

Thư Cho

Người Em Tịnh Độ

Thư cho người em Tịnh độ là một bộ luận nhỏ. Gồm nhặt những yếu nghĩa của Tông Tịnh độ, chia thành từng bài nhỏ, mỗi bài là một chủ đề, nhằm giải quyết những thắc mắc lo âu của hành giả mới phát tâm tu tịnh nghiệp, để lòng tin được sâu chắc, phát nguyện, thực hành.

Tập luận này tuy lời ít nhưng chứa đựng tất cả ý nghĩa của pháp môn niệm Phật, nếu người xem để tâm suy gẫm kỹ, có thể đi thẳng vào chỗ nhiệm mầu của môn niệm Phật. Đây là cánh sen nhỏ, chân thành kính tặng các bạn sen trong mùa kiết hạ an cư này.



Mùa an cư Nhâm Tuất, 82

Hồng Nhơn cẩn bút.

(Tiếp theo và hết)

9- Trang bị lúc lâm chung

Ngày 29-7 Nhâm Tuất, 82

Thưa Anh,

Đã một lần "đứng bên bờ vực thẳm của hư không", em nhận thấy rằng, chết là một cái khổ mà trước khi lâm chung là giai đoạn đau khổ nhất, thân thể rã rời, đau nhức ép ngất, tâm ý kinh hoàng, tinh thần giao động, nếu không có một ý chí sắt đá, một định lực vững chãi, chắc chắn chúng ta sẽ không làm thế nào có thể giữ vững được chánh niệm. Mong anh hãy chỉ cho em làm thế nào khỏi bị giao động khi lâm chung sắp đến và cần trang bị những tư lương gì cho việc lâm chung...!

Em thân thương của Anh,

Lâm chung là một giai đoạn vô cùng quan trọng cho người tu tịnh nghiệp, vì chỉ một sơ xuất nhỏ, một

ý tưởng sai lầm sẽ phải ân hận đến thiên thu. Vì thế chúng ta phải biết rõ ràng việc gì sắp xảy ra khi người tu tịnh nghiệp sắp lâm chung, một tiếng khóc nhỏ, một chút lay gọi, một lời hỏi han, cũng có thể làm tan đi công đức tu tập trọn đời, Em hãy nghe lời Tổ dạy!...

Hòa Thượng Thiện Đạo dạy: Tất cả những người niệm Phật, khi lâm chung cần phải không sợ chết, thường nghĩ đời này nhiều khổ, nếu được bỏ thân này, vãng sanh Tịnh độ, nhận vô lượng khoái vui, đó là một việc vừa ý, như cởi bỏ áo rách để mặc áo gấm, đâu có ai còn luyện tiếc áo cũ làm gì! Vì thế, khi bị bệnh thường nghĩ thân này vô thường, một lòng niệm Phật chờ chết, căn dặn người nhà hoặc người thăm bệnh, họ đừng đem những việc lộn xộn thế tục nói trước mặt mình, cũng đừng đem những lời quá lưu luyện để an ủi, cầu nguyện an lành. Những lời nói ấy đều là giả

đối không ích lợi gì.

Nếu bệnh nặng sắp chết, bà con quyến thuộc không đừng kêu khóc, than vãn, buồn rầu làm loạn tâm thần người bệnh, cần phải cùng nhau niệm Phật, trợ niệm vãng sanh, đợi khi hơi dứt đã lâu (chừng hơn giờ sau), sau đó buồn khóc cũng chưa muộn. Nếu biết sống ở tạm, thác về, nên không cần than khóc, hưởng chi được vãng sanh Tịnh độ, còn thương tiếc làm gì, để làm người bệnh phải loạn tâm.

Có người bình thường niệm Phật, lễ sám, phát nguyện cầu sanh Tây phương, nhưng đến khi bệnh lại sợ chết, không nghĩ đến chuyện vãng sanh, đợi đến hơi tiêu, mạng mất, thần thức bị lôi về cõi khác, mới thực hành thập niệm nào có ích gì? Sanh tử là việc lớn, cần phải hết lòng gắng sức mới được, nếu một niệm sai lầm, muôn đời chịu khổ. Người niệm Phật cần phải ghi nhớ.



Trong Long Thơ Tịnh độ nói: Có người hỏi: Kẻ hạ phẩm hạ sanh, khi lâm chung tướng địa ngục đã hiện, có thể chí tâm mười niệm Nam Mô A Di Đà Phật thì biến tướng địa ngục thành hoa sen vãng sanh về Tịnh độ được chăng? Thực ra lòng từ bi của Phật rất sâu, oai lực của Phật rất lớn, nên có thể biến địa ngục thành hoa sen, như sắt đá tuy nặng, nhưng nhờ sức thuyền bè có thể qua sông, một cây kim tuy nhẹ, nhưng không nhờ thuyền không thể qua sông. Người có tội nặng, nhờ vào sức Phật có thể sanh về Tịnh độ. Tội ác tuy nhẹ không nhờ Phật lực cũng không được vãng sanh. Như một người suốt đời làm ác, nhưng một ngày bỏ tà làm chánh trở thành lương dân. Nhờ vào Phật lực tiêu diệt tội ác cũng như thế. Con côn trùng muôn kiếp ngàn đời không thể đi xa một trượng, nhờ đeo mào người mà có thể đi được nghìn dặm. Nướng Phật lực vãng sanh Tịnh độ cũng như thế. Có người trong đời làm ác, giết hại chúng sanh, gây khổ nhân dân, khi lâm chung niệm Phật cũng được vãng sanh. Người giết hại làm khổ cho chúng sanh, luôn luôn mang theo những điều oan ức trong lòng làm sao mà được giải thoát? Thực

ra người sanh Tịnh độ đời nghiệp vãng sanh, sau khi tu hành đắc đạo, phát bồ tát tâm độ thoát tất cả chúng sanh, hưởng chi những kẻ oan thân không được độ thoát, đâu còn oan oan tương báo nữa.

Trong Thiên Như hoặc vấn nói: Một đời tạo ác, lâm chung niệm Phật, đời nghiệp vãng sanh, như thế thời suốt đời chỉ lo việc thế tục, đến khi lâm chung niệm Phật cũng được vãng sanh, cần gì phải khổ sở ăn chay niệm Phật? Thật khổ, thật khổ! Kẻ nghịch ác phàm phu khi lâm chung mà niệm Phật là kẻ đã có nhiều căn, nên gặp được bậc thiện tri thức mà được niệm Phật, đó là một điều may mắn trong nghìn người không được một. Trong Quân Nghi luận nói: "Có mười hạng người khi lâm chung không thể niệm Phật được. 1- Chưa chắc gặp được bạn lành, không người khuyên niệm Phật. 2- Nghiệp khổ trói thân, không rảnh rang niệm Phật. 3- Bị kinh phong không nói được. 4- Bị cuồng loạn tâm ý. 5- Gặp nạn nước lửa, 6- Gặp cọp sói. 7- Bạn ác phá hoại lòng tin. 8- Hôn mê đến chết. 9- Chết ngoài trận. 10- Bị rớt từ gộp cao, những cái chết không kịp trời, không kịp trở tay, do đó không thể có chánh niệm. Ngoài những ác duyên kể trên, bị bệnh mà chết cũng chưa khỏi gió đao cắt thân, bốn đại chia lìa, đau khổ ép ngạt, run rẩy sợ sệt không niệm Phật đặng, hoặc không bệnh mà chết, duyên đời chưa hết, rối loạn lo âu, lại thêm vợ khóc, con kêu, trăm vạn thứ lo, niệm Phật không được. Khi chưa chết nhận đau ốm khổ não, kêu la rên rĩ suốt ngày, chạy chữa thuốc men, tạp niệm nổi lên, không niệm Phật được. Khi chưa bị bệnh, nhưng tuổi già sức yếu, tướng suy hiện ra, lụn cùm khó khăn, sầu than lo buồn, không niệm Phật được. Khi chưa già, việc đời chồng chất, lòng lo mịt mịt, nghĩ ngợi lung tung, ý thức

mờ mờ không niệm Phật được. Hoặc có người thanh nhàn tự tại, có chí tu hành, nhưng không chịu cực cố gắng tu hành, việc làm không quyết, khi cảnh giới hiện ra theo nó mà điên đảo, thiếu nghị lực khắc phục, không niệm Phật được. Chúng ta thấy khi già, bệnh, những ngày còn trẻ, thanh nhàn, vẫn còn những việc đè nặng trong lòng, còn không niệm Phật được hưởng chi lúc lâm chung làm sao có thể niệm Phật được.

Cuộc đời là một giấc mơ, sanh tử chỉ trong chốc lát, cửa thiên đường chưa mở, địa ngục đã thành, sống chết chưa rõ ràng, liền thành gốc khổ, mắt vừa nhắm lại là lúc chịu khổ bắt đầu, mới biết việc làm hàng ngày là tạo nhân cho khóa sắt vạc dầu ở địa ngục. Nếu để mất thân người muôn kiếp khó gặp. Dù người sắt nghe qua cũng phải sợ sệt, sao ta không quyết tâm niệm Phật để đợi đến lâm chung? Người sanh ở đời, sống được bao lâu, khác gì điện chớp, lửa nháng, nhắm mắt là qua đời khác. Sao chúng ta không quét dọn thân tâm, bỏ hết việc đời, được một ngày sáng suốt, niệm một ngày hồng danh, được một giờ công phu, tu một giờ tịnh nghiệp. Tu được như thế, khi lâm chung chết tốt, chết xấu ta đều đã lo sẵn, đường về của ta sáng sủa rõ ràng. Nếu không chuẩn bị sẵn sàng, đến khi lâm chung ăn năn không còn kịp nữa.

Ưu Đàm Đại sư dạy: Người tu Tịnh độ mỗi niệm đều nghĩ cõi đời là vô thường, có thành ắt có hoại, có sanh ắt có tử, nếu không nghe được Phật pháp, luân chuyển trong ba cõi, bỏ thân này bắt thân kia, trong sáu ngũ bốn loài không bao giờ ra khỏi. Hôm nay ta có duyên lành được nghe chánh pháp, được tu tịnh nghiệp, chỉ hết lòng niệm Phật là bỏ báo thân này sẽ sanh về Tịnh độ, vào trong liên hoa nhận các sự

vui, vĩnh viễn thoát khỏi sanh tử, không còn luân hồi, đây chính là một việc rất lớn cho những bậc trượng phu phải hoàn thành trong một đời. Nên khi vừa có bệnh tật, chính yếu phải quyết tâm niệm Phật, gọi rửa thân tâm, đừng cho lo nghĩ. Thân ngồi ngay ngắn mặt hướng về Tây, chuyên tưởng niệm A Di Đà Phật, Quán Âm Bồ Tát, Đại Thế Chí Bồ Tát và vô số hoá Phật, hiện ở trước mặt mình, nhất tâm xưng niệm Nam Mô A Di Đà Phật, mỗi tiếng tiếp nối khấn khít không bao giờ dứt. Không nên nghĩ nhớ việc đời, tham luyến thế tục, nếu có lòng luyến ái khởi lên, phải chí thành cấp thiết niệm Phật. Ở trong mỗi niệm sẽ diệt trừ tội chướng, chỉ một niệm Phật liên tục, quyết định vãng sanh.

Liên Trì Đại Sư dạy: Chết sống có mạng, nên người trong lúc bệnh, nên sanh lòng giải thoát, dù có sống hoặc chết cũng không tỏ lòng sợ sệt. Lại nữa quá khứ, hiện tại, vị lai đều như huyền, hết lòng dứt bỏ, gắng giữ chánh niệm. Ngài Đại Trác nói: Giàu sang vinh hiển là việc ở ngoài thân, cho đến tay chân, xương cốt cũng thế, cần phải tận tình buông bỏ, không còn một vật, nếu còn một chút là tâm không chí thành niệm Phật sẽ theo nghiệp lôi đi. Khi niệm Phật vọng tưởng không ngăn được, phải niệm chậm rõ ràng tha thiết để điều phục, ta phải nghĩ: giàu sang vinh hiển, cùng khổ gian nan chỉ là nửa giấc mộng buồn, tất cả đều thuộc về duyên đời trước, sức người không thể làm được, quyết định dứt bỏ, một lòng niệm Phật sẽ được vãng sanh.

Trong Tịnh Độ Thần Chung dạy: Tịnh lương trang bị cho Tịnh độ, phải thực hiện đủ ở hằng ngày, nếu không biết lo xong việc lớn, làm ràng buộc lúc lâm chung, chỉ trong khoảnh khắc thật khó vô cùng. Lúc



sanh tiền chỉ dong ruổi, khi vô thường đến xin chậm lại không đặng. Lúc sống mê đắm, khi lâm chung tâm ý mơ màng không tỉnh ngộ đặng. Lúc sống giàu sang vui chơi, đến khi lâm chung không mượn nhờ ai được. Lúc sống tìm đường chạy trốn, khi lâm chung không thể trốn lánh được. Tất cả đều do tâm tạo ra, người tỉnh sẽ lên liên đài, kẻ mê sẽ theo ba đường sáu nẻo, uế tịnh chỉ trong chốc lát phân chia, theo mỗi con đường thực là nguy hiểm. Cứu cánh của sự thoát sanh tử không ngoài bốn chữ "Nhất Tâm Chánh Niệm". Trong đạo nhập thế như Nho học còn phải vận dụng công phu hằng ngày để dùng khi có việc gấp, nét chính là ý này. Nếu không lo sẵn lúc bình yên, mà muốn trong giây lát thành công, như nói người chỉ cần mười niệm được vãng sanh, nhưng duyên trần trối buộc, tứ đại rã tan, đau nhức bức bách, muốn có đủ mười niệm thực là khó. Mười niệm vãng sanh, trong kinh nói rõ và đức Như Lai nhiều kiếp đưa tay tiếp dẫn, nhưng nếu chúng ta không bỏ dữ làm lành, tập tu để khỏi tội diệt phước sanh, khi lâm chung muốn được nhất tâm thực là vô cùng khó.

Vĩnh Giác Ngươn Hiền Thiền sư

dạy: Công phu của người tu Tịnh nghiệp cần phải chứa nhóm lúc bình thời, đợi khi lâm chung cuối cùng còn lại nhất niệm rất cần thiết. Vì người sanh về cõi uế, cõi tịnh, vào thánh, vào phàm đều từ một niệm này mà luân chuyển. Phần nhiều, ta thấy những người niệm Phật, bình thường đều nói cầu sanh tịnh độ, nhưng khi lâm chung lại không có chánh niệm, hoặc tham sống sợ chết, lưu luyến thịt da, mắt thấy vợ con không đành rút bỏ, hoặc nghĩ nhớ gia tài không thể buông bỏ, cảnh giới không thuận, nuốt hận lâm chung, hoặc bệnh khổ bức bách, đau khổ mà mất. Nếu mất chánh niệm đành chịu luân hồi. Dám khuyên mọi người cần phải nghe theo lời kinh, giữ chắc chánh niệm, mọi việc phải buông bỏ, niệm Phật chờ chết. Than ôi! Chết là một việc lớn, giây lát qua đời, một niệm nhầm lẫn, muôn kiếp chịu khổ, cần phải đề phòng!...

Em thân thương của Anh!

Một học sinh muốn thành danh cũng phải vất vả mười năm đèn sách, một võ sĩ muốn nổi tiếng cũng phải khổ công luyện tập một đời. Đó chỉ là một chút hư danh còn phải khổ công như thế, hà tất chúng ta quyết tu hành, một đời thoát khỏi

sanh tử, chứng quả thành Phật, không quyết tâm gia công làm sao có thể thành tựu được. Thực ra, đúng như lời Phật dạy "khi lâm chung chỉ cần nhất tâm niệm mười niệm là có thể vãng sanh Cực lạc". Nhưng trong hoàn cảnh đứng bên bờ vực thẳm, nghìn cân treo sợi tóc, nếu chúng ta không có một công phu vững chắc, một lòng tha thiết niệm Phật, một định lực thâm hậu, chắc chắn khó có thể thành tựu. Chúng ta hãy đọc kỹ lời dạy trên để cố gắng thực hành!...

10- Các môn trợ hạnh

Ngày 15-8 Nhâm Tuất, 82

Thưa Anh,

Xuân năm nay, vốn là người yêu cây cảnh, lục lợi mãi em mới tìm được một cây cảnh vừa ý, đem về em đã chăm sóc cẩn thận theo phương pháp chỉ dẫn, từ cách bón phân tưới nước, nhưng chỉ chừng nửa tháng sau, cây trở nên vàng úa, héo hắt, tìm mãi em mới tìm ra được nguyên nhân, thì ra cây bị thiếu một trợ duyên đó là ánh sáng. Em nghĩ dù có một chánh nhân tốt, nhưng thiếu một trợ duyên có thể làm kết quả bị chậm lại hoặc đôi khi trái ngược. Em mong anh hãy chỉ cho em những trợ duyên cần thiết để cho cây tịnh nghiệp sớm đơm hoa kết quả!...

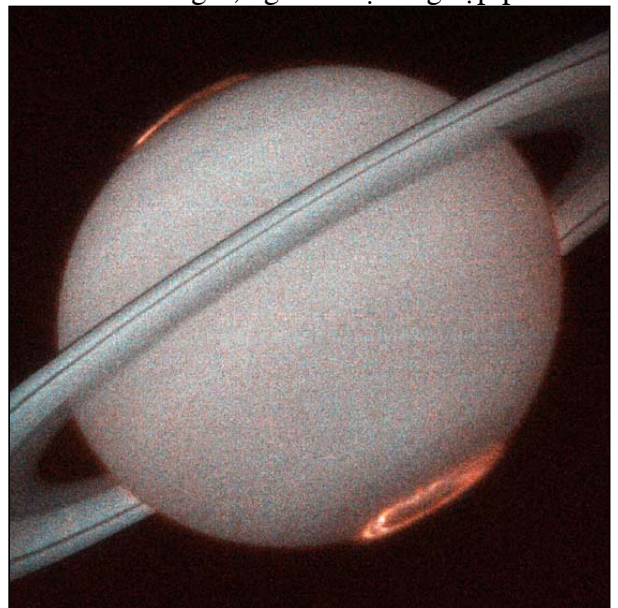
Em thân thương của Anh!

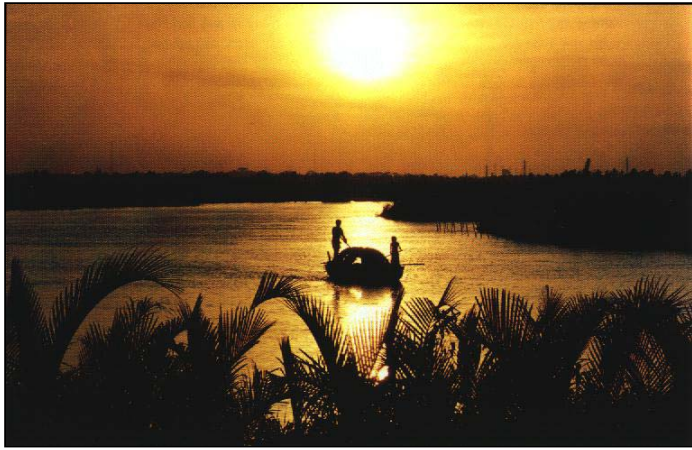
Người niệm Phật là làm tâm mình và Phật hợp nhau, việc cảm ứng sẽ được dễ dàng, lòng chư Phật là toàn thiện, thương xót mọi loài chúng sanh. Ngoài việc chuyên trì chánh niệm, chúng ta cần phải giữ giới, làm tròn đạo nhân luân, mở rộng lòng thương, cứu mạng sống, ghét sự giết hại, lánh dữ làm lành, tâm ta sẽ phù hợp với tâm Phật, tịnh nghiệp sẽ dễ thành. Em hãy nghe các trợ duyên của Tổ dạy!....

Ngài Vương Long Thơ nói: Người niệm Phật toàn trì trai giới và lễ Phật, niệm Phật, đọc tụng Đại thừa kinh điển, hiểu nghĩa thứ nhất, đem công đức ấy hồi hướng nguyện sanh về Tây phương chắc được sanh về bậc thượng. Người ăn chay là không ăn thịt, không uống rượu, không dâm dục, không ăn ngũ tân. Người giữ giới, không sát sanh, không trộm cắp, không tà dâm, đó là dứt được ba nghiệp thân, không nói dối, không nói lời thêu dệt, không nói lưỡi đôi chiều, không nói lời hung ác, là dứt được bốn nghiệp miệng. Không tham dục, không sân hận, không tà kiến, là dứt được ba nghiệp ý. Gọi chung là mười giới. Nếu giữ không phạm gọi là mười điều lành, nếu phạm là mười điều ác. Giữ được mười giới sẽ sanh về cõi trời. Giữ được năm giới thường không mất thân người. Người tu tịnh nghiệp giữ được mười giới, thêm dùng công đức tu tập, sẽ được sanh bậc thượng. Nếu chỉ giữ năm giới tu tịnh độ cũng được trung phẩm. Nếu không giữ hết năm giới, chỉ giữ được giới sát. Giới này là đầu năm giới, đó là giới đại ác. Không sát sanh sẽ có phước báo trường thọ, sát sanh sẽ bị quả báo đoản mạng. Nếu chỉ giữ được giới sát mà chuyên tu tịnh nghiệp cũng được sanh vào bậc hạ.

Trai Tăng, cúng Phật, đốt hương, dâng hoa, treo phang, dựng tháp, niệm Phật, lễ sám các thứ cúng dường Tam bảo, đem các việc ấy hồi hướng, nguyện sanh Cực lạc cũng được. Hoặc vì các thứ lợi ích của thế gian như làm con trọn hiếu, là em trọn đức, trong nhà hoàn toàn, giúp đỡ bà con,

làng xóm, ân tình thâm hậu, cho đến thờ vua, hết lòng vì nước, làm quan có lòng từ ái với nhân dân, hoặc thương người côi cút, hoặc giúp đỡ kẻ bần cùng, hoặc khuyên người làm lành, hoặc ngăn người làm dữ. Tất cả việc lành tùy theo sức mình mà làm, tất cả đều hồi hướng vãng sanh Cực lạc. Hoặc vì lợi ích cho tất cả người đời, không cần nhiều ít, như cho người một tiền, hoặc cho người một chén nước đỡ khát cũng nghĩ rằng: Nguyện đem duyên lành này hồi hướng nguyện sanh về Cực lạc, thường nhất niệm không gián đoạn, mỗi niệm hướng về Tây phương, chắc được sanh vào thượng phẩm. Ưu Đàm Đại sư dạy: Các loài thai, noãn, thấp, hoá, bò, bay, máy, cựa, cá tranh đều là chư Phật ở tương lai. Nó cũng tham sống sợ chết như người không khác gì? Tại sao chúng ta đành lòng giết mạng sống của nó để lấy thịt nhiều như núi, bào thai cũng như cây rừng để muốn no bụng ngon miệng, không biết rằng giết mạng nó là làm máu chảy ở thân Phật vậy. Càng tạo nhiều giết hại, càng làm mất hột giống từ bi. Nên biết chúng ta cần làm cho tâm mình giống tâm Phật mới xứng đáng gọi là Phật tử. Muốn vào đạo Bồ đề, lòng lành là gốc, người tu tịnh nghiệp phải cứu





vật trước tiên. Chúng ta thử xét những loài cầm bay, thú chạy, cá trạnh tôm cua, hoặc bị lưới bẫy, hoặc bị câu, lồng, bị cột cánh, trói chân kê bên nước sôi lửa cháy, cắt cổ xẻ thân, chúng lo sợ kinh hoàng, kêu la thảm thiết, hoặc mong được tung cánh trên trời rộng, hoặc hy vọng được vùng vẫy nơi bể khơi, tuy biết khó thoát nhưng vẫn kêu rên mong được toàn mạng. Việc ta thấy trước mắt sao chẳng động lòng thương, mở trói, xỏ lồng cho chúng toàn mạng? Sao chúng ta không theo lòng từ bi của Phật ra sức phóng sanh, hồi hướng Tây phương khắp nguyện chúng sanh đồng thành Phật đạo.

Ngài Liên Trì Đại sư dạy: Người niệm Phật không thể sát sanh, vì niệm Phật lấy lòng từ bi làm gốc, như không giữ giới sát sanh, công hiệu rất ít, vì tất cả chúng sanh đều có Phật tánh, nhiều kiếp từ trước đến nay, cùng chúng ta là quyến thuộc, giết chúng nuôi mình, ta nở lòng nào? Dám khuyên những người niệm Phật luôn luôn có lòng trắc ẩn, ý tưởng thương người thương vật như thế sẽ mau thành tịnh nghiệp. Nếu không thể trường trai, có thể ăn sáu ngày cũng được vãng sanh. Nếu sát sanh sẽ mất chúng tử từ bi khó có thể thành tựu đạo nghiệp!...

Lời cuối sách

Em thân thương của Anh!

Từ ngày Liên Tông Sơ Tổ Huệ Viễn Đại Sư chấn hưng đến nay, bất cứ kẻ tăng người tục, giàu nghèo, nếu tin Phật A Di Đà chuyên lòng xưng niệm không có một người nào chẳng được vãng sanh. Kinh Vô Lượng Thọ, đức Từ Phụ có nguyện: "Chúng sanh trong mười phương, hết lòng tin vui, muốn sanh về nước ta, chỉ niệm được mười niệm, nếu người đó không được sanh về cõi Cực lạc, ta thề không làm Phật". Theo Đại Nguyện đức Từ Phụ A Di Đà luôn luôn nhớ đến ta, hết lòng tiếp độ. Nếu chúng ta tin Phật, muốn về, cảm ứng phù hợp nhất định được vãng sanh. Qua những điều hoài nghi của em vừa qua là tâm yếu của pháp môn Tịnh độ và cũng là điều kiện thiết yếu để thoát ly sanh tử.

Phải biết cõi Ta bà khổ não, thân người vô thường, tâm vô thường, hoàn cảnh vô thường, luôn luôn sống khổ đau, không bao giờ được yên ổn. Phải biết được việc làm của mình, khả năng của mình có thể đạt được ý muốn, những hoài nghi phải được quét sạch không còn chút bụi, tức là lòng "tín" ta được kiên cố. Ba

chương đầu đã giải thích được điều ấy.

Một học sinh muốn tương lai mình bảo đảm cũng phải gắng chí đèn sách mười năm, một danh nhân muốn được tiếng là anh hùng phải vượt qua muôn vạn hiểm nguy mới đến đích, chàng nông dân muốn thu hoạch được kết quả phải dài nắng dầm mưa. Như thế ƯỚC MUỐN là một động cơ chính thúc đẩy hành giả đi đến thành công. Người tu tịnh nghiệp cũng thế, chúng ta đã tin vào đức Phật, đã tin vào khả năng của chính mình, nếu thiếu lòng ham muốn thoát khỏi nghiệp khổ sanh tử, về cõi Cực lạc yên vui, chắc chắn lòng tin sẽ bị lui sụt, do đó ta phải có lòng "nguyện" thiết tha mong được về Cực lạc.

Sau khi lòng tin đã sâu, ý nguyện đã thiết, ta phải "thực hành". Trước hết chúng ta phải thực hiện những trợ hạnh như đoạn ái dục, giữ giới, trường trai, phải biết sự quan hệ trọng yếu khi làm chung, sau đó mới chuyên chấp trì danh hiệu hoặc quán tưởng chắc chắn sẽ có kết quả. Nếu trường hợp tâm khó định, ta có thể dùng phương pháp "Thập niệm ký số" lần lần vọng niệm đình chỉ, chừng ấy, nước lặn nghìn trùng không còn sóng gợn, trời trong xanh biếc chẳng chút mây lồng. Thuyền không thênh thang chở ánh trăng về, lúc ấy Phật chính là tâm và tâm chính là Phật.

Hồng Nhơn biên soạn

