

## Khí cụ đèn đen xanh lòng phôi ng-thu c-k-di u

T&#225;c Gi&#7843;: PGS-TS Nguyễn Minh Phan

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 8 N&#259;m 2009 01:17

---

Sách "Lãnh Hối Y Thôi" của La Đình Phôi ở nhà Thanh Trung Quốc có ghi khí cụ đèn đen xanh lòng làm sáng mắt, bổ thận, tim, gan, mắt sáng, thính tai, đen tóc, Mỡ gan cật, Nhu n tròng, không táo bón không ròi lo n, gi i đ c, tiêu th y, thanh nhĩ t, huyết huy t, gi m đau, không đau v t. Sách "Dòng Tâm Th" của Huy Th n vi t: M i sáng nu t 49 h t đèn xanh lòng su t đ i sang mắt thính tai, tóc đen, tiêu m n nh t. Truy n "Bông Hoa gi n d" của Ngô Doãn Phú có đ n ghi: Tr n m i ngày nu t m t h t, đ n m i tu i nu t 49 h t s ít b m đau, không đau m t

### 1. D C TÍNH: Mát ng t không đ c

- Đèn đen già nát đ p ch s ng t y

- Ăn đèn đen n u chín tr m n nh t

- Nu t đèn đen m i sang 49 h t làm bổ thận, bổ gan, bổ tim, thanh nhĩ t huyết, gi i đ c tiêu đàm, gi m đau, sáng mắt, đen tóc, đen râu, mỡ gan cật, tránh táo bón, phòng b nh

- Khí cụ a đèn là bí quyết m nh kh e s ng lâu, vì thân khai nh (l tiêu, l ti u) th n khí đ thì đ tiêu, ti u thông l i

Có m t th y giáo 42 tu i t i đ c sách, ch m bài, bi t đ c bài thu c này ông dùng liên t c 4 năm, k t qu là đ ng gi ng bài liên t c 4 gi i l n không th y m i m t, mi ng không khô, l i không ráo, ti ng không khàn, ít có c m giác m t m i, đ c bi t là nh n l c kh e h n h i tr .

M t ông tên Lý 20 năm b táo bón, sau khi dùng đèn đen m t tháng đ i ti n đ c tho i mái, ông vui m ng nói sung s ng h n trúng s đ c đ c.

M t cô nhân viên b u đ i n m t đ y m n tr ng cá, ch u ng đèn đen h n 1 tháng, các m n nh t

## Khí cu<sup>2</sup> đ<sup>2</sup>u đen xanh lòng ph<sup>2</sup>ng-thu<sup>2</sup>c-k<sup>2</sup>-di<sup>2</sup>u

T&#225;c Gi&#7843;: PGS-TS Nguy<sup>2</sup>n M<sup>2</sup>nh Phan

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 8 N&#259;m 2009 01:17

---

đ<sup>2</sup>u không còn n<sup>2</sup>a.

M<sup>2</sup>t c<sup>2</sup> già 80 tu<sup>2</sup>i, d<sup>2</sup>y ch<sup>2</sup> nhỏ hàng ngày ph<sup>2</sup>i gi<sup>2</sup> tay vi<sup>2</sup>t nh<sup>2</sup>ng không run, m<sup>2</sup>t không đeo kính, lên l<sup>2</sup>u cao không th<sup>2</sup> đ<sup>2</sup>c . H<sup>2</sup>i bí quy<sup>2</sup>t tr<sup>2</sup>ng th<sup>2</sup> m<sup>2</sup>nh kho<sup>2</sup>, c<sup>2</sup> tr<sup>2</sup> l<sup>2</sup>i 50 năm li<sup>2</sup>n, m<sup>2</sup>i ngày c<sup>2</sup> nu<sup>2</sup>t 49 h<sup>2</sup>t đầu đen

## 2. CÁCH DÙNG

- Sáng th<sup>2</sup>c d<sup>2</sup>y, sau khi đánh răng r<sup>2</sup>a m<sup>2</sup>t, dùng n<sup>2</sup>c sôi đ<sup>2</sup> ngu<sup>2</sup>i r<sup>2</sup>a s<sup>2</sup>ch h<sup>2</sup>t đ<sup>2</sup>u đen, u<sup>2</sup>ng v<sup>2</sup>i n<sup>2</sup>c đã n<sup>2</sup>u chín, đ<sup>2</sup>ng ngâm lâu đ<sup>2</sup>u đen s<sup>2</sup> b<sup>2</sup> lên men

- Không n<sup>2</sup>u, không tán, không nhai, ch<sup>2</sup> nu<sup>2</sup>t tr<sup>2</sup>ng nh<sup>2</sup> thu<sup>2</sup>c

- Nu<sup>2</sup>t xong, ăn đi<sup>2</sup>m tâm

- Ai cũng nu<sup>2</sup>t đ<sup>2</sup>c, không kiêng c<sup>2</sup>

- V<sup>2</sup>i nh<sup>2</sup>ng ng<sup>2</sup>i không b<sup>2</sup> b<sup>2</sup>nh th<sup>2</sup>n, có th<sup>2</sup> dùng n<sup>2</sup>c r<sup>2</sup>a đ<sup>2</sup>u

## 3. L<sup>2</sup>I D<sup>2</sup>N THÊM

- Đây là ph<sup>2</sup>ng thu<sup>2</sup>c k<sup>2</sup> di<sup>2</sup>u, vì ch<sup>2</sup> m<sup>2</sup>t lo<sup>2</sup>i mà ch<sup>2</sup>a đ<sup>2</sup>c nhi<sup>2</sup>u ch<sup>2</sup>ng b<sup>2</sup>nh cho m<sup>2</sup>i l<sup>2</sup>a tu<sup>2</sup>i

- R<sup>2</sup>t kinh t<sup>2</sup> vì r<sup>2</sup>t r<sup>2</sup> ti<sup>2</sup>n, 1 ký đ<sup>2</sup>u dùng đ<sup>2</sup>c m<sup>2</sup>y tháng

## Khí cu<sup>+</sup> đ<sup>+</sup>u đen xanh lòng ph<sup>+</sup>ng-thu<sup>+</sup>c-k<sup>+</sup>-di<sup>+</sup>u

T&#225;c Gi&#7843;: PGS-TS Nguy<sup>+</sup>n M<sup>+</sup>nh Phan

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 8 N&#259;m 2009 01:17

---

- Kh<sup>+</sup> thi vì b<sup>+</sup>t c<sup>+</sup> ai dù nghèo đ<sup>+</sup>n m<sup>+</sup>y cũng có th<sup>+</sup> mua đ<sup>+</sup>c và ở đ<sup>+</sup>au cũng có bán

## TR<sup>+</sup> B<sup>+</sup>NH TI<sup>+</sup>U Đ<sup>+</sup>NG

### 1. PH<sup>+</sup>NG THU<sup>+</sup>C

- Bu<sup>+</sup>i sáng tr<sup>+</sup>c khi ăn sáng, nu<sup>+</sup>t s<sup>+</sup>ng (nu<sup>+</sup>t tr<sup>+</sup>n không nhai) 49 h<sup>+</sup>t đ<sup>+</sup>u đen xanh lòng (ch<sup>+</sup>n l<sup>+</sup>y h<sup>+</sup>t to)

- Ph<sup>+</sup>t có 2 con s<sup>+</sup>: 7 và 7 s<sup>+</sup> 49 là b<sup>+</sup>i c<sup>+</sup>a 2 s<sup>+</sup> ( $7 \times 7 = 49$ ), con s<sup>+</sup> mang tính khoa h<sup>+</sup>c huy<sup>+</sup>n bí

### 2. TÁC D<sup>+</sup>NG

- B<sup>+</sup> tim, gan, th<sup>+</sup>n

- M<sup>+</sup>t sáng, thính tai, đen tóc

- M<sup>+</sup>nh gân c<sup>+</sup>t

- Nhu<sup>+</sup>n tr<sup>+</sup>ng, không táo bón không r<sup>+</sup>i lo<sup>+</sup>n

- Gi<sup>+</sup>i đ<sup>+</sup>c, tiêu th<sup>+</sup>y

- Thanh nhi<sup>+</sup>t, ho<sup>+</sup>t huy<sup>+</sup>t, gi<sup>+</sup>m đau, không v<sup>+</sup>t

Trên c<sup>2</sup>s<sup>2</sup> phát huy c<sup>2</sup>a 6 tác đ<sup>2</sup>ng trên, B<sup>2</sup>NH TI<sup>2</sup>U Đ<sup>2</sup>NG t<sup>2</sup> nhiên bi<sup>2</sup>n m<sup>2</sup>t, đ<sup>2</sup>ng trong máu tr<sup>2</sup> v<sup>2</sup> m<sup>2</sup>c thích nghi. Ta u<sup>2</sup>ng liên t<sup>2</sup>c t<sup>2</sup> gi<sup>2</sup> đ<sup>2</sup>n h<sup>2</sup>t đ<sup>2</sup>i, dù b<sup>2</sup>nh ti<sup>2</sup>u đ<sup>2</sup>ng có mu<sup>2</sup>n tái phát cũng không tài nào tái phát đ<sup>2</sup>c, có nghĩa là su<sup>2</sup>t đ<sup>2</sup>i không b<sup>2</sup> ti<sup>2</sup>u đ<sup>2</sup>ng n<sup>2</sup>a. B<sup>2</sup>nh ti<sup>2</sup>u đ<sup>2</sup>ng thu<sup>2</sup>c loại nan y, th<sup>2</sup> gi<sup>2</sup>i không có thu<sup>2</sup>c đ<sup>2</sup>c tr<sup>2</sup> đ<sup>2</sup>t b<sup>2</sup>nh, ch<sup>2</sup> gi<sup>2</sup>i quy<sup>2</sup>t c<sup>2</sup>n thôi r<sup>2</sup>i cũng tái phát. N<sup>2</sup>u có b<sup>2</sup> n<sup>2</sup>ng s<sup>2</sup> không <sup>2</sup>ng lo<sup>2</sup>i thu<sup>2</sup>c nào h<sup>2</sup>t. Chính nó là c<sup>2</sup>s<sup>2</sup> phát sinh ra nhi<sup>2</sup>u lo<sup>2</sup>i b<sup>2</sup>nh quái ác đ<sup>2</sup>a đ<sup>2</sup>n t<sup>2</sup> vong. Các b<sup>2</sup>n ch<sup>2</sup> nên coi th<sup>2</sup>ng.

TR<sup>2</sup> EM

- Đ<sup>2</sup>u đen ngâm n<sup>2</sup>c sôi 1 đêm sang u<sup>2</sup>ng

- Tr<sup>2</sup> con t<sup>2</sup> 3 tu<sup>2</sup>i đ<sup>2</sup>n 10 tu<sup>2</sup>i ch<sup>2</sup> c<sup>2</sup>n m<sup>2</sup>i ngày u<sup>2</sup>ng 7 h<sup>2</sup>t thì:

(1) M<sup>2</sup>t sang, không đau m<sup>2</sup>t, dù h<sup>2</sup>c nhi<sup>2</sup>u cũng ít b<sup>2</sup> c<sup>2</sup>n

(2) Tiêu hóa t<sup>2</sup>t, không táo bón

(3) S<sup>2</sup>c kh<sup>2</sup>e t<sup>2</sup>t, ít <sup>2</sup>m đau

- T<sup>2</sup> 11 đ<sup>2</sup>n 16 tu<sup>2</sup>i u<sup>2</sup>ng 21 h<sup>2</sup>t ( $3 \times 7 = 21$ ), Tu<sup>2</sup>i 17 tr<sup>2</sup> lên u<sup>2</sup>ng 49 h<sup>2</sup>t nh<sup>2</sup> ng<sup>2</sup>i i l<sup>2</sup>n

- Bài thu<sup>2</sup>c này c<sup>2</sup>a thi h<sup>2</sup>u Th<sup>2</sup>ch Trung, ch<sup>2</sup> nhi<sup>2</sup>m CLB th<sup>2</sup> Lê Anh Xuân M<sup>2</sup> Cày B<sup>2</sup>n Tre s<sup>2</sup>u t<sup>2</sup>m và u<sup>2</sup>ng có k<sup>2</sup>t qu<sup>2</sup> r<sup>2</sup>t t<sup>2</sup>t đã kh<sup>2</sup>i b<sup>2</sup>nh, u<sup>2</sup>ng 6 tháng lên 10 kg, nên t<sup>2</sup>ng cho thi h<sup>2</sup>u Nguy<sup>2</sup>n Thành ch<sup>2</sup> nhi<sup>2</sup>m CLB th<sup>2</sup> Ba Tri B<sup>2</sup>n Tre, Nguy<sup>2</sup>n Thành b<sup>2</sup> ti<sup>2</sup>u đ<sup>2</sup>ng lâu năm u<sup>2</sup>ng vô cũng kh<sup>2</sup>i, s<sup>2</sup>c kh<sup>2</sup>e đ<sup>2</sup>c tăng c<sup>2</sup>ng theo 6 tác đ<sup>2</sup>ng trên, m<sup>2</sup>i u<sup>2</sup>ng đ<sup>2</sup>c 5 tháng tóc b<sup>2</sup>c gi<sup>2</sup>m đ<sup>2</sup>n th<sup>2</sup>y rõ r<sup>2</sup>t, có kh<sup>2</sup> năng đen tóc tr<sup>2</sup> l<sup>2</sup>i m<sup>2</sup>c dù tu<sup>2</sup>i đã 73, Nguy<sup>2</sup>n Thành th<sup>2</sup>y quá hay nên t<sup>2</sup>ng cho tôi. Tôi không b<sup>2</sup> ti<sup>2</sup>u đ<sup>2</sup>ng nh<sup>2</sup>ng r<sup>2</sup>t c<sup>2</sup>n 6 tác đ<sup>2</sup>ng c<sup>2</sup>a nó nên b<sup>2</sup>t đ<sup>2</sup>u u<sup>2</sup>ng t<sup>2</sup> 1/10/2004 (l<sup>2</sup>y m<sup>2</sup>c 1/10)

## Khí cuđu đen xanh lòng phng-thuc-k-diu

T&#225;c Gi&#7843;: PGS-TS Nguyn Mnh Phan

Th&#7913; S&#225;u, 07 Th&#225;ng 8 N&#259;m 2009 01:17

---

- Bài thuc này nm trong tp sách LÃNH TRAI Y THOi ca LC ĐÌNH PHđi nhà Thanh, là loi thuc quý có tm cthn đđc

- Chúc bn btiu đđng ung đđc khi hn, các bn không ttiu đđng ung nâng đđc sc khe lên

Ghi chú: Quý vđ ti Qun Cam , California , USA có thđ tìm mua đđu đen xanh long ti Farmers Supermarket, Magnolia & Garden Grove 8911 Garden Grove , CA 92844

### Bi BSc Khe Bng ĐĐu Đen

(Nguyên bn Hoa ngđ, do ông Tăng Tam Đđng Bonnyrigg tng. Ngđđi vit đã đđch và đăng trên đđc san Phđc HuCông Đđc Tòng Lâm ca Chùa Phđc HuWetherill Park, Sydney).

Đđu đen là mt loi thc vt đđc trng rt nhiu ti mt snđđc Á Châu. Ngđđi Trung Hoa không nhng đã bit dùng đđu đen đđch bin các loi thc phm nhnđđc tđng, tđng khô và bt đđu mà còn dùng đđ luyn cao và làm thuc. Có hai loi đđu đen: Loi vđ đen rut trng và loi vđ đen rut xanh mà ngđđi Vit Nam mình thđng gi là đđu đen xanh lòng. Loi sau này thđng đđc ngđđi ta chn la dùng đđ làm thuc nhiu hn.

Theo sách Bn Tho BYu ca Trung Quc vit rng: Đđu đen có đđc tính làm cho ngđđi già mt yđđđc sáng trđi. Nó còn có công hiu bthn và đđu hòa hthng tim mch. đ Trung Hoa có nhiu ngđđi đã trên 80 tui, nhđ dùng đđu đen thđng xuyên, mà không cn đeo king lão, lên xung thang lu không bit mt và khi vit chđ, tay không run. Có ngđđi bđáo bón kinh niên cũng nhđ dùng đđu đen mà nay đđc nhun trđng, đđi tđn bình thđng trđi. Nhng ngđđi bđnh trái ging (đđu mùa), mt rđ hoa mè, sau khi áp đđng phđng pháp đđng sinh bng đđu đen mt thi gian thì thy các vt tho đã khi hn, da trn mn màng bình thđng.

Ông Trđng BĐào, nguyên Bí Thđ Vin Hành Chánh, VSinh và Y Đđc Trung Quc cũng áp đđng phđng pháp đđng sinh bng đđu đen liên tđc trong nhiu năm. Nay tuy đã già nhng

c th ông v n còn c ng trắng.

Sách Y H c c truy n Trung Qu c có vi t: "Ngoài bông cúc ra, đ u đen là lo i th c ph m đ ng sinh t t nh t đ b m t, đ n già v n còn đ c ch đ c rõ ràng."

Sách Th Thân D ng Lão Tân Th vi t: "Lý M tiên sinh m i sáng th c d y là nu t 27 h t đ u đen tròn l ng. Đ n nay đã già nh ng m t ông còn t và tai ông v n thính nh thu thanh xuân".

Ng i ta còn mách, nên nu t 49 h t đ u đen xanh lòng v i n c sôi ngu i hay còn m vào m i bu i sáng thì s công hi u nhanh chóng h n trong vi c h i ph c th giác c a m t. Có ng i lúc còn tr , hàng ngày ch nu t m t h t đ u đen, r i tăng d n li u l ng m i năm thêm m t h t. Cho đ n già, ông th y m nh kh e h n nh ng ng i cùng tu i.. M t còn t , không c n ph i đeo ki ng lão.

Tác gi bài này (nguyên văn b ng ti ng Trung Hoa), năm nay đã 42 tu i t thu t r ng lúc tr ông đã b b nh quáng gà, m i khi tr i s m t i thì qu qu ng không trông th y gì c . May nh đ c m t ng i b n mách cho ph ng pháp đ ng sinh b ng đ u đen đ ch a. Tr i qua 5 năm kiên trì không gián đo n, r t cu c m t ông đã h i ph c th y rõ bình th ng. Ngoài ra cũng nh áp đ ng ph ng pháp đ ng sinh này mà ít khi ông b b nh. M i ngày ông gi ng bài t i tr ng hàng 10 ti ng đ ng h v n không bi t m t, mi ng không khô và gi ng nói v n còn thanh thoát. M i l n vào ti m đ h t tóc, ng i th c o ng c nhiên b o r ng chân tóc c a ông đã h i ph c l i màu đen. Tóc b c đã b t đi r t nhi u. Đây là m t bí quy t vô cùng k di u, nh ng c n ph i kiên nh n.

Theo sách Y H c đ i Mãn Thanh ghi chép: "Đ u đen tính hàn, v cam (ng t), s c đen, ch a n c, hình dáng gi ng qu th n, nên có kh năng làm sáng m t, l i th y, b th n, nhu n tâm, gi i nhi t, khu phong, ho t huy t, gi i đ c, gi m đau và tr đ c ch ng s ng phù. Dùng đ u đen giã nát hay đâm v n r i đ p lên ch s ng đau thì s chóng lành. Nh ng ng i th ng ăn đ u đen n u chín s phòng ng a đ c các ch ng ban trái."

An Lão tiên sinh t nh Hà Nam (Trung Qu c), tu i trên 80, hàng tu n đ u d y h c trò v ngh thu t th pháp (vi t ch đ p b ng bút lông). Tay ông không run và không c n đeo ki ng. Có ng i h i ông nh bí quy t nào mà có s c kh e nh v y. Ông b o nh ph ng pháp nu t đ u đen t 50 năm nay.

Khi mua đèn đen, chúng ta nên chọn là đèn hắt đen mờ (bên trong) và ruột xanh (bên ngoài). Loại đèn đen này thường dùng để làm thuốc rít tít.

Cách thức dùng đèn đen để bôi trơn và trị liệu tùy theo sự tiến triển hay ý thích của mỗi người. Cách thông thường nhất để thử nghiệm trong một tuần là chúng ta có thể dùng 49 hột đèn đen xanh lòng trắng (no tròn, đen mờ và còn mới) rửa sạch. Mỗi sáng nuốt 7 hột với nước chín để nguội hay còn ấm. Rửa sạch miệng lần 7 hột trước khi dùng. Dùng rửa miệng 49 hột rửa để dành vì sau khi dùng rồi, phần đèn còn lại sẽ lên miệng. Sau đó sẽ dùng đèn dùng hàng ngày có thể gia tăng tùy thích.. Người bị bệnh thận có thể dùng nước sôi nguội pha muối trắng loãng để nuốt đèn đen. Còn người bị bệnh phù thũng nên dùng nước sôi nguội bình thường và không pha muối. Hột đèn không được rang hay nấu chín. Nên nuốt nước trà, không được cắn nát hay nhai nát. Nuốt đèn đen rồi, chờ lát sau có thể dùng điếu thuốc và sinh hoạt bình thường, không kiêng cữ gì cả. Bệnh nhân hay thiểu niên đèn có thể áp dụng phương pháp dùng sinh này để kiên nhẫn và bôi trơn sạch khế. Dùng loại đèn đen nguyên hột sẽ không tiêu hóa được cả trong ruột. Chờ 3 tiếng để ngấm sau khi nuốt đèn xong là chúng ta cảm thấy phải đi tiểu tiện rồi.

Theo dõi sự người đã áp dụng phương pháp này để trở nên, Lý tiên sinh đã bỏ táo bón kinh niên, mỗi sáng nuốt 2 hột đèn đen mà nay đã dứt. Ông rít miệng còn hơn trúng số độc đắc. Ngoài ra một nhân viên của Bộ Y Tế, một nữ nhân viên tàn nhang và mụn bọc. Cô đã nuốt đèn đen liên tục cho đến 7 ngày sau đã thấy có công hiệu. Cô uống quá tiếp tục sẽ dùng đến khi hoàn toàn bình phục, da mặt trở lại lành lặn bình thường mới thôi.

Tóm lại đèn đen không chỉ là thức phẩm mà còn là một thức thuốc để chữa bệnh thân thể. Nó có công hiệu trong lãnh vực làm sáng mắt, ngăn chặn bệnh đau mắt, giảm đau trong cổ họng, bên ngoài gan và thận, để hòa bình máy tuần hoàn huyết và bộ máy tiêu hóa. Một cân đèn đen giá chừng bao nhiêu tiền nhưng lại là một cân thuốc vô cùng quý báu.

Trên đây là tài liệu dùng sinh bệnh Hoa ngữ, chúng tôi phụng dưỡng với tính cách thông tin quí giá để quý độc giả tham khảo. Một điều mà tôi sẽ bệnh học và bệnh thân của dịch giả đã thực hành có hiệu quả. Tuy nhiên với tính cách dè dặt, dịch giả sẽ không chịu trách nhiệm với những phần không biết, nếu có, xảy ra cho người áp dụng vì tính thích ứng của từng người khác. Để thử nghiệm, chúng tôi đề nghị quý vị nên nuốt trước mỗi sáng một hột để thăm dò, xem có bệnh gì, tiêu chảy hay cảm giác khó chịu không. Nếu không có gì trở ngại, thì sau một tuần quý vị có thể gia tăng liều dùng tiếp đến con số mà mình mong muốn.