



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: 756 Ngày: 3 tháng 1 năm 2010

Trí Triển

*Trí triển chơn hành thanh đạt thức
Thành tâm tu luyện cảm tâm hiền
Gieo duyên tận độ tùy duyên thức
Học hỏi không ngừng tự giác yên*

Vĩ Kiên

Mục Bé Tám từ 18//02/2000 đến 24/02/2000

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 Đạo 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) Tánh hư tật xấu làm sao hết ?
- 2) Giành giữ đất đai có lợi gì không ?
- 3) Thẻ xác của con người đều tham dâm theo trình độ sẵn có tại sao ?
- 4) Minh tinh phát triển thì sẽ được gì ?
- 5) Tới nơi đưng trận có bình an không ?
- 6) Tại sao người tu thiền tự dứt tánh tham ?
- 7) Vòng tròn pháp luân của Trời đất có thay đổi hay không ?

<p>1) Cairns 18-3-2000 6:04AM <i>Hỏi: Tánh hư tật xấu làm sao hết ?</i></p> <p>Đáp: Thừa tánh hư tật xấu do nghiệp lực từ nhiều kiếp đã sanh ra. Cần tu sửa dứt khoát thì mới hết được. Hướng tâm về Trời Phật tự thức và buông bỏ mọi nghiệp lực</p> <p>Kệ: <i>Thân tâm dứt khoát tự phân tâm Đời Đạo song tu tiến diệu thâm Trí tuệ không ngừng trong dứt khoát Thành tâm tu luyện tự phân tâm</i></p>	<p>2) Cairns 19-3-2000 4:29AM <i>Hỏi: Giành giật đất đai có lợi gì không ?</i></p> <p>Đáp: Thừa giành giật tu tiến thì sẽ không có hại, ngược lại mưu lợi làm giàu thì sẽ có hại cho tâm thân vì tham</p> <p>Kệ: <i>Tham lam tự hại suốt thân hình Cực nhọc lo âu trí bất minh Giành giật tham bần lòng chẳng thoát Chơn tình không có tự làm thinh</i></p>
<p>3) Cairns 20-3-2000 4:41AM <i>Hỏi: Thế xác của con người đều tham dâm theo trình độ sẵn có tại sao ?</i></p> <p>Đáp: Thừa người không tu thiên thực hành thì trí tâm không được phát triển trong thanh tịnh</p> <p>Kệ: <i>Duyên lành không có điển không minh Nguyên lý Trời ban sống thật tình Nhịp độ không ngừng duyên tận độ Thành tâm tu luyện rõ hành trình</i></p>	<p>4) Cairns 21-3-2000 2:31AM <i>Hỏi: Minh tình phát triển thì sẽ được gì ?</i></p> <p>Đáp: Thừa minh tình Đạo pháp thì sẽ được phát triển và yên vui</p> <p>Kệ: <i>Sáng trí thông minh rõ tiến trình Thực hành chất phát tự mình minh Biết Trời biết Phật lòng thanh nhẹ Cảm thông điển giới rõ chơn tình</i></p>
<p>5) Cairns 22-3-2000 5:10AM <i>Hỏi: Tới nơi đặng trận có bình an không ?</i></p> <p>Đáp: Thừa tới nơi đặng trận bình an sẽ được mở trí thêm</p> <p>Kệ: <i>Điển hòa thanh nhẹ lại bình an Dẫn tiến giải bày tự phát quang Minh Đạo xét đời không bận rộn Tình dứt dào dạt tự khai màn</i></p>	<p>6) Cairns 23-3-2000 5:10AM <i>Hỏi: Tại sao người tu thiên tự dứt tánh tham ?</i></p> <p>Đáp: Thừa người tu thiên tự dứt tánh tham sau khi đạt được sự thanh tịnh trong nội tâm; là vì hành thiên tự giải được sự lo âu, liên hệ với Trời đất</p> <p>Kệ: <i>Án cần sửa tiến thay vì tạo động Thâm tình tự minh tự phân tông Lời vàng sửa tiến cùng xây cùng tiến Thay vì loạn động tạo bất thông</i></p>
<p>7) Cairns 24-3-2000 6:25AM <i>Hỏi: Vòng tròn pháp luân của Trời đất có thay đổi hay không ?</i></p> <p>Đáp: Thừa vòng tròn pháp luân của Trời đất vẫn không thay đổi và giữ luật hóa hóa sanh sanh độ tha tại trần</p> <p>Kệ: <i>Hành trình hóa hóa sanh sanh tiến Đặng độ giao tranh giải nổi phiền Sống động tình Trời ban sáng chiếu Thực hành tiến tới tự mình yên</i></p>	

TRÍCH BẢNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

1) *Hỏi: Có người tu lâu sao chưa thấy ánh sáng?*

Đáp: Thưa, tu lâu chưa thấy ánh sáng là căn gốc nặng nề hay là làm PLTC chưa đầy đủ, đốc mạch chưa thông. Cần làm PLTC nhiều hơn thì căn nặng cũng thành căn nhẹ, ánh sáng sẽ tái hồi. (Trích trong Thư Từ Lai Vãng, VoviLED 1995)

2) *Hỏi: Mỗi lần thở PLTC con thường thở 15 lần, nhưng lần thứ 6 mới bắt đầu thấy ánh sáng màu da trời xuất hiện. Vậy có phải là tại con thở còn yếu không? (Trung bình mỗi hơi một phút)*

Đáp: Cố gắng liên tục như vậy tới lúc PLTC trở thành tự động thì ánh sáng sẽ phát triển, kiến thức càng ngày càng rộng hơn, tâm sẽ được yên tĩnh, hiểu rõ luật nhân quả, an tâm nhập định và tham thiền, hơi thở càng ngày càng nhẹ và càng sâu.

THƠ

Tâm-Linh

*Vui có Thi-văn xuôi Đạo mầu,
Pháp tu để luyện những đêm thâu ;
Có ơn Trời Phật trong tâm-thức,
Có Điển Thanh luôn rút bộ-đầu.*



*Vui có kho-tàng chôn tại tâm,
Có tình Sư-Phụ rất uyên-thâm,
Có bao đồng-đạo chung giềng-mối,
Qui-tụ Tâm-Linh vững tiến thâm.*



*Vui có Vía Hôn, có vạn-linh,
Đồng tu đồng tiến một cơ-hình :
Tiểu-Thiên-Địa mở khai-minh Đạo,
Vũ-Trụ Càn-Khôn rất hữu-tình !*



*Vui có vàng mây trắng để bay,
Có đường siêu-xuất thoát trần-ai,
Có luồng Thiên-Xích trau-dôi Điển,
Có ánh Hào-Quang bảo-vệ hoài.*



*Vui có Chơn-Linh nhắc Cội-Nguồn,
Có Tâm trái rộng khắp Càn-Khôn,
Có lòng mến Đạo, thương giềng-mối :
Xây-đắp Quê-Hương của Vía-Hôn.*



Vui có Thầy như có Mẹ Cha,

*Anh em bốn biển sống chung nhà...
Duyên-lành Trời Phật ban ân-phước
Nhập ánh Thanh-Quang Điển sáng-lòa !*

Toulouse, ngày 11-03-2009.
Kính bút,
TRỊNH Quang Thắng.

MÙA XUÂN

*Mùa xuân nắng mới
Mắt sáng mặt tươi
Nụ cười hoa nở
Không Thầy ngán ngờ*

*Cùng con Cha Trời
Hòa ái yêu thương
Công bằng bác ái
An vui đời đời*

*Gặp nhau chúc phúc
Ác ý lia xa
Vẫy vẫy tay chào
Bước vào Thánh Đức*

*Mùa Xuân lại đến
Chúc nhau vận hên
Tung bừng muôn nơi
Sinh hoạt đầy lời .*

TPHCM, 24-12-2009
Minh Nghĩa.

THỰC

Pháp luân thường chuyển : ăn cơm Trời (1)
Khử trước lưu thanh khô thành 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 đốn ngộ
Siêng ăn cơm điển mau về Trời.

Cà Mau, 20-09-2009

Út Hoa

MƯA SA

Mưa sa trời lại mưa sa
Mưa cho cây cỏ xanh tươi dung hòa.
Mưa ngâu trời lại mưa thâu,
Mưa cho nhân thế canh thâu mà dùng.
Mưa thâu trời lại mưa sâu,
Bao người lặn lẽ âu sầu dẫn đo.
Lo cho cuộc sống ấm no,
Hàng ngày lặn lội để lo sự đời.
Trời cao nâng đỡ mọi người,
Lo cho tất cả hợp thời đầy thôi!
Nghiệp cho ai nấy quả ôi,
Cần duyên phải trả hiểu thời thức tâm.
Chân tâm thức mở thiện hành,
Phật tâm khai sáng thiện lành mà đi.

Cà Mau 15-09-09

VẤN PHONG

ĐOÀN CỨU TRỢ QUẬN 12

Ngày mười chín tháng mười hai
Sài Gòn đã xuống Cà Mau Thanh Tùng.
Thiện tâm đóng góp hiệp chung
Ban vui cứu khổ một đường chơn tâm.
Tận trao quà suất ba trăm
Trăm nhà bốn ấp xôn xao vui mừng.
Lá lành đùm rách trợ tương,
Thiện công thiện chí hiệp tường mà đi.
Cà Mau mãi nhớ tận ghi.
Chúc cho tất cả đức qui thiện lành.

Bạn đạo Cà Mau xin cảm ơn đoàn cứu trợ quận 12
TPHCM đã đóng góp công sức cứu trợ người nghèo Cà
Mau.

Xin chúc cho tất cả các bạn được hưởng nhiều thanh nhẹ.

Cà Mau 21-12-09

VẤN PHONG

CHƠN NGÃ

Tâm lai kiến ngã qui chơn ngã
Luận triết tâm không định ở ta.
Luận suy tâm động khó qui thức
Cảm thông minh thuyết suy mà qua.

Chân phân thiên giả rõ dần
Mặt tươi nhãn sáng hiện dần nhàn thanh.
Tâm tư sáng lạng thiên lành,
Hồn nhiên vui vẻ hòa tăng tiến thẳng.
Tự do tự tại tâm phân,
Hòa trong điển giới tâm thân quân bình.
Mọi điều học hỏi cảm minh,
luận suy chân lý rõ tinh mà tìm
Hiểu thấu sự việc triển miên,
Mọi tầng mọi giới hòa liền chân như.
Không mê không chấp ngôn từ,
Không không định giới luận từ suy ra.
Hiểu thấu học hỏi tâm ta.
cảm hòa cảm thức cho ta định tường.

Cà Mau 27-11-2009

VẤN PHONG

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

PHƯỚC HUỆ SONG TU

U nổi chơn mảy, điển, chẳng sai
Mặt đầy linh khí thuộc nhiều bài
Trước sai sau đúng vẹn đường lối
Dĩ vãng thập toàn đùa cột dai
Đuốc huệ rắng khêu thường sáng láng
Vô Vi tinh tấn mới thanh bai
Giàu tuôn tiền của ra cầu phước
Tu huệ nhẹ thanh thoát Diêm Đài.

TPHCM, 10-12-2009

Minh Nghĩa

HỌC HỎI MỘT ĐỜI

Ở đời học hỏi
Cuộc sống sự thời
Hơn thua danh lợi
Hèn sang một thời
Số duyên tiền định
Trường đời nhiều kiếp
Quả đời cho nhuyển
Hiểu thức kiếp đời.
Qui hồi tâm ngã,
Thiền định tâm ta,
Vô vi pháp báo,
Hiểu thức tâm ra
Hạo thiên giờ tý
Đừng có ngòi ì !
Phải thấu chân lý,
Thiền thức mà đi,
Đi trong tâm nguyện
Cảm thức hồn nhiên,
Qui về một cõi,
Hòa vào nhất nguyên.
Thầy ta mong đợi,
Con chiến mọi giới,
Buông bỏ về ngôi,
Ngôi sao chân định,
Khai thông sơn đỉnh,
Đến khi lúc đó,
Mới thấy nhàn ôi,
Vượt qua kiếp đời.

Cà Mau 21-12-2009

VĂN PHONG

TÌNH THIÊNG

Tâm thân thức tịnh tự tu thiền
Tóng trước tới thanh thân thể Tiên
Tiến triển theo Thầy tu thực tiễn
Tâm thiền thanh tịnh tự thăng Thiên
Thức tâm thiền tọa tình thương tiến
Trần trước trong tâm tổn thất tiền
Thong thả thâm tu tập tánh thiện
Tu thiền tự thức tỏ tình thiêng.

TPHCM, 9-12-2009

Minh Vô Vi

HỌC KHÔNG

Tu thiền để trở về không
Xuống đây tu học tâm không trở về
Trọn đời hành đạo nguyện thể
Thiên liêng trợ giúp hầu kẻ Phật Tiên
Kiếp này thọ pháp Vô Kiên
Ăn chay niệm Phật tọa thiền chủ Ông
Hành thiền hít thở khai thông
Chiếu minh ép khí đã thông bộ đầu
Thở ra khí trước từ lâu
Bình tâm hít thở gom thấu khí Trời
Làm cho ngũ tạng đổi đời
Pháp luân thường chuyển Tý thời giải ra
Niệm thâm sáu chữ Di Đà
Ai thông sẽ thấy hà sa đầy Trời.

TPHCM, 9-12-2009

Minh Vô Vi

Bài 1: Số 9

Bão kia số 9 hình thành ,
Mưa to gió lớn tung hoành khắp nơi.
Thời trời lại đến nữa rồi,
Tạo cho giông bão cho người khổ thân.
Trời cho bài học thức dân,
Cộng đồng chung hưởng hiểu tầm chân minh.
Nghiep do thương để tạo hình,
Thế gian cũng có tận tình ban vui.
Ban vui cứu khổ kịp thời,
Bá gia trăm họ thức thời thật tâm.
Ai ơi còn nhớ tiếng vang,
Lời thầy giảng dạy ta mang suốt đời.
Hiểu thấu học hỏi ở đời,
Từ bi cứu khổ nhớ ơn lời thầy.

Cà Mau, 17-11-09

Văn Phong

Bài 2: Một Mối Giếng

Cảm thức hồn nhiên một mối giếng,
Nhẫn hòa vì quý giác mơ liên.
Đổi trao học hỏi qua thư bút,
Ngộ giác triền miên để học xuyên.
Chung hướng đạo tâm một mối giếng.
Đạo đời học hỏi phải thường xuyên.
Buông bỏ sân si đồng thanh nhẹ,
Hi xả từ bi đạt cảnh tiên.

Cà Mau, 17-11-09 Văn Phong

CHUYỂN XOAY XOAY CHUYỂN

Nhân chi sơ tánh bản thiện
Khi bản tiện mọi cách chuyển để xoay
Chuyển xoay xoay chuyển thời nay
Dở hay tất lưỡng thật hay ở đời
Tùy theo sự thể sự thời
Chuyển xoay hợp lý sự thời cho thông
Học đi lực kích nó công
Hiểu thấu lực phản hiểu thông thật thà
Học trong thực tế đó nha
Nhẫn hòa cảm thức tự ta đó mà
Gương xưa phật thánh thích ca
Buông xa trần thế tâm ta độ đời
Văn minh phát triển hiện thời
Tùy theo công thức học đời mà đi
Đạo đời song tiễn mà thi
Học đời học đạo ta ghi tận tình
Thiền sao hiểu thấu bình minh
Hồn nhiên sáng lạng chân minh chân lành.

Cà Mau 06-11-09

VĂN PHONG

TRỜI CAO BIỂN RỘNG

Ngắm trời vô tận bao la
Nhìn qua biển rộng bao xa thấy bờ.
Ngắm suy suy ngắm thật khờ,
Éch nằm đáy giếng ngắm trời như thơ.
Biển kia cũng biết dệt thơ,
Ngày đêm sóng vỗ từng giờ bao la.
Trời cao biển rộng bao xa,
Khó mà đo đạc đâu ra thật buồn.
Chuòn chuòn lại kiếp chuòn chuòn
Cũng như đào kép diễn tuồng cho xong.
Bây chừ hiểu thức tâm trông,
Tâm qua chân ngã, tâm trông đời người.
Đến khi bỏ xác kiếp đời,
Hồn nhiên cảm thức hợp thời hoàng nguyên.

Cà Mau, 15-11-09

Văn Phong.

TÌNH THƯƠNG

Tình thương chan chứa tình thương
Tình thương sống động, tình thương hợp miền.
Tình thương dự khóa chung thiền,
Tình thương xây dựng mọi miền tâm giao.
Tình thương trao đổi cho nhau,
Tình thương như thể tình thương thuở nào.
Tình thương nhịp sống cơ cầu,
Tình thương tiến hóa nhịp cầu cho nhau.
Tình thương đạo đức phong trào,
Tình thương cao cả cùng dào tâm sâu.

Tình thương nguyên lý thâm sâu,
Tình thương mở rộng, tình thương hợp nguồn.

Chúc cho tất cả các bạn đạo dự khóa sống chung hưởng
trọn tình thương mà thượng đế tạo ban. 20-11-09

Cà Mau, Văn Phong.

Bài 3: NGU THỜI

Ngu thời dễ tiến dễ tu,
Khôn thời ảo vọng: khur khur ta tài !
Ngu thời chỉ có ta sai,
Ngu thời hướng nội sửa thấu,
khôn thời ta lớn ta thanh hơn người (!)
Ngu thời chỉ biết pháp thôi,
Khôn thời mê chấp huyền vi ảo huyền.
Tịnh tâm chỉ có pháp thiền
Vô vi tự giác tự đi ta tâm
Thiền sao khai mở chân tâm,
Hiểu thấu đạo thấu ngu tâm tiến tu.

Cà Mau 05/11/2009

VĂN PHONG

THƯƠNG YÊU VÀ XÂY DỰNG

(Thân tặng quý BÐ tham dự KSC tại Bình Châu 2009).
THƯƠNG nhớ tạ ơn Đức Vĩ Kiên
YÊU Thầy truyền pháp Vô Vi thiền
XÂY trường tiến hóa cho nhân loại
DỰNG bằng quy nguyên tu luyện thiền.

NMADĐP Vạn Vật Thái BìnhCà Mau,

19-11-2004

Út Hoa kính bài

HỒN NHIÊN

Thơ đạo tập tành, để đổi thay
Cố tình trời buộc tu hằng ngày.
Đêm thiền luyện đạo xong rồi ngủ
Tỉnh thức hành thiền kiến Phật lai
Hành thuyết đi đôi vậy mới đạt
Tu hành chánh pháp tự hành khai
Đạo mẫu Cha chuyển hành gương mẫu
Sống đạo năng hành chẳng thuyết sai.

Sài Gòn, 23-11-2009

Minh Vô Vi

ĐỊNH PHÂN

Thương Thầy cố gắng đêm ngày
Hành sao điển chuyên mở khai đỉnh đầu
Ngôi thiên tiếp điển nhiệm mầu
Trời ban thanh điển cơ cầu huyền vi
Tu hành quyết chí dự thi
Khai thông kinh mạch tự đi Thiên Đàng
Sớm ngày đáo hội đạo tràng
Cùng chung Thầy Tổ khai đàng trợ duyên
Ai ơi thức tỉnh tham thiền
Ai ai cũng có cứu huyền tổ tiên
Cha Trời khai sáng huyền thiêng
Nắm quyền sanh tử khai triển toàn cầu
Ai mà thấu hiểu cơ mầu
Toàn năng Thượng Đế ban đầu định phân
Nguyên linh biến hóa hai phần
Phân thanh dương khí hạ tầng khí âm
Sanh ra tứ tượng thậm thâm
Hữu vi sắc tướng dương âm rõ ràng
Trời sanh vạn vật vô an
Tre tàn măng mọc vén màn thiên cơ
Tập tành nói pháp ngăn ngờ
Biết sao nói vậy đến giờ công phu
Pháp môn hít thở giải mù
Làm thơ mở trí tự tu sinh tồn.

Sài Gòn, 23-11-2009

Minh Vô Vi.

ĐỔI THAY

Tu hành mở trí tự mình khai
Tổ ngộ đạo mầu đặng mấy ai ?
Duy vật tâm linh nhân tự chọn
Tâm về chơn chánh thoát trần ai
Cha Trời Mẹ đất trông chờ mãi
Đợi mãi đợi hoài chẳng thấy ai
Học đạo thiếu hành tự khổ ai
Tu hành sớm đạt trở về Ngai.

Sài Gòn, 23-11-2009

Minh Vô Vi

THƯƠNG YÊU XÂY DỰNG

Thương yêu xây dựng nghĩa Thầy Trò
Minh triết Thầy ban phải biết lo
Niệm Phật ban ngày đêm tịnh luyện
Đừng làm “Đạo nói” xúm nhau mò
Tu không thấy tiến vô thường viếng
Sư Tổ pháp mầu đã chỉ cho
Những dạng bề ngoài là giả dối
Thương yêu xây dựng làm ra trò.

Sài Gòn, 19-11-2009

Minh-Nghĩa

MÊ CHẤP

Bao năm tu học để lo xa
Đạo đời học hỏi ta tâm ta
Hơn thua lời nói thêm sân giận
Uổng bao công sức khó hiểu ra
Danh là giả tạm chớ mê chấp
Buông bỏ tự nhiên mới thật thà
Cùng nhau trao đổi thêm tâm tiến
Văn minh tự thức kiến Di Đà.
Cà Mau 02-11-09

VĂN PHONG

NHỚ ON SƯ

Hôm nay bỗng nhớ tới On Sư
Nhớ Thầy con nhớ trong tâm tư
Lấy tập viết ra con ghi lại
Công ơn cao vợi đức nhân từ

Nhân từ đức độ cao vô tận
Ngọc bích Trân châu cũng không cần
Tiền của lợi danh không màng đến
Chỉ muốn được an thoát cõi trần

Nợ trần chìm đắm đã bao lần
Quay quần tham dục với si sân
Bao phen chẳng tìm ra lối thoát
Thầy thương Thầy chỉ một con đường

Con đường Thầy chỉ sáng hơn trăng
Công phu ba pháp cố siêng năng
Đệ tử gắng công cùng tinh tấn
Nói gót theo chân Lương-Sĩ-Hàng

Lương gia chính bậc lại từ bi
Sĩ phu dẫn dắt chúng con đi
Hàng mong mở rộng con đường tiến
Thoát cảnh trầm luân khỏi A Tỳ

A Tỳ thoát khỏi nhớ ơn Thầy
Đệ tử cố gắng kể từ đây
Làm sao cho xứng danh Ông Tắm
Gặp gỡ được ông trả ơn này.

Ô-Môn, 12-02-2006

NGUYỄN VĂN SON

TỰ TU TỰ CHỦ
Kiên định lập trường tự hướng thanh
Tâm an chí cố bởi năng hành
Chạy theo Tiên Phật xin ân điển
Quên mất cơ tàng hóa giả danh
Trọng pháp vững xây nền tự chủ

Thương mình nghiêm trị tánh ma lanh
Yêu Thầy yêu đạo hành chơn pháp
Thấy Phật tự tu mới trọn lành.
Sài Gòn, 06-04-2005
PHAN VĂN BỬU.

Báo cáo về quỹ cứu khổ ban vui của Đức Thầy và Bạn đạo Vô Vi

Tiếp theo báo cáo ngày 11 tháng 12 2009 chúng tôi đã nhận cho đến 31 tháng 12/2009 từ quý` bạn đạo cho quỹ cứu khổ ban vui như sau:

Người gửi	US\$	Currency\$ (Aud\$ Euro\$ CAD\$)
Vo danh (Nam Cali)	100.00	
Steve Banh (CA)	100.00	
Huong Thi Nguyen (FL)	1916.36	
Vo danh(MD)	1000.00	
Co Thanh Phong (Mtl)		200.00
Ha Quang (Mtl)		300.00
Huynh Van Du Tran (Mtl)		300.00
Amy Thi Nguyen& Hue Tran (MI)	2000.00	
Viet Hoang (Dallas)	100.00	
Ho Thanh Hoang (Mtl)	168.00	
Begam Jubaida (France)		829.94
Pham Van Thuong (ON)		50.00
Le P. Mai (Ca)	200.00	
Tran Kim Chung (VA)	200.00	

Tất cả số tiền nhận được cho quỹ này đã, đang và sẽ được sử dụng 100% cho việc cứu khổ ban vui đã thực hiện như sau :

- tiếp tục giúp các em khuyết tật câm điếc
- giúp các em mồ côi hay sơ sinh bị bỏ rơi
- giúp các bạn đạo tại VN khi cần
- giúp dưỡng lão các sơ già và những người già neo đơn
- Tủ thuốc phát thuốc miễn phí cho đồng bào nghèo tại các tỉnh
- Giúp các chùa nuôi các em sơ sinh bị bỏ rơi
- Học bổng cho ca'c em học sinh & sinh viên nghèo tại nhiều tỉnh gần biên giới (kampuchia...) nam Bắc, miền Trung được tiếp tục đi học cho có nghề tự sinh sống nếu không sẽ bị bỏ học
- Giúp trẻ mồ côi lang thang & hoàn cảnh khó khăn
- Phát gạo cho người nghèo đói
- Giúp nạn nhân bão lụt ở Đà Nẵng, Huế, Quảng Nam, Qui Nhơn, Bình Định, Kontum đang cần sự giúp đỡ rất nhiều (cứu đói, sửa chữa lại nhà bị hư hỏng nặng...)

Trước cuối tháng 1 2010 chúng tôi sẽ gửi giấy trừ thuế lợi tức cho các bạn đạo tại Hoa Kỳ hay Canada đã đóng góp vào quỹ này

Những người đau khổ đã nhận được sự giúp đỡ **cúi đầu cảm ơn Đức Thầy và quý bạn đạo đã liên tục giúp đỡ**

Mọi sự sơ sót hay thắc mắc về quỹ này xin liên lạc người trách nhiệm ký tên dưới đây:
và **Ngân phiếu xin đề VoVi Association of Canada** và gửi về :
2590 Allard St. Montreal – Quebec- H4E 2L4 Canada
email tbptdn@videotron.ca

Xin thành thật cảm ơn quý bạn đạo
Kính Thư
Phan Cao Thăng

TRANS HAY LÀ PHANTOM FATS

Trans fats, còn được đặt cho biệt hiệu *phantoms fats*, tại sao vậy?

Tại vì không như các loại fats khác, bị chỉ mặt chỉ tên ngay tại khu vực Nutrition Facts phía ngoài bất cứ một hộp hay gói đồ ăn nào, thí dụ mì gói chẳng hạn, trans fat thì không, muốn biết nó, người ta phải làm tính trừ, lấy total fats, thí dụ 8grs, trừ đi tổng số các loại fats, gồm có saturated fats, monounsaturates fat, thí dụ 3grs thì sẽ thấy số còn lại là 5grs. Con số 5 grs trans fat không xuất hiện, không ai trông thấy nó, vì nó ẩn núp trong bóng tối, không ai hình dung ra tác hại của nó, nhưng các nhà nghiên cứu về dinh dưỡng thì lại rất ngán ngẫm khi nghĩ đến nó, vì nó tuy lẫn lút trong bóng tối nhưng đang âm thầm đẩy lưỡi hái của thân nghệt tim chém xuống lúc nào không hay

Khi quý vị nghĩ đến các loại chất béo xấu (loại có thể làm hại sức khỏe), thường là quý vị nghĩ tới các loại chất béo bão hòa (saturated fats), vì chúng có thể làm tăng mức cholesterol xấu (LDL), đồng thời làm tăng nguy cơ gây ra bệnh tim mạch. Vậy thì bên cạnh đó, xin quý vị để tâm tới những đồng lõa thủ phạm bệnh nghệt tim khác, đó là *trans fat*.

Độc hại hơn saturated fats, *trans fat* làm tăng LDH (bad cholesterol), đồng thời làm giảm HDL (*good* cholesterol). Cộng hai việc lại, chúng trở thành nguy cơ căn bản của khả năng phát triển bệnh tim mạch, và đó là lý do khiến cho nhiều nhà chuyên môn xếp *trans fat* thuộc loại độc hại hơn *saturated fat*.

Nguồn gốc của nhiều loại *trans fat* vốn rất hiền lành, chỉ là dầu ăn thường được quậy lên thật lẹ thành những bong bóng để cho khí hydrogen hòa vào các phân tử chất béo. Khi các phân tử này đầy hydrogen (saturated with hydrogen), chúng trở thành đậm đặc, mất căn bản hiền lành của dầu khi trước, chui vào ẩn náu trong các loại thực phẩm mà ngoài bao bì có ghi hàng chữ „partially hydrogenated“, trở thành tai hại cho con người.

Tại sao các nhà sản xuất thực phẩm lại phải làm chuyện rắc rối vậy khi chiên đồ ăn, trong khi chỉ cần có dầu thường là đủ chiên được rồi. Câu trả lời là khi chiên bằng dầu „partially hydrogenated“, món đồ chiên sẽ giòn, lâu hư hơn, thí dụ khoai tây chiên, nếu chiên bằng dầu thường thì sẽ iu rất lẹ, đó là bí quyết của các tiệm *fast food*.

Mì trong mì gói ăn liền cũng được chiên bằng các loại dầu, thí dụ dầu dừa, dầu thốt nốt, đã được „partially hydrogenated“. Quý vị có thể trải nghiệm bằng cách mở gói mì ăn liền ra, sẽ thấy tảng mì rất giòn, và nếu ngâm trong nước sôi cho các sợi mì mềm ra, sẵn sàng để ăn, nhưng thay vì ăn, quý vị cất vào tủ lạnh, lát sau lấy ra coi, sẽ thấy chất béo bở ra từ mì chiên, bám quanh thành tô cứng như mỡ heo vậy. Nó chính là một trong những thủ phạm của bệnh tim mạch. Cho nên, trong trường hợp không có thì giờ làm món ăn, phải ăn tạm mì gói, xin quý vị hãy trần một lần nước sôi rồi đổ bỏ, sau đó trộn gói gia vị, cũng nên bỏ bớt, vì nói tóm lại thì gói gia vị cũng gồm phần lớn là bột ngọt (MSG – monosodium glutamate), chất mà hiện nay giới chuyên viên dinh dưỡng đang cảnh giác là dùng nhiều có thể hại óc, nhất là đối với các em nhỏ.

Xin liệt kê một số thực phẩm có trans fat:

- Phần lớn các loại margarines và shortening...;
- Các loại đồ chiên sẵn...;
- Các loại thực phẩm đóng gói có ghi hàng chữ „partially hydrogenated“ ngoài bao bì, thí dụ crackers, cake mixes, snack cakes, snack foods, chips, doughnuts, biscuits, microwave popcorn, packages cookies và các món đồ chiên trong các tiệm fastfood, thí dụ french fries.

Trans fats còn bị qui trách nhiệm cho sự tăng trưởng bệnh tiểu đường loại 2. Trong một cuộc thí nghiệm với phụ nữ vào năm 2001, các nhà nghiên cứu phát hiện rằng khi họ thay thế 2% chất trans fats mà

những người đàn bà trong cuộc thí nghiệm này ăn, bằng chất *polyunsaturated fat*, nguy cơ bệnh tiểu đường giảm xuống 49%. Ngoài ra, đối với phụ nữ lớn tuổi, *trans fat* còn có thể làm tăng nguy cơ ung thư ruột già và ung thư vú nữa.

Hèn chi *trans fat* còn có biệt hiệu là *phantoms fats*. Ma ở trong dầu mà cũng đáng sợ thật. Còn đáng sợ hơn con ma vú dài ở Sài Gòn hồi xưa!

Vy Khanh

Đúc Kết Bình Phẩm và Góp Ý Đại Hội Vô Vi Quốc Tế Kỳ 28 « Khai Triển » 2009

Đây là bảng liệt kê những ý kiến của Ban Đạo trong 84 phiếu « Bình Phẩm và Góp Ý » nhận được tại Đại Hội Vô Vi Quốc Tế Kỳ 28 « Khai Triển ».

Ý kiến xây dựng của quý bạn rất quý. Chúng tôi sẽ lưu ý và cố gắng sửa đổi để Đại Hội Vô Vi Quốc Tế Kỳ 29 « Phân Minh Đồi Đạo », năm 2010, được hoàn chỉnh hơn.

Xin cảm ơn quý bạn đạo,
Ban Tổ Chức Đại Hội Vô Vi Quốc Tế

Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Houston, Texas : Đỗ Trung Hiếu
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Dallas, Texas : Lâm Mừng
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Washington State : Nguyễn Trí Vượng
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Bắc California : Nguyễn Xuân Mai
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Nam California : Huỳnh Tấn Lộc
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Hawaii : Trịnh Cẩm Tú
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Pháp Quốc : Huỳnh Minh Bảo
Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Canada : Phan Cao Thăng

Nguyên văn lời Ban Đạo trong phiếu « Bình Phẩm và Góp Ý » Đại Hội Vô Vi Quốc Tế Kỳ 28 « Khai Triển », 2009

1	Thành thật cảm ơn BTC và nhóm hội trưởng của các bang và các nước đã giúp đỡ nhau làm cho Đại hội “Khai Triển” thành công tốt đẹp và mỹ mãn-việc không thể dùng lời mà biểu hiện được. Cảm ơn và đa tạ BTC, cầu xin Thầy soi sáng cho BTC để phục vụ cộng đồng Vô Vi ngày thêm tốt đẹp và thành công.
2	Chúng em dự Đại hội thật đầy đủ, vui tươi. Ý nghĩa đúng như những đại hội trước, và thật cảm động và quý thương các anh chị em trong Ban tổ chức và tất cả các anh chị đóng góp xây dựng đã cho chúng em 1 mùa Xuân Vô Vi tốt đẹp. Thật rất biết ơn tất cả anh chị em.
3	Đại hội Khai Triển kỳ 28 này tôi cảm thấy vui lắm tuy không có Thầy hiện diện bằng thân xác nhưng thanh khí điển không kém hơn khi Thầy còn sống, thanh khí rất thanh nhẹ, điển rút rất mạnh làm nhiều bạn rất cảm xúc. Không khí ở Hội trường rất vui và trật tự và yên tĩnh hơn những ĐH kỳ trước. Ước mong những ĐH kế tiếp được như vậy./.

4	<p>Đại hội năm nay thật là tuyệt vời đầy thanh điển, đối riêng tôi được hưởng những ngày vui tươi đầm ấm cùng các bạn năm châu. Tôi có cảm giác Thầy thường trực sống với chúng ta nhiều hơn những Đại hội trước, thật ngoài sức tưởng tượng. Cảm tạ ơn Trên Đức Thầy đã hỗ trợ cho Ban tổ chức cùng các bạn hợp tác nhau thành hình một Đại hội vĩ đại dũng hành vượt qua bao trở ngại chỉ có tâm thành hướng về Bề Trên, Đức Thầy mới có ngoài sức tưởng tượng, chỉ biết cúi đầu cảm tạ vô vàn.</p> <p>Ăn thanh điển và tình thương cũng thấy ấm áp và khỏe mạnh. Một lần nữa cảm ơn bề Trên, cảm ơn Đức Thầy và không quên cảm ơn ban tổ chức rất nhiều. <<Bạn đạo Pháp>></p>
5	<ul style="list-style-type: none"> • Thành thật rất rất cảm ơn Ban Tổ chức thật là chu đáo, Đại hội vô cùng thanh nhẹ, vô cùng cảm động, 1 lần nữa thành thật rất cảm ơn ban tổ chức. <p>Bác Tào</p> <ul style="list-style-type: none"> • Thành lòng xin nói vừa nhắm mắt là định liền.
6	<p>Em xin thật lòng cảm ơn ban tổ chức đã tổ chức rất là chu đáo, thật lòng, thật là cảm động và vui vẻ thanh nhẹ. Em xin cảm ơn rất nhiều.</p>
7	<p>Cảm ơn tất cả các bạn đạo trong ban tổ chức rất là tốt và cảm động.</p>
8	<p>Mọi điều tổ chức rất tốt. Xin tặng thêm giờ trao đổi tu học.</p>
9	<p>Nương Nguyễn đã lên nói cảm tưởng nhưng còn nhiều ý thiếu sót là cảm ơn chị Mai đã giúp đỡ book khách sạn cho 2 mẹ con em và cảm ơn ban tổ chức, cảm ơn ban chuyên vận, và cảm ơn cho 2 mẹ con em sống trong mấy ngày sống chung Tết Vô Vi của chúng ta với khách sạn rất lớn, làm em phải đi lạc mấy lần mới tìm đường về phòng. Cảm ơn ban tổ chức./.</p>
10	<p>Ưu điểm Đại hội Ban chấp hành rất nhiệt tình hết mình, rất cực nhọc. Ban ẩm thực rất cực, dậy sớm lo cho bạn đạo tới khách sạn ăn no. Tất cả các bạn rất là tích cực. Tôi rất cảm ơn tất cả các ban mang cho tôi một niềm vui rất lớn, một niềm tin về, để tôi vững lòng theo con đường của Thầy. Ngọc San Diego</p>
11	<ol style="list-style-type: none"> 1) Ban tổ chức nhiệt tình, tích cực chu đáo, đầy tình thương. 2) Ban vận chuyên, trật tự tích cực, nhiệt tình, lo lắng nhiều cho bạn đạo. 3) Ẩm thực-thức ăn nhiều loại cơm, mì, bánh mì-cà cho thêm thức ăn hơn, nhiều loại rau hơn. Buổi sáng thêm yogurt. 4) Thêm tour du lịch. 5) Văn nghệ cây nhà lá vườn vui vẻ, nhiệt tình, nếu có thêm vài ca sĩ sẽ hay hơn. 6) Thêm lớp kiểm soát công phu cần thiết. <p>Thành thật cảm ơn Ban tổ chức Đại hội thành công mỹ mãn.</p>

12	<ul style="list-style-type: none"> - Đại hội thành công vì tuy không có sự hiện diện của Thầy nhưng không khí và cách đối xử với nhau vẫn trong tình thương yêu và đoàn kết. - Điều đáng khen là các bạn đạo đã được nhiều quà nhờ sự phát tâm của các bạn đạo. - Khách sạn rất đặc biệt và tốt. - Các nhóm tu học đều bàn cãi trong trật tự và hòa nhã. - Đề tài phương pháp công phu rất hữu ích nên duy trì. <p><u>Đề nghị:</u> Nên cho thêm thì giờ cho các nhóm tổng kết các ý kiến tu học—Không nên chia thành nhiều nhóm quá. Vì có tất cả 13 nhóm nhưng chỉ có 8 hay 9 nhóm được trình bày sự tổng kết các ý kiến trước các bạn đạo—Đề nghị ban tổ chức nên nói với các trưởng nhóm tu học khi lên trình bày, chỉ nên tổng kết các ý kiến và mỗi nhóm chỉ nên trình bày khoảng 10 đến 15 phút—Không nên đưa nhiều người lên lại nói lại ý kiến của từng người trong nhóm—Đề nghị ban văn nghệ có sự sắp xếp kỹ hơn.</p>
13	<ol style="list-style-type: none"> 1) Thật ngon có những buổi ăn chay Tây, Tàu. 2) Thành thật cảm ơn Ban tổ chức, Ban vận chuyển, Ban ẩm thực của thiền đường Thông Hải có những fastfood rất ngon. 3) Khách sạn sang trọng, thức ăn ngon, BTC, BCV tận tâm làm việc và phục vụ.
14	<p><u>Cảm tưởng:</u> Hẹn gặp lại Đại hội năm 2010 in Las Vegas! See you. Hi...hi...hi...</p>
15	Đại hội 2010 cần tổ chức thêm chuyến du lịch sau Đại hội—để anh em bạn đạo có dịp vừa du lịch và dự Đại hội như thế có thể thu hút thêm rất nhiều người đến tham dự. (Ký tên)
16	<ul style="list-style-type: none"> - Đại hội thành công khá tốt đẹp. - Diễn quang xuống rất mạnh như có sự hiện diện của Thầy. - Giới hạn những phát biểu dài dòng đi ra ngoài đề tài để tiết kiệm thời gian. - Thêm thời giờ cho thảo luận về học tập tu học.
17	<p>Ý kiến: Nên cho bạn đạo mang gối ngồi thiền xuống phòng thiền. Note: Gối ngồi thiền là gối mà bạn đạo làm ra và mang đi theo khi đi dự Đại hội.</p>
18	Đề nghị Đại hội sau có 1 văn phòng “Lost and Found” để không phải mất thì giờ của ban tổ chức. Mọi người có mất mát thì đến đó mà tìm.
19	Đại hội Khai Triển năm nay thật chu đáo, và rất đầy đủ, ăn chay ngon, chuyển vận tốt, ban trật tự tốt, ban tổ chức vui vẻ. Tất cả đều good! Thanks!
20	Ban chuyển vận rất là tốt. Xuống phi cơ có thức ăn và uống rất là chu đáo. Everything very good.
21	Cảm ơn ban tổ chức đã lo lắng vô cùng chu đáo cho Đại hội. Xin các bạn làm đại hội du thuyền năm 2011 hoặc tổ chức khóa sống chung trên du thuyền trong năm 2010. Xin cảm ơn.
22	Đại hội tổ chức rất chu đáo lúc gia đình tôi xuống máy bay ban chuyển vận đón ở phi trường và cho 1 bịch thức ăn làm cho gia đình tôi rất cảm động. Thành thật cảm ơn ban tổ chức nói chung và bạn đạo Lâm Mừng rất chu đáo về ăn uống. Yêu cầu đại hội năm tới có sữa đậu nành nóng.

23	<p>1) Đại hội Khai Triển tuy vắng mặt Thầy nhưng bạn đạo cảm nhận điển Thầy quanh chúng ta rất là thanh nhẹ.</p> <p>2) Yêu cầu các bạn lên phát biểu phải có tôn ti trật tự, thưa Đức Tổ sư trước rồi mới thưa Đức Thầy. Tôi nhận thấy bạn đạo thưa Thầy trước rồi tổ sư sau là không đúng xin sửa sai.</p> <p>3) Đại hội rất là vui bạn bè thương nhau không khí vui vẻ không có tị hiềm.</p> <p>4) Thức ăn chay ngon.</p> <p>5) Rất cảm ơn Ban tổ chức đã cho chúng tôi hưởng 3 ngày tết vô vi rất là vui.</p> <p>6) Ước mong Đại hội năm tới sẽ rất nhiều bạn tham dự.</p>
24	Hy vọng năm sau Đại hội được kéo dài hơn (4 ngày hoặc hơn)
25	<p>Ấm cúng vui. Cảm ơn Ban tổ chức. Ăn uống đầy đủ, ngon. Ban chuyển vận rất cực, cảm ơn rất nhiều. Mong là Đại hội sau đông gấp đôi.</p> <p>(Truc Pham)</p>
26	Tôi là 1 bạn đạo Virginia lần đầu tiên đi một mình, rất là hồi hộp nếu không gặp ban chuyển vận vì quá đông không làm kịp, cảm động nhất thương nhất ban CV đem cho tôi niềm tin để sau này có thêm can đảm dự ĐH. Cảm ơn Ban CV. Cảm ơn Ban tổ chức. (Ký tên)
27	Rất vui. Xin duy trì Đại hội.
28	Ban tổ chức rất chu đáo. Thành thật cảm ơn.
29	Năm nay Đại hội rất là vui và rất là đoàn kết. Rất mong ban tổ chức cho Đại hội vào mùa hè (tháng 6-7) hoặc là vào dịp lễ Thanksgiving hoặc là lễ Giáng sinh để nhiều bạn đạo có con cái có thể được nghỉ lễ và tham gia đại hội hàng năm.
30	Hy vọng những Đại hội kế tiếp Ban tổ chức sẽ tạo dịp cho các em trẻ được cùng tham dự với cha mẹ (được đi Đại hội). Đại hội nên tổ chức vào dịp hè để các cháu được đi trong dịp nghỉ hè. Utah
31	Tất cả đều tốt đẹp hơn ước muốn. (Ký tên)
32	Xin cảm ơn ban tổ chức đã cho chúng tôi được đến dự ĐH Khai Triển và chúng tôi cũng được hưởng thanh quang điển lành và bạn đạo chung vui rất là vui. Cảm ơn ban tổ chức rất nhiều.
33	Ban tổ chức cần phổ biến kỹ nội quy của hotel vì nhiều người không biết chữ.
34	<p>Em, Simon (Sĩ) Sacramento. Xin cảm ơn Đức Thầy, chư vị bề Trên đã cho một đại hội Khai Triển. Đa tạ cảm ơn chư vị ban hội trưởng tổ chức đã cực khổ và thành tâm phục vụ tất cả các bạn đạo tham dự.</p> <p>Em, Simon, hoan nghênh đại hội và cầu xin chư vị bề trên và Đức Thầy ủng hộ cho ĐH tới và mãi mãi về sau. Một ĐH mà chính Đức Thầy chọn ban tổ chức để làm việc, thật là chu đáo và thành công tốt đẹp mỹ mãn.</p> <p>Khai thông trí tuệ gắng công thiền Triển khai điển lực tự tiến xuyên Thành tâm đánh lễ Thầy và tổ Công trình thành tựu sẽ tái duyên. Simon</p>
35	Đi ĐH rất là vui.

36	Atlanta Thái Nguyên Thiền đường địa phương lo cho bạn đạo phương xa quá tốt về vận chuyển.
37	ĐH kỳ 28 năm 2009 rất tốt—thân ái, chan hòa tình thương yêu—và thấy được sự dẫn thân của tất cả anh em bạn đạo thế giới.—Yêu cầu năm tới tại Mỹ sẽ khá hơn về mọi mặt. Cảm ơn ban tổ chức.
38	Cảm ơn ban tổ chức.
39	BTC đã làm việc rất tốt. Nên tiếp tục như thế. (Lê Hồng)
40	Nguyễn Thanh Hà, thiền đường Atlanta, GA Ý kiến nên duy trì bận đồ trắng ngày đầu của ĐH.
41	Thưa quý vị, Chúc mừng ĐH thành công mỹ mãn. Thành thật cảm ơn BTC đã làm việc hết sức. Rất vui đã gặp lại những bạn đạo thân thương. Hy vọng là năm sau sẽ được tham dự ĐH để bạn đạo có cơ hội trao đổi thành quả tu học. Trân trọng (Ký tên)
42	Cảm tưởng v/v BTC ĐH kỳ 28 Tôi Huỳnh Trung Ngôn bạn đạo Atlanta xin có những cảm tưởng - Chương trình không được dồi dào như những kỳ ĐH trước, nhưng không phải là thiếu mà là gọn. - Về ăn ở sinh hoạt rất tiện lợi. Ưu điểm vượt trội nên duy trì ăn uống phục vụ rất tốt. - Công việc các bạn đạo trong BTC kỳ này ưu điểm vượt trội thân mật, chu đáo, nồng hậu. Không khí vui, nhẹ nhàng, thân ái (gây bất ngờ vì ĐH tổ chức ngay sau ngày qua đời của Thầy) - Trân trọng cảm ơn anh Lâm Mừng, t/đ Thông Hải—một hậu phương vững vàng của ĐH kỳ này. Cảm ơn, cảm ơn, cảm ơn!
43	Rất tốt. Mong BTC tiếp tục khai triển. Cảm ơn nhiều.
44	Vui là được rồi.
45	Cảm ơn BTC đã cho bạn đạo hưởng một ĐH ấm cúng và rất vui—rất thương và cảm ơn mấy bạn đạo của ban chuyên vận đã sốt sắng hết lòng đưa đón bạn đạo đi và đến ở phi trường— Chúng tôi rất vui và hưởng được nhiều thanh điện-- Rất cảm ơn. Kim Khuê.

46	<p>Tốt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Transportation. - Đồ ăn. - 5 star hotel-quality service - Rộng - Bà Tám - Increase in temperature at meditation room. - Resort-many things to do without having to leave the resort. - Professional manner of all organizers. - Public voting of the next DH - Maintain the same itinerary as years previous. - Quà (DVD, etc.) <p>Needs improvement:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Better quality musical numbers (CD track stopping, organization of time, preparedness of performers)
47	<ul style="list-style-type: none"> - Lúc bầu cử năm tới đi ĐH ở Las Vegas hay là đi cruise thì chỉ có 299 phiếu. - Nhưng số người đi dự ĐH năm nay ít nhất cũng là 400 phiếu. - Cho nên tôi cảm thấy là chưa có đúng ý BTC thông cáo là sẽ làm tại Las Vegas như khi này.
48	<p>Well done!</p> <p>This was a very well organized and spectacular conference! Even though this was the first year that Master is not with us, the committee was able to create the same warm atmosphere that we are used to. There are no complaints about this hotel. It is by far are the best places the conference has been held. The food was excellent, and the wait staff was very attentive. Beautiful hotel and gardens.</p> <p>Master always said tthat “only the best”. Hopefully next year the conference will be just as beautiful and full of joy! Thanks to the committee for all their hard work to make this happen!</p> <p>Thank you, Jaime Dung Nguyen Le</p>
49	<p>Food: variety of rice, grilled vegetables Good: breakfast, Italian dinner, curry, sugar free desserts Needs improvement: pad Thai, Night # 2 soup too salty Please give this to the kitchen.</p> <ul style="list-style-type: none"> - We also like to have discussion on the practice, methods and techniques. - We know that we have these discussions on stage but we would like it in smaller groups in each language just like the discussion group that we currently have, so that we have more time to discuss in person and pose more specific/personal questions. - I like our DH to be very informative and focus on the spiritual matter, practice, techniques, and spiritual experience. - I hope there won't be any political discussion. - The hotel was fascinating! - I would like to thank everyone who arranges this DH the content, hotel, atmosphere was superb! - Thank you for taking good care of us! - I also like that BTC ask ban dao what they like and want!
50	<p>Drop the politics attitude @ DH please. It's not following Master's teachings AT ALL!</p>

51	<p>Những Ưu Điểm của ĐH Khai Triển</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ban tổ chức làm việc tận tình, hết lòng, hết sức, quá bận rộn, nhưng vẫn vui vẻ, đón tiếp bạn đạo ở xa, gần. Gần như tất cả bạn đạo, đều nói cô Xuân Mai làm việc rất tốt và cả các quý vị trong ban tổ chức làm việc quá vất vả và tận tình. • Ban trật tự, vận chuyển đưa đón các bạn đạo ở xa, gần như suốt ngày đêm, dù rất mệt mỏi, như anh Thạch, cậu Công, cậu Tuấn,... • Ban ẩm thực quá mệt mỏi, vất vả như chị Nuôi, Bình, ... và còn nhiều bạn đạo khác. • Tóm lại, ban tổ chức và các quý vị quá chu đáo. • Ăn uống: tạm ngon nhưng một số soup quá mặn, như, bánh xếp chiên quá mặn. • Xin thành thật cảm ơn tất cả quý vị trong ban tổ chức làm việc vô vụ lợi. Xin bề Trên thưởng công cho quý bạn. • Có một số bạn đạo có ý kiến là không nên đem chuyện Thầy Tám đưa cho Dominique giữ sợi dây chuyền và cái đồng hồ. Nếu muốn thì nói chuyện với nhau, không nên đem lên sân khấu nói làm mất danh dự của anh ta.
52	<ul style="list-style-type: none"> • Cần bổ nhiệm một ban chấp hành do bạn đạo bầu ra để duy trì trật tự nội bộ của Vô Vi. • Cần có “Lost and Found” Center • Cần Ban Trật Tự canh gác cửa để giữ sự yên lặng lúc thiền. <p>NTD</p>
53	<p>For van nghe, who ever wants to volunteer to sing gets a chance. Not fair if one person/two people singing too many songs, wastes too much time.</p>
54	<ul style="list-style-type: none"> - To inform our VoVi Friendships of the rules/regulations when using the facilities at the resort, hotel, etc... To avoid the mishaps like the missing slippers in the spa. - Continue to have group class discussion of the understanding of misconceptions of VoVi Friendship Assoc./or how to continue the growing of the community. - Have an active hand on practice class-soi hon and breathing-technique. - To have a break in between schedule for a breather (ex: sightseeing)
55	<p>Tốt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thực phẩm: rất ngon và đầy đủ. - Phòng/spa: rất thoải mái. - Chuyên chở: rất tốt <p>Cần điều chỉnh:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phòng thiền chung ban đêm mở âm thanh hơi lớn làm khó tập trung tư tưởng. - Phòng thiền chung ban đêm để ánh sáng hơi nhiều và chói mắt.
56	<p>Nên mặc đồng phục áo dài trắng lúc rước cờ.</p>
57	<p>Xin góp ý: Khi đưa cờ về trong lễ bế mạc, nên có 6 nam và 6 nữ, ăn mặc chỉnh tề, như lễ rước cờ trong ngày khai mạc vậy. Thank you.</p>
58	<p>Em rất thích BTC dành thêm thời gian cho việc tu học như phương pháp công phu hay cho bạn đạo hỏi thêm về chỗ nào mà bị kẹt ở trong việc tu học.</p>

59	<p>Ưu điểm: -Tổ chức: trật tự, vui vẻ, chu đáo, phục vụ tốt, cẩn thận. Tu học: phân chia nhóm tốt, hay, sinh động. Khuyết điểm: Giờ tu học còn thiếu, cần khai triển thêm. Ý kiến: - Cần thêm giờ cho ban tu học - Phần tu học cần có 3 thể hệ. - Cần thêm phòng cho trẻ em sinh hoạt riêng.</p>
60	<p>1) Giảm thiểu tối đa thời gian về các phần nghi lễ. 2) Các phần tu chứng cần có thời gian càng nhiều càng tốt. 3) Không lo việc lập đi lập lại phương pháp công phu, cần ôn luyện mỗi ĐH. 4) Giảm bớt thời gian văn nghệ để dành cho trao đổi kinh nghiệm tu học, phương pháp công phu,... 5) Thực đơn ăn chay rất tốt.</p>
61	<p>Ý kiến về ĐHVVQT kỳ 28 Khai Triển - Rất tốt đẹp không cần yêu cầu gì khác cho ĐH năm tới. - Riêng về lễ dâng hoa cho Đức Thầy nên giữ thanh tịnh: có thể để băng niệm Phật hoặc ngâm thơ. - Không nên nhắc bạn đạo nhiều lần trong lúc dâng hoa gây ồn ào làm mất không khí trang nghiêm.</p>
62	Sắp xếp ca nhạc chu đáo hơn.
63	Xin đề nghị ban tổ chức ĐH thêm ngày giờ sinh hoạt tu học. Nên dành ít nhất một ngày: sáng, chiều, và tối, hoặc 2 ngày liên tiếp để cùng trao đổi học nhóm. Xin cảm ơn.
64	I am part of the English speaking group. I feel that we need more time to talk and discuss. An hour more would be great (signed)
65	Less politics please an more forgiveness, togetherness and respect for all those in “other” group. Love rather than politics. (Otherwise-it was an excellent DH—Thank you!)
66	<ul style="list-style-type: none"> - The hotel (Gaylord) is very nice - Like that all the 3 food course was held in the hotel - Like that we wrote on where the next DH will be. - Would like to have more people showing the basic meditation method divided into specific group: beginner, English, advance
67	<p>Suggestions for next congress - Date congress: November/December. Ask to people what they want September is no good. - End of Congress on morning, many people like to stay more. - Why to make congress on death of Mr. Tam, his birthday is better, it’s more happiness.</p>

68	<p>Lê Hiếu Nghĩa Cảm tưởng Vô Vi 28 Tất cả đều good. Riêng về âm thanh điều chỉnh tương đối không được good. Mong rằng lần sau sẽ có DJ chuyên nghiệp hơn và chuẩn bị trước chu đáo hơn. Ngoảnh mặt lại cuộc đời như giấc mộng Được mất, bại, thành, bỗng chốc hóa như không</p>
69	<p>Yêu cầu bạn đạo đóng góp nhiều văn nghệ.</p>
70	<p>Yêu cầu viết kịch bản cho Hồ Mỹ Hằng diễn. Ban chuyên vận rất là tốt. Cảm ơn nhiều.</p>
71	<p>Xin góp ý 1) MC: Cần có MC chính thức, tránh bàn tán trên sân khấu. Như thế sẽ chuyên nghiệp và trật tự. 2) Duy trì ăn chay và không ra ngoài → không tán diễn. 3) Xin ban văn nghệ cho thêm tiết mục đồng ca, sẽ thêm trang nghiêm và âm cúng. 4) Đúc kết tu học: Nên chia đều thời gian cho 13 nhóm trong 2 giờ. Cảm ơn nhiều lắm.</p>
72	<ul style="list-style-type: none"> • Em thấy chị Xuân Mai quá bận rộn, xin chị chia sẻ bớt công việc cho bạn đạo để chị bớt mệt. • Xin tặng thêm giờ trao đổi tu học.
73	<ol style="list-style-type: none"> 1) Nên có phiếu ý kiến như sau DH Viễn Tiến 2008 2) Nên có phổ biến logo Thiên Địa Nhân để bạn đạo gắn lên áo. 3) Nên có phổ biến mê đại Tứ Đại Giai Không 4) Nên tiếp tục cung cấp thức ăn khi bạn đạo mới tới, và tiếp đón bạn đạo thật niềm nở. 5) Nên có đầy đủ quà cho mỗi bạn đạo ghi danh thay vì 1 phần (hình Thầy) cho mỗi gia đình. Năm nay gia đình nào mà bạn tiếp tân không biết thì được lãnh như bạn đạo đi riêng rẽ. Nếu bạn tổ chức quen bạn đạo thì sẽ từ chối không cho nhận quà giới hạn. Vậy là bất công lớn. Ngoài ra có bạn đạo được lãnh dễ dàng 2 phần quà giới hạn (hình) trong khi người khác thì từ chối. Vậy là bạn tiếp tân đã thiên vị bất công. 6) Ưu điểm: trật tự, chu đáo, tận tâm, rất nhiều quà, ban tổ chức thật là đoàn kết. 7) Không nên nói nhiều 1 cách khắc khe đến những người vắng mặt và thông tin một chiều. 8) Cảm ơn ban tổ chức đã tặng rất nhiều quà quý báu, phát tâm rất lớn (donation). 9) Những câu đối hay, câu liêng mỗi ngày rất hay. 10) Không khí nếu đừng kích động để bạn đạo đừng tức giận phần uất vì nghe thì tin, thì sẽ vui và thanh nhẹ hơn. 11) Nếu chọn ngày cho bạn đạo có thể dự 2 đại hội thì số bạn đạo sẽ đông vui hơn (hoặc sinh hoạt 2 bên). 12) Tình thương giữa bà Tám và bạn đạo thật là cảm động. Nên có cái gì đặc biệt cho ông Bảy nữa như với bà Tám hay gần gũi như với bà Tám. 13) Tổ chức chỗ phòng họp và phòng ăn kế bên như năm nay thật là “tuyệt” rất tốt.

74	<p>Đánh giá:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cách tổ chức: <ul style="list-style-type: none"> • Ăn uống: tốt • Phòng: tốt • Chuyển vận: tốt • Khách sạn: đẹp - Chương trình tu học: <ul style="list-style-type: none"> • Không có gì mới lạ. • Bạn đạo có tinh thần học hỏi nhưng ban tổ chức đã lập đi lập lại những chuyện bên ngoài làm gây hoang mang trong bạn đạo từ đó gây ra không khí ngột ngạt. <p>Tôi nghĩ ban tổ chức cứ việc làm đi, Thầy nói bạn đạo Vô vi rất thông minh, họ không nói nhưng họ biết họ sẽ và phải làm gì—Không cần ban tổ chức dạy bảo và vạch rõ. Tôi nói với tinh thần xây dựng chứ không phải để bị chụp mũ và bị vu khống. Cảm ơn ban tổ chức rất nhiều.</p>
75	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mỗi năm cần có một ĐH Vô Vi Quốc tế để duy trì truyền thống tu học của Vô Vi. 2) Tuyệt đối áp dụng 10 điều tâm niệm. 3) Phải nhẫn, nhẫn để hòa thương yêu và tha thứ -chuyện lớn biến thành nhỏ, chuyện nhỏ thành không.
76	<p>Ban tổ chức làm việc rất tốt, tôi xin cảm ơn các chư vị.</p> <p>Xin nhắc lại vụ đòi hỏi sơi giầy chuyền và đồng hồ trước mặt mọi người như vậy không được tốt mấy. Và làm chậm tự ái của anh Dominique dù sao anh Dominique cũng có công lao trông nom Thầy mấy năm, tiếp tay anh Phan Cao Thăng.</p> <p>Chị MAUMET-Pháp quốc</p>
77	<ul style="list-style-type: none"> - Oatmeal nóng, fruit tốt. - Ăn chay tốt nhưng cần có món đậu hủ và nấm kho hoặc xào. - Những chuyện xáo trộn đã qua xin cho qua luôn, để cho ĐH lần tới được vui và đông đủ, cảm ơn rất nhiều. - Cho thêm các bánh với sweet n' low.
78	<p>Hi, No matter where "DH" is, please provide breakfast, lunch and dinner like this DH will be very much appreciated. Thanks.</p>
79	<p>Xin có ý kiến</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Thức ăn chay trong ngày đại hội. 2) Năm nay lãnh quà rất trật tự.
80	<p>Xin đề nghị các buổi ăn chung trong khách sạn.</p>
81	<p>Ấm thực: varier un peu plus plats. Merci</p>
82	<ol style="list-style-type: none"> 1) Thức ăn ngon, có nhiều rau xanh và những món dinh dưỡng. 2) Có vài món quá mặn+cay so với những người ít ăn mặn và cay. 3) Nước trà đá+nước đá lạnh rót ra bày sẵn, mà ít người uống. Cuối cùng nhà hàng phải bung từng ly đồ đi. <p>Nếu nhà hàng để 1 bình trà đá hay nước lạnh và ly trống để tùy ai thích thì tự rót.</p>

83	Xin cảm ơn Ban Chuyên vận rất tốt lắm, ăn không được tốt vì quá nặng, phòng cũng tốt lắm.
84	Soup phải nóng. Sữa đậu nành nóng.