

LAMA ZOPA RINPOCHE HƯỚNG DẪN
PHÁP TU KIM CANG TÁT ĐỒA

nghi thức đơn giản

A Short Vajrasatva Practice by Lama Zopa Rinpoche



VIETNAMESE ONLY

Tiếng Việt

hongnhu-archives



hongnu-archives

Ấn bản điện tử 2016

FREE BOOK – NOT FOR SALE

SÁCH ẨM TỔNG – KHÔNG BÁN

Tùy nghi sử dụng với điều kiện giữ nguyên nội dung và không bán

Prerequisites: Everyone can read and practice

Điều kiện hành trì: Mọi người đều có thể đọc và hành trì

Source:

<http://www.lamayashe.com/article/chapter/short-vajrasattva-meditation>

Hồng Như chuyển Việt ngữ.

Mọi sai sót là của người dịch

Mọi công đức xin hồi hướng vô thượng bồ đề.

Pháp Kim Cang Tát Đỏa nghi thức ngắn gọn do Lama Zopa Rinpoche hướng dẫn, ấn tống (bản Anh ngữ) dưới dạng sách bỏ túi. Vậy mỗi khi phạm giới hạnh hay tạo nghiệp bất thiện, chúng ta có thể làm sạch nghiệp này ngay tức thì bằng bốn năng lực sám hối, không phút giây chậm trễ.

KIM CANG TÁT ĐỎA SÁM PHÁP

NGHI THỨC ĐƠN GIẢN

Năng Lực Chỗ Nương (A): Qui Y Tam Bảo

"Con xin về qui y / nơi Phật Pháp và Tăng /
Qui y nơi Tam Thừa / Đà Kì, đà kì ni /
Trì Minh Vương nam, nữ, / chư thiên, chư thiên nữ, /
Chư bồ tát thập địa, / và nhất là qui y /
Nơi đạo sư tôn quý / bây giờ và mãi mãi. (3x)

Năng Lực Hối Cải

Trước hết hãy nhớ lại định nghĩa của ác nghiệp: là những việc mang lại quả khổ đau, thường là do tham sân si tác động.

Hầu hết mọi việc tôi làm một ngày 24 tiếng đồng hồ đều phát xuất từ tâm cầu lợi thế gian, bám dính vào hạnh phúc đời này. Từ khi sinh ra cho đến lúc chết đi đều là như vậy, và đã như vậy từ vô lượng đời kiếp. Hầu hết mọi việc tôi làm đều là việc bất thiện, là nhân tạo khổ. Không những vậy lại còn phạm giới biệt giải thoát, giới bồ tát, giới kim cang. Tệ nhất là phạm

ác nghiệp nặng nề bậc nhất, đối với bậc thiện tri thức mà sinh tâm sân hận, tà kiến, bất kính, gây thương tổn thể xác đạo sư, không nghe lời Thầy. Ác nghiệp này giữ trong tâm thật chẳng khác gì uống phải thuốc độc chết người, không làm sao có thể chịu nổi. Phải giải độc ngay lập tức, phải thanh tịnh mọi ác nghiệp ngay tức thì, không thể chậm trễ dù chỉ một phút một giây.

Cứ như vậy, hãy cảm nhận sự cấp bách và khởi tâm hối cải.

Nhớ Vô Thường và Chết

"Có nhiều người bằng tuổi hay trẻ hơn tôi đã ra đi. Thật là một phép lạ khi tôi hãy còn sống đây, có được cơ hội thanh tịnh ác nghiệp của mình. Chết là điều chắc chắn, nhưng bao giờ chết lại là điều không ai có thể biết chắc. Nếu ngay bây giờ tôi chết đi, nhất định sẽ sinh vào cõi dữ. Ở đó không làm sao có cơ hội hành trì theo Phật pháp, vì vậy sẽ kẹt trong cõi dữ hàng vô lượng kiếp. Nay có được cơ hội sám hối tịnh nghiệp, thật là duyên may không ngờ, tôi phải tận dụng cơ hội này ngay lập tức, không thể chần chờ phút giây nào, tịnh nghiệp bằng phương pháp quán tưởng tri chú Kim Cang Tát Đỏa."

Năng Lực Chỗ Nương (B) Phát Tâm Bồ Đề

"Nhưng tôi không hành trì Kim Cang Tát Đỏa Sám Pháp cho riêng mình, mục đích đời sống tôi là để độ chúng sinh sáu cõi địa ngục, quỷ đói, súc sinh, người, a tu la, trời, và chúng sinh trong cõi trung ấm thoát mọi khổ đau cùng nhân tạo khổ, đưa tất cả vào quả vị vô thượng bồ đề. Để làm được điều này,

trước tiên bản thân tôi phải đạt quả vị Phật. Vì vậy tôi phải tức thì thanh tịnh ác nghiệp của mình bằng pháp tu quán tưởng trì chú Kim Cang Tát Đỏa."

Quán tưởng

"Trên đỉnh đầu tôi, ngồi trên đài sen và mặt trăng là đấng Phụ-Mẫu Kim Cang Tát Đỏa, thể phối hợp, thân sắc trắng, một mặt, hai tay, Cha cầm chùy kim cang và chuông báu, Mẹ cầm dao cong và chén sọ. Cha có sáu phẩm trang điểm, Mẹ có năm. Cha ngồi thể kim cang, Mẹ ngồi thể hoa sen.

"Đức Kim Cang Tát Đỏa chính là bốn sư, là trí Phật nhiệm mầu, vì tâm đại-bi-khôn-kham dành cho tôi cùng khắp cả chúng sinh mà từ Pháp Thân hoạt hiện sắc tướng này để giúp tôi cùng chúng sinh thanh tịnh ác nghiệp."

Quán như vậy để chuyển tâm thành lòng tôn kính đạo sư – là gốc rễ của mọi gia trì và thành tựu trên đường tu giác ngộ.

"Trên đài sen, nơi tim của đức Kim Cang Tát Đỏa là chữ HUM, xung quanh là chuỗi minh chú Trăm Âm. Một dòng cam lồ trắng từ chữ HUM và chuỗi minh chú ào ạt tuôn xuống, làm sạch mọi tật bệnh, tà ám, ác nghiệp và ác chướng trong tôi."

Năng Lực Hóa Giải : Tụng Chú

**OM VAJRASATTVA SAMAYA MANUPALAYA,
VAJRASATTVA DENOPA TITHA, DIDO ME BHAVA,
SUTO KAYO ME BHAVA, SUPO KAYO ME BHAVA,
ANURAKTO ME BHAVA, SARVA SIDDHI ME PRAYATSA,
SARVA KARMA SU TSAME, TSITTAM SHRIYAM KURU HUM,**

HA HA HA HA HO, BHAGAVAN SARVA TATHAGATA,

VAJRA MAME MUN TSA,

VAJRA BHAVA MAHA SAMAYA SATTVA AH HUM PAY

Ôm Ben-dza-xa-tô Sa-mai-ya Ma-nu-pa-lai-ya,

Ben-dza-xa-tô Tê-nô-pa Ti-ta, Đi-đô-mê-ba-wa, Xu-tô-cai-yô

Mê Ba-wa, Xu-pô-cai-yô Mê Ba-wa,

A-nu-rak-tô Mê Ba-wa, Xạt-wa Xi-đim Mê Pra-yắt-tsa,

Xạt-wa Kar-ma-xu, Tsa-mê, Tsi-tam Shri-yam Ku-ru-hum, Ha

Ha Ha Ha Ho, Ba-ga-wan, Xạt-wa Ta-ta-ga-ta,

Ben-dza Ma-mê-mun-tsa,

Ben-dza Ba-wa Ma-ha Xa-mai-ya Xa-tô A Hung Pêy.

Ý nghĩa của mình chú:

Người là Kim Cang Tát Đỏa, phát tâm Bồ đề, thuận theo mật thể, ý nhiệm màu hội đủ mọi thiện hạnh độ sinh thoát luân hồi (là vòng quay bất tận của ngũ uẩn khổ đau). Đời con dù có thế nào—sướng khổ, lành dữ—xin tâm ý nhiệm màu của Phật hoan hỉ cho con, đừng bao giờ từ bỏ con, xin luôn dắt dìu con. Xin hạnh phúc vững bền, kể cả hạnh phúc thiện đạo, thành tựu mọi thiện hạnh cùng mọi thành tựu thế gian và xuất thế, xin hoan hỉ giúp cho năm trí Phật tỏa sáng trong tim con.

*Tụng chú 7 hay 21 lần hay càng nhiều lần càng tốt. Áp dụng ba phương pháp quán tịnh hóa "xuống", "lên" và "tức thì."
[Xem Phụ Lục cuối sách]*

Tự Tín Nghiệp Đã Được Tịnh Sạch

"Từ đỉnh đầu, Đạo Sư Kim Cang Trì nói rằng, "này đứa con của dòng truyền thừa, mọi ác nghiệp ác chướng phá giới và phạm giới của con đều đã được thanh tịnh."

Khởi lòng tin mạnh mẽ rằng tất cả đều đã tịnh sạch đúng như lời đức Kim Cang Tát Đỏa nói.

Năng Lực Quyết Tâm Không Tái Phạm

"Đối trước đức Đạo Sư Kim Cang Tát Đỏa, ác nghiệp nào dễ tránh tôi nguyện không bao giờ tái phạm, ác nghiệp nào khó tránh tôi nguyện sẽ không phạm trong thời gian một ngày, một giờ, hay ít nhất vài giây."

Tan Nhập

Vô cùng hoan hỉ với lời phát nguyện này, đức Phụ Mẫu Kim Cang Tát Đỏa tan thành ánh sáng, tan vào trong tôi. Thân khẩu ý của tôi cùng thân khẩu ý nhiệm màu của Đạo Sư Kim Cang Tát Đỏa trở thành bất nhị.

Hồi Hương

*"Ở trong tánh không / vốn không có gì,
Không có cái tôi / là người tạo nghiệp,
Không có hành động / tạo tác gieo nghiệp
Và cũng không có / ác nghiệp được tạo."*

Trú tâm trong tánh không một lúc. Nhìn vạn pháp là không—không hiện hữu độc lập. Hãy nhớ nghĩ về tánh không để hồi hương.

"Nương công đức ba thời / của tôi và chúng sinh, / của Phật đà, bồ tát / (thấy có, nhưng là không) / nguyện thành tựu quả vị / Phật Kim Cang Tát Đỏa (thấy có, nhưng là

không) / nguyện dẫn dắt chúng sinh (thấy có, nhưng là không) cùng vào quả vị Phật (thấy có, nhưng là không), dựa vào sức của mình (thấy có, nhưng thật ra hoàn toàn không hiện hữu, hoàn toàn chỉ là không)

"Bồ đề tâm trân quý / cội nguồn mọi phúc lạc / nguyện tức thì khởi sinh / trong con và chúng sinh / không phút giây chậm trễ; / Nơi nào đã phát sinh, / nguyện sẽ luôn tăng trưởng / không bao giờ thoái chuyển.

Nguyện đời này kiếp sau / được bậc thầy tôn kính, / Lama Tông Khách Ba, / đích thân làm đạo sư / dẫn dắt trong Đại thừa. / Nguyện dù chỉ phút giây / cũng không lìa đường tu / mà các đấng Thế tôn / đều tán dương khen ngợi. / Nguyện con thật mau chóng / viên thành trọn đường tu, / (gồm ba điểm tinh yếu / cùng với hai giai đoạn / của tối thượng du già) / mà gốc rễ chính là / tâm tôn kính đạo sư.

"Nhu Mạn Thù, Phổ Hiền / chứng như thật tri kiến / con cũng xin nguyện đem / tất cả mọi công đức / hồi hướng nơi cao cả, / xin theo chân các ngài.

"Chư Thế Tôn ba thời / từng hồi hướng thế nào / con nguyện mang thiện căn / hồi hướng y như vậy, / sao cho con theo tròn / tất cả mọi thiện hạnh."

[hết]

PHỤ LỤC 1: BA PHÁP QUÁN TỊNH NGHIỆP

Trích *Becoming Vajrasattva: The Tantric Path of Purification* by Lama Yeshe [Trở Thành Đức Kim Cang Tát Đỏa: Mật Thừa Sám Pháp, Lama Yeshe hướng dẫn], Wisdom Publications, tr. 58-60

Có ba phương pháp quán tưởng quý vị có thể dùng khi tụng chú Kim Cang Tát Đỏa Trăm Âm.

Cách thứ nhất gọi là yän-de [là pháp tịnh "xuống"]. Hãy tưởng tượng dòng năng lượng [cam lồ] trắng ào ạt tuôn vào đường khí trung đạo, lan tỏa toàn thân, tống hết mọi tội chướng ra khỏi thân thể qua các lỗ thoát và chân lông phía dưới. Có nhiều cách tống ra, quý vị tùy ý chọn: hoặc tưởng tượng tam độc tham sân và si bị tống ra ngoài dưới dạng heo, gà và rắn; hoặc tưởng tượng toàn bộ năng lượng tiêu cực bị tống ra ngoài dưới dạng bò cạp, rắn rết, sâu nhện, hay dưới dạng hắc ín, hay chất thải dơ bẩn. Quý vị hãy thấy rằng mình đã hoàn toàn tịnh sạch, đặc biệt là sạch loại ác nghiệp thô lậu.

Cách thứ hai gọi là Män-de [là pháp tịnh "lên"]. Ở đây năng lượng cam lồ hỉ lạc rót vào thân thể, dâng lên tận đỉnh đầu. Theo dòng năng lượng dâng lên, ác nghiệp lênh trên mặt nước và trào ra các lỗ và chân lông ở phía trên, giống như khi rót nước vào thùng, rác dưới đáy thùng nổi lên theo mặt nước. Dòng cam lồ hỉ lạc rót vào mang đến cho quý vị cảm

giác đại lạc. Hãy thấy rằng mình đã hoàn toàn tịnh sạch, đặc biệt là sạch loại ác nghiệp vi tế.

Phương pháp thứ ba gọi là *pung-de* [là pháp tịnh "tức thì"]. Ở đây quý vị không quán dòng cam lồ kundalini trắng mà chủ yếu quán ánh sáng. Vô lượng hào quang hỉ lạc từ tim đức Kim Cang Tát Đỏa phóng ra, thành từng luồng hào quang mạnh mẽ chiếu xuống đỉnh đầu, vào đường khí trung đạo. Hào quang này màu trắng nhưng mang tính chất cầu vồng với sắc đỏ, vàng, xanh lá, xanh dương... Hào quang sáng chói này vừa vào thân, lập tức bóng tối của hoài nghi vô định, của u mê, tham và sân, hết thảy đồng loạt tan biến không còn dấu vết. Giống như bật đèn trong phòng tối, bóng tối lập tức tan biến. Không phải là bóng tối thoát ra theo cửa sổ, đúng không? Bóng tối chỉ đơn giản biến mất. Tương tự như thế, không còn chỗ cho bóng tối, cấu nhiễm, không trong óc, trong cổ, không bất cứ nơi nào khác. Toàn thân quý vị sáng trong như khối pha lê. Hãy thấy rằng mình đã hoàn toàn tịnh sạch, nhất là sạch loại ác nghiệp vi tế nhất.

Nếu đang nhập thất, quý vị có thể chia thời gian ra làm ba phần dành cho ba phương pháp quán tưởng nói trên, cũng có thể dành hẳn một thời công phu cho một pháp quán, đến thời công phu sau lại chuyển sang pháp quán tiếp theo.

Nếu không đang nhập thất, hành trì Kim Cang Tát Đỏa được mỗi ngày thì lợi ích sẽ rất lớn, hãy nên tụng chú Kim Cang Tát Đỏa 21 lần cho mỗi pháp quán nói trên. Thời gian thích hợp nhất để tu là buổi tối trước khi đi ngủ. Ban ngày bận rộn nhiều

việc, quý vị sẽ dễ bị tán tâm khi tu. Vậy buổi tối, quý vị hãy dành việc cuối cùng trong ngày để tịnh hết chướng nghiệp bất thiện đã phạm trong ngày để tự do tự tại đi vào giấc ngủ, hơn là giữ tâm lý buồn phiền chán nản vì việc tiêu cực trong ngày. Chúng ta luôn dính vào quá nhiều việc, vì vậy cần phải có một pháp tu mãnh liệt như pháp này. Thời gian để sám hối thật quá ít ỏi.

Khi tụng chú, quan trọng nhất là phải giữ tâm chuyên chú, đừng cho phép bất cứ tạp niệm nào xen vào làm gián đoạn pháp quán. Nếu quý vị có thể giữ nhất tâm bất loạn, tuệ quán vững vàng, nhất định pháp tu này sẽ vô cùng hữu hiệu, giúp triệt tiêu mọi nhiễm tâm và bóng tối của phiền não chướng. Năng lực tịnh hóa này đến từ định lực của quý vị, tuy vậy, minh chú tự nó cũng có năng lực riêng. Có khi mang đến cho quý vị khả năng thấy biết việc xảy ra bên kia quả địa cầu. Bao giờ quét được màn che chướng của loạn tưởng bé hẹp, quý vị sẽ thấy mở ra cả một thế giới mới mẻ.

FREE BOOK – NOT FOR SALE
SÁCH ẨM TỔNG – KHÔNG BÁN



hongnhu-archives
www.hongnhu.org