



CK.0000054515

ĐẠI THỦ ẤN - TỨC THÂN THÀNH PHẬT

# ĐẠI THỦ ẤN

## TỨC THÂN THÀNH PHẬT

### 大手印 - 即身成佛

Mật pháp tức thân thành Phật

100 bức bích họa quý báu, hơn 200 hình đồ minh họa về tu trì Đại thủ ấn



Đề Lao Ba: Một trong những bậc đại thành tựu của Ấn Độ, là tập đại thành tựu viên Đai thủ ấn



Na Lao Ba: Ông là vị thầy của đại sư chỉ tôn Đề Lao Ba. Là người khai sáng ra giáo pháp thành tựu Nara.



Mã Nhĩ Ba: Sơ tổ của phái



Mô Lạc Nhật Ba: Tổ sư thứ

YÊN  
U



**ĐẠI THỦ ẤN**  
**TỨC THÂN THÀNH PHẬT**

大手印即身成佛

Bản quyền tiếng Việt được xuất bản  
theo thỏa thuận giữa Tác giả và công ty  
Văn hóa Minh Lâm, tháng 11/2010

11/4/65

QUYNH NA. NẶC BỐ VƯỢNG ĐIỂN

*Minh Đức (dịch)*

# ĐẠI THỦ ẤN TỨC THÂN THÀNH PHẬT

大手印即身成佛



**NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI**



## Lời nói đầu

Trong Tạng truyền Phật giáo có truyền thừa một số pháp môn tu tâm thần bí, có một loại tâm pháp không thể không đề cập đến là pháp môn tu tâm tối thượng của Mật tông Tây Tạng, có tập trung tinh hoa của tất cả các giáo pháp, chính là Đại thủ ấn.

Đại thủ ấn đại biểu cho tất cả các hiện tượng, tất cả các trạng thái và vận động của vũ trụ, cho đến tất cả sự hóa hiện vô cùng vô tận. Nó có thể giúp cho các hành giả hiểu được và tu tập nội tâm, khiến cho nội tâm không còn nghi hoặc.

Đại thủ ấn bắt nguồn từ Phật Đà Kim Cương Tổng Trì là giáo thụ thần bí thù thắng nhất, rồi được truyền thụ cho bậc đại thành tựu của Ấn Độ Đệ Lục Ba, thông qua sự phát triển và hiệu chỉnh của Đệ Lục Ba, sau đó tổ sư khai sơn phái Cát Cử của Tạng truyền Phật giáo Mã Nhĩ Ba sang Ấn Độ học tập Phật pháp, học được phép Đại thủ ấn từ đệ tử của Đệ Lục Ba là Na Lạc Ba, từ đó khiến cho giáo pháp Đại thủ ấn trở thành Đại thủ ấn Hiển Mật - tinh túy trong giáo nghĩa của phái Cát Cử.

Mục đích tu luyện Đại thủ ấn là kiến lập mối quan hệ giữa ý thức cá thể con người và ý thức vũ trụ, từ ý thức cá thể phát triển rộng thành ý thức vũ trụ, cuối cùng hai cái dung nhập làm nhất thể. Chỉ có nhận thức rõ tự tính viên minh, nhận thức được bản lai diện mục của mình, tức minh tâm kiến tính, khi chứng ngộ được như vậy cũng chính là lúc chứng ngộ được phép Đại thủ ấn. Bằng nhận thức này để thông đạt ý thức vũ trụ, chính là chứng đắc được Bồ đề vô thượng.

Nghe những điều này sẽ khiến cho cho mọi người có cảm giác nó là một hàm nghĩa cao siêu thần bí, nhưng trong giai đoạn khoa học phát triển hiện nay, một số lý luận và tư tưởng của Đại thủ ấn không ngừng được ấn chứng, trong giáo pháp Đại thủ ấn có đề cập đến một số phương pháp dưỡng sinh, điều hòa hơi thở, nếu dựa vào những phương pháp này để tu tập thì có thể đạt đến tác dụng thăng thanh khí, giáng trọc khí. Có những hỗ trợ nhất định đối với việc bồi dưỡng nguyên khí, thanh tịnh hóa tâm linh, giữ tâm thái khỏe mạnh. Có thể thấy, kiến trì tu luyện truyền thừa Đại thủ ấn có thể giúp cho người tu tập tiến nhập vào cảnh giới thanh tịnh của Thiên định...

Tạng truyền Phật giáo hình thành cách đây 1300 năm. Cho đến nay, Phật giáo Tây Tạng đặc biệt là Mật tông Tây Tạng đều dùng những giáo nghĩa uyên thâm, phương thức tu hành đặc sắc, đem đến cho mọi người cảm giác cao siêu thần bí, mà





Đường Ca là hồn ngọc của văn hóa cao nguyên Tây Tạng, để tài của tranh thêu Đường Ca bao gồm nhiều phương diện tôn giáo, lịch sử, dân tộc, tư tưởng quan niệm, được xem là bách khoa toàn thư của Tây Tạng. Trong những bức tranh thêu Đường Ca đầy màu sắc có phản ánh pháp tu Tạng Mật hay không? Cuốn sách **Đại thủ ấn - Tức thân thành Phật** đã sử dụng nhiều tư liệu tranh thêu Đường Ca, để cập lịch sử truyền thừa của Đại thủ ấn, sự phát triển của phái Cát Cú, các tổ sư truyền thừa Đại thủ ấn, cho đến những bậc đại thành tựu thông qua Đại thủ ấn đạt được sự chứng ngộ, bốn phương diện của phép tu Đại thủ ấn, sáu pháp thành tựu Naro... Thông qua những bức tranh thêu Đường Ca tinh xảo, quý giá, phần nào giúp bạn hiểu được tâm pháp của Mật tông.

Ngoài ra, trong cuốn sách còn có một bộ phận bích họa lấy từ tự viện Lô Khang sau lưng cung Bồ Đạt Lạp, đây là nơi tĩnh tu bí mật của Đạt Lai Lạt Ma. Người Tây Tạng cho rằng, chỉ cần chú mục vào những bức tranh tường này, thì có thể khai mở chân lý vĩnh hằng cho tâm linh, các bức Đường Ca còn lại đều được lưu giữ trong các viện bảo tàng trên thế giới, những tác phẩm Đường Ca này thông thường khó có cơ hội được chiêm ngưỡng toàn bộ, chủ chưa nói đến việc tập trung lại dưới một chuyện để dễ thưởng thức. Vì thế, cuốn sách đích thực là quà tặng có giá trị cho những người yêu thích pháp môn cũng như hội họa Mật tông Tây Tạng.

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI



## HÌNH THỨC TRÌNH BÀY

**Chỉ mục chính:** Thường gồm hai phần chính (nếu chủ đề và cụ thể hóa hơn giá trị, chức năng... của chủ đề), được đánh số thứ tự.

### 9. Phân loại Đại thủ ấn:

#### **ĐẠI THỦ ẤN THỰC TRỤ, ĐẠI THỦ ẤN KHÔNG LẠC, ĐẠI THỦ ẤN QUANG MINH**

*Đại thủ ấn có thể chia ra thành ba loại: Đại thủ ấn Thực trụ, Đại thủ ấn Không lạc, Đại thủ ấn Quang minh. Trong số đó thì có Đại thủ ấn Thực trụ và Đại thủ ấn Quang minh nổi tiếng nhất.*

**Khái quát:** Phần này là nội dung tổng quát của phần chính văn, được trình bày ngắn gọn giúp cho độc giả có cái nhìn khái quát về nội dung được trình bày ở dưới.

Về việc phân loại Đại thủ ấn, thường thì chia thành ba loại Đại thủ ấn Thực trụ, Đại thủ ấn Không lạc, Đại thủ ấn Quang minh.

Đại thủ ấn Thực trụ chính là bốn loại Du già: Du già chuyên chú, Du già vô sinh, Du già đặc thủ và Du già vô tu. Đó là phép tu hành được chia thành từng lớp dần dần chứng ngộ. Bất kỳ ai cũng thế chỉ cần tinh tấn tu trì theo những tinh hoa trong pháp đều có thể chứng ngộ mọi kiến thức trong đó. Nói cụ thể hơn, người kiến tri tu luyện trước tiên phải chuyên tâm vào một cảnh, không được để ý, phụ thuộc vào bất kỳ đối tượng nào, giữ cho tinh thần cân bằng, ổn định, thuận theo lẽ tự nhiên, từ từ dần nhập vào cảnh giới hư vô. Lúc này người tu hành bất luận là nhìn thấy nội tâm mình hay vật thể khách quan bên ngoài đều cảm thấy mọi sắc đều không, như vậy mới đạt được tâm không, cảnh không, cảnh giới "không trí giải thoát hợp nhất" của Đại thủ ấn. Do đó tu tập Du già Đại thủ ấn chưa cần tới quán định, theo đạo mà chứng đắc, thích hợp với người Hiền giáo chưa thọ giới hoặc người có căn cơ, khiến cho họ dần dần theo con đường Bồ đề. Chính vì thế mà cuốn sách này đã sử dụng bốn loại Du già Đại thủ ấn làm trọng điểm chính.

**Chính văn:** Diễn giải, phân tích cụ thể các vấn đề để độc giả dễ nắm bắt tương tẩn.

Đại thủ ấn Không lạc thuộc bộ pháp Du già vô thượng, là pháp môn cao hơn của người tu hành Mật pháp hoặc người có căn tính. Pháp tu hành phải trải qua giai đoạn quán định, minh điểm, mạch khí, sáu pháp thành tựu... dần dần cảm nhận thiên định tiến vào cảnh không. Lạc bất nhị để chứng ngộ Bồ đề. Nói một cách cụ thể, trước hết phải đạt Chuyển hóa, điều chỉnh hô hấp, tìm thấy sơ tâm của mình, lại tiếp tục từ sơ tâm đó lưu thông hô hấp và mạch máu, sau khi vòng tuần hoàn đi tới rộn phát ra chuyển hóa. Chuyển hóa này sẽ sinh ra bốn loại hoan hỷ khoái lạc (tứ hỷ), sau đó đạt tới cảnh không vô nhị mà sinh ra trí tuệ Phật. Dựa trên cơ sở này, nếu người tu hành chăm chỉ gia trì có thể sẽ đạt được cảnh giới tối cao của Không lạc song vận, là đỉnh cao Đại thủ ấn của phái Cát Cư trong Phật giáo Tang truyền.

Đại thủ ấn Quang minh là Đại thủ ấn sông Hằng, là pháp môn Đại thủ ấn tối thượng và gần giống như Thiên tông. Đại thủ ấn sông Hằng thuộc pháp đốn ngộ mà không phải là pháp tiệm ngộ. Bắc thượng sư có năng lực gia trì vô thượng, quán sát cơ duyên của đệ tử thuận thực, chỉ một búng tay trong một sát na là ngộ đạo. Do đó, người có căn cơ không cao không thể học được môn pháp này, thượng sư không có thành tựu xuất sắc không thể dạy được môn pháp này. Nhưng môn pháp này ở thế giới cận đại đã là môn pháp phương tiện khai thị cho việc tìm hiểu cơ duyên của người học, người học có căn cơ trí tuệ trước tiên có thể học pháp Thiết niệm và Tụng niệm trong Du già Đại thủ ấn, đối với người học có căn cơ kém hơn trước tiên có thể luyện các pháp quán tưởng trong Du già Đại thủ ấn, Kim cương số túc, Báo bình khí... lại kiên trì tập luyện cho tới cảnh giới an chi cao nhất thì có thể chứng đắc.

**Chỉ mục đồ giải:** Phân tích, đồ giải những điểm quan trọng trong nội dung chính văn giúp độc giả thâm nhập, lĩnh hội một cách sâu sắc vấn đề.

**BA LOẠI ĐẠI THỦ ẨN VỚI CÁN KHÍ CỦA NGƯỜI TU HÀNH**

**Cảnh giới cuối cùng của Đại thủ ấn:**  
**Không lạc và biệt và Minh không và biệt.**

**Quang minh Đại thủ ấn**

**Đối tượng tu hành:** Hành giả là bậc thượng thượng căn.  
**Hiện mặt:** Là Đại thủ ấn Mật giáo, thuộc Mật pháp vô thượng.  
**Phương pháp chứng tu:** Phải quán đỉnh, cung kính Thượng sư. Thông qua việc tu quán tưởng điều thân của Thượng sư hoặc Bản tôn, có thể chứng ngộ trong một sát na.

**Không lạc Đại thủ ấn**

**Đối tượng tu hành:** Là những hành giả tu trì Mật giáo hoặc những hành giả có căn lành.  
**Hiện mặt:** Là Đại thủ ấn Mật giáo, Lạc không song viên.  
**Phương pháp chứng tu:** Tiếp nhận quán đỉnh, tu tập minh điểm, khí mạch, sáu pháp Naro, chứng đắc trí tuệ bản giác, cảm thụ Đại lạc Quang minh.

**Thực trụ Đại thủ ấn**

**Đối tượng tu hành:** Những hành giả có căn lành phổ thông.  
**Hiện mặt:** Là Đại thủ ấn của Hiển giáo.  
**Phương pháp chứng tu:** Tu chứng được thực tướng các pháp, dần dần nhập đạo thông qua Trung luận.

**Chu ý đặc biệt**

- Bản chất của Thực trụ Đại thủ ấn, Không lạc Đại thủ ấn và Quang minh Đại thủ ấn không có sự khác biệt, số dĩ phân thành ba là bởi phù hợp với các đối tượng hành giả khi vào đạo có căn lành khác nhau mà thôi. Sự khác biệt của ba Đại thủ ấn là do sự khác biệt của căn cơ hành giả, hành giả khi tu luyện cần phải tự nhận thức được tình hình cụ thể của bản thân để lựa chọn, tuyệt đối không được nóng vội.

- Lạc biệt nhập: Cách nhìn tuệ giác của Phật biết sự vật là tương đối đối đãi, do đó không làm gì có sự vui, không làm gì có sự buồn, không làm gì có sự sung sướng hoặc đau khổ... Các tình cảm này đều thể hiện tâm thức Nhị nguyên của chúng sinh. Khi tiến đến trạng thái chính định do hiểu nguyên lý bất nhị và năng động của sự vật thì tâm tu luôn luôn an lạc.

**Đồ hình minh họa:**  
 Vận dụng những hình vẽ tương đối trừu tượng để luận thuật, khiến độc giả có thể vận dụng khả năng đánh giá trực quan để lý giải ý nghĩa nội dung.

**Đồ hình giải thích:**  
 Làm rõ phần ẩn nghĩa, khiến nội dung trở nên rõ ràng. Đây là phần tinh hoa của cuốn sách.

**Giải thích:**  
 Giải thích rõ thêm các thuật ngữ khó.



**KIM CƯƠNG TỔNG TRỊ**





TÁT NẶC CÁP



**BỒ TÁT LONG THỌ**