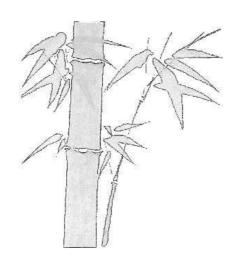
### THỜI KHÓA TU TẬP THỜI ĐỨC PHẬT

Sách này chỉ kính biếu, không bán! Ấn bản điện tử được đăng tại trang web: http://www.thuvienthaythonglac.net

#### TRƯỞNG LÃO THÍCH THÔNG LẠC

## THỜI KHÓA TƯ TẬP THỜI ĐỰC PHẬT



**TU VIỆN CHƠN NHƯ** (2000 - PL 2543)



Giáo pháp của Đạo Phật còn đang bị che phủ mờ mịt trong những đám mây đen kịt của Bà La Môn Giáo và kiến giải của các nhà học giả xua và nay. Đường Về Xú Phật chỉ mới vén lên một it trong đám mây đen kịt ấy và rọi soi một tia sáng vào giáo pháp chân lý của Đạo Phật để giúp cho loài người tìm ra một lộ trình đạo đúc làm người không làm khổ mình, khổ người, đó mới chính là nguồn giải thoát chân chánh của Đạo Phật.





Trong kinh Nikaya thuộc tạng kinh Pali chúng tôi tìm thấy được một thời khóa biểu tu tập trong thời đức Phật còn tại thế Ngài đã hướng dẫn chúng Tỳ kheo tu tập.

Thời khóa biểu này có một giá trị thực hành cụ thể rất lớn đối với những người tu tập theo Phật giáo hiện nay. Nó chỉ định cho chúng ta những pháp hành cụ thể rõ ràng đúng chánh pháp của đức Phật "ngăn ác diệt ác pháp" và nếu nói về thiền định thì "ly dục ly ác pháp".

Ngăn ác diệt ác pháp và ly dục ly ác pháp so sánh với những từ trong thời khóa biểu này "tẩy sạch tâm tư khỏi các chường ngại pháp". Chắc quí vị đã hiểu chương ngại pháp là gì? Nó không khác dục và ác pháp nhưng nó còn rõ nghĩa hơn.

Ví dụ như quí vị ngồi kiết già hai chân đau, đó là chướng ngại pháp; sáng quí vị muốn an, chiều quí vị muốn uống sữa, đó cũng là chướng ngại pháp; v.v..

Xua đức Phật đã thành lập thời khóa biểu này cho chúng Tỳ kheo Tăng cũng như Tỳ kheo Ni tu tập, chúng tôi xét thấy không có lỗi thời mà còn rất phù hợp vào thời đại của chúng ta lúc mọi người đang hướng tâm về thiền định. Thiên định theo trong thời khóa biểu này là thiền định xả tâm, còn tất cả các loại thiền định của quí vị đang tu tập là thiền định ix chế tâm. Đó là thiền tưởng, thiền của ngoại đạo mà xưa kia đức Phật đã sáu năm khổ hạnh tu tập không kết quả giải thoát.

May mắn thay thời khóa biểu của đức Phật ngày xưa còn lưu lại là một bằng chứng chứng minh hùng hồn, cụ thể xác định được pháp môn và sự tu tập của Phật giáo chân thật mà không thể có một giáo pháp ngoại đạo nào mạo nhận của Phật giáo được.

Chúng tôi biến soạn thời khóa biểu này ra để quí vị thẩm xét lại con đường tu của mình có đúng là của Đạo Phật hay không? Đúng thì quí vị mới gọi là tu theo Phật giáo bằng không thì quí vị đừng mượn danh Phật giáo mà biến Phật giáo thành một tôn giáo lừa đảo thì thật là đau lòng.

Theo thời khóa biểu này, quyền tu hay không là ở quí vị, còn riêng chúng tôi biên soạn ra đây để xét thấy cái đúng cái sai hiện giờ trong Phật giáo; cái tu được, cái tu không được; cái đạo đức, cái phi đạo đức; cái không mê tín, cái mê tín; cái không trừu tượng, cái trừu tượng; cái không lừa đảo, cái lừa đảo; v.v.. để quí vị suy ngẫm.

Cuối cùng chúng tôi xin dừng lại nơi đây, hẹn gặp lại quí vị ở những tập sau:
"Những Lời Phật Dạy" để chúng ta sẽ lần lượt vén lên những lớp bụi mù của Bà La Môn Giáo và những kiến giải của các nhà học giả xưa và nay đang phủ mờ Phật giáo.

Kính ghí, Tu viện Chơn Như Ngày 15-2-2000

## THỜI KHÓA TƯ TẬP THỜI ĐỰC PHẬT



## NGƯỜI TU SĨ CÓ 9 ĐIỀU CẦN TU TẬP HẰNG NGÀY

#### <u>LỜI PHẬT DẠY</u>

- 1- Phải đầy đủ oai nghi chánh hạnh.
  - 2- Sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt.
  - 3- Chấp nhận giữ gìn giới luật.
- 4- Giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân, ý không cho dính mắc sáu trần.
- 5- Ăn uống phải tiết độ, không nên ăn uống phi thời.
- 6- Ban ngày khi đi kinh hành hay lúc ngồi luôn luôn phải tẩy sạch tâm tư khỏi các chướng ngại pháp.
- 7- Ban đêm canh đầu đi kinh hành hay ngồi, luôn luôn phải tẩy sạch tâm tư khỏi các chướng ngại pháp.
- 8- Ban đêm canh giữa phải nằm nghiêng, chánh niệm tĩnh giác, luôn luôn phải nghĩ đến thức dậy.
- 9- Ban đêm canh cuối thức dậy đi kinh hành hay ngồi luôn luôn phải tẩy sạch tâm tư khỏi các chướng ngại pháp.

#### PHŲ CHÚ:

## 1- "Phải đầy đủ oai nghi chánh hạnh".

Tức là đi, đứng, nằm, ngồi, nói nín, thường phải quan sát mỗi hành động thân, miệng, ý của mình phải được ôn tồn êm ái, nhẹ nhàng, khoan thai, từ tốn. Đó mới là oai nghi đúng chánh hạnh trong nghĩa tỉnh thức chánh niệm của Đạo Phật.

--000--

#### 2- "Sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt".

Luôn luôn lưu ý đến những lỗi lầm nhỏ nhặt mà hằng ngày chúng ta có thể vô tình lầm lỗi. Những lỗi nhỏ nhặt chúng ta vô tình xem thường thì sự tu tập của chúng ta sẽ không có kết quả.

Ví dụ như khởi niệm muốn uống một ly sữa, một ly cà phê, một tô nước chè, hút một điếu thuốc lá, v.v.. đó là phạm vào những lỗi nhỏ nhặt. Nếu chúng ta xem thường những lỗi lầm này trong ý thì chẳng bao giờ tâm chúng ta ly dục ly ác pháp được, thì dù có tu ngàn kiếp cũng chẳng đi đến đâu được.

Trong khi đang ngồi chơi bỗng nhớ đến một câu kinh Phật, một câu công án, một

bài thơ Đường, một câu ca dao, một bài dân ca, một bức tranh danh họa, hoặc một niệm nhớ nghĩ về gia đình con cái, v.v.. đó là chúng ta đã phạm vào những lỗi nhỏ nhặt của Đạo Phật trong con đường tu tập giải thoát. Nếu chúng ta xem thường nó, không giữ tâm thanh thản, an lạc và vô sự thì dù tu muôn kiếp cũng chẳng giải thoát được gì.

Bởi lỗi lầm tuy nhỏ vì còn trong ý, nhưng nếu không thấy nó là một lỗi lầm lớn trong sự tu tập thì dù chúng ta có tu muôn ngàn kiếp cũng chẳng đi đến đâu cả, do vậy mà đức Phật đã dạy: "sợ hãi trong các lỗi nhỏ nhặt".

--000--

#### 3- "Chấp nhận giữ gìn giới luật".

Giới luật là pháp môn của đức Phật dạy đạo đức làm người, làm thánh. Muốn giải thoát mà không sống đúng đạo đức làm người, làm thánh thì giải thoát cái gì?

Nói đạo đức tức là nói sự giải thoát cho mình, cho người, nghĩa là người có đạo đức là người không làm khổ mình, khổ người. Giới luật của Phật dạy người tu hành giải thoát là dạy đạo đức, chứ không có dạy ngồi thiền, lạy Phật, tụng kinh, cúng bái, sám hối, làm phước, làm chuyện mê tín, v.v.. Vì ngồi thiền, niệm Phật, tung kinh, sám hối,

làm chuyện mê tín, bố thí, v.v.. đều còn trong phước hữu lậu, mà phước hữu lậu có thì còn làm khổ mình, khổ người. Dù phước hữu lậu giàu sang có tột đỉnh như Thạch Sùng, uy quyền thế lực như vua chúa cũng vẫn còn làm khổ mình, khổ người. Chỉ có đạo đức giới luật của đức Phật thì mới không làm khổ mình, khổ người; không làm khổ mình, khổ người thì mới giải thoát.

Do con đường tu tập của Đạo Phật, giới luật là tri kiến giải thoát của người tu sĩ. Ngoài giới luật, người tu sĩ đi tìm tri kiến giải thoát thì không bao giờ có. Cho nên, người tu sĩ Đạo Phật "chấp nhận giữ gìn giới luật" tức là tu tập tri kiến giải thoát. Trong kinh Trường Bộ, đức Phật dạy "Người có giới hạnh nhất định có trí tuệ, người có trí tuệ nhất định có giới hạnh". Vì thế, người tu sĩ có giải thoát nhất định có giới luật nghiêm chỉnh, người tu sĩ có giới luật nghiêm chỉnh nhất định có giải thoát.

Thiền định của Đạo Phật là một thứ thiền định giải thoát vô lậu (Định Vô Lậu), chứ không phải thứ thiền định ngồi lim dim như con cóc, như gộc cây, ức chế thân tâm như ai bẻ giò, bẻ cẳng, đầu căng thẳng như treo đá, khó khổ vô cùng, v.v.. Tu tập khổ

sở mà chẳng được những gì, chỉ được ba tấc lưỡi lừa đảo người có sách vở mà thôi, nhìn lại chỉ phí uổng cuộc đời của mình, chẳng ích lợi gì cho mình cho người.

--000--

## 4- "Giữ gìn mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý không cho dính mắc sáu trần".

Người tu sĩ Đạo Phật muốn tu hành giải thoát mà không phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý thì cũng như người quét nhà muốn cho sạch sẽ mà không chịu đóng cửa, cứ để gió bụi tung vào nhà thì có quét muôn đời cũng chẳng sạch được. Cho nên, những điều phòng hộ mắt, tai, mũi, miệng, thân và ý của mình là một sự quan trọng hết sức cho đường tu tập theo Phật giáo. Những ai muốn tìm đường giải thoát của Đạo Phật mà không biết phòng hộ sáu căn thì dù có tu muôn đời muôn kiếp cũng chẳng có kết quả gì. Muốn phòng hộ sáu căn duy chỉ có một pháp môn độc nhất, đó là "**Đôc cư".** 

--o0o--

## 5- "Ăn uống phải tiết độ, không được ăn uống phi thời".

Ån là một trong ngũ duc lac (sắc, danh, lơi, thực, thùy), người tu sĩ Đao Phật nếu ăn uống không tiết đô và luôn luôn ăn uống phi thời thì dù có tu ngàn kiếp cũng chẳng tìm thấy sư giải thoát, vì nguyên nhân sư đau khổ của con người là DUC, mà ăn uống phi thời là chay theo duc. Chay theo duc thì làm sao có giải thoát được. Đây là lời răn nhắc của đức Phật: "Ăn uống phải tiết độ, không được ăn uống phi thời". Vì muốn giải thoát ly duc ly ác pháp thì ăn uống phải đúng giới luật: "Thừa tự pháp chứ không thừa tự thực phẩm". Ăn uống đúng giới luật là không ăn uống phi thời, chỉ ngày một bữa. Người tu sĩ nào ăn uống hai ba bữa là kẻ ăn uống phi thời, là người thừa tư thực phẩm chứ không phải thừa tư pháp; kẻ thừa tư thực phẩm chứ không phải là tu sĩ Đao Phật, là trùng trong lông sư tử sẽ giết chết Đao Phật. Kẻ còn tham ăn, tham uống như người thế tục thì làm sao tìm sư giải thoát trong Đao Phât được?

--o0o--

#### 6- "Ban ngày đi kinh hành hay trong lúc ngồi luôn luôn phải tẩy sạch tâm tư khỏi các chướng ngại pháp".

Ban ngày tu tập như trong lời dạy trên đây của đức Phật, dù đi kinh hành hay ngồi

đều phải tu tập tẩy trừ dục và ác pháp vì dục và ác pháp làm cho tâm chúng ta chướng ngại, khổ đau. Theo thời thóa biểu này, ứng dụng vào các pháp Tứ Niệm Xứ, Tứ Chánh Cần và sống đúng giới luật thì tu tập mới có hiệu quả tẩy trừ các ác pháp chứ không phải ngồi thiền ức chế tâm chẳng niệm thiện, niệm ác hoặc niệm lục tự Phật A Di Đà, hoặc khán công án, tham thoại đầu mà tẩy sạch tâm tư khỏi chướng ngại pháp.

Do sự tu tập này chúng ta biết các pháp tu tập của Đại Thừa và Thiền Đông Độ không phải là của Phật giáo mà là của Bà La Môn và của kiến giải do các nhà học giả xưa và nay.

--000--

# 7- "Ban đêm canh đầu đi kinh hành hay trong lúc ngồi luôn luôn phải tẩy sạch tâm tư khỏi các chướng ngại pháp".

Cách thức tu tập ban ngày cũng như ban đêm canh đầu duy nhất có một việc làm là tẩy sạch các chướng ngại pháp trong tâm. Đó là một điều tu tập quan trọng của Đạo Phật. Ngoài vấn đề ly dục ly ác pháp thì không có tu tập một pháp môn nào khác hơn, nếu tu tập pháp môn nào khác hơn

ngoài "GIỚI, ĐỊNH, TUỆ" thì không phải là giáo pháp của đức Phật. Không phải giáo pháp của đức Phật thì không bao giờ làm chủ sanh, già, bệnh, chết và chấm dứt luân hồi được.

Giới, định, tuệ của Đạo Phật là pháp môn duy nhất ly dục ly ác pháp diệt ngã xả tâm, đoạn dứt lậu hoặc, thực hiện đạo đức làm người, làm thánh, không làm khổ mình, khổ người và khổ tất cả chúng sanh.

Giới, định, tuệ là một pháp môn dạy đạo đức làm người, làm thánh nhân tuyệt vời trên hành tinh này. Nếu ai đã có đầy đủ duyên mới gặp được pháp môn này mà chẳng chịu tu tập rèn luyện thân tâm mình thật là một người bạc phước vô cùng và ngu si không chỗ nói. Vì pháp môn này vừa lợi ích cho mình, cho người và xã hội, vừa đem đến cho cá nhân một tâm hồn thanh thản, an lạc và vô sự; đem đến cho xã hội một trật tư, an ninh, phồn vinh và hanh phúc.

--000--

## 8- "Ban đêm canh giữa phải nằm nghiêng chánh niệm tĩnh giác, tâm luôn phải nghĩ đến thức dậy".

Trên đây là lời dạy của đức Phật. Canh giữa tức là lúc nửa đêm chỉ có nằm nghiêng giữ chánh niệm tĩnh giác và phải luôn nghĩ

đến thức dậy, chứ không được lười biếng nằm ráng, hễ thấy không ngủ thì nên thức dậy ngay liền để tu tập rèn luyện tẩy trừ tâm khỏi chướng ngại pháp tức là ly dục ly ác pháp.

--000--

#### 9- "Ban đêm canh cuối thức dậy đi kinh hành hay trong lúc ngồi phải tẩy sạch tâm tư khỏi chướng ngại pháp".

Đối với Đạo Phật thời gian chia ra tu tập rất rõ ràng, nhất là ban đêm. Canh cuối tức là buổi khuya phải thức dậy đi kinh hành hoặc ngồi nếu không buồn ngủ, luôn luôn không được lười biếng ham ngủ.

Ban ngày cũng như ban đêm, đầu canh hay cuối canh đều duy nhất tu hành có một mục đích là xả tâm tẩy trừ các chướng ngại pháp, ngoại trừ có canh giữa ban đêm thì mới nằm nghỉ một chút, nhưng phải giữ tâm chánh niệm tĩnh giác, không được ham ngủ. Trước khi nằm ngủ phải tập tỉnh thức rồi mới ngủ, không được nằm xuống là ngủ ngay liền. Phải nhớ lời dạy này!

Trên đây là bài pháp về thời khóa tu tập thời đức Phật còn tại thế để chỉ dạy cho chúng Tỳ kheo tu tập một cách rất rõ ràng và cụ thể.

#### THỜI KHÓA TU TẬP THỜI ĐỰC PHẬT

Chúng tôi nhận thấy bài pháp này về thời khóa tu tập của đức Phật thời xưa, đối với thời đại của chúng ta hiện giờ nó không có lỗi thời và còn có một giá trị chỉ rõ về pháp hành và phù hợp với hoàn cảnh tu tập của chúng ta. Do đó, chúng tôi xin ghi lại bài pháp này cống hiến cho những ai có tâm thiết tha tìm cầu sự giải thoát trong Đạo Phât.

Thời khóa biểu này chúng ta không nói về buổi sáng, buổi trưa và buổi chiều mà chỉ dùng danh từ chung chung "ban ngày". Đọc lại toàn bộ kinh sách của đức Phật, chúng tôi thấy buổi sáng đức Phật và chúng Tỳ kheo khi chưa đến giờ đi khất thực thì hay đến thăm những vị Bà La Môn. Khi khất thực xong về ăn rồi nghỉ trưa một chút, buổi chiều thì tu tập. Trong thời khóa biểu này nói ban ngày tu tập tức là nói buổi chiều.

Kính ghi, Tu viện Chơn Như Ngày 14-02-2000

♦♦♦

# NGHI THỨC THỌ TRAI



## VỊ TỲ KHEO CẦN PHẢI LÀM GÌ KHI THỌ NHẬN CỦA CÚNG DƯỜNG?

ai nghi tế hạnh của một vị Tỳ
kheo khi nhận tứ sự của tín thí cúng
dường phải làm gì?

Trước khi thọ thực phải làm gì? Sau khi thọ thực phải làm gì?

Sau khi nghiên cứu tạng kinh Nguyên Thủy, chúng tôi ghi lại được một thời khóa tu tập trong thời đức Phật còn tại thế, Ngài đã dùng thời khóa này hướng dẫn cho các đệ tử của mình tu tập cách đây 2543 năm. Xét thấy nó có một giá trị rất lớn cho đường tu tập của các vị Tỳ kheo Tăng, Tỳ kheo Ni và nam nữ cư sĩ, nói chung là tín đồ Phật giáo. Thời khóa biểu này chúng tôi thấy không có lỗi thời mà lại rất phù hợp trong thời đai của chúng ta.

Đọc bài kinh ƯỚC NGUYỆN trong kinh Trung Bộ, chúng tôi ghi nhận lời Phật dạy: "Muốn ước nguyện một điều gì thì giới

## luật phải được giữ gìn nghiêm chỉnh thì ước nguyện ấy mới có kết quả".

Do những lời dạy trong kinh này, tôi soạn ra những lời "Ước Nguyện" để thực hiện nguyện vọng tha thiết làm chủ sanh, già, bệnh, chết của mình và của tất cả mọi người trên đường tu tập.

Vị Tỳ kheo mới xuất gia tu hành giới luật chưa thanh tịnh, khi thọ nhận thực phẩm của đàn na thí chủ cúng dường phải làm gì?

Dưới đây là những lời ước nguyện của người tu sĩ mới xuất gia giới luật chưa thanh tịnh khi thọ nhận sự cúng dường.

 $\Diamond \Diamond \Diamond$ 

## ƯỚC NGUYỆN CỦA TÂN TỲ KHEO

Khi nhận thực phẩm của đàn na thí chủ cúng dường xong, người khất sĩ phải đứng yên lặng ước nguyện:

Nôm nay con thọ nhận,

Của tín thí cúng dường.

Vớc nguyên con tu tập,

Giới hạnh tròn nghiêm túc,

Không hề vi phạm lỗi,

Tầm ly dục ly ác,

Không làm khổ mình người.

Xứng đáng đệ tử Phật,

Gương sáng cho mọi người,

Tháp lên ngọn đến pháp,

Chấn hưng lại Phật giáo,

#### THỜI KHÓA TU TẬP THỜI ĐỰC PHẬT

Con xin Phật chứng minh. Nam Mô Phật Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni!

 $\Diamond \Diamond \Diamond$ 

### ƯỚC NGUYỆN CỦA CỰU TỲ KHEO

Pgười tu lâu năm, giới luật đã thanh tịnh, không còn vi phạm lỗi và đã nhập được Sơ Thiền, khi thọ nhận tứ sự của đàn na thí chủ cúng dường, người khất sĩ phải đứng yên lặng ước nguyện:

Nôm nay con thọ nhận,

Của tín thí cúng dường.

Ước nguyên con hồi hướng,

Cho tất cả mọi người,

Đều cũng được như con,

Giới luật tròn thanh tịnh,

Không hề vi phạm lỗi.

Thường lia dục lia ác,

Suốt thời gian tu hành,

Không làm khổ mình người.

Xứng đáng đệ tử Phật,

#### THỜI KHÓA TU TẬP THỜI ĐỰC PHẬT

Đức giới cho mọi người,

Thắp sáng ngọn đèn pháp.

Chấn hưng lại Phật giáo.

Ngưỡng xin Phật chứng minh.

Nam Mô Phật Bốn Sư Thích Ca

Mâu Ni!

♦♦♦

### ƯỚC NGUYỆN TRƯỚC KHI THỌ THỰC

**7**rước khi thọ thực, người tu sĩ phải ngối xếp bằng trên ván, giường, ghế hoặc trên mặt đất dưới bóng cây, trong chòi tranh vách lá, phải đặt bát cơm trước mặt, hai tay chắp lại, lòng thành kính dâng lên tỏ lòng biết ơn chư Phật, tổ tiên ông bà, cha mẹ nhiều đời, nhiều kiếp, và đọc lời ước nguyện:

Nôm nay bũa cơm này,

Chúng con xin thành kinh,

Cúng dường mười phương Phật.

Ba đời chu Điền Thánh,

Tổ Tiên và Ông Bà,

Cha mẹ và quyến thuộc,

Anh em cùng bạn hữu,

Nội ngoại cùng đôi bên,

#### THỜI KHÓA TU TẬP THỜI ĐỰC PHẬT

Nhiều đời vô lượng kiếp,

Chúng con cùng cúi xin,

Cúng dường khắp pháp giới,

Chúng sanh và tất cả,

Hữu tình và vô tình,

Đều được hưởng cóm này,

No lòng như chúng con,

Để rồi quyết chí tu,

Giải trừ tâm ác độc,

Tăng trưởng hạnh từ bi,

Thương xót khắp quần sanh,

Thể hiện pháp thiền định,

Ra khỏi nhà sanh tử,

Làm chủ đường luân hồi,

Báo đáp bốn trọng ân,

Gìn giữ ngôi Tam Bảo,

Cửu trụ mãi muôn đời.

Nam Mô Phật Bồn Sư Thích Ca

Mâu Ni!

Sau khi thầm đọc lời ước nguyện kính dâng lên lòng thành kính biết ơn của mình, người tu sĩ ăn:

- 1- Miếng cơm thứ nhất ước nguyện:"Ly dục, ngăn ác diệt ác pháp".
- 2- Miếng cơm thứ hai ước nguyện: "Sanh thiện tăng trưởng thiện pháp".
- 3- Miếng cơm thứ ba ước nguyện: "Tất cả chúng sanh đều ly dục ly ác pháp, không làm khổ mình, khổ người".

Sau khi đọc xong lời ước nguyện, người tu sĩ bắt đầu giữ gìn ăn uống trong sự im lặng.

**\*** 

## ƯỚC NGUYỆN SAU KHI THỌ THỰC

**S**au khi thọ thực và uống nước xong, người tu sĩ chấp tay lên thầm đọc lời ước nguyện biết ơn những đàn na thí chủ đã cúng dường tứ sự nuôi thân sống cho mình:

**N**guyên thọ bữa cơm này,

Chúng con mãi nhớ ơn,

Người nông phu khó khổ,

Kể đệt cửi nhọc nhàn,

Giọt mồ hôi nước mắt,

Làm ra của cúng dường,

Người đàn na thí chủ,

Vì Phật pháp trường tồn,

Chẳng nề công khó khổ,

Kính ngưỡng cúng dâng lên.

Chúng con nguyên giữ gìn,

Chẳng dám phung phi phạm,

Ngày một bữa nuôi thân,

Chẳng dám ăn phi thời,

Wi phi thời phí phạm,

Như ăn thịt con mình.

Chúng con nguyện hết sức,

Năng nổ siêng tu hành,

Ra khổi nhà sanh tử,

Đền đáp ơn chư Phật,

On sanh thành dưỡng dục,

On đàn na thí chủ.

Chúng con cũng cúi xin,

Kể còn người đã mất,

Dèu được hưởng Phật pháp,

Tầm ly dục ly ác,

Không làm khổ mình người.

Nam Mô Phật Bồn Sư Thích Ca Mâu Ni!

(Đứng dậy chấp tay xá một xá rồi lui ra dọn dẹp).

Thời khóa tu tập và nghi thức khất thực, ăn uống của một vị Tỳ kheo rất đơn giản đến đây là hết.

----®@\@----

нếт

Xin quí vị tìm đọc Đường Về Xứ Phật

từ tập 1 đến tập 10, quí vị sẽ rõ những thâm ý độc ác của Bà La Môn quyết tâm diệt sạch Phật giáo trên hành tinh này và những kiến giải sai lệch của các nhà học giả xưa và nay vì danh lợi đã biến Phật giáo thành một giáo lý bị thế tục hóa.

## **MỤC LỤC**

Lời nói đầu	7
Thời khóa tu tập thời đức Phật	13
Người tu sĩ có 9 điều cần tu tập hằng ngày	15
Nghi thức thọ trai	25
Vị Tỳ kheo cần phải làm gì khi thọ nhận của c	úng
dường?	27
Ước nguyện của tân Tỳ kheo	29
Ước nguyện của cựu Tỳ kheo	31
Ước nguyện trước khi thọ thực	
Ước nguyện sau khi thọ thực	36
Muc luc	40

### GIỚI THIỆU SÁCH

- 1- Đạo Đức Làm Người (tập I, II 2011)
- 2- Sống Mười Điều Lành (2011 Quý IV)
- 3- Những Lời Gốc Phật Dạy (4 tập 2011)
- 4- Đường Về Xứ Phật (10 tập 2011)
- 5- Văn Hóa Phật Giáo Truyền Thống (2 tập 2011)
- 6- Lòng Yêu Thương tập II (2011)
- 7- Lòng Yêu Thương (2009, 2011)
- 8- Linh Hồn Không Có (2010 Quý IV)
- 9- Người Phật Tử Cần Biết (2 tập 2011)
- 10- Những Chặng Đường Tu Học Của Người Cư Sĩ (2011)
- 11- Giới Đức Làm Người (2 tập 2010)
- 12- Thanh Quy Tu Viện Chơn Như (2010)
- 13- Mười Hai Cửa Vào Đạo (2012)
- 14- Sống Một Mình Như Con Tê Ngưu (2010)
- 15- Ba Mươi Bảy Phẩm Trợ Đạo (2010)
- 16- Muốn Chứng Đạo Phải Tu Pháp Môn Nào (2010)
- 17- Hỏi Đáp Oai Nghi Chánh Hạnh (2011)
- 18- Tạo Duyên Giáo Hóa Chúng Sinh (2011)
- 19- Lịch Sử Chùa Am (2010)
- 20- Thiền Căn Bản tập I

- 21- Thời Khóa Tu Tập Trong Thời Đức Phật
- 22- Giáo Án Rèn Nhân Cách Lớp Ngũ Giới: Đức Hiếu Sinh (tập I, II, III 2012)
- 23- Giáo Án Rèn Nhân Cách Lớp Ngũ Giới: Đức Ly Tham (tập I)
- 24- Giáo Án Rèn Nhân Cách Lớp Ngũ Giới: Đạo Đức Gia Đình (tập I)
- 25- Mười Giới Thánh Đức Sa Di (tập I, II)
- 26- Giới Đức Thánh Tăng, Thánh Ni
- 27- Phật Giáo Có Đường Lối Riêng Biệt
- 28- Định Niệm Hơi Thở
- 29- Những Lời Tâm Huyết (tập I, II)
- 30- Pháp Môn Niệm Phật Tứ Bất Hoại Tịnh
- 31- Nghi Thức Tho Trai
- 32- Thọ Tam Quy Ngũ Giới (2012)

...

Ấn bản điện tử được đăng tải tại Thư viện Thầy Thông Lạc:

http://www.thuvienthaythonglac.net

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

