KINH CHAÙNH PHAÙP NIEÄM XÖÙ

**QUYEÅN 66**

**Phaåm 7: THAÂN NIEÄM XÖÙ (Phaàn 3)**

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân ta, hoaëc laøm an oån, hoaëc khoâng an oån? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy Gioù laøm khoâ phaân *(Can phaån phong)*. Neáu ta aên nhieàu thì gioù khoâng ñieàu hoøa, coù theå khieán ngöôøi khoù chòu, gioù vaøo ôû trong töøng phaàn gaân maïch cuûa thaân, khieán phaân khoâ boùn, hoaëc hai ngaøy, ba ngaøy, boán ngaøy, naêm ngaøy môùi ñaïi tieän moät laàn. Phaån khoâ ít nhô baån nhöng ngöôøi beänh raát ñau ñôùn, khoå sôû. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù beänh naøy. Quan saùt gioù laøm khoâ phaân roài laø bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc laøm an oån, hoaëc khoâng an oån? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù Gioù hai beân *(Löôõng baøng phong)*, neáu gioù khoâng ñieàu hoøa seõ taïo nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù hai beân hoaït ñoäng ôû beân caïnh thaân thì maùu bò khoâ. Do maùu khoâ neân chòu ñau ñôùn. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù beänh naøy. Quan saùt gioù hai beân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc laøm an oån, hoaëc khoâng an oån? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù goïi laø Gioù laøm ngheõn chín loã ôû trong thaân *(Taéc cöûu khoång phong)*. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa coù theå khieán chín loã beá taéc khoâng thoâng. Ñaàu coù baûy loã vaø hai loã ñaïi tieåu tieän. Chín loã ñaõ beá taéc thì thaân bò beänh, hôi thôû ra vaøo khoâng ñöôïc an oån. Neáu gioù ñieàu hoøa laøm thaân an oån thì môùi coù theå haønh phaùp, do gioù giöõ gìn laøm thaân ñi laïi ñöôïc. Quan saùt gioù laøm ngheõn chín loã roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân. Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø gioù Ñoaïn phaân phaàn. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa thì taïo nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù Ñoaïn thaân phaàn khoâng ñieàu hoøa thì ngoùn tay co giaät, khoâng laøm vieäc ñöôïc. Tay chaân ñeàu co giaät, ñuøi gaân co ruùt ñau ñôùn, ñöôøng gaân co ruùt goà gheà töøng phaàn trong thaân dao ñoäng, raát meät moûi, khoâng coù söùc khoûe. Neáu gioù Ñoaïn thaân phaàn ñieàu hoøa thì ngöôøi khoâng coù caùc beänh nhö treân ñaõ noùi. Quaùn xeùt gioù Ñoaïn phaân thaàn roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc

laøm an oån, hoaëc khoâng an oån? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy thaân coù gioù goïi laø löûa haïi. Gioù löûa haïi ôû trong thaân taïo nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy söùc gioù naøy laøm giaûm thaân nhieät neân aên khoâng tieâu. Vì aên khoâng tieâu neân khoâng muoán aên. Vì khoâng theå aên neân hình saéc bò suy keùm. Vì sao hình saéc bò suy keùm? Vì maùu khoâ noùng neân thòt tieâu moøn heát. Vì thòt tieâu moøn heát neân gaân co ruùt laïi, khoâng sinh môõ. Vì khoâng sinh môõ neân xöông cuõng khoâ. Vì xöông tuûy cuõng khoâ neân caïn tinh chaát trong thaân vaø khoâng chuyeån ñoäng khí löïc trong tim. Neáu gioù löûa

haïi ñieàu hoøa an oån thì khoâng coù caùc beänh khoå nhö treân ñaõ noùi. Quan saùt gioù löûa haïi roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù goïi laø laøm laïnh caùc phaàn treân thaân. Neáu gioù naøy khoâng ñieàu hoøa thì taïo ra nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, haønh giaû thaáy gioù laøm laïnh caùc phaàn treân thaân khieán cho thaân chaûy moà hoâi, nhaùm rít, saéc xaáu, thaân theå suy keùm, loâng xô xaùc, gaày goø, thaân moïc muït nhoït, muû chaûy nöôùc hoâi thoái, moïc muït ñoû, ngöùa gaõi chaûy nöôùc, hoaëc raát noùng, hoaëc moïc muït traéng, thaân theå phuø leân, hoaëc thaân aáy nhö da voi traéng, moïc muït thoâ nhaùm, hoaëc mieäng, raêng ñen saïm, tay chaân moïc muït gioáng nhö ngöôøi laøm coâng raát meät moûi, khoán khoå, thaân moïc muït ngöùa, tay chaân thöôøng noùng, cöùng coûi, thoâ keäch, hoaëc moïc muït lôû, caùc moùng tay, chaân gôùm ghieác, soáng muõi suïp xuoáng, maét khoâng giöông leân ñöôïc, bò moïi ngöôøi gôùm ghieác, thí chuû khoâng öa gaëp, ruoài nhaëng baùm vaøo, moùng tay chaân rôi ra. Khi hoï nguû, hôi thôû naëng neà, hoâi haùm, ngaùy lôùn tieáng, khoâng muoán aên uoáng hoaëc aên khoâng tieâu, löôõi khoâng bieát vò. Nhö vaäy, gioù laøm laïnh caùc phaàn treân thaân khieán thaân lôû loùi. Neáu gioù laøm laïnh caùc phaàn treân thaân ñieàu hoøa thì saéc dieän khaû aùi, meàm maïi, trôn laùng, moïi ngöôøi ñeàu thích, moà hoâi ra ôû caùc loã chaân loâng, khoâng bò caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù laøm laïnh caùc phaàn treân thaân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc

ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù teân laø phaù söùc khoûe ôû trong thaân. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa thì laøm taâm sôï haõi, khaép thaân theå ñau ñôùn, hoaëc thaân theå luoân luoân cöùng ñô, khoâng vui, hôi thôû ra vaøo khoâng oån ñònh. Thaân theå run raåy khoâng maëc ñöôïc aùo, bò beänh ñau ñaàu. Neáu taäp thieàn quaùn thì khoâng ñöôïc nhaát taâm, hoaëc thaáy moäng aùc, taâm phieàn muoän, noân möûa, ñoái vôùi saéc thì bò loaïn thò, vieãn thò, beänh maát nöôùc, tieàu tuïy. Neáu gioù phaù söùc khoûe ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù phaù söùc khoûe roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân vaø hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù laøm lay ñoäng thaân ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì gaây nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù laøm lay ñoäng thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì trong tai coù tieáng keâu, thòt caùnh tay ruùng ñoäng, khaép thaân cuõng lay ñoäng. Gioù aáy chuyeån ñoäng khaép nôi, khoâng ôû moät choã, khoâng coù beänh khaùc. Neáu gioù laøm lay ñoäng thaân ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt taát caû gioù laøm lay ñoäng thaân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù noùng ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù noùng naøy neáu khoâng ñieàu hoøa thì nhöõng thöùc aên nuoát vaøo mieäng trôû thaønh noùng, do ñoù boán ñaïi khoâng ñieàu hoøa, khoâng ñöôïc taêng tröôûng, hoaëc nhöõng thöùc aên khoâng tieâu hoùa theo hai ñöôøng thì caøng dô baån, baát tònh. Neáu noù löu thoâng thì boán ñaïi taêng tröôûng, chæ coù nhô baån chöù khoâng coù beänh khoå. Neáu gioù noùng khoâng ñieàu hoøa thì nhöõng thöùc aên ñeàu nhô baån, khoâng thanh tònh, vì theá neân maéc beänh. Neáu gioù noùng ñieàu hoøa, hoaëc trong saïch, hoaëc nhô baån, hai ñöôøng tieâu hoùa thöùc aên, boán ñaïi bình ñaúng, do bình ñaúng aáy neân khoâng taïo beänh. Quan saùt gioù noùng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø gioù taäp truøng. Gioù taäp truøng naøy ôû khaép trong thaân, coù theå phaân taùn, cuõng coù theå taäp hôïp, laøm beá taéc caû treân döôùi. Töø ñænh ñaàu xuoáng ñeán döôùi chaân coù möôøi loaïi truøng:

1. Ñaàu haønh.
2. Coát haønh.
3. Thöïc phaùt.
4. Nhó haønh.
5. Tyû noäi.
6. Chæ noäi haønh.
7. Tieát haønh.
8. Thöïc dieân.
9. Thöïc xæ caên.
10. AÅu thoå.

Laïi coù möôøi loaïi truøng ôû trong coå hoïng, loàng ngöïc:

1. Ñaïm thöïc.
2. Thöïc dieân.
3. Tieâu hoùa.
4. AÅu thoå.
5. Thaäp vò löu maïch trung haønh.
6. Ñieàm tuùy.
7. Thò vò.
8. Tröõ khí.
9. Taéng vò.
10. Thò thoùa.

Laïi coù möôøi loaïi truøng soáng ôû trong maùu:

1. Thöïc mao.
2. Khoång huyeät.
3. Thieàn ñoâ.
4. Xích truøng.
5. Thöïc traáp.
6. Mao ñaêng.
7. Saân huyeát.
8. Thöïc huyeát.
9. Taäp taäp.
10. Taïc truøng.

Nhö vaäy, möôøi loaïi truøng soáng ôû trong maùu, hình töôùng noù hoaëc ngaén, hoaëc troøn, vi teá khoâng maét.

Laïi coù möôøi loaïi truøng gaây ñau khoå, soáng ôû trong thòt:

1. Sang vò.
2. Xuyeát xuyeát.
3. Beá caân.
4. Ñoäng maïch.
5. Thöïc bì.
6. Ñoäng chæ.
7. Hoøa tuï.
8. Xuù *(truøng)*.
9. Haõn haønh.
10. Nhieät *(truøng)*.

Nhö vaäy, caùc truøng sinh töø trong thòt.

Laïi coù möôøi loaïi truøng hoaït ñoäng ôû trong ñôøm vaøng:

1. Haéc.
2. Mieâu hoa.
3. Ñaïi sieåm khuùc.
4. Toâ-tyø-la.
5. OÂ truøng.
6. Ñaïi thöïc.
7. Haønh nhieät.
8. Ñaïi nhieät.
9. Thöïc vò.
10. Ñaïi hoûa.

Nhö vaäy laø caùc truøng hoaït ñoäng ôû trong ñôøm. Trong caùc phaàn thaân coù möôøi loaïi truøng:

1. Thæ coát.
2. Nieát coát.
3. Ñoaïn tieát *(truøng)*.
4. Xuù truøng.
5. Tieâu coát.
6. Xích khaåu.
7. Ñaàu-ñaàu-ma.
8. Thöïc bì.
9. Ñao phong.
10. Ñao khaåu.

Laïi coù möôøi loaïi truøng hoaït ñoäng ôû trong phaån:

1. Sinh truøng.
2. Chaâm khaåu.
3. Baïch tieát.
4. Voâ tuùc.
5. Taùn phaån.
6. Tam tieâu.
7. Phaù traøng.
8. Beá taéc.
9. Thieän saéc.
10. Ueá moân sang.

Laïi coù möôøi loaïi truøng hoaït ñoäng ôû trong môõ, tuûy:

1. Mao truøng.
2. Haéc khaåu.
3. Thaát löïc.
4. Ñaïi thoáng.
5. Phieàn muoän.
6. Hoûa saéc.
7. Haï löu.
8. Khôûi thaân caên.
9. ÖÙc nieäm.
10. Hoan hyû.

Nhö vaäy, caùc truøng naøy ñi khaép trong thaân, hoaït ñoäng tuøy yù khaép nôi, ñi ñeán ñaâu ñeàu gaây beänh. Ñoù laø gioù taäp truøng trong thaân theå, tuøy yù ñi khaép thaân. Nhö vaäy, do gioù naøy maø caùc truøng löu haønh. Quan saùt gioù taäp truøng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt thaáy coù gioù goïi laø gioù treân döôùi ôû trong thaân, hoaëc an oån, hoaëc khoâng an oån gaây neân nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù treân döôùi, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khaép naêm choã, taïo thaønh hôi thôû ra vaøo, ngöôøi ta goïi laø maïng soáng. Gioù hoaït ñoäng ôû treân ñaàu tim, ñi khaép trong thaân töï taïi khoâng ngaïi, goïi laø naêng löïc thöù nhaát cuûa gioù. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa, coù theå phaù hoaïi thaân. Gioù aáy cuõng laøm cho trong mieäng coù nhieàu nöôùc mieáng, thaân oám gaày, aên uoáng vaøo daï daøy thì gaây roái loaïn, möûa ra, goïi laø naêng löïc thöù hai cuûa gioù. Neáu gioù ôû giöõa ngöïc thì gaây nhöõng beänh gì? Neáu hôi thôû ôû tim hoaëc buoàn hoaëc vui. Neáu hôi thôû töø yeát haàu treân ñeán choã coå, döôùi vaøo thieät caên, tuøy theo choã nhôù nghó thì coù theå noùi vaên töï, suy nghó caùc nghóa lyù, goïi laø naêng löïc thöù ba cuûa gioù. Laïi thöôøng laøm naõo loaïn thaân nhieät laøm cho thaân chaûy moà hoâi, goïi laø naêng löïc thöù tö cuûa gioù. Gioù aáy ñi khaép thaân, maét nhìn nhaáp nhaùy, ñoäng taát caû thaân, suy nghó khaép thaân, nöông vaøo caên nam, nöõ sinh con caùi. Neáu nam nöõ haønh duïc nhö söùc cuûa gioù naøy coù theå taäp hôïp tinh huyeát, coù theå khieán xöông ñuøi ngöôøi nöõ nhieàu söùc löïc, tinh huyeát nam nöõ hoøa hôïp tuï laïi thaân giaùp-la-baø, luùc tinh moûng, gioù thoåi laøm cho daøy maø taïo thaønh khoái thòt. Taïo khoái thòt roài, tieáp ñeán sinh nguõ baøo. Sinh nguõ baøo roài hoaëc vuoâng hoaëc troøn, tuøy theo thaân daøi ngaén, thöùc cuõng tuøy thuaän bieán khaép theo caùc töôùng, gioáng nhö coù ngöôøi laáy laïc laøm ra toâ, coù laïc, coù nöôùc, coù bình, coù quaáy leân neân sinh ra toâ. Bieát noù ñaõ chín, thaâu laáy sinh toâ. Söùc gioù nhö vaäy vaø nghieäp phieàn naõo taäp hôïp thaønh thaân cuõng laïi nhö vaäy, goïi laø naêng löïc thöù naêm cuûa gioù. Neáu aên uoáng, neám vò vaøo trong baèng löôõi, ñöa vaøo trong yeát haàu, aên uoáng ñaày ñuû, laøm cho khaép caû chaân loâng vaø caùc moùng tay, moùng chaân, khí löïc phaùt trieån taïo saéc, höông, vò. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa thì gioù döôùi hoaït ñoäng leân treân, taïo boán loaïi khí aùc, beá taéc, khoù ra, khaép thaân khoå naõo. Neáu noù lìa choã hoaït ñoäng cuûa mình, taát caû thaân caên vaø trong taát caû thöùc ñeàu bò naõo loaïn, maát thaân maïng. Ñaõ boû thaân roài maát luoân ba phaùp:

1. Maïng.
2. Hôi aám.
3. Thöùc.

Do ñoù noùi keä:

*Neáu khi boû thaân naøy Maát maïng, hôi aám, thöùc Laïi khoâng choã hieåu bieát Gioáng nhö caây, gaïch, ñaù Ñoù goïi laø aùc thöù nhaát.*

Neáu khoâng ñieàu thuaän thì taïo nghieäp thöù hai, hôi thôû khoø kheø, naëng neà khoâng theå ñieàu hoøa, khaép thaân khoå naõo böùc baùch. Vì cöïc khoå böùc baùch neân boû thaân maïng, goïi laø

ñieàu aùc thöù hai.

Gioù ñi treân neáu khoâng ñieàu hoøa gaây ñieàu aùc thöù ba: naõo loaïn caùc caên khaép thaân, gaây naõo loaïn maát thaân maïng thì goïi laø ñieàu aùc thöù ba.

Gioù ñi treân naøy neáu khoâng ñieàu hoøa, gaây ñieàu aùc thöù tö, hoaëc hôi thôû quaù maïnh, hoaëc laïi quaù yeáu, hoaëc ñeán noãi maïng chung, hoaëc chæ ruùt ngöôøi maø khoâng maát maïng thì goïi laø ñieàu aùc thöù tö. Hoaëc luùc nguû nghæ, hôi thôû ra vaøo ñeå giöõ maïng soáng. Nhö vaäy, quan saùt gioù treân döôùi roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc laøm an oån, hoaëc khoâng an oån, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt thaáy coù gioù goïi laø maïng phong truï trong thaân, hoaëc laøm thaân maäp maïp, hoaëc oám gaày, khieán taâm suy xeùt. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa thì taâm xao ñoäng, queân nhöõng ñieàu ñaõ bieát, ñaõ nghe, thaáy caûnh khoâng roõ, aâm thanh khoâng nghe, muõi khoâng bieát muøi thôm, löôõi khoâng bieát vò, thaân khoâng bieát caûm giaùc, yù khoâng bieát phaùp, khoâng bieát mình vaø ngöôøi. Quan saùt maïng phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù laøm loaïn taâm ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, gaây nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù naøy, neáu ta coù beänh tim thì gioù khoâng ñieàu hoøa, tuøy theo taâm maø hoaït ñoäng, hoaëc ñoäng, hoaëc ñöùng im, khoâ khan, si loaïn, hoaëc ñoái vôùi thöùc aên bò roái loaïn tieâu hoùa. Nhö vaäy, gioù laøm loaïn taâm aáy ñoái vôùi phaùp thieän khoâng sinh öa thích, chaûy moà hoâi, nhieàu nöôùc mieáng, khoâng chòu tieáp xuùc vôùi laïnh. Ñoái vôùi maøu saéc khoâng thaáy ñuùng nhö thaät. Thaân naëng neà, khoù hoaït ñoäng, loâng treân toaøn thaân ñeàu döïng ñöùng. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù laøm loaïn taâm roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc laøm an oån, hoaëc khoâng an oån, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù loaïn phong ôû trong thaân. Neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán ngöôøi thaáy nhieàu moäng aùc, nguû nghæ ñeàu sôï haõi, tuy ôû choã aám aùp maø thöôøng caûm thaáy laïnh. Neáu nhìn thaønh aáp, xoùm laøng hay daân chuùng thì thaáy nhö choán khoâng ngöôøi, hay thaáy maøu vaøng, ít noùi naêng, khoâng thích naèm moät choã, phaùp ñaõ töøng nghe ñeàu queân heát. Boán ñaïi naõo loaïn. Nhöõng thöùc aên muøi vò ôû trong taâm voâ côù sinh nhaøm chaùn, laïi thaáy nhö goø ñoáng. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt loaïn phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy thò huyeãn phong ôû trong thaân. Neáu khoâng ñieàu hoøa thì maét khoâng hoaït ñoäng. Khoâng coù gioù naøo nhanh nhö gioù naøy. Thò huyeãn phong aáy hoaït ñoäng ñeàu khaép caùc caên, neáu gioù khoâng ñieàu hoøa thì sinh beänh, neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt thò huyeãn phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh ra sao? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù teân laø Hoã töông beá. Luùc saép maïng chung coù naêm loaïi gioù phaùt sinh, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, vò aáy thaáy maét, tai, muõi, löôõi, thaân taâm hö hoaïi, ôû trong caûnh giôùi cuûa mình khoâng theå tieáp xuùc vôùi saéc, thanh, höông, vò, xuùc,

phaùp ñöôïc roõ raøng. Neáu gioù khoâng phaùt khôûi thì thoâi, phaùt khôûi thì maát maïng. Quan saùt nguõ beá phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, gaây nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù hoaïi thai taïng ôû trong thaân. Neáu ngöôøi naøo thöùc môùi nhaäp vaøo thai meï vôùi nhaân duyeân cuûa nghieäp coù tröôùc thì khi ôû traïng thaùi ca-la-la maø khoâng maát maïng, taát ñeán luùc thaønh khoái thòt seõ bò maát maïng. Vì gioù laïnh vaøo thai laøm cho maïng bò cheát. Neáu ôû traïng thaùi khoái thòt khoâng bò cheát thì caùc chi phaàn cuûa thaân ñeàu ñaày ñuû. Neáu thaân phaàn ñaày ñuû maø khoâng cheát thì khi caùc caên ñaày ñuû seõ bò cheát. Tuøy theo nghieäp ñôøi tröôùc, nghieäp saùt sinh naëng, nheï maø bò cheát ôû trong thai taïng. Neáu ñôøi tröôùc khoâng saùt haïi chuùng sinh thì nhö treân ñaõ noùi, gioù khoâng theå gieát haïi ñöôïc. Quan saùt gioù hoaïi thai taïng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù naøo ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø chuyeån thai taïng ôû trong thaân. Hoaëc gaây nhieãu loaïn, hoaëc khoâng gaây nhieãu loaïn, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, vò aáy thaáy gioù chuyeån thai taïng do nghieäp aùc taïo töø ñôøi tröôùc cuûa chuùng sinh naøy khieán cho chuùng sinh ñoù neáu laø nam seõ chuyeån thaønh nöõ, hoaëc laøm huyønh moân, hoaëc cheát trong thai vì nghieäp aùc. Neáu ôû ñôøi tröôùc khoâng coù caùc nghieäp aùc thì khoâng bò gioù laøm haïi. Quan saùt gioù chuyeån thai taïng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù naøo ôû trong thaân, hoaït ñoäng ra sao? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù khöù lai taåu tròch ôû trong thaân, hoaëc gaây naõo loaïn, hoaëc khoâng gaây naõo loaïn, taïo caùc beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù khöù lai taåu tròch, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán ngöôøi tay chaân bò co quaép, xöông soáng cong veïo, khoâng theå ñi laïi, aên uoáng troâng nhôø vaøo ngöôøi khaùc, khoâng theå töï aên. Thaân caên, trí tueä ñeàu khoâng thanh tònh. Neáu gioù ñieàu hoøa thì thaân coù theå hoaït ñoäng, ñi ñöùng, qua laïi, coù theå chaïy, coù theå ngoài, coù theå leân xuoáng, côõi ngöïa. Quaùn xeùt gioù khöù lai taåu tròch roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân, coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù hoaït ñoäng theo töøng nghieäp ôû trong naêm caên: Maét, tai, muõi, löôõi, thaân vôùi gioù nghieäp luoân thoåi. Moät loaïi gioù duyeân vôùi maét trong boán ñaïi, söùc noù raát maïnh, vì theá goïi laø gioù. Gioù aáy coù theå khieán maét thòt ñöôïc saùng, thaáy caùc maøu saéc hình töôïng. Moät loaïi gioù trong tai coù theå khieán nghe aâm thanh. Muõi ngöûi muøi thôm, löôõi neám vò, thaân xuùc chaïm cuõng laïi nhö vaäy. Quan saùt ñuùng nhö thaät veà naêm loaïi gioù, neáu gioù ñieàu hoøa, ôû naêm caûnh giôùi khoâng coù gì chöôùng ngaïi. Neáu khoâng ñieàu hoøa thì taïo nhieàu chöôùng ngaïi, khoâng theå nhaän bieát caûnh giôùi ñuùng nhö thaät. Nhö vaäy, quaùn xeùt veà naêm loaïi gioù trong maét, tai, muõi, löôõi, thaân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù ñao ôû trong thaân, hoaëc gaây naõo loaïn, hoaëc khoâng gaây naõo loaïn taïo ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy: Khi qua ñôøi, gioù ñao ñeàu chuyeån ñoäng. Taát caû da, thòt, xöông, gaân, môõ, tuûy, tinh, huyeát ñeàu raõ rôøi, khieán thaân khoâ khan, hôi thôû beá taéc, khoâng löu thoâng. Thaân ñaõ khoâ khan thì ñau ñôùn ñeán cheát, nhö ngaøn ñao noùng ñaâm vaøo thaân, söï khoå naõo cuõng khoâng baèng moät phaàn

möôøi saùu noãi ñau ñôùn treân. Neáu coù nghieäp thieän, luùc saép cheát, gioù ñao ñoäng raát nheï, khoå naõo ít. Quan saùt gioù ñao roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù chaâm chích ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy luùc saép cheát gioù khoâng ñieàu hoøa thì toaøn thaân vôùi caùc ñoát xöông, taát caû caùc maïch, taát caû gaân, taát caû loã chaân loâng, trong thòt, trong xöông, trong tuûy nhö bò kim noùng ñoát vaøo khaép thaân. Traêm ngaøn kim noùng cuøng chích vaøo thaân cuõng khoâng baèng moät phaàn möôøi saùu söï khoå naõo treân. Ngöôøi naøo ôû ñôøi tröôùc coù taïo nghieäp thieän, luùc saép maïng chung, gioù chaâm chích naøy khoâng laøm ñau khoå lôùn. Quan saùt gioù chaâm chích roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng ra sao? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù gioù goïi laø aùc hoaøng ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng thöù beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù aùc hoaøng, neáu khoâng ñieàu hoøa thì sinh beänh vaøng da, trong mieäng khoâ khoác, thaân theå vaøng voït, maët, maét, moùng tay, chaân… taát caû ñeàu vaøng, buïng tröôùng phình to, ôû treân buïng, gaân xanh vaøng hieän roõ. Thaân aáy khoâng coù söùc löïc, aên khoâng theå tieâu, mieäng ñau, tieåu tieän vaøng, thaân theå caøng gaày guoäc, maét nhìn caùc maøu saéc ñeàu thaønh xanh vaøng, khoâng theå ñöùng leân ngoài xuoáng, buïng thöôøng tröông phình. Neáu gioù aùc hoaøng ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh naøy. Quan saùt gioù aùc hoaøng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø phaù tröôøng, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa gaây ra nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, haønh giaû thaáy gioù phaù tröôøng, neáu khoâng ñieàu hoøa hoaëc aên uoáng nhieàu, co duoãi nhieàu, gioù coù theå phaù ruoät, hoaëc aên xöông thòt laãn loän roài vaøo trong ruoät, coù theå phaù hoaïi ruoät, khieán thöùc aên thoaùt ra ngoaøi, buïng to, taêng nhanh, sinh nhieàu ñau ñôùn, khoâng theå aên uoáng ñöôïc, vì aên ít, thaân theå suy yeáu, tay chaân ñeàu söng phuø, haï moân noùng soát, khaép thaân thöôøng noùng, khoâng nhaát ñònh, trong mieäng khoâ khoác, thöôøng thaáy moäng aùc. Gioù trong buïng chuyeån ñoäng luoân luoân, khoâng yeân. Neáu gioù phaù tröôøng ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù phaù tröôøng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû thaân trong, hoaëc

ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø laõnh thoùa, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa gaây ra nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, haønh giaû thaáy gioù laõnh thoùa, neáu khoâng ñieàu hoøa thì trong mieäng coù vò ngoït, loøng khoâng yeân oån, khoâng muoán aên uoáng. Neáu muoán toïa thieàn thì sinh moûi meät, bieáng nhaùc. Löôõi khoù noùi hoaëc yeát haàu ñau, hôi thôû hoâi thoái xoâng thaúng leân yeát haàu, hôi ngheït khoù ra, khoâng bieát ñoùi khaùt, yeát haàu beá taéc. Neáu gioù laõnh thoùa ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù laõnh thoùa roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø thöông tuûy ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù

thöông tuûy, neáu khoâng ñieàu hoøa khieán thaân chaán ñoäng, raát meät moûi, khoâng theå ñi xa, thöôøng maéc nhieàu beänh taät, dung maïo xaáu xí, thaân theå ñau nhöùc khaép, khoâng theå noùi nhieàu. Taâm ngöôøi aáy sôï haõi, ñeâm ngaøy xöông tuûy luoân ñau, noåi da gaø, caùc maïch yeáu keùm, thöôøng bò ñau ñaàu. Vì coù gioù naøy neân truøng thöôøng khuaáy ñoäng naõo, truøng ñoäng gioáng nhö kim chích. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt gioù thöông tuûy roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt thaáy coù gioù goïi laø haïi bì ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi bì, neáu khoâng ñieàu hoøa khieán da nôi thaân coù maøu saéc xaáu xí, taát caû ñeàu thoâ nhaùm, nöùt neû. Giaû söû duøng daàu –vaùng söõa boâi leân thaân, da caøng mau choùng khoâ cöùng. Thaân theå, tay chaân taát caû ñeàu cöùng ñô, khoù co duoãi. Trong giaác moäng thöôøng thaáy mình rôi xuoáng choã hieåm trôû. AÊn uoáng vò noùng maø trong mieäng thaáy laïnh. Löôõi moïc muït nhoït, nöùt neû khoâng theå nhai nuoát. Neáu gioù haïi bì ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù haïi bì roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø haïi huyeát ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra caùc beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi huyeát truï trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng ôû trong phoåi seõ gaây hai loaïi beänh: hoaëc treân hoaëc döôùi. Neáu maùu chaûy leân treân khieán maét, tai, muõi, boán ñaïi khoâng yeân oån, maïch khoâng löu thoâng. Vì boán ñaïi khoâng an oån neân thaân theå maát söùc löïc, hình saéc thoâ xaáu, khoâng theå ñi laïi, trong muõi thöôøng hoâi, baïn beø khoâng ai chòu cuøng ñi, cuøng ngoài chung. Neáu maùu löu haønh xuoáng döôùi, ñaïi tieåu tieän bò ra maùu, gaây ba söï tai haïi:

1. Beänh tró.
2. Khoå naõo.
3. Ra maùu.

Neáu gioù haïi huyeát ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù haïi huyeát roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø haïi nhuïc ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi nhuïc, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán trong ngöôøi sinh caùc beänh ung thö, hoâi thoái khaép thaân, nöùt neû, coù nhieàu nöôùc muû, chòu laïnh gheùt noùng, khoâng chòu cay ñaéng, thích ngoït… Neáu gioù haïi nhuïc ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt gioù haïi nhuïc roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø haïi chæ, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi chæ, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán môõ taêng tröôûng, thaân moïc muït thòt nöôùc lôùn, nhoû, goà gheà, loài loõm, hoaëc cöùng, hoaëc trôn, hoaëc saàn suøi, khoâng bieát caûm xuùc. Neáu gioù haïi chæ ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù haïi chæ roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi coát, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi coát, neáu khoâng ñieàu hoøa khieán xöông ñau nhöùc, xöông coát chuyeån ñoäng thaønh tieáng, ñeâm khoâng nguû, coå ñau, taát caû xöông gaân ñeàu giaõn ra khoâng theo yù mình, xöông gaân khoâng coøn söùc löïc, thaân thöôøng ñau ñôùn, raát meät moûi, khoå naõo, khoâng theå ñöùng, khoâng luùc naøo ñöôïc vui. Neáu gioù haïi coát ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù haïi coát roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø haïi tinh ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haïi tinh, neáu khoâng ñieàu hoøa thì laøm cho ngöôøi bò cuoàng loaïn. Neáu ngöôøi nguû nghæ thì gaây ñuøa bôõn, khuaáy phaù, laøm cho ngöôøi nhôù caùc söï vieäc aùc. Do taâm voïng töôûng laøm vieäc phi phaïm haïnh. Gioù khoâng ñieàu hoøa bò quyû nöõ ñi ñeâm giaû doái phaù söùc löïc vaø phaïm vôùi chuùng trong moäng khieán khoâng muoán aên uoáng. Quan saùt gioù haïi tinh roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø tröùu phong ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt tröùu phong, neáu khoâng ñieàu hoøa thì döôùi chaân hoaëc treân chaân, hoaëc ñuøi, hoaëc moâng, hoaëc löng, hoaëc söôøn, hoaëc vuù, hoaëc yeát haàu, hoaëc coå, hoaëc caùnh tay, hoaëc vai, hoaëc baøn tay, hoaëc loã tai, hoaëc chaân maøy… taát caû töøng phaàn nôi thaân theå, da ñeàu nhaên nhuùm, toån giaûm, hoaëc bò nöùt ra, hoaëc dính laïi, duø ñem daàu boâi vaøo cuõng bò khoâ ngay. Quan saùt tröùu phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø baïch phaùt ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt gioù baïch phaùt, neáu khoâng ñieàu hoøa coù theå khieán tuoåi treû maø toùc baïc, oám gaày nhö ngöôøi giaø. Ngöôøi ñôøi neáu sinh con ra thì noù mau giaø nhö cha, vì ngöôøi con beänh, neân khoâng theå sinh con nöõa. Do söùc löïc cuûa gioù khieán tuoåi treû nhö giaø khoâng khaùc. Neáu chuùng sinh khoâng thuaän theo ñuùng phaùp ñeå haønh thì gioù raát maïnh. Ai coù phöôùc ñöùc thì gioù ñieàu hoøa. Neáu ngöôøi naøo khoâng coù phöôùc ñöùc thì gioù khoâng ñieàu hoøa. Quaùn xeùt gioù baïch phaùt roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø toån nò ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn quan saùt gioù toån nò, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán ngöôøi khoâng muoán aên uoáng, thaân theå suy nhöôïc, khoâng thích aên chaát beùo. Beänh phaùt khôûi laø vì nguû ngaøy, gioù khoâng ñieàu hoøa, khoâng thích aên ngoït, thích vò ñaéng, chua. Neáu khoâng aên chaát beùo thì gioù ñieàu hoøa, thaân khoâng cöïc nhoïc, khoâng meät moûi. Quan saùt gioù toån nò roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù laâm phong ôû trong thaân ngöôøi, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy laâm phong, neáu khoâng ñieàu hoøa thì ngöôøi thöôøng ròn nöôùc *(phong thaáp)*, coù khi nöôùc nhoû gioït khoâng vöøa yù, thaân theå maát söùc, hôi thôû ra vaøo thoâ, ñuïc khoâng ñeàu, thaân vaøng voït, tieàu tuïy. Neáu laâm phong ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt laâm phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø thöïc töông öng, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù thöïc töông öng, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khi aên vaøo boán, naêm phaàn bò möûa ra heát ba phaàn, khieán ngöôøi bò loaïn taâm, aên khoâng ñöôïc, khoâng theå nhìn, lieác, do söùc gioù neân taâm yù khoâng oån ñònh. Neáu gioù ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù thöïc töông öng roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc

ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø hoaïi nha xæ ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù hoaïi nha xæ, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán raêng raát ñau nhöùc, bò hö, ruïng, trong raêng coù maùu hö thoái, trong moâi moïc muït, muõi ngheït khoâng thoâng. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt gioù hoaïi nha xæ roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø haàu maïch ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haàu maïch, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán yeát haàu ñau hoaëc söng vuø leân, aâm thanh khaøn khaøn. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh treân. Quaùn xeùt gioù haàu maïch roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Haï haønh, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo vaø gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù haï haønh, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ laøm cho ngöôøi aên uoáng quaù ñoä, söùc yeáu, khoâng tieâu. AÊn uoáng tieâu hoùa thì da, thòt, xöông, tuûy, tinh huyeát taêng tröôûng. Neáu aên uoáng khoâng tieâu, gioù laïnh gaây beänh vaøng da, moïi thöù kia khoâng thuaän hôïp, söùc keùm neân saéc dieän tieàu tuïy. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt gioù haï haønh roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø thöôïng haønh ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy, haønh giaû thaáy gioù thöôïng haønh ôû treân ñænh ñaàu. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa töø ñænh maø ra gioáng nhö hôi khoùi töø treân thoaùt ra, hoaëc ôû trong aùnh saùng, hoaëc ôû trong boùng toái, hoaëc ngaøy, hoaëc ñeâm thöôøng ra khoâng döùt ñoaïn, moïi ngöôøi ñeàu thaáy. Neáu gioù khoâng ñieàu

hoøa thì hôi khoâng ra, neáu hôi treân ñænh ñöùt ñoaïn, ba ngaøy khoâng thoaùt ra thì chaéc chaén maïng chung. Quan saùt gioù thöôïng haønh roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù baøng phong ôû trong thaân, neáu ñieàu hoøa hay khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy baøng phong, neáu khoâng ñieàu hoøa thì seõ laøm beá taéc hôi thôû ra vaøo, taát caû gaân maïch ñeàu khieán co ruùt laïi, hoaëc tuï, hoaëc taùn, hoaëc loâi keùo, hoaëc muõi bò chaûy nöôùc, ñau ñôùn. Neáu baøng phong ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt baøng phong roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Chuyeån caân ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu hoøa seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù chuyeån caân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì khieán gaân nôi tay chaân, oáng chaân, gaân nôi ñaïi tieåu tieän, gaân löng, caùc gaân khaép thaân… taát caû ñeàu cuoän troøn hôïp thaønh moät choã cöùng chaéc, khoâng coøn bieát caûm giaùc. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quaùn xeùt gioù chuyeån caân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Hoaïi mao ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn, haønh giaû thaáy gioù hoaïi mao, neáu khoâng ñieàu hoøa thì loâng khaép thaân ñeàu rôi ruïng, thaân theå vaøng voït, giaû söû loâng moïc laïi cuõng ruïng luoân. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh nhö treân. Quan saùt gioù hoaïi mao roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Töï thieåu phong, neáu gioù ñieàu hoøa thì gaây nhöõng söï vieäc gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù töï thieåu do ñieàu hoøa neân söùc gioù trong möôøi luùc khieán hình daïng, saéc dieän, söùc löïc, cuùi xuoáng ngöôùc leân phaàn phaàn ñeàu gioáng nhau. Neáu gioù khoâng ñieàu hoøa, ôû trong thaân aáy taâm yù löu chuyeån theo maïch lieàn bò lo buoàn kích ñoäng maø phaùt cuoàng si, taâm naõo loaïn khoâng bình thöôøng. Neáu taâm yù ñieàu hoøa thì khoâng cuoàng loaïn. Quan saùt gioù Töï thieåu roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Thò thuøy mieân, neáu khoâng ñieàu hoøa thì seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù thò thuøy mieân neáu khoâng ñieàu hoøa thì luùc nghe phaùp khieán ngöôøi nguû meâ, khoâng thích nghe phaùp thieän, nghe phaùp aùc thì tænh taùo. Ban ngaøy hay ban ñeâm muoán chaùnh nieäm quaùn xeùt thì bò naõo loaïn, öa ñeán quaùn röôïu. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh naøy. Quan saùt gioù thò thuøy mieân roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Saân phong ôû trong thaân, neáu khoâng ñieàu thuaän seõ gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû

duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù Saân giaän, neáu khoâng ñieàu hoøa thì duø gaëp moät vieäc nhoû cuõng lieàn sinh giaän döõ. Vì bò saân haän sai khieán neân ngöôøi ñôøi hay khôûi saân döõ doäi, loâng treân thaân döïng ñöùng, taâm kích ñoäng maïnh, thaáy bieát khoâng roõ raøng, gaàn cho laø xa, thaáy maët trôøi, maët traêng taâm sinh ñieân ñaûo, goïi maët trôøi laø maët traêng, maët traêng laø maët trôøi. Neáu gioù aáy ñieàu hoøa thì khoâng coù caùc beänh naøy. Quaùn xeùt gioù Saân haän roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

Laïi nöõa, ngöôøi tu haønh quaùn thaân theo noäi thaân coù nhöõng gioù gì ôû trong thaân, hoaït ñoäng nhö theá naøo? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy coù moät loaïi gioù goïi laø Danh töï, hoaëc ñieàu hoøa, hoaëc khoâng ñieàu hoøa thì gaây ra nhöõng beänh gì? Haønh giaû duøng vaên tueä hoaëc duøng Thieân nhaõn thaáy gioù Danh töï, neáu ñieàu hoøa thì ngöôøi coù theå noùi naêng, duyeân vaøo taâm sôû phaùp, löôõi töï noùi ñöôïc theo yù nghó, coù theå noùi raát nhieàu lôøi leõ, danh töï, caâu nghóa. Ñoù laø gioù cuûa löôõi neâu baøy danh töï. Neáu gioù aáy khoâng ñieàu hoøa thì ít noùi vaên töï, noùi sai laàm, hoaëc caâm khoâng noùi. Quan saùt gioù thieät danh töï roài thì bieát nhö thaät veà thaân.

