Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

tổn hại thân xác và tâm lý cho mọi con đường. Đắm mình trong tình yêu tính dục mà không tập các phép dưỡng tinh bí truyền – là phương pháp bất toàn để tập luyện.

Tình yêu tự động đưa hai người yêu nhau lên một mức độ nhận thức cao hơn nhưng đồng thời sự hao hụt tinh dịch liên tục lại làm tăng sự suy đồi thân xác và làm chậm sự tiến bộ lại. Điều này giống như lúc bạn leo núi lại đèo thêm cục đá – bạn tiến lên ba bước nhưng lại lùi lại một bước. Nhịp điệu này có thể cho bạn hạnh phúc xúc cảm và tâm lý tại mô đá đầu tiên, nhưng lại không cho phép bạn – vì thiếu thời gian và năng lượng – nhìn thấy thung lũng, núi đồi, sông ngòi, đại dương ở xa hơn nữa. Đó là Đại Đạo tràn đầy, sự đạt thành kinh nghiệm vĩnh cửu của chân ngã.

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

CHƯƠNG NĂM

Sex Tại Các Truyền Thống Bí Truyền Khác.

"Ta không bao giờ có thể học hỏi tại nơi nào khác cái mà ta đã không học nổi ngay bên trong thân thể ta".

Schwaller de Lubicz.

Tôn giáo luôn luôn tìm cách kiểm soát đời sống tình dục của môn đồ. Thành công của tôn giáo giao động theo chu kỳ giữa sự tôn thuận công khai và cách mạng nổi loạn, nhưng có lẽ chung cuộc mọi tôn giáo đều thất bại vì nơi con người kinh nghiệm về Sex bao giờ cũng mạnh hơn kinh nghiệm về tôn giáo. Như là bản năng sinh học, xung lực tính dục hoàn toàn tràn ngập hành động và khát vọng của ta đến nỗi bất kỳ hệ thống tín điều nào khó lòng đưa nó vào khuôn phép. Do đó ta thường nghe đến câu nhắc nhở là nghề làm điếm là nghề cổ xưa nhất của con người.

Trong lúc du hành, tôi nhận thấy rằng nghề mãi dâm luôn luôn phồn thịnh ngay bên cạnh cộng đồng tôn giáo cực đoan nhất. Sex giống như quả banh hơi trôi trên mặt họ, bạn càng cố kéo mạnh xuống, nó càng trồi mạnh lên. Nếu bạn lơ là một phút giây là nó tuột tay bạn bay vút lên không trung. Cố gắng của tôn giáo công khai ban bố hiệu lệnh về hoạt động tình dục thật ra là vết tích của một giai đoạn đã qua đỡ vật chất hơn ngày nay khi mà kinh nghiệm tôn giáo cường liệt hơn dục lạc của xác thịt.

Người khai sáng ra tôn giáo cổ xưa nhất – lúc đó gọi là tôn giáo Bí Mật hay tôn giáo Phong Nhiêu – hiểu rõ vai trò của tính dục trong sự phát triển tâm linh, vì vậy các nghi thức và hành lễ của họ lại là kinh nghiệm và ấn tượng sâu đậm cho người tân tòng. Nhiều bậc lãnh đạo tôn giáo ngày nay – dù rằng Ky Tô, Ấn Giáo hay Hồi Giáo đã quên mất gạch nối giữa sức mạnh tính dục và sức mạnh tâm linh ở tại các nghi thức tôn giáo. Nghi thức cắt da quy đầu, điển lễ Phong Nhiêu mùa xuân (Ngày nay gọi là lễ Phục Sinh) và các lễ lạc cộng đồng đều là dấu tích của một thời kỳ mà ý nghĩa bí mật và tâm truyền của tính dục được hiểu thấu và kết hợp vào với tôn giáo.

Nhiệm vụ của môn đồ tại thế kỷ 20 này là lột bỏ những lớp ngoài hay vỏ tín ngưỡng tôn giáo "Công truyền" và giải phóng tâm não mình để

chứng nghiệm cốt yếu hiện sinh cuồng nhiệt bên trong thân thể mình. Khi đó các nghi thức bên ngoài hay tín ngưỡng của tôn giáo xưa sẽ rơi rụng đi hay mang lại một ý nghĩa mới mẻ thâm sâu hơn. Khi chấp nhận Sex như là cái gì thiêng liêng, vai trò của tôn giáo trong xã hội sẽ được phục hoạt và mang nhiều ý nghĩa hơn trên mối giao tiếp cá nhân thông thường. Đạo giáo khác hẳn các tôn giáo lớn khác ở chỗ nó là một triết lý tâm linh chứ không phải là một tôn giáo có tổ chức với một giáo đoàn, môn đồ vâng lời một bộ Thánh Kinh. Lòng tin vào Thượng Đế (Hay Đạo) đối với môn đồ Đạo Giáo là không đủ, sự hy hiến cho một nhịp hòa điệu cao vời nhất bao giờ cũng phải đi kèm với sự tự tri là kết quả của quá trình dưỡng khí. Nói cách khác, một đạo sĩ phải "Nuôi" tâm hồn mình để có thể thấu hiểu nó rõ ràng. Mỗi con người đều mang trong cùng loại hạt giống nhưng trừ phi nó được nuôi dưỡng đúng cách, ta không thể nhìn ngắm hoa trái của nó. Thế giới thiêng liêng bên trong con người định mẫu theo thế giới tự nhiên – như là đứa trẻ không thể nào hiểu trọn vẹn cá tính của nó cho đến khi nó trưởng thành, cũng như vậy bạn phải nuôi dưỡng trưởng thành năng lượng tâm linh tế vi (Thần) của mình nếu bạn muốn hân thưởng và tham dự sự tròn đầy của Đại Đạo. Trong lịch sử đã từng xuất hiện nhiều hình thức tông phái dân dã của Đạo Giáo để cạnh tranh với sự xuất hiện của Phật Giáo tại Trung Quốc, nhưng tại đây chúng tôi

chỉ tập trung vào các giáo lý bí truyền nguyên thủy của các đại đạo sĩ thời xưa. Các vị chân sư này sở dĩ nổi tiếng vì họ cho phép xử dụng Sex trên đường tu luyện. Nhiều chi phái của Đạo giáo đã mọc lên như nấm tại năm ngọn núi thiêng tại Trung Quốc, và mỗi chi phái chú trọng vào một lãnh vực đặc biệt của phương cách dưỡng khí trong sự tập luyện của họ. Vài chi phái chỉ dạy phép đơn luyện, vốn tận dụng nguyên lý hòa hợp khí Âm và khí Dương ngay bên trong thân thể mình, nhưng lại nghiêm khắc cấm ngặt mọi hình thức giao phối nam nữ như là vô dụng hay quá nguy hiểm. Ngược lại, phép tập song luyện đã được nhiều tông phái Đạo Giáo khác chấp nhận rộng rãi nhờ tính chất vệ sinh và ưu điểm tâm linh của nó. Thế nhưng các tông phái này đã cảnh cáo rõ ràng là sự chấp luyến vào người cùng tập có thể là chướng ngại vật cho người thật sự muốn học đạo cầu tiến và mong muốn thể nhập vào đạo. Sự mê luyến thân xác này không bị kết án là tội lỗi và không một ý niệm về tội lỗi nào được xiển dương như trong truyền thống Ky Tô Giáo. Mê luyến và chấp trước vào người bạn tình chỉ có nghĩa là vì môn đồ Yogi có thể chỉ thể nghiệm được sự hòa hợp của một người Nam và một người Nữ trong một cuộc đời ngắn ngủi thay vì sự hòa hợp to lớn của Trời và Đất. Điều này không hàm nghĩa chê trách đời sống lứa đôi vì rằng sự hòa hợp như vậy có thể đã là thành tựu thật lớn cho họ rồi.

Ky Tô Giáo đã có sẵn truyền thống của cuộc hôn phối linh thánh nhưng chính trị của nhà thờ – phần lớn là các Nam tu sĩ e sợ hay ghen tuông với sức mạnh "Âm u, mờ tối" – Âm thuộc về đất, Âm của đàn bà – đã hướng thế giới theo Ky Tô Giáo vào các giai đoạn thù ghét đàn bà, săn đuổi phù thủy xen kẽ với tục thờ cúng đàn bà của Trinh Nữ Maria. Trung Quốc, nhờ văn hóa là sự pha trộn giữa Khổng Giáo và Đạo Giáo, nên đã tránh khỏi chu kỳ tai quái này. Năng lượng Âm của trời đất – phân hóa qua người phụ nữ – bao giờ cũng được quý trọng như là hết sức cần thiết cho sức khỏe và hoạt tính của người đàn ông. Ngay cả trong thời gian lời giáo huấn ban đầu của Đạo Giáo về sự hòa hợp tuyệt diệu của Âm và Dương bị suy thoái với sự thống trị của bộ tộc du mục tại Trung Quốc vào thế kỷ thứ VIII, phụ nữ cũng không bị đối xử tàn tệ như đã thấy trong các nền văn hóa khác. Xã hội Trung Quốc ngày càng nâng cao phụ quyền và phụ nữ bị xem như một loại đồ vật sở hữu của đàn ông, nhưng ít nhất bầu không khí văn hóa chung khuyến khích phải đối xử loại "Đồ vật" với sự tôn trọng. Phần lớn các tình thư của Đạo Giáo còn lưu truyền đến ngày nay đều được viết tại thời kỳ đó, và một số đã bị nghiêng lệch đến độ khuyên bảo các nhà quý tộc vốn là độc giả chính của loại sách này, làm sao để hút âm khí của người Nữ để chữa trị bệnh tật của họ. Những loại tình thư đó bỏ qua không nhắc đến cách thức người Nam có thể dùng Dương

khí hùng hậu của mình để trị bệnh cho người Nữ. Sách có nói rằng người Nam phải bảo dưỡng tinh khí nhưng lại đề nghị họ nên làm tình nhiều nhất là với khoảng mười một thê thiếp trong một đêm. Các tình thư này thực chất là các tài liệu giáo khoa về y học, với một quan niệm lâm sàng khách quan khô cứng về Sex mà chỉ xem Sex đơn thuần như một phương tiện để phục hồi hay làm hài hòa sức khỏe. Mặc dù các tình thư này không nhấn mạnh đến các phương thức cao hơn hay dậy các phương pháp thiền định để trao đổi khí với phụ nữ, chúng vẫn nói lên nguyên lý căn bản của Đạo Giáo là Sex, nếu tập đúng cách, vẫn có thể được kết hợp với sinh hoạt bình thường hàng ngày để mang lại lợi ích bao la cho sức khỏe. Đạo Giáo có thể là một trong những truyền thống tâm truyền cổ xưa nhất rao giảng việc bồi dưỡng năng lượng tình dục nhưng chắc chắn không phải là truyền thống duy nhất. Lý tưởng muốn chuyển hóa năng lượng tình dục để dùng cho nhu cầu tâm linh đã có mặt tại tất cả các truyền thống tâm truyền trên hế giới, cả Đông lẫn Tây, mặc dầu tất cả đều gìn giữ như một bí mật trọng đại. Dầu là tại Ai Cập, Ấn Độ, Tây Tạng hay Âu Châu, các kiến thức loan truyền cho công chúng đều gói trong ngôn ngữ mơ hồ hay trừu tượng hết sức lý thuyết hay thần học cao vời. Một phương pháp thực dụng để gìn giữ và chuyển hóa năng lượng tình dục trong cơ thể không bao giờ được giảng dạy cho công chúng. Nơi tốt nhất để bắt đầu

bản lược sử về lãnh vực này là với Theophicatus Bombastus Paracelsus, viên y sĩ nổi danh thế kỷ 16 đồng thời cũng là nhà giả kim thuật (Alchemist) tài ba. Thành tựu của Paracelsus về mặt y học thật đáng nể, hơn bốn trăm năm trước đây ông ta tìm ra cách trị bệnh giang mai bằng thủy ngân. Và điều đáng nói là ông ta đi đến cùng một kết luận với các đạo sĩ thời cổ đại về cái gọi là thuyết luyện nội đan (Phép giả kim tính dục) – Sự chuyển hóa dường như thần bí nhưng thật sự hết sức tự nhiên của năng lượng tính dục.

Paracelsus đã cảm nhận ngọn lửa của tinh dịch sống động như là khi ta cảm nhận ngọn lửa trong lò vậy. Xét về yếu tố cấu thành nên tinh dịch, ông viết: "*Tất cả mọi cơ quan của cơ thể con người, mọi hoạt động và khả năng của chúng, đều góp phần vào sự cấu thành tinh dịch. Tinh dịch như vậy có thể nói là tinh hoa của thân xác con người, hàm chứa tất cả cơ quan của thân xác dưới dạng thuần túy nhất*". Nhận định này phù hợp khác thường với mô tả của Đạo Giáo về tinh khí. Phép tập luyện Đạo Giáo cũng nhấn mạnh đến việc quân bình và điều hòa khí của từng cơ quan để hóa hợp thành thần. Paracelsus phân biệt kỹ lưỡng giữa tinh dịch đặc sệt với "Aura seminalis" hay ánh sáng hoặc năng lượng của tinh dịch. Khoa học gia ngày nay có thể gọi "Aura" là năng lượng sinh vật lý của tinh dịch. Paracelsus cho rằng ta có thể chưng cất năng lượng

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

từ dòng tinh dịch: "Sự thăng hoa hay tách rời này xảy ra qua một hình thức dung giải của nội hỏa, vốn được sản xuất trong thời gian cường tráng của người đàn ông khi hắn kề cận đàn bà, bằng tư tưởng của hắn về nàng ta, bằng sự tiếp xúc với nàng y hệt như khúc gỗ khô bị ánh sáng tập trung của mặt trời làm bốc cháy". Câu văn trên nếu phát biểu lại bằng ngôn ngữ hiện đại có nghĩa là sự tiếp xúc với một phụ nữ quyến rũ có thể kích thích sự sản xuất một loại năng lượng sinh vật lý cao cấp. Các đạo sĩ đã biết được hàng ngàn năm trước Paracelsus với những phương pháp thực tiễn để ngăn chặn sự xuất tinh hầu có thể tận dụng nó. Nếu chuyển từ nhà luyện kim thời Phục Hưng này sang chuyên gia về phép tu Mật Tông Ấn Giáo người Anh là Sir John Woodruffe, ta vẫn thấy cùng một nguyên lý. Trong tác phẩm cổ điển, "Năng Lực Của Hỏa Xà", ông đã viết thật rõ rệt cho những ai muốn nghe. "Năng lực của các trung tâm tính dục này, nếu điều hướng lên trên, sẽ gia tăng một cách khủng khiếp các quan năng tư tưởng và vật lý". Ông ghi nhận là tâm não, hơi thở và cơ năng tính dục liên hệ mật thiết với nhau. Mục tiêu tâm linh của nhà Yoga là "Đẩy hạt giống của mình lên cao, lên cao". Hạt giống này phóng ra năng lượng Prana, còn gọi là năng lượng Kundalini, bốc thẳng dọc theo cột sống lên các luân xa hay trung tâm các quan năng tâm linh.

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

Một nhà thông linh hiện đại, hết sức nhạy bén với sức mạnh tiềm tàng trong tinh dịch là Gurdjeff. Ông ghi lại rằng: "... Nhờ vào chất "Exhioehardy" hay tinh chất của tinh dịch, ta có thể hoàn thiện bản thân được". Nhưng ông lại nhấn mạnh rằng quá trình tự hoàn thiện này thường không đạt đến đơn thuần chỉ bằng việc ngăn không cho xuất tinh mà đòi hỏi một kỹ thuật tập luyện giúp giải phóng năng lượng tiềm ẩn trong tinh dịch. Ông hoàn toàn thống nhất với Paracelsus và các đạo sư tại điểm này. Hầu như mọi chuyên gia về huyền học đều biết đến sức mạnh của tinh dịch, và chất này phải được tàng trữ, chuyển hóa để thành tựu sự tiến bộ cao hơn. Nhà ma thuật nổi danh, Kenneth Grant, đã viết: "Như vậy, chức năng của tinh dịch theo Mật Tông, là để xây dựng nên thân xác bằng ánh sáng, thể vía, thân thể bên trong thân xác con người. Khi mà chất dịch chứa đầy sinh lực tích tụ tại dịch hoàn thì sức nóng của Hỏa Xà (Con rắn lửa) thiêu đốt nó, và hơi bốc lên từ tinh dịch bị nấu chảy này sẽ là dưỡng chất cho thể vía". Phần lớn các chuyên gia đều thống nhất về sự cần thiết phải lưu trữ tinh dịch và chuyển hóa nó bằng nội hỏa. Các đan thư Trung Quốc gọi quá trình đó là "Nấu chín" tinh dịch cho nó "Bốc hơi". Bước đầu tiên để giải thoát sinh lực khủng khiếp là cách bế tinh không cho xuất ra ngoài trong cơn yêu đương. Một nhà huyền học Hoa Kỳ hiện đại, Da Free John cũng nhấn mạnh việc phải dưỡng tinh:

"Ta phải tìm ra cách thức vừa hưởng thụ hạnh phúc đời sống vừa không đánh mất Sự Sống, chúng ta không phung phí Sự Sống đánh đổi lấy khoái lạc và chúng ta yêu thương nhau, hoàn toàn hạnh phúc và tự do trong suốt cuộc đời".

Một cách nhìn khác về hạt giống người đàn ông nằm trong tác phẩm của thi sĩ đồng thời là nhà Kabbalist cự phách, Carlos Suares. Truyền thống tâm pháp Kabbalist khởi nguyên từ thời Ai Cập cổ đại. Suares nhấn mạnh rằng sự phát triển ý chí muốn lưu giữ tinh dịch chính là sự triển nở của con người chân thật nằm sâu trong ta. Ông muốn ám chỉ đến vai trò phá hoại một cách vô thức của phụ nữ dụ dỗ hạt giống của đàn ông thoát ra khỏi thân thể họ. Người nữ được lợi rất ít từ sự mất mát ghê gớm của anh ta, vì rằng nàng không đủ khả năng Yoga để hấp thụ nó. Phụ nữ là giếng sâu không đáy đối với người đàn ông mê luyến cung cấp hạt giống của mình liên tục cho họ, mặc dù họ có thể cố gắng làm quân bình sự mất mát to tát của người Nam với nguồn năng lượng Âm và tình yêu hầu như vô tận của họ. Chương này có thể được kéo dài để bao gồm toàn bộ các lời dậy của các tông pháp tâm truyền. Đã có nhiều tác phẩm của các bậc chân sư đã chứng nghiệm năng lực vô biên của tinh dịch đã được nội hỏa chuyển hóa. Khi Moses còn lang thang 40 năm trong sa mạc, ông đã nhắc đến trong Thánh Kinh việc ông cảm nghiệm "Con rắn lửa". Vì Thánh Kinh đã ghi nhận "Moses được người Ai Cập giảng dậy mọi bí mật của họ", ta có thể kết luận là ngọn lửa này muốn nói đến sự chuyển hóa ngược lên trên của năng lượng tâm linh của ông. Sự cảm nghiệm thân xác của lãnh vực vi tế này là định mức đánh giá chung cuộc của vấn đề này.

Sự Khác Biệt Giữa Đạo Giáo Và Mật Tông.

Những năm gần đây các nguyên lý Mật Tông từ Ấn Độ và Tây Tạng đã được đón nhận rộng rãi tại phương Tây, nhất là đối với những người khao khát muốn dung hợp các xung lực tình dục thâm sâu bên trong họ với sự tập luyện, phát triển tâm linh của họ. Nguyên lý tiềm ẩn của Mật Tông hầu như tương tự với Đạo Giáo. Cả hai đều muốn dung hòa các cặp đối nghịch, mâu thuẫn của đời sống được biểu tượng bằng người đàn ông và đàn bà và cả hai đều chấp nhận rằng bất kỳ một giây khắc hay kinh nghiệm nào của cuộc đời đều có thể được coi như là khởi điểm cho sự tu luyện và là chung điểm cho cuộc hành trình tìm kiếm chân lý.

Keith Dowman, một hành giả và học giả Tây phương về Mật Tông Phật Giáo Tây Tạng đã phát biểu: *"Lột bỏ những thuật ngữ xa lạ, huyền bí của Mật Tông Tây Tạng ta chỉ còn một kỹ thuật thiền định thật đơn giản: Kích thích sự ham muốn và dùng nó như là đối tượng của thiền định để nó biến thành sự giác ngộ – môi trường của Chân Không và*

Diệu Lạc". Một đạo sĩ ắt hẳn sẽ đồng ý, có điều ông ta sẽ nói khác đi một chút: "*Ở mỗi giây phút hoàn toàn chỉ có sự trống rỗng của Âm đón nhận* sự *tràn đầy của Dương*". Đây là sự hôn phối muôn đời của người Nam và người Nữ, của Tâm và Vật, của Thiên và Địa.

Đường lối Mật Tông và đường lối Đạo Giáo chỉ khác nhau ở ngôn ngữ diễn đạt, và ở phương pháp Yoga cụ thể để đạt đến cùng một sự hòa hợp của Tâm, Thân và Thần. Cả hai đều hoàn toàn đồng ý là sự làm chủ hoạt động tính dục chẳng những là phương cách hợp lý mà còn hết sức cần thiết để đạt đến sự thành tựu cao nhất trong thân thể mà con người có thể làm được. Dowman mô tả sự quan trọng của tinh dịch tại phương pháp tập luyện Mật Tông:

"*Tinh dịch đã chuyển hóa đến luân xa của trái tim làm cả thân thể thấm đẫm sự tỉnh thức. Sự mất mát tinh dịch, dù dưới hình thức nào, làm cho tuổi thọ giảm sút và thân thể xanh xao, vàng vọt. Đối với phương pháp Anuyoga (Hay Kundalini Yoga), phung phí tinh dịch tương đương với việc giết chết Phật tính trong ta. Sau khi nhận lễ điểm đạo,chính cường độ của sự tham cầu đẩy vọt Bodhicitta (Tinh chất của tinh dịch) ngược theo kinh mạch dọc theo cột sống, các cơn khoái ngất chẳng những làm trụy lạc lòng cầu học mà còn làm cho ý chí muốn giải thoát bị tạm thời tiêu tán*".

Nhận xét này hoàn toàn phù hợp với chủ đích của Đạo Giáo muốn dưỡng tinh và chuyển nó ngược lên cột sống, có điều Đạo Giáo không nhân cách hóa dòng khí chuyển động qua các bộ vị khác nhau thành các thần linh như tại Mật Tông. Do đó ta có thể nhận xét rằng Mật Tông thích hợp cho người nào say mê phương pháp tập luyện đó, hay cho người nào bị hấp dẫn bởi các nguyên tượng tôn giáo của Mật Tông gồm có vô số các thần và nữ thần, các Bồ Tát và các quỷ vương – cộng với các nghi lễ phức tạp kỳ bí, các nghi thức quán đảnh và phù phép vận dụng nhiều loại mật chú khác nhau. Nếu bạn có đủ kiên nhẫn tập luyện theo đường lối nghiêm ngặt do Lạt Ma hay chân sư nào đã thấu hiểu phương pháp tâm truyền chân thực mà không phải chỉ có lòng tin mù quáng, bạn hy vọng cuối cùng sẽ thành công với phương pháp này.

Bản thân tôi đã được nuôi dạy cạnh một ngôi chùa Phật Giáo tại Thái Lan và đã thường xuyên tiếp xúc với các vị sư sãi từ lúc ấu thời. Sau đó tôi nhận định rằng các nghi thức bên ngoài không hữu hiệu bằng phương pháp dưỡng tinh nội tại tôi học được ở các vị đạo sĩ. Những nghi thức đó chỉ là sự pha trộn yếu tố tâm truyền với nền văn hóa địa phương.

Nhiều người Tây phương có thể chẳng hưởng ứng với cái hình tượng cổ lỗ của các thần linh tôn giáo hay sẽ bị rối trí nhầm lẫn vì nhiều trạng thái

tâm thức chi ly dị biệt bởi vì sự mô tả truyền thống của những trạng thái tâm thức này không cách nào có thể chuyển dịch dễ dàng từ tiếng Sanskrit hay Tây Tạng sang bất kỳ một ngôn ngữ phương Tây nào, nhất là Anh Ngữ.

Lẽ đương nhiên là sự đón nhận Đạo Giáo tại Tây phương đã bị sự khó khăn trong việc chuyển dịch triết lý nền tảng của Đạo Giáo từ Trung văn sang Anh văn làm chậm lại. Thế nhưng các biểu tượng sơ nguyên của Đạo Giáo – chủ yếu là các ảnh tượng rút từ Thiên Nhiên, kể cả biểu tượng của Âm Dương, của vòng Thái Cực – đã được phổ biến rộng rãi trên toàn cầu trước khi có người bắt đầu giới thiệu các phương pháp tâm truyền của Đạo Giáo.

Người Trung Quốc chiếm một phần tư dân số nhân loại và văn minh của họ đã trường tồn từ 5000 năm nay, như vậy các mô thức giảng dạy căn bản của chúng tôi đã được phổ biến trên toàn thế giới.

Điều quan trọng nhất là các phương pháp bí truyền của Đạo Giáo không bị các nghi thức chôn vùi hay biến mất cùng với các biến chuyển, canh tân của tôn giáo. Chúng được giữ gìn bí mật và chỉ truyền miệng từ đời này sang đời khác hàng ngàn năm trước khi được ghi lên giấy vào thế kỷ thứ hai sau Tây lịch. Ngay khi đó các đạo sĩ cũng đã ghi lại bằng ngôn ngữ thi ca mơ hồ và ẩn dấu để ngăn

ngừa người không đạo đức hay không chuẩn bị cẩn thận có thể tập luyện các phương pháp này. Thế nhưng phần lớn các kiến thức này được các châm cứu gia và dược thảo gia, y gia theo đạo giáo gìn giữ và phát triển rộng thêm ra. Điều này giúp cho giáo lý huyền học được cụ thể hóa và cắm rễ vào việc sử dụng khí để điều hòa, điều trị các chức năng của thân thể.

Một thí dụ cụ thể của sự kiện này là nền tảng Đạo Giáo của môn Thái Cực Quyền, một hình thức đa dạng tuyệt vời vừa là môn võ tự vệ, là điệu vũ mềm mại, là suy niệm siêu hình về Âm Dương, là bài tập chữa trị bệnh tật và là sự khởi phát theo nghi thức các đức tính chính yếu mà ai cũng có thể cảm nhận được khi nhìn một cao thủ đi quyền.

Các phương pháp tập luyện đạo gia thực chất cực kỳ đơn giản dễ hiểu như mặt trăng và mặt trời, bởi vì các đạo sĩ thời cổ xưa đã dùng các yếu tố tự nhiên trong trời đất làm thầy dạy. Họ quan sát sự sinh trưởng và tiêu tán của cây cỏ cùng muông thú, ảnh hưởng của thời tiết lên sự vận hành sinh hóa trong cơ thể họ, xem dòng khí trong thân thể mình thay đổi như hế nào tùy theo mùa màng, theo độ nghiêng của trái đất so với mặt trời và các vì tinh tú khác và các thời kỳ trăng tròn trăng khuyết. Trước khi ngôn ngữ được tạo tác, các hiền giả đã quan sát sự quân bình hài hòa trong thiên nhiên và tìm thấy chính sự hài hòa quân bình đó trong thân thể họ.

Đời sống sẽ tự nhiên và đơn giản biết bao nếu bạn cứ giữ được như vậy. Không một ảnh tượng văn hóa hay khái niệm tôn giáo cần thiết để tô vẽ cho sự trực nhận sơ khai và tự nhiên của Đại Đạo như là Thiên Nhiên Hài Hòa.

Bất kỳ người nào quen thuộc với tính chất của nước, lửa, kim loại, gỗ, đất – những tố chất nguyên thủy và đã sống hòa hợp với thời tiết bốn mùa trong năm – Xuân, Hạ, Thu, Đông – người đó đã đủ tư cách bắt đầu sự tập luyện theo Đạo Giáo. Thí dụ như nếu muốn quân bình mối quan hệ tính dục, căn bản mà nói bạn chỉ cần nhớ rằng người đàn bà là nước và có đủ khả năng điều tiết người đàn ông vốn là lửa.

Ở mức độ thâm sâu hơn, bạn sẽ khám phá rằng, trong thân thể người đàn ông có đủ sẵn cả thủy lẫn hỏa và có thể đạt được sự quân bình nội tại hoàn hảo bằng cách điều phối lửa (Đầu óc tư biện, suy niệm) với nước (Tinh dịch, hay "Nước" tình dục).

Những biểu tượng nước và lửa này, đôi khi diễn tả bằng Âm và Dương, rất dễ được thấu hiểu, đồng hóa và tác động vào một, khi bạn được chỉ rõ chi tiết về những gì bạn phải làm – làm sao để giữ tình dục lại bên trong, làm sao để vận chuyển khí theo các đường kinh mạch, làm sao để chuyển dịch khí của mình với khí của người phụ nữ...v.v... Đương nhiên là sự cảm nhận và điều động được dòng khí

là quá trình dài lâu và cần đến sự trong sạch thuần khiết ở thân xác và tư tưởng. Đó là lý do tại sao sự tập luyện khí công, Thái Cực Quyền và thiền định tiếp trợ cho tốc độ bạn đạt đến mức độ minh mẫn và như vậy trợ giúp cho các phương pháp tập luyện tình dục.

Kareza Và Giao Hợp Lưng Chừng.

Còn có nhiều phương pháp giao hợp khác mà bạn không nên lẫn lộn với phương pháp Đạo Giáo. Phương pháp được nhiều người biết đến nhất là phương pháp giao hợp lưng chừng, tức là làm tình mà không cho đạt đến cơn khoái ngất. Dẫu rằng nó giúp bạn gìn giữ tinh dịch quý báu song nó không hướng dẫn cho bạn cách lưu chuyển dòng năng lượng tình dục hay tàng trữ nó tại các trung tâm năng lượng cao cấp để có thể trao đổi với khí của người đàn bà hay dùng cho việc sáng tạo khác. Giao hợp lưng chừng có thể tạo ra áp lực nghiêm trọng lên tuyến tiền liệt (Prostate) và làm nó rối loạn vì trương lực cực khoái tại tuyến tiền liệt không được giải thoát vào trong (Như trong phương pháp giao hợp Đạo Giáo) hay ra ngoài (Như trong trường hợp xuất tinh). Chúng tôi đặc biệt khuyến cáo các bạn không nên giao hợp lưng chừng vì lý do này – quá nhiều hỏa tụ tại vùng bộ phận sinh dục mà không có cách nào làm nó nguội lại.

Karezza là phương pháp làm tình mà truyền

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

thuyết nói là xuất phát từ Ba Tư. Phương pháp này bao gồm nhiều giai đoạn dài làm tình thụ động. – hai người nằm yên lặng, không động đậy trong vòng nửa giờ hay lâu hơn để chờ cho năng lượng bên trong người Nam và Nữ phục hồi lại. Phương pháp Đạo Giáo khác biệt ở chỗ nó khuyến khích càng có nhiều động tác làm tình càng tốt miễn là hai người kềm giữ sao cho không có cơn khoái ngất tại bộ phận sinh dục. Phương diện động này của Sex thích hợp với người phương Tây quen thuộc với mô thức lãng mạn của tình yêu cuồng nhiệt. Đối với Đạo Giáo, chuyển dịch là đời sống, dù chuyển dịch tại thân thể hay sự chuyển động của dòng khí bên trong thân thể, và cả hai nên được tận dụng và tận hưởng để mang lại sức khỏe và hạnh phúc toàn vẹn. Karezza cũng không mang lại phương pháp chuyển hóa năng lượng tình dục lên trên để thành cơn khoái ngất siêu việt toàn thân và nó chỉ mãn nguyện với việc gia tăng và kéo dài cảm giác khoái lạc. Ban đầu mục tiêu của nó chỉ giúp đấng vương giả sống sót sau một đêm dài truy hoan với hậu cung của người. Đương nhiên là nó tốt hơn cuộc tình xuất tinh vội vã, nhưng chung cuộc nó không cho ta chiều sâu chân thực.

Cõi Thiên Thai http://www.coithienthai.com

PHẦN HAI

CÁC PHƯƠNG PHÁP TẬP LUYỆN ĐẠO GIÁO ĐỂ LÀM CHỦ TÌNH YÊU DỤC LẠC