

MA TRONG TÂM VÀ MA BÊN NGOÀI

Bất luận là ma trong tâm, hay ma bên ngoài, đều là cảm nhận vượt ngoài chủ thể sinh mạng, cũng chính là từ tâm lí bất an và chấp trước mà ra. Thực ra, không có thực thể bền vững mãi mãi.

Chúng ta gọi ‘ma trong tâm’ là chỉ cho ý nghĩ lo sợ, hoảng loạn, gian ác khởi lên trong tâm. Nếu như chúng ta không thể khống chế nó thì sẽ bị nó sai sử, làm rất nhiều việc phi lý tính, thậm chí làm những việc vô nhân đạo.

‘Ma bên ngoài’ là từ bên ngoài, nó có sức mạnh mà không biết lí do; nó quấy nhiễu, hoặc xâm phạm sự yên ổn của thân tâm chúng ta. Thực ra, ma trong tâm, hay ma bên ngoài thường phối hợp lẫn nhau. Khi người nào trong tâm bị yếu đuối thì ma bên ngoài rất dễ dàng ghé vào. Trái lại, nếu như trong tâm yên ổn, chẳng lo, chẳng sợ thì cho dù năng lực ma bên ngoài có mạnh mẽ như thế nào, cũng chẳng làm gì được bạn. Việc này, giống như đi đường bạn gặp con chó dữ đuổi theo bạn sủa càn; nếu như bạn sợ nó, nghĩ nhặt hòn đá ném lại nó thì nó càng sủa dữ dội hơn; còn nếu bạn giữ được bình tĩnh, không phản ứng lại thì nó gầm gừ một lúc, tự nó cảm thấy không có hứng thú sẽ lạng lẽ bỏ đi.

Khi Đức Phật còn tại thế, cũng từng bị ma bên ngoài quấy nhiễu, nhưng Ngài không lay động; cuối cùng lại cảm hóa được bọn chúng. Người bình thường không có công phu tu trì như Đức Phật, khi gặp sức bên ngoài xâm phạm, không biết tại sao như thế; ngay cả bác sĩ tâm lí cũng không tìm ra chứng bệnh.

Tôi đề nghị mọi người hãy niệm nhiều Thánh hiệu Bồ-tát Quán Thế Âm; hoặc niệm Thánh hiệu Đức Phật A-di-đà. Dụng ý niệm Thánh hiệu Phật, Bồ-tát không phải nhờ năng lực của Bồ-tát hàng phục ma, mà là để cho tâm mình có nơi nương tựa. Khi tâm có chỗ quy hướng tất nhiên được thoải mái an lạc; cho dù, ma bên ngoài hiện thân, chúng ta cũng không sợ.

Ngoài ra, nếu như nhờ vào luyện tập tu hành, quán tưởng tất cả pháp đều do nhân duyên sinh, cũng gọi là: “Năm uẩn đều không.” Bất luận là ma trong tâm, hay ma bên ngoài, đều là cảm nhận vượt ngoài chủ thể sinh mạng, cũng chính là từ tâm lí bất an và chấp trước mà ra. Thực ra, không có thực thể bền vững mãi mãi. Như thế, chúng ta không thể chấp vào vật gì. Khi tâm chúng ta không chấp trước thì ma bên ngoài chưa đánh đã thua.

Đương nhiên công phu quán tưởng này phải luyện tập thời gian dài; người mới học chỉ cần chuyên tâm niệm Phật, cũng có hiệu quả giống nhau. Nhưng có lúc cũng sẽ xuất hiện các hiện tượng ảo thính, ảo giác quấy nhiễu, khiến

cho bạn không niệm được liên tục. Thế nên, chúng ta niệm Phật phải niệm thường xuyên, niệm liên tục, làm cho danh hiệu Phật thâm nhập trong tiềm thức ý nghĩ.

Ngoài ra, chúng ta còn phải phát nguyện, bố thí, cúng dường, sám hối; việc này cũng có hiệu quả nhất định. Nhờ vào lực sám hối mà tiêu trừ sạch nghiệp chướng trong đời quá khứ, làm cho oan nghiệt được chấm dứt. Thế nhưng, quán tưởng và niệm Phật rất khó, cần có năng lực khá mạnh; còn sám hối, phát nguyện tương đối dễ, sức mạnh tất nhiên cũng yếu hơn. Nhưng bất luận thế nào, hàng ngày chúng ta phải nỗ lực tu tập không ngừng, khi có tai nạn xảy ra thì mới có khả năng chống đỡ.

Tác giả: Hòa thượng Thích Thánh Nghiêm / Việt dịch: Thích Nữ Viên Thắng