

Thơ nhắc nhở người niệm Phật



“**Tịnh Ngữ**” là tuyển tập thơ Tịnh Độ của thầy tôi, lão cư sĩ Hạ Liên Cư. Tên trước của cuốn này là “**Hoan hỷ niệm Phật Trai Thơ Sao**”. Vào thập niên 1950 những bài thơ này từ từ thêm nhiều nên được đổi thành “**Tịnh Ngữ**”. Thơ của thầy Hạ tràn đầy những tinh túy của Phật giáo vì nó được làm từ đại quang minh tạng, tự nhiên tuôn trào ra, mỗi một câu thơ đều tự nhiên tinh diệu làm cho người đọc khai mở tâm thức. Nghĩa của chữ Tịnh Ngữ có thể nói là những lời cảnh tỉnh cho người tu Tịnh Độ, nó có nghĩa là tánh thanh tịnh bản nhiên đương sanh thanh tịnh tâm, Vô lượng Thanh Tịnh Giác (danh hiệu của đức Phật A Di Đà). Tịnh là tịnh niệm tương kế, ngữ là lời nói của âm thanh trong tâm. Tịnh ngữ là sự hiển hiện của tâm thanh tịnh và lời khai thị của tánh giác thanh tịnh, khôi phục tánh bản nhiên thanh tịnh, mà tịnh niệm luôn luôn liên tục.

Tịnh Ngữ trực chỉ kho báu vốn sẵn có của hành giả. Xin tuyển chọn ra ba bài thơ để cúng dường đại chúng.

Bài thứ nhất làm tại Cực Lạc Am, Đạo tràng Niệm Phật.

Nguyên văn:

Niệm Phật tối kỵ

Tinh thần hoãn tán

Tự cú mơ hồ

Tiên khoái hậu mạn

Ký vô âm tiết

Hựu bất liên quán

Tâm bất ứng khẩu

Thanh bất nhiếp niệm

Khinh hốt dưỡng thức

Cổ đức sở thán

Như thử niệm pháp

Vĩnh nan thành phiến

Thanh hòa vận ổn

Tạm dịch:

Niệm Phật kỵ nhất

Tinh thần tán loạn

Tiếng niệm mơ hồ

Trước nhanh sau chậm

Không có âm điệu

Lại không nối liền

Tâm không hợp miệng

Thanh không nhiếp niệm

Nuôi dưỡng ý thức

Người xưa than rằng

Cách niệm như vậy

Rất khó thành phiến.

Tiếng hòa nhịp đều

Tự chánh âm viên	Chữ ngay âm tròn (rõ)
Mạo thiết miên mật	Thành khấn khấn khít
Trầm trước an nhàn	Điềm đạm an nhàn
Thanh hiệp hô tâm	Thanh hợp với tâm
Tâm ứng hô thanh	Tâm hợp với thanh
Tâm thanh tương y	Thanh tâm nối liền
Vọng niệm tự thanh	Vọng niệm tự dứt

Phật hiệu như châu	Phật hiệu như châu
Niệm đầu như tuyến	Tâm như sợi dây
Phân tắc các ly	Phân thì cách ly
Hiệp tắc thành xuyên	Hiệp thì thành xuyên
Tâm bất ly Phật	Tâm không rời Phật
Khẩu bất ly niệm	Miệng không rời niệm
Như tuyến quán châu	Như dây xoắn châu
Tương tục bất đoạn	Liên tục không dứt

Vị năng nhất tâm	Chưa được nhất tâm
Tiên cầu chuyên niệm	Trước cầu chuyên niệm
Vị năng bất loạn	Chưa được không loạn
Tiên học thành phiền	Trước học thành phiền
Chân cần chân chuyên	Thiệt là chuyên cần
Công hiệu tự kiến	Hiệu quả tự thấy
Vô tu vấn nhân	Không phải hỏi người
Hoàn thỉnh tự nghiệm	Hãy xin tự xét

Thầy Hạ (lão cư sĩ Hạ Liên Cư) làm những bài thơ này trong đạo tràng niệm Phật năm 1944. Thầy điều khiển Phật Thất rất là nghiêm cẩn và theo đúng chánh pháp, những người chánh thức tham dự đều bề quan niệm Phật. Những lời khuyên dạy này đều là những kinh nghiệm thật tiến mà thầy đã trải qua và viết thành thơ để làm kim chỉ nam cho mọi người .

Đoạn đầu trong bài thứ nhất nói về những sai lầm mà người niệm Phật rất dễ gặp và phải nên đề phòng.

[Niệm Phật kỵ nhất Tinh thần tán loạn]

Hai câu đầu nói người niệm Phật tư tưởng không tập trung, không có tinh thần, tâm trạng không vui, ý chí trầm mặc, không hăng hái, tạp niệm vô cùng, nếu không hôn trầm thì là trạo cử, những thứ này đều là tối kỵ. Lại còn [Tiếng niệm mơ hồ], âm thanh không rõ ràng, người khác nghe không rõ, tự mình nghe cũng không rõ. [Trước nhanh sau chậm], lúc mở đầu niệm rất nhanh, càng niệm càng chậm càng không hăng hái. [Không có âm điệu], lúc đại chúng cùng nhau niệm Phật thường gõ mõ để giữ cho nhịp điệu của câu niệm Phật của mọi người đều nhau. Lúc mỗi người niệm Phật ở nhà cũng có thể dùng mõ, nếu không dùng mõ cũng phải niệm có nhịp điệu rõ ràng thì dễ nhiếp tâm hơn. Nhịp điệu của mỗi chữ trong câu niệm Phật cũng phải đều nhau, không được khi nhanh khi chậm. Âm thanh của mỗi chữ trong Phật hiệu cũng phải có nhịp điệu, không được khi lớn khi nhỏ. Nhịp điệu tiết tấu rất quan trọng, nếu niệm có nhịp điệu thì dễ thành công hơn. Nếu còn [Lại không nối liền] thì càng tệ hơn. Câu sau không tiếp theo câu trước, **niệm Phật quan trọng nhất là [Tĩnh niệm tương kế] (tĩnh niệm nối liền, liên tục hoài)**. [Tâm không hợp miệng], miệng thì niệm Phật nhưng mà tâm lại suy nghĩ tính toán chuyện khác. Đang niệm Phật mà nghĩ lung tung: *“Ông đó đối xử với tôi thiệt là không tốt chút nào, nghĩ xong rồi lại nhớ phải mua cái TV mới”*. Còn một tình huống khác nữa là tạp niệm quá nhiều, liên tiếp nổi lên hoài không thể dẹp hết được. Điều này không cần lo, đây là một hiện tượng tự nhiên trong quá trình niệm Phật, không cần để ý tới. Bí quyết trị bệnh vọng tưởng là *“Mặc cho vọng niệm sôi nổi, tôi chỉ nghe tiếng niệm Phật rõ ràng”*.

[Thanh không nhiếp niệm]

Âm thanh của câu niệm Phật có tác dụng rất lớn. Điều quan trọng trong pháp môn niệm Phật là miệng niệm rồi tai nghe tiếng Phật hiệu của mình niệm. Cho nên muốn nhiếp hết sáu căn thì trước hết phải thu nhiếp luyến và tai trước. Ý cũng phải tưởng câu Phật hiệu này, tay lần chuỗi, mắt nhìn tượng Phật, mũi ngửi được hương cúng Phật. Nhiếp lục căn quan trọng nhất là nhiếp nhĩ căn. Lúc một mình niệm Phật thì tốt nhất là niệm theo cách *“Kim cang trì”*, nghĩa là niệm khe khẽ vừa đủ nghe, vừa nghe được âm thanh mình niệm mà vừa dưỡng hơi thở. Niệm thầm không ra tiếng cũng có thể nghe, nhưng mà khó nghe hơn. Âm thanh lớn nhỏ cũng có thể thay đổi, lúc tán loạn hoặc phiền não khởi lên thì có thể niệm lớn tiếng. Đến khi niệm được thanh tịnh rồi thì có thể niệm nhỏ tiếng lại. **Tốt nhất là phải nghe được âm thanh mình niệm, âm thanh này có thể giúp mình nhiếp tâm**. Đây là sự đặc biệt thù thắng của pháp môn niệm Phật. Người xưa nói: *“Lấy âm thanh làm Phật sự”*. Cực Lạc thế giới là nơi có pháp âm tuyên lưu, người nghe được thì tự nhiên niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng. Tiếng niệm Phật này là pháp âm, phải niệm được có âm điệu rõ ràng và liên tục không ngừng, lúc niệm phải chân thành, khẩn thiết, và thanh tịnh. Âm thanh bạn niệm này là âm thanh diệu đức, đối tượng bạn niệm là vị Phật có vạn đức trang nghiêm. Diệu thanh vô thượng thù thắng này lại từ tai đi thẳng vào tâm thức và gia trì tự tâm. Tự cảm tự ứng rất vi diệu và rất khó suy lường được. Cho nên quan trọng nhất là ở chỗ niệm rồi tự mình nghe tiếng niệm đó.

[Nuôi dưỡng ý thức]

Nếu lúc niệm trong tâm phiền tạp tán loạn, thì âm thanh niệm Phật tự nhiên rất tạp loạn khó nghe. Tâm

không chuyên chú thì tai nghe cũng không rõ. Âm thanh niệm ra không có tác dụng nhiếp tâm thì càng không thể nhiếp hết lục căn được. Trái lại còn có ảnh hưởng xấu là “nuôi dưỡng ý thức”. Nếu bạn niệm rất lơ là, bạn không những là không “chuyển thức thành trí” mà còn bồi dưỡng thêm cho thức. Chúng ta tu tập mục đích là chuyển tám thức thành bốn trí. Chúng ta niệm Phật là đem ý thức phân biệt chuyển thành “diệu quan sát trí”. Nếu chúng ta niệm Phật mà không theo âm điệu, tán loạn, không tập trung tinh thần, không liên tục, tâm tưởng chuyện không giống như miệng niệm, âm thanh niệm không thể nhiếp được tâm, cách niệm này không những là không chuyển thức mà lại còn dưỡng thức. Cổ đức than là niệm như vậy thì quá uổng.

Thân người khó được, trung quốc (1) khó sanh, Phật pháp khó gặp khó nghe, Tịnh Độ khó tin mà bạn tin được, bạn lại chịu niệm Phật. Nhưng mà bạn lại niệm cách này cho nên người xưa mới than thở: Niệm cách này thì [vĩnh viễn rất khó thành phỉến]. Niệm Phật đến khi nhất tâm bất loạn thì rất khó, trước hết phải đạt được niệm Phật thành phỉến (thành khối) trước. Chúng ta phải niệm đến thành phỉến, ít thì mười mấy câu, nhiều thì ba mươi câu, năm mươi câu. Nếu nhiều nữa thì có đến một xâu, hai xâu [chuỗi]. Niệm Phật thành phỉến nghĩa là trong thời gian niệm này tâm định trên câu niệm Phật, tâm không loạn, từ đầu đến cuối đều là một câu Nam mô A Di Đà Phật. Trình độ của mình như thế nào mình hoàn toàn biết rõ. Cho nên cách niệm như trên đã nói thì rất khó thành phỉến, phải nên tránh, phải nên phòng ngừa.

Đoạn đầu trong bài thứ nhất nói đến điều cấm kỵ trong lúc niệm Phật. Ngược lại ba đoạn sau này nói đến cách niệm Phật như thế nào mới đúng và chính xác.

[Tiếng hòa nhịp đều] chỉ âm thanh niệm Phật hòa hài, an hòa. Âm thanh rất quan trọng, nếu tiếng niệm mà khàn khàn, không rõ không đều thì không tốt. Khi người nghe được âm thanh trong trẻo thanh tịnh thì tự nhiên tâm thần sáng khoái thân tâm an hòa, ngược lại thì tâm sẽ loạn, bức rức và không an.

[Nhịp đều] là âm thanh êm dịu hòa hài, an định, trầm tĩnh, khí vận cao nhã, có nhịp điệu .

[Chữ ngay âm tròn (rõ)] chữ phải niệm đúng âm. Chữ A trong danh hiệu đức Phật A Di Đà phải đọc là “A” chứ không phải là “O”. Nếu người bắt đầu mà niệm không đúng thì phải sửa. Tiếng niệm ra phải rõ, đừng có khàn hoặc đục. Tai nghe được âm thanh này thì tinh thần khó chịu không thích, ngược lại âm thanh trong trẻo rõ ràng làm cho người nghe hoan hỷ dễ chịu tâm dễ an tịnh. Âm nhạc có ảnh hưởng rất lớn, nghe tiếng đàn tỳ bà và nghe âm nhạc kích động hiện nay có hiệu quả hoàn toàn khác nhau. Đàn tỳ bà tốt thì hiệu quả còn đặc biệt hơn nữa, chỉ cần nghe vài tiếng thì tâm bồn chồn không yên của người nghe có thể lắng dịu xuống. Âm thanh có ảnh hưởng rất lớn cho nên âm thanh niệm Phật phải nên rõ ràng (viên hòa).

[Thành khẩn khẩn khít (Mạo thiết miên mật)]

Lúc niệm Phật phải thành khẩn cũng như lúc đứng trước đức Phật thiết, hoặc là như lúc đi trên biển lớn, đang bị nạn sắp chìm phải hết lòng kêu cứu, lúc đó mỗi niệm đều phát ra từ tâm vô cùng chí thành, vô cùng khẩn thiết, từng câu Phật hiệu nối liền theo câu trước, niệm như vậy gọi là khẩn khít, miên mật, và cũng là “tịnh niệm tương kế (liên tục)”. Đối với những người có công khóa sáng tối nhất định, trước hết phải làm cho được khẩn khít miên mật trong thời gian niệm Phật này, tránh đừng bị quấy nhiễu. Niệm được lâu rồi thì không những trong thời khóa nhất định niệm được miên mật mà phải ở bất cứ chỗ nào lúc nào cũng phải luôn luôn có câu niệm Phật trong tâm. Điều này khó không? Sự thật thì đâu có ai cản trở không cho bạn niệm đâu? Nếu bạn muốn niệm thì cứ niệm đi, cho nên đều do mình quyết định, đều là không khó. Thật ra người làm được việc này rất hiếm. Nếu tùy thời tùy chỗ đều giữ được câu Phật hiệu

này thì niệm thành phiền không thành vấn đề, sắp đạt được “sự nhất tâm” rồi.

Pháp môn Tịnh Độ tốt là tốt ở chỗ này, người đời ai cũng có thể làm được, không phải là chuyện cao siêu quá khó không ai làm nổi, còn như chuyện khai ngộ thì rất khó, không phải ai cũng có thể làm được, trong trăm triệu người khó mà có được một người làm được. Ở Trung quốc bạn có thể nói ra tên của mười người khai ngộ không? Niệm Phật thì khác, ai cũng có thể niệm. Niệm Phật phải miên mật, trong tâm luôn luôn phải có câu Phật hiệu. Chuyện này có thể làm được, vấn đề là bạn tự mình có chịu niệm không. Khi có phiền nào sanh ra thì bạn không chịu niệm nữa. Sân hận, hấp tấp, bồn chồn là phiền nào, vui mừng cũng là phiền nào. Khi bạn cao hứng, bạn bè khách khứa tấp nập, nói chuyện vui vẻ thì bạn quên niệm Phật rồi. Đây đều là phiền nào. Thật ra trong lúc phiền nào cũng có thể niệm Phật, chỉ tại bạn không muốn niệm thôi. Nếu bạn niệm thì tự nhiên sẽ được thành phiền.

**[Điềm đạm an nhàn
(Trầm trước an nhàn)]**

Câu này chỉ rõ căn bệnh của nhiều người niệm Phật hiện nay. Có nhiều người rất dụng công nhưng mà hấp tấp muốn mau thành công cho nên rất nôn nóng khẩn trương. Như vậy là có tâm mong cầu. Sự thù thắng của pháp môn niệm Phật là từ có niệm dần dần đi đến vô niệm, từ chỗ có cầu mà khế nhập đến không cầu, từ vãng sanh chứng đến vô sanh. Phải điềm đạm yên định, không có các thứ âu lo, bồi hồi, tâm trạng sợ được, sợ mất, tâm bồn chồn không an. Ngoài ra còn phải an nhàn. Có người rất nỗ lực nhưng mà tại vì hấp tấp nôn nóng cho nên trở thành khẩn trương, đứng ngồi không yên. Từ chỗ an nhàn đi lên thêm một bậc nữa phải **muôn duyên buông xả**, không ham không cầu, làm một người nhàn hạ nhất trong thế gian, trong tâm không lo gì hết ngoài chuyên niệm Phật. Một câu Phật hiệu luôn luôn hiện tiền, không quá ngại, không điên đảo, cho nên được “**tịch nhiên**” tâm an. Cho nên hai chữ an nhàn rất là quan trọng. Ngược lại nếu nôn nóng muốn thấy Phật, thấy hào quang, muốn có điềm lạ thì trước sau gì cũng bị bệnh và bị chướng ngại. Chúng ta vì sao mà có thể an nhàn? Đó là nhờ tín tâm. Nếu bạn có tín tâm thì tâm bạn rất an. Có người nói tại sao tôi niệm hoài mà vẫn còn vọng tưởng quá nhiều, chắc mà khó được vãng sanh. Đây là chướng ngại của họ tự tạo nên. Ngẫu Ích đại sư có nói: “**Vãng sanh được không toàn do nơi tín nguyện có hay không**”. Bạn có tín tâm vững chắc, bạn có chân thật phát nguyện không? Có thật là không lưu luyến thế giới Sa Bà này, hăm mộ thế giới Cực Lạc, nguyện cầu vãng sanh không? Thật ra thì rất nhiều người còn lưu luyến thế giới này, còn muốn sống thêm vài năm, còn muốn trường sanh bất lão! Cho nên nếu hăm mộ thế giới Cực Lạc thì phải phát đại nguyện. Những thân bằng quyến thuộc trong nhiều đời nhiều kiếp của mình hiện nay đang trầm luân trong biển khổ đang đợi mình đi cứu giúp. Nhưng mà bạn hiện nay còn là người vẫn đang trầm luân trong biển khổ, hiện giờ không có năng lực gì để cứu người khác. Chỉ sau khi vãng sanh rồi, nhờ vào Phật lực gia trì thì mới có năng lực và trí huệ để cứu người khác. Có tâm trạng như vậy, có đại nguyện như vậy, và có tín nguyện như vậy thì tự nhiên sẽ biết niệm Phật, nhất định sẽ vãng sanh. Nếu bạn muốn vãng sanh thì phải hạ thủ công phu trên tín và nguyện. Nếu bạn tin sâu nguyện thiết thì bạn nhất định được vãng sanh. Được như vậy thì khi bạn niệm Phật, trong tâm sẽ không còn hấp tấp bồn chồn và tự nhiên sẽ an nhàn.

**[Thanh hợp với tâm,
Tâm hợp với thanh]**

Âm thanh niệm Phật phát ra từ tâm thành khẩn, tâm thanh tịnh thì tự nhiên sẽ hòa hài, an tịnh, diệu thiện, cao nhã. Âm thanh vi diệu của câu niệm Phật này từ tai đi vào bỗ tâm, âm thanh tai nghe được cũng là âm thanh của mình niệm, cho nên tự nhiên tương hợp, âm thanh hợp với tâm. Âm thanh này là Phật hiệu vạn đức trang nghiêm, âm thanh này từ nhĩ căn đi vào là tự tâm sở niệm. Tự tâm niệm Phật, tự tâm là Phật. Cho nên tự tâm phải tương ứng với âm thanh nghe được (sở văn chi thanh). Thanh hợp với tâm,

tâm ứng với thanh. Cho nên nói: [Âm thanh tương y]. Nói cho dễ hiểu là: tôi niệm Phật, niệm Phật có âm thanh, âm thanh giúp cho tôi. Tôi niệm Phật phát ra âm thanh, âm thanh này lại giúp cho tôi, cho nên nói là nương nhau mà niệm. Cứ niệm như vậy hoài thì không cần dẹp trừ vọng niệm, [vọng niệm tự dứt].

Đoạn thứ ba:

**[Phật hiệu như châu,
Tâm như sợi dây]**

Nếu bạn không niệm, những hạt châu này từng hạt từng hạt rời rạc, đó là [Phân thì cách ly]. Lúc bạn niệm thì lấy sợi dây xoắn những hạt châu này thành chuỗi. Cho nên niệm Phật là lấy Phật hiệu xoắn thành chuỗi, đây là [Hiệp thì thành chuỗi]. [Tâm không rời Phật] nghĩa là phải bất cứ chỗ nào lúc nào trong tâm không rời câu Phật hiệu này. Chuyện này không có người nào cản trở bạn, tất cả đều là tự mình có chịu làm hay không. Muốn làm đến “*tâm không rời Phật*”, trước hết phải [Miệng không rời niệm]. Lúc miệng đang niệm, tâm chưa chắc là có Phật. Nếu trong tâm có Phật thì miệng chắc chắn có niệm Phật. Miệng luôn niệm câu Phật hiệu này cũng như [Như dây xoắn châu], câu này tiếp theo câu trước [Liên tục không dứt].

Đoạn thứ tư:

**[Chưa được nhất tâm,
Trước cầu chuyên niệm,
Chưa được không loạn,
Trước học thành phiền]**

Bài này nói tới vấn đề vô cùng quan trọng của những người niệm Phật hiện nay. Nhiều người xem đến bản dịch kinh Di Đà của pháp sư Cưu Ma La Thập có nói đến “*nhất tâm bất loạn*” nên nghĩ rằng nếu không niệm đến nhất tâm bất loạn thì không thể vãng sanh được. Nhưng mà có thể niệm đến trình độ này rất khó, cho nên họ bị quan thất vọng và trở nên tiêu cực lo rầu. Thực ra đây không phải là ý của đức Phật vì trong kinh Vô Lượng Thọ, phẩm Tam Bối Vãng Sanh (Ba Bực Vãng Sanh) có đề ra điều kiện căn bản của những người vãng sanh là “*nhất hướng chuyên niệm*”. Nghĩa là chỉ cần bạn thật thà chuyên niệm câu Phật hiệu này, chứ không đòi bạn phải nhất tâm bất loạn. Hơn nữa kinh Di Đà của Huyền Trang pháp sư dịch là “*hệ niệm bất loạn*”. Câu này nghĩa là lúc bạn niệm Phật rất chuyên tâm, không có suy nghĩ lung tung, điều kiện này thì dễ làm hơn. Nhất tâm có phân ra “*sự nhất tâm*” và “*lý nhất tâm*”. Niệm đến “*sự nhất tâm*” thì kiến hoặc và tư hoặc đều tự nhiên dứt hết. Niệm đến “*lý nhất tâm*” thì tối thiểu cũng phải phá một phần vô minh (vô minh tổng cộng có 42 phần). Kiến hoặc chia ra 10 loại: thân kiến, biên kiến, kiến thủ, giới thủ, tà kiến, tham, sân, si, mạn, nghi. Tư hoặc gồm có những thứ tham, sân, si, mạn vi tế. Ai có thể diệt trừ những thứ chướng ngại này? Chỉ còn một chút tham, sân, si, mạn là bạn không thể đạt đến “*sự nhất tâm*”. Thí dụ như tâm tham, ai cũng muốn dùng đồ tốt. Không những tham vật chất lại còn tham được người khác cung kính, đây là tham danh tham địa vị.

Bạn có thể không giận không? Thí dụ một câu chuyện thật xảy ra trong thập niên 1930. Có một bà vợ của một ông tướng, bà này tu niệm đã lâu năm. Trong nhà có chuyện xích mích với con dâu, một hôm bà đang tu niệm nhưng mà trong bụng còn giận con dâu, đè nén không nổi tâm niệm xấu này bà nghĩ đến chuyện phải giết chết con dâu thì mới hả giận. Bà đi kiếm con dao và đến khi nhìn thấy được chuỗi đang đeo trên tay thì mới giật mình ăn năn và bỏ đi cái tâm muốn giết người này. Lại còn si còn mạn nữa, cống cao, ngã mạn, đổ ky, chướng ngại, mình đúng, người sai. Phá hết tham, sân, si, mạn này thì mới là “*sự nhất tâm*”, thiệt là quá khó. A La Hán đoạn dứt kiến hoặc và tư hoặc đạt tới lậu tận thông, đoạn (cắt đứt) nhân ngã, thoát ra khỏi sanh tử. Nếu pháp môn niệm Phật phải đoạn dứt kiến hoặc và tư hoặc rồi mới thoát ly ra khỏi sanh tử luân hồi thì cũng khó giống như chứng A La Hán, tại sao lại nói là pháp môn dễ tu, là con đường tắt nhất? Đương nhiên là không cần đạt đến trình độ đoạn kiến hoặc và tư hoặc, vãng

sanh Cực Lạc Phạm Thánh Đồng Cư Độ không cần đạt đến “*sự nhất tâm*”. Nếu có thể đạt được thì càng tốt, có thể sanh về Phương Tiện Hữu Dư Độ. Nếu chứng được “*lý nhất tâm*”, phá một phần vô minh, thì có thể chứng một phần pháp thân, sanh về Thật Báo Trang Nghiêm Độ (quốc độ của Bồ Tát), một phần chứng được Thường Tịch Quang Độ.

Chúng ta căn cứ vào “*hệ niệm bất loạn*” trong bản dịch của Huyền Trang pháp sư và “*nhất hướng chuyên niệm*” trong kinh Vô Lượng Thọ thì có thể khẳng định rằng nhất hướng chuyên niệm là điều kiện cần thiết phải có. Chuyên nghĩa là chuyên nhất không thay đổi và cũng là chuyên tâm trì niệm và hệ niệm bất loạn.

Dĩ nhiên nếu đạt đến nhất tâm bất loạn thì vãng sanh thượng phẩm càng tốt. Nhưng nếu chưa được nhất tâm trước hết phải chuyên niệm. Chuyên nhất bất biến là nói với những người thường thay đổi ý kiến. Ở núi này trông núi nọ, họ không thể vừa lòng với pháp môn tu niệm của mình. Hôm nay muốn tham thiền, ngày mai muốn học trì chú; niệm Phật được hai ngày rồi lại muốn học khí công. Những người này học môn gì cũng luống công. Chúng ta là Phật tử thì phải nghe theo lời dạy của đức Phật, tu hành thời mạt pháp chỉ có pháp môn niệm Phật là có thể giải thoát, phải nên nhất hướng chuyên niệm A Di Đà Phật.

**[Chưa được không loạn,
Trước học thành phiền]**

Không thể làm được một chút cũng không loạn thì trước hết phải làm thành phiền. Bạn không thể không tán loạn nhưng mà bạn có mấy chục câu niệm thành một phiền, trong mấy chục câu này không có tạp niệm. Đây là tình trạng của người chân thật dụng công. Một hôm có một người nói với tôi rằng anh không thể tìm ra được hai câu Phật hiệu niệm được thanh tịnh hết. Tôi nói với anh rằng anh nói thiệt không sai tí nào. Cho nên chúng ta phải kiên quyết chân thật niệm, trước hết phải niệm thành phiền.

[Thiệt là chuyên cần]
(phải thiệt chuyên cần)
“*Nếu trời không lạnh thấu xương
Làm sao mai nở rực mùi hương*”.

Lạnh thấu xương không phải là chuyện nhỏ. Chúng ta đã trầm luân trong biển sanh tử không biết bao nhiêu kiếp rồi. Đức Phật có nói: “*Chỉ tính những khi làm chó trắng, xương của tôi cũng cao bằng núi Tu Di*”. Luân chuyển trong lục đạo vô lượng kiếp sanh tử, bây giờ phải chuyển biến lại ngay trong đời này không đi luân hồi nữa. Đây là một chuyện vô cùng trọng đại mà chúng ta không thể nào không giải quyết cho xong. Chuyện này rất quan trọng, những chuyện khác đều là trò chơi của trẻ con, đều là bọt bong bóng, như mộng huyễn bào ảnh, dầu cho tốt đẹp mấy đi nữa thì cũng là bọt bong bóng. Cho dù rất đẹp nhưng mà qua một phút chốc thì nó nhất định phải vỡ tan. Tôi năm nay gần tám mươi tuổi rồi, chớp mắt là phải vỡ tan. Tất cả đều là khổ không vô thường, cho nên phải chân cần chân chuyên. Có người cái gì cũng tu một chút, trong lúc tĩnh tọa lại tưởng tham thiền, đang lúc niệm Phật lại muốn đi học trì chú, muốn niệm Di Đà, rồi muốn niệm Địa Tạng, niệm Quán Âm Bồ Tát. Đây không phải là tu thiệt mà là pha trò vui chơi. Chân cần chân chuyên thì công hiệu tự nhiên có thể thấy được. [Hiệu quả tự thấy. Không phải hỏi người. Hãy xin tự xét]. Cũng như người uống nước, lạnh nóng thì tự biết.

Bài thứ hai: THÂM DIỆU THIỀN KỆ

Nguyên văn

Hữu đại phước đức thi niệm Phật
Phát Bồ Đề tâm tu thập thiện

Phật thuyết vô thượng thâm diệu thiên
Thiền nhân đương tác thiền pháp khán
Tứ nghi trang nghiêm tam nghiệp tịnh
Kiêm thủ trọng giới vật thiếu phạm
Đả phá nhân ngã thị phi quan
Phóng hạ sanh bình nhân tri kiến
Đàm huyền thuyết diệu bất tương can
Tam tự chân truyền lão thật niệm
Chỉ thử tức thị trường dạ đặng
Khổ hải từ hàng trăm ma kiếm
Yêu bạt đa kiếp sanh tử căn
Trực biên thử thân tác ngại hán
Ngũ tông bát giáo nhất cú thâm
Thiết mặc niệm ngoại mịch phương tiện
Quá hoãn quá cấp đồng thị bệnh
Cường tuồng nhất tâm tâm dụ loạn
Chí kiên như cương khí như miên
Bất gián bất tạp tự thành phiền
Nhân tâm quả Phật hổ cảm ứng
Căn thân khí giới tiềm chuyển hoán
Phiền não vi phục niệm bất nhất
Tập khí bất trừ Phật bất hiện
Thiên vạn cú như nhất cú thời
Hà sâu bất kiến Di Đà diện
Thử sự phi dị diệc phi nan
Tam muội toàn bằng Tín Nguyện Hạnh

Tạm dịch

Có đại phước đức mới niệm Phật
Phát Bồ Đề tâm tu thập thiện
Phật nói vô thượng thâm diệu thiên
Người thường xem như pháp nông cạn
Oai nghi trang nghiêm nghiệp thanh tịnh
Kiên quyết giữ giới đừng để phạm
Phá bỏ cửa nhân ngã thị phi
Buông bỏ bình sanh điều hiểu biết
Nói huyền nói diệu không liên can
Ba chữ chân truyền thật thà niệm
Đó là cây đèn trong đêm tối
Thuyền trong biển khổ kiếm chém ma
Nhỏ gốc sanh tử trong nhiều kiếp
Liều thân này làm kẻ ngu ngốc
Năm tông tám giáo một câu tóm
Đừng ở ngoài niệm tìm phương tiện
Chậm quá nhanh quá đều là bệnh
Càng mong nhất tâm tâm càng loạn
Chí cứng như sắt, dạ như tơ
Không gián không tạp tự thành phiền

Nhân tâm quả Phật cùng cảm ứng
Thân thể cảnh giới dần chuyển biến
Phiền não chưa dứt niệm không nhất
Tập khí không trừ Phật không hiện
Lúc ngàn vạn câu như một câu
Đâu lo không thấy mặt Di Đà.
Chuyện này không dễ cũng không khó
Tam muội đều nhờ Tín Nguyện Hạnh

Nội dung của bài thứ hai này là thâm diệu thiên. Tại sao lại nói là thiên? Trong kinh Đại Tập có nói:

**“Nhược nhân đản niệm A Di Đà,
Thị danh vô thượng thâm diệu thiên”**

Tạm dịch :

**Nếu có người chỉ niệm A Di Đà,
Đó là vô cùng vi diệu thiên.**

Không những là thiên mà là thiên thâm sâu, thiên vi diệu, mà còn là thiên vô thượng thâm diệu. Giới trí thức ở Trung Quốc thời xưa (giai cấp sĩ đại phu) rất hâm mộ Thiên Tông, khinh rẻ Tịnh Độ, cho rằng chỉ có Thiên Tông mới là pháp cao thâm huyền diệu, Tịnh Độ chỉ dành cho hạng ngu phu ngu phụ (ông già bà cả lẩm cẩm). Thật ra nhận thức này của họ rất điên đảo, cũng như người mù con của ông nhà giàu, thân đang ở trong cửa giàu sang mà bị của cải giàu sang làm tổn hại. Ngoài ra còn có rất nhiều người tu lâu rồi nhưng không thành công, trở nên tiêu cực, cho là mình cái gì cũng không được. Xem kinh cũng không khế nhập, càng không có trình độ để tham thiên, học Mật Tông thì còn nhiều chỗ hoài nghi, pháp môn nào họ cũng không theo được cho nên chỉ còn cách niệm Phật thôi! Người có quan điểm như vậy tuy là tu Tịnh Độ, nhưng mà đối với Tịnh Tông không có nhận thức và quan niệm chính xác.

Vô thượng thâm diệu thiên này ở đây là chỉ Bát Nhã trong Lục Độ. Phần đông khi nói đến Thiên định là chỉ năm thứ đầu tiên trong Lục Độ. Tất cả đều dùng chữ Thiên nhưng lại có sự sai biệt rất lớn. Kinh giáo nói năm độ đầu (Bồ Thái, Trì Giới, Nhẫn Nhục, Tinh Tấn, và Thiên Định) như là người mù, đến Bát Nhã mới có mắt, mới có thể thấy được vạn vật trong trời đất. Ở đây nói thâm diệu thiên không phải là muốn đề xướng mọi người đi tham thiên, mà là nói bạn đang niệm Phật thì cũng là đang tham vô thượng thâm diệu thiên.

[Có đại phước đức mới niệm Phật] (Hữu đại phước đức mới niệm Phật)]. Câu đầu tiên cũng như tiếng sư tử hống (hét) làm chấn động trăm loài thú. Nói cho những người coi thường Tịnh Độ, đừng tưởng rằng ngu phu ngu phụ đều có thể niệm Phật rồi khinh rẻ Tịnh Độ. Những người tu Tịnh Độ cũng đừng cho rằng căn khí của mình thấp, không có khả năng tu pháp môn khác, không có biện pháp cho nên mới tu Tịnh Độ. Nên biết chỉ có người có “đại phước đức” mới có thể tin sâu pháp môn niệm Phật rồi mới niệm Phật được. Cho nên chúng ta phải càng tin tưởng hơn. Trong kinh Vô Lượng Thọ có nói: **“Nhược bất vãng tích tu phước huệ, ư thử chánh pháp bất năng văn, nghĩa là “Nếu nhiều đời trước không có tu phước huệ sâu dày thì không thể nghe được pháp môn niệm Phật này, cho dù chỉ là tạm thời nghe đến một chút thôi cũng không thể được”**. Cho nên câu này rất hay, bạn phải đề cao tinh thần, nâng cao dũng khí, phải có đầy đủ tự tin, pháp môn vô cùng thù thắng này hôm nay chúng ta có duyên gặp được thì chúng ta phải quý trọng.

[Phát Bồ Đề tâm tu thập thiện] Kinh Vô Lượng Thọ nói **ba bậc vãng sanh đều phải phát Bồ Đề tâm nhất hướng chuyên niệm**. Phát Bồ Đề tâm được nói rất tường tận trong **“Tịnh Tông tâm yếu”**, ở đây giới thiệu giản lược như sau: Bồ Đề tâm là tâm kết hợp lại từ tâm đại trí huệ, đại từ bi, và đại nguyện lực. Kinh

Hoa Nghiêm nói ba tâm này cũng như đèn dầu cúng Phật, phải có dầu, tim đèn, và ánh sáng, ba thứ thiếu một thì không được. Đây là nói Bồ Đề tâm là đèn, trí huệ từ bi và nguyện lực ba thứ kết hợp lại làm thành đèn cúng Phật. Chúng ta thường niệm tứ hoằng thệ nguyện: *“Chúng sanh vô tận thệ nguyện độ, phiền não vô biên thệ nguyện đoạn, pháp môn vô lượng thệ nguyện học, Phật đạo vô thượng thệ nguyện chứng”*, đây là thuận theo **“sự”** phát tâm. Thuận theo **“lý”** phát tâm thì sao, đó là như kinh Kim Cang nói *“Độ vô lượng vô biên chúng sanh, mà thật không một chúng sanh được độ”*. Đây đều là phá pháp chấp. Bạn cả ngày độ sanh nhưng không có tướng mình độ sanh. Phải phát khởi tâm Bồ Đề và có đầy trí huệ sâu rộng như vậy.

[Tu thập thiện]. Nói chung, giáo pháp của đức Thế Tôn lấy pháp Tam Thừa cộng vào Thiên Thừa và Nhân Thừa làm thành Ngũ Thừa. Đây là sự giáo hóa toàn bộ của đức Phật. Quyết không có người càng ngày càng giác ngộ mà còn làm ác như cũ. Nếu họ nói giác ngộ là họ nói láo, người không làm chuyện tốt mà đòi thành Phật, đây là chuyện khôi hài. Tu hành là chuyện của thiện nam tử, thiện nữ nhân làm, mọi người đều dứt ác tu thiện. Giữ ngũ giới thì được thân người, tu thập thiện thì được sanh cõi trời. Đối ngược với thập thiện là thập ác. Ba điều ác của thân: sát sanh, trộm cắp, và tà dâm. Bốn điều ác của miệng: nói láo, nói lời thù ghét, nói lưỡi hai chiều, và nói lời ác độc. Ba điều ác của ý: **tham, sân** và **si**. Thập thiện là không làm thập ác và chặn đứng điều ác, không sát sanh mà còn phóng sanh, không tham mà còn bố thí. Bởi vậy nói tu thập thiện sanh cõi trời đâu có dễ, tại vì đây hoàn toàn dựa vào sức lực của chính mình. Niệm Phật phát nguyện vãng sanh có Phật lực gia trì; nhưng cũng không thể nói tôi niệm Phật chuyện thiện này tôi có thể không làm, như vậy là sai lầm. Không chịu làm việc thiện để làm lợi ích cho người khác thì có Bồ Đề tâm không? Nếu không phát Bồ Đề tâm thì có thể vãng sanh không? Bởi vậy cho nên phải tu thiện. Niệm Phật là chánh hạnh, chúng ta phải bỏ tấc bằng thiệt nhiều trợ hạnh. Kinh Vô Lượng Thọ nói rất tường tận, thế gian chúng ta có năm thứ ác, năm thứ thống khổ, năm thứ thiêu đốt. Năm thứ ác là sát sanh, trộm cắp, tà dâm, nói láo, và uống rượu (nói rộng ra là thập ác). Đòi hiện tại chịu ác báo là năm thứ thống khổ. Đòi sau phải vô địa ngục là năm thứ thiêu đốt. Trong kinh không ngừng khuyên răn và khuyến khích người đời phải tu thập thiện.

[Phật nói vô thượng thâm diệu thiên (Phật thuyết vô thượng thâm diệu thiên)

Người thường xem như pháp nông cạn (Thiền nhân đương tác thiền pháp khán)]

Phật nói niệm Phật A Di Đà là vô thượng thâm diệu thiên. Nhưng mà có nhiều người ngược lại nói niệm Phật là pháp thô thiển. Thiệt ra cái gì thô thiển vậy? Chính là người nói rằng niệm Phật là pháp thô thiển, họ là thô thiển. Tại vì chính họ nông cạn cho nên nói pháp niệm Phật là nông cạn. Bởi vậy chúng ta phải phát tâm ít có (hy hữu tâm) này, có thể nghe đến pháp môn này, có thể tin đến pháp môn này đều là thiện căn thiện duyên tích lũy từ nhiều kiếp mà có. Chúng ta phải trân trọng phải gắng sức, lúc này mặt trời chưa lặn hãy mau đi về nhà.

[Oai nghi trang nghiêm nghiệp thanh tịnh (Tứ nghi trang nghiêm tam nghiệp tịnh)

Kiên quyết giữ giới đừng để phạm (kiên thủ trọng giới vật thiếu phạm)]

Tứ nghi là bốn oai nghi: đi, đứng, nằm, ngồi. Chúng ta là người niệm Phật trong bốn oai nghi này phải đoạn chánh thân tâm làm cho trang nghiêm. Tam nghiệp là thân khẩu ý, tất cả đều phải thanh tịnh không ô nhiễm. Trước hết là không được phạm các giới chánh (trọng giới). Trong các giới lợi hại nhất là báng pháp (hủy báng chánh pháp). Thí dụ nói Phật pháp là giả, sự báng pháp này thì chúng ta không có nói. Nhưng mà chúng ta cũng có khi báng pháp, nhiều lúc bạn hòa theo người nói kinh điển nào đó là giả. Người đó thiệt là một thiện tri thức, có người phỉ báng, bạn lại phụ họa vào và nói người đó thiếu đạo đức. Tất cả những chuyện như vậy đều là báng pháp. Cố ý nói thêm thì cũng không tốt. Nói thêm không đúng sự thật là *“tăng ích báng”*, cố ý nói ít đi là *“giảm tổn báng”*. Tội báng pháp rất nặng, nhất là người thọ giới

rồi làm chuyện ác thì so với người không thọ giới tội còn nặng hơn nữa. Người không thọ giới giết chết ông Trương Tam, tương lai bị Trương Tam giết lại thì huê. Người thọ giới thì khác, phá bốn trọng giới là tội địa ngục. Nếu bạn phạm giới sát, bạn bị người đó giết lại thì tất nhiên rồi, nhưng mà bạn phải đọa địa ngục, lên núi đao xuống vạc dầu. Cho nên chúng ta thọ giới rồi không thể không nghiên cứu giới, không thể không hiểu rõ giới luật. Phải giữ giới, không được vi phạm. Nếu phá giới, thì bạn là đồ dùng bị lũng lỗ (lậu). Như cái chén bị lũng lỗ, trong chén đựng đầy nước được một lúc thì nước chảy thoát hết. Cho nên “*kiên thủ trọng giới*” bốn chữ này phải nhớ kỹ trong tâm.

**[Phá bỏ cửa nhân ngã thị phi
Buông bỏ bình sanh điều hiểu biết]**

Có ta có người thì có thị phi, có thị phi thì có thương ghét lấy bỏ, các thứ đối đãi không giống nhau, các thứ phân biệt đúng sai. Từ đó sanh ra muôn thứ phiền não không có ai thoát ra được, cho nên gọi là cái cửa (quan). Đây giống như cái lao ngục ở dưới đất vậy, một mình làm “*tượng tùy táng*” (tượng người dùng để chôn theo vua). Nguyên do của những chuyện ác đều từ một chữ “*ngã*” (tôi) làm ra. Có ta là có người, vĩnh viễn không có lối thoát ra, cho nên xưng là “*quan*”. Những chuyện thị phi này không có cách gì mà trốn thoát được. Người xuất gia có ai biết được ở trong chùa những chuyện thị phi này có ít hơn ở ngoài thế gian không? Cho nên nói, ôi chao, nếu biết trước như vậy thì chúng ta không xuất gia còn hơn. Những thứ nhân ngã thị phi này không những người tại gia có, người xuất gia cũng có. Cái cửa thị phi này, tức là tôi đúng anh sai, thị thị phi phi không phá được thì không thể nào tu hành được.

Bước thêm một bước nữa, [Buông bỏ bình sanh điều hiểu biết] trong đầu chứa đầy những thứ tri kiến không cần đến, tự cho là mình rất có học thức, thiệt ra chỉ là một số tà kiến. ***Nên buông bỏ hết những thứ này, quét sạch hết. Phải dụng công phu trên chữ “xả”. Xả là xả bỏ những thứ tri kiến (sự hiểu biết) không cần thiết này.*** Nhưng mà chữ xả này rất khó, xả thân dễ, xả bỏ tri kiến rất khó. Trong thơ của thầy Hạ đều chỉ rõ ra những thứ cứu mạng căn bản này.

**[Nói huyền nói diệu không liên can (Đàm huyền thuyết diệu bất tương can)
Ba chữ chánh truyền thật thà niệm (Tam tự chánh truyền lão thật niệm)]**

Miệng nói huyền mà tâm chưa thấu rõ, lời nói cao siêu mà hành vi xấu xa, cho dù ăn nói rất lưu loát, viết sách nổi tiếng, được danh xưng Phật học tiến sĩ danh dự, đối với người và đối với mình có gì thật ích, đối với sanh tử đại sự hoàn toàn không có liên can gì. Sự hiểu biết càng nhiều chướng ngại về “*lý thể*” càng sâu, so với những phiền não và chướng ngại về “*sự*” càng khó diệt trừ. Nói chung là lấy dây tự trói mình, muốn tiến lên ngược lại bị tụt xuống. Người chân thật dĩ nhiên không chịu như vậy mà còn phát tâm Vô Thượng Bồ Đề, noi theo lời dạy của đức Phật Thích Ca và Di Đà nguyện hải, chỉ tu niệm Phật. Trong diệu pháp niệm Phật chỉ tu trì danh niệm Phật, duy chỉ thật thà niệm một câu hồng danh. ***Không cầu nhất tâm, không trừ vọng tưởng, không tham tịnh cảnh, không tham (niệm Phật) là ai*** (Bốn điều trên đây được xưng là bốn bí quyết của pháp niệm Phật). Chỉ là một câu Nam mô A Di Đà Phật, câu sau nối liền theo câu trước. Đây chính là vô thượng thâm diệu thiền, đây mới là chân truyền của đức Phật Thích Ca. Thiện Đạo đại sư có nói: “*Nguyên do đức Phật Thích Ca xuất hiện ở thế gian chúng ta cũng chỉ là muốn nói Di Đà bổn nguyện hải*”. Ngẫu Ích đại sư nói: “*Một câu niệm Phật hiệu là pháp A Nậu Đa La Tam Miệu Tam Bồ Đề mà đức Thế Tôn đắc được*”. Chỉ có thiệt niệm Phật mới là chân truyền của tất cả giáo pháp.

**[Đó là cây đèn trong đêm tối
Thuyền trong biển khổ, kiếm chém ma]**

Chỉ có thiệt thà niệm Phật là cây đèn chiếu sáng trong đêm dài đen tối của chúng sanh, là con thuyền ra

khỏi biển khổ, cây bảo kiếm “kim cang vương” chém trừ ma chướng. Quan trọng là ở chữ “thiệt thà” (lão thật), người đời coi thường “thiệt thà và bình thường”. Tịnh ngữ có câu: “Đạo tại bình thường trung, tích quân vi hiểu thử, tạm dịch: “đạo là ở trong bình thường, tiếc là người thường không hiểu”.

**[(Nếu muốn) Nhỏ gốc sanh tử trong nhiều kiếp
(Phải) Liều thân này làm kẻ ngu ngốc]**

Chúng ta được sanh làm người, được nghe Phật pháp, được tin pháp môn Tịnh Độ, thật là nhờ nhiều đời tu hành mới có được. Chúng ta đã là tu hành nhiều kiếp, tại sao hôm nay còn lưu lạc trong chốn luân hồi, trong biển sanh tử trôi lên, lặn xuống? Cũng tại vì gốc rễ căn bản của sanh tử rất khó diệt trừ. Bởi vậy cho nên **chúng ta phải phát chí nguyện lớn, quyết định ngay trong đời này, nhỏ tận gốc rễ căn bản của sanh tử trong nhiều kiếp.** Đây là chí lớn thấu trời cao, là chuyện vĩ đại chưa từng xảy ra trong nhiều kiếp, đại tâm muốn tự giác và giác tha, cho nên phải liều mạng không lo đến thân này để diệt trừ mọi sự khó khăn. Cũng như trong vòng bao vây trùng điệp của quân địch liều mạng tìm ra một con đường thoát thân. Đây là cuộc chiến đấu giữa nghiệp lực và ta (chân tâm). Phải dùng võ khí thiệt, không phải đánh giá vờ biểu diễn trên sân khấu, cho nên phải liều mạng này làm như một kẻ ngu ngốc, không làm một người thông minh mưu kế xảo quyệt. Họ từng giờ từng phút cũng đều đầu cơ thủ xảo, xem xét tình thế, kết giao với quyền quý, đoạt danh lợi, gạt gẫm người, không ngừng dùng các thứ mưu kế, đến cuối cùng thì người chịu thiệt thòi cũng là mình mà thôi. Người muốn cùng chúng sanh thoát biển khổ sanh tử tất nhiên phải diệt trừ những hành vi này, mặc cho người đời chê cười mình là một kẻ ngu ngốc thì cũng không hối hận. Thiền sư Tống Cao Phong (thầy của quốc sư Nguyên Trung Phong) vì tham câu thoại đầu “*khi không nằm mộng, chủ nhân Ông ở tại đâu để an thân lập mạng*”, nên thề là: “*Liều một đời này làm kẻ ngu ngốc, quyết phải hiểu rõ ngay trong lúc này*”. Quả nhiên năm năm sau ngài đại triệt đại ngộ.

**[(Năm tông Tám giáo một câu tóm (Ngũ tông Bát giáo nhất cú thâm)
Đừng ở ngoài niệm tìm phương tiện (Thiết mặc niệm ngoại mịch phương tiện)]**

Năm tông là Thiền Tông “*Một hoa nở năm cánh*” (Nhất hoa khai ngũ diệp). Năm tông là phái Lâm Tế, Tào Động, Quy Ngưỡng, Vân Môn, Pháp Nhãn. Bát giáo là Giáo hạ, Thiền Thai tông lập ra Hóa pháp tứ giáo: Tạng, Thông, Biệt, Viên và Hóa nghi tứ giáo: Đốn, Tiệm, Bí Mật và Bất Định, tổng cộng là tám giáo. Năm tông trong Thiền Tông và tám giáo trong Giáo hạ đều tóm thâm trong câu Phật hiệu này. Ngẫu Ích đại sư nói:

“Tam Tạng mười hai bộ kinh luận, tất cả giới luật, và Thiền tông một ngàn bảy trăm công án cũng đều ở gọn trong câu Phật hiệu này”. Lại nói **tất cả thiền định cũng đều nằm trong câu Phật hiệu này, cho nên mới biết câu Phật hiệu này có đầy đủ công đức, tức là tổng trì đà la ni.** Cho nên tuyệt đối không nên trong khi niệm Phật lại đi tìm những pháp môn cao siêu, tìm con đường phương tiện nào nữa, đó đều là tự làm khổ mình (dung nhân tự nhiễu).

**[Chậm quá nhanh quá đều là bệnh
Càng mong nhất tâm tâm càng loạn]**

Bài trước nói âm thanh niệm Phật lớn nhỏ, tiết tấu không nên gián đoạn. Đoạn này nói niệm không được quá nhanh hoặc quá chậm. Quá chậm thì vọng tưởng dễ khởi lên và tạo nên “*bệnh nuôi dưỡng thức*”. Quá nhanh thì dễ khấn trương, tai nghe tiếng niệm Phật không rõ ràng ảnh hưởng rất lớn. Bởi vậy cho nên chậm quá và nhanh quá đều không tốt, phải biết điều hòa tốc độ cho thích hợp. Phương pháp thường có hiệu quả là mới bắt đầu thì niệm chậm một chút, từ từ niệm nhanh lên, cho đến khi không nhanh hơn được nữa thì dừng lại, rồi sau đó bắt đầu trở lại từ đầu. Lúc niệm không trừ vọng tưởng, không cầu nhất

tâm. Đây là nội dung chính của bốn bí quyết niệm Phật. Tú tài Trương Chuyết đời Đường có câu thơ rất nổi tiếng: “*Dục đoạn vọng tưởng trọng tăng bịnh*” (tạm dịch Càng muốn trừ vọng tưởng càng thêm tệ). Tại vì càng muốn trừ vọng tưởng thì là “*trừ một cộng thêm hai*”. Cùng một đạo lý như vậy là không cầu nhất tâm. Đang lúc niệm Phật thì không cầu nhất tâm hoặc là phân biệt tính toán xem xét coi mình được nhất tâm chưa. Đây không còn là “*thật thà niệm*” mà là hữu vi pháp.

[Chí cứng như sắt, dạ như tơ

(Chí kiên như cương khí như miên)

Không gián không tạp tự thành phiến

(Bất gián bất tạp tự thành phiến)]

Thệ nguyện phải cứng rắn như sắt thép. Lúc đức Phật Di Đà còn ở thời kỳ tu nhân có phát nguyện là: “*Cho dù thân này có mất trong sự khổ thì nguyện tâm cũng vĩnh viễn không thoái chuyển*”, đây là dạy cho chúng ta câu “*Chí cứng như sắt*”. Chí phải cứng rắn nhưng tâm phải nhu nhuyễn. Nếu cố chấp ý kiến của mình thì trở thành người cang cường khó giáo hoá, họa hại không gì hơn. Trong kinh Vô Lượng Thọ có nói người ở cõi Cực Lạc có “*thân tâm nhu nhuyễn*”. Khí như miên là nói tâm ý nhu nhuyễn, tự nhiên dễ được giáo hoá.

Trong lúc niệm Phật không được gián đoạn và tạp loạn. Không gián không tạp (không gián đoạn và không tạp loạn) thì niệm Phật tự nhiên dễ thành phiến. Nếu đạt được nhất tâm bất loạn thì tất phải đạt được Niệm Phật Bảo Vương tam muội.

[Nhân tâm quả Phật cùng cảm ứng

Thân thể cảnh giới dần chuyển biến]

Chúng ta niệm Phật là tu hành trong nhân địa (thời gian tu nhân của Bồ Tát). Cái tâm của chúng ta hiện tại đang niệm Phật là cái tâm trong nhân địa gọi là “*nhân tâm*”. Cái niệm chúng ta đang niệm là Phật A Di Đà, Phật là vị đã đắc quả Giác Ngộ gọi là “*quả Phật*”. Lúc chúng ta niệm Phật, “*nhân tâm*” của chúng ta và “*quả Phật*” của Phật A Di Đà hỗ tương cảm ứng lẫn nhau. Trong tâm của chúng ta bao gồm vạn đức của Phật A Di Đà. Tâm của Phật trùm khắp mọi nơi (biển mênh mông nhất thiết xứ); chúng ta đang niệm Phật là niệm trong tâm Phật, Như Lai đều thấy đều biết, không có chút nào có thể làm giả dối được. Hơn nữa, tâm của chúng ta và tâm của Phật cũng đều trùm khắp mọi nơi, cho nên Phật cũng có ở trong tâm của chúng ta. Tại vì sao chúng ta có thể niệm Phật được? Tại vì Phật đang niệm chúng ta, Phật đang nhiếp thọ chúng ta đó. Nếu Phật không nhiếp thọ thì chúng ta bị phiền não trói buộc không thể niệm Phật được. Lúc chúng ta niệm Phật là lúc Phật niệm chúng ta, nhân tâm quả Phật cảm niệm lẫn nhau, cảm ứng đạo giao thì không thể nghĩ bàn. Cho nên từ từ làm cho căn thân (mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, và ý) và cảnh giới bên ngoài của chúng ta dần dần thay đổi, tự nhiên chuyển hóa cải tiến. Cho nên mới nói [Thân thể cảnh giới dần chuyển biến (Căn thân khí giới tiềm chuyển hoá)]. Khí giới là tất cả vạn vật, núi sông đại địa, lớn tới cả thế giới, nhỏ thì đến hạt bụi (vi trần). Tất cả mọi thứ này trong lúc chúng ta niệm Phật, tự nhiên không hay không biết dần dần thay đổi chuyển biến (trở nên tốt).

Chuyện này còn khó hiểu hơn chuyện thân tâm của chúng ta tùy theo tự tâm và chỗ cảm ứng của chư Phật mà tạo nên những sự biến hóa. Nên biết tự tâm và ngoại vật là không hai. Kinh Hoa Nghiêm có nói: “*tri nhất thiết pháp giai thị tự tâm*”, tạm dịch là “*Biến tất cả các pháp đều là tự tâm*”. Khởi Tín Luận nói: “*Tam giới hư vi, duy tâm sở tác*”, tạm dịch “*Tam giới tất cả đều do tâm tạo*”. Duy Thức Xu Yếu nói: “*Chư cảnh vô thể, tùy chấp nhi sanh, nhân tự tâm sanh, hoàn dữ tâm vi tương*”. Tất cả đều giải thích rõ đạo lý “*tâm vật không hai, vật và ta là một*”. Cổ Thiên Sư nói: “*Khấp đại địa cũng như một con mắt của sa môn*”, nghĩa là nói cả quả địa cầu này là một con mắt của ông sư. Mặt đất bao la vậy cũng chỉ là một

con mắt của tự thân, lúc niệm Phật là “*nhân tâm*” và “*quả Phật*” cảm ứng lẫn nhau. Tất cả nhật nguyệt, tinh tú, nam nữ, già trẻ bao gồm trong “*nhân tâm*” làm sao không chịu sự cảm hóa của “*nhân tâm*”? Cho nên người thiết tình dụng công thì tất cả thế giới vạn vật đều chuyển biến trở nên tốt đẹp hơn, trở nên thích hợp hơn, càng chuyển biến thành thích hợp với bạn và sự tu hành của bạn. Thí dụ có người là vì oan nợ đến gặp bạn, bạn niệm Phật thì từ từ oan nợ của bạn và người đó được hóa giải. Chúng ta nên biết một địa phương nào có người dụng công, nguyên vùng đó sẽ được lợi ích. Chúng ta đừng cho rằng niệm Phật là tiêu cực ích kỷ, một người niệm Phật chân chánh tạo phước cho cả vùng đó. Không những họ tạo phước cho vùng đó, mà còn tạo phước cho cả địa cầu, họ còn tạo phước cho cả pháp giới luôn. Tất cả không có gì là không thể chuyển biến được. Cho nên chúng ta có chuyện phiền não gì thì đều nên chăm chỉ niệm Phật hiệu này. Nhưng mà tại sao những chuyện phiền não này luôn tìm đến phá khuấy bạn hoài vậy? Tại vì bạn dụng công không được đắc lực. Nếu bạn dụng công đắc lực rồi thì nó sẽ không phá khuấy bạn nữa. Tất cả ta và mọi người, tất cả thế giới đều từ từ âm thầm thay đổi. Cho nên người xưa khi đi đến một địa phương lạ, họ làm sao biết được chỗ đó có người hiền đức? Họ biết được là nhờ xem xét cây cối sông núi cảnh vật ở đó, nếu quả là có người đắc đạo ở chỗ đó, tất cả vạn vật ở đó đều khác hẳn.

***[Phiền não chưa dứt niệm không nhất
Tập khí không trừ Phật không hiện]***

Phiền não tích lũy từ nhiều đời nhiều kiếp nên rất khó phá trừ. Nếu chưa đoạn trừ được trước hết phải đề dè dẹp nó. Cũng như một ly nước đục có quá nhiều chất đục không thể dùng được. Cho nên phải để yên cho chất đục lắng xuống đáy. Nước ở trên trong rồi thì có thể dùng được. Nước trong là thí dụ cho tâm niệm chuyên nhất. Chất dơ bẩn chưa lắng xuống cũng tỷ như phiền não chưa đề dè. Lý tự nhiên là như vậy không thể miễn cưỡng. Những thói quen xấu tích tụ lâu còn lại thì gọi là tập khí. Thí dụ như hạt giống sâu hoặc của tôn giả Xá Lợi Phất đã cắt đứt, nhưng cũng còn để phát nộ (giận), đây gọi là tập khí. Thầy Hạ có hai câu khai thị rất hay “***Tri giới niệm Phật xem kinh giáo, xét sai lỗi cũ đừng tự gạt***”, cho nên mới biết tập khí lỗi cũ rất quan trọng. Hoàn toàn trừ hết tập khí chỉ có Phật mới làm được, cho nên ở đây nói trừ tập khí không phải trừ dứt hết, mà là muốn bạn tích cực diệt trừ nó. Phật là người giác ngộ “*Phật hiện*” nói theo cách thông thường ở đây là nói Phật hiện hào quang, nhưng càng quan trọng hơn là chỉ cái tâm đại giác. Cái tâm đại giác này không thể hiện ra được nếu tập khí không dứt trừ.

***[Lúc ngàn vạn câu như một câu
Đâu lo không thấy mặt Di Đà]***

Có hai cách giải thích:

1. Niệm một ngàn một vạn câu Phật hiệu cũng rõ rõ ràng ràng giống như lúc chỉ niệm một câu, không có tạp niệm. Niệm một câu rất rõ ràng, người niệm Phật cũng có khi được như vậy nhưng mà kéo dài đến một ngàn một vạn câu đều thanh tịnh giống như vậy, tự nhiên vắng sanh Cực Lạc thế giới, hoa nở thấy Phật, còn lo buồn cái gì, còn lo sợ không thấy Phật Di Đà sao?

2. Một ngàn một vạn câu giống như một câu. Một câu này cũng giống như một ngàn một vạn câu, bỏ hết số lượng. Nhứt đa tương tức (nhiều ít gì cũng giống nhau) (một tức là nhiều, nhiều tức là một), vượt ra khỏi “*tinh*” ra khỏi “*kiến giải*”, không thể nghĩ bàn. Tại vì không thể nghĩ bàn, tôi đương nhiên không viết nhiều nữa, không vẽ thêm chân vào hình con rắn nữa.

***[Chuyện này không dễ cũng không khó
Tam muội đều nhờ Tín Nguyện Hạnh]***

Cả nhà Bàng cư sĩ đời Đường rất được sùng bái trong Thiên tông.

Ông Bàng nói: “Nan bất nan, bách đảm ma dầu thọ thượng thán?”, tạm dịch “khó hay không khó, một trăm gánh dầu mè đặt để trên cây?”

Bà Bàng đáp: “Bách thảo đầu thượng tổ sư ý”, tạm dịch: “Trên trăm ngọn cỏ tổ sư ý”.

Người con gái tên Linh Chiêu nói: “Bất nan diệc bất dị, nga lai thực phạn khốn lai thù”, tạm dịch: “Không khó cũng không dễ, đói thì ăn cơm mệt thì ngủ”.

Lão thật niệm Phật tức là vô thượng thâm diệu thiên.

“Bồng đả thạch nhân đầu, bộc bộc luận thật sự”, tạm dịch: “Gậy đánh đầu người đá, phô bày rõ sự thật này”. Ai nói với bạn khó với dễ, nếu nói khó và dễ, cổ Phật quá khứ đã qua lâu rồi.

Tam muội chỉ niệm Phật tam muội, là vua trong các thứ tam muội, cho nên xưng là Bảo Vương tam muội. Muốn chứng được tam muội này chỉ cần Tín Nguyện Hạnh, ba thứ tư lượng. Tín cần phải tin sâu, như sáu thứ tín của Ngẫu Ích đại sư nói, như chánh tín của Tiệt Lưu đại sư nói. Nguyện cần phải nguyện thiết tha, hạnh là thiết tha lão thật niệm Phật.

Bài thứ ba: LÃO THẬT NIỆM

Nguyên văn

Đán chỉ lão thật niệm
Bất tất vấn như hà
Mạc quản đồng dữ dị
Hưu luận tự dữ tha
Chỉ quý nguyện lực cường
Ná phạ vọng tưởng đa
Tán loạn cố thành bịnh
Phân biệt dị nhập ma
Cảnh duyên vô hảo xú
Phật hiệu nhất táo quá
Cú cú niệm năng chân
Quyết định xuất Sa Bà

Tạm dịch

Chỉ cần thật tha niệm
Không cần hỏi tại sao
Đừng lo giống và khác
Không luận mình và người
Chỉ quý nguyện lực mạnh
Không sợ vọng tưởng nhiều
Tán loạn nhiều thành bịnh
Phân biệt dễ vào ma
Cảnh duyên không tốt xấu
Phật hiệu đều quét sạch
Câu câu niệm được chân
Quyết định thoát Sa Bà.

Bài trước có nói: “*Ba chữ chân truyền thật thà niệm*” nên dùng bài “**Lão Thật Niệm**” để nối tiếp theo sau, chúng ta phải bắn trúng đích ở giữa hồng tâm, mới là người giỏi nhất trong những người nhận được thánh giáo.

**[Chỉ cần thật thà niệm
Không cần hỏi tại sao]**

Lão thật là rất bình thường, nhưng mà rất là hiếm có. Vào đời Đường, có người hỏi một bà lão đường lên núi Đài làm sao đi. Bà trả lời: “*Mạch trực khứ*”, tạm dịch “*Cứ đi thẳng*”. Nhiều người trong Thiên tông đều không “*hiểu*” bà được. Chữ “*mạch trực*” cũng giống như “*lão thật*”, cả hai đều rất bình thường, và cũng rất đặc biệt. Điều là điều ở chỗ không dành cho bạn chỗ nào để suy nghĩ. Nếu có chỗ để suy nghĩ thì không đúng. Niệm Phật và tham thiền đều là như vậy. Cho nên mở miệng nói câu đầu thì nói thẳng liền: “*Chỉ cần thật thà niệm*”, tuyệt đối là duy nhất chỉ có thật thà niệm Phật. Không có thể hỏi cái này hỏi cái nọ, nếu còn hỏi đông hỏi tây thì không còn thiệt thà nữa. Cho nên Tông môn có nói: “*Bất vấn như hà dữ nhược hà*” tạm dịch là : “*Không hỏi như sao và nếu sao*”.

**[Đừng lo giống và khác
Không luận mình và người (tự và tha)]**

Tông Hoa Nghiêm y cứ vào sáu tướng mà nói cái nghĩa “*pháp giới sự sự vô ngại*”. Sáu tướng là: tổng, biệt, đồng, dị, thành, và hoại. Sáu tướng này là từ thể tướng dùng ba phương diện mà thảo luận hàm nghĩa của bình đẳng và sai biệt. “**Đồng** và **dị**” là bình đẳng và sai biệt trên tướng. Thí dụ hình tướng của gạch ngói và cây gỗ đều không giống nhau, nhưng mà có thể hợp thành một gian nhà, hiển thị ra tướng “**đồng**”. Gạch ngói và cây gỗ mỗi thứ đều có hình tướng khác nhau, đây là tướng “**dị**”. Từ tướng “**đồng**” và “**dị**” mà có thể suy đoán cái “**tổng**” và “**biệt**” trên “**thể**” và “**sự**”, “**thành** và **hoại**” trên cái dụng. Cho nên ở đây dùng “**tổng**” và “**dị**” để làm đại biểu. “**Tự**” Phật và “**tha**” Phật. Tự mình nghĩa là tự, người khác nghĩa là tha. Thân tâm là tự, vạn vật là tha. Cho nên “**đồng**” và “**dị**” bao gồm tất cả sự bình đẳng và sai biệt của “**thể**”, “**tướng**”, và “**dụng**”. Tự, tha bao gồm hết tất cả sự đối lập và thống nhất của người, mình (nhân ngã) và tâm, vật. Tất cả đều không hỏi và không để ý đến, trong tâm đơn độc chỉ là một câu A Di Đà Phật; mỗi âm thanh của câu Phật hiệu này nối liền nhau, tự nhiên sẽ được thuần nhất và sáng tỏ.

**[Chỉ quý nguyện lực mạnh
Không sợ vọng tưởng nhiều]**

Trong quyển Di Đà Yếu Giải có nói: “*Phi tín bất túc khai nguyện, phi nguyện bất túc đạo hành, phi tri danh hiệu hạnh bất túc mãn sở nguyện, nhi chứng sở tín*” tạm dịch là:

“*Tin không đủ thì không thể phát nguyện được, nguyện không đủ thì không đủ để dẫn đạo hành trì, tri danh hiệu hạnh không đủ thì không thể làm tròn lời nguyện và chứng điều mình tin*”

Cho nên mới biết nguyện lực là nối tiếp và noi theo chữ tín và dẫn dắt theo diệu hạnh. Lại nói:

“Tin sâu phát nguyện tức là Vô Thượng Bồ Đề; tín nguyện như vậy đúng là kim chỉ nam của Tịnh Độ; nếu Tín Nguyện kiên cố, khi lâm chung mười niệm hoặc một niệm cũng được vãng sanh. Nếu không có đầy đủ Tín Nguyện, cho dù niệm đến mức gió thổi không lay động, mưa rơi không thấm,

vững chắc như bức tường đồng vách sắt thì cũng không văng sanh được”.

Lại nói: ***“Vãng sanh được hay không đều dựa trên có Tín Nguyện hay không, phẩm vị cao thấp toàn do trì danh sâu hay cạn”.***

Nghĩa là một người tu Tịnh Độ có thể vãng sanh hay không hoàn toàn dựa trên người đó có Tín Nguyện hay không, nếu có tin sâu (lục tín và chánh tín) và nguyện thiết, không sợ thường ngày niệm Phật vọng tưởng nhiều đều quyết định được vãng sanh. Ngược lại cho dù niệm được rất nhiều, niệm đến mức gió thổi cũng không lay động mà không có tín nguyện thì không thể vãng sanh. Do đó có thể thấy lời khai thị vô cùng thù thắng của Ngẫu Ích đại sư cùng hai câu kệ của thầy Hạ trên đây vô cùng phù hợp. Thầy Hạ còn mấy câu thơ như sau:

***[Mặc cho vọng tưởng lung tung
Tôi niệm từng chữ rõ ràng]***

Cứ để vọng tưởng tự đến rồi tự đi, tự sanh rồi tự diệt, vừa sanh xong liền diệt. Nói sâu thêm một chút, ngoài tự tánh thiết là không có vọng tưởng, vọng niệm chỉ là tự tâm vọng động cũng như sóng trên mặt nước. Xin hỏi sóng là gì? Sóng chỉ là nước. Vọng tưởng không dứt chỉ tại tự tâm quen tán loạn, nếu có thể thật thà niệm hoà, lâu ngày thuần thực thì vọng niệm tự nhiên không sanh.

***[Tán loạn nhiều thành bịnh
Phân biệt dễ vào ma]***

Tâm này như con vượn đã nhiều kiếp không có lúc nào yên tĩnh chuyên nhất, tán loạn thành tập quán đương nhiên là bịnh. Người quá trung niên có một chút bịnh cũng là chuyện thường. Nhưng nếu lạc vô lưới ma rồi và chiêu cảm quả báo ở địa ngục thì nghiêm trọng hơn cả triệu lần. Tán loạn cũng như người bị cận thị, “vào ma” cũng như bị lọt vào tổ chức đặc vụ của địch quân, kết quả thì là rất bi thảm. Cho nên đừng nên phân biệt, so đo tốt hơn hoặc xấu hơn? Tu như vậy tốt hay là như thế kia mới tốt? Lúc thì hoan hỷ lúc thì âu sầu, không lúc nào không ở trong sự phân biệt, lúc nào cũng không rời tâm niệm cầu thứ này cầu thứ nọ. Cho nên pháp vô thượng thù thắng vô biên thành pháp hữu vi. Vì thế thầy Hạ có nói: ***“phân biệt tức là lưới ma”***, niệm tới niệm lui câu nào cũng dính pháp hữu vi, đều có mong cầu thì làm sao mà thiết tha niệm được.

***[Cảnh duyên không tốt xấu
Phật hiệu đều quét sạch]***

Tiếng niệm Phật bao hàm cả hư không này quét sạch tất cả những sự phân biệt tốt và xấu trong pháp thế gian và xuất thế gian cũng giống như gió mùa thu thổi lá rụng, một cơn gió thổi sạch trơn. Từ tâm phát ra âm thanh, âm thanh là Phật hiệu, Phật hiệu có đủ vạn đức, nhiếp tròn vạn pháp, cho nên thể của tiếng niệm Phật này có đủ vạn đức vạn pháp, có đủ sức mạnh và công đức vô thượng, vô biên pháp lực, cho nên có thể quét sạch phân biệt tán loạn và các thứ hư vọng. Tiếng niệm Phật lọt vào tai của mình, lọt vào tự tâm, như hạt châu phát quang, phản chiếu lại thể của hạt châu. Ánh sáng của tâm dung hòa vào tiếng Phật hiệu hỗ tương tăng trưởng đi thẳng đến cứu cánh.

***[Câu câu niệm được chân
Quyết định thoát Sa Bà]***

Trong hai câu này chữ quan trọng cần giải thích nhất là chữ “chân”. Chỗ niệm câu nào cũng “chân” nhất

quyết thoát ly Sa Bà vãng sanh Cực Lạc. Làm sao mới là “chân”? Giải thích dễ hiểu nhất, nếu muốn niệm được “chân” thì phải chân (thiệt) niệm. Không phải giả bộ, ngụy trang gạt người, không chú trọng vào hình thức, không có mục đích gì khác, không có vọng cầu quá đáng, không phải là có hình dáng mà không có thật chất. **Rất thiết tha, rất thành thật mà Tín Nguyện và trì danh, đây là thiết tha niệm Phật.** Nói đơn giản thêm một chút nữa, nếu bạn nghe tiếng niệm Phật của mình rõ rõ ràng ràng, nguyên câu hoàn toàn nghe rõ, đây là chân thật niệm.

Trên đây ba bài “**Tịnh Ngữ**” đã nói rõ hết những nghĩa lý thâm diệu của Tịnh tông. Sau cùng thêm bài “**Trực Niệm Khứ**” bao gồm tất cả sự huyền diệu của Tịnh, Thiền, và Mật. Niệm Tổ này không vẽ thêm chân vào hình con rắn nữa, xin mời tự tham (niệm).

Nguyên văn

TRỰC NIỆM KHỨ

Di Đà giáo ngã niệm Di Đà

Khẩu niệm Di Đà thính Di Đà

Di Đà Di Đà trực niệm khứ

Nguyên lai Di Đà niệm Di Đà

Tạm dịch

NIỆM HOÀI ĐI

Di Đà dạy tôi niệm Di Đà

Miệng niệm Di Đà nghe Di Đà

Di Đà Di Đà cứ niệm luôn

Hèn chi Di Đà niệm Di Đà

Bắc Kinh Liên Xã, 4-1991

Trích dịch từ cuốn Tâm Thanh Lục, Hoàng Niệm Tổ

Tịnh Tông Học Hội ấn tống, 2002