

GIA ĐÌNH PHẬT TỬ CHÁNH PHÁP

Chương Trình Tu Học Ngành Oanh Vũ



Bậc Tung Bay

HÒA THUẬN - TIN YÊU - VUI VẺ



PL 2557 - 2013

Mục Lục (Contents)

Bậc Tung Bay	Page No.
1. Em Đi Vào Gia Đình Phật Tử Chánh Pháp <i>Joining Chanh Phap Buddhist Youth Group</i>	1 – 9
2. Ý Nghĩa Ăn Chay..... <i>Being a Vegetarian</i>	10 – 15
3. Cách Thức Thiết Trí Bàn Thờ Phật <i>How to Arrange Buddha's Altar (Shrine)</i>	16 – 19
4. Ý Nghĩa Cờ Phật Giáo..... <i>The Meaning of the Buddhist Flag</i>	21 – 23
5. Em Làm Việc Thiện..... <i>Charity Work/Good Deed</i>	24 – 28
6. Huy Hiệu Hoa Sen..... <i>The Lotus Emblem</i>	29 – 33
7. Đức Phật với La Hầu La..... <i>Buddha with Rahula</i>	34 – 38
8. Con Sư Tử Trọng Pháp..... <i>The Lion that Respects Dharma</i>	39 – 42
9. Người Đạo Sĩ Chí Hiên..... <i>The Very Pious Monk</i>	43 – 44
10. Năm Hạt Mù-Tạc..... <i>The Five Mustard Seeds</i>	45 - 47

Em Đi Vào Gia Đình Phật Tử Chánh Pháp

I. Những Đoàn Trong GDPT

Em đi họp Đoàn có nghĩa là em đến chùa để sinh hoạt với Gia Đình Phật Tử. Mỗi Gia Đình Phật Tử thông thường có các Đoàn như sau

1. Đoàn Oanh Vũ Nam gồm các em Nam từ 7 đến 12 tuổi.
2. Đoàn Oanh Vũ Nữ gồm các em Nữ từ 7 đến 12 tuổi.
3. Đoàn Thiếu Nam gồm các em Nam từ 13 đến 17 tuổi.
4. Đoàn Thiếu Nữ gồm các em Nữ từ 13 đến 17 tuổi.
5. Đoàn Thanh Nam gồm các em Nam từ 18 tuổi trở lên.
6. Đoàn Thanh Nữ gồm các em Nữ từ 18 tuổi trở lên.

Ngoài giờ tụng Kinh chung cả Gia Đình, ngoài giờ học tiếng Việt, các em phải luôn luôn gắn bó, theo sát tất cả mọi hoạt động của Đoàn. Các anh chị Đoàn Trưởng, Đoàn Phó, và Ban Huynh Trưởng Đoàn sẽ trực tiếp hướng dẫn, giảng dạy cho các em tu học và sinh hoạt. Nói tóm lại Đoàn là cơ sở, là nền tảng cho các em nương tựa để sinh hoạt và tu học.

Joining Chanh Phap Buddhist Youth Group

I. *Buddhist Youth Groups:*

When joining the Buddhist Youth Group, you will be assigned to one of the following group):

1. *Boys group ages 7 to 12*
2. *Girls group ages 7 to 12*
3. *Teen boys group ages 13 to 17*
4. *Teen girls group ages 13 to 17*
5. *Adult men group 18 and above*
6. *Adult women group 18 and above*

In addition to praying and learning Vietnamese and Dharma classes, you should always observe on going activities of your group, follow the rules and direction from the adult leaders. They will guide you throughout the day so that learning Vietnamese and Buddha's teaching can be fun and more effective.



II. Thời Gian và Nội Dung Của Một Buổi Họp Đoàn:

Một buổi sinh hoạt sẽ từ 9 giờ sáng đến 2 giờ chiều theo những nội dung như sau:

Ngoài những nội dung nêu trên, trong năm thỉnh thoảng các em còn phải tham gia các hoạt động công ích xã hội (Thăm viếng, ủy lạo các Nursing Home, Tham gia bảo vệ, giữ sạch môi trường.v.v...), tham gia những sinh hoạt nhằm duy trì và phát huy những truyền thống văn hóa tốt đẹp của cha ông chúng ta (Lễ Phật Đản, Lễ Báo Hiếu nhân mùa Vu Lan Thắng Hội, Tết cổ truyền, Tết Trung Thu.v.v...). Các em còn được rèn luyện thể lực qua những kỳ trại hè, trại huấn luyện, được rèn luyện các kỹ năng văn nghệ, múa lân, võ thuật.v.v...

II. Weekly Schedule and Activities

Our weekly gathering is from 9 am to 2 pm with the following scheduled activities:

In addition to the weekly scheduled activities, our organization also participating in community events (such as visiting nursing home facilities, beach clean-up, etc.) and actively involve with major holiday events (Buddha's birthday, Mother's day, New Year and Children New Year and many more.). You will also be trained on survival skill during our annual summer camp, training camp and lion dancing, etc.

Giờ Sinh Hoạt	Nội Dung Sinh Hoạt	Activities
9:00 am – 9:30 am	Lễ Phật - tụng Kinh Sám Hối	<i>Praying “Lesson of Repentance”</i>
9:30 am – 10:15 am	Chào cờ Đoàn và Câu Chuyện Dưới Cờ	<i>Flag ceremony and announcements</i>
10:15 am – 11:30 am	Học lớp Việt ngữ	<i>Vietnamese class</i>
11:45 am – 12:15 pm	Ăn cơm trong Chánh Niệm	<i>Lunch (Eat mindfully)</i>
12:15 pm – 12:45 pm	Sinh hoạt tự trị	<i>Group activities & Scout Activities</i>
12:45 pm – 1:45 pm	Học lớp Phật Pháp và Hoạt Động Thanh Niên	<i>Dharma classes</i>
1:45 pm – 2:00 pm	Sinh hoạt vòng tròn toàn Gia Đình	<i>Circle time</i>
2:00 pm	Kết Giây Tân Ái – Ra về	<i>Dismissal</i>

III. Lợi Ích Của Việc Đi Họp Đoàn:

Các em đi sinh hoạt sẽ có được rất nhiều lợi lạc từ những nội dung trong buổi sinh hoạt.

1. Lễ Phật - Tụng Kinh Sám Hối sẽ giúp các em -

- a. Thể hiện lòng thành của chúng ta đối với ba ngôi Tam Bảo.
- b. Có được thuận duyên và cơ hội để sám hối tội lỗi cũ, qua đó hứa không bao giờ tái phạm.
- c. Xin nguyện làm tất cả mọi điều tốt.
- d. Cầu nguyện chư Phật gia hộ cho ông bà cha mẹ, anh chị em luôn được mạnh khỏe, bệnh tật tiêu trừ và gia đình được hạnh phúc.v.v

IV. Benefits of joining Buddhist Youth Group

There are benefits when you attend the Buddhist Youth Group on a weekly basis.

1) Praying “Lesson of Repentance” will help you to:

- a) *Show your respect to the three Jewels (Buddha, Dharma and Sangha)*
- b) *Provide you with opportunity to repent your mistakes and vow not to repeat those mistakes again*
- c) *Vow to do all the good deeds.*
- d) *Pray to Buddha for good health to our family and live with each other in harmony and happy, etc...*



2. Chào Cờ Đoàn và Câu Chuyện Dưới Cờ

Thời gian làm lễ Gia Đình và Lễ Đoàn các em được nghe quý anh chị Huỳnh Trưởng dặn dò công việc cũng như được nghe kể những mẫu chuyện Đạo, những mẫu chuyện tiền thân của Chư Phật, nhằm nêu cho các em những tấm gương tốt để trau dồi NĂM HẠNH : “Trí Tuệ” , “Hy Xả” , “Tinh Tấn” , “Thanh Tịnh” , và “Từ Bi” của một người Phật Tử.

3. Học lớp Việt ngữ

Qua những lớp học tiếng Việt, nếu chăm chỉ và siêng năng, các em có thể nói giỏi tiếng Việt, viết đúng ngữ pháp tiếng Việt, đọc đúng tiếng Việt, nghe hiểu tiếng Việt. Ngoài ra, trong giờ này, tùy theo trình độ, các em còn được học Lịch Sử, Địa Lý, và những phong tục tập quán của người Việt Nam.

2. Flag Ceremony & Announcements



During our flag ceremony, there will be announcements of upcoming events. We will also listen to dharma stories about Buddha's past lives and other Buddha's teaching. The goal is for all of us to practice our five conducts of a Buddhists. These FIVE CONDUCTS are: "Wisdom", "Forgiveness", "Diligence", "Purity" and "Compassion".

3. Vietnamese Class

Upon the completion of the Vietnamese classes, students will have the ability to read, write and understand the Vietnamese language. In addition to learning the language, students will also learn the rich history of Vietnam, its geography and cultures.



4. Ăn cơm trong Chánh Niệm

Để chuẩn bị cho bữa ăn cơm, tất cả các em tập trung vào đúng vị trí của mình, chắp tay ngang ngực niệm Hồng Danh Đức Bổn Sư 3 lần nhằm thể hiện tâm lòng chí thành Quy Y, thờ kính Tam Bảo đồng thời chuẩn bị định tâm để bắt đầu vào bữa ăn. Tiếp đó, các em ngồi ngay ngắn, bưng chén cơm trên tay thực hiện nghi thức “TAM ĐỀ, NGŨ QUÁN”.

TAM ĐỀ:

Múc muỗng cơm đầu tiên đưa vào miệng nhai em đọc lớn:

1. “Con xin nguyện từ bỏ tất cả mọi điều xấu, ác”.

Tiếp muỗng cơm thứ hai, em đọc lớn:

2. “Con xin nguyện làm tất cả mọi điều lành” -

Đến muỗng cơm thứ ba, em đọc lớn:

3. “Con xin nguyện giúp đỡ tất cả mọi người và vật”

4. Eating Meditation or Mindful

Prior to eating lunch, you must pray by putting both of your hands together at your chest area and recite Buddha’s name 3 times. Thereafter, you need to pick up your bowl and read the 3 vows below and practice the 5 eating contemplations.

THREE VOWS:

While eating the first bite, I chant:

1. *I vow to eliminate all evil thoughts and actions.*

Continue eating the second bite, I chant:

2. *I vow to do good deeds and bring happiness to all living being.*

Eating the third bite, I chant:

3. *I vow to help and have all living beings from suffering.*



NGŨ QUÁN:

Sau khi ăn ba muỗng cơm đầu tiên với nghi thức Tam Đề xong, từ đó đến cuối bữa ăn, các em phải thực hiện nghi thức “Ngũ Quán” với nội dung như sau :

1. Thức ăn này là tặng phẩm của đất trời và công phu lao tác.
2. Xin tập ăn trong Chánh Niệm và lòng biết ơn để xứng đáng thọ dụng thức ăn này.
3. Khi ăn xin nhớ ngăn ngừa những tật xấu và tập ăn uống cho có chừng mực.
4. Xin chỉ ăn những thức ăn có tác dụng nuôi dưỡng và ngăn ngừa tật bệnh; ăn như thế nào để gìn giữ lòng Từ Bi, giảm bớt khổ đau của muôn loài, bảo tồn đất Mẹ, và chuyển ngược quá trình hâm nóng địa cầu.
5. Vì muôn thực tập con đường “Hiếu Biết” (Trí Tuệ) và “Thương Yêu” (Từ Bi) nên con xin thọ dụng thức ăn này.



MAY ALL LIVING BEINGS
BE FREE AND HAPPY

FIVE CONTEMPLATIONS:

After eating the first 3 bites and made the 3 vows, we will continue our meal and eating in silence, the food becomes real with our mindfulness and we are fully aware of its nourishment. We remain seated during this silent period while practicing the five contemplations below:

1. *This food is the gift of the earth, the sky, numerous living beings and much hard work.*
2. *May we eat with mindfulness and gratitude so as to be worthy to receive it.*
3. *May we recognize and transform our unwholesome mental formations, especially our greed, and learn to eat with moderation.*
4. *May we keep our compassion alive by eating in such a way that we reduce the suffering of living beings, preserve our planet and reverse the process of global warming.*
5. *We accept this food so that we may nurture our sisterhood and brotherhood, strengthen our Sangha, and nourish our ideal of serving all beings.*

5. Học lớp Phật Pháp và Hoạt Động Thanh Niên

a) Phật Pháp :

Qua nội dung từng bài học, tùy theo độ tuổi các em vừa được un đúc năm hạnh “Tù Bì”, “Hỷ Xả”, “Tinh Tấn”, “Thanh Tịnh”, và “Trí Tuệ” của một người Phật Tử, vừa được uốn nắn để khi còn nhỏ, các em là những người con, người cháu chăm ngoan, hiếu thảo với ông bà cha mẹ, là những người anh, người chị, người em ngoan ngoãn, lễ phép, luôn biết vâng lời theo sự hướng dẫn và dạy bảo của người trên.

Khi trưởng thành, các em sẽ là những công dân tốt cho Quốc Gia, Xã Hội, sẽ là những Phật Tử thuần thành hết lòng tu tập nhằm sửa đổi bản thân mình cũng như sẵn sàng xả thân phụng sự cho Đạo Pháp.

Nói tóm lại qua giờ học Phật Pháp, các em sẽ được huấn luyện để đạt được phẩm chất quan trọng của một con người đó là “Đạo Đức” và “Trí Tuệ” theo tinh thần **BI – TRÍ – DŨNG** của châm ngôn Gia Đình Phật Tử Việt Nam.

b) Hoạt Động Thanh Niên :

Đây là bộ môn rèn luyện cho các em những kỹ năng khéo léo về tay chân, rèn luyện thể lực nhằm mục đích vừa đào tạo cho các em một tinh thần minh mẫn, vừa đào tạo cho các em có được một thân thể tráng kiện.

5. Dharma Classes and Scout Activities:

a) Dharma Class:

Depending on your age group, each and every dharma class will introduce you to the five conducts of a Buddhist. They are “Compassion”, “Forgiveness”, “Diligence”, “Purity”, and “Wisdom”. As Buddhists at a young age, you will learn to be respectful to the elderly, listen and obey your parents and siblings as well as guidance of other adult leaders.

When we become an adult, dharma classes will teach us to be good citizen for our society and country. As a true Buddhists, we are able to apply Buddha’s teaching to better ourselves, strengthen our Sangha, and nourish our ideal for serving all beings.

*In summary, Dharma classes will provide knowledge and training necessary to become a wise and moral person with **COMPASSION – WISDOM – COURAGE** of the motto of the Buddhist Youth Group.*

b) Scout Activities:

Scout activities are intended to enhance your leadership through a structured program of outdoor activities aiming at developing character, citizenship, and personal fitness qualities among all youth.

6. Sinh Hoạt Tự Trị:

Đây là thời gian nhằm rèn luyện cho các em một tinh thần độc lập, tự chủ, tự tin vào khả năng học tập, khả năng lãnh đạo của chính mình để giải quyết tất cả mọi công việc của Đoàn, Đội, Chúng.v.v...



7. Sinh Hoạt Vòng Tròn:

Đây là thời gian để các em vui chơi, ca hát, thực hiện những trò chơi nhỏ nhằm huấn tập cho các em tính dạn dĩ, không e sợ, nhút nhát, huấn tập cho các em những phản ứng nhanh nhẹn về tay chân, tai, mắt.v.v... Qua đó các em gần gũi nhau hơn, tạo nên được sự đoàn kết và tình thương yêu gắn bó giữa tất cả mọi thành viên trong Gia Đình.



6. Group Meeting/Participation:

This is the time where you will be trained to be independent, and have self-confident in your ability to learn, lead and improve your problem solving skills, etc...



7. Circle Time:

During circle time, games will be played and everyone will sing buddhist youth songs. The objective is to develop your social skill so that you will not be too timid or shy as well as helping you to have quick response for all your senses. Circle time is an opportunity for members of the Buddhist Youth Group to show their love and compassion, develop relationship for one another in the group.

IV. Kết Luận:

Qua những nội dung của một buổi họp Đoàn như đã nêu trên, tất cả mọi người từ lớn đến nhỏ ai cũng sẽ gặt hái rất nhiều ích lợi tùy theo sự nỗ lực cố gắng chăm chỉ tu học và siêng năng chuyên cần trong việc đi họp Đoàn.

Ngành Oanh sống đúng theo châm ngôn “**Hòa Thuận – Tin Yêu – Vui Vẻ**” và Ba Điều Luật. Huynh Trưởng, ngành Thanh, ngành Thiếu sống đúng theo châm ngôn “**Bi – Trí – Dũng**” và Năm Điều Luật.

Ngoài ra, các anh chị Huynh Trưởng còn có lý tưởng phải tự nỗ lực tu tập cho bản thân mình để có đủ tư cách, phẩm chất. Có đủ kiến thức trong mọi mặt Đạo cũng như Đời để chỉ dạy, hướng dẫn cho các em đoàn sinh tiến bước theo mình trên con đường vừa cầu hoàn thiện cho mình vừa giúp đỡ được cho mọi người và mọi vật chung quanh. Đó là mục đích, là ước nguyện : “Thượng Cầu Phật Đạo, Hạ Hóa Chúng Sanh”.

**NAM MÔ THƯỜNG TỈNH TÂN BỒ
TÁT MA HA TÁT.**

IV. Conclusion:

Based on the content of each activity mentioned in this lesson, everyone should be able to achieve several benefits depending on how determine you are to learn and how often you attend the Buddhist Youth Group.

*Boys and girls Oanh Vu groups will learn to practice to live in accordance with their motto “**Harmony – Trust – Joy**” and the three Oanh Vu rules. The teenagers and adult leaders will practice their motto “**Compassion – Wisdom – Courage**” and their five rules.*

The adult leaders of the Buddhist Youth Group must constantly learn to improve themselves in order to have the knowledge necessary to teach Dharma. Their mission is to guide others to follow the footstep on the path of self-awakening. They have vowed to help all living beings free from suffering and to attain enlightenment.



Ý Nghĩa Ăn Chay

Đạo Phật là đạo từ bi, Phật Tử phải tôn trọng sự sống của mọi loài. Đức Phật dạy cho chúng ta phải ăn chay. Vậy các em cần biết ăn chay là thế nào, có lợi ích gì và ăn chay ra sao. Có vậy các em mới tránh được những sai lầm khi ăn chay để kèm hãm bớt tội lỗi cho các em.

I. Ý Nghĩa Ăn Chay:

Ăn chay là một phương pháp Phật dạy các em làm để thay thế ăn mặn. Ăn chay là ăn những loài thảo mộc như hoa quả, rau cải, chứ không ăn các món ăn thuộc loài động vật như heo, bò, tôm, cá, gà, vịt v.v...

II. Ích Lợi Của Sự Ăn Chay:

- Về Phương Diện Tu Học:** Đạo Phật là đạo từ bi, bình đẳng, tôn trọng sự sống của mọi loài kể cả loài vật. Mọi loài, vật cũng như người, đều biết tham sống sợ chết. Cá thấy người cá lội, chim thấy người chim bay, người thấy cọp người sợ hãi. Đức Phật xem mọi loài đều bình đẳng và không cho rằng loài này có đặc ân hơn loài khác hoặc loài này phải làm vật hy sinh cho loài khác. Người Phật Tử muốn cho đức tánh từ bi bình đẳng được tăng trưởng hay sự tu hành của mình tiến bộ thì phải ăn chay. Hơn nữa ăn chay tránh cho ta quả báo của sự sát hại.
- Về Phương Diện Tinh Thần:** Ăn chay giúp trí não sáng suốt, tính tình thuần hậu. Khi ăn nhiều thịt cá trí não nặng nề mệt nhọc vì bộ máy tiêu hóa hoạt động nhiều, nhất là khi có chất mỡ khó tiêu làm mệt trí óc. Còn ăn chay trí não nhẹ nhàng, tinh thần minh mẫn, thuận lợi cho việc học hành và tính tình bớt hung bạo. Ăn chay còn thể hiện tinh thần yêu chuộng hòa bình.

Being a Vegetarian

Buddhism is a compassionate religion; therefore, Buddhists should respect the lives of all beings. Buddha teaches us not to consume meat. Therefore, it's important to understand the meaning of being a vegetarian and the benefits and ways of being a vegetarian. By understanding this, we will avoid mistakes when practicing and will not commit any sin.

I. Meaning of Being a Vegetarian:

It is a method taught by Buddha. It means to only eat fruit, grains, and vegetables and no meat of any kind (including pork, beef, shrimp, fish, chicken, duck, etc).

II. Benefits of Being a Vegetarian:

- The Practicing Aspect of Buddhism:** The Buddhist religion is compassionate, impartial, and respectful of the lives of other beings, including animals. Like humans, animals have the right to live, the desire to live, and are afraid of death. Therefore, Buddha treats all beings equally and none are more favorable than others. None should be used to sacrifice for others. Hence, to cultivate the compassionate nature in ourselves and expand our wisdom, a Buddhist should eat only vegetables, fruits, and grains. Furthermore, by not eating meat, we avoid the consequences of killing.
- The Spiritual Aspect:** Eating just vegetables, fruits, and grains help the brain functions clearer and the mind/spirit stays purer. When we eat too much meat, the digestive system has to work harder to digest the complex fat, causing the brain to also work harder. Being a vegetarian develops the peace-loving, non-violent nature in ourselves, benefiting our spirits, study habits, and mind.

3. **Về Phương Diện Thân Thể:** Người ăn chay thân thể được mạnh khỏe, làm việc dẻo dai, sống lâu và ít bệnh. Trong hoa quả ít có chất độc. Hoa quả, rau cải, khoai, ngũ cốc có đủ dinh dưỡng để nuôi sống con người. Trái lại thịt cá là món ăn có thể có độc. Ở xứ nóng, thịt cá bắt đầu sinh thối khoảng năm giờ sau khi con thú bị giết. Ăn thịt hư có thể nguy hiểm đến tánh mạng.

III. Cách Thức Ăn Chay:

Ăn chay có nhiều cách tùy hoàn cảnh, một người có thể chọn một trong các phương pháp sau:

1. Ăn chay trọn đời (trường trai): Người phát nguyện ăn chay trọn đời, không bao giờ ăn mặn nữa.
2. Ăn chay ba tháng trong một năm.
3. Ăn chay mười ngày trong một tháng: Gồm ngày 1, 8, 12, rằm, 18, 25, 26, 28, 29, 30 Âm Lịch.
4. Ăn chay bốn ngày trong một tháng: Gồm ngày 1, 14, rằm, 29 hoặc 30 Âm Lịch.
5. Ăn chay hai ngày trong một tháng: Gồm ngày 1 và rằm Âm Lịch.
6. Ăn chay những ngày vía chư Phật, vía các vị Bồ Tát.

Khi đã phát nguyện ăn chay thì nên cố gắng giữ theo, không vì trường hợp gì mà bỏ qua, trừ khi đau bệnh nặng và thầy thuốc khuyên phải ăn mặn để chữa bệnh. Sau khi khỏi bệnh phải sám hối và phát nguyện giữ lại.

Tóm lại, ăn chay có nhiều lợi ích cho sự tu học cũng như thể chất và tinh thần. Tùy theo hoàn cảnh cũng như dễ dàng cho mỗi người, chúng ta nên tự chọn một phương pháp ăn chay và cố gắng giữ để mang lại lợi ích cho chính mình.

3. **The Physical Aspect:** Being a vegetarian helps us live healthier and longer. We can obtain all required nutrients and proteins from vegetables, fruits, and grains. On the other hand, meat products contain harmful toxins, such as fat, cholesterol, etc.



IV. Methods To Practice Being a Vegetarian:

Depending on our circumstances, we can choose to eat only vegetables, grains, and fruits by following one of the methods below:

1. For the remainder of our life.
2. For any three months out of the year.
3. For ten days of a month (Day 1, 8, 12, 14, 15, 18, 25, 26, 28, 29 or 30 -- Lunar Calendar).
4. For four days of a month (Day 1, 4, 15, 29 or 30 -- Lunar Calendar).
5. For two days of a month (Day 1 and 15 -- Lunar Calendar).
6. On the special memorial days of the Buddhas and Bodhisattvas.

Whichever method is chosen, we need to keep this commitment, except when very ill and a physician has prescribed the consumption of meat as the only treatment. However, after recuperation, we need to repent and re-pledge.

Not consuming meat benefits a person's practice, as well as the person physically and spiritually. When practicing being a vegetarian, we need to choose a method most convenient and suitable to our personal situation and conditions.

Em ăn chay (Being a Vegetarian)

1. Em cần nhớ: (I Remember):

- a. Ăn chay là ăn rau, quả, đậu, mè ... mà không ăn thịt, cá, trứng ...
- b. Ăn chay rất hợp vệ sinh, đầy đủ chất bổ dưỡng lại dễ tiêu. Giúp thân thể khỏe mạnh, tránh bệnh tật, trí óc sáng suốt.
- c. Theo lời Phật dạy, người ăn chay tránh được tội sát sanh, tránh được quả báo, thể hiện được tình yêu thương muôn loài, bớt tính hung ác, trở nên hiền lành và được nhiều người yêu mến.

2. Em thực hành (I Practice)

- a. Em nguyện ăn chay mỗi tháng vào các ngày rằm, mùng một, các ngày vía Phật, Bồ tát.
- b. Lâu dần em tiến đến tứ trai, lục trai, thập trai, trai kỳ, ...

3. Lợi ích của việc ăn chay (Benefits of being a Vegetarian):

- a. Thân thể được khỏe mạnh, tránh được bệnh tật. (Being healthy and avoid sickness)
- b. Rau trái là những thức ăn nhẹ nhàng, dễ tiêu. Trái lại, thịt cá là những món khó tiêu, nặng bụng, nhiều vi khuẩn (Eating veggie is safe and easy to digest).
- c. Rau trái, hoa quả để lâu ít hư, dễ cất trữ, dễ kho nấu. Cá thịt thì mauươn thối.
- d. Người ít ăn thịt thì ít bệnh
- e. Trí được sáng suốt, tánh tình thuần hậu, phát triển được đức từ bi, dứt dần tính sát hại.
- f. Cách sống giản dị, được mọi người thương yêu.



Bài Tập 1 (Exercise 1): Ý Nghĩa Ăn Chay

Em trả lời những câu hỏi sau đây (Answer the following questions)

1) Ý nghĩa ăn chay là gì? (What is the meaning of being a vegetarian?)

2) Ăn chay là ăn những món gì? (What are the types of food for Vegetarians?)

3) Vì sao đạo Phật dạy chúng ta ăn chay? (Why did Buddha taught us to be Vegetarian?)

4) Ăn chay có đầy đủ chất bổ dưỡng, có lợi ích cho sức khỏe không ? Tại sao ? (Are there enough nutrients in vegetables or other veggi foods?)

5) Ăn chay có ích lợi gì ? (What are the benefits of being a Vegetarian?)

6) Thế nào là ăn chay trường ? Ăn chay kỳ ? Kể các ngày thập trai?

7) Khi ăn chay có nên làm giả mặn không? Tại sao?

8) Theo bài học, có bao nhiêu phương diện trong sự ích lợi của sự ăn chay? Xin kể ra (In the lecture, how many aspects are there on the benefits of being vegetarian? List them out)

9) Tại sao chúng ta nên phát nguyện ăn chay theo sự chọn lựa của chúng ta? (Why do we need to vow to be a vegetarian with one of our chosen methods?)

10) Nếu ăn chay mười ngày trong một tháng, xin em kể ra các ngày nào (If you eat vegetarian 10 days of a month, list these 10 days)

Bài Tập 2 (Exercise 2): Ý Nghĩa Ăn Chay

Multiple Choice Questions:

- 1) Đạo Phật có các quan điểm sau đây ngoại trừ: (The Buddhist religion has the following point of views except)
 - a. Mọi loài đều bình đẳng (Every living beings are impartial)
 - b. Con người thông minh có quyền ăn thịt các con vật khác (People are the most intelligent being, who can eat the rest of the other animals)
 - c. Ăn chay tránh cho ta quả báo của sự sát hại (A vegetarian can avoid the consequences of killing)
 - d. Mọi loài đều tham sống sợ chết (All living beings wish to live and are afraid to death)

- 2) Thức ăn chay là các thức ăn sau đây: (The vegetable dish is...)
 - a. món phở tái (beef noodle)
 - b. món gà xào xả ớt (Spicy chicken with lemon grass)
 - c. món tàu hủ sốt cà (tofu with tomato sauce)
 - d. soup hoành thánh đồ biển (seafood hoành thanh soup)

- 3) Có nhiều cách ăn chay nhưng cách nào là tốt nhất theo đạo Phật (According to Buddhism, which method is the best)
 - a. ăn chay ba tháng trong một năm (vegetarian for any three months out of the year)
 - b. ăn chay mười ngày trong một tháng (vegetarian for 10 days of a month)
 - c. ăn chay bốn ngày trong một tháng (vegetarian for 4 days of a month)
 - d. ăn chay trường (vegetarian for the remainder of one's life)

- 4) Ngày vía là ngày gì (What is the definition of “Vía Phật”?)
 - a. kỷ niệm các đức Phật (memorial days of the Buddhas)
 - b. kỷ niệm các vị bồ tát (memorial days of Bodhisattvas)
 - c. Ngày Phật Đản Sinh (Shakiyamuni 's birthday)
 - d. Tất cả đều đúng (all are correct)

Cách Thức Thiết Trí Bàn Thờ Phật

Phật là đấng phước trí đầy đủ, là tấm gương cao quý nên ta cần thờ kính để noi theo, sám hối lỗi lầm, và chiêm bái. Muốn thờ Phật ta nên thiết trí bàn thờ Phật.

Bàn thờ Phật phải thiết trí ở nơi trang nghiêm, sáng sủa, sạch sẽ, phải được lau chùi luôn luôn.

Khi thiết bàn thờ Phật ta đặt ảnh tượng Ngài ở chính giữa, phía trước là lư hương, hai bên hai bình hoa và hai cây đèn. Nếu được có thêm đĩa trái cây và chén nước. Ngoài ra bàn thờ được thiết trí thêm chuông và mõ (chuông đặt bên phải, mõ đặt bên trái từ ngoài nhìn vào). Các kinh Phật có thể để trên bàn thờ hoặc trên một bàn nhỏ riêng.

Khi ta thiết bàn thờ Phật lần đầu tiên ta nên làm lễ An Vị.



How to Arrange Buddha's Altar (Shrine)

Buddha is one who has perfected himself, unaided by any supernatural power. He is the destroyer of all corruption and uncleanness in life; whose wisdom is profound - one who is enlightened. To show respect, we need to display his image with honor.

The altar should be located in a solemn, visible and clean place. The altar itself must be kept clean.

The Buddha-image is placed at the center of the altar, behind the incense burner which is a special kind of bowl, filled with clean sand and placed on a flat vessel or saucer. There are two flower vases and two candles on both sides. Next to these, you may also have a dish of fruit and a cup of water on the altar.

There is also a bell (chuông) and a wooden gong (mõ) on the altar. These are placed so that when you are facing the altar, you see the bell on the right and the wooden gong on the left. The chanting books and Buddha's teachings are placed either on the altar or on a small separate table.

There is usually a dedication/blessing ceremony (lễ An Vị) when the altar of Buddha is placed for the first time.

The Buddha image is a daily reminder of the life and principles of a great teacher. It is not an idol to be worshipped.

Cách Thức Thiết Trí Bàn Thờ Phật How to Arrange Buddha's Altar (Shrine)

Em cần nhớ (I remember):

- Phật là đáng phước trí đầy đủ, là tấm gương cao cả nên ta cần thờ cúng cung kính để noi theo, để sám hối tội lỗi và chiêm bái. Muốn thờ Phật, ta phải thiết ở nơi trang nghiêm, sạch sẽ và ta phải lau chùi luôn. (*Buddha is the enlightened one. To show our respect for Buddha, we must locate Buddha's altar in a solemn, visible and clean place. The altar itself must be kept clean*)
- Khi thiết bàn thờ Phật ta đặt ảnh hay tượng ở giữa. Phía trước là lư hương, hai bên là hai bình hoa, hai cây đèn, quả phật và chén nước. Chuông đặt bên phải. Mõ đặt bên trái ở bàn nhỏ thấp phía trước. (*The Buddha-image is placed at the center of the altar, behind the incense burner. There are two flower vases and two candles on both sides. Next to these, you may also have a dish of fruit and a cup of water on the altar*).
- Tại chùa hay tư gia đều có làm lễ an vị Phật. (*An vi ceremony can be performed at the temple or at home*)

Em thực hành (I practice):

- Em luôn luôn lau chùi bàn Phật sạch sẽ (*Always clean and keep Buddha's altar clean*).



Bài Tập 1 (Exercise 1): Cách Thức Thiết Trí Bàn Thờ Phật

Em trả lời những câu hỏi sau đây (*Answer the following questions*):

1. Tại sao chúng ta phải có bàn thờ Phật? (*Why do we need to have the Buddha's altar?*)

2. Bàn thờ Phật phải được thiết trí ở nơi đâu ? (*Where do we set up the Buddha's altar?*)

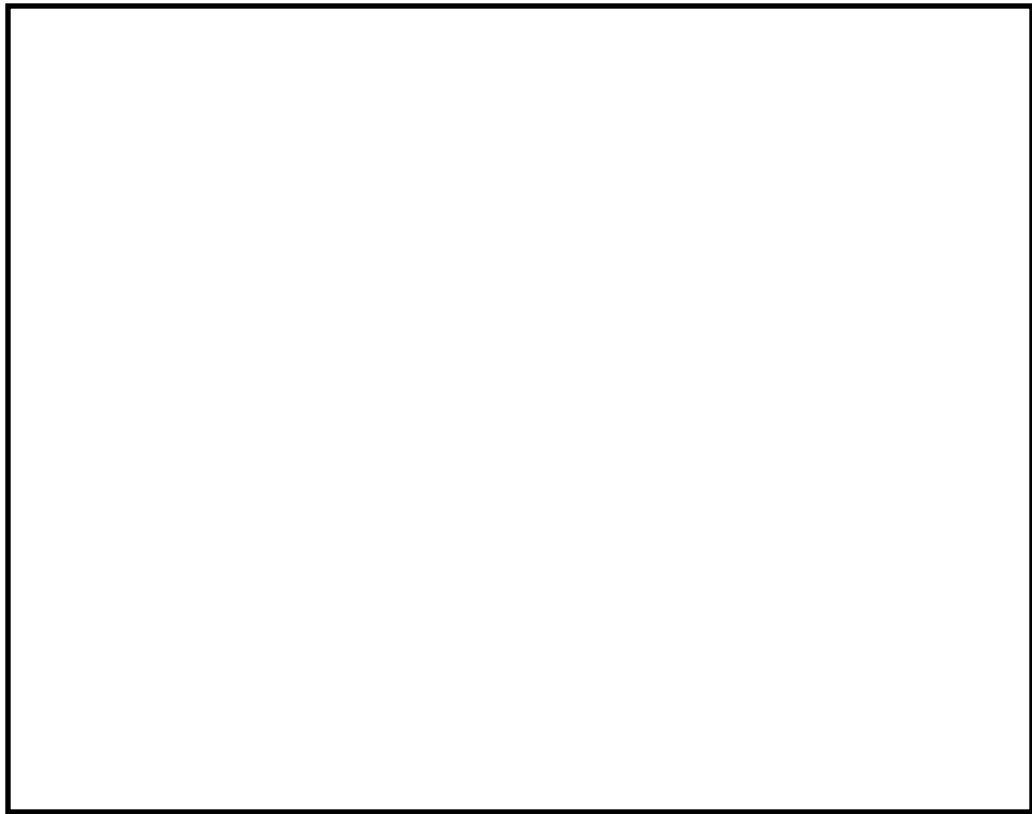
3. Lễ An Vị Phật là gì ? (*What is "An Vị" Ceremony?*)

4. Em phải giữ gìn bàn thờ Phật như thế nào? (*How should the Buddha's altar be kept?*)

5. Lần đầu tiên thiết bàn thờ Phật phải làm gì? (*When you arrange the Buddha's altar for the first time, what should you do?*)

6. Bàn thờ Phật cần có những gì? (*List all the items on the Buddha's altar*):

7. Em hãy thiết trí bàn thờ Phật dưới đây: (*Please arrange the Buddha's altar in the box below*):



Ý NGHĨA CỜ PHẬT GIÁO

Lá cờ Phật Giáo là biểu tượng của Phật Giáo qua sự hiện hữu của đạo Phật trong cuộc đời này.

Cờ Phật Giáo do Đại tá Henry Steel Olcott (1832-1907), người Hoa Kỳ theo học Phật Pháp cùng với Thượng tọa H. Sumangala, người Tích Lan, đã phồng theo sáu màu hào quang của Đức Phật để phác họa vào năm 1889. Những màu hào quang của Đức Phật là: xanh, vàng, đỏ, trắng, cam và màu tổng hợp của năm màu vừa kể.

Lá cờ này đã được treo lần đầu tiên tại các chùa Tích Lan vào dịp lễ Phật Đản 1889. Sáu mươi một (61) năm sau tại Đại Hội Phật Giáo Thế Giới đầu tiên tổ chức ngày 25 tháng 5 năm 1950 tại thủ đô Colombo, nước Tích Lan, gồm có hai mươi bảy (27) quốc gia hội viên thuộc Á châu, Âu châu và Bắc Mỹ tham dự, đã chính thức công nhận làm cờ Phật Giáo Thế Giới. Hiện nay lá cờ được khoảng tám mươi (80) quốc gia trên thế giới sử dụng trong các ngày lễ Phật Giáo.

Năm màu trên cờ Phật Giáo bao gồm những ý nghĩa sau đây:

1. Màu hào quang của Đức Phật:

- Xanh: Thiền định
- Vàng: Trí tuệ
- Đỏ: Tinh tấn
- Trắng: Thanh tịnh
- Cam: Từ bi

2. Ngũ căn và ngũ lực: Ngũ căn là năm pháp môn căn bản mà người tu hành muốn hoàn thiện để tiến đến giác ngộ. Ngũ lực là năm sức mạnh tinh thần làm động cơ thúc đẩy. Ngũ căn và ngũ lực gồm có:

- Xanh - Định:** Tập trung tư tưởng, định tĩnh tâm hồn.
- Vàng - Huệ:** Trí hiểu biết phán đoán.
- Đỏ - Tấn:** Sự chuyên cần, tinh tấn.
- Trắng - Tín:** Lòng tin tưởng.
- Cam - Niệm:** Điều suy nghĩ, ghi nhớ.

THE MEANING OF THE BUDDHIST FLAG

The world's Buddhist flag represents the spirit of the Buddhist religion.

The flag was invented by Colonel Henry Steel Olcott (1832-1907), an American who studied Buddhism with the Venerable H. Sumangala, a Buddhist monk in Sri Lanka. In 1889, they drew up the Buddhist flag based on the colors of Buddha's halo. These colors are dark blue, yellow, red, white, and orange. Separately as well as combined, the colors have significant meanings.

In 1889, the Buddhist flag was displayed for the first time at many Buddhist temples in Sri Lanka during the celebration of Buddha's birthday. Sixty-one years later, on May 25, 1950, the first World Buddhist Conference was organized at Colombo, Sri Lanka. The conference consisted of delegates from 27 different countries from Asia, Europe, and North America. During this first meeting, the delegates agreed on the colors of the flag and its meaning. Today, the Buddhist flag is honored and displayed by approximately 80 countries during Buddhist holidays.

The meanings of the colors on the flag:

1. These are the **colors of Buddha's aura**:

- Dark Blue: Meditation
- Yellow: Wisdom
- Red: Diligence
- White: Purity
- Orange: Compassion.

2. They are the **five roots** and basic moral powers a Buddhist needs to progress on the road to enlightenment:

- Dark Blue - Concentration of thought:** Do not let the mind wander when performing a task, control it and let it be calm.
- Yellow - Wisdom:** The level of understanding and how things are analyzed and judged.
- Red - Diligence:** Always strive to improve.

3. **Ngũ uẩn hoặc ngũ âm:** Ngũ uẩn là năm yếu tố căn bản để hoàn thành con người. Ngũ uẩn gồm có:

- a. Xanh: Sắc là vật chất gồm đất, nước, gió và lửa, tức là phần cấu tạo nên thể xác.
- b. Vàng: Thọ là cảm giác như các việc vui, buồn, mừng, giận, ghét, thương, việc nhận lãnh, từ chối v.v...
- c. Đỏ: Tưởng là kiến thức về khái niệm.
- d. Trắng: Hành là trạng thái tâm lý, tức là hành động và nghiệp lực song hành với nhau. Ta biết làm điều lành và tâm luôn hướng tới việc thiện thì tự nhiên đời sống nội tâm sẽ được thư thái dễ chịu. Một khi lỡ làm một việc trái với lương tâm ta cảm thấy đau nhói, cắn rứt.
- e. Cam: Thức là năng lực trí tuệ hay ý thức, là phần quan trọng số một đối với người biết thăng tiến cuộc đời mình. Việc nhận thức lệch lạc sẽ dẫn ta đến bờ vực thẳm của thất bại, đau khổ.

Màu tổng hợp tượng trưng cho hòa bình an lạc như một hợp chất duy nhất không thể tách rời được. Tượng trưng cho từng phần của ngũ căn, ngũ lực, ngũ uẩn phải dính liền với nhau thì việc tu tập mới thành công được.

Ngoài ý nghĩa tinh thần ra, màu cờ Phật Giáo còn tiêu biểu cho màu da, chủng tộc của các sắc dân, không phân biệt da vàng, da đen, da trắng, da đỏ v.v... Mà tất cả mọi người con Phật trên thế giới đều là anh em với nhau cùng tôn thờ lý tưởng Phật Giáo để cùng nhau bắt tay xây dựng và phát triển ngôi nhà chánh pháp của Đức Như Lai.

Lá cờ Phật Giáo Thế Giới được tung bay lần đầu tiên ở Việt Nam tại kỳ Đại Hội Phật Giáo Việt Nam tổ chức tại Hà Nội năm 1951, cùng lúc bài Phật Kỳ "Phật Giáo Việt Nam" do nhạc sĩ Lê Cao Phan sáng tác, đã đem lại cho người Phật Tử niềm phấn khởi, tin tưởng nơi các đại biểu toàn quốc. Sau kỳ đại hội này làn sinh khí Phật Giáo Việt Nam được hồi sinh sau một thời gian vắng bóng vì hoàn cảnh đất nước.

d. **White - Faith or belief:** Believing in Buddha and in oneself.

e. **Orange - Thoughts or mindfulness:** This has to do with the mind, thoughts, and memories.

3. These are the **five things that make up beings:**

a. Dark Blue - Material quality or form: The four matters that form us: dirt, water, air and fire.

b. Yellow - Sensation/feeling: Sad, happy, angry, etc.

c. Red - Knowledge and perceptions.

d. White - Action that are in connection with the mind/ conscience: Karmas are results of actions. In other words, if good deeds are performed, merits will follow. When we do good deeds, our minds are at peace, but when we commit wrongdoing, we feel uneasy and guilty.

e. Orange - Consciousness: The knowledge or the comprehension of all things. It is the most important aspect for all who try to improve their lives. By truly understanding something, one will make the best decisions, otherwise, misjudgment will lead to failure and sufferings.

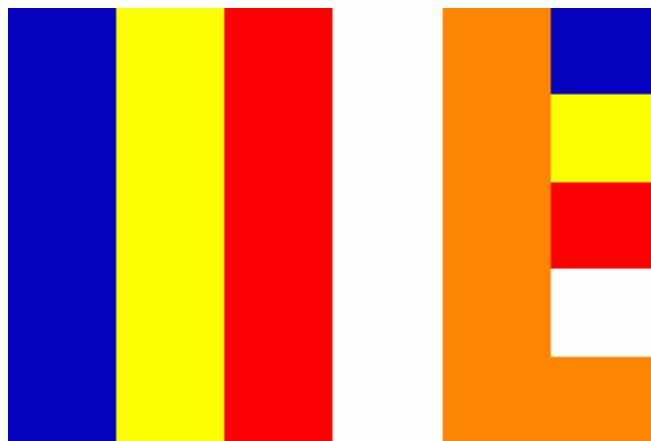
The combination of all five colors represents peace. This unification of the colors is inseparable. Each of the colors represents one of the five senses. Together the five senses will help attain enlightenment.

The colors of the Buddhist flag also represent the non-discrimination of others based upon the color of their skin. Its belief is that everyone is equal. All Buddhists are brothers and sisters who share the same belief, who worship the same religion, and who work together to build a stronger existence of Buddhism for the future.

Lá cờ Phật Giáo Thế Giới được dương cao lên ở bất cứ nơi nào, chứng tỏ rằng ở đó chánh pháp được phát huy và con người thấm nhuần trong giáo lý giải thoát, giác ngộ của đạo Phật vậy.

The World Buddhist Flag was displayed in Vietnam for the first time at the Vietnamese Buddhist Congregation conference held at Hanoi in 1951. At the same time, the Vietnamese Buddhism Anthem "Phật Giáo Việt Nam" was composed by musician Lê Cao Phan. These events brought about more trust and faith in the delegates by all the Vietnamese Buddhists. These events also revived the morality of Buddhism after its absence due to the political circumstances in Vietnam.

Wherever the Buddhist Flag is displayed, one can be assured that Buddha's teachings are being practiced and the people there understand the way to Buddhahood.



Bài Tập 1 (Exercise 1): Ý nghĩa lá cờ Phật giáo

Em trả lời những câu hỏi sau đây (*Answer the following questions*):

1. Cờ Phật giáo do ai nghĩ ra đầu tiên? (*Who invented the Buddhist flag*)?

2. Cờ Phật giáo được thế giới công nhận năm nào và ở đâu? (*When and where did the Buddhist flag was recognized*)?

3. Kể 5 màu thứ tự theo chiều dọc (*List the five colors of the Buddhist flag*).

4. 5 màu riêng tượng trưng ý nghĩa gì? (*What were the five colors symbolize*)?

5. Màu tổng hợp tượng trưng ý nghĩa gì? (*What was the combination of these colors represent*)?

6. Em tôn trọng cờ Phật giáo như thế nào? (*What must you do to show your respect and honor of the Buddhist flag*)?

Em Làm Việc Thiện

Việc thiện là những việc lành, quên lợi mình để giúp đỡ kẻ khác và giúp đỡ cả loài vật.

Hằng ngày em gặp nhiều điều mà em có thể làm được như dắt một ông lão qua đường, giúp miếng ăn cho một em bé đang đói, hay cứu một con vật bị nạn, vớt một tổ kiến trôi trên giòng nước v.v...

Đức Phật là bậc có tình thương bao la như biển cả. Theo lời Phật dạy, chúng ta là Phật Tử nên làm việc thiện để tạo được phước lành.

Ý Chính -

Việc thiện là việc làm tốt lành, quên lợi ích của mình để giúp người khác, kể cả loài vật. Hằng ngày, em gặp biết bao điều mà sức em có thể làm được : nhặt rác bên đường, dắt 1 bà lão qua đường, cứu 1 con vật bị nạn...Việc làm tuy nhỏ nhưng chớ xem thường. Làm việc thiện là tạo được phước lành

Em thực hành:

- Mỗi ngày em làm ít nhất 1 việc thiện và nhắc các bạn khác cùng làm.
- Buổi sáng nghĩ điều lành, buổi trưa làm việc lành, buổi tối mộng điều lành, ta có 1 ngày vui.

Charity Work/ Good Deed

Charity is giving of help and working to bring benefits to other beings, and not expecting personal gains in return.

In our daily lives, there are many opportunities for us to help others. For example, we can help guide the elders across the street, give food to those in needs, help an injured animal, rescue ants from water, etc.

Buddha possesses universal love and boundless compassion for all living creatures. As Buddhists, we follow Buddha's teachings and reach out to help others with no reservations (intention) and no thoughts of getting a favor in return. Keep in mind that charity work brings merit (good things), not only to those we help but also to ourselves.

Summary –

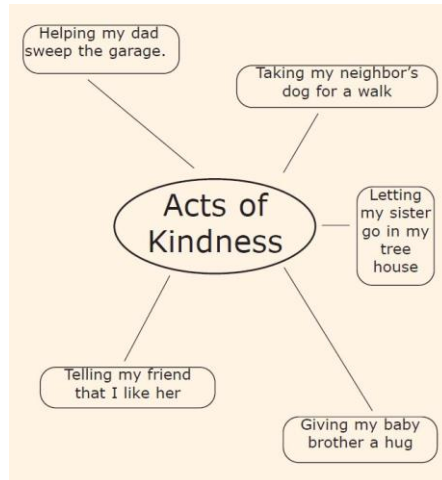
Good deed and charity work are things you do to help and bring joy, happiness and benefit others living beings and expect nothing in return. Every day, you can do good deeds such as: pick up trash in the streets or at school, guide the elders across the street and save an animal from dying...Small good deeds can bring great merits.

I Practice:

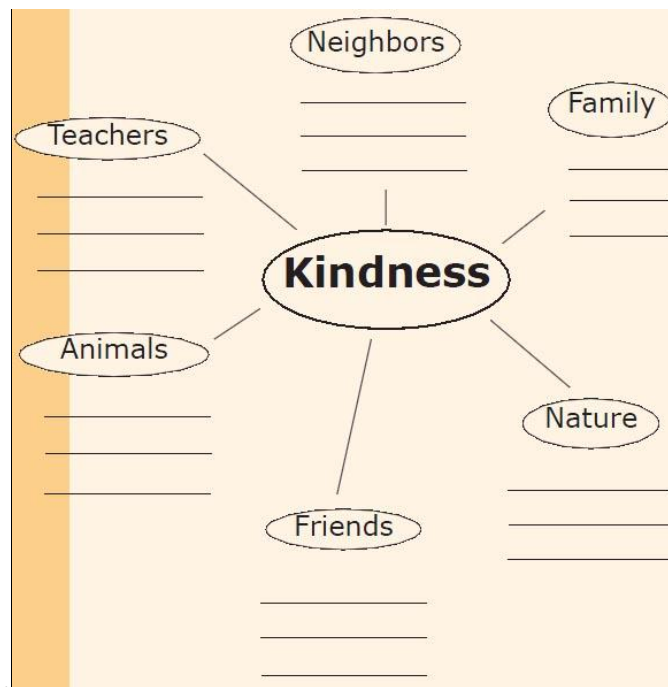
- Do one good deed per day and remind your friends to do the same
- I think about good deeds in the morning, do good deeds in the afternoon and dream of good deeds and night. I have a happy day

Bài Tập 1 (Exercise 1): Kindness Act:

1. Read a Kindness story, and discuss Kindness as it applies at home, in the schools, throughout the community and around the world.



2. As a class, allow each student to share suggestions and ideas on being kind in each of the categories and fill out the kindness web below:



Bài Tập 2 (Exercise 2): Random Act of Kindness:

Hãy cho các em viết một việc thiện cho những vần chữ sau đây:

Have each child write a sentence of a random act of kindness idea, using the letters below as a word in the sentence. :

Example:

A - I will share a stuffed Animal with my sister

B - I will help my mom Bring in the groceries

C - I Colored a picture for my grandma

D _____

E _____

F _____

G _____

H _____

I _____

J _____

K _____

L _____

M _____

N _____

O _____

P _____

Q _____

R _____

S _____

Bài Tập 2 (Exercise 2): Random Act of Kindness:

Hãy cho các em viết một việc thiện cho những vần chữ sau đây:

Have each child write a sentence of a random act of kindness idea, using the letters below as a word in the sentence. :

T _____

U _____

V _____

X _____

Y _____

Z _____



Bài Tập 3 (Exercise 3): Kindness Act:

1) Việc thiện là gì? (What is charity?)

2) Em hãy kể năm việc thiện mà em có thể làm được trong một ngày? (List the five good deeds that you can do in a certain day)

a. _____

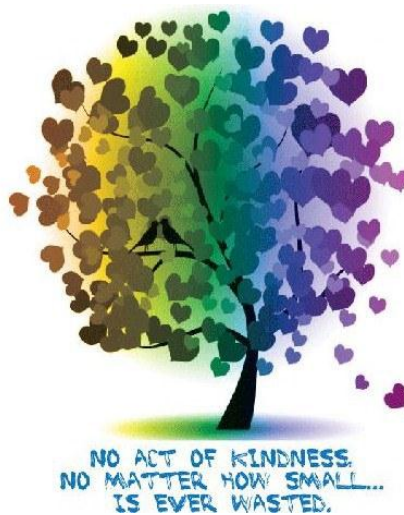
b. _____

c. _____

d. _____

e. _____

3) Em làm việc thiện để thực hành hạnh nào trong năm hạnh của một người Phật Tử? (Which virtue within the five virtues that shows your charitable nature?)





HUY HIỆU HOA SEN

Huy hiệu của Gia Đình Phật Tử là hình tròn, Hoa sen trắng, có tám cánh nằm trên nền màu xanh lá mạ.

- I. **Hình tròn:** tượng trưng cho đạo Phật viên dung, hoàn toàn, vô ngại.
- II. **Sen trắng:** tượng trưng cho ánh sáng của Trí huệ hoàn toàn (giác ngộ), và cho ánh sáng của hạnh Thanh tịnh hoàn toàn (giải thoát). Hoa sen là loại hoa mọc trong bùn dơ nhưng vẫn tỏa ngát hương thơm tượng trưng cho sự không bị sa đọa của người Phật Tử dù sống với xã hội độc ác dơ bẩn.
- III. **Tám cánh sen:** chỉ rõ mục đích Gia Đình Phật Tử:
 - A. **Năm cánh trên của Hoa sen** tượng trưng cho năm hạnh của người Phật Tử, từ ngoài nhìn vào:
 1. **Cánh giữa:** hạnh Tinh Tấn. Tinh Tấn nghĩa là luôn luôn tiến trên con đường trong sạch, trên con đường đến mục đích của Đoàn, trên con đường Đạo. Tượng trưng cho hạnh Tinh Tấn là đức Phật Thích Ca, người đã rời bỏ hạnh phúc gia đình, ngôi báu, vợ con, danh lợi, để dấn thân trên đường Đạo, tu khổ hạnh trong sáu năm, ngồi thuyền định 49 ngày để đạt đến giác ngộ, rồi lại đi thuyết pháp giáo hóa chúng sanh hơn bốn mươi chín năm. Một người Phật Tử sống theo hạnh tinh tấn là luôn luôn tinh tấn thực hành các hạnh Hỷ xả, Thanh tịnh, Trí huệ và Từ bi. Trái với hạnh Tinh Tấn là lười biếng trên đường Đạo, trong bốn phận của mình.

THE LOTUS EMBLEM

The emblem of the Buddhist Youth Association consists of an eight-petaled white lotus on a green background enclosed in a circle. It is important to understand each symbol.

- I. **The circle** represents the completeness and unity of the Buddhist religion.
- II. **The white color** of the lotus represents the brightness of wisdom, complete enlightenment (giác ngộ), and the brightness of pure moral conduct, complete liberation (giải thoát). The lotus is a flower which grows in muddy environments but produces a nice clean fragrance. This represents a Buddhist who lives in a society full of temptations but can distinguish right from wrong and has good ethics.
- III. **The eight petals** of the lotus represent the objectives of the Buddhist Youth Association
 - A. **The top five petals represent the five conducts of a Buddhist.**
 1. **The Middle petal: Moral of Diligence.** Always advancing to achieve the objectives of the organization and to practice Buddhism. An example of this conduct is Shakyamuni Buddha (Phật Thích Ca Mâu Ni) who left his family, renounced all rights to the throne and all worldly pleasures to search for truth and peace. He strenuously practiced all forms of austerity for 6 years. He reached enlightenment after 49 days of meditation. From then he went on teaching Buddhism for 49 years. Thus, one who lives by the Diligent Moral must always be diligent in applying the Forgiveness, Purity, Wisdom, and Compassion morals. The opposite of the Diligent Moral is being lazy in practicing Buddhism and in fulfilling one's own responsibility.

2. **Bên trái cánh giữa:** hạnh Hỷ Xả, có nghĩa là luôn luôn vui vẻ hoan hỷ, làm mọi người vui vẻ hoan hỷ, sống tha thứ hy sinh. Gặp việc buồn, dữ, hoặc bệnh tật không than khóc, không quá lo buồn, không sợ hãi. Thấy người làm việc lành hoặc được may mắn thì vui vẻ, tán thành, không ganh ghét, bực tức. Thấy người gặp việc buồn khổ thì khuyên giải, giúp đỡ. Gặp người xúc phạm đến mình không tức giận. Biết hy sinh cho mọi người, mọi loài. Hỷ Xả không có nghĩa là vui vẻ trẻ trung, cười nói ồn ào. Hỷ Xả là hạnh của một tâm hồn trong sạch, yêu đời, thương mọi loài, điềm tĩnh và biết tha thứ hy sinh. Người sống theo hạnh Hỷ Xả luôn có gương mặt tươi trẻ, cặp mắt trong sáng, nụ cười hiền hòa, và trong thân tỏa ra sức mạnh khiến mọi người hoan hỷ hy sinh theo mình. Tượng trưng cho hạnh Hỷ Xả là đức Phật Di Lặc, một đức Phật có một lòng thương rộng lớn cao cả, một gương mặt luôn luôn tươi cười.

3. **Bên phải cánh giữa:** hạnh Thanh Tịnh, có nghĩa là trong sạch trong thân thể, trong sạch trong lời nói, ý nghĩ, việc làm và sống một cuộc đời giản dị, thanh bạch. Trong sạch trong thân thể, là lúc nào thân hình cũng sạch sẽ, tóc tai gọn gàng, quần áo chỉnh tề. Trong sạch trong lời nói, là không nói lời giả dối, độc ác, thù ghét, chửi chưởi, nói hai lưỡi; chỉ nói lời thành thật, hòa nhã giản dị, và trung trực. Trong sạch trong ý nghĩ, là từ bỏ tánh tham, sân, si, tư tưởng cần trong sạch chơn chánh. Trong sạch trong việc làm là cứ chỉ, việc làm chơn chánh. Sống giản dị là sống thanh bạch, đạm bạc, không xa hoa, phù phiếm. Một người sống theo hạnh Thanh Tịnh là thân thể áo quần luôn luôn sạch sẽ, tề chỉnh, lời nói, ý nghĩ, việc làm luôn luôn trong sạch, và sống cuộc đời giản dị thanh bạch. Tượng trưng hạnh Thanh Tịnh là đức Phật A Di Đà, một đức Phật có hào quang vô lượng, thọ mạng vô lượng, hai quả đức do Nhơn hạnh hoàn toàn thanh tịnh; và cảnh giới của đức Phật A Di Đà hóa độ chúng sanh là cảnh Tịnh

2. **The petal to the left of the middle petal:** *Conduct of forgiveness and joyfulness.* Always be cheerful, forgiving, and strive to make others happy. When confronting mishap, do not be overly grieved or fearful. Be happy for those more fortunate rather than jealous, hateful, and upset. Help others in distress. Use nice words to explain a misunderstanding. Know when to sacrifice for others. Joyfulness does not mean to be unruly and loud. Forgiveness and joyfulness combined is a conduct of a free and clean spirit. It represents a calm and loving person willing to sacrifice for others when necessary. One who lives by this moral always looks young, has bright eyes, a nice smile, and the ability to encourage others to practice forgiveness and joyfulness. Representing this conduct is the Di Lặc (Maitreya) Buddha who has boundless love for all beings and who always has a smile on his face.

3. **The petal to the right of the middle petal:** *Conduct of Purity.* This means purity in speech, thought, and body. Purity in speech means not to tell lies nor use words that could hurt others. Always speak the truth. Purity in thought means to end the three poisons of greed, anger, and ignorance. Always have nice and clean thoughts. Purity in body or action means to have a simple life and take care of your body. Representing the Purity Conduct is A Di Đà (Amida) Buddha whose longevity is immeasurable through the practice of this conduct. He stays in the Pure Land (Tịnh Độ) world and helps all beings to get there. It is a beautiful and peaceful world.

4. **To the left of Forgiveness:** *Conduct of Wisdom.* Understand all things correctly and thoroughly. A person living by this conduct learns and understands Buddha's teaching correctly and completely. Representing this moral is the Văn Thù Sư Lợi Bodhisattva whose wisdom is greater than all of the Bodhisattvas. He often assisted Shakyamuni Buddha in helping all beings expand their wisdom.

Độ, một cõi hoàn toàn trong sạch đẹp đẽ.

4. ***Bên trái của Hỷ Xả:*** hạnh Trí Huệ, có nghĩa là hiểu biết đúng đắn, cùng khắp, tất cả. Hiểu biết đúng đắn là sự thật cảnh vật như thế nào, thì hiểu biết đúng như vậy không sai lầm. Hiểu biết cùng khắp là hiểu biết rộng rãi. Một người sống theo hạnh Trí Huệ là phải học hiểu những điều phải học đúng theo chương trình, phải học hiểu Phật Pháp đúng theo thứ bậc của mình. Tượng trưng cho hạnh Trí Huệ là đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, vị Bồ Tát có trí tuệ bậc nhất, tiêu biểu cho sự hiểu biết, và thường thay thế đức Phật Thích Ca khai sáng trí huệ cho mọi loài.

5. ***Bên phải của Thanh Tịnh:*** hạnh Từ Bi, có nghĩa là đem vui cứu khổ cho mọi loài. Đem vui là gieo sự vui vẻ như người thích đọc sách, đem sách tặng khiến cho người đó vui vẻ, hoặc dùng lời nói hòa nhã giảng giải Phật Pháp khiến cho người nghe vui vẻ. Cứu khổ là trừ những nỗi đau khổ cho mọi loài, như đối với người khổ vì đói khát thì bố thí các món ăn uống cho hết khổ... Một người sống theo hạnh Từ Bi là luôn luôn cứu giúp mọi loài, mọi người sống hạnh phúc. Tượng trưng cho hạnh Từ Bi là đức Quán Thế Âm Bồ Tát, một vị Bồ Tát hiện thân cứu khổ cứu nạn cho mọi loài, luôn luôn thương tưởng, cứu giúp cho tất cả chúng sanh.

B. Ba cánh dưới tượng trưng cho ba ngôi báu, từ ngoài nhìn vào:

1. ***Cánh giữa: Phật Bảo.*** Phật Đà có ba nghĩa: Tự Giác, là tự mình giác ngộ. Giác Tha, có nghĩa là giác ngộ cho mọi loài cũng đồng giác ngộ như mình. Giác Hạnh Viên Mãn, có nghĩa là hai công hạnh kể trên hoàn toàn viên mãn.

Từ trước tới nay có nhiều vị đã chứng quả Phật, như Đức Phật Thích Ca, Đức Phật A Di Đà, Đức Phật Dược Sư, Đức Phật Di Lặc v.v...

5. **To the right of Purity: Conduct of Compassion.** This conduct means to bring happiness and reduce miseries for all beings. A person living by this conduct always tries to help others live happily. Representing the Compassion Moral is Quán Thế Âm Bodhisattva who always listens to the cries of all beings for help and relieves their sufferings.

B. The three petals on the bottom symbolize the three jewels. (Looking at the emblem):

1. **Middle petal:** The first jewel -- Buddha. This has three meanings:

- a. Tự Giác: Self-awakened.
- b. Giác Tha: Work together with others so all will attain enlightenment.
- c. Giác Hạnh Viên Mãn: The above missions are fully accomplished.

There have been many people who have attained enlightenment. Shakyamuni Buddha, A Di Đà Buddha, Dược Sư Buddha, and Di Lặc Buddha are examples.

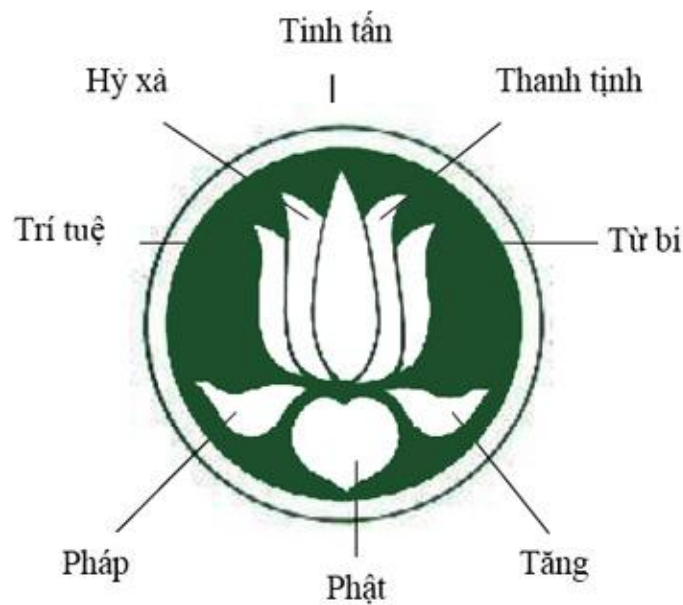
2. **The left petal:** The second jewel -- Dharma. Words from Buddha or the Bodhisattvas's sermons based on Buddha's teachings. These words contain the truth in Buddha's teaching that lead all beings to true happiness.

3. **The right petal:** The third jewel -- Sangha (monks and nuns). People who leave home to devote their life and practice Buddhism. They are a group of at least four people and live by the Six Rules of Unity Inform.

2. **Cánh trái: Pháp Bảo.** Pháp là lời dạy của Đức Phật hoặc các vị Bồ Tát vâng theo lời Phật mà nói, hoặc các vị Tổ Sư làm ra. Lời dạy tuyên dương chơn lý, có thể đưa mọi loài thoát khổ được vui.
3. **Cánh phải: Tăng Bảo.** Tăng Bảo là đoàn thể xuất gia tu hành theo Đạo Phật, gồm bốn người trở lên, và sống theo sáu phép hòa kính.

IV. Màu xanh lá mạ: là màu tương lai - chỉ tuổi trẻ đang vươn lên đầy hy vọng ở tương lai, màu của Thanh, Thiếu, Nhi Phật Tử.

IV. The green color on the emblem represents the youth and the hope for the future.



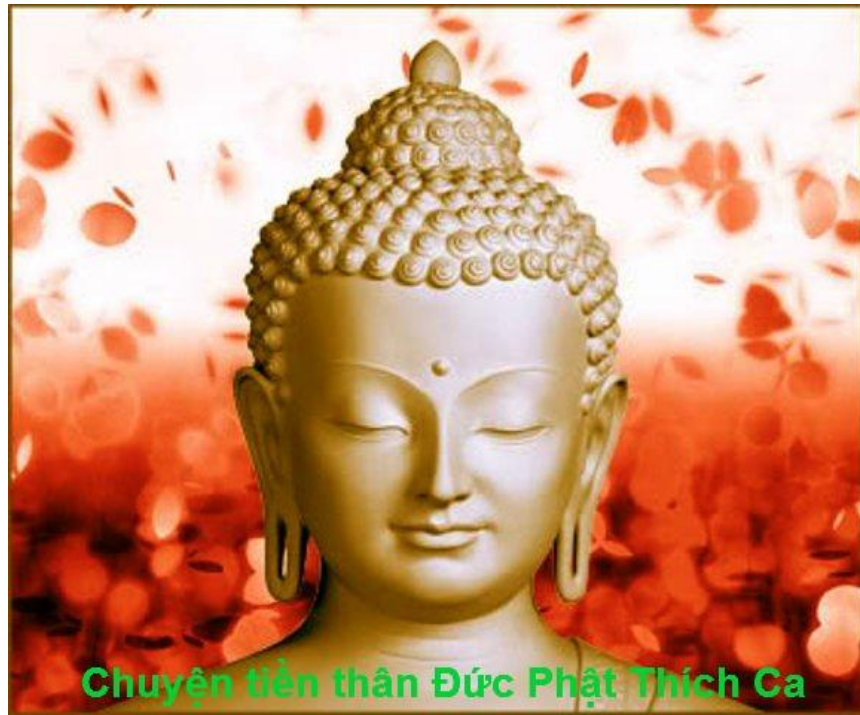
Bài Tập 1 (Exercise 1): Năm Hạnh Của Người Phật Tử

1. Có bao nhiêu hạnh cho người Phật tử ? Xin kể ra (How many conducts are there for the Buddhist follower? List them out)

2. Trong năm hạnh, em nghĩ hạnh nào là quan trọng nhất? Xin cho biết tại sao? (To you, which conduct is the most important conduct? Please give the reason.)

3. Thanh tịnh trong lời nói có nghĩa là gì? Xin cho ví dụ thực tế (What does it mean "Purity in speech"? Give a real life example.





The Stories of Buddha's Past Life

1. Đức Phật với La Hầu La (Buddha with Rahula)
2. Con Sư Tử Trọng Pháp (The Lion that Respects Dharma)
3. Người Đạo Sĩ Chí Hiếu (The Very Pious Monk)
4. Năm Hạt Mù Tạc (The Five Mustard Seeds)



Mẫu Chuyện Đạo:

Đức Phật với La Hầu La

Khi chưa thành đạo, La Hầu La (con của Thái Tử Tất Đạt Đa và Công Chúa Da Du Đà La) tính tình cộc cằn, lười biếng không chịu lo tu học, đức Phật liền bảo La Hầu La về tịnh xá Hiền Độ để tu học trong chín mươi (90) ngày không dừng nghỉ và sám hối tội lỗi. Khi đức Phật đến thăm, La Hầu La đem một chậu nước đến cho Phật rửa chân. Rửa xong đức Phật hỏi La Hầu La rằng:

- *Nước trong chậu bây giờ có thể dùng để uống được không?*

- *Bạch Thế Tôn, không thể dùng được. Trước đây nước sạch, nhưng bây giờ rửa chân nước bị dơ bẩn không thể uống được.*

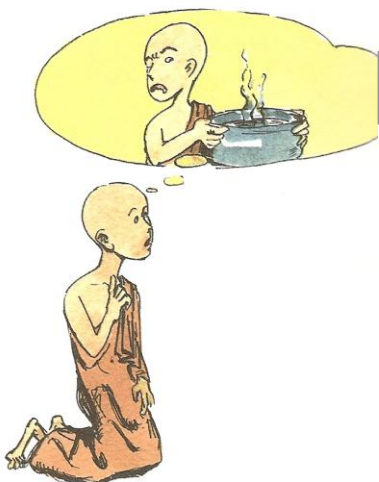
Phật dạy rằng:

- *Con cũng như vậy, là con ta, là cháu vua Tịnh Phạn, từ bỏ cuộc sống xa hoa để sống xuất gia tu hành. Nếu con không lo chăm tu học, để tâm ô uế cũng như nước bẩn kia không thể dùng được.*

Phật bảo La Hầu La đổ chậu nước đi và nói:

- *Chậu kia không còn nước bẩn, vậy có thể dùng đựng thức ăn được không?*

- *Bạch Thế Tôn, không thể dùng được vì chậu đã mang tên đựng nước bẩn.*



Buddhist Story:

Buddha with Rahula

Before reaching enlightenment, Rahula (Prince Tất Đạt Đa's son) was rude to others and also lazy about studying Buddha's teachings. Buddha knew of this and ordered Rahula to return to the palace for ninety days of non-stop studying and repentance for his wrong-doings. When Buddha came to visit, Rahula brought him a bowl of water so he could wash his feet. After washing, Buddha asked Rahula:

- *Is the water in this bowl drinkable?*

- *Buddha, the water is no longer drinkable. The water was clean, but after washing your feet in it, the water is now dirty.*

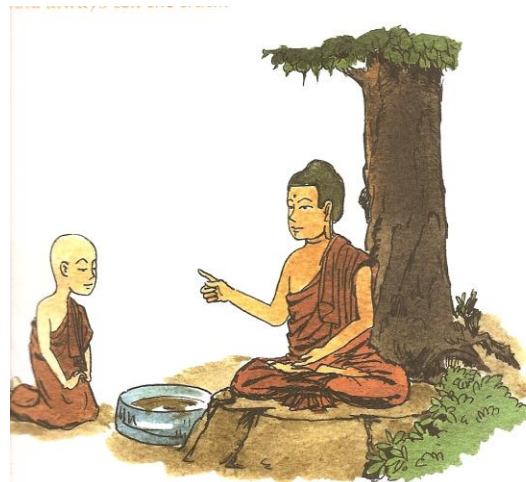
Buddha explained:

- *You are no different than the water. You are my son. I left the luxurious life to become a Buddhist monk. If you are unwilling to study harder, your conscience and soul will be similar to the useless dirty water.*

Buddha told Rahula to dump the dirty water and asked:

- *That bowl does not contain any dirty water now. Can we put food into it?*

- *Buddha, it cannot be used to put food in because this bowl is known to have been used for storing only dirty water.*



Phật dạy La Hầu La:

- *Con cũng vậy, tuy làm kẻ tu hành nhưng tâm biếng nhác, miệng nói điều chẳng lành và bị tiếng đồn không tốt. Cũng như cái chậu kia không dùng vào việc cao trọng được.*

Đức Phật lấy cái chân hất chậu làm cho nứt bể và hỏi La Hầu La:

- *Con có tiếc cái chậu bể không?*

- *Bạch Thế Tôn, cái chậu rửa chân là vật không quý nếu bể cũng không lấy gì làm tiếc.*

Phật bảo La Hầu La:

- *Con cũng vậy, tuy là kẻ tu hành nhưng đã mang tiếng xấu, nên chẳng có ai thương quý, cũng như con không quý cái chậu kia.*

Nghe lời Phật dạy La Hầu La lấy làm xấu hổ, bèn phát tâm sám hối và từ đó về sau tinh tấn tu hành.

Buddha explained:

- *You are no different. Even though you are a Buddhist monk, you are a lazy person and your words are not peaceful. There are a lot of rumors about you, similar to this bowl that cannot be used to store other things beside dirty water.*

Buddha used his feet to push the bowl away, caused it to break and then asked Rahula:

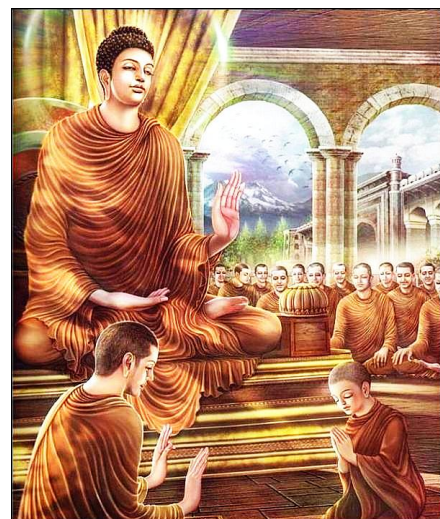
- *Do you have any regret the bowl is broken?*

- *Buddha, the bowl used to wash the foot was not a precious thing to miss at all.*

Buddha told Rahula:

- *You are no different. Even though you are a Buddhist monk, you will receive no respect because you carry a bad reputation, just as nobody respects the bowl.*

Listening to Buddha's teaching, Rahula felt ashamed. He vowed to repent. From then on, he devoted all his time to studying Buddha's teaching.



Đức Phật với La Hầu La (Buddha with Rahula)



Ý Chính:

Con người cũng như đồ vật, đã mang tiếng xấu, bị kẻ khác khinh ghét thì không còn quý giá gì nữa và không được trọng dụng.

Muốn được mến thương, quý trọng, ta cần phải tu học trở nên người tốt hiền lành theo đúng lời Phật dạy.

Summary:

People are no different than things. If they have a bad reputation and doing bad deeds, others will not see them as being useful.

If we want others to like us, we need to have good behavior. As Buddhists, we should learn and do the right things that were taught by Buddha.

Bài Tập 1 (Exercise 1): - Đức Phật với La Hầu La

Em trả lời: (I Answer):

1. Khi chưa thành đạo, tánh tình của La Hầu La ra sao? (What was Rahula personality before reaching enlightenment?)

2. Tại sao nước trong chậu không thể uống được? (Why is the water in the bowl is not drinkable)?

3. Tại sao Đức Phật dùng chân để hất bể cái chậu nước dơ? (Why did Buddha use his feet to push the bowl away causing it to break)?

4. Vì sao La Hầu La không quý chậu khi Đức Phật hất cho bể? Why did Rahula did not regret that the bowl was broken)?

5. Về sau La Hầu La đã làm gì để theo lời Phật dạy? (What did Rahula do after listening to Buddha's teaching)?

6. Câu chuyện này dạy cho em bài học gì? (What did you learn from this story)?

Bài Tập 2 (Exercise 2):

Đức Phật với La Hầu La (Buddha with Rahula)

1. Ý chính của câu chuyện "Đức Phật với La Hầu La" là _____
The main idea in the story "Buddha with Rahula" is _____
 - a) Nước dơ không uống được (Dirty water is not drinkable)
 - b) Chậu dơ không đựng đồ ăn được (Dirty bowl cannot be used to put food inside it)
 - c) Con người cũng như đồ vật, đã mang tiếng xấu sẽ không ai thương quý (People are like things, if they have a bad reputation, no one will like them)
 - d) Tất cả điều đúng (All of the above)
2. Câu nào đúng? (*Which sentence is correct?*)
 - a) La Hầu La là một đứa bé rất ngoan (Rahula was a good child)
 - b) Muốn được người yêu mến mình, em phải làm một người tốt (If we want others to like us, we must be a good person).
 - c) Chậu đựng nước dơ rửa đi sẽ dùng đựng đồ ăn được (A dirty bowl can be used for food after we clean it).
 - d) Tất cả điều đúng (All of the above)
3. Nếu em không lo chăm tu học, tâm em sẽ bị dơ bẩn cũng như nước dơ bẩn không thể dùng được (If you are unwilling to study harder, your conscience and mind will be similar to the useless dirty water)
 - a) Đúng (True)
 - b) Sai (False)
4. Vì sao La Hầu La không quý chậu khi Đức Phật hất cho bể vì.....? Rahula did not regret that the bowl was broken because.....
 - a) Chậu rẻ tiền (the bowl is cheap)
 - b) Chậu không phải của La Hầu La (the bowl doesn't belong to Rahula)
 - c) Chậu bị dơ (the bowl is dirty)
 - d) Không câu nào đúng hết (None of the above)

Chuyện Tiên Thân:

Con Sư Tử Trọng Pháp

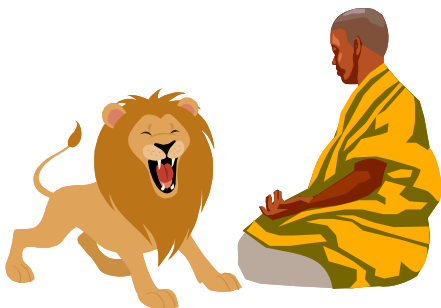
Ngày xưa, tại khu rừng nọ có con sư tử tên là Kiên Thệ, lông óng ánh sắc vàng, sức mạnh địch hơn ngàn con vật khác. Mỗi lần Kiên Thệ rống lên vang động cả khu rừng, chim đang bay bị rớt xuống và loài thú khiếp sợ ẩn tránh thật xa. Trong rừng có một vị Sa Môn rất oai nghiêm thanh tịnh, hiền từ và vui vẻ. Sư tử thường đến gần để nghe tụng kinh, giảng đạo.

Lúc bấy giờ có một người thợ săn thấy bộ lông sư tử đẹp nên muốn giết để lột da đem dâng vua lãnh thưởng. Người thợ săn nghĩ rằng: "*Sư tử là chúa các loài thú ta không thể nào dùng cung tên và đặt bẫy để bắt được vì sức mạnh phi thường của sư tử, chỉ có cách giả dạng một vị Sa Môn chờ sư tử đến gần rồi dùng tên độc bắn vào chỗ hiểm để hạ sát*". Nghĩ kế xong người thợ săn liền cạo đầu khoác áo cà sa, giả vị Sa Môn ngồi dưới gốc cây.

Quả nhiên sư tử đến gần để nghe giảng pháp. Người thợ săn lén dùng tên độc bắn vào mắt sư tử. Sư tử đau quá rống ngược lên muốn nhảy đến vồ chết vị Sa Môn giả hiệu kia, nhưng lại nghĩ rằng: "*Người kia mặc chiếc áo cà sa tức là biểu hiệu của Đức Phật, nay ta sát hại không khó gì nhưng sợ phạm đến màu áo tượng trưng cho Đức Phật*". Nghĩ vậy nên sư tử bèn nuốt giận chịu đau và chết chứ không dám động đến vị Sa Môn vì sợ chạm đến hình dung chư Phật.

Khi sư tử Kiên Thệ bị thuốc độc thấm chết, người thợ săn liền lột da đem dâng vua. Nhưng khi nghe thuật lại câu chuyện, nhà vua thấy được ác tâm tàn bạo của người thợ săn và cảm phục trước tinh thần kính trọng Tam Bảo của sư tử Kiên Thệ, bèn hạ lệnh chém người thợ săn và đem xác sư tử làm lễ siêu táng như một vị Sa Môn.

Sư tử Kiên Thệ là tiền thân của đức Phật Thích Ca.



The Story of Buddha's Past Life:

The Lion that Respects Dharma

A long time ago in a forest, there lived a lion named Kiên Thệ. His hair sparkled like gold, and he was stronger than a thousand animals combined. Each time Kiên Thệ roared, the echo vibrated throughout the forest, causing the birds that were flying to fall to the ground and other animals to run and find places to hide. In the forest, there also lived a Buddhist monk who led a solemn life. He was always peaceful and happy.

At the same time, there was a hunter who saw the beauty of the lion's fur. He wanted to kill the lion so he could skin it and offer it to the king for a prize. The hunter thought: "*The lion is the king of all other animals; therefore, it is impossible to use bow and arrows or trap to capture such a strong animal. The only option is to pretend to be a Buddhist monk, wait for the lion to get very close, and then use a poison arrow to kill it.*" After careful planning, the hunter immediately shaved his head, changed his clothes to appear similar to what the Buddhist monk wore, and sat under the tree to wait for the lion's arrival.

As usual, the lion came to listen to Buddha's teachings. The hunter sneaked up quietly and shot the poison arrow into the lion's eye. The lion roared in agony and tried to get up. It was about to jump onto the fake Buddhist monk to kill him when a thought came to its mind: "*That person wearing the Buddhist monk's clothes symbolizes Buddha. It is not difficult to kill the fake monk, but I will damage the color of the cloth that symbolizes Buddha.*" Thinking in that way, the lion decided to swallow the pain and died without touching the fake monk.

After Kiên Thệ slowly died from the poison arrow, the hunter immediately skinned its beautiful fur and brought it to the king for a prize. After listening to the hunter's story, the king recognized the hunter's cruelty and was struck with admiration of how much the lion respected the Three Jewels. The king ordered the hunter to be beheaded, and the lion's body to be cremated in a ceremony similar to that for a Buddhist monk.

The golden lion, Kiên Thệ was one of Buddha's previous lives.

Con Sư tử trọng pháp

(The Lion that Respect Dharma)

Ý Chính:

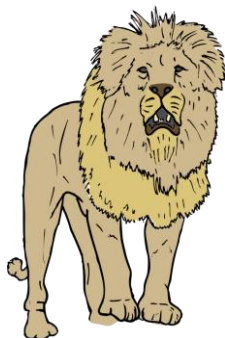
Biết rõ người thợ săn giả dạng Sa môn để sát hại mình như Sư tử Kiên Thệ không trả thù bằng cách vô chết người thợ săn độc ác, chỉ vì người ấy mang áo có hình dung Đức Phật. Thà chịu chết mà giữ được đạo pháp, kính trọng Tam Bảo chứ không thể xúc phạm hình ảnh Đức Phật từ bi.

Cuối cùng kẻ giả dạng vị Sa môn vẫn lộ nguyên hình kẻ ác và bị đền tội, còn Kiên Thệ vẫn giữ được tinh thần trọng pháp khiến nhà vua phải kính nể.

Summary:

Even though the Lion knew that the Hunter is a fake monk and is trying to kill him, the Lion did not go after the fake monk because of his clothes. The lion rather die but kept his respect for Buddhist monk's clothes because the clothes symbolize Buddha.

At the end, the fake monk (hunter) evil action was revealed and he received negative consequences. The Lion (Kien The) maintain his respect for Buddha and was applauded by the King.



Bài Tập 1 (Exercise 1): Con Sư tử trọng pháp (The Lion that Respect Dharma)

Em trả lời: (I Answer):

1) Sư tử Kiên Thệ có những đặc điểm gì? (*What are the features of the Lion named Kien The?*)

2) Tại sao người thợ săn không đặt bẫy hoặc dùng tên thường để giết Sư tử? (*Why is the hunter not trap or use regular arrow to kill the Lion?*)

3) Người thợ săn làm thế nào để sát hại được Sư tử ? (*How did the Hunter kill the Lion?*)

4) Vì sao Kiên Thệ không trả thù người thợ săn độc ác? (*Why didn't the Lion retaliate against the Hunter and decided not to touch the fake monk?*)

5) Khi đem da Sư tử dâng vua, người thợ săn có được nhà vua ban thưởng gì không? Tại Sao? (*Did the Hunter receive a prize when he brought the Lion's fur to the King? Why?*)

6) Nhà vua đã làm gì khi hiểu rõ được sự độc ác của người thợ săn? *What did the King do when he recognized the Hunter's cruelty act?*

7) Chuyện con sư tử trọng pháp cho em bài học gì? *(What lessons did we learn from this story)?*

8) Kiếp trước con sư tử là tiền thân của ai? *(Who is the Lion's past life)?*



Chuyện Tiên Thân:

Người Đạo Sĩ Chí Hiếu

Ngày xưa có một vị Đạo Sĩ tên là Quang Thiêm, nhà nghèo, cha mẹ bị mù. Đạo Sĩ luôn hầu hạ cha mẹ suốt ngày đêm. Nhận thấy người đời ham danh trục lợi, không chịu làm lành, tránh dữ cho nên Đạo Sĩ đem cha mẹ vào rừng, dựng một căn chòi nhỏ để phụng dưỡng cha mẹ và lo tu học. Quang Thiêm không bao giờ sát hại súc vật, hằng ngày vào rừng kiếm trái cây, rau cải về nuôi cha mẹ.

Gần chỗ Đạo Sĩ ở, có một con suối nước mát và trong vắt, cây cối chung quanh um tùm, có nhiều trái cây thơm ngon. Một buổi trưa mùa hè, Quang Thiêm đến suối hái quả và lấy nước về cho cha mẹ dùng, gặp lúc vua Ca Di vào rừng săn bắn ở gần đó. Nghe tiếng sột soạt bên bờ suối, nhà vua tưởng là hươu nai nên dương cung bắn. Mũi tên cắm phập vào hông Quang Thiêm, chàng té nhào xuống dòng suối bất tỉnh.

Nhà vua và quân lính chạy lại, thấy Quang Thiêm bị thương, mọi người tìm cách cứu. Khi hồi tỉnh Đạo Sĩ biết mình bị bắn và khó có thể thoát chết nên than rằng:

- Các ngài ơi, thân tôi dù có chết cũng đành cam chịu. Ngặt vì tôi còn cha mẹ mù lòa không ai nuôi dưỡng, chắc phải chết đói. Kính lạy Phật Trời xin hiểu thấu cho con nông nỗi này và cứu độ cho cha mẹ con được nhiều may mắn. Dứt lời chàng tắt thở.

Vua Ca Di nghe xong liền sa nước mắt và than thở:

- Ôi, ta thật là một kẻ bất nhân, chỉ vì ham giết hại thú vật để vui chơi và ăn cho ngon miệng mà bắn làm một người đại hiếu như thế này!

Nhà vua tìm đến nơi cha mẹ của Quang Thiêm ở để đem về săn sóc nuôi dưỡng. Cha mẹ Quang Thiêm khi nghe tin con chết liền kêu gào thảm thiết. Cả hai lần mò đến xác con. Thảm thay ông rờ mặt mày, bà vuốt ve tay chân rồi cả hai nguyện nhịn đói để chết theo đứa con hiếu thảo.

The Story of Buddha's Past Life:

The Very Pious Monk

Once upon a time, there was a monk name Quang Thiêm. He was born to parents who were blind; they were a poor family. Day and night, the monk helped his parents. He recognized that people lived in a life filled with greed for fame. Therefore, he took his parents into the woods, built a small wooden shed to live in, and studied Buddha's teachings. Quang Thiêm never killed an animal. Instead, he went into the woods everyday to pick fruit to feed his family.

Close to his shed, there was a creek with clear, cool water, and lots of trees and good fruits. One summer afternoon, Quang Thiêm went to the creek to pick fruits and to get water for his parents. King Ca Di was hunting nearby that day. Hearing the noise, the king thought it was a deer so he raised his crossbow and shot. His arrow hit the side of Quang Thiêm's stomach, and knocked him down into the creek.

The king and his guards ran to the creek. Seeing what had happened, they tried to rescue Quang Thiêm. When he regained consciousness, Quang Thiêm realized he would not be able to survive. Therefore, he pleaded: *"Your Majesty! I don't mind if I die. However, I have parents who are blind. I am afraid no one will take care of them, and they will end up starving to death. Oh! My Buddha, please understand my situation and help my parents."* Then he passed away.

Hearing Quang Thiêm's last wish, the king mourned with falling tears: *"Oh! I am such an insensitive person. Just because I love to hunt animals for fun and for satisfying my cravings, I have now killed an innocent person."*

The king went to find Quang Thiêm's parents to bring them back to the palace and to take care of them. But when hearing the bad news of their son, the parents cried painfully. Finding their way to their son's dead body, both

Cảm động trước cảnh ấy nên một vị thần hiện xuống cứu cho Quang Thiêm sống lại. Cha mẹ và con mừng rỡ vô cùng rồi quỳ lạy tạ ơn vị thần cứu mạng. Sau đó chàng dìu cha mẹ trở về chòi cũ.

Đứng trước lòng hiếu thảo của Quang Thiêm, tình cốt nhục đậm đà của cha mẹ mến thương con và sự linh ứng của vị thần cứu mạng, vua Ca Di hồi tâm sám hối, từ đó về sau không săn bắn nữa và chuyên lo làm điều lành.

Đạo sĩ Quang Thiêm là tiền thân của đức Phật Thích Ca, cha mẹ Đạo sĩ là tiền thân vua Tịnh Phạn và Hoàng Hậu Ma Gia. Vua Ca Di là tiền thân của ngài A Nan.



touched his body gently and swore to starve themselves so they would die with their pious son. Emotionally touched by the scene, an angel appeared and brought Quang Thiêm back to life. All three of them knelt down and thanked the angel. Happily, Quang Thiêm helped his parents back to their wooden shed.

Inspired by Quang Thiêm's love for his parents and the angel's reviving of Quang Thiêm's life, the king regretted his bad actions and vowed not to hunt again but rather to do good deeds from now on.

Quang Thiêm was the past life of the Shakyamuni Buddha. His parents were the past lives of King Tịnh Phạn and Queen Ma Gia. King Ca Di was the past life of A-Nan.

Năm Hạt Mù-Tạc

Kisa Gautami là một người đàn bà sinh trưởng trong một gia đình sang trọng. Bà ta lấy một người thương buôn giàu có. Hai vợ chồng có một đứa con trai. Khi đứa con trai được một tuổi thì đứa bé bỗng nhiên ngã bệnh và chết. Vì quá buồn rầu, bà ta ẵm xác của con mình và đi từng nhà hỏi xem có phương thuốc nào cứu được con của bà ta không. Dĩ nhiên không có ai có thể giúp bà được. Cuối cùng, bà được một Phật-tử khuyên bà đến gặp Đức Phật Cồ Đàm.

Bà ta ẵm đứa bé đến gặp Đức Phật và kể đầu đuôi câu chuyện. Đức Phật nhẫn nại lắng nghe câu chuyện với tất cả lòng thương yêu. Sau đó, Đức Phật nói với bà ta rằng: "Này bà Gautami, tôi có một cách giúp bà. Bà hãy về và lấy cho tôi năm hạt mù tạc trong gia đình nào mà không có người chết".

Bà Kisa Gautami liền chạy đi tìm căn hộ nhưng không tìm ra được. Mọi gia đình mà bà đến đều có một hay hai người chết đi. Cuối cùng, bà hiểu ra rằng Đức Phật muốn cho bà biết là sự chết đến với mọi người. Bà ta sẽ không còn khổ đau nếu chấp nhận được sự chết không thể nào tránh khỏi. Bà ta ẵm xác con đi chôn và sau đó đến quy y Đức Phật và trở thành một môn đệ của ngài.

The Five Mustard Seeds

Kisa Gautami was a young woman from a rich family who was married to a wealthy merchant. When her only son was about a year old, he suddenly fell ill and died. Overcome with grief, Kisa Gautami took the dead child in her arms and went from house to house asking people if they knew of a medicine that could restore her child's life. Of course no one was able to help her. Finally, she met a follower of the Buddha, who advised her to see the Buddha.

When she carried the dead child to the Buddha and told him her sad story, he listened with patience and compassion. He said to her, "there is only one way to solve your problem. Go and get me five mustard seeds from any family in which there has never been a death."

Kisa Gautami set off to look for such a household but without success. Every family she visited had experienced the death of one person or another. At last, she understood what the Buddha had wanted her to find out for herself - the death comes to all. Accepting the fact that death is inevitable, she no longer grieved. She took the child's body away and later returned to the Buddha to become one of his followers.



Bài Tập 1 (Exercise 1): Năm Hạt Mù-Tạc

1) Tại sao bà Kisa Gautami đau khổ? (Why was Kisa Gautami suffered?)

2) Bà đã làm gì để hết đau khổ? (What did she do to overcome her grief?)

3) Đức Phật đã bảo bà ta làm gì? (What did the Buddha solve her problem?)

4) Bà Kisa Gautami có làm được như lời Đức Phật dạy không? Tại sao? (Did Kisa Gautami find a way to accomplish the Buddha's advice ? Why?)

5) Cuối cùng bà ta có hết buồn không? Tại sao? (Did she overcome her grief at last? Why?)

6) Câu chuyện đã nói cho chúng ta điều gì? (What did the story tell us?)

7) Trong cuộc sống hiện tại, em có biết có người nào giống như bà Kisa Gautami không? (In your present life, do you know anyone having similar behavior like Kisa Gautami?)

8) Nếu em gặp một người mẹ mất con như bà Kisa Gautami thì em sẽ khuyên bà ta như thế nào? (If you encountered the woman who lost her son, what should you consult her?)

9) Câu chuyện này dạy cho em bài học gì? (What did you learn from this story)?



GIA ĐÌNH PHẬT TỬ CHÁNH PHÁP

Nhạc Sinh Hoạt



Đoàn Oanh Vũ





Bài ca Chính Thức của **G-D-P-T-V-N**

SEN TRẮNG

1942

Nhạc Ưng-Hội

Lời: Nguyễn-Hữu-Bình Nguyễn-Hữu-Quán

Trang nghiêm



Kìa xem đóa SEN TRẮNG thơm Nghìn hào



quang chiếu sáng trên bùn Hình dung Bốn Sư chúng



ta Lòng TỪ BI TRÍ GIÁC vô cùng . Đồng thề



nguyện một dạ theo PHẬT Nguyện sửa mình ngày thêm Tinh



kiết đến bao giờ được tay SEN ngắt Tỏa hương



thơm TỪ BI tận cùng



TRẦM HƯƠNG ĐỐT

(Bài ca nguyện hương GDPT VN)

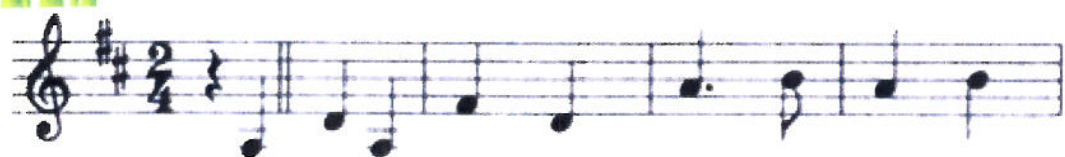
Bưu Bắc

Chậm, trang nghiêm $\text{♩} = 68$

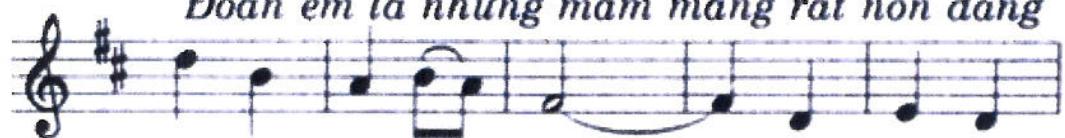
Trầm hương đốt Xông ngát mười phương Nguyên nguyên
kính đức Nghiêm Từ vô lượng Cầu cầu xin chứng tâm
thành chúng con Vần vắn khói kết mây lành cùng đường
Đạo nhiệm màu đã lan truyền nơi cùng nơi, Nhờ chân
lý chúng sanh đều thoát luân hồi, Đồng quy kính quý
dưới đài sen, Dâng hoa thơm tinh khiết màu thắm tươi cành
Đài quang minh xem huy hoàng trang nghiêm Ôn mười phương Diên
Ngự hào quang an lành, Nghìn Đạo uyển chuyển soi khắp
cùng quần sanh, Phật Đạo đồng cùng nhau tu tinh tấn mau viên
thành. Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mẫu Ni Phật (ừ.....ừ...)
Nam mô Bốn Sư Thích Ca Mẫu Ni Phật ừ.....ừ.....ừ...



MẦM MĂNG



Đoàn em là những mầm măng rất non đang



lớn đang tươi nhưng mềm Nhờ bao hàng



trúc che chở bên mình Đoàn em được sống êm đềm



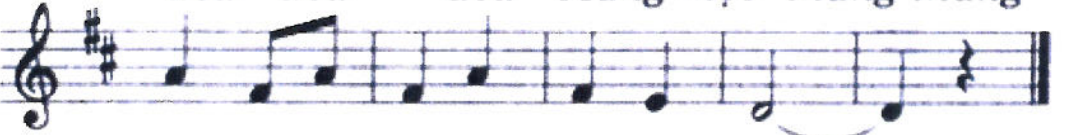
Dù măng bé yếu ớt nhưng vâng lời người



trên lo hết lòng làm việc cần chuyên Măng mọc



đều đều đều Măng mọc thẳng thẳng



thẳng Măng lớn lên trở nên Trúc bền

Sen Non

Nhạc và Lời: Hoàng Cang

Nào Vào đây SEN NON ta nắm tay Cùng bày
chim SEN NON hòa lời ca Ta hát vang cho thắm
tươi tâm hồn kia nước mây kia lá hoa Ngàn hoa
bướm nhìn Đàn ta chung sống hòa mền trong ngàn ánh thiêng
Cố theo bước vàng muôn đời còn lưu dấu ngời
sáng SEN NON trắng trong nhựa Sen chứa chan
Làm sao tương lai SEN NON luôn sáng tươi
SEN NON trắng trong nguyện theo bước vàng



Mở Mắt

Đầu Ân

Am

Trong vòng tay Cha Mẹ

G Am

anh chị luôn chờ che

C Am G C

"MỞ MẮT" đầu tiên ghi: Ánh quang Phật Từ Bi



Chân cứng

"CHÂN - CỨNG tung tăng đi chùa TIN -

HÒA - VUI đùa lú lo Nắng tràn giát vàng óng

ánh Nhớ thương BỤT: đấng Cha Lành



Cánh Mềm

Bửu-Ấn

C

Chim non "CÁNH MỀM" (a) Ngoan (a)

Am Dm

Hiền Em biết mình mang phước

Am C

lành Thiện (a) Duyên Tuổi (i) thơ tươi (i)

F

đẹp (a) Hôn (a) nhiên Thấy Thế

Dm G7 C

Tôn cười cho Đóa BẠCH LIÊN



Tung Bay!

Bưu Ân

Gm

Hôm nay theo

C

Đàn "TUNG BAY" bằng đôi cánh Tơ

Gm Bb

Vàng Bầu trời cao thăm Lòng vui

F

sống em ca hòa vang Nhịp nhàng chuyên

Bb F Dm

cánh "TUNG - BAY" trên trời cao đất lành

Gm

Không lạc đường đi: Vì chim

Dm Gm

bay biết đường TAM QUY.

Anh Em ta về

Võ Tá Khánh
Tiến Lộc



Anh em ta về cùng nhau ta sum họp này, một hai
ba bốn năm. Anh em ta về cùng nhau ta quây
quần này, năm bốn ba hai một. Một đều chân bước nhé.
Hai quay nhìn nhau đi. Ba cầm tay chắc nhé
không muốn ai chia lìa. Bốn nhớ rằng chúng
ta bốn bề anh em một nhà. Năm nhớ
mãi tình mình trong câu ca.



Về Đây **HỢP ĐOÀN**

Nào về đây ta họp đoàn cùng nhau. Cuộc đời vui
thú có lúc này thành thời. Anh với em ta cùng sống
vui trọn ngày. Rồi mai này chúng ta lại gặp nhau.

bốn phương **HỢP MẶT**

Bốn phương trời ta về đây chung vui. Không phân
chia giọng nói tiếng cười. Cùng nắm tay ta kết tình thân
ái. Trao cho nhau những gì mến thương. Trao cho
nhau những gì mến thương.

Vòng tròn

Musical score for the song "Vòng tròn" in G major and 4/4 time. The score consists of three staves of music with lyrics underneath. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a 4/4 time signature. It starts with a whole rest followed by a quarter note G4, a quarter note A4, a quarter note B4, a quarter note C5, a quarter note B4, a quarter note A4, and a quarter note G4. The second staff continues with a quarter note G4, a quarter note A4, a quarter note B4, a quarter note C5, a quarter note B4, a quarter note A4, a quarter note G4, and a quarter note F#4. The third staff continues with a quarter note E4, a quarter note D4, a quarter note C4, a quarter note B3, a quarter note A3, a quarter note G3, a quarter note F#3, a quarter note E4, and a quarter note D4. The piece ends with a double bar line and a repeat sign.

Vòng tròn có một cái tâm Cái
tâm ở giữa vòng tròn Đi sao cho đều cho
khéo Cho vòng tròn đừng méo đừng vuông (vòng)...

Hát To Hát Nhỏ...



Musical score for the song "Hát To Hát Nhỏ..." in G major and 2/4 time. The score consists of three staves of music with lyrics underneath. The first staff begins with a treble clef, a key signature of one sharp (F#), and a 2/4 time signature. It starts with a quarter note G4, a quarter note A4, a quarter note B4, a quarter note C5, a quarter note B4, a quarter note A4, a quarter note G4, and a quarter note F#4. The second staff continues with a quarter note E4, a quarter note D4, a quarter note C4, a quarter note B3, a quarter note A3, a quarter note G3, a quarter note F#3, a quarter note E4, and a quarter note D4. The third staff continues with a quarter note C4, a quarter note B3, a quarter note A3, a quarter note G3, a quarter note F#3, a quarter note E4, a quarter note D4, and a quarter note C4. The piece ends with a double bar line.

Ta hát to hát nhỏ nhỏ nhỏ Rồi cùng ngồi kể
chuyện cho nhau nghe A á à! A á à!
Ta vui ca hát Hát cho tươi đời ta



Chim bốn phương

Hoàng-Cang



Chúng ta là chim bốn phương bay về đây



Về đây chúng ta sống trong đạo Thiêng



Chúng ta là hương gió mang đi ngàn phương



Nguyện đem gieo rắc khắp nơi Ánh Vàng

Nghe Tiếng còi

Nghe tiếng còi cùng nhau kéo đến đây mà hát xướng
Nghe tiếng còi cùng nhau kéo đến Họp đoàn vui
Còn chần chờ gì nào? Mau về đây ca hát
Còn chần chờ gì nào? Mau về đây hát ca./

The musical score is written on four staves in treble clef, key of D major (one sharp), and 2/4 time. The melody is simple and rhythmic, with lyrics in Vietnamese. The first staff ends with a fermata over the final note. The second staff ends with a fermata over the final note. The third and fourth staves end with a double bar line.

Cùng Quay Quấn

_"Hát-Đuổi" (canon) 4nhóm.

Cùng quay quẩn ta vui vui vui Ca hát với nhau
chơi chơi chơi Rồi lên tiếng reo cười cười cười
làm vui thú bao người người người

The musical score is written on three staves in treble clef, key of D major (one sharp), and 2/4 time. The melody is simple and rhythmic, with lyrics in Vietnamese. The score includes circled letters A, B, C, and D above the notes, indicating different parts of the canon. The first staff ends with a double bar line. The second and third staves end with a double bar line.

Lòng HIẾU

Chim OANH VŨ

Lê Cao Phan

Ngày xưa trên núi Tuyết Sơn có con OANH
Rồi... ..khi cây lúa tốt bông bốn phương chim
Vũ nó thương xót Cha Mẹ mù (nó thương xót Cha Mẹ mù)
đến Kiếm ăn hót ca trên trời (kiếm ăn hót ca trên trời)
Ngày đêm nó bay đi khắp rừng cây khóm lá lo
Nhà nông đến thăm ruộng lúa giận chim ăn phá Giăng
trái cây hầu Mẹ Cha (tìm trái cúng dường Mẹ Cha) Gặp nhà
lưới bắt bầy chim kia (quên hết những lời nguyện xưa) Nhắm
nông kia cấy lúa xong phát tâm nguyện cúng lúa
con chim hiếu lười vậy nó làm nguy biến Nhớ
cho chúng sanh đều dùng (cúng cho chúng sanh đều dùng) Lời
thương kẻ thân tận nguyện (nhắc cho lão ông lời nguyện) Lời
kia đến tai chim Hiếu Từ nay khỏi thiếu Thóc
chim khiến người cảm mến thuận cho chim đến Thóc. §
kia chim nuôi Mẹ Cha (ngày đêm lượm dăng Mẹ Cha) ...Rồi...
kia chim nuôi Mẹ Cha (ngày đêm lượm dăng Mẹ Cha)

KẾT-ĐOÀN

Anh-Lạc

Vai sánh vai tiến bước trên đường dài sá
chi Đem sức Trai Bền tâm chí Kết đoàn
vui trong tình Thân yêu Cùng đi nhịp lòng
ca dưới nắng mai hồng đàn chim hát ca trong
ngàn cây tươi thắm vườn mình đón chào
Á... ! Đoàn ta vui lòng bốc
dâng một niềm thân ái Á... ! Đoàn ta
vui Nào đi lên Chúng ta Kết đoàn !

Về dự

Chu-Niên

* Trần-Ngọc-Dần

The musical score is written in G major (one sharp) and 2/4 time. It consists of eight staves of music with Vietnamese lyrics underneath. The lyrics are: "Về mừng CHU NIÊN Đến đón CHU NIÊN ...NIÊN Hát đón CHU NIÊN A Ha! niềm vui bao la Dù đường xa xôi Reo lên Đời LAM vui thay Nhịp nhàng hòa vang Luột núi băng đời CHU NIÊN về đây sum vầy Tiếng hát miên man CHU NIÊN tìm đưa nhau về./ Tính tang tính tang tính Hát hòa ngàn lòng người Bao đàn em cười vang trong một tình nồng nàn CHU NIÊN hân hoan Anh em bên nhau Tình LAMngát say Rồi cầm tay Mà mừng CHU..."

Về mừng CHU NIÊN Đến đón CHU NIÊN
...NIÊN Hát đón CHU NIÊN

A Ha! niềm vui bao la Dù đường xa xôi
Reo lên Đời LAM vui thay Nhịp nhàng hòa vang

Luột núi băng đời CHU NIÊN về đây sum vầy
Tiếng hát miên man CHU NIÊN tìm đưa nhau về./

Tính tang tính tang tính Hát hòa ngàn lòng người

Bao đàn em cười vang trong một tình nồng nàn

CHU NIÊN hân hoan Anh em bên nhau Tình LAMngát

say Rồi cầm tay Mà mừng CHU...

Dòng Anôma

(VIA XUAÁT GIA: 8/2 AÂ.L)

(Lời 2: Thành CA-TY-LA)

** Hoàng-Cang*



Dòng A NÔ MA sóng nhấp nhô bờ lau xanh
(2).Thành CA TY LA sống yên vui đời Tịnh Vương



Nhìn làn nước biếc Thích Ca Ngài lòng vững bền
Người người vui sướng Thích Ca Ngài vừa ra đời



Thôi con hây về để ta vui ánh vàng
Muôn chim hót mừng lá hoa hương ngát ngào



ta đã quyết tìm đạo sáng cứu chúng sanh
Muôn hào quang ngồi rọi chiếu khắp núi sông



A NÔ MA vẫn còn nhớ ghi gương sáng ngồi
Cây VÔ ƯU đến nay chúng sanh luôn nhắc hoài



Chúng ta giờ đây nguyện theo Đức Từ Bi.
Nơi LÂM TỖ NI còn ghi bao ngày vui.

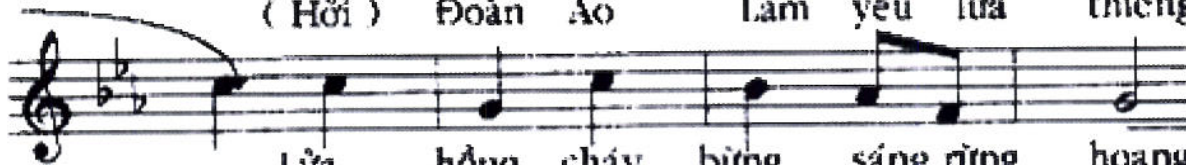
Bài ca nhảy lửa GĐPT

HỒN LỬA THIÊNG

Ngọc Kỳ



Lửa hồng cháy bùng tỏa hào quang
(Hỡi) Đoàn Áo Lam yêu lửa thiêng



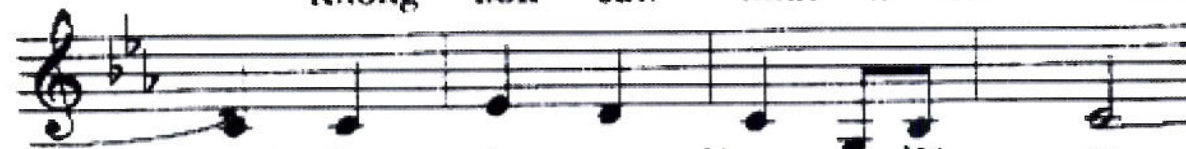
Lửa hồng cháy bùng sáng rừng hoang
Mau về siết tay ta cùng ca



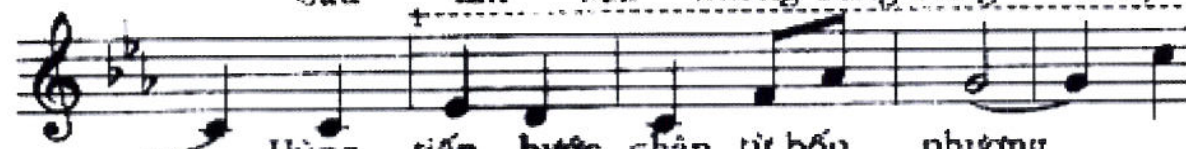
Đây hồn lửa thiêng vì sông núi
Quay quần múa reo vì nhân thế



Đây hồn Lửa thiêng vì Chánh Đạo
Không hồn oán nhau ta kết Đoàn



Ngàn xưa vang lên vạn lời ca
Cầu xin Lửa thiêng bùng bùng cháy

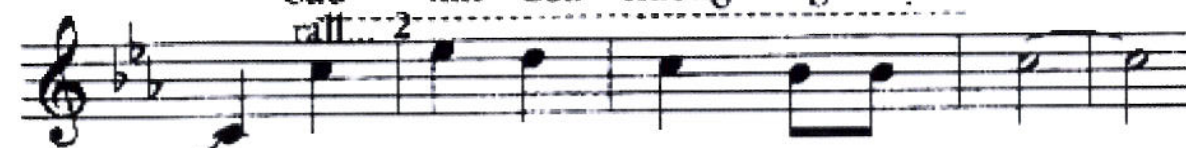


Hùng tiến bước chân từ bốn phương

Hỡi.....



Cầu xin Lửa thiêng bùng cháy cao...



Cầu xin lửa thiêng bùng bùng cháy



Bài ca tạm biệt

Viết Chung



Gặp nhau đây rồi chia tay Ngày vàng như
Còn trong ta tình bao la Cuộc tình tươi



đã vụt qua trong phút giây Niềm hăng say
thấm bừng lên muôn ước mơ Rồi suy tư



còn chưa phai Đường trường sông núi hẹn
lời đêm qua Dặn lòng hãy nhớ lời



mai ta sum vầy Đường trường sông núi hẹn
yêu thương nhắn về Dặn lòng hãy nhớ lời



mai ta sum vầy Còn trong.....
yêu thương nhắn về.

Gia-Đình-Thân-Ái

*Lê-Mộng-Nguyên

Đây Gia Đình cùng nhau chung thân ái Dưới đài
Sen sáng soi đời thắm hồng Ta ca mừng ngày
xanh bao hăng hái Ánh hào quang rạng chiếu khắp núi
sông Tay trong tay thân tình cất tiếng hát - Ánh
Xuân tràn lan - đây Gia - Đình trời bình minh Tay trong
tay xin nguyện quyết có gắng tiến lên điem tô đời Huy
Hoàng cùng Đóa SEN

Chim-Bốn-Phương

*Hoàng-Cang

Chúng ta là "Chim - Bốn - Phương" bay về đây Về đây chúng
ta Sống trong Đạo thiêng Chúng ta là hương gió
mang đi ngàn phương Nguyễn đem gieo rác khắp nơi Ánh vàng

Key signature change from G major to B-flat major (two flats) in 2/4 time.

Dây thân ái

(Bài hát chia tay Gia Đình Phật Tử)

Lời Việt: Lê Lìng

The musical score is written on a single treble clef staff in G major (one sharp) and 2/4 time. It begins with a tempo marking of quarter note = 88. The score consists of eight lines of music, each with a corresponding line of Vietnamese lyrics. The lyrics are: "Dây thân ái lan rộng muôn nhà Tay sắp xa nhưng tim không xa Vui tươi ta biết trong lòng nhớ lòng Ca hát trong không gian đơm hoa Đường tuy xa nhưng tình bao la Tiến bước theo hương thơm nhà lưu truyền Dù cách xa ngàn dặm nhưng gần Gang thép ta chia tay đừng buồn". The piece concludes with a double bar line and a repeat sign.

$\text{♩} = 88$

Dây thân ái lan rộng muôn nhà Tay sắp
xa nhưng tim không xa Vui tươi ta biết trong
lòng nhớ lòng Ca hát trong không gian đơm
hoa Đường tuy xa nhưng tình bao la Tiến bước
theo hương thơm nhà lưu truyền Dù cách xa ngàn
dặm nhưng gần Gang thép ta chia tay đừng buồn

GIA ĐÌNH PHẬT TỬ CHÁNH PHÁP

Ngành Oanh Vũ



Em Làm Việc Thiện Good Deeds





Offer thanks

Make time

Smile

Give a donation

Make a friend

Be patient

Do a favor for a friend

Say "hello"

Be respectful

Lend a hand

Share a meal

Give a compliment

Offer a ride

Give an unexpected gift

Do a kind act daily

Be Gentle



Pick up trash

Plant a tree

Open a door

Celebrate Life

Encourage a friend

Tell a story

Tell a joke

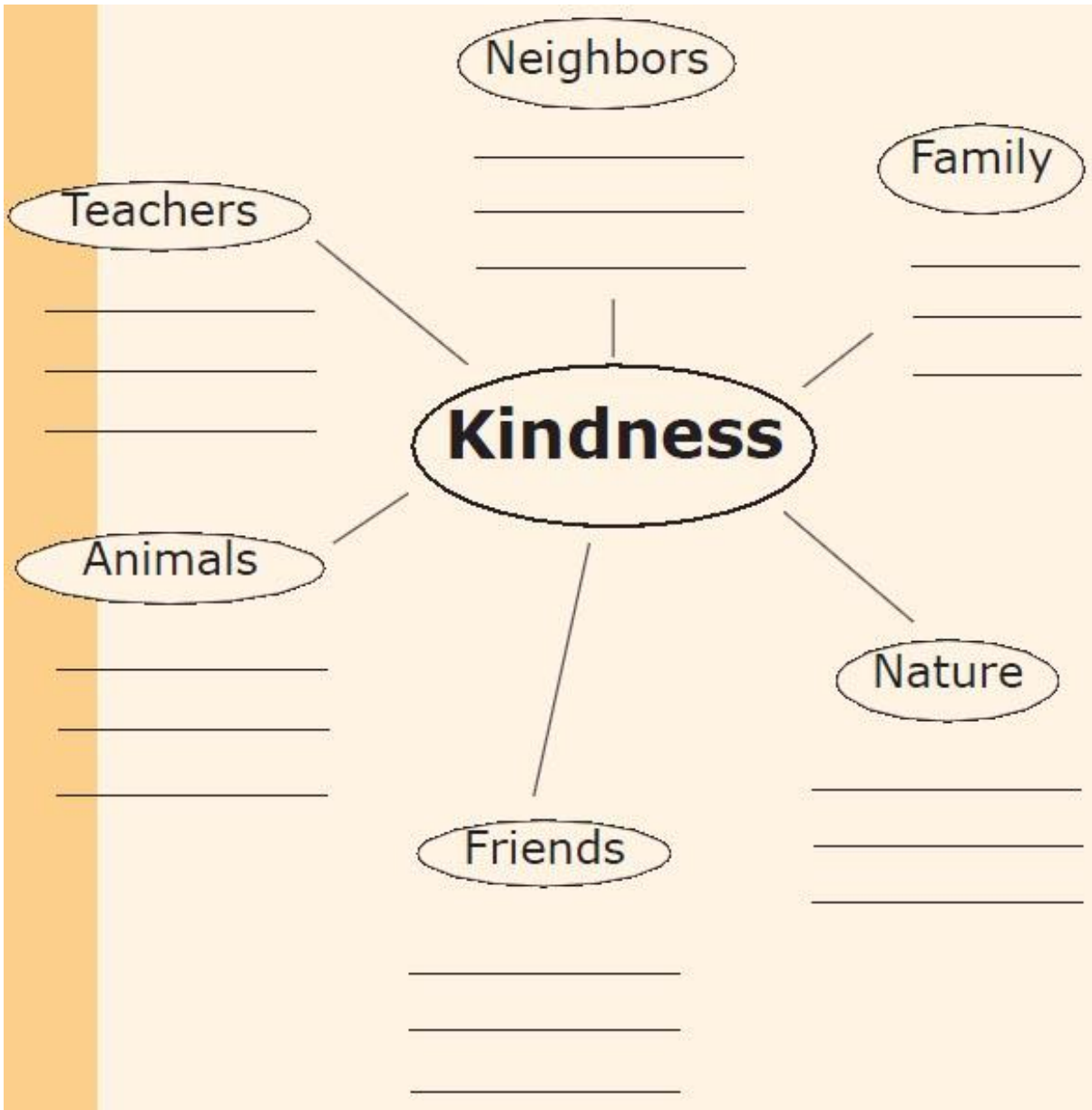
Share a laugh



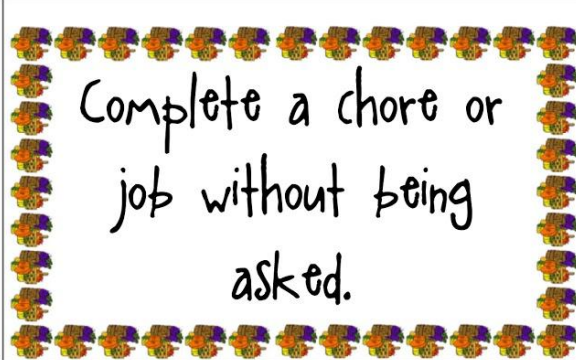

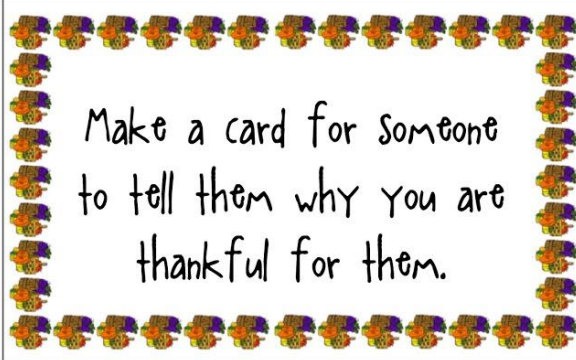

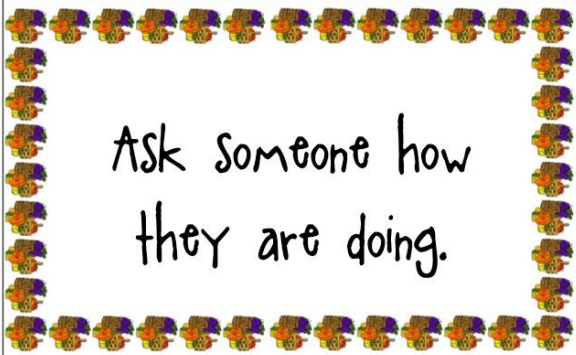
Show love



Kindness Web

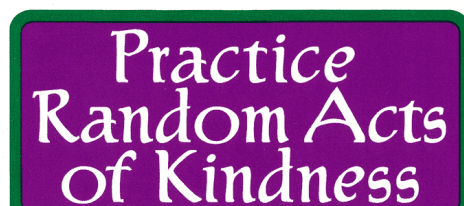
As a class, discuss Kindness as it applies at home, in the schools, throughout the community and around the world. Allow each student to share suggestions and ideas on being kind in each of the categories and fill out the web.



 <p>Give a compliment to someone.</p>	 <p>Help someone in need.</p>
 <p>Share something with someone in need.</p>	 <p>Complete a chore or job without being asked.</p>
 <p>Pick up litter that you see.</p>	 <p>Make a card for someone to tell them why you are thankful for them.</p>
 <p>Pick a toy that you no longer play with to donate.</p>	 <p>Ask someone how they are doing.</p>

20 Random Acts of Kindness for Kids

1. Hold the door open for those behind you.
2. Say good morning to your teacher, principal, school officials and Classmate
3. Offer to let your classmate go first.
4. Offer to take your neighbor's dog for a walk.
5. Invite someone new over for a play-date.
6. Collect foods and canned goods for a food bank.
7. Volunteer to be a tutor or mentor in a school, especially if there is an area in which you can help another student.
8. Give someone a compliment at least once every day.
9. Color a picture, make a craft or send a treat to a senior center or nursing home.
10. Donate your unwanted toys and books to the children in need.
11. Write a thank you note to your teacher, your coach, a firefighter, your mentor or someone who has influenced you in a positive way.
12. Clean up the area around your school or a local park, picking up trash and putting it in the garbage can. You can also help your teacher clean up the classroom.
13. Be extra kind to your bus driver. Say hello when you get on the bus and say thank you when you get off the bus.
14. Call your grandparent(s) or other special family members who you do not see often.
15. Donate your unwanted toys and books to the children in need.
16. Write a note to your parent(s) or grandparent(s) and tell them why they are special to you.
17. Help around the house without being asked to do so, such as cleaning your room, taking out the garbage or helping with the laundry.
18. Going to a new school can be really scary so be friendly to the new students in your class or grade.
19. Organize the clothes you don't wear anymore and donate them to a clothing drive or shelter.
20. Smile. Smiling is easy and happiness is contagious!



RANDOM ACT OF KINDNESS

Hãy cho các em viết một việc thiện cho những vần chữ sau đây:

Have each child write a sentence of a random act of kindness idea, using the letters below as a word in the sentence. :

Example:

A - I will share a stuffed **A**nimal with my sister

B - I will help my mom **B**ring in the groceries

C - I **C**olored a picture for my grandma

D _____

E _____

F _____

G _____

H _____

I _____

J _____

K _____

L _____

M _____

N _____

O _____

P _____

Q _____

R _____

S _____

Hãy cho các em viết một việc thiện cho những vần chữ sau đây:

Have each child write a sentence of a random act of kindness idea, using the letters below as a word in the sentence. :

T _____

U _____

V _____

X _____

Y _____

Z _____



NO ACT OF KINDNESS
NO MATTER HOW SMALL...
IS EVER WASTED.

Do Good Deeds For...

For People You Know

Leave a snack for an unsuspecting friend.

Give a friend your favorite inspirational book with a personal note attached.

Connect two friends who had not previously met each other.

Share an inspirational story from today's news.

Make a lunch for someone and slip a joke in it.

Write positive notes about your family or friends and share them.

Help someone with a chore, unexpectedly.

Do a 'dance of joy' for someone close to you.

Using crayons, make your own card for someone you love.

Write a song, poem or a note for a loved one.

Get in touch with an old friend who you'd like to reconnect with.

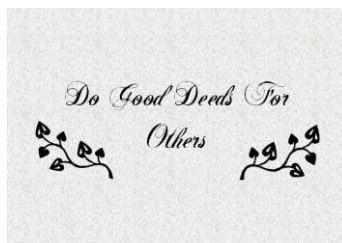
Write a thank you note to a teacher who inspired you.

Call a mentor to say thank you.



Do Good Deeds For...

	For Those Unknown
	Hide spare change where a stranger will find it within the hour.
	Tell a public service employee how valuable they are.
	Play the role of doorman for 15 minutes.
	Strike up a conversation with someone who looks like they need a friend.
	Buy bottles of water and hand them to passers-bys with a smile.
	Pay for the person behind you in line.
	Acknowledge an act of kindness by someone else and thank them.
	Donate your favorite book to the nearest library with a note inside on why you love it!
	Strike up a conversation with an elderly person.
	Knock on 10 doors and give them a snack-- reverse trick-or-treat!
	Create 5 cards with positive messages and leave them in a coffee shop for someone to discover.
	Pick someone unknown around you, make them smile at any cost.
	Hug the first 5 people you see!



Do Good Deeds For...

	For Our World
	Research the most eco-friendly materials for clothing and personal care and share them with your friends.
	Clean up litter on your block.
	Send a thank you note to a person or business helping the world.
	Go to the nearest park and clean up as much as you can!
	Find 3 stories of earth-friendly people and share them.
	Call an animal shelter and donate at least one item they need.
	Stand outside a supermarket and give people reusable shopping bags.
	Hand out long-life light bulbs to those around you.
	Give an eco-friendly gift to at least 1 neighbor.
	Plant a fruit tree where it will thrive.
	Green your food! Cook a locally grown, organic, or vegetarian meal for your friends.
	Hug a tree in public; inspire another to do the same.
	Make and post signs with tips to reduce water use.



Do Good Deeds For...

	For Yourself
	Play sports with people you don't know in the park.
	Write a list of what you are grateful for RIGHT NOW and share with friends.
	Smile! And say hello to 5 strangers.
	Offer inspiring reading to someone in the room.
	Post a list of random kind acts in a public place.
	Learn a statement of gratitude in another language and share it.
	Leave flowers on the doorstep of someone you don't know and run!
	Use physical comedy or your wit to be funny and laugh with the group :)
	Pay for an unknown person's meal anonymously.
	Give away something important to you.
	Hand out balloons to kids while skipping around in public!
	Close your eyes and practice absolute silence for 15 minutes.
	Give away one of your possessions RIGHT NOW.



Certificate of Membership

This certifies that

_____ is now a member of

The Kind Kids Club



_____ Teacher's Name

_____ Today's Date



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____



GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

GOOD DEED (VIỆC THIỆN)

DATE: _____

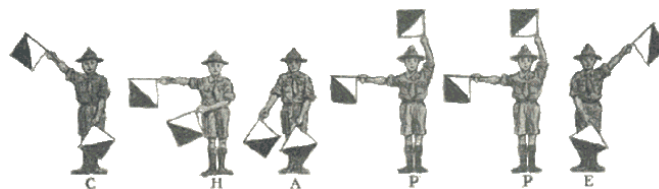
GIA ĐÌNH PHẬT TỬ CHÁNH PHÁP

Chương Trình Hoạt Động Thanh Niên

Đoàn Oanh Vũ - Bạc Tung Bay

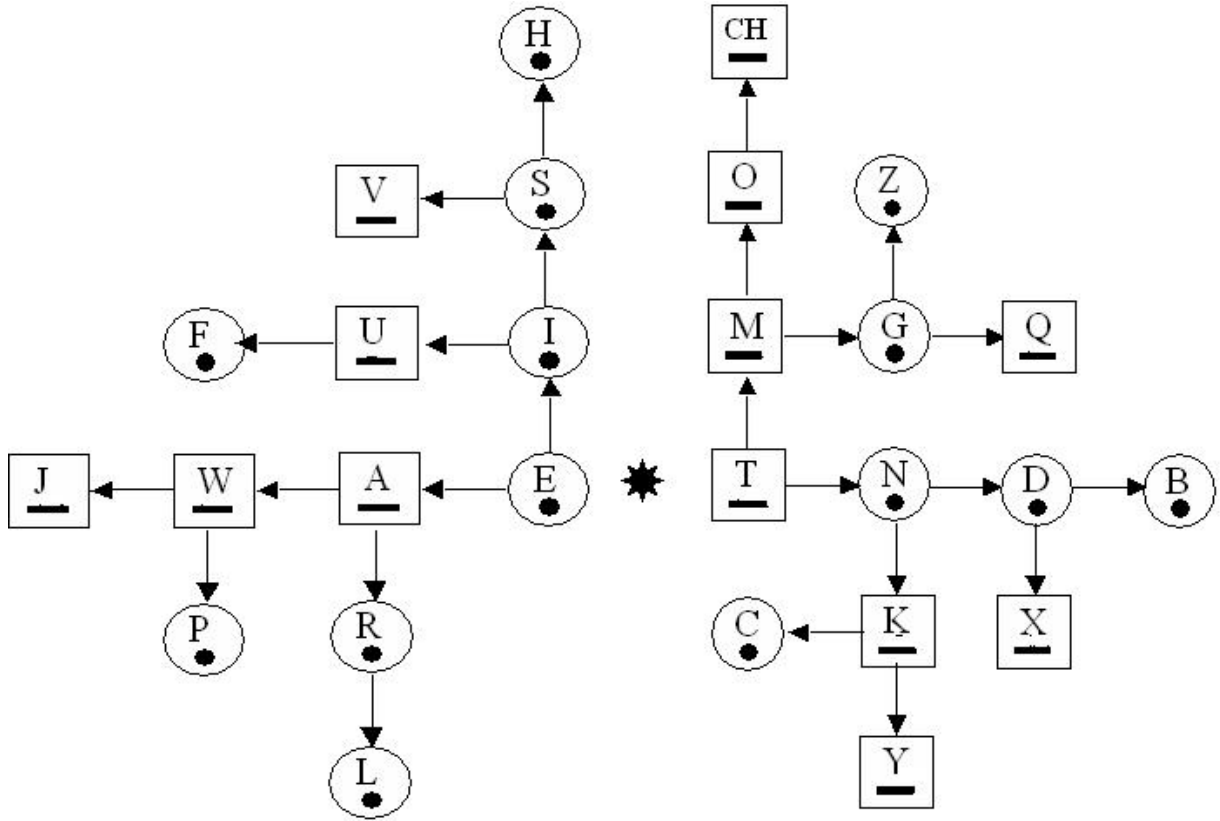


1. Kiến Thức
2. Gút (Knot)
3. Truyền Tin (Morse Code)
4. Dấu Đi Đường (Road Symbols)
5. Mật Thư (Deciphering Code)
6. Sinh Hoạt (Scout Activities)
7. Văn Nghệ



Bậc Tung Bay

Bản Morse Code



Morse Code cho tiếng Việt :

AA : Â AW : Ă EE : Ê
 OO : Ô OW : Ơ UW : U

DD : Đ S : Sắc Q : Huyền
 J : Hỏi X : Ngã Z : nặng

Mật Thư

(A coder or deciphering code)

Mật Thư 1:

HIÃ LYÊ CNH ĐUU' AỜN NBG

Chìa Khoá (key): Đường Ray Xe Lửa

Giải Mã (decode):

H A Y C H U A N B

I L Ê N Đ U Ờ N G

BẢN TIN: HÃY CHUẨN BỊ LÊN ĐƯỜNG

Mật Thư 2:

ANH CẢ VÃN ĐỘI NÓN ĐẾN NHÀ G_P BA TÔI

Chìa Khoá: Một Chết - Một Sống

Mật Thư 3:

TLABW , HEIAF , UEJA , DUNY , OFGG , NTAI

Chìa khoá: LOCUYEN

Phân tích như sau:

L	O	C	U	Y	E	N
12	15	3	21	25	5	14
T	H	U	D	O	N	J
L	E	E	U	F	T	R
A	I	J	N	G	A	Y
B	A	A	Y	G	I	O
W	F					

Bản Tin theo quy ước Bưu điện: THU DONJ LEEUF TRAIJ NGAY BAAY GIOWF

Bản tin Việt: THU DỌN LÈU TRẠI NGAY BÂY GIỜ

Mật Thư 4:



A = 1

MẬT THƯ: 4.21.23.14.7.6 , 12.1.9.10

Mật Thư 5: Chẵn lẻ:

Ví dụ: 210135703607943 806420288035

(số zero dùng để phân 2 chữ)

Giải: nhaf tooi = nhà tôi

Mật Thư 6: Mật mã không tên số 1
chìa khóa: khỏi lo cho hai em đứng trước và sau

CATIMFC0 TCMAATJTA MATHUWMO

Giải: timf maatj thuw

Mật Thư 7: Mật mã không tên số 2
chìa khóa: Gặp ông F, lấy đầu lấy đuôi đem về đóng bè

TIEFVEEQFENS NGHFRANGFIAX

Giải: Tieens Veef nghiax trang

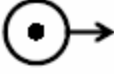































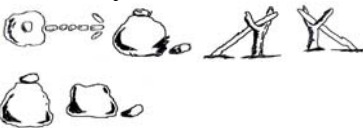
Mật Thư 8: Mật mã không tên số 3
key: E vô nghĩa

Teiemefe etheuwe

Giải: Timf thuw

Dấu Đi Đường

Dấu đi đường - Road Symbols

 Bắt đầu đi (Begin)	 Theo hướng này (Go this way)	 Đi nhanh lên (Go faster)	 Chạy (Run)	 Đi chậm lại (Go slower)
 Quay trở lại (Go back)	 Chướng ngại phải vượt qua (Overcome obstacle)	 Chia làm 2 nhóm (Divide into 2 groups)	 2 nhóm nhập lại (2 groups combine together)	 Rẽ trái (Turn left)
 Rẽ phải (Turn right)	 Qua cầu (Cross the bridge)	 Mật thư hướng này (Message is this way)	 Theo lối tắt (Follow short-cut)	 Theo lối sông (Follow the river)
 Vượt suối (Cross the waterfall)	 Theo lối suối (Follow the waterfall)	 Có trại gần đây (Campsite nearby)	 Cắm trại được (Campsite allowed)	 Không cắm trại được (Campsite not allowed)
 Đường cấm (Do not enter - Road closed)	 Nước uống được (Water is drinkable)	 Nước độc - không uống được (Unsafe water - do not drink)	 Nguy hiểm (Danger)	 Làm cáng (Make stretcher)
 Về trại lúc 10 giờ (Return to campsite at 10 o'clock)	 Đi theo dấu chân (Follow foot-print)	 Đợi ở đây (Wait here)	 Bình an - an toàn (Safe)	 Có kẻ nghịch - có địch (Enemy nearby)
 Có thú dữ (Wild beast nearby)	 Đã đến nơi - hết dấu (End)	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dấu đi đường thường đặt bên tay phải, ở một nơi dễ thấy như ở bên đường hoặc trên thân cây (The road symbols were usually placed on the right at the easy-to-spot location such as on the road side or on the tree) <input type="checkbox"/> Dấu đi đường được chia làm 2 loại : Dấu nhân tạo và dấu thiên nhiên. (The road symbols can be classified into 2 kinds: the man-made symbols and the natural symbols) <input type="checkbox"/> Khoảng cách của dấu là 5mét (This distance between symbols are 5 meters) 		
<p>Can you guess what these natural symbols are ?</p> 				

Answers: begin, turn-right, turn-right, turn-left, go this way, go this way

GIA ĐÌNH PHẬT TỬ CHÁNH PHÁP

ĐỀ THI VƯỢT BẬC ĐOÀN SINH 2013 (Final Exam 2013)



BẬC TUNG BAY

Họ và Tên (Full Name) _____

PHÁP DANH: _____

SỐ BÁO DANH _____

TỔNG SỐ ĐIỂM (Score) _____

ĐỀ THI VƯỢT BẬC ĐOÀN SINH (BẬC TUNG BAY)

1. Khẩu hiệu của Gia Đình Phật Tử Chánh Pháp là gì? (What is GDPT Chanh Phap slogan?)
 - a. Ngoan
 - b. Tinh Tấn
 - c. Tiến
 - d. Tươi

2. Khẩu hiệu của Đoàn Oanh Vũ là gì? (What is Oanh Vu's slogan?)
 - a. Tươi
 - b. Tinh Tấn
 - c. Tiến
 - d. Ngoan

3. Em hát bài gì trong giờ lễ Phật (What song do you sing during Buddha worship ceremony?)
 - a. Sen Trắng
 - b. Mầm Măng
 - c. Trầm Hương Đốt
 - d. Giấy Thân Ái

4. Em hát bài gì trước khi ra về? (What song do you sing before going home?)
 - a. Mầm Măng
 - b. Anh Em Ta Về
 - c. Trầm Hương Đốt
 - d. Giấy Thân Ái

5. Bài hát chào cờ Gia Đình Phật Tử là gì? (What is the name of our GDPT anthem song?)
 - a. Sen Trắng
 - b. Mầm Măng
 - c. Trầm Hương Đốt
 - d. Giấy Thân Ái

6. Bài hát chào cờ của Oanh Vũ là gì? (What is the name of Oanh Vu anthem song?)
 - a. Sen Trắng
 - b. Mầm Măng
 - c. Trầm Hương Đốt
 - d. Giấy Thân Ái

7. Châm Ngôn của Đoàn Oanh Vũ là gì? (What are the Principles of Đoàn Oanh Vũ?)
- Bi-Trí-Dũng (Compassion-Wisdom-Courage)
 - Phật- Pháp-Tăng (Buddha- Dharma- Sangha)
 - Hòa-Tin-Vui (Harmony-Trust-Joy)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)
8. Luật thứ nhất của đoàn Oanh Vũ là gì? (What is the first rule of Đoàn Oanh Vũ?)
- Em kính mến cha mẹ và thuận thảo với anh chị em (I will always obey and respect my parents and get along with my brothers and sisters)
 - Em tưởng nhớ Phật (I will always remember Buddha)
 - Em thương người và vật (I will always love all human beings and living creatures)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above.)
9. Luật thứ nhì của đoàn Oanh Vũ là gì? (What is the second rule of Đoàn Oanh Vũ?)
- Em kính mến cha mẹ và thuận thảo với anh chị em (I will always obey and respect my parents and get along with my brothers and sisters)
 - Em thương người và vật (I will always love all human beings and living creatures)
 - Both a and b
 - Em tưởng nhớ Phật (I will always remember Buddha).
10. Luật thứ ba của đoàn Oanh Vũ là gì? (What is the third rule of Đoàn Oanh Vũ?)
- Em thương người và vật (I will always love all human beings and living creatures)
 - Em tưởng nhớ Phật (I will always remember Buddha)
 - Em kính mến cha mẹ và thuận thảo với anh chị em (I will always obey and respect my parents and get along with my brothers and sisters)
 - Tất cả điều đúng (All of the above).
11. Ba Ngôi báu là gì? (What are the 3 Jewels)?
- Bi-Trí-Dũng (Compassion-Wisdom-Courage)
 - Phật- Pháp-Tăng (Buddha- Dharma- Sangha)
 - Hòa-Tin-Vui (Harmony-Trust-Joy)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)

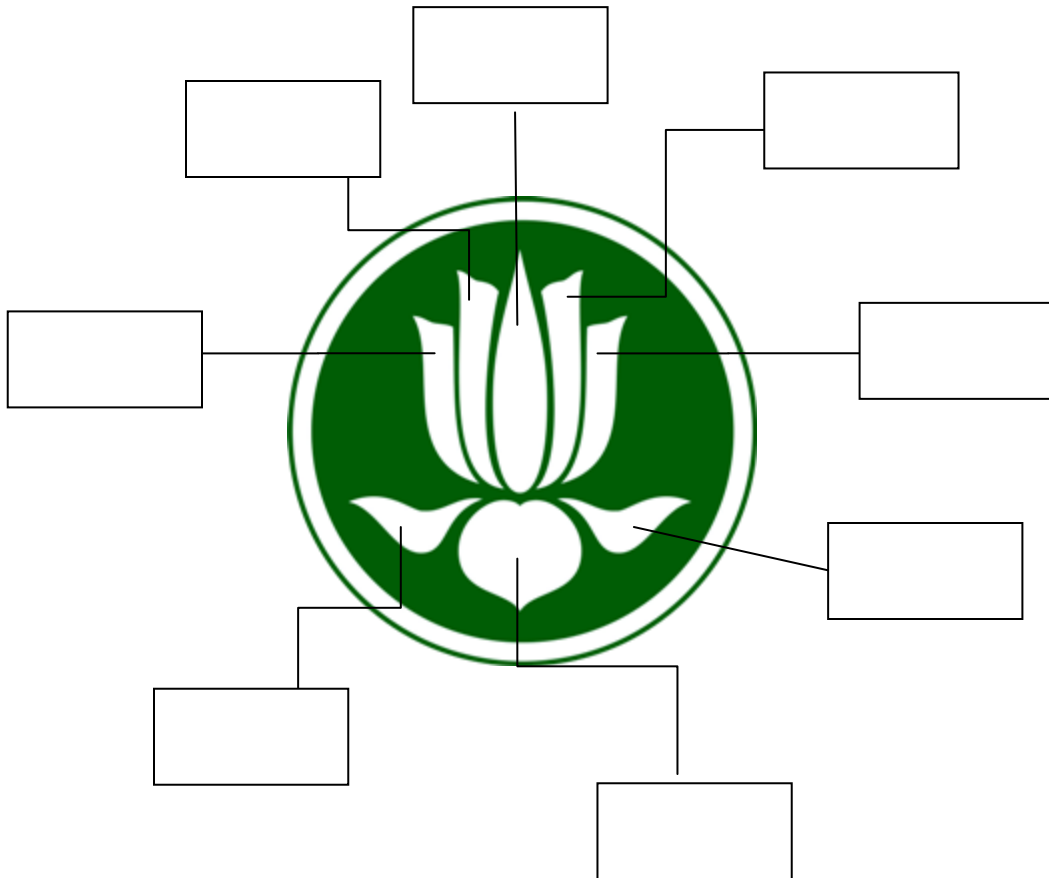
12. Hình tròn trên huy hiệu hoa sen tượng trưng cho gì? What does the circle of the represent on the lotus emblem?
- Viên dung hoàn toàn không trở ngại. The perfection of Buddhism
 - Sự trong sáng hoàn toàn của trí tuệ và hoàn toàn trong sạch. Complete brightness of wisdom and purity
 - Tuổi trẻ đang vươn lên đầy hy vọng trong tương lai. Youth fill with hope for the future.
 - Tất cả điều đúng (All of the above)
13. Màu trắng trên huy hiệu hoa sen tượng trưng cho gì? What does the white color on the lotus emblem represent?
- Viên dung hoàn toàn không trở ngại. The perfection of Buddhism
 - Sự trong sáng hoàn toàn của trí tuệ và hoàn toàn trong sạch. Complete brightness of wisdom and purity.
 - Tuổi trẻ đang vươn lên đầy hy vọng trong tương lai. Youth fill with hope for the future.
 - Ngây Thơ (Innocence)
14. Màu xanh trên huy hiệu hoa sen tượng trưng cho gì? What does the green color on the lotus emblem represent?
- Viên dung hoàn toàn không trở ngại. The perfection of Buddhism.
 - Sự trong sáng hoàn toàn của trí tuệ và hoàn toàn trong sạch. Complete brightness of wisdom and purity.
 - Tuổi trẻ đang vươn lên đầy hy vọng trong tương lai. Youth fill with hope for the future.
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)
15. Ba cánh dưới của huy hiệu hoa sen tượng trưng cho: (The 3 petals at the bottom of the Lotus emblem represent)
- Ba ngôi báu. (the 3 Jewels)
 - Phật – Pháp – Tăng. (Buddha-Dharma-Sangha)
 - Bi – Trí – Dũng. (Compassion-Wisdom-Courage)
 - Câu a và b đúng. (a & b are correct)

16. Năm cánh trên của huy hiệu hoa sen tượng trưng cho gì? What is the top five petals on the lotus emblem represent?

- a. Five conducts / Năm hạnh
- b. Five jewels / Năm ngô báu
- c. Five principles / Năm châm ngôn
- d. Five rules / Năm điều luật

17. Em điền vào tên của tám cánh hoa sen (Please label correctly the eight petals of the lotus emblem) – (8 points)

- a. Tinh Tấn (Diligence)
- b. Hỷ Xả (Forgiveness)
- c. Thanh Tịnh (Purity)
- d. Trí Tuệ (Wisdom)
- e. Từ Bi (Compassion)
- f. Phật (Buddha)
- g. Pháp (Dharma)
- h. Tăng (Sangha/Monks)



18. Đức Phật hoặc Bồ Tát nào tượng trưng cho hạnh Tinh Tấn? Which Buddha or Bodhisatva symbolizes the conduct Tinh Tấn (Diligence)?
- Phật Thích Ca
 - Phật A Di Đà
 - Phật Di Lặc
 - Quan Thế Âm Bồ Tát
19. Đức Phật hoặc Bồ Tát nào tượng trưng cho hạnh Hỷ Xả? Which Buddha or Bodhisatva symbolizes the conduct Hỷ Xả (Forgiveness)?
- Phật Thích Ca
 - Phật A Di Đà
 - Phật Di Lặc
 - Quan Thế Âm Bồ Tát
20. Đức Phật hoặc Bồ Tát nào tượng trưng cho hạnh Thanh Tịnh? Which Buddha or Bodhisatva symbolizes the conduct Thanh Tịnh (Purity)?
- Phật Thích Ca
 - Phật A Di Đà
 - Phật Di Lặc
 - Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát
21. Đức Phật hoặc Bồ Tát nào tượng trưng cho hạnh Trí Tuệ? Which Buddha or Bodhisatva symbolizes the conduct Trí Tuệ (Wisdom)?
- Phật Thích Ca
 - Phật A Di Đà
 - Phật Di Lặc
 - Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát
22. Đức Phật hoặc Bồ Tát nào tượng trưng cho hạnh Từ Bi? Which Buddha or Bodhisatva symbolizes the conduct Từ Bi (Compassion)?
- Phật Thích Ca
 - Phật A Di Đà
 - Phật Di Lặc
 - Quan Thế Âm Bồ Tát
23. Em niệm Đức Phật được những lợi ích gì? (What are the benefits of praying to Buddha)?
- Em sẽ được gần Phật (Being closer spiritually to Buddha)
 - Lúc nào em cũng được vui vẻ (Attain true happiness)
 - a & b đều đúng (a & b are correct)

24. Em niệm danh hiệu Phật như thế nào? (How do we recite to Buddha)?

- a. Tụng Niệm (Chanting verbally)
- b. Mật Niệm (Chanting to yourself)
- c. Chánh Niệm (Chanting mindfully)
- d. a & b đều đúng (a & b are correct)

25. Ăn chay là không ăn.... (being a vegetarian, one should not eat.....)

- a. Các loại thịt, cá (meat and fish)
- b. Các loại đồ biển (seafood)
- c. Các loại rau, trái (fruits and vegetables)
- d. a & b đều đúng (a & b are correct)

Lịch Sử Đức Phật Thích Ca (The History of Buddha)

26. Thái Tử Tất Đạt Đa đản sanh tại: (Where was Prince Siddhata born?)

- a. Vườn Lộc Uyển (Lộc Uyển Garden)
- b. Vườn Lâm Tỳ Ni (Lâm Tỳ Ni Garden)
- c. Vườn Trúc Lâm (Trúc Lâm Garden)
- d. Vườn Cấp Cô Độc (Cấp Cô Độc Garden)

27. Cha của Thái Tử Tất Đạt Đa tên là gì? (Who is the father of Prince Siddhata?)

- a. Vua Tịnh Phan
- b. Hoàng Hậu Ma Gia
- c. Da Du Đà La
- d. La Hầu La

28. Vợ của Thái Tử Tất Đạt Đa tên là gì? (Who is the wife of Prince Siddhata?)

- a. Tu Xà Đề
- b. Ma Gia
- c. Da Du Đà La
- d. La Hầu La

29. Con của Thái Tử Tất Đạt Đa tên là gì? Who is the son of Prince Siddhata?

- a. Xa Nặc
- b. Kiên Trắc
- c. Da Du Đà La
- d. La Hầu La

30. Mẹ của Thái Tử Tất Đạt Đa tên là gì? (Who is the Mother of Prince Siddhata?)
- Hoàng Hậu Ma Gia
 - Da Du Đà La
 - La Hầu La
 - Tu Xà Đề
31. Thái tử Tất Đạt Đa Có mấy tướng tốt? (How many special features does the Prince have?)
- 30
 - 32
 - 80
 - 82
32. Thái tử Tất Đạt Đa xuất gia lúc Ngài mấy tuổi? (How old was the Prince when he left the palace to find ways to end suffering?)
- 16
 - 17
 - 18
 - 19
40. Thái tử Tất Đạt Đa đã dẫn con ngựa tên là gì khi ông đi tìm đường giải thoát cho chúng sanh? (What was the name of the horse that Prince Tất Đạt Đa took with him when he left the palace to go on his quest to find a way to free all beings from sufferings?)
- Xa Nặc
 - Kiên Trắc
 - A Nô Ma
 - Ni Liên
41. Thái tử Tất Đạt Đa đã dẫn người hầu cận tên là gì khi ông đi tìm đường giải thoát cho chúng sanh? (What was the name of the servant that Prince Tất Đạt Đa took with him when he left the palace to go on his quest to find a way to free all beings from sufferings?)
- La Hầu La
 - Xa Nặc
 - Kiên Trắc
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)

42. Thái Tử đã cắt tóc và giao cho Xa Nặc mang về cung cho vua Tịnh Phạn ở dòng sông nào? (What was the name of the river where the Prince cut his hair and gave to Xa Nặc to bring back to King Tịnh Phạn?)
- Trúc Lâm river
 - Lâm Tỳ Ni river
 - Ni Liên river
 - A Nô Ma river
43. Tại sao Thái tử lại rời bỏ cung điện trong đêm mừng Tám tháng Hai? (Why did the Prince leave the palace during the middle of a night in February?)
- He was bored being a prince (Ông ta chán làm Thái tử)
 - He was on a quest to find a way to free all beings from sufferings. (Thái tử ra đi tìm Đạo giải thoát cho chúng sanh.)
 - The king scolded at him (Thái tử bị vua la mắng)
 - He was on a quest to find the well of eternal youth (Thái tử ra đi tìm nước trường sinh bất lão)
44. Một trong ba Đạo Thái tử đã học khi Ngày đi tìm đường giải thoát cho chúng sanh là..... (One of the three methods that the Prince studied when he was on a quest to find a way to free all beings from sufferings is)
- Nam mô A Di Đà Phật
 - Bà La Môn
 - Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ
 - Tứ Diệu Đế
45. Thái tử tu khổ hạnh ở dòng sông tên gì? (What was the name of the river where the Prince practiced the method of ascetic?)
- Trúc Lâm river
 - Lâm Tỳ Ni river
 - Ni Liên river
 - A Nô Ma river
46. Thái tử đã tu khổ hạnh như thế nào? (How did the Prince practice the method of ascetic?)
- Thái tử ăn thức ăn ngon mỗi ngày (He had good meals everyday)
 - Ngài chỉ ăn một hạt gạo hoặc một hạt mè mỗi ngày. (He would only eat one grain of rice or sesame seed each day.)
 - Ngài nghe Phật giảng giáo lý (He listened to Buddha's Dharma talk)
 - b & c đều đúng (b & c are correct)

47. Tên của thiếu nữ mang sữa đến cho Thái tử là gì? (What was the name of the girl that brought milk to the Prince?)
- Xa Nặc
 - Kiên Trắc
 - Da Du Đà La
 - Tu Xà Đề
48. Tu Xà Đề đã dâng gì khi Thái tử té xỉu? (What did Tu Xà Đề brought to the prince when he fainted?)
- Sữa (Milk)
 - Bánh mì (Bread)
 - Nước (Water)
 - Trái cây (Fruits)
49. Thái tử đã ngồi thiền và đắc đạo ở gốc cây Bồ Đề. (The tree where the Prince meditated and attained enlightened was a “Bodhi Tree”)
- Đúng (True)
 - Sai (False)
50. Thái tử đã ngồi thiền bao nhiêu ngày dưới gốc cây Bồ Đề? (How long did the Prince meditate under the Bồ Đề tree?)
- 49 năm (49 years)
 - 49 giờ (49 hours)
 - 49 ngày (49 days)
 - 49 tháng (49 months)
51. Ai là những người đầu tiên Đức Phật thuyết pháp cho? (Who were the first people that Buddha preached to?)
- Tu Xà Đề
 - Xa Nặc
 - Kiên Trắc
 - Năm anh em Kiều Trần Như (Kieu Tran Nhu brothers)
52. Tên của bài pháp đầu tiên Ngài thuyết là Tứ Diệu Đế. (The first Dharma lesson that Buddha preached was the “Four Noble Truths”)
- Đúng (True)
 - Sai (False)

53. Ngài nhập niết bàn vào ngày nào? (When did Buddha go to Nirvana?)
- 14 tháng Hai (February 14)
 - 15 tháng Hai (February 15)
 - 16 tháng Hai (February 16)
 - 17 tháng Hai (February 17)
54. Why are bell and wooden gong used during ceremonies? (Tại sao chuông và mõ được dùng trong những buổi lễ Phật?)
- Chuông mõ giúp đánh thức những chư Phật (The bell and wooden gong wake up the Buddhas)
 - Chuông mõ giúp cho buổi lễ Phật được trang nghiêm, đều đặn và tạo được sự thành kính và thanh tịnh. (The bell and wooden gong help to create a more solemn, rhythmic, and calm place for worshippers.)
 - Chuông mõ giúp cho Phật tử không buồn ngủ (The bell and wooden gong keep worshippers from falling asleep)
 - Chuông mõ không được sử dụng trong những buổi lễ (The bell and wooden gong are not used during ceremonies)
55. Why do Gia Đình Phật Tử choose the gray color for their shirts? (Tại sao Gia Đình Phật Tử chọn áo màu lam?)
- Dễ hòa hợp tất cả mọi người (Easily blended with others)
 - không phân biệt giàu nghèo (Do not discriminate against others' wealth status)
 - Không phân biệt sang hèn (Do not discriminate against others' social status)
 - Tất cả đều đúng (All of the above)
56. Các em trong Gia Đình Phật Tử chào nhau bằng Ấn Cát Tường lúc không mặc đồng phục áo lam. Members of GDPT salute each other with a “Wisdom Seal” when not in uniform.
- Đúng (True)
 - Sai (False)
57. What is the purpose of saluting with the Wisdom Seal? (Chào theo lối bắt ấn Cát Tường có mục đích gì?)
- Nhắc nhở chúng ta lắng lòng trong sạch (Remind us to keep our mind pure)
 - Giữ vững niềm tin Phật (Maintain our belief in Buddha)
 - Tránh dữ làm lành (Avoid cruel actions)
 - Tất cả đều đúng (All of the above)

Sáu Phép Hòa Kính

58. Why did Buddha develop the six rules of harmony? (Tại sao đức Phật lại đặt ra sáu phép Hòa Kính?)
- Đem sự hòa đồng để cùng sống và tu tập với nhau. (So his followers can learn and work together in an atmosphere of brotherhood.)
 - Chỉ cho chúng ta cách thức tổ chức một buổi lễ Phật (Teach us how to set up a ceremony)
 - Câu a & b đều đúng (both a & b are correct)
 - Câu a & b đều sai (both a & b are wrong)

59. Giải thích “Thân hòa đồng trú.” – Explain “Harmony of Living together”

60. Giải thích “Khẩu hoà vô tranh.” - Explain “Harmony of Speech”

61. Giải thích “Ý hòa đồng duyệt.” – Explain “Harmony of Views”

62. Giải thích “Giới hòa đồng tu.” – Explain “Harmony of Discipline and Study”

63. Giải thích “Lợi hoà đồng quân.” – Explain “Harmony of Shared Benefits”

64. Giải thích “Kiến hoà đồng giải.” – Explain “Harmony of Discussion and Experiences”

65. Ý chính của câu chuyện " Con Voi Hiếu Nghĩa" là _____
The main idea in the story "The Elephant's Piousness" is _____
- Voi coi trọng chữ tín: hứa là phải giữ lời (The elephant kept his promise)
 - Voi biết hiếu kính, phụng dưỡng cha mẹ. (The elephant piousness towards his parents)
 - Câu a & b đều đúng (a & b are correct)
 - Câu a & b đều sai (a & b are wrong)
66. Ý chính của câu chuyện " Thầy Tỳ Kheo với Con Ngỗng " là _____
The main idea in the story "The Monk and the Goose" is _____
- Thầy Tỳ Kheo và con Ngỗng là 2 người bạn tốt với nhau (The Monk and the Goose are best friends)
 - Nói sự thật dù cho nó có thể hại đến những người khác và súc vật (Tell the truth even though it would bring harm to other beings)
 - Người Phật tử chân chính nhất định chịu thiệt thòi chứ không bỏ đạo quên lời Phật dạy (True Buddhist must sacrifice for other beings and follow Buddha's teaching)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)
67. Ý chính của câu chuyện "Chiếc Cầu Muôn Thuở" là _____
The main idea in the story "The Eternal Bridge" is _____
- Ông Vua thích ăn xoài chín. (The King loves to eat sweet mangos)
 - Vượn Chúa là tiền thân của đức Phật Thích Ca (The King Monkey was one of Buddha past lives)?
 - Vượn chúa sẵn sàng hi sinh tính mạng để cứu sống hết thầy đàn vượn (The King Monkey is willing to sacrifice his life to save other monkeys)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)
68. Ý chính của câu chuyện " Đức Phật với La Hầu La " là _____
The main idea in the story "Buddha with Rahula" is _____
- Nước dơ không uống được (Dirty water is not drinkable)
 - Chậu dơ không đựng đồ ăn được (Dirty bowl cannot be used to put food inside it)
 - Con người cũng như đồ vật, đã mang tiếng xấu sẽ không ai thương quý (People are like things, if they have a bad reputation, no one will like them)
 - Tất cả đều đúng (All of the above)

69. Trong 3 điều luật của Oanh Vũ, điều thứ 3 thể hiện hạnh nào trong 5 hạnh của người Phật Tử? (Of the 3 Oanh Vu's rules, the third rule of Oanh Vu represents which conduct of a Buddhist?)
- Từ bi – Compassion
 - Trí tuệ - Wisdom
 - Hỷ xả - Forgiveness
 - Thanh tịnh - Purity
70. Ý nghĩa bốn lời nguyện: Người Phật Tử chân chính phát nguyện cứu độ hết thảy chúng sanh, diệt trừ hết phiền não, tu học hết các Pháp môn và tu thành đạo quả. (The meaning of the four great vows is what a Buddhist vows to save all beings, eliminate sufferings, study and practice all Buddha's teachings to attain enlightenment)
- Đúng (True)
 - Sai (False)
71. Bài “Sám hối” có bao nhiêu danh hiệu Phật và Bồ Tát? How many Buddhas and Bodhisattvas are there in the “Lesson of Repentance”?
- 5
 - 6
 - 7
 - 8
72. Việc làm tốt đem lại lợi ích an vui cho mọi người và mọi vật là: (Things you do that will bring joy and happiness to others are called:
- Tôn Trọng (respect)
 - Trách Nhiệm (responsibility)
 - Việc Thiện (good deeds)
 - Tất cả điều đúng (all of the above)
73. Là Đoàn Sinh Gia Đình Phật Tử, em dùng Ấn Cát Tường để: (As a member of GDPT, when you do use the Wisdom Seal to greet other member)?
- Chào bất cứ lúc nào vì em là Phật Tử (greet anytime because you are Buddhist)
 - Chào chư Tăng, Ni (greet when you see Monks or Nuns)
 - Chào anh chị trưởng và các bạn Đoàn Sinh khi cùng mặc Đoàn phục (greet when you see adult leaders and other GDPT members with proper uniform)
 - Tất cả điều đúng. All of the above

74. Câu “Đồng thể nguyện một dạ theo Phật” là câu hát trong bài: (Which song is the sentence ““Đồng thể nguyện một dạ theo Phật” belongs to?)
- Trầm hương đốt.
 - Em đến chùa.
 - Sen trắng.
 - Gia Đình thân ái.
75. Có bao nhiêu cách niệm Phật căn bản? (How many ways are there to reflect on Buddhas?)
- 2 cách (2 ways)
 - 3 cách. (3 ways)
 - 4 cách. (4 ways)
 - 5 cách. (5 ways)
76. Tên đầy đủ của Thái tử Tất Đạt Đa là gì? What is the Prince full name?
- Thái tử Thích Ca Tất Đạt Đa.
 - Thích Ca Tất Đạt Đa.
 - Kiều Tất La Thích Ca Tất Đạt Đa.
 - Cả 3 câu a, b, c đều sai. (None of the above)
77. Thái tử Tất Đạt Đa xuất gia thời điểm nào theo âm lịch? According to the Lunar Calendar, when did the Prince left the palace in search for ways to end sufferings?
- Nửa đêm ngày rằm tháng hai. (On the night with full moon of February)
 - Nửa đêm ngày rằm tháng tư. (On the night will full moon on April)
 - Nửa đêm ngày mùng 8 tháng hai. (On the night of February 8)
 - Nửa đêm ngày mùng 8 tháng chạp. (On the night of December 8)
78. Người đoán tướng cho Thái tử Tất Đạt Đa khi mới sanh là ai? (Who is the person that predicts the Prince will become Buddha?)
- Xa nặc.
 - Tiên A Tư Đà.
 - Phật (Buddha)
 - Không câu nào đúng hết (None of the above)
79. Điều gì khiến Thái tử luôn suy nghĩ và quyết chí xuất gia tìm Đạo? (What is the one thing that made the Prince always think about and decided to become monkhood?)
- Làm sao cho con trẻ mãi không già (How to stay young forever)
 - Làm sao cho con mạnh mãi không đau (How to stay healthy & never get sick)
 - Làm sao cho con sống hoài không chết (How to live forever and never die)
 - Làm sao cho mọi người hết khổ (How to end suffering for all living beings)

80. Nội dung câu chuyện nào dưới đây khuyên dạy các em không nên vì tham lam tiền bạc, của cải mà có những hành động sai quấy? The moral of which of the story below teaches us not to be greedy:
- Hoàng tử nhân nhục (The prince with the act of piousness)
 - Con thỏ mến Đạo (The devoted rabbit)
 - Con nai hiền (A compassionate deer)
 - Người lành ít có (Kindness is rare)
81. Bài sám hối có bao nhiêu đoạn? How many sub-sections are there in the Lesson of Repentance?
- 3 đoạn (3 sub-sections)
 - 4 đoạn. (4 sub-sections)
 - 2 đoạn. (2 sub-sections)
 - 5 đoạn. (5 sub-sections)
82. Ăn chay tránh phạm vào giới.... Eating vegetables help you to....
- Không nói dối. (Not to lie)
 - Không uống rượu (Not to drink alcohol)
 - Không sát sanh (Not to kill animals)
 - Không trộm cắp (Not to steal)
83. Ý Nghĩa của Bốn Lời Nguyện là gì? What is the meaning of the Four Great Vows
- Nguyện cứu giúp tất cả chúng sanh (Vow to save all beings)
 - Nguyện dứt bỏ tất cả phiền não (Vow to eliminate sufferings)
 - Nguyện sẽ quyết tâm học hỏi và tu tập và sẽ đạt thành Phật quả (Vow to practice all Buddha's teaching and to attain enlightenment.
 - Tất cả điều đúng (all of the above)
84. Trong bốn lời nguyện lớn, lời nguyện thứ nhất là (The first vow of the 4 great vows is):
- Nguyện dứt bỏ mọi phiền não – Vow to eliminate sufferings
 - Nguyện giúp đỡ chúng sanh – Vow to save all beings
 - Nguyện tu học theo pháp môn Phật – Vow to practice all Buddha's teaching
 - Đạo Phật cao cả hơn hết nguyện đạt thành – Vow to attain enlightenment
85. “Pháp môn không kể xiết, thệ nguyện đều tu học” là lời thệ nguyện thứ: (I vow to learn all Buddha's teaching is vow number:
- Nhất (First)
 - Hai (Second)
 - Ba (Third)
 - Tư (Forth)

86. “Chúng sanh không số lượng thề nguyện đều độ khắp” là lời thệ nguyện thứ: (“I vow to save all beings from suffering” is vow number:
- e. Nhất (First)
 - f. Hai (Second)
 - g. Ba (Third)
 - h. Tư (Forth)
87. Hoà thuận là: (Harmorny is...)
- a. Không nói xấu bạn (Not saying bad things about your friends)
 - b. Thương yêu bạn (Loving and getting along with your friends)
 - c. Giúp đỡ bạn (Helping your friends)
 - d. Cả 3 câu a ,b , c (all a, b and c are correct)
88. Em ăn chay để làm gì? (Why do you want to be a vegetarian)?
- a. Ăn chay để ai cũng biết em đi chùa (so people know you are going to temple)
 - b. Ăn chay theo cha mẹ (because your parents are vegetarian)
 - c. Ăn chay để tăng trưởng lòng từ bi (Being a vegetarian so that one can be more compassionate to all beings)
 - d. Tất cả điều đúng (all of the above)
89. Tại sao em phải hồi hướng công đức? (Why do we have to forward the achieved merits)?
- a. Để đem công đức của mình chia sẻ cho tất cả chúng sanh (to share all the achieved merits with all beings)
 - b. Để cùng chung sanh đạt được quả Phật (so that all beings and oneself will attain enlightenment)
 - c. Tất cả điều đúng (Both a & b are correct)
 - d. Tất cả điều sai (Both a & b are wrong)
90. Việc làm tốt đem lại lợi ích an vui cho mọi người và mọi vật là... (Things you do that will bring joy and happiness to other beings are called:
- e. Tôn Trọng (respect)
 - f. Trách Nhiệm (responsibility)
 - g. Việc Thiện (good deeds)
 - h. Tất cả điều đúng (all of the above)

Điền vào chỗ trống (Fill in the blank)

91. Bài Sám Hối – (Đoạn 1) – Lesson of Repentance (sub-section 1) – (10 points)

Đệ tử kính lạy,
Đức Phật _____,
Phật _____
_____ chư Phật,
_____ Phật Pháp,
Cùng Thánh Hiền _____.
_____ lâu đời lâu kiếp,
Nghị chương nặng nề,
_____ giận kiêu căng,
Si _____ lầm lạc,
Ngày nay nhờ _____,
Biết sự _____ lầm,
Thành tâm _____,

92. Bốn Lời Nguyện (The Four Great Vows) – 5 points

Chúng _____ không số lượng thệ _____ đều độ khắp.
_____ không cùng tận thệ nguyện đều _____ sạch.
_____ môn không kể xiết thệ nguyện đều tu _____.
_____ đạo không gì hơn thệ nguyện được viên thành.

93. Hồi Hương Công Đức (Transferring merits) – (3 points)

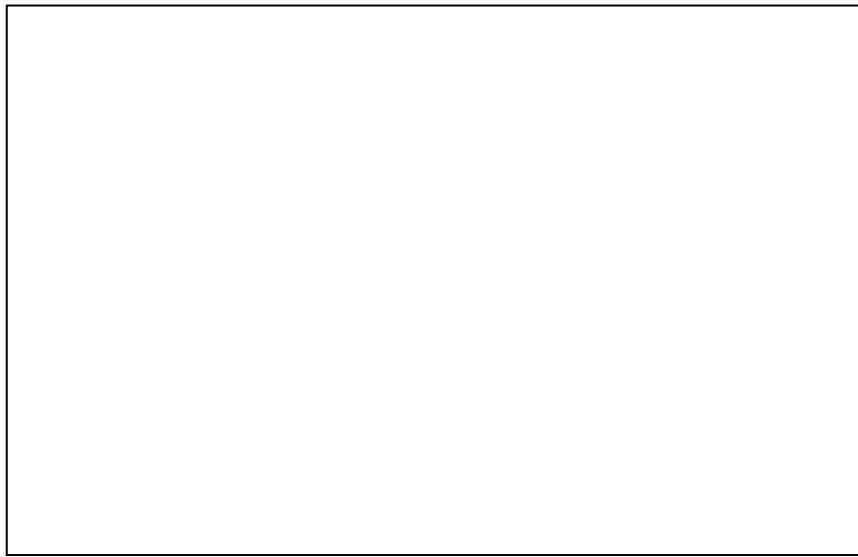
Nguyên đem _____ này (1 pt.)

_____ khắp tất cả. (1 pt.)

Đệ tử và _____ (1 pt)

Đều trọn thành Phật đạo.

94. Em hãy thiết trí bàn thờ Phật? Arrange Buddha Alter in the box below (5 points)



95. Tại sao Gia Đình Phật Tử chọn màu Lam làm màu áo? (Why do we choose the gray color for our shirt?) – (2 points)

96. Em hãy giải thích 5 hạnh của người Phật Tử (Explain the following 5 conducts)

a. Tin Tấn là gì? (What is Diligence) – 2 points

b. Từ Bi là gì? (What is Compassion) – (2 points)

c. Trí Tuệ là gì? (What is Wisdom) – (2 points)

d. Thanh Tịnh là gì? (What is Purity) – (2 points)

e. Hỷ Xả là gì? (What is Forgiveness) – (2 points)

97. Em hãy định nghĩa những từ sau đây (Provide definition for the following terms) -

a. Sám Hối _____ (2 points)

b. Hồi Hướng Công Đức _____ (2 points)

c. Quy Y Tam Bảo _____ (2 points)

98. Cờ Phật Giáo có mấy màu? Em hãy kể ra. How many colors are there in the Buddhist Flag? List them. – (5 points)

99. Tại sao Thái Tử xuất gia? (When did the Prince decided to leave his palace and become a monk?) – (3 points)

100. Ghi 1 lỗi lầm em đã làm và em đã làm như thế nào để sám hối (Explain 1 mistake you made, and what did you do to repent your mistake). – (3 points)



May all living beings be free and happy

