



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 1374 7 tháng 11 năm 2021

Mất quân bình

Mất quân bình phá đạo cang ngu

Ác hiểm thâm sâu tâm khổ tù

Ác hại chính mình thành độc ác

Tâm thành tự sửa tự an du

Lương Sĩ Hằng

Mục Bé Tám 1995

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 đứng 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 mọi người đều tham muốn?
- 2) Hồn xác là một có phải không?
- 3) Tiền là gì?
- 4) Muốn thấy ánh sáng vô cùng tận thì phải làm sao?
- 5) Bé nói trở về quê là nơi nào?
- 6) Người đời hay bị bệnh nan y ngặt nghèo tại sao?
- 7) Bé thường nói điển rút là rút làm sao?

1) 12-08-95

Hỏi: Tại sao mọi người đều tham muốn?

Đáp: Thừa loài người chỉ có mở được mắt, tai, mũi, họng, nhìn thấy, nghe thấy, nắm biết đều giới hạn, bắt buộc phải tham muốn vì chưa mở huệ. Cho nên cần thực hành pháp môn, ổn định và thanh tịnh thì trí mới sáng, tâm mới minh, nhìn xa hiểu rộng bỏ tham vọng trong phạm vi eo hẹp

Kệ:

*Nhìn xa hiểu rõ tâm thanh hòa
Trí sáng tâm minh tự thức ra
Tâm đạo vô cùng trong tiến hóa
Cần khôn vũ trụ thật chung nhà*

2) 13-08-95

Hỏi: Hồn xác là một có phải không?

Đáp: Thừa hồn có sự sáng suốt phục vụ trách nhiệm việc làm của xác. Hồn có cơ hội lui về lãnh vực thanh tịnh mà tu, xác lúc nào cũng dưới quyền quyết định của hồn. Người đời hướng ngoại tưởng lầm xác là chủ, bỏ quên lãnh vực thanh tịnh, tạo động và lo âu bất chánh, làm điều không cần thiết nhiều hơn là cần thiết

Kệ:

*Lắm khi cảm thấy rất phiền khổ
Sáng suốt không trui tạo nắm mờ
Trở ngại muôn chiều tâm khó tiến
Không rành nguyên lý chẳng Nam Mô*

3) 14-08-95

Hỏi: Tiền là gì?

Đáp: Thừa tiền là vạn năng, gom gọn, tình thương của mọi người đồng nhìn nhận giá trị chung, thiệc ác phân minh, tạo thành phương tiện khi cần,

Kệ:

*Luân lưu đóng góp phần dìu tiến
Thành tựu hơn gian giải nỗi phiền
Khi có khi không đều dẫn tiến
Cuối cùng giải bỏ bớt lo phiền*

4) 15-08-95

Hỏi: Muốn thấy ánh sáng vô cùng tận thì phải làm sao?

Đáp: Thừa muốn thấy ánh sáng vô cùng tận, trước hết phải tưởng niệm đến Thượng Đế và dẫn thân hành pháp khai thông trí tuệ, không ngại nghi, quên mình thanh nhẹ, hướng về cõi Trời mà tu, thì sẽ có cơ hội cảm thức được ánh sáng mà hành.

Kệ:

*Thanh bình tiến hóa giới thanh nhẹ
Cảm thức nguồn cội đang trở về
Không động không mê qui một mối
Quân bình thanh tịnh trở về quê*

5) 16-08-95

Hỏi: Bé nói trở về quê là nơi nào?

Đáp: Thưa quê của phần hồn là nơi ánh sáng vô cùng tận, nơi đó có minh sư quang chiếu, tận tâm giúp đỡ. Ngược lại ở thế gian phải năn nỉ mới ban ơn. Do công hành triển của mọi hành giả. Có câu “Ông tu ông đắc, bà tu bà đắc” là vậy. Xuất tức là thoát phàm

Kệ:

*Công phu tự tiến tự phân làm
Khó khổ triển miên đẹp lối tham
Mạnh khỏe do mình tâm đạt đạo
Triển miên học hỏi trí thân hàm*

6) 17-08-95

Hỏi: Người đời hay bị bệnh nan y ngặt nghèo tại sao?

Đáp: Thưa bệnh do tánh sanh, từ nguồn gốc độc tài nhiều kiếp, lộ bệnh để có cơ hội thấy rõ bản chất keo kiệt của chính mình mà dốc lòng tu hơn. Người thật tinh tu và hoàn toàn sửa được tánh thì sẽ có dịp may tự cứu. Trước hết là cứu cho phần hồn khi lìa xác được nhẹ và dứt khoát. Biết Trời là Trời cứu, gốc gát bệnh tật sẽ tiêu trừ, do công tu thay vì gây sự với người khác

Kệ:

*Ngoại lai chẳng có lo bàn khổ
Tự mình thức giác niệm Nam Mô
Chiều sâu tâm đạo tự an bài
Hành pháp không ngừng chuyển chuyển vô*

7) 18-08-95

Hỏi: Bé thường nói điển rút là rút làm sao?

Đáp: Thưa trước khi chưa hành thiền thì chưa biết điển là gì? Sau khi hành thiền đứng đắn sẽ tự cảm thấy điển rút từ trung tim chơn mảy, dần dần tới giữa trán, đến mở ác. Lúc ấy bắt đầu hiện từ hơn xưa, linh tánh bắt đầu cảm thức nhiều điều xưa kia chưa biết, mới thấy giá trị của nguyên lý Nam Mô A Di Đà Phật, thích thú và cố gắng hơn. Trước trán và trung tim bộ đầu luôn luôn rút và cảm thấy bộ óc thanh nhẹ, bắt đầu giải bỏ tánh hư tật xấu, hướng về Trời Phật mà tu, liên tục như vậy sẽ gia tăng giờ thiền, không lo chuyện thị phi bên ngoài nữa, chăm chỉ học hỏi sự cảm thức của chính mình, không mê tín dị đoan, dày công tham thiền, thiền trong bóng tối nhưng thấy được ánh sáng, thì mới thật là sáng, trí càng ngày càng ổn định

Kệ:

*Thế gian tạm bợ duyên tình tạm
Thực hiện công phu tự thức làm
Giải tỏa âm u tâm trí sáng
Pháp tràng tiến hóa chẳng còn tham*

CÙNG ĐỌC THƠ ĐỨC THẦY

Đồng thức tương giao

*Lâu năm tái ngộ bạn quê nhà
Cảm động đáy lòng nước mắt ra
Giây phút thiêng liêng lòng thỏn thức
Hòa tan sóng động phút chan hòa*

*Chan hòa lại nhớ quê nhà
Nhớ thương bạn đạo thật thà mến yêu
Lý Trời nhắc nhở tình siêu
Vui say tâm đạo đạt nhiều lý chơn
Thương yêu giải tỏa giận hờn
Quy tâm thức giác tùy con học hành
Cuộc đời từ trước đến thanh
Chơn tâm thức giác thực hành đến nơi
Tình thương ban chiếu bởi Trời
Năm Châu huynh đệ đạt lời thức tâm
Lý Trời siêu diệu thậm thâm
Qui hồn qui vía tự tâm siêu nhiên
Hương tâm độ thuyết tùy duyên
Khai minh tâm đạo triển miên học hành
Cảm minh nguyên lý trước thanh
Bình tâm học hỏi thực hành phút giây
Cảnh đời chuyển hóa đó đây
Tay không vẫn giữ rõ Thầy trong ta
Vun bồi ý chí nhẩn hòa
Nhớ Cha nhớ Mẹ chan hòa tình thương
Thực hành mến cảm dựa nương
Tình thương đạo đức mở đường tự đi.*

Sydney 22/1/1983

***Kính bái,
Lương Sĩ Hằng***

TRÍCH BĂNG ĐỨC THẦY THUYẾT GIẢNG

Thầy giảng Chơn Lý :

Cái phương pháp hiện tại của Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí đây, là đòi đạo song tu, trong thực hành để làm cho mình có sức khỏe, và lui về dung điểm thanh tịnh của chính mình, mình thấy mình đang lưu lạc tha phương cầu thực, thành xác nhận rõ phần hồn. À ! Cho nên ở bên ngoài, người ta không hiểu cái đạo gì ? Họ tưởng đây là một cái tôn giáo. Không! Đây là một kỹ thuật để cho mọi người tu để trở về với chính mình, tháo gỡ những sự tẩm tối sẵn có của chính mình, mau lẹ hơn, bằng một cái phương pháp; thay vì ngồi đó cầu xin, biết chừng nào mới có ? Có người đã cầu xin mười mấy năm, ba chục năm, chưa có một hiệu lực !

Bạn đạo : Nhiều khi tu mười mấy năm rồi mà phần Lục Căn Lục Trần nó còn xúi bậy, nó cũng nhiều khi cũng sa ngã. Cái phàm ngã này nó cũng mãnh liệt lắm, chứ đâu có được mà như trong Kinh A Di Đà nói: phần hồn nó, phần vía, lục căn, lục trần nó ưng thuận, rồi cái nó chịu tu theo một cách dễ dãi như Ông Di Đà ?

Đức Thầy : Cho nên, cho nên bạn đọc đó không có đọc rõ là Ông Tu tu bằng cách nào? Phải đọc cái Ông Tu: Ông Tu ông khổ nè, ông đi làm thầy bùa nè, ông đi làm thầy bói nè, ông đi bộ từ ĐaKao đi tới Chợ Lớn nè, có ngày kiếm không ra một xu nè ! Cái khổ hạnh của ông nhiều hơn chúng ta, ông mới đạt tới đó ! Còn chúng ta ở đây: sung sướng nè, xách téléphone nè, nói chuyện nè, ngủ cái giường nó êm nè ! Ông Tu không có tiền mua bàn bureau, mua salon, mà lấy đất sét làm cái salon để rước khách đó, đất sét đó ! Ở Vườn Chuối mà làm cái đất sét, làm cái bộ salon. Chính tay ông nắn, rồi ông lấy giấy ông dán vô, khách vô ngồi. Ông khổ hơn chúng ta nhiều! Mà chúng ta tu, là kêu bằng khổ hạnh; mà ngược lại, chúng ta sung sướng hơn. Có điều kiện tu, mà không chịu dốc lòng tu ! Cho nên, các bạn thử khổ hạnh một thời gian các bạn thấy: “Ồ, Ông Tu ông nói đúng”. Bởi vậy mà chúng ta mới xét ông Tu tu thế nào đã. Chúng ta cứ sung sướng, ăn nhậu, rước tà vào tâm nhiều hơn là thanh toán nó. Còn ông kia, ông bắt buộc, bởi ông nhịn đói để nuôi 10 miệng ăn mà ! Thì ông bị đau bao tử là vì ông ăn một cục xôi một ngày mà thôi thì mới thấy được !

Cho nên, trong lúc tôi tu, tôi không phải bắt chước ông, mà khi tôi gặp Đức Thích Ca rồi, tôi mê ly và tôi không có muốn ăn nữa, ăn rất ít. Cho nên bà Tám kêu tôi là Ông Đạo Cà, rồi Ông Đạo Đậu Hũ, là chỉ một đồng thôi ! Ở Việt Nam đó, xài một ngày một đồng, không có thứ hai. Một đồng mua được gì thì tôi ăn nấy thôi, và tôi nấu cơm lấy tôi ăn. Bởi vì tôi ăn, tôi không có làm gì, tôi ăn rồi tôi đi bộ xuống, đứng trước cửa Ông Tu, chờ Ông Tu ngoác vô nói một hai câu, rồi tôi đi bộ, đi qua bên Sở Thú, rồi tôi đi bộ về thôi, tôi không có tiền xe. Tôi phải học cái khổ hạnh đó. Mà trong lúc trước kia, tôi một bước là xích lô, một bước hai bước cũng xích lô, mà bây giờ tới lúc tôi tu là tôi giải thoát hết, dẹp hết. Tôi chịu khổ như vậy tôi mới được xuất ra !

Thì các bạn muốn tu, các bạn phải đọc lại cái người hành giả đi trước mình, họ làm cái gì mà họ được? Chớ đừng nói: “Tôi thấy, ơ, ông Tám ông tu đạo đó được; tôi cũng tu đạo đó, mà không được!” Tôi tu, mà tôi tu ngược: ông kia giải, mà tôi lại rước! Tôi lại nhậu Whiskey, tôi đi chơi, tôi muốn kiếm em. Cái đó là làm cái gì được? Nhưng mà ở chế độ tự do này, phải tôn trọng cái quyền tự do của mọi người, và tự họ tu, rồi họ thức. Đó, một thời gian rồi họ đối tượng à. Họ ốm đi; nhịn ăn, nó ốm đi. Rồi nó thấy đầy đủ rồi, nó mới thấy rằng: tôi không phải ăn nữa, tôi làm việc, tôi độ. Lúc đó khác rồi. Đứa này xin độ, đứa kia xin độ. Nghĩ chuyện độ, thì nó mập lại mấy hoi ! Ăn mà vui á, thì con người nó tươi. Mà ăn mà buồn, mà lo á, thì bạc tỷ cũng là cái mặt buồn à! Thấy không? chúng tôi nghèo thiệt, nhưng mà vui. Ăn chút xíu, nhưng mà mặt mày tươi, không có ăn nhiều hơn người ta !

(Trích bài :Luận Đạo Đem Giao Thừa-29-1-1987 của Đức Thầy LSH – Vĩ Kiên)

Đề tài suy gẫm

Sức mạnh của từ bi

Con chó nó còn học được hạnh từ bi. Từ bi ở đâu? Là con người đã nuôi con chó, con chó luôn luôn mang ơn con người; dù quen một phút, một giờ, nó cũng triu mến. Thấy chưa? Đó! Cho nên, sức mạnh của từ bi là vô cùng. Mà xét lại, nếu mình xét lại mình, đúng hay là không; mình có từ bi không? Thì ta lo ăn năn, lo thực hiện từ bi; học từ bi và thực hiện từ bi. Thì con chó nó cho cái điều lành cho chúng ta thấy: nghĩa là anh nuôi con chó, anh đánh bao nhiêu đánh, vè, gắp chủ nó cũng ngoắc đuôi, cũng mừng! Anh thấy không?

Nó không bao giờ giận chủ của nó; con chó đó! Cho nên, người ta càng nuôi con chó càng lâu, nó càng có cảm tình. Nó khôn ngoan; nó là con người mà! Nó chỉ là một tội hồn mà thôi. Và nó muốn ăn năn để trở về kiếp con người; rất khao khát muốn làm con người! Cho nên, ý trí của nó, khôn ngoan, phục vụ, trả nợ cho chủ nó thì không lâu sau đó nó sẽ trở về kiếp người. Cho nên, tất cả là tội hồn. Cho nên, tôi nói là con thú nào mà Anh dòm cho kỹ và Anh tâm tình với nó, Anh muốn nói chuyện với nó, nó mừng lắm. Anh thấy con cọp mà người ta còn về người ta còn dạy được; thấy không? Cái bản tánh của nó cũng biết thương yêu: cũng có vợ, có chồng; cũng biết sống mà; phải không? Có nhiều con cọp nó cũng ăn chay, không thêm ăn thịt. Trên rừng có chớ không phải không! Người ta kêu bằng “Ông Hồ!” Người ta ngạc nhiên là con thú cũng biết tu! Chớ đừng có nói con thú không tu, và gặp con thú nào cũng đập chết hết; là mang tội; hiểu không?

Cho nên, ráng tu về Vô Vi để khám phá được nhiều chuyện lắm. Khi mình xuất hồn lên cái cõi con thú nó tu sẽ thấy chúng tu thiếu gì; tu để cơ thể của nó trở thành con người rõ ràng; chỉ có cái đầu vẫn ngu muội. Mang cái đầu con thú một thời gian, nó mới tiến hóa tới trọn lành, trở lại con người. Nó cũng làm việc như chúng sanh; nhiều cái giới đó, phải đi qua! Người tu Vô Vi mà được đi rồi thì ai cũng đi qua chỗ đó mà xem, mà học; mà học cái đoàn tụ của nhơn sinh qua kiếp con thú, qua kiếp con người, rồi mới xác nhận rõ ràng như vậy.

Cho nên, rồi đây tôi cố gắng dịch cái “Luân Hồi Du Ký” để thấy rõ con thú là con người, nó đồng sống chung trong quả địa cầu với chúng ta, cũng như chim, này kia, kia nọ cũng sống chung trong quả địa cầu. Nó cũng mang ngũ tạng, tứ quan: lỗ tai nghe, mắt thấy, mũi, miệng, đủ hết, cũng như chúng ta, nhưng nó bị thu hẹp trong một phạm vi nhỏ hơn, chớ khả năng của nó cũng là hung dữ chớ không phải tầm thường. Khi mình chọc phá nó, nó cũng cắn lại một cái! Con gà mà còn cắn lại con người nữa! Thấy không? Thật ra nó cũng là đồng loại sinh hoạt tứ quan và ngũ tạng với chúng ta, trong quả địa cầu. Cho nên, ở chỗ Âu Mỹ này họ có cái Hội Bảo Vệ Gia Súc. Anh thấy không?

Còn xứ Việt Nam không có hội bảo vệ gia súc; giết gia súc; cho nên nghiệp nặng lắm! Cho nên ngày hôm nay cứ bị hoài, bị hoài, bị phong ba bão táp, bị đủ thứ; bị cho chán nản đường đời, rồi mới tu! Bao lụt nguy hiểm vô cùng, mà để cho mọi người thức tâm lo tu, ăn năn, ăn chay. Khi đó mà ăn trường chay được rồi, tu thiền được rồi, thì mới lập lại thái bình cho xứ Việt Nam: nghìn năm thái bình. Lúc đó là nghìn năm thái bình; không có chiến tranh nữa! Cho nên, nhiều cái núi ở Việt Nam có nhiều Ông Hồ tu. Tôi tôi người ta thấp nhang cúng Ông Hồ mà! Rồi những người ở trên rừng ở Pleiku, Ban Mê Thuật, đã thấy có những ông hồ xuất hiện mà không ăn thịt người, chớ không phải không đâu! Người ta lập chùa người ta thờ ông hồ đó; Anh thấy không?

(Văn Đạo Tại TD Bothell, WA USA - Ngày 9 Tháng 1, 1984)

THƯ TỪ LAI VĂNG

J , Ngày 18/1/1993,

Chính gửi bác + tăng thầy mến!

Đầu năm, con cầu chúc bác lời chúc tốt đẹp nhất gặp nhiều su phước do thường đi bán cho.

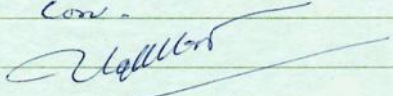
Sau, con xin bác miễn lời cho vì sự tương trợ thế này.

Con sinh ra tại khu hàng xóm S.G, có nghe nhiều lời bác, thời gian gần năm nay tại đây này có nhiều người đang theo phái của bác, cũng có người thành công, họ gọi là môn phái "ông Tán". Ngày 13/1/93, sau khi biết nhất định con hai chữ con trời 2 tuổi, con nhất định theo theo thầy tên bác gửi cho anh Nguyễn Phi Hùng, anh đọc tên, con biết chắc là bác rồi, có dịp, con ghi đi chi sẽ bước khi trả lại cho anh theo chuy, để bạn con yêu cầu chuy lại anh bác để gửi lời kỷ niệm.

Con nghĩ, điều tốt nhất là con viết thư thăm bác để bác nhận con, có thể bác gửi cho con thư hoặc tài liệu để con học tập, con sẽ cố gắng từng bước bước cho bác, con muốn có sự hướng dẫn thuộc liệt-hiền, tự chủ, tự điều khiển chính liệt-hiền mình - nhưng sự thêm nhất bị vướng lại, khi ~~nhận~~ điều mà thầy học không khác đến đi dạy cho con nữa.

Khi bác nhận được thư này, con xin bác đừng thì giờ quý báu của mình, để chi giờ cho con hãy điều may mắn này, để con thực hiện. Đây cũng là sự thích do lòng lao tạo đời của con.

Chân thành cảm ơn bác Tán.

Con.

 TC: N N 7

Vancouver, ngày 2/6/93

N T ,

Trên đường du thuyết, bác đã nhận được thư của con đề ngày 18/1/93, được biết con đang muốn tìm nhân quyền sở hữu của chính con. Chúng ta đã mang xác làm người tại mảnh đất phù sanh này, luôn luôn nhằm lẫn xác là chủ, không biết được sự thật ra sao, ai đã và đang điều khiển xác này. Sự thật chỉ có người chịu dày công tu học, tự sửa chữa lấy tâm thân mới thấy phần hồn là chủ của thể xác. Sự chấn động điện năng của thể xác này liên hệ với cả càn khôn vũ trụ, nhưng không ít ai hay, cho nên người phàm hay cống cao ngạo mạn, tự ái nên bị che lấp sự sáng suốt của mình. Họ tưởng làm là xác thoát được, là hồn sẽ thoát được; đâu dè tình tiền duyên nghiệp đang làm mờ ám tâm thức, mở mắt nhưng không thấy đường đi, cứ quây quẩn trong sự sai lầm của mình tạo ra mà không hay.

Còn phương pháp của bác Tám đang thực hành đây, là tự tìm hiểu lấy chính mình, thay vì hướng ngoại vô ích. Cần khai thác khả năng sẵn có của mình, nhiên hậu mới có cơ hội ảnh hưởng người kế tiếp. Tâm làm thân chịu, chẳng có oán trách ai cả, lo tu sửa tâm thân, nhịn nhục, hòa hợp với chu trình tiến hóa, tùy theo trình độ của mình mà thôi. Nếu cháu muốn bàn bạc về tu học, thì cháu nên viết thư đến hội Ái Hữu Vô Vi Hoa Kỳ để xin tài liệu thực hành, và những lời chọn lý mà bác đã từng giảng khắp năm châu. Chúc cháu vui khỏe.

Quý thương,

Luong Sĩ Hằng

Hội Ái Hữu Vô Vi Hoa Kỳ
PO Box 2045
Westminster, CA 92684
USA

PS: Kỳ này, bác sẽ cho người gửi cho cháu vài cuốn sách bằng đường thủy để cháu đọc.

Thông báo video & Audio Tuần Lễ 45, 07-11-2021

- Băng chung thiên bạn đạo các nơi : Duyên Nghiệp - Thiên Viện Vĩ Kiên khóa 4: Quy Thức, ngày 15-5-1986

<https://youtu.be/QgV5HMCgmFU>

- Ban video xin được giới thiệu tới Quý Vị video tuần này:

Tu Học 2 - Làm thế nào để sửa tánh - Nhân dịp Lễ Tưởng Niệm Đức Thầy lần thứ 12, ngày 24-9-2021

<https://youtu.be/nZK4-0kJYD4>

- Radio Nam California tuần lễ 45

Chủ đề: 23 câu hỏi về Thiên Định

<https://youtu.be/nFhuNLkYQkI>

- Một tuần nghe một chương trình nhạc: Văn Nghệ Đại Hội 2018

https://youtu.be/8H_xOZ6HHZ4

Ban video kính mời

HỘI ÁI HỮU VÔ VI MIỀN NAM CALIFORNIA XIN TRÂN TRỌNG THÔNG BÁO VỀ NGÀY LỄ TƯỞNG NIỆM ĐỨC TỔ SƯ (1967 - 2021)

Kính Chào Quý Bạn Đạo,

Hội Ái Hữu Vô Vi miền Nam California xin trân trọng thông báo đến quý bạn đạo về việc lễ tưởng Niệm Đức Tổ Sư Đổ Thuận Hậu sẽ được tổ chức tại Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi thuộc thành phố Westminster, California vào ngày 14 tháng 11 năm 2021.

Chương trình chi tiết về Lễ Tưởng Niệm Đức Tổ Sư:

1. Bạn Đạo có mặt tại Trụ Sở lúc 9 giờ sáng và buổi lễ sẽ bắt đầu lúc 9:30 chụp hình lưu niệm
2. Đánh lễ Đức Tổ Sư lúc 10 giờ, sau đó Hội Trưởng khai mạc buổi lễ.
3. Sau đó bắt đầu lễ dâng hoa.
4. Chú Dũng Trần sẽ chiếu phim về cuộc đời và tiểu sử của Đức Thầy và Thầy Hai Sa Đéc nói về cuộc đời tu hành đã vượt qua những khó khăn của Đức Tổ Sư để khai sáng PLVVKHHBPP
5. Bạn Đạo phát biểu cảm tưởng hay đọc thơ, và có thể chiếu phim tiếp
6. Hội Phó kết thúc buổi lễ và cảm ơn Bạn Đạo
7. Bạn Đạo chung thiên lúc 12 giờ trưa
8. Bạn Đạo ăn trưa lúc 1 giờ trưa
9. Buổi lễ kết thúc lúc 2 giờ

Để đảm bảo sức khỏe chung cho cộng đồng và bản thân, Hội xin các bạn đến tham dự hoàn tất việc tiêm phòng đầy đủ các mũi vaccine.

Hội xin thân mời tất cả Quý Bạn Đạo đến tham dự!

Thành tâm kính chúc quý Bạn Đạo khắp nơi THÂN TÂM AN LẠC - TU HÀNH VIÊN MÃN.

NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT- VẠN VẬT THÁI BÌNH

Hội Ái Hữu Vô Vi Miền Nam California

Tổng Thư Ký

Phạm Thy Anh

Ngày 4 tháng 11 năm 2021

THƯ GỬI ĐẾN TẤT CẢ CÁC BẠN ĐẠO KHẮP NƠI TRÊN THẾ GIỚI.

Kính chào Quý Bạn Đạo

Tôi, Lâm Huỳnh Mai, Hội Trưởng Hội Ái Hữu Vô Vi Miền Nam California. Trong thời gian gần 2 năm qua, Hội HAHVVMNC đã ra rất nhiều thông báo về việc đóng cửa, mở cửa Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi để phù hợp với hoàn cảnh xã hội trong thời gian Đại Dịch Covid -19 bùng phát. Hiện tại, Hội đã mở cửa lại hoạt động gần như bình thường nhưng vẫn còn nhiều việc chưa thực hiện được như Ăn Trưa sau giờ thiền, tổ chức các khóa sống chung và các khóa tu học. Tùy theo tình hình chung của xã hội, Hội sẽ có những thông tin mới gửi đến các bạn.

Tuy nhiên, có một vấn đề mà tôi cần trình bày để tất cả chúng ta cùng hiểu rõ đó là việc Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi không thể cho các bạn đạo các nơi về lưu trú qua đêm. Nguyên nhân không phải vì Đại dịch và càng không phải vì tôi khó khăn.

Thưa các bạn,

Theo luật định của Tiểu bang CALIFORNIA, tất cả các cơ sở Tôn giáo hợp thức đều không cho bất cứ ai trú ngụ qua đêm. Để có được trú ngụ qua đêm thì phải có một căn nhà thờ phượng hay cầu nguyện và một căn nhà để ở.

Và theo sự quyết định của Hội trước khi xây dựng mới, cơ sở này cũng đã xin như vậy với chính quyền địa phương và đã được sự đồng ý, đồng thời đã được họ cấp văn bản những gì mà TSXDVV cần thực hiện trong lúc hoạt động. Trong đó việc lưu Trú qua đêm là việc không thể được.

Khi tôi nhận chức Hội Trưởng HAHVVMNC, hiểu được, tôi định nói rõ vấn đề này cùng với tất cả các bạn đạo nhưng không bao lâu thì đại dịch bùng phát nên TSXDVV đã đóng cửa không sinh hoạt hằng tuần một thời gian dài. Cá nhân tôi cũng rất buồn và rất mong muốn các bạn đạo gần xa có thể ở lại TSXDVV hành thiền, lưu trú qua đêm. Tuy nhiên dù rất quan tâm vấn đề này nhưng phải chờ đến khi hoạt động xã hội được an ổn...

Thời gian gần đây, tôi đã nhờ văn phòng Luật Sư đại diện Hội để xin chính quyền địa phương cho TSXDVV được quyền để các bạn đạo có thể lưu trú qua đêm vào những dịp lễ đặc biệt với hy vọng City đồng ý. Thế nhưng công việc đã không như sự mong muốn. Văn phòng Luật Sư đã được sự trả lời của thành phố Westminster là không được ở lại TSXDVV dù chỉ một đêm.

Tôi viết thư này để trình bày sự việc để các bạn rõ và thông cảm cho. Vào các dịp lễ hội các bạn đạo phương xa muốn về thăm dự, chúng tôi sẵn sàng giúp các bạn tìm những khách sạn gần Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi và đưa đón.

Ngày 14 tháng 11 này sẽ là ngày lễ Tưởng Niệm Đức Tổ Sư thứ 54, HAHVVMNC rất vui mừng đón chào tất cả các bạn gần xa về chung vui sum họp. Nếu quý bạn cần thông tin về khách sạn địa phương hay cần sự giúp đỡ về việc đưa đón xin liên lạc với:

Thy Anh, số phone 714-232-3542

Thành tâm kính chúc tất cả quý Bạn Đạo TÂM THÂN AN LẠC - TU HÀNH VIÊN MÃN.

NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT - VẠN VẬT THÁI BÌNH

Hội Trưởng
LÂM HUỶNH MAI

BẠN ĐẠO VIẾT

Vài Mẹo Vật Phòng Thân Mùa Lạnh Sắp Đến

Quý anh chị thân mến,

Sau đây chỉ là những kinh nghiệm bản thân, xin được chia sẻ cùng quý anh chị để tự lo cho mình, nhất là phe ta khi phải sống một mình/hai mình và con cháu không còn sống gần, hay đã có gia đình của nó để mà bận rộn.

1. Ngừa Cảm và Sổ Mũi

Nhiều người không để ý, mỗi khi đi tắm là đưa đầu ra hứng nước trước và có biết đâu rằng đây là nguyên do của phần lớn các màn sổ mũi hay cảm cúm đi tiếp theo. Lý do là khi mới mở nước, phần đầu đi ra thường là nước lạnh, rồi khá lâu sau mới là nước ấm/nóng như mong muốn. Ngay cả mức nước trong lu mà tắm, cơ thể của chúng ta vẫn chưa sẵn sàng cho nhiệt độ quá thấp của nước. Độ lạnh của nước lúc ban đầu sẽ khiến cái đầu chúng ta bị nhiễm lạnh và đây chính là tác giả của các câu chuyện sổ mũi kinh niên, cảm cúm hàng năm, mà tôi cũng là nạn nhân.

Sau có người giải thích mới hiểu và người ta mới bày cách tránh như sau:

- trước hết lấy tay vốc nước từ vòi mới chảy ra hay từ lu và ngậm ngậm nước đó trong miệng suốt buổi tắm, mục đích là giữ cho cơ thể mình cân bằng với sự thay đổi của nhiệt độ.
- kế đến là lấy bàn tay hứng một chút nước đập vào bụng dưới, rồi vào hai vai, sau đó bắt đầu tắm từ hai vai trở xuống.
- khi tắm xong phần vai trở xuống, chúng ta mới lo rửa mặt và gội đầu, nhớ là nước trong miệng vẫn ngậm đó.
- sau rốt khi xong mọi thứ, chúng ta hãy nhỏ ngậm nước mà nãy giờ vẫn ngậm trong miệng.

Các bạn cứ thử chừng một tuần rồi cho mình biết kết quả nha.

2. Ngừa và Trị Chứng "Vop Bề"

Lúc còn trẻ thì ít khi nào bị chuyện này, nhưng về sau này tôi và bạn hữu lớn tuổi bị vương thường xuyên hơn. Vài bác sĩ và bạn thì cho là thiếu Potassium trong người nên cần thêm chất này qua việc

ăn uống. Tôi và nhiều bạn cũng nghe theo ăn thêm chuối hàng ngày, uống Vitamin với nhiều Potassium trong đó, nhưng "vọp bẻ" vẫn không tha. Vài ba ngày hay vài tuần là cái chân đi cứ như khúc gỗ. Có người lại nói là do uống quá ít nước mà ra. Khổ cái uống nước nhiều thì lại phải đi tiểu nhiều, thêm cái ác nữa là đôi khi mình lại không cầm được, mà đi tìm phòng vệ sinh không phải là chuyện dễ dàng gì cho lắm.

Hầu hết chúng ta bị vọp bẻ lúc nằm trên giường, thường là do cố gắng duỗi chân cho thẳng để đỡ mỏi và mong thoải mái hơn, nhưng không ngờ là vì làm như vậy mới tạo ra chúng vọp bẻ ở bắp chân. Thay vì cố gắng ôm bắp chân xoa bóp, nhưng cuối cùng chân vẫn bị cứng ngắc cả một hai ngày mới hết, các bạn làm theo cách trị sau rất đơn giản và hiệu quả:

- trị vọp bẻ bên chân trái: giơ tay phải lên và dùng tay trái vuốt mạnh từ xương cánh tay kéo dài đến nách và làm liên tục như vậy cho đến lúc chân trở lại bình thường.

- trị vọp bẻ bên chân phải: làm ngược lại với phương cách trên, nghĩa là giơ trái và dùng tay phải vuốt.

Muốn ngăn ngừa từ đầu, khi cảm thấy cơ thể muốn kéo dẫn chân thì làm ơn vòng hai tay lên khỏi đầu, đan các ngón tay với nhau, bàn chân cong ngược về hướng đầu gối trước khi duỗi chân ra. Buổi sáng các bạn cứ thực tập cho quen một đôi lần mà phòng ngừa nha.

Bạn tôi đã từng bị vọp bẻ ngang hông lúc đang vui đùa ngoài biển suýt chết và từ đó sợ luôn không dám ra biển mà bơi. Tôi cũng từng bị một lần, may quá là trong hồ bơi, tôi chỉ giơ hai tay lên và cứ lấy tay này vuốt tay kia, một lúc sau là trở lại bình thường. Tôi có nói chuyện với vài bạn là dân bơi lội chuyên nghiệp, mấy anh cho biết chuyện này thường xảy ra cho những người vừa ăn xong mà xuống nước bơi.

3. Một cách tập thể dục giản tiện trong nhà - LAY bàn thờ Chúa/Phật/Gia Tiên

Tôi đọc trong sách và cũng trong phim ảnh đôi lúc thấy các vị tu sĩ hay con chiên ngoan đạo đã vừa đi vừa lay từ nơi này sang nơi khác, thường là đến các thánh địa, hoặc các nhà thờ/chùa nổi tiếng linh thiêng. Hình như có cả chục cách lay khác nhau, ở đây tôi chỉ chú trọng vào các lay ngắn thôi - tức là đang đứng thì khụy gối xuống từ từ, hai tay chống đất, đầu gối chạm nhẹ đất, gặp người xuống trán chạm nhẹ xuống sàn, rồi chống mạnh tay mà đứng lên.

Lý do tôi chọn và thử phương pháp này sau hơn cả năm kẹt trong nhà do vụ Covid-19. Phương pháp "LAY" thật dễ dàng, không đòi hỏi phòng rộng hay máy móc chi cả, sức có bao nhiêu thì làm bấy nhiêu. Chỉ cần lay chừng 50 cái là mồ hôi đã toát ra, đến 100 cái thì như tắm rồi. Tôi làm thử 100 cái thì mất trung bình từ 30-35 phút. Sau đó tôi dùng khăn thấm nước ấm/mát mà lau mồ hôi rồi mới ăn sáng hoặc sinh hoạt các việc trong nhà. Riêng những bạn tập Meditation (thiền), ngồi tĩnh tâm, suy niệm, niệm Phật, ... thì bạn sẽ cảm nhận sự thư thái nhiều hơn, giúp cho các bạn có thể ngồi suy niệm, thiền, niệm danh Chúa/Phật một cách hứng thú hơn, lâu hơn. Không còn mang cái cảm giác là mình làm như trong tình trạng bắt buộc hay như một nhiệm vụ của một tín đồ, một tu sĩ.

Để tránh bạn mau bị mệt nếu không nghỉ giữa hai cái lay, đôi khi lại chán, đề nghị các bạn tùy theo tôn giáo của mình mà đọc một câu niệm hay một bài kinh ngắn dễ thuộc sau mỗi lần lay. Nhớ nhé các bạn, các bạn lay như vậy là cho sức khỏe các bạn, nghĩ đến các Đấng Thiêng Liêng qua câu niệm lời kinh, bạn nên lay trong sự từ tốn, tập trung ý tưởng, nghe được giọng đọc của mình một cách rõ ràng, và đừng để ý trong đầu của mình dẫn đến những chuyện giận hờn, ghen ghét tạt đầu tạt.

Mong các bạn đạt nhiều kết quả tốt đẹp. Cầu xin Ông Trên ân độ chúng ta vượt qua mọi khổ nạn và thiên tai sắp đến.

Nguyễn Đức Trọng

tdnguyen97266@yahoo.com

VA / 29/10/2021

HƯỚNG TÂM CẦU NGUYỆN

Xin quý bạn đạo hướng tâm cầu nguyện cho bác **Đỗ thị Nhung**, sinh năm 1935, là thân mẫu của đạo hữu Bùi thị Ánh Nguyệt và nhạc mẫu của đạo hữu Ngô Huân Trung, từ Trần lúc 8:45 sáng ngày 27 tháng 10, năm 2021 (nhằm ngày 22 tháng 9 năm Tân Sửu) tại Trảng Bàng, Tây ninh được siêu thăng tận độ.

Thành thật cảm ơn quý bạn đạo.