



ÁI-HỮU GIA-ĐÌNH PHẬT-TỬ VĨNH-Nghiêm Hải-NGOẠI  
Bi - Trí - Dũng



# BẢN TIN

**Kỷ Niệm Hội Ngộ Thung Lũng Hoa Vàng, Lam ơi về lại  
Và Mùa Xuân Năm Canh Tý**

**BT số 147 phát hành ngày 16 tháng 3 năm 2020  
(Phật lịch 2563 , Ngày 23 tháng 2 năm Canh Tý)**



*Ta về chung cùng mái ấm nhà Lam. Xin Mẹ Quan âm thương xót đàn con  
Đường đời gặp khó gian nan. Một lòng tìm đến bên nhau  
Hương Lam bay bay quyện vào tim.*

*(Hoa Vàng Máy Độ - Tâm Trí Quang Vui)*

**Biên tập và phát hành Bản Tin  
Ban Chấp Hành AH GDPT Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại**



84. Đừng vì mình vì người,  
 Làm điều gì sai trái,  
 Đừng mong cầu con cái,  
 Tài sản hay đất đai,  
 Bằng hành động lầm sai,  
 Thành công do bất chánh,  
 Người ấy thật đức hạnh,  
 Trí tuệ và chân thành.

85. Ít người giữa nhân loại,  
 Đến được bờ bên kia,  
 Bao nhiêu người còn lại,  
 Quanh bờ bên này kia!

**Kinh Pháp Cú Phẩm 6  
 Phẩm Hiền Trí**

## MỤC LỤC

- Thư ngỏ
- Tin tức
- Tổng kết Hội Ngộ 2019
- Thơ HK
- Nhạc: Tự Tại Như Không
- Kỷ niệm buồn vui .....
- Vực thăm dưới chân
- Vài dòng cảm nghĩ về VN 2019
- Đại Lão Hòa Thượng Thích Quảng Độ
- Hình ảnh sinh hoạt
- Trang sức khoẻ
- Bài học thuộc lòng
- Tin giờ chót
- Trang Gia chánh
- Báo cáo Tài chánh:  
 Tổng kết Quỹ và Thu Chi Hội Ngộ
- Phân ưu
- Truyện ngắn
- Hình ảnh Hội Ngộ 2019



## Thư Ngỏ



Thưa Quý Thành Viên và Thân Hữu,

*Hội ngộ Thung Lũng Hoa Vàng 2019 đã qua, nhưng giây phút đầm ấm, thân thương hình như vẫn còn vương vấn, cảm giác nuối tiếc và ước ao được trở về sống dưới mái nhà Lam tại chùa Phổ Từ, Hayward, California.*

*Ba ngày Hội Ngộ hạnh phúc, đã làm quên đi những khó khăn trong cuộc sống, những nhọc nhằn của tuổi tác, sự vất vả của hành trình từ khắp các phương trời tìm về bên nhau.*

*Cũng trong buổi Hội Ngộ này Tân Ban Chấp Hành của Ái Hữu Gia Đình Phật Tử Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại nhiệm kỳ 2019-2021, đã được các Thành Viên tin nhiệm, tin tưởng giao phó trách nhiệm, và ngoài BCH, chúng ta mời được hai Trưởng, Anh Thiện Thanh - Đặng Đình Khiết, Anh Như Không - Võ Văn Phú vào trong Ban Cố Vấn.*

Thưa Quý Anh Chị,

*Tân Ban Chấp Hành nhiệm kỳ 2019-2021, xin gửi đến toàn thể quý Thành Viên lời chào thân kính. Chúng con cũng kính tạ Thượng Tọa Thích Từ Lực Trụ Trì chùa Phổ Từ, Quý Chư Tôn Đức Tăng Ni và toàn thể Phật Tử của chùa, đã thương mến, tiếp đón nồng hậu, và hết lòng yểm trợ cho Hội Ngộ Thung Lũng Hoa Vàng. cũng không quên cảm ơn Gia Đình Phật Tử chùa Phổ Từ đã tạo cơ hội, cho Gia Đình Vĩnh Nghiêm được sinh hoạt chung cùng các Em, sống lại giây phút của những ngày xa xưa thân ái dưới mái Chùa.*

*Tân Ban Chấp Hành cũng vô cùng cảm kích trước sự tin tưởng của quý Thành Viên, và sẽ cố gắng tiếp nối theo bước chân của các Ban Chấp Hành tiền nhiệm, trong việc gìn giữ, liên kết chặt chẽ tình Ái Hữu Vĩnh Nghiêm của chúng ta.*

*Chúng tôi cũng hy vọng sẽ được đón nhận sự thương yêu, hỗ trợ của các Thành Viên trong Ái Hữu Vĩnh Nghiêm, sự hướng dẫn và chia sẻ của Ban Cố Vấn để giúp chúng tôi hoàn thành nhiệm vụ được giao phó.*

*Nhân dịp đầu Xuân Canh Tý, thay mặt toàn thể Ban Chấp Hành 2019-2021 kính chúc quý Thành Viên, quý Thân Hữu cùng Gia Đình, được Tam Bảo gia hộ, sang năm mới thật nhiều Sức Khỏe, An Khang, Hạnh Phúc.*

**TM Ban Chấp Hành**

**Ái Hữu ĐPPT Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại 2019-2021  
 Trưởng Ban Diệu Thanh Trần Thị Thanh Minh**

# Tin Tức...

## PVBT

\* Thời gian trôi qua thật nhanh, mới đó quý thành viên và thân hữu tham dự Hội Ngộ 2019 THUNG LŨNG HOA VÀNG-LAM ƠI VỀ LẠI ĐÃ rời chùa Phổ Từ hơn một tháng. Tuy đã hơn một tháng, nhưng giọng nói, tiếng cười và những bài hát sinh hoạt vẫn còn vương vương trong trái tim mọi người và tình Lam vẫn sưởi ấm lòng chúng ta vào tiết cuối đông.

Vì vừa chia tay nhau chưa bao lâu nên tin tức cũng chưa đầy



\* Mở đầu phần tin tức là Các anh chị đi Hội Ngộ đã đến sớm có dịp họp mặt với một với một số anh chị ở Bắc Cali như Anh chị Thống-Chi sau đó đi Texas, anh chị Liêm – Châu sau đó cũng đi xa . Có anh Vui anh Định ,anh chị Hùng Ngọc là tham dự Hội Ngộ.



\* Chị Hằng cũng đến sớm đi dự Hội Ngộ 2019 đã ghé thăm chị Diêu Hòa Phạm Thị Lệ và chị Tịnh Duy Lê Thi Nhung, Chị Nhung vẫn khỏe, chị Lệ hơi yếu, nhưng hai chị rất vui và lạc quan. Hai chị rất cảm động khi tay bắt mặt mừng với tình áo Lam thân thương. Chị Lệ cứ nắm chặt tay chị Hằng không muốn rời .



\* Tiếp theo là buổi Hạnh ngộ Bắc California. Mọi người vừa “tan hàng” ai về nhà nấy thì chị



Tân Trưởng ban – Diêu Thanh Trần Thị Thanh Minh đã “ triệu tập” một phiên họp khẩn tại nhà anh chị Phạm Minh Hùng. Và không khí vui tươi,

đâm ấm lại một lần nữa đến với miền Bắc Cal ( San Jose). Buổi hạnh ngộ ấy , anh Thống và chị Chi đã kịp về đến ( anh Thống chị Chi vì bận nên không thể “đến hẹn lại lên” với Hội Ngộ THUNG LŨNG HOA VÀNG- LAM ƠI VỀ LẠI.

Xin được vui ké với quý anh chị

\* Vừa chia tay với quý anh chị miền Bắc, Chị Thanh Minh vội chạy vù về miền Nam để kịp buổi họp mặt Chi Miền Nam California. Hầu như toàn thể quý thành viên và thân hữu đã “hiện diện” đầy đủ để đón mừng Ba quý khách phương xa, SONG MINH: Chị Thanh minh , chị Phạm Thị Minh và chị Cẩm Y. Mọi người hàn huyên và cười vui mãi đến chiều mới lưu luyến chia tay. Chị Thanh Minh về Nam Cal thật là bận rộn với nhiều nhóm bạn, nhưng chị vẫn dành cho AHVN một ngày tròn tại nhà em của chị. Chúng em cảm ơn chị nhiều.



\* Vừa về đến nhà, chưa kịp nghỉ, chị Thanh Minh lại tíu tít với cuộc họp mặt chi Miền Đông: chào mừng chị Phạm Minh từ Quê nhà sang dự



Hội Ngộ 2019. Buổi tiệc nào rồi cũng đến lúc phải chia tay. Chi Miền Đông lại bùi ngùi tiễn chị Minh ra phi trường về lại quê hương.

\* Các anh chị Miền Đông tham dự Lễ Hiệp Ky của Miền Thiện Hoa .



\* Quý Ni Sư Thiện Viện Sùng Nghiêm làm lễ Thí Phát cho chị Thu Vân. Ái Hữu Vĩnh Nghiêm cũng tham dự gần chục người. Mọi người đều thật vui và chúc mừng chị Thu Vân , giờ đây là sư cô Chân Minh. Buổi trưa, mọi người cùng nhau ăn và thưởng thức văn nghệ, AHVN đã “xí” trọn một bàn: anh Tuệ Linh, Chị Thu, Chị Phạm Nga, anh Hoài, anh Hải, chị Hằng, Minh Châu, Hữu Thọ và Thuấn



\* Quý Ni Sư thiện Viện Sùng Nghiêm kỷ niệm 30 năm thành lập Thiện Viện Sùng Nghiêm tại nhà hàng Golden Sea và Vĩnh Nhiêm chúng ta cũng có mặt “trên từng cây số “ với chị Thu, Chị Phạm Nga, anh Hoa, Anh Hoài, Chị Hằng, Minh Châu và Thuấn

\* Xin báo cáo với cả nhà :Chị Diệu Thúy Lê Xuân mai ( phu nhân anh Ngô Mạnh Thu )vừa dời về ở với bé út ( vợ chồng cháu Vy) tại số 2568 W. Rome Ave, Anaheim, CA. 92804 . BT xin chúc mừng chị và kính chúc chị nhiều sức khỏe

\* - Thêm một tin vui : Anh chị Nguyễn Đình Hải du ngoạn Châu Âu. Thân chúc anh chị thật khỏe, thật vui và chụp thật nhiều ảnh đẹp

- Minh Châu xin nghỉ phép 4 tuần về thăm mẹ.

- Anh Chị Liêm Châu về thăm gia đình đã gặp mặt một anh chi em GDPT Giác Trí ngày xưa .



- Anh chị Thống Chi thăm chị Ngo



\* Anh chị Thống Chi và anh chị Hùng Ngọc cũng đến thăm chị Nhung và trao tặng phẩm áo thun của Hội Ngộ cho chị và cảm ơn chị vì sức



khỏe chị không đi Hội Ngộ được nhưng ch đã gửi 100\$ để ủng hộ. Nhận tặng phẩm chị rất cảm động cảm ơn anh chị em.

\* Các chị Thanh Minh, chị Mai (Thu), chị Hằng đã đến thăm chị Hồng Mai , phu nhân anh Nguyễn đức Cường . Chị Hồng Mai sức khỏe không được tốt hiện đang điều trị .



\* Tin mới nhận được : Chi Đặng Kim Trang mới thêm cháu nội. Chúc mừng bà nội Kim Trang và chúc bà nhiều sức khỏe để bế cháu. Chúc bé Benjamin Minh-Suk Phạm hay ăn chóng lớn. Sinh nhật Bé Tèo Tèo là ngày 21 tháng 2 . Bé Tèo Tèo không bé chút nào; vừa được hạ sanh đã nặng 7 bls rưỡi.



\* Phu quân chị Lệ đã tạ thế, quý anh chị Chi Miền Bắc California đã đông đủ đến chia buồn với Chị Lệ và gia đình, cùng tiễn đưa phu quân chị Lệ đến nơi an nghỉ sau cùng. Chị Lệ cũng đã về nhà để dự tang lễ của anh.



\* Anh Thiện Đăng Nguyễn Văn Lâm ốm nặng, các thành viên Chi Miền Đông đã đến bệnh viện thăm anh. Tất cả thành viên AHGDPTVN/HN đều góp lời cầu nguyện để anh mau bình phục.



Nhưng đau buồn thay, anh đã rời bỏ cõi Trần về miền Cực Lạc dù các bác sĩ và gia đình đã tận tâm, tận lực cứu chữa. Toàn thể thành viên Chi Miền Đông đã tham dự tang lễ và cầu nguyện hương linh anh Thiện Đăng sớm An Lạc Cõi Niết Bàn.



\* Chị Thanh Minh từ Miền Đông về để tham dự tang lễ của anh Nguyễn Tư cự . Tham dự tang lễ có các anh chị của Miền Nam Cali : Anh Tuệ Linh, anh Phạm Minh Tâm, Chị Trần Thị Thanh Minh, Chị Lê thị Hằng, chị Lê Xuân Mai, Anh Đặng Trần Hoa, anh Ngũ Duy Thành, anh Trần Minh Phương đã mang vòng hoa đến để tiễn đưa anh.



(Xem Tin giờ chót trang 26)

**Ta cú tưởng trần gian là cõi thật  
Thế cho nên tất bật đến bây giờ .**

## **Tổng Kết Hội Ngộ 2019**

### **THUNG LŨNG HOA VÀNG-LAM OI VỀ LẠI**

### **và ĐẠI HỘI LƯƠNG NIÊN 2019-2021**

**Chiều thứ sáu 18 tháng 10 năm 2019**

Chiều thứ sáu toàn thể thành viên và thân hữu AHGDPTVN/HN đã tập trung tại phòng họp (thư viện chùa Phổ Từ, Hayward). 33 người chen chúc trong phòng họp thật ấm cúng Tình Lam( dù thời tiết miền Bắc Cal. đã lạnh lạnh của đầu thu. Có vài anh chị đã ngồi trên nền nhà để được “ấm “ hơn. Tr. Cương đã nhanh chóng hoàn tất việc làm các thẻ đeo ngực có hình ảnh của mình cùng với bảng tên do chi Tâm thực hiện công phu

Anh Đặng Đình Khiết ( TBTC) đã mở đầu buổi sinh hoạt Tiền Hội Ngộ , giới thiệu thành phần tham dự Hội Ngộ 2019, giới thiệu quý anh chị mới đi dự Hội ngộ lần đầu.

Sau đó Trưởng Tâm Trí và Cương đã hướng dẫn mọi người hát bài **Hoa Vàng Mấy Độ**, nhạc phẩm của nhạc sĩ Tâm Trí Quang Vui, dành riêng cho Hội Ngộ AHGDPTVN/HN 2019. Rồi Nhạc phẩm **Hội Ngộ Thương Yêu** của anh Cao Bá Hưng và nhạc phẩm **Về Không Không Về** của Nam Bắc Cal. cùng sáng tác ( Hai nhạc phẩm đặc biệt, cũng dành cho Hội Ngộ 2019) dưới sự hướng dẫn của anh Phạm Minh Hùng và 2 cây guitar (Trọng Thuấn, Minh Hùng). Cả hội trường rộn rã với tiếng đàn, tiếng hát và tiếng cười, với những tràng pháo tay nổ vang. Khi tất cả các “ca sĩ” đã hát tạm ổn thì đồng hồ đã gõ 10 tiếng, mọi người tan hàng về phòng riêng nghỉ ngơi.

**Thứ Bảy 19 tháng 10 năm 2019: Hội Ngộ và Đại Hội Lương niên**

Lễ Khai Mạc bắt đầu lúc 9 giờ sáng

Mọi người trang nghiêm trong Chánh Điện Chùa Phổ Từ để cung nghinh Thượng Tọa Trụ Trì THÍCH TỬ LỰC và chư Tôn Đức.

Tr. Như Không Võ Văn Phú, TB Chấp hành AHGDPTVN/HN, và Tr. Đặng Đình Khiết Trưởng Ban Tổ Chức HN 2019 đã cung thỉnh thầy và chư Tôn Đức quang lâm Chánh điện. Dưới sự điều khiển của Tr. Trần Minh phương, lễ chào Đoàn Kỳ, Hoa Sen trắng của GDPT Việt Nam được trang nghiêm cử hành.

Lễ Khai Mạc HỘI NGỘ THUNG LŨNG HOA VÀNG-LAM OI VỀ LẠI được đặt dưới sự Chứng Minh của Thầy Trụ Trì và sự hướng dẫn của TBTC, anh Đặng Đình Khiết rất trang trọng.

Một Khóa Lễ theo Nghi Thức GDPT.

Sau đó Tr. Tâm Trí Quang Vui, đại diện thành viên hiện diện cung thỉnh Thầy ban một thời Pháp ngán về ý nghĩa của Lễ Hiệp Kỳ. Sau đó Lễ Hiệp Kỳ bắt đầu.

Mỗi thành viên trên tay một ngọn nến, sắp hàng một, tiến lên bàn thờ hương linh các vị hữu công với GDPT Miền Vĩnh Nghiêm đã quá vãng.

Trước khi Thầy và quý Tôn Đức hồi liêu, mọi người đã cùng chụp hình lưu niệm trước bàn thờ Phật.

**Đại Hội Lương Niên**

Sau bữa cơm trưa, lúc 1 giờ 30 trưa, chương trình Đại Hội Lương Niên bắt đầu tại Thư viện của Chùa Phổ Từ. Đại Hội Lương Niên Bầu Tân BCH nhiệm kỳ 2019-2021 đã được khai diễn. Anh TB BCH đã báo cáo tổng kết các sinh hoạt của AHGDPTVN/HN trong 2 năm ( 2017-2019) và tuyên bố BCH 2017-2019 mãn nhiệm.

BCH nhiệm kỳ 2017-2019 làm lễ mãn nhiệm

**Đại Hội đã đề cử một tân BCH nhiệm kỳ 2019-2021**



### ***Văn Nghệ tối thứ bảy ( 19-10-19)***

Một buổi tối sinh hoạt vòng tròn thật vui, thật rộn rã và ồn ào với các ca sĩ thành viên đại tài. Thành công và được nhiều thành viên ủng hộ nhất là tiết mục **TÂN CỔ GIAO DUYÊN** của ca sĩ Võ Văn Phú. Đêm văn nghệ bỏ túi đã kết thúc lúc 10 giờ tối.

### ***Chủ Nhật 20-10-2019***

Lễ bế mạc và nghi thức chia tay đã thực hiện trong khuôn viên chùa Phổ Từ với sự chứng Minh của Thầy Từ Lực và ban Huynh trưởng của GDPT

Chánh Hòa.AHGĐPTVN/HN đã Dây Thân Ái, với sự tham dự của thầy Từ Lực ngay trước tam quan chùa. Những tấm hình trân quý lại được các máy chụp hình làm việc với năng xuất tối đa.

Sau đó hội Ngô 2019 đã sinh hoạt giao lưu với BHT và Đoàn sinh GDPT Chánh Hòa. Buổi sinh hoạt do Tr. Trần Minh Phương hướng dẫn rất vui và rất thành công.

Đúng 10 giờ rưỡi, Mọi người rời chùa Phổ Từ với bao lưu luyến để cùng nhau đến thăm chùa Giác Minh , Paloanto. Tại đây mọi người đã có dịp đánh lễ Đại Lão Hòa Thượng Thích Thanh Cát. Tuy Ngài hơi yếu, nhưng Đại Lão vẫn tinh tường và nhớ nhiều chuyện cũ. HT đã cùng vỗ tay hòa nhịp với những bài ca sinh hoạt thời xưa do các thành viên AHGĐPTVN/HN đồng ca.

Và các máy chụp hình lại một lần nữa phát huy khả năng của chúng.

Sau bữa cơm chay, mọi người lên Chánh Điện chùa Giác Minh lễ Phật. Rồi một lần nữa lại “Dây thân ái” tại sân chùa Giác Minh.

Mọi người chia tay một cách rất lưu luyến, hẹn gặp lại nhau vào Hội Ngô 2021.

*Thư Ký BTC HỘI NGÔ 2019*

***Q. Diêu Ngọc Cao Minh Châu***

## ***Tân BCH nhiệm kỳ 2019-2021***

Ban Cố Vấn	: Anh Thiện Thanh ĐẶNG ĐÌNH KHIẾT
-	: Anh Như Không VÕ VĂN PHÚ
Trưởng Ban	: Chị Diêu Thanh TRẦN THỊ THANH MINH
Phó Trưởng Ban nội Vụ	: Chị Q. Diêu Ngọc CAO MINH CHÂU
Phó Trưởng Ban ngoại vụ	: Anh Phúc Đạt TRẦN MINH PHƯƠNG
Tổng Thư Ký	: Chị Diêu Hiền ĐẶNG KIM KIỂM
Phó Tổng Thư Ký	: Chị Diêu Tâm NGUYỄN VŨ THỊ ĐAN
Tổng Thủ Quỹ	: Anh Thiện Tuệ LÊ NGỌC HỒ
Trưởng Ban phụ trách Bản Tin	: Chị Diêu Thu NGUYỄN THỊ TÂM
Trưởng Ban Văn Nghệ	: Anh Minh Thọ NGÔ LÊ TRỌNG THUẬN
Trưởng Ban Xã Hội	: Anh Hồng Huy ĐẶNG TRẦN HOA





## DI ĐÀ THÔN

\* *Cảm xúc khi chiêm bái DI ĐÀ THÔN.*  
*Philadelphia. Chủ Nhật 04-6-2017.*

Đường xa nhưng lại thấy gần,  
Rừng xanh, cây thắm chập chùng nối nhau.  
Hoa tươi đua nở muôn màu,  
Quyện hương theo gió niệm câu DI ĐÀ.  
Đại chúng dâng tâm thiết tha,  
Lòng xin buông hết Ta Bà lấm tay.  
Tụng Kinh Vi Diệu lấm thay !  
NHƯ LAI khen ngợi Phương Tây DI ĐÀ.  
Bốn tám Đại Nguyện trình thưa,  
Trọn niềm son sắt khi xưa ước nguyện.  
NHƯ LAI chứng minh tạo duyên,  
Pháp Hội đồng lắng nghe tuyên đọc này.  
Lời nguyện cao đẹp lành thay !  
Chúng sinh muôn hướng Phương Tây xin về.  
CHA HIỀN mong con nhớ quê,  
Buông bỏ trần cấu SI MÊ khổ đời.  
Bên CHA sống vui, thanh thoi,  
Của báu không thiếu, nơi nơi ngập tràn.  
ÁNH QUANG xóa bụi Trần Gian,  
Thế giới thanh khiết mệnh mang vô bờ.

*Hạ Đình Dậu- 2017*

***Diệu Hoa Trần Thị Hồng Khương***



## TÂM HÒA

Chư Phật, Bồ Tát trên đầu,  
Chứng tâm thanh tịnh khẩn cầu Hồng Ân.  
Xin cho chiến tranh lui dần,  
Nhân loại, thế' giới muôn phần an Khang.  
Hồi Chuông Bát Nhã ngân vang,  
Tâm Bồ Đề' toả Hoa Vàng ngát Hương.  
Dâng Phật Bồ Tát mười phương,  
Chúng sanh Giác Ngộ tình Thương vô bờ.  
Chân tâm thường niệm Nam Mô,  
Được về' cõi Tịnh xa bờ bên Mê.

*Phila. Mùa Phật Đản PL.2563.*  
*DL 16-5-2019.*

*Khi nhật cỏ Vườn Chùa.*

***Diệu Hoa Trần Thị Hồng Khương***

# Tự tại như chông

Cao Bá Hưng

Kể từ xương đá trở hoa. Sau lưng hải chiếc bước qua luân  
 hồi. Luân hồi qua sẽ về đâu. Cũng là cõi tạm chấp chùng như  
 không. Mặc đời là chốn trầm luân. Trong mệnh mông đó chốn nao ta  
 về. Đường về đâu chỉ cơn mê. Mê trong cơn mộng chẳng hề quên  
 nhau. Hương trầm thơm mãi cơn đau. Trăm nghìn thân  
 đó về sau nếu còn. Còn mãi động đường lên  
 non. Chon von mây trắng mỗi mòn đợi phai. Thôi thì lụy giữa trần  
 ai. Thà vui cho trọn dấu hải trong mưa.



# THƯ TÍN

Chúc cả nhà Ái Hữu Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại thân tâm an lạc và sức khỏe dồi dào.

**Thiện Thanh Đặng Đình Khiết**

\* Thừa Quý Trưởng,  
Chúng tôi rất cảm động khi được Quý Chị Trưởng Thanh Minh, Mai (chị Ngô Mạnh Thu), Diệu Hương đã dành nhiều thời gian đến với Hồng Mai chiều hôm qua.  
Những chân tình Áo Lam ấm áp đó đã an ủi Hồng Mai rất nhiều.  
Xin cảm tạ, và cầu chúc tất cả Quý Trưởng xa gần Thân Tâm thường An Lạc.

**Phúc Thịnh Nguyễn Đức Cường**

\* Đi Hội Ngộ về chúng tôi một nhóm Huynh Trưởng đại diện cho chi Miền Đông đến thăm Trưởng Thiện Đăng Nguyễn Văn Lâm tại Nhà thương Fairfax Hospital, chủ nhật 2/11/2019. Gm chị Thuận, Anh ch Hong trọng Trữ & Xuân, Cháu Hà (con gái anh Trữ), và Đặng Đình Khiết. Anh mở mắt ra và nhận ra chúng tôi, anh Khóc và nghe chúng tôi niệm Danh hiệu Phật.

Và rồi 2 ngày sau anh đã bỏ chúng ta mà ra đi . Thứ bảy ngày 8/11/2019 một phái đoàn đại diện AHGDVN HN dưới sự hướng dẫn của chị Trưởng Trần Thanh Minh, Trưởng Ban BCH AHGDPTVNHN sẽ đến dự tang lễ của Huynh Trưởng Thiện Đăng Nguyễn Văn Lâm lúc 11 giờ sáng tại Nhà Quàn Fairfax Memorial Funeral Home, 9902 Braddock Rd, Fairfax Va 22032. Tại buổi lễ tang, chúng ta vừa tìm thêm được một thành viên của AHGDPT VNHN, là chị: Nguyễn Thị San. Chị San là em gái của anh Lâm và cũng từng sinh hoạt trong GDPT GIac Sơn năm xưa.

\* Quý Anh Chị Thành Viên và Thân Hữu thân mến, Kim Kiểm Xin chuyển tường trình từ chị TB TT.Thanh Minh và Chị Trưởng Q.Diệu Hương LTH: trong tang lễ của HTr Nguyễn Tư Cự .

Thưa cả nhà.,Trưa nay chúng tôi 3 chị Em đã đến Peek funeral để gặp các anh Minh Tâm và Tuệ Linh. Tuy Ahvn chỉ có 5 người nhưng đã đủ có một nghi lễ rất ấm áp và thật cảm động. Trước tiên chúng tôi lễ Phật, sau ra lễ bàn thờ có di ảnh Htr Tâm Thái. Lễ xong gia chủ giới thiệu chị TB đại diện cho Ahvn chia buồn cùng chị Mùi và gia quyến.

Giọng nơi chân tình xúc động chị đã nhắc đến những ân tình của Tr Cự đối với Phật Tử trong những ngày xưa cũng như Tình gia đình bạn hữu mà anh đã giữ liên lạc được cho tới ngày anh đã không còn làm gì được nữa.

Tuy nhiên anh lại đã có một người vợ thật tuyệt vời, yêu và chăm sóc anh suốt năm tháng cuối của anh. Với hơn 5 năm bên cạnh 24/24 .thay anh làm mọi công việc nhưng điều quý nhất là chị vẫn liên lạc với Ahvn từ việc đóng NLiem cho đến việc gửi tiền ủng hộ Bản tin. **Diệu Thanh Thanh Minh**

Sau đây là phần đáp từ của chị Cự:

Chị rất cảm ơn các thành viên của Ahvn đã luôn theo dõi bệnh tình của anh Cự. Cũng như đã đến thăm Anh Chị từ nhà riêng đến trong Bệnh viện. Lúc còn nói được anh đã kể cho chị về hoạt động của anh và GDPT quan trọng đối với anh ra sao?

(xem tiếp trang 13)

## *Kỷ Niệm vui buồn cùng Huynh Trưởng Nguyễn Tư Cự*

Nếu tôi không nhầm, Tr. Nguyễn Tư Cự đến với Gia Đình Minh Tâm tại Saigon để yêu cầu GD/Minh Tâm tổ chức gây quỹ yểm trợ Cây Mùa Xuân cho Gia Đình Tiểu Đoàn 6 Truyền Tin, Anh là một Sĩ Quan của Tiểu Đoàn...

Tôi không nhớ rõ năm nhưng nhớ là chương trình được tổ chức tại rạp Thống Nhất, trên Đại Lộ Thống Nhất (Q.1 – Saigon).

Trừ khi đơn vị Anh di chuyển xa Saigon, Anh Cự luôn gắn bó sinh hoạt với GD/Minh Tâm, thời sinh hoạt tại Chùa Phước Hòa.

Anh Em nào đã từng sinh hoạt cùng Anh Nguyễn Tư Cự, hẳn khó quên, khuôn mặt hiền hòa, trắng trẻo, đẹp trai, dáng người khá cao, phải nói rằng Anh có dáng người nho nhã, hơn là dáng oai phong của một Sĩ Quan.

Anh thường gọi chúng tôi là “các cậu”, với giọng nói thân tình, ấm áp .. Có lẽ, tôi chưa bao giờ thấy Anh cau mày khó chịu về việc gì, dù việc đó, cá nhân tôi có lỗi với Anh.



GDPT GIÁC MINH 7/1955 tại chùa GIÁC MINH Sài Gòn TT THÍCH THANH CÁT  
Gia Trưởng đứng giữa. GDPT đầu tiên của miền VĨNH NGHIÊM  
Ảnh của HTTrưởng Tuệ Jinh

*Anh Cự đứng ngoài bìa bên trái*

Nhớ có lần, Anh ghé nhà bàn công việc sinh hoạt với Anh Tuệ Linh, gặp Bồ tôi, Anh thường gọi Bồ tôi là “Chú và Anh tự xưng là Cháu” thật thân tình, hồi đó, Anh Cự đi một chiếc xe mobilette màu vàng, lợi dụng khi Anh nói chuyện với Anh Tuệ Linh, tôi lấy xe của Anh chạy một vòng trong khu vườn bông gần nhà, thời gian đó tôi khoảng chừng 14, 15 tuổi thôi, chỉ chạy xe đạp, do đó khi thấy có xe gắn máy là mê tít, tôi lấy xe Mobilette của Anh Cự chạy mấy vòng cho thỏa thích... Trong khu vườn bông gần nhà, ở khu quanh có đoạn có loại đá dăm (đá nhỏ), tôi chưa làm chủ được tốc độ, khi vào vòng cua, xe vẫn chạy nhanh, tôi và xe trượt ngã lao vào lề đường vườn bông, đứng lên trầy cả tay chân nhưng không hề biết vì chỉ lo hư xe của Anh Cự, mà quả thật, tay lái xe bị vẹo đi, đoạn tay cầm hơi bị cong vì bị đập mạnh xuống đường, tôi cố bẻ cho tay lái thẳng lại, nhưng phần tay cầm bị cong thì đành chịu, tôi lo tái mặt, toát mồ hôi... Khi chạy chậm chậm về nhà, Anh Cự và Anh Tuệ Linh đang đứng ở cửa chờ tôi... lại càng lo hơn nữa...



*Hàng đứng : anh Tuệ Linh, anh Cự, Thầy Thanh Cát, Chị Tâm, chị Minh, chị Trinh*

Anh nhìn thấy tôi bị trầy khủy tay, rách đầu gối ...Anh tỏ vẻ lo lắng cho tôi, hỏi han đủ điều mà không để ý đến chiếc xe của Anh tay lái đã bị cong..Tôi thú thật và chỉ vào tay lái xe, nhưng Anh chỉ luôn lo lắng xem xét vết thương của tôi, cuối cùng Anh an ủi tôi, “ xe không sao, Anh chỉ lo cho cậu thôi, xe sửa lại một chút có gì đâu, cậu đừng lo”.

Tôi muốn ứa nước mắt vì tình cảm Anh dành cho đứa em ngỗ nghịch như tôi...tôi nói lí nhí “ Em xin lỗi Anh”...Anh không soa đầu tôi nhưng Anh luôn miệng nói “không sao, không sao”.

Từ lần đó, mỗi khi Anh đến nhà, tôi không dám lấy xe Mobilette của Anh chạy chơi nữa. Anh Cự là thế đó, đối với các Em , Anh luôn gần gũi và khoan dung như vậy.

Có lẽ đến cả hơn 20 năm qua không được gặp lại Anh, vì tôi không cư ngụ tại Hoa Kỳ, nhưng vẫn nghe các Anh Chị nói đến sinh hoạt và sức khỏe của Anh (!)

Hôm nay nghe tin Anh đi rồi, tự dưng bao nhiêu kỷ niệm vui buồn với Anh trở lại trong tôi, ngồi viết những dòng chữ kỷ niệm này nơi cuống họng mình thấy nghèn nghẹn, tuy chưa rơi lệ, nhưng mắt cũng đã mờ mờ ... với buồn vui lẫn lộn...

Anh Cự không còn nữa, chiếc xe Mobilette cũ Anh cũng đã bỏ nó từ lâu, nhưng em còn nhớ nó ! Anh Tuệ Linh, xin giúp em thấp một nén nhang chia tay với Anh Cự.

Cầu xin Anh Bình An về dưới Tòa Sen.

*Sydney, một ngày buồn nghe tin Anh !.  
Tuệ Mỹ, Vũ Trọng Khải*

---

## THƯ TÍN *(Tiếp theo)*.....

Sự quý mến của anh đối với Tr Khiết có cả hai thứ Tình Lam và cùng chí hướng mong muốn quê hương có được Dân chủ Nhân quyền.

Chị TB cũng không quên thay mặt tr Khiết để chia buồn cùng chị. Rất tiếc vì lý do sức khỏe mà Tr Khiết đã không tới được

Tiếp theo là chúng tôi được vào viếng anh. Anh nằm đó với nét mặt thanh thản bình an. Chị TB đã lấy Huy hiệu Hoa sen đang cài trên áo và cúi xuống cài vào áo cho Tr Cự. Vĩnh biệt anh.

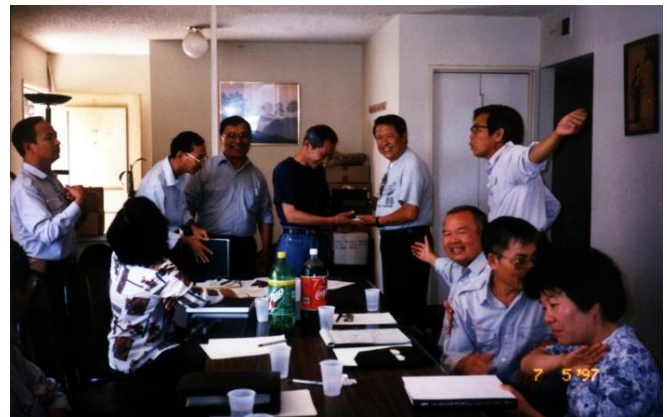
Xong phần nghi lễ chúng tôi ra chụp hình kỷ niệm và được gia đình anh chị tiếp đón bằng rất nhiều món ăn và thức uống

Tóm lại một đám tang đã được tổ chức bằng tất cả lòng yêu thương và chu đáo

Xin cảm ơn.

**LTH**

\* Anh Cố Huynh Trường Cao niên vừa mới từ trần , Anh Trần Tư Cự nguyên là Huynh Trường của GDPT Giác Minh và Minh Tâm ngày xưa, Anh đã in cho AHVN cuốn Kỷ Yếu 2001 và 2003 và anh cũng in cuốn 50 năm GDPT. Anh đã có mặt trong nhiều cuộc họp của AHVN nhất là khi anh Thu còn sinh tiền.



*Anh Cự đang trao cho các Thành viên hiện diện cuốn 50 năm GDPT có chữ ký của anh trong lần Hội Ngộ 1997 tại nhà anh Thu*

**(Diệu Thu)**

# VỰC THÂM DƯỚI CHÂN...

Có một anh chàng họa sĩ từ lâu ôm ấp ước mơ để lại cho hậu thế một tuyệt tác. Và rồi một ngày kia chàng bắt tay vào việc. Để tránh sự ồn ào náo nhiệt của cuộc sống thường nhật, chàng dựng một khung vẽ rộng 30 mét vuông trên sân thượng một tòa nhà cao tầng lộng gió. Người họa sĩ làm việc miệt mài suốt nửa năm. Chàng say mê bức họa tới mức quên ăn quên ngủ. Khi bức tranh hoàn thành, nó sẽ đưa tên tuổi của chàng sống mãi với thời gian.

Một buổi sáng nọ, như thường lệ, chàng họa sĩ tiếp tục hoàn chỉnh những nét cọ trước sự trầm trồ của hàng chục du khách tham quan. Tuy nhiên sự có mặt của đám đông không hề ảnh hưởng tới họa sĩ. Chìm đắm trong cơn say mê điên dại, chàng ngây người nhìn ngắm thành quả lao động sáng tạo của mình. Cứ thế, chàng từ từ lùi ra xa để chiêm ngưỡng bức tranh mà không biết rằng mình đang tiến tới mép sân thượng. Trong số hàng chục người khách tham quan đang bị bức tranh hút hồn, chỉ có vài người phát hiện ra mối nguy hiểm đang chờ đón người họa sĩ: chỉ lùi một bước nữa là chàng sẽ rơi tòm xuống khoảng trống mênh mông cao cả trăm mét. Tuy nhiên, không ai có can đảm lên tiếng vì biết rằng một lời cảnh báo có thể sẽ khiến người họa sĩ giật mình ngã xuống vực thẳm.

Một sự im lặng khủng khiếp ngự trị trong không gian. Bất chợt một người đàn ông tiến tới giá vẽ. Ông ta chộp lấy một cây cọ nhúng nó vào hộp màu và bôi nguệch ngoạc lên bức tranh. Một sự hoàn mỹ tuyệt vời đã bị phá hủy. Người họa sĩ nổi giận, anh ta gào lên dùng dùi đục lao tới bức vẽ, giật cây cọ từ tay người đàn ông nọ. Chưa há giận, người họa sĩ vung tay định đập cho người đàn ông



nọ một trận. Tuy nhiên, hàng chục người xung quanh cũng đã kịp lao tới, giữ lấy người họa sĩ và giải thích cho anh ta hiểu tình thế. Rồi một vị cao niên tóc bạc phơ đến bên chàng họa sĩ và nhẹ nhàng nói: "Trong cuộc đời, chúng ta thường mãi mê phác ra những bức tranh về tương lai. Tuy rằng bức tranh đó có thể rất đẹp, rất quyến rũ nhưng chính sự quyến rũ, mê hoặc về những điều sắp tới đó thường khiến chúng ta không để ý tới những mối hiểm họa gần kề, thậm chí là ngay dưới chân mình".

Vậy nên, nếu như có ai đó bôi bẩn, làm hỏng bức tranh về tương lai mà ta dày công tô vẽ, xin bạn chớ nóng vội mà oán giận. Trước tiên hãy xem lại hoàn cảnh thực tại của chính mình. Biết đâu một vực thẳm đang há miệng chờ đón ngay dưới chân bạn...

Thân chào.  
**Phúc Tuệ**



Chữ nhân là chữ tượng vàng.  
Ai mà nhân được thì càng sống lâu.

# VÀ ĐÓN ẠM NGŨ VỀ HỘI NGỘ 2019

Quý Anh Chị AH GDPT VN HN kính mến,

Từ lúc chia tay ở lần Hội Ngộ 2019 cho đến nay, chắc hẳn trong chúng ta ai nấy vẫn còn nhiều dư âm và kỷ niệm đẹp trong tâm tưởng của những ngày sinh hoạt chung với nhau dưới mái chùa Phổ Từ, tại Hayward, California.



*Chùa Phổ Từ*

Đối với nhiều anh chị em trong ái hữu GDPT Vĩnh Nghiêm hải ngoại đây là lần đầu tiên đặt



*Thầy Từ Lực và anh Khiết*

chân đến Phổ Từ nhưng làm sao chúng ta quên được sự đón tiếp và chăm sóc ân cần của Thầy Trụ Trì, Thượng Tọa Thích Từ Lực, cùng quý Chư Ni và Phật tử của Chùa Phổ Từ dành cho chúng ta trong ba ngày, 18, 19 và 20 tháng 10 vừa qua.



Thầy Từ Lực đã bỏ tâm sức gắn nhiều hình ảnh sinh hoạt của GDPT dọc theo hàng rào của Chùa trong phần trang trí để cho đón Hội Ngộ AH GDPT Vĩnh Nghiêm HN 2019. Đặc biệt cũng có



hình ảnh của Đức Đệ Ngũ Tăng Thống Thích Quảng Độ Thành ra, khi chia tay với Thầy, với quý Ni Sư ... chúng ta đã thật bịn rịn. Chân chưa

bước đi mà tim như đã nặng nề những giọt nước mắt, và ngôi chùa Phổ Từ “xa lạ” trước kia giờ đây bỗng chốc trở thành ngôi chùa thân thương trong tim...

Hoan hô sáng kiến của chị Cao Minh Châu và quý anh chị Nam Cali về quyết định thuê xe Van 12 chỗ và kiếm được một “Bác Tài” lái xe đường xa



*Quý Ni Sư và Sư Cô lo bữa ăn*

không lương. Đó là Trường Ngô Lê Trọng Thuấn, con trai của Trường Lê Xuân Mai, tức chị Ngô Mạnh Thu. Tài lái xe hiền lành của bác tài khiến hành khách trên xe cảm thấy rất an toàn. Đoạn đường dài hơn 6 giờ đồng hồ từ Nam Cali tới San Jose, ngoài lúc mọi người rơi vào giấc ngủ, còn khi thức giấc thì đoàn người rộn rã biết bao nhiêu câu chuyện vui, bao nhiêu tiếng cười, bao nhiêu câu hò tiếng hát.



*Phòng ăn của Chùa Phổ Từ*

Tổng số thành viên hiện diện của hội ngộ lần này được 33 anh chị, tuy không được đông như dự tính ban đầu nhưng phải nói rất là vui và thân tình. Sự có mặt của những anh chị lần đầu tiên đến với Hội ngộ, như anh chị Trường Huỳnh Văn

An và Nguyễn Thị Nguyệt Ngân, đôi uyên ương Hoàng Cương và Yên, Trường Kim Trang và Trường Đặng Đình Chính... đều cho biết họ rất vui và hòa nhập rất nhanh vào với mọi người trong đại gia đình có tên là Ái Hữu GDPT vĩnh Nghiêm Hải Ngoại. Những anh chị vắng mặt một thời như Hùng và Ngọc cũng vậy. Những ngăn cách đã không còn mà tất cả trở thành là một không gian thơm ngát hương vị Lam thân yêu.



*Quý anh: Vui, Thuấn, Hải, Cương, Hoài*

Và vui mừng hơn hết là có được sự hiện diện của Huỳnh Trường cao niên, Trường Tâm Trí Quang Vui. Anh là một trong vài người Liên Đoàn Trưởng của một đơn vị gia đình Phật tử họ Giác đầu tiên của Giáo Hội Tăng Già Bắc Việt tại Miền Nam từ những năm 1950 xa xưa, GDPT Giác Minh. Những đơn vị họ Giác này về sau trở thành các đơn vị gdpt nòng cốt của Miền Vĩnh Nghiêm khi hòa nhập vào với Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất sau cuộc tranh đấu bình đẳng tôn giáo năm 1963. Anh Tâm Trí Quang Vui còn là một nghệ sĩ và nhạc sĩ tên tuổi. Nhưng đặc biệt, anh là người đã sáng tác cho mỗi lần hội ngộ Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại một bài hát thật xuất sắc. Những bài hát này nổi tiếng trên khắp các diễn đàn Áo Lam từ trong nước ra hải ngoại, và độc đáo là: Chỉ có Hội Ngộ GDPT Miền Vĩnh Nghiêm ở hải ngoại mới có!

Hạnh diện thay, chúng em xin cảm ơn Anh!!! Xin được nói qua về Trường Hùng. Anh còn được biết đến, giữa những người bạn thân, với cái tên ngộ nghĩnh “Hùng Trụi” (xin vô phép Anh nhé) vì cái đầu hơi ...b ...thiếu tóc. Anh Hùng rất vui tính, hay nói đùa, là một cái đinh trong bất cứ một vòng tròn lớn hay nhỏ nào. Cùng với Trần Minh Phương và Nguyễn Văn Định, anh còn là một



Trưởng của Du Ca do cố Huynh Trương Tâm Hòa Ngô Mạnh Thu và Nguyễn Đức Quang thành lập ở Miền Nam Việt Nam trước 1975, đàn hay hát giỏi là khả năng của anh.



Và anh có một người vợ, chị Ngọc, phu nhân của anh, trưởng GDPT Vĩnh Nghiêm rất hiền lành, hay cười nhưng ít nói Hội ngộ lần này còn nhận thêm sự yểm trợ của GDPT Thiện Tâm ở Oakland qua sự vận động của hai bạn Cương và Yên. Thiện Tâm đã cho hội ngộ của Vĩnh Nghiêm mượn một dàn âm thanh gọn, nhẹ nhưng rất tốt với 4 cái mikes rất “pro,” cho nên các “ca sĩ tài danh một thời” của Vĩnh Nghiêm có hứng, hát hoài mà không thấy... chán.



Tối thứ Sáu là buổi sinh hoạt chung để hoàn tất các trang trí cho hội ngộ ở trên chánh điện và trong phòng thư viện chùa Phổ Từ, giờ đây trở thành phòng sinh hoạt chính của hội ngộ. Đây cũng là thời gian để mọi người tập dợt 3 bài hát chính của Hội Ngộ. Xin cảm ơn các vị nhạc sĩ của “Hoa Vàng Mây Đột”, “Về Không Không Về” và “Hội Ngộ Yêu Thương”. Qua tài hướng dẫn của Anh Trưởng Nhạc Sĩ Tâm Trí Quang Vui, Trưởng Du Ca Hùng, Trưởng Thuần, Trưởng Phương.

Dưới tài điều khiển của 4 vị trên, mọi người chẳng mấy chốc hát được ngay những bài hát này và không khí hội ngộ như chấp cánh vút bay lên cao khi những bài hát được cất lên!



Hoan hô Trưởng Diệu Thu Nguyễn Thị Tâm, với sự tiếp tay của chị Cao Minh Châu, đã hoàn thành Bản Tin của Hội Ngộ Thung Lũng Hoa Vàng rất đẹp. Bản Tin và nội dung bài vở, hình ảnh rất đầy đủ được phát hành ngay tại chỗ là đóa hoa thơm cho lần hội ngộ này. Chị Diệu Thu Nguyễn Thị Tâm, cùng với phu quân, anh Quỳnh một sỹ quan QLVNCH, cùng gia đình người con trai và vợ bay về từ Arizona. Trước khi về tới Phổ Từ, Chị vẫn không quên lo xong từng Bảng Tên cho Tham dự Viên Hội Ngộ. Bảng tên có giầy đeo gọn gàng, Chị về đây để về làm vài nhiệm vụ rất khiêm nhường nhưng rất ý nghĩa của một chị trưởng gia đình phật tử ở cuộc hội ngộ này của Vĩnh Nghiêm ở ngôi chùa Phổ Từ, Oakland, California! Thật là một chị Trưởng của gdpt!



Lời hoan hô của chúng ta không thể không gửi đến hai Chị: Trưởng Minh Châu, Trưởng Đan. Hai Chị đã hết sức lo lắng cho HN về áo thun và mấy cái banners quan trọng của Hội Ngộ. Hội Ngộ mà

không có Logo do Trưởng Quỳnh Giao thực hiện thì không ....thành Hội Ngộ. Mỗi lần Hội Ngộ là một design khác nhau nói về chủ đề của hội ngộ đó. Luôn luôn xuất sắc và là một design đẹp, làm bùng lên sức sống của hội ngộ. Tác giả Trưởng Quỳnh Giao là ái nữ của anh chị Quỳnh Tâm !



*Chụp hình làm Thẻ Tham dự viên*

Và đặc biệt cảm ơn hai Trưởng Cương và Yên, đôi vợ chồng trẻ mới cưới. Họ đã lo phần âm thanh cho hội ngộ, chụp hình từng thành viên để đeo cùng với bảng tên của mỗi người, quay video và chụp ảnh cho toàn bộ sinh hoạt của hội ngộ, lái xe cho các Trưởng... Đây là lần đầu tiên hai Trưởng trẻ này tham gia hội ngộ Vĩnh Nghiêm hải ngoại nhưng đã đóng góp hết mình, chúng tôi vừa cảm phục vừa yêu quý hai bạn vô cùng. Nếu nói rằng các bạn và các Trưởng Trẻ khác là niềm hy vọng của Ái Hữu Vĩnh Nghiêm hải ngoại quả cũng không ngoa!



Không khí của ngày Hội Ngộ đã bắt đầu ngay ngày thứ Sáu, từng group đến lần lượt, tay bắt mặt mừng, hỏi han nhau ríu rít, người đóng tiền ghi

danh, người chụp hình làm thẻ, người tìm chỗ ngủ của mình, ... Tội nghiệp phái Nam, bao giờ cũng phải hy sinh, nhường phòng ngủ cho phái Nữ. Và phòng ngủ của các Anh cũng là nơi sinh hoạt chung của những ngày Hội Ngộ vì thế các Anh phải ngủ trễ và thức dậy sớm để phòng lúc nào cũng sẵn sàng cho các giờ sinh hoạt.



*Thầy Trụ Trì Niệm hương*

Sáng thứ Bảy là ngày sinh hoạt chính của Hội Ngộ GDPT Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại 2019 **“Thung Lũng Hoa Vàng, Lam Ôi Tìm Về.”** Lễ Hiệp Kỳ mở đầu sinh hoạt chính thức của Hội Ngộ 2019 GDPT được tổ chức long trọng và cảm động ở Chánh Điện chùa Phổ Từ.



*Khoá Lễ*

Gần 8 giờ ieu mọi người đã tề chỉnh y phục đồng phục áo Lam GDPT. Trưởng Thiện Thanh Đăng Đình Khiết, Trưởng Ban Tổ Chức, và Trưởng Như Không Võ Văn Phú , Trưởng Ban Ban Chấp Hành, đi vào hậu ieu cung thỉnh Thượng tọa Thích Từ Lực và quý chư Ni tiền ra chánh điện chùa Phổ Từ. Sau tiếng hô của Trưởng

Phúc Đạt Trần Minh Phương toàn thể mọi người nghiêm trang chấp tay búp sen chào đón Thầy và quý Ni



Ba tiếng chuông được thỉnh lên, Thầy khoan thai đánh lễ Phật và bắt đầu niêm hương. Sau đó Thầy được mời trở về an tọa chứng minh cho khóa lễ Nghi thức GDPT Việt Nam do Trưởng Diệu Thu Nguyễn Thị Tâm chủ lễ. Tiếp theo là lễ chào cờ Gia Đình Phật Tử do Trưởng Phúc Đạt điều khiển và người trưởng trẻ Hoàng Cương phụ trách phần thủ kỳ.

Huynh Trưởng cao niên Tâm Trí Nguyễn Quang Vui cung thỉnh Thầy ban cho thời pháp ngắn nói về ý Nghĩa Lễ Hiệp Kỳ. Tiếp theo là nghi thức thắp nến. Ngọn nến được Thầy thỉnh từ trên bàn thờ Phật rồi chuyền đến mọi người hiện diện. Đoàn người nối nhau dâng nến lên bàn thờ Hiệp Kỳ trong khi hai Trưởng Phương và Minh Châu xướng danh từng Vị hữu công đã khuất. Nhiều anh chị đã không cầm được những giọt nước mắt thương nhớ về những người quá vãng...



Sau buổi lễ hiệp kỳ mọi người được chụp hình kỷ niệm với Thầy ngay trong Chánh Điện. Nhiều

người tranh nhau để được đứng bên cạnh vị Thầy mà giờ đây đã thành rất thân thiết đối với họ. Sau đó là bữa ăn trưa trước khi bắt đầu sinh hoạt bầu cử tân Ban Chấp Hành,



Sinh hoạt Đại Hội Lương Niên GDPT Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại được tổ chức tại Phòng Thư Viện. mở đầu Trưởng Thiện Thanh Đặng Đình Khiết với ít lời khai mạc và anh đã kính mời Niên Trưởng Tâm Trí Quang Vui vào vai trò chứng minh và thành hình ban kiểm soát buổi bầu cử.



*Trưởng Như Không tường trình công việc 2 năm của BCH và tuyên bố mãn nhiệm*

Trưởng Như Không Võ Văn Phú được mời tường trình những thành quả mà BCH 2017-2019 đạt được trong 2 năm qua, Anh cảm ơn sự hỗ trợ của toàn thể thành viên Ái Hữu GDPT Vĩnh Nghiêm Hải Ngoại và tuyên bố mãn nhiệm Ban Chấp Hành. Trước khi ngồi xuống, Anh thông báo rằng vì trong người không được khỏe nên Anh từ chối mọi đề cử vào bất kỳ chức vụ nào trong nhiệm kỳ tới. Nhờ cách làm việc được nhiều uy tín của các Trưởng trong BCH đương nhiệm và những nhiệm kỳ trước đây, nên mặc dù đã tuyên bố mãn nhiệm

mà Ban Chấp Hành vẫn được Đại Hội yêu cầu tiếp tục nhiệm kỳ kế tiếp. Thế là lại một lần nữa các Anh Chị Em lại được yêu cầu làm thêm một nhiệm kỳ nữa!



*Thành phần Tân BCH*

Trong lần này, toàn thể hội nghị chiều lòng Trưởng Như Không Võ Văn Phú nên để Trưởng Phú nghỉ “tạm” trong một thời gian. Tân Ban Chấp Hành đã họp riêng để hỏi ý kiến của từng anh chị xem có vị nào chịu đứng ra hy sinh lèo lái con thuyền Ái Hữu trong thời gian tới hay không, và may sao Chị Trưởng Thanh Minh đã nhận lời làm Trưởng Ban cho nhiệm kỳ mới. Mọi người thờ phào vì nếu không chúng ta sẽ đi vào bế tắc, vì thuyền thì có rồi nhưng thuyền trưởng thì không.



Những nhiệm vụ còn lại đã được điền vào rất nhanh vì đây toàn là những Anh Chị luôn có tâm huyết và kinh nghiệm từ mấy năm trước. Chẳng mấy chốc, một Tân BCH hùng hậu đã hình thành và lợi hơn nữa là lại có được 2 Trưởng Cố Vấn đầy kinh nghiệm. Ai nấy vỗ tay hoan hô thật lớn với nụ cười thật tươi chào đón Tân Ban Chấp

Hành cùng 2 Cố Vấn. Tan phòng họp thì lại qua phòng ăn tối và rồi vội vàng để tập họp ở phòng sinh hoạt để bắt đầu chương trình văn nghệ chung.



Đêm Văn Nghệ sinh hoạt chung thì không thể nào thiếu MC Phúc Đạt Trần Minh Phương, anh điều khiển rất hay và chọn lọc những tiết mục rất khéo với đầy đủ ý nghĩa. Hoan hô Trưởng Phương! Kỳ HN này tôi lại được nghe và hát những bản nhạc Du Ca một thời nhờ có anh Hùng Du Ca đánh đàn với group singing gồm anh Phương, chị Lina và chị Đan nên càng làm không khí sống động hơn. Trong không khí vui như thế, anh chị Huỳnh Văn An và Nguyễn Thị Nguyệt Ngân cũng không thể từ chối tham gia nên đã đóng góp bài hát “Tôi Yêu Màu Lam” rất hay. Vui nhất là lần này lại được rất nhiều đóng góp văn nghệ của ACE Thành Viên và vài vị Phật Tử của chùa Phổ Tử. Ba bài hợp ca Hội Ngộ được tất cả cùng hát nhiều lần khiến đến khi đi ngủ cũng còn nằm mơ thấy mình đang hát!!!



Chương trình văn nghệ Hội Ngộ tối đó hay và phong phú quá Trưởng Phương và quý anh chị ạ. Nhưng không hiểu sao mà Hội Ngộ nào tiết mục ca cải lương của Trưởng Phú lúc nào cũng

được bà con hưởng ứng và vỗ tay nhiều nhất. Hoan hô Trưởng Phú!



Sáng chủ nhật, sau bữa điểm tâm, chị Trưởng Thanh Minh đã trình diện Tân BCH và 2 Cố Vấn lên Thầy Trụ Trì và quý Chư Ni. Chúng tôi lại được chụp vài tấm hình kỷ niệm cùng Thầy ở trước cửa chánh điện.



Kể đến, chúng tôi được sinh hoạt chung và chụp hình kỷ niệm với GDPT Chánh Hòa của chùa Phổ Từ. Đây là một đơn vị thật hùng mạnh, hơn một trăm đoàn sinh và vài chục anh chị huynh trưởng! Hoan hô Chánh Hòa!!!

Chẳng mấy chốc đã đến giờ khởi hành lên đường đi đến Chùa Giác Minh ở Palo Alto cách Phổ Từ khoảng 50 phút. Ngôi chùa Giác Minh, có lẽ là ngôi chùa Việt Nam đầu tiên được kiến thiết từ năm 1975 do Hòa Thượng Thích Thanh Cát làm Trụ Trì. Thầy năm nay đã 94 tuổi rồi nhưng Ngài con rất tinh tường. Thầy rất vui mừng gặp lại chúng tôi. Thầy cùng vỗ tay và miệng Ngài mấp máy như đang hát cùng với mọi người. Ba bốn nhiếp ảnh gia đã làm việc tới tấp thu hình của



Ngài với đàn con Vĩnh Nghiêm đang quây quần chung quanh Ngài. Chúng tôi được Ni sư đại diện Chùa Giác Minh cho ăn một bữa ăn trưa rất ngon, nhiều người con mua thêm mấy món chay để mang về nhà.



Và rồi lại đến giờ Giây Thân Ái để chia tay Hội Ngộ trước sân chùa Giác Minh. Ai nấy cứ bịn rịn chưa muốn chia tay nhau. Nhưng cuối cùng rồi cũng phải nói lời chia tay và ‘Hẹn Lần Sau Nhé’ Chuyến bay của tôi là bay đêm và đến 6:30 sáng hôm sau thì về lại thành phố nơi cư ngụ. Tôi đã phải đi thẳng vào chỗ làm. Thú thật là hôm đó chẳng làm được việc cho sở. Đầu óc vẫn cứ lan man về buổi Hội Ngộ. Rất tiếc cho quý Anh Chị đã vắng mặt kỳ này. Vui lắm Anh Chị ơi!....

**Thiện Thanh Đặng Đình Khiết**  
**Diệu Hiền Đặng Kim Kiềm**  
(Hình ảnh: Hải, Khiết, Tâm)





## Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất Viện Tăng Thống

Chùa Từ Hiếu – 59 Lô D Dương Bá Trạc, Phường 1, Quận 8, Sài Gòn

Phật Lịch: 2563

### CÁO BẠCH

Nam Mô A Di Đà Phật

- Kính Bạch:**
- Chư Tôn Hòa Thượng, Chư Thượng Tọa, Đại Đức Tăng Ni trong và ngoài nước.
  - Đồng Bào Phật Tử gần xa.

Đại Lão Hòa Thượng Thích Quảng Độ - Đệ Ngũ Tăng Thống Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất, đã viên tịch lúc 21 giờ 30 phút ngày 29 tháng giêng năm Canh Tý, tức ngày 22/02/2020).

Thượng thọ 93 tuổi, 73 hạ lạp.

Theo di huấn của Ngài ký ngày 05/4/2019, tức ngày mùng 1 tháng 3 năm Kỷ Hợi. Ở mục 4, Ngài dạy : “ Sau này khi tôi về cõi Phật, tôi hoàn toàn ủy quyền cho Hòa Thượng Thích Nguyên Lý cùng một số Tăng, Ni và Phật Tử có tâm với Giáo Hội lo toàn bộ tang sự cho tôi. Tang Lễ đơn sơ, không để quá 3 ngày. Sau khi hỏa thiêu thì đem tro cốt của tôi rải xuống biển”. Vì vậy, tuân theo ý chỉ của Ngài, tang sự của Ngài sẽ thực hiện như sau:

- 14 giờ ngày mùng 1 tháng 02 năm Canh Tý  
Tức ngày 23/02/2020 : Lễ nhập quan.
- 8 giờ ngày mùng 3/02 năm Canh Tý  
Tức ngày 25/02/2020 cung tiễn kim quan đi hỏa thiêu.

Sau đó tro cốt của Ngài sẽ rải xuống biển.

Tăng Ni và Phật Tử đến lễ bái, thọ tang xin miễn phúng điếu, kể cả vòng hoa, trướng liễn ...

Không có diếu văn, tiểu sử, cảm tưởng và mọi hình thức thông thường khác, chỉ đến lễ bái, thọ tang mà thôi (mật niệm, tâm tang).

Trần Trọng Cáo Bạch

Chùa Từ Hiếu, ngày 23/02/2020

Trụ trì



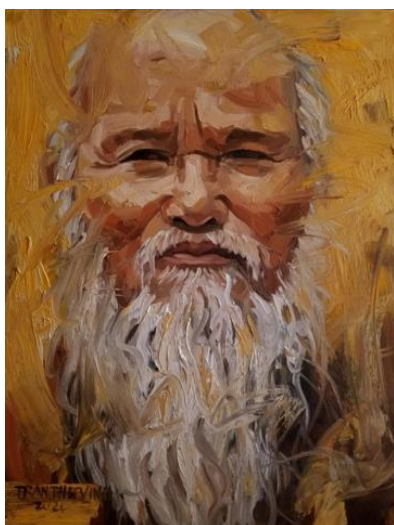
Tỳ Kheo Thích Nguyên Lý



**Đức Đệ Ngũ Tăng Thống GHPGVNTN  
Đại Lão Hòa Thượng Thích Quảng Độ**

*Thầy sinh ngày 27/11/1928 ở xã Nam Thanh, huyện Tiền Hải, tỉnh Thái Bình. Tên khai sinh là Đặng Phúc Tuệ. Thầy di cư vào Nam năm 1954 và trở thành một trong những nhân vật lừng danh trong Phật giáo Việt Nam qua những công trình biên dịch và vai trò lãnh đạo trong Giáo hội Phật Giáo Việt Nam Thống Nhất.*

**Bức Họa của Trần Thế Vinh**



**CHIỀU ĐÔNG**

Nghe lòng xa vắng những chiều đông  
Nhìn nước mênh mông khắp mặt đồng  
Bát ngát núi xa mờ bóng cọp  
Thăm thẳm trời cao bật cánh hồng  
Bao độ cà tan cà nở nụ  
Mấy mùa lúa rụng lúa đơm bông  
Năm tháng mỗi mòn đầu đã bạc  
Còn chút lòng son gởi núi sông

**(HT Thích Quảng Độ, Thơ Từ HT Thích Quảng Độ, trang 265)**

# HÌNH TANG LỄ VÀ TUẦN THẤT 2



*Tang Lễ*



*Tang Lễ*



*Tang Lễ*



*Tang Lễ*



*Tuần Thất 2*



*Tuần Thất 2*



## THAM DỰ LỄ TANG

\* --Thưa các anh chị, sáng nay 25-02 Tuệ Hạo đã đến chùa Từ Hiếu để tiễn đưa HT Tăng Thông và có gặp Hùng Trần và chị Minh ( có trong buổi họp mặt của AHVN/HN vừa qua) anh Hùng có chụp nhiều hình ảnh buổi tang lễ và sẽ gửi đến quý ac sau ...! **Tuệ Hạo**



\* Ngày 25-02-2020, Di quan có các Huỳnh Trường Trần Hữu Định đến từ Sydney (Úc), Tâm Đồng Thân Huỳnh Văn An và Tâm Chơn Minh Nguyễn Thị Nguyệt Ngân đến từ Virginia (Mỹ), Trần Đình Hùng và Phạm Thị Minh là những Huỳnh Trường GDPT Miền Vĩnh Nghiêm cùng tham dự Cung tiễn kim quan Đức Tăng Thông đến Nghĩa Trang Đa Phước ở huyện Bình Chánh, Tp. HCM để làm lễ Trà Tỳ theo Di huấn của Ngài. **Phúc Trung**



\* Kính thưa quý anh chị AHGDPT Vĩnh Nghiêm,  
Thưa anh Khiết,  
Như đã thưa trước với anh A & N đã về thăm quê nhà VN tại hai nơi Cần thơ (quê N) và Quinhon (quê

A)nhân dịp Xuân Canh Tý vừa qua nhưng rùi thay khi vừa đến nhà thì hay tin dịch Coronavirus 19 nên đành phải lánh nạn tại Quinhon và vào lại Sài Gòn được vài hôm thì hay tin Hoà thượng Thích Quảng Độ viên tịch! Nỗi niềm thương tiếc đến Thầy thì không thể chia sẻ hết ra đây được, chỉ xin ghi lại anh một vài tấm hình rằng A&N đã có một duyên lành đây may mắn vừa là một cậu học trò của Thầy tại ĐH Vạn Hạnh, phân Khoa Giáo Dục vừa là một Phật tử đã sống và thực hành những gì Thầy đã dạy kể từ 1970 đến giờ, mà giờ phút này mình có mặt nơi Linh Cửu của Thầy để sụp lạy tạ ơn Thầy mà lòng xúc động dâng trào... Con đã gặp được Thầy trong từng hơi thở kể từ lúc con là kẻ... cùng tử tha phương cầu thực xưa nay!

**Tâm Đồng Thân Huỳnh Văn An**



## HÌNH ẢNH SINH HOẠT



*Họp mặt Nam Cali*



*Thăm chị Nhung*



*Tham dự Lễ ở Chùa Sùng Nghiêm*



*Gặp nhau ở Nam Cali*



*Họp mặt Nam Cali*



*Họp mặt Miền Đông*

# 10 Thực phẩm tốt nhất cho TIM

(Health.com)

## YẾN MẠCH – OATMEAL

Quý vị hãy bắt đầu một ngày với một chén bột yến mạch hấp, đó là một món ăn rất nhiều chất omega-3 fatty acids, folate, và potassium. Và cũng là một món ăn ưu hạng, giàu chất xơ, có thể giảm được mức độ cholesterol xấu (LDL), và làm sạch các động mạch.



## CÁ HỒI – SALMON

Cá hồi rất giàu chất omega-3 fatty acids, có thể giảm huyết áp rất hiệu quả, và chống các hạt máu đông. Nếu quý vị ăn thịt cá hồi 2 lần một tuần, có thể giảm được 30% nguy cơ trụ Tim.



Bác sĩ Stephen T. Sinatra, tác giả quyển sách “Hạ huyết áp của bạn trong vòng 8 tuần lễ” đã nói như sau: “Cá hồi chứa đựng chất carotenoid

astaxanthin, có tác dụng chống oxyt hóa rất mạnh”. Nhưng quý vị hãy chọn mua loại cá hồi sống trong môi trường thiên nhiên, không hàm chứa độc tố thuốc trừ sâu, và các kim loại nặng khi được nuôi ở các trại cá. Nếu như quý vị không thích cá hồi, một số các loại cá khác có nhiều chất dầu như: cá thu (mackerel), cá tuna, cá trích (herring), và cá mòi (sardine) cũng sẽ giúp ích cho Tim rất nhiều.

## TRÁI BƠ – AVOCADO



Hãy thêm một chút bơ vào sandwich hay spinach salad (rau dền) để gia tăng những chất béo lành mạnh cho Tim của quý vị. Quả bơ – Avocado hàm chứa mono-unsaturated fat, có thể làm giảm lượng cholesterol xấu (LDL), đồng thời gia tăng lượng cholesterol tốt (HDL) trong cơ thể. Bác sĩ Sinatra cho biết: “Quả bơ là một món ăn tuyệt hảo, vì có thể giúp cơ thể hấp thụ các chất carotenoids khác, đặc biệt là chất beta-carotene và lycopene, tối cần thiết cho Tim”

## DẦU OLIVE

Dầu Olive chứa toàn chất mono-unsaturated fats (những chất béo có thể hòa tan), giảm cholesterol xấu (LDL) và giảm nguy cơ phát triển bệnh Tim. Một nghiên cứu từ 7 quốc gia, nhằm tìm hiểu những yếu tố liên quan đến bệnh Tim Mạch trên toàn cầu, cho thấy rằng, những người đàn ông ở vùng Crete có khuynh hướng mắc bệnh cao cholesterol, thế nhưng chỉ có vài trường hợp tử vong vì bệnh Tim. Lý do vì họ luôn ăn nhiều dầu

olive, là loại dầu có nhiều chất béo tốt cho Tim. Và quý vị hãy nhớ thêm vào món ăn của mình loại dầu olive sống, hay các loại dầu sống khác, không bị cháy, vì không phải trải qua quá trình nấu nướng. Quý vị cũng nên dùng dầu olive, thay vì dùng bơ khi nấu nướng.



### CÁC LOẠI HẠT – NUTS



Hạt walnuts có rất nhiều omega-3 fatty acids và, cùng với hạt hạnh nhân (almonds) cũng như hạt macadamia, tất cả đều chứa mono- và poly-unsaturated fat, là các loại chất béo có thể hòa tan. Bác sĩ Sinatra cho biết thêm: “Các loại hạt này còn tăng cường chất xơ, và không khác gì dầu olive, chúng là một nguồn dồi dào các chất béo lành mạnh”.

### CÁC LOẠI DẦU – BERRIES



Blueberries, raspberries, strawberries, tất cả đều là những chất chống sung, và làm giảm nguy cơ bệnh Tim và Ung thư. Bác sĩ Sinatra nói: “Đặc biệt, blackberries và blueberries rất tuyệt vời, nhưng nói chung, tất cả các loại berry đều tốt cho sức khỏe Tim Mạch”

### RAU ĐẬU – Legumes

Đây là những thực phẩm giàu chất xơ, cải xoăn, chickpeas, black bean và kidney beans. Tất cả đều chứa nhiều omega-3 fatty acids, calcium và chất xơ có thể hòa tan.



### RAU DỀN MỸ - SPINACH



Rau dền có thể giúp cho quả Tim của quý vị hoạt động tốt đẹp vì chứa nhiều chất lutein, folate, potassium, và chất xơ.

Nhưng quý vị hãy ăn các loại rau này đủ liều lượng mỗi ngày, thì mới tốt cho Tim. Tổ chức The Physicians' Health Study, đã khám cho hơn 15 ngàn người không mắc bệnh Tim trong suốt 12 năm dài. Đó là những người ăn ít nhất mỗi ngày 2.5 khẩu phần rau mỗi ngày, đã cắt giảm nguy cơ bệnh Tim được 25%, nếu so sánh với những ai không ăn rau. Và cứ mỗi khẩu phần rau bổ xung, sẽ cắt giảm thêm được 17% nguy cơ bệnh Tim.

## HẠT LANH – FLAXSEED



Có rất nhiều chất xơ, omega-3 và omega-6 fatty acids, ngay đến cả một chút rải rác của flaxseed cũng có thể tác dụng lâu dài cho Tim của quý vị. Chỉ cần rắc lên chén yến mạch, hay khẩu phần cereal một chút xíu bột flaxseed, cũng đủ để có một bữa điểm tâm thật lành mạnh cho quả Tim.

## ĐẬU NÀNH – SOY BEAN

Đậu nành có thể giảm được cholesterol, và vì có rất ít saturated fat (là chất béo bão hòa), đậu nành vẫn là một nguồn thực phẩm giàu chất đạm lành mạnh trong các loại thực phẩm tốt cho Tim. Quý vị hãy để ý đến các nguồn thiên nhiên của đậu nành, như edamame, tempeh, hay organic silken



tofu. Và sữa đậu nành là một nguồn bổ xung tuyệt diệu cho một chén yến mạch, hay cereal chế biến từ ngũ cốc (whole-grain cereal).

Nhưng quý vị cũng nên để ý đến lượng muối trong sữa đậu nành, một vài sản phẩm đậu nành có thể đã được thêm muối khi chế biến, khiến huyết áp gia tăng.

**Nguyễn Đức Cường, L.Ac., Ph.D.**

*(Sưu tầm và lược dịch)*

## KÝ ỨC VỀ NHỮNG BÀI HỌC THUỘC LÒNG

Gửi đến Quý Anh Chị thêm 2 bài của chị Hồ Thị Bích Xuân (Lòng Mẹ) và BTBT (Cậu Bé và con Chim) theo sự gợi ý của anh Phúc Tuệ về những Bài Học Thuộc Lòng, mỗi bài đều có một nghĩa giáo dục đạo đức làm người từ ngày xa xưa mà chúng ta đã Học Thuộc Lòng. Xin Quý Anh Chị tiếp tục Hưởng ứng. Bài gửi về BBT.

### LÒNG MẸ

Mỗi khi trái nắng trở trời  
Em đau là Mẹ đứng ngồi không yên  
Tim thầy lo chạy thuốc men  
Ngày đêm săn sóc vì em nhọc nhằn  
Hết đắp chần lại xoa chân  
Hết ly sữa ngọt khi cơn cam sành  
Em ho ngực Mẹ tan tành  
Em sốt lòng Mẹ như bình nước sôi  
Em nằm khấn Phật cầu Trời  
Cho em chóng khỏi Mẹ cười em vui .

### CẬU BÉ VÀ CON CHIM

Chim hỡi chim, này lòng vàng  
Vì mày ta đã sửa sang cho mày  
Còn đâu xinh đẹp cho tây  
Còn đâu vui vẻ bằng đây nữa mà  
Nào giường êm nào nệm hoa  
Nào là gạo trắng, nào là kê khô  
Sẵn sàng đủ hết mọi đồ  
Ở đây mày sẽ ám no một đời  
Thôi thôi ta đã biết rồi  
Lòng vàng cũng thể là nơi ngục tù  
Vả chẳng no ấm mặc dù  
Chân dằng tay buộc quyền do tại người  
Sao bằng rừng nọ thanh thoi  
Khi ăn, khi ngủ, khi chơi , khi đùa  
Một mình sung sướng tự do  
Không e, không sợ, không lo, không phiền.....

--- 0 ---

## TIN GIỜ CHÓT....

\* Bản Tin chuẩn bị hoàn tất những trang cuối cùng để gửi đến nhà in thì nhận được hình ảnh buổi họp mặt Mừng Xuân Canh Tý của anh chị em Miền Đông. BBT xin gửi đến Quý Anh Chị thông tin vui của ngày đầu Xuân. Và rất mừng khi thấy Trương Khiết đã đang đứng bên cạnh anh chị em...

*Xin trích đoạn họp với khuôn khổ từ Bản Tin trong bài:*

### **Họp mặt mừng Xuân Canh Tý** *Tin Falls Church, Virginia* *của Trương Thiện Thuận Đào Hiếu Thảo*

Anh chị em cựu huynh trưởng, đoàn sinh Gia Đình Phật Tử Giác Minh họp mặt không hẹn trước, tại tư gia Trương Đăng Đình Khiết trưa thứ ba 11 tháng 2 năm 2020 ở thành phố Falls Church, Virginia. Khách mời đến chung vui trong tình Áo Lam là Giáo Sư Đoàn Viết Hoạt và hiền nội GS Trần Thị Thức.



Người nhà trong đại gia đình Giác Minh, Miền Đông Hoa Kỳ có các anh chị Trương: Trần Thị Thanh Minh, Phùng Thị Thọ, Đăng Đình Khiết, Đào Hiếu Thảo & Vũ Thị Thuận, Hoàng Trọng Trữ & Hồ Thị Bích Xuân, Đăng Đình Chính (San Diego/CA), Đặng Kim Hạnh (Atlanta, GA), Đặng Kim Kiểm (North Carolina), em Nguyễn Bảo (một học trò cũ của Thầy Khiết). Đây là lần đầu tiên trong một lần hội ngộ ở hải ngoại mà bốn anh em trong gia đình Trương Khiết cùng có mặt là: Khiết, Chính, Hạnh và Kiểm.

“Chúng Ta Là Chim Bốn Phương Bay Về Đây...”  
Trong câu chuyện đầu Xuân các anh chị em, từng sinh hoạt với nhau dưới mái chùa Giác Minh/Saigon từ gần 60 năm trước, ôn lại những kỷ niệm êm đềm, khó quên của thời niên thiếu lúc cùng khoác chiếc Áo Màu Lam thân thiết, đến sinh hoạt, tu học, hội họp, vui chơi vào mỗi chiều chủ nhật.



Buổi họp mặt khá đông đủ này được tổ chức để cầu an, chúc mừng Trương Thiện Thanh Đăng Đình Khiết vừa hồi phục sau một lần bị vấp ngã trong nhà mấy tuần trước, khiến ba xương sườn bị nứt, mà nhất định không báo cho bằng hữu biết...



**Trang gia chánh**  
**Diệu Viên Phùng Hòa**



## CÁ KHO CHAY

### VẬT LIỆU

- 1- 2 trái cà tím to
- 2- 1 cây bo ro nhỏ
- 3- ngò ớt tươi
- 4- 1 lon coconico

### CÁCH LÀM

Rửa cây boro cắt lấy đầu trắng và sắt nhỏ, cho vào chảo với 1tablespoon dầu phi vàng đổ ra chiên.

Cà tím rửa xong cắt xéo miếng dày hơn 1cm, cho vào 1 tô nước có một chút muối và 1 miếng chanh để cá không bị thấm, ngâm vài phút vớt ra dùng giấy thấm cho khô .

Cho dầu vào chảo 2 tablespoon , dầu nóng cho cà tím vào chiên qua 2 mặt cá hơi vàng xong đổ nước sauce công thức dưới đây vào và vận bếp nhỏ, đun khi nào nước sauce còn sền sệt là được... rắc chút tiêu, vài cọng ngò và vài lát ớt tươi, ăn với dưa cải chua và cơm nóng rất ngon.

### CÔNG THỨC LÀM NƯỚC SAUCE

- 1- 1 Teaspoon bột nêm chay
- 2- 2 teaspoon nước tương chay
- 3- 2 teaspoon đường
- 4- ½ teaspoon muối
- 5- 3 tablespoon nước cororico
- 6- ¼ teaspoon tiêu, ngò, ớt tươi
- 7- 1 tablespoon boro phi vàng

Cho vào tô lớn, đánh đều xong đổ từ từ vào chảo cà tím đang chiên.



**Trăm năm trước ta còn chưa gặp.  
Trăm năm sau biết gặp lại không?  
Cuộc đời sắc sắc không không.  
Thôi thì hãy sống hết lòng với nhau**

**BÁO CÁO TÀI CHÁNH TỪ  
BẢN TIN SỐ 146  
VÀ CUỐI NHIỆM KỲ 2017-2019**

**Tiền quy tu 146: 4,528.83**

Nien Liem 10/11/2019

Hang Le	100\$
Tho Phung	100
Tuyết Mai	50
Hoa Dang	150
Hung Pham	150
Tuyết (Son)	150
Chi CVT	100
Bích Xuan	50
Hoai Nguyen	50
Dan Vu	50
Thanhminh	50

Cong	1.000\$
Phu Vo	500
ĐH còn dư	748.

Tổng cộng 2,248.00

Chi -2,068,69

Còn: 179.31  
Tồn Quỹ 4,528.83

Quỹ hiện có \$4,708.14

**Chuyen giao cho Tan Thu Quy Le Ngoc Ho.  
\$4708.14**

Thanhminh Tran  
3516 Napier St  
Silver Spring  
MD 20906



**TÂN THỦ QUỸ LÊ NGỌC HỒ NHẬN  
BÀN GIAO VÀO NGÀY: 19/12/2019,  
SO TIEN: \$4.708.14**

**ĐÃ ĐÓNG NIÊN LIÊM 2020 từ năm 2019**

- 1/Phùng thị Thọ
- 2/Dang Tran Hoa
- 3/Phạm Minh Hung
- 4/Dương bạchTuyet (chị Son)
- 5/Le Thi Hang
- 6/Chị Cát văn Chung

**NIÊN LIÊM NĂM 2020:**

7/Tran Thi Thanh Minh	\$50.00,
8/Tran Thi Cam Y	\$50.00,
9/Le Ngoc Ho	\$50.00,
10/Nguyen Thi Tam	\$50.00
11/Nguyen N Quynh Giao	\$50.00,
12/Dang Kim Kiem	\$50.00
13/Nguyen Dinh Hai	\$50.00,
14/Phung Hoa	\$50.00,
15/Dinh Nhung	\$50.00,
16/Dan T Vu	\$50.00
17/Đặng Đình khiết	\$50.00
18/Đặng T Mai Dung	\$150.00 (NL18,19,20)
“	\$150.00 (ủng hộ BT)
19/Trần Minh Phương	\$50.00
“	\$20.00(ủng hộ BT)
20/Đào Hiếu Thảo&Thuận	\$100.00

Cộng: \$1,020.00  
Nhận bàn giao: \$4,708.14

Tổng cộng: \$5,728.14  
Đã chi: - \$425.05,

**Hiện tại Quỹ có: \$5,303.09**

**Check xin gửi về :**

Thu Quy: HO NGOC LE  
15441 SE Henderson Way  
Portland, OR 97236

Emails: hongocle60@yahoo.com  
Dien thoai so: (503)560-5180.



## Hội Ngộ 2019 Danh sách ủng hộ

C. Diêu Thảo Lê Thị Trà	\$500.00 usd
A.Như không Võ Văn Phú	\$500.00 usd
C.Diêu Hiền Đặng Kim Kiểm	\$320.00-
A. Hồng Huy Đặng Trần Hoa	\$80.00-
A. Nguyễn Thông Ng Đình Thống	\$100.00-
C. Dương Bạch Tuyết (chị Sơn)	\$100.00-
C. Diêu Quỳnh Trần Hồng Loan	\$200.00-
C. Diêu Viên Phùng Thị Hòa	\$100.00-
A. Phúc Tuệ Nguyễn Đình Nam	\$150.00-
C.Diêu Phúc Phùng Thị Thọ	\$100.00-
C. Tịnh Duy Lê Thị Nhung	\$100.00-
A. Tâm Thọ Ngô Lê Trọng Thuần	\$100.00-
C. Diêu Tâm Nguyễn Vũ Thị Đan	\$100.00-
C. Đặng Kim Trang	\$50.00-
C. Lani Lan Nguyễn	\$50.00-
C. Phạm Thị Minh	\$200.00-
A. Nguyễn Đình Hải	\$100.00-
A.Chị Tâm Đ Thân Huỳnh Văn An	\$200.00-
C. Q. Diêu Hương Lê Thị Hằng	\$100.00-

-----  
**Tổng cộng :                    3,150.00 USD**

## TỔNG KẾT THU CHI HỘI NGỘ

THU		CHI	
Lệ phí	\$2,700	Cúng dường	\$3,150
Ủng hộ	\$3.150	Linh tình	\$1,952
	-----		-----
Tổng công	\$5.850	Cộng	- \$5,102

**Còn dư \$748.00 Tặng Quỹ**

*Thủ Quỹ Hội Ngộ 2019*

*Diệu Thanh Trần Thị Thanh Minh*

**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Cụ Bà Vũ Thị Vàng**  
**Pháp danh Diệu Vẽ**

Nhạc Mẫu anh **Đào Hiếu Thảo**  
và là thân Mẫu chị **Vũ Thị Thuận**  
Đã tạ thế ngày 10 tháng 11 năm 2019  
(Nhằm ngày 14 tháng 10 năm Kỷ Hợi)  
Tại Việt Nam

**Hưởng Đại Thọ 101 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng  
anh chị Thảo, Thuận và tang quyến.

Cầu nguyện Hương Linh cụ bà Vũ Thị Vàng  
sớm An Lạc Cõi Niết Bàn

**ÁI HỮU GDPT VINH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Anh Chu Nguyên Như**  
**Pháp danh Chơn Minh Pháp**

Là Phu Quân của Chị Diệu Hoa Phạm Thị Lệ  
Đã tạ thế ngày 19 tháng 9 năm 2019  
(Nhằm ngày 21 tháng 8 năm Kỷ Hợi)  
Tại San Jose California Hoa Kỳ  
**Hưởng thọ 87 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng  
Chị Diệu Hoa Phạm Thị Lệ và tang quyến

Xin cầu Nguyễn Hương Linh anh Chơn Minh  
Pháp  
Sớm về nơi Tịnh Độ

**ÁI HỮU GDPT VINH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

**TRUYỆN NGẮN****Triết lý viên kẹo.**

Mỗi ngày bạn đều cho một đứa trẻ ăn kẹo. Bạn làm điều ấy rất thường xuyên và vui vẻ. Đứa trẻ ấy cũng có vẻ rất yêu bạn. Mỗi ngày thấy bạn, nó đều cười tươi và chạy đến nhận kẹo.

Nhưng rồi một ngày, bạn xoa đầu nó và bảo: "Hết kẹo rồi". Bỗng dưng bạn thấy nó rất khác. Nó gào ầm lên rằng bạn keo kiệt, bạn xấu xa. Hoặc nó đi khắp nơi để nói xấu bạn....

Triết lý viên kẹo có nghĩa là khi bạn cho ai khác một thứ gì, nhiều khi họ sẽ không nghĩ ấy là món quà, họ nghĩ đó là bổn phận, là trách nhiệm. Và khi bạn không cho thứ mà họ muốn nữa, họ sẽ lập tức trở mặt với bạn.

Với nhiều người, cho dù bạn có cho họ kẹo mỗi ngày, thì họ cũng chỉ nhớ mỗi một ngày mà bạn đã không cho.

**Thôi.**

Quê mình hễ mùa mưa lại ngập. Hồi ấy, con chập chững vào lớp Một, ngày ngày vượt hai cây số đến trường. Có bữa, mưa giăng đầy trời, nước ngập đến gối. Con nhìn ra, rom róm. Mẹ bảo:

-Thôi, hôm nay để mẹ cõng.

Mẹ cắp chiếc nón lá, cõng con trên lưng vượt qua dòng nước.

Con đậu Đại học, ra trường lấy được cô vợ giàu, thành đạt. Cuối tuần, con đưa mẹ đến siêu thị.

-Thôi, đường ngược chiều rồi. Mẹ chịu khó tự vào. Tiền nè. Tôi có việc phải đi!



**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Cụ Bà quả phụ Đặng Văn Thiệu  
Nhũ danh Phạm Thị Bảo  
Pháp danh Diệu Báu**

Thân Mẫu anh chị **Đặng Phạm Thảo**  
và **Mai Dung**  
Đã tạ thế ngày 16 tháng 12 năm 2019  
(Nhằm ngày 21 tháng 11 năm Kỷ Hợi)  
Tại Lancaster Pennsylvania – Hoa Kỳ

**Hưởng Đại Thọ 96 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng  
anh chị **Đặng Phạm Thảo** và **tang quyến**.  
Cầu nguyện **Hương Linh** cụ bà **Diệu Báu**  
sớm An Lạc Cõi Niết Bàn

**ÁI HỮU GDPT VĨNH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Cụ Bà Nguyễn Thị Ngọc Tuyết  
Pháp Danh Tâm Thuận**

Nhạc Mẫu anh **Hoàng Trọng Trữ**  
và là thân Mẫu chị **Hồ Thị Bích Xuân**  
Đã tạ thế ngày 7 tháng 10 năm 2019  
(Nhằm ngày 9 tháng 9 năm Kỷ Hợi)  
Tại Ontario CANADA

**Hưởng Đại Thọ 94 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng  
anh chị **Trọng Trữ - Bích Xuân** và **tang quyến**.

Cầu nguyện **Hương Linh** cụ bà **Tâm Thuận**  
sớm An Lạc Cõi Niết Bàn

**ÁI HỮU GDPT VĨNH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Anh Nguyễn Văn Lâm  
Pháp danh Thiện Đăng**

Nguyên Huynh Trưởng GDPT Giác Sơn  
Thành Viên Ái Hữu GDPT/VN Hải ngoại

Đã mất ngày 4 tháng 11 năm 2019  
(Nhằm ngày 8 tháng 10 năm Kỷ Hợi)  
Tại Fairfax - DC

**Hưởng thọ 77 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng  
Chị **Nguyễn Văn Lâm**, các cháu và **tang quyến**

Xin cầu nguyện **Hương linh** Anh **Thiện Đăng**  
sớm về **Miền Cực Lạc**

**ÁI HỮU GDPT VĨNH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

**PHÂN ƯU**

Nhận được tin buồn:

**Anh Nguyễn Tư Cự  
Pháp danh Tâm Thái**

Nhuyên là Huynh Trưởng GDPT Giác Minh,  
Minh Tâm  
Thành viên AH GDPT Vĩnh Nghiêm HN

Đã tạ thế ngày 23 tháng 12 năm 2019  
(Nhằm ngày 28 tháng 11 năm Kỷ Hợi)  
Tại California, Hoa Kỳ

**Hưởng Thọ 87 tuổi**

Thành kính chia buồn cùng chị **Nguyễn Tư Cự**,  
Anh **Nguyễn Tư Trù** (em anh **Cự**) và **tang**  
**quyển**.

Cầu nguyện **Hương Linh** Anh **Tâm Thái**  
sớm An Lạc Cõi Niết Bàn

**ÁI HỮU GDPT VĨNH NGHIÊM HẢI NGOẠI**

# HÌNH ẢNH HỘI NGỘ



*Lễ Khai mạc*



*Trong Chánh điện Chùa Phổ Từ*



*Kết thúc buổi Văn nghệ*



*Buổi sáng chia tay trước cổng Chùa*



*Thăm Chùa Giác Minh*



*Giây thân ái*