

# Pháp Tu Quán Tưởng

## Đức Phật Dược Sư

---

### Phát Nguyện

Mục đích của đời sống tôi là giải thoát hết thảy chúng sinh hữu tình ra khỏi mọi vấn đề và nhân tố tạo ra vấn đề, tất cả đều nằm trong tâm thức của họ, và mang lại an lạc hạnh phúc, nhất là hạnh phúc không gì có thể sánh của giác ngộ viên mãn, chúng sinh rất cần hạnh phúc này. Để có thể làm được như vậy, thân tâm tôi phải hoàn hảo, thanh tịnh, và mạnh khỏe. Vì vậy, vì lợi ích của chúng sinh hữu tình nhiều như không gian vô tận, tôi phát tâm tu theo pháp quán tưởng đức Phật Dược Sư dưới đây.

*Quán tưởng mình trong thân tâm phàm phu hiện tại, trái tim nằm trong lồng ngực, ngược đầu, hướng lên trên. Trong tim là đóa sen trắng tám cánh. Ở giữa tòa sen là đài mặt trăng, trên đó có đức Phật Dược Sư mang sắc tướng chuyển hóa tối thượng. Thân Phật nhiệm màu, sáng trong màu biển xanh thẳm, tay phải cầm nhánh cây “arura”, tay trái cầm bình bát.*

*Phía trước đức Phật Dược sư là thiên nữ thuốc trắng (bạch dược) - Tuệ Giác Viên Thành; bên phải là thiên nữ thuốc vàng (hoàng dược) – Tài Sản Đồng Thời; phía sau là thiên nữ rìng đỏ (hồng lâm), Yết Hầu Chim Công; bên trái là thiên nữ cây xanh - Rạng Chiếu. Mỗi vị thiên nữ toàn thân là ánh sáng an lạc, một mặt hai tay, tay phải cầm nhánh arura, tay trái cầm bảo bình với nhiều thức trang điểm. Bốn thiên nữ ngồi xếp bằng, không phải thế kiết già mà ngồi trong tư thế cúng dường trang nghiêm đức Phật Dược Sư.*

### Qui Y – Phát Tâm Bồ Đề

Con xin về nương dựa / nơi Phật Pháp và Tăng / cho đến khi giác ngộ.

Với công đức có được / nhờ tu hành hạnh Thí / cùng hạnh toàn hảo khác / nguyện chóng thành Phật đạo / để dẫn dắt chúng sinh / sang bờ giác vô thượng. (x3)

### Tứ Vô Lượng Tâm

Nguyện cả chúng sinh / đều được hạnh phúc / cùng nhân hạnh phúc

Nguyện cả chúng sinh / đều thoát khổ đau / cùng nhân khổ đau

Nguyện cả chúng sinh / không bao giờ lìa / hạnh phúc thoát khổ

Nguyện cả chúng sinh / trú tâm bình đẳng / thoát tâm tham sân / chấp người này thân /  
kẻ kia xa lạ.

### **Thất Chi Phổ Hiền**

- Nguyện mang thân ngữ ý / lễ kính Phật Dược Sư
- Nguyện kính dâng lên Phật / cúng phẩm hơn hết cả / trùng điệp khắp trời mây / đang  
thật sự bày ra / hay bày trong quán tưởng.
- Nguyện sám hối tất cả / biết bao nhiêu tội chướng / mà con đã làm ra / từ vô thủy sinh  
tử / mãi cho đến bây giờ.
- Nguyện vui cùng việc thiện / của các bậc thánh giả / cũng như của phàm phu
- Nguyện Phật vì chúng sinh / chuyển bánh xe chánh pháp / cho đến khi diệt tận / toàn bộ  
cảnh luân hồi.
- Nay con và chúng sinh / được bao nhiêu thiện căn / xin hồi hướng tất cả / về hai tâm bồ  
đề / về quả chánh đẳng giác / vì lợi ích chúng sinh.

### **Thỉnh Nguyện**

Kính lạy đấng Như Lai, Ứng Cúng, Chánh Biến Tri cùng bốn vị thiên nữ diệu dược, xin  
giúp con dẹp tan mọi tật bệnh con đang phải chịu trong hiện tại, hay sẽ phải chịu trong  
tương lai.

### **Quán Tưởng - Tụng Chú**

*Từ sắc thân nhiệm màu của Đức Phật Dược Sư trụ ngay giữa trái tim của quý vị, tỏa  
luồng ánh sáng xanh thắm, khiến thân thể người tu đầy ắp ánh sáng an lạc;  
Từ thiên nữ trắng phía trước tỏa luồng ánh sáng trắng, đầy ắp thân thể người tu;  
Từ thiên nữ vàng bên phải tỏa luồng ánh sáng vàng, đầy ắp thân thể người tu;  
Từ thiên nữ đỏ phía sau tỏa luồng ánh sáng đỏ, đầy ắp thân thể người tu;  
Từ thiên nữ xanh lá bên trái tỏa luồng ánh sáng xanh lá, đầy ắp thân thể người tu.*

*Thân tâm người tu bây giờ đầy ắp ánh sáng an lạc, khiến thanh tịnh tất cả mọi tật bệnh,  
tà ma ám chướng, ác nghiệp cùng tập khí của nghiệp. Từ mỗi lỗ chân lông trên thân thể  
người tu phóng ra hào quang ngũ sắc, từ bình bát của đức Phật Dược Sư và bảo bình  
của bốn thiên nữ diệu dược rót xuống suối cam lồ sắc trắng, rót đầy thân tâm người tu.  
Hãy cảm nhận linh động rõ ràng rằng tất cả mọi tật bệnh của mình đã tan biến vĩnh viễn  
và sẽ không bao giờ còn vương bệnh trở lại.*

*Trụ tâm nơi quán tưởng này, tụng đoạn chú Phật Dược Sư 7, 21 hay 108 lần:*

*Đoạn Chú Phật Dược Sư:*

TATYATHA / OM BEKANDZE BEKANDZE MAHA BEKANDZE RADZE  
SAMUDGATE SOHA

*Trường chú Phật Dược Sư*

OM NAMO BHAGAVATA BEKANDZE / GURU BENDURYA PRABHA  
RANDZAYA / TATHAGATAYA / ARHATE SAMYAKSAM BUDDHAYA /  
TATYATHA / OM BEKANDZE BEKANDZE MAHA BEKANDZE RADZE  
SAMUDGATE SOHA

Nam mô, Bạc già phật đế, bệ sát xā lū rô - bệ lưu ly bát lạt bà - hát ra xà đã, đát tha yết đa đã, a ra hát đế, tam miệu tam bột đà da, đát diệt tha : Ân, bệ sát thệ, bệ sát thệ - (ma-ha) bệ sát (thệ) xā – tam một yết đế, sa ha.

**Hồi Hương**

Xin nương vào thiện nghiệp / đã làm trong quá khứ / hiện tại và vị lai / nguyện thiện tâm rớt ráo / (là tâm biết thương quý / hết thấy chúng hữu tình / và cũng là cội nguồn / cả ba thời hạnh phúc / của con và chúng sinh) / nguyện cho thiện tâm này / nơi nào chưa phát sinh / sẽ nảy sinh lớn mạnh / nơi nào đã phát sinh / sẽ tăng trưởng không ngừng / không bao giờ thoái chuyển.

Nhờ công đức ba thời / của con cùng tất cả / chư Phật chư Bồ Tát / - bậc tánh hạnh thanh tịnh- / nguyện đa sinh phụ mẫu / được an lạc hạnh phúc. / Nguyện con đủ khả năng / bằng vào sức một người / làm được việc như vậy. / Nguyện ba cõi ác đạo / vĩnh viễn không còn ai.

Nguyện tất cả tâm nguyện / của chư Phật, Bồ tát / tức thì thành sự thật. / Nguyện con có khả năng / bằng vào sức một người / làm được việc như vậy.

Nhờ công đức ba thời / của con cùng tất cả / chư Phật chư Bồ tát / nguyện thành tựu đại lạc / không gì có thể sánh / của giác ngộ viên mãn / - là trạng thái tâm thức / vượt thoát mọi mê lầm / thành tựu mọi tánh đức- / và dẫn dắt tất cả / sang bến bờ giác ngộ.

*Lời Ghi Xuất Xứ*

Phương pháp hành trì này do S.Hunter biên soạn, Vajrayana Institute, Sydney June 1995, dựa vào phương pháp hành trì do Lama Zopa Rinpoche trước tác và chuyển ngữ, Wisdom Publication xuất bản năm 1994. Tất cả mọi sai sót thuộc lỗi lầm của người biên soạn.

Hồng Như chuyển Việt ngữ tháng 06,2006. Dịch gấp nhân dịp Lama Zopa Rinpoche truyền pháp Dược Sư tại Sydney, cúng dường Lama Zopa Rinpoche và thầy Thích Quảng Nghiêm. Bản dịch tạm, chưa hiệu đính.

**Mọi sai sót là của người dịch  
Mọi công đức xin hồi hướng pháp giới  
chúng sinh.**