

CẨM NANG VÀO ĐỜI CHO NGƯỜI CƯ SĨ TẠI GIA

THÍCH ĐẠT MA PHỔ GIÁC

**CẨM NANG VÀO ĐỜI
CHO NGƯỜI CƯ SĨ TẠI GIA**

NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC

CHÙA LINH XỨNG

xã Hà Ngọc - H. Hà Trung
Thanh Hóa
ĐT: 0906.888.575

Anh
Hùng
Lý
Thường
Kiết
Khởi
Nguồn
Tâm
Linh
Mở
Trang
Sử
Mới
Cho
Người
Dân
Nước
Việt

Phật
Hồng
Trần
Nhân
Tông
Đạo
Đạo
Vào
Đời
Phá
Tà
M
Tín
Lần
Rang
Rở
Tổ
Tiên

MỤC LỤC

CHƯƠNG I:	
LÝ TƯỞNG CAO ĐẸP NGƯỜI PHẬT TỬ TẠI GIA	17
CHƯƠNG II:	
NUÔI TỰA TAM BẢO CHÂN CHÍNH	19
CHƯƠNG III:	
THỰC TẬP VÂNG GIỮ NĂM ĐIỀU ĐẠO ĐỨC	21
CHƯƠNG IV:	
CÁCH THỨC THỜ PHẬT BỒ-TÁT	24
CHƯƠNG V:	
HỌC PHẬT ĐÚNG PHƯƠNG PHÁP	26
CHƯƠNG VI:	
SINH HOẠT PHẬT PHÁP TRONG ĐỜI SỐNG HÀNG NGÀY	28
CHƯƠNG VII:	
HIẾU DƯỠNG PHỤNG THỜ CHA MẸ	29
CHƯƠNG VIII:	
TRÁCH NHIỆM CHA MẸ ĐỐI VỚI CON CÁI	34



CHƯƠNG IX: CHUẨN BỊ ĐỜI SỐNG HÔN NHÂN	40
CHƯƠNG X: MỐI QUAN HỆ TÌNH CHỒNG NGHĨA VỢ	42
CHƯƠNG XI: TRÁCH NHIỆM CHỒNG ĐỐI VỚI VỢ	44
CHƯƠNG XII: BỔN PHẬN VỢ ĐỐI VỚI CHỒNG:	47
CHƯƠNG XIII: TRÁCH NHIỆM THẦY DẠY HỌC TRÒ	49
CHƯƠNG XIV: BỔN PHẬN NGƯỜI HỌC TRÒ ĐỐI VỚI THẦY	55
CHƯƠNG XV: SỐNG CÓ TRÁCH NHIỆM ĐỐI VỚI BẠN BÈ	58
CHƯƠNG XVI: MỐI QUAN HỆ BÌNH ĐẲNG GIỮA CHỦ VÀ THỢ	60
CHƯƠNG XVII: TÌNH LÀNG NGHĨA XÓM VÀ QUÊ HƯƠNG	62
CHƯƠNG XVIII: BIẾT ỨNG XỬ TỐT TRONG GIAO TẾ	64
CHƯƠNG XIX: LO VIỆC TANG LỄ ĐÚNG THEO CHÁNH PHÁP	66

CHƯƠNG XX: HỌC ĐỂ HOÀN THIỆN CHÍNH MÌNH	68
CHƯƠNG XXI: NHỮNG ĐIỀU ĐÁNG TÔN KÍNH CỦA NHƯ LAI THẾ TÔN	72
CHƯƠNG XXII: HÃY SUY NGHĨ KHI BẠN BẾ TẮC	74
CHƯƠNG XXIII: CHÍN ĐIỀU NÊN NHỚ TRONG CUỘC SỐNG	77
CHƯƠNG XXIV: NHỮNG BÀI HỌC ĐÁNG GHI NHỚ	80
CHƯƠNG XXV: NHỮNG ĐIỀU NÊN KHẮC TỐT GHI TÂM	83
CHƯƠNG XXVI: NHỮNG BÀI HỌC ĐÁNG SUY GẤM TỪ CUỘC ĐỜI	86
CHƯƠNG XXVII: NHỮNG ĐIỀU MANG LẠI HẠNH PHÚC LỚN	90
CHƯƠNG XXVIII: PHẬT DẠY ÂN NGHĨA LÀ GỐC CỦA CON NGƯỜI	93
CHƯƠNG XXIX: THIỆN TRONG BỘN BÈ CÔNG VIỆC	103
CHƯƠNG XXX: LẬP TRƯỜNG VỮNG CHẮC CỦA NGƯỜI PHẬT TỬ	116

LỜI GIỚI THIỆU

Là người mới bắt đầu học Phật hoặc đã học Phật nhưng chưa thấm nhuần Phật pháp chân chính, chúng tôi biên soạn quyển sách nhỏ này, nhằm hướng dẫn cho người cư sĩ tại gia tập sống cuộc đời thánh thiện, theo lời Phật dạy.

Chúng tôi cố gắng trình bày các nguyên tắc này theo sự hiểu biết có giới hạn của mình, sau một thời gian ứng dụng tu học cảm thấy có chút an lạc. Để giúp cho người cư sĩ tại gia thực hiện đúng vai trò và trách nhiệm của mình đối với gia đình người thân và cộng đồng xã hội. Trước tiên, chúng ta cần phải có một niềm tin vững chắc sau khi học hỏi, có tư duy sâu sắc, có quán chiếu chiêm nghiệm như lời Phật dạy sau đây:



Này các thiện nam, tín nữ, khi nghe một điều gì, các vị phải quan sát, suy tư và thể nghiệm. Chỉ khi nào, sau khi thể nghiệm, quý vị thực sự thấy lời dạy này là tốt, lành mạnh, đạo đức, có khả năng hướng thiện, chói sáng và được người trí tán thán; nếu sống và thực hiện theo lời dạy này sẽ đem đến hạnh phúc, an lạc thực sự ngay hiện tại và về lâu về dài, thì lúc ấy quý vị hãy đặt niềm tin bất động và thực hành theo. (Kinh Bộ Tăng Chi, A. I. 188)

Do đó, để trở thành một người Phật tử chân chính, chúng ta cần phải có một thời gian nhất định để tìm hiểu đạo Phật. Người có lòng tự trọng sẽ không y lại vào một thế lực nào khác, những đứa con nên người và thành công trên trường đời thường có chí tự lập cao, ít dựa dẫm vào cha mẹ. Thật vậy, khi đến với đạo Phật chúng ta phải tìm hiểu lời Phật dạy theo cách thức văn, tự, tu. Văn có nghĩa là nghe đọc qua các kinh sách bằng đĩa, hoặc nghe chư Tăng Ni chia sẻ Phật pháp, nếu ta

chỉ nghe suông theo kiểu người trước làm sao, người sau làm vậy mà không có tư duy, quán chiếu và thể nhập chân lý thì đó là niềm tin mù quáng.

-Để đảm bảo cho người Phật tử tại gia sống đời đạo đức, có nếp sống văn hóa lành mạnh, có hiểu biết chân chính, có trí tuệ phân biệt đúng sai, chánh tà và biết cách làm chủ bản thân với tinh thần vô ngã, vị tha.

-Để thực hành đúng lời Phật dạy nhằm phát huy tinh thần “tốt đạo đẹp đời” phù hợp với mọi tầng lớp trong xã hội, người Phật tử chân chính phát nguyện rộng độ chúng sinh, thấp sáng ngọn đuốc từ bi cứu khổ, nhằm làm vơi bớt nỗi đau bất hạnh.

-Để giúp cho người Phật tử tại gia hiểu rõ lợi ích thiết thực trong việc học hỏi, chiêm nghiệm và ứng dụng vào trong đời sống hằng ngày.

-Người Phật tử chân chính cần thiết lập và xây dựng một Tịnh độ dân gian, trên nền tảng

của bản thân, gia đình và xã hội, không nhớ nghĩ quá khứ, không vọng cầu tương lai mà chỉ sống trong giờ phút hiện tại, đây chính là “cực lạc hiện tiền”. Tịnh độ là lòng trong sạch, còn tìm chi cội Phật ở phương Tây. Chính vì vậy, các tổ thường nói: Ngoài tâm cầu Phật là ngoại đạo, người tu học chân chính nên xem xét, chiêm nghiệm lời dạy này?

Chúng tôi biên soạn quyển cẩm nang vào đời, nhằm góp phần nhỏ vào việc xây dựng ngôi nhà Phật pháp, mong được phát triển bền vững, lâu dài trong hiện tại và mai sau. Với chút lòng thành biết ơn sâu sắc, kính mong chư tôn Hòa thượng, Thượng tọa, Đại đức tăng ni, Phật tử và các bậc thiện hữu tri thức chỉ giáo, để quyển cẩm nang vào đời thật sự có hữu ích cho nhiều người.

Thích Đạt Ma Phổ Giác

Kính ghi

Sách này giúp cho người cư sĩ tại gia thấm nhuần đạo đức từ bi và trí tuệ của Phật-đà qua các nguyên tắc sau:



CHƯƠNG I:

LÝ TƯỞNG CAO ĐẸP NGƯỜI PHẬT TỬ TẠI GIA

Điều 1- Người Phật tử chân chính, trước khi làm gì và đi theo quan điểm của ai, chúng ta cần phải tìm hiểu, suy tư chiêm nghiệm, sau khi thấy rõ lợi ích thiết thực, không làm tổn hại người vật, ngay khi đó chúng ta mới tin và bắt đầu thực hành theo.

Điều 2- Người cư sĩ tại gia sau khi nghe lời Phật dạy, có suy tư quán chiếu xem xét và ứng dụng vào trong đời sống hằng ngày mà cảm nhận được an lạc hạnh phúc ngay tại đây và bây giờ. Từ đó chúng ta thấy rằng lý tưởng của đạo Phật, giúp cho mọi người trưởng thành trong đạo đức, nhờ nhận thức sáng suốt nên



biết cách vượt qua cam bầy cuộc đời, ngay khi đó mới phát nguyện làm người Phật tử chân chính.

Điều 3- Người Phật tử nên đến với đạo Phật bằng sự hiểu biết chân chính, tự soi sáng lại chính mình và thấy rằng tất cả mọi hiện tượng sự vật đều nương tựa vào nhau mới bảo tồn sự sống, chính vì vậy chúng ta phải sống đạo đức, tôn trọng luật pháp nhằm góp phần làm trong sạch và an lạc cho mình và xã hội.

Điều 4- Người Phật tử sau khi tiếp nhận lời dạy chân chính Phật-đà, quyết sống trung thành với lý tưởng giác ngộ giải thoát, luôn ý thức gương mẫu làm tròn trách nhiệm đối với gia đình người thân và đóng góp lợi ích xã hội, hộ trì Tam bảo trong hiện tại và mai sau.



CHƯƠNG II:

NƯƠNG TỰA TAM BẢO CHÂN CHÍNH

Điều 5- Người Phật tử chân chính nương tựa đức Phật, người thầy dẫn đường giúp cho nhân loại biết cách hướng thượng, từ nay cho đến trọn đời không tu theo Trời, Thần, Quỷ, vật, nhưng vẫn tôn trọng bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 6- Người Phật tử chân chính học hỏi lời dạy của đức Phật, nhằm chuyển hóa nỗi khổ niềm đau, thành an vui hạnh phúc ngay tại đây và bây giờ, thế cho nên từ nay cho đến trọn đời không tu theo các học thuyết tín ngưỡng dân gian có tính cách làm hại người



và vật mà vẫn tôn trọng bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 7- Người Phật tử chân chính nương tựa Tăng đoàn hòa hợp, những bậc chân tu, truyền bá đúng chính pháp Phật-đà, từ nay cho đến trọn đời không tu theo thầy tà, bạn xấu nhưng vẫn tôn trọng bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 8- Người Phật tử chân chính nên có lòng bao dung và độ lượng không kỳ thị chủng tộc, giới tính, màu da, tôn giáo và các ý thức hệ khác v.v... Ngược lại, luôn xây dựng con người thân thiện, có thái độ cởi mở, tôn trọng, và giúp đỡ thế nhân để họ nhận ra chân lý cuộc đời mà biết cách làm chủ bản thân.

CHƯƠNG III:

THỰC TẬP VÂNG GIỮ NĂM ĐIỀU ĐẠO ĐỨC

Điều 9- Ý thức được khổ đau do giết hại gây ra, người Phật tử chân chính phát nguyện không sát sinh hại vật dưới mọi hình thức, nhất là sự sống của con người, động vật và thiên nhiên. Phải biết tôn trọng và thể hiện tình thương yêu và bảo vệ sự sống của muôn loài.

Điều 10- Ý thức được sự khổ đau do gian tham trộm cướp gây ra dưới mọi hình thức, người Phật tử chân chính phát nguyện không lấy của không cho, không lường gạt, dối trá, tham nhũng, đút lót, cò bạc, chứa đồ gian và vay nợ không trả. Phải biết tôn trọng sở hữu

tài sản của người khác, thể hiện nếp sống văn hóa đạo đức làm nghề lương thiện và mạng sống chân chính.

Điều 11- Ý thức được sự khổ đau do phá hoại hạnh phúc gia đình mình và người khác, người Phật tử chân chính phát nguyện sống chung thủy một vợ một chồng. Phải biết tôn trọng và bảo vệ hạnh phúc gia đình người khác như là chính hạnh phúc gia đình mình, theo lời Phật dạy.

Điều 12- Ý thức được khổ đau do lời nói dối gạt gây ra, người Phật tử chân chính phát nguyện không nói sai sự thật, không nói lời vô ích, không nói lời mê hoặc để dụ dỗ, không nói lời tục tĩu, cộc cằn, không nói lời chia rẽ, gây hận thù cho nhau. Phải biết giữ chữ tín và tôn trọng sự thật, nói đúng chánh pháp Phật-đà, khi không thể nói thì phải im lặng như đang trong thiền định.

Điều 13- Ý thức được khổ đau do uống rượu say sưa hoặc sử dụng các chất kích thích độc hại có tác dụng hủy hoại sức khỏe, tinh thần, và nhân cách sống của mình như xì ke ma túy và các độc tố khác qua phim ảnh sách báo đồi trụy. Phải biết bảo vệ sức khỏe và lòng tự trọng, nhằm giữ gìn nhân cách, thể hiện nếp sống có văn hóa đạo đức, lành mạnh.

Điều 14- Người Phật tử chân chính có một nhân cách sống được người trí tán thán và khen ngợi, đó chính là biết từ bỏ sát sinh hại vật, trước tiên là không được giết người, kể đến là biết hạn chế giết hại từ con vật lớn cho đến các loài nhỏ nhít. Rồi chúng ta không gian tham trộm cướp hay lường gạt của ai, sống chung thủy một vợ một chồng, không nói dối hại người và không uống rượu say sưa và dùng các chất độc hại như xì ke ma túy.



CHƯƠNG IV:

CÁCH THỨC THỜ PHẬT BỒ-TÁT

Điều 15- Người Phật tử chân chính thờ phượng hình ảnh tượng Phật, Bồ-tát, A-la-hán và Thánh Tăng để được chiêm bái, học hỏi qua công hạnh độ sinh, không biết mệt mỏi, nhàm chán mà vẫn an nhiên tự tại để làm gương sáng cho cuộc đời, nhằm làm chỗ dựa tinh thần cho bản thân, gia đình và xã hội.

Điều 16- Người Phật tử chân chính, sau khi phát nguyện nương tựa ba ngôi Tam bảo tức Phật, pháp, Tăng thì không tôn thờ các thần linh, quỷ, vật nhưng vẫn tôn trọng bằng tình người trong cuộc sống. Người Phật tử phải biết rõ ràng, không ai có quyền ban

phước giáng họa mà chỉ tin vào chân lý nhân quả và cố gắng dứt ác làm lành, để hoàn thiện chính mình.

Điều 17- Người Phật tử chân chính, nên thờ Phật, Bồ-tát trang nghiêm, ở nơi thoáng cao, sạch sẽ, không cao quá 1 m 8 để thuận lợi trong việc dọn dẹp, dâng cúng hoa quả, đọc kinh và lễ bái.

Điều 18- Người Phật tử chân chính, nên thường xuyên quét dọn nơi thờ Phật, Bồ-tát trước khi đọc kinh, cúng bái hay lễ Phật phải tắm gội sạch sẽ, ăn mặc tươm tất để thân và tâm được thuần khiết, trong sạch.

Điều 19- Người Phật tử chân chính nên để chuông mõ ngay nơi bàn thờ Phật, Bồ-tát. Không được để kinh sách, và các phương tiện khác một cách tùy tiện làm mất phần trang nghiêm trong việc thờ phượng.

CHƯƠNG V:

HỌC PHẬT

ĐÚNG PHƯƠNG PHÁP

Điều 20- Người Phật tử chân chính phải nên siêng năng chuyên cần học hỏi, có tư duy, có suy xét, có chiêm nghiệm và biết cách áp dụng lời Phật dạy. Xem tam tạng kinh điển gồm có kinh, luật, luận là những lời dạy minh triết, là món ăn tinh thần nhằm giúp cho ta biết cách dứt ác làm lành.

Điều 21- Người Phật tử chân chính, nên cố gắng sắp xếp thời gian thuận tiện để đến các trung tâm văn hóa Phật giáo, các lớp giáo lý phổ thông ở các chùa, thiền viện, các buổi thuyết pháp vào ngày sám hối, ngày vía Phật, Bồ-tát.

Điều 22- Người Phật tử chân chính sau khi tu học cảm thấy có an lạc hạnh phúc, nên động viên an ủi, hướng dẫn, khích lệ gia đình người thân và bạn bè mình cùng nhau tham khảo, tìm hiểu, học hỏi và áp dụng thực hành lời Phật dạy vào trong đời sống hằng ngày, thông qua sự hướng dẫn của Tăng ni.

Điều 23- Người Phật tử chân chính không được phê phán, chỉ trích, chống đối những người tu tập theo các pháp môn khác của Phật giáo. Khi chúng ta thông suốt lời Phật dạy, nên ta phải tôn trọng và biết kết hợp hài hòa với các truyền thống tu tập khác để cho chánh pháp Phật-đà được tỏa sáng khắp thế gian.



CHƯƠNG VI:

SINH HOẠT PHẬT PHÁP TRONG ĐỜI SỐNG HÀNG NGÀY

Điều 24- Người Phật tử chân chính nên chọn lựa nghề nghiệp không làm tổn hại người vật và phát huy đời sống đạo đức. Không gì lợi ích riêng tư mà sống trái với luân thường đạo lý.

Điều 25- Người Phật tử chân chính có quyền làm giàu, có quyền tạo ra của cải vật chất, tài sản bằng đôi bàn tay và khối óc của mình, đúng theo lời Phật dạy và phù hợp với luật pháp xã hội.

Điều 26- Người Phật tử chân chính nên có đời sống căn bản điều độ và biết cách gìn giữ thân tâm trong ít muốn, biết đủ, với tinh thần tương thân, tương trợ giúp đỡ lẫn nhau bằng tình người trong cuộc sống.

CHƯƠNG VII:

HIẾU DƯỠNG PHỤNG THỜ CHA MẸ

Điều 27- Người Phật tử chân chính ngoài những trách nhiệm lo cho gia đình người thân và đóng góp xã hội, người con hiếu thảo cần có bốn phận phải chăm lo đầy đủ, vật chất và tinh thần cho cha mẹ.

Điều 28- Siêng năng làm việc để có của cải nuôi dưỡng cha mẹ: Người Phật tử chân chính, trước tiên phải có bốn phận trách nhiệm của một người con đối với cha mẹ, là phải biết làm tăng thêm tài sản của cải, vật chất để nuôi dưỡng cha mẹ bằng đôi bàn tay và khối óc của mình.

Điều 29- Thay thế cha mẹ gánh vác công việc nặng nhọc, con cái chính là sự tiếp nối

quan trọng, để duy trì nghề nghiệp, công việc của cha mẹ. Nếu trong gia đình mà không có người kế nghiệp được xem như là một bất hạnh lớn.

Điều 30- Càng đáng việc nhà, làm tròn bốn phận đối với cha mẹ. Ý thức trách nhiệm, làm tròn bốn phận của một người con hiếu thảo. Thay thế cha mẹ phát triển và mở mang nghề nghiệp thêm lớn mạnh, là nhiệm vụ cao cả của người con.

Điều 31- Giữ gìn truyền thống gia phong tốt đẹp: Truyền thống gia phong là truyền thống đạo đức gia đình, của dòng tộc được giữ gìn và truyền thừa qua nhiều thế hệ tiếp nối. Truyền thống này có thể bao gồm cả những yếu tố tích cực và tiêu cực. Tuy nhiên, truyền thống gia phong ở đây là chúng ta phải hiểu rõ và thấm nhuần những giá trị đạo đức tốt đẹp. Đạo đức tốt đẹp thuần thiện là chất liệu sống, cần phải có trong các mối quan hệ giao

tế, trong cách đối nhân xử thế giữa con người và các đối tác xung quanh.

Điều 32- Không tự làm gì khi chưa hỏi cha mẹ và không được trái ý cha mẹ. Bốn phận người làm con khi muốn làm công việc gì cũng phải hỏi ý kiến cha mẹ trước, mục đích để giữ gìn truyền thống tốt đẹp của gia đình. Đạo Phật không dạy chúng ta phải tin theo các tín ngưỡng lạc hậu, mê tín có tính cách làm tổn hại con người.

Điều 33- Bảo vệ tài sản được kế thừa từ cha mẹ. Tài sản mà cha mẹ để lại bao gồm tất cả những giá trị vật chất lẫn tinh thần. Ngoài ra, việc quản lý, giữ gìn và phát triển tài sản vật chất mà cha mẹ đã để lại cũng là một nhiệm vụ quan trọng đối với con cái. Chúng ta cần phải biết, việc tạo ra tài sản không phải dễ, nó đòi hỏi con người phải có đầy đủ năm yếu tố cơ bản: thứ nhất siêng năng tinh cần, thứ hai là tiết kiệm, thứ ba là không phóng túng

hoang phí, thứ tư là không trộm cướp của ai và thứ năm là biết giúp đỡ, sẻ chia khi có nhân duyên. Việc tích lũy tài sản đã khó nhưng việc giữ gìn, bảo vệ tài sản đó được tồn tại lâu dài lại càng khó hơn.

Điều 34- Khuyến khích cha mẹ hướng thiện và biết quy hướng về Tam bảo là trách nhiệm của con cái. Con cái có thể báo đáp thâm ân cao cả của cha mẹ qua hai phương diện vật chất và tinh thần. Phận làm con nếu khuyên cha mẹ biết quy hướng Tam bảo, tin sâu nhân quả tu học theo chánh pháp Phật-đà, như vậy mới chân thật đền đáp ân sâu. Có cha mẹ biết đi chùa tin sâu Tam bảo là phước báo lớn cho gia đình người thân. Tu học Phật pháp giúp cho cha mẹ an vui nơi chánh pháp, sống ít phiền muộn về tuổi già, vui hưởng an lạc hạnh phúc hiện tại và mai sau.

Điều 35- Khi cha mẹ qua đời, người Phật tử nên tổ chức lễ tang đơn giản, đúng chánh

pháp, để tạo hành trang tái sinh tốt cho cha mẹ.

Điều 36- Người Phật tử nên tổ chức các lễ tưởng niệm cha mẹ vào dịp các tuần thất, một trăm ngày, giỗ hằng năm . . . tại chùa. Trong trường hợp tổ chức tại nhà, người Phật tử nên mời quý Thầy Cô và ban hộ niệm về nhà tụng kinh. Phẩm vật dâng cúng nên thuần chay. Người Phật tử cũng nên tu phước, bố thí, cúng dường Tam bảo, cúng dường Trai tăng để hồi hướng công đức cho cha mẹ.



CHƯƠNG VIII:

**TRÁCH NHIỆM
CHA MẸ ĐỐI VỚI CON CÁI**

Điều 37- Người Phật tử khi làm cha mẹ phải có bốn phận thương yêu, nuôi nấng, giáo dục con cái trưởng thành về thể chất, tinh thần, nhân cách, đạo đức; tạo dựng nghề nghiệp và khả năng tự lập cho con cái.

Điều 38- Cha mẹ thương yêu con cái: Mỗi quan hệ của các bậc cha mẹ trong đạo Phật được đặt trên cơ sở đạo đức, do đó, sự ra đời của con cái không phải nhu cầu thỏa mãn các khoái lạc giác quan thông thường mà còn có tinh thần trách nhiệm. Các bậc cha mẹ xem việc nuôi nấng con cái là nền tảng đạo đức, là trách nhiệm thiêng liêng cao quý, mà ai

làm cha mẹ cũng muốn cho con cái mình lớn khôn và trưởng thành.

Điều 39- Cung cấp cho con cái đầy đủ: Cha mẹ có trách nhiệm với con cái là không để chúng thiếu thốn về vật chất và tinh thần. Trên phương diện vật chất, bậc làm cha mẹ phải tùy vào khả năng có được, để lo cho con cái đầy đủ như ăn uống mặc ở cho đến các phương tiện học hành phát triển tài năng, đạo đức và trí tuệ. Trên phương diện tinh thần, cha mẹ phải thường xuyên quan tâm chăm sóc, chia sẻ hỏi han để động viên con cái, vượt qua mọi khó khăn trong cuộc sống.

Điều 40- Tạo dựng nghề nghiệp chân chính cho con cái, nhằm đảm bảo an sinh đời sống về lâu dài. Phật giáo luôn lấy nhân quả làm nền tảng để giáo dục mọi người ý thức rằng “nhân quả tốt xấu đều do mình tạo ra”. Đây là phương cách giáo dục vô cùng sáng suốt vì



đã loại bỏ yếu tố ỷ lại vào người khác, và phát triển năng lực làm chủ bản thân.

Điều 41- Tìm nơi chốn xứng đáng để dựng vợ gả chồng cho con cái: Trách nhiệm của các bậc cha mẹ ngoài việc giáo dục đạo đức tránh ác làm lành, ổn định nghề nghiệp, mà còn chăm lo đến đời sống lứa đôi cho con cái. Khi con cái đã đến tuổi trưởng thành, việc quyết định đời sống hôn nhân của chúng được quyền lựa chọn theo nhân duyên của mỗi người. Ngoài việc, truyền trao kinh nghiệm trong hôn nhân cho con cái, các bậc cha mẹ còn phải hướng dẫn con cái chọn lựa người bạn đời thích hợp để đảm bảo hạnh phúc gia đình.

Điều 42- Cha mẹ có của cải vừa ý đều giao hết cho con cái: Trách nhiệm thứ năm này mang ý nghĩa pháp lý và tính nhân bản cao, việc truyền trao này bao gồm di chúc và tài sản thừa tự cho con cái. Có nhiều bậc cha mẹ

đã không nghĩ tới chuyện này khi còn khỏe mạnh. Do đó, khi nhắm mắt ra đi, anh chị em tranh giành tài sản do cha mẹ để lại, dẫn đến cảnh tan nhà nát cửa. Chính vì thế, để tránh các tình trạng trên, Đức Phật đã dạy các bậc cha mẹ phải di chúc và truyền lại gia tài khi mình còn sáng suốt và khỏe mạnh, trên tinh thần bình đẳng chia đều cho con cái, không kể là gái hay trai.

Điều 43- Khi con được một tuổi, người Phật tử nên đem con đến chùa làm lễ bán khoán hay lễ khai tâm và ghi vào sổ bộ của bốn tự. Khi con được năm, sáu tuổi, người Phật tử nên dẫn con đến chùa học giáo lý, song song với chương trình thế học. Khi con lên tám tuổi nên hướng dẫn con làm lễ quy y Tam bảo, để con cái chính thức trở thành Phật tử. Cha mẹ phải biết giáo dục khi chúng còn nhỏ, trẻ con từ 3 đến 12 tuổi, mỗi lần đi chùa,



chúng ta nên dẫn chúng theo, đến chùa tập cho chúng biết quỳ, biết lạy, biết dâng hương hoa, biết tỏ lòng cung kính đối với đức Phật và chư Tăng, Ni.

Điều 44- Giáo dục con cái khi bắt đầu ở tuổi dậy thì: Chừng 13 tuổi trở đi cho đến tuổi đôi mươi, là tuổi đang tìm hiểu, biết tò mò, học hỏi, tham khảo những điều hay lẽ phải. Bậc cha mẹ hãy nên khuyến khích con cái đi chùa, quy hướng Tam bảo, có niềm tin sâu sắc đối với nhân quả, nhờ vậy con cái sẽ biết tránh ác làm lành mà sống đời đạo đức khi lớn khôn, trưởng thành.

Điều 45- Cha mẹ dạy con khi còn nhỏ từ cách ăn uống, đi đứng, nói năng đều phải theo nguyên tắc kính trên nhường dưới, tin sâu nhân quả, tránh ác làm lành, tin chính mình là chủ nhân của bao điều họa phúc, nhờ vậy con cái khi khôn lớn trưởng thành sẽ biết cách hoàn thiện chính mình.

Điều 46- Người Phật tử nên truyền chất Phật cho con qua các lễ bán khoán, thôi nôi, khai tâm, lễ quy y, lễ cưới, sinh nhật và qua cuộc sống hằng ngày. Dạy con cái ý thức học Phật pháp, đi chùa, lạy Phật, đọc tụng kinh Phật, nghe giảng, ăn chay kỳ, làm phước và tu đức.

Điều 47- Người Phật tử làm cha mẹ không nên ngăn cản con cái nếu chúng có ý thức và muốn xuất gia, làm người tu sĩ chân chính. Trái lại, cha mẹ nên tạo mọi thuận duyên cho con cái mình thành đạt chí nguyện hương thượng cao cả, trên cầu thành Phật, dưới độ chúng sinh.



CHƯƠNG IX:

CHUẨN BỊ ĐỜI SỐNG HÔN NHÂN

Điều 48- Người Phật tử chân chính trước khi tiến đến hôn nhân, trước tiên phải ổn định nghề nghiệp và có khả năng tự lập không ỷ lại vào cha mẹ hai bên, nhằm đảm bảo đời sống về sau không gặp khó khăn và trở ngại.

Điều 49- Người Phật tử chân chính nên có thời gian chín chắn tìm hiểu nhau về lý tưởng sống, tôn giáo, đạo đức, trước khi đính hôn, để đời sống hôn nhân được xây dựng trên tinh thần thương yêu có hiểu biết và trách nhiệm.

Điều 50- Để người bạn đời phù hợp tính tình và cùng chung lý tưởng hạnh nguyện với mình, người Phật tử nên chọn người tu theo

đạo Phật. Nếu người bạn sắp cưới theo tôn giáo hay tín ngưỡng khác thì nên thuyết phục người ấy quay trở về với đạo của mình, nếu không thì đạo ai nấy giữ và cùng tôn trọng lẫn nhau.

Điều 51- Trước ngày lễ cưới, người Phật tử chân chính nên đến chùa hay thiền viện, thưa thỉnh thầy bổn sư về việc tổ chức lễ cưới tại nhà chùa và thân mời chư huynh đệ pháp lữ gần xa, cùng gia đình người thân hai họ tham dự.

Điều 52- Trong ngày lễ cưới, hai đàn ông trai gái phải đến chùa hay thiền viện làm lễ hằng thuận trước sự chứng minh của chư Tăng ni nhằm để nghe lời chỉ dạy quý báu về cách giữ gìn, bảo vệ hạnh phúc lứa đôi, hiếu dưỡng cha mẹ hai bên và trách nhiệm giáo dục con cái.



CHƯƠNG X:

**MỐI QUAN HỆ
TÌNH CHỒNG NGHĨA VỢ**

Điều 53- Bên cạnh mối dây huyết thống giữa cha mẹ và con cái, còn có mối quan hệ chồng vợ, quan hệ anh chị em. Về quan hệ chồng đối với vợ phải yêu thương, tôn trọng và chung thủy, quan tâm chăm sóc chu đáo đời sống vật chất lẫn tinh thần, thường tặng quần áo, trang sức cho vợ. Vợ đối với chồng phải thương yêu, kính trọng và trung thành, quản lý tốt nhà cửa, gìn giữ tài sản, sự nghiệp của chồng.

Điều 54- Vợ chồng phải sống tôn trọng lẫn nhau trong thương yêu có hiểu biết và cùng nhau chia sẻ nỗi khổ niềm vui, cũng như an

ủi cho những khó khăn và thuận lợi, để đời sống gia đình được ổn định duy trì trong hạnh phúc.

Điều 55- Vợ chồng phải biết thương yêu tôn kính, nhường nhịn lẫn nhau, biết bao dung rộng lượng, biết cảm thông tha thứ và bỏ qua những lỗi lầm của nhau. Khi chồng nóng giận nặng lời thì vợ phải biết nhẫn nhịn và tìm cách lựa lời khuyên nhủ, hoặc khi chồng khuyên bảo hay nói điều gì thì vợ phải biết lắng nghe.

Điều 56- Người Phật tử chân chính hãy quan niệm về tình yêu, hôn nhân vợ chồng sống với nhau vừa có tình, vừa có nghĩa, trong mối quan hệ vợ chồng phải có tình yêu, tình bạn tri kỷ, phải có sự tôn trọng lẫn nhau và có trách nhiệm, bổn phận trong việc sẻ chia niềm vui hay nỗi buồn.

CHƯƠNG XI:

**TRÁCH NHIỆM
CHỒNG ĐỐI VỚI VỢ**

Điều 57- Chồng thương yêu vợ được thể hiện qua các phương diện sau: Yêu thương tôn trọng vợ trong bình đẳng, không khinh thường vợ, sống trung thành và chung thủy với vợ, giao quyền hạn cho vợ quán xuyến mọi công việc, mua đồ trang sức tặng vợ vào ngày sinh nhật và kỷ niệm ngày cưới.

Điều 58-Người chồng phải biết thương yêu tôn trọng vợ là chất liệu làm nên hạnh phúc gia đình, do đó chồng phải biết quan tâm nói những lời khen ngợi, về tài năng và đức hạnh của vợ mình. Tôn trọng vợ là biết quan tâm, nói những lời khen ngợi về tài năng và đức

hạnh của vợ, biết thương yêu và không khinh thường vợ trên tinh thần bình đẳng nam nữ, không nên coi vợ như người đầy tớ muốn mắng chửi, đánh đập lúc nào cũng được, gây ra cảnh bạo hành trong gia đình.

Điều 59-Người chồng không nên khinh thường và hà hiếp vợ, nghĩa là biết thương yêu và không nên coi vợ như người giúp việc muốn mắng chửi đánh đập lúc nào cũng được, gây ra cảnh bạo hành trong gia đình, như hiện nay chúng ta đã thường thấy.

Điều 60-Người chồng luôn thương yêu quý mến vợ như người bạn và một lòng sống thủy chung, đó là yếu tố chính để bảo vệ hạnh phúc tình yêu lứa đôi. Một gia đình thật sự an vui hạnh phúc là biết san sẻ cho nhau bằng trái tim yêu thương có hiểu biết. Chồng luôn thương yêu, quý mến vợ và một lòng sống thủy chung là yếu tố chính để bảo vệ tình yêu, hạnh phúc lứa đôi. Một gia đình hạnh

phúc trên thuận dưới hòa không thể có người chồng lãng nhãng, dan díu với người nữ khác.

Điều 61-Người chồng phải nên tin tưởng và giao quyền cho vợ, vì người phụ nữ thường quản lý, quán xuyến sắp xếp ổn định việc nhà giỏi hơn đàn ông, do đó chồng phải tin tưởng tuyệt đối giao quyền cho vợ. Nếu người chồng so đo, ích kỷ, hẹp hòi, đưa tiền cho vợ từng bữa thì chẳng khác nào xem vợ mình, như người giúp việc.

Điều 62-Người chồng hãy nên hâm nóng lại tình yêu bằng cách mua đồ trang sức tặng cho vợ mình, nhân ngày sinh nhật, kỷ niệm ngày cưới. Thích làm đẹp và mang đồ trang sức đó là sở thích của người phụ nữ. Việc quan tâm mua đồ trang sức tặng cho vợ là thể hiện mẫu người chồng lý tưởng, giúp cho tình nghĩa vợ chồng luôn được đẹp mãi theo thời gian và tăng thêm phần hạnh phúc.

CHƯƠNG XII:

BỐN PHẬN VỢ ĐỐI VỚI CHỒNG:

Điều 63- Người vợ luôn một lòng chung thủy với chồng để được sống yêu thương và hiểu biết. Chung thủy và biết nhường nhịn, cảm thông và biết tha thứ cho nhau là bí quyết dẫn đến hạnh phúc gia đình dài lâu. Thành thật là một đức tính tốt đẹp luôn giúp vợ chồng biết thương yêu, tin tưởng lẫn nhau. Chồng không gian dối vợ, vợ luôn trung thực, thật thà với chồng nên không có sự nghi ngờ.

Điều 64- Biết quán xuyến và xử lý việc nhà một cách tốt đẹp, trong nhà ngăn nắp gọn gàng, ngoài sân trước sau sạch sẽ, cây cảnh thoáng mát hài hòa.



Điều 65- Gân gủi, đối đãi tốt với họ hàng thân thuộc, khách khứa và những người giúp việc thay chồng. Ngoài ra đối với bà con hai họ, phải biết cung kính tôn trọng người lớn, an ủi giúp đỡ kẻ nhỏ và sẵn sàng san sẻ mỗi khi có việc cần thiết.

Điều 66- Người vợ phải biết chi tiêu, mua sắm đúng mức và gìn giữ tiền bạc, tài sản cho gia đình; cẩn thận, siêng năng, tháo vát, vuông tròn trong mọi công việc. Nhờ những yếu tố tích cực trên mà vợ chồng sống với nhau bền lâu cho đến ngày răng long tóc bạc.

Điều 67- Luôn chu toàn tốt đẹp trong mọi công việc, từ việc ổn định nhà cửa, nuôi dạy con cái, tiếp khách và đối đãi bình đẳng với gia đình hai họ.

CHƯƠNG XIII:

TRÁCH NHIỆM THẦY DẠY HỌC TRÒ

Điều 68- Giáo lý nhà Phật và đạo lý làm người đều tán dương mối liên hệ thầy trò qua sự biết ơn, để mỗi người chúng ta hình thành nhân cách sống. Mỗi con người hiện hữu ở đời đều do cha mẹ sinh ra, nuôi dưỡng, nhưng sự trưởng thành, lớn khôn, hòa nhập vào cộng đồng xã hội để làm thành cho nhau đều nhờ công ơn giáo dưỡng của thầy, tổ.

Điều 69- Thầy phải gánh vác trách nhiệm thiêng liêng trong việc đào tạo cho gia đình và xã hội những mẫu người hoàn thiện về tri thức, tài năng, đạo đức và nhân cách sống ở học trò. Nhằm mục đích khơi dậy những



phẩm chất cao quý và khả năng sáng tạo của thế hệ trẻ trong tương lai, để góp phần làm cho đất nước văn minh, giàu mạnh và an lạc xã hội.

Điều 70- Để tình nghĩa thầy trò được gắn bó, thân thương và trong sáng, nhằm đem lại hoa trái tốt đẹp làm lợi ích cho cuộc đời, thì đòi hỏi tâm ý người dạy cũng như kẻ học, phải thực sự có tình thương yêu chân thật.

Điều 71- Rèn luyện cho học trò theo những đức tính mà mình có. Người thầy ngoài việc chỉ dạy kiến thức, mà còn hướng dẫn về đạo làm người, truyền thống tốt đẹp đó của dân tộc Việt Nam, được đất nước ta quan tâm, khích lệ. Một người thầy chuẩn mực đạo đức đều phải có cái tâm chân thật. Cái tâm của người thầy chính là thể hiện nhân cách sống đạo đức, thấm nhuần đạo lý nhân quả qua sự chỉ dạy cho học trò vì lợi ích của bản thân, gia đình và xã hội.

Điều 72- Dạy cho học trò khéo giữ gìn thân miệng ý và nhớ kỹ những điều cần thiết để làm hành trang trong cuộc sống.

Điều 73- Dạy cho học trò nắm vững nghề nghiệp đến mức thuần thục. Người thầy có nhiệm vụ hướng dẫn cho người học sau khi thành thạo chuyên môn, phải có ý thức thăng tiến trong lĩnh vực chuyên môn nào đó mà bản thân họ được đào tạo. Tính chuyên môn cao sẽ tạo ra tính bền vững, phát triển lâu dài trong nghề nghiệp.

Điều 74- Khen học trò đối với bạn bè quen biết. Sự thành công của người học trò sẽ là niềm khích lệ lớn lao đối với người thầy, vị thầy sẽ biết cách tán dương khen ngợi đúng lúc, để động viên an ủi người học trò của mình, đạt được mục đích cao quý.

Điều 75- Một người thầy có hiểu biết và trách nhiệm, luôn có kỹ năng huấn luyện nghề nghiệp cho học trò của mình giỏi trên



mọi lãnh vực cuộc sống. Người thầy phải kích thích tính ham hiểu biết, học hỏi, nghiên cứu của học trò bằng sự chỉ dạy khéo léo, nhằm giúp học trò đủ sức thừa kế.

Điều 76-Trong các mối quan hệ cuộc sống thì mối quan hệ giữa thầy và đệ tử, có một vai trò quan trọng nhằm mở mang kiến thức hiểu biết, nâng cao trình độ nhận thức, để sống có nhân cách đạo đức với mọi người. Do đó, người thầy trở thành bậc mô phạm giữa đời, là tấm gương sáng để người học trò học hỏi và ứng dụng vào trong đời sống hàng ngày.

Điều 77-Người thầy ngoài trách nhiệm trao truyền kiến thức đến người học trò mà còn chỉ dạy họ biết thực hành qua ý nghĩ, lời nói và hành động tốt đẹp. Đây chính là bước đi đầu tiên mà người học trò cần rèn luyện để trưởng thành với những đức tính tốt đẹp, đức Phật là vị thầy mô phạm ở đời, giúp cho nhân loại biết cách làm chủ bản thân.

Điều 78-Trong kinh Phật dạy về cách ứng xử giữa thầy và trò qua năm điều thờ kính, phụng dưỡng thầy. Năm điều đó là gì? Một là khéo cung kính vâng lời. Hai là khéo chăm sóc giúp đỡ, hầu hạ thầy mỗi khi cần thiết. Ba là hăng hái nhiệt tình. Bốn là nghề nghiệp giỏi. Năm là hay thờ kính thầy.

Điều 79-Người học trò phải luôn một mực kính trọng người thầy của mình và biết lắng nghe lời thầy chỉ dạy. Người học trò cần phải học tập theo tấm gương đạo đức của thầy, cố gắng rèn luyện trau dồi, nhân cách sống cho phù hợp với đạo lý làm người.

Điều 80-Việc trao truyền tri thức và đạo lý cho thế hệ kế thừa là trách nhiệm của thầy phải biết hướng dẫn đệ tử có nghề nghiệp vững chắc, sống có hiểu biết chân chính để trở thành người có ích cho gia đình và xã hội. Quan trọng nhất, người thầy phải biết rõ khả năng của từng học trò để dạy dỗ. Chính vì vậy,



mỗi ý nghĩ, lời nói và hành động của thầy đều là bài học thiết thực về thân giáo, giúp học trò dễ dàng sự nghiệp trí tuệ đạo đức của thầy.

Điều 81- Người thầy có tâm và trách nhiệm thì sau khi dạy dỗ học trò thành tài, cần phải giới thiệu chỗ làm tốt và mở mang phát triển cơ sở mới. Một mặt để học trò có cơ hội trả ơn bằng cách dẫn thân và đóng góp sự nghiệp trồng người được hoàn thiện về mọi mặt. Nhất là, khi phát hiện được tài năng của học trò, vị thầy cần gửi học trò đến các bậc thiện tri thức để tham học và được đào tạo thành các bậc hiền tài đức độ. Được như vậy, vị thầy mới làm tròn trách nhiệm của mình trong sự nghiệp trồng người cả hai mặt phước đức vẹn toàn.

CHƯƠNG XIV:

BỐN PHẬN NGƯỜI HỌC TRÒ ĐỐI VỚI THẦY

Điều 82- “Tôn sư trọng đạo” là một nét đẹp văn hoá truyền thống của dân tộc Việt Nam. Chính vì vậy, các thế hệ người Việt qua mối quan hệ thầy và trò luôn được mọi người quan tâm đặc biệt, tạo nên giếng mối đạo đức, ảnh hưởng sâu sắc đến đời sống cá nhân, gia đình và xã hội, trong bền vững và lâu dài. Ngày xưa, thầy được xếp trên cả cha mẹ, nếu chúng ta không kính trọng thầy, dù ở bất cứ hình thức nào, thì người học trò ấy chưa làm tròn bốn phận đối với thầy.

Điều 83- Chào thầy khi thầy đến: Sự thể hiện lòng tôn kính khi gặp thầy và chào thầy,



chính là hình ảnh người học trò biết tôn kính thầy trong mọi lúc, mọi nơi. Đạo lý “Uống nước nhớ nguồn” luôn nhắc nhở chúng ta biết ơn và đền ơn. Thầy phải tạo dấu ấn lớn trong tâm thức người học trò, trên mọi phương diện và ngược lại người trò phải hết sức tôn kính thầy, nhờ vậy mới tiếp thu hết những lời chỉ dạy của thầy, mà biết cách ứng dụng vào cuộc đời.

Điều 84- Hầu hạ, săn sóc thầy: Kế đến, việc săn sóc thầy như là một trách nhiệm thiêng liêng qua việc “tôn sư trọng đạo”. Việc hầu hạ, săn sóc thầy mỗi khi cần thiết đã trở thành một công việc tự nguyện của người học trò.

Điều 85- Hăng hái học tập theo lời chỉ dạy của thầy. Người học trò cần phải siêng năng hăng hái trong học tập, dù khó cách mấy cũng quyết tâm học cho đến nơi, đến chốn không bỏ cuộc nửa chừng. Đến khi thành tài, người học trò phải biết tôn trọng kính thờ thầy hết lòng.

Điều 86- Tự mình giúp đỡ thầy mỗi khi cần thiết, biết phát huy trau dồi nghề nghiệp mà thầy trao truyền cho mình trở nên tinh xảo và thuần khiết. Học trò phải học tập không mệt mỏi, phải lễ độ, kính trọng và biết ơn dạy dỗ của thầy giáo và siêng năng chăm chỉ học hành cho đến nơi tới chốn.

Điều 87- Học trò cần phải học tập trau dồi đạo đức tâm linh nhằm tu dưỡng bản thân, để đền ơn giáo dưỡng của thầy và báo đáp công ơn cha mẹ, nhằm góp phần làm giàu mạnh gia đình và xã hội bằng trái tim có hiểu biết.



CHƯƠNG XV:

**SỐNG CÓ TRÁCH NHIỆM
ĐỐI VỚI BẠN BÈ**

Điều 88- Bạn bè đến với nhau bằng sự chân thật thành tâm, biết tôn trọng cảm thông, an ủi, san sẻ và giúp đỡ lẫn nhau, để cùng nhau tiến bộ mà góp phần vào an lạc trong cuộc sống.

Điều 89- Người Phật tử nên tìm đến bạn tốt để được học hỏi những điều hay lẽ phải, gặp bạn xấu để chuyển hóa những lỗi lầm, tìm thiện hữu tri thức để giao du; tìm người thua kém để giúp đỡ, sẻ chia.

Điều 90- Bạn bè phải giữ chữ tín làm đầu, không tính toán hơn thua, cùng nhau rèn

luyện nhân cách sống đạo đức, có lý tưởng phục vụ vì lợi ích chung.

Điều 91- Người Phật tử chân chính nên khuyên can, ngăn chặn khi bạn làm điều xấu, sẵn lòng học theo và tùy hỷ khi bạn làm điều tốt, quan tâm giúp đỡ bạn khi gặp khó khăn; sẵn sàng tha thứ khi bạn vấp phải lỗi lầm và cùng nhau chia vui sẻ khổ trên vạn nẻo đường.



CHƯƠNG XVI:

**MỐI QUAN HỆ BÌNH ĐẲNG
GIỮA CHỦ VÀ THỢ**

Điều 92- Chủ phải tôn trọng sức lao động, chất xám, nhân cách đạo đức của thợ. Giao việc cho thợ phù hợp với khả năng và sở trường. Chủ phải trả tiền lương, chế độ thù lao và nghỉ ngơi hợp lý. Không được dùng quyền lực để cưỡng bức, bóc lột sức lao động của thợ.

Điều 93- Chủ phải có trách nhiệm thương yêu bình đẳng, săn sóc và chữa trị khi thợ mắc bệnh giống như người thân của mình, bồi dưỡng và giúp đỡ vào những dịp cần thiết.

Điều 94- Thợ phải nhiệt tình, siêng năng làm việc bằng đôi bàn tay và khối óc của

mình, khi cần làm thêm giờ thì cố gắng làm tròn trách nhiệm và luôn trau dồi nghề nghiệp đến mức tinh xảo.

Điều 95- Thợ phải thể hiện tinh thần trách nhiệm cao, luôn làm tốt hợp đồng, làm hết việc chứ không làm hết giờ, nhờ vậy đem lại danh tiếng và lợi nhuận cao cho chủ, biết ơn và vui vẻ khi được chủ chia sẻ, giúp đỡ.

CHƯƠNG XVII:

**TÌNH LÀNG NGHĨA XÓM
VÀ QUÊ HƯƠNG**

Điều 96- Người Phật tử nên xem láng giềng như người thân, coi trọng đạo nhân nghĩa, lấy tình thương xóa bỏ hận thù và giúp đỡ nhau khi khó khăn, hoạn nạn.

Điều 97- Người Phật tử chân chính luôn biết ơn và đền ơn, thương người như thể thương chính mình, sống vui vẻ thuận thảo, hòa hợp bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 98- Người Phật tử nên xem quê hương là cội nguồn sự sống của dân tộc, là nơi chôn nhau cắt rốn để giúp ta khôn lớn trưởng thành. Người Phật tử luôn nhớ nghĩ

đến quê hương, và luôn gìn giữ nét đẹp văn hóa đạo đức của dân tộc.

Điều 99- Người Phật tử dù ở nơi đâu cũng phải nhớ đến quê hương là cội nguồn thương yêu của bản thân, gia đình và xã hội, nên lúc nào cũng hướng về quê hương. Sống và làm việc vì lợi ích chung, vì sự phát triển lớn mạnh của quê hương trong bền vững và lâu dài. Quyết giữ vững tinh thần độc lập, tự chủ và đoàn kết dân tộc. Chuyển hóa định kiến cố chấp bao thủ, nô lệ văn hóa phi đạo. Kiên cường đấu tranh chống mọi thế lực đồng hóa, xâm lăng dưới nhiều hình thức. Thể hiện tinh thần dân tộc cao ở khắp mọi nơi, trong khía cạnh của cuộc sống.



CHƯƠNG XVIII:

**BIẾT ỨNG XỬ TỐT
TRONG GIAO TẾ**

Điều 100- Khi ứng xử và giao tế trong đời sống xã hội, người Phật tử nên lấy nhân quả làm nền tảng, lấy bát chánh đạo làm chỉ nam soi đường, cùng hòa hợp với nhau để làm tròn trách nhiệm và bốn phận riêng.

Điều 101- Người Phật tử không thấy ai là kẻ thù, chỉ có người chưa thông cảm với nhau mà thôi, nhẫn nhịn nhường trong tình thương yêu tương thân, tương trợ, tương quan, nương nhờ lẫn nhau.

Điều 102- Người Phật tử nên đề cao đức tính từ bi hỷ xả và sống có tình nghĩa với nhau. Không sợ hãi trước mọi thế lực thù địch, sống

trung thành và hy sinh cho lẽ phải, đề cao sự an lạc, giải thoát cho mình và người.

Điều 103- Người Phật tử nên từ bỏ điều xấu xa tội lỗi, phát triển điều tốt đẹp và sống có lợi ích cho nhiều người, cùng nhau gắn bó dìu dắt nhau thực hành phương châm “tốt đạo đẹp đời”.

Điều 104- Người Phật tử khi gặp quý Thầy cô, các thiện hữu tri thức, bạn đồng tu và mọi thành khác trong xã hội, nên chấp tay trước ngực, cung kính xá chào bằng ngôn từ nam mô Phật-đà hay nói gọi lại là nam mô Phật. (tức cung kính Phật)

Điều 105- Người Phật tử không nên kêu quý Thầy cô bằng anh chị, chú bác, hay dì mợ. Tự xưng mình bằng con đối với quý Thầy Cô lớn hơn mình từ 8 tuổi trở lên. Tự xưng bằng pháp danh đối với quý Thầy Cô nhỏ tuổi hơn mình. Nói năng thưa chuyện, học hỏi trong sự tôn trọng, hòa kính.

CHƯƠNG XIX:

**LO VIỆC TANG LỄ ĐÚNG THEO
CHÁNH PHÁP**

Điều 106- Người Phật tử khi lâm trọng bệnh hoặc sắp sửa ra đi nên tỉnh giác, và hướng về pháp tu của mình, không luyến ái gia đình người thân, tài sản. Thường xuyên quán chiếu thân này không phải là tôi, là của tôi, xả bỏ ý niệm lo lắng sợ hãi, nhờ vậy an nhiên tự tại trong lúc lâm chung.

Điều 107- Ngay lúc tắt thở và trong suốt thời gian tang lễ, gia đình người thân, vợ chồng con cái, cha mẹ không nên khóc lóc, kể lể, để làm ảnh hưởng đến người quá cố. Trái lại nên bình tĩnh, nhất tâm niệm Phật, Bồ-tát để trợ tiến hương linh.

Điều 108- Gia đình người mất nên thay mặt người quá cố làm các việc công đức, bố

thí, cúng dường, giúp đỡ những mảnh đời bất hạnh, để hồi hướng phước báu cho người mất được sinh về các cõi lành.

Điều 109- Tang lễ nên tổ chức theo tinh thần Phật giáo, tốt nhất nên cúng chay, không tế thần, cúng tam sên, đốt giấy tiền vàng mã, gọi hồn và mở cửa mã. Tốt nhất nên tụng kinh, niệm Phật, Bồ-tát để làm cho không khí tang lễ được thanh thoát, nhẹ nhàng.

Điều 110- Lễ nhạc thì tùy nghi theo tín ngưỡng dân gian, nhưng không quá cầu kỳ và bi thảm. Tốt nhất là nên dùng nhạc thiền Phật giáo và ngưng tất cả việc đãi đằng rượu thịt, để tạo sự trang nghiêm tôn kính người quá cố.

Điều 111- Sau khi di quan, tốt nhất là hỏa thiêu để tránh sự tốn kém và ô nhiễm môi trường, người Phật tử nên tiếp tục cúng bảy tuần thất và giỗ hàng năm để tưởng nhớ. Nếu có điều kiện sẽ tổ chức lễ cúng tại chùa.



CHƯƠNG XX:

HỌC ĐỂ HOÀN THIỆN CHÍNH MÌNH

Điều 112- Học để hoàn thiện chính mình là việc học suốt cả cuộc đời, chẳng thể nào được tốt nghiệp trọn vẹn, nếu ta không có đủ ý chí và nghị lực.

Điều 113- “Học để biết cách hiếu thảo với ông bà cha mẹ”. Cây có cội, nước có nguồn. Ăn trái nhớ kẻ trồng cây. Biết ơn và đền ơn là quy tắc đạo thờ ông bà tổ tiên dân tộc Việt Nam và người tu theo đạo Phật.

Điều 114- Học để biết ơn thầy tổ. Thầy ở đây bao gồm thầy dạy chữ và dạy nghề nghiệp. Ngoài ra ta còn biết ơn thầy dạy về đạo

đức luân lý sống trong xã hội. Trước tiên là học lễ phép, sau đó mới học chữ và học nghề chân chính.

Điều 115- Học để biết ơn đất nước, ơn các vị lãnh đạo có công giúp cho mọi người ổn định về đời sống an sinh xã hội và biết ơn các anh hùng nghĩa tử.

Điều 116- Học để biết ơn tất cả mọi người và muôn loài vật. Ta không làm ruộng nhưng vẫn có gạo ăn và cứ như thế có rất nhiều nhu cầu khác để giúp cho ta bảo tồn sự sống, chính vì vậy mà ta cần phải biết ơn muôn loài vật.

Điều 117- Học để biết cách sinh tồn. Để được sinh tồn và cuộc sống có ý nghĩa, ta phải biết điều hòa sức khỏe, không lãng phí thời gian, luôn làm tròn trách nhiệm đối với gia đình người thân và đóng góp lợi ích xã hội.

Điều 118- Học để biết cách lắng nghe và nhận ra sai lầm về bản thân mình. Con người



thường hay che dấu lỗi lầm của mình mà hay đổ lỗi cho người khác. Biết nhận lỗi và hứa sửa sai là người tốt trong hiện tại và mai sau.

Điều 119- Học sống chân thành bằng tình thương yêu chân thật. Thấy người khác làm việc tốt ta nên hoan hỷ vui theo, người giàu có thì bố thí vật chất, kẻ nghèo khó thì bố thí bằng lời nói an ủi, đồng viên giúp đỡ và hành động giúp người khi gặp hoạn nạn.

Điều 120- Học để biết cách sống hòa hợp với mọi người. Làm người khó ai được hoàn hảo, chính vì vậy ta phải chấp nhận quan điểm của người này, người kia một chút thì cuộc sống sẽ được bình an hạnh phúc.

Điều 121- Học để thấu hiểu mọi lẽ thật giả trong cuộc đời. Thiếu hiểu biết con người sẽ sinh ra tranh chấp, hơn thua, phải quấy, đúng sai mà dẫn đến oán giận thù hận và tìm cách giết hại lẫn nhau.

Điều 122- Học để biết cách buông xả mọi phiền não khổ đau. Cuộc đời giống như thay quần mặc áo. Khi cần dùng thì ta chăm sóc chu đáo, kỹ lưỡng đến khi chúng không còn giá trị nữa thì ta phải vứt bỏ đi. Thời gian sớm qua mau, mạng người sống trong hơi thở, ta phải biết tôn trọng bao dung và tha thứ, để an nhiên tự tại trong mọi hoàn cảnh.



CHƯƠNG XXI:

**NHỮNG ĐIỀU ĐÁNG TÔN KÍNH
CỦA NHƯ LAI THẾ TÔN**

Điều 123- Đức Phật đã chỉ dạy cho chúng ta, giáo pháp mang ý nghĩa thực tiễn, theo nguyên lý duyên sinh, nhân quả mà không phải là một giáo điều cứng ngắt, bắt buộc.

Điều 124- Đức Phật đã chỉ cho chúng ta sự hiểu biết chân chính, để không rơi vào vòng si mê, tội lỗi mà còn thương yêu bình đẳng mọi người bằng trái tim có hiểu biết.

Điều 125- Đức Phật đã chỉ cho chúng ta giáo pháp đến để mà thấy, nhằm phát huy tuệ giác của Như Lai, để không làm tổn hại muôn loài vật.

Điều 126- Đức Phật đã chỉ cho chúng ta hằng ngày sống phải chánh niệm tỉnh giác trong từng phút giây, nhờ vậy ta biết cách hoàn thiện chính mình mà sống an lạc, hạnh phúc.

Điều 127- Đức Phật đã chỉ cho chúng ta biết cách làm chủ bản thân, qua ý nghĩ, lời nói và hành động, thay vì tin có một đấng thần linh thượng đế ban phước giáng họa.

Điều 128- Đức Phật đã thức tỉnh chúng ta bằng ánh sáng từ bi và trí tuệ, để chúng ta không còn tham ăn, mê ngủ, dính mắc vào danh vọng, tiền tài và sắc đẹp của thế gian.

Điều 129- Đức Phật đã chỉ cho chúng ta sống có ý thức và trách nhiệm, biết cảm thông và tha thứ, khoan dung và độ lượng, bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 130- Đức Phật là ngọn đuốc sáng, soi đường chỉ lối cho chúng con đi mà cùng dìu dắt nhau, vượt qua biển khổ sông mê để tiến lên bờ giác ngộ.



CHƯƠNG XXII:

HÃY SUY NGHĨ KHI BẠN BẾ TẮC

Điều 131- Chúng ta đừng nên chi tiêu vào những thứ không cần thiết. Là một người trẻ tuổi có nhiều hoài bão và ước mơ, chúng ta mong muốn có được nhiều thứ tiện nghi vật chất, nhưng chúng ta không thực sự cần lắm khi sự nghiệp chưa vững vàng? Chi tiêu đúng chỗ và không lãng phí thời gian sẽ giúp chúng ta dễ dàng đạt được mục đích khi còn trẻ.

Điều 132- Chúng ta thiếu nhận thức đúng đắn về tài chính sẽ là một trở ngại để mình làm giàu. Tiền là thứ cần phải có để chúng ta sử dụng hàng ngày nhưng mấy ai hiểu được ý nghĩa và giá trị của đồng tiền. Một số người

thiếu hiểu, họ cho rằng có tiền là có tất cả, nên họ sẵn sàng làm việc ác để có tiền.

Điều 133- Chúng ta thiết lập mục tiêu và định hướng cuộc đời. Khi mục tiêu được nêu ra rõ ràng, chúng ta chỉ cần bền bỉ, kiên trì theo đuổi cho đến khi duyên đã chín mùi, thì sẽ đạt được kết quả như ý muốn.

Điều 134- Tiết kiệm là một trong những phương pháp để có thể nhanh chóng làm giàu. Tiết kiệm khác với hà tiện, tiết kiệm là chi tiêu đúng, hà tiện là việc cần xài mà không dám xài.

Điều 135- Không ai khôn lớn trưởng thành mà chưa từng trải qua những cơn giông gió, cuộc đời. Khi gặp khó khăn, người tự tin ở chính mình, sẽ bình tĩnh hơn để tìm cách giải quyết mọi vấn đề được tốt đẹp hơn.

Điều 136- Cuộc đời là một chuỗi dài nhân duyên, để đấu tranh sinh tồn với cuộc sống.

Kiên trì, nhẫn nại trong mọi công việc là bí quyết dẫn đến thành công và sống an lạc, hạnh phúc ngay tại đây và bây giờ.

Điều 137- Tất cả mọi thứ trong cuộc sống chỉ là phương tiện tạm thời để giúp chúng ta tồn tại. Muốn ít biết đủ và bằng lòng với những gì đang có trong hiện tại sẽ giúp cho ta sống an lạc, hạnh phúc hơn.

Điều 138- Chúng ta không cần, phải để tâm đến sự tiêu cực của người khác mà chỉ biết, để không lặp lại lỗi lầm của họ. Xã hội lúc nào cũng song hành hai mặt tốt xấu, đúng sai, phải quấy, hơn thua và không bao giờ có sự công bằng.

CHƯƠNG XXIII:

CHÍN ĐIỀU NÊN NHỚ TRONG CUỘC SỐNG

Điều 139- Khi no, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những người đang đói khát, thiếu thốn khó khăn.

Điều 140- Khi được mặc quần lành áo đẹp, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những người không có những bộ quần áo lành lặn.

Điều 141- Khi được học hành tới nơi đến chốn, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới, những người không có đủ điều kiện để cắp sách đến trường.

Điều 142- Khi sống trong mái nhà yên ấm, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những người đang



lang thang giá lạnh, trong cảnh màn trời chiếu đất.

Điều 143- Khi giàu sang phú quý, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những người nghèo khó, vì họ góp một phần tạo nên sự giàu có của chúng ta.

Điều 144- Khi đang sống trong hòa bình, chúng ta hãy nhớ ơn tới các chiến sĩ đang xả thân, gìn giữ biên cương bờ cõi và bảo vệ an toàn, cho sự sống của chúng ta.

Điều 145- Khi có quyền cao chức trọng trong xã hội, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới tất cả chúng sinh, nhờ có sự hỗ trợ liên quan mật thiết của họ mà ta mới có được địa vị ngày hôm nay.

Điều 146- Khi sống hạnh phúc bên mái ấm gia đình, con đông cháu đầy, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những trẻ em mồ côi, không nơi nương tựa.

Điều 147- Khi chúng ta có được sự hiểu biết chân chính, tin sâu nhân quả, biết làm lành lánh dữ, chúng ta hãy nhớ nghĩ tới những người không có điều kiện, để được học hỏi Phật pháp.



CHƯƠNG XXIV:

NHỮNG BÀI HỌC ĐÁNG GHI NHỚ

Điều 149- Hãy chọn cho mình một hướng đi chân chính, trước tiên giúp cho ta làm ra tiền và luôn kiên trì sáng tạo trong cuộc sống. Chúng ta luôn biết cân bằng về sức khỏe, sự giàu có và hạnh phúc tinh thần.

Điều 150- Chúng ta không nên suy nghĩ quá nhiều sẽ khiến mình sụp đổ. Nó sẽ phá hỏng nội tâm làm cho ta thêm lo lắng, bất an và sợ hãi. Bình tĩnh, sáng suốt khi đối diện với những chương duyên nghịch cảnh.

Điều 151- Tin mình là chủ của bao điều họa phúc, nhờ vậy ta sống có ý thức và trách nhiệm về mọi hành vi qua thân, miệng, ý.

Điều 152- Hạnh phúc vật chất không thể kéo dài mãi mãi, vì bản chất của nó là như vậy chỉ thoáng qua hư ảo, nếu ta bám víu quá nhiều về nó, ta sẽ đau khổ khi bị chia lìa và mất mát.

Điều 153- Chúng ta không ngừng học hỏi trong làm việc và tu tập, để ngày càng hoàn thiện chính mình nhiều hơn về mọi mặt.

Điều 154- Chúng ta không thể thay đổi ý nghĩ, lời nói hành động của người khác, nhưng chúng ta có thể thay đổi chính mình, bằng những việc làm có ích cho nhân loại.

Điều 155- Cuộc sống không đơn giản và dễ dàng, nhưng lại rất đáng được trân quý, bởi chúng ta có thể sống hòa hợp với nhau, bằng trái tim yêu thương và hiểu biết.

Điều 156- Chúng ta là một sản phẩm tốt hay xấu đang trong quá trình hoàn thiện,

không ai có thể ban phước giáng họa mà chính ta là người làm ra họa phúc.

Điều 157- Thất bại dạy cho ta những bài học kinh nghiệm, thế cho nên ta không tiếc nuối về quá khứ, cũng không mơ mộng đến tương lai mà chỉ sống trong giây phút hiện tại với những gì mình đang có.

Điều 158- Chúng ta luôn sống trong tôn trọng, hiểu biết bằng tình thương chân thật, biết cảm thông những nét sai biệt của người khác và sẵn lòng hợp tác, giúp đỡ khi cần thiết.

CHƯƠNG XXV:

NHỮNG ĐIỀU NÊN KHẮC TỐT GHI TÂM

Điều 159- Chúng ta đừng nên hứa một điều gì với ai khi đang vui. Bởi vì lời hứa ấy có thể làm cho người khác thất vọng, vì ta hứa mà không làm được. Khi đang nóng giận, chúng ta hãy cẩn thận trong từng lời nói!

Điều 160- Chúng ta đừng quyết định một điều gì khi đang buồn! Khi người khác không vui thì chúng ta đừng nên cười, vì làm người ấy tổn thương.

Điều 161- Chúng ta có thể học nói trong ba năm học nói, nhưng áp dụng thực hành cả một đời cũng chưa xong. Chúng ta hãy học cách lắng nghe những gì người khác nói.



Điều 162- Chúng ta đừng nên lãng phí thời gian, lãng phí sức khỏe, tiêu xài lãng phí mà hãy biết cách thưởng thức những gì cần thiết để phục vụ cho đời sống hằng ngày

Điều 163- Chúng ta đừng nên so sánh với người khác về danh vọng, địa vị trong xã hội mà hãy nhìn lại mình và bằng lòng với những gì đang có trong hiện tại.

Điều 164- Chúng ta hãy biết bao dung và tha thứ người làm mình khổ, không thấy ai là kẻ thù chỉ có người chưa thông cảm với nhau mà thôi.

Điều 165- Chúng ta hãy nên tin sâu nhân quả mà không làm các việc xấu ác, nhưng vẫn làm các việc thiện lành để đóng góp sẻ chia bằng tình người trong cuộc sống.

Điều 166- Chúng ta có thể làm mất rất nhiều thứ trong cuộc đời này, nhưng không thể đánh mất chính mình.

Điều 167- Chúng ta hãy biết ơn ông bà cha mẹ, ơn đất nước, ơn thầy tổ, ơn tất cả chúng sinh vì họ đã đem đến cho ta sự sống tốt đẹp ngày hôm nay.

Điều 168- Người tốt thật sự sẽ giúp cho chúng ta hạnh phúc. Người xấu sẽ giúp cho chúng ta nhiều kinh nghiệm trong cuộc sống. Kẻ tồi tệ nhất sẽ giúp cho chúng ta bài học quý báu của cuộc đời. Và người tuyệt vời nhất sẽ giúp cho chúng ta biết cách sống để hoàn thiện chính mình.



CHƯƠNG XXVI:

NHỮNG BÀI HỌC ĐÁNG SUY GẤM TỪ CUỘC ĐỜI

Có một con cáo đã phát hiện ra một chuồng gà, nó bèn tìm cách tiếp cận nhưng vì cáo nhà ta quá mập nên không thể chui lọt vào chuồng để ăn gà. Thế là nó đành phải nhịn đói suốt ba ngày liền mới có thể vào được chuồng gà. Sau khi vào được, nó đã ăn no nê để bù lại những ngày nhịn đói, giờ đây chiếc bụng của cáo đã phình to ra, nên không thể nào ra được nữa, thế là cáo đành phải nhịn đói trở lại ba ngày mới có thể ra khỏi chuồng gà.

Điều 169- Cuộc đời của một người cũng lại như thế. Khi đến trần gian này với hai bàn

tay trắng và khi nhắm mắt lìa đời chẳng mang được gì theo? Không một ai có thể mang theo, gia tài sự nghiệp mà mình đã vất vả gây dựng một đời.

Điều 170- Chúng ta thường dùng tuổi trẻ để kiếm tiền bất chấp mọi thủ đoạn, nhưng tiền không mua lại được tuổi trẻ, chính vì vậy mà có nhiều người luyện trường sinh bất tử, có ai mà trẻ mãi không già đâu?

Điều 171- Chúng ta dùng mạng sống để kiếm tiền, nhưng tiền không mua lại được mạng sống, bởi vì ai cũng già, bệnh chết?

Điều 172- Chúng ta dùng hạnh phúc để đổi lấy tiền, nhưng tiền không mua lại được hạnh phúc mà chỉ giúp thỏa mãn những nhu cầu vật chất.

Điều 173- Chúng ta dùng thời gian để kiếm tiền, nhưng tiền không mua lại được thời gian vì thời gian cứ trôi qua mãi.



Điều 174- Chúng ta hãy nên nhớ rằng: Khi có tiền, ta có thể mua được một ngôi nhà, nhưng ko thể mua được tổ ấm gia đình. Tiền có thể mua được một chiếc giường, nhưng ko thể mua được giấc ngủ ngon. Tiền có thể mua được một chiếc đồng hồ, nhưng không thể mua được thời gian.

Điều 175- Tiền có thể mua được một cuốn sách, nhưng không mua được sự hiểu biết chân chính. Tiền có thể mua được sắc đẹp, nhưng ko thể kéo dài mãi tuổi thanh xuân. Tiền có thể mua được nhiều loại thuốc quý, nhưng ko thể mua được sức khỏe.

Điều 176- Khi sống con người hay lãng phí thời gian làm những việc vô nghĩa, bởi lòng tham lam, ích kỷ của chính mình, tích chứa tiền bạc của cải nhưng không giúp gì cho ai?

Điều 177- Cuộc đời như áng mây trôi, khi tan, khi hợp, khi được, khi mất, khi có, khi không luôn biến chuyển đổi thay không

ngừng nghỉ, chúng ta hãy cố gắng tu hành, để vượt qua sống chết khổ đau.

Điều 178- Đã là thân phận con người ai cũng phải chịu cái khổ “Sinh, già, bệnh, chết”, nhưng người biết tin sâu nhân quả sống một ngày là có ích cho gia đình và xã hội, nên đến khi chết thì họ không bao giờ tiếc nuối và sợ hãi.



CHƯƠNG XXVII:

**NHỮNG ĐIỀU MANG LẠI HẠNH
PHÚC LỚN**

Điều 179- Chúng ta không nên khó chịu, khi gặp cảnh không được hài lòng vừa ý và hoan hỷ vui vẻ với việc làm tốt của người khác.

Điều 180- Chúng ta không nên phê phán chỉ trích mà chỉ góp ý xây dựng và tán dương điểm tốt của người khác nhiều hơn.

Điều 181- Chúng ta không nên có thói quen than phiền trách móc, đổ thừa tại bị thì là.....và hãy chấp nhận những gì đang có trong giờ phút hiện tại.

Điều 182- Chúng ta không nên lo lắng, bất an, sợ hãi bởi nó phát xuất từ lòng tham lam

và sự chấp ngã của ta, hiểu được như thế ta sẽ an nhiên tự tại nhiều hơn.

Điều 183- Chúng ta có quyền hưởng thụ những gì mình có được, tuy nhiên Phật dạy nếu có phước đừng hưởng hết và sẵn sàng giúp đỡ sẻ chia nhiều hơn, khi có nhân duyên.

Điều 184- Chúng ta không nên cầu khẩn van xin vì đó là thói quen của người mê tín mà hãy tin sâu nhân quả, để tránh làm các việc xấu ác, có tính cách hại người vật.

Điều 185- Đời người thật ngắn ngủi thở ra mà không thở vô thì thân này chuyển sang đời khác, chính vì thế chúng ta đừng nên lãng phí thời gian, để làm những việc vô nghĩa.

Điều 186- Nhân quả lúc nào cũng bình đẳng nhưng cuộc sống không hề công bằng, chúng ta phải thấu rõ điều này để không phiền muộn khổ đau, khi có chuyện xấu xảy ra.

Điều 187- Chúng ta tuy có nhiều tiền bạc của cải vật chất, nhưng vẫn làm chủ bản thân, không hưởng thụ xa hoa mà hay giúp người cứu vật, ai sống được như vậy là người giàu có nhất trên đời.

CHƯƠNG XXVIII:

**PHẬT DẠY ÂN NGHĨA LÀ
GỐC CỦA CON NGƯỜI**

Điều 188- Ân cha mẹ: Người con hiếu thảo là hết lòng cung kính và dưỡng nuôi cha mẹ dù bất cứ hoàn cảnh nào, cũng không nệ hà hay phiền trách. Ai luôn biết hiếu dưỡng với cha mẹ là người sống có nhân cách đạo đức, nên dễ thành công trên đường đời. Nếu chúng ta chỉ nuôi dưỡng cho cha mẹ bằng vật chất thì gọi là hiếu thế gian, còn những ai biết hướng dẫn cha mẹ quy hướng về Phật pháp, tin sâu nhân quả, tránh dữ làm lành là hiếu dưỡng cao thượng.

Điều 189- Hiếu dưỡng cha mẹ: Nghĩa là cung kính dưỡng nuôi cha mẹ đầy đủ về



phương diện vật chất từ thức ăn uống, chỗ ở cho đến thuốc thang mỗi khi bệnh hoạn hay những lúc già yếu. Người Phật tử chân chính nếu biết cúng dường Tam Bảo, làm từ thiện để giúp đỡ người khác thì trước tiên phải biết cung kính hiếu thảo với cha mẹ mình.

Điều 190- Hiếu tâm đối với cha mẹ: Cung cấp và dưỡng nuôi cho cha mẹ là trách nhiệm và bổn phận của con cái. Tuy nhiên, không ít trường hợp người con báo hiếu cha mẹ không thật lòng, chẳng qua là vì hoàn cảnh bắt buộc. Cho nên, con cái cung kính hiếu thảo với cha mẹ, một lòng mong muốn cha mẹ được an vui, hạnh phúc gọi là hiếu tâm.

Điều 191- Hiếu hạnh đối với cha mẹ: Báo hiếu nghĩa là một trách nhiệm thiêng liêng và cao quý của con cái, báo hiếu là truyền thống tốt đẹp, là một nếp sống đạo đức được truyền thừa lại cho con cháu. Nếu nói cho đúng nghĩa, báo hiếu là việc làm của người giác ngộ,

của các vị Bồ-tát. Chính vì vậy, ai đã làm người phải xem việc báo hiếu là một nghĩa vụ thiêng liêng của đời mình.

Điều 192- Hiếu đạo đối với cha mẹ: Con người ở đời nhờ ơn cha mẹ mà lớn lên, cho nên đạo lý làm người là phải biết nhớ ơn và đền trả công đức sinh thành của bậc song thân. Đây là đạo lý nền tảng giúp cho mọi người sống phải có ý thức trách nhiệm, về mọi hành vi đạo đức ở đời nhằm thăng hoa cuộc sống mà hoàn thiện chính mình, bằng trái tim yêu thương và hiểu biết.

Điều 193- Báo hiếu phương diện vật chất: Những điều cần thiết mà người con cần phải phụng dưỡng cha mẹ là thức ăn, đồ mặc, chỗ ở, thuốc men, giải trí. Đặc biệt khi cha mẹ già yếu mất sức lao động thì con cái phải có trách nhiệm dưỡng nuôi cha mẹ. Tuy nhiên, việc làm ra của cải vật chất để phụng dưỡng cha mẹ bằng đôi bàn tay và khối óc của mình



một cách lương thiện. Trong kinh Phật dạy: “Người con vì cha mẹ mà làm các điều xấu ác để báo hiếu cho cha mẹ, người ấy sẽ bị đọa lạc vào chỗ thấp kém.

Điều 194- Báo hiếu phương diện tinh thần: Theo đạo Phật, báo hiếu về phương diện tinh thần không chỉ đơn thuần là làm cho cha mẹ luôn được vui vẻ, hạnh phúc, mà còn phải hướng cha mẹ tin sâu nhân quả, dứt ác làm lành, biết buông xả và sống đời bình yên, hạnh phúc.

Điều 195- Ân thầy tổ: giúp ta mở rộng kiến thức, thầy dạy cho ta biết đọc, biết viết, biết ăn ở hiền lành phải đạo làm người, biết những điều hay lẽ phải, cốt để làm cho mình trở thành người tốt, có ích cho xã hội. Cho nên ngàn năm có câu: “Không thầy đố mày làm nên”. Chẳng những thầy dạy cho ta hiểu biết mà còn dạy cho ta biết nghiệm xét, suy tư quán chiếu làm cho trí tuệ phát sinh, để

chúng ta có thể thấy biết đúng như thật, mọi vấn đề của sự sống. Nhờ có thầy luôn khuyến khích, nhắc nhở, chỉ dạy, chính vì vậy mà chúng ta được động viên an ủi khi buồn vui, giúp ta vượt qua mọi chướng duyên nghịch cảnh để làm mới lại chính mình bằng trái tim thương yêu và hiểu biết.

Điều 196- Ân Phật Bảo: Khổ đau của chúng sinh do già bệnh chết chi phối, làm cho người ta phải tái sinh luân hồi sống chết không có ngày thôi dứt, khi thì hưởng phước báu cõi trời người, khi thì bị đọa ba đường ác địa ngục, quỷ đói, súc sinh. Bồ-tát Sĩ Đạt Ta đã tìm ra con đường giải thoát mọi ràng buộc khổ đau đó, bằng sự tu chứng của chính mình, là người Phật tử chân chính chúng ta phải nhớ đến ân đức của Ngài.

Điều 197- Ân Pháp bảo: Nhờ có kinh điển lưu truyền đến ngày nay chúng ta mới biết giáo lý của đạo Phật, do đó Pháp bảo chỉ cho

chúng ta hiểu được cuộc đời là vô thường giả tạm, bởi yêu thương xa lìa khổ, oán ghét gặp nhau khổ, mong cầu không được như ý khổ và vô vàn nỗi khổ niềm đau khác.

Điều 198- Chỉ dạy phương pháp tu học: Người xuất gia muốn giác ngộ, giải thoát xa lìa sinh tử Phật chỉ dạy pháp tứ Thánh đế diệt khổ, pháp tu thành Phật. Người tại gia do còn gia đình người thân nên Phật dạy quy hướng Tam bảo, giữ năm giới, tu mười điều thiện, hành Bồ-tát đạo cho đến khi thành Phật viên mãn mới thôi.

Điều 199- Bình đẳng tu chứng: Đức Phật trước kia là một con người lịch sử giống như tất cả mọi người chúng ta, Ngài cũng được sinh ra từ bụng mẹ, vẫn hưởng thụ ngũ dục như mọi người, nhưng do quyết tâm lìa bỏ nên đã tu chứng thành Phật hiệu là Thích Ca Mâu Ni. Chúng ta cũng là con người, nếu cố gắng buông xả hết mọi vọng niệm và gieo

trồng phước đức đầy đủ, thì cũng sẽ có ngày thành Phật viên mãn. Để tạo nên sự an lạc cho tất cả mọi người, đem lại hòa bình cho thế giới, Phật dạy chúng ta hãy tin sâu nhân quả, tránh dữ làm lành, phát triển tâm từ bi rộng lớn thương yêu bình đẳng, không phân biệt người thân hay kẻ thù.

Điều 200- Ân Tăng bảo: Tăng là những người đã lìa bỏ gia đình, là đoàn thể sống an vui hạnh phúc, vừa học, vừa tu, vừa dẫn thân truyền bá giáo lý Phật đà nên ân này rất to lớn.

Điều 201- Duy trì chánh pháp: Những vị Tăng tu hành giữ gìn giới luật tinh nghiêm, từ bỏ ngũ dục lạc thế gian để sống đời đơn giản đạm bạc, muốn ít biết đủ và từ bi trí tuệ làm cho giáo lý Phật đà tồn tại ở thế gian, nhờ đó chúng ta mới biết đạo Phật, biết phương pháp tu học giác ngộ, giải thoát.



Điều 202- Thay Phật hóa độ chúng sinh: Tăng là những vị có nhiệm vụ truyền trì Phật pháp, đem giáo lý nhân quả làm lành được hưởng phước, làm ác chịu khổ đau, do mình là chủ nhân của bao điều họa phúc và kế thừa sự nghiệp đức Phật để giáo hóa cho mọi người tu học.

Điều 203- Truyền trao giới pháp: Chúng ta muốn phát tâm cầu học đạo từ bi và trí tuệ trước tiên phải quy y Tam Bảo, phát nguyện giữ từ một giới cho đến khi nào giữ tròn năm giới viên mãn, chính những vị Tăng sẽ thay Phật truyền trao giới pháp này, giúp cho chúng ta tu học bền vững và lâu dài.

Điều 204- Ân Quốc gia xã hội: Ngoài những ân như cha mẹ, ân thầy tổ, ân Tam bảo, còn có một ân nữa là ân quốc gia xã hội. Chúng ta sống trong một đất nước, sống yên ổn, ấm no và hạnh phúc, không bị chiến tranh là nhờ quốc gia và xã hội góp phần duy trì và gìn

giữ, cho nên chúng ta đã thọ những ân nghĩa như sau:

Điều 205- Làm tròn bốn phận công dân: Trước tiên là một công dân là phải đóng góp vào việc giữ gìn sự toàn vẹn lãnh thổ, sự độc lập của quốc gia, dân tộc, góp phần bảo vệ các quyền lợi chánh đáng của người dân. Phát huy sáng tạo kỹ nghệ, kinh doanh thương mại làm cho đất nước ngày càng phát triển hưng thịnh, bền vững và lâu dài.

Điều 206- Phát huy văn hóa và bảo vệ những truyền thống tốt đẹp dân tộc: Người Phật tử cũng là một công dân, có bốn phận gìn giữ phát huy nền văn hóa tốt đẹp của dân tộc Việt Nam, một đất nước có trên bốn ngàn năm lịch sử văn hiến, và lấy đạo thờ ông bà tổ tiên làm nền tảng, kết hợp với tâm linh Phật giáo để duy trì di sản văn hóa ông cha ta để lại, chúng ta cần phải gìn giữ và phát huy thêm những truyền thống tốt đẹp đó.



Điều 207- Giữ vẹn biên cương bờ cõi, bảo toàn độc lập: Nhờ có quốc gia giữ gìn, bảo vệ sự toàn vẹn lãnh thổ và bảo toàn sự trọn vẹn về độc lập. Một đất nước nếu bị mất chủ quyền, mất độc lập thì dân chúng sẽ bị sưu cao, thuế nặng, làm lụng vất vả mà không có quyền bình đẳng về con người.

Điều 208- Người Phật tử tại gia, có trách nhiệm hộ trì Tam bảo được phát triển hưng thịnh ở thế gian này, để giúp cho chư Tăng, Ni có thời gian tu học đến nơi đến chốn nhằm dần thân đóng góp từ thiện và giáo dục nhân quả, đạo đức, với tinh thần “tốt đạo đẹp đời”. Chúng ta cùng tu học theo hạnh nguyện của Bồ-tát Quán Thế Âm luôn đồng hành, cùng gánh vác, cùng sẻ chia, đem niềm vui đến với mọi người và sẵn sàng san sẻ nỗi khổ niềm đau, với tấm lòng vô ngã, vị tha.

CHƯƠNG XXIX:

THIỆN TRONG BỌN BỀ CÔNG VIỆC

Mỗi sáng thức dậy, chúng ta có thể hân hoan vui vẻ, trong lòng nở một nụ cười tươi như hoa, vì ta đã ý thức rằng một ngày mới được bắt đầu với 24 giờ sống trong tỉnh giác. Trước khi ngồi dậy sau giấc ngủ an lành, chúng ta có thể vẫn nằm yên trên giường, buông thả hai tay và hai chân một cách thoải mái để an hưởng một ngày mới tươi đẹp với hơi thở nhẹ nhàng. Thở vào ta cảm nhận giây phút bình yên trong lòng, thở ra ta bắt đầu cùng mọi người vui sống và làm việc.

Sau đó, chúng ta đi tiểu, đi đại để đưa hết cấu uế trong người ra và chỉ giữ lại những gì



có lợi ích để nuôi dưỡng thân tâm được khỏe khoắn và trong sạch. Điều tối kỵ nhất là nín đi tiểu hoặc đi đại tiện quá lâu, sau này sẽ bị bệnh suy thận, bị trĩ, bị nóng gan. Khi đi tiểu, đi đại ta biết ta đang đưa ra những thứ cặn bã độc hại được tích tụ trong cơ thể, ngay khi đó ta cảm nhận được sự thoải mái, nhẹ nhàng.

Khi chúng ta rửa mặt, súc miệng, tắm rửa, chải đầu, thay quần áo, chúng ta cảm nhận sự tươi mát qua xúc chạm những gì trong hiện tại bằng sự nhận biết. Chỉ khoảng thời gian ngắn trong vòng nửa tiếng đồng hồ, ta khéo an trú trong từng hành động có ý thức bằng sự tỉnh giác thì sẽ cảm thấy thoải mái, nhẹ nhàng và tự tại.

Cái thấy nghe hay biết đó là biết rõ mọi cử chỉ, hành động đem lại cho ta sự bình yên, hạnh phúc nhờ ta lúc nào cũng sống trong chánh niệm tỉnh giác. Sự tỉnh giác đó giúp ta làm chủ được những ý nghĩ, lời nói, hành động đang diễn ra ngay tại đây và bây giờ.

Tỉnh giác là như thế, khi thấy chỉ là thấy, khi nghe chỉ là nghe, ta thấy nghe hay biết trong sự định tĩnh sáng suốt, thường biết rõ ràng. Khi ta chánh niệm tỉnh giác là ta đã có mặt trong từng giây phút của sự sống, nhờ vậy mỗi giây phút của sự sống là sự bình yên, hạnh phúc. Cái hạnh phúc này là một tặng phẩm quý giá cho sự sống của chúng ta.

Đây là một việc làm rất đổi bình thường, khi chúng ta biết tỉnh giác trong từng phút giây, chúng ta sẽ nhận diện và an trú những gì đang có trong hiện tại. Ta biết như vậy là ta đang hành thiền trong đi đứng nằm ngồi, đâu phải tìm cầu đâu xa. Tắm dưới vòi nước tươi mát, ta gội đầu, kỳ cọ, cảm nhận được dòng nước tươi mát trong sạch trong trạng thái an lạc, thoải mái, nhẹ nhàng.

Khi làm việc gì ta biết việc đó, đừng để mọi suy tư nghĩ tưởng kéo ta về quá khứ hay mơ ước, mong mỗi đến tương lai làm cho ta dính



mắc vào những lo lắng, sợ hãi, buồn phiền, sầu khổ và giận hờn.

Rồi chúng ta đến trước bàn thờ Phật hay một thư phòng, đốt nén tâm hương hướng về mười phương Tam bảo, nguyện cầu Phật pháp luôn được trường tồn ở thế gian này, ai cũng đều được thấm nhuần Phật pháp để mọi người hết khổ, được vui.

Tùy theo khả năng và thời gian chúng ta có thể ngồi thiền 10 phút, 20 phút, 30 phút cho đến 1 giờ hoặc 2 giờ. Trong lúc ngồi thiền ai niệm Phật-Bồ tát thì cứ niệm Phật-Bồ tát. Ai quán sát hơi thở thì cứ quán sát hơi thở, thở vào ta chuyển hóa phiền não tham-sân-si, thở ra ta cảm nhận được bình yên, hạnh phúc trong giờ phút hiện tại.

Ai có chiều sâu trong tu tập thì tỉnh giác trong từng phút giây bằng cách nhận diện từng vọng niệm mà không cần phải xua đuổi hay bám víu vào nó, ngay khi đó thì tâm Phật

hiện tiền mà vẫn thường biết rõ ràng trong định tĩnh và sáng suốt.

Kế đến, chúng ta thực tập thiền lạy Phật-Bồ tát. Hai tay chắp ngay trước ngực rồi từ từ đưa lên trước mặt, ngang trán, hai chân đứng với tư thế hình chữ Bát. Hai tay từ từ đưa xuống cùng năm vóc toàn thân, úp hai bàn tay xuống khi cách mặt đất khoảng 40 cm, đầu cúi theo úp xuống sát đất khoảng giữa hai bàn tay, hai đầu gối chấm sát đất.

Rồi hai tay bật lên theo sự đàn hồi của nó giống như một chiếc lò xo, trở lại tư thế ban đầu là chắp tay trước ngực. Và cứ như thế ta thoải mái, nhẹ nhàng lạy theo trình tự lúc ban đầu một cách đều đặn. Trong lúc lạy như vậy ai tu pháp niệm Phật-Bồ tát thì cứ niệm Phật-Bồ tát. Ai tu pháp hơi thở thì cứ quán sát hơi thở và ai có chiều sâu trong tu tập thì tự biết tỉnh giác nhận diện từng vọng niệm đưa chúng trở về bản tâm chân thật.



Phương pháp lạy Phật-Bồ tát này giúp cho ta tiết kiệm được năng lượng, sức khỏe, khỏi phải mất thời gian tập thể dục trong buổi sáng vì trong lúc lễ lạy ta đang thực tập phương pháp thể dục thẩm mỹ toàn diện. Cách lễ lạy này không làm cho ta mệt nhọc mà càng lạy ta càng thêm sức dẻo dai, tinh thần minh mẫn sáng suốt.

Khi lễ lạy như vậy ta chỉ một lòng hướng tâm vào thể tánh sáng suốt, dùng sự định tĩnh giống như chiếc lò xo đàn hồi bật lên, bật xuống đều đặn, nhẹ nhàng giúp cho máu huyết lưu thông toàn thân. Ta sẽ cảm nhận sự khỏe khoắn, sảng khoái, an nhiên trong khi đang lễ lạy.

Nếu có dư thời gian ta sẽ thực tập thiền đi, hành giả nào niệm Phật-Bồ tát thì chấp hai tay trước ngực vừa đi vừa niệm Phật-Bồ tát. Quý vị nên nhớ ta chỉ cần chú tâm vào câu niệm Phật-Bồ tát mà thôi, việc đi nhanh hay

chậm không quan trọng. Chúng ta chỉ cần nhớ miệng niệm, tai lắng nghe từng tiếng niệm Phật-Bồ tát rõ ràng, chỉ chú tâm vào câu niệm Phật-Bồ tát và miệng niệm, tai lắng nghe.

Sau khi thực tập bước một đã hoàn chỉnh, đạt đến nhất niệm tương ưng trong lúc đi đứng nằm ngồi, kể đến chúng ta chuyển sang bước hai là miệng niệm tâm lắng nghe, và cuối cùng là tâm niệm tâm lắng nghe mà vẫn thường biết rõ ràng, nương nơi mắt thấy chỉ là thấy, nương nơi tai nghe chỉ là nghe, mũi-lưỡi-thân-ý cũng lại như thế.

Hành giả quán sát hơi thở và tu pháp tỉnh giác thì không cần chấp hai tay trước ngực, chỉ vừa đi vừa quán sát hơi thở, thở vào ta xua tan bao phiền muộn khổ đau, thở ra ta an trú trong giờ phút hiện tại. Hành giả đã có chiều sâu thì nhìn vọng niệm giống như gió thoảng mây bay vì lúc nào cũng sống trong tỉnh giác, thường biết rõ ràng.



Chúng ta tập ngồi, tập dậy, tập đứng, tập đi, tập hoạt động trong vài ba ngày sẽ thấy tiến bộ liên tục khác. Đây là một sự thật nhiệm mầu mà ai cũng có thể làm được. Chúng ta hãy tập sống sâu sắc và thanh thoi như vậy trong mỗi giây phút của đời sống hàng ngày trong khi ăn uống, đi tiểu, đi đại và làm việc thì chỗ nào chẳng phải là thiền.

Chúng ta muốn được an nhiên, thanh thoi như vậy thì tâm ý không được tiếc nuối quá khứ, không mơ ước viễn vông đến tương lai để chuyển hóa mọi phiền não, khổ đau mà an trú trong giây phút hiện tại. Giây phút hiện tại chính là giây phút giúp cho ta bình yên, hạnh phúc ngay nơi cuộc sống này.

Nói tóm lại, trong nhà chúng ta có bàn thờ Phật thì chúng ta có thể ngồi thiền trước bàn thờ Phật, nếu không có bàn thờ Phật để lạy thì ta chọn chỗ nào trống tùy theo không gian của gia đình.

Việc làm thức ăn và ăn sáng cũng là một loại thiền tập quan trọng không thể thiếu trong đời sống vì những việc này ta phải tự giải quyết. Khi chúng ta nấu nước sôi, pha trà, pha cà phê, nấu cháo, nấu hủ tiếu, chiên cơm nguội..., chúng ta làm việc nào biết việc đó theo thứ tự. Chánh niệm tỉnh giác trong làm việc sẽ giúp cho ta biết cách chuyển hóa, soi sáng lại chính mình với những gì đang xảy ra trong giờ phút hiện tại.

Tỉnh giác là cốt tủy của thiền tập làm cho trái tim ta hiểu biết và thương yêu hơn. Khi nấu nước sôi pha trà, chúng ta chỉ biết mình đang pha trà, không nhớ nghĩ quá khứ, không mơ tưởng tương lai, tâm ý thức việc ta đang pha trà là ta đang sống trong tỉnh giác. Nhờ tỉnh giác trong từng phút giây giúp ta sống hiểu biết hơn, yêu thương hơn và vui sống bình an, hạnh phúc với tất cả mọi người. Ai cũng có năng lực tỉnh giác, chỉ cần chúng ta



kiên trì thực tập trong đều đặn thì kết quả sẽ đạt được ngoài sức tưởng tượng.

Thời gian làm thức ăn và ăn sáng có thể sẽ làm cho mọi thành viên trong gia đình đều vui vẻ vì đó là kết quả của thiền tập. Chúng ta sẽ có thể sắp xếp buổi ăn sáng cho gia đình trong vui vẻ và thuận thảo. Khi ăn sáng chúng ta đừng đọc báo, đừng nghe tin tức, đừng xem ti vi. Chúng ta cùng mọi thành viên ngồi thẳng lên, nhìn thức ăn trên bàn, mỉm cười và cùng mời nhau thưởng thức hương vị đậm chất ngọt ngào của buổi sáng.

Trước khi ăn chúng ta cần trao đổi, dọn dờ điều cần làm trong ngày trước thì chúng ta sẽ ăn trong tỉnh giác. Khi ăn ta chỉ biết mình đang ăn, mặn nhạt, chua cay, ngon dở ta đều biết hết. Ăn xong ta rửa bát, dọn bàn và sẽ cảm nhận được một ngày mới tươi đẹp bên mái ấm gia đình.

Sau khi ăn sáng xong, mọi người tiếp tục với nhiệm vụ của mình. Ta chỉ cần nhận diện

mặt mũi xưa nay của chính mình, khi làm việc gì ta chỉ biết việc đó, cứ như thế ta suy nghĩ, nói năng, hành động trong tỉnh giác. Như vậy, mỗi ngày chúng ta có mặt là một ngày chúng ta có thiền, có tỉnh, có giác, có biết mà vẫn an nhiên, tự tại. Cuộc sống như thế có gì làm cho ta phiền muộn, khổ đau.

Chúng ta đã biết rõ như vậy nhưng vẫn còn tập khí, tức là thói quen. Đây là những thói quen xấu được lặp đi, lặp lại nhiều lần nên nó sai sử ta chạy theo những vọng niệm nhớ nghĩ, tiếc nuối về quá khứ hay mơ tưởng viễn vông đến tương lai mà đánh mất chính mình trong hiện tại.

Chính ta mãi dính mắc vào quá khứ hay lo lắng cho tương lai nên ta không đủ khả năng để nhận diện những sai lầm đã qua mà có thể sống an lạc, trong hiện tại. Chúng ta luôn nhớ về quá khứ mà tiếc nuối trong đau buồn rồi lại suy đoán, dự kiến, chuẩn bị, mơ ước về



những hoài bão trong tương lai để đạt được hạnh phúc.

Khi mới bắt đầu thiền tập và đang đi vào thiền tập, chúng ta sẽ bị những thói quen lo lắng, sợ hãi về tương lai. Chính những lo lắng, bồn chồn ấy đã làm cho ta không an trú vững chải được trong hiện tại. Tuy nhiên, ta phải kiên trì và bền bỉ để đến một lúc nào đó làm chủ được những thói quen ấy mà không bị nó lôi đi như trước kia nữa.

Có rất nhiều người luôn bị quá khứ ám ảnh với sự tiếc thương, hờn oán, hối hận và khổ đau. Chính khi ấy họ không thể sống bình yên trong giây phút hiện tại. Nếu trong quá khứ chúng ta từng bị bạc đãi, từng bị khổ đau vì chuyện tình ái, ta phải biết cách thực tập thiền để quá khứ kia tự động chìm lắng.

Chúng ta biết cách thiền tập trong đi đứng nằm ngồi, trong lúc ăn uống, làm việc hoặc nghỉ ngơi là ta luôn luôn trở về với thực tại

hiện tại. Khi chúng ta không tiếc nuối hay nhớ nghĩ về quá khứ, không bị tương lai làm xáo động tâm tư là ta đang được tự do và an lạc trong giờ phút hiện tại.

Tóm lại, từ khi mở mắt thức dậy rồi đi tiểu, đi đại, chải răng, tắm gội, mặc quần áo, ăn uống, đi bộ, làm việc, lái xe..., chúng ta hãy để hết tâm ý vào việc chúng ta đang làm, như là một thực tại trong cuộc sống. Ta chỉ tìm an lạc và hạnh phúc ngay trong những phút giây ấy, chớ không phải mong mỏi, tìm cầu đâu xa. Đó là một thực tế ít ai ngờ đến.

Nhiều người cứ nghĩ rằng tu là phải vô chùa, ở hang sâu rừng thẳm, không ngờ tu chỉ là đơn giản như vậy. Sự đơn giản ấy là một phép mầu tỉnh thức và chính ta làm nên phép mầu ấy, không ai có thể ban phước giáng họa cho ta.



CHƯƠNG XXX:

LẬP TRƯỜNG VỮNG CHẮC CỦA NGƯỜI PHẬT TỬ

Người Phật tử chân chính, nếu không biết tu thì **mình sẽ đụng chạm** tới rất nhiều người, bởi thế gian này luôn tranh giành, sát phạt lẫn nhau; nhưng khi chúng ta có tu, quý vị dám bảo đảm là mình sẽ không đụng chạm gì đến mọi người hay không?

Khi mình tin Phật thì sẽ làm cho các loài ma rất lấy làm khó chịu, bởi chúng mất đi một bạn đồng minh và làm những người theo ma cũng ghét lây. Chúng ta thấy rõ ràng giữa đời này ma nhiều vô số kể, chúng ta chỉ tin Phật thôi là đã đụng chạm đến nhiều người lắm rồi; nhưng ma ở đây là gì? Ma là những gì làm

hại cho người và vật, cả vật chất lẫn tinh thần.

Mình tin pháp Phật là những lời dạy chân chính thì sẽ đụng đến các tà thuyết bất chính làm mê hoặc lòng người. Vì thế, mình nói đúng Chánh pháp và thực hành đúng Chánh pháp là đã đụng chạm đến các người tuyên truyền tà thuyết và mê tín dị đoan, để làm mờ mắt thiên hạ.

Chúng ta tin chư Tăng những người tu hành chân chính thì sẽ đụng chạm tới các thầy tà, bạn ác đội lốt tu sĩ nắm quyền điều hành giáo hội. Chúng ta nếu thật sự chỉ biết đi chùa tụng kinh, lễ Phật, làm công quả, ngồi thiền và buông xả các tạp niệm xấu ác thì ta đâu có thời gian, để đi nói xấu người này người kia, ấy thế mà vẫn đụng chạm tới quyền thuộc của “ma”.

Chúng ta tin giới pháp của Phật và áp dụng tu hành là đã đụng chạm tới những sinh hoạt phi đạo đức, gây ra các tệ nạn xã hội, làm khổ

đau cho nhân loại. Thế cho nên, việc mình có niềm tin vững chắc đối với Tam bảo thôi, thì mình đã đụng chạm tới những người không tin sâu nhân quả và cho rằng chết là hết.

Người đời vì không hiểu nên thích giết hại sinh vật để ăn, tranh giành nhau để sống, tàn hại, huỷ hoại người khác để mưu cầu lợi ích cho riêng mình. Người Phật tử chân chính, khi đã tin Phật rồi thì lại không thích làm tổn hại đến người vật, vì đó là nhân dẫn đến oán giận thù hận, làm khổ đau cho nhau. Đại đa số đều cho rằng “vật dưỡng nhơn” nên họ mặc tình sát sinh hại vật, họ công khai giết và còn khuyến khích nhiều người khác giết. Người Phật tử không giết hại mà còn khuyên nhủ mọi người phóng sinh giúp người cứu vật, thế là càng đụng chạm lớn đến họ. Suy cho cùng có cuộc sống là có đụng chạm, dù ta không thích đụng chạm nhưng vẫn cứ phải đụng chạm hoài.

Chúng ta ưa tôn trọng công bằng, lẽ phải, muốn sự sống này đều được bình đẳng, để ta cùng đóng góp giúp đỡ cho nhau nhưng đâu có được, vì có những người luôn lợi dụng quyền cao chức trọng để bóc lột, chèn ép kẻ dưới. Phật dạy: mong muốn mà không được như ý là khổ. Tiền bạc tài sản do công sức mình làm ra phải tiết kiệm lắm mới dư chút đỉnh, giờ lại bị kẻ khác lấy đi thì ai chẳng buồn khổ, vậy mà vẫn có một số người vì lười biếng, ham hưởng thụ nhiều, hoặc kẻ có chức quyền đã bớt sén của người khác; thế là cuộc sống phải chịu đựng chạm, cọ xát đủ thứ hết khó mà tránh khỏi. Người khôn ngoan, sáng suốt biết tạo nhân lành thì ít bị tai họa, còn số đông phải chịu nhiều đau khổ lắm mê, do không có hiểu biết chân chính.

Phật dạy người Phật tử không ngoại tình mà còn hay sống chung thủy một vợ, một chồng, nhưng những người có thói quen đuổi



bướm bắt hoa ham mê của lạ, thích sắc đẹp thì lại thích như vậy, nên ta phải đụng chạm tới họ.

Người đệ tử Phật chỉ thích nói lời chân thật, nói đúng chân lý, không nói dối để lừa gạt người khác; nhưng hễ nói lời ngay thẳng thì sẽ đụng chạm kẻ điêu ngoa, xảo trá, hễ nói sự thật thì sẽ đụng chạm đến người nói dóc, nói láo, nói dối. Người Phật tử chân chính, ai lại đi nói dối để lừa gạt người khác phải không quý vị, chỉ cần mình nói thiệt thôi là đã đụng chạm đến người khác rồi, chúng ta thà mích lòng trước, đặng lòng sau còn hơn là sống trên sự giả dối, lừa đảo lẫn nhau.

Rượu thuốc, xì ke, ma túy tác hại đến chừng nào, nhưng thế gian lại tiêm nhiễm nặng những thứ ấy, gây bệnh hoạn, làm mất an ninh, trật tự, bạo lực gia đình, rồi dẫn đến hiếp dâm, trộm cướp, lừa đảo, làm gia đình chia ly, tan nhà nát cửa, và cuối cùng là tù

tội. Chúng ta đâu có muốn như vậy mà vẫn bị nhiều người phê phán, chỉ trích kẻ đó ngu, không biết hưởng thụ gì hết. Mình đâu có giành bia ôm, rượu thịt của họ mà ăn nhưng vẫn cứ bị đụng chạm hoài.

Thế cho nên, quý vị thấy, mình thật tu thì cũng bị đụng chạm tới những người không chịu tu, vậy hỏi làm sao để thế gian này thật sự được hoà hợp vui vẻ sống với nhau. Không thể có chuyện đó được, ai khôn thì nhờ, ai ngu thì chịu sống trong đau khổ làm mê từ đời này qua kiếp khác thôi.

Thiên ma ba tuần khi nghe tin Phật đang thiền định dưới cội Bồ-đề, nó tìm đủ mọi cách quấy nhiễu để ngăn Phật thành đạo, nhưng không làm gì được Phật. Tại vì sao? Đức Phật dùng cây cung thiền định và lưới kiếm trí tuệ để quét sạch chúng ma. Đến khi thành Phật rồi, Thiên ma lại muốn Ngài mau nhập Niết Bàn sớm, để họ được quyền làm nhiều loạn



thế gian, tất cả đều là chúng ma hết dưới nhiều hình thức. Bởi vậy, người tu theo Phật là đụng chạm tới sự tham lam, ích kỷ của thế giới loài ma. Người Phật tử chân chính, cũng muốn dìu dắt họ đi lên để chuyển hoá cõi ma thành cõi Phật, nhưng chúng có chịu nghe đâu, chúng cứ bày trò níu kéo lẫn nhau, để kích thích lòng tham lam của con người.

Thế cho nên, sống giữa cuộc đời, người biết gìn giữ giới đức để không bị rơi vào hố sâu của tội lỗi, rất là khó. Chúng ta phải can đảm, mạnh dạn, quyết tâm lắm mới có thể vươn lên vượt qua chạm bấy cuộc đời, vì chúng ma đông vô số. Nếu chúng ta không tu thì đụng đâu chửi đó, đánh đấm, mạ luy lẫn nhau, đụng chạm liên miên không có ngày thôi dứt.

Người có tu thì khéo sắp xếp hơn, tuy có đụng chạm đôi ít nhưng cũng không sao. Vì mình có sự kham nhẫn, sức chịu đựng trong suốt quá trình tu học để chuyển hoá chúng

ma, quay về nương tựa Phật. Chúng ta thường tự hào rằng, mình tu rồi thì ai cũng thương, cũng kính, cũng mến và quý trọng? Không có chuyện đó đâu quý vị, chúng ta đừng có mơ mộng ảo huyền. Ta càng tu thì càng bị nhiều người kháo hạc, chống đối; ví như muốn biết mình không còn nóng giận nữa thì bị người trách mắng, đánh chửi, coi ta có động tâm hay không?

Hiểu được như vậy, chúng ta mới cố gắng, kiên trì, bền bỉ trong từng phút giây để có cơ hội sống được trọn vẹn với niềm tin không thối chuyển của mình trên bước đường tu tập, chuyển hoá. Thật ra, cuộc đời rất đẹp và trong sáng như những vì sao lấp lánh ban đêm, chỉ có tâm ma của con người mới tạo ra oan trái cuộc đời.

Thế gian này, người biết quy hướng về Phật pháp rất là ít, vì họ bị bận bịu công việc, mắc lo cơm áo gạo tiền, chúng ma đồng hóa



nên không có thời gian tìm hiểu tu theo đạo Phật, nên đa số rơi vào si mê lầm lạc, khổ đau. Phật thấy rõ sự tác hại của nó nên vì lòng từ bi mà khuyên nhủ mọi người hãy sống có ý thức và trách nhiệm, thương yêu, đùm bọc, giúp đỡ lẫn nhau bằng tình người trong cuộc sống.

Khi ta có niềm tin vững chắc thì bước đi càng rộng mở, không có gì có thể ngăn cản bước ta đi. Người Phật tử cần phải nuôi dưỡng và xây dựng niềm tin chân chính, tin sâu nhân quả, tin mình là chủ của bao điều họa phúc và tin tâm mình là Phật nhờ biết cách buông xả. Trong cuộc sống, Đức Phật luôn nhấn mạnh về lòng tin sau khi có trí tuệ, xem đó là động lực thúc đẩy mọi sự tiến bộ của con người trong suốt quá trình tu tập và chuyển hoá hướng đến mục tiêu giác ngộ, giải thoát.

Đức Phật dạy có 10 điều chớ vội tin:

1-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó là truyền thuyết.

2-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó thuộc về truyền thống.

3-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó được nhiều người nhắc đến hay tuyên truyền.

4-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó được ghi lại trong kinh điển hay sách vở.

5-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó thuộc lý luận siêu hình.

6-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều đó phù hợp với lập trường của mình.

7-Chớ vội tin một điều gì khi điều đó được căn cứ trên những dữ kiện hời hợt.

8-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều ấy phù hợp với định kiến của mình.

9-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều ấy được sức mạnh và quyền uy ủng hộ.

10-Chớ vội tin một điều gì chỉ vì điều ấy được các nhà truyền giáo hay đạo sư của mình tuyên.



Bài kinh trên Phật dạy cho người Kalmala, sau khi họ thỉnh cầu như sau: Kính bạch đức Thế Tôn, có rất nhiều vị đạo sư đã đến thăm chúng con, người nào cũng tuyên truyền rằng đạo của họ là chân lý. Kính bạch Ngài, chúng con không biết lời chỉ dạy của ai là đúng để tin theo và áp dụng hành trì.

Phật không trả lời ngay câu hỏi mà hỏi lại họ: Người hay sát sinh hại vật có từ bi hay không? Dạ thưa không. Người hay gian tham, trộm cướp, lường gạt của người có từ bi hay không? Dạ thưa không. Người hay uống rượu say sưa làm náo hại thân tâm có từ bi hay không? Dạ thưa không. Đức Phật của chúng ta rất khéo léo dẫn dụ, bắt buộc mọi người phải cân nhắc, suy nghĩ và thể nghiệm lời dạy đó rồi mới tin.

Một niềm tin chân chính phải đi theo với một lý trí xét đoán, hiểu rồi mới tin thì lòng tin ấy mới là chánh tín. Chúng ta đến với đạo

Phật, tin Phật mà không hiểu Phật tức là phỉ báng Phật, và vô tình làm lu mờ chánh pháp Phật-đà.

Vậy niềm tin và lập trường vững chắc của người Phật tử là gì? Nói chung, niềm tin chân chính rất quan trọng và tối cần thiết trong đời sống con người, nếu niềm tin không đúng chân lý sẽ dẫn chúng ta rơi vào mê tín dị đoan, hoặc tin sau khi chết là hết làm cho nhân loại dễ dàng rơi vào hố sâu tội lỗi. Thế cho nên, trước khi tin bất cứ điều gì, ta phải cần xem xét và cân nhắc kỹ lưỡng, coi lời dạy của học thuyết đó có gì lợi ích cho nhân loại hay không? Đây là cách thức xây dựng niềm tin chân chính cho người Phật tử, sau khi phát sinh trí tuệ nhờ văn, tư, tu theo lời Phật dạy.



SÁCH ĐÃ IN

1. Lột xác và tập nghiệp chúng sinh
2. Nghiệp và thấy biết sai lầm
3. Biết sống thực tế
4. Gieo trồng phước đức
5. Nhân quả và số phận con người
6. Dòng đời oan trái
7. Vượt qua cạm bẫy cuộc đời
8. Sáng tối do người
9. Phải trái cuộc đời
10. Tâm tình cùng người trẻ
11. Sám hối và hạnh nguyện Bồ-tát Quán
Thế Âm
12. Tình mẹ bao la
13. Chú giải kinh nhân quả ba đời
14. Chủ giải kinh phước đức
15. Tình người trong cuộc sống
16. Sống để yêu thương
17. Hung thần phiền não
18. Hiểu biết để cảm thông
19. Giá trị lời nói
20. Tám gió thổi chẳng động
21. Giận khôn hay dại
22. Cái gì trói buộc con người
23. Cầu nguyện hay cầu xin
24. Ai dẫn ta lang thang
25. Tâm biết sống
26. Làm chủ bản thân
27. 8 con đường tâm linh mẫu nhiệm
28. Lòng tin người Phật tử
29. Thông điệp cuộc đời
30. Dòng đời xuôi ngược
31. Phật dạy 20 điều khó
32. Con người là mâu thuẫn
33. Cuộc đời kẻ mê người tỉnh
34. Thiện là sự sống nhân loại
35. 12 nhân duyên cuộc đời

- 36. Con người tâm linh
- 37. Đạo làm người
- 38. Trái tim hiểu biết
- 39. Suy gẫm cuộc sống
- 40. Sai lầm đời người là đánh mất chính mình
- 41. Giàu nghèo do ai
- 42. Sống để làm gì
- 43. Thiên hạ ai cũng có tâm
- 44. Để trở thành Phật tử 1
- 45. Để trở thành Phật tử 2
- 46. Thế gian này khổ hay vui
- 47. Tâm Phật ví như hoa sen
- 48. Kinh người áo trắng (dành cho Phật tử tại gia)
- 49. Phật dạy trách nhiệm người tại
- 50. Phật dạy 8 pháp sống an lạc

SÁCH SẮP IN

- 1. Con đường tỉnh thức Phật, tổ và Bồ-tát
- 2. Chú giải 9 điều nên nhớ
- 3. Phật dạy khổ vui trong đời sống ngũ dục
- 4. Phật dạy cho người cái cần cầu
- 5. Mỗi ngày học Phật pháp
- 6. Quay lại chính mình để sống đời thanh thản
- 7. Chìa khóa cuộc sống
- 8. Làm chủ bản thân để vượt qua sống chết
- 9. Cá nhảy khỏi lưới mới hay
- 10. Đạo Phật và con đường nhân sinh
- 11. Ý thức hệ để hình thành nhân cách con người
- 12. Cẩm nang vào đời tập 1
- 13. Cẩm nang vào đời tập 2
- 14. Cẩm nang vào đời tập 3
- 15. Cẩm nang vào đời tập 4
- 16. Thắp sáng ngọn đuốc chính mình

HỘI LUẬT GIA VIỆT NAM
NHÀ XUẤT BẢN HỒNG ĐỨC
Hà Nội: A2, 261 Thụy Khuê, Q. Tây Hồ, Hà Nội

ĐT: (04) 728.1306
Tp. Hồ Chí Minh: 111 Lê Thánh Tôn, Q. 1, Tp. Hồ Chí Minh
ĐT: (08) 824.4534
Web: nxbhongduc.vn
Email: lienhe@nxbhongduc.vn

CẨM NANG VÀO ĐỜI CHO NGƯỜI CƯ SĨ TẠI GIA

Chịu trách nhiệm xuất bản: Giám đốc Bùi Việt Bắc

Chịu trách nhiệm nội dung: Tổng biên tập Lý Bá Toàn

Biên tập: Phan Thị Ngọc Minh

Sửa bản in: Đại Đức Thích Đạt Ma Phổ Giác

Trình bày và bìa: Vi Xuân

*Quý đạo hữu, các nhà hảo tâm có nhu cầu đóng góp
và ấn tống Kinh sách vui lòng liên hệ:*

Đại Đức Thích Đạt Ma Phổ Giác

CHÙA LINH XỨNG

XÃ HÀ NGỌC HUYỆN HÀ TRUNG TỈNH THANH HÓA

TỦ SÁCH DUYÊN LÀNH

Số điện thoại: 0906888575 / 01676888575

Email: phogiac1960@gmail.com

Tài khoản: Trần Ngọc Long – 101010007974118

Ngân hàng công thương Birm Sơn Thanh Hóa

In..... cuốn, tại : Công ty TNHH In ấn Mai Anh Dũng. Địa chỉ:
186 Phó Cơ Điều, P.6, Q.11, TP.HCM. Số đăng ký KHXB:/
CXBIPH/...../HĐ. Quyết định xuất bản số:/QĐ-NXBHĐ
cấp ngày ISBN: In xong và nộp lưu chiểu
năm 2016.