

# NGHI THỨC THIỀN BẠCH VĂN THÙ

Dalai Lama thứ 2 (1475-1542)

Việt dịch: Tống Phước Khải



(Nghỉ thức bắt đầu bằng các bước khởi sự như thường lệ gồm quy y và phát triển lòng vị tha của giác ngộ. Sau đó làm theo trình tự trì chú để tịnh hóa tâm thức của hành giả.)

OM SVABHĀVA ŚUDDHA SARVA DHARMA SVABHĀVA  
ŚUDDHOHAM

Tất cả trở nên trống rỗng. Giữa trống rỗng xuất hiện chữ chủng tử PAM. Chủng tử PAM biến thành vùng rộng mênh mông trải hoa sen

sữa trắng tinh khiết. Xung quanh được bao bọc bởi những cánh đồng cỏ xanh tươi, nơi ăn cỏ của nhiều con voi trắng sáu ngà. Ở giữa hoa sen là chữ chủng tử  $\bar{A}M$ , chủng tử này biến thành vành trắng màu trắng sáng diệu. Trên vành trắng là bản tâm hành giả ở dạng chữ chủng tử  $\bar{A}H$  màu trắng tinh khiết. Ánh sáng phát ra từ chữ chủng tử này cúng dường đến tất cả các chư Phật và chư Bồ Tát. Ánh sáng cũng phá tan bóng tối vô minh của tất cả chúng sinh, do vậy họ sẽ tiếp nhận được ánh sáng trí tuệ.

Ánh sáng lại gom chứa vào chữ chủng tử  $\bar{A}H$ , sau đó biến đổi, và hành giả hóa hiện thành Đức Văn Thù Sư Lợi tỏa ra sắc trắng sáng như mặt trăng mùa thu, có một mặt và hai tay. Tay phải hành giả mang cử chỉ bảo hộ, cầm cuống của hoa sen trắng đang nở ngang vị trí tai phải. Trên những cánh hoa là thanh kiếm trí tuệ. Tay trái hành giả mang cử chỉ giáo hóa, tại vị trí tim, cầm cuống của một hoa sen trắng, bông hoa nở đầy ở bên cạnh tai trái. Trên hoa sen này là một quyển kinh Bát Nhã. Hành giả mặc y phục bằng lụa, mang những trang sức quý, miệng mỉm cười thanh thản, chân khóa ở tư thế liên hoa tọa. Rạng rỡ với thân đồng tử mười sáu tuổi. Chủng tử  $OM$  ở vương miện trên đầu,  $\bar{A}H$  tại cổ họng và  $H\bar{U}M$  tại tim.

Chữ  $H\bar{U}M$  phát ra các tia sáng mời gọi Đức Văn Thù Sư Lợi và các thánh chúng của Chư Phật, Bồ Tát từ các trú xứ của các Ngài.  $JA\bar{H}$   $H\bar{U}M$   $VAM$   $HO\bar{H}$ . Các chư vị sáp nhập vào hành giả và trở thành một thể. Một lần nữa ánh sáng phát ra từ chữ  $H\bar{U}M$  tại tim hành giả, mời gọi các Bản Tôn. “Xin ban quán đảnh cho con.” Các chư vị nâng bình chứa đầy nước cam lồ trí tuệ từ trên cao:  $OM$   $SARVA$   $TATH\bar{A}GAT\bar{A}YA$   $ABHI\bar{S}EKA$   $TA$   $SAMAYA$   $\bar{S}R\bar{I}YE$   $H\bar{U}M$ .

Các chư vị quán đảnh hành giả bằng nước cam lồ, tưới lên khắp thân thể và tịnh hóa tất cả những uế trước. Nước cam lồ đọng lại trên

vương miện của hành giả, biến thành Đức Phật A Súc Bệ, nghiêm sức cho vương miện.

**(Cúng dường để trừ chướng, tịnh hóa và nhận sự gia hộ: )**

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA ARGHAM  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA PĀDYAM  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA PUṢPE  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA DHŪPE  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA ĀLOKA  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA GANDHE  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA NAIVIDYE  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA ŚABDA  
PRATĪCCHAYE HŪṂ SVĀHĀ

**(Kệ cúng dường và tán thán: )**

Con xin hết lòng thành kính đánh lễ Đức Văn Thù Sư Lợi

Đáng Diệt Trừ những hiểu biết sai lầm.

Đôi mắt của Ngài như những cánh sen nở rộng,

Trí tuệ của Ngài là tột đỉnh của hạnh phúc bao la.

Thân của Ngài trắng sáng như mặt trăng rạng ngời

Một thanh kiếm trí tuệ và thánh lệnh trong tay

Tóc của Ngài cuộn thành năm búi:

Biểu tượng sự huy hoàng và thanh tĩnh của tuổi trẻ vĩnh hằng.

**(Tri tụng thần chú: )**

Ở tại tâm hành giả là một bánh xe màu trắng gồm trục, sáu căm và vành. Trên trục bánh xe là một mặt trăng. Trên vành trắng là bản tâm hành giả ở dạng chữ chủng tử  $\text{ĀḤ}$ . Trên sáu thanh căm là sáu chữ màu trắng tương ứng:

OM VĀKYEDA NAMAḤ

Những chữ này trắng lóng lánh như ánh sáng thanh diệu của trăng thu. Vô lượng ánh sáng phát ra từ các chữ chủng tử, tràn ngập khắp thân thể và xua tan bóng tối vô minh che lấp thân, khẩu, ý.



(Chú tâm quán chi tiết để đạt được sự tiếp nhận hoàn hảo tuệ phân biệt sâu sắc như Đức Văn Thù Sư Lợi , tụng thầm thần chú trong khi tập trung trên bánh xe quay theo chiều kim đồng hồ và sáu chữ chủng tử quay ngược chiều kim đồng hồ. Trì tụng thần chú theo cách này khoảng 20 hoặc 30 ngàn lần cho mỗi phiên thiền, trí xét đoán xuất chúng sẽ thành tựu nhanh chóng. Cần chắc chắn rằng ghi nhớ đúng đắn về ý nghĩa của tất cả các phần trong nghi thức, không có lầm lẫn về ký ức đã thâm nhận được. Kết thúc phiên thiền bằng sự cầu nguyện chân thành và tận tâm.)

(Nếu muốn, có thể kết thúc phiên thiền tối bằng việc dâng bánh lễ. Đặt một chiếc bánh trắng vào một vật đựng bằng chất liệu quý. Rải lên một ít nội cúng dường và trì tụng thần chú sau để tiêu trừ chướng: )

OM VAJRA KUṆḌALI HANA MANA HŪṀ PHAṬ

(Sau đó tịnh hóa tâm thức: )

OM SVABHĀVA ŚUDDHA SARVA DHARMA SVABHĀVA  
ŚUDDHOHAM

Như bình thường, mọi thứ trở nên trống rỗng. Trong khối trống rỗng xuất hiện chữ chủng tử OM, rồi trở thành một vật chứa quý báu bao trùm cả tam giới. Bên trong đó là các chữ chủng tử OM ĀḤ HŪṀ. Các chủng tử tan biến thành ánh sáng và hóa thành cam lộ dâng lễ tối thượng vĩ đại.

OM ĀḤ HŪṀ (3 lần)

Trong khoảng không trước mặt hành giả xuất hiện Đức Văn Thù Sư Lợi, Đấng Nhất Thiết Trí, Ngài giống hệt nhưng thân quán tưởng của hành giả. Đức Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát, con xin cúng dường Ngài:

OM ĀRYA-MANJUSŪRĪ SAPARIVĀRA ARGHAM  
PRATĪCCHAYE HŪṀ SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA PĀDYAM  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA PUṢPE  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA DHŪPE  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA ĀLOKA  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA GANDHE  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA NAIVIDYE  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA ŚABDA  
PRATĪCCHAYE HŪM SVĀHĀ

Chữ chủng tử HŪM trên lưỡi của vị này trở trở thành chày độc cổ kim cương màu trắng. Phía dưới chày kim cương là một vùng lõm phát ra chùm tia sáng, nơi đây hấp thu tinh túy của nước cam lồ.

OM ĀRYA-MAÑJUŚRĪ SAPARIVĀRA IDAM BALIṂTA KHA  
KHA KHĀHI KHĀHI (7 lần)

Hành giả trì tụng thân chú này 7 lần. Sau đó thực hiện ngoại cúng dường và tán dương như trước đó. Cuối cùng kết thúc với sự cầu nguyện chân thành và tận tâm như trong các phiên thiền khác.

Giữa các phiên thiền, đặt nỗ lực lớn vào việc tịnh hóa những bất thiện pháp và tích lũy thiện pháp cũng như cúng dường sự tán dương và trì tụng tên của nhiều Chư Phật. Trong khi an cư, cần xem kỹ lưỡng việc thực hành các tantra cơ bản về thanh tẩy và tịnh hóa thông thường. Kết hợp tất cả các hoạt động hàng ngày vào trong thực hành.

**(Sử dụng hạt đậu để đánh giá sự thành công của việc an cư: )**

Với việc hoàn thành yêu cầu số lần trì tụng thần chú trong khi an cư, thực hiện như sau: Ngâm hạt đậu lắng giống vào trong hỗn hợp nước hương thơm và sữa lấy từ con bò màu đỏ. Sau đó gói kỹ lại trong lụa trắng. Khi bắt đầu có nhựt thực hay nguyệt thực, đặt vào dưới lưới và trì tụng thần chú cho đến khi hết nhựt (nguyệt) thực. Hình dạng của chồi mầm hạt đậu là dấu hiệu của việc thành tựu.

**(Làm sao để đạt thể thượng phong trong tranh luận)**

Mỗi khi tham gia một cuộc tranh luận hoặc đơn giản chỉ thảo luận, hãy xác lập hóa thân rõ ràng của bản thân là Đức Bạch Văn Thù. Trên đỉnh ngón cái của tay phải, làm cử chỉ tác pháp bảo hộ, là một thanh kiếm trực chỉ. Trên mũi kiếm là chủng tử  $\bar{A}H$  màu trắng phát ra ánh sáng, hút vào trong đó sự xảo diệu của đối thủ, như một nam châm hút chất sắt. Ánh sáng trở lại và hấp thu vào chủng tử  $\bar{A}H$ . Do đó, trí tuệ của đối thủ sẽ tăng cho chính bạn. Hành giả cũng quán tưởng ngọn lửa ở đầu mũi kiếm bắn ra và cháy khô lưới của đối phương. Khi thần chú được trì tụng kết hợp với việc quán tưởng này, hành giả chắc chắn sẽ có được khả năng chiến thắng tất cả các đối thủ.

Ghi chú:

Nghi thức Bạch Văn Thù được soạn bởi Gyalwa Gendun Gyatso. Dịch ra tiếng Anh bởi Kevin Garratt, cùng với Tashi Wangyal và Lozang Gyaltsen.

(Dịch xong 11/3/2014)