

NIỆM PHẬT THẬP YẾU

(Vô Nhất đại sư Thích Thiền Tâm)

CHƯƠNG IV: ĐỆ NGŨ YẾU

NIỆM PHẬT PHẢI HÀNH TRÌ CHO THIẾT THỰC

Mục A. Môn Niệm Phật với tứ đoạt và tứ hạnh

Tiết 26: Hạnh tinh chuyên cũng là điểm không thể thiếu

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đoạt

Tiết 28: Niệm Phật với tứ hạnh

Mục B. Khái luận về các phương pháp Niệm Phật

Tiết 29: Bốn môn Niệm Phật

Tiết 30: Mười phương thức trì danh

Mục C. Đi vào đường lối thật hành

Tiết 31: Bốn môn tam muội

Tiết 32: Ba phần hành trì

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn

KHẢI ĐỀ

Lặng ngời chốn tĩnh lâu

Trăng sáng, gió canh thâu!

Bát nhã hương lòng nhẹ.

Lăng Già niệm ý sâu

Phật, Tâm chung một vẻ

Thiền, Tịnh chẳng hai mầu

Ngưng chuỗi, thâm riêng hỏi

Hoa đêm điểm điểm đầu...

Mục A. Môn Niệm Phật với “tứ đạo” và “tứ hạnh”

Tiết 26: Hạnh tinh chuyên cũng là điểm không thể thiếu

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đạo

Tiết 28: Niệm Phật với tứ hạnh

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (1)

Tiết 26: Hạnh tinh chuyên cũng là điểm không thể thiếu (1)

- Như trên đã nói, điểm thiết yếu của môn Niệm Phật là phải phát nguyện vãng sanh. Nếu nghĩ rằng: *"Ta chỉ cầu niệm hồng danh muôn đức của Phật A Di Đà cho thật nhiều, tự nhiên sẽ có vô lượng công đức; dù không vãng sanh, công đức ấy cũng chẳng mất."*
- Nghĩ như thế là sai lầm nguy hiểm và thiếu trí huệ:
 - Bởi có hạnh mà không nguyện thì công đức ấy sẽ biến thành phước báo ở đời sau.
 - Đời thứ hai đã hưởng si phước tất dễ tạo nghiệp,
 - sang đời thứ ba nhất định phải bị đọa lạc tam đồĐó là điều sai lầm nguy hiểm! Vì thế, ở trên mới gọi **tín nguyện** là "huệ hạnh".
- * Đã có đủ **Tín, Nguyện** mà thiếu phần **Hạnh**, ví như chiếc thuyền có lái, không chèo, cũng không thể vãng sanh.
- Có kẻ nghe nói: *"Chỉ cần tín nguyện chân thiết, khi lâm chung mười niệm hay một niệm cũng quyết được sanh Tây Phương"*,

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI TỬ ĐOẠT VÀ TỬ HẠNH (2)

Tiết 26: Hạnh tinh chuyên cũng là điểm không thể thiếu (2)

- thì liền nghĩ rằng: "Nếu như thế cần chi phải vội gáp, để lúc sắp chết niệm Phật cũng được!"
- Ý niệm này cũng sai lầm, bởi vì quá xem thường hành môn Niệm Phật. Phải biết, điểm quan yếu để vãng sanh, theo trong kinh văn là: "Người ấy khi lâm chung lòng không điên đảo". (Thị nhưn chung thời tâm bất điên đảo, tức đắc vãng sanh A Di Đà Phật Cực Lạc quốc độ - Kinh Phật Thuyết A Di Đà). Như quả lúc lâm chung lòng không điên đảo, thì niệm mười niệm hay một niệm cũng được vãng sanh.
- Nhưng ai dám bảo rằng: mình khi lâm chung lòng không điên đảo? Nếu lúc bình thời không tinh chuyên dụng công, đến khi mạng chung bốn đại phân ly, sức nghiệp dồn dập, thân tâm bị sự khổ làm cho kinh hoàng mê loạn, sợ e một niệm cũng không thể thật hành huống chi mười niệm?
- Như muốn cho khi lâm chung có phần bảo đảm, lúc bình thời hành giả phải tinh chuyên niệm Phật cho nhiều, và gắng tu tập trình độ "nhứt tâm bất loạn". Bằng chỉ đợi khi sắp chết mới niệm, trên đạo lý nói ra thì cố nhiên suốt thông, nhưng lại e trên sự thật chẳng phải là đơn giản.

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (3)

Tiết 26: Hạnh tinh chuyên cũng là điểm không thể thiếu (3)

■ Cho nên các hành giả niệm Phật phải gắng dụng công, đừng lơ là khinh thường sự hành trì, mà rước lấy nỗi thất bại.

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đoạt (1)

■ Môn Niệm Phật vãng sanh là giáo pháp viên đốn Đại Thừa, bởi người tu lấy sự giác ngộ nơi quả địa làm điểm phát tâm ở nhân địa.

■ Từ một phàm phu trong “tứ sanh, lục đạo”, nhờ Phật tiếp dẫn mà lên ngôi Bất Thối, đồng hàng với bậc thượng vị Bồ Tát; nếu chẳng phải chính miệng Phật nói ra, ai có thể tin được? Bởi muốn vào vị Sơ Trụ lên ngôi Tín bất thoái người tu các giáo môn khác phải trải qua một muôn kiếp, mà mỗi đời đều phải liên tục tinh tấn tu hành. Nếu nói đến Vị bất thoái, Hạnh bất thoái, Niệm bất thoái lại còn xa nữa!

■ Về môn Tịnh Độ, hành giả đã tin tha lực lại dùng hết tự lực, tất muôn tu muôn người vãng sanh, siêu thoát luân hồi không còn thoái chuyển.

■ Nếu dùng hạnh Niệm Phật để phát minh tâm địa, ngộ tánh bản lai, thì tông Tịnh Độ không khác với các tông kia. Còn dùng Niệm Phật để vãng sanh cõi Phật, thì tông này lại có phần đặc biệt.

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (4)

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đoạt (2)

■ Cổ đức bảo:

1. Sanh tất quyết định sanh, về thật không có về: là đoạt cảnh chẳng đoạt người.

2. Về tất quyết định về, sanh không thật có sanh: là đoạt người chẳng đoạt cảnh.

3. Về thật chẳng có về, sanh cũng thật không sanh: là cảnh và người đều đoạt.

4. Về tất quyết định về, sanh cũng quyết định sanh: là cảnh và người đều không đoạt.

Trên đây là bốn câu giản trạch và Tứ Đoạt của môn Tịnh Độ.

□ Chữ "đoạt" có nghĩa là: thông suốt lý thể. Bởi toàn thể pháp giới là nhứt tâm, người và cảnh đều như huyễn, nếu thấy có người vắng sanh, có cảnh để sanh về, là còn chấp nhơn chấp pháp, phân biệt kia đây, nên gọi là không đoạt, tức không thông suốt lý thể. Và trái lại, tức là đoạt.

□ Tiên đức nói: "Có niệm đồng không niệm. Không sanh tức là sanh. Chẳng phiền dòi nửa bước. Thân đến Giác vương thành", tức là ý này.

□ Người và cảnh đều đoạt, là mức cao tuyệt của hành giả niệm Phật.

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (5)

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đoạt (3)

- ❑ Nhưng y theo ba kinh Tịnh Độ và Thiên Thân Luận (Kinh Phật Thuyết A Di Đà, Vô Lượng Thọ, và Quán Vô Lượng Thọ - Thiên Thân Luận tức Vãng Sanh Luận hay Vô Lượng Thọ Kinh Luận) thì nên lấy "người và cảnh đều không đoạt" làm tông, mới hợp với ý nghĩa hai chữ "vãng sanh".
- ❑ Bởi đức Như Lai biết hàng phàm phu ở cõi ngũ trược, nhứt là thời mạt pháp này, nghiệp chướng sâu nặng, lập cảnh tượng để cho y theo đó trụ tâm tu hành, còn khó có kết quả nói chi đến việc lìa tướng ư?
- ❑ Phàm phu đời mạt pháp trụ tướng mà tu tất hạnh nguyện dễ khản thiết, kết quả vãng sanh cũng dễ đoạt thành. Khi về Tây Phương, chừng ấy lo gì không được chứng vào thể vô sanh vô tướng?
- ❑ Nếu chưa phải là bậc thượng căn lợi trí, vội muốn cầu cao thích lìa tướng tu hành tất tâm không nương vào đâu để sanh niệm khản thiết, nguyện đã không thiết làm sao được vãng sanh.
- ❑ Không vãng sanh chi khỏi cảnh luân hồi khổ lụy? Ấy là muốn mau trở thành chậm, muốn cao trái lại thấp, muốn khéo hóa ra vụng đó!

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (6)

Tiết 27: Niệm Phật với tứ đoạt (4)

- ❑ Nhiều kẻ ưa nói huyền lý, thường bác rằng: "Niệm Phật cầu sanh là chấp tướng ngoài tâm tìm pháp, chẳng rõ các pháp đều duy tâm."
- ❑ Những người này ý muốn diệu huyền, nhưng kỳ thật lại thành thiển cận! Bởi họ không rõ Ta Bà đã duy tâm thì Cực Lạc cũng duy tâm, tất cả đâu ngoài chân tâm mà có?
- ❑ Vậy thì niệm Phật A Di Đà là niệm đức Phật trong tâm tánh mình, về Cực Lạc tức về nơi cảnh giới của tự tâm, chớ đâu phải ở ngoài?
- ❑ Ta Bà và Cực Lạc đều không ngoài tâm, thì ở Ta Bà để chịu sự điên đảo luân hồi, bị ngọn lửa ngũ trược đốt thiêu, sao bằng về Cực Lạc an vui, hưởng cảnh thanh lương tự tại?
- ❑ Nên biết, đứng tư cảnh để tôn sùng, duy tâm Tịnh Độ, phải là bậc đã chứng pháp tánh thân, mới có thể tự tại trong mọi hoàn cảnh. Chừng đó dù trụ Ta Bà hay Cực Lạc cũng đều là Tịnh Độ, là duy tâm, là giải thoát cả.
- ❑ Bằng chẳng thế thì dù có nói huyền nói diệu vẫn không khỏi sự hôn mê khi cách ăm, rồi tùy nghiệp luân hồi chịu khổ mà thôi!

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (7)

Tiết 28: Niệm Phật với tứ hạnh (1)

Sở thích và túc căn của chúng sanh vẫn thường sai biệt, cho nên tuy đồng tu hạnh Niệm Phật, sự hành trì chẳng khỏi có điểm không giống nhau. Vì thế, trên đường Tịnh Độ, cổ nhơn đã khái ước chia thành bốn hạnh là: Thiền Tịnh, Giáo Tịnh, Mật Tịnh và Thuần Tịnh.

1. Những vị lấy niệm Phật làm chánh, tham thiền làm phụ, thuộc về hạnh Thiền Tịnh. Đây cũng là lối Thiền Tịnh song tu, nhưng lại lấy sự vắng sanh Tịnh Độ làm yếu điểm chung cuộc, còn việc thấy tánh ngộ đạo chỉ thuộc phần tùy duyên.
2. Những vị lấy niệm Phật làm chánh, tụng kinh làm phụ, gọi là tu hạnh Giáo Tịnh. Về phần kinh giáo, có người thích tụng Kinh Kim Cang hay Di Đà; có vị thích tụng Hoa Nghiêm hay Pháp Hoa, hoặc phẩm Phổ Môn hay Phổ Hiền Hạnh Nguyện chẳng hạn.
3. Những vị lấy niệm Phật làm chánh, trì chú làm phụ, đó là tu về hạnh Mật Tịnh. Trong sự trì chú, mỗi người lại ưa thích riêng mỗi môn Đà Ra Ni, như: Đại Bi, Chuẩn Đề, Vãng Sanh, Công Đức Bảo Sơn, Văn Thù Ngũ Thanh thần chú, Lục Tự Đại Minh chân ngôn, hoặc các Đà Ra Ni khác.
4. Những vị chỉ chuyên niệm Phật, không xen tạp môn nào khác, thuộc về các hành giả tu hạnh Thuần Tịnh.

MỤC A: MÔN NIỆM PHẬT VỚI “TỨ ĐOẠT” VÀ “TỨ HẠNH” (8)

Tiết 28: Niệm Phật với tứ hạnh (2)

Trong đây các vị căn cơ cao thì theo Thập Lục Quán, còn đại đa số chỉ chuyên về hạnh Trì Danh.

- Thiện Đạo hòa thượng và Vĩnh Minh thiền sư bên Trung Hoa, tương truyền đều là hóa thân của Phật A Di Đà.
- Nhưng Thiện Đạo hòa thượng chỉ dạy chuyên niệm Phật;
- Vĩnh Minh thiền sư thị hiện mỗi ngày ngoài việc niệm mười muôn câu Phật hiệu, còn tu các hạnh khác, tất cả gồm 108 môn.
- Ấn Quang pháp sư đã phê phán: "Đồng dạy về Tịnh Độ, nhưng lối khai thị của ngài Thiện Đạo là để tiếp dẫn hàng trung, hạ căn thuộc về chuyên tu. Còn lối khai thị của ngài Vĩnh Minh để riêng khuyến tấn bậc thượng thượng căn, thuộc về viên tu."
- Người đời mạt pháp phần nhiều là bậc trung, hạ căn. Vì thế, với bốn hạnh trên, nếu muốn chắc chắn được vãng sanh, có lẽ nên tu theo đường lối Thuần Tịnh.
- Nhưng đã nói sở thích và túc căn của mỗi người đều sai biệt, không thể ép buộc được, thì mặc dù có kiêm tu hạnh khác, hành giả Tịnh Độ cũng cần lưu ý đến hai phần chánh và trợ cho phân minh. Mà phần chánh phải luôn luôn lấn nhiều hơn phần trợ. Như thế đường tu mới không mất mục tiêu và sự vãng sanh cũng không bị chướng ngại.

Mục B. Khái niệm về các phương pháp niệm phật (1)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật

Tiết 30: Mười phương thức trì danh

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (2)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (1)

Niệm Phật không phải chuyên chỉ về miệng niệm, mà dùng tâm để tưởng niệm, cũng là niệm Phật. Cho nên trong môn Niệm Phật ngoài phương pháp Trì Danh, còn có ba pháp khác nhau nữa là: Thật Tướng, Quán Tưởng và Quán Tượng.

1. Thật tướng Niệm Phật (1)

- ❑ Thật Tướng Niệm Phật tức là nhập vào đệ nhất nghĩa tâm, là niệm tánh Phật bản lai của chính mình. Đây là quán pháp thân thật tướng của Phật, kết quả sẽ chứng được Chân Như Tam Muội.
- ❑ Phương pháp này vẫn thuộc về Thiền, nhưng cảnh giới do tâm Thiền hiển lộ lại là Tịnh Độ, nên cũng nhiếp về Tịnh Độ. Pháp này không gồm thâm bậc trung, hạ căn, và nếu không phải là bậc thượng thượng căn, tất không thể ngộ nhập.
- ❑ Vì thế trong tông Tịnh Độ ít có người đề xướng, mà phần hoằng hóa lại thuộc về các vị bên Thiền Tông.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (3)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (2)

1. Thật tướng Niệm Phật (2)

- ❑ Nhưng theo thiền ý: khi còn đi trên đoạn đường hành trì chưa đạt đến địa vị viên giác, thì tất cả pháp môn đều thuộc về phương tiện, niệm Phật cũng là phương tiện mà tham thiền cũng là phương tiện.
- ❑ Theo ba kinh Tịnh Độ, đức Thích Tôn mở phương tiện chỉ bày cõi Cực Lạc của Phật A Di Đà, khuyên chúng hữu tình nên niệm Phật cầu sanh về thế giới ấy để không còn bị luân hồi, mượn cảnh duyên thắng diệu tiếp tục tu hành mau tiến lên Phật quả.
- ❑ Niệm Phật tinh chuyên cũng tỏ ngộ như bên Thiền Tông, nhưng điểm chánh yếu của môn Niệm Phật là cầu vãng sanh, còn tỏ ngộ được bao nhiêu cũng thuộc về phần thứ yếu.
- ❑ Cho nên pháp Thật tướng niệm Phật, luận về chỗ cứu cánh, vẫn nhiếp thuộc Tịnh Độ. Nhưng nếu nói đến phương tiện vãng sanh nó vẫn chưa chính thức thuộc về Tịnh Độ, như ý nghĩa ba kinh Tịnh Độ mà đức Thích Tôn đã đề xướng.
- ❑ Có lẽ do điểm này nên chư Tổ bên Tịnh Tông chỉ đề cập để cho rộng thêm về nghĩa lý Tịnh Độ, mà không rộng tuyên hóa để khuyên người tu chẳng?

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (4)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (3)

2. Quán tưởng Niệm Phật (1)

- ❑ Quán Tưởng Niệm Phật là chiếu theo Kinh Quán Vô Lượng Thọ, để quán tưởng y báo chánh báo nơi cõi Cực Lạc.
- ❑ Trong kinh này có dạy mười sáu phép quán, nếu quán hạnh được thuần thực, thì lúc mở mắt hay nhắm mắt hành giả đều thấy cảnh Cực Lạc hiện tiền tâm thần dạo chơi nơi cõi tịnh, khi mạng chung quyết định sẽ vãng sanh.
- ❑ Công đức của pháp này lớn lao không thể nghĩ bàn, nhưng vì cảnh quán quá vi tế sâu màu, nên ít người hành trì được thành tựu.
- ❑ Bởi đại để trong ấy có năm điều khó.
 - ✓ Điều thứ nhất, nếu căn độn tất khó thành tựu.
 - ✓ Điều thứ hai, nếu tâm thô tất khó thành tựu.
 - ✓ Điều thứ ba, nếu không biết khéo dùng phương tiện xoay chuyển trong khi tu, tất khó thành tựu.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (5)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (4)

2. Quán tưởng Niệm Phật (2)

□ Bởi đại để trong ấy có năm điều khó.

- ✓ Điều thứ tư, nếu ghi nhận ấn tượng không sâu, tất khó thành tựu.
- ✓ Điều thứ năm, nếu tinh lực yếu kém, tất khó thành tựu. Trong năm điều kiện này, ít có người được đầy đủ, nên phép Quán tưởng xét lại cũng thuộc về môn khó hành trì.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (6)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (5)

3. Quán tượng Niệm Phật (1)

- ❑ Quán Tượng Niệm Phật là phương thức đem một bức tượng Phật A Di Đà để trước mặt, ghi nhận mọi nét của bức tượng ấy, rồi quán tưởng cho đến khi dù không có tượng, lúc mở mắt nhắm mắt đều thấy hình tượng Phật hiện rõ nơi trước.
- ❑ Phương pháp này cũng khó, vì cần phải có tinh lực mạnh, ký ức sâu, và trí phương tiện khéo.
- ❑ Đã có người áp dụng cách thức này, nhưng vì không khéo dùng phương tiện thay đổi, bị hư hỏa xông lên, mang chứng bệnh nhức đầu khó trị.
- ❑ Nhưng xét lại dùng pháp Quán tượng để vắng sanh, trong kinh không thấy nói.
- ❑ Đây chỉ là cách thức phụ giúp cho sự trì danh hiệu Phật, để hành giả tâm không tán loạn, dễ được chánh niệm mà thôi. Nếu người tu, với lòng tinh thành, cũng có thể được cảm ứng, tiêu tội nghiệp sanh phước huệ, từ nơi hình tượng giả mà thấy được Phật tướng thật và được vắng sanh.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (7)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (6)

4. Trì danh Niệm Phật

- ❑ Trì Danh Niệm Phật là phương pháp niệm ra tiếng hay niệm thầm bốn chữ hoặc sáu chữ hồng danh "Nam Mô A Di Đà Phật." Trì bốn chữ "A Di Đà Phật" được điểm lợi dễ nhiếp tâm;
- ❑ Trì đủ sáu chữ được điểm lợi dễ phát khởi sự kính thành cơ cảm. Phương pháp này trong kinh Phật Thuyết A Di Đà, đức Thích Tôn đã đề xướng, hiện đang được thông dụng nhất.
- ❑ Kết luận: Xét qua bốn phương pháp niệm Phật: (1)
 - Pháp Thật Tướng và Quán Tượng trong ba kinh Tịnh Độ không thấy nói, chỉ có Kinh Niệm Phật Tam Muội, quyển Phổ Hiền Quán Hạnh Ký và một vài kinh luận khác đề cập đến mà thôi.
 - Nhưng cả hai cũng chỉ là phương tiện thứ yếu, để nói rộng thêm về giáo nghĩa niệm Phật, không phải đường lối chánh thức của môn Tịnh Độ mà chư Tổ bên Liên Tông hằng tuyên dương.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (8)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (7)

Kết luận: Xét qua bốn phương pháp niệm Phật: (2)

- Pháp Thật Tướng duy có tác dụng suy diễn sâu rộng về ý nghĩa niệm Phật, lại quá cao thâm, không trùm khắp ba căn, đi lạc về bên Thiền.
- Pháp Quán Tượng chỉ là cách thức phụ trợ, lại cũng không dễ thật hành.
- Đối với người tu Tịnh Độ, hai môn ấy không được thích nghi. Phương pháp Quán Tượng tuy do Phật tuyên dương, công đức vô lượng nhưng chỉ để dành cho bậc thượng căn, người thời mạt pháp ít ai hành trì được.
- Kết yếu, duy môn Trì Danh Niệm Phật đã gồm khắp ba căn, lại đặc hiệu mau lẹ, ai cũng có thể thật hành. Trì Danh nếu tinh thành sẽ có cảm cách, hiện tiền thấy ngay chánh báo y báo cõi Cực Lạc, tỏ ngộ bản tâm, đời nay dù chưa chứng thật tướng, sau khi vãng sanh cũng quyết được chứng.
- Vì thế Ấn Quang đại sư, vị Tổ thứ mười ba của Liên Tông, đã khen: “Chỉ duy trì danh mà chứng thật tướng, Không cần quán tượng cũng thấy Tây Phương”

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (9)

Tiết 29: Bốn môn niệm Phật (8)

Kết luận: Xét qua bốn phương pháp niệm Phật: (3)

- ❑ Cổ đức cũng phê luận: "Môn Tịnh Độ là con đường tắt để chứng đạo trong các pháp môn, mà pháp Trì Danh lại là con đường tắt trong môn Tịnh Độ." Hiện nay phương pháp này là đường lối thông hành nhất trong môn Niệm Phật.

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (1)

- ❑ Như đã nói, môn Trì Danh là pháp tu Tịnh Độ phổ thông nhất hiện nay. Nhưng Trì Danh cũng được áp dụng với nhiều cách thức khác nhau tùy theo căn tánh của mỗi người, mà bút giả xin gạn lọc lại qua mấy phương pháp như sau:

1. Phẫn văn trì danh: (1)

- ❑ Phương pháp này, miệng vừa niệm, tai vừa nghe vào trong, kiểm soát từng chữ từng câu cho rành rẽ rõ ràng hết câu này đến câu khác.
- ❑ Nghe có hai cách, hoặc dùng tai nghe, hoặc dùng tâm để nghe. Tuy nghe vào trong nhưng không trụ nơi đâu, lần lần quên hết trong ngoài, cho đến quên cả thân tâm cảnh giới, thời gian không gian, chỉ còn một câu Phật hiệu.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (10)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (2)

1. Phản văn trì danh: (2)

- ❑ Cách thức phản văn, khiến cho hành giả dễ gạt trừ vọng tưởng, mau được nhứt tâm. Kinh Lăng Nghiêm nói: "Chân giáo thể phương này, thanh tịnh do nghe tiếng. Muốn chứng vào Tam Muội, nên như thế tu hành"; chính là ý trên đây.

2. Sổ châu trì danh: (1)

- ❑ Đây là cách thức miệng vừa niệm tay vừa lần chuỗi, ban đầu ý niệm còn ràng buộc nơi tràng hạt, sau lần buông bỏ đi đến cảnh nhứt tâm.
- ❑ Phương pháp sổ châu khiến cho niệm lực mạnh mẽ, ví như người yếu chân đi núi, nhờ nương cây gậy mà tiến bước lên cao mãi.
- ❑ Niệm cách này lại cần phải ghi số mỗi thời hoặc mỗi ngày là bao nhiêu câu.
- ❑ Ghi số có điểm lợi là bắt buộc người tu phải giữ định số, trừ được bịnh biếng trễ;
- ❑ nhưng cần chú ý đừng quá tham mau tham nhiều mà niệm không được rành rẽ rõ ràng.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (11)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (3)

2. Sổ châu trì danh: (2)

- ❑ Người xưa tuy niệm nhiều nhưng cũng ở trong sự rành rõ, do nhờ hai điểm là: thuần thực và định tâm.
- ❑ Ngẫu Ích đại sư vị Tổ thứ chín của Liên Tông, từng khai thị: "Muốn đi đến cảnh giới Nhất tâm bất loạn, không có cách chi kỳ diệu khác. Trước tiên hành giả cần phải lần chuỗi ghi số, niệm niệm rành rẽ rõ ràng, mỗi ngày hoặc ba muôn, năm muôn, cho đến mười muôn câu, giữ khóa trình quyết định chẳng thiếu, thề một đời không thay đổi.
- ❑ Niệm như thế lâu ngày lần lần thuần thực, không niệm vẩn tục niệm, chừng ấy ghi số hay không ghi số cũng được.
- ❑ Và niệm như thế kèm thêm tín nguyện tha thiết, mà không được vãng sanh, thì chư Phật ba đời đều mang lỗi nói dối."
- ❑ Khi đã vãng sanh, tất cả pháp môn đều được hiện tiền. Nếu ban sơ vì cầu cao tự ý, muốn tỏ ra không trước tướng, muốn học theo lối viên dung tự tại, đó là tín nguyện chẳng bền sâu, hành trì không hết sức; dù có giảng suốt mười hai phần giáo, giải ngộ một ngàn bảy trăm công án, cũng là việc ở bên bờ sanh tử mà thôi."
- ❑ Lời khuyên dạy này thật là cây kim chỉ nam cho người niệm Phật.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (12)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (4)

3. Tùy tức trì danh:

- ❑ Niệm Phật thầm hay niệm se sẽ tiếng, nương theo hơi thở, mỗi hơi thở ra vào đều một câu Phật hiệu; đó là ý nghĩa của Tùy tức Trì Danh. Bởi mạng sống con người liên quan với hơi thở, nếu biết nương theo đây mà niệm, thì khi sống hằng không rời Phật, lúc lâm chung tắt hơi vừa tắt, liền về cảnh giới Liên Bang.
- ❑ Nhưng nên chú ý là phương thức này khi tập đã thuần thục, cần niệm ra tiếng, chớ không nên chỉ niệm thầm. Như thế niệm lực mới mạnh, ý nguyện cầu sanh dễ được phát khởi. Bằng không, ý niệm vắng sanh sẽ khó tha thiết và sợ e lại lạc vào công dụng Ngũ Đình Tâm Quán của Tiểu Thừa.

4. Truy đẳng trì danh: (1)

- ❑ Khi dùng cách này, nên niệm nho nhỏ tiếng, mỗi chữ mỗi câu đều kế tiếp nhau liên tởa chặt chẽ, thành hình thể chữ sau đuổi theo chữ trước, câu nọ gối đầu câu kia nên gọi là Truy Đẳng.
- ❑ Áp dụng phương thức như thế, nhờ sự kín đáo bền chặt, trung gian không xen hở, nên tập niệm không có chỗ len vào.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (13)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (5)

4. Truy đẳng trì danh: (2)

- ❑ Dùng đến pháp này, thì tình ý khẩn trương, tâm miệng dũng tiến, oai lực của chánh niệm bao trùm tất cả, khiến cho nghiệp tưởng vô minh tạm thời chìm lắng, ánh màu Tam Muội bộc phát chiếu xa.
- ❑ Từ xưa người tu tịnh nghiệp trong lúc tình tưởng mênh mang rối loạn, thường dùng cách thức này.

5. Giác chiếu trì danh: (1)

- ❑ Niệm theo Giác Chiếu là một mặt niệm Phật, một mặt hồi quang soi trở lại chân tánh của mình.
- ❑ Do niệm như thế, hành giả sẽ đi vào cảnh giới hư linh siêu tuyệt, chỉ còn cảm giác thân tâm của mình cùng chân tâm Phật ngưng đọng thành một khối, sáng tròn rõ rõ, đầy rộng mênh mang.
- ❑ Khi đó phòng nhà vật dùng thấy đều ẩn mất, cho đến thân giả tứ đại của ta cũng không biết rơi lạc vào chỗ nào.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (14)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (6)

5. Giác chiếu trì danh: (2)

- ❑ Niệm theo đây thì báo thân chưa mãn đã chứng tịch quang, Phật hiệu vừa tuyên liền vào Tam Muội.
- ❑ Đem thân phàm phu mà dự vào cảnh thánh, thật không chi mau lẹ hơn phương pháp trên đây. Song chỉ tiếc, nếu chẳng phải bậc thượng thượng căn tất không thể lãnh hội thật hành, nên phần độ cơ của cách thức này vẫn còn sơ hẹp.

6. Lễ bái trì danh: (1)

- ❑ Phương thức này là vừa lạy vừa niệm Phật. Hoặc niệm một câu lạy một lạy, hoặc một mặt niệm một mặt lạy, không luận câu Phật nhiều hay ít.
- ❑ Cách lễ Phật lại phải hết sức nhẹ nhàng chậm rãi, lễ niệm song hành, thân miệng hợp nhứt. Nếu thêm vào đó ý thành khẩn tha thiết, thì thành ra ba nghiệp đều tập trung, ngoài câu Phật hiệu không còn một tơ hào vọng niệm.
- ❑ Phương pháp này có sở năng phá trừ hôn trầm, công đức và hiệu lực rất to lớn, vì hành giả vận dụng cả ba nghiệp để trì niệm.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (15)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (7)

6. Lễ bái trì danh: (2)

- ❑ Cư sĩ Vương Nhật Hựu khi xưa từng áp dụng cách trên đây, mỗi ngày đêm ông lễ niệm trung bình là một ngàn lạy.
- ❑ Nhưng dường như đây là lối niệm đặc biệt của hạng người tâm lực tinh tấn, thiếu khả năng ấy tất khó vững bền, bởi lạy lâu thân thể mỗi nhọc dễ sanh chán nản. Cho nên thông thường, cách thức này chỉ hợp kiêm dụng, khó bề chuyên dụng.

7. Ký thập trì danh: (1)

- ❑ Đây là cách niệm ký số, cứ lấy mỗi mười câu làm một đơn vị. Người hơi ngắn có thể niệm thành hai lượt, mỗi đoạn năm câu; hoặc chia ra ba lượt, hai đoạn ba câu một đoạn bốn câu. Sau khi niệm đủ mười câu, đều lần qua một hạt chuỗi.
- ❑ Niệm theo lối này, tâm đã niệm Phật, lại còn phải ghi nhớ số. Như thế dù không chuyên cũng bắt buộc phải chuyên, nếu không chuyên thì số mục liền sai lạc. Cho nên pháp này đại để là một phương tiện cưỡng bức cho hành giả chuyên tâm, rất có công hiệu với những kẻ nhiều tạp niệm. Ấn Quang đại sư thường khuyên các liên hữu áp dụng cách thức trên đây.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (16)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (8)

8. Liên hoa trì danh:

- ❑ Lấy bốn sắc hoa sen xanh, vàng, đỏ, trắng, vừa niệm vừa tưởng, luân lưu chuyển tiếp, là danh nghĩa của lối niệm trên đây.
- ❑ Hành giả khi niệm câu Phật hiệu thứ nhứt, tưởng trước mặt mình hiện ra một đóa sen xanh to lớn phóng ánh sáng xanh. Câu thứ hai, tưởng hoa sen vàng phóng ánh sáng vàng. Cho đến câu thứ ba thứ tư, là hoa sen đỏ, trắng, màu nào phóng ánh sáng ấy. Kế tiếp tục tưởng lại hoa sen màu xanh, cứ như thế luân lưu mãi.
- ❑ Đồng thời khi hoa hiện, lại tưởng có hương sen thanh nhẹ phưởng phất xung quanh. Bởi có nhiều hành giả trong Liên Hoa Tông dùng mọi pháp thức vẫn khó ngăn được tạp niệm, nên cổ nhơn mới phát minh ra lối niệm này.
- ❑ Đây là cách dùng hình sắc thay đổi để buộc tâm tưởng cho chuyên nhất, và hình sắc này lại lấy tướng hoa sen nơi ao thất bảo ở cõi Cực Lạc "Một câu Di Đà, một đóa bảo liên", bởi hoa sen Tịnh Độ hiện thành không rời hoa sen công đức của tâm niệm Phật. Và khi mạng chung, thần thức của hành giả sẽ nương hoa sen báu ấy mà sanh về Cực Lạc. Chư liên hữu nếu thấy có duyên với phương thức trên đây, nên áp dụng để mau đi vào Niệm Phật Diệu Liên Hoa Tam Muội.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (17)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (9)

9. Quang trung trì danh:

- ❑ Vì có hành giả khi nhắm mắt niệm Phật, thường bất chợt thấy những hình tướng ô uế, hoặc màu sắc đen tối xao động nổi lên, nên cổ đức mới truyền dạy cho cách thức này.
- ❑ Đây phương pháp vừa niệm Phật, vừa tưởng mình đang ngồi giữa vùng ánh sáng trong suốt to rộng. Khi tâm đã an định trong vùng quang minh ấy, hành giả cảm thấy thần trí sáng suốt mát mẻ, không những tạp tưởng trừ dứt, mà các tướng uế ác cũng tiêu tan.
- ❑ Rồi chánh niệm do đó được bền lâu, và Tam Muội cũng do đó lần lần thành tựu. Đây tuy là phương tiện đặc biệt chuyên trừ tướng uế ác nhưng dù không có nghiệp bịnh ấy, nếu muốn tinh thần thơ thới để đi sâu vào Niệm Phật Tam Muội, hành giả cũng nên áp dụng cách thức này.

10. Quán Phật trì danh: (1)

- ❑ Pháp quán tưởng trong Quán Kinh rất trọng yếu, công đức cực to rộng, nhưng chưa phải là phương tiện phổ thông cho chúng sanh thời mạt pháp hành trì.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (18)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (10)

10. Quán Phật trì danh: (2)

- ❑ Nhưng vì không muốn bỏ công đức đặc biệt của quán pháp, nên cổ nhơn đã thể dụng trong mười sáu phép quán, lựa cách thức dễ tu tập nhất, lấy trì danh làm chánh, quán Phật làm phụ, gọi là Quán Phật Trì Danh.
- ❑ Hành giả mỗi ngày sau khi niệm Phật, lại để riêng một thời tịnh tâm quán tưởng sắc tướng quanh minh của Phật A Di Đà.
- ❑ Cách quán Phật này rút lựa phép quán thứ mười ba trong Quán Kinh, tưởng đức A Di Đà thân cao một trượng sáu, sắc vàng ròng, đứng bên bờ ao thất bảo.
- ❑ Nếu chưa quán tưởng được ao thất bảo, hành giả có thể tưởng đức Phật đứng trong vùng ánh sáng giữa hư không trước mắt mình, tay trái đưa ngang ngực bắt ấn kiết tường, tay mặt buông sè xuống theo thế tiếp dẫn.
- ❑ Muốn quán Phật cho thành tựu, trước tiên nên quán đại khái toàn thân, kế chỉ chuyên tâm quán tướng lông trắng giữa đôi mày. Tướng bạch hào này rộng không trong suốt như bạch ngọc, có tám cạnh, xoay về bên hữu cao thành năm vòng.

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (19)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (11)

10. Quán Phật trì danh: (3)

- ☐ Bạch hào là tướng căn bản trong ba mươi hai tướng, khi tướng này quán thành, do sự cơ cảm, các tướng kia đều lần lượt hiện rõ.
- ☐ Tuy nhiên, muốn được phần chắc chắn hành giả cũng nên duyệt xem trong kinh, để ghi nhớ rõ ba mươi hai tướng tốt của Phật trước khi dụng công.
- ☐ Phương pháp trên đây sở dĩ để Trì Danh vào phần chánh, vì nếu quán tướng không thành vẫn còn phần Trì Danh để bảo đảm cho sự vắng sanh.
- ☐ Nhưng thật ra, Trì Danh cũng giúp quán tướng, quán tướng lại phụ trợ cho Trì Danh, hai phần này hỗ tương đưa hành giả đến chỗ song song thành tựu.
- ☐ Pháp thức này tuy có phần khó hơn các lối trên, song nếu thành tựu thì công đức to rộng vô biên, nên xin đưa ra sau cùng để làm duyên khuyến tấn.

Kết luận

MỤC B: KHÁI NIỆM VỀ CÁC PHƯƠNG PHÁP NIỆM PHẬT (20)

Tiết 30: Mười phương thức trì danh niệm Phật (12)

Kết luận (1)

- ❑ Như trên đã lược trình mười lối Trì Danh, cũng là mười phương pháp cốt yếu để đối trị tâm bệnh của người niệm Phật.
- ❑ Trong các sách Tịnh Độ, có đưa ra đến mấy mươi cách như: Cao Thanh Trì Danh, Đê Thanh Trì Danh, Mang Trung Trì Danh, Nhân Trung Trì Danh, v.v...,
- ❑ nhưng đó chỉ là những lối niệm cao tiếng, thấp tiếng, khi gấp, khi huờn, chưa có thể gọi là một phương pháp niệm Phật.
- ❑ Vì thế, bút giả đã chọn lọc lại rút ra mười cách thức căn bản, khả dĩ gọi là "phương pháp", để đối trị mối chướng hôn trầm tán loạn, và có thể thông dụng cho một phần lớn căn tánh hiện thời.
- ❑ Trong mười pháp thức trên, các liên hữu có thể thí nghiệm qua, và sau cùng áp dụng một lối niệm nào mà mình thích hợp nhất...

Mục C. Đi vào đường lối thật hành (1)

Tiết 31: Bốn môn tam muội

Tiết 32: Ba phần hành tri

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (2)

Tiết 31: Bốn môn tam muội (1)

- ❑ Người niệm Phật khi đi đến chỗ tuyệt đỉnh tận cùng duy có một định thể là Niệm Phật Tam Muội. Đây là cảnh hư linh sáng lặng, vọng giác tiêu tan, hành giả duy còn trụ tâm nơi tướng hảo hoặc hồng danh của Phật.
- ❑ Nhưng tuy nói trụ mà thật ra vô trụ, vì âm thanh sắc tướng đương thể như huyễn, chính đó là không.
- ❑ Tướng Tam Muội ấy như thế nào?
- ❑ Theo Liễu Dư đại sư thì khi hành giả chuyên nhất niệm Phật, quên hết thân tâm ngoại cảnh, tuyệt cả thời gian không gian, đến lúc sức cực công thuần, ngay nơi đương niệm trần vọng bỗng thoát tiêu tan, tâm thể bừng sáng, chứng vào cảnh giới vô niệm vô bất niệm.
- ❑ Cảnh ấy như hư không mây tan, trời xanh một vẻ, niệm mà không niệm, không niệm mà niệm, không thấy biết mới là sự thấy biết chân thật; có thấy biết tức lạc theo trần. Đến đây thì nước bạc non xanh đều là chân đế, suối reo chim hót toàn diễn diệu thừa, tâm quang bao hàm muôn tượng mà không trụ một pháp, tịch mà chiếu, chiếu mà tịch, đều còn đều mất, tuyệt đãi viên dung...

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (3)

Tiết 31: Bốn môn tam muội (2)

- Cảnh giới Tam Muội đại để là như thế, khó tả nên lời, duy chứng mới thể nghiệm được. Niệm Phật Tam Muội vẫn là một thể, nhưng để đi vào định cảnh ấy, người xưa đã căn cứ theo kinh, y nơi ý nghĩa và oai nghi hành trì mà chia thành bốn môn như sau:

1. Bát Chu Tam Muội: (1)

- Bát Chu có nghĩa là Phật Lập.
- Hành trì môn Tam Muội này, có ba oai lực phù trợ: oai lực của Phật, oai lực của pháp Tam Muội, và oai lực công đức của người tu.
- Khi thật hành Bát Chu Tam Muội, phải lấy chín mươi ngày làm một định kỳ. Trong thời gian ấy, ngày đêm hành giả chỉ đứng hoặc đi, tưởng đức Phật A Di Đà hiện thân đứng trên đỉnh mình đủ ba mươi hai tướng tốt, tám mươi vẻ đẹp; hay miệng thường niệm danh hiệu Phật, tâm thường tưởng Phật không xen hở. Khi công thành, trong Tam Muội hành giả thấy đức A Di Đà và chư Phật mười phương hiện ra đứng trước mình khuyến tấn khen ngợi.
- Bát Chu cũng gọi là Thường Hành Đạo. Người tu khi đi, mỗi bước mỗi tiếng đều không rời danh hiệu Phật, ba nghiệp hành trì không gián đoạn như dòng nước chảy.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (4)

Tiết 31: Bốn môn tam muội (3)

1. Bát Chu Tam Muội: (2)

- Pháp này công đức rất cao, song chỉ bậc thượng căn mới kham tu trì, hạng người trung hạ và tinh lực yếu kém không thể thật hành nổi.

2. Nhất Hạnh Tam Muội:

- Nhất hạnh có nghĩa là chuyên nhất về một hạnh.
- Khi tu môn Tam Muội này, hành giả thường ngồi và chỉ chuyên nhất quán tưởng, hoặc niệm danh hiệu đức A Di Đà. Lại tuy chỉ tu một hạnh mà được dung thông tròn đủ tất cả hạnh, nên Nhất Hạnh cũng gọi là Viên Hạnh.
- Từ pháp Tam Muội này cho đến hai môn sau, ba hạng căn cơ đều có thể tu tập.

3. Pháp Hoa Tam Muội: (1)

- Đây là một môn Tam Muội trong mười sáu Tam Muội như Kinh Pháp Hoa phẩm Diệu Âm Bồ Tát đã trần thuật. Theo ý chỉ của Thiên Thai Tông, thì ba đế viên dung là Pháp, quyền thật không hai là Hoa.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (5)

Tiết 31: Bốn môn tam muội (4)

3. Pháp Hoa Tam Muội (2):

- Ví như hoa sen khi cánh hoa (quyền) chưa nở, mà gương sen (thật) đã thành, gương với cánh đồng thời; nơi một đóa hoa mà gồm đủ ý nghĩa “quyền” và “thật” vậy.
- Nói theo tông Tịnh Độ thì tức niệm là Phật, tức sắc là tâm; một câu niệm Phật gồm cả “ba đế”, nhiếp cả “thật, “quyền”. Nếu tỏ ngộ lý này mà niệm Phật, gọi là tu hạnh Pháp Hoa Tam Muội.
- Khi tu môn Tam Muội này, hành giả dùng hai oai nghi ngồi và đi mà thay đổi để quán Phật hoặc niệm Phật, kỳ cho đến khi nào chứng nhập vào chánh định. Pháp nghi tu tập này lại có phần dễ hơn Nhất Hạnh Tam Muội ở trên.

4. Tùy Tự Ý Tam Muội (1):

- Pháp thức này có nghĩa là tùy tâm hoặc đi đứng, hoặc nằm ngồi, đều nhiếp niệm không rời danh hiệu đức A Di Đà để tu chứng vào Tam Muội.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (6)

Tiết 31: Bốn môn tam muội (5)

4. Tùy Tự Ý Tam Muội (2):

- Ví như ngọn nước nơi dòng sông cứ liên tục chảy mãi, dù gặp cây đá ngăn cản nó chỉ dội lại rồi cũng tìm lối chảy đi.
- Thông thường người tu theo môn này, cứ mỗi buổi khuya lễ Phật A Di Đà bốn mươi tám lạy, Quán Âm, Thế Chí và Hải Chúng mỗi danh hiệu đều bảy lạy, kế quỳ xuống sám hối.
- Rồi từ đó cho đến tối, lúc đi đứng nằm ngồi đều niệm Phật, hoặc lần chuỗi ghi số, hoặc niệm sông, đến trước khi đi ngủ, lại lễ Phật một lần nữa và đem công đức tu trong ngày, mà phát nguyện hồi hướng vãng sanh.
- Trong khi hành trì nếu có tiếp xúc với các duyên, khi qua rồi vẫn trở lại niệm Phật.
- Pháp tu này tuy tùy tiện dễ dàng, nhưng phải khéo tránh bớt duyên và có tâm bền bỉ mới mong thành tựu.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (7)

Tiết 32: Ba phần hành trì (1)

- ❑ Về pháp nghi Tịnh Độ, nếu kể cho đủ phải có năm phần hay năm môn, cũng gọi là Ngũ niệm môn. Đó là: Lễ Bái, Tán Thán, Quán Niệm, Phát Nguyện, và Hồi Hướng.
- ❑ Để cho giản tiện, xin ước kết lại thành ba phần là: Tán Lễ Môn, Trì Niệm Môn, và Phát Nguyện Hồi Hướng Môn.
- ❑ Môn Trì Niệm thì hành giả có thể lựa trong mười pháp Trì Danh đã kể, tùy chỗ thích hợp mà tu. Nếu có trì chú hoặc tụng kinh, nên trì tụng trước khi niệm Phật.
- ❑ Về môn Phát Nguyện Hồi Hướng, các liên hữu cũng tùy ý lựa một trong mấy bài nguyện văn ở trước. Riêng về môn Tán Lễ, các sách Tịnh Độ có đưa ra những nghi thức lạy ít hoặc nhiều, tùy theo sở thích của mỗi căn tánh.
- ❑ Theo thứ tự của Tịnh Độ pháp nghi, khởi đầu là môn Tán Lễ: Trước khi lễ bái, hành giả nên xướng đọc lời văn khen ngợi công đức của Phật, xong mới đến phần lạy. Đây gọi là Tán Lễ Môn.
- ❑ Kế đó tiếp tục trì chú hoặc tụng kinh rồi niệm Phật, hoặc chỉ chuyên niệm Phật. Giai đoạn này gọi là Trì Niệm Môn.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (8)

Tiết 32: Ba phần hành trì (2)

- ❑ Và sau rốt khi niệm Phật xong, hành giả quỳ xuống đọc bài nguyện văn hồi hướng, kể lễ ba lạy lui ra. Phần này gọi là Phát Nguyện Hồi Hướng Môn.
- ❑ Phần lễ bái cũng có thể tùy tiện đổi thay đôi chút:
 - Có vị trước tiên lạy nhiều một lần, sau cùng chỉ lễ ba lạy Tam Tự Quy Y hoặc Tây Phương Tam Thánh.
 - Có vị ngại trước tiên lạy nhiều thân thể nhọc mệt, niệm Phật không được thanh tịnh, nên chỉ lễ ba lạy thông thường, đợi đến sau khi niệm Phật xong mới lạy nhiều cầu gia bị, rồi quỳ xuống đọc nguyện văn, sau rốt lễ ba lạy kết thúc.

Tịnh Độ pháp nghi có ba bậc: thượng, trung, hạ để thích hợp với các căn cơ. Nơi đây chỉ xin nêu ra môn Tán Lễ của ba bậc, còn hai môn sau hành giả tùy phần mà tăng thêm hoặc tiết giảm theo ba bậc ấy.

- ❑ **Thượng Pháp Nghi:**

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (9)

Tiết 32: Ba phần hành trì (3)

☐ Thượng Pháp Nghi: (1)

Nơi môn Tán Lễ về bậc thượng, trước tiên hành giả tùy ý thích tuyên đọc một bài kệ khen ngợi Phật rồi mới đánh lễ. Kệ văn tán thán có nhiều, xin đưa ra đây một bài để suy lễ, và kế sau đó là phần hành lễ:

Quang, thọ khó suy lường

Sáng lạng khắp mười phương!

Thế Tôn Vô Lượng Quang

Cha lành cõi Liên Bang.

Thần lực chẳng tư nghi

Sống lâu A tăng kỳ,

A Di Đà Như Lai

Tiến dẫn lên liên đài.

Cực Lạc cõi thuần tịnh

Công đức lạ trang nghiêm

Nơi tất cả quần sanh

Vượt lên ngôi Bất Thối

Mười phương hằng sa Phật

Đều ngợi khen Vô Lượng

Cho nên nay chúng con

Nguyện sanh về An Dưỡng.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (10)

Tiết 32: Ba phần hành trì (4)

Thượng Pháp Nghi: (2)

Nhứt tâm đánh lễ: (Bốn chữ này thông dụng cho mỗi đầu câu, mỗi câu một lạy).

1. Tận hư không, biến pháp giới, thập phương tam thế, thường trú Tam Bảo.
2. Ta Bà Giáo Chủ, đại từ bi nguyện, thị hóa ngũ trược, Bốn Sự Thích Ca Mâu Ni Phật.
3. Đông Phương Thế Giới A Súc Bệ Phật, Tu Di Tướng Phật, Đại Tu Di Phật, Tu Di Quang Phật, Diệu Âm Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.
4. Nam Phương Thế Giới Nhật Nguyệt Đăng Phật, Danh Văn Quang Phật, Đại Diệm Kiên Phật, Tu Di Đăng Phật, Vô Lượng Tinh Tấn Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.
5. Tây Phương Thế Giới Vô Lượng Thọ Phật, Vô Lượng Tướng Phật, Vô Lượng Trang Phật, Đại Quang Phật, Đại Minh Phật, Bảo Tướng Phật, Tịnh Quang Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (11)

Tiết 32: Ba phần hành trì (5)

Thượng Pháp Nghi (3):

Nhứt tâm đánh lễ: (Bốn chữ này thông dụng cho mỗi đầu câu, mỗi câu một lạy).

6. Bắc Phương Thế Giới Diệm Kiên Phật, Tối Thắng Âm Phật, Nan Trử Phật, Nhật Sanh Phật, Vãng Minh Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.
7. Hạ Phương Thế Giới Sư Tử Phật, Danh Văn Phật, Danh Quang Phật, Đạt Ma Phật, Pháp Tràng Phật, Trì Pháp Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.
8. Thượng Phương Thế Giới Phạm Âm Phật, Tú Vương Phật, Hương Thượng Phật, Hương Quang Phật, Đại Diệm Kiên Phật, Táp Sắc Bảo Hoa Nghiêm Thân Phật, Ta La Thọ Vương Phật, Bảo Hoa Đức Phật, Kiến Nhứt Thiết Nghĩa Phật, Như Tu Di Sơn Phật, như thị đẳng hằng hà sa số chư Phật.
9. Cực Lạc Thế Giới Vô Lượng Quang, Vô Biên Quang, Vô Ngại Quang, Vô Đối Quang A Di Đà Phật.
10. Cực Lạc Thế Giới Diệm Vương Quang, Thanh Tịnh Quang, Hoan Hỷ Quang, Trí Huệ Quang A Di Đà Phật.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (12)

Tiết 32: Ba phần hành trì (6)

Thượng Pháp Nghi: (4)

Nhứt tâm đánh lễ: (Bốn chữ này thông dụng cho mỗi đầu câu, mỗi câu một lạy).

11. Cực Lạc Thế Giới Nan Tư Quang, Bất Đoạn Quang, Vô Xứng Quang, Siêu Nhật Nguyệt Quang A Di Đà Phật.
12. Cực Lạc Thế Giới, tứ thập bát nguyện độ hàm linh, tướng hảo nan luân, đại từ đại bi A Di Đà Phật.
13. Cực Lạc Thế Giới, thọ mạng vô biên, quang minh vô lượng, phổ ứng thập phương, lâm chung tiếp dẫn A Di Đà Phật.
14. Cực Lạc Thế Giới, chánh báo Phật Bồ Tát đẳng sở thuyết diệu pháp, cập y báo thủy điều thọ hoa đẳng sở diễn pháp âm, nhứt thiết thanh tịnh nghĩa kinh.
15. Phật Thuyết A Di Đà Kinh, Vô Lượng Thọ Kinh, Quán Vô Lượng Thọ Kinh, Xưng Tán Bất Khả Tư Nghì Công Đức Nhứt Thiết Chư Phật Sở Hộ Niệm Kinh, cập thập phương tam thế nhứt thiết tôn pháp.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (13)

Tiết 32: Ba phần hành trì (7)

Thượng Pháp Nghi: (5)

Nhứt tâm đánh lễ: (Bốn chữ này thông dụng cho mỗi đầu câu, mỗi câu một lạy).

16. Cực Lạc Thế Giới, diệu tướng trang nghiêm, đồng Phật tiếp dẫn, Quán Thế Âm Bồ Tát, Đại Thế Chí Bồ Tát Ma Ha Tát.
17. Cực Lạc Thế Giới, Mạn Thù Thất Ly Bồ Tát, Phổ Hiền Bồ Tát, Di Lạc Bồ Tát, Địa Tạng Vương Bồ Tát, chư Nhất Sanh Bồ Xứ Bồ Tát Ma Ha Tát.
18. Cực Lạc Thế Giới, A Bệ Bạt Trí, đồng Phật thọ lượng, chư Thanh Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát.

Trên đây tất cả gồm mười tám lạy, tạm gọi là thượng pháp nghi về Tán Lễ Môn. Thật ra, đó chỉ là giản ước tùy căn cơ hiện thời, môn Tán Lễ về bậc thượng không phải chỉ có như thế.

Theo cách lễ bậc thượng, có vị xưng lễ đức A Di Đà 48 lạy, Quán Âm Thế Chí, Thanh Tịnh đại hải chúng, đều 7 lạy.

Có vị lạy xưng lễ đức A Di Đà 108 lạy, ba danh hiệu sau đều 21 lạy.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (13)

Tiết 32: Ba phần hành trì (7)

Trung Pháp Nghi: (1)

- Môn Tán Lễ bậc trung của Tịnh Tông vừa chừng, rất thích hợp với sức khỏe và khả năng của phần đông. Cách thức xưng lễ này, mọi người đều có thể hành trì, xin diễn dịch ra như sau:

Từ bi thế độ khắp quần sanh

Hỷ xả cứu an chúng hữu tình

Tướng tốt trang nghiêm thân rục rờ

Nay con đánh lễ chí tâm thành.

Chí tâm đánh lễ: (câu này thông cả 12 câu dưới đều xưng ở đầu câu, mỗi câu một lay).

1. Hoàng Dương Tịnh Lạc Độ, Thích Ca Văn Như Lai, ngàn trăm ức hóa thân, khắp pháp giới chư Phật.
2. Thường Tịch Quang Tịnh Độ A Di Đà Như Lai, pháp thân màu thanh tịnh, khắp pháp giới chư Phật.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (14)

Tiết 32: Ba phần hành trì (8)

Trung Pháp Nghi: (2)

Chí tâm đánh lễ: (câu này thông cả 12 câu dưới đều xướng ở đầu câu, mỗi câu một lạy).

3. Thật Báo Trang Nghiêm Độ, A Di Đà Như Lai, thân tướng hải vi trần, khắp pháp giới chư Phật.
4. Phương Tiện Thánh Cư Độ, A Di Đà Như Lai, thân trang nghiêm giải thoát, khắp pháp giới chư Phật.
5. Cõi Cực Lạc Phương Tây, A Di Đà Như Lai, thân căn giới Đại Thừa, khắp pháp giới chư Phật.
6. Cõi Cực Lạc Phương Tây, A Di Đà Như Lai, thân hóa đến mười phương, khắp pháp giới chư Phật.
7. Cõi Cực Lạc Phương Tây, giáo hạnh lý ba kinh, cực y chánh tuyên dương, khắp pháp giới tôn pháp.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (15)

Tiết 32: Ba phần hành trì (9)

☐ Trung Pháp Nghi: (3)

Chí tâm đánh lễ: (câu này thông cả 12 câu dưới đều xướng ở đầu câu, mỗi câu một lay).

9. Cõi Cực Lạc Phương Tây, Quán Thế Âm Bồ Tát, thân tử kim muôn ức, khắp pháp giới Bồ Tát.
10. Cõi Cực Lạc Phương Tây, Đại Thế Chí Bồ Tát, thân trí sáng vô biên, khắp pháp giới Bồ Tát.
11. Cõi Cực Lạc Phương Tây, Văn Thù Đại Bồ Tát, thân thị hiện trí mầu, khắp pháp giới Bồ Tát.
12. Cõi Cực Lạc Phương Tây, Phổ Hiền Đại Bồ Tát, thân hạnh nguyện sát trần, khắp pháp giới Bồ Tát.
13. Cõi Cực Lạc Phương Tây, Thanh Tịnh đại hải chúng, thân phước trí trang nghiêm, khắp pháp giới thánh chúng.

☐ Hạ Pháp Nghi: (1)

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (16)

Tiết 32: Ba phần hành trì (10)

☐ Hạ Pháp Nghi: (2)

- Phép Tán Lễ bậc hạ, chỉ lễ A Di Đà ba lạy, Quán Âm, Thế Chí, Thanh Tịnh hải chúng, mỗi hồng danh đều một lạy.
- Đây là nghi thức để cho những vị sức yếu và người bận nhiều công việc. Ngoài ra có vị căn tánh tối không thể ghi nhớ nhiều, chỉ thành tâm lễ ba lạy lúc khởi đầu và ba lạy trước khi lui ra cũng được.
- Về môn phát nguyện, những người này chỉ đọc câu nguyện vắn tắt gồm ngày, tháng, năm, như chương trước đã nói.

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (1)

- ☐ Người tu có lúc tâm tư lạc vào trạng thái mê mờ, nặng nề muốn ngủ; đó là vọng chướng hôn trầm.
- ☐ Hoặc có lúc miệng tuy niệm Phật, song tâm lại vẫn vướng chuyện đâu đâu; đó là vọng duyên tán loạn.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (17)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (2)

□ Hôn trầm (1)

- Hôn trầm và tán loạn hai chương duyên này rất nguy hại, vì nó phá hoại người tu, khiến cho không thể vào chánh định.
- Nhiều vị trong lúc đang hành trì, vọng tưởng thoát nhiên chìm lặng, câu niệm Phật vẫn nghe đều đều, tâm tư êm dịu quên cả nóng bức, hoặc sự cắn đốt của muỗi mòng. Trạng thái này thường thường kéo dài từ nửa giờ đến một giờ đồng hồ, có khi ra mồ hôi ướt cả áo mà không hay; đến lúc chợt giác tỉnh mới cảm biết trong người nóng bức khó chịu.
- Hành giả thấy thế đừng vội mừng cho rằng tâm mình được an định, công phu đã có đôi phần thành tích. Thật ra đó chỉ là trạng thái hôn trầm thuộc phần vi tế nhẹ nhàng.
- Cổ nhơn đã bảo: "Nhè nhẹ hôn trầm khôn phát giác. Trọn ngày hạng quỉ mãi sinh nhai!"
- Trong trường hợp này hành giả phải đề khởi tinh thần, dụng công chặt chẽ, vừa niệm vừa soi vào bên trong mới phá trị nó được.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (18)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (3)

□ Hôn trầm (2)

- Theo chỗ kinh nghiệm, đại khái khi hôn trầm sắp kéo đến, tất trước tiên có vọng niệm tán loạn nổi lên.
- Cũng có lúc hôn trầm và vọng tưởng đồng thời sanh khởi. Nhưng đây là hiện tượng thô, rất dễ phát giác.
- Đến khi hôn trầm vi tế sắp hiện, trước tiên một loại tạp tưởng vi tế nổi sanh, hành giả cảm biết có một điểm mê mờ từ sau ót kéo lên đỉnh đầu, kế xuống đôi mắt và sau rớt vào tâm tạng.
- Hôn trầm đi đến đâu tất nơi đó bị ảnh hưởng, như đến đầu thì hơi gục xuống, đến mắt, đôi mắt nhắm lại; đến tâm tạng, tâm liền mê mờ.
- Về loại hôn trầm nhẹ, phải có trí tinh tế mới nhận xét được.

□ * Vọng tưởng cũng có hai phần: thô và tế. (1)

- Vọng tưởng thô ai cũng biết, bởi hành tướng nó rất rõ ràng. Người xưa bảo: "Mới tu sợ vọng tưởng, tu lâu sợ hôn trầm."

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (19)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (4)

□ * Vọng tưởng cũng có hai phần: thô và tế. (2)

- Lời này duy đúng một phần, không được cứu cánh lắm, vì đó chỉ nói về phần tán loạn thuộc vọng tưởng thô.
- Đến như về phần vọng tưởng vi tế, người tu già dặn cũng phải e ngại. Bởi khi niệm Phật dụng công chặt chẽ kín đáo, tạp tưởng thô phù cố nhiên phải lắng chìm, song rất khó nhận được tướng qua lại của phần vọng tưởng vi tế.
- Ví như một ao nước đục, khi bọt nổi lên mặt ao ta mới nhận thấy.
- Còn phần khí thể nhỏ nhẹ từ dưới đáy ao được cổ động lên, hoặc sôi tim nhỏ trên mặt nước, hoặc đến nửa chừng rồi không lên được, muốn thấy rõ nó, cần phải có một ao nước thật trong. Người niệm Phật lâu, đến trình độ nước tâm trong lắng, mới thấy biết được vọng tưởng vi tế.
- Bạch Thánh pháp sư, một buổi sáng từ nơi giường bước lại ghế ngồi, trong khoảng chừng ba giây đồng hồ, đã phát giác trong tâm mình nổi lên đến vài mươi vọng niệm sai biệt.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (20)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (5)

□ * Vọng tưởng cũng có hai phần: thô và tế. (3)

- Chừng ấy Ngài mới chứng minh được lời nói trong kinh Phật: "Một niệm có chín mươi sát na, một sát na có chín trăm sanh diệt." Đây là vọng tưởng thuộc loại vi tế.
- Nhân tiện xin nhắc lại một câu chuyện về vọng tưởng vi tế, cho các bạn đồng tu thêm phần nhận thức:
- Quang Huệ và Giới Diễn là hai vị thiền sư đều ngộ đạo. Một hôm trong khi đồng ngồi thiền, nơi tiềm thức của ngài Giới Diễn thoát nổi lên một niệm sắc ái, Ngài liền diệt trừ; song bên kia Quang Huệ thiền sư đã hay biết.
- Sau khi xuất định, ngài Quang Huệ làm bài kệ có ý trêu cợt ngài Giới Diễn. Giới Diễn thiền sư buồn thẹn, liền thâm thân nhập diệt.
- Ngài Quang Huệ hối hận, gọi đệ tử đến phó chúc rằng: "Bạn ta trong khi thiền định có một niệm sắc ái, sau tắt lụi về sắc; vì phiền ta mà thị tịch, sau sẽ phá hoại Tăng Bảo. Lỗi ấy một phần do ở nơi ta, nếu ta không theo hóa độ, tất sẽ mang lấy hậu quả."
- Dặn dò xong, Ngài cũng viên tịch theo luôn.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (21)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (6)

□ * Vọng tưởng cũng có hai phần: thô và tế. (4)

- Sau Quang Huệ chuyển thân làm thiền sư Phật Ấn;
- Giới Diễn chuyển kiếp làm Tô Đông Pha. Đông Pha do kiếp trước có tu nên làm quan, thông minh trí huệ mà cũng đa tài đa tình. Ông có đến bảy người thiếp, và thường đem sự thông minh bác lãm của mình mà vắn nạn các vị thiền sư.
- Về sau bị ngài Phật Ấn chiết phục, ông mới quay lại đường lối tu Phật. Cho nên vọng tưởng vi tế, người tu lâu cũng phải e ngại là thế.

□ Tiên đức có câu:

- *Công phu không thiếu cũng không dư.*
- *Muôn kiếp tham si chữa dễ trừ!*
- Vậy người tu khi có chút cảnh giới tốt chớ vội khoe khoang tự đắc, phải nhìn gương ngài Giới Diễn. Và cũng đừng vội tự thị chê bai kẻ khác, mà phải xem gương Quang Huệ thiền sư.

MỤC C: ĐI VÀO ĐƯỜNG LỐI THẬT HÀNH (22)

Tiết 33: Cách đối trị hôn trầm tán loạn (7)

- ❑ Hôn trầm và vọng tưởng vi tế, người tu lâu tự biết lối giải trừ. Nơi đây, chỉ lược bàn qua cách đối trị về phần thô.
- ❑ Thông thường, khi loạn tưởng nhiều, hành giả nên ngồi yên nhiếp tâm niệm Phật.
- ❑ Lúc hôn trầm đến, nên đứng lên vừa niệm vừa kinh hành.
- ❑ Cứ dùng hai oai nghi này thay đổi mãi, lâu ngày hai chương duyên ấy sẽ tiêu trừ.
- ❑ Theo chỗ kinh nghiệm, lắng tai ghi nhận rành rõ từ tiếng từ câu niệm Phật theo lối Phảo Văn Trì Danh, có lẽ là phương pháp kiến hiệu nhất để đối trị tán loạn.
- ❑ Và, Lễ Bái Trì Danh, là phương thức tối thượng để đối trị với mỗi chương hôn trầm nặng nề.
- ❑ Nhưng, mỗi hành giả đều có chỗ kinh nghiệm và thích hợp riêng. Trên đây chỉ lược đưa ra vài quan điểm để góp phần khuyến ích.

(Hết chương V)



**Giác hải hư không khởi
Ta Bà nghiệp sóng trào
Ai muốn lên bến giác
Cực Lạc sẵn thuyền về**

THUYỀN TỬ TẾ ĐỘ - TRỰC VANG TÂY PHƯƠNG