

NGHI THỨC LỄ LẠY SÁM HỐI BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT

Đây là cách thức lễ lạy Bốn Sư quán tưởng sám hối:

Sau khi mở đầu (Niệm Hương, Tán Phật, v.v...), kế đến lạy Tam Bảo, lạy hai Ngài Dược Sư và Di Đà, lạy Ngài Di Lặc và các vị Bồ Tát Văn Thù, Phổ Hiền, Quan Âm và Địa Tạng, xong đầu đó rồi, thì bắt đầu vào lạy Đức Bốn Sư.

I. Sám Hối tổng quát về ba Nghiệp ác trong ba thời:

Bắt đầu vào nói như sau:

Con...(nói tên của mình)... và toàn thể chúng sinh vì để sám hối tất cả tội nghiệp của chúng con tạo ra trong ba đời, nên nhất tâm đánh lễ quy y về BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT.

Nói xong lạy một lạy mở đầu.

1. Sám hối Ý Nghiệp ác trong ba đời:

Đứng lên là bắt đầu lạy sám hối Ý nghiệp ác trong quá khứ, nói như sau:

"Vớ Ý nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT."

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Nguyện sám hối tất cả Ý nghiệp ác chúng con đã tạo trong quá khứ"

(Khi nói và lạy xuống, thì phải tác ý vào tâm ý quy y sám hối của mình ngay trong sát na lạy xuống đó. Và khi nguyện thì tác ý về đời quá khứ với các Ý nghiệp ác.) (lạy 3 lạy như vậy)

Kế đến sám hối Ý nghiệp ác trong hiện tại, nói như sau:

"VớI Ý nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Chúng con nguyện sám hối và đoạn dứt tất cả Ý nghiệp ác chúng con đã và sẽ tạo trong đời hiện tại"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Tâm ý sám hối và đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời hiện tại này với các Ý nghiệp ác đã qua và với các ý nghiệp ác sẽ đến trong đời hiện tại) (lạy 3 lạy như vậy)

Kế đến sám hối Ý nghiệp ác trong tương lai, nói như sau:

"VớI Ý nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Chúng con nguyện đoạn dứt tất cả Ý nghiệp ác chúng con sẽ tạo trong đời tương lai"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Tâm ý nguyện đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời tương lai với các Ý nghiệp ác sẽ hiện khởi.) (lạy 3 lạy như vậy)

2. Sám hối Khẩu nghiệp ác trong ba đời:

Kế đến bắt đầu lạy sám hối khẩu nghiệp ác trong quá khứ, nói như sau:

"VớI Khẩu nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT."

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Nguyện sám hối tất cả Khẩu nghiệp ác chúng con đã tạo trong quá khứ"

(Khi nói và lạy xuống, thì phải tác ý vào Khẩu nghiệp nói quy y sám hối của mình ngay trong sát na lạy xuống đó. Và khi nguyện thì tác ý về đời quá khứ với các Khẩu nghiệp ác mà phải sám.) (lạy 3 lạy như vậy)

Kế đến sám hối Khẩu nghiệp ác trong hiện tại, nói như sau:

"VớI Khẩu nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thầm nguyện:

"Chúng con nguyện sám hối và đoạn dứt tất cả Khẩu nghiệp ác chúng con đã và sẽ tạo trong đời hiện tại"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Khẩu nghiệp nói sám hối và đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời hiện tại này với các Khẩu nghiệp ác đã qua mà phải sám và với các Khẩu nghiệp ác sẽ đến mà phải đoạn trừ trong đời hiện tại) (lạy 3 lạy như vậy)

Kế đến sám hối Khẩu nghiệp ác trong tương lai, nói như sau:

"VớI Khẩu nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thầm nguyện:

"Chúng con nguyện đoạn dứt tất cả Khẩu nghiệp ác chúng con sẽ tạo trong đời tương lai"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Khẩu nghiệp nói nguyện đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời tương lai với các Khẩu nghiệp ác phải đoạn trừ mà sẽ hiện khởi.) (lạy 3 lạy như vậy)

3.Sám hối Thân nghiệp ác trong ba đời:

Kể đến bắt đầu lạy sám hối Thân nghiệp ác trong quá khứ, nói như sau:

"Với Thân nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT."

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Nguyện sám hối tất cả Thân nghiệp ác chúng con đã tạo trong quá khứ"

(Khi nói và lạy xuống, thì phải tác ý vào Thân nghiệp lạy xuống quy y sám hối của mình ngay trong sát na lạy xuống đó. Và khi nguyện thì tác ý về đời quá khứ với các Thân nghiệp ác phải sám hối.) (lạy 3 lạy như vậy)

Kể đến sám hối Thân nghiệp ác trong hiện tại, nói như sau:

"Với Thân nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thâm nguyện:

"Chúng con nguyện sám hối và đoạn dứt tất cả Thân nghiệp ác chúng con đã và sẽ tạo trong đời hiện tại"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Thân nghiệp sám hối và đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời hiện tại này với các Thân nghiệp ác đã qua mà phải sám và với các ý nghiệp ác sẽ đến mà phải đoạn trong đời hiện tại) (lạy 3 lạy như vậy)

Kể đến sám hối Thân nghiệp ác trong tương lai, nói như sau:

"Với Thân nghiệp trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MẬU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thầm nguyện:

"Chúng con nguyện đoạn dứt tất cả Thân nghiệp ác chúng con sẽ tạo trong đời tương lai"

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào Thân nghiệp nguyện đoạn dứt của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào đời tương lai với các Thân nghiệp ác phải đoạn mà sẽ hiện khởi.) (lạy 3 lạy như vậy)

4. Tổng sám hối 3 nghiệp ác thân khẩu ý trong ba đời quá khứ, hiện tại và vị lai:

Sau cùng sám hối một lúc ba nghiệp, nói như sau:

"Với ba nghiệp Thân Khẩu Ý trong sát na hiện tại này, chúng con nhất tâm đánh lễ quy y BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT"

Nói rồi lạy xuống, lúc lạy xuống thầm nguyện:

"Chúng con nguyện sám hối và đoạn dứt tất cả các Thân Khẩu Ý nghiệp ác chúng con đã và sẽ tạo trong ba đời."

(Khi nói rồi lạy xuống, thì phải tác ý vào trọn ba nghiệp Thân Khẩu Ý của mình ngay trong sát na lễ lạy. Và khi nguyện, thì phải tác ý vào ba đời với ba nghiệp Thân Khẩu Ý ác phải sám hối và đoạn trừ.) (lạy 3 lạy như vậy)

Tổng cộng như vậy là 30 lạy. Cứ như vậy mà tập. trước tiên là tập cho thuộc các câu xướng nói và các câu thầm nguyện. Sau đó và quan trọng nhất là tập tác ý vào ba nghiệp. Mỗi lần nói đến nghiệp nào là tác ý vào nghiệp đó, rồi quán theo nghiệp đó. Như nói Ý nghiệp là tác ý vào Tâm ý, và quán thấy Tâm ý đang lễ lạy quy y. Nói đến Khẩu và Thân nghiệp cũng vậy...

Tập vậy cho thuần thục hoàn toàn rồi mới tới bước kế tiếp...

Mục đích lạy Phật sám hối ở đây là để tiêu trừ nghiệp chướng và để tu tập "quán" và "niệm". Thế nên không nên lạy mau và cũng không cần phải lạy nhiều theo con số nào đó.

Khi đã thuộc và "nhớ" các câu xướng nguyện và ý nghĩa của chúng rồi, thì có thể chỉ nói thầm trong tâm **"Chúng con (mình và toàn thể chúng sinh) với ba nghiệp thân khẩu ý trong sát na hiện tại NHẤT TÂM QUY Y BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT"** khi lạy xuống thầm nói trong tâm: **"Nguyện sám hối hay đoạn trừ v.v...."** 11 chữ **"NHẤT TÂM QUY Y BỒN SƯ THÍCH CA MÂU NI PHẬT"** có thể nói ra thành tiếng và nói vừa đủ mình nghe, không cần nói lớn tiếng. Nói thầm trong tâm giúp chúng ta có thể lạy mau hơn. Song không nên vì "trón" lạy mau mà chỉ lo lạy cho xong con số, chứ không tác ý tu tập niệm và quán nữa.

Điều cần thiết là nói tới đâu là tâm "tác ý" và "niệm" tới đó. Tác ý nghĩa là chú ý, chú tâm đến, để tâm đến... còn Niệm là trói tâm vào đó, tập trung tâm vào đó. Trước khi tập trung tâm vào đâu thì phải chú tâm vào đó, thế nên tác ý rồi là niệm. Đừng chỉ nói ra bằng miệng như con vẹt hay chỉ nghĩ đến câu nói ấy cho xong. Cốt yếu là tập tác ý và niệm.

Khi nói "ba nghiệp thân khẩu ý trong sát na hiện tại..." thì tác ý niệm và quán ba nghiệp của mình đang ngay trong sát na lễ lạy đó.

Khi nói "nghiệp ...trong đời hiện tại" thì tác ý niệm và quán từ lúc mình sinh ra đời cho đến khi chết. Nói "...đời quá khứ.." thì tác ý niệm và quán về đời quá khứ vô thủy. Nói "...đời vị lai..." thì tác ý niệm và quán vô cùng tận đời vị lai.

Khi nói "sám hối..." là đối với đời quá khứ mà nói, vì các nghiệp ác ấy đã làm rồi nên phải sám hối.

Khi nói "đoạn trừ..." là đối với đời vị lai mà nói, vì các nghiệp ác trong tương lai mình chưa làm, nên không nguyện sám hối mà nguyện đoạn trừ.

Khi nói "sám hối và đoạn trừ..." là đối với đời hiện tại mà nói. Vì có nhiều lỗi mình đã làm từ các năm về trước, từ lúc còn nhỏ v.v...sau khi sinh ra đời. Và với các lỗi mình sẽ làm vào ngày mai, vào các năm sắp đến, cho đến trước khi chết, thì mình nguyện sẽ đoạn trừ dứt.

Thế nên khi nói chung một lúc cho cả ba nghiệp tội trong ba thời, chúng ta có thể nói gọn lại "Với ba nghiệp trong sát na hiện tại, chúng con nguyện "sám trừ" (tức sám hối và đoạn trừ) ba nghiệp ác trong ba đời."

Tóm lại trong suốt lúc lạy sám hối, phải tập sao cho ba nghiệp của mình đều hoạt động ăn khớp với nhau, khi miệng nói gì là tâm nghĩ đó. Tâm nghĩ gì là miệng nói đúng vậy, và thân làm y theo không khác... Và tập sao cho tâm luôn theo sát (tức "tác ý" và "niệm") và thấy biết (tức "quán") mọi hoạt động lễ lạy sám hối phát nguyện của ba nghiệp lễ lạy sám hối ấy.

Thuần thực như thế rồi, chúng ta mới đi vào chi tiết của ba nghiệp ác, tức là Thập Bất Thiện hay Thập Ác...