

**THANH QUI**  
**TU VIỆN CHƠN NHƯ**

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

# THANH QUI

TU VIỆN CHƠN NHƯ



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO





## Lời nói đầu

*Tu Viện Chơn Như có đường  
lối tu hành riêng biệt theo đúng giáo pháp  
của đức Phật, không bị ảnh hưởng hay lai  
cãng một giáo pháp nào của ngoại đạo,  
nhất là nó không chịu ảnh hưởng của kinh  
sách phát triển, vì kinh sách phát triển chịu*

ảnh hưởng tư tưởng Khổng Tử và Lão Tử rất nặng.

Theo đúng đường lối tu tập của Phật giáo, nên tu viện Chơn Như có tám lớp tu học cụ thể:

- 1- Lớp thứ nhất: Chánh Kiến
- 2- Lớp thứ hai: Chánh Tư Duy
- 3- Lớp thứ ba: Chánh Ngữ
- 4- Lớp thứ tư: Chánh Nghiệp
- 5- Lớp thứ năm: Chánh Mạng
- 6- Lớp thứ sáu: Chánh Tinh Tấn
- 7- Lớp thứ bảy: Chánh Niệm
- 8- Lớp thứ tám: Chánh Định

Trong tám lớp tu học này được chia làm ba cấp:

- Cấp một: Giới Luật Đức Hạnh  
ly dục ly ác pháp.

- Cấp hai: Thiên Định (Định Như  
Ý Túc).

- Cấp ba: Trí Tuệ (Tuệ Tam  
Minh).

Cấp Giới Luật gồm có năm lớp học, bắt đầu học tập từ lớp Chánh Kiến đến lớp Chánh Mạng. Trong năm lớp tu học này chuyên ròng học tập Giới Luật Đức Hạnh Nhân Bản – Nhân Quả của Phật giáo. Các lớp học này khiến cho con người không còn làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả các loài động vật đang sống quanh chúng ta.

*Cấp 1: Giới Luật Đức Hạnh của Phật giáo chia ra làm bốn loại giới luật như sau:*

*- Loại 1: Có năm giới gốc dạy chung cho tất cả mọi người.*

*- Loại 2: Có tám giới của những người Thọ Bát Quan Trai (Những người mới tu tập làm quen tám giới).*

*- Loại 3: Có mười giới của người mới xuất gia (Sa di và Sa Di Ni).*

*- Loại 4: Có hai trăm năm mươi giới của người xuất gia nam từ năm năm trở lên mới được thọ (Tỳ kheo tăng).*

*- Loại 5: Có ba trăm bốn mươi tám giới của người xuất gia nữ từ mười năm trở lên mới được thọ (Tỳ kheo ni).*



Năm lớp tu học này chuyên ròng học tập và trau dồi để triển khai tri kiến giới luật đức hạnh nhân bản - nhân quả để xả tâm dục và các ác pháp.

Do nhờ sự tu học và trau dồi giới luật đức hạnh thường xuyên như vậy nên tâm mới được thấm nhuần thông suốt giới luật. Vì thế đức Phật dạy: **"Những gì thông suốt cần phải thông suốt"**. Đúng vậy, lời dạy này đức Phật muốn cho những ai tu tập theo tôn giáo của mình đều phải thông suốt giới luật.

Nếu một người tu theo Phật giáo mà không thông suốt giới luật và không chấp nhận rèn luyện tri kiến giới luật đức hạnh nhân bản - nhân quả thì sự tu tập chẳng bao giờ tìm thấy sự giải thoát.

*Cho nên sự thông suốt giới luật đức hạnh rất cần thiết cho đời sống tu hành của chúng ta. Vì thế nếu những ai không thông suốt giới luật đức hạnh thì sự tu học của họ cũng chẳng có ích lợi gì cả, chỉ uống công mà thôi.*

*Vì tri kiến giới luật đức hạnh nhân bản - nhân quả rất quan trọng trong việc xả tâm, nếu không có tri kiến giới luật đức hạnh nhân bản - nhân quả thì chẳng bao giờ xả tâm lý dục lý ác được.*

*Trong sự tu hành theo Phật giáo hiện giờ của chúng ta cần phải suy xét cho thật kỹ thì mới thấy rõ Phật Giáo Việt Nam thường chịu ảnh hưởng phương pháp tu tập của Phật Giáo Trung Quốc rất nặng.*

*Bởi Phật Giáo Trung Quốc truyền sang qua Việt Nam với tất cả các phương pháp tu tập đều ức chế ý thức, làm cho ý thức tê liệt không còn khởi niệm. Khi ý thức không còn khởi niệm thì Phật giáo Trung Quốc cho đó là sự tu tập đạt được Thiền Định.*

*Mục đích tu tập của Phật giáo Trung Quốc là diệt ý thức, ý thức diệt thì tâm không niệm. Tâm không niệm tức là Tâm Không. Người nào nhận ra Tâm Không là người kiến tánh. Phật Giáo Trung Quốc cho Kiến Tánh Thành Phật.*

*Vì thế họ cố gắng diệt hết ý thức. Khi ý thức bị diệt hết thì Phật Tánh mới hiện ra.*

Họ đều biết rằng Phật tánh của Thiền Tông Trung Quốc chỉ là Không Tướng mà thôi. Khi ý thức bị diệt không còn khởi niệm thì tướng thức của họ làm việc nên vì thế trạng thái đầu tiên của tướng thức hiện ra đó là trạng thái Không Tướng. Khi ý thức không còn khởi niệm thì cũng giống như khi họ ngủ.

Khi ngủ chúng ta mới có chiêm bao mộng寐. Chiêm bao mộng寐 là do tướng thức tạo ra, chứ không phải linh hồn, vì linh hồn không có.

Cho nên khi các sư thầy Trung Quốc đạt được Phật tánh, nhưng tâm tham, sân, si của họ vẫn còn nguyên vẹn. Vì thế, Lục Tổ Huệ Năng thị hiện thần thông, tức là tâm tham danh của Tổ vẫn còn.

*Phật Giáo Trung Quốc do sự hiểu sai Phật giáo nên Phật giáo Trung Quốc đi ngược lại với đường lối giáo pháp của đức Phật một cách rõ ràng mà ai cũng nhận ra được.*

*Chính đức Phật dạy chúng ta lý dục lý ác pháp chứ không dạy chúng ta ức chế ý thức. Vì có lý dục lý ác pháp thì tâm chúng ta mới hết tham, sân, si. Do hết tham, sân, si mà chúng ta chứng đạo giải thoát.*

*Theo các nhà sử học Phật giáo Việt Nam thường ca ngợi Phật giáo Việt Nam có trước Phật giáo Trung Quốc và Phật Giáo Việt Nam còn truyền sang Phật Giáo vào Trung Quốc đầu tiên. Việc tưởng nghĩ này có nhiều cách chứng minh nhưng chưa đủ sức thuyết*

*phục những nhà kiến thức Phật học Việt Nam cũng như các nhà Phật học thế giới.*

*Theo chúng tôi biết tư tưởng của người Trung Quốc họ có hai nhà hiền triết, thứ nhất đó là Khổng Phu Tử và thứ hai đó là Lão Tử.*

*Khổng Phu Tử là một nhà đạo đức được toàn dân Trung Quốc xem là bậc thầy dạy đạo đức làm người mà người Trung Hoa gọi là Nhân Đạo. Vì thế họ gọi Khổng Phu Tử là đức Thánh Khổng Tử.*

*Kinh sách của Khổng Tử dạy người dân Trung Quốc sống đời đạo đức Tam Cang - Ngũ Thường.*

### **Tam Cang gồm có:**

*1- Quân thần cang*

2- *Phụ tử cương*

3- *Phụ thế cương*

**Ngũ thường gồm có:**

1- *Nhân*

2- *Nghĩa*

3- *Lễ*

4- *Trí*

5- *Tín*

*Do Tam Cương, Ngũ Thường của Khổng Tử và pháp Vô Vi của Lão Tử mà Phật giáo Trung Quốc chịu ảnh hưởng hai nhà tư tưởng này nên biến giáo pháp của Phật giáo thành pháp môn Tịnh Độ Tông và Thiền Tông. Pháp Môn Tịnh độ Tông là một pháp môn mê tín dạy người cúng bái cầu siêu, cầu an v.v..*

*Còn Thiên Tông dạy người ức chế ý thức để rơi vào trạng thái Vô Vi tức là Không Tướng. Khi họ thường sống với trạng thái Không Tướng này thì cho đó là chứng đạo.*

*Do Phật giáo Trung Quốc hiểu sai đạo Phật nên mới tu sai. Phật giáo không phải chỉ có ngồi thiền, nhập định mà chính điều quan trọng là tri kiến giới luật đạo đức nhân bản – nhân quả giải thoát, nó là phương pháp xả tâm tuyệt vời trong lúc ban đầu.*

*Nếu không có tri kiến đức hạnh nhân quả giải thoát này thì sự tu tập xả tâm của chúng ta hoàn toàn bị ức chế ý thức, khiến cho ý thức bị tẽ liệt như bài kệ của hòa thượng chùa Phước Hậu ở Trà Ôn đã dạy đồ chúng:*



*“Kinh điển Phật truyền tám  
vạn tư*

*Tu hành không thiếu cũng không  
dư*

*Đến nay chữ đã như quên hết*

*Chỉ nhớ trên đầu một chữ Như”*

*Tương truyền về hòa thượng chùa  
Phước Hậu khi lội qua sông, lên bờ hòa  
thượng quên mặc quần áo, cơ thể lỏa lồ cứ  
để vậy mà cứ đi. Nhờ chú thị giả gọi nên  
hòa thượng nhớ lại mới mặc quần áo.*

*Đây là cái lỗi rất lớn của Phật  
giáo Trung Quốc mà thầy tổ của chúng ta  
không lưu ý, tương tu tập như Hòa  
Thượng chùa Phước Hậu là chứng đạo.  
Chứng đạo gì mà quên trước quên sau, lú  
lẫn như một ông già nhà quê. Do hiểu sai*

*Phật pháp nên sự tu tập của thầy tổ không làm chủ sinh, già, bệnh, chết, không trí tuệ sáng suốt như đức Phật, không chấm dứt sinh tử luân hồi.*

*Xét cho cùng, do thầy tổ của chúng ta tu hành chịu ảnh hưởng kinh sách phát triển, Thiên Tông và Mật Tông của Phật Giáo Trung Quốc và Phật Giáo Tây Tạng, tu hành đều bị ức chế ý thức nên phí công, uổng sức mà chẳng có giải thoát chút nào cả.*

*Chính giải thoát đâu không thấy, mà cuối cùng thầy tổ của chúng ta đều rơi vào đường danh nẻo lợi của tôn giáo như ngày nay chúng ta đều thấy các chùa phát triển to lớn, tượng Phật vĩ đại và tiền bạc có hàng tỷ gửi ngân hàng như những ông nhà giàu.*

*Con đường tu theo Phật giáo thầy Tổ của chúng ta đều biết Giới Luật là pháp môn tu tập hàng đầu. Nhưng thầy tổ của chúng ta rất xem thường giới luật, nên bẻ vụn giới luật và sống phạm giới thường chạy theo dục lạc thế gian ăn ngày hai ba bữa. Có sư thầy còn ăn thịt chúng sinh nữa, họ giết chúng sinh không gớm tay, chỉ biết thỏa mãn dục vọng ăn uống là trên hết.*

*Muốn tu tập giải thoát thì tâm phải thấm nhuần giới luật đức hạnh nhân quả, do đó mới xả tâm ham muốn và các ác pháp một cách dễ dàng.*

*Bởi vì, ý thức của chúng ta rất tinh táo vừa chớm thấy các ác pháp và niệm ham muốn thì tri kiến nhân quả giải thoát tự nó phản xạ ngăn, diệt ác pháp và lòng ham muốn ngay một cách tự nhiên, chứ*

*không phải chờ chúng ta quán xét suy tư rồi mới xả.*

*Nhờ có tri kiến nhân quả giải thoát đó mà ác pháp và tâm ái dục của chúng ta không còn tác động vào thân tâm được. Còn ngược lại tri kiến của chúng ta chưa được học tập trau dồi giới luật đạo đức nhân quả cho thấm nhuần nên sự ngăn, diệt ác pháp và lòng tham muốn của chúng ta rất khó khăn, đôi khi ngăn và diệt cũng không được, nên chúng ta đành phải chịu khổ đau trước các ác pháp và lòng ham muốn của chính mình.*

*Để nhắc nhở chúng ta trên đường tìm cầu sự giải thoát đức Phật đã nhấn mạnh: “Giới luật còn là Phật giáo còn, giới luật mất là Phật giáo mất”. Vì thế, hiện giờ quý sư thầy đã bẻ vụn giới,*

ăn uống phi thời, cất giữ tiền bạc, của báu và phạm giới luật về oai nghi chánh hạnh, đi đứng không nhẹ nhàng, không khoan thai, thường vối vàng, lãng xãng, không đảm thắm. Qua hình tướng và những oai nghi thô lỗ này của quý sư thầy nên được xem giới luật đã mất vì thế Phật giáo cũng mất theo. Phật giáo hiện giờ chỉ còn là cái tên, chứ thực ra toàn là giáo pháp của ngoại đạo Bà La Môn.

Như trên đã xác định năm lớp học giới luật đức hạnh đầu tiên rất quan trọng đối với người tu sĩ Phật giáo, cho nên tất cả quý nam nữ phật tử và nam nữ tu sĩ hãy quan tâm lưu ý Giới Luật, nếu không tu theo Phật giáo thì thôi mà đã tu theo Phật giáo thì phải đặt trọn lòng tin vào Giới Luật. Giới luật là một nền đạo đức

*nhân bản – nhân quả duy nhất trên thế gian này mà không có một giáo pháp hay một giới luật đức hạnh nào của ngoại đạo hơn được. Bởi vậy người nào theo Phật giáo học tập rèn luyện đạo đức nhân bản – nhân quả thì phải xét cho kỹ, nếu chưa thông suốt đạo đức nhân bản – nhân quả của Phật giáo thì cần phải học tập cho thông suốt.*

*Giới, Định, Tuệ là ba cấp tu học của Phật giáo, đó là phương pháp đào tạo phật tử để trở thành những người có tài đức, có giới hạnh thanh tịnh, có đầy đủ năng lực làm chủ sinh, tử và chấm dứt luân hồi. Nhờ có tu tập đúng như vậy chúng ta mới thoát ra khỏi nhà lao tam độc: Tham, Sân, Si.*

Nhờ có kinh nghiệm tu tập, nên hôm nay chúng ta mới tìm mọi cách, mới tạo đủ mọi điều kiện để phát huy và chấn chỉnh con đường Phật giáo, để giúp cho mọi người trên hành tinh này nhận ra đó mới là con đường duy nhất cứu cánh giải thoát khỏi giấc sinh tử luân hồi.

Người phật tử nên nhớ những điều này, nếu muốn làm chủ sự sống chết thì phải tu tập và rèn luyện qua hai giai đoạn:

1- Giai đoạn giới luật đức hạnh phải tu học từ lớp Chánh Kiến đến Chánh Mạng. Lớp Chánh Kiến đến Chánh Mạng gồm có Giới luật đức hạnh nhân bản – nhân quả.

2- Giai đoạn thiền định phải tu học từ lớp Chánh Niệm. Lớp Chánh Niệm gồm có Tứ Chánh Cần và Tứ Niệm Xứ.

Để hoàn tất giai đoạn Giới Luật đức hạnh thứ nhất thì quý Phật tử phải thực hiện ba hạnh và ba đức.

Ba hạnh gồm có: Ăn, Ngủ, Đọc Cư.

Ba đức gồm có: Nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng.

Quý Phật tử về tu viện Chơn Như tu tập là phải triệt để tuân theo Thanh Qui của tu viện. Thanh qui của tu viện có mục đích giúp cho quý Phật tử sống trong khuôn khổ phù hợp với đạo giải thoát. Bởi vậy Thanh Qui là vị Hộ Pháp có đầy đủ oai lực để bảo vệ trọn vẹn cho những



người tu hành đạt được sở nguyện của mình. Vì thế, không một phật tử nào phát nguyện vào Tu Viện mà có thể xem thường Thanh Qui.

Khi phật tử vào Tu Viện sẽ được hướng dẫn qua bảng Thanh Qui và viết tờ cam kết có mẫu đính kèm. Mục đích của việc làm này là để tránh cho phật tử không bị những hiểu lầm đáng tiếc.

Điều cần thiết nhất là quý phật tử khi vào tu viện phải tập sống trong tinh thần lục hòa, lấy mười giới đức căn bản của Phật giáo để giúp mình tiến tu trên đường giải thoát.

Khi phật tử giữ gìn sống đúng Thanh Qui thì tâm quý vị ly dục ly ác pháp. Do đó tâm quý vị thường ở trong

*một trạng thái Bất Động, Thanh Thân, An Lạc và Vô Sự. Khi tâm quý vị sống được Bất Động, Thanh Thân, An Lạc và Vô Sự từ 30' đến 1 giờ thì quý phật tử được vào tu học những lớp cao hơn. Đó là lớp Tứ Thánh Định, ở lớp tu học này quý phật tử mới đủ sức làm chủ sinh, già, bệnh, chết.*

*Chỉ có lớp Tứ Thánh Định này mới thấy đạo Phật có một năng lực kỳ diệu làm chủ thân tâm trọn vẹn, khi ý thức muốn một điều gì thì thân tâm làm theo như ý muốn.*

*Kính thưa quý vị! Tuy bằng Thanh Qui ra đời trong lúc này là để trợ giúp cho quý vị trong sự tu học ngày một tốt hơn, nhưng dù sao nó vẫn còn thiếu sót rất nhiều mong quý vị góp ý và chỉ bảo những*

*chỗ còn thiếu và sai lầm để chúng ta cùng  
xây dựng một bản Thanh Qui hoàn chỉnh  
hơn.*

*Kính ghi*

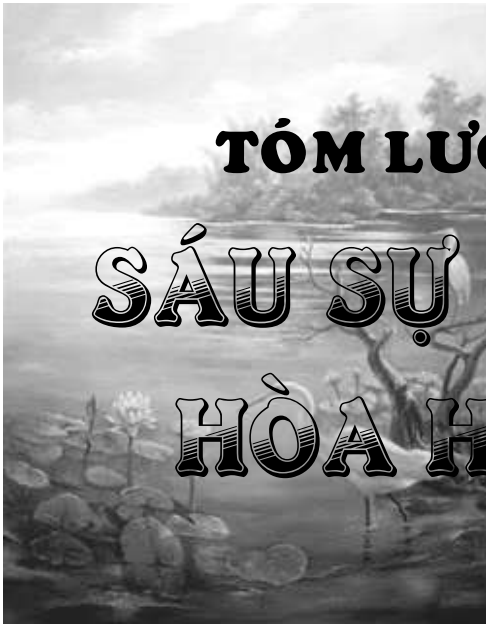
*Trưởng Lão Thích Thông Lạc*



**SÁU SỰ**  
**HÒA HỢP**



*Tinh làng nghĩa xóm phải sống có lòng yêu thương thì mới đem lại sự bình an cho nhau. "Bà con xa không bằng láng giềng gần".*



# TÓM LƯỢC SÁU SỰ HÒA HỢP

7

Trong một tập thể nào cũng có đặt ra một nội qui. Nội qui là những phương pháp để giúp cho mọi người trong một tập thể đó, để cùng sống chung nhau mà không xảy ra những sự bất hòa.

Cho nên có nội qui thì cuộc sống rất hòa hợp. Muốn sống được hòa hợp trong một tập thể đông người thì tu sĩ và cư sĩ phải luôn luôn sống đúng nội qui với tinh thần LỤC HÒA mà ngày xưa đức Phật đã từng dạy chúng tỳ kheo (1250 vị). Nhờ đó chúng tỳ kheo trong thời đức Phật sống rất hòa hợp như sữa với nước. Vậy sáu sự hòa hợp là gì?

LỤC HÒA là sáu điều hòa hợp mà mọi người cần phải thông suốt để sống với nhau trong sự đoàn kết hòa hợp. Lục hòa gồm có:

**Thứ nhất:** THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ có nghĩa là thân luôn luôn sống chung với mọi người bằng cách hòa đồng từ cách thức ăn uống ngồi nằm đều phải giống như nhau. Không có kẻ ăn ngon người ăn dở; không có kẻ ăn món này người ăn món khác v.v..

Còn mặc thì những áo quần đều phải mặc giống nhau, không có kẻ mặc kiểu này người mặc kiểu khác, không có người mặc vải tốt người mặc vải xấu hoặc người này mặc hàng lụa, người kia mặc vải thô v.v..

Cho nên, trong một tập thể phải ăn mặc như nhau, nhất là người Việt Nam phải



ăn mặc y áo của tu sĩ Việt Nam không nên chịu ảnh hưởng ăn mặc y áo theo kiểu Phật giáo của các nước khác.

Y áo dài của tu sĩ Phật Giáo Việt Nam là phải theo y áo dài của người Việt Nam. Người Việt Nam có chiếc y áo dài rất tuyệt vời, tay áo dài không rộng như tay áo dài của người Trung Quốc.

Chiếc áo dài của Việt Nam chỉ cần thêm vào cổ áo một tràng dài theo các tà áo thì nó trở thành áo dài của tu sĩ.

Còn y áo ngắn của tu sĩ Phật Giáo Việt Nam là chiếc áo bà ba thêm vào một vạt miếng nhỏ kế bên, thì nó trở thành chiếc áo ngắn của tu sĩ Việt Nam, nhưng nó không làm mất kiểu dáng chiếc áo bà ba Việt Nam.

**Thứ hai:** KHẨU HÒA VÔ TRANH có nghĩa là không tranh cãi với bất cứ một người nào cả luôn luôn nói lời êm dịu, ôn hòa nhã nhặn v.v.. Vì thế người xưa dạy: *“Lời nói không mất tiền mua, lựa lời mà nói cho vừa lòng nhau”*. Bởi lời nói rất quan trọng cần nên phải dè dặt từng lời, từng tiếng nói. Nhất là không được la lối lớn

tiếng, không được chửi mắng một người nào cả và nhất là không được chửi thề.

**Thứ ba:** Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT có nghĩa mọi ý kiến phải biết tùy thuận với nhau, phải biết trân trọng ý kiến của người khác để cuộc sống mới có sự an vui và yên ổn.

**Thứ tư:** GIỚI HÒA ĐỒNG TU có nghĩa là phải biết lấy đạo đức nhân bản – nhân quả sống không làm khổ mình khổ người và tất cả chúng sinh mà hòa hợp sống với nhau.

**Thứ năm:** KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI có nghĩa là có những ý kiến hay kiến giải nào trong sự tu tập có kết quả tốt, hay thì nên đem ra cùng nhau học tập.

**Thứ sáu:** LỢI HÒA ĐỒNG QUÂN có nghĩa là mình được những lợi lộc gì đều đem ra chia đều cho nhau để cùng sống. “*Một miếng khi đói bằng một gói khi no*”. Vì thế một bát cơm chia ra làm năm làm bảy để cùng nhau sống.

Nói đến cuộc sống của con người trên thế gian này mà biết áp dụng sáu sự hòa hợp thì cuộc sống thật là hạnh phúc biết bao.

# THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ

**T**rong mỗi hành động hòa hợp chúng ta cần phải thông suốt, nhờ có thông suốt những điều sống hòa hợp chúng ta mới sống với nhau dễ dàng. Trong Phật giáo lấy thân làm sự hòa hợp thứ nhất. Vậy thân sống hòa hợp như thế nào? Muốn biết thân sống hòa hợp như thế nào thì chúng ta phải theo những lời của đức Phật dạy: “**THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ**”. Vậy thân hòa đồng trụ nghĩa như thế nào?

**THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ:** nghĩa là thân phải ăn, mặc, ở, lao tác và làm tất cả mọi công việc cũng như tu tập đều phải giống như nhau, đều phải làm việc chung với mọi người, đều chia sự cực nhọc khó khăn gian khổ với nhau; đều cùng hưởng sự an vui với nhau.

- **ĂN MẶC:** Ăn mặc trong tu viện cư sĩ phải ăn mặc giống cư sĩ, tu sĩ ăn mặc giống tu sĩ, không được nay mặc y phục này mai mặc y phục khác, nhất là ở trong thất

không được mặc quần đùi, áo thun ngắn tay hay dài tay như người thế tục. Ở trong thất cũng phải ăn mặc gọn gàng nghiêm trang, khi tu tập ngồi hay đi, đứng, nằm cũng như khi ăn cơm đều phải vắt y hay mặc chiếc áo tràng. Trong giờ ăn, giờ tu tập không nên ăn mặc bộ đồ ngắn trông mất vẻ nghiêm trang thiếu sự cung kính trân trọng.

Những tu sĩ và cư sĩ là khách vãng lai thì ăn mặc như thế nào cũng được, vì họ đến thăm tu viện rồi họ đi. Vì thế, tất cả những người tu sĩ và cư sĩ ở trong tu viện Chơn Như đều phải sống hoà đồng với nhau như ăn mặc phải giống nhau, không có kẻ mặc hàng lụa, người mặc vải thô; không có người mặc kiểu này, kẻ mặc kiểu khác, phải ăn mặc giống như nhau, không có người y áo này, kẻ mặc y áo khác, phải đồng phục như nhau và cùng một màu sắc. Ăn mặc y áo phải chỉnh tề, ngay ngắn, nghiêm trang, gọn gàng, chứ không được xóc xếch, lộn xộn, y áo vắt y áo phải ngang bằng, không nên mặc y áo vắt cao, vắt thấp v.v..

- **ĂN UỐNG**: Thức ăn, nước uống cũng vậy phải bình đẳng như nhau, không có kẻ ăn ngon, người ăn dở, kẻ ăn nhiều, người ăn

ít. Khi đi khất thực đã nhận xong thực phẩm thì không nên nhận thêm bất cứ thực phẩm gì của người khác cúng dường. Không nên hái rau hoặc ớt hoặc tiêu để ăn thêm, đó là ăn hơn người khác. Như vậy không phải thân hòa đồng trụ. Người tu sĩ Phật giáo vì việc sinh tử là việc lớn, chứ đâu vì phải cái ăn uống. Ăn uống là một việc nhỏ thường tình, phạm phu ai cũng làm được.

- **CHỖ Ở**: Chỗ ở cũng giống như nhau, mỗi người ở một thất riêng biệt, sống độc cư chứ không sống chung chạ với ai cả. Không phải sống một mình một nhà rồi mặc tình sống ra sao tùy thích. Bởi sống phải hòa hợp với chúng tăng thì phải sống gọn gàng, ngăn nắp, sạch sẽ, vệ sinh, cửa nẻo phải mở rộng khoảng khoát, không nên đóng kín, không dùng giấy dán kín mít, không nên dùng bao bì che trước, che sau.

Nếu sợ mưa tạt, nắng dọi vào thì nên dùng một miếng tăng cuốn lên gọn gàng như tấm sáo, khi mưa hay nắng thì hạ xuống. Nhờ đó căn nhà ở không có lụp xụp trông rất quang minh chánh đại.

Ở đây, người tu hành không có làm điều gì gian dối mà sợ mọi người nhìn ngó nên luôn dán giấy trước cửa sổ đóng kín mít rồi cửa cái treo màn giăng tụi, trông cái nhà ở không giống những nhà ai cả, nó như một túp lều của bác nông dân dùng để giữ lúa, chăn bò v.v..

Nhà ở phải ra nhà ở, nhà ở phải phong quang sáng sủa, nhà ở đừng biến nó thành ổ chuột. Nhất là người tu sĩ Phật giáo đời sống chỉ có ba y một bát, đâu có đồ đạc gì, thế mà trong thất bệ bộn bao bì túi xách quá nhiều, sống như vậy thì không đúng là tu sĩ Phật giáo.

Cho nên, nhà ở phải vén khéo trông có ngăn nắp sạch sẽ nếu trong tăng đoàn mọi người ăn ở cũng đều có ngăn nắp sạch sẽ như nhau thì tăng đoàn đó có tổ chức hẳn hoi. Và như vậy mới gọi là THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ.

Các con đừng nghĩ rằng ai cũng có quyền tự do sống, muốn sống như thế nào là quyền sống của mình không ai có quyền bắt buộc ai phải theo một nếp sống nào cả.

Đúng vậy, ai cũng có quyền sống tự do, nhưng đạo đức nhân bản – nhân quả không cho phép quý vị là con người phải sống và làm đúng con người, chứ không thể sống như con thú vật. Con thú vật sống không có đạo đức nên sống không vệ sinh, không trật tự, không ngăn nắp.

Cho nên con người sống vô đạo đức thì chẳng khác nào như con thú vật. Vào thấy chỗ ở là biết ngay người có đạo đức hay là vô đạo đức đều thấy rất rõ. Người có đạo đức thì ăn ở đều giữ gìn vệ sinh, nhà cửa đều có ngăn nắp, gọn gàng, quang đãng, sáng sủa chứ không có che đậy lụp xụp như ổ chuột. Quý tu sinh nên lưu ý điều này “THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ”.



## **KHẨU HÒA VÔ TRANH**

**N**gười biết sống trong tinh thần “LỤC HÒA” thì luôn luôn phải giữ gìn khẩu nghiệp.

Trong ba nghiệp: Thân, khẩu, ý mà khẩu nghiệp là nặng nhất, cho nên khi nói ra phải là lựa lời nói không nên phát ngôn bừa bãi, không nên nói lời to tiếng, không nên nói lời thô lỗ tục tũ; không nên nói lời tranh cãi hơn thua, không nên mắng chửi người khác, không nên nói xấu người khác khi người ấy vắng mặt, không nên nói lời thêu dệt, không nên nói dối trá, không nên nói lời gây chia rẽ, lúc nào cũng phải dùng lời nói ôn hòa, nhã nhặn, êm ái, ngọt ngào v.v..

Những người tu sĩ và cư sĩ ở trong tu viện Chơn Như cần phải tránh tranh luận hơn thua; cần phải tránh nói chuyện, phải sống một mình là an ổn nhất, vì nói chuyện sẽ trở thành những người nhiều chuyện; vì nói chuyện sẽ sinh ra nhiều điều thương



ghét bất lợi. Nói chuyện càng ít càng tốt. Nếu cần nói thì phải dùng lời lẽ ôn tồn, nhã nhặn, lễ độ thưa hỏi, còn không thì thôi. Có sống như vậy mới KHẨU HÒA VÔ TRANH.

Bởi vậy KHẨU HÒA VÔ TRANH là một nếp sống trong sáu phép hòa hợp, nhờ đó mà trong Tăng đoàn sẽ sống được bình an, vô sự; nhờ đó mà Tăng đoàn mọi người cùng sống chung nhau như nước với sữa; nhờ đó Tăng đoàn mọi người mới sống đầy đủ oai nghi chánh hạnh.

Mỗi người ai cũng có miệng lưỡi, nhưng miệng lưỡi dùng để ăn và nói chuyện. Cho nên nói chuyện như thế nào để đem lại sự hòa hợp cho nhau, nói chuyện như thế nào để mọi người được vui lòng.

Khó lắm quý vị ạ! Lời qua tiếng lại là một điều mà chúng ta cần phải tránh để giữ gìn KHẨU HÒA VÔ TRANH. Muốn KHẨU HÒA VÔ TRANH thì chúng ta nên sống ĐỘC CỬ.

Sống ĐỘC CỬ rất có lợi lớn cho mình, vì chúng ta tự xem xét lại từng tâm niệm của mình, nhờ đó mà miệng chúng ta không bao giờ tranh cãi với ai cả.

Người xưa nói: “Họa tùng khẩu nhập” lời dạy này không sai. Trước khi có đánh nhau hay có chiến tranh thì người ta đã chửi mắng nhau, đã tạo ra kẻ thù địch đều bằng miệng lưỡi. Khi đã trở thành kẻ thù địch rồi mới có thể tàn sát lẫn nhau.

Quý vị có thấy miệng lưỡi rất nguy hiểm không?

Những nhà du thuyết luôn luôn dùng miệng lưỡi để thắng giặc. Trước khi có chiến tranh thì chúng ta đôi bên đều mở các cuộc hội nghị thương thuyết. Nếu thành công trên bàn hội nghị thì chiến tranh không bùng nổ, còn ngược lại các cuộc hội nghị đều bị bế tắc không giải quyết hòa bình được thì mới có chiến tranh xảy ra.

Cho nên KHẨU HÒA VÔ TRANH là một điều cần thiết, vì lời nói hòa hợp sẽ đem lại sự thanh bình cho nhau hai nước và cho cả các nước trên thế giới



## Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT

Mỗi người đều có những ý kiến riêng tư, nhưng đó là do tri kiến hiểu biết và sự tiếp thu những kiến thức học hỏi của nhiều nguồn tư tưởng từ Đông sang Tây, do từ những nguồn tư tưởng Đông Tây phong tục tập quán đã truyền thừa nhiều thế hệ, nên ăn sâu vào tâm trí con người.

Do những kiến thức tích tập và kết hợp như vậy nên trước khi có một ý kiến gì đều phải suy tư chín chắn rồi mới nêu ý kiến của mình ra để mọi người cùng nhau tham khảo và duyệt lại. Khi mọi người đều duyệt lại ý kiến đó có lợi ích thì mọi người đều chấp nhận những ý kiến của mình, khi chấp nhận thì mọi người mới đem ra áp dụng và thi hành trong tập thể Tăng đoàn.

Ý kiến được mọi người duyệt lại và chấp nhận để cùng nhau chung sống trong ý kiến đó thì mới gọi là “Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT”.

Muốn được Ý HÒA ĐỒNG DUYỆT thì người tu sĩ cũng như người cư sĩ phải giữ ý tứ và mỗi khi nêu lên ý kiến nào của mình để mọi người cùng nhau duyệt và bàn bạc cẩn thận trước khi áp dụng vào cuộc sống tập thể. Quý vị đừng nghĩ và cố chấp rằng mọi ý kiến của mình đều đúng hết. Không đâu quý vị ạ, chỉ khi nào ý kiến đó được tập thể duyệt lại, nếu tất cả đều đồng ý kiến đó đúng thì chúng ta mới áp dụng vào sự sống chung nhau.

Cho nên trong pháp môn LỤC HÒA dạy chúng ta muốn sống hòa hợp thì mỗi ý kiến đều phải được duyệt trước khi áp dụng trong đời sống tập thể.



# GIỚI HÒA ĐỒNG TU

**G**ới luật của Phật rất nhiều: 5 giới nhân bản của người cư sĩ; 10 giới cần tu tập của người mới bắt đầu xuất gia; 250 giới cụ túc vừa đủ oai nghi chánh hạnh của người tu sĩ tỳ kheo tăng và 348 giới cụ túc vừa đủ oai nghi chánh hạnh của người tu sĩ tỳ kheo ni.

Người đệ tử của Phật phải căn cứ vào giới luật để cùng nhau tu tập. Người nào cũng sống đúng giới hạnh không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất nào trong giới luật thì mới được gọi là GIỚI HÒA ĐỒNG TU. Có nghĩa là mọi người chỉ cần lấy giới luật mà sống thì sẽ có sự hòa hợp với nhau.

Trong hiện tại tất cả mọi người đang tu tập trong tu viện Chơn Như không phân biệt cư sĩ hay tu sĩ đều phải giữ gìn 10 giới cơ bản để có một cuộc sống hòa đồng với nhau. Nhờ có cuộc sống nghiêm chỉnh GIỚI HÒA ĐỒNG TU làm căn bản cho sự tu tập xả tâm ly dục ly ác pháp thì sự tu tập mới dễ dàng và kết quả mới thấy rõ ràng.

Bởi vậy, tất cả mọi người về tu viện Chơn Như đều phải lấy 10 giới làm sự sống của mình, vì vậy mới được gọi là GIỚI HÒA ĐỒNG TU. GIỚI HÒA ĐỒNG TU là cội gốc để thực hiện một đời sống cao thượng không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sinh.

Vì biết hòa đồng nhau mà sống bằng giới luật của Phật thì không có một cuộc sống hòa đồng nào hơn. Biết rõ như vậy chúng ta hãy cố gắng sống đúng giới luật đừng bao giờ vi phạm. Bởi giới luật là một thiện pháp nó sẽ giúp quý vị một đời sống phạm hạnh trong sự an vui, hạnh phúc mà không có một tôn giáo nào có như Phật giáo.

Vi phạm pháp luật của nhà nước thì tòa án bắt những người vi phạm đó phạt tiền hoặc bỏ tù, giam cầm hoặc kêu án tử hình.

Còn giới luật Phật quý phật tử có vi phạm thì không có ai bắt quý vị tù tội hoặc phạt tiền bạc v.v.. Nhưng tòa án lương tâm của quý vị sẽ cho quý vị biết rằng cuộc đời tu hành của quý vị sẽ hoài công vô ích. Giới

luật Phật mà còn vi phạm thì quý vị tu tập pháp môn nào, dù quý vị có tu tập cũng chẳng ích lợi gì.

Vì thế, không ai bắt buộc quý vị giữ gìn giới luật Phật mà chính cuộc đời quá đau khổ, khi mà quý vị muốn thoát ra khỏi mọi sự khổ đau đó thì quý vị phải tự giác mà giữ gìn.

Nhưng quý vị lấy giới luật làm sự sống để hòa hợp với mọi người, đó chính là quý vị đã tu tập để được giải thoát thì sự tu tập đó thật là tuyệt vời.



## KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI

Mỗi người đều có sự hiểu biết sai khác nhau, do sự hiểu biết sai khác nên thường hay chống trái nhau, thường ai cũng cho sự hiểu biết của mình là đúng và những sự hiểu biết của người khác là sai. Do sự hiểu biết bất đồng như vậy, nên trong sáu sự HÒA HỢP của Phật đã dạy: “KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI”.

Như chúng ta ai cũng biết: Mọi sự hiểu biết của mọi người đều có sự sai khác không giống nhau thì làm sao có sự hòa đồng được. Bởi vậy “KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI” là một điều rất khó giải quyết chung cho một tập thể cùng sống.

Trong một tập thể muốn sống trong KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI thì đừng xem trọng sự hiểu biết của mình, vì sự hiểu biết của mình có giỏi thì cũng có người hiểu biết giỏi hơn. Do đó chúng ta luôn luôn đặt sự hiểu biết của mình ra sau mọi người. Nhờ đó mọi



người mới sống chung nhau, mới có KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI.

Người tu sĩ và cư sĩ trong tu viện luôn luôn phải biết sống trong nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng, đặt ý kiến mọi người lên trên hết.

Trong cuộc sống hằng ngày chúng ta nên lấy ý kiến của người khác mà làm ý kiến của mình thì mọi người trong tập thể sẽ sống KIẾN HÒA ĐỒNG GIẢI một cách dễ dàng.

Xưa ba anh em tôn giả A Na Luật sống cùng nhau trong khu rừng Sùng Bò họ đều lấy ý kiến của người mà làm ý kiến của mình nên cuộc sống của họ rất hòa hợp như nước với sữa.



## LỢI HÒA ĐỒNG QUÂN

**T**rong một tập thể cùng sống chung nhau như trong Tăng đoàn của tu viện Chơn Như, khi có vật gì thì nên chia đều cho nhau, từ thực phẩm ăn uống đến những vật dụng hằng ngày. Tất cả tài vật trong tu viện là của chung, của những người tu sĩ và cư sĩ đang có mặt. Không ai có quyền giữ riêng cho mình, chỉ có bảo vệ giữ gìn để cùng sử dụng cho sự sống tu tập hằng ngày. Vì thế, thất ở, đường sá, rừng cây trong tu viện đều được giữ gìn vệ sinh sạch đẹp quang đãng không những chỉ riêng thất của mình ở mà các thất khác.

Khi các thất khác bỏ trống, không có người ở hay có người ở mà đã rời khỏi thì hãy báo cho người quản lý tu viện biết để cho người dọn dẹp sạch sẽ trong khuôn viên thất của mình. Khi thất nào có người ở thì chúng ta không nên vào dọn dẹp và đi qua lại làm động người khác.

Không nên đi qua lại khu thất của người khác. Trong mỗi khu đều có người ở. Vì vậy, mọi người ở trong khu nào của mình thì giữ vệ sinh trong khu mình ở mà thôi.

Điện và nước phải xem xét chỗ nào điện chập, bóng đèn hư thì cần phải báo cáo cho người quản lý tu viện để cho người thay và sửa lại, nhờ đó không hao điện, không hao nước, đó là biết tiết kiệm bảo vệ và giữ gìn của chung của tu viện. Chúng ta những tu sĩ trong tu viện mọi người đều có trách nhiệm và bổn phận phải giữ gìn và bảo vệ tài sản chung của tu viện, vì đó là tài sản chung của các tu sinh hiện đang có mặt trong tu viện. Cho nên, tất cả tu sinh cần phải coi sóc chỗ nào ống nước hư cần phải thay, đừng để nước chảy suốt ngày, phí bỏ nước rất uổng. Với việc làm này vào những giờ lao tác, còn tất cả những thời gian khác cần phải để tu tập xả tâm chú đừng mượn cớ làm việc này mà bỏ giờ tu tập thì không nên.

Trong một tăng đoàn ít nhất phải có 5 người, nhiều nhất phải có 20 người không được hơn số lượng này. Vì Tăng đoàn là một tập thể thực hiện sự tu chứng của đạo Phật,

chứ không phải một Tăng đoàn là một tập thể đông người để làm hình thức lấy “oai” với mọi người, giống như để “khoe” lực lượng.

Tăng đoàn của tu viện Chơn Như là một Tăng đoàn tu tập chứng quả A La Hán nên đoàn viên phải sống đúng những oai nghi tế hạnh như sau:

- 1- Phải đầy đủ oai nghi Chánh hạnh.
- 2- Sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt.
- 3- Chấp nhận giữ gìn giới luật.
- 4- Giữ gìn mắt tai mũi miệng thân ý không cho dính mắc sáu trần (độc cư).
- 5- Ăn uống phải tiết độ, không nên ăn uống phi thời.
- 6- Ngủ nghỉ phải theo giờ giấc nhất định trong thời khóa, không nên ngủ nghỉ phi thời.

Đó là sáu điều căn bản sống của mỗi đoàn viên Chơn Như, nếu đoàn viên nào cảm thấy sống với sáu điều này không nổi thì hãy xin ra khỏi Tăng đoàn.

Tăng đoàn là một tập thể có tổ chức hẳn hoi. Có kỷ luật nghiêm chỉnh thì hướng dẫn mọi đoàn viên mới đi vào nề nếp sống tu tập chúng quả A La Hán. Quý vị đừng nghĩ rằng: Những bậc A La Hán là những bậc đã giải thoát thì phải sống tự do tự tại vô ngại, thì có đâu cần đến OAI NGHI CHÁNH HẠNH; thì có đâu cần đến THÂN HÒA ĐỒNG TRỤ.

Xin thưa cùng quý vị! Bậc A La Hán mà OAI NGHI CHÁNH HẠNH không có, LỤC HÒA không có thì đó là A La Hán của ngoại đạo chứ A La Hán của Phật giáo phải từ sự chấp nhận giữ gìn Giới luật và oai nghi chánh hạnh; phải từ Lục hòa và ăn uống, ngủ nghỉ tiết độ, không ăn uống, ngủ nghỉ phi thời; phải từ sự phòng hộ mắt tai mũi miệng thân ý và luôn luôn sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt. Nhờ những pháp này mới sinh ra bậc A La Hán. Vậy khi đã chúng quả A La Hán lại tự tại vô ngại phạm vào các pháp sống của A La Hán thì còn gì là A La Hán nữa. Phải không quý vị? Nếu A La Hán sống tự tại vô ngại phạm những giới luật này thì A La Hán bị mất gốc. Quý vị có biết không? Tự tại vô ngại trong dục lạc thế gian

thì người thế gian cũng sống được cần gì phải tu chứng quả A La Hán.

Có lẽ quý vị chưa hiểu nghĩa A La Hán. Vì A La Hán có nghĩa là không còn tham sân si. Không còn tham, sân, si sao lại tự do ăn uống ngủ nghỉ phi thời và như vậy quả vị A La Hán này có đúng không thưa quý vị?

Trong tập thể có một vị A La Hán tự tại vô ngại đói ăn khát uống mệt ngủ thì có còn sống LỤC HÒA không?

LỢI HÒA ĐỒNG QUÂN là một pháp sống của những bậc A La Hán, của một Tăng đoàn, của một tập thể sống có tổ chức, có kỷ cương, sống có hoà hợp, nên có những gì đều chia đồng cùng sống.



**MƯỜI GIỜ**  
**CĂN BẢN**



*Trời, mây, cây, nước, ao, hồ, sông rạch,  
đường sá, nhà cửa đã hòa hợp tạo thành làng xã, nơi  
con người tụ hợp để sinh sống.*



## MƯỜI GIỚI CĂN BẢN

Mười giới căn bản này của những người tu tập tại tu viện Chơn Như không phân biệt tu sĩ hay cư sĩ, vì đây là giới căn bản để tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết nên không có một người nào vi phạm, nếu vi phạm những giới luật này thì không thể tu tập làm chủ thân tâm được hay nói cách khác là không thể làm chủ được nhân quả. Cho nên tu sĩ và cư sĩ trong tu viện Chơn Như phải giữ gìn 10 giới cho vẹn tròn, không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhất trong trong 10 giới này.

Mười giới căn bản này người học Phật ai cũng biết, vì thế người ta rất xem thường nó, cho nên tu sĩ và cư sĩ thường hay vi phạm trong 10 giới này.

Một người phật tử ở nhà cũng như đến chùa mà ăn uống ngày 2, 3 bữa là phạm giới.

Nghe ca hát hay tự ca hát là phạm giới, giới này ngay cả tu sĩ Phật giáo quý

hòa thượng, thượng tọa v.v.. còn vi phạm hướng là người cư sĩ.

Ở trong nhà cũng như khi bước ra đường còn sửa sang trang điểm làm đẹp là đã phạm giới rồi. Giới này tuy không có gì quan trọng lắm nhưng đã cho chúng ta thấy được tâm người còn ham trang điểm làm đẹp là lòng tham muốn chưa lìa xa. Cho nên xét qua giới luật của từng người thì biết ngay người tu sĩ thanh tịnh hay chưa thanh tịnh.

Khi bước đi, mà người cư sĩ hay tu sĩ còn đi vội vàng là biết ngay họ còn phạm giới sát sinh, vì đi như vậy họ sẽ không tránh khỏi giẫm đạp lên chúng sinh. Do đó chúng ta biết họ chưa đủ sức tỉnh thức làm chủ thân tâm. Tuy họ nói tu tập như thế nào chúng ta cũng không tin và biết rõ sự tu tập của họ chưa có kết quả, họ chỉ nói dối không thật. Họ tu tập thường bị tướng của họ lừa họ mà họ không biết tướng là đã nhiếp tâm được như vậy, xả tâm được như vậy nhưng kỳ thực họ chưa làm chủ thân tâm. Vô tình họ đã làm mất uy tín.

Người ta nghe nói TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ rồi họ tự nghĩ rằng chỉ cần giữ gìn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ là thành tựu, không đâu quý vị ạ!

TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ là phải để tự nhiên chớ không bắt ép nó được, vì bắt ép TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ là bị ức chế ý thức.

Muốn TÂM BẤT ĐỘNG, THANH THẢN, AN LẠC VÀ VÔ SỰ thì chỉ có tác ý xả những niệm ác thường làm cho chúng ta đau khổ.



**GIỚI THỨ NHẤT:**

**KHÔNG NÊN  
SÁT SANH, GIẾT HẠI CÁC  
LOÀI VẬT**

**K**hông nên sát sinh là một lời khuyên của đức Phật, bởi vì sự sống của con người cũng như của các loài vật đều có sự bình đẳng như nhau, cứ sao chúng ta lại giết chúng và còn ăn thịt nữa, thật là bất công vô cùng. Có phải chúng ta ý mình là con người rồi hiếp đáp loài chúng sinh. Thật ra con người đến nỗi quá thậm tệ mất nhân tính thường dùng trí tuệ mưu mô hung hiểm ác độc chế ra dao, rựa, búa, gươm đao, lưới, câu, rập, bẫy, súng, đạn, điện, thuốc độc v.v.. để tìm mọi cách bắt chúng làm thành thực phẩm để ăn uống hàng ngày hả hê. Đó là một sự sống ác độc, thiếu sự sống bình đẳng, loài lớn khôn ngoan hiếp đáp loài vật nhỏ bé yếu đuối hiền lành khác v.v.. Con người mà sống như vậy có khác nào như bầy

thú rừng hoang dã chỉ biết hung ác giết hại và ăn thịt lẫn nhau, chứ đâu biết thương yêu nhau. Cho nên con người không biết sống đạo đức nhân bản – nhân quả thì sẽ thành những loài thú hung dữ, gian ác mà không có một loài thú nào bằng.

Con người là một con vật thông minh và tình cảm yêu thương của con người không có một con vật nào trên hành tinh này hơn được. Nhưng con người đã đánh mất lòng yêu thương ấy thì dễ trở thành một ác thú, thật đáng tiếc. Bởi vậy chính con người đánh mất lòng yêu thương ấy nên cả thế giới loài người lúc nào cũng xung đột, không nhà này thì nhà khác và chiến tranh không bao giờ dứt, không nước này thì nước khác. Thật là đau thương.

Vì thế, đức Phật dạy: “KHÔNG NÊN GIẾT HẠI CHÚNG SINH”. Đó là một lời khuyên chúng ta nên thương yêu nhau. Dù con kiến, con muỗi, con rận, con chí v.v.. đó là những con vật cắn hại làm cho chúng ta khổ sở. Vậy mà chúng ta cũng còn không giết hại chúng, huống chi là các loài chúng sinh hiền lành khác, chúng không bao giờ

làm đau khổ cho một ai. Phải không thưa quý vị?

Muốn thực hiện đức hiếu sinh đối với muôn loài vạn vật thì tu sĩ và cư sĩ phải giữ gìn ý tứ tinh thức cẩn thận trong khi đi, đứng, nằm, ngồi để tránh dẫm đạp làm đau khổ vì vô tình làm hại chúng sanh.



**GIỚI THỨ HAI:**

# **KHÔNG NÊN LẤY CỦA KHÔNG CHO**

**C**ủa cải tài sản là những vật làm ra bằng mồ hôi nước mắt của mọi người. Vì thế, tu sĩ và cư sĩ đang tu học tại tu viện Chơn Như không nên lấy của không cho, không nên lượm của rơi ngoài đường, dù là cây kim, sợi chỉ cho đến tất cả những miếng ăn nhỏ như trái cây, bánh mứt, cục đường, hạt muối đều không nên lấy, vì lấy như vậy là trộm cắp, là cướp giựt của người.

Hành động tham lam lấy của không cho là một hành động xấu xa. Hành động cướp lấy sự sống của người khác cũng giống như giết người. Của cải tiền bạc làm ra bằng công sức, bằng mồ hôi nước mắt, bằng trí óc của con người, nếu bị người khác trộm lấy hay cướp đi thì người mất của rất là đau khổ, gần như muốn chết. Người sống có đạo đức hiếu sinh thì không bao giờ lấy của

không cho, thà chết đói chứ không bao giờ lấy của người.

Tu sĩ cũng như cư sĩ trong tu viện Chơn Như không bao giờ lấy của không cho, không bao giờ ăn thêm cọng rau trái ớt hoặc đi hái, đi bẻ những rau ớt hoang dại xung quanh thất. Hoặc nhận của cúng dường riêng tư để ăn thêm, đó cũng là cách tham lam cần phải diệt bỏ lòng tham như vậy, khi có ai cúng riêng cho mình, bất cứ một vật gì nhiều hay ít đều mang đến người quản lý nhà bếp và giao cho họ chia đều cho tất cả mọi người, còn riêng mình cũng chỉ nhận một bữa cơm giống như mọi người mà thôi, như vậy mới thật là không tham ăn. Khi tu viện cho ăn những gì thì ăn như vậy, chứ không muốn ăn thêm một vật gì khác. Sống như vậy mới đầy đủ ý nghĩa đức ly tham.

Đức ly tham là một đức hạnh lìa xa những vật chất thế gian khiến cho tâm hồn con người rất trong sạch, không còn bợn nhơ một chút lòng tham muốn ăn, muốn ngủ, không còn một chút vật chất để dành dụm, để làm của riêng tư. Đời sống của họ chỉ còn ba y một bát. Chính đời sống giới



luật mới mới xác định họ là những tu sĩ của Phật giáo, họ không còn tham lam, nhờ đó họ mới thật sự là những người ra khỏi nhà sinh tử. Ngược lại có một số người cũng mang hình thức ba y một bát, như lại ăn uống ngủ nghỉ phi thời, như vậy chúng tỏ họ còn tham lam chứ chưa phải ly tham. Vì thế, họ tu hành mãi mà không làm chủ sinh, già, bệnh, chết.

Bởi giới luật không nghiêm chỉnh thì không làm sao làm chủ sinh tử và chấm dứt luân hồi. Tu mà không chấp nhận giữ gìn giới luật thì tu tập chỉ uổng phí cho một đời chứ chẳng đi đến đâu. Đời quá khổ, ăn uống là những món bất tịnh; ngủ nghỉ là mê muội tâm trí làm cho không thông minh sáng suốt. Thế mà mọi người lại tham ăn tham ngủ mới lạ kỳ. Nếu ngay từ ăn ngủ mà không lià thì đức hạnh LY THAM ở đâu?

Giới thứ hai rất quan trọng là ở chỗ phải lià tâm tham lam, cho nên người tu hành phải lưu ý giới luật này, vì tham dục dễ len lỏi vào tâm và nó sẽ dẫn dắt người tu sĩ phạm giới, nên cẩn thận đối với từng tâm niệm khi chúng sinh khởi lên trong tâm thì dễ bị vi phạm trong giới luật này.

**GIỚI THỨ BA:**

**KHÔNG NÊN**  
**TÀ DÂM VÀ DÂM DỤC**

**N**gười cư sĩ có vợ con thì phải một lòng chung thủy với vợ và với chồng, không nên nhìn ngó người nữ khác hay người nam khác mà chỉ một lòng với vợ hay chồng mà thôi, nếu có vợ, có chồng mà còn nhìn người khác là thiếu đạo đức chung thủy. Khi khởi ý nhìn ngó một người nữ khác hay một người nam khác, khi thấy họ có sắc đẹp và có tài đức mà sinh lòng yêu thích thì biết ngay đó là tâm trạng tà dâm. Tâm trạng tà dâm là tâm không ngay chính. Như vậy là những người còn lang chạ tâm không đúng đắn. Khi một người có ý niệm tà dâm như vậy thì nên cắt ngay dòng tư tưởng tà niệm đó và phải cương quyết mạnh mẽ, đó là một tâm niệm bất chánh. Tâm niệm bất chánh sẽ làm đau khổ gia đình mình và gia đình người khác; nó sẽ đem đến tan nhà, nát cửa;

nó sẽ tạo ra những bạo lực gia đình khi tâm ghen tuông không dừng được; nó sẽ làm cho những đứa trẻ thơ vô tội mất cha, mất mẹ phải sống bơ vơ giữa cuộc đời đầy cạm bẫy ác pháp.

Bởi vậy, chúng ta làm con người chứ không phải làm con thú, nay bắt cặp với con thú này, mai cặp với con thú khác. Một người nữ cũng như một người nam ăn mặc hở hang bày da hở thịt để khêu dâm gợi dục cho mình cho người khác thì cũng khác gì con thú vật.

Mọi người cứ nghĩ rằng ăn mặc hở hang là làm đẹp đẽ, là hợp thời trang, là đúng thời đại văn minh. Đúng, là văn minh của thời đại cổ lỗ, khi con người còn ăn lông ở lỗ, con người chưa dệt ra vải vóc, chưa biết may quần áo, nên phải đóng khố, vì thế phải chịu hở hang bày da hở thịt, bày ngực, bày hông, bày vú v.v.. Bây giờ phụ nữ đã trở về sống với thời đại bộ lạc thiếu văn hoá, kém đạo đức, ăn mặc hở hang lố lồ, người phụ nữ hiện giờ chỉ biến mình là những món đồ dục lạc bán thủ tâm thường cho người khác phái. Quý vị đừng tưởng là

mọi người nhìn ngó người phụ nữ ăn mặc hở hang là họ ham muốn sắc dục lắm sao?

Người có văn hóa, có đạo đức nhìn thấy người phụ nữ ăn mặc hở hang thì họ liên tưởng đến một con thú vật, đến một cái thân ma hôi thối bẩn thỉu, nhưng con thú vật còn có lông lá để che những gì cần thiết của cơ thể chúng, còn con người thì không cần che muốn thoát y phục để lộ chiếc thân ngọc ngà bất tịnh, nhờ lớp dầu thơm làm át mùi hôi thối. Thân con người bất tịnh hôi thối ghê gớm lắm quý vị ạ! Nếu ba ngày không tắm rửa đứng gần ai thì còn có nước bọt mũi không chịu nổi, nhất là những ngày người phụ nữ bất tịnh. Thật là ghê gớm, chỉ có những người u mê, điên đảo mới ham thích sắc dục.

Con vật không thông minh như con người nên từ môi trường sinh ra và để bảo tồn sự sống và sinh lý của chúng nên mỗi con vật đều có một bộ lông che chở vào bảo vệ mà thôi, vì thế con vật đỡ lỏa lồ cơ thể. Còn con người có đầu óc thông minh, có trí tuệ phát minh những sáng kiến chế tạo máy móc sản xuất ra vải vóc và biết may mặc. Do vậy con người ăn mặc kín đáo ít khêu

dâm dục nên phụ nữ không biến thành những món hàng dâm dục. Thật là một nền văn hóa đạo đức tuyệt vời biến người phụ nữ có một giá trị trong sự sống của loài người thanh cao và đẹp đẽ, ngược lại người phụ nữ bày da hở thịt cho mình là sống văn minh theo kịp thời đại thì lại càng sa đọa đưa giá trị người phụ nữ quá thấp và hèn hạ như một món đồ dâm dục như trên đã nói. Vậy các chị em phụ nữ hay suy ngẫm đừng chạy theo văn hóa đồi trụy của Tây phương mà đánh mất một nền văn hóa đạo đức Đông phương vừa trong sạch, thanh tao và đẹp đẽ vô cùng.

Trong giới luật này dạy không nên dâm dục, chứ không phải dạy tà dâm. Nhưng tại sao chúng tôi giải thích về tà dâm?

Bởi tà dâm là nói về đạo đức gia đình của người cư sĩ. Khi người cư sĩ đã hiểu rõ đạo lý này thì chúng tôi mới dạy “KHÔNG NÊN DÂM DỤC”. Vậy nghĩa của dâm dục như thế nào?

Đạo Phật có chương trình giáo dục và đào tạo người tu chúng đạo VÔ LẬU nên giới

luật đức hạnh là những pháp môn mà người đệ tử của Phật cần phải thông suốt nghĩa lý rõ ràng. Chính sự thông suốt giới luật đạo đức đó mà đạo Phật gọi là tri kiến giải thoát. Nhờ có tri kiến giải thoát mà người đệ tử Phật xả tâm ly dục ly ác pháp rất dễ dàng, không bị ức chế tâm.

Ở đây người cư sĩ đã quyết tâm tu hành giải thoát như người tu sĩ, vì thế họ đã ly gia cắt ái không còn để những sợi dây ái kiết sử ràng buộc, họ đã quyết tâm giữ gìn giới KHÔNG NÊN DÂM DỤC để tròn đầy tâm thanh tịnh. Giới KHÔNG NÊN DÂM DỤC là một giới luật ngăn và làm chấm dứt con đường tái sinh luân hồi của nhân quả. Người giữ gìn được giới này là không còn tái sinh luân hồi nữa.

Bởi vậy chúng ta phải hiểu cho rõ ràng: “DÂM DỤC” là con đường tái sinh luân hồi, con đường đau khổ muôn đời muôn kiếp của loài người. Bởi vậy người tu hành theo Phật giáo quyết định phải diệt trừ tâm dâm dục, vì còn dâm dục tức là còn tiếp tục tái sinh luân hồi. Cho nên giới “KHÔNG NÊN DÂM DỤC” là một giới luật như bao giới luật khác, nhưng nó có một tầm quan trọng

trong kiếp người, nếu không thoát ra khỏi tâm dâm dục thì cuộc đời tu hành chỉ uổng công chớ chẳng có ích lợi gì. Muốn tránh tâm dâm dục thì người tu sĩ đạo Phật giữ gìn ý tứ khi tiếp duyên với người khác phái, không nên cười nói qua lại với người khác phái, phải nghiêm chỉnh trong hành động, trong lời nói. Khi nói chuyện phải có nơi, có chốn, chỗ đông người, không nên đưng đầu nói đó, tránh những nơi khuất lấp vắng vẻ nói chuyện giữa nam nữ là sẽ có nhiều điều bất tiện, vì nơi đó sẽ là nhân của ý dâm. Nếu cuộc đời này không còn dâm dục thì đời không còn khổ đau, do dâm dục người ta mới thành vợ thành chồng, khi thành vợ thành chồng người ta mới khổ vì ghen tuông; khi có ghen tuông người ta mới khổ vì bạo lực gia đình. Nếu vợ chồng yêu thương nhau chia sẻ ngọt bùi cay đắng có nhau, thì người ta mới sinh con đẻ cái. Từ đó người ta khổ vì mang thai, khổ vì sinh con, khổ vì phải nuôi con lớn khôn, khổ vì con cái bệnh tật, khổ vì con cái dạy bảo không ngoan ngoãn. Đó là một chuỗi đời người do dâm dục mà thọ chịu biết bao nhiêu điều đau khổ, nào ai có biết?

Bởi vậy người hiểu biết dâm dục là con đường đau khổ của kiếp người, vì thế chúng ta cần xa tránh để tâm hồn được thanh thản, an lạc và bất động. Tâm được như vậy thật là hạnh phúc vô cùng.

Giới thứ ba KHÔNG NÊN DÂM DỤC, đó là một lời khuyên đầy tình yêu thương chân thành của đức Phật gửi đến với mọi người trên hành tinh này để mọi người chấm dứt mọi sự khổ đau. Xin quý vị lưu ý dâm dục không có hạnh phúc gì cả, chỉ là một sự đau khổ triền miên bất tận, nó là một hành động dục lạc bản thủ lôi cuốn được với những người điên đảo tâm còn mang đầy ắp màn vô minh đen tối, u mê.

Hỡi mọi người! Hãy sáng suốt thoát ra khỏi tâm dâm dục nó là con đường đau khổ bất tận của loài người, xin mọi người lưu ý, ngay từ bây giờ đừng để bị tâm dâm dục lôi cuốn trong sáu nẻo luân hồi đau khổ không kiếp nào thoát ra.





**GIỚI THƯ TƯ:**

# **KHÔNG NÊN NÓI DỐI, NÓI LỜI KHÔNG THẬT**

**K**hông nên nói dối là một lời khuyên chân thật của đức Phật đối với mọi người. Theo như đức Phật đã xác định: Một người nói dối là một người có thể làm tất cả những điều ác khác. Vì vậy khi biết ai nói dối thì nên tránh xa, vì ở gần những người như vậy thì sẽ chịu ảnh hưởng và cũng biến mình trở thành những người dối trá và làm ác như vậy.

Đức Phật dạy La Hầu La: Một người nói dối cũng giống như nước rửa chân bẩn thỉu, nước ấy không thể uống được chỉ có bỏ mà thôi. Còn cái chậu đựng nước rửa chân thì sao?

Đức Phật dạy La Hầu La: Cái chậu đựng nước rửa chân cũng không thể đựng

cơm hay thực phẩm để ăn được, chỉ bỏ mà thôi. Cho nên người nói dối là người không còn cứu chữa, người ấy nên loại ra khỏi sự sống của cộng đồng.

Nói dối tai hại như vậy chúng ta hãy cố gắng đừng để vi phạm vào giới luật này, nó làm mất niềm tin với mọi người. Sống trong cuộc đời mà ai cũng không tin mình thì mình đến đâu người ta đều tránh.

Vì thế phải thành thật chuyện có nói có, chuyện không nói không. Nói dối có lợi cho mình không hại người khác còn chẳng nói, huống là nói dối hại người khác, hại mình thì nói dối có ích lợi gì? Cũng như các giảng sư hiểu biết giới luật KHÔNG NÊN NÓI DỐI thì họ không bao giờ thuyết giảng dù biết thuyết giảng có lợi cho Phật pháp nhưng họ hiểu rằng mình chưa làm được những gì Phật dạy trong kinh mà thuyết giảng thì phạm vào tội nói dối, vì thế họ chẳng thuyết giảng. Thuyết giảng những điều mình chưa làm được là nói dối, và như vậy ai cũng biết mình nói dối, đó là làm mất uy tín của mình, cho nên người giảng sư phải cẩn thận không nên thuyết giảng Phật pháp khi mình tu hành chưa chứng và

thuyết giảng như vậy là thuyết giảng sai,  
thuyết giảng sai làm mất uy tín Phật giáo.



**GIỚI THỨ NĂM:**

# **KHÔNG NÊN**

## **UỐNG CÁC LOẠI RƯỢU**

**R**ượu là một chất dễ nghiện ngập, mà khi đã nghiện ngập thì bỏ rất khó. Người uống rượu say không còn sáng suốt minh mẫn, cơ thể đi đứng không vững vàng, ngay ngắn, miệng nói lảm nhảm như người điên, tay chân múa may như người đánh võ, thường nằm đường ngủ bụi không biết dơ sạch. Có người khi say rượu về đập đồ đạc trong nhà, đánh vợ đánh con v.v.. Người uống rượu say nhân cách không còn, vì đối với mọi người ai cũng sợ người say rượu ăn nói không mực thước.

Nhân cách và đạo đức con người không chấp nhận những người uống rượu, thường những người uống rượu gây mất trật tự an ninh trong thôn xóm do lập bè lập đảng nhậu nhẹt đánh lộn. Nhất là gia đình nào có người nhậu nhẹt thì gia đình ấy bất

an, khi nhậu say thì đánh vợ đánh con khiến cho gia đình lộn xộn.

Tất cả những thức uống làm cho người ta nghiện ngập như: rượu, cà phê, thuốc lá, bia, trà, thuốc phiện... tu sĩ và cư sĩ trong Tu Viện đều phải giữ gìn không được vi phạm giới cấm này. Nếu vi phạm người tu hành sẽ mất hết phẩm cách đạo đức làm người.

Nhất là người tu sĩ quyết tâm diệt trừ tận gốc nghiệp tham, sân, si, mạn, nghi thế mà còn tạo thêm nghiệp nghiện ngập rượu, chè, thuốc lá, thuốc phiện v.v.. thì làm sao dẹp hết được nghiệp tham, sân, si, mạn, nghi. Cho nên đức Phật dạy: “KHÔNG NÊN UỐNG RƯỢU”.

Chúng ta là những người đã mang một thứ nghiện ngập tham, sân, si, mạn, nghi quá nặng đã trải qua muôn đời muôn kiếp. Vậy mà hiện giờ chúng ta muốn cai những thứ nghiện ngập này là cả một công trình vĩ đại, nếu không cai những thứ nghiện ngập này thì cuộc đời tu hành của chúng ta chẳng đi đến đâu cả. Cho nên đang cai nghiện ngập tham, sân, si, mạn,

nghi chưa xong mà lại thêm nghiện ngập rượu, chè, thuốc lá, thuốc phiện v.v.. thì không thể nào chấp nhận người tu sĩ như vậy được. Phải không quý vị?

Ngay từ bây giờ phải dứt khoát không uống rượu, bất cứ mọi loại rượu nào, không hút thuốc lá, bất cứ một loại thuốc lá nào; không uống cà phê đen nguyên chất, bất cứ một loại cà phê nào, không hút thuốc lào, không hút thuốc phiện, không uống chè lá, không hút chích xì ke, ma túy v.v... Đó là những thứ thuốc độc được cần phải loại trừ ra khỏi thân tâm, đó là những thứ nghiện ngập cần phải tránh xa. Vì nó sẽ gây ra bao nhiêu thứ bệnh tật trên thân chúng ta.

Rượu là một loại dễ làm cho chúng ta nghiện ngập, chúng ta phải dứt khoát xa lìa không nên nếm thử.

Rượu là một loại cay đắng nồng, uống vào không thấy một chút cảm giác ngon ngọt nào cả thế mà khi bị nghiện thì rất khó bỏ.



**GIỚI THỮ SÁU:**

# **KHÔNG NÊN**

## **TRANG ĐIỂM LÀM ĐẸP**

a- **KHÔNG NÊN DÙNG DẦU THƠM:**

Dầu thơm là một loại nước xoa xức vào người để lôi cuốn những người ham thích sắc dục. Dầu thơm được đánh giá là một loại nước khêu dâm gợi dục. Vì thế người tu hành theo Phật giáo không nên xoa xức dầu thơm vào người. Xoa xức dầu thơm vào người là không bao giờ diệt sạch tâm sắc dục. Cho nên đức Phật dạy: “KHÔNG NÊN DÙNG DẦU THƠM”. Như trên đã nói: Dầu thơm là một thứ nước khêu dâm gợi dục, người tu sĩ cần nên tránh xa. Không nên xoa dầu thơm vào người, không nên tắm giặt bằng xà bông lưu lại mùi thơm. Quý vị tu sĩ và cư sĩ nên nhớ những lời dạy này mà diệt trừ tâm sắc dục của mình tận gốc. Bởi vì, một hành động nhỏ nhặt sử dụng dầu thơm thì không diệt trừ

được tâm sắc dục. Phải nhớ lấy những lời dạy này.

b- KHÔNG NÊN ĐEO ĐỒ TRANG SỨC:

Không nên đeo đồ trang sức, con người ở đời thường thích làm dáng, làm đẹp dù người có sắc đẹp hay người không sắc đẹp họ đều thích trang điểm, vì thế vòng vàng, nhẫn, cà rá, bông tai hạt xoàn, dây chuyền, chuỗi ngọc v.v.. đó là những vật dùng để trang sức làm đẹp. Mục đích làm đẹp là để mọi người khác phải nhìn ngó sinh tâm sắc dục. Do biết rõ mục đích trang điểm đeo đồ trang sức là khêu gợi tâm sắc dục nên đức Phật dạy: “KHÔNG NÊN TRANG ĐIỂM ĐEO ĐỒ TRANG SỨC”. Do lời dạy này chúng ta không nên đeo đồ trang sức.

c- KHÔNG NÊN ĂN MẶC HÀNG LƯA ĐẤT TIỀN:

Người tu theo Phật giáo nên ăn mặc đơn sơ, giản dị nhưng rất thanh lịch, không cầu kỳ kiêu cách lòe loẹt sắc sỡ v.v.. Hàng vải may mặc cũng không nên chọn lựa hàng vải đắt tiền, vì ăn mặc hàng vải đắt tiền là khoe khoang sự giàu sang, mà khoe khoang sự sang giàu như vậy là khiến cho những



người trộm cướp để ý. Khi những người trộm cướp để ý thì tai họa sẽ đến. Cho nên ăn mặc đơn giản ít ai để ý thì sự sống dễ được bình an yên ổn. Người khôn ngoan không nên đeo vòng vàng trang điểm, không ăn mặc hàng lụa đắt tiền thì tránh được bao nhiêu tai họa khổ đau. Hằng ngày báo chí đều loan tin tức những người bị cướp giết phần nhiều là những người sửa sang trang điểm làm đẹp, ăn mặc lụa là đắt tiền và đeo đồ trang sức vòng vàng bông tai, nhẫn hạt xoàn v.v.. Do những tai họa này mà những oai nghi chánh hạnh của người đệ tử Phật là phải ăn mặc đơn sơ, giản dị, không trang điểm làm đẹp, không đeo vòng vàng. Chính giữ gìn oai nghi chánh hạnh như vậy thì mới mong xa lìa tâm sắc dục. Xa lìa tâm sắc dục là chấm dứt tái sinh luân hồi, mãi mãi không còn sinh diệt nữa.



**GIỚI THỨ BẢY:**

# **KHÔNG NÊN**

## **NGHE CA HÁT VÀ TỰ CA HÁT**

Để giữ tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự. Người tu sĩ và cư sĩ đệ tử của Phật thì không nên nghe băng nhạc ca hát, dù bất cứ những loại nhạc nào nhạc đời, nhạc đạo. Nói ca nhạc là phải nói đến âm thanh du dương trầm bổng, như tiếng khóc nỉ non, như tiếng than thở vấn dài thương đau v.v.. Nhất là không nên tự ca hát, vì tự ca hát là làm mất oai nghi chánh hạnh của người tu sĩ. Người tu sĩ đầu tròn áo vuông mà cất giọng ca ngâm thì thật là khó xem, không giống ai cả, đời chẳng ra đời mà đạo cũng chẳng ra đạo.

Âm thanh ca hát trầm bổng rất dễ khiến cho con người đam mê và gây xúc động tình cảm thế gian khiến cho tâm hồn

yếu đuối, dễ bị lụy như Tiêu Hà thổi tiêu khiến cho quân lính Hạng Vương bỏ hàng ngũ trốn về quê quán. Hạng Vương mất nước và tử trận một cách thương đau. Đấy, quý vị xem lời ca tiếng nhạc rất quan trọng, nếu người tu sĩ không biết ngăn chặn ngay từ lúc đầu thì con đường tu tập không bao giờ có kết quả. Bởi tâm bất động thanh thản, an lạc và vô sự mà còn có âm nhạc trong đó thì làm sao thanh thản được. Phải không thưa quý vị?

Lời khuyên của đức Phật: “KHÔNG NÊN NGHE CA HÁT VÀ TỰ CA HÁT”, vậy mà các thầy lại tụng kinh niệm Phật ê a, giọng cao, giọng thấp theo tiếng trống, tiếng chuông, tiếng mõ, tiếng đàn v.v.. thật là đi ngược lại giới luật, lời dạy của đức Phật. Vậy quý thầy là đệ tử của Phật hay đệ tử của Bà La Môn?

Lời ca tiếng hát đã làm biết bao nhiêu vua chúa mất ngôi, hạnh phúc gia đình tan nát. Vì thế người tu sĩ Phật giáo tìm sự giải thoát mà còn nghe ca hát thì làm sao giải thoát cho được.

Đức Phật dạy chúng ta tu hành chớ  
đâu có dạy chúng ta tụng kinh niệm chú ê a  
giọng cao giọng thấp.



**GIỚI THỨ TÁM:**

# **KHÔNG NÊN NẪM GIƯỜNG CAO VÀ VÔNG**

**N**gười tu sĩ và cư sĩ trong Tu Viện cần phải giữ gìn ý tứ. Khi nằm phải nằm nghiêng theo kiểu kiết tường kín đáo và trang nghiêm. Phật chế giới thứ tám tránh nằm ngủ lộn qua lộn lại làm mất oai nghi chánh hạnh của người tu.

Nằm giường cao rộng lớn là những người giàu sang, còn chúng ta là những người tu hành đã xả bỏ hết chỉ còn ba y một bát lấy trời làm màn, lấy đất làm chiếu có đâu mà nằm giường cao rộng lớn. Có nằm giường cao rộng lớn cũng tùy thuận hoàn cảnh gia đình để không làm khổ người khác mà thành bệnh cố chấp. Giới luật của Phật cần phải linh động nhưng không phải vì thế mà vi phạm giới luật xin quý vị lưu ý.

Nhất là người tu sĩ không nên nằm võng đưa tới đưa lui, bởi chính oai nghi tế hạnh không cho phép, nằm trên giường ván mà Phật còn dạy phải nằm nghiêng theo kiểu kiết tường, không cho phép nằm co nằm ngửa, nằm sấp, như vậy nằm trên võng là nằm co và nằm ngửa.

Nằm như vậy không đúng oai nghi chánh hạnh. Vì lý do này mà người tu sĩ không nên nằm võng. Bởi chiếc võng dùng cho người phụ nữ nằm ru con, còn người đàn ông mà nằm võng chính là tập mình trở thành người lười biếng, nằm lắc qua lắc lại là không đúng cách của người trụ xứ.

Người đàn ông phải tỏ ra cho xứng đáng là người đàn ông, cứ sao người đàn ông lại thích nằm võng lắc tới lắc lui như người phụ nữ thì còn gì là đáng mà râu.

Chúng tôi đi theo đường từ Trảng Bàng về TP Hồ Chí Minh xuống dốc cầu AN HẠ thì không biết bao nhiêu là võng treo dọc treo ngang dưới bóng cây để cho khách đi đường vào nằm nghỉ mệt. Đây là những cách cảm dỗ thích của những người tinh

thần yếu đuối nên dễ bị những chiếc võng lôi cuốn.

Nhà nào có những chiếc võng treo giăng thường là nhà của những phụ nữ dùng để ru con ngủ, vậy mà có một số các ông lười biếng thích nằm đưa tới đưa lui để ru ngủ. Thật là không có oai nghi tế hạnh chút nào cả.

Nếu muốn xứng đáng làm đàn ông thì không nên nằm võng, mà muốn nằm thì phải chọn nơi chốn đúng đắn để nằm nghỉ chớ không thể đụng đầu nằm đó thì không đủ tư cách làm đàn ông.

Người xưa nói: “Ăn coi nôi ngòi coi hương” lời dạy này rất tuyệt vời. Làm người đụng đầu nằm đó thì chẳng khác nào con thú vật như con chó con mèo.

Cho nên người tu sĩ không nằm giường cao rộng lớn, nhưng cũng không bạ đâu nằm đó vì là chúng ta là con người cho nên phải biết chỗ nào nằm được và chỗ nào nằm không được.

Đó là đức hạnh của người tu sĩ Phật giáo, vì vậy những oai nghi tế hạnh của người tu sĩ Phật giáo không cho phép chúng

ta đặng đâu nằm đó. Vậy chúng ta hãy khéo giữ gìn không cho vi phạm vào giới luật này.





**GIỚI THỮ CHÍN:**

# **KHÔNG NÊN ĂN UỐNG PHI THỜI**

**G**ốc khổ của con người là tâm tham dục mà ăn uống là một tham dục trong năm thứ dục lạc: DANH, LỢI, SẮC, THỰC, THÙY nên con người hay ưa thích ăn uống (THỰC). Ăn một ngày hai ba bữa mà còn ăn uống lật vật cái này, cái khác có khi lại còn ăn đêm. Vì dục lạc như vậy nên đức Phật khuyên: “KHÔNG NÊN ĂN UỐNG PHI THỜI”.

Đạo Phật vốn dạy người tu hành để thoát khổ, vì thế muốn thoát khổ nên phải diệt lòng tham dục, diệt lòng tham dục thì phải ăn uống ngày một bữa. Ăn để sống chứ không phải sống để ăn. Ăn ngày một bữa cũng chính là phương pháp ly dục ly ác pháp. Trên đời vì tranh ăn mà có sự xung đột và chiến tranh; vì tham ăn mà nổi da xáo thịt anh em ruột thịt xem nhau như kẻ thù.

Bởi ăn uống phi thời là chạy theo dục lạc, do chạy theo dục lạc nên khó nhiếp và an trú tâm. Nhiếp và an trú tâm không được nên đẩy lui bệnh khổ trên thân không thể được, vì thế phải chịu khổ muôn đời vì bệnh tật. Người tu theo Phật giáo nên ăn uống giản dị và tiết độ càng ăn uống giản dị và tiết độ bao nhiêu thì tu hành nhiếp và an trú tâm dễ dàng bấy nhiêu và như vậy tu hành sẽ không phí thì giờ vô ích.

Cho nên giới thứ chín rất quan trọng trong đời sống con người. Do ăn uống bữa bái mà con người dễ bệnh tật, vì biết rất rõ nên Ngài khuyên mỗi người nên ăn uống ngày một bữa có tiết độ trong ăn uống để tránh khỏi bệnh tật, ăn uống không nên ăn thịt chúng chúng sanh vì ăn thịt chúng sanh thân dễ bệnh tật, đó là qui luật nhân quả.



**GIỚI THỨ MƯỜI:**

# **KHÔNG NÊN CẮT GIỮ TIỀN BẠC, CỦA BÁU**

**C**ủa cải tiền bạc là một dục lạc trong năm thứ dục lạc: DANH, LỢI, SẮC, THỰC, THUY. Của cải tiền bạc thuộc về “LỢI”. Vì thế nó là một thứ dục lạc khiến cho con người chạy theo nó phải thất điên bát đảo. Đời người tranh đấu chém giết nhau cũng chỉ vì của cải tiền bạc vật chất, cốt nhục tương tàn cũng vì nó. Cho nên đức Phật dạy: “KHÔNG NÊN CẮT GIỮ TIỀN BẠC CỦA BÁU”. Giữ tiền bạc, của báu sẽ dễ dàng đắm nhiễm danh lợi, làm mất hạnh người tu sĩ. Tiền và vàng bạc còn sai khiến con người trở thành tên nô lệ vật chất cho nên người tu sĩ trong tu viện phải xem tiền, vàng bạc châu báu ngọc ngà là rắn độc sẽ khiến cho người tu sĩ sa vào con đường tội lỗi làm mất hết phạm hạnh. Quý vị cứ nhìn

xem những tu sĩ hiện giờ chạy theo danh lợi thế gian mà oai nghi chánh hạnh không còn khiến cho Phật giáo suy đồi, con đường tu tập giới luật đức hạnh và thiền định ly dục ly ác pháp bị chìm sâu trong giáo pháp của ngoại đạo khiến cho người đời sau không biết đâu mà sống cho đúng đạo đức không làm khổ mình khổ người và khổ tất cả chúng sinh; không biết đâu mà tu tập để làm chủ sinh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi của Phật giáo.

Bởi vậy tiền bạc là rắn độc. Một hôm đức Phật và ông A Nan đi ngang qua một bờ ruộng, ông A Nan nhìn thấy dưới một rãnh nước khai ngang qua bờ ruộng có một hủ vàng nên nói với đức Phật: *“Dưới một rãnh nước khai ngang qua bờ ruộng có một hủ vàng”*. Khi đức Phật nhìn thấy và bảo với ông A Nan: *“Rắn độc hãy tránh xa nó ra, nó sẽ cắn chết”*. Một người nông dân làm ruộng ở gần đó nghe thấy thế nên đến xem và thấy hủ vàng, người nông dân cười to và bảo rằng: *“Để xem con rắn này có cắn chết ta hay không”*. Nói xong người nông dân ôm hủ vàng về nhà, nhờ có vàng nên cất nhà cửa làm giàu sang. Lúc bấy giờ tiếng đồn

đến tai nhà vua. Nhà vua cho người đến thăm tra biết rõ vàng đó là của vua nên kết án tử hình. Trước khi chết người nông dân mới than rằng: *“Đúng, vàng là rắn độc mà đức Phật đã nói với ông A Nan”*.

Câu chuyện trên đây để quý vị suy ngẫm, có phải tiền của, vàng bạc, châu báu thường mang đến sự khổ đau cho con người.



## HÌNH THỨC KỶ LUẬT

Nếu ai vi phạm một trong mười giới trên đây thì sẽ theo hình thức kỷ luật mà bị phạt, nặng nhẹ là do tái phạm nhiều lần.

- Lần thứ nhất sẽ bị cảnh cáo.
- Lần thứ hai tự quỳ hương sám hối.
- Lần thứ ba tự mình phải xin ra khỏi tu viện.

Đến lần thứ ba thì TU VIỆN không còn chấp nhận cho ở tu hành nữa, nên phải rời khỏi TU VIỆN.

Mười giới luật trên đây mà người tu sĩ hay cư sĩ còn vi phạm thì con đường tu tập của quý vị không bao giờ đạt được sự giải thoát. Và như vậy cuộc đời của quý vị sẽ mãi mãi trôi lăn trong sáu nẻo luân hồi vô cùng tận.

Chỉ có 10 giới sa di mà còn không giữ gìn được thì nói chi đến 250 giới tỳ kheo

tăng và 348 giới tỳ kheo ni. Phải không thưa quý vị?

Con đường tu tập của Phật giáo đã nói GIỚI, ĐỊNH, TUỆ rất rõ ràng. Bắt đầu tu tập là phải tu tập GIỚI LUẬT trước tiên, rồi sau đó mới tu tập THIÊN ĐỊNH. GIỚI LUẬT tu tập mà chưa xong thì làm sao tu tập THIÊN ĐỊNH được.

Đại Thừa dùng lời lẽ lường gạt người ĐỊNH HUỆ SONG TU. Lời nói này chúng tỏ Đại Thừa chưa thông giáo lý của đạo Phật.

GIỚI, ĐỊNH, HUỆ là ba cấp học của đạo Phật giống như chương trình giáo dục đào tạo của Bộ Quốc Gia có ba cấp:

Cấp I: Tiểu học

Cấp II: Trung học

Cấp III: Đại học

Giới luật còn vi phạm thì xin quý vị hãy về trụ xứ của mình, nhất là giới hạnh sống MỘT MÌNH, nếu vi phạm thì theo kỷ luật mà mời ra khỏi TU VIỆN.

TU VIỆN cần những người có hạnh biết sống MỘT MÌNH như con TÊ NGŨU MỘT SỪNG, còn những người nào sống MỘT

MÌNH không nổi thì xin rời khỏi TU VIỆN  
để chỗ cho người khác sống MỘT MÌNH tu  
tập.





**NHỮNG ĐIỀU  
CẦN BIẾT THÊM**



*Trời, mây, nước, sông, núi là một vẻ đẹp thiên nhiên mà nơi đâu cũng có trên hành tinh này.*

**THỨ NHẤT:**

# **KHI CÓ NGƯỜI THÂN ĐẾN THĂM**

**K**hi có người thân đến thăm, tu sĩ và cư sĩ sẽ được gặp thân nhân ở nhà khách. Tránh không nên đưa thân nhân vào thất của mình, vì có những điều cần phải lưu ý:

1- Để giữ gìn yên tĩnh cho toàn khu thất của mình đang ở, vì có nhiều người bạn đồng tu đang tu tập. Nếu vì tình riêng để thân nhân vào thất của mình thì sẽ làm động các thất khác, khiến cho mọi người đang tu tập rất khó khăn trong lúc giữ gìn tâm bất động.

Để không làm xáo động sự yên tĩnh tu hành của các bạn đồng tu.

2- Để không làm xáo động sự yên tĩnh tu hành của các bạn đồng tu. Bởi vì khách thường đến TU VIỆN do tính hiếu kỳ tò mò muốn biết mọi người tu tập như thế nào, vì

thường đi tham quan nhìn ngó chỗ này chỗ kia.

3- Người tu sĩ tiếp người thân của mình là đã làm cho mình mất hạnh sống MỘT MÌNH như con TÊ NGŨU MỘT SỪNG thì cuộc đời tu hành của mình cũng chỉ hoài công vô ích.

4- Hạnh sống MỘT MÌNH như con TÊ NGŨU MỘT SỪNG là giới hạnh giải thoát của đạo Phật. Cho nên người nào sống không nổi thì hãy về đi vì có ở tu hành cũng chẳng đi đến đâu cả.

5- Người thân trong gia đình cũng phải hiểu hạnh sống MỘT MÌNH là quan trọng nhất cho con đường tu tập. Vì vậy khi có người thân đi tu thì không nên đến thăm viếng làm động và làm mất hạnh sống MỘT MÌNH.

6- Bốn mươi hai bài kệ sống như con TÊ NGŨU MỘT SỪNG cũng đủ xác định cho chúng ta thấy hạnh sống MỘT MÌNH là quan trọng nhất cho đời người tu sĩ theo Phật giáo tu hành. Vì vậy những thân nhân có người tu tập tại TU VIỆN CHƠN NHƯ khi đến TU VIỆN hỏi thăm mạnh khỏe là đủ,

đừng xin gặp mặt. Đó là thương những người thân của mình đang tu tập.



**THỨ HAI:**

**KHÔNG NÊN  
NÓI CHUYỆN NHIỀU**

**P**hòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý là phải sống MỘT MÌNH. Sống MỘT MÌNH là một phương pháp phòng hộ sáu căn rất tuyệt vời. Vì thế tu sĩ và cư sĩ đang tu tập trong TU VIỆN CHƠN NHƯ thì cần nên nhớ những điều sau đây:

1- Không nên lén lút gặp nhau để nói chuyện. Nói chuyện như vậy là tự mình phá hạnh sống MỘT MÌNH của mình và của người khác đang cùng tu tập với mình.

2- Không nên đến thất của người khác nói chuyện. Vì đến thất của người khác nói chuyện là phá nơi sống MỘT MÌNH của người khác. Cho nên người đến thất của người khác là người không tu hành gì được, họ là người phá hạnh sống MỘT MÌNH của người khác, người này cần phải về trụ xứ, vì

người này là người còn tâm đời ham vui ham nói chuyện.

3- Không nên đứng chỗ này, chỗ kia để nói chuyện. Đứng chỗ này chỗ kia nói chuyện là người phá hạnh sống MỘT MÌNH. Người phá hạnh sống MỘT MÌNH là người không có mục đích tu tập làm chủ sinh, già, bệnh, chết. Vì thế người không sống MỘT MÌNH là người mà TU VIỆN không chấp nhận.

4- Không nên cùng đi trên đường nói chuyện, hai người cùng đi trên đường mà nói chuyện ồn ào, đó là những người không lịch sự, không giữ hạnh sống MỘT MÌNH.

5- Khi muốn nói chuyện thì nên đưa nhau vào nhà khách, đó là phật tử còn những người đang tu tập tại TU VIỆN CHƠN NHƯ dù là tu sĩ hay cư sĩ cũng không được nói chuyện mặc dù là người thân như cha mẹ, vợ con hay chồng con đều phải giữ hạnh sống MỘT MÌNH không nên tiếp giao với họ.



**THỨ BA:**

## **THƯ TỪ SÁCH VỎ**

**T**hư từ, sách vở và các liên hệ qua điện thoại cần phải báo cho người có trách nhiệm xem xét để tránh các điều không hay xảy ra làm trở ngại cho sự tu hành của tu sĩ và cư sĩ. Nhất là điện thoại di động khi vào tu viện không nên mang theo, vì mang theo sẽ làm động mình, động người khác, khó tu tập tâm ly dục ly ác. Cho nên điện thoại di động cần phải dẹp bỏ giao cho người có nhiệm vụ cất giữ dùm cho, chớ không được ở trong thất sử dụng. Tu sĩ và cư sĩ có thể mượn kinh sách trong tu viện để đọc và học hỏi thêm, nhưng khi nhập thất sống **MỘT MÌNH** mà đọc kinh sách là tự phá hạnh sống **MỘT MÌNH** vậy nhập thất làm gì.

Khi vào thất thì phải sống **MỘT MÌNH** không được thư từ qua lại, không được đọc kinh sách vì nhập thất là sống chuyên tu tập vì thế không nên đọc kinh sách, còn



muốn đọc kinh sách thì nên ra khỏi thất và trở về nhà mình mà đọc.

Thất mà TU VIỆN xây cất cho những người quyết tu tập làm chủ sự sống chết chớ không phải xây cất thất cho quý vị vào nghiên cứu Phật pháp. Ở TU VIỆN không phải là nơi đào tạo học giả mà là nơi đào tạo hành giả là những người tu hành chứng đạo.

Cho nên khi vào thất tu tập thì xin quý vị hãy dẹp bỏ tất cả kinh sách không nên mang theo vào thất, nếu quý vị làm không đúng thì TU VIỆN sẽ mời quý vị ra khỏi thất thà là để thất không đóng cửa để đó chớ không cầu những người còn tham danh tham lợi đến ở.

Khi chưa tu tập thì quý vị muốn đọc kinh sách thì cứ đọc, còn khi quyết tâm tu hành thì hãy bỏ xuống hết và không nên đọc một cuốn kinh sách nào hết.

TU VIỆN không phải là PHẬT HỌC VIỆN quý vị nên nhớ cho, vì vậy trước khi vào TU VIỆN CHƠN NHƯ thì xin quý vị hãy để kinh sách ở nhà không nên mang theo vào TU VIỆN.

**THỨ TƯ:**

## **ĐỂ THỰC HIỆN ĐỜI SỐNG ĐƠN GIẢN**

**V** áo và các vật dụng cho người tu sĩ và cư sĩ ở trong tu viện cần vừa đủ cho sinh hoạt hằng ngày dựa trên tinh thần THIỂU DỤNG TRI TỨC tức là ít muốn biết đủ.

Quý tu sinh nên biết đời sống xuất gia chỉ có ba y một bát không có một vật gì thừa thứ hai, thứ ba, nếu có vật thừa thì phạm giới. Người tu sĩ tại TU VIỆN CHƠN NHƯ cần phải hiểu rõ để tránh vi phạm những lỗi lầm không đáng mà phải bị trục xuất ra khỏi TU VIỆN.

Đời sống người tu sĩ càng đơn giản bao nhiêu thì tu hành dễ giải thoát bấy nhiêu. Cho nên sống đơn giản là đời sống của người tu sĩ Phật giáo và chính đời sống như vậy mới là tu sĩ sống đúng những oai nghi chánh hạnh, không vi phạm giới luật.

Đơn giản là đời sống của người tu sĩ Phật giáo nên tất cả tu sinh đều lưu ý để tập sống lối sống đơn giản mới mang đầy đủ ý nghĩa giải thoát.

Nếu đời sống không đơn giản quý vị đi đâu đều phải mang cả bao đồ dùng. Thật là phiền phức vô cùng. Người tu sĩ đi đâu chỉ có một túi xách trên vai rất là tiện lợi. Một túi xách nhỏ chỉ đựng ba y một bát vừa đủ để sống cho một đời sống giải thoát.

Nhìn những tu sĩ đi đâu cũng bao bị kè kè thì biết rằng những tu sĩ này chưa giải thoát, chỉ cần nhìn hình tướng mà biết được người tu đã giải thoát hay chưa giải thoát.

Cho nên đời sống đơn giản chừng nào thì sự giải thoát càng thấy rõ. Đời sống đơn giản của đức Phật là đời sống buông xả tận cùng, đời sống giải thoát hoàn toàn.

Chúng ta tu theo Phật giáo thì hãy chọn lấy đời sống đơn giản của đức Phật làm đời sống của mình. Lúc nào cũng nhớ gương hạnh sống của Phật để mình theo đó mà đi không sai đường lạc lối.



**THỨ NĂM:**

# **CÁC VẤN ĐỀ**

## **LIÊN QUAN ĐẾN ĐIỆN, NƯỚC**

**Đ**iện nước là nhu cầu cần thiết cho sự sống của các tu sinh trong TU VIỆN, vì thế nó cần được giữ gìn và bảo quản.

Khi thấy có hư hao gì về điện nước thì phải báo cho người có trách nhiệm biết để đến sửa chữa. Không nên tự ý làm, tránh gây nguy hiểm cho mình và ảnh hưởng chung cho TU VIỆN, vì điện rất nguy hiểm.

Điện nước là của chung của tập thể trong tu viện để cung cấp ánh sáng và nước tiêu dùng hàng ngày cho sự tu hành của tu sinh nên phải bảo vệ và giữ gìn không nên để hao tổn, vì hao tổn sẽ làm tiêu hao công sức của đàn na thí chủ.

Khi thấy điện hay nước bất cứ nơi đâu trong TU VIỆN có hư thì nên báo cho những

người có trách nhiệm sửa chữa, đừng nên tự ý sửa chữa.

Khi đến TU VIỆN được cấp cho một chiếc thất trong đó điện và nước đầy đủ không cần phải sửa tới sửa lui.

Khi nhận thất ở cũng không được tự mua ổ cắm điện để về câu nối rồi tự dùng điện nấu nước nấu thực phẩm riêng tư ăn ngoài giờ.

Nếu vào thất thấy tu sĩ nào câu móc điện làm không đúng qui cách của TU VIỆN thì tu sinh ấy được mời ra khỏi TU VIỆN, vì những tu sinh này lợi dụng của đàn na thí chủ xài phí điện.

Bởi tài sản của TU VIỆN là của đàn na thí chủ chúng ta cần phải giữ gìn bảo vệ và tiết kiệm không được xài phí làm tiêu hao thì sẽ có tội tức là mình mang nợ của đàn na thí chủ. Kiếp này tu chưa xong kiếp sau sinh làm thân trâu bò ngựa để kéo xe kéo cày trả nợ.



**THỨ SÁU:**

# **PHẢI TỰ BIẾT**

## **XẤU HỔ TRONG CÁC LỖI NHỎ NHẤT**

**N**hững tu sĩ và cư sĩ trong tu viện cần nêu cao trách nhiệm tự giác. Nếu có vi phạm thì nên biết xấu hổ trong các lỗi nhỏ nhất, còn như không biết tự giác thì khi vi phạm một trong các điều trên sẽ bị cảnh cáo. Nếu cảnh cáo quá 3 lần mà vẫn còn vi phạm thì tự mình rời khỏi tu viện.

Người tu sĩ cần phải thông suốt các lỗi nhỏ nhất, vì nó nhỏ nhất nên người ta thường hay xem thường và ít để ý, do đó thường hay vi phạm vào những lỗi này.

Khi vi phạm đừng nên che dấu mà hãy phơi bày ra cho mọi người đều biết. Khi mọi người biết thì chúng ta rất xấu hổ. Nhờ có xấu hổ nên chúng ta cố gắng khắc phục không còn để vi phạm nữa.

Khi chúng ta biết xấu hổ vì những việc làm phi giới luật, làm cho giới luật bị bẻ vụn, chúng ta hãy cố gắng để không còn vi phạm nữa, nếu biết xấu hổ chúng ta sẽ cố gắng khắc phục làm cho nó đừng phạm vào những giới luật của Phật nữa.

Trên đời không ai là người thập toàn không có lỗi, nhưng những người làm lỗi mà biết xấu hổ sửa sai thì sẽ trở thành những người tốt sau này. Chúng ta là những con người chắc chúng ta không thể tránh khỏi những điều lầm lỗi.

Vì thế khi lầm lỗi chúng ta nên cố gắng sửa sai, nhờ đó lần lần chúng ta không còn vi phạm những lỗi lầm nữa.

Bởi chúng ta có giới luật của Phật nên khi phạm phải là chúng ta biết ngay liền. Nhờ biết ngay liền nên chúng ta cố gắng khắc phục không còn phạm giới nữa.



## NGÀY MỘT BỮA ĂN

Tu viện Chơn Như áp dụng chế độ ăn ngày một bữa. Cứ mỗi ngày từ 10giờ đến 12giờ là giờ thọ bát. Khi đi thọ bát thì phải ăn mặc chỉnh tề nghiêm trang đúng theo giới luật của Phật giáo. Khi đi khát thực phải luôn luôn phòng hộ sáu căn. Khi đến sốt bát tại chỗ nhà cúng dường cơm thì đọc bài “Kinh ước nguyện” của tân tỳ kheo. Trước và sau khi thọ thực thì đọc bài Kinh ước nguyện như trong tập sách “NGHI THỨC THỌ TRAI”.

Sau khi ăn xong, rửa sạch mâm hộp, hong khô đem trả lại chỗ cũ.





# THỜI KHOÁ BIỂU

## ÁP DỤNG CHO TU SĨ VÀ CƯ SĨ CHUYÊN TU

**T**hời khoá biểu áp dụng cho tu sĩ và cư sĩ chuyên tu.

Tu sĩ và cư sĩ phải học tập và sống đúng theo thời khoá tu học tại tu viện:

Thời khoá được chia ra làm 4 buổi tu tập:

- 1- Sáng từ 7giờ đến 10giờ.
- 2- Chiều từ 2giờ đến 5giờ.
- 3- Tối từ 7giờ đến 10giờ.
- 4- Khuya từ 2giờ đến 5giờ.

Trong giai đoạn tu tập thời khoá này tất cả tu sĩ và cư sĩ phải thực hiện đúng những điều sau đây:

- 1- Giữ gìn đọc cư một trăm phần trăm. Ở trên lớp học cũng như khi về thất

đều phải thực hiện nghiêm chỉnh giới hạnh độc cư này.

2- Trong giờ tu hành tất cả các cửa ra vào, cửa sổ đều phải mở không được đóng, ban đêm thì phải bật đèn sáng.

3- Người tu sĩ và cư sĩ muốn thưa hỏi điều gì với thầy trưởng đoàn, thầy phó đoàn; thầy giảng viên, thầy giám luật đều phải lên Tổ đường. Không được hỏi trên đường đi, nếu trả lời thì cả hai đều phạm giới luật.

4- Không nên rời khỏi tiểu giới đàn của mình đi sang tiểu giới đàn của người khác.

5- Không nên trao đổi thư từ, chuyện trò dù là nói về giáo pháp.

6- Không nên trực tiếp gặp Trưởng Lão. Tu sĩ và cư sĩ khi có việc cần gặp Trưởng Lão để tham vấn thì phải gặp thầy trưởng đoàn, thầy phó đoàn; thầy giảng viên, thầy giám luật để trình lại với người có trách nhiệm trình lên Trưởng Lão để sắp xếp giờ giấc tham vấn cho phù hợp.

Sáu điều nêu trên nếu tu sĩ và cư sĩ nào không tự giác thực hiện mà vi phạm thì phải chịu hình thức kỷ luật như sau:

- Lần thứ nhất phê bình trước Tăng đoàn.

- Lần thứ hai cảnh cáo trước Tăng đoàn.

- Lần thứ ba tăng sinh vi phạm không chấp nhận sửa sai buộc phải rời khỏi Tăng đoàn.



# LAO TÁC VÀ NGHỈ NGỒI

**G**ìờ lao tác trong ngày gồm có:

- Sáng: 5 giờ đến 7 giờ
- Chiều: 5 giờ đến 7 giờ

Ngoài giờ tu tập những tu sĩ và cư sĩ nào muốn làm việc gì hoặc vệ sinh thì chỉ nên làm quanh quần nơi thất của mình tránh làm động đến thất của những người khác đang cần sự yên tĩnh để tu học.

Mục đích của TU VIỆN CHƠN NHƯ là tạo mọi điều kiện để tu sinh sống đúng hạnh MỘT MÌNH NHƯ CON TÊ NGŨU MỘT SỪNG, chớ không cần tu sinh lao tác làm mọi việc lặt vặt trong TU VIỆN. TU VIỆN không cần sự lao tác của những tu sinh mà chỉ cần những tu sinh sống MỘT MÌNH để thực hiện hoài bão là làm chủ sinh, già, bệnh, chết.

Cho nên giờ lao tác cũng là giờ tu tập để giữ gìn tâm BẤT ĐỘNG, THANH THẢN,

AN LẠC VÀ VÔ SỰ. Tuy rằng mỗi tu sinh đều giữ nơi tu hành của mình sạch sẽ bằng cách quét dọn cỏ rác để nơi ở của mình thoáng mát sạch đẹp cho bản thân mình, vì thế không nên lợi dụng giờ lao tác mà phá hạnh sống MỘT MÌNH. Lao tác chỉ một mình, chớ không nên tụ tập hai ba người cùng làm. Làm như vậy là không đúng, là phá hạnh sống MỘT MÌNH. Chúng ta nên nhớ kỹ hạnh sống MỘT MÌNH:

1- Ở trong thất MỘT MÌNH, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

2- Không được đến thất người khác, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

3- Không kết bè kết bạn với bất cứ một người nào, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

4- Không giao thiệp với bất cứ một ai, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

5- Đi đâu cũng đi một mình không đi chung với bất cứ người nào cả, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

6- Chẳng sợ hãi bất cứ một việc gì, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.

7- Trong giờ nghỉ tu sĩ và cư sĩ có thể nằm nghỉ hoặc đi tản bộ quanh thất của mình, không làm động đến người khác, đó là hạnh sống MỘT MÌNH.



# ĐIỀU KIỆN NHẬP CHỨNG

- Phải có giấy giới thiệu của Thầy Bổn Sư hoặc của Giáo Hội nếu là tu sĩ, nếu không có giấy giới thiệu như vậy thì chúng tôi quý vị chỉ những người giả danh tu sĩ Phật giáo, TU VIỆN sẽ không chấp nhận. Bởi người tu phải là người chân thật.

- Cư sĩ phải có giấy của cha mẹ bằng lòng cho phép đi tu thì TU VIỆN mới chấp nhận cho vào tu học. Còn không có giấy của cha mẹ gửi gắm thì TU VIỆN mời trở về gia đình.

- Cư sĩ có gia đình phải có giấy thuận của vợ hay chồng cho đi tu thì TU VIỆN mới chấp nhận cho ở tu tập.

- Ngoài những giấy tờ trên tu sĩ hay cư sĩ phải có giấy chánh quyền địa phương xác nhận không có tiền án tiền sự thì TU VIỆN mới chấp nhận cho vào ở tu hành.

- Khi vào tu tập ở TU VIỆN thì không được đi đây, đi đó nữa mà phải bền chí ở

trong thất một bóng một hình cho đến khi  
nào chúng đạo mới được ra thất.





# ĐIỀU KIỆN XUẤT CHỨNG

Điều kiện xuất chứng ra khỏi tu viện gồm có những điều như sau:

1- Tu sĩ và cư sĩ nào không theo nổi chương trình tu học được xin về trụ xứ của mình bằng cách xin phép Ban Quản lý TU VIỆN.

2- Đến Tu Viện tu học nhiều năm thường ốm đau bệnh tật liên miên không có nội lực để đẩy lui bệnh tật hoặc những người thường bị đau yếu, bệnh hoạn không đủ năng lực theo tu thì có thể xin Thầy hay tự Thầy cho mình về nơi thường trú riêng để tu tập trở lại cho có căn bản rồi sau mới xin vào TU VIỆN.

**HẾT**



## MỤC LỤC

Lời nói đầu	5
<b>Sáu sự hòa hợp</b>	<b>29</b>
Tóm lược sáu sự hòa hợp	31
Thân hòa đồng trụ	35
Khẩu hòa vô tranh	40
Ý hòa đồng duyệt	43
Giới hòa đồng tu	45
Kiến hòa đồng giải	48
Lợi hòa đồng quân	50
<b>Mười giới căn bản</b>	<b>55</b>
Không nên sát sanh	60
Không nên lấy của không cho	63
Không nên tà dâm, dâm dục	66
Không nên nói dối	73
Không nên uống rượu	76
Không nên trang điểm	79
Không nên ca hát	82
Không nên nằm giường cao	85
Không nên ăn uống phi thời	89

Không nên cất giữ tiền bạc	91
Hình thức kỷ luật	94
<b>Những điều cần biết thêm</b>	<b>97</b>
Khi có người thân đến thăm	99
Không nên nói chuyện	102
Thư từ sách vở	104
Để thực hiện đời sống đơn giản	106
Các vấn đề liên quan đến điện nước	108
Xấu hổ trong các lỗi nhỏ nhặt	110
Ngày ăn một bữa	112
Thời khóa biểu	113
Lao tác và nghỉ ngơi	116
Điều kiện nhập chúng	119
Điều kiện xuất chúng	121
Mục lục	123

# GIỚI THIỆU SÁCH

Sách của Trưởng Lão Thích Thông Lạc chỉ tặng, không bán. Xin các bạn tìm đọc:

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. Dẫn đàn Chơn Như (tức Giáo án tu tập cho người cư sĩ vì chánh Phật pháp) (Tập I - VII).
11. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đức Hiếu Sinh (Tập I, II, III).
12. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đức Ly Tham (Tập I...).
13. Giáo án rèn nhân cách lớp Ngũ Giới: Đạo Đức Gia Đình (Tập I...).
14. Mười Đức Thánh Sa Di (Tập I, II).

15. Giới đức Thánh Tăng, Thánh Ni.
16. Định niệm hơi thở.
17. Phật giáo có đường lối riêng biệt.
18. Pháp môn niệm Phật tứ bất hoại tịnh
19. Nghi thức thọ trai.
20. Những lời tâm huyết...
21. Mười hai cửa vào đạo (2009).
22. Tạo duyên giáo hóa chúng sinh (mới 2009).
23. Lòng yêu thương (2009).
24. Linh hồn không có (2010 quý I).
25. Muốn chứng đạo phải tu pháp môn nào? (2010 - 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
31. Thanh qui Tu viện Chơn Như

Trang mạng toàn cầu của các phật tử có  
đăng tải sách của Trưởng Lão Thích Thông  
Lạc:

<http://www.chonnhu.net>

<http://www.chonlac.org>

Ước mong mọi người sẽ cùng nhau sống  
không làm khổ mình, khổ người và khổ chúng  
sinh.

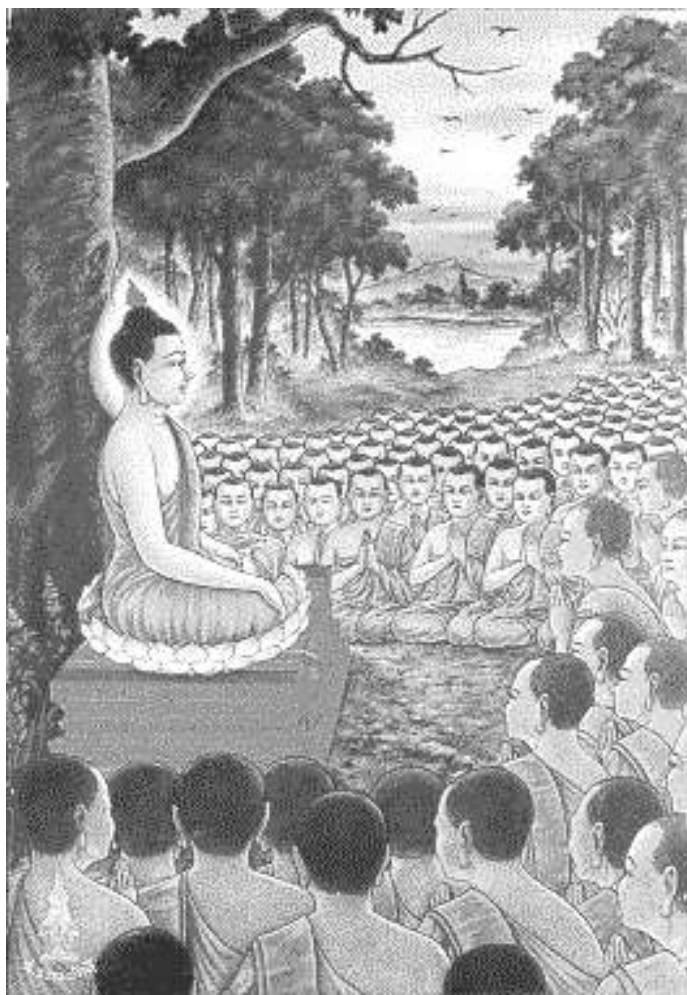
**PHẬT TỬ XIN ẤN TỐNG KINH**  
**“THANH QUI TU VIỆN CHƠN NHƯ”**

**THÍCH THANH ĐỨC**  
**THÍCH LIÊN NHÂN**  
**CÔNG TY CỔ PHẦN AN PHƯỚC**  
**HÀ NỘI**





**1250 VỊ TỶ KHEO ĐANG LẮNG NGHE  
PHẬT THUYẾT PHÁP**





# THANH QUI TU VIỆN CHƠN NHƯ

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/08-199/TG

In xong và nộp lưu chiểu Quý IV năm 2010