

GIỚI ĐỨC LÀM NGƯỜI Tập 1

Thay lời tựa

CHƯƠNG 1: Ăn mặc phải tề chỉnh

Giới thứ nhất
Giới thứ hai
Giới thứ ba
Giới thứ tư
Giới thứ năm
Giới thứ sáu

CHƯƠNG 2: Đi vào làng phải nghiêm trang.

Giới thứ bảy
Giới thứ tám
Giới thứ chín
Giới thứ mười
Giới thứ mười hai
Giới thứ mười ba
Giới thứ mười bốn
Giới thứ mười lăm
Giới thứ mười sáu
Giới thứ mười bảy

CHƯƠNG 3: Ngồi, đứng phải đúng cách

Giới thứ mười tám
Giới thứ mười chín
Giới thứ hai mươi
Giới thứ hai mươi mốt
Giới thứ hai mươi hai
Giới thứ hai mươi ba
Giới thứ hai mươi bốn
Giới thứ hai mươi lăm

CHƯƠNG 4: Ăn uống phải trang nghiêm tề chỉnh

Giới thứ hai mươi sáu
Giới thứ hai mươi bảy
Giới thứ hai mươi tám
Giới thứ hai mươi chín
Giới thứ ba mươi
Giới thứ ba mươi mốt
Giới thứ ba mươi hai
Giới thứ ba mươi ba
Giới thứ ba mươi bốn
Giới thứ ba mươi lăm
Giới thứ ba mươi sáu
Giới thứ ba mươi bảy
Giới thứ ba mươi tám
Giới thứ ba mươi chín
Giới thứ bốn mươi
Giới thứ bốn mươi mốt
Giới thứ bốn mươi hai
Giới thứ bốn mươi ba
Giới thứ bốn mươi bốn
Giới thứ bốn mươi năm

Giới thứ bốn mươi sáu
Giới thứ bốn mươi bảy
Giới thứ bốn mươi tám

CHƯƠNG 5: Đại tiểu tiện phải đúng cách.

Giới thứ bốn mươi chín
Giới thứ năm mươi
Giới thứ năm mươi một
Giới thứ năm mươi hai
Giới thứ bảy mươi lăm
Giới thứ bảy mươi sáu

CHƯƠNG 6: Thuyết pháp đúng đối tượng.

Giới thứ năm mươi hai
Giới thứ năm mươi ba
Giới thứ năm mươi bốn
Giới thứ năm mươi lăm
Giới thứ năm mươi sáu
Giới thứ năm mươi bảy
Giới thứ năm mươi tám

Thay lời tựa

Một trăm giới chúng học nghĩa là gì? Một trăm giới chúng học có tên là Thức Xoa Ca La Ni, cũng có chỗ gọi Thi Xoa Kế Loại Ni, nghĩa là cần nên học.

Một trăm giới chúng học này còn gọi là giới thủ (giới giữ gìn oai nghi tế hạnh), tội nó rất nhẹ và vi tế, giữ gìn rất khó nên cần phải học cho kỹ, và phải cố gắng giữ gìn hết sức, mới giữ được, nó là hành động đạo đức của con người. Nếu ai giữ trọn nó, người ấy là người có đạo đức xứng đáng làm người, làm đệ tử Phật.

Tội nó phạm không nặng, nên các vị tỷ kheo xem thường, phần nhiều không chịu để tâm học cho kỹ và quán xét oai nghi tế hạnh đạo đức của mình xem có phạm một trong những giới luật này hay không?

Như trên đã nói giới luật này khó giữ, tội thì nhẹ, thoảng như có phạm, tâm phải ăn năn, gắng nhớ mà học, không được để cho phạm nữa, vì vi phạm giới này làm mất oai nghi tế hạnh tức là đức hạnh làm người, làm một vị tỷ kheo. Làm người mà đức hạnh không có, thì làm sao gọi là làm người; làm người không xứng đáng làm người thì làm sao xứng đáng là vị tỷ kheo đệ tử của Đức Phật cho được.

Nếu ai thấy vị tỷ kheo nào phạm tội này, không nên kết tội mà chỉ khuyên răn, cần nên học kỹ lại một trăm giới này, để thực hiện đạo đức làm người cho trọn vẹn.

Một trăm giới chúng học này không nói rõ tên tội, nhưng phạm là do sự cố tâm hoặc là vô tâm. Cố tâm thì phạm tội Đột cát la, phi oai nghi (thiếu đạo đức) tức là mất oai nghi tế hạnh của vị tỷ kheo (vị tỷ kheo không có đạo đức), phải sám hối, trước đại chúng để chữa bỏ, không còn tái phạm lại, còn nếu không cố tâm thì phạm tội Đột các la tron, thì khỏi phải sám hối trước chúng, nhưng phải biết tự trách mình và cố gắng khắc phục không còn tái phạm nữa thì mới hết tội.

Một trăm giới chúng học này là đạo đức làm người, là oai nghi tế hạnh của một vị tỷ kheo, là hành động giới hạnh của người tu sĩ đệ tử của Phật. Vì thế, giới luật này được Đức Phật chế ra dạy chúng tỷ kheo lần đầu tiên trước khi hoàn thành bộ giới luật. Nếu chúng tỷ kheo có

đầy đủ oai nghi tế hạnh, mới xứng đáng là đệ tử của mình và mới trở thành là những bậc danh tăng, thực đức, chân tu giải thoát của Đạo Phật.

Sau này các Tổ biên soạn Luật Tạng, đặt một trăm giới chúng học này ra sau. Đây là lỗi thứ nhất của các Tổ viết, soạn về Luật Tạng đầu tiên của Phật, các Ngài đã tự ý làm sai ý Phật, giới luật trước dời ra sau, giới luật sau dời ra trước, làm theo ý của các Tổ mà không thấy ý Phật dạy: đạo đức làm người đi trước rồi mới thực hiện đạo đức làm bậc Thánh Tăng. Các Tổ lấy giới trọng để trước, giới khinh để sau. Một trăm giới chúng học này, đối với năm thiên giới luật kia thì nó tội nhẹ hơn nên đặt nó ở sau. Căn cứ vào tội nặng nhẹ và luận như vậy, nên các Tổ đã xem thường một trăm giới luật này. Vì thế, dựa theo ý của các Tổ xưa mà những vị Tỳ Kheo Tăng và Tỳ Kheo Ni sau này đều vi phạm và cũng ít có ai học tập về giới luật này; nếu có học những giới này cũng chỉ học cho biết mà thôi.

Nhưng phải hiểu ý Phật. Một trăm giới này rất quan trọng và căn bản cho người mới tu về đạo đức làm người và đạo đức làm Thánh Nhân. Những giới luật này rất cần thiết về việc xả tâm vô lậu để đạt đến sự cứu cánh giải thoát hoàn toàn trong đường lối tu tập của Đạo Phật.

Một trăm giới chúng học này kết tội không nặng như trên đã dạy, nhưng phải biết nó rất quan trọng cho người tu sĩ cũng như người cư sĩ Lập đức hạnh không làm khổ mình khổ người để đem lại một đời sống thanh thân an lạc cho nhau trên quả đất này. Một vị tỳ kheo thiếu oai nghi tế hạnh của một trăm giới luật này thì được xem là tà sư, ngoại đạo, không phải là đệ tử của Phật, chỉ là đệ tử của Ma.

Những hành động một trăm giới luật này là những hành động của con người có đạo đức và của các bậc Thánh Tăng, chứ không phải những hành động của kẻ phạm phu tục tử. Tuy tội nó không nặng, giữ gìn rất khó, nhưng nó rất quan trọng cho sự tu tập nhập Bốn Thánh Định và thực hiện Tam Minh.

Biết thế nên Phật đã chế ra và dạy cho chúng tỳ kheo trước tiên, như trên đã nói. Nhưng các Tổ không hiểu, cho nó là tội nhẹ không quan trọng và xem thường; vì thế, đây là một lầm lỗi rất lớn của các Tổ, làm cho người đời sau mất đường lối tu hành giải thoát. Cho nên tu sĩ đời sau đều mất oai nghi tế hạnh, không còn giữ đạo đức đúng cách như các bậc Thánh Tăng trong thời Đức Phật còn tại thế.

Một trăm giới chúng học này, nếu một vị Tỳ Kheo Tăng hay Tỳ Kheo Ni xem thường nó, vi phạm thì oai nghi tế hạnh và đạo đức của một người tu sĩ sẽ không còn nữa. Đi, đứng, nằm, ngồi, mặc y, mang bát, vào làng khát thực, ăn, uống, nói, nín, làm tất cả các hành động, v.v... nếu thiếu đạo đức thì những Tăng hay Ni này thường làm trò cười cho những người hiểu biết đạo đức và tạo cơ hội cho họ khinh khi, chê bai Phật Giáo.

Trong một trăm giới chúng học này, nếu các vị tỳ kheo không giữ gìn nghiêm chỉnh, thì oai nghi tế hạnh thô tháo, mọi người nhìn vào sẽ dễ nhận thấy hành động của họ thiếu đức hạnh của một tu sĩ Đạo Phật, nên nhiều người đánh giá trị thấp Đạo Phật và khinh chê Đạo Phật không có đạo đức và thiếu tổ chức; nhất là giới trí thức, người không tôn giáo và các tôn giáo khác, họ không thật sự kính trọng giới tu sĩ Phật Giáo, mà chỉ xã giao ngoài mặt mà thôi.

Bởi vậy, đã không đi tu theo Đạo Phật thì thôi, nếu đã đi tu thì phải hết sức thận trọng, phải giữ gìn một trăm giới chúng học này, để làm sáng tỏ đạo đức của người tu sĩ Phật Giáo. Một trăm giới chúng học này giúp cho tu sĩ Tăng ra Tăng, Ni ra Ni, cư sĩ ra cư sĩ; không tạo ấn tượng Tăng, Ni lẫn lộn như người thế tục, ngăn ngừa mọi sự bừa bãi, thiếu đức hạnh của người tu, khiến chư Tăng, Ni dần dần biến thành trùng trong lòng sư tử, thành Ma Vương và thành tà sư, ngoại đạo, v.v...

Phật Giáo ngày nay, không những ở Việt Nam, mà ở các nước khắp năm châu bốn biển, đạo đức và oai nghi tế hạnh của các vị tỳ kheo tăng và tỳ kheo ni đang trên đà xuống dốc và sa đọa. Giới luật không còn được giữ gìn nghiêm chỉnh; giới trọng và giới khinh đều vi phạm; phân đông, hay gần như hầu hết các tu sĩ, thầy lớn, thầy nhỏ, không có thầy nào không vi phạm. Các thầy cứ tưởng mình đang ly dục lạc và ly ác pháp, nhưng nào ngờ lại chạy theo

dục lạc và còn đang đắm chìm, say mê trong dục lạc triền miên mà không biết. Cứ luôn luôn lý luận theo kiểu kinh sách Đại Thừa và Thiên Đông Độ để che đậy tội lỗi của mình và lừa đảo tín đồ cũng như những người khác.

Vì thế, những người đứng ngoài vòng Phật Giáo đã thấy Phật Pháp suy đồi đến đổi thậm tệ, như dòng nước thác đổ xuống, không sao ngăn lại được. Tu sĩ Đạo Phật ngày nay không còn biết xấu hổ, ngang nhiên ăn thịt chúng sanh và uống rượu giữa đám đông người, xem như không có giới luật nữa. Tu sĩ Phật Giáo hiện giờ đang bị thể tục hóa, dần dần mất bản chất tôn giáo, chỉ còn lại hình thức đầu tròn và chiếc áo cà sa.

Các vị tỳ kheo ngày nay đua nhau dịch kinh, viết sách, tưởng giải ra viết quá nhiều, làm sai lệch giáo pháp của Đức Phật. Có kẻ dám cắt xén lời Phật dạy, cũng có kẻ dám thêm thắt theo ý của mình vào, thậm chí lại có kẻ dám lấy sự mê tín dân gian biến thành giáo pháp của Phật để kinh doanh làm giàu trên mồ hôi nước mắt của kẻ khác, rất là ác độc làm mất ý nghĩa giáo pháp giải thoát của Đạo Phật.

Đây, mời quý vị đọc bài kệ 4 câu của Đức Phật:

**Thiên thượng, thiên hạ,
Duy ngã độc tôn,
Nhất thiết thế gian,
Sanh, lão, bệnh, tử.**

Các Tổ đã cắt bỏ bớt hai câu sau để biểu dương tinh thần chống lại Phật Giáo mà vẫn lớn tiếng mạo nhận Đức Phật đã dạy.

Bỏ hai câu cuối, lấy hai câu đầu, để chỉ cho Phật tánh, làm sai lệch nghĩa lý bài kệ của Đức Phật, mà còn phản lại tông chỉ đường lối tu hành của Phật Giáo.

Bài kệ của Đức Phật là để xác định sự tu hành của Ngài, khi đã hoàn thành con đường giải thoát làm chủ bốn sự đau khổ của kiếp người: sanh, già, bệnh, chết.

Các Tổ còn cả gan viết kinh Tâm kinh bát nhã với câu kinh Vô khổ, tập, diệt, đạo nhằm bài bác chơn lý khổ, tập, diệt, đạo của Đạo Phật. Một chơn lý bất di bất dịch, triển khai từ khi Đạo Phật ra đời, đến giờ, với thời gian và không gian nhiều thay đổi, nhưng chơn lý này không hề thay đổi, dù các Tổ muốn xóa bỏ nó, nhưng nó là chơn lý chỉ rõ kiếp sống của con người thật sự khổ là như vậy. Với ý đồ tiêu diệt Phật Giáo, các Tổ đã truyền dạy khóa nhật tụng hằng ngày trong các chùa, không lúc nào mà không tụng niệm câu này Vô khổ, tập, diệt, đạo. Nhưng làm sao phá được, mãi đến giờ nó vẫn là chơn lý. Đó là một trong những điều các Tổ đã làm tội lỗi đối với Đạo Phật và với tín đồ Phật Giáo.

Gần đây có các bậc tôn túc đã giảng sai kinh sách phát triển Phật Giáo Đại Thừa như: giảng Bát Nhã Tâm Kinh, với câu Viên ly điên đảo, mộng tưởng, cứu kính, niết bàn. Thay vì nghĩa của kinh này dạy là viên ly bốn điều kiện:

- 1- **Điên đảo.**
- 2- **Mộng tưởng.**
- 3- **Cứu kính.**
- 4- **Niết bàn.**

Nhà học giả lại giảng chỉ viên ly điên đảo, mộng tưởng để đạt được cứu kính và niết bàn. Giảng như vậy không đúng nghĩa của Bát Nhã Tâm Kinh.

Gần đây nhất, cuối thế kỷ thứ hai mươi, có một vị học giả, luận về Bốn Thánh Định của Phật đã dám thêm bớt lời Phật dạy Sơ thiền lìa ngũ dục được hỷ lạc, câu này vị học giả tự đặt ra chứ trong kinh không có dạy như vậy. Kinh dạy: Ly dục ly ác pháp nhập Sơ Thiền, do ly dục sanh hỷ lạc có tầm có tứ.

Ngũ dục và dục có nghĩa không giống nhau. Ngũ dục là đối tượng của tâm dục, còn Dục trong kinh Phật dạy là lòng ham muốn tâm dục của con người. Trong Tứ Diệu Thánh Đế Đức Phật đã xác định Dục là nguyên nhân sanh ra muôn thứ khổ.

Nhà học giả thêm vào chữ Ngũ đã làm mất ý nghĩa của kinh Phật, chứng tỏ nhà học giả chưa hiểu về Bốn Thiên của Đạo Phật. Trong kinh Phật dạy: ly dục chớ không phải ly ngũ dục, tức là nhà học giả bịa ra, dạy như vậy làm sai lệch ý kinh của Phật, do đó người đời sau tu hành chẳng đến nơi đến chốn, vì hiểu sai, nên tu sai.

Kinh A-Hàm là kinh Nguyên Thủy nằm trong Hán tạng của Đại Thừa Phật Giáo, nên các Tổ soạn dịch thêm bớt rất nhiều và nhất là bộ kinh Tăng Nhất A Hàm, một bộ kinh làm gạch nối giữa kinh Nguyên Thủy và kinh Phát Triển, để dim giáo lý Phật Giáo Nguyên Thủy xuống hàng Tiểu Thừa, khiến cho người đời sau đọc kinh sách này xem thường và cho là kinh sách ngoại đạo nên không bao giờ tu hành theo đó.

Ví dụ: ăn là một dục lạc trong ngũ dục lạc. Sắc, danh, lợi, thực, thù là năm thứ dục lạc. Người đang ăn cảm thấy có dục hỷ lạc, nên thích ăn, nếu không có dục hỷ lạc thì họ không thích ăn. Vậy một tu sĩ ly dục ăn, chỉ ăn ngày một bữa để sống, thì đâu có hỷ dục lạc bằng người ăn ba bữa phải không?

Chắc hẳn là không có rồi. Nhà học giả nói: lìa ngũ dục được hỷ lạc. Vậy thực tế mà nói, ăn ngày một bữa không có hỷ lạc, chỉ có nỗi khổ trong tâm của mình mà thôi, vì muốn ăn mà không dám ăn, vì muốn ngủ mà không dám ngủ, vì thấy sắc đẹp phụ nữ muốn nhìn mà không dám nhìn, vì muốn danh mà không dám nhận danh, vì muốn lợi mà không dám nhận lợi. Đó là nỗi khổ của tâm ham muốn của người ly ngũ dục. Ly ngũ dục tức làm khổ tâm mình; làm khổ tâm mình đó là một điều không ai chối cãi được, một bằng chứng hiển nhiên. Vậy mà nhà học giả dạy: ly ngũ dục được hỷ lạc, là được hỷ lạc chỗ nào?

Kế tiếp, nhà học giả cắt và bỏ mất Ly ác pháp trong câu kinh Phật để làm mất ý nghĩa lời Phật dạy. Ác pháp tức là tâm tham, sân, si. Trong kinh dạy: Tâm lìa ác pháp tức là tâm lìa tham, sân, si; tâm lìa tham, sân, si tức là tâm nhập Sơ Thiên. Sơ Thiên do tâm ly dục nên sanh hỷ lạc. Dục là lòng ham muốn mà lìa lòng ham muốn và tham, sân, si thì người ấy có giải thoát không? Có hạnh phúc không? Có hỷ lạc không? Xin quý vị cứ thành thật mà trả lời, đúng thì nói đúng, sai thì nói sai, đừng thiên vị nhà học giả cũng đừng thiên vị tôi. Thế mà, ở đây, nhập Bốn Thiên nhà học giả nói không giải thoát, thì quý vị nghĩ sao? Có đúng không? Chỉ có nhập Sơ Thiên mà tôi đã thấy giải thoát nơi tâm hồn của mình một cách rất cụ thể và rõ ràng, huống là nhập luôn cả Bốn Thiên thì phải nói làm chủ sanh, già, bệnh, chết một cách dễ dàng. Còn như nhập được Sơ Thiên thì chỉ làm chủ được tâm mà thôi.

Thưa quý vị, trong kinh Tứ Thánh Đế Phật dạy: Dục là nguyên nhân sanh ra muôn thứ khổ của loài người, nên gọi là Tập Đế, Tập Đế là nơi tập trung các thứ khổ. Nhưng khi đã ly được tâm dục đó thì nỗi khổ của con người đã thoát chưa?

Chính Diệt Đế là diệt hết tâm ái dục, tức là diệt hết dục; diệt hết dục tức là Niết Bàn. Vậy Niết Bàn có giải thoát không? Đã nói Niết Bàn mà không giải thoát sao?

Vì thế, trong kinh điển Nguyên Thủy Phật dạy rất rõ ràng: Sơ Thiên chỉ có ly dục ly ác pháp. Nếu ai thực hành tu tập được như vậy thì chắc chắn phải có giải thoát. Đối với Đạo Phật đâu cần phải tu nhiều, chỉ cần tu tập nhập được Sơ Thiên thì hành giả cũng thấy được tâm hồn giải thoát rõ ràng và cụ thể. Cho nên Đức Phật đã dạy: Pháp của Ta đến để mà thấy, không có thời gian. Thế mà, nhà học giả bảo rằng: Đức Phật tu một thời liền chứng được Bốn Thiên, xét lại kết quả chưa giải đáp được ba nghi vấn ồm ập đã lâu.

Thưa quý vị! Bốn loại thiên này là loại thiên gì đây? Nhà học giả nói rằng: Ngài A La Ra Ka La Ma đã dạy Đức Phật tu nhập được bốn thiên này mà không thấy giải thoát nên Đức Phật

bỏ. Lời giảng này tôi không tìm thấy có ghi chép chỗ nào trong các bộ kinh A Hàm và kinh Nguyên Thủy Nikaya.

Trong kinh điển Nguyên Thủy Phật dạy rất rõ về Bốn loại thiền định này; chúng còn có những tên gọi khác nhau là: Tứ Thánh Định, Định Lực, Thánh Trú, Phạm Trú, Như Lai Trú, v.v...

Trong kinh A Hàm và kinh Nikaya Ngài Alara Kalama dạy Đức Phật tu và nhập được Vô Sở Hữu Xứ Định, và Ngài Uddaya Ramaputta dạy Đức Phật nhập Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định. Khi nhập xong hai thứ định này, Đức Phật xét lại tâm mình không thấy có sự giải thoát, nên lia bỏ hai vị thầy đã tận tình dạy bảo mình. Hai vị thầy này không có dạy Đức Phật nhập Bốn Thiền Hữu Sắc và cũng không có dạy nhập Không Vô Biên Xứ Định, Thức Vô Biên Xứ Định, nhưng các nhà học giả đã lầm tưởng khi đã nhập được Vô Sở Hữu Xứ Định và Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định thì phải nhập được bốn Thiền Hữu Sắc và Không Vô Biên Xứ, Thức Vô Biên Xứ Định.

Các nhà học giả hiểu như vậy là không đúng, tức là các nhà học giả chưa bao giờ biết nhập định là như thế nào. Đó là nói theo kiểu dốt. Mỗi thứ thiền đều có sự nhập khác nhau. Cho nên trong Tứ Như Ý Túc, Đức Phật đã xác định rõ ràng: Định Như Ý Túc, nghĩa là muốn nhập định nào thì nhập ngay định ấy, chớ không phải nhập từ định thấp rồi đến định cao hơn.

Vì vậy, khi nhập Nhị Thiền không phải ở trạng thái Sơ Thiền mà nhập lên Nhị Thiền được, phải xả Sơ Thiền rồi mới nhập Nhị Thiền; xả Nhị Thiền rồi mới nhập Tam Thiền; xả Tam Thiền rồi mới nhập Tứ Thiền; xả Tứ Thiền rồi mới nhập Không Vô Biên Xứ; xả Không Vô Biên Xứ rồi mới nhập Thức Vô Biên Xứ; xả Thức Vô Biên Xứ rồi mới nhập Vô Sở Hữu Xứ; xả Vô Sở Hữu Xứ rồi mới nhập Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ. Đó là sự nhập định tuần tự ở trong kinh, chớ không phải dạy nhập định như lời giảng trên vậy. Các nhà học giả không có thực hành nên không hiểu rõ, tưởng phải nhập định tuần tự như vậy theo kiểu học trò lên từng lớp một.

Người có kinh nghiệm thiền định, tức là người đã nhập được các loại thiền định thì biết cách nhập định rất rõ và dạy người nhập thiền định dễ dàng không có khó khăn, nhưng người đệ tử phải làm đúng theo lời dạy.

Ví dụ: hành giả muốn nhập ngay Tứ Thiền, thì không cần phải dạy nhập Nhị Thiền, Tam Thiền rồi mới dạy nhập Tứ Thiền, chỉ cần hành giả sống đúng giới luật, thiếu dục tri túc, ba y một bát, hoàn toàn giữ hạnh Độc Cư và hướng tâm tịnh chỉ hơi thở là nhập ngay liền Tứ Thiền. Muốn nhập loại thiền nào thì chỉ cần hướng tâm tịnh chỉ ngay thiền định đó.

Như vậy rõ ràng Đức Phật nhập Vô Sở Hữu Xứ và Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định thì không có tu tập nhập Tứ Thánh Định, nên không thể nào nhập Tứ Thánh Định được. Bài kinh Saccaka đã xác định rất rõ ràng, xin quý vị đọc lại bài kinh đó. Tứ Thánh Định thuộc về thiền hữu sắc, còn bốn định tưởng thuộc về thiền vô sắc (thiền tưởng), nên hai loại thiền định này cách thức tu tập khác nhau, chứ không phải như các Tổ đã nghĩ: Nhập Bốn thiền hữu sắc rồi mới nhập đến Bốn định vô sắc. Hiểu như vậy không đúng, tức là đọc qua kinh sách của các Tổ thì chúng ta biết các Tổ không có kinh nghiệm về thiền định. Trong bài kinh Tiểu Không thuộc kinh Trung Bộ Nikaya, Phật dạy nhập Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định không có giải thoát, phải nhập vào Vô Tướng Tâm Định thì dục lậu, hữu lậu và vô minh lậu mới diệt sạch, lúc bấy giờ mới có sự giải thoát thật sự.

Vô Tướng Tâm Định là một tên khác của Sơ Thiền, tức là ly dục ly ác pháp, mà đã ly dục ly ác pháp thì tâm bất động. Tâm bất động tức là Bất Động Tâm Định; Bất Động Tâm Định tức là Vô Tướng Tâm Định. Như vậy dù có nhập Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ Định thì cũng phải nhập lại Sơ Thiền.

Theo như lời dạy của vị học giả ở trên, thì không biết vị học giả đã tìm những lời dạy này ở đâu ra, nếu không có trong kinh sách, mà vì một danh dự riêng tư, bịa đặt ra lời dạy ấy, làm lệch ý nghĩa Giáo Pháp chơn chánh của Đức Phật thì rất tội cho Phật Giáo.

Trong kinh sách Nguyên Thủy Nikaya, Đức Phật đã xác định rất rõ ràng:

- 1- Sơ Thiền thì tâm được giải thoát vì đã ly dục ly bất thiện pháp.
- 2- Nhị Thiền thì khép kín sáu thức nên tâm tứ tịnh chỉ, tức là sáu thức ngưng hoạt động, tâm hoàn toàn nhập định.
- 3- Tam Thiền đóng kín tướng thức nên các loại hỷ tướng đều xả (gọi là ly hỷ trú xả), tức là xả mộng (hết chiêm bao).
- 4- Tứ Thiền tịnh chỉ hơi thở làm chủ sự sống chết, tức là xả lạc, xả khổ, xả niệm thanh tịnh, tức là tâm định trên thân, thân định trên tâm.

Xét trong bốn thiền định này, chúng ta thấy rất rõ ràng, tương ứng với bốn câu kệ của Đức Phật:

**Trên trời dưới trời
Ta người duy nhất
Khắp trong thế gian
Vượt ra sanh, già, bệnh, chết.**

Mỗi loại thiền định này chỉ định sự làm chủ của bốn sự khổ của kiếp người như :

- 1- Sơ Thiền làm chủ cuộc sống (sanh), thuộc về tâm.
- 2- Nhị Thiền làm chủ sự vô thường (già), thuộc về thân.
- 3- Tam Thiền làm chủ tướng (bệnh), thuộc về thọ.
- 4- Tứ Thiền làm chủ hơi thở (tử) thuộc về pháp.

Qua kinh nghiệm tu hành của tôi, xét thấy nhà học giả xác định bốn thiền tu hành không giải thoát là sai, không đúng lời dạy trong kinh Nguyên Thủy Nikaya.

Những bậc tôn túc, Hòa Thượng, Thượng Tọa có cấp bằng tiến sĩ Phật học, nhưng không có thực hành tu tập đến nơi đến chốn, nên dịch sai nghĩa kinh, thường soạn, viết, luận, giảng làm lệch nghĩa lý giáo pháp của Phật.

Những bậc Thầy Tổ có trình độ học thức cao đã được truyền thừa cho nhau những kiến giải lệch lạc, nên đã chịu ảnh hưởng những sai lầm đó về giáo lý của Đạo Phật. Còn bây giờ những người mới học lem nhem mà dám dịch, viết kinh sách Phật, họ xem địa ngục như không có.

Trong Kinh Giới, Đức Phật đã dạy: Kẻ nào đã làm lệch hoặc làm sai nghĩa lý kinh, tức là phi báng Phật Pháp, thì phạm tội Ba Dật Đề, tội đọa địa ngục.

Cho nên, các Hòa Thượng, Thượng Tọa, Đại Đức Tăng, Ni phải cảnh giác, coi chừng khi dịch, viết, giảng kinh điển Phật, đừng làm lệch sai nghĩa lý của Phật dạy. Nếu làm sai lệch nghĩa lý của Phật, thì quý vị phải gánh chịu hậu quả địa ngục mà không thể trốn đâu khỏi.

Những gương các bậc tôn túc Hòa Thượng, Thượng Tọa, trước khi chết một hai năm phải chịu hành hạ xác thân, những bệnh khổ tột cùng, ỉa đái một chỗ, ăn uống phải có người đút giống như trẻ con, đau nhức và hôn mê bất tỉnh, tay chân run rẩy, chịu hồi chịu thúی chính của mình. Đó không phải là các Ngài đang sống trong cảnh địa ngục sao? Mà quý vị Phật tử ai cũng biết những vị Hòa Thượng này đều là những bậc cao Tăng trong Giáo Hội Phật Giáo, tên tuổi đều lừng danh trong tín đồ.

Thầy Tổ cất xén, thêm bớt làm lệch nghĩa lý kinh, để gây tạo uy tín đường lối dạy đạo của mình, hòng để thỏa thích danh lợi thế gian. Thế mà hầu hết mọi người không để ý xem những lời dạy của các Tổ có những cái sai, cái đúng với Phật Pháp, chỉ biết nhắm mắt tin theo Thầy Tổ của mình. Đừng bảo rằng: Xưa bầy nay làm hay là Tổ Tổ truyền nhau không được làm sai, đó là những sự ngu si và u mê. Ví dụ: khi ông cha của chúng ta đã làm nghề ăn trộm, ăn cướp, giết người hoặc lường gạt người khác mà bây giờ chúng ta là con cháu vẫn làm theo những nghề nghiệp gian ác đó sao? Không biết là sai, nên vẫn làm những điều tội

ác của người xưa đã làm, khi họ bịa đặt ra pháp này pháp kia, thế giới này, thế giới khác, tu chứng cái này, tu chứng cái kia, để lừa đảo lường gạt mọi người còn lạc hậu, mê tín chưa đủ trí tuệ thông minh quán xét vạn pháp trong thế gian. Bây giờ chúng ta đã biết rất rõ những điều tội lỗi đó mà chúng ta còn nỡ tâm lừa đảo lường gạt người khác nữa sao?

Vả lại, trong thời này (năm 1998), ít có người tu chứng pháp của Phật, nên khó có ai hiểu rõ nghĩa lý Phật dạy như thế nào, và vì thế mà các nhà học giả cứ việc soạn, viết, dịch và giảng, theo sự hiểu biết nông cạn của mình và giẫm lại lối mòn lầm lạc của người xưa. Họ nói bậy nói bạ, miễn luận có lý, là người ta tin theo. Tin theo như vậy tức là tin mù quán, tin trong ngu si, u tối.

Bởi thế, tu sĩ Đạo Phật hiện giờ đã giết chết Đạo Phật mà họ tưởng là cái cách Đạo Phật (phái tân tăng ở Nhật Bản, Thiên Tông, Tịnh Độ Tông, Mật Tông, Pháp Hoa Tông).

Tịnh Độ Tông đã biến Phật Giáo thành Thần Giáo; vị tỷ kheo có vợ con như một người cư sĩ Bà La Môn; họ sống làm mọi nghề như người thế tục, ăn thịt, uống rượu say sưa, nằm đường, ngủ bụi, ăn quán, ngồi lều, đựng đầu gối đó, chẳng có chút hổ thẹn lại còn được Giáo Hội tấn phong Hòa Thượng, Thượng Tọa, v.v... nhìn cảnh tượng này thấy đau lòng cho Phật Giáo.

Tịnh Độ Tông đã biến Phật Giáo thành một tôn giáo mê tín, chuyên cúng bái tụng niệm, cầu siêu, cầu an, lên đồng, nhập xác, xưng ông này, bà kia, Phật, Tổ, Quan Thánh Đế Quân, v.v... thường đốt tiền vàng mã, quần áo kho đụn, và còn làm nhiều điều mê tín dị đoan khác nữa.

Tịnh Độ Tông xây dựng một thế giới siêu hình có cõi Cực Lạc Tây Phương, làm mất ý nghĩa chân thật của Đạo Phật. Phật Giáo xây dựng một cảnh giới Niết Bàn cụ thể và thực tế, không có trừu tượng, mơ hồ như cõi Cực Lạc Tây Phương. Cho nên trong Bốn Thánh Đế, Diệt đế là cảnh giới Niết Bàn của chư Phật, diệt đế tức là diệt cái nguyên nhân sanh ra muôn thứ đau khổ của con người. Cảnh giới Niết Bàn là một trạng thái tâm hồn không có tâm ham muốn và ác pháp đau khổ, chứ không có cảnh giới siêu hình nào cả ở trên thế gian này.

Vậy mà người sau này bịa đặt ra cảnh giới Cực Lạc Tây Phương, để đưa con người đi đến chỗ mê tín lạc hậu, chuyên cúng bái, cầu khẩn, làm những việc vô ích, hao tài tốn của, chẳng lợi mình, lợi người.

Pháp Hoa Tông đã biến Phật Giáo thành một tôn giáo phi đạo đức, khiến mọi người làm tội ác tà trời mà vẫn có đức Bồ Tát Quan Thế Âm phù hộ. Được xem đây là một giáo phái ngoại đạo đã phá nền đạo đức nhân quả của Đạo Phật tận cùng, khiến cho nền đạo đức của Đạo Phật đã diệt mất, hiện giờ hỏi đến đạo đức của Đạo Phật thì không còn ai biết đến.

Mật Tông biến Phật Giáo thành một tôn giáo linh thiêng, huyền bí, độc ác, chuyên niệm chú, yểm bùa, làm bao nhiêu người tang tóc, mua bùa chuộc chú để làm mê hoặc người khác, có những kẻ nhẹ dạ non lòng ham mê thần thông bắt chánh, bỏ vợ, bỏ con, bỏ cả công ăn việc làm, để đi theo Mật Tông dùng bùa chú làm những điều ác đức, lấy vợ người, cướp tiền cướp bạc kẻ khác, làm những điều tội tề, tội lỗi, tạo biết bao nhiêu tội ác trong thế gian này, chính đều do Mật Tông mà ra cả.

Mật Tông Tây Tạng còn làm nhiều điều thần biến, khiến cho con người trên hành tinh này mê mê; nào là biến hóa tàng hình; nào là để lại nhục thân bất hoại; nào là tái sanh luân hồi nhớ lại tiền kiếp của mình; nào là biết chuyện quá khứ vị lai, v.v...

Nhưng nhìn lại Đạo Phật thì mục đích thật sự không phải vậy. Mục đích thật sự của Đạo Phật là tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ, còn tất cả những vấn đề kia là phụ thuộc, không phải là vấn đề chánh quan trọng hàng đầu của Phật Giáo. Cho nên Đức Phật và các đệ tử của Ngài không ai để lại nhục thân, hoặc thể hiện tái sanh, nhớ lại đời sống đã qua của mình. Tuy rằng Đức Phật và các đệ tử của Ngài đều có thần thông hơn ai hết, nhưng Ngài xem đó là một trò ảo thuật, không có lợi ích thiết thực cho kiếp sống con người.

Thần thông là những trò ảo thuật của tưởng thức mà thiên hạ tưởng là thật, nên sanh tâm ham mê chạy theo tìm nó. Xưa Đức Phật không chấp nhận những trò ảo thuật thần thông này, Ngài cấm những đệ tử của mình không được thực hiện thần thông bừa bãi. Phải nói trong tất cả các thời đại, thời nào người ta cũng đều ham mê thần thông. Cho đến thời đại khoa học hiện giờ người ta vẫn còn lạc hậu đắm mê dù người có trình độ học thức rất cao, nhưng họ vẫn mù mờ không rõ về thần thông, chỉ vì khoa học chưa chứng minh rõ ràng về thần thông, nên người ta còn sống trong nhiều tưởng thức mơ hồ.

Chính nỗi khổ của mỗi con người còn đang mang nặng trong lòng, chưa giải quyết xong sự khắc khoải đau khổ nhất của kiếp làm người, thế mà người ta không lo sợ, lại đi tìm và ham mê cái không ích lợi gì của thần thông để bị Mặt Trời lừa đảo, một cách ngu si và dại dột.

Hiện giờ người ta chú ý thần thông nhiều nhất, nhất là để lại nhục thân (bộ xương khô), được xem người nào để lại bộ xương khô là người đắc thiên định. Thiên định của Đạo Phật không phải vậy, mà chỉ xả tâm dục và ác pháp, nhờ tâm thanh tịnh mới làm chủ sự sống chết, đó là thiên định của Đạo Phật.

Thiền Tông đã biến Phật Giáo thành một tôn giáo hữu ngã qua hai câu kệ của Phật mà các Tổ Thiền Tông đã khéo cất xén:

Thiền thượng, thiên hạ Duy ngã độc tôn

Bài kệ này có bốn câu, Thiền Tông chỉ lấy hai câu đầu, để xây dựng giáo phái Thiền Tông của mình, rồi tự tôn tự đại giáo pháp mình là trên hết, nên gọi là Tối Thượng Thừa, không có một tông phái nào hơn được.

Thiền Tông chấp nhận Phật tánh xây dựng một giáo phái hữu ngã vĩ đại, mà hiện giờ tín đồ Phật Giáo đều chịu ảnh hưởng rất nặng Tâm tức Phật, Phật tức Tâm hay Tất cả chúng sanh đều có Phật Tánh. Những câu kinh này đã ăn sâu vào đầu óc của Phật Tử, chớ họ đâu biết rằng, nếu các pháp trong thế gian này chỉ thường còn một chút xíu, thì con người cũng không thoát khổ được. Bởi vì còn có một chút xíu thì còn có Ngã, mà còn có ngã thì tu hành không giải thoát được và như thế thì Đạo Phật cũng không ra đời, vì có ra đời thì cũng không giải quyết sự khổ đau của con người được. Do đó Đạo Phật gọi là Đạo Vô ngã.

Các đệ tử của Thiền Tông, người nào cũng mang đầy kiến giải và chấp ngã vĩ đại, chẳng bao giờ biết nhường nhịn ai hết, lúc nào cũng tự kiêu, cho tôn giáo của mình là trên hết, Phật Tánh là một pháp môn tuyệt đối nhất trong thế gian này không môn nào hơn được Pháp mà vô pháp. Người lại tông chỉ của Thiền Tông, Đạo Phật là đạo Vô ngã, cho nên những gì đường lối Thiền Tông dạy là không đúng đường lối Phật Giáo dạy. Thiền Tông biến thành một Phật Giáo mới, một Phật Giáo chấp ngã, kiêu căng tự đắc, lúc nào cũng thích tranh luận (nói nhiều), không đúng tánh hạnh trầm lặng, ít nói của một tu sĩ Phật Giáo.

Tánh cách của một thiền sư Đông Độ là la, hét, đánh, thuyết giảng lung tung, dịch, viết kinh sách rất nhiều, tuy rằng đã nói: Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự nhưng các Ngài thường sống không đi đôi với lời nói; thiền sư nào cũng để lại văn thơ quá nhiều, chỉ có Đức Phật, Ngài không để lại cho đời một cuốn kinh nào cả.

Đạo Phật không nói mà hành, Thiền Tông tri hành không hợp nhất. Vì thế, Phật Giáo và Thiền Tông không giống nhau. Thiền Đông Độ thì ức chế tâm rơi vào các định tưởng, phát triển tuệ tưởng, ngược lại thiên định của Đạo Phật thì xả tâm tham, sân, si nên làm chủ sự sống chết, chấm dứt luân hồi, tri hành nhất quán.

Trên đây các vị Tổ Sư thiền Đông Độ trong quá khứ, cho đến các bậc tôn túc trong hiện tại đã dịch, viết, giảng, dẫm lại lối mòn của người xưa, làm sai ý nghĩa Phật Pháp, họ tưởng việc làm của mình như vậy là đúng, không ngờ lại thành ra phi báng Phật Pháp. Vì vậy từ xưa đến giờ, các Ngài thường phải chịu thọ khổ trong cảnh địa ngục, mà trong giới luật Phật đã xác định tội danh rõ ràng.

Các Ngài do chỗ tu hành chưa đến nơi, đến chốn, bị tướng giải nên phỉ báng Phật Pháp, do đó không trốn khỏi cảnh khổ đau của địa ngục tại trần gian trước khi viên tịch.

Các Ngài đọa địa ngục tại thế gian này để cho mọi người trông thấy cảnh bịnh tật, khổ đau tận cùng của các Ngài, để quý vị chứng kiến Thầy Tổ của mình trước khi viên tịch như thế nào? Chắc điều này quý vị đã rõ hơn ai hết.

Xét Thầy Tổ và các bậc tôn túc của chúng ta, đó là một điều nhắc nhở và cảnh giác cho tất cả Tăng, Ni và các cư sĩ để tự răn mình, khi viết dịch kinh sách, cái nào hiểu rõ thì viết, không hiểu thì đừng, làm ầu thì vi phạm giới luật của Phật phải chịu thọ khổ muôn kiếp.

Người tu sĩ phạm tội Ba Dật Đề là do dịch viết giảng sai ý kinh, là tự mình đã phỉ báng Phật Pháp và còn khiến cho mọi người hiểu sai Phật Pháp.

Vì vậy, hiện giờ tín đồ Phật Giáo đang hiểu sai kinh điển Phật Giáo, thế nên mọi người tu mãi mà chẳng tới đâu, tu mãi trở thành những người mê tín, dị đoan, khiến cho người ngoài đời khinh chê Phật Giáo là một tôn giáo mê tín, một tôn giáo bị thế tục hóa, một tôn giáo lừa đảo, v.v...

Tăng, Ni và cư sĩ đừng nên xem thường giới luật của Phật, ăn uống phi thời, ngồi lều, ngồi quán, nam nữ chung chạ, Tăng Ni gần gũi, đi đứng nói nín oai nghi tế hạnh chẳng có, cười nói đùa cợt không đúng cách, đó là phạm giới. Tăng, Ni và cư sĩ mà đã phạm giới thì khiến cho người đời chê bai Phật Giáo. Tất cả những lỗi này Tăng Ni phải gánh chịu, nhiều đời nhiều kiếp đọa địa ngục và còn tái sanh làm thân súc sanh. Do thế, tất cả giới luật của Phật rất quan trọng đối với Tăng Ni. Khi đã cắt ái ly gia, xuất gia học đạo, thì phải hết sức dè dặt cẩn thận giữ gìn giới luật, thì không tội lỗi.

Một trăm giới chúng học, gồm có những oai nghi tế hạnh của một vị tỳ kheo Tăng cũng như tỳ kheo Ni, được chia ra mười giai đoạn thực hành đạo đức làm người cho đúng nghĩa và những việc cần phải làm cho rõ ràng trong sanh hoạt cuộc sống hằng ngày. Vì vậy cần phải cố gắng giữ gìn nghiêm chỉnh những giới luật này:

- 1- Phải ăn mặc tề chỉnh.
- 2- Đi vào làng phải nghiêm trang.
- 3- Ngồi đứng phải đúng cách của một vị tỳ kheo.
- 4- Ăn uống phải nghiêm trang tề chỉnh.
- 5- Phải khéo giữ gìn bát; ăn nhẹ nhàng, khoan thai.
- 6- Đại tiểu tiện phải đúng cách.
- 7- Thuyết pháp phải đứng nơi, đúng đối tượng, đúng chỗ.
- 8- Đắp tượng, xây tháp đúng pháp.
- 9- Đi đường phải đúng pháp.
- 10- Trèo cây phải biết đúng pháp.

Do từ các giới luật giữ gìn và tu tập nghiêm túc thì tâm mới ly dục ly ác pháp. Có ly dục ly ác pháp, thì hành giả mới có giải thoát khổ đau của kiếp người; có ly dục ly ác pháp thì hành giả mới nhập được các định sâu hơn. Nếu không ly dục ly ác pháp, thì thiên định chỉ là thiên tà, thiên đầu môi chót lưỡi mà thôi. Ly dục ly ác pháp do từ giới luật sanh ra, nếu không giữ gìn và tu tập giới luật thì chẳng bao giờ có ly dục ly ác pháp được. Vậy người tu sĩ Đạo Phật phải hết sức giữ gìn giới luật nghiêm túc; có giữ gìn giới luật nghiêm túc tức là có phòng hộ sáu căn và giữ gìn thân mạng của mình được an ổn để tiến bước trên lộ trình giải thoát của Đạo Phật mà không bị ma chướng, nghịch cảnh ám hại hay lỡ dở đường tu.

Việc biên soạn giới luật Phật hiện giờ có nhiều điều phức tạp, do người xưa thêm bớt và bề vụn giới để quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni vi phạm mà người khác không ai dám chỉ trích, phê phán. Nên việc biên soạn chắc chắn phải có sự sai sót, mong quý vị giới đức cao minh hoan hỷ bỏ chính những chỗ sai sót ấy, để lần tái bản sau sẽ được sửa lại hoàn chỉnh hơn, xin chân thành tri ân.

Bộ kinh giới này được đến tay quý vị, mong quý vị cảm thông nỗi khổ đau của người viết, chỉ mong sao nó đem lại cho quý vị một đạo đức làm người, phạm hạnh của một vị tỳ kheo Tăng, tỳ kheo Ni, và đức hạnh Thánh thiện của những bậc chân tu tìm cầu sự giải thoát để làm sáng tỏ lại Phật Giáo muôn đời sau.

*Kính ghi,
THÍCH THÔNG LẠC
TU VIỆN CHƠN NHƯ'
Ngày 10 tháng 12 năm 1998*

CHƯƠNG I: ĂN MẶC PHẢI TÈ CHỈNH (có sáu giới từ 1 đến 6)

Giới thứ nhất: Mặc quần, chần phải cho tề chỉnh, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi mặc chần hoặc quần, không được để ống cao, ống thấp, hoặc xắn, guộn làm cho ống quần cũn cũn, chần cứng vậy, không được xắn quá cao, không được quá thấp.

Người ăn mặc xấu xí, nhìn vào biết ngay là người lồi thối. Người lồi thối là người thiếu đức hạnh về đời sống cá nhân cũng như về đời sống chung với mọi người, nhất là cách thức ăn mặc. Cách thức ăn mặc không đúng đắn thì cách thức nói năng cũng không chừng mực, dáng đi không đảm thắm, nhẹ nhàng, khoan thai. Người cư sĩ ăn mặc lồi thối, xấu xí, người ta nhìn thấy còn khinh chê thay, huống là vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni (tu sĩ đệ tử của Đức Phật). Nếu một người tu sĩ mặc quần ống cao, ống thấp thì còn ra về gì là một tu sĩ nữa; người tu sĩ như vậy thì đâu còn giá trị gì là một tu sĩ nghiêm trang đạo hạnh của Phật Giáo.

Do thế, Đức Phật chế giới luật này để dạy cho chúng tỳ kheo Tăng, tỳ kheo Ni và nam nữ cư sĩ phải luôn luôn giữ gìn oai nghi tế hạnh trong việc mặc quần, chần, y, áo. Sự ăn mặc phải tề chỉnh, nghiêm trang, không được nút trên gài khuy dưới, nút dưới gài khuy trên; quần, chần cũng phải mặc ngay ngắn, đàng hoàng, v.v...

Nhìn một vị tỳ kheo ăn mặc xấu xí, lồi thối thì mọi người khinh chê và xem thường Đạo Phật. Bằng ngược lại ăn mặc quá chải chuốt, thì người ta cũng xem thường vị tỳ kheo còn tâm ham thích đời, nên còn thích trang điểm làm đẹp, làm dáng. Và vì vậy, họ cũng sẽ đánh giá trị tu sĩ thấp kém.

Quý vị đã cạo bỏ râu tóc, đắp áo cà sa, xuất gia, sống không nhà cửa, không gia đình, thì quý vị hãy tự nghĩ: quý vị còn có những gì nữa đâu của thế tục; thế mà quý vị không giữ trọn oai nghi tế hạnh đạo đức của một bậc Thánh Tăng, Thánh Ni, để chứng tỏ quý vị đã là người giải thoát ra khỏi kiếp làm người đầy khổ đau trong biển luân hồi sanh tử. Bởi vậy, quý vị phải cẩn thận, dè dặt những oai nghi tế hạnh đạo đức trong cách ăn mặc của mình. Nếu quý vị ăn mặc xấu xí, lồi thối, là quý vị đã bôi lọ cho Phật Giáo. Quý vị đừng bắt chước Tế Điền Hòa Thượng và Phật Sống Cựu Kim Sơn, đó là hai nhân vật ngoại đạo đội lớp tu sĩ Phật Giáo phá oai nghi tế hạnh giới luật đạo đức của Đạo Phật, khiến cho người đời sau bắt chước phá giới luật và xem thường oai nghi tế hạnh đạo đức của một vị tỳ kheo đệ tử Phật và cũng vì vậy mà người tu theo Đạo Phật đời sau này, chẳng có ai giải thoát được.

Muốn cho Đạo Phật được trường tồn, thì quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni phải giữ gìn oai nghi tế hạnh hần hoi. Ăn, mặc, nói, năng phải có khuôn phép nghiêm trang, chừng mực, đàng hoàng.

Đừng bắt chước những kẻ phạm giới luật, bán đứng Phật Giáo, khiến cho Phật Giáo ngày càng suy đồi; khiến cho tín đồ Phật Giáo càng đi vào trong đêm tối âm u, trên bước đường tu hành giải thoát không có người hướng dẫn và làm gương hạnh tốt.

Hiện giờ, người ta đi tìm một vị tu sĩ chân tu của Phật Giáo thật là khó khăn và chẳng bao giờ có. Giữa thế kỷ 20 đất nước Việt Nam còn tìm thấy được một vị Sư (Tổ Minh Đăng Quang) giữ gìn giới hạnh nghiêm túc, ít muốn biết đủ, sống ngày một bữa, lấy hạnh đi xin làm chánh nghiệp. Ngài đã làm sống lại đạo hạnh của một vị tỳ kheo Thánh Tăng trong thời Đức Phật còn tại thế.

Ngày nay không còn nữa, phần nhiều là những tu sĩ chạy theo danh lợi, ăn uống và Chùa to, Phật lớn, lấy Phật Giáo kinh doanh buôn Phật bán Pháp làm giàu trên xương máu của tín đồ Đạo Phật. Nhìn tu sĩ Phật Giáo hiện giờ, mà chúng ta phải đau lòng trước sự suy vong của Đạo Phật, song chẳng biết than thở cùng ai.

Số tu sĩ có học thức ở thành phố, khi ra đường còn ăn mặc tề chỉnh một chút, còn giới tu sĩ ở nông thôn thì ăn mặc rất là lôi thôi. Nhiều khi đến chùa gặp thầy trụ trì ở trần mặc quần đùi, không giống một tu sĩ chút nào, ra đường họ mặc chiếc áo ngắn; thật là không có oai nghi tế hạnh đạo đức gì cả. Họ nghĩ rằng sống như vậy là bình dân, bình đẳng, không có giai cấp, tự tại vô ngại. Sự thật không phải vậy. Hình ảnh của người tu sĩ Đạo Phật là hình ảnh của một người có đạo đức, làm gương sáng cho mọi người soi, chứ không phải là một con người thô lỗ, vô đạo đức như họ nghĩ. Cách thức ăn mặc đàng hoàng, trang nghiêm, tề chỉnh là những hành động đạo đức mà mọi người cần phải học, không riêng cho đệ tử của Đức Phật, như trên chúng tôi đã dạy.

Ăn mặc như thế nào là có đạo đức và ăn mặc như thế nào không đạo đức?

Thời nay các cô gái ăn mặc hở hang bày da, bày thịt, khiêu dâm gợi dục là các cô gái vô đạo đức; còn những thanh niên ăn mặc để hở ngực hoặc xắn tay áo hoặc đội mũ kết để mũi ngược sau ót là những chàng thanh niên vô đạo đức. Nhìn lối ăn mặc, chúng ta đánh giá trị được người có đạo đức và người vô đạo đức. Bởi vậy cách thức ăn mặc chỉnh tề là một hành động đạo đức nâng cao phẩm giá con người, khi nhìn vào người ta kính trọng và yêu mến, không bao giờ dám khinh dễ.

Phật dạy giới luật đạo đức về oai nghi tế hạnh trong cách ăn mặc như vậy mà tu sĩ Phật Giáo lại xem thường những đạo đức này của mình, để cho người đời không kính nể và xem thường Phật Giáo thì thật là đau lòng.

Một người có giáo dục đạo đức thì không bao giờ ăn mặc lôi thôi mà cũng không ăn mặc quá chải chuốt, se súa, trang điểm, loè loẹt; chỉ ăn mặc cốt sao cho trang nghiêm, sạch sẽ và đơn giản. Người có đạo đức là người ăn mặc đàng hoàng, nghiêm trang và tề chỉnh, còn ngược lại là người vô đạo đức.

Đối với Đạo Phật, cách thức ăn mặc là một oai nghi tế hạnh đạo đức không riêng cho giới tu sĩ Phật Giáo mà cho tất cả mọi người cư sĩ, (cũng có thể nói những người không tôn giáo cần phải học tập và tu sửa lại cách thức ăn mặc của mình cho có đạo đức). Chính đó là những hành động đạo đức của mỗi con người mà mọi người cần phải chấp nhận và thi hành nghiêm chỉnh để tự làm cho mình trở thành một người công dân của đất nước Việt Nam có đạo đức về ăn mặc; đừng chạy theo các mode Tây Phương ăn mặc quá lố lăng, diêm dúa, cầu kỳ, v.v... không đúng với tinh thần bình dị của dân tộc Á Đông chúng ta.

Giới thứ hai: Mặc ba y phải cho tề chỉnh, cần nên học.

Tề chỉnh nghĩa là gì? Thứ nhất là phải bỏ tấc lấu tấu không nghiêm trang. Thứ hai là vấn y không thông xuống qua cánh chỏ bày da thịt trong thân, hay cao quá bắp chân, hoặc thông

xuống một góc như vôi vôi, hoặc thông hai góc trước, hai góc sau vén lên cao, hoặc xếp nhỏ thành lai y.

Tăng khước kỳ tức là áo trùm vai (y trung). Phép mặc, đắp nó phải chừa trống vai bên tay mặt, đắp qua vai bên tay trái.

Khi ở trong thất hoặc trong phòng thì chỉ mặc y tăng khước kỳ và y tăng kỳ chi (cái chân); khi đi ra ngoài đường hay làm lễ các bậc tôn túc thì phải mặc đắp thêm y thượng; khi sửa đồ cúng dường hoặc làm những công việc khác thì mặc y tăng khước kỳ và y tăng kỳ chi; khi nào làm phước chú nguyện hoặc thuyết giảng pháp thì phải đắp y trùm hai vai (y thượng), để thể hiện tướng phước điền.

Khi nào thì hiện tướng phước điền, và tướng phước điền như thế nào? - Khi được vua mời cúng dường cơm hoặc đi vào làng khát thực hoặc lúc ngồi thiền dưới gốc cây hoặc khi thọ thực, đều phải mặc y thượng. Mọi người trông thấy một vị tỷ kheo ăn mặc tề chỉnh nghiêm trang, đúng là bậc chân tu giải thoát, có đầy đủ đạo hạnh, khiến cho sanh tâm cung kính và tôn trọng. Đó là chúng ta, những tu sĩ tỷ kheo Tăng và tỷ kheo Ni, đã tạo nhân duyên tốt để dạy đạo đức cung kính và tôn trọng cho người khác, hầu giúp họ hướng về con đường giải thoát của Đạo Phật bằng đức hạnh toàn thiện làm người, làm Thánh Nhân.

Tướng phước điền là tất cả hành động oai nghi tế hạnh đạo đức của một vị tu sĩ mà không có ai dám chê trách được. Người hiện tướng phước điền là người thực hiện lòng từ bi, muốn đem lại lợi ích cho chúng sanh nên thể hiện tướng phước điền đó để chúng sanh nào có hữu duyên được nhìn thấy và sanh khởi lòng mến phục, cung kính và tôn trọng, nhờ lòng cung kính và tôn trọng đạo hạnh phước điền đó, nên thường sống trong đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người. Do đó, tâm thường sống trong thanh thân, an lạc và hạnh phúc. Cho nên hành động đạo đức giới luật là ruộng phước của vị tu sĩ đệ tử của Đức Phật thể hiện, để mọi người hữu duyên gieo trồng, cấy gặt và hưởng phước báu vô lượng nơi đó.

Tóm lại tướng phước điền là những hành động đạo đức giới luật của Đức Phật đã dạy làm người, làm Thánh Nhân. Ai biết cung kính và tôn trọng đức hạnh đó thì sẽ hưởng phước báu vô lượng vô biên.

Người ăn mặc lôi thôi là người có hành động thiếu đạo đức đối với mình và với người khác. Tại sao vậy? Vì ăn mặc lôi thôi khiến cho người khác khinh chê mình, đó là thiếu đạo đức với mình; vì ăn mặc lôi thôi đối trước người khác là thiếu lòng tôn trọng người khác, xem mọi người xung quanh mình chẳng ra gì. Người có học đạo đức về cách thức ăn mặc thì phải biết tôn trọng mình và tôn trọng người khác bằng cách chẳng bao giờ ăn mặc lôi thôi.

Ở ngoài đời người có đạo đức còn không ăn mặc lôi thôi như vậy, huống là chúng ta, những tu sĩ đệ tử của Đức Phật, thì không thể nào ăn mặc lôi thôi được, phải ăn mặc nghiêm trang, tề chỉnh đúng phạm hạnh của người tu sĩ, tức là phải nghiêm chỉnh trong oai nghi tế hạnh đạo đức của tất cả giới luật Đức Phật đã dạy.

Một vị tu sĩ ăn mặc nghiêm trang, tề chỉnh mới xứng đáng làm gương hạnh đạo đức cho tín đồ. Là một vị Thánh Tăng và Thánh Ni thì ăn mặc phải nghiêm trang, tề chỉnh, chứ không lẽ bậc Thánh mà ăn mặc lôi thôi sao? Chúng ta là những tu sĩ Đạo Phật, chúng ta phải giữ gìn nghiêm chỉnh những hành động đạo đức này, để không phụ công ơn dạy bảo của Đức Phật, mà toàn bộ kinh giới dạy về đạo đức của Ngài còn để lại mãi mãi muôn đời.

Chỉ có bọn tà giáo ngoại đạo lợi dụng có chút ít thần thông để lừa đảo người, ăn mặc lôi thôi, ăn uống bần thiêu làm ra vẻ Bồ Tát giáng lâm, đó là hình ảnh Hàn Sơn, Thập Đắc trong Thiên Tông; Phật sống xuất hiện, ăn mặc dơ bẩn lôi thôi lếch thếch, đó là Tế Diên Hòa Thượng, Phật Sống Cựu Kim Sơn; Di Lạc ra đời, ăn mặc hở hang, bày da hở thịt, phơi bày ngực bụng, trông giống như phụ nữ mang thai, đó là Bồ Đại Hòa Thượng và ông Trần Văn Em Giáo Chủ Thiên Xuất Hồn, v.v...

Tất cả những nhân vật này, toàn là những người vô đạo đức, sống không đúng đức hạnh của Phật Giáo, thường phạm tất cả những giới luật của Phật, không còn một giới luật nào mà không phạm. Nhìn những người tu sĩ này thật là đau lòng cho Phật Giáo. Trên đời này còn có mấy ai đã thấy được và cảm thông với chúng tôi những nỗi niềm đau xót tận đáy lòng này hay không?

Giới thứ ba: Chăng dặng lật trái y vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Lật trái y, nghĩa là lật cái y qua bên vai tay trái hay là vai bên tay mặt, giống như người mặc áo trái.

Y phục trên dưới không nên lật trái hoặc lật qua một bên và còn có nghĩa là không nên mặc bề trái hoặc để lộ bày thân hình, hoặc lật cả hai bên, có khi guộn lại để trên vai, đi cho gọn gàng và mát mẻ. Cách thức ăn mặc như vậy đi ngoài đường và đến nhà cư sĩ thì không đúng oai nghi đạo hạnh của người tu sĩ Phật Giáo.

Giới luật này dạy về đạo đức cách thức ăn mặc phải có đầy đủ oai nghi khi đi ra ngoài đường hoặc đi vào nhà cư sĩ hoặc đến Tịnh Xá, hoặc đến Niệm Phật Đường, Nhà Thờ, Thánh Thất, Chùa, Tu Viện, Am, Cốc, v.v... của người khác. Khi đến các nơi đó, tu sĩ cũng như cư sĩ đều cần phải giữ gìn y áo nghiêm trang, tề chỉnh không được ăn mặc xốc xếch, lồi thòi, guộn lại và phải kín đáo, không được bày da thịt hở hang.

Cách thức xắn gọn tay áo hoặc ống quần là cách thức của nông dân cày cuốc tay lấm, chân bùn, lao động quanh năm suốt tháng; xắn guộn như vậy cho tiện lợi trong việc lao động ngoài đồng ruộng, chớ không phải ăn mặc như vậy để đi dạo xóm, dạo làng hoặc đến nhà người này, người kia. Ăn vận như vậy là không đúng tư cách đạo đức của người bình thường huống là một người biết tu theo Đạo Phật.

Người đi ngoài đường hoặc đến nhà người khác mà ăn mặc xắn guộn, lồi thòi, xốc xếch như vậy là biết ngay người ấy thiếu đạo đức tư cách về ăn mặc. Đó là những người không biết tôn kính mình và cũng không biết tôn kính người khác. Người như vậy là người thiếu giáo dục đạo đức trong một gia đình vô đạo đức.

Vậy chúng ta là những tu sĩ đệ tử của Đức Phật, chúng ta phải ăn mặc sao cho đúng tư cách đạo đức con người, đừng để mang tiếng là những vị tỳ kheo Tăng và những vị tỳ kheo Ni thiếu oai nghi tế hạnh, đạo đức đạo hạnh về ăn mặc làm người và làm Thánh Nhân.

Giới thứ tư: Chăng dặng lật y trái vào ngòai nhà cư sĩ, cần nên học

Khi vào ngòai trong nhà người cư sĩ, cần phải ăn mặc y, áo nghiêm chỉnh cho đúng tư cách của một vị tỳ kheo; y áo phải che kín thân, phải được ngay ngắn, phải được tề chỉnh, nghiêm trang, không xốc xếch, xắn guộn v.v...

Y áo phải đoan trang, sạch sẽ, mắt phải nhìn xuống chân chánh, không được nhìn ngó láo liên, luôn luôn phải giữ gìn ý tứ và không làm mất vẻ oai nghi tế hạnh đạo đức của một vị tỳ kheo, khiến cho người đời nhìn thấy sanh tâm tín kính, không những cá nhân của vị tu sĩ ấy mà còn tín kính Tam Bảo và tôn trọng Phật Pháp.

Nếu tâm buông lung, các căn không ngay chánh, miệng nói lung tung đủ chuyện, mắt nhìn láo liên, y áo lật bày da thịt, hở mũi, khạc nhổ, đung đầu nhổ đó, không đúng tư cách oai nghi đạo đức của người tu sĩ, không giữ vệ sinh chung cho mình cho người khác, khiến cho mọi

người nhìn thấy chê bai và xem thường giới tu sĩ Phật Giáo, không những cá nhân của tu sĩ ấy mà còn khinh chê tất cả các tu sĩ khác. Tục ngữ có câu: Một người làm xấu cả bọn mang nhờ. Vì thế, hiện giờ tu sĩ Phật Giáo đi ra đường gặp mọi người, ngoài mặt họ xã giao gọi thầy, thầy nhưng trong tâm họ xem chẳng ra gì; họ khẳng định thầy chùa là những người lừa đảo tạo nhiều điều mê tín lường gạt người và còn cất giá ăn tiền cất cổ tín đồ Phật Giáo.

Người không giữ gìn oai nghi tế hạnh đạo đức trong giới luật của Đức Phật thì phải chịu tổn phước trên bước đường tu hành và còn phải gánh chịu những hậu quả tai nạn, bệnh tật về sau.

Người ăn mặc y áo trái, đi ngoài đường, hoặc vào làng, cũng như đi đến nhà những người cư sĩ. Đó là người thiếu ý tứ tức là thiếu tỉnh thức; thiếu tỉnh thức tức là thiếu oai nghi tế hạnh đạo đức của một vị tỳ kheo; vị tỳ kheo thiếu oai nghi tế hạnh đạo đức là vị tỳ kheo phạm giới; vị tỳ kheo phạm giới tức là không có đạo đức, đạo hạnh, là vị tỳ kheo của ngoại đạo.

Nhìn cách thức ăn mặc y áo là biết ngay họ là những tu sĩ ngoại đạo hay tu sĩ Phật Giáo, vì giới luật của Phật đã dạy và xác định rõ ràng: Thầy tỳ kheo phải ăn mặc đơn giản nhưng rất tề chỉnh, nghiêm trang, đúng đắn, luôn luôn thể hiện tướng phước điền khi đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, ăn, uống, v.v... để gieo duyên hóa độ chúng sanh.

Ngược lại nếu cách thức ăn mặc không đúng như giới luật đã dạy ở trên thì đó là những vị tỳ kheo ngoại đạo của Bà La Môn đang mượn danh là những tỳ kheo tu sĩ Phật Giáo Đại Thừa.

Giới thứ năm: Chăng đặng y áo quần cổ đi vào nhà cư sĩ, cần nên học,

Khi đi vào nhà cư sĩ, không được cầm hai góc y đắp lên vai, hoặc lấy y, áo quần cổ như khăn quàng, hoặc lấy vạc áo dài phủ lên đầu để che nắng, hoặc lấy y, áo đội trên đầu, đi đường cũng như đi vào nhà cư sĩ. Người tu sĩ cũng như người cư sĩ không được có những hành động thiếu đạo đức lễ độ như vậy.

Hành động cầm hai góc y đắp lên vai, lấy y, áo quần cổ như khăn quàng, lấy vạc áo dài che đầu như đội mũ mà đi trên đường, cũng như đi vào nhà cư sĩ đó là những hành động làm mất oai nghi tế hạnh của một vị tỳ kheo có đạo đức phạm hạnh của một bậc tu hành chân chánh.

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật cần phải lưu ý những oai nghi tế hạnh của giới luật này, nó giúp cho quý vị có những hành động thanh cao, Thánh thiện, cao đẹp và rất lễ độ, không có thô lỗ như kẻ phạm phu tục tử.

Khi đi đường cũng như vào nhà cư sĩ hay đi bất cứ vào nơi nào, cũng phải giữ gìn thận trọng mọi hành động như trong giới luật này đã dạy về tư cách đạo đức lễ độ, khi giao tiếp với mọi người. Nhờ có giữ gìn được như vậy thì chẳng còn ai dám khinh chê Phật Pháp, mọi người sẽ kính trọng và luôn luôn đánh lễ quý thầy như một vị Phật sống tại thế gian.

Người lấy y, áo che đầu hoặc đội trên đầu hoặc quần cổ đi đường cũng như đi vào nhà người cư sĩ, là những người thiếu giáo dục đạo đức về ăn mặc và lễ phép. Giới luật này dạy tư cách đi đường hoặc đến nhà những người cư sĩ, chùa, am, thất khác, v.v... thì phải giữ gìn y, áo đúng tư cách ăn mặc của một tu sĩ có đạo đức về lễ độ, nếu không học những giới luật này thì những hành động đạo đức và những oai nghi tế hạnh của một vị tỳ kheo Tăng và Ni thì không làm sao biết được để thực hành cho đúng phạm hạnh của người tu theo Phật Giáo.

Chúng ta rất hữu duyên và may mắn gặp được bộ giới luật dạy về đạo đức ăn mặc và lễ độ làm người để có một phẩm cách thanh cao của một tâm hồn thanh thản và an lạc trong việc đối xử với nhau trong xã hội loài người mà không còn làm khổ mình khổ người nữa.

Giới thứ sáu: Chẳng đặng y, áo quần cổ ngồi trong nhà cư sĩ, cần nên học.

Khi vị tỳ kheo ở trong nhà người cư sĩ, phải đấp y cho tề chỉnh, để bày tỏ tướng phước điền tức là oai nghi tế hạnh đầy đủ, giới đức nghiêm túc thanh tịnh, thì mới ngồi trong nhà người cư sĩ đúng cách, bằng ngược lại lấy y, áo quần cổ thì không đúng tư cách lễ độ của một tu sĩ. Nên phải lưu ý khéo léo giữ gìn cẩn thận, không được để mọi người khinh chê Phật Pháp. Nếu vô tình sơ sót một vài hành động thiếu lễ độ về ăn mặc y, áo thì tội rất nặng.

Y, áo quần cổ ngồi trong nhà người cư sĩ là tư cách của kẻ hạ liệt, không phải là người tu hành. Người tu sĩ Phật Giáo phải dè dặt cẩn thận những oai nghi tế hạnh này hơn hết, vì y, áo là để mặc đấp trong người, nếu không khéo ăn mặc thì tu sĩ Phật Giáo lại mang tiếng là kẻ có tư cách hạ liệt, côn đồ.

Người lấy y, áo quần cổ đi đứng ngoài đường cũng như ngồi trong nhà người cư sĩ là những người không học đạo đức nên hành động bất lịch sự đối với mình cũng như đối với những người khác, hành động đó là những hành động ngang tàng, bướng bỉnh.

Người tu sĩ Đạo Phật cần phải giữ gìn không để vi phạm giới này, vì vi phạm giới này người tu sĩ sẽ trở thành những người không tốt.

Sáu giới này Phật dạy người tu sĩ phải luôn luôn giữ gìn cách thức ăn mặc nghiêm chỉnh, dù mặc y phần tảo cũng phải trang nghiêm. Khi bước chân ra đường cũng như khi đi đến nhà cư sĩ, đều phải thể hiện tướng phước điền để mọi người có hữu duyên gieo trồng phước vô lậu. Đó là cách thức hóa độ chúng sanh thực tế và cụ thể bằng hành động đức hạnh của một vị tỳ kheo hơn là lý thuyết suông ngoài đầu môi chót lưỡi.

Cho nên tất cả tỳ kheo Tăng cũng như tỳ kheo Ni và cư sĩ, cần phải học và sống cho đúng sáu oai nghi tế hạnh đạo đức này, để xứng đáng là đệ tử của Đức Phật và để xứng đáng làm thầy Trời, Người.

CHƯƠNG II: ĐI VÀO LÀNG PHẢI NGHIÊM TRANG

(Có 11 giới từ 7-18)

Giới thứ bảy: Chẳng đặng dùng mọi vật che đầu đi vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Nghĩa là vị tỳ kheo khi đi vào nhà cư sĩ không được lấy y, áo, khăn, lá cây, quạt hoặc bất cứ một vật dụng gì khác đội trên đầu.

Mũ nón đều không được đội vào nhà người cư sĩ, trừ khi bị bệnh đau, gió, mưa, nắng, lạnh, v.v...

Chỉ được đội mũ, khăn ở thất và ở chùa riêng của mình, còn bất cứ nơi đâu, chùa, am, thất, Nhà Thờ, Thánh Thất, Tịnh xá, Niệm Phật Đường, v.v... đều không được đội bất cứ cái gì khi đi vào các nơi này.

Giới luật này Phật dạy sự tôn trọng và tôn kính đối với những người khác. Khi bước chân vào trụ xứ của họ, phải cúi bỏ mũ nón trước khi vào nhà. Đó là một sự lịch sự của người Á Đông mà người tu sĩ Phật Giáo Việt Nam cần phải biết, vì đã có một truyền thống đạo đức Khổng Mạnh lâu đời.

Hiện giờ người tu sĩ Phật Giáo Việt Nam gần như quên đi truyền thống tốt đẹp ấy và cũng quên đi một trăm giới chúng học của Đức Phật đã dạy cách đây 2542 năm (1998).

Những vị tu sĩ có học thức, có cấp bằng tiến sĩ Phật học và được tấn phong Thượng Tọa, Hòa Thượng thì lại tự cao tự đại, xem mình như Phật sống, thường chấp nhận cho những người khác đánh lễ mình, mà không chút ngượng. Có những vị mặc y áo tề chỉnh rồi cho người khác đánh lễ, nhưng cũng có vị lại xem những người khác chẳng ra gì, nên chẳng cần mặc y áo tề chỉnh, đôi khi không cần lưu ý đến những người đang lễ mình, có khi đang mặc áo ngắn, không nghiêm trang, tề chỉnh, cứ mãi mê công việc, hoặc ngồi đọc kinh sách tự nhiên để cho kẻ khác đánh lễ. Hành động đó thật là vô lễ hết sức. Dù Đức Phật còn tại thế Ngài cũng không có hành động như vậy, huống là quý vị tu hành giới luật còn chưa nghiêm chỉnh mà dám ngồi cho người khác đánh lễ, thì thật là háo danh, không biết xấu hổ.

Những hành động vô lễ, thiếu đạo đức đó không đúng oai nghi tế hạnh của một vị tu sĩ Đạo Phật, phạm vào một trăm giới chúng học, tức là thiếu phạm hạnh ở trong Đạo Phật và thiếu đạo đức ở ngoài đời.

Họ tưởng rằng họ là Phật sống, nhưng Đức Phật khi còn sống Ngài còn không có những hành động vô đạo đức như vậy. Ngài rất khiêm tốn và cung kính mọi người. Ngài thành lập Tôn Giáo Phật Giáo có mục đích bang bằng giai cấp của xã hội, thành lập một giai cấp con người bình đẳng như nhau. Cho nên lúc ông A Nan xin Đức Phật cho giới nữ xuất gia, Đức Phật chấp nhận, nhưng biết rằng Đạo Phật trụ thế chỉ có năm trăm năm mà thôi. Biết vậy, nhưng vì lợi ích cho con người không phân biệt nam nữ, Ngài cho thành lập giáo đoàn tu sĩ nữ.

Như vậy, Đạo Phật là đạo biết tôn trọng mọi người, xem mọi người như mình, bình đẳng như nhau, không ai hơn ai. Thế mà, một số người khi vừa xuất gia tu hành, mới đắp áo cà sa là đã xem người tại gia không ra gì, coi giới cư sĩ là những người làm công quả, như người làm công để nhờ ơn đức Phật ban phước cho, xem họ như lao công tôi tớ trong nhà, nên quý vị tu sĩ xem họ chẳng ra gì cả. Một chú Sa Di sai bảo một người cư sĩ tuổi lớn hơn cha, trông thấy thật là đau lòng cho Phật Giáo ngày nay.

Hiện giờ, giới tu sĩ Phật Giáo được xem như giai cấp vua chúa quan liêu, bệ vệ trong chiếc áo rộng tay của Trung Quốc và chiếc y cà sa mốc, họ luôn luôn đội mũ, nón, mào ở trong nhà, khi dự lễ trai đàn hoặc chứng minh đều đội mào tì lư, hình ảnh giống như Tam Tạng từ Đông Độ đi thỉnh kinh trong Tây Du Ký.

Hình ảnh này không giống hình ảnh của Đức Phật và Thánh chúng ngày xưa chút nào. Đây là hình ảnh của những nhà giàu có, sang trọng, không phải là hình ảnh của một vị tu sĩ buông xả (bàn tăng), ba y một bát, sống thiểu dục tri túc với chiếc y phẩn tảo, do lượm vải bó thân ma. Hình ảnh của những tu sĩ hiện giờ là hình ảnh thế tục hóa tôn giáo, một hình ảnh chứng tỏ Phật Giáo đang mất gốc.

Vào nhà người mà trên đầu còn đội mũ, nón, khăn, v.v... là người không biết tôn trọng mình và cũng không biết tôn trọng người khác. Đó là một người vô đạo đức, thiếu giáo dục, còn một vị tu sĩ mà có những hành động như vậy là một vị tu sĩ tỳ kheo ngoại đạo, chứ không phải là một vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật. Một vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật thì phải oai nghi tế hạnh đầy đủ, đâu có những hành động phi phạm hạnh như vậy.

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật cần phải học và tu tập rèn luyện đạo đức làm người, làm Thánh Nhân cho nghiêm chỉnh. Nếu không học và không tu tập thì không làm sao xứng đáng làm người, làm Thánh Tăng được, vì Phật và Thánh Tăng là những người luôn luôn thể hiện một con người có đạo đức hoàn toàn Thánh Thiện.

Giới thứ tám: Chẳng đội đội mũ nón ngồi trong nhà cư sĩ, cần nên học.

Nghĩa là tỳ kheo khi ở trong nhà người cư sĩ, không nên đội mũ, nón, khăn trùm trên đầu, chỉ

khi nào có bệnh mới được che đầu.

Giới này Đức Phật dạy các vị tỳ kheo phải giữ lễ độ, tôn trọng người khác, chớ đừng tưởng mình là tu sĩ Hòa Thượng, Thượng Tọa là Phật, là Thánh, v.v... hơn thiên hạ hết, trong lúc mình chỉ là một người phạm phu tầm thường, có khi còn kém đạo đức hơn thiên hạ nhiều, tham, sân, si còn đủ, tánh hung ác hơn thú dữ, chỉ có khác với thiên hạ ở chiếc áo cà sa, và cái đầu cạo tóc, thế mà đi vào nhà người không chịu dỡ mũ, nón ra. Người ở đời người ta còn không làm như vậy, họ luôn thể hiện sự lễ độ với mọi người, huống hồ chúng ta là những tu sĩ Phật Giáo, gọi là Thánh Tăng thì phải có những hành động lễ độ hơn nhiều.

Bởi vậy, sự lễ độ cung kính đối với mọi người là đạo đức của con người trong cách thức xã giao, là một hành động đẹp đẽ trong sự tôn quý lẫn nhau mà con người cần phải có trong cuộc sống chung hằng ngày, huống là chúng ta, những vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật thì phải làm gương hạnh tốt cho tín đồ, chớ không nên tự kiêu, tự đắc tỏ ra mình là bậc Thầy, Tổ, Tiên, Thánh, Phật v.v... Khi mà còn mang thân nhân quả thì ai cũng giống như ai, hơn nhau là ở chỗ có đạo đức, biết tôn trọng mọi người, tức là biết tôn trọng mình; biết không làm khổ người tức là biết không làm khổ mình, chớ không phải vì tiền bạc, danh lợi, cấp bằng, địa vị cao, giàu có. Dù cao sang giàu có, kiến thức rộng, cấp bằng cao đến đâu mà đức hạnh chẳng ra gì, thì con người đó chỉ là một loài cầm thú mà thôi.

Cho nên, khi bước chân vào nhà, bất kỳ ở nơi đâu, cũng không được đội nón, mũ, khăn, v.v... mà phải lột xuống cầm tay. Đó là đạo đức lễ độ không riêng cho giới tu sĩ mà cho tất cả mọi người. Vì vậy mọi người ai ai cũng cần phải học hành động đạo đức lễ phép này để chứng tỏ chúng ta là người Châu Á có một truyền thống đạo đức đẹp đẽ.

Giới thứ chín: Chẳng động vừa đi vừa nhảy nhót vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Vị tỳ kheo Tăng và các chú Sa Di vừa đi vừa nhảy nhót, tướng đi đứng như vậy không phải là tướng của bậc đại nhân, người tu sĩ đệ tử của Đức Phật cần nên chừa bỏ những tướng đi, đứng ấy.

Tướng đi đứng của một người bình thường thế tục còn không vừa đi vừa nhảy, huống là một tu sĩ đệ tử của Đức Phật lại có những hành động như vậy sao?

Vị tỳ kheo phải đi đứng, nhẹ nhàng, khoan thai, không chậm quá, không nhanh quá, luôn luôn mắt nhìn xuống, đi như người vô sự, không vội vàng, nôn nóng, đi cho đúng cách của một vị tu sĩ Đạo Phật là phải đi trong nhiếp niệm, tỉnh thức, xả tâm, ly tham, đoạn diệt, v.v...

Vả lại, một vị tỳ kheo, khi ra đường cũng như đến nhà cư sĩ đều ăn mặc y áo tề chỉnh, nghiêm trang, với y áo lễ phục của một vị tỳ kheo mà vừa đi vừa nhảy thì làm sao xem cho được. Vậy mà không những thầy Sa Di, còn có những thầy tỳ kheo đã vi phạm giới luật này.

Giới luật này Đức Phật dạy những người tu sĩ Đạo Phật phải đề cao cảnh giác khi đi đứng chạy nhảy, chớ nên để vi phạm, dù gặp bất cứ duyên gì, cũng phải nhẹ nhàng, khoan thai đi, đứng, không được vội vàng.

Tuy nhiên trong giới luật này có dạy: khi bị người đánh phải chạy, bị ăn cướp rượt, bị thú dữ, bị chông gai, hoặc nhảy qua khe nước, hầm, hố, v.v... thì không phạm giới.

Người ở ngoài đời khi đi đứng còn không vừa đi, vừa nhảy, vì vừa đi, vừa nhảy, là trẻ con, là còn con nít, cho nên giới này dạy cho những chú Sa Di còn tuổi trẻ, không được vui đùa chạy nhảy như trẻ con ngoài thế tục, để tập dần cho đến khi thọ giới tỳ kheo thì hoàn toàn nghiêm chỉnh trong những oai nghi tế hạnh này. Còn người đã trưởng thành, đã thọ tỳ kheo giới thì không nên vừa đi vừa nhảy, mà phải tập đi đứng khoan thai, nhẹ nhàng, không chậm quá mà

cũng không nhanh quá, phải đi đứng trong tư cách nghiêm trang, tề chỉnh của một vị tu sĩ Đạo Phật.

Hành động đi đứng khoan thai, nhẹ nhàng là hành động đạo đức của một con người có giáo dục. Nếu vừa đi vừa nhảy là hành động của người lấc cấc, ngang tàng, bướng bỉnh, v.v...

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải tránh những hành động lấc cấc này, nó không phải là hành động của người tu hành. Nếu người tu sĩ còn có những hành động như vậy thì nên lột áo ra khỏi cổng chùa để khỏi mang tiếng chung cho những người tu sĩ khác, vì những hành động đi đứng không nghiêm chỉnh này, người ta sẽ xem thường và khinh chê Phật Giáo.

Vậy các vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni cần phải đề cao cảnh giác không được vi phạm những giới luật này.

Giới thứ mười: Chẳng được chạy vào và ngồi không đúng cách trong nhà người cư sĩ, cần nên học.

Phạm chạy nhảy vào nhà người cư sĩ, tướng ấy không phải tướng của bậc đại nhân mà cũng không phải tướng của vị tỳ kheo đệ tử Đức Phật. Chạy như vậy y, áo sẽ tung toé bay phấp phới rất khó coi, khiến cho người ngoài nhìn vào đánh giá trị người tu sĩ như kẻ phạm phu tục tử.

Ngồi trong nhà cư sĩ không nên ngồi ôm đầu gối, không nên ngồi tréo chân. Ngồi tréo chân có nghĩa là bấp vế này để lên bấp vế kia, hoặc đầu gối này để trên đầu gối kia, hoặc bấp chân này để trên ống chân kia, hoặc xếp bằng một chân, còn một chân co lại để bàn chân trên mắt cá. Đó là những cách ngồi không đúng đắn mà một vị tu sĩ Đạo Phật không được ngồi như vậy. Cách thức ngồi tốt nhất của tu sĩ Đạo Phật là ngồi xếp bằng kiết già hoặc bán già.

Chạy vào nhà cư sĩ (nói chung là tu sĩ không nên chạy là tốt nhất) và ngồi không đúng cách, như trên đã dạy, nếu những vị tu sĩ vi phạm là đã vi phạm vào những oai nghi tế hạnh tư cách đạo đức đi, đứng, ngồi của một vị tỳ kheo thiếu phạm hạnh.

Trong kinh Đức Phật đã dạy có bốn hạng người không nên chạy nhảy:

- 1.- Một vị tu sĩ đệ tử của Phật, mặc y áo cà sa không được chạy nhảy.
- 2.- Một ông vua mặc long bào, không nên chạy nhảy.
- 3.- Một cô gái, dù giai cấp nào cũng không được chạy nhảy.
- 4.- Một thớt voi bắt bành ra trận không được chạy nhảy.

Người chạy nhảy là những người không dằm thắm, tánh tình không dịu dàng, êm ái, v.v... đó là những người không học đạo đức làm người nên mới có những hành động thiếu tư cách đạo đức như vậy. Người tu sĩ Đạo Phật phải tu tập và giữ gìn những oai nghi tế hạnh này, để trở thành những con người dằm thắm, dịu dàng, êm ái, khoan thai. Nhờ có tánh tình đó mà tâm hồn trầm lặng, vô sự, thanh thản, an lạc và tiến đến xả tâm, ly tham, đoạn diệt mới dễ dàng.

Khi vào ngồi trong nhà người cư sĩ, ngồi tréo chân, nhất là bấp đùi này gác lên bấp đùi kia, đó là cách thức ngồi tỏ vẻ ngã mạn, kiêu căng, tự đắc, phách lối (tỏ ra ta đây là hơn ai hết). Những người như vậy là những kẻ không biết tôn trọng mình; thấy cử chỉ như vậy là người ta mất thiện cảm ngay liền. Nhất là phụ nữ mà ngồi tréo chân thì trông có vẻ phách lối, ngang tàng như một tay anh chi. Người đời có học đạo đức Nho Giáo, họ không bao giờ ngồi như vậy, chỉ có những người thiếu đạo đức mới có tác phong như vậy.

Người tu sĩ Đạo Phật cần phải học tập giới luật này cho thông suốt và giữ gìn nghiêm chỉnh, để xứng đáng là đệ tử của Đức Phật, biết khiêm hạ trong tất cả những hành động khi đối tiếp

với mọi người, ở mọi lúc; để xứng đáng là người tu sĩ của đạo vô ngã và luôn luôn lúc nào cũng giữ mình vô ngã thật sự.

Giới thứ mười một: Chăng đặng ngồi chồm hồm trong nhà cư sĩ, cần nên học.

Ngồi chồm hồm nghĩa là ngồi dưới đất, hoặc trên giường, trên ghế mà khu mông không chạm đất hoặc đất giường, ghế; tức là hai bàn chân đạp đất, hai đầu gối dựng lên.

Cách thức ngồi như thế này là cách ngồi theo kiểu nông dân, vì ngoài ruộng bùn nước, cỏ rác dơ bẩn, nên phải ngồi chồm hồm để quần áo khỏi dính nước, bùn dơ bẩn. Ngược lại không phải ở ngoài đồng ruộng mà ngồi chồm hồm thì thật là khó coi.

Người có biết chút ít đạo đức về tư cách đi, đứng, nằm, ngồi cũng không thể ngồi chồm hồm trong nhà người khác huống là người tu sĩ Đạo Phật. Người tu sĩ không thể ngồi như vậy được; ngồi như vậy trông giống như một con khỉ đột, không phải cách ngồi của bậc đại nhân. Cách thức ngồi như vậy không nghiêm trang tề chỉnh, trông có vẻ gò bó, khắc khổ của một người bần cùng, khốn đốn, không thoải mái dễ chịu.

Người tu sĩ Đạo Phật, từ chú Sa Di cho đến vị Tỳ Kheo trưởng lão, không được ngồi chồm hồm, vì ngồi như vậy không đúng cách thức của con người có đạo đức. Đó là nói riêng về tu sĩ, còn nói chung về giới đệ tử cư sĩ của Đức Phật cũng như người ngoài đời thì cũng chẳng nên ngồi như vậy, hành động ngồi như vậy còn mang bản chất loài thú vật. Chúng ta cứ nhìn xem một con thú đang ngồi như con khỉ, con chó v.v... thì đủ biết lời tôi nói không sai.

Người tu sĩ Đạo Phật ăn có nơi, ngồi có chỗ và ngồi phải đúng cách ngồi (cách ngồi đúng nhất của vị tỳ kheo là ngồi xếp bằng kiết già hoặc ngồi bán già).

Người thiếu giáo dục đạo đức về tư cách đi, đứng, nằm, ngồi thì cách thức ngồi nào họ cũng ngồi được cả; họ đâu biết rằng con người vừa sanh ra thì cũng giống như một con thú vật, nếu không tập đi hai chân thì con người cũng đi bốn chân như con thú vật mà thôi; nếu không tập nói thì con người cũng chỉ biết kêu thét và la hú như con thú vật; nếu con người không tập luyện mỗi mỗi hành động của mình cho đúng tư cách làm người thì con người chỉ là con thú vật mà thôi. Cho nên muốn làm người không phải dễ. Người xưa nói: Làm người khó! Làm người khó!

Đừng bảo rằng: Trời sanh sao để vậy, sống tự nhiên cho khỏe hơn, đó là sự hiểu sai, không đúng. Một cây kia nếu không được sự chăm nom uốn nắn thì cây kia cong queo trở thành vô dụng chỉ có làm củi mà thôi. Con người mà không học đạo đức khi sanh ra sống tự nhiên thì chẳng khác nào giống như một con thú vật. Bởi vậy, con người cần phải được giáo dục đạo đức toàn diện từ cách thức đi, đứng, nằm, ngồi cho đến mọi cách thức ăn, nói, giao tiếp và xã giao với mọi người, không những đối với con người mà còn đối xử với tất cả loài cầm thú, lúc nào cũng phải lịch sự và lễ độ để tránh những hành động vô đạo đức vừa làm khổ mình làm khổ người và khổ chúng sanh. Đó là hành động theo cách thức con người vượt ra khỏi những hành động của loài cầm thú để không còn làm khổ, giết hại và ăn thịt lẫn nhau nữa. Nhờ vượt thoát ra khỏi những hành động của loài cầm thú, nên không gây ra những hậu quả khổ đau sau này.

Vì thế chúng ta mới học đạo đức; nếu không ích lợi như vậy thì học đạo đức để làm gì? Nếu con người không chà đạp lên sự sống của nhau và không làm khổ đau cho nhau thì học đạo đức chỉ bằng thừa mà thôi. Cho nên, đạo đức rất quan trọng cho đời sống của loài người trên hành tinh này.

Chính vì con người đã tự làm khổ mình và làm khổ người khác, nên mới có đạo đức không làm khổ mình khổ người ra đời để dạy cho con người thoát khổ tức là thoát kiếp làm loài động vật hung ác, gian xảo, lừa đảo, điều ngoa, xảo quyệt, v.v...

Đạo đức không làm khổ mình khổ người đã được Đức Phật cách đây 2542 năm dạy chúng ta học tập và tu sửa mỗi mỗi hành động thân, miệng, ý đầy đủ những đạo đức và những đạo hạnh làm Người, làm Thánh Nhân mà trong bộ Giới luật của Ngài còn lưu lại mãi mãi muôn đời cho chúng ta. Tuy nó đã có mặt, nhưng con người lại bỏ quên, đến giờ này tôi mới triển khai, cố gắng làm cho nó sống lại, để đem đến lợi ích cho cuộc sống con người.

Giới thứ mười hai: Chăng đặng chống nạnh đi vào nhà cư sĩ cần nên học.

Chống nạnh là dùng một tay hoặc là hai tay, chống nạnh làm vương cánh chỏ, có vẻ ngang tàng, hung dữ theo kiểu anh hùng rơm.

Người tu sĩ Đạo Phật không thể có những hành động như vậy được, vì đó là hành động của những người hung dữ ở thế gian, tỏ vẻ phách lối ta đây là tay anh chị không chịu thua ai hết.

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải tránh xa những hành động này, nó làm mất oai nghi tế hạnh hiền đức của bậc chân tu.

Người ở ngoài đời thấy tướng chống nạnh là họ mất thiện cảm ngay, tướng ấy là tướng hùng hổ hung hăng, người tu sĩ cũng như người cư sĩ đệ tử của Đức Phật cần phải tránh xa những hành động này, nó là hành động thiếu giáo dục đạo đức làm người. Hành động này chỉ có bọn bọn đá cá, lẩn đưa, bọn hung hăng dữ tợn, quen thói gây gỗ, chứ người hiền từ, lương thiện thì không bao giờ có những hành động này.

Làm người, nếu chúng ta không học đạo đức về giới luật này thì vô tình chúng ta sẽ có những hành động chống nạnh phách lối, nhất là lúc chúng ta sân hận giận dữ. Muốn tránh những hành động phách lối vô đạo đức này thì ngay từ bây giờ chúng ta hãy bỏ tặc chống nạnh, bằng cách thường hướng tâm: **Chống nạnh là một hành động phách lối vô đạo đức, ta hãy từ bỏ.**

Giới luật Phật đã dạy: **Chăng đặng chống nạnh đi vào nhà người cư sĩ**, đó là một lời dạy nghiêm túc mà người đệ tử của Đức Phật phải thấy đó là một hành động vô đạo đức hết sức quan trọng đối với Đạo Phật. Một tu sĩ Đạo Phật mà chống nạnh thì không thể nào tha thứ và chấp nhận họ là tu sĩ Đạo Phật được.

Người tu sĩ nào vi phạm giới luật của Đức Phật thì đương nhiên người tu sĩ đó phi đức hạnh hay là phi phạm hạnh; người tu sĩ phi đức hạnh và phi phạm hạnh là người tu sĩ ngoại đạo, họ không phải là đệ tử của Đức Phật.

Đối với những vị thầy phạm giới phá giới thì chúng ta nên xa lánh họ, họ là trùng trong lòng sư tử, đang diệt Phật Giáo.

Giới thứ mười ba: Chăng đặng tay chống nạnh, ngồi trong nhà cư sĩ.

Chống nạnh là một hành động phách lối như giới trên đã dạy, ngồi mà chống nạnh lại còn phách lối hơn nữa, chỉ có bọn người chuyên môn đi đánh lộn, tánh tình ngang tàng, bướng bỉnh, chẳng biết phải trái, nên mới có những hành động ngồi mà chống nạnh.

Người có đạo đức không bao giờ có những hành động ngồi chống nạnh như vậy được, vì thế ngồi trong nhà người cư sĩ không nên chống nạnh. Người thế gian ngoài đời còn không ngồi như vậy, huống là một vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật. Hành động này khiến cho chúng ta nhìn thấy một vị tu sĩ giống như một kẻ ngang tàng, vô đạo đức, chớ không phải là những bậc Hiền Thánh Tăng. Vì vậy người tu sĩ Đạo Phật cần phải tránh xa những hành động chống nạnh, ngang tàng, thiếu giáo dục đạo đức làm người.

Người tu sĩ Đạo Phật ngồi không nên chống cằm, một tay hoặc hai tay. Chống cằm có nghĩa là người đang suy tư, lo buồn, u sầu một điều gì. Người tu sĩ Đạo Phật, tất cả đều buông xả sạch hết thì còn có gì mà lo buồn, u sầu. Những điều lo rầu, u buồn này không đúng đối với một vị tu sĩ Đạo Phật, người tu sĩ Đạo Phật luôn luôn thanh thản và vô sự. Tâm hồn lúc nào cũng vui tươi và an lạc, nên không bao giờ ngồi chống tay lên cằm.

Vị tỳ kheo, người tu sĩ của Đạo giải thoát, thì lúc nào cũng tỏ ra hoan hỷ, vui tươi chứ có đâu lại ngồi chống tay lên cằm tư duy, lo rầu, u não. Hành động như vậy không đúng tư cách đối với một vị tỳ kheo đã lìa đời sống thế gian; cần phải sửa sai những hành động này, không nên tập thành thói quen như vậy.

Hành động chống nạnh ngồi trong nhà người cư sĩ là một hành động vô đạo đức trong một gia đình có giáo dục. Làm người không nên có những hành động như vậy, rất là vô phép và thiếu lễ độ đối với mọi người.

Chống tay lên cằm, chứng tỏ có sự buồn khổ. Nếu ngồi trong nhà người mà buồn khổ tức là làm cho gia đình người ta buồn khổ lây; làm cho gia đình người ta buồn khổ lây tức là làm khổ người; làm khổ người tức là vô đạo đức. Mang đến niềm vui cho người thì nên làm, ngược lại thì nên tránh xa hành động chống tay lên cằm. Cách thức ngồi chống tay lên cằm không phải cách ngồi khoan thai của những bậc đại nhân mà là cách ngồi của những kẻ chiến bại, thất tình, tiêu cực, bi quan, yếm thế, v.v...

Hai hành động trên là những hành động thiếu đạo đức giải thoát của Đạo Phật, mà người tu sĩ đệ tử của Đức Phật cần phải tránh xa, vì phạm hạnh của người tu, vì làm gương hạnh đạo đức nhân quả cho tín đồ và cũng là nói lên tư cách của một vị tỳ kheo đệ tử Phật luôn luôn hoan hỷ trong tâm hồn giải thoát, để mọi người trông thấy mà không ai có thể khinh khi và chê trách được.

Tuy mới học mười ba giới chúng học trong đây mà chúng ta đã thấy rõ giới luật đức hạnh của Đạo Phật rất lợi ích cho mỗi con người. Đức Phật dạy đạo đức làm người trong cuộc sống rất cụ thể, thiết thực và rõ ràng. Từng hành động đạo đức của con người đều mang đến cho nhau những niềm vui an lạc. Càng học chúng ta càng say mê và thích thú; càng sống đúng đạo đức chúng ta càng thấy cuộc sống của mình như đang sống trong cõi Thiên Đàng, Cực Lạc.

Vì thế, mỗi khi được học một giới luật nào thì chúng ta hãy cố gắng thực hành cho bằng được, để đem lại lợi ích cho mình cho người một đời sống an vui và hạnh phúc.

Giới thứ mười bốn: Chăng đặng lác mình đi vào nhà người cư sĩ, cần nên học.

Lác mình nghĩa là nghiêng thân qua bên tay trái, qua bên tay phải và vừa rảo bước đi. Lác mình còn có nghĩa là làm dáng yếu điệu là lướt, đi theo kiểu tiểu thư đài các con nhà giàu sang, quý phái.

Vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni đệ tử của Đức Phật cần nên tránh xa những hành động làm dáng yếu điệu này, nó không phải dành cho những người tu sĩ chân chánh mà dành cho phái yếu (phái nữ), người thế tục.

Đối với người tu sĩ dáng đi yếu điệu không phù hợp, nhiều khi người ta nhìn thấy sẽ nghĩ rằng tu sĩ mà còn làm dáng đẹp, làm kiểu cách. Khi đã bỏ thân bằng quyến thuộc, của cải, tài sản, sang giàu và sắc đẹp, v.v... đi tu mà còn làm dáng đẹp để làm gì?

Giới luật Phật đã dạy: Chăng đặng trang điểm làm đẹp, đeo vòng hoa, chuỗi ngọc, đồ trang sức bằng vàng bạc đá quý, xoa dầu thơm, v.v... Như vậy một người tu sĩ không được trau dồi làm đẹp từ khuôn mặt, tóc, tai, chân mày, y phục, giày dép, dáng đi, cách đứng, v.v... Tất cả đều phải được giữ về tự nhiên, y phục không được trau dồi chải chuốt, đi đứng không

được sửa tướng đi, dáng đứng. Vì còn sửa tướng làm đẹp, làm dáng thì rất khó tu, nghĩa là rất khó buông xả. Bản chất người phụ nữ rất ưa thích làm đẹp, làm dáng, nên xưa Đức Phật từ chối không muốn nhận người nữ xuất gia là có lý này. Người còn làm dáng làm đẹp là tâm ham muốn đời còn nhiều, thì làm sao ly dục ly ác pháp được; nếu không ly dục ly ác pháp được thì làm sao xả cho sạch tâm được; mà xả sạch tâm không được thì con đường tu theo Đạo Phật như một giấc mơ mà thôi.

Có một cô gái rất đẹp đến xin với một thiền sư, để được tu hành, nhưng thiền sư từ chối:

- *Cô tu không được đâu.*

Cô ta buồn bã hỏi :

- *Sao con lại tu không được, thưa thiền sư ?*

Thiền sư đáp :

- *Tại cô quá đẹp.*

Cô ta rơi nước mắt và nghẹn ngào hỏi:

- *Như vậy người xấu mới tu được sao, thưa thiền sư?*

- *Đúng vậy, người có sắc đẹp khó yên thân tu hành, gặp nhiều điều phiền phức, thường được mọi người chú ý, nên tâm dễ bị động, dễ bị lôi cuốn và dễ bị sa ngã.*

Do thế, vị tỳ kheo Tăng và vị tỳ kheo Ni là những người tu sĩ đệ tử của Đức Phật mà còn làm dáng, yếu điệu, đi lác qua, lác lại, làm đẹp để như vậy thì đừng nên tu theo Đạo Phật, vì có tu theo Đạo Phật cũng chẳng ích lợi gì cho mình cho người khác mà còn làm hại uy danh của Phật Giáo, khiến cho người ta khinh chê các tu sĩ khác của Đạo Phật.

Đi lác qua, lác lại làm mất vẻ tự nhiên, thiếu trang nghiêm, thanh tịnh của kẻ xuất gia thoát tục. Vì thế vị tỳ kheo cần nên lưu ý giới này, đừng để vi phạm. Người ở ngoài đời nhất là thanh niên, họ còn không làm dáng yếu điệu như vậy, huống là chúng ta, những vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật, thì phải cẩn thận hơn nhiều về dáng đi, cách đứng.

Đối với Đạo Phật hành động đi yếu điệu là một hành động thiếu đạo đức hồn nhiên giải thoát của người tu sĩ, kẻ đi tu rồi mà còn làm dáng, làm đẹp, khiến cho người ta khinh chê Phật Pháp. Vì vậy vị tỳ kheo cần nên cảnh giác chớ nên để vi phạm giới này.

Giới thứ mười lăm: Chẳng đặng lác mình ngồi trong nhà cư sĩ, cần nên học.

Thầy tỳ kheo khi đến nhà người cư sĩ, phải sửa sang oai nghi đi, đứng, ngồi phải đúng cách. Ngồi phải trang nghiêm không được lác qua, lác lại, không được xoay thân ngó ngoái lại đằng sau hoặc lác mình ngó qua bên này, ngó lại bên kia, trông vật này đến vật khác, tỏ ra rất ưa thích giống như một kẻ bất lương. Đó là những hành động thiếu trang nghiêm, tề chỉnh, mất oai nghi tế hạnh của một người tu sĩ đệ tử Phật.

Ngồi mà lác qua lác lại, lúc nào cũng nhúc nhích thân, động đậy thân, đó là tiền căn của một loài khỉ vượn. Người nào bị chứng trạng này phải cố gắng khắc phục, thân tâm phải bất động, để khi ngồi phải giữ gìn cho được tề chỉnh, nghiêm trang. Nếu thân muốn lúc lác thì nhớ hướng tâm và nhắc: **Thân tâm bất động không được lác qua lác lại; phải nghiêm trang, tề chỉnh, mới xứng đáng là một vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật.**

Từ loài khỉ, vượn người ta tập luyện mãi, nó cũng thành thói quen không lúc lác, không nhảy nhót, cũng giống như con người. Đó là cách thức tập và rèn luyện loài khỉ vượn để làm xiếc cho mọi người xem. Hiện giờ chúng ta tu tập và rèn luyện những hành động đạo đức thân, miệng, ý của mình để làm người có đạo đức không làm khổ mình khổ người và nhờ sự luyện tập ấy sau này chúng ta mới mong trở thành những bậc Thánh Nhân thoát trần. Áp dụng và thực hành theo đúng như trong những giới luật Phật đã dạy thì chắc chắn mỗi người trong chúng ta sẽ tìm thấy một chân trời giải thoát.

Sự tu tập rèn luyện thân, miệng, ý của chúng ta về đạo đức và đạo hạnh trong giới luật của Đức Phật, cũng giống như nhà huấn luyện khỉ, vượn để làm trò xiếc. Họ đã thành công thì chúng ta cũng phải thành công, không có khó khăn gì.

Vậy, nếu hằng ngày chúng ta chuyên cần như lý tác ý để hướng tâm, dẫn tâm ghi khắc mãi những hành động thân, miệng, ý toàn thiện thì chúng ta sẽ trở thành những con người có đạo đức đầy đủ, đạo đức ấy đã giúp chúng ta thoát khổ, mà người đời gọi chúng ta là những bậc Thánh Tăng.

Những oai nghi tế hạnh mà trong một trăm giới chúng học đã dạy chúng ta là những hành động của một con người có đầy đủ đạo đức làm người, chứ chưa phải là những hành động đạo đức của bậc Thánh Nhân. Nếu chúng ta có đủ duyên học và tu tập tiếp những giới luật dạy về Đạo Đức Làm Thánh Nhân thì chúng ta sẽ thích thú vô cùng, vì được sống trong những hành động giải thoát hoàn toàn, không còn lo lắng, sợ hãi, khổ đau trong bốn nỗi khổ của kiếp làm người: sanh, già, bệnh, chết.

Người tu sĩ Đạo Phật ngày nay lại có những hành động ngồi lúc lác bất an, thì làm sao bằng một người bình thường thể tục có đạo đức ở ngoài đời. Hành động này là hành động của loài khỉ, vượn còn sót lại trong chúng ta, chứ con người thì phải tề chỉnh, nghiêm trang. Nếu những ai còn có những hành động này là nghiệp lực duy trì của loài khỉ vượn còn sót lại ở kiếp trước mà kiếp này chưa quên.

Cho nên vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật cần phải lưu ý và giữ gìn những oai nghi tế hạnh này, để không bao giờ vi phạm, vì vi phạm sẽ làm mất giá trị chung cho các tu sĩ Đạo Phật chân chánh khác và tội ấy phải chịu khổ đau muôn kiếp, muôn đời.

Giới thứ mười sáu: Chẳng đặt lác cánh tay đi vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Vừa đi vừa lác cánh tay, có nghĩa là thông hai cánh tay đưa tới đưa lui, từ trước ra sau, từ sau ra trước theo bước chân đi. Vị tỳ kheo khi đi vào nhà cư sĩ hoặc đi ngoài đường cũng không nên lác cánh tay (đánh đàng xa), đưa mạnh hai tay theo hướng ngược nhau và theo bước chân đi như quân đội. Đi như vậy không đúng cách của người tu sĩ Phật Giáo.

Hạnh đi đứng của người tu sĩ Phật Giáo không thể đánh đàng xa mạnh như vậy được, sẽ làm mất oai nghi tế hạnh đằm thắm, dịu hiền của người tu sĩ Đạo Phật.

Bởi vậy, khi làm người tu sĩ Đạo Phật, chúng ta cần phải dè dặt mỗi hành động thân, miệng, ý của mình và còn phải luôn luôn giữ gìn cho đúng một trăm giới chúng học, tức là một trăm oai nghi tế hạnh của một người có giáo dục đạo đức trong nhà Phật. Nếu chúng ta không giữ gìn nghiêm chỉnh một trăm giới chúng học này, thì chúng ta là những người thiếu giáo dục đạo đức làm người của Đạo Phật. Làm người phải có đạo đức, nếu không có đạo đức thì những hành động hằng ngày trong cuộc sống sẽ thô lỗ, phách lối như bọn côn đồ, du đảng. Đối với nhà Phật sẽ không chấp nhận những người này trong tôn giáo của mình.

Một trăm giới chúng học này chỉ dạy những hành động đạo đức của một con người, để xứng đáng là một con người. Những hành động đạo đức này chưa phải là những hành động đạo đức của bậc Thánh Nhân, nhưng trước khi tu tập và rèn luyện những hành động đạo đức của bậc Thánh Nhân thì phải có đầy đủ oai nghi tế hạnh đạo đức của một con người.

Trước khi muốn làm một bậc Thánh Tăng giải thoát trong Đạo Phật thì chúng ta phải đầy đủ đức hạnh của một con người, tức là phải giữ gìn một trăm giới chúng học nghiêm chỉnh, không hề vi phạm một lỗi nhỏ nhặt nào cả, rồi mới học đến đức hạnh của các bậc Thánh Tăng mới được.

Chỉ khi nào một trăm giới chúng học chúng ta đã giữ gìn trọn vẹn và nghiêm túc thì mới bắt đầu sống và thấy được một phần nào đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người trong cuộc sống giao tiếp với mọi người hằng ngày.

Vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật không giữ gìn một trăm giới chúng học, thì đương nhiên chẳng bằng người thể tục có giáo dục đạo đức Nho Giáo. Trong cuốn Thiền Lâm Bảo Huấn các nhà sư Trung Hoa thường lấy đạo đức Nho Giáo đem ra giảng dạy chúng Tăng hơn là dạy đạo

đức của Phật Giáo. Ở Việt Nam Thầy Tổ của chúng ta cũng vậy, không bao giờ dạy đạo đức Phật Giáo, nên hiện giờ tu sĩ Phật Giáo cũng chẳng biết đạo đức Phật Giáo là pháp môn gì.

Muốn trở thành những bậc Thánh Tăng giải thoát của Đạo Phật mà không học đạo đức của Đạo Phật, mà lại học đạo đức của Nho Giáo, thì những vị tỳ kheo này làm sao trở thành những bậc Thánh Tăng được, chỉ trở thành những cụ Đồ Nho mà thôi: Vạn Hạnh dung tam tế.

Bởi vậy, làm một vị tỳ kheo muốn sống đúng giới luật của Phật, không phải dễ đâu! Vì thời đại hiện giờ vật chất quá nhiều, khó mà buông bỏ, nên phần nhiều hiện giờ người ta tu ăn, tu mặc, tu danh, tu lợi, tu chùa to, Phật lớn, nhưng họ khéo lý luận để vừa lừa dối tâm họ mà cũng vừa lừa dối những người khác bằng: Làm chùa to Phật lớn để cho Tăng, Ni tu hành, chứ không làm cho cá nhân mình. Có một số rất nhiều vị tỳ kheo giới đức và giới hạnh chẳng ra gì, còn thua người ngoài đời rất xa, nếu so với một nhà Nho giữ gìn đạo đức tam cương, ngũ thường, nhân, nghĩa, lễ, trí, tín của Nho Giáo, thì tu sĩ Phật Giáo hiện giờ đối với giới luật của Đức Phật thì chỉ là số không.

Trong khi Đạo Phật đã có đầy đủ giới luật dạy về đức hạnh, từ đạo đức làm người đến đức hạnh làm một bậc Thánh Tăng. Tất cả những đạo đức này đều nằm trọn trong Tạng Giới Luật rất đầy đủ, từ oai nghi tế hạnh đạo đức của con người đến oai nghi tế hạnh đạo đức của bậc Thánh Nhân, rõ ràng và cụ thể, không thiếu một hành động nào mà không có. Thế mà tu sĩ Đạo Phật lại không lưu ý và quan tâm đến nên oai nghi tế hạnh đạo đức của họ chẳng ra gì.

Người tu sĩ Đạo Phật chỉ cần học và hành đúng giới luật của Đức Phật thì đạo đức ở ngoài đời sống thế tục và các tôn giáo khác không có một đạo đức nào hơn được. Riêng về đạo đức Thánh Nhân thì không có kinh sách nào dạy đạo đức Thánh Nhân hơn kinh sách của Phật Giáo được. Bằng chứng chúng ta tu tập, rèn luyện và trau dồi chỉ một trăm giới chúng học này mà thôi thì đạo đức con người cũng không ai bằng được và chẳng bao giờ có ai chê trách được điều gì, huống hồ học và sống đúng toàn bộ giới luật của Đức Phật thì mọi người sẽ nằm phục sát đất cho những vị tỳ kheo bước đi với lòng cung kính và tôn trọng tuyệt đối, như lời Đức Phật đã dạy trong kinh Nikaya.

Một trăm giới chúng học là một trăm oai nghi đạo đức đi, đứng, nằm, ngồi, nói, nín, ăn, uống, ngủ, nghỉ, rất đầy đủ đức hạnh của một con người có giáo dục đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người, mà nếu ai đặt trọn lòng tin sống đúng một trăm giới luật này thì cuộc sống của họ sẽ an vui, hạnh phúc vô cùng.

Bởi vậy, chúng ta là những người có đủ phước duyên rất lớn mới tu theo Đạo Phật và gặp được chánh pháp đức hạnh toàn thiện của Đạo Phật để học tập, trau dồi và rèn luyện đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người, nhờ đó chúng ta được hoàn toàn giải thoát khỏi khổ của đời sống hiện tại và mai sau.

Nếu quý vị chưa tin, xin hãy đọc trọn bộ Giới Đức Làm Người, tức là một trăm giới chúng học trong các bộ giới luật của Đức Phật thì quý vị sẽ rõ lời tôi nói là chân thật.

Giới thứ mười bảy: Chẳng đặng ngồi trong nhà cư sĩ lắc cánh tay, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi ngồi trong nhà người cư sĩ phải giữ vững thân mình, hai tay thả xuôi theo thành ghế, ngồi phải tề chỉnh, không nên động tay, động chân hoặc múa tay, múa chân, tức là lắc tay, lắc chân, ngồi phải vững vàng. Nếu có ai hỏi, trước hết phải lấy giới phòng hộ sáu căn, giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý xong rồi, mới thuận theo câu hỏi mà đáp.

Không được vừa đáp vừa múa tay múa chân (làm điệu bộ), phải hết sức ôn tồn, điềm đạm trả lời, không được cao tiếng tranh luận và giữ thân bất động nhẹ nhàng.

Có giữ gìn oai nghi tế hạnh như vậy, thì mới xứng đáng là vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật, mới đúng là người có đạo đức, sống và làm việc đúng theo một trăm giới chúng học, không hề phạm phải một lỗi nhỏ.

Hành động ngồi trong nhà người cư sĩ mà hai tay động đậy, lúc lắc, không nghiêm chỉnh, đối với Đạo Phật được xem là hành động thiếu đạo đức, vì thân tâm còn động đậy; còn động đậy tức là còn tâm ham muốn và ác pháp; còn thân tâm ham muốn và ác pháp thì thân tâm thường lúc lắc, do đó sự sống trầm lặng chưa yên; sống trầm lặng chưa yên thì người đó bản chất còn mang loài cầm thú. Tại sao vậy? Tại vì, con thú vật không bao giờ sống trầm lặng yên tịnh được.

Muốn thân tâm yên tịnh và sống một đời sống trầm lặng, nên Đạo Phật có những pháp môn tu tập và rèn luyện thân tâm bất động, đó là những loại thiền định: Bất động tâm định hay là thân định trên tâm, tâm định trên thân hoặc phải tập luyện sống trầm lặng, độc cư thì thân tâm mới bất động.

Nhờ có tu tập và sống trầm lặng, độc cư như vậy thì thân tâm mới bất động và không còn lúc lắc thì đạo đức phạm hạnh của người tu sĩ Phật Giáo mới trọn vẹn.

Người tu sĩ tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni thường sống thân tâm bất động, thích trầm lặng, độc cư, đó là đạo hạnh của mình, hay là đạo hạnh của những bậc Thánh Tăng, còn người cư sĩ giữ gìn thân tâm bất động, tu tập sống trầm lặng, độc cư đó là đạo đức làm người không làm khổ mình khổ người, thường có tâm hỗn độn đăm, nghiêm túc khi đối xử với những người khác. Vì thế chúng ta cũng cần nên tập luyện đạo đức này, tức là im lặng bất động là vàng, nói năng động đậy là đất.

Cho nên Đạo Phật dạy người lấy bất động thân tâm làm giải thoát, nếu thân tâm ai đã bất động trước các pháp và các cảm thọ thì người ấy đã giải thoát, không còn phải tu tập những gì khác nữa.

Giới luật của Đạo Phật cũng dạy như vậy: Chẳng dặng ngồi trong nhà cư sĩ lúc lắc cánh tay, cần nên học. Đạo đức bất động tâm định và bất động thân định là những pháp đầu tiên của Đạo Phật dạy về oai nghi tế hạnh làm người. Nếu ai hay động đậy, lúc lắc thân mình, đó là không đúng tư cách đạo đức của Đức Phật, được xem là người thiếu giáo dục đạo đức về sự nghiêm trang, tề chỉnh.

CHƯƠNG III: NGỒI, ĐỨNG PHẢI ĐÚNG CÁCH

(Có 7 giới từ 18-25)

Giới thứ mười tám: Khéo che thân kín đáo, khi ngồi vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi vào ngồi trong nhà người cư sĩ, y áo phải khéo léo che thân kín đáo, không được bày lộ da thịt thân mình hở hang hoặc tay, chân, ngực, bụng, v.v...

Người tu sĩ Đạo Phật, ăn mặc phải kín đáo, dè dặt khi y, áo bị rách hoặc chưa phủ kín thân thì không được bước chân ra đường hoặc vào nhà cư sĩ. Nếu không để ý, y áo lòi thòi, làm mất vẻ nghiêm trang và thiếu đúng đắn đạo hạnh của một người tu sĩ chân chánh Đạo Phật thì người hiểu biết sẽ đánh giá trị là kẻ lừa đảo tín đồ buôn Phật bán Pháp, làm ô uế Đạo Phật.

Người thế tục ở ngoài đời có giáo dục đạo đức, cũng còn không ăn mặc hở hang, lòi thòi, xốc xếch, huống là một vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật lại ăn mặc bày da, hở thịt hay sao?

Vì thế, người tu sĩ Đạo Phật khi ăn mặc cần phải cẩn thận hơn, y áo mặc, đắp phải ngay ngắn, tề chỉnh và kín đáo, thì mới xứng đáng là người đệ tử của Đức Phật và không phạm lỗi vào oai nghi tế hạnh của một trăm giới luật chúng học.

Oai nghi tế hạnh trong một trăm giới chúng học, quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni phải cố gắng giữ gìn nghiêm túc đừng để vi phạm. Vì những vi phạm vào giới luật này sẽ làm Phật Pháp suy đồi và Đạo Phật sẽ biến mất. Đạo Phật biến mất thì những gì quý báu nhất của loài người cũng sẽ bị mất, đó là nền đạo đức nhân bản nhân quả không làm khổ mình khổ người mà tôi đã từng nhắc đi nhắc lại nhiều lần. Phật Giáo hiện giờ đầy ắp những thứ do tà giáo ngoại đạo lồng vào biến thành những hình thức mê tín, lừa đảo, lường gạt người khác một cách trắng trợn mà không có pháp luật nào bắt tội họ được.

Cho nên Đạo Phật mất thì trên thế gian này loài người chịu một thiệt thòi rất lớn. Tại sao vậy?

Nền đạo đức nhân bản của Đạo Phật không có thì loài người sẽ xâu xé và giết hại lẫn nhau, một bằng chứng rất cụ thể là thế giới không lúc nào không có chiến tranh và không có nước nào không có trộm cắp cướp của giết người. Nếu con người trên hành tinh này có được nền đạo đức ấy thì người người sẽ không làm khổ cho nhau, họ sẽ xây dựng cảnh sống thế gian này trở thành một cảnh sống Thiên Đàng mà mọi người đang mơ ước.

Cách đây 2542 năm Đạo Phật xuất hiện ra đời chưa đầy trăm năm mà đã bị giáo pháp Bà La Môn chìm mất, gần như tín đồ Phật Giáo không còn hiểu biết giáo pháp của Phật là giáo pháp nào. Cho nên đạo đức nhân bản của Đạo Phật rất thiết thực, cụ thể và lợi ích to lớn cho kiếp sống của con người trên hành tinh này, thế mà hiện giờ mọi người chẳng có ai biết đến, không những tín đồ cư sĩ mà ngay cả những vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni cũng chẳng biết. Đạo đức của Đạo Phật mà họ còn chẳng biết thì thử hỏi còn pháp môn thiền định nào của Phật Giáo mà họ hiểu đúng được.

Họ hiểu giáo pháp của Đức Phật qua ống kính của giáo pháp Bà La Môn bằng những lý thuyết suông như trong kinh Đại Thừa có câu chuyện:

Một vị Tiên nhân đắc ngũ thông muốn đến cầu pháp với Phật, ông ta bèn nhổ hai cây hoa ngô đồng để dâng cúng Phật, khi đến gặp Phật ông cầu pháp giải thoát, Đức Phật bảo:

- Buông xuống.

Ông ta liền buông một cây ngô đồng xuống, nhưng Đức Phật lại bảo:

- Buông xuống nữa.

Ông ta liền buông cây ngô đồng còn lại trên tay xuống, nhưng Đức Phật lại bảo:

- Buông xuống nữa.

Lúc bấy giờ ông ta lấy làm lạ hỏi:

Bạch Đức Thế Tôn, con đã bỏ hết còn gì mà bỏ nữa?

Đức Phật giải thích :

- Ta bảo ông muốn giải thoát thì phải bỏ căn, trần, thức chứ không phải bảo ông bỏ hai cây ngô đồng, bỏ hai cây ngô đồng thì làm sao có giải thoát được.

Câu chuyện trên chỉ là một lý luận suông chứ không có thực hành được, vì con người có thể bỏ sáu trần như: sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp, còn sáu căn như: mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý và sáu thức như: nhãn thức, nhĩ thức, tỷ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức thì không có cách nào bỏ được; chỉ lý luận vui chơi như: thấy như không thấy, nghe như không nghe, biết như không biết. Do những lý luận suông này, nên hết đời này đến đời khác chẳng ai tu giải thoát sanh, già, bệnh, chết cả, chỉ là những huyền thoại lừa đảo, lường gạt tín đồ và mọi người với những lý luận tuyệt vời: Kiến tánh thành Phật, tánh thấy, tánh nghe, tánh biết, ngũ uẩn giai không, xả căn, trần, thức, độ hết chúng sanh thành Phật, v.v...

Nhưng đến thời đại chúng ta đã có người tu đúng giáo pháp của Đức Phật; người này thấy được rõ ràng thâm ý ác độc của Bà La Môn Giáo quyết tâm diệt sạch Phật Giáo trên hành tinh này bằng chiêu bài Giáo Chủ Đức Phật Di Lặc ra đời, thay thế Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Nếu sự thay thế này được thành tựu thì Đạo Phật sẽ bị diệt mất. Đây là có một sự sắp xếp từ xưa của các giáo sĩ Bà La Môn, họ an bày một cuộc cách mạng Phật Giáo, chỉ còn chờ ngày lật đổ Đức Phật Thích Ca mà thôi.

Trước khi lật đổ Đạo Phật, họ đã đưa giáo pháp của họ lồng trong giáo pháp của Phật Thích Ca và họ còn chế ra Bồ Tát giới cấm tu sĩ và cư sĩ không được học và tu theo Giáo Pháp Nguyên Thủy của Phật, cho đó là giáo pháp của Thịnh Văn, Nhị Thừa ngoại đạo.

Từ khi Đức Phật Thích Ca Mâu Ni nhập diệt đến giờ đã có hơn hai nghìn năm, Đạo Phật chỉ còn là hình thức và danh từ, nghĩa là những tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni đã vi phạm và phá sạch giới luật của Đạo Phật. Họ không còn là những vị tu sĩ chân chánh, sống đầy đủ đức hạnh, làm gương tốt cho tín đồ. Họ là những vị tỳ kheo của Bà La Môn Giáo thường làm những việc mê tín như tụng kinh, niệm Phật, cúng bái, cầu khẩn, xây chùa, đúc chuông, xây tháp, đúc tượng Phật to, ngồi thiền ức chế tâm, niệm bùa, đọc chú, bắt ấn, v.v... làm hao tài, tổn của của biết bao nhiêu của đồng bào Phật tử trong nước cũng như ở ngoại quốc. Họ chẳng làm lợi ích gì cho con người trong thực tại bằng những đạo đức làm người, bằng mồ hôi nước mắt của họ. Họ lại còn gây tạo ra tai hại rất lớn, đó là dẫn dắt con người vào thế giới siêu hình mê tín, thần quyền, phi đạo đức, phi nhân quả, v.v...

Cho nên người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải thấy trọng trách của mình là không những giữ gìn một trăm giới chúng học cho nghiêm chỉnh mà còn phải giữ gìn tất cả giới luật của Phật, không được vi phạm, vì vi phạm những giới luật này, oai nghi tế hạnh đạo đức làm người, làm Thánh Tăng sẽ mất đi. Đạo đức làm người, làm Thánh Tăng mà mất đi thì sẽ không xứng đáng là đệ tử của Đức Phật, nhất là trong cách thức ăn mặc cần phải được kín thân, không được hở hang, bày da hở thịt và không được lồi thối, xốc xếch, v.v...

Bày da hở thịt là cách thức khiêu dâm gợi dục, mà khiêu dâm gợi dục là những hành động của hạng người phạm phu tục tử, chỉ biết mua bán thể xác để có cuộc sống hèn hạ. Những hạng người này không phải là con người mà là con thú vật không biết xấu hổ. Họ bán dâm dục như một nghề làm ăn sinh sống. Họ cho sự dâm dục cần thiết như là sự ăn và ngủ. Họ đâu biết rằng ăn, ngủ là hai phương tiện để sống; nếu không ăn và ngủ thì con người không thể sống được; còn không dâm dục thì người ta vẫn sống và sống một cách khỏe mạnh hơn người dâm dục nhiều.

Người đời thường lập luận coi dâm dục cần thiết giống như ăn và ngủ thì không đúng. Nếu con người dâm dục không đúng cách đạo đức làm người thì có khác nào một con thú vật. Cho nên dâm dục phải trong đạo đức, trong tình nghĩa vợ chồng, phải chung thủy và trung thành với nhau; còn dâm dục nay người này mai người khác không có luân thường đạo lý, đó là kẻ vô đạo đức.

Những bậc Thánh Nhân thì không thể như con người phạm phu thường tình được. Họ phải hoàn toàn tuyệt dâm dục. Có tuyệt dâm dục thì mới được gọi là Thánh Nhân, nếu còn dâm dục thì không được gọi là Thánh Nhân. Cho nên giới hạnh về ăn mặc thì phải kín đáo, không khiêu gợi dâm dục. Hành động ăn mặc kín đáo không bày da hở thịt là những hành động đạo đức của con người đạo đức và của những bậc Hiền Thánh.

Giới thứ mười chín: Không được mặc các loại y áo của người cư sĩ, cần nên học.

Vị tỳ kheo phải ăn mặc đúng cách, y hạ, y trung và y thượng, ba y một bát phải đầy đủ khi ra đường cũng như đến nhà cư sĩ. Thân mình ăn mặc kín đáo không được hở hang, không được mặc y áo của người cư sĩ, không nên mặc áo tròng đầu, áo thêu bông hoa hoặc túi bát thêu màu mè, cây, cảnh, hoa, lá, v.v... Không được mặc áo có sọc hoặc áo ca rô, không nên mặc áo bằng các loại da thú, không nên mặc áo cặp (áo kép, áo đôi), không nên mặc áo bằng vỏ cây, bằng lá cây, bằng anh lạc, bằng lông, bằng tóc, bằng lông đuôi ngựa, v.v...

Nói chung tất cả hàng lụa vải tốt, vải nhập mà người thế gian đang may mặc các loại y, áo, cũng như các loại pháp y của ngoại đạo, vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật không nên may sắm, mặc, nhất là các loại y áo của ngoại đạo thì lại càng không được bắt chước may mặc.

Hiện giờ giới tu sĩ Phật Giáo Việt Nam ăn mặc đủ loại, bắt chước y áo của các tôn giáo khác và màu sắc đủ loại; sửa bên này, chấp bên kia, giống như y áo thế gian, chạy theo mode thời đại nên áo chẳng ra áo, y chẳng ra y, áo đời cũng chẳng ra áo đời, áo đạo cũng chẳng ra áo đạo.

Lại có một số tu sĩ ăn mặc theo y áo thể tục; áo thun, áo blouse, áo veston, áo len, v.v... kiểu, mode ngoài đời.

Tu sĩ Phật Giáo hiện giờ ăn mặc theo kiểu Phật Giáo mới (Tân Tăng). Từ cách ăn mặc, cho đến cách tu hành đều không giống như Đức Phật và chúng Thánh Tăng ngày xưa lúc còn tại thế. Vì thế, giới luật Phật không còn giới nào mà họ không vi phạm; cho nên tu mãi thành danh, thành lợi, thành bọn ma vương, quỷ la sát, v.v... chớ không thành bậc giải thoát.

Nếu mùa đông rét lạnh thì nên mặc nhiều lớp y, chớ không nên mặc áo lông thú.

Người tu sĩ Đạo Phật còn thích mặc áo thể gian thì nên trở về đời sống cư sĩ, vì tâm đời còn đầy áp ham muốn thì làm sao tu giải thoát theo Đạo Phật được. Tu giải thoát là phải buông bỏ sạch các pháp thể gian, chỉ còn mặc y, áo xấu xí, lấy vải bó thân ma thô xấu kết lại thành một miếng vải lớn để vấn cho kín đáo thân, do vậy mà có tên gọi là áo Cà Sa.

Nếu vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni, ăn mặc sang đẹp theo cách áo quần thể gian, thì đó là tu sĩ của ngoại đạo chẳng phải là đệ tử của Đức Phật. Đức Phật ngày xưa đắp y phần tảo, ngày nay đệ tử của Người không còn như vậy nữa. Chúng tỳ kheo Tăng và chúng tỳ kheo Ni đã vi phạm một trăm giới chúng học này, không còn một giới nào mà không vi phạm. Vì giáo pháp Đại Thừa là giáo pháp bị thể tục hóa nên đã lừa đảo và biến họ thành những tu sĩ ngoại đạo, mà chính họ cũng không hay biết, cứ ngỡ mình là tu sĩ tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni đệ tử của Đức Phật.

Giới thứ hai mươi: Không được liếc ngó hai bên khi đi vào nhà cư sĩ, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi đi đường cũng như đi vào nhà người cư sĩ, không nên liếc ngó trước sau và xung quanh. Phạm hạnh của người tu sĩ là phải phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý của mình, để không bị dính mắc sáu trần: sắc, thanh, hương, vị, xúc và pháp. Vì thế, không được ngó qua, ngó lại, chỉ ngó xuống hoặc ngó ngay phía trước chừng một du dà, (một du dà dài bằng bốn cánh chò), không nên ngó một bên mà cũng không nên ngó ngoái lại đằng sau lưng, cứ thẳng mà ngó ngay tới phía trước và bước chậm rãi mà đi, nhưng phải dự phòng loài trâu, ngựa, chó dữ v.v.. không nên đi gần nó lắm.

Vị tỳ kheo, không nên gục đầu như ngựa đi, như kiểu người khiêng kiệu, không được xem ngó đồng tây, nếu khi muốn nhìn ngó chỗ nào thì phải xoay hết mình qua hướng đó rồi mới xem. Tất cả những lời dạy trên đây đều nằm trong giới luật của Phật, vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật cần nên lưu ý và cố gắng giữ gìn, đừng để cho sai phạm. Chính không cho sai phạm những oai nghi tế hạnh này tức là đã góp phần vào sự xây dựng và chấn hưng Phật Giáo, chớ không phải cất chùa to Phật lớn làm cảnh quang đẹp đẽ. Và cũng chính không cho sai phạm những giới luật này là để tâm ly dục ly ác pháp; có ly dục ly ác pháp thì đời sống tu sĩ mới có sự giải thoát.

Những giới luật này chúng ta phải hiểu, nó giúp cho sự tu tập của chúng ta rất lớn về sự phòng hộ sáu căn. Có phòng hộ sáu căn thì tâm chúng ta mới dễ ly dục ly ác pháp, chính ly dục ly ác pháp là pháp môn Độc cư nội tâm của chúng ta. Mục đích giới luật là để thực hiện tâm không phóng dật.

Nhờ tâm có ly dục ly ác pháp thì giới luật mới thanh tịnh; giới luật có thanh tịnh thì tâm mới thanh tịnh; tâm có thanh tịnh thì tâm mới nhập được các Thánh Định, còn tâm chưa thanh tịnh mà tu thiền định là tu tà thiên. Do vậy ta mới biết rõ cần phải sống và tu tập giới luật cho nghiêm túc, không được vi phạm một lỗi nhỏ, thì mới mong nhập được các chánh định của Đạo Phật.

Hành động đi không ngó qua, ngó lại là hành động phòng hộ sáu căn của người mới tu theo Đạo Phật, nhưng phải hiểu đó là những hành động đạo đức và đạo hạnh của những bậc Thánh Nhân. Người đời không thể có những hành động này được, vì tâm họ còn tham đắm

quá nhiều vật chất nên dễ bị lôi cuốn vào các pháp thế gian: mắt luôn luôn nhìn ngó hai bên, tai luôn luôn thường nghe ngóng không có thứ gì bên ngoài mà họ bỏ sót, mọi sự việc xảy ra họ đều bị dính mắc trong tâm cả.

Đi không ngó qua, ngó lại là một việc làm rất khó, chứ không phải dễ. Nếu không có nhiệt tâm tu giải thoát theo đường lối của Đạo Phật đã dạy về Cách thức phòng hộ sáu căn thì không bao giờ có ai giữ gìn được điều này.

Chỉ có những hàng Thánh Nhân mới có những hành động đi ngó xuống và không bao giờ ngó qua, ngó lại, liếc tới, liếc lui, đó là các Ngài đã quét sạch lòng ham muốn và ác pháp trong tâm của mình, nên nhờ đó đi nhìn xuống mà rất tự nhiên, không có một chút gò ép và ức chế tâm mình.

Hàng phàm phu tục tử không thể nào có hành động nhìn xuống này được, dù có cố gắng cách nào cũng không giữ nhìn xuống một cách tự nhiên được. Tại sao vậy?

Vì tâm của họ còn ham muốn quá nhiều. Cho nên đây là những Thánh hạnh, đạo đức của bậc Thánh, không thể phàm phu mà thực hiện được. Một trăm giới chúng học này rất là cao quý, không những dạy trau dồi tu tập đạo đức làm người mà còn chỉ dạy những hành động đạo đức của bậc Thánh Nhân. Nhưng đây chỉ là một trong hai giới luật làm gạch nối từ đạo đức làm người đến đạo đức Thánh Nhân.

Vậy các vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni muốn trở thành những bậc Thánh Tăng và Thánh Ni thì chỉ cần nghiêm trì giới luật nghiêm túc, trước tiên, quý vị xứng đáng là đệ tử của Đức Phật, là những bậc Thánh Tăng và Thánh Ni, sau, quý vị là những gương hạnh đạo đức tốt cho tín đồ soi và còn giữ gìn mạng mạch của Phật Giáo được trường tồn muôn đời.

Giới thứ hai mươi mốt: Không được liếc ngó hai bên khi ngồi trong nhà người cư sĩ, cần nên học.

Vị tỳ kheo, phàm ngồi trong nhà người cư sĩ, tâm phải chân chánh, mắt phải ngó ngay và nhìn xuống, buộc tâm tưởng niệm mà ngồi, không nên xem người qua kẻ lại trong nhà, cũng như xem bọn trẻ con ca, múa, hát v.v...

Khi đến nhà người cư sĩ, người chủ nhà chưa mời ngồi thì không nên ngồi, phải xem xét kỹ lưỡng chỗ nào là chỗ dành riêng cho người tu sĩ thì mới ngồi, còn bằng không thì đứng nói một vài điều cần thiết rồi xin phép cáo lui.

Nếu vào nhà cư sĩ chưa được mời mà ngồi liền, thì không đúng tư cách đạo đức của người tu sĩ. Nhưng khi được mời ngồi, mà chỗ ngồi không phù hợp với người tu sĩ như: giường, chõng, võng, ghế nằm của phụ nữ và của trẻ con thì xin phép được đứng nói chuyện một lúc rồi cũng xin cáo lui đi.

Phàm con người có giáo dục đạo đức, khi đến nhà người khác, thì không được nhìn liếc ngó lung tung, phải nghiêm trang nhìn ngó xuống chân mình, chỉ khi nào người chủ nhà giới thiệu những vật dụng trong nhà và hướng dẫn đi xem, thì người tu sĩ phải đoan trang nhìn mọi vật với tâm không ham thích. Mọi vật dù có đẹp đến đâu, có kỳ lạ đến đâu, nó cũng là các pháp vô thường, không nên vì các vật đó để tâm thấy tốt xấu. Phải nhìn nó bằng đôi mắt bàng quang, dù nó có tiện nghi cho đời sống như thế nào thì nó cũng chỉ toàn là ác pháp, thường mang đến sự đau khổ cho loài người, vì loài người ham thích nên thường sanh ra tranh chấp, tạo biết bao nhiêu sự khổ đau cho nhau.

Cho nên khi vào nhà người cư sĩ mà giữ gìn được tư cách đạo đức ngồi đúng nơi, đúng chỗ là người biết giữ gìn giới luật để không làm mất uy danh của Phật Giáo. Đó là một điều rất khó, phải nói cách thức ngồi trong nhà người cư sĩ cho đúng cách không phải là việc dễ, phải

ngồi như thế nào để hiện tượng phước điền, khiến cho mọi người sanh lòng cung kính và tôn trọng.

Người giữ gìn được Thánh hạnh này là bậc Thánh Tăng, không phải phàm phu mà giữ được. Hàng phàm phu dù có cố giữ gìn cũng chỉ là hình thức bên ngoài, chứ nội tâm thì không phải vậy. Cho nên giới này rất khó chứ không phải dễ giữ gìn. Chớ nên xem thường một trăm giới chúng học là một trăm giới khinh tội nhẹ. Một trăm giới luật này là một trăm hành động đạo đức của con người và của Thánh Nhân, không phải là thứ đạo đức tầm thường.

Giới thứ hai mươi hai: Đi vào nhà cư sĩ phải giữ gìn im lặng, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi đi vào nhà người cư sĩ, không được ở ngoài cổng kêu réo, gọi to tiếng, hoặc đứng trước cổng nói chuyện lung tung, đó là làm mất vẻ oai nghi tế hạnh của người tu sĩ. Khi đến trước cổng nếu không thấy ai thì phải đứng đợi, chờ khi có người ra rồi mới ra dấu xin mở cửa cho vào. Khi vào trong nhà phải sống trầm lặng, ít nói, nếu có việc gì cần thì nói một vài lời, ai có hỏi điều gì thì trả lời gọn nhẹ, không được giải thích lòng vòng. Nếu có ai nhắn gởi điều chi mà chưa thông hiểu thì ôn tồn nhã nhặn hỏi lại.

Vị tỳ kheo khi đến trước cổng nhà người thì cần phải giữ gìn im lặng không được kêu réo om sòm như trên đã dạy, phải chịu khó chờ đợi, nếu chờ đợi không thấy ai thì ta đến nhà người kể bên, nhờ người khác đến gọi dùm. Đó là chúng ta rất cần gặp chủ nhà vì có duyên sự cần thiết, nếu không có việc cần thì chúng ta trở về, chẳng nên làm động ai cả.

Đạo hạnh của người tu sĩ là phải vậy, lúc nào cũng giữ im lặng, không được làm ồn náo, đó là một hành động đạo đức của người có giáo dục trong gia đình Phật Giáo. Ngược lại người không có giáo dục đạo đức của Phật Giáo, thường đi ngoài đường, cũng như đến nhà người khác hay nói chuyện phiếm, chuyện này dẫn đến chuyện khác, chuyện không ích lợi, chuyện tào lao. Tiếng nói to lớn, có khi vừa nói vừa cười làm ồn náo, không có vẻ nghiêm trang thanh tịnh chút nào cả.

Ngoài đời, những người có đạo đức họ còn giữ gìn im lặng, tề chỉnh, ít nói, thường lắng nghe, cái gì đáng nói thì nói, cái gì không đáng nói thì thôi, không nói bậy bạ. Đó là những hạng người có giáo dục trong gia đình đạo đức, còn những người không có giáo dục đạo đức thì chúng ta xin miễn nói, dù có nói thì cũng chẳng ích lợi gì cho họ, chắc chắn không bao giờ họ nghe chúng ta.

Riêng tu sĩ Phật Giáo, chúng ta cần phải giữ bổn phận của mình, vì muốn thoát ra mọi sự khổ của kiếp làm người; vì phải sống đúng gương hạnh đạo đức giải thoát không làm khổ mình khổ người để cho tất cả tín đồ soi; vì Phật Pháp trường tồn và hưng thịnh nên chúng ta phải sống đúng giới luật để làm thầy Trời, Người. Vì thế, chúng ta cần phải giữ gìn im lặng, không được to tiếng, kêu réo, la lối, hú, gọi, v.v...

Có như vậy mới xứng đáng là những vị tỳ kheo Tăng và những vị tỳ kheo Ni đệ tử của Đức Phật; có như vậy mới xứng đáng là bậc Thánh Tăng và Thánh Ni, là Thầy Trời Người.

Tóm lại người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải giữ gìn im lặng, nghiêm trang và tề chỉnh để thực hiện con đường giải thoát. Chính sự ít nói, im lặng mới là đức hạnh độc cư. Độc cư là bí quyết thành tựu Tứ Thánh Định của Đạo Phật mà trong đời này ít ai lưu ý.

Giới thứ hai mươi ba: Ngồi trong nhà cư sĩ phải giữ gìn im lặng, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi ngồi trong nhà người cư sĩ cần phải lắng lặng, ngồi im như bậc Thánh Hiền, nếu có ai hỏi đến thì tùy duyên theo câu hỏi mà đối đáp, tiếng nói phải ôn tồn, nhẹ nhàng, êm dịu, từ tốn, nhã nhặn, hiền hòa, v.v...

Nếu vị tỳ kheo có muốn hỏi điều chi thì phải nói vừa đủ nghe, muốn gọi ai thì không được kêu réo to tiếng mà phải khảy móng tay cho người đó biết, nếu người đó không nghe và không hiểu ý mình gọi, thì phải nói với người ngồi gần bên, nói truyền lại.

Trong kinh sách Nguyên Thủy Đức Phật đã dạy: **Này các thầy tỳ kheo, các thầy phải sống trầm lặng, ca ngợi sự trầm lặng, ưa thích sự trầm lặng.** Đó là những lời dạy chí tình, chỉ thẳng những bí quyết thành công trong đường tu tập giải thoát.

Hầu hết giới luật và giáo pháp của Đức Phật đều dạy phải giữ gìn im lặng, không được làm ồn náo. Làm ồn náo là phạm vào oai nghi tế hạnh, không phải chỉ trong một trăm giới chúng học này mà còn ở trong tất cả giáo pháp của Người. Nếu ai đã làm ồn náo, là đã vi phạm vào đời sống của Đức Phật. Ngài không chấp nhận những sự làm ồn náo đó, vì làm ồn náo thì con đường tu tập tu sẽ không đến đâu cả.

Người tu sĩ làm ồn náo không xứng đáng là đệ tử của Đức Phật. Xưa Đức Phật đuổi năm trăm vị tỳ kheo, đệ tử của ông Xá Lợi Phất và ông Mục Kiền Liên vì làm ồn náo nơi Đức Phật đang trú và còn quở trách ông Xá Lợi Phất và ông Mục Kiền Liên không giáo dục đệ tử của mình cho đúng tư cách đạo đức của một vị tỳ kheo có đầy đủ đạo hạnh.

Đọc trong kinh Nguyên Thủy, ta thấy rất rõ ràng các vị đệ tử của Lục Sư ngoại đạo thường sống ồn náo, thích tranh luận, nói chuyện đủ thứ. Cho nên trong giáo đoàn của Đức Phật lúc thời bấy giờ có các vị tỳ kheo nào làm ồn náo, thích tranh luận, nói chuyện phiếm thì được xem là đệ tử của ngoại đạo, chứ không phải là đệ tử của Đức Phật.

Đức hạnh của một người tu sĩ Đạo Phật là đức trầm lặng. Đức trầm lặng là đức hạnh của những bậc Thánh Nhân, chứ không phải kẻ phàm phu mà sống trầm lặng được như vậy.

Người phàm phu thường sống trong ồn náo, thích vui chơi, ca hát, thích nói chuyện tào lao, thích làm việc này đến việc kia, thích đi đây đi đó, không bao giờ chịu sống vô sự, im lặng và nhất là thích xây dựng nhà cửa kiên cố, kiến tạo những cảnh quang đẹp đẽ, làm hao tổn tiền của vật chất của con người mà chẳng có ích lợi gì thiết thực cho cuộc sống tu hành giải thoát của họ, còn khiến cho mọi người đam mê cảnh quang đẹp đẽ ấy và cũng vì vậy mà làm hao tổn tiền của mọi người để đi chơi, du ngoạn cảnh.

Bởi những hành động giữ gìn im lặng, ít nói, sống trầm lặng, độc cư là những hành động đạo đức của những bậc Thánh Hiền trên đường tu hành giải thoát của Đạo Phật mà thời nay hầu như ít có người sống và thực hiện được những đức hạnh này.

Tu viện Chơn Như có cả trăm người ở tu, nhưng khi khép vào đức hạnh ăn của Thánh Hiền ngày một bữa, thì gần phân nửa tu sĩ bỏ đi, đến khi khép họ vào đức hạnh ngủ của bậc Thánh Hiền, ngày đêm chỉ ngủ bốn tiếng đồng hồ thì họ bỏ đi gần hết, chỉ còn lại năm ba người, đến khi khép vào đức hạnh độc cư của bậc Thánh Hiền sống trầm lặng thì họ lại bỏ đi hết, chỉ còn sót lại một hai người mà thôi.

Thế mới biết sống độc cư, trầm lặng là đức hạnh của những bậc Thánh Hiền, đâu phải người phàm phu mà sống được, chỉ có những bậc chơn tu giới đức thì mới sống trọn vẹn với đức hạnh này. Danh từ độc cư, nghe thì tưởng như sống dễ nhưng mấy ai đã sống được, khó sống vô vàn .

Giới thứ hai mươi bốn: Đi đường hoặc đi vào nhà cư sĩ chẳng đặng cười giỡn, nói chuyện ồn náo, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi đi ngoài đường, cũng như khi đi vào nhà người cư sĩ, không được cười giỡn nói chuyện bô lô ba la, làm ồn náo mất vẻ nghiêm trang, khiến oai nghi tế hạnh không có, làm cho mọi người khi nghe thấy khinh khi cười chê.

Cười giỡn tức là vừa nói, vừa cười ngả nghiêng ngả ngửa (cười bằng thích thú).

Người đời có đạo đức một chút vẫn giữ nghiêm trang không cười giỡn nhất là ở ngoài đường và vào nhà của người khác.

Cười giỡn là tánh tình của trẻ con, Thiên Tông dạy người sống như anh nhi tức là sống như trẻ con. Đối với Đạo Phật thì không phải vậy, một người tu giải thoát thì không phải tối ngày cười hề hề, đùa giỡn như trẻ con mà phải sống trầm lặng, sống có trí tuệ tri kiến giải thoát, khiến cho tâm hồn thanh thản và an lạc. Đi ngoài đường cũng như đến nhà người cư sĩ đều đầy đủ oai nghi tế hạnh, không như trẻ con cười giỡn ồn ào.

Gần đây có một số thiền sinh tập cười, lúc nào cũng nở trên môi một nụ cười tươi như hoa. Chùm chim, Hè ! Hè ! để chứng tỏ mình đã giải thoát. Nhưng không ngờ hành động đó là của một người khủng điên, lãng trí (bịnh thần kinh), chứ không phải người tu giải thoát. Vì người tu giải thoát theo Đạo Phật thì sống nghiêm nghị, trầm lặng, vô sự, v.v...

Những oai nghi tế hạnh trầm lặng như vậy mới xứng đáng là những bậc Thánh Tăng, đệ tử của Đức Phật, nên giới luật cấm các vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni có những hành động thiếu giáo dục: Mỉm cười, cười hề hề, cười duyên, nếu cười như vậy thì đó là những vị tu sĩ tỳ kheo thiếu đạo đức Thánh hạnh.

Giới thứ hai mươi lăm: Ngồi trong nhà cư sĩ chẳng đặng cười giỡn, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi ngồi trong nhà người cư sĩ, phải ngồi ngay ngắn tề chỉnh nghiêm trang, giống như tướng người đại nhân, không được cười đùa giỡn hót theo thói trẻ con, Không nên vừa nói, vừa cười, không nên cười mỉm với người khác, không nên cười nịnh bợ với người khác, không nên cười tình với người khác phái.

Khi nói chuyện cũng như lúc đang ăn cơm, không nên cười giỡn hoặc nói chuyện phiếm, dù có việc đáng cười cũng không nên cười to tiếng. Nếu không nhịn được thì phải lấy vật y, áo che miệng lại rồi cười.

Đây là hành động đạo đức của con người, khi ở trong nhà hay chùa, am, thất người khác thì không được cười giỡn to tiếng, dù ở trong nhà hay chùa, am, thất của mình cũng vậy, vì cười giỡn to tiếng, làm ồn ào là một hành động thiếu đạo đức nghiêm trang, tề chỉnh và trầm lặng.

Người có giáo dục đạo đức thì không bao giờ cười giỡn to tiếng, mà luôn luôn giữ gìn sự điềm đạm, cười nói nhẹ nhàng, đúng cách, lúc nào cũng giữ bầu không khí thanh tịnh, trang nghiêm, êm đềm, vui tươi, hòa nhã, dù ở nhà mình hay đến nhà người khác hay bất cứ nơi đâu đều giữ một mực như vậy.

Tóm lại bảy giới luật này chỉ dạy chúng ta cách thức đi, đứng, ngồi, cho đúng đạo đức làm người và Thánh Hiền, khi đã học xong bảy giới luật này thì bốn hàng đệ tử của Đức Phật phải nghiêm trì, thực hành cho đúng, đừng để vi phạm mà sẽ trở thành người thiếu đạo đức. Khi đã thiếu đạo đức thì chúng ta chẳng khác gì là một con thú vật mang lớp người không hơn không kém.

Muốn thoát ra những hành động của loài thú vật thì chúng ta phải cố gắng thực hiện cho bằng được những hành động đạo đức mà giới luật của Đức Phật đã dạy.

Muốn vào cửa thiền định của Đạo Phật, phải dùng chìa khóa Giới luật thì sẽ mở được cửa. Ngoài chìa khóa giới luật ra thì không còn phương cách nào mở cửa Tứ Thánh Định và Tam Minh.

CHƯƠNG IV: ĂN UỐNG PHẢI TRANG NGHIÊM, TỀ CHỈNH

(Có 23 giới từ 26-48)

Giới thứ hai mươi sáu: Giữ chánh ý khi thọ đồ ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi thọ dụng cơm canh phải cẩn thận, không được làm đổ tháo, phải ăn uống gọn gàng, nhẹ nhàng và vén khéo. Ăn uống phải từ tốn, không được ngốn ngấu, cũng không được nhai từng hạt cơm một, miếng ăn phải vừa với miệng của mình, không được quá lớn mà cũng không được quá nhỏ.

Giới thứ hai mươi sáu này, Đức Phật đã dạy tổng quát về đạo đức cách thức ăn uống của một vị tỳ kheo Tăng cũng như tỳ kheo Ni rất đầy đủ, tuy chỉ có mấy danh từ đơn giản, nhưng nếu vị tỳ kheo nào lưu ý thì thấy cả một đạo đức về ăn uống của con người có giáo dục, có học thức.

Người có đạo đức thì không bao giờ phạm vào giới này, luôn luôn sống đầy đủ oai nghi chánh hạnh trong lúc ăn uống, khiến cho mọi người càng kính trọng Tăng và Ni.

Chính những hành động tu tập đạo đức này là để ly dục ly ác pháp, là để tâm không phóng dật, là để tâm bất động trước các pháp và các cảm thọ, là để tâm đạt đến giải thoát hoàn toàn.

Hành động ăn uống là một hành động hết sức đạo đức đối với mình. Nếu ăn nhanh quá, nhai thực phẩm không nhỏ để sanh ra bệnh tật làm khổ mình, còn ăn chậm quá làm mất thì giờ vô ích, ăn ngốn ngấu là tướng cố ăn, tham ăn, ăn như vậy là cách thức ăn của kẻ phạm phu tục tử, chứ không phải cách ăn của người có đạo đức, có giáo dục. Người ăn uống không đúng cách sẽ khiến cho người khác chê cười và khinh thường.

Người tu sĩ Đạo Phật khi ăn uống cần nên tránh cách ăn thô tháo như vậy vì nó làm mất vẻ đẹp và phạm hạnh của người tu hành chân chánh của Đạo Phật.

Người đời chỉ biết lo làm ra của cải để sống, ít có ai để ý về cách thức ăn uống, ai muốn ăn làm sao cũng được, hầu như họ xem thường về cách thức ăn uống, miễn ăn như thế nào cho no bụng mà thôi.

Nhiều khi chúng ta vô tình ăn uống theo cách giống như loài thú vật mà không biết, cách ăn chẳng khác một con thú đang ăn tươi nuốt sống những miếng thịt của loài vật khác còn tươi máu chưa khô.

Phật dạy cách ăn uống có đạo đức để con người vượt ra khỏi cách ăn uống của loài thú vật. Phạm làm người phải biết cách ăn uống như thế nào là con người và ăn uống như thế nào là con vật? Ăn uống đúng cách đạo đức mà Đức Phật đã dạy trong kinh giới thì mới trọn vẹn đạo đức làm người, bằng nếu xem thường cách ăn uống, coi chừng trở thành con thú vật không hay.

Chúng ta là tu sĩ của Đạo Phật đã được học giới luật về ăn uống thì chúng ta phải nghiêm trì, đừng để vi phạm thì mới xứng đáng là những bậc Thánh Tăng và Thánh Ni, mới xứng đáng là bậc Thầy Trời Người.

Giới thứ hai mươi bảy: Thọ cơm vừa bát ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi thọ cơm và thực phẩm vừa đầy bát, không được nhận đầy tràn, không được ém cơm, không được coi ngọn, và không được xin thêm mang ở ngoài bát, v.v...

Khi nhận bát cơm đầy tràn hoặc ếm hoặc coi ngọn tức là thầy tỳ kheo còn tham ăn; mà tâm còn tham ăn thì còn tham tất cả; còn tham tất cả vật chất thế gian thì đi tu theo Đạo Phật để làm gì? Chẳng có ích lợi gì cho mình cả mà còn làm mang tiếng xấu cho Đạo Phật. Tốt hơn nên về đời mặc chiếc áo người cư sĩ còn quý hơn và không mắc nợ của đàn na thí chủ, mắc nợ đàn na thí chủ rất khổ, kiếp sau phải trả bằng thân trâu cày, ngựa cỡi hoặc làm tôi tớ trong nhà người trải qua nhiều đời kiếp.

Mục đích của đạo Phật là phải ly dục; ly dục tức là ly tâm tham. Vì thế người tu sĩ Đạo Phật phải cảnh giác khi ăn uống xem tâm mình còn tham ăn hay không? Nếu còn tham ăn thì nên quán thực phẩm bất tịnh hôi thúi, ăn nơi miệng thì còn dục lạc nuốt khỏi cổ thì trở thành đồ uế trước, thấy mà ghê gớm và mùi hôi thúi khó chịu, nên dùng pháp như lý tác ý: **Thực phẩm là đồ bất tịnh, uế trước không nên tham ăn phải từ bỏ và viễn ly xa lìa.**

Tánh tham ăn là một tánh rất xấu, người ở ngoài đời có học đạo đức, họ còn từ bỏ tánh tham ăn, huống chúng ta là những tu sĩ đệ tử của Đức Phật, nương theo con đường Đạo giải thoát, mà không giải thoát được tham ăn thì còn giải thoát cái gì?

Người tham ăn là một người thiếu đạo đức làm người. Vì loài thú vật bản tánh tham ăn nên thường giết hại lẫn nhau; nếu con người không vượt ra hành động tham ăn thì cũng giống như con thú vật.

Đạo đức làm người không chấp nhận những người tham ăn, thế mà con người không học tập và xây dựng mình trên nền tảng đạo đức làm người từ bỏ tánh tham ăn này. Từ bỏ tánh tham ăn tức là tránh giết hại nhau và đấu tranh với nhau vì miếng ăn. Vì miếng ăn mà chà đạp lên nhau thì còn đâu là đạo đức làm người.

Người ta bảo: thương trường như chiến trường. Đúng là con người đang đối đạo đức, nên mới biến thương trường thành chiến trường.

Vì thiếu đạo đức làm người, con người giết con người bằng mọi thủ đoạn độc ác hơn loài cầm thú.

Người tu sĩ Đạo Phật cần phải cảnh giác xa lìa tâm tham ăn để giữ trọn giới luật của Đức Phật đã dạy về ăn uống, vì tham ăn là tánh rất xấu và ăn uống không đúng tư cách đạo đức làm người thì chẳng khác nào là con thú vật. Như vậy làm sao xứng đáng là đệ tử Phật và làm sao làm gương tốt cho tín đồ?

Giới thứ hai mươi tám: Thọ canh vừa bát ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo không được thọ cơm quá nhiều, không còn chỗ để thọ canh, nghĩa là nhận cơm và canh vừa đầy bát mà thôi, không được dư thừa ra ngoài. Nếu sức ăn nhiều nên dùng cái bát lớn, chớ không nên dùng bát nhỏ mà nhận cơm canh, vì bát nhỏ sẽ dư tràn ra ngoài, trông vị tỳ kheo có vẻ còn tham ăn quá độ.

Tánh tham ăn là một tật rất xấu, người ở ngoài đời mà còn tánh đó thì mọi người khinh chê và coi rẻ, huống chi chúng ta là những tu sĩ Phật Giáo mà còn mang tánh đó thì tín đồ và người đời xem chúng ta ra gì.

Thà không làm tu sĩ thì thôi, nếu đã làm tu sĩ thì phải sống cho đúng cách, bỏ tánh tham ăn, còn tánh này thì không bao giờ tu giải thoát được. Tăng và Ni hãy lưu ý giới này, đừng xem thường mà chiếc áo tu sĩ chẳng ra gì.

Đạo đức ở đời người ta cũng không chấp nhận tánh tham ăn, người tham ăn là người thiếu giáo dục đạo đức. Trẻ con đều mang tánh tham ăn cho nên phải được giáo dục từ lúc còn

thơ ấu, sau này lớn lên mới trở thành người có đạo đức không còn tham ăn, nếu không được giáo dục như vậy lớn lên chúng sẽ còn mang tánh tham ăn.

Người ta đừng nghĩ rằng người lớn không tham ăn. Nếu không được giáo dục đạo đức, người lớn vẫn tham ăn như thường. Thấy ai còn mang tánh tham ăn thì biết người đó thiếu giáo dục đạo đức về ăn uống.

Tham ăn là một tánh rất xấu cần phải được khắc phục để thực hiện đạo đức làm người cho tốt đẹp. Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật không nên vi phạm giới này. Vi phạm giới này sẽ làm mất oai nghi tế hạnh phạm hạnh của người tu, khiến cho người khác có sự hiểu biết sẽ khinh chê Phật Pháp và sau này còn thọ tội ấy rất nặng, không thể tha thứ hoặc sám hối mà hết được.

Giới này dạy cách thức xới cơm và thực phẩm vào bát, nếu ăn nhiều thì dùng bát to, ăn ít thì dùng bát nhỏ, nghĩa là lấy cơm và đồ ăn không được đầy tràn bát mà phải lưng dưới bát, phải lấy vừa đủ ăn không được ém, không được coi vun, vì ém và coi vun chứng tỏ tâm còn tham ăn nhiều. Như trên đã nói tham ăn là một tánh rất xấu, mà đã có tánh xấu đó thì không thể nào gọi là người có đạo đức được. Người có đạo đức thì không bao giờ có tánh tham ăn, hễ có tham ăn thì không có đạo đức. Bản chất tham ăn là bản chất loài thú vật. Nếu người nào còn tham ăn là người đó còn mang bản chất thú vật.

Vì vậy, khi xới cơm vào bát chỉ vừa đủ ăn không được dư thừa ra ngoài; dư thừa ra ngoài tức là tham ăn. Mỗi mỗi hành động về sự ăn uống, nếu không giữ gìn nghiêm chỉnh giới luật này thì sẽ mang tiếng là người tham ăn, người tham ăn là người rất tệ và rất xấu.

Chúng ta là những tu sĩ Phật Giáo phải giữ gìn giới luật này nghiêm chỉnh không được để vi phạm. Nếu vi phạm là chúng ta đã tự đào mồ không những chôn mình mà chôn luôn cả Phật Giáo.

Giới thứ hai mươi chín: Cơm canh đồng ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi thọ thực, không được vội vàng ăn mà phải chờ dọn thực phẩm đầy đủ rồi mới ăn. Nghĩa là cơm và thực phẩm được dọn lên mâm bàn đầy đủ thì mới ăn, còn đang dọn thì không được ăn.

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải hiểu biết rõ ràng và tin tưởng trong những oai nghi tế hạnh nào mà giới luật đã dạy cũng đều rất quan trọng cho đời sống tu hành của mình. Về vấn đề ăn uống cũng vậy, phải hết sức cẩn thận, không được xem thường, mặc dù đang đói hết sức cũng phải giữ gìn nghiêm cẩn.

Lúc nào cũng gìn giữ oai nghi tế hạnh tề chỉnh, nghiêm trang, không được hốp tốp ăn đại, ăn đùa mà phải chờ dọn cơm lên đầy đủ và mọi người được mời thọ trai đều ngồi vào bàn xong, thì mình là người ngồi sau chót, nếu được mời trước tiên thì mình ngồi vào trước, nhưng phải chờ đợi đủ mặt và mọi người bắt đầu ăn thì mình mới ăn.

Đây cũng là một hành động đạo đức dạy về cách ăn uống, nếu một người ngồi vào bàn ăn chưa dọn xong mà lo vội ăn là người thiếu đạo đức. Ngoài đời nếu ai giữ gìn hành động đạo đức này không khéo sẽ bị người ta khinh chê huống là chúng ta, những tu sĩ đệ tử của Đức Phật thì càng phải ăn uống tử tốn không được hấp tấp, vội vàng trong những giờ phút thọ thực cùng với mọi người.

Chúng ta đừng nên xem thường những gì Phật đã dạy. Phật dạy những gì đều có một giá trị đạo đức giải thoát rất lớn cho đời sống của con người.

Xưa các Tổ đã không hiểu về giới luật đạo đức làm người làm Thánh Nhân nên các Tổ đã cho một trăm giới chúng học này là giới khinh, tội nhẹ và khinh thường nó. Sự thật nó không

khinh chút nào cả và tội nó cũng không nhẹ đâu, vì người phạm giới này sẽ làm cho người khác khinh chê Phật Pháp; mà kẻ nào làm cho người khác khinh chê Phật Pháp thì kẻ đó phải chịu tội đọa Địa Ngục. Bởi, những giới luật này là đạo đức của con Người và Thánh Nhân, nó thể hiện những hành động đạo đức làm Người và làm Thánh Nhân rõ nét và cụ thể mà không ai chê được, nó còn mang đến sự lợi ích rất lớn cho đời sống của chúng ta trong suốt cuộc đời.

Trên bước đường tu tập Thiền Định để giải thoát bốn sự khổ của kiếp người là: sanh, già, bệnh, chết, giới luật là pháp môn ly dục ly ác pháp, đưa tâm con người đến chỗ thanh tịnh hoàn toàn, sống đầy đủ đức hạnh làm Người và Thánh Nhân.

Giới thứ ba mươi: Dùng thứ lớp ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi ăn cần phải theo thứ lớp, món ăn nào ở gần thì nên lấy mà ăn, đừng vói tay lấy món ăn ở xa, vói lấy như vậy chứng tỏ tâm vị ấy còn tham ăn, và hành động vói lấy như vậy sẽ làm mất oai nghi tế hạnh trong khi ăn uống của người tu sĩ Phật Giáo.

Trong tô hoặc đĩa thực phẩm, đừng bươi móc lấy món ăn ưa thích hoặc ngon béo, v.v... Tóm lại ăn không nên lựa chọn món ăn.

Đối với người tu sĩ, ăn chỉ là món thuốc trị bệnh đời của thân tứ đại; ăn chỉ để nuôi sống thân tu hành, chứ không phải để trang điểm thân cho đẹp; ăn không phải để cầu ngon miệng; ăn không phải để tìm kiếm những món cao lương mỹ vị. Người tu sĩ phải ý thức điều này vì sự tu hành nhằm mục đích ly dục ly ác pháp khiến cho tâm không phóng dật, làm cho tâm thanh tịnh, nhờ đó tâm mới nhập được các chánh định dễ dàng. Nếu ăn uống còn chọn thức ăn bổ béo có nhiều dinh dưỡng thì đó là nô lệ cho thân tứ đại, sợ ốm, sợ gầy, sợ bệnh, sợ đau, v.v... Ốm gầy, bệnh đau là do nhân quả chứ không phải do chỗ ăn uống. Có nhiều người muốn ăn uống những thực phẩm đầy đủ dinh dưỡng thì lại không có mà ăn; lại có những người ăn uống thực phẩm đầy đủ dinh dưỡng mập, béo mà lại bệnh tật ốm đau. Cho nên người chạy theo ăn uống dinh dưỡng chỉ là một lý luận tham ăn để chạy theo dục lạc thế gian.

Ăn uống có dinh dưỡng hay không có dinh dưỡng đều do nhân quả, chứ không thể muốn mà có được; còn đau ốm bệnh tật cũng đều do nhân quả, chứ không phải do ăn uống đầy đủ dinh dưỡng mà không bệnh tật đau ốm.

Bởi vậy, một trăm giới chúng học là những hành động đạo đức rất cụ thể của những ai quyết đi tìm đường giải thoát của Đạo Phật để ra khỏi cuộc đời đầy đau khổ này, thì nên tránh sự tham ăn tham uống.

Hành động lựa món ăn trong đĩa hoặc vói tay lấy món ăn ở xa hoặc móc trong bát mà ăn, là hành động thiếu đạo đức, thể hiện tánh tham ăn rõ nét. Người đời nhìn thấy hành động như vậy sẽ khinh chê, nhất là chúng ta, những tu sĩ Phật Giáo, nếu để người đời khinh chê thì còn gì giá trị Phật Pháp. Nên tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni, khi ăn uống phải dè dặt cẩn thận không được có những hành động như vậy.

Là tu sĩ Phật Giáo tất cả giới luật của Phật đã dạy không được bỏ giới nào, vì giới nào cũng dạy đạo đức làm Người, làm Thánh Nhân rất xứng đáng và có một giá trị giải thoát tuyệt vời. Chính những đạo đức trong giới luật đã dạy chúng ta xa lìa các ác pháp để có được một tâm hồn thanh thân, an vui và vô sự.

Tóm lại loài thú vật ăn uống để sống không có đạo đức, còn con người thì ăn uống vừa để nuôi thân sống mà cũng vừa thể hiện những hành động đạo đức không làm khổ mình khổ người. Ăn uống không phải vì miếng ăn mà ăn để sống, sống để tu hành thoát khổ.

Giới thứ ba mươi mốt: Chẳng đặng moi giữa bát ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực, phải ăn từ trên xuống dưới, chớ không được moi giữa bát mà ăn, không được ăn cơm không mà cũng không được ăn thực phẩm không. Phải ăn có thực phẩm và cơm hòa lẫn nhau mà ăn, ăn như vậy mới đúng cách của người tu sĩ Đạo Phật.

Giới này Phật dạy rất kỹ về cách thức ăn uống. Ăn uống mà moi giữa bát tức là kiếm đồ ăn ngon, ăn như vậy tâm còn ưa thích ăn ngon tức là tâm còn dục; tâm còn dục tức là tâm còn ác pháp; tâm còn ác pháp tức là tâm còn đau khổ; tâm còn đau khổ tức là tâm chưa giải thoát; tâm chưa giải thoát tức là tâm còn phạm giới; tâm còn phạm giới tức là người tu sĩ không có đạo đức. Người tu sĩ không có đạo đức thì đi tu để làm gì, tốt hơn là nên làm người cư sĩ ở ngoài đời tự làm lấy sống không mắc nợ đàn na thí chủ. Còn nếu muốn làm tu sĩ thì phải giới luật nghiêm chỉnh, đức hạnh hần hoi thì sẽ đi đến giải thoát hoàn toàn.

Muốn giải thoát, thì trước tiên người tu sĩ phải tu tập về ăn uống. Không được moi giữa bát mà ăn, hoặc lựa thực phẩm ăn không, hoặc ăn cơm không rồi ăn thực phẩm sau. Ăn như vậy tức là tâm chạy theo dục về ăn uống. Hành động đó khiến cho người cư sĩ nhìn thấy chê cười, khinh bỉ, họ bảo tu hành mà còn tâm tham ăn ngon, giống như trẻ con, không phải là người lớn.

Vậy vị tỳ kheo đệ tử của Phật phải cố gắng khắc phục làm chủ sự ăn uống, giữ gìn oai nghi tế hạnh nghiêm chỉnh không nên để vi phạm những lỗi lầm nhỏ mọn này.

Ăn uống là một hành động đạo đức của con người, chúng ta cần phải biết, nếu không biết đạo đức về ăn uống thì không khéo sự ăn uống của chúng ta cũng giống như những con vật. Con vật không có đạo đức nên muốn ăn sao cũng được. Còn con người phải có những hành động tế chỉnh nghiêm trang hơn loài thú vật, nghĩa là phải có những hành động đạo đức biết cách thức ăn uống mới được gọi là con người.

Cho nên cái ăn uống của con người phải có tư cách đạo đức biết nhường nhịn trong bữa ăn rõ ràng, cụ thể mới là một con người, không còn là con vật.

Con người cũng từ ăn bóc bằng tay, cắn xé bằng răng và lần lượt tu sửa biến dần thành những hành động của con người hơn để thoát ra kiếp thú vật bằng cách ăn với chén, bát, muỗng, nĩa, dao, đũa, v.v...

Những hành động này được Đức Phật dạy trong giới luật để cho người tu sĩ có đầy đủ oai nghi tế hạnh đạo đức phạm hạnh của một vị Thánh tăng và Thánh ni. Người tu sĩ Đạo Phật cần lưu ý và giữ gìn cho trọn vẹn một trăm giới chúng học này. Nó là hành động đạo đức của con người và Thánh Nhân về sự ăn uống.

Giới thứ ba mươi hai: Nếu tỳ kheo không bệnh chẳng đặng đòi cơm canh cho mình, cần nên học.

Vị tỳ kheo không bệnh, khi được Phật tử cúng dường cơm và thực phẩm khô thì không được phép xin thêm canh hoặc sữa, đề hồ, v.v...

Khi đi khát thực, cơm canh không được để lẫn lộn nhau, hay lấy cơm phủ lên canh và thực phẩm để xin thêm canh và thực phẩm nữa, đó là tham cầu cho nhiều thực phẩm, vì tâm buông lung theo lòng tham ăn, nên tính việc ăn uống, chớ không phải có tâm tưởng nhằm lìa ăn uống. Người tu sĩ mà còn có tâm không nhằm lìa ăn uống thì không nên đi tu làm gì, vì có đi tu cũng chẳng ích lợi gì cho mình và cho người khác, nhiều khi còn làm ảnh hưởng chung cho các vị tỳ kheo phạm hạnh khác và làm cho kẻ khác khinh chê Phật Giáo.

Vậy chúng tôi xin kêu gọi quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni hãy giữ gìn một trăm giới chúng học cho nghiêm chỉnh để Phật Giáo không bị mai một và thường còn mãi mãi.

Xin quý vị đừng tưởng một trăm giới chúng học là giới khinh mà hãy xem nó là đạo đức của Phật Giáo, là một nền tảng vững chắc trên đường tu tập đi đến giải thoát. Phận sự của người xuất gia, dù khát thực được nhiều hay ít thực phẩm, dù đang ăn đều phải nhớ **thiểu dục là gốc, tri túc là cội nguồn giải thoát**.

Đạo đức và phạm hạnh của con người và tu sĩ không cho phép quý vị xem thường những giới luật này. Nếu quý vị xem thường những giới luật về hành động ăn uống này, thì quý vị không phải là những con người có đạo đức. Con người không đạo đức thì Đạo Phật không chấp nhận là đệ tử của mình. Cho nên những tu sĩ phạm giới là những tu sĩ ngoại đạo, dù họ có dùng những danh từ mạo nhận là tu sĩ Phật Giáo, nhưng chúng ta cũng dễ nhận ra qua đức hạnh giới luật. Xưa Đức Phật nêu lên một ví dụ: Có một bầy bò trong đó có năm ba con dê, những con dê ấy cố gắng làm cho giống những con bò, nhưng không làm cách nào giống được, nên cuối cùng những con dê vẫn là những con dê.

Giới thứ ba mươi ba: Chẳng đụng lấy cơm phủ trên canh và thực phẩm để được cúng dường thêm nữa, cần nên học.

Cơm canh tức là nói cơm và thức ăn, lấy cơm phủ trên thức ăn để xin thêm, đó là mong cầu nhiều thức ăn, vì lòng tham nên tính việc ăn uống; người tu hành tìm cầu sự giải thoát, chớ không phải đi tìm sự ăn uống, cho nên phải có tâm tưởng nhàm chán ăn uống. Người xuất gia tu hành dù được cúng dường nhiều thức ăn, khi ăn còn phải quán xét xem công đức tu hành của mình có xứng đáng thọ dụng bữa cơm này hay không?

Nếu thấy giới luật chưa nghiêm chỉnh, công đức tu hành chưa sâu, thì thọ dụng bữa cơm như ăn sỏi đá, vì nghĩ mình chưa xứng đáng thọ bữa cơm này, chớ có đâu lại tham ăn nhiều, cầu mong thực phẩm ngon.

Bởi vậy, người tu sĩ chân chánh khi thọ bữa cơm luôn luôn nhớ đến hạnh thiểu dục tri túc làm gốc của người tu.

Hành động lấy cơm phủ lên thực phẩm để xin thêm đó là một hành động sai phạm rất lớn, đi ngược lại với Đạo Phật, vì Đạo Phật là Đạo ly dục ly ác pháp, có đâu lại tham ăn như vậy.

Nếu là người quyết tâm tu giải thoát thì phải tránh xa những hành động tham ăn này, không được tái phạm lại nữa. Là một người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải luôn luôn xa lìa lòng tham, nhất là tham ăn.

Nếu một vị tỳ kheo còn có lòng tham ăn, thì không nên làm một vị tỳ kheo, nên trở về đời sống cư sĩ, làm lại cuộc đời như bao nhiêu người bình thường khác, chỉ nên cố giữ gìn đạo đức nhân quả không làm khổ mình khổ người thì cũng được giải thoát an vui và hạnh phúc trong cuộc sống. Tham ăn là một tánh xấu, làm người cần phải tránh sự tham ăn, vì hành động tham ăn còn là bản chất của loài thú vật. Người mà còn tham ăn là người chưa có giáo dục đạo đức làm người.

Cách thức ăn uống như thế nào, để xứng đáng là người có đạo đức, muốn được vậy thì phải học giới luật cho thông suốt và còn phải tu tập rèn luyện mọi hành động thân, miệng, ý của mình.

Không ai từ trong bụng mẹ sanh ra mà đã biết tất cả đạo đức làm người làm Thánh Nhân. Vì thế, chúng ta thường có những hành động thiếu đạo đức mà không biết.

Trên thế gian này có rất nhiều tôn giáo, mỗi tôn giáo đều có dạy đạo đức cả, nhưng không được toàn diện, chỉ có Đạo Phật mới có xây dựng giáo pháp của mình trên một nền tảng đạo

đức nhân bản không làm khổ mình khổ người. Chỉ có nền đạo đức này mới được đầy đủ toàn thiện, chuyển hóa loài người thoát kiếp làm chúng sanh và còn thoát ra mọi sự khổ đau của kiếp sống làm người.

Đạo Phật ra đời mang đến cho con người một nền đạo đức giải thoát, khiến cho người nào thực hiện được đạo đức này liền có một cuộc sống với một tâm hồn thanh thản, an vui, hạnh phúc. Vì thế, Đạo Phật mới được gọi là Đạo giải thoát.

Giới thứ ba mươi tư: Chẳng đặng khi ăn nhìn trong bát người ngồi bên cạnh, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực nhìn vào bát của mình mà ăn, không được nhìn qua bát của người khác. Nhìn qua nhìn lại bát của người khác đó là hiện tượng tham ăn sanh lòng tật đố. Đó là tự mình chuốt lấy sự khổ đau cho chính mình, tự mình trói buộc thêm cho mình. Đã bỏ cuộc đời, bỏ sạch hết không còn gì cả, chỉ còn ba y một bát để xin ăn, thế mà tâm còn tham ăn là nghĩa lý gì?

Nếu tánh còn tham ăn, thì không nên đi theo con đường của Đạo Phật, mà hãy chọn con đường khác. Còn lòng tham ăn này mà đi tu theo Đạo Phật thì chẳng có ích lợi gì cho mình, và cho người khác, trái lại còn làm hại cho Phật Giáo.

Nếu là vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật, phải xa lìa, phải từ bỏ lòng tham ăn này, thì con đường giải thoát kia mới mong đạt được.

Đang ăn mà ngó nhìn vào bát của người khác là một hành động thiếu đạo đức. Ở ngoài đời người ta còn không làm như vậy huống chúng ta là những tu sĩ đệ tử của Đức Phật thì phải giữ gìn những oai nghi tế hạnh này mà trong giới luật Phật đã dạy, không được vi phạm, vì vi phạm giới này người đời sẽ khinh chê và xem thường Phật Pháp.

Đang ăn mà nhìn vào trong bát người khác là một hành động thiếu lịch sự, thiếu lễ độ, thiếu đạo đức về ăn uống. Giới này Phật dạy chúng ta phải sống có lịch sự, có lễ độ, có đạo đức trong lúc ăn uống. Tuy rằng một hành động ăn không nhìn vào bát người khác, mà ai thực hiện được thì có cả ba điều đạo đức tốt đẹp làm người, quý vị tu sĩ cũng như cư sĩ hãy giữ gìn giới luật này, đừng nên vi phạm.

Giới thứ ba mươi lăm: Trong khi thọ thực phải nhất tâm tưởng nơi bát ăn của mình, cần nên học.

Vị tỳ kheo vì muốn thành tựu đạo nghiệp, nên khi thọ thực không được nhìn ngó hai bên, mà phải nhiếp tâm quán tưởng, ăn là giúp cho thân thể mạnh khỏe để tu tập; ăn là vị thuốc trị bệnh đói của cơ thể, chớ không phải ăn để tìm cầu sự mập béo; ăn cũng không phải để trang sức làm đẹp thân thể; ăn cũng không phải để cầu cho ngon miệng và cũng không cầu cho trường thọ sống lâu.

Người tu sĩ không nên chọn những thức ăn bổ dưỡng có đầy đủ vitamin, theo như lời các bác sĩ Tây y và Đông y đã dạy, cách thức ăn uống như vậy là những người còn sợ chết, nhưng có ai tránh khỏi cái chết đâu, dù có ăn đầy đủ những chất bổ cũng không thoát khỏi sự vô thường của thân này.

Đối với người tu sĩ, mục đích ăn là để sống tu hành. Bất kỳ cái gì ăn mà sống được thì ăn, nhưng món ăn phải không có sự đau khổ của chúng sanh, tức là không ăn thịt chúng, vì ăn

thịt chúng sanh là làm đau khổ chúng sanh, là gieo nhân ác. Thực phẩm nào ăn vào mà không làm đau khổ thân dù ngon hay dở, dù bổ hay không bổ đều ăn cả, còn thực phẩm nào có ngon bổ đến đâu mà ăn vào sanh bệnh tật đau khổ thì nhất định không ăn. Đó là trí tuệ của người tu sĩ.

Cho nên người tu sĩ đệ tử của Đức Phật, luôn luôn phải giữ chánh niệm hiện tiền, đừng để tâm tán loạn chạy theo ăn uống ngon ngọt. Một khi ăn những thực phẩm nuốt vào khỏi cổ thì phải xem như nuốt những đồ bất tịnh, uế trước.

Vị tỳ kheo khi thọ thực phải tư duy: *Ăn cơm đây do con người làm ra rất khó nhọc và nặng nề bằng cả công sức. Trong bát cơm này, người ta phải đổ mồ hôi quá nhiều mới có; tính ra mỗi hạt cơm là mỗi hạt mồ hôi. Cơm này làm ra được rất gian nan, cực khổ. Vậy khi ta nuốt khỏi cổ rồi, nó trở thành đồ bất tịnh. Trải qua cách đem biến thành đồ như nhớt, hôi thúi. Trước kia khi mới làm ra nó là đồ ngon ngọt thơm tho, thấy nó là bắt thèm muốn ăn, còn bây giờ thì không muốn nhìn.*

Vị tỳ kheo người tu sĩ đệ tử của Đức Phật cần phải suy nghĩ như vậy và còn suy nghĩ hơn nữa: *Nếu ta tham ăn uống sau này sẽ堕 vào ba đường khổ: Địa Ngục, Ngạ Quỷ và Súc Sanh.* Suy tư như vậy từ đó tâm ta sanh ra nhàm chán và xa lìa ngũ dục lạc thế gian, chớ đừng theo miệng lưỡi của Thiên Đông Độ: Đói ăn khát uống mệt ngũ liễn. Đó là lời nói để che đậy hành động phạm giới, phá giới, phi đạo đức và tự dối tâm mình để chạy theo dục thế gian, mà cứ ngỡ rằng mình đã là tự tại vô ngại. Không ngờ đã bị ngũ dục lạc xỏ mũi mà vì sợ người khác chê cười, nên túng thế phải dùng những lời nói che đậy lòng tham đắm nhiễm của mình và cũng để lừa đảo tín đồ.

Vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật phải sáng suốt và cảnh giác, đừng để những ngôn ngữ của các vị Tổ Sư Thiên Đông Độ tự lừa đảo mình, lừa đảo người. Đã có biết bao nhiêu người dùng câu nói này, tự lừa dối mình và dối người, chỉ huênh hoang trong ngôn ngữ mà tu hành chẳng ra gì.

Với tâm của quý vị, giải thoát quý vị đều biết rất rõ ràng và không giải thoát quý vị cũng biết rất rõ đừng dùng ngôn ngữ vô sở đắc tự lừa dối mình dối người thì không tốt.

Vậy từ đây, giới luật này (100 giới chúng học) quý vị cần phải giữ gìn nghiêm chỉnh, để tìm lấy con đường giải thoát chân thật nơi tâm của quý vị, đó là đạo đức không làm khổ mình khổ người.

Một trăm giới chúng học là một trăm hành động đạo đức không riêng cho các vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni mà cho tất cả mọi người; ai ai cũng cần phải học tập và trau dồi đạo đức này để không làm khổ mình khổ người và hưởng được một đời sống hạnh phúc an vui.

Giới thứ ba mươi sáu: Chẳng đụng vất cơm lớn miếng để ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo không nên ăn miếng cơm to quá, cũng không nên ăn miếng cơm quá nhỏ, cũng đừng ăn giống như người dâm nữ, mỗi lần ăn hai ba hạt cơm. Phải ăn vừa miếng, ăn phải chậm chạp, từ tốn, nhẹ nhàng, ăn phải giống như con tượng vương ở trên núi tuyết, ăn miếng kia vào miệng rồi, lấy vôi tếm miếng sau để sẵn, cơm trước nuốt xong và tiếp miếng cơm sau vào miệng cứ thế tuần tự cho đến khi ăn xong bữa.

Trên đây, Đức Phật dạy cách ăn uống rất rõ ràng đầy đủ oai nghi đức hạnh của một vị tỳ kheo. Cách thức ăn như vậy không thể bị ai chê được, kẻ phàm phu tục tử ăn nhiều cách, nhưng ta xét thấy không có cách nào ăn uống oai nghi tề chỉnh bằng cách ăn của người tu sĩ đệ tử Đức Phật.

Thế mà, vị tỳ kheo không để ý hoặc xem thường lời dạy giới luật về ăn uống của Đức Phật đến đổi đi, đứng, nằm, ngồi, ăn uống, nói nín,? đều thô lỗ như kẻ phàm phu tục tử.

Vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật phải nhớ ăn, uống, đi, đứng, nằm, ngồi, v.v? phải như tượng vương, không được phạm vào một trăm giới chúng học này, vì phạm vào một trăm giới chúng học này quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni sẽ không bằng người có đạo đức ngoài đời và như vậy người ta sẽ khinh chê Phật Pháp cho rằng Phật Giáo không có dạy đạo đức làm người và làm Thánh Nhân.

Nếu ai bảo rằng Đạo Phật không có đạo đức thì hai trăm năm chục giới tỳ kheo Tăng và ba trăm bốn mươi tám giới tỳ kheo Ni, không phải là đạo đức của Đạo Phật sao?

Đạo đức của Đạo Phật rất rõ ràng và cụ thể. Mỗi mỗi hành động trong cuộc sống hằng ngày đều thực hiện toàn thiện, không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh thì không thể nào có ai chê trách được rằng Đạo Phật không có đạo đức. Vậy mà tu sĩ Phật Giáo hiện giờ luôn luôn phá giới, phạm giới tức là phá đạo đức của mình; phá đạo đức của mình tức là làm khổ mình, khổ người và làm khổ chúng sanh. Cho nên phần đông tu sĩ Phật Giáo hiện giờ không hiểu đạo đức của Đạo Phật. Họ chỉ hiểu đạo đức của Đạo Phật là một thứ đạo đức mê tín mà Phật Giáo Đại Thừa dựng lên.

Giới thứ ba mươi bảy: Ăn cơm chẳng được hả miệng to, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực không được hả miệng to để bỏ cơm vào. Hành động hả miệng to bỏ cơm vào là hành động quá thô lỗ của kẻ phạm phụ tục tử, không phải của người có giáo dục đạo đức. Người tu sĩ đệ tử của Phật cần nên tránh xa hành động thô tháo này. Nó thô lỗ và xem rất dị kỳ khi hả miệng to bỏ cơm vào. Cho nên Phật chế giới này là để ngăn chặn hành động ăn uống quá thô tháo của một số tỳ kheo còn tâm tham ăn, chưa chịu xả bỏ xa lìa, nhìn thấy thực phẩm đồ ăn là đã muốn bốc hốt ăn liền, làm như đã nhịn đói hai ba ngày.

Vị tỳ kheo phải tập làm chủ thắng tâm mình, đừng để tật nấy theo kiểu phàm ăn của thế tục thì rất là khó coi mà nhất là tu sĩ lại càng khó coi hơn.

Hành động phi oai nghi tế hạnh như vậy sẽ làm mất phạm hạnh của vị tỳ kheo. Người đời nhìn thấy, họ sẽ xem thường các vị tỳ kheo, không những riêng một người mà chung hết tất cả các vị khác: Một người làm xấu cả bậu mang nhờ.

Người há miệng to ăn uống như vậy không phải tư cách của người có đạo đức. Như trong kinh giới đã dạy ăn cơm chẳng đặng há miệng to. Đây là một hành động đạo đức đối với mình, tự mình làm xấu cho mình khiến mọi người khinh chê mình. Phải nói hành động này là hành động thiếu đạo đức đối với bản thân.

Vậy quý vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni cùng tất cả cư sĩ nam nữ và mọi người phải giữ gìn giới hạnh này để mình có đạo đức đối với mình, đừng để bị mọi người ở đời chê bai.

Giới thứ ba mươi tám: Không đặng ngậm cơm nói chuyện, cần nên học.

Vị tỳ kheo, trong khi thọ thực, miệng đang nhai cơm, thì không được nói chuyện, phải im lặng mà ăn, phải giữ gìn trang nghiêm, thanh tịnh trong giờ thọ thực, phải nghiêm tịnh giữ chánh niệm trong khi đang ăn. Có giữ gìn oai nghi tế hạnh trong ăn uống như vậy thì mới xứng đáng là vị đệ tử của Đức Phật.

Cơm còn nhai trong miệng mà nói chuyện, đó là thói quen của người thế tục và của ngoại đạo, chớ oai nghi tế hạnh của một vị đệ tử Đức Phật thì không bao giờ có vi phạm như vậy. Nếu đang nhai cơm mà nói chuyện thì không phải tu sĩ Đạo Phật, đó là tu sĩ ngoại đạo, giới

luật này đã xác định như vậy. Vị tỳ kheo nào vi phạm thì tất cả tín đồ xem đó là tu sĩ ngoại đạo giả danh Phật Giáo.

Nếu khi đang ăn, có vị Thượng tọa kêu thì chỉ thoát ra tiếng dạ đừng nên nói gì nhiều. Khi đang ăn, có người đem thêm đồ ăn, thấy vừa đủ ăn, thì chỉ cần ra dấu ngăn lại chớ không nên nói: Thôi đủ rồi, không dùng nữa, chỉ bấy nhiêu lời trong bữa ăn còn không nói, huống là nói chuyện tào lao, chuyện phiếm, chuyện ngoài đường sao?

Các vị tỳ kheo cần nên nhớ kỹ đừng để vi phạm mà người đời khinh chê Phật Pháp.

Ăn cơm mà nói chuyện, không đúng tư cách đạo đức của người tu sĩ đệ tử của Đức Phật, người ở ngoài đời có giáo dục đạo đức, ăn cơm người ta còn không nói chuyện, huống là chúng ta, những tu sĩ tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni, ăn uống lại nói chuyện sao? Chúng ta phải giữ gìn nghiêm chỉnh không được vi phạm giới này.

Giới luật này xem thì dễ, nhưng thói quen, tật nói chuyện trong bữa ăn đã nhiễm lâu đời thành một thói quen, xem vậy chớ không dễ giữ gìn được cần phải cố gắng hết sức mới có giữ được, chớ nên khinh thường.

Giới thứ ba mươi chín: Chăng đặng vắt cơm nắm xa thấy vào miệng, cần nên học .

Người Ấn Độ hay dùng tay bốc cơm ăn, do đó mới có vắt cơm để cách xa thấy vào miệng. Vị tỳ kheo khi ăn uống không được nắm thực phẩm ném vào miệng mà phải nhẹ nhàng bỏ vào miệng một cách khéo léo, gọn ghẽ, đó là theo phong tục người Ấn Độ. Còn người Việt Nam thì không được ăn như vậy mà phải bằng muỗng hoặc đũa. Phong tục Ấn Độ bốc ăn còn rất gần với loài thú vật như: khỉ, vượn, v.v...

Nếu bảo rằng dân tộc Ấn Độ ăn bốc còn tất cả các dân tộc khác thì không ăn bốc. Như chúng tôi đã dạy ở trên con người chỉ là một loài động vật như muôn ngàn loài động vật khác, nhờ có phát minh đủ mọi phương tiện nên tiến hóa dần ra khỏi loài động vật, đến ngày nay mới có những hành động của con người thật là người. Hiện giờ con người trên hành tinh này toàn bộ còn ăn bốc cả, chưa phải thật sạch.

Tại sao chúng tôi dám quả quyết và xác định như vậy? Xin thưa cùng quý vị, quý vị nên lưu ý, khi ăn cái bánh hoặc trái cây, cục kẹo quý vị đều dùng tay cầm bốc ăn, vậy mà quý vị cho rằng giới luật của Đức Phật chế ra là lỗi thời trong thời đại khoa học văn minh này.

Giới luật của Đức Phật chế ra từ xưa đến giờ, theo chúng tôi nghĩ không có giới nào lỗi thời cả, chỉ có con người của chúng ta là còn lỗi thời và lạc hậu. Vì còn lỗi thời và lạc hậu nên có những hành động thiếu đạo đức, thường làm khổ cho nhau, đó là chúng ta còn mang bản chất của loài thú vật, còn có những hành động của loài thú vật là còn lỗi thời và lạc hậu.

Như vậy giới luật dạy cách thức ăn bốc này có lỗi thời không?

Theo chúng tôi thiết nghĩ không bao giờ có giới luật nào của Đức Phật chế ra mà lỗi thời cả, chỉ có các Tổ cho giới luật của Phật lỗi thời là vì các Tổ còn mê tín, lạc hậu và lỗi thời.

Giới luật nào của Đức Phật cũng dạy những điều đạo đức cho con người để không còn mê tín, lạc hậu và thoát ra khỏi kiếp loài cầm thú, chuyển hóa trở thành những con người tốt đối xử với nhau có đạo đức hơn và không làm khổ cho nhau, thường đem lại sự an vui, hạnh phúc trên hành tinh này.

Vậy khi chúng ta cầm bốc một cái bánh, cục kẹo bỏ vào miệng ăn đều phải nhẹ nhàng, từ tốn và vén khéo có tư cách trong ăn uống, nếu không tập luyện và trau dồi những hành động đạo đức này thì chúng ta ăn uống không khác gì con thú vật.

Trong thời Đức Phật còn tại thế Ngài đã dạy cho các đệ tử cách thức bốc ăn uống phải nhẹ nhàng bỏ vào miệng không được để thực phẩm ở xa ném vào, ở xa ném vào miệng trông rất thô lỗ giống như trẻ con ném lỗ đáo

Sử dụng muỗng, đũa khi ăn cũng phải khéo léo gọn gàng và nhẹ nhàng, không được thô tháo.

Cách thức ném thực phẩm vào miệng để ăn, đó là làm trò của loài khỉ, vượn; đó cũng là những trò chơi của trẻ con vừa ăn uống vừa chơi giỡn với nhau, chứ người lớn không ai làm như vậy cả.

Người tu sĩ Đạo Phật không thể ăn uống đùa chơi như vậy được, vì những hành động đó sẽ làm mất oai nghi tế hạnh ăn uống của vị tỳ kheo đệ tử Phật. Hành động đó là một hành động trẻ con, giới luật này nhắm vào dạy những chú Sa Di tuổi còn trẻ thơ.

Người tu sĩ khi ăn uống làm như vậy chẳng khác nào như chuyên gia xiếc làm trò cho thiên hạ xem mà mọi người chẳng ca ngợi khen tặng, trái lại còn cười chê và bất kính Phật, Pháp, Tăng, cho những vị tỳ kheo là bọn tu sĩ Phật Giáo ăn uống như trẻ con.

Do đó mỗi mỗi hành động của người tu sĩ (vị tỳ kheo tăng và vị tỳ kheo ni) không những riêng ăn uống mà còn tất cả những hành động khác phải hết sức cẩn thận và ý tứ như trong giới luật của Đức Phật đã dạy.

Nếu không cẩn thận và ý tứ người tu sĩ sẽ bị mọi người xem thường và chẳng còn cung kính như bậc Thánh Tăng. Bởi vậy làm Thánh Tăng rất khó, những hành động phải đúng bậc Thánh mới được gọi là Thánh, sơ hở một chút là thiếu đức hạnh liền; thiếu đức hạnh làm Người, làm Thánh thì còn ai xem ra gì.

Giới thứ bốn mươi: Ăn cơm không được rơi đồ, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực không được để cơm và thực phẩm rơi rớt, ăn uống phải vén khéo, gọn gàng, không được bừa bãi để cơm và thực phẩm tung tóe làm chỗ ăn trông bẩn thỉu và mất vệ sinh.

Khi ăn trái cây hoặc bánh, không nên cầm nguyên trái cây hoặc nguyên cái bánh, cùng miếng mút cắn một phần hoặc một nửa mà ăn, cần phải bẻ hoặc cắt nhỏ cho vừa miệng rồi mới dùng đũa, muỗng múc hoặc gấp mà ăn. Những hành động làm như vậy, tức là tư cách ăn uống của con người vừa giữ gìn vệ sinh và cũng vừa giữ được tư cách ăn uống trang nhã lịch sự. Hầu hết hiện giờ mọi người khi ăn bánh, miếng, trái cây, v.v... đều dùng tay cầm và răng cắn ăn giống như một con thú vật đang ăn, trông rất thô lỗ và không vệ sinh.

Tất cả các loại bánh và trái cây như: bánh tráng, bánh tét, bánh ít, dưa gang, dưa hấu, cam, quít, bưởi, bôm, lê, chuối, v.v... đều phải bẻ hoặc cắt nhỏ ra rồi dùng muỗng, nĩa, đũa mới ăn, thì trông rất là lịch sự và thanh nhã của những người có đạo đức.

Tu sĩ, nhất là những vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni thì không được cắn ngang mà ăn. Cần phải giữ hạnh này không được vi phạm. Vì vi phạm oai nghi tế hạnh giới luật này là vị tu sĩ thiếu giáo dục đức hạnh của Đạo Phật, là kẻ phạm giới, là những người không xứng đáng trong Đạo Phật.

Ăn uống phải vén khéo không được để rơi rớt, vì rơi rớt trông nơi chỗ ăn bẩn thỉu giống như chỗ ăn của thú vật. Muốn thoát ra bản chất của loài thú vật thì sự ăn uống phải được vén khéo và vệ sinh không được ăn uống theo kiểu ăn lấy no.

Đức Phật dạy các vị tỳ kheo Tăng và Ni ăn uống không được rơi rớt để giữ đức hạnh trang nhã, thanh lịch xứng đáng trở thành những đệ tử của Đức Phật, những bậc Thánh Tăng và Thánh Ni.

Tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni là những người quyết tâm đi tìm con đường giải thoát của Đạo Phật, thì không lý nào những đạo đức giải thoát mà Đức Phật đã dạy lại không chấp nhận thực hiện và giữ gìn nghiêm túc để được tâm hồn giải thoát hay sao?

Giới luật của Đức Phật là một đạo đức giải thoát, là một pháp môn tu tập, trau dồi thân, tâm để làm chủ bốn sự khổ đau của kiếp người. Nếu Tăng, Ni không giữ gìn giới luật nghiêm túc và không lấy giới luật tu tập và trau dồi thân tâm thì chẳng bao giờ có giải thoát, dù có ngồi thiền, niệm chú, tụng kinh, niệm Phật đến trăm kiếp cũng không làm chủ sanh, già, bệnh, chết được.

Giới thứ bốn mươi mốt: Chẳng đặng ăn búng má, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi ăn uống không được cố ăn cho đầy miệng, cho hai má búng ra giống in như khi đột ăn, không nên cồm ăn trong miệng còn mà lại và thêm, phải nhai nuốt cho hết rồi mới và miếng khác.

Ăn uống ngón ngấu đầy miệng và vôi vàng thì đó không phải là đức hạnh của người tu sĩ, mà là người thế gian thiếu giáo dục đạo đức về ăn uống. Thường những người ở ngoài đời có giáo dục đạo đức còn không ăn uống như vậy, huống là chúng ta, những tu sĩ Phật Giáo, mà còn vi phạm giới luật dạy về ăn uống như vậy được sao?

Người tu sĩ phải có đạo đức hơn người ngoài đời, có sao lại còn vi phạm những điều vô đạo đức thông thường như vậy, thì làm sao xứng đáng là người gương hạnh đạo đức cho tín đồ. Ăn uống như khi đột thì sao gọi là người tu, người tu mà làm trò hề cho người xem thì thật là sĩ nhục.

Trong cuộc đời tu hành của tôi, tôi có gặp một vị tỳ kheo Tăng ôm đầu gối giả làm cây đờn cò kéo ò e khiến cho thiên hạ cười vỡ bụng hay là cười người tu sĩ Phật Giáo tu hành đời chẳng ra đời, đạo chẳng ra đạo. Bởi, giới luật không nghiêm túc nên mới sản xuất những loại tu sĩ ca hát như vậy, thật là trái với giới luật của Đức Phật đã dạy, khiến cho Phật Pháp ngày càng suy đồi, chánh pháp ngày càng mất, chỉ còn lại một thứ giáo pháp tà ngoại, phi đạo đức của Đại Thừa Giáo và Thiên Tông.

Nếu vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật, tìm cầu sự giải thoát thì cần nên tránh xa những hành động ăn uống phi phạm hạnh, phi đạo đức như vậy, nó làm mất oai nghi tế hạnh của người tu sĩ Đạo Phật và giết chết con đường tu giải thoát của vị ấy.

Hỡi các vị tỳ kheo Tăng và các vị tỳ kheo Ni! Các vị có tin một trăm giới chúng học này tội nhẹ hay không? Điều này chúng ta hãy tự xét nếu khi chúng ta phạm vào những giới luật này thì Phật Pháp có suy đồi không? Có bị mọi người khinh chê Phật Giáo không? Nếu có tức là tội rất nặng. Vả lại, những hành động của giới luật này dạy toàn là đạo đức thiện của một người có giáo dục trong gia đình Phật Giáo.

Chúng ta là những người tu tập làm theo hạnh của Thánh Hiền, có sao lại còn sai phạm những lỗi lầm này? Những lời Phật dạy năm xưa còn ghi khắc mãi trong tâm của những bậc chân tu, thạc đức, đến giờ này thì không còn nữa, và cũng không biết đi tìm nơi đâu ra một bậc chơn tu giới đức của Đạo Phật. Thật là khó khăn vô cùng trong giai đoạn hiện tại của Phật Giáo ngày nay.

Thà không làm vị tỳ kheo, mà đã làm vị tỳ kheo thì phải hết sức giữ gìn những giới luật đạo đức trong một trăm giới chúng học này để làm vừa tốt đạo, vừa đẹp đời.

Giới thứ bốn mươi hai: Chẳng đặng ăn cơm nhai có tiếng, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực không được nhai cơm hoặc thực phẩm phát ra tiếng, không được nhai lạp xạp, không được nuốt ọt ọt, không được húp cháo, canh phát ra tiếng rột rột.

Trong khi ăn uống, người tu sĩ đệ tử của Đức Phật phải ăn nhẹ nhàng, khoan thai thì làm sao phát ra tiếng kêu, cũng như ăn canh húp mỗi lần từng muỗng một thì không bao giờ có tiếng kêu được, chỉ có những người ăn uống vội vàng lật đật mới biến ra hành động thiếu đạo đức như vậy.

Vì ăn vội, ăn vàng, nên tạo ra tiếng kêu. Hành động ăn uống như vậy là hành động thiếu đạo đức đối với mình, để cho người khác khinh chê, xem mình là một bọn háo ăn thiếu giáo dục, kẻ chẳng ra gì.

Đối với người tu sĩ Đạo Phật, cuộc sống thường là vô sự, tâm hồn luôn thanh thản, nên không có điều gì mà phải vội vàng ăn uống hấp tấp, vì thế khi ăn uống thông thả tuần tự nhai rất kỹ và trong khi nhai chẳng để phát ra tiếng động, vì ăn uống phát ra tiếng động giống như một con thú đang ăn. Chúng ta là những con người ăn uống cần nên tránh và cố giữ gìn không để cho tiếng động phát ra, như vậy mới thật là con người.

Giới bốn mươi hai này quý vị phải giữ gìn nghiêm chỉnh và tập luyện khi ăn uống không được phát ra tiếng động, ăn uống phát ra tiếng động là không đúng tư cách của một vị tỳ kheo, cần nên thận trọng để tránh người đời khinh chê.

Người ăn uống phát ra tiếng động lạp xạp giống như loài heo ăn, chó uống nước, đó là bản chất loài thú vật còn trong người đó. Nếu chúng ta có trường hợp ăn uống như vậy thì phải cố khắc phục những hành động sai trái này để thoát kiếp loài thú.

Giới thứ bốn mươi ba: Chẳngặng nhai cơm lua húp lớn tiếng, cần nên học.

Vị tỳ kheo khi thọ thực không được lua húp lớn tiếng, trong khi ăn uống phải nhỏ nhẹ, thông thả, không được vội vàng, lua húp rột rột.

Cách thức ăn uống lua húp là lối ăn uống của kẻ phàm phu tục tử, của những kẻ có nhiều công việc, của những người có tánh vội vàng, hấp tấp, không phải là kẻ vô sự. Chúng ta là những vị tu sĩ Phật Giáo, là những người vô sự có đâu lại ăn uống vội vàng như vậy.

Vả lại, chúng ta những tu sĩ của Đạo Phật ngày ăn có một bữa thì sự ăn uống phải thông thả, nhẹ nhàng khoan thai, ăn phải nhai kỹ và từ tốn thì làm sao có lua húp rột rột. Nếu những vị tỳ kheo nào quen tánh ăn lua húp thì hãy tập ăn từ tốn trở lại để đúng oai nghi tế hạnh của người tu sĩ đệ tử Đức Phật, tránh khỏi những sự khinh chê của người đời.

Ăn uống lua húp là một hành động thiếu đạo đức làm người, vì cách thức ăn uống như vậy là cách thức ăn uống của một con thú vật, chứ không phải là con người.

Giới luật Phật đã dạy là để xây dựng con người có một đạo đức hần hoi, từ cách thức ăn uống đến những oai nghi tế hạnh khác đối với mình và đối với mọi người cũng như đối với các loài vật khác. Giới luật dạy chỗ nào, đâu đâu cũng đều có ích lợi rõ ràng và cụ thể. Cho nên giới luật của Đạo Phật chúng ta không được quyền bỏ một giới nào cả, đừng bắt chước các Tổ bỏ các giới gọi là không quan trọng và lỗi thời. Giới luật của Đức Phật là đạo đức làm người làm Thánh Nhân thì không bao giờ thiếu quan trọng và lỗi thời được, giới nào cũng chỉ dạy cho chúng ta có những hành động đạo đức làm người làm Thánh rất rõ ràng và cụ thể để thoát ra bản chất của loài cầm thú, nên tất cả những con người trên hành tinh này đều phải học giới luật của Phật, nó mang đến cho loài người một đạo đức nhân bản không làm khổ mình khổ người. Do đó cuộc sống con người mới có an vui, hạnh phúc chân thật. Giới luật

của Đức Phật không phải là một pháp luật nên không lỗi thời, thì cần gì phải sửa tới sửa lui hoặc loại bỏ ra.

Nếu ai thực hiện giới luật đạo đức này chắc chắn người ấy sẽ có được một cuộc sống thanh thân, an lạc và hạnh phúc.

Giới thứ bốn mươi bốn: Chẳng đặng le lưỡi liếm thức ăn, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi ăn uống chẳng được le lưỡi liếm thức ăn còn dính trong chén, bát, đĩa, nĩa, v.v...

Liếm thức ăn trong chén, bát, tô, đĩa, nĩa, muỗng, v.v... như vậy thì có khác nào như trẻ con; ăn uống như vậy không phải là người lớn; ngoài đời người thế tục còn không ăn uống như vậy huống chúng ta là những tu sĩ đệ tử của Đức Phật thì lại càng không nên có những hành động liếm đó. Khi tay dính sữa, mật, đường, dầu cũng như chén, bát, đĩa, nĩa, v.v... thì không được le lưỡi liếm, hoặc mút ngón tay hoặc le lưỡi liếm, hai bên mép môi. Hành động làm như vậy rất khó coi, giống như một con chó hoặc một con mèo đang ăn.

Vị tỳ kheo cần phải giữ gìn oai nghi tế hạnh này đừng để vi phạm; vì vi phạm giới luật này, được xem là mang lớp người mà cách thức sống ăn uống là một con thú vật.

Giới này hầu hết mọi người đều vi phạm không ít thì nhiều, do đó mọi người cần nên giữ gìn nghiêm chỉnh không được để vi phạm, vì vi phạm vào hành động này, con người không thoát ra bản chất loài thú vật là ở chỗ ăn uống le lưỡi liếm. Người còn le lưỡi liếm là hành động chưa có đạo đức của con người, cần nên phải chữa bỏ. Không nên vì chút ít thực phẩm dính trong bát, đĩa, nĩa, tay, v.v... mà le lưỡi liếm, để trở thành một con thú vật thì có tốt đẹp gì đâu?

Giới luật Phật dạy những hành động đạo đức làm người để vượt thoát ra khỏi hành động không đạo đức của loài thú vật. Vậy chúng ta là con người phải sửa sai những hành động không đúng này.

Làm người phải sống cho đúng những hành động làm người, thú vật là phải sống đúng hành động của loài thú vật. Vì thế, giới luật đạo đức của Đạo Phật đã dạy từng hành động để làm Người và làm Thánh Nhân, tránh xa những hành động làm loài thú vật.

Trong đạo Phật có bốn quả:

- 1- Tu đà hoàn.
- 2- Tư đà hàm.
- 3- A na hàm.
- 4- A la hán.

Quả là kết quả của sự tu tập. Như quả tu đà hoàn, ai đã đạt được quả tu đà hoàn là được nhập vào dòng Thánh, có nghĩa là hành động hằng ngày của chúng ta sống đúng những hành động đạo đức của các bậc Thánh. Do những hành động sống đúng đạo đức đó, mà có kết quả được nhận vào dòng Thánh, chứ không phải nhập vào thiên này thiên nọ mà chứng quả Tu Đà Hoàn. Cho nên, các vị tỳ kheo Tăng và tỳ kheo Ni thời nay, có ai được nhận nhập vào dòng Thánh đâu? Vì đã vi phạm giới luật, vì họ không có những hành động đạo đức của Thánh Nhân. Muốn nhận xét một người tu chứng quả Tu Đà Hoàn cũng không phải khó khăn lắm, chỉ cần nhìn thấy đời sống của họ qua hành động đạo đức trong giới luật Phật đã dạy, nếu hành động của họ phạm giới phá giới, tức là còn hành động của loài thú vật thì không thể nào là những hành động đạo đức của con người và Thánh Nhân được.

Loài thú vật thì phải có những hành động của loài thú vật, không thể hành động thú vật là hành động con người được. Con người không học đạo đức Thánh Nhân thì không thể nào sống có những hành động đạo đức của Thánh Nhân được, ngược lại những bậc Thánh

Nhân thường sống trong những hành động đạo đức của con người và có những hành động đạo đức hơn con người nữa, như vậy mới được gọi là Thánh Nhân.

Ngoài những hành động giới luật của Đức Phật dạy đạo đức làm người, làm Thánh Nhân, nếu sống không đúng giới luật của Đức Phật thì không thể gọi là người có đạo đức làm người và làm Thánh Nhân được.

Ví dụ : Một người bình thường không thể ăn ngày một bữa được, không thể không ngủ được, không thể sống trầm lặng độc cư được, không thể sống vô sự được, không thể ly dục ly ác pháp được, không thể tịnh chỉ mộng tưởng được, không thể tịnh chỉ hơi thở được, không thể biết được nhiều đời nhiều kiếp của mình được, không thể thấy xa ngàn dặm được, không thể diệt mầm tái sinh luân hồi được. Tất cả những hành động này là những hành động đạo đức của bậc Thánh Nhân, chỉ có những bậc Thánh Nhân mới làm được tất cả những đức hạnh đã kể trên không có khó khăn gì.

Những hành động như trên đây đã kể ra, đó là những giới luật của Đức Phật đã dạy về đạo đức làm Thánh Nhân. Thế mà tu sĩ Phật Giáo thời nay lại phạm giới, phá giới, sống trong những hành động còn là súc sanh thú vật thì làm sao gọi là Thánh Nhân được? Thì làm sao gọi là nhập lưu được (Tu Đà Hoàn)?

Những pháp môn giới luật tu tập để làm Thánh Nhân thì tu sĩ thời nay không tu tập, lại tu tập các pháp làm chúng sanh và còn tệ hơn nữa là làm ác quỷ để lừa đảo người, bằng mọi hình thức đủ loại gian xảo. Chỉ có chiếc áo cà sa của Phật Giáo và chiếc đầu cạo trọc làm hình thức mà thôi.

Giới thứ bốn mươi lăm: Chẳng động rẩy tay khi ăn cơm, cần nên học.

Vị tỳ kheo, khi thọ thực không nên rẩy tay. Trong cơm lổ có cỏ, kiến, trùng, sâu, bọ thì nên lượm bắt bỏ, để nhẹ ra ngoài, không nên dùng tay búng rẩy. Ví như cơm hoặc thực phẩm có dính tay thì không được rẩy mà phải đi rửa tay cho thật sạch rồi mới vào ăn cơm.

Không được dùng đũa, muỗng, nĩa, khèu, vớt những thực phẩm thiu thúi mà phải dùng dao cắt gọt, để những chỗ thiu thúi có nơi, chỗ rồi đem bỏ vào chỗ chứa rác hay thùng rác, chớ không được búng rẩy và bỏ bữa bãi không đúng chỗ, làm mất vệ sinh chung, gây ảnh hưởng môi trường ô nhiễm.

Vị tỳ kheo đệ tử của Đức Phật phải sáng suốt cố gắng giữ gìn oai nghi tế hạnh này, không được để vi phạm giới luật này, vì vi phạm luật này sẽ ăn ở dơ bẩn, biến mình thành con thú vật sống không vệ sinh.

Ăn uống búng rẩy là hành động của loài gà, vịt, chim chóc chớ không phải là hành động của con người.

Ăn uống búng rẩy làm mất vệ sinh nơi chỗ ăn uống, dơ bẩn, làm người, những hành động này cần nên tránh. Chỗ ăn, chỗ ở phải được giữ gìn vệ sinh sạch sẽ, không được bỏ bữa bãi bần thiu giầy, lá, vỏ trái cây, bọc nilon và đồ ăn thừa, v.v...

Đây là một hành động hết sức vệ sinh trong khi ăn uống, không được làm bần thiu chỗ ăn uống. Đối với Đạo Phật đây là một hành động đạo đức vệ sinh của con người, mà mọi người cần phải thực hành nghiêm chỉnh trong khi ăn uống không được rẩy tay hoặc rẩy đũa, muỗng, v.v...

Người tu sĩ đệ tử của Đức Phật thì cần phải giữ gìn giới luật này hơn nữa để xứng đáng là đệ tử của Phật, xứng đáng là những bậc Thánh Tăng, Thánh Ni.

Giới thứ bốn mươi sáu: Chẳng đặng bốc cơm rơi mà ăn, cần nên học.

Vị tỷ kheo khi thọ thực, không được để cơm đổ tháo, rùi rớt một vài hạt cơm thì không tội, nhưng không được bốc cơm rơi rớt đó mà ăn, hành động đó sẽ làm mất oai nghi tế hạnh của vị tỷ kheo. Nếu ăn uống rùi rớt thì gom lại cho có chỗ có nơi, cũng như vỏ trái cây, khi ăn xong phải gom lại một chỗ để bỏ vào thùng rác. Giữ vệ sinh chung cho mọi người trong đó có mình, không được tung rầy khắp nơi, khiến cho môi trường sống càng thêm ô nhiễm, sanh ra nhiều bệnh tật khổ đau.

Giới luật của Đức Phật đã dạy, một người tu sĩ không những giữ vệ sinh cho mình mà còn giữ vệ sinh chung cho mọi người khác, đó là hành động đạo đức thiết thực cụ thể lợi ích cho mình, cho người.

Trong bữa ăn dùng tay hoặc đũa rầy cơm hoặc thực phẩm dính là một hành động không lịch sự, thiếu vệ sinh cần nên bỏ không được tái phạm, đó là phạm vào oai nghi tế hạnh của một vị tỷ kheo đệ tử của Đức Phật.

Cách đây 2542 năm, Đức Phật đã chế giới luật này, chứng tỏ Ngài đã thấu suốt mọi hành động lịch sự và vệ sinh trong môi trường sống chung của loài người, mà mọi người cần phải giữ vệ sinh và bảo vệ nó để đem lại sự sống an lành cho loài người trên hành tinh này, tức là giải thoát.

Ngày nay đến thời đại khoa học hiện đại, kỹ nghệ tiến triển như thế này, thì người ta mới phát giác ra được môi trường sống của loài người đang bị ô nhiễm nặng, cần phải được bảo vệ thì hơi quá muộn màng.

Những trận thiên tai, thủy họa, động đất đổ trên đầu của loài người gây bao nhiêu sự chết chóc thảm thương, không phải tự con người đã làm ra sao? Những nạn phá rừng và những nhà máy công kỹ nghệ đã thải ra biết bao nhiêu chất khí độc hại đã làm cho bầu khí quyển ô nhiễm và thay đổi thời tiết, mưa gió bất hòa.

Nếu theo giới luật đạo đức vệ sinh của Đức Phật đã dạy mọi người giữ gìn không hề vi phạm cách đây hơn hai mươi lăm thế kỷ cho đến ngày nay thì sự vệ sinh và bảo vệ môi trường sống đã tốt đẹp biết bao nhiêu, làm gì có thời tiết bất an, mưa không thuận, gió không hòa, sức khỏe con người đâu có như ngày nay.

Khi biên soạn bộ giới luật này, chúng tôi thấy giới luật của Đức Phật sao dạy đạo đức tuyệt vời, đem lại từng chút hành động cho con người một đời sống hạnh phúc chơn thật, thật sự an vui mà không thể có ai phủ nhận được. Đó không phải sự giải thoát của Đạo Phật sao? Thế mà con người đã bỏ quên đạo đức này, nhất là các vị tỷ kheo Tăng và tỷ kheo Ni đã quá xem thường giới luật đạo đức của Đức Phật và đã ném nó vào một xó kẹt; dường như họ học để cho biết, chớ chẳng bao giờ nghĩ nó là đạo đức của con người và Thánh Nhân. Vì thế chẳng bao giờ những tu sĩ này giữ gìn nghiêm túc và sống đúng với nó, nên cuộc đời tu hành của họ chẳng có giải thoát chút nào, chỉ uống công mà thôi.

Giới thứ bốn mươi bảy: Chẳng đặng tay dơ bưng bát đồ ăn, cần nên học.

Vị tỷ kheo, phạm khi ăn uống, phải rửa tay cho thật sạch rồi mới cầm bát, đũa và thực phẩm mà ăn uống.

Nếu tay dính bụi bặm, mồ hôi mà thọ thực thì không sạch sẽ, và sẽ làm mất vệ sinh cơ thể. Để tay dơ bẩn như vậy mà ăn uống thì rất là bẩn thỉu, dễ sanh bệnh tật, mà có bệnh tật là có sự khổ đau. Đùng bát chước Tế Điền Hòa Thượng đó là một câu chuyện huyền thoại thêm bớt của Đại Thừa, mục đích câu chuyện này là để phá giới luật và phạm hạnh của người tu sĩ Đạo Phật, tức là có ý đ