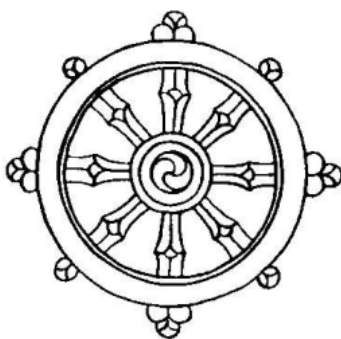




Hướng Dẫn  
**THỰC HÀNH TỊNH ĐỘ**



[hoasentrenda.com](http://hoasentrenda.com)

7 - 2010



**NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT**

**“Xin hồi hướng công đức tu hành này đến cho những ai có tai mà muốn nghe để họ mau thành đạt quả vị Giải Thoát còn con ra sao thì cũng được. ” HL.**

## MỤC LỤC

I. TỊNH ĐỘ .....	6
A. Tịnh Độ Là Gì? .....	6
B. Chào các Bạn mê Tịnh Độ.....	8
C. Chuẩn Bị Niệm Phật.....	11
1. Bước thứ nhất - Chuẩn bị tâm lý . .....	11
2. Bước thứ nhì là: Trạng thái ...nguyện của Ngài....	12
D. Kỹ thuật niệm Phật.....	12
E. AN TRÚ CHÁNH NIỆM ĐẲNG TRƯỚC MẶT .....	14
F. NIỆM PHẬT – CÔNG PHU HẰNG NGÀY.....	15
G. NIỆM PHẬT RẢI TÂM TỬ - QUÁN CHẤM ĐỎ .....	15
1. Tư thế: .....	16
2. Cách niệm:.....	16
3. Khi niệm, .....	16
4. Tưởng tượng.....	16
H. NIỆM PHẬT - KỸ THUẬT VÀ NIỆM LỰC.....	18
1. Bước đầu tiên: .....	19
2. Bước thứ hai là: .....	20
3. Bước thứ ba: .....	22
4. Bước thứ tư .....	23
5. Chỉ Còn Cái Quán .....	25
6. Nhất Tâm "Bất Loạn" .....	25
7. Tây Phương Cực Lạc.....	26

I. ĐÔNG PHƯƠNG TỊNH ĐỘ.....	30
1. Chú Dược Sư quán đảnh chân ngôn:.....	30
2. Trong 12 lời nguyện của Ngài .....	31
3. Ứng dụng .....	33
II. HỒI HƯỚNG CÔNG PHU .....	36
III. PHƯƠNG PHÁP ĐỘ TỬ - HỘ NIỆM.....	39
A. NIỆM PHẬT A DI ĐÀ.....	39
1. Cách thứ nhất: .....	39
2. Cách thứ hai: .....	39
B. ĐỘ TỬ - HỘ NIỆM.....	39
1. Vào lúc chết, có hai việc đáng kể .....	40
2. Tụng Kinh .....	41
3. Hộ niệm - Trước Xác Chết .....	41
4. Hộ Niệm - Vãng mặt .....	44
5. Độ Tử - Hấp Hối .....	46
6. Kiểm Tra Điểm Nóng Cuối Cùng .....	48
7. Hộ Niệm - Thân trung ấm... vòng 49 ngày đầu?... ..	49
8. Hộ niệm - Độ Vong Linh... đã chết lâu năm .....	50
9. Chuông Trống Bát nhã .....	51
10. Cúng ThíThực.....	53
IV. NHẬN PHÁP và QUÁN ĐẢNH .....	57

## I. TỊNH ĐỘ

Dành cho những ai bị nghiệp sát, nghiệp tham ái nhiều, nhưng một lòng thích tu hành và tin vào bốn mươi tám đại nguyện của Phật A-Di-Đà ở Tây Phương cực lạc, ý thức rằng đời thì mình chẳng được gì, còn đối với đạo mình chẳng có ký lô nào cả. Nhưng trên hết, mình có một niềm tin tuyệt đối vào ngài A-Di-Đà.

### A. Tịnh Độ Là Gì?

Có ba kiểu tin, hiểu, đoán về Tịnh độ.

Người có học thức và có căn bản về Thiên: Họ cho rằng Tịnh độ trong Tâm.

Người ưa chuyện Huyền bí, Họ cho rằng có một Ông Phật và có câu chú của Ông là như vậy: **Om, Amitabha Hrih Svaha.**

Người bình dân học vụ: tin rằng có một ông Phật với 48 đại nguyện và nếu mình làm một điều kiện là niệm danh hiệu của Ông thì Ông sẽ dẫn mình về xứ của Ông với 9 phẩm, sau đó học với ông trở thành Nhất sanh bổ xứ rồi Thành Bất Thối Chuyển Bồ Tát rồi đi giúp các chúng hữu tình.

### PHÁP MÔN TỊNH ĐỘ

*Pháp môn Tịnh độ là một pháp môn chuyên dùng câu **A-Di-Đà Phật** để vào chánh niệm, rồi dựa vào niềm tin mạnh mẽ, tu sĩ có thể đạt được từ Sơ phẩm đến Cửu phẩm sau đó phát đại nguyện để vào Nhất sanh bổ xứ và đi độ sanh cũng bằng câu niệm Phật bất hủ đó.*

Nhưng với màn vô minh dày đặc không biết có bao nhiêu người đã cho rằng:

- Tịnh độ tông chỉ dành riêng cho những ai hết xí quách hay gần chết tu thôi. Một pháp môn chỉ dành cho những người đã hết nhựa sống tu, thực tế chả hấp dẫn tí nào! Vì vậy, người niệm Phật chiếm đa số là già. Còn đám trẻ mà nói tu Tịnh độ lại có mặc cảm nặng nề vì người đối diện thế nào cũng an ủi họ rằng: Pháp môn nào cũng tốt hết, tôi thì theo Thiền tông nó có vẻ trí tuệ hơn (ý muốn nói: Thiền tông ngon hơn Tịnh độ nhiều!) và sau câu nói xã giao, người bạn Thiền tông bỏ mặc anh chàng Tịnh độ rồi quay sang những người khác nói công án này công án nọ.

Đó là chuyện thường tình trong những nhóm theo đạo Phật. Mặt khác những buổi giảng đạo thường lấy đề tài là công án này công án nọ có vẻ hấp dẫn hơn và thu hút một số khá đông người mộ đạo trẻ tuổi. Ai cũng thích nói về các bộ kinh lớn như Kim cang, Pháp hoa, Hoa nghiêm. Còn nói về Tịnh độ, giảng sư hình như kẹt đề tài.

Thật vậy, chỉ có chúng ta ở Nam Thiệm Bộ Châu với đầy chất vô minh mới có ý nghĩ kỳ quái đó. Có lẽ chuyện này xảy ra vì cái đám học giả vốn là cái đám ăn không ngồi rồi. Tự cho mình thông minh, học giỏi lại là con nhà giàu, nên có quyền ấn loát, cắt xén nguyên bản và viết lại theo ý nghĩ của mình... Với hai thần thông: *Ngu si thông* và *Vô minh thông*, họ đã cắt xén nguyên bản của Pháp môn Tịnh độ, biến chế theo ý riêng của mình. Họ vô tình tiếp tay với Thiên ma, hóa phép từ một pháp môn cực kỳ khó khăn thành một pháp môn chỉ dành cho những ai gần đất xa trời tu mà thôi.

Thật vậy, họ có biết đâu: Cách đây hơn hai ngàn năm trăm năm, vào một hôm, Sariputa, với sự nhạy cảm cực kỳ của mình, phát hiện ra sự đăm chiêu của đức Phật.

Ông nghĩ rằng: Đây là lần độc nhất mình thấy Thầy có vẻ trầm tư một cái gì đó. Hay là mình hỏi thử xem sao? Nghĩ tới đó, ông liền hỏi và Phật im lặng không nói... Ông lại hỏi lần thứ hai, Phật vẫn im lặng... Đến lần thứ năm, Phật mới nói: Khó lắm! Rồi im lặng... Sau khi hỏi thêm bốn lần nữa, Phật đều trả lời: Khó lắm đừng hỏi thêm chi cho mất công.

Và như vậy, đây cũng là lần độc nhất Phật nói Khó tới năm (5) lần trước khi trình bày một pháp môn! *Một pháp môn mà khởi đầu bằng tới năm cái khó của một đức Phật thì đủ hiểu nó khó đến chừng nào... Ấy vậy mà vẫn có người cứ cho rằng:*

**Tĩnh độ là dễ tu. Thật là vô minh hết biết luôn!!!**



## B. Chào các Bạn mê Tĩnh Độ

Nguyên tắc hoạt động của Tha Lực trong Tĩnh Độ.

Khi đệ chết lần thứ nhất và qua được bên đó thì đệ mới biết được nguyên tắc của cái gọi là Tha Lực.

## **XUẤT PHÁT CỦA PHẬT LỰC:**

Ngài A Di Đà Phật Phát ra một luồng hào quang rất là mạnh từ đánh (Phần thịt màu đỏ trên đầu của Ngài) của Ngài.

Phân tích luồng năng lực này:

Trong nhiều kinh Đại Thừa có diễn tả về cung cách phóng quang của chư Phật: Trích từ "KINH ĐẠI ĐÀ RA NI MẬT PHÁP TRUNG NHẤT TỰ TÂM CHÚ"

*Ngài nhập nơi đánh Tam muội của tất cả Như Lai tối thượng đại Chuyển Luân Vương, liền ở giữa chạng mành phóng một đại hào quang, hào quang kia chiếu khắp mười phương thế giới hết thảy các Phật sát, trong ấy chúng sanh nào gặp được ánh hào quang thảy đều vui mừng. Hào quang kia chiếu khắp rồi, trở về đến chỗ Phật nhiễu quanh ba vòng rồi nhập vào đánh của đức Như Lai.*

Đại khái là như vậy, có nghĩa là luồng hào quang xuất phát từ trung tâm năng lực Ajna (từ điểm giữa của chân mành kéo thẳng lên một khoảng cách dài bằng đốt giữa của ngón giữa). Và bay ra, rồi vòng về lại và nhập vào đánh.

Như vậy, có thể nói là năng lực (hay hào quang) này có hai phần:

### **PHẦN 1: Xuất phát từ trung tâm năng lực Ajna và phóng thẳng ra.**

Người có thần nhãn (thấy được hào quang bằng mắt thịt) có thể thấy được rất là rõ cái phần này khi nhìn một tu sĩ Tứ Thiên Hữu Sắc đang sử dụng Thiên Nhãn (danh từ của bọn lu bu: Màn ti vi) để quán xét này nọ. Người này thấy ngay từ trung tâm năng lực của tu sĩ này phóng ra một tia laser màu vàng rực, đồng thời người

này cũng hiểu là tu sĩ đang sử dụng tinh khí của chính họ để làm chuyện này, do vậy mà sau khi quán này nọ xong thì tinh khí cũng bị mất đi phần nào: Người mà dùng màn ti vi nhiều quá thì cũng xanh xao vàng vọt như những tay ăn chơi hạng nặng.

### **Cái lợi:**

Cái gì đồng dạng là tự động cộng hưởng đó là định luật tự nhiên của vũ trụ. Do vậy mà khi quán thì năng lực này cũng cộng hưởng với nhau! Ví dụ như, ngay lúc này thì có 40 tu sĩ đang quán này nọ thì khi chính mình vào cách quán thì 40 người kia cùng cộng hưởng với mình để mà tự động trợ lực với nhau, mình vẫn bị mệt nhưng hiệu suất rất là cao. Lần hồi, do tâm mình nó càng nhạy cảm nên khi quán mình cũng cảm nhận được sự cộng hưởng này tạm gọi là “năng lực gia trì” của Thập Phương Chư Phật. Một khi đã gia nhập vào đây rồi thì hành giả lúc nào cũng ở trong tư thế quán, và có thể gọi là khi họ nhìn bằng mắt thịt thì cũng là lúc họ nhìn qua Thiên Nhãn. Thiên nhãn là mắt thịt, mắt thịt là thiên nhãn.

### **Chú ý quan trọng:**

Chỉ khi lên đến Tứ Thiên hành giả tác ý về hiện tượng “năng lực gia trì”, thì mới được an toàn. Còn mới tập quán mà đã để ý tới năng lực gia trì thì rất là dễ bị Tha Hoá Tự Tại chi phối.

### **Đặc biệt trong Tĩnh Độ:**

Khi tu sĩ độ tử thì động tác dễ làm nhất là: Quán Tam Tôn (tính từ bên trái qua bên phải là: *Ngài Quan Thế Âm, Ngài A Di Đà* và *Ngài Đại Thế Chí*). Khi linh ảnh đã xuất hiện thì các Ngài tự động độ người này. Tu sĩ chỉ cần theo dõi coi người này ở vào phẩm nào vậy thôi.

## **Lời bàn:**

Khi tu sĩ tập trung tư tưởng và quán cho ra Tam Tôn thì có thể nói là tu sĩ chính là cái kinh hội tụ để hội tụ lại cái tha lực mà Ngài A Di Đà đã phóng ra từ đánh của Ngài vào đối tượng hữu duyên. Khi đã hội tụ lại được rồi thì cái tha lực tự động làm việc.

Và dĩ nhiên đó cũng là sự sử dụng của cái phần "phóng đi" của Ngài A Di Đà.

Nay bàn tiếp về phần năng lực quay về.

**PHẦN 2 Sau khi lực phóng quang này đi hết đà, thì hào quang tự quay về với cái đánh của Ngài A Di Đà.**

Phần quay trở về này, được lợi dụng tối đa để cho những tu sĩ chưa được thấy Ngài A Di Đà. Thật vậy, khi mà tu sĩ làm một cách nào đó để biến mình thành ra được một tư tưởng thì tu sĩ này có thể nương vào cái lực quay trở về kia mà có thể về lại ngay cái đánh của Ngài và do đó mà có thể thấy được Ngài một cách lạ nhất.

## **C. Chuẩn Bị Niệm Phật**

### **1. Bước thứ nhất - Chuẩn bị tâm lý:**

Đời thì chẳng ra gì.

Đạo thì cũng chẳng đi tới đâu, vì khó tu quá.

Thế nên chuẩn bị... "vượt biên" đi tìm một chỗ khác để tu cho dễ hơn.

Do tâm lý sẽ "vượt biên" nên mình chỉ tạm sống ở đây mà thôi.

Cũng vì sẽ "vượt biên", nên chỉ cần đủ no và đủ ấm mà thôi, cuộc sống đơn giản chừng nào thì tốt chừng đó. Trang bị nhẹ chừng nào thì dễ đi chừng đó.

Vì tình trạng mong cầu về xứ Phật để tu tiếp nên cứ vào buổi chiều khi mặt trời lặn thì tự nhủ rằng:

- Một ngày lại trôi qua mà mình chưa về được quê (rồi thở dài, rồi suy nghĩ tiếp) không biết mình ở đây mình làm được cái gì cả. Đó là chuẩn bị phần tâm lý.

## **2. Bước thứ nhì là: Trạng thái cảm phục khi đọc qua những Đại Nguyện của Ngài.**

Những Đại Nguyện ngoài sức tưởng tượng của Ngài để làm cho mình có cảm hứng... bảo trợ và giúp đỡ những người thân thiết của mình theo cái cách làm được cái gì cho họ đỡ khổ chừng nào thì mình vui chừng đó.

Trong nhóm lu bu xuất hiện những tay vừa niệm Phật, vừa làm việc thiện một cách bất vụ lợi. Trạng thái của họ là cố gắng trải cái tâm linh của họ ra qua những việc thiện và bất vụ lợi, thế nào cho nó (cái tâm) càng... đồng dạng với Ngài (Đức Phật A Di Đà) chừng nào thì càng tốt chừng đó.

## **D. Kỹ thuật niệm Phật**

Lật sách tu của Tiểu Thừa thì có nói đến cách nhập vào cõi Vô Sắc. **Kỹ thuật là quán một ngôi sao nhỏ như dấu chấm ở trong cái ngoặc này (.)**. Như đã biết, *Vô Sắc là cõi của tư tưởng*. Và dĩ nhiên là nếu hành giả vào được cách nhập định này thì đương nhiên hành giả đã biến thành "tư tưởng". Nắm được bí quyết này thì Tịnh Độ nằm trong tầm tay.

Nay lại bàn tiếp về “âm thanh” của năng lực quay về này của Ngài A Di Đà Phật.

Vì năng lực này là tư tưởng nên nó cũng có âm thanh là “A Di Đà Phật”.

Nhưng vì đây là Ngài nói cho tất cả các Thế Giới của Uế Độ nghe nên Ngài không thể nói là A Di Đà Phật! A Di Đà Phật! được! mà phải là:

**AAAAaaaaaaaaa....**

**DIIIIIiiiiiiiiiiiiiiiiii....**

**ĐÀÀÀÀààààààa.....**

**PHÂÂÂậậậậậậậ.....**

Do vậy mà khi hành giả *niệm như trên (từng tiếng một và kéo dài)* và đồng thời quán cho ra cái chấm đỏ là vô tình được cộng hưởng với tiếng kêu gọi của Ngài và thoả điều kiện (biến mình thành một tư tưởng) để có thể xuôi buồm thuận gió mà về lại đánh của Ngài và do đó mà có thể gặp Ngài một cách dễ dàng.

Đặc biệt: Cách này rất là khó làm nên tâm hành giả tạm ngưng những cuộc “nội chiến” về Tham Sân Si để chỉ lo chú ý vào công cuộc biến chính mình ra cho được thành một tư tưởng để có thể trở về với Ngài A Di Đà.

Do vậy mà danh từ bộn lubu có nói không ngoa rằng:

Chơi Tịnh Độ y như là em bé năm chéo áo của ba để đi coi hát bóng (xinê). Em bé này không cần biết luật đi đường, không cần đọc bản đồ, không cần có tiền, không cần gì hết. Chân thì cứ nhảy chân sáo, tay thì cầm cà rem, nhưng khi tới nơi thì cà rem vẫn ăn và xi nê vẫn cứ được coi!

Vì hành giả đi về để thăm một vị Phật thì đâu có ai giành đường, hay khen chê, hay chen lấn gì đâu? Nên phần hộ thân trong công phu cũng không cần thiết.

**Đặc Biệt:**

Không có ai cấm cho những người Thiên Chúa Giáo lại dùng ý trên để có thể gặp Đức Mẹ qua cách niệm:

**AAaaaaaaa....**

**Vêêêêêêêê ....**

**Maaaaaaaa....**

**Riiiiiiiiiiiiiii....**

**AAaaaaaaa....**

*khi đọc như vậy thì hành giả quán 1 chấm màu trắng nhỏ như dấu chấm trong ngoặc (.) hay là quán từng hạt của vòng mân cô, sau khi ra nguyên vòng mân cô rồi thì quán cái chấm nhỏ và có màu trắng (.).*

**E. AN TRÚ CHÁNH NIỆM ĐẲNG TRƯỚC MẶT**

Chánh niệm là niệm về một niệm thể nào cho cái niệm đó không còn là niệm thì là chánh niệm. Ví dụ: A Di Đà Phật là một niệm. Nhưng khi niệm phóng mạnh cái niệm đó ra đấng trước mặt và đẩy nó ra càng xa càng tốt (cũng đấng trước mặt thôi). Nhờ vào cái niệm có đủ lực này mà mình có thể thành nhất tâm bất loạn được, mà nhất tâm bất loạn là cái sự tiêu hóa của Chánh Niệm vậy!

À! Ở đây thì niệm từng chữ một:

**AAaaaaaaa...**

**DIiiiiiiiiiii...**

**ĐÀÀÀ ààà...**

**Phậậậậậ...**

Lại nữa: Trong câu Chú: Ôm, MaNi Padmê Hùm thì tụi mình lại có kỹ thuật Chánh niệm như sau để mau nhất tâm bất loạn. Đọc trong tâm và chia ra làm hai bè (giọng) mà hợp ca:

Bè 1: **ÔÔÔôômmmm**

Bè 2: **Ma Ni Pad Mê Hùm**

Rồi áp dụng kỹ thuật đẩy mạnh ra đằng trước mặt như cách thức trên...

## **F. NIỆM PHẬT - CÔNG PHU HẰNG NGÀY**

Niệm làm sao cho thấy cảnh luôn, vì thấy cảnh nên cái niệm này rõ ràng là mạnh hơn (to hơn) những cái vọng niệm của mình thường ngày, phần này làm cho tất cả các tạp niệm biến mất. Tạp niệm rơi rụng (niệm đầu tiên bị văng ra ngoài) vì có cảnh nên nó nhất tâm, vì tình trạng nhất tâm nên không mỗi mệ y như mình đang coi xinê phim hay vậy:

Mình có thể ngồi 4 giờ liền há miệng mà dòm vào cái màn ảnh.

Nếu không có gì thì ai có thể ngồi há miệng mà coi cái màn ảnh trắng bệch đó? Họa chẳng chỉ là **\*Thiền Đẳng\***).

Để lấy cái niệm này ra thì có nhiều cách: Cách đơn giản nhất và hữu hiệu nhất là khi mình thấy Pháp Thân ông Phật thì để ổng lo, mình khỏi lo!

Trên là trong cái Pháp Niệm Phật không pha trộn.

## G. NIỆM PHẬT RẢI TÂM TỪ - QUÁN CHẤM ĐỎ

Niệm Phật để rải cái Tâm Từ - Niệm Phật Quán Chấm Đỏ

### 1. Tư thế:

Hành giả nhắm mắt 100%.

Trong khi nhắm mắt lại như vậy thì lại nhìn vào một điểm. Điểm này nằm ngang với tầm nhìn và khoảng cách bằng một với tay của mình.

### 2. Cách niệm:

Niệm với một giọng cao nhất bằng cái tâm, có nghĩa là *niệm trong cái đầu, và tất nhiên là không cho phát ra thành tiếng*. Cách niệm này dân Mật Tông gọi là Kim Cang Trì. Niệm từng chữ một và kéo dài ra như sau:

**AAAaaaa.....**

**Diiaiiiiiiiiii.....**

**Đààààààà.....**

**Phậậậậậậật...**

### 3. Khi niệm

*Mắt chăm chăm nhìn vào một điểm ngay đằng trước mặt và ngang với tầm nhìn của chính mình*. Đệ nói chăm chăm có nghĩa là nhìn cố định vào một điểm, không nhìn về bên phải hay nhìn về phía trái. Có nghĩa là không cho cái nhìn của mình nó chạy qua, chạy lại mà chỉ nhìn cố vào một điểm duy nhất mà thôi

### 4. Tưởng tượng

Tưởng tượng ***cái điểm đó thành ra một cục màu đỏ y như đóm nhang*** (hay to bằng cái đèn LED của máy vi tính).

**Kỹ Thuật:**

Nói là nói như vậy! Nhưng trong thực tế, khi hành giả nhìn chăm chăm vào một điểm thì vào những lần đầu tiên, cái điểm màu đỏ đó nó không chịu nằm yên. Mà nó cứ chạy đi chỗ khác. Kinh nghiệm của đệ là *khi nó chạy đi xa cỡ 5 cm (2") thì hành giả nên bỏ nó đi và dùng tâm lực của mình mà tạo ra một cục màu đỏ khác ở vào ngay cái vị trí cũ*. Chớ đừng có tốn sức mà kéo cái cục màu đỏ đó lại về vị trí cũ của nó.

Làm đúng bốn động tác trên, thì hành giả rơi vào cái tâm lực của Ngài A Di Đà Phật. Tại sao? Vì ở cõi Tây Phương Cực Lạc: Chính Ngài A Di Đà Phật cũng lại phóng cái câu niệm này bằng cái đành màu đỏ của Ngài. Câu niệm này, theo cái tâm lực của Ngài, đi xuyên vào các cõi uế độ và lại quay trở về lại chính nơi cái đành của Ngài tạo thành một luồng tâm lực cứu độ, cứ xoay vòng như vậy.

Mặt khác, khi nhìn chăm chăm vào một điểm ở ngay đằng trước mặt và đồng thời phóng mạnh cái niệm vào cái điểm màu đỏ đó thì hành giả "rất dễ quên mình" khi niệm Phật. Do tình trạng "quên mình này" mà hành giả rất là dễ rơi vào tình trạng "Nhất Tâm Bất Loạn". Mà đã "Nhất Tâm Bất Loạn" thì cảm giác đầu tiên là tình trạng An Lạc liền xảy ra. Càng An Lạc thì chấm đỏ lại càng hiện ra càng rõ ràng hơn nữa! Cho đến khi cái chấm đỏ lại phát ra hào quang thì phải hiểu rằng hành giả đã gần như đi được nửa đoạn đường rồi!

Đến giai đoạn này thì sự An Lạc "gần như" hiện tiền. Đem cái An Lạc này mà hồi hướng cho ai đó thì... Nếu "Không phải là Từ thì nó cũng là Bi" và ngược lại.

TB: *Khi hồi hướng cho ai đó thì nên hồi hướng 100%, đừng có giữ lại cái gì cho mình hết. Làm như vậy thì cái tâm của mình nó... đồng dạng với cái tâm của Ngài A Di Đà Phật.*

## **H. NIỆM PHẬT - KỸ THUẬT VÀ NIỆM LỰC**

Niệm Phật mà không có lực thì không thành công được.

Ví dụ sau đây sẽ làm rõ câu trên, tụi mình thử quan sát hai cách ném giấy của hai người sau đây:

1. Một lực sĩ cầm một tờ giấy lịch để nguyên như vậy và ném. Cho dù ông ta ném mạnh đến đâu đi nữa, ông cũng không thể ném xa được.

2. Một em bé lấy một cục đá và gói trong miếng giấy đó và ném thì khỏi cần nói: em bé có thể ném xa hơn lực sĩ kia mà không cần dùng sức nhiều cho lắm.

Lực sĩ và tờ lịch để nguyên là hình ảnh của một người đang niệm Phật mà không có lực.

Như vậy hình ảnh thứ hai là hình ảnh của người niệm Phật mà có lực.

Như vậy muốn niệm Phật cho được việc thì nên... gói cái gì trong câu niệm đó? "Niềm tin":

Vì tin rằng có một thế giới là Cực Lạc nên người niệm Phật chỉ mượn tạm cuộc đời này để sống tạm qua ngày qua bữa và mong về Tây Phương Cực Lạc để tu tập tiếp.

Như vậy, vì cách sống tạm này mà họ không màng đến những chuyện có thể kích động họ, họ sống... như cái bóng giữa cuộc đời.

## **KỸ THUẬT:**

Tĩnh Độ là nơi đến.

Niệm danh hiệu là câu nói đi hỏi đường, khi chưa tới. Và nó cũng có công dụng là nhắc mình là ... chưa tới nơi đâu, còn xa lắc xa lơ hà!

### **1. Bước đầu tiên:**

Nhìn vào đâu để niệm Phật: Khi niệm thì nên ***nhắm mắt và nhìn về một điểm duy nhất***. Điểm duy nhất này lại ngang với tầm nhìn của mình. Diễn tiến như sau: Đầu tiên, khi nhắm mắt lại thì cái thấy lại thấy nguyên một vùng không gian đang trước mặt. Khi đã thấy được vùng không gian này rồi thì hướng tầm nhìn vào một điểm ngay khoảng giữa của vùng không gian đó.

Niệm như thế nào?

Cứ ***nhìn vào điểm trên và niệm hướng về cái điểm đó***. Cái tông niệm là cao. Cao theo cái kiểu mình kêu ai đó. Niệm cao đã rồi thì la lớn (la trong tâm). La lớn mệt thì lại xuống tông để niệm cao. Cứ làm qua lại theo 2 cái này. Khi niệm phóng mạnh cái niệm đó ra đang trước mặt và đẩy nó ra càng xa càng tốt (cũng đang trước mặt thôi).

Thở như thế nào? Cứ thở tự nhiên hay một chữ một hơi thở cũng được, miễn sao thấy thoải mái là được.

### **❖ A DI ĐÀ PHẬT**

Niệm từng chữ một:

**AAAaaaa...**

**Diiiiiiiiiii...**

**Đààààààà...**

**Phậậậttt...**

### **❖ OM, AMITABHA HRIH, SVAHA.**

- Cách niệm 1

**Om... Om... Om...** (Ôm)

**A... A... A...**

**Mi... Mi...Mi...**

**Ta... Ta... Ta...**

**Ba... Ba... Ba...**

**Hrih ...rih... rih...**

(Hơ Ri (hơ)! Chữ (hơ) viết trong ngoặc là chỉ còn hơi ra mà thôi.)

**Swaha... ha... ha...** (xoa ha)

- Cách niệm 2

Niệm **Om** làm bè 1

Niệm **A... Mi... Ta... Ba...** làm bè 2

Cách này khó hơn nhưng nếu làm được thì độ tập sẽ trung cao hơn.

## **2. Bước thứ hai là:**

Sau khi niệm một thời gian cho thuần rồi thì **tưởng tượng ngay cái điểm mà mình thường nhìn hằng ngày khi niệm Phật đó nó biến thành một đốm màu đỏ như đốm cây nhang**. Duy trì câu niệm và cái điểm đỏ đó càng lâu càng tốt. (hành giả tưởng tượng phóng cái niệm vào 1 điểm đỏ. Cái điểm đỏ này vốn là cái Đảnh của Ngài, trong tầm nhìn cách khoảng từ 0.5m đến 1 sải tay. Kích cỡ của cái điểm đỏ có đường kính bằng hạt tiêu, 1, 2 hay 3cm thì tùy theo hành giả kiểm tra mình an trụ được cái nhìn với cái kích cỡ nào.

1. Khi nhắm mắt 100% thì đợi cho cái nhìn nó đứng im cái đã.

2. Kể đó là vẽ cái viền của đề mục trước.

3. Rồi sau đó là mới tới giai đoạn sơn nó ra cái màu mình muốn. Khi nó đã lâu, rõ và đứng im rồi thì mới tác ý tô nó. Tuy nhiên cũng có người là tự động nó thành ra màu vàng (nếu là lửa), hay là màu đỏ (nếu là cục màu đỏ, dành cho niệm Phật).

### **Kỹ thuật:**

1. Nó ra hiện cái gì thì... kệ nó. Cứ một mạch vẽ đề lên đó cho nó ra cái đề mục. Không thềm đếm xỉa gì tới những cái không mời mà đến này! Chỉ chú tâm đến đề mục thôi. Những cái hiện ra mà không dính líu gì đến đề mục thì chỉ ghi nhận rồi quay lại liền với cái đề mục.

2. Điều cần yếu là không thềm để ý vào cái bề rộng của tầm nhìn mà chỉ chăm chú vào cái chỗ mà ta vẽ mà thôi. Không thềm nhìn chung quanh coi nó ra cái gì?

3. Nhớ là 70% sức lực của mình mà thôi đó nghe.

*Đề mục xuất hiện trong một sát na:* Thông thường là do Cái đầu chưa được yên lặng, hay là chưa quen: Mình cứ làm tới làm lui nhiều lần. Khi nó quen, là nó ra lâu hơn. Nhớ là cứ tập y như là lúc tập đi xe đạp vậy. Có nghĩa là nó té thì đứng lên làm tiếp. Khi tập đi xe đạp thì chưa có ai mà có ý nghĩ là mình phải đi được y như hôm qua. Mà cứ leo lên đạp và đạp đạp. Và bị té thì ngay cái té đó mà mình sẽ biết cách đối phó cho lần sau.

### **Khi quán ra:**

Mờ mờ: khi có, khi không.

### **Vị Trí: Đã ra rồi, nhưng còn xa lắm, chưa tới nơi.**

Do đó mà nên tiếp tục "vừa niệm và vừa quán" y như mới lúc đầu mà mình tập vậy. Khi mà cái niệm... nó mạnh hơn cái quán thì

lúc đó mình đang "dừng lại để hỏi đường". Cứ tiếp tục như vậy mà không quan tâm đến cái điểm đỏ có ra hay không. Cho đến nó khi xuất hiện. Mờ mờ và ba chớp ba nháng. Lúc có lúc không. Hành giả vẫn không quan tâm và vẫn tiếp tục công phu. Đến đây thì hành giả đã đi được 1 đoạn đường khá dài rồi. Tâm lý hành giả bây giờ ổn định hơn, tự tin hơn, vui vẻ hơn và nhất là có được 1 Niềm Tin tưởng như không gì lay chuyển nổi. Và hành giả đã có thể công phu để hồi hướng, độ tử. **Công phu trung bình từ 20 phút đến 1 giờ**. Có người tới đây chỉ trong vòng 1 tuần. Nhưng cũng có người làm cả 10 năm vẫn chưa xong giai đoạn này.

### **3. Bước thứ ba:**

Cái điểm đỏ bỗng dưng càng rõ và càng xa cái tầm nhìn. Câu niệm có vẻ có chiều sâu. Đề mục thì khi giữ nó và nó đã chịu xuất hiện lâu 12 giây thì nó tự động dời ra xa. Chỉ một số rất là ít người mới nên đẩy nó ra xa mà thôi (những người này hiếm lắm).

Rõ, nhưng khi có và khi không:

***Gần hơn hồi nãy (2) nhưng chưa tới được... trước cửa.***

Do đó mà vẫn cứ y như khi mới tu tập: Vừa niệm, vừa quán.

Khi mà cái quán... nó mạnh hơn cái niệm là mình đang tiến bước để về Tĩnh Độ.

Điểm đỏ càng ngày càng ổn định. Hành giả khởi đầu công phu ***quán điểm đỏ và giữ cho được 12 giây***. Cái này khó vô cùng khó. Giữ được 2,3 giây là đã xé rào. Được rồi là la lớn phóng cái niệm vào ngay trung tâm cái điểm đỏ. Hành giả *vừa niệm vừa tưởng tượng đẩy cái điểm đỏ ra xa trong cái không gian đó*. Nếu để ý thì sẽ thấy cái không gian xung quanh điểm đỏ lúc này đen lại. Niệm đã rồi hành giả chỉ nhìn vào cái điểm đỏ mà thôi. *Nhìn tròng*

*trường như thổi miên. Mệt rồi thì lại nhìn nó như canh 1 con ruồi muốn đậu lên cái bánh của mình.* Làm qua làm lại với 2 cách này. Chúc mừng hành giả đã tinh tấn đi được đến giai đoạn này. Ở giai đoạn này hành giả đã có thể giữ điểm đỏ được 12 giây trở lên và hào quang đã sáng chói vàng ròng rồi đó.

#### **4. Bước thứ tư**

Khi cái điểm đỏ đó xa nhất và câu niệm gần như là tự động niệm thì lúc này đọc câu chìa khóa để vào cõi Cực Lạc:

Câu đầu tiên là: **Tứ Đại Nguyện**

Câu thứ hai là: **Nguyện xin thể hiện** (Tây Phương Cực Lạc)

Nhắm mắt nhìn vào một vùng không gian đang trước mặt là... tập trung tư tưởng, cái tầm nhìn này nó gần.

Sau khi thấy được vùng không gian này rồi thì lần này mình nhìn vào một vùng nhỏ hơn, rồi sau đó thì có thể gom tầm nhìn vào một điểm. Đến đây mình sẽ thấy cái tầm nhìn nó có vẻ xa hơn. Độ tập trung tư tưởng lại mạnh hơn so với lúc trước. Muốn vào đến đây thì gần như mình phải thư giãn toàn bộ cơ thể, như vậy là cả con mắt luôn.

Thế nhưng đến lúc cực màu đỏ xuất hiện như đốm nhang thì tầm nhìn lại... tự tại hơn nhiều:

Mình có thể nhìn phải, nhìn trái, nhìn xa, nhìn gần trong tư thế này.

Càng tự tại bao nhiêu thì câu niệm càng tự động bấy nhiêu.

#### **Chấm Đỏ Sáng Ổn Định**

Thấy chấm đỏ sáng chói và đứng yên:

**Tới nơi rồi, nhưng vì còn đang ở Vô Sắc**, nên chỉ thấy được cái **phần tư tưởng** của Ngài A Di Đà Phật. Do đó mà nên nhìn rộng ra một tý thì sẽ thấy mái tóc của Ngài (Từ Vô Sắc mình tuột xuống Hữu Sắc). Sau khi thấy mái tóc rồi thì sẽ thấy cả Pháp Thân của Ngài! Rồi từ đó nới rộng tầm nhìn ra hai bên và hướng xuống dưới ở vào góc độ (60 độ âm) thì sẽ thấy hai Bồ Tát ở hai bên Ngài. Rồi cứ tiếp tục nhìn rộng xuống thì có cả cõi Tịnh Độ. Thấy được Pháp Thân các Ngài thì nhu nhuyễn dễ sử dụng.

*Còn một cách nữa là: Đọc câu Nguyên xin thể hiện sau khi cục đỏ biến thành chữ **Hrih**.*

Hành giả **giữ được điểm đỏ trên 40 giây**.

Ở giai đoạn này *quán điểm đỏ để thấy được Pháp Thân của Ngài*. Còn *quán Hrih là để nhập vào Trí Tuệ của Ngài*. Bất cứ ở giai đoạn nào 1, 2, 3 hay 4 Bà Rá Nhập Ông Địa hành giả thấy cái mặt của Ngài thì chứng được Thượng Phẩm Thượng Sanh tại thế. Và nếu thấy được nguyên Pháp Thân của Ngài thì hỏi mượn màn TV của Ngài để hoăng Pháp độ Sanh. Tuy vậy hành giả không làm xong được giai đoạn 4 vẫn có thể có thể qua giai đoạn 5.

**Niệm Phật - Quán Chấm Đỏ và Hrih** (Hơ Ri)

1. Tâm niệm A-Di-Đà-Phật với tần số cao, mạnh, vang ra xa nhất và đẩy mạnh niệm đó ra xa ngang với tầm nhìn của mình.

2. Quán một cục đỏ nhỏ như đốm nhan cho tới khi nó xuất hiện đằng trước tầm nhìn.

3. Sau khi nó xuất hiện ra cho thật rõ (như thật) với một màu đỏ rực.

4. Quán một chữ **HRIH**. Chữ HRIH xuất hiện trong



một mặt trời nhỏ bằng móng tay cái của mình.

5. Giữ hình đó cho lâu, và làm cho rõ lên. Khi chữ đó đã rõ, thì thấy mình phải hơi ngước lên để nhìn chữ đó: Y như mình đang ngồi dưới chữ đó vậy (vấn đề trên chỉ còn thời gian thôi, đừng nôn nóng, nên giữ tín tâm thanh tịnh).

6. Tâm đọc câu: Nguyên xin thể hiện. Nó sẽ hiện ra một cái gì đó. Nhớ tìm người giỏi hơn mình để kiểm tra hình ảnh đó có đúng không?

7. Hình ảnh xuất hiện ở đây không được tính ở mức độ định mà nó chỉ là kết quả của niềm tin thôi.

8. Niệm cho tới lúc hết niệm nổi mà hình ảnh vẫn xuất hiện đó mới thật là niệm: Vô niệm.

**Ôm, Amitabha hrih, svaha.** (Dành cho người để được vàng sanh).

**Ôm, krêkara krêkara hrih hrih hrih, svaha.** (Để vãng sanh cho súc vật).

**HRIH** chữ đỏ, viền đỏ, nền vàng tất cả đều phát hào quang.

### **5. Chỉ Còn Cái Quán**

Khi mà cái niệm... nó mạnh hơn cái quán thì lúc đó mình đang "dừng lại để hỏi đường".

Khi mà cái quán... nó mạnh hơn cái niệm là mình đang tiến bước để về Tĩnh Độ.

Và sau cùng là chỉ còn cái quán: **Mình đã tới nơi nhưng còn lạ nước, lạ cái:** Hỏi chẳng ai trả lời, hay là im ru vì không có gì để hỏi cả. Và dĩ nhiên, khi là cư dân ở đó rồi thì... quán và hỏi, nó dễ dàng như mình đang ở Địa Cầu vậy.

Như vậy cái diệu dụng lại quan trọng hơn. Miễn là mình xài được là ngon lành.

Mình dùng cái của mình đang có: Rồi từ đó đặt câu hỏi (Đơn giản trước).

Sau đó khi pháp nó đã lưu xuất được rồi thì hỏi cái gì thì cũng tương đương với màn tivi.

Thời gian đầu trong cả năm hay hơn nữa nhớ thử và kiểm tra. Nếu không thì chỉ là cái Bản Ngã nó kể chuyện. Hành giả đã **giữ được điểm đỏ hay Hrih trên 70 giây và Dứt Luôn Câu Niệm.**

**Giai đoạn nào thì hành giả có thể đổi điểm đỏ thành Hrih để quán?**

- Điểm đỏ là Vô Sắc, là phương tiện để đi về Tây Phương Cực Lạc. Khi tới đó được rồi thì sẽ có hai cách:

1. Nhìn chung quanh điểm đỏ thì thấy được mái tóc của Ngài, và kể đó là thấy luôn Ngài và Tam Tôn và sau cùng là toàn cõi Tây Phương Cực Lạc.

2. Nguyên cõi Tây Phương Cực Lạc kể cả Tam Tôn có thể biến mất và chỉ còn chữ Hrih. Là vì đây là Tâm Chú của các Ngài.

Có thể quán Hrih ở ngay Ajna của Ngài?

- Khi quán ra chữ Hrih thì Linh Ảnh của Ngài biến mất vì mình đã vào Tâm Chú của Ngài rồi. Rõ hơn, Hữu Sắc là có cảnh vật, Linh Ảnh này nọ.

Còn Tâm Chú thì chỉ có chữ **Hrih.**

*Cô Ba Hột Nút đã làm thử và nói là Chữ Hrih và Linh ảnh tác dụng như nhau. Một bên là ý (chữ Hrih), một bên là Linh Ảnh. Chấm đỏ là trung gian của hai hiện tượng này.*

## **6. Nhất Tâm "Bất Loạn"**

### **1) "Khi thành Phật mới Nhất Tâm Bất Loạn"**

HL: Ý của đệ là: tình trạng này mạnh nhất là vì đây là sự Nhất Tâm của một Đức Phật mà!

### **2) "Về Tịnh Độ thì lại có những kỹ thuật để vào tình trạng Nhất Tâm Bất Loạn lẹ nhất"**

Lẹ nhất là vì khi mình dồn sức để chỉ còn có tiếng niệm Phật với một tâm lực khá mạnh (tình trạng bắn mạnh câu niệm ra ngay đằng trước mặt và vào chỉ có một điểm), thì vô tình mình bị lọt vào dòng tư tưởng của Đức A Di Đà Phật. Nên mình nương vào dòng tư tưởng này của Ngài mà mình có thể qua cõi Tịnh Độ.

Dòng tư tưởng này do Ngài phóng ra từ cái đánh và đi vào cái uế độ rồi quay trở về lại cũng ngay cái đánh của chính Ngài. Hiện tượng này Huynh có thể tìm thấy trong rất nhiều các kinh sách Đại Thừa. Thông thường là: Đức Phật nhập Định rồi thì hào quang từ đánh của Ngài phát ra và bay ba vòng theo chiều bên phải và lại quay trở về và vào cái đánh của Ngài.

### **3) "Đệ tập thử thì biết rằng đây là tình trạng Nhất Tâm Bất Loạn"**

Thật ra mỗi người khi chập chững với con đường Tịnh Độ, họ đều có một tình trạng nhất tâm riêng của họ với một cường độ khác nhau. Do vậy mà khi một hành giả nào mà tập được một tình trạng như thế nào đó, thì đệ thật tình cũng không có biết. Nhưng khi đệ tập lại đúng cái cách của hành giả đó thì thấy rằng đây cũng có thể gọi là một tình trạng "Nhất Tâm Bất Loạn" thì đệ mới nói lại câu trên.

## 7. Tây Phương Cực Lạc

Theo kinh nghiệm của đệ thì khi vào Tây Phương Cực Lạc thì cái phần trước mặt của Phật A Di Đà Phật lại để vào hơn cái phần đằng sau lưng của Ngài. Vì cái phần đằng trước này là những Ngài chưa tu xong, các Ngài còn bị Hoa Sen tám cánh (nếu nhìn từ trên cao nhìn xuống theo chiều thẳng đứng), và Hoa sen năm cánh (nếu nhìn ngang) và ngay đằng trước mặt các Ngài chi phối.

Mở Ngoặc: Hoa sen trên đó có hai vị trí để nhìn: từ trên nhìn xuống thì *Hoa Sen lại có tám cánh vốn là Bát Chánh Đạo*. Và nếu nhìn ngang ở vị trí ngay đằng trước mặt thì *Hoa sen lại có hình năm cánh đó là Ngũ Uẩn Giai Không*. Tất nhiên vì người được độ đối với Ngũ Uẩn họ lại \*Giai\_Hữu\_Quá\_Nặng\* nên Hoa Sen, trong điều kiện này bị nặng ngay trung tâm, nên lại... khép lại tạo thành tình trạng Hạ Phẩm Hạ Sanh. Và dĩ nhiên là khi Ngũ Uẩn hơi hơi giai không thì Hoa Sen sẽ hở ra một tý Tạo thành tình trạng Hạ Phẩm Trung Sanh... vv. và vv

Cái phần đằng sau lưng của Ngài là cái phần không gian có chứa những Bảo Tháp. Vốn là nơi các Nhất Sanh Bồ Xứ đăng ký trở về độ Bạ Bè. Những Bảo Tháp là những ngõ vào của những thế giới uế độ. *Nên muốn ra đằng sau lưng Ngài A Di Đà thì phải ở trạng thái Thượng Phẩm Thượng Sanh và phải phát nguyện thì mới vào được vùng đó*. Nay lại trở qua cung trời Sắc Cứu Cánh. Sắc Cứu Cánh lại không xa hơn Tây Phương Cực Lạc nhưng lại đòi hỏi ở trạng thái tâm hành giả phải thanh tịnh hơn và trộn lẫn kinh nghiệm của những lần mình vào Diệt Thọ Tướng Định. Do vậy mà muốn vào thì phải mất nhiều thời giờ hơn. Tất nhiên: cái phần Sắc Cứu Cánh và cái cảnh đằng sau lưng Ngài A Di Đà thì có phần tương đương nhau. Có nghĩa là qua Tây Phương rồi, nhưng khi

muốn ra đằng sau lưng Ngài A Di Đà Phật thì cũng phải khá chật vật mới có thể nhớ lại những Đại Nguyện và phát tâm đọc Đại Nguyện.

Tuy rằng đây là hai vấn đề thật là đơn giản nhưng khi đến Tây Phương Cực Lạc thì có người lại... quên và chỉ thích đi đều bước (như Sinh Viên Sĩ Quan của Trường Võ Bị đi dạo phố Đà Lạt) và ngắm cảnh. Do vậy mà lâu lâu lại có những Bồ Tát từ các uế độ xuất hiện ở bên đó và nhắc nhở các Ngài rằng: Còn rất nhiều thế giới đang cần đến mấy ông, Tui nghĩ mấy ông nên phát nguyện độ sanh. Một cảnh cũng khá đặc biệt là khi từ Thượng Phẩm thượng sanh mà qua dạng Nhất Sanh Bồ Xứ, hầu như tất cả các Ngài đó đều trải qua một trạng thái bất tỉnh. Trạng thái bất tỉnh này cũng tương đương với trạng thái nhập Diệt Thọ Tướng Định. Và sau đó là các Tân Nhất Sanh Bồ Xứ này bay vào các Bảo Tháp và bắt đầu cuộc hành trình độ sanh bằng cách: Nhập Thai Biết, Xuất Thai Biết.

## I. ĐÔNG PHƯƠNG TỊNH ĐỘ

Hôm nay thì Tibu quay qua đề mục: Đông Phương Tịnh Độ, một đề mục thật sự là nghèo nàn thê thảm về kinh sách, tài liệu.

Dân bình dân học vụ thì chỉ nghe qua câu:

**Nam Mô Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật.**

Ngon lành hơn tý xíu: Thì có đọc qua cuốn Sám Pháp Dược Sư (Một cuốn sách mỏng tanh và nhỏ xíu)

Dân có thờ tý xíu: Lại biết là Ngài có bắt cái ấn bàn tay dựng đứng và đầu ngón giữa dựng đầu ngón cái, tạo thành một cái vòng tròn.



Còn câu chú của Ngài thì cũng có người biết, cũng lại có người lại tròn xoe con mắt khi nghe người khác đọc một cách rành rẽ:

Trích trong Kinh Dược Sư:

### 1. Chú Dược Sư quán đảnh chân ngôn:

*Nam mô, Bạt già phật đế, bệ sát xã lữ rô-bệ lưu ly bát lạc bà - hát ra xà dã, đát tha yết đa dã - a ra hất đết, tam miệu tam bột đà da, đát điệt tha. Án, bệ sát thệ, bệ sát thệ, bệ sát xã - tam một yết đế, ta ha.*

Tibu hỏi Thầy Google: Thì Thầy cho biết là nên lên chùa này mà nghe người ta tụng câu chú 24 trên 24:

(Nguồn: [http://www.jivanjili.org/medicine\\_buddha\\_mantra.html](http://www.jivanjili.org/medicine_buddha_mantra.html) )

### The Mantra word for word:

1. **OM:** We begin with Om the under-current tone of the universe.

2. **NAMO:** Means yielding or full of trust also can mean to bend or bow and might mean to melt into.
3. **Bhagawate:** means in intimate relation to the Divine and often means the entire cosmos.
4. **Bhaishjaye:** a name for the Medicine Buddha.
5. **Guru:** Spiritual Master also means the “that” which transmutes ignorance into wisdom.
6. **Vaidurya prabha:** Divine deep blue light, like that of Lapis Lazuli.
7. **Rajaya:** means Great King.
8. **Tathagataya:** means once came or once gone.
9. **Arhate:** one who has conquered the cycle of birth death.
10. **Samyaksam buddhaya:** perfectly enlightened.
11. **Teyatha:** do it like this.
12. **OM:** Again we begin with Om the under-current tone of the universe.
13. **Bekhajye bekhajye:** do away with the pain of illness.
14. **Maha bekhajye:** do away with the pain of illness (of the darkness of Spiritual Ignorance).
15. **Samudgate:** means the supreme heights. Like this, go go go (my prayer shall go to the highest and the widest and the deepest).
16. **Svaha:** I offer this prayer and now relinquish it.. (to you Medicine Buddha)

Phải nói cái thời xa xưa (thời còn đi xe ngựa) mà mò ra được chùng này kiến thức thôi thì có khi đã mảng đời rồi.

Gì thì gì, cũng không thể nào lột hết được ý của Ngài Dược Sư.

## **2. Trong 12 lời nguyện của Ngài**

<http://www.niemphat.com/kinhdiem/kinhduocsu.html>)

(Nên đọc 12 lời nguyện của Ngài). Tibu tóm tắt lại như sau:

1. Tui đã thành Phật và được những gì, thì mọi người sẽ được y như vậy.

**2. Nói về ngọc lưu ly: Sáng suốt, trong veo, nhìn vào thì phát triển Trí Tuệ.**

3. Phương tiện làm ra của cải.

4. Bỏ Tà Đạo, quy Chánh Đạo

5 Giữ Giới Luật đầy đủ

6. Hết bệnh bẩm sinh, kinh niên, bệnh Bác sĩ chê.

7. Gia đình ly tán, bệnh, nghèo.

8. Chuyển nghiệp: Gái (tồi tệ) thành Trai (ngon lành).

9 Bỏ Tà Kiến qua Chánh Kiến.

10. Giảm tù tội, được ân xá

11. Thoát nạn đói

12. Quần áo đầy đủ.

Các Bạn cũng không ngờ là cái chìa khóa nó nằm ở câu thứ hai: **2. Nói về ngọc lưu ly: Sáng suốt, trong veo, nhìn vào thì phát triển Trí Tuệ.**

### 3. Ứng dụng

Chỉ như vậy thôi. Mấy ngày nay Tibu dùng câu này để tự nâng cao thể trạng. Chữa bệnh và đả thông kinh mạch.

#### a) Nguyên tắc:

1. Nằm tập đừng có làm cho máu huyết tắt nghẽn bằng cách ngồi. Mà chỉ, xin nhắc lại, là: Nằm trên giường (cho nó êm cái thân già) đắp mền cho nó ấm nếu là trời lạnh.

2. Nhắm mắt 100%

3. Nhìn ra đằng trước mặt thấy một vùng xám xám đen đen.  
(Cận Định)

4. Nhìn vào một vùng ngay giữa, ngang với tầm nhìn (An Trú Chánh Niệm Đẳng Trước Mặt).

5. Nhìn kỹ thì sẽ thấy một cái đám bụi nhùi.

6. Đám bụi nhùi

7. Trong đám bụi nhùi có hiện ra cái cục trong trong mờ mờ nhỏ xíu. (Lưu Ly của mình đó)

8. Tới đây thì nhìn nó (cục lưu ly của mình) như nhìn con ruồi. Hình ảnh thì mờ mờ ảo ảo, Khi có, Khi không.

9. Kệ nó cứ nhìn vào chỗ đó mà vẽ (hay đúng hơn là mường tượng) cho ra cái cục có màu và cũng có phần nào trong trong.

Khi nó ra thì bình tĩnh niệm "trong tâm" câu:

**Nam Mô Dược Sư Lưu Ly Quang Vương Phật.** (nhấn mạnh giọng ở chỗ "Lưu Ly")

10. Hình ảnh theo sự chú tâm có ra phần nào rõ hơn.

11. Kệ nó, bây giờ mới tác ý là: Con làm cái này cho sức khỏe tổng quát (toàn thân).

12. Nhìn cái cục trong trong thì cũng tác ý là: Đây là cục ngọc lưu ly, nó phải chắc chắn và trong.

**b) Kết quả:**

Đói bụng! Cơn đói ấp tới bất thần.

**c) Phản ứng:**

Tác ý: Đói thì ăn cho hết cái bệnh đi!

Làm nhiều lần! Và **đừng có đại đột mà đứng lên tìm cái ăn!** Làm cho tới có khi ngủ luôn càng tốt. Có khi phải thức dậy để làm cái gì đó:

Cảm giác là thân thể đã được đả thông phần nào: Thân Thể nhẹ nhàng.

Bà con làm thử, có gì thì cứ hỏi Tibu sẽ tìm ra câu trả lời cho.

**d) Bệnh Từng Vùng**

Tiếp theo là dùng cục lưu ly của mình để giảm những triệu chứng đầu tiên của các cơn bệnh vặt. Ví dụ như ngứa cổ họng, để lâu nó ho, rồi từ ho, nó ra sổ mũi.

Ngay triệu chứng đầu tiên, hành giả:

1. Ngậm miệng lại
2. Nín thở
3. Ép nguyên cả cái lưỡi lên nóc vọng, nhắc lại là: Ép nguyên cả cái lưỡi.
4. Nhắm mắt 100%
5. Nhìn cho ra viên lưu ly của mình.

### **Cảm giác là:**

Ngứa cổ dữ dội, và khi viên lưu ly hiện ra mờ mờ đấng trước mặt thì cảm giác giảm rõ rệt và biến luôn.

### **Liên quan:**

Như vậy những chỗ bị đau thường ngày thì mình sẽ khoanh vùng nó và mình biết chỗ nào là gốc của cái cảm giác đau:

Cứ việc hể mà rảnh là:

1. Để ý tới chỗ đó, chỉ một chỗ mà thôi. (kinh nghiệm: Làm chỗ ít đau trước).

2. Nhắm mắt 100%.

3. Nhìn cho ra viên lưu ly của mình.

4. Tác ý (có nghĩa là: dùng trí tưởng tượng của mình) làm cho nó cứng lại (vì là "ngọc" mà)!

5. Cảm giác bị đói

6. Lại tác ý: Đói thì ăn cái chỗ này cho nó bớt đau đi.

### **Bàn về cảm giác đói:**

Có khi, do việc nhìn chưa ra được cho rõ viên ngọc lưu ly của mình nên nó chưa có đói. Rồi do chưa ra mà mình ngưng tập và sinh hoạt lại bình thường.

Thì sau đó vài mươi phút, nó lại đói.

***Nguyên tắc là đừng có đi tìm cái ăn, mà hãy tác ý: Đói hả? Thì ăn cái chỗ hồi này đó, cho nó bớt đau đi.***

## II. HỒI HƯỚNG CÔNG PHU

**Hôm nay tại đạo tràng: số nhà... đường... con tên... (sau này tu giỏi rồi thì vừa đọc vừa quán) thuộc dòng pháp KIM-CANG.**

**1. Nguyện xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến chư Phật chư Bồ Tát 10 phương, tổ pháp Mật tông, giáo chủ mật giáo ĐẠI NHẬT NHƯ LAI, giáo chủ mật giáo TỖ LÔ GIÁ NA MÂU NI THỂ TÔN, tổ thầy kim cang sư, chư thiên, chư tiên các cõi các tầng trời, thiên long bát bộ, hộ chú, hộ pháp, hộ đạo tràng, hộ gia đình, thần tài, thần tiền.**

• **Nguyện xin tất cả đồng tăng phước đức, thọ mạng lâu dài, tội chướng nghiệp đều được tiêu trừ, tu hành đều được rất ráo, thành tựu CHÁNH ĐẰNG CHÁNH GIÁC.**

**2. Nguyện xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến tổ thầy kiếp này, kiếp trước, vô lượng kiếp trước. Chư vị hộ thầy tổ, huynh đệ kiếp này, kiếp trước, vô lượng kiếp trước:**

• **Nguyện xin tất cả đồng tăng phước đức, thọ mạng lâu dài, tội chướng, nghiệp chướng tiêu trừ, tu hành chóng thành CHÁNH QUẢ.**

**3. Nguyện xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến chư THIÊN MA, TIÊN MA, ĐỊA MA, TỖ NA DẠ DA, DƯỢC XOA, LA SÁT, CHƯ BỘ ĐA, Quý Thần PHÁ HOẠI TÔI.**

• Nguyên xin tất cả đồng xóa bỏ tâm ác, phát tâm lành. Đối các phá hoại thành giúp đỡ. Các oan gia, nghiệp chướng với tôi, nguyện xin giải trừ. Tất cả đồng hướng về CHÁNH PHÁP, cùng tôi tu hành. **NGUYỆN XIN ĐỒNG TU HÀNH ĐỒNG THÀNH TỰU.**

4. Nguyên xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến chúng sanh, mà đệ tử dùng thân mạng của họ để nuôi sống đệ tử. Những chúng sinh mà đệ tử cố ý giết hại hoặc vô tình giết hại kiếp này, kiếp trước, hoặc vô lượng kiếp trước.

• Nguyên xin tất cả đồng TĂNG TRƯỞNG PHƯỚC ĐỨC, tội chướng nghiệp chướng kiếp này, kiếp trước, hoặc vô lượng kiếp trước được tiêu trừ và được VĨNG SANH TỊCH TỊNH THẾ GIỚI.

5. Nguyên xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến chư VONG LINH CỨU HUYỀN THẤT TỔ BÊN NỘI, BÊN NGOẠI, BÊN VỢ, BÊN CHỒNG. Chư vong linh theo hộ TÔI TU HÀNH, theo HỘ GIA ĐÌNH.

• Nguyên xin tất cả đồng TĂNG TRƯỞNG PHƯỚC ĐỨC, tội chướng nghiệp chướng kiếp này, kiếp trước, hoặc vô lượng kiếp trước được tiêu trừ và được VĨNG SANH TỊCH TỊNH THẾ GIỚI.

6. Nguyên xin hồi hướng công đức trì tụng chân ngôn chú pháp đến thân tộc hiện tiền bên nội, bên ngoại, bên vợ, bên chồng, tất cả chúng hữu tình giúp đỡ tôi, hộ tôi tu hành. Nguyên xin tất cả đều được bình yên, đêm yên, ngày yên,

**đêm và ngày đều bình yên, tài bảo gia tăng, tai nạn bệnh tật  
thảy đều tiêu trừ.**

**Sau cùng con (tên.....)**

**1. Nguyên xin tất cả Như Lai nhiếp thọ, hộ niệm cho  
con: Tất cả tội lỗi, khuyết phạm khi tu hành đều được tiêu  
trừ. Tất cả các tội lỗi của thân quá khứ, hiện sinh thân này  
đều được rớt ráo thanh tịnh.**

**OM, sarva tathagata hridaya mani jvalatê avisthiya,  
hùm**

(Đọc trong tâm, giọng trầm nhất).

**2. Nguyên xin đệ tử được yên ổn tu hành. Nguyên xin  
tất cả những oan gia ác nghiệp, phiền não đều được hoá giải,  
khiến con tu pháp yếu của Chư Phật mau được thành tựu.**

**3. Nguyên xin Chư Phật gia hộ cho con. Tất cả Như Lại,  
Chư Bồ Tát, Hộ Chú, Hộ Pháp, Chư Thiên, Chư Tiên, các cõi  
các tầng trời gia hộ con. Tất cả mong cầu, nguyện lực đều  
được viên mãn. Tâm ưa thích muốn cầu điều chi, đều được  
thành tựu.**

### III. PHƯƠNG PHÁP ĐỘ TỬ - HỘ NIỆM

#### A. NIỆM PHẬT A DI ĐÀ

##### 1. Cách thứ nhất:

Là niệm Phật xù xì trong miệng:

**AAAaaa... Ddiiiiiii... Đàààa... Phậậậtt....**

Niệm kéo dài 1 giờ đồng hồ, thì sau 1 giờ thì có thể thấy người chết đang đi ở dưới tầm nhìn của mình (y như là mình bay trên họ và ở đằng sau họ, với góc độ nhìn là 30 độ tới 60 độ. Mình càng niệm thì họ càng có thể đi được xa, mình nên niệm cho tới khi họ vượt qua 1 cái biển (biển khổ), và sau khi qua bờ bên kia thì mình mới không niệm nữa.

##### 2. Cách thứ hai:

Nhìn vào trung tâm Ajna của họ (trung tâm này ở ngay trán, vào khoảng 1 thốn cao hơn cặp chơn mày. Thốn là cách đo trong các sách chiêm cứu)

Sau đó là niệm Phật, thì sẽ có cảm giác là vui khi họ đi về được, hay là nếu hành giả (có thể thấy) thì sẽ thấy Phật A Di Đà đem hoa sen đến để đưa họ về Tịnh Độ

#### B. ĐỘ TỬ - HỘ NIỆM

##### 1. Vào lúc chết, có hai việc đáng kể

*a- Những gì ta đã làm trong đời.*

*b- Tâm trạng ta lúc sắp chết.*

Dù ta có tích lũy rất nhiều ác nghiệp, song nếu ta có thể thật sự thay đổi lòng dạ vào lúc sắp chết, thì điều ấy chắc chắn có thể

ảnh hưởng đến tương lai ta và chuyển hóa nghiệp của ta, bởi vì giờ phút chết là một cơ hội vô vàn mãnh liệt để tịnh hóa nghiệp chướng.

Vì đã từng chết đi sống lại đến bốn (4) lần nên chuyện bị coi lại cuốn phim cuộc đời của mình là chuyện... có thật 100%. Các Bạn thử để ý một chi tiết nhỏ này. Khi mình coi một cuốn phim đến lúc họ mủi mẫn nhau, hay bắn giết nhau, hay là chia tay nhau thì các Bạn có thấy mình bị cuốn hút vào các hiện tượng và sự dao động tình cảm ấy làm cho mình thấy khó chịu, buồn rầu, và ghê tởm không?...

Đó là chuyện của thiên hạ mà mình còn như vậy huống chi là chuyện... của chính mình đóng phim? Bao nhiêu là chuyện tức tối? Bao nhiêu là chuyện giận nhau, bao nhiêu là chuyện hiểu lầm nhau, đánh nhau, chia tay, xa lìa, chuyện chưa làm xong mà họ đã chết rồi?.... Vấn đề đặt ra là liệu trong lần duy nhất lên sân khấu (đệ có cái may mắn là được lên đó tới bốn lần) thì mình có đủ bình tĩnh để nhận dạng rằng đó là chuyện mộng huyễn không? Hay là cũng sẽ bị lôi cuốn bởi tình cảnh... rất thật đã xảy ra do chính mình đã làm với những kết quả rành rành ra đó???

*"GIÂY PHÚT CHẾT - Hãy nhớ mọi tập quán, khuynh hướng đã chất chứa trong nền tảng tâm thông thường của ta đang nằm sẵn để có thể bị khởi động bởi bất cứ một ảnh hưởng nào. Ngay hiện tại ta cũng biết chỉ cần một khiêu khích nhỏ cũng đủ để làm cho những phản ứng quen thuộc, bản năng nơi ta, nổi lên. Điều này càng đúng hơn vào lúc chết."*

## 2. Tụng Kinh

*Tụng kinh ồn ào rôm rả* thì cũng có thể độ được người... sắp chết như mình.

*Tụng kinh hay chú theo kiểu vi thinh* (đọc xù xì nho nhỏ trong miệng) thì có thể gây ảnh hưởng đến những cõi giới thấp sống xen kẽ với mình, những cõi mà ông bà mình thường gọi là: Cô Hồn Các Đàng.

*Tụng bằng tâm rời nhắm mắt đồng thời chú tâm vào một điểm ngay đằng trước mặt của mình* thì khoảng... một giờ đồng hồ sau thì có thể thấy cái cảnh mà người đang chết đang đi qua. Tác ý rằng họ cứ theo tiếng niệm này mà đi... Cảnh giới xuất hiện ra nhiều thêm và sẽ tới lúc hành giả sẽ thấy người chết vào vùng ánh sáng, lúc này mình sẽ biết rằng sức tiếp dẫn của mình chỉ có bấy nhiêu.

Nhưng dùng quán tưởng ở Tứ Thiên Hữu Sắc thì trong vài trường hợp hữu duyên với mình thì mình có thể độ được người chết một cách ngon lành.

## 3. Hộ niệm - Trước Xác Chết

Nếu cái xác đang còn nằm trước mặt mình thì khi dùng cái niệm A Di Đà bằng cách *đọc xù xì xù xì* (nho nhỏ trong miệng). *Vừa đọc vừa nhìn vào cái trung tâm năng lực Ajana* (ngay cái chỗ giữa trán đó). Hay là ngồi tại chỗ có cái xác của họ, rồi nhắm mắt niệm A Di Đà Phật và phóng cái niệm đó ra đằng trước mặt của mình. Hay là dùng câu chơn ngôn:

**Ôm AMiTaBha Hrih Svaha.**

Đọc một hồi thì nếu có duyên thì sẽ thấy thần thức của họ lang thang ở đâu đó. Tiếp tục đọc cho đến khi họ vào vùng ánh sáng là ngon lành.

*Hỏi: Người chết đạo công giáo mà mình niệm Phật thì có khiến thần thức họ thêm bực mình rồi nổi sân si không?*

Họ không biết gì hết là vì cái công thức tôn giáo hàng ngày của họ là chỉ là những suy nghĩ rất là ấu trĩ. Và không có một tác động nào trong lúc họ đối diện với cái chết của chính họ cả. Cho dù là một người vô thần nòng cốt chí đến một anh chàng sùng đạo nào đó thì khi chết họ đều được coi lại cuộn phim của đời họ. Cuốn phim đó sẽ dứt phim khi tâm của họ bị dao động bởi những tình tiết nào đó: Họ sẽ giận dữ hay thất vọng ê chề hay xấu hổ... và như vậy họ sẽ không còn có thể coi cuộn phim đó nữa mà chỉ còn cái hình ảnh cuối cùng đó nó ám ảnh mà thôi. Ngay lúc đó mà có một người nào đó dùng cách thức:

- *Phóng mạnh cái niệm đó ra đằng trước mặt,*
- *Nhìn vào trung tâm năng lực Ajna.*
- *Phát tâm dũng mãnh cố giúp người này.*

Thì người này sẽ cảm thấy chấn động và chính họ sẽ nghe một tiếng nói trong không gian và họ sẽ không còn cách nào khác là theo tiếng nói đó để mà đi theo mà thôi. Ngay lúc này, họ không có thì giờ để nhớ lại rằng mình là con chiên, hay là mình đã quy y ai cả chỉ còn có cái tiếng nói trong không gian này mà thôi. Hiện tượng này sẽ xảy ra bất kỳ một ai, cho dù đó là một đại đức, một thượng toạ, một linh mục, một ông vô thần... mặc dù rằng ở ngoài đời: dân chúng cho rằng mình đạo cao đức trọng, cho dù rằng họ có phong chức cho mình là thầy trụ trì này nọ, cho dù rằng họ trao

tặng mình những bằng cấp này kia... thì khi chết mình cũng phải đối diện với cuốn phim bất hủ này. Và mình sẽ bị những tình tiết đó nó lôi cuốn và một khi đã bị lôi cuốn thì ai cũng như ai. Sự thật nó... dã man như vậy đó.

TB: Tất nhiên là vì người tiếp dẫn chỉ ngồi một đồng đó và nhắm mắt lại im lặng trì niệm danh hiệu hay chơn ngôn thì chỉ có người có tha tâm thông thì mới biết mà thôi còn bàn dân thiên hạ thì mĩa mai: - Hứ cái đồ hư đồ thúì, đang lúc tang gia người ta bối rối mà cứ ngồi đó mà ngủ gục!

Hỏi: *Tác Hại cũng như sự Lợi Hại nếu một người dùng cách của chú để làm chuyện này?*

Chẳng có tác hại gì cả. Là vì mình dùng câu niệm Phật để tiếp dẫn họ. Hay là mình dùng câu chơn ngôn để tiếp dẫn họ thì cũng chỉ là một. Nếu hội đủ nhân duyên thì được, còn không thì... thôi. Thế nào là hội đủ nhân duyên? xin thưa rằng: Khi nghe tin buồn đó thì *mình thấy nặng nề, áy náy, khó chịu, và nhất là muốn giúp họ một tay trong việc tiếp độ*. Không có tác động trên thì không làm được vì nạn nhân với mình không có nhân duyên.

Sự áy náy và nặng nề trong tâm thức của mình càng mạnh thì nhân duyên càng sâu dầy. Còn bàn về tâm lực mạnh hay yếu thì không có chuyện đó trong vấn đề độ tử. Tại sao? xin thưa, là vì đã ra tay tiếp độ thì ai cũng như ai, ngay lúc này chỉ còn là đối tượng chớ không còn người tiếp dẫn nữa. Cũng y như là các y sĩ trong phòng cấp cứu vậy, họ làm việc một cách cấp bách và... không hề thấy mình. Trong trường hợp đầy đủ nhân duyên: một giờ hay vài giờ chỉ là một cái vèo là hết. Làm xong thì mệt nhoài, nên đi kiếm cái gì đó để ăn cho lấy lại sức.

*Hỏi: Lại thắc mắc là khi tứ đại tan rã, các căn đã hoại thì thần thức người chết cảm nhận những tác động của môi trường qua sự dao động của tâm thức chứ không bằng những âm thanh sắc tướng như người còn sống?*

Thần thức là cái linh hồn đó. Có nghĩa là cái thân xác của họ y như lúc còn sống, nhưng nó lại ở dạng... khí. Mở ngoặc: người có thần nhãn thì chỉ thấy một cái đám khói màu xanh da trời tròn vo như cái thúng vậy. Người có thiên nhãn thì sẽ thấy hình ảnh của đương sự rõ ràng hơn: Nếu là một người kém thì áo quần của họ là y như họ sinh hoạt bình thường vậy. Nếu là một người có thiện tâm thì là áo choàng (theo kiểu áo ngủ kín đáo của mấy cô đó...). Cho nên họ cũng vẫn có thể nghe và thấy y như là mình... nằm mơ vậy đó.

#### **4. Hộ Niệm - Vãng mặt**

Có hai cách để làm:

1. Là đi xin cái hình của đương sự về nhà của bà đầm rồi nhìn bằng mắt thịt của mình cho nó... thuộc cái mặt của đương sự. Kế đó là nhắm mắt lại và tự tạo một cái linh ảnh của đương sự thế nào cho cái mặt của đương sự xuất hiện "như thật" ngay đằng trước mặt của mình. Sau khi có cái linh ảnh đó rồi thì dùng câu niệm Phật hay chơn ngôn của Ngài là:

**Om Amitabha Hrih Svaha** và phóng mạnh cái niệm đó vào cái linh ảnh đó.

2. Nhập Tứ Thiên Hữu Sắc và khi tìm ra cái thần thức của họ đang lang thang đâu đó thì mình hồi hướng công đức của mình cho họ, hay là dùng câu niệm Phật mà tiếp dẫn họ.

Nhận xét:

làm xong cái chuyện... cách sơn đả Ngư (cách một hòn núi mà giết được con trâu)... này thì nó mệt lã người y như là bị bỏ đói lâu ngày mà còn bắt mình leo núi nữa đó. Hành giả có một sự nhạy cảm rất là đặc biệt thì khi hành pháp nào đó thì nên "Hộ Thân" cho kỹ trước cái đã nghe. Ý của đệ là nói về cái cảm giác "cận định" (rờn rợn xương sống) mà hành giả đã cảm nhận đó mà.

*Hỏi: Người chết xem lại cuốn phim cuộc đời mình như thế nào?*

- Cũng y như là mình coi xi nê vậy, cũng cái màn ảnh rộng đại vĩ tuyến nhưng cuốn phim là những hành động thường ngày của mình với đầy đủ tình tiết...

Sau này đệ dùng cách tu hành để giúp những người hữu duyên thì khi làm xong thì đệ đều kiểm tra lại thì họ đều trải phải qua cái cuốn phim này cho dù là bị banh thây, nát thịt. Tất nhiên rằng, khi... bị coi lại những chuyện trên thì tâm lý của đương sự rất là nhạy cảm, những chuyện buồn tủi thì nó lại nặng nề hơn 100%, cũng y như những lúc mình làm bậy làm bạ như lừa dối, xúi bậy, nói xảo, nói gièm pha thiên hạ thì đương sự bị quê cơ đến 100% và xấu hổ vô cùng... Tóm lại bị lương tâm hành hạ 100% thì... hết đỡ. Như vậy đó là tiếng nói của lương tâm.

Còn cách vận hành như thế nào thì khi nào Huỳnh vào Tứ Thiên và dùng Vi Diệu Pháp để coi lại thì Huỳnh sẽ biết cái vận hành của chấp tư tưởng này ứng với từng cá nhân một trong lúc cận tử nghiệp. Do vậy mà bất cứ tôn giáo nào cũng đều khuyên là nên làm lành và tránh làm dữ là vì nguyên nhân này đó.

## 5. Độ Tử - Hấp Hối

*Làm thế nào để giúp người thân đang hấp hối được bớt sợ sệt và an lạc khi gần kề cái chết?*

Bệnh nhân Đạo nào thì nên cho người Đạo đó... hướng dẫn. Riêng Đạo Phật thì mình nên **dùng tiếng trầm nhất để khuyên**, tức là khi khuyên thì nên dùng giọng Bass.

Phương cách:

Hỏi: - Em có cảm thấy sợ không?

Đáp: - Có.

Khuyên: -Như vậy đây nè: Em sẽ thấy hơi ngộp thở một tý, rồi kể đó là hiện tượng mất cảm giác bắt đầu từ chân lên dần cho tới ót. Cảm giác lạnh này sẽ không cho em để ý đến hơi thở nữa.

Cười nhẹ: - Vậy hả anh?

Khuyên tiếp: - Sau đó em thấy một đám mây, đúng hơn là: em đang ở trong một cái ống mà cái thành của nó là mây xám và đằng xa là một vùng sáng rất là mạnh.

Cười nhẹ: - Em vẫn sợ.

Khuyên tiếp: - Tất nhiên là sợ, nhưng em nên niệm Phật A Di Đà và đi vào vùng sáng đó. Việc của em ở đây đã xong rồi, việc còn lại để anh lo hết cho. Em đừng lo lắng gì cả.

Sau đó một tiếng đồng hồ, thì cơn ngộp thở đến, cô nắm bàn tay của Anh Nhâm hơi mạnh. Theo lời dặn của đệ thì lần này, Anh Nhâm nói với giọng trầm nhất và nhắc lại với cô em (nói vào lỗ tai của Cô): - Nó sáng lắm lặn, cứ một lòng niệm A Di Đà Phật và đi vào vùng sáng đó.

Đôi môi mấp máy như cố nói một điều gì và cô em tắt thở

Anh Nhâm kể tiếp:

Sau đó, theo lời em dặn, anh niệm nho nhỏ Phật với giọng trầm nhất vừa niệm vừa nhìn vào huyết Ấn Đường.

Toàn thân bỗng nhiên lạnh toát, bàn tay của Cô, anh cầm cũng lạnh luôn. Và cũng theo lời căn dặn của em, anh vừa niệm Phật nho nhỏ với giọng trầm nhất, Anh sờ cái trán của Cô và nhận thấy rằng chỗ này nó nóng như bị sốt cao độ vậy và sau đó khoảng năm phút, anh mới xác định được là điểm nóng cuối cùng là ngay cái thóp của Cô ấy.

Cả nhà À lên một tiếng vui vẻ:

- Tĩnh Độ, Cô về Tây Phương rồi.

Anh Nhâm có Cô em tu theo Thầy Thanh Từ và bị ung thư ngực, Anh Nhâm xuống đó hộ niệm theo lời dặn của đệ. Anh đã hoàn thành nhiệm vụ một cách xuất sắc. Anh hiện nay ở Đường Đông Tỉnh Đà Lạt. Tuy là một cư sĩ nhưng anh đã leo đến Phi Tướng Phi Phi Tướng.

*Hỏi: Bệnh nhân đang lúc yếu tinh thần nhất, sợ chết nhất, nếu gặp phải những người lợi dụng thời cơ như kể trên đến rù quyến bỏ đạo thì thân nhân phải đối phó ra sao?*

HL: Nếu bệnh nhân còn tỉnh thì để bệnh nhân nói với họ. Còn khi bệnh nhân đã nằm thêm thiếp thì người nhà nên chỉ dùng cái Đạo của nạn nhân mà khuyên mà thôi.

Bệnh nhân không có Đạo mà bọn mình phải khuyên thì mình nên nhắc nhở họ rằng:

- Anh/Chị nên bỏ hết đừng lo lắng gì hết, Cứ nhắm cái ánh sáng đó mà đi tới.

Vì rằng sau khi cái ánh sáng đó hết đi, thì sẽ rơi vào Cận Tử Nghiệp có nghĩa là:

1. Cuốn Phim cuộc đời của mình sẽ được chiếu lại
2. Mình có thể bỗng nhiên ganh ghét, thương nhớ, Tức tối một vấn đề gì đó.
3. Bất tỉnh nhân sự
4. Lo sợ vì bỗng nhiên căn nhà vắng lặng với ánh sáng mờ mờ ảm đạm.

Thế là lại luân hồi...

## **6. Kiểm Tra Điểm Nóng Cuối Cùng**

Khi mình đi trì tụng cho người chết thì có nghe ai nhắc đến cái chuyện gì đang xảy ra ở cái thể xác kia không chớ? Có ai để tay lên người chết để kiểm tra cái điểm nóng cuối cùng không?

Biết rằng:

- *Nóng ngón chân cái là A Tỳ*
- *Nóng háng là súc vật*
- *Nóng bụng dưới là quỷ đói*
- *Nóng trên lỗ rún là Thần*
- *Nóng ngực là Con Người*
- *Nóng mặt là Chư Thiên ở Dục Giới*
- *Nóng trán là Chư Thiên ở Sắc Giới*
- *Nóng đỉnh đầu là Tĩnh Độ*

Tĩnh Độ có một công dụng nữa là độ tử. Tập cái gì hay làm cái gì đi nữa mà không làm được chuyện độ tử (giúp cho những người

đã chết) thì cũng chỉ là bánh vẽ, không có ích lợi gì cho mình và cho người.

*Cái lớn lỗi thứ nhất của người tu Tịnh Độ là như sau:* Khi đi hộ niệm, mà người hộ niệm đến trước (có mặt sớm nhất) thì gia đình may mắn đó có thể biết được kết quả của sự hộ niệm.

*Cái lớn lỗi thứ hai của người tu sĩ Tịnh Độ là khi đi hộ niệm mà lại đi đến sau thì:* tu sĩ phải biết người đi trước đã độ cho người này tới đâu rồi. Nếu người tới trước đã độ xong rồi thì tu sĩ sẽ tuyên bố với chủ nhà rằng: Nghi thức độ tử không cần thiết nữa. Còn nếu chưa xong thì tu sĩ sẽ độ tiếp và gia đình sẽ được tường thuật lại đầy đủ chi tiết.

Ngoài ra, đôi khi, gia đình còn nhận được lời nhắn nhủ cuối cùng của người đã chết.

Hai đề tài này ngoài bọn lu bu ra thì chưa ai được nghe nói tới trong bất kỳ bài giảng nào về Tịnh Độ

## **7. Hộ Niệm - thân trung ấm giảm đau trong vòng 49 ngày đầu?**

Có nhiều cách.

### **1. Niệm Phật:**

Niệm xù xì trong miệng trong khi nhắm mắt 100%. Khoảng 1 giờ sau thì độ tập trung của tu sĩ tài tử này mới có thể thấy được người đã chết. Hồi hướng công đức tu hành và chúc người đó tươi đẹp, khỏe mạnh ra và hạnh phúc. Sau rồi nếu người đó còn đứng xơ rở trong tầm nhìn của tu sĩ tài tử này thì tu sĩ hộ niệm cho người này về trên đó chơi luôn cho rảnh việc.

2. Nhập Tứ Thiên Hữu Sắc rồi quán ra người đó và hồi hướng công đức tu hành cho người đó.

### **8. Hộ niệm - Độ Vong Linh người thân đã chết lâu năm**

Đối với Bạn nào có những triệu chứng sau đây có thể giải quyết bằng cách này:

#### **a) Triệu chứng hay hội chứng:**

a) Thường nằm mơ và thấy đi thấy lại một người thân đã quá cố

b) Khi mơ thấy người đó lại có cảm giác tê rần cả người mặc dù đang ngủ

c) Tâm bất an, và hình như trong thâm tâm biết rằng người thân chưa được yên ổn lắm cho lắm.

#### **b) Giải quyết:**

Thư giãn tất cả các bắp thịt từ chân lên đến đầu và thư giãn từng phần một ví dụ: ngón chân... lòng bàn chân... cổ chân... đầu gối... đùi

a) Niệm A Di Đà Phật trong tâm như sau:

**AAAaaa... diiiiiiii... Đàààà... Phaậatt....**

Cứ mỗi lần niệm cố gắng đẩy mạnh niệm về một điểm phía trước và đưa điểm đó ra xa, càng lúc càng xa [Chỉ đẩy điểm đó ra xa thôi chứ đừng cho một toạ độ nào cả (Ví dụ: mình phóng cái điểm này qua nhà hàng xóm, rồi xuống down town rồi về Việt Nam...)] ngay đằng trước mặt, [không lệch trái hay lệch phải hay hướng xuống dưới hay chếch lên trên].

b) Hay dùng cách thứ hai cho dễ hơn:

Niệm chậm rãi, khoan thai niệm này nối tiếp niệm kia: **a di đà phật, a di đà phật, a di đà phật**,... Hít vào hay thở ra, chúng ta đều đẩy mạnh niệm lực đó hướng về ngay đằng trước mặt.

Chúng ta có thể thấy được người quá cố với một độ dốc là 45 độ tới 60 độ như là từ trên cao nhìn xuống. Cứ giữ khoảng cách biểu kiến đó, đừng tác ý tới gần họ. Nguyên tắc là đưa họ về vùng có ánh sáng và lên cao. Trong khi làm việc đó không tác ý nói chuyện với họ. Nếu trong lúc làm, mà tự nhiên biết rằng họ bị ngợp thở: Nên hồi hướng công đức tu tập đến cho họ và làm tiếp. Khi tác pháp là làm một lèo luôn đừng có ngưng giữa chừng cho tới lúc làm không nổi nữa mới thôi. Chúc các Bạn có những hội chứng trên thành công và an lành.

### **9. Chuông Trống Bát nhã**

-- Xuất xứ của chuông trống Bát-nhã?

-- Xin cho biết ý nghĩa chuông trống Bát-nhã?

Trong một lúc vào được cõi Tây Phương Cực Lạc thì Cô Vân nhắc nhở Các vị Thượng Phẩm Thượng Sanh nên phát nguyện trở về độ Bạn bè ở các uế độ. Lạ Lùng thay, sau lời nhắc nhở này thì: Cả pháp giới liền vang lên hồi trống và chuông Bát Nhã.

Sáng hôm sau, tóc của Cô Vân rụng từng mảng. Sau này Cô Trang cũng lập lại và kết quả cũng y chang: Sau hồi chuông Bát Nhã thì tóc của Cô cũng rụng. Đệ có hỏi thì cả hai cô đều nói rằng: Phiền Não nó rụng, thể theo lời ước nguyện của một Cổ Phật (không biết tên). Như vậy, Hồi Chuông và trống Bát Nhã có nguồn gốc từ đây.

## Trọc Đầu

Cảm khái cái chuyện Địa Tạng của Huynh AP nên Hai Lúa tui lại nhớ đến câu chuyện này khi còn ở Đà Lạt.

Có một hôm, Cô Vân, trong lúc vui câu chuyện, mới hỏi Hai Lúa tui rằng:

“Người ta thường viết nói rằng “Tự Tánh Di Đà”, hay “A Di Đà là chính anh!” Vậy anh có cái cách nào chứng minh rằng câu đó là đúng không?”

Vì là tu bụi đời (không có ông Thầy nào dẫn dắt hết) nên Hai Lúa tui đề nghị cô về làm như sau:

*“Tối nay, khi em qua Tây Phương Cực Lạc rồi đối trước cảnh đó mà phát nguyện rằng:*

Nguyện xin tất cả các chúng sanh trong chín phẩm được thành nhất sanh bồ xứ và cùng với tôi, phát nguyện xuống Nam Thiên Bộ Châu để độ các chúng sanh khác!

Làm xong nhớ cho anh biết và coi kết quả nó ra sao?

Cô về nhà làm y chang, sáng hôm sau, cô nói:

“Khi em đọc xong câu nguyện đó thì ao hồ bỗng nhiên trống trơn, không gian bỗng vang lên hồi trống Bát Nhã (té ra điệu trống này ở chỗ đó). Và sáng nay tóc em tự động rụng rất nhiều, em nghĩ rằng nếu tới chiều thì đầu em thành trọc, và khi em nhìn tóc em rụng thì tư tưởng sau đây tới với em:

“Phiền Não rơi rụng!”

“Vậy em muốn nó hết rụng không?”

“Muốn”

*"Có rất nhiều cách làm cho ngưng tóc rụng nhưng cách này là hay nhất: Em lại vào cảnh giới đó nữa và đối trước Phật A Di Đà em đọc Tứ Đại Nguyện!"*

Sáng hôm sau, Tóc hết rụng, cô nói:

"Em hiểu tại sao trong các tranh ảnh hay diễn tả các đệ tử của Phật lại trọc đầu nhưng bất cứ ông Phật nào cũng có tóc cả!"

*"Tại sao?"*

Đầu tiên, hình ảnh các chúng sanh có tóc, tóc đó biểu tượng cho cái Khổ hay phiền não, sau khi tu thì phiền não rơi rụng thể hiện bằng hình ảnh thực chứng: Đầu trọc một cách tự nhiên, và sau đó nhờ phát nguyện mà tóc lại mọc lại: Tóc này có lại là do Đại Nguyện!"

## **10. Cúng Thí Thực**

Trong kinh Vu Lan Bồn có nhắc tới một thế giới vô hình gọi là Ngạ quỷ. Có nhiều loại Ngạ quỷ mà hình như đã có người dùng huệ nhãn vẽ lại tỉ mỉ từng loại một mà Hai Lúa tui quên tên cuốn kinh đó rồi. Về nghi thức cúng thí thực lại có nhiều cách, và thuộc về Yết Ma Bộ (một nhánh của Mật Tông chuyên liên lạc với các loại Quỷ thần).

Nguyên tắc: Vạn Pháp Duy Tâm Tạo. Thành thử, dựa vào sức quán mà vị tu sĩ đó cúng thí thực:

Hôm ấy cũng vào ngày Vu Lan này, Hai Lúa tui đến nhà anh Hùng trên Đà Lạt, vào ngay lúc anh đang cúng thí thực, anh muốn tui dòm coi chuyện gì xảy ra. Hai Lúa tui xuống nhà bếp và nhắm mắt nhập định. Và kể lại cho anh nghe như sau. Ngay vào lúc vào được Tứ Thiên, và quán một màn TV xuất hiện rõ ràng đăng trước

mặt, rồi tác ý coi chuyện gì xảy ra: Liền thấy trên bàn nào là bánh trắng, rồi hột nổ đủ màu, có tô cháo, rồi chè và chuối, lạ lùng là không thấy bát nhang đâu cả. Vì nhập định khá sâu nên Hai Lúa tui chỉ nghe tiếng tụng kinh vắng vắng: "U-âu... U-âu... v.v..." Rồi bất ngờ, đồ ăn nhiều ra, Rồi được cỡ ba cái bàn, rồi họ tới, Hai Lúa tui thấy rất rõ, có hai loại Nga quý:

- Một loại lông lá xồm xoàm, người không thấy mặt mũi, rồi trong cái đồng lông lá đó họ cực cực khó chịu vì bị lửa tự cháy ngùn trên thân thể họ, họ câm lặng chịu cực hình.

- Một loại thứ hai thì có dạng người, đầu trọc như thầy chùa tay thì bị liệt nên họ có tay mà dùng không được. Họ ăn bằng cách thò cái lưỡi to tướng của họ vào một cái... ao. Cái lưỡi đó run run và một vài hạt cháo vướng vào các sợi lông trên cái lưỡi đó!

Hai Lúa tui trực nhận: "Họ đói và lạnh lắm lặn!". Rồi bỗng nhiên mọi cảnh đều biến mất, khi anh Hùng tụng chú Bát Nhã, có một vài Nga quý suốt buổi lễ không ăn được gì: Họ bò ở dưới đất, họ chồm lên bàn nhưng chỗ họ đứng lại không có gì: Đồ ăn như sợ họ mà chạy đi vậy! Có vài người, bỗng nhiên biến thành hình dạng con Người có quần áo đàng hoàng và ngồi bàn ăn uống thoả thích! Anh Hùng giải thích:

"Cái lúc đồ ăn nhiều ra là do Chú Biển Thực!"

Nhưng cũng như Hai Lúa tui, anh cũng thắc mắc và cứ xuýt xoa: "Tội nghiệp! Họ còn đói! Tui không thấy mà còn sót lòng, huống chi là anh thấy họ được! Ủa vậy ra, họ không ăn được mấy thứ khác mà chỉ ăn cháo thôi sao?"

"Dạ có một vài Nga quý bỗng nhiên biến thành dạng người và có bần đồ, thì ăn uống tùm lum thứ!"

À! Chắc nhờ có câu niệm: **Nam mô Diệu Xác Thân Như Lai mà ra chẳng?**” Rồi Hai Lúa tui bàn chuyện đạo cho tới sáng mới về! Hai Lúa tui có hứa là sẽ cúng lại một lần nữa cho họ ăn thoải mái luôn trong vòng hai tuần nữa.

***Hỏi: Mình hay cúng thí thực cô hồn rằm tháng bảy, vậy thực sự cúng những vong hồn đó như thế nào mới đúng cách để họ có thể hưởng được?***

Thứ nhất là phải có đủ tâm lực, khoảng Tam Thiên là tối thiểu.

Sau đó là mình phải hướng tâm thức về những cõi Ngạ Quỷ, sau đó là mình thấy có một nỗi xót thương cho cái cảnh khổ do cái tính tham của họ, và sau đó là tác ý' mời họ tới, họ tới đông ghê lắm (Tam Thiên mà đã kêu là uy lực ghê lắm), và tác ý có đồ ăn cho họ ăn. Không có: Hương, nhan, đèn, tụng kinh gì hết. Chỉ toàn là tác ý, và tất nhiên: Tứ Thiên là hết chạy! đó là mâm trên họ cúng

**a) Vật dụng nên có những thứ như sau:**

1. Một tô cháo loãng: Cháo mà loãng là phải thiệt là loãng: 1 muống cà phê gạo và 1 tô nước nấu thành cái thứ nước màu trắng cho tù ở xa lim họ ăn họ còn chê nữa đó!

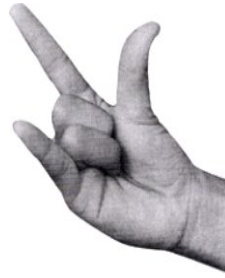
2. Một cái lọ cắm nhan, và 1 cây nhan

**b) Nghi thức cúng:**

Tay trái bắt ấn Cam Lồ, tay phải bắt ấn Kim Cang (theo thể bưng cái chén)



**Ấn Cam Lô:** bàn tay duỗi thẳng các ngón tay, các ngón tay khít lại với nhau, kể đó là thư giãn các ngón tay, các ngón tay sẽ tự động cong lại tự nhiên, kể đó là tu sĩ đem cái đầu ngón áp út đụng với đầu ngón cái, hết.



**Ấn Kim Cang** (thế bưng chén): ngón giữa và ngón áp út cong hết cỡ vào trong lòng bàn tay, và ba ngón còn lại thì duỗi thẳng, và để cái chén vào giữa ba ngón tay.

### c) Tác pháp:

Tu sĩ nhìn chén cháo loãng và đọc xù xì câu chú:

### **Om Amitabha Hrih Svaha**

Đọc vài mươi lần, xả ấn (tay trái) và để chén cháo xuống bàn cúng, kể đó là tạt nguyên chén cháo đó xuống đất và sau đó tu sĩ bắt ghế ngồi đầu đó trong nhà và nhìn ra ngoài chỗ chén cháo đã bị đổ xuống đất, và niệm câu chú đó (Niệm xù xì, xù xì), cho tới khi mình cảm thấy vui trong bụng thì mới thôi, hết.

*Chú Ý: Khi cúng thí thực mà không làm đúng như vậy thì họ (cô hồn các đảng) sẽ không hưởng được gì hết.*

## **IV. NHẬN PHÁP và QUÁN ĐÁNH**

### **Quán đánh:**

Nhận phương pháp về là tập ngay lập tức và tiếp tục làm dài dài, là đã được... quán đánh rồi.

Khi tới dân có nghề, thì họ không làm cái gì thêm cho mình nữa: Vì họ thấy được trên danh của mình nó... khác lạ rồi.  
Hết.



**NAM MÔ A DI ĐÀ PHẬT**