

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

### CHUẨN BỊ CHO MỘT CÁI CHẾT BÌNH AN

Sinh tử - Lẽ tất nhiên mà mỗi chúng ta sẽ phải trải qua. **Cái chết là một sự việc trong cuộc đời mà ta không thể định trước thời gian cho nó, nó có thể xảy ra bất kỳ lúc nào!** Một việc mà người ta biết rằng có thể xảy ra bất kỳ lúc nào, mà mình không có cách nào ngăn cản được thì người thông minh chuẩn bị cho nó giống như sự chuẩn bị có cơn bão sắp đổ đến. Người không thông minh thì nghĩ còn lâu tôi mới chết nên không bao giờ chuẩn bị gì cả. Vậy nên, khi cái chết xảy ra thì cảm thấy khủng khiếp quá, hoảng sợ vô cùng, rồi tung lên hét. Nếu như chết trong sự hoảng loạn như vậy thì thường có tái sinh rất xấu.

Chúng ta chết như thế nào và sẽ đi về đâu là do nghiệp của mỗi người. Nếu lúc sống ta làm nhiều điều xấu thì khả năng khi chết những nghiệp xấu nở ra rất kinh khủng. Khi chúng ta sống mà làm nhiều điều tốt thì khả năng những nghiệp kinh khủng ít xảy ra hơn. Nhưng không có nghĩa là điều ấy không xảy ra, bởi vì có bao nhiêu việc xấu (kể cả đã giết các con vật) ta đã làm ở kiếp trước mà ta không biết, hoặc ngay ở kiếp này trước đây ta làm ta cũng không nhớ. Nhưng cái nghiệp xảy ra lúc ta chết (gọi là Cận tử nghiệp) còn phụ thuộc vào nhiều yếu tố khác nhau.

**Những người nghiệp không quá xấu** (nhưng cũng chưa phải thật tốt) **có thể vẫn tái sinh được ở cõi cao nếu người đó có sự chuẩn bị kĩ cho cái chết của mình và được người sống giúp đỡ.** Vì thế, bài viết này chủ yếu nói về việc chuẩn bị cho Cận tử nghiệp thế nào để cho mỗi người tự chuẩn bị cho chính mình và có thể chuẩn bị cho người thân của mình để có cái chết bình an, tái sinh tốt đẹp.

Hiểu sâu sắc những điều đó để chuẩn bị cho mình và cả những người thân yêu trong lúc lâm chung - Là cách báo hiếu tốt nhất cho người thân, để họ có thể có được tái sinh tốt đẹp, chuẩn bị cho kiếp sống mới Bình An và Hạnh phúc. Bởi vì: **Chết không phải là hết. Chết là sự kết thúc của một cái cũ và bắt đầu một cái mới.** Chúng

---

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

**ta cần phải hiểu cái căn bản của đạo Phật là: chúng ta chết không phải là hết mà chết chỉ là quá trình chúng ta đi tìm sự tái sinh mới.**

Vậy cần phải chuẩn bị những gì cho người chết, và kể cả cho cái chết của ngay bản thân mình? Xin đề cập tóm tắt một số nội dung chính sau (còn nếu ai cần tìm hiểu sâu hơn xin mời đọc bài "**Chủ đề – Sinh Tử – Những bước chuẩn bị cho cái chết**" dài 27 trang A4):

**I. Lúc đang sống, đang làm việc, mỗi người nên chuẩn bị cho cái chết và sự tái sinh thế nào cho tốt?**

**Tốt nhất** là tu tập đạt giác ngộ, thoát khỏi luân hồi, có thể lên cõi Phật chủ động quay lại giúp người thân tu tập thoát khỏi luân hồi.

**Tốt nhì** là luôn luôn gieo nhân lành để được gặt quả tốt. Tức là luôn làm những việc tốt: mang lại niềm vui, hạnh phúc cho người khác, lợi cho xã hội, cho môi trường. Quyết không làm những việc lợi mình hại người, hoặc lợi mình không lợi người. Tin vào Phật, hướng đến Phật.

**Tốt thứ ba** là có hiểu biết về cái chết, về sự tái sinh, và chuẩn bị tinh thần sẵn sàng đón nhận cái chết. Ví dụ:

- Cái chết đến là tất nhiên (không ai tránh được);
  - Đến bất kỳ lúc nào, có thể đột ngột với cả trẻ, già, ốm yếu, khỏe mạnh;
  - Chết không phải là hết mà có sự tái sinh;
  - 4 yếu tố ảnh hưởng tới việc sẽ tái sinh về đâu: tập quán nghiệp, tích lũy nghiệp, cực trọng nghiệp, cận tử nghiệp;
  - Tự mình chủ động chuẩn bị cho sự tái sinh ấy...
  - Lúc sống tin vào Phật, thường xuyên niệm Phật sẽ dễ dàng hơn nhiều cho lúc lâm chung. Vì thế chúng ta nên hướng đến Phật ngay từ lúc sống hơn là đợi đến khi chết.
-

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

### II. Những việc người sống cần làm cho người sắp chết và vừa chết xong.

1. Chọn người ở cạnh người đó cho đến khi di chuyển xác họ đi chỗ khác.

Số lượng người ở đó bao nhiêu không quan trọng (1 người hoặc một số người đều được). Vấn đề cần quan tâm ở đây là:

- Những người ở đó phải hết sức bình tĩnh;
- Tâm thái trong sáng;
- Luôn nghĩ những điều tốt đẹp cho người chết (nên chọn những người mà lúc sống họ quý mến, tin tưởng);
- Không tạo sự buồn bã, khó chịu hay bực tức, giận dữ, hoang mang, bấn loạn, khó xử, mà phải tạo cho họ có cảm giác thoải mái, yên tâm ra đi thanh thản và bình tĩnh chọn đường tái sinh tốt cho mình.

Sở dĩ phải chọn người ở cạnh là **bởi**: Lúc sắp chết người ta thường không muốn chết, sợ cái chết (nếu không có sự chuẩn bị trước) nên sinh ra lo lắng, tiếc nuối, buồn phiền hoặc oán ghét, sợ hãi, hoang mang, bực tức... Nếu có người ở bên nhắc nhở, khuyên nhủ, họ sẽ thấy yên tâm hơn, thanh thản hơn, kể cả khi chết rồi cũng vậy.

**Khi thần thức ra khỏi thân xác, thần thức nhạy cảm hơn 9 lần bình thường** vì nó không còn bị chặn bởi thân thể. Nó có thể cảm nhận rất nhiều điều, ai nghĩ gì cũng biết ngay lập tức! Nếu người nào thù ghét họ, họ thấy khó chịu ngay lập tức. Người nào nghĩ tốt về họ, họ thấy bình an ngay lập tức.

2. Người ở cạnh giúp cho người sắp chết thế nào?

Theo dõi hơi thở của người đó; còn mình Liên Tục niệm **A Di Đà Phật**, hoặc **OM MANI PĒMĒ HUNG**; Nhắc người đó hãy toàn tâm toàn ý nghĩ về Đức Phật A Di Đà hoặc Đức Quán Thế Âm Bồ Tát (tùy vào lúc sống người đó thường hướng và thích vị Phật nào thì chọn và nhắc luôn vị Phật ấy cho người đó, hoặc nếu người đó lúc sống không hướng vào vị Phật nào thì do người ở cạnh chọn. Ở Việt Nam, vì mọi

---

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

người đã quen thuộc Đức Phật A Di Đà nên cứ chọn niệm A Di Đà Phật).

Nếu người đó khó chết được vì đau đớn, hoặc nuối tiếc thì khuyên họ cứ yên tâm mà đi, công việc sẽ có người khác làm thay, con cái đã khôn lớn, đừng lo lắng gì... để tạo cho người đó ra đi trong sự bình tĩnh nhẹ nhàng, không bận tâm gì, **chỉ có toàn tâm toàn ý nghĩ về Phật và niệm Phật.**

### 3. Làm gì cho người vừa tắt thở?

- Liên tục niệm **A Di Đà Phật** và nhắc người đó hãy toàn tâm toàn ý nghĩ về Đức Phật A Di Đà, niệm **A Di Đà Phật.**

- Tuyệt đối không được vì quá xúc động, quá thương xót mà buồn bã, gào khóc, gọi, nói, hoặc nghĩ là đừng đi, ở lại còn bao nhiêu việc phải làm... Làm như vậy sẽ níu kéo thần thức họ, làm cho họ dao động trong lúc đang cần sự tập trung .

- Để họ nằm yên đủ lâu; không nên động vào người họ (không sờ, nắm tay chân... nói chung là khắp người).

Khi người mất trút hơi thở cuối cùng đến 8 tiếng sau đó là lúc cần trợ niệm nhất. Khi đó nếu có ban trợ niệm là tốt nhất, nếu không có chính người thân nên ngồi trợ niệm cho người đã mất.

Trong 8 tiếng đầu tiên, không nên **sờ vào người đó từ bụng trở xuống, đặc biệt là hai bàn chân.** Bởi vì, khi chúng ta động vào phần dưới dễ làm cho thần thức chú ý xuống phía dưới, và như vậy dễ dẫn đến tái sinh ở cõi thấp.

Sau 8 tiếng thần thức người đó đã ra khỏi thể xác, có thể lau rửa, thay quần áo; di chuyển người chết đi chỗ khác... hoặc làm gì cũng được.

---

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

### III. Những việc và những lời người sống cần làm và nói với người đã chết.

**Người chết có thể bắt đầu tái sinh từ sau khi thần thức ra khỏi cơ thể cho đến hết 49 ngày, tùy vào nghiệp của mỗi người, người nhanh nhất có thể tái sinh ngay, người chậm là sau 49 ngày.** Trong 49 ngày đó thần thức của họ có thể chọn chỗ tái sinh tốt hơn cho mình và tránh được việc xuống cõi thấp hơn nếu người đó hoàn toàn bình tĩnh, không hoang mang, hốt hoảng. Những lời người sống nói với người chết dưới đây là để cho người đó biết là mình đã chết, muốn làm gì nữa cũng không được và cần bình tĩnh, sáng suốt tìm nơi tái sinh cho tốt: Toàn tâm, toàn ý hướng về một vị Phật, cầu nguyện được Đức Phật giúp siêu thoát.

**1. Nói (to, nhỏ hoặc nghĩ trong đầu) từ sau khi người đó chết (từ lúc thần thức ra khỏi thể xác) đến hết 49 ngày:** Rằng họ đã chết, hãy bình tĩnh để tìm cách siêu thoát, tái sinh về cõi cao.

Cũng có thể khuyên họ thêm: **Hãy toàn tâm toàn ý hướng về Đức Phật và cầu nguyện Đức Phật A Di Đà để Ngài giúp Bồ siêu thoát. Bồ cứ nghĩ và nhắm đọc Nam mô A Di Đà Phật...**

**2. Hồi hướng công đức cho người đã mất:** Nói (to, nhỏ hoặc nghĩ trong đầu) từ sau khi người đó chết đến mãi mãi sau này vẫn tốt. (Sau khi đọc Thần chú, đọc kinh hoặc làm được 1 việc gì tốt, vui thì hồi hướng luôn, không kể bao nhiêu lần trong ngày).

**3. Không khóc lóc vật vã, kêu la, kể lể** nói với người chết sao lại bỏ nhà cửa, người thân mà đi... (suốt trong thời gian từ sau khi người đó chết, làm đám tang, đến hết 49 ngày).

**4. Cúng và khấn cho người chết.** Người chết không thể ăn những món ăn được cúng mà chỉ có thể "ăn" bằng cách ngửi mùi hương. Trong 49 ngày con cháu nên cúng những thứ nhẹ nhàng có mùi thơm, như hoa quả, hương thơm thì càng tốt.

---

## TỪ THIÊN TRONG SUỐT

---

**5. Không nên làm cỗ tràn lan:** Tốt nhất là không nên giết thịt gia súc, gia cầm làm cỗ tràn lan, không tốt cho người chết. Nhưng nếu vẫn cứ phải làm (vì lý do bất khả kháng) thì nên hạn chế tối đa việc phải giết hại động vật nhân danh người chết, sẽ không tốt cho họ (có thể ra chợ gặp gì mua nấy - không mua con sống).

**Chú ý:** Trong lúc đọc lời nào cũng vậy, tâm người đọc phải trong sáng, chỉ nghĩ đến việc đó một cách thực lòng chứ không được làm cho xong chuyện (không được vừa nói vừa nghĩ việc khác). Bởi vì người chết có khả năng cảm nhận tâm người sống và họ sẽ buồn nếu nhận thấy điều đó.

**6. Hãy để các đồ vật của người chết (mà lúc sống họ rất gắn bó, rất thích) vào một chỗ ngay ngắn, gọn gàng đến hết 49 ngày,** không cho người khác, không vứt đi, không bỏ lung tung, vương vãi, làm cho họ có cảm nhận bị coi thường, không tôn trọng, không cần mình, ghét bỏ mình, gây cho họ sự tức giận, bực dọc.

**7. Những người trong gia đình, họ hàng, không nên cãi cọ nhau, chỉ trích nhau** (ít nhất trong thời gian 49 ngày), đặc biệt là tranh giành tài sản, đất đai... Trong gia đình nên sống vui vẻ, hòa thuận, và luôn nhắc (như mục 1 của III), hồi hướng công đức (như mục 2 của III) cho người đã chết.

---