

**SỐNG MỘT MÌNH**  
**NHƯ CON TÊ NGƯỜI**

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:

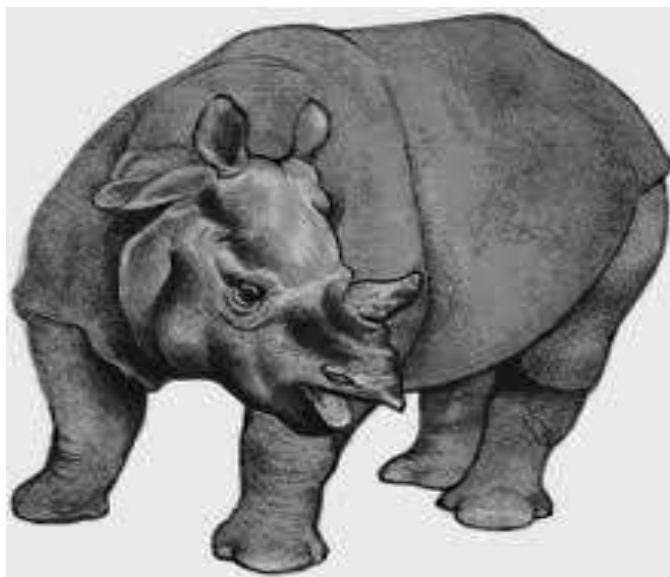
ĐT: 0979520554 (Tu viện Chơn Như)  
0988094445 (Hà Nội)

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

Trưởng Lão THÍCH THÔNG LẠC

# SỐNG MỘT MÌNH

## NHƯ CON TÊ NGŨ



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO





# Lời nói đầu

*M*ọi người khi bước chân vào

*Tu Viện Chơn Như để xin tu hành thì phương pháp đầu tiên của Tu Viện Chơn Như hướng dẫn quý vị tu tập, đó là hạnh sống một mình. Nếu quý vị sống đúng hạnh sống một mình từ một tuần lễ*

đến 3 tháng thì Tu Viện Chơn Như mới chấp nhận cho quý vị chánh thức là đệ tử của Tu Viện. Còn nếu quý vị sống không đúng hạnh một mình thì quý vị cứ tự tiện về trụ xứ của mình hoặc quý vị muốn tu học ở đâu với bất cứ chùa nào thì đó là quyền của quý vị, Tu Viện Chơn Như không có quyền ngăn cản và cũng không có ý kiến mời quý vị ở lại tu tập.

Vì tu tập là giải thoát cho quý vị chứ không phải quý vị tu tập giải thoát cho Tu Viện. Vì thế, quý vị có tu tập đạt được giải thoát là quý vị nhờ, còn không giải thoát là quý vị chịu, Tu Viện không tu tập thay thế cho quý vị được.

Nếu quý vị sống một mình không trọn vẹn thì quý vị dù có tu ở bất cứ nơi đâu cũng không bao giờ có giải thoát.

*Bởi sự tu tập ở Tu Viện Chơn Như lấy  
hạnh sống một mình làm pháp môn tu tập  
cho người mới sơ cơ.*



*Hạnh sống một mình không phải  
Tu Viện Chơn Như tự đặt ra làm khó  
dễ quý vị, mà hạnh sống một mình là  
pháp môn của đức Phật dạy cho chúng tỳ  
kheo tăng, tỳ kheo ni trong thời đức Phật  
còn tại thế.*

*Hạnh sống một mình tuy đơn giản  
nhưng chỉ có những người quyết tâm, đầy*

đủ ý chí sắt đá, dũng mãnh, gan dạ tìm cầu sự giải thoát mới dám sống một mình.

Chỉ có sống đúng hạnh một mình thì tâm mới làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Còn ngược lại thì không bao giờ quý vị làm chủ được sự sống chết.

Không sống một mình thì quý vị khó tìm ra chân lý và hương mùi vị giải thoát của Phật giáo. Bởi hạnh sống một mình rất quan trọng cho sự tu tập của quý vị biết đường nào trên bước đường tìm cầu giải thoát.

Nếu quý vị muốn đến Tu Viện Chơn Như để tu thử, tu chơi thì quý vị sẽ gặp ngay hạnh sống một mình của Tu Viện Chơn Như khiến quý vị liền bỏ cuộc bay về trụ xứ của mình mà không



*Bao giờ còn dám trở lại Tu Viện Chơn Như nữa.*

*Tại sao Tu Viện Chơn Như lại chọn hạnh sống một mình làm sự thử thách và trải nghiệm quý vị như vậy?*

*Muốn biết rõ việc làm này của Tu Viện Chơn Như thì quý vị nên tìm đọc kinh Con Tê Ngưu Một Sừng.*

*Hạnh sống một mình là một phương pháp tu tập rất tuyệt vời, nó sẽ xác định được những người cắt ái ly gia và những người không cắt ái ly gia.*

*Chính hạnh sống một mình giúp cho chúng ta biết rõ những người tu hành có quyết tâm buông xả các pháp thế gian hay không quyết tâm buông xả. Cho nên chỉ cần đem hạnh sống một mình thử thách và trải nghiệm quý vị từ một tuần lễ đến ba*

*tháng thì biết rất rõ quý vị là người tu tập được hay không tu tập được.*



*Người nào có ý chí dũng mãnh, có quyết tâm tu tập buông xả các pháp khổ của thế gian thì mới sống một mình nổi. Và những người như vậy mới tu tập tốt và sẽ làm chủ sinh, già, bệnh, chết trong một đời này.*

*Hạnh sống một mình không phải tự Tu Viện Chơn Như đặt ra để làm khó dễ quý vị mà hạnh sống một mình do*

từ đức Phật Thích Ca Mâu Ni đặt ra để dùng trải nghiệm chu tưng, ni đế tử của mình.

Vậy muốn rõ lời dạy này của đức Phật Thích Ca Mâu Ni thì xin quý vị vui lòng đọc: Kinh Tề Ngưu Một Sừng. Bài kinh này được rút ra từ Bộ Kinh Tập (Sutta Nipata) do Hòa Thượng Thích Minh Châu dịch, gồm có bốn mươi hai bài kệ Con Tề Ngưu Một Sừng.

Mục đích bốn mươi hai bài kệ này dạy mọi người muốn tu theo Phật giáo thì phải sống một mình như con Tề Ngưu Một Sừng. Nếu ai sống được như con Tề Ngưu Một Sừng thì mới theo Phật giáo mà tu tập, còn sống một mình không nổi thì hãy trở về gia đình

*giúp cha mẹ và vợ con thì tốt hơn, chớ có tu tập cũng vô ích.*

*Vậy người nào muốn tu hành giải thoát thì hãy đọc bốn mươi hai bài kệ con Tê Ngưu Một Sừng rồi mới bắt đầu sống một mình tu tập cho đến khi chứng đạo giải thoát hoàn toàn.*

*Kính ghi*

*Trưởng Lão Thích Thông Lạc*

**BỐN MƯỜI HAI  
BÀI KỆ  
CON TÊ NGƯỜU  
MỘT SÙNG**



# BÀI KÊ THỨ NHẤT



“Đôi với chúng hừa tình  
Tà bỏ gậy và tượng,  
Chớ làm hại chúng sinh  
Trong chúng hừa tình ấy  
Đừng thương nhớ vật gì  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## Muốn sống MỘT MÌNH như

con TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì điều thứ nhất đối với tất cả loài vật từ con vật lớn đến con vật nhỏ chúng ta không nên giết hại và ăn thịt chúng; không nên đánh đập làm chúng đau khổ, vì tất cả loài vật đều có sự sống bình đẳng như nhau, chúng cũng sợ chết, cũng biết đau khổ như chúng ta.

Cho nên khi làm bất cứ một việc gì hay muốn bước đi đâu thì luôn luôn phải tỉnh giác tránh không được vô tình làm hại hay giẫm đạp lên chúng. Tuy rằng đó là những hành động vô tình nhưng cũng làm tổn thương và chết chóc loài vật. Luật nhân quả không tha thứ cho chúng ta đâu, nhân nào thì phải trả quả nấy.

Một người tu hành theo Phật giáo luôn luôn sống phải lưu ý tâm mình:

- 1- YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ
- 2- KHÔNG YÊU THƯƠNG

- **Điều thứ nhất:** Không nên để tình cảm YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ đến với mọi người và mọi loài vật. Bởi vì YÊU THƯƠNG



ÍCH KỶ sẽ làm cho chúng ta đau khổ và chính sự khổ đau này là nhiều nhất trong cuộc đời của chúng ta.

Khi biết rõ như vậy chúng ta không nên YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ mà nên YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN. YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN tức là tâm TỬ BI của Phật giáo, vì YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN sẽ không làm cho chúng ta và tất cả chúng sinh đau khổ. Chính nhờ YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN mà chúng ta mới có lòng tha thứ và buông xả tất cả ác pháp dễ dàng. Bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác định LÒNG YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ sẽ làm cho chúng ta không thể sống hạnh MỘT MÌNH được. Không sống MỘT MÌNH được thì sự tu hành của chúng ta khó mà chứng đạo.

Bởi vậy con TÊ NGƯU MỘT SỪNG không bao giờ thương yêu và cũng không bao giờ ghét và làm hại cho bất cứ một người nào hay một con vật nào đau khổ, vì thế nó mới được gọi là con thú SỐNG RIÊNG MỘT MÌNH.

- **Điều thứ hai**: Tình cảm KHÔNG YÊU THƯƠNG thì cũng cần nên phải tránh những hành động hữu ý hay vô tình làm

đau khổ các loài động vật. Vì không yêu thương quý vị sẽ rơi vào tâm niệm ghét, không ưa, đó cũng là một điều làm cho quý vị khổ đau. Điều đó quan trọng và cần thiết cho đường tu tập, vì nó sẽ làm cản trở cho một người mới bước chân vào đạo GIẢI THOÁT. Điều này quý vị cần lưu ý: Nó sẽ không bao giờ giúp cho tâm quý vị THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ được.

Muốn thoát khỏi tâm niệm THƯƠNG và KHÔNG THƯƠNG thì chúng ta không nên nuôi bất cứ một người nào hay một con thú vật nào trong nhà cả. Bởi vì nuôi một người cũng như nuôi một con thú vật thì chúng ta không sao tránh khỏi lòng yêu thương mà có lòng thương thì phải có lòng không yêu thương. Cho nên còn có lòng thương và lòng không thương thì không thể nào sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Sống MỘT MÌNH được là nhờ không có tâm niệm THƯƠNG và KHÔNG THƯƠNG. Quý vị nên nhớ điều này.

Nếu không có tâm niệm THƯƠNG và KHÔNG THƯƠNG thì đức Phật dạy TÂM TỬ BI để làm gì?

Quý vị nên nhớ tâm TỪ BI của Phật giáo vượt ra khỏi LÒNG YÊU THƯƠNG và LÒNG KHÔNG YÊU THƯƠNG của người thế gian.

Cho nên người tu hành theo Phật giáo mà còn nhớ nghĩ, thương yêu hoặc căm ghét từ người này đến người khác thì không bao giờ có giải thoát. Tâm mà như vậy thì cũng như các loài động vật. Vì thế các loài động vật không thể nào tu hành theo Phật giáo được.

Khi trong tâm còn nhớ nghĩ thì đó là quý vị đánh mất hạnh sống MỘT MÌNH. Mất hạnh sống MỘT MÌNH thì quý vị còn tu tập được cái gì. Trong BA MƯƠI BẢY PHẨM TRỢ ĐẠO thì pháp đầu tiên tu tập không phải là pháp môn tu tập NGŨ CĂN sao?

Nếu không lấy pháp môn sống MỘT MÌNH tu tập NGŨ CĂN thì quý vị lấy pháp môn nào tu tập đây?

Ngoài pháp môn sống MỘT MÌNH tu tập NGŨ CĂN thì Phật giáo không còn có pháp môn nào khác tu tập NGŨ CĂN được nữa. Quý vị nên nhớ điều này. Điều này

rất quan trọng cho con đường tu tập giải thoát của quý vị mà Phật giáo dạy rất kỹ qua bốn mươi hai bài kệ “SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG”. Đức Phật thường đã nhắc đi nhắc lại bốn mươi hai lần: “HÃY SỐNG NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG”. Vậy mà quý vị không lưu ý những điều quan trọng này cho sự tu hành của mình.

Cho nên quý vị cần phải lưu ý, từng bài kệ, mỗi bài kệ đều dạy rất rõ. Như bài kệ thứ nhất muốn sống MỘT MÌNH thì KHÔNG NÊN LÀM CHÚNG SINH ĐAU KHỔ, MÀ CŨNG KHÔNG NÊN THƯƠNG YÊU CHÚNG SINH. Hai hạnh thương yêu và không thương yêu này đều làm cho chúng ta mất hạnh sống MỘT MÌNH. Vì vậy chúng ta cần ghi nhớ lời dạy của bài kệ thứ nhất để con đường tu hành của chúng ta sống trọn vẹn hạnh sống MỘT MÌNH.

Trong bài kệ thứ nhất này dạy chúng ta nếu còn niệm thương và không thương thì chúng ta khó mà sống được hạnh MỘT MÌNH. Không sống được hạnh MỘT MÌNH thì làm sao chúng ta trở thành

CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Phải không quý vị?

Trong cuộc sống hằng ngày của chúng ta có biết bao nhiêu người và vật làm cho chúng ta phải YÊU THƯƠNG và KHÔNG YÊU THƯƠNG. Do đó nên chúng ta không bao giờ sống MỘT MÌNH được, dù chúng ta chỉ ở trong thất MỘT MÌNH nhưng tâm chúng ta luôn luôn khởi niệm KHÔNG YÊU THƯƠNG cũng như YÊU THƯƠNG. Những tâm niệm như vậy đã phá tan nát hạnh sống MỘT MÌNH.

Cho nên nói đến hạnh sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì trên đời này ít ai làm được. Nhưng đạo Phật đã xác định: Nếu người nào muốn tu hành chứng đạo giải thoát đều phải sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG.

Quý vị nên nhớ sống như con TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì phải xa lìa, từ bỏ lòng YÊU THƯƠNG và KHÔNG YÊU THƯƠNG như trong bài kệ đã dạy:

***“Đối với chúng hữu tình***

***Từ bỏ gậy và trượng,***

***Chớ làm hại chúng sinh***

***Trong chúng hữu tình ấy***

***Đừng thương nhớ vật gì...”***

Ngay khi chúng ta sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì chúng ta cảm thấy được sự giải thoát nơi thân tâm chúng ta, một trạng thái TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ tuyệt vời. Một trạng thái mà người tu hành theo Phật giáo cần phải sống từng giây, từng phút, từng giờ v.v.. Trạng thái đó là CHÂN LÝ NIẾT BÀN THỨ BA CỦA PHẬT GIÁO, nó là trạng thái giải thoát hoàn toàn không ai dám phủ nhận. Bởi vậy trạng thái giải thoát của Phật giáo rất cụ thể và rõ ràng, nếu không tu tập thì thôi mà đã tu tập thì có giải thoát ngay liền không phải đợi chờ năm này tháng nọ hay từ ngày này qua ngày khác.

Vì thế ai sống được với trạng thái NIẾT BÀN này là người đã tu CHỨNG ĐẠO. Chứng đạo của Phật giáo rất đơn giản, chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, thế mà có mấy ai hiểu được. Vậy chúng ta là những người tu sĩ Phật giáo đi tìm con đường giải thoát mọi sự đau khổ

trong cuộc đời này thì chúng ta hãy sống  
MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Cho nên, trước tiên chúng ta nên  
tránh xa lòng YÊU THƯƠNG và KHÔNG YÊU  
THƯƠNG tức là chúng ta mới tập sống NHƯ  
CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Trên đây chúng ta mới tu tập hạnh  
buông xả lòng YÊU THƯƠNG và KHÔNG YÊU  
THƯƠNG thứ nhất để tập sống NHƯ CON TÊ  
NGƯU MỘT SỪNG. Và như vậy chúng ta còn  
phải buông xả bốn mươi một tâm niệm  
sống của thế gian nữa.

Tuy vậy chúng ta mới bắt đầu tu tập  
buông xả LÒNG YÊU THƯƠNG và LÒNG  
KHÔNG YÊU THƯƠNG, đó là cách thức tu  
tập thứ nhất “để làm CON TÊ NGƯU MỘT  
SỪNG”. CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG tượng  
trưng cho sự giải thoát của Phật giáo. Khi  
đã sống đúng như bốn mươi hai bài kệ  
CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là giải thoát tại  
tâm trạng đó ngay liền. Như vậy giải  
thoát của Phật giáo không có khó khăn,  
không có mệt nhọc phải không quý vị?

Xem trạng thái giải thoát của Phật  
giáo đâu có khó khăn tu tập, đâu có xa xôi,

đâu có tu tập mệt nhọc, chỉ biết buông bỏ LÒNG YÊU THƯƠNG và LÒNG KHÔNG YÊU THƯƠNG thì giải thoát ngay liền. Như vậy đạo Phật tu hành rất dễ dàng, đâu có phí công, phí sức. Chỉ biết buông xả lòng yêu thương và lòng không yêu thương thì ngay đó liền có sự an vui và yên ổn, tâm sẽ bất động, thanh thản, an lạc và vô sự. Và như vậy tâm hoàn toàn thanh tịnh, thật là hạnh phúc vô cùng, vô tận.





## BÀI KÊ THỨ HAI



“Con cái còn không nhớ,  
Nói gì đến bạn bè,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu Một Sừng!”

**M**ột người muốn sống MỘT

MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì đừng bao giờ khởi niệm nhớ gia đình, nhớ nhà cửa, nhớ con cái và những người thân quyến thuộc của mình. Khi còn nhớ thương

dù ở MỘT MÌNH nhưng chưa phải là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Cũng vậy, nếu chúng ta muốn tu hành chứng đạo thì đừng bao giờ nhớ nghĩ đến cha mẹ, con cái, bè bạn, những người thân bằng, quyến thuộc của mình thì tu hành mới chứng đạo. Bởi vì khi nhớ nghĩ như vậy thì tình cảm thương nhớ gia đình sẽ khởi lên làm cho tâm chúng ta bất an, lảng xảng bị động không thể nào yên ổn, do đó chúng ta không thể sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Chúng ta hãy coi chừng từng tâm niệm của mình, nếu nó khởi thương nhớ thì nó chưa sống MỘT MÌNH được.

CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG không bao giờ nhớ nghĩ đến ai cả, nó chỉ biết có MỘT MÌNH nó, vì thế nó mới được gọi là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Cho nên trong câu kệ này Phật dạy:

***“Con cái còn không nhớ***

***Nói gì đến bạn bè”***

Đúng vậy, điều quan trọng không thể sống MỘT MÌNH là khi chúng ta có con cái thì cứ lo nghĩ đến con cái, vì thế tâm

không bao giờ yên ổn. Tâm không yên ổn do nhớ nghĩ đến đứa con này, đứa con khác và như vậy làm sao sống MỘT MÌNH cho được.

Người tu sĩ đạo Phật phải tu tập sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không bao giờ nhớ nghĩ đến bất cứ một người nào hết.

Tình thương của cha mẹ luôn luôn đặt nơi con cái của mình, vì thế không nhớ đứa con này thì lại nhớ đứa con khác. Cho nên muốn tu hành tìm cầu sự giải thoát thì không nên nhớ nghĩ đến con cái. Khi có niệm nhớ đến con cái thì hãy mau mau tác ý đuổi niệm đó đi. Có quyết tâm tu tập như vậy thì mới có ngày trở thành CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là tượng trưng cho người tu sĩ đạo Phật sống giữa cảnh đời đầy rẫy những ác pháp mà không bị ác pháp chi phối tâm mình. Đó mới là người thực tu hành theo giáo pháp của đức Phật để cầu giải thoát, để cầu ra khỏi cuộc đời đầy ô trược này. Do muốn được như

vậy thì chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG.

Phật dạy: **“Các con hãy tự thấp đuối lên mà đi”**, có nghĩa là các con đừng cầu khẩn ai giúp cho các con được mà phải chính sức tự lực của các con mới cứu các con thoát mọi sự khổ đau của chính các con. Mà chính các con muốn thoát ra mọi sự khổ đau của cuộc đời mình thì chỉ có sống MỘT MÌNH.

Sống MỘT MÌNH không phải dễ nếu tinh thần yếu đuối không dám sống MỘT MÌNH vì sợ cô đơn. Vì sợ cô đơn nên tu sĩ Phật giáo Trung Quốc mới sản xuất ra nhiều đức Phật như: Phật A Di Đà, Bồ Tát Quan Thế Âm, Bồ Tát Đại Thế Chí, Bồ Tát Địa Tạng Vương, Phật Mẫu Chuẩn Đề, Phật Di Lặc v.v.. Phật Di Lặc là một đức Phật được các nhà sư Trung Quốc sắp cho lên thay thế đức Phật Thích Ca Mâu Ni làm Giáo Chủ cõi Ta Bà.

Các nhà sư Đại Thừa Trung Quốc rất khéo léo làm một cuộc cách mạng lật đổ đức Phật Thích Ca Mâu Ni và thay thế

vào một đức Phật Di Lạc làm giáo chủ mà phật tử không ai hay biết cả.

Ngoài đời vì danh lợi nên người ta lật đổ vua chúa này để thay đổi vua chúa khác, còn trong đạo thì quý sư hệ phái phát triển cũng vì tâm danh lợi mà dám làm điều lật đổ này.

Đọc kinh sách phát triển chúng ta thật là buồn cười, đức Phật Di Lạc đã tu hành thành Phật mà còn tham ngôi vị giáo chủ cõi Ta Bà. Quý vị nghĩ sao khi đọc kinh sách phát triển thấy đời và đạo không có gì khác nhau? Đạo cũng còn tâm tham đắm như đời và như vậy đâu còn gì là ĐẠO nữa. Phải không thưa quý vị.

Bởi vậy trong tôn giáo cũng danh lợi ghê lắm quý vị ạ! Nếu tôn giáo nào còn mang danh lợi thì tôn giáo đó có giải thoát không? Xin quý vị vui lòng trả lời cho.

Tất cả kinh sách Phật Thích Ca Mâu Ni thuyết giảng đều được thay vào bằng kinh sách do các tổ phát triển thuyết. Vì thế, hôm nay chúng ta thấy các tu sĩ Phật giáo không lo tu tập mà chỉ biết tụng kinh phát triển và niệm hồng danh

đức Phật A Di Đà và Bồ Tát Quan Thế Âm. Từ đó đã biến Phật giáo thành một tôn giáo mê tín nên sự thờ cúng trong các chùa với tiếng chuông tiếng mõ tụng niệm ê a giọng cao giọng thấp giống như ca sĩ. Nhờ tụng niệm biến nhà chùa trở thành một nghề ca hát đạo để làm ăn sinh sống như các nghề nghiệp khác ngoài đời.

Hiện giờ chùa nào cũng biết tụng niệm cầu siêu, làm tuần, làm tự, làm ma chay cho người đã mất và còn cầu an cho những người còn sống. Giáo pháp như vậy là đã đi sai con đường của Phật giáo. Trong khi đức Phật Thích Ca Mâu Ni dạy: ***“Các con tự thắng được lên mà đi, Ta không đi thay các con được”***. Lời đức Phật dạy năm xưa như vậy còn văng vẳng bên tai chúng ta thế mà hiện giờ trong các chùa lại gõ mõ tụng kinh, niệm Phật vang rền ngày đêm bốn thời. Chùa là nơi tu hành của những người con Phật, nhưng hiện giờ chùa đã biến thành nơi mê tín của tà giáo ngoại đạo Bà La Môn do các nhà sư Trung Quốc chế biến làm ra. Vì thế nói đến kinh sách phát triển là nói đến Phật giáo Trung Quốc, còn Việt Nam thì

chịu ảnh hưởng của Phật giáo Trung Quốc chớ kinh sách phát triển không phải của Việt Nam.

Chúng ta ai cũng biết chùa là nơi tu hành để được giải thoát ra khỏi mọi sự đau khổ của cuộc đời và chấm dứt luân hồi sáu nẻo. Thế mà ngày nay các thầy phát triển đã biến chùa thành nơi mê tín lạc hậu, đã biến chùa thành nơi làm từ thiện trong khi nhân quả của mọi người họ đã làm những điều ác như: Bỏ xén, ích kỷ, không dám bố thí một bát cơm, một manh áo cho ai cả thì bảo sao không nghèo khổ đói rét, nhất là họ thường giết hại và ăn thịt chúng sinh, thì bảo sao lũ lụt, thủy tai, mưa to, gió bão không đến thăm viếng gia đình họ.

Nhìn thấy cảnh nhà tan cửa nát người chết như rơm rạ trước cảnh bão lụt thì biết ngay những người sống trong cảnh màn trời chiếu đất là do họ làm những điều ác như: câu tôm, lưới cá, đâm heo, đập đầu bò để lấy thịt nuôi thân mạng. Vì thế lũ lụt gió bão đến thăm nơi họ ở là đúng luật nhân quả, gieo nhân nào thì phải gặt quả nấy. Trong cảnh màn trời

chiếu đất mà họ phải gánh chịu đem ra so sánh với những hành động ác của họ thì có nhằm nhò gì.

Hiện giờ cái chết của họ chưa bằng những hành động ác của họ giết loài cá tôm. Cho nên họ còn phải chịu nhiều lần chết đi sống lại để thấy cảnh đau thương mà chính thân họ là lò sát sinh, là mô chôn xác chúng sinh.

Luật nhân quả công bằng ai tạo nhân nào thì phải trả quả nấy, cho nên chúng ta tạo nhân TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì quả sẽ AN LẠC, thân tâm sẽ THANH THẢN và giải thoát hoàn toàn.

Muốn được giải thoát hoàn toàn như vậy thì chúng ta hãy sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG sống không niệm thương, niệm ghét; cũng không nhớ nghĩ đến con cái, bè bạn thân thuộc. Khi chúng ta làm được những điều này thì chúng ta sẽ trở thành người sống một mình như con TÊ NGƯU MỘT SỪNG.





# BÀI KÊ THỨ BA



“Do thân cận giao thiệp  
Thân ái từ đấng sanh,  
Tùy thuận theo thân ái,  
Khổ này mới nấy sanh.  
Nhìn thấy những nguy hại,  
Do thân ái sanh khởi  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**M**ột người muốn sống MỘT

MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì đừng bao giờ thân cận giao thiệp với những người khác. Vì giao thiệp thân cận với người này, người kia thì tình cảm dễ sinh mà tình cảm là nguyên nhân sinh ra thương và ghét. Do thương và ghét mà sinh ra muôn sự khổ đau của kiếp làm người.

Vì thế chúng ta không nên giao thiệp với bất cứ một người nào cả, mà không giao thiệp với bất cứ một người nào cả thì mới là người sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Chúng ta hãy lắng nghe đức Phật dạy trong bài kệ thứ ba nói về CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG có những câu như sau:

***“Do thân cận giao thiệp***

***Thân ái từ đấy sanh,***

***Tùy thuận theo thân ái,***

***Khổ này mới nảy sanh”***

Đọc bốn câu kệ trên chúng ta thấy rõ đức Phật khuyên chúng ta KHÔNG NÊN GIAO THIỆP VỚI AI CẢ thì mới sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Vậy quý vị muốn sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không nên giao thiệp rộng rãi với mọi người. Nếu quý vị muốn mình trở thành người giao thiệp rộng rãi thì quý vị hãy về trụ xứ của mình mà giao thiệp với mọi người, còn ở trong TU VIỆN CHƠN NHƯ, nơi đó là nơi để cho mọi người sống MỘT MÌNH tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết.

Muốn được vậy quý vị hãy sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Mục đích của Phật giáo rất rõ ràng, nếu ai muốn được giải thoát không còn khổ đau nữa thì chỉ có sống MỘT MÌNH. Đó là bí quyết trong sự tu tập để chứng đạo. Bởi vậy chỉ có sống MỘT MÌNH mà chúng ta thành tựu việc lớn làm chủ sinh tử luân hồi.

Đọc bốn mươi hai bài CON TÊ NGƯU mới thấy đức Phật khuyên chúng ta nên bắt chước CON TÊ NGƯU SỐNG MỘT MÌNH.

Vì muốn sống MỘT MÌNH nên đừng giao thiệp với bất cứ một người nào khác, vì giao thiệp sẽ phá hạnh sống MỘT MÌNH thì cuộc đời tu hành của quý vị sẽ hoài công vô ích. Và như vậy con đường giải thoát của quý vị sẽ còn xa tít và mù mờ như người đi trong đêm tối.

Tu hành không chứng đạo đó là làm trò cười cho thiên hạ, vì những người bạn đồng tu đang ở xung quanh chúng ta họ đều tu hành chứng đạo cả.

Tại sao họ tu hành đều chứng đạo còn chúng ta cũng tu hành mà không chứng đạo?

Chỉ vì họ đã cố gắng giữ trọn vẹn hạnh sống MỘT MÌNH. Không giữ hạnh sống MỘT MÌNH thì dù có tu tập ngàn đời cũng không chứng đạo.

Ngay khi chúng ta sống MỘT MÌNH là sẽ thấy ngay sự giải thoát trước mắt, chớ không còn phải tu tập pháp môn nào nữa cả. Vì thân sống MỘT MÌNH nên không có ai quấy rầy làm phiền phức mình nữa. Còn tâm thì sao?

Khi thân sống MỘT MÌNH thì tâm cũng theo thân mà sống MỘT MÌNH, vì thế những loạn tưởng không còn dám bén mảng đến thân, vì đến thân thì thân chỉ chấp nhận sống MỘT MÌNH nên tâm không sai khiến thân được vì thế tâm phải theo thân mà sống im lặng không một niệm khởi. Vì vậy mới nói khi chúng ta sống MỘT MÌNH là sẽ thấy ngay sự giải thoát trước mắt, chớ không còn phải tu tập pháp môn nào nữa cả.

Bởi vậy một người biết tu tập đúng pháp của Phật thì chẳng có tu tập gì cả mà chỉ biết sống MỘT MÌNH là đủ để chứng đạo. Vì thế đạo Phật là một tôn giáo của con người giúp cho con người thoát mọi sự khổ đau. Muốn thoát ra mọi sự khổ đau của cuộc đời thì không gì bằng sống hạnh MỘT MÌNH.

Kính thưa quý vị! Quý vị thường nghe chúng tôi dạy: “TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THÂN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ”, đó là một trạng thái thân tâm giải thoát hoàn toàn, nó thoát ra mọi sự khổ đau của cuộc đời. Đây là một sự thật, nếu quý vị đặt trọn lòng tin vào lời dạy này thì lúc nào quý vị

cũng nỗ lực tu tập và giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ.

Tâm quý vị luôn luôn sống với nó thì dù cho có muôn ngàn vạn ác pháp cũng không tác động vào tâm quý vị được; dù có muôn ngàn vạn lòng tham muốn cũng không quyến rũ lôi cuốn tâm quý vị được.

Cho nên TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ là cứu cánh giải thoát của quý vị. Quý vị đừng xem thường mà hãy sống với tâm này thì sẽ thấy được sự giải thoát ở ngay tại trạng thái đó.



# BÀI KÊ THỦ TU



“Do lòng từ thương mến,  
Với bạn bè thân hữu,  
Chuyện tu hành bỏ quên,  
Tâm tư bị buộc ràng,  
Do thấy sợ hãi này,  
Trong giao du mật thiết,

Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**M**ột người muốn sống MỘT

MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì đừng bao giờ thân cận giao du mật thiết với bất cứ một người nào cả. Vì giao du mật thiết với người này, người kia thì tình thương mền dễ sinh mà tình thương mền là nguyên nhân làm cho tâm tư bị ràng buộc. Tâm tư bị ràng buộc thì sự tu hành khó tiến tới giải thoát. Tâm tư bị ràng buộc thì sinh ra muôn sự khổ đau. Vì thế chúng ta không nên giao du mật thiết với bất cứ một người nào cả, mà không giao du mật thiết với bất cứ một người nào cả thì chúng ta là người sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Cho nên chúng ta thường nghe đức Phật dạy: Hãy sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Lời dạy này đã nhắc đi nhắc



lại nhiều lần, đó là vì đức Phật thương chúng ta như con một.

Giao du mật thiết làm cho tâm tư bị ràng buộc, do vậy chúng ta là người tu hành tìm cầu sự giải thoát thì nên tránh xa sự giao du mật thiết với mọi người, ngay cả những người thân của mình như cha mẹ và vợ con cũng không khởi tâm niệm hay giao du với những người thân này.

Tuy ở trong thất sống MỘT MÌNH mà cứ để tâm tư khởi lên những niệm thương yêu thì được xem là mình đã phá hạnh sống MỘT MÌNH và như vậy mình không thể nào làm con TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Không làm con TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì cuộc đời tu hành của chúng ta như mây khói, rất uổng phí cho một đời tu hành mà chẳng ra gì.

Gần như bài kệ nào trong bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG, cũng nhắc chúng ta xả bỏ lòng thương yêu tầm thường. Có lẽ lòng yêu thương tầm thường, ích kỷ, nhỏ mọn, hẹp hòi rất khó buông xả nên đức Phật thường nhắc nhở chúng ta hãy TỪ BỎ LÒNG YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ, vì

chính LÒNG YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ mà chúng ta không thể sống MỘT MÌNH.

Ai muốn tu theo đạo Phật thì phải biết hạnh sống MỘT MÌNH rất quan trọng trong việc tu hành giải thoát.



# BÀI KÊ THỦ NĂM



“Ai nhớ nghĩ chờ mong,  
Đôi với con và vợ,  
Người ấy bị buộc ràng,  
Như cành tre rậm rạp.  
Còn các ngọn tre cao,  
Nào có gì buộc ràng,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sàng!”

**N**ếu một người quyết tâm về

TU VIỆN CHƠN NHƯ tu tập để làm chủ sinh, già, bệnh, chết thì phải sống MỘT MÌNH trọn vẹn, còn không sống MỘT MÌNH trọn vẹn thì xin quý vị vui lòng rời khỏi TU VIỆN CHƠN NHƯ, đừng để chúng tôi mời ra khỏi TU VIỆN thì xấu hổ với tất cả mọi người đang tu tập ở đây.

Tu tập để làm chủ sự sống chết mà không chấp nhận sống MỘT MÌNH thì sự tu tập chỉ hoài công vô ích mà thôi.

Nhưng sống MỘT MÌNH phải sống cho đúng phương pháp. Cho nên bốn mươi hai bài kệ SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, mỗi bài kệ đức Phật đều dạy từng chi tiết bên trong tâm niệm của mọi người và cũng như bên ngoài các pháp thường xảy ra từng giây, từng phút có thể làm cho chúng ta mất hạnh sống MỘT MÌNH. Nếu không có bốn mươi hai bài kệ sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG của đức Phật thì mọi người về đây tu tập sẽ bảo rằng TU VIỆN CHƠN NHƯ chỉ đặt ra làm khó khăn trong việc tu hành

của họ. Họ không tin hạnh sống MỘT MÌNH là của Phật.

Một bằng chứng rõ ràng gần 40 năm hướng dẫn quý vị tu hành, chỉ có sống MỘT MÌNH mà chẳng có ai làm được, như vậy quý vị có tin TU VIỆN hay không?

Hạnh sống MỘT MÌNH đâu phải khó khăn, không làm được, nhưng vì không đủ lòng tin nên mọi người tự động phá hạnh sống MỘT MÌNH.

Hôm nay có đủ nhân duyên chúng tôi mới đem bốn mươi hai bài kệ sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG của đức Phật ra giảng dạy để quý vị thấy sống MỘT MÌNH là một pháp môn rất quan trọng của Phật giáo, nó không phải là một pháp môn mà TU VIỆN CHƠN NHƯ tự đặt ra.

Tuy ở trong thất sống MỘT MÌNH nhưng những tâm niệm nhớ nghĩ đến vợ con và những người thân thì đó là tự mình phá hạnh sống MỘT MÌNH. Như đã nói ở trên phá hạnh sống MỘT MÌNH thì dù quý vị có tu ngàn đời muôn kiếp cũng không giải thoát.

Ngay khi sống MỘT MÌNH trong thất mà khởi niệm nhớ nghĩ, chờ mong vợ và con thì quý vị đã phá hạnh sống MỘT MÌNH rồi như trong bài kệ này dạy. Cho nên trước khi muốn tu tập sống MỘT MÌNH thì phải nghiên cứu cho kỹ bốn mươi hai hạnh sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Khi ở trong thất MỘT MÌNH mà còn tâm niệm này, tâm niệm khác lăng xăng thì quý vị làm sao sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG được. Người tu hành theo Phật giáo mà sống như vậy thì tu hành uổng công sức. Tu hành muốn có kết quả giải thoát thì phải sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Những người nào sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là những người tu hành CHỨNG ĐẠO. Cho nên chứng đạo của Phật giáo đâu cần gì phải tu tập nhiều mà chỉ cần sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU.

Vì thế đạo Phật tu hành không có khó khăn, không có mệt nhọc, không có tu tập nhiều, chỉ biết sống bằng TRI KIẾN

NHÂN QUẢ đối với các pháp thì đã trở thành CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Những người nào ở trong thất mà không biết sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG mà cứ lo ngồi thiền ức chế tâm cho hết vọng tưởng thì chẳng bao giờ tìm thấy sự giải thoát.

Muốn giải thoát như đức Phật thì phải sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Cho nên đạo Phật tu mà không tu là ở chỗ này. Đạo Phật chỉ ngồi chơi MỘT MÌNH từ ngày này sang ngày khác, từ tháng này sang tháng khác, nhưng lúc nào cũng làm chủ thân tâm mình, thân tâm mình không sai bảo mình được, đó là mình đã tu chứng đạo.

Cho nên ngồi chơi nhưng lúc nào cũng sáng suốt thấy từng tâm niệm khởi của mình. Những niệm ác, niệm dục đến hay đi tâm vẫn thản nhiên, không bị động hay bị lôi cuốn. Người tu hành theo Phật giáo mà giữ gìn tâm được như vậy thì đó là TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ là chân lý giải thoát của Phật giáo. Vậy quý vị tu theo Phật giáo

đâu phải tu tập khó khăn gì, chỉ biết sống ngay với tâm này là chứng đạo.

Chứng đạo của Phật giáo rất đơn giản như vậy, thế mà mọi người cứ nghĩ rằng chứng đạo của Phật là cao siêu, vi diệu, thần thông, biến hóa, tàng hình hay kêu mây, gọi gió, làm mưa, làm bão, có khi làm cho trời sập, đất sụp v.v..

Đó là sự tưởng tượng của quý vị, tu hành theo Phật giáo mà có thần thông như vậy thì có ích gì cho bản thân.

Vì thế quý vị phải hiểu người tu theo Phật giáo là làm chủ thân tâm này, ví như có người chửi mắng, nói xấu hay nói oan ức một điều gì thì tâm vẫn thản nhiên không buồn phiền, không giận hờn, oán ghét, thù hận v.v.. Cũng như khi thân bệnh tật đau nhức khổ sở mà tâm vẫn thản nhiên không lo lắng, không sợ đau nhức gì cả. Trước mọi cảnh lúc nào tâm cũng **BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN VUI VÀ VÔ SỰ** không hề biết sợ hãi, lo lắng; không hề nghĩ thân bệnh đau là quan trọng, là sẽ chết mất v.v..



Điều quan trọng của người tu theo Phật giáo chỉ là TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC, nếu để mất TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC thì được xem là người chiến bại trong MẶT TRẬN SINH TỬ LUÂN HỒI, còn ngược lại giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC không mất thì đó là người dũng sĩ chiến thắng GIẶC SINH TỬ, LUÂN HỒI.



## BÀI KÊ THỨ SÁU



“Như nai trong núi rừng,  
Không gì bị trời buột,  
Muốn đi đâu nó đi  
Để tìm kiếm thức ăn.  
Như các bậc hiền trí,  
Thấy tự do giải thoát,

*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”*

**K**hông thương cũng không

ghét, không nhớ cũng không nghĩ cho đến bất cứ một người nào, dù người đó là cha mẹ, vợ chồng, con cái hay là những bạn bè thân bằng quyến thuộc của họ, họ cũng không nhớ nghĩ. Sống được như vậy như con nai chúa trong rừng không gì trói buộc, tự do đi dọc đi ngang, muốn ăn gì thì ăn.

Người mà sống được như vậy thì đó là những bậc hiền trí, họ đã thấy được tâm của họ **BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ**. Họ là những người tìm được sự giải thoát, luôn luôn sống tự do, muốn làm gì thì làm, muốn đi đâu thì đi không còn ai ngăn cản được họ.

Khi tâm **BẤT ĐỘNG** hoàn toàn thì chúng ta như con **TÊ NGƯU MỘT SỪNG**, lúc

bấy giờ muốn điều chi thì thân tâm chúng ta đều làm theo như ý muốn.

Cho nên trong bài kệ dạy: ***“Không gì bị trời buộc, muốn đi đâu nó đi”***. Khi đó chúng ta muốn bay lên trời thì thân tâm chúng ta liền bay lên trời dễ dàng như chim, còn muốn chui xuống đất thì chui dễ dàng như loài côn trùng. Bài kệ thứ sáu đức Phật đã xác định điều này quá rõ ràng:

***“Như nai trong núi rừng,***

***Không gì bị trời buộc,***

***Muốn đi đâu nó đi***

***Để tìm kiếm thức ăn.***

***Như các bậc hiền trí,***

***Thấy tự do giải thoát”***

Người tu hành theo Phật giáo chỉ cần sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Bao nhiêu năm tháng đã qua TU VIỆN CHƠN NHƯ cố tìm cho ra một người sống MỘT MÌNH, nhưng mãi cho đến giờ này cũng chưa tìm thấy bậc LONG TƯỢNG

sống MỘT MÌNH, vì chưa có một người nào quyết tâm sống MỘT MÌNH như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

***Buông xuống đi, hãy buông xuống đi!***

***Chớ giữ làm chi có ích gì,***

***Thở ra chẳng lại còn chi nữa,***

***Vạn pháp vô thường buông xuống đi!***

Chỉ có buông xuống sạch các pháp là chúng ta sống MỘT MÌNH rất dễ dàng, cho nên sống MỘT MÌNH không được chỉ vì chưa buông xả hết.

Đời có cái gì vĩnh viễn đâu, nay còn mai mất như bóng ngựa lướt qua cửa sổ, vậy mà ai ai cũng ôm chặt không muốn bỏ, ngay cả cha mẹ, vợ con đều là nhân quả vay nợ đời trước với nhau nên đời này mới sinh ra để gặp nhau trả quả.

Thế mà mọi người không biết nên mới khổ đau vì thương, vì ghét, vì khi có người mất mát trong gia đình.

Trong mỗi gia đình không có gia đình nào là không đau khổ vì sự sinh ly tử biệt.



# BÀI KÊ THỦ BẢY



“Giữa bạn bè thân hữu,  
Thường gọi lên gọi xuống,  
Tại chỗ ở trú xử,  
Hãy trên đường bộ hành.  
Muốn tự do giải thoát,  
Không còn gì tham luyến,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sừng!”

## Muốn sống như CON TÊ NGƯU

MỘT SỪNG thì phải tránh xa tất cả những bạn bè thân hữu, những bà con xa gần. Vì có như vậy thì mới sống MỘT MÌNH được. Cho nên ngay từ lúc ban đầu người nào muốn sống MỘT MÌNH thì không nên kết bè, kết bạn với bất cứ một người nào cả.

Người nào sống được như vậy thì tâm tham luyến, không thương mến sẽ chấm dứt không còn nữa. Khi tâm thương mến tham luyến chấm dứt thì người đó mới sống trở thành CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Bài kệ thứ bảy đức Phật nhắc nhở chúng ta nên tránh xa bạn bè thân hữu thì tu hành mới đạt được sự giải thoát hoàn toàn. Còn kết bè, kết bạn thì sự tu hành chỉ hoài công vô ích.

Cho nên hạnh sống MỘT MÌNH rất quan trọng cho đường tu tập, vậy xin quý vị lưu ý và hiểu cho chớ TU VIỆN CHON NHƯ không có ý làm khó quý vị mà chỉ muốn cho quý vị tu hành được giải thoát làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Vì thế mới



bắt buộc quý vị nên sống MỘT MÌNH. Quý vị có biết không?

Đi tu là đi tìm cầu sự giải thoát làm chủ sự sống chết mà còn kết bè, kết bạn tạo thêm lòng thương yêu, luyến ái thì cuộc đời tu hành chỉ uổng công mà thôi.

Đã đi tu theo Phật giáo mà không sống MỘT MÌNH thì chúng ta biết ngay người đó tu hành chẳng bao giờ được giải thoát. Những người không sống MỘT MÌNH là những người thiếu ý chí, thiếu nghị lực v.v.. Họ là con sâu làm rầu nồi canh, làm mang tiếng chung cho các tu sĩ Phật giáo. Người thế gian thấy họ vào TU VIỆN tu tập mà không sống MỘT MÌNH chỉ thích đi nói chuyện với người khác là người ta đã đánh giá họ là những kẻ còn ham vui, yếu hèn, bạc nhược, thiếu ý chí, không dũng cảm, thiếu nghị lực, không gan dạ nên không dám sống MỘT MÌNH. Họ là những người tu cơm ăn, tu áo mặc thường lường gạt phật tử để ngồi trong mát ăn bát vàng. Những người tu hành theo Phật giáo như vậy thật đáng nguyên rủa, đáng khinh bỉ, đáng chê cười v.v..

Cho nên đi tu thì phải thật là tu, chớ không phải tu giả vờ, tu cho có hình thức để che đậy sự dối trá. Mà tu thật thì có giải thoát ngay liền. Bởi vì ai cũng có TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Vậy mà họ không sống với tâm này mà chỉ sống với TÂM THAM, SÂN, SI, MẠN, NGHI để rồi phải chịu khổ đau muôn ngàn trăm kiếp, từ kiếp này làm người đến kiếp khác làm loài vật, cứ như thế mà tiếp diễn mãi trên sân khấu thế gian này.

Vì thế người tu thật sự là người sống MỘT MÌNH, họ không bao giờ thích đi nói chuyện với những người khác; họ không bao giờ làm chung với những người khác thường sống MỘT MÌNH, làm MỘT MÌNH. Cho nên bốn mươi hai bài kệ sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác định điều này rất rõ ràng là để nhắc nhở những tu sĩ đang tu tập tại TU VIỆN CHƠN NHƯ.

Một lần nữa chúng tôi xin nhắc lại quý vị, nếu muốn vào TU VIỆN CHƠN NHƯ tu hành thì phải quyết tâm sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, chùng ấy TU VIỆN mới chấp nhận. Còn quý vị

thích nói chuyện, ham vui thì xin quý vị hãy trở về trụ xứ của mình chớ đừng ở đây mà phá hạnh sống MỘT MÌNH thì không xứng đáng là người tu sĩ Phật giáo. Quý vị có biết không?

Nếu quý vị không sống MỘT MÌNH được mà đến TU VIỆN thì quý vị đã phá TU VIỆN CHƠN NHƯ và như vậy trên thế gian này sẽ không còn nơi nào tu hành giải thoát như TU VIỆN CHƠN NHƯ. Vì TU VIỆN CHƠN NHƯ có đường lối tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi một cách cụ thể hẳn hoi.

Tu tập thì phải tu tập cho đúng hạnh của người tu, còn không tu thì ở ngoài đời làm gì cũng được. Nhưng quý vị nên nhớ ở ngoài đời còn có pháp luật của nhà nước, nếu quý vị vi phạm pháp luật của nhà nước thì luật pháp của nhà nước sẽ bỏ tù quý vị.

Đất nước nào cũng vậy nói tự do là tự do trong pháp luật, chớ không phải tự do ngoài pháp luật rồi muốn làm gì thì làm thì đất nước đó sẽ rối loạn không còn an ninh trật tự nữa. Vì thế pháp luật của

nhà nước rất cần cho sự sống của toàn dân trong nước đó.

Cho nên quý vị khi bước chân vào TU VIỆN CHƠN NHƯ thì phải theo NỘI QUI của TU VIỆN chớ không phải vào TU VIỆN rồi muốn tu kiểu nào theo ý muốn của mình thì tu.

TU VIỆN có kỷ luật bắt buộc mỗi người muốn vào TU VIỆN đều phải sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, nếu sống không nổi thì hãy về đi đừng đến TU VIỆN làm động mọi người rất tội nghiệp, mình tu không được thì nên để cho người khác tu tập. Do ý thức được việc làm của TU VIỆN mà quý vị sống MỘT MÌNH thì TU VIỆN xin thành thật cảm ơn quý vị nhiều và ước mong sao tất cả những ai về TU VIỆN đều tu tập sống MỘT MÌNH cho đến khi chứng đạo mới thôi.

Hãy cố gắng lên để sống MỘT MÌNH quý vị ạ!

Con đường giải thoát của Phật giáo rất thực tế và cụ thể. Ai tu tập cũng đều chứng đạo cả nhưng chỉ có sống MỘT MÌNH mà thôi.

# BÀI KÊ THỦ TÂM



“Giữa bạn bè thân hữu  
Ưa thích, vui cười đùa,  
Đôi với con, với cháu,  
Ái mến thật buồn thay!  
Phải nhàm chán kẻ lạ,  
Với những ai thân ái,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sừng!”

**N**ếu quý vị quyết chí tu hành

để cầu giải thoát mà tâm còn luyến ái với con, với cháu, với bạn bè thân hữu thì hãy từ bỏ và tránh xa, luôn luôn cố gắng SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì chỉ có một thời gian ngắn mà thôi thì quý vị sẽ tìm thấy được sự giải thoát ngay liền.

Còn tất cả những sự ưa thích vui đùa với cha mẹ, con cái, bạn bè thân hữu toàn là những hệ lụy khổ đau không bao giờ tìm thấy chân hạnh phúc an vui ở đó. Cho nên quý vị cần phải SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG mà bài kệ thứ tám đã khéo nhắc nhở quý vị.

Cuộc đời là một chuỗi thời gian dài đau khổ không bao giờ có những phút giây an vui và yên ổn chân thật. Bởi vậy chỉ có SỐNG NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì mới thoát ra mọi sự khổ đau của cuộc đời.

Đọc bốn mươi hai bài kệ SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU SỐNG MỘT MÌNH, đến những câu kết luận của bốn mươi hai bài kệ này đều nhắc chúng ta nên sống

như CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG: **“HÃY SỐNG RIÊNG MỘT MÌNH, NHƯ TÊ NGŨU MỘT SỪNG”**.

Tu theo đạo Phật mà không sống riêng MỘT MÌNH thì chẳng bao giờ có giải thoát. Nhưng chúng ta phải biết sống riêng MỘT MÌNH như thế nào đúng và như thế nào sai?

Tuy sống riêng MỘT MÌNH nhưng tâm trí còn nhớ đến con cái gia đình, còn nhớ đến bạn bè thân hữu, còn nhớ đến tất cả danh lợi thế gian thì đó là sống MỘT MÌNH chưa đúng pháp sống MỘT MÌNH. Sống MỘT MÌNH chưa đúng pháp thì không bao giờ tìm thấy sự giải thoát. Và như vậy là sống riêng MỘT MÌNH mà chưa riêng MỘT MÌNH. Bởi vậy, mỗi bài kệ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG là xác định từng tâm niệm phá hạnh sống MỘT MÌNH của người tu sĩ Phật giáo. Bởi vậy có chúng được đạo giải thoát được hay không chúng là còn tùy thuộc vào tâm niệm sống MỘT MÌNH của quý vị. Sống MỘT MÌNH trong thất mà tâm luôn luôn khởi niệm sống theo người thế gian thì dù có ở riêng trong thất MỘT MÌNH cũng chẳng bao giờ chúng đạo.

Người thế gian không thể sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, vì cuộc sống của người thế gian là cuộc sống của những tâm niệm ồn náo, cho nên họ không thể nào sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, chỉ có những người xuất thế gian mới hy vọng sống MỘT MÌNH. Tuy rằng người đó đang sống trong thế gian cùng với mọi người, nhưng tâm niệm không lăng xăng nghĩ ngợi một điều gì khác, lúc nào cũng cảm nhận thấy tâm mình BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì đó là những người sống MỘT MÌNH. Và như vậy người ấy đang sống trong thế gian mà đã ra khỏi thế gian.

Xem thế chúng ta mới thấy đạo Phật tu CHỨNG ĐẠO đâu có khó khăn, đâu có mệt nhọc mà chỉ cần biết sống với tâm niệm MỘT MÌNH là xuất thế gian, là người tu CHỨNG ĐẠO.

Bài kệ này khuyên chúng ta đừng nên luyến ái với bất cứ một người nào cả, bởi tâm luyến ái sẽ làm cho chúng ta hệ lụy. Do tâm hệ lụy làm cho chúng ta không thể sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG mà không sống như CON TÊ NGƯU



MỘT SỪNG thì cuộc đời tu hành của chúng ta chỉ mang danh từ TU SĨ PHẬT GIÁO chứ chẳng nếm được mùi vị giải thoát của Phật giáo chút nào cả.



## BÀI KÊ THỦ CHÍN



“Khắp cả bốn phương trời,  
Không sân hận với ai,  
Tự mình biết vừa đủ,  
Chẳng ham muốn vật gì  
(Với vật này vật khác)  
Vững chãi các hiểm nguy,  
Không run sợ dao động,

*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”*

**B**àì kệ thứ chín dạy rất rõ, khi

chúng ta sống chung với tất cả mọi người, nhưng không ai làm cho chúng ta giận hờn, buồn phiền, luôn luôn tâm biết đủ, không ham thích một vật gì trong thế gian này nữa, nhất là đứng trước những sự nguy hiểm như tai nạn, như bệnh tật nan y, những cơn đau như sắp chết chúng ta vẫn thản nhiên tâm không giao động, run sợ chút nào cả.

Người nào sống được như vậy mới xứng đáng là đệ tử của đức Phật, mới xứng đáng làm CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Có sống được như vậy mới thấy sự chứng đạo của Phật giáo là sự thật, là không dối người. Cho nên người nào tin thì hãy sống đúng như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì sẽ chấm dứt sinh tử luân hồi và cuộc đời này không còn bị khổ đau nữa.

Một lần nữa chúng tôi xin nhắc lại muốn xứng đáng làm đệ tử của đức Phật thì phải sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Bởi vậy, chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì tâm không còn sân hận, không sợ hãi trước mọi cảnh hiểm nguy, trước mọi ác pháp.

Đây là dạy về tâm của người tu sĩ, nếu tâm niệm của người tu sĩ còn sân giận, khi nghe người ta nói trái ý nghịch lòng, hoặc nói vu oan cho mình những điều mà mình không làm, nhưng lúc bấy giờ tâm vẫn thản nhiên không khởi niệm biện minh lý luận sai đúng cho mình mà luôn luôn tươi cười tha thứ thì đó là người sống ĐỘC CỬ NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Đứng trước cảnh nguy hiểm có thể nguy hại đến tính mạng của mình như súng hay dao kề cổ nhưng tâm vẫn thanh thản, an nhiên không hề lộ vẻ sợ hãi chút nào cả về cái chết trước mắt. Đó là người sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Mỗi bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là đã xác định được tâm niệm của những

người tu hành theo Phật giáo, cho nên người nào sống như con TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì tâm họ luôn luôn BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Có sống được như vậy tâm mới không còn tham, sân, si, mạn, nghi nữa. Và tâm không còn tham, sân si mạn, nghi nữa thì mới thấy sự giải thoát chân thật của Phật giáo là chấm dứt khổ đau.

Đúng vậy! Muốn sống NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì phải sống không có tâm niệm giận hờn, thương ghét, sợ hãi v.v.. Còn có tâm niệm giận hờn, thương ghét và sợ hãi thì không thể nào sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Bài kệ này đã dạy rất rõ chúng ta không còn nghi nan gì nữa.

Nếu một người sống không giận hờn, không thương ghét, không sợ hãi là người đã giải thoát, là người đã ra khỏi thế gian. Nhưng khi tâm còn sân hận, giận hờn, thương ghét, sợ hãi, lo lắng, ưu phiền là chưa ra khỏi thế gian. Phật pháp dạy rất rõ ràng và cụ thể, chỉ có những người không muốn bỏ sân hận, giận hờn, thương

ghét, sợ hãi, lo lắng, ưu phiền v.v.. đó là vì sợ bỏ đời đau khổ quá uống.

Người tu sĩ Phật giáo thời nay chỉ có đầu cạo trọc, mặc áo cà sa, tụng niệm ê, a làm nghề mê tín lường gạt thiên hạ để kiếm tiền sống qua ngày như người thế gian. Cho nên tâm niệm của họ không khác gì tâm niệm người thế gian. Vì thế con đường giải thoát của Phật giáo đối với những người này thì còn xa vô cùng tận.

Cuộc đời tu hành của họ chỉ là hình thức bên ngoài, họ không thể nào sống NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG được.



# BÀI KỆ THỨ MƯỜI



“Người xuất gia, tu hành  
Chang sống thật khó khăn,  
Cũng như các gia chủ,  
Càng sống chang gia đình  
Hãy sống vô tư lợi  
Giữa con cháu người đừng  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sàng!”

**Đ**ây là bước đầu mới tu tập mà muốn sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không nên tránh né mọi người vào rừng sâu, núi cao mà nên sống trong gia đình cùng với mọi người, nhưng không thương, không ghét ai cả; không giận hờn, buồn phiền ai cả; không lo lắng sợ hãi một điều gì cả, dù họ có nói gì hay làm gì nhưng chúng ta cứ cố gắng sống với TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì không một ác pháp nào hay một chướng ngại nào làm cho tâm chúng ta dao động được. Đó là quý vị đã sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG mà bài kệ thứ mười đã dạy:

***“Hãy sống vô tư lự***

***Giữa con cháu người đưng”***

Bởi vậy SỐNG NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là một sự sống ra khỏi cuộc đời đầy đau khổ, nhưng vẫn sống giữa mọi người mà không thân thuộc giao thiệp với bất cứ một người nào cả. Vì thế mới gọi là sống MỘT MÌNH.



Chúng ta đừng hiểu sai SỐNG MỘT MÌNH là phải ra khỏi cuộc đời đầy đau khổ này bằng cách trốn vào rừng sâu, núi cao. SỐNG MỘT MÌNH giữa bao nhiêu đau khổ mà mình vẫn thản nhiên không đau khổ ấy là SỐNG MỘT MÌNH.

Bởi vậy sống cùng với mọi người mà sống MỘT MÌNH, đó mới là SỐNG MỘT MÌNH đúng pháp của Phật dạy. Vì có SỐNG MỘT MÌNH như vậy thì mới cảm nhận được con đường giải thoát của Phật giáo là chân thật.

Đời người sinh ra là chịu biết bao nhiêu sự khổ đau, vì thế mọi người ai cũng muốn mình được an vui và hạnh phúc, nhưng sự an vui và hạnh phúc chỉ là giấc mơ. Có phải như vậy không quý vị?

Sự thật cuộc đời là một trường đau khổ, nếu chúng ta không vượt ra khỏi trường đau khổ này thì chẳng bao giờ thoát khổ.

Bởi vậy có biết bao tôn giáo ra đời cùng với mục đích giúp con người thoát khổ, nhưng có mấy ai theo tôn giáo mà thoát khổ bao giờ chưa?

Cho nên các tôn giáo cũng chỉ xây dựng một thế giới ảo tưởng (Cõi Trời, Chúa cứu khổ và chết thì về với Chúa Trời, cõi Cực Lạc thì có Bồ Tát Quan Âm cứu khổ và chết thì về với Phật A Di Đà).

Giấc mơ thoát khổ của các tôn giáo đã kéo dài hàng bao nhiêu thế kỷ đã qua, nhưng con người khổ vẫn hoàn khổ. Không có một ông Ngọc Hoàng Thượng Đế, không có một ông Chúa Trời, cũng không có một ông Thánh, hay một ông Tiên, hoặc một ông Phật, một bà Phật Mẫu, một bà Phật Mẹ hay bất cứ một Đấng Cứu Thế nào giúp con người thoát khổ. Vì thế con người khổ rồi cứ khổ. Theo luật nhân quả khổ này không ai mang đến cho con người mà cũng không ai cứu con người thoát khổ. Chính con người tự tạo ra khổ rồi chính con người chịu lấy mọi sự khổ đau và cũng chính con người cứu khổ mình.

Vì thế con người muốn thoát khổ thì con người phải sống theo nhân quả thiện. Sống theo nhân quả thiện là không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sinh. Đó là hành động tự cứu mình ra khỏi mọi sự khổ đau, chứ không có một

vị Phật, một vị Trời, một vị Tiên, một vị Thánh hay một đức Chúa hoặc một Phật Mẫu nào cứu con người cả.

Vậy muốn thoát khổ đau con người phải tự cứu mình bằng cách nào?

Nếu muốn cứu mình thoát khổ thì hãy sống MỘT MÌNH dù ở trong gia đình nào là cha mẹ, con cái; nào là bạn bè thân thuộc đều không thương, không ghét, không giận hờn hay thù oán, không giao thiệp chuyện trò v.v.. Sống giữa những người thân xem như những người xa lạ, có sống được như vậy mới được gọi là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Cho nên chúng ta sống giữa những người thân mà không để ái kiết sử thương yêu lo lắng hay giúp đỡ điều này điều khác cho những người thân của mình thì đó mới là SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Bài kệ thứ mười đã khẳng định rõ ràng:

***“Cùng sống chung gia đình***

***Hãy sống vô tư lự***

***Giữa con cháu người dưng”***

Có sống chung trong gia đình mà xem như người đứng nước lã thì đó là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì mới chứng đạo, mới tìm ra được sự giải thoát hoàn toàn. Cho nên muốn giải thoát thì phải sống khác hơn người thế gian tức là SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Còn sống như người thế gian thì không bao giờ tìm thấy sự chứng đạo giải thoát.

Bởi vậy đạo Phật chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì thấy ngay sự giải thoát, chớ không có tu tập pháp môn nào khác cả. Vì SỐNG MỘT MÌNH thì tất cả pháp môn của Phật đều ở trong hạnh SỐNG MỘT MÌNH. Quý vị nên nhớ lời dạy này.



# BÀI KÊ THỦ MUỖI MỘT



“Tủ bỏ để một bên,  
Mọi hiện tượng gia đình,  
Như loại cây san hô,  
Tước bỏ mọi lá cây  
Bạc tu hành cắt đứt,  
Mọi trời buộc gia đình,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”



ếu một người tu theo Phật giáo thì nên cắt đứt mọi trói buộc của gia đình mới mong tìm thấy được giải thoát. Cho nên người nào theo Phật giáo tu tập thì nên cắt ái ly gia. Vì thế người tu sĩ Phật giáo đều phải cắt ái lìa gia đình. Bởi vậy bài kệ thứ mười một dạy:

***“Từ bỏ để một bên,***

***Mọi hiện tượng gia đình”***

Bỏ hết tình ái gia đình thì mới làm CON TÊ NGŨU SỐNG MỘT MÌNH. Bởi tình ái đối với tất cả những người thân thuộc trong gia đình là những điều đau khổ mà con người ngàn đời, muôn kiếp phải gánh chịu. Buông bỏ hết những sợi dây tình ái cũng giống như cây san hô tước bỏ hết những chiếc lá và sống trơ trụi MỘT MÌNH. Có làm được như vậy mới tìm thấy được sự giải thoát bằng không thì sự tu tập cũng chỉ hoài công vô ích.

Làm được như CON TÊ NGŨU SỐNG MỘT MÌNH là một điều khó trên cuộc đời này, vì vậy mà người tu theo Phật giáo thì

đông vô số kể, mà những người làm được như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì quá ít.

Phật pháp tu hành không khó mà khó là vì mọi người còn tiếc các pháp thế gian nên chưa muốn bỏ.

Pháp thế gian là pháp đau khổ, ai ai cũng biết vậy, nhưng bỏ nó thì ai cũng tiếc, do còn tiếc nên không muốn bỏ, vì sợ bỏ không còn đau khổ nữa là uổng. Do tâm niệm này mà người tu tập theo Phật giáo chúng đạo thì chẳng có mấy người.



## BÀI KÊ THỨ MƯỜI HAI



“Nếu tìm được bạn lành,  
Thận trọng và sáng suốt,  
Bạn đồng hành chung sống,  
Bạn thiện trí hiền trí,  
Chẳng ai nói với ai  
Cùng nhau đồng nghiệp phục,  
Tất cả mọi hiểm nạn



*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Nưa một sừng!”*

**N**hững người bạn đồng tu là

những người bạn không giao tiếp nói chuyện với nhau, họ chuyên sống MỘT MÌNH trong thất với TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Đó là những người bạn lành, những người bạn tốt. Còn ngược lại những người bạn nào chuyên phá hạnh sống MỘT MÌNH đi nói chuyện với người này, người khác là những người bạn ác. Những người ấy chúng ta không nên kết bạn với họ, vì họ sẽ phá hạnh sống MỘT MÌNH của chúng ta, họ làm cho chúng ta tu hành sống MỘT MÌNH không được.

Sống MỘT MÌNH không được thì làm sao giải thoát được, vì thế nên tránh xa những người này, họ là những người ác tri thức. Chúng ta nên đề phòng những người phá hạnh sống MỘT MÌNH, họ không tu hành gì được.

Đức Phật Thích Ca Mâu Ni chứng đạo là nhờ sống MỘT MÌNH, vì thế bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là do đức Phật thuyết giảng dạy chúng ta tu hành phải sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG tức là chẳng ai nói với ai một lời nào cả thì đó là lời dạy của đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Vậy quý vị muốn biết rõ những lời dạy này thì chúng ta nên đọc bài kệ thứ mười hai CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì sẽ thấy biết lời dạy này rất rõ ràng.

Trên đường tu hành muốn sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì phải chọn những người bạn đồng tu đã đúng, họ cũng muốn sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì sự tu hành sẽ sách tấn với nhau, còn nếu chọn bạn đồng tu là những người thích đi nói chuyện, phá hạnh sống MỘT MÌNH thì đó là những người bạn không xứng đáng cùng bước đi trên đường tu tập giải thoát của Phật giáo, chúng ta nên tránh xa.

Trong bài kệ có hai câu đáng lưu ý và rất tuyệt vời cho bước đường tu tập đến thành chánh giác:

***“Bạn thiện trú hiền trí,  
Chẳng ai nói với ai”***

Người bạn cùng sống chung mà sống MỘT MÌNH là người bạn hiền trí. Còn những người bạn giao thiệp nói chuyện là những người bạn không hiền trí, là ác hữu tri thức, họ không phải là những bậc long tượng trong Phật giáo.

Người thích giao thiệp nói chuyện là những người phàm phu tục tử chớ không phải bậc tu hành tìm cầu sự giải thoát. Quý vị nên nhớ điều này!

Khi chúng ta đến TU VIỆN CHƠN NHƯ tu tập nên xét qua hạnh sống MỘT MÌNH thì biết ngay là những người tu hành chân chánh hay là những người tu hành giả dối, chỉ đi tìm nơi an dưỡng để nghỉ ngơi, để mưu cầu mạng sống bằng cách ngồi trong mát ăn bát vàng. Cho nên những người tu thật hay tu giả chỉ cần nhìn vào hạnh sống MỘT MÌNH là biết ngay.

Bốn mươi hai bài kệ sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác nhận điều này, nhờ đó chúng ta tu tập đúng hay tu tập sai Phật pháp đều ở nơi hạnh của CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Cho nên tu theo đạo Phật mà tu tập sai hay tu tập đúng đều không che dấu ai được, nó thể hiện ra lối sống rất rõ ràng.

Đạo Phật không có giấu giếm một bí quyết nào cả, dạy thẳng giúp người tu hành ngay liền thấy sự giải thoát chứ không có chờ đợi. Bởi vậy, người nào thường sống với TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ, là những người sống NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, là những người đã chứng đạo.

Chứng đạo của Phật giáo không có khó khăn, không có tu tập mệt nhọc như những pháp môn của ngoại đạo. Người có trí hiểu biết sáng suốt buổi sáng nghe Phật thuyết pháp thì buổi chiều đã chứng quả A LA HÁN ngay liền.



# BÀI KỆ THÚ MUỖI BA



“Nếu không được bạn lành,  
Thận trọng và sáng suốt  
Cũng đừng sống với họ  
Họ chẳng phải hiền trí  
Hãy như vua từ bỏ  
Đất nước bị bại vong,  
Hãy sống như voi chúa  
Một mình trong rừng sâu

Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**T**rên cuộc đời tu hành nếu

không gặp được bạn đồng tu giữ gìn hạnh sống MỘT MÌNH trọn vẹn thì chúng ta không nên tìm những người bạn đồng tu khác không giữ hạnh sống MỘT MÌNH như bài kệ thứ mười ba trên đây đã nhắc nhở:

***“Nếu không được bạn lành,***

***Thận trọng và sáng suốt***

***Cũng đừng sống với họ***

***Họ chẳng phải hiền trí,***

***Hãy như vua từ bỏ***

***Đất nước bị bại vong”***

Nếu không có bạn đồng tu sống MỘT MÌNH thì chúng ta hãy sống MỘT MÌNH như con voi chúa sống trong rừng sâu mà chẳng hề biết sợ ai cả. Muốn đi dọc đi ngang như thế nào tùy thích.

Mục đích tu hành của chúng ta là đi tìm đường thoát khổ đau. Nhưng con đường thoát mọi khổ đau thì chỉ có con đường của Phật giáo mà con đường của Phật giáo thì có 37 pháp môn tu tập. Vì thế người tu hành theo Phật giáo phải có một thời gian dài tu tập. Vì phải mất một thời gian dài như vậy nên đức Phật cố gắng đưa ra một pháp môn ngắn gọn dễ dàng tu tập và có kết quả ngay liền. Đó là TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẦN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ.

Với pháp môn này ai tu cũng được, già trẻ bé lớn hay những người đang gặp tai nạn tù tội hoặc bệnh tật nằm liệt giường, liệt chiếu cũng đều tu tập được cả.

Với pháp môn này không phân biệt tu sĩ hay cư sĩ ngoại đạo hay không ngoại đạo đều tu tập được cả. Người già yếu hay người trẻ trung; người bệnh tật hay người khỏe mạnh cũng đều tu tập được cả.

Với pháp môn này tu tập là có kết quả giải thoát ngay liền, chỉ những người có quyết tâm, có ý chí, có nghị lực siêng năng, tinh tấn tu tập thì sự giải thoát hiện tiền.

Muốn đạt được kết quả tốt đẹp này thì không gì hơn là phải sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Chỉ có sống MỘT MÌNH như vậy mà làm nên sự chứng đạo giải thoát.





# BÀI KÊ THỦ MUỖI BỐN



“Thật chúng ta tán thân,  
Những bạn hữu chơ toàn,  
Bạc hơn ta, bằng ta,  
Ta nên gần thân cận,  
Nếu không gặp bạn này,  
Thì ta phải cố gắng  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**T**rong cuộc đời tu hành của

chúng ta nếu may mắn gặp được những bạn đồng tu hơn ta hoặc bằng ta thì chúng ta sẽ học hỏi nhiều điều hay ở họ, còn ngược lại kém hơn ta thì chẳng có ích lợi gì cho ta cả.

Bởi những bạn hơn ta, bằng ta đều là những bậc sống MỘT MÌNH, và chỉ cần học ở họ hạnh sống MỘT MÌNH cũng đủ cho chúng ta tìm thấy sự giải thoát. Còn nếu không gặp những người bạn này thì chúng ta nên tập sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Tại sao đạo Phật chủ trương người tu hành phải sống MỘT MÌNH?

Bằng chứng là bốn mươi hai bài kệ con TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã nói lên được thánh hạnh này. Thánh hạnh giải thoát đó chỉ có sống MỘT MÌNH. Sống MỘT MÌNH mới thấy sự giải thoát của Phật giáo là chân thật. Còn chưa sống MỘT MÌNH mà nói ngời thiên hai ba giờ, nhiếp tâm không vọng tưởng, đó là quý vị tu theo

Phật giáo Trung Quốc pha màu vô vi của Lão Tử.

Người tu theo Phật giáo không diệt ý thức nên lúc nào cũng còn niệm khởi. Niệm có hai loại rõ ràng:

1- Niệm khởi chạy theo tâm dục.

2- Niệm khởi làm chủ tâm dục.

Ví dụ: Có một niệm khởi lên bảo rằng: Ta muốn ăn một cái bánh phi thời thì đồng thời lúc đó cũng có một niệm khác cũng khởi lên ngăn lại và bảo rằng: giờ này không được ăn phi thời, ăn như vậy là phạm giới về ăn uống; ăn như vậy không xứng đáng là người tu sĩ Phật giáo.

Cho một ví dụ khác nữa: Có một người nằm trên giường bệnh tâm khởi niệm lo lắng: Theo như lời bác sĩ nói căn bệnh ung thư của ta sẽ sống không còn bao lâu nữa, vậy ta hãy mua thịt cá ăn cho “đã” để có chết cũng không còn thèm nữa.

Trong khi đó lại có một niệm khác khởi lên bảo rằng: Sắp chết rồi ta phải ăn chay làm thiện để kiếp sau có sinh lên làm người cũng được mạnh khỏe, vì ăn thịt cá là huân thêm tội ác, do sát hại chúng

sinh nên khó mà sinh làm người. Bởi vì luật nhân quả ai gieo nhân nào thì phải gặt quả nấy.

Ví như những người làm nghề chài lưới bắt cá tôm đem giết hại làm thực phẩm để nuôi thân mạng sống hằng ngày của mình, thì tội ác đó không thể lường được. Cho nên dân chài lưới thường chết sông, chết biển, chết vì bệnh tật nan y. Bởi vậy thế giới không giờ phút nào ngưng chiến tranh, không nước này đánh giết nhau thì nước khác. Đó là một bằng chứng mà không ai chối cãi được. Vì giết hại và ăn thịt chúng sinh nên thế giới làm sao có hòa bình.

Từ xưa đến nay người ta hiểu ăn chay là theo một tôn giáo nào đó để được thánh thần phò hộ tai qua nạn khỏi, chớ người ta đâu ngờ rằng ăn chay là nuôi lớn LÒNG YÊU THƯƠNG của chúng ta đối với sự sống của muôn loài. Vì chính LÒNG YÊU THƯƠNG mới đem lại sự an vui bình yên cho chúng ta chớ không có thần thánh nào giúp chúng ta tai qua nạn khỏi bệnh tật tiêu trừ.

Trên đời này nếu tìm được một người bạn lành có LÒNG YÊU THƯƠNG rộng lớn như vậy thì người bạn đó là tấm gương sáng để chúng ta soi. Vì chính người nào có LÒNG YÊU THƯƠNG rộng lớn thì người đó đều thích sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.





# BÀI KÊ THỦ MUỖI LẮM



“Thấy đồ trang sức vàng,  
Lấp lánh và sáng chói,  
Được người thợ kim hoàn,  
Khéo làm, khéo tay làm,  
Đối với những vật này  
Nguy hiểm tự hại thân  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sừng!”

Một người muốn tìm tu giải

thoát thì vàng bạc của báu cần nên tránh xa, không cất giữ mà hãy buông xả hết. Bởi vì vàng bạc của báu đều là rẩn độc.

Ngày xưa đức Phật và ông A Nan đi khát thực, khi đi ngang qua một lỗ trổ mà người nông dân dùng để khai nước. Dưới lỗ trổ ông A Nan nhìn thấy một hủ vàng và gọi đức Phật đến xem, khi đức Phật đến xem liền bảo với ông A Nan: “Đây là rẩn độc chúng ta hãy mau mau rời khỏi nơi này”. Khi đức Phật và ông A Nan đã đi xa thì người nông dân ở gần đó nghe đức Phật nói với ông A Nan như vậy liền đến xem, khi thấy một hủ vàng to tướng người nông dân cả cười và nói: “Để ta mang con rẩn độc này về nhà xem nó có cắn ai chết không?”.

Ông nông dân khệ nệ mang hủ vàng về nhà rồi đem bán lấy tiền xây cất nhà cửa khang trang. Thấy thế nhà vua cho người đến điều tra và cuối cùng nhà vua khép tội tử hình cả dòng họ vì tội ăn cắp vàng của nhà vua.



Ngày đem cả dòng họ ông nông dân ra xử tử hình thì người nông dân chỉ than thở một mình: *“Đúng là đức Phật nói vàng là rắn độc, bây giờ nó cắn cả dòng họ của ta. Hiếu được thì quá muộn màng”*.

Nếu một người muốn sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không nên cất giữ vàng bạc của báu. Người nào còn cất giữ vàng bạc của báu thì chẳng bao giờ làm CON TÊ NGƯU SỐNG MỘT MÌNH.



## BÀI KÊ THỦ MƯỜI SÁU



“Như vậy nếu ta cùng,  
Với một người thứ hai,  
Tranh luận cãi vã nhau,  
Sâu hận, gây hấn nhau,  
Nhìn thấy trong tương lai,  
Sợ hãi hiểm nguy này  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”



Trong cuộc sống hằng ngày

chúng ta đã nhận thấy mọi người không sống MỘT MÌNH nên thường hay có sự xung đột tranh cãi với nhau, sân hận rồi đánh nhau có khi giết nhau tạo ra những tội ác mà bản án tử hình không sao tránh khỏi.

Bởi sống MỘT MÌNH thì làm gì có sự tranh cãi hơn thua với nhau, vì thế sống MỘT MÌNH có lợi ích rất lớn là không làm ai buồn phiền và mọi người cũng không ai làm buồn phiền mình.

Sống MỘT MÌNH thật là an vui và hạnh phúc biết bao, vì chẳng có ai làm trái ý mình và mình cũng không làm trái ý người. Cho nên hạnh sống MỘT MÌNH thật là giải thoát. Bởi vậy đức Phật ví người sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Người nào tu hành theo Phật cố gắng sống NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì sự giải thoát ở ngay trước mặt.

Càng kết bè, kết bạn thì sự gây hấn không sao tránh khỏi, mà không tránh khỏi sự gây hấn thì sân hận ngày một

tăng trưởng, vì thế cuộc đời tu hành chúng ta chẳng có ích lợi gì.

Vì thế, muốn được giải thoát an vui thì nên sống MỘT MÌNH. Bí quyết thành công trên đường tu tập theo Phật giáo không có gì đặc biệt mà chỉ có sống MỘT MÌNH.

Sống MỘT MÌNH đâu có khó khăn gì, chúng ta hãy sống thử từ một tuần lễ, một tháng đến ba tháng rồi một năm, năm năm, 10 năm và suốt cả đời thì quý vị sẽ thấy một sự sống tuyệt vời mà không có sự sống nào hơn được.

SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG đó là lối sống của những bậc thánh nhân chớ phàm phu không thể sống MỘT MÌNH được.

Những người tu theo Phật giáo là những người vượt khỏi đời sống thế gian, vì thế nên họ SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG.



# BÀI KÊ THÚ MUỖI BẢY



“Các dục thật mỹ miều,  
Ngọt thơm và đẹp rí,  
Mọi hình sắc, phi sắc,  
Làm mê loạn tâm trí,  
Thấy sự nguy hiểm này,  
Trong các dục tưởng dường  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**N**ếu chúng ta không sống

MỘT MÌNH thì các món dục lạc sẽ lôi cuốn chúng ta vào sáu nẻo luân hồi mà không sao tránh được. Khi bị dục lạc lôi cuốn mà không xả được thì chúng ta sẽ bị trôi lăn trong đau khổ từ kiếp này sang kiếp khác không bao giờ thoát ra được. Quý vị có biết không?

Dục không hình dáng, khó thấy nhưng nó có một sức mạnh vô biên. Chính muôn loài trên hành tinh này đều bị nó lôi đi chẳng khác nào như bác nông dân lôi một con trâu to lớn khi bị xổ mũi. Chúng ta cũng vậy đều bị dục xổ mũi, nó muốn lôi chúng ta đi đâu thì lôi không bao giờ chúng ta chống lại sức mạnh của nó được.

Vì thế chỉ có những người quyết tâm sống MỘT MÌNH thì mới làm chủ được dục, mới sai khiến dục như thế nào thì dục làm theo như thế nấy. Do đó dục không còn lôi chúng ta được nữa. Và nhờ đó nó đành chịu thua vì không còn đủ sức níu kéo chúng ta được nữa.

Người nào sống được MỘT MÌNH không giao tiếp với ai là người làm chủ được thân tâm của mình, là người đã giải thoát hoàn toàn. Bởi vậy hạnh sống MỘT MÌNH nghe nói thì dễ, nhưng có sống rồi mới thấy khó vô cùng. Khó là do những người không có ý chí dũng mãnh; khó là do những người còn ham vui, thích nói chuyện, kết bè, kết bạn; khó là do những người xem thường hạnh sống MỘT MÌNH, họ nghĩ rằng tu hành nhiếp tâm không vọng tưởng, ngồi thiền bảy, tám giờ mà còn chưa giải thoát huống là sống MỘT MÌNH làm sao giải thoát cho được. Ở bên Miến Điện, Thái Lan, Nhật Bản, Tây Tạng người ta tu tập ngồi thiền bảy, tám giờ không một niệm khởi mà còn chưa chứng đạo. Vậy mà ở đây thầy dạy chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là chứng đạo, điều ấy làm sao chúng con tin được.

Nếu các con không tin thì hãy đọc bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG mà đức Phật đã dạy cách đây hơn mấy ngàn năm rồi các con có tin hay không tùy ý. Còn riêng thầy thì thầy tin

ngay, vì muốn sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đâu phải dễ. Nếu thân tâm không thanh tịnh thì đừng mong sống như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Vậy thân tâm thanh tịnh như thế nào?

Thân tâm thanh tịnh là thân TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ, chỉ có giữ gìn được tâm này là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.





# BÀI KÊ THỦ MUỖI TẮM



“Đây là một mụn nhọt,  
Và cũng là tai họa,  
Mũi tên là tật bệnh  
Là sợ hãi cho ta,  
Thấy sự nguy hiểm này,  
Do các đệ tử tưởng dường,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**B**ài kệ thứ 18, một lần nữa đức

Phật nói về lòng dục con người khi nó được trưởng dưỡng thì nó trở thành mụn ung nhọt, nó trở thành tai họa lớn, nó trở thành mũi tên độc, nó trở thành sự nguy hiểm cho con người.

Muốn không trưởng dưỡng dục thì hãy sống MỘT MÌNH. Chỉ có sống MỘT MÌNH thì dục không tăng trưởng được và có thể nó sẽ bị tiêu diệt trong hạnh sống MỘT MÌNH.

Muốn diệt lòng dục không có pháp nào hơn pháp môn sống MỘT MÌNH. Bởi sống MỘT MÌNH thì dục không sai khiến chúng ta được nên nó bị triệt tiêu.

Bởi vậy hạnh sống MỘT MÌNH là một pháp môn diệt dục hơn tất cả các pháp môn khác. Vì thế đức Phật tử mĩ dạy cho chúng ta biết có 42 tâm niệm phá hạnh sống MỘT MÌNH, đó là bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Khi chúng ta biết rõ như vậy thì những tâm niệm đó khởi lên chúng ta đều

tác ý diệt sạch không để chúng sai khiến chúng ta. Nếu chúng ta cần mẫn siêng năng hằng giây, hằng phút, hằng giờ, hằng ngày, hằng tuần lễ, hằng tháng quyết tâm tiêu diệt chúng thì dục sẽ không thể lộ đầu lên sai khiến chúng ta được.

Nếu chúng ta tu tập như vậy thì hạnh sống MỘT MÌNH đâu còn khó khăn nữa, và cuối cùng chúng ta sống MỘT MÌNH trọn vẹn không còn ai phá hạnh sống MỘT MÌNH của chúng ta được.



## BÀI KÊ MUỖI CHÍN



“Lạnh lẽo và nóng bức,  
Đói bụng và khát nước,  
Gió thổi, ánh mặt trời,  
Mùi mòng và rần rết,  
Tất cả xúc chạm này,  
Chịu đựng hãy vượt qua,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## **D**ù trong cảnh sống MỘT MÌNH

chúng ta bị thời tiết lạnh buốt xương, nhưng lúc bấy giờ chúng ta cũng không bỏ hạnh sống MỘT MÌNH mà chạy đi tìm lửa đốt để sưởi ấm. Vì khi tâm chúng ta bị một chướng ngại nào thì chúng ta phải quyết tâm thà chết chứ không bỏ hạnh sống MỘT MÌNH. Còn ngược chạy đi để giải quyết chướng ngại thì chúng ta đã phá hạnh sống MỘT MÌNH rồi.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị thời tiết nóng bức khiến cho chúng ta chạy đi tìm nơi mát mẻ hay dùng quạt để quạt thì đó đã là phá hạnh sống MỘT MÌNH.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta không có thực phẩm để ăn uống, chúng ta cũng không phá hạnh sống MỘT MÌNH để chạy đi tìm thực phẩm.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị khát nước đến khô cả cổ họng, nhưng chúng ta cũng không phá hạnh sống MỘT MÌNH để chạy đi tìm nước uống.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị thời tiết gió bão cây ngã nhà sập cũng không làm cho chúng ta phá hạnh sống MỘT MÌNH chạy đi tránh né.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị ánh nắng mặt trời nóng như thiêu, như đốt chúng ta cũng không bỏ hạnh sống MỘT MÌNH chạy đi tìm nơi khác.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị muỗi mòng bu cắn như bầy ong chúng ta cũng không phá hạnh sống MỘT MÌNH chạy đi tìm nơi khác hoặc đốt lửa hay giăng màn, vì những hành động tránh né này là phá hạnh sống MỘT MÌNH.

Dù trong cảnh sống MỘT MÌNH chúng ta bị rắn rết xâm nhập vào thất, chúng ta cũng không phá hạnh sống MỘT MÌNH bằng cách không sợ hãi trước các loài vật hung dữ.



# BÀI KÊ THỨ HAI MƯỜI



“Như con voi to lớn,  
Tài bố cả bầy đàn,  
Thân thể được sanh ra,  
To lớn như tảng đá,  
Tùy theo sự thích thú  
Sống tại chỗ rừng núi.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**C**húng ta được sinh ra làm con

người, nhưng con người là một loài vật cao cấp, vì thế chúng ta có đầy đủ trí tuệ làm chủ các loài động vật khác trên hành tinh này. Chúng ta được sinh ra làm người mà làm người được tu hành theo Phật giáo thì cũng giống như con voi chúa không cần nương tựa sống trong bầy, vì thế tự do tùy thích muốn đi đâu thì đi, muốn sống chỗ nào thì tùy ý sống không một loài vật nào ngăn cản được.

Người tu tập theo Phật giáo cũng sống như vậy. Sống MỘT MÌNH như con voi chúa tự do tung hoành nhưng không bao giờ làm khổ những loài động vật khác, đó mới thực sự sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Bởi vậy người tu hành còn giao tiếp nói chuyện với người này người kia thì không phải là tu sĩ Phật giáo. Bốn mươi hai bài kệ SỐNG NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác định lời đức Phật dạy rất rõ ràng. Ai không sống MỘT MÌNH mà nói rằng tôi là đệ tử của đức Phật thì lời nói



đó là đối trá. Bởi người đệ tử của Phật luôn luôn sống MỘT MÌNH.

Bởi đệ tử của đức Phật luôn luôn sống MỘT MÌNH nhưng nhìn lại TU VIỆN CHỜN NHƯ của chúng ta đã có bao nhiêu người về đây tu học, nhưng tìm cho ra một người sống MỘT MÌNH thật cũng khó khăn vô cùng. Phải không thưa quý vị?



## BÀI KÊ HAI MƯƠI MỐT



“Ai ưa thích hội chúng,  
Người ấy khó tu tập  
Làm sao chúng Niết Bàn,  
Giải trừ các cảm thọ  
Cần nhắc lời giảng dạy,  
Từ bỏ nơi đông đảo  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**N**hững người thích hội họp,

thích lập đoàn thể này, bề phái khác là những người không bao giờ tu theo Phật giáo được, vì Phật giáo là một tôn giáo lấy hạnh sống MỘT MÌNH làm pháp môn tu tập để đạt được cứu cánh Niết Bàn. Bởi vậy Niết Bàn của Phật giáo rất thanh tịnh im lặng trong một không gian trong sạch. Bởi vì mọi người ai cũng sống MỘT MÌNH không tiếp duyên với ai, vì thế mà sự giải thoát ngay tại hạnh sống MỘT MÌNH.

Khi có sống MỘT MÌNH thì mới thấy sự giải thoát của Phật giáo không có tu tập nhiều như ngoại đạo, vì vậy mà không có khó khăn, không có mệt nhọc chút nào cả.

Trong bài kệ đã xác định rất rõ ràng:

***“Ai ưa thích hội chúng***

***Người ấy khó tu tập***

***Làm sao chứng niết bàn”***

Đúng vậy người thích hội họp thì còn tu tập cái gì. Bởi Niết Bàn của Phật giáo chỉ cho phép những người sống MỘT

MÌNH mới vào được, còn người nào thích hội họp chỉ đứng ngoài cổng mà nhìn.

Vì thế đức Phật dạy:

***“Từ bỏ nơi đông đảo***

***Hãy sống riêng một mình***

***Như Tê Ngưu một sừng!”***

Đúng vậy, người nào muốn tu tập để cầu giải thoát thì hãy tránh xa những nơi đông người, tìm những nơi yên tĩnh, tránh xa mọi người chỉ sống MỘT MÌNH thì sẽ thấy chúng đạo ngay liền, vì chúng ta sống như vậy thì chẳng khác nào như CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG sống riêng MỘT MÌNH.

Bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đều nhắc nhở chúng ta nên sống MỘT MÌNH, chỉ có sống MỘT MÌNH mới chúng đạo.

Như chúng tôi đã nói ở trên tu hành theo Phật giáo chỉ có sống MỘT MÌNH là thành tựu đạo giải thoát, nếu không sống MỘT MÌNH thì theo Phật giáo tu hành chỉ ưỡng công mà thôi.

Sống MỘT MÌNH đâu có khó khăn gì.  
Sống MỘT MÌNH thì không ai làm phiền  
phức tâm mình; không ai làm mình sân  
hận, tức giận; không ai làm mình thương  
nhớ lo toan. Vì thế mà mình chứng đạo  
giải thoát dễ dàng.



## BÀI KÊ HAI MƯỜI HAI



“ Muốn giải thoát một khối,  
Các tri kiến hỷ luận,  
Hãy quyết định độc cư  
Chúng đăc đượe con đường,  
Nơi đăng trú tuệ sanh  
Không cần nhờ người khác  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## **B**ài kệ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG

thứ hai mươi hai đã xác định rất rõ chỉ có sống MỘT MÌNH thì bản thân mình mới ra khỏi những tri kiến HÝ LUẬN của chính mình, nếu không sống MỘT MÌNH thì tri kiến HÝ LUẬN không bao giờ buông xả được.

Đọc bài kệ này chúng ta thấy rất rõ tri kiến HÝ LUẬN và trí tuệ khác nhau, bởi vì trí tuệ không bao giờ HÝ LUẬN. Trí tuệ nói ra không bao giờ sai một điều gì cả, chỉ có tri kiến HÝ LUẬN khi nói ra phần nhiều là sai sự thật cho nên mới gọi nó là HÝ LUẬN. HÝ LUẬN là luận nói ra những đề tài vui chơi, hoặc để tranh luận hơn thua chớ không phải để giải thoát. Nên HÝ LUẬN chỉ là lời nói ở đầu môi chót lưỡi cho vui, chớ không phải nói ra sự thật của Phật dạy.

Ví dụ 1: Như Thiền Tông nói PHẬT TÁNH. Người tu tập kiến Tánh thành Phật, nhưng sự thật có ai kiến tánh thành Phật chưa? PHẬT TÁNH chỉ là HÝ LUẬN của Thiền Tông.

Ví dụ 2: Kinh sách phát triển dạy: TÁNH KHÔNG là Phật, lời dạy này không đúng. Bởi vì Phật là trí tuệ sáng suốt chứ không lẽ suốt ngày không khởi niệm. Cho nên TÁNH KHÔNG chỉ là HÝ LUẬN của kinh sách phát triển.

Ví dụ 3: Trong Tâm Kinh Bát Nhã dạy: HÀNH THÂM BÁT NHÃ BA LA MẬT ĐA THỜI CHIẾU KIẾN NGŨ UẨN GIAI KHÔNG, có nghĩa là lúc nào cũng ở trong KHÔNG NIỆM thì thành Phật, đó là lời dạy HÝ LUẬN.

Bởi vậy kinh sách phát triển thuyết giảng lung tung, có mấy ai thành Phật đâu. Họ đâu hiểu Phật là cái gì?

Chúng tôi xin xác định để quý vị thấy rõ: Phật là gì?

Phật là một con người như chúng ta cũng sống ăn uống như mọi người nhưng ai nói nặng, nói nhẹ hay chửi mắng, nói oan, nói ức đức PHẬT như thế nào thì đức PHẬT cũng chẳng hề tức giận một ai cả. Cho nên PHẬT không phải là PHẬT TÁNH hay là TÁNH KHÔNG hay là trí tuệ BÁT NHÃ. Tất cả những danh từ trên đây là HÝ LUẬN.



Khi chúng ta sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì trí tuệ tự sinh ra đầy đủ. Cho nên người có trí tuệ khi nói ra một điều gì thì điều đó là đúng sự thật chứ không như tri kiến HÝ LUẬN. Bởi tri kiến HÝ LUẬN thường tưởng giải nói ra nên nói ra không đúng sự thật, vì thế mới gọi nó là tri kiến HÝ LUẬN.

Muốn thoát ra khỏi tri kiến hý luận thì chúng ta hãy SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Khi sống được như vậy thì trí tuệ phát sinh mà kinh sách thường nhắc nhở: GIỚI SINH ĐỊNH, ĐỊNH SINH TUỆ, chứ không phải tu tập THIỀN ĐỊNH mà có ĐỊNH, vì THIỀN ĐỊNH của Phật không có tu tập mà Thiền Định của Phật để nhập bằng sức Định Như Ý Túc. Trước khi có Định Như Ý Túc thì phải tu tập tâm ly dục ly ác pháp. Muốn ly dục ly ác pháp thì chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU.



## BÀI KÊ HAI MƯỜI BA



“Không tham không lừa đảo,  
Không khát vọng, gièm pha,  
Mọi si mê ác tuế,  
Được gạn sạch quét sạch,  
Trong tất cả các pháp,  
Không tham ác ước mong.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## C hỉ có sống riêng MỘT MÌNH

NHƯ CON TÊ NGŨU thì tất cả mọi tâm tham muốn như: Tâm tham muốn lừa đảo, tâm tham muốn khát vọng, tâm tham muốn gièm pha, tâm tham muốn ước mong, tất cả những tâm tham muốn đều bị diệt sạch.

Từ lâu chúng ta tu tập rất vất vả đó là để mong diệt trừ tâm tham, sân, si, mạn, nghi, nhưng tu tập mãi mà không diệt trừ được. Còn ở đây chỉ cần sống NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì tâm tham, sân, si, mạn, nghi đều bị diệt trừ cả.

Bài kệ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thứ hai mươi ba đã xác định điều này rất rõ ràng. Như vậy chúng ta chỉ cần sống MỘT MÌNH là thành tựu con đường giải thoát.

Chúng tôi xin nhắc quý vị sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG không phải dễ đâu quý vị ạ!

Nếu sống MỘT MÌNH mà tâm niệm quý vị khởi lên nhớ điều này điều kia thì hạnh sống MỘT MÌNH của quý vị cũng mất theo. Khi sống MỘT MÌNH quý vị nên nhớ

điều này. MỘT MÌNH là không có niệm mới gọi là MỘT MÌNH, còn có niệm trong tâm quý vị là chưa sống MỘT MÌNH đâu quý vị ạ!

Chỗ này quý vị cần lưu ý: Tâm không niệm là do lý dục lý ác pháp, chứ không phải ỨC CHẾ Ý THỨC.



# BÀI KÊ HAI MƯƠI BỐN



“Với bạn bè độc ác,  
Hãy từ bỏ lánh xa,  
Kẻ không thấy mục đích,  
Quen nếp sống thế gian,  
Chớ tự mình thân cận,  
Kẻ đam mê phóng dật,  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## Bài kệ thứ hai mươi bốn CON

TÊ NGŨU MỘT SỪNG khuyên chúng ta nên sống MỘT MÌNH thì tất cả bạn bè ác đều xa lánh. Cho nên hạnh sống MỘT MÌNH rất là tuyệt vời vì không ai muốn giao tiếp với chúng ta. Vì thế hạnh sống MỘT MÌNH chỉ có những bậc tu hành chân chính mới sống được. Còn tất cả phàm phu tục tử đối với hạnh sống MỘT MÌNH họ rất sợ hãi.

Trong bài kệ thường nhắc đến những câu có ý nghĩa như sau:

***“Với bạn bè độc ác***

***Quen nếp sống thế gian***

***Kẻ đam mê phóng dật”***

Qua những câu kệ này đã xác định được người sống MỘT MÌNH thì tránh được những người bạn ác, tránh được những điều làm cho chúng ta dễ phiền muộn. Bởi sống MỘT MÌNH có lợi ích lớn như vậy, thế mà tại sao không ai chịu sống MỘT MÌNH.

Muốn tu hành giải thoát mà không sống MỘT MÌNH thì làm sao có giải thoát cho được.

Khi sống MỘT MÌNH chúng ta mới thấy con đường giải thoát ngay trước mắt, vì thế đức Phật khuyên chúng ta nên sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG.



## BÀI KÊ HAI MƯƠI LĂM



“Bậc nghe nhiều từ pháp,  
Hãy gần gũi người ấy,  
Người ấy tâm rộng lớn,  
Thông minh và biện tài,  
Biết điều không nên làm,  
Thường nhiếp phục nghi hoặc  
Nói theo hạnh người này



*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê ngưu một sừng!”*

**K**hi chúng ta nhận ra được

chánh pháp của đức Phật thì liền sống MỘT MÌNH để thực hiện một đời sống giải thoát, vì tất cả các pháp thế gian đều vô thường, có pháp nào thường còn đâu mà dính mắc chấp đắm. Hãy buông tất cả xuống có gì mà chúng ta thương tiếc, khi chết rồi không có mang theo mình một vật gì cả.

Ngay cả vợ hay chồng, con là những người thân nhất mà còn không mang theo được huống là của cải tài sản. Bởi vậy con người thật vô minh sao không thấy các pháp thế gian này đều vô thường. Biết bao đời ông cha của chúng ta giờ này có còn gì đâu, thế mà có điều gì bất toại nguyện thì lại sân hận, buồn phiền, đau khổ. Thật là đảo điên, điên đảo. Sao không để cho TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ,

có phải trạng thái tâm như vậy là hạnh phúc lắm không?

Muốn được sống an vui thanh thản, bất động như vậy thì chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Sống MỘT MÌNH hạnh phúc lắm quý vị ạ!

Con đường tu hành theo Phật giáo chỉ có bấy nhiêu đó mà thôi, đâu có gì khó khăn, chỉ có quyết chí thì làm nên sự nghiệp giải thoát.



# BÀI KÊ HAI MƯƠI SÁU



“Mọi du lí vui đũa  
Và dục lạc thế gian,  
Không trang điểm làm đẹp  
Không ước vọng mong cầu,  
Từ bỏ mọi hào nhoáng  
Nói lên lời chân thật  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Nguơn một sừng!”

**B**uông xuống hết! Buông xuống

hết! Đời có gì đâu mà đắm đuối ham mê, vui đó rồi khổ đó, cười đó mà khóc đó. Cho nên đức Phật mới dạy đời là một trường đau khổ.

Đúng vậy, lời nói này không sai. Chúng ta hãy buông xuống hết! Buông xuống hết để cho đời sống được thanh thản, an vui và bất động thì mới có hạnh phúc.

Hãy sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không còn ai làm động chúng ta được. Vui cũng khổ, buồn cũng khổ quý vị ạ! Chỉ có tâm BẤT ĐỘNG mới là giải thoát chân thật. Muốn được tâm BẤT ĐỘNG thì chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Có đó rồi mất đó cho nên các pháp đều vô thường. Nếu mọi người ai cũng hiểu biết như vậy thì đâu còn dính mắc, mà không còn dính mắc thì phải sống MỘT MÌNH. Nhờ có sống MỘT MÌNH để trui luyện một ý chí sắt đá MỘT MÌNH. Nếu

không rèn luyện ý chí sắt đá MỘT MÌNH thì không bao giờ sống MỘT MÌNH được.

Bởi vậy những du hý và dục lạc thế gian có gì là chân thật, có đó rồi mất đó như bóng câu cửa sổ, như nước chảy qua cầu. Vì vậy chúng ta hãy sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì không gian sẽ không trải dài và thời gian sẽ không bị chia cắt.



## BÀI KÊ HAI MƯƠI BẢY



“Với con và với vợ,  
Với cha và với mẹ,  
Tài sản cùng lúa gạo,  
Bà con là trời buột  
Hãy từ bỏ buột ràng,  
Các dự vọng như vậ.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**C**ha mẹ, vợ con và bà con thân

thuộc đều là những sợi dây ái kiết sử khiến cho tâm chúng ta bị sự yêu thương đó trói buộc mà không lúc nào rời ra được. Vì thế, nếu muốn thoát ra mọi sự ràng buộc đó thì nên sống **MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG**. Muốn sống **MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG** thì hãy bứt bỏ tất cả những sợi dây ái kiết sử ấy, dù những sợi dây ấy chỉ còn dính một chút xíu như sợi tơ mảnh thì chúng ta vẫn chưa phải là **SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG**.

Bởi vậy, **SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG** không phải dễ. Người có ý chí gan dạ mới bứt những sợi dây ái kiết sử này được. Còn những người hèn nhát thì không bao giờ bứt được những sợi dây ái kiết sử này. Cho nên xem hạnh sống **MỘT MÌNH** thì dễ nhưng khi sống được mới thấy nó khó vô cùng.

Khó hay dễ chúng ta đều phải sống cho được hạnh **MỘT MÌNH**, nếu không sống

được thì cuộc đời tu hành của chúng ta sẽ  
hoài công vô ích.

Nếu không theo Phật giáo tu hành  
thì thôi, bằng đã theo Phật giáo thì phải  
theo cho tận cùng. Theo cho tận cùng thì  
chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU  
MỘT SỪNG.

Bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU  
SỐNG MỘT MÌNH đó chẳng phải là lời dạy  
của đức Phật sao?

Vì thế chúng ta hãy nỗ lực thực hiện  
lời dạy này chắc chắn sẽ có sự giải thoát  
ngay liền.





# BÀI KÊ HAI MƯỜI TÁM



“Tất cả là trời buột,  
Ở trong thế gian này  
Lạc thú thật nhỏ bé,  
Vị ngọt thật ít oi,  
Khổ đau lại nhiều hơn,  
Chúng đều là cân móc,  
Người ta biết như vậy

*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”*

**T**ất cả những lạc thú ở thế gian

này là câu móc chúng ta, nếu biết rất rõ như vậy chúng ta nên từ bỏ tất cả những lạc thú. Muốn từ bỏ những lạc thú này thì chỉ có SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Khi đọc bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU SỐNG MỘT MÌNH chúng ta nhận xét thấy đạo Phật thật là vĩ đại. Trong cuộc đời tu hành theo Phật giáo mà không sống MỘT MÌNH thì không bao giờ chứng đạo. Vì thế thấy ai tu theo Phật giáo mà còn giao thiệp kết bè, kết bạn thì biết ngay rằng những người này tu hành giả dối, họ là những người tu hành không thật.

Cho nên trong TU VIỆN thấy ai nói chuyện với nhau thì người quản lý nên mời họ trở về trụ xứ. Những người này tu hành chẳng ra gì, làm mất một chỗ tu hành của

người khác. Họ đến đây chỉ mượn chỗ tu hành để ngồi không ăn bát vàng, nhưng họ đâu biết rằng hạt cơm của đàn na thí chủ nặng hơn núi Thái sơn. Một hạt cơm ăn mà tu chơi để giao tiếp nói chuyện cho vui thì không biết đời nào trả cho xong món nợ hạt cơm. Cho nên khi ăn hạt cơm của đàn na thí chủ thì phải giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Có giữ gìn tâm được như vậy thì dù ăn bao nhiêu cơm gạo của đàn na thí chủ cũng không mang nợ. Vì tâm BẤT ĐỘNG nên đâu có chỗ nào nghiệp xen vào được mà mang nợ đàn na.

Bởi vậy tâm BẤT ĐỘNG rất tuyệt vời. Nếu người tu hành giữ gìn được tâm ấy thì chấm dứt tái sinh luân hồi, vì còn chỗ nào đâu mà nghiệp xen vào để đi tái sinh.

Bởi vậy sống MỘT MÌNH thật tuyệt vời, không ai làm tâm mình động, không một ác pháp làm tâm mình sợ hãi và không một ái kiết sử nào làm mình yêu thương ai cả v.v..

Sống MỘT MÌNH chỉ có đức Phật, còn phàm phu tục tử làm sao sống nổi. Cho

nên người tu theo Phật giáo thì hãy noi gương đức Phật mà sống MỘT MÌNH.



# BÀI KÊ HAI MƯỜI CHÍN



“Hãy chặt đứt, bẻ gãy,  
Các kiệt sử trời buột,  
Như các loài thú rừng,  
Phá hoại các mạng lưới,  
Như lửa đã cháy xong,

Không còn trở lại.  
Người ta cần phải biết  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**M**ột lần nữa hãy chặt đứt ái

kiết sử, bởi vì nó mà con người phải trôi lăn trong lục đạo muôn kiếp.

Ái kiết sử là một sợi dây xích sắt trói buộc con người không bao giờ ra khỏi tình cảm yêu thương gia đình, vì thế chúng ta được học Phật pháp nên biết nó rất rõ. Biết rõ nên chúng ta cần phải tìm mọi cách chặt đứt sợi dây ái kiết sử để thoát ra khỏi sự trói buộc của nó.

Đạo Phật có một pháp môn duy nhất chặt đứt sợi dây ái kiết sử, đó là hạnh SỐNG MỘT MÌNH. Vì thế mà đức Phật dạy: **“Hãy sống riêng một mình như con tê ngưu một sừng”**.

Nếu muốn giải thoát thì chúng ta phải nương vào bốn mươi hai bài kệ SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Chỉ có sống MỘT MÌNH mới tìm thấy sự giải thoát chân thật.

Muốn dứt bỏ ái kiết sử thì chỉ có SỐNG MỘT MÌNH. SỐNG MỘT MÌNH thì ái kiết sử sẽ bị diệt mất. Đúng vậy, muốn dứt bỏ mọi pháp thế gian thì chỉ có SỐNG MỘT MÌNH. Điều này quý vị nên nhớ kỹ nó là bí quyết thành công trong sự tu tập theo Phật giáo.



## BÀI KÊ THỨ BA MƯỜI



“Vội mắt cúi nhìn xuống,  
Chân đi không lười luyến,  
Các cần được hộ trì,  
Tâm ý khéo chế ngự.  
Không đàng ú, ử chẳng,  
Không chày đổ bưng lên.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”



**P**hòng hộ sáu căn là một việc làm

rất khó, thế mà chỉ có SỐNG MỘT MÌNH đúng như bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG thì phòng hộ sáu căn dễ dàng.

Cho nên Phật giáo có đầy đủ pháp môn để nhiếp phục, để phòng hộ thì sự tu hành của chúng ta đâu còn khó khăn nữa. Phải không thưa quý vị?

Trước kia chúng ta chưa biết phương pháp sống MỘT MÌNH nên sự phòng hộ sáu căn rất khó. Đôi mắt luôn luôn phải nhìn xuống không dám nhìn ai cả; tai luôn luôn nghe hơi thở ra vô mà không dám nghe những âm thanh bên ngoài, ý cũng vậy không dám khởi nghĩ một điều gì, lúc nào cũng giữ gìn chế ngự. Cho nên sự tu hành không được tự nhiên nhẹ nhàng, lúc nào cũng lưu ý làm cho tâm trí rất bận rộn. Vì thế mà chúng ta cảm thấy nhọc nhằn, không còn một phút giây nào thanh thoi an lạc và vô sự.

Còn bây giờ hiểu được phương pháp SỐNG MỘT MÌNH thì rất nhẹ nhàng, chỉ làm sao sống như CON TÊ NGƯU mà thôi.

Cho nên tất cả pháp môn của Phật giáo chỉ có SỐNG MỘT MÌNH là một pháp môn đệ nhất.



# BÀI KÊ BA MƯƠI MỐT



“Hãy trút bỏ, để lại,  
Các biểu tượng thế gian,  
Như loại cây san hô,  
Loại bỏ các nhánh lá,  
Rồi đắp áo cà sa,  
Ra khỏi nhà thế tục  
Người tu cần phải biết

Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**M**uốn SỐNG NHƯ CON TÊ

NGŨU MỘT SỪNG thì chỉ có người xuất gia mới dễ dàng, còn ngược lại người cư sĩ cũng đã cắt tất cả ngoại duyên thì mới mong làm CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG. Bởi vì người tu sĩ Phật giáo sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì dễ dàng, nên muốn đi dọc đi ngang hay làm bất cứ một việc gì thì tùy thích mà không ai cản trở được. Trong bài kệ dạy hai câu rất tâm đắc:

***“Rôi đắp áo cà sa***

***Ra khỏi nhà thế tục”***

Đúng vậy chỉ có người xuất gia mới không bị ràng buộc bởi những người thân trong gia đình, những người thân là những dây ái kiết sử tuy vô hình nhưng nó lại chắc hơn dây xích sắt.

Bởi vậy chúng ta nên lưu ý đừng để những sợi dây này trói buộc mà không thể sống NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Ai cũng biết người xuất gia mới có thể sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG, còn mọi người khác đang sống trong gia đình thì không thể nào sống MỘT MÌNH được.

Cho nên sống MỘT MÌNH không phải dễ đâu, không phải ai cũng làm được.

Người nào sống MỘT MÌNH được là người tu hành dễ chứng đạo, vì sống được MỘT MÌNH là giải thoát mọi triền phược, mọi ái kiết sử, mọi tình cảm của thế gian.

Vì thế chúng ta là những tu sĩ Phật giáo thì phải quyết tâm sống MỘT MÌNH, có như vậy mới tìm thấy con đường thoát khổ của đạo Phật.



## BÀI KÊ BA MƯƠI HAI



“Không tham đắm vật chất  
Không tham, không tạo tác  
Không nhờ ai nuôi dưỡng,  
Chỉ khát thực từng nhà,  
Đôi với mọi gia đình,  
Tâm không bị trời buộc  
Người tu cần phải biết

Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**N**gười tu sĩ tìm cầu sự giải

thoát thì hãy sống riêng MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Sống riêng MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG là người tâm không còn tham đắm vật chất, tiền bạc, của cải, tài sản, nhất là tâm không còn tham công ăn; việc làm, chỉ biết ngồi không chơi, đến giờ ăn thì đi khát thực, không nhờ ai nuôi dưỡng. Vì có người nuôi dưỡng là có sự vướng mắc trong ân tình, ân nghĩa.

Cho nên chỉ có đời sống xuất gia thì mới sống MỘT MÌNH dễ dàng, đói đi khát thực từng nhà, vì thế mà tâm không bị ràng buộc mọi tình cảm gia đình.

Bài kệ thứ ba mươi hai dạy rất rõ để chúng ta không bị ràng buộc dù bất cứ một tình cảm yêu thương nào.

Bởi muốn sống MỘT MÌNH chúng ta hãy chuẩn bị mọi thứ để sau này không bị dính mắc tình cảm.

Tu hành mà không sống MỘT MÌNH thì uổng cuộc đời tu, vì không sống MỘT MÌNH thì không bao giờ chứng đạo được.

Cho nên bằng mọi cách chúng ta phải sống MỘT MÌNH cho xứng đáng là tu sĩ Phật giáo.

Dù gặp bất cứ những khó khăn, gian khổ nào chúng ta cũng nêu cao ngọn cờ sống MỘT MÌNH để làm gương giải thoát cho mọi người.





# BÀI KÊ BA MƯƠI BA



“Từ bỏ năm truền cái,  
Che đậy trời buộc tâm,  
Đối với mọi kiệt sử,  
Hãy trừ khử, dứt sạch,  
Không ợ cứ nương tựa,  
Chặt đứt Si (ái) sân hận  
Người tu cần phải biết  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê ngựa một sừng!”

Một lần nữa chúng ta hãy

đẹp bỏ năm triền cái và bảy kiết sử vì đó là những mầm mống của tâm tham, sân, si, mạn, nghi. Muốn diệt trừ chúng thì chỉ có phương cách dễ dàng nhất là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Mục đích tu hành theo Phật giáo là phải diệt sạch ngũ triền cái và thất kiết sử. Muốn diệt sạch ngũ triền cái và thất kiết sử không có gì khó khăn. Chúng ta chỉ cần SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU thì dù muốn diệt hay không muốn diệt nó cũng đều bị triệt tiêu qua hạnh sống MỘT MÌNH. Hạnh sống MỘT MÌNH rất đặc biệt, nó diệt trừ tất cả những sự khổ đau của kiếp người. Cho nên người nào muốn tu tập là phải sống MỘT MÌNH.

Vì thế hạnh sống MỘT MÌNH rất tuyệt vời. Bởi vậy ai muốn tu theo Phật giáo để tìm cầu sự giải thoát ra khỏi tâm tham, sân, si, ái thì không gì hơn là sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Bài kệ thứ ba mươi ba CON TÊ NGƯU  
MỘT SỪNG đã khéo nhắc nhở chúng ta  
muốn từ bỏ năm triền cái và thất kiết sử  
thì chỉ một cách dễ dàng là sống riêng  
MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Phật pháp có đầy đủ những pháp  
môn để đối trị các ác pháp và ái kiết sử.  
Vì thế chúng ta chỉ cần biết áp dụng đúng  
pháp thì chúng ta sẽ loại trừ những đau  
khổ không mấy khó khăn.



## BÀI KÊ BA MƯƠI BỐN



“Hãy xoay lưng trở lại,  
Đôi với lạc và khổ,  
Cả đôi với lý lẽ,  
Được cảm thọ từ trước,  
Hãy chứng cho được xả,  
Giữ tâm an thanh tịnh  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**C**uộc đời tu hành của chúng ta

đứng trước cái khổ cũng như cái vui chúng ta đều không chấp nhận và cũng không sợ chúng.

Khi chúng đến chúng ta cứ giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì chúng sẽ không tác động vào thân tâm của chúng ta được nữa.

Khi muốn giữ gìn tâm được như vậy thì chỉ có sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Đó là một pháp môn duy nhất mà đức Phật thường nhắc đi nhắc lại nhiều lần trong bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.

Ai đọc bốn mươi hai bài kệ đều thấy lời dạy rất thâm thía và đầy lòng yêu thương của đức Phật đối với chúng sinh cõi ta bà này:

***“Giữ tâm an thanh tịnh***

***Hãy sống riêng một mình***

***Như Tê Ngưu một sừng!”***

Muốn tâm được thanh tịnh thì hãy sống riêng MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU.

Đúng như vậy, chỉ có sống riêng MỘT MÌNH thì mới xả sạch được thất kiết sử và ngũ triền cái. Nếu tâm xả sạch những thứ này thì tâm mới hoàn toàn THANH TỊNH.

Bởi vấn đề quan trọng trong sự tu tập theo Phật giáo là chúng ta phải chấp nhận sống MỘT MÌNH. Nếu không sống MỘT MÌNH thì không nên theo Phật giáo tu hành, vì có theo tu tập thì cũng chẳng đi đến đâu cả.

Người quyết chí tu hành tìm cầu giải thoát mà không chấp nhận sống MỘT MÌNH thì không phải là người quyết chí mà đó là người tu lấy có để khoe khoang với mọi người rằng mình có tu theo Phật giáo. Đó là tu danh tu lợi mà chúng ta đã thấy hiện giờ tu sĩ Phật giáo phát triển đang dẫm lại lối mòn. Chúng tôi xin quý vị nên tránh xa sự tu tập giả dối bằng cách lựa gạt phật tử tụng kinh, niệm Phật, lẩn chuỗi v.v.. này.

Một số người theo chúng tôi tu hành nhưng vì hiểu pháp tu chưa rõ, chưa biết cách thực hành vì thế đã rơi vào lối mòn của hệ phái phát triển. Đó là tu tập ức chế

ý thức khiến cho ý thức không khởi niệm, trong khi Phật dạy: “Ý LÀM CHỦ, Ý TẠO TÁC, Ý DẪN ĐẦU CÁC PHÁP”.

Chúng tôi xin nhắc lại quý vị tu theo Phật giáo không có diệt ý thức mà dùng ý thức để xả từng tâm niệm vui buồn, sân hận, ghét thương v.v.. của quý vị.

Vì vậy khi sống MỘT MÌNH chúng ta mới thấy rõ từng niệm khởi đủ loại: Vui buồn, sân hận, ghét thương v.v.. Nếu không sống MỘT MÌNH thì không thể nào xả hết được, chỉ có sống MỘT MÌNH và trạng thái MỘT MÌNH sẽ xả sạch mà không cần chúng ta phải tu tập những pháp nào khác nữa.

Khi sống MỘT MÌNH thì tự tri kiến quán xét tư duy mỗi tâm niệm của chúng ta khởi lên và ngay đó tri kiến liền xả để bảo vệ hạnh sống MỘT MÌNH.

Hạnh sống MỘT MÌNH rất tuyệt vời không có phương pháp nào sánh kịp. Vì khi sống MỘT MÌNH thì ngay đó là tâm sẽ BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ.



## BÀI KÊ BA MƯƠI LĂM



“Tinh cần và tinh tấn,  
Đạt được lý chân đế,  
Tâm không còn thụ động,  
Không còn có tiếng nhác,  
Kiên trì trong cố gắng,  
Dũng lực được sanh khởi.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”



**C**hỉ có sống riêng MỘT MÌNH thì

mới đạt được LÝ CHÂN ĐẾ. Bởi sức mạnh của hạnh sống MỘT MÌNH nó giúp chúng ta một sức lực đồng mãnh, có một ý chí kiên trì. Do đó tâm thụ động và sự lười nhác biến mất chỉ còn lại trong tâm chúng ta sự siêng năng tinh cần tinh tấn.

Cho nên sống riêng MỘT MÌNH là một sự lợi ích rất lớn cho con đường tu tập đi đến giải thoát hoàn toàn. Bởi con đường tu theo Phật giáo. Chỉ có sống riêng MỘT MÌNH mới tìm thấy được sự giải thoát, còn không sống riêng MỘT MÌNH thì dù có tu bao lâu đi chăng nữa cũng không tìm thấy sự giải thoát. Giải thoát của Phật giáo không ngoài hạnh sống riêng MỘT MÌNH.

Chúng tôi xin nhắc lại một lần nữa bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG luôn luôn nhắc nhở chúng ta:

***“Hãy sống riêng một mình***

***Như Tê Ngưu một sừng!”***

Đó là một bí quyết thành công trên đường tu tập theo Phật giáo. Vậy xin quý

## SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU

vị lưu ý để sau này có dịp tu tập thì nên nhớ lời dạy này mà hãy sống riêng MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG.



# BÀI KÊ BA MƯƠI SÁU



“Không từ bỏ đạo cư,  
Không viển ly thiên định  
Thường thường sống hành trì  
Tùy pháp trong các pháp,  
Chơn chánh nhận thức rõ,  
Ngay hiểm trong sanh hữn.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**T**uy sống riêng MỘT MÌNH nhưng

lúc nào cũng biết tùy pháp, giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ, vì thế thấy rất rõ những pháp thế gian là nguy hiểm. Càng thấy pháp thế gian nguy hiểm thì lại càng sống MỘT MÌNH. Càng sống MỘT MÌNH thì lại càng thấy tâm mình buông xả tất cả pháp thế gian. Nhờ sống MỘT MÌNH mới tìm thấy sự giải thoát chân thật của Phật giáo.

Bởi vậy bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU SỐNG MỘT MÌNH có giá trị rất lớn đối với những ai đi tìm chân lý của Phật giáo. Nếu không sống riêng MỘT MÌNH để quán xét xả từng tâm niệm của mình thì dù có tu như thế nào cũng bị ức chế ý thức.

Đại Thừa và Thiên Tông Trung Quốc không hiểu rõ điều này cho nên càng tu tập thì lại càng ức chế ý thức. Do đó Đại Thừa và Thiên Tông Trung Quốc đã tu sai Phật pháp. Vì thế các sư thầy đều lọt vào thiên tướng mà không biết tướng mình đã chứng đạo.

Đạo Phật chủ trương sống MỘT MÌNH để còn có MỘT MÌNH duy nhất. Chừng đó mới nhận ra rõ từng tâm niệm để dùng pháp tác ý xả bỏ và như vậy phải có một thời gian dài từ bảy ngày đến bảy tháng và cuối cùng bảy năm chuyên ròng sống MỘT MÌNH. Có tu tập sống MỘT MÌNH như vậy thì mới mong làm chủ sinh, già, bệnh, chết.



## BÀI KÊ BA MƯƠI BẢY



“Mong cần đoạn diệt ác (ái),  
Sống hạnh không phóng dật,  
Không đần độn tâm ngọng  
Nghe nhiều, giữ chánh niệm  
Các pháp thường quán xét,  
Quyết định, chánh tinh cần  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

## hờ sống riêng MỘT MÌNH

mới thấy được tâm ái, do thấy được tâm ái mới có cơ hội đoạn diệt chúng.

Trong cuộc đời tu hành theo Phật giáo chúng ta phải đoạn diệt tâm ái trước tiên. Bởi vậy những người theo Phật tu tập thì được Ngài bảo phải LY GIA CẮT ÁI. Nhưng người thời nay rất xem thường lời dạy này nên cứ sống trong gia đình cha mẹ, vợ chồng, con cái mà tu tập, nhất là dùng hơi thở nhiếp tâm để tâm hết vọng niệm. Một việc làm mà đức Phật không bao giờ chấp nhận. Hơi thở có mười chín đề mục tu tập, nhưng khi thân tâm chúng ta bị một trạng thái thọ khổ nào hay một trạng thái tướng nào thì mới dùng hơi thở mà diệt nó.

Ví dụ 1: Khi chúng ta bị nhức đầu mà muốn bệnh nhức đầu không tác động vào thân được thì chúng ta nên tu tập ngay đề mục: “AN TỊNH THÂN HÀNH TÔI BIẾT TÔI HÍT VÔ, AN TỊNH THÂN HÀNH TÔI BIẾT TÔI THỞ RA”.

Ví dụ 2: Khi chúng ta đang bị hôn trầm thùy miên và vô ký thì nên tu tập đề mục: “VỚI TÂM ĐỊNH TĨNH TÔI BIẾT TÔI HÍT VÔ, VỚI TÂM ĐỊNH TĨNH TÔI BIẾT THỞ RA”.

Tu tập hơi thở là khi chúng ta bị chướng ngại thì mới dùng nó. Cho nên người mới sơ cơ tập nhiếp tâm phá loạn tưởng thì chỉ được tu tập trong 30' mà thôi. Khi tu tập nhiếp tâm được thì không nên tu tập nó nữa mà hãy tu tập sang qua pháp khác chớ cứ tu tập hơi thở mãi thì cũng không tốt. Vì đây là phương pháp ức chế tâm chớ không phải phương pháp xả tâm, xin quý vị nên lưu ý.

Cha mẹ đó, vợ con còn đó đang sống một bên nhau mà tu tập buông xả cái gì. Đời sống thì ê chề chưa buông xả mà buông xả cái tâm làm gì được.

Khi đi tu thì phải rời bỏ gia đình cha mẹ, con cái, vợ chồng. Đó là bước đầu tiên mới vào TU VIỆN CHƠN NHƯ. Phải chặt đứt ái kiết sử như vậy rồi xin một cái thất để sống ở riêng MỘT MÌNH, tu tập xả tâm đến chừng nào tu hành chứng đạo mới ra thất, dù thời gian mấy chục năm hay cả



năm sáu chục năm vẫn kiên trì không được rời khỏi thất.

Cuộc đời tu tập có quyết chí như vậy thì sự chứng đạo đâu còn khó khăn. Người tu tập cần phải sống MỘT MÌNH trong thất không giao tiếp với bất cứ một người nào khác dù cha mẹ, vợ con hay chồng con có đến thăm cũng phải từ chối xin không gặp để giữ gìn trọn hạnh sống MỘT MÌNH.

Cho nên người có quyết tâm sống hạnh MỘT MÌNH thì sự chứng đạo ngay liền đó mà không cần phải tu tập gì nhiều, do vậy người tu hành không phí sức.

Chứng đạo của Phật giáo rất đơn giản chỉ cần sống MỘT MÌNH từ ngày này sang ngày khác; từ tháng này sang tháng khác, từ năm này sang năm khác, dù cho bao nhiêu ngày, bao nhiêu tháng và bao nhiêu năm cũng không cần biết tới, chỉ biết duy nhất là mình sống MỘT MÌNH mà thôi.

Cứ sống MỘT MÌNH cho đến khi nào chứng đạo mới thôi. Nếu có ý chí kiên cường, bền lòng sống MỘT MÌNH như vậy thì sẽ chứng đạo ngay liền mà không cần

tu tập một pháp môn nào khác cả, đúng như trong bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã dạy.



# BÀI KÊ BA MƯỜI TÁM



“Như sư tử, không động  
An tịnh giữa các tiếng,  
Như gió không vướng mắc,  
Khi thổi qua màng lưới,  
Như hoa sen không dính,  
Không bị nước thấm ướt.  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngựa một sừng!”

TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ, đó là một trạng thái tâm giải thoát mà từ xưa đến ngày nay chư Phật đều ở trong đó.

Người nào giữ gìn được TÂM BẤT ĐỘNG thì dù có tiếng động lớn đến gấp cỡ nào đi nữa cũng không làm động tâm người đó được, họ giống như con sư tử dù cho cọp beo voi gấu có la hét đến đâu thì sư tử vẫn thản nhiên không bao giờ động tâm sợ hãi.

Người nào giữ gìn được TÂM BẤT ĐỘNG cũng như gió to thổi qua các màng lưới nên không bị vướng mắc một chút nào cả. Cho nên TÂM BẤT ĐỘNG là cứu cánh giải thoát cho những ai biết tu hành theo Phật giáo.

Chỉ có Phật giáo mới dạy chúng ta tu hành giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG còn tất cả các tôn giáo khác đều không có, vì TÂM BẤT ĐỘNG là chân lý thứ ba của Phật giáo.

Cho nên ai sống được với chân lý này là người đã chứng đạo. Vì vậy mà bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác định chân lý này một cách rất rõ ràng.

Trên đường tu tập nếu ai tin lời dạy này mà sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU

MỘT SỪNG thì người đó sớm muộn gì cũng  
chứng đạo.



## BÀI KÊ BA MƯƠI CHÍN



“Giống như con sư tử,  
Với quai hàm hùng mạnh,  
Bậc chúa của loài thú,  
Sống chinh phục chế ngự.  
Thường sống trong các xứ,  
Nhân tịnh và xa vắng  
Người ta sẽ cần biết

*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”*

**T**rong các loài vật con sư tử là

chúa của muôn loài, cho nên nó chẳng biết sợ bất cứ một con vật nào. Nó thường sống MỘT MÌNH trong rừng núi, bất cứ nó muốn đến nơi nào là tùy thích không ai và không con thú nào dám cản ngăn nó.

Đức Phật lấy con sư tử ví cho người tu sĩ Phật giáo sống MỘT MÌNH. Người sống MỘT MÌNH thì sống không nương tựa vào ai cả, và sống không nương tựa vào ai cả là một người có tính tình gan dạ, chẳng hề biết sợ ai cả. Ngược lại người nào sống còn nương tựa vào người khác thì tính tình sẽ nhút nhát, sợ sệt. Tính tình nhút nhát sợ sệt thì không bao giờ tu chứng đạo. Cho nên khi tu theo Phật giáo thì phải quyết tâm sống MỘT MÌNH chớ đừng bao giờ sống chung với bất cứ một người nào khác cả. Do đó tính tình càng được trui luyện trong

đời sống MỘT MÌNH nên mới đầy đủ can đảm gan dạ.

Người tu sĩ muốn tìm cầu sự giải thoát mà cứ sống chung với mọi người thì sự tu hành chỉ là hoài công vô ích mà thôi.

Cho nên nếu chúng ta quyết tâm tu hành tìm cầu sự giải thoát thì phải sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG như trong bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU. Có sống MỘT MÌNH được như vậy thì mới mong làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Vì thế chúng ta quyết định phải sống cho bằng được MỘT MÌNH, để con đường tu tập của chúng ta mới không uổng phí một đời người.

Sống MỘT MÌNH đâu phải khó khăn, chỉ vì chúng ta chưa bao giờ sống MỘT MÌNH nên lo lắng vì sống MỘT MÌNH chắc buồn lắm. Phải không quý vị?

Sự thật không phải vậy, sống MỘT MÌNH không ai còn làm phiền mình được nữa. Vì thế sống MỘT MÌNH tâm rất an vui và hạnh phúc vô cùng.

Chúng ta thấy Phật giáo rất hay, chọn cho mình một đời sống không ai làm



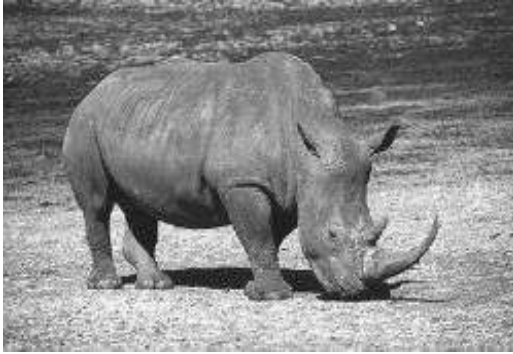
phiền lòng mình và mình cũng không làm phiền lòng người khác. Bởi vì sống MỘT MÌNH đâu có làm phiền lòng ai và cũng không ai làm phiền lòng mình.

Thật tuyệt vời khi sống MỘT MÌNH thấy tất cả các ác pháp và lòng ham muốn đều bị hạnh sống MỘT MÌNH diệt sạch.

Từ lâu chúng ta dùng hết từ pháp môn này đến pháp môn khác để tâm ly dục ly ác pháp, thế mà tâm ly mãi không xong, bây giờ chỉ nhờ có sống MỘT MÌNH trong thời gian ngắn mà tâm được giải thoát hoàn toàn.



# BÀI KỆ THỨ BỐN MƯỜI



“Tù tâm, sống trú xả,  
Bi tâm, hạnh giải thoát,  
Sống hành từ đúng pháp,  
Hỷ tâm, cho đúng thời,  
Không chống đôi va chạm,  
Với một ai ở đời  
Ấy là tâm xả sạch  
Các pháp trong thế gian

Chỉ có người tu sĩ  
Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Nưa một sàng!”

**T**Ừ TÂM là LÒNG YÊU THƯƠNG

RỘNG LỚN, chớ không phải LÒNG YÊU THƯƠNG ÍCH KỶ NHỎ HẸP của con người thế gian. Chỉ có MỘT LÒNG YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN mới xả được những tâm sân hận, phiền não, đau khổ của mình. Cho nên đức Phật dạy: *“Lấy TỪ TÂM mà xả tất cả tâm chướng ngại pháp”*. Nhờ có TỪ TÂM mà chúng ta mới ly dục ly ác pháp. Cho nên TỪ TÂM rất quan trọng trong cuộc sống tu hành của chúng ta.

Người nào muốn tu tập mà không có TỪ TÂM thì khó mà xả được tâm, vì thế chúng ta hãy thực hiện TỪ TÂM trong mọi thời gian, vì thế mà chúng ta được giải thoát hoàn toàn.

Muốn thực hiện TỪ TÂM, BI TÂM, HỖ TÂM và XẢ TÂM thì chỉ có một phương

pháp duy nhất đó, là hạnh sống MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG. Trong hạnh sống MỘT MÌNH nó mang đủ tính chất của TÂM TỪ, BI, HỖ, XẢ, vì thế chúng ta chỉ cần sống MỘT MÌNH là có đủ bốn tâm.

Cho nên hạnh sống MỘT MÌNH rất quý báu nó giúp cho chúng ta thành tựu con đường làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi.



# BÀI KÊ BỐN MƯỜI MỐT



“Đoạn tận lòng tham ái,  
Sâu hận và si mê,  
Chặt đứt và cắt đoạn,  
Cắt đứt sự lớn nhỏ,  
Không có gì sợ hãi,  
Khi mạng sống gần chạng  
Chỉ giữ gìn cho trọn

Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Ngưu một sừng!”

**M**uốn sống MỘT MÌNH thì

chúng ta phải đoạn tận lòng tham ái. Lòng tham ái có nghĩa là gì?

Lòng tham ái là sự thương mến yêu thích. Vậy thương mến và yêu thích nghĩa là gì?

Là một tình cảm mà con người ai cũng có, hoặc nhiều hay ít, người mà tình cảm ít thì mọi người cho người đó tính tình khô khan, cộc cằn. Còn người có tình cảm nhiều thì họ cho người đó là tính tình bi lụy yếu đuối, nghe ai nói điều gì đau khổ cũng dễ bị xúc động thương xót.

Cho nên dù tình cảm nhiều hay ít nó cũng làm cho chúng ta đau khổ, vì thế một người tu theo Phật giáo đều phải đoạn dứt tất cả tình cảm, vì nó là nguyên nhân sinh ra muôn thứ đau khổ. Chúng ta hãy biến tình cảm nhỏ hẹp của thế gian trở

thành LÒNG YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN, chính LÒNG YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN mới là tâm từ bi của chư Phật, vì thế nó thoát ra mọi sự khổ đau không làm khổ mình khổ người và tất cả chúng sinh.

Muốn đoạn dứt những tình cảm nhỏ hẹp ích kỷ này và để mở rộng LÒNG YÊU THƯƠNG RỘNG LỚN thì chúng ta cần phải sống MỘT MÌNH, nếu không sống MỘT MÌNH thì không bao giờ đoạn dứt được.

Nhìn chung các pháp trong Phật giáo thì pháp nào cũng dạy chúng ta ly dục ly ác pháp, nhưng ly dục ly ác pháp cho được rốt ráo thì chỉ có pháp môn sống MỘT MÌNH là tuyệt hảo nhất.

Cái hay nhất của Phật là chỉ sống MỘT MÌNH, nhờ sống MỘT MÌNH mà tất cả các pháp thế gian đều bị diệt sạch.



## BÀI KÊ BỐN MƯỜI HAI



“Có những bạn vì lợi,  
Thân cận và chung sống,  
Những bạn không mưu lợi,  
Nay khó tìm ở đời,  
Người sáng suốt cứu mình,  
Không phải cứu mọi người,  
Trong lúc còn đang tu



*Hãy sống riêng một mình  
Như Tê Nguơa một sừng!”*

**T**rong cuộc đời bạn bè, thân hữu

cũng như những người thân thuộc bà con trong gia đình đều là những người vì lợi, vì tiền của, vật chất, những hạng người này thì không thiếu gì. Còn ngược lại những người bạn không mưu lợi, không tham vật chất thì những người này không phải tìm dễ. Vì thế chúng ta không nên chung sống với họ, vì có chung sống với họ thì họ sẽ làm khổ chúng ta. Cho nên càng tránh xa họ bao nhiêu thì tốt bấy nhiêu. Nhất là trong giai đoạn đang tu hành sống MỘT MÌNH thì lại càng tránh xa họ nhiều hơn nữa.

Sống MỘT MÌNH thì con đường tu hành mới bảo đảm là chúng ta sẽ thành công rực rỡ. Vì sống MỘT MÌNH thì không còn ai làm mình động tâm được, nhất là đang tu tập TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN,

AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì sự sống MỘT MÌNH lại còn quan trọng gấp trăm ngàn lần.

Mỗi bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đều nhắc nhở chúng ta tu hành muốn giải thoát thì phải sống MỘT MÌNH.

Sự tu hành của chúng ta theo Phật giáo thì duy nhất chỉ có sống MỘT MÌNH là pháp tối hậu. Nếu ai không sống MỘT MÌNH mà tìm cầu sự giải thoát thì không bao giờ có giải thoát được, vì thế ngay khi mới bước chân vào đạo Phật thì chúng phải chuẩn bị tập sống MỘT MÌNH. Bởi vậy chỉ có sống MỘT MÌNH thì mới có ngày chứng đạo.

Cuối cùng qua bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU MỘT SỪNG đã xác định trên con đường tu tập của chúng ta phải làm như thế nào để được giải thoát hoàn toàn.

Bây giờ chúng ta đã thấu rõ pháp nào tu hành giải thoát ngay liền và pháp nào tu hành kéo dài thời gian. Nhưng có một điều chúng tôi cần nhắc nhở quý vị:

Trước khi muốn sống MỘT MÌNH thì phải sắp xếp những người thân trong gia đình để họ vui lòng chấp nhận không đến

thăm viếng quấy rầy. Nhờ đó mới sống MỘT MÌNH trọn vẹn cho đến khi chúng đạo. Nếu không sắp xếp thì những người thân sẽ làm động và phá mất hạnh sống MỘT MÌNH.

Nếu không chuẩn bị tinh thần sống MỘT MÌNH thì tự mình cũng sẽ bung ra phá hạnh sống MỘT MÌNH của mình và vì vậy cuộc đời tu hành của mình cũng chỉ là hoài công vô ích.



## MỤC LỤC

Lời nói đầu	5
Bốn mươi hai bài kệ CON TÊ NGƯU..	13
Bài kệ thứ nhất	15
Bài kệ thứ hai	25
Bài kệ thứ ba	33
Bài kệ thứ tư	39
Bài kệ thứ năm	43
Bài kệ thứ sáu	50
Bài kệ thứ bảy	55
Bài kệ thứ tám	61
Bài kệ thứ chín	66
Bài kệ thứ mười	71
Bài kệ thứ mười một	77
Bài kệ thứ mười hai	80
Bài kệ thứ mười ba	85
Bài kệ thứ mười bốn	89
Bài kệ thứ mười lăm	95
Bài kệ thứ mười sáu	98

Bài kệ thứ mười bảy	101
Bài kệ thứ mười tám	105
Bài kệ thứ mười chín	108
Bài kệ thứ hai mươi	111
Bài kệ thứ hai mươi mốt	114
Bài kệ thứ hai mươi hai	118
Bài kệ thứ hai mươi ba	122
Bài kệ thứ hai mươi bốn	125
Bài kệ thứ hai mươi lăm	128
Bài kệ thứ hai mươi sáu	131
Bài kệ thứ hai mươi bảy	134
Bài kệ thứ hai mươi tám	137
Bài kệ thứ hai mươi chín	141
Bài kệ thứ ba mươi	144
Bài kệ thứ ba mươi mốt	147
Bài kệ thứ ba mươi hai	150
Bài kệ thứ ba mươi ba	153
Bài kệ thứ ba mươi bốn	156
Bài kệ thứ ba mươi lăm	160
Bài kệ thứ ba mươi sáu	163

Bài kệ thứ ba mươi bảy	166
Bài kệ thứ ba mươi tám	171
Bài kệ thứ ba mươi chín	174
Bài kệ thứ bốn mươi	178
Bài kệ thứ bốn mươi một	181
Bài kệ thứ bốn mươi hai	184
Mục lục	188

# GIỚI THIỆU SÁCH

1. Đường về xứ Phật (Mười tập, bộ mới).
2. Những lời gốc Phật dạy (Bốn tập, bộ mới).
3. Văn hóa Phật giáo truyền thống (Hai tập).
4. Đạo đức làm người (Tập I, II...).
5. Cẩm nang tu Phật (Hai tập).
6. Thiền 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. Diễn 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 - mới)
26. Ba mươi bảy phẩm trợ đạo (2010 - mới).
27. Giới đức làm người – 2 tập (2010 - mới).
28. Lịch sử chùa Am (2010 - mới).
29. Linh hồn không có – tái bản lần I (2010 quý IV).
30. Sống một mình như con Tê Ngưu

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.



## HÒA SEN



*Trong đầm gì đẹp bằng sen  
Lá xanh bông trắng lại chen nhụy vàng  
Nhụy vàng bông trắng lá xanh  
Gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn*

## PHẬT TỬ XIN ẮN TỔNG KINH “SỐNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯ”

- Phật tử Hà Nội
- Phật tử Thái Nguyên
- Phật tử Hải Phòng
- Phật tử Bắc Ninh
- Phật tử Hà Nam
- Phật tử Ninh Bình
- Phật tử Nghệ An, Hà Tĩnh
- Phật tử Đồng Hới, Quảng Bình
- Phật tử Phú Yên
- Phật tử Đà Nẵng
- Phật tử Huế Thừa Thiên
- Phật tử Ninh Thuận
- Phật tử Nha Trang, Khánh Hòa
- Phật tử TP Hồ Chí Minh
- Phật tử Đồng Nai
- Phật tử Cần Thơ
- Phật tử Đồng Tháp
- Phật tử Châu Đốc, An Giang
- Phật tử Cái Bè, Cai Lậy
- Phật tử Long An
- Phật tử Tây Ninh
- Phật tử Lâm Đồng, Đà Lạt
- Phật tử Tiền Giang, Mỹ Tho
- Phật tử Sóc Trăng, Bạc Liêu

- Phật tử Cà Mau, Nam Căn
- Phật tử Bà Rịa, Vũng Tàu
- Phật tử Phước Hải, Long Đất
- Phật tử Hóc Môn, Bà Điểm
- Phật tử Củ Chi, Gia Định
- Phật tử Bình Dương
- Phật tử Gò Dầu, Bến Cầu
- Phật tử Tra Võ, Giang Tân
- Phật tử Cẩm Giang
- Phật tử Phước Hiệp
- Phật tử Gia Bình, Bà Tre
- Phật tử Bình Lái, Lái Thiêu



# SÔNG MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGƯ

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: 0979520554 - 0988094445

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

---

Số lượng in: 8.000 bản, khổ: 13 x 20,5 cm  
In tại **CTY CỔ PHẦN IN KHUYẾN HỌC PHÍA NAM**  
(Tp.HCM. ĐT: 38164415)

Số xuất bản: 1051-2010/CXB/07-199/TG  
In xong và nộp lưu chiểu Quý IV năm 2010