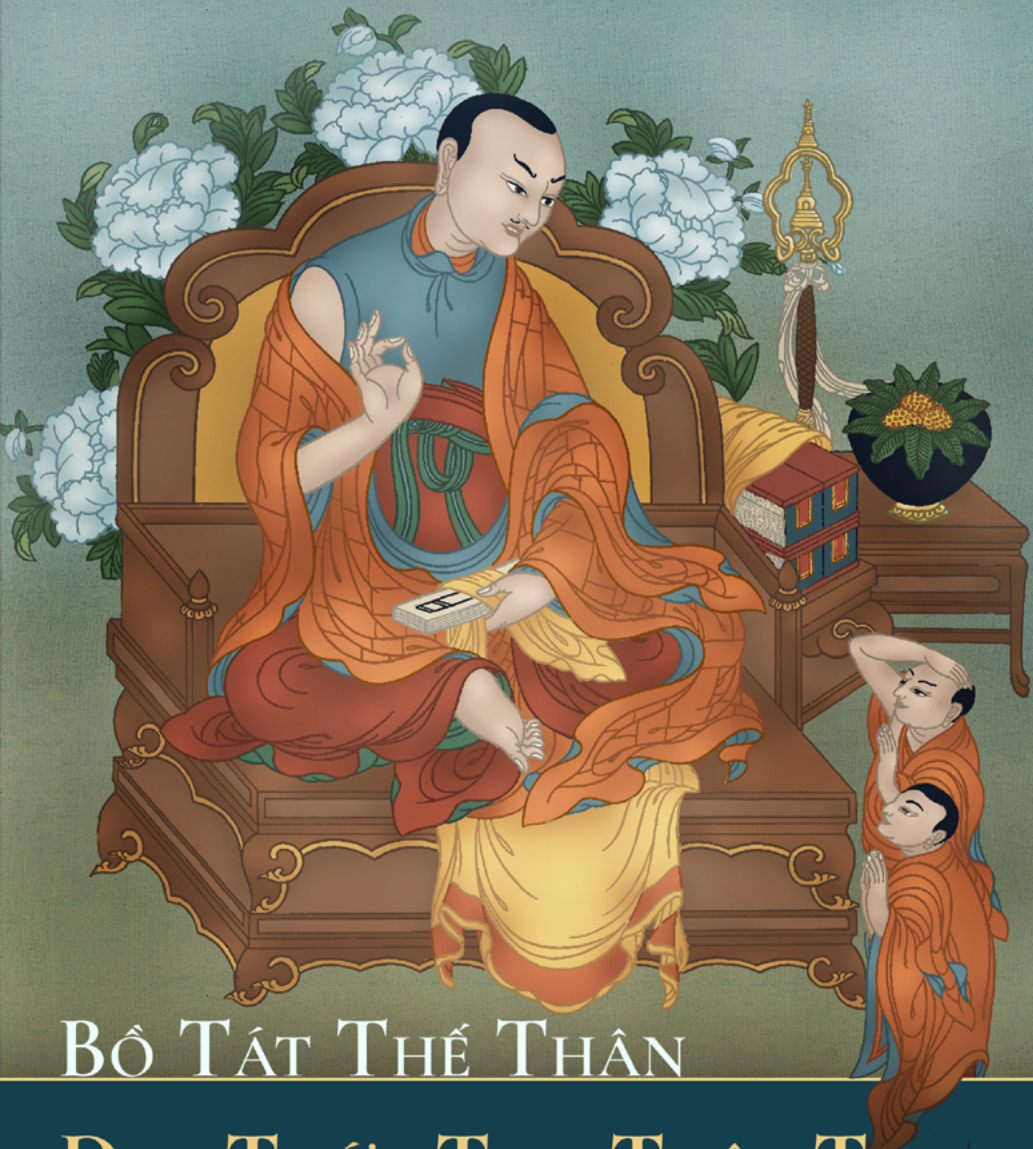




BỒ TÁT THỂ THÂN

DUY THỨC TAM THẬP TỤNG

Dịch giả • English translation: Thích Nhất Hạnh

ལུས་ཅུ་པའི་ཚིག་ལཱུར་བྱས་པ། །

# DUY THỨC TAM THẬP TỤNG



## BỒ TÁT THẾ THÂN

Dịch giả: Thích Nhất Hạnh



DHARMA EBOOKS

གྱུ་གར་སྐད་དུ། ཅིང་ཤི་ཀ་ཀྲ་རི་ཀྲ།  
བོད་སྐད་དུ། སུམ་ཅུ་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ།  
འཇམ་དཔལ་གཞོན་ཅུར་གྱུར་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

- (1) བདག་དང་ཆོས་སུ་ཉེར་འདོགས་པ། །སྣ་ཆོགས་དག་ནི་གང་བྱུང་བ། །  
དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་གྱུར། །གྱུར་པ་དེ་ཡང་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །

The metaphors of *self* and *dharma*,  
which function in so many different ways,  
take place in the transformation of consciousness.  
This transformation is of three kinds:

Những biểu tượng ngã, pháp  
Tuy hiện hành nhiều cách  
Đều do thức chuyển hiện  
Chuyển hiện này có ba:

- (2) རྣམ་པར་སྒྲིན་དང་ངར་སེམས་དང་། ། ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་རིག་བཟོ། །  
དེ་ལ་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་ནི། །རྣམ་སྒྲིན་ས་བོན་ཐམས་ཅད་བ། །

*Maturation, mentation,*  
and the *perception of sense-objects*. Among these,  
maturation is the consciousness called *store*,  
which has all the seeds.

Là dị thực, tư lương  
Rồi đến biểu biệt cảnh  
Trước là A-lại-gia  
Dị thực, nhất thiết chủng

- (3) དེ་ནི་ལེན་ས་དག་དང་གནས། །རྣམ་པར་རིག་ས་མི་རིག་བ། །  
རྟག་ཏུ་རིག་དང་ཡིད་བྱེད་དང་། །རིག་དང་འདུ་ཤེས་སེམས་པར་ལྷན། །

Its appropriations and its manifestation of locality  
cannot be known intellectually. It is always associated  
with contact, mental attention, feeling,  
perception, and volition.

Không biết được biểu biệt  
Của chấp thọ và xử  
Thường tương ứng với xúc  
Tác ý, thọ, tưởng, tư

- (4) དེ་ལ་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཏེ། །དེ་ནི་མ་བསྐྱབས་ལུང་མ་བསྟན། །  
རེག་ལ་སོགས་སའང་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ནི་རྒྱན་འབབ་ཚུ་བོ་བཞིན། །

Its feelings are neutral.

It is unobstructed and indeterminate.

The same is true of its contact, etc.

It functions like the current of a river.

Và thọ là xả thọ

Lại vô phú vô ký

Xúc vân, vân... cũng vậy

Lưu chuyển như dòng nước

- (5) དག་བཅོམ་ཉིད་ན་དེ་ཕྱོག་གོ། །དེ་ལ་གནས་ཏེ་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །  
དེ་ལ་དམིགས་བ་ཡིད་ཅེས་བྱ། །རྣམ་ཤེས་ངར་སེམས་བདག་ཉིད་ཅན། །

Its release takes place at the state of an arhat.

Dependent on it and having it as an object

is the consciousness named *manas*,

its nature being mentation.

Tối La-hán thì ngưng.

Nương nó khởi duyên nó

Là thức tên Mạt-na

Tính chất là tư lượng

- (6) བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱེན་པའི། ཁོན་མོངས་བཞི་དང་རྟག་ཏུ་འགྲོགས། །  
བདག་ཏུ་ཉ་དང་བདག་ཏུ་མོངས། །བདག་རྒྱལ་བདག་ཆགས་འདུལེས་པ། །

Manas is always conjoined with the four  
afflictions, obstructed but indeterminate,  
known as self-view, self-confusion,  
self-pride, and self-love.

Cùng với bốn phiền não  
Đều hủu phú vô ký:  
Là ngã kiến, ngã si  
Ngã mạn và ngã ái

- (7) གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེའི་འགཞན། རེག་སོགས་ཀྱང་དེ་དག་བཅོམ་མེད། །  
འགོག་པའི་སྦྲུམས་པར་འཇུག་ལ་མེད། །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ལམ་ན་འང་མེད། །

It arises wherever the other arises,  
and it arises along with contact and the rest.  
In the state of arhatship, the attainment of cessation,  
or on the supramundane path it no longer exists.

Sinh ở đâu theo đó  
Xúc vãn, vãn... cũng vậy  
La-hán, diệt tận định  
Xuất thế đạo không còn

- (8) འདི་ནི་གྲུང་བ་གཉིས་པ་ལོ། །གསུམ་པ་ལུལ་ནམ་བྱག་པོ་ལ། །  
དམིགས་པ་གང་ཡིན་དེ་དག་སྟེ། །དགོ་དང་མི་དགོ་གཉི་ག་མིན། །

That is the second transformation.

The third is the perception  
of the sixfold sense-objects.

It is beneficial, unbeneficial, or neither.

Đó là thức thứ hai.

Thứ ba gồm sáu loại

Tức là biểu biệt cảnh

Đủ thiện, ác, vô ký

- (9) ཀུན་རྒྱ་འགོ་དང་བྱེ་བྲག་ངེས། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་དགོ་བ་དང་། །  
དེ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ཉི་ཉོན་མོངས། །ཚོར་བ་གསུམ་དང་དེ་མཚུངས་ལྟན། །

It is always associated with the universals,  
the determined, the beneficials, as well as  
with the afflictions and the secondary afflictions.

Its feelings are of three kinds.

Tương ứng các tâm sở

Biến hành, biệt cảnh, thiện,

Phiền não, tùy phiền não

Và ba loại cảm thọ.

- (10) དང་མི་རིག་ལ་སྐྱེས་པ་དང་། །འདུན་མོས་བློ་དང་བཅས་པ་དང་། །  
ཉིང་རེ་འཛིན་ཆོ་བྱེ་བྲག་ངེས། །དད་དང་ངོ་ཚ་བླེལ་ཡོད་དང་། །

The universals are contact, etc.

The determined are zest, confidence,  
memory, concentration, and insight.

The beneficials are faith, dignity, shame,

Đầu là xúc, vân vân...

Rồi biệt cảnh là dục,

Thắng giải, niệm, định, huệ

Thiện là tín, tàm, quý,

- (11) མ་ཆགས་ལ་སྐྱེས་གསུམ་བཅོན་འགྲུས། །ཉིན་ཏུ་སྦྱངས་དང་བག་ཡོད་བཅས། །  
རྣམ་མི་འཆེ་དགེ་ཉན་མོངས་ནི། །འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་གཉི་སྤྲུག་དང་། །

absence of greed and

absence of the two others,

vigour, ease, carefulness, and non-harming.

The afflictions are craving, aversion, confusion,

Vô tham, hai thứ nữa

Cần an, bất phóng dật,

Hành xả cùng bất hại.

Phiền não: tham, sân, si,



- (12) ང་རྒྱལ་ལྷ་བ་ཐེ་ཚཱ་མོ། །ཁྱོད་ཁོན་བྱ་འཛིན་པ་དང་། །  
འཚབ་དང་འཚིག་དང་སྤྲུག་དོག་དང་། །མེར་སྤྲ་དང་ནི་སྦྱར་བཅས་དང་། །

pride, views, and doubt.

The secondary afflictions are  
anger, malice, hypocrisy, cruelty of speech,  
envy, selfishness, deceitfulness,

Lại có mạn, kiến, nghi

Rồi đến tùy phiền não

Là phần, hận, và phú,

Não, tật, xan, rồi siểm

- (13) གཡོ་རྒྱགས་རྣམ་འཛོལ་ཆ་མེད། །ཁྱེད་མེད་སྤྲུགས་དང་ཁྱོད་པ་དང་། །  
མ་དད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་། །བག་མེད་པ་དང་བརྗེད་ངས་དང་། །

guile, mischievous exhuberance,  
desire to harm, lack of shame, lack of dignity,  
mental fogginess, excitedness, lack of faith,  
sloth, carelessness, loss of mindfulness,

Cuống, kiêu, hại, vô tâm

Vô quý rồi hôn trầm

Trạo cử và bất tín,

Giải đãi, dật, thất niệm

- (14) རྣམ་གཡིང་ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་དང་། །འགྲོད་དང་གཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །  
རྟོག་པ་དང་ནི་དཔྱོད་པ་དང་། །ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་གཉིས་རྣམ་གཉིས། །

distraction, and lack of recognition.

The four which can be beneficial or unbeneficial are:  
regret and torpor, initial mental application  
and subsequent discursive thought.

Tán loạn, bất chánh tri  
Hối, miên và tâm, từ  
Hai thứ, mỗi thứ hai  
Đó là tùy phiền não.

- (15) ལྷ་རྣམས་ཅ་བའི་རྣམ་ཤེས་ལས། །རི་ལྷའི་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་བ་ནི། །  
རྣམ་ཤེས་ལྷན་ཅིག་གས་མ་ཡིན། །ལུ་ལ་ལྷབས་རྣམས་རི་བཞིན་ནོ། །

In the root consciousness,  
the five perceptions arise according to conditions,  
either singly or together,  
like waves on water.

Nương vào thức căn bản  
Năm thức tùy duyên hiện  
Hoặc cùng hoặc không cùng  
Như sóng nương vào nước

- (16) ཡིད་གྱི་ནམ་ཤེས་འབྱུང་བ་ནི། །རྟག་ཏུ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། །  
སྟོམས་པར་འབྱུག་པ་ནམ་གཉིས་དང་། །སེམས་མེད་གཉིད་དང་བརྒྱལ་མ་གཏོགས། །

The manovijnana functions always,  
except in the state of non-perception  
in the samapatti samadhi, in sleep,  
in fainting and in the no-mind state.

Ý thức thường hiện khởi  
Trừ ở cõi vô tưởng  
Trong hai định vô tâm  
Ngủ say và bất tỉnh

- (17) རྣམ་པར་ཤེས་པར་གྱུར་པ་འདི། །རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡིས་གང་། །  
རྣམ་བརྟགས་དེ་མེད་དེས་ན་འདི། །ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ། །

The transformation of consciousness  
is *mere construction*.  
What is constructed does not have real existence.  
So everything is *mere manifestation*.

Thức chuyển hiện làm nên  
Phân biệt, bị phân biệt  
Do đó đều là không  
Tất cả chỉ là thức

- (18) རྣམ་ཤེས་ས་སྟོན་ཐམས་ཅད་པ། །པན་ཚུན་དག་གི་དབང་གིས་ན། །  
དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་འགྲོ། །དེས་ན་རྣམ་རྟོག་དེ་དེ་སྟེ། །

Consciousness is the totality of the seeds.  
Transformation takes place in the way it does,  
because of a reciprocal influence;  
out of this, the different constructions arise.

Vì thức đủ hạt giống  
Nên chuyển hiện mọi cách  
Nhờ sức triển chuyển ấy  
Mọi thứ phân biệt sanh

- (19) ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི། །བག་ཆགས་བཅས་པས་སྡུ་མ་ཡིས། །  
རྣམ་པར་སླིན་པ་ཟད་ནས་གཞན། །རྣམ་སླིན་སྟེང་བ་དེ་ཡིན་ནོ། །

The habit-energy of actions,  
with the habit-energy of dual-grasping,  
give rise to another maturation,  
when the former maturation has been exhausted.

Vì tập khí của nghiệp  
Và tập khí nhị thủ  
Khi dị thực trước hết  
Các dị thực sau sinh.

- (20) རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་གང་གིས། །དངོས་པོ་གང་གང་རྣམ་བཟགས་པ། །  
དེ་ཉིད་ཀྱན་ཏུ་བཟགས་པ་ཡི། །ངོ་མ་ཉིད་མེད་དེ་མེད་དོ། །

Whatever range of events  
is constructed by whatever construction,  
it is just the constructed.  
Its nature is non-existent.

Do chủ thể biến kế  
Có đối tượng biến kế  
Tự tính biến kế chấp  
Vốn là không thật có.

- (21) གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་མ་ཉིད། །རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཏེ་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། །  
བྱུང་ནི་དེ་ལ་ལྷ་མ་སོ། །རྟག་ཏུ་མེད་པར་གྱུར་པ་གང་། །

The nature of the *interdependent*  
is born from the discernment of conditions.  
The *absolute* is the state when the interdependent  
is separated forever from the *constructed*.

Tự tính y tha khởi  
Do phân biệt duyên sinh  
Tự tính viên thành thật  
Là lìa hẳn tính trước

- (22) དེ་ཕྱིར་དེ་ཉིད་གཞན་དབང་ལས། །གཞན་མིན་གཞན་མ་ཡིན་པའང་མིན། །  
མི་རྟག་པ་སོགས་བཞིན་དུ་བརྗོད། །དེ་མ་མཐོང་བར་དེ་མི་མཐོང་། །

Therefore it is neither different  
nor non- different from the interdependent,  
just like impermanence, etc.  
when the one is not seen the other is not.

Nên nó cùng y tha  
Không khác, không không khác  
Như các tính vô thường  
Không này cũng không kia.

- (23) རོ་བོ་ཉིད་ནི་རྣམ་གསུམ་གྱིས། །རོ་བོ་ཉིད་མེད་རྣམ་གསུམ་ལ། །  
དགོངས་ནས་ཚུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་གྱི། །རོ་བོ་ཉིད་མེད་བསྟན་པ་ཡིན། །

The non-nature of dharmas  
has been taught only in connection  
with the three non-natures  
of the three natures.

Từ ba tự tính này  
Lập nên ba vô tánh  
Vì thế mật ý nói  
Mọi pháp đều vô tánh

- (24) དང་པོ་པ་ནི་མཚན་ཉིད་གྱི། །རྩོམ་ཉིད་མེད་གཞན་པ་ཡང་། །  
དེ་ནི་རང་ཉིད་མི་འབྱུང་བས། །རྩོམ་ཉིད་མེད་གཞན་ཡིན་ནོ། །

The first is a non-nature, because of  
its own character. The second is a non-nature,  
because it does not exist by itself.

The third is the absence of its own nature.

Cái đầu là vô tánh  
Vì tự thân là không  
Cái nhì là vô tánh  
Vì không tự có được

- (25) ཆོས་ཀྱི་དོན་གྱི་དམ་པ་འད་དེ། །འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱང་དེ། །  
དུས་རྒྱུས་ཀྱན་ནའང་དེ་བཞིན་ཉིད། །དེ་ཉིད་རྒྱུ་པར་རིག་པ་ཙམ། །

It is the ultimate truth of all dharmas;  
it is also suchness.  
Since it is always things just as they are,  
that is why it is mere manifestation.

Cái ba là vô tánh  
Vì thẳng nghĩa các pháp  
Vẫn là tánh chân như  
Và thật tánh duy biểu

- (26) རི་མིད་རྣམ་རིག་ཅམ་ཉིད་ལ། །རྣམ་སང་ཤེས་པ་མི་གནས་པ། །  
འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་བག་ལ་ཉལ། །དེ་ཉིད་རྣམ་སང་མི་ལྷོག་གོ། །

As long as consciousness does not dwell  
within the nature of mere manifestation,  
the residues of dual-grasping  
cannot come to an end.

Khi còn chưa an trú  
Trong thể tánh duy biểu  
Thì tùy miên nhị thủ  
Vẫn chưa thể phục diệt

- (27) འདི་དག་རྣམ་རིག་ཅམ་ཉིད་ཅེས། །དེ་སྣམ་དུ་ནི་དམིགས་ནས་སུ། །  
ཅི་ཡང་རུང་སྟེ་མདུན་འཛིག་ན། །དེ་ནི་ཅམ་ལ་མི་གནས་སོ། །

Although there may be the perception:  
“All this is mere manifestation,” because this still  
involves an object of perception in front of it,  
it does not yet really dwell in “merely-that.”

Dù bảo trú thức tánh  
Nhưng nếu còn đối tượng  
Thì vẫn chưa thật trú  
Vì còn có sở đắc.



- (28) རྣམ་ཞིག་ཤེས་པས་དམིགས་པ་རྣམས། །མི་དམིགས་དེ་ཡི་ཆོ་ན་ནི། །  
རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་ལ་གནས། །གཟུང་བ་མེད་པས་དེ་འཛིན་མེད། །

But when mind no longer grasps an object  
of consciousness, it will stop at mere consciousness.  
For without any object to grasp,  
there is no longer any grasping.

Nhưng khi nơi đối tượng  
Trí không thấy sở đắc  
Thì thật trú thức tánh  
Vì nhị thủ đã lìa.

- (29) དེ་ནི་སེམས་མེད་མི་དམིགས་པ། །འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད། །  
གནས་ཀྱང་གཞན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། །གནས་ངན་ལེན་གཉིས་སྤངས་པའོ། །

It is without discrimination and without attainment,  
that the supramundane wisdom (operates.)  
When the double incapacity is abandoned,  
transformation at the base is realized.

Là vô tâm, vô đắc  
Nên là trí xuất thế  
Chuyển đổi được sở y  
Nhờ lìa hai thô trọng.

(30) དེཉིད་ཟག་པ་མེད་དང་དབྱིངས། །བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་དགེ་དང་བརྟན། །  
དེ་ནི་བདེ་བ་རྣམ་ཐོལ་སྤྱ། །ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཞེས་བྱ། །

It is the realm of no difficulty,  
inconceivable, beneficial, stable, bliss,  
the body of liberation,  
called the Dharma-body of the Great Sage.

Là cảnh giới vô lậu  
Bất tư nghĩ, thiện, thường  
An lạc, giải thoát thân  
Ấy pháp Mẫu Ni lớn.

སུམ་ཅུ་པའི་ཆོག་ལའུར་བྱས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབྱིག་གཉིན་གྱིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །  
ཀླ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཇི་ན་མི་ཏ་དང་ཤྱི་ལན་བ་པོ་རྟི་དང་། ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་བན་དེ་ཡེ་ཤེས་  
ཤེས་བསྐྱར་ཞིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །



Nhà xuất bản: DHARMAEBOOKS.ORG



Tác phẩm này được cấp phép theo **Creative Commons Attribution-Non-Commercial- NoDerivatives 4.0 International License**.

Đối với bất cứ phương thức sử dụng hoặc phân phối nào khác,  
hãy liên hệ với [contact@dharmaebooks.org](mailto:contact@dharmaebooks.org) để được cấp phép.

Dịch giả: Thích Nhất Hạnh

Thiết kế bìa sách: Beata Tashi Drolkar

eBook: tháng 1 năm 2023

Dharma Ebooks (Sách điện tử Phật Pháp) là một dự án của Dharma Treasure (Kho báu Phật pháp), hoạt động dưới sự hướng dẫn biên tập của Đức Karmapa thứ 17, Ogyen Trinley Dorje. Bản quyền sở hữu của Dharma Ebooks thuộc về Dharma Treasure Corporation.

