



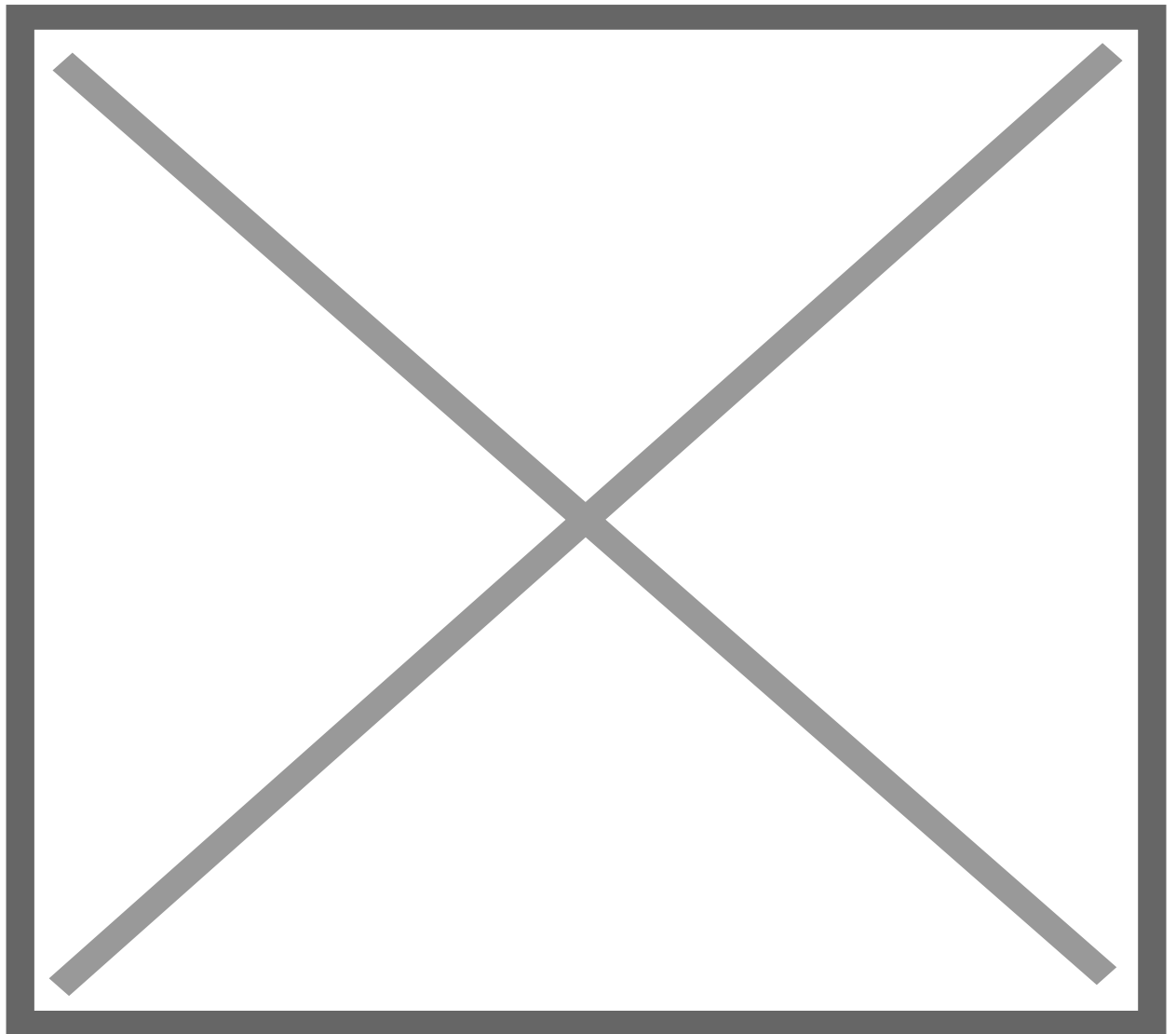
Sám hối - ăn năn - phát lồ - xưng tội

ISSN: 2734-9195

22:03 15/12/2016

Trên con đường tu tập, kể cả pháp hành tôn giáo cũng như pháp hành tâm linh, “sám hối” là cách cơ bản giải quyết những sai phạm đã qua và ngăn ngừa sai quấy phạm phải sắp tới. Đôi khi, có người chọn cách “sám hối” làm pháp hành trì thường nhật để phát khởi lòng từ và thúc liễm thân tâm thường nhật.

Trong đời sống, không ai mà không từng phạm phải sai lầm, có những sai lầm nhẹ có thể khắc phục, sửa sai, có những sai lầm thuộc lĩnh vực tư tưởng, quan điểm, đức tin, do đứng một góc độ riêng cộng thêm biên kiến, thiên kiến dẫn đến bảo thủ, sai lầm mà không biết. Trường hợp này thường xảy đến trong một số người có óc suy luận vững nhưng chỉ ở một góc độ biên kiến, nhiệt tâm trong một phạm vi chuyên môn, thỏa mãn trong một chủ thuyết, học thuyết, giáo thuyết. Nơi đây chỉ xét trong lĩnh vực tư tưởng, ngoài ra, những sai lầm mang tính xã hội nó có tính nhất thời, không đáng ngại.



Làm sao để thức tỉnh biết là mình đang sai lầm theo một quan điểm, một giáo thuyết, một chủ nghĩa...?

Khó mà xác quyết khi chính nhân thân phải thâm nhập một cách khách quan vào những lĩnh vực khác với lĩnh vực của mình đang say mê. Dùng trí tuệ phán đoán, vì vậy, nhà Phật đề cao trí tuệ mà không nhắc đến cảm tính. Thường, chúng ta sống, làm việc, nhận thức theo cảm tính nhiều hơn lý trí.

Sự sai lầm về chính trị, đưa xã hội vào con đường khủng hoảng, bế tắc. Sự sai lầm về quan điểm giáo dục, nhiều thế hệ phải chịu hậu quả khó khăn, nhưng một giáo thuyết sai lầm thì chính nhân thân người chọn lựa cũng đã có sẵn một hậu quả khó tránh, hướng nữa đem quan điểm sai lầm, biên kiến để dẫn dắt đồ chúng, miệng hổ tội trọng đang kể bên sinh thân, liền sau đó, thân xác còn mang căn bệnh tương ứng với những lời dạy dỗ thiếu chính đáng.

Bệnh tật là quả của nhân quá khứ, không thể nhìn bệnh lý mà xác quyết là hậu quả của việc sai lầm trong việc truyền bá giáo lý hay pháp hành; nhưng đôi khi,

thay vì quả báo quá khứ chưa trở, duyên hiện hành hỗ trợ thì quả sớm phát sinh.

Nhân quả trùng trùng duyên khởi khó mà phân minh. Có những bệnh nan y có thể khỏi hẳn mà không ngờ, do bệnh nhân đã thay đổi cách sống, hành xử thiện duyên quá nhiều và tư tưởng trong sáng, hướng thiện, lòng từ thông qua hành động trợ giúp chúng sinh. Cũng không thiếu bệnh nhân, thay vì một thời gian lâu mới chết, lại đột tử không ngờ. Những bệnh như thế, có thể nhân quả quá khứ thuộc loại vô ký hoặc tác ý vô tâm.

Theo nhà Phật, “Nhất thiết duy tâm tạo”, tướng học cũng từng nói: - tướng tự tâm sinh, tướng tùy tâm diệt. Một tâm hồn đẹp, trong sáng, hiền lành đều có một gương mặt dễ nhìn, người độc ác nham hiểm, hiện tướng đáng sợ.

Chính những nguyên nhân từ tâm niệm mà có câu: “tội từ tâm khởi do tâm sám”. Nhưng mấy ai ý thức bệnh mình đang thọ lãnh do hậu quả của tư tưởng nào đó có sức mạnh tác động để hạt giống phát triển nhanh. Cuộc sống luôn gặp trắc trở, hoạn nạn cũng là hiện báo của nhân quả quá khứ, có người bảo do thiếu phước, điều này khó xác định, vì có phước mới được thân người, đã có phước mới được thân người, tại sao gặp tai họa bảo do thiếu phước?

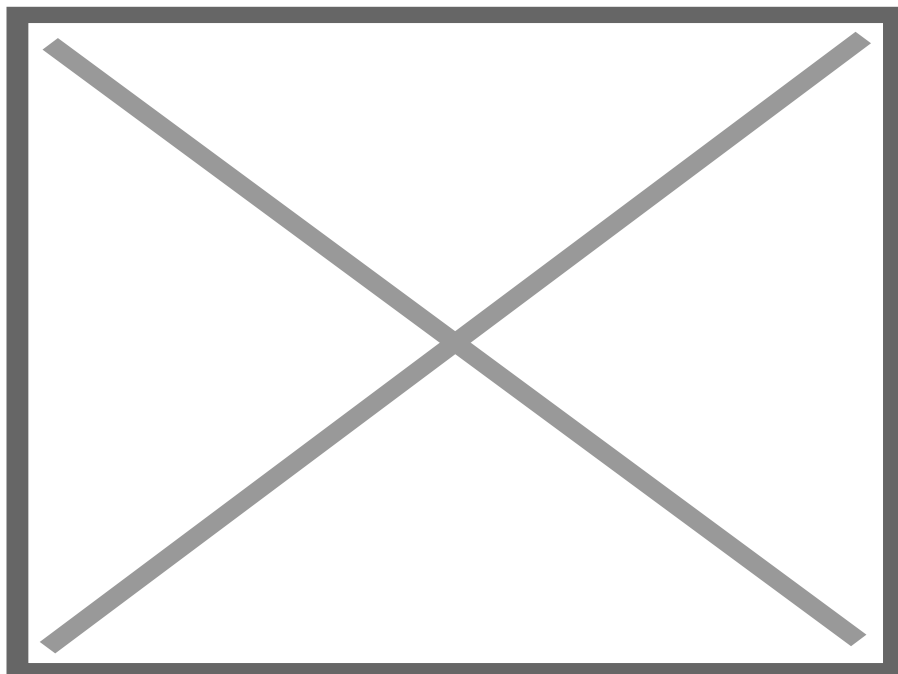
Phước có nhiều loại, thì nghiệp cũng có nhiều dạng; trong phước có họa, trong họa có phước, trùng trùng duyên khởi, khó mà có một thống kê tổng quát để kết luận một hiện tượng trong cộng nghiệp vẫn có biệt nghiệp.

Xã hội ngày nay lan nhanh mầm mống bệnh ung thư, nhưng không phải tất cả đều chịu chung số phận như nhau, có người đau đớn quằn quại trước khi chết, cũng có người ra đi êm nhẹ, và một số ít người được khỏi hẳn hoặc virus không phát tác. Cũng có một tín đồ Phật giáo, khi phát hiện ung thư, không thiết đến thuốc men, tình nguyện ăn chay, sống đời lương thiện, bố thí phóng sinh, tâm hồn an lạc thanh thản, gốc ung thư tự nhiên tiêu hủy.

Cũng có người theo sự hướng dẫn của tôn giáo phải ăn năn, sám hối, thành khẩn ngăn ngừa thói hư tật xấu, giúp đỡ tha nhân. Mỗi tôn giáo có một phương cách sám hối khác nhau, nhưng mục đích giúp người có tội cảm thấy nhẹ nhàn, trút gánh nặng khỏi nội tâm, hướng đến việc thánh thiện để không còn tái phạm. Đây không chỉ là thủ tục thuộc lĩnh vực tôn giáo mà là điều căn bản cho những tín giả có một căn cơ cần đến tha lực. Ta tạm duyệt qua một số nghi thức của vài tôn giáo về cách sám hối, ăn năn như:

Mỗi tôn giáo đều có một phương pháp sám hối tội chương quá khứ và ngăn ngừa tội lỗi trong hiện tại và tương lai, ví dụ Ki tô giáo quan niệm về việc xưng

tội, mặc dù tội Tổ tông đã được xóa trong lúc rửa tội, còn lại, vì trong cuộc sống không ai không phạm tội, vì thế, việc xưng tội không chỉ đơn giản trình bày tội lỗi của mình mong cha cố lắng nghe và tha thứ; thật ra Linh mục giải tội không có quyền xóa tội mà chỉ là người lắng nghe và hướng dẫn hối nhân sống đúng luật giáo hội các điều răn của Chúa. Vì vậy, khi xưng tội, muốn được tha thứ, hối nhân phải:



1. xưng tội - xét mình: Phải xét các tội trong tư tưởng, lời nói, việc làm và những điều thiếu sót, căn cứ vào 10 điều răn của Thiên Chúa:

thứ nhất: thờ phượng một đức Chúa Trời và kính mến Người trên hết mọi sự.

thứ hai: chớ kêu tên đức Chúa Trời vô cớ.

thứ ba: giữ ngày Chúa Nhật. *thứ bốn:* thảo kính cha mẹ. *thứ năm:* chớ giết người.

thứ sáu: chớ làm sự dâm dục. *thứ bảy:* chớ lấy của người. *thứ tám:* chớ làm chứng dối.

thứ chín: chớ muốn vợ chồng người.

thứ mười: chớ tham của người.

Và 6 điều răn của Hội Thánh:

thứ nhất: dự Lễ ngày Chúa nhật cùng các ngày lễ buộc.

thứ hai: chớ làm việc xác ngày Chúa nhật cùng các ngày lễ buộc.

thứ ba: xưng tội trong một năm ít là một lần.

thứ bốn: chịu Mình Thánh Đức Chúa Giêsu trong mùa Phục Sinh.

thứ năm: giữ chay những ngày Hội thánh buộc.

thứ sáu: kiêng thịt ngày thứ Sáu, cùng những ngày Hội Thánh dạy.

2. Ăn năn tội: Sau khi xét các tội đã phạm, hối nhân phải có lòng ăn năn, chê ghét các tội, vì tội xúc phạm đến Thiên Chúa là Đấng vô cùng tốt lành.

3. Quyết chí chừa tội: Đã ăn năn, hối nhân còn phải thật lòng xa lánh tội, không phạm các tội đã phạm và các tội hối nhân chưa phạm bao giờ, nghĩa là, không như cái hiểu của một số người bảo là: - cứ làm tội rồi đến xưng tội với cha là xong, tiếp tục phạm tội khác...

Phát lộ còn gọi là phát lộ, nghĩa là trình bày rõ tội lỗi mình đã phạm, không dám che giấu. Dứt tội cũ, không tạo tội mới. Trình bày với ai? đối thú trước chư tăng hoặc với người mà mình tôn kính, lúc lâm chung, có thể phát lộ với người thân cận mình để tâm hồn nhẹ nhàng cho thần thức ra đi.

Sám hối - theo định nghĩa của Tự điển Phật Quang là: “ăn năn tội lỗi, xin được tha thứ”. “Sám” nói cho đủ là Sám ma, có nghĩa là “nhẫn”, tức cầu xin người khác tha tội. “Hối” là ăn năn hối hận tội lỗi mình đã gây ra trong hiện tại cũng như trong quá khứ, nay đối trước Phật, Bồ tát, Sư trưởng, đại chúng nói ra hết, không giấu diếm, cầu mong đạt mục đích diệt tội.

Về phương pháp và tính chất sám hối được chia nhiều loại:

1. *hai loại sám hối:* - chế giáo sám và hóa giáo sám.

2. *ba loại sám là:* - tác pháp sám hối - thủ tướng sám hối - vô sinh sám hối.

3. *năm loại sám là:* - không chê bai Tam bảo cho đến tu lục niệm - hiếu dưỡng cha mẹ, cung kính sư trưởng - dùng chính pháp trị nước, khiến cho lòng người chân thật ngay thẳng - vào 6 ngày trai không được giết hại - tin nhân quả, tin đạo nhất thực, tin Phật bất diệt.

4. *Lục căn sám hối:* mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý.

Ngoài ra trong Vãng sinh lễ tán có nêu 3 pháp sám hối Quảng, yếu, lược: - yếu sám hối - quảng sám hối - lược sám hối.

Có người chưa hiểu tầm quan trọng việc tự sám, cho rằng, có tội khỏi cần xưng tội với ai, không cần đối thú phát lộ, không ai có quyền tha tội của mình, nhất là

tội đó không phạm đối với người mình xung. Nếu tự sám rồi ỷ lại tiếp tục sai phạm thì chả ai biết....

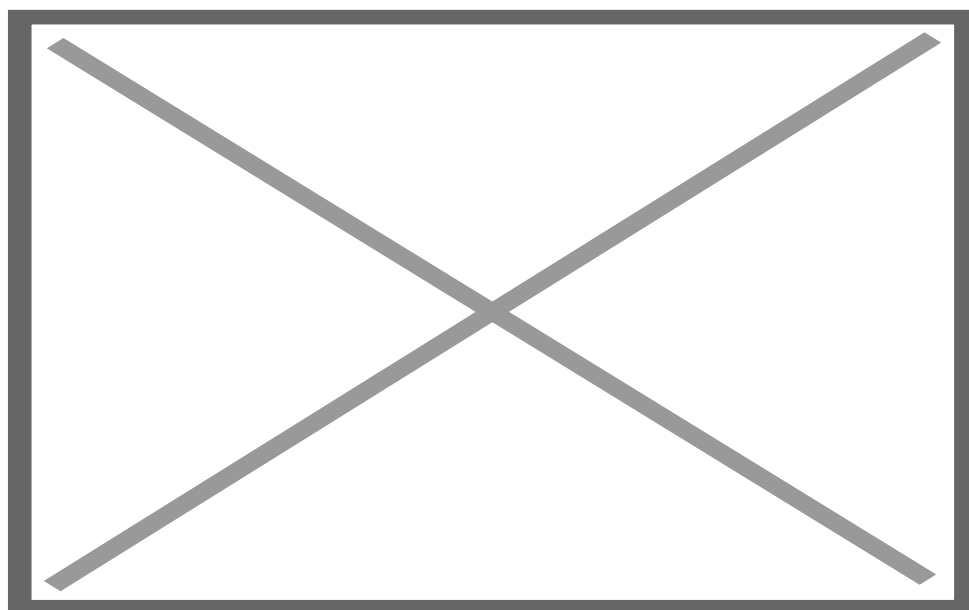
Ăn năn, theo Từ điển tiếng Việt, ăn năn là cảm thấy đau xót, day dứt trong lòng về lỗi lầm của mình.

Tóm lại, rất nhiều cách tự hối lỗi, tự thống hối những sai phạm từ tâm niệm đến hành động, nhưng người thường không thấy mức độ trầm trọng của việc sai phạm nên tiếp tục hành xử theo bản năng. Là những tôn giáo có khuynh hướng tâm linh, việc cải hoán tâm thức và chuyển hóa nghiệp thức là điều rất quan trọng.

Ví dụ, ai đó làm mình bực tức, hoặc nhục mạ, hoặc vô tình xúc phạm, ta không dám bộc lộ sự bất mãn, trong tâm muốn cho kẻ đó gặp tai nạn, gặp rắc rối...vô tình tự ta gieo hạt giống ác trong tâm thức. Hạt giống bất thiện là hạt giống có sẵn trong tâm nhiều người, chưa có dịp bộc lộ, lâu ngày chày tháng cứ tiếp tục gieo thêm ác ý, có ngày sẽ phát ra hành động, lời nói, mà mình không kiểm soát được, sẽ biến mình thành kẻ ác.

Tội không chỉ do hành động mà còn do ý tưởng và từ lời nói. Cũng thế, mình đứng góc độ bảo thủ, chỉ thấy pháp hành của mình là đúng, vội phê phán pháp khác là sai, chắc gì nghĩ như thế đã không phạm phải lỗi lầm sai lạc?

Chư Tổ của Bắc truyền, rất giữ kẽ trong tứ oai nghi, luôn thúc liễm thân tâm từng giờ khắc. Cố Hòa thượng Thích Trí Thủ, mỗi khuya đều lạy sám hối. Một số đạo tràng được hướng dẫn lạy Hồng danh; nhưng không khai trí cho đạo chúng ý nghĩa lạy Hồng danh, đôi khi biến thành hành động trả bài vô nghĩa.



Ngày xưa, Tổ Sư Thế Thân sinh ra trong một gia đình Bà La Môn, Sư học giáo lý Tiểu thừa và soạn bộ A Tì Đạt Ma Câu Xá luận. Sau đó, Sư đi du phương và danh tiếng của Sư là một nhà biện luận xuất chúng vang dội. Khi gặp Vô Trước được người anh giảng giải giáo lý Đại thừa, Sư bỗng nhiên tỉnh ngộ, bắt đầu say mê nghiên cứu Đại thừa và viết luận về Kinh điển hệ Đại. Sau khi nghe hết các bộ Kinh và Luận Đại thừa đó, Thế Thân nhận ra Phật giáo Đại thừa thật ra rất thâm sâu cả về lý thuyết lẫn thực hành, chứ không phải chỉ lý thuyết suông như ngài hằng nghĩ trước kia. Hối hận vì xưa kia đã phỉ báng Đại thừa, ngài muốn cất lưỡi tự tử. Các đệ tử của Vô Trước vội khuyên can và khẩn thiết yêu cầu ngài tới thăm Vô Trước Thế Thân trở về Bá Lộ Sa gặp Vô Trước và trong cuộc đàm luận với người anh về Phật giáo Đại thừa, ngài đã nắm được các yếu chỉ của giáo lý Đại thừa. Vô Trước khuyên Thế Thân không nên tự tử mà nên dùng tài uyên bác của mình để quảng bá giáo lý Đại thừa hầu chuộc lại lỗi lầm phỉ báng Đại thừa khi xưa. Từ đó về sau, Thế Thân chỉ chuyên tu trì, nghiên cứu, hoằng dương và trước tác các luận giải thuộc Đại thừa mà thôi. Ngài trước tác trên 500 luận giải Đại thừa, trong đó có các luận giải sau:

1. Chú giải về Trung Biên Phân Biệt Luận 2. Duy Thức Nhị Thập Tụng và chú giải 3. Đại Thừa Bách Pháp Minh Môn Luận 4. Duy Thức Tam Thập Tụng 5. Tam Tự Tính 6. Phật Tính Luận.

Như vậy, hoán cải, sám hối, ăn năn có nhiều cách, hoặc tự thân làm điều tốt, hoặc tự tâm thống hối ăn năn, hoặc giúp mọi người hướng về nẻo thiện., hoặc thiền định chuyển hóa nghiệp thức...

Tôn giáo là nền giáo dục chuyển hóa cái ác của con người thành hạt giống thánh thiện. Mỗi tôn giáo có một phương cách hướng dẫn hóa giải khác nhau, ngoại trừ tôn giáo không hướng đến tâm linh, đó là những đức tin mang tính xã hội, mang tính chính trị thì tập nhiễm nhiều tính ác mang tính cạnh tranh, oán thù chất chồng mà họ cho đó là thành quả, biến tín đồ thành những chiến binh thành đạt cho mục đích.

Trên thế giới có nhiều tôn giáo, những tôn giáo được biết nhiều là Phật giáo, Ki tô giáo, Tin Lành giáo, Hòa Hảo, Cao Đài,..là những tôn giáo có khuynh hướng hướng thiện, mỗi tôn giáo có mức độ thiên hướng tâm linh khác nhau. Tôn giáo Thần học thì hướng về đấng sáng tạo. Tôn giáo nhân bản thì hướng nội, hải đảo tự thân là đích để chuyển hóa nghiệp thức, thăng hoa tâm thức. Ngoài ra, một số trường phái không nhất thiết là tôn giáo, như Yoga, Lão giáo và các hệ phái tại Ấn độ dùng Thiền định để nâng tâm thức vào cõi siêu thức.

Trong quá trình chuyển hóa tâm thức, tất cả những chủng tử Thiện và bất Thiện đều loại khỏi tâm thức. Tập trung năng lượng dưỡng trí khai huệ thoát khỏi càn

khôn vũ trụ; có nghĩa dùng chấn động lực nội thể để hòa hợp với năng lượng dương của chấn động lực vũ trụ siêu thoát khỏi âm lực của bao phủ chung quanh cuộc sống.

Tóm lại, muốn thoát khỏi nghiệp lực quá khứ và hiện tại, cần chọn pháp hành để sám hối, ăn năn, phát lồ....như trút bỏ gánh nặng trên đạo lộ tâm linh giải thoát. Sau đó mới chọn một pháp môn thích hợp căn cơ để tu tập.

Tác giả: **Minh Mẫn Táp chí Nghiên cứu Phật học số tháng 11/2016**