



SAMYE

Cúng Dường Ban Thờ: Tích Tập Công Đức và Chánh Niệm

Giảng Sư [Tulku Migmar Tsering](#)

CÚNG DƯƠNG BAN THỜ: THỰC HÀNH CHÁNH NIỆM

Chánh niệm là một từ phổ biến ngày nay. Nhưng có thể chúng ta vẫn quan niệm rằng chánh niệm áp dụng cho việc hành thiền im lặng trên bồ đoàn, hoặc phiên bản “phổ biến” hơn là ăn trong chánh niệm. Nhưng thực hành cúng dường cũng là một hình thức quan trọng của việc rèn luyện tâm!

Tại đây, chúng tôi sẽ trình bày bài giảng trọn vẹn về cúng dường ban thờ. Trong hai video đi kèm, Tulku Migmar giải thích từng bước về cách cúng dường chi tiết và cách cúng dường nước hàng ngày. Tulku-la giải thích rằng thực hành này là một cách tích tập công đức, nhưng cũng là một cách rèn luyện tâm, và chúng ta cần phải tận dụng cơ hội để thực hành chánh niệm khi cúng dường.

Thực hành cúng dường được dạy xuyên suốt các giáo lý của Đức Phật, trong cả kinh thừa và mật thừa. Chúng ta cúng dường như một phương tiện hỗ trợ thiện xảo để tích lũy công đức cần thiết trên con đường giác ngộ.

Thực hành cúng dường không chỉ đơn thuần là một phương cách, kĩ năng khô khan hay là một truyền thống văn hoá; đó thực sự là một thực hành uyên thâm. Phakchok Rinpoche thường nhấn mạnh về tầm quan trọng của việc sử dụng thời gian để cúng dường đầy đủ. Cúng dường có thể thực hành theo cách đơn giản hoặc chi tiết và là một yếu tố chuyển hoá hiệu quả khi được hiểu và thực hành với cả trái tim và tâm trí.

Trong thực hành cúng dường, điều quan trọng cốt yếu là ta sở hữu cả các vật phẩm cúng dường vật lý cũng như trạng thái nội tâm phù hợp. Do vậy mà chúng ta dành thời gian để suy ngẫm về mục đích và thay đổi nó nếu cần. Chúng ta cũng thực hành quán tưởng

và tập trung. Tất cả chúng sinh đều sở hữu những xúc cảm mang tính huỷ hoại như tham lam, keo kiệt, bám chấp và tự ái, thiếu quan tâm đến người khác, ngạo mạn và đố kỵ... Để có thể giảm bớt được những tập khí này và để tự tính thanh tịnh hiển lộ, thì thực hành cúng dường là vô cùng hiệu quả.

TÁM MÓN CÚNG DƯỜNG BÊN NGOÀI

Một ban thờ Phật giáo cơ bản bao gồm một tôn ảnh của Đức Phật, biểu trưng cho thân giác ngộ Hơn nữa, chúng ta bổ sung thêm kinh văn, biểu tượng cho ngữ giác ngộ. Và cuối cùng, chúng ta đặt một bảo tháp - stupa (hay bức hình một bảo tháp), biểu trưng cho tâm giác ngộ. Tất cả các chúng sinh đều sở hữu thân, ngữ và tâm giác ngộ này một cách tự nhiên nhưng chúng ta vẫn chưa nhận ra điều đó. Để thể hiện được sự tôn trọng, hoan hỷ và ước nguyện trước các yếu tố hỗ trợ này, chúng ta đặt các vật phẩm cúng dường phía trước các biểu tượng giác ngộ này trên ban thờ.

Tám món cúng dường bên ngoài cũng rất cần thiết trên ban thờ khi tham gia thực hành các *sadhana* (các phương tiện để thành tựu) về các bản tôn Hộ Phật. Vị bản tôn là biểu hiện trí huệ của tự tính thanh tịnh và giác ngộ của chúng ta, vậy nên việc cúng dường các vật phẩm đẹp đẽ và tươi mới tới bản tôn chính là nguồn cội công đức lớn lao và rất quan trọng.

Dù chúng ta là người sơ tu hay đã có kinh nghiệm, tám món cúng dường bên ngoài là một cách đơn giản nhưng thâm diệu để tích lũy công đức, sự tôn trọng cho bản thân và cho người khác cũng như một môi trường phù hợp cho thực hành tâm linh.

1. Nước để uống
2. Nước để gột rửa
3. Hoa
4. Trà
5. Ánh sáng
6. Nước hoa/ nước thơm
7. Đồ Ăn
8. Nhã nhạc/ Âm thanh

Trong video tiếp theo, Tulku Migmar hướng dẫn chúng ta cách sắp xếp cụ thể và bổ sung thêm các hướng dẫn về cách thực hiện các cúng dường này.

Xin quay trở lại trang của bài viết bằng tiếng Anh để có thể xem được video. Các bạn có thể kích hoạt phụ đề ở bảng cài đặt của YouTube.



CÚNG DƯỜNG NƯỚC

Sau đó Tulku-la cũng hướng dẫn cách chúng ta có thể cúng dường nước thanh tịnh mỗi ngày. Trong video này, thầy đã ban một chỉ dẫn chi tiết về thực hành cúng dường nước đúng cách.

Xin quay trở lại trang của bài viết bằng tiếng Anh để có thể xem được video. Các bạn có thể kích hoạt phụ đề ở bảng cài đặt của YouTube.

