


TRƯỞNG LÃO THÍCH THÔNG LẠC

VĂN HÓA PHẬT GIÁO  
TRUYỀN THỐNG  
TẬP I



 NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

Trưởng lão Thích Thông Lạc

VĂN HÓA PHẬT GIÁO TRUYỀN THỐNG - TẬP I

2011

**VĂN HÓA PHẬT GIÁO**  
**TRUYỀN THỐNG**

TẬP I

Sách này chỉ kính biếu, không bán!  
Quý phật tử hay bạn đọc nào có nhu cầu thỉnh sách, xin vui lòng liên hệ ban kinh sách của TU VIỆN CHƠN NHƯ:

ĐT: 066.3892911 (Tu viện Chơn Như)  
0988094445 (Hà Nội)

Email: [chonnhu.info@gmail.com](mailto:chonnhu.info@gmail.com)

TRƯỞNG LÃO THÍCH THÔNG LẠC

VĂN HÓA PHẬT GIÁO  
TRUYỀN THỐNG

TẬP I



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO



*Đức Thích Ca Mâu Ni sáu năm khổ hạnh trên núi Tuyết, giữ gìn giới hạnh tinh nghiêm không thể có ai giữ gìn giới hạnh hơn được. Nhờ thế tâm Ngài ly dục ly ác pháp hoàn toàn, trở thành bất động. Cho đến khi trở về với Tứ Thánh Định trong 49 ngày đêm không biết mỏi mệt Ngài đắc bốn thiền, thực hiện Tam minh, chứng Thánh quả A La Hán. Một con người bằng xương, bằng thịt như bao nhiêu người khác nhưng lại là con người phi thường.*

PHẦN MỘT

**MƯỜI GIỚI**  
**ĐỨC SA DI**

## **LỜI GIỚI THIỆU**

# **VĂN HÓA MƯỜI GIỚI ĐỨC SA DI**

1- Giới thứ nhất không sát sanh = Thánh đức hiếu sinh.

2- Giới thứ hai không trộm cắp = Thánh đức buông xả.

3- Giới thứ ba không dâm dục = Thánh đức thanh tịnh.

4- Giới thứ tư không nói dối = Thánh đức chân thật.

5- Giới thứ năm không uống rượu = Thánh đức minh mẫn.

6- Giới thứ sáu không trang điểm = Thánh đức tự nhiên.

7- Giới thứ bảy không ca hát và nghe ca hát = Thánh đức trầm lặng độc cư.

8- Giới thứ tám không nằm giường cao rộng lớn = Thánh đức thanh bần.

9- Giới thứ chín không ăn uống phi thời = Thánh đức ly dục.

10- Giới thứ mười không cất giữ tiền bạc = Thánh đức ly tham.

# Lời nói đầu

*“Văn Hóa Truyền Thống Thánh Hạnh tập 1” là một bộ sách giới thiệu về đức hạnh của một người ấu thơ xuất gia, cũng như một người đã lớn tuổi mới bước chân vào đường tu học theo Phật Giáo.*

*Việc đầu tiên là bắt buộc (Giới cấm) họ phải học hỏi, tu tập, rèn luyện để sống và thực hiện cho bằng được những đức hạnh làm Thánh Sa Di này. Nếu họ không bằng lòng sống đúng với những đức hạnh Thánh này thì không chấp nhận họ trở thành đệ tử xuất gia của Phật. Cho nên đức Phật dạy:*

*“Một người muốn theo đạo Ta phải sống biệt trú 4 tháng, nếu sống được những đức hạnh (Phạm hạnh) của người tu sĩ thì Ta mới chấp nhận làm đệ tử của Ta, chứ Ta không bắt buộc và cảm dỗ một người nào theo đạo Ta tu tập, vì tu tập là có lợi ích cho các người chứ không phải có lợi ích cho Ta”.*

*Những giới luật này là văn hóa đạo đức của loài người, chứ không phải của riêng cho những tu sĩ Phật giáo, nó là của chung của nhân loại. Bởi vì nó là đạo đức nhân bản - nhân quả sống không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả muôn loài chúng sanh.*

*Cho nên làm người phải có học, có hiểu biết, có tu tập, có rèn luyện, có sống đúng như vậy, thì mới xứng đáng làm người, làm đệ tử của Đức Phật, mới xứng đáng là người cầm ngọn đuốc chánh Phật pháp soi đường cho*

mọi người đi sau này. Còn nếu không giữ gìn mười giới đức hạnh Thánh này được, thì xin quý bạn hãy vui lòng đừng xuất gia, đừng đi tu theo Đạo Phật, vì xuất gia đi tu cũng chỉ vô ích, phí uổng một cuộc đời, chẳng làm lợi ích cho mình, cho người, lại càng tạo thêm tội ác và phỉ báng Phật giáo.

Vì có xuất gia mà sống không đúng những giới đức hạnh Thánh này, vô tình quý bạn không làm tròn bổn phận của người tu sĩ xuất gia đệ tử của Phật là tự quý bạn đã phỉ báng Phật pháp như trên đã nói, là tự quý bạn đã giết chết Phật giáo, là tự quý bạn đã chôn vùi Phật giáo xuống bùn nhơ, hôi thối...

Kính thưa quý bạn! Quý bạn có biết chăng? ... Quý bạn có thấy chăng? ...

*Người cư sĩ còn đến chùa xin Thọ Bát Quan Trai một ngày một đêm để giữ gìn tám giới đức hạnh Thánh của bậc xuất gia này. Vậy mà quý bạn là những người đã xuất gia, làm thầy Sa Di, lại không sống đúng những hạnh Thánh của Thầy Sa Di, thì quý bạn nghĩ sao? Quý bạn có biết xấu hổ chăng? Có nhìn thấy những Phật tử giữ gìn tám giới “Bát Quan Trai” không?*

*Kính thưa các bậc tôn túc!*

*Kính thưa quý vị Phật tử nam nữ bốn phương!*

*Kính thưa quý vị! Hiện giờ các bậc tôn túc là những vị Tỳ kheo Đại Đức, Thượng Tọa, Hòa Thượng mà lại sống không đúng mười giới đức hạnh Thánh Sa Di này, thì các bậc tôn túc có xấu hổ lắm không? Có cảm thấy mình không xứng đáng là một tu sĩ trong*

*hàng giáo phẩm Đại Đức, Thượng Tọa, Hoà Thượng chăng?*

*Kính thưa quý bạn!*

*Là một Thầy Sa Di sao quý bạn nỡ lòng nào phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới đức Thánh của Phật giáo như vậy? Quý bạn đã làm cho mọi người khinh chê Phật giáo, phỉ báng Phật giáo... các bạn có biết chăng? Lời đức Phật năm xưa dạy: "Giới luật Ta còn là Phật giáo còn, giới luật Ta mất là Phật giáo mất", vậy ai đã làm mất giới luật hỡi quý bạn? Thế mà quý bạn nỡ tâm bẻ vụn giới, phá giới, phạm giới, xem thường giới, sống chà đạp lên giới luật đức hạnh Thánh này sao ???*

*Đạo Phật còn hay mất là do những tu sĩ có gìn giữ giới hạnh hay không. Nhờ giữ giới mà oai nghi tế hạnh Thánh của quý bạn*

mới thể hiện qua sự sống hàng ngày, khiến cho Phật tử và mọi người nhìn thấy mà sanh lòng quý mến, kính phục và tôn trọng. Chỉ có oai nghi tế hạnh Thánh của giới luật mới giúp cho các bạn ly dục ly ác pháp, vì giới luật là một pháp môn võ lậu. Quý bạn có biết chăng? Quý bạn hãy tin lời Phật dạy và thực hiện giới luật cho nghiêm chỉnh thì tâm võ lậu của quý bạn sẽ hiện hành trong cuộc sống hàng ngày, có thể cuộc đời tu hành theo đạo Phật của quý bạn mới không uổng phí chút nào cả.

“Giới sanh Định”, lời Phật đã dạy năm xưa như vậy, người nào tu tập đi ngược lại lời dạy này là “Ma Ba Tuần” đang phá Phật giáo, đang làm cho Phật giáo suy thoái, đang chìm mất Phật giáo dưới bùn nhơ bất tịnh, đang làm cho Phật giáo mất gốc... Quý bạn có hiểu chăng?

*Đi ngược lại lời dạy trên đây của đức Phật thì quý bạn tu hành chẳng có ích lợi gì đâu, chỉ chuốc thêm tội lỗi mà thôi, bởi vì quý bạn đã chạy theo dục lạc thế gian bằng con đường danh lợi dưới hình thức Phật giáo. Các bạn có biết không? Do đó vỡ tình quý bạn nuôi lớn ngã mạn của mình đồ sộ và vĩ đại hơn.*

*Quý bạn có biết đâu chùa càng to, Phật càng lớn thì nợ đàn na thí chủ càng nhiều, vì thế nghiệp khổ đau càng chồng chất lên đầu, lên vai của quý bạn càng cao. Quý bạn có biết không? Khi nghiệp càng cao thì các bạn không sao tránh khỏi, mà phải chịu trả quả này làm gương cho mọi người xem. Như chúng ta đã biết từ xưa đến giờ hình ảnh Thầy, Tổ của chúng ta đã để lại cái chết rất đau thương, phải chịu khổ đau trên giường*

*bệnh một thời gian dài... Quý bạn có thấy  
chăng?*

*Giới luật là hàng đầu trên đường tu  
hành giải thoát của Phật giáo. Quý bạn nên  
nhớ kỹ, nó là hạnh lý dục lý ác pháp, nó giúp  
cho tâm quý bạn thanh tịnh và giúp cho tâm  
quý bạn có một nội lực (Thất Giác Chi)  
tuyệt vời để các bạn thực hiện thiền định và  
trí tuệ Tam Minh.*

*Nếu quý bạn không sống đúng mười giới  
đức Thánh Sa Di này thì xin quý bạn vui  
lòng cởi áo cà sa trả lại cho nhà chùa, chứ  
đừng mặc chiếc áo như vậy rất tội cho Phật  
giáo quý bạn ạ!*

*Đừng mượn chiếc áo tu sĩ Phật giáo  
làm danh, làm lợi. Tội lắm quý bạn! Quý  
bạn hãy thương Phật giáo, đừng giết nó chết.  
Vì nó chết thế gian này sẽ trống vắng, sẽ mất*

*đi một nền đạo đức nhân bản - nhân quả tuyệt vời, nền đạo đức mà mọi người trên hành tinh đang mong đợi; nếu nó mất đi loài người sẽ khổ đau vô cùng, vô tận; ác pháp sẽ tràn lan khắp mọi nơi; tai họa diệt chủng sẽ không tránh khỏi.*

*Xin các bạn hãy dừng lại. Dừng phạm giới, đừng bẻ vụn giới, đừng phá giới, đừng khinh thường giới... Giới luật sẽ giúp thân tâm quý bạn thanh tịnh. Giới luật sẽ giúp quý bạn ly dục ly bất thiện pháp, khiến cho tâm hồn quý bạn bất động trước các ác pháp và các cảm thọ. Giới luật sẽ giúp quý bạn nhập các loại chánh định, làm chủ sự sống chết, chấm dứt luân hồi, thoát vòng khổ đau của nhân quả nghiệp báo...*

*Những lời kêu gọi tha thiết trên đây đầy lòng yêu thương với một tình thương chân*

*thật từ trong tâm hồn sâu thẳm của một con người đã từng sống trong giới luật đức hạnh, đã làm chủ được sự sống chết của mình nên cất tiếng kêu gọi mọi người như người mẹ gọi các con thân thương của mình vậy, quý bạn có tin chăng? Nếu không tin thì cũng chẳng sao, mà tin thì có lợi ích cho quý bạn trên đường tu tập, hướng về chân hạnh phúc.*

*Kính ghi,*

*Trưởng lão Thích Thông Lạc*

# Lời bạt

*Kính thưa các bạn! Mười Giới*

*Đức Sa Di này là mười đức hạnh  
Thành không phải chỉ dành riêng cho  
những bậc Thành Tăng, Thành Ni và  
Thành cư sĩ mà mười giới đức Thành  
này được dạy chung cho loài người,  
không riêng cho cả bốn hàng đệ tử của  
Phật:*

*1/ Tăng*

*2/ Ni*

### 3/ Cư sĩ nam

### 4/ Cư sĩ nữ

Vì thế, Đức Phật dạy hàng tháng cư sĩ nam và cư sĩ nữ đều phải có những ngày Thọ Bát Quan Trai. Thọ Bát Quan Trai là các cư sĩ tu tập chín hạnh Thánh trong Mười Giới Đức Sa Di này vậy.

Rõ ràng Mười Đức Sa Di này không phải chỉ dành riêng cho Tăng, Ni mà ngay cả những cư sĩ tu theo Phật giáo đều phải giữ gìn nghiêm chỉnh như những bậc xuất gia. Người cư sĩ nào sống trọn vẹn với những Giới Đức Thánh này đều được gọi là những bậc ly dục ly ác pháp. Những bậc ly dục ly ác pháp là những bậc nhập vào dòng Thánh (nhập lưu), nên được gọi

là Thành đệ tử Phật. Người cư sĩ giữ gìn trọn vẹn Mười Đức Sa Di này đều được xem là những bậc Thánh Cư Sĩ.

Dù là người cư sĩ nhưng giữ gìn trọn vẹn Mười Giới Đức Sa Di này và tiến lên tu tập các pháp Chánh niệm, Chánh định thì sẽ chứng quả A La Hán dễ dàng.

Các nhà Đại Thừa căm những cư sĩ học, đọc giới bốn Thánh Đức này, vì sợ những cư sĩ hiểu biết sẽ chỉ trích, phê bình họ phá giới, phạm giới, bẻ vụn giới, v. v. .

Các nhà Đại Thừa căm những cư sĩ học, đọc giới bốn Thánh Đức này, là vì họ sợ những cư sĩ hiểu biết sẽ chỉ trích, phê bình họ sống chạy theo ngũ dục lạc, đi ngược lại đường lối đạo

*Phật “xả phú cầu bần, xả thân cầu đạo”.*

*Mười Giới Đức Sa Di này là một nền tảng cơ bản vững chắc để cho những ai muốn đi trọn con đường Phật giáo không sợ lạc vào tà giáo, ngoại đạo; để cho những ai muốn xây dựng cho mình một ngôi nhà giải thoát mà không sợ giông mưa bão tố, v. v. .*

*Mười Giới Đức Sa Di này là một nền tảng cơ bản vững chắc về đạo đức nhân bản - nhân quả làm người: không làm khổ mình, khổ người và không làm khổ tất cả chúng sanh. Vì vậy, không riêng bốn giới đệ tử của Phật mà tất cả mọi người có tôn giáo hay không tôn giáo đều nên đọc và học.*

*Mười Giới Đức Sa Di này là một cuốn sách dạy đạo đức làm Người, làm Thánh, nên tất cả mọi người đều có thể đọc, học và rèn luyện những đức hạnh này. Những đức hạnh này giúp cho mọi người có một cuộc sống khỏe mạnh, an vui, hạnh phúc và sống lâu.*

*Kính ghi,*

*Trưởng lão Thích Thông Lạc*



**VĂN HÓA MƯỜI GIỚI**  
**ĐỨC SA DI**

## **KHÔNG SÁT SANH**

**K**hông sát sanh là “**THÁNH ĐỨC HIẾU**

**SINH**”. Người tu sĩ cũng như những người cư sĩ tại gia cần phải học hiểu và sống cho đúng những đức hạnh này.

“**THÁNH ĐỨC HIẾU SINH**” này là lòng thương yêu sự sống của muôn loài trên hành tinh này.

“**THÁNH ĐỨC HIẾU SINH**” chỉ có con người mới thực hiện được. Vì thế, đạo Phật ra đời mới đem chỉ dạy cho nhân loại, để chúng ta xây dựng cho mình có một tâm hồn hiếu sinh. Nhờ tâm hồn hiếu sinh, con người mới sống không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh, để biến cảnh sống trên hành tinh này thành cảnh sống an lạc cho mọi sự sống của muôn loài.

Hành tinh của chúng ta đang sống là một hành tinh có nhiều duyên hợp để sống và nảy sinh ra sự sống khác nhau. Có trùng trùng duyên hợp thì phải có trùng trùng duyên sanh. Sanh diệt là một thể tự nhiên của hành tinh sống. Hành tinh sống là một hành tinh có

nhiều duyên hợp lại để tạo thành một sự sống mới. Tạo thành sự sống mới có nghĩa là do các duyên hợp lại tạo ra một loài vật mới như: thực vật hay động vật mới.

Cho nên vạn vật sinh ra không phải là do **ĐẮNG TẠO HÓA** mà do **CÁC DUYÊN HỢP**.

Chúng ta và vạn sinh vật do từ các duyên hợp lại sinh ra, cho nên chúng ta phải thương yêu nhau thương tất cả chúng sanh, vì có thương yêu chúng sanh thì chúng ta mới bảo vệ sự sống của muôn loài và của chính chúng ta. Nếu vô tình chúng ta hủy hoại sự sống của chúng sanh (sự sống của loài vật), là chúng ta tự huỷ hoại sự sống của chính mình.

Tại sao lại gọi hành tinh của chúng ta là hành sống.

Trong vũ trụ có nhiều thái dương hệ, trong mỗi thái dương hệ có nhiều hành tinh, trong các hành tinh phần nhiều là hành tinh chết vì nơi đó không có sự sống. Trong không gian vũ trụ có rất ít hành tinh sống so với hành tinh chết.

Hành tinh sống có nghĩa là nơi đó có môi trường sống, phù hợp cho vạn vật sinh sôi, nảy nở, sống và lớn lên: Bắt đầu từ loài rong rêu,

thảo mộc rồi đến các loài vi khuẩn, côn trùng và cầm thú sinh ra. Cuối cùng là loài người.

Loài người là một loài động vật cao cấp thông minh nhất trong các loài vật.

Nhờ có bộ óc thông minh nên loài người được xem là chúa tể của muôn loài.

Loài động vật trên hành tinh sống này thường giết hại lẫn nhau, ăn thịt nhau mà chẳng chút thương nhau. Loài người cũng chỉ là một loài động vật nên vẫn nằm trong bản chất hung ác của loài động vật. Vì thế nên vẫn giết hại và ăn thịt lẫn nhau. Hiện giờ loài người tự cho mình là văn minh, nhưng bản chất hung ác vẫn còn mang nặng trong tâm hồn.

Như đã nói ở trên: loài người vượt hơn muôn loài là nhờ có bộ óc thông minh, là nhờ có tình cảm sâu sắc, nên từ đó xuất hiện những con người thoát ra khỏi bản chất hung ác của loài động vật, tuyên dương lòng thương yêu sự sống của muôn loài. Đó là Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Ngài đã xây dựng cho loài người một nền đạo đức nhân bản – nhân quả, và kêu gọi mọi người mọi loài vật hãy thực hiện lòng hiếu sinh (tâm từ bi), lòng yêu thương nhau một cách chân thật.

Lòng thương yêu sự sống của muôn loài xuất hiện theo từng cấp độ:

1- Cấp độ thứ nhất: con người biết thương con người.

2- Cấp độ thứ hai: con người biết thương các loài động vật khác.

3- Cấp độ thứ ba: con người biết thương cây cỏ và thảo mộc.

Gồm ba cấp độ này lại mới được gọi là **“LÒNG HIẾU SINH”**. Lòng hiếu sinh xuất phát từ tâm từ, bi, hỷ, xả. Trong đạo Phật tâm từ, bi, hỷ, xả còn có tên là **TỨ VÔ LƯỢNG TÂM**. Tứ Vô Lượng Tâm là một pháp môn tu tập để thực hiện **“ĐẠO ĐỨC HIẾU SINH”**.

Một người sống có lòng hiếu sinh là người biết thương sự sống của muôn loài. Người nào sống được như vậy mới thật sự là bậc Thánh nhân. Vì chỉ có bậc Thánh nhân mới sống được như vậy, sống mà không nở giết hại và ăn thịt lẫn nhau, đó là một hành động không còn mang bản chất hung ác của loài động vật; đó là một hành động không thể loài cầm thú mà làm được, chỉ có con người mới thực hiện được mà thôi.

Bởi vậy Thánh nhân không phải từ trên trời rơi xuống hay dưới đất chui lên, mà từ con

người, con người biết thương yêu sự sống của muôn loài.

Chỉ có con người biết tu sửa thân tâm, biết ngăn và diệt ác pháp, biết làm điều lành, biết không làm khổ mình, khổ người, khổ muôn loài. Người biết làm như vậy, đó là Thánh nhân.

Do biết khổ nên cố gắng khắc phục mình không làm điều ác, luôn sống làm điều lành, đó là tu tập để làm Người thật là Người, để làm Thánh thật là Thánh.

Chúng ta hãy nhìn xem mọi người đang sống quanh ta, tìm một người biết thương yêu sự sống của muôn loài thì thật là hiếm thấy. Phải không các bạn?

Giới đức **THÁNH SA DI HIẾU SINH** này là để xác định đức hạnh từ, bi, hỷ, xả của một tu sĩ Phật giáo, dù ấu thơ hay già nua xuất gia đều phải sống đúng như vậy mới được gọi Thánh đệ tử của Phật.

Vậy mà có một số người, mặc áo như Phật, tự xưng mình là Thánh đệ tử của Phật, tu theo pháp môn chánh gốc của Phật, thế mà hằng ngày ăn thịt chúng sanh chẳng khởi lòng yêu thương trước sự đau khổ và chết chóc của loài vật. Tội ác bằng non, bằng núi như vậy mà lại tìm cách che đậy và dối gạt mọi người, nhất là

Phật tử, họ bảo rằng: **“Trước giờ thị tịch đức Phật còn ăn thịt heo rừng”**. Thật là lời bịa đặt khéo léo và gian xảo vô cùng. Chúng ta nhận xét không có lối che đậy tuyệt hảo nào bằng cách là bảo **“Đức Phật ăn thịt chúng sanh”**. Bảo đức Phật ăn thịt chúng sanh thì không còn sợ ai lên án và kết tội mình nữa.

Trong khi đó đức Phật thường dạy chúng ta: **“Thừa tự pháp, không nên thừa tự thực phẩm”**. Giới luật thứ nhất dạy **“CẤM SÁT SANH”**. Thế mà họ dám bịa đặt ra câu chuyện đức Phật ăn thịt heo rừng trước khi chết.

Lúc bảy giờ có một vị Tỳ Kheo ở xa đến trình Phật một sự kiện xảy ra: **“Kính thưa đức Thế Tôn, trên đường đến đây chúng con có hai người mong đến để được gặp Phật. Giữa đường con nhờ uống nước có trùng nên còn sống sót về đây gặp Phật, còn bạn con vì giữ giới luật không uống nước có trùng nên đã chết giữa đường. Vậy xin đức Phật phán xét như thế nào?”**.

Đức Phật bảo: **“Kẻ ngu si kia! Ông có biết rằng: Vị Tỳ Kheo do không uống nước có trùng đã gặp Phật trước khi ông đến đây không? Còn ông gặp Phật mà lại không bao giờ gặp Phật. Ông có hiểu**

**chưa?”**. Lời dạy này xác định tu sĩ Phật giáo hiện giờ không bao giờ gặp Phật, là vì họ phạm giới, phá giới, v.v..

Uống nước có trùng mà còn không gặp Phật, thì thử hỏi quý sư, thầy: **“Ăn thịt chúng sanh thì làm sao tu hành giải thoát được?”**. Các sư, thầy gọi là Thánh Tăng mà ăn thịt chúng sanh thì Thánh Đức Hiếu Sinh ở đâu? Các Sư Thầy có biết không? Đạo Phật có Tứ Vô Lượng Tâm, vậy Tứ Vô Lượng Tâm của các Sư Thầy ở đâu? Thánh đức hiếu sinh không tròn thì làm sao làm Thánh Tăng, Thánh Ni được. Phải không quý vị?

Thánh Tăng mà còn ăn thịt chúng sanh thì Thánh đó là Thánh gì? Câu hỏi này để tự quý vị suy ngẫm mà trả lời.

Người cư sĩ chân chánh trong đạo Phật còn không ăn thịt chúng sanh thì thử hỏi quý vị là tu sĩ thông suốt kinh điển của Phật để làm gì? Quý vị có bằng những người cư sĩ này không?

**GIỚI ĐỨC THÁNH SA DI HIẾU SINH** này để xác chứng trong bốn giới đệ tử của Phật:

1/ Ưu Bà Tắc

2/ Ưu Bà Di

3/ Tăng

4/ Ni

Ai là Thánh đệ tử của Phật và ai là Ma Ba Tuần đội lột đệ tử của Phật? Qua **GIỚI ĐỨC THÁNH SA DI HIẾU SINH** này sẽ giúp chúng ta nhận rõ được chân Tăng hay là giả Tăng. Khi nhận rõ chân Tăng, chúng ta là đệ tử cư sĩ của Phật phải hết lòng cung kính, cúng dường cho những vị đó, để cho Phật pháp được trường tồn, còn những giả Tăng thì không nên cung kính và cũng không nên cúng dường. Nếu chúng ta cúng dường cho những vị giả Tăng này, họ sống không có tâm từ bi, chuyên ăn thịt chúng sanh, vô tình chúng ta tiếp tay với Ma để diệt Phật giáo. Phải không các bạn?

Đệ tử của Phật sao lại còn ăn thịt chúng sanh? Như vậy đạo Phật có còn xứng đáng là đạo từ bi nữa không? Có còn xứng đáng là nền đạo đức nhân bản - nhân quả sống không làm khổ mình, khổ người, khổ chúng sanh nữa không? Có còn xứng đáng là đạo trí tuệ nữa không? Nếu là đạo trí tuệ sao lại ăn thịt chúng sanh mà không có tư duy suy nghĩ đâu là thiện, đâu là ác? Nếu là đạo của trí tuệ sao lại còn đắm mê dục lạc về ăn uống như vậy?

Để che đậy tâm hung ác phàm phu tục tử chạy theo dục vọng thế gian trong ăn uống, có một số tu sĩ bảo rằng: **“Ăn thịt chúng sanh**

**không thấy, không nghe, không nghĩ và Phật còn ăn thịt heo rừng trước khi chết”.**

Lời nói này thật là tội lỗi, không biết tội ấy phải chịu đến ngàn trùng kiếp nào cho hết được, bằng chứng là tu sĩ thời nay không có ai tu chứng quả A La Hán là do chỗ không giữ gìn Thánh hạnh hiếu sinh. Mặc dù có những tu sĩ không ăn thịt chúng sanh nhưng lòng hiếu sinh không có vì họ không tu tập và rèn luyện Tứ Vô Lượng tâm.

Vu khống cho ông Phật ăn thịt chúng sanh, để che tội ác của mình, thật là điều ngoa, xảo quyệt của những người đội lốt Phật giáo. Đó là hành động phá đức hạnh Thánh Tăng trong đạo Phật, tội ấy là tội Ba La Di, tội đọa địa ngục, tội bị chém đứt đầu.

Lòng hiếu sinh là một Thánh Đức Sa Di của người tu sĩ Phật giáo. Nhưng dù là tu sĩ hay cư sĩ cũng đều phải thực hiện cho bằng được, nếu không thì phải trả nợ máu xương rất nặng trong nhiều kiếp.

Người tu sĩ nào đi ngược lại giới đức Thánh Hiếu Sinh này là tu sĩ của tà đạo, chỉ biết nuôi thân mình bằng xương máu của chúng sanh thì sao gọi là Thánh Tăng và Thánh Ni được!?

Trong Bát Chánh Đạo, xin hỏi quý bạn Chánh Mạng là gì?

Có phải chẳng nuôi mạng sống của mình bằng máu, xương của chúng sanh là Chánh Mạng ư?

Nuôi Chánh Mạng sao lại nở nhĩn tâm ăn thịt chúng sanh? Nuôi mạng sống của mình như vậy là chánh mạng ư?

Nuôi mạng sống của mình không có sự đau khổ của chúng sanh mới gọi là chánh mạng. Người ta nói và thuyết giảng về Chánh Mạng, nhưng người ta không sống đúng Chánh Mạng.

Sống không đúng chánh mạng mà làm đệ tử của Phật để làm gì? Thà đừng theo đạo Phật, mà đã theo đạo Phật thì phải sống cho đúng lời dạy của đức Phật. Sống không đúng lời dạy của đức Phật là phỉ báng Phật giáo.

Cho nên sống trong tà mạng sao lại gọi là đệ tử của Phật được. Đi ngược lại chân lý của đạo Phật (Đạo Đế), mà muốn làm đệ tử Phật thì có ích lợi gì. Phải không các bạn?

Bát Chánh Đạo là tám đường lối chỉ cho ta có một cuộc sống chánh hạnh, đó là đức hạnh làm Người, làm Thánh.

Giới đức Thánh Hiếu Sinh là những hành động sống đối xử với muôn loài bằng lòng yêu

thương cao quý tuyệt vời mà mọi người ai ai cũng đều phải học tập và trau dồi không riêng những đệ tử của đức Phật.

Muốn bảo vệ sự sống của muôn loài trên hành tinh này thì chúng ta phải cố gắng khắc phục mình để sống trọn vẹn **Thánh Hiếu Sinh** này. Bởi vì giới đức **Thánh Hiếu Sinh** là những hành động cao quý tuyệt vời mà mọi người cần phải sống đúng như vậy để chan hòa lòng yêu thương với muôn loài; vì loài nào cũng muốn sống như loài nào. Có loài nào muốn chết bao giờ đâu? Phải không các bạn?

Hiện giờ trên thế giới này có hàng triệu triệu tín đồ theo Phật giáo, nhưng họ chỉ là những người mù, câm và điếc... Họ còn đang tiếp tay sát hại chúng sanh, làm ra thực phẩm động vật, tiếp tế cho những nhà sư này. Như vậy có đúng không quý bạn?

Vậy giới cấm không sát sanh của người cư sĩ này ở đâu khi mà người Phật tử đã thọ Tam Quy, Ngũ Giới? Thọ Tam Quy, Ngũ Giới mà lại nở nhãn tâm sát hại loài động vật để làm thực phẩm dâng cúng dường chư Tăng. Như vậy với việc làm này quý Phật tử thấy có đúng hay không?

Quý Phật tử đã thọ Ngũ giới mà làm một điều tội ác rất lớn, một tội ác tày trời. Quý Phật tử có biết không? Quý vị đang hại các sư! Do ăn thực phẩm động vật nên hiện giờ các sư chẳng người nào tu chứng quả A La Hán được. Chẳng tu chứng quả A La Hán được tội lỗi này về ai??!! Do các Sư hay do Phật tử?

Hành động giết chúng sanh làm thực phẩm cúng dường chư Tăng là hành động phỉ báng Phật giáo, đang đi ngược lại giáo lý “Từ Bi” của đức Phật.

***“Không làm các pháp ác  
làm các pháp thiện”***

***“Ngăn ác diệt ác pháp,***

***Sinh thiện tăng trưởng thiện”***

Vậy quý Phật tử giết hại chúng sanh, làm ra thực phẩm, cúng dường chư Tăng là làm thiện hay sao? Là sinh thiện và tăng trưởng thiện hay sao?

Quý Phật tử có biết mình làm ngược lại với giáo lý của đức Phật không?

Như chúng tôi đã nói ở trên, quý Phật tử chỉ là những người mù, điếc, câm làm theo sự chỉ đạo của các sư ưa thích thịt chúng sanh mà không thấy tội lỗi.

Trong kinh Jivaka đức Phật dạy một người cư sĩ giết chúng sanh làm ra thực phẩm cúng dường chư Tăng có năm điều phi công đức, tức là có năm điều tội lỗi. Do quý Phật tử chưa am tường giáo lý chân chánh của Phật giáo, mà chỉ nghe biết hiểu theo kiến giải, tưởng giải của các sư: **“Ăn không thấy, không nghe, không nghi hoặc ăn thịt chúng sanh tưởng rau cải là như ăn rau cải...”**. Những ngôn ngữ này là những ngôn ngữ để đánh lừa Phật tử. Các sư còn lừa đảo quý Phật tử hơn nữa bằng những lý luận nuốt cho trôi những miếng thịt động vật: **“Phật còn ăn thịt chúng sanh..., ăn thịt, cá cứ tưởng là rau cải sẽ là rau cải, tại quý vị cố chấp, chứ ăn vào trong bụng rồi chạy măn cũng như nhau”**.

Kính thưa quý Phật tử! Giới Đức Thánh Sa Di Hiếu Sinh này ở đâu mà sao các sư nỡ tâm nhai nuốt được thịt chúng sanh như vậy? Các sư là Thánh Tăng Tỳ Kheo, còn đây là Thánh Tăng Sa Di mà còn không vi phạm giới luật này, sao Thánh Tăng Tỳ Kheo lại sống những điều phi giới luật như vậy? Thế mà tín đồ có mắt như mù, có tai như điếc, có ý thức như ngu. Có phải không quý vị?

Tóm lại, muốn làm một vị đệ tử Thánh Tăng, Thánh Ni, Thánh Sa Di của đức Phật thì

giới luật Thánh đức hiếu sinh này phải giữ gìn nghiêm túc, giữ gìn nghiêm túc còn chưa đủ mà còn phải tu tập Tứ Vô lượng tâm: từ, bi, hỷ, xả. Do tu tập Tứ Vô Lượng Tâm được sung mãn thì mới sống được trọn vẹn với lòng yêu thương muôn loài vạn vật. Nhờ có sống như vậy mới thể hiện được Thánh Đức Hiếu Sinh, chứ đừng bắt chước Tuệ Trung Thượng Sĩ, Tế Điền Tăng Hòa Thượng, Phật Sống Cự Kim Sơn và thiền sư Phần Dương, v.v.. tự tại vô ngại ăn thịt chúng sanh và uống rượu như người thế tục thì chúng ta không còn chỗ nào bình luận cả, vì họ là Thánh của ngoại đạo mà chúng ta đứng trên góc độ của Phật giáo đành chịu thua.



## **KHÔNG THAM LAM TRỘM CẤP**

**K**hông tham lam trộm cắp là một **THÁNH ĐỨC BUÔNG XẢ**. Người tu sĩ cũng như những người cư sĩ tại gia cần phải học hiểu và sống đúng đức hạnh này

Người có đức buông xả là người không tích lũy, không tham lam vật chất của cải tài sản. Làm ra của cải bằng mồ hôi nước mắt của mình, nhưng không vì thế mà để của cải làm khổ mình, thường sống đơn giản, lìa xa vật chất. Người có đức tính buông xả thường tư duy vật chất thế gian tạo thành “sanh y”<sup>1</sup>. Sanh y có nghĩa là các pháp vây quanh chúng ta tạo thành một cuộc sống khổ đau. Của cải càng nhiều cuộc sống càng khổ đau nhiều. Phải không quý bạn?

---

<sup>1</sup> Sanh y có nghĩa là những vật chất dùng để phục vụ đời sống của con người. Do đó vật chất càng nhiều thì biến con người mất đức hạnh buông xả nên trở thành những người tham lam, trộm cướp, gian xảo, lừa đảo, hung ác, v.v..

Cho nên, người xuất gia tu theo đạo Phật thì phải **“cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa<sup>2</sup> (vải bỏ lượm) sống không gia đình, không nhà cửa, thiếu dục, tri túc, ba y một bát, tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không”**. Đó là một đời sống giải thoát, không còn bị dính mắc vật chất thế gian của những bậc Thánh Tăng và Thánh Ni. Những người tu sĩ sống như vậy mới được gọi là những bậc Thánh đệ tử của Phật; mới được gọi là những bậc Thánh Đức Buông Xả.

Đời sống của một vị Thánh Tăng và Thánh Ni là phải sống như lời dạy trên đây của đức Phật thì mới xứng đáng là đệ tử của Người. Nếu sống khác là không phải đệ tử của Phật, là kẻ mạo danh Phật giáo. Tu sĩ Phật giáo sống giàu sang chùa to, Phật lớn, áo quần sang đẹp, vật dụng thế gian dư thừa, xe hơi, tủ lạnh, tivi, v.v.. thì còn nghĩa lý gì là Thánh đức, Thánh hạnh buông xả.

Một người tu sĩ mà không giữ tròn giới đức Thánh buông xả này thì tâm vẫn còn tham lam. Tâm còn tham lam thì vẫn còn trộm cướp khéo léo, trộm cắp rất tinh vi và thiện xảo.

---

<sup>2</sup> Cà sa: là một loại áo mặc của những vị tu sĩ Phật Giáo bằng những vải thô xấu (vải vụn, vải bó thây ma)

Người tu sĩ Phật giáo muốn tìm cầu sự giải thoát thì phải sống đúng Thánh hạnh này, có sống đúng Thánh hạnh thì tâm mới ly dục ly ác pháp bằng ngược lại là tu sai đường lạc lối, tu ức chế tâm, không đúng chánh pháp của Phật.

**“Xả phú cầu bần, xả thân cầu đạo”**, đó là lời dạy về Thánh Đức Buông Xả của bậc Thánh Tăng và Thánh Ni. Muốn được tâm hồn giải thoát thì chỉ có xa lìa vật chất thế gian, sống trọn vẹn đức buông xả như Phật, như chúng Thánh Tăng, Thánh Ni trong thời đức Phật còn tại thế. Có sống đúng Thánh đức giới hạnh như vậy thì mới thấy trạng thái vô lậu thật sự trong tâm của chúng ta. Còn sống không đúng thì chẳng bao giờ nếm được mùi vị vô lậu. Mùi vị vô lậu thật là tuyệt vời, không thể diễn tả bằng ngôn ngữ, bằng ký hiệu để cho một người chưa từng nếm mùi vị ấy hiểu được.

Người có tâm buông xả, xa lìa vật chất thế gian là người có tâm hồn giải thoát; người có tâm buông xả, xa lìa vật chất thế gian là người tu tập đúng chánh pháp của đạo Phật, là người sống đúng Thánh hạnh của bậc Thánh Tăng, Thánh Ni.

Thánh đức buông xả là xa lìa vật chất thế gian thì chỉ có đạo Phật mới có những người tu sĩ như vậy mà thôi. Do vì pháp Phật dạy: “Ly

*dục ly ác pháp*” nên Thánh đức buông xả là một đức hạnh rất cần thiết cho người tu sĩ Phật giáo. Nếu không sống đúng oai nghi tế hạnh Thánh đức buông xả thì chẳng bao giờ tâm hết tham lam trộm cắp. Tâm không hết tham lam trộm cắp thì tu theo đạo Phật chẳng những hoài công vô ích, mà còn làm cho Phật giáo mang tiếng. Những tu sĩ còn cất giữ nhiều vật chất thế gian là những tu sĩ tâm còn tham lam. Nhìn vật chất của tu sĩ là biết tâm của họ còn tham lam hay hết tham lam. Mỗi năm về học Hạ một lần là để thúc liễm thân tâm tu tập cầu sự giải thoát. Nhưng tu sĩ Phật giáo hiện giờ không phải vậy quý bạn ạ!. Những tu sĩ về học Hạ trong ba tháng an cư là để chia của cải do Phật tử cúng dường. Sau khi ra Hạ quý Thầy đều được chia tiền bạc và vật dụng, có người gánh cả gánh, mang cả bao.

Kính thưa quý bạn! Những tu sĩ về học Hạ như vậy có buông xả không? Vậy Thánh Đức Buông xả khi họ đã thọ Thập Giới Sa Di ở đâu? Vậy Thánh đức Sa Di Buông Xả của họ đã từng tu học rèn luyện ở đâu? Họ quên hết ư!

Trong cuộc đời tu hành, nhờ Đức Thánh buông xả mà người đệ tử của Phật không còn tham lam, trộm cắp, không còn ham thích tiền

bạc và vật dụng thế gian, tâm hồn họ rất trong sạch và trắng bạch như vỏ ốc.

Ở thế gian nếu mọi người lập đức buông xả thì nhà ngủ không đóng cửa, không còn lo sợ trộm cắp; không còn gian lận, lừa gạt, cân non, đo thiếu, v.v..; không còn sợ cướp công, cướp của, của người khác và không còn nạn ăn lo hối lộ. v.v..

Đức buông xả giúp cho con người mất của không buồn, có của cải nhiều không tham đắm, dính mắc. Người không tham đắm, dính mắc của cải vật chất thế gian, là người sống đúng Thánh Đức buông xả, là người có cuộc sống được an ổn, yên vui và hạnh phúc... không còn lo rầu, buồn khổ, v.v.. vì vật chất.

Đức buông xả không có nghĩa là tiêu cực không làm việc, ngược lại người có đức buông xả thì tích cực làm việc hơn ai hết. Tại sao phải làm việc nhiều như vậy?

Làm việc nhiều như vậy là để sống, để giúp cho mọi người khác. Để sống tốt không tham lam là đức buông xả trong cần lao. Trong cần lao mà xa lìa tâm tham lam, trộm cắp, gian xảo, lừa đảo là Thánh đức buông xả cần lao làm ra của cải nhưng lại không dính mắc, tham đắm vào những vật dụng hoặc tiền của làm ra được, đó là hành động tốt. Làm ra của giúp cho mọi

người khác, hành động giúp cho mọi người khác là đức hạnh buông xả.

Bởi vậy đức buông xả thì luôn luôn đi đôi với đức cần lao. Có đức buông xả có đức cần lao như vậy mới xứng đáng là một người không tham lam trộm cắp, là một tu sĩ Thánh Tăng Thanh Ni và Thánh cư sĩ đệ tử của Phật.

Một con người biết sống lập đức buông xả để tâm mình không dính mắc vật chất và tiền của, ngọc ngà, châu báu..., để tâm mình được thanh thản, an lạc và vô sự, để tâm mình lìa xa tính tham lam, ích kỷ, hẹp hòi, để tâm mình lìa xa lòng tham lam, trộm, cắp, lừa đảo người khác..., nhưng lại sống đúng đức cần lao. Nhờ có sống đúng với đức cần lao nên không thành kẻ ăn bám của xã hội, không thành gánh nặng cho những người khác.

Ở đây, quý bạn nên hiểu đạo Phật nói đời khổ, chứ không bảo trốn đời khổ. Vì nói đời khổ là để biết như thật đời là khổ. Biết đời khổ như thật để mà vượt qua khổ của cuộc đời, chứ không có nghĩa biết đời khổ để mà bi quan yếm thế, để mà trốn khổ. Nói đời khổ tức là nói một sự thật của kiếp người, chứ không phải nói đời khổ để bỏ cuộc đời, trốn cuộc đời, (tiêu cực, yếm thế, xa lánh sự sống của mọi người).

Ở đây nói đời khổ để chúng ta cùng nhau tập sống đức hạnh làm người biết thương yêu nhau, biết chia cơm xẻ áo, biết tha thứ, biết nhường nhịn, biết góp công góp sức siêng năng cần lao để làm cho đời bớt khổ hay là không còn khổ nữa, chứ không phải biết đời khổ để bỏ cuộc đời này, để đi tìm một thế giới khác sung sướng hơn, hạnh phúc hơn, an lạc hơn... như các kinh sách của tà giáo ngoại đạo của Đại thừa và các tôn giáo khác đã từng xây dựng thế giới chư Thiên, Thiên Đàng, Cực Lạc Tây Phương, Niết Bàn, v.v.. để tránh né sự khổ đau của thế gian này, để mơ tưởng một thế giới hạnh phúc an lạc hảo huyền khác. Sống theo Đại thừa và các tôn giáo khác không thực tế, sống nhờ vào sự cứu khổ của kẻ khác là không bao giờ có, trong lúc mình luôn luôn làm khổ mình, làm khổ người thì ai cứu mình được. Phải không các bạn?

Do gieo rắc những tư tưởng yếm thế, tiêu cực, thụ động, v.v.. nên hiện giờ có một số người yếm thế, tiêu cực, chán ngán cuộc sống thế giới này, họ đang đi tìm một thế giới khác, thế giới của chư thiên, thế giới của chư Phật, chư Bồ Tát, thế giới Cực Lạc Tây Phương, thế giới Quy Nguyên, thế giới Nhất Nguyên, thế giới Niết Bàn. Đó là những người đầy lòng tham đắm,

chạy theo đục lạt danh lợi, mong cầu đục lạt nhiều hơn ở thế giới khác nữa.

Những người cầu mong như vậy là những người không lập đức Thánh buông xả. Họ chán ngán cái thế giới của loài người, là vì họ không đạt được những đục lạt, danh lợi, chứ không phải họ buông xả.

Người sống lập Thánh đức buông xả không có nghĩa là chán ngán cuộc đời, bi quan, tiêu cực, yếm thế, mà họ đang làm tốt lại cuộc đời, xây dựng cho thế gian này trở thành Thiên Đàng, Cực Lạc. Nhờ con người có sống đúng Thánh Đức Buông Xả thì thế gian này không còn có con người gian tham, trộm cướp nữa.

Người sống đúng oai nghi tế hạnh Thánh Đức Buông Xả, họ đều biết rõ tất cả các pháp trên thế gian này đều vô thường, không có một vật gì là thường hằng, vĩnh viễn, không có một thế giới nào là vĩnh cửu, chỉ do tưởng của chúng ta tạo ra mà thôi. Những hiện tượng có được là do các duyên hợp và tan tạc thành. Và vì thế, con người cần phải bảo vệ và xây dựng lại thế giới của con người đang có, làm cho nó tốt đẹp, làm cho nó sáng sủa, làm cho nó có một cuộc sống đầy đủ đạo đức nhiều hơn và nhiều hơn nữa.

Cho nên, ở đây lập đức buông xả, nhưng lại phải cần lao vì mình, vì người để sự hiện hữu của mình có ích cho mình, cho người, chứ không phải bỏ đời, trốn đời như người ta đã nghĩ sai về Phật giáo.

Thánh đức buông xả giúp cho chúng ta sống một đời sống trong sạch, không gian tham, trộm cắp, tâm hồn thanh thản, an ổn. Xin các bạn nhớ kỹ gian tham trộm cắp ở đây không chỉ có nghĩa lấy của không cho mà còn có nghĩa gian tham, xảo quyết khác nữa như:

- Một công nhân lãng công đó cũng là gian tham, trộm cắp.
- Một ông Thầy giáo trong giờ dạy học cho bài học sinh làm mà ngồi xem báo đó cũng là gian tham, trộm cắp giờ học của học sinh.
- Một ông bác sĩ nhận quà bệnh nhân cũng là gian tham, trộm cắp.
- Một anh công an gác đường nhận tiền hối lộ cho xe chở đồ lậu thuế vào thành phố đó cũng là gian tham, trộm cắp.

Tóm lại Thánh đức buông xả đối trị được tâm tham lam, trộm cắp, giúp cho thân tâm không dính mắc vật chất thế gian, giúp cho tâm luôn được thanh thản, an lạc và vô sự.

Người muốn sống được giới đức Thánh  
buông xả này thì phải thường xuyên quán các  
pháp là vô thường, vô ngã, do duyên hợp mà  
thành và thường đau khổ.

Trong cuộc sống thế gian khi người xuất  
gia cũng như người tại gia sống đúng Thánh  
Đức Buông Xả này thì thế gian là Thiên Đàng,  
Cực Lạc, cuộc sống con người sẽ hạnh phúc biết  
bao.



## **KHÔNG DÂM DỤC**

**K**hông dâm dục là một **THÁNH ĐỨC THANH TỊNH**. Người tu sĩ cũng như những người cư sĩ tại gia cần phải học, hiểu và sống cho đúng đức hạnh này.

Người không dâm dục là hiện tiền thân và tâm của họ thanh tịnh. Một người còn dâm dục thì không thể nào thân tâm thanh tịnh được. Thân tâm không thanh tịnh thì lúc nào cũng còn ô nhiễm về đường dâm dục. Còn tâm dâm dục thì làm sao gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ được. Phải không các bạn?

Tuy biết rằng: dâm dục là bản chất sinh tồn của muôn loài động vật và thực vật. Cho nên từ động vật nhỏ nhất cho đến loài động vật thông minh nhất như loài người đều không thoát khỏi uy lực của dâm dục. Đối với đạo Phật, dâm dục là con đường bất tịnh, uế trước nhiều khổ đau và đó là con đường mãi mãi tiếp tục luân hồi.

Dù người có học thức cao, có trở thành những nhà bác học, những nhà khoa học vĩ đại,

v.v.. thì cũng không thoát khỏi hành động dâm dục. Ngược lại một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ đệ tử của đức Phật thì phải vượt ra khỏi uy lực dâm dục này. Có như vậy mới được gọi là bậc Thánh đệ tử đức Phật. Trái lại xuất gia, cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa mà còn dâm dục thì đó là Ma Ba Tuần trong đạo Phật, là những kẻ tà giáo ngoại đạo đội lốt Phật giáo. Cho nên đệ tử của Phật không bao giờ còn dâm dục, còn dâm dục không phải là đệ tử của Phật, Xin các bạn lưu ý.

Muốn làm một tu sĩ Phật giáo tức là muốn cho thân tâm mình thanh tịnh, trong sạch, không còn ô nhiễm, ứ trọc thì dâm dục phải diệt trừ. Ý muốn đó cũng chính là mục đích để cho thân tâm được nhập vào các định, được làm chủ sự sống chết và được khai mở tuệ Tam Minh, được chứng Thánh quả A La Hán, mới xứng đáng là Thánh đệ tử của đức Phật.

Khi tâm còn dâm dục thì làm sao thân tâm thanh tịnh được. Thân tâm không thanh tịnh thì làm sao gọi là Thánh được. Phải không quý bạn?

Bởi vậy Giới Đức Thanh Tịnh Thánh Sa Di này còn xác định được người tu sĩ Phật giáo hay người tu sĩ của ngoại đạo, là do chỗ tâm còn dâm dục hay hết dâm dục. Người có thiên định

hay không thiên định cũng do từ giới này mà nhận thấy rõ ràng. Thánh Tăng hay Ma Tăng cũng do từ giới này mà xác định. Cho nên hiện giờ có một số người mang danh là tu sĩ Phật giáo lại sống như người thế tục, có vợ, có con, sống như một gia đình phàm phu tục tử, thì làm sao Giới Đức Thanh Tịnh Thánh Sa Di này được thanh tịnh trọn vẹn. Phải không các bạn? Người ta tu theo Phật giáo như vậy để làm gì cho phí một đời hay chỉ lợi dụng Phật giáo để làm danh, làm lợi trên mồ hôi nước mắt của tín đồ Phật tử.

Tu sĩ nam nữ sống lẫn lộn, nói cười đùa giỡn, đèo nhau trên xe, ăn chung bàn, ở chung chùa, v.v.. Hình ảnh này là một sự suy thoái của Phật giáo, thật là đau lòng các bạn ạ!

Xưa Đức Phật dạy: ***“Không nên gặp, không nên nhìn, không nên nói chuyện, phải quán như mẹ, như chị, như em, phải quán thân bất tịnh, phải quán xương trắng, v.v..”***

Muốn thoát khỏi luân hồi sanh tử thì con đường dâm dục phải đoạn dứt. Vì thế, đạo Phật có giới không dâm dục để giúp cho thân tâm thanh tịnh, trong sạch mới xứng đáng làm một bậc Thánh đệ tử Phật.

Do giới Thánh đức thanh tịnh này nên kinh sách Nguyên Thủy Phật giáo không có nói về nghi lễ kết hôn, vì nghi lễ kết hôn đã có sẵn theo phong tục tập quán của mỗi dân tộc trên thế giới.

Kết hôn là sự nối tiếp con đường tái sanh luân hồi. Do đó, người tu theo Phật giáo thì con đường dâm dục phải triệt để chấm dứt, có chấm dứt như vậy thì mục đích làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi mới đạt được. Thế mà, các chùa lại tổ chức làm lễ thành hôn, có khi còn làm đám cưới tại chùa, thì chùa đâu còn ý nghĩa giải thoát khổ đau của kiếp người. Phải không các bạn?

Thưa các bạn! Một bậc Thánh thì không thể nào còn dâm dục; còn dâm dục thì sao được gọi là Thánh? Như chúng tôi đã nói ở trên.

Thánh nhân là bậc thoát trần, có nghĩa là thoát ra khỏi bản chất dâm dục của loài động vật. Sự dâm dục của một con người thì có khác nào là sự dâm dục của loài thú vật. Phải không các bạn?

Còn Thánh nhân thân tâm của họ phải hoàn toàn thanh tịnh, trong sạch, họ không còn vướng bận tình yêu dâm dục giữa nam nữ nữa thì mới thật sự là Thánh nhân. Muốn làm

Thánh mà còn nuôi tâm dâm dục thì không thể nào làm Thánh được.

Một người tu sĩ của Phật giáo không giữ gìn thân tâm thanh tịnh, luôn luôn phạm vào giới đức Thánh thanh tịnh này thì không nên tu theo đạo Phật. Tại sao vậy?

Vì tu theo đạo Phật mà còn dâm dục thì làm sao chấm dứt tái sanh luân hồi được như ở trên chúng tôi đã nói. Còn dâm dục thì thân tâm không bao giờ thanh tịnh; còn dâm dục thì còn đọa lạc trong đau khổ; còn dâm dục thì còn sống trong bần nhơ, ô nhiễm uế trược, bất tịnh hôi thối; còn dâm dục là còn tái sanh luân hồi, vì đường dâm dục là con đường đọa vào ba đường khổ ải của kiếp người.

Đối với đạo Phật vấn đề dâm dục là vấn đề phải diệt trừ hàng đầu. Nếu không diệt trừ được tâm dâm dục thì không bao giờ người đó được gọi là Thánh Tăng hay Thánh Ni được.

Cho nên, Giới Đức Thánh Thanh Tịnh không dâm dục giúp cho con người tu theo Phật giáo trở thành bậc Thánh nhân A La Hán vô lậu hoàn toàn.

Trong giới không dâm dục này đã xác định, nếu tu sĩ nào vi phạm vào giới cấm này thì cũng giống như người tử tù. Nhưng người tử

tù này bị xử án chém đầu “Ba La Di” (đứt đầu), chứ không xử tử bằng cách khác.

Người tu sĩ phạm giới này, đối với đạo Phật, thì người này không còn được mọi người kính trọng, xem họ như một người phá hoại Phật giáo, họ gọi những người này là giặc thầy chùa. Họ được xem như một cư sĩ trọc đầu mà thôi, một thợ tụng niệm làm thuê ma chay cho tín đồ. Dù họ có đắp áo cà sa, có học thức cao, có chức vị trong hàng giáo phẩm: Đại Đức, Thượng Tọa hay Hòa Thượng, v.v.. thì họ cũng chỉ là một cư sĩ trọc đầu không hơn, không kém.

Chúng ta phải hiểu một tu sĩ đạo Phật là một vị Thánh Tăng, dù là một chú Sa Di mới vào tu cũng phải khép mình trong khuôn khổ Giới Đức Thánh Thanh Tịnh này. Nếu vị nào sai phạm thì xin quý Phật tử hãy xem họ là Ma Ba Tuần đội lột Phật giáo, đang giết Phật giáo, xin quý Phật tử hãy tránh xa, đừng cúng dường, vì cúng dường là nối giáo cho Ma để chúng diệt Phật giáo, chúng diệt Phật giáo thì tội quý Phật tử phải chịu hậu quả địa ngục.

Cho nên người tu sĩ là những đệ tử của Phật, là Thánh Tăng, Thánh Ni thì phải giữ gìn cho trọn vẹn giới đức này. Nếu thấy giữ không được thì nên xả giới, trả y áo, trở về đời sống

của người cư sĩ, chứ đừng cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa, mà còn cười cợt, đùa giỡn, nhìn ngó, liếc háy, nói chuyện tình tứ qua lại với người khác phái là không tốt các bạn ạ! Các bạn đã đi sai con đường tu của Phật giáo rồi. Xưa Đức Phật dạy: **“đối với người khác phái không nên gặp, nếu lỡ gặp không nên nhìn, nếu lỡ nhìn không nên nói chuyện...”**

Hiện giờ những tu sĩ Phật giáo phạm giới này rất nhiều, từ tuổi trẻ cho đến người già đều vi phạm giới luật này. Có người tuổi rất cao, chức phận rất lớn trong hàng giáo phẩm Phật giáo nhưng vẫn vi phạm giới luật này, làm cho Phật giáo Việt Nam bị mang tiếng không mấy tốt đẹp **“Giặc thầy chùa”**.

Trong hàng giáo phẩm Phật giáo Việt Nam có những vị Đại Đức, Thượng Tọa, Hòa Thượng mang chức vụ lãnh đạo cấp tỉnh, cấp Trung Ương Phật giáo mà ngang nhiên có vợ, có con; không những một vợ mà cả ba, bốn vợ. Họ rất xem thường tín đồ, xem tín đồ là những người ngu si, vô minh không hiểu gì về Phật giáo, không am tường Phật giáo, cho nên họ làm sao, bảo sao thì tín đồ phải nghe và chấp nhận làm vậy. Họ làm sai không dám nói, làm đúng cũng không biết.

Hiện giờ trên thế giới này có hàng triệu triệu tín đồ theo Phật giáo, nhưng họ chỉ là những người mù, câm và điếc... Họ còn đang tiếp tay với các sư, thầy phá giới, bẻ vụn giới để diệt Phật giáo chân chánh nhanh chóng thay thế bằng một giáo pháp phá giới luật, phi đạo đức, mê tín, v.v..

Giới Thánh Đức Sa Di Không Dâm Dục này có sáu nơi vi phạm:

- 1- Vi phạm giới bằng mắt.
- 2- Vi phạm giới bằng tai.
- 3- Vi phạm giới bằng mũi.
- 4- Vi phạm giới bằng miệng.
- 5- Vi phạm giới bằng thân.
- 6- Vi phạm giới bằng ý.

✓ **Phạm giới bằng mắt:** khi mắt nhìn thấy hình ảnh sắc thân người khác phái lỏa thể sanh tâm dâm dục hoặc thấy sự ăn mặc hở hang bày da thịt của người khác phái sinh tâm dâm dục, v.v..

✓ **Phạm giới bằng tai:** khi nghe tiếng nói khêu dâm gợi dục sinh tâm dâm dục. Nghe lời nói thô tục sanh tâm dâm dục.

✓ **Phạm giới bằng mũi:** khi hai người khác phái ôm nhau hôn hít sinh tâm dâm dục...

✓ **Phạm giới bằng miệng:** khi miệng nói lời dâm dục, miệng nói thô tục, miệng nói lời khêu dâm, gợi dục rồi sinh tâm dâm dục.

✓ **Phạm giới bằng thân:** Khi hai người khác phái, nắm tay, ngồi tựa vào nhau, ôm nhau, hay nằm chung nhau một giường sinh tâm dâm dục.

✓ **Phạm giới bằng ý:** Khi ý khởi niệm về dâm dục, ý suy tư về dâm dục, ý nghĩ đến người khác phái sinh tâm dâm dục.

Người còn tâm dâm dục không thể gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni được. Muốn tu hành dứt bỏ tâm dâm dục thì phải thực hiện đúng như lời dạy của đức Phật:

1/ Phòng hộ sáu căn (sống độc cư trầm lặng một mình).

2/ Hằng ngày phải tu tập các pháp Chánh niệm tỉnh giác định.

3/ Tu tập 18 đề mục Định Niệm Hơi Thở.

4/ Tu tập Định Vô Lậu.

5/ Tu tập Tứ Niệm Xứ.

6/ Tu tập Thân Hành Niệm.

7/ Tu tập Định sáng suốt.

Trong kinh Phật thường nhắc đến quả nhập lưu (Tu Đà Hoàn) tức là nhập vào dòng

Thánh. Tâm còn dâm dục thì không thể nhập vào dòng Thánh được.

Cho nên người ly dục ly ác pháp là người lìa xa tâm dâm dục, lìa xa tâm dâm dục mới vào được dòng Thánh, mới gọi là nhập lưu.

Tóm lại, Giới Đức Thanh Tịnh Thánh Sa Di không dâm dục này là một đức hạnh thanh tịnh trong sạch của một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ, chứ không phải như một người thường tình phạm phu mà sống được Thánh hạnh này. Thánh hạnh này không phải dành riêng cho tu sĩ mà dành cho tất cả mọi người, nếu ai muốn chấm dứt sanh tử luân hồi.

Chúng ta nên lưu ý: một con người bình thường thì cũng như muôn thú vật nên không bao giờ lìa xa tâm dâm dục được, dù có học thức sâu rộng bao nhiêu họ cũng không tránh khỏi tâm dâm dục. Nhưng một người tu theo đạo Phật là phải vượt thoát ra khỏi tính dâm dục, tức là vượt thoát ra khỏi bản chất của loài thú vật. Có thực hiện ra khỏi bản chất của loài cầm thú thì mới được gọi là Thánh.

Một người phạm phu chỉ hơn con thú vật là ở chỗ dâm dục có cương thường đạo lý làm người, có tôn ti trật tự, không thể cha con hay mẹ con lấy nhau, v.v.. Nhưng, một bậc Thánh như chúng tôi đã nói ở trên, thì phải vượt hơn

loài người và loài thú vật là không còn dâm dục nữa. Có người hỏi rằng:

**Hỏi:** *Khi con người không còn dâm dục thì con người do đâu mà sinh ra?*

**Đáp:** Khi con người không còn dâm dục thì họ là những bậc Thánh nhân rồi. Đã là Thánh nhân sao lại còn tái sinh luân hồi trong đường dâm dục? Khi con người không còn dâm dục thì con người sinh ra bằng đường hóa sinh. **Con đường hóa sinh là con đường thanh tịnh trong sạch dành riêng cho những bậc Thánh nhân** (chứ không phải hoá sanh là sâu hoá bướm v.v..).

**Hỏi:** *Con người không còn tái sinh luân hồi thì con người về đâu?*

**Đáp:** Đã không còn tái sinh luân hồi mà còn hỏi sanh về đâu là sao? Câu hỏi như vậy là câu hỏi không đúng chỗ?

**Hỏi:** *Từ con người không dâm dục thành ra Thánh nhân. Thánh thì không còn sanh tử luân hồi. Vậy khi bỏ thân này Thánh nhân ở đâu?*

**Đáp:** Một Thánh nhân khi còn sống cũng như lúc bỏ thân tứ đại, họ đều ở trong trạng thái ly dục ly ác pháp. Ở trong trạng thái ly dục ly ác pháp thì không còn tái sinh luân hồi. Đó

là “**nơi**” mà những bậc Thánh nhân đến và ở đó, khi còn sống cũng như lúc đã chết. Cho nên họ không đến không đi.

Vì thế, chúng ta xác định, con đường sanh tử luân hồi là con đường “dâm dục”. Ai còn tâm dâm dục là phải còn chịu luật sanh tử luân hồi chi phối. Ai hết tâm dâm dục là chấm dứt sanh tử luân hồi. Các bạn cứ suy ngẫm lại đi rồi hãy tin lời chúng tôi nói, đừng vội tin chúng tôi. Vì lời nói của chúng tôi không bắt buộc ai tin cả. Bởi vì ai còn đắm chìm trong dục lạc thế gian là phải chịu quy luật sinh tử luân hồi. Còn chịu quy luật sanh tử luân hồi là phải chịu nhiều khổ đau. Phải không các bạn?

Ai sống gìn giữ được Giới Đức Thanh Tịnh Thánh Sa Di không dâm dục này, đó là biểu tượng cho một vị Thánh Tăng xuất hiện.



## **KHÔNG VỌNG NGŨ**

**K**hông vọng ngữ là một **ĐỨC CHÂN**

**THẬT.** Người xuất gia cũng như mọi người tại gia cần phải học hiểu và sống đức hạnh này để đem lại lợi ích cho mình cho người và cho cả hai.

Giới Đức Thánh Sa Di không vọng ngữ là một Thánh Đức Chân Thật. Người không nói dối là một bậc Thánh, còn người phạm phũ thì không thể tránh khỏi nói dối, mặc dù nói dối không hại ai hoặc nói dối đùa chơi nhưng vẫn là nói dối, vẫn là làm mất uy tín của mình. Không nói dối là một việc làm rất khó, cho nên phạm làm người ai ai cũng có nói dối, nói dối ít hay nói dối nhiều, nói dối có hại hay nói dối không hại người.

Vọng ngữ thuộc về khẩu nghiệp nên chỉ có loài người mới mắc tội vọng ngữ, còn thú vật thì không mắc vào tội này, vì thú vật không nói được.

Người không vọng ngữ là người tạo cho mình một uy tín đối với mọi người, một sự kính

trọng tuyệt vời, một lòng tin yêu quý và tôn trọng sâu sắc. Vọng ngữ chia làm bốn phần:

- 1- Nói dối.
- 2- Nói lời hung ác.
- 3- Nói lưỡi hai chiều.
- 4- Nói lật lọng.

### **NÓI DỐI CÓ NHIỀU CÁCH:**

a. Ca ngợi khen tặng một người nào mà người đó chưa làm được như vậy, thì đó là **“nói dối”**. Cách nói dối đó là nịnh bợ lấy lòng người trên. Ca ngợi việc làm của người khác không đúng đạo đức mà nói đúng đạo đức là **“nói láo”**.

b. Quý Hòa Thượng chết trong bệnh đau, khổ sở, mà bảo rằng thu thần nhập diệt, đó là **“nói láo”**, vì các vị HT có biết cách nào thu thần nhập diệt đâu?

c. Khi nói sai một điều gì là có nói láo. Như trong kinh Kim Cang dạy: “Bồ Tát độ hết chúng sanh thì thành Phật” có nghĩa là một người tu tập hết vọng tưởng thì thành Phật. Lời dạy trong kinh này là nói láo, vì khi hết vọng tưởng thì tâm sẽ rơi vào trong “Không”, chứ không thành Phật. Phật chính là chỗ tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ, chứ

không phải tâm không niệm, tâm vô phân biệt, tâm vô trụ, v.v..

d. Trong Tâm Kinh Bát Nhã dạy: “Quán Tự Tại hành thâm Bát Nhã Ba La Mật đa thời chiếu kiến ngũ uẩn giai không”. Lời dạy như vậy là “nói láo”, vì chưa thấy ai quán chiếu ngũ uẩn giai không được. Tổ Sư Tử chết oan vì lời nói láo này. Trong các chùa ngày đêm bốn thời công phu khuya sớm đều tụng Tâm Kinh Bát Nhã mà chưa có thấy vị nào thoát khổ, như vậy kinh này nói láo.

e. Không thấy, không nghe mà nói thấy nghe là nói dối.

f. Thấy, nghe mà nói không thấy, không nghe là nói dối.

g. Thêu dệt bịa đặt ra để nói xấu người khác là nói dối.

h. Nghi ngờ nói ra không đúng sự thật là nói láo.

i. Ca ngợi khen tặng không đúng là nói láo.

j. Thêm bớt, phao tin đồn ra nhiều, để cho mọi người cười chê một người nào đó. Đó là nói dối.

k. Ca ngợi người khác không đúng cách là nói dối.

l. Một người giới luật không nghiêm chỉnh mà mang hình dáng tu sĩ để nói mình tu sĩ là nói dối.

m. Với người này nói xấu người kia với người kia nói xấu người này là nói dối.

n. Trước mặt người nói tốt sau lưng người nói xấu là nói láo.

o. Chê người khác không đúng cách có nghĩa chưa biết trình độ người ta ở mức độ nào mà chê là nói vọng ngữ.

p. Chê giới luật Phật lỗi thời là nói dối.

q. Chưa biết người chứng quả A La Hán ra sao mà chê A La Hán còn tạp khí, còn tranh chấp chê như vậy là nói dối.

r. Đặt ra nhiều quả vị A La Hán như trong kinh sách Đại Thừa: 1- A La Hán Toàn Giác, 2- A La Hán Độc Giác, 3- A La Hán Thanh Văn, v.v.. Đó là nói láo, vì quả vị A La Hán là vô lậu; người nào tu tập tâm vô lậu là người chứng quả A la Hán. Quả A La Hán không có cao thấp; phân chia quả vị A La Hán cao thấp là tư tưởng phàm phu, tư tưởng người thế gian. Người chưa chứng quả A la Hán mà phân chia quả A La Hán là nói láo. Cho nên khen hay chê, phân chia không đúng sự thật đều có nói láo.

s. Nói một việc mà người khác không hiểu bằng trí mà phải hiểu bằng tưởng là có nói láo. Như nói có linh hồn người chết, nói có Phật tánh, có thế giới siêu hình là nói láo, vì đó là cảnh giới tưởng, cảnh giới không có thật.

t. Nói con người có ngã, có thần thức là nói láo. Xưa đức Phật dạy: “Ta nói một điều gì thì mọi người hiểu được, biết được bằng ý thức thì ta không có nói láo. Còn ta nói một điều mà mọi người phải hiểu bằng tưởng là có nói láo trong ta”.

u. Nói Phật tánh là tánh biết ngoài ý thức, tưởng thức và tâm thức là có nói láo, vì ngoài ba thức của thân ra, làm sao có tánh biết nào khác nữa.

v. Nói có cõi siêu hình thật sự nghĩa là nói có linh hồn người chết là nói láo, chứ họ đâu biết rằng linh hồn người chết là do trạng thái của tưởng uẩn của người còn sống tạo ra.

w. Nói có cõi Trời, cõi Cực Lạc là có nói láo vì đâu có cõi Trời, cõi Cực Lạc. Cõi Trời, cõi Cực Lạc là cõi tưởng của con người tạo ra.

x. Nói cõi người là cõi có thật thì cũng nói láo, vì cõi người là cõi duyên hợp, nên các duyên có hợp thì lại có tan, cho nên sinh tử là duyên hợp tan. Duyên hợp tan thì có cái gì là thật đâu

mà nói nó có thật thì đó là nói láo. Tại sao vậy? Tại vì cõi người là cõi duyên hợp chứ không có thật ngã. Nói cõi người có thật là nói trong tưởng, tưởng như kinh sách của tà giáo ngoại đạo.

y. Nói con người từ cõi Trời Quang Âm Thiên tái sanh đến cõi người là nói láo, vì nói như vậy con người sẽ tưởng ra chú ý thức không thể hiểu được.

Cho nên đức Phật dạy: ***“Ta nói những gì mà ý thức con người hiểu được là không nói láo, ngược lại là có nói láo trong ta”***. Nói ra một điều gì mà mọi người không hiểu hay hiểu một cách lơ mờ, không cụ thể, rõ ràng là ta đã nói láo.

Một người tu sĩ Phật giáo chân chánh không bao giờ nói những lời trườn uốn như con lươn ***“vừa có vừa không”*** (sắc tức thị không, không tức thị sắc), nói như vậy là nói láo, nói lừa đảo, nói lường gạt người. Chúng tôi xin nhắc lại lời nói ở trên. Bát Nhã Tâm Kinh có câu: ***“Hành thâm Bát Nhã Ba La Mật đa thời chiếu kiến ngũ uẩn giai không”***, câu nói này là câu nói láo. Vì bao đời, từ khi có câu kinh này, trong các chùa người ta đã nhật tụng hằng ngày, mà ngũ uẩn của quý Thầy có không chưa?

Nếu ngũ uẩn giai không sao quý Thầy còn thấy đau bệnh khổ sở như vậy.

Nếu ngũ uẩn giai không sao lại có chùa to Phật lớn như vậy, nếu ngũ uẩn giai không sao quý Thầy còn tham, sân, si như vậy, rõ ràng là câu kinh lừa đảo nói láo, lừa người.

Như kinh Pháp Hoa dạy: **“Dù cho tạo tội như núi cả, Diệt Pháp Liên Hoa tụng mấy hàng”**, lời dạy này là nói láo. Có bao giờ đi trộm cướp giết người, bị tù tội, bị án tử hình mà tụng kinh Pháp Hoa mà ra tù khỏi tử hình chưa?

Thánh Đức Sa Di không nói vọng ngữ là một đức Thánh về khẩu nghiệp, nên khi nói ra một điều gì, hay giảng kinh thuyết pháp một loại kinh sách nào thì phải nói nghĩa lý có kinh nghiệm tu hành chứng đắc của mình rõ ràng và cụ thể, là không nói láo, còn giảng nói mà mình chưa làm được chưa tu được mà dạy cho mọi người là nói láo, giảng nói mà người ta thực hành có kết quả giải thoát thật sự là nói thật, giảng nói mà người ta thực hành không có kết quả là nói láo, đức Phật đã xác định: **“Pháp ta không có thời gian đến để mà thấy”**. Đó là đức Phật đã xác định lời Ta dạy là không nói láo.

Vì thế, sự giải thoát phải đi đôi với sự thực hành pháp, pháp như vậy mới gọi là pháp không nói láo. Cho nên pháp tu thiền định của đạo Phật dạy rất rõ ràng: **“ngăn ác, diệt ác pháp”** là pháp giải thoát rõ ràng. Vì ngăn ác diệt ác pháp là có giải thoát nơi tâm mình cụ thể, rõ ràng.

Anh đã biết ác pháp mà không biết ngăn diệt nó là tự anh không cứu khổ anh. Phải không các bạn? Còn anh biết ngăn diệt ác pháp thì anh sẽ hết khổ. Đó là pháp dạy chân thật không nói láo, vì pháp dạy tu tập ở đâu thì ở đó có kết quả ngay liền. Pháp dạy tu tập như vậy là pháp dạy anh trở thành những con người không nói vọng ngữ. Người giảng kinh thuyết pháp như vậy là những bậc giữ gìn Thánh Đức Sa Di Chân Thật.

Người tu chứng quả A La Hán đi thuyết giảng làm giảng sư dạy người tu tập là không nói láo.

Người tu hành chưa chứng quả A La Hán đi thuyết giảng làm giảng sư dạy người tu tập là nói láo, mặc dù dạy rất đúng nghĩa trong kinh sách nhưng vì chưa có kinh nghiệm nên dạy người tu tập không kết quả giải thoát, do đó thành ra nói láo.

Xưa đức Phật còn tại thế, Người không cho những người tu chưa chứng đi thuyết giảng, vì tu chưa chứng đi thuyết giảng dạy người tu sẽ giết người hơn là độ người. Bằng chứng hiện giờ như quý vị đã thấy, người tu theo Phật giáo rất đông nhưng có mấy ai đã làm chủ sanh, già, bệnh, chết? Mà mọi người phải tốn hao xây cất chùa, đúc tượng Phật hằng tỷ tỷ bạc và còn mất công sức tu tập mà kết quả được những gì?

**“Pháp Ta không có thời gian đến để mà thấy”**. Lời dạy này cho chúng ta thấy pháp Phật rất thực tế và cụ thể. Bởi vì Pháp tu tập có kết quả ngay liền như đức Phật đã dạy: **“Tâm có tham biết tâm có tham...”**. Nếu biết tâm mình có tham thì biết đó là ác pháp, biết đó là ác pháp thì nên mau mau dừng lòng tham đó liền là quý bạn sẽ được giải thoát ngay. Phải không quý bạn?

Nếu biết tâm mình có sân thì bạn dừng ngay lòng sân đó liền thì bạn sẽ được giải thoát, còn ngược lại bạn không dừng tâm sân đó thì bạn phải khổ đau. Có đúng như vậy không quý bạn?

Pháp của Phật dạy tu tập như vậy có thực tế không các bạn?

Thực tế thì không nói láo, phải không các bạn? Pháp dạy không thực tế như vậy: ngồi ức chế tâm cho không vọng tưởng, niệm Phật nhất tâm, tụng kinh cầu khẩn, v.v.. có hết tham, sân, si không? Có cụ thể thực tế như Pháp ở trên không? Như vậy ngồi thiền ức chế tâm không vọng tưởng, niệm Phật nhất tâm cầu vãng sanh, tụng kinh cầu khẩn chư Phật gia bị tai qua nạn khỏi v.v.. là pháp nói láo, pháp không chân thật chỉ lừa dối người, làm cho hao tiền tốn của phí sức vô ích.

Giới Đức Thánh Sa Di Chân Thật đã xác định những người giảng kinh, thuyết pháp thời nay phần nhiều là nói láo. Họ nói láo vì họ nói ra mà chính họ không làm được (chưa chứng). Kinh sách Đại Thừa dạy: “*Y giáo bất y nhân*”. Câu kinh này là câu kinh che đậy sự nói láo của các ông giảng sư. Bảo người khác giữ giới mà mình không giữ giới là mình có nói láo. Dạy người khác tu chứng quả Thánh mà mình tu chưa chứng quả Thánh là nói láo.

Tóm lại, khi tu tập chưa xong thì nên im lặng như Thánh, tu tập chưa xong mà dạy người tu là nói láo, cần phải cảnh giác những loại Thánh giả này. Đó là những hạng Bồ Tát “dỏm”, Bồ Tát chuyên vọng ngữ.

Thánh Đức Sa Di không nói vọng ngữ, là để xác định cho những người giới luật tinh nghiêm. Họ là những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ, là đệ tử chân chánh của đức Phật. Ngược lại, những người phạm giới phá giới, bẻ vụn giới thường vọng ngữ là Ma Ba Tuần đội lột Phật giáo lừa đảo mọi người, khiến cho Phật giáo mất gốc.



## **KHÔNG UỐNG RƯỢU**

**K**hông uống rượu là một **THÁNH ĐỨC MINH MÃN**. Người xuất gia cũng như người tại gia cần phải học hiểu và sống đúng giới luật đức hạnh này để không làm khổ mình khổ người và khổ cả hai.

Một người được gọi là minh mẫn sáng suốt thì không nên để thân tâm đắm nhiễm các ác pháp thế gian như: thuốc lá, cà phê, chè (trà), cần sa, thuốc phiện và bất cứ những loại rượu nào khiến cho người ta say mê, nghiện ngập, gây tác hại cho thân bệnh tật và thần kinh căng thẳng, rối loạn làm cho con người như ngầy, như dại, v.v.. làm cho con người nghiện ngập bỏ không được.

Trong cuộc sống của con người có rất nhiều pháp ác thế gian, khiến thân tâm chúng ta dễ đắm nhiễm và say mê:

Rượu là một chất nước độc uống vào kích thích cơ thể khiến cho có những hành động giống như những người điên, cơ thể đi đứng xiêu vẹo, ngã tới, ngã lui, đụng đầu nằm đó

chẳng biết dơ sạch, miệng nói ự ẹ! Lập đi lập lại một câu nhiều lần, khiến cho mọi người không ai kính trọng.

Người uống rượu không phải là người khôn ngoan, mà là người ngu si đệ nhất.

- Thứ nhất là họ mất tiền phải mua rượu.

- Thứ hai là họ đem độc dược vào thân mà không biết, khiến cho thân sinh ra nhiều bệnh tật khó trị, khiến cho trí óc ngu đần, không còn sáng suốt,

- Thứ ba biến họ trở thành người chỉ còn biết tham ăn, tham nhậu, ưa đánh lộn, thích chửi mắng vợ con và xóm làng.

- Thứ tư một người say rượu có thể làm náo loạn cả thôn xóm, mất trật tự an ninh trong thôn xóm.

Một con người bình thường uống rượu say mà còn mất giá trị thay, huống là một vị tu sĩ Phật giáo uống rượu say thì còn giá trị gì là một tu sĩ giải thoát. Giải thoát sao còn uống rượu, nghiện rượu. Phải không các bạn?

Khi uống rượu bị rượu kích thích thần kinh, người say rượu xem trời đất chẳng ra gì, chỉ có mình là trên hết, nên dùng những lời nói phách lối, cống cao, ngã mạn, chửi mắng thiên hạ, la lối om sòm, dùng những lời lẽ kém văn

hóa thiếu đạo đức, mất lịch sự rất thô tục: “Thằng, mày, nó, chửi thề thô tục v.v..”.

Một tu sĩ Phật giáo là một vị Thánh Tăng mà tay cầm ly rượu hay lon bia uống thì còn nghĩa lý gì là một tu sĩ của Phật giáo, còn nghĩa lý gì là một vị Thánh Tăng đệ tử của Phật nữa?

Người đời cầm ly rượu uống người ta còn thấy người ấy là người không minh mẫn, không sáng suốt, ngu si, là người thiếu đạo đức với mình. Uống độc dược vào thân để tự làm khổ mình mà không biết, hành động như vậy là hành động của người điên, người mất trí.

Người ta bảo rằng: mấy ông Tiên hay uống rượu (Tiên tửu). Lời nói này có đúng không?

Lời nói này là theo sự tưởng nghĩ của con người cho rằng người nào hưởng đầy đủ dục lạc thế gian mà không phải đổ mồ hôi nước mắt làm ra vật chất (sống như Tiên). Cho nên Tiên là sự tưởng nghĩ, chứ thực sự những người bỏ đời vào núi tu hành thì rượu ở đâu trong núi có mà uống? Ai làm ra rượu cho các ông Tiên uống? Tiên chỉ là một sự tưởng tượng của con người.

Thánh Đức Minh Mẫn xác định cho chúng ta thấy Thánh, Tiên, Phật là những người sáng suốt minh mẫn. Những người sáng suốt minh

mẩn mà lại uống rượu thì có còn sáng suốt minh mẫn không?

Tiên mà còn uống rượu thì đâu còn nghĩa là Tiên, mà là kẻ phạm phu tục tử tham ăn, tham uống. Tiên là những người thân tâm phải thanh tịnh, thông minh và sáng suốt, nên có ngu gì mà uống rượu.

Tiên mà còn đắm chìm trong men rượu thì không thể gọi là Tiên nữa mà gọi là những người ngu. Người ngu mới nghiện ngập, mới làm cho thân mình khổ sở. Người uống rượu đâu có sung sướng gì. Phải không quý bạn? Chỉ làm khổ cho thân mình, cho vợ con, cho cha mẹ. Rượu đắng và cay, gây ra nhiều thứ bệnh tật khổ đau, v.v..

Người đời không biết cho Lý Bạch là Tiên. Sự thật Lý Bạch chỉ là một nhà thơ rượu. Có uống rượu thì làm thơ, không uống rượu thì không làm thơ được.

Trong kinh Phật đã dạy: có năm tiêu chuẩn làm người, mà uống rượu là một tiêu chuẩn để không xứng đáng làm người. Người uống rượu là người chưa xứng đáng làm người. Cho nên nói đến Tiên là phải nói đến một con người hơn con người. Thế mà Tiên còn uống rượu, còn uống rượu thì chưa xứng đáng làm

người, thì làm Tiên sao được. Phải không các bạn?

Người ta so sánh thú vật, người, Thánh, Tiên, Phật là ở chỗ đức hạnh. Tiêu chuẩn đức hạnh mới xác định được cụ thể ai là thú vật, ai là người, ai là Thánh, ai là Tiên và ai là Phật. Giới Đức Minh Mẫn Thánh Sa Di đã xác định được điều này.

Cho nên đạo Phật đã biết lấy Giới luật mà xác định và phân loại: Làm người như thế nào mới thật sự là người, làm Tiên như thế nào mới thật sự là Tiên, làm Thánh như thế nào mới thật sự là Thánh và làm Phật như thế nào mới thật sự là Phật. Người làm thú vật thì dễ, nhưng làm người không phải dễ, nên Khổng Tử nói: **“Vi nhân nan, vi nhân nan”**, nghĩa là *“Làm người khó, làm người khó”*. Làm Thánh, Tiên, Phật thì còn khó gấp trăm ngàn lần.

Tiêu chuẩn ấy đạo Phật đã xác định qua hành động sống hằng ngày như vậy, ai làm khác mà gọi họ là Người, Thánh, Tiên và Phật là lừa đảo người.

Cho nên đứng trong tiêu chuẩn của Phật giáo mà xác định thì kẻ nào mạo nhận mình là Người, Thánh, Tiên, Phật, chúng ta đều biết thứ

giả, thứ thật. Không thể có ai lừa dối chúng ta được. Phải không các bạn?

Mười Giới Đức Thánh Sa Di xác định cho chúng ta biết rất rõ những người tu sĩ giả và những người tu sĩ thật trong Phật giáo.

Người tu sĩ Phật giáo mà chỉ vi phạm một giới trong mười Giới Đức Thánh Sa Di này thì người ấy không phải là tu sĩ Phật giáo mà là Ma Ba Tuần đội lột Phật giáo. Họ đang tu danh, tu lợi, tu dục lạc thế gian, tu chùa to Phật lớn v.v.. Phật tử cần lưu ý để tránh xa.

Chúng tôi xin nhắc lại, một vị Thánh Tăng còn bưng ly rượu hay lon bia uống thì còn gì thể thống của một vị Thánh Tăng, cũng như một vị Thánh Tăng cầm một điếu thuốc lá hút thì còn nghĩa lý gì Thánh Tăng, là đệ tử của đức Phật. Phải không quý vị?

Thế mà có một vị HT, giảng sư, nói rằng: **“Phật giáo dạy: cho phép uống rượu, nhưng uống rượu đừng say”**. Lời dạy này là của ma, chứ giới cấm của Phật giáo không cho phép người cư sĩ uống rượu huống là tu sĩ. Vậy mà HT này dám dạy như vậy trước đông đảo Phật tử thọ Tam Quy, Ngũ Giới. Thật là đau lòng!

Đức Phật cấm uống rượu, vì rượu là một thứ nghiện ngập khiến cho mọi người dễ đắm mê. Ngoài rượu ra nhưng chúng ta phải hiểu có những thứ nghiện ngập khác như: thuốc lá, chè (trà), cà phê, thuốc phiện v.v.. tuy rằng Phật không cấm nhưng chúng ta nên biết đó cũng là những thứ độc dược gây ra bệnh tật cho cơ thể mang đến sự khổ đau cho chúng ta. Cho nên, một vị tu sĩ Phật giáo mà cầm điều thuốc lá hút phà khói mịt mù thì còn có giá trị gì là một tu sĩ Phật giáo, một vị Thánh tăng. Phải không các bạn?

Một vị Thánh Tăng không thể còn đắm nhiễm những thứ độc dược này, vì đắm nhiễm những thứ độc dược này thì oai nghi tế hạnh của một tu sĩ Phật giáo không cho phép họ ngang nhiên sống bừa bãi trên những thứ nghiện ngập này.

Một vị Thánh Tăng là phước điền của tất cả chúng sanh. Tướng phước điền ấy mà hút thuốc lá, uống rượu thì còn gì là phước điền của ai?

Đã không làm Tăng, Ni thì thôi, một khi đã làm Tăng, Ni thì phải giữ cho đúng tư cách của một vị Tăng, Ni, đừng làm sai khiến người ta phỉ báng Phật pháp, chê cười Phật giáo thì tội ấy về ai?

Cho nên, Tăng, Ni hiện giờ phạm giới thì phải chịu tội đọa địa ngục. Trước giờ chết họ phải thọ lấy những cơn bạo bệnh, những bệnh ngặt nghèo, đau đớn không cùng. Đừng bảo rằng trả nghiệp, đôn nghiệp. Tăng, Ni là những bậc Thánh thì phải **“chuyển nghiệp”**, chuyển nghiệp thì làm sao có thọ khổ như vậy? Lời nói: trả nghiệp, đôn nghiệp, chỉ là lời nói lừa đảo để che đậy tội lỗi của mình với những người khác.

Người cư sĩ giữ gìn trọn vẹn năm giới, đến khi chết người ta còn biết ngày, giờ ra đi, bệnh đau sơ sơ, nhẹ nhàng, chết trong êm thấm không có nhiều khổ đau. Còn ngược lại Tăng, Ni sống phá giới, phạm giới, đánh mất hết oai nghi Thánh hạnh, làm cho Phật Pháp suy đồi, do đó khi chết phải trả quả khổ đau tận cùng. Vì thế, cảnh tượng đau khổ kinh khiếp của các vị Hoà Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni trước khi chết đều phải trả quả đau khổ.

Gương Tăng, Ni đi trước phạm giới bị quả báo để răn nhắc cho Tăng, Ni đi sau phải cố tránh, đừng để xe lăn vào vết xe đổ.

Rượu, thuốc lá, v.v.. có mập béo gì mà lại đắm nhiễm? Rượu, thuốc lá, thuốc phiện v.v.. là những thứ độc dược mà mọi người cần phải tránh xa. Còn thích rượu, thuốc lá, v.v.. thì đừng nên xuất gia làm Tăng, Ni.

Tăng, Ni là những bậc Thánh đệ tử của Phật thì rượu, thuốc lá và các thứ đấm nhiễm khác phải từ bỏ, xa lìa thì mới xứng đáng là Tăng, Ni.

Không làm đệ tử của Phật thì thôi, còn đã làm đệ tử của Phật thì phải xa lìa, phải từ bỏ các thứ dục lạc dễ đấm nhiễm đó.

Kính thưa các bạn Tăng, Ni và nam nữ cư sĩ! Những Thánh Đức Giới Hạnh của Phật đã dạy thì chúng ta phải tôn trọng, không được xem thường, luôn luôn phải chấp hành nghiêm chỉnh không được vi phạm, nhất là giới cấm uống rượu thì phải chấp hành triệt để không được uống rượu, hút thuốc lá, v.v..

Thánh Đức Minh Mẫn của một vị Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh Cư Sĩ đệ tử của đức Phật, là chúng ta cần phải thông minh, trí tuệ sáng suốt để ngăn và diệt các ác pháp này.

Trí tuệ thông minh của đạo Phật, không hẳn là tri kiến hiểu biết nhiều sự việc mênh mông, mà còn là ***tri thức hiểu biết không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh.***

Người không uống rượu là người có sự hiểu biết không làm khổ mình, không làm khổ người

và không làm khổ cả hai, đó là người minh mẫn, là người sáng suốt.

Thánh Đức Minh Mẫn giúp cho mọi người không còn ngu si để đắm mê hút thuốc lá và uống rượu nữa.



## **KHÔNG TRANG ĐIỂM**

**K**hông trang điểm là một “**ĐỨC THÁNH TỰ NHIÊN**”. Người xuất gia cũng như người tại gia cần phải học hiểu và sống đúng đức hạnh này.

Bản chất của con người dù nam hay nữ đều thích làm đẹp, nhất là phái nữ, dù là một người rất xấu, nhưng họ vẫn cố trang điểm làm cho đẹp, vì thế mà các mỹ viện mọc lên rất nhiều.

Mục đích trang điểm làm đẹp là do tâm ái dục, tâm ái dục luôn muốn cho mọi người phải để ý và mê mết với mình. Đó là nguyên nhân ngấm ngấm bên trong thân và tâm của mình để thể hiện tâm sắc dục, tâm sắc dục tức là tình dục, khi mắt thấy sắc của người khác phái thì tình dục khởi lên. Vì mục đích này giới nữ thường ăn mặc hở hang. Muốn khiêu dâm gợi dục, hiện nay phái nữ thường ăn mặc bày da bày thịt theo người Tây Phương là để khiêu gợi tâm sắc dục của người khác phái và cũng chính khiêu gợi tâm sắc dục của mình. Đối với Đức Phật, Ngài rất hiểu rõ điều này, nên cấm đệ tử

của mình, nhất là giới tu sĩ: **“không cho trang điểm làm đẹp”**. Không cho làm đẹp là để diệt trừ tâm sắc dục. Trong kinh Tăng Chi tập 1 trang 9 thuộc đại tạng kinh Việt Nam, đức Phật dạy: **“Ta không thấy một sắc nào khác, này các Tỳ Kheo, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn ông như sắc người đàn bà... Ta không thấy một sắc nào khác, này các Tỳ kheo, xâm chiếm và ngự trị tâm người đàn bà, như sắc người đàn ông...”**. Đối với đạo Phật tâm sắc dục là một trong những tâm ái dục, nó là con đường sinh tử luân hồi; nó là con đường khổ đau; là nguyên nhân sinh ra muôn vàn đau khổ của con người. Vì thế, trong bốn chân lý của đạo Phật, nó là chân lý thứ hai gọi là **“Tập đế”**. Tập đế có nghĩa nơi tập hợp mọi sự khổ đau, hay nói cách khác là nguyên nhân sinh ra mọi khổ đau của kiếp sống làm người.

Muốn xa lìa tâm sắc dục, mà còn trang điểm, làm đẹp thì không bao giờ xa lìa tâm sắc dục ấy được.

Tóc râu đã cạo bỏ, còn gì là đẹp nữa đâu, thế mà các Thầy tuy cạo bỏ râu tóc nhưng còn sửa sang làm đẹp, cạo râu, cạo tóc thường xuyên, quần áo chải chuốt, ửi là láng bóng.

Sang đẹp có nghĩa là y áo phải may bằng vải hàng nhập, loại hàng tốt nhất, may y áo phải vừa vặn, không rộng, không chật, thường dùng gương soi mặt, ngắm trước, ngắm sau khi đi... Những hành động trang điểm làm đẹp như vậy là nuôi tâm sắc dục, ưa thích tâm sắc dục.

Người còn tâm ưa thích sắc dục thì còn trang điểm, còn làm đẹp thì tu hành chỉ hoài công vô ích.

Đạo Phật muốn đào tạo những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni A La Hán nên giới luật cấm trang điểm làm đẹp là để tâm ly dục là ác pháp. Có ly dục là ác pháp thì Đức Hạnh Tự Nhiên Thánh Sa Di này mới sống đúng và giữ trọn vẹn. Ai theo đạo Phật tu hành mà còn trang điểm làm đẹp thì không phải là Thánh Tăng, Thánh Ni, Thánh Sa Di nữa mà là Ma trong đạo Phật, đội lốt Phật giáo để giết Phật giáo. Bởi vậy, những tín đồ Phật giáo cũng như những người ngoài Phật giáo, khi thấy một vị tu sĩ ăn mặc sang đẹp chải chuốt làm đẹp thì nên biết đó không phải là tu sĩ Phật giáo, mà là Ma đội lốt tu sĩ Phật giáo.

Xưa đức Phật lược vải bó thân ma, vải bỏ của người khác về giặt sạch làm y áo của mình. Y áo ấy gọi là áo cà sa (Y phấn tảo), còn bây giờ

y áo của tu sĩ Phật giáo rất là sang đẹp và đắt tiền, như vậy là đi ngược lại chủ trương đời sống của đạo Phật **“Ba y một bát thiếu dục tri túc”**. Ba y một bát tức là hạnh ly dục ly ác pháp. Một tu sĩ mà không sống được Phạm hạnh này thì không bao giờ tìm thấy sự giải thoát.

Người cư sĩ đem cúng dường y áo cho tu sĩ bằng những hàng lụa đẹp sang là cúng dường sai pháp, khiến cho tu sĩ trở thành phú Tăng, chứ không còn là bản Tăng.

Ăn mặc sang đẹp là một cách trang điểm làm đẹp; còn trang điểm làm đẹp là phạm giới, là không ly dục ly ác pháp; không ly dục ly ác pháp thì làm sao được gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni, Thánh cư sĩ, đệ tử của đức Phật?

Muốn làm chủ sanh tử luân hồi, mà hành động trang điểm làm đẹp không từ bỏ thì làm sao chấm dứt sanh tử luân hồi được?

Mục đích xa lìa tâm ái dục nên phải xa lìa sự trang điểm, làm đẹp, cho nên những tu sĩ đạo Phật, dù nam hay nữ, đều phải cạo bỏ râu tóc, mặc áo cà sa, (áo vải thô xấu, vải liệm thầy ma, v.v.), đi chân đất, đầu trần không đội nón.

Người tu sĩ của Phật giáo hình dáng phải làm cho xấu xí thì càng dễ tu. Đó cũng là phương pháp ly dục ly ác pháp. Còn trang điểm làm đẹp là phương cách nuôi tâm dục và ác pháp.

Xưa ông A Nan vì quá đẹp trai nên sự tu tập của ông phải gian nan với người khác phái.

Có thân hình đẹp dễ là hình dáng dễ gợi lòng yêu thương, ái dục, khiến cho chúng ta khó xa lìa tâm ái dục.

Có một cô gái người Nhật Bản vào chùa xin tu, nhưng vị trụ trì từ chối không chấp nhận và bảo cô rằng: *“Cô không tu được”*.

- *Tại sao vậy?*

- *Vì cô quá đẹp.*

Sau khi hủy hoại sắc đẹp xong, cô trở lại chùa xin tu, lúc bấy giờ cô được nhận làm đệ tử.

Qua câu chuyện trên cho thấy sắc đẹp làm cản trở sự tu tập của chúng ta rất lớn, vì thế chúng ta là tu sĩ Phật giáo không nên trang điểm, phải giữ gìn giới luật Thánh Đức Tự Nhiên không trang điểm làm đẹp này nghiêm chỉnh.

Có ý chí quyết tâm xa lìa tâm ái dục nên cô gái này đã diệt sắc đẹp của mình tức là cô đã diệt tâm ái dục của mình, nhờ đó trên đường tu hành theo Phật giáo cô đã chứng quả Thiên Tông.

Như vậy, hiện nay đúng theo giới luật Phật như quý vị đã biết, người tu sĩ đạo Phật phải luôn luôn cạo bỏ râu tóc, ăn mặc áo quần thô xấu. Đó là một hình thức rất cần thiết để xa lìa tâm ái dục và ác pháp.

Không trang điểm làm đẹp là một Thánh đức tự nhiên lìa xa tâm ái dục mà người tu sĩ cần nên học và cố gắng khắc kỷ mình để thực hiện cho bằng được Thánh hạnh này. Nhờ đó con đường tu tập mới có hiệu quả hơn.

Kính thưa các bạn đồng tu Phạm hạnh! Thánh đức tự nhiên xa lìa tâm ái dục, các bạn có giữ trọn hay không, đó là còn tùy ở các bạn. Nếu các bạn giữ trọn trước mặt cũng như sau lưng thì các bạn đã tự biết mình lìa xa tâm sắc dục. Xa lìa tâm sắc dục rất có lợi cho các bạn, nó giúp cho thân tâm của các bạn thanh tịnh, nhờ thế các bạn mới dễ dàng tu tập thiền định mà không sợ lạc vào tà thiên.

Nếu Phạm hạnh này không giữ trọn vẹn được thì các bạn tu hành phí công vô ích mà thôi.

**Mỗi giới Đức Phạm Hạnh Thánh Sa Di là hiện thân của sự giải thoát trong Phật giáo.** Vì thế, Mười Giới Đức Thánh Sa Di càng giữ gìn nghiêm chỉnh thì thân tâm càng lúc càng thanh tịnh; thân tâm càng lúc càng thanh tịnh thì đời sống càng đơn giản; đời sống càng đơn giản thì sự giải thoát gần kề. Sự giải thoát có được là nhờ sống đơn giản, tự nhiên. Cho nên đời sống đơn giản tự nhiên trước mặt cũng như sau lưng là xác định cụ thể cho người tu chúng. Người tu chúng hay không tu chúng là ở chỗ những giới đức Thánh này, chứ không phải ở chỗ ngồi thiền nhập định 7, 8 ngày hay thị hiện thần thông, phóng hào quang, độn thổ, tàng hình, biến hóa, v.v..

Đối với Thánh hạnh không cần sửa sang trang điểm làm đẹp, mà thân tướng lại đẹp dễ trang nghiêm một cách đơn giản tự nhiên thì đó mới thật sự là Thánh Đức Hạnh Tự Nhiên, đó mới thật sự là cái đẹp tự nhiên của một vị Thánh Tăng, Thánh Ni.

Thánh đức tự nhiên ly ái dục là để cho người tu hành có một dung nghi đẹp đẽ hồn nhiên, trong sáng rất tự nhiên. Đó là vì thân tâm thanh tịnh không còn ô nhiễm nên không cần trang điểm làm đẹp theo kiểu nhân tạo thế tục.

Nhìn qua Phạm hạnh Thánh đức tự nhiên của một vị tu sĩ Phật giáo là chúng ta nhận biết vị này là Thánh Tăng thật hay Thánh Tăng giả.

Thánh Tăng giả thì trang điểm ăn mặc sang đẹp, xe cộ lộng lẫy, cái đẹp ấy là cái đẹp nhân tạo, cái đẹp nhân tạo là cái đẹp của tâm dục và ác pháp. Cho nên, giới luật Phật cấm trang điểm làm đẹp giả tạo không chân thật. Làm đẹp giả tạo không chân thật có hai điều tội lỗi:

- 1- Tội lừa đảo người.
- 2- Tội thiếu chân thật với mình.

Lừa đảo người bằng tướng tốt, ăn mặc sang đẹp. Ảnh hưởng Bà La Môn giáo cho rằng người tu hành phải có tướng tốt, cho các vị tu sĩ nào có thân tướng mập béo, bệ vệ trong bộ y áo sang đẹp là tướng tốt, là tu chứng đạo, theo Phật giáo chúng tôi nghĩ rằng thân tướng ăn

mặt như vậy không đúng lắm, vì thân tướng mập béo, trong y áo sang đẹp là tướng của dục lạc. Vẽ vời đức Phật với ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp là để loè mọi người theo kiểu kinh sách Bà La Môn thì chúng tôi nghĩ rằng đức Phật có một thân hình quái dị, chứ không phải thân hình của một con người.

Trang điểm là phương cách làm đẹp giả tạo, đó là thiếu chân thật với mình với người. Vì thế mà Giới Đức Thánh Tự Nhiên không trang điểm ra đời để giúp chư Tăng, Ni sống tự nhiên mà có vẻ đẹp để hồn nhiên.

Tóm lại, một tu sĩ còn trang điểm làm đẹp là chứng tỏ tâm ly dục ly ác pháp chưa có. Điều quan trọng là tâm sắc dục chưa lìa thì con đường đạo khó thấy.

Nếu tu theo đạo Phật mà còn trang điểm làm đẹp là không thể tu theo đạo Phật được, đó là một điều xác định chắc chắn báo trước cho quý vị biết.

Muốn tìm tu giải thoát theo đạo Phật thì Giới Đức Thánh Tự Nhiên phải chấp nhận thực hành. Sống nghiêm chỉnh không hề vi phạm thì Thánh hạnh này mới có thể hiện rõ trong mọi oai nghi của quý vị.

Thánh Đức Tự Nhiên của một cơ thể đã lìa tâm sắc dục thì rất thanh tịnh. Tâm sắc dục lìa xa được, thì thân tâm của quý vị mới thật sự thanh tịnh. Thân tâm có thanh tịnh thì quý vị mới nhập được chánh định, còn thân tâm chưa thanh tịnh mà nhập định thì chỉ là nhập tà định. Do điều kiện này mà đức Phật chỉ dạy cho chúng ta: “*giới sanh định*” là vậy. Cho nên một người tu mà xem thường giới luật thì người ấy sẽ không bao giờ tu tập thấy được sự giải thoát của đạo Phật như thật.

Giới là pháp môn giúp cho tâm ly dục ly ác pháp, còn tà định là pháp môn ức chế tâm khiến cho tâm không bao giờ ly dục ly ác pháp được. Cho nên, giới không tu tập nghiêm chỉnh thì oai nghi chánh hạnh không bao giờ có, oai nghi chánh hạnh không có mà tu tập thiền định thì thiền định đó không bao giờ có giải thoát.

Đạo Phật lấy giới luật làm khuôn pháp tu tập hàng đầu, khiến thân tâm thanh tịnh, oai nghi chánh hạnh rõ ràng, người người nhìn vào đều kính mến và tôn trọng, không ai mà không thừa nhận.

Tà Giáo ngoại đạo bỏ giới luật lấy ý thức vô niệm làm tâm, cho tâm đó là Phật tánh. Do

đó tu tập bị ức chế tâm, rơi vào định tướng, khiến cho người tu hành không biết đường tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết. Lúc bấy giờ lại còn lạc vào mê hồn trận của tướng mà không biết, cứ cho đó là định tướng của thiền định. Trong sách Thiền Quan Sách Tấn các Tổ thuật lại công phu tu tập của mình rất là gian khổ. Ba, bốn chục năm mà chứng những trạng thái tướng, thật là phí uổng công cả một đời tu tập.

Người tu hành theo đạo Phật phải nhớ kỹ lời dạy này: ***“các pháp ác không nên làm và nên làm các pháp thiện”***. Đó là lời dạy về giới luật của Phật.

Người phạm giới là người làm các pháp ác, người nào không phạm giới là người làm các pháp thiện. ***Người sống trong thiện pháp là người sống trong Thánh hạnh.***



GIỚI ĐỨC SA DI THỨ BẢY:

## **KHÔNG CA HÁT VÀ NGHE CA HÁT**

**K**hông ca hát và nghe ca hát là “**THÁNH ĐỨC TRẦM LẶNG ĐỘC CƯ**”. Người xuất gia cũng như người tại gia cần phải học hiểu và sống đúng đức hạnh này để phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình. Do phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý của mình nên các ác pháp không sanh khởi được, nhờ đó tâm thanh thản, an lạc và vô sự.

Lời ca tiếng hát phát ra âm thanh lúc trầm, lúc bổng, lúc cao, lúc thấp kêu gọi thất tình lục dục trong ta sống dậy, khiến cho tâm hồn chúng ta rung động ngậy ngát buồn vui theo âm thanh du dương ảo não của tình yêu thương lãng mạn giữa trai gái. Giọng ca trầm hùng thúc dục tiến bước quân hành khiến cho thanh niên hăng hái lên đường xông pha vào trận mạc, trước lần tên mũi đạn mà không hề nao núng.

Lời ca tiếng hát có lợi nhưng cũng có hại. Lợi là trước cảnh đất nước bị ngoại xâm, lời ca

tiếng hát thúc dục thanh niên lên đường cứu nước; hại là khiến cho thanh niên nam nữ yêu thương lãng mạn đi đến những sự khổ đau tuyệt vọng, gây ra nhiều cái chết oan uổng. Phần nhiều những lời ca tiếng hát gọi lại những hình ảnh quá khứ thương đau, đánh thức dậy thất tình lục dục trong mỗi con người, khiến đời sống đã khổ lại còn khổ đau hơn. Cho nên, đức Phật thấy được những sự nguy hiểm này, vì thế Ngài cấm những tu sĩ không được nghe ca hát và tự mình ca hát.

Những người tu sĩ Phật giáo vì mục đích giải thoát mọi sự khổ đau của cuộc đời thì cần nên tránh xa ca hát và nghe ca hát. Tại sao vậy?

Như ở trên chúng tôi đã nói: Phật giáo cho rằng lời ca tiếng hát thường kêu gọi lòng thương nhớ khổ đau trong chúng ta. Muốn thoát sự đau khổ, cho nên đạo Phật không cho tu sĩ nghe ca hát hoặc tự ca hát. Đó là trách nhiệm và bổn phận của mỗi người tu sĩ đệ tử của đức Phật phải thấy. Không xuất gia thì thôi mà đã xuất gia thì phải thấy trách nhiệm và bổn phận này. Nếu một tu sĩ còn nghe ca hát hay tự ca hát thì đã đánh mất hết oai nghi Thánh Hạnh trầm lặng độc cư của mình, của người tu sĩ Phật giáo. Cũng vì thế mà mất hết ý nghĩa sự giải

thoát của đạo Phật. Người tu sĩ còn nghe ca hát và tự ca hát thì đi tu để làm gì? Mục đích đi tu của đạo Phật là ly dục ly ác pháp. Ca hát hay nghe ca hát là nuôi dưỡng tâm dục, là còn nằm trong môi trường lục dục và ác pháp của thế gian.

Vì nghe ca hát hay tự ca hát là làm sống lại thất tình lục dục trong thân tâm của chúng ta như chúng tôi đã nói ở trên. Người tu sĩ đạo Phật hằng mong diệt thất tình lục dục để được giải thoát, thì cứ chi lại còn ham thích ca hát hoặc nghe ca hát, để làm sống lại thất tình lục dục thì sự tu tập biết chừng nào mới hết tâm lậu hoặc!

Người nghe ca hát hay tự ca hát là gọi lên lòng thương nhớ khổ đau trong quá khứ, làm sống lại những ức niệm gì đã đi qua. Đức Phật đã dạy: **“Quá khứ không truy tìm, vị lai không ước vọng”**. Nghe ca hát và tự ca hát là truy tìm nỗi đau thương của quá khứ và nuôi hy vọng ở tương lai. Và như vậy thì làm sao tu tập giải thoát khổ đau cho được. Lời ca tiếng hát, ngâm vịnh thơ văn phản ảnh được tâm lý ái dục của con người. Vì thế, Sở Bá Vương Hạng Võ thất trận là do tiếng sáo, tiếng tiêu của Tiêu Hà theo kế hoạch tâm lý chiến của Trương Lương khiến cho quân lính của Sở Bá Vương nhớ nhà,

cha mẹ và vợ con nên đồng nhau bỏ trốn về. Có đúng như vậy không các bạn?

Chúng ta hãy lắng nghe những câu thơ, lời ca khêu gợi lên lòng thương nhớ sâu khổ, như của nhà thơ Huy Cận viết:

*“Sóng gọi trường giang buồn điệp điệp.  
Con thuyền xuôi mái nước song song  
Thuyền về bến cũ sầu trăm ngả  
Củi một cành khô lạc mấy dòng?”*

Một nhà thơ Trung Hoa, Lư Thuật viết:

*“Nhật mộ hương quan hà xứ thị  
Yên ba giang thượng sử nhân sầu”*

Tản Đà dịch:

*“Quê hương khuất bóng hoàng hôn  
Trên sông khói sóng cho buồn lòng ai”*

Đoàn Thị Điểm viết:

*“Nước trong chảy lòng phiền không rửa  
Cỏ xanh tươi dạ nhớ chẳng khuây...”*

Lời ca tiếng hát của Y Vân:

*“Lòng mẹ bao la như biển Thái Bình dạt dào...”*

Lời ca tiếng hát của Lưu Hữu Phước thúc dục thanh niên trí thức lên đường cứu nước:

*“Này sinh viên ơi! Đứng lên đáp đền sông núi.*

*Đồng lòng cùng đi, đi, đi mở đường khai lối. Vì non sông nước xưa, truyền muôn năm chó quên...”*

Đó là những văn, thơ, ngâm vịnh, ca hát khiến cho lòng người tê tái nhớ thương khổ đau.

Thương nhớ là một pháp ác, là một pháp đau khổ. Lời ca tiếng hát ngâm vịnh thơ văn gọi lên lòng thương nhớ sâu khổ của một người con nhớ mẹ (Lòng mẹ) của một người vợ nhớ thương chồng đang chinh chiến ngoài biên ải xa (Chinh Phụ Ngâm), của một tình yêu quê hương (Tiếng Gọi Sinh Viên).

Lời ca tiếng hát, thơ văn ngâm vịnh gọi lên tình yêu thương trai gái (sắc dục) tình yêu thương cha mẹ (ái kiết sử) tình yêu quê hương tổ quốc (ái kiết sử).

Tất những sự yêu thương này nằm ở trong thất tình lục dục. Như chúng ta đã biết loài người thường chịu nhiều khổ đau là do thất tình lục dục tạo nên. Thế mà người ta thường tìm mọi cách làm sống lại nó để mà khổ, để mà đau.

Lòng thương yêu trong thất tình lục dục là tình yêu thương hạn hẹp trong tình cảm cá

nhân, tình thương yêu ấy thường làm khổ cho mình, cho người khác.

Nỗi đau của thất tình lục dục khiến cho trai gái đi đến tuyệt vọng phải tự tử, khiến cho con giết cha, cha giết con, mẹ giết con, chồng giết vợ, vợ giết chồng, anh giết em, em giết anh v.v..

Nỗi đau ấy thúc dục chúng ta xả thân vào chỗ chết mà không hề biết sợ hãi và cũng không thấy trách nhiệm bốn phận đạo đức làm người của mình đối với mình, của mình đối với người khác, v.v..

Đạo Phật muốn cho con người thoát khổ, nên phải vượt thoát ra khỏi thất tình lục dục. Đối với đạo Phật thất tình lục dục là một loại tình yêu thương hạn hẹp, nhỏ mọn, ích kỷ phải được thay thế bằng một loại tình yêu thương rộng lớn. Tình yêu thương rộng lớn đó là **“tâm từ, bi, hỷ, xả”**. Tâm từ, bi, hỷ, xả là lòng yêu thương rộng lớn vô bờ bến, vì thế nó không bao giờ làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh. Nhờ có tâm này được thay thế thì chúng ta mới thoát ra khỏi thất tình lục dục.

Nếu mình thương yêu mình sao lại nghe ca hát và tự ca hát để gọi lên lòng nhớ thương, sầu khổ.

Người đời không hiểu nên cứ ngỡ mượn lời ca tiếng hát để giải sầu hay giải trí. Thật sự giải sầu hay giải trí như vậy lại làm cho tâm tư sầu khổ thêm, trí óc mệt nhọc, căng thẳng hơn.

Lời ca tiếng hát chỉ giúp cho người làm việc đầu óc quá căng thẳng được thư giãn mà thôi.

Mình thương mình thì không nên làm khổ mình. Phải không các bạn?

Nghe ca hát và tự ca hát cũng tự làm khổ mình, các bạn có hiểu không?

Cho nên muốn không làm khổ mình thì các bạn không nên nghe ca hát và ca hát.

Bởi vì nghe ca hát cũng làm cho các bạn mất thì giờ rất nhiều.

Giải trí nghỉ ngơi mà lại bắt đầu óc lắng nghe âm thanh khiến cho thần kinh mỗi mệt. Như vậy giải trí nghỉ ngơi có đúng không?

Như vậy thương yêu mình sao lại làm khổ mình?

Mượn lời ca tiếng hát để quên đi sự sầu khổ, để giải trí nghỉ ngơi thì không đúng. Đó là một hình thức tránh né trốn chạy để ức chế và đè nén tâm mình.

Chúng tôi xin đem một ví dụ giải sầu khác: Cũng như người vì quá buồn khổ lại mượn chén rượu để giải sầu, rượu là một chất độc kích thích khiến cho thần kinh hưng phấn, nói năng cử chỉ giống như người điên, người mất trí... Những người say rượu như vậy họ đâu có sáng suốt thấy mình say rượu, họ cảm thấy như mượn chén rượu để nói lên lòng căm tức, lòng khổ đau của mình để cho hả lòng buồn giận, tức là giải sầu. Nhưng họ có biết đâu chính họ đã bị tâm họ lừa dối họ. Họ đang say nhưng họ đâu biết họ đang say. Sự thật là họ đang say rượu, thần kinh bị hưng phấn, họ không tự làm chủ họ được nữa, họ nghĩ rằng uống rượu say là sẽ quên sầu khổ, nhưng không ngờ họ đã làm cho họ sầu khổ thêm, chứ nào đâu phải mượn rượu để giải sầu.

Thưa các bạn! Lời ca tiếng hát cũng như vậy, chỉ làm vui dạ những người không biết sống cho mình. Nghe ca hát và tự ca hát là sống theo ngoại cảnh thất tình lục dục, thuộc về ảo ảnh, hư tưởng của những sự việc gì đã qua và của những sự việc gì chưa đến, họ tưởng là giải khổ lại chồng thêm khổ cho họ.

Ca hát là sự khêu gợi lòng đau khổ, làm mất sự an tịnh trầm lặng của tâm hồn nên đức

Phật cấm những hàng đệ tử của mình: **“không ca hát và nghe ca hát”**.

Chúng ta cũng nên biết: Một vị Thánh Tăng đờn ca xướng hát ngâm vịnh, hoặc tán tụng ê, a giọng cao giọng thấp để ru hồn người vào cõi tưởng thì điều này đức Phật đã không chấp nhận từ lâu.

Kinh Sonadanda thuộc Trường Bộ Kinh tạng kinh Nikaya (Nguyên Thủy) có nêu lên năm đức tánh của một tu sĩ Bà La Môn. Năm đức tánh đó là:

1- Thọ sanh huyết thống 7 đời Bà La Môn.

2- Chú thuật, phúng tụng, thông hiểu ba tập Vệ Đa, danh từ, nghĩa lý và nghi lễ... phải thông suốt.

3- Đẹp Trai, tướng hảo, (32 tướng tốt 80 vẻ đẹp).

4- Trí tuệ.

5- Giới luật.

Đức Phật đã loại bỏ ba tánh đức ở trên mà chỉ còn chấp nhận có 2 đức tánh ở dưới:

1- Trí tuệ.

2- Giới luật.

Ngài không chấp nhận dòng giống, tướng tốt, tụng niệm và chú thuật, vì thế giới luật của Ngài cấm tu sĩ ca hát và nghe ca hát tức là cấm tụng niệm ê, a giọng cao giọng thấp.

Trong đạo Phật chỉ có tri kiến (trí tuệ) và giới luật mới giúp cho đệ tử của Người thật sự giải thoát mọi khổ ách.

Hôm nay quý Thầy tụng kinh, niệm chú, niệm Phật, chúng tôi nghĩ rằng đây không phải là đường lối của Phật giáo mà là một nghề tụng niệm của Bà La Môn ngày xưa để trao đổi kiếm sống với tín đồ, khi những vị Bà La Môn này còn tuổi trẻ, thì lấy nghề tụng niệm mà kiếm sống, đến khi già các vị này chuyên tu nên không còn tụng niệm nữa.

Đức Phật xưa xuất gia tu hành cũng theo Đạo Bà La Môn, nhưng không tìm thấy sự giải thoát trong đạo này, nên Ngài phải tự vạch ra cho mình một lối đi. Những gì của đạo Bà La Môn đúng có sự tu tập giải thoát chân thật thì Ngài chấp nhận, còn những gì tu tập không giải thoát thì Ngài loại trừ bỏ ra.

Năm điều kiện để trở thành một Bà La Môn, Ngài chỉ chấp nhận hai điều kiện, còn ba điều kiện Ngài loại bỏ như ở trên chúng tôi đã nói. Như vậy chúng ta thấy rất rõ đức Phật không chấp nhận 32 tướng tốt 80 vẻ đẹp, chỉ có

các nhà Đại Thừa thường ca ngợi 32 tướng tốt 80 vẻ đẹp của đức Phật. Rõ ràng như thế đây là Bà La Môn mạo danh Phật giáo. Xin Quý vị cứ suy ngẫm có đúng: “*Kinh sách Phát triển chính là kinh sách của Bà La Môn?*”.

Nghề chân chính trong đạo Phật đó là nghề đi xin ăn (Chánh Nghiệp), còn nghề tụng kinh, niệm chú, cầu an, cầu siêu, cúng vong, tiền linh, cúng sao, giải hạn, làm tuần, làm tự v.v.. là tà nghiệp, đức Phật không chấp nhận. Bài kinh Sonadanda đã nói lên tinh thần bài bác những pháp môn tụng niệm cầu cúng không lợi ích cho đời sống mà còn gây cho tín đồ mê tín và lạc hậu.

Một vị Thánh Tăng ngồi tụng niệm ê, a giọng cao, giọng thấp theo nhịp tiếng chuông, tiếng mõ giống như đờn ca xướng hát, ngâm vịnh thì oai nghi tế hạnh này làm sao gọi là Thánh hạnh của bậc Thánh Tăng được.

Một vị Thánh Tăng là phải sống trọn vẹn đầy đủ đức hạnh trầm lặng. Đức hạnh trầm lặng mới nói lên được oai nghi tế hạnh của một bậc Thánh Tăng. Vì trạng thái sống trầm lặng ấy mới được gọi là sự sống của bậc Thánh; còn ngược lại ngồi tụng niệm ê, a như ca hát hoặc nghe tụng niệm, nghe ca hát thì các bạn nghĩ sao? Lúc bấy giờ tâm hồn trầm lặng có còn

không? Một vị Thánh Tăng là phải sống trọn trong trạng thái trầm lặng mới được gọi là Thánh Tăng.

Thánh Đức Trầm Lặng giúp cho chúng ta trở về sống với nội tâm của mình. Sống trở về nội tâm của mình là một đức hạnh tuyệt vời, vì nó là đức hạnh không làm khổ mình, khổ người.

Do sự lợi ích này đức Phật cấm các Tỷ Kheo không được nghe ca hát và tự ca hát.

Một vị Thánh Tăng ngồi nghe ca hát hoặc tự mình ca hát dù là bài ca loại nào cho đến những bài tán tụng những câu kinh tiếng kệ cũng đều thuộc loại ca hát. Nên trong kinh Sa Môn Quả, kinh Sonadanda đức Phật đều không chấp nhận những lối tán tụng, niệm Phật ê, a.

Gần đây có một số tu sĩ và cư sĩ không thông hiểu đạo Phật, họ bắt chước theo đạo Thiên Chúa soạn nhạc Phật để sách tấn Tăng Ni tu học. Đó là một việc làm trái với mục đích của Phật giáo. Phật giáo chấp nhận sống trầm lặng độc cư, nên đức Phật thường nhắc nhở Tăng, Ni phải sống độc cư như con tê ngu một sừng.

Đạo Phật là đạo tự lực cứu mình ra khỏi sông mê biển khổ của kiếp người thì Thánh

hạnh trầm lặng rất cần thiết cho sự sống về nội tâm của người tu giải thoát.

Người tu theo đạo Phật mà không giữ được Thánh hạnh này thì rất khó tìm sự làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sinh luân hồi.

Còn ca hát và nghe ca hát là còn tâm dục của thế gian, giọng ca tiếng hát của mình, của người là thực phẩm nuôi dưỡng tâm dục. Còn nuôi dưỡng tâm dục thì làm sao ly dục ly ác pháp được.

Đạo Phật mà còn có những bài kinh, tán tụng giọng thấp, giọng ca ngâm vịnh hát hò thì có khác chi là ngoại đạo Bà La Môn.

Người ta không biết cho rằng những bài kinh tán tụng ê, a giọng cao thấp là ca nhạc đạo. Đối với đạo Phật thì không có ca nhạc đạo, mà chỉ có sự sống trầm lặng để trở về với nội tâm thanh thần, an lạc và vô sự của mình.

Thánh Đức Trầm Lặng giúp chúng ta sống về nội tâm của mình, nhờ thế mà ta nhận ra được mỗi tâm niệm ác và thiện nên ta sẽ diệt ác và tăng trưởng thiện một cách dễ dàng, nếu không nhờ đức hạnh trầm lặng thì ta rất khó nhận ra được cái tâm xảo trá của chính chúng ta, nên rất khó ly dục ly ác pháp cho thật sạch.

Đức Thánh Trâm Lặng là một Thánh hạnh tuyệt vời mà cũng là một pháp hành vi diệu giúp chúng ta ngăn và diệt ác pháp tận gốc.

Cho nên **GIỚI KHÔNG NGHE CA HÁT VÀ TỰ CA HÁT** thì chỉ có trong đạo Phật mới có Thánh hạnh này. Thánh hạnh này rất xứng đáng là hạnh của một bậc Thánh Tăng.

Tóm lại, người tu sĩ Phật giáo nghe ca hát và tự ca hát là không phải tu sĩ Phật giáo đó là tu sĩ của Bà La Môn.

Để xác định cho rõ ràng, người tu sĩ Phật giáo nghe ca hát và tự ca hát (tụng niệm cúng tế cầu khẩn...) là không phải Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ mà là Ma Ba Tuần đội lột Phật giáo để phá hoại Phật giáo. Xin quý Phật tử nên lưu ý và để tránh xa những loại tu sĩ này.



## ĐỨC HẠNH SA DI



*Đức hạnh Sa Di là phải lấy gốc cây làm giường nằm, lấy nghĩa địa làm nhà ở. Đó là tập hạnh buông xả, ly dục ly ác pháp.*

## **KHÔNG NẪM GIƯỜNG CAO RỘNG LỚN**

**K**hông nằm giường cao rộng lớn là một ĐỨC THANH BẦN. Người xuất gia cũng như những người tại gia cần phải học hiểu và sống cho đúng đức hạnh thì mới xứng đáng là đệ tử của Phật.

Nằm giường cao rộng lớn không đúng oai nghi tế hạnh, không đúng tư cách của một tu sĩ Phật giáo. Vì nằm giường cao rộng lớn, gỗ quý giá có nghĩa là một tu sĩ giàu sang, trái ngược với hạnh thanh bần của một tu sĩ Phật giáo.

Người tu sĩ Phật giáo nằm giường cao rộng lớn thường ngủ thiếu tỉnh giác, lăn lộn dễ dàng, nằm sấp, nằm ngửa, nằm nghiêng, quay lộn tứ hướng, v.v.. nằm ngủ như vậy có đúng Thánh hạnh của một vị Thánh Tăng không? Thưa quý bạn?.

Các bạn nghĩ sao, với tư cách một tu sĩ nằm ngủ như vậy, các bạn có chấp nhận không?

Một tu sĩ Phật giáo nằm giường cao rộng lớn sang đẹp, mềm êm nệm ấm là đã phá hạnh thanh bần của một vị Thánh Tăng **“xả phú cầu bần...”**.

Giới cấm không nằm giường cao rộng lớn là giới cấm giữ gìn oai nghi tế hạnh khi nằm ngủ của một bậc Thánh Tăng cho đúng Thánh hạnh tu hành giải thoát.

Thánh hạnh thanh bần của một vị tu sĩ Phật giáo là đúng nghĩa giải thoát của nó, nếu ai sống ngược lại thì không đúng nghĩa.

Xưa đức Phật Thích Ca Mâu Ni từ bỏ những thứ sang giàu để chấp nhận một đời sống, lấy gốc cây làm giường nằm. Đó là một Thánh hạnh thanh bần giải thoát những vật chất thế gian của đức Phật rất là tuyệt vời mà chúng ta cần phải noi gương. Chúng ta là những tu sĩ Phật giáo hiện thời mà sao lại quên đi gương hạnh giải thoát cao quý này? Lại nữa để tâm tham đắm giường cao rộng lớn, để cho đời mĩa mai Phật giáo, thật là đau lòng. Phải không các bạn?

Nếu đã đi tu theo Phật giáo thì phải làm tròn bổn phận đạo đức Thánh hạnh của người tu sĩ Phật giáo, có nghĩa là giới luật phải nghiêm chỉnh. Thà không đi tu thì thôi, chứ

đừng đi tu mà vi phạm giới luật thì xấu hổ lắm các bạn ạ! Nếu đi tu phạm giới thì cởi áo cà sa trả lại cho chùa, đừng để mọi người mỉa mai Phật giáo. Đó là trách nhiệm và bổn phận của người tu sĩ Phật giáo.

Là một du Tăng khát sĩ làm sao mang theo giường cao rộng lớn được, vì đời sống của họ phải rày đây, mai đó, nay ở chỗ này mai ở chỗ kia. Chủ trương của đạo Phật cũng như gương hạnh của đức Phật chúng ta là hàng đệ tử của Người, không thể nào chối bỏ hạnh du Tăng khát sĩ được.

Chỉ có trụ thế Tăng đời sống ở một chỗ nên mới có giường cao rộng lớn. Vì thế tất cả những tu sĩ trụ thế Tăng đều phạm giới, phá giới, không những giới luật này mà còn nhiều giới khác nữa.

Chúng ta xác định chắc chắn giới luật Phật bị phá hủy là do phần đông tu sĩ trụ thế Tăng.

Mục đích của đạo Phật là phải tu tập ly dục ly ác pháp. Cho nên, giới luật Phật là hạnh ly dục ly ác pháp. Trụ thế Tăng vì không biết, không thông hiểu mục đích ly dục ly ác pháp của đạo Phật, nên luôn luôn phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới, vì thế vô tình hay hữu ý mà họ đi ngược lại đường lối tu tập của đạo Phật,

tâm luôn luôn bám chặt vào vật chất thế gian. Cho nên hạnh thiếu dục tri túc, ba y một bát họ không sao sống được, giữ gìn được, do vậy mà chùa to Phật lớn bắt đầu phát triển mọc lên như nấm, tổn hao biết bao nhiêu của đàn na thí chủ. Chúng ta hãy nhìn khắp trên hành tinh này, sự tổn hao mồ hôi nước mắt của loài người đã đổ về cho tôn giáo không biết bao nhiêu mà kể, nhưng tôn giáo đã đem lại những lợi ích gì thiết thực cho chính họ hay chỉ là một mơ ước, một hy vọng hảo huyền?

Muốn có chùa to Phật lớn, sống trong danh lợi vật chất đầy đủ thì họ phải làm sao?

Bằng mọi cách để đạt được mục đích ấy, họ phải để ra pháp môn bùa mê, chú thuật, thần thông phép thuật, kêu mưa gọi gió, sái đậu thành binh, v.v.. Họ còn dựa vào sự mê tín của dân gian còn lạc hậu, khi dân trí chưa cao, sản xuất ra pháp cúng bái tụng niệm cầu siêu, cầu an, cầu tài, cầu lợi, xem sao, bói quẻ, xem ngày giờ tốt xấu cất nhà, cưới vợ, gả con, v.v..

Bằng mọi cách để đạt được mục đích họ để ra thế giới siêu hình bày vẽ cảnh giới Cực Lạc Tây Phương, Thiên Đàng, địa ngục để lường gạt những người nhẹ dạ, non lòng v.v.. Như vậy cũng chưa đủ, nên bằng mọi cách họ còn để ra

những pháp môn thiền tướng, thiền xuất hồn, thiền kiến tánh thành Phật v.v...

Từ chỗ tu sai pháp, phạm giới luật, đánh mất Thánh hạnh thanh bần ly dục ly ác pháp, họ đã làm mất con đường cứu kính giải thoát của đạo Phật. Từ chỗ tu hành đã biến họ trở thành người giàu sang, có chùa to Phật lớn, có vật chất đầy đủ không thua kém gì người thế tục. Mang tiếng đi tu chứ họ đâu có tìm thấy sự giải thoát của thân tâm mình; họ đâu có tìm thấy mình thoát ra khỏi vòng thế tục ô nhiễm và nhiều cay đắng, khổ đau.

Giới Thánh Đức Thanh Bần đã lập nên một người tu sĩ đúng nghĩa xả phú cầu bần, xả thân cầu đạo của Phật giáo. Thế mà người tu sĩ Phật giáo hiện giờ sống không đúng giới hạnh, giới đức, thường vi phạm giới bổn, mà cứ ngỡ tưởng mình tu đúng pháp, mình là đệ tử của Phật, nào ngờ cuộc sống của quý vị đã xác định quý vị là tu sĩ ngoại đạo, sống theo dục lạc thế gian...

***“Giới luật là Thân của mọi người. Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”***, đó là lời di chúc sau cùng của đức Phật. Vậy mà tu sĩ Phật giáo hiện giờ phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới, lại còn cho người giữ giới là lỗi thời, tu như vậy không chứng đạo.

Những vị thầy ấy Thánh Hạnh Sa Di chưa giữ trọn thì làm Thầy thiên hạ có xứng đáng không, thưa quý vị?

Giới luật giúp cho người tu sĩ ly dục ly ác pháp để có được một tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự. Với tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự, đó là trạng thái ly dục ly ác pháp, phải không các bạn?

Như vậy từng mỗi giới luật của Phật có ly dục trong mỗi khía cạnh của tâm dục chúng ta.

Giới Đức thánh Sa Di không nằm giường cao rộng lớn là giúp cho người tu sĩ lìa xa vật chất thế gian, xa lìa tâm dục thích êm ấm, sang đẹp, xa lìa tâm giàu sang, sống tâm thanh bản, sống đời đơn giản tri túc thiểu dục. Người tu sĩ mà còn cần giường nằm là còn dính mắc thì làm sao ra khỏi được nhà sanh tử.

Thân tâm của con người là thân tâm đắm nhiễm, khi người tu sĩ xem thường sự đắm nhiễm thì sẽ bị đắm nhiễm. Ví dụ: ta sống quen hạnh lấy gốc cây làm giường nằm, thì ta nằm ngủ rất dễ dàng, còn những người nằm giường cao rộng lớn êm đẹp thì quen với giường cao rộng lớn, nên khi lấy gốc cây làm giường nằm thì ngủ rất khó khăn.

Nếu không lập hạnh ly dục này thì sự tu hành chỉ hoài công vô ích, uổng phí một đời tu hành.

Giới Đức Thánh Sa Di không nằm giường cao rộng lớn có mục đích tạo cho du Tăng khát sĩ rày đây mai đó. Cuộc sống rày đây mai đó là cuộc sống không dính mắc. Giường cao rộng lớn là một đối tượng không tiện lợi cho đời sống du Tăng khát sĩ.

Giới cấm này có mục đích giúp cho chư Tăng thoát ra khỏi đời sống trụ thế Tăng. Có thoát ra khỏi đời sống trụ thế Tăng thì mới mong tìm thấy con đường giải thoát.

Đời sống chư Tăng khát sĩ thì không có chùa to Phật lớn, vì không có chùa to Phật lớn nên đời sống giải thoát và tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không, thật là an ổn và tự tại, còn có chùa to Phật lớn thì không phải là du Tăng khát sĩ. Không phải là du Tăng khát sĩ thì đời không thể nào tự tại vô ngại được.

Những du Tăng khát sĩ là những người biết buông xả, biết ly dục ly ác pháp, biết tìm sự giải thoát ra khỏi vùng thế tục nhiều cay đắng.

Giới không nằm giường cao rộng lớn, nghe đơn giản nhưng rất đầy đủ ý nghĩa giải thoát của một vị tu sĩ Phật giáo. Một vị Thánh Tăng mà còn nằm giường cao rộng lớn, gỗ quý giá thì Thánh hạnh Thánh Tăng đâu còn nữa. Phải vậy không thưa quý vị?

Một vị tu sĩ nằm giường cao rộng lớn mềm êm, nệm ấm thì đâu còn có Thánh hạnh nữa; họ chỉ là một người phàm phu tục tử, tâm còn tham đắm vật chất về ngủ nghỉ; sống giống như một ông quan, một nhà vua, một người giàu sang, v.v..

Giới Đức Thánh Sa Di Thanh Bần không cho phép một tu sĩ vi phạm giới luật này, bởi vì vi phạm giới này thì sao còn được gọi là thanh bần? Đã là Thánh hạnh thanh bần thì không nên phạm giới này, vì vi phạm giới này Thánh hạnh thanh bần không còn nữa.

Tóm lại, giới đức Thánh Sa Di Thanh Bần này giúp cho người tu sĩ được tự tại giải thoát ly dục về ngủ nghỉ về vật chất thế gian mà người thế tục không thể làm được.

Vậy, hỡi các bạn tu sĩ Phật giáo, từ chú Sa Di mới vào tu cho đến những vị Đại Đức, Thượng Tọa, Hoà Thượng, nên nghiêm chỉnh giữ gìn giới luật này thì mới xứng đáng là đệ tử của Phật, thì mới xứng danh Đại Đức, Thượng

Tọa, Hoà Thượng; bằng ngược lại thì nên cởi áo cà sa trả lại cho Phật giáo, vì Phật giáo không chấp nhận những người tu sĩ như vậy. Những tu sĩ như vậy là những tu sĩ phá hoại Phật pháp, là Ma Ba Tuần trong Phật giáo.

Xin quý vị lưu ý: ***“Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”***.



## **KHÔNG ĂN UỐNG PHI THỜI**

**K**hông ăn uống phi thời là một ĐỨC LY DỤC. Người xuất gia cũng như những người tại gia cần phải học.

Giới Thánh Đức Ly Dục rất cần thiết cho người tu sĩ Phật giáo, vì thế người cư sĩ cũng như người tu sĩ khi đến với Phật giáo phải một lòng cung kính và tôn trọng giới luật này. Nó khởi sự bắt đầu xác định cho mọi người thấy một tu sĩ có phải là một tu sĩ Phật giáo chân chánh hay không chân chánh?

Nếu một tu sĩ phạm giới này thì không phải là tu sĩ Phật giáo chân chánh. Nếu không phạm giới này thì đây mới là tu sĩ chân chánh của đạo Phật.

Nếu ai không coi trọng và tôn kính giới luật này thì người ấy là tu sĩ ngoại đạo.

Ăn uống là sự tiếp thu tứ đại bên ngoài để nuôi dưỡng tứ đại bên trong của sắc thân tứ đại chúng ta. Nhưng ăn uống phải biết tiết độ, không biết tiết độ ăn nhiều quá (bội thực) cơ thể cũng dễ sanh ra bệnh tật, ăn ít quá cũng

vậy. Chỉ có ăn uống như thế nào để vừa đủ cho cơ thể không thiếu mà cũng không thừa.

Trong thời gian tu hành của đức Phật, Ngài đã rút ra được một kinh nghiệm! Ăn nhiều quá thì thừa dư chất bổ nên sắc thân sanh ra sắc dục, thù miên, hôn trầm. Sắc dục, thù miên, hôn trầm cũng là một loại dục của tâm. Cho nên, người ăn nhiều dễ sanh ra buồn ngủ, lười biếng, dâm dục; nhưng nếu ăn ít quá thì cơ thể thiếu những chất bồi dưỡng, sanh ra yếu đuối, dễ bị bệnh tật và nhiều điều khác nữa.

Từ đời sống vua chúa ăn uống quá nhiều đến đời sống khổ hạnh ăn uống quá ít. Đức Phật đã trải qua kinh nghiệm cuộc sống của mình như vậy, nên Ngài đã xác định: ăn ngày một bữa là đủ cho cơ thể có một sự sống tốt đẹp.

Thưa các bạn! Theo kinh nghiệm tu hành của chúng tôi, người tu sĩ làm việc nhiều hơn người thế tục. Tại sao vậy?

Suốt 24 tiếng đồng hồ người tu sĩ luôn luôn làm việc không những bằng trí óc mà còn lao động bằng tay chân cơ thể, họ có thể đi bộ từ 5 đến 10 cây số, còn đầu óc làm việc không nghỉ ngơi, làm việc như vậy mà ăn ngày chỉ có một bữa ăn, thế mà vẫn khoẻ mạnh, thân ít bệnh đau.

Người đời không biết tưởng ăn nhiều là khoẻ mạnh, ăn nhiều cơ thể phải làm việc nhiều, cơ thể tự động làm việc nhiều thì người mau già, tuổi thọ bị giảm.

Các bạn cứ suy nghĩ những lời nói của chúng tôi, đừng có tin ngay liền. Khi nào tin thì phải chứng nghiệm lời dạy của chúng tôi có kết quả.

Chúng ta nên hiểu ngày ăn một bữa khi ăn phải tốn công sức rất nhiều. Trước khi ăn bạn phải lo nấu nướng, trong khi đang ăn uống bạn phải nhai nuốt, thực phẩm vào bao tử phải tiêu hoá, sau khi ăn xong bạn phải rửa bát chén và dọn dẹp.

Nếu ngày ăn ba bữa, quý bạn phải xét thấy rằng quý bạn phải bỏ ra một người lo nấu nướng dọn dẹp. Ngày ngày trôi qua, ngày nào cũng như ngày nào, việc ăn uống chiếm một phần lớn lao trong lao động của các bạn.

Khi bạn ăn nhiều tâm bạn sinh ra dục, do nhiều dục bạn phải gặt hái lấy biết bao nhiêu thứ đau khổ cho cuộc đời của bạn. Bạn có biết không?

Vì ăn uống phải làm việc nhiều như vậy, nên người tu theo đạo Phật, chỉ ăn ngày một bữa. Vì thế, mà người ta sống nhàn nhã vô sự,

thoải mái. Ngày một bữa giúp cho bạn có nhiều thì giờ ngồi chơi sống một mình. Khi cảm thấy sống một mình được an trú thì lúc bấy giờ thân tâm của bạn thật là hạnh phúc.

Giới Thánh đức không ăn uống phi thời là để xác định tu sĩ giả hay tu sĩ thật như chúng tôi đã nói ở trên. Người giả tu, tâm còn tham dục phần nhiều phải lộ diện về mặt ăn uống phi thời.

Cho nên, giới này là để giúp cho người cư sĩ dễ nhận xét người tu sĩ Phật giáo giữ giới luật đúng hay là sai.

Đúng là những vị sư Thầy ấy phải ăn ngày một bữa. Sai là những vị Thầy ăn uống phi thời.

Như vậy hiện giờ quý Thầy tu sĩ Phật giáo như thế nào? Chắc chắn quý vị đã rõ. Chỉ có một giới không ăn phi thời thì quý vị thấy rõ sự thật tu sĩ Phật giáo hiện giờ chỉ là những tu sĩ chạy theo dục lạc ăn, ngủ, danh lợi chứ không phải ly dục như Phật dạy. Đó là tu sĩ giả.

Giới Đức Thánh Sa Di không ăn uống phi thời giúp cho tu sĩ tám điều lợi ích:

- 1- Thứ nhất có nhiều thì giờ tu tập.
- 2- Thứ hai tâm ly dục về sự ăn uống.
- 3- Thứ ba cơ thể ít bệnh tật.

4- Thứ tư ít buồn ngủ, hôn trầm.

5- Thứ năm xứng đáng là một tu sĩ Phật giáo sống đời thiếu dục tri túc.

6- Thứ sáu đời sống vượt hơn người chưa xuất gia.

7- Thứ bảy cơ thể nghỉ ngơi ít làm việc.

8- Thứ tám người cư sĩ rất mến phục và tôn kính.

Muốn nhập các loại định từ Sơ thiền đến Tứ thiền và thực hiện Tam Minh thì người tu sĩ phải ăn ngày một bữa, nếu không ăn một bữa được thì chẳng bao giờ nhập được các loại Thánh định này và cũng không bao giờ thể hiện được Tam Minh. Như vậy, chúng ta thấy ăn ngày một bữa thật là quan trọng cho cuộc đời tu học của chính mình. Vì thế, đức Phật dạy: **“thừa tự pháp chứ đừng thừa tự thực phẩm”**. Chúng ta ai cũng biết: **“Ăn để sống để tu tập giải thoát khỏi sanh, già, bệnh, chết”**. Người quyết chí tu hành thì chớ nên ăn uống phi thời.

Người tu sĩ Phật giáo là người muốn biến cảnh thế gian thành cảnh Cực Lạc, Thiên Đàng. Vì Cực Lạc, Thiên Đàng là nơi để cho tâm hồn của mọi người được an lạc, thanh tịnh và vô sự, chứ không phải là nơi sống để ăn uống, ca hát,

nhạc kịch v.v.. Đừng nghĩ rằng: cõi Cực Lạc, Thiên Đàng là nơi lều quán buôn bán ăn uống, vui chơi ca hát. Vì buôn bán ăn uống vui chơi ca hát là còn sống trong cảnh dục lạc thế gian, thì làm sao gọi đó là cảnh Thiên Đàng, Cực Lạc được. Phải không quý vị?

Cho nên ngay tại thế gian chúng ta sống ngày ăn một bữa là chuẩn bị cho mình một cuộc sống nơi Cực Lạc, Thiên Đàng hay nói cách khác là chúng ta đã biến cảnh thế gian thành Cực Lạc, Thiên Đàng đó rồi.

Bởi vậy ăn ngày một bữa, chúng ta suy ngẫm cho thật kỹ, thì chúng ta cảm thấy thân, tâm mình thanh thản, an lạc và vô sự. Thân tâm thanh thản, an lạc và vô sự thì không phải nơi đó là Thiên Đàng, Cực Lạc sao?

Có chú Huệ Cần xin vào tu viện tu tập. Mới những ngày đầu chú quá thích bảo: ***“Ôi! Đời sống ở đây như Tiên trên trời, ăn ngày một bữa, không làm gì cả, ở không suốt cả ngày, ngồi chơi thảnh thơi thật là tuyệt vời”***. Nhưng lần lượt tâm đời của chú sống dậy chú cảm thấy cô đơn, buồn tẻ, nhớ cha, nhớ mẹ, nhớ nhà cửa, nhớ bạn bè v.v.. kế tiếp hôn trầm, thù miên, loạn tưởng khởi lên tấn công đánh chú. Do đó, chú chịu hết nổi, liền bỏ cảnh giới

Tiên chạy về nhà sống cảnh trần tục với cha mẹ.

Bởi vậy, ai cũng muốn tu tập để được vãng sanh về Cực Lạc, để được sanh về cõi Trời, để được về cảnh giới Niết Bàn, để được trở về bản tánh của mình. Nhưng khi được trở về thì ai cũng chạy trốn.

Ở thế gian mọi người cứ ngỡ tưởng rằng: ở cõi Cực lạc, Thiên đàng cũng giống như ở thế gian, có nhiều lầu quán ăn uống ca nhạc suốt ngày đêm, v.v.. Sự nghĩ tưởng như vậy không đúng, các bạn ạ!

Cõi Trời, cõi Cực lạc, ở đó không có lầu quán buôn bán ăn uống và người ta cũng không có ăn uống như quý bạn! Ở đó chỉ có cuộc sống trầm lặng độc cư, họ không có nói chuyện với nhau, vì thế mới gọi là cõi Cực Lạc, Thiên Đàng.

Các bạn có biết không? Với tâm hồn người thế gian của chúng ta mà sống trong các cõi đó thì cô đơn buồn lắm các bạn ạ! Chắc chắn các bạn cũng không hơn gì chú Huệ Cần.

Tưởng cõi Cực Lạc Tây Phương và cõi Thiên Đàng là sung sướng lắm, là đầy đủ lắm, muốn chi có nấy. Thưa các bạn! Các bạn tưởng như vậy là sai, vì cõi đó người ta không còn dục,

nên không còn ai ham muốn vật gì hết. Ăn, ngủ, vui chơi ca hát người ta cũng không ham muốn, nên ở đó vắng lặng. Ở đó người ta không thích ăn, nên người ta cũng không có làm việc như ở cõi thế gian, họ sống vô sự rất là thanh thoi, an nhàn. Vả lại người ta không có nói chuyện với nhau, thường sống cô đơn một mình, nên cảnh giới ở đó rất là im lặng, không có tranh luận hơn thua, không có tranh cãi, đánh nhau, không có đua đòi vật chất như ở thế gian.

Để được vào cảnh giới đó nên đức Phật trang bị cho chúng ta mười giới Thánh Sa Di. Khi chúng ta bỏ thân này thì được vào ngay liền. Muốn vãng sanh Cực Lạc, muốn lên Thiên Đàng, muốn vào Niết Bàn mà ngay bây giờ các bạn không tập sống đời sống trên các cõi đó thì các bạn làm sao sống trong các cõi đó được. Phải không các bạn?

Các bạn về tu viện Chơn Như là các bạn đang tập sống làm Thánh A La Hán, làm Bồ Tát, làm Phật, để sau này rời bỏ thế gian về các cõi đó. Thế mà về đây các bạn sống không được thì các bạn đừng mong về các cõi đó được. Dù có cho các bạn về đó thì chừng ít hôm các bạn cũng xách gói chạy về trần gian sống trong mùi tục lụy khổ đau.

Nếu các bạn không tu tập ăn ngày một bữa, không sống độc cư trầm lặng thì làm sao quý bạn sống hòa nhập với các cõi đó được. Vì thế đức Phật thích Ca Mâu Ni biết rất rõ điều này, nên Ngài mới dạy chúng ta ăn ngày một bữa và cấm không cho ca hát và nghe ca hát là để chúng ta có dịp hội tụ, hoà nhập vào các thế giới chư Phật, thế giới Niết bàn.

Nếu quý vị không chuẩn bị cho mình sống làm quen với thế giới chư Bồ Tát, chư Phật thì chúng tôi nghĩ rằng quý vị khó mà hoà nhập vào một đời sống khác hơn đời sống thế tục.

Cho nên giới không ăn uống phi thời là một giới rất quan trọng cho quý vị để hoà nhập vào đời sống Thánh thiện.

Ăn ngày một bữa chỉ có những Bồ Tát, những A La Hán và chư Phật thì mới sống nổi, còn không sống được như vậy, thì không thể gọi đó là Thánh Tăng, Thánh Ni, hay Thánh Cư Sĩ được.

Thánh đức ly dục ly ác pháp trong ăn uống mà người tu sĩ Phật giáo cần phải tu tập và giữ gìn nghiêm chỉnh thì sự ganh đua bon chen tìm danh lợi, tìm ăn uống mới chấm dứt.

Người ăn ngày một bữa thì còn gì mà bon chen danh lợi. Phải không quý bạn? Người đời

chỉ vì ăn uống nên biến họ thành ra là loài động vật, loài động vật chỉ biết ganh đua cho sự sống để ăn uống mà thôi.

Người tu sĩ khi ăn ngày một bữa thì chùa to cũng không ham, Phật lớn cũng không thích, chỉ còn thích sống với một tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự.

Ngày tháng trôi qua với nội tâm an ổn, không có một pháp nào tác động vào tâm hồn họ được, ngay cả mọi cảm thọ khổ đau cũng không làm lay chuyển tâm họ được.

Giới cấm không ăn phi thời nghe thì rất đơn giản, nhưng mấy ai sống đúng, làm đúng, chỉ vì tâm họ chưa ly dục ly ác pháp, nên sự tham đắm về ăn uống còn nặng nề, khiến cho họ tìm cách bẻ vụn giới, bằng ăn uống cách này hoặc bằng cách khác như: không ăn, thì họ uống sữa hay nước trái cây, hoặc chanh đường, bột nước khuấy loãng. Tuy sống như vậy nhưng đó cũng là hình thức ăn uống phi thời. Những hành động này đều có thể vi phạm Thánh hạnh ly dục.

Con đường tu tập giải thoát để ra khỏi nhà sanh tử, thì giới hạnh không ăn uống phi thời là một điều hết sức quan trọng và rất cần thiết cho người tu sĩ đệ tử Phật.

Vì Thánh hạnh đệ tử Phật là Thánh hạnh giải thoát, chúng ta há nỡ nào vi phạm để mọi người khinh chê Phật giáo, để cho tâm mình không được giải thoát.

Vì Thánh hạnh của một vị Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ chúng ta há nỡ nào ăn uống phi thời để đánh mất Thánh hạnh ly dục ly ác pháp này, thì còn gì là một tu sĩ mang đầy đủ ý nghĩa giải thoát của đạo Phật.

Thánh hạnh này không giữ trọn thì con đường tu kia làm sao chúng được quả Thánh. Thánh sao còn ăn uống phi thời.

Người cư sĩ phải biết cúng dường và tôn kính những vị Thánh Tăng, Thánh Ni, họ là những vị không phạm giới, không phá giới. Mười Giới Đức Thánh Sa Di rất lợi ích cho mình, cho Phật giáo.

Tại sao vậy? Tại vì một vị Thánh Tăng thân tâm của họ đã ly dục ly ác pháp.

Người thân tâm đã ly dục ly ác pháp mà quý Phật tử được cúng dường thì phước báu vô lậu kia có ngày quý vị sẽ được thọ hưởng. Còn cúng dường cho những vị Tăng phạm giới luật ăn uống phi thời thì phước báu vô lậu quý vị sẽ không còn có dịp gặp nữa. Riêng tu sĩ phạm

giới này kiếp sau sẽ làm thân trâu bò, tôi, tớ, quân lính hầu hạ quý vị.

Giới đức Thánh không ăn uống phi thời, người tu sĩ Phật giáo cần phải cố gắng giữ gìn vì đó là một hạnh ly dục của bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh cư sĩ không phải người phàm phu sống được. Xin quý vị lưu ý cho.



## **KHÔNG CẤT GIỮ TIỀN BẠC CHÂU BÁU**

**K**hông cất giữ tiền bạc, vàng ngọc, châu báu là một ĐỨC LY THAM. Người xuất gia cũng như người tại gia cần phải học hiểu và sống cho đúng giới luật đức hạnh này để không còn bị nô lệ cho tiền bạc.

Tại sao trong đạo Phật lại có giới luật không cất giữ tiền bạc mà các tôn giáo khác lại không có?

Đạo Phật là đạo ly dục, vì thế nên mới có giới không cất giữ tiền bạc của báu, còn các tôn giáo khác thì không có ly dục.

Không cất giữ tiền bạc của báu là một giới đức Thánh hạnh ly tham của bậc xuất gia. Người còn cất giữ tiền bạc là người còn tâm tham, dù người đó được tấn phong Hoà Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni và dù được mọi người kính nể, tôn trọng, nhưng những tu sĩ ấy vẫn còn tâm tham cũng giống như tất cả những người phàm phu khác.

Người muốn xa lìa tâm tham, sân, si thì không nên cất giữ tiền bạc, vì cất giữ tiền bạc mà muốn ly tâm tham, sân, si thì không bao giờ ly được, đó là một điều xác quyết nhất định trong đạo Phật là như vậy. Còn cất giữ tiền bạc mà tu theo đạo Phật thì uổng công, dù có tu hành ngàn kiếp cũng khó tìm được sự giải thoát.

Tham tiền ở đây quý vị đừng nghĩ là tham lam trộm cắp, mà tham ở đây có nghĩa là ham tiền, ham bạc, ham danh, ham lợi tức chử ham là ưa thích. Ưa thích tiền, ưa thích danh, ưa thích lợi... Tâm còn ưa thích tiền, danh, lợi... là ưa thích ngã. Cho nên người ta thường nói vô ngã, nhưng còn cất giữ tiền bạc là còn nuôi ngã, còn phục vụ cho ngã, là tô tở cho ngã, chứ không phải là vô ngã.

Giới không cất giữ tiền bạc là đức hạnh ly tham diệt ngã, nếu ai giữ trọn giới này thì tâm tham bị diệt và ngã kia sẽ bị triệt tiêu.

Vì sự nghiệp giải thoát chúng ta phải giữ gìn nghiêm chỉnh giới không cất giữ tiền bạc. Chỉ trong đạo Phật mới có giới đức ly tham này để diệt ngã xả tâm, còn tất cả các tôn giáo khác đều không có giới này như trên đã nói.

Ngày xưa từ chỗ giàu sang vua chúa, để đi đến chỗ nghèo cùng chỉ còn đi xin ăn, không

còn cất giữ một đồng xu trong túi, đức Phật đã phải trần trở vì bản ngã của mình. Cuối cùng Ngài quyết tâm thực hiện một đời sống vô ngã và chúng đạo. Nếu chúng ta không noi theo gương Người mà còn có một đồng xu dính túi thì chưa chắc chúng ta đã diệt được ngã, xả được tâm. Và tu như vậy thì chẳng bao giờ làm chủ sanh tử và chấm dứt luân hồi.

Giới đức không cất giữ tiền bạc sẽ giúp chúng ta diệt được ngã, xả được tâm một cách dễ dàng. Trong thời đại chúng ta chỉ có những tu sĩ khát sĩ mới làm được những Thánh hạnh này, nhưng số này cũng rất là hiếm.

Không cất giữ tiền bạc, châu báu, ngọc ngà có nhiều điều lợi ích rất lớn cho sự tu hành của chúng ta:

1- Tâm hồn vô sự, thanh thản và an lạc, không sợ trộm cướp, thân tâm không cực nhọc lo xây cất chùa cao cửa rộng sang đẹp. Ngược lại các nhà Đại thừa vì cất giữ tiền bạc nên tâm không vô sự, không thanh thản và an lạc, nên thường sinh ra nhiều công việc như: xây cất chùa to Phật lớn, tạo cảnh quan đẹp mắt, để quyến rũ du khách tham quan, khiến nơi tu hành không còn thanh tịnh mà trở thành khu du lịch kinh doanh làm giàu.

2- Có tiền tâm dục dễ sanh, nhất là ngũ dục lạc: sắc, danh, lợi, thực, thù. Năm điều này tâm dễ bị cám dỗ và sa ngã. Bằng chứng chúng ta đã tận mắt thấy quý Thầy không có một vị nào không rơi vào năm điều trên.

3- Có tiền bị đồng tiền sai khiến, mua sắm cái này, cái khác. Ví dụ: ăn uống thì phải ăn ngon, cao lương mỹ vị; nhà ở thì phải phòng ốc sang đẹp; giường nằm thì phải rộng lớn, mềm êm, nệm ấm; di chuyển thì xe cộ đủ loại; trang trí trong nhà thì đồ đạc đủ mọi thứ: nào là tivi, tủ lạnh, máy giặt, máy điều hòa, v.v..

4- Y áo không còn ba y một bát, mà cả rương, cả tủ. Y áo không còn là y phẩn tảo mà toàn là bằng những vải đẹp, bóng tốt hàng nhập, v.v..

Người đời làm nô lệ cho tiền bạc mà không biết, tiền bạc sai khiến họ như tên nô lệ, như tôi tớ trong nhà, còn tệ hơn nữa như con bò, con trâu, con ngựa, v.v.. bị gác ách, gác xe trên vai, trên cổ.

Khi bị tiền bạc sai khiến thì tâm dục triển khai. Tâm dục triển khai thì khổ đau chồng chất.

Người không cất giữ tiền bạc thì tâm dục dù có muốn cái gì cũng không thực hiện được.

Ví dụ: một người nghèo không có tiền bạc nên dù họ có muốn nhà cao cửa rộng sang đẹp, ruộng đất nhiều, xe cộ, v.v.. cũng chẳng mua sắm được, nhưng họ vẫn nuôi hy vọng muốn có nên tâm dục còn mãi không dứt. Ngược lại, người tu sĩ Phật giáo vì muốn ra khỏi nhà sanh tử nên họ tự nguyện không cất giữ tiền bạc, để khi tâm dục khởi muốn cái gì thì họ mới có thể đủ sức ngăn và diệt tâm dục đó, còn nếu cất giữ tiền bạc thì rất khó hàng phục tâm dục được. Tại sao vậy?

Tại vì tâm chúng ta rất khôn khéo và gian xảo, lừa đảo chính chúng ta, nó chạy theo tâm dục mà bảo rằng: **“Ta làm Phật sự, vì chúng sanh, vì Phật giáo”**, do lý luận như vậy nên lấy tiền xây chùa to Phật lớn để thỏa mãn tâm, chạy theo danh lợi thế gian, chứ không phải để nhiếp phục mọi người theo Phật giáo, làm cho Phật giáo hưng thịnh. Nhưng với lý luận làm Phật sự, độ chúng sanh để che đậy tâm danh lợi của nó và nó còn lý luận rằng: **“Ta có làm gì cho cá nhân ta đâu mà gọi rằng ta chạy theo dục danh lợi?”**. Do lý luận này mà các tu sĩ học giả đều bị phạm giới, phá giới cất giữ tiền bạc; do lý luận này mà các tu sĩ học giả tu hành chẳng bao giờ tâm ly dục ly ác pháp và mãi mãi muôn đời tu hành chẳng làm chủ sanh,

già, bệnh, chết. Uống thay một đời tu hành không sáng suốt, đã bị tâm mình lừa đảo mình, chạy theo dục mà không biết, chạy theo danh lợi mà không hay. Thật đáng thương vậy.

Giới đức Thánh Tăng không cất giữ tiền bạc đã xác định cho quý vị Hòa Thượng biết rằng: họ đã đánh mất Thánh hạnh của chính họ, khiến cho họ không còn xứng đáng là Thánh đệ tử của Phật nữa, họ đã biến mình thành người phá hoại Phật giáo mà không biết (Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất), họ đã biến mình thành Ma Ba Tuần trong Phật giáo mà không hay. Thật đáng thương vậy!

Thưa quý vị! Mục đích bỏ cuộc đời đi tu là để tìm sự giải thoát ra khỏi nhà sanh tử luân hồi và cũng để trở thành những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni xứng đáng là đệ tử của Phật. Cớ sao quý vị lại cất giữ tiền bạc để phạm giới Thánh đức như vậy, làm ô nhục cho Phật giáo như vậy, quý vị có xấu hổ hay không? Có tự thấy đau lòng hay không?

Không cất giữ tiền bạc, nên gọi người đó sống Thánh hạnh ly dục. Sống Thánh hạnh ly dục là sống đời phạm hạnh của một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni. Do sống Thánh hạnh không

cất giữ tiền bạc khiến cho thân tâm ly khai dục  
nhiệm của mùi tục lụy thế gian.

Không cất giữ tiền bạc là một phương cách  
giúp cho thân tâm của các bạn không thực hiện  
được sự ham muốn, vì không có tiền nên không  
làm theo ham muốn được. Đó cũng là cách ly  
dục ly ác pháp tuyệt vời. Người có tâm quyết  
tìm cầu sự giải thoát thì sự không cất giữ tiền  
bạc rất là hữu hiệu cho sự giải thoát.

Bởi vì chúng ta ai cũng đều biết giới cấm  
không cất giữ tiền bạc là giúp cho chúng ta ly  
dục ly ác pháp dễ dàng, có tiền thì tâm dục dễ  
sinh và rất khó thắng nó, vì có tiền nó đòi hỏi  
mua đủ thứ.

Chúng ta nhìn thấy các nhà sư, thầy vì cất  
giữ tiền bạc mà phạm giới luật này nên đời  
sống của họ như những người giàu có. Và cuối  
cùng những vị sư thầy này tu hành không giải  
thoát mà còn bị nô lệ cho tiền bạc, vật chất,  
danh và lợi thế gian.

Chúng tôi đứng trên mười giới đức Thánh  
Sa Di này mà nói ra, xin các bạn chỉ cần lưu ý  
là thấy rõ các nhà tu Đại thừa, tuy có 10 giới  
của Sa Di, mà các vị HT, TT, ĐĐ, Tăng, Ni  
chưa chắc họ đã giữ được trọn vẹn, hay nói cách  
khác dù chỉ là một, hai giới trong 10 giới cũng  
chưa chắc họ đã giữ được. Nhìn thấy lối sống

phạm giới, phá giới, bẻ vụn giới của họ mà chúng tôi thật sự đau lòng cho Phật giáo ngày nay. Phải không quý vị !?

Quý thầy theo kinh sách phát triển Đại thừa đã biến Phật giáo thành một cái nghề mê tín, dễ dễ lừa đảo người khác. Giới luật cấm tu sĩ còn đó: **“Một tu sĩ không nên cất giữ tiền bạc”**, thế mà họ có hàng tỷ tỷ bạc trong ngân hàng. Thật là hết chỗ nói, trên đời này, không ai giàu có hơn các thầy tu theo kinh sách phát triển.

Đạo Phật dạy: **“xả phú cầu bản”**. Còn bây giờ các thầy phát triển dạy: **“xả bản cầu phú”** để cho phù hợp với thời đại.

Nhìn qua 10 giới cấm này, ta nhận xét tu sĩ thời nay không còn mục đích tu giải thoát, chỉ còn tu danh tức là ăn học có cấp bằng cao, tu lợi tức là phải có tiền nhiều, có Phật tử đông.

Người tu sĩ còn cất giữ tiền bạc là không đúng người tu sĩ của Phật giáo. Giới Đức Thánh Hạnh ly tham này đã xác định rõ ràng. Nếu một tu sĩ còn vi phạm 10 giới này thì đương nhiên con đường tu giải thoát đã không còn nữa.

Tóm lại, muốn tu giải thoát ra khỏi tam độc tham, sân, si thì phải giữ gìn giới luật

nghiêm chỉnh mà giới không cất giữ tiền bạc là một giới luật quan trọng nhất trong việc tu hành ly dục ly ác pháp, có giữ gìn và tu tập như vậy thì mới mong có ngày làm chủ sanh, già, bệnh, chết.

Giới luật Phật tuy khó giữ, nhưng với những người có chí lớn, có quyết tâm thì khó cũng thành dễ, họ sẽ cũng vượt qua và làm nên sự nghiệp vĩ đại của Phật giáo.

Giới Đức Thánh hạnh ly tham rất cần thiết cho những ai tha thiết tìm đường giải khổ, nếu ai giữ gìn nghiêm túc thì người ấy sẽ ly tham đoạn ác pháp, con đường cứu cánh sẽ viên thành mỹ mãn.



# TỔNG QUÁT

## MƯỜI GIỚI ĐỨC SA DI

Mười Giới Đức Thánh Sa Di là mười đức hạnh giải thoát của một tu sĩ Phật giáo. Nếu tu sĩ nào nghiêm trì 10 giới này sẽ tìm thấy sự giải thoát ngay liền trong cuộc sống hiện tại, bởi vì nó là giới hạnh ly tham, đoạn ác pháp, diệt ngã xả tâm, khiến cho tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự; khiến cho oai nghi tế hạnh của một tu sĩ từ phàm phu mà trở thành oai nghi tế hạnh của bậc Thánh Hiền.

Giới Thánh Đức Hiếu Sinh thứ nhất ai đã thực hiện được thì lòng thương yêu rộng lớn không ngần mé, lòng thương yêu rộng lớn ấy sẽ giúp cho người đó có được một tâm hồn không còn biết giận hờn, thù oán ghét ai v.v.. Thánh Đức Hiếu Sinh giúp cho tâm hồn người ấy thường thương yêu sự sống của muôn loài.

Cũng từ khi có tâm hồn biết thương yêu sự sống của muôn loài thì một sự giải thoát có trong tâm của người ấy rất rõ ràng, một trạng thái rộng rang, an lạc lúc nào cũng ngự trị trong tâm của họ. Nhờ thế mà lòng tha thứ và

yêu thương không làm khổ mình, khổ người, đối với tất cả chúng sanh không phân biệt thân sơ, luôn luôn thể hiện qua hành động thân, khẩu, ý của họ rất rõ nét thương yêu.

Chính nhờ lòng thương yêu ấy giúp chúng ta không phân biệt người thân, người sơ; chính lòng thương yêu ấy giúp ta chuyển hóa được tai nạn; bệnh tật khổ đau của chính mình; chính lòng thương yêu ấy giúp chúng ta hóa giải được những ác pháp đang vây quanh ta; chính lòng thương yêu ấy đã giúp chúng ta vượt lên tất cả các ác pháp và các nghiệp ác; chính lòng thương yêu ấy là giới cấm không sát sanh.

Thưa các bạn! Nếu trong thế gian này ai ai cũng thực hiện lòng thương yêu ấy, thì thế gian này là Thiên Đàng, Cực Lạc. Phải không các bạn?

Nếu chúng ta sống tròn đủ lòng yêu thương ấy mà không có đức buông xả thì lòng thương yêu ấy chưa đủ trọn vẹn (giới thứ hai không tham lam trộm cướp).

Thánh Đức Buông Xả giúp cho tâm chúng ta không còn muốn chiếm hữu một vật gì hay tiền bạc của ai, của không phải do mình làm ra, của không phải do bằng mồ hôi nước mắt của mình, của không phải bằng do công sức của

mình, bằng thành quả lao động của mình thì nhất định không lấy.

Thánh Đức Buông Xả giúp cho tâm chúng ta không dính mắc vật chất thế gian, danh, lợi, hoặc còn nhiều thứ khác nữa.

Thánh Đức Hiếu Sinh cộng với Thánh Đức Buông Xả, tạo thành một tâm lực mạnh mẽ để đẩy lùi các ác pháp, khiến cho chúng ta tìm thấy được một tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự như thật. Nhưng nếu muốn hai Thánh đức hạnh trên đây được giữ gìn trọn vẹn và lâu dài thì chúng ta phải giữ gìn và sống cho đúng Thánh Đức Hạnh Thanh Tịnh (Giới thứ ba không dâm dục).

Nếu Thánh Đức Thanh Tịnh không giữ gìn nghiêm túc thì tâm sắc dục của chúng ta không bao giờ chấm dứt được. Tâm sắc dục của chúng ta không chấm dứt được thì nó là một chướng ngại pháp rất lớn trong thân tâm, vì thế mà tâm không sao an ổn được. Cho nên muốn Thánh Đức Hiếu Sinh và Thánh Đức Buông Xả tròn đủ thì Thánh Đức Thanh Tịnh cần phải tu tập và sống cho đúng cách, có nghĩa là chúng ta phải sáng suốt quán xét nhân quả, 12 nhân duyên, thân ngũ uẩn, quán tưởng xương trắng, quán tưởng thân bất tịnh, tu tập 19 Định Niệm Hơi Thở và tu tập Thân Hành Niệm; nhờ có

quán tưởng và tu tập như vậy thì giới luật này mới mong giữ gìn trọn vẹn.

Ba đức hiếu sinh, buông xả và thanh tịnh chưa đủ để chúng ta đẩy lui các chướng ngại pháp trên thân, thọ, tâm và các pháp, vì thế chúng ta phải tiếp tục thực hiện cho bằng được Thánh Đức Chân Thật. Thánh Đức Chân Thật rất khó giữ gìn, người có gan dạ có nghị lực thì mới không nói vọng ngữ (giới thứ tư, không nói vọng ngữ).

Một vị Thánh Tăng, Thánh Ni mà thiếu lòng chân thật, hay nói vọng ngữ thì đâu còn giá trị của một vị Thánh. Phải không các bạn?

Thánh Đức Chân Thật, nếu một vị tu sĩ không giữ gìn trọn vẹn mà nói vọng ngữ, nói sai, nói không thật hay thuyết giảng thiếu kinh nghiệm khiến người tu tập không kết quả giải thoát thì vẫn bị mất uy tín, mất lòng tin của mọi người.

Bốn Thánh Đức trên đây đã giữ trọn thì Thánh Đức Minh Mẫn cũng cần phải nghiêm khắc giữ gìn. Một vị Thánh Tăng mà rượu chè say sưa, đi ngã tới, ngã lui thì đâu còn là một vị Thánh Tăng. Giá trị sáng suốt minh mẫn của một vị Thánh Tăng bảo đảm rằng: họ không cầm một ly rượu uống hay một điều thuốc lá hút (giới thứ năm cấm không uống rượu).

Một vị Thánh Tăng còn ăn thịt chúng sanh và uống rượu như Tể Điền Tăng Hoà Thượng và Tuệ Trung Thượng Sĩ thì còn nghĩa lý gì là một Thánh Tăng. Giới Thánh Đức Hiếu Sinh và Giới Thánh Đức Minh Mẫn đã xác định những vị Tăng này không phải Thánh mà là Ma Ba Tuần trong Phật giáo đốn Phật giáo để phá hoại Phật giáo, khiến cho tu sĩ đời sau bắt chước mà đánh mất Thánh hạnh của Phật giáo.

Những Thánh Đức trên đây đã xác định rõ ràng: ***“Một vị Thánh Tăng là phải sống với oai nghi tế hạnh như thế nào mới được gọi là Thánh, chứ không phải chỉ có vài ba thần thông tưởng mà gọi là Thánh được”***. Một tu sĩ gọi là Thánh Tăng mà không minh mẫn còn đắm chìm trong men rượu, còn bưng ly rượu uống thì hành động như vậy làm sao gọi là Thánh Tăng được. Phải Không quý vị?

Oai nghi tế hạnh của năm Thánh Đức trên chưa tròn đủ, thì không được xem đó là một vị Thánh Tăng của Phật giáo, mà chỉ được xem đó là một tà sư ngoại đạo, dù vị tu sĩ đó có đủ thần thông pháp thuật. Thần thông pháp thuật chỉ là một phương tiện dùng để lừa đảo người, chứ chẳng có ích lợi gì cho ai cả.

Năm giới Thánh Đức trên tuy sống trọn vẹn, nhưng lại không giữ trọn Thánh Đức tự nhiên, còn trang điểm làm dáng, làm đẹp, còn đeo chuỗi hạt, còn mặc y áo sang đẹp, v.v.. lúc nào cũng tỏ ra bề vệ trong bộ áo cà sa giống như một vị tướng soái, một quan quyền của vua chúa, v.v.. (giới thứ sáu cấm không trang điểm).

Cách thức ăn mặc trang điểm làm dáng sang đẹp, bề vệ oai phong như một tướng lãnh, tất cả những oai nghi tế hạnh đó không đúng là oai nghi tế hạnh của một vị Thánh Tăng.

Một vị Thánh Tăng mà còn trang điểm làm đẹp thì chưa phải là một vị Thánh Tăng đúng nghĩa của đạo Phật.

Một vị Thánh Tăng còn làm dáng, làm đẹp thì đã đánh mất ý nghĩa cao quý Thánh Hạnh của một bậc Thánh.

Ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp là thuộc về chấp tướng của Bà La Môn Giáo, chứ đạo Phật không chấp nhận điều này. Chúng ta hãy đọc lại kinh Sonadanda trong kinh Trường Bộ thuộc tạng kinh Việt Nam thì sẽ thấy đức Phật bác bỏ tướng tốt và các vẻ đẹp của một Bà La Môn.

Người tu sĩ còn trang điểm sửa sang làm đẹp thì đạo Phật xem đó là tà sư ngoại đạo không đúng tư cách của một tu sĩ Phật giáo.

Đức Phật chấp nhận các đặc tướng tự nhiên của mỗi con người, khi tu tập theo pháp của Ngài thì không được ức chế làm sai các đặc tướng đó. Vì các đặc tướng đó hiện có nơi mỗi người là do nghiệp nhân quả của nhiều đời trước, cho nên tùy theo đặc tướng mà nhiếp phục tâm mình để ly tham dục và đoạn diệt các ác pháp, khiến cho tâm thanh tịnh hoàn toàn không còn ô nhiễm sáu trần. Nhờ tâm không ô nhiễm sáu trần nên bảy giác chi xuất hiện, nhờ có đủ bảy giác chi mà chúng ta sử dụng nhập bốn định và thực hiện Tam Minh. Mục đích tu hành là như vậy, chứ không phải cần ở chỗ tướng tốt đẹp trai, đẹp gái.

Trang điểm làm đẹp để có 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp mới tu chứng quả thì không đúng quý bạn ạ! Trong hàng đệ tử của Phật, ông A Nan là người có tướng tốt đẹp trai, nhưng lúc Phật còn sống ông tu hành có chứng đắc đâu? Ông thường bị người khác phái quấy nhiễu, khiến con đường tu hành của ông tiến rất chậm chạp, mặc dù ông rất thông minh nhớ dai.

Thân này bất tịnh do bốn đại duyên hợp lại mà thành ra thân người, nên rất là uế trước,

hôi thối có gì mà quý, mà đẹp. Theo truyền thuyết của Đại thừa thân Phật có 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp nhưng khi Đức Phật chết người ta đem đốt còn một nắm tro tàn và một số xương vụn cháy chưa hết, gọi là xá lợi, rất là bất tịnh. Khi đốt cháy tiêu ra tro bụi thì còn có gì 32 tướng tốt, 80 vẻ đẹp nữa không? Màu da vàng ánh như hoàng kim của Phật còn có nữa không?

Bởi vậy trong 10 giới cấm của thầy Sa Di giới thứ sáu cấm thầy Sa Di không được trang điểm làm đẹp làm dáng, vì làm đẹp làm dáng có mục đích nuôi dưỡng tâm sắc dục. Tâm sắc dục là tâm dẫn đầu vào con đường sanh tử luân hồi, người dứt tâm sắc dục là người chấm dứt con đường sanh tử luân hồi. Nếu không chấm dứt tâm sắc dục thì thân tâm khó mà thanh tịnh, thân tâm không thanh tịnh thì khó mà nhập các loại thiền định và khó mà thực hiện Tam minh được. Cho nên quý thầy trang điểm y áo sang đẹp chuối cổ, chuối tay đi đứng bệ vệ có người hầu, kẻ hạ, đó là quý thầy đã nuôi tâm sắc dục khiến cho người khác phải đắm mê ham thích gần gũi để tạo duyên sanh ra tình dục. Đức Phật đã hiểu điều này nên Ngài đã nói: ***“Ta không thấy một sắc nào cấm dỗ và xâm chiếm tâm người Nam bằng sắc của người nữ, ngược lại cũng như vậy...”***

Cho nên trang điểm làm đẹp là có ý làm cho người khác phải để ý đến mình. Để ý để làm gì? Để nuôi lớn tâm sắc dục tức là tạo thành con đường sanh tử luân hồi mãi mãi không bao giờ dứt.

Người tu sĩ Phật giáo vì sự nghiệp giải thoát ra khỏi vòng sanh tử luân hồi nên phải chấm dứt tâm sắc dục. Người nào tu hành mà còn trang điểm làm đẹp, làm dáng thì nên trả y áo lại cho nhà chùa để trở về thế tục sống như người cư sĩ còn quý hơn và còn không mắc nợ của đàn na thí chủ.

Chỉ có giới này sẽ xác định cho quý vị biết căn cơ tu hành của quý vị có tu tới nơi tới chốn hay không, quý vị tự biết mình rõ hơn ai hết.

Sáu giới Thánh Đức trên đây chưa đủ để chấp nhận một vị Thánh Tăng, Thánh Ni đệ tử của Phật. Nếu quý vị sống chưa đủ trọn vẹn Thánh Đức Hạnh trầm lặng độc cư. Thường lấy kinh tụng niệm theo nhịp mõ, tiếng trống làm công phu tu hành của mình, thì chúng tôi e rằng công phu như vậy chẳng có kết quả gì gọi là ra khỏi nhà sanh tử luân hồi. Bởi vì, tụng niệm ê, a giọng cao, giọng thấp theo tiếng chuông tiếng mõ thì cũng giống như ca hát, cho nên có một nhạc sĩ danh tiếng ở nước ta nghiên cứu và cho rằng đó là ca nhạc Phật giáo. Đúng

vậy chúng tôi từng nghe những thầy ứng phú đạo tràng tụng niệm giống như ca hát bộ, cải lương theo tiếng đàn, tiếng phách, kèn, trống, sáo, tiêu, v.v.. Cho nên nghi thức tụng niệm trong các chùa hiện giờ là đi ngược lại Phật giáo, phạm vào giới cấm không ca hát hoặc nghe ca hát của đạo Phật (giới thứ bảy cấm không nghe ca hát hoặc tự ca hát).

Bởi vì tụng niệm hay ca hát là làm mất sự yên lặng trong không gian của những bậc Thánh Tăng đang sống. Khi một tu sĩ tụng niệm hay ca hát thì Thánh Đức Trầm Lặng sẽ mất đi. Thánh Đức Trầm Lặng mất đi thì đời sống của một tu sĩ giải thoát không còn ý nghĩa. Cho nên giới cấm không ca hát hay nghe ca hát là muốn bảo vệ Thánh Hạnh Độc Cư để thực hiện cho bằng được sự giải thoát sanh tử luân hồi. Một vị Thánh Tăng phải sống trong Thánh hạnh độc cư trầm lặng thì mới đầy đủ ý nghĩa của một bậc Thánh. Một bậc Thánh Tăng không thể nào dùng tứ thời công phu của quốc sư Ngọc Lâm tụng niệm ê, a giọng cao giọng thấp theo tiếng chuông, tiếng mõ, tiếng trống, tiếng kèn, tiếng đàn như ca hát được. Sống tụng niệm như vậy có khác nào là đào kép hát bộ, hát cải lương, có khác nào như những ca sĩ trên sân khấu.

Một vị Thánh Tăng mà chuyên tán tụng niệm tứ thời công phu theo kiểu Đại Thừa giáo thì không còn ý nghĩa Thánh đức trầm lặng độc cư nữa. Và như vậy chỉ là một nhà sư tụng niệm chứ không phải là bậc chân tu cầu giải thoát. Hình thức tụng niệm chỉ là một Bà La Môn hành nghề mê tín kiếm sống như bao nhiêu nghề khác của thế gian.

Một người tu sĩ Phật giáo mà không sống trầm lặng độc cư được thì rất khó cho vị ấy muốn giữ gìn tâm không phóng dật. Và con đường tu tập chứng quả A La Hán không còn nữa. Bởi vậy, một vị tu sĩ phải thấy Thánh đức trầm lặng độc cư là một hành động mang đến một đời sống Thánh thiện. Đời sống Thánh thiện độc cư trầm lặng là một bí quyết để thành tựu thiên định và Tam Minh. Nếu ai tu hành mà sống không đúng Thánh đức này thì sự tu hành hoài công vô ích, dù có tu suốt bao nhiêu đời cũng không nhập định được và cũng không thể thực hiện Tam Minh được.

Cho nên Thánh Đức Trầm Lặng Độc Cư là một thánh hạnh quan trọng nhất cho một người tu sĩ tìm tu giải thoát.

Sống với Thánh Đức Trầm Lặng Độc Cư như vậy còn chưa đủ mà còn phải sống đúng Thánh Hạnh Thiếu Dục.

Một vị Thánh Tăng mà còn nằm giường cao rộng lớn, gỗ quý sang đẹp thì mất hết ý nghĩa giải thoát của vị Thánh Tăng. Người tu sĩ còn nằm giường cao rộng lớn là người sống không thiếu dục tri túc, không đúng hạnh của người tu sĩ Phật giáo (giới thứ tám cấm không nằm giường cao rộng lớn).

Đức Thiểu Dục Tri Túc rất cần thiết để lập thành Thánh hạnh của một bậc Thánh Tăng, của một du Tăng khất sĩ.

Phật dạy: ***“Cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa, sống không nhà cửa, không gia đình, ba y một bát, tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không”***. Qua lời dạy này chúng ta xét thấy: ***“Một đời sống Thánh thiện là phải thiếu dục tri túc tận cùng như vậy, mới được gọi là bậc Thánh giải thoát, còn sống ngược lại thì không giải thoát”***. Như vậy, chúng ta xét thấy các nhà tu Đại thừa có chùa to Phật lớn, có vật chất thế gian đầy đủ, tu như vậy có lập hạnh thiếu dục tri túc chưa? Tu như vậy có giải thoát chưa?

Xin các bạn nên lưu ý. Người tu sĩ Phật giáo thiếu dục tri túc, thường lấy gốc cây làm giường nằm, lấy tay làm gối, lấy trời làm màn, lấy đất làm chiếu, có sống như vậy mới xứng

đáng là bậc Thánh Tăng, Thánh Ni trong đạo Phật.

Tám Thánh đức trên đây chưa đủ cho một vị Thánh Tăng, Thánh Ni đệ tử của Phật, mà còn phải sống cho trọn với Thánh đức ly dục.

Một vị Thánh Tăng, Thánh Ni mà còn ăn uống nhiều bữa như: sáng ăn, trưa ăn, chiều ăn, có khi tối còn ăn thêm thì còn nghĩa lý gì gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni ly dục. Một vị Thánh Tăng, Thánh Ni thường sống ly dục, nên ngày chỉ ăn có một bữa cơm, đủ để nuôi sống thân tứ đại, và luôn luôn tích cực làm lợi ích cho chúng sanh bằng gương Thánh hạnh, bằng những lời dạy đạo đức chân tình, bằng những lời khuyên nhủ an ủi thiết tha để giúp cho mọi người thoát ra hoàn cảnh khổ đau, như vậy, ngày một bữa cơm mới thật sự xứng đáng thọ dụng của đàn na tín thí, còn ngược lại ăn nhiều quá, ba bốn bữa trong ngày thì không xứng đáng thọ dụng. Tu sĩ mà ăn nhiều bữa là mang nợ của đàn na thí chủ, kiếp này trả chưa xong thì kiếp khác phải trả nữa, trả mãi mãi... (giới thứ chín cấm không ăn uống phi thời).

Thân tứ đại là khối bất tịnh, hôi thối, uestrợc có gì là tốt đẹp, quý báu đâu mà ta phải xem nó là quan trọng. Hằng ngày nó phải luôn luôn tiếp nhận tứ đại bất tịnh bên ngoài (thực

phẩm). Nuốt vào những thứ bất tịnh hôi thối ấy, có hạnh phúc gì đâu mà chúng ta ưa thích. Những người ưa thích thực phẩm, ưa thích ăn uống là những người ngu si, vô minh; đồ ăn uống là bất tịnh uế trược mà cứ mãi mê tham ăn thì thật là đáng trách đáng chê. Cuộc sống của họ chẳng có ý nghĩa gì, chỉ ăn, ngủ, đi cầu và dâm dục, toàn là sống trong sự nhiễm ô bất tịnh. Đời sống của họ, họ đang chui vào một cái bao đựng đầy đồ hôi thối. Thật là đáng thương vậy!

Cuộc sống con người chỉ còn biết bon chen chà đạp, tranh đấu giết hại lẫn nhau bằng cách này hoặc cách khác cũng chỉ vì ăn, ngủ, đi cầu và dâm dục... Thật là vô vị không có nghĩa lý gì cả.

Sống chỉ có thích những điều tệ hại, bất tịnh như vậy, mà mọi người hãnh diện một cách hả hê khi đạt được mục đích ấy. Đạt được mục đích để làm gì? Để mà khổ đau. Phải không các bạn?

Thánh Đức Ly Dục giúp cho chúng ta sống trong cuộc đời đầy đau khổ mà thoát ra đau khổ, giúp cho chúng ta liễu sanh thoát tử, giúp cho chúng ta làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi. Vì thế, ăn ngày một bữa là

chúng ta ly dục, ly si, ly sân và lìa sắc dục một cách rõ ràng và cụ thể.

Người sống ngày ăn một bữa thì ít ham ngủ nghỉ, thường tỉnh thức, về thân thì sắc dục cũng giảm bớt, về tâm thì sân hận cũng lui bước v.v..

Thánh đức ăn ngày một bữa đã giúp cho tâm hồn chúng ta thanh thản trong cái ăn, cái ngủ, cái sắc dục, cái giận hờn và tất cả bệnh tật trong thân cũng được giảm xuống một cách rõ ràng, chứ không như các nhà Đại thừa tham dục ăn uống ngày ba bốn bữa, nên thường lý luận ăn nhiều sẽ có sức khỏe để tu tập, còn ăn ít ngày một bữa là ép xác tu hành không chứng đạo. Lối lý luận này là phi Phật giáo. Tại vì Thầy trò của đức Phật ngày xưa đều ăn ngày chỉ có một bữa mà chứng đạo.

Thời nay mọi người vì không hiểu biết Thánh Hạnh Ly Dục, nên lý luận theo kiểu tà giáo ngoài đạo tham ăn, tham uống, tham ngủ, tham dục lạc thế gian, tham giàu sang danh tiếng, nên quý thầy theo kinh sách phát triển thường sống bệnh tật khổ đau, đi bác sĩ, nằm nhà thương và thuốc thang uống không bao giờ dứt.

Nếu muốn biết rõ một vị Thánh Tăng đệ tử của đức Phật thì hãy xem đời sống của họ. Họ

sống đúng mười Giới Đức Thánh Sa Di, không hề vi phạm, nhất là ngày ăn một bữa chỉ để nuôi thân. Chính lối sống như vậy tâm họ mới ly dục. Nhờ tâm ly dục nên oai nghi tế hạnh của họ thể hiện rõ ràng qua mọi hành động sống mà ai cũng dễ nhận thấy, đó là sống đúng Thánh hạnh của một tu sĩ giải thoát. Do Thánh hạnh này mà không có một người nào dám khinh chê nhạo báng Phật giáo.

Hiện giờ Phật giáo bị mọi người khinh chê, phỉ báng là do những tu sĩ Bà La Môn mượn danh Phật giáo, phá mười Giới Đức Thánh Sa Di không còn một giới nào là không phạm, họ sống không hiếu sinh, không buông xả, thân tâm không thanh tịnh, không chân thật, không minh mẫn, không thiếu dục, không đơn giản, không sống trầm lặng độc cư, không ly dục, không ly tham. Do không sống đúng đời sống của một tu sĩ Phật giáo nên họ đánh mất Thánh hạnh khiến cho mọi người khinh chê, phỉ báng và xem thường Phật giáo. Trước mặt thì họ chấp tay xá lạy, làm ra vẻ kính trọng, nhưng sau lưng họ xem quý thầy chẳng ra gì. Họ gọi quý thầy bằng thằng thầy chùa này, bằng thằng thầy chùa kia, quý Thầy có biết không?

Chín Giới Đức Thánh trên đây chưa đủ để xác định là một vị Thánh Sa Di, nếu một tu sĩ giữ gìn trọn vẹn chín giới trên đây mà giới thứ mười không tròn đủ người tu sĩ này còn cất giữ tiền bạc của báu. Còn cất giữ tiền bạc của báu là chưa sống một đời sống ba y một bát của một vị Thánh Sa Di. Nếu đời sống của một vị Thánh Tăng chưa ly tham, còn cất giữ tiền bạc, chưa có lần nào mặc chiếc y phấn tảo (vải bỏ thô xấu) thì chưa xứng đáng là một vị Thánh Tăng (giới thứ mười cấm cất giữ tiền bạc châu báu).

Nếu đời sống của một vị Thánh Tăng mà sống không ly tham, không thiếu dục tri túc, còn cất giữ tiền bạc thì làm sao tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không được.

Cho nên giới thứ mười Phật dạy: ***“người tu sĩ không được cất giữ tiền bạc của báu”***. Không cất giữ tiền bạc của báu là Thánh hạnh ly tham. Người tu sĩ sống được như vậy mới được gọi là Trưởng Lão Thánh Tăng, Thánh Ni.

Một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni đã ra khỏi cuộc đời đầy ô trược và các ác pháp thì không còn bị nô lệ cho tiền bạc, không còn bị nô lệ cho tiền bạc mà còn cất giữ tiền bạc, thì làm sao ra khỏi cuộc đời đầy ô trược và ác pháp. Bởi vì còn cất giữ tiền bạc là còn bị tiền bạc chi phối tâm

hôn. Người còn bị tiền bạc chi phối tâm hôn thì người ấy chưa phải là Thánh Tăng, Thánh Ni. Cho nên, những người mới tu tập mà cất giữ tiền bạc thì tâm hôn còn bị chi phối bởi tiền bạc thì thử hỏi làm sao tránh khỏi tâm không phóng dật, phóng niệm.

Thánh Hạnh Ly Tham mà không giữ trọn vẹn thì đi tu cho mất công, chỉ mất thời gian vô ích chứ có ích lợi gì cho bản thân.

Muốn đạt được thiền định và Tam Minh mà tâm còn phóng dật, phóng niệm thì làm sao đạt được thiền định, Tam Minh.

Còn cất giữ tiền bạc thì tâm làm sao ly dục được, vì tiền bạc là một ác pháp, là một chướng ngại pháp rất lớn cho con đường tu tập giải thoát của Phật giáo.

Tâm không phóng dật, phóng niệm thì tâm sẽ nhu nhuyễn dễ sử dụng, tâm có nhu nhuyễn dễ sử dụng thì mới đạt được chỗ rốt ráo thâm sâu của đạo Phật.

Xưa đức Phật đã chẳng bảo: ***“Ta thành chánh giác là nhờ tâm không phóng dật”***.

Bây giờ quý vị Tăng, Ni cứ khư khư cất giữ tiền bạc như các nhà sư Đại thừa, thì làm sao tâm quý vị không phóng dật. Tâm phóng dật

thì dù quý vị có tu trăm muôn ngàn kiếp cũng chỉ uổng công mà thôi.

Đối với đạo Phật người tu sĩ còn cất giữ tiền bạc là chưa xứng đáng làm Thầy ai cả. Vì Thánh hạnh ly tham chưa tròn đủ thì người tu sĩ này cũng chỉ là một người tầm thường như bao nhiêu người khác. Ngoài chiếc áo cà sa, với chiếc đầu cạo trọc, hiểu biết lặp lại những tưởng giải của người xưa tức là bã mía của một số kinh sách phát triển Đại thừa và những bài kinh nghi thức tụng niệm của Ngọc Lâm quốc sư trong thời đại triều nhà Thanh bên Trung Quốc, chứ tâm họ cũng chỉ là tâm tham, sân, si như bao nhiêu người khác. Họ không có những kinh nghiệm tu tập giải thoát để truyền đạt lại cho chúng ta. Vì thế họ đâu xứng đáng làm thầy.

Kính thưa quý vị! Khi chưa ra khỏi nhà sanh tử tức là tâm quý vị chưa ly tham đoạn ác pháp thì quý vị còn ham thích tiền bạc.

Nếu muốn xa lìa tâm tham thì quý vị phải giữ gìn giới không cất giữ tiền bạc cho nghiêm túc. Tại sao các thầy tu theo kinh sách phát triển không ly tâm tham được?

Tại vì quý thầy còn cất giữ tiền bạc. Cất giữ tiền thì tâm tham làm sao quý thầy lìa được. Vì thế, các Tổ dựa vào giới kinh của Phật

mà chế ra giới cấm này là để giúp cho quý thầy ly tham đoạn ác pháp.

Một vị được gọi là Thánh Tăng, Thánh Ni mà còn cất giữ tiền bạc thì làm sao gọi là Thánh được. Phải không các bạn?

Thánh mà còn cất giữ tiền bạc thì đó là Thánh **“dorm”**, chỉ là một phạm phu tục tử còn ham thích sống trong cuộc đời này, cuộc đời đầy ô trược và ác pháp. Còn cất giữ tiền bạc là quý vị chưa muốn ra khỏi biển đời bất tịnh, ô trược nhiều cay đắng và khổ đau. Hầu hết các nhà Đại thừa vẫn còn ham thích lặn hụp trong biển trần tục, nên tiền bạc, chùa to Phật lớn họ chưa buông bỏ được.

Tóm lại, Mười Giới Đức Thánh Sa Di mà một người tu sĩ Phật giáo cũng như người cư sĩ muốn tìm tu giải thoát ra khỏi nhà sanh tử luân hồi thì phải giữ gìn trọn vẹn những Thánh hạnh này.

Dù tu sĩ hay cư sĩ mà đã giữ trọn vẹn 10 giới cấm này, sống đúng 10 thánh hạnh thì chúng tôi bảo đảm con đường giải thoát sẽ không còn xa nữa, chắc chắn họ sẽ đạt được kết quả làm chủ thân tâm như ý muốn.

Mười Giới Đức Thánh Sa Di này, nếu ai sống nghiêm chỉnh không hề vi phạm trước mặt

cũng như sau lưng thì những tu sĩ này là những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni tại thế gian mà không còn phải tu tập gì nữa cả. Còn những ai là tu sĩ mà sống không đúng mười giới Thánh Đức này thì chỉ là một loài Ma Ba Tuần trong Phật giáo.

Chỉ có mười giới này mà thôi, quý vị cư sĩ sẽ nương vào đó mà chọn cho mình một vị Thầy gương mẫu Thánh hạnh, một vị Thánh Tăng, Thánh Ni xứng đáng để cho quý vị cung kính cúng dường và tôn trọng, để cho quý vị lấy đó làm gương hạnh buông xả nơi tâm mình, để cho quý vị noi theo gương hạnh đó, thì ngay đó quý vị sẽ tìm ra một lộ trình cứu cánh chân chánh cho chính mình.

Chỉ có mười giới này mà thôi, quý vị sẽ nương vào đó mà không còn sợ lầm đường, lạc lối, không còn sợ tu sai lạc vào tà giáo ngoại đạo, lạc vào cảnh giới tưởng, thiên tưởng v.v..

Chỉ có 10 giới này mà thôi, quý vị sẽ nương vào đó mà nhận xét ai là Thánh Tăng, Thánh Ni và ai là Ma Vương đội lốt Phật giáo để lừa gạt tín đồ.

Chỉ có mười giới này mà thôi, Phật giáo sẽ hưng thịnh hay suy tàn, quý vị đều nhận thấy rất rõ ràng, không còn bị ai lừa dối được.

Những lời chúng tôi nói trên đây có những điều chi sơ sót mong quý vị cảm thông. **Vì ước muốn của chúng tôi là tu sĩ Phật giáo phải ra tu sĩ Phật giáo**, đời thì phải cho ra đời, đạo thì phải cho ra đạo, đừng để đạo đời lẫn lộn mà nguy hại đến thanh danh của Phật giáo.



**HẾT PHẦN I**

PHẦN HAI

**VĂN HÓA**

**25 GIỚI HÀNH**

**SA DI**

# Lời nói đầu

Khi biên soạn Mười Giới-Đức Thánh Sa Di tập 1, chúng tôi dựa theo bộ Giới Bốn Patimoka (Ba La-Đề Mộc Xoa) thuộc Hán tạng. Đọc lại toàn bộ sách này chúng tôi cảm thấy việc biên soạn Giới-Đức Thánh Sa Di có phần thiếu sót rất lớn về oai nghi tế hạnh của một tu sĩ Phật giáo, nhưng không phải là sự thiếu sót 24 oai nghi tế hạnh do các Tổ đã biên soạn lưu hành trong các chùa. Bộ giới luật Sa Di chỉ có giới cấm mà thiếu sót Giới-Đức, Giới hạnh, Giới Hành, khiến cho người đọc giới không biết pháp hành và sống như thế nào để sống được đời sống Phạm hạnh mà không hề vi phạm một lỗi

nhỏ nhất nào trong giới bốn. Cho nên, bộ giới luật phần đầu này chúng tôi biên soạn chỉ nói lên được phần giới-Đức Thánh thuộc tiểu giới của giới tướng, còn phần giới hạnh và giới hành đại giới tướng thì chưa có, cho nên chúng tôi muốn bổ sung thêm cho Mười Giới-Đức Thánh Sa Di này được đầy đủ hơn, vì thế chúng tôi phải dựa theo lịch sử Phật giáo trong Giới Kinh mà biên soạn. Vậy giới kinh của Thầy Sa Di mà đức Phật đã dạy là những bài kinh nào?

Như các bạn đã biết trong lịch sử Phật giáo Thầy Sa Di đầu tiên trong Đạo Phật là Thầy Sa Di La Hầu La. La Hầu La là đứa con trai độc nhất của đức Phật, được đức Phật chấp nhận cho xuất gia vào lúc còn bé thơ mới 10 tuổi<sup>3</sup>.

Trong Kinh Trang Bộ, tập 2 và tập 3 thuộc tạng kinh Việt Nam, có ba bài kinh dạy về giới hạnh

---

<sup>3</sup> “Thập Đại Độ Tử Chuyện” có ghi La Hầu La xuất gia năm mười tuổi.

cho những người còn trẻ tuổi mới vào tu tập. Đó là những bài kinh đức Phật đã dạy giới luật về giới đức, giới hạnh và giới hành cho La Hầu La. Những bài kinh đó có tên là kinh Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am - Bà - La (Ambalattika Rahalavadasuttam), Tiểu Kinh Giáo Giới La Hầu La và Đại Kinh Giáo Giới La Hầu La.

Ba bài kinh này chúng tôi triển khai biên soạn thành một bộ Giới Hạnh và Giới Hành-Đức Thánh Sa Di-phần II sẽ mang lại đầy đủ những oai nghi chánh hạnh trong Giới Hành của một Thầy Sa Di đứng nghĩa của đạo Phật, từ phạm phu trở thành một bậc Thánh A La Hán vô lậu hoàn toàn.

Việc làm này có mục đích hẳn hoi là chấn chỉnh lại bộ luật Sa Di mà từ xưa đến nay trong các chùa đều lấy đó làm sách gối đầu nằm cho các vị mới xuất gia tu học.

Kính thưa các bậc tôn túc đức cao, trí rộng!  
Nếu trong bộ giới luật này còn có những điều chi sơ

sốt, xin các bậc Tôn Túc vai lòng chỉ dạy cho. Chúng tôi thành thật muốn vẫn biết ơn khi nhận được những cao kiến để kỳ tái bản tới sẽ có sự bổ sung thêm cho bộ sách được hoàn chỉnh hơn.

“Một cây làm chẳng nên non, ba cây chụm lại nên hòn núi cao”, một mình không thể làm nên việc lớn cho muôn người, làm lợi ích chung cho Phật giáo, mà cần phải có nhiều người chung lưng đấu cật cùng làm. Vì muốn đem lại lợi ích cho những người tu theo Phật giáo có tâm hayet, có ý chí quyết tìm đường giải thoát ra khỏi bốn sự đau khổ của kiếp người: sanh, già, bệnh, chết, cho nên chúng tôi không nệ tài hèn trí mọn biên soạn bộ sách này, khởi đầu làm tiếng chuông cảnh tỉnh, nên không thể tránh khỏi những sự thiếu khuyết, kính mong quý vị lượng thứ cho.

Kính gửi,  
Trưởng lão Thích Thông Lạc



**TIỂU SỬ**  
**LA HẦU LA**

## LỜI GIỚI THIỆU

# LỊCH SỬ SA DI ĐẦU TIÊN TRONG ĐẠO PHẬT

*Muốn tìm hiểu về Giới Luật, Giới Đức, Giới Hạnh và Giới Hành của người mới vào tu tập theo Phật giáo, mà trong giới tín đồ đạo Phật thường gọi là Thầy Sa Di. Vậy Giới luật, Giới đức, Giới hạnh và Giới hành của Thầy Sa Di như thế nào? Những bài kinh nào dạy về giới đức, giới hạnh và giới hành đó và ở đâu?*

*Muốn tìm hiểu được những điều này xin các bạn vui lòng đi ngược lại dòng lịch sử cách đây 2555 năm để nghiên cứu một Thầy Sa Di trong những thầy Sa Di đầu tiên trong Phật giáo. Đó là Thầy Sa Di La Hầu La.*

# LA HẦU LA

MẬT HẠNH ĐỆ NHẤT

## CẬU BÉ HẠNH PHÚC

Đức Phật của chúng ta, khi còn là Thái Tử của Vương Thành Ca Tỳ La, đã kết hôn với Công Chúa Da Du Đà La thành Câu Lợi. Vào năm Thái Tử và Công Chúa 19 tuổi<sup>4</sup> thì sanh hạ La Hầu La. Thái Tử rất vui mừng, nhưng không phải sự vui mừng như tình thương người đời khi sinh con, mà vì Thái Tử nhiều lần xin vua cha đi xuất gia đều không được chấp thuận. Vua Tịnh Phạn có nói: *“Trừ khi nào có được đứa cháu đích tôn thì mới cho phép Thái Tử xuất gia”*<sup>5</sup>. Hiện tại Thái Tử có La Hầu La như

---

<sup>4</sup> “Thập Đại Đệ Tử Chuyện” ghi lại năm Thái Tử 19 tuổi khi Da Du Đà La sanh La Hầu La được 7 ngày thì Thái Tử rời hoàng cung vào ngày mùng 8 tháng 2 đi xuất gia.

<sup>5</sup> Người viết lịch sử này có ghi rõ ngày, năm, tháng, không biết có đúng thật sử không? Ở đây chúng tôi chỉ ghi lại theo bản dịch của Sư Cô Như Đức, xin các bạn cảm thông, vì đây không phải là những trang sử nói về La Hầu La mà là những trang kinh nói về giới luật của Thầy Sa Di, nhưng theo ngày tháng này được hệ phái Bắc Tông chấp nhận

ý Phụ Vương, nguyện vọng xuất gia sẽ đạt được, bảo sao Thái Tử không vui mừng.

Trong đêm Thái Tử sắp rời hoàng cung, vào ngày mùng 8 tháng 2, lúc ấy La Hầu La mới sinh được 7 ngày. Vương Phi Da Du Đà La đang ôm La Hầu La trong tay và nằm ngủ. Thái Tử vén rèm nhìn hai người lần cuối, và quay lưng, leo lên lưng ngựa, vượt thành ra đi. Từ đó, La Hầu La đã mất bóng người cha thân yêu của thế gian.

Nhưng Thái Tử xuất gia tu hành thành Phật, từ một Thân phụ đổi thành Thân sư, về sau độ La Hầu La thành chánh quả, đó mới thật sự người cha đệ nhất của thiên hạ.

La Hầu La mất cha, được mẹ và ông nội thương yêu, là vương tôn độc nhất vô nhị. Chuỗi ngày vô tư lự trôi qua trong cung điện, đến khi vừa hiểu biết, trong tâm hồn trẻ thơ của La Hầu La cũng cảm thấy không có cha là một điều đáng buồn. Nhưng bù lại, cậu bé được mẫu thân rất cưng chiều, đó là niềm vui duy nhất của La Hầu La, là nguồn an ủi, là người che chở cho cậu. Trong thâm cung vắng vẻ, La Hầu La cũng là nguồn hy vọng của Vương Phi, hai mẹ con nương nhau cùng sống qua năm tháng.

Có người nói Da Du Đà La phận nữ nhi khổ mệnh, La Hầu La là đứa bé bất hạnh đáng

thương, nhưng đó là nói theo thường tình thế gian. Nỗi khổ tâm, đáng thương của họ chỉ trong thời gian ngắn. Hễ có hy sinh lớn tất thành tựu kết quả lớn. Về sau, nhờ sự hóa độ của đức Phật, Da Du Đà La và La Hầu La đều xuất gia tu hành được chứng quả A La Hán. Đó mới là bậc nữ lưu vinh hạnh nhất, và đứa bé hạnh phúc nhất.

Trước giờ cáo biệt, Thái Tử cũng định bế đứa con đang ngủ một tí, nhưng sợ làm động Da Du Đà La thức dậy, lại cản trở việc xuất gia, nên khi nhìn con lần cuối, Ngài đã nói: *“Hãy đợi đến khi Ta thành Phật, sẽ trở lại thăm con”*. Đức Phật xem tất cả chúng sanh như La Hầu La, một La Hầu La không quan trọng bằng vô số La Hầu La đang trông đợi tình thương của Phật. Đức Phật đã ban cho chúng sanh bao nhiêu lòng thương rộng lớn, thì ở trong hoàn cảnh của La Hầu La, lại càng dễ được hưởng lòng từ bi của Phật. Cho nên chúng ta đừng cho rằng sự việc La Hầu La mất phụ thân từ nhỏ là bất hạnh đáng thương. La Hầu La, con của bậc đại Thánh, được nuôi dưỡng trong tình thương cao rộng như trời đất, là một cậu bé hạnh phúc nhất đời.

## **CẬU BÉ KHÔNG BIẾT MẶT CHA**

Đức Thế Tôn thành đạo được ba năm, từ nước Ma Kiệt Đà phương Nam về thăm cố hương. Trên từ vua Tịnh Phạn, dưới đến nhân dân dòng họ Thích, đều ra ngoài thành nghênh đón Phật, chỉ có Da Du Đà La và La Hầu La không tham dự trong đoàn người ấy.

Trong tâm bà Da Du nghĩ thầm: *“Khi Ngài đi xuất gia, ta đã vì Ngài chịu hết mọi nỗi khổ, Ngài mặc y phục bạc màu, ta ở trong cung cũng mặc giống Ngài, ta nghe Ngài tu khổ hạnh ăn ngày một bữa, ta cũng tập làm theo. Ta đối với Ngài như vậy, thật hết lòng, nếu Ngài còn nghĩ đến ta, tự nhiên sẽ đến cung thăm ta”*.

Mười năm không gặp Phật, lòng Da Du Đà La cũng như mọi người đều muốn diện kiến Ngài nhưng vì lễ phép, vì tự tôn, bà phải nhẫn nại. Bà ngồi trên lầu cao nhìn ra sẽ thấy được cảnh mọi người nghênh đón đức Phật.

Cậu bé La Hầu La lên mười tuổi, đến nói với mẹ:

- *“Mẹ, mẹ! Ba con đã về! Bà nội bảo con cho mẹ hay”*.

La Hầu La ngây thơ lúc ấy nào hiểu được tâm sự của mẫu thân, cậu chỉ thấy mẹ của mình hôm nay sao nghiêm nghị quá, nhưng dù sao cậu cũng là con yêu nên lại ngây ngô hỏi:

- “*Mẹ, mẹ! Coi người ta ở ngoài cung điện nhiều biết bao nhiêu, ba con nhất định cũng ở trong đó. Ba con ra sao?*”.

Câu nói từ miệng cậu bé không biết hình dáng ba mình ra sao, càng khiến Da Du Đà La thương tâm. Nỗi lòng của người lớn, trẻ con hoàn toàn không thể biết.

Bà Da Du một tay kéo La Hầu La bên mình chỉ ra cửa mắt rướm lệ nói:

- “*Con nhìn xem trong số các Thầy Sa Môn kia, người có vẻ trang nghiêm nhất chính là Phụ thân của con*”.

- La Hầu La mở to đôi mắt nhìn theo tay mẹ.

- “*Con chẳng nhận được Phụ thân đâu, con chỉ biết có ông nội, còn người nữa là mẹ, mẹ yêu quý thôi*”.

Một giọt nước mắt của bà rơi xuống mái tóc La Hầu La, bà nắm tay con trở lui vào cung.

Xa cách mười năm, hôm nay Da Du Đà La mới thấy lại đức Phật một lần; mười năm không tin tức thoáng qua như giấc mộng trong tâm tư của bà. Tâm hồn Bà xao xuyến như mặt nước yên tĩnh bị ném trúng một viên đá, những gợn sóng lao xao. Đức Phật biết tâm tưởng bà, nên

dắt Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên vào cung thăm viếng.

Cuộc gặp gỡ giữa một Đấng Chánh Giác và một vị vương phi mỹ lệ khiến lắm kẻ lưu ý. Đức Thế Tôn trang nghiêm, yên lặng, một chút từ bi thương xót nhìn Da Du Đà La đang quỳ dưới chân, La Hầu La quỳ bên cạnh. Da Du trăm mối ngổn ngang bên lòng, xúc động rơi nước mắt. Bà cũng biết giữa đức Phật và bà có một sự ngăn cách không thể vượt qua. Đợi cho Da Du bình tĩnh lại, Đức Thế Tôn mới chậm rãi nói với bà:

- *“Để cho nàng chịu nhiều tâm khổ, tuy đó là sự thiếu sót của Ta, nhưng Ta đã vì tất cả chúng sanh mà ra đi, hôm nay Ta đã đạt được bốn nguyện, nàng hãy hoan hỷ cùng với Ta”*.

Đức Phật nói xong, lại nhìn sang La Hầu La, từ hoà vỗ về cậu bé:

- *“Thật mau quá! Con đã lớn như thế ư!”*.

Đức Phật dường như rất vô tình, và cũng dường như rất tình cảm, thái độ của Ngài, đã khai thị cho Xá Lợi Phất và Mục Kiền Liên nghe xong tưởng chừng như phải khóc một trận mới hả.

La Hầu La bây giờ chẳng biết phải gọi Phụ thân của mình như thế nào. Xung hô là ba, ba

ư? Đây là một bậc Thánh trang nghiêm, tự miệng cậu bé chẳng dám gọi như thế. Xưng hô là Phật Đà chẳng biết trúng hay không. Nhìn bao nhiêu vị Tỳ Kheo, Sa Môn đi theo đức Phật trong tâm cậu bé thông minh ấy đã khởi nghĩ: Đức Phật chẳng phải là Phụ thân của riêng một mình ta, Phật là một bậc đại Từ Phụ của tất cả chúng sanh.

Chỉ có mười tuổi, đã chịu nguyện đem Phụ thân của riêng mình hiến cho chúng sanh làm đấng Cha lành, thật là một cậu bé chẳng tầm thường!

## **THẦY SA DI ĐẦU TIÊN**

Đức Thế Tôn ở tạm trong hoàng cung vài ngày, và đây là lần đầu tiên trong cung điện vắng bóng cung nữ, chẳng có yến tiệc rượu chè, chỉ có 1000 vị Tỳ Kheo theo Phật, cung điện hoàng gia tạm thời trở thành Tăng phòng Tịnh xá.

Đức Thế Tôn biết các Thầy Tỳ Kheo sơ học nếu ở lâu trong vương cung dễ sanh tâm so sánh với lối sống đạm bạc của Tăng đoàn, nên chỉ vài ngày sau Ngài đưa đại chúng về trụ tại rừng Ni Câu Đà, cách thành Ca Tỳ La không xa.

Tuy ở rừng Ni Câu Đà, nhưng Đức Thế Tôn cũng thường về hoàng cung trì bát khất thực hoặc thuyết pháp. Cậu bé La Hầu La ngây thơ một cách dễ thương, thân mật nói với Ngài:

- *“Phật Đà con rất thích được ở chung với Ngài”.*

Câu nói ấy đã biểu lộ phụ tử tình thâm, Đức Thế Tôn cũng trả lời:

- *“Rồi cũng có ngày Ta cho con sống gần bên Ta”.*

Phật nói câu ấy không lâu, quả nhiên La Hầu La xuất gia theo luôn bên Ngài.

Nguyên nhân là vì Da Du Đà La thường khuyến khích La Hầu La thêm hoạt bát lanh lẹ, mặc quần áo đẹp cho, và bảo con rằng:

- *“Con hãy theo Phụ thân xin tài sản đi. Cha con có những châu báu mà chúng ta chưa được thấy!”.*

Do đó, La Hầu La thường chạy theo đức Phật nói:

- *“Phật Đà cho con gia tài”.*

Một hôm, đang lúc Đức Thế Tôn khất thực trở về rừng Ni Câu Đà, Ngài đi trước, La Hầu La chạy theo sau chẳng có ai ngăn cản cậu, cậu cứ lẻo đẻo theo sau Phật kêu:

- *“Cho con gia tài a! Cho con gia tài a!”*

Da Du Đà La nhìn thấy đứa con duy nhất đi sau lưng Phật, rất sợ La Hầu La bị đưa xuất gia, bất giác rơi nước mắt.

Đức Phật về đến rừng gọi Xá Lợi Phất đến nói:

- *“Xá Lợi Phất! Cậu bé La Hầu La, cứ theo Ta xin gia tài, Ta không muốn cho La Hầu La thứ tài sản và hạnh phúc mong manh, Ta muốn cho La Hầu La thứ gia tài vô giá. Nay, Xá Lợi Phất! Ông hãy cho La Hầu La xuất gia, làm Sa Di đầu tiên của Tăng đoàn”*.

Đức Phật nói xong, gọi Mục Kiền Liên cạo tóc cho cậu bé, lại lễ bái Xá Lợi Phất làm Thầy Bổn Sư truyền giới Sa Di cho La Hầu La.

Đó là khởi nguyên của chúng Sa Di.

La Hầu La vốn là tất cả hoài bão của Bà Da Du, bây giờ đã gia nhập Tăng đoàn, đó cũng là dụng ý của đức Phật. Khi còn là Thái Tử, hạ sanh La Hầu La, Ngài đã rời bỏ ngôi vị ra đi và đắc thành Phật quả thì vương vị mai sau của nước Ca Tỳ La Vệ nhất định sẽ về tay La Hầu La. Nhưng chủ trương của đức Phật để cho một đứa bé con làm chủ cả thần dân thiên hạ là chuyện không thể được, cho nên thừa cơ hội, Ngài phương tiện cho con xuất gia.

La Hầu La xuất gia là một điều đau buồn cho Da Du, cậu bé là nguồn hy vọng của bà, bà thương quý cậu hơn cả thân mình. Thái Tử đã ra đi, bây giờ con yêu cũng lìa bỏ. Đối với bà thật là trời sập đất thẳm.

Chúng ta cũng có thể đồng ý với bà Da Du trách đức Phật nhẫn tâm, để cho bà chịu nhiều đau khổ quá đáng. Nhưng chân lý và nhân tình là hai lối trái ngược nhau rất xa, phải hàng phục được tình cảm yếu đuối của thế nhân mới khế hợp được với chân lý giải thoát vậy.

## GIÁO GIỚI LA HẦU LA

Hôm ấy, Đức Thế Tôn đến chỗ ở của La Hầu La, với dáng hết sức oai nghiêm. La Hầu La không ngờ vội chỉnh y ra nghinh đón Phật. Đợi cho Thế Tôn an tọa, cậu đem nước đến cho Phật rửa chân. Đức Phật không nói một lời, rửa chân xong, bèn chỉ nước dơ trong chậu hỏi La Hầu La:

- *“Này La Hầu La! Thứ nước dơ bẩn này có đem uống được không?”*.

- *“Bạch Thế Tôn, nước rửa chân rất dơ, không thể uống được”*.

- *“Người nói láo cũng giống như nước đó”*.

Đức Thế Tôn dạy tiếp:

- “Nước vốn trong sạch, rửa chân xong bèn trở nên cáu bẩn, giống như con vốn là vương tôn, lia bỏ mọi thứ vinh hoa phú quý tạm bợ của thế gian, xuất gia làm Sa Môn. Tuy chưa thọ giới Tỳ Kheo, nhưng con đã thọ mười giới Sa Di, con không tinh tấn tu tập, không để thân tâm thanh tịnh, không giữ miệng cẩn thận lời nói, dối gạt chọc gẹo người. Cáu uế của tam độc đầy dẫy trong tâm con, giống như nước trong sạch bị dơ bẩn một thứ”.

Chưa bao giờ Đức Thế Tôn nghiêm nghị như vậy, La Hầu La cúi đầu chẳng dám nhìn Phật. Đức Phật bảo đem nước đổ đi, chậu bé mới nhức nhích. Đợi La Hầu La đổ hết nước xong, Phật lại hỏi:

- “Này La Hầu La, con lấy cái chậu này đựng cơm được không?”.

- “Bạch Thế Tôn, chậu đựng nước rửa chân không thể đựng cơm, vì chậu đã dơ, đầy cáu bẩn, không thể đựng thức ăn được”.

- “Người nói láo cũng giống như cái chậu đó. Tuy làm Sa Môn thanh tịnh mà không tu giới, định, huệ; thân, khẩu, ý không thanh tịnh, chứa đầy cáu uế, không chân thật, thức ăn đạo lý làm sao nhét vào tâm con?”.

Phật nói xong lấy chân đá nhẹ cái chậu lăn mấy vòng, La Hầu La thấy thế hoảng sợ. Phật lại hỏi:

- “*Này La hầu La, con sợ cái chậu này bị bể không?*”.

- “*Bạch Thế Tôn không ạ, chậu rửa chân là đồ vật xấu, có bể cũng chẳng sao*”.

- “*Này La Hầu La, con không tiếc cái chậu này, giống như mọi người không thương mến người nói láo. Con xuất gia làm Sa Môn, không giữ oai nghi, nói dối đùa ghẹo, ai mà thương con được, không ai quý tiếc gì con, cho đến lúc con chết mà con không hối cải, lại càng chìm trong mê mờ!*”.

La Hầu La sợ toát mồ hôi, xấu hổ muốn độn thổ, phát nguyện từ nay về sau cố gắng sửa đổi tâm tánh.

Đức Phật răn dạy xong lại nói thêm một ví dụ cho La Hầu La nghe:

- “*Đời quá khứ có một quốc gia nọ nuôi hai con voi dũng mãnh thiện chiến. Mỗi khi nhà vua cử binh ra trận lại trang bị áo giáp cho chúng. Ngà voi mang giáo nhọn, bên tai giắt kiếm bén, bốn chân đều có đao sáng ngời, sau đuôi lại cột thêm gậy sắt. Tuy mang nhiều vũ khí như thế, nhưng mỗi khi giao chiến chúng*

*đều cuốn vòi dẫu kín, vì đó là chỗ nhược, nếu để trúng tên sẽ chết ngay, vì muốn giữ gìn mạng sống phải giữ kỹ chiếc vòi”.*

Này La Hầu La! Con cũng phải như con voi kia giữ kỹ cái vòi, cẩn thận giữ gìn lời nói. Mỗi khi mở miệng nói đùa như voi bị thương, huệ mạng của con sẽ mất, không được mọi người thương mến, không được người trí ưa thích, đến khi lâm chung sẽ bị rơi vào ba đường khổ.

Đức Thế Tôn dùng hết tình, hết lý, khẩn thiết, nghiêm trang răn dạy. Mỗi lời mỗi câu đều in sâu vào tâm La Hầu La. Chú bé phát nguyện từ nay sẽ giữ gìn nghiêm túc không hề vi phạm vào giới vọng ngữ.

Như hạt lúa tuy chúng ta xay giã thành hạt gạo, nhưng còn dính bụi cám, phải vo chà sạch sẽ thì gạo trắng mới ra gạo trắng. La Hầu La tuy có bản tính tốt ngoan ngoan, nhưng phải có nước pháp của Đức Thế Tôn tẩy rửa một phen mới trở nên thanh tịnh vô nhiễm được.

Từ đó, La Hầu La trở thành một người khác.

**THẦY SA DI CÓ THỂ Ở CHUNG VỚI TỈ  
KHEO**

Khi Đức Thế Tôn ở tại vườn Cù Sư La, La Hầu La cũng ở đó với Sa Di Quân Đầu, cũng theo Sư phụ Xá Lợi Phất hầu Phật nghe pháp.

Mỗi ngày La Hầu La dậy sớm quét dọn trong vườn, trong ngoài sạch sẽ rồi mới tu tập theo lời Phật dạy. Một khu vườn rộng lớn quét cho sạch hết phải tốn biết bao nhiêu thì giờ. Hôm nọ, La Hầu La quét dọn xong bèn đi nghe Phật thuyết pháp, đến chiều mới trở về phòng lúc ấy phòng của La Hầu La bị thầy Tỳ Kheo quản lý để cho một vị Tỳ Kheo khách ở, những y bát tọa cụ của La Hầu La đều bị bỏ ở ngoài, khách thì an nhiên ở trong phòng.

Phật đã quy định một người một phòng, phòng của mình đã bị người khác chiếm, biết làm sao? Hơn nữa La Hầu La còn là Sa Di, trong Tăng đoàn Sa Di phải kính trọng Tỳ Kheo, và Phật cũng dạy phải nhẫn nại, nên La Hầu La không dám đến hỏi Thầy kia sao lại ở phòng mình. La Hầu La đứng ngơ ngơ ở ngoài cửa, thật là tiến thoái lưỡng nan. Lúc ấy mây đen kéo đến đầy trời, báo hiệu sắp có mưa to; La Hầu La không biết núp vào chỗ nào bèn chui vào nhà xí, tuy có hơi hám thật, nhưng chỉ còn cách ngồi trong đó thôi. Lúc ấy thật cảm thấy nổi quạnh quẽ của tình cảnh không nhà. La Hầu La đoán tọa trong nhà xí, nỗ lực nhớ đến

lời Phật dạy: **“Bất cứ trong hoàn cảnh khôn khổ nào, bất cứ gặp những phiền phức gì, đều không nên khởi tâm oán hận”**. Sức tu của La Hầu La quả thật tiến bộ rất nhiều.

Bên ngoài mưa tuôn xối xả, nước chảy tràn xuống những chỗ trũng, có một con rắn đen ở trong hang bên cạnh, bị ngập nước bèn bò ra, dần dần bò vào nhà xí mà La Hầu La không hề để ý. Rắn độc miền nhiệt đới rất nguy hiểm, lúc ấy sinh mạng của chú Sa Di La Hầu La như chỉ mảnh treo chuông.

Đức Phật đang ở trong thất, hốt nhiên nhớ đến La Hầu La, Ngài dùng thiên nhãn thấy được sự nguy hiểm gần kề, bèn đi ra nhà xí, đằng hắng một tiếng, bên trong cũng có tiếng đằng hắng. Phật bèn hỏi:

- “Ai ở trong đó?”
- “Đạ La Hầu La”.
- “Ra mau! Phật bảo con đi ra”.

La Hầu La không ngờ Đức Thế Tôn đã kêu mình, vội bước ra, bất giác quỳ bên chân Phật nước mắt lưng tròng. La Hầu La còn nhỏ, tình cảm không khỏi yếu ớt.

Phật bèn hỏi vì sao La Hầu La lại ngồi ở trong nhà xí. La Hầu La thuật lại mọi việc. Phật bèn dạy La Hầu La hãy vào trong phòng

Ngài. La Hầu La vui mừng, như từ Địa ngục bước lên Thiên đường.

Trẻ con tuổi nhỏ cắt ái từ thân, vào trong Tăng đoàn, cần phải được các Tỳ Kheo lớn chiếu cố đến. Vì nhân duyên đó, đức Phật bèn quy định cho các Sa Di, có thể ngủ chung phòng với các Tỳ Kheo hai đêm. Tình thương của đức Phật, chỗ vi tế nhất đều lưu ý đến.

Xưa nay, Sư phụ thâm đệ tử phải có trách nhiệm dạy dỗ. Thầy của La Hầu La là Xá Lợi Phất, thường bận giúp Phật hoằng hóa bên ngoài, ít có dịp ngó ngang đến La Hầu La, nhưng từ khi sự kiện ấy xảy ra, Xá Lợi Phất thường gọi La Hầu La đến ở trong phòng với Tôn giả.

## **ĐỨC NHÃN NHỤC**

Từ khi được đức Phật chỉ dạy và lại thường được ở bên cạnh Sư phụ Xá Lợi Phất, nhận được sự hướng dẫn của Thầy, La Hầu La tu tiến rất nhanh.

Khi đức Phật giảng kinh, Xá Lợi Phất đều dẫn La Hầu La đi nghe. Khi Xá Lợi Phất tịnh tọa, La Hầu La cũng tịnh tọa một bên; khi đi thuyết pháp giáo hoá, Xá Lợi Phất cũng dẫn La Hầu La theo bên mình, dạy cho La Hầu La những kinh nghiệm tu hành vì pháp, vì mọi

người. Mỗi ngày khất thực xong, La Hầu La lại theo sau Xá Lợi Phất. Trong Tăng đoàn, tôn giả Xá Lợi Phất được xem như đức Phật thứ hai, thật là Ân sư tôn quý của La Hầu La.

Một hôm, La Hầu La đi theo Xá Lợi Phất khất thực tại thành Vương Xá, trên đường đi gặp một tên lưu manh, hấn lấy cát ném vào bát Xá Lợi Phất, và lấy gậy đánh trên đầu La Hầu La.

La Hầu La bị thương, máu nhỏ giọt xuống y, tên lưu manh thấy vậy chẳng những không biết lỗi còn chửi:

- *“Mấy lão trọc chỉ biết đi xin ăn, cứ xưng là từ bi nhân nhục, ta đánh lỗ đầu mày thử xem làm gì ta”.*

La Hầu La lúc ấy còn bé tuổi thơ, đã không lộ vẻ tức giận căm gan, nhưng Xá Lợi Phất vẫn an ủi.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Câu này chúng tôi xin sửa lại cho đúng ý nghĩa trong kinh Nguyên Thủy. Xuất gia lúc 10 tuổi La Hầu La đã tỏ ra là một người có chí tu hành cầu giải thoát, nên được Phật và thầy Bốn Sư Xá Lợi Phất tận tình dạy dỗ tu tập từ khi bước chân vào Tăng đoàn. Những bài kinh Giáo Giới La Hầu La đã xác định được sự tu tập của La Hầu La thì làm gì khi bị đánh lỗ đầu chảy máu mà đến nổi căm tức. Trong kinh này người ghi lại tiểu sử không trung thật. Xin các bạn đừng vội tin theo người viết bản sử này.

**“Này La Hầu La, nếu thật là đệ tử Phật, cần phải có tinh thần nhẫn nhục, trong tâm không chứa niềm sân hận, phải đem lòng từ bi thương xót chúng sanh, Đức Phật thường dạy chúng ta như vậy. Lúc vinh dự đừng sanh lòng cao hứng, khi bị làm nhục cũng đừng oán hận. Này La Hầu La, nên điều phục tâm đừng để giận tức, giữ chắc tâm nhẫn nại. Trên thế gian không có gì sánh bằng người có sức nhẫn nhục mạnh mẽ, cõi Trời, cõi Người, dù sức mạnh đến đâu cũng không hơn nhẫn nại!”.**

La Hầu La nghe Xá Lợi Phất khai thị lắng lặng đến bên ao nước, mặt nước soi rõ bóng dáng, La Hầu La lấy tay khoát nước rửa sạch vết thương, xé một chút vải băng lại. Xá Lợi Phất theo dõi tình hình, trong lòng vừa an ổn lại thương tình.

La Hầu La nhẫn nại, an nhiên theo Xá Lợi Phất, khát thực xong, trên đường về mới nói với Thầy:

- “Con nghĩ đến vết thương trên đầu, lúc ấy con rất thương người hung ác đánh con, nhưng trên thế gian này sao lắm kẻ hung ác, đến đâu cũng gặp toàn những việc đáng ghi nhận. Con không giận đời, chỉ nghĩ đến cõi đời

*này nhiều người không biết điều, nhưng con luôn nhớ lời đức Phật dạy: Nên có lòng đại từ, đại bi với họ, để mặc hạng người cuồng bạo nhục mạ chúng ta. Làm Sa Môn Tỳ Kheo phải giữ hạnh nhẫn nhục, chứa đức cao mà người cuồng ngu trở lại khinh chê, lại đi kính trọng mấy kẻ hung dữ độc ác. Đức Phật dạy chân lý từ bi, họ trở lại cho là hôi như xác chết, như trời mưa cam lồ mà loài chó hoang lại chỉ ưa đồ dơ bẩn, ưa ở nơi hôi hám. Nhưng chân lý Phật dạy, những lời nói từ bi của Ngài mà đem nói với hạng người hung dữ, không có chút căn lành ấy, chẳng có hiệu quả gì”.*

Đây là lần đầu tiên La Hầu La đem việc tu hành và ý nghĩ của mình bày tỏ với Sư phụ. Xá Lợi Phất nghe xong rất hoan hỷ, đem những lời của La Hầu La về bạch lại với đức Phật. Phật cũng rất vui lòng, khen La Hầu La ngày nay rất ngoan, đối với người hung ác nên có thái độ như thế, và cách nhìn đời cũng biết như vậy. Phật lại dạy thêm:

***- “Người không biết nhẫn, sẽ không tiếp thọ được Phật Pháp, giận đời oán người là điều trái với pháp, xa chư Tăng, thường luân hồi trong đường ác, hạnh nhẫn nhục mới là hạnh an ổn, mới có thể tiêu trừ tai nạn. Người trí tuệ thấy được***

***nhân quả sâu xa. Khắc phục tâm sân hận, thường hành nhẫn nại. Tinh thần của Phật Pháp, chân nghĩa của Phật Pháp không giống như lối nhìn của người đời. Những gì thế gian cho là cao quý thì Phật Pháp cho là hạ tiện; Phật Pháp cho là tốt, là phải, thì người đời không chịu làm theo. Trung không ưa nịnh, tà chẳng thích chánh, ác không thích đi chung với thiện. Người tham dục thì ghét người vô dục. Trong tình cảnh ấy người tu hành chỉ có việc nhẫn nại. Nhẫn nại là duyên trợ đạo tốt nhất, có thể khiến người tu mau chứng quả Thánh. Nhẫn như thuyền bè trên sông biển, có thể vượt qua mọi sóng gió; nhẫn là thuốc lành trị bệnh, cứu mạng sống cho người trong cơn nguy. Tu thành Chánh giác, vượt qua ba cõi, được Người, Trời kính ngưỡng, là vì tâm ta đủ sức an ổn, phải biết rằng đức nhẫn rất quý vậy”.***

Do nhân duyên La Hầu La bị kẻ côn đồ vô cớ hành hung lỗ đầu mà trong lúc tuổi trẻ máu nóng lại có thể nhẫn chịu như một ông Thánh, khiến Sư phụ rất an tâm, đức Phật cũng mừng thầm và dẫn khởi đến đoạn thuyết pháp trên. Xá Lợi Phất nghe xong vô cùng cảm động, La Hầu La cũng rơi lệ, lại càng cảm kích hơn.

## LỊCH TRÌNH CHỨNG ĐẠO

La Hầu La đối với chuyện bị chiếm phòng, tự nguyện nhượng bộ; trên đường đi bị kẻ ác đánh trọng thương đều có thể nhẫn được. Tu dưỡng cẩn mật như vậy, chỉ còn một đoạn nữa là được chứng đạo.

La Hầu La thông minh khéo léo, tinh tấn tu hành; khi còn Sa Di La Hầu La là một đứa trẻ ngoan, hiền lành chứ không phá phách thiên hạ như trong sách Thập Đại Đệ Tử mà sư cô Như Đức dịch. Hôm nay đã trở thành một Thầy Sa Di nghi biểu trang nghiêm, đức Phật hứa khả: vào năm 20 tuổi cho thọ giới Tỳ Kheo.

Tuy còn trẻ nhưng La Hầu La đạo mạo như một người lão thành. Những cuộc nhóm họp đông đảo trong sinh hoạt của Tăng đoàn, Thầy ít khi tham dự, chỉ im lặng dụng công tu tập.

Thầy là con yêu của đức Phật, là cháu cưng của vua Tịnh Phạn. Vả lại, Thầy tu theo mật hạnh nên giữ gìn độc cư im lặng khó ai nhận ra Thầy chứng đạo hay chưa chứng đạo. Nhưng qua mật hạnh tu tập của Thầy, từ những bậc thượng thủ đến các Tỳ Kheo khác đều kính trọng Thầy, ái mộ Thầy, khen ngợi Thầy. Các Thầy Sa Di trẻ rất dễ bị động tâm khi được luôn nghe những lời khen tặng; mấy ngôn từ hoa mỹ ấy đáng sợ như ác ma, nhưng La Hầu

La càng nghe lại càng dụng công tinh tấn tu tập.

Có Thầy Tỳ Kheo hỏi Phật về chuyện tu hành của La Hầu La:

- *“Bạch Thế Tôn! Sa Di La Hầu La nghiêm trì giới luật, tinh tấn tu hành, không phạm một lỗi nhỏ, vì muốn cầu chứng đạo, Thầy đã tận tình buông sạch, vậy mà tại sao Thầy vẫn chưa chứng đạo?”*

Đức Thế Tôn trả lời dứt khoát:

- *“Giữ giới tịnh tâm, giữ thân đoan chánh, nhất định có thể dứt sạch ô nhiễm, nhất định dần dần chứng quả”*.

Đối với việc La Hầu La tu tập, Đức Phật đầy tin tưởng, nhưng ngày ấy cũng không còn xa.

La Hầu La đem chỗ tâm đắc của mình bạch với Phật, Phật dạy La Hầu La từ đây về sau nên im lặng như Thánh mà tu tập theo những lời Phật đã dạy.

Đức thế Tôn khát thực trở về đến chỗ La Hầu La đang tọa thiền.

La Hầu La từ toà đứng dậy, đánh lễ Phật và thưa:

- *“Bạch Thế Tôn! Phiền não con đã hết. Con đã chứng đạo xong”.*

Đức Phật rất hoan hỷ còn hơn sự hoan hỷ của La Hầu La, Ngài khen ngợi:

- *“Trong các đệ tử của Ta, La Hầu La là một hạnh đệ nhất”.*

Gọi là một hạnh, nghĩa là trong ba ngàn oai nghi, tám muôn tế hạnh, La Hầu La đều biết hết.

Nghĩ đến hồi ban đầu La Hầu La theo Phật xin gia tài, hiện tại Tôn giả chứng đạo là đã được đức Phật trao cho pháp tài vô tận. Nghĩ đến thuở còn Sa Di nhỏ tuổi gia nhập Tăng đoàn, La Hầu La đã làm bận lòng đức Phật không biết bao nhiêu. Hiện tại, Tôn giả đã xa lìa mọi dục lạc thế gian, đạt được niềm vui chân chánh của pháp mầu. Thật là vinh hạnh cho Tôn giả.

## **NHẬP DIỆT**

Những nhân vật oanh liệt trong Tăng đoàn thuở ấy là Xá Lợi Phất, Mục Kiền Liên, Đại Ca Diếp, A Nan, v.v.. còn La Hầu La thì không. Một người nghiêm túc trong một hạnh trì giới, chỉ im lặng tu tập, im lặng không tranh đua với thế gian; hoặc là vì La Hầu La quan hệ đến Thế Tôn, nên Ngài đặc biệt hạn chế Tôn giả. Chúng

ta cũng biết La Hầu La có tư cách nhu thuận, phẩm chất kiên cường, nhưng chúng ta cũng thấy trong sinh hoạt của một vị tu sĩ, tôn giả không phải là người sôi nổi. Cho nên, trong kinh sử không thấy ghi lại những sự tích La Hầu La nhiệt tình thuyết pháp, hay nghị luận với ngoại đạo. Đúng như lời Đức Thế Tôn nói tôn giả là một người nghiêm túc trong tế hạnh, trong giới luật; là một vị mật hạnh đệ nhất.

La Hầu La nhập diệt khi nào, cũng như năm tháng dẫn sanh của tôn giả có hai truyền thuyết. Thái tử Tất Đạt Đa năm 19 tuổi hạ sanh La Hầu La, có thuyết lại nói đến năm 25 tuổi mới sanh La Hầu La. Về năm diệt cũng có hai thuyết, một thuyết nói Tôn giả nhập Niết bàn trước đức Phật vài năm, thuyết khác nói khi đức Phật nhập Niết bàn Tôn giả còn quỳ bên giường.

Ấn Độ là một nước không mấy chú trọng về lịch sử, còn Trung Hoa chúng ta thấy không ít nhà biên dịch phóng đại và tưởng tượng huyền hoặc. Những sự tích lặt vặt về cuộc đời Đức Thế Tôn và các vị Thánh đệ tử được ghi chép trong kinh điển, thật sự cũng có ít nhiều cất xén.

Căn cứ theo sử ký có thể khảo cứu qua kinh điển thì Tỳ Kheo Ni Da Du Đà La, mẫu

thân của La Hầu La nhập diệt vào năm 78 tuổi, và La Hầu La nhập diệt được kể là sớm hơn.

Vào một buổi chiều Da Du Đà La đã suy tư đến rất nhiều sự việc bà nghĩ đến Kiều Đàm Di, Liên Hoa Sắc đều đã nhập Niết bàn. La Hầu La cũng đã nhập Niết bàn. Ta sanh đồng một năm với Đức Phật, năm nay ta đã bảy mươi tám tuổi, nghe nói Đức Phật sẽ nhập Niết bàn vào năm 80 tuổi. Nghĩ đến chuyện ta nhập diệt đồng một lúc với Ngài, nhưng hiện nay đối với Đức Phật chỉ có pháp tình mà không có tình riêng gì khác. Vậy việc ấy là một điều bất kính; chi bằng ta nhập diệt sớm là tốt hơn.

Da Du Đà La được đức Phật hứa khả, hướng về Phật đảnh lễ cảm tạ xong, bèn hiện thân thông bay lên hư không mà đi, và đêm đó bà ở trong phòng, nhập định vào Niết bàn.

Căn cứ vào sử ký nhập diệt của Da Du Đà La thì La Hầu La đã nhập diệt trước cả bà và Đức Phật, và theo đó tính tuổi của Tôn giả không quá 60 tuổi, đại khái tôn giả chỉ sống trên năm mươi năm là cùng.

Đương nhiên đối với một vị Thánh thì cái chết, dù sớm hay muộn cũng chỉ là chuyện thường. Bỏ sắc thân hư huyền giả dối này, đem sanh mạng an trụ trong từ trường bất động;

chuyện ấy không có gì phải buồn, trái lại đó là một hạnh phúc.

La Hầu La vào năm 20 tuổi đã chứng quả, cái mục đích tối hậu của đời người đã đạt được, thì khi nhập diệt nhất định là an nhiên tự tại mà ra đi.



**25 GIỚI HÀNH**  
**SA DI**

## **GIỚI THIỆU**

# **BỘ GIỚI HÀNH SA DI**

**B**ộ Giới Hành Sa Di này tôi dựa vào ba bài kinh sau đây:

- 1- Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La.
- 2- Tiểu Giáo Giới La Hầu La.
- 3- Đại Giáo Giới La Hầu La.

Nhờ ba bài kinh này chúng tôi biên soạn thành bộ giới. Đây là một bộ Giới hành hết sức quan trọng cho người mới vào tu tập theo Phật giáo.

Theo tôi nhận xét những lời đức Phật dạy La Hầu La trong ba bài kinh này có giá trị rất lớn cho sự tu tập của mọi người từ sơ cơ đến chứng đạo, nên tôi quyết tâm soạn thảo thành phần 2 của bộ Văn Hóa Truyền Thống Đạo Đức Việt Nam, cho trọn vẹn đầy đủ: Giới Cấm, Giới Đức, Giới Hạnh và Giới Hành.

Dựa theo đoạn sử trên, La Hầu La là đứa con trai duy nhất của đức Phật, cũng là người Sa Di đầu tiên trong đạo Phật, vì vậy những điều đức Phật dạy cho La Hầu La rất căn bản và quan trọng đối với những người mới bước

chân vào đạo Phật. Do nhận xét kỹ ba bài kinh này tôi thấy rằng: những giới luật này mới chính là giới luật của đạo Phật, nó rất căn bản trong sự tu hành theo Phật giáo của bao nhiêu thế hệ sau này, nhất là dạy tu hành cho những thế hệ trẻ.

Theo kinh nghiệm tu hành của tôi thì những lời giáo giới này là nền tảng vững chắc của đạo Phật, nó được lưu giữ để lại cho bao nhiêu thế hệ người sau. Những người sau muốn chấm dứt sanh tử luân hồi đều phải nương theo những lời giáo giới này để tu tập thì mới có thể chứng quả A La Hán giải thoát hoàn toàn.

Nếu ai chịu khó nghiên cứu kỹ về Phật giáo, đều phải công nhận rằng: Phật giáo lấy thiện pháp làm gốc; nhờ thiện pháp mà ta nhận ra được ác pháp; nhờ thiện pháp mà tìm được sự giải thoát: sanh, già, bệnh, chết; nhờ thiện pháp mà chúng được đạo quả A La Hán; nhờ thiện pháp mà có đủ Tam Minh, Lục Thông; nhờ thiện pháp mà tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ; nhờ thiện pháp mà có một đời sống cao thượng không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh; nhờ thiện pháp mà nhập được bốn thiền làm chủ được sự sống chết, tự tại trong sinh tử; nhờ

thiện pháp mới thực hiện được cảnh giới an lạc Niết bàn.

Nhưng thiện pháp thì có vô lượng, vô biên, làm sao chúng ta biết hết được? Đúng vậy, do thiện pháp có vô lượng vô biên, nên đức Phật lần lượt vạch ra cho chúng ta thấy những thiện pháp gốc. Những thiện pháp gốc này đều nằm trong tạng kinh Nikaya; những bài kinh ấy được gọi giới kinh, như kinh Phạm Võng, kinh Sa Môn Quả và những bài kinh giáo giới khác cho các vị Tỳ Kheo trong thời bấy giờ. Dựa theo những bộ giới kinh mà các Tổ biên soạn thành bộ giới bốn Ba La Đề Mộc Xoa, nhưng lại gán cho Phật chế giới luật. Giới bốn Ba La Đề Mộc Xoa gồm có:

- 348 giới Tỳ Kheo Ni.
- 250 Tỳ Kheo Tăng.
- 10 Giới Sa Di.
- 10 Thiện Pháp tiêu chuẩn của cõi Trời.
- 5 giới cấm tiêu chuẩn của loài Người.

Bảng liệt kê giới bốn trên đây chúng ta nhận xét giới cấm quá nhiều lại còn thêm giới kinh cũng không phải là ít. Do đó, tu sĩ hay cư sĩ không có giới hành tu tập thì không còn cách nào không vi phạm giới luật. Phải không các bạn?

Vì thế, bộ Giới hành cần phải được biên soạn và cho ra đời càng sớm càng tốt để giúp cho Phật giáo chấn chỉnh lại những điều tu sĩ vi phạm giới luật và những chỗ sai lệch do ảnh hưởng tương giải của các Tổ, của tà giáo ngoại đạo và của những phong tục mê tín lạc hậu của dân gian.

Muốn hoàn thành bộ Giới Luật này xin các bậc tôn túc đức cao, trí rộng góp ý cùng với tôi để làm thành bộ Giới Luật có giá trị thiết thực, cụ thể, chỉ rõ đạo đức làm người, làm Thánh và con đường tu tập đạt được kết quả tốt đẹp xứng đáng là những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni và Thánh Cư sĩ.

Kính ghi,

Trưởng lão Thích Thông Lạc

## GIỚI HÀNH THỨ NHẤT:

# NÓI LỜI KHÔNG THÀNH THẬT

Muốn đạt được một đời sống giới luật nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu, tu tập và sống đúng giới đức, giới hạnh và giới hành. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành là gì?

Giới đức là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua những hành động sống như: đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh ấy được gọi là Chánh nghiệp.

Giới hành là những lời dạy cách thức tu tập đạo đức và oai nghi chánh hạnh của một tu sĩ Phật giáo trọn đầy đức hạnh làm người, làm Thánh không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh, tức là Chánh nghiệp.

Như trong bài kinh Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La, bài kinh này chỉ có một giới cấm duy nhất là “**Vọng Ngữ**”. Không vọng ngữ là một giới luật quan trọng nhất trong các giới

khác, giới này thuộc về giới trọng (Ba La Di). Ai tu theo Phật giáo mà vi phạm giới này thì được xem như người tử tội. Cho nên một giới này vi phạm thì tất cả các giới khác đều vi phạm. Do đó Đức Phật đã xác định: ***“Này La Hầu La, đối với ai biết mà nói láo không có tâm quý, thời Ta nói rằng người ấy không có việc ác gì mà không làm. Do vậy này La Hầu La, Ta quyết không nói láo, dầu nói để mà chơi”***.

Nói láo là một giới luật quan trọng nhất trong các giới luật khác của đạo Phật như trên đã nói. Giới cấm nói láo không riêng cho những người tuổi trẻ mà ngay cả những người lớn tuổi; không riêng cho tín đồ Phật giáo mà ngay cả cho tất cả mọi người cũng phải giữ gìn nghiêm chỉnh. Nếu tu theo Phật giáo mà còn nói láo thì không bao giờ tu tập đi đến giải thoát được, dù nói láo để mà chơi. Trong Giới Bản người tu sĩ nào nói láo là phạm vào giới dứt đầu, có nghĩa là một tu sĩ Phật giáo còn nói láo thì không thành là một tu sĩ nữa. Xin các bạn đọc lại Giới Bản Ba La Đề Mộc Xoa, giới thứ tư Giới Thánh Đức Thành Thật thì các bạn sẽ rõ. Ở đây, tôi xin giải thích sơ lược về giới luật này. Vậy nói láo nghĩa là gì?

Nói láo là nói không thành thật, chuyện có nói không, chuyện không nói có; những người nhiều chuyện lắm mồm thường hay nói láo, chuyện ít xít ra nhiều, đặt điều nói xấu người khác. Đó là những người nói láo. Người nói láo không biết xấu hổ thì không có việc ác nào mà họ không làm được, như lời Phật xác quyết trên đây. Trong cuộc sống chung đụng với mọi người, sự chung đụng ấy đã dạy cho chúng ta biết điều này rất rõ ràng: ***“Những người nói láo là những người không tốt, hãy dè dặt cẩn thận khi gặp họ hoặc nên tìm cách tránh xa, không nên làm thân với những người này”***.

Ở đời, người ta xem thường vấn đề nói láo, nên mọi người không ai tránh khỏi, dù nói láo không làm hại ai, nói láo chơi; nhưng đối với những người tu theo Phật giáo không nên nói láo.

Có người nói láo quá lộ liễu, khi nói xong người ta phát hiện ra liền, nhưng lại có người nói láo rất khéo léo khiến cho mọi người khác không thể phát hiện ngay liền được. Nhưng nói láo với ai thì được, chứ không thể nói láo với chính mình. Vì vậy người nói láo không biết xấu hổ thì luôn luôn sẽ nói láo và khi nói láo được thì họ sẽ làm bất cứ việc ác nào họ cũng

không từ chối. Vì thế, ta nên tránh xa những hạng người này. Họ là những người nguy hiểm các bạn ạ!

Trong cuộc đời này người nào nói láo sớm muộn gì người ta cũng phát hiện ra được. Khi bị phát hiện ra thì uy tín của người ấy không còn nữa. Cho nên Giới Kinh và Giới Bổn đều dạy người Sa Di (người mới vào tu tập) không được nói láo. Người nào nói láo sẽ không được chấp nhận cho vào tu tập tại tu viện.

Muốn biết sự quan trọng của sự nói láo như thế nào, xin các bạn vui lòng đọc lại bản giới kinh mà đức Phật đã dạy La Hầu La:

***“Vào một buổi chiều sau khi xả thiền đức Phật đi đến khu rừng Am Bà La chỗ La Hầu La đang cư trú.***

***Tôn giả La Hầu La thấy Thế Tôn từ xa đi đến liền sửa soạn chỗ ngồi và nước rửa chân, Thế Tôn rửa chân và ngồi xuống chỗ đã soạn sẵn, Tôn giả La Hầu La đảnh lễ và ngồi xuống một bên Thế Tôn.***

***Khi rửa chân Thế Tôn để lại một ít nước trong chậu và bảo La Hầu La:***

***- Con có thấy một ít nước rửa chân còn lại trong chậu không?***

**- Thưa vâng, bạch Thế Tôn!**

**- Nay La Hầu La, Sa môn hạnh là không được nói láo, người nào biết mà nói láo không có tâm quý thì chẳng khác nào như một ít nước rửa chân còn lại trong chậu. Như vậy này La Hầu La nước ấy còn dùng để uống được không?**

**- Thưa không, bạch Thế Tôn”.**

Đọc đoạn kinh trên chúng ta nhận xét thấy rất rõ ràng: người nào nói láo, nói không thật là người không còn dùng được nữa. Đó là cuộc sống thường tục mà còn không dùng được những người như vậy thì trong đạo những người này không bao giờ tu chứng quả giải thoát được. Tại sao vậy?

Vì đức Phật đã xác định người nào nói láo mà không biết xấu hổ là người ấy sẽ làm tất cả các ác pháp. Như các bạn đã biết đạo Phật chủ trương lấy thiện pháp làm nền tảng giải thoát cho đường tu tập của mình. Vì thế, một người nói láo mà không biết xấu hổ thì sẽ làm tất cả các ác pháp khác. Do thế khi phát hiện một người nói láo trong đạo là người ác, người ấy sẽ không bao giờ tu hành đi đến giải thoát được.

**“Sau khi đổ đi nước rửa chân còn lại trong chậu đức Phật dạy:**

**- *Này La Hầu La con có thấy nước rửa chân bị đổ đi không?***

**- *Thưa vâng, bạch Thế Tôn.***

**- *Nói láo nên bỏ đi, cũng như nước rửa chân trong chậu không thể dùng vào việc gì được, nó phải đổ bỏ. Hạnh Sa Môn không thể chấp nhận người tu sĩ nói láo, nói láo mà không biết xấu hổ, không biết bỏ đi, nói láo là làm hại mình, hại người cũng giống như nước rửa chân dơ bẩn mà không đổ bỏ, để cũng chẳng ích lợi gì”.***

Lấy một giới vọng ngữ tượng trưng cho mười giới đức Thánh Sa Di. Một giới vi phạm thì 10 giới kia đều vi phạm. Dựa theo bài kinh này mà xác định thì tu sĩ Phật giáo hiện giờ, trong mười giới đức Thánh Sa Di họ đều không giữ trọn vẹn.

Ví dụ: Chúng ta chỉ phát hiện ông sư A phạm giới nói vọng ngữ, chỉ vọng ngữ nói chơi thì phải biết rằng: Một giới vọng ngữ tuy nói chơi vẫn vi phạm, mà đã vi phạm thì chín giới kia đều vi phạm cả. Giới vọng ngữ thuộc về giới dứt đầu (Ba La Di) cho nên các Tổ sư dứt đầu, nên khéo lý luận để che đậy khi mình vi phạm giới này cho nhẹ bớt tội nên bảo rằng: ***“Kẻ nào tu hành chưa chứng Thánh quả mà nói***

**mình chứng Thánh quả là kẻ đại vọng ngữ thuộc về tội Ba La Di, còn nói dối chơi thì tội nhẹ**". Theo lời Phật dạy dù nói vọng ngữ chơi cũng phạm vào tội Ba La Di.

Như trong kinh Giáo Giới La Hầu La đã xác định rõ ràng: **"Kẻ nào nói láo mà không biết xấu hổ là sẽ làm bất cứ những điều ác khác. Do vậy này La Hầu La, Ta quyết không nói láo, đâu nói để mà chơi"**.

Ví dụ: ông sư B phạm giới ăn phi thời thì nên biết rằng: *"Chín giới kia ông cũng đều vi phạm hết"*. Tại sao vậy?

Tuy rằng chúng ta không thấy không bắt gặp, nhưng trong ý thức của ông đều vi phạm cả, chính ông là người biết mình hơn ai hết. Che dấu ai chứ không thể che dấu mình được. Phải không các bạn?

Đức Phật đã xác định những điều này, xin lặp lại: **"Cũng vậy, này La Hầu La, đối với ai biết mà nói láo, không có xấu hổ thời Ta nói rằng người ấy không có việc ác gì mà không làm"**. Ý của câu này nếu ai hiểu biết giới luật mà còn vi phạm, lại không biết xấu hổ thời người ấy sẽ phạm tất cả giới, đó là người không tốt, người xấu, cần tránh xa.

Do thế, chúng ta xét thấy tu sĩ Phật giáo thời nay không có giới luật nào mà không vi phạm.

Qua những lời dạy trên đây của đức Phật rất thấm thía. Người phạm giới giống như nước rửa chân; nước rửa chân còn dùng vào được những gì, phải không các bạn? Chỉ còn đổ bỏ đi mà thôi.

Trong Phật giáo Nguyên Thủy không chấp nhận những tu sĩ phạm giới, chỉ có Phật giáo phát triển Đại thừa mới dung chứa những tu sĩ này.

Đối với Phật giáo, những tu sĩ phạm giới thường làm hại Phật giáo, làm cho Phật giáo suy đồi, làm cho Phật giáo mất gốc, làm cho Phật giáo trở thành tôn giáo mê tín, làm cho Phật giáo trở thành tôn giáo lừa đảo dối gạt người để ngồi mát ăn bát vàng, làm cho Phật giáo trở thành một môn học triết học luận lý suông, làm cho Phật giáo trở thành một loại thiên định tưởng, làm cho Phật giáo trở thành một thế giới ảo tưởng, làm cho Phật giáo trở thành một nghề nghiệp nuôi sống những người lười biếng lao động.

Đức của giới này là Đức Thành Thật, nếu ở đời ai cũng thành thật đối xử với nhau trong cuộc sống này thì gia đình hạnh phúc biết bao,

xã hội thì có trật tự an ninh, đất nước thì phồn vinh thịnh trị.

Hạnh của giới này là trực hạnh. Nếu mọi người ai cũng thẳng thắn sống đúng trực hạnh sai nói sai, đúng nói đúng, không nịnh bợ a dua, không thêm bớt nói xấu người khác thì cuộc đời này là Thiên đàng, Cực Lạc.

Hành của giới này là chánh ngữ. Trước khi muốn nói ra điều gì phải tư duy suy nghĩ chín chắn rồi mới nói; nói ra không làm khổ mình, khổ người, khổ cả hai; nói ra lời nói êm dịu, ôn tồn, nhã nhặn, từ tốn, thanh lịch, dịu dàng, v.v..

Tóm lại, giới luật là pháp môn có đầy đủ đức, hạnh, hành, khiến cho những ai chấp nhận nó, lấy nó làm khuôn vàng thước ngọc, lấy nó làm chỗ nương tựa vững chắc, lấy nó làm ngọn đuốc soi đường, lấy nó làm Thầy của mình thì chắc chắn người ấy sẽ đi đến bờ giải thoát hoàn toàn an ổn.



## GIỚI HÀNH THỨ HAI:

# GIỚI THÂN HÀNH NGHIỆP

Muốn đạt được một đời sống giới luật nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành là gì?

Giới đức là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua những hành động sống như: đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh ấy được gọi là Chánh nghiệp.

Giới hành **THÂN HÀNH NGHIỆP** là những phương pháp dùng để tu tập, rèn luyện thân tâm trở thành một thói quen tốt. Có thói quen tốt tức là có những hành động sống đạo đức không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh. Muốn sống có đạo đức như vậy thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hưu La giới hành:

**“Này La Hầu La, con nghĩ thế nào?  
Mục đích của cái gương là gì?**

**- Bạch Thế Tôn mục đích của cái gương là để soi, để phản tỉnh lại mình.**

**- Cũng vậy, này La Hầu La, con phản tỉnh hay soi lại nhiều lần nơi thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp, ý hành nghiệp của con.**

**- Khi soi vào thân hành nghiệp và con muốn cho thân hành nghiệp của con phải làm gì, thì con phải soi lại thân hành nghiệp như sau: “Thân hành nghiệp này của con có thể đưa đến tự hại; có thể đưa đến hại người; có thể đưa đến hại cả hai; thân hành nghiệp này là bất thiện, đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ”.**

**Này La Hầu La, khi con nghĩ như vậy, nhất định con không nên làm, nhất định con từ bỏ, nhất định con cần phải thưa lên, cần phải tỏ lộ trình bày trước các vị đạo sư hay trước các vị đồng Phạm hạnh. Sau khi đã tỏ lộ trình bày cần phải phòng hộ trong tương lai.**

**- Còn ngược lại khi con soi lại thấy thân hành nghiệp này của con không có**

***thể đưa đến tự hại, không có thể đưa đến hại người, không có thể đưa đến hại cả hai, thì thân nghiệp này thiện, đưa đến an lạc. Một thân nghiệp như vậy, này La Hầu La, con nên làm, cần phải tiếp tục làm. Do vậy, này La Hầu La, con phải an trú trong niềm hoan hỷ, tự mình tiếp tục học ngày đêm trong các thiện pháp”.***

Đọc đoạn kinh trên đây, nếu là người quyết tâm tu hành theo Phật giáo để tìm cầu sự giải thoát, thì người ấy thấy ngay liền sự giải thoát trong giới hành thứ hai này. Trong giới hành này muốn tu tập thì phải dùng Chánh tư duy trong mỗi hành động về thân hành của mình. Khi biết thân hành nào làm khổ mình hoặc làm khổ người hoặc làm khổ chúng sanh thì nhất định không làm theo thân hành đó, còn thân hành nào không làm khổ mình hoặc không làm khổ người thì nhất định làm, dù thân hành đó có khó khăn đến đâu, có gian nan cực khổ như thế nào chúng ta cũng quyết tâm làm cho bằng được như đức Phật thường dạy: ***“Dùng bỏ gánh nặng thiện pháp”.***

Ví dụ 1: Dùng gậy, dao, giáo, mác để đánh hoặc đâm, giết người và tất cả loài vật khác thì nhất định không làm những hành động đó, tà chết chứ không để có những hành động quá ác

độc ấy. Đây là giới hành thân hành nghiệp thực hiện đạo đức cao thượng mà các bạn cần phải ghi nhớ. Đó là những hành động thân hành nghiệp thiện mà ai cũng có thể làm được. Phải không các bạn?

Ví dụ 2: Hành động thân hành nghiệp của bạn là bạn đang cầm ly rượu uống hoặc hành động dâm dục (thủ dâm, tương dâm, giao hợp với người khác phái trong chiêm bao...), hành động tức giận, hành động tị hiềm, hành động hại người và loài vật, hành động lừa dối, hành động tham ăn, tham ngủ, hành động nói chuyện xấu người, v.v.. Nếu một người có quyết tâm tu hành thì tất cả những hành động này thà chết chứ không bao giờ làm những hành động độc ác này.

Trên đây là những giới hành có hành động đạo đức cao thượng không làm khổ mình, khổ người, khổ chúng sanh. Vậy các bạn cần phải ghi nhớ để trau dồi hằng ngày, để mỗi hành động thân nghiệp của bạn mỗi ngày cho được tốt đẹp hơn.

Nhờ có chánh tư duy tu tập giới hành như vậy thì giới cấm mới được giữ gìn nghiêm chỉnh không hề vi phạm.

Từ lâu các bạn đến với Phật giáo, nhưng các bạn chưa từng học và hiểu về giới hành. Có phải vậy không các bạn?

Hôm nay nhờ học bài kinh Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La thì các bạn mới hiểu biết và thông suốt về giới hành, biết rõ giới hành là phương pháp tu tập rèn luyện để ngăn ác diệt ác pháp, để ly dục ly ác pháp, để thành tựu những hành động đạo đức nhân bản - nhân quả không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh.

Giới hành là những hành động sống hằng ngày của các bạn; giới hành sẽ đem lại sự an vui hạnh phúc cho các bạn; giới hành là những hành động sống của những bậc Thánh mà trong giới bốn Ba La Đề Mộc Xoa đã dạy. Đó là Mười Giới Đức Thánh Sa Di đã ghi chép rõ ràng. Xin các bạn vui lòng đọc lại để thấy mình có sống đúng mười giới luật này hay chưa? Nếu chưa sống đúng 10 giới luật này thì các bạn hãy đem giới hành ra áp dụng vào đời sống hằng ngày của mình thì giới bốn ấy các bạn sẽ không hề vi phạm những lỗi lầm, dù là những lỗi nhỏ nhặt nhất.



## **GIỚI KHẨU HÀNH NGHIỆP**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống giới luật **KHẨU HÀNH NGHIỆP** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới luật khẩu hành nghiệp là gì?

Giới đức khẩu hành nghiệp là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh ngữ nghiệp.

Giới hạnh khẩu hành nghiệp là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua những khẩu hành nghiệp như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v., Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh khẩu nghiệp.

Giới khẩu hành nghiệp là giới hành về lời nói. Vậy xin các bạn hãy vui lòng lắng nghe lời đức Phật dạy: ***“Này La Hâu La, khi con muốn nói một lời nói gì thì hãy suy nghĩ lời ấy như sau: lời nói này của ta, có thể đưa đến làm khổ ta, có thể đưa đến làm***

**khổ người khác, có thể đưa đến làm khổ cả hai. Lời nói này bất thiện, đưa đến đau khổ, đem đến quả báo đau khổ. Một lời nói như vậy này La Hầu La nhất định chớ có nói con ạ!”**

Trong giới hành này đức Phật dạy rất cụ thể về lời nói, khi muốn nói một điều gì thì phải có sự tư duy rất kỹ lời nói ấy. Ai cũng biết khi nói ra lời nói sai, ác, không đúng sự thật thì rất khó lấy lại. Nói ra lời nói phải là lời nói đem lại hạnh phúc và sự an vui cho mình, cho người thì mới nói, còn nói ra làm khổ mình, khổ người thì không nên nói. Người xưa nói: **“Lời nói không mất tiền mua, lựa ăn lựa nói cho vừa lòng nhau”** hoặc **“khi nói ra phải đánh lưỡi bảy lần”**. Nếu chúng ta thực hành đúng như lời dạy này thì trên thế gian là Thiên Đàng, Cực Lạc.

Thưa các bạn! Tu hành là một danh từ nói theo tôn giáo, chứ danh từ tu hành là những hành động suy tư, nghiền ngẫm cẩn thận trước khi làm một điều gì, nói một điều gì hay suy nghĩ một điều gì để những điều đó không làm hại mình, hại người và hại cả hai. Cho nên danh từ tu hành theo Phật giáo ở giai đoạn mới bắt đầu thì chúng ta thấy đức Phật không có dạy cho La Hầu La cúng bái, tụng kinh, niệm

chú, niệm Phật, cầu nguyện, v.v., mà dạy sự tư duy suy nghĩ trước khi muốn làm, muốn nói, muốn suy tư một việc gì đều phải là thiện. Nhờ cẩn thận tư duy kỹ lưỡng từng hành động, lời nói và sự suy nghĩ của mình đều hoàn toàn thiện thì mới mong mang đến cho mình, cho người những sự an vui hạnh phúc. Phải không các bạn?

Vậy mà thời nay, khi chúng ta mới bước chân vào chùa là dạy tụng kinh, niệm Phật, niệm chú, gõ chuông, đánh mõ, đánh trống, đánh đẩu; tụng kinh thì ê, a giọng cao giọng thấp như đào kép hát... như ca nhạc.

Có một số tu sĩ ham danh chạy theo học hành để đạt những cấp bằng Cử nhân, Tiến sĩ...

Nhưng thưa các bạn! Xét lại bài kinh trên chúng ta thấy rất rõ Phật dạy tu để giải thoát ra khỏi sự khổ đau của kiếp làm người, còn các Tổ thì dạy cho chúng ta có một cái nghề để sống kiếm ăn bằng cách lừa đảo dối gạt người. Có đúng không các bạn?

Các vị Giảng sư chỉ học có cấp bằng để nói láo, chứ có tu hành gì đâu?

Còn dạy tụng kinh niệm chú là để hành nghề Thầy cúng mê tín lạc hậu... chứ có tu hành gì đâu? Nói như vậy có đúng không các bạn?

## GIỚI Ý HÀNH NGHIỆP

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống giới luật Ý HÀNH NGHIỆP nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới luật ý hành nghiệp là gì?

Giới đức ý hành nghiệp là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh tư duy.

Giới hạnh ý hành nghiệp là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua ý hành nghiệp như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v., những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh ý nghiệp.

Trong sự tư duy, quán xét ý nghiệp, khẩu nghiệp, thân nghiệp như đức Phật đã dạy cho La Hầu La như sau: ***“Ý nghiệp này của ta có thể đưa đến tự hại, có thể đưa đến hại người, có thể đưa đến hại cả hai, ý nghiệp này bất thiện, đưa đến đau khổ, đưa đến quả báo đau khổ. Nay La Hầu La, một ý nghiệp như vậy nhất định con chó có làm.***

***Còn ngược lại, ý nghiệp nào không đưa đến tự hại, không đưa đến hại người, không đưa đến hại cả hai. Sau khi tư duy quán xét nhiều lần biết rõ ý nghiệp này là thiện, đưa đến an lạc, đem đến quả báo an lạc. Do vậy, này La Hầu La, con nên làm và an trú trong niềm hoan hỷ tự mình tiếp tục tu học ngày đêm trong các thiện pháp”.***

Kính thưa các bạn thân mến! Trên đây về giới cấm, giới đức, giới hạnh và giới hành trong bài kinh này đức Phật dạy rất rõ ràng. Chúng tôi xin nhắc lại đoạn kinh trên: ***“Chớ có nói láo, nếu giới nói láo này vi phạm thì không có giới nào là không vi phạm (một giới nói láo vi phạm thì 10 giới Sa Di đều vi phạm cả)”.***

***“Cũng vậy này La Hầu La đối với ai biết mà nói láo không có xấu hổ, thời Ta nói rằng người ấy không có một việc ác gì mà không làm”.***

*(Bài kinh giáo giới La Hầu La  
ở rừng Am Bà La)*

Cũng trong bài kinh này đức Phật dạy về giới đức. Một người nói láo như nước rửa chân không thể dùng uống được phải đổ bỏ đi. Đúng vậy, nói láo là người không có đức thành thật;

người không có đức thành thật thì chẳng khác nào như nước dơ bẩn không thể dùng được. Chỗ này đức Phật đã xác định qua hành động đổ bỏ nước rửa chân cho La Hầu La thấy:

**“- Nay La Hầu La, con có thấy một chút ít nước rửa chân còn trong chậu bị đổ đi không?”**

**- Thưa vâng bạch Thế Tôn.**

**- Cũng vậy này La Hầu La là đức hạnh của người Sa Môn biết mà nói láo, không có xấu hổ thì người ấy không có đức hạnh của người Sa Môn, cũng giống như nước rửa chân kia phải đổ đi không dùng được”.**

Trên đời này người nào không thành thật là người hay nói láo; người hay nói láo là người ác, người xấu. Chúng ta nên lánh xa, không nên gần gũi với những người ấy, theo như lời đức Phật đã dạy: **“Người nói láo không biết xấu hổ, thời Ta nói rằng người ấy không có việc ác gì mà không làm”.**

Đó là lời khẳng định của đức Phật. Cho nên khi phát hiện ra người nói láo, thì biết rằng người đó, dù đối với cha mẹ, thầy bạn của họ, họ vẫn đặt điều nói láo, nói xấu như thường. Bằng chứng trong tu viện có một số người về đây tu tập, khi phạm giới, phá giới, sống không

đúng oai nghi tế hạnh của người người tu sĩ, ôm pháp tu hành không nổi, buông bỏ gánh nặng của thiện pháp. Ngay khi còn ở trong tu viện vẫn đặt điều nói xấu Thầy nói xấu bạn, nhưng khi những người này rời khỏi tu viện thường đặt điều nói xấu tu viện hơn, nói xấu Thầy, nói xấu bạn, nói xấu người làm ơn giúp họ. Họ cứ tưởng rằng mọi người sẽ nghe theo những lời nói xấu của họ đó sao? Bởi đức Phật đã dạy: ***“Kẻ nói láo, nói xấu người khác là kẻ ác, kẻ không tốt, là người xấu”***.

Khi một người nói xấu người khác là người vô đạo đức làm người, họ giống như người tung bụi ngược gió, bụi sẽ dính vào họ. Một người đặt điều nói xấu người khác là người không tốt, thiếu đức thành thật, là người nói láo. Cho nên những học trò phạm giới, phá giới luật ở đây tuy không bị hình phạt đuổi, nhưng được xem là bị đuổi. Vì thế, khi đi khỏi nơi đây đều có nói láo về tu viện như thế này hoặc như thế khác. Nhưng mọi người không bao giờ vội tin đâu các bạn ạ! Có dịp họ sẽ đến và tìm hiểu về tu viện nhiều hơn. Khi người ta muốn tìm hiểu về tu viện nhiều hơn thì sẽ rõ được sự nói láo, không thành thật của những người học trò vong ân bất nghĩa ấy.

Cho nên đức Phật dạy: **“Một người nói láo thì không có việc gì ác mà không làm”**. Một giới không vọng ngữ trong giới kinh nhiếp phục gồm đủ 10 giới trong giới bốn Ba La Đề Mộc Xoa. Cho nên một giới trong giới kinh gồm đủ bốn công dụng:

1- Giới cấm là những điều ngăn cấm không cho vi phạm dù là những lỗi nhỏ nhặt.

2- Giới đức là tính chất đạo đức trong những hành động thể hiện tư cách sống qua ba chỗ: thân, miệng, ý.

3- Giới hạnh là những oai nghi tế hạnh được thực hiện qua thân hành, khẩu hành, ý hành.

4- Giới hành là những phương pháp thực hiện tu tập để tâm ly dục ly ác pháp; để tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ; để tâm không vi phạm những lỗi lầm nhỏ nhặt.

Giới cấm nghĩa là gì?

Đối với Phật giáo, giới cấm là tự tâm mình nhất quyết không làm những điều ác, tự mình ngăn cấm mình, chứ không phải giới cấm do Phật chế ra để ngăn cấm những đệ tử của mình làm sai. Bởi vì đệ tử của Phật đều là những người tự nguyện, tự giác sống đời sống Phạm hạnh theo Phật tu hành để cầu giải thoát, vì

thế không bao giờ họ phạm giới, chứ không có giới luật nào bắt buộc họ cả. Cho nên giới cấm của các Tổ biên soạn ra như vậy là sai. Điều sai rất lớn trong giới luật cấm của Phật giáo ngày nay: giới cấm là giới cấm, tu sĩ là tu sĩ, giới cấm chỉ học để biết chơi, còn tu sĩ Phật giáo thì vẫn phạm giới như thường, xem giới luật như không có.

Giới cũng là một pháp môn tu tập, nên nó được gọi là giới vô lậu. Vì thế, đức Phật dạy: **“Lấy giới luật làm thầy, làm chỗ nương tựa vững chắc”** hoặc **“Hãy tự thấp đức lên mà đi”**. Cho nên, phải tự mình ngăn ngừa mình không cho vi phạm giới luật, tức là không cho mình làm điều ác, chứ không phải giới luật ngăn cấm mình không cho vi phạm điều ác như pháp luật. Vì thế, giới hành dạy: **“Ngăn ác diệt ác pháp, sinh thiện tăng trưởng thiện pháp”**. Ngăn ác diệt ác pháp tức là không vi phạm giới luật. Cho nên, hằng ngày tu tập ngăn ngừa và diệt ác pháp như vậy thì làm sao vi phạm giới được. Phải không các bạn?

Đối với đạo Phật không có sự áp đặt, ước chế, không có sự bắt buộc, cấm đoán một người nào hết, mà phải tự giác tu tập cho mình, phải tự giác sửa mình, răn mình không nên làm điều ác, không nên vi phạm phải những lỗi lầm dù

là những lỗi lầm nhỏ nhặt. Vì sự tu tập này đem lại lợi ích cho chính bản thân của mình, chứ không phải đem lại lợi ích cho kẻ khác. Cho nên, giới luật chế ra cấm đoán tu sĩ là không đúng với tinh thần tự giác của đạo Phật.

Một người ngoại đạo đến xin Phật tu hành theo Phạm hạnh của Phật thì Đức Phật cho họ sống trong chúng bốn tháng. Nếu vị ngoại đạo này thấy mình tự giác thích nghi sống được đời sống Phạm hạnh thì đức Phật và chúng Tăng chấp nhận cho họ xuất gia thành Tỳ Kheo. Còn nếu thấy tự mình không thể sống đời sống Phạm hạnh được thì xin rời khỏi Tăng đoàn, chứ không có ai bắt buộc mình sống đời sống Phạm hạnh cả. Cho nên, giới luật của Phật là chỉ cho đức hạnh của một vị Sa Môn hay nói cách khác là quả vị của vị Sa Môn. Xin các bạn hãy đọc lại kinh Sa Môn Quả và kinh Phạm Võng trong kinh Trường Bộ tập 1 thì các bạn sẽ rõ và không nghi ngờ lời nói của chúng tôi là thiếu căn cứ kinh sách.

Ở đây, chúng ta nên hiểu giới luật của Phật là một pháp môn tu tập vô lậu, chứ không phải là một pháp luật quốc gia. Cho nên, giới bổn ra đời chúng tôi nghĩ rằng không phải Phật chế mà do sau này các Tổ nhận đệ tử chỉ lấy số đông để tạo thành một lực lượng đông người,

ngõ hầu đối phó với những lực lượng của các hệ phái khác, nên không chọn lựa kỹ lưỡng, thu nhận người vào tu bừa bãi, vì thế đời sống của tu sĩ đời chẳng ra đời, đạo chẳng ra đạo. Thấy nguy cơ trong các Tăng đoàn nên các Tổ chế giới luật cấm tu sĩ, nhưng lại gán cho Phật chế sau 13 năm từ khi đức Phật chứng đạo. Các Tổ còn khéo dựng lên nhóm Lục Quân Tỳ Kheo thường phạm giới, phá giới. Do nhóm Lục Quân Tỳ Kheo mà đức Phật chế giới. Thực sự khi nghiên cứu về kinh Nguyên Thủy, chính bài pháp đầu tiên (Chuyển pháp luân lần đầu tiên dạy năm anh em Kiều Trần Như) là đã dạy giới luật qua chân lý thứ tư là **“Đạo Đế”** tức là Bát Chánh Đạo.

Thưa các bạn! Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Mạng... không phải là giới luật sao? Giới luật là pháp môn vô lậu. Vậy khi có Chánh Kiến, Chánh Tư Duy, Chánh Ngữ, Chánh Mạng... thì làm sao có lậu hoặc được, làm sao có sát sanh, có trộm cắp, có tà dâm, có vọng ngữ, v.v..., phải không các bạn? Chính do tu sĩ phạm giới nên các Tổ mới chế giới luật ngăn cấm. Do đó, giới bỗng ra đời thì tu sĩ Phật giáo càng phạm giới nhiều hơn, là vì có giới luật mới thấy tu sĩ phạm giới rõ ràng, khi chưa có giới luật thì không thấy tu sĩ phạm giới là vì

chưa có giới luật nên không căn cứ định tội được. Tu sĩ phạm giới là vì các Tổ nhận đệ tử bừa bãi, họ không tự nguyện, tự giác sống đời sống Phạm hạnh như Phật ngày xưa. Và lại các Tổ không lưu ý đến Phạm hạnh và cũng không biết giới hành của đạo Phật là gì.

Xét trong tam tạng kinh điển của Phật giáo được kết tập từ Hán Tạng phát triển của Bắc Tông đến Tạng kinh Nguyên Thủy Pali của Nam Tông vẫn không tìm thấy các bộ **“Giới Đức, Giới Hạnh, Giới Hành”**, chỉ tìm thấy trong những bài kinh do Phật thuyết có đủ **“Giới Đức, Giới Hạnh, Giới Hành”**, mà không có giới cấm. Như vậy rõ ràng giới cấm là do các Tổ chế ra, còn Phật thì dạy: **“Giới Đức, Giới Hạnh, Giới Hành”**.

Cho nên đọc kinh sách Phật mà không xét thấu đáo thì chẳng hiểu đạo Phật là đạo tự giác, tự nguyện. Vì thế khi mọi người vào đạo Phật đều phải tự nguyện sống đời sống Phạm hạnh để mong cầu được sự giải thoát, chứ không có ai bắt buộc họ. Cho nên giới bổn Ba La Đề Mộc Xoa sau 13 năm do chúng Tỳ Kheo phạm giới mà đức Phật chế ra để răn cấm chúng Tỳ Kheo; đó là các Tổ tự đặt ra nói như vậy, chứ không phải sự thật là vậy. Trong bộ Đường Về Xứ Phật tôi có nói sau 13 năm đức Phật chế giới

bốn là nói theo tạng Giới luật. Dự định của tôi là sau khi biên soạn bộ **“Giới Đức, Giới Hạnh, Giới Hành”** của Phật thì sẽ chỉnh lại những điều sai trong giới bốn của các Tổ.

Vì thế bộ sách Mười Giới Đức Thánh Sa Di, và bộ Giới Đức Thánh Tỳ Kheo Tăng và Tỳ Kheo Ni này ra đời là một tiếng sét về Giới Luật của Phật giáo, khiến cho những ai tu theo Phật giáo mà không sống đúng Bát Chánh Đạo là những người phi Phạm hạnh, phi Phật giáo; họ là Ma Ba Tuần trong Phật giáo; họ là trùng trong lòng Sư Tử. Trong những bộ Giới luật này được phổ biến rộng rãi để cho tín đồ Phật giáo hiểu biết một cách tường tận và phân biệt được đâu là tu sĩ thật, đâu là tu sĩ giả. Nhờ đó tín đồ chân chánh của Phật giáo sẽ tránh xa những người tu danh, tu lợi, tu giả dối, v.v..

**Sau khi nghiên cứu lại tất cả các bộ giới thì chúng tôi xét thấy 37 phẩm trợ đạo của đức Phật là giới kinh.** Giới kinh không phải chế ra để ngăn cấm đệ tử của mình. **Giới kinh là những kinh nghiệm tu tập của đức Phật khi đạt được cứu cánh giải thoát hoàn toàn.** Do lòng thương tưởng đến chúng sanh, nên Ngài mới dạy lại cho con người, để mọi người theo kinh nghiệm đó mà tu tập để

được giải thoát làm chủ sanh tử và chấm dứt luân hồi như Ngài.

Giới kinh là những bài pháp dạy tu hành như trên đã nói, nó có đầy đủ bốn đức. Cho nên nếu ai bảo rằng giới kinh không phải Phật thuyết thì người đó chẳng hiểu gì về Phật giáo cả.

Bởi vậy, xét cho cùng tận giới bốn Ba La Đề Mộc Xoa ra đời là do các Tổ biên soạn ra để ngăn cấm một số tu sĩ Phật giáo thời bấy giờ giả danh tu sĩ Phật giáo, mượn đạo tạo đời, biến Phật giáo thành một nghề nghiệp sống, chạy theo danh lợi thế gian, làm điều phi giáo lý Nguyên Thủy, tạo ra nhiều điều mê tín trong Phật giáo, làm trái với chân lý của đạo Phật, khiến cho người đời sau trở thành những tín đồ sống trong ảo tưởng, ngu ngơ, mê tín, lạc hậu, đánh mất đường lối tu hành giải thoát của Phật giáo.

Đạo Phật là đạo tự giác, tự nguyện, chứ không phải đạo a dua, xu hướng chạy theo phong trào thời thế. Đạo Phật là đạo như thật, vì như thật nên người tu hành mới thoát ra khỏi sự đau khổ của kiếp làm người, mới làm chủ bốn chỗ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi.

Do đạo Phật lợi ích thiết thực của kiếp làm người như vậy, nên những người theo đạo Phật là những người tự nguyện sống đời sống Phạm hạnh tức là đời sống nghiêm trì giới luật, là để đạt được cứu cánh giải thoát hay nói cách khác là để không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh. Đó cũng là mục đích để đạt được tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ.

Đây, chúng ta hãy đọc lại một đoạn kinh nói về một tu sĩ ngoại đạo tu theo hạnh con chó đến gặp Phật xin xuất gia tu hành theo Phạm hạnh của Phật, Phật dạy:

***“- Này Seniya, ai trước kia là ngoại đạo nay muốn xuất gia, muốn thọ đại giới trong pháp và luật này thì phải sống 4 tháng biệt trú. Sau khi sống 4 tháng biệt trú chúng Tăng nếu đồng ý sẽ cho xuất gia, thọ đại giới để thành vị Tỳ Kheo”.***

Như đoạn kinh trên ai muốn theo Phật giáo tu hành thì phải sống biệt trú bốn tháng theo quy định của đức Phật. Vậy biệt trú nghĩa là gì?

Biệt trú có nghĩa là sống độc cư một mình, sống đúng Phạm hạnh của người tu sĩ Phật giáo.

Người sống biệt trú như vậy trong bốn tháng thì mới được Phật và chúng Tăng chấp nhận cho xuất gia làm đệ tử của Phật.

Đọc đoạn kinh trên đây, vậy tất cả các bạn đã từng sống trong tu viện Chơn Như các bạn đã từng chứng kiến biết bao nhiêu người về đây xin tu hành, nhưng có mấy ai sống đúng biệt trú, tức là sống đúng ba đức, ba hạnh: ăn, ngủ, độc cư, nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng chưa? Chỉ cao lắm là một tuần lễ, cho đến một tháng là họ đã phá hạnh biệt trú (độc cư) đi nói chuyện làm động cả tu viện, và còn ăn ngủ, phi thời. Vì thế, họ không xứng đáng là đệ tử của tu viện Chơn Như.

Từ ngày nào cho đến giờ các bạn cứ nhìn xem mọi người về đây xin tu hành, có người nào sống đúng hạnh độc cư không? Hầu hết đều phá hạnh độc cư. Vì thế làm sao chúng tôi chấp nhận họ là đệ tử của tu viện Chơn Như.

Đức Phật ra điều kiện 4 tháng biệt trú, thì những người quyết tâm tu để cầu giải thoát tự nguyện xin đức Phật sống biệt trú 4 năm. Sống biệt trú bốn năm, chắc chắn các bạn không ai làm được phải không?

Sống biệt trú 4 năm đó là những người tự nguyện sống trong giới luật của Phật giáo ngày xưa; còn bây giờ những người về tu viện Chơn

Như tu tập có tự nguyện sống được như vậy không? Điều này thấp đước đi tìm một người như vậy, cũng không tìm thấy. Phải không các bạn?

Thời nay tu ăn, tu ngủ, tu nói chuyện, tu danh, tu lợi, tu chùa to, Phật lớn, v.v.. thì không thiếu gì người, còn người tu tập để cầu giải thoát thì không có. Tu viện Chơn Như không mời thỉnh các bạn vào đây tu tập, nhưng các bạn đã tự nguyện vào, vậy có sao các bạn không giữ gìn Phạm hạnh. Phạm hạnh ở đây chỉ có ăn ngủ, đọc cư, nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng. Chỉ có bấy nhiêu đó thôi, thế mà các bạn không giữ gìn được hưởng là Phạm hạnh trong thời đức Phật: ba y một bát, thiếu dục tri túc, tâm hồn phóng khoáng như hư không, trắng bạch như vỏ ốc, thì liệu các bạn có sống được không?

Từ bên Mỹ, bên Pháp, bên Úc... đường xa diệu vợi, hơn nửa trái đất, các bạn về đây tu tập, có sao lại không giữ trọn Phạm hạnh, không giữ trọn Phạm hạnh tức là sống không đúng đời sống giới luật thì các bạn tu tập cái gì! Rất uống công, các bạn ạ!

Các bạn có tin lời nói của tôi không? Nếu tin sao các bạn sống phá giới, phạm giới như

vậy? Để rồi các bạn tu hành chẳng ra gì. Các bạn có thấy điều này chẳng?

Trong thời đức Phật còn tại thế có dạy rằng: **“Một người tu tập theo Phật giáo phải hội đủ năm điều kiện mới có thể tu tập đi đến cứu cánh giải thoát hoàn toàn”**. Vậy năm điều kiện ấy là gì?

- 1/ Lòng tin.
- 2/ Ít bệnh.
- 3/ Không gian trá.
- 4/ Tinh tấn siêng năng.
- 5/ Trí tuệ.

Qua năm điều kiện đức Phật đã dạy trên đây, chúng ta nhận xét về các bạn đã và đang tu tập tại tu viện Chơn Như, họ có tu tập, có giữ gìn đúng năm điều kiện này không?

**Điều thứ nhất lòng tin:** Theo tôi nhận xét các bạn đến tu viện Chơn Như với lòng bán tín bán nghi, tin chưa được trọn vẹn, nhất là đối với tôi, các bạn còn đang dò xét. Điều mà tôi nhận xét về các bạn rất rõ, đó là tôi dạy tu tập một đường mà các bạn lại tu tập một ngã. Tôi dạy các bạn tu ba đức: nhẫn nhục, tùy thuận và bằng lòng; sống ba hạnh: ăn, ngủ và độc cư. Chỉ có ba đức, ba hạnh mà các bạn còn sống và

tu tập không nổi như trên đã nói thì các bạn sống và tu tập pháp môn gì cho thành tựu được. Do thiếu lòng tin nơi tôi nên không sống độc cư trọn vẹn, thích tụ tập nói chuyện và thích ăn ngủ phi thời. Điều thứ nhất các bạn đã phạm phải lỗi lầm rất lớn thì con đường tu tập của các bạn đã đánh mất rồi. Khi thấy không đủ lòng tin nơi chúng tôi thì các bạn hãy đi tìm một pháp nào khác thích hợp hơn mà tu tập. Còn ở đây phạm phải những lỗi lầm khiến cho mình tu không được mà người khác cũng tu không được. Con đường tu tập theo Phật giáo lòng tin là đệ nhất pháp. Ai thiếu lòng tin thì sự tu tập chẳng bao giờ có kết quả.

**Điều thứ hai tinh tấn siêng năng:** Các bạn không siêng năng, ít đi kinh hành. Đó là điều đáng trách. Các bạn cứ nghĩ rằng ngồi khoanh chân kiết già là tu tập sao? Trong khi hôn trầm, thù miên, vô ký, ngoan không của các bạn cao ngút tận mây xanh mà các bạn lười biếng không chịu đi kinh hành là một chứng tỏ bạn không thể nào tu theo Phật giáo được. Phật giáo tu tập nhằm đối trị tâm tham, sân, si. Đi kinh hành là pháp đối trị tâm si. Các bạn có hiểu chăng?

Đi hai mươi bước ngồi hít thở năm hơi thở là để đối trị tâm lười biếng si mê của các bạn,

thế mà các bạn không tu tập. Không tu tập như vậy thì các bạn làm sao phá tâm si được. Trong tam độc: tham, sân, si, người tu tập rất sợ về tâm si **“Chẳng sợ tham, sân chỉ sợ tâm si”**, vậy mà các bạn không tu tập thì làm sao đối trị tâm si được. Phải không các bạn?

**Điều thứ ba không gian trá:** Không gian trá tức là không gian xảo, không nói láo, thường không dối gạt người. Các bạn tu hành là để giải thoát cho các bạn, chứ không phải giải thoát cho tôi, cơ sao các bạn lại dối trá. Tu tập giờ khắc nghiêm chỉnh là không dối người; giờ khắc không nghiêm chỉnh là dối người; người ăn uống ngủ nghỉ phi thời là dối người; người sống phá hạnh độc cư là người dối người; người thích hội họp nói chuyện là người ác khẩu là dối người. Điều tối kỵ của Phật giáo là những người gian xảo dối trá; những người này tu hành không bao giờ tìm ra sự giải thoát. Họ là những người không có đức thành thật; họ giống như nước rửa chân, chẳng dùng được, phải đổ bỏ.

**Điều thứ tư trí tuệ:** Không trí tuệ tức là thiếu sự nhận xét hiểu biết, thiếu lập trường tức là lập trường không vững, thường bị lôi cuốn vào những kiến giải, tưởng giải của người khác hoặc chạy theo xu hướng, a dua theo phong trào, theo thế lực, theo danh lợi, v.v..

Người thiếu trí tuệ là kẻ ngu si, khôn dỏm, lanh lợi trong xảo trá, không hiểu pháp hành, mà tỏ ra như mình hiểu, nên thường tu tập sai pháp, tu tập không đúng pháp, thành ra bị ức chế tâm rối loạn thần kinh, căng mặt, nhức đầu, gây bao trở ngại cho đường tu tập.

Tu theo Phật giáo mà thiếu trí tuệ là một điều rất khó tu tập. Người thiếu trí tuệ là người không chịu nghe lời dạy của thiện hữu tri thức, thường tu theo kiến giải, tưởng giải của mình, đó là tu theo sự hiểu biết riêng tư, thường cố chấp theo những pháp nào đồng quan điểm. Cho nên những người ngoan cố thường sống trong cái ngu si của mình, không trí tuệ.

**Điều thứ năm ít bệnh:** Người có thân ít bệnh, tu hành theo Phật giáo rất dễ đạt được kết quả. Người có thân thường mang bệnh tật, tu hành theo Phật giáo rất khó khăn, nhất là người mới vào tu lại có thân bệnh thì càng tu tập khó khăn nhiều hơn. Nếu không may gặp phải pháp môn của kinh sách phát triển thì thân tâm dễ bị bệnh tật nan y (bệnh thần kinh).

Tu theo Phật giáo khi thân bị bệnh tật mà không biết pháp đối trị là một người chưa hiểu Phật pháp. Vì Phật pháp là một phương Thánh được trị tất cả những bệnh nghiệp của con

người. Cho nên, thân có bệnh là có điều kiện để đánh đuổi giặc sanh tử. Nếu một người tu theo Phật giáo mà có được những cơ hội bệnh tật là điều thuận lợi tốt để tu tập. Nhờ đó mà chúng ta mới hiểu được Phật giáo là một pháp môn vi diệu vô cùng, đối trị bốn bệnh khổ: sanh, già, bệnh, chết của chúng sanh.

Phần đông những tu sĩ Phật giáo đều mang đầy ắp trong đầu những sự hiểu biết tưởng giải về kinh sách phát triển, về thiên định tưởng, nhưng đó không phải của Phật giáo, mà của ngoại đạo. Cho nên, khi tu viện đón nhận những tu sĩ này vào, họ thường phá giới hạnh trong tu viện. Một người phạm giới ảnh hưởng đến nhiều người khiến cho sự đào tạo những bậc A La Hán ở đây trở nên khó khăn vô cùng. **Nếu không chấp nhận họ thì bớt bạn thêm thù, mà chấp nhận họ thì thêm thù bớt bạn** và còn làm mất trật tự của tu viện.

Thưa các bạn! Nếu các bạn muốn đến tu viện Chơn Như tu tập thì các bạn phải xét mình có đủ năm điều kiện trên đây mà đức Phật đã dạy trong kinh số 85, lấy tên của một cư sĩ trong thời đức Phật còn tại thế mà đặt tên cho bài kinh này là Bồ Đề Vương Tử (Bodhijakumarasuttam).

Bài kinh ấy giúp cho chúng ta thấy được những cái sai, cái khó để thực hành cho đúng những lời dạy của đức Phật: **“Ở đây này Vương Tử một vị Tỳ Kheo có lòng tin tưởng sự giác ngộ của Như Lai, Ngài là Thế Tôn, bậc A La Hán, Chánh Đẳng Giác, Minh Hạnh Túc, Thiện Thệ, Thế Gian Giải, Điều Ngự Trượng Phu, Thiên Nhơn Sư, Phật, Thế Tôn.**

**2- Vị ấy ít bệnh, ít não với bộ tiêu hoá được điều hòa, không quá lạnh, không quá nóng, trong trường hợp quá tinh tấn.**

**3- Vị ấy không gian trá, xảo trá, tự mình xử sự như chơn đối với Bạc Đạo Sư, đối với các vị có trí hay đối với các vị đồng Phạm hạnh.**

**4- Vị ấy sống tinh cần, tinh tấn từ bỏ các bất thiện pháp, làm cho khởi lên các thiện pháp, kiên cố, kiên trì không từ bỏ gánh nặng đối với các thiện pháp.**

**5- Vị ấy có trí tuệ, thành tựu trí tuệ về sự sanh diệt của các pháp, với sự thể nhập bậc Thánh đưa đến sự chân chánh đoạn diệt khổ đau”.**

Nếu các bạn xét thấy mình có đủ năm điều kiện này thì các bạn về tu viện tu tập, chúng tôi

sẽ hướng dẫn các bạn tu tập không bao lâu sẽ đạt sự giải thoát, làm chủ sanh, già, bệnh, chết. Còn nếu các bạn giữ gìn năm điều này chưa trọn vẹn mà về tu viện tu tập thì chúng tôi e rằng các bạn chỉ phí cuộc đời, làm mất thời gian vô ích. Còn nếu các bạn có thật sự quyết tâm về tu viện tu tập để thật sự được giải thoát thì các bạn hãy tin nơi tôi, tôi sẽ giúp các bạn vượt qua bệnh tật và sự vô minh của các bạn bằng cách các bạn phải tự khắc phục mình không nói láo, lừa dối Thầy, bạn, phải tự siêng năng, tinh cần khắc phục hôn trầm, thù miên, phải tự siêng năng tinh cần độc cư, nhiếp phục không đi nói chuyện với người khác. Nhờ có sống siêng năng tinh cần một mình (độc cư) để xả cho thật sạch tâm tham, sân, si. Nếu các bạn có quyết tâm tu tập như vậy thì các bạn hãy về tu viện tu tập, chúng tôi tin rằng các bạn sẽ thành tựu được sự giải thoát trong kiếp này.



## GIỚI HÀNH THỨ NĂM:

# SẮC GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **SẮC GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của sắc giới hành là gì?

Giới đức sắc giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người đừng dính mắc vào sắc tướng (sắc giới) tức là Chánh mạng.

Giới hạnh sắc giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua sắc tướng (sắc giới) như: đi, đứng, nằm, ngồi, ăn, uống, nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. nhưng không dính mắc. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh hạnh nghiệp.

Giới hành thứ năm thuộc về Sắc Giới. Chúng tôi xin nhắc lại Giới hành thứ hai. Giới hành thứ ba và Giới hành thứ tư là sự phản tỉnh lại thân hành, khẩu hành, ý hành. Sự phản tỉnh ấy rất lợi ích cho đời sống của các

bạn, giúp cho các bạn có một cuộc sống Thánh thiện không làm khổ mình, khổ người, khổ chúng sanh, biến cuộc sống thế gian thành cõi Cực Lạc, Thiên Đường, khiến cho cuộc sống của loài người có một tình thương chan hòa với nhau; không những chan hòa sự sống của loài người mà chan hòa sự sống trong môi trường sống trên hành tinh này.

Còn Giới hành thứ năm như thế nào? Xin các bạn vui lòng đọc lại bài kinh số 62 “Đại Kinh Giáo Giới La Hầu La” (Maha-Rahulovadasuttam) trong kinh Trung Bộ thuộc tạng kinh Nikaya: **“*Này La Hầu La, bất cứ sắc pháp nào, quá khứ, vị lai, hiện tại, nội hay ngoại, thô hay tế, liệt hay thắng, xa hay gần, tất cả sắc pháp ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ: “Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta”.***

Xin các bạn nên đọc kỹ lại đoạn kinh trên và suy nghiệm quán xét như thật với chánh trí tuệ của các bạn: **“*Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta”.***

Thưa các bạn, vậy cái này là cái gì? Cái này là thân của bạn, là vợ con, là cha mẹ, là

anh chị em, là nhà cửa của cải tài sản, v.v.. của các bạn.

Ở đây đoạn kinh Sắc Giới hành này đã dạy cho chúng ta có cái nhìn thấu suốt qua tất cả các sắc tướng của vạn vật đang hiện có xung quanh ta. Hiện giờ các bạn là những người đang mù mắt không thấy các sắc pháp trên thế gian này là không thật có (duyên hợp), mà lại cho các sắc pháp là thật có. Do thấy như thật có nên các bạn sinh tâm tham đắm và dính mắc sắc pháp. Khi tâm các bạn dính mắc vào các sắc pháp thì các bạn phạm vào giới cấm tham lam. Do tâm tham lam các bạn sinh ra chiếm hữu. Khi tâm chiếm hữu thì các bạn thấy thân này là bạn, là của bạn, là bản ngã của bạn; vợ con là của bạn, cha mẹ anh em chị em là của bạn, nhà cửa tài sản là của bạn, nên khi có ai chạm đến thì bạn sinh ra tức giận thù ghét. Luôn luôn lúc nào cũng ưa thích bảo vệ cái của các bạn. Vì thế các bạn chịu khổ đau vô cùng. Nhưng sự thật các pháp ấy không phải là của các bạn. Các bạn nên dùng với chánh trí tuệ tư duy quán xét thì thật sự các pháp ấy không có gì là của các bạn cả.

Chúng ta hãy quan sát những người nằm trong nghĩa địa, dưới lòng đất kia, thân này có

còn gì là thân của ta nữa, chỉ còn là một nắm đất bất tịnh hôi thối, phải không các bạn?

Rồi vợ con, rồi cha mẹ, anh em, rồi của cải tài sản nhà cửa còn có gì là của ta nữa đâu?

Các bạn cứ xét có đúng như lời Phật đã dạy không: **“Cái này không phải của ta, là ta, là bản ngã của ta”**.

Khi nghe đức Phật dạy đến đây thì chú bé La Hầu La là một người thông minh tuyệt vời nên hỏi Phật:

- **“Bạch Thế Tôn, có phải chỉ sắc mà thôi?”**

**Đức Phật trả lời:**

- **Cả Sắc, thọ, tưởng, hành, thức này La Hầu La”**.

Qua những câu hỏi của La Hầu La và lời đối đáp của đức Phật. Chúng ta nhận xét quả thật chú bé La Hầu La là một chú bé thông minh nhất, nên mới có câu hỏi **“Bạch Thế Tôn, có phải chỉ có sắc mà thôi”**.

Nếu đặt chúng ta vào vị trí của La Hầu La thì chúng ta không thể có câu hỏi như vậy được, vì chúng ta không biết năm uẩn và cũng không thể ngờ được. Có đúng như vậy không các bạn?

Đức Phật nói sắc pháp tức là nói về sắc uẩn, sắc uẩn là phần vật chất, phần có hình sắc, có tướng. Còn bốn uẩn kia là phần không hình sắc, không có tướng. Vậy mà câu hỏi của La Hầu La thật là tuyệt vời, hỏi đúng lúc, hợp thời, câu hỏi ấy mang đầy đủ ý nghĩa về tinh thần của các uẩn có thật nhưng vô hình không sắc tướng.

Ví dụ: Chúng ta đặt lại câu hỏi:

- Bạch Thế Tôn, khi Thế Tôn nói thân này không phải của ta, là ta, là bản ngã của ta thì thọ, tưởng, hành, thức này có phải là của ta không?

Khi được học kinh sách Phật thì ai cũng biết thọ, tưởng, hành, thức là phần không có hình sắc (vô hình) nhưng thật có luôn luôn chúng ta cảm nhận rất cụ thể.

Lời nói của đức Phật dạy La Hầu La là lời nói xác định phần vật chất và những phần tinh thần trong thân phận của con người. Toàn cả thân này không có một thứ gì là của ta cả.

Câu xác định mạnh mẽ thẳng thắn tuyệt vời: thân, thọ, tưởng, hành, thức này không phải của ta, không phải là ta, không phải là bản ngã của ta. Lời tuyên bố này làm quả đất

rung động, bởi vì lời tuyên bố đi ngược lại sự hiểu biết của loài người từ xưa đến nay.

Thưa các bạn, nói về sắc uẩn là nói về vạn vật có hình sắc, có vóc dáng, có hình tướng, cho nên chúng ta phải hiểu rộng đừng hiểu hạn hẹp sắc uẩn chỉ nói riêng về bản thân của con người là không đúng. Ở đây phải hiểu tất cả vạn vật có hình sắc đều không phải là ta, không phải là của ta, không phải là bản ngã của ta. Vậy nó là của ai?

Từ xưa đến nay ai cũng nghĩ thân tâm này là của ta, là ta, bản ngã của ta. Thế mà bây giờ Đức Phật lại nói không phải của ta, là ta thì làm đảo lộn cả sự hiểu biết của con người.

Khi đức Phật dạy La Hầu La thì Ngài bảo La Hầu La, phải dùng chánh trí tuệ mà tư duy suy xét. Nhờ chánh trí tuệ tư duy quán xét ta mới thấy như thật, các pháp không có vật gì là ta, là của ta cả.

Cái hiểu biết của con người từ xưa đến nay không phải là cái hiểu biết chánh trí tuệ mà là cái hiểu biết tà trí tuệ; do sự hiểu biết đó khiến cho con người lầm chấp có cái ta, cái của ta, cái bản ngã của ta, nên thường chịu nhiều đau khổ, phiền não, v.v..

Tà trí tuệ tức là tướng tri, tướng tri là cái hiểu không đúng như thật. Chính cái hiểu biết không đúng như thật đã đưa con người vào vòng lẩn quẩn của nhân quả nghiệp báo không có lối thoát ra.

Do sự hiểu biết không đúng như thật nên mới chấp thân tâm này là ta, là của ta. Vậy thân tâm này là của ai như đã hỏi ở trên?

Thưa các bạn, thân tâm này là của nghiệp lực nhân quả. Nó là dụng cụ của nhân quả. Cho nên đức Phật nói: **“Con người là thừa tự của nhân quả”**.

Nghiệp lực nhân quả luôn luôn ở sát bên thân tâm con người như hình với bóng. Thân tâm con người chỉ là dụng cụ của nghiệp lực nhân quả để nó sai bảo.

Nếu một người có trí tuệ thì nhận ra ngay được điều này tức là nhận ra được thân tâm chúng ta là tên nô lệ của nhân quả, nó sai thân tâm này làm gì thì thân tâm phải làm theo.

Ví dụ: Nghiệp nhân quả muốn chúng ta **“đi ngủ”** là thân tâm làm theo **“đi ngủ”**; muốn chúng ta **“đi ăn”** là thân tâm làm theo **“đi ăn”**; muốn chúng ta **“sân giận”** là thân tâm làm theo **“sân giận”**; muốn chúng ta **“phiền não”** là thân tâm làm theo **“phiền não”**; muốn

chúng ta bệnh đau là thân tâm làm theo **“bệnh đau”**, v.v..

Ví dụ 1: nghiệp lực nhân quả sai bảo thân tâm muốn cái nhà, thì thân tâm sanh ra ham muốn cái nhà.

Ví dụ 2: Khi có người chê hay mạ lị mạ sát thì nghiệp lực bảo phải sân giận, căm tức, thù ghét, tức tối thì ngay đó thân tâm làm theo: sân giận, căm tức, thù ghét, tức tối, v.v..

Ví dụ 3: Khi thấy người khác phái thì nghiệp lực sai bảo thân tâm ưa thích người này không ưa thích người kia thì thân tâm cũng làm theo.

Ví dụ 4: Khi thấy tiền vàng ngọc ngà châu báu, nghiệp lực sai bảo thân tâm ưa thích muốn có những vật sang đẹp và tiền bạc nhiều thì thân tâm làm theo.

Như vậy, thân tâm chúng ta là tên nô lệ của nghiệp lực nhân quả, chứ thân tâm có cái gì của ta đâu. Các bạn cứ nhận xét có đúng vậy không?

Thưa các bạn! Do những ví dụ trên đây các bạn đã nhận ra: sắc, thọ, tưởng, hành, thức, (thân tâm) là của nghiệp lực nhân quả, chứ các bạn chẳng có gì gọi là thân tâm của các bạn cả. Nếu là thân tâm của các bạn thì các bạn phải

có quyền với nó, bảo sao nó phải nghe theo vậy. Thân các bạn đau bệnh, các bạn bảo nó đừng có đau bệnh, nó có nghe theo các bạn không? Tâm các bạn giận hờn, các bạn bảo nó đừng giận hờn, nó có nghe theo các bạn không?

Qua những lời dạy trên đây các bạn có hiểu không? Các bạn có biết mình từ lâu đã hiểu lầm lạc không? Lâu nay các bạn nghĩ rằng thân tâm này là của các bạn. Nếu quả thân tâm của các bạn sao các bạn điều khiển nó không được, mà để cho nghiệp điều khiển nó vậy.

Chúng tôi xin nhắc lại một lần nữa, các bạn có bao giờ muốn mình tức giận không? Chắc là không, phải không các bạn? Nhưng thân tâm các bạn có nghe các bạn đâu. Khi có người chửi mắng các bạn thì các bạn tức giận liền. Như vậy thân tâm của các bạn không phải của các bạn. Có đúng như vậy không?

Các bạn có bao giờ muốn thân của các bạn bệnh không? Thế sao nó bệnh các bạn bảo nó không bệnh, nó đâu có nghe các bạn như trên đã nói. Có phải vậy không?

Các bạn có bao giờ muốn thân các bạn chết không? Chắc là không, phải không các bạn? Thế sao khi thân tâm các bạn chết, các bạn bảo nó đừng chết, nó có nghe các bạn không?

Như vậy thân tâm không phải là của các bạn thì vật chất xung quanh các bạn như nhà cửa, tiền bạc, của cải, xe cộ làm sao của các bạn được.

Khi các bạn chết, các bạn có mang theo những vật gì yêu quý nhất của các bạn không. Ngay cả vợ con các bạn, các bạn cũng không mang theo được. Ngày xưa Trang Tử người nước Trung Hoa nói: **“Vợ chết trước là vợ mình”**. Lời nói này chỉ đúng một phần nhỏ trong thời gian hiện tại mà thôi, chứ thời gian quá khứ và tương lai thì vợ con ta có phải còn là của ta nữa không? Nhà cửa, của cải, tiền bạc ngày nay ta làm ra nó nhưng nó không phải của ta, vì ta có mang theo được vật gì đâu khi ta chết. Phải không các bạn?

Vì thấy như thật, đức Phật đã xác định: **“Sắc, thọ, tưởng, hành, thức, không phải là ta, không phải là của ta, không phải là bản ngã của ta”**. Khi nghe lời dạy này chú bé La Hầu La tỉnh ngộ ngay liền: thân tâm này và tất cả các pháp trên thế gian không có gì là ta, là của ta, là bản ngã của ta thì còn gì mà tham đắm. Nên ngay cả lúc bụng đói đi xin ăn, chú bé La Hầu La đã giác ngộ được điều này nên không còn tha thiết ăn uống nữa mà xin đức Phật trở về thất tu tập.

Đây chúng ta nghe tiếp đoạn kinh kệ:  
**“Rồi tôn giả La Hầu La tự nghĩ. Ai có thể hôm nay được Thế Tôn trực tiếp giảng dạy với bài giáo giới này mà còn có thể đi vào lòng khát thực?”.**

Chú bé La Hầu La tuổi trẻ, bé thơ có sự hiểu biết không thua người lớn và suy nghĩ rất chín chắn. Cái hay nhất của chú là dám nghĩ, dám làm, dù cho người lớn cũng không thể nào sánh kịp. Khi chúng ta đọc đoạn kinh này mới thấy La Hầu La trí tuệ tuyệt vời. Có phải vậy không các bạn?

Cứ thử nghĩ xem và so sánh bạn với La Hầu La thì bạn đâu phải không nghe những lời Phật dạy này. Có thể nói rằng bạn đã từng nghe lời dạy này quá nhiều trong các kinh sách Nguyên Thủy, nhưng các bạn có dám bỏ ăn uống như chú bé La Hầu La không? Khi biết thân tâm này và các pháp không có vật gì là của ta, là ta, là bản ngã của ta, thì chú bé La Hầu La không còn tha thiết đến ăn uống và vui đùa với những cái không phải của mình, không phải là mình nữa; vì không phải của mình mà có cố bảo vệ giữ gìn thì cuối cùng cũng không phải là của mình được. Khi hiểu thật rõ như vậy nhưng ai dám làm như La Hầu La, một chú bé

miệng còn hôi sữa mà dám cả gan bỏ ăn lo tu tập thì thật là vĩ đại.

Lời dạy này rõ ràng như vậy, thế mới thấy mọi người đang sống trên hành tinh này thật là điên đảo, vô minh. Cái không phải của mình mà cứ cho là của mình, là mình, là bản ngã của mình. Từ chỗ hiểu sai lầm chấp đó đã đưa loài người vào con đường ác, con đường tội lỗi, con đường đau khổ bất tận. Vì lầm chấp như vậy đến khi chết mất rồi, tứ đại trả về cho tứ đại, mà vẫn còn cho rằng: **“Sau khi chết còn có sự sống, tức là còn có linh hồn”**. Ôi! Thật là vô minh, sống trong điên đảo tưởng **“sau khi chết còn có những gì?”**. Trí tuệ không sáng suốt, sống trong ảo tưởng nên điên dại, hễ có người chết thì đi rước mấy ông thầy cúng đến tụng niệm, cầu siêu cho linh hồn tiêu diêu nơi miền Cực Lạc. Thật là một việc làm nhắm nhí, mù quáng, ngu ngốc, tốn công, tốn của mà còn bị người trí chê cười là mê tín, lạc hậu, v.v..

Khi thấu hiểu thân ngũ uẩn này không phải của ta, không phải là ta, không phải là bản ngã của ta, nên ngay khi đang đi khát thực với đức Phật và được nghe một bài pháp tuyệt vời, La Hầu La từ biệt đức Phật trở về thất của mình, ngồi xuống dưới một gốc cây, kiệt già lưng thẳng, an trú niệm trước mặt, để quán xét

thân hành, ý hành, khẩu hành và lý vô ngã mà đức Phật vừa dạy xong, để cho thấm nhuần.

Thưa các bạn! Các bạn còn nhớ lại bài kinh đầu tiên Giáo Giới La Hầu La mà đức Phật đã dạy cách thức tu tập phần tỉnh giới thân hành, giới khẩu hành và giới ý hành.

Do bài giáo giới đầu tiên đó mà chúng ta biết chắc La Hầu La an trú niệm trước mặt là niệm thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp và ý hành nghiệp.

Ai cũng biết bài Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La là dạy ba giới hành rất tuyệt vời. Nhờ bài pháp phần tỉnh thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp và ý hành nghiệp, nên tâm La Hầu La đã ly dục ly ác pháp khá nhiều, có phần thanh tịnh. Đến khi được đức Phật dạy kinh Đại Giáo Giới La Hầu La thì Ngài ngộ rất nhanh: ***“Các pháp trong thân, ngoài thân, đâu có pháp nào là của mình, là mình, là bản ngã của mình như vậy còn tham lam, ham muốn giàu sang, danh lợi cho ai? Ăn uống, ngủ nghỉ cho ai? Giận hờn, ganh tị cho ai? Phiền não khổ đau, lo rầu cho ai? Vui chơi, dục lạc cho ai, v.v..”***

La Hầu La hiểu rõ vấn đề này rất quan trọng nên không chần chừ mà hãy lo tu tập

ngăn và diệt những thân hành nghiệp ác, khẩu hành nghiệp ác, ý hành nghiệp ác để tâm ly dục ly ác pháp hoàn toàn.

Lúc bấy giờ La Hầu La an trú thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp và ý hành nghiệp, khi nghiệp nào khởi ra thì Ngài tư duy phản tỉnh ngăn và diệt, không cho ác pháp xâm chiếm vào thân, tâm của Ngài và Ngài tu tập như vậy từ ngày này đến ngày khác. Tất cả các thân hành nghiệp ác, khẩu hành nghiệp ác, ý hành nghiệp ác không còn nữa. Nhưng không phải tất cả thân hành nghiệp ác, khẩu hành nghiệp ác, hay ý hành nghiệp ác nào cũng chế ngự và đuổi đi một cách dễ dàng được.

Thưa các bạn! Các bạn có hiểu thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp và ý hành nghiệp là gì chưa?

- Thân hành nghiệp là thân làm một việc gì, khẩu hành nghiệp là miệng nói một việc gì, ý hành nghiệp là ý suy nghĩ một điều gì.

- Các bạn có hiểu nghĩa an trú niệm trước mặt là làm như thế nào chưa?

- An trú niệm trước mặt có nghĩa là đặt một đề tài, rồi ở trên đề tài đó say mê quán xét và tư duy.

Ví dụ: Ta xét thấy trong một ngày vừa qua, thân hành nghiệp nào của ta đã tự làm khổ mình, khổ người thì ta đặt thân nghiệp ấy ra tư duy suy nghĩ, để rồi ta kết luận thân hành nghiệp mà ta đã làm là hành động do thân ta làm khổ ta, khổ người và khổ cả hai. Hành động như vậy nhất định dù có chết ta cũng không làm.

Khẩu hành nghiệp, ý hành nghiệp ta cũng đưa ra đặt niệm trước mặt và tư duy như vậy, từ đó ta rút ra những kinh nghiệm của các thân hành nghiệp trong hiện tại, ta không để xảy ra thân, khẩu, ý hành nghiệp tự hại, hại người và hại cả hai nữa. Và chính sự tu tập như vậy gọi là “**giới hành tam nghiệp**”. Có tu tập giới hành tam nghiệp như vậy thì Mười Giới Đức Thánh Sa Di không hề vi phạm. Bởi vì Mười Giới Đức Thánh Sa Di vi phạm đều phải do từ thân hành, khẩu hành, ý hành; ngoài thân hành, ý hành, khẩu hành ra thì không có nơi vào vi phạm giới luật cả.

Muốn giữ gìn Mười Giới Đức Thánh Sa Di nghiêm chỉnh thì chỉ có sự phản tỉnh thân hành, khẩu hành, ý hành như đức Phật đã dạy La Hầu La.

Sự phản tỉnh ấy là trực hạnh, chánh hạnh, thắng hạnh của Thầy Sa Di. Trực hạnh, chánh

hạnh, thắng hạnh của Thầy Sa Di hoàn mãn là Thánh Đức của người tu sĩ Phật giáo.

Ở bài kinh Tiểu Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La này chỉ dạy cho chúng ta thấy một giới cấm trong giới bốn là giới không nói vọng ngữ, một giới cấm này là đại diện cho mười giới cấm Sa Di như đã nói ở trên. Muốn không phạm giới nói vọng ngữ hay không phạm mười giới Sa Di thì phải phản tỉnh thân, khẩu, ý hành nghiệp tức là phải sống trực hạnh, chánh hạnh, thắng hạnh trên thân, miệng, ý của mình.

Chính trên thân, khẩu, ý hành đúng trực hạnh, chánh hạnh, thắng hạnh thì không bao giờ làm khổ mình, khổ người và khổ chúng sanh.

Xá Lợi Phát, bốn sư của La Hầu La, thường hay để ý đến đệ tử của mình. Từ hơn mấy tháng nay ngày nào cũng thấy La Hầu La thường ngồi dưới tán cây, kiết già, lưng thẳng, an trú niệm trước mặt.

Xá Lợi Phát biết rằng nhân duyên đệ tử của mình đã đến lúc chín mùi như trái cây. Vì thế, Ngài đến trước La Hầu La và bảo rằng: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập nhập tức niệm xuất tức niệm (niệm hơi thở vô***

**hơi thở ra). Nay La Hầu La tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra làm cho sung mãn, được quả lớn, được lợi ích”.**

Sau khi được Thầy bốn sư dạy như vậy, La Hầu La mới lưu ý và trực nhận ra khi đạt được niệm thân hành nghiệp, khẩu hành nghiệp và ý hành nghiệp không còn trong ác pháp hại mình hại người và hại cả hai thì thân tâm thanh thản, an lạc và vô sự. Khi tâm được ở trong trạng thái ấy thì tâm lại biết rõ hơi thở vô, hơi thở ra nhẹ nhàng và thông suốt.

Thường thấy hơi thở vô ra như vậy nhưng La Hầu La đâu có để ý, đến khi Thầy Bốn Sư dạy: **“Hãy tu tập niệm hơi thở vô hơi thở ra...”**, thì Ngài rất ngạc nhiên, vì thường ngày tu hành chánh kiến, chánh tư duy trên thân hành, khẩu hành, ý hành thì đã thấy hơi thở vô ra như vậy. Còn bây giờ lại bảo hãy tu tập hơi thở vô ra. Vậy tu tập hơi thở vô ra như thế nào?

Câu hỏi ấy luôn luôn ám ảnh trong đầu La Hầu La mà không có câu đáp. Sau bao ngày tư duy không tìm ra đáp án. Ngài nghĩ đến Đức Thế Tôn sẽ giải đáp được câu hỏi này.



## GIỚI HÀNH THỨ SÁU:

# ĐỊA GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **ĐỊA GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của địa giới hành là gì?

Giới đức địa giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh Nghiệp.

Giới hạnh địa giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua những hành động như đất khi nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Địa giới hành nghĩa là gì?

Địa giới hành có nghĩa là hành động như đất. Người tu theo Phật phải giữ gìn tâm mình như đất. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La giữ gìn tâm như đất:

**“Vào một buổi chiều sau khi từ thiên đình đứng dậy đi đến chỗ Thế Tôn ở, sau khi đến đánh lễ Thế Tôn rồi ngồi xuống một bên. Tôn giả La Hầu La bạch Thế Tôn: “Bạch Thế Tôn! niệm hơi thở ra hơi thở vô được tu tập như thế nào? Làm cho sung mãn như thế nào để được quả lớn, lợi ích lớn?”.**

Trong khi được hỏi như vậy đức Phật không trực tiếp trả lời về hơi thở mà lại trả lời nghe như không ăn nhập gì với câu hỏi. Nếu các bạn không bền lòng, bền chí ngồi nghe hết bài pháp thì chắc chắn các bạn sẽ không hiểu bài pháp này chút nào cả. Vì bài pháp này có nhiều giới chứ không phải có một giới đất không, mà hơi thở ra, vô cũng là một giới hành đầy các bạn ạ!

Địa Giới Hành Đức Thánh Sa Di. Muốn thực hiện địa giới hành đức Thánh Tăng, Thánh Ni, Thánh Sa Di thì phải thực hiện theo những lời dạy dưới đây:

**“Này La Hầu La cái gì thuộc về nội thân, thuộc về cá nhân, kiên cứng thô phù, bị chấp thủ như tóc, lông, móng, răng, da thịt, gân, xương, tủy, thận, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, ruột, màng ruột, bao tử,**

***phân và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân như vậy, này La Hầu La được gọi là nội địa giới, những gì thuộc nội địa giới và những gì thuộc địa ngoại giới đều thuộc về địa giới. Địa giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: “Cái này không phải là của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải là tự ngã của ta”, sau khi thật quán sát địa giới với chánh trí tuệ như vậy thì con sẽ sanh yểm ly đối với địa giới, tâm từ bỏ địa giới”.***

Qua những lời dạy của đức Phật trên đây, chúng ta nhận xét về lời dạy này đâu có liên quan đến hơi thở vô, hơi thở ra phải không các bạn?

Thưa các bạn! Các bạn nên đọc lại đoạn kinh dưới đây thì rõ: ***“Này các Tỳ Kheo, nếu các Tỳ Kheo muốn rằng các niệm tư duy được đoạn tận thì định niệm hơi thở vô hơi thở ra này phải được khéo tác ý”***. Các bạn hiểu rõ lời dạy này chứ.

Theo lời dạy trên đây chúng ta cần phải nương theo hơi thở vô và hơi thở ra để tu tập giới đất, nhờ nương theo hơi thở vô và hơi thở ra nên tâm ta được an trú và tĩnh lặng; khi tâm

được an trú và tĩnh lặng thì ta đưa đề tài địa giới quán sát với chánh trí tuệ của mình. Vì thế ông Xá Lợi Phất khi thấy La Hầu La chuyên tâm tu tập nên cố ý nhắc khéo: **“Này La Hầu La hãy tu tập niệm hơi thở vô, hơi thở ra, làm cho sung mãn được quả lớn, được lợi ích lớn”**.

Do lời nhắc khéo này, nên La Hầu La đến thưa hỏi Phật. Và bây giờ chúng ta mới có những bài giới hành để học và tu tập với pháp môn hơi thở.

Theo những đề tài tu tập nào cũng phải nương vào hơi thở vô và hơi thở ra thì ta mới có đề tài quán tác ý theo hơi thở tu tập theo Giới hành.

Ví dụ: Khi ta quan sát địa giới, không phải là của ta, là ta, là bản ngã của ta thì chúng ta không cần quan sát nữa mà cứ theo định niệm hơi thở này khéo tác ý như lời dạy trong kinh.

Chúng tôi cho một ví dụ để các bạn tu tập sau khi quán sát một pháp nào như thật với chánh trí tuệ. Ví như có một người cha vừa mới mất khiến tâm ta đau khổ, nhớ thương, ta nên đưa đề tài này ra quán xét và tư duy: **“Thân tứ đại của cha ta là do duyên hợp, nó là dụng cụ của nhân quả chứ nó đâu phải là thân**

***của cha ta, cố sao ta lại ngu si như vậy, lầm chấp nó là thân của cha ta, lại đi khóc cái thân nô lệ của nhân quả, có ích lợi gì cho ta, cho mọi người***". Đó là cách thức tư duy quán xét dùng tri kiến để xả tâm ly dục ly ác pháp. Còn quán thân này ***"không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra"*** đó là phương pháp thực hành vô ngã của địa giới hành mà ông Xá Lợi Phất khéo nhắc nhở La Hầu La đấy các bạn ạ!

Xin nhắc lại câu trên: ***"địa giới này không phải là của ta, không phải là ta, không phải bản ngã của ta, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra"***. Đây là câu Trạch Pháp Giác Chi dùng để tác ý kết hợp với hơi thở, biến thành một pháp môn độc đáo tuyệt vời. Chúng ta cứ theo câu tác ý này và nương vào hơi thở vô, hơi thở ra khéo tu tập như vậy thì kết quả sẽ mang đến vô ngã như thật. Trên đây là địa giới hành thứ sáu tu tập tâm vô ngã các bạn nên ghi nhớ.



## GIỚI HÀNH THỨ BẢY:

# THỦY GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **THỦY GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của thủy giới là gì?

Giới đức thủy giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh thủy giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua thủy giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Muốn tu tập thủy giới được nghiêm chỉnh không có vi phạm và kết quả giải thoát rõ ràng thì chúng ta hãy nghe đức Phật dạy La Hầu La: ***“Này La Hầu La, thế nào là thủy giới? Có nội thủy giới, có ngoại thủy giới. Và này La Hầu La thế nào là nội thủy giới? Cái gì thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc nước***

**thuộc chất lỏng, bị chấp thủ như: Mật, đàm, niêm dịch, mủ, máu, mô hôi, mỡ, nước mắt, mỡ da, nước miếng, nước mủ, nước ở khớp xương, nước tiểu và bất cứ vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc chất lỏng, bị chấp thủ như vậy, này La Hâu La, được gọi là thủy giới. Những gì thuộc nội thủy giới. Và những gì thuộc ngoại thủy đều thuộc về thủy giới, thủy giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: “cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta”. Sau khi như thật quán sát thủy giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sinh yếm ly đối với thủy giới, tâm từ bỏ thủy giới”.**

Với thủy giới chúng ta tu tập cũng như địa giới vậy, nghĩa là chúng ta phải nương vào hơi thở vô ra mà tác ý: **“Máu, mủ, đờm và những chất lỏng trong thân ta không phải của ta, không phải là ta, không phải bản ngã của ta phải từ bỏ yếm ly xa lìa đừng dính mắc; hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”**. Các bạn phải nhớ tu tập câu này thường xuyên, chừng nào thấy tâm yếm ly nhàm chán thật sự, có nghĩa là nhàm chán ăn

uống, ngủ nghỉ phi thời tức là không còn dính mắc vào ăn ngon, ăn nhiều bữa; mặc đẹp, mặc sang nữa. Đó là đã ly dục tham.



## HỎA GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **HỎA GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của hỏa giới hành là gì?

Giới đức hỏa giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh hỏa giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua hỏa giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Hỏa giới tu tập cũng giống như tu tập địa giới, thủy giới vậy. Trước khi muốn tu tập giới này thì chúng ta hãy lắng nghe lời dạy của đức Phật: *“**Này La Hầu La, thế nào là hoả giới? Có nội hỏa giới, có ngoại hỏa giới. Này La Hầu La, thế nào là nội hỏa giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc về cá nhân, thuộc về lửa, thuộc về chất nóng, bị chấp thủ như***

***cái gì khiến cho tâm nóng, khiến cho hủy hoại, khiến cho thiêu cháy, cái gì khiến cho những vật được ăn, uống, nhai nuốt, ném có thể tiêu hóa hay những vật gì khác làm ra sức nóng nhiệt lượng, nhiệt độ, v.v..***

***Này La Hầu La, như vậy được gọi là nội hỏa giới. Những gì thuộc về nội hỏa giới, những gì thuộc về ngoại hỏa giới đều thuộc về hỏa giới. Hỏa giới ấy được quan sát như thật với chánh trí tuệ như sau: “Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải tự ngã của ta”. Sau khi như thật quan sát hỏa giới với chánh trí tuệ như vậy vị ấy sanh yếm ly đối với hỏa giới, tâm từ bỏ hỏa giới”.***

Muốn tu tập cho có hiệu quả yếm ly hay từ bỏ hỏa giới thì nên nương vào hơi thở vô hơi thở ra mà tác ý.

Ví dụ: Tu tập hỏa giới cần phải nương theo câu trạch pháp này: ***“Hỏa giới này không phải của ta, là ta, là bản ngã của ta, ta hãy yếm ly từ bỏ, hít vô tôi biết tôi hít vô thở ra tôi biết tôi thở ra”***. Cứ hít vô thở ra đếm năm hơi thở thì tác ý câu trên một lần. Tu tập như vậy suốt 30 phút nghỉ xả hơi.



## PHONG GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **PHONG GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của phong giới hành là gì?

Giới đức phong giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh phong giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua phong giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Phong giới tu tập cũng như địa, thủy, hỏa vậy. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hâu La: ***“Này La Hâu La, thế nào là phong giới? Có nội phong giới, có ngoại phong giới. Và này La Hâu La, thế nào là nội phong giới? Cái gì thuộc về nội thân thuộc về cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị***

***chấp thủ như gió thổi lên, gió thổi xuống, gió trong ruột, gió trong bụng dưới, gió thổi ngang các đốt khớp xương, hơi thở vô, hơi thở ra, và bất cứ một vật gì khác thuộc nội thân, thuộc cá nhân, thuộc gió, thuộc tánh động, bị chấp thủ này La Hầu La như vậy được gọi là nội phong giới. Những gì thuộc về nội phong giới, và những gì thuộc về ngoại phong giới đều thuộc về phong giới. Phong giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: “Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải bản ngã của ta”. Sau khi như thật quán sát phong giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yếm ly, đối với phong giới, tâm từ bỏ phong giới”.***

Dựa theo bài pháp này chúng ta quán sát. Gió thổi bên ngoài, gió thổi bên trong thân ta như hơi thở vô, ra; hơi thở thuộc về tánh gió đều thuộc về gió. Mà gió thì gió không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Khi ta quán sát thông suốt và rõ biết như vậy thì cứ theo đó tác ý lần lượt mới diệt ngã xả tâm. Muốn cho tâm đừng chấp thủ, đừng dính mắc về gió, để đạt được yếm ly, từ bỏ nội phong, ngoại phong thì phải nương vào hơi thở vô, hơi thở ra mà tu tập hằng ngày như sau:

**“Hơi thở này không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta, ta phải yếm ly. Ly tham, đoạn diệt, từ bỏ hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”.** Khi tác ý như vậy thì thở ra, thở vô 5 hơi thở rồi tiếp tục tác ý như trên, cứ như thế tu tập cho hết giờ xả nghỉ. Đó là chúng ta đã thực hiện Phong giới hành vào đời sống để yếm ly tâm tham dục, đoạn diệt từ bỏ tâm tham ái.



## GIỚI HÀNH THỨ MƯỜI:

# KHÔNG GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **KHÔNG GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành không giới hành là gì?

Giới đức không giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh không giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua không giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Không giới là một giới hành, nếu chúng ta không biết nó là giới hành, không tu tập thì có thể dính mắc vào không. Do không tu tập không giới hành nên Phật giáo Phát Triển dính mắc vào **“không và có”** nhưng lại lý luận vượt qua **“không và có”** (sắc tức thị không, không tức thị sắc) thành ra **“không tưởng”**. Do hiểu

biết điều này nên đức Phật dạy La Hầu La về không giới: ***“Này La Hầu La, thế nào là hư không giới? Có nội hư không giới, có ngoại hư không giới. Và này La Hầu La, thế nào là nội hư không giới? Cái gì thuộc về nội thân, thuộc về cá nhân, thuộc hư không, thuộc hư không tánh bị chấp thủ như: lỗ tai, lỗ mũi, cửa miệng, do cái gì người ta nuốt, những gì được nhai, được uống, được ăn và được ném, và được tống xuất phần dưới để ra ngoài. Này La Hầu La như vậy được gọi là nội hư không. Hư không giới ấy phải được quán sát như thật với chánh trí tuệ như sau: “Cái này không phải của ta, cái này không phải là ta, cái này không phải là bản ngã của ta”. Sau khi như thật quán sát hư không giới với chánh trí tuệ như vậy, vị ấy sanh yểm ly đối với hư không giới, tâm từ bỏ hư không giới”***.

Muốn cho tâm không còn dính mắc chấp trước hư không giới thì hằng ngày chúng ta tu tập phải nương vào hơi thở vô hơi thở ra. Chỉ có nương vào hơi thở vô ra tác ý thì mới phá tâm dính mắc tánh hư không giới này. ***“Hư không giới tánh này không phải của ta, không phải là ta, không phải là bản ngã của ta, ta phải yểm ly từ bỏ đoạn diệt; hít***

**vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”.** Đó là câu tác ý các bạn nên nhớ tác ý tu tập như vậy sẽ có lợi ích lớn là vì tâm sẽ yểm ly tham đoạn diệt ngã. Tác ý như vậy xong rồi thở vô, thở ra năm lần, trong khi thở phải lắng nghe rõ kỹ từng hơi thở ra, hơi thở vô, cứ tu tập như vậy cho hết giờ xả nghỉ.

Khi chúng ta tu tập 5 giới này xong thì tâm chúng ta không còn vi phạm Mười Giới Đức Thánh Sa Di. Tại vì sao? Ví dụ chúng ta đã thấy năm giới này như thật, đất, nước, gió, lửa, và không giới nội thân, ngoại thân không có cái gì là của ta, là ta, là bản ngã của ta, thì ta có còn gì mà vi phạm vào 10 giới cấm. Phải không các bạn?

Bởi ta còn cho đất, nước, gió, lửa và không giới là của ta, là ta, là bản ngã của ta thì ta không bao giờ giữ trọn giới cấm dù chỉ có 10 giới.

Ví dụ cho dễ hiểu: Nếu ta còn hiểu lầm đất, nước, gió, lửa và không giới là thật có, mà đã thật có thì tâm ta phải chấp nhận năm giới này là của ta, là ta, là bản ngã của ta. Do vì dính mắc chấp nhận như vậy ta mới sanh ra tham ăn, tham ngủ, tham tiền, tham danh, tham sắc dục, tham vui, v.v..

Hễ có tham ăn, tham ngủ thì sẽ phạm vào giới cấm ăn ngủ phi thời; tham tiền thì phạm vào giới cấm cất giữ tiền bạc; tham sắc dục thì phạm vào giới cấm dâm dục, tham vui phạm vào giới cấm ca hát, nghe ca hát, v.v..

Cho nên, **người tu tập theo Phật giáo muốn giữ gìn giới luật nghiêm túc thì phải thực hiện giới hành, nếu không thực hiện giới hành mà giữ giới luật nghiêm chỉnh thì bị ức chế tâm.** Do ức chế tâm chịu đựng cho đến khi chịu đựng không nổi thì tất cả giới đều vi phạm, không có giới nào không vi phạm. Do các Tổ không biết giới hành nên lấy giới bốn ngăn cấm tu sĩ, khiến giới luật chỉ còn là một môn học để cho Tăng Ni học biết để nói láo chơi mà thôi, chứ không còn là pháp môn vô lậu như đức Phật đã dạy.

Người tu theo Phật giáo phải thấy giới hành rất quan trọng, nên khi La Hầu La vào đạo tu hành mới có 10 tuổi, được đức Phật dạy cho một giới cấm đó là giới không vọng ngữ, chứ không dạy mười giới như các Tổ, nhưng một giới cấm này vi phạm thì 10 giới kia đều vi phạm cả, hay hơn thế nữa, có thể sẽ phạm tất cả giới luật (250 giới Tỳ Kheo, 348 giới Tỳ Kheo Ni). Cho nên mười giới cấm sa di là do các Tổ dựa vào giới kinh mà biên soạn. Người tu theo

Phật Giáo là người tự nguyện, do tự nguyện nên chúng ta biết **Phật giáo không có giới cấm mà chỉ có giới hành.**

Khi dạy giới cấm không vọng ngữ thì đức Phật dạy giới hành không vọng ngữ để La Hầu La tu tập, chứ không dạy giới cấm vọng ngữ. Xin các bạn vui lòng đọc lại đoạn kinh Giáo Giới La Hầu La ở rừng Am Bà La thì rõ.



## **GIỚI HÀNH TÂM NHƯ ĐẤT**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI HÀNH TÂM NHƯ ĐẤT** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành tâm như đất là gì?

Giới đức giới hành tâm như đất là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh giới hành tâm như đất là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện giới hành tâm như đất qua như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh mạng.

Như chúng ta đã học địa giới nội ngoại không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Đó là học giới hành phá chấp để có cái thấy về địa giới nội ngoại như thật không còn bị mê lầm điên đảo, v.v.. cho là ngã.

Khi học về tính của địa giới thì khác hơn, nó ngược lại bản chất của địa giới, vì bản chất

địa giới là địa giới, chứ không phải của ta, là ta, là bản ngã của ta. Khi học về tính của địa giới thì chúng ta phải hiểu tính của địa giới là dung chứa, dù dơ bẩn bất tịnh hay trong sạch thanh tịnh thì tính địa giới không có phân biệt phiền hà than trách, không có vui mừng hay khen chê. Cho nên khi học về tính của địa giới thì có sự ước mong tâm mình như tính địa giới, như đất.

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy Tôn Giả La Hầu La cách thức để rèn luyện tâm mình tính như đất: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập tánh như đất. Này La Hầu La, do tu tập sự tu tập tánh như đất. Khi các xúc khả ái, không khả ái khởi lên. Không có nắm giữ tâm, không có tồn tại, Này La Hầu La, ví như trên đất ta quăng đồ tịnh, quăng đồ bất tịnh, như quăng phân uest, quăng nước tiểu, nhổ nước miếng, quăng mủ và quăng máu, tuy vậy đất không lo âu, không dao động, không nhàm chán, cũng vậy này La Hầu La, hãy tu tập như tính của đất”***.

Do tu tập tính như đất thì tâm ta sẽ không còn phiền não, sân hận, lo âu, sợ hãi nữa. Muốn hành địa giới tâm như đất, vậy cách thức tu tập như thế nào?

Theo như lời Phật dạy: **“Hãy tu tập sự tu tập như đất”**, lời dạy này quá cô đọng khiến ta không biết cách thức nào tu tập. Phải không các bạn?

Chúng ta nên lưu ý những chữ: **“Tu tập sự tu tập”**. Vậy tu tập và sự tu tập như thế nào?

Chúng ta ai cũng rõ tính của đất là không tham, không sân, không phiền não, không lo âu, sợ hãi, không màng danh lợi, chê khen, v.v.. Tính của đất như vậy mọi người ai cũng đã rõ. Vậy chúng ta nên theo tính của đất như lý tác ý, biến thành phương pháp tu rất tuyệt vời. Các bạn cứ tu tập đi thì các bạn sẽ thấy kết quả rất là vĩ đại.

Đức Phật thường nhắc nhở chúng ta tu tập như lý tác ý nên nói: **“Do không như lý tác ý mà lậu hoặc chưa sanh sẽ khởi sanh, lậu hoặc đã sanh sẽ tăng trưởng lớn mạnh. Do hằng ngày tu tập như lý tác ý mà lậu hoặc chưa sanh sẽ không sanh, đã sanh thì bị diệt”**.

Như vậy, ở đây đức Phật dạy: **“Hãy tu tập sự tu tập như đất”** tức là dạy hằng ngày phải thường như lý tác ý: **“Tâm như đất từ bỏ tham, sân, si; tham, sân, si là ác pháp, là đau khổ.”** Hay tác ý như thế này: **“Tâm như**

**đất phải xa lìa tham, sân, si; phải diệt cho thật sạch gốc”.**

Hay tác ý như thế này: **“Ai khen không mừng, ai chê không giận, cho vàng không ham, cho đồ bất tịnh không buồn phiền”.**

Hoặc chúng ta dùng hơi thở tác ý: **“Tâm như đất, tôi biết tôi hít vô, tâm như đất, tôi biết tôi thở ra”.** Thở vô, thở ra 5 hơi thở rồi lại tiếp tục tác ý như câu trên. Nhưng khi thở ra, thở vô đều đều tâm phải lắng nghe toàn thân tâm mình như đất. Khi tu tập như vậy thì tâm phải dang rộng đôi tay đón nhận tất cả ác pháp đến với mình trong sự hân hoan; đón nhận những vật bất tịnh cũng như những vật thanh tịnh với thân, thân tâm thanh thản, an lạc và vô sự.



## THỦY GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **THỦY GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của thủy giới hành là gì?

Giới đức thủy giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh thủy giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua thủy giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh mạng.

Trên đây tu tập tâm như đất, nếu đặc tướng của mình phù hợp như đất thì tu tập một thời gian tâm sẽ trở thành đất thật sự, nghĩa là tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ. Còn nếu không hợp với đặc tính của đất thì ta chuyển qua tu tập tâm như nước, tức là ta tu tập giới hành thứ mười hai, Thủy giới hành.

Trước khi muốn tu tập thủy giới hành thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La tu tập thủy giới hành: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập như tính của nước, này La Hầu La, do tu tập sự tu tập như nước, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này La Hầu La, ví như trong nước người ta rửa đồ bất tịnh, rửa đồ tịnh, rửa sạch phân uest, rửa sạch nước tiểu, rửa sạch nước miếng, rửa sạch mũ, rửa sạch máu, v.v.. tuy vậy nước không lo âu, không dao động, không nhàm chán”***.

Khi tu tập tâm như tính của nước thì chúng ta nên quán xét lời dạy này, rồi dùng nó tác ý tu tập hằng ngày như tác ý câu: ***“Tâm như nước phải mát lạnh trước mọi ác pháp”*** hoặc ***“Tâm như nước phải rửa sạch tham, sân, si, như rửa sạch các chất bẩn vậy”***. Khi tác ý như vậy thì chúng ta nên lắng tâm để cảm nhận tâm lúc bấy giờ nghe như mát lạnh, nghe như dễ chịu trong thanh thản, an lạc và vô sự.

Nếu lắng nghe tâm như nước thanh thản, an lạc và vô sự, đó là nước đã rửa đồ dơ uest trước, bất tịnh, nước đã rửa tất cả các ác pháp.

## HỎA GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **HỎA GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của hỏa giới hành là gì?

Giới đức hỏa giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh hỏa giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua hỏa giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh mạng.

Hỏa giới hành cũng tu tập như thủy giới hành vậy, có nghĩa là phải tư duy quán xét tính của lửa. Tính của lửa là tính đốt cháy tất cả, đồ bất tịnh cũng như đồ thanh tịnh, phần uế, nước tiểu, nước miếng, máu mủ, đờm nhớt, v.v.. đều đốt sạch không thứ nào tính lửa không đốt. Tuy đốt cháy tiêu tan như vậy, nhưng lửa chẳng hề buồn rầu, lo lắng thương ghét, oán hờn, thù

giận một vật gì cả; đốt cháy như vậy nhưng tính lửa vẫn không dao động, vẫn không nhầm chán ghét dơ một vật gì cả. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: **“*này La Hầu La hãy tu tập sự tu tập như lửa, này La Hầu La, do tu tập tâm như lửa các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này La Hầu La, ví như lửa đốt các đồ tịnh, đốt các đồ không tịnh, đốt phần uế, đốt nước tiểu, nước miếng, đốt mỡ, đốt máu, tuy vậy lửa không lo âu, không dao động, không nhầm chán cũng vậy, này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập như lửa ...*”**

Nếu đặc tính của chúng ta thích tu tập tâm như lửa để đốt sạch các ác pháp, các dục và các cảm thọ thì hàng ngày phải siêng năng tu tập theo như lời Phật đã chỉ dạy.

Muốn tu tập tính như lửa để đốt cháy các pháp ác và lòng tham muốn thì hàng ngày chúng ta nên tu tập pháp môn như lý tác ý. Tu pháp môn như lý tác ý thì cần phải trạch pháp giác chi kỹ lưỡng câu mình muốn tác ý. Câu muốn tác ý là hàng đầu trong mọi pháp tu tập như câu: **“*tâm ta như lửa phải đốt sạch các ác pháp không được để trong lòng những pháp ác, phải đốt sạch các cảm thọ đau*”**

**khổ, phải đốt sạch các dục ham muốn, phải đốt sạch những phiền não trong tâm, phải đốt sạch lòng sân hận, phải đốt sạch sự lo lắng, ưu phiền, v.v..”.**

Hoặc chúng ta nương vào hơi thở mà tác ý: **“Phải đốt sạch tâm sân tôi biết tôi hít vô, phải đốt sạch tâm sân tôi biết tôi thở ra”.**

Hoặc: **“Phải đốt sạch tâm tham tôi biết hít vô, phải đốt sạch tâm tham tôi biết tôi thở ra”.**

Hoặc **“Phải đốt sạch sự hôn trầm thù miên tôi biết tôi hít vô, phải đốt sạch hôn trầm thù miên tôi biết tôi thở ra”.**

Hoặc **“Phải đốt sạch thù miên, hôn trầm, tôi biết tôi đang đi kinh hành”.**

Ta tiếp tục tu tập như vậy, cho đến khi nào tâm tham, sân, si không còn, chỉ còn tâm thanh thản, an lạc và vô sự, hay nói cách khác chỉ còn lại tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ. Đó là ta đã đạt được mục đích của sự giải thoát.



## PHONG GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **PHONG GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của phong giới hành là gì?

Giới đức phong giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh phong giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua phong giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh mạng.

Phong giới tu tập cũng như hỏa giới vậy. Trước tiên chúng ta phải có sự tư duy quán xét về tính của gió. Tính gió là hay thổi, thổi tất cả các đồ bất tịnh, thổi tất cả các ác pháp và các dục, tham, sân, si, gió thổi sạch, thổi không chừa một vật gì. Cho nên tu tập tính như gió là phải thổi tan tất cả các ác pháp.

Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hâu La: ***“Này la Hâu La, hãy tu tập sự tu tập như gió, này La Hâu La, do tu tập sự tu tập như gió, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên, không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này La Hâu La. Như gió thổi các đồ tịnh, thổi các đồ bất tịnh, thổi phần uế, thổi nước tiểu, thổi nước miếng, thổi mù, thổi máu, tuy vậy gió không lo âu, không dao động, không nhàm chán, cũng vậy này La Hâu La hãy tu tập sự tu tập tâm như gió...”***

Như đã nói ở trên, muốn tu tập làm gió để thổi tất cả các ác pháp và các cảm thọ thì phải biết rõ tánh của gió, tính của gió là thổi đồ dơ, đồ sạch, gió đều thổi tất cả không bỏ sót một vật nào, rất bình đẳng và công bằng. Vì thế muốn tâm mình làm gió thì phải tu tập như thế nào để tâm trở thành gió thật sự.

Muốn tâm thành gió thật sự thì phải tu tập như thế nào để có một sức lực mạnh mẽ như gió, để khi sử dụng thì tâm mạnh như gió mới thổi tan đi mọi ác pháp. Nếu không tu tập tâm được như gió thì khó mà thổi tan các ác pháp.

Muốn tu tập được sức mạnh như gió thì chúng ta phải nương vào hơi thở mà tác ý:

**“*Tâm ta phải như gió, thổi cho thật sạch tất cả các pháp tham, sân, si, mạn, nghi, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra*”.** Nhớ câu tác ý này mà ngày ngày bên chí tu tập thì tâm có một nội lực mạnh sẽ thổi tan tất cả, dù là núi non hùng vĩ, dù có cứng chắc và trơ trơ như sắt đá vẫn bị sức mạnh của tâm như gió thổi tan nát, nếu các bạn tu tập: **“*Có công mài sắt có ngày nên kim*”.**



## **HƯ KHÔNG GIỚI HÀNH**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **HƯ KHÔNG GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành hư không giới hành là gì?

Giới đức hư không giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh mạng.

Giới hạnh hư không giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua hư không giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh mạng.

Hư không giới hành là một sự trống không. Muốn tu tập để trở thành hư không. Tính của hư không là không có một vật gì trú được dù là vật ác hay vật thiện, dù là dơ bẩn hay không dơ bẩn, dù có phiền não hay không phiền não, dù có thọ lạc hay thọ khổ, tính của hư không cũng không dung chứa. Muốn cho tâm

trở thành tính của hư không thì hãy lắng nghe lời đức Phật dạy La Hầu La: **“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập như hư không, các xúc khả ái, không khả ái được khởi lên không có nắm giữ tâm, không có tồn tại. Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập như hư không...”**.

Muốn tâm được trở thành như hư không mà chỉ hiểu suông thì không bao giờ trở thành hư không được. Cần phải có một sự kiên gan bền chí tu tập hằng ngày, chứ không tu theo kiểu tu tập lấy có.

Muốn tâm trở thành hư không thì phải có pháp hành tu tập như đức Phật đã dạy: **“Hãy tu tập sự tu tập như hư không”**. Vậy tu tập sự tu tập như hư không như thế nào?

Các bạn hãy lắng nghe: **“Khi ngồi thì các bạn nên nương vào hơi thở mà tác ý như câu này “Tâm tôi phải giống như hư không, không dung chứa một vật gì cả: tham, sân, si cũng không dung chứa; phiền não, đau khổ, giận hờn, thương ghét cũng không dung chứa; bệnh tật khổ đau, sanh tử gần kề một bên tâm cũng không dung chứa...”**, tôi biết tôi hít vô và thở ra”. Hay tác ý một câu khác như: **“Tâm tôi như hư**

***không nhất định không dung chứa ác pháp và dục, tôi biết tôi hít vô, tôi biết tôi thở ra***". Hằng ngày siêng năng tu tập như vậy thì tâm sẽ như hư không.

Khi đi kinh hành hay làm bất cứ một công việc gì thì nên nương tâm theo hành động làm việc đó mà tác ý như trên thì một ngày không xa tâm các bạn sẽ trở thành hư không thật sự, có nghĩa là bạn không còn tham, sân, si, phiền não và khổ đau nữa.



## GIỚI HÀNH THỨ MƯỜI SÁU:

# TỪ GIỚI HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **TỪ GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của từ giới hành là gì?

Giới đức từ giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh từ giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua từ giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Muốn tu tập từ giới hành thì phải tu tập như thế nào? Chúng ta hãy lắng nghe Đức Phật dạy La Hầu La về giới này: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về lòng từ. Này La Hầu La, do sự tu tập về lòng từ, thì cái gì thuộc về sân tâm sẽ được trừ diệt”***.

Ở đây chúng ta hãy ghi nhận những danh từ này **“Tu tập sự tu tập về lòng từ”**. Vậy tu tập như thế nào để có lòng từ?

Chúng ta nên trở về bài kinh Bát Thành thì thấy ngay được sự tu tập. Còn ở đây lời dạy quá cô đọng khiến chúng ta không biết pháp hành.

Từ tâm là một pháp môn trong tám pháp môn độc nhất của Phật giáo đưa người tu hành đi đến cứu cánh giải thoát hoàn toàn mọi sự khổ đau của kiếp làm người. Chúng tôi xin nhắc lại một lần nữa các bạn nên lưu ý: **“Pháp độc nhất thì phải được đặt trên một nền tảng đạo đức vững chắc, đó là “GIỚI LUẬT”**.

Lời dạy trong kinh Bát Thành, xin các bạn đọc lại: **“Lại nữa, này Gia chủ, Tỳ Kheo an trú biến mãn một phương với tâm câu hữu với từ; cũng vậy phương thứ hai; cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế gian, trên dưới bề ngang, hết cả phương xứ, cùng khắp vô biên giới, vị ấy an trú biến mãn với tâm câu hữu với từ, quãng đại vô biên không hận không sân, vị ấy suy tư và được biết: “Tâm từ giải thoát này là pháp hữu vi do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp**

***hữu vi, do suy tư tác thành, thời sự vật ấy là vô thường, chịu sự đoạn diệt”. Vi ấy do vãng trú ở đây, được đoạn trừ các lậu hoặc, được chứng đạt...”.***

Những từ chúng ta cần hiểu: An trú, biến mãn một phương, tâm câu hữu với từ. Vậy an trú nghĩa là gì?

An trú có nghĩa là trú ẩn một nơi an ổn, một nơi được bao bọc an toàn không có pháp nào đến quấy rầy làm mất an, làm khổ đau phiền lụy.

An trú với lòng từ có nghĩa là an trú trong lòng thương yêu của mình đối với tất cả chúng sanh, không có loài vật nào mà không thương yêu. Người nào an trú được với lòng yêu thương như vậy là người ấy có chỗ trú ẩn yên ổn mà không có ác pháp nào xâm phạm được, người ấy là người ở chỗ yên ổn nhất.

Biến mãn một phương là gì? Biến mãn một phương có nghĩa phủ trùm khắp cùng khắp một phương, không có chỗ nào là không có lòng thương yêu nơi phương ấy, hay nói cách khác là lòng thương yêu tất cả chúng sanh không có bỏ sót một loài nào trong phương đó.

Tâm câu hữu với từ nghĩa là gì? Tâm câu hữu có nghĩa là ***“tâm tập hợp”*** hay ***“tâm kết***

**hợp**". Tập hợp hay kết hợp có nghĩa là tập hợp hay kết hợp pháp này với pháp kia. Ở đây tâm câu hữu với lòng từ. Có nghĩa là đem tâm kết hợp với lòng yêu thương. Pháp môn của Phật dạy thường hay có sự kết hợp các pháp môn khác lại để trở thành một pháp môn độc đáo, khi tấn công vào giặc sanh tử với pháp môn ấy chúng không thể tránh né và trở tay kịp đành phải bị tiêu diệt, vì những pháp môn ấy kết hợp quá chặt chẽ.

Ví dụ 1: Tu Định Niệm Hơi Thở và kết hợp với lòng từ bằng cách nương vào hơi thở và tác ý: ***"Tất cả chúng sanh đều đau khổ cũng giống như ta vậy, ta phải thương yêu chúng như chính thương yêu ta, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra"***. Khi tác ý như vậy và thở đúng năm hơi thở rồi chúng ta tác ý trở lại câu trên. Cách thức tu tập như vậy gọi là lòng từ câu hữu với hơi thở.

Ví dụ 2: Đi kinh hành ta câu hữu với tâm từ ***"Tất cả chúng sanh đều có sự đau khổ như nhau, cũng sợ chết như ta. Ta phải thương yêu chúng như chính thương ta, tôi đi kinh hành tôi biết tôi đi kinh hành"***, khi đi kinh hành ta đếm đúng 10 bước, đứng lại, nhắc câu tác ý trên. Khi tác ý xong ta lại bước đi trong im lặng và lắng nghe từng bước đi mà

âm thanh tác ý còn vang mãi trong tâm chúng ta với lòng thương yêu chân thật đối với chúng sanh.

Bất cứ làm công việc gì chúng ta cũng đều có thể tu tập và kết hợp với lòng từ qua những hành động đang làm việc. Nhưng các bạn phải nhớ lưu ý một điều là luôn luôn lắng tâm nghe lòng thương yêu lan mãi khắp trong tâm hồn của chúng ta theo từng mỗi bước đi, mỗi hành động làm việc.

Bền chí tu tập như vậy từ một tháng đến 7 tháng tâm vững trú ở trạng thái thương yêu này thì đoạn trừ tất cả các lậu hoặc..., chưa chứng đạt sẽ được chứng đạt như kinh dạy. ***“Vị ấy do vững trú ở đây, đoạn trừ được các lậu hoặc... chưa chứng đạt được chứng đạt”.***



## **BI GIỚI HÀNH**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **BI GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của bi giới hành là gì?

Giới đức bi giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh bi giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua bi giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Trước khi học và tu tập Bi giới hành thì chúng tôi xin nhắc lại Từ giới hành, như các bạn đã biết tâm từ là lòng thương yêu tất cả chúng sanh; còn tâm bi là lòng thương xót tất cả chúng sanh.

Thương yêu và thương xót không giống nhau các bạn ạ! Thường người ta hay ghép hai từ này lại làm một từ kép “**TỪ BI**” để chỉ cho

lòng thương yêu rộng lớn vĩ đại hơn cả lòng bác ái, nhưng trong Phật giáo thì nó được chia ra làm hai từ rất rõ ràng, vì hai từ này là hai pháp môn để tu tập, cho nên tâm từ khác tâm bi. Hai tâm này có công dụng khác nhau để đối trị hai ác pháp trong tâm con người.

1/ Lòng từ đối trị tâm sân hận.

2/ Lòng bi đối trị tâm hãm hại.

Do lòng thương yêu của tâm từ mà tâm sân hận của chúng ta không phát khởi và được tiêu diệt, bởi lòng thương yêu luôn luôn sẵn lòng tha thứ dù bất cứ một điều ác gì.

Do lòng thương yêu mà ta vượt qua tất cả mọi ác pháp và tất cả các chướng ngại vật đang tác động vào thân tâm ta.

Do lòng thương xót thấy mọi vật đau khổ, tàn héo, khô cằn, đang rên la kêu khóc, đang quằn quại rên rỉ khiến ta cảm lòng không được, nên bỏ qua tất cả lỗi lầm mà họ đang cố hại chúng ta. Lòng bi khiến cho ta nhớ đến những nỗi thương đau chung của muôn loài chúng sanh, do đó chúng ta không nở lòng nào ghen ghét, ganh tị cố tâm làm hại chúng được. Chúng sanh đã từng chịu nhiều khổ đau trong qui luật của nhân quả. Thế sao ta lại nở đành lòng làm hại chúng?

Làm giảm sự đau khổ cho đời thì ta nên cố gắng hết mình để không làm hại mình hại người hại cả hai. Lời đức Phật dạy La Hầu La còn văng vẳng mãi bên tai: **“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về lòng bi. Này La Hầu La, do tu tập sự tu tập về lòng bi, cái gì thuộc về hại tâm sẽ được trừ diệt”**.

Muốn tu tập về phương pháp này cho có hiệu quả thì các bạn nên dùng pháp như lý tác ý và hơi thở hay đi kinh hành. Hơi thở hay đi kinh hành là chỗ tựa nương của tâm để bạn tác ý thực hiện được lòng bi. Nhờ có tu tập được như vậy, bạn sẽ không có phiền não, tham, sân, si, oán ghét, thù hận để hại người hại vật, hại mình, hại cả hai.

Trong cuộc đời có nhiều người tâm nhỏ mọn ích kỷ có chuyện gì không đúng sở thích của mình, không hợp với mình thì tìm cách nói xấu, nói điều này, nói điều khác, mục đích là để hại người, làm cho người khác bị khinh chê hoặc dùng lời mạt sát, mạ lị người khác, làm cho họ không ngóc đầu lên với thiên hạ!

Phần nhiều trong cuộc đời này họ hại nhau giết nhau bằng ngôn ngữ nhiều nhất. Không những người ngoài đời mà trong các tôn giáo, nhất là Phật giáo, tuy ngoài miệng nói từ, bi, hỷ, xả, nhưng trong tâm chất chứa gươm đao,

dao, mác, v.v., dùng ngòi bút mạ lị, mặt sát để thỏa lòng tham vọng, danh lợi.

Bởi vậy nếu không biết tu tập tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả thì từ, bi, hỷ, xả chỉ là những danh từ suông rỗng tuếch. Cho nên tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả không tu tập đúng pháp thì không bao giờ có tâm từ, tâm bi, tâm hỷ, tâm xả được. Vậy tu đúng pháp như thế nào?

Chúng ta tìm nơi vắng vẻ như gốc cây, cánh đồng hoang vắng, bờ suối, nghĩa địa, nhà mồ. Tìm nơi vắng vẻ xong ta ngồi kiết già, lưng thẳng để thân tâm được đi vào yên lặng xong thì ta mới bắt đầu tác ý: ***“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”***, khi tác ý như vậy ta hãy lắng tâm nghe hơi thở vô ra. Khi hơi thở vô ra đều đặn ta lại tác ý ***“Lòng thương xót chúng sanh phải phủ trùm mười phương không bỏ sót một chúng sanh nào cả, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”***. Khi tác ý như vậy xong, ta hãy lắng nghe hơi thở ra vô với lòng thương xót đối với tất cả chúng sanh. Hoặc tác ý ngắn như: ***“Hít vô tôi biết tâm tôi thương xót chúng sanh, thở ra tôi biết tâm tôi thương xót tất cả chúng sanh”***. Và thế tiếp tục tu tập như thế thì kết quả đến với ta là ta không bao giờ

còn làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh nữa; ấy là giải thoát các bạn ạ! Các bạn đừng nghĩ giải thoát là những điều cao siêu mà thành ra không tưởng.



## **HỠ GIỚI HÀNH**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **HỠ GIỚI HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của hỷ giới hành là gì?

Giới đức hỷ giới hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh hỷ giới hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua hỷ giới hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Hỷ giới hành tu tập cũng giống như Bi giới hành. Vậy muốn tu tập Hỷ giới hành ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về Hỷ giới. Này La Hầu La do tu tập sự tu tập về tâm hỷ. Cái gì thuộc về bất lạc sẽ được diệt trừ”***.

Theo như lời dạy trên đây chúng ta lưu ý sự tu tập về tâm hỷ và cái gì thuộc về bất lạc sẽ được diệt trừ. Tu tâm hỷ sẽ diệt trừ tâm bất lạc, Vậy tâm bất lạc là gì?

Tâm bất lạc là tâm phiền não, khổ đau lo rầu, sợ hãi, khóc thương, tâm trạo hối tâm loạn động, v.v..

Vậy tu tập sự tu tập về tâm hỷ như thế nào?

Trong kinh Bát Thành dạy: ***“Này Gia chủ, Tỳ Kheo an trú biến mãn một phương với tâm câu hữu với hỷ, cũng vậy phương thứ hai, cũng vậy phương thứ ba, cũng vậy phương thứ tư. Như vậy cùng khắp thế giới trên dưới bề ngang, hết thấy phương dưới cùng khắp vô biên giới, vị ấy an trú biến mãn với tâm kết hợp với hỷ quảng đại vô biên không hận, không sân, vị ấy suy tư và được biết : “Hỷ tâm giải thoát này là pháp hữu vi, do suy tư tác thành. Phàm sự vật gì là pháp hữu vi, do suy tư tác thành thời sự vật ấy là vô thường, chịu sự đoạn diệt”. Vị ấy do vững trú ở đây”***.

Đoạn kinh trên giải thích cho chúng ta biết sự tu tập tâm hỷ, có nghĩa là phải luôn luôn tác ý lòng hân hoan đối với vạn vật chỗ

nào cũng có lòng hân hoan. Do chỗ nào cũng có lòng hân hoan, nên các ác pháp và chướng ngại pháp sẽ được hóa giải không còn tác dụng vào thân tâm chúng ta được khiến cho tâm hồn lúc nào cũng vui vẻ, an lạc và hạnh phúc.

Chúng ta biết rằng lòng hân hoan vui vẻ hạnh phúc đó chỉ là pháp hữu vi tạm thời; nó là pháp vô thường luôn chịu sự hoại diệt, chứ không phải trạng thái hoan hỷ này là vĩnh viễn, nhưng nhờ trú vào nó mà các ác pháp không tác động vào thân tâm ta được. Do thân tâm không bị ác pháp tác động vào được nên cứu cánh tại nơi đó chứ không phải tâm hoan hỷ. Biết tâm hoan hỷ là pháp hữu vi vô thường, nhưng ở đây đức Phật dạy chúng ta nên vững trú ở trạng thái hoan hỷ này vững tâm giữ gìn trạng thái này thì sẽ đoạn trừ được tất cả các lậu hoặc và như vậy những gì ta chưa chứng đạt sẽ được chứng đạt.

Trở lại đoạn kinh giáo giới La Hầu La. đức Phật dạy: ***“Hãy tu tập sự tu tập về tâm hỷ, cái gì thuộc về bất lạc sẽ được đoạn trừ”***.

Đoạn kinh trên đã trả lời câu hỏi thứ nhất, còn câu hỏi thứ hai: *“bất lạc sẽ được đoạn trừ”*. Vậy bất lạc là gì?

Bất lạc tức là lậu hoặc bất lạc là sự chưa chứng đạt.

Trong bài kinh này dạy chúng ta nên vững trú ở trạng thái hoan hỷ thì chưa chứng đạt sẽ được chứng đạt.

Muốn an trú được ở trạng thái tâm hỷ thì không có pháp nào hơn là pháp như lý tác ý cùng với hơi thở.

Muốn tu tập kết quả được giải thoát như vậy, ta thường nhắc tâm: ***“Trước các ác pháp và các chướng ngại pháp tâm ta phải luôn luôn hoan hỷ vui vẻ. Ta biết ta hít vô, ta biết ta thở ra”***. Nên nhớ cứ an trú theo pháp này những gì chưa chứng đạt ta sẽ được chứng đạt, đừng cầu, đừng muốn mau, chỉ cần hằng ngày giữ gìn tâm đừng mất lòng hoan hỷ, đừng mong cầu gì cả thì có ngày sự chứng đạt sẽ đến, các bạn ạ!



## GIỚI XẢ HÀNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI XẢ HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành giới xả hành là gì?

Giới đức giới xả hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh giới xả hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới xả hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Tu tập Giới xả hành cũng giống như tu tập Giới hỷ hành. Vậy muốn biết cách thức tu tập chúng ta nên lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: *“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về tâm xả, này La Hầu La, do tu tập sự tu tập về tâm xả, cái gì thuộc về hận tâm sẽ được trừ diệt”*.

Như đã nói ở trên tu tâm xả cũng giống như tu tâm hỷ. Muốn hiểu rõ nghĩa thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy Gia chủ Dasama: **“Này gia chủ Dasama Tỳ Kheo an trú biến mãn một phương, 2 phương, 3 phương, 4 phương, phương trên, phương dưới, bề ngang hết thấy phương xứ cùng khắp vô biên giới, câu hữu với tâm xả và an trú vững chắc nơi trạng thái này quảng đại vô biên không hận, không sân”**. Do ở trạng thái không hận, không sân tâm sẽ được đoạn trừ các lậu hoặc... nhờ đó tâm giải thoát hoàn toàn. Cho nên kinh dạy: **“Vị ấy vững trú ở đây, đoạn trừ được các lậu hoặc... chưa chứng đạt, được chứng đạt”**.

Cách thức tu tập tâm xả cũng giống như cách thức tu tập tâm hỷ phải dùng pháp như lý tác ý **“đứng trước các ác pháp và các cảm thọ: thọ lạc, thọ khổ, thọ bất lạc bất khổ, ta đều xả hết”**. Khi xả phải luôn luôn tác ý như sau: **“Thọ lạc ta không nên ưa thích, không dính mắc theo chúng; thọ khổ ta không hề sợ hãi, không hề dao động, đó là tâm xả”**.

Xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh tức là dùng năng lực Xả Giác Chi để nhập Tứ Thiên.

Năng lực Xả Giác Chi là năng lực cuối cùng của tâm xả. Đầu tiên chúng ta tu tập tâm xả là tu tập ý thức xả. Ý thức xả là tu tập xả tâm vô lượng. Tu tập xả tâm vô lượng có nhiều cách thức, có từ thấp lên cao:

1- Xả Tâm Vô Lượng là tu tập xả tâm câu hữu với hơi thở, tức là nương hơi thở để tác ý xả tâm.

2- Trên Tứ Niệm Xứ để khắc phục tham ưu tức là quét các chướng ngại pháp trên bốn chỗ: thân, thọ, tâm, pháp.

3- Ngồi quét tâm như ông Châu Lợi Bàn Đạc.

4- Mọi sự tham muốn, mọi sự giận hờn phiền não. Mọi sự lo toan sợ hãi, mọi sự khổ đau tai nạn, mọi bệnh tật, v.v.. chúng ta đều giữ tâm bất động bằng phương pháp Định Niệm Hơi Thở. Đó là cách thức xả tâm vô lượng.

5- Giữ gìn tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ thì đó là xả tâm vô lượng.

Ví dụ 1: Ta muốn xả tâm tham ăn thì nên tác ý: ***“Phải từ bỏ tâm tham ăn tôi biết tôi hít vô, xả tâm tham ăn tôi biết tôi thở ra”*** hay tâm đang sân dữ dội, thì ta nên tác ý: ***“Xả tâm sân tôi biết tôi hít vô, xả tâm sân tôi biết tôi thở ra”***. Cứ năm hơi thở tác ý một lần;

tác ý đều như vậy một lúc sau là tâm tham ăn hay tâm sân liền biến mất.

Ví dụ 2: Có một trạng thái tưởng nào xuất hiện trong thân tâm ta, muốn xả trạng thái đó thì ta nên nương vào hơi thở mà tác ý ngay trạng thái đó: ***“Trạng thái tưởng này phải xả ra, ta không chấp nhận, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”***. Khi tác ý như vậy xong thì ta tiếp tục hít thở ra vô năm hơi thở như vậy rồi tiếp tục tác ý như câu trên. Phương pháp tác ý cho thân tâm trở lại bình thường hoặc tác ý chùng nào trạng thái ác tưởng không còn nữa. Khi trạng thái tưởng đã hết thì nên tác ý: ***“Tâm thanh thản an lạc và vô sự, hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”***.

Khi tâm đã thanh thản bình thường thì nên tác ý câu khác, ***“Tâm phải xả tất cả các ác pháp và lòng ham muốn, hít vô tôi biết tôi hít vô; tâm phải xả tất cả các ác pháp và lòng ham muốn, thở ra tôi biết tôi thở ra”***.



## GIỚI BẤT TỊNH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI BẤT TỊNH HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới bất tịnh hành là gì?

Giới đức giới bất tịnh hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh giới bất tịnh hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới bất tịnh hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Chúng ta thường tu tập Định Vô Lậu. Trong Định Vô Lậu có pháp dạy quán thân này bất tịnh. Từ đó, chúng ta quán xét thân bất tịnh, thuần biết thân chúng ta hoàn toàn là những chất thứ bất tịnh hôi thối không có vật gì trong đó là quý báu, chỉ toàn là các duyên bất tịnh hợp thành. Do nhiều đời lầm chấp cho

thân này là tốt đẹp, là quý báu là của ta, là ta, là bản ngã của ta. Do sự lầm chấp như vậy nên có những việc xảy ra xúc phạm đến thân tâm của ta thì ta lại phát sân hận, tức tối, phiền não khổ đau. Sự sân hận, tức tối, phiền não khổ đau là do tâm tham ái thân này vậy. Vậy chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về bất tịnh, này La Hầu La, do tu tập sự tu tập về bất tịnh cái gì thuộc về tham ái được diệt trừ”***.

Như lời Phật dạy trên đây chúng ta quán thân bất tịnh thì sẽ diệt trừ được tâm tham ái. Vậy muốn quán thân bất tịnh thì xin các bạn vui lòng đọc lại kinh Thân Hành Niệm dạy về cách thức quán thân bất tịnh: ***“Này các Tỳ Kheo, Tỳ Kheo nên quán sát thân này dưới từ bàn chân trở lên trên cho đến đỉnh tóc bao bọc bởi da chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt: “Trong thân này đây là tóc, lông, móng, răng, da, thịt, gân, xương, thận, tuỷ, tim, gan, hoành cách mô, lá lách, phổi, ruột, phân, mật, đờm, miên dịch, mủ, máu, mồ hôi, nước ở khớp xương, nước tiểu, v.v.. Này các Tỳ kheo, cũng như một bao đồ, hai đầu trống đựng đầy các loại hạt như: gạo, lúa, đậu xanh, đậu lớn,***

**mè, gạo đã xay rồi. Một người có mắt và đổ các hạt ấy ra và quán sát: “Đây là hạt gạo đây là hạt lúa, đây là đậu xanh, đây là đậu lớn, đây là mè, đây là hạt lúa đã xay rồi”. Cũng vậy này các Tỳ Kheo, một Tỳ Kheo quán sát thân này dưới từ bàn chân trở lên, trên chỗ đến đỉnh tóc, bao bọc bởi da chứa đầy những vật bất tịnh sai biệt”.**

Trên đây là lời Phật dạy quán thân bất tịnh. Khi quán sát thân thấu suốt thân này bất tịnh như thật thì còn đâu tham ái thân này nữa. Phải không các bạn?

Thấy biết như thật những chất trong thân này quá dơ bẩn, không thể che dấu được chúng ta nhìn thấy thật sự trên thân ta và mọi người: phân phần, mồ hôi, nước tiểu, đờm dãi, ghèn, nước mũi, nước miếng đều có mùi hôi thối, nếu ai nghe, thấy, ngửi đều ghê tởm, đều muốn tránh xa. Ai ai cũng biết nó bất tịnh dơ bẩn thì còn ai dám sờ mó, đụng chạm đến những đồ bất tịnh đó. Phải không các bạn?

Còn những người nào chưa quán sát xem xét thấy thân này bất tịnh, dơ bẩn, hôi thối, thì tâm còn ưa thích. Tâm còn ưa thích thân này là còn tâm sắc dục; tâm sắc dục còn là còn thấy sắc dục là hạnh phúc, là khoái lạc; còn thấy sắc dục là hạnh phúc, là khoái lạc là tâm còn tham

ái. Cho nên khi tu tập giới bất tịnh hành thì đối trị tâm tham ái. Tâm tham ái diệt là tham, sân, si diệt. Tham, sân, si, diệt là giải thoát. Vậy các bạn hãy tu tập và giữ gìn giới bất tịnh hành này nghiêm chỉnh thì tâm tham ái của các bạn sẽ được diệt trừ.

Vì thế hằng ngày chúng ta phải chuyên tu tập đúng pháp như lý tác ý nương thân hành nội ngoại.

Câu tác ý thứ nhất: ***“Sắc dục chỉ là tâm tham ái nên không thấy thân này bất tịnh, uế trước, bản thủ, hôi thối phải từ bỏ, phải xa lìa chúng, tâm phải luôn luôn thanh thản, an lạc và vô sự”***.

Câu tác ý thứ hai: ***“Thân này bất tịnh, uế trước, hôi thối chúng ta phải từ bỏ tâm sắc dục, tôi biết tôi hít vô, tôi biết tôi thở ra”***.

Câu tác ý thứ ba: ***“Thân này là thân bất tịnh hôi thối ta phải xa lìa, đừng tham ái nó tôi biết tôi đang đi kinh hành”***.

Pháp như lý tác ý quá cụ thể rõ ràng, hằng ngày phải siêng năng tu tập một cách nhiệt tâm, nhiệt tình thì mới có hiệu quả làm chủ được cuộc sống sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt tái sanh luân hồi.

Chúng ta lại tiếp tục quán xét thân bất tịnh như trong kinh Tứ Niệm Xứ hay kinh Thân Hành Niệm. Nếu thân này chết khoảng 4, 5 ngày thì trương phồng lên, xanh đen, lại nứt nẻ, nước vàng chảy ra, mùi hôi thối xông lên rất khó chịu, khiến cho mọi người không ai dám lại gần, nếu đem thân này quăng bỏ trong nghĩa địa đùng chôn thì các loại chim như: quạ, diều hâu, chim kên, chó, gà và tất cả các loại côn trùng ăn. Thân này tánh chất là như vậy, không có cách nào vượt khỏi tánh chất ấy, dù ta đem phơi khô hay ướp một thứ thuốc nào thì thân bất tịnh vẫn là bất tịnh, tính vô thường hoại diệt thì không thể nào thoát ra qui luật vô thường hư hoại được.

Chúng ta hãy đọc lại đoạn kinh Tứ Niệm Xứ mà đức Phật đã dạy: ***“Lại nữa này các Tỳ kheo, Tỳ kheo như thấy một thi thể bị quăng bỏ trong nghĩa địa một ngày, hai ngày, ba ngày thi thể ấy trương phồng lên, xanh đen lại nát thối ra. Tỳ kheo quán thân ấy như sau: “Thân này tính chất là như vậy, bản tính là như vậy không vượt khỏi tính chất ấy”.***

Nhìn thấy xác thân bất tịnh, tính chất hôi hám trương phồng rữa thối bất tịnh khiến ta không còn chấp trước cho thân này là đẹp đẽ

cao quý; cho thân này là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Mọi người lầm chấp thân này tốt đẹp, trong sạch, sự thật chỉ là tấm thân bất tịnh hôi thối tan rã hoại diệt. Khi tư duy như vậy nhiều lần khiến ta nhàm chán thân tứ đại, nhàm chán đến mức độ ghê tởm không còn xem thân là vật quý trọng nữa.



## **GIỚI VÔ THƯỜNG HÀNH**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI VÔ THƯỜNG HÀNH** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới vô thường hành là gì?

Giới đức giới vô thường hành là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh giới vô thường hành là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới vô thường hành như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Mọi vật trên thế gian này do các duyên hợp thành. Do các duyên hợp thành nên vạn vật thường thay đổi. Sự thay đổi ấy gọi là vô thường; sự vô thường là hiện tượng của sự đau khổ, sự hoại diệt, sự tan rã, sự không bền vững, sự mất mát, v.v..

Phần đông con người ở thế gian này đều cho các pháp là thường còn, thường hằng, bất biến, chứ ít ai nghĩ rằng các pháp là vô thường. Từ khi đạo Phật ra đời con người mới biết được bốn chân lý của loài người, mới biết được các pháp hiện có mặt do duyên hợp, mới biết được các pháp là vô thường khổ đau, mới biết được các pháp là vô ngã, không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Có quan sát như vậy chúng ta mới có cái nhìn tính chất các pháp vô thường như thật, không còn lầm lạc.

Muốn cho sự hiểu biết như thật thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về vô thường. Này La Hầu La, do tu tập sự tu tập về vô thường cái gì thuộc về ngã mạn được diệt trừ”***.

Bài kinh giáo giới La Hầu La này dạy: ***“tu tập về sự tu tập vô thường”*** thật tuyệt vời. Vậy cái gì là vô thường?

Thưa các bạn, tất cả các pháp trong thế gian này đều vô thường như trên đã nói, nhưng thấy các pháp vô thường như thật thì phải nhiệt tâm tu tập hết sức, nếu không tu tập hết sức thì chẳng bao giờ thấy các pháp vô thường như thật.

Người không tu tập về các pháp vô thường thì cho rằng các pháp là có thật. Do thấy các pháp có thật nên mới cho các pháp là của ta, là ta, là bản ngã của ta. Từ chỗ thấy hiểu biết sai lệch mới có sự chấp ngã; từ chỗ chấp ngã mới sanh ra ngã mạn; từ chỗ ngã mạn mới sanh ra tham, sân, si mạn, nghi. Biết thế đức Phật mới dạy giới hành các pháp vô thường để diệt ngã xả tâm ly ác pháp. **“Này La Hầu La, do tu tập sự tu tập về vô thường cái gì thuộc về ngã mạn được diệt trừ”**. Lời dạy này rất đúng, nếu ai đặt trọn lòng tin mà thực hiện lời dạy này thì sẽ chấm dứt khổ đau.



## **GIỚI HÀNH NIỆM HƠI THỞ RA, HƠI THỞ VÔ**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI HÀNH NIỆM HƠI THỞ RA, HƠI THỞ VÔ** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới hành niệm hơi thở ra, hơi thở vô là gì?

Giới đức giới hành niệm hơi thở ra, hơi thở vô là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh giới hành niệm hơi thở ra, hơi thở vô là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới hành niệm hơi thở ra, hơi thở vô như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Trước khi muốn tu tập về giới hành niệm hơi thở ra, hơi thở vô thì các bạn hãy lắng nghe lời đức Phật dạy La Hầu La: ***“Này La Hầu La, hãy tu tập sự tu tập về niệm hơi thở vô, hơi***

***thở ra, làm cho sung mãn, nên được quả lớn, được lợi ích lớn. Và này La Hầu La, thế nào là tu tập niệm hơi thở ra, hơi thở vô làm cho sung mãn nên được quả lớn, được lợi ích?”***

Ở đây lời dạy này có những danh từ khó hiểu như: làm cho sung mãn, được quả lớn, được lợi ích lớn. Vậy làm cho sung mãn như thế nào? Được quả lớn, được lợi ích lớn như thế nào?

Chữ sung mãn có nghĩa là đầy đủ, sung túc, tràn đầy, dư thừa không thiếu hụt. Tóm lại, trước khi thực hiện nghĩa này thì phải tập an trú tâm trọn vẹn trong hơi thở. An trú tâm trọn vẹn trong hơi thở tức là biết hơi thở vô, hơi thở ra một cách nhẹ nhàng, tự nhiên, thoải mái, an lạc, đó là làm cho tràn đầy sung túc, dư thừa, không thiếu về niệm hơi thở.

Quả lớn là gì?

Quả lớn có nghĩa là kết quả to lớn của sự tu tập về hơi thở vô, hơi thở ra. Quả lớn còn nghĩa là kết quả của sự tu tập đạt được sự giải thoát một cách cụ thể rõ ràng, hay nói cách khác là làm chủ được sanh, già, bệnh, chết tức là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ.

Được lợi ích lớn là gì?

Lợi ích lớn có nghĩa là:

1- Đời sống được an vui, hạnh phúc không có ác pháp nào làm dao động được tâm, tâm luôn luôn thanh thản, an lạc và vô sự, thường thản nhiên trước mọi dục lạc thế gian, mọi sự cám dỗ vật chất, mọi ác pháp, v.v..

2- Làm chủ được tuổi già có nghĩa là khỏe mạnh quắc thước như một thanh niên cường tráng.

3- Làm chủ được mọi bệnh tật không sợ ốm đau như người thường tục.

4- Làm chủ được sự sống chết, muốn sống thì sống, muốn chết thì chết.

5- Chấm dứt tái sanh luân hồi.

Trên đây là năm điều lợi ích lớn của kiếp sống làm người do tu tập hơi thở vô, hơi thở ra.

Vậy trước khi muốn tu tập giới hành hơi thở vô, hơi thở ra thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: ***“Ở đây này La Hầu La, vị Tỳ Kheo đi đến khu rừng, đi đến gốc cây, hay đi đến ngôi nhà trống và ngôi kiết già, lưng thẳng và an trú chánh niệm trước mặt. Tỉnh giác, vị ấy thở vô, vị ấy thở ra”***.

Đọc đoạn kinh này chúng ta cần lưu ý những từ sau đây: khu rừng, gốc cây, ngôi nhà

trống, ngồi kiết già, lưng thẳng, an trú chánh niệm trước mặt, tỉnh giác.

Vậy khu rừng, gốc cây, ngôi nhà trống là địa điểm để tu tập, có nghĩa là tìm nơi chốn yên tĩnh, vắng vẻ để tu tập hơi thở vô, hơi thở ra. Nếu địa điểm không tìm được như trên đức Phật đã dạy, thì sự tu tập về hơi thở vô hơi thở ra rất khó khăn. Các bạn lưu ý những lời dạy này, vì nó rất cần thiết cho sự tu tập của các bạn, xin các bạn nên nhớ kỹ. Các bạn đừng cho rằng bất cứ nơi đâu tu cũng được thì đức Phật dạy điều này để làm gì? Có quan trọng đức Phật mới dạy như vậy. Đừng nghe theo những nhà Đại thừa và Thiên tông. Họ chỉ nói suông: ***“Bất cứ chỗ nào tu cũng được, tu trong bốn oai nghi, tu trong công việc làm”***. Lời nói này đi ngược lại lời dạy của đức Phật.

Ngồi kiết già là gì?

Ngồi kiết già là tư thế ngồi xếp bằng tréo hai chân đan vào nhau. Đó là tư thế ngồi của người tu thiền định. Tư thế ngồi này rất vững chắc để thân tâm dễ gom vào một đối tượng thân hành nội (hơi thở).

Ví dụ: Đi, đứng, nằm ngồi, co tay, duỗi chân, ngược nhìn, nói nín, ăn, nhai nuốt, hơi thở vô, hơi thở ra, v.v.. đều là thân hành,

nhưng phải rõ tất cả thân hành của thân là thân hành ngoại chỉ trừ có hơi thở là thân hành nội. Như vậy chúng ta phải hiểu rõ mới có thể tu tập được.

An trú chánh niệm là gì?

An trú chánh niệm là ở yên ổn trong niệm chân chánh. Niệm chân chánh là gì?

Trong đạo Phật có bốn chỗ niệm chân chánh:

1/ Niệm thân.

2/ Niệm thọ.

3/ Niệm tâm.

4/ Niệm Pháp.

Chữ chánh niệm ở đây gồm chung có 4 niệm, như vậy an trú chánh niệm tức là an trú trong bốn niệm. Vậy an trú bốn niệm một lần có được không? An trú bốn niệm một lần là tu tập Tứ Niệm Xứ. Cho nên Tứ Niệm Xứ còn gọi là Chánh Niệm.

Ngoài bốn niệm: thân, thọ, tâm, pháp còn có niệm nào khác nữa không?

Trên thân gồm có hai niệm:

1. Thân hành niệm nội.

2. Thân hành niệm ngoại.

Trên thọ gồm có ba niệm:

- 1- Niệm thọ lạc.
- 2- Niệm thọ khổ.
- 3- Niệm thọ bất lạc bất khổ.

Trên tâm gồm có hai niệm:

- 1- Niệm tịnh.
- 2- Niệm động.

Trên pháp gồm có hai niệm:

- 1- Niệm thiện.
- 2- Niệm ác.

Ở đây, bài pháp này đức Phật đang dạy La Hầu La về hơi thở vô, hơi thở ra, vì thế chánh niệm ở đây phải hiểu là thân hành niệm nội, tức là hơi thở vô hơi thở ra. Vậy an trú chánh niệm trước mặt tức là an trú hơi thở vô, hơi thở ra ở trước mặt.

Tỉnh giác nghĩa là gì? Tỉnh giác nghĩa là biết rất rõ ràng từng chi tiết nhỏ, biết rất kỹ lưỡng, biết không có mờ mịt một chút xíu nào cả. Ở đây chúng ta nên hiểu đức Phật dạy La Hầu La phải biết rất kỹ từng hơi thở vô, từng hơi thở ra.

Người giữ gìn giới hành hơi thở vô hơi thở ra có nghĩa là tu tập an trú trong hơi thở vô hơi

thở ra phải biết rất rõ ràng, không được để quên, để mất, để mờ mịt hơi thở vô ra.

Vì tâm chúng ta hay quên (vô ký) nên phải dùng pháp tác ý dẫn tâm tỉnh giác mãi mãi làm cho tâm sáng suốt thấy biết rất rõ ràng từng hơi thở vô, ra: **“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”**. An trú được trong hơi thở là đạt được căn bản về phương pháp tu Định Niệm Hơi Thở.

Để thực hiện giới hành này chúng ta nên theo lời đức Phật dạy Tôn Giả La Hâu La mà tu tập như sau:

Trước tiên chúng ta tìm nơi vắng vẻ, yên tĩnh, rồi tập ngồi kiết già lưng thẳng, sau khi tập ngồi kiết già lưng thẳng được có nghĩa là ngồi tẻo chân mà không thấy khó chịu, hoặc đau hoặc tê chân chừng nửa tiếng đồng hồ. Khi ngồi được nửa tiếng đồng hồ yên ổn thì mới đặt niệm hơi thở vô, hơi thở ra trước mặt và tác ý như sau: **“Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra”**. Khi tác ý xong câu này ta truyền lệnh: **“Hít”**, truyền lệnh xong ta mới hít vô, tỉnh giác rất kỹ theo hơi thở vô. Sau khi hơi thở vô hết ta truyền lệnh **“Thở”**, khi truyền lệnh xong ta mới thở ra và phải sáng suốt tỉnh giác theo hơi thở ra. Cứ như vậy mà tu tập 1 phút. Nếu tu tập 1 phút sức tỉnh giác rất tốt

không quên hơi thở nào, có nghĩa là trong một phút không bao giờ ta quên hơi thở, mà cũng có nghĩa là trong một phút không có một niệm vọng tưởng nào xen vào được.

Nếu một phút tu tập tốt, ta tăng lên 2 phút, rồi 3 phút, rồi 4, 5 phút. Sau khi đạt được 5 phút rất tỉnh giác hơi thở ra vô, ta tăng 6, 7, 8, 9, 10. Sau khi tăng lên 10 phút ta soát xét xem lại toàn bộ cơ thể có xảy ra trạng thái gì không?

Ví dụ: nặng đầu, nặng mặt, choáng váng chóng mặt, v.v.. Khi có những trạng thái như vậy xảy ra thì nên báo cho Thầy biết để kịp thời sửa lại cho đúng cách tu tập để không bị ức chế tâm khiến thân không rối loạn cơ bắp và thần kinh, v.v..

Trong giới hành về hơi thở vô, hơi thở ra có 19 đề mục tu tập:

### **ĐỀ MỤC THỨ NHẤT**

***1- Hít vô tôi biết tôi hít vô, thở ra tôi biết tôi thở ra.*** Đó là đề mục thứ nhất để tu tập nhiếp tâm trong hơi thở. Đề mục này tập trung tâm tại nhân trung giữa hai lỗ mũi, biết hơi thở ra vô tại chỗ đó, chứ không được theo hơi thở vô lồng ngực và ngược lại hơi thở từ lồng ngực chạy ra. Nếu các bạn nhiếp tâm được

30' mà không quên hơi thở tức là không có tạp niệm xen vào thì đó là các bạn đã tu tập viên mãn đề mục thứ nhất. Khi tu tập viên mãn đề mục thứ nhất thì các bạn nên xin Thầy kiểm tra hơi thở để xin tu tập đề mục thứ hai.

### **ĐỀ MỤC THỨ HAI**

**2- Hít vô dài tôi biết tôi hít vô dài; thở ra dài tôi biết tôi thở ra dài.** Đề mục này có mục đích là làm giảm nhẹ nơi tập trung tâm. Theo Phật giáo không được tập trung tâm một chỗ, vì tập trung tâm một chỗ rất nguy hiểm có thể làm rối loạn các cơ và thần kinh gây ra bệnh tưởng.

Khi tu tập đến đề mục này thì chú ý vào hơi thở chậm và nhẹ, vì khi tác ý như vậy thì hơi thở bắt đầu thở chậm và nhẹ một cách tự nhiên, chứ không dùng các cơ vận dụng thở chậm và nhẹ. Dùng các cơ vận dụng thở chậm và nhẹ là sai. Ở đây chỉ cần tác ý hơi thở chậm nhẹ thì tự động hơi thở sẽ thở chậm nhẹ, lúc bấy giờ chúng ta chỉ cần tác ý theo đề mục đã trạch pháp câu: ***“Hít vô dài tôi biết tôi hít vô dài; thở ra dài tôi biết tôi thở ra dài”***.

### **ĐỀ MỤC THỨ BA**

**3- Hít vô ngắn tôi biết tôi hít vô ngắn; thở ra ngắn tôi biết tôi thở ra ngắn.** Đó là

đề mục thứ ba của Định Niệm Hơi Thở, khi chúng ta muốn hơi thở ngắn thì tác ý câu này: ***“Hít vô ngắn tôi biết tôi hít vô ngắn; thở ra ngắn tôi biết tôi thở ra ngắn”***. Đây là cách điều khiển hơi thở ngắn bằng pháp như lý tác ý. Xin các bạn lưu ý. Do tu tập về hơi thở nên phải làm chủ được hơi thở. Muốn thở dài thì hơi thở dài, muốn hơi thở ngắn thì hơi thở ngắn. Khi nào chúng ta thở dài thở ngắn mà không thấy có sự rối loạn hô hấp đó là chúng ta đã thành công làm chủ hơi thở. Riêng về phần tu tập hơi thở thì nên tu tập hơi thở bình thường là tốt nhất, không nên vận dụng hơi thở dài hoặc hơi thở ngắn.

#### **ĐỀ MỤC THỨ TƯ**

***4- Cảm giác toàn thân tôi biết tôi hít vô; cảm giác toàn thân tôi biết tôi thở ra.*** Đây là đề mục dùi đục điểm không còn thấy hơi thở ra vô tại nhân trung nữa. Mỗi lần hít thở cảm nhận sự rung động toàn thân. Trong pháp Thân Hành Niệm dạy: ***“Cảm giác thân hành tôi biết tôi hít vô; cảm giác thân hành tôi biết tôi thở ra”***. Chỗ này tu tập khi nào từng hơi thở cảm nhận được sự rung động của toàn thân thì đó là kết quả của đề mục này.

#### **ĐỀ MỤC THỨ NĂM**

**5- An tịnh thân hành tôi biết tôi hít vô; an tịnh thân hành tôi biết tôi thở ra.**

Đây là một đề mục rất quan trọng trong sự tu tập mà đức Phật thường nhắc nhở: **“Nhiếp tâm và an trú tâm”**. Từ đề mục thứ nhất đến đề mục thứ tư là những đề mục nhiếp tâm, còn đề mục thứ năm này là đề mục an trú tâm, chứ không còn là đề mục nhiếp tâm nữa. Đề mục này rất quan trọng và lợi ích to lớn trong việc đẩy lui các chướng ngại pháp trên thân, thọ, tâm và pháp. Đề mục này tu xong cũng giống như người lính đánh trận có chiến hào, vì thế tất cả cảm thọ không thể tấn công được. Đây là phương pháp làm chủ bệnh mà Tứ Niệm Xứ thường dạy: **“Trên thân quán thân để khắc phục tham ưu”**. **“Trên tâm quán tâm để khắc phục tham ưu”**. **“Trên thọ quán thọ để khắc phục tham ưu”**. **“Trên pháp quán pháp để khắc phục tham ưu”**. Các bạn nên lưu ý đề mục này nó rất quan trọng trong sự tu tập làm chủ sanh, già, bệnh, chết.

**ĐỀ MỤC THỨ SÁU**

**6- Cảm giác tâm hành tôi biết tôi hít vô; cảm giác tâm hành tôi biết tôi thở ra.**

Đề mục này là để hướng dẫn chúng ta ý thức nhận xét sự hoạt động của tâm theo từng hơi

thở ra vô chứ không phải biết hơi thở ra vô bình thường. Do đó, mỗi lần hít vô hay thở ra chúng ta đều lắng nghe tâm đang có niệm hay không niệm. Khi tu tập lắng nghe tâm từng hơi thở mà thấy tâm lặng lẽ bất động không một niệm xen vào trong suốt 30' hay 1 giờ là chúng ta đã đạt được kết quả tu tập về đề mục này.

### **ĐỀ MỤC THỨ BẢY**

**7- An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô; an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở ra.** Khi tâm chúng ta đang bị động mà không có cách nào làm cho nó an được, chúng ta sử dụng ngay đề mục này bằng phương pháp như lý tác ý: **“An tịnh tâm hành tôi biết tôi hít vô; an tịnh tâm hành tôi biết tôi thở”**. Cứ mỗi lần tác ý như vậy là chúng ta cảm nhận như tâm chúng ta có một sự an ổn trong im lặng và mỗi lần hơi thở ra vô là tràn ngập sự an ổn của thân và tâm. Nếu kết quả này kéo dài từ một giờ đến 2 giờ là chúng ta đã hoàn thành đề mục này.

### **ĐỀ MỤC THỨ TÁM**

**8- Quán thân vô thường tôi biết tôi hít vô; quán thân vô thường tôi biết tôi thở ra.** Khi thân tâm được an trú trong hơi thở vô, hơi thở ra thì suốt trong thời gian tu tập hơi thở

các bạn thỉnh thoảng tác ý câu này: ***“Quán thân vô thường tôi biết tôi hít vô; quán thân vô thường tôi biết tôi thở ra”***. Nương vào hơi thở vô ra và tác ý như vậy thì giúp cho các bạn có một nội lực mạnh mẽ thân vô thường thật sự. Từ đó thân kiến kết sử bị đoạn dứt. Đây là tu tập Định Niệm Hơi Thở câu hữu với Tứ Niệm Xứ.

### **ĐỀ MỤC THỨ CHÍN**

***9- Quán thọ vô thường tôi biết tôi hít vô; quán thọ vô thường tôi biết tôi thở ra.***

Đề mục này tu tập như đề mục thứ tám quán thân vô thường để thấm nhuần thọ vô thường thật sự khiến khi thân có bệnh tật khổ đau tâm không dao động sợ hãi. Đó là mục đích của đề mục này. Vậy muốn tâm bất động trước các cảm thọ thì đề mục này phải cần siêng năng tu tập không được biếng trễ. Đây là tu tập Định Niệm Hơi Thở câu hữu với Tứ Niệm Xứ.

### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI**

***10- Quán tâm vô thường tôi biết tôi hít vô; quán tâm vô thường tôi biết tôi thở ra.***

Người ở ngoài đời cũng như các tôn giáo khác trong đó có Đại thừa, Thiên Tông, Tịnh Độ Tông, Pháp Hoa Tông, Mật Tông v.v.. đều cho tâm này là linh hồn, là Phật tánh, là Tánh

Không, là Chơn như, là trí tuệ Bát Nhã, là bản thể của vạn hữu v.v.. Đó là một sự hiểu biết lầm lạc bằng ảo tưởng, tâm là một xứ trong Tứ Niệm Xứ: Thân, Thọ, Tâm, Pháp. Cho nên quán tâm vô thường cũng như quán thọ hay quán thân vô thường vậy.

Hằng ngày quán tâm vô thường để chúng ta không bị kiến chấp Linh hồn, Phật tánh thường hằng của tà giáo ngoại đạo. Và luôn nhờ có quán tâm vô thường nên từng tâm niệm sanh khởi chúng ta không bị dính mắc và chấp đắm. Đây là tu tập Định Niệm Hơi Thở câu hữu với Tứ Niệm Xứ.

### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI MỘT**

***11- Quán các pháp vô thường tôi biết tôi hít vô; quán các pháp vô thường tôi biết tôi thở ra.*** Đây là một đề mục tu tập hơi thở trong pháp môn Tứ Niệm Xứ để thấm nhuần các pháp đều vô thường, nhờ thế các pháp đến với chúng ta là chúng ta đều buông xả sạch, vì chúng ta hiểu:

***“Buông xuống đi! Hãy buông xuống đi!***

***Chớ giữ làm chi có ích gì?***

***Thở ra chẳng lại còn chi nữa,***

***Các pháp vô thường buông xuống đi!***

Đề mục này siêng năng tu tập khi đã thấm nhuần thì có ích lợi rất lớn, đó là nhìn các pháp mà không dính mắc, không chấp trước. Đây là tu tập Định Niệm Hơi Thở câu hữu với Tứ Niệm Xứ

### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI HAI**

**12- Quán ly tham tôi biết tôi hít vô; quán ly tham tôi biết tôi thở ra.** Theo lời đức Phật dạy chỉ cần từ bỏ được tâm tham là nhập vào Niết Bàn, chấm dứt tái sinh luân hồi. Như vậy hằng ngày các bạn thường tác ý câu: **“Quán ly tham tôi biết tôi hít vô; quán ly tham tôi biết tôi thở ra”**. Khi tâm tham đã được ly ra thì tâm chúng ta luôn luôn thanh thản, an lạc và vô sự. Tâm thanh thản, an lạc và vô sự là tâm bất động trước các ác pháp và các cảm thọ.

### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI BA**

**13- Quán ly sân tôi biết tôi hít vô; quán ly sân tôi biết tôi thở ra.** Nếu một tâm sân đã được từ bỏ sạch thì Niết Bàn ở tại đó. Chỉ cần chuyên tu tập một đề mục này từ bỏ được tâm thì con đường tu của Phật giáo đâu mấy khó khăn. Phải không các bạn? Đức Phật đã đem lời dạy này ra bảo đảm với chúng ta: **“Điều này đã được Thế Tôn nói đến, đã**

**được bậc A La Hán nói đến. Và tôi đã được nghe. Nay các Tỳ Kheo hãy từ bỏ một pháp, Ta bảo đảm cho các Người không đi đến lại (tái sanh). Thế nào là một pháp? Sân, này các Tỳ kheo là một pháp các Người hãy từ bỏ. Ta bảo đảm cho các Người không đi tái sanh. Thế Tôn nói lên ý nghĩa này. Ở đây, điều này được nói đến”. Theo lời dạy trên đây chúng ta chỉ cần tu tập một đề mục này cũng đủ chúng đạo quả giải thoát, chấm dứt tái sanh luân hồi chỉ trong một đời này mà thôi.**

#### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI BỐN**

**14- Quán từ bỏ tâm tham tôi biết tôi hít vô; quán từ bỏ tâm tham tôi biết tôi thở ra.** Đề mục này tu tập cũng giống như đề mục “**Quán ly tham...**”, nhưng ở đây “**Từ bỏ**” mạnh hơn. Vậy khi tu tập ly được tâm tham thì chúng ta lại kế tiếp tu tập từ bỏ tâm tham thì lại thắm nhuần nhiều hơn và tâm tham sẽ bị diệt trừ.

#### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI LĂM**

**15- Quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi hít vô; quán từ bỏ tâm sân tôi biết tôi thở ra.** Đề mục này tu tập cũng giống như đề mục “**Quán ly sân**” nhưng ở đây nó mạnh hơn là do

**“Quán từ bỏ tâm sân”**. Nếu người nào bền chí tu tập, chỉ một đề mục này cũng đủ làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.

**ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI SÁU**

**16- Quán đoạn diệt tâm tham tôi biết tôi hít vô; quán đoạn diệt tâm tham tôi biết tôi thở ra.** Đề mục tu tập này có một sự quyết liệt mạnh mẽ hơn những đề mục trên vì **“đoạn diệt tâm tham”**. Ở trên chỉ có **“ly”** và **“từ bỏ”** mà thôi. Tại sao chỉ có tâm tham mà phải ba đề mục tu tập cẩn thận như vậy?

Kính thưa các bạn! Tâm tham dục là một nguyên nhân sinh ra muôn thứ khổ đau của loài người. Vì thế, nó rất quan trọng đệ nhất trong các pháp ác. Cho nên, tu tập tới đề mục này các bạn phải có sự quyết định mạnh mẽ không thể lùi thối với tâm tham dục được.

**ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI BẢY**

**17- Quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi hít vô; quán đoạn diệt tâm sân tôi biết tôi thở ra.** Đề mục này cũng có một sự quyết định cuộc đời tu hành của mình được hay không được. Nếu một người tu hành mà tâm sân còn thì có nghĩa lý gì là một tu sĩ. Phải không các bạn?

Sân là một tính rất xấu và cực ác, lúc sân nó có thể giết người làm bất cứ một việc gì, lúc sân, nó cũng không sợ bất cứ một thứ gì. Biết sự nguy hiểm của tâm sân như vậy, nên chúng ta quyết liệt đoạn diệt tâm sân tận gốc không còn để một chút xíu trong tâm. Phải chấm dứt ngay liền. Chính dứt được tâm sân là Niết bàn ngay liền tại đây, đâu có xa gì?

#### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI TÁM**

***18- Quán tâm định tĩnh tôi biết tôi hít vô; quán tâm định tĩnh tôi biết tôi thở ra.***

Đây là đề mục phá tâm si. Các bạn phải cố gắng tu tập với đề mục tu tập này cho nhuần nhuyễn. Khi tu tập đã nhuần nhuyễn thì không bao giờ có hôn trầm thù miên và vô ký đến thăm các bạn. Nếu các bạn tu tập chưa nhuần nhuyễn thì các bạn sẽ bị hôn trầm thù miên đánh gục. Hôn trầm thù miên là một pháp cực ác đối với những người hành theo Phật giáo.

#### **ĐỀ MỤC THỨ MƯỜI CHÍN**

***19- Với tâm giải thoát tôi biết tôi hít vô; với tâm giải thoát tôi biết tôi thở ra.***

Đây là đề mục cuối cùng của Định Niệm Hơi Thở, khi tất cả các đề mục trên đều đã hoàn tất viên mãn thì đến đề mục này là tâm bất động hoàn toàn có nghĩa là tâm lúc nào cũng thanh

thần, an lạc và vô sự tức là tâm ở trạng thái không phóng dật. Xưa đức Phật đã xác định cho chúng ta biết trạng thái này là cứu cánh Niết Bàn: ***“Ta thành Chánh Giác là nhờ tâm không phóng dật, muôn pháp lành cũng đều nơi đó sinh ra”***.



## **GIỚI HÀNH NHÂN CĂN**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI HÀNH NHÂN CĂN** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới hành nhân căn là gì?

Giới đức, giới hành nhân căn là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh, giới hành nhân căn là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới hành nhân căn như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Mỗi con người sanh ra trên đời này đều phải có đủ sáu căn đó là:

- 1/ Nhãn căn
- 2/ Nhĩ căn
- 3/ Tỷ căn
- 4/ Thiệt căn

5/ Thân căn

6/ Ý căn

Sáu căn này tức là mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý.

Hôm nay chúng ta tu học về giới hành nhãn căn. Chúng tôi xin giảng dạy về phần này. Vậy tu tập về giới hành nhãn căn như thế nào?

Trước khi muốn học về giới hành nhãn căn thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: **“*Này La Hầu La, con nghĩ thế nào? Con mắt là thường hay là vô thường?*”**

- ***Bạch Thế Tôn là vô thường.***

- ***Cái gì vô thường là khổ hay lạc?***

- ***Bạch Thế Tôn là khổ.***

- ***Cái gì vô thường, khổ chịu sự biến hoại thời có hợp lý chăng, khi quán cái ấy: “cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi?”.***

- ***Thưa không vậy, bạch Thế Tôn”.***

Cuộc vấn đáp giữa đức Phật và La Hầu La, chúng ta đã rút ra được một bài học, từ sự quán xét và tư duy của mình về giới hành nhãn căn tức là con mắt. Con mắt của ta là chất duyên hợp: đất, nước, gió, lửa cấu hợp thành; khi con

mắt tan rã thì đất trả cho đất, nước trả cho nước, gió trả cho gió, lửa trả cho lửa; khi trả xong ta chẳng còn cái gì là ta, là của ta, là bản ngã của ta nữa. Phải không các bạn?

Đủ các duyên hợp lại thành mắt; hết duyên tan rã nó chẳng còn gì. Như vậy mắt đâu phải là ta, của ta, bản ngã của ta; mắt chỉ là một dụng cụ của nhân quả duyên hợp để nhân quả dùng nó tiếp xúc và thấy mọi vật; do tiếp xúc và thấy mọi vật mới sinh ra các cảm thọ; từ các cảm thọ mới sinh ra dục ái, dục ái tức là lòng ham muốn dính mắc chấp trước của ta. Do sự dính mắc chấp trước của ta nên ta mới hiểu lầm lạc con mắt là ta, là của ta, là bản ngã của ta. Do sự lầm chấp như vậy mới sinh ra vô số lậu hoặc; lậu hoặc tức là sanh, già, bệnh, chết ưu bi sầu khổ từ kiếp này đến kiếp khác.

Mục đích của giới hành tu tập này là để giúp ta hiểu đúng mọi sự vật như thật. Như vậy con mắt là vật vô thường là khổ đau. Đó là điều hợp lý mà không thể có ai chối cãi phủ nhận được. Phải không các bạn?

Khi học tu giới hành con mắt ta nên in đậm trong trí và quyết chắc, tin chắc con mắt là vật vô thường là sự khổ đau, không phải của ta, là ta, là bản ngã của ta.

## GIỚI HÀNH SẮC TRẦN

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI HÀNH SẮC TRẦN** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới hành sắc trần là gì?

Giới đức giới hành sắc trần là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh, giới hành sắc trần là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới hành sắc trần như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Vậy con mắt để làm gì? Con mắt dùng để trông thấy hình sắc của các pháp trần. Vậy pháp trần là gì?

Trước khi trả lời câu hỏi này, chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy La Hầu La: **“*Này La***

**Hầu La, con nghĩ thế nào? Sắc trần là thường hay vô thường?**

- **Bạch Thế Tôn, là vô thường.**

- **Cái gì vô thường là khổ hay lạc?**

- **Bạch Thế Tôn là khổ.**

- **Cái gì vô thường, khổ, chịu sự biến hoại, thời có hợp lý chẳng khi quán cái ấy: “cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là tự ngã của tôi?”.**

- **Thưa không vậy, bạch Thế Tôn”.**

Tất cả pháp trần đều gồm có không ngoài sáu pháp:

1/ Sắc trần

2/ Thinh trần

3/ Hương trần

4/ Vị trần

5/ Xúc trần

6/ Pháp trần

Khi quán thấy sáu pháp trần này là vô thường, là khổ, là chịu sự biến hoại, nó không phải là ta, của ta, bản ngã của ta. Vậy ta còn ưa thích nó làm gì; nó là pháp khổ, mang đến khổ cho ta. Cho nên từ đây chúng ta phải có đôi mắt nhìn thấy các pháp trần là thấy sự khổ đau; nó

chẳng hạnh phúc gì mà chấp nhận, mà dính mắc; cần phải tránh xa và thường nhắc tâm chớ nên ưa thích, phải từ bỏ, phải đoạn lìa.

Nhờ sự tu tập thấy biết sáu pháp trần này là pháp khổ đau nên quyết tâm xa lìa, từ bỏ, vì thế chúng ta mới đủ can đảm sống và chấp nhận một đời sống ba y một bát, với tâm hồn trắng bạch như vỏ ốc, phóng khoáng như hư không, chẳng còn một pháp nào làm vướng bận tâm ta. Chùa to, Phật lớn, nhà cửa cao rộng, tiền bạc châu báu nhiều cũng không mê hoặc ta, cũng không làm cho ta ưa thích. Danh lợi dù cao sang tột đỉnh, ta xem như mây khói giữa hư không, như nước chảy qua cầu.

Hiểu thấu rõ các pháp trần không phải của ta, là ta, là bản ngã, thì ta từ bỏ chúng xa lìa chúng dễ dàng, chẳng bao giờ còn nuôi tiếc, luôn luôn sợ hãi chúng. Cho nên, mỗi lần có ai cúng dường cho mình một vật dùng gì, một món ăn gì hoặc tiền bạc y áo chúng ta đều sợ hãi, vì những vật đó là rắn độc sẽ giết ta chết trong giới luật, và làm ta mất đường đi đến sự giải phóng trong mặt trận sanh tử luân hồi.

Sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp là những pháp đáng lưu ý và cần phải tránh xa, từ bỏ. Là người tu sĩ Phật giáo, ta phải sống như Phật

**“chứng đạo dưới gốc cây, chết nằm dưới gốc cây mà chết”**. Sống được như vậy sắc, thính, hương, vị, xúc, pháp trần mới không tác động tâm ta được.



## **GIỚI HÀNH NHÂN THỨC**

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống **GIỚI HÀNH NHÂN THỨC** nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành của nó. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành của giới hành nhân thức là gì?

Giới đức, giới hành nhân thức là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh nghiệp.

Giới hạnh, giới hành nhân thức là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua giới hành nhân thức như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh nghiệp.

Trên đây, chúng ta đã học về Giới hành nhân căn. Giới hành sắc trần và tiếp đến là Giới hành nhân thức. Vậy giới hành nhân thức như thế nào?

Trước khi muốn tu học về giới hành nhân thức thì chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy

La Hâu La: **“Này La Hâu La, con nghĩ thế nào, nhân thức là thường hay là vô thường?”**

- **Bạch Thế Tôn, là vô thường.**

- **Cái gì vô thường là khổ hay lạc?**

- **Bạch Thế Tôn, là khổ.**

- **Cái gì vô thường, khổ chịu sự biến hoại thời có hợp lý chăng khi quán cái ấy: “cái này là của tôi, cái này là tôi, cái này là bản ngã của tôi?”**

- **Thưa không vậy, bạch Thế Tôn”.**

Đọc những đoạn kinh vấn đáp trên đây của đức Phật và La Hâu La chúng ta rút ra được một bài pháp tu học có hiệu quả xả tâm ly dục ly ác pháp diệt ngã, diệt tâm tham, sân, si, v.v.. dễ dàng, không có khó khăn, không có mệt nhọc, không có phí sức và kết quả giải thoát rất thực tế, rõ ràng, cụ thể.

Đoạn kinh này đức Phật đã xác định: **“Nhân thức (tánh thấy) là vô thường, là khổ là biến hoại, không thường hằng, di dịch, thường thay đổi”**, không như Đại thừa và Thiên Tông nghĩ nó là thân thức, là Phật tánh. Đoạn kinh này đã làm đảo lộn cái hiểu của Đại Thừa và Thiên Tông mà từ xưa đến nay cho thấy cái

nhân thức này không phải là của ta, là ta, là bản ngã của ta. Sự thật nhân thức này chỉ là do các duyên nhân quả tạo thành theo nghiệp lực của nó làm nên như trên đã nói. Đức Phật dạy: **“Thân người do thừa tự của nghiệp mà có”**, chứ nào phải đâu do một linh hồn hay một thần thức đi tái sanh luân hồi mà có.

Trong sắc uẩn gồm có sáu thức:

- 1/ Nhân thức
- 2/ Nhĩ thức
- 3/ Tỷ thức
- 4/ Thiệt thức
- 5/ Thân thức
- 7/ Ý thức

Trong thân người nào cũng có đủ sáu thức này, nhóm sáu thức này có chung một cái tên gọi là sắc thức.

Nhóm sáu thức này còn gọi là sáu tên gác cửa thành. Sáu tên gác cửa thành này nó có quyền hạn rất lớn, muốn cho ai vào thành thì mới được vào, còn không muốn cho ai vào thì không ai được vào. Do có quyền hạn lớn như vậy nên đức Phật dạy chúng ta biết cách sử dụng sáu tên gác cửa thành này để ngăn cản

không cho kẻ ác vào thành. Nhờ đó mà thành trì này được bình an, vô sự.

Chúng ta đọc lại đoạn kinh giới hành thứ 23, 24 tức là học về Giới hành nhãn căn và Giới hành sắc trần; học về Giới hành nhãn căn tức là học về bản đồ của sáu cửa thành; học về Giới hành sắc trần là học về sáu tên giặc ở bên ngoài thường hay vào thành khủng bố và xâm chiếm thành. Còn Giới hành thứ 25 là học về sáu người lính giữ thành tức là sáu thức.

Ở những bài kinh trên đây cho chúng ta thấy biết rất rõ ràng: Thân chúng ta là thành; sáu căn là sáu cửa thành; sáu trần là sáu tên giặc; sáu thức là sáu người lính gác thành. Đó là một kịch trường của nhân quả tạo ra để chúng ta diễn tuồng thất tình lục dục, chứ chẳng có gì là chân thật là của chúng ta cả. Do vô minh mà chúng ta lầm chấp là có thật. Một trò ảo ảnh của nhân quả, thế mà loài người trên hành tinh này có mấy ai biết rõ ràng. Phải không các bạn?

Đây là vũ trụ quan của Phật giáo qua ba giới tượng trưng này: **“nhãn sắc giới”** là con mắt tiếp xúc với **“sắc trần giới”**. Sắc trần là hình sắc, hình tướng của vạn vật, khi căn trần tiếp xúc nhau thì sinh ra cảm thọ mới sinh ra

**“sắc thức giới”**. Có sáu thức mới có ái dục. Do căn, trần, thức hợp nhau, nên gọi là lục nhập. Do lục nhập mà thế giới quan của Phật giáo mới hiện bày cả một sự khổ đau.

Cho nên đức Phật dạy: **“sáu căn, sáu trần, sáu thức, là vô thường, là khổ là biến hoại, chúng không phải là ta, là của ta, là bản ngã của ta”**. Do sự thấu hiểu này ta mới biết rõ, đây là một trò ảo kịch của nhân quả. Do biết chúng là trò ảo kịch, chúng ta không chấp nhận. Vì thế, đối với chúng ta, chúng làm gì ta vẫn thản nhiên bất động. Ví như con mắt nhìn thấy mọi vật, biết rõ mọi vật mà không sinh tâm tham đắm ham muốn mọi vật. Đó là cách thức yếm ly con mắt, yếm ly các sắc, yếm ly các thức, yếm ly các xúc. Muốn thấy rõ sự yếm ly, xin các bạn hãy đọc lại đoạn kinh Giáo Giới La Hầu La thì rõ: **“Này La Hầu La, do thấy vậy vị đa văn Thánh đệ tử yếm ly con mắt, yếm ly các sắc, yếm ly nhãn thức, yếm ly nhãn xúc, do duyên nhãn xúc này được khởi lên thọ, tưởng, hành, thức. Vị ấy yếm ly luôn phóng khởi lên”**.

Do lục nhập này ta không chấp nhận; ta không chấp nhận tức là yếm ly. Do sự yếm ly ta ly tham, ly sân, ly si; do ly tham ly sân, ly si

mà ta được giải thoát khi tâm ly sạch tham, sân, si. Tự trong tâm sạch tham, sân, si là thanh tịnh, là ta đã có sự hiểu biết rằng ta đã tu tập xong.

Trong sự giải thoát là có sự hiểu biết: **“sanh đã tận phạm hạnh đã thành, các việc nên làm đã làm, không còn trở lui trong trạng thái này nữa”**. Đến đây chấm dứt những bài kinh Giáo Giới La Hầu La. Nhưng nó là những giới luật căn bản nhất của người mới vào tu theo Phật giáo mà kết quả không thua kém bất cứ những vị Trưởng lão nào trong Phật giáo.

Nếu người mới vào tu theo Phật giáo mà không được hướng dẫn tu tập theo giáo pháp giới luật căn bản này thì không bao giờ tìm thấy sự giải thoát chân thật.

Dựa vào những lời dạy giới luật của đức Phật cho người Sa Di đầu tiên trong Phật giáo (La Hầu La) chúng tôi biên soạn thành bộ Giới Hành Đức Thánh Sa Di để những người mới bước chân vào đạo Phật, ngay từ phút đầu tiên tu tập vẫn tìm thấy sự giải thoát thật sự.

Do bộ sách này được truyền thừa 2548 năm từ đất nước Ấn Độ. Khi truyền sang đến nước Việt Nam trên 2000 năm văn hiến của đất

nước này, hôm nay được chúng tôi biên soạn thành một sách đạo đức Việt Nam lấy tên là **VĂN HÓA ĐẠO ĐỨC TRUYỀN THỐNG VIỆT NAM TẬP I.**



# SO SÁNH GIỮA BỐN VÀ GIỚI KINH

**B**ắt đầu học, tu tập và muốn đạt được một đời sống giới luật khẩu hành nghiệp nghiêm chỉnh thì phải thông hiểu: giới đức, giới hạnh và giới hành. Vậy giới đức, giới hạnh và giới hành là gì?

Giới đức khẩu hành nghiệp là những lời dạy đạo đức về đời sống của con người tức là Chánh ngữ nghiệp.

Giới hạnh khẩu hành nghiệp là những lời dạy về Phạm hạnh tức là oai nghi tế hạnh thường thể hiện qua những khẩu hành nghiệp như: nói, nín, tiếp giao với mọi người, v.v.. Những oai nghi tế hạnh như vậy được gọi là Chánh khẩu nghiệp.

Như các bạn đã biết trong tạng kinh Nikaya, hầu hết những bài kinh Phật thuyết đều nói về cách thức ngăn ngừa và diệt trừ các ác pháp để luôn luôn giữ gìn và tăng trưởng thiện pháp tức là giữ gìn tâm thanh tịnh, an lạc và vô sự. Đối với Phật Giáo, thiện pháp là giới luật của Phật, cho nên khi dạy ông Anan

hay dạy ông La Hầu La..., những bài kinh ấy đều có tên là Giáo giới Anan hay giáo giới La Hầu La...; những bài pháp ấy gọi là “**Giới kinh**”. Còn một vài bài kinh khác chỉ dạy về sự sai lầm của giáo pháp Bà La Môn nên nó không được xem là giới luật mà thôi.

Như các bạn đã đọc Mười Giới Đức Thánh Sa Di, do từ bộ giới bốn Patimoka tôi biên soạn ra, tuy biết rằng bộ giới bốn này là của các Tổ biên soạn, nhưng tôi thấy các Tổ dựa vào những giới kinh Phạm Võng nên không có gì sai, **chỉ sai một điều là biến giới đức, giới hạnh, giới hành thành bộ Giới cấm**. Bộ Giới cấm Ba La Mộc Xoa Đề này đã làm mất hết ý nghĩa tự giác, tự nguyện sống đời sống Phạm hạnh của Phật giáo. Bởi vì giới cấm là bắt buộc người khác phải thi hành không được vi phạm hơn là để mọi người tự nguyện, tự giác chấp nhận không phạm giới là vì lý do giải thoát mọi khổ ách cho chính mình.

Phật giáo ra đời vì lợi ích cho loài người, nên Phật giáo không bao giờ dụ dỗ và cũng không bao giờ bắt buộc một ai giữ gìn cái này, tu tập cái kia. Bạn đến với đạo Phật là đến với sự giải thoát an vui cho chính bạn, chứ đạo Phật không có mong cầu bạn đến với đạo Phật để mang lợi ích gì cho đạo Phật. Đạo Phật

không cần chùa to, Phật lớn, không cần cúng bái tụng niệm, v.v.. chỉ cần người đến với đạo Phật là không làm khổ mình, không làm khổ người và không làm khổ chúng sanh.

Cho nên, bộ giới cấm này thay vì là bộ giới đức, giới hạnh, giới hành, để trở thành một nếp sống có văn hóa, có đạo đức nhân bản làm người, nhưng các Tổ không hiểu ý Phật nên đã biến bộ Giới luật này thành pháp luật của một quốc gia để trừng trị những phạm nhân. Vì thế, khiến cho tu sĩ Phật giáo bị ức chế thân tâm trong giới cấm. Cho nên trong những tập Đường Về Xứ Phật tôi có nói: **“Từ khi có giới cấm ra đời thì tu sĩ càng phạm giới nhiều hơn”** là lý do này.

Tại sao khi có giới luật tu sĩ lại phạm giới nhiều hơn? Tại vì do giới cấm ức chế tâm tham dục, trong khi tu sĩ chưa có pháp tu tập ly tham dục. Do vì thế tu sĩ lén lút làm những điều phi pháp, không đúng Phạm hạnh, thường vi phạm vào giới cấm. Khi đã vi phạm thì họ rất xấu hổ với những người khác, với chính lương tâm họ, vì thế, họ tìm cách bẻ vụn giới ra để vi phạm mà không bị lương tâm cắn rứt và tránh khỏi bị mọi người chỉ trích. Xin các bạn đọc một kinh giới do các Tổ khéo luận để bẻ vụn giới ăn phi thời: **“Chư thiên ăn trước giờ Ngọ, Phật ăn**

**giờ ngộ, chúng sanh ăn sau giờ ngộ, ngựa quý ăn đêm**". Đó là một đoạn giới bổn mà các Tổ sử dụng nó như một chiếc bùa hộ mạng đối với nam, nữ Phật tử.

Giới cấm uống rượu thì lại dạy rằng: **"Cấm uống rượu say, chứ không cấm uống rượu"**. Cho nên tu sĩ hiện giờ ăn uống phi thời, lại còn nghiện ngập thuốc lá, rượu, cà phê, trà, v.v..

Đạo Phật là đạo xả tâm, nhưng giới cấm là một phương pháp ức chế tâm, **thành thử giới bổn đi ngược lại giới kinh** hay nói cách khác là đi ngược lại giáo pháp của Phật khiến cho những người tu học theo Phật giáo không tìm thấy sự giải thoát, mà càng tu lại càng khổ đau hơn. Do thế hiện giờ tuy có giới bổn mà tu sĩ thì phạm giới bẻ vụn giới tan nát; còn giới đức, giới hạnh, giới hành thì chẳng ai biết đến. Trong khi ấy đức Phật dạy La Hầu La đầy đủ các giới, từ giới cấm mà không cấm, đến giới đức, giới hạnh và cuối cùng là giới hành. Như vậy tính ra giới luật của người Sa di mới vào tu phải tu học 104 giới cộng thêm 100 giới chúng học nữa là 204 giới, chứ không phải chỉ có thập giới Sa Di như các Tổ đã dạy.

Sau khi tu học xong bộ giới luật này, chúng tôi sẽ biên soạn tiếp bộ **"Giới Hạnh Oai Nghi**

***Thánh Sa Di***”, giúp những ai mới bước chân vào đạo Phật, để có những oai nghi tế hạnh của một bậc Thánh đệ tử Phật.



**HẾT PHẦN HAI**

# MỤC LỤC PHẦN I

1- Phần I	5
2- Giới thiệu Mười Giới Đức Sadi	6
3- Lời nói đầu	7
4- Lời bạt	17
5- Văn hóa mười giới đức Sadi	23
6- Giới Đức Thánh Sa Di thứ nhất	24
7- Giới Đức Thánh Sa Di thứ hai	38
8- Giới Đức Thánh Sa Di thứ ba	48
9- Giới Đức Thánh Sa Di thứ tư	60
10- Giới Đức Thánh Sa Di thứ năm	71
11- Giới Đức Thánh Sa Di thứ sáu	81
12- Giới Đức Thánh Sa Di thứ bảy	92
13- Giới Đức Thánh Sa Di thứ tám	107
14- Giới Đức Thánh Sa Di thứ chín	116
15- Giới Đức Thánh Sa Di thứ mười	128
16- Tổng quát mười giới	137

## MỤC LỤC PHẦN II

1- Phần II	159
2- Lời nói đầu	160
3- Tiểu sử La Hầu La	165
4- Lời giới thiệu lịch sử Sadi đầu tiên	166
5- La Hầu La	167
6- Cậu bé hạnh phúc	167
7- Cậu bé không biết mặt cha	169
8- Thầy Sa Di đầu tiên	173
9- Giáo giới La Hầu La	176
10- Thầy Sa Di có thể ở chung	179
11- Đức nhẫn nhục	182
12- Lịch trình chứng đạo	187
13- Nhập diệt	189
14- 25 Giới hành Thánh Sa Di	193
15- Giới thiệu giới bộ giới hành Sadi	194
16- Giới hành thứ nhất	198
17- Giới hành thứ hai	207
18- Giới hành thứ ba	212

19- Giới hành thứ tư	215
20- Giới hành thứ năm	236
21- Giới hành thứ sáu	253
22- Giới hành thứ bảy	258
23- Giới hành thứ tám	261
24- Giới hành thứ chín	263
25- Giới hành thứ mười	266
26- Giới hành thứ mười một	271
27- Giới hành thứ mười hai	275
28- Giới hành thứ mười ba	277
29- Giới hành thứ mười bốn	280
30- Giới hành thứ mười lăm	283
31- Giới hành thứ mười sáu	286
32- Giới hành thứ mười bảy	291
33- Giới hành thứ mười tám	296
34- Giới hành thứ mười chín	300
35- Giới hành thứ hai mươi	304
36- Giới hành thứ hai mươi một	310
37- Giới hành thứ hai mươi hai	313
38- Giới hành thứ hai mươi ba	332

39- Giới hành thứ hai mươi bốn	335
40- Giới hành thứ hai mươi lăm	339
41- So sánh giữa giới bốn và giới kinh	346
42- Mục lục phần I	351
43- Mục lục phần II	352

# GIỚI THIỆU SÁCH

1. Đường về xứ Phật (Mười tập, bộ mới).
2. Những lời gốc Phật dạy (4 tập, bộ mới - 2011).
3. Văn hóa Phật giáo truyền thống (2 tập, bộ mới - 2011).
4. Đạo đức làm người (Tập I, II...).
5. Cẩm nang tu Phật (Hai tập).
6. Thiên căn bản.
7. Hành thập thiện & Tứ vô lượng tâm.
8. Những chặng đường tu học của người cư sĩ.
9. Thời khóa tu tập trong thời Đức Phật.
10. Dẫn đàn Chơn Như (tức Giáo án tu tập cho người cư sĩ vì chánh Phật pháp) (Tập I - VII).
11. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đức Hiếu Sinh (Tập I, II, III).
12. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đức Ly Tham (Tập I...).
13. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đạo Đức Gia Đình (Tập I...).
14. Mười Đức Thánh Sa Di (Tập I, II).
15. Giới đức Thánh Tăng, Thánh Ni.
16. Định niệm hơi thở.

17. Phật giáo có đường lối riêng biệt.
18. Pháp môn niệm Phật tứ bất hoại tịnh
19. Nghi thức thọ trai.
20. Những lời tâm huyết...
21. Mười hai cửa vào đạo (2009).
22. Tạo duyên giáo hóa chúng sinh (mới 2009).
23. Lòng yêu thương (2009).
24. Linh hồn không có (2010 quý I).
25. Muốn chứng đạo phải tu pháp môn nào? (2010)
26. Ba mươi bảy phẩm trợ đạo (2010).
27. Giới đức làm người – 2 tập (bộ mới - 2010).
28. Lịch sử chùa Am (bộ mới - 2010).
29. Linh hồn không có – tái bản lần I (2010 quý IV).
30. Sống một mình như con Tê Ngưu
31. Lòng yêu thương – tập 2 (2011 quý I)

Trang mạng toàn cầu của các phật tử có  
đăng tải sách của Trưởng lão Thích Thông Lạc:

<http://www.chonnhu.net>

<http://www.chonlac.org>

Ước mong mọi người sẽ cùng nhau sống  
không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng  
sinh.

**PHẬT TỬ XIN ẤN TỔNG KINH  
“VĂN HÓA PHẬT GIÁO TRUYỀN THỐNG – TẬP I”**

**THÍCH THANH ĐỨC  
THÍCH LIÊN NHÃN  
CÔNG TY CỔ PHẦN AN PHƯỚC  
HÀ NỘI**

**VĂN HÓA PHẬT GIÁO TRUYỀN THÔNG – TẬP I**  
Trưởng lão THÍCH THÔNG LẠC  
-----

**NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO**

Phường Yên Hòa – Q.Cầu Giấy - Hà Nội

ĐT: (04) 37822845 - Fax: (04) 37822841

Chịu trách nhiệm xuất bản:

**Nguyễn Công Oánh**

Biên tập: **Trần Xuân Lý**

Bìa & Trình bày: **Ngọc Phúc**

Sửa bản in: **Ngọc Phúc**

**Đối tác liên kết:**

**TU VIỆN CHƠN NHƯ**

Điện thoại: 066.3892911 - 0988094445

Email: [chonnhu.info@gmail.com](mailto:chonnhu.info@gmail.com)

---

Số lượng in: 2.000 bản, khổ: 13 x 20,5 cm  
In tại **CTY CỔ PHẦN IN KHUYẾN HỌC PHÍA NAM**  
(Tp.HCM. ĐT: 38164415)  
Số xuất bản: 1171-2010/CXB/111-248/TG  
In xong và nộp lưu chiểu Quý I năm 2011

