

NHỮNG CÁI CÓ TRONG SỰ NIỆM PHẬT

Đào Văn Bình

1. Niệm Phật để tâm hồn thanh thản.
2. Niệm Phật để an trụ tâm. Đang nóng nảy, niệm Phật lòng dịu hẳn xuống. Đang tức giận niệm Phật, lửa Sân từ từ hạ. Đang điên cuồng, niệm Phật tự nhiên bớt điên cuồng. Đang thù hận, niệm Phật hận thù hóa giải. Tham lam, niệm Phật bớt tham. Kê hung hăng, niệm Phật bớt hung hăng.
3. Niệm Phật để không cho niệm Ác nảy sinh. Nếu niệm Ác đã nảy sinh thì không cho nó phát triển. Do đó Chư Tổ nói rằng “Niệm Phật quên niệm Ma”. Khi niệm Phật thì tà ma, quỷ thần sẽ lánh xa.
4. Niệm Phật để giữ gìn Thân-Khẩu-Ý.
5. Niệm Phật là phương thuật giữ gìn Chánh Niệm.
6. Niệm Phật tới vô niệm chính là Thiền. Lúc đó sẽ không còn Chỗ Niệm (năng) và Người Niệm (sở), hành giả hiển lộ Phật tánh có sẵn trong con người mình và đi vào trạng thái Định.
7. Niệm Phật để nuôi dưỡng lòng Từ Bi.
8. Niệm Phật riết rồi trở thành Phật chứ không phải trở thành nô lệ hay tôi tớ cho Phật.
9. Niệm Phật cũng là phép điều hòa hơi thở cho nhẹ nhàng. Đi, đứng, nằm ngồi đều có thể niệm Phật. Cho nên niệm Phật cũng là phép trị liệu, bảo vệ sức khỏe.
10. Niệm Phật để giải trừ bớt Ác Nghiệp gây tạo trong quá khứ.
11. Niệm Phật để lúc lâm chung chẳng còn lo sợ. Chẳng cần phải nhờ ai cứu rỗi. Một mình thẳng tiến lên Thế Giới Cực Lạc của Phật A Di Đà.
12. Càng niệm Phật đầu óc càng trong trắng, lòng dạ thảo ngay, tâm tính hiền từ.
13. Kẻ ác khẩu, nói năng hung dữ chuyên niệm Phật sẽ giải trừ được khẩu nghiệp. Niệm Phật khiến ta không vấp ngã trong lời nói. Một lời nói làm lỡ có thể tiêu tan sự nghiệp.
14. Niệm Phật khiến lời nói dịu dàng, khiêm tốn do đó không gây thù chuốc oán, không bị “vạ miệng”.
15. Mặt mày hung dữ, niệm Phật trở nên hiền từ, dễ coi. Niệm Phật để chuyển nghiệp.
16. Niệm Phật khiến đi đứng dịu dàng, cử chỉ khoan thai.
17. Niệm Phật có thể ngăn chặn được cảm dỗ điên cuồng.
18. Chán nản, thất vọng nào nề, cùng đường không lối thoát muốn tự tử chết cho rồi, niệm Phật khiến tâm địa bình ổn từ đó mà tìm ra giải đáp hợp lý.
19. Lầm vào vòng lao lý, tù tội mỗi tội nên ngồi ở tư thế “bán già”, xoay mặt vào tường niệm Phật khoảng nửa tiếng đồng hồ, sẽ thấy tâm hồn thanh thản, thời gian ở tù qua nhanh, không phạm thêm tội lỗi, may mắn ân xá, giảm án sẽ tới. Nhờ niệm Phật mà sau khi ở tù ra lấy lại tự tin để xây dựng cuộc đời mới. Đây không phải là chuyện bịa đặt vì người viết bài này đã từng ở tù 9 năm. Những năm cuối cùng, tuyệt vọng, chán nản muốn tự tử chết, sau trở sang nghiên cứu Phật pháp, chuyên chú niệm Phật, kể cả tụng kinh và giờ đây dù bao gian khổ vẫn sống khơi khơi và sống đẹp.
20. Trong một đám đông hỗn loạn, đâm chém, phần nộ, cuồng điên, niệm Phật khiến ta bình tĩnh, không hăng máu lao vào chuyện thị phi, hoặc a tòng theo phe này phe kia, bênh-chống, khiến sau này hối không kịp. Tâm bình thế giới bình là như thế. Xin nhớ cho bình an là chân hạnh phúc.

21. Niệm Phật có thể trở thành Thánh Tăng. Cứ thử nhìn vào hình của Bồ Tát Thích Quảng Đức mà xem. Lúc nào trên tay ngài cũng có chuỗi hạt. Điều đó chứng tỏ ngài theo pháp môn Tịnh Độ tức tụng kinh, niệm Phật. Ai đã có lần gặp ngài phải ngạc nhiên, trong lúc ngồi hay đi, đứng, cả thân hình và khuôn mặt ngài ôn tĩnh như một pho tượng. Điều đó chứng tỏ ngài luôn luôn nhập Chánh Định, tức xác thân ngài ở đây nhưng thần thức ngài đã ở Quốc Độ tức ở Cõi Phật rồi. Chính vì thế ngài ngồi kiết già tại ngã tư Phan Đình Phùng – Lê Văn Duyệt, bật ngọn lửa để thiêu đốt thân hình, cả thân thể ngập trong biển lửa mà không hề lay động. Thế giới Phương Tây đã kính hãi và kính phục gọi ngài là Bạc Đại Định. Đó là công năng của phép niệm Phật chứ ngài chẳng có phép màu nhiệm của thần linh nào hết.

Tại sao niệm Phật lại có uy lực ghê gớm như vậy?

Niệm Phật phát xuất từ pháp môn Tịnh Độ mà pháp môn Tịnh Độ phát xuất từ bộ Kinh A Di Đà. Phật nói kinh này tại Thành Xá Vệ do tấm lòng thành của tử phú Cấp Cô Độc, dám trải vàng để mua vườn ngự uyển của Thái Tử Kỳ Đà làm đạo tràng cho Phật thuyết pháp. Trong pháp hội này Phật nói rằng Kinh A Di Đà còn có tên Nhất Thiết Chư Phật Hộ Niệm.

Chúng ta hãy nghe lời Phật dạy ngài Xá Lợi Phất:

“Này Xá Lợi Phất, ý ông thế nào? Sao gọi kinh này là Nhất Thiết Chư Phật Hộ Niệm? Xá Lợi Phất, nếu có thiện nam hay thiện nữ, nghe kinh này rồi mà chịu nhớ lấy, cả những danh hiệu, chư Phật sáu phương nghe rồi nhớ lấy, thì thiện nam ấy, thiện nữ ấy đều được hết thảy chư Phật hộ niệm và được tới cõi A Nậu Da La Tam Miệu Tam Bồ Đề chẳng hề thối chuyển.” Lại nữa, “Xá Lợi Phất ơi, Phật kia sáng láng vô cùng, vô lượng, soi khắp các nước suốt cả mười phương, không đâu chướng ngại, vì thế nên gọi A Di Đà.” (1)

Chính vì thế mà khi chúng ta cất tiếng niệm “Nam Mô A Di Đà Phật” hoặc “A Di Đà Phật” thì chư Phật sáu phương cùng hoan hỉ và hết lòng trợ lực. Hơn thế nữa, vì hào quang của A Di Đà Phật chiếu xuyên suốt không chướng ngại cho nên, dù ở đâu, khi chúng ta niệm danh hiệu ngài thì Phật A Di Đà cũng sẽ hộ trì cho chúng ta đạt mục đích và không thối chuyển.

Còn trong pháp hội ở Núi Kỳ Xà Quật, ông trưởng giả Diệm Nguyệt cũng là Phật tử tại gia (Ưu Bà Di) của Phật, từ trong đại chúng đứng lên khẩn thiết thưa thỉnh Phật như sau:

“Nhu Đức Thế Tôn từng chỉ dạy, đời mạt pháp các chúng sanh trong cõi Diêm Phù Đề càng cường, ngỗ nghịch, tâm tạp, nghiệp nặng, mê đắm ngũ dục, không biết hiếu thuận cha mẹ, không biết cung kính sư trưởng, không thực lòng quy y Tam Bảo, thiếu năng lực thọ trì năm giới cấm, làm đủ mọi chuyện tệ ác, phi báng thánh nhân v.v.. Cho nên con suy gẫm như thế này, phải có một môn tu thật đơn giản, thật tiện lợi nhất, dễ dàng nhất để tất cả những chúng sanh kia khỏi đọa vào các đường ác, chấm dứt luân chuyển sanh tử trong ba cõi, được thọ dụng pháp lạc (pháp vui), sớm bước lên địa vị Vô Thượng Chánh Đẳng Chánh Giác.” Sau lời thưa thỉnh tiếp theo của Quốc Mẫu – Hoàng Thái Hậu Vi Đề Hi, Đức Phật đã dạy như sau:

“Muốn hàng phục và chuyển biến cái sát-na tâm sanh diệt ấy, thì không có pháp nào hơn là pháp niệm Phật. Này Diệm Nguyệt cư sĩ, nếu có thiện nam tử, thiện nữ nhân nào, dù lòng tin, thì chỉ cần chuyên nhất xưng niệm danh hiệu Nam Mô A Di Đà Phật, suốt cả sáu thời trong ngày và giữ trọn đời không thay đổi, thì hiện tiền chiêu cảm được y báo và chánh báo của Phật A-Di-Đà ở cõi Cực Lạc.” Và Đức Phật nhân mạnh thêm “Đây là môn tu Đại Oai Lực, Đại Phước Đức.” (2) Ngay các bậc thượng thủ như Bồ Tát Văn Thù, Bồ Tát Phổ Hiền cũng đều niệm Phật. Còn thiền sư Bách

Trượng (720-814) cũng phải nhận định rằng “Tu hành, dùng pháp môn niệm Phật là vững vàng nhất.” (3)

Những oai lực và phước đức của phép niệm Phật nói ở trên thuộc về mặt kinh điển và tín niệm. Còn về phương diện lý giải khoa học.

Khi chúng ta chí tâm, chí thành, chí thánh niệm Phật thì chúng ta sẽ phát huy hết năng lực của trí tuệ, tâm đại bi, sự dũng mãnh của chính chúng ta (Bi-Trí-Dũng). Đạt tới trạng thái này rồi thì ung dung tự tại, không còn lo sợ gì nữa (Vô hữu khủng bố) giống như sự “hành thâm” thực chứng Bát Nhã Ba-la-mật Đa Tâm Kinh của Ngài Quán Tự Tại Bồ Tát. Đó cũng là trạng thái Vô Ngại và Tự Tại của Chư Phật ẩn dụ chư Phật ngồi tòa sư tử.

Do những kết quả tốt lành nói trên mà chúng ta:

1. Buổi tối nên niệm Phật.
2. Trước khi đi ngủ nên niệm Phật cho đến khi nào đầu óc thanh thản để từ từ đi vào giấc ngủ.
3. Sáng thức dậy nên niệm Phật, dù vài câu, bởi vì sau giấc ngủ dài đầu óc con người thường hôn trầm. Niệm Phật vào đầu sớm mai cũng là dấu hiệu bắt đầu một ngày mới tốt lành.
4. Khi nào thấy buồn chán nên niệm Phật.
5. Thấy mất tự tin nên niệm Phật.
6. Thấy long xao xuyên nên niệm Phật.
7. Thấy có thể bị cám dỗ nên niệm Phật.
8. Thấy thời gian kéo dài, vô vị nên niệm Phật.
9. Gặp rắc rối về pháp lý nên niệm Phật để bình tĩnh ứng phó.
10. Bị ai chọc giận, công kích nên niệm Phật.
11. Tại đám đông tụ họp, ăn nhậu, vui chơi, thấy người ta nói chuyện “vô duyên”, tào lao, nhằm nhá mắt thì giờ, nên niệm Phật để không giẫy dụa vào chuyện vô ích
12. Các em khi vào thi, nên niệm Phật để đầu óc thanh thản, bình tĩnh. Thiếu bình tĩnh, quá lo âu, xao xuyên đưa đến việc không đọc kỹ câu hỏi, đề tài, tính toán sai, lạc đề v.v..
13. Đêm khuya thanh vắng một mình trên tàu, xe, trên sông nước nên niệm Phật.
14. Khi bệnh tật, đau ốm nằm nhà thương nên niệm Phật để không mất tinh thần, không sợ chết. Càng rên la, càng mất tinh thần, càng chết sớm, càng làm khổ gia đình.
15. Nếu niệm Phật cùng lúc lại quán sổ tức (theo dõi hơi thở) thì công năng rất lớn chẳng khác gì thiền định vậy.

Kết Luận:

Niệm Phật miễn phí, không phải trả tiền (free) mà cũng không bị đóng thuế, đem lại tốt lành cho đời tại sao chúng ta không thử xem? (why not?). Xin quý vị, quý bạn mạnh dạn thực hành. Nếu thấy chẳng công hiệu gì cả thì bỏ đi cũng chẳng mất mát gì. Đức Phật cũng chẳng phiền trách hay trừng phạt bạn. Cuối cùng, xin thưa rằng như chúng ta đây- những con người gọi là trần tục, sống, thở hít không khí, gia đình đầy đủ và hưởng tất cả những lạc thú của kiếp người mà vẫn cảm thấy lo âu, xao xuyên, bất an và lo sợ ngày mai. Trong khi đó, hằng vài trăm ngàn, có khi hằng triệu tăng/ni trên khắp thế giới, sống đời âm thầm, đơn sơ, đạm bạc, không gia đình, không của cải, không danh vọng, không quyền thế, không lạc thú trần gian như chúng ta... thế mà các vị lúc nào tâm hồn cũng thanh thản, cử chỉ dịu dàng, giới hạnh trang nghiêm, miệt mài đi tới mục đích cuối cùng: Giải thoát cho chính mình và cứu độ chúng sinh. Tại sao những vị này có thể “hỷ sinh” và sống đời cao thượng đến như thế? Các ngài có gì bí mật chăng? Xin thưa quý ngài chẳng có loại

“vũ khí” bí mật nào cả. Các ngài cũng chẳng có phép màu hoặc sự che chở của bất cứ thần linh mầu nhiệm nào cả. Hành trang duy nhất mà các ngài mang theo là giáo lý của Đức Phật và phương tiện tiến tu là Thiền Định hoặc Tụng Kinh, Niệm Phật...điều mà tôi và quý bạn đã thấy rõ như ban ngày.

Không còn bàn cãi gì nữa. Tụng kinh niệm Phật công năng ghê gớm và lợi lạc có thể nhìn thấy. Còn như chuyện tu hành như thế nào, hành trì như thế nào, giới luật như thế nào, phát nguyện lớn như thế nào mà có thể đắc đạo, ngồi yên trong biển lửa, cắt xẻ thân thể mà không kêu than như Đức Phật thường nói trong nhiều bộ kinh...thì hàng sơ cơ, thô thiển như tôi hoàn toàn không biết. Không biết mà nói bừa sẽ mang tội vọng ngữ.

Để nghiên cứu thấu đáo hơn về uy lực của Pháp Môn Niệm Phật, quý vị, quý bạn có thể tham khảo: Cuốn sách nhỏ nhan đề Nam Mô A-Di-Đà Phật: Tông Chỉ Pháp Môn Tịnh Độ của Hòa Thượng Thích Trí Tịnh biên soạn năm 1956. Cuốn Niệm Phật Thập Yếu của Hòa Thượng Thích Thiện Tâm biên soạn hết sức công phu và cuốn Kinh Niệm Phật Ba-la-mật cũng do Hòa Thượng Thích Thiện Tâm dịch ra Việt Ngữ xuất bản tại Hoa Kỳ năm 2001. Một Đời Vãng Sanh, Chấm Dứt Luân Hồi của HT. Tịnh Không xuất bản ở Hoa Kỳ năm 2010. Kính chúc quý vị, quý bạn thành công. Thành công ở đây có nghĩa là An Vui và Tự Tại - một giá trị tinh thần to lớn không gì đối sánh được trên thế gian này.

Đào Văn Bình

(Tháng 8 năm [2554.PL](#) – [2010.TL](#))

- (1) A Di Đà Kinh Yếu Giải của Hòa Thượng Tuệ Nhuận.
- (2) Kinh Niệm Phật Ba-la-mật.
- (3) Một Đời Vãng Sanh Chấm Dứt Luân Hồi