

# MỤC LỤC

LÝ NHÂN DUYÊN SANH	3
LÝ NHÂN QUẢ	5
LÝ LUÂN HỒI	8
KINH THƯƠNG YÊU	12
KINH PHƯỚC ĐỨC	14
THE TEACHING OF ALL BUDDHAS	16
NĂM UẨN	18
BA DẤU ẤN CỦA PHẬT GIÁO	21
MƯỜI ĐIỀU THIỆN	23
PHÙ HIỆU GIA ĐÌNH PHẬT TỬ	26
AN CƯ KIẾT HẠ	30
TRUSTING TO LUCK	32

## Ghi Chú:

Vào những năm 2014-2017 của nhiệm kỳ 9, BHD Trung Ương quyết định cải tiến tài liệu Phật Pháp các cấp : một số bài mới được đưa vào và các bài cũ được sửa đổi về hình thức hay nội dung để thích hợp với hoàn cảnh hiện đại. Tài liệu này được biên tập lại với các thay đổi như sau:

- 1) Về hình thức, các bài Phật Pháp 2-cột được thay đổi sang dạng table để dễ dàng thay đổi nội dung mà không cần phải tốn công điều chỉnh các cột dọc .
- 2) Sau đây là các thay đổi của bậc Trung Thiện trong ấn bản này:

Các Ấn Bản Trước	Ấn Bản này
1. Đức Phật Di Lặc	1. Lý Nhân Duyên Sanh
2. Ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát	2. Lý Nhân Quả
3. Chùa Báo Quốc	3. Lý Luân Hồi
4. Chùa Thuyền Tôn	4. Kinh Thương Yêu
5. Chùa Viên Giác	5. Kinh Phước Đức
6. Lý Nhân Duyên Sanh	6. Lời Phật Dạy
7. Lý Nhân Quả	7. Năm Uẩn
8. Lý Luân Hồi	8. Ba Dấu Ấn của Phật Giáo
9. Mười Điều Thiện	9. Mười Điều Thiện
10. An Cư Kiết Hạ	10. Phù Hiệu GDPT VN
11. Năm Uẩn	
12. Lịch Sử Đạo Phật ở Việt Nam	Bài Đọc thêm:
13. Đạo Phật tại Hoa Kỳ	1. Ý nghĩa về sự may mắn
14. Vua Trần Nhân Tông và Trúc Lâm Yên Tử	2. An Cư Kiết Hạ
15. Phù Hiệu Gia Đình Phật Tử Việt Nam	
16. Cơ Cấu Tổ Chức Ban Hướng Dẫn GDPT Miền Tịnh Khiết	

## LÝ NHÂN DUYÊN SANH

### THE LAW OF CAUSALITY

<p><b>I. ĐỊNH NGHĨA:</b></p> <p><i>Nhân</i> : Những gì có năng lực phát sanh. Yếu tố chính của sự phát sanh.</p> <p><i>Duyên</i>: Những sự giúp đỡ phụ thuộc cho nhân phát sanh.</p>	<p><b>I. DEFINITION:</b></p> <p><i>Cause</i>: Anything that is capable of producing/happening/forming. It's the main factor of the result.</p> <p><i>Supporting Factor /constituent</i>: Any factor that contributes to the cause to produce result.</p>
<p><b>II. ĐỊNH LÝ NHÂN DUYÊN:</b></p> <p>Mọi vật hình thành do kết quả của sự tác dụng giữa nhân và duyên. Ví dụ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cái bàn thì được tạo thành do gỗ là yếu tố chính (Nhân) và công làm là yếu tố phụ (Duyên).</li> <li>2. Ngôi chùa được tạo thành do gạch, xi-măng, gỗ, đinh v.v. là yếu tố chính (Nhân) và công xây cất là yếu tố phụ (Duyên).</li> </ol>	<p><b>II. DEFINITION OF THE LAW OF CAUSALITY:</b></p> <p>Everything happening or created or formed result from the interaction between the cause and supporting factors. Examples:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A table is composed of wood (main cause) and labor to build it (supporting factors / components).</li> <li>2. A temple is composed of bricks, cement, wood, nails, etc..., (main causes) and labor to build it (supporting factors/ components).</li> </ol>
<p><b>III. NHỮNG ĐẶC ĐIỂM CỦA LÝ NHÂN DUYÊN:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tất cả sự hiện hữu trong vũ trụ đều có thể giải thích trong Lý Nhân Duyên .</li> <li>2. Lý Nhân Duyên chi phối tất cả: Tất cả các sự vật khác nhau (hình tướng, tánh tướng, thể tính, khí tính, v.v...) đều do nhiều Nhân- Duyên khác nhau mà hình thành. Không một vật gì hình thành ngoài sự hội hợp của Nhân Duyên.</li> <li>3. Lý Nhân Duyên là một sự thật. Đức Phật chỉ là người nêu ra sự thật ấy.</li> </ol>	<p><b>III. THE CHARACTERISTICS OF THE LAW OF CAUSALITY:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. All existence in the Universe can be explained in terms of the Law of Causality.</li> <li>2. All existence is formed differently due to different causes and supporting factors. The Law of Causality engages in every single element being formed.</li> <li>3. The Law of Causality is a true principle. Buddha was just a person who cited it.</li> </ol>
<p><b>IV. ÁP DỤNG LÝ NHÂN DUYÊN VÀO ĐỜI SỐNG HÀNG NGÀY:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lý Nhân Duyên cho chúng ta rõ mọi sự vật đều do nhân duyên tụ hội mà thành. Khi nhân duyên thay đổi thì sự vật ấy cũng thay đổi; cho nên chúng ta đừng quá nâng chiều sự vật ấy vì một ngày nào đó nó cũng sẽ thay đổi khi nhân duyên tan rã. Không nên quá vui khi có nó và cũng đừng buồn khi mất nó. Đừng</li> </ol>	<p><b>IV. THE APPLICATION OF THE LAW OF CAUSALITY IN DAILY LIFE:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. The Law of Causality helps one understand every existence depending upon the main cause and supporting factors. In the absence of one or the other, that existence will be changed accordingly; therefore one should not feel too pampered over any existence. One should neither be too happy nor too sad when having or losing such existence. One</li> </ol>

<p>để sự vui buồn của chúng ta lệ thuộc vào những thứ tạm có đó.</p> <p>2. Lý Nhân Duyên cho chúng ta rõ mọi vật khác nhau đều do nhiều nhân duyên khác nhau tạo thành. Không nên buồn khi gặp những gì mình không thích và cũng đừng quá vui khi gặp những gì vừa ý. Vì làm như thế, dù trước hay sau mình cũng phải có một lần buồn vì được nó hoặc mất nó.</p> <p>3. Lý Nhân Duyên cho chúng ta hiểu rằng mình hãy bình thân sống với những gì mình có. Đừng vì đua đòi những thứ tạm có ấy để rồi làm khổ cuộc đời mình.</p> <p>4. Lý Nhân Duyên cho chúng ta thấy rằng: Không có một vật gì tự nhiên mà có, và không một nhân nào có thể phát sanh khi không có những duyên phụ. Vì thế, con người và các sự vật có đều do nhiều nhân duyên tạo thành chứ không phải do một vị Thượng Đế nào sáng tạo ra.</p> <p>5. Lý Nhân Duyên cũng cho chúng ta thấy rằng tương lai của chúng ta nằm trong tay chúng ta. Chúng ta muốn đẹp hay xấu, giàu hay nghèo, vui hay buồn đều do những nhân duyên tự bản thân ta tạo ra.</p>	<p>should not base affections on the temporary existence of anything.</p> <p>2. The Law of Causality helps one understand that different causes and different supporting factors can yield different results. One should neither be too happy nor too sad when one encounters it. Practicing the Law of Causality will eliminate the sadness in one's life.</p> <p>3. Practicing the Law of Causality will help one feel pleased and delighted for what one is presently experiencing. Do not follow the material influence of the society which may bring misery to one's life.</p> <p>4. The Law of Causality helps one understand that nothing exists without the correlation between cause and supporting factors. Therefore, all existences result from the correlation between cause and constituents. God does not create them.</p> <p>5. The Law of Causality helps one understand that one's future is in one's hands. How one chooses one's destination depends upon one's daily activities.</p>
<p><b>V. KẾT LUẬN</b></p> <p>Mọi sự vật hình thành khác nhau đều do nhiều nhân duyên khác nhau tụ hợp mà sanh ra. Chính vì nhân duyên biến đổi không ngừng nên không có vật gì có thể tồn tại mãi mãi được. Hiểu được như vậy, chúng ta không nên quá vui hoặc quá buồn khi được nó cũng như khi mất nó. Trái lại, hiểu được như vậy sẽ giúp bản thân chúng ta sống an vui, hạnh phúc.</p>	<p><b>V. CONCLUSION:</b></p> <p>The correlation between different causes and factors can yield different results. The existence of any form depends upon the constant changing of interactions between causes and constituents; nothing last forever. A full understanding and practicing of the Law of Causality will help one stays happy in one's life.</p>

## LÝ NHÂN QUẢ THE CAUSE AND EFFECT

<p><b>I. ĐỊNH NGHĨA CHỮ NHÂN QUẢ:</b>  <i>Nhân:</i> Nguyên nhân, năng lực phát động  <i>Quả:</i> Kết quả, sự hình thành của năng lực phát động</p> <p><b>II. ĐỊNH LÝ NHÂN QUẢ:</b>          Lý Nhân Quả là một định luật nêu rõ sự tương quan tương duyên giữa nhân và quả; có nhân duyên phối hợp tất có quả hình thành.</p>	<p><b>I. DEFINITION:</b>  <i>Cause:</i> Anything that generates a result  <i>Effect:</i> Anything produced by a cause.</p> <p><b>II. DEFINITION OF THE LAW OF CAUSE AND EFFECT:</b>          The Law of Cause and Effect is an axiom which cites the relationship between an action and its corresponding result. An effect cannot be produced without cause.</p>
<p><b>III. NHỮNG ĐẶC ĐIỂM VỀ LÝ NHÂN QUẢ:</b></p> <p><b>1. Nhân Quả Là Định Luật Hiện Thật:</b>          Đức Phật không phải là người sáng chế đạo lý Nhân Quả, Ngài chỉ là người đã giác ngộ sự tương quan, tương duyên giữa nguyên nhân và kết quả của sự vật. Đức Phật căn cứ trên đời sống thực tại để thuyết giảng Lý Nhân Quả cho chúng ta hiểu.</p> <p><b>2. Nhân Quả Chi Phối Tất Cả:</b>          Sở dĩ mọi thứ trên đời khác nhau vì được cấu tạo bởi nghiệp nhân khác nhau. Vì thế định luật Nhân Quả chi phối tất cả sự vật. Định luật Nhân Quả không thiên vị, không bênh vực một ai. Không ai có thể phủ nhận hoặc sửa đổi định lý tất nhiên này.</p> <p><b>3. Nhân Quả Là Một Định Luật Rất Phức Tạp:</b>          Lý Nhân Quả không phải giản-dị như chúng ta thường hiểu. Sự liên hệ, tương- quan, tương duyên, tương phản giữa nhân và quả thường tạo nên phức tạp và khó hiểu. Chính vì vậy, những ai chưa nhận rõ sự tương quan này thường khó nhận thức được sự chính xác của Lý Nhân Quả và gây nên những ngộ nhận.</p>	<p><b>III. THE CHARACTERISTICS OF THE LAW OF CAUSE AND EFFECT:</b></p> <p><b>1. Cause and Effect is a universal law:</b> Buddha did not invent the Law of Cause and Effect; however, He was the person who fully understood the relationship between cause and effect. Buddha taught this law based upon real-life experience.</p> <p><b>2. The Law of Cause and Effect controls all entities:</b>          Every existence varies due to different causes. The Law of Cause and Effect governs all existence. This Law is impartial, meaning that it takes no sides. No one can deny or change the inevitable Law of Cause and Effect.</p> <p><b>3. Cause and Effect is a complex law:</b>          The Law of Cause and Effect is not easy to understand. The close connections and domino- relationships between cause and effect are what make the law difficult to understand. Anyone who uses simple knowledge to make a judgement on the Law of Cause and Effect usually ends up with a misconception of what the Law really is.</p>
<p><b>IV. SỰ TƯƠNG QUAN GIỮA NHÂN VÀ QUẢ:</b>          Đức Phật dùng đạo Lý Nhân Quả để giải thích sự tương quan tương duyên giữa nhân và quả. Sự tương quan này rất mật thiết, nhưng cũng rất phức tạp và khó nhận định.</p>	<p><b>IV. THE INTERRELATIONSHIP OF CAUSE AND EFFECT:</b>          Buddha used this Law to explain the association between cause and effect. This close collaboration is very hard to perceive because of its complexity.</p>

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Một Nhân Tự Nó Không Thể Sinh Ra Quả:</b> Sự vật được hình thành giữa vũ-trụ này đều do sự tổng hợp của nhiều nhân duyên. Một nhân không thể nào tự nó phát sanh ra quả được. Ví dụ cây lúa không phải chỉ do hạt lúa tạo thành mà cần phải có các nhân khác giúp vào hạt lúa mới nảy mầm được như đất, nước, v.v...</li> <li>2. <b>Nhân Nào Quả Nấy:</b> Nhân thể nào thì kết quả cũng như vậy chứ không bao giờ tương phản, mâu thuẫn nhau. Ví dụ người học đàn chỉ biết đàn, chứ không thể biết đánh trống.</li> <li>3. <b>Trong Nhân Có Quả, Trong Quả Có Nhân:</b> Nhân, chính nó cũng là quả đồng thời của sự thuận thực của nhiều nhân duyên trước nó. Quả, chính nó cũng là nhân đồng thời cho sự phát sanh của quả khác. Ví dụ: Tốt nghiệp đại học là kết quả của nhiều năm tháng học hành nhưng sự tốt nghiệp đó cũng là nhân chính cho sự tìm kiếm việc làm, và ngược lại.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>A cause by itself can not generate an effect:</b> All existence on the universe is composed of cause and other contributed factors to form an effect. A cause by itself cannot form an effect. Example: A wheat grain itself cannot grow if it lacks of other supporting factors (sun, water, etc.).</li> <li>2. <b>It is what it is:</b> Whatever the characteristics of the cause are, its effect will have the corresponding characteristics. For example, a guitar learner will only know how to play guitar and will not know how to play the drums.</li> <li>3. <b>Cause and effect are interrelated:</b> The present cause itself is generated from the effect the previous causes. The effect itself can be the cause for future effect. For example: a college degree is the result (effect) of many years in school (cause) and the degree brings about employment or advanced degree.</li> </ol>
<p><b>V. SỰ LIÊN HỆ GIỮA NHÂN VÀ QUẢ QUA THỜI GIAN:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Nhân Quả Một Thời:</b> Nhân quả nối liền nhau. Nghĩa là vừa tạo nhân, quả liền phát khởi. Như đánh chuông liền nghe tiếng. Quả theo liền với nhân, chứ không cần chờ đợi một thời gian mới thuận thực.</li> <li>2. <b>Nhân Quả Trong Hiện Tại:</b> Tạo nhân đời này thì kết quả cũng trong đời này. Như trồng lúa thì chừng sáu tháng đã có lúa, không cần phải đợi một thời gian lâu xa.</li> <li>3. <b>Nhân Quả Trong Hai Đời:</b> Nhân tạo đời trước, đời này mới có kết quả, nhân tạo đời này đến đời sau mới có kết quả; nghĩa là cần đợi một thời gian khá lâu quả mới thuận thực. Ví dụ, trong đời sống hiện tại</li> </ol>	<p><b>V. THE INTERRELATIONSHIP OF CAUSE AND EFFECT THROUGH TIME:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Cause and Effect happening at the same time:</b> Cause and effect follow each other, meaning that an effect is immediately resulted from the cause. For example, sound is produced after the bell is rung. The effect immediately follows the cause; there is no waiting for the effect to be produced.</li> <li>2. <b>Cause and Effect in same life cycle:</b> The cause that is created in this lifetime will have an effect in this lifetime. For example, wheat cultivation requires only about six months to yield wheat grains.</li> <li>3. <b>Cause and Effect in two consecutive lives:</b> The effect in this life is brought about by the cause from previous life. The cause in this life will affect the next life. This means that there is a waiting period for the effect to take place. For example, if one makes meaningful</li> </ol>

biết bố thí cúng dường thì đời sau sẽ được giàu sang.	contribution in this life, one will be successful in one's next life.

# LÝ LUÂN HỒI

## THE RE-BIRTH

### I. LỜI NÓI ĐẦU:

Con người do ai sinh ra? Sinh ra rồi để làm gì và sẽ đi về đâu? Những câu hỏi này thường làm nhân loại băn khoăn, thắc mắc. Rất nhiều tôn giáo và triết học chủ nghĩa từ trước đến nay cũng đã tìm tòi và trình bày nhiều giả thuyết khác nhau nhưng hiện tại vẫn chưa thỏa mãn được tính hiếu kỳ của nhân loại. Vấn đề nhân sinh quan vẫn còn đè nặng trong trí óc của con người. Đạo Phật dùng đạo lý Luân Hồi để trả lời những câu hỏi trên và chỉ rõ địa vị con người trong đạo Phật như thế nào.

### I. FOREWORDS:

Where do people come from? What are their missions? Where will they end? These questions are often asked by people. Many religions and societies sought answers to these questions. Different religions and societies had different answers to these questions, yet none of the answers satisfied human curiosities. Human relations still play an important role in human's mind. Buddhism carefully explains the questions above using the Law of Reincarnation and also clearly defines human position with respect to all other beings in the universe.

### II. NHỮNG HIỂU LẦM VỀ NHÂN SANH:

Những hiểu lầm về nhân sanh quan bao gồm bốn thứ kiến chấp:

1. **Chấp đoạn:** Cho rằng con người chỉ có với hiện tại, chỉ thực sự có trong mấy mươi năm sống và khi chết là hết, những kiến thức hiểu biết không còn.
2. **Chấp thường:** Có người cho rằng sau khi chết tuy thân thể tiêu tan nhưng vẫn có một linh hồn bất tử, linh hồn ấy sẽ được lên cõi thiên đàng và mãi mãi hưởng những an vui khoái lạc (nếu tạo nhân lành trong hiện tại), hay sẽ bị đọa vào cõi địa ngục chịu khổ mãi mãi (nếu tạo việc ác).
3. **Chấp thân trước không can hệ đến thân sau:** Có người cho rằng dầu thân này chết sanh ra thân sau, nhưng thân sau ấy không liên can gì với thân trước.
4. **Chấp luân hồi theo luật tiến hóa:** Có người cho rằng sự vật luân hồi theo luật tiến hóa.

### II. MISCONCEPTION ABOUT HUMAN RELATIONSHIP:

Four misconception about human relationship:

1. **Life is short:** Belief that humans only exist in the present life, live for a lifespan, and everything will disappear after death.
2. **Eternity:** Belief that the physical form will deteriorate and there is an everlasting spirit. The spirit of a person will be either in the Heaven or Hell depending on the actions of that person committed in one life.
3. **No relationship between lives:** Belief that there is a life after death, yet there is no relationship between the previous life and the next.
4. **Upward-reincarnation:** Belief that everything reincarnates upward.

### NH NGHĨA LUÂN HỒI:

**Luân :** Bánh xe

**Hồi :** Quay tròn

Luân Hồi là sự thăng trầm mãi mãi của chúng sanh trong sáu cõi phàm, lúc sanh ra làm người, làm trời, làm ngựa quỳ, v.v...

### III. DEFINITION OF RE-BIRTH:

Luân = a wheel

Hồi = in a circle

It's the evolution composed of six eras in which beings naturally evolve.



#### IV. SỰ LUÂN HỒI CỦA MỌI VẬT:

Lý luân hồi là một định luật chung của tất cả sự vật.

1. **Thực vật:** Như cây cam, do hạt cây cam gieo xuống đất, mọc thành cây cam, và sanh ra trái có hạt, đem hạt ấy trồng thành cây cam; mãi mãi như vậy không bao giờ dừng nghỉ.
2. **Mưa:** Nước biển do khí nóng mặt trời bốc hơi lên, hơi gặp khí lạnh đọng lại thành mây, rồi rơi xuống thành mưa, nước mưa chảy ra biển, và bốc hơi lên; cứ tuần hành như vậy không bao giờ mất.
3. **Sức nóng:** Sức nóng chứa trong cây, tìm chỗ gặp, trông chẳng thấy, nhưng lấy hai cây cọ sát vào nhau một hồi lâu lại có lửa bật cháy. Lửa ấy đốt cây tạo thành than khí, các cây khác hút lấy than khí để chứa lại sức nóng như trước; cứ tuần tự như vậy thì lửa trong cây không bao giờ mất.

#### IV. THE RE-BIRTH OF EVERY EXISTENCE:

The Law of Reincarnation is a law that applies to all existences.

1. **Ecology:** For example: oranges, the orange tree germinates from the seed and then produces oranges. The same process repeats itself.
2. **Rain:** Rain is the result of the evaporation of water and the encounter with cold air; together they form clouds; the clouds are melted when encountered with hot air.
3. **Heat:** Heat is hidden in the trees, it is not recognizable by sight, but it can only be seen when friction takes place. The trees breathe CO<sub>2</sub> for heat restoration.

#### V. NGUYÊN NHÂN CỦA LUÂN HỒI:

Sự sanh tử luân hồi của con người do những nguyên nhân sau đây:

1. **Sức mạnh của nghiệp:** Con người sống ở trên đời luôn luôn tạo các nghiệp về thân, miệng, ý nghĩ. Những nghiệp này tiếp nối nhau tạo thành những sức mạnh dắt dẫn con người sau khi chết rồi phải đầu thai để sống một kiếp khác. Sức mạnh của nghiệp đó càng ngày được tăng cường nối tiếp, nên con người luôn luôn phải sống trong sanh tử luân hồi. Có bốn loại nghiệp thường hay dắt dẫn con người đi đầu thai:
  - a. Tích lũy nghiệp: Nghiệp tạo ra trong nhiều đời trước.
  - b. Tập quán nghiệp: Nghiệp tạo ra trong đời hiện tại do những thói quen và tập quán.
  - c. Cực trọng nghiệp: Những nghiệp quan trọng có năng lực tác động mãnh liệt hơn hai nghiệp trước.

#### V. THE CAUSE OF RE-BIRTH:

The re-birth of the human is based on the following factors:

1. **Strength of the action:** Humans cause action through their body, speech, thought. These karmas eventually accumulate and become a major factor which leads to the next life of a person. This factor keeps building through life cycles, therefore humans can hardly escape the life cycle. There are 4 kinds of karma that usually guide the human loop through the life cycle.
  - a. Accumulation of Karma: Karma committed in many former births.
  - b. Habits Karma: Karma created bases upon habits and tradition.
  - c. Most Dominate Karma: This Karma has stronger effect than the previous two.

<p>d. Cận tử nghiệp: Nghiệp lực tạo ra khi gần chết.</p>	<p>d. New Ending of Life Karma: Karma created when a person approaches death.</p>
<p><b>2. Lòng tham sống sợ chết và sự luyến ái của con người:</b> Không ai không tham sống sợ chết, nên khi lâm chung cố hết sức bám víu vào sự sống, tìm hết cách để dành lại sự sống. Và lại tư tưởng chưa được thoải mái về những dực vọng thế gian nên khi chết lại muốn tìm một xác thân khác để thỏa mãn những ước vọng tham dực của mình.</p> <p><b>3. Do sự mê mờ chấp trước:</b> Không thấy rõ bản thể thực sự của chính mình. Nhận cái giả dối làm cái thật, và cho cái thật là cái giả. Vì sự nhận định sai lầm cho nên mãi mê chạy theo những cái giả dối để rồi tự làm khổ chính bản thân mình.</p>	<p><b>2. Life and Desire:</b> Nobody wants to die, therefore they will try to do anything to save themselves from death. In addition, their mind are not fully satisfied with desires and this will force a person to reincarnate to satisfy his/her desires.</p> <p><b>3. Ignorance:</b> We see ourselves as permanent, and have misconceptions about things. Therefore, we, as humans are willing to do anything for ourselves without consideration of the end-effect. This is why humans can not escape the cycle of re-birth.</p>
<p><b>VI. HÀNH TƯỚNG LUÂN HỒI:</b>  Lối thọ sanh tùy theo hạnh nghiệp tác động khác nhau, tùy tâm sở thích, tùy nghiệp tạo tác mà thành những năng lực dẫn dắt con người đi đầu thai. Như huân tập những chủng tử thiện thì sẽ được dẫn dắt về những cõi sung sướng. Ngược lại nếu huân tập những chủng tử bất thiện thì sẽ bị sa đọa vào những cõi như địa ngục, ngạ quỷ, hoặc bàng sanh.</p> <p><b>VII. SỰ CHỨNG NGHIỆM CỦA LUÂN HỒI:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Chính trong từng niệm, con người có thể trải qua trạng thái của sáu loài:</b> Nếu nghĩ điều lành thì tâm đang ở trong cảnh giới thiện, khi nghĩ điều ác thì cảnh địa ngục hiện khởi.</li> <li><b>2. Cảnh giới của sáu loài có thể lường được qua những hành động hiện tại:</b> Trên cõi đời này, những ngục hình, những phòng tra tấn, những trại giam có những hình phạt như tra tấn, đổ nước sôi, giựt điện, chiến tranh tàn phá, v.v... thì đó chính là cái lý của cảnh giới địa ngục.</li> <li><b>3. Thần đồng:</b> Như nhà học gia Pascal, mới lên tám mà đã thông thạo về kỹ hà học.</li> </ol>	<p><b>VI. CHARACTERISTICS OF RE-BIRTH:</b>  Depending on one's karma in the past, it decides where one ends up in the next life. If one's karma in the past was good then one will end up in a happy situation or otherwise one will end up with a life of difficulty.</p> <p><b>VII. FACTS ABOUT RE-BIRTH:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. We can be at a different place in the reincarnation cycle at any moment depending on our thought:</b> If we are thinking about good deeds then we are on the bright side but if we are thinking about wrong-deeds then we are on the dark side.</li> <li><b>2. There are six different levels of re-birth cycle can be seen in this world:</b> The prison, punishment, war, etc..., are the scenes that represent Hell.</li> <li><b>3. Prodigies:</b> Pascal famous in astronomy at the age of eight. Bạch Cư Di knew how to make</li> </ol>

<p>Bạch Cư Di mới lên năm mà đã biết làm thơ. Những sự kiện ấy không thể gọi là ngẫu nhiên được, mà đó là sự hiểu biết của nhiều kiếp trước cho nên khi sanh ra thì đã giỏi xuất chúng.</p> <p>4. <b>Các chuyện tiền thân:</b> Các chuyện tiền thân do Đức Phật hay các vị Bồ Tát thuật lại, một vài câu chuyện của một vài người nhớ lại kiếp trước. Điều đó cho chúng ta hiểu rằng con người đã từng sống qua nhiều trạng thái khác nhau trong lục đạo. Như ở Ấn Độ có người con gái mới lên tám mà đã biết được chồng con, gia-quyển, xứ sở của cô đời trước.</p> <p>5. <b>Sự thông cảm giữa người và người:</b> Có người vừa gặp lại sanh lòng yêu thương, có người vừa gặp lại sanh lòng ghét bỏ. Những hiện tượng này cho chúng ta thấy ở trong quá khứ đã từng thương ghét nhau cho nên ở đời này vừa gặp nhau liền có những thiện ác cảm mãnh liệt như vậy.</p>	<p>poems at the age of five. These evidences did not occur by coincidence, but they are the karmas from many former births.</p> <p>4. <b>Stories of many former births:</b> There are stories of former births told by Buddha, the Bhoddisatta, and a few came from people who remembered about their past lives.</p> <p>5. <b>Relationship among people:</b> There are occasions where one can easily make an acquaintance with a new person who one has not meet previous. However, there are times that one hates a person when one sees him/her one has never met. These occurrences prove there are connections in which two people have met in a past life and there is a like or dislike between the two. Therefore, in this life there is a strong effect from the past acquaintances.</p>
<p><b>VIII. KẾT LUẬN:</b> Qua đạo lý luân hồi, Đức Phật dạy rằng:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nguyên nhân chính của sự đau khổ là mê mờ. Chính vì mê mờ cho nên tạo ra các nghiệp nhân để phải chịu sanh tử luân hồi.</li> <li>2. Con người luân chuyển trong sáu nẻo, tùy nghiệp nhân mà thọ quả báo. Giá trị cao thấp của con người dựa vào tâm niệm hiện tại mà biết được.</li> <li>3. Chính vì con người luân hồi trong lục đạo cho nên chúng sanh có thể đều là bà con họ hàng với nhau.</li> <li>4. Đạo Phật nói đến Luân Hồi là giúp con người giải thoát ra ngoài sự sanh tử luân hồi.</li> </ol>	<p><b>VIII. CONCLUSION:</b> Based on The Law of Reincarnation, Buddha has taught:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. The main origin of suffering is ignorance. Because of ignorance, many bad karmas had been created and these lead human to the cycle of reincarnation.</li> <li>2. People evolve in the re-birth cycle, and depending upon their actions they will know where they will end up. The value of a person depends on his/her thought at any moment.</li> <li>3. Because humans evolve in the re-birth cycle, everyone can be a relative of the other.</li> <li>4. Buddhism introduces the Law of Reincarnation to help humans escape the cycle of reincarnation</li> </ol>

**KINH THƯƠNG YÊU**  
**DISCOURSE ON LOVING-KINDNESS**

<p>Những ai muốn đạt tới an lạc thường nên học hạnh thẳng thắn, khiêm cung, biết xử dụng ngôn ngữ từ ái. Những kẻ ấy biết sống đơn giản mà hạnh phúc, nếp sống từ hòa, điềm đạm, ít ham muốn, không đua đòi theo đám đông. Những kẻ ấy sẽ không làm bất cứ một điều gì mà các bậc thức giả có thể chê cười.</p>	<p>He or she who wants to attain peace should practice being upright, humble, and capable of using loving speech. He or she will know how to live simply and happily, with senses calmed, without being covetous and carried away by the emotions of the majority. Let him or her not do anything that will be disapproved of by the wise ones.</p>
<p>Và đây là điều họ luôn luôn tâm niệm: Nguyên cho mọi người và mọi loài được sống trong an toàn và hạnh phúc, tâm tư hiền hậu và thanh thoi. Nguyên cho tất cả các loài sinh vật trên trái đất đều được sống an lành, những loài yếu, những loài mạnh, những loài cao, những loài thấp, những loài lớn, những loài nhỏ, những loài ta có thể nhìn thấy, những loài ta không thể nhìn thấy, những loài ở gần, những loài ở xa, những loài đã sinh và những loài sắp sinh.</p>	<p>And this is what he or she contemplates: May everyone be happy and safe, and may all hearts be filled with joy. "May all beings live in security and in peace — beings who are frail or strong, tall or short, big or small, invisible or visible, near or faraway, already born, or yet to be born.</p>
<p>Nguyên cho đừng loài nào sát hại loài nào, đừng ai coi nhẹ tính mạng của ai, đừng ai vì giận hờn hoặc ác tâm mà mong cho ai bị đau khổ và khốn đốn.</p>	<p>May all of them dwell in perfect tranquility. Let no one do harm to anyone. Let no one put the life of anyone in danger. Let no one, out of anger or ill will, wish anyone any harm.</p>
<p>Như một bà mẹ đang đem thân mạng mình che chở cho đứa con duy nhất, chúng ta hãy đem lòng từ bi mà đối xử với tất cả mọi loài.</p> <p>Ta hãy đem lòng từ bi không giới hạn của ta mà bao trùm cả thế gian và muôn loài, từ trên xuống dưới, từ trái sang phải, lòng từ bi không bị bất cứ gì làm ngăn cách, tâm ta không còn vương vấn một chút hờn oán hoặc căm thù.</p>	<p>Just as a mother loves and protects her only child at the risk of her own life, cultivate boundless love to offer to all living beings in the entire cosmos.</p> <p>Let our boundless love pervade the whole universe, above, below, and across. Our love will know no obstacles. Our heart will be absolutely free from hatred and enmity.</p>

<p>Bất cứ lúc nào, khi đi, khi đứng, khi ngồi, khi nằm, miễn là còn thức, ta nguyện duy trì trong ta chánh niệm từ bi. Nếp sống từ bi là nếp sống cao đẹp nhất.</p> <p>Không lạc vào tà kiến, loại dần ham muốn, sống nếp sống lành mạnh và đạt thành trí giác, hành giả sẽ chắc chắn vượt thoát khỏi tử sinh.</p>	<p>Whether standing or walking, sitting or lying, as long as we are awake, we should maintain this mindfulness of love in our own heart.</p> <p>This is the noblest way of living. “Free from wrong views, greed, and sensual desires, living in beauty and realizing Perfect Understanding, those who practice boundless love will certainly transcend birth and death.</p> <p>Etena sacca vajjena sotthi te hotu sabbada. [repeat three times]</p>

## KINH PHƯỚC ĐỨC

### DISCOURSE OF HAPPINESS

Nguồn: Làng Mai Pháp Quốc  
 Dịch từ Mahamangala sutta (Sutta Nipata II) trong tạng Pali

Source from Plum Village  
 Mahamangala Sutta, Sutta Nipata 2.4

Đây là những điều tôi được nghe hỏi đức Thế Tôn còn cư trú gần thành Xá Vệ, tại tu viện Cấp Cô Độc, trong vườn Kỳ Đà. Hôm đó, trời đã vào khuya, có một thiên giả hiện xuống thăm Người, hào quang và vẻ đẹp của thiên giả làm sáng cả vườn cây. Sau khi đánh lễ đức Thế Tôn, vị thiên giả xin tham vấn Người bằng một bài kệ:

I heard these words of the Buddha one time when the Lord was living in the vicinity of Savatthi at the Anathapindika Monastery in the Jeta Grove. Late at night, a deva appeared whose light and beauty made the whole Jeta Grove shine radiantly. After paying respects to the Buddha, the deva asked him a question in the form of a verse:

"Thiên và nhân thao thức  
 Muốn biết về phước đức  
 Đề sống đời an lành  
 Xin Thế Tôn chỉ dạy."  
 Và sau đây là lời đức Thế Tôn:

Many gods and men are eager to know what are the greatest blessings which bring about a peaceful and happy life. Please, Tathagata, will you teach us?  
 (This is the Buddha's answer:)

"Lánh xa kẻ xấu ác  
 Được thân cận người hiền  
 Tôn kính bậc đáng kính  
 Là phước đức lớn nhất.

Not to be associated with the foolish ones,  
 to live in the company of wise people,  
 honoring those who are worth honoring  
 this is the greatest happiness.

Sống trong môi trường tốt  
 Được tạo tác nhân lành  
 Được đi trên đường chánh  
 Là phước đức lớn nhất.

To live in a good environment,  
 to have planted good seeds,  
 and to realize that you are on the right path  
 this is the greatest happiness.

Có học, có nghề hay  
 Biết hành trì giới luật  
 Biết nói lời ái ngữ  
 Là phước đức lớn nhất.

To have a chance to learn and grow,  
 to be skillful in your profession or craft,  
 practicing the precepts and loving speech  
 this is the greatest happiness.

Được cung phụng mẹ cha  
 Yêu thương gia đình mình  
 Được hành nghề thích hợp  
 Là phước đức lớn nhất.

To be able to serve and support your parents,  
 to cherish your own family,  
 to have a vocation that brings you joy  
 this is the greatest happiness.

Sống ngay thẳng, bố thí,  
 Giúp quyến thuộc, thân bằng  
 Hành xử không tỳ vết  
 Là phước đức lớn nhất.  
 Tránh không làm điều ác  
 Không say sưa nghiện ngập  
 Tinh cần làm việc lành

To live honestly, generous in giving,  
 to offer support to relatives and friends,  
 living a life of blameless conduct  
 this is the greatest happiness.  
 To avoid unwholesome actions,  
 not caught by alcoholism or drugs,  
 and to be diligent in doing good things

<p>Là phước đức lớn nhất.</p> <p>Biết khiêm cung lễ độ Tri túc và biết ơn Không bỏ dịp học đạo Là phước đức lớn nhất.</p> <p>Biết kiên trì, phục thiện Thân cận giới xuất gia Dự pháp đàm học hỏi Là phước đức lớn nhất.</p> <p>Sống tinh cần, tinh thức Học chân lý nhiệm mầu Thực chứng được Niết Bàn Là phước đức lớn nhất.</p> <p>Chung dụng trong nhân gian Tâm không hề lay chuyển Phiền não hết, an nhiên, Là phước đức lớn nhất.</p> <p>Ai sống được như thế Đi đâu cũng an toàn Tới đâu cũng vững mạnh Phước đức của tự thân.</p>	<p>this is the greatest happiness.</p> <p>To be humble and polite in manner, to be grateful and content with a simple life, not missing the occasion to learn the Dharma this is the greatest happiness.</p> <p>To persevere and be open to change, to have regular contact with monks and nuns, and to fully participate in Dharma discussions this is the greatest happiness.</p> <p>To live diligently and attentively, to perceive the Noble Truths, and to realize nirvana this is the greatest happiness.</p> <p>To live in the world with your heart undisturbed by the world, with all sorrows ended, dwelling in peace this is the greatest happiness.</p> <p>For he or she who accomplishes this, unvanquished wherever she goes, always he is safe and happy happiness lives within oneself.</p>
<p>Kinh Phúc Đức: Kinh này được dịch từ Mahamangala sutta (Sutta Nipata II) trong tạng Pali. Kinh tương đương trong tạng Hán là phẩm Cát Tường (phẩm thứ 42) của kinh Pháp Cú Thí Dụ (211, tạng kinh Đại Chính).</p>	<p>This Sutra was translated from the Maha-mangala Sutta in the Pali Sutra. The equivalent Sutra in Chinese is from the "Cat Tuong" Section, the 42th section of the "Phap Cu" Sutra</p>

## THE TEACHING OF ALL BUDDHAS

"Cease to do evil, do good; purify the heart and mind; this is the teaching of all the Buddhas".

### (1) "Cease to do evil".

All of us know the difference between right and wrong. We must not do anything we know will be hurtful to anyone, including ourselves. Birds and animals, too, must not be harmed.

When we speak of not hurting anyone or anything, we mean far more than just not causing physical pain.

We must not speak unkind words or invent untrue stories about anyone. We must not do anything wrong even by neglect or carelessness. For example, we forget to fill the dog's water-bowl and the poor dog suffers from thirst. There are many ways to cause suffering simply by carelessness. When we have caused unhappiness to others by any act or word of ours, or by failing to do what we know is right, then we are guilty of doing evil. It is not a good excuse that something wrong we have done is only a "small evil". When Lord Buddha advised us "Cease to do evil", He did not mean only big mis-deeds, but also all evil.

Ceasing to do all that we know to be wrong is like cleaning a house. Just as we throw away old, broken furniture, we must also clear away wrong thinking and wrong acting. But, if we merely cease to do evil, then we are like a person who has only an empty room in which to live. When we throw away broken furniture, we get new furniture. When we throw away wrong thinking and wrong acting, we must then use right thinking and right acting and this is what is meant by:

### (2) "Do good".

Point one is negative, it is "do not". Point two is positive and "do". There is an old Indian story about a man who was always very unhappy. Many people could not understand why he was not happy. Everyone said he was "a very good man". But that was not at all true. He was merely not a bad man. He did nothing evil, but also he did nothing good. His life was a negative "do not" life. Happiness comes from a life of right balance between negative and positive. If we have only the "do not" part of right living, then we have the minus sign (—) we use in arithmetic. When we add the "do" part of right living then we have the plus sign (+) in our lives.

When we do good we bring happiness to ourselves and others. Doing wrong often brings excitement or some degree of false joy, but true happiness never comes from doing wrong. Therefore, at the very beginning of the time when we start to think for ourselves, we must try to get correct balance in our lives by clearing away all wrong thinking, wrong talking and wrong actions and replacing them with good thoughts, good speech and good actions.

Everyone wants to be happy, but no one can succeed in being really and truly happy until, first of all, he ceases to do evil and tries hard to do actual good.

### (3) "Purify heart and mind".

This point three is very important. When the heart is pure then there is no desire to do evil. When the mind is pure we do not even think of evil, and doing good becomes easier because we actually wish to do good.

Once, a long time ago in China, there was a very famous monk who was known all over the country for his goodness and wisdom. In fact this monk was so well known that even the



Emperor wanted a chance to talk with him. A messenger was sent from the imperial palace to the monastery on a distant mountain top where the famous monk lived, asking him to come to the capital and give a lecture to the Emperor on Buddhism.

A month or so later the monk arrived at the Emperor's palace and was received with great honour. That same day the Emperor was celebrating his sixty-fifth birthday and he wanted to do something holy in honour of the occasion. So he decided to visit the famous monk and listen to a sermon. The Emperor and Empress and all the members of the imperial household went into a large hall of the palace and invited the monk to speak to them. The monk asked them the subject on which they would like him to speak. The Emperor replied "Please tell us what is the deepest teaching of Buddhism". The old monk bowed to the Emperor and answered "Cease to do evil, do good, purify heart and mind; this is the teaching of all the Buddhas". The Emperor was not pleased with this answer and said "This is not a deep teaching – even a child of five years can understand it". "Ah, yes", replied the monk – "a child of five years can certainly understand this teaching, but even an old man of sixty five years may find it hard to put into practice".

## NĂM UẨN

### THE FIVE AGGREGATES (5 SKANDHAS)

<p><b>I. CON NGƯỜI LÀ GÌ?</b> Để trả lời câu hỏi này có rất nhiều cách, tùy theo cách nhìn của người trả lời:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Con người là do ngũ uẩn hợp lại</li><li>2. Con người là tập hợp của lục căn (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý)</li><li>3. Con người là tập hợp của tứ đại (đất, nước, gió, lửa)</li><li>4. Con người chính là do 12 nhân duyên.</li><li>5. Con người là tập hợp của các bộ máy: hô hấp, tuần hoàn, tiêu hóa, thần kinh hệ v.v..</li></ol> <p>Bài học của chúng ta hôm nay nhằm trả lời câu hỏi trên theo cách thứ nhất.</p>	<p><b>I. WHAT MAKES A HUMAN BEING?</b> There are many angles to look while attempting to answer this question:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Human being is comprised of 5 skandhas or aggregates or heaps.</li><li>2. Human being is comprised of 6 components: eyes, ears, nose, tongue, body, and mind.</li><li>3. Human being is comprised of 4 elements: earth, water, wind/breath, fire</li><li>4. Human being comes from 12 causes.</li><li>5. Human being is comprised of lungs, heart, nervous system, kidneys, stomach, and blood.</li></ol> <p>Focus of this lesson is to answer the previous question using the first angle.</p>
<p><b>II. NGŨ UẨN LÀ GÌ?</b> Ngũ= năm; uẩn= nhóm, kết hợp Ngũ uẩn là năm nhóm kết hợp với nhau tạo thành cái mà ta gọi là con người. Đó là: Sắc uẩn, Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn và Thức uẩn.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Sắc uẩn:</b> đó chính là hình hài vật chất, là cơ thể (body). Sắc uẩn do 4 đại hợp thành (đất= chất cứng như thịt, xương, răng, tóc v.v..; nước: chất lỏng như mồ hôi, nước mắt, nước bọt v.v..; gió: hơi thở vào, ra; lửa: hơi nóng, nhiệt độ của cơ thể).</li><li>2. <b>Thọ uẩn:</b> những cảm giác về thân và tâm, như đau, nhức, êm ái, ngứa, vui, buồn, v.v.. Có 3 loại thọ uẩn: lạc thọ (cảm giác vui sướng); khổ thọ (cảm giác đau khổ); xả thọ (cảm giác không vui sướng, không khổ đau).</li><li>3. <b>Tưởng uẩn:</b> khả năng ghi nhận, nhớ lại những hình ảnh, âm thanh, mùi vị, cảm giác v.v..</li></ol>	<p><b>II. WHAT ARE THE FIVE AGGREGATES?</b> The 5 skandhas/aggregates are: form, feelings, perception, mental formation, and consciousness.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>FORM:</b> This is the physical component or the body. Form consists of 4 elements:<ol style="list-style-type: none"><li>a. Earth: hard/solid components such as flesh, bone, teeth, hair ...</li><li>b. Water: liquid components such as sweat, tear, blood, saliva...</li><li>c. Wind: breath, air, gas</li><li>d. Fire: the body heat or temperature</li></ol></li><li>2. <b>FEELINGS:</b> these are feelings or sensations we have while in contact with the world: pain, itch, joy, sadness... There are 3 kinds: feelings of happiness, feelings of suffering, and feelings of neither happiness nor suffering.</li></ol>

<p>do thân và tâm đem lại. Ví dụ: nghe □ nhớ □ vui (giận, buồn).</p> <p><b>4. Hành uẩn:</b> những việc cố ý của thân, miệng và ý (ví dụ lời nói định nói mà chưa nói ra thì cũng đã thành khẩu hành rồi).</p> <p><b>5. Thức uẩn:</b> cái biết của 6 giác quan (nhãn thức, nhĩ thức, tỉ thức, thiệt thức, thân thức và ý thức). Nếu mắt nhìn mà không có mặt của nhãn thức thì tuy nhìn mà không thấy gì cả. Tuy tai chăm chú nhưng không có nhĩ thức thì cũng không nghe gì cả v.v...</p> <p>Sắc uẩn là phần vật chất, 4 uẩn còn lại là phần tâm lý. Mỗi cá nhân là sự phối hợp của năm uẩn ấy.</p> <p>Năm uẩn không tồn tại độc lập mà thường kết hợp với nhau. Ví dụ: thọ đi liền theo tưởng và tưởng đi liền theo thọ (nghe chê thì buồn, khi hết nghe rồi mà nhớ lại tiếng chê cũng buồn v.v..).</p> <p>Năm uẩn thay đổi luôn, cái này kết hợp với cái kia, không theo thứ tự nào, hiện ra rồi biến đi tạo ra một biên cảm giác gồm những hiện tượng tâm-vật-lý sanh diệt không ngừng nghỉ. Do vậy cái TA chỉ là một tiến trình luôn biến đổi chứ không phải là một thực thể trường tồn bất biến.</p>	<p><b>3. PERCEPTION:</b> This is an ability to associate the current sensations with past experiences which is accompanied by feelings of happiness or sufferings.</p> <p><b>4. MENTAL FORMATION:</b> these are intentions of the body, mouth (words), and mind. Whether actions are taken or words spoken, mental formation may already be formed.</p> <p><b>5. CONSCIOUSNESS:</b> this is the ability to acknowledge the sensations behind our 6 senses: eye, ear, nose, tongue, body, and mind. Consciousness turns what we look at into what we see; what we listen to into what we hear ....</p> <p>Human being comprises of 5 skandhas. These 5 are not independent but are interdependent on each other. Their coexistence gives rise to the human experience: praise makes us happy, disapproval makes us sad.</p> <p>The 5 skandhas combine then separate then combine in unpredictable ways and give us seas of sensations which are endless. What we call "<i>the human being</i>" or "<i>individuality</i>" or "<i>self</i>" is actually a temporary instance of these 5 skandhas; it is being different from the immediately previous one and also the next one.</p> <p>(The whole process of these psycho-physical phenomena which are constantly coming and passing away, is at times called, in conventional terms, the self or attā by the Buddha; but it is a process and not an identity that is thus termed).</p>
<p><b>III. BÀI HỌC RÚT RA TỪ NGŨ UẨN:</b></p> <p><b>1.</b> Tất cả chúng sanh đều là những hình thành kết hợp từ ngũ uẩn, mọi người đều giống nhau về vật chất (thân tứ đại) với sinh, già, bệnh, chết, và tinh thần (thọ tưởng, hành, thức) với ham vui sợ khổ, tham sống sợ chết. Vậy ta phải học để thực hành từ bi và hỷ xả; thương yêu chúng sanh như người thân của mình. Không</p>	<p><b>III. WHAT WE LEARN FROM THE 5 SKANDHAS:</b></p> <p><b>1.</b> Mankind consists of 5 skandhas. Everyone is alike in physical characteristic which go through cycle: birth, aging, sickness, death and in mental characteristics with love, joy, fear, suffering and hold on to life, fear death. Knowing this, we should learn to</p>

<p>làm cho người khác những gì mình không muốn người ta làm cho mình.</p> <p>2. Con người với những ngũ uẩn rất vô thường. Có đó rồi mất đó (1 hơi thở ra không vào hay vào không ra là chết). Mặc dù vậy ta không chán nản hay than khóc cho số phận ngắn ngủi của con người, mà phải tinh tấn tu học, trau dồi lòng từ bi và trí tuệ, làm lợi mình lợi người để mỗi phút giây đều sống tinh thức và xứng đáng là đấng con ngoan của đức Thế Tôn.</p> <p>3. Đức Phật dạy: Ngũ uẩn tụ, phiền não kết. Vậy, cố gắng tách rời 5 uẩn để được an lạc. Ví dụ: nghe chê thì buồn lúc đó thôi, đừng nhớ nghĩ để rồi cứ nhớ tới và mỗi lần nhớ là mỗi lần buồn lại.</p> <p>4. Cố gắng giảm bớt sự kết tụ của 5 uẩn, ví dụ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Khi vui đừng hứa (để tránh những điều khó khăn sau này khi tỉnh táo lại).</li> <li>Khi giận đừng nói (để đừng biến mình thành mồi lửa sân hận).</li> </ol> <p>5. Cố gắng tinh tấn ngồi thiền để theo dõi hơi thở, quán xét phản ứng của thân và tâm mình trước những cảm thọ và tập làm chậm lại những phản ứng ấy.</p> <p>(Tài liệu tham khảo: Đức Phật &amp; Phật Pháp + bài giảng của Sư Cô Trí Hải tại đạo tràng Tuệ Uyển)</p>	<p>practice compassion and forgiveness: love people as we love our family. Don't do unto others what we don't want done to ourselves.</p> <p>2. The 5 skandha life is impermanent. But we don't have to be depressed about life. On the contrary, we should persevere with our training in compassion and wisdom to help both ourselves and others to live each moment fully and with complete awareness. This makes us deserve to be disciples of the Buddha.</p> <p>3. The Buddha said: When the 5 skandhas combine, suffering exists. By preventing the skandhas from combining we reduce sufferings and enjoy more peace. For example we should control our perceptions so as not to relive past sufferings.</p> <p>4. When filled with feelings of happiness or sufferings, we should act responsibly and refrain from making promises or statements which cause sufferings for ourselves or others.</p> <p>5. Practice meditation and breathing exercise and apply control to reactions to stimulus.</p>
<p><b>CÂU HỎI:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ngũ uẩn là gì?</li> <li>Định nghĩa: con người ngũ uẩn, sắc, thọ, tưởng, hành, thức; sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp.</li> <li>Tại sao nói: mắt là biển của người, tai là biển của người v..v.. Ai vượt qua được 6 biển lớn này chính</li> </ol>	<p><b>QUESTIONS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>What are the 5 skandhas/aggregates?</li> <li>Define: 5 skandhas, form, feelings, perception, mental formation, consciousness; 6 components: eyes/sight, ear/hearing, nose/smelling, tongue/taste, body, mind.</li> </ol>

<p>là bậc đại nhân (đại nhân = con người cao thượng, cao quý).</p> <p>4. Những bài học rút ra từ Ngũ Uẩn.</p> <p>5. Tại sao nói: ngũ uẩn giai không (5 uẩn không có tự tánh)? [nhắc lại: trong bài tụng Kinh Tinh Yếu Bát Nhã Ba La Mật, chúng ta thường nghe: Bồ tát Quán Tự Tại khi quán chiếu thâm sâu Bát Nhã Ba La Mật bỗng soi thấy năm uẩn đều không có tự tánh. Thực chứng điều ấy xong Ngài vượt thoát tất cả mọi khổ đau ách nạn].</p>	<p>3. Explain: "eyes are sea of man, ears are seas of man ...whoever reaches the other shore of the "6 seas of suffering" is called the man of highness</p> <p>4. The lessons learned from the 5 skandhas.</p> <p>5. Explain: "The 5 skandhas are empty of a separate self".</p>
--	--

<h2 style="color: #0056b3;">BA DẤU ẤN CỦA PHẬT GIÁO</h2> <h3 style="color: #0056b3;">The Three Signs in Buddhism</h3> <p style="color: #0056b3;">By Venerable Sumangalo</p>	
<p>Đức Phật dạy rằng tất cả các sự vật trên thế giới này đều mang ba tính cha<sup>6</sup>t, hay ba dấu ấn. Chúng ta biết tên của ba dấu ấn này theo tiếng Pali hay tiếng Sanskrit. Theo tiếng Sanskrit, ba dấu ấn là:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dukkha: Khổ</li> <li>2. Anitya: Không thường còn (vô thường)</li> <li>3. Anatma: Không có một linh hồn không thay đổi (vô ngã)</li> </ol> <p>Theo tiếng Pali thì các từ này là: Dukkha, Anicca và Anatta.</p> <p>Có vài người nghĩ rằng ba từ này rất khó để cho trẻ con có thể hiểu được. Điều này không đúng. Ngay cả một đứa bé vừa biết đi, nó đã học được sự khổ và sự bực bội. Đứa bé thích những cái không có và đôi khi không thích những cái đang có. Đây không phải là lời của Đức Phật về sự khổ nhưng điều này cho ta cái nhìn thực tế hơn về lời dạy của Đức Phật. Nói sâu rộng hơn, Đức Phật dạy rằng khổ rất phổ biến, trùm khắp có nghĩa là cái khổ nằm trong mọi sự sống. Không một sự sống nào mà không biết đến sự khổ đau. Đây là một định luật của cuộc sống. Hãy nhìn những đứa trẻ đang chơi các trò chơi một cách hạnh phúc, vui vẻ. Cái bóng của sự mất hạnh phúc đang gần kề ... Một bên sẽ thắng cuộc và một bên sẽ thua cuộc.</p> <p>Dấu ấn thứ hai là định luật luôn thay đổi (vô thường) (Anitya). Mọi việc trong cuộc sống của chúng ta và mọi vật trên thế giới đều thay đổi trong từng giây phút. Một bông hoa đang nở rộ thì cũng là lúc nó đang phai tàn. Thật là một nghịch lý khi nói một em bé đang trẻ ra đồng thời già đi và một bông hoa đang nở và cũng đang tàn. Thực ra câu nói này đang nở và đang tàn là như nhau. Không gì có thể giữ nguyên vẹn mà tránh được sự thay đổi. Chúng ta sinh ra, lớn lên để đến</p>	<p><i>The Lord Buddha taught us that there are three signs or marks that go along with everything in this world. Most grown-ups know them either by their Pali or Sanskrit names. In Sanskrit they are:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <i>Dukkha: Sorrow</i></li> <li>2. <i>Anitya: Never-ending change</i></li> <li>3. <i>Anatman Lack of an unchanging soul</i></li> </ol> <p>In Pali the words are similar to the Sanskrit and are: Dukkha, Anicca, and Anatta.</p> <p><i>Some people claim that these three ideas are very hard for a child to understand. This cannot be true. Even an infant, barely able to walk, has already learned about pain and disappointment. The baby often wants what it cannot have and sometimes shows strong dislike for what it can have. That is not all there is to the Buddha's teaching about sorrow, but at least this way of putting it gives us a fair idea of the teaching. The deeper teaching is that Sorrow is universal. That means it touches all living things. No form of life can go all through life and not know sorrow in many forms. This is a law of life. Even when happy children are choosing sides for a -game, the shadow of unhappiness is near... One side will win the game and, if there are winners, then there must be losers.</i></p> <p>The second sign, or mark, is the law of constant change (Anitya). Everything in our lives and everything in the world is not quite the same for any two moments. As soon as the</p>

<p>trường. Chúng ta nhận ra là mình đã trưởng thành. Sau đó chúng ta hành động chậm chạp khi về già. Cuối cùng là sự sống sẽ hết. Mỗi giây phút này của sự sống sẽ khác với những giây phút kế tiếp. Đức Phật nói rằng chỉ có Sự Thật là bất diệt và không thay đổi.</p> <p>Nếu ta hiểu được dấu ấn thứ hai thì ta sẽ hiểu được dấu ấn thứ ba một cách dễ dàng về sự không có cái ta (vô ngã), hay không thể có cái linh hồn bất biến. Đức Phật dạy rằng những suy nghĩ hay những hành động mà chúng ta thường gọi là "Tôi", cũng luôn thay đổi như cái cơ thể của ta hay như những sự vật khác. Không có cái gì về một người là thường còn cả.</p> <p>Có người chỉ trích Phật giáo thường nói rằng Phật tử chúng ta phủ nhận có linh hồn. Câu nói ấy là đúng hay không đúng sự thật, tùy thuộc vào những gì khi chúng ta sử dụng từ "linh hồn". Chúng ta hãy dùng từ nhân tính vì từ này chính xác hơn so với từ "Linh Hồn". Nhân tính là tổng hợp các suy nghĩ và hành động của một người. Đó là cái nghiệp của người này và cá tính thực sự của người này. Chúng ta phủ nhận bất cứ ai có một "Linh Hồn", đó là cái gì đó không thay đổi, một cái gì đó khác với tổng thể của cá nhân mình.</p>	<p>most beautiful flower blooms, it starts to fade. It may seem a bit strange to say that even little children are rapidly growing old and are constantly changing, just as the freshly bloomed flower is changing and fading, but the statement is true just the same. Nothing can remain the same or escape changing. We are born, we grow up to be big enough to come to Dharma school, and suddenly we find we are grown-up. Then we find we are slowing down because we are growing old. Finally we come to end of this life, and every moment of life has been different from every other moment. The Buddha told us that only Truth is everlasting and unchanging.</p> <p><i>If we understand the second sign, or mark, then it is easy to understand the third mark of anatman, or lack of an unchanging soul. We Buddhists are taught by our Lord that the mind and all our thoughts — our characters and all that we commonly call "I" or "Me", change just as much as our bodies or anything else. There is nothing about a person that is permanent. Those who like to criticize Buddhism often say that we Buddhists deny we have souls. That statement is true or untrue, depending on what is meant when we use the word "soul". Our teaching is that character is a more accurate term to use in this case than soul. Character is the sum or total of a person's thoughts and acts. It is his karma and is his true personality. We deny that anyone has a "soul" that is an unchanging something, a something different from the total of his character.</i></p>

## MƯỜI ĐIỀU THIỆN

### TEN GOOD DEEDS (10 VIRTUOUS ACTS)

#### I. ĐỊNH NGHĨA:

Mười điều thiện là mười việc lành gồm trong các phần. Về thân (thân nghiệp), về lời nói (khẩu nghiệp), về ý nghĩ (ý nghiệp), có tánh cách lợi mình, lợi người ở hiện tại và tương lai. Mười điều thiện này là căn bản làm người, và nấc thang đầu tiên để tiến đến Phật quả.

#### I. DEFINITION:

The ten good deeds are the ten virtuous acts caused by the body (Body Karma), the speech (Speech Karma), and the mind (Mental Karma) benefiting oneself and others in the present as well as in the future. These virtuous acts are the foundation to becoming a good, beneficial person and are the first steps towards enlightenment.

#### II. MƯỜI ĐIỀU THIỆN BAO GỒM 3 PHẦN CHÍNH:

1. **Thân Nghiệp:** Những hành động liên quan về thân: Không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm.
2. **Khẩu Nghiệp:** Những lời nói tốt lành có 4 cách: Không nói lời dối trá, không nói lời độc ác, không nói lời thêm bớt, không nói đâm thọc.
3. **Ý Nghiệp:** Những ý nghĩ sáng suốt gồm có: Không tham lam, không sân hận, không si mê.

#### II. THE TEN VIRTUOUS ACTS HAVE THREE MAIN PARTS:

1. **Body Karma:** The actions concerning or in connection with the body include these: Not killing, even the tiniest creature which crawls at one's feet, not stealing, and not committing any improper sexual acts.
2. **Oral Karma:** The good spoken words consist of: Do not be lie, do not say harmful things, do not distort the truth, and do not set someone against someone else.
3. **Mental Karma:** The right, conscious thoughts consist of: Do not be greedy, do not be angry, do not be ignorant.

#### III. SỰ LỢI ÍCH TU MƯỜI ĐIỀU THIỆN:

Nếu tu mười điều thiện sẽ được lợi ích như sau: Thân không tật bệnh, sống được lâu dài, không bị ác mộng, tiêu diệt những oán thù ngày trước, sau khi chết sanh lên cõi trời, hưởng các sự vui, được mọi người thương mến, không bị ai lường gạt, ở chỗ đông người không sanh lòng sợ hãi, tâm luôn luôn thanh tịnh, người đời kính phục, lời nói không bị sai lầm, trí huệ sáng suốt, bà con sum vầy, người dữ không hại, gặp nhiều bạn tốt, nói ra được nhiều người hưởng ứng, đầy đủ các vật quý báu, muốn gì đều được như ý, không bị người dèm chê, tướng tốt đẹp, không bị các tai họa, gặp lý tưởng chân chánh. Nếu đem công đức tu mười điều hồi hướng về đạo Bồ đề thì được thành tựu Phật quả.

#### III. THE BENEFITS OF PRACTICING THE TEN VIRTUOUS ACTS:

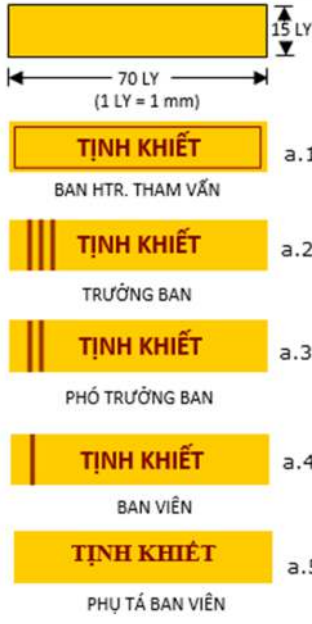

When practicing the ten virtuous acts, the benefits gained are as follows: One will not endure much illness, will enjoy longevity, have no nightmares, and will exterminate all past hatreds and animosities. Such person would be born into "cõi trời" after death, would enjoy all good things in life, gain respect from everyone, not be victimized by tricksters, and will not be frightened by anything or anyone. In practicing these good deeds, one matures spiritually to where one's mind is purified and wisdom is expanded to all levels. Due to one's integrity one will make good friends and people will listen to one. Anything one wishes will come true. Such person will have attractive physical features. One will not experience disasters. By practicing these ten virtuous acts with all sincerity and honesty, one is a step closer to attaining enlightenment.

<p><b>IV. SỨC MẠNH MƯỜI ĐIỀU THIỆN:</b></p> <p>1. <b>Sửa đổi bản thân:</b> Tánh tình và trí thức của con người đều do nghiệp nhân chi phối. Sự thực hành mười điều thiện sẽ hoàn cải hoàn toàn tâm tánh, trí thức và sắc thân của mình. Ví dụ như không sát sanh mà lại phóng sanh thì tánh tình sẽ thành từ bi và trí tuệ sẽ sáng suốt.</p> <p>2. <b>Thay đổi hoàn cảnh:</b> Mười điều thiện này sẽ hoàn cải mọi hoàn cảnh, ví dụ một người không bao giờ sân hận lại tu hành nhẫn nhục thì hoàn cảnh không có một sự oán thù chiến tranh giết hại nào, mà chỉ toàn là thiết cảnh hoan hỷ, tương thân tương ái, vui vẻ thật sự và đùm bọc thương yêu.</p> <p>3. <b>Sanh vào cõi trời:</b> Nếu thực hành mười điều thiện này thì mới sanh lên các cõi trời an vui, đẹp đẽ hơn hẳn cõi người. Nếu lên các cõi trời thì phước đức rất đầy đủ, sống thanh tịnh, sống lâu v.v...</p> <p>4. <b>Những điều căn bản để chứng Phật quả:</b> Mười phương ba đời các vị hiền thánh thoát khỏi sanh tử, chứng quả vô thượng đều lấy mười điều thiện làm căn bản, vì mười điều thiện này có công năng ngăn chặn các hành vi độc ác, đối trị các điều không lành và làm ba nghiệp thanh tịnh. Khi ba nghiệp được thanh tịnh thì khỏi sanh tử, chứng quả niết bàn, và đem mười điều thiện này hồi hướng cho toàn thể chúng sanh, tức thành tựu được Phật quả.</p>	<p><b>IV. THE POWER OF THE TEN VIRTUOUS ACTS:</b></p> <p>1. <b>Self-improvement:</b> The personality and the intellect of a person are controlled by the karmas. Practicing the ten virtuous acts will completely improve one's intelligence, personality behaviors, and characters. For example, when one does not kill but instead pardon the living being, one's nature will become compassionate and wisdom is broadened.</p> <p>2. <b>Changes in Situation:</b> Practicing these ten virtuous acts can change completely all bad situations. For example, if people do not hold grudges or stay angry at one another or anything, but instead always patiently practice good deeds, the environment around them will be peaceful. Thus, wars would not be started and people will not be killed. Therefore, the world is joyous, people live in harmony, and society is filled with love and security.</p> <p>3. <b>Re-birth Will Be in "Coi Troi":</b> When these ten virtuous acts are practice frequently, a person will be born into "coi troi" where it is more peaceful and happier than life on earth. One will also enjoy such things as longevity, pure life, and etc...</p> <p>4. <b>The Basics to Reach Enlightenment:</b> In the past, all Buddhas and future Buddhas, who had transcended the reincarnation cycle, practiced and used the ten virtuous acts as the foundation of their actions. These acts have the power to prevent evil actions or thoughts and to suppress any wrong doings. These acts also have the power to purify the three karmas. When the three karmas are purified, the reincarnation cycle will end and enlightenment is reached.</p>
<p><b>V. KẾT LUẬN:</b></p> <p>Mười điều thiện cho chúng ta biết những việc làm rõ ràng thiết thực để chúng ta theo đó mà thi hành.</p>	<p><b>V. CONCLUSION:</b></p> <p>The Principle of the ten virtuous acts introduces clearly and realistically the good deeds one needs to follow and practice.</p>



<p>Mười điều thiện này nêu rõ chỉ có việc làm mới có giá trị, chứ nói suông không có lợi ích gì. Mười điều thiện giúp chúng ta cải thiện đời sống của chúng ta và của mọi loài, làm cho xã hội trở thành thiện mỹ và nhất là hướng dẫn chúng ta đến Phật quả hoàn toàn.</p> <p>Chúng ta cần phải thực hành, cần phải bắt tay vào việc làm và nhất là theo đúng mười điều thiện mà hành động. Có vậy chúng ta mới xứng đáng là một Phật tử chân chính và thấy tất cả sự lợi ích thiết thực của đạo Phật.</p>	<p>These principles point out that only actions--not words of the mouth --have value. These principles help a person improve his life and the lives of all beings. Therefore, the morality is increased and the society will be beautiful.</p> <p>Hence, a true Buddhist needs to start practicing in accordance with the principles of the ten virtuous acts to realize the true advantages of Buddhism.</p>

<b>PHÙ HIỆU GIA ĐÌNH PHẬT TỬ</b>		
BADGES FOR VIETNAMESE BUDDHIST YOUTH ASSOCIATION		
<b>PHÙ HIỆU CHỨC VỤ</b>	<b>POSITION BADGES</b>	
Dành cho Huynh Trưởng, Đội, Chúng, Đoàn Trưởng và Phó thay cho Gia Đình Hiệu		
Below are meaning of all badges using by the Buddhist Youth Association.		
<b>BAN HƯỚNG DẪN TRUNG ƯƠNG:</b>	<b>NATIONAL BOARD:</b>	
<p><b>1. Hình Dáng &amp; Kích Thước:</b></p> <p>a. Biểu tượng bằng vạch và chữ Trung Ương. Chức vụ càng lớn càng nhiều vạch:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Hội Đồng Chỉ Đạo và Giám Sát: hình chữ nhật bao quanh</li> <li>2) Trưởng Ban: 3 vạch</li> <li>3) Phó Trưởng Ban: 2 vạch</li> <li>4) Ban Viên: 1 vạch</li> <li>5) Phụ Tá không có vạch</li> </ol> <p>b. Hình chữ nhật (70 ly x 15 ly). Vạch cách cạnh ngang 2 ly, rộng 2 ly và cách nhau 2 ly.</p> <p>c. Chữ Trung Ương (hay tên Miền) cao 5 ly, rộng 1 ly.</p>	<p style="text-align: right;">15 LY</p> <p style="text-align: center;">70 LY (1 LY = 1 mm)</p> <p style="text-align: right;">a.1</p> <p style="text-align: right;">a.2</p> <p style="text-align: right;">a.3</p> <p style="text-align: right;">a.4</p> <p style="text-align: right;">a.5</p>	<p><b>1. Shape &amp; Size:</b></p> <p>a. Present by line and “TRUNG ƯƠNG” words across. The number of vertical line define rank:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Board of Guidance and Assessment: rectangle border</li> <li>2) Director: 3 lines</li> <li>3) Deputy Director: 2 lines</li> <li>4) Coordinator: 1 line</li> <li>5) Assistant Coordinator: no line</li> </ol> <p>b. Rectangle shape (70 mm x 15 mm). Vertical lines are 2 mm apart from the side and 2mm apart from each other</p> <p>c. National board “TRUNG ƯƠNG” words are 5mm high, 1mm wide</p>
<p><b>2. Màu Sắc:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Vạch và Chữ: màu đà gỗ</li> <li>b. Nền: màu Hồ Hoàng (màu cam)</li> </ol> <p><b>3. Nơi Đeo:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Nam: Trên sát nắp túi áo phía trái</li> <li>b. Nữ: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Áo dài lam: dưới huy hiệu hoa sen, phía dưới vai mặt (xem vị trí huy hiệu và phù hiệu trên mẫu lễ phục của Nữ).</li> <li>2) Áo sơ mi lam: đeo giống như Nam.</li> </ol> </li> </ol>	<p><b>2. Color:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Line/ Words: Wood-brown</li> <li>b. Background: Orange</li> </ol> <p><b>3. Placement:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Male: On the top of left pocket of gray shirt.</li> <li>b. Female: <ol style="list-style-type: none"> <li>1) With long gray dress: under the lotus logo</li> <li>2) With gray shirt: on top of left pocket</li> </ol> </li> </ol>	

<p><b><u>BAN HUỐNG DẪN MIỀN:</u></b>  Hình Dáng &amp; Kích Thước:  Biểu tượng bằng vạch và tên Miền.  Chức vụ càng lớn càng nhiều vạch:</p> <p>Ban Tham Vấn: hình chữ nhật bao quanh  Trưởng Ban: 3 vạch  Phó Trưởng Ban: 2 vạch  Ban Viên: 1 vạch  Phụ Tá không có vạch</p> <p>Hình chữ nhật (70 ly x 15 ly). Vạch cách cạnh ngang 2 ly, rộng 2 ly và cách nhau 2 ly.</p> <p>Chữ tên địa phương (hay tên Miền) cao 5 ly, rộng 1 ly.</p>	 <p>15 LY</p> <p>70 LY (1 LY = 1 mm)</p> <p>a.1 TỊNH KHIẾT BAN HTR. THAM VẤN</p> <p>a.2 TỊNH KHIẾT TRƯỞNG BAN</p> <p>a.3 TỊNH KHIẾT PHÓ TRƯỞNG BAN</p> <p>a.4 TỊNH KHIẾT BAN VIÊN</p> <p>a.5 TỊNH KHIẾT PHỤ TÁ BAN VIÊN</p>	<p><b><u>REGIONAL BOARD:</u></b>  Shape &amp; Size:  Present by lines and regional name words across. The number of vertical line defines rank:  Board of Advisor: rectangle border  Director: 3 lines  Deputy Director: 2 lines  Coordinator: 1 line  Assistant Coordinator: no line  Rectangle shape (70 mm x 15 mm).  Vertical lines are 2 mm apart from the side and 2mm apart from each other.  The regional name words are 5mm high, and each letter is 1mm</p>
<p>Màu Sắc:  Vạch và Chữ: màu đà gỗ  Nền: màu vàng tươi</p> <p>Nơi Đo:   Giống BHD Trung Ương.</p>	<p>Color:  Line/ Words: Wood-brown  Background: Yellow</p> <p>Placement:  The same as national board</p>	
<p><b><u>BAN HUYNH TRƯỞNG GIA ĐÌNH:</u></b></p>	<p><b><u>CHARTER BOARD:</u></b></p>	
<p>Hình Dáng &amp; Kích Thước:  Biểu tượng bằng vạch và tên đơn vị.  Vạch thay đổi theo chức vụ:</p> <p>Gia Trưởng: Viên chung quanh  Phụ Tá Gia Trưởng: đường ngang trên và dưới  Liên Đoàn Trưởng: 3 vạch, đứng  Liên Đoàn Phó: 2 vạch đứng lớn, 1 vạch nhỏ 1 ly ở giữa  Đoàn Trưởng: 2 vạch  Đoàn Phó: 1 vạch  Thư Ký: 1 vạch  Thủ Quỹ: 1 vạch  Phụ Tá không có vạch</p>	 <p>15 LY</p> <p>70 LY (1 LY = 1 mm)</p> <p>a.1 HUYỀN QUANG GIA TRƯỞNG</p> <p>a.2 HUYỀN QUANG PHỤ TÁ GIA TRƯỞNG</p> <p>a.3 HUYỀN QUANG LIÊN ĐOÀN TRƯỞNG</p> <p>a.4 HUYỀN QUANG LIÊN ĐOÀN PHÓ</p> <p>a.7 HUYỀN QUANG THƯ KÝ, THỦ QUỸ</p>	<p>Shape &amp; Size:  Present by lines and charter name across. Number of lines changes based on rank:  Charter Advisor: rectangle border  Charter Assistant Advisor: horizontal line on top and bottom  Charter Principle: 3 vertical lines  Charter Vice Principle: 2 fat lines on right-sides, 1 skin line in middle  Unit Leader: 2 lines  Assistant Unit Leader: 1 line  Secretary: 1 line  Treasury: 1 line  Board Assistant has no line  Rectangle shape (70 mm x 15 mm).  Vertical lines are 2 mm apart from the side and 2mm apart from each other.  Charter name is 5mm high and each letter is 1mm</p>

Hình chữ nhật (70 ly x 15 ly). Vạch cách cạnh ngang 2 ly, rộng 2 ly và cách nhau 2 ly.  
 Chữ tên gia đình cao 5 ly, rộng 1 ly.



**Màu Sắc:**  
 Gia Trưởng, Liên Đoàn Trưởng, Liên Đoàn Phó, Thư Ký, Thủ Quỹ: nền màu đà gỗ, chữ và vạch màu trắng.

Đoàn Trưởng, Đoàn Phó ngành Thanh: nền màu nâu đỏ, chữ và vạch màu trắng.

Đoàn Trưởng, Đoàn Phó ngành Thiếu: nền màu xanh nước biển, chữ và vạch màu trắng.

Đoàn Trưởng, Đoàn Phó ngành Oanh: nền màu xanh lá non, chữ và vạch màu trắng.



**Nơi Đeo:**  
 Giống BHD Trung Ương.

**Color:**  
 Charter Advisor, Charter Principle, Charter Vice Principle, Secretary, and Treasurer, Board Assistant: wood-brown background, line & words are white.

Unit Leader and Assistant Unit Leader for the adult unit background is red-brown, line/words are white. Unit Leader and assistant Unit Leader for Teen Unit, age from 13-18 years old: blue background, line/words are white.

Unit Leader and Assistant Unit Leader for Children Unit, age from 7-13: light green background, line/words are white

**Placement:**  
 The same as national board

<p><b><u>ĐỘI CHỨNG TRƯỞNG VÀ ĐỘI CHỨNG PHÓ:</u></b>  Hình Dáng &amp; Kích Thước:  Biểu tượng bằng tên đơn vị và chấm hình tròn:  <b>Đội/Chứng Trưởng: 2 chấm</b>  <b>Đội/Chứng Phó: 1 chấm.</b>  Hình chữ nhật:  Ngành Thanh: 70 ly x 15 ly. Chữ cao 5 ly, rộng 1 ly  Ngành Thiếu: 65 ly x 15 ly. Chữ cao 5 ly, rộng 1 ly.</p>		<p><b><u>SUBUNIT &amp; ASSISTANT SUBUNIT LEADER:</u></b>  Shape &amp; Size:  Present by charter name across and white dots on the left side:  Subunit Leader: 2 white dots  Subunit Assistant Leader: 1 white dot.  Rectangle shape:  Adult Subunit: 70 mm x 15 mm.  Words are 5 mm high, 1 mm wide  Teen Subunit: 65 mm x 15 mm.  Words are 5 mm high, 1 mm wide</p>
<p>Màu Sắc:  Ngành Nam, Nữ Phật tử (THANH): nền màu nâu đỏ, chữ và chấm màu trắng.  Ngành Thiếu Nam, Thiếu Nữ: nền màu xanh nước biển, chữ và chấm màu trắng.  Nơi Đeo:  Giống BHD Trung Ương</p>	<p>Color:  Adult Unit: reddish brown background, words and dot are white.  Teen Unit: blue background, words and dot are white</p> <p>Placement  The same as national board</p>	
<p><b><u>ĐẦU ĐÀN, THỨ ĐÀN:</u></b></p>	<p><b><u>UNIT LINE LEADER:</u></b></p>	
<p>Hình Dáng &amp; Kích Thước:  Biểu tượng bằng vạch hình chữ nhật 40 ly x 10 ly khoảng cách nhau 5 1/2 ly chiều rộng của vạch  Chức vụ càng lớn, vạch càng nhiều:  Đầu Đàn Nhất: 3 vạch  Đầu Đàn: 2 vạch  Thứ Đàn: 1 vạch</p> <p>Màu Sắc:  Vạch hình chữ nhật, màu vàng lợt</p> <p>Nơi Đeo:  Ngang trên dây treo (quần) trái, sát dưới huy hiệu hoa sen</p>		<p>Shape &amp; Size:  Present by rectangle with horizontal line. Each rectangle is 40 mm x 10 mm with 5 1/2 mm wide  The higher the rank, the more line:  1st line leader: 3 lines  2nd line leader: 2 lines  3rd line leader: 1 line</p> <p>Color:  The light yellow rectangle shapes with horizontal line</p> <p>Placement  On the left side of the strap, below the lotus logo.</p>

# AN CƯ KIẾT HẠ

## THE SUMMER RETREAT

### I. LỜI NÓI ĐẦU:

An-cư kiết hạ là pháp tu hành của các vị xuất-gia trong ba tháng Hạ. Bắt đầu từ ngày Đản sinh của Đức Phật Thích Ca(15/4 âm lịch) cho đến ngày Lễ Vu Lan (15/7 âm lịch). Trong ba tháng ấy, Tăng chúng tập hợp trong một ngôi chùa, trong một tông-lâm hay ở một chỗ thanh vắng để chuyên lo tu học, không làm một việc gì ngoài sự tu học để tinh-tấn đạo nghiệp.

### II. NGUYÊN NHÂN CỦA PHÁP AN-CƯ KIẾT HẠ:

1. Mùa Hạ vì hay mưa gió nên cũng là mùa sanh sản các loại sâu bọ. Để khỏi dẫm đạp tàn hại các loài vi sanh trái hạnh từ- bi, trong ba tháng Hạ, các vị xuất-gia không đi ra ngoài.
2. Người xuất-gia là phải tu-hành, nhưng muốn tu-hành cần phải tìm chỗ an-tĩnh, chuyên tu thiền quán mới mong có kết quả. Trong một năm về 9 tháng truyền bá chánh pháp, ba tháng còn lại hoàn toàn dành cho sự tu học.
3. An-cư kiết hạ còn có ý-nghĩa là tụ-hợp Tăng chúng ở chỗ thanh-tĩnh để cùng nhau tu hành, kiểm điểm hành vi, cử chỉ, y theo luật Phật mà hành trì.

### III. Ý NGHĨA VÀ LỢI ÍCH CỦA AN-CƯ KIẾT HẠ:

1. **Tôn trọng sự sống:** Sự sống chỉ có một nên không thể xâm phạm sinh mạng của bất cứ loài nào, dù là của loài vi sinh. Đức Phật khuyến-khích an-cư là muốn Tăng chúng không dẫm đạp giết hại các loài vi-sinh sinh trưởng rất nhiều trong 3 tháng mùa hạ.
2. **Thương tưởng đồ chúng:** Vì thương tưởng đồ chúng, nên đức Phật chú trọng tăng trưởng phước đức trí-huệ cho đồ chúng bằng cách bắt buộc Tăng chúng mỗi năm phải thanh-tĩnh tu-hành trong 3 tháng; có vậy sự học mới tăng tiến.

### I. FOREWORD:

The summer retreat is a method for Buddhist monks to practice during the three months in the summer. During this period, the Sangha gather at a pagoda or in an undisturbed forest to study Buddhism in solitude.

### II. REASONS TO PRACTICE THE SUMMER RETREAT:

1. Summer is a rainy season in India. It is also a time when many different kinds of insects give birth. Therefore, to avoid stepping on the insects, the Buddhist preachers stay inside throughout these summer months.
2. Besides preaching the religion, Buddhist monks must also practice Buddhism themselves. Especially when practicing meditation, Buddhist monks need a quiet place in order to fully achieve this goal. The Buddhist monks spend 9 months out of a year travelling to different places propagating and preaching Buddhism, and spend the other three months concentrating only on their studies.
3. The summer retreat provides an occasion for the Sangha to join at a quiet place to practice together and review their actions and behavior within the Buddhist regulations. It is a time of self- correction.

### III. THE MEANINGS AND BENEFITS OF THE SUMMER RETREAT:

1. **Respect the lives of all beings:** Everyone presently has only one life; therefore, one should not violate others' right to live (even that of a bacteria). Buddha sets up the Peaceful-Summer-Religious Life session to allow His followers to be aware of all beings and not overlook the chances of stepping on insects during the summer season.
2. **Love His disciples:** In loving His disciples, the Buddha helps them build up good deeds and wisdom by encouraging them to take advantage of the summer retreat to purely concentrate on their studies and practices.

<p><b>3. Chú trọng thực hành và duy trì giới luật:</b> Chỉ có sự thực hành mới thiết thực hiểu đạo và chứng đạo. Ba tháng an-cư kiết hạ là 3 tháng Tăng-chúng triệt để tuân theo những giới luật của đức Phật. Mọi cử chỉ và hành động phải đúng như lời Phật dạy.</p> <p><b>IV. AN CƯ KIẾT HẠ LÀ DỊP THỌ TUỔI CỦA CHÚNG-TĂNG:</b>  Người đời lấy năm sanh mà kể tuổi. Người xuất-gia trong đạo Phật lấy số kiết-hạ làm tuổi. Một người chưa kiết-hạ là xem như chưa sinh ra thì chưa có tuổi nào. Người kiết-hạ 2 lần thì được hai tuổi. Ngày rằm tháng bảy là ngày thọ tuổi của người xuất-gia, người nào tuổi đạo cao thì được tôn trọng, được ngôi thứ cao trong Tăng chúng, được làm Pháp-Sư, được nuôi dạy đồ chúng, được truyền giáo giới-pháp.</p> <p><b>V. KẾT LUẬN:</b>  Đức Phật dạy rằng bốn phận người xuất-gia là phải an-cư kiết-hạ mỗi năm một lần. Dù đến 60 tuổi cũng vẫn phải an-cư kiết-hạ. Lời dạy này nêu rõ đức Phật rất chú trọng đến sự thanh-tịnh tu-hành, sự hành trì giới luật một cách triệt để.</p>	<p><b>3. Apply and Maintain the Precepts:</b> Practicing Buddhism is the best way to truly understand and attain the enlightenment. Throughout the summer retreat, the Shangas strictly obey the precepts. Every behavior and action carried out must be in accordance to Buddha's teachings.</p> <p><b>IV. THE SUMMER RETREAT: AN OCCASION FOR THE BUDDHIST MONKS TO EARN THEIR RELIGIOUS AGE:</b>  A person gains another "life" age on his birthday, while all Buddhist monks earn another "religious" age during the summer retreat. A Buddhist monk who has not attended any summer retreat is considered religiously ageless. Anyone who attends a summer retreat will earn one religious year of age, and so on. On the Veska day of every year (July 15th on Lunar calendar), the monks are determined to earn their religious age. Whoever attended many summer retreat will be presented the highest rank entitled as the Master of Dharma in the Shangas, and greatly respected by all. He also gains the right to accept disciples.</p> <p><b>V. CONCLUSION:</b>  According to Buddha's teachings, the Buddhist monk should live in the summer retreat every year. Even at the age of sixty, he still has to do so. This shows that Buddha greatly emphasizes the importance of a purified life and the maintaining of the precepts of His disciples.</p>

## TRUSTING TO LUCK

It is a very wrong idea to believe in good or bad "luck." If we have such ideas in our minds, we should get rid of them while we are still children, and never again allow such wrong thinking to influence us. If we believe in "luck", then we cannot believe in the Dharma.

Lord Buddha taught us that good effects, that is to say, good results, come from good causes, and that only bad results can come from bad causes. A person who does not do clear thinking and whose actions are not good, cannot reasonably say that the bad effects that come into his life are just "bad luck." Bad thinking and bad living produce bad conditions of life, just as surely as two plus two add up to four. On the other hand, good thinking and good acting produce good conditions of life, just as surely as two plus two add up to four. It is superstitious to believe in "luck", and anyone who has such a belief shows thereby that he does not have any deep understanding of the Buddha's teaching.

Our lives are happy and peaceful or else unhappy and unpeaceful, depending on our own individual way of living. We make our own happiness or unhappiness and there is no such thing as luck. When a person says he has "bad luck", he really means he has bad karma. Anyone who understands the teaching about karma, will not make the mistake of believing in luck, because he will know that everything that happens in our lives happens as a result of a cause we ourselves have created.

We all know that if we plant roses we shall soon have a beautiful bush of roses. The rose bush will never blossom with Angsana flowers. That would be against nature's laws. Likewise, if we plant an Angsana tree, we can be certain it will bear Angsana blossoms and never roses. This same law governs our own lives. We get out of life what we put into life. We harvest what we have planted. Every Buddhist child must learn as early as possible in life that whatever happens to us is the result of our own personal karma and that believing in luck shows only ignorance and superstition.

### SENTENCES FROM THE DHARMAPADA

"All that we are is the result of what we have thought; it is founded on our thoughts, it is made up of our thoughts." So many symbols have been used by Buddhists to represent our religion that, finally, a sort of general agreement was reached that Buddhists of all the world would unite to accept the Dharmacakra as being the main sign or symbol of the Buddhist religion. The reason for choosing the wheel is that when Lord Buddha preached His first sermon in the Deer Park at Benares He is said to have "set the wheel of the law in motion." We all know that a wheel is not of much use unless it is in motion. In fact when we think of a wheel we naturally think of motion. It is the same with our lives. We can go forward, make progress, or else we go backward. All life is motion, and there is no such thing as just standing still or marking time. If we follow the Wheel of Lord Buddha's Law, then we are in motion towards happiness. The wheel is usually shown with eight spokes.

The Buddha described the wheel in this way: "The spokes of the wheel are the rules of pure conduct (the Eightfold Path), the equal length of all the spokes represent justice; wisdom is the tyre, the hub is thoughtfulness and the axle is the immovable truth." Just as the cross is the generally accepted sign of Christians, the crescent of Muslims and the Star of David of the Jewish religion, even so, the Wheel of The Law is the one sign of our religion that is recognized all over the world, and we ought to use it more and more, until everyone knows the meaning of this holy symbol. If anyone wishes to wear a badge of the Buddhist religion in the form of a ring or pin or necklace, then the proper symbol to use is the Wheel of The Law. Anyone who wears such a symbol will be constantly reminded that the only true happiness comes from following the Law taught us by Lord Buddha.