TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Vì lợi lạc tất thảy hư không và pháp giới chúng sinh (P.2)

ISSN: 2734-9195 15:10 10/11/2026

Vì chúng sinh có khuynh hướng, căn cơ và nhu cầu vô cùng khác biệt, nên cần có những phương pháp tiếp cận tâm linh đa dạng tương ứng để đáp ứng nhu cầu riêng của từng chúng sinh.

Quý vị đã hoàn tất phần Mở đầu, bao gồm phát nguyện Quy y và phát khởi Bồ đề tâm, cùng với các quán tưởng như trên. Tiếp theo, quý vị bước vào phần thực hành thứ hai: thiền quán về Pháp tướng của đức Quán Thế âm.

Thiền quán về Pháp tướng đức Quán Thế âm và thực hành Bảy chi cầu nguyện

Việc thiền quán về pháp tướng chư Phật, chư Bồ tát trong Mật thừa có ý nghĩa gì? Quý vị có thể suy xét nền tảng của sự hiện hữu. Những gì quý vị cảm nhận và trải nghiệm về bản thân và thế giới bên ngoài trên thực tế là biểu hiện của tâm mê lầm hay diễn giải theo cách khác là vô minh về bản thân và thế giới.

Tuy nhiên, ẩn phía sau những hiện hữu đó là các "thân" Phật gồm: Pháp thân, Báo thân và Hóa thân. Trên thực tế, các thân này mới chính là bản tính chân thật của chúng ta. Tất cả những phẩm tính toàn hảo của quả vị Phật đều vốn sẵn có nơi thân chúng ta và thế giới bên ngoài. Thực hành thiền quán về pháp tướng đức Quán Thế Âm trong Mật pháp chính là để hiển lộ những phẩm tính ấy nơi thân chúng ta.



Hơn nữa, những phẩm tính này hoàn toàn không phải là thứ được sáng tạo một cách khiên cưỡng. Chúng ta có thể lầm tưởng rằng, khi quán tưởng về Pháp tướng của một vị bản tôn trong Mật Pháp, có nghĩa ta đang cố gắng phát minh ra một điều gì đó hoàn toàn mới mẻ - thứ mà trước đây ta không hề có, hoặc là một thứ gì đó được thu nhận từ một nguồn bên ngoài bản thân. Tương tự, ta cũng có thể nghĩ rằng mình đang cố tình dựng lên một hình ảnh không hề tương ứng với thực tại khách quan.

Tuy nhiên, đó là những quan niệm sai lầm; bởi lẽ, các phẩm chất của sự toàn hảo vốn đã hiện hữu sẵn ngay trong bản thể của mỗi cá nhân. Chính những phẩm chất bẩm sinh ấy - những phẩm chất cao quý nơi tâm thức của các bậc giác ngộ - mới là điều mà chúng ta hướng tới thông qua phương pháp thiền quán về bản tôn trong Mật thừa.

Quý vị hãy quán tưởng bao quanh mình là vô số chúng sinh khác, những chúng sinh là đối tượng tâm từ bi của mình, như đã luận giải ở phần Quy y và Phát Bồ đề tâm phía trên. Hãy tiếp tục quán tưởng họ theo cùng một cách như khi Quy y. Phía trên đỉnh đầu của quý vị và của mọi chúng sinh khác xuất hiện một đóa sen trắng lớn đang nở rộ. Hoa sen có tám cánh và rực rỡ đến từng chi tiết, bao gồm cả nhị hoa ở trung tâm. Phía trên đó, xuất hiện một đĩa mặt trăng trắng tinh khiết, giống như trăng tròn hiện lên rực rỡ trên bầu trời đêm. Đĩa mặt trăng trắng tinh khiết này hoàn toàn nguyên sơ, không tì vết hay khiếm khuyết.

Phía trên đó xuất hiện Chủng tử tự Hrīḥ. Chủng tử tự Hrīḥ hoàn toàn trắng và sáng bóng như ngọc trai. Đó là một hóa hiện tự nhiên, biểu trưng tâm từ bi, trí tuệ và dũng lực của chư Phật. Hãy quán tưởng đóa sen trắng, đĩa mặt trăng và chủng tự "hrīḥ" đang hiện diện phía trên đỉnh đầu quý vị và tất cả chúng sinh khác.

Sau đó, quý vị hãy quán tưởng vô số tia sáng tựa như ánh trăng tỏa ra từ chủng tử tự “Hrīḥ”, lan tỏa khắp các mạn-đà-la của chư Phật và Bồ Tát, những bậc đang an trụ ở khắp mười phương mà không sót một nơi nào. Những tia sáng này hóa hiện thành vô lượng phẩm vật cúng dường, mang lại niềm hoan hỷ vô biên tới các Ngài. Hơn nữa, các tia sáng ấy chiếu rọi vào chính quý vị cùng tất cả chúng sinh trong sáu cõi, tịnh trừ mọi bệnh tật và các thế lực gây hại ra khỏi mỗi cá nhân. Chúng cũng tịnh hóa những ác nghiệp từ các hành vi bất thiện đã tích tụ từ vô thủy đến nay - những nghiệp nhân mà nếu không được tịnh trừ, sẽ chín muồi thành khổ đau và các chướng ngại.

Những chướng ngại này chính là rào cản ngăn trở việc đạt giải thoát và chứng ngộ trọn vẹn Trí tuệ toàn tri. Ánh sáng trắng rực rỡ tỏa ra từ chủng tử “Hrīḥ” tràn ngập khắp sáu nẻo chúng sinh, tức thì xua tan mọi khổ đau của họ: ánh sáng ấy lan tỏa vào các cõi địa ngục, mang lại sự an dịu cho những chúng sinh đang phải chịu đựng nỗi giằng xé và thống khổ khôn cùng; đồng thời cũng lan tràn vào cõi ngạ quỷ, làm thỏa mãn cơn đói và cơn khát của họ.Tương tự như vậy, ánh sáng này lan tỏa đến cõi súc sinh và tất cả các dạng sống khác. Khi khổ đau được loại bỏ, họ được an trú trong trạng thái an lạc chân thật.

Quý vị hãy nghĩ rằng phúc lành của tất cả các bậc giác ngộ cao quý- chư Phật và Bồ Tát - được quy tụ lại dưới dạng những tia sáng, tan biến trở lại vào Chủng

tử tự Hrīḥ màu trắng phía trên đỉnh đầu của bạn và mọi chúng sinh. Khi ấy Chủng tử tự Hrīḥ lập tức chuyển hóa thành đức Bồ tát Quán thế âm tôn quý. Pháp tướng của Ngài hoàn toàn sắc trắng, giống như ánh sáng chói chang của mặt trời phản chiếu trên bề mặt tuyết. Sắc trắng trong suốt và rạng rỡ với ánh sáng óng ánh năm màu: trắng, đỏ, xanh lam, vàng và xanh lục. Ánh sáng óng ánh năm màu rực rỡ này tràn ngập cõi tịnh độ của vô số chư Phật và Bồ Tát khắp mười phương, thỉnh cầu các ngài rủ lòng từ bi thương xót chúng sinh và ra tay cứu vớt cho họ. Những tia sáng cũng tràn ngập sáu cõi chúng sinh, xua tan những khổ đau của họ và đưa họ tới cảnh an lạc.

Đức Quán Thế âm ban trải tình thương bao la của Ngài dành cho quý vị và tất cả chúng sinh bằng một nụ cười rạng rỡ. Tâm đại từ bi của Ngài tự nhiên và chân thực, thường được so sánh với tình cảm của một người mẹ dành cho đứa con duy nhất của mình.Trong suốt quá khứ, hiện tại và tương lai, Ngài luôn dõi theo sáu cõi chúng sinh không sót một ai với tâm từ bi lan tỏa khắp.

Đức Quán Thế âm tứ thủ có bốn tay. Hai lòng bàn tay đầu tiên của Ngài chắp lại trong tư thế ấn cầu nguyện trước ngực. Tay phải thứ hai cầm một chuỗi hạt pha lê trắng; tay trái thứ hai cầm một bông sen trắng tám cánh có cuống. Ngài khoác phía thân trên y phục bằng lụa trắng tinh tế, điểm xuyết các họa tiết vàng cùng những dải lụa mềm mại, bên dưới là chiếc váy bằng lụa đỏ. Trên thân Ngài trang hoàng đủ loại châu báu: một chiếc vương miện bằng vàng từ sông Jambu, đính kết những chùm bảo ngọc tuyệt mỹ; cùng với hoa tai, các chuỗi vòng cổ dài ngắn khác nhau, vòng tay, vòng chân, và một chiếc đai lưng trang trí bằng những chiếc chuông nhỏ, phát ra âm thanh thanh tao, vang vọng rõ ràng.

Toàn thân Ngài được tô điểm hoàn hảo bởi tất cả những vật phẩm trang sức kể trên. Vắt ngang qua ngực trái là tấm da linh dương màu vàng óng. Mái tóc dài được búi lại trên đỉnh đầu, phần còn lại buông xõa tự nhiên. Ngự trên đỉnh búi tóc ấy là Đức Phật A Di Đà - vị Phật chủ trong dòng Liên Hoa Bộ - hiện thân trong y phục của một bậc Hóa thân tối thượng. Đức Quán Thế âm an tọa trong tư thế kiết già. Ngài hiện diện giữa một không gian tỏa sáng như vầng trăng tròn, thuần khiết và hoàn hảo không tì vết. Ngài chính là hiện thân duy nhất, bao hàm tất cả các bậc quy y cao quý đang an trụ khắp mười phương và xuất hiện trong ba thời: những vị đã hiện thân trong quá khứ, những vị đang hiện diện ở hiện tại, và những vị sẽ xuất hiện trong tương lai. Tất cả đều được quy tụ trong Pháp tướng của Quán Thế Âm, đang an trụ phía trên đỉnh đầu của quý vị và tất cả chúng sinh.



Trên đây là phần kiến tạo, giai đoạn thứ nhất kiến lập hình ảnh Bản tôn trong tu trì Mật thừa. Hình ảnh này sẽ trở thành nền tảng cho những phần thực hành tiếp theo, trong đó trọng tâm là trì tụng chân ngôn.

Trên đỉnh đầu con và tất cả chúng sinh vô biên như hư không

Hóa hiện một đĩa mặt trăng và đóa sen sắc trắng,

Hóa hiện Chủng tử tự "Hrīḥ",

Rồi Chủng tử Hrih hóa hiện pháp tướng Đức Quán Thế Âm

Thân ngài tỏa ra ánh sáng trắng cùng hòa quyện năm sắc màu.

Ánh mắt Ngài tràn đầy từ bi tâm, miệng mỉm cười yêu thương

Bốn cánh tay cứu độ cho đời; hai tay chắp lại rạng ngời ngọc Mani

Hai tay cầm chuỗi tràng hạt pha lê và đóa sen trắng.

Khoác trên mình những dải lụa mềm mại cùng những trang sức báu.

Ngài khoác tấm choàng bằng da nai, và trên đỉnh đầu là Đức Phật A Di Đà.

Hai chân Ngài trong tư thế kim cương; phía sau lưng dựa mặt trăng tròn sáng

Ngài là tinh túy ba đời chư Phật, là bản thể chốn quy y!

Tóm lược lại phương pháp quán tưởng ở trên như sau: phía trên đỉnh đầu của quý vị và tất cả chúng sinh vô lượng khắp không gian, hóa hiện một đóa sen trắng lớn; bên trên đóa sen là một đĩa mặt trăng sáng trong như trăng rằm; và phía trên nữa là chủng tử tự "Hrīḥ".Từ chủng tử tự "Hrīḥ" tỏa ra các tia sáng; sau đó, những tia sáng này thu hồi và hòa nhập trở lại vào chủng tử tự "Hrīḥ", rồi từ đó hóa hiện thành pháp tướng đức Quán Thế Âm.

Ngài có thân sắc trắng, tỏa sáng rực rỡ với ánh hào quang ngũ sắc lung linh. Với nụ cười đầy bi mẫn, Ngài không ngừng dõi theo tất cả chúng sinh bằng ánh nhìn từ bi. Ngài có bốn cánh tay; hai bàn tay đầu tiên chắp lại biểu trưng cho Luân hồi và Niết bàn hợp nhất. Tay phải thứ hai của Ngài cầm một chuỗi tràng hạt pha lê; tay trái thứ hai cầm một đóa sen trắng.

Ngài được trang hoàng bằng các loại y phục lụa là cùng những món trang sức quý giá, biểu trưng cho sự viên thành các Ba la mật. Phần ngực trái của Ngài được che phủ bởi một tấm da linh dương có điểm xuyết các họa tiết bằng vàng. Trên đỉnh đầu Ngài là Đức Phật A Di Đà - vị Phật chủ trong Liên Hoa bộ, biểu trưng cho tâm tôn kính bậc thày của mình. Ngài Quán Thế Âm an tọa trong tư thế kim cương, biểu thị cho việc không bao giờ từ bỏ tâm nguyện cứu độ chúng sinh. Ngài hiện thân hoàn hảo, thanh tịnh trên nền ánh trăng sáng trong không chút tì vết. Vô số chư Phật và Bồ Tát đều hội tụ trong một Pháp tướng duy nhất của bậc cao quý Quán Thế Âm: Ngài chính là hiện thân trọn vẹn, tinh túy của tất cả mọi chốn Quy y.

Hãy trì tụng các câu kệ với nhịp điệu thong thả, dành thời gian để quán tưởng rõ nét từng khía cạnh trong Pháp tướng của Ngài; bắt đầu từ tổng thể, rồi dần dần các chi tiết và đặc điểm cụ thể. Việc trì giữ năng lực quán tưởng rất quan trọng, bởi hình ảnh quán tưởng cần được duy trì xuyên suốt các giai đoạn tiếp theo của quá trình thực hành. Hành giả phải nỗ lực duy trì hình ảnh quán tưởng thật chi tiết, rõ ràng và sống động nhất có thể.

Bảy chi Cầu nguyện (Thất chi Nguyện)

Trong khi tiếp tục duy trì hình ảnh quán tưởng về pháp tướng của đức Quán Thế Âm, quý vị hãy cùng với tất cả chúng sinh khác dâng lời cầu nguyện lên Ngài. Với tâm chí thành và sự tin kính tuyệt đối, không chút hoài nghi, hãy khởi tâm như sau: “*Ngài đầy đủ trí tuệ thấu suốt căn cơ chúng sinh và đủ phương tiện thiện xảo để dẫn dắt họ vượt thoát khổ đau*”. Hãy tự hiểu rằng bản thân cần

nương tựa nơi Ngài để đạt được sự giải thoát ấy, hãy dâng lời cầu nguyện như sau: "*Xin hãy cứu vớt con và tất cả chúng sinh trong sáu cõi thoát khỏi vòng luân hồi, và dẫn dắt chúng con đến trạng thái giác ngộ viên mãn.*"

Đức Đại bi chủ tôn quý,

phẩm hạnh tuyệt trần, không mảy nhiễm ô,

thân sắc trắng ngần, đỉnh đầu đức Di đà ngự,

Xin hãy nhìn chúng con bằng lòng từ bi,

Con xin thành tâm đỉnh lễ ngài.

Trong phần chú giải của nghi thức này có gợi ý rằng quý vị có thể trì tụng bài nguyện trên một trăm lần, hai mươi mốt lần, hoặc bảy lần.Thực tế, không có con số cố định nào cả: quý vị có thể trì tụng bao nhiêu lần tùy ý. Hãy lặp đi lặp lại bài nguyện này cho đến khi tâm quý vị khởi lên niềm tin kính và tâm chí thành mãnh liệt. Lý tưởng nhất là trì tụng liên tục cho đến khi tâm thức quý vị có sự chuyển hóa hoàn toàn. Mọi trạng thái tâm phàm tình thường nhật như bám chấp tự ngã, vào sự tồn tại chắc thực của pháp và những nghi ngờ. Thông qua năng lực của tâm chí thành khi tán tụng lời nguyện trên, giúp tâm quý vị chuyển hóa mọi trạng trái phàm tình đó.



(Ảnh: Internet)

Quý vị cũng có thể tán tụng thêm các bài tán thán công hạnh đức Quán Thế Âm để tăng niềm tin kính và tâm chí thành của mình.

Trong bảy Chi cầu nguyện (Thất Chi nguyện) bắt đầu với lời nguyện như sau:

Con xin thành tâm đỉnh lễ!

Thánh đức Quán Thế âm Đại bi chủ,

Cùng chư Phật, chư Bồ tát mười phương!

Phần đầu tiên trong bảy chi thực hành chính là Đỉnh lễ. Quý vị hãy quán tưởng đức Quán Thế Âm tôn quý cùng vô số chư Phật đang hiện diện khắp mười phương và ba thời, đồng thời quý vị khởi tâm thành kính lên các ngài.

Cảnh giới giác ngộ của các Ngài là sự viên mãn mọi phẩm hạnh của thân, khẩu và ý giác ngộ. Khi suy tư sâu sắc các phẩm chất này với niềm kinh ngạc đầy sáng suốt, quý vị phát tâm đỉnh lễ các Ngài bằng tất cả sự thành kính: thân cúi lạy, miệng cầu nguyện, và tâm tràn đầy niềm tin kính cùng tâm chí thành.

Con xin dâng cúng dường

bằng cả vật phẩm thực tế lẫn tâm quán tưởng

các loại hoa, hương, đèn,

phẩm vật có hương thơm, thực phẩm, âm nhạc cùng nhiều phẩm vật khác.

Kính mong chư bậc Thánh hiền hoan hỷ đón nhận.

Tiếp theo là phần cúng dường. Hãy quán tưởng tất cả những loài hoa tuyệt đẹp hiện hữu trên thế gian cũng như tại các cõi trời; những loại trầm hương tỏa ngát; các loại châu báu, đèn nến sáng, cùng những nguồn sáng khác như mặt trời và mặt trăng; các loại hương liệu và nước hoa; đủ loại thực phẩm thượng hạng với hàng trăm hương vị thơm ngon; nước tinh khiết hội đủ tám đức tính tuyệt hảo; cùng âm nhạc du dương, làm động tâm con người, đến mức chỉ cần lắng nghe thôi cũng đủ khiến mọi khổ đau tan biến.

Trong phần cúng dường này, những phẩm vật bao gồm tất cả những gì hiện hữu trong cõi người và các cõi chư thiên - nói ngắn gọn là bất cứ những gì đẹp đẽ, tuyệt hảo và đáng mong cầu. Những phẩm vật này không chỉ giới hạn ở những phẩm vật hiện hữu thực tế, mà còn bao gồm cả những gì quý vị có thể nghĩ và tưởng tượng, miễn là tất thảy xứng đáng để dâng cúng dường.

Hãy quán tưởng tất cả những lễ vật ấy được nhân lên với số lượng vô biên, ngoài sức nghĩ bàn thông thường, rồi thành tâm thỉnh cầu Ngài Quán Tự Tại cùng chư Phật và chư Bồ Tát hoan hỷ đón nhận. Về phía các Ngài - những bậc giác ngộ tôn quý - các Ngài đã hoàn toàn giải thoát khỏi mọi sự chấp trước, chẳng hề có nhu cầu hay mong cầu nhận bất cứ thứ gì từ quý vị. Tuy nhiên, xét

từ phía quý vị, rất cần tích lũy công đức, hãy thỉnh cầu các Ngài từ bi đón nhận những lễ vật này, vì lợi ích của chúng sinh.

Con xin sám hối tất cả mười ác nghiệp

Cùng năm tội vô gián cùng tất cả những bất thiện

Mà con đã tạo từ vô thủy do vô minh phiền não chi phối.

Chi cầu nguyện tiếp theo là sám hối những ác nghiệp. Hãy suy ngẫm về sự thật rằng quý vị cùng tất cả chúng sinh khác đã tạo vô số những điều ác trong nhiều đời từ vô thủy. Dù đó là bất kỳ hành động nào trong mười ác nghiệp hay năm tội vô gián, thì tất thảy đều phát sinh do quý vị bị chi phối bởi si mê và các phiền não khác.

Khi nhìn nhận lại toàn bộ ác nghiệp đã tạo ra bởi thân, khẩu và ý của mình, quý vị hãy thành tâm sám hối trước chư Phật và chư Bồ Tát ở mười phương, để từ đó giải thoát bản thân khỏi gánh nặng này.

Con xin tùy hỷ với công đức trước tất cả những thiện hạnh mà các bậc Thanh văn, Độc giác, Bồ Tát, cùng chúng sinh phàm phu đã tạo lập trong ba nhiều đời.

Tiếp đó, quý vị thực hành hạnh hoan hỷ. Hãy nghĩ đến các bậc Thanh văn và Độc giác Phật, những bậc đạt được quả vị A la hán nhờ quá trình tu tập thiện hạnh; hãy nghĩ đến các vị Bồ tát, những bậc chứng ngộ được các phẩm hạnh của mười địa.

Tương tự như vậy, hãy quán chiếu về mọi thiện hạnh thông qua thân, khẩu, ý mà chúng sinh phàm phu đang làm. Điều này bao gồm cả thiện hạnh hữu lậu (còn có thể bị ô nhiễm) phát sinh từ việc tích lũy công đức, lẫn thiện hạnh vô lậu (không còn mảy ô nhiễm) phát sinh từ trí tuệ. Quý vị hãy khởi tâm tưởng nhớ đến tất cả công đức mà mọi chúng sinh đã tạo ra trong suốt ba thời - quá khứ, hiện tại và tương lai rồi hoan hỷ tán thán những công đức đó.

Xin chư Phật, chư Bồ tát chuyển Pháp luân,

Giáo pháp Đại thừa và giáo pháp Nguyên thủy,

Làm lợi ích chúng sinh căn cơ khác nhau.

Tiếp theo là phần thỉnh cầu chuyển bánh xe giáo Pháp. Vì chúng sinh có khuynh hướng, căn cơ và nhu cầu vô cùng khác biệt, nên cần có những phương pháp tiếp cận tâm linh đa dạng tương ứng để đáp ứng nhu cầu riêng của từng chúng sinh.

Giáo pháp của chư Phật thường được ví như "Pháp luân", bao gồm nhiều hệ giáo pháp từ Đại thừa, Nguyên thủy, các giáo pháp chung, v.v. Quý vị hãy khởi tâm thỉnh cầu chư Phật ban truyền giáo pháp bằng những phương thức phù hợp nhất để đáp ứng nhu cầu của vô số chúng sinh.

Cho đến khi luân hồi hoàn toàn trống rỗng,

Con thỉnh cầu chư Phật đừng Niết bàn,

Xin đức Đại bi thương hộ niệm

Cứu vớt chúng sinh đang trầm chìm trong đại dương khổ đau.

Trong cảnh giới giác ngộ, các vị Phật có thể chọn nhập Niết bàn, siêu vượt khỏi mọi giới hạn của sự tồn tại nơi các cõi trần, nhưng quý vị đã tha thiết thỉnh cầu chư vị không nhập Niết bàn chừng nào chúng sinh còn chưa đạt đến quả vị Phật và ba cõi luân hồi còn chưa hoàn toàn trống rỗng; thay vào đó, các Ngài hãy tiếp tục ở lại, dùng lòng từ bi quán chiếu và độ thoát những chúng sinh đang trôi dạt trong đại dương khổ đau mênh mông.

Nguyện cho tất cả công đức con đã tích tập

trở thành nhân duyên dẫn đến sự giác ngộ của mọi chúng sinh.

Nguyện cho con sớm trở thành

bậc dẫn Đạo tuyệt hảo cho tất cả chúng hữu tình.

Tất cả công đức được tạo ra thông qua sáu chi cầu nguyện trước đó đều được bao hàm trong chi thứ bảy: hồi hướng công đức. Quý vị phát nguyện rằng: “*Nguyện cho tất cả công đức mà con đã tích lũy được thông qua đỉnh lễ, cúng dường,... trở thành nhân duyên để mọi chúng sinh đều đạt đến quả vị Phật; nhờ đó, nguyện cho con sớm trở nên hòa nhập thân - khẩu - ý với bậc Thánh Quán Thế Âm, đạt được phẩm chất dẫn dắt chúng sinh trên con đường tới giải thoát và trí tuệ Toàn tri*”.

Việt dịch: **Anh Vũ và La Sơn Phúc Cường**

Nguồn: **Khenpo Karthar Rinpoche**, *Chenrezik for the benefits of all Beings*, KTDPublications.co, USA.