

BÀI THAM THIỀN MQ-5: CHỦ ĐỀ– “BÀI CHÚ NGUYỆN HỢP NHẤT” “Mantram of Unification”

Chân sư Tây Tạng cho biết rằng Bài Chú nguyện Hợp nhất là “phiên bản với ngôn từ thân bí được trình bày theo lối mới của Bài Chú nguyện đã được dùng rộng rãi trong thời kỳ Atlantis cổ đại vào thời gian có xung đột với hậu quả còn đến ngày nay (trong Thế chiến I & II).”¹ Bài chú nguyện này đã được truyền cho các đệ tử nhằm giúp hợp nhất nhân loại và hướng con người đến các giá trị cao cả hơn.

Trong mỗi lần tham thiền, đọc trọn bài Chú nguyện, chú tâm vào mục tiêu hợp nhất—bạn với nhân loại và toàn nhân loại với nhau. Rồi tham thiền về mỗi phần trong một tuần, trả lời các câu hỏi và bất cứ thắc mắc nào khác có thể phát sinh.

Chỉnh hợp

1. Thư giãn thể xác.
2. Điều hòa tình cảm.
3. Giữ thể trí yên lặng và tập trung; hướng trí bạn vào bên trong và hướng thượng đến nguồn tâm thức cao siêu gọi là “linh hồn”.
4. Chỉnh hợp với linh hồn của bạn; rồi hình dung ánh sáng và tình thương của linh hồn tuôn xuống vào thể xác, thể tình cảm, và thể trí của bạn.
5. Đọc Thánh ngữ OM
6. "Hướng" về Đấng Toàn năng khi bạn đọc bài chú nguyện Gayatri "từ trong tâm":

**Hỡi Đấng bảo dưỡng toàn vũ trụ,
Đấng sinh thành vạn hữu; Đấng mà vạn hữu trở về,
Xin hiển lộ cho chúng con hình ảnh Ngôi Mặt trời tinh thần chân thực, ẩn
trong vàng ánh sáng chói vàng.
Đề chúng con hiểu biết chân lý và làm tròn nhiệm vụ,
trên con đường đến dưới chân thánh thiện của Ngài. OM.**

Tham thiền

Phân tích tư tưởng gốc (dùng câu hỏi kèm theo, nếu có); xác định ý nghĩa chung của nó đối với bạn, với cá nhân bạn; rồi cuối cùng xét đến thâm nghĩa của nó, chân lý tinh thần ẩn trong đó. “Nâng” tâm hồn mình đến tầm mức Thiêng liêng, và cố gắng thấy/ giao tiếp/ hoặc cảm nhận sự thực đó.

Bài chú nguyện Hợp nhất

**Những người con của nhân loại là một, và tôi là một với họ.
Tôi tìm cách yêu thương mà không thù ghét;
Tôi tìm cách phụng sự và không đòi hỏi công việc thích hợp;
Tôi tìm cách chữa lành, không gây đau khổ.**

¹ Alice Bailey, *Sự Hiển lộ của Thánh đoàn*, tr. 142

**Cầu xin sự khổ đau đem lại phần thưởng thích đáng của ánh sáng và tình thương.
Cầu xin linh hồn chế ngự ngoại thể,
Và cuộc sống và mọi biến cố,
Và làm hiển lộ tình thương.
Đang ẩn trong các diễn biến hiện thời.**

**Cầu xin tầm nhìn tinh thần đến cùng sự với thông hiểu.
Cầu xin tương lai tỏ rõ.**

**Cầu xin sự kết hợp nội tâm biểu dương và các chia rẽ bên ngoài tan biến.
Cầu xin tình thương chế ngự. Cầu xin mọi người yêu thương.**



Tuần 1: Những người con của nhân loại là một, và tôi là một với họ.

Tôi tìm cách yêu thương mà không thù ghét;
Tôi tìm cách phụng sự và không đòi hỏi công việc thích hợp;
Tôi tìm cách chữa lành, không gây đau khổ.

- Cá nhân bạn biểu lộ tình thương, khả năng giúp đỡ và tính vô hại đến mức nào?
- Bạn có thể làm điều gì để biểu lộ những phẩm tính này của linh hồn nhiều hơn?

Tuần 2: Cầu xin sự khổ đau đem lại phần thưởng thích đáng của ánh sáng và tình thương.

Cầu xin linh hồn chế ngự ngoại thể,
Và cuộc sống và mọi biến cố,
Và làm hiển lộ tình thương.
Đang ẩn trong các diễn biến hiện thời.

- Bạn đã bao giờ trải nghiệm một điều đau khổ trong đời của mình hay chưa, mà rốt cuộc điều đó lại mang nhiều lợi ích hơn trong cuộc sống đầy “ánh sáng và tình thương”. Nỗi đau khổ đó có đáng với kết quả tốt đẹp vừa kể hay không?
- Linh hồn Duy nhất (Bác ái) có ảnh hưởng thế nào trong nhân loại ngày nay, khi so với thời gian Thế chiến? Sự khác biệt thế nào, nếu có?

Tuần 3: Cầu xin tầm nhìn tinh thần đến cùng sự với thông hiểu.

Cầu xin tương lai tỏ rõ.
Cầu xin sự kết hợp nội tâm biểu dương và các chia rẽ bên ngoài tan biến.
Cầu xin tình thương chế ngự. Cầu xin mọi người yêu thương.

- Bạn có thể hình dung được tương lai khi nhân loại hợp nhất, là linh hồn duy nhất, và biểu lộ tình thương hay không?
- Cần có điều gì để hàn gắn những chia rẽ trong nhân loại?

Tuần 4: Cầu xin tầm nhìn tinh thần đến cùng sự với thông hiểu. Cầu xin tương lai tỏ rõ.

Cầu xin sự kết hợp nội tâm biểu dương và các chia rẽ bên ngoài tan biến.
Cầu xin tình thương chế ngự. Cầu xin mọi người yêu thương.

- Sự thay đổi bắt đầu từ mỗi cá nhân. Bạn nghĩ rằng bạn đã thống nhất đến mức nào?
- Bạn có thể yêu thương đến mức nào trong trí của mình (có tính vô hại trong tư tưởng)?

Khoảng lặng thấp

1. Thận trọng kết thúc các cố gắng trên đây và tái tập trung:
 - a. Vào thể trí của bạn, rồi
 - b. Vào thể tình cảm của bạn, rồi
 - c. Vào thể xác của bạn, để cho năng lượng phát sinh qua cố gắng tham thiền của mình mang lại hiệu quả tốt lành, chuyển hóa mỗi một trong ba thể này của phạm ngã hướng về tinh thần.
2. Xem xét lại bất cứ tư tưởng hoặc nhận thức nào đã phát sinh trong khi bạn phân tích tư tưởng gốc.

Phóng rải

Đọc Đại Thánh nguyện, phóng rải ánh sáng, bác ái và quyền năng tinh thần của Thượng Đế cho thế giới.

THE GREAT INVOCATION

**Từ nguồn Ánh sáng trong Trí Thượng Đế,
Cầu xin Ánh sáng tuôn rải vào trí con người,
Cầu xin Ánh sáng giáng xuống Trần gian.**

**Từ nguồn Tình thương trong Tâm Thượng Đế,
Cầu xin Tình thương tuôn rải vào tâm con người,
Cầu mong Đức Chưởng giáo trở lại Trần gian.**

**Từ trung tâm biết được Ý chí Thượng Đế,
Cầu xin Thiên ý hướng dẫn ý chí nhỏ bé của con người -
Thiên ý mà các Chân sư đều biết và phụng sự.**

**Từ trung tâm chúng ta gọi là nhân loại,
Cầu xin Thiên cơ Tình thương và Ánh sáng thực thi,
Và cầu mong Thiên cơ đóng kín cửa vào nẻo ác.**

Cầu xin Ánh sáng và Tình thương và Quyền năng phục hồi Thiên cơ trên Trần gian.

OM ... OM ... OM

Câu nhắc Thận trọng Trong ngày

Suốt ngày, xem xét các tư tưởng đã phát sinh trong khi bạn hành thiền để giữ hiệu quả chuyển hóa tiếp tục. Suốt ngày hãy giữ trong tâm hình ảnh về nhân loại hợp nhất qua sự thôi thúc và hướng dẫn của tình thương và ánh sáng.