

**SA DI THẬP GIỚI OAI NGHI LỤC YẾU**  
**TẬP 12**

*Nguyên bản: Ngẫu Ích Sa môn Trí Húc, y theo Luật Tạng biên tập*

*Người giảng: Pháp Sư Định Hoằng*

*Giảng tại: Chùa Viên Minh, Hương Cảng*

*Thời gian: 21/08/2012*

*Dịch giả: Thích Thiện Trang*

Kính chào quý vị Pháp sư, quý vị đồng tu, cùng quý vị đồng tu đang xem trực tuyến. Chúc quý vị tốt lành! Chúng ta tiếp tục học tập Sa Di Luật Yếu, mời mọi người xem trang 31 của sách Sa Di Giới Yếu. Oai nghi thứ mười:

**“Thứ mười: Theo chúng vào Đường”**

Đường là phòng, nhà, Điện Tam Bảo. Như trong đạo tràng có Phật đường, Niệm Phật đường, Giảng đường, Thiên Đường v.v.. Đây dạy chúng ta cần phải tôn trọng quy củ ở trong Đường. Điều thứ nhất:

**“Trên đơn, không được giữ áo chặn phát ra tiếng, quạt gió làm người ở đơn bên cạnh động niệm”**

Thường thường thời cổ đa phần có Thiên đường, Thiên đường đều có “đơn”, bốn mặt đều làm bằng những tấm gỗ, chúng ta gọi là làm đơn, trên thực tế đó là một chiếc giường bằng phẳng, có thể ngồi ở mặt trên để tu hành. Ngồi lên mặt trên tọa thiền, hoặc niệm Phật, hoặc bần ở tại giảng đường, hoặc học tập ở trong khóa phòng, đều không được giữ áo ra tiếng, làm y phục phát tiếng rất lớn. Tọa thiền thì thông thường có một tấm vải nhỏ che đùi, những vật ấy đều phải gấp xếp nhẹ nhàng, không nên quạt gió, làm cho người ở đơn bên cạnh động tâm, như vậy là nhiễu loạn người khác tu hành. Điều tiếp:

**“Xuống đơn niệm thầm bài kệ:**

**Tùng triều dần dần trực chí mộ**  
**Nhất thiết chúng sanh tự hồi hộ**  
**Nhược ư tức hạ tán thân hình**  
**Nguyện nhữ tức thời sanh Tịnh độ”**

Thời xưa rất nhiều đạo tràng, người tu hành không nằm xuống đơn, tức là ngồi cả đêm, đó là thật sự có định công. Không phải nói gượng ép, ngồi trên đơn ngủ, như vậy thì không phải định công rồi. Có người cứng rắn học không nằm xuống đơn, ngồi trên đơn mà ngủ, kết quả họ không phải thật sự nhập định, mà họ là nhập ngủ, sau đó lưng cong rất thấp, đầu nhanh chóng rũ xuống chân, còn chảy nước miếng nữa. Kiểu ngồi này

khá khổ sở, vậy thà nằm xuống để ngủ thoải mái thì tốt hơn. Vì vậy không nên gương ép không nằm xuống đơn. Người xưa thật sự không nằm xuống đơn, thì họ nhập định, một khi nhập định thì toàn thân đều thả lỏng, đạt đến trạng thái nghỉ ngơi. Và lại họ không có vọng niệm, họ không buồn ngủ, họ thật là nhập định. Từ khi nhập định đến khi xuất định, họ cảm giác chỉ chốc lát, nhưng thực tế đã qua một đêm, như vậy nói rõ suy nghĩ của họ rất thuần tịnh, người dạng ấy không nằm xuống đơn thì công phu mới tốt. Lúc xuống đơn, cũng tức là lúc xuống giường, chúng ta phải niệm một bài kệ, đây là Sa Di cần phải làm, “Tùng triều dần dần thức chí mộ”, giờ dần là từ 3 đến 5 giờ sáng, đó là lúc bình minh, cho đến khi mặt trời lặn, tức là đến khi lên đơn ngủ. “Nhất thiết chúng sanh tự hồi hộ”, trong thời gian một ngày đó, hi vọng tất cả côn trùng, kiến nhỏ tự mình lui tránh, nếu không cẩn thận chân đạp trúng chúng, thì chúng liền mất mạng, nguyện các người “tức thời sanh Tịnh độ”, phát nguyện như vậy, đây là nuôi lớn tâm từ bi của mình. Đệ Tử Quy cũng nói: “*Phiếm ái chúng*”, chúng ở đây không chỉ là người, mà bao gồm chúng sanh “*trời cùng che, đất cùng nâng*”. Cho nên chúng ta phải từ bi thương yêu họ, đây vì mang lòng từ bi.

Chính tôi cũng niệm bài kệ này mấy năm rồi, mỗi ngày thức dậy trước khi bước xuống đất đều niệm, thật sự rất có hiệu quả, là có lực gia trì. Bởi vì khi bạn niệm, tâm niệm đó phát ra, tôi tin thiên địa quỷ thần đều biết, họ sẽ giúp viên mãn nguyện từ bi của bạn. Cho nên từ khi niệm bài kệ đó trở về sau, tôi liền rất ít đạp trúng những chúng sanh nhỏ này, dù có khi đạp lên, nghĩ chúng đã chết, nhưng gỡ gót chân nhìn thì chúng vẫn còn sống, thật là cảm ứng. Mọi người quý vị thật sự khởi tâm từ bi làm điều này, thì vô cùng có cảm ứng. Điều tiếp:

### **“Không được lớn lời to tiếng”**

Tức là không được ở trong đường nói chuyện rất lớn tiếng, quấy rầy người khác. Tiếp theo:

### **“Buông rèm cửa nhẹ nhàng, nên lấy tay đỡ sau”**

Đây là “*vén rèm cửa, chớ có tiếng*”, lúc kéo rèm cửa phải thật cẩn thận, động tác này hình dung rất cụ thể, nhưng trên thực tế có những loại rèm cửa không giống nhau thì cũng có cách thức kéo khác nhau, đây là nói với bạn nhất định phải cẩn thận, không thể quấy nhiễu đến người tu hành trong đường. Điều tiếp:

### **“Không được kéo giày dép có tiếng”**

Đi đường, chân mang giày dép, phải nhắc cao lên, không được kéo sát đất sanh ra âm thanh. Điều tiếp:

### **“Không được ho khạc lớn tiếng”**

Ho khắc cũng phải che miệng lại, ho nhỏ tiếng, cố gắng không để ảnh hưởng người khác. Điều tiếp:

**“Không được chụm đầu kê tai nói chuyện người cạnh đơn, nói chuyện thế sự”**

Đây là ngồi cùng đại chúng, không nên nói chuyện thì thầm qua lại. Thí dụ như đang trong lúc giảng Kinh, mà bạn ở dưới nói thì thầm, như vậy là không cung kính đối với pháp mà cũng làm nhiễu loạn đạo tràng. Trong đạo tràng giảng Kinh này của chúng ta, thật có Phật Bồ Tát gia trì, thiên long giúp đỡ che chở, đặc biệt là mọi người trong đây trì giới niệm Phật, thì trời rồng hoan hỉ. Nếu như bạn ở trong đây đảo loạn, nói chuyện thì thầm, thì Phật Bồ Tát sẽ không quở trách bạn, nhưng những trời rồng quý thần họ cũng là người phạm, nên họ muốn kiếm phiền toái cho bạn, cho chút nhan sắc để bạn thấy, khiến bạn không chịu đựng được. Tiếp điều thứ tám:

**“Hoặc có người thân bạn bè đến thăm, không được nói chuyện lâu trong Đường, nên mời ra bên bìa rừng, bên bờ nước rồi mới hết lòng bàn nói”**

Nếu như người thân bạn bè đến thăm bạn, bạn đang trong Đường dụng công, họ tìm đến bạn, thì bạn không thể nói chuyện với họ ở đó, nơi ấy rất hạn chế nói. Nên mời họ ra bên ngoài, dưới gốc cây, bìa rừng, bên bờ nước, nơi nào vắng để không ảnh hưởng đến người khác, rồi bạn mới dốc lòng nói chuyện, ở đó nói chuyện, đều là cố gắng không ảnh hưởng đến người khác. Tuy nhiên đã xuất gia rồi, phải dần dần đoạn trừ đi thế tục, dù cho người thân bạn bè đến thăm, cũng nên nói nhiều Phật pháp, nói ít chuyện đời, dần dần buông xả đi tình chấp. Điều tiếp:

**“Lên đơn, xuống đơn đều phải giữ gìn tế hạnh, chớ để người cạnh đơn động tâm”**

“Đơn” tức chúng ta nói là giường, lên giường xuống giường đều phải cẩn thận, “đều phải giữ gìn tế hạnh”, tế hạnh là hành vi phải nhẹ nhàng một chút, chậm một chút, chớ mạnh tay mạnh chân thành ra âm thanh rất lớn khiến động tâm người ở đơn bên cạnh. Điều tiếp theo:

**“Không được trên đơn mà viết văn tự, trừ lúc chúng xem Kinh giáo”**

Đây là nói ngồi thiền, đang ngồi trên đơn, tuy có thể xem Kinh giáo nhưng thông thường ngồi thiền thì không viết văn tự. Bạn muốn viết văn tự, thì có thể ở tại bàn sách, ngồi cũng được thỏa mái. Nếu đại chúng cùng xem Kinh giáo, thí dụ như Đại điện chúng ta không có bàn, bạn ngồi bên này đọc Kinh hoặc nghe bài học phải ghi chép, như vậy thì đương nhiên được, bạn sẽ không ảnh hưởng đến người khác. Điều tiếp theo:

**“Nếu xem Kinh, phải thân ngay thẳng, lắng tâm yên lặng tư duy, không được gây tiếng động”**

Đọc Kinh thì chính mình phải chuyên chú, thân cần phải ngay ngắn, thẳng lên, “lắng tâm” tức là tâm thanh tịnh, tư duy là phải suy ngẫm, suy nghĩ, dùi mài. Lúc bạn rất chuyên chú, thì ý nghĩa liền rất dễ dàng sáng tỏ, đây là “*cách đọc sách, có ba điểm, tâm mắt miệng, tin đều trọng*”, nhất định phải dùng tâm để đọc. Đặc biệt là đọc Kinh, nếu bạn dùng tâm buông lung khinh thường để đọc, thì không thể đọc được chân nghĩa. Đọc Kinh không được ra tiếng. Bởi đọc ra tiếng, bạn cùng đọc với đại chúng, ai ai cũng đều dụng công, bạn đọc Kinh rất lớn tiếng thì sẽ quấy nhiễu đến người khác. Trừ khi bạn đọc Kinh một mình ở bên ngoài thì được, hoặc đại chúng cùng nhau đọc Kinh, như tối qua chúng ta đọc Kinh Vô Lượng Thọ, đại chúng cùng đọc thì phải đọc ra tiếng, niệm Kinh như vậy mới được trang nghiêm. Tiếp theo:

### **“Nghe tiếng bảng lần hai, liền phải sớm lên Đường, về vị trí”**

Đây là vào Đường hoặc ngồi, hoặc niệm Phật, hoặc nghe giảng Kinh, thời xưa Tông Lâm là dùng đánh bảng để thông báo, có nơi có thể dùng cả đánh khánh, đánh chuông, đánh bảng. Thông thường Tông Lâm chính quy là ba lần đánh bảng, đánh bảng lần đầu là thông báo để bạn chuẩn bị. Lúc tôi thọ giới, nơi ấy là Đại Tướng Quốc Tự, người ta dùng đánh trống để thông báo lần hai, thì bạn phải đi đến rồi, bạn chuẩn bị tốt để đi đến nơi; lần thứ ba là kết thúc, thời công khóa liền bắt đầu rồi, thí dụ như phép tắc là im lặng, thì liền bắt đầu xướng tụng, hoặc bắt đầu niệm Phật, hoặc bắt đầu giảng Kinh, lúc đó bạn không thể đi vào nữa, vì đi vào là nhiều loạn đại chúng. Nếu như lúc đó bạn đến trễ, thì có thể liền bị Hương Bản đánh, thậm chí phải quỳ hương. Do đó không thể đến trễ. Điều tiếp theo:

### **“Không được trên đơn tự lại, bày trà nói chuyện tạp nhạp”**

Đây rất là không nên. Ở trên đơn bạn ngồi bày bình trà uống trà, còn nói chuyện phiếm với người, như vậy ra thể thống gì. Điều tiếp:

### **“Không được trên đơn mà may vá quần áo, chần mền”**

Đây cũng không được. Bạn ở trong Thiền đường hoặc Giảng đường, dù cho áo chần đã rách, bạn có thể vá sau, hiện đang lúc phải dụng công, thì không làm việc khác. Tiếp theo:

### **“Không được khi ngủ cùng với người cạnh đơn nói chuyện động chúng”**

Tức là lúc đi ngủ, không được cùng người bên cạnh nói chuyện, phải chỉ tịnh. Tịnh tức là thật yên lặng, không được nói chuyện, người ta ngủ mà bạn nói chuyện, thì bạn sẽ làm người ta ngủ không ngon. Tiếp theo oai nghi thứ mười một:

### **“Thứ 11: Làm việc”**

Đây là dạy chúng ta phải chú ý oai nghi lao động. Thứ nhất:

**“Phải quý trọng đồ vật của chúng Tăng”**

Phải trân quý đồ vật của Tam Bảo, của thường trụ, yêu quý xem vật của thường trụ như yêu quý giữ gìn con mắt của chính mình. Cần phải trân quý, vì vật của Tam Bảo không dễ dàng mà có. Điều thứ hai:

**“Phải theo lệnh chỉ dạy của vị tri sự, không được trái nghịch, ngang bướng”**

Trái nghịch tức là trái nghịch lệnh chỉ dạy. “Vị tri sự”, tức là vị trí chấp sự, Ngài quản bạn, thì bạn phải phục tùng sự quản lý, không thể tự mình làm một kiểu. Nếu mỗi người đều làm một kiểu, thì đạo tràng đó loạn mất rồi. Lục Hòa Kính nói Giới hòa đồng tu, giới cũng bao gồm cả quy củ, những ai đến trong đạo tràng thì phải phù hợp với quy củ của đạo tràng. Thí dụ như bạn làm Hành đường, Hành đường có một trưởng ban, thì bạn phải phục tùng sự sắp đặt của trưởng ban, bạn phụ trách làm những việc nhỏ nào; hoặc bạn làm việc trong nhà lớn, bạn phụ trách rửa rau, còn phụ trách rửa chén bát, phụ trách múc thức ăn, đều phù hợp với quy củ, chỉ có một công việc đó, thì phải phục tùng sự sắp đặt. Điều tiếp theo:

**“Khi rửa rau, phải thay nước ba lần”**

Rửa rau phải rửa ba lần, phải rửa cho rất sạch sẽ, không được để những người tu hành ăn sanh bệnh. Đặc biệt là y học thời cổ chưa phát triển, bệnh rồi thì rất phiền phức, thậm chí nếu như khiến mọi người cảm mạo, truyền nhiễm đều không tốt. Cho nên chúng ta rửa rau thì phải rửa thật sạch, rửa ba lần, cũng đem thuốc bảo vệ thực vật ở trong đó rửa sạch rồi. Điều tiếp:

**“Khi múc nước, trước tay phải sạch”**

Đây là múc nước cho chúng sử dụng, bao gồm bạn nấu cơm, nấu ăn, đều phải rửa tay sạch sẽ, không được để tay dính rất nhiều vi khuẩn mà làm, khiến người ăn sanh bệnh, đây là giữ gìn vệ sinh. Điều tiếp:

**“Khi dùng nước, phải xem xét kỹ có trùng hay không; nếu có trùng thì lấy vải dày lọc qua mới dùng. Nếu mùa đông, thì không được lọc nước sớm, phải đợi đến lúc mặt trời mọc”**

Chúng ta sử dụng nước, trong nước có thể có trùng, đặc biệt nếu trong đạo tràng có dùng bồn lớn để đựng nước, buổi sáng bạn múc nước đó ra, phải xem kỹ có trùng hay không, không được vội vàng đem đổ vào trong nồi nấu, khiến trùng đều chết hết, thì giống như sát sanh. Thấy có trùng thì phải dùng vải lọc rất dày, hoặc lọc qua bộ lọc, lọc sạch, rồi đem những trùng nhỏ đó đi phóng sanh. Nếu mùa đông, trời rất lạnh, thì bạn không

được lọc nước quá sớm, bởi vì nước tương đối ấm áp, trùng ở trong nước có thể sống được, mà chúng ta đem chúng lọc, rồi còn như đem tống chúng ra ngoài nhà, thì có thể chúng sẽ chết rét. Đợi khi mặt trời lên ấm áp rồi, bạn mới đi lọc nước, đây là trân quý sanh mạng. Điều tiếp:

**“Khi đốt bếp, không được chụm củi mục”**

Lúc đốt lửa, bạn phải dùng củi, nếu như cây củi đã mục rồi, thì không nên dùng, vì sao vậy? Vì trong đó sẽ có sanh mạng, có côn trùng, bạn đem đốt đi thì đốt chết chúng. Đây là tâm từ bi, cần chú ý chi tiết nhỏ này. Điều tiếp:

**“Khi làm thức ăn, không được mang móng tay dơ”**

Đây cũng là yêu quý chúng sanh ở trong móng tay, đồng thời cũng là vệ sinh. Trước khi làm thức ăn thì phải rửa tay sạch. Điều tiếp:

**“Khi đổ nước dơ, không được đổ giữa đường, không được giơ tay cao đổ văng ra, phải cách đất khoảng bốn tấc, từ từ mà đổ”**

Sa Di Luật Nghi thật quá hay, nói được quá cụ thể, hơn hẳn so với Đệ Tử Quy. Trong đây có 24 môn oai nghi, mỗi một động tác dạy bạn làm thế nào, đều dạy được rất rõ ràng. Đây là dạy bạn đổ nước dơ, thí như bạn vo gạo xong, rửa rau xong, hoặc lau nhà xong, những nước ấy không được trút ra đường, chỗ đi, khiến đất chỗ đó ướt, người đi qua bị trượt té; bạn cũng không thể “giơ tay cao đổ văng ra”, lỡ trùng có người thì làm sao? Dù không có người, thì cũng có quỷ thần; quỷ thần cũng không muốn bạn đổ văng lên người họ. Phải nên cách đất bốn tấc, từ từ chậm chậm mà đổ, đổ xuống nơi như mương rãnh.

Bên chúng tôi có đồng tu, tẩy rửa nhà vệ sinh, đương nhiên đều là Bồ-tát rất khó được, rất siêng năng tẩy rửa nhà vệ sinh sạch sẽ. Nhưng có một lần, chúng tôi có một đồng tu nữ, vào nhà vệ sinh ra, cô ta liền nói với tôi, cô ta cũng không ôm lòng giận, cô ta cảm thấy rất khó xử. Lúc cô ta đang trong nhà vệ sinh, kết quả có người tạt cả xô nước vào, để rửa nhà vệ sinh, khiến giầy của cô bị ướt rồi. Có thể họ tạt nước rồi mới nhớ lại, hỏi: có người hay không? Sau đó người trong ấy nói: có. Họ nói: xin lỗi xin lỗi! Họ đã làm sai trình tự rồi, họ phải hỏi trước có người hay không, rồi mới tạt nước, nhưng họ lại làm ngược rồi, đó là đảo loạn trình tự. Những động tác này từng li từng tí phải để ý, đều phải cung kính. Tiếp điều thứ chín:

**“Khi quét đất, không được quét ngược gió, không được dồn rác để sau cánh cửa”**

Chúng ta quét rác phải biết quét làm sao, trẻ con từ nhỏ thì phải được học, đây là rất căn bản. Thật ra đây dùng Sa Di Luật Nghi để dạy ai? Đó là người ở trong nhà từ nhỏ thì

sẽ được học, quét đất thì không được quét ngược gió, nếu bạn quét ngược gió thì gió thổi bụi bay lên người bạn, lên người khác. Cũng không được “dồn rác lại”, đem rác rưởi, bụi bặm dồn lại “để sau cánh cửa”, sau đó tự mình bỏ đi, không chịu trách nhiệm. Về sau càng dồn càng nhiều, kết quả sinh côn trùng, không vệ sinh, sinh ra vi khuẩn rồi. Gom rác thì liền đổ đi, cần mau chóng chút, không được làm qua loa, đem gom rác đến sau cửa, người ta nhìn không thấy thì không sao, đây là không có đạo đức, cũng không có tâm thành kính, ứng phó công việc. Điều thứ mười:

**“Giặt đồ trong, trước phải nhặt bỏ rận chấy”**

Rận tức là trứng của chấy, rận chấy ở trên đồ trong, nếu như lâu không giặt có thể sanh những rận chấy này. Ở phương bắc thường thường giặt rửa ít lần hơn, nên sẽ dễ dàng xuất hiện trên thân sanh rận. Người tu hành cũng phải quý trọng yêu thương những chúng sanh đó, trước khi giặt y phục, thì đem bỏ chúng trước, không được giặt liền, giặt ngay thì cũng như sát sanh rồi. “*Côn trùng cây cỏ, vẫn không thể hại*”, phải nơi nơi trường dưỡng từ bi. Tiếp theo điều thứ mười một:

**“Tháng hạ, dùng bồn chậu nước xong, phải úp xuống cho khô ráo, nếu để ngửa là sanh ra trùng”**

Đây là tu tâm từ bi, tỉ mỉ như vậy. Mùa hè dễ dàng sanh trùng, trong bồn chậu ẩm thấp, có những động vật do thấp sanh. Tứ sanh gồm: noãn sanh, thai sanh, thấp sanh, và hóa sanh. Những con muỗi nhỏ sẽ sanh ra trong nước, cho nên bạn phải đem nước trong bồn chậu đổ đi, úp, đậy lại, để cho khô ráo. Không được để ngửa, vì để ngửa, nước còn trong đó thì sẽ có trùng sanh ra. Một là không vệ sinh, hai là dễ dàng tổn hại sanh mạng. Điều tiếp:

**“Không được đổ nước nóng ra đất”**

Tức là không đổ nước nóng, nước sôi ra đất, vì trên, trong đất có côn trùng, có thể bạn không thấy được, bạn đem nước nóng, nước sôi đổ xuống, có thể khiến chúng sanh chết phồng. Đây là làm việc, đồng thời trong lao động cũng phải để ý không nên tổn hại sanh mạng, cũng nên yêu quý hộ sanh, và tôn trọng người khác. Oai nghi thứ 12:

**“Thứ 12: Vào nhà tắm”**

Đây là dạy bạn tắm rửa như thế nào. Những điều này Sa Di Luật Nghi thật dạy rất chi tiết tỉ mỉ, giáo dục đời sống ai cũng đều có thể học. Từ nhỏ đều phải học, nếu từ nhỏ liền dùng những quy củ này để dạy, thì oai nghi của người đó thật đầy đủ, nhất định là một bậc Pháp khí vô cùng tốt. Tắm rửa phải làm sao? Có thể nhiều người còn không biết tắm, đã tắm vài chục năm mà vẫn không biết tắm. Điều thứ nhất:

**“Trước lấy nước ấm rửa mặt, tắm rửa từ từ, từ trên xuống dưới”**

Lớn nhỏ có thứ tự, tắm rửa đều phải có thứ tự cao thấp, tắm rửa từ trên mặt đi xuống, không được đảo ngược tắm rửa từ dưới đi lên. Trước tiên dùng “nước ấm” rửa mặt. Thông thường người thời xưa mỗi lần tắm rửa cũng không dễ dàng, không thể ngày ngày đều tắm được, thường thường đều phải vào trong nhà tắm. Trước khi vào nhà tắm, mọi người đều ngâm mình, như một cái hồ bơi nhỏ vậy, nhà tắm thì mọi người cùng tắm một lúc để tiết kiệm nước. Hiện nay ở phương bắc không biết có còn như vậy không? Đại khái ở trong thành thị thì không còn nữa, ở nông thôn, thị trấn, làng nhỏ có thể còn có. Lúc tắm từ trên xuống, từ từ, nhẹ nhàng, thong thả, không vội vàng. Không tắm hấp tấp, đây đều là nuôi dưỡng định lực của mình. Điều tiếp:

**“Không được thô tháo làm nước nóng văng trúng người khác”**

Khi tắm chung cũng phải để ý một chút, động tác tắm không được rất mạnh, làm văng nước trúng mặt người khác, khiến người sanh phiền não. Điều tiếp:

**“Không được tiểu tiện trong nhà tắm”**

Không thể tiểu tiện ở trong nhà tắm, đặc biệt là tắm chung với người khác, bạn tiểu tiện, người ta thì lấy nước tiểu tiện của bạn để rửa mặt, như vậy rất mất đạo đức. Dù cho hiện nay là vòi hoa sen, thì đương nhiên vấn đề đó không nghiêm trọng gì, nhưng tốt nhất cũng không nên. Có nhà vệ sinh, thì bạn có thể đi vệ sinh xong rồi mới đi tắm rửa. Sau khi bạn tiểu tiện, trong nhà tắm đều có mùi hôi, như vậy cũng là không có trách nhiệm đối với người sau. Điều tiếp:

**“Không được nói cười với người khác. Sách Nhân Thiên Bảo Giám nói: Một Sa di vào tắm mà giỡn cười, nên cảm quả báo địa ngục nước sôi”**

Lúc đang tắm rửa phải nghiêm túc một chút, không được tùy tiện cười giỡn. Lúc đó rất dễ dàng phóng dật, bởi vì đang khóa thân, đặc biệt là Sa di, tuổi nhỏ chơi đùa với nhau, thì rất không tốt. Cần nhanh nhanh tắm xong, bởi có thể còn người khác đợi tắm. Trong bộ sách Nhân Thiên Bảo Giám nói: Quá khứ đã từng có một Sa di ở trong nhà tắm giỡn cười, không cung kính, không thật thà, có thể cũng khiến người khác sanh phiền não, cho nên vị Sa di đó đọa địa ngục nước sôi, nước tắm ở trong địa ngục đó không phải là nước ấm, mà nước sôi, có thể sôi trên ngàn độ, như trong chảo dầu. Nên nhất định phải chú ý, chúng ta tắm rửa thì tắm mau mau, bạn thấy có rất nhiều người, nên không được chiếm nơi ấy để tắm quá lâu. Điều tiếp:

**“Nếu có ghẻ lở ghẻ nhọt, thì nên tắm sau, hoặc có ghẻ nhọt đáng sợ, thì càng nên tránh đi”**

Đây nói người có thể bị những bệnh da liễu, ghẻ, nhọt, thì chính mình phải biết ý tứ một chút, để người ta tắm xong hết rồi, mình mới tắm. Nếu như loại bệnh da liễu có khả năng truyền nhiễm, thì bạn tắm sau cùng, vì bạn tắm xong rồi, người khác lại tắm nước



đó, khiến người ta cũng bị lây bệnh. Nếu vết loét ghẻ chảy rỉ, người ta nhìn thấy rất gớm ghiếc, thì bạn nên tránh đi, đợi tắm sau cùng. Điều tiếp theo:

**“Không được thỏa ý tắm lâu, trở ngại cho người sau”**

Đây nói bạn phải chú ý thời gian, không được tham đồ nước ấm ngâm được rất dễ chịu nên ngâm lâu, khiến người sau bị thời gian kéo dài đợi. Bởi vì thời gian tu học trong đạo tràng đều rất sít sao, mọi người đều hiểu được sâu sắc, thời khóa này tiếp thời khóa khác, mà bạn còn kéo dài thời gian nữa, ảnh hưởng đến người sau. Trong đạo tràng thì cũng như quân đội vậy, kỷ luật rất nghiêm minh, rất ít thời gian rảnh, không thể kéo dài, nên chính mình cũng không được trở ngại người khác. Điều tiếp:

**“Cởi đồ, mặc đồ phải nhẹ nhàng thoải mái”**

Cởi quần áo, mặc quần áo không chỉ khi tắm rửa, mà lúc bình thường cũng vậy, bạn mặc áo Hải thanh, đắp y đều phải “nhẹ nhàng thoải mái”. Vội vàng hấp tấp, thì có thể gài nút lệch rồi, hoặc quần áo như vậy mặc cũng rất khó coi. Tôi thấy rất nhiều người, quần áo của họ đều bóng nhẵn, nên tùy lúc nào mà sửa sang, đấy mới là việc quan trọng nhất, quần áo nhất định phải chỉnh tề, đó là oai nghi. Điều tiếp:

**“Cần nước ấm, lạnh, nóng thì theo lệ mà đánh bảng, không được gọi to, hoặc ở nơi không có bảng, thì nói cho vừa êm tai”**

Trong lúc đang tắm ở trong nhà tắm, phải “đánh bảng” để gọi nước nóng. Thí dụ nước của bạn không đủ, thì đánh bảng một cái, người đảm nhiệm nước biết được rồi, lập tức đem nước thêm cho bạn. Không dùng lời nói, tất cả đều phải yên tĩnh, tùy lúc đều không nên nói, nói ít lại thì trong ý niệm của bạn càng thanh tịnh. Tắm rửa cũng cần phải niệm Phật, niệm thâm trong tâm, bởi vì niệm Phật ra tiếng ở trong nhà tắm là không cung kính, nên niệm thâm thì được. Nếu nước quá lạnh thì đánh bảng hai cái, họ sẽ mang thêm nước nóng cho bạn; nếu nước quá nóng, thì gõ bảng ba cái, họ liền thêm chút nước lạnh, không được dùng lời nói. Đây là nói “vào nhà tắm”, tiếp theo là oai nghi thứ 13:

**“Thứ 13: Vào nhà xí”**

Dạy bạn vào nhà vệ sinh thế nào, đây thật là vô cùng chi tiết.

**“Muốn đại tiểu tiện tức thì đi ngay, đừng đợi trong cơ thể bức bách mà hấp tấp”**

Đây cũng là rất rõ ràng, nếu có cảm giác đại tiểu tiện rồi, tức khắc phải liệu tính vào nhà vệ sinh, không nên quá gấp, gấp gấp kìm nén khó chịu, thì tâm bạn cũng không an tường. Điều thứ hai:

**“Xếp, treo áo trực chuyết ngay ngắn trên sào trúc, lấy khăn tay hoặc dây lưng buộc áo ấy, một là để nhận biết, hai là phòng rơi xuống đất”**

“Trực chuyết” tức là áo Hải Thanh chúng ta mặc, đương nhiên man y, y để đắp càng cần phải cởi ra trước khi vào nhà vệ sinh, không được mặc áo Hải Thanh, đắp y mà vào nhà vệ sinh, như vậy là không tôn trọng đối với Pháp y. Thường bên ngoài nhà vệ sinh đều sẽ có dây treo hoặc dây thép, hoặc sào tre, bạn có thể treo ở đó. Bởi vì có thể có nhiều người vào nhà vệ sinh, nên bạn phải xếp ngay ngắn, không thể gập tùy tiện, phải xếp ngay ngắn, sau đó treo lên, rồi dùng khăn tay hoặc dây lưng mà buộc lại, để mình có thể nhận ra, vì quần áo của mọi người đều rất giống nhau, bạn phải nên làm dấu, không đến lúc lấy nhầm lẫn nhau, cũng đề phòng áo rớt xuống đất. Tôi cảm giác đây đều là dạy trẻ nhỏ, nhưng người lớn chúng ta cũng nên học, giới luật Sa di này thật rất tốt. Nếu như cha mẹ dùng những nội dung này để dạy con mình từ nhỏ, lớn lên thành thói quen tốt, thật rất lợi ích. Điều tiếp:

**“Phải cởi đôi giày dép, không được mang giày dép sạch vào nhà xí”**

Nghiêm khắc mà nói, giày dép chúng ta lên điện và giày dép vào nhà vệ sinh phải chia ra, vì vậy bên cạnh nhà vệ sinh chúng ta để những dép lê, phải đổi dép vào nhà xí. Vì nhà vệ sinh thời xưa đều khá dơ bẩn, tôi không biết mọi người có ở qua tại nông thôn hay chưa, tôi lúc trước sống ở nông thôn vùng ngoại thành của Quảng Châu, ông bà đều là nông dân. Những nhà vệ sinh ở nông thôn rất sơ sài, thường là ở bên cạnh ao cá, nhà vệ sinh đều dùng đất đắp, hố vệ sinh trên thực tế là xuống nước, bạn đứng trực tiếp ở trên. Có nhiều người không chú ý khi vệ sinh, đại tiểu tiện đều ở trên đất, cho nên nếu bạn mang giày dép của Đại điện, đạp những phân nước đó rồi lại lên điện, như vậy rất mất vệ sinh, rất không tôn trọng, vì vậy có yêu cầu này. Đương nhiên hiện nay thường nhà vệ sinh chúng ta đều rất sạch sẽ, có khai duyên một chút, như chúng ta ở đây cũng không yêu cầu mọi người, một là để theo kịp thời gian, hai là nhà vệ sinh cũng rất sạch sẽ, miễn là mọi người giữ gìn cho tốt, chúng ta giữ gìn tâm cung kính, như vậy thì được rồi. Tuy nhiên nếu có thể tuân thủ được như vậy cũng là việc tốt, từng chút không bừa bãi đương nhiên cũng xứng đáng khen ngợi. Tiếp theo:

**“Đến nhà xí, phải đàn chỉ hoặc tằng hắng để người và phi nhân ở trong đó biết”**

Đây tức là đi vệ sinh, lúc đến nhà vệ sinh, bởi vì nhà vệ sinh đều có cửa ngoài, không như hiện nay nhà vệ sinh đều là phòng ở bên trong, thuận tiện rất nhiều. Đặc biệt ban đêm bạn có thể đến nhà vệ sinh, hoặc lúc trời còn chưa sáng, có thể bên trong có người mà bạn không biết, bạn lơ ngơ đi thẳng vào, khiến người ta có thể giật mình hoảng sợ, hoặc chính mình cũng giật mình hoảng sợ. Bạn phải đàn chỉ, chẳng hạn đàn chỉ một lần, gõ ba cái hoặc ho một cái, tức là phát ra một tiếng, “sấp vào nhà, cất tiếng lớn”, sấp vào vệ sinh cũng cất tiếng lớn, để cho người trong đó biết. Người trong đó cũng có thể ho lại một cái, bạn liền biết có người, thì không đụng người rồi.

Ngoài người ra có thể còn có “phi nhân”, là chỉ cho quý thân, có thể có những quý thân đợi ở trong đó, bạn trực tiếp đi vào, có thể bạn đại tiện sẽ rớt lên đầu họ. Thật có công án như vậy, có một người xuất gia vào nhà vệ sinh mà quên đàn chỉ thông báo, kết quả phân của người đó đổ lên đầu quý, con quý đó liền rất nổi giận, muốn hại người xuất gia ấy, may mà người xuất gia ấy trì giới nghiêm ngặt, nên hại không được. Do đó không chỉ tôn trọng đối với người mà tôn trọng cả đối với tất cả quý thân, nhà Nho nói “*Vô bất kính*”, cung kính tất cả. Trong Mười Đại Nguyên Vương của phẩm Phổ Hiền Hạnh Nguyện, điều thứ nhất là Lễ kính Chư Phật, chư Phật là bao gồm Phật quá khứ, Phật hiện tại, Phật tương lai, tất cả chúng sanh đều là Phật tương lai. Quý thân, chúng sanh sáu đường, cả trùng kiến đều là Phật tương lai, nên chúng ta đều phải lễ kính, không được có tâm khinh thường. Điều tiếp:

### **“Không được hỏi thúc cho người trong nhà xí ra mau”**

Đây cũng là đạo đức căn bản, người ta ở trong nhà xí còn chưa xong, mà bạn bức bách người ta nhanh nhanh ra, khiến người ta cảm thấy áp lực, như vậy là không được. Chính mình trước phải nhẫn nại chờ đợi. Đặc biệt là ở trong nhà vệ sinh chúng ta luôn rất khản trương, những đồng tu công quả chúng ta cũng rất từ bi, bởi vì chúng nữ khá nhiều, nhà vệ sinh không đủ dùng, nhà vệ sinh nam chúng trước dùng xong rồi, để người làm công quả ở bên ngoài cửa, sau đó liền đổi dán thành “nhà vệ sinh nữ”, nữ chúng có thể vào, như vậy là có thể hỗ trợ qua lại, giảm bớt căng thẳng. Điều tiếp:

### **“Vào rồi, lại phải đàn chỉ ra tiếng, khiến phi nhân trong nhà xí biết”**

Vừa mới nói đến, tức là đến cửa nhà vệ sinh trước đàn chỉ ba lần. Vào trong nhà vệ sinh, bạn cũng đàn chỉ ba lần, để phi nhân ở trong đó biết, đây giống như nói đề họ cũng liền có thể tránh đi. Điều tiếp:

### **“Không được cúi đầu nhìn xuống”**

Đây là giúp cho bản thân trang nghiêm, hướng nhìn xuống khiến chính mình sẽ sanh những ý niệm không tốt, cho nên phải đề phòng. Điều tiếp:

### **“Không được cầm cỏ vẽ dưới đất”**

Nhà vệ sinh thời xưa đều ở bên ngoài, có thể có cỏ, bạn ở trong đó, đặc biệt là thời gian đại tiện lâu một chút, tiện tay nhỏ chút cỏ rồi tiện vẽ trên đất, ở trong nhà vệ sinh đều không dụng tâm, như vậy là không được. Thật sự tu hành, ở trong nhà xí đều phải chuyên chú, đó là tam muội, thế nào là tam muội? Khi làm việc gì đều không có vọng tưởng, lúc ăn cơm thì ăn cơm, lúc ngủ thì ngủ, vệ sinh thì vệ sinh. Ở đời có những người có tập khí không tốt, vào nhà vệ sinh thì vọng tưởng, gọi điện thoại, thậm chí cầm bút vẽ lên cửa nhà vệ sinh những thứ tình ý buồn bã, đó đều là rất không tốt, người tu hành nhất

định phải từ bỏ. Chớ xem những việc ấy là chuyện nhỏ “*việc tuy nhỏ, chớ tự ý*”, việc đó có thể khiến dần dần phá hoại đức hạnh của bạn. Tiếp theo điều thứ chín:

### **“Không được rặn hơi ra tiếng”**

Tức là bạn vào nhà xí, không nên phát ra những âm thanh không hay, rất khó nghe, phải nín nhẫn.

Điều thứ mười:

### **“Không được nói chuyện cùng người cách vách”**

Một số người vào nhà vệ sinh cùng một lúc, tốt rồi, ở trong đó mở hội, như vậy là không được. Một khi vào nhà vệ sinh nói chuyện khiến tổn khí, thì trung khí bị thoát ra, vì khí này giống như dưới đáy biển, đáy biển thì không thể rò rỉ, bạn phải để khí đi lên trong nhà vệ sinh, trong Trung Y cũng nói điều này, như người nam vào nhà vệ sinh, lúc tiểu tiện tốt nhất hai chân đứng thẳng lên, sau đó nghiêng răng, như vậy cũng giúp giữ thận khí của bạn. Nếu ở trong nhà xí, không kể đại tiện, tiểu tiện mà bạn nói chuyện, khí liền rỉ mất ra ngoài, lâu dần, trung khí sẽ không đủ. Lại huống hồ có thể có người khác đợi ở bên ngoài nhà vệ sinh, bạn ở đó mở hội nói đến năm nào tháng nào, khiến người ta chờ đợi rất sốt ruột.

Điều tiếp:

### **“Không được nhổ lên vách”**

Tức là không thể ghét mùi hôi thì nhổ nước miếng, có thể tương lai đều sẽ sanh vi khuẩn, như vậy rất mất vệ sinh.

Điều tiếp:

### **“Tiểu tiện xong phải rửa sạch, tiếp theo rửa tay, chưa rửa tay không được cầm đồ vật”**

Bạn sử dụng nhà vệ sinh xong, phải dội nước nhà vệ sinh sạch sẽ, sau đó bạn rửa tay. Do đó đại tiện, tiểu tiện xong thì phải dội nước, phải rèn thành thói quen. Có người nói làm sao đỡ lãng phí rất nhiều nước? Thì cũng có biện pháp, thí dụ nước bạn rửa tay đều giữ lại, đến lúc đại tiểu tiện có thể dùng nước đó dội, đây là một cách. Sau khi dội vệ sinh xong, rửa tay, “*tiểu tiện xong, rửa tay sạch*”, rửa tay sạch sẽ, bạn trở lại cầm thứ gì mới hợp vệ sinh. Những điều này phải dạy từ nhỏ rồi, đương nhiên Sa di cũng có thể là trẻ nhỏ, bảy tuổi xuất gia, đều phải dạy cho họ những điều này. Do đó, người tại gia chúng ta học tập được điều này đều có chỗ vô cùng tốt, đây thật là nói rõ ràng hơn Đệ Tử Quy. Điều tiếp:

**“Chưa rửa sạch và rửa tay, gặp người không được thi hành lễ, phải nghiêng mình tránh”**

Lúc bạn chưa rửa sạch, chưa rửa tay sạch sẽ, gặp người không được hành lễ. Đặc biệt ở trong nhà vệ sinh không nên thi hành lễ, cũng không nên niệm A Di Đà Phật ra tiếng, có người có thói quen niệm rồi, ở trong nhà xí niệm lớn tiếng A Di Đà Phật, như vậy cũng là không cung kính. Gật đầu là được rồi, nhà vệ sinh không phải là nơi bạn hành đại lễ, cho nên phải chú ý phải biết nơi nào nên hành lễ. Hai người ở trong nhà vệ sinh không cần làm lễ “phải nghiêng mình tránh”, nhường đường lẫn nhau, có thể nhà xí rất nhỏ, thì phải nhường đường đi cho nhau. Điều tiếp:

**“Không được men theo đường vừa đi vừa buộc áo”**

Đặc biệt là chúng ta mặc áo Hải Thanh, có người trong nhà xí ra, vừa đi đường vừa mặc áo Hải Thanh, như vậy rất mất oai nghi, bạn phải mặc xong rồi mới đi đường. Khi cởi áo Hải Thanh cũng không được vừa đi vừa cởi. Nên về đến liêu phòng của bạn, lúc đó mới cởi áo Hải Thanh. Điều tiếp:

**“Lúc tiểu giải, cũng phải vén tay áo lên”**

Đặc biệt là chúng nam, tuy rất thuận tiện, nhưng cũng phải vén tay áo lên, không để bị dơ bẩn. Điều tiếp:

**“Tiểu giải xong, liền rửa tay sạch, chưa rửa tay, không được cầm đồ vật, không được làm lễ”**

Đây là rất đơn giản rồi, “*tiểu tiện xong, rửa tay sạch*”, dưỡng thành thói quen, đó là vệ sinh. Vệ sinh cũng là cung kính đối với thân thể của mình, đúng là “*vô bất kính*”, đối người khác đối chính mình đều phải cung kính. Tiếp theo là oai nghi thứ 14:

**“Thứ 14: Nằm Ngủ. Nằm phải nghiêng bên hông phải, gọi là nằm cát tường, không được nằm ngửa, nằm sấp và nghiêng bên hông trái”**

Đây nói chúng ta phải nằm ngủ như thế nào. Từ đi vệ sinh thế nào, tắm rửa làm sao, đến ngủ thế nào, mỗi mỗi đều nói đến, từng phương diện, vô cùng toàn diện. Ngủ phải ngủ như thế nào? Tư thế nằm phải chính xác, phải nằm nghiêng bên phải. Tại sao phải nằm nghiêng bên phải? Vì tư thế của thân thể như vậy sẽ ngủ được rất êm đềm. Thí dụ quả tim thường ở bên trái, nếu bạn nằm nghiêng bên trái sẽ ép quả tim, ban đêm sẽ dễ gặp ác mộng, ngủ không được yên ổn, cho nên nằm nghiêng bên phải gọi là “nằm cát tường”. Cũng không được nằm ngửa, không được nằm sấp, “nằm sấp” tức là mặt cúi xuống giường, lưng quay lên trời, tương nằm như vậy rất mất trang nghiêm, gọi là tương ngạ quỷ. Nên nằm ngủ như cung, nằm cát tường, tay phải để trên gò má, sau đó thân có thể hơi uốn cong một chút, chân cong lên, tay trái để trên đùi của mình, đây là đáng

nằm. Nếu như các bạn đến Pháp đường ở tầng hai nhìn xem tư thế nằm của Phật, để trở về học tư thế nằm cát tường đó, thật sự ngủ sẽ rất an ổn.

Chúng nam, đặc biệt là người tuổi trẻ, cũng có thể sẽ có hiện tượng mộng tinh. Trong Trung Y nói tinh đầy thì tràn ra ngoài, có thể bạn tự mình không có những ý niệm dâm dục, nhưng tinh của bạn đầy rồi thì sẽ tràn chảy ra, đây là hiện tượng tự nhiên, thời tuổi trẻ thì có. Nhưng kinh nghiệm của tôi cảm thấy, bạn nếu nằm nghiêng bên phải thì sẽ không có, hoặc rất ít có hiện tượng mộng tinh, có thể bảo toàn tinh lực của bạn, và lại ban đêm rất khó bị những giấc mơ xấu. Đây là nằm cát tường, tôi tin tưởng cũng là có một sự gia trì, bởi vì như Mật tông rất chú trọng thân khẩu ý tam mật tương ưng, thân là thân thể, thân thể không chỉ là tay ấn của bạn, mà bao gồm tư thế của thân thể bạn, bạn đều phải cùng Phật tương ưng. Phật ngủ như thế nào, thì bạn cũng ngủ như vậy, thân liền tương ưng rồi, như vậy sẽ có lực gia trì. Cho nên không thể nằm ngửa, nằm sấp, nằm nghiêng bên trái. Tiếp điều thứ hai:

**“Không được ở cùng phòng với Đại Tỳ kheo quá ba đêm, nếu cùng phòng có các màn che ngăn thì quá ba đêm, không phạm”**

Không được tùy tiện ở ngủ chung phòng cùng Đại Tỳ kheo (Đại Tăng), chủ yếu đây là biểu hiện sự cung kính đối với sư trưởng, dù ngủ chung phòng cũng không được quá ba đêm. Thật sự có nhân duyên đặc biệt nhất định phải ngủ chung phòng thì “nếu cùng phòng có các màn che ngăn”, thí dụ với số phòng riêng không đủ cho người xuất gia. Và với Cư sĩ bạch y đều cũng không nên ở chung một phòng. Nếu chung phòng có những màn che ngăn, thì “quá ba đêm, không phạm”, nếu như có nhân duyên đặc biệt, có thể khai duyên như vậy, tức là ngủ trên ba đêm cũng không tính vi phạm. Tôi lấy một thí dụ, nếu như chung phòng của người thân thể bị bệnh cần phải có bạn chăm sóc, bạn cùng họ ở chung một phòng, thì không có vấn đề. Điều thứ ba:

**“Không được ngủ cùng giường với Đại Tỳ kheo, hoặc có nạn duyên thì được đến hai đêm, đến đêm thứ ba, phải thay phiên nhau ngồi dậy, trừ chăm sóc bệnh nặng, hoặc mình có bệnh nặng”**

Điều này vừa mới nói, không được cùng Đại Tỳ kheo liên tục quá ba đêm chung trong một phòng. Trong đây nói không được chung giường, tức là không được ngủ trên một giường, đó cũng là biểu thị sự cung kính đối với sư trưởng, như vậy một đêm cũng không được. Đương nhiên cũng có khai duyên, lúc “có nạn duyên”, có tai nạn không có chỗ ngủ v.v. hoặc đi ra ngoài phải tiết kiệm một chút, thí dụ như bạn đến khách sạn, phòng trống không còn nữa, chỉ còn một giường lớn, hai người chỉ có thể ngủ chung, bạn cũng có thể khai duyên trong trường hợp này. Khai duyên cũng chỉ khai duyên hai đêm thôi, ngủ hai đêm thì được, đêm thứ ba không được nữa. Đến đêm thứ ba thì làm sao? “thay phiên nhau ngồi dậy”. Tức là lúc Đại Tỳ kheo ngủ, thì bạn ngồi; đợi lúc Ngài ngồi dậy, thì bạn lại ngủ, đêm thứ ba trở về sau, phải như vậy. Đương nhiên có khai duyên,

“trừ chăm sóc bệnh nặng, hoặc mình có bệnh nặng”, chính mình thật có bệnh đang không chịu nổi, phải ngủ chung; hoặc Đại Tỳ kheo có bệnh nặng, Ngài nằm thẳng trên giường, bạn cũng có thể nằm xuống cùng Ngài. Chúng ta xem tiếp đoạn thứ tư:

**“Không được cùng Sa di đồng sự chung giường, nếu không có giường khác thì không được chung chăn, nếu không có chăn khác thì ai cũng mặc quần áo của mình, không được để hai thân chạm nhau”**

Đây là nói không được cùng đồng học, tức là cùng Sa di chung một giường. Như vậy là để đề phòng nhiễm. Tuy đều là phái nam, nhưng có khi có hạt giống duyên của đời trước. Hiện nay chúng ta nói có thể sẽ ra khuynh hướng đồng tính luyến ái, đó là vấn đề lớn rồi, đây là tà dâm, nên phải phòng ngừa. Tức là người xuất gia ngủ một mình, không ngủ cùng giường với người khác. Trừ khi không có giường khác, phải ngủ chung, thì không được đắp chung mền. Nếu không có hai giường mền, mà chỉ có một mền một giường thì phải làm sao? Hai người dùng chung một giường một mền, thì hai người đó đều phải mặc y phục, như chúng ta hiện nay mặc quần áo la hán, đây cũng là đồ có thể mặc ở ngoài để làm việc lao động. Bạn mặc áo sam, quần dài, thân thể không chạm qua lại thì sẽ không có kích thích, sẽ không có vấn đề. Trong Luật cũng nói: từng có hai Sa di ôm nhau ngủ, sau khi họ chết, hai người đều đến địa ngục để chịu khổ, nên phải đặc biệt lưu ý điều này. Tiếp theo:

**“Khi treo giày, dép, vớ, tiểu y v.v. không được quá đầu mặt người”**

Đây cũng là đạo đức cơ bản, giày, dép, vớ, không được treo ở chỗ cao, “tiểu y” tức là áo sơ mi bên trong, đồ lót, không treo cao quá đầu, quá mặt người ta. Nếu có để dưới giường cũng phải đặc biệt chú ý, đều phải cố gắng treo nơi thấp. Phải không để người ta nhìn thấy, chỉ cần đụng vào giày của bạn, cũng khiến người ta sẽ sanh phiền não. Điều tiếp:

**“Không được trước tượng Thánh và Pháp đường mà mang xô tiểu đi ngang qua”**

Đây là cung kính tượng Thánh, cung kính Pháp đường, không được đem đồ dơ đi qua, nên cố gắng đi vòng. Thí như bạn phải đem xô phân nước tiểu, hướng phải đi qua Pháp đường hoặc là nơi có tượng Phật, thì không theo hướng đó mà đi vòng một chút, cũng không sao, miễn là không nên đi qua. Điều thứ bảy:

**“Không được trên giường ngủ mà cười nói lớn tiếng”**

Tức là lúc ngủ thì thành thật mà ngủ. Như chúng ta, tối mọi người cùng đi ngủ, cùng nghỉ ngơi, có thể có những đồng tu, đặc biệt là người trẻ cảm thấy rất hưng phấn, thật rất ít có cơ hội như vậy, ở đó cũng những người bên cạnh chung trong phòng nói chuyện, vả lại nói chuyện rất khuya, quấy nhiễu người khác nghỉ ngơi, như vậy là rất không đúng.

Tôi đến thời gian chỉ tịnh rồi, thì phải không nói chuyện, nhanh nhanh khẩn trương mà đi ngủ, để ngày hôm sau còn rất khẩn trương học tập khóa trình. Điều thứ tám:

**“Luật Thiện Kiến nói: Sắp đến lúc ngủ, trước phải niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng, niệm giới, niệm thiên, niệm vô thường, trong sáu niệm đó, tùy theo một mà niệm”**

Đây là quy củ trong giới luật, bạn trước khi ngủ phải niệm Phật, hoặc niệm pháp, niệm pháp là niệm Kinh văn, “niệm tăng, niệm giới, niệm thiên”, hoặc “niệm vô thường”, đời sống con người khổ vô thường ngắn ngủi, nên phải hết lòng tinh tấn. Trong “sáu niệm” đó, chỉ nên “tùy theo một mà niệm”, bạn tìm một trong đó mà niệm thì được rồi, không nên đều dùng sáu niệm đó, tôi đề nghị mọi người niệm A Di Đà Phật là thuận tiện nhất. Cho nên trước khi ngủ, Sư phụ Thượng Nhân chúng ta cũng giảng mỗi ngày đều nên chín lần thập niệm, sáng thức dậy, tối trước khi đi ngủ đều nên niệm mười câu. Mười câu như thế nào? Bạn có thể sử dụng Pháp thập niệm của Đại sư Ấn Quang dạy, tiết tấu ba, ba, bốn, tức là “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, lúc đó dừng chút, rồi lại “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, sau đó “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, 3 câu, 3 câu, 4 câu, tổng cộng 10 câu, tiết tấu này bạn phải niệm thành thói quen, mọi lúc mọi nơi tự niệm liền niệm lên, sau khi niệm quen, sau cùng không niệm thì nó tự niệm, như vậy dễ dàng thành thiền, dễ dàng đắc Tam muội.

Bạn niệm Phật đương nhiên có thể niệm nhiều, không nhất định chỉ niệm 10 câu, 9 lần 10 niệm chỉ là tối thiểu thôi, sáng thức dậy, tối trước khi đi ngủ, trước ba bữa ăn cơm, trước khi làm việc buổi sáng, làm việc buổi sáng xong, mỗi lần niệm 10 câu, trước và sau khi làm việc buổi chiều đều niệm 10 câu, tổng cộng là 9 lần. Thành được thói quen rồi, thì thường thường đề khởi, có khoảng trống thì niệm 10 câu Phật hiệu. Thí như lúc đánh răng “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, chậm chậm chải răng “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, bạn cũng liền có thể đủ 10 câu. Rửa mặt cũng có thể niệm 10 câu, ăn cơm, ăn cơm đều rất yên lặng, “A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật, A Di Đà Phật”, liên tục niệm Phật cũng là nhai. Đương nhiên có thể không cần niệm ra tiếng, có thể niệm thâm trong tâm. Xây dựng thói quen niệm Phật như vậy thì thành thuần thực, tu hành liền sẽ nâng cao rất nhanh chóng. Đêm đi ngủ niệm Phật cũng sẽ ngủ được yên giấc, đem Phật hiệu vào cảnh mộng, rất tuyệt vời, bạn ngủ gặp mộng đều có thể niệm A Di Đà Phật. Tiếp theo là oai nghi thứ 15:

**“Thứ 15: quanh bếp lò”**

Đây là mùa đông ở phương bắc lạnh, ban đêm phải cùng đốt lửa, “quanh bếp lò”. Cổ nhân có một quyển sách gọi là Vi Lô Dạ Thoại, ban đêm đốt lửa quanh bếp lò nói chuyện phiếm, nhưng người tu hành không thể nói chuyện phiếm. Cho nên thứ nhất:

**“Không được chụm đầu kê tai nói chuyện”**



Tức là cần nên niệm Phật, quanh bếp lò để làm gì? Để giữ ấm cho cơ thể, sau đó đi ngủ cũng được an ổn. Tiếp theo:

**“Không được búng cái bản vào trong lửa”**

Chúng ta đều quanh bếp lửa không nói chuyện, cần nên niệm Phật, dụng công, bạn cũng có thể đọc thuộc lòng Kinh đều được. Không được làm động tác nhỏ, có những người lấy đất trong móng tay, lấy ráy tai, hoặc ráy mũi, búng vào trong lửa. Vì sao không được làm như vậy? Có thể trong những vật bản đó cũng có chúng sanh, khiến chúng sẽ bị chết thiêu trong lửa. Điều tiếp:

**“Không được hơ sấy giấy, vớ”**

Nếu như để giấy và vớ gần lửa thì một là có thể rất nguy hiểm, sẽ bị cháy, hai là cũng rất không cung kính, vì mọi người quanh bếp lửa, bạn lại đem giấy vớ ra để, gặp trường hợp có mùi hôi, khiến người ta ở bên cạnh cũng rất khó chịu, là không cung kính đối với người khác. Tiếp theo:

**“Không được tới lửa quá lâu, trở ngại người sau, ấm chút, thì nên liền về chỗ”**

Quanh bếp lò là giữ ấm, giữ được tạm ấm, thì nhanh chóng rời khỏi để người sau vào. Bạn nếu chiếm chỗ quá lâu, sẽ làm trì trệ người sau. Tiếp theo là oai nghi thứ 16:

**“Thứ 16: Ở trong phòng”**

Đây là sống chung cùng người khác ở trong phòng như thế nào. Thứ nhất:

**“Chào hỏi lẫn nhau, phải biết lớn nhỏ”**

Cùng một lieu phòng, đương nhiên đều là Sa di, vì Sa di không được ở chung với Tỳ kheo. Phòng của Tỳ kheo cũng là như vậy, đặc biệt là đến nơi mới một mình, có thể đều không biết, nên trước hết chào hỏi lẫn nhau, đây là lễ mạo. Sau khi chào hỏi. Nếu đã thọ giới Tỳ kheo, thì hỏi giới lạ bao nhiêu, xem giới lạ ai lớn, thì xếp ở trước, phải biết thứ tự lớn nhỏ. Sa di chưa thọ Đại giới, thì không có giới lạ, phải hỏi tuổi lớn nhỏ, dùng tuổi để xếp đặt. Điều tiếp:

**“Muốn cầm đèn vào, phải báo trong phòng biết. Hô rằng: Lửa vào. Muốn tắt đèn, phải hỏi trước người cùng phòng còn dùng đèn không”**

Khi chúng ta đem đèn vào, cần phải thông báo trước, *“sắp vào nhà, cất tiếng lớn”*, nói có lửa đi vào, để mọi người chú ý một chút, tránh né. Đương nhiên không chỉ lửa, mà như bạn đem bình chậu nước sôi vào, nên nói ‘lưu ý’, như người thế gian biết, ‘nhường đường, nhường đường’, ‘chú ý nước sôi’. “Muốn tắt đèn”, đem ngủ phải tắt đèn, trước hết phải hỏi người cùng phòng: tôi có thể tắt đèn không? Nếu người trong phòng còn

chưa sắp xếp xong, thì bạn hãy đợi một chút. Không được mình đi ngủ, thì liền tắt đèn, sau đó người cùng phòng bị một mảng tối đen, sẽ sanh phiền não, đây là mỗi mỗi đều nghĩ đến người khác. Đổi lại là mình, bạn chưa sắp xếp xong, mà người khác tắt đèn rồi, thì bạn có sanh phiền não hay không? Cho nên “*sắp cho người, trước hỏi mình, mình không muốn, phải mau ngưng*”, của mình không muốn, chớ cho người khác. Tiếp theo:

**“Không được dùng miệng thổi tắt đèn, mà nên vặn lụi hay ấn tim từ từ xuống cho tắt”**

Đây là nói không được dùng miệng thổi đèn, nên làm thế nào? Vặn ấn tim đèn xuống, thì đèn sẽ tắt, đèn cây cũng dạng đó. Bàn thờ Phật, Phật đường nếu có cúng đèn cây, thì cũng không được dùng miệng thổi. Hiện nay chúng ta đều không dùng đèn cây, đèn dầu, mà dùng đèn điện, thì không có vấn đề này nữa. Điều thứ tư:

**“Sau khi tắt đèn, không được lớn tiếng tụng niệm”**

Sau khi tắt đèn, thì đây là lúc chỉ tịnh, mọi người phải ngủ, bạn không được còn ở đó mà lớn tiếng niệm Phật, tụng thuộc lòng Kinh điển, khiến nhiễu loạn tâm người khác. Đây đều là nghĩ vì người khác.

Điều tiếp:

**“Nếu có người bệnh thì nên từ tâm săn sóc từ đầu đến cuối”**

Nếu có người chung liêu phòng sanh bệnh, thì bạn phải nên chăm sóc tốt họ. “từ đầu đến cuối”, tức là từ khi bắt đầu bệnh đến khi hết bệnh, khỏe lại rồi mới ngưng, bạn đều có nghĩa vụ chăm sóc giúp đỡ họ. Thí như họ không rời khỏi giường được, thì bạn phải đưa cơm đem thức ăn, nước nóng, khăn nóng v.v... cho họ. Điều tiếp:

**“Có người ngủ, không được đụng vật ra tiếng, và nói cười lớn tiếng”**

Như trong phòng có người ngủ, thì bạn phải nhẹ nhàng; không được quấy nhiễu người ta nghỉ ngơi. Có thể do thân thể họ không khỏe, phải ngủ nhiều một chút, bạn trong phòng lại đập, gõ vật, hoặc gõ chén bát, hoặc nói chuyện cười lớn tiếng, như vậy đều là nhiễu loạn người ta, khiến họ sanh phiền não. Điều tiếp:

**“Không được vô cớ vào phòng người khác”**

Liêu phòng, chỗ ở của người khác, đặc biệt như liêu phòng của Tỳ kheo, chúng ta đều phải tôn trọng, không được tùy tiện đi vào. Người ta có thể đang làm việc gì, hoặc đang thay quần áo, bạn đột nhiên đi vào, thì không thuận tiện. Tôn trọng đối với người, cũng là không thể tùy tiện vào, nếu thật có việc cần vào, thì cần thông báo trước. Oai nghi tiếp theo là:

**“Thứ 17: Đến chùa Ni”**

Đây là nói chúng nam Sa di, Tỳ kheo cũng như vậy, đến chùa viện của Tỳ kheo Ni, đạo tràng chúng nữ. Đạo tràng, truyền thống Tông Lâm đều phân nam nữ, không ở chung. Đến đạo tràng của Ni chúng, thì chúng ta phải chú ý những điều gì? Đặc biệt ngăn ngừa sự nghi của nam nữ, cần phải chú ý điều này. Chỗ nam nữ gần cần phòng ngừa hơn, một là hộ giới của mình, hai là tránh sự chê bai nghi ngờ của người khác, người khác thấy bạn không tuân quy củ, có thể bạn không cố ý, nhưng họ nhìn thấy rồi, họ cũng sẽ phê bình bạn. Điều thứ nhất:

**“Không đủ hai người thì không được đi một mình”**

Đến đạo tràng Tỳ kheo Ni, đạo tràng chúng nữ, tối thiểu là hai người cùng đi chung, chỉ một người thì sẽ khó tránh có người cơ hiểm. Điều tiếp:

**“Có chỗ ngồi riêng, mới ngồi không có chỗ ngồi riêng, thì không được ngồi”**

Đây là không được ngồi chung với chúng nữ, đặc biệt là Tỳ kheo Ni, nam nữ xuất gia ngồi chung một chỗ, ngồi cùng ghé, người khác nhìn thấy tự nhiên sẽ nghi ngờ. Nếu không có “chỗ ngồi riêng”, chỉ có một ghé dài, hoặc ghé chỉ có thể ngồi hai người, thì phải làm sao? Bạn thà nguyện không ngồi, thà đứng, đây là oai nghi. Điều tiếp:

**“Không được nói khi không phải lúc”**

Tức là không được thuyết pháp lúc không nên thuyết pháp. Lúc nào không nên thuyết pháp? Bạn phải xem thời cơ, thí như hiện giờ phải đi ăn cơm, thì mau dừng lại, không nên nói nữa. Thông thường có thể bạn đến trong chùa Ni, thì chúng nữ đều hướng chúng nam thỉnh giáo Phật pháp, đó cũng là tôn trọng chúng nam. Bởi vì trong giới Kinh cũng nói, người nữ chúng xuất gia phải tu Bát Kính Pháp, phải kính trọng người nam xuất gia, dù cho Tỳ kheo Ni 80 tuổi gặp Sa di đều phải đánh lễ, đương nhiên là gặp Tỳ kheo phải tôn trọng. Cho nên lúc đó nếu họ hướng bạn thỉnh hỏi Phật pháp, bạn phải xem nên thuyết hay không, thí như trời đã chuyển sắc tối, thì bạn nên rời khỏi, nếu bạn nói với họ chưa xong, bạn thuyết đến rất tối, rồi bạn từ chùa viện đi ra lúc trời đã tối đen, người ta đều không biết bạn trong tự viện đó làm gì, như vậy rất không tốt. Điều tiếp:

**“Khi về, không được nói sự tốt xấu của họ”**

Về liêu phòng của mình, không được cùng những Sa di trong phòng buôn chuyện, nói hôm nay tôi đã đến chùa Ni, tôi thấy Tỳ kheo Ni Trương kia rất đẹp, cô nào đó rất xấu, như vậy là rất không đúng. Thật sự khi đến chùa Ni, tốt nhất không nên nhìn chúng nữ, mắt quán mũi, mũi quán tâm, buông màn mắt xuống, đem cửa trộm đóng lại, cửa trộm tức là mắt của bạn. Điều tiếp theo:

**“Không được thư từ qua lại, và mượn nhờ may vá, giặt dũ v.v.”**

Đây là không được liên lạc riêng tư qua lại cùng với Ni sư, Sa di ni xuất gia, Tỳ kheo ni. Nếu vì việc của Tam Bảo, việc chánh đáng, thì có thể được, đó là việc công, không có vấn đề. Việc gì riêng tư thì không thể qua lại, tất cả mọi người đều là người tu hành, không được làm những tình riêng, cũng không nên mượn đồ vật riêng tư qua lại, như tôi nhờ cô may vá y phục, giúp cô may y phục, giúp cô giặt y phục, như vậy đều không nên. Một là biện pháp phòng ngừa, đề phòng chính mình sanh lên tâm nam nữ, hai cũng là để tránh sự nghi ngờ chê bai. Điều thứ sáu:

**“Không được cạo tóc cho Ni, không được nhờ Ni cạo tóc”**

Cạo tóc tức là tịnh phát, thông thường chúng ta cạo tóc đều phải học tự cạo cho mình, người xuất gia đều phải có dao cạo tóc. Hiện nay rất nhiều người đều dùng dao cạo tóc bằng máy điện, cũng rất thuận tiện, tự mình có thể cạo tóc, không cần phải nhờ người khác. Đặc biệt không được nhờ chúng nữ để cạo tóc, nhờ Tỳ kheo ni, Sa di ni cạo tóc cho bạn, tiếp xúc thân thể đều không tốt, khiến người động tâm, cũng không được cạo tóc cho người nữ. Lễ nghĩa thời xưa đều là thọ thọ bất thân, đây là việc cần phải hết sức tránh né. Điều tiếp:

**“Không được ngồi chung ở nơi khuất”**

Tức là chỗ không có người, nơi vắng, bạn ngồi cùng với Ni sư, như vậy cũng khiến người cơ hiềm. Dù cho bạn không có tà niệm, người khác nhìn thấy cũng rất không trang nghiêm. Điều tiếp:

**“Không được tặng quà qua lại”**

Điều này nói được rõ ràng rồi. Điều tiếp:

**“Không được dận nhờ Ni tặng vào nhà hào quý hóa duyên và cầu niệm Kinh sám v.v.”**

Đây là thế nào? Chính mình muốn đến hóa duyên mà không được, còn dận nhờ Tỳ kheo ni, Sa di ni khác đi vào nhà hào quý thay bạn hóa duyên, hoặc thay bạn đến tìm Kinh sám Phật sự, đây đều rất không nên, toàn đều là cản trở đạo nghiệp. Đây là tâm tự hạ mình chạy theo cơ hội. Đệ Tử Quy nói *“không nịnh giàu, chớ khinh nghèo”*, đặc biệt không được nịnh giàu. Người xuất gia đều là đại anh hùng, đại hảo hán, đầu đội trời, chân đạp đất, đều đã như vậy mới xả tục xuất gia, đem tất cả phú quý danh lợi, tình dục của thế gian đều buông xả rồi. Vì sao còn phải vì miếng ăn manh áo mà đi nịnh nọt người ta? Không thể được. Cho nên Đại sư Ngẫu Ích đã phát nguyện: Nguyện chết đói, chết lạnh đều không hóa duyên. Bậc phong thái đến như vậy! Đã xuất gia thì phải làm tấm gương như vậy. Điều tiếp:

**“Không được cùng Ni kết bái làm cha mẹ, thầy trò, chị em”**

Giới luật thật sự nghiêm khắc, là không cho phép kết bái cùng nữ chúng, Ni sư làm cha mẹ, như tôi làm cha nuôi của cô, hoặc cô làm mẹ nuôi của tôi, hoặc nhận làm chị em, đó đều là những thế tục. Đã rời bỏ thế tục, cha mẹ ruột của bạn đều đã xả rồi, bạn còn nhận cha nuôi, mẹ nuôi là sao! Ngay cả kết nghĩa thầy trò đều không nên. Tuy nhiên có đạo tràng đều đã khai duyên, nam Pháp sư cũng giúp thế độ xuất gia cho chúng nữ, đây vốn phép xưa không cho. Nhưng hiện nay Phật pháp suy, người xuất gia ít, hiện nay khai duyên như vậy cũng chỉ có chỗ tốt, nhưng bạn biết đây là giới luật không cho phép. Tiếp theo là oai nghi thứ 18:

**“Thứ 18: Đến nhà người”**

Đây nói đến nhà người khác để ứng cúng, đến làm khách thì phải chú ý những điều gì. Thứ nhất:

**“Có chỗ ngồi riêng nên ngồi, không được ngồi tạp”**

Tức là không thể ngồi loạn tùy tiện, đặc biệt ngồi cùng người nữ. Tiếp theo:

**“Không được ngoái nhìn trái phải, không được nói tạp, không được cười nhiều”**

Bạn vào nhà người ta, Cư sĩ thỉnh bạn đến ứng cúng, cúng dường cơm cho bạn, hoặc thỉnh bạn đến thuyết pháp, bạn không được nhìn khắp nơi, xem các phòng của người ta như thế nào, phòng ngủ người ta ra sao, thì rất mất trang nghiêm, không được tùy tiện nói chuyện loạn, cũng không được cười nhiều, bảo vệ oai nghi của bạn. Tiếp theo:

**“Người ta hỏi Kinh, thì phải biết lúc, chớ đừng nói không đúng lúc”**

Người khác hướng bạn thỉnh giáo nghĩa lý Kinh điển, bạn phải xem thích hợp trả lời hay không; thích hợp mới trả lời, cẩn thận, không được “nói không đúng lúc”, đó là khinh mạn Phật pháp. Như người ta có thể không thật tâm hướng bạn thỉnh giáo, hỏi thử để kiểm tra bạn, thì không nên trả lời; hoặc bạn biết họ không thể tiếp nhận giáo huấn của bạn, hoặc họ dùng tâm khinh mạn để hỏi, thì bạn cũng không nên trả lời, như vậy là kính Pháp. Pháp là tôn quý, bạn không lấy tâm cung kính để cầu, thì có thể không nói với bạn. Điều tiếp:

**“Nếu thuyết pháp cho người nữ, không được nói nhỏ tiếng, nói lời kín, không được nói nhiều”**

Ở trong nhà có thể có chúng nữ, họ hướng bạn cầu pháp, bạn giảng pháp cho người nữ, thì không được nói nhỏ, chỉ có bạn và người ta nghe được, người khác thấy như vậy liền rất nghi ngờ, hai người đó nói chuyện gì nhỏ nhỏ, có gì mà giấu diếm người khác?

Cũng không được nói nhiều, giảng xong mau ngừng lại, không được nói lời vô nghĩa. Điều tiếp:

**“Không được nói dối trá Phật pháp, đáp loạn lời hỏi của họ, tự khoe đa văn, cầu họ cung kính”**

Đây là từng chút phải vô cùng chú ý, tức là phải dùng tâm thành thật “thuyết Phật pháp” cho người ta. “*Biết thì là biết, không biết thì là không biết, là biết vậy*”, bạn biết bao nhiêu thì nói bấy nhiêu, không biết thì không được nói, không được nói sai, chỉ cầu không sai, không cầu có công, không được nói loạn, làm người khác ngộ nhận. “Tự khoe đa văn”, như mình đã học được rất nhiều, rất hiểu biết, hi vọng người khác cung kính bạn, tâm như vậy là đã tạo ác nghiệp rồi, đó là vọng tâm. Điều tiếp:

**“Không được trá hiện oai nghi, giả trang thiền tướng, cầu họ cung kính”**

Người xuất gia nhớ kỹ điều này. Bạn hiện tại làm ra vẻ hình dạng như người tu hành rất tốt, người ta thỉnh hỏi bạn, bạn cố ý làm ra giả, đàm huyền thuyết diệu, khiến người ta cảm thấy bạn hình như thâm sâu không thể lường. Bạn phát tâm như vậy vốn là tâm tà. Cho nên chúng ta tất cả đều phải từ trong tâm chân thật mà làm, không nên làm ra giả, hãy làm một người thật thà, không làm người giả. Điều tiếp:

**“Chủ nhân thiết trai, dẫu không phải pháp hội, cũng không để mất oai nghi phép tắc”**

Thí chủ muốn cúng dường bạn, tuy không phải pháp hội, nhưng bạn cũng phải biết giữ oai nghi phép tắc. Như chúng ta thọ trai phải ăn cơm thế nào? Thẳng ngực, cố gắng khép miệng, ngồi ngay ngắn, cần phải chú ý những oai nghi này. Điều tiếp:

**“Không được ngồi xen tiệc rượu”**

Tức là không được ngồi lộn xộn với người ta, ngồi chung như vậy thì Tăng tục không phân, có thể khiến người không học Phật sẽ khinh thường đối với Phật pháp. Điều tiếp:

**“Không được ngồi nói chuyện cùng người nữ trong phòng trống, chỗ vắng”**

Tức là không được một mình cùng với người nữ trong phòng trống, đem đóng cửa phòng lại, người ta cũng không biết bạn ở trong phòng đó làm gì. Cho nên đến nhà người thí chủ, tốt nhất là hai người đi chung, chúng nữ thì càng phải như vậy. Đến nhà người, ở trên nói không được “ngồi nói chuyện cùng người nữ”, nếu đối với Sa di ni, Tỳ kheo ni mà nói, thì nên đổi lại, không được ngồi nói chuyện cùng người nam. Thực tế 10 giới, 24 oai nghi của Sa di, nam nữ đều áp dụng được, chỉ là có một số chỗ vì giới tính khác nên đổi lại một chút, nêu một thì suy ra ba. Đây đều để tránh miễn nạn phạm hạnh, phạm hạnh

tức là chỉ giới dâm dục, không được phạm giới dâm. Bởi vì có thể lần đầu lạ, lần thứ hai thì quen thuộc, bạn ngồi với người nữ lâu rồi, dần dần sẽ sanh tình nhiễm. Sư phụ Thượng Nhân chúng ta từng nói: có một Pháp sư rất có tài thuyết pháp, cũng rất tốt, sắc cũng khá đẹp trai, sau đó đồng tu nữ thường thường đến đặt câu hỏi, mới đầu thì có thể dùng thật tâm hỏi, sau thì không có vấn đề hỏi thì tìm cho có vấn đề để hỏi, hỏi tới hỏi lui, thì sau đó vị Pháp sư ấy hoàn tục luôn, kết hôn rồi, đây là nạn phạm hạnh. Nên những chi tiết vấn đề này nhất định phải chú ý. Điều thứ 10:

**“Không được thư từ qua lại và mượn nhờ v.v.”**

Không được liên lạc qua lại với nữ Cư sĩ, có những chuyện riêng tư qua lại, hiện nay là dùng điện thoại, thường hay cùng người nữ Cư sĩ nói chuyện không ngừng, đều có vấn đề. Vấn đề then chốt là chính bạn không được có những tâm tình nhiễm đó. Dù thư từ qua lại không có những tình nhiễm, nhưng bạn cũng cố gắng giảm bớt, bởi tuy bạn không có nhiễm, nhưng người khác sẽ nghi ngờ bạn. Cho nên cần tránh. “Mượn nhờ”, tức là mượn đồ vật qua lại, đây đều là thúc đẩy mối quan hệ của hai người càng ngày càng hợp nhau, điều này cần phải chú ý. Điều tiếp:

**“Không được học theo người bạch y tặng lễ vật qua lại”**

Tức là không được lễ vật qua lại. Người bạch y cúng dường người xuất gia thì có thể, chúng ta thay Tam Bảo tiếp nhận. Nhưng người xuất gia thì không thể tặng lễ cho người Cư sĩ, bởi vì nhất vô sở cầu, bạn tặng cho họ để mưu cầu gì? Những vật của bạn là người khác cúng dường bạn, chứ không phải của bạn, bạn lại truyền tay tặng cho người khác, như vậy không phải là vì lấy cảm tình sao? Người xuất gia thì không cần. Đương nhiên có những lúc vì hoằng pháp lợi sanh, bạn dùng lễ vật để khai thông cảm tình những vị Cư sĩ hộ pháp ấy, nhưng cũng vừa phải mà thôi. Vì nhất định đó là giao lưu của thế tục, chúng ta phải nắm bắt được. Nếu chính mình đã sanh tình nhiễm, thì lập tức phải dừng ngay. Những việc này thông thường không cho phép Sa di làm, bởi vì suy cho cùng còn là vị trí của học sinh.

Lão Hòa thượng Tịnh Không chúng ta tuổi đã lớn, thì không có vấn đề, đã cắt hết không còn có người hoài nghi Ngài và nữ Cư sĩ có vấn đề gì, hành trì cả đời của Lão nhân gia, trì giới tinh nghiêm. Có khi Ngài cũng hay tặng lễ vật cho những Cư sĩ hộ pháp, đây là khiến Cư sĩ hộ pháp sanh tâm vui vẻ, là một phương pháp nhiếp thọ chúng sanh, như vậy có thể tặng lễ vật. Như chúng tôi có lần đến Malaysia, đi cùng với Ngài, Ngài chuẩn bị một phần lễ vật là sách Quần Thư Trị Yếu đóng bìa cứng, bản dịch Anh văn, đem tặng cho thủ tướng Malaysia, lễ vật này có thể tặng. Đây giống như hoằng pháp, có giúp đỡ hộ pháp, không vì sanh cảm tình với mình, mà vì chúng sanh như vậy là có thể được. Điều tiếp:

**“Không kết bái với người bạch y làm cha mẹ, chị em, anh em”**

Đạo lý này liên quan cùng với Ni sư là một dạng, cùng với người bạch y, người Cư sĩ thì càng không được kết bái cha mẹ anh em chị em, đã xuất gia rồi, thì không có loại tình đời, tình tục của thế gian ấy. Tiếp theo:

**“Không được quản lý việc nhà người”**

Không được đến nhà người ta để quản lý việc nhà của họ. Điều tiếp:

**“Không được nói lỗi trong Tăng chúng”**

Không được đến nhà người mà nói người xuất gia nào đó không tốt, tăng đoàn đó như thế nào, như thế là không được, khiến người sanh khinh thường đối với Phật pháp. Tiếp theo:

**“Nếu đến nhà thế tục thăm người thân, trước phải vào lễ Phật, hoặc đến trước tượng Thánh trong nhà nghiêm trang chấp tay, rồi mới hỏi thăm cha mẹ quyến thuộc v.v. mỗi mỗi đều chào hỏi”**

Đến nhà thế tục của mình thăm người thân, có thể cha mẹ còn mạnh khỏe, bạn cần phải mỗi năm thăm hỏi một, hai lần, không nên thường về nhà, vì bạn còn phải đề tâm trong đạo nghiệp. Về nhà người thân cũng phải chú ý, bạn hiện đã xuất tục làm Tăng, không còn như quá khứ nữa, với cha mẹ, với anh em chị em không lớn không nhỏ. Nói lời thành thật là cha mẹ gặp người xuất gia, dù cho là con trai con gái của mình cũng có thể hành lễ lạy, bởi suy cho cùng họ đã là Tam Bảo, đặc biệt đã thọ giới Tỳ kheo rồi, đó tức là Tăng trọng, là Tam Bảo, nên phải cung kính. Do đó chúng ta về nhà, trong nhà cha mẹ thế tục nếu có thờ Phật thì bạn phải lễ Phật; nếu trong nhà không có Phật, có thể họ không tin Phật giáo, chỉ có tượng Thánh khác, như tượng Không Tử, thì bạn có thể xá, thật nghiêm chỉnh, ngay ngắn, cung kính xá, không được đánh lễ. Vì Tỳ kheo, hoặc Sa di là người xuất gia, họ chân chánh tu hành có thể làm thầy mẫu mực cho trời người. Đương nhiên đức hạnh chúng ta hiện nay còn chưa đủ, không đủ để gọi là thầy mẫu mực trời người, nhưng cũng là biểu pháp ấy, chúng ta chỉ hướng Phật Bồ tát đánh lễ. Cho nên thời cổ, bá tánh nhân dân hướng Quốc vương, Hoàng đế đánh lễ, nhưng người xuất gia thì không hướng Hoàng đế đánh lễ, không dùng lễ tục đó để hướng vua đánh lễ, Hoàng thượng cũng cho phép. Sau đó mới hướng cha mẹ quyến thuộc “mỗi mỗi đều chào hỏi”, đó là lễ kính nhất đối với người. Người xuất gia chúng ta hướng người đời thăm hỏi, không cần phải lễ bái, vì sao? Bạn lễ bái, họ có thể không đủ khả năng nhận, không nhận nổi, khiến nghiệp chướng của họ thêm nặng, thì không tốt rồi. Điều tiếp:

**“Không được hướng cha mẹ nói những việc như phép tắc của thầy nghiêm, xuất gia khó, buồn tẻ đăm đăm, gian nan khổ sở, oan ức v.v. mà nên nói Phật pháp, khiến cha mẹ sanh niềm tin, tăng phước”**



Về nhà, phải hướng cha mẹ nói nhiều Phật pháp, hóa độ cha mẹ, khuyên cha mẹ nghe nhiều Kinh pháp, cầu sanh Thế Giới Tây Phương Cực Lạc. Không được nói chính mình xuất gia thật là khó khăn, đời sống rất buồn, rất lẻ loi, rất cay đắng, chịu nhiều oan ức, không nên nói những việc như vậy. Sau khi cha mẹ nghe rồi rất đau lòng, ‘con trai, con nên về nhà’, thì không phải bạn lại phiền phức rồi sao? Điều tiếp:

**“Không được cùng bà con, trẻ em v.v. ngồi lâu, đứng lâu, nói tạp giỡn cười”**

Bạn không được quên, suy cho cùng thân phận của mình là người xuất gia, cùng với bà con, bạn bè, ngay cả trẻ nhỏ, không được “ngồi lâu đứng lâu”, ngồi đứng quá lâu thì trẻ nhỏ sẽ sanh khinh thường, ngoài ra chính mình cũng sẽ sơ hờ mất oai nghi. “Nói tạp giỡn cười” đều cố gắng giảm ít, đó là làm chứng oai nghi của bạn. Điều tiếp:

**“Không được hỏi việc phải trái tốt xấu trong thân tộc”**

Sự tình trong nhà chúng ta không xen vào, có thể hỏi thăm cha mẹ quyến thuộc thân thể khỏe không, nhưng mỗi nhà đều có trải qua những khó khăn riêng, chúng ta không nên để họ đem toàn phiền não của họ ra để hỏi. Chúng ta phải giảng Phật pháp cho họ, chuyển phiền não của họ thành trí tuệ, không nên nghe họ phát ra lo lắng buồn phiền, khiến phiền não, chúng ta không có thời gian như vậy, thời gian của chúng ta có đều cố gắng để độ sanh. Nên khi tôi đến gặp bà tôi, hiện nay tôi đều không nói với bà tôi việc gì khác, tôi nói đều là Phật pháp, khuyên bà tôi làm sao có thể vãng sanh, khuyên bà phải sống vui vẻ, học cô giáo Lưu Tố Vân, nấu nướng ở nhà thường hay niệm Phật, nghe giảng Kinh, một ngày tốt nhất nên nghe 10 tiếng đồng hồ, mỗi ngày tốt nhất lạy 300 lạy, có thể vừa nghe giảng Kinh vừa lạy Phật, đây là khuyến khích bà. Bạn nói như vậy là chánh ngữ, không nói những chuyện thế tục, làm ô nhiễm chính mình. Điều tiếp:

**“Không phạm lỗi đi đêm”**

Tức là không được ra đi khi trời đã tối đen. Vì bạn ở nhà thế tục, ban đêm đi ra ngoài đến nơi lộn xộn khiến người ta sanh nghi ngờ, ban đêm bạn đi ra ngoài để làm gì? Đặc biệt trong nhà có nữ chúng tại gia, bạn đi vòng quanh trong nhà, như vậy cũng không nên. Điều tiếp:

**“Nếu trời tối, ngủ lại, thì phải ngủ riêng một giường, ngồi nhiều năm ít, nhất tâm niệm Phật, xong việc về liền, không được ở lại”**

Tối bạn phải ở trong nhà người đời, bạn phải nói với họ, tôi phải ngủ một mình, tốt nhất là một mình trong một phòng, thật tế không được, thì cũng phải một mình một giường. “Ngồi nhiều, năm ít”, ngồi niệm Phật, cố gắng ngủ ít, ngủ nhiều rồi thì người sẽ ở trạng thái hôn trầm. “Nhất tâm niệm Phật”, Phật hiệu cố gắng phải liên tục không gián đoạn. Đến nhà người đời làm xong việc rồi, thì phải trở về “không được ở lại”, không được cảm

thấy ở đây rất thoải mái, rất muốn hưởng thụ, ở thêm vài ngày, như vậy không được, cố gắng về bên sư phụ sớm một chút.

Thời gian hôm nay có quá một chút rồi, chúng tôi chỉ giảng đến oai nghi thứ 18, tổng cộng có 26 oai nghi, thì còn 8 oai nghi chưa giảng. Tôi mong là sau khi mọi người về nhà, tôi cũng đem giảng xong, giảng ở trên kênh trực tuyến, mọi người sau khi về nhà có thể lên mạng để nghe trực tiếp, đem tổng khóa trình này học xong. Thời gian cụ thể trực tiếp, có thể đợi mọi người về nhà qua hai ba ngày sau, mọi người khỏe lại rồi. Quý vị nên lưu ý mạng chuyên tu Kinh Vô Lượng Thọ là: [www.amtb.hk](http://www.amtb.hk), quý vị vào xem, xem thời gian trực tuyến đó, đại khái tôi ước tính hạn độ giảng hai buổi nữa là xong. Cảm ơn mọi người. A Di Đà Phật.