

TRÀ ĐÀM: SINH TỬ – NHỮNG BƯỚC CHUẨN BỊ CHO CÁI CHẾT

Trong Suốt: Hôm nay mình sẽ nói về một chủ đề gọi là “cái chết”. Hôm nay có lẽ đông bởi vì đây là chủ đề rất nhiều người quan tâm vì ai cũng sẽ phải trải qua cái đấy cả. Ở đây có ai nghĩ rằng mình sẽ không chết không ạ?

Một bác: *Chết muộn hay chết sớm thôi ạ!*

Trong Suốt: Vâng, chắc chắn là thế kể cả các bạn trẻ, kể cả em bé bé tí kia cũng có thể chết. Ở đây những ai trong nhà có 1 người mất mà mình đã chứng kiến rồi ạ, đã trải qua rồi ạ? Giờ tay ạ... Như vậy là còn hơn một nửa chưa trải qua bao giờ đúng không ạ. Ví dụ nhà mình có người mất, ông bà mình mất xong mình trải qua đám tang, đấy gọi là trải qua rồi.

Ở đây những ai tin chết là hết giờ tay ạ! Chết là hết, không có gì tiếp theo nữa luôn. Những ai đang tin chết là hết giờ tay ạ? Những ai mà rất duy vật tin rằng chết là hết, có ai không ạ? Bác không tin ạ?

Một bác: *Không ạ, chết chưa hết, vẫn còn...*

Trong Suốt: Có một số người tin chết là hết. Chết là thôi, thân thể tan ra một cái là thôi, không còn cái gì nữa. Với những người tin như vậy thì rất khó tin buổi hôm nay. Hôm nay mình sẽ nói chuẩn bị cho việc chết và sau khi chết thế nào. **Vì chết không là hết, chết chỉ là cho một sự bắt đầu mới thôi. Chết là sự kết thúc của một cái cũ và bắt đầu một cái mới.**

Bao nhiêu người cảm thấy chết là một điều kinh khủng giờ tay? 2 người 3, 4... người. Chết là một điều kinh khủng. Còn ai nữa? Còn ai nghĩ chết là một điều kinh khủng không? 5 người, 6 người, 7 người. 7 người tin rằng chết là một điều kinh khủng. Những người còn lại thì sao? Bình thường? Chết là bình thường, đúng không? Nhưng mà không ai muốn chết đúng không? Nhưng rất tiếc là mình không kiểm soát được cái chết của mình. Vấn đề là mình không kiểm soát được.

Ngày xưa có những ông vua, ông ấy dành cả đời để tìm thuốc trường sinh bất lão để có kiểm soát cái chết mà cũng không kiểm soát được. Tần Thủy Hoàng là một ví dụ: sai người đi khắp nơi để tìm thuốc và cuối cùng vẫn chết một cái chết bình thường. Vấn đề cái chết không phải là điều mình có kiểm soát được hay không mà nó sẽ đến trong cuộc đời mình vào lúc nào đấy, thời điểm nào đấy trong cuộc đời mình và không ai biết trước được khi nào nó xảy ra. Vấn đề không ai biết trước được khi nào nó xảy ra. Có người bảo tôi còn trẻ thế này sao phải chuẩn bị cho cái chết. Đúng không? Vì tôi nghĩ tôi còn rất trẻ. Nhưng ở đây các bạn trẻ nào dám ký vào tờ giấy tôi đảm bảo rằng 100% ngày mai vẫn còn sống không. Có bạn trẻ nào không? Buổi trước có đấy, buổi trước có một chị. Buổi này có ai không? Tại sao những người còn lại không giờ tay? Không ai biết được, kể cả trẻ măng cũng không biết được!

Cái chết là một sự việc trong cuộc đời mà không định trước thời gian cho nó. Không những không biết trước thời gian mà nó có thể xảy ra bất kỳ lúc nào! Ví dụ chúng ta đang ở trong 1 căn nhà rất âm liêu có chết được không? Chết bình thường! Chúng ta đang ở trong một pháo đài kiên cố có chết được không? Vẫn chết bình thường! Vấn đề không ai biết khi nào mình chết và mình không ngăn cản nó được. Vì thế mà với người thông minh, một việc mà người ta biết có thể xảy ra bất kỳ lúc nào, mà mình không cách nào ngăn cản được thì người thông minh chuẩn bị cho nó giống như có cơn bão đổ đến. Giống như cơn bão vào Đà Nẵng vừa xong, không biết có vào Đà Nẵng hay không nhưng

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

người thông minh sẽ đi chuẩn bị. Người không thông minh lắm thì nghĩ không bao giờ nó vào Đà Nẵng cả nên tôi sẽ ngồi yên. Cũng như vậy, chúng ta ai cũng có thể chết một cách đột ngột hết: chúng ta có thể đang đi trong nhà có thể chết không? Đi trong nhà, đi trong nhà rất bình thường có chết không. Vì sao lại chết? Huyết áp này, đột quy này, một cơn gió độc hay là trượt chân một cái, xà nhà đổ xuống đầu...

Người thông minh thì chuẩn bị cho cái chết. Người không thông minh thì nghĩ còn lâu tôi mới chết nên không bao giờ chuẩn bị cả. Xong khi cái chết xảy ra thì cảm thấy khủng khiếp quá, hoảng sợ và thường có những tái sinh rất xấu. Nếu như chết trong sự hoảng sợ thì thường có tái sinh rất xấu.

Chuẩn bị cho một cái chết bình an, một tái sinh tốt đẹp dựa trên nền tảng của đạo Phật – tin có một kiếp sau.

Buổi hôm nay sẽ nói về cách chuẩn bị như thế nào cho việc chết đấy, mục đích chính ngày hôm nay để chúng ta có một cái chết bình an, một tái sinh tốt đẹp, đó là mục đích chính ngày hôm nay. Nhưng nó phải dựa trên nền tảng cơ bản của đạo Phật là mọi người phải tin có một kiếp sau, có một cái gì đấy đi tiếp chứ không phải thế là hết.

Chúng ta đi về đâu hay chết như thế nào hoàn toàn là do nghiệp của mỗi người. Đúng không? Nếu lúc sống chúng ta làm nhiều điều xấu thì khả năng khi chết những nghiệp xấu nở ra rất kinh khủng. Khi chúng ta sống mà chúng ta làm nhiều điều tốt thì cũng thế, khả năng những nghiệp kinh khủng ít xảy ra hơn nhưng không có nghĩa là điều đấy không xảy ra bởi vì cái nghiệp xảy ra lúc ta chết phụ thuộc vào rất nhiều yếu tố khác nhau.

4 yếu tố ảnh hưởng tới việc chúng ta sẽ tái sinh về đâu

Nhà Phật nói về điều này có bốn yếu tố ảnh hưởng tới việc chúng ta sẽ đi về đâu.

Yếu tố đầu tiên - Cận tử nghiệp: Là cái gì xảy ra khi chúng ta gần chết. Ví dụ như các bác chết trong một căn phòng ấm cúng là một cách chết nhẹ nhàng nhưng nếu mình đang đi trên đường bị kẻ cướp xông vào giết chết thì là cái chết kinh hoàng. Hay là khi chúng ta chết mà chúng ta cực kỳ hoảng loạn thì là một cái chết phức tạp, khó khăn, còn cái chết bình an, thoải mái thì chết dễ dàng hơn.

Như vậy cái điều gì xảy ra gần lúc ta chết là rất quan trọng ảnh hưởng tới việc chúng ta sẽ đi tiếp thế nào. Đây là một loại nghiệp mà chúng ta phải nhớ là rất quan trọng ảnh hưởng tới tái sinh tiếp theo của chúng ta. Nên là một điều chúng ta phải chuẩn bị là chuẩn bị cho sự cận tử của mình.

Yếu tố thứ hai - Cực trọng nghiệp: Cực trọng nghĩa là cực kỳ nặng, những điều rất nặng chúng ta làm khi chúng ta sống thì dù chúng ta chết một cách bình an thì nghiệp này vẫn xảy ra và kéo chúng ta đi xuống.

Ví dụ: Cực trọng nghiệp giết cha giết mẹ thì dù chúng ta có chết bình an trên giường nhưng cái chết tới một cái thì Cực trọng nghiệp nó kéo thẳng chúng ta tới nơi rất xấu. Các nghiệp Cực trọng rất xấu như là giết cha, giết mẹ, chúng ta có thể làm một vị giác ngộ chảy máu, chúng ta chia rẽ một tăng đoàn của những người tu hành, đấy là những nghiệp nặng như vậy và nhiều nghiệp khác nữa... thì làm chúng ta khi chết không được bình thường dù chúng ta chết rất bình an, dù có Cận tử nghiệp rất tốt nhưng mà Cực trọng nghiệp nó kéo đến và rất kinh khủng.

Yếu tố thứ 3 - Tập quán nghiệp: Là thói quen của chúng ta khi sống, tập quán là chính là thói quen. Ví dụ có những người nghiện rượu, tập quán là nghiện rượu thì ngay sau khi chết, chết xong ra khỏi thân thể một cái là tìm quán rượu ngay, tìm chỗ nào có rượu để uống. Có những người nghiện rượu thì Tập quán nghiệp của họ rất là mạnh thành ra là họ ngay sau khi thoát ra khỏi thân thể là tìm rượu vì có tập quán nghiện rượu lúc còn sống. Hay là chúng ta nghiện làm điều xấu thì thoát ra khỏi thân thể cái là chỉ muốn làm điều xấu thôi. Nghiện rượu, nghiện thuốc phiện.

Đây là lý do nhà Phật có một giới trong ngũ giới là không được say nghiện. Nếu chúng ta say nghiện chúng ta rất dễ làm các điều như thế khi chúng ta ra khỏi thân thể. Thứ ba gọi là Tập quán nghiệp.

Yếu tố thứ tư - Tích lũy nghiệp: Tích lũy nghiệp không phải chỉ là nghiệp trong đời này đâu mà trong đời trước đến đời này nó mới nở ra. Ví dụ có những người đời này sống rất tốt nhưng mà đời trước họ là kẻ làm nhiều điều rất xấu nặng nề thì khi chết cái nghiệp của điều xấu sẽ nở ra và họ sẽ có tái sinh xấu nên có nhiều người sống rất tốt đời này nhưng cũng không đảm bảo có cái chết tốt bởi cái Tích lũy nghiệp của họ rất lớn. Chúng ta phải nhớ 4 điều ảnh hưởng tới chúng ta sau khi chết, trong và sau khi chết và đến sự tái sinh của chúng ta:

Thứ nhất là Cận tử nghiệp là cái xảy ra khi chúng ta sắp chết.

Thứ hai là Cực trọng nghiệp, là điều cực kỳ xấu chúng ta đã làm trong đời này.

Thứ ba là Tập quán nghiệp, những thói quen mạnh mẽ của chúng ta kéo chúng ta về chỗ đấy.

Thứ tư là Tích lũy nghiệp nghĩa là tất cả những nghiệp chúng ta đã tích lũy đời này và những đời trước nó sẽ nở ra.

Bốn cái đấy là cái ảnh hưởng tới việc chúng ta ra đi và tái sinh như thế nào. Và để chuẩn bị thì cái chuẩn bị tốt nhất là:

+ Thứ nhất là chúng ta trong quá trình sống chúng ta không nên có những tập quán xấu, đúng không? Để cái tập quán chúng ta có là tập quán tương đối tốt không phải tập quán xấu.

+ Thứ hai là cận tử chúng ta chọn cách, chúng ta chuẩn bị cho cái chết đấy cho nó nhẹ nhàng.

+ Thứ ba chúng ta không làm những việc cực trọng nghiệp, chúng ta phải tránh những điều rất nặng nề.

+ Còn tích lũy nghiệp thì chúng ta chịu rồi, tích lũy đời trước chúng ta không thể nào biết được.

Nên là hôm nay chúng ta chuẩn bị chính cho cận tử nghiệp vì trong bốn nghiệp đấy thứ tự ảnh hưởng là như thế này: cái ảnh hưởng mạnh nhất chúng ta chết như thế nào là cực trọng nghiệp. Cái cực trọng nghiệp là cái nghiệp rất xấu chúng ta đã làm thì dù chúng ta có một sự chuẩn bị tốt như thế nào chẳng nữa nghiệp đấy cũng đẩy chúng ta về chỗ xấu, là mạnh nhất. Mạnh thứ nhì mọi người có biết là thế nào không? Mạnh thứ nhì là cận tử nghiệp chứ không phải hai cái nghiệp kia.

Mạnh thứ nhì không phải là tập quán nghiệp và tích lũy nghiệp, mạnh thứ nhì đấy chúng ta đi đâu là cận tử nghiệp. Cận tử nghiệp nó có sức mạnh như vậy!

Ví dụ có người lúc sống rất tốt nhưng lúc sắp chết có một người là thù địch của họ, kẻ thù đẩy đến bên giường của họ làm họ trở nên rất là tức giận. Nghĩa là sống rất tốt này nhưng đúng ngày mình chết có người đến bên giường chửi mắng mình lúc mình đang

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

trong quá trình chết. Khi đẩy mình sẽ lâm vào trạng thái vô cùng khó chịu và tức giận và sự tức giận khó chịu đẩy rất dễ đẩy mình xuống cõi thấp địa ngục hoặc là ngã quỷ. Nên là người sống rất tốt như vậy nhưng đúng lúc chết gặp cái người thù địch mình đến mắng chửi mình ngay trước mặt nên dù sống rất tốt như vậy mình vẫn bị rơi xuống cõi xấu.

Vì thế hôm nay chúng ta chủ yếu nói về việc chuẩn bị cho cận tử thế nào để cho nếu chúng ta là người già thì chúng ta tự chuẩn bị cho chính mình hoặc nếu chúng ta là người trẻ chúng ta có thể chuẩn bị cho người thân của chúng ta để có cái chết bình an, tái sinh bình an tốt đẹp. Trước khi nói về điều ấy chúng ta hiểu cái căn bản của đạo Phật nghĩa là chúng ta chết không phải là hết mà chết chỉ là quá trình chúng ta đi tìm sự tái sinh mới thôi.

Sau khi rời bỏ kiếp này, giống như thay một cái áo ra, sẽ mặc một cái áo mới ở đâu đấy. Chúng ta sẽ đi tìm một tái sinh mới và tái sinh mới đó có thể là một trong bảy loại sau:

+ **Tái sinh về cõi Phật:** Thứ nhất là chúng ta có may mắn lên được cõi Phật, ở trên đây chúng ta tu hành tiếp đến giác ngộ, đây là cõi cao nhất.

+ **Tái sinh về cõi Trời:** Cõi cao thứ nhì là cõi trời, cõi trời là cõi mọi thứ hết sức phong phú đầy đủ. Những người sinh ở cõi trời rất khỏe mạnh không bị ốm bệnh và có một đời sống vật chất đầy đủ, không phải lo lắng gì cả.

+ **Tái sinh về cõi Atula:** Cõi thấp hơn một chút gọi là cõi atula, những vị thần giận dữ. Ở đây người ta có rất nhiều quyền năng, sức mạnh nhưng mà người ta luôn luôn giận dữ ghen tị với các vị trời khác nên là người ta đánh nhau rất nhiều, suốt ngày đem quân đi đánh nhau với các cõi khác. Đây là một cõi, tuy nhiên vẫn là cõi trời. Cõi trời nghĩa là vẫn khỏe mạnh, vẫn đầy đủ vật chất, không phải như cõi người rất hay ốm bệnh thì trên cõi trời không bị ốm bệnh. Cõi người thì rất thiếu ăn còn trên cõi trời cái gì cũng có, rất dễ sống. Ở cõi người tuổi thọ rất ngắn ngủi, như chúng ta sống 100 tuổi là dài rồi còn cõi trời sống 1000 tuổi vẫn là trẻ, họ sống hàng vạn hay hàng triệu tuổi.

+ **Tái sinh cõi người:** Thấp hơn cõi atula là cõi người, là cõi chúng ta đang ở đây. Cõi người thì vừa khổ vừa sướng. Ở đây các bác khổ nhiều hay sướng nhiều? Lúc khổ lúc sướng đúng không, nó xen kẽ lẫn nhau. Thân thể chúng ta cũng lúc khỏe lúc ốm, và tinh thần chúng ta cũng lúc khổ lúc vui, tuy nhiên nói chung là khổ. Cõi người được coi là khổ chứ không được coi là sướng. Tuy nhiên nó còn đủ sướng để chúng ta tu hành được.

+ **Tái sinh cõi súc sinh:** Thấp hơn nữa là cõi súc sinh như chúng ta thấy con kiến, con bò, con gà, đây là cõi súc sinh. Súc sinh thì cơ bản là khổ vì nó sống trong sợ hãi và thiếu hiểu biết, ngu si.

+ **Tái sinh cõi ngã quỷ:** Thấp hơn nữa gọi là ngã quỷ hay Việt Nam mình gọi là vong đấy. Ngã quỷ thì họ vật vờ không có nơi ăn chốn ở cố định và lúc nào họ cũng đói khát, thèm, thiếu thốn.

+ **Tái sinh cõi địa ngục:** Thấp hơn nữa là địa ngục, địa ngục là nơi mà những người làm điều xấu phải tái sinh xuống đó để trả nghiệp. Ở đây thì kinh khủng vô cùng, rất nhiều cảnh địa ngục như là hàng ngày họ phải lè lưỡi cho lưỡi cày đi qua chịu đau đớn. Hay có cảnh địa ngục hàng ngày nhảy xuống vạc dầu ngoi lên xong lại lặn xuống...

Đây là sáu cõi luân hồi và một cõi Phật, đây là 7 lựa chọn cho các cô các bác có thể đi được sau khi chúng ta chết. Mọi người thích đi đâu? Thích đi vào chỗ nào? Cõi trời? Bao nhiêu người thích cõi trời giờ đây? Bao nhiêu người thích cõi Phật? Bao nhiêu người thích cõi người, quay lại làm người? Cái thích này nó rất quan trọng vì lát nữa tôi sẽ giảng cho mọi người nghe làm thế nào để đến được cõi đấy. Có ai thích xuống cõi thấp hơn cõi người không? Làm cá tôm có thích không? Có ai thích làm Atula không? Cũng được nhưng đánh nhau ghen tị suốt ngày cũng chán.

Cõi tốt mà chúng ta có thể đến được đầu tiên là cõi Phật. Cõi Trời không cao bằng cõi Phật, cõi trời mà muốn tới cõi Phật phải tu. Là vì sao? Chúng ta đọc truyện Sơn Tinh Thủy Tinh có thấy họ sướng không? Sơn Tinh Thủy Tinh là hai vị trời đây, cũng đánh nhau tranh nhau một cô gái, cũng không sướng lắm. Cõi trời cũng không sướng lắm, cõi trời được cái sướng về vật chất: khỏe mạnh, giàu có, đầy đủ nhưng tinh thần cũng không sướng lắm. Tinh thần, thứ nhất họ vẫn còn mong muốn điều này điều kia, hoặc là họ bị những Atula đe dọa nên họ vẫn phải đánh nhau để bảo vệ vị trí quyền lực của họ. Các bạn trẻ xem những phim có thần Dớt (Zeus). Có bạn nào xem không? Thần Dớt là một vị trời suốt ngày đánh nhau để bảo vệ vị trí của mình, đánh nhau với thần Titan – Titan là vị atula, mọi người nếu xem phim thần thoại Hy Lạp thì thần Dớt, thần Athena là các vị trời suốt ngày phải lo đánh nhau với thần Titan, mấy con quỷ bị giam dưới địa ngục. Titan là vị thần giận dữ nên chỉ thả một cái là đánh nhau ngay, giết nhau bình thường. Nên là cõi Trời tưởng là tốt, đúng là tốt vật chất nhưng tinh thần không phải là sướng nhất.

Cõi Phật thực ra là nơi sướng nhất, sướng cả về vật chất nhưng tinh thần cũng rất sướng, ở đây người ta gặp được Phật, người ta không phải chịu cảnh đánh nhau để giữ vị trí của mình. Người ta gặp được Phật pháp để tu hành tiếp. Nên nếu có ước ao thì ước ao về cõi Phật là tốt nhất, lời khuyên tốt nhất cho các bác là về cõi Phật là tốt nhất.

Nhi là cõi nào nhi? Mọi người có hai lựa chọn: có những người thích về cõi Trời nhưng có những người thích về cõi người hơn. Cõi Trời thì rất tốt nhưng có một nhược điểm thôi: là quá sướng. Quá sướng sao lại là nhược điểm? Những ai muốn tu hành sướng quá thì khó tu. Sướng quá không có nhu cầu tu nữa luôn: “Thôi tốt nhất tôi chết già trên cõi trời còn hơn tu làm gì”. Tôi sống một ngàn năm rồi tôi chết, nhưng theo mọi người chết xong có trở lại được cõi Trời nữa không?

Mình ở cõi trời được bao lâu là do nghiệp tốt của mình nhiều hay ít. Thường là khi mình sống mình làm nhiều điều tốt thì mình được hưởng nghiệp báo, mình lên cõi trời để hưởng nghiệp tốt của việc mình làm khi ở mặt đất. Nhưng khi nghiệp tốt nó hết, mình không ở được cõi trời nữa. Trong kinh đức Phật giảng là dù mình sống ở cõi trời triệu năm thì bảy ngày cuối cùng trên cõi trời cũng rất khủng khiếp. Bảy ngày cuối cùng trên cõi trời thân thể bắt đầu tan rã ra, ánh hào quang trên người biến mất, sức khỏe yếu dần, thân thể bắt đầu tan rã và họ còn biết rằng tôi sẽ bị đi đâu. Chúng ta ở đây chết chúng ta không biết đi đâu nhưng cõi trời có thần thông họ biết chết xong tôi sẽ đi đâu. Và hầu như là xuống cõi thấp hơn nên là rất đau khổ, không những tôi không được hưởng ở đây nữa mà tôi biết rằng 7 ngày nữa tôi sẽ thành một con bò trên một đồng cỏ hay bảy ngày nữa tôi sẽ thành một cô ăn mày xấu xí ở một góc nào đó trên đường phố thì họ sẽ thấy rất khủng khiếp. Nên 7 ngày cuối cùng của một vị trời rất đau đớn buồn thảm, họ không muốn làm gì, không muốn nói chuyện với ai. Trước đây họ có thể là một vị thần rất nổi tiếng, rất là vĩ đại thì bây giờ, đây là chết già chưa nói chết vì các vị Atula đánh nhau cũng rất là đau khổ. Lên cõi Trời có cái hay là được hưởng lạc một thời gian nhưng rồi nó qua đi, không ai được hưởng lạc mãi được, luật nhân quả là như vậy, và họ sẽ bị đi tiếp đến chỗ nghiệp báo họ phải chịu.

Cõi Phật thì khác, cõi Phật thì ở đó bao lâu cũng được và tu hành được nên có thể trở nên giác ngộ trên cõi Phật. Cõi Trời thì khó hơn, cõi Trời thì không có động lực tu hành. Tất nhiên cõi Trời cũng tu được nhưng động lực tu thấp hơn, nên một số người rất quan tâm tới việc tu hành thì thậm chí khi chết còn nói với Thầy: “Thưa Thầy giúp con quay lại cõi Người hơn là ở cõi Trời!” Tất nhiên cái này không bắt buộc với các cô các bác ở đây. Các cô có thể chọn: “Thôi cõi Trời đã rồi tính tiếp”. Những ai quan tâm tới tu hành, bạn nào đang tu hành thì khuyên quay lại cõi Người thì tốt hơn.

Những cõi còn lại nhìn chung là xấu. Cõi súc sinh thì khổ vì lúc nào cũng sợ hãi, cõi nga quỷ lúc nào cũng đói khát, cõi địa ngục thì cực kỳ đau khổ vì trả quả báo, cõi Atula lúc nào cũng giận dữ. Tại sao hiểu điều này lại quan trọng? **Vì khi chết chúng ta có quá trình 49 ngày chuẩn bị cho tái sinh tiếp theo và trong 49 ngày nếu chúng ta hiểu điều này, chúng ta biết cách để chọn chỗ tái sinh tốt hơn cho mình và chúng ta tránh được việc xuống cõi thấp hơn**, nên là việc hiểu điều này là quan trọng. Nếu người nào không hiểu, không đến dự hoặc không hiểu những điều này thì khi chết, khi họ vào giai đoạn 49 ngày họ rất là hoang mang, sợ hãi, giận dữ và không biết chọn cõi nào cho phù hợp và thường họ không chọn được chỗ tốt. Nên ngày hôm nay chúng ta biết điều này là rất quan trọng cho việc 49 ngày chúng ta làm gì. Nên mọi người nên biết về sáu cõi và trong đầu mình có mong muốn về cõi nào luôn ngay từ bây giờ.

Ví dụ chúng ta nên nghĩ thế này: Tôi cố gắng lên được cõi Phật nếu không thì cõi trời, không được thì quay lại cõi người, hoặc tôi sẽ cố gắng hết sức để không rơi vào 3 cõi thấp còn lại. Đây là một cách nghĩ tốt. Hoặc là một cách nghĩ khác là tôi sẽ quay lại cõi người là số 1, nhì cõi Phật, ba là cõi trời và trong 49 ngày đấy có những điều kéo tôi vào cõi thấp tôi sẽ cố gắng hết sức để thoát ra khỏi nó. Nếu không hiểu điều này thì khi bị gió nghiệp kéo chúng ta sẵn sàng để cho bị kéo đi ngay. Thấy mình chết xong thành con bò, con gà vì chúng ta có vô số nghiệp xấu, chúng ta không chỉ có nghiệp xấu đời này mà còn rất nhiều các nghiệp xấu trong các đời trước đúng không?

Có ai dám đảm bảo đời trước mình không làm điều gì xấu không? Không thể biết để mà đảm bảo đúng không? Có ai đảm bảo đời này tôi không làm việc gì xấu không, ai giữ tay nào? Cả đời này không làm việc xấu nào hết. Có ai thể không? Chịu đúng không! Không ai làm thế được. Ở đây đã ai từng giết một con kiến giờ tay lên? Một con cũng tính mà nhiều con cũng tính. Con kiến có giết mình, có đe dọa tính mạng mình không? Nó chỉ làm mình đau mấy giây chứ nó có dọa mình là tao sẽ giết mày không? Nó làm mình đau mấy giây nhưng mình sẵn sàng cướp đi cả đời của nó. Nó cũng có vợ có chồng có con của nó. Nó làm mình đau mấy giây nhưng mình cướp cả đời của nó luôn. Thế là nghiệp tốt hay nghiệp xấu?

Khi chết chúng ta đừng nghĩ rằng sẽ xong, mà những con đày sẽ đòi mạng, nhất là nếu nó đang là nga quỷ, nếu nó tái sinh đi chỗ khác rồi có thể nó không quay lại nhưng nó đang là nga quỷ, nó đến đòi là chắc. Nó nhớ mà. Ví dụ chúng ta, ai từng cắt cổ gà giờ tay? Con gà nó có dọa mổ mình giết mình không? Nếu con gà nó tái sinh đi chỗ khác rồi thì nó không làm được gì mình nữa nhưng nếu nó tái sinh thành vong, thành ma thì nó sẽ đòi mình chết để nó quay lại nó trả thù nên chúng ta phải cẩn thận. Như vậy chúng ta không thể đảm bảo chúng ta không làm điều xấu nào, vì thế chúng ta phải rất cẩn thận trong quá trình xảy ra việc đây.

Vì vậy, nếu chúng ta hiểu tiến trình chết diễn ra thế nào thì sẽ hiểu nên tập thế nào. Giả sử ở đây có cô bác nào ra đi... thì đầu tiên chúng ta sẽ cảm thấy, ví dụ khi đó ta đang nằm trên giường. Giả sử khi mất, chúng ta nằm trên giường, xung quanh là con cháu. Mình hãy tưởng tượng ra điều đó nhé.

Theo nhà Phật, cơ thể con người được cấu tạo bởi 4 nguyên tố vật chất: đất, nước, gió và lửa cộng với ý thức. Khi chúng ta chết thì 4 nguyên tố đó bắt đầu tan rã.

Nguyên tố đầu tiên tan rã là đất: Người sắp chết bắt đầu cảm thấy mình chìm xuống hoặc cơ thể mình bắt đầu bị rã ra. Đó chỉ là cảm giác của người sắp chết khi nguyên tố đất tan ra, có thể mất đi sức nặng và cảm giác như sụt xuống. Ví dụ lúc đó có nhiều người thường hô là: “Con ơi kéo bố/mẹ lên...!” Thì ta không nên kéo bởi có kéo hay không họ

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

vẫn có những cảm giác đó mà ta nên hiểu rằng đó là dấu hiệu họ đang cận kề cái chết. Khi đó họ cảm thấy sụt xuống, đó là dấu hiệu nguyên tố đất bị tan rã.

Nguyên tố thứ hai tan rã là nguyên tố nước: Mình bắt đầu cảm thấy cơ thể mình khô héo. Mắt khô, miệng khô, tất cả khô và khát. Người chết lúc đấy có thể sẽ nói là cho bố/mẹ uống nước. Cũng không phải vì họ khát, hay thực sự cần nước. Ta vẫn nên cho họ uống không họ sẽ cảm thấy rằng mình không quan tâm. Nhưng ta hiểu rằng không thể bù được cơn khát vì họ không thực sự khát mà do nguyên tố nước bắt đầu tan ra rồi, cơ thể bắt đầu cảm thấy khô héo. Lúc này cảm thấy bị sụt xuống, thì bây giờ cảm thấy cần cỗi và khát. Người chết lúc đấy bắt đầu cảm thấy hoảng sợ. Khi cảm thấy sụt xuống đã bắt đầu hoảng sợ rồi, bây giờ cảm thấy khô hết nữa thì hoảng sợ nữa.

Nguyên tố thứ ba tan rã là lửa: Tức là cơ thể mất đi hơi ấm, hoặc là cảm thấy lạnh. Người chết cảm thấy lạnh giá muốn đắp thêm chăn hay đốt lửa sưởi lên. Điều này không phải vì họ bị lạnh vật lý mà do nguyên tố lửa tan rã. Họ mất hơi nóng trong cơ thể, thân nhiệt bắt đầu giảm đi, hơi nóng bắt đầu tan ra.

Nguyên tố thứ tư tan rã là nguyên tố gió: Bắt đầu mất dần hơi thở. Đây là tại sao người ta hay nói trút hơi thở cuối cùng. Nguyên tố cuối cùng tan rã là gió, người chết bắt đầu nói: “Khó thở quá”, cảm thấy ngột ngạt khó thở. Đây là lúc nguyên tố gió tan rã hoàn toàn thì hơi thở ngừng lại.

Với khoa học hiện đại bây giờ coi đó là chết. Thực ra đó vẫn chưa phải là hoàn toàn chết, chưa thực sự chết. Bởi vì còn nhiều điều nữa sẽ xảy ra tiếp theo. Nếu lúc đó chúng ta vội vã hành động ngay thì không tốt cho người chết. Vì tâm thức hay thần thức họ vẫn còn trong xác, chưa ra khỏi thân xác. Nếu chúng ta đụng chạm vào quá sớm thì ảnh hưởng đến tâm thức của họ. Thậm chí nếu chúng ta đã chạm vào những vùng thấp còn làm cho họ bị kéo xuống những cõi thấp. Nên chúng ta không nên đụng vào ngay người chết khi họ vừa trút hơi thở cuối cùng.

Còn nếu có động vào thì nên động vào các phần trên từ ngực trở lên, phần ngực trở lên. Bởi vì khi chúng ta động vào phần dưới thì tự nhiên làm họ chú ý đến phần dưới. Vì thần thức vẫn ở trong cơ thể và chuẩn bị thoát ra ngoài. Nên nếu chúng ta động vào phần dưới là họ sẽ thoát ra từ những cửa thấp và họ rất dễ bị đọa xuống những cõi thấp. Nên nếu chúng ta buộc phải động vào thì động vào những phần trên, từ ngực trở lên. Xoa đầu hay đập lại vai, chúng ta không nên chỉnh chân và đặc biệt là bàn chân. Nếu thoát ra từ bàn chân thì sẽ xuống địa ngục ngay lập tức.

Tốt nhất là chúng ta hãy đợi cho tới khi nào hơi ấm trong ngực hết hẳn. Dấu hiệu nhận biết là thần thức đã ra khỏi cơ thể hay chưa là hoàn toàn ở vùng ngực – tim ngực, không còn hơi ấm nữa, nếu không còn tí hơi ấm nào là đã ra khỏi cơ thể rồi. Ta có thể sờ thì có thể sờ vào đó được, sờ vào ngực để kiểm tra.

Quá trình thần thức ra khỏi cơ thể nhanh hay chậm là tùy người, không có thời gian cố định, không ai giống ai. Nên từ lúc trút hơi thở cuối cùng đến lúc ra khỏi thân thể là tùy người, có những người chỉ hai phút là thần thức ra khỏi cơ thể luôn, nhưng có những người, đặc biệt là những người tu hành, thậm chí là ba ngày sau vẫn chưa ra. Họ biết cách ở lại trong thân thể để tu tập tiếp. Nhưng người thông thường, không phải là người tu hành cao cấp thì thường là dưới tám tiếng. Nên vì thế ở Tây Tạng người ta thường đợi sau tám tiếng cho chắc ăn. Nhưng chúng ta có thể không cần đợi đến tám tiếng mà chỉ cần sờ ngực để xem thôi. Nếu hoàn cảnh không cho phép phải đợi tám tiếng, có những trường hợp phải

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

đi chuyển ngay thì thỉnh thoảng chúng ta kiểm tra ngực xem còn ấm không. Còn nếu hoàn cảnh cho phép chúng ta nên đợi tám tiếng.

Trong quá trình thần thức ra khỏi cơ thể, điều gì xảy ra? Là bắt đầu ý thức của người chết dần dần rút ra khỏi thân thể và ra hẳn. Khi ra hẳn là gì? Là ngực hoàn toàn lạnh ngắt luôn. Khi thần thức ra khỏi cơ thể thì lúc đó ta có thể làm gì cái thân ấy cũng được, còn trước đó ta nên để yên. Mọi người nên ghi nhớ điều này, đặc biệt gia đình có người già cả.

Nhưng chưa xong, khi thần thức ra khỏi cơ thể rồi sẽ có một giai đoạn gọi là **bất tỉnh**. Khi thần thức thoát ra rồi sẽ mê man hoàn toàn. Giai đoạn này nhanh chậm là tùy người. Đối với những người tu hành cao cấp thì họ hoàn toàn không bất tỉnh, họ thoát ra trong sự hiểu biết rõ ràng. Nhưng đối với những người bình thường, không tu hành, như mọi người chúng ta ở đây, thì sẽ xảy ra giai đoạn này, mê man hoàn toàn bất tỉnh, đen kịt, không thấy gì cả. Nhanh chậm tùy người, nhưng thông thường người bình thường mất khoảng chỉ vài phút bất tỉnh thôi, còn người tu hành sẽ ở cảnh giới khác nên chúng ta sẽ ít bàn tới ở đây.

Và khi chúng ta tỉnh dậy chúng ta thấy cái gì? Khi chúng ta tỉnh dậy thì chúng ta thấy gọi là nghiệp lực chúng ta kéo đến. Ví dụ nếu như mà có thể ma quỷ sẽ kéo đến quấy phá hay là Phật đến giúp nêu niệm Nam Mô A Di Đà Phật lúc đấy, hay tất cả những cảnh mà chúng ta nghĩ tới. Như chúng ta nhớ về bà con thì bà con sẽ hiện ra lúc đấy. Hay là bà con nghĩ về chúng ta thì chúng ta sẽ cảm nhận được lúc đấy. Khi thần thức ra khỏi thân thể rồi thì nó hoàn toàn không bị ngăn chặn bởi cái thân này nữa, nên là nó cảm nhận cực kỳ mạnh mẽ về thế giới. Ví dụ như chúng ta ngồi đây, ai nghĩ về mình thì mình có biết không? Mình không biết! Nhưng khi ra khỏi thân thể rồi ai nghĩ gì mình cũng biết ngay. Ngay lập tức! Nếu người nào thù ghét mình, mình thấy khó chịu ngay lập tức. Người nào nghĩ tốt về mình, mình thấy bình an ngay lập tức. Khi ra khỏi thân thể, chúng ta nhạy cảm hơn 9 lần bình thường. Và khi chúng ta không còn bị chặn bởi thân thể thì chúng ta có thể cảm nhận rất nhiều điều. Đó là lý do tại sao khi chết đi không nên để những người tiêu cực quanh người đó. Xấu nhất là những người thù ghét người ta, vì họ cảm nhận được ngay lập tức, cực kỳ nguy hiểm cho họ.

Tiêu cực thứ hai là những người bám luyến họ. Ví dụ có người khóc lóc nói: “Mẹ ơi sao mẹ chết sớm bỏ lại con thơ thế này?” Điều đó có tốt không?

Một bác: Không.

Trong Suốt: Họ bắt đầu buồn. Họ ở trạng thái không tỉnh táo và rất buồn vì họ cảm nhận được ngay điều đó. Họ tự hỏi: “Tại sao mình lại ra đi như thế này, mình còn bao nhiêu thứ chưa làm xong, mình còn chồng con, hay cháu dại v.v...” Sự buồn bã đó ảnh hưởng rất xấu đến việc tái sinh của họ. Nên tất cả những người tiêu cực, giận dữ, bám luyến không nên để gần người chết lúc đó, tránh càng xa càng tốt. Nên có những người bình tĩnh ở xung quanh họ. Có thể thương nhưng đừng thương theo kiểu bám luyến như: “Sao mẹ nở ra đi như thế này khi con dại đang còn?” Cái thương này là làm hại người mất. Lúc đấy chúng ta nên chọn những người bình tĩnh, không khóc âm ỉ, không bù lu bù loa, không làm cho người chết bị rối loạn, bị quá cảm thương vì bị giữ lại. Người Việt Nam mình hay có phong tục khóc thương theo kiểu đó, một đoàn người tiễn rồi con cháu bắt đầu khóc lóc. Nhất là ở quê sẽ gặp rất rõ ở các đám tang. Đây là cảnh rất có hại cho người chết.

Nếu mình là người tổ chức đám tang, mình nên tránh, dặn những người có mặt không được khóc lóc âm ỉ. Vẫn có thể khóc chảy nước mắt nhưng không nên khóc kiểu: “Sao mẹ nở bỏ con mà đi?” Sẽ làm rối loạn người chết, họ cảm thấy họ là người có lỗi, họ không nở bỏ đi thì rất khó tái sinh tốt đẹp, thường là tái sinh cõi thấp. Đây là điều chúng ta hay mắc

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

phải, các cô các bác phải dặn con mình ngay. Khóc theo kiểu thương cảm thì được nhưng không nên khóc bù lu bù loa lên rồi níu giữ người chết lại thì rất xấu. Giữ lại bên người chết những người họ quý mến, tin tưởng, bình tĩnh, bình an.

Nếu mình là người chuẩn bị cho cái chết của người thân, mình nên tạo khung cảnh xung quanh bình an, yên tĩnh tối đa, xung quanh là những người tin tưởng, bình an. Có những gia đình mà có nhiều con cháu, thì mình dặn họ trước. Khi họ đến mình dặn họ là không khóc bù lu bù loa, không khóc theo kiểu đó để cho bố mẹ hay ông, bà ra đi được thanh thản. Việc này mọi người rất hay mắc phải vì vậy mà cần phải nhắc nhở mọi người thường xuyên. Mình không nên để những người, con vật, đồ vật người chết ghét ở gần họ...

Khi thân thức ra ngoài thân thể thì rất nhạy cảm, tất cả mọi người nghĩ gì về họ, hay ghét họ... Họ đều nhận được hết. Hay là những người đến đòi nợ cũng hiện ra lúc đấy, hay là Đức Phật hiện ra đến rước đi cũng hiện ra lúc đấy. Trong vòng 49 ngày và chưa tái sinh, chúng ta không nên dùng những đồ vật người chết sở hữu. Nếu như người chết đã từng là người rất tốt thì không sao, nhưng có những ông bà già khó tính, khi họ thấy họ bị người khác dùng những đồ vật khi mình còn sống, tự họ cảm thấy khó chịu. Ta phải rất cẩn thận, khi họ mất, ta cất đồ đạc của họ vào một chỗ hẻo lánh, không cho người khác dùng. Nói tóm lại nếu chúng ta làm người mất bức tức, khó chịu, sợ hãi hay bảm luyến, thì có hại cho họ. Ta nên tránh tất cả những điều đó và có ý thức ngay từ bây giờ.

Ví dụ như là mẹ mình có một cái áo rất đẹp, mẹ rất thích, thế là mẹ mất mình khoác cái áo lên người luôn, rất tự nhiên hoặc mình cầm áo đem cho người khác và nói người khác rằng: “Thôi bà mất rồi, cháu cứ cầm đi”... Việc đó có xảy ra thì sau 49 ngày hãy làm để tránh cho người chết đỡ bị ảnh hưởng. Đó là cái mà chúng ta nên tránh. Khi người chết qua đời họ có 49 ngày để tiền tái sinh, trước khi tái sinh. 49 ngày là một số tương đối, có những người đi tái sinh rất nhanh, có những người lâu hơn 49 ngày. Nguyên tắc là trong 49 ngày đó chúng ta nên làm tất cả những điều bình an, tốt đẹp và tránh tất cả những điều gây khó chịu cho người đã khuất. Nếu muốn bàn về việc chia gia sản, nên bàn sau 49 ngày vì nếu bàn sớm, người chết cũng không hài lòng vì thấy con cái cãi nhau, tranh nhau. Trong 49 ngày đó người chết biết được hết mọi việc nên có làm gì để sau đó hãy làm.

Trong 49 ngày đó: 25 ngày đầu tiên người chết sẽ cảm nhận thấy những việc liên quan đến đời sống cũ của họ, kiếp sống họ vừa trải qua. Ví dụ như nhớ về người thân hay về chốn cũ, quê cũ, hay là báo mộng. Người nào nhớ quê thì ngay lập tức là về quê ngay, thay vì đi bằng ô tô hay máy bay thì trong đầu họ nghĩ về điều gì thì lập tức hiện ra điều đó, ví dụ con của họ ở Đức hay ở Anh chẳng hạn, nghĩ đến đâu thì họ đến đấy...

Ở đây có một điều nguy hiểm là nhiều người chết mà không biết mình chết rồi. Vì họ lại thấy mình trong một thân xác mới gọi là **Ý Sinh Thân**, họ thấy họ trong một thân xác mới giống hệt thân xác cũ. Họ không biết Thân này thực ra không có thật nhưng họ vẫn nhìn thấy mình như thế nên họ vẫn nghĩ mình đang còn sống. Rất là nhiều người chết rồi tưởng mình còn sống.

Thế tại sao lại nguy hiểm? Vì họ thấy mình vẫn đang sống mà thấy những người xung quanh như ăn không mời họ, họ bắt đầu tức giận. Vì họ không biết là mình đã chết rồi, không biết rằng những người xung quanh không nhìn thấy mình. Họ cảm thấy không ai quan tâm đến mình nữa, trước khi chết ai cũng nắm chân nắm tay, chết rồi họ trông ai cũng ngờ ngác tỉnh bơ, họ bắt đầu bức tức. Nên không biết mình đã chết là một nguy hiểm cho người chết.

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

Những ai hay xem phim của nước ngoài, ví dụ như bị một kẻ cướp đi trên đường bán súng chết rồi thì lao vào đâm đá kẻ cướp kia, không có cảm giác là chết. Vì giai đoạn ra khỏi thân, bất tỉnh có những người rất ngắn, ra ngay lập tức. Họ bất tỉnh 2 phút sau đó lại cảm thấy mình trong một thân mới ngay nên rất nhiều người không rõ là họ chết và họ sẽ bực tức với người sống vì không ai để ý đến họ.

Một điều người sống nên làm cho người chết là nên nhắc rằng **họ đã chết**. Những người thân cận, những người trước đây được người mất tin tưởng, những người nói mà họ tin ngay nên khuyên họ và chỉ cần nghĩ trong đầu cũng được không cần nói ra miệng vì họ nhạy cảm với ý nghĩ của mình là: “Bác ơi/Bố ơi, bố đã chết rồi, bố không cần phải lo lắng cho chúng con nữa!”

Người chết thứ nhất cần phải biết họ đã chết rồi. Thứ hai là họ không nên bám vào những người đang sống nữa, vì họ không thể làm gì được nữa. Ví dụ người chết rồi thấy con mình khổ quá, muốn đến giúp nhưng không giúp gì được, không thể đem tiền hay đem áo đến cho con, nhưng càng không làm được họ lại càng muốn ở lại để làm.

Nên tối thiểu người sống nên nói với người mất là: “Bố ơi/Ông ơi, bây giờ ông/bố đã mất rồi, không còn ở cõi người này nữa, mọi việc con sẽ tự lo! Bố/Ông ra đi cho thanh thản và yên tâm! Đừng lo lắng cho chúng con nữa! Mọi người hứa sẽ sống tốt với nhau! Vì bố chết rồi cũng không lo được đâu!”

Đề người chết có mong muốn ra đi chứ không ở lại. Nếu ở lại rất dễ họ trở thành hồn ma – vong trong nhà, và rất khổ. Hồn ma lúc nào cũng đói khát, khổ sở và không giúp gì được cho người sống.

Tuy nhiên cũng có những người tu hành, khi chết biết ngay mình đã chết vì đã từng nghe đến những chuyện này rồi. Nhưng cũng có những người chưa nghe đến thì không biết là mình đã chết. Hoặc có những người biết mình đã chết nhưng nghĩ rằng mình phải quan tâm đến con, cháu mình mà không hiểu rằng mình không thể làm gì được nữa.

Khi người chết thần thức ra khỏi cơ thể họ sẽ biết được suy nghĩ nên người càng thân thiết càng nên khuyên họ như trên.

25 ngày đầu tiên: Người chết hay nghĩ tưởng về chuyện cũ

Trong 25 ngày đầu tiên, người chết sẽ gặp cả bạn cũ, cả kẻ thù cũ do họ tưởng tượng ra. Vì điều gì họ tưởng tượng thì điều đó đến. Nên trong 25 ngày này người chết có thể sẽ thấy mình về quê, hay người chị gái đã mất đi cùng mình, hay là thấy những em bé hồi nhỏ hay chơi cùng, có rất nhiều thứ họ tưởng tượng ra. Có những người sống tốt thì tưởng tượng ra cảnh đẹp, nhưng những người sống đầy thù hận, giận dữ thì tưởng tượng ra cảnh xấu, ví dụ tưởng tượng ra kẻ thù đến đánh mình.

Nên trong 49 ngày này mình nên khuyên người chết là tất cả những gì hiện ra, những gì họ nhìn thấy đều không có thật, đều là tác phẩm của trí tưởng tượng của họ. Nên đừng lo lắng và sợ hãi khi những điều xấu hiện ra, đặc biệt là đừng phản ứng, đừng xông vào đánh nhau hay làm hại người khác. Hiểu rằng tất cả đều là kinh nghiệm lúc mình còn sống khiến mình tưởng tượng lại lúc chết, giống như một giấc mơ, trong mơ cũng có đủ các cảnh như vậy, người tốt, người xấu hiện ra... Người mất họ nghe được, hiểu được, tin được điều này sẽ yên tâm.

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

Có những người tưởng tượng rằng bị một đoàn quân người Pháp truy đuổi, mình nhắc họ rằng đó chỉ là giấc mơ, không thì họ sẽ tìm cách chạy trốn, la hét. Nhắc họ đừng phản ứng, đừng lo sợ.

Trong 25 ngày đầu tiên, nếu người mất cảm thấy sợ hãi, bám luyến, rất dễ bị tái sinh cõi thấp. Người hay sợ hãi sẽ tái sinh xuống địa ngục, người hay bám luyến sẽ thành nga quý.

Trong 25 ngày đầu, người mất rất hay trở lại nơi thân thuộc nhất, quý mến nhất như về nhà mình, về nhà con hay về quê. Vì thế chúng ta nên tạo một không gian sống để không ảnh hưởng đến tâm thức người chết, ví dụ như không nên cãi nhau, không bàn mưu tính kế việc xấu, khiến họ bị dao động. Làm gì cũng phải mang tính hòa hợp ở những nơi mà người chết hay loanh quanh, trở về.

Thường xuyên khấn những điều trên:

1. Nói với người mất là họ đã chết rồi.
2. Nói với họ không nên sợ hãi.
3. Nói với họ không nên bám luyến.

25 ngày tiếp theo: Người chết cảm nhận cõi mình sắp tái sinh

Trong 25 ngày tiếp theo là họ bắt đầu cảm nhận cõi mình sắp tái sinh. Nếu chúng ta biết cách sẽ giúp được họ tái sinh tốt đẹp. Nếu những ai tu tập sẽ tự mình biết chỗ tốt để tái sinh vào trong 25 ngày sau này.

Trong 49 ngày thì 24 ngày rưỡi đầu tiên là những kinh nghiệm cũ, 24 ngày rưỡi tiếp theo là những kinh nghiệm mới.

25 ngày tiếp theo thì họ không bị ảnh hưởng nhiều bởi nghiệp cũ nữa, họ cũng sẽ ít về báo mộng. Nghiệp lực dẫn họ tới chỗ tái sinh tiếp theo. ***Lúc này tập quán nghiệp và tích lũy nghiệp bắt đầu kéo đến chỗ mới.*** Chỗ mới có rất nhiều hình tướng khác nhau, như là họ đang đi trên một cánh đồng, hay là trong một ngôi nhà rất đẹp, trên một thảm cỏ hay bơi trong hồ nước nếu là nghiệp tốt. Có người thấy mình sống trong một khu băng giá rất lạnh lẽo.

Có rất nhiều dấu hiệu cho việc mình sẽ đi về đâu, xu hướng tái sinh của mình. Một số dấu hiệu rõ ràng là, nếu ở chỗ nào bình an, an lạc và hạnh phúc thì khả năng rất cao là người đó sẽ lên cõi trời. Ở chỗ nào quá nóng, quá lạnh, quá khổ sở thì khả năng là người đó sẽ xuống cõi thấp: địa ngục, nga quý, súc sinh. Ở chỗ nào có đông người, khả năng rất cao là đầu thai vào cõi người. Ở chỗ nào mình cảm thấy giận dữ, ghen tị thì là cõi atula.

Nguyên tắc cần nhớ là tất cả mọi người đều nên hướng đến Phật, cầu nguyện đến Phật để mong có một tái sinh tốt đẹp. Đặc biệt lúc mình đang sống mình có tu tập, ví dụ như có lòng tin rất lớn vào đức Quán Thế Âm Bồ Tát, thì mình xin cầu nguyện Ngài cho mình một tái sinh tốt đẹp. Mình có lòng tin rất lớn vào Đức A Di Đà thì mình cầu nguyện Ngài, không chỉ 25 ngày sau mà 25 ngày trước.

Ta nên cầu nguyện ngay khi thần thức vừa ra khỏi thân thể. Thay vì nghĩ rằng chúng ta phải ở lại để chăm sóc con cháu, một điều hoàn toàn vô ích, ta nên ngay lập tức nghĩ rằng bây giờ tôi muốn tái sinh lên cõi Phật: “Cầu mong Đức A Di Đà cho con tái sinh lên cõi Phật/cõi Trời!” Tùy vào vị thầy tâm linh mà mình tin tưởng, mình sẽ cầu đến vị đó. Khi mình cầu nguyện đủ mạnh mẽ sẽ cảm ứng đến các Ngài và các Ngài sẽ giúp được nếu mình không quá nhiều nghiệp xấu.

Đối với người đang sống, nên khuyên tiếp người mất là: **“Điều duy nhất bố mẹ cần làm là nhất tâm hướng đến Phật để tìm một tái sinh tốt đẹp! Bố/mẹ không phải lo bất kỳ điều gì về những người sống nữa, đời này đã qua rồi, có lo cũng không làm gì được!”**

Nên nhấn mạnh đây là **“điều duy nhất cần làm”** vì người đã mất họ rất dễ mất ổn định, bị dao động. Người sống còn có thân xác bảo vệ khỏi những điều bất ổn định từ xung quanh. **Lời khuyên của chúng ta rất có ích cho người mất để họ có chỗ nương tựa vào.** Dĩ nhiên lời khuyên đó phải từ những người họ tin tưởng như một người con có hiếu, không nên để một người con mà họ không tin tưởng đến khuyên. Hoặc một người thầy tu tử tế, không phải một người suốt ngày nghĩ đến rượu, thịt, tiền, bạc. Nếu không người chết cảm nhận được họ sẽ không tin nữa. Tốt nhất là người thân họ tin tưởng đến khuyên họ hoặc tìm một ông thầy tu tốt, tử tế tốt bụng, trong đầu không có ý nghĩ gì xấu.

Lời khuyên có hai phần:

- 1. Thứ nhất là khuyên rằng người mất đã chết rồi, không bám chấp, giận dữ...**
- 2. Thứ hai là lựa chọn duy nhất nên làm, đáng phải làm là nhất tâm hướng đến Phật, cầu nguyện Phật cho tốt để đến được chỗ tái sinh tốt đẹp.**

Trong Suốt: Ở đây các bác nhớ chưa ạ? Ở đây các bác mất cũng thế, các bác không nên quay về xem con cháu sống thế nào. Nếu biết điều này rồi thì đừng nên như thế nữa. Có bác bảo tôi chỉ quay lại 5 phút thôi, nhưng tinh thần không ổn định nữa 5 phút biến thành 5 ngày, thậm chí là 500 năm thành ngạ quỷ nên chúng ta điều duy nhất khi ra khỏi thân thể rồi là cầu nguyện đến Phật, tìm một tái sinh tốt đẹp.

Ở đây có bác nào không tin Phật không ạ? (*Không ai giơ tay*)

Nếu không tin Phật thì ta nên cầu nguyện đến người nào mà ta rất tin tưởng. Đầu tiên là buông xả chỗ cũ và tin Phật để đến chỗ mới.

Nếu lỡ may, trong 25 ngày đoạn sau mình thấy mình trong một cái lều cô quạnh. Thì đây là dấu hiệu mình sẽ xuống cõi súc sinh. Thì lúc đó mình phải làm gì bây giờ vì mình rất là muốn đi tiếp? Đây là do nhiều nghiệp xấu đã kéo ta xuống. Vậy chúng ta phải làm thế nào bây giờ? Luôn luôn nhớ là nhất tâm hướng đến Phật, nên nếu chúng ta tin vào Đức Quán Âm Bồ Tát thì hãy niệm xin Đức Quán Âm Bồ Tát hãy giúp con thoát khỏi chỗ này để đến được chỗ tái sinh tốt đẹp hơn. Nếu chúng ta thiết tha cầu nguyện mạnh mẽ thì sẽ được linh ứng ngay lập tức. Ta thấy ngay cảnh chúng ta đang ở biến đổi luôn. Chúng ta sẽ thấy mình ở trong cung điện trên cõi Trời ngay lập tức.

Chúng ta cần đọc đi đọc lại nhiều lần để ghi nhớ điều duy nhất nên làm và đáng làm là cầu nguyện và nhất tâm hướng đến Phật, mọi thứ khác đều không cần thiết.

Chúng ta nên nhắc nhở mọi người và con cháu là khi chết không nên cầu nguyện bố/mẹ ở lại hay về ăn cỗ vì cỗ cũng không ăn được, tuy là gửi được. Con cháu vẫn nên cúng vì khi chết có người sẽ cảm thấy rất đói và đi tìm thức ăn, nên lúc đó nếu được cúng thì người chết vẫn “ăn” được. Con cháu nên vừa cúng vừa hồi hướng công đức cho người mất.

Vì khi đã mất, khi được hồi hướng công đức, người đã khuất cảm nhận được ngay. Khi được hồi hướng công đức thì lòng mình tràn ngập niềm vui, cảm thấy cơ thể thoải mái nhẹ nhàng. Trong 49 ngày, nếu thấy mình đang ở trong một tòa nhà lạnh lẽo, nếu có ai hồi hướng công đức thì lập tức mình cảm thấy ấm lên ngay.

Trong 49 ngày đó con cháu nên cúng những thứ có mùi thơm, và không nên cúng những thứ mà ta phải giết chóc để có được. Thời nhà Minh có một câu chuyện được ghi lại đến bây giờ:

Có một gia đình giàu có, có người cha mất đi. Tối hôm đó mất thì tối hôm sau ông về báo mộng cho bốn người con là: “Bố rất hạnh phúc vui vẻ, bố biết là bố sẽ ở cõi trời”. Con cháu nghe được rất mừng, hôm sau bèn mở tiệc thiết đãi hàng xóm, giết rất nhiều gà, vịt, lợn và khoe với nhiều người là đêm hôm qua bố tôi hiện về báo mộng lên cõi cao nên hiện về rất vui. Thiết đãi xong rất no say và đêm hôm đó, cả bốn người con đều mơ thấy bố buồn rầu hiện ra nói rằng do nghiệp xấu từ việc giết chóc các con đã gây ra nhân danh bố nên bố bị kéo xuống cõi thấp. Bố sẽ tái sinh làm một con thú.

Lời khuyên đưa ra là chúng ta nên hạn chế tối đa việc phải giết hại động vật, gia cầm nhân danh người chết. Nên cúng cái gì chỉ cần thơm mà không cần phải giết, đầy thứ như thế trên đời này như hoa quả, hương thơm. Chúng ta không cần phải cúng thịt như vậy vì thực tế là họ không ăn được con gà... Người Việt Nam mình có thói quen xấu là cúng phải giết hại động vật, nên đất nước ta được coi là có nhiều vong nhất. Thói quen xấu của người Việt Nam như khóc lóc, vật vã, luôn bảo bố/mẹ về ăn cái này với con, đi kêu cầu, sau đó lại giết rất nhiều thứ để cho người chết và tưởng là bố/mẹ mình sẽ vui. Tuy nhiên vẫn nên cúng vì có thể người mất sẽ đói trong cảnh giới trước tái sinh của họ, thì có đồ cúng cho họ còn hơn họ phải tìm ăn những thứ ở đâu đây. Nhưng cúng không nên cúng những thứ như phải giết, cúng những thứ nhẹ nhàng, có mùi thơm càng tốt. Ở một số nền văn hóa, họ có bột thơm chuyên dành cúng cho người chết để người mất dễ chịu thoải mái.

Như vậy trong 25 ngày sau, người chết thì nên hướng đến Phật, còn người sống vẫn nên khuyên, khẩn hằng ngày. Mỗi lần khẩn nên nhớ nhắc họ việc duy nhất nên làm tìm cõi Phật.

Trong 49 ngày nên tránh kiêu khẩn: “Bố về đây phù hộ cho con”. Vì họ không thể làm gì được cũng không phù hộ được chưa kể mình khẩn xong mà người mất không làm gì được thì họ càng buồn. Không nên cúng phù hộ, không nên cúng mời về ăn vì mình cúng họ sẽ ăn thôi nếu họ có nhu cầu, có những người không có nhu cầu ăn vì khi đầy đầu còn thân xác nữa đâu, có thân cũng chỉ là do tưởng tượng ra thôi mà. Nên chúng ta không nên khẩn những kiểu như thế. Nên khẩn với người mất là: “Việc duy nhất cần làm là cầu nguyện tới Phật cầu xin một tái sinh tốt đẹp”. Nhắc họ rằng nếu có điều xấu gì xảy ra thì đừng lo sợ vì đó chỉ là sự tưởng tượng giống như một giấc mơ thôi. Người rất tin vào Phật là rất tốt thực ra Người Việt Nam mình đa số đều tin vào Phật. Người nào sống tin vào Phật, thường xuyên niệm Phật thì dễ dàng hơn nhiều lúc lâm chung. Vì thế chúng ta nên hướng đến Phật ngay từ lúc sống hơn là đợi đến khi chết.

Trong 25 ngày sau, người chết sẽ bị cuốn đến nơi phù hợp với nghiệp quả của họ nhất. Mỗi cõi tái sinh khác nhau lại có một màu khác nhau. Ví dụ: **màu trắng là cõi trời, màu xanh dương là cõi người, màu vàng là ngạ quỷ, màu đen là địa ngục, màu đỏ là súc sinh**. Nếu thấy ta đang có xu hướng tới những chỗ màu vàng/đen/đỏ, thì nên tự nhận thức để tránh ra khỏi chỗ đó. Còn nếu đang ở chỗ có màu vàng/đen/đỏ rồi, thì ta niệm Phật để thoát ra khỏi để đến nơi có tái sinh tốt đẹp. Vì thế chúng ta nên nhớ là đến những nơi có màu trắng, xanh dương hơn là màu vàng và đen. Nếu chúng ta thấy một tòa lâu đài màu vàng thì cần thận, trắng và xanh thì được.

Một người hỏi: *Cõi Phật màu gì?*

Trong Suốt: Chúng ta cầu nguyện Phật đưa chúng ta lên luôn, chúng ta không có cảm giác 49 ngày. Nếu chúng ta có nghiệp lên đến cõi Phật, cầu nguyện đủ, trong lúc sống làm đủ công đức, khi lúc chết nhất tâm lên cõi Phật thì Phật hiện ra và đưa chúng ta đi ngay lập tức, không phải trải qua 49 ngày, nhanh thì chỉ một tý tẹo.

Một người hỏi: *Màu đỏ thì sao ạ?*

Trong Suốt: Màu đỏ thì xấu, xuống ngạ quỷ hoặc súc sinh nên tránh cả màu đỏ ra. Cứ nhớ là màu trắng và xanh dương, còn những màu khác thì thôi. Quá trình 24 ngày kết thúc ta bắt đầu thấy bố mẹ tương lai. Trong quá trình đấy nếu người còn sống khuyển, luôn luôn cầu nguyện người mất lên cõi Phật. Kể cả không lên cõi Phật được thì sự cầu nguyện có sức mạnh làm cho người ta có một tái sinh tốt. Nên quá trình 49 ngày rất quan trọng, là cận tử nghiệp để có thể quyết định đi về đâu. Nhiều khi chúng ta thấy trong một tòa lâu đài màu vàng ta quyết định đi tiếp cho thỏa mãn cho sướng là ngạ quỷ, dấu hiệu khi tái sinh vào cõi người là thấy rất đông người, màu xanh dương. Cuối cùng của 49 ngày là ta thấy bắt đầu thấy cảnh bố mẹ tương lai đang bắt đầu giao hợp với nhau, đang thụ thai. Kể cả chúng ta thấy là người giao hợp nhưng đôi khi vẫn là hai con chim vì chúng ta là người cứ nghĩ đó là người. Nên màu sắc rất quan trọng để chúng ta biết rằng đây là cõi gì.

Ta thấy bố mẹ tương lai đang giao hợp với nhau. Nếu ta thích người mẹ, ghét người bố, ta chui vào bào thai tái sinh làm con trai. Nếu ta thích người bố, ghen tỵ người mẹ, ta chui vào bào thai đó sẽ tái sinh làm con gái. Nếu ta không muốn có tái sinh như vậy, ta có thể sẽ chuyển đến một chỗ khác. Tốt nhất là chúng ta không nên ghét và thích như vậy mà nên cầu nguyện có một tái sinh tốt đẹp. Vì nếu chúng ta ghét người bố/mẹ, thì khi lớn lên ta sẽ có nghiệp không tốt với người bố/mẹ. Tôi biết tôi sắp tái sinh vào cõi này rồi, tôi cầu nguyện Chư Phật cho tôi có một tái sinh tốt đẹp, cầu mong kiếp sống này tôi tu hành được. “Cầu nguyện Chư Phật cho con tái sinh vào ngôi nhà này thì mong con có một tái sinh để tu hành được, tiến bộ được”, thay vì chúng ta đứng đó ghét và thích. Đó là thời điểm lựa chọn. Nếu chúng ta cảm giác đây là ngạ quỷ thì cầu mong cho con thoát khỏi tái sinh này.

Bài hôm nay tóm gọn những ý quan trọng sau:

1. Người đã chết nên biết mình chết rồi sau khi trải qua các trạng thái như tan rã... để tập các phương pháp phù hợp. Còn nghĩ mình chưa chết thì chỉ thấy mình đi loanh quanh và thấy khó chịu khi không thấy ai đến nói chuyện với mình.

2. Những cảnh sau khi chết đều là do người chết tự tưởng tượng ra và đừng có sợ hãi.

3. Người đã chết không thể làm gì cho người sống nên đừng bám luyến, đừng có cố ở lại phù hộ, do vậy nên tập buông xả ngay khi còn sống. Ví dụ có người đang làm dở ngôi nhà thì tiếc và muốn ở lại xem, hoặc có người thì con đang nhỏ muốn ở lại xem nó lớn. Hoặc là có mối thù chưa trả được mình muốn ở lại để trả thù. Đó là không buông xả và cực kỳ nguy hiểm vì trở thành ngạ quỷ hết vì những ý nghĩ đấy khiến người chết tái sinh thành ngạ quỷ. Ở lại chỗ đấy nhưng chẳng làm được điều gì cả nên chúng ta tránh tất cả những bám luyến như thế.

4. Nên chuẩn bị cho một cái chết tốt nhất, dù có bất cứ điều gì xảy ra tôi đều bình tĩnh, không hoảng sợ, giận dữ, bám luyến, nuối tiếc.

5. Điều duy nhất cần phải làm là Cầu nguyện, hướng về Phật để có một tái sinh tốt đẹp chứ không phải xem người sống thế nào, chia tài sản thế nào, hay là xem đồ dùng cũ của mình có ai dùng không. Có rất nhiều người không hiểu biết đã chết như vậy.

Đó là điều người sống nên nhắc người chết vì người chết rất nhạy cảm và bất ổn, không ổn định nên không phải lúc nào họ cũng nhớ về điều này. Nên viết một bài khấn, đọc thường xuyên, không nhất thiết phải đứng trước bàn thờ chỉ cần nghĩ trong đầu cũng được. Còn đối với người mất thì luôn giữ bình an, hướng tâm họ về cõi Phật, về những cảm giác thoải mái dễ chịu thì rất tốt trong vòng 49 ngày. Nhưng còn trong trường hợp họ khó chịu thì phải nhớ rằng cảm giác này không phải có thật, giống như một giấc mơ, là do nghiệp của mình làm nó hiện ra đó là thứ nhất. Thứ hai là phải tin rằng sức mạnh của Chư Phật, hoặc là vị Thầy mình tin tưởng rất lớn nên là cầu nguyện để thoát khỏi sự khó chịu đầy thay vì vùng vẫy, mình sẽ cảm thấy yếu đuối. Phật và Thầy sẽ dẫn mình đi.

Lý do có bài nói chuyện ngày hôm nay là có rất nhiều vị đã chết đi sống lại, họ đã kinh nghiệm việc này và kể lại. Nên có một niềm tin mãnh liệt vào các vị thầy tâm linh, các vị Phật để khi chết họ sẽ hiện ra dẫn mình đi đến nơi tái sinh tốt đẹp. Như trong pháp môn Tịnh Độ phải coi trọng chữ “tín” tức là lòng tin lớn. Niệm Phật, và niệm chú đều rất tốt, như thần chú Om Mani Padme Hum của Đức Quán Âm Bồ Tát, sẽ bảo vệ người chết trong quá trình 49 ngày, giúp cho định tâm.

Sau 49 ngày, cơ bản là người chết đã đi đầu thai, nếu đầu thai cõi thấp thì không thể liên lạc được với người sống. Nếu đầu thai vào cõi cao hơn vẫn có thể liên lạc được. Nếu đầu thai vào cõi Trời cõi Phật thì rất tự do, có thể quay về bất kỳ lúc nào mong muốn, qua những giấc mơ hoặc qua những dấu hiệu trong nhà như ánh sáng, mùi thơm họ hiện về trong mơ thấy rất bình an, thoải mái. Nếu thấy họ có răng nanh, giận dữ thì họ đã đầu thai vào cõi atula.

Trong 49 ngày người chết vẫn có thể ảnh hưởng đến giấc mơ của người sống. Nếu mình mơ thấy họ buồn khóc, khổ sở, thiếu thốn, đòi nợ đòi kia thì khả năng cao là đầu thai vào làm nợ quý. Vì ở trên trời họ không thiếu thốn cái gì nữa. Ví dụ họ hiện về đòi đốt cho cái áo thì khả năng cao là bị xuống cõi thấp. Chúng ta nên nhắc họ ngay là: “Việc duy nhất của bố/mẹ là tìm tái sinh tốt đẹp. Bố mẹ không cần phải thêm một cái gì nữa, không thể làm gì ở cõi này nữa”. Như vậy dựa vào dấu hiệu của giấc mơ có thể đoán được người mất đi đâu. Nếu ai đó tập tốt có thể nhắc người mất ở trong mơ luôn.

❖ Sau khi mất chúng ta thường phải chôn xác hoặc hỏa táng.

Thông thường là chúng ta không nên chôn xác mà nên hỏa táng. Vì có nhiều nguy hiểm nếu ta đem chôn xác.

1. Thứ nhất là người chết không đi đầu thai nữa. Họ nghĩ rằng mộ của mình là ngôi nhà mới. Thay vì tái sinh vào một chỗ tốt thì họ biến thành nợ quý quanh ngôi mộ. Đặc biệt ở Việt Nam, người chết thường nghĩ: **“Cái xác ở đâu tôi ở đấy!”** Chôn xác rất dễ làm cho người mất bám chấp vào cái xác. Tốt nhất là nên nói với người thân và chính mình ngay khi còn sống là cái xác này ra đi là hết. Chết xong không cần xác nữa là tốt nhất. Đó là lý do ở Ấn Độ họ thường đốt xác hay ở Tây Tạng họ để cho chim ăn. Để người chết không còn bị vướng bận bởi cái xác không sẽ dễ thành nợ quý. Cái xác này giống như một bộ quần áo cũ, đã hỏng rồi, trở nên vô ích và nên vứt đi. Hỏa táng là tốt nhất vì lúc đó xác biến thành tro, người chết không nghĩ đó là cái xác của mình nữa.

2. Nguy hiểm thứ hai là có thể bị vong linh khác nhập vào xác làm những điều xấu. Ma quỷ rất cần xác để nhập vào, thời nay điều này ít gặp nhưng thời xưa là chuyện bình thường: Nhập vào xác nói mấy câu rồi lại nằm chết tiếp.

3. Nguy hiểm thứ ba là có người sẽ đến phá mộ. Có những người đến trần yếm, vô tình làm cái mộ rất đẹp bị trẻ chăn trâu đi qua, các mộ khác thì xấu, rồi mộ tôi quá đẹp, có người phá bát hương... Người chết - người mà bám luyến vào thân xác sẽ cảm thấy tức giận và khó chịu. Nếu người mất là ngạ quỷ ai đến làm gì mộ mình thì khó chịu lắm, đặc biệt là phá bát hương, tề bậy vào đấy, thậm chí cỏ mọc nhiều cũng chạnh lòng, họ nghĩ là con cháu chẳng quan tâm. Trong khi việc của họ đáng ra là phải bỏ cái xác đi vì áo cũ rồi, họ muốn ngôi mộ cái xác lúc nào cũng phải tươm tất. Việt Nam có một hủ tục nên tránh là chôn xuống rồi lại đào lên, rửa sau đó lại chôn lại. Điều này làm cho người chết cảm thấy cái xác rất quan trọng đối với họ, họ không muốn bỏ đi nữa hoặc người chết tức giận vì cái xương này bị xếp sai, rửa không sạch... rất nhiều thứ xảy ra quanh quá trình đây làm họ không thoải mái. Đáng ra việc của họ là phải quên nó đi thì vì người sống quan tâm quá nhiều đến điều đó, còn những người ở cõi trời cũng không vui về gì cả khi người sống làm những việc đấy. Điều đơn giản ta có thể làm là hỏa táng, có những người có thể để tro ở trong nhà hoặc đem rải ra sông/biển.

Những người minh triết, hiểu biết đều hiểu là có cái xác chôn đều không mang lại lợi ích gì, thậm chí có hại nên họ đều chọn hỏa táng.

Những người thiếu hiểu biết thì nghĩ rằng tôi vẫn là cái xác này, thì dễ trở thành ngạ quỷ sống xung quanh cái xác đấy. Vì vậy ta nên khuyên người thân là cái xác này là vô nghĩa.

Một bác lớn tuổi nói: *Bác Hồ trong di chúc cũng có mong muốn xác mình sẽ được hỏa táng và tro cốt chia làm ba phần đặt ở Bắc, Trung, Nam.*

Trong Suốt: Các bác mà trước đây đã có ý định chôn thì nghĩ lại sau khi nghe buổi này, còn những ai có người thân thì nên khuyên dần dần từ bây giờ. Việt Nam mình có rất nhiều vong linh, ma quỷ nên chôn xác là một thói quen xấu, hại cho người chết. Như bác nên hỏa táng vì chỉ là một tấm áo cũ. Nên nghĩ như vậy cho thoải mái và khuyên người trước khi chết là ra khỏi xác là xong không còn là của họ nữa. Lời khuyên đó họ nên tin vì những người minh triết chọn hỏa táng tốt cho người mất rất nhiều. Vì quyền lợi của người đã khuất chúng ta nên chiến thắng những hủ tục trong truyền thống của người Việt Nam. Hỏa táng không hề nóng mà sự nóng hoàn toàn là do người chết tưởng tượng ra như đã nói ở trên trong 49 ngày trước khi tái sinh.

Một bạn nam: *Ở Việt Nam thì bám luyến rất phổ biến. Đôi khi không chỉ bám luyến người sống mà bám luyến với cả những người đã mất. Ví dụ nhưng trong gia đình, mình có một người mình rất yêu quý như ông/bà/cha/me/anh/chị/em, khi họ chết rồi mình thấy họ hiện về trong mơ rủ mình đi. Thì trong trường hợp trên họ đều thành ngạ quỷ hết có đúng không?*

Trong Suốt: Mình nên khuyên người đã khuất là đi theo họ là điều vô ích. Việc của họ không phải là kéo ai đi cả mà là hướng đến một chỗ tái sinh tốt đẹp, nhất tâm hướng đến Phật, cầu nguyện Phật. Nếu người mất là người có trí tuệ thì không sao, người mất mà không hiểu biết thì nên khuyên như vậy. Nếu cầu mà không lên được thì vẫn sẽ có một tái sinh tốt hơn, hơn là không cầu gì cả.

Một bạn nam: *Ở Việt Nam mình có một truyền thống rất phổ biến là đi gọi vong, gọi hồn về để nói chuyện thì xin anh giải thích là chuyện này có lợi ích gì không và có nên làm hay không?*

Trong Suốt: Gọi hồn thì có một nguy cơ, là người đã khuất không thanh thân, họ không đi tái sinh được. Hoặc có thể là gọi không thành công. Có thể là người chết đã tái sinh ở những cõi không thể về được, như thành một con bò, con gà, hoặc một người nào đó. Nhưng vẫn gọi được hồn về, đây mới là vấn đề. Vì người về là một vong ma họ hiểu chuyện nhà mình. Vì người ở cõi ma họ có thể đi xuyên tường, bay được vào nhà mình, nghe được tất cả những chuyện mình nói, họ đọc được ý nghĩ của mình. Nên trong những cuộc gọi hồn, rất nhiều trường hợp không phải là người nhà nhưng cứ về xưng là người nhà để có thể chui vào xác. Ngạ quỷ là những vong hồn đói khát mong muốn có một cái xác nên họ có cơ hội là họ sẽ làm. Rất nhiều trường hợp không phải người thân mình về mà là người hiểu chuyện nhà mình về. Không gặp được người cần gặp mà lại gặp người chơi xấu. Kể cả chuyện tìm mộ nhiều khi là cũng gặp những vong chơi xấu, chỉ sai, chỉ cho vui, phá hoại. Nên gọi hồn rất nguy hiểm, gọi nhầm.

Thứ hai là người sống khiến người chết cảm thấy mình cần phải làm một điều gì đó cho người thân. Một mặt mình muốn họ buông xả, đừng bám luyến, mặt khác lại muốn họ về để hỏi này nói kia, làm hoàn toàn ngược lại. Nên không nên gọi hồn vì như vậy chỉ càng làm cho người chết bám luyến, lo lắng, v.v... khiến người mất không đi tái sinh được. Cầu nguyện và hồi hướng công đức cho người chết mới thực sự là điều tốt.

Mình vừa khẩn là: “Bố ơi đừng bám luyến”, nhưng sau đây mình lại nói là: “Bố ơi về nói chuyện với con”. Nếu mà người đây là người nhà mình lên được cõi cao thì họ có thể hiện về trong mơ, nói chuyện với mình chẳng cần mình gọi hồn, họ báo cho mình biết là họ đang hạnh phúc. Còn nếu xuống cõi thấp thì họ hiện về khóc lóc dữ dội, bắt đầu đủ các loại chuyện thậm chí là mắng chửi người sống.

Nếu người hiện về mà mắng chửi thì khả năng rất cao họ là ma quỷ vào giả vờ làm người nhà mình hoặc người thân mình xuống cõi thấp và sống trong cảnh khó chịu, bức tức. Nên chỉ đợi một cơ hội về mắng chửi thôi, chẳng tốt gì cho họ cả, kể cả xuống cõi thấp rồi thì chẳng tốt gì cho họ cả. Lời khẩn hay lời cầu nguyện của mình mới tốt. Mình tưởng tượng là, giả sử nếu ông bà mình xuống cõi thấp thành ngạ quỷ mà mình gọi về thì có lợi gì cho họ không ạ? Họ được cái gì của việc mình gọi về không? Không được một chút nào luôn. Họ không được gì nhưng mà họ thì bắt đầu bị bám víu hơn một chút nữa.

Một bác hỏi: *Thế nếu nói như Thầy thì qua 49 ngày nếu lên cõi Phật thì chả cần cúng giỗ gì à?*

Trong Suốt: Cũng được, nếu lên cõi Phật, lên cõi cao rồi thì chẳng cần cúng giỗ nữa. Cúng giỗ là gì? Cúng giỗ là thể hiện sự biết ơn của người sống.

Bác chia sẻ tiếp: *Hàng năm mình cúng giỗ chẳng qua mình thể hiện công ơn người sống, chứ người đây về cõi Phật hay không mình làm sao biết được.*

Trong Suốt: Cúng giỗ là biết ơn người đã mất. Tất nhiên nếu người ta xuống cõi thấp thì cúng giỗ là họ được an ủi phần nào, là người ta còn nhớ đến tôi, người sống còn nhớ đến tôi; cúng giỗ vẫn có giá trị như thế. Nên Thầy không nói không nên cúng giỗ nữa mà Thầy chỉ nói cúng giỗ trong trạng thái tinh thần như thế nào. Chúng ta không nên cúng giỗ trong trạng thái tinh thần là mời họ về đây, ăn con gà, con vịt hay là xem hay là gì hết. Chúng ta nên cúng giỗ với tinh thần như thế này:

Một là thể hiện sự biết ơn với người mất, nhờ công ơn của họ mình mới có ngày hôm nay, mình mới có sức khỏe, có kiến thức. Cúng giỗ là sự biết ơn và vì thế mình không nên giết con này con kia nhân danh người mất; đúng không ạ? Mình thể hiện sự biết ơn.

Thứ hai là giả sử họ xuống cõi thấp thì lời khẩn của mình họ nghe được. Ngay cả khi cúng giỗ vẫn nên khuyên họ là: mọi việc đã hết rồi. Nhất là những năm đầu tiên, cầu họ có tái sinh tốt đẹp, hồi hướng công đức cho ông bà, thấp nén hương bày tỏ lòng thành, lòng biết ơn với ông bà, cầu mong ông bà có tái sinh tốt đẹp. Ông bà không phải lo gì về chúng con hết, chứ không phải ông bà về phù hộ cho con. Mình có hai lựa chọn hoặc là mình nói ông bà ơi về phù hộ cho cháu hoặc là ông bà đừng lo gì về cháu, cháu tự lo được, còn mong ông bà có tái sinh tốt đẹp. Vậy vẫn cúng giỗ nhưng cúng giỗ với trạng thái tinh thần nào thì ảnh hưởng đến người mất như vậy.

Một bác hỏi: *Xin hỏi thầy một tí, Thầy giải thích như thế này thì chúng tôi nghe rõ từ nãy giờ không thắc mắc. Nhưng mà còn một khi đã thiêu rồi, thì bây giờ mà hoặc là cho lên bát hương chỗ văn điển hoặc là mang lên chôn chỗ Bát Bạt để xuống thì có được không ạ?*

Trong Suốt: Đều được, vấn đề là người khi không còn hai chân hai tay v.v... thì không nghĩ đây là tôi nữa, không ai nghĩ cục tro này là tôi hết, vì nó lẫn đủ các loại thứ rồi. Nhưng còn hai tay hai chân vẫn còn nằm đây thì vẫn rất nhiều người nghĩ đây là tôi, tôi vẫn ở quanh đây, đây là cái nhà mới của tôi. Thế sau đây để đâu cũng được, để nhà, để Bát Bạt hay Văn điển cũng được; hoặc là thậm chí rải tro khắp nơi. Có người di chúc là rải ra sông, hết. Vì xong rồi, vì tôi biến mất rồi. Thế nên để đâu cũng được.

Một bác hỏi: *A Di Đà Phật, xin phép hỏi Thầy truyền thống của người Việt Nam, Á Đông của chúng ta vẫn nhớ đến ngày giỗ của Ông bà cha mẹ hay còn gọi là... Ta cúng giỗ thì ta có thể cúng chay cho người mất thì để họ đỡ phải mang tội. Và thứ hai người ta được siêu thoát về cõi Phật, luôn luôn lúc nào là không biết về hay chưa về nhưng tận trong đáy lòng mình là mình cúng chay. Bởi vì mình đã quy y rồi, mình đã là con của Phật rồi thì mình khuyên khích làm chay. Thế nhưng trong gia tộc của họ hàng dù nhà nội hay nhà ngoại bây giờ để giáo hóa cho họ ăn bữa giỗ đó, ăn chay rất khó mà vẫn phải ăn mặn thì theo thầy là được hay không được?*

Trong Suốt: Bác hỏi một câu rất thực tế đấy, thực tế Việt Nam là thế. Mình giác ngộ ra rồi, nhưng họ hàng thì không. Thế mình nên nhớ này: một là cúng mình không nên cúng đồ mặn vì cúng đồ mặn là mình nhân danh người mất để giết.

Bác chia sẻ tiếp: *Không, trên giỗ của bát hương ảnh đấy là cúng chay nhưng anh em họ hàng vẫn phải ăn mặn.*

Trong Suốt: Còn anh em mình nên nghĩ đây là một bữa liên hoan nếu mình không thể làm bữa ăn chay được ấy. Đây là một bữa liên hoan mà việc giết, việc mua đồ mặn là việc của tôi mà không liên quan đến người mất; không phải là vì quyền lợi của người mất mà tôi làm điều đấy. Tôi làm không vì quyền lợi của người mất mà làm điều này vì quyền lợi của người sống; vì những mong muốn người sống và không nhân danh người mất.

Bác chia sẻ tiếp: *Cụ thể nhà bác nhé, hôm giỗ bác bảo bác làm chay thì bác trai bảo: “Bà cúng chay tôi ủng hộ; nhưng anh em bên nhà tôi mấy chục năm nay không ăn chay được, nên là bà cứ phải cho người ta ăn mặn”. Tôi mới bảo là: “Nhưng thế thì còn ra gì nữa, chay thì chay cả, chứ nửa chay nửa mặn thì rất mệt. Bác cứ tranh luận với bác trai như thế”.*

Trong Suốt: Đây thì, mình có thể là một phương án ít nhất là không ảnh hưởng đến người mất. Còn ảnh hưởng đến mình đây, ảnh hưởng đến mình thì có, nhưng người mất thì không. Mình bảo: “Không, việc nấu nướng, ăn uống này là một bữa liên hoan không phải

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

vì quyền lợi của người mất, mình không làm việc gì nhân danh người đã mất”. Ví dụ là mình làm cúng là nhân danh người đã mất đấy, mình giết con gà mời họ ăn thì tất nhiên là người mất phải chịu. Còn tất nhiên tốt nhất là không nên giết nhiều, nếu mua thì mua con chết rồi, không đem về nhà giết, hoặc là không chỉ người bán hàng giết con này, con kia cho tôi. Vì nếu mình chỉ thì nghiệp xấu bằng việc mình tự giết. Mình không chỉ, mình chỉ ra chợ mua hoặc đặt hàng có sẵn thôi.

Một bạn hỏi: *Em muốn hỏi là, ví dụ như là em đọc nhiều sách truyện người chết, có trường hợp là người chết thì đồng đội cũ về đón đi hay là họ hàng các đời trên về đón đi, trường hợp đó thì có không ạ?*

Trong Suốt: Có chứ, bình thường.

Bạn hỏi tiếp: *Và nếu họ đón đi thì mình từ chối không đi theo hướng của họ?*

Trong Suốt: Nếu mình hiểu đúng thì trong 49 ngày mình chỉ hướng về Phật thôi, là tốt nhất. Vì mình chẳng biết họ dẫn mình đi đâu cả, có người chỉ dẫn mình xuống cõi nạ quý chẳng hạn, có khả năng đấy. Nên trong 49 ngày việc duy nhất phải làm là có tái sinh tốt đẹp còn mình không bám luyến vào việc người này người khác dẫn đi nữa. Ông bà là việc của ông bà, cháu muốn lên cõi Phật, cầu nguyện như vậy nhưng rất khó đấy vì Việt Nam mình dẫn đi là đi theo. Khó phết! Vì mình quen ông bà dẫn đi mà lại không đi. Vì mình không hiểu văn hóa Việt Nam mình toàn dẫn đi xuống cõi nạ quý thôi. Mà đi về đâu, đi về vùng phía nghĩa trang ông bà đang ở thì khổ lắm, chẳng có gì hay ở đấy cả. Thậm chí đi về chỗ ông bà bố mẹ đang ở mà chỗ đấy không phải là chỗ tốt. Nếu mà tin Phật thì đi theo cõi Phật, thì chỉ hướng về Phật thôi, đấy là tốt nhất.

Một bác hỏi: *Xin phép hỏi Thầy, Tục cúng rằm từ ngày mất cho đến 49 ngày thì nghi như thế nào ạ, có cần phải thế?*

Trong Suốt: Việt Nam mình có rất nhiều tục lệ, nhưng nguyên tắc là gì? Nguyên tắc người mất - một là không nên giết nhân danh họ, thứ hai là người mất có thể hưởng hương hoa nên chúng ta có thể cúng những gì có hương thơm tốt là được. Quả trứng nếu mà có khả năng nở thành con gà thì không tốt. Còn nếu quả trứng đấy không nở được con gà, không có gà sống thì cũng được. Thế là phải biết quả trứng chất lượng thế nào; hỏi người đó trứng này có nở được không? Trứng gà công nghiệp thì được. Trứng gà công nghiệp thì được, đẻ sòn sòn thì được. Trứng gà ta có khả năng nở thì cũng là một điều không tốt; trứng gà ta phải chọn trứng gà không nở ra được. Đây mọi người có thể hỏi đi ạ, phần chính thì xong rồi; nhưng chúng ta hỏi để hiểu rõ hơn.

Một bạn hỏi: *Em có một tình huống mà em gặp ạ. Ông của chồng đã mất từ lâu rồi, trước khi mà em quen người chồng em, cũng chưa gặp ông bao giờ cả. Thế xong rồi, cách đây khoảng một năm một đêm em mơ thấy ông chỉ em, xong ông mỉm cười, ông bảo là tại sao lại để lối vào của ông hẹp như thế. Hỏi đây em rất sợ và em hỏi mẹ chồng, mẹ chồng cũng nói đúng là đường vào mộ của ông hẹp. Trong trường hợp thế thì nên làm như thế nào?*

Trong Suốt: Nên tìm cách cầu siêu cho ông, mình tự làm hoặc tìm người làm hộ. Vì đây là dấu hiệu ông không lên được cõi cao rồi. Nếu ông báo mộng về trong sự không hài lòng, trách cái mộ thì khả năng rất cao ông ở cõi nạ quý. Chỉ nạ quý mới có hành xử như thế, còn lên cõi thiên thì không có cách hành xử đó luôn, thậm chí lên cõi Atula không có hành xử kiểu thế. Nên là tìm cách hồi hướng công đức, phóng sinh như hôm nay hoặc là có những vị Sư đạo đức tổ chức lễ cầu siêu. Lễ cầu siêu mà làm tốt thì ngay trong khi lễ cầu

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

siêu người mất được khuyên, là nên siêu thoát đi, không nên như thế nữa. Nhưng đây là dấu hiệu xấu, dấu hiệu không tốt. Và nên cầu siêu cho họ.

Nếu mình giỏi nữa mình tu tập, mình tu hành. Tích tập công đức trong tu hành, xong hồi hướng cho người đấy. Mình giỏi hơn nữa mình khuyên người ta, mình khẩn xong mình khuyên, lời khuyên đúng đắn thì cả kẻ họ đang là nợ quý mà họ nhận được lời khuyên đúng đắn và công đức đủ mạnh như đọc thần chú chẳng hạn, đủ công đức thì họ sẽ đi được. Nhưng dấu hiệu em kể là dấu hiệu không tốt, về trách móc xong lại bảo mộ này mộ kia khả năng rất cao họ tin là mộ là ngôi nhà mới của tôi rồi, chứ không phải cõi trời.

Một bạn hỏi: *Thầy cho em hỏi ạ, lúc mà bố em mất; đến bây giờ em liên tục nằm mơ thấy bố em đi cái xe dream mà lúc sống bố em đang đi và đi chơi, đi cùng một vài người bạn; người ta đi xe máy cũng đi chơi. Nhìn thấy em như kiểu lơ đi, em hỏi bố đi đâu thì bảo bố đi cầu thăng long chơi chẳng hạn. Thì nếu mà giấc mơ là thật thì bố em đang ở cõi gì?*

Trong Suốt: Trạng thái tinh thần nói lên điều đấy. Vấn đề là ông như thế nào? Ông thoải mái, dễ chịu thì ông đang ở cõi trời. Còn nếu mặt ông buồn rầu, bảo bố không quan tâm đến con nữa đâu, bố ghét con lắm, bố khó chịu lắm. Muốn biết họ ở cõi nào thì phải xem trạng thái tinh thần của họ; như trong câu chuyện của bạn kia là ông đang trong tinh thần khó chịu, giận dữ. Và mình phải cẩn thận giấc mơ của mình đôi khi mình tưởng tượng ra hết, như cụ tái sinh rồi nhưng mình cứ tưởng tượng. Nhưng nếu trong trường hợp bạn kia mơ như vậy thì có khả năng bạn kia nên cầu siêu cho bố; chứ không có gì đảm bảo cả nhờ mình lại tưởng tượng ra, có khi mình tưởng tượng ra bố mình trách mình chứ bố lúc đấy đã tái sinh lên cõi cao, bố chẳng trách nữa.

Mọi người có hỏi thêm gì không ạ? Xong rồi ạ. Nếu mình nhớ hết cái này thì mình mất rất yên tâm. Mình biết mình sẽ trải qua cái gì, mình biết nếu mình trải qua thì mình hướng về ai, nghĩ cái gì. Nghĩ về con cháu, nghĩ về ở lại hay nghĩ về cõi Phật tìm cách để ra đi. Nếu mình nhớ cái này, mình tin cái này thì mình chết yên tâm. Mà sự yên tâm đấy rất quan trọng, để mình bình tĩnh mình chọn cái gì tiếp theo.

Một bạn hỏi: *Thầy ơi Thầy, cho em hỏi. Mẹ em thì vẫn làm theo kiểu ngày xưa, thay áo, vẫn còn mộ và hài cốt thế thì muốn hồi hướng công đức thì làm thế nào hả Thầy?*

Trong Suốt: Làm như vừa xong lúc này đây. Lúc này bạn có đi phóng sinh không? Mình làm những điều tốt, xong cuối ngày là mình đọc lời hồi hướng cho mẹ. Cái mà người ta được ích lợi nhất hoặc của người đã xuống cõi thấp rồi chính là công đức mình chuyển cho người ta. Chứ còn mình chẳng chuyển cái gì khác được. Cúng cũng chẳng được. Cúng là cúng lắm họ về họ gửi cái gì đấy xong họ lại đi mất. Nhưng công đức mình chuyển họ có thể cảm nhận được và có sức mạnh để đẩy họ đi tiếp đến cõi cao hơn; nên cái sức hồi hướng công đức là rất quan trọng.

Người ta hay nói một người tu hành thì cứu huyền thất tổ được nhờ; vì tu hành là mình làm nhiều điều tốt, mình tìm con đường để giác ngộ và giải thoát thì người thân mình tự nhiên nhận được các điều tốt đấy. Nên tốt nhất để giúp người mất là mình tu hành cho tốt. Còn nếu tốt nhì là mình sống làm người tốt. Vì sao tốt nhì là mình sống làm người tốt? Vì nếu mình làm điều tốt và mình được nuôi dưỡng bát cơm ngày xưa, để được ăn như thế này là do bố mẹ mình, ông bà mình nuôi đúng không? Nên khi mình làm điều tốt thì tự nhiên họ được hưởng cái nghiệp của việc đấy. Họ có công nuôi mình mà. Cho nên dù mình có làm được việc hồi hướng hay không (nhiều khi mình nhớ hồi hướng, khi mình không nhớ hồi hướng) thì họ vẫn nhận được nghiệp tốt của mình, vì họ nuôi mình mà. Họ nuôi mình, mình có thân xác này mình mới làm được việc này, việc kia. Mình làm điều tốt ông

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

bà mình được hưởng lợi, tự nhiên thôi; và tất nhiên mình làm điều xấu thì ông bà phải chịu một phần trách nhiệm, nên mình hạn chế điều xấu thôi, mình làm điều xấu ảnh hưởng đến tận ông bà, ông bà nhiều đời luôn hoặc làm điều tốt ảnh hưởng đến ông bà nhiều đời.

Một bác hỏi: *A Di Đà Phật, nhân đây hỏi luôn vì cuối tuần này, bác cũng về để bốc mộ cho cụ, nhưng mà gia đình nhà nội thì không ai theo Phật Pháp. Nhưng trong tâm bác định là thử hỏi Thầy làm như này để cho các cụ không biết đã siêu thoát chưa, nhưng lúc đấy mình về mình mang băng niệm Phật về, kính A Di Đà về mình hỏi hướng cho cụ có được không ạ?*

Trong Suốt: Quá tốt, rất tốt. Khi bác tụng kinh thì công đức rất tốt. Tự nhiên cụ nhận được.

Bác chia sẻ tiếp: *Bên nhà nội không ai làm nhưng một mình mình cứ tại bàn thờ nhà mình mình làm được ạ? Không nhất thiết phải ra mộ ạ?*

Trong Suốt: Bác ở đâu người ta cũng nhận được hết, không nhất thiết phải ra mộ. Hỏi hướng công đức thì ở đâu họ cũng nhận được. Trong những chuyện ở Tây Tạng mà người ta đi xuống địa ngục, có người đang bị tra tấn dã man ở dưới địa ngục mà ở trên này có người đọc Om Mani Padme Hum và hồi hướng thôi thì tự nhiên quỷ dưới địa ngục thả họ ra cho họ nghỉ một lúc. Một lúc thôi sau lại đánh tiếp vì người nhà bên trên chỉ hồi hướng một tí thôi (*Mọi người đều cười 😊*). Niệm Phật xong bác hồi hướng công đức là rất tốt.

Bác chia sẻ tiếp: *Niệm Phật 1 tiếng niệm 2000 câu danh hiệu đức A DI ĐÀ, sau đó đọc Kinh Bát Nhã, sau rồi hồi hướng.*

Trong Suốt: À quên, khi giảng khi này chưa nhắc đến phần là khi người mất mình ở xung quanh đấy mình làm gì. Quên mất, một số người về mất rồi.

Mình phải giữ một tinh thần bình an là cái quan trọng nhất; không ồn ào, không khóc lóc, không kiêu đầu đón rên xiết và cái cách để giữ tinh thần bình an là mình niệm Phật. Nếu có ban trợ niệm thì mình chọn những người bình tĩnh. Tại vì nếu niệm Phật mà trong đầu nghĩ về cơm, áo, gạo, tiền thì cũng chẳng bình an được. Vì người mất không nghe âm thanh mà thấy tinh thần người khác, nên nếu có ban niệm Phật nên chọn những người rất tốt. Đặc biệt không nên chọn những người nóng giận như khi đang niệm Phật, con ruồi bay qua mà giận giữ (*Mọi người cười 😊*). Nên chọn người có tâm địa hiền lành. Cách tốt nhất: chọn người thân vì là người thân ảnh hưởng mạnh nhất.

Mình nên tưởng tượng ví dụ nếu người mất mình đang ngồi trước mặt, mình tưởng tượng căn phòng này tràn ngập ánh sáng và sự bình an. Mình tưởng tượng điều đấy vì cái mình tưởng tượng ảnh hưởng trực tiếp đến người mất. Nếu mình không có ban trợ niệm không sao, mình tưởng tượng căn phòng này tràn ngập ánh sáng và bình an, mọi việc êm dịu dễ dàng, mình tưởng tượng ánh sáng tràn ngập thì bình an dâng lên trong lòng mình và bao quanh thân xác người kia. Đây là điều lúc này quên chưa giảng cho các bạn đã về mất rồi là sức tưởng tượng của mình ảnh hưởng rất mạnh đến người mất. Nên khi mình ở cạnh người mất thì mình nên tưởng tượng ánh sáng tràn ngập và khung cảnh cực kỳ bình an. Khi mình tưởng tượng đủ mạnh thì người kia cảm thấy hết như vậy luôn.

Tùy sức mạnh tưởng tượng, lòng tin của mình. Mình tưởng tượng như vậy trong đầu mình nghĩ cái này chỉ là tưởng tượng thôi, không thật đâu thì lập tức người kia không cảm thấy gì vì họ thấy tâm thức của mình mà. Mình tưởng tượng, tin có ánh sáng bình an thực sự thì họ tin thật sự. Tất nhiên mình tách những người thường nghĩ xấu ra khỏi chỗ đấy,

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

nên nhiều khi một người trợ niệm còn tốt hơn 10 người. Mọi người cứ nghĩ đông người trợ niệm là tốt đúng không ạ? Có một số người cứ nghĩ rằng đông người trợ niệm là tốt, không phải vậy. Trạng thái tinh thần của người trợ niệm tốt mới quan trọng chứ đông người chẳng có gì tốt, đông người mà người này nhìn người kia xong lại bảo sao bà niệm nhanh thế, chậm thế chỉ có hại thôi. Nên nếu tốt thì một mình mình tập cũng được, mình bảo mọi người ra ngoài hết đi (nếu mình biết xung quanh mình chẳng ai làm được) để mình sẽ ngồi niệm Phật. Tưởng tượng có một không khí bình an, dễ chịu, thoải mái niệm Phật cho người mất. Tất cả mình tập như thế này cho người mất để họ ra đi trong sự bình an. Xong mình có thể niệm Phật, xong lại khuyên, xong lại niệm. 1 người như thế còn tốt hơn 10 người trong phòng. Nên ở đây nếu ai tập tốt thì sự tập của mình ảnh hưởng đến người mất rất quan trọng. Còn nếu ban trợ niệm thì mình mời những người mình biết ít nhất là không nóng giận, không lo lắng, không tham lam. Đây là liên quan đến trợ niệm.

Một bạn hỏi: *Thầy ơi, con hỏi chút quê con có tục lệ đốt vàng mã thì có nên đốt không ạ?*

Trong Suốt: Người mất thì không nhận được cái gì cả đâu. Nhưng nếu, trường hợp này thì có này: nếu ông bà mình quá tin vào việc đây mà cảm thấy khó chịu khi mình không đốt. Đôi khi mình sẽ gặp hoặc có những người thân kiểu như thế, thì mình đốt để họ tạm yên tâm, mặc dù vô ích. Nghĩa là mình biết có những người họ sẽ rất khó chịu nếu như họ chết mà mình không làm đúng ý như đây. Mình làm cho người mất yên tâm mặc dù mình biết là họ không nhận được cái vàng đây, vì có gì để nhận.

Một bác chia sẻ: *Nhưng theo bác là tượng trưng thôi, 3 cái lễ nhỏ con con thôi.*

Trong Suốt: Tượng trưng thôi, nhẹ nhàng thôi.

Bác chia sẻ tiếp: *Bên nhà nội chuẩn bị 10 đình, chuẩn bị rất nhiều tiền vàng, ở quê chuẩn bị rất nhiều tiền vàng.*

Trong Suốt: Không tốt. Ví dụ bác mất bác nói luôn với con bác hoặc bác nói luôn bây giờ không đợi khi mất là mẹ không cần phải làm thế này thì con mình yên tâm, không phải cúng gà cho mẹ, không phải đốt vàng mã, không phải đốt áo, đốt gì cả. Tốt nhất là mình nói thế. Còn nếu cúng thì cúng chay thôi, ví dụ thế. Nếu mình chuẩn bị trước như thế thì cũng tốt, để người sống họ không bị xao động vì người sống rất lo là làm không đúng lễ với người mất.

Một bác hỏi: *Bác thấy ở Việt Nam mình ấy, ngay tại đây này là ngày rằm tháng bảy, mùng một, ngày giỗ, ông công ông táo thì mua nhiều lắm, thì bây giờ mình bỏ có được không?*

Trong Suốt: Nên bỏ, nếu những người đã đến đây nghe rồi thì nên bỏ tất cả các loại đốt vàng mã đi, nên bỏ sạch. Bỏ sạch, bỏ sạch. Nhưng mọi người nên nhớ là xã hội mình còn rất nhiều người nghĩ như vậy. Nếu mình làm thế xong cả nhà mình rối loạn lên, người này trách người kia thì thôi mình cũng làm để cho nó bình an trong nhà.

Một bạn hỏi: *Ví dụ như là có những người khi còn sống thì họ đã quen niệm Phật trì chú rồi thì lúc gần chết thì họ hoặc chết xong thì họ cứ làm như vậy. Những người còn sống và thiên tập rất nhiều thì sau khi chết họ nên làm gì?*

Trong Suốt: Nếu có một buổi khác thì sẽ giảng cho một người chuyên tu hành. Người chuyên tu hành thì cái chết của họ rất khác những cái vừa xong; buổi này thì không đủ thời gian. Người chuyên tu hành thì thậm chí không có cả 49 ngày đó luôn, thậm chí không có

Sinh Tử - Những bước chuẩn bị cho cái chết

lúc bất tỉnh đó luôn. Nếu trình độ càng cao thì cái này càng không xảy ra. Người tu hành càng cao thì lúc đấy có giảng là bất tỉnh đấy không xảy ra luôn, không bất tỉnh; hoặc là nếu có xảy ra bất tỉnh rồi, tỉnh dậy thì cũng có thể tập đề không trải qua 49 ngày đấy mà có một tái sinh tốt đẹp ngay lập tức. Có những người không cần 49 ngày luôn do tu tập, do kết quả tu tập. Buổi sau, buổi nào đấy có lúc nào phù hợp hơn giảng thì có ích lợi hơn vì các bác cơ bản là không trải qua cái đấy mà trải qua cái vừa xong. Với người tu hành thì chết là một cơ hội rất lớn. Người tu hành tốt chết là một cơ hội rất lớn để họ có thể giác ngộ trong lúc chết, đạt giác ngộ trong lúc chết. Và đối với họ thì họ rất vui khi chết chứ họ không buồn gì cả.

Lưu ý: Trên đây chưa phải là cách giải quyết tận gốc mọi vấn đề mà bạn đang gặp phải. Nếu bạn muốn tìm đến một con đường hướng tới tu hành Phật Pháp chân chính có cơ hội giúp vượt thoát khổ đau. Xin liên hệ với:

Hồng Nhung qua Email – nguyen.hong.nhung.1504@gmail.com