

NHỮNG LỢI ÍCH CỦA VIỆC TRÌ TỤNG THẦN CHÚ *OM MANI PADME HUM*

Lạt ma Zopa Rinpoche

Những lợi ích của việc trì tụng thần chú của Đức Phật Bi Mẫn thì thật vô biên, giống như bầu trời bao la vô hạn.

Cho dù bạn không hiểu biết nhiều về Pháp, cho dù điều duy nhất bạn biết là *Om Mani Padme Hum* thì cuộc đời hạnh phúc nhất vẫn là cuộc đời được sống với một thái độ giải thoát khỏi tám mối bận tâm thế tục. Nếu bạn sống cuộc đời mình với thái độ trong sạch thoát khỏi sự tham luyến với cuộc đời này và chỉ đơn thuần trải đời mình trong việc trì tụng *Om Mani Padme Hum* – thần chú sáu-âm này là tinh túy của toàn bộ Giáo Pháp – thì đó là Pháp thanh tịnh nhất. Việc trì tụng có vẻ rất đơn giản, rất dễ dàng. Nhưng nếu bạn nghĩ tưởng về những lợi lạc của nó, thì điều đó không hoàn toàn đơn giản. Ở đây tôi sẽ chỉ đề cập tới cốt lõi của những lợi lạc vô biên của nó.

Trì tụng thần chú của Đức Phật Bi Mẫn chỉ một lần sẽ hoàn toàn tịnh hoá sự gây bể bốn giới nguyện gốc của Biệt Giải thoát và năm nghiệp tiêu cực không bị đứt đoạn.*

Trong các tantra cũng đề cập rằng nhờ trì tụng thần chú này bạn sẽ thành tựu bốn phẩm tính để được sinh vào cõi Tịnh độ của Đức Phật A Di Đà và những cõi Tịnh độ khác; vào lúc chết được thấy Đức Phật và ánh sáng xuất hiện trên bầu trời; chư thiên cúng dường bạn; và không bao giờ bị tái sinh trong các cõi địa ngục, ngạ quỷ hay súc sinh. Bạn sẽ được tái sinh trong cõi Tịnh độ của Đức Phật hay như một hiện thể tái sanh tốt lành.

Khi một người trì tụng mười chuỗi thần chú một ngày rơi lội, dù trong sông, biển hay một vại sinh loài sống trong nước nào khác, nước chạm vào thân người đó cũng sẽ được ban phước.

Ta cũng được biết rằng bảy đời tổ tiên (cửu huyền thất tổ) của người đó cũng không bị tái sinh trong các cõi thấp. Đó là nhờ năng lực của thần chú, thân được ban phước bởi những người trì tụng thần chú và quán tưởng thân họ trong sắc tướng của thân linh thánh như Đức Chenrezig (Quán Thế Âm). Vì thế, thân thể trở nên rất mạnh mẽ, tràn đầy ân phước đến nỗi nó tác động tới tâm thức cho tới bảy đời và kết quả là nếu người ấy chết với một niệm tưởng bất thiện, người ấy sẽ không bị tái sinh trong một cõi thấp.

Vì thế, khi một người mà mỗi ngày từng trì tụng mười chuỗi *Om Mani Padme Hum* đi xuống sông hay biển, nước chạm vào thân người ấy được ban phước, và sau đó chất

* Đây là những nghiệp nặng tới nỗi chúng lập tức chín mùi thành một tái sinh trong cõi địa ngục khi nghiệp đời này cạn kiệt.

Năm nghiệp là: giết mẹ, giết cha, làm thân Phật chảy máu, giết A La Hán và gây chia rẽ trong Tăng Đoàn.

nước được ban phước đó sẽ tịnh hoá hàng tỉ chúng sinh trong nước. Người này cứu giúp những sinh vật trong nước đó thoát khỏi nỗi khổ không thể tưởng tượng nổi nơi các cõi thấp. Việc ấy thật lợi lạc đến mức khó tin.

Khi một người như thế đi xuống một con đường, gió chạm vào thân người ấy và sau đó tiếp tục chạm vào những côn trùng, nghiệp tiêu cực của chúng được tịnh hoá và nhờ đó chúng có một tái sinh tốt đẹp. Tương tự như vậy, khi một người như thế xúc chạm vào thân người khác, nghiệp tiêu cực của những người đó cũng được tịnh hoá.

Việc một người như thế nhìn ngắm thì thật đầy ý nghĩa; việc được nhìn và xúc chạm trở thành một phương tiện để giải thoát chúng sinh. Điều này có nghĩa là thậm chí hơi thở của người đó chạm vào thân của chúng sinh khác cũng tịnh hoá nghiệp tiêu cực của họ. Bất kỳ sinh loài nào uống nước trong đó một người như thế từng bơi lội cũng được tịnh hoá.

Chúng ta có may mắn lạ lùng là đã gặp được Pháp và có cơ hội để trì tụng và thiền định về Đức Phật Bi Mẫn. Đó là một phương pháp dễ dàng để tịnh hoá bất kỳ nghiệp tiêu cực nào mà ta từng tích tập, không chỉ trong đời này mà còn trong nhiều đời trước nữa.

Bởi chúng ta từng gặp được Phật Pháp và đặc biệt là phương pháp này – sự thực hành Đức Phật Bi Mẫn và trì tụng thần chú của Ngài – nó thật dễ dàng để tịnh hoá nghiệp tiêu cực và tích tập công đức rộng lớn và do đó thành tựu sự Giác ngộ. Chúng ta thật may mắn không ngờ.

Như thế, chẳng còn gì ngu dại hơn việc không chịu sử dụng sự thuận lợi của cơ hội vĩ đại này. Nói chung, chúng ta liên tục xao lãng và phí phạm cuộc đời mình. Không chỉ có thế, mọi hành vi được làm với bản ngã và tâm thức nhiễm ô ba độc tham, sân và si tạo nên nghiệp tiêu cực, là nguyên nhân của đau khổ. Trong cả cuộc đời, không còn gì ngu xuẩn hơn việc sử dụng thân người toàn hảo này chỉ để tạo nên đau khổ.

Ở những nơi như Tây Tạng, Nepal, Ấn Độ, và Ladakh đã có một truyền thống tốt đẹp lâu đời là thực hiện khoá nhập thất Đức Phật Bi Mẫn và trì tụng 100 triệu thần chú *Om Mani Padme Hum*. Khoá nhập thất được tổ chức ở Viện Chenrezig là kỳ nhập thất như thế lần đầu tiên được tiến hành ở Tây phương và khoá nhập thất đầu tiên trong tổ chức FPMT (Hội Bảo vệ Truyền thống Đại thừa). Việc này xảy ra ở đó mỗi năm một lần – mỗi năm chỉ một lần!

Nếu bạn bị dày vò bởi tội lỗi trong đời mình, bạn có thể khắc phục cảm xúc đó bằng sự tịnh hoá khi tham dự khoá nhập thất này. Khoá nhập thất không chỉ trì tụng các thần chú với các sadhana, mà cũng bao gồm cả việc trì giữ Tám Giới luật Đại Thừa, nếu không mỗi ngày thì ít nhất cũng thường xuyên. Bất kỳ công đức nào mà bạn tích tập trong ngày đó sẽ tăng trưởng gấp 100.000 lần. Việc này trở nên một phương pháp dễ dàng và nhanh chóng để tịnh hoá, tích tập công đức bao la, thành tựu sự Giác ngộ và giải thoát chúng sinh khỏi nỗi khổ không thể tưởng tượng nổi và mau chóng đưa họ tới sự Giác ngộ.

Được tham dự một kỳ nhập thất *mani* (Thần chú Sáu-Âm) là một điều may mắn khó tin. Cho dù bạn không thể hiện diện trong toàn bộ khoá nhập thất, bạn cũng có thể

tham dự hai tháng, một tháng hay ít nhất một vài tuần. Thậm chí bạn có thể chỉ nhập thất một tuần. Tôi đặc biệt hy vọng rằng khoá nhập thất này sẽ được tổ chức tại Mông Cổ, bởi thực phẩm chính của họ là thịt và quá nhiều thú vật bị giết mỗi ngày ở đó. Thực hành này trợ giúp để tịnh hoá điều đó. Sau khi các ngôi chùa của chúng tôi ở Mông Cổ được xây dựng xong, tôi hy vọng rằng hàng ngàn người sẽ tham dự các kỳ nhập thất *mani* tại đó. Dần dần, tôi mong muốn khoá nhập thất này cũng được tổ chức ở nhiều nơi khác tại phương Tây.

Khoá nhập thất này cũng ban phước cho quốc gia ở đó nó được tổ chức và đem lại rất nhiều sự an lạc, hạnh phúc và thịnh vượng.

Cho dù bạn hiểu biết giáo lý về cách thiền định về Bồ Đề Tâm, bạn vẫn cần thọ nhận những ân phước đặc biệt của vị Bổn Tôn, Đức Phật Bi mẫn. Bạn nhận những ban phước này bằng cách thực hiện việc thiền định và trì tụng mà chúng tôi thực hành trong khoá nhập thất *mani*. Như thế, việc trì tụng *Om Mani Padme Hum* là một phương pháp thể nhập Bồ Đề Tâm – để chuyển hoá tâm bạn thành Bồ Đề Tâm và làm cho việc bạn thiền định về Bồ Đề Tâm được hiệu quả.

Nói chung, theo kinh nghiệm của tôi, ở trụ xứ của tôi tại Solu Khumbu trong rặng Himalayas tại Nepal, có những người sống cuộc đời họ trong việc trì tụng *Om Mani Padme Hum* nhưng không có chút ý niệm nào về tánh Không – ngay cả trên chữ nghĩa. Mặc dù họ không thể đọc và thậm chí không biết vần abc, họ có một lòng sùng mộ vĩ đại đối với lòng bi mẫn và Bồ Đề Tâm và sống cuộc đời họ trong việc trì tụng *Om Mani Padme Hum*. Những người như thế có một trái tim nồng nhiệt, hết sức thiện tâm, vô cùng bi mẫn. Đây là một bằng chứng từ kinh nghiệm của tôi rằng nó hữu hiệu trong việc chuyển hoá tâm thức thành một trái tim tốt lành và bi mẫn.

Không có Bồ Đề Tâm, bạn không thể đem lại hạnh phúc cho tất cả chúng sinh. Bạn không thể thực hiện những công việc toàn hảo cho tất cả chúng sinh; và bạn không thể thành tựu những phẩm tính toàn thiện về những sự chứng ngộ và ngừng dứt, thậm chí cho chính bạn.

Như thế, mọi người sẽ rất được hoan nghênh khi tham dự khoá nhập thất 100 triệu thần chú *Om Mani Padme Hum*.

Lạt ma Thubten Zopa Rinpoche

Người dịch: Liên Hoa

Nguyên tác:

The Benefits of Chanting *Om Mani Padme Hum*

<http://www.lamayeshe.com/lamazopa/ommanipadmehum.shtml>