

Thích Tuệ Sĩ

TU GIỚI

Phật pháp như thuốc hay, nhưng tùy theo căn bệnh. Có điều, không phải như thuốc Tây, được bào chế như thế nào thì dùng loại các người bệnh dùng như vậy, chế độ khác nhau và cần dùng tùy theo thể trạng của mỗi người. Phật pháp tuy cũng môn pháp môn có thể được truyền dạy cho nhiều người như nhau, nhưng để cho sự thực hành có hiệu quả hơn, cũng cần phân biệt thành phần xã hội, trình độ nhận thức, và kinh nghiệm sống trước của mỗi người mà phương pháp thực hành có thể một vài sai khác.

Bát quan trai giới cũng trong trường hợp như vậy. Tất nhiên, Phật dạy giới này áp dụng chung cho tất cả các Phật tử tại gia, không phân biệt Phật tử này thuộc thành phần hay tầng lớp xã hội nào. Nhưng vì trình độ nhận thức, và nhu cầu lý do khác nhau, một Phật tử nhận thức ý nghĩa của giới pháp một cách cá biệt, và do đó thể giới và phạm hạnh riêng biệt.

Đó có thể hiểu rõ sự khác biệt này, trước hết chúng ta nói về chế độ tu.

Mỗi người đến chùa cầu thọ bát quan trai giới đều có một ý niệm như nhau, là mình đang tu giới. Nhưng, thế nào là tu?

Đi với những Phật tử lười tu, khi mà trách nhiệm đi với đi coi như không đáng kể, đi với các vị này, tu là cầu phúc. Tu giới ở đây đồng nghĩa với tu phúc. Tức là thờ trì giới pháp của Phật để gieo trồng quả phúc, hy vọng đi sau được hạnh phúc. Có người muốn đi sau sang giàu hơn, học thông minh, học có địa vị xã hội cao hơn, cho đi, làm vua làm chúa. Cũng có người mong muốn đi sau được nhiều duyên, đức hạnh và thâm hiểu Phật pháp, do đó trình độ tu tập cao hơn.

Đi với các Phật tử như vậy, tu bát quan trai đến giới là đến xin giới, rồi thực tập quá đồng, trang nghiêm bằng bất cứ phương pháp nào của pháp môn Tam bảo. Do tính cách trang nghiêm, và

## Bát quan trai giới

Viết bởi Administrator

---

những bài kinh chú cúng dường linh thiêng, nên sẽ mang đến nhiều phước báo hơn là tự mình cúng Phật ở nhà. Ngoài việc cúng dường trong khi thọ thọ các nghi lễ, Phật tử thọ trì bát quan trai không cần học hỏi gì thêm về bản chất của giới pháp, ý nghĩa của từng giới và thọ giới. Cho nên, cũng không cần biết công năng của giới này có thể đem đến phước báo cao hơn nữa, mà cao nhất là đóa quỳ vô lượng Niết bàn.

Quan niệm thông thường của thế gian cho rằng tu là sửa: đi ác làm lành, cải tà quy chánh. Đây là một tiêu cực của chơn tu. Tu thân để tột gia, mà cứu cánh cũng chỉ là bình thiên hạ. Cứu cánh cũng chỉ là nhân quả trong thế gian này, thăng trầm theo con sóng vô thường biến đổi, mang theo trong thân và tâm dục vọng khó xóa nhòa của quá khứ tham, sân, si, vô minh phiền não, cứu u u.

Giới bát quan trai được Phật thuyết cho các Thánh đệ tử; những người tuy sống đời tại gia, hàng ngũ thế tục của thế gian, những tâm đã vượt lên trên Thánh đạo. Trong ý nghĩa này, tu có nghĩa là phát triển, làm cho bản thân càng lúc càng cao thượng ngang tầm Thánh đạo, để càng lúc càng nhìn thấy rõ dục chân đế của Niết bàn. Tu như vậy là tu giới, tu đức hạnh và tu huệ. Ba kho báu tu tạo thành một chuỗi liên tục.

Có người nói: tu cốt tại tâm. Điều này đúng một phần. Những người không biết huấn luyện thân, khuất phục nó không buông lung theo bản năng hàng ngày; miệng thì nói đến sự tu tâm thì nhiều nhưng không thọ giới. Tu thân, chính là tu giới. Tu tâm chính là tu đức hạnh. Có đức hạnh mới đức huệ phát sinh.

Tại sao nói tu thân là tu giới? Trong năm giới của tại gia, và tám giới của cư sĩ bát quan trai, những điều cần học là ngăn chặn thân và khẩu không làm những sự xấu ác.

Tu giới, miệng là trau dồi đạo đức; cũng có thể nói là tu sửa thân tâm, trau dồi phẩm chất đạo đức để cuộc sống của mình thanh cao hơn. Tu đức hạnh, tự nhiên là không phải tu sửa đức hạnh riêng. Tu đức hạnh là tu tập để phát triển năng lực làm chơn thân tâm; tập trung tập thiền, không buông lung tâm ý, để tăng cường khả năng nhận thức, khai mở trí tuệ. Cuộc sống là tu huệ, cũng không có nghĩa là tu sửa huệ mà có nghĩa là phát triển và nâng cao nhận thức của mình, mở tâm mở mắt của mình để thấy rõ sự vật.

Trong cái ý nghĩa tu giới, ta hỏi “giới là gì?” Thông thường ta hiểu giới là những điều ngăn cấm.

## Bát quan trai giới

Viết bởi Administrator

---

Nhưng trong kinh Phật thì giới còn có nghĩa hơn nữa. Giới, ý nghĩa chính của nó, đó là cái phạm giá của con người. Trì giới là giữ gìn cái phạm chết đuối của mình, cái giá trị con người của mình.

Tu tập giới là nâng cao phạm giá con người của mình. Nói thông thường là phạm chết đuối, cái làm nên giá trị con người.

Phạm chết con người là thế nào? Ta sinh ra trong xã hội loài người: sống, lớn lên và chết. Với người bình thường, không làm việc ác gây tai hại cho mình, cho xã hội, giữ cuộc đời mình tròn vẹn để chết không hại đến mình đã làm hơn người khác. Đói khổ để đi chữa bệnh là phạm chết.

Nhưng tu giới của người Phật tử là nâng phạm chết con người cao hơn nữa, vượt lên trên giá trị con người hiện tại.

Làm sao ta có thể vượt qua giới hạn con người? Mọi người sinh ra với mục đích gì? Cha mẹ sinh ra ta; lớn lên, có gia đình; có bạn bè để vui gia đình, đời sống xã hội, làm thế nào cho gia đình được hạnh phúc và đóng góp cho xã hội được bình an. Như vậy là đời.

Nếu tu tập giới, thân thể có cái cao quý hơn nữa.

Cái này không thể nói trong một vài lời mà phải bằng kinh nghiệm sống, kinh nghiệm tu tập của mình; mọi biết thế nào là cao hơn. Ở đỉnh núi không có tầm mắt nhìn, chết thây đến người này; nhưng có người học đạo mình leo đến đỉnh núi, mọi biết là đỉnh núi cao.

Có thể mình không ý thức mình lên cao đến đâu, nhưng một thời gian sau bằng quá trình tu tập thì có thể thấy. Tu giới phải ý thức như vậy mọi thấy có hiểu quả, còn không thì tu giới chỉ làm việc lành giới là đi u hành: làm đi u t t với quả báo đời sau sinh ra giàu sang hơn, hạnh phúc hơn, sáu căn đầy đủ, thông minh hơn. Dù có thông minh đến đâu, như nhà bác học, vua chúa, thì cũng chết trong phạm vi con người, không chiến thắng cái già, cái chết, còn hiểu cái không chiến thắng, nghĩa là mình vẫn làm nô lệ cho một cái gì đó mà mình không biết.

Một người sinh ra trong một gia đình làm nô lệ cho người khác; cha mẹ làm nô lệ, cả dòng họ làm nô lệ, lên mình cũng không biết làm nô lệ cho cái gì.

Chỉ có người nào đến một đấng ngấm lấm, chỉ cho biết giá trị của con người, mới biết là mình nô lệ mà tìm cách thoát khỏi thân phận nô lệ của mình. Chúng ta cũng thế: sinh ra để đi, trăm đi nghìn đi quen nô lệ cho một số cớ nhân nào đó mình không hiểu được, chỉ là ai hiểu, chỉ là ai thấy được. Quen như vậy, chỉ phải nhận thân phận đó.

Giống như đứa trẻ sinh ra bị ghê gớm. Họnh phúc của nó là được người bên đứng ngấm lấm, và gái. Càng gái càng thấy đã ngứa; như càng gái thì càng thêm lấm lỏi. Bà con thân nhân thấy tội nghiệp, muốn họnh phúc an lạc cho nó, nên đứa trẻ lấm lỏi ngứa được trẻ. Nó la khóc, nói rằng: chú bác, cha mẹ, hung ác; nó đang ngứa mà không cho gái; đang ngứa bên lấm lấm mà mang nó đi đâu, hành hạ nó. Về sau, khi lành hết ghê ngứa; bị ngứa bị ngứa thì tay gái nó cũng không dám gái; bị ngứa bên lấm lấm thì nó nói là nóng quá, đi chỗ khác ngứa.

Chúng ta là những người đang chìm đắm trong bùn lầy hôi thối, nhưng mọi ai thấy rõ chúng ta đang sống trong bùn lầy? Khó thấy lắm. Như đứa bé sắp xuống bãi sinh, thấy lún thì mừng, nói là đất lún hay quá; đến khi ngập thì hết khóc được.

Đức Phật bằng nhiều phương tiện cứu vớt chúng sinh ra khỏi vũng sinh sinh tử đó. Về lên rồi, Ngài khiêng cho tất cả chúng sinh các pháp giới, xông ướp bằng hương thơm của đức Phật, và cho đeo tràng hoa chuỗi ngọc bằng huân. Sau đó người này muốn đi đâu thì đi, với một thân hình sạch sẽ thơm tho, bằng vòng hoa chuỗi ngọc, trở thành một con người cao quý, tham dự tất cả chúng hội nào; các triều đình vua chúa cũng mời được.

Hiểu được mình đang trong sinh lầy, hiểu được thế nào là nguần nhân trong của giới, hiểu được thế nào là tràng hoa an lạc của huân. Điều này phải hành mới thấy được.

Hành đầu tiên đó là thấy giới. Tùy căn cứ Phật đặt ra nhiều cấp bậc giới. Như mọi người sinh ra với thể xác khác nhau; người yếu, thân hình chỉ 35 kg, thì vóc 20 kg; người mập mạnh khỏe có thể vóc cả trăm kg. Giới luật được đặt ra cũng vậy. Tùy theo căn cứ, theo trình độ, năng lực để đặt hay tổ chức.

## Bát quan trai giới

Vietbi Administrator

---

Ngươi học giới theo Phật như đũa tra đi, tất nhiên phải té; nếu không có bàn điều chỉnh; không thể tự mình ráng gỡ được rồi đi, không thể không té ngã.

Ngươi tu Phật cũng thế. Thế giới, có thể phạm rồi thì; nhưng biết là phạm thì phải sửa. Không ai sinh ra mà đi đũa tra; dù con vua nếu đi mà cũng nhân không đi thì cũng té và cũng khóc thối. Nhưng bạn năng té thì đừng đi. Có người không nghe lời thầy luôn, không đi đi lại lại. Nhưng người tu Phật ban đầu tinh tấn, nhưng một thời gian sau thoái hóa, đi lại, không bao giờ đi lại nữa.

Vì vậy, để bạn đi căn bản, Phật chế giới.

Nâng cao lên một bậc nữa là bát quan trai giới.

### Ý NGHĨA BÁT QUAN TRAI

Bát quan trai, theo nghĩa đen chữ Hán, là tám điều kiêng cữ, như là tám cửa sổ chặn đứng các pháp bất thiện. Giới bát quan trai chính xác được gọi là giới cấm trảm. Nghĩa là, sống gần gũi sống xuất gia, gần chùa chiền, gần nơi thanh tịnh. Tập quen với đời sống thanh tịnh để thay đổi giá trị.

Còn cao hơn nữa, cấm trảm được hiểu là tập sống gần gũi sống một vị A La Hán, là bậc Thánh xuất thế gian.

Ngoài nghĩa cấm trảm, giới bát quan trai còn được gọi là giới bất sát hay tránh giết: trì giới làm phát triển phần thanh tịnh, nhưng đức tính tốt trong mình.

Cùng một chế độ nhưng hai nghĩa: cấm trảm, sống gần gũi sống cao thượng của một bậc Thánh. Với người xuất gia thì giới luật là khuôn mẫu để đi đến chỗ đi đến nơi sống gần gũi sống một vị A

La Hán. Mặc dù tâm trí của người này có thể còn nhiều ham muốn, nhọc nhằn bên ngoài, đi đứng ngẫm nghĩ, tác phong đạo đức thì nghiêm túc theo giáo lý của Thánh nhân, hành theo Thánh nhân. Người này gia đình không thể làm được như vậy, mà chỉ có thể tập giáo lý, tập làm quen. Giáo lý này có một niềm tin rằng thế gian này chỉ có một vị thánh, có vị A La Hán, là bậc Chân nhân đạo đức toàn vẹn, dứt sạch tham, sân, si; sống luôn luôn an lạc, không còn bị chìm đắm trong cõi luân hồi đau khổ. Đó là niềm tin hàng thế gian, tập đó mà tìm thấy ý nghĩa và hướng đi cho đời sống của mình.

Tập chỉ tin tưởng này, có thể phát triển tính lành, không cần cấm sát sanh, không cần cấm trộm cắp, mà tự nhiên mình sẽ không làm việc đó vì tin tưởng có một giá trị rất cao mà mình đang hành. Đó là nghĩa tích cực của giới. Cho nên, giới không đơn giản có ý nghĩa tiêu cực là sự cấm đoán. Tuy rằng, khi hành giới người hành đạo đúng là không nên làm điều này, hãy nên làm điều kia.

Người khôn ngoan, có trí trong đời, biết rõ đâu là con đường chính trị, là đường tốt đẹp mình đi. Đâu là con đường xấu, tự mình tránh; không cần ai cấm. Đó là hành giới cho người hiểu biết; có trí tuệ. Còn đời sống người không đủ năng lực để phân biệt những gì là cao thượng và thấp kém, thì những sự cấm cần là cần thiết. Những người khôn ngoan khi thấy lỗi, thấy thiếu đức, không bao giờ thò tay lấy và sửa đổi một cách vô ý thức. Những trót hay người chỉ hành hiểu biết thì gặp gì cũng ăn, cũng uống, rất nguy hiểm. Vì những người này tự nhiên cần phải có sự cấm cần; quy định rõ những điều nên làm và không nên làm.

## Ý NGHĨA THỰC GIỚI

Chỉ các bậc Thánh A-la-hán trong đời mới phân biệt rõ ràng trí tuệ vô lậu rằng cái gì đức hạnh, không đức hạnh. Ngoài ra, các hàng phàm phu, kẻ tốt kẻ xấu thiên và loài người, bị trùm kín trong màn vô minh tăm tối, khó có thể nhìn rõ con đường trước mắt mình, nên đi theo lối nào; cũng không thể nhận rõ những gì là đức hạnh; cho nên Phật chế giới, để theo đó mà hành trì. Vì vậy, các chúng đệ tử Phật, khi đã quy y Tam bảo, phải thực hành các giới.

Thực giới là sự phát nguyện một cách tự nguyện tuân theo những điều Phật cấm, để rèn luyện bản thân, tu tập thân và tu tập tâm, nâng cao phẩm chất đạo đức, giá trị hàng thế gian của con người của mình. Do sự phát nguyện này, phát nguyện đúng cách, đúng pháp, trong tự thân người thực giới phát sinh một năng lực gọi là phòng hộ. Năng lực này được thí dụ như là bờ đê, ngăn chặn những dòng nước lũ không cho chảy vào ao ruộng sạch.

Tâm ta như hồ nước. Nước vốn trong sạch nhưng chung quanh nhiều rác; và thỉnh thoảng xuyên dòng nước đục tởm bên ngoài tràn vào làm vẩn đục, hồ trở thành đục bẩn và đục hôi. Cho nên, cần có bể đê ngăn lại để các dòng nước bẩn không chảy vào tâm. Vậy nên hiểu theo thí dụ: giỗ là bể đê.

Làm thế nào để đắp thành bể đê và giỗ cho vững chắc? Đó là ý nghĩa thế giỗ và trì giỗ.

Ngươi không thế giỗ Phật cũng có thể sống trên cuộc đời đời sống mong muốn. Nhưng đó là đời sống blem sinh, cố tính phát. Giống như con nai hiểu lạnh; và suốt đời cũng chỉ hiểu lạnh như vậy, không có gì tiến bộ cao hơn. Trong người này không có năng lực phòng hộ; do đó không có sự tăng trưởng của giỗ. Nói cách khác, người này sinh ra với tính thiện, như hạt giống tốt, quý hiếm, mà đổ về đất trong kho, không mang ra gieo trồng thì không bao giờ thành cây, đổ cho hoa cho trái.

Mỗi tháng có 6 ngày thế giỗ là ngày 8, 14, 15, 23, 29, 30. Hơn 8 ngày, nên thêm ngày 7 và 22.

Trong truyền thuyết tín ngưỡng của xưa nay, người đời tin rằng vào các ngày đó ma quỷ thường quấy nhiễu loài người, và cũng là những ngày mà Thiên đàng và biển và Hộ thế Thiên vương đi tuần hành nhân gian để giúp đỡ những ai làm điều thiện. Vì thế người đời bày ra chuyên dâng cúng phẩm vật, cúng khấn thần linh phù hộ, trả ma quỷ, ban cho nhiễu điểu phước, nhiễu tài lộc, may mắn. Người tin Phật không tin vào những chuyên hời hợt Thần thánh kia; chỉ tin vào những nghiệp thiện ác do chính mình làm, và những quả lành của nó. Cho nên, thay vì cúng bái, cúng khấn, chúng ta tu tập bát quan trai giỗ.

Một khác, người chia sẻ niềm quê thì chia sẻ ý thức tác động của ngày âm lịch. Người miền quê qua nhiễu thế hồ có kinh nghiệm nhận thấy rằng tình con người thay đổi theo từng mùa trăng, từng con trăng. Con trăng thay đổi, khi tròn khi khuyết, tánh tình theo đó cũng ít nhiễu biến đổi, hiểu hòa hơn hay hung dữ hơn; vui hơn hay đau khổ hơn. Thế giỗ vào những ngày này có tác động rất lớn đối với sự tu tập thân tâm.

Ngày nay, đời sống hàng ngày tập trung vào các đô thị lớn, nhất thế kỷ 21 thế kỷ đầu ít khi biết

## Bát quan trai giời

Viết bởi Administrator

---

nên chu kỳ trăng không cần tính. Đợi sáng càng ngày càng xã hội hóa, thì các thành phố cũng có chu kỳ xã hội, cho nên đến ngày thứ Sáu, hay thứ Bảy trong tuần thì con người có cảm giác khác với các ngày thường khác, cảm giác ngày chủ nhật cũng khác lạ. Vì vậy không nhất thiết phải theo mùa trăng, mà ngày chủ nhật thì giời cũng được.

Hiện lúc có sự thay đổi phân làm hai loại. Một là giời theo hình thức, tức phát nguyện thì rồi thì từ sự đời; cho đến khi chết thì giời theo đường xa. Hoặc có cha chết, nhưng không còn tin tưởng, không còn thích thú trong việc trì giới, mà tự mình tuyên bố, xin giới, hay bố Phật, bố Pháp, bố Tăng, bố y giới thì cũng một.

Thứ hai là giời một ngày một đêm. Đó là giời cần trì. Sau khi thọ, giới thì chỉ cần luân lưu trong tâm tâm người thì một ngày một đêm, thì khi một trì một hôm nay đến một trì một hôm sau. Hiện thời hiện nay, giời theo đường xa.

Thì các thành phố hiện không thể tính thời hạn một ngày theo ánh sáng một trì được, mà phải tính theo thời gian của đường xa. Một khi đi xa một ngày đi thì giới bát quan trai có thể trì được 6 giờ sáng hôm nay cho đến 6 giờ sáng hôm sau. Sau 24 giờ, dù có lên chùa làm lễ hay không, giới vẫn theo đường xa. Nếu có lên chùa làm lễ xa, đó chỉ là sự hình thức; tức nguyện đem công đức trì giới một ngày hưởng vào công nguyện nào đó.

Giới bát quan trai không thể thọ; mà cần phải thọ theo một Sa-di hay Tỳ kheo (nhi cũng được).

## NỘI DUNG TÁM GIỚI

Bát quan trai giới, là trai giới có 8 chi. Nội dung các chi, theo ý nghĩa, chia làm 4 phần.

1. **Giới tử tánh**, gồm có 4 chi: **sát sinh, trộm cắp, tà dâm, vọng ngữ**. Nói là tử tánh, vì đó là phạm chết của bốn nghiệp của con người. Một đi những phạm chết này thì cũng một luôn giá trị làm người, mà đưa lên xuống thành hàng súc sinh, đường vật thú. Phạm xuất hiện hay không xuất hiện đời, 4 phạm chết này là cần tính để được tái sinh làm người. Tuy nhiên, khi có Phạm ra đời, quy định thành đời sống; và Phạm thì phát nguyện thọ trì, bố y giới thì thân giới phát triển thành năng lực của phòng hộ, và nâng cao tâm của người thọ trì hưởng quả Thánh đạo.



B...n chi này là căn b...n c...a ngũ giới. Có s... khác biệt trong 8 giới là không đ...c dâm d...c, trong khi năm giới chỉ tránh s... tà dâm. Do hi...u l...c c...a năm giới là th... su...t đ...i, mà trong 8 giới chỉ th... m...t ngày m...t đêm, nên th... c...a các giới này cũng có s... khác nhau. Nh... giới sát sanh. Trong năm giới, nó có giá trị phòng h... đ... không b... báo ...ng đau khổ v... sau, là ph...c báo trong loài ng...i mà thôi. Trong 8 giới, nó không nh...ng tăng c...ng năng l...c phòng h..., mà còn phát tri...n thành nhân t... tích c...c, tr... thành năng l...c đ...i tr... phi...n não, ch...ng và đ...t tr... tâm sân h...n, t... đó đ...dàng ch...ng đ...c các thi...n, cao h...n n...a là các ... Thánh qu....

**2. M...t chi tr... phóng đ...t, là chi giới i c...m u...ng r...u** dùng các ch...t say; nh...ng th... khi...n cho tâm tr... thành buông lung, không đ...c ki...m soát. Trong năm giới, chi tránh u...ng r...u ch... là s... phòng h... không đ... say s...a, m...t t... ch..., r...i đ...n đ...n ph...m các giới khác. Trong 8 giới, chi tránh xa u...ng r...u này tr... thành năng l...c ngăn tr... s... phóng đ...t, hay buông lung.

Ph...t đ...y: có m...t pháp đ...n t...i Ni...t bàn và có m...t pháp khi...n các ng...i làm nô l... cho ma qu...t...c ma v...ng, t... th...n. M...t pháp, n...u ai thành t...u, có đ...y đ..., ai ... có nó n...m ngay trong lòng mình, ng...i có pháp đó s... không bao giờ thoát kh...i bàn tay c...a ma v...ng, c...a t... th...n. Đó là phóng đ...t, buông lung.

Còn m...t pháp thoát kh...i s... kh...ng ch... c...a ma v...ng đi t...i c...u cánh an l...c, đó là không buông lung

Buông lung là s... buông th..., hay xao lãng, làm càn, làm đ..., không t... ki...m soát mình, là không t...nh giác. Nh... h...c trò mu...n thi đ...u. Ngày mai thi, bài h...c ch...a thu...c, nh...ng l...i buông lung theo các các tr...n bóng đá, mà h...u qu... là s... thi tr...t. Đó là tr...ng thái buông lung không ki...m ch... đ...c. Ng...i có buông lung thì không làm gì nên n...i s... nghi...p l...n; luôn luôn th...t b...i.

Buông lung g...m có buông lung thân, buông lung tâm. Buông lung thân là th... nào? M...t m...t chút thì đi n...m, ng...i h...c m...t chút bu...n ng... quá thì đi ng... . Ng...i tu ...ng...i l...n chu...i m...i đ...c n...a chu...i thì nghĩ t...ng đ... th... chuy...n. Buông lung tâm là xao lãng, m...t chánh ni...m, suy nghĩ vi...n vòng, không t...p trung tâm ý vào đ...i u thi...n, nên cũng đ... đ...c đ...n đ...n ch... làm càn, làm b...y.

**3. Hai chi ngăn trừ kiêu mạn.** Một, tránh không ngạo mạn trên các thế giới tầng cao rộng. Hai, tránh trang sức các thế trang hoa, anh lạc, thoa phấn phẩm trang thế; cũng tránh không ca múa, hát xướng, cớ ý xem nghe. Trong giới sa-di, hai chi này được phân thành ba, vì mục đích học tập chánh niệm.

Đi, giai cấp và địa vị xã hội là những tiêu chuẩn để phẩm giá một người. Ông hoàng đi khi vi hành, chỉ mang theo vài ba lính hộ, phẩm sức như dân dã; chúng ta ai cũng cũng chúng ta ai tôn kính. Thuở xưa, vua Ba-tư-nặc mới khi ra khỏi hoàng cung đều có tiệp hô hộ vệ, giáo, tàn lọng; nhưng khi đến tinh xá hộ Phật; ông bắt đầu từ chối trang phục vua chúa quy phục, chỉ một mình đi bộ đến giới đường, cúi lạy Phật. Không thể bước vào Thánh đạo với tâm kiêu mạn, với cảm tưởng quy phục, giàu sang nào cả. Phật nói, như bên con sông lớn khi chảy vào biển cả, chỉ còn một vẻ mênh mông duy nhất; cũng vậy, đi có phân biệt bên giai cấp sang hèn khác nhau, nhưng khi bước vào Thánh đạo, tất cả hòa thành một hướng duy nhất, là hướng về giới thoát.

**4. Một chi là thế của bát quan trai.** Đó là chi không ăn phi thực, làm nên tịnh cho tất cả 8 giới. Do chi không ăn phi thực này mà bên chúng ta giới sát sinh, v.v., trong 5 giới khác với thế của các chi trong 8 giới.

Chúng ta biết rằng, trong phong tục Trung hoa, khi một ông Vua muốn làm một thiện đức, thì trước đó phải đến mình cho sạch sẽ bằng cách trai giới một tuần từ 10 ngày. Trai giới ở đây là kiêng cử rượu thịt và sắc dục.

Trong tục tôn giáo Veda của Ấn Độ, người gia chủ muốn làm dâng lễ Soma cho thần linh, trước khi hành lễ cũng phải trai giới, tức không ăn chi.

Những tục lệ như vậy thực sự tín ngưỡng, nhưng tính của người không nên hình thành **việc tu tập của Phật tử**.

Nhưng, những ngày mà họ chỉ hành lễ thì quả thật có ý nghĩa.

Thực ra, trong xã hội nông nghiệp cổ xưa, các hiện tượng hay đạo sĩ sống trong rừng, do quan sát tâm thức mình hay do tiếp xúc với dân chúng, họ nhận thấy, tâm thức con người vào những ngày này rất dễ bị tác động; họ có đức cấu kết những ngày khác, họ có cảm thấy hoan hỷ. Nhưng vì không thể lý giải bằng ngôn ngữ của lý trí, nên họ hiểu những ý nghĩa đó qua tín

## Bát quan trai giới

Viết bởi Administrator

---

ngộ ng thần linh, rỗng tình trống thay đổi tâm tính bất thường như vậy là do ma quỷ quỷ y nhiễu, hay do thần linh phò trợ.

Vì Phật đã thọ Tam quy Ngũ giới thì không có ngày nào là không tránh xa sát sinh, trộm cắp, nói dối, v.v.. Nhưng sự tránh xa này chủ yếu là tránh thái độ tiêu cực. Rồi khi thọ trì trai giới, tránh không ăn phi thực phẩm, thì sự không ăn phi thực phẩm này chính là lực tác động khi nào cho năng lực phòng hộ của giới được tăng trưởng. Vì vậy, giới này cũng được gọi là giới Trì giới tịnh nh. Vì sao? Ý nghĩa cũng đơn giản thôi. Người đi ăn, sự ăn và sự uống là một phần của sự sống cho nên không có một thứ gì khác lạ trong sự ăn uống hàng ngày. Nay thọ trì trai giới, ý thức rỗng trống trải nay cho đến sáng mai, mình không ăn và chỉ uống như người thọ giới quy định là pháp; do đó mà trong tâm thức người hành một năng lực phòng hộ, tránh không ăn phi thực phẩm. Năng lực này làm nên tịnh, cũng là làm chủ xúc tác, để cho năng lực phòng hộ của các giới khác tự nhiên luân lưu và tăng trưởng. Do đó, người thọ giới bát quan trai mà ăn phi thực phẩm, thì thọ của trai giới bị động hay.

Một khác, vì người đi ăn, bữa ăn chi tiêu là chính. Trong đó, không chỉ ăn uống, tiệc tùng, hàng hóa các thứ vật dụng, các lực thú trần gian; mà đó còn là các mối quan hệ xã hội, là các giao tiếp, bàn bạc các công việc làm ăn, thì nên có ác có. Nói cách khác, đó là thế gian thế tục các sự giấy ràng buộc của xã hội. Một ngày tránh ăn phi thực phẩm, là tạm thời tránh xa những quan hệ ràng buộc xã hội như vậy. Chính do sự tránh xa này mà người thọ giới gia cầm nghiễm nhiên ý nghĩa viên mãn, rõ được giá trị của sự giới thoát khỏi những ràng buộc thế tục. Đó chính là khi được của Thánh đạo. Cho nên, giới này cũng được gọi là giới của tịnh; là giới mà năng lực phòng hộ đến người thọ trì đi đến Thánh đạo.

Vì ý nghĩa như vậy, sự thọ trì bát quan trai giới chính là thọ trì sự không ăn phi thực phẩm. Nhưng nghi thức khác, như cúng dường người trai, hay tụng kinh, bái sám, chủ yếu là các hình thức hỗ trợ cho giới được vững mạnh. Đó không phải là những điểu kiện yếu trong sự thọ trì bát quan trai giới.

Thế Phật, các cư sĩ như Ông Cấp Cô Độc, hay Bà Tỳ-xá-kh, là những nhà đại phú hộ; có công nghiệp gia sản lớn. Họ vốn thường xuyên thọ trì trai giới. Vào ngày thọ giới, họ đến chùa xin giới và một vài kheo hay tụng kệ, sau đó trở về nhà, quần lý công việc làm ăn buôn bán như thường. Nhưng do sự không ăn chi tiêu, trong thân tâm họ giới thọ tự nhiên luân lưu trên một ngày đêm.

Đa số người thọ giới vì thói quen ăn chi tiêu nên muốn được chậm chạp. Thế là xin được ăn cháo, hay các thức ăn ngũ cốc cho đỡ đói. Làm như vậy thì sự thọ trì trai giới không còn ý

nghĩa là trì giới, mà chỗ là việc làm lành để cứu phước thôi. Thế thì ra, nhỡn đời một ngày, chúng ta thì trì giới gì. Trái lại, nếu tu phước thì nhỡn đời một ngày, chúng ta thì trì giới gì? Ý nghĩa vô cùng của giới pháp này. Thế thì, chúng ta ai có hành mầu có hiểu.

### TẶNG TRÒ NG THIỀN CĂN

Trong các thiền căn, thứ nhất là tín tâm, thứ hai là tinh tấn. Tinh tấn chính là nghe pháp, nó là gốc rễ của thiền căn, không có nghe pháp, không phát triển thiền căn được.

Tinh tấn hiểu là siêng. Siêng thì ai cũng siêng được, vì người đi sống thì cần phải làm việc chứ người không đi sinh chán, người xem TV hoài, thích thú máy móc cũng có lúc mệt mỏi, chán chường. Siêng năng như vậy không phải là tinh tấn.

Người tinh tấn là người có nghe pháp. Nhiều người cần nghĩ nghe pháp là làm việc gì đó lao nhọc vất vả đi trồng cây. Dù làm việc gì cũng phải giữ gìn quy tắc tâm, phải kiên trì; tu chuyên như cho tu chuyên môn, đã quy tắc như thế không bỏ. Đó là nghe pháp cần được huấn luyện. Đi đi, đi đi một ngày. Có nhiều người khi học thì hăng hái, dũng mãnh. Rồi sau đó thì nguôi đi dần, cho đến khi thì thôi. Thế thì nhiên mà sự đi đi có lý do bên ngoài; đi đi có cái gì thì vì, hay bởi vì. Chính các sự đi đi dần dần ra đời bên ngoài cho sự thoái thì cả mình lấy nuôi dưỡng sự buông lung trong ta một ngày một ngày.

Một nghe pháp, thì tín tâm rồi cũng sẽ mất; các pháp thiền cũng bị xao lãng và dần dần đi dần chệch dần tu tập. Cho nên, có tín thì phải có tinh, có đức nghe pháp mới có thể tập trung chú ý, thì có niềm. Có niềm, có tập trung chú ý, mới có như thế đúng, chân chính; thì có hiểu.

Làm thế nào để phát triển các thiền căn này, là tín, tinh, niềm, đức, như thế?

Học tập thì bắt đầu từ bát quan trai giới để gìn giữ đời sống một vị A-la-hán, để có chánh tín như Thánh đạo, biết rõ có con đường thánh, có con đường ra khỏi thế gian cho mình đi.

## Bát quan trai giới

Viết bởi Administrator

---

Tinh thần là nghiêm túc. Niệm, tức chánh niệm, không xao lãng pháp thiền, không quên bổn phận đích thị thọ hưởng quả đời mình.

Niệm thông thọ hưởng đời có niệm tin. Niệm là nhớ, suy nghĩ, tức suy nghĩ cho đời chánh niệm. Trong tu bát quan trai giới, người Phật tử thọ giới đức khuyên dạy là nên tu pháp môn niệm niệm tức niệm thọ hưởng đời chiêm nghiệm và suy niệm. Đó là : niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm Thí, niệm Giới, niệm Thiên. Đây cũng là một phần của việc tu dưỡng.

Niệm Phật, là niệm những phẩm tính của Phật. Phật là đáng đời giác, đã diệt trừ phiền não, đời đức toàn vẹn, không còn tham sân si; Phật là đấng vô cùng, Chánh biến tri, là đấng Giác ngộ hoàn toàn... 10 hiệu của Phật.

Niệm Phật là nghĩ đời những đức đời, đời bi, đời trí, đời tu học không phải chỉ niệm mà không biết gì.

Niệm Pháp là niệm những lời dạy của đức Phật. Pháp của đức Thích Tôn khéo nói, khéo giảng dạy; pháp đó vẹn thành tựu, lý đức, nếu mình thực hành thì có hiệu quả ngay, đem an lạc ngay trong hiện tại; pháp mà Phật giảng dạy là đời đời mà thực, đức chứng nghiệm, chứ không phải đời xa xa mà nghe. Nếu không đời, không thực hành, không chứng nghiệm thì không thể hiểu đức. Đó là tính chất Pháp của Phật giảng dạy.

Niệm Tăng. Tăng là chúng đời của Phật, những vị đang đi trên con đường thánh đạo, đang thực tập, là phạm Tăng hoặc là thánh Tăng đang hưởng đời Niết bàn hay chứng đạo quả Niết bàn, có thực những vị Tăng trong thế gian. Niệm Phật, Pháp, Tăng đời có chánh tín riêng có Thánh đạo ngay trong cõi đời này.

Niệm Thí là suy niệm về sự thực hành bố thí có hiệu quả. Ở thế gian thực tập hành thí xả; xả bỏ tiền tài, danh vọng, không tham lam chấp trói缚 tài sản.

Niệm Giới là suy niệm làm thế nào giới không bị khuyết, không bị vi, không bị sát mẻ, không bị hoen ố, không bị từ chối nhứt viên ngọc, phẩm chất trong sáng.

## Bát quan trai giới

Viết bởi Administrator

---

Niệm Thiên là suy niệm rỗng ngoài cõi ngạ quỷ này còn có cõi trời, thế giới của thiên thần, xa hơn nữa có thế giới của Bồ Tát, cõi Phật, ít nhất là trên cõi ngạ quỷ còn có những thế giới cao hơn con ngạ quỷ.

Nếu bạn đang đứng trên căn, cõi bạn là thành tựu được bát quan trai giới, nó sẽ phát sinh ra hiểu quả mình sẽ thấy, mình cảm nhận được Phật Pháp vĩ đại, đưa mình lên đời sống cao hơn, càng thấy phẩm giá mình càng lúc càng lên cao.

Phật pháp không lừa dối thế gian. Điều đó có nghĩa Phật pháp chính là sống sống. Hiểu Phật pháp là hiểu sống của mình. Sống phải biết mục đích sống, tìm sao mình sống, tìm sao mình chết. Sống cụ thể đời, làm ăn vất vả lam lũ, may mắn thì làm vua làm chúa, cuối cùng chết biết đi về đâu; thế thì uống nước.

Cầu mong các Phật tử sau một ngày trải qua giới, thấy mình được gần Thánh đạo hơn một bước.

Nguồn: Thuvienhoasen.org