

BÀI THAM THIỀN MQ-6

CHỦ ĐỀ: "QUI LUẬT CỦA ĐƯỜNG ĐẠO (1)"

"Qui luật của Đường Đạo" là những điều hướng dẫn giúp chúng ta trở về Nguồn cội tinh thần của mình. Chúng có nguồn gốc rất cổ xưa, nhưng đã được cập nhật để cho người hiện nay hiểu được và sẽ được điều chỉnh trong tương lai khi có nhu cầu.

Đây là các hướng dẫn chính yếu của Con Đường Tinh thần Cao siêu và không bao giờ có thể bị loại bỏ. Với các môn sinh trong khóa thiền này, các Qui luật đưa ra lộ trình để họ có thể tiến lên trên Con Đường Chí nguyện đầy thách thức, đến con đường Đệ tử thực sự, và phục vụ trong Đạo viện của Chân sư.

Kỹ năng tham thiền tập trung trong tháng này, là "khả năng đi vào tâm thức cao cả hơn của linh hồn". Thể thức Thiền Nội môn mà bạn đã được hướng dẫn thực hành, nay giúp bạn phát triển kỹ năng này. Nó đưa bạn từ tâm thức và không gian cá nhân của mình, đi vào tâm thức của linh hồn, và thậm chí còn vượt cao hơn. Mỗi lần bạn tham thiền đúng theo thể thức này, thì có thêm một ít ánh sáng và minh triết của linh hồn chiếu vào tâm thức của bạn.

THAM THIỀN

Chỉnh hợp

1. Thư giãn thể xác.
2. Điều hòa tình cảm.
3. Giữ thể trí yên lặng và tập trung; hướng trí bạn vào bên trong và hướng thượng đến nguồn tâm thức cao siêu gọi là "linh hồn".
4. Chỉnh hợp với linh hồn của bạn; rời hình dung ánh sáng và tình thương của linh hồn tuôn xuống vào thể xác, thể tình cảm, và thể trí của bạn.
5. Đọc Thánh ngữ OM
6. "Hương" về Đấng Toàn năng khi bạn đọc bài chú nguyện Gayatri "từ trong tâm":

Hỡi Đấng bảo dưỡng toàn vũ trụ.

Đấng sinh thành vạn hữu; Đấng mà vạn hữu trở về,

Xin hiển lộ cho chúng con hình ảnh Ngôi Mặt trời tinh thần chân thực, ẩn trong vàng ánh sáng chói vàng.

Để chúng con hiểu biết chân lý và làm tròn nhiệm vụ,

trên con đường đến dưới chân thánh thiện của Ngài. OM.

Tham thiền

Phân tích tư tưởng gốc (dùng câu hỏi kèm theo, nếu có); xác định ý nghĩa chung của nó đối với bạn, với cá nhân bạn; rồi cuối cùng xét đến thâm nghĩa của nó, chân lý tinh thần ẩn trong

đó. “Nâng” tâm hồn mình đến tầm mức Thiêng liêng, và cố gắng thấy/ giao tiếp/ hoặc cảm nhận sự thực đó.

Quy tắc của Đường Đạo (Luật Tập thể) – Đoạn 1.

Mỗi người tiến trên Đường đạo trong ánh sáng thanh thiên bạch nhật, tỏa chiếu trên Đường bởi những Vị hướng đạo hiểu biết. Bảy giờ hành giả không thể che giấu điều gì, và đến mỗi khúc quanh trên Đường Đạo y phải đối diện với chính mình.

Tuần 1: Mỗi người tiến trên Đường đạo trong ánh sáng thanh thiên bạch nhật, Đường Đạo là gì, và vì sao “trong ánh sáng thanh thiên bạch nhật”?
Khó khăn nguy hiểm nào chờ đón những kẻ cố bước đi trong bóng tối?
Bạn dành bao nhiêu thời gian trong ánh sáng, hoặc trong bóng tối?

Tuần 2: (Ánh sáng ấy) tỏa chiếu trên Đường bởi những Vị hướng đạo hiểu biết.
Ai là những Người hiểu biết?
Vì sao họ hướng dẫn và ánh sáng họ chiếu rọi có tính chất thế nào?

Tuần 3: Bảy giờ hành giả không thể che giấu điều gì, và đến mỗi khúc quanh trên Đường Đạo y phải đối diện với chính mình.

Bạn có nghĩ rằng ở đây có liên quan đến Luật Nghiệp quả không, và nếu có thì bằng cách nào?

Trong đời bạn đã có tình huống nào nhiều thử thách hay không khi, do các hành động của mình, bạn phải “đối diện” với chính mình và đó là điều rất khó khăn?

Tuần 4: [Trọn cả Đoạn 1]

Giả sử rằng chính linh hồn của bạn liên tục hướng dẫn bạn đến ngày hôm nay và soi sáng đường đi của bạn. Hiện nay, khi phải đối diện với chính mình, bạn nghĩ linh hồn của bạn muốn bạn nhận thức điều gì về chính mình?

Khoảng lặng thấp

1. Thận trọng kết thúc các cố gắng trên đây và tái tập trung:
 - a. Vào thể trí của bạn, rồi
 - b. Vào thể tình cảm của bạn, rồi
 - c. Vào thể xác của bạn, để cho năng lượng phát sinh qua cố gắng tham thiền của mình mang lại hiệu quả tốt lành, chuyển hóa mỗi một trong ba thể này của phạm nhân hướng về tinh thần.
2. Xem xét lại bất cứ tư tưởng hoặc nhận thức nào đã phát sinh trong khi bạn phân tích tư tưởng gốc.

Phóng rai

Đọc Đại Thánh nguyện, phóng rai ánh sáng, bác ái và quyền năng tinh thần của Thượng Đế cho thế giới.

ĐẠI THỈNH NGUYỆN

MORYA FEDERATION – KHÓA THIỀN

**Từ nguồn Ánh sáng trong Trí Thượng Đế,
Cầu xin Ánh sáng tuôn rải vào trí con người,
Cầu xin Ánh sáng giáng xuống Trần gian.**

**Từ nguồn Tình thương trong Tâm Thượng Đế,
Cầu xin Tình thương tuôn rải vào tâm con người,
Cầu mong Đức Chưởng giáo trở lại Trần gian.**

**Từ trung tâm biết được Ý chí Thượng Đế,
Cầu xin Thiên ý hướng dẫn ý chí nhỏ bé của con người -
Thiên ý mà các Chân sư đều biết và phụng sự.**

**Từ trung tâm chúng ta gọi là nhân loại,
Cầu xin Thiên cơ Tình thương và Ánh sáng thực thi,
Và cầu mong Thiên cơ đóng kín cửa vào nẻo ác.**

Cầu xin Ánh sáng và Tình thương và Quyền năng phục hồi Thiên cơ trên Trần gian.

OM ... OM ... OM

Cân nhắc Thận trọng Trong ngày: Suốt ngày, xem xét các tư tưởng đã phát sinh trong khi bạn hành thiền. Cố gắng tiến bước “trong ánh sáng”, với động cơ và tâm hồn trong sáng.