



Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp
Tuần Báo Phát Triển Điện Năng

Điện thư: bientap.tbptdn@gmail.com Web: WWW.VOVINET.ORG

Tuần báo Điện Khí Phân Giải, dành riêng cho bạn đạo thực hành Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp

Số: 755 Ngày: 27 tháng 12 năm 2009

Tâm Minh

*Tâm minh động tịnh thông hành triển
Giải tỏa phiền ưu tự giác hiền
Thanh tịnh bình tâm cảm giác yên
Trì tâm hành triển minh đạo hiền*

Vĩ Kiên

Mục Bé Tám từ 11//02/2000 đến 17/02/2000

Thưa các bạn,

Mục Bé Tám viết qua tâm KHÔNG, liên hệ với từ quang của Đại Bi, nó cũng là một liều thuốc trị tâm bệnh và giải tỏa uất khí của tim, gan và thận. Không nên cắt xén bất cứ giai đoạn nào, có Tâm thì sẽ hiểu chiều sâu của Mục Bé Tám. Ước mong các bạn thực hành đúng đắn thì sẽ cảm thông chiều hướng phát triển của tâm linh.

Kính bái,

Bé Tám

Phần câu hỏi của Mục Bé Tám dành cho buổi sinh hoạt tại thiền đường:

- 1) Tại sao làm người ai ai cũng thích tự do ?
- 2) Sự tiếp xúc Bê Trên từ đâu đến đâu ?
- 3) Luồng điện âm dương có nhiệm vụ gì trong xác người ?
- 4) Loài người liên hệ với tình Trời bằng cách nào ?
- 5) Giành giật đất đai có hữu ích gì không ?
- 6) Chuyện của Trời Phật qui định cần phải lo lắng ngày đêm hay không ?
- 7) Mỗi mỗi sự phát triển rồi sẽ trở về không tại sao ?

<p>1) Cairns 11-3-2000 5:59AM <i>Hỏi: Tại sao làm người ai ai cũng thích tự do ?</i></p> <p>Đáp: Thừa sanh ra nhờ dưỡng khí mà sống, cần sự thanh nhẹ của Trời và đất, và tự do thân nhận nguyên lý của Trời đất mới có cơ hội thoát nạn</p> <p>Kệ: <i>Nguyên lý sẵn sàng trong tiếp cứu Không tu khó tiến khó luân lưu Thực hành chất phát duyên Trời Phật Thành tâm tu luyện đạt thành lưu</i></p>	<p>2) Cairns 12-3-2000 6:23AM <i>Hỏi: Sự tiếp xúc Bề Trên từ đâu đến đâu ?</i></p> <p>Đáp: Thừa sự tiếp xúc Bề Trên từ trung tâm bộ đầu đi đến vô cùng</p> <p>Kệ: <i>Trung tâm bộ đầu liên hệ thanh quang Pháp giới phân minh lại rõ ràng Hòa hợp chơn tình phân tiến giải Thanh quang chuyển giải tự khai màn</i></p>
<p>3) Cairns 13-3-2000 4:06AM <i>Hỏi: Luồng điện âm dương có nhiệm vụ gì trong xác người ?</i></p> <p>Đáp: Thừa luồng điện âm dương là sườn căn bản của thể xác của nhân loại, liên hệ với căn khôn vũ trụ, nóng là dương, âm là lạnh</p> <p>Kệ: <i>Hành trình tiến giải lý âm dương Nhập xuất phân minh các nẻo đường Hòa tan tận độ hành minh chánh Thức giác bình tâm vẫn yêu thương</i></p>	<p>4) Cairns 14-3-2000 5:20AM <i>Hỏi: Loài người liên hệ với tình Trời bằng cách nào ?</i></p> <p>Đáp: Thừa loài người sanh ra nhờ dưỡng khí mà sống, sự liên hệ mật thiết từ lúc sơ sanh</p> <p>Kệ: <i>Sanh ra tận độ bởi bức tranh Trời Tiến hóa phân minh rất thanh thoi Trực giác phân minh cùng dần tiến Qui y Phật pháp sống tự rời</i></p>
<p>5) Cairns 15-3-2000 3:21AM <i>Hỏi: Giành giật đất đai có hữu ích gì không ?</i></p> <p>Đáp: Thừa sự giành giật đất đai thiên nhiên của Trời đất là lòng tham của con người đã phạm pháp</p> <p>Kệ: <i>Giành giật phạm pháp trí chẳng khai Tâm linh khó sáng âm i hoài Khó hành thông suốt từ ly một Giải quyết tâm linh thấy rõ tài</i></p>	<p>6) Cairns 16-3-2000 2:13AM <i>Hỏi: Chuyện của Trời Phật qui định cần phải lo lắng ngày đêm hay không ?</i></p> <p>Đáp: Thừa chuyện của Trời Phật sẽ thành công từ giai đoạn một</p> <p>Kệ: <i>Qui nguyên giềng mối tình Trời Phật Kết hợp chung vui trí vẫn an Điều luyện không ngừng duyên tốt đẹp Bình an sáng tỏ tạo bình an</i></p>
<p>7) Cairns 17-3-2000 3:34AM <i>Hỏi: Mỗi mỗi sự phát triển rồi sẽ trở về không tại sao ?</i></p> <p>Đáp: Thừa từ không đến có rồi cũng sẽ trở về không đó là luật tự nhiên của Trời đất</p> <p>Kệ: <i>Kết hợp tự tan là lẽ thường Tự tan tự vẫn yêu thương Tình Trời sắp đặt không giờ dứt Hiện thực chơn tình tự tạo gương</i></p>	

TRÍCH BẢNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

1. **Hỏi: Thưa Thầy, tại sao PLTC thì Huệ Tâm khai?**

Đáp: PLTC là lập lại trật tự, hòa hợp với căn khôn vũ trụ. Cái chân động lực bên trong hòa hợp với bên ngoài tự nhiên mình nhắm mắt thấy công chuyện ở trong này cũng như trên kia. Huệ Tâm là vậy, sáng suốt, kêu bằng Minh Cảnh Đài. (Trích cuốn Tham Gia PHÁT TRIỂN TRÍ TÂM 2/9/95 Mục Bé Tám)

2. **Hỏi: Làm thế nào tâm thức được thanh nhẹ?**

Đáp: Thưa, niệm Phật và làm PLTC thường xuyên thì tâm thức mới quy nguyên thanh nhẹ và đẹp bớt sự tranh chấp ở đời, nhiên hậu mới thấy rõ nghiệp là gì, và tự dứt khoát giải quyết được nhiều chuyện của nội tâm, thâm tu thâm tiến thì mới thấy rõ kết quả của nội tâm. (Mục Bé Tám, 4/9/1995)

THƠ

Áng Thơ Xưa

*Tôi mất bài Thơ chép thừa nào...
Năm dài tháng rộng cứ trôi mau ;
Bài Thơ lạc mất tìm không thấy,
Tiếc nuối ngày xưa chẳng thuộc lâu !*



*Tôi mất bài Thơ chép vội-vàng...
Để hoài tìm kiếm khắp trần-gian !
Không người dò hỏi tìm manh-mối,
Tiếc mãi bài Thơ nhớ dờ-dang !*



*Tôi mất bài Thơ ai đã trao
Tôi ngồi chép vội thừa xưa nào...
Bao phen tiếc nuối bài Thơ cũ :
Lỡ mất mà không biết tại sao ?*



*Tại sao tôi mất áng Thơ xưa ?
Duyên-có vì đâu thật chẳng ngờ...
Ngày tháng tìm hoài Thơ đã mất :
Suốt đời tìm mãi một bài Thơ !*



*Tôi cất bài Thơ túi áo trên
Hôm nào viết vội thế mà quên.
Bài Thơ yêu quý tìm không thấy ;
Nhớ tiếc bài Thơ chẳng biết tên...*



*Trong túi bài Thơ để cạnh tim :
Tôi quên lãng mất phải đi tìm :
Biết bao Thơ chép không vừa ý...
Mới gặp bài Thơ mãi kiếm tìm !*

Toulouse, ngày 15-04-2006.

Trịnh Quang Thắng.

Vấn-Long Thi

Ta đến trần-gian chẳng biết gì,
Kính xin Rồng nói ta nghe đi :
Lý-do bão-lụt miền Trung mãi ;
Nguyên-cớ phong-ba chẳng hạn-kỳ...
Bao mái nhà tan tường sập đổ ;
Bao gia-đình vỡ khóc chia-ly !
Trùng-khơi dậy sóng phong-ba nổi
Ắt có lý gì, nguyên-cớ chi ?

Toulouse, ngày 24-12-2009.

Kính Bút,
Trịnh Quang Thắng.

Cảm thức Di Ngôn của Đức Thầy:

Đọc lại lời Thầy thấy vấn vương.
Trong lời để lại ân tình thương.
Thương Thầy tận độ con năm tháng.
Xin nhận lòng con một nén hương.!

Kính bái.

THIÊN AN

(Mississauga, Ontario)

KHAI TÂM

Đức Thầy dạy :
Pháp luân thường chuyển huệ tâm khai
Dứt khoát lo tu chẳng đoái hoài
Tự thắng lấy mình oanh liệt nhất
Hít thanh khí điển sửa làm sai
Càng ngày phát triển hồn thanh nhẹ
Danh lợi tình tiền mặc kệ ai
Nhịn nhục chuyên cần lo tịnh luyện
Quả thành dâng Phật ngự Liên Đài
Cà Mau, 20-9-2009
Út Hoa

THỰC

Pháp luân thường chuyển ăn cơm Trời (1)
Khử trừ lưu thanh khỏe thánh thời
Hít thở càng nhiều càng sáng suốt
Thanh quang tận độ khắp nơi nơi
Vạn linh hiệp nhất đồng tu tiến
Pháp Lý Vô Vi thật tuyệt vời
Hướng dẫn cách tu để đón ngộ
Siêng ăn cơm điển mau về Trời.
Cà Mau, 20-09-2009
Út Hoa

**LỄ TƯỜNG NIỆM SINH NHẬT ĐỨC THẦY
LƯƠNG SĨ HẰNG – VĨ KIÊN 2009**

Sứ mạng hoàn thành Thầy nhập diệt
Nỗi buồn ly biệt vẫn khôn nguôi !!!

*

*

*

Sinh nhật Đức Thầy ở cuối miền
Cà Mau đồng đạo đến chung thiên
Thành tâm tưởng nhớ ơn Sư Phụ
Chỉ dẫn cách tu giải nghiệp duyên

Kỷ Sứ năm nhuận Thầy thị tịch
Niết Bàn an nghỉ khỏe hồn nhiên
Thương Thầy con nguyện lo tu tiến
Đường lối Vô Vi vẫn giữ nguyên
Y pháp không bao giờ sửa pháp
Hành thông đời đạo rõ cơ huyền
Thương yêu xây dựng là giếng mới
Mong gặp lại Thầy ở cõi Thiên.

NMADĐP Vạn Vật Thái Bình

Cà Mau, 24-12-2009

Út Hoa kính bái

NHỆ LÀM TRỜI NẶNG LÀM ĐẤT

Tu hành quý nhưt chẳng nhiều lời
Hành đúng Vô Vi mới thánh thời
Kinh sách điển kinh đừng bắt chước
Lời Thầy minh triết phải nghe lời
Mình sai người đúng Thầy thường nhắc
Phê phán thi thơ kẻ hợm đời
Mặt tối mặt xanh tâm vẫn Phật !!!
Hạ mình khiêm tốn, nhẹ, làm Trời.

TPHCM, 20-12-2009

Minh-Nghĩa

PHÁP THIỀN

PHÁP trao trần thế chuyển não phiền.
LÝ tâm giải thoát trở Đại Thiên.
VÔ tình đại phước ngộ duyên pháp.
Vi trần bất nhiễm đỉnh giới thiên.
KHOA văn lưu loát điển hóa tự.
HỌC vào điển giới hành nhất xuyên.
HUYỀN năng không cần lực đầy đủ.
Bí đường tham dực thoát trần miền.
PHẬT tự DI ĐẢ luôn thường niệm.
PHÁP thiền thành tựu đạt siêu nhiên.

Củ Chi 14/12/2009

Bá Tùngp



HỘI ÁI HỮU VÔ VI HOA KỲ-NAM CALIFORNIA

-Vo Vi Friendship Association-

P O Box 0245, Westminster CA 92684.

Tel. 714.891.0889 Web site: www.vovilax.org

THƯ TƯỜNG TRÌNH VÀ CẢM TẠ VỀ BUỔI HỌP THƯỜNG NIÊN CỦA HAHVVHK-NGÀY 13/12/2009

Kính gửi đến toàn thể bạn đạo hội viên-Hội Ái Hữu Vô Vi Hoa Kỳ-Nam California

Thành thật cảm ơn sự hiện diện của quý bạn đến tham dự buổi họp và cũng như những bạn đã hướng tâm cho buổi họp. Buổi họp diễn ra trong tinh đoàn kết, yêu thương và đầy đủ ý nghĩa để cùng chung xây dựng cũng như phát triển về những chương trình hiện tại.

Nội dung và những đề tài chính yếu đã đưa ra là:

1. Hợp Thức Hóa Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi,
2. Giữ gìn và tu bổ cánh rừng của Thiền Viện Vĩ Kiên cho thời kỳ hòa hoãn và tuyết;
3. Truyền thông-Đài Phát thanh và Truyền Hình;
4. Tường thuật về chuyến thăm viếng Las Vegas (ngày 10-12 tháng 12/2009) để giúp ý kiến cùng ban tổ Chức Đại Hội “Đời Đạo Phân Minh” kỳ tới 2010.

Sau đó, chúng ta cũng đã có một buổi tiệc bắt nờ đó là Sinh Nhật của Ông Bảy (Anh Ông Tám), sinh nhật lần 88 của Ông cũng được tổ chức ngay đêm hôm đó và cũng làm một ngày đã vui lại càng vui hơn.

Tất cả những gì chúng ta đã họp và nêu ý kiến của ngày hôm đó sẽ được BCH ghi nhận và sẽ trình bày thêm trong thời gian tới. Các bạn nào đã không có thời gian tham dự buổi họp này, mời bạn xem Video. Nếu bạn có câu hỏi hoặc đóng góp gì về đề tài đã nêu trên xin liên lạc Ban Chấp Hành .

Năm tới, vào khoảng thời điểm này, chúng ta lại sẽ có một buổi họp mặt thường niên để bàn bạc về bất cứ những gì liên quan đến sự phát triển cho Hội của chúng ta. Tiếng nói của quý bạn là nền tảng xây dựng cho Hội ngày càng vững mạnh. Sự hiện diện của các bạn là một đóng góp lớn, là một khuyến khích, và cũng là sức sống của Hội, và còn hơn nữa.

Chi tiết của Chương Trình Họp Mặt Thường Niên sẽ được gán tại Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi và trên mạng lưới toàn cầu www.vovilax.org

Kính Tường,

BCH-HAHVVHK-Nam California

Để có bộ xương cứng cáp

Tập thể dục đúng mức và thực hiện chế độ ăn giàu calcium là cách tốt nhất để bộ xương chắc khỏe ngay khi tuổi đã cao.

Xương chúng ta rất cứng cáp từ khi còn trẻ đến 35 tuổi. Sau đó độ cứng cáp của xương giảm dần và trở nên xốp khi tuổi chúng ta càng cao.

Nhóm nguy cơ cao

Với những người trên 60 tuổi thì yếu tố rủi ro với xương càng nhiều hơn nữa. Phụ nữ có tần suất rủi ro cao hơn nam giới và tần suất càng cao khi bước vào tuổi mãn kinh do nồng độ estrogen bị suy giảm. Estrogen là một hormone giúp xương khỏe mạnh. Thông thường nữ giới sẽ mất 20% khối lượng xương chỉ 5-7 năm sau khi mãn kinh. Phụ nữ dậy thì muộn cũng rất dễ bị loãng xương. Nếu tiền sử gia đình bạn có người bị loãng xương thì bạn cũng cần thận trọng.

Những bệnh nhân bị thấp khớp, viêm khớp, bệnh gan mãn tính, suy thận, cường giáp, các bệnh về tuyến cận giáp hoặc đang được điều trị bằng những hormone thyroid, với các thuốc corticosteroid đều dễ bị loãng xương.

Những người nghiện rượu trước 35 tuổi và nghiện thuốc lá thì bộ xương sẽ bị tàn phá một cách mau chóng.

Tập thể dục để chắc xương

Thể dục thể thao là yếu tố cần thiết và quan trọng ngăn ngừa sự loãng xương, giúp hạn chế sự giảm tỉ trọng xương ở mức độ thấp nhất. Những cách tập luyện làm cơ thể phản ứng ngược lại tác dụng của trọng trường như đi bộ, chạy bộ, quần vợt, khiêu vũ, nâng tạ...Thể thao nặng và những bài tập lưng cũng quan trọng vì giúp cải thiện tư thế và làm giảm những cơn đau do chứng loãng xương gây ra.

Vai trò của calcium và vitamin D

Lượng calcium đảm bảo để xương chắc khỏe được đề nghị là 1.000-1.200mg/ngày đối với phụ nữ. Tốt nhất là nên nạp calcium vào cơ thể bằng đường thực phẩm. Ngoài ra cơ thể cũng rất cần vitamin D để calcium được hấp thụ vào xương một cách hoàn chỉnh hơn. Một nguồn vitamin D thiên nhiên chính là ánh sáng mặt trời, tia tử ngoại (ultraviolet-UV) làm tăng sự tổng hợp vitamin D ở da (nhưng cần lưu ý chỉ nên phơi nắng ở mức độ cho phép, nếu không sẽ làm tăng nguy cơ ung thư da, lão hóa da...).

Lưu ý tránh các loại thức ăn có thể làm mất calcium như việc tiêu thụ những thực phẩm có quá nhiều protein, giàu nitrate, thịt động vật, nước ngọt có chứa carbonate. Cần hạn chế caffeine (có trong cà phê) và sodium (có trong muối ăn) vì hai loại này càng làm tăng sự thiếu hụt calcium.

GiaoDucSucKhoe.net (Theo DS Nguyễn Bá Huy Cường - Đại học Curtin - Úc - Tuổi Trẻ)

* Thực phẩm giàu calcium

Sữa chua ít chất béo, sữa chua thường, phômai, sữa loại bỏ chất béo, sữa toàn phần, sữa đậu nành.

* Thực phẩm giàu vitamin D

Dầu gan cá tuyết, cá hồi, cá mòi, lòng đỏ trứng, gan động vật, phômai.