

Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn - Thành tựu Quán Thế Âm

Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn

hay còn gọi

Pháp Thành Tựu Quán Thế Âm

Soạn bởi Rangxi Sangbo Rinpoche

Kính lễ Đức Phật Quán Thế Âm,

Kính lễ Đại thành tựu giả Thangtong Gyalpo

Kính lễ Đạo sư, Đức Kim Cương Trì III Wan Ko Yeshe Norbu

Bản văn này được sưu tầm và dịch thuật với mong muốn có một phương pháp tu hành không bỏ phí giúp người tập phát triển công đức và trí tuệ, để nhanh chóng giác ngộ và giác ngộ cho mọi người.

Tất cả những sai sót dịch thuật nếu có trong bản tài liệu này, những người dịch xin thành tâm sám hối

Công đức có được từ việc biên soạn và phổ biến tài liệu này, xin hồi hướng cho sự giác ngộ tất cả chúng sinh

Rangxi Sangbo Rinpoche & nhóm Bồ đề tâm

Lưu ý: Phải đọc phần I (từ trang 1 tới trang 10) trước khi tập nghi quỹ trong phần II. Điều này là bắt buộc theo nguyên tắc của Pháp, nếu không, người đó sẽ phạm giới không học từ tài liệu. Ngoài ra cần thực hành các pháp tu sơ khởi (từ trang 11 tới trang 16) nếu không sẽ không đạt kết quả gì từ pháp tu chính. Download bản để in ở đây.

GIỚI THIỆU

Pháp tu này bắt nguồn từ một hành giả vĩ đại của thực hành Quán Thế Âm là Thangtong Gyalpo (1385-1509). Ngài sinh ở miền Tsang-thượng ở Tây Tạng. Một hôm, trong khi đang thực hành Thần chú Sáu-Âm, Đức Avalokiteshvara (A-va-lô-ki-tê-soa-ra, tức đức Quán Thế Âm) siêu phàm hiện ra trước mặt ngài, chỉ dạy và ban quán đánh cho ngài. Ngài đạt được giác ngộ nhờ tinh tấn thực hành. Dựa trên sự thực hành và thành tựu của ngài, ngài đã biên soạn sadhana (nghi quỹ) “Vì Lợi lạc của Tất cả Chúng sinh Bao la như Không gian” (xem phần tham khảo) để dẫn dắt chúng sinh trong thực hành của Đức Quán Thế Âm. Bản văn này được tìm thấy trong mọi trường phái Phật Giáo Tây Tạng.

Ngài có thể nhớ lại đời trước ngài là Gelong Padma Karpo (hay Tỳ kheo Bạch Liên). Trong đời đó, từ năm 20 tới 80 tuổi, ngài đã thực hành Nhập thất Nyungne (Nung-nay) Avalokiteshvara thật kiên định. Thậm chí ngài còn có thể nhớ được ngài đã khẩn cầu Đại Bồ Tát này ra sao. Lời khẩn cầu này được ghi lại trong những lời cầu nguyện Phật giáo và được truyền tới ngày nay.

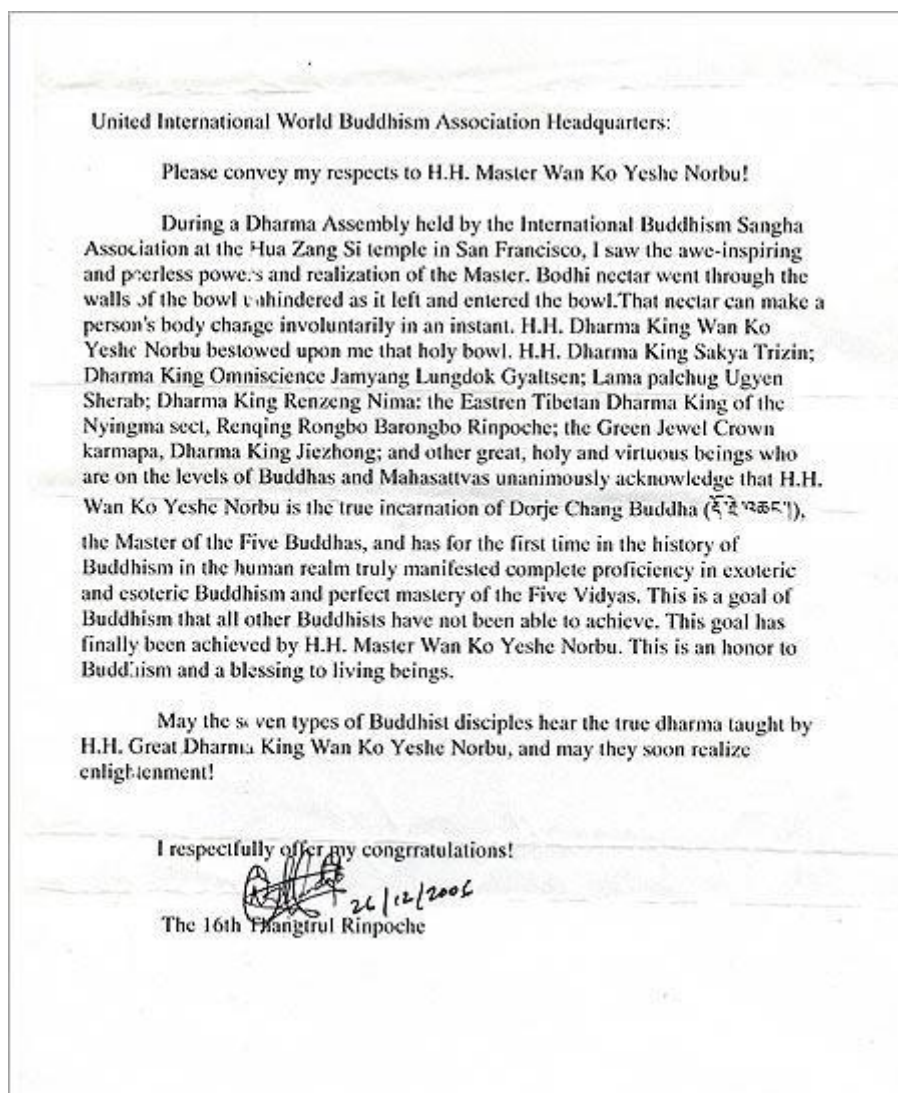
Sau khi giác ngộ, ngài cũng khám phá nhiều kho tàng giáo lý được cất giấu, và đã giới thiệu giáo lý của Đức Phật cho nhiều người. Ngài đã tô tạo vô số hình tượng, Kinh sách và các stupa (tháp) tượng trưng cho thân, ngữ và tâm của Đức Phật. Ngài đã thiết lập hơn một trăm cầu phà và cầu treo bằng sắt để làm lợi lạc chúng sinh. Để khuyến khích thiện hạnh trong dân chúng và để hỗ trợ cho phí tổn của công việc xây dựng, ngài đã miêu tả cuộc đời của những Bồ Tát trong quá khứ trong những vở nhạc kịch dân gian. Ngài được coi là cha đẻ của nhạc kịch Tây Tạng. Ngài được mọi trường phái của Tây Tạng kính trọng và tôn xưng là Bồ Tát Thangtong Gyalpo. Trong thời đại của Ngài, mọi hoạt động của Ngài thật không thể nghĩ bàn.



Hóa thân đời thứ 16 của Ngài, Thangtrul Rinpoche, ra đời và hiện đang sống tại Buhtan. Ngoại hình của ông tương tự như của Guru Padmasambhava. Ngay cả khi ông ngủ, đôi mắt vẫn mở. Ông đã gặp đức H.H. Wan Ko Yeshe Norbu trong một Pháp hội diễn ra vào năm 2005 tại chùa Hua Zang Si tại San Francisco, Hoa Kỳ. Trong định, ông ngay lập tức nhìn thấy Đức Dorje Chang, vị cổ Phật tối cao, đã đến thế giới này một lần nữa. Ông lập tức chính thức thừa nhận Đức Dorje Chang III Wan Ko Yeshe Norbu như là bậc thầy của mình. Đức Dorje Chang III đã hỏi ông "Người học tập và thực hành pháp dưới chân Guru Padmasambhava? Tại sao người lại đến đây? " H.E. Tangtong Gyalpo 16 đã trả lời rằng ông đã nhận lời dạy trực tiếp từ Guru Padmasambhava và từ H.H Sakya Trizin, hóa thân của Bồ Tát Văn Thù. Ông cũng nói rằng ông đã đến để yêu cầu giáo pháp cao nhất để cứu độ chúng sinh. Đức Dorje Chang III ngay lập tức búng ngón tay, và một cái bình bát đã thể hiện sức mạnh tuyệt vời. H.H. Đức Dorje Chang III đã chấp nhận H.E. Tangtong Gyalpo 16 là một trong các môn đệ vào mức độ của một đại tôn giả và thực hiện một lễ quán đảnh cho ông. H.E. Tangtong Gyalpo 16 đã đem chiếc bình bát này trở lại quê nhà của ông. Sau đó, ông đã biết được rằng cuốn sách "Kho tàng Phật pháp quý báu" về đức H.H Dorje Chang Buddha III Wan Ko Yeshe Norbu sắp được công bố. Ông liền tổ chức cho nhiều rinpoche thực hành một tỷ lần thần chú của Đức Quan Âm như là một lễ cúng dường lên đức Dorje Chang Buddha III. Ông cũng gửi lời chúc mừng của mình bằng văn bản nói rằng "...Đức H.H. Wan Ko Yeshe Norbu chính là... vị Thầy của Ngũ bộ Phật, và lần đầu tiên trong lịch sử Phật giáo, trong cõi giới loài người, Người đã thể hiện trình độ hoàn hảo trên cả hai truyền thống Mật thừa và Hiện thừa và sự làm chủ hoàn toàn Ngũ Minh. Đây là mục tiêu của Phật giáo mà mọi Phật tử khác đều chưa đạt được. Mục tiêu này cuối cùng đã được thành tựu bởi Đức H.H. Wan Ko Yeshe Norbu."



Đức Thangtong Gyalpo đời thứ 16, Thangtrul Rinpoche, tại Pháp hội tụng 1 tỉ thần chú Quán Thế Âm để cúng dường lên Đức Kim Cương Trì III Wan Ko Yeshe Norbu

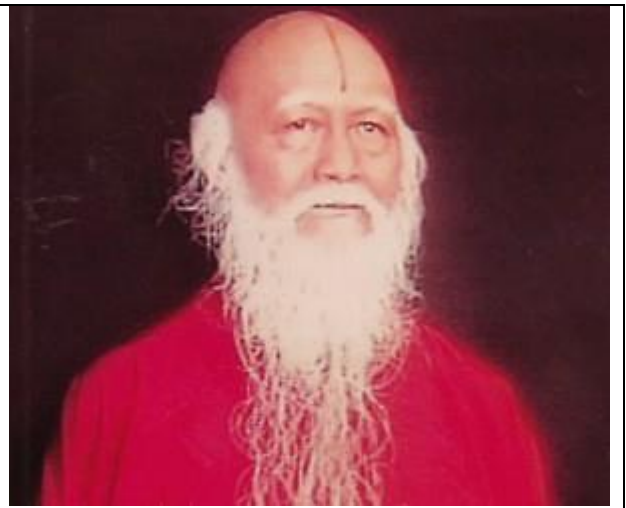


Thư chúc mừng của đức Thangtong Gyalpo đời thứ 16 tới Đức Phật Kim Cương Trì 3

Trong thời đại ngày nay, cố Lão Pháp vương Dorje Losang, một vị thánh sống hơn 90 tuổi ở Đài Loan, đã hết lời ca ngợi và truyền bá pháp tu này. Tài liệu này được dịch từ cuốn sách "*Câu chuyện thật về một vị Thánh Tăng*" kể về cuộc đời Ngài (tham khảo tại <http://bodhifoundation.org/books/true-stories-of-holy-monk/english/intro.shtml>)

Khi còn sống Ngài sống một cuộc đời đơn giản, không lệ thuộc vào vật chất, Ngài thường ngồi thiền và hầu như không bao giờ nằm và không có giường riêng. Ngài đã thực hiện nhiều hoạt động để cứu độ chúng sinh và tổ chức các pháp hội ban phước để giúp rất nhiều vong linh thoát khỏi cảnh giới thấp. Ngài mất vào năm 2004, trong lễ hỏa táng thân thể Ngài đã không cháy cho dù đã hỏa thiêu trong 6 tiếng, sau khi các đệ tử cùng cầu nguyện tới Ngài, thân thể Ngài mới dần dần cháy và để lại 141 viên xá lợi cùng hương thơm và ánh sáng phát ra từ chúng.

Một đệ tử của Lão Pháp vương Dorje Losang, Laba Geshe, đã mang tới một vài cuốn sổ được làm từ giấy màu vàng. Mặc dù chúng được bọc bằng lụa satin, nó không thể giấu đi sự thật rằng chúng đã vài chục năm tuổi. Ông chỉ từng trang của cuốn sách cho chúng tôi xem. Những cuốn sổ này ghi lại chi tiết năm, tháng, ngày và địa điểm của những buổi quán đảnh mà Lão Pháp vương thọ nhận cùng với những pháp Ngài học được và những Bậc đức hạnh Ngài đi theo.



Pháp vương Dorje Losang

Sau khi đọc qua tám cuốn sổ, chúng tôi thực sự sửng sốt. Lão Pháp vương đã nhận được 1,837 lễ quán đảnh. Phần lớn các quán đảnh là Pháp Atiyoga (Đại Toàn Thiện) tối thượng. Pháp Đại Toàn Thiện mà Ngài thực hành đến từ ba dòng truyền thừa khác nhau. Trong phạm vi pháp Kim cương, Ngài nhận được những quán đảnh như Yamantaka đơn, Mười ba Yamantakas, Yamantaka Duhsiongnengbu Vajra, Shangle Vajra, Hevajra, Mahakala Luga, Puba Vajra, Lianshikaijia, Mã Đầu Minh Vương, Kalachakra Vajra và Lion Vajra, tất cả đều là pháp du già tối thượng. Tất cả những Đại pháp vương và Rinpoches mà Ngài theo, đương nhiên, đều là những bậc đạo hạnh hàng đầu như tôn giả Chiming, Dzongsaluozhu, Bậc thầy Pobangka, Riguwenbo, lama diên Yisiyangga, Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu, v.v...

Từ những cuốn sổ này, chúng tôi có thể thấy rằng, Pháp vương Dorje Losang đã ca ngợi Đại Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu nhiều nhất. Ngài viết tại một trong những cuốn sổ của mình như sau: "*Tôi đã từng thấy chín mươi mùa xuân và mùa thu trong cõi giới loài người. Tôi đã trải qua rất nhiều điều trong cuộc đời, sau đó tôi chỉ theo đuổi một mục đích duy nhất là đạt giác ngộ. Tôi đã hoàn toàn trung thành với nhiều đấng Đức hạnh vĩ đại. Từ họ, tôi đạt được giác ngộ và trí huệ. Bất chấp việc đã nhận được hơn 1.800 lễ quán đảnh, chỉ có một ít trong số đó có tác dụng làm sâu sắc thêm nhận thức của tôi. Cuối cùng, tôi đã gặp được thầy – đức Phật Đạo sư tối thượng và tôn quý, người mà tôi hàm ơn, Đức Wan Ko Yeshe Norbu. Bậc Phật Đạo sư này giống như một vị Phật, người đã giảng pháp tại đỉnh Linh Thứu". Bài thơ này của Lão Pháp vương đã nói lên nguồn gốc thực sự.*

Một trong những cuốn sổ tay của Ngài có ghi lại như sau: "*Tôi đã được gần gũi với nhiều Rinpoche vĩ đại. Sáu mươi đến bảy mươi phần trăm trong số đó là những người tu tập mãnh liệt và có những trạng thái thực chứng lớn lao. Xin thay mặt cho tất cả chúng sinh, tôi xin bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc với những con người vĩ đại này. Tôi làm điều này bởi vì tôi học Giáo pháp vì lợi*

ích của tất cả chúng sinh. Tất nhiên, đối với Bổn sư Wan Ko Yeshe Norbu của tôi, người mà tôi mang ơn lớn, tôi không thể chỉ đơn giản sử dụng các từ "cảm ơn thầy". Điều duy nhất tôi có thể làm để cảm ơn bổn sư là đạt được giác ngộ tối cao và hoàn hảo, đó là, giác ngộ cho mình và cho người khác. Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn mà ngài dạy cho tôi là pháp tối cao. Nhìn vào nội dung của pháp, dường như đó là một pháp thông thường. Tuy nhiên, ngay cả những pháp vĩ đại thuộc Kim cương bộ cũng không thể sánh với pháp này về kết quả thực tế. Tôi nghĩ rằng sức mạnh của nó vượt trội hơn so với những pháp thuộc Kim cương bộ mà tôi đã từng học. Điều này đã được chứng minh qua sự thực hành tu tập triết để của tôi. Tôi đã thực hành trong hơn bảy mươi năm các pháp mà các bậc Đại đức và các Pháp vương đã dạy cho tôi (bao gồm cả pháp Đại Toàn Thiện Tâm Yếu mà tôi đã thực hành trong nhiều đời trước). Tuy nhiên, về mặt tích tập công đức, sự thực hành lâu dài các pháp này không tốt bằng sáu năm thực hành Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn."

"Chẳng gì ngạc nhiên khi tại sao nữ Pháp vương Vajravarahi Wang Nuo Bu Pa Mu, là một trong những người cao quý nhất, lại ca tụng công đức lớn lao của Đức Đại Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu. Ngài xứng đáng được gọi là bậc đạo hạnh cao nhất trên thế giới hiện nay.

Hôm nay ta sử dụng một pháp lực đặc biệt để gia trì Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn. Ta truyền pháp này một cách công khai bằng cách in nó cùng với cuốn sách này. Bằng sự thực hành nó, các con sẽ có thể đạt được thành tựu không giới hạn. Điều này là bởi vì, trong trạng thái chánh định, ta sẽ thực hiện việc quán đảnh mật truyền cho các đệ tử thực hành pháp này.

Đức Phật Đạo sư tối thượng, bổn sư của ta, Đại Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu, người lãnh đạo tối cao Phật giáo bí truyền, cũng sẽ gia trì cho họ, Ngài đã phê chuẩn việc này. Ngài nói rằng, trong trạng thái chánh định của mình, Ngài sẽ xuất hiện trước bất cứ ai thực hành Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn theo đúng với pháp này để thực hiện quán đảnh cho họ, mặc dù họ chưa từng được nhận lễ quán đảnh thông thường. Nói tóm lại, Ngài chắc chắn sẽ giúp bất cứ ai học pháp này kết thúc được vòng luân hồi sinh tử. Tuy nhiên, những người như vậy hoàn toàn không được học những mật pháp sai lầm nào khác. Hãy nhớ rằng, Đức Pháp vương bổn sư của ta và ta muốn nhận được một kiểu cúng dường. Vật phẩm cúng dường này thật rất khó khăn để dâng cúng. Vật phẩm cúng dường này đơn giản chỉ là sự tự thân tu tập của đệ tử bằng cách sống phù hợp với những lời dạy của Phật pháp. Chúng ta không chấp nhận tiền hoặc vật phẩm có giá trị! Chúng ta sẽ không bao giờ nhận chúng!

Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn là pháp tối cao, vĩ đại. Chắc chắn không phải là điều mà chúng sinh bình thường có thể thực hành theo ý thích. Trước đây ở Tây Tạng, các môn đệ phải có khả năng tâm linh lớn lao và phải trải qua rất nhiều khó khăn và gian khổ trước khi nhận được pháp này. Có một vị Rinpoche người Tây Tạng rất nổi tiếng, người đã cúng dường hơn năm mươi pound vàng để mong được nhận pháp này nhưng không thành công. Ngày nay, Đức Đại Pháp vương với lòng từ bi đã suy xét về việc thật khó khăn cho con người khi tìm kiếm pháp này. Nhận thấy điều kiện nhân duyên hiện nay đã chín muồi cho lần đầu tiên trong hàng ngàn năm qua, Đức Đại Pháp vương, với lòng từ bi lớn lao đã chỉ dẫn cho Lão Pháp vương Dorje Losang truyền bá pháp này. Do vậy, có được cơ hội để nhận lãnh pháp này thực sự là phước báu được mang đến bởi những hạt giống tốt lành được vun trồng qua bao nhiêu kiếp sống. Một người nên tận tụy và trân trọng thực hành pháp này. Bằng việc đó, họ chắc chắn sẽ đạt được giải thoát.

Đương nhiên, nếu con có thể học những gì chứa đựng trong cuốn Giải Thoát Đại Thủ Ấn, được viết bởi Pháp vương Đạo sư Wan Ko Yeshe Norbu, và thực hành cùng với pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn, thì điều này sẽ tuyệt vời không thể tả siết!"

*

Lời huân thị trước khi truyền Pháp này

Dịch bởi Dzun Hai



H.H. Dorje Chang Buddha III

Đại Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu

Đại Pháp vương Wan Ko Yeshe Norbu, đã chỉ dạy như sau: “*Hôm nay, Tất cả các con đều yêu cầu pháp này từ ta. Cho dù con là một đạo sư, một học trò, thực hành Thiền tông, có thần thông, trí tuệ hơn người, có những kỹ năng siêu phàm trong khí công hoặc thậm chí con có trí tuệ hoàn hảo, trước tiên ta phải nói với các con một vài điều. Những người học Phật Pháp từ ta không được phép thảo luận về những điều bí ẩn và kỳ lạ, tham gia vào những cuộc nói chuyện trống rỗng hoặc liên tiếp nói về vấn đề dòng truyền thừa của mình vĩ đại đến mức nào. Những người tìm kiếm từ ta sự trao truyền Pháp Kim cương Du già Viên mãn không được phép tách rời bản thân họ với thực tế bằng việc liên tục nói với thái độ ra vẻ bí ẩn, bằng việc liên tục nói về Đại Toàn Thiện, bằng việc liên tục nói về pháp vô tướng, bất nhị và liên tục đề cập đến Bộ phái Tối cao. Ta nói cho các con biết sự thật, nếu hành động cơ bản của con trong đời sống thế gian này không đúng đắn, thì việc thêm muốn tìm kiếm một pháp cao cả là vô ích. Nguyên tắc cơ bản của ta là Phật pháp là điều áp dụng cho những công việc của thế gian. Do vậy, một người không thể tách rời Phật pháp ra khỏi cách họ phải sống như thế nào trong thế gian này một cách giác ngộ. Điều này là do Phật pháp dựa trên sự hiểu biết về những nguyên nhân đằng sau sự liên kết của sáu nguyên tố cơ bản của thế giới. Tất cả mọi điều một người làm trên thế gian này, cách họ hành xử, cách họ sống, cách họ làm việc và tất cả những tư tưởng thế gian của họ đều có thể được dùng để tịnh hóa chính mình. Học hỏi Phật pháp yêu cầu phải tu dưỡng bản thân. Tu tập có nghĩa là sử dụng tất cả những trải nghiệm thế gian để cải tiến tính cách và sửa chữa cách hành xử. Nó có nghĩa là trong mọi hành xử đều phản ánh tất cả các pháp liên quan đến các công việc của thế gian. Thế nào là cơ bản nhất trong sự phản ánh Pháp trong sự ứng xử của một người, đó chính là sự thực hành liên tục sáu ba la mật, thập thiện nghiệp, tứ vô lượng tâm và giữ gìn các giới luật.”*

“Trước khi thực hành những việc này, ta phải xây dựng một nền tảng cơ bản bằng việc sửa chữa các lẽ thói thể gian của mình từng bước một. Sau đó người ta có thể tiến hành sâu hơn vào các phép thực hành khác nhau để trở nên một người làm lợi lạc cho người khác một cách vô tư, yêu hòa bình, được tôn trọng và yêu quý bởi những thành viên khác trong xã hội. Với những điều này như là nền tảng cơ bản, sau đó họ có thể thực hành các pháp thực hành cơ bản (prayogas) và pháp hành chính và có thể kết hợp với giáo lý hiển thừa cùng kiến thức sâu sắc của giáo lý mật thừa. Bằng cách này, một người có thể dễ dàng vượt qua sự trần tục và trở thành người đấng hạnh tuyệt vời.”

*

Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn

PHẦN I

Được truyền lại bởi Đại Pháp vương Yangwo Yisinubu

1. Một câu chuyện có thật

Đại Pháp vương - Đạo sư Wan Ko Yeshe Norbu, đã nhập vào chánh định. Với một tâm giác ngộ thiêng liêng, Ngài xót thương cho tất cả chúng sanh. Bằng trí tuệ như đại dương bao la, Ngài nhận ra rằng những sự thành tựu tâm linh của các hành giả Phật giáo là không đáng kể và những hành giả thành tựu cũng rất ít. Nguyên nhân chính của việc này là vì họ không thực sự hiểu được ý nghĩa đúng đắn về lời dạy của của chư Phật. Hầu như họ dành hầu hết thời gian đơn giản chỉ để thảo luận các vấn đề cao siêu, các quan điểm trống rỗng hoặc là theo các xu hướng thể gian. Họ phạm sai lầm khi đem những lời dạy từ những dòng truyền thừa của họ như là chuẩn mực để xác định cái gì là chánh Pháp. Họ không lấy chánh Pháp làm chuẩn mực cho những gì họ nên nương dựa. Họ diễn giải một cách mù quáng và thực hành Pháp. Nếu họ không sai phạm những lỗi lớn thì cũng mắc những vi phạm nhỏ. Hơn thế nữa, họ không làm phát sinh một tâm tinh thức và cũng không có lòng bi rộng lớn làm nền tảng của họ. Họ thề nguyện, nhưng sự thực hành và hành động của họ vẫn làm sản sinh nghiệp tiêu cực. Những gì họ làm là thường xúc phạm đến ý nghĩa thực sự của 84.000 pháp môn được dạy bởi Đức Phật. Người tu tập ngày nay có rất nhiều các xu hướng tiêu cực kể trên.

Đạo sư Wan Ko không thể chịu nổi khi thấy chúng sanh cứ bước vào con đường sai lạc với một lòng nhiệt tâm theo đuổi Phật pháp. Để truyền lại Phật Pháp đúng đắn của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Đạo sư đặc biệt hướng dẫn cho tôi Pháp Kim Cương Du Già Viên mãn, được bí mật truyền bởi các vị Phật. Vào thời điểm Ngài đang hướng dẫn tôi Pháp này, cung điện của Ma Vương rung chuyển. Những tùy tùng của Ma Vương sau đó mất năng lực siêu nhiên. Hậu quả là Ma Vương trở nên rất buồn bã và tức giận. Vào ngày 2 tháng 5 âm lịch của một năm xác định, ngày mà Đạo sư hoàn thành việc giảng dạy Pháp này, Ma Vương tức giận đến mức hấn ta muốn tiêu huỷ giáo Pháp này. Ma Vương quyết định trước hết phải tiêu diệt đạo sư Wan Ko bởi ngày tiếp theo sẽ là ngày mà đạo sư Wan Ko sẽ niệm thần chú và hoàn tất nghi lễ, trao truyền Pháp này cho những bậc Đại Đức, những vị Rinpoche, những giảng sư và thực hiện một lễ quán đảnh cho họ để họ có thể truyền lại Pháp này và giúp cho chúng sanh trở nên thành tựu.

Cũng hôm đó, ngày 2 tháng 5, giữa khoảng từ 3:00 đến 5:00 giờ chiều, Ma Vương trong trạng thái u mê với tốc độ ánh sáng, bất ngờ phô diễn sức mạnh ác độc khủng khiếp của mình và tấn công đạo sư Wan Ko. Hấn tàng hình đi đến. Các vị hộ pháp không thể nhanh chóng cản phá được. Thế là hơi thở của đạo sư Wan Ko đột ngột bị cắt đứt và Ngài chết. Sau khi Ngài chết, cơ thể Ngài có màu trắng như bạch ngọc. Cơ thể Ngài lạnh như đá. Các xung mạch của Ngài ngừng lại. Đạo sư Wan Ko rời khỏi cõi người và nhập vào cõi trung gian giữa cái chết và sự tái sinh tiếp theo. Lúc bảy giờ, các vị hộ Pháp gọi các Dakini, những người sau đó đã đến. Ba nghiệp của họ tương ứng một cách hoàn hảo với Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn. Đạo sư Wan Ko hiển lộ Pháp này trong lúc Ngài hòa nhập trong trạng thái của tính Không.

Đột ngột, Đức Quán Thế Âm tuyệt diệu xuất hiện. Ma vương bỏ chạy trong thất bại. Đạo sư cuối cùng quay trở lại cõi người. Vào ngày 3 tháng 5, những kinh nghiệm của ngày hôm trước được

viết lại. Đạo sư Wan Ko, các vị Hộ pháp và các Dakini được ban phước bởi chư Phật. Tự dung, tôi nghe được một mùi hương thơm lạ thường. Nó khá mạnh. Không có mùi hương nào trên thế giới có thể so sánh với mùi hương tuyệt vời của nó. Các Dakini và các vị Hộ Pháp cũng hưởng mùi hương kì lạ đó.

Đạo sư Wan Ko đã tuyên bố như sau:

“Ta, Wan Ko, thề rằng 4 điều sau là sự thật:

- 1. Vào ngày 2 tháng 5 âm lịch của một năm xác định, ta đã hoàn thành việc giảng dạy trên các văn bản của Pháp. Vào ngày 3 tháng 5 ta chuẩn bị cử hành các thần chú và hoàn tất nghi lễ.*
- 2. Ma Vương ám hại ta vào ngày 2-5 của năm đó vào khoảng giữa 3:00 đến 5:00 giờ chiều. Ma Vương đã giết chết ta.*
- 3. Đức Quán Thế Âm tuyệt diệu xuất hiện, cứu ta và mang ta trở lại cõi người.*
- 4. Vào sáng hôm sau, khi các nghi lễ hoàn tất và văn bản được ghi lại, một hương thơm kì lạ tràn ngập trong không gian.*

Nếu có bất cứ điều nào trong bốn điều trên là dối trá hay bịa đặt, ta, Wan Ko, sẽ bị đọa địa ngục chịu khổ không dứt. Nếu những điều trên là đúng, mong ta và tất cả chúng sanh có thể nhận được sự ban phước và trí tuệ, sớm nhận chân Bồ đề tối thượng, tam thân và tứ trí.”

Bởi vì Đạo sư xót thương cho tất cả chúng sanh, Ngài mới lập một lời thề như vậy. Rõ ràng Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn là kẻ thù lớn nhất của cái chết. Đó là pháp Kim cương tối thắng, hoàn hảo để cứu độ chúng sanh. Vì thế, nó là nguyên nhân khiến Ma vương trở nên tức tối. Ma vương muốn giết Đạo sư Wan Ko để triệt tiêu pháp tối thượng này. Như có câu: đạo cao một thước, ma cao một trượng, pháp vĩ đại thì cuốn hút ma quỷ lớn, pháp nhỏ thì cuốn hút ma quỷ nhỏ. Khi Đức Phật Thích Ca Mâu Ni, Đấng Thế Tôn, còn tại thế, binh đoàn của Ma Vương thường xuyên tham gia vào những trận chiến dài với Ngài. Xá Lợi Phất, một vị đại đệ tử của Đức Phật, đã bị tấn công nặng nề bởi quỷ Liseh, việc này suýt đã làm hủy hoại những thành tựu tâm linh của ông. Tôn giả Bai, một trong những vị thành tựu lớn trong Pháp Quan Âm, có thể triệu tập các Hộ Pháp trên thiên đình. Bảy loài rồng tôn thờ Ngài ở Nam Hải. Ngài bị tấn công bởi Ma Vương tại Bắc Kinh và sau đó, các vị Phật cứu ngài và mang Ngài trở lại cuộc sống.

Bất cứ khi nào một hành giả bị tấn công bởi Ma Vương, họ nên thành tâm niệm tâm yếu của Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn này hoặc họ nên phát một tâm hoàn toàn không bám chấp. Bằng cách này, Ma Vương sẽ không có khả năng làm hại được họ. Đạo sư đã đi vào cõi trung gian giữa cái chết và sự tái sinh kế tiếp. Ngài đã mong muốn nhanh chóng trở lại thế gian để giảng dạy Pháp này. Một người có thể thực sự thấy được từ việc này sức mạnh của Đức Quán Thế Âm. Những ma quỷ nhỏ sẽ càng bị chinh phục bởi Pháp này.

Vì vậy, chúng ta nên tôn thờ Đức Quan Thế Âm Bồ Tát

2. Ghi chú bởi những người có mặt

Đạo sư Wan Ko đã tinh thông các giáo lí Mật thừa lẫn Hiền thừa và thông thạo Ngũ Minh. Ngài hoàn toàn làm chủ bốn bộ Du già viên mãn của Kim Cang Thừa. Hơn thế nữa, Ngài là Pháp vương vĩ đại. Ngài nói, *“Trong thực hành Pháp, một người không thể phân biệt Pháp ra thành pháp vĩ đại hay pháp nhỏ. Nếu pháp đó là đầy đủ trọn vẹn và phù hợp với người thọ nhận, thì đó là một pháp vĩ đại. Người thầy không nên phân chia Pháp ra thành đại pháp và tiểu pháp.”* Ngài còn nói, *“Ta đã thực hành pháp Kim Cang Thời Luân (Kalachakra), pháp Hàng Phục Dạ Ma Tối Cao (Yamantaka), pháp Sangle Vajra, Trí tuệ Đại viên mãn, pháp Tuoge, năm giáo lí Đại Thủ Ấn, pháp Bảy ngày thành tựu v.v.. Những pháp này nên được coi là những pháp cao nhất trong Phật giáo Mật Thừa. Tất nhiên, những năng lực tạo được từ thực hành những pháp này là rất lớn lao.*

Tuy vậy, không pháp nào trong những pháp này phải khiến cho Ma vương trở nên tức giận. Hôm nay sau khi Ta đã giảng dạy pháp này, Ma vương và binh đoàn của hắn đã trở nên náo động và kéo đến để tiêu hủy giáo pháp này. Và vì vậy, có thể thấy rằng pháp này xứng đáng được xem như là một pháp tối thượng trong tất cả cả những pháp vĩ đại. Pháp thành tựu Kim Cương Du Già Viên Mãn là pháp thiêng liêng nhất. Do đó, chư Phật gọi nó như là pháp vô song của Kim Cương thừa. Những gì đã xảy ra hôm nay chứng minh rằng điều này là sự thật."

Các hành giả nên ngẫm nghĩ về những lời của Đạo sư. Một bậc tu tập vĩ đại sẽ không nói dối, còn chưa đề cập đến việc Đạo sư đã lập một lời thề nguyện chứng thực về sự thật này do lòng đại bi của Ngài. Nếu chúng ta ngay bây giờ không thành tâm cầu pháp này và thực hành phù hợp với pháp, vậy thì khi nào chúng ta mới làm như vậy? Mặc dù ngay đây chúng ta không thể yêu cầu một lễ Quán đảnh Nội Mật, chúng ta cũng nên yêu cầu ngay lập tức một lễ Quán đảnh Ngoại Mật để tạo những duyên phù hợp cho việc thực hành pháp này. Châm dứt vòng luân hồi sanh tử là tối quan trọng. Những thay đổi sẽ đến một cách nhanh chóng. Không còn thời gian để chờ đợi nữa.

Đây là pháp Mật thừa Thành tựu của Đức Quán Thế Âm Bồ Tát, nằm trong Kim Cương Bộ tối thượng. Đó là pháp Du già Mật thừa được truyền lại bởi Đạo sư Wan Ko Yeshe Norbo cùng với bậc thánh Tây Tạng, Tôn giả - Đạo sư Thangtong Gyalpo, từ thế kỉ thứ 15. Có rất nhiều người đã trở nên thành tựu sau khi thực hành, từng bước một, theo đúng với pháp này. Một người có thể chắc chắn về sự thành tựu nếu họ có thực hành. Thangtong Gyalpo sinh năm 1261 và đầu thai lại vào năm 1489. Ngài tiếp tục tái sinh ở Tây Tạng cho đến thời hiện tại. Trong mỗi kiếp, Ngài luôn nằm trong số những bậc thầy linh thánh nhất. Mọi người trên thế giới gọi Ngài là một trong những vị đại thành tựu giả. Trong một kiếp, Ngài đã thường xuyên được giảng dạy bởi đích thân Đức Quán Thế Âm Bồ Tát.

Đạo sư Wan Ko giảng dạy những bậc thầy kim cương pháp Nội Mật của Bộ Pháp Tối Cao. Chính ngài đã cử hành năm hình thức của những buổi lễ quán đảnh Nội Mật (Năm hình thức của những lễ quán đảnh thuộc về pháp Nội Mật. Trong thời điểm những nghi lễ này được tiến hành trước ban thờ, Đạo sư có thể gọi các vị hộ pháp và khiến họ hiển thị những sức mạnh siêu nhiên). Ngài tinh thông cả giáo pháp Mật thừa lẫn Hiển thừa và hoàn toàn thông thạo Ngũ Minh. Trong cuốn sách "Pháp mà mỗi một Phật tử cần đi theo" của Đức Vajravahni Ah Wang Nuo Bu Pa Mu – bậc thánh mẫu, một trong những người đã đạt được mức thành tựu cao nhất trong Phật giáo Mật thừa Tây Tạng, Người đã tôn vinh Đạo sư Wan Ko như là Pháp vương vĩ đại nhất trong thế giới ngày nay.

Tuy nhiên, Đạo sư Wan Ko nói với các đệ tử của Ngài rằng, "*Ta không phải là một hóa thân của một vị Bồ Tát. Ta chỉ là một chúng sinh bình thường. Do thực hành phù hợp với Pháp được dạy bởi vị Phật - Đạo sư của ta, ta đạt được trí tuệ. Và vì thế, ta có thể trở thành thầy của các con. Nếu một người bình thường thực hành đúng với Pháp, thì họ sẽ nhận được sự ban phước từ Tứ Bảo. Khi các nghiệp chướng đã tích tập trong vô số đời kiếp trước được tịnh hóa, thì một người có thể trở nên thành tựu mà không bị ngăn trở. Một người nên hiểu rằng Tâm, chư Phật và chúng sanh, tất cả đều có cùng Pháp tính. Không có sự khác biệt nào giữa ba đối tượng này."*

(1) Trước khi một người thực hành Pháp Du già này, người đó nên thực hành trước tiên sự hoàn hảo của bốn pháp cơ bản (prayogas) trong sự kết hợp với việc học và thực hành theo các cuốn sách được viết bởi nữ pháp vương Ah Wang Nuo Bu Pa Mu. Sau đó, người đó nên thọ nhận một lễ quán đảnh Nội Mật được tiến hành bởi một Pháp vương, bậc đã tinh thông cả Mật thừa lẫn Hiển thừa, và hoàn toàn thông thạo Ngũ Minh. Trong suốt buổi lễ tại Mạn đà la, các vị Hộ Pháp sẽ chứng giám sự trao truyền những giáo lý Mật thừa dựa trên ba điều bí mật và sự trao truyền giáo pháp này. Pháp này sau đó sẽ tương ứng hoặc thích hợp cho người thực hành. Đây là cách tuyệt vời và hoàn hảo nhất để thực hành giáo pháp này.

(2) Trong khi những người với những khả năng thiên bẩm đang học, thực hành những bài viết của nữ Pháp vương Pa Mu và chăm chỉ thực hành bốn pháp sơ khởi, họ có thể thề nguyện để trực nhận tâm giác ngộ Đại Thừa (Bồ đề tâm) và tinh tấn thực hành Sáu ba la mật. Trước khi các nhân duyên

về Pháp của họ chín thành để gặp được một bậc Pháp vương Đạo sư - người có thể cử hành một buổi lễ quán đảnh nội mật - miễn là họ nghiêm chỉnh tu hành, Pháp vương Wan Ko sẽ cử hành một buổi lễ quán đảnh cho họ trong trạng thái chánh định của Ngài. Thực hành pháp này sau cách quán đảnh trên là phù hợp với Pháp.

3. Đại cương về sự thành tựu

(3) Sự khác nhau giữa thực hành đúng và thực hành sai.

Có thực hành đúng và thực hành sai của Pháp Kim Cương Du Già Viên Mãn. Mọi pháp khác cũng đều như vậy. Thực hành sai thì dễ. Thực hành đúng mới khó. Đối với những ai thấy thực hành đúng là dễ, họ sẽ khó bền lòng với Pháp này.

Thế nào là thực hành sai? Đó là không áp dụng các phép tu cơ bản (prayogas) vào hành xử thông thường của một người trong cuộc sống hằng ngày. Đó là thực hành sai. Đối với sự thực hành chính của một người, người đó phải tụng chú và quán tưởng với một sự tập trung trong tâm.

Sẽ là thực hành sai khi thân thể một người ngồi thiền nhưng tâm không ngồi yên, khi khẩu tụng thần chú còn tâm thì không hoặc khi quán tưởng, người đó tụng thần chú nhưng tâm không quán tưởng. Người đó sẽ không có khả năng tiến bộ nếu người đó có những kỹ năng tâm linh song không thực hành prayogas. Nếu một người thực hành prayogas nhưng không có những kỹ năng tâm linh, điều này như thể một người không có chân vậy. Nếu một người chỉ thực hành prayogas và không thực hành pháp hành chính của pháp thiền, điều này như thể người đó không có chân và không thể tiến bộ chút nào. Nếu một người chỉ thực hành những pháp hành chính của pháp thiền và không thực hành prayogas, người đó sẽ không thể đạt mục tiêu. Do đó, thực hành chỉ một trong hai điều là thực hành sai. Thực hành sai sẽ không đem lại điều gì lợi lạc cả.

Thế nào là thực hành đúng? Người thực hành đúng quyết tâm học Phật pháp. Họ không bao giờ từ bỏ thực hành hay tiếc đã đi vào thực hành. Họ xử lý những vấn đề thế gian dựa trên tầm nhìn vượt trên thế gian. Ba nghiệp của họ về thân, khẩu, ý phản ánh giáo lý của pháp tu cơ bản (prayogas), điều mà họ đã đưa vào thực hành. Khi họ ngồi thiền, thân và tâm họ đều ngồi thiền. Khi họ tụng chú, tâm và khẩu họ đều tụng chú. Khi họ thực hành quán tưởng, tâm họ quán tưởng khi họ tụng thần chú. Ba nghiệp của họ trở nên hợp nhất. Từ đầu đến cuối, chúng đều như vậy. Đó là thực hành đúng. Người thực hành đúng có khả năng phù hợp với pháp hành này. Họ sẽ đạt thành tựu lớn lao.

*

PHÁP THỰC HÀNH KIM CƯƠNG DU GIÀ VIÊN MÃN PHẦN II

ĐIỀU CÂN TUÂN THỦ

Bất kỳ ai có ý muốn thực hành theo những Pháp sau phải đọc kỹ Phần 1 và nếu có điều kiện (đọc được loạt sách tiếng Trung và tiếng Anh, sách Dharma that Every Buddhist must follow) cần nghiên cứu một cách nghiêm túc loạt sách được viết bởi nữ Pháp vương Ah Wang Nuo Bu Pa Mu. Nếu không, người đó sẽ phạm giới không học từ tài liệu. Các phần chữ in nghiêng dành cho đọc tụng, phần chữ thường là chú thích và hướng dẫn.

CON XIN CUNG KÍNH ĐÁNH LỄ NHỮNG BẬC THẦY KIM CƯƠNG CỦA CÁC DÒNG PHÁP PHẬT GIÁO MẬT THỪA KHÁC NHAU.

CON XIN CUNG KÍNH ĐÁNH LỄ CHƯ PHẬT VÀ CHƯ BỒ TÁT MƯỜI PHƯƠNG.

Được trao truyền bởi Đại Pháp vương Yangwo Yisinubu.

I. Pháp tu cơ bản (Prayogas)

1. Quy y và thề nguyện:

Một người đầu tiên phải hiểu nguyên do tại sao người đó lại tu dưỡng bản thân và học Phật pháp. Do vậy, người đó nên hiểu và thực hành như sau:

Chư Phật và giáo Pháp đích thực là cao quý nhất. Con xin nương tựa vào Phật và Pháp cho tới khi đạt toàn giác.

Tất cả công đức từ sự tu tập này của con đều vì lợi lạc của chúng sinh, và vì lợi lạc của họ, con thề nguyện sẽ trở thành một vị Phật

2. Quán vô thường :

Suy nghĩ sâu sắc rằng

Mọi hiện tượng có điều kiện chỉ như một giấc mơ, như ảo ảnh, như bong bóng, như hình bóng, như sương mai hay như một ánh chớp.

Mọi chúng sinh đều chắc chắn sẽ phải chết.

Mọi vật vô tri vô giác đều sẽ bị hoại diệt.

Nguyên lý này áp dụng cả vào thân thể tôi, vốn được cấu thành từ bốn đại.

Tôi sẽ phải chia cách khỏi gia đình và bạn bè vào một ngày nào đó.

Thời gian đang dần dần tuổi thọ tôi lên cao, thời thơ ấu được tiếp nối bởi những năm tháng tuổi trẻ, những năm tháng này cũng sẽ được tiếp nối bởi tuổi già, và tuổi già cũng sẽ được tiếp nối bởi cái chết.

Âm thanh hay dòng nước chảy không bao giờ quay trở lại sau khi chúng đã đi qua.

Những tư tưởng và từ ngữ ngay tại chính giây phút này đã trở thành vô thường.

Tôi đang tiến lại ngày càng gần hơn với cái chết.

Cái chết không định sẵn thời gian cho nó.

*Tôi có thể đến với thế giới tiếp theo vào bất kỳ lúc nào chỉ đơn giản bởi hơi thở của tôi ngừng lại
Tôi không thể đem bất cứ tài sản gì theo đến với thế giới bên kia.*

Những nguyên lý này áp dụng vào chính bản thân tôi.

Vì vậy tôi quyết định rời khỏi vòng luân hồi sinh tử!

Khi sự quán sát của bạn trở thành hiện thực, bạn sẽ bắt đầu thấy sợ hãi. Vào thời điểm đó, bạn bắt đầu bước vào giai đoạn khởi đầu xuất hiện tâm muốn rời bỏ vòng luân hồi. Pháp hành bốn nhóm yoga là như vậy. Mọi pháp hành đều giống như vậy.

3. Ba nhóm giới nguyện tịnh hóa

1. Giới nguyện tuân theo giới luật: *Con thề nguyện sẽ từ bỏ mọi điều xấu trong con. Sẽ không có điều xấu nào mà con không từ bỏ.*
2. Giới nguyện thực hành điều tốt: *Con thề nguyện thực hành mọi điều tốt. Sẽ không có điều tốt nào mà con không thực hành.*
3. Giới nguyện liên quan đến chúng sinh: *Con thề nguyện sẽ cứu độ mọi chúng sinh. Sẽ không có chúng sinh nào mà con không cứu độ.*

Vào lúc này, bạn cần yên lặng quán chiếu rằng bởi vì tôi đã thề nguyện học Phật pháp và giải phóng bản thân khỏi vòng luân hồi, tôi sẽ tuân thủ nghiêm ngặt ba nhóm giới nguyện tịnh hóa này và sẽ không vi phạm chúng.

4. Thập thiện nghiệp

Bạn cần quán sát và suy nghiệm sâu sắc về Thập thiện nghiệp. Như Đức Phật đã nói, thực hành những điều này chắc chắn sẽ đem lại lợi ích. Nếu bị thoái chuyển khi thực hành, bạn phải ngay lập tức tự sửa chữa.

Con nguyện sẽ thực hiện đúng đắn Thập thiện nghiệp

1. Không sát sinh. Hơn thế, phải cứu sinh mạng bằng cách trả tự do cho những con vật hay con người bị giam cầm
2. Không trộm cắp. Hơn thế, phải hành bố thí
3. Không tà dâm. Hơn thế, phải giữ mình trong sạch
4. Không nói dối. Hơn thế, phải nói sự thật.
5. Không nói lời thêu dệt, không phù hợp, hay nói lời vô nghĩa. Hơn thế, phải nói lời ngay thẳng.
6. Không nói lời gây chia rẽ. Hơn thế, nói lời mang lại sự bình yên và hòa hợp giữa mọi người
7. Không nói lời thô lỗ, ác nghiệt. Hơn thế, nói lời hòa nhã.
8. Không tham dục. Hơn thế, thực hành thiền định về sự ghê tởm của thân thể và các đối tượng thế gian.
9. Không sân hận. Hơn thế, thực hành thiền định về lòng tốt và lòng bi.
10. Không u mê. Hơn thế, thực hành thiền định về thập nhị nhân duyên - điều tạo ra chuỗi những sự nảy sinh mang tính điều kiện.

5. Tứ vô lượng tâm

Đọc 4 lần

Con nguyện sẽ thực hiện sâu sắc Tứ vô lượng tâm Từ, Bi, Hỷ, Xả:

- [1. Tâm Từ] Mong cho tất cả chúng sinh đều mãi mãi bình an và hạnh phúc. Mong họ luôn trông những nhân lành dẫn tới bình an và hạnh phúc.
- [2. Tâm Bi] Mong cho tất cả chúng sinh đều mãi mãi thoát khỏi mọi khổ đau và những nhân dẫn đến khổ đau.
- [3. Tâm Hỷ] Mong cho tất cả chúng sinh đều hạnh phúc và không đau khổ. Mong tâm con luôn hoan hỷ trước sự hạnh phúc này của chúng sinh.
- [4. Tâm Xả] Mong cho tất cả chúng sinh xa rời tham lam và sân hận. Mong họ luôn ở trong sự buông xả.

6. Sáu ba la mật (hạnh hoàn hảo)

Con nguyện thực hiện rộng rãi sáu ba la mật:

1. Con sẽ hào phóng và bố thí để điều phục sự keo kiệt và tham lam.
2. Con sẽ đức hạnh và trì giới để điều phục sự vi phạm và sai trái.
3. Con sẽ nhẫn nhục để điều phục sân hận.
4. Con sẽ tinh tấn để điều phục lười biếng.
5. Con sẽ tập trung để điều phục sự phóng tâm.
6. Con sẽ trí tuệ để điều phục sự vô minh.

Con sẽ tích cực chuyển hóa người khác, đi trên con đường giác ngộ và mang lợi lạc và hạnh phúc tới cho tất cả chúng sinh hữu tình.

Con nguyện trực nhận tâm giác ngộ, học tập và thực hiện các lời nguyện Bồ tát và thực hành rộng rãi tất cả sáu Ba la mật cho đến khi đạt được Phật quả.

*

Một người cần thường xuyên suy nghĩ sâu sắc về tâm từ, bi, hỷ, xả. Cần phát triển tứ vô lượng tâm trong cách hành xử thực tế đối với các chúng sinh khác. Sau đó, người đó sẽ từng bước thâm nhập sâu vào tứ vô lượng tâm. Trước tiên, cần áp dụng bốn trạng thái tâm này cho bố mẹ, vợ chồng, con cái, bố mẹ của vợ/chồng, các thành viên trong gia đình, họ hàng và bạn thân. Sau đó dần dần mở rộng phạm vi đến tất cả chúng sinh trong sáu cõi và chúng sinh trong tam giới. Cần suy ngẫm rằng trong các đời quá khứ, ta và những chúng sinh khác đã từng là cha mẹ, vợ chồng, con cái của nhau. Đây là một sự thật hoàn toàn. Vì vậy, ba nghiệp của ta cần tương ứng trọn vẹn với từ, bi, hỷ, xả. Ta cần đưa thực hành ba nghiệp tương ứng một cách hoàn toàn này vào trong cách ứng xử với những chúng sinh khác

Tại thời điểm này ta nên suy ngẫm về sự tiến bộ của bản thân. Nếu một trong ba nghiệp suy nghĩ, lời nói và hành động của ta đối với cha mẹ, vợ chồng và con cái chưa tương ứng hoàn toàn với từ, bi, hỷ, xả, thì suy nghĩ, lời nói hành động của ta với các chúng sinh khác là sai lầm. Trong trường hợp này, hành giả cần thường xuyên tự xem xét nội tâm.

Khi tứ vô lượng tâm của một người trở nên thực sự và sau khi người đó thực hành miên mật sáu ba la mật thì họ sẽ luôn luôn nghĩ về sự giác ngộ cho bản thân mình và cho những người khác. Trong trường hợp này họ cần thề nguyện để thực chứng Bồ đề tâm Đại thừa và phải cứu độ các chúng sinh khác bằng cách giải thoát họ khỏi vòng sinh tử luân hồi. Họ sẽ xem nỗi đau khổ của người khác chính là nỗi đau khổ của mình. Bao lâu còn chúng sinh chưa được giải thoát, họ sẽ còn tiếp tục cứu độ. Với Bồ đề tâm như vậy, tự hành giả sẽ phát những lời thề nguyện.

Một người cần phải thực hiện lời nguyện của mình. Ba nghiệp của họ sẽ không được đi lệch khỏi những lời nguyện đó. Nếu một người nói rằng sẽ cứu độ chúng sinh nhưng khi tự xem xét người đó lại cho thấy ba nghiệp của họ không tương ứng với tứ vô lượng tâm thì việc cứu độ người khác là không thực tế. Nếu ba nghiệp của họ không tương ứng với tứ vô lượng tâm thì cho dù suốt cả ngày họ niệm chú, quán tưởng, tụng kinh hay thiền định thì kết cục cũng trở nên vô ích.

Vì vậy, ta nên xem xét và kiểm tra bản thân mỗi ngày để xem liệu ba nghiệp của ta có tuân theo giáo lý của Đức Phật và Đạo sư hay không. Bất cứ điều gì vi phạm những giáo lý như vậy cần được sửa chữa ngay lập tức (tại thời điểm đọc những dòng này, cần lắng lẽ quan sát bên trong). Đây là cách để vượt qua những chướng ngại và tiêu trừ những hành động xấu. Trên đây là những yếu tố then chốt của việc tu tập. Chỉ sau khi bước vào giai đoạn đầu tiên của thực hành cơ bản (prayogas) thì mới có thể bước vào thực hành chính thức để đạt được giải thoát.

Trong Pháp hành Quán Thế Âm và trong nỗ lực để đạt được trạng thái giác ngộ của Quán Thế Âm (thành tựu Quán Thế Âm), ta cần thực hành sáu Ba la mật, tích cực chuyển hóa người khác, đi trên con đường giác ngộ và mang lợi lạc và hạnh phúc tới cho tất cả chúng sinh hữu tình.

Khi một người thực hành rộng rãi sáu Ba la mật với tâm đại bi, họ không thể thực hành Ba la mật này trong khi bỏ mặc Ba la mật khác. Nếu một người có đức hạnh và tuân thủ các giới luật nhưng không thực hành bố thí hay từ thiện thì người đó sẽ không thể tích cực chuyển hóa chúng sinh. Nếu một người thực hành bố thí hay từ thiện nhưng không trì giới thì sẽ rất khó để tiến bộ trong sự tu tập thiền định và trí tuệ. Nếu một người thực hành nhẫn nhịn và chịu đựng sự lăng mạ nhưng không quyết tâm hay không tinh tấn trong thực hành thì sẽ rất khó để hoàn thành con đường tâm linh. Nếu một người có quyết tâm nhưng không kiên nhẫn thì sẽ khó loại trừ các chướng ngại xấu xa. Nếu một người có định nhưng không có tuệ thì họ sẽ trở nên cố chấp. Nếu một người thông thái nhưng không có định tâm thì những phiền não thế gian sẽ dễ dàng sinh khởi.

Vì vậy, chúng ta phải nguyện để trực nhận ra tâm giác ngộ, học tập và thực hiện các lời nguyện Bồ tát và thực hành rộng rãi tất cả sáu Ba la mật cho đến khi đạt được Phật quả. Tất cả chư Phật và chư Bồ tát đều đã đạt được giác ngộ thông qua việc thực hành sáu Ba la mật và những pháp khác. Do đó, nếu chúng ta muốn đạt được sự giác ngộ của Đức Quán Thế Âm, chúng ta phải đi vào pháp thông qua sự thực hành. Chỉ sau khi đó pháp tánh của chúng ta mới hòa nhập được với chư Phật.

(Tại thời điểm này hành giả cần lặng lẽ suy ngẫm xem liệu ba nghiệp của mình trong ngày hôm nay có hoàn toàn tương ứng với pháp hay không).

7. Thần chú Kim Cương Tát Đỏa 100 âm



Trì tụng thần chú Kim Cang Tát Đỏa thầm hoặc thành tiếng 7 lần (phần in đậm), thần chú này có tác dụng tịnh hóa mọi nghiệp xấu từ vô thủy của hành giả. Khi đọc chỉ cần toàn tâm chú ý vào âm thanh:

Om Benza sato samaya; manu palaya (Ôm Ben-za sa-tô sam-may-a; ma-nu pa-lay-a): Hồi ngài Kim Cang tát đỏa, hãy hộ trì giới nguyện của con

Benza sato tenopa (Ben-za sa-tô tê-nô-pa): Xin hãy thường trụ trong con.

Tishtha dridho mebhawa (Ti-sa đ-ri-đô mê-ba-oa): Xin cho con đạt mọi nguyện ước

Su tokhayo mebhawa (su tô-kay-yô mê-ba-oa); Su pokhayo mebhawa (su pô-kay-yô mê-ba-oa):
Xin trường dưỡng thiện tâm trong con.

Anu rakto mebhawa (A-nu rác-tô mê-ba-oa): *Hãy mở lòng từ bi với con*

Sarva siddhi mepra yatsa (Sa-va si-đi mê-pờ-ra y-a-sa): *Ban cho con mọi thành tựu.*

Sarva karma sutsame (Sa-va ka-ma su-sa-mê): *Xin cho con thấy tất cả nghiệp*

Tsittam shriyam kuru hung (Xit-tam sờ-ri-am ku-ru hung): *Hãy chuyển tâm con tốt lành. Hung: chúng tự tâm yếu của Kim cương tát đỏa.*

Ha ha ha ha ho: *ha ha ha ha: biểu tượng 4 vô lượng tâm-4 quán đảnh-4 hỷ lạc và 4 thân; Ho: biểu lộ hoan hỉ nơi sự thành tựu này.*

Bhagawan sarva tathagata benza mame muntsa (Ba-ga-oan sa-va ta-tha-ga-taben-za ma-mê mun-sa): *Hỡi đức Thế tôn, xin đừng rời xa con*

Benza bhawa maha samaya sattva, ah (Ben-za ba-oa ma-ha sam-may-a sa-tô, A): *Hỡi bậc đại thủ hộ giới nguyện, hãy cho con chứng đạt Kim cương tánh, hãy cho con được thể nhập với Ngài.*

*

Lưu ý: Dưới đây là phần pháp hành chính của Kim Cương Du Già Viên Mãn. Khi một người đang tụng niệm mỗi phần, người đó nên làm theo từng bước một. Sau khi hoàn tất mỗi một phần, một người nên xem lại phần niệm chú và thiền định vừa mới hoàn tất. Độ dài của thời gian thì phụ thuộc vào mỗi cá nhân. Khi niệm chú, người ta phải chú tâm vào âm thanh của câu thần chú và người đó nên nỗ lực để trải nghiệm sự màu nhiệm của câu thần chú. Cần sử dụng hầu hết thời gian thiền định trong việc tụng chú và thực hành những sự thiền định vô tướng được miêu tả dưới đây. (Không cần thiết phải đọc lưu ý này sau khi một người trở nên quen thuộc với nội dung của nó.)

*

II. THỰC HÀNH CHÍNH

1. Quy y, Phát Bồ đề tâm:

Ngôi trong tư thế thoải mái, tưởng tượng trước mặt là Cây quy y gồm vô số chư Phật ngồi trên tòa sen, vây quanh là chư Bồ tát, ngôi chính giữa là Đức Quán Thế Âm, xung quanh là các thánh tăng, tổ sư các dòng truyền thừa, những vị thánh đã giác ngộ. Phía trước là các vị hộ pháp... Hai bên là các kinh sách chứa đựng giáo pháp của Đức Phật như Bát Nhã Tâm Kinh, Kinh Kim Cương, Kinh Thủ Lăng Nghiêm, Kinh Diệu Pháp Liên Hoa, Kinh Duy Ma Cật v.v...

Nếu tưởng tượng khó thì tối thiểu cần tưởng tượng Đức Quán Thế Âm ngồi ở phía trước, và phải tin và có cảm giác là Ngài đang ngồi đó...

Quán tưởng xung quanh hành giả là vô số chư thiên, thần linh, thổ địa, ông bà tổ tiên nhiều đời đã mất... đang hoan hỉ cùng quy y.

Quán tưởng hành giả đang dẫn dắt một cách dịu dàng sau lưng bố mẹ, anh chị em, họ hàng, bạn bè cùng vô số chúng sinh người, thú, muôn loài... không thiếu bất cứ một chúng sinh nào, và họ đang cùng hành giả lễ lạy và quy y.

Đọc thầm hoặc thành tiếng

Con xin quy y Phật, quy y Pháp, quy y Tăng từ nay cho tới ngày toàn giác

Con nguyện sử dụng mọi công đức tích tập được từ tu tập để trở thành một vị Phật vì mục đích cứu độ chúng sinh

Sau đó đọc 4 lần:

Namo Guru Beh

Namo Buddha Ya

Namo Dhamma Ya

Namo Sangha Ya

2. Giai đoạn Phát triển:

Quán tưởng như sau (có thể tụng đọc cho dễ quán tưởng):

Con và tất cả chúng sinh ngập tràn không gian

Trên đỉnh đầu chúng con là hoa sen trắng và đĩa mặt trăng



*Trên đĩa mặt trăng một chúng tự HRIH xuất hiện
cùng với Đức Tối Linh Cao Quý Quán Thế Âm!*

Trắng sáng rực rỡ không tì vết, Ngài tỏa ra ánh sáng năm màu sắc

Ngài mỉm cười nhìn xuống chúng sinh với đôi mắt từ bi

Hai tay phía trên trong bốn tay Ngài chấp lại cùng nhau

Hai tay phía dưới Ngài đưa lên

Một tay cầm chuỗi ngọc quý và tay kia cầm bông sen trắng

Thân Ngài trang điểm bằng lụa là châu báu tạo ra một tướng hảo trang nghiêm

Ngực Ngài phủ bởi da hươu và trên trán Ngài một vương miện bằng ngọc quý

Trên đỉnh đầu Ngài Đức Phật A Di Đà ngồi trong tư thế kiết già

Ngài dựa vào một mặt trăng trong sáng

Ngài chính là hiện thân đích thực của mọi quy y



Chúng tự HRIH



Đức Quán Thế Âm

Hành giả ngay bây giờ sẽ chính thức bắt đầu thực hành giáo pháp. Phần này được gọi là giai đoạn xuất hiện hình tướng vì nó thiết lập từng bước quá trình hình ảnh Đức Quán Thế Âm xuất hiện khi hành giả quán tưởng.

Hành giả trước tiên cần quán tưởng rằng tất cả không gian ngập tràn vô số chúng sinh. Vô số chúng sinh này ở khắp mọi nơi trong vũ trụ. Hành giả quán tưởng tất cả họ đang ngồi trong một không gian bao la và họ với hành giả đang cùng nhau yên lặng thiền định và thực hành giáo pháp.

Hành giả quán tưởng một bông sen trắng tám cánh ở phía trên đỉnh đầu mỗi chúng sinh. Rễ của những bông sen bắt nguồn và đi sâu vào trung tâm đỉnh đầu. Các đầu cánh hoa đang nâng đỡ một đĩa mặt trăng lớn màu trắng. Hình dạng của mặt trăng giống như chiếc bô đoàn dùng trong tọa thiền nhưng ở đây nó cực kỳ phẳng và nằm ngang.

Ở trên mặt trăng này, một chủng tự HRIH bất ngờ xuất hiện. Hình dáng cụ thể của nó có thể được thấy ở hình trên. Chủng tự này chứa đựng bản tánh từ bi và trí huệ của chư Phật. Hành giả quán tưởng chủng tự này đứng trên mặt trăng, mặt quay về phía trước, màu trắng tinh khiết và vô cùng rạng rỡ. Ánh sáng chói lọi của nó phát xuất từ lòng từ bi mãnh liệt. Nó như rung động khi chiếu sáng toàn vũ trụ.

Tiếp đó, chủng tự này tự biến đổi hình dạng thành hình ảnh Đức Quán Thế Âm Bồ Tát linh thánh. Làn da của Ngài có màu trắng tinh khiết và sáng như ánh trăng mùa thu. Cơ thể Ngài phát ra ánh sáng ngũ sắc: trắng, xanh dương, đỏ, vàng và xanh lục (năm màu sắc này biểu hiện cho năm nguyên tố cơ bản của thế giới). Ánh sáng của Ngài ngập tràn toàn vũ trụ. Gương mặt Bồ Tát Quán

Thế Âm hơi mỉm cười. Đôi mắt Ngài tràn đầy tình thương khi nhìn xuống tất cả chúng sinh trong thế gian. Ngài có bốn tay. Hai cánh tay phía trong chấp trước ngực trong tư thế cầu nguyện, tư thế này mang theo sự kính trọng lên vô số chư Phật. Tay trái bên ngoài Ngài cầm một đóa hoa sen tuyệt đẹp (biểu tượng của Bồ tát). Tay phải bên ngoài Ngài cầm một chuỗi ngọc trong suốt (biểu tượng của lòng từ bi vô tận).

Bồ Tát Quán Thế Âm mặc trang phục tơ lụa có thêu vàng truyền thống của một vị Bồ tát. Ngài đeo trang sức đá quý, khuyên tai, vòng cổ và vòng tay, dây lưng, vòng chân v.v... Vai trái của Ngài phủ một mảnh da hươu biểu tượng của lòng đại bi mà Ngài dành cho tất cả chúng sinh. Tóc của Ngài phần lớn được cuộn thành búi trên đỉnh đầu, phần còn lại buông xuống hai vai. Trên đầu Ngài là một vương miện đá quý. Phía trước vương miện là Đức Phật A Di Đà màu đỏ. Đức Phật là đạo sư của Bồ tát Quán Thế Âm. Ngài cũng thuộc dòng truyền thừa này. Hầu hết các bức tranh Quán Thế Âm đều có Đức Phật A Di Đà ở trên đầu để thể hiện lòng tôn kính và dòng truyền thừa của vị Phật quan trọng này.

Bồ tát Quán Thế Âm ngồi trong tư thế kim cương với hai chân bắt chéo nhau. Bàn chân phải đặt lên đùi trái. Bàn chân trái đặt lên đùi phải. Lưng Ngài dựa vào một đĩa mặt trăng màu trắng khác ở phía sau. Mặt trăng này biểu tượng cho sự tỏa sáng tinh khiết và êm dịu của lòng từ bi có thể dùng để vượt qua những khổ đau và phiền não do lòng tham mang lại.

Những câu cuối cùng trong phần này giảng dạy cho hành giả hiểu rằng Bồ Tát Quán Thế Âm trên đỉnh đầu mình không phải là ảo ảnh được tạo ra từ quán tưởng mà là cơ thể đích thực của Ngài. Hành giả phải suy nghĩ rằng vị Bồ Tát này có trí tuệ nổi bật nhất trong tất cả các vị Phật (Phật ở đây có nghĩa là những bậc xứng đáng mà hành giả quy y theo). Khi một người quán tưởng theo cách này, hình ảnh sẽ trở thành Phật tánh cao nhất, sở hữu sức mạnh không gì sánh bằng và có thể tương tác trực tiếp với hành giả.

3. Cúng dường:

Đọc thần chú tám loại cúng dường 7 lần:

**OM WOR GAN BA DAN BU BE
DU BE WU LU GE GEN DE LE WE DE
SHA DA TZA DI TZA HON SO HA**

tiếng Phạn:

**OM ARGHAM PADYAM PUSHPE
DHUPE ALOKE GANDHE NAIVEDYA
SHABDA PRATICCHA HUM SVAHA**

**(Phiên âm: ÔM A-GAM PA-ĐI-AM PU-SPÊ ĐU-PÊ A-LÔ-KÊ
GAN-ĐÊ NAI-VÊ-ĐI-A SÁP-ĐA PRA-TÍC-XA HUNG SÔ-HA)**

OM, xin hãy nhận nước chúc mừng (ARGHAM), nước rửa chân(PADYAM), PUSHPE (hoa), DHUPE (hương, nhang), ALOKE (đèn - ánh sáng), GANDHE (hương thơm) NAIVEDYA (thức ăn), và SHABDA (âm thanh, nhạc) PRATICCHA HUM SVAHA

4. Tán thán:

Quán tưởng mình và tất cả chúng sinh cùng nhau tán thán đức Quán Thế Âm, đọc 7 lần:

Con xin tán thán Đức Quán Thế Âm,

Bậc linh thánh hoàn hảo không hề khiếm khuyết

Thân thể quý báu của Ngài trắng trong không tì vết

Trên đỉnh đầu Ngài là Đức Phật A Di Đà

Ngài nhìn xuống chúng sinh với đôi mắt từ bi

Chúng sinh đều được giải thoát nhờ lòng đại bi của Ngài

Những dòng này thể hiện lòng tin và sùng mộ tới trạng thái giác ngộ sâu sắc và viên mãn của Đức Quán Thế Âm. Trạng thái này ngược với sự bối rối và tham luyến trong tâm hành giả và các chúng sinh khác vẫn đang bị ràng buộc trong vòng luân hồi. Vì vậy hành giả cần thành tâm cầu mong được Ngài bảo vệ và giúp đỡ.

5. Thiền định trong trạng thái Tính Không:

Việc thành tâm cầu nguyện tới Ngài thể hiện hành giả giờ đây đã sẵn sàng. Hành giả đã đến giai đoạn của thực hiện trí tuệ. Vì vậy, từ tâm của Đức Quán Thế Âm ý nghĩ giúp đỡ tất cả chúng sinh đang lang thang trong biển khổ của vòng luân hồi tự nhiên xuất hiện. Cơ thể của Ngài tỏa ra ánh sáng chiếu sáng toàn bộ thế giới. Ánh sáng này có khả năng quét sạch mọi đau khổ thế gian, mọi vấn đề và bối rối vốn không thật sự trong bản chất mà chỉ được tạo ra bởi những sai lầm do thiếu hiểu biết của chúng sinh.

Sau đó đọc tụng và quán tưởng

Sau khi thành tâm tụng những lời tán thán trên,

Từ thân thể quý báu của Ngài tỏa ra ánh sáng rực rỡ

Tất cả những ảo tưởng và nghiệp xấu đều được tiêu trừ

Đời sống của mọi chúng sinh trở nên giống như ở cõi Tây Phương Cực Lạc

Ba nghiệp thân, khẩu, ý của mỗi chúng sinh trở nên giống như thân, khẩu, ý của chư Bồ tát.

Hình sắc, âm thanh và các pháp trở nên đơn giản, không khác nhau và trống rỗng bất khả phân với tính Không.

Hành giả nên quán tưởng tất cả thế giới vật lý bên ngoài được chiếu sáng bởi ánh sáng này. Ngay lập tức mọi thứ trở nên tuyệt đẹp và đầy ý nghĩa, hay mọi thứ trở nên giống như những vật trang trí trong cõi Tây phương Cực lạc (nơi ở của Đức A Di Đà, Đức Quán Thế Âm và các đấng vĩ đại khác). Ví dụ, căn phòng mà hành giả đang thiền định trở nên cung điện đá quý phù hợp với nơi ở của một bậc thánh. Trong khi đó, mọi chúng sinh trên thế giới bắt đầu thay đổi khi ánh sáng này tỏa đến họ. Ánh sáng này làm tâm họ nhanh chóng trở nên giác ngộ. Cơ thể họ trở nên giống như cơ thể của Đức Quán Thế Âm. Tất cả những gì họ nói trở thành Tâm chú sáu âm của Đức Quán Thế Âm. Tất cả suy nghĩ của họ thể hiện suy nghĩ của tâm giác ngộ.

Nói cách khác, mọi thứ trong vũ trụ trở nên những thứ xuất hiện trong trạng thái của một vị toàn giác. Ánh sáng của Đức Quán Thế Âm hoàn toàn quét sạch mọi suy nghĩ sai lầm của chúng sinh. Nó làm cho mọi trạng thái của đối nghịch hoặc mâu thuẫn đang tồn tại trên thế giới hoàn toàn biến mất. Tất cả hình tướng, âm thanh và suy nghĩ trở nên không khác biệt và không tách rời khỏi tính Không. Khi trạng thái tâm hành giả đạt đến mức độ trong sạch này, hành giả bắt đầu tụng chú.

Hành giả tụng càng nhiều càng tốt, tối thiểu một trăm lần. Trong thời gian tụng chú, hành giả phải tiếp tục thực hành sự quán tưởng nói trên.



ONG MA NI BA MI HONG (tiếng Trung)
OM MA NI PAD ME HUM (tiếng Phạn)
OM MA NI PÊ MÊ HUNG (tiếng Tây Tạng)

Thần chú OM MANI PADME HUM là tinh túy của Pháp, là biểu hiện của lòng đại bi và hành động của Đức Quán Thế Âm. Nó chứa trong đó tâm yếu của Phật bộ, Bảo Sanh bộ, Liên Hoa bộ, Nghiệp bộ và Kim Cương Bộ. Nó chứa trong đó thân của Ngũ bộ Phật và sức mạnh kim cương của trí huệ. Đó là pháp nằm trong Kim Cương thừa.

Một số người nói rằng sáu chủng tự này đại diện cho sáu cõi, sáu màu sắc, sáu trí tuệ, sáu vị Phật v.v... Tâm chú này có nhiều sự diễn giải. Tuy nhiên, khi một người tụng chú, họ không cần phải nghĩ đến các diễn giải này. Chỉ cần đơn giản dựa vào sức mạnh tự nhiên của âm thanh của những chủng tự này là đủ để trí huệ và đại bi của Đức Quán Thế Âm truyền một cách tự nhiên tới hành giả, sau đó qua hành giả lại truyền tới tất cả chúng sinh.

Khi ra khỏi trạng thái trên, đọc thần chú Thiên về tính Không (7 lần):

OM SVABHAVA SHUDDHAH SARVA DHARMA SVABHAVA SHUDDHO HAM
(Ôm Sa Ba Oa, Su Đa Sa Oa, Đa Ma Sa Ba Oa, Su Đô Ham)



6. Giai đoạn hoàn thiện (thiền định vô tướng):

Sau khi hoàn thành việc đọc tụng thần chú, tất cả hình ảnh lập tức biến mất vào tính Không. Tại thời điểm này hành giả đạt được trí huệ như khi đức Quán Thế Âm đạt được giác ngộ. Hành giả hiểu rõ sự tương thuộc lẫn nhau của mọi điều trên thế giới (kể cả mọi điều mình nhìn thấy khi quán tưởng). Hành giả trụ trong trạng thái tự nhiên, hay trạng thái giác ngộ. Các mối quan hệ thuận nghịch của điều này với điều khác, vốn được tạo ra bởi tâm, bỗng nhiên biến mất không dấu vết. Người cho, người nhận và vật được cho không có ý nghĩa độc lập nào. Không có gì để bám chấp vào, kể cả trạng thái trong sáng và hỉ lạc này. Hành giả đắm mình trong bản tính tự nhiên. Bản tính này là sự thật nguyên thủy.

Hành giả ở càng lâu càng tốt trong trạng thái tự giải thoát này bởi vì đó là phần quan trọng nhất của pháp hành này.

7. Kết thúc:

Đọc tụng thầm hoặc thành tiếng:
Tất cả hình tướng của con và mọi người
Đều trở nên thân thể linh thánh của Đức Quán Thế Âm.
Tất cả âm thanh đều là thần chú Lục tự đại minh.

Tất cả suy nghĩ đều trở nên trí tuệ bi mẫn của Đức Quán Thế Âm

Khi hành giả ra khỏi trạng thái thiền định nói trên, hãy nhìn nhận tất cả mọi điều như Đức Quán Thế Âm. Mọi chúng sinh và mọi hình tướng đều như thân thể của Ngài. Tất cả âm thanh là Lục tự đại minh thân chú. Mọi tư tưởng là trí tuệ bi mẫn của đức Quán Thế Âm, và chúng giống như điều đã được hành giả nhận ra bằng kinh nghiệm khi thực hành pháp này. Hành giả có một cái nhìn mới, sâu sắc, linh thánh và thanh tịnh về thực tại. Hành giả chỉ thấy những điều tốt đẹp nhất ở khắp mọi thứ.

Hành giả nên đưa vào cuộc sống hàng ngày của mình càng nhiều càng tốt điều mình kinh nghiệm được trong pháp hành này. Nghĩa là, họ phải tránh những suy nghĩ cái này đối lập hay tương phản với cái khác, hay những ý nghĩ tham muốn hoặc bám chấp vào các đối tượng bên ngoài. Họ cần tu dưỡng một tâm của lòng bi mẫn. Cần tử tế với mọi loài chúng sinh và giúp họ một tay khi có thể. Trong lúc như vậy, hành giả cần luôn nhớ mọi sự vật hiện tượng đều trống rỗng và là ảo giác.

8. Hồi hướng công đức:

Cho dù một người thực hành Phật giáo dưới dạng nào, theo như Pháp và theo truyền thống, khi kết thúc thực hành, họ phải nói một vài lời thể hiện mong muốn chia sẻ với tất cả chúng sinh công đức họ đã tích tập được từ buổi thực hành đó. Giống như khi bắt đầu thực hành, hành giả phải lập lại mục đích của thực hành. Đó là hành giả sẽ học tập và thực hành Phật Pháp vì sự hạnh phúc và lợi ích của mọi chúng sinh hơn là lợi ích riêng của mình. Hành giả sẽ trở nên một vị Phật như Đức Quán Thế Âm để có thể giải cứu tất cả chúng sinh và giúp họ có tâm của một bậc giác ngộ.

Nguyện cho công đức tích tập được từ sự thực hành này giúp cho công đức của con nhanh chóng trở nên giống như của đức Quán Thế Âm.

Nguyện cho con sẽ cứu độ chúng sinh ở khắp nơi và nguyện con sẽ tới bờ bên kia của giải thoát mà không bỏ lại một ai.

Nguyện cho mọi chúng sinh trong kiếp sống này nhanh chóng có được đầy đủ phước báu, trí tuệ và thành tựu sự hoàn hảo của Kim Cương Bộ. Nguyện cho chúng con đều đạt được Phật quả sánh ngang với đức Quán Thế Âm.

Hành giả muốn hồi hướng cho người cụ thể khác có thể đọc thêm

Con xin hồi hướng tất cả công đức con đã tích tập được trong ngày hôm nay, trong cuộc đời này cùng vô số đời quá khứ và tương lai cho sự hạnh phúc và giác ngộ của con cùng tất cả chúng sinh.

Trong đó có: (ví dụ) các thành viên và gia đình bạn bè họ hàng các thành viên nhóm Bồ đề tâm. Những người trong danh sách cầu an và cầu siêu trên trang web Tuyenphap.

Và mẹ con là Phạm Thị B để mẹ gặp duyên lành hướng đến tu tập giải thoát, anh Nguyễn Văn A để anh lành bệnh, giàu có, hạnh phúc v.v...

9. Kết thúc:

Thần chú để mọi ước nguyện đạt được nhanh chóng và chắc chắn có hiệu quả to lớn (7 lần)

Da Ya Ta Om Ban Tzar
Yu Yi Ya O Wa Bu Da La So Ha

tiếng Phạn:

TADYATHA OM BENZA DRIYA AWA BUDDHA NA
YE SOHA

(Phiên âm: Ta-Ya-Ta, Ôm Ben-za, Đri-a A-Oa, Bu-đa Na-y-ê, Sô-ha)

Một người nên thực hành các phép tu sơ khởi và pháp hành chính mỗi ngày trong suốt từ hai đến bốn lần ngồi. Những hành giả có năng lực tập trung mạnh trong sự thực hành thiền định với thần chú và thiền định vô tướng có thể ngồi thiền định mỗi ngày trong cả ngày hoặc họ có thể ngồi thiền định liên tục khoảng ba đến năm ngày hoặc thậm chí ba đến năm tháng. Điều này sẽ phụ thuộc vào độ dài của thời gian trôi qua trước khi một người ra khỏi định. Một vài hành giả có những kĩ năng rất thâm sâu. Họ có thể ngồi thiền không ngừng nghỉ khoảng vài tháng hoặc có khi cả nửa năm trước khi họ xuất định.

*

Tham khảo
Sadhana Đức Chenrézi
Làm Không gian Ngập đầy Lợi ích của chúng sinh

Bài Nguyện Quy y và Bồ Đề tâm: (lập lại ba lần)

Sangyé cho tang tsok kyi chok nam la

Nơi Phật, Pháp và Tăng Siêu việt

Changchup par du da ni kyab su chi

Con quy y cho tới khi đạt được Giác ngộ.

Da ki jin sok gyipé sonam kyi

Nhờ công đức của việc thực hành bố thí và những ba-la-mật khác,

Dro la pen chir sangyé drubpar sho

Cầu mong con thành tựu Phật Quả để làm lợi lạc chúng sinh.

Quán tưởng:

Da sok ka kyap semchen kyi

Trên đỉnh đầu con và vô lượng chúng sinh,

Chitsuk pékar dawé teng

Trên một bông sen trắng và đĩa mặt trăng,

Hri lé pakchok chenrezi

Xuất hiện chữ Hrih, từ đó hiển lộ

Đức Chenrézi cao quý và siêu phàm.

Kar sel oser nga den tro

Ngài có sắc trắng chói ngời, phóng ra ánh sáng năm màu,

Dzumden tukché chen kyi zi

Và mỉm cười với cái nhìn bi mẫn.

Chak shi tangpo teljar dzé

Bốn bàn tay Ngài, hai tay trước chấp lại,

O nyi sheltreng pékar nam

Hai tay dưới cầm một chuỗi pha lê và bông sen trắng.

Tar tang rinchen gyen kyi tré

Ngài mặc y phục lụa là và những vật trang sức quý báu,

Ridak pakpé toyok sol

Và một mảnh da nai choàng trên vai.

Opamépé u gyen chen

Đức A Di Đà tô điểm đỉnh đầu Ngài.

Shab nyi dorjé kyil trung shuk

Ngài an tọa trong tư thế kim cương,

Drimé dawar gyap tenpa

Lưng tựa vào một đĩa mặt trăng bất nhiễm.

Kyapné kundu ngowor kyur

Ngài hiện thân tinh túy đích thực của mọi sự quy y.

Tưởng tượng rằng bạn và tất cả chúng sinh cầu nguyện cùng một giọng, trì tụng ba, bảy, hay càng nhiều lần càng tốt:

Jowo kyonkyi mako kudok kar

Đức Chenrézi, sắc trắng thuần khiết, không bị những khiếm khuyết làm hoen ố,

Dzok sangyé kyi u la gyen

Đỉnh đầu Ngài được tô điểm bởi Đức Phật toàn giác,

Tukjé chen kyi dro la zi

Ngài nhìn chúng sinh với đôi mắt bi mẫn

Chenrézi la chatsel lo

Xin kính lễ Đức Chenrézi!

Detar tséchik sol tabpé

Nhờ lời cầu nguyện nhất tâm này,

Pakpé ku lé ozer tro

Ánh sáng phóng chiếu từ Đấng Cao quý,

Matak lé nang trulshé jang

Tịnh hóa những tri giác mê lầm phát khởi từ nghiệp bất tịnh:

Chi no déwachen kyi shing

Thế giới trở thành Cõi Cực Lạc,

Nang chu kyédroi lu nga yi

Thân, ngữ và tâm của chúng sinh

Chenrézi wang ku sung tuk

Trở thành Thân, Ngữ và Tâm của Đức Chenrézi siêu phàm,

Nang trak rik tong yermé gyur

Hình tướng, âm thanh và giác tánh bất khả phân với tánh Không.

Khi thiền định về điều này, hãy trì tụng thần chú:

Om mani pémé hung hri

Sau khi trì tụng càng nhiều càng tốt, hãy an trụ trong bản tánh cốt tủy, thoát khỏi những ý niệm về chủ thể, đối tượng và hành động.

Dakshen lu nang pakpé ku

Thân con và những người khác xuất hiện như thân tướng của Đấng Cao quý,

Dra trak yiké trukpé yang

Những âm thanh là điệu du dương của thần chú Sáu Âm,

Trentok yeshé chenpoi long

Những hồi ức và niệm tưởng là sự trải rộng của đại trí tuệ.

Hồi hướng:

Géwa diyi nyur tu da

Nhờ công đức của sự tu tập này

Chenrézi wang drup gyur né

Cầu mong con nhanh chóng thành tựu Đức Chenrézi,

Drowa chik kyang malupa

Và không bỏ sót một chúng sinh nào,

Té yi sa la gopar sho

Cầu mong con kiến lập tất cả chúng sinh trong mức độ của họ.

Thiền định và trì tụng về Đấng Bi mẫn Vĩ đại, “Làm Không gian Ngập đầy Lợi ích của Chúng sinh” do đại thành tựu giả Thangtong Gyalpo biên soạn. Sadhana này được phú tặng với những sự ban phước.

Sarwa Mangala.