moving in a circle at constant speed, the force always acts inward as the velocity of the object is directed tangent to the circle. This would mean that the force is always directed perpendicular to the direction that the object is being displaced.**

#### What force does the sun exert on the earth?

**On average, the Sun pulls on the Earth with a force of 3.5\*10^22 Newtons, but the Earth is exerting an inertial force in the opposite direction of exactly the same amount, so, just like an astronaut in orbit, the net force is zero.Feb 4, 2018**

**On average, the Sun pulls on the Earth with a force of 3.5\*10^22 Newtons, but the Earth is exerting an inertial force in the opposite direction of exactly the same amount, so, just like an astronaut in orbit, the net force is zero.Feb 4, 2018**

**August 2, 2001:** Gravity hurts: you can feel it hoisting a loaded backpack or pushing a bike up a hill. But lack of gravity hurts, too: when astronauts return from long-term stints in space, they sometimes need to be carried away in stretchers.

**Gravity is not just a force, it’s also a signal—a signal that tells the body how to act. For one thing, it tells muscles and bones how strong they must be. In zero-G, muscles atrophy quickly, because the body perceives it does not need them. The muscles used to fight gravity—like those in the calves and spine, which maintain posture—can lose around 20 per cent of their mass if you don’t use them. Muscle mass can vanish at a rate as high as 5% a week.**

**Above: Astronaut Bill Shepherd prepares for a long stay on the International Space Station with muscle-building exercises on Earth. [more]**

**For bones, the loss can be even more extreme. Bones in space atrophy at a rate of about 1% a month, and models suggest that the total loss could reach 40 to 60 per cent.**

#### Human Limits

**Based on an average mammal bone, they estimated that a human skeleton could support a gravitational force more than 90 times Earth gravity. But this is its strength when standing still. Once we start running, the stress on our bones – as they flex and bend – increases by a factor of ten. Sep 20, 2018.**

[**www.vietnamvanhien.org**](http://www.vietnamvanhien.org)

