

# GIÚP NGƯỜI VỪA MỚI QUA ĐỜI

Toàn Không

Theo một số sách viết không chủ trương có khoảng thời gian từ khi chết đến lúc tái sinh, nghĩa là sau khi chết tái sinh liền vào một trong sáu cõi. Nhưng theo Kinh sách Tây Tạng lại viết: “Sau khi chết, có trạng thái của “Thân trung âm”, tức là có người sau khi chết tái sinh liền, có người tái sinh sau 1, 2, 3, 4 . . . ngày cho đến chậm nhất là 49 ngày”. Như vậy có trái nhau không? Chúng ta thấy đức Phật đã đề cập nhiều đến những người có ác nghiệp nặng đọa Địa ngục nhanh như phóng thanh kiếm xuống nước. Những người làm thiện, có tu sinh lên Trời nhanh như tên bắn. Đúng là liền sau khi lâm chung tái sinh ngay. Nhưng chúng ta không thấy đức Phật đề cập đến trường hợp của người bình thường. Vì vấn đề này vô ích, mất thời giờ nên đã không được đức Phật đề cập tới. Như vậy, việc này chỉ để giải thích thêm chi tiết cho việc tái sinh, không có gì gọi là trái ngược cả. Ngoài ra, tìm kiếm trong Kinh điển, chúng tôi thấy trong Tạp A Hàm, quyển 2, Kinh số 638, trang 606 dòng thứ 15, trang 607 dòng thứ 10, đức Phật có nói tới chữ “Thân Trung âm”. Do đó, chúng tôi đưa bài “Giúp người vừa mới qua đời” vào sách này để người đọc thêm lợi lạc.

Theo quyển “Vấn Đề Sinh Tử”, dịch từ cuốn “Thân Trung Âm” (Bardo Thodol) do Tổ Liên-Hoa Tây-Tạng (Padma Sambhava) dùng **Thần thông** nhìn nhiều người từ lúc vừa mới chết tới hết 49 ngày mà viết ra vào thế kỷ thứ 8 Dương lịch. Sau được Ngài Lạt-Ma Rigzin Karma Lingpa tìm thấy và truyền tới ngày nay. Sau đây là những điểm căn bản cần thiết để giúp cho người quá cố.

Người chết trải qua 3 giai đoạn: lúc lâm chung, lúc tiếp dẫn, và lúc tái sinh.

## I )- Giai đoạn 1: Lâm chung. Ba ngày đầu

### 1) Đối với những người đặc biệt.

Đối với những người đã tạo nghiệp đặc biệt, đều chuyển ngay sau khi qua đời. Có 2 loại người:

**1- Người Tu hành:** Trường hợp các vị Thiên-Sư đạt đạo, các vị tu Tịnh Độ, v.v...biết trước ngày giờ lâm chung. Các vị này nhập vào đại định hòa hợp cùng Pháp thân Phật thoát khỏi vòng sinh tử, hoặc được Phật A Di Đà đến tiếp dẫn.

**2- Người phạm tội Ngũ nghịch, đại ác:** Những người này đọa sinh ngay tức khắc xuống Địa-ngục sau khi chết.

### 2)- Đối với những người bình thường.

Giai đoạn lâm chung kéo dài từ lúc tim ngừng đập cho đến hết 3 ngày. Sau khi chết, thần thức thấy :

**1- Thấy thân thể nặng nề, lạnh lẽo:** Vì do đất, nước, gió, lửa bắt đầu tan rã (Thân thể phân hóa).

## 2- Thấy ánh sáng chói lòa.

Ánh sáng này là Pháp Thân Phật, hiện ra trong chớp mắt hoặc lâu tới một giờ tùy theo phúc duyên của người chết. Nếu Thần thức tỉnh táo nhận ra Pháp Thân Phật, Thần thức sẽ nhập ánh sáng chói lòa và thoát vòng sinh tử. Nhưng đối với người không tu, không dễ nhìn ra Pháp Thân Phật, hoặc có thấy được cũng vì vô minh mà sinh tâm sợ hãi, né tránh. Nếu cơ hội qua mất, tiếp theo là:

## 3- Thấy tối tăm.

Khi ánh sáng chói lòa biến mất, thì mù mịt tối đen, Thần thức (hay Hương linh) của người chết lúc này như trong đêm tối u mê. Sau đó Thần thức tỉnh lại, thấy thân nhân tụ tập nói chuyện, buồn rầu, khóc than v.v... Lúc này Thần thức chưa biết là đã chết. Thần thức liền nói chuyện hỏi han, nhưng như chẳng ai để ý và nói chuyện cùng Thần thức. Có khi Thần thức cảm thấy bức bối vì sự việc như thế. Trải qua thời gian khá lâu như thế, Thần thức mới hiểu ra là đã chết rồi.

## 3)- Các điều cần để ý làm:

1- Ngay từ khi vừa tắt thở, tim ngừng đập, nên có người nhắc nhở Thần thức (Nếu có Tăng, Ni hoặc thân nhân hiểu đạo mà người chết tin cậy trước kia thì càng tốt), nói với người chết rằng:

- Cụ ...(tên người chết) nay đã chết rồi, Cụ ... hãy bình tĩnh, mạnh dạn ra đi. Cụ ... đừng luyến tiếc những gì đã qua. Cụ ... nhớ rằng có sinh thì có chết là lẽ đương nhiên. Khi có nhân duyên thì hội tụ, khi hết nhân duyên thì tan rã. Không có gì phải sợ hãi khi thân không còn nữa và tan hoại. Cụ ... hãy bình tĩnh chấp nhận ra đi. Cụ... hãy nhớ niệm Phật A-Di-Đà để xin Phật đến tiếp dẫn. Sau đó chúng ta niệm Phật để Thần thức niệm theo; “Nam mô tiếp dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật, Nam mô A Di Đà Phật, . .”.

2- Thỉnh mời chư Tăng Ni trong việc hành lễ. Chúng ta nên dùng tư tưởng trong sạch, an tĩnh, lòng từ bi dẫn dắt Thần thức đến cõi an vui, đó là những giọt nước trong mát khiến Thần thức cảm thấy dễ chịu.

3- Thân nhân người chết nên quy y Tam Bảo, ăn chay, đọc Kinh, cúng dàng, bố thí, phóng sinh, ấn tống Kinh sách Phật, v. v... Các việc làm này nên kéo dài trong suốt 49 ngày, nhất là niệm Phật, tụng Kinh. Sau đó hồi hướng phúc đức này cho người chết. Nói: **“Tôi nguyện (làm việc gì?) và xin hồi hướng công đức cho Thần thức (tên người chết) được về nơi an lành”**. Phúc đức này tạo điều kiện cho Thần thức dễ siêu thoát.

4- Thân nhân không nên than khóc và kể lể chuyện luyến ái. Thần thức nghe thấy sẽ khổ sở, quẩn luyến, hoang mang và không còn sáng suốt bình tâm để siêu thoát. Thần thức sẽ phải ở lâu trong Thân Trung Âm, và phải chịu nhiều cảnh sợ hãi.

5- Không nên gây tiếng động ồn ào hoặc có mặt người không thiện cảm với người chết trước kia đến gần, sẽ làm cho hoang mang khó chịu, vì Thần thức rất nhạy cảm.

6- Tuyệt đối không giết súc vật để làm ma cho người chết, vì đây là gây nghiệp dữ, xấu cho cả người chết lẫn người sống.

## II )- Giai đoạn 2: Tiếp Dẫn.

**Từ ngày thứ 4 đến hết ngày 17**

Sau khi tim ngừng đập hết 3 ngày, **Thần thức bắt đầu Thân Trung Ấm**, nghĩa là “ấm” trước đã hết, “ấm” sau chưa sinh có thân chuyển hóa nơi khoảng giữa gọi là Thân Trung Ấm, thân này có thể kéo dài tới ngày thứ 49 sau khi chết. Giai đoạn hai ở vào thời gian tiếp dẫn của chư Phật, kéo dài 14 ngày, tùy theo phúc duyên, nghiệp cảm đã tạo ra trong suốt đời người quá cố, Thần thức có thể rời Thân Trung ấm.

### 1)- Các việc cần làm.

**1- Niệm Phật**, hộ niệm cho Thần thức nương theo lời niệm Phật để khi Phật tới dễ dàng hòa nhập tiếp dẫn.

**2- Tụng Kinh A-Di-Đà** để nhắc nhở thần thức chú tâm nhận sự tiếp dẫn của Phật A-Di-Đà về cõi An Lạc.

**3- Tụng Kinh Cầu Siêu** trợ duyên cho Thần thức. Lời Kinh nhắc nhở về vô thường, để Thần thức dễ siêu thoát.

**4- Nhắc nhở Thần thức:** Những lúc không niệm Phật tụng Kinh, chúng ta thường xuyên nên nhắc nhở Thần thức về các hiện tượng xảy ra trong giai đoạn 14 ngày này để cho Thần thức biết, hiểu và hành động theo lời chúng ta nhắc nhở là:

- Thần thức không nên thích ánh sáng mờ nhạt, vì đó là các cảnh xấu, nơi không tốt.
- Thần thức không nên sợ hãi ánh sáng chói lòa, vì đó là hào quang Phật, nên hòa nhập.  
Tùy theo đức Phật nào xuất hiện mà khuyên bảo Thần thức theo lịch trình dưới đây.

### 2)- Lịch trình 14 ngày tiếp dẫn. Có các Phật:

**01- Ngày thứ tư** (Sau 3 ngày tức sau 72 giờ tính từ lúc tim ngừng đập):

**Đại Nhật Quang Như-Lai ( Phật Vairocana)** hiện ra ngồi trên Sư-tử với thân sắc sáng trắng rực rỡ chói lòa. Đồng thời cũng có ánh sáng trắng êm dịu của cõi Trời tươi đẹp với thành quách, cung điện . . . . Nếu Thần thức biết nương vào hào quang rực rỡ sẽ thoát khỏi luân hồi về nơi cực lạc. Ngược lại nếu nương theo ánh sáng trắng êm dịu, sẽ sinh cõi Trời. Vì thiếu phúc, vì ít làm lành lánh ác, không chịu tu lúc còn sống, nên hầu hết sợ ánh sáng trắng, đó là chưa nói đến ánh sáng trắng chói lòa, Thần thức sợ hãi quay mặt đi chỗ khác, hoặc không dám nhìn, nên qua ngày kế tiếp.

**02- Ngày thứ năm : Bát Động Như-Lai ( Phật Akshobhya)** hiện ra ngồi trên lưng Voi với toàn thân sắc lam sáng chói. Đồng thời Thần thức cũng thấy màu khói đen tối của Địa ngục. Khuyên Thần thức niệm “Nam mô Phật” và đến nương vào hào quang chói sáng màu lam sẽ được giải thoát khỏi sinh tử được về cõi vĩnh hằng. Khuyên Thần thức đừng đến gần màu đen tối sẽ vào Địa-ngục khổ sở. Nếu ngần ngại, Thần thức bước sang ngày sau.

**03- Ngày thứ sáu : Bảo Sinh Như-Lai ( Phật Ratnasambhava)** hiện ra ngồi trên mình Ngựa, với toàn thân sắc vàng chói lòa. Đồng thời thần thức cũng thấy ánh sáng màu lam nhạt của cõi Người. Khuyên Thần thức niệm “Nam mô Phật” và đến nương vào hào quang vàng rực rỡ được giải thoát khỏi luân hồi về nơi cực lạc. Ngược lại, Thần thức chọn cảnh màu lam tái sinh lại cõi Người. Nếu vẫn chưa đi, bước sang ngày tiếp.

**04- Ngày thứ bảy: Vô Lượng Quang Như-Lai** (Phật Amitabha) hay **Phật A-Di-Đà** hiện ngời trên mình Công, tỏa ánh sáng màu đỏ chói, có Bồ-Tát Quán Thế-Âm và Đại Thế-Chí hai bên. Đồng thời Thần thức cũng thấy màu vàng nhạt của cõi Ngạ Quỷ. Khuyến Thần thức niệm “Nam mô A Di Đà Phật” và tiến đến nương hào quang đỏ chói thì siêu thoát khỏi sáu cõi được về nơi Tịnh Độ An Lạc. Khuyến Thần thức đừng đến gần màu vàng nhạt sẽ bị đọa làm Ngạ-Quỷ (Ma Quỷ). Nếu chưa chịu đi, Thần thức bước qua ngày kế.

**05- Ngày thứ tám: Bất Không Thành Tựu Như-Lai** (Phật Amoghasidhi) hiện ra ngời trên thần Điều, với toàn thân sắc màu lục sáng chói. Đồng thời Thần thức cũng thấy màu đỏ nhạt của cảnh giới Thần. Khuyến Thần thức niệm “Nam mô Phật” và đến nương hào quang màu lục sáng chói sẽ giải thoát khỏi sinh tử, được đến cõi Phật vĩnh cửu. Nếu Thần thức đến gần màu đỏ nhạt vào cõi Thần. Nếu vẫn chưa quyết đi, Thần thức bước sang ngày sau.

**06- Ngày thứ chín: Tất cả 5 vị Phật** kể trên cùng hiện ra với hào quang 5 màu rực rỡ nêu trên. Đồng thời, Thần thức cũng lại thấy 6 cảnh giới khác nhau với màu nhạt dễ chịu là: sắc trắng cõi Trời, sắc đỏ cõi Thần, sắc lam cõi Ngươi, sắc vàng cõi Ngạ Quỷ, sắc lục cõi Súc Sinh, sắc xám đen cõi Địa Ngục. Khuyến Thần thức niệm “Nam mô Phật” và đến hòa nhập vào các hào quang sáng chói của Phật sẽ thoát khỏi trầm luân được về cõi Phật đời đời an lạc. Khuyến Thần thức đừng đến gần các màu mờ nhạt đen tối sẽ bị đọa vào nơi xấu. Nếu chưa đi, bước qua ngày tiếp.

**07- Ngày thứ mười: Chư vị Bồ-Tát** hiện ra trong ánh sáng chói lòa để tiếp dẫn, đồng thời thần thức cũng thấy màu lục u tối của cõi Súc Sinh. Khuyến Thần thức niệm “Nam Mô Phật” và đến gần ánh sáng chói lòa sẽ được Bồ Tát tiếp đón về cõi Phật thoát khỏi luân hồi. Khuyến Thần thức đừng đến gần màu lục nhạt sẽ bị vào cõi xấu Súc Sinh. Nếu chưa đi, bước sang ngày kế.

Từ đây, bắt đầu những cảnh dữ tợn làm cho Thần thức sợ hãi.

**08- Ngày thứ mười một: Phật Heruka** hiện ra thân sắc sáng trắng, có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu nâu, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyến Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm “**Nam mô Phật**” để được Phật tiếp dẫn sẽ thoát khỏi sinh tử. Nếu không chịu làm, bước qua ngày sau.

**09- Ngày thứ mười hai: Phật Vajra-Heruka** hiện ra thân sắc xanh dương sáng (nước biển), cũng 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu xanh đậm, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyến Thần thức không nên sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm “**Nam mô Phật**” để được tiếp dẫn về cõi Phật sẽ thoát khỏi trầm luân. Nếu không, thần thức bước qua ngày tiếp.

**10- Ngày thứ mười ba: Phật Ratna-Heruka** hiện ra toàn thân màu vàng, cũng 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu đỏ, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu lam. Khuyến Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm “**Nam mô Phật**” để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi sáu cõi. Nếu không, bước qua ngày kế.

**11- Ngày thứ mười bốn: Phật Padma-Heruka** hiện toàn thân sắc đỏ sáng, có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa màu đỏ, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu lam. Khuyến Thần thức

đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy niệm “**Nam mô Phật**” để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi luân hồi. Nếu không bước qua ngày sau.

**12- Ngày thứ mười lăm: Phật Karma-Heruka** hiện toàn thân màu xanh lục sáng có 3 đầu, 6 tay, 4 chân. Mặt giữa xanh lá cây, mặt bên phải màu trắng, mặt bên trái màu đỏ. Khuyến Thần thức đừng sợ hãi Phật 3 đầu 6 tay 4 chân, đây là nghiệp quả sinh ra, hãy quy y Phật và niệm “**Nam mô Phật**” để được tiếp dẫn về cõi Phật thoát khỏi sinh tử. Nếu không, bước qua ngày tiếp.

**13- Ngày thứ mười sáu : Tám vị Trời** trấn giữ 8 hướng xung quanh để tiếp dẫn:

- Trời Kerima sắc trắng trấn giữ hướng Đông.
- Trời Pramoha sắc đỏ trấn giữ hướng Tây.
- Trời Tseurima sắc vàng trấn giữ hướng Nam.
- Trời Petali sắc đen trấn giữ hướng Bắc.
- Trời Pukkase sắc đỏ trấn giữ hướng Đông Nam.
- Trời Ghamari sắc xanh đậm trấn giữ hướng Tây Nam.
- Trời Tsandhali sắc vàng nhạt trấn giữ hướng Tây Bắc.
- Trời Smasha sắc xanh dương trấn giữ hướng Đông Bắc.

Khuyến Thần thức đừng sợ, hãy niệm “**Nam mô Phật**” để được tiếp dẫn về nơi an lành , nếu không sẽ bước qua ngày kế.

**14- Ngày thứ mười bảy: Tất cả chư Phật, chư Bồ-Tát, chư Thiên** (nêu trên) đồng xuất hiện để tiếp dẫn Thần thức về các cõi Phật. Khuyến Thần thức niệm “Nam mô Phật” và đến nương ánh sáng của Phật, sẽ được tiếp dẫn về cõi Phật vĩnh hằng. Nếu lúc còn sống, người không hiểu, không tin Phật pháp hoàn toàn, đến khi chết đi, Thần thức thấy cảnh này sẽ bối rối, nghi ngại, sợ hãi, không dám nhìn, hoảng là nương theo ư? Bỏ qua cơ hội về cõi vĩnh hằng, tiếc thay. Do đó Thần thức bước qua giai đoạn thọ sinh.

Chúng ta không biết Thần thức của người chết đã siêu thoát hoặc tái sinh hay chưa, nên chúng ta tiếp tục nhắc nhở Thần thức giai đoạn thọ sinh dưới đây.

### III )- Giai đoạn 3: Thọ sinh (tái sinh).

**Từ ngày 18 đến ngày 49** (Trong 32 ngày).

Thời gian thọ sinh vào **6 cõi** (Trời, Thần, Người, Ngạ-Qủy, Súc-sinh, và Địa-ngục) lâu mau tùy theo nghiệp của mỗi người đã tạo trong khi còn sống. Thần thức không biết là mình đang tiến gần đến chỗ phải thọ sinh. Giai đoạn này rất rùng rợn, Thần thức sẽ thấy :

#### 1)- Thần thức gặp Diêm-Vương.

Diêm vương có mặt dữ dằn (tợn), Thần thức thấy Diêm Vương sinh ra khiếp sợ hãi hùng. Diêm Vương tra hỏi các việc làm ác của người chết. Rồi bị quỷ tốt tra tấn hành hạ, làm cho Thần thức đau đớn, khổ sở, chết đi sống lại v.v... (Thần thức bị tra tấn đau đớn, khiếp sợ cũng như trong ác mộng).

Đến đây, ngoài việc niệm Phật, tụng Kinh, nhắc nhở Thần thức  **bình tĩnh, không sợ hãi, nhất tâm** (một lòng)  **niệm Phật**. Chúng ta còn cần trợ lực cho người chết bằng cách cho

Thần thức biết là hiện tại Thần thức đang bước vào giai đoạn bắt buộc phải thọ sinh. Những cảnh của Thân Trung Âm chỉ là chiêm bao, Diêm-Vương ngục tốt chính là do nghiệp duyên biến hiện ra. Bây giờ Thần thức không còn xác thân hữu hình nữa, Thần thức không nên sợ hãi trước cảnh tra tấn. Thần thức phải luôn luôn niệm “Nam mô Phật”, thì ác mộng sẽ tan biến.

Rồi Thần thức thấy nhiều cảnh khủng khiếp như :

- Gặp lửa cháy dữ dội.
- Gặp cuồng phong bão lụt khủng khiếp.
- Gặp các loại ác thú đuổi bắt v.v...

## 2)-Thần thức thọ sinh:

Tùy theo nghiệp duyên của mỗi người, Thần thức sẽ thấy một trong những cảnh tượng khác nhau sau đây mà phải thọ sinh chậm nhất là ngày thứ 49:

- 1- Có Thần thức thấy VƯỜN CÂY ĐẸP ĐẼ liền sinh vào cõi Thần.
- 2- Có Thần thức thấy CẢNH SÚC VẬT, RỪNG RÚ rồi thọ sinh vào Súc sinh.
- 3- Có Thần thức thấy ĐI TRONG HOANG ĐỊA U MINH, liền sinh vào loài Ma-quỷ.
- 4- Có Thần thức thấy LỬA CHÁY NGÚT TRỜI, liền sinh vào Địa-ngục.
- 5- Có Thần thức thấy hai NAM NỮ ĐANG VUI ĐÙA, rồi thọ sinh vào cõi Người.
- 6- Có Thần thức thấy THÀNH QUÁCH CUNG ĐIỆN ĐẸP ĐẼ, liền sinh cõi Trời.

## 3)- Điều cần biết:.

1- Cõi Trời cảnh đẹp có nhiều hồ, nhiều cây cối, nơi đó là cảnh Trời không có Phật pháp.

2- Cõi Trời cảnh đẹp có thành quách, nhiều cung điện lộng lẫy, nơi đây có Phật pháp đang lưu hành như cõi Đạo Lợi, Đâu Suất thuộc Dục giới, cõi Phạm Thiên thuộc Sơ thiên Sắc giới.

## Lời bàn:

Chúng ta không có **Thần Thông**, do đó không biết rõ ràng từng ngày mà Thần thức đang trải qua, và cũng không biết lúc nào Thần thức đi khỏi, nên chúng ta phải theo dõi chương trình 49 ngày cho Thần thức. Nhưng giai đoạn thứ hai, tiếp dẫn, từ ngày thứ tư đến hết ngày thứ 17, chúng ta có thể căn cứ vào lịch trình các đức Phật xuất hiện để nhắc nhở, hướng dẫn người chết.

Từ lâu, các Chùa thường làm lễ cầu siêu mỗi tuần một lần trong 7 tuần cho người quá cố. Sự việc này rất tốt, nhưng còn thiếu sự hướng dẫn Thần thức. Thiết tưởng, thân nhân của người quá cố nên biết mà trám vào bằng niệm Phật, hướng dẫn nhắc nhở thần thức các ngày không có niệm Phật, tụng Kinh cầu siêu tại Chùa. Như vậy người quá cố sẽ hưởng được nhiều lợi lạc.

Mong rằng, những ai lưu luyến thương xót người thân, và muốn cho người ra đi có được kiếp sau ở nơi tốt đẹp. Những ai mong cho người thân thương ra đi sẽ không phải đầy ải vào cõi khổ sở Địa-ngục, Ngạ-quỷ, Súc-sinh. Thì đây là cẩm nang tóm gọn, theo đó chúng ta có thể giúp người ra đi một cách thiết thực. Một điểm nữa là chính người Phật-tử chúng ta, mỗi người cũng nên biết cẩm nang này và ghi nhớ cho chính bản thân mình sau này vậy ./.