



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 1255 28 tháng 7 năm 2019

Thanh Thản

*Thanh thản hướng trời tâm rộng mở
Tì bi tận độ người tiến hóa
Thành tâm tận độ tâm tự hòa
Duyên Trời duyên Phật qui tiên cảnh*

Lương Sĩ Hằng

Mục Bé Tám 1993

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 toả 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) Sự vận hành kinh tế, chánh trị và quân sự của toàn quả địa cầu do đâu mà có?
- 2) Chúng sanh ham vui và mê muội phải làm sao?
- 3) Bé về Thiền Viện ngủ có được không?
- 4) Bé dời chỗ ngủ hoài Bé có ngủ được không?
- 5) Bé đã bình an đến Thiền Viện Hai Không, Bé cảm thấy thế nào?
- 6) Người tu thiền không trung tín với chính họ thì sao?
- 7) Người hướng ngoại có đường lối của chính họ, làm sao tự tiêu diệt được?

1)06-05-93

Hỏi: Sự vận hành kinh tế, chánh trị và quân sự của toàn quả địa cầu do đâu mà có?

Đáp: Thừa sự vận hành kinh tế và chánh trị do nguyên khí của cả cầu khôn vũ trụ vận hành qua khối óc của con người mà hình thành. Có lúc hợp tác chặt chẽ và có lúc đối nghịch của các vùng, tùy duyên hướng hạ hay là hướng thượng. Khối óc của loài người phát triển một lúc nào rồi ngưng lại. Những bậc lãnh đạo lúc nào khối óc cũng khác hơn người thường không ngoài sự giúp đỡ của nhơn quần và địa tiên, từ vùng một, có lật đổ thì mới có sự thay đổi và phát triển. Nhìn kỹ nước nào có đạo đức nhiều, thì xứ đó có sự ban chiếu của Thiên Tiên, không khí của cuộc sống lại càng dễ thở hơn. Hoàn cảnh càng khắc khe, càng được xoay chuyển hơn, thế đứng trên mặt đất càng vững vàng hơn.

Kệ:

*Khổ đau đau khổ chịu bạc bần
Thức giấc tùy tâm chuyển hướng sang
Nguyên thủy hành trình trong đạo đức
Chung nhau phát triển trí tâm an*

2) 07-05-93

Hỏi: Chúng sanh ham vui và mê muội phải làm sao?

Đáp: Thừa chúng sanh mê muội thì chỉ có luật nhân quả trừng trị mà thôi. Khi hiểu được luật nhân quả chỉ có lo tu thiền thì mới giải được nghiệp tâm mà tiến hóa.

Kệ:

*Chẳng buồn chẳng hận chẳng lo âu
Giải tiến khai thông chẳng có sầu
Gieo rắc đường mòn ta tự tiến
Hòa thanh thanh tịnh hiểu chiều sâu*

3) 08-05-93

Hỏi: Bé về Thiền Viện ngủ có được không?

Đáp: Thừa Bé nhớ thương chư vị tại Thiền Viện, bắt buộc phải về đó ngủ một đêm cho vui. Bé rất lầy lăm sung sướng được tái ngộ chư vị và cầu mong được sự bình an cho tất cả, bạn đạo cũng chung vui một đêm thiền.

Kệ:

*Triền miên học hỏi duyên thành đạo
Thực triển bước vào trí thấp cao
Duyên đạo duyên đời tâm tự phát
Chung hành tự hưởng trí thanh cao*

4) 09-05-93

Hỏi: Bé dời chỗ ngủ hoài Bé có ngủ được không?

Đáp: Thừa Bé ngủ rất ít, sự dời chỗ không có vấn đề đối với Bé, Trời sáng thì Bé thức, Trời tối thì Bé ngủ, ở nơi nào cũng vậy đó thôi, tâm thức của Bé sống chết không tương can, chấn động khối óc của Bé lúc nào cũng liên hệ đến sự chấn động của vũ trụ, Bé lúc nào cũng an nhiên và tự tại.

Kệ:

*Càn khôn vũ trụ dẫn xuyên hoài
Trí tuệ khai minh chẳng thức sai
Kích động không còn gieo ý nghiệp
Minh tâm tự thức chuyển không sai*

5) 10-05-93

Hỏi: Bé đã bình an đến Thiền Viện Hai Không, Bé cảm thấy thế nào?

Đáp: Thừa Bé được bình an về đến đây, Bé cảm thấy vô cùng thanh nhẹ, tâm thức của Bé hòa tan trong thanh nhẹ của sự hồi sinh của vạn linh tại đây, tình thương yêu và quý mến của bạn đạo trong một tâm hồn tự nhiên và hồn nhiên vui hòa với nguyên khí cả càn khôn vũ trụ, tình Trời cõi mở thanh nhẹ, tại chợ đời rất khó tìm có.

Kệ:

*Thương yêu phát khởi chẳng thăm dò
Tình bạn thâm niên kết của kho
Thanh nhẹ trong lòng tâm tự phát
Tình Trời cao đẹp tự reo hò*

6) 11-05-93

Hỏi: Người tu thiền không trung tín với chính họ thì sao?

Đáp: Người tu thiền không trung tín với chính họ thì sẽ tự tạo sự phản trắc trong tâm, tức hướng ngoại và vọng động, cuối cùng tự tiêu diệt luôn.

7) Hỏi: Người hướng ngoại có đường lối của chính họ, làm sao tự tiêu diệt được?

Đáp: Chính họ không tự tin nơi khả năng phát triển của chính họ, thì sẽ bị cô đơn, lúc chết sẽ vất vưởng và bơ vơ, không trị được mình, làm sao ảnh hưởng được người khác, vắng bóng từ bi, tâm tư động loạn, tức là dâm tánh tái hiện đầy đọa tâm thân, mất mát vô cùng, độc tài không lối thoát.

Kệ:

*Thực hành không có lại hoang mang
Thuyết giảng không mình lại ngỡ ngàng
Gieo động tự mình không lối thoát
Tâm hồn thanh nhẹ lại không bàn*

CHỈ CÓ TU

Chỉ có tu trăm điều khai mở
Chỉ có tu bờ ngõ tiêu tan
Chỉ có tu bàng hoàng chẳng có
Chỉ có tu chẳng ngó bên kia
Chỉ có tu tự về Bến Giác
Chỉ có tu khai thác nội tâm
Chỉ có tu tự thâm khai triển
Chỉ có tu tự miễn lòng tham
Chỉ có tu đạo đàm trong thức
Chỉ có tu chẳng tức chẳng mê
Chỉ có tu trở về thanh tịnh
Chỉ có tu chẳng nịnh Bề Trên
Chỉ có tu chẳng quên Nguồn cội
Chỉ có tu hướng nội cảm an
Chỉ có tu luận bàn chơn chánh
Chỉ có tu tự trách lầm sai
Chỉ có tu hành hoài không chán
Chỉ có tu chẳng bán lương tâm
Chỉ có tu tự tâm tự tiến
Chỉ có tu giải phiền nội tộc
Chỉ có tu chẳng cộc hại ai
Chỉ có tu ai ai cũng phải
Chỉ có tu tự giải tâm can
Chỉ có tu pháp tràng sẵn có
Chỉ có tu lòng thành tự thức
Chỉ có tu mỗi bậc mỗi lên
Chỉ có tu đặt nền tâm đạo
Chỉ có tu diện mạo đổi thay
Chỉ có tu không Thầy không Tổ
Chỉ có tu rõ có Trời ban
Chỉ có tu phát quang tâm thức
Chỉ có tu người người an lạc
Chỉ có tu mới đạt triết thanh

Chỉ có tu trăm anh là một
Chỉ có tu giải cột tâm can
Chỉ có tu hai hàng dứt lệ
Chỉ có tu bê trễ do tâm
Chỉ có tu sai lầm tự thức
Chỉ có tu phá bức màn mê
Chỉ có tu rõ bề chơn tánh
Chỉ có tu tránh cội tà dâm
Chỉ có tu tự tâm tự tiến
Chỉ có tu rõ diện thần thông
Chỉ có tu lòng vòng khai mở
Chỉ có tu tự nguyện khờ ngu
Chỉ có tu khám tù khai mở
Chỉ có tu chẳng ở mê mù
Chỉ có tu lu bù giải quyết
Chỉ có tu chẳng tiếc trần ai
Chỉ có tu muôn vàn sống động
Chỉ có tu đoái công chuộc tội
Chỉ có tu chẳng hội cùng ai
Chỉ có tu rõ tài thiên xích
Chỉ có tu sự tích là không
Chỉ có tu một lòng một dạ
Chỉ có tu cặn bã vẫn hay
Chỉ có tu tâm thay Thượng Đế
Chỉ có tu giữ ghế bình tâm
Chỉ có tu tránh làm ngoại nhận
Chỉ có tu tránh tập đường mê
Chỉ có tu mới về Chánh Pháp
Chỉ có tu bão táp chẳng nghi
Chỉ có tu hợp thì tiến hóa
Chỉ có tu chẳng cá chẳng tôm
Chỉ có tu bỏ hồn tự xuất
Chỉ có tu tự trút lòng tham

*Chỉ có tu tự cam cực khổ
Chỉ có tu tự trị hồn thiêng
Chỉ có tu giải phiền loạn động*

*Chỉ có tu rong ngoài thanh tịnh
Chỉ có tu Tâm niệm NAM MÔ.*

*Kính bái,
Lương Sĩ Hằng
Amphion Les Bains, 20-03-1983*

TRÍCH BẢNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

Vui Xuân 2

Người cha nuôi một người con, từ nhỏ đến lớn! Bây giờ lớn nó hành động riêng một mình nó, không cần biết cha nó. Cha nó có buồn không? Nếu cha nó buồn là cha nó còn thấp hơn nó! Mà cha nó phải vui, mà thấy sự phát triển của nó và thấy bài học của nó sắp đến và nó sẽ dìm lại mặt nó và nó hiểu nó hơn. Người đó mới đúng là một người nghiêm phụ, người cha đàng hoàng, người cha quán thông, người cha hiểu biết, người cha tận độ con! Còn người cha mà gay gắt với người con, mượn một hành động tự do phát triển của nó, thì người cha đó lạc hậu không có bao giờ phát triển theo cái chiều hướng siêu văn minh ở tương lai được!

Cho nên các bạn cho tôi là ba phải, nhưng mà các bạn rồi đây các bạn tu rồi các bạn thấy rằng, ông Trời còn bốn phải nữa. Cọng cỏ cũng sống được mà, vi trùng cũng sống được mà, con heo cũng sống được mà, con người cũng sống được, ông tiên cũng sống được. Nếu mà ông Thượng để thiếu tình yêu đó thì làm sao phát triển được? Tình yêu của tất cả mọi giới, không phải riêng cho một nhóm người nịnh bợ mà thôi! Cho tất cả! Cho nên các bạn phải nhìn lại các bạn, dìm lại các bạn, thấy các bạn từ mọi trạng thái mà có, không phải một trạng thái tạo thành. Nếu các bạn không chịu hòa tan với mọi trạng thái, thì tâm linh của các bạn cũng không có bao giờ phát triển được!

Tại sao Vô Vi đề nghị các bạn hít cả nguyên khí của càn khôn vũ trụ để làm gì? Chỉ có nguyên khí của càn khôn vũ trụ mới quán xuyên thông suốt trong mười hai kinh mạch cơ tạng của các bạn. Khi các bạn làm cho thông suốt rồi, thì các bạn có một thân xác nhẹ nhõm tại thế gian. Tôi người ở thế gian nhưng không phải ở thế gian, nó thanh nhẹ! Thanh nhẹ mới không mê không chấp, không giận không hờn, không buồn không tủi. Đó nó mới đem lại một nền tảng tin yêu, vui vẻ, và thấy các nơi các giới đều thể hiện tình thương rõ ràng. Nhìn cây bông trước mắt bạn, ngộ nghĩnh xinh đẹp, ai làm ra, do đâu mà có? Nó qua những sự điều luyện nhồi quả, kích động và phản động, từ cái hạt giống biến thành một cái cây, rồi biến thành cái hoa, rồi có màu sắc tươi đẹp, dâng cho bạn, được tận hưởng sự thanh nhẹ đó. Vậy chớ ai đó bạn? Chỗ nào cũng có Chúa, chỗ nào cũng có Trời, chỗ nào cũng có Phật! Qua cơn điều luyện mới thành hình, qua cơn điều luyện mới có phần thanh nhẹ đó, mà thanh nhẹ đó là trường tồn bất diệt! Màu nào sắc nấy rõ rệt, không có ai lẫn lộn được! Mỗi thứ đều có mỗi cái duyên của nó hết. Từ cọng cỏ trước nhà các bạn, cũng có cái duyên lành, cái căn nhà hình thành do trí khôn của loài người, cũng tạo ra một cái duyên cho bạn thích hợp, bạn mua nó, bạn sắm, ở, sống chung với nó được. Nhưng mà ngược lại tâm thức của các bạn còn buồn khổ, bệnh hoạn, bức bối, ăn không ngon ngủ không yên. Ở trong nhà thiết tốt mà ăn không ngon ngủ không yên! Tại sao? Lo hết tiền! Hết tiền mà quên, không biết mình là tham! Người tham nó mới sợ nghèo! Có phải vậy không bạn? Tham nó mới sợ nghèo! Cho nên ông Phật ổng nói trước, tham! Cái tham trước! Mà tham không được nó mới sân si, hi nộ ái ô dục! Cũng bắt từ cái tham mà ra!

Ta tu ta trở về quân bình thanh nhẹ, ta mới thấy rõ cái luật nhân quyền của Thượng Đế đã ban, màu nào sắc nấy rõ ràng, không có lộn xộn được! Đó là nhân quyền đó bạn! Nhân quyền của vũ trụ đó bạn! Và nó cả linh quyền nữa! Nó phát triển tới vô cùng, triền miên, triền miên xây dựng, tốt đẹp trật tự! Ngay trong rừng hoang nữa, các bạn thấy có ai săn sóc không? Vẫn có trật tự! Mà tại sao các bạn còn cố chấp? Các bạn làm cho cái rừng các bạn nó ô tạp, nó không ổn định! Lấy cái gì chứng minh, hồi nào giờ các bạn sanh ra đâu có hút thuốc! Bây giờ lớn lên các bạn hút thuốc, làm nó ô nhiễm nội tạng! Hồi nhỏ lớn đâu có uống rượu, bây giờ lại cho ngũ tạng uống rượu say mê, ô nhiễm ngũ tạng. Hồi sanh ra đâu có biết ăn thịt, bây giờ nhai ngốn mà không biết thịt là gì? Không biết cái hạnh của miếng thịt là gì, không biết hạnh cái cọng rau là gì, ăn mà không biết! Là người thiếu trí! Người thiếu trí, không chịu xét! Ăn mà không hiểu cái hạnh hi sinh của cọng cỏ, của cọng rau, của miếng thịt, của con cá! Nó muốn để cái gì? Nó muốn tiến tới con người thanh nhẹ. Nó muốn có một sự hòa đồng thanh nhẹ sống chung hòa bình. Mà người là chủ của cái tiểu thiên địa này cũng như là chủ của một quốc gia mà không ổn định, biến cái xã hội quốc này thành ra một chỗ ô tạp tranh chấp. Nghe cái gì vô trong óc là thanh lọc ra sự tranh chấp, bóp méo sự thật, tạo ngu cho chính mình, tạo loạn cho nội tâm! Đó, xử sở không yên! Tiểu thiên địa này không thông thì xử sở không yên. Cái quốc gia do ai? Do con người tạo mà con người không yên thì cái quốc gia đó loạn rồi! Cứ xưng danh ông này ông kia ông nọ nhưng mà rốt cuộc loạn là loạn không có được! Không chịu sửa mình. Không biết rõ cái mầm mống thương yêu là cái gì, xây dựng là cái gì! Nói càng nói bừa, rốt cuộc rồi loạn!

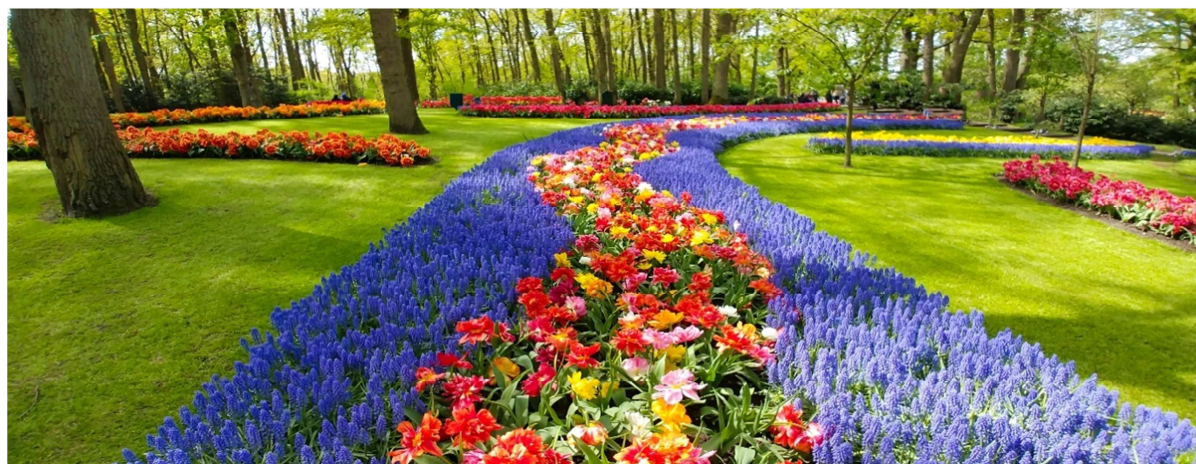
Nhìn vào cơ tạng các bạn loạn, nhìn vào gia cang các bạn loạn, do ai? Do người chủ trương sai! Thấy chưa? Cho nên mọi người phải ý thức sửa mình tu tiên mới được! Thấy rõ cái luật nhân quả thì mình mới an nhiên tự tại được! Làm sai phải gạt hái sai, phải chấp nhận sai và sửa sai mới tiến. Nếu không có chấp nhận mình sai và sửa sai thì không bao giờ tiến! Muốn ở trên đầu trên cổ người ta không được! Mình hạ mình xuống học hỏi, mình mới ý thức được cái phần hồn là vô cùng. Các bạn học tới bây giờ một trăm tuổi cũng còn nhiều chuyện học, không có hết đâu! Đừng có nói tôi già rồi tôi không cần học! Thiếu một chút là nó mất quân bình! Giờ phút khắc nào cũng phải học, tâm lẫn thân, tâm linh còn quan trọng lắm! Học tới vô cùng thì nó mới khai triển tới vô cùng, mới xứng là câu: Hồn bất diệt! như kinh thánh đã nói! Hồn con người là bất diệt, mà không biết tu sửa và không chịu học hỏi và tự cao tự đại thì không bao giờ tiến tới được!

Có tu có sửa mới ảnh hưởng được người khác! Không tu không sửa không ảnh hưởng được người khác. Nhiều bạn sống theo khoa học. Tu rồi mới thấy rõ, tôi đã giết bao nhiêu con chuột, để thí nghiệm, mổ tìm mổ gan. Ngày hôm nay tôi tu thanh tịnh rồi tôi thấy đau lòng vô cùng. Nếu tôi tiến hóa tới con thú, con chuột, mà bị như vậy, tôi nghĩ sao? Đau khổ vô cùng. Và những viên thuốc ở thế gian này, trị được ai, giúp được ai? Xã hội đua đòi, chạy theo, chỉ giúp được một chút xíu đó thôi. Nhưng mà sanh bao nhiêu ngày, sống bao nhiêu ngày, giờ nào chết, thì giờ đó phải đi! Cõi tạm! Càng tu càng hiểu càng ý thức! Càng tu càng hiểu càng ý thức thì lúc đó cái tâm từ bi nó phát hiện ra, mới cầu nguyện để cứu độ cho tất cả chúng sanh, mới thực hành cho kỳ được tâm lành tánh tốt, thể hiện từ quang, tướng niệm những cái vong linh phát triển, để cho nó cơ hội tiến hóa tốt đẹp hơn!

Hướng về khoa học thì hướng về cái tâm nghe được, thấy được, ngửi được, sờ được, ngó được! Không hiểu về cái phần tâm linh! Nếu hiểu về phần tâm linh! Những người khoa học mà tu thiên về tâm linh thì họ sẽ giúp ích cho nhân loại rất nhiều. Họ sẽ làm những chuyện cần thiết hơn thay vì làm những chuyện không cần thiết. Những chuyện không cần thiết là làm cho xã hội ô nhiễm. Mà làm cho cơ tạng con người cũng bị ô nhiễm luôn vì hóa chất quá nhiều, nuôi dưỡng thực vật, tạo cho cơ tạng bất ổn. Còn những người tu Vô Vi nó được cái gì? Nó giải tỏa được cái phần trược ô thanh quang. Khi mà nó hít được nguyên khí của vũ trụ vô nó giải tỏa được, thì nó cũng đỡ được một phần lớn, sống trong cái xã hội vật chất này. Nhưng mà rốt cuộc những người tu Vô Vi phải trở về tự nhiên hơn, sống về tự nhiên hơn.

Khi nó thấy cái giá trị tạm bợ của vật chất và nó thấy cái giá trị đời đời bất diệt của tâm linh thì nó chọn một trong hai, nó sẽ đi một cách vắn tắt và tốt đẹp hơn. Pháp Vô Vi là một kỹ thuật cho mọi người trở về với quân bình, Nó không phải là một cái tôn giáo, lệ thuộc bởi một đảng truyền pháp hay là lãnh đạo tinh thần nào! Không có vụ đó, chỉ lo lập lại quân bình tự thức, sống hợp thời, tùy nơi tùy lúc mà phát triển. Tôn giáo nào tự quy về tôn giáo đó. Tin Chúa phải hiểu nguyên lý của Chúa, trật tự của Chúa, sự thanh cao cõi mở dững mãi của Chúa, đại hùng đại lực đại từ bi của Chúa! Thượng Đế cũng vậy, Phật cũng vậy, đều là khổ hạnh mới thành Bồ Tát. Chứ không phải khi không sung sướng mà thành Bồ Tát, dứt tiền lo bạc mà thành Bồ Tát, không có vụ đó. (còn tiếp)

**THÔNG TIN KHÓA SỐNG CHUNG ÂU CHÂU KỲ THỨ 12,
VIỄN LƯU 2020, AMSTERDAM, HÀ LAN
17/04/2020 – 20/04/2020**



Vườn hoa Keukenhof

Quý bạn đạo kính mến,

Trước hết, chúng tôi xin cảm ơn tất cả bạn đạo đã sốt sắng ghi danh sớm. Mặc dầu, đã dự trù số người tham dự nhiều hơn thường lệ, nhưng đến nay đã gần hết chỗ.

Hà Lan là một quốc gia Âu Châu nhỏ nên khách sạn không nhiều mà du khách quá đông, nhứt là vào mùa cao điểm. Chúng tôi sẽ cố gắng xin thêm một số phòng với giá đặc biệt đã thông báo cho những bạn đạo có ý định ghi danh nhưng chưa gởi đơn.

Chúng tôi xin yêu cầu quý bạn đạo có ý định tham gia Khóa Sống Chung Âu Châu 2020 ghi danh càng sớm càng tốt để chúng tôi có thể xin thêm phòng với giá đã thông báo.

Chúng tôi thành thật xin lỗi nếu phải khóa sổ sớm hơn dự định.

Quý bạn chỉ cần đóng trọn lệ phí trước ngày 30/10/2019. Trường hợp hủy bỏ trước ngày 16/11/2019, chúng tôi sẽ hoàn lại tiền đã đóng.

Quý bạn có thể tham khảo thông tin trên Vovinet\Sinh hoạt

<http://www.vovinet.org/vn/activities/activities.html>

Kính mến,

Thay mặt Ban Tổ Chức Khóa Sống Chung Âu Châu

Huỳnh Minh Bảo

Email : vovifrance@yahoo.fr

ĐT : +33 1 45 50 29 12

Đề tài suy gẫm

Vượt ngũ hành

Hỏi: Xin Thầy giải thích thêm về vấn đề Vượt ngũ hành

Đáp: Vượt ngũ hành là mình trụ ngay trung tim bộ đầu. Ở chỗ đây là cái huyết Bách Hội, tất cả các hội thần kinh trong cơ tạng anh nó phải về đây, làm gì làm nó phải về đây. Mà anh trụ ngay chỗ này, cái điện nó rút ngay bộ đầu rồi, rồi nó cao hơn trên đầu anh một tấc mà anh thấy được đó là hào quang. Càng ngày anh càng thấy sáng hơn thì tất cả ngũ sắc ngũ quang, huyền sắc huyền quang nó sẽ hội tụ ngay trung tim bộ đầu, phải không? Thì cái tâm đó mới là tâm từ bi. Đó là cũng hội từ ngũ hành cơ tạng đi lên. Vượt ngũ hành là vậy, nó trụ tâm, vượt ngũ hành.

HƯỚNG TÂM CẦU NGUYỆN

Kính xin quý bạn đạo hướng tâm cầu nguyện cho ông Trần Văn Ngô cư ngụ tại ấp Gò Xoài, huyện Gò Công Đông, tỉnh Tiền Giang, Việt Nam là thân phụ của đạo hữu Trần Minh Châu, Vancouver BC, Canada, đã từ trần lúc 10:30 sáng ngày 16 tháng 7 năm 2019, nhằm ngày 15/6/2019 Âm Lịch, hưởng thọ 74 tuổi được siêu-thăng tịnh-độ.

Chân-thành tạ ơn quý bạn đạo

Bạn đạo vùng Vancouver BC, Canada