



TIN TỨC

Bản Tin Thế Đạo đã nhận được những tin tức như sau:

1- Ngày 17- 3- 2019: Tây Ninh Đồng Hương Hội Hoa Kỳ sẽ tổ chức Tiệc Tân Niên năm Kỷ Hợi (2019) từ 10 giờ sáng đến 3 giờ chiều tại Nhà hàng Paracel Seafood số 15583 đường Brookhurst thành phố Westminster, bang California.

2- Ngày 24- 3- 2019: Tây Ninh Đồng Hương Hội Bắc California & Thân Hữu sẽ Tổ Chức Tiệc Tân Niên Kỷ Hợi (2019) từ 11 giờ sáng đến 3 giờ chiều tại Nhà hàng Grand Fortune Seafood, số 4100 Monterey Hwy thành phố San Jose bang California.

3- Ngày 20- 4- 2019: Hương Đạo Nashville bang Tennessee Hoa Kỳ sẽ Tổ Chức Lễ An vị Thánh Tượng Thiên Nhân tại Thành Thất số 11263 đường Old Nashville Hwy, Smyrna bang Tennessee.

Bản Tin Thế Đạo trân trọng phổ biến đến quý đồng đạo, các cơ sở Đạo và thân hữu..



Thánh Thất Nashville bang Tennessee

**ĐẠI ĐẠO TAM KỲ PHỔ ĐỘ
(Cửu thập tứ niên)
TÒA THÁNH TÂY NINH**

**THIỆP MỜI
DỰ LỄ AN VỊ THÁNH TƯỢNG THIÊN NHÂN**
Thánh Thất Cao Đài Nashville ngày 20-4-2019



Ròng rã suốt 6 tháng qua kể từ ngày mua được khu nhà đất hai mẫu vào tháng 8-2018, nhờ sự quan tâm góp sức của các Cơ Sở Đạo và đồng môn ở hải ngoại, Hương Đạo Nashville đã lập được ngôi thờ phượng Chí Tôn và các đấng Thiêng Liêng rất khiêm nhường và đó là tâm nguyện của đồng đạo sở tại trụ Đức Tin phụng sự Đạo Pháp.

Do vậy Hương Đạo Nashville trân trọng kính mời quý Cơ sở Đạo, quý Tôn giáo sở tại, quý Chức Sắc Chức Việc cùng Đồng Đạo và Đồng Hương đến tham dự Lễ An vị Thánh Tượng Thiên Nhân Thánh Thất Cao Đài Nashville tổ chức vào ngày 20-4-2019 tại địa chỉ số 11263 Old Nashville Hwy, Smyrna, TN 37167.

Trân trọng kính mời

BÀN TRỊ SỰ HƯƠNG ĐẠO NASHVILLE

TT. Cao Đài Nashville
11263 Old Nashville Hwy
Smyrna, TN 37167

ĐẠI ĐẠO TAM KỶ PHỔ ĐỘ
(Cửu thập tứ niên)
Tòa Thánh Tây Ninh

Trân trọng kính mời... *Quý... Chức... Sắc...
Ban... Đạo... Hoá... Ngoại...*

Vui lòng đến tham dự Lễ An vị Thánh Tượng Thiên Nhân tại
Thánh Thất Cao Đài Nashville bang Tennessee:

Ngày: Ngày 17 tháng 3 năm Kỷ Hợi,
(nhằm ngày Chủ Nhật 21 tháng 4 năm 2019)
Giờ: Lúc 12 giờ - Ngọ Thời
Địa chỉ: 11263 Old Nashville Hwy, Smyrna, TN 37167

Sự quan tâm và tham dự của Chư Hiền Huynh Hiền Tỷ sẽ là niềm
khích lệ lớn lao cho chúng tôi để cùng hiệp tâm cầu nguyện Đức Chí
Tôn, Đức Phật Mẫu và các Đấng Thiêng Liêng ban hồng ân cho nền
Đại Đạo được hoằng khai trên thế giới và thiên hạ được sống trong
cảnh thái bình và an lạc.

Trân trọng kính mời.

Hương Đạo Nashville ngày 20 tháng Giêng năm Kỷ Hợi
(nhằm ngày 24-2-2019)



Ghi chú: Mọi sự đóng góp yểm trợ xin vui lòng gửi về:

Cao Đài Temple Nashville
11263 Old Nashville Hwy
Smyrna, TN 37167

CHƯƠNG TRÌNH LỄ AN VỊ THÁNH TƯỢNG THIÊN NHÂN

**Thứ bảy ngày 20 tháng 4 năm 2019
(AL ngày 16 tháng 3 năm Kỷ Hợi)**

***- Đón tiếp đồng đạo về dự Lễ An Vị Thánh Tượng**

- *- 11.00 AM: - Dùng cơm trưa tại Thánh Thất và sinh hoạt.
- *- 5.00 PM : - Dùng cơm chiều tại Thánh Thất
- *- 6.00 PM: - Đại Đạo Thanh Niên Hội cùng Đồng đạo sinh hoạt, văn nghệ và nghỉ ngơi tại Thánh Thất.

**Chủ Nhật ngày 21 tháng 4 năm 2019
(AL ngày 17 tháng 3 năm Kỷ Hợi)**

- *- 7.00 AM: - Ban Tổ Chức chuẩn bị để đón tiếp quý quan khách.
- *- 8.30 AM: - Đón tiếp các Tôn Giáo bạn cùng quan khách và điểm tâm.
- *- 10.30 AM: - Khai Mạc
 - Ban Tổ Chức trình bày tiến trình xây dựng.
 - Phát biểu cảm tưởng của Đại Diện các Tổ Chức Cộng Đồng và Tôn giáo bạn.
- *- 12.00 PM: - Lễ An vị Thánh Tượng (Cúng Tiểu Đàn)
- *- 1.30 PM : - Thọ trai và sinh hoạt của các em thiếu nhi.
- *- 6.00 PM : - Cúng Dậy Thời
 - Tụng Kinh Di Lạc cầu an
 - Lễ tất

**Thứ hai ngày 22 tháng 4 năm 2019
(AL ngày 18 tháng 3 năm Kỷ Hợi) và những ngày kế tiếp**

- *- Tiễn Đồng đạo ở xa ra về
- *- Thăm viếng thân nhân và đi xem thắng cảnh.

***- PHI TRƯỜNG & KHÁCH SẠN**

1*- Phi Trường:

Phi Trường Nashville Tennessee

(cách xa Thánh Thất 20 miles)

2*- Khách Sạn:

1- Khách sạn Candlewood Suites Smyrna

930 Colonnade Drive

Smyrna, TN 37167

Phone: 615-442-8427 ext 505

Candlewoodsuites.com/Smyrna

2- Towneplace Suites by Marriott

990 Colonnade Drive

Smyrna, TN 37167

Phone: 615-459-2017 Fax: 615-459-4443

Marriott.com/BNANS

3- Home2 Suites by Hilton Smyrna - Nashville

Phone: 615-625-3525

Web: www.smyrnanashville.home2suitesbyhilton.com

4- Hampton Inn & Suites by Hilton

Nashville/Smyrna

2573 Highwood Blvd

Smyrna, TN 37167

Phone: 615-355-8432 ext 408

Web: nashvillemyrnasuites.hamptoninn.com


Mọi việc liên quan đến Lễ An vị, để tiện việc cho Ban tổ Chức, xin quý vị vui lòng hồi báo số người đến tham dự và liên lạc:

*- Hiền Tài Huỳnh Văn Bót Điện Thoại: (270)725-7373 Cell

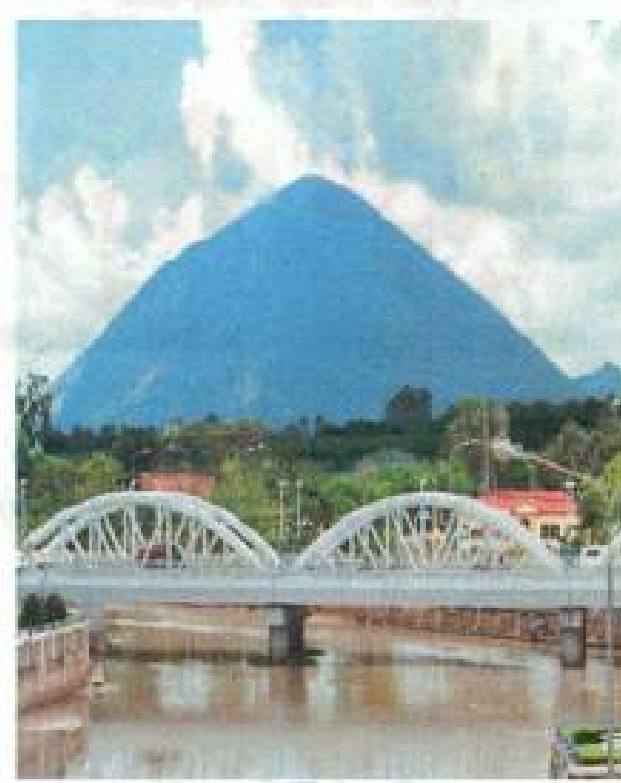
*- CTS Sinh Cẩm Minh Điện Thoại: (615)999-7367 Cell

*- Thông Sự Trương Công Lý Điện Thoại: (408)886-0537 Cell

TÂY NINH ĐÔNG HƯƠNG HỘI BẮC CALIFORNIA & THÂN HỮU
Mời tham dự Tiệc Tân Niên Kỷ Hợi (2019)
@ San Jose, California ngày 24 tháng 3 năm 2019



TÂY NINH ĐÔNG HƯƠNG HỘI
BẮC CALIFORNIA, HOA KỲ



THIỆP MỜI
THAM DỰ TIỆC TÂN NIÊN
MỪNG XUÂN KỶ HỢI
2019
CHÚC MỪNG NĂM MỚI



**Ban Chấp Hành Tây
Ninh Đồng Hương Hội
Bắc California**

Kính Chúc

Quý Đồng Hương

**Năm Mới Kỳ Hợi
Đồi Đào Sức Khỏe
Trần Trẻ Nghị Lực
Cát Tường Như Ý
Vạn Sự Hanh Thông**

THƯ MỜI



Buổi Tiệc Tân Niên Kỳ Hợi tại:

ĐỊA ĐIỂM

**Grand Fortune Seafood
Restaurant
4100 Monterey Hwy,
San Jose, CA 95111**

THỜI GIAN

**Chủ Nhật,
24 tháng 3 năm 2019
11:00 AM – 3:00 PM**

TIỆC TÂN NIÊN 2019

LIÊN LẠC VỚI BAN TỔ CHỨC

1/ TRƯƠNG THỊ VÂN LAN

Phone : (408) 990-5345

2/ BS TRẦN MINH KHIẾT

Phone : (408) 205-6379

3/ DUY VĂN

Phone : (408) 759-9339

GHI DANH THAM DỰ :

Để giúp BTC hoàn thành chu
đáo cho buổi tiệc, xin Quý Vị
vui lòng ghi danh tham dự
càng sớm càng tốt.
Chân thành cảm tạ.

Ngân phiếu ủng hộ xin ghi:

**"Tây Ninh Đồng Hương Hội
Bắc California" và gửi về địa
chỉ trước ngày 17 tháng 2,
2019:**

**45 Via De Guadalupe,
San Jose, CA 95116**

VĂN NGHE

Với nhiều tiết mục chọn lọc, vui
tươi.

ẨM THỰC

Xin yểm trợ \$45 cho
mỗi khẩu phần.

Có thức ăn chay.

Xin cho biết trước Ngày
17 Tháng 2, 2019

Kỷ Hội.

Sự hiện diện của Quý Vị là
niềm hãnh diện và khích lệ
lớn lao cho BCH/ Tây Ninh
Đồng Hương Hội.

Trân trọng kính mời

TM Ban Tổ Chức

Trương Thị Vân Lan

Hội Trưởng Tây Ninh Đồng
Hương Hội

Bắc California

9 định luật lớn chi phối vận mệnh con người ¹

An Hòa

Đời người, có những sự tình xảy ra kỳ lạ đến mức không thể tin. Nhiều người cho rằng đó là ngẫu nhiên, nhưng kỳ thực đó không phải ngẫu nhiên mà là tuân theo các đạo lý, định luật, quy luật vốn có của vũ trụ.



(Hình minh họa: Qua rimedia.org)

Phong thủy học đưa ra 9 định luật lớn có thể giải thích được những điều bí ẩn này. Một người nếu hiểu rõ được 9 định luật này có thể thuận theo mệnh mà sống, đồng thời cũng có thể cải thiện được vận mệnh của mình.

1. Định luật nhân quả

Trên đời này không có một sự tình nào là ngẫu nhiên xảy ra. Mỗi một sự tình xảy ra đều có nguyên nhân của nó. Đây được xem là định luật căn bản nhất của vũ trụ. Vận mệnh của con người cũng là tuân theo định luật này.

Từ xưa đến nay, các trường phái công nhận định luật này không chỉ có Phật giáo mà còn có Cơ đốc giáo... Triết học gia Hy Lạp cổ đại Socrates và nhà khoa học vĩ đại Newton cũng công nhận đây là định luật căn bản nhất của vũ trụ.

Suy nghĩ, lời nói và hành vi của con người đều được coi là “nhân” và sẽ sản sinh ra “quả” tương

1- Bài đọc để tham khảo.

ứng. Nếu “nhân” là tốt thì “quả” cũng là tốt, nếu “nhân” là xấu thì “quả” cũng là xấu. Con người chỉ cần có suy nghĩ thì sẽ lập tức không ngừng gieo trồng ra một loại “nhân”. Cho nên, “thiện nhân” hay “ác nhân” là do bản thân mỗi người quyết định.

Bởi vậy, một người nếu muốn cải mệnh của mình cho tốt hơn thì trước hết phải chú ý đến suy nghĩ của mình. Bởi vì, tâm niệm một khi khởi lên thì sẽ dẫn phát ra lời nói và hành vi tương ứng. Từ hành vi và lời nói ấy sẽ dẫn đến kết quả tương ứng.

2. Định luật hấp dẫn

Tâm niệm (tư tưởng, suy nghĩ) của con người và hiện thực là luôn hấp dẫn lẫn nhau. Ví như, một người luôn tràn đầy ý niệm rằng đường đời là nhiều chạm bẫy, bước ra cửa sợ ngã, đi xe sợ tai nạn giao thông, kết giao bạn bè sợ bị lừa gạt, thì người này sẽ có nguy cơ rất cao là gặp phải những sự cố phiền phức ấy trong cuộc sống hiện thực. Họ chỉ hơi lơ đãng, không cẩn thận thì liền rước họa vào thân.

Trái lại, một người luôn có suy nghĩ vui tươi, vô tư chính trực, nghĩa khí khi kết giao bạn bè thì họ sẽ dễ dàng có được những người bạn cũng có tính cách như vậy hơn so với những người không có suy nghĩ này.

Tại sao lại như vậy? Đó là bởi vì con người đều là dùng con mắt “lựa chọn” để nhìn thế giới này. Người ta chỉ nhìn đến, chú ý đến những con người, sự vật mà mình tin tưởng, đối với những sự vật mà bản thân không tin tưởng, người ta sẽ có thiên hướng không chú ý đến, thậm chí là “nhìn thấy mà làm như không nhìn thấy”.

Cho nên, những điều xảy ra trong hiện thực của một người là do tâm niệm của người ấy hấp dẫn mà đến. Những điều này, kỳ thực con người cũng không khó để phát hiện ra.

Tâm niệm của một người là tiêu cực, xấu xa thì hoàn cảnh thực tế mà người ấy gặp phải cũng sẽ tương tự. Ngược lại, tâm niệm của một người là lương thiện, là tích cực thì hoàn cảnh thực tế của người ấy cũng sẽ là như vậy.

Một người nếu có thể kiểm soát được tâm niệm (suy nghĩ) của mình, khiến nó luôn là lương thiện, tích cực thì cái năng lượng mà tâm niệm ấy phát ra sẽ có thể hấp dẫn được người, sự việc, sự vật có cùng đặc tính đến. Cho nên, kiểm soát được tâm niệm (tư tưởng, ý nghĩ) của bản thân sẽ có thể cải thiện được vận mệnh của mình.

3. Định luật tin tưởng

Một người nếu thực sự tin tưởng thâm sâu rằng một việc nào đó chắc chắn sẽ xảy ra thì không quản việc ấy là thiện hay ác, tốt hay xấu đều sẽ xảy ra đối với người ấy.

Ví dụ, một người đang ốm đau, nếu có niềm tin chắc chắn rằng ngay ngày mai mình sẽ có sự chuyển biến tốt thì nhất định điều ấy sẽ xảy ra. Trái lại, một người đang ốm đau bệnh tật, trong tâm luôn nghĩ rằng thời gian của mình không còn lâu nữa thì người ấy sẽ rất nhanh đi đến cái chết.



**Rất nhiều khi trong cuộc đời, không phải là con đường đã đến cuối cùng
mà là đến ngã rẽ (Ảnh minh họa: Internet)**

Cho nên, dùng tín niệm tốt thay thế những tín niệm không tốt là nguyên tắc để cải tạo vận mệnh. Bởi vậy, người ta nói rằng, tín niệm tốt, tích cực chính là có một loại phúc. Một người muốn có thêm phúc báo thì phải lập được niềm tin tốt.

4. Định luật buông lỏng

Con người, chỉ khi ở trong tình huống buông lỏng tâm thái thì mới có thể đạt được thành quả tốt nhất. Một người có tâm thái nôn nóng, luông cuông, nóng nảy... đều sẽ đem đến kết quả không tốt.

Vậy tâm thái nào là tốt nhất? Đó chính là càng thanh khiết không có niệm càng tốt. Một người nếu có thể đặt mục tiêu muốn đạt được những điều lý tưởng trong nhân cách, cảnh giới, các mối quan hệ và cuộc sống trong suy nghĩ, rồi buông lỏng tâm thái, tinh tấn cố gắng, làm những điều nên làm, không luôn luôn nghĩ đến kết quả thì những điều ấy sẽ nhanh đến.

Trái lại, nếu người ấy càng nôn nóng nhìn thấy kết quả đạt được bao nhiêu thì sẽ càng không thể đạt được kết quả lý tưởng bấy nhiêu, thậm chí còn nhận được kết quả ngược lại.

Ví dụ: Vào một đêm nóng bức đột nhiên mất điện, mọi người nằm trên giường đổ mồ hôi đầm đìa, trần trọc không thể ngủ được, trong đầu luôn nghĩ lúc nào mới có điện, kết quả lại thấy điện như thể là “cố tình” không đến. Hơn nữa, khi con người càng bức bối thì thân thể lại càng bức bối hơn.

Nhưng nếu người ấy quên đi, nằm yên tĩnh thì sẽ cảm thấy mát hơn và dường như “điện” cũng sẽ đến nhanh hơn.

Tại sao lại như vậy? Đó không phải là sự trùng hợp ngẫu nhiên, cũng không phải là mê tín. Đó là định luật “buông lỏng”. Trong “Liễu Phàm tứ huấn”, thiền sư Vân Cốc muốn Liễu Phàm tiên sinh niệm chú Chuẩn đề phải đạt đến mức “vô niệm, vô nghĩ”. Đó chính là đạo lý này.

Cái gọi là “vô niệm, vô nghĩ” ấy kỳ thực cũng không phải là nhất nhất rằng trong đầu não không có ý nghĩ gì hết, mà là dù có ý nghĩ nhưng cũng không để tâm, cũng có nghĩa là “không lưu luyến vào đó mà sinh ra tâm này”. Để đạt được điều này, đòi hỏi người ấy phải tu dưỡng thâm sâu. Khi đạt được điều ấy rồi thì vận mệnh, hoàn cảnh xung quanh của người ấy cũng sẽ được cải biến.



(Hình minh họa: lannononsamuel.wordpress.com)

5. Định luật gián tiếp

Một người muốn nâng cao giá trị của bản thân ở cả phương diện vật chất và tinh thần thì phải thông qua một cách gián tiếp là nâng cao giá trị của người khác. Đây chính là định luật gián tiếp. Ví như, một người muốn đề cao lòng tự tôn của mình thì trước tiên phải đề cao lòng tự tôn của người khác thì mới đạt được. Một người muốn có được thành tựu thì phải thông qua việc giúp người khác thành tựu thì mới có thể đạt được kết quả ấy.

Nếu một công ty thành lập ra chỉ để tâm đến việc làm sao thu được lợi nhuận cao nhất cho bản thân

mình thì thông thường sẽ chỉ tồn tại được trong một khoảng thời gian ngắn ngủi mà thôi. Còn nếu một công ty luôn cung cấp sản phẩm chất lượng và dịch vụ tốt cho khách hàng, xã hội thì thông thường họ sẽ trường thịnh không suy, càng làm càng lớn mạnh. Đây chính là do tác dụng của định luật gián tiếp mang lại.

Điều đáng lưu tâm ở định luật này chính là trong định luật gián tiếp, đề cao giá trị của bản thân và đề cao giá trị của người khác thông thường là xảy ra đồng thời. Tức là khi một người đang đề cao giá trị người khác thì giá trị của người ấy cũng lập tức được nâng cao lên.

6. Định luật hiện tại



(Hình minh họa)

Con người không thể khống chế được quá khứ, cũng không nhất định có thể khống chế được tương lai. Điều mà con người có thể khống chế được chỉ là tâm niệm, lời nói và hành vi của mình ở ngay hiện tại.

Quá khứ đã qua và tương lai chưa tới, chỉ có giờ phút hiện tại ngay lúc này mới là chân thật. Cho nên, thời điểm trọng yếu để cải tạo và thay đổi vận mệnh chỉ có thể là hiện tại.

Một người luôn hoài niệm quá khứ, thông thường là bởi vì họ thất vọng ở hiện tại và nuôi tiếc những điều tốt đẹp trong quá khứ. Hoặc vì họ không thể quên được nỗi đau thương, mất mát trong

quá khứ. Căn cứ vào định luật hấp dẫn, nếu như một người luôn hoài niệm quá khứ, người ấy sẽ bị những thống khổ và tiếc nuối của quá khứ bủa vây tư tưởng và sẽ không thoát ra được trong cuộc sống hiện thực. Một người nếu luôn lo lắng, mong tưởng về tương lai thì sẽ bị cái suy nghĩ ấy hấp dẫn và đưa đến trong hiện tại.

Sở dĩ người ta nghĩ nhiều đến tương lai, thông thường là bởi vì họ mong muốn thoát khỏi tình huống hiện tại, chờ mong một điều gì đó hoặc có thể vì lo lắng điều gì đó không hay sẽ xảy ra trong tương lai. Nhưng chính vì suy nghĩ quá nhiều, họ sẽ dễ bị những tình huống không ngờ xảy ra trong cuộc sống thực tại.

Tâm thái tốt nhất là không quản vận mệnh của mình tương lai tốt hay xấu, chỉ quản việc để tâm tu sửa lại những suy nghĩ, lời nói và hành vi không tốt ở hiện tại. Như vậy, vận mệnh của người ấy sẽ tự nhiên phát triển theo hướng tốt lên.

7. Định luật “nên được và muốn được”

Hết thấy những gì mà con người nhận được đều là những điều nên được và đáng được chứ không phải là điều con người muốn mà được. Xưa kia, thiền sư Vân Cốc từng nói với Viên Liễu Phàm rằng: *“Người đáng được ngàn vàng thì sẽ được ngàn vàng, người đáng phải chết đói thì tất sẽ chết đói.”* Đây chính là đạo lý này.

Cho nên, một người nếu muốn cải thiện vận mệnh của mình thì nhất định phải nâng cao giá trị và đạo đức của mình. Khi giá trị và đạo đức của bản thân được đề cao lên rồi thì hết thấy những gì đáng được đều sẽ tăng lên cả về “chất” và “lượng”.

8. Định luật 80/20



Ông Inamori Kazuo – Nhà kinh doanh tài ba người Nhật (Ảnh: Yestoday.tw)

Định luật 80/20 có nghĩa rằng, 80% thời gian và sự cố gắng lúc ban đầu của một người chỉ có thể đạt được 20% kết quả. 80% kết quả nằm ở 20% thời gian và sự cố gắng về sau. Đây là một định luật vô cùng quan trọng.

Trong cuộc sống, rất nhiều người khi theo đuổi mục tiêu, mãi không thể nhìn thấy thành quả hiện ra nên mất đi niềm tin và bỏ cuộc. Nhưng người ta thường không biết rằng, cải thiện vận mệnh là một việc lâu dài, cần phải có đủ lòng kiên nhẫn thì mới đạt được.

Đừng luôn nghĩ rằng, trải qua 80% thời gian và sự cố gắng thì nhất định phải nhìn được thấy thành quả. Bởi vì, chỉ cần chúng ta đừng bỏ cuộc thì 20% thời gian và sự cố gắng phía sau sẽ có bước đột phá rất lớn và thành quả tốt ngoài sức tưởng tượng.

9. Định luật “bố thí thứ gì sẽ nhận lại thứ ấy”

Bố thí chính là cho đi. Định luật này nói rõ một điều rằng, khi một người bố thí bất luận thứ gì thì cuối cùng nó sẽ trở về với người ấy. Ví như một người bố thí tiền tài và vật chất thì cuối cùng người ấy sẽ được hồi báo tiền tài vật chất theo cấp số nhân.

Khi một người cho đi niềm vui, sự chân thành thì người khác cũng sẽ trả lại cho người ấy niềm vui, sự chân thành gấp bội. Ngược lại, nếu một người gây cho người khác sự bất an, oán hận, đau buồn thì tương lai người ấy cũng sẽ nhận lại được điều tương tự.

Vì vậy, hãy sẵn sàng cho đi tình yêu thương chân thành và những điều tốt đẹp, khi ấy dù chúng ta không cầu báo đáp, định luật của vũ trụ cũng tự động đền đáp trả chúng ta gấp bội lần.

An Hòa (dịch và t/h) (Nguồn Internet)

TRONG SỐ NÀY

1*- Tin Tức	Trang 01
2*- Thiệp mời tham dự Lễ An vị Thánh Tượng Thiên Nhân Thánh Thất Ashville bang Tennessee tổ chức vào ngày 20-4-2019	Trang 02
3*- Thiệp mời tham dự Tiệc Tân Niên Kỷ Hợi (2019) “Tây Ninh Đồng Hương Hội Bắc CA và Thân hữu” tổ chức ngày 24-3-2019	Trang 06
4*- “Chín (9) định luật lớn chi phối vận mệnh con người” (An Hòa)	Trang 09
5*- “Bệnh tật khởi phát từ Tâm” (Soundofhope).	Trang 16
6*- Phân ưu đạo hữu Nguyễn Văn Lai quy vị ngày 11-3-2019 tại San Jose, CA, hưởng thọ 93 tuổi. . . .	Trang 20

Bệnh tật khởi phát từ tâm

Người sống Thọ không phải do Ăn Uống hay Vận Động, mà là....thật đáng kinh ngạc

Một lý do thật kinh ngạc do Elizabeth H. Blackburn, người đoạt giải Nobel sinh học chỉ ra rằng người sống Thọ hay không không phải do Ăn Uống hay Vận Động; mà là Tâm Lý Cân Bằng.

Giải thưởng Nobel Sinh Học Elizabeth H. Blackburn đã chỉ ra:

Con người muốn sống trăm tuổi, ăn uống điều độ chiếm 25%, những cái khác chiếm 25%, Tâm Lý Cân Bằng chiếm những 50%!

“ Áp Lực Hormone “ sẽ làm tổn thương cơ thể.

Lý giải như thế nào về việc Tâm Lý Ổn Định ảnh hưởng tới 50% tuổi Thọ? Chúng ta nên làm thế nào?

“ Áp lực hormone “ gây tổn thương cơ thể!

Nhà nghiên cứu tâm lý học chỉ ra:

Một người nổi giận đùng đùng, áp lực hormone tăng sinh, đủ để giết chết một con chuột. Vì vậy, áp lực hormone, còn gọi là hormone độc tính. Y học hiện đại chỉ ra ung thư, xơ cứng động mạch, cao huyết áp, loét hệ tiêu hóa, kinh nguyệt không đều, 65-90% triệu chứng có liên quan tới áp lực tâm lý.

Vì thế, bệnh này còn gọi là bệnh tâm lý.

Nếu con người cả ngày không yên, hay cáu gắt, lo lắng, khiến áp lực hormone luôn ở mức cao, hệ thống miễn dịch sẽ ngăn chặn và tiêu diệt, hệ thống máu huyết hoạt động quá nhiều trong thời gian dài dẫn đến mệt mỏi.

Khi vui, não bộ tiết ra hormone hưng phấn...

Hormone hưng phấn khiến con người thoải mái, cảm giác vui tươi, toàn thân rơi vào trạng thái tốt, giúp điều tiết các cơ quan trong cơ thể cân bằng, khỏe khoắn. Thế thì, trong cuộc sống, chúng ta nên làm như thế nào mới có thể có được hormone hưng phấn, giảm hormone áp lực?

1. Có mục tiêu rõ ràng, nỗ lực đạt được.

Nghiên cứu mới nhất cho rằng, cảm giác đạt mục tiêu càng mạnh càng giúp cơ thể khỏe khoắn.

Bởi vì trong cuộc sống, đam mê quyết định tâm thái con người, quyết định trạng thái sống.

Người nỗ lực đạt mục tiêu não bộ trong trạng thái thoải mái phát triển, vì thế, thường dùng não bộ sẽ thúc đẩy hoạt động não, đẩy lùi tuổi già.

Người trung lão niên sau khi nghỉ hưu có thể đọc sách, khiêu vũ, vẽ vờ, giúp não bộ luôn trong trạng thái hoạt động.

2. Giúp đỡ người khác làm niềm vui có tác dụng trị liệu tốt..

Nghiên cứu chỉ ra, giúp đỡ người khác về vật chất, có thể giảm tỉ lệ tử vong xuống 42%, giúp người khác ổn định tinh thần, có thể giảm tỉ lệ tử vong dưới 30%. Bởi vì tốt với người khác, hay làm việc thiện, sẽ có cảm giác vui tươi và tự hào, giảm hormone áp lực, thúc đẩy hormone hưng phấn.

Chuyên gia tâm lý và tâm thần học nói: duy trì thói quen giúp đỡ người khác là phương pháp phòng và điều trị trầm cảm.

3.. Gia đình hòa thuận là bí kíp sống lâu.

Hai nhà tâm lý học người Mỹ công bố nghiên cứu trong vòng 20 năm: trong số các nhân tố quyết định tuổi thọ, đứng số 1 là “ quan hệ người với người “. Họ cho rằng, quan hệ con người với con người quan trọng hơn rau củ hoa quả, việc thường xuyên luyện tập và rèn luyện trong thời gian dài.

Liên hệ người với người không chỉ bao gồm bạn bè, còn bao gồm quan hệ gia đình. Vì thế, gia đình hòa thuận, bạn bè tốt là một trong những yếu tố quyết định tuổi thọ con người.

4.. Cho đi điều thiện sẽ nhận lại điều thiện.

Khi chúng ta cười với người khác, người khác cũng sẽ cười lại với chúng ta.

Bất luận là ở cùng bạn bè hay là cùng những người bạn cũ trò chuyện, hãy nhớ luôn giữ nụ cười, cho đi niềm vui.

“ Tinh thần không thoải mái, sẽ dẫn đến bệnh gan “

Có người từng làm thực nghiệm này: sau khi tách nội tạng động vật, giữ nguyên liên kết tĩnh mạch gan và động mạch bụng, tim lập tức co bóp mạnh và tĩnh mạch máu bắt đầu lắng lại, động vật chết từ từ, có thể thấy gan có liên kết chặt chẽ trong việc điều tiết lưu lượng máu.

Tinh thần không thoải mái, khi tức giận, sẽ ảnh hưởng tới hoạt động gan, dẫn đến tình trạng khô gan và khô máu ở gan.

“ Không tức giận, không sinh bệnh “

Tinh thần là thể năng của con người, nhưng trong cuộc sống bộn bề lo toan, áp lực tinh thần tự nhiên sẽ gia tăng, thế là các áp lực tinh thần sẽ ảnh hưởng tới sức khỏe con người.

“ Hiện nay, thống kê của bộ y tế thế giới, trên 90% bệnh đều có liên quan tới tinh thần. Chỉ cần chúng ta giữ tinh thần thoải mái, thì sẽ không mắc bệnh, không mắc bệnh nghiêm trọng, ít bệnh, muộn mới mắc bệnh. “

“ Tâm phải Tĩnh, Thân phải Động “

Dưỡng tâm, an tâm, cải tâm, giữ tinh thần thoải mái, là một cách dưỡng sinh, có thể không được mọi người quan tâm, vì thế mới xuất hiện “ những bệnh tiêu hóa khó chữa “, “ bệnh viêm cả đời không khỏi “..

Tâm Tĩnh thì Thân An, thân an thì khỏe mạnh, tâm an bách bệnh tiêu trừ...

Hoạt động có thể sinh dương khí, đả thông âm khí, giúp tuần hoàn máu, cơ thịt phát triển, khoẻ gân cốt.

Tâm phải Tĩnh, Thân phải Động, giữ cân bằng, đó là tam đại pháp bảo của bất cứ môn phái dưỡng sinh nào.

Thực tế, quyết định tuổi thọ con người không chỉ là ăn uống và vận động, còn là tâm tính vui tươi, tâm thái tích cực cũng vô cùng quan trọng!

Vì sao người xưa nói: Mọi bệnh tật đều khởi phát từ trong tâm?

Rốt cuộc, hết thảy bệnh tật trên đời đều là tâm thái của bạn gây nên cả. Phải làm thế nào để cải biến tất cả đây?

Tâm thái của bạn chính là chủ nhân của cơ thể. Hoàn cảnh không trói buộc con người, mà là con người ta tự buộc chặt mình vào trong hoàn cảnh.

1.. Tâm niệm và bệnh tật là có quan hệ trực tiếp với nhau

Tâm hồn có tổn thương, có vấn đề thì sẽ biểu hiện ra ngoài thân thể. Rất nhiều bệnh tật trên thân thể chỉ là giả tượng. Giống như chúng ta chỉ có thể nhìn thấy được hình dạng của quả, chứ không biết được hạt giống gieo xuống từ khi nào và ở đâu, rồi lại nảy mầm kết trái ra sao.

Bệnh tật có tâm niệm trong đời này, còn có nhân duyên, quan niệm, của những đời trước. Hãy để cho mỗi một niệm đều chan chứa tình thương. Trong tình yêu thương đó không có đau lòng, sợ hãi, phẫn nộ, mà chỉ có bình thản, hài hòa. Học cách yêu thương để thân thể trở thành đồng hồ đo của tình thương, để tâm hồn tỏa ra ánh sáng lương thiện vốn có!

Đời người, mỗi một cảm xúc đều là một cái hộp tối của tâm hồn. Đời người, mỗi một trạng thái đều là hiển hiện của tâm linh. Đó cũng chính là góc khuất của tâm tình mà người ta hay nói đến.

Con người ta một khi sinh ra tâm trạng tiêu cực trong suốt khoảng thời gian dài, rất mau chóng sẽ chiêu mời bệnh tật. Có những người sợ hãi quá độ, kết quả có thể dẫn đến các chứng bệnh thần kinh. Lại có những người tâm oán hận rất lớn mạnh, sẽ chiêu mời các loại tai họa..

2... Xin hãy ghi nhớ rằng, lực lượng tự nhiên là vô cùng to lớn

Nó vốn không sợ bạn cứng rắn đến đâu, chỉ sợ bạn luôn hiền lành, khiêm nhường. Phàm những người có tâm oán hận quá nặng, vận mệnh trong đời phần lớn đều sẽ đau khổ bi thảm. Phàm những người hiền lành, khiêm nhường, vận mệnh cuộc đời phần nhiều sẽ tốt lành. Sống theo đạo trời, một đời bình yên là vậy.

Tâm oán hận sâu nặng chính là căn nguyên của mọi khổ nạn trong đời. Hãy cố gắng loại bỏ nó đi. Đời người nếu sinh khởi một niệm tâm oán hận, sau này thế nào cũng sẽ có người tức giận với bạn, hoặc khiến bạn tức giận. Con người ta nếu như ngày nào cũng như vậy thì quả là phiền phức rồi. Rác rưởi tích tụ nhiều rồi, tai họa trong đời ắt sẽ giáng xuống.

Nếu như một đời này của chúng ta luôn thích nóng giận, thế thì sẽ cứ luôn mắc bệnh. Hãy luôn tự

nhắc nhở bản thân: “Minh không nên cứ luôn tức giận như thế!”. Vậy thì, mọi thiếu sót của bản thân đều sẽ dần dần được hóa giải. Hãy nhớ rằng, nếu đời người thật sự học được cách sám hối thì nhất định có thể cải biến vận mệnh của mình.

Nếu chúng ta bớt nóng giận, sau này những việc khiến ta tức giận cũng sẽ ít đi. Đồng thời, người khác cũng sẽ ít chọc giận bạn hơn. Trường khí đen bản trong thân thể bạn tự nhiên sẽ giảm bớt đi, đau nhức trong thân thể cũng sẽ thuyên giảm đi rất nhiều. Vận mệnh đời người cũng sẽ theo đó mà phát sinh thay đổi.

3.. Người ta trong đời luôn phải học cách nhận thức bản thân

Đây là năng lực giác ngộ cá nhân vô cùng quan trọng. Ai có thể tìm ra được càng nhiều thiếu sót của bản thân thì năng lực giác ngộ của người đó càng mạnh. Người nào cứ mãi tìm kiếm khuyết điểm của người khác thì si mê của người đó càng sâu. Người tu Đạo không nhìn vào chỗ thiếu sót của người khác, mà chỉ nhìn vào chỗ thiếu sót của bản thân.

Vào thời thượng cổ, người người đều tu Đạo, người người đều tu tâm, con người thời đó hầu như đều có thể sống đến hơn trăm tuổi. Về điều này, trong “Hoàng Đế Nội Kinh” đều có ghi chép rõ ràng. Hiện tại, một đời này của chúng ta, phần nhiều đều sống không được thoải mái lắm.

Rất nhiều người hàng ngày đều đang bới tìm khuyết điểm của người khác, hễ gặp chuyện thì cứ luôn oán trách người khác, trước nay không chịu nhìn lại bản thân mình.. Ngày ngày luôn nghĩ đến việc tranh đấu tính kẻ người khác, họ không biết rằng người thích tranh tới tranh lui cuối cùng đều chỉ là công dã tràng.

Tâm tình của người ta có thể làm lợi muôn vật, thay đổi vạn vật. Tâm trạng của người ta có thể nuôi dưỡng sinh mệnh của chính mình. Tâm trạng người ta rối bời rối thì thân thể của người đó sẽ mắc bệnh. Thân thể của chúng ta là đồng hồ đo của linh hồn. Tiếc thay chúng ta trước nay lại không hề hay biết, cũng thật đáng buồn thay!

Trong bộ y kinh “Hoàng Đế Nội Kinh”, người xưa từ sớm đã vén mở những quy luật thân tâm đơn giản như vậy: “Vui vẻ tổn thương tim“, “vui vẻ thì khí tri hoãn“, vui mừng quá độ thường thì không còn chút sức lực. “Giận tổn thương gan“, “giận thì khí sôi trào lên“, vậy nên người xưa có câu “giận dựng đứng cả tóc gáy“. “Buồn thì hại phổi“, “buồn thì tinh thần sa sút“, khóc đến bi thương cực độ, con người ta sẽ bị sốc choáng. “Lo nghĩ nhiều tổn thương lá lách“, “nghĩ nhiều thì khí ứ đọng“. Hay như: “Lo sợ thì hại thận“, “lo sợ thì khí huyết tụt giảm“.

“Tướng” do tâm sinh, “bệnh” do tâm khởi, vậy nên các loại bệnh tật, suy cho cùng đều là do tâm thái bạn dẫn khởi cả! Muốn cải biến cơ thể, đổi thay vận mệnh, đừng chỉ tập trung vào biểu hiện bề ngoài. Uống mười thang thuốc chẳng bằng cười một nụ cười sáng khoái. Thay đổi thái độ, nghĩ tích cực hơn, sống an lạc, nhẹ thân tâm, đạo trường sinh chẳng phải đó sao?

Theo Soundofhope

PHÂN ƯU



Chúng tôi vừa nhận được tin buồn:

Đạo hữu

NGUYỄN VĂN LAI

Hội viên Hội Tương Tế Cao Đài & Thân Hữu

Đã quy vị vào ngày 11- 3- 2019 (nhằm ngày mùng 5 tháng 2 năm Kỷ Hợi) tại thành phố San Jose, California.

Hưởng Thọ 93 tuổi

Chúng tôi thành kính phân ưu cùng tang gia hiếu quyến

Nguyện cầu Đức Chí Tôn , Đức Phật Mẫu cùng các Đấng Thiêng Liêng độ rỗi hương linh Cố đạo hữu Nguyễn Văn Lai sớm được trở về cõi Thiêng Liêng Hằng Sống .

THÀNH KÍNH PHÂN ƯU

Hội Tương Tế Cao Đài & Thân Hữu