



Tuần Báo Phát Triển Điện Năng

Điện thư : aphancao@videotron.ca
WEB: WWW.VOVIWEB.ORG

Số 473

ngày 1 tháng 8 năm 2004

Tờ báo hằng tuần **ĐIỂN KHÍ PHÂN GIẢI** dành riêng phục vụ bạn đạo thực hành Pháp Lý Vô Vi Khoa Học Huyền Bí Phật Pháp

Hào Quang

Hào quang chiếu diệu nơi nơi tiến
Cảm thức trần gian tự tạo phiền
Trí tuệ khai thông hành chánh pháp
Biết mình hiểu họ tự tâm hiền

Kính bái,

Vĩ Kiên

Mục Bé Tám từ 23/05/04 đến 29/05/04

Copyright 2004 by Lương Sĩ Hằng & VoVi Association of Canada. All rights reserved.

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) Dùng thuốc tây có thể giảm đường không?
- 2) Việc gì cần thiết cho bản thân?
- 3) Thành tâm tu sửa và phục vụ cho chung có hữu ích gì không?
- 4) Chuyện gì hữu ích cho tâm linh?
- 5) Sự chuyển hóa vô cùng là sao?
- 6) Qui nguyên là sao?
- 7) Giềng mối khởi thủy từ đâu?

<p>1) Bad Saul Gau, 23-05-04 8:00AM <i>Hỏi: Dùng thuốc tây có thể giảm đường không?</i></p> <p>Đáp: Thưa dùng thuốc đúng liều thì sẽ được giảm</p> <p>Kệ: <i>Không dùng đúng thuốc phải chịu sai Chẳng có làm than chẳng có tài Qui hội tình người duyên đạt tốt Hàn thêm mỗi hàn tránh làm sai</i></p>	<p>2) Bad Saul Gau, 24-05-04 8:20AM <i>Hỏi: Việc gì cần thiết cho bản thân?</i></p> <p>Đáp: Thưa việc sửa tiến rất cần</p> <p>Kệ: <i>Thành tâm tu sửa mới qui nguyên Học hỏi không ngừng tự tiến xuyên Thức giác chính mình duyên tận độ Quán thông đời đạo tự thân yên</i></p>
<p>3) Bad Saul Gau, 25-05-04 7:05AM <i>Hỏi: Thành tâm tu sửa và phục vụ cho chung có hữu ích gì không?</i></p> <p>Đáp: Thưa thành tâm tu sửa và phục vụ đại chúng rất hữu ích cho phần hồn có cơ hội được học hỏi và tiến hóa.</p> <p>Kệ: <i>Khai thông trí tuệ tiến từ giờ Giải quyết chính mình chẳng ước mơ Đường đạo đường đời hành rõ rệt Hương về tâm lực tiến từ giờ</i></p>	<p>4) Bad Saul Gau, 26-05-04 3:25AM <i>Hỏi: Chuyện gì hữu ích cho tâm linh?</i></p> <p>Đáp: Thưa chuyện xây dựng rất hữu ích cho tâm linh</p> <p>Kệ: <i>Qui nguyên thực hiện đều cần thiết Pháp giới khai thông chuyển tiến tông Chuyển hóa không ngừng tâm đạt thức Thành tâm tu tiến triển khai vòng</i></p>
<p>5) Bad Sau Gau, 27-05-04 6:45AM <i>Hỏi: Sự chuyển hóa vô cùng là sao?</i></p> <p>Đáp: Thưa sự chuyển hóa vô cùng rất hữu ích cho tâm linh</p> <p>Kệ: <i>Qui nguyên thiền giác sáng trí ra Học hỏi không ngừng tự thức ra Chuyển hóa thâm sâu đường chánh đạo Qui nguyên thiền giác tự phân hòa</i></p>	<p>6) Bad Sault Gau, 28-05-04 1:07AM <i>Hỏi: Qui nguyên là sao?</i></p> <p>Đáp: Thưa qui nguyên là trở về giếng mối xa xưa</p> <p>Kệ: <i>Quân bình tự đạt thức chan hòa Quý tướng Trời cao tự thức ra Học hỏi không ngừng tự sáng ra Duyên đạo tình đời qui thanh nhẹ</i></p>
<p>7) Bad Saul Gau, 29-05-04 5:35AM <i>Hỏi: Giếng mối khởi thủy từ đâu?</i></p> <p>Đáp: Thưa giếng mối khởi thủy từ lúc nguyên khí còn hỏa độn</p> <p>Kệ: <i>Nguyên khí kết hợp mối giếng gánh Giáng lâm tại thế chuyển thông hành Nghiep duyên tiến hóa tùy duyên thức Học hỏi không ngừng tự tiến nhanh</i></p>	

TRÍCH BẢNG ÔNG TÁM THUYẾT GIẢNG

TU PHÁP LÝ SẼ TỰ KHAI



Tu đàn pháp lý Vô Vi này, các bạn tự sửa tự tìm lấy bạn, có bao nhiêu công chuyện đó mà càng ngày các bạn càng minh cảm. Minh cảm các bạn mới xét ra trước kia mình ở trong cái bất chánh, không hiểu lấy ta, đi trong cái tham dục, đi trong cái hạ căn. Chúng ta có địa vị trên thượng căn mà tại sao không đi lên, cứ nuôi dưỡng thất tình lục dục, cưỡng cưỡng ở trong cái hạ căn động loạn, rồi tự biện hộ lấy mình, làm những điều sai quấy, rồi muốn chống chế. Đó là tự nhiên mình lại chôn sống mình, mình chôn sống phần hồn mình, làm cho nó càng ngày càng tối tăm. Nếu cứ nghĩ chúng ta đã lỡ nói rồi, lỡ làm rồi, lỡ che đậy rồi, phải tiếp tục che đậy luôn, thì càng ngày càng tối tăm thêm.

Cái Vô Vi này nó khác: bạn Soi Hồn là phải mở, có muốn che lấp cái gì cũng không được, một ngày kia nó phải bật mở hết trội. Cái Pháp Luân này cũng vậy, cái xấu xa của các bạn có che lấp cách nào đi nữa thì một ngày nào đó các bạn tu tới thanh tịnh rồi các bạn cũng tự khai hết. Nó phải mở ra, buông bỏ hết, chấp nhận hết rồi nó mới đi tới chân lý. Đó là nó đem lại hạnh phúc trường tồn cho phần hồn và phần vía khỏi bị lôi cuốn bởi ngoại cảnh và bởi sự phức tạp do Chủ Nhơn Ông tâm tối rồi đâm ra đề bẹp cái cơ thể đang trú ngụ, làm cho nó sai lầm, nghịch lại với Tạo Hóa thành ra đau khổ lo âu.

Cho nên “tham sanh úy tử”, tham sống sợ chết là vì sự sai lầm của mình, mình không dám đem ra công khai. Nếu các bạn đem ra công khai mỗi sự việc giữa Trời Đất, thì các bạn chối cãi đi đâu? Ánh sáng mặt trời rọi thấu vô trong con tim các bạn, bất cứ một lỗ chân lông nào nó cũng có thể xuyên qua được, thì không bao giờ các bạn giấu được cái gì hết.

Cho nên các bạn tu ở đây, nó mở luồng điển ngay trung tâm chân mày thì cái Mâu Ni Châu xuất phát ra. Nó sáng suốt rồi thì lúc đó các bạn đâu có cần thế gian mà các bạn giấu. Cái gì nó trắng ra trắng, đen ra đen, các bạn không có bao giờ giấu. Từ cái không giấu là các bạn đã đi tới sáng suốt, rồi cái tâm của bạn định. Các bạn không có gạt gắm thiên hạ, các bạn không có phỉnh phờ thiên hạ thì tự nhiên các bạn đâu có sợ thiên hạ chất vấn các bạn. Cái tâm các bạn bình thản hòa đồng với đại tự nhiên, lúc nào bạn cũng thấy tiến chứ không có thụt lùi.

THÔNG BÁO CỦA HỘI ÁI HỮU VÔ VI HOA KỲ TƯỜNG TRÌNH VỀ THIÊN VIỆN VĨ KIÊN QUỐC TẾ

Westminster, ngày 22 tháng 7 năm 2004

Kính thưa Đức Thầy và các bạn Đạo,

Trong thời gian qua, Đức Thầy và nhiều bạn Đạo các nơi đã viếng thăm Thiên Viện mấy lần : Lần đầu sau khi tham dự Thiên Ca ra mắt Cộng Đồng tại San Jose, San Diego , Orange County và cùng các bạn Đạo, gia đình bạn bè dự picnic tại Hồ Silver Lake. Sau đó họp tại T/V. Vì Ban Chấp Hành cùng với anh chị Lạc muốn cổ động tài chánh mua một Trụ Sở tại Orange County. Lần sau Đức Thầy khánh thành Trụ Sở mới mua và đặt tên là: Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi số : 7622 A-B 23rd Street,

Westminster, CA . 92683 Tel 714-891- 0889. Đức Thầy thăm viếng T/V và ăn tết năm Giáp Thân 2004 cùng với gia đình các bạn Đạo và Đồng Hương rất là vui vẻ. Cám ơn anh chị Lạc, anh chị Long&Xuân (Chuyên Viên mua bán bất động sản) anh chị Tám Được và các bạn Đạo đã phát tâm đóng góp tài chánh và công sức để hình thành Trụ Sở Xây Dựng Vô Vi và bảo quản tốt lành Thiền Viện Vô Kiên Quốc Tế.

Các Bạn Đạo luôn luôn ghi nhớ lời Đức Thầy thường dạy rằng : *Phải thực hành Tam Công = Công Phu, Công Quả, Công Trình và Lập Hạnh thì cuộc hành trình TU HỌC mới tiến nhanh được.*

Trở lại Thiền Viện Vô Kiên. Thời gian ngày 9 July 2003 đã tường trình cùng các Bạn Đạo là **Giai Đoạn 1**: Quét dọn thu xếp dụng cụ các kho, sơn sửa hành lang, làm cỏ và sửa đường Niệm Hành quanh Thiền Viện v.v... **Giai đoạn 2** : Nếu có tài chánh sẽ làm lại sàn nhà bếp, giặt thảm và sửa những nơi hư hỏng v.v...Nhưng ! Bất ngờ ! cũng thời gian đó, anh em vừa sơn, sửa xong hành lang T/V. Tuần tới tiếp tục làm công tác khác, thì thấy PHÂN do các ĐÀN BỌ ăn các cây thông rơi xuống đầy sàn nhà. Cứ tiếp tục đến nay, số cây Thông to lớn bị chết quanh T/V khoảng 60 hay 70 cây. Nghe nói những đàn bọ này từ Miền Đông Hoa Kỳ bay qua Miền Tây mấy ngàn dặm. Có nhiều loại Thông nhưng đàn Bọ chỉ ăn có một loại. Cho nên trên núi Lake Arrowhead loại cây bị Bọ ăn chết rất nhiều. Rất may T/V cũng thoát được trận hỏa hoạn khủng khiếp. Lửa cháy mấy tuần, tiêu hủy mấy chục ngàn mẫu rừng núi và nhiều nhà cửa từ Bắc Los Angeles xuống tới San Diego. Thời gian đó: Đức Thầy và anh chị em Bạn Đạo trên Thế Giới đang họp : **Đại Hội Đại Đồng Tu Tiến** vào cuối tháng 10/03 tại San Francisco CA. *Anh em lên cầu cứu Đức Thầy và cầu xin Đức Tổ Sư, Đức Cha Trời, Chư Vị Sơn Thần, Thổ Địa để cứu T/V được an toàn. Nhờ sự thành tâm của các Bạn Đạo, chuyển ý của Đức Thầy và Bê Trên . Ngọn lửa đến gần T/V Viện khoảng 1 dặm thì chuyển hướng đi nơi khác và được dập tắt.*

Giai đoạn 2 vừa qua. - Anh chị em đã sửa chữa phòng tắm hơi, rời máy súc ruột từ phòng dưới nhà gắn lên bên cạnh phòng tắm hơi, nhưng còn thiếu vài bộ phận thay thế. Có Bạn Đạo đưa ý kiến là nên mua máy mới cho an toàn. Khi đi mua thì các chủ tiệm họ đòi License của Bác Sĩ Y Khoa MD mới bán! Đến nay chưa hoàn thành. Mong Bạn Đạo nào có license phát tâm mua dùm thì rất cảm ơn. Để T/V có máy hoặc phụ tùng thay thế và thanh lọc giúp sức khỏe các Bạn Đạo, từ chỗ sinh hoạt này mới có thêm tài chánh để trang trải hàng tháng cho thiền viện.

- Công Ty nhà đèn đã mượn Công Ty cắt cây đến T/V cưa cây dọc theo những cây Thông chết theo đường giây điện. Họ đếm 21 cây thuộc nhà Đèn, khoảng 41 cây quanh gần T/V cần phải cưa,. Họ ra giá, nếu bình thường \$1,000.00 US một cây. 21 cây dọc theo trụ điện không tính tiền. 41 cây quanh T/V họ lấy \$400.00 US một cây. Như thế \$400.00x46= \$16,400.00US phải trả cho Công Ty. Nhờ Cô Bích, cô Quý, anh Long Quản Lý T/V và anh em BCH giải thích rằng : Đây là Thiền Viện cho những người TU HÀNH. Họ quan sát và thường nghe âm thanh phát ra trong T/V thì Họ thông cảm không lấy tiền. Họ mang máy móc xe cộ và cày một đường chung quanh T/V để cưa cây, lấy cây, làm sạch cành lá . Họ đặt các cây Thông đã cưa nằm dọc từ bờ suối đến hàng rào trước mặt T/V để cản nước mưa và để lại khoảng 5 cây làm củi. Cám ơn Công Ty cắt cây, cầu xin Bê Trên ban phước lành cho những Vị làm công quả.

- Chính phủ đã Thanh Tra xong phần hỏa hoạn được an toàn.

Các công việc đang tiến hành để chuẩn bị đón tiếp Đức Thầy và các Bạn Đạo phương xa trong dịp ra mắt Thiền Ca cuối tháng 8/04 như sau:

- **Sửa chữa lại Đường Niệm Hành hư hại do cây ngã và dọn sạch sẽ.**
- **Cắt bỏ các cây khô nhỏ còn sót lại.**

- **Dọn dẹp các nhánh cây và lá khô trên toàn bộ khu đất T/V**
- **Cửa và chẻ các khúc cây thành củi v.v...**

Mong các Bạn Đạo hưởng ứng đem công sức phát tâm làm công quả. Ngày giờ công tác xin liên lạc với các anh : Nguyễn H Long 714- 891 -0889(H) 714 757 8645 (C)

-Nguyễn V Minh 714- 891- 0889(H) 714- 422- 9817(C)

-Quách Minh 714- 530- 5679(H)

Nam mô Vĩ Kiên Phật.

Nam Mô A Di Đà Phật.

Kính chào Đức Thầy và các Bạn Đạo

Quản Lý Thiền Viện

Nguyễn H Long

TM. BCH, Hội Ái Hữu Vô Vi

Nguyễn Văn Minh

HƯỚNG TÂM CẦU NGUYỆN

Được tin anh Trần Quảng Khuê là anh của bạn đạo Trần Bạch Liên (vợ của anh Nguyen T. Vương) đã từ trần vào 5:30pm ngày 8 tháng 7, 2004 tại Olympia, Tiểu Bang Washington, hưởng thọ 60 tuổi.

Các bạn đạo tại TV Nhân Hòa cùng vùng Tây Bắc Hoa Kỳ và Vancouver cùng quý bạn đạo quan tâm hướng tâm cầu nguyện A. Trần Quảng Khuê được siêu thăng tịnh độ.

THƠ

Nhớ thiền đường

*Trên đường cải tạo đã dư niên
Chạnh nhớ thiền môn nhớ bạn hiền
Đâu lúc quần linh chen pháp hội
Cùng nhau tiếp nhận điển siêu nhiên*

*Siêu nhiên điển giới tinh thinh
Mở mang trí đạo tri tình hóa công
Đồng thanh, đồng đạo, đồng lòng
Xây nền thánh đức quả công đủ đầy
Khai minh Pháp Lý ơn Thầy
Cao Hiên đã vượt thang mây vô cùng
Các trò một dạ qui tùng
Theo đường chánh giác nguyện không đổi dời
Khi xưa Thầy đã truyền lời
Rán tu cho vững xem đời đổi thay
Trên đường lưu xứ hôm nay
Chạnh lòng nhớ Phật nhớ Thầy không nguôi
Nhớ thương Huỳnh Trưởng ngài ngài
Vô Vi Pháp Hội ban lời chánh chơn
Vĩ Kiên dưng mãnh phi thường
Ban hành điển pháp khai đờn vô vi
Thanh ngôn khai quát chu kỳ
Gieo mầm Phật Pháp Đông Tây độ đời*

***Văn Em** may đến kịp thời
Kết dây liên ái truyền lời phúc âm
Diệu Sang mở rộng thiền tâm
Đất lành vun xới nảy mầm vô vi
Thiền đường qui tụ đó đây
Sách « Tôi tâm Đạo » diễn khai lập trường
Xuân Liêm cũng mở thiền đường
Vô Vi Pháp Lý phô trương đạo mẫu
Diệu Thiện tâm ứng sở cầu
Giúp chồng lập đức tròn câu tu hành
Cửa thiền qui tụ điển thanh
Kinh « Vô Vi Pháp » ban hành khuyến tu
Kinh Di Đà, « Phép công phu »
« Phật học vấn đáp » châu lưu khắp cùng
« Phép Xuất hồn », phát cho không
Thiền đường càng lúc càng đông khách thiền
« Điển hóa thanh đạo » lược biên
Phương châm luyện kỹ giải phiền thân tâm
Bốn phương thiện tín đến tâm
Phép tu trực chỉ gây mầm thiện duyên
Lão bà **Thị Nhiễm** tâm hiền
Tuổi già xế bóng rất chuyên tu hành
Xuất hồn đạo cõi thượng thanh
Duyên lành Phật độ tánh lành qui nguyên
Công bà chứng đắc phép thiền*

Thêm lời thiết thật chơn truyền không sai
Bạn tu đây đó cảm hoài
Thực hành Pháp Lý học bài vô vi
Trưởng Huynh nhơn tiện độ trì
Thuyết minh dẫn tiến thực thi phép thiền
Có anh **Ngọc Pháp** hữu duyên
Thiền đường Nguyễn Biểu mở liền thứ ba
Phúc âm lan rộng cảm hòa
Saigon – Chợ Lớn truyền xa độ đời
Cô Lương Mộ Khiết đắc thời
Đạo vừa tỏ rạng sửa đời đẹp xinh
Nữ nhi đâu phải thường tình
Căn tiên đã sẵn nhẹ mình phi thăng
Thiện Minh quyết trở tài năng
Ngôi thiền triệt để gọi rằng thiền gia
Khi xưa nguyện độ người ta
Bây giờ giác ngộ độ ma theo mình
Huỳnh Chung tánh ý hòa bình
Theo thầy cải số trường sinh tu trì
Gia đình lớn nhỏ qui y
Trồng cây đạo đức khác gì quế hương
Lâm Quang lập chí phi thường
Phen nầy nhất định lên đường vô sinh
Đôi khi cảm tủi phận mình
Tuổi đời chồng chất lộ trình còn xa
Cảm thương **Cụ Cảnh** thân già
Bảy lần thọ nạn Di Đà chứng mình
Thực thà biểu hiện niềm tin
Đôi khi xuất tánh nhẹ mình ngao du
Diệu Liên đã quyết lòng tu
Dù bao nghịch cảnh công phu chẳng lùi
Đời buồn lấy đạo làm vui
Điển lành cảm ứng ngậm ngùi giải oan
Chú Ngẫu tánh ý ngang xương
Nguyện làm cảnh sát thiền đường khuyến tu
Đời cùng tích cực công phu
Mười năm hành đạo nghiệp tù khởi mang
Khá khen **Lâm Sĩ** vững vàng
Bên đời bên đạo hai hàng song tu
Dù đời son sắc lộng dù
Di Đà sáu chữ đặc thù luyện phan
Phượng Yêm vốn có căn lành
Quyết tâm thực nghiệm điển thanh Di Đà
Vô Vi pháp hội cảm hòa
Trên đường lưu lạc xót xa mẹ hiền
Gió giông rồi cũng tạm yên

Đã nguyện theo Phật tâm thiền nhứt tâm
Bồ đề ương hạt nảy mầm
Ngày sau sẽ rõ ân thâm Phật Trời
Hoàng Tài đời đạo đồng thời
Chồng tu vợ cũng trở tài kém ai
Chạnh thương con trẻ xứ ngoài
Hằng đêm tưởng Phật xin ngài độ cho
Bà Như nẻo đạo lần dò
Đã nguyện theo Phật, theo cho tới cùng
Tu hành cho vẹn thủ chung
Trời còn khuya khoắc ánh hồng chuta lên
Cô Sáu nhà Phật xây nền
Cửa thiền gởi phận chí bền quả công
Đôi khi lòng vẫn ngại lòng
Ngọc chìm đáy bể nước trong chớ sồn
Huỳnh Khanh giữ chí keo sơn
Đốc lòng tu luyện vượt cơn khổ sầu
Điển thanh vừa hội đỉnh đầu
Căn lành đã sẵn tiến mau hơn người
.....
Đêm thanh xa xứ nhắn lời
Thăm chung bạn đạo nơi nơi an hòa
Người xa thanh điển chẳng xa
Hương sang Pháp quốc điểm qua bạn lành
Trịnh quang Thắng chí nhiệt thành
Thực hành Pháp Lý luyện phan vĩa hồn
Hăng say tán tụng pháp môn
Dắc diu bạn lũ tiếng đồn khắp nơi
Cụ Thịnh đã chán tình đời
Ngán trò chánh trị rõ mười nhớ nhãng
Bước vào cửa đạo thượng thăng
Nhờ ơn Huỳnh Trưởng hé màn vô vi
Nghi Dung đạo tử chớ nghi
Tánh do tỵ ngộ, đạo Thầy phát minh
Đạo đời lẫn lộn lý tình
Gặp người kiệt xuất hận mình kém duyên
Đêm nay bút pháp điểm hiền
Mong ngày tái ngộ phủ nguyện chi lan
Chấm câu chúc bạn đôi hàng
Rán tu cho kịp lên đàng vô vi
Thượng ngưng sắp mở chu kỳ
Văn minh thánh đức trường thi đại đồng
Thành thời một giống Lạc Hồng...

Q.N. 07-15-1976
Nguyễn xuân Liêm

BẢN ĐẠO VIẾT

TIỂU LUẬN ĂN CHAY

Trong những năm gần đây, khắp các nước ở Âu Mỹ, phong trào ăn chay ngày càng thịnh hành, nguyên nhân do sự khám nghiệm khoa học của các nhà sinh học, qua những cuộc thí nghiệm sâu rộng về thực phẩm dinh dưỡng, trong thịt các loài cầm thú được lưu ý đứng vào hàng đầu.

Kết quả cho biết, hầu hết trong các loài cầm thú đều có ít nhiều vi sinh vật độc hại. Khi con vật bị giết, sự đau đớn đó làm cho chất độc tố tiết ra rồi lan tràn khắp các thớ thịt, nên người ăn thịt này rất có hại.

Một nhà hóa học gia người pháp cũng mạnh dạn lên tiếng về việc khám phá của ông trong lãnh vực gia súc, gia cầm kết quả cho biết trong thịt các loài cầm thú này có chứa nhiều vi sinh độc hại, người ăn thịt chúng lâu ngày dễ bị nhiễm bệnh ung thư và gây tử vong .

Lại những năm gần đây, sự cải cách được phát động mạnh trên thế giới có người cho là: " cuộc cách mạng ẩm thực của thế giới mới" cũng có người cho là: " Phong trào ăn uống trở về với tự nhiên" nói khác hơn là mọi người đang hưởng về sự cải thiện trong việc ăn uống của con người để trở nên thiện lành hơn, không gây đau khổ cho các loài động vật, bỏ ăn thịt để trở về chay lạt như ngày nào.

Cũng trong năm 1992 Hiệp hội Thực phẩm nước Mỹ đã tổng kết mười khuynh hướng ẩm thực trên thế giới, vấn đề giảm ăn thịt được đề cập vào hàng đầu. Theo viện Gallup thì vấn đề ăn chay tại Anh quốc tăng lên gấp đôi trong 10 năm qua và có đến phân nửa thanh niên nam nữ nước này không còn ăn thịt. Đến năm 1994 tại Mỹ cho biết, số người ăn chay lên đến 12 triệu và tương lai mỗi năm tăng lên 01 triệu người.

Thời báo Trung Hoa cũng cho biết, qua điều tra năm 1990 Đài loan có trên 50% người ăn chay, con số trường chay lên đến 14% thật 01 tin rất đáng mừng cho nhân loại.

Sau đây là một số tài liệu ngoại quốc về dinh dưỡng chay (rau quả) chữa bệnh và tốt cho sức khỏe.

Tạp chí Figaro Magazine 26/02/2000

Bài " Chống ung thư : Ưu tiên dùng trái cây và rau cỏ" chúng ta chưa biết hết những bí mật, nhưng thực đơn này đã cho thấy bằng chứng, muốn ngừa ung thư phải dùng rau quả tươi trong tất cả bữa ăn (Martin Betti-Cusso)

Tạp chí " Asia week" 05/02/1999

Bài Thực đơn chống ung thư "Sự quan trọng của dinh dưỡng để tránh các bệnh sát nhưn này.

Tạp chí " Woman's day" 30/06/1997

Bài "Ăn rau cỏ để có sanh lực " (Su stanley)

Tạp chí " Torontonstar" 26/09/1997

Bài " Bớt ăn thịt đỡ bệnh ung thư"

Một tin chính thức cho hay thay đổi cách ăn uống có thể giảm bệnh ung thư 40% Tạp chí " Vegetarisch" (Đức) 10/1977

Bài ca tụng " Một người ăn chay nổi tiếng " Công Chúa Diana"

Hầu như mọi người đang hưởng tới ăn chay. Vậy ăn chay có phải là một hình thức ẩm thực cần thiết cho loài người trong tương lai chăng?

Chúng ta đang sống ở thế kỷ 21, nhân loại đang trên đà phát triển cực thịnh về vật chất và hình thành một nếp sống văn minh với những khoa trường sinh tâm lý học Các tầng lớp dân chúng khắp năm châu đang tiến nhanh trên đường tu học với nhiều tôn chỉ khác nhau.

Để hỗ trợ cho cơ tiến hóa hiện hữu, chúng ta cũng nên bàn thảo về ăn uống xem chừng cũng rất thích hợp và hữu ích, mặc dầu đã có nhiều người, nhiều giới đang nghiên cứu sâu rộng về việc này.

Tự trung chúng ta thấy loài người thuộc loại ăn rau quả, cốc loại...thấy rõ qua thể tính bẩm sinh con người không bao giờ ăn cá sống, mà phải chiên xào kho nấu cho bán mùi tanh tươi, hôi thối, ngược lại rau quả thì con người có thể ăn ngay được. Nhờ ăn rau quả các loại nên phần điển năng trong cơ tạng được thanh nhẹ vận hành lên não dễ dàng hơn. Khiến con người được sáng suốt minh triết bội phần, bớt đi những sự tranh chấp động loạn việc đời.

Riêng tôi đã chọn và sống điều hòa suốt hơn hai mươi năm qua, vẫn khỏe mạnh, gia đình vui vẻ ít bệnh họa, đó là nhờ chúng tôi biết sửa đổi nếp sống trong gia đình mà vấn đề ăn uống là chủ yếu, việc sửa đổi kể ra không phải dễ, nhưng chúng ta đã hiểu được rồi, chỉ có quyết tâm mà thôi.

Thử nghĩ tại sao khi xưa Đức Phật không chịu sống trong cung vàng điện ngọc với cương vị một Thái tử con vua được phụ hoàng thương yêu chịu đựng. Ngài lại bỏ đi hết những sự vui sướng trốn ra khỏi cung điện tự dày mình trong cuộc sống cơ hàn cùng cực. Bởi lòng từ bi của Ngài đã phát khởi mãnh liệt trong lúc trốn vua cha ra khỏi hoàng thành, thấy được sự sanh lão, bệnh tử cộng thêm sự nghèo khó của chúng sanh nên Ngài quyết tâm ra đi để tầm chơn lý ngộ hầu cứu độ nhân loại sau này.

Ngày nay chúng ta noi gương theo Ngài, Tập lần lòng từ bi, đừng vay thêm nghiệp sát, xét ra trên đời này chỉ có ăn thịt mới vay nhiều nghiệp sát hơn hết. Nếu chúng ta không kịp thời sửa đổi nghiệp càng ngày càng chồng chất thêm cao. Vậy sửa bằng lối nào? Câu hỏi được chúng tôi giải đáp hơn mấy mươi năm qua, đem lại một thành công không nhỏ trong sự an vui của gia đình. Việc thực hiện này là thay đổi lại lối ăn uống, không như ngày nào ta mới biết, mà chính nó là món thường dùng của người xưa tạo hóa đã quy định cho loài người chúng ta vậy, đó là miếng ăn Thiện Lành

Miếng ăn Thiện Lành ở đây cũng có thể tạm gọi là cách ăn uống nuôi sống thân này đầy đủ mà không gây đau khổ cho chúng sanh.

Về việc ăn uống này, người đời thường tranh chấp hai lối:

Ăn Chay và Mặn.

Theo tôi Chay đúng nghĩa là Trai tượng trưng cho sự trong sạch. Còn mặn đúng nghĩa là Mạng để chỉ về sanh mạng loài thú. Cho nên ăn mặn là ăn mạng của loài thú lâu ngày thành thói quen mà nói Mặn và Chay. Để xem coi con người chúng ta nên dùng chay hay mặn.

Đề nghị các bạn và tôi một lần nữa nghĩ trở về thời Thượng Cổ và tìm nguồn gốc của loài người trong kinh sách, Thánh kinh, qua những chuyện xưa tích cũ còn ghi lại nói về loài người và thú.....

Chúng ta cũng không quên dựa theo những phương pháp phát minh và đo lường về y học qua những kết quả nghiên cứu của các nhà bác học tìm ra.

Trước hết tôi xin dẫn chứng trong kinh Cựu ước của Thiên Chúa giáo, nơi đây có ghi rõ từ câu (1-31) của đoạn I Chính Chúa nói là Ngài sáng tạo ra Trời Đất. Chúa còn phán:

I "Ta hãy dựng nên loài người như hình ảnh của ta và giống y như Ta. Loài người sẽ là bá chủ: các giống cá biển, cầm thú, các thứ chim trời, súc vật, thú rừng và mọi giống vật trên mặt đất"

II " Ta cho các người một thứ cỏ có nằm trên mặt đất và mọi thứ cây sanh quả có giống. Đó là lương thực của loài người"

Ngay từ thuở tạo nên Trời, Đất Đức Chúa Trời đã cho ta được quyền làm chủ các loài thú: bò, bay chạy trên mặt đất này rồi, cho nên hiện giờ ta thấy các thú dữ to xác thật và hung tợn đến mấy cũng đều khiếp sợ chúng ta. Chúa phán như thế thôi, chớ không bảo loài người ăn thịt các thú bao giờ. Ngược lại Chúa cho ta ăn các giống cây cỏ có nằm trên mặt đất như lúa đậu bắp.....và mọi cây sanh quả có giống, Chúa cũng nhắc lại:

" ĐÓ LÀ LƯƠNG THỰC CỦA CÁC NGƯỜI"

Kinh Cựu ước đã chứng minh cho ta thấy rõ loài người chỉ ăn trái cây chớ không có ăn thịt các loại.

Sáng thế ký: qua đoạn II từ câu 4 tới câu 25 trong kinh thánh cựu ước " Chúa dùng đất sét để nặn nên hình người và hơi thở để sống " Chúa ra lệnh cho họ rằng: "Người được ăn các thứ hoa quả trong vườn, riêng cây biết thiện biết ác người đừng ăn, vì ngày nào người ăn quả cây cấm ấy nhất định người sẽ chết "

- Như vậy mỗi khi nhắc đến thức ăn của loài người, Chúa không bao giờ nhắc đến cá thịt mà chỉ nói toàn là rau trái thôi. Tóm lại qua những lời lẽ trong kinh thánh cựu ước đã chứng minh cho chúng ta thấy rõ loài người ngày xưa ăn chay chứ không phải ăn thịt cá gì hết.

Dương Hoa Tử có nói : " Chay là tề, tề kỳ tâm,tề kỳ tâm nhi khiết kỳ thể dã,nhi cần như tố nhi kỷ" Tề kỳ tâm là ý muốn khuyên con người nên giảm bớt sự dục vọng, xem được mất như không, tránh xa rượu chè để cho thân tâm được trong sạch, trừ bỏ ái sắc, chẳng nghe dâm thanh, nhập thất bế hộ mà tịnh tọa, như thế mới gọi là trì chay đầy . Nói một cách khác hơn" Cái gì không đúng lễ thì không nhìn, cái gì không đúng lễ thì không nghe, cái gì không đúng lễ thì không nói, cái gì không đúng lễ thì không làm, cái gì không đúng lễ thì không ăn" được 5 thứ này mới thật trì chay vậy.

Người tu về Thiên Đạo, luôn nghĩ tới Thiên Tâm, Trời có Đức hiếu sanh lấy nhân từ làm cơ bản, lương tâm của người là Thiên Lý, còn Thiên Lý là nguyên tánh của con người, nên người tu chúng ta phải lấy nhân từ làm cứu cánh, để thanh khẩu thực chay thì mới hợp với Thiên Tâm

Trong kinh niết bàn có ghi: Ca Diếp bạch Thế Tôn: " Tại sao Như Lai không dám ăn thịt"

Phật đáp: " Thiện nam tử, phu thực nhục giả, đoạn đại bi chủng" vì Phật thấy vạn vật đồng nhất thể nên cấm ăn, bởi vậy thiên hạ mới tôn Ngài là Đấng chí tôn chánh đẳng chánh giác.

Ngày xưa Chu công nói với Thành vương rằng : Thuấn chi vi chánh háo sanh nhi ác sát " Thang vương mở lưới 03 mặt tạo ân huệ cho cầm thú.

Lục tổ Huệ Năng cũng đã làm việc này khi chạy nạn sống chung với bọn thợ săn thú rừng, ông ăn chay nhưng phải luộc rau chung với thịt để tránh phát giác nghi ngờ sẽ có hại cho việc ông thả bớt thú. Nam Hải cổ Phật có nói: " Gặp người nên khuyên sớm ăn chay, nhân tánh vật tánh đều giống nhau, nhẫn tâm giết hại bao đồng loại, hãy hỏi lòng mình có được không"

Khổng tử cũng nói : " Vạn vật đồng nhất thể " lại nói " Quân tử vô chung thực chi gian hủ nhơn" Đức Khổng Tử khuyên người, quân tử trong lúc ăn không bao giờ phạm vào cái bất nhơn"

Sách Trung Dung có nói : " Vạn vật sống nhờ với nhau, không hại lẫn nhau" Thật vậy nếu chúng ta sống mà không giữ giới sát thì làm sao có thể sống nhờ nhau mà không hại lẫn nhau? làm người mà nỡ giết hại mạng sống con vật, làm tổn thương cái nhơn đức sinh dưỡng vạn vật của Trời Đất như vậy là đã cắt ngang sự tiến hóa của chúng rồi. " Nhìn nó sống không nhẫn tâm thấy nó chết, nghe nó kêu không nhẫn tâm ăn thịt nó "

Ông Tôn Trung Sơn thường nói " Nước Trung Quốc là 01 trong 4 nước tứ đại văn minh cổ quốc, trên thế giới cho đến nay còn tồn tại không bị diệt vong, nguyên nhân là nhờ công miếng đậu hủ này, thật là không nhỏ bé, không những về thực phẩm sáng chế cho việc nấu ăn ngon miệng, còn dẫn đến việc ăn uống thường ngày của Trung Quốc, được coi như có tính chất hợp với khoa học vệ sinh, Trung quốc uống thanh trà ăn cơm trắng, đồ ăn toàn rau cải, đậu hủ, xem ra rất hữu ích và được các vệ sinh học công nhận, Việc ăn uống của Trung Quốc rất phù hợp cho vấn đề dinh dưỡng.

Người ăn chay ăn đậu hủ, món vật này đều có công năng như thịt mà lại không có chất độc của thịt. Ngài Tôn Trung Sơn nói: " Ăn chay là cách diệu thuật làm tăng thêm tuổi thọ, đã được sự công nhận của các nhà khoa học, nhà vệ sinh học sinh lý học, và y học ngày nay " Tôn Trung Sơn vốn là một Bác sĩ Tây y, nhưng rất quan tâm cổ vũ và đề xướng ăn chay.

Qua những sự việc kể trên, từ cổ xưa đến nay, Thánh hiền đều ăn chay cả. Hơn nữa sát sanh không phải là bốn nguyện của các Ngài, Vậy chúng ta là người tu đã quyết một lòng vì đạo, cần phải trì chay, giữ giới, đặt cái đức hiếu sinh lên đầu, để cho tâm minh lúc nào cũng biết thương yêu các loài động vật (Còn tiếp)

Vn ngày 08/07/2004

Nguyễn Thành Sử

(TVTLTC)
