

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN
PHU NGHĨA PHỤ ĐỨC

(Phụ nữ 5 tốt)

NHẬN THỨC THAI GIÁO

Chủ giảng: Cô giáo Dương Thực Phân

Thời gian: Tháng 6 năm 2011



Vậy chúng ta làm một người mẹ tốt như thế nào để nuôi dạy ra những người con tốt của chúng ta? Chúng ta bắt đầu dạy từ đâu? Bắt đầu dạy từ thai giáo, bắt đầu từ thai giáo, không phải bắt đầu từ khi sinh ra nhé! Từ sau khi ra đời thì chậm quá, nhưng ở đây có một điểm phải nói với mọi người, chúng ta đang chuẩn bị mang thai, chúng ta chuẩn bị mang thai, nếu như 2 vợ chồng chuẩn bị mang thai thì nhất định không thể vội vội vàng vàng, bởi vì nếu như các bạn vội vàng thì sẽ không có được con cái tốt, phải ghi nhớ. Cho nên mới kết hôn, chúng ta nói tân hôn vui vẻ, lúc này sinh hoạt vợ chồng của chúng ta không được thường xuyên lắm, nếu không các bạn sẽ không thể nào sinh được em bé khỏe mạnh. Chúng ta phải ghi nhớ điểm này, vợ chồng mới cưới, nếu như các bạn muốn nuôi dưỡng tốt con cái thì nhất định phải tránh việc sinh hoạt vợ chồng quá thường xuyên, quá thường xuyên thì tinh trùng và trứng đều không khỏe mạnh, không khỏe mạnh thì kết hợp ra em bé cũng không khỏe mạnh, rất

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

dễ bị sảy thai. Cho nên chúng tôi kiến nghị, sau khi kết hôn, 1 năm, 2 năm, sau khi đã thích nghi với môi trường rồi chúng ta mới chuẩn bị thọ thai. Vậy bắt đầu từ lúc thọ thai đến lúc biết mình đã có thai rồi thì phải bắt đầu từ thai giáo. Thai giáo thì sau này chúng ta sẽ nói chi tiết hơn.

Và sau khi sanh ra từ 0 đến 3 tuổi nên giáo dục như thế nào, người mẹ rất là then chốt, người cha cũng rất then chốt, ông bà nội ông bà ngoại đều rất then chốt. Và sự giáo dục trước khi đi học từ 4 đến 6 tuổi cũng rất then chốt, then chốt chỗ nào? Lúc này các bạn cho bé học cái gì bé sẽ tiếp thu cái đó, cho nên rất then chốt. Vì vậy sự phụ đạo sau khi đi học cũng rất then chốt. Sự phụ đạo sau khi đi học tức là những người làm cha làm mẹ các bạn trong lúc này phải đứng ở vị trí phụ đạo như thế nào để giúp đỡ con cái trong việc học tập có thể học một cách thuận lợi, điều này cũng rất then chốt.

Còn đến tuổi dậy thì, thời kì dậy thì sau khi bước vào cấp hai, con trẻ có xu hướng phản nghịch, con trẻ bắt đầu trưởng thành, các em bắt đầu có thay đổi từ thân thể sinh lý, trong giai đoạn này chúng ta nhất định phải đặc biệt bầu bạn, quan tâm và thường xuyên phụ đạo, cho nên điều này là hết sức then chốt.

Vậy chúng ta tiếp tục coi, con trẻ sau khi trải qua tuổi dậy thì, bước vào đại học, các em đã độc lập rồi, chúng ta phải biết người làm cha mẹ trong lúc này trong xã hội cũng đã có kinh nghiệm phong phú, nhất định

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

phải ghi nhớ, chúng ta phải chỉ đạo phương hướng cuộc đời của các em, con cái chúng ta phải nên làm sao lập chí, lúc này chúng ta nên làm sao giúp đỡ các em quy hoạch cuộc đời, nên làm sao, nên làm sao đi cuộc đời của mình. Tôi tin là trong gia đình các em sẽ cảm nhận nhiều nhất ngôn truyền thân giáo của cha mẹ. Sau khi lên đại học chúng ta phải trợ giúp con trẻ xây dựng quan niệm hôn nhân đúng đắn. Chúng ta bây giờ đều biết cả thế giới thế hệ 8X tỉ lệ ly hôn nhiều nhất là ở Trung Quốc, ở Trung Quốc, nghe nói tỉ lệ ly hôn vượt quá 50%. Cho nên chúng ta nhìn coi kinh tế của chúng ta trưởng thành, cuộc sống điều kiện vật chất của chúng ta được nâng cao, nhưng tinh thần của chúng ta, gia đình của chúng ta, nếu như ly hôn nhiều như vậy, tỉ lệ cao như vậy, thì sau khi ly hôn để lại vấn đề con cái, xin hỏi 20 năm sau, 20 năm sau, chúng ta già rồi, chúng ta càng già rồi, 20 năm sau, thế hệ 8X, thế hệ sau 8X, các em sẽ trở thành chủ lưu của xã hội, chúng ta nghĩ thử coi, nếu như gia đình của các em không hạnh phúc, các em có thể giáo dục tốt thế hệ sau sao? Chúng ta nghĩ tiếp về sau, nếu 30 năm sau, 40 năm sau phải làm sao? Đừng có nghĩ nữa, chúng ta đã không còn nữa. Cho nên chúng ta coi, sau khi con trẻ lớn lên chúng ta phải giúp các em xây dựng quan niệm hôn nhân đúng đắn, tại sao vậy? Bây giờ có rất nhiều bạn trẻ, các em không có quan niệm hôn nhân, chỉ muốn sống thử, chúng ta bây giờ thấy tốt thì sống thử, không tốt nữa thì chia tay, rồi ra đi, như vậy là rất không tốt, rất không có

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

trách nhiệm, đối với hôn nhân không có khái niệm hôn nhân là điều hết sức không tốt, đối với hai bên đều hết sức không tốt, nhất là đối với người nữ chúng ta, người nữ chưa kết hôn mà sống thử, đối với cả đời chúng ta là một sự ô nhục, là một sự sỉ nhục, cho nên chúng ta nhất định phải xây dựng quan niệm cho con trẻ, khi chưa kết hôn nhất định phải không được sống thử với người nam, đây là một quan niệm trinh tiết, tiết tháo mà một người nữ nên có, khi con trẻ còn nhỏ chúng ta phải nên xây dựng giúp các em.

Nếu như chúng ta sanh con trai cũng nhất định phải giúp các em, cả đời chúng ta không làm ra những hành vi có lỗi với trinh tiết của một người nữ, chúng ta nhất định phải nói với con mình đời này không được làm những việc bất nghĩa, vô đạo đức.

Một điểm sau cùng là cả đời chúng ta phải xây dựng quan hệ cha mẹ con tốt đẹp, chúng ta phải có quan hệ ruột thịt tốt đẹp, đừng để cha mẹ và các anh chị em từ nhỏ đến lớn có những hiện tượng không hòa hợp, như vậy là hết sức không tốt. Cho nên ở đây chúng ta đã nói tới, việc giáo dục trong gia đình làm sao dạy dỗ tốt con cái, phải bắt đầu ngay từ thai giáo, cho đến khi về già chúng ta phải xây dựng quan hệ ruột thịt tốt đẹp với con cái, như vậy cả đời chúng ta mới không có tiếc nuối. Đây là một khái niệm khá lớn của chúng ta, chúng ta làm sao giáo dục tốt con cái của chính mình.

NHẬN THỨC THAI GIÁO CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

Vậy bây giờ chúng ta thảo luận một cách chi tiết về việc nhận thức thai giáo, thai giáo là gì? Thai giáo, thật ra thai giáo từ hơn 3000 năm trước, từ thời Chu, và cả trước thời Chu, chúng ta ước đoán có thể chúng ta đã có sự giáo dục này rồi. Chữ viết bắt đầu xuất hiện là từ Tam thái của thời Chu, từ Chu Thái Vương, phu nhân của ngài là Thái Khương, và con dâu của ngài là Thái Nhậm, cháu dâu là Thái Tụ, ba thế hệ của họ, ba thế hệ mẹ chồng con dâu và cháu dâu đã làm thai giáo tốt nhất, cho nên họ đã sanh được Văn Vương, Vũ Vương, Chu Công, ba người con như vậy, thánh nhân như vậy.

Và chúng ta nên học tập thai giáo như thế nào? Từ khi chuẩn bị mang thai đã bắt đầu học tập rồi, cho đến sau khi thọ thai thì bắt đầu thực hành, sự giáo dục trong thai rất quan trọng, sự giáo dục trong thai rất quan trọng. Nếu như chúng ta chưa kết hôn, nếu như nói tương lai chúng ta kết hôn, chúng ta làm sao thai nghén tốt con cháu thánh hiền, chúng ta phải nhớ làm sao để thực hành thai giáo. Chúng ta coi tiếp một chút, thực hành thai giáo như thế nào?

Vậy thì ở đây chúng ta đã nêu ra Thái Khương, Thái Khương là hậu phi của Chu Thái Vương, Thái Khương, bà sanh được 3 người con trai đều hết sức ưu tú, một người là Thái Bá, Trọng Ung, và một người nữa là Vương Quý, chúng ta muốn viết ra thì ở trên mạng mọi người cũng tra ra được. Ba người con trai của bà hết sức ưu tú, trong đó con trai thứ ba là

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

Vương Quý được kế ngôi đế vương, còn Thái Bá và Trọng Ung biết được phụ vương có ý nhường ngôi cho em trai, nên hai người anh trai đã cùng nhau rời khỏi đất nước này, rời khỏi quê nhà, hoàn toàn nhường ngôi đế vương, nhường thiên hạ này cho em trai, vì họ nhìn thấy cha mình, phụ vương có suy nghĩ này, bởi vì Vương Quý nhìn có vẻ hết sức có tướng đế vương. Con trai của Vương Quý là Chu Văn Vương, Văn Vương, Văn Vương trong lịch sử chúng ta đều biết, công trạng và tài trí của Văn Vương đã xây dựng vương triều Chu rất tốt đẹp như vậy. Còn Vũ Vương, Thái Tự sanh ra Vũ Vương, điều này cũng rất hiếm có, vô cùng hiếm có, công trạng của Vũ Vương cũng hết sức huy hoàng, còn Thái Tự, sanh một hơi được 10 người con trai, 10 người con trai đều hết sức ưu tú, rất là hiếm có. Tại sao có thể làm được như vậy? Vì họ rất coi trọng thai giáo, từ thời Thái Khương đã truyền thừa lại thai giáo.

Vậy làm sao để làm tốt thai giáo? Làm sao làm tốt thai giáo? Ở đây chúng ta tìm hiểu một chút tầm quan trọng của thai giáo. Các bạn coi, tính khí của con trẻ và cả cá tính của con trẻ đa phần tới từ tâm trạng của người mẹ khi mang thai. Thật sự là như vậy, khi người mẹ mang thai, tâm trạng không tốt, sau này em bé sanh ra tâm trạng cá tính đều không ổn định. Điều này chúng ta đã nhìn thấy rất nhiều xung quanh ta, và trong quá trình mạt học dẫn dắt hướng dẫn học sinh học tập, khi người mẹ than thở với tôi con mình thật khó dạy, câu đầu tiên nhất định tôi sẽ hỏi “Khi

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

bạn đang mang thai em bé, tâm trạng của bạn thế nào, tình cảm với chồng có tốt không? Quan hệ mẹ chồng con dâu có tốt không? Công việc có thuận lợi không, đều có liên quan”. Vì con trẻ đã trực tiếp, trực tiếp truyền thừa lại tính khí của quý vị, cá tính của quý vị, khởi tâm động niệm của quý vị, đều từ thai giáo mà tới. Vì thai giáo, mặc dù không phải tuyệt đối, nhưng có tác dụng hơn một nửa, thai giáo là hết sức then chốt.

Cho nên người mẹ trong thời kì mang thai nhất định phải coi trọng việc điều chỉnh tâm trạng của mình, thời gian biểu của mình, thói quen ăn uống sinh hoạt của mình, và cả việc học tập của chúng ta, đều sẽ ảnh hưởng đến căn khí cả đời của con trẻ, hết sức then chốt. Ở đây chúng ta có ai vừa mới mang thai không? Không có. Chúng ta có ai sắp sanh không? Hay là con cái chúng ta chuẩn bị kết hôn thì chúng ta nhất định phải ghi nhớ dạy bảo con dâu của mình, và những thai phụ sắp sửa làm mẹ nhất định phải hiểu tâm trạng của chúng ta, và việc ăn uống, thói quen sinh hoạt, thời gian biểu. Vậy thì chúng ta làm sao để điều chỉnh, làm sao làm tốt thai giáo, và chuẩn bị tâm lý. Trước hết phải sanh tâm hoan hỷ, hoan nghênh sự ra đời của em bé, truyền thừa gia nghiệp. Chúng ta nhất định phải ghi nhớ, em bé sanh ra chính là thế hệ sau của chúng ta, chúng ta làm sao giáo dục tốt thế hệ sau, truyền thừa gia nghiệp của chúng ta, tổ đức của chúng ta làm sao đời đời truyền lại, là quan niệm hết sức quan trọng. Cho nên chúng ta coi Khổng Lão Phu Tử thế hệ sau của ngài

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

truyền thừa đến bây giờ đã gần 80 đời rồi, hết sức tốt. Chúng ta coi tiếp Phạm Trọng Yên, hậu thế của ông cũng rất là tốt. Chúng ta coi Tăng Quốc Phiên, Tăng Quốc Phiên cận đại, hậu thế của họ đều rất khá. Chúng ta coi tiếp tổ tiên của mặt học, Dương Chấn, chúng ta coi hậu thế của ông cũng đều rất tốt, và đến chúng tôi bây giờ tôi thấy cũng rất là khá. Cho nên điều thứ nhất, con cái được sanh ra có nghĩa là then chốt chúng ta truyền tới đời kế tiếp, chúng ta nhất định phải dạy dỗ các em mới không có lỗi với tổ tiên, chúng ta nhất định không được có lỗi với tổ tiên của chính mình. Cho nên sự chăm sóc thế hệ sau, sự giáo dục của thế hệ sau nhất định phải bắt đầu từ thai giáo, chúng ta làm thai giáo thế nào cho tốt.

Điểm thứ hai, chúng ta phải tập thành thói quen sinh hoạt tốt đẹp, thời gian biểu cố định. Thế nào là thói quen sinh hoạt tốt đẹp, ví dụ như 3 bữa đúng giờ, 3 bữa đúng giờ. Vậy trong thời kì mang thai chúng ta ghi nhớ thai phụ có thể sẽ không muốn ăn, chúng ta có thể ăn ít, nhiều bữa, nhất định nên ăn ít, nhiều bữa. Chúng ta còn phải tiếp thu một số điều có liên quan, những việc nên kiêng kị trong khi mang thai, ví dụ như sau khi mang thai tuyệt đối không được có quan hệ vợ chồng, rất dễ bị sảy thai, đây là điều rất then chốt, hơn nữa còn rất dễ gây ra thai độc, điều này không phải do tôi nói, do cổ nhân, cổ thư đã ghi chép. Sau khi biết mình đã mang thai nhất định phải chú ý thói quen sinh hoạt của chúng ta, thói

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

quen sinh hoạt, thói quen sinh hoạt không tốt nhất định phải trừ bỏ đi, ví dụ người thích hút thuốc, lúc này không được hút. Người thích ăn đồ sống lạnh, thế nào là đồ sống lạnh, ví dụ mùa hè rất thích ăn lạnh, rất thích ăn đồ sống lạnh, đồ mát, chắc chắn sẽ kích thích đến thai nhi, cho nên thời gian biểu và trong thói quen sinh hoạt của thai phụ nhất định phải chú ý không được ngủ rất trễ, không được ngủ rất trễ, làm việc nghỉ ngơi phải cố định.

Ăn uống chủ yếu phải ăn thanh đạm, tốt nhất là ăn chay, tránh những thức ăn mùi vị quá nặng. Ví dụ cay nồng, rất cay, cay tê, những món này chúng ta tốt nhất nên tránh đi. Nên ăn thanh đạm, tại sao phải ăn thanh đạm, tốt nhất là ăn chay? Bởi vì gia tộc của mặt học đa phần đều ăn chay, con cháu đều là ăn chay từ bụng mẹ cho đến khi lớn lên, bây giờ đã tốt nghiệp đại học, chiều cao còn cao hơn các em bình thường, tình hình sức khỏe cũng tốt hơn những em bình thường, hơn nữa còn không bị sâu răng, đặc biệt không bị sâu răng, tại sao không bị sâu răng? Vì các em không phải uống sữa bò mà lớn lên, không phải uống sữa lớn lên, các em ăn gạo lứt lớn lên, gạo lứt đem đi rang, dùng lửa nhỏ đem rang xong, sau khi rang thì xay thành bột, xay nhuyễn, rồi đem pha cho các em ăn, thay thế sữa bột, sữa mẹ cộng thêm bột gạo lứt có thể nuôi các em rất tốt.

Chúng ta coi tiếp phía sau, tâm trạng nhất định phải giữ sự bình hòa, tránh coi những phim ảnh kích thích hoặc là đến những nơi tạp loạn,

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

đừng đến tất cả những nơi có môi trường tạp loạn, ví dụ rạp chiếu phim, những nơi ồn ào, chợ, những khu chợ lộn xộn dơ bẩn chúng ta cũng đừng đi. Cố gắng giữ gìn sự thanh tịnh trong tâm, tại sao? Tâm trạng giữ gìn quân bình rồi, sau này con cái sẽ không nổi nóng với các bạn, chúng ta phải ghi nhớ, khi con trẻ còn ở trong bụng, hoàn toàn truyền thừa nhất ngôn nhất hạnh, nhất cử nhất động của người mẹ, cho nên điều này rất then chốt.

Việc thứ 5 và thứ 6 là những việc tích đức cho con trẻ, nhất định phải làm. Thường đọc sách thánh hiền, thường thể hội tâm lượng của thánh hiền nhân, sau cùng còn thường làm những sự nghiệp từ thiện, vì sự ra đời của con trẻ chúng ta nên thường xuyên làm việc tốt, thường bố thí. Vậy thường đọc sách thánh hiền có ích lợi gì? Bây giờ các bạn đang đọc, sau này dẫn dắt các em đọc, các em sẽ rất dễ tiếp thu. Em dâu của mặt học trước khi sanh, khoảng 6, 7 tháng đã nói với tôi vị trí thai không ngay, vị trí thai không ngay, em ấy hỏi tôi “Chị ơi, bác sĩ nói em vị trí thai không ngay, em đã sanh 2 đứa rồi đều rất thuận lợi, tại sao đứa thứ 3 lại không ngay?”. Tôi nói “Không sao, trại hè trong mùa hè năm nay do em đến làm cô giáo”. Em ấy đã cầm một cái roi ở đó dẫn dắt việc đọc kinh. 2 tháng sau, vị trí thai liền ngay lại. Hơn nữa ngày ngày em bé đều cuộn tròn ở đó, thai nhi mặc dù không vận động, nhưng sau khi nghe xong, nghe xong liền trở nên ngoan ngoãn, nên vị trí thai cũng ngay lại, đây là

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

cảm giác của tôi. Cho nên sau khi em bé sanh ra thì trí nhớ vô cùng tốt, trí nhớ vô cùng tốt thì cái gì tốt? Trong trí nhớ của bé, nếu đọc thuộc những sách này sẽ thuộc hết sức nhanh, tại sao lại thuộc hết sức nhanh? Bởi vì con gái của em ấy trong trại hè, chưa biết chữ, trong thời gian 2 tháng đã học thuộc được “Đệ tử quy”, “Hiếu kinh”, hơn nữa “Luận ngữ” không những chỉ đọc chữ mà có thể thuộc được cả một bài. Tại sao vậy? Vì vốn dĩ khi còn trong bụng đối với những thứ này bé đã nghe đến thuộc lòng rồi, đây là then chốt rất quan trọng.

Và thường đọc sách thánh hiền, còn phải đọc kinh, đọc kinh điển, kinh điển gì? Tốt nhất là đọc “Quan Thế Âm Bồ tát Phổ Môn phẩm”, “Quan Thế Âm Bồ tát Phổ Môn phẩm” do người mẹ đọc, còn người cha đọc “Địa Tạng Vương Bồ tát Bản nguyện kinh” là tốt nhất. Tại sao vậy? Chúng tôi đã thí nghiệm qua, bất luận các bạn có tín ngưỡng hay không, bất luận các bạn có tín ngưỡng hay không, các bạn nửa tin nửa ngờ nhưng cứ làm theo thử coi, đa phần đều có thể sanh thuận. Trong các đồng nghiệp của chúng tôi có 1 người đã áp dụng cách này, 20 phút đã sanh ra được rồi, cô nói rất nhanh, tôi nói “Ồ, thật là rất nhanh”, từ khi đau bụng đến khi sanh ra là 20 phút, nhanh như đẻ trứng gà vậy, thật sự rất nhanh. Vậy chúng ta thông thường thì không thể nào nhanh như vậy được, cho nên điều này tôi nghe thấy từ đâu? Có một lần tôi đi xe lửa, đi xe lửa ở Đài Loan, lúc đó tôi mới học Phật, có một quyển kinh Phật đặt trong cái

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

giỏ ở trước mặt, trước mặt chúng tôi đều có cái giỏ để đựng đồ. Cô ấy nhìn thấy liền nói “A, tôi cũng là tín đồ Phật giáo”, xong cô hỏi tôi là đã học Phật bao lâu rồi? Tôi nói tôi mới học. Cô ấy nói “Vốn dĩ tôi không có học Phật, chỉ vì sau khi tôi tụng “Phẩm Phổ Môn” xong, em bé được sanh ra rất là nhanh”, vì cô là viên chức, viên chức thì mỗi ngày đều phải ngồi, không có vận động, nên cô rất sợ sanh khó, có người giới thiệu cô trì “Phẩm Phổ Môn”, “Quan Thế Âm Bồ tát Phổ Môn phẩm”, cô liền tạm thử một lần, vì cô sợ sanh khó, cô sợ chịu một đao, cô sợ sanh mổ, cho nên cô đã dùng tâm thái như vậy, tâm thái nghi ngờ mà tụng kinh điển này. Tụng khoảng được nửa năm, sanh ra rồi, cô nói với tôi căn bản không đau lắm, không giống như người ta nói với cô, đau khổ như vậy. Cho nên từ đó về sau cô tin sâu không nghi ngờ, cô cũng thường giới thiệu cho bạn bè, nếu như có bạn mang thai thì thường đọc sách thánh hiền, nhất định sẽ giúp các bạn sanh dễ dàng.

Và còn phải thường thể hội được tâm lượng của thánh hiền nhân. Trong quá trình chúng ta đọc còn phải học tập, ngoài việc đọc ra thì trong quá trình đó chúng ta rất chân thành, chúng ta có thể tùy văn nhập quán, có thể hiểu rõ hàm nghĩa mà kinh điển, những đạo lý mà nó hàm chứa đều là trí huệ thánh hiền nhân một đời đi qua, trải qua mà tổng kết lại được. Cho nên trong khi chúng ta đọc nhất định phải chuyên chú, khi các bạn chuyên chú chắc chắn sẽ thể hội được trí huệ của thánh hiền nhân.

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

Cho nên ở đây chúng ta đã hiểu được, chúng ta giáo dục tốt con trai con gái, điều then chốt nhất ngoài người mẹ ra, người cha trong lúc này cũng phải thường chăm sóc, thường quan tâm đến sự vất vả của vợ mình, sự vất vả của vợ mình sẽ đổi lại được thể hệ sau của chúng ta, con cái chúng ta được mạnh khỏe. Đây là việc mà một người sắp làm vai trò người cha trong gia đình phải nên phụ trợ, trợ giúp vợ mình trải qua thời kì mang thai này. Tốt nhất thì người chồng trong lúc này phải bắt đầu học cái gì? Học cách làm bảo mẫu, bảo mẫu có lẽ chúng ta đều biết, chúng ta cũng nên học một chút, bởi vì bây giờ đều là con một, rất nhiều người trẻ sau khi xây dựng gia đình thì người làm chồng cái gì cũng không biết, cái gì cũng không biết thì phải mời bảo mẫu, hoặc là phải làm phiền cha mẹ đến chăm sóc. Nếu như lúc này chúng ta có thể biết nhiều một chút thì chúng ta cũng tốt hơn.

Được, chúng ta coi tiếp, thường xuyên kích lệ em bé trong bụng sau khi ra đời phải lập chí, nỗ lực, làm một người tốt. Nghĩa là sao, thường xuyên kích lệ em bé trong bụng này, kích lệ bé, tương lai phải làm một người tốt. Câu thông giao lưu với em bé, điều này cũng rất then chốt. Nếu là như vậy sau này quan hệ cha mẹ con của các bạn cũng sẽ rất tốt.

Điểm sau cùng là thường làm những vận động thích hợp, giúp xương chậu mở rộng ra, điều này rất then chốt. Đây là từ việc tôi nhìn thấy chị dâu tôi trong nhà, tôi thấy hai chị dâu tôi, các chị trong quá trình sanh đẻ

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

đều hết sức thuận lợi, tại sao rất thuận? Lúc đó các chị không đọc tụng “Phẩm Phổ Môn”, bởi vì các chị thường ngồi xỏm giặt quần áo, ngồi xỏm giặt quần áo, ngồi xỏm làm việc, ngồi xỏm nhặt rau lựa rau, thường ngồi xỏm, cho nên các bạn coi, một người nếu thường hay ngồi xỏm, sự vận động của xương chậu chúng ta được đầy đủ, sau này sanh em bé sẽ khá là dễ dàng. Cho nên chúng ta làm sao vận động cho tốt, đây đều là điều rất quan trọng. Chúng ta biết bây giờ rất phổ biến cách sanh gì? Sanh mổ. Vậy chúng ta phải biết, sanh mổ có tổn hại bao lớn đối với sức khỏe của một người, tổn hại bao lớn? Khi khí lực và thần kinh của một người bị cắt ngang qua một dao như thế này, khí của chúng ta, khí trong thân thể đều chạy ra ngoài, bị xì hơi. Cho nên tại sao phụ nữ sau 40 tuổi thì sức khỏe xuống dốc rất nhanh. Chúng ta nhất định phải biết nguyên nhân nằm ở đâu, nguyên nhân này rất quan trọng.

Vậy chúng ta sau khi hiểu được nguyên nhân này, chúng ta phải ghi nhớ làm sao để giúp đỡ vợ mình, giúp đỡ con dâu mình, giúp đỡ con gái mình quá trình sanh đẻ cho thuận lợi, nhất định phải ghi nhớ, thường vận động, và thường đọc tụng kinh điển, vô cùng tốt. Và chúng ta phải hiểu sau khi mổ đẻ, ngoài việc khí trong thân thể, nguyên khí bị tổn hại, khi chúng ta ở cữ, khi ở cữ, vì quý vị bị thương, còn có cái gì, còn có thuốc tê, đều khiến thân thể chúng ta bị tổn hại hết sức nghiêm trọng. Cho nên ở cữ là hết sức then chốt, nếu như ở cữ không tốt cũng sẽ chôn xuống sức khỏe

NHẬN THỨC THAI GIÁO
CÔ GIÁO DƯƠNG THỰC PHÂN

không tốt trong tuổi trung niên, về già, điều này rất then chốt.

Hôm nay cũng hết giờ rồi, nên giảng cho mọi người đến đây, những chỗ nào giảng không đúng lắm xin mọi người lượng thứ cho! Cảm ơn mọi người!

Công ty hữu hạn tư vấn giáo dục Thành kính nhân Bắc Kinh cần tác!

Website Công ích văn hóa Đại Phương Quảng cần tác!

Cảm ơn quý vị đã đón xem!