

BỐN NGHỊ THỨC TỤNG NIỆM TÓM TẮT THỰC HÀNH CĂN BẢN



CỦA ĐỨC KARMAPA THỨ 17
OGYEN TRINLEY DORJE

BỐN NGHỊ THỨC
TỤNG NIỆM TÓM TẮT
THỰC HÀNH CĂN BẢN



CỦA ĐỨC KARMAPA THỨ 17
OGYEN TRINLEY DORJE

BỐN NGHI THỨC TỤNG NIỆM TÓM TẮT THỰC HÀNH CĂN BẢN

Của

ĐỨC KARMAPA THỨ 17
OGYEN TRINLEY DORJE



DHARMA EBOOKS

NỘI DUNG

Cầu nguyện tóm tắt bốn tôn Cháp Kim Cang

Bốn thực hành căn bản

BỐN NGHI THỨC TỤNG NIỆM TÓM TẮT THỰC HÀNH CĂN BẢN

I. Quy y và phát tâm bồ đề

II. Thiền định và đọc tụng Đức Kim Cang Tát Đỏa

III. Cúng dường Mạn đà la, Tập hợp hai tích lũy

IV. Đạo sư Du Già

གསལ་འདེབས་རྫོ་རྗེ་འཆང་བྱང་མ།
CẦU NGUYỆN TÓM TẮT BỒN TÔN CHẤP KIM CANG

རྫོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་ཏི་ལོ་ནུ་རོ་དང་། །

dor je chang chen te lo na ro dang
Bậc đại Chấp Kim Cang, Tilopa, Naropa,

མར་པ་མི་ལ་ཆོས་རྗེ་སྒྲུ་པོ་བ། །

mar pa mi la chö je gam po pa
Marpa, Mila, vua chánh Pháp Gampopa,

དུ་སུ་གསུམ་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཁྱེན་ཀམ་པ། །

dü sum she ja kün khyen kar ma pa
Bậc chứng ngộ ba thời, toàn trí Karmapa,

ཆེ་བཞི་ཚུང་བརྒྱད་བརྒྱད་པར་འཛིན་ནམས་དང་། །

che shi chung gye gyü par dzin nam dang
Bậc nắm giữ bốn bốn tôn lớn và tám nhánh nhỏ,

འབྲི་རྟག་ཆའ་གསུམ་དབལ་ལྷན་འབྲུག་པ་སོགས། །

dri tak tsal sum pal den druk pa sok
Drikung, Taklung, Tsalpa và Drukpa vĩ đại,

ཟབ་ལམ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་ལ་མངའ་བརྟེན་པའི། །

sap lam chak gya che la nga nye pay
và những vị khác đã thấu triệt đạo lộ thâm sâu Đại thủ ấn,

མཉམ་མེད་འགྲོ་མགོན་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་ལ། །

nyam me dro gön dak po ka gyü la
Bậc vô thượng che chở chúng sanh, Dakpo Kagyu,

གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞུང་བརྒྱུད་སྒྲ་མ་ནམས། །

sol wa dep so ka gyü la ma nam

chúng con khấn cầu Ngài, những bậc Đạo Sư Kagyu, chúng con nắm giữ

བརྒྱུད་བ་འཛིན་ནོ་ནམ་ཐར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

gyü pa dzin no nam tar jin gyi lop

Bổn tôn của Ngài: xin ban ân điển cho chúng con noi theo tấm gương Ngài.

ཞེན་ལོག་སྒྲོམ་གྱི་རྒྱུ་པར་གསུངས་པ་བཞིན། །

shen lok gom gyi kang par sung pa shin

Tách rời dấu chân Thi ền định được dạy.

ཟས་ནོར་ཀུན་ལ་ཆགས་ཞེན་མེད་པ་དང་། །

se nor kün la chak shen me pa dang

Những người không còn khao khát thức ăn, giàu sang,

ཆེ་འདིའི་གདོས་ཐག་ཆོད་པའི་སྒྲོམ་ཆེན་ལ། །

tse diy dö tak chö pay gom chen la

Đã cắt đứt tất cả ràng buộc trong đời này: xin ban phước cho chúng con

ཉིད་བཀུར་ཞེན་པ་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། །

nye kur shen pa me par jin gyi lop

Không còn chấp trước danh dự, lợi dưỡng.

མོས་གྲུས་སྒྲོམ་གྱི་མགོ་བོར་གསུངས་པ་བཞིན། །

mö gü gom gyi go wor sung pa shin

Nỗ lực tận tâm Thi ền định đứng đầu như được dạy.

མན་ངག་གཏེར་སྒྲོ་འབྱེད་པའི་སྒྲ་མ་ལ། །

men ngak ter go che pay la ma la

Những người luôn cầu nguyện bậc th ầy

རྒྱུན་དུ་གསེལ་བ་འདེབས་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

gyün du sol wa dep pay gom chen la

Mở cửa kho tàng khai giáo khẩu truy ền:

བཅོས་མིན་མོས་གྲུས་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

chö min mö gü kye war jin gyi lop

Xin ban phước cho chúng con dốc lòng phát triển chân chánh.

ཡེངས་མེད་སྒྲིམ་གྱི་དངོས་གཞིར་གསུངས་པ་བཞིན། །

yeng me gom gyi ngö shir sung pa shin

Thực hành cốt yếu không sao lãng như được dạy

གང་ཤར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་སོ་མ་དེ། །

gang shar tok pay ngo wo so ma de

khi đi ầu gò khởi lên, đơn giản dừng nghỉ,

མ་བཅོས་དེ་ཀར་འཛོག་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

ma chö de kar jok pay gom chen la

không thay đổi, chỉ làm mới mẽ tư tưởng căn bản:

བསྒྲིམ་བྱ་སྒྲོ་དང་བྲལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

gom ja lo dang dral war jin gyi lop

Xin ban phước cho chúng con thực hành thoát khỏi khái niệm,

ནམ་རྟོག་ངོ་བོ་ཆོས་སྐྱུར་གསུངས་པ་བཞིན། །

nam tok ngo wo chö kur sung pa shin

tư tưởng căn bản pháp thân như được dạy.

ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ཅིར་ཡང་འཆར་བ་ལ། །

chi yang ma yin chir yang char wa la

Không có gì, dù chúng chưa khởi lên,

མ་འགགས་རྩེ་པར་འཆར་བའི་སྒྲིམ་ཆེན་ལ། །

ma gak röl par char way gom chen la

chúng con khởi lên hoạt động liên tục: xin ban phước

འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས། །

khor de yer me tok par jin gyi lop

chúng con nhận rõ luân h ồi và Niết Bàn không tách rời.

སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་ཡང་དག་སྒྲ་མ་དང་། །

kye wa kün tu yang dak la ma dang

Trong tất cả kiếp sống nguyện xin chúng con không bao giờ xa lìa

འབྲུལ་མེད་ཆོས་ཀྱི་དབལ་ལ་འོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

dral me chö kyi pal la long chö ching

Bậc Đạo Sư tôn kính và an hưởng huy hoàng chánh pháp.

ས་དང་ལམ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་རྫོགས་ནས། །

sa dang lam gyi yön ten rap dzok ne

Hoàn thiện phẩm chất đạo lộ và thánh địa,

རྫོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ཐུར་ཐོབ་ཤོག །

dor je chang gi go pang yur top shok

Nguyện xin chúng con nhanh chóng chứng ngộ Chấp Kim Cang.

ཅེས་བའང་བན་སྒྲར་བ་འདྲམ་དབལ་བཟང་པོས་མཛད་པའོ། །

Của Pengar Jampal Sangpo

BỐN THỰC HÀNH CĂN BẢN

ལྷ་མི་ལུས་དལ་འབྱོར་རྟེན་སར་དཀའ་བའི་ཁྱིམ་གྱི་ངག་འདོན་ནི།

1. Thân người quý báu

དང་པོ་བསྐྱེས་བྱ་དལ་འབྱོར་རིན་ཆེན་འདི། །

dang po gom ja dal jor rin chen di

Thứ nhất, Thi ền định thân người quý báu

ཐོབ་དཀའ་འཇིག་སྤྲ་ད་རེས་དོན་ཡོད་བྱ། །

top ka jik la da re dön yö ja

Khó được dễ mất. Con nguyện sống đời ý nghĩa!

ལྷ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་ནི།

2. Chết và vô thường

གཉིས་པ་སྣོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་། །

nyi pa nö chü tam che mi tak ching

Thứ hai, thế giới và cuộc sống chúng sanh vô thường.

སྒོ་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་ཆེ་སྒོག་ཟུ་བུར་འད། །

gö su dro way tse sok chu bur dra

Cuộc đời chúng ta như bong bóng nước

ནམ་འཆི་ཆ་མེད་འཆི་ཆེ་རོ་རུ་འགྱུར། །

nam chi cha me shi tse ro ru gyur

Ai biết khi nào sẽ chết và biến thành thi hài?

དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་བྱེད་བཅོམ་པས་བསྐྱབ། །

de la chö kyi pen chir tsön pay drup

Chỉ có Pháp cứu hộ, con nguyện tinh tấn thực hành.

ལས་ཀྱི་འབྲས་ནི།

3. Nghiệp, nhân và quả

གསུམ་པ་ཤི་ཚེ་རང་དབང་མི་འདུ་བར། །

sum pa shi tse rang wang mi du war

Thứ ba, không tự do lúc chết.

ལས་ནི་བདག་གིར་བྱ་བྱེད་སྒྲིག་པ་སྤང་། །

le ni dak gir ja chir dik pa pang

Để chế ngự nghiệp lực,

དགེ་བའི་བྱ་བས་རྟག་ཏུ་འདའ་བར་བྱ། །

ge way ja way tak tu da war ja

Con đoạn trừ ác nghiệp và thường làm thiện nghiệp.

ཞེས་བསམ་ཉིན་རེ་རང་རྒྱུད་ཉིད་ལ་བརྟག། །

she sam nyin re rang gyü nyi la tak

Suy nghĩ như vậy, chính con quán sát mỗi ngày.

ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི།

4. Nhược điểm của Luân h ồi

བཞི་པ་འཁོར་བའི་གནས་གྲོགས་བདེ་འབྱོར་སྒོགས། །

shi pa khor way ne drok de jor sok

Thứ tư, nơi chốn, bạn bè, ham muốn và giàu sang của luân h ồi,

ཐུག་བསྐུལ་གསུམ་གྱིས་རྟག་ཏུ་མནར་བའི་བྱེད། །

duk ngel sum gyi tak tu nar way chir

thường bị ba khổ tấn công;

གསོད་སར་བྲིད་པའི་གཤེད་མའི་དགའ་སྟོན་ལྟར། །

sö sar tri pay she may ga tön tar

Như yến tiệc trước lúc tàn.

ཞེན་འབྲིས་བཅད་ནས་བཙོན་པས་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ། །

shen tri chen ne tsön pay jang chup drup

Cắt đứt chấp trước trói buộc, con tinh tấn chứng giác ngộ.

ཞེས་པས་སྤུན་མོང་གི་སྟོན་འགྲོ་བཞི་དང་།།



GURU VAJRADHARA

༄༅། །སྒྲིན་འགྲོ་བཞེས་ལྷོ་ཁྱེད་ཀྱི་དག་འདོན་མདོར་བསྐྱུས་བཞུགས་སྟེ། །

BỐN NGHI THỨC TỤNG NIỆM TÓM TẮT THỰC HÀNH CĂN BẢN

དཔལ་ལྷན་ཁྱབ་བདག་རྩོམ་པ་འཆང་དབང་རིགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྐྱ་མ་ཀམ་པ། །
Đấng Vinh Quang, Toàn Năng, Toàn Trí Chấp Kim Cang, gia đình chính của
chư Phật – bậc thầy Karmapa,

དགྱིལ་འཁོར་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སྤྱི་ཞིའི་དཔལ་གྱུར་ཡི་དམ་རྩོམ་ལྷོ་ཁྱེད་ཀྱི་མཁའ་མཁུ་མ། །
Căn nguyên tất cả Mạn đà la, Đấng Vinh Quang của luân hồi và Niết Bàn –
Nữ Thần Kim Cang Du Già,

སྒྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པོར་དབང་བསྐྱུར་ཆོས་སྐྱོང་བེར་ཅན་ལྷམ་པལ་ལ། །
Bậc có năng lực hành động giác ngộ – các hộ pháp Bernakchen và bạn tâm giao,

ལྷམ་འབྱོར་ཅེ་གཅིག་གྱུས་པས་འདུད་དོ་འབྲལ་མེད་ཐུགས་རྗེས་སྐྱོང་བར་མཛོད། །
Nữ Du Già này nhất tâm cung kính đánh lễ – xin bảo hộ con mãi mãi với lòng
từ bi cao thượng của Ngài.

འདིར་གང་ཟག་གང་ཞིག་ལམ་སྐྱོད་མོང་བས་རྒྱུད་སྐྱུངས་པ་སྒྲིན་དུ་སོང་བས། ཆད་ལྷན་གྱི་སྐྱ་མའི་བྱུང་ནས་དབང་
དང་གདམས་པ་ལེགས་པར་ཁྱུས་ཏེ། ཐུག་ཆེན་གྱི་སྐྱོད་མེན་སྒྲིན་འགྲོའི་འདོན་སྐྱོམ་བགྱི་བ་ལ།

*Một khi cá nhân đã tịnh hóa dòng tâm thức qua thực hành căn bản hằng ngày, phải cầu
thỉnh để được nhận lãnh quán đánh và khai thị từ bậc thầy phẩm hạnh. Kế tiếp luyện tập
thực hành Thiên định đọc tụng căn bản đặc biệt của Đại Thủ Ấn như sau:*

༡ སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད།

I. QUY Y VÀ PHÁT TÂM BỒ ĐỀ

ཐོག་མར་ཅི་བྱེད་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ལ། །ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་
འཛིག་རྟེན་དང་བྱ་བ་གཞན་གྱི་སློམ་པ་བཅད་དེ་བདེ་བའི་སྐྱོན་ལ་ལུས་གནད་གཅུན་ཏེ།

Thứ nhất, để mọi việc bạn làm phù hợp với chánh pháp, nên Quy y và phát khởi tâm Bồ đề, có hai cách: trong thời khóa Thiên định và ở giữa thời Thiên định. Suốt thời khóa Thiên định, từ bỏ những lo toan thế gian một bên và việc làm khác, ngồi Thiền kiết già ngay ngắn trên bồ đoàn với tư thế thoải mái và đọc tụng:

རང་མདུན་ནམ་མཁར་སྒྲ་མ་རྩེ་རྩེ་འཆང་། །

rang dün nam khar la ma dor je chang

Bầu trời trước mặt con bậc Đạo Sư Chấp Kim Cang,

དེ་ལ་དོན་བརྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་བརྒྱུད་པ་དང་། །

de la dön gyü jin lap gyü pa dang

vây quanh các bậc thầy bốn tôn ý nghĩa và ban phước

ཆོས་འབྲེལ་དད་ཐོབ་སྒྲ་མའི་ཆོག་ས་གྱིས་བསྐྱོར། །

chö drel de top la may tsok kyi kor

các bậc Thầy con có niềm tin và kết nối Phật pháp.

མདུན་དུ་ཡི་དམ་གཡས་སུ་སངས་རྒྱས་དང་། །

dün du yi dam ye su sang gye dang

Ở trước các thần Yidam, bên phải chư Phật.

རྒྱབ་དུ་དམ་ཆོས་གཡོན་དུ་དགེ་འདུན་བཅས། །

gyap tu dam chö yön du gen dün che

Phía sau Pháp bí mật, bên trái đoàn thể Tăng già.

རང་རང་རེགས་མཐུན་འཁོར་ཚོགས་ཀྱི་མཆོས་བསྐྱོར། །

rang rang rik tun khor tsok gya tsoy kor

Vô số đoàn hộ tống từ miễn của các Ngài vây quanh

སྐྱབས་ཡུལ་ཀྱན་གྱི་སྤྱན་ལམ་འོག་ཕྱོགས་སུ། །

kyap yul kün gyi chen lam ok chok su

Con và những mẹ hi ền của con, chúng sanh đứng ở trước.

མ་གུར་སེམས་ཅན་ཀྱན་ཀྱང་འཁོད་གུར་བས། །

ma gyur sem chen kün kyang khö gyur pay

Cội ngu ền Quy y nhìn thẳng vào chúng con.

ཅེ་གཅིག་ཡིད་གྱིས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་གུར། །

tse chik yi kyi kyap dro sem kye gyur

Chúng con nhất tâm Quy y và phát tâm Bồ đề ề

བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྷ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

dak dang sem chen tam che la ma la kyap su chi o

Con và chúng sanh Quy y các bậc th ầy.

ཡི་དམ་ལྷ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

yi dam lha la kyap su chi o

Chúng con Quy y các th ần Yidam.

སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

sang gye la la kyap su chi o

Chúng con Quy y chư Phật

ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

chö la kyap su chi o

Chúng con Quy y Pháp.

དགོན་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །

gen dün la kyap su chi o

Chúng con Quy y Tăng.

དགོན་མཆོག་རིགས་ལྔར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཅི་བྱས་དང་། དམིགས་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཐུས་སུ་མཐུད་དེ་སེམས་བསྐྱེད་
བྱ་བ་ནི།

Quy y năm ngôi báu này càng nhiều lần càng tốt. Duy trì quán tưởng như vậy, phát tâm Bồ đề:

བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། །

jang chup nying por chi kyi bar

Cho đến khi con đạt giác ngộ,

སངས་རྒྱས་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །

sang gye nam la kyab su chi

Con xin nguyện Quy y chư Phật,

ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །

chö dang jang chub sem pa yi

Con xin nguyện Quy y Pháp,

ཆོག་མཁན་ལ་འང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆོད། །

tsok la'ang de shin kyab su chi

Và cũng thế con xin nguyện Quy y Tăng đoàn chư Bồ tát.

རི་ཁྱར་སྟོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། །

ji tar ngön gyi de shek kyi

Cũng như chư Phật thuở xưa,

བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །

jang chup tuk ni kye pa dang

Đã phát tâm Bồ đề

ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་དཔེ་བསྐྱབ་པ་ལ། །

jang chup sem pay lap pa la

Thực hành Bồtát đạo

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །

de dak rim shin ne pa tar

Từng bước noi theo các Ngài,

དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་པན་དོན་དུ། །

de shin dro la pen dön du

cũng vậy, con nay vì lợi lạc tất cả chúng sanh

ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་། །

jang chup sem ni kye gyi shing

nguyện phát tâm Bồđề

དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལའང་། །

de shin du ni lap pa la

Con cũng nguyện từng bước noi theo các Ngài

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི། །ལན་གསུམ།

rim pa shin du lap par gyi

thực hành Bồtát đạo. (*đọc ba lần*)

Tiếp theo đọc như sau:

ཁྱེད་ཀྱི་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །

jang chup sem chok rin po che

Nguyện xin tâm Bồđềcao quý, tối thượng

མ་སྐེས་པ་ནམས་སྐེ་གུར་ཅེག །

ma kye pa nam kye gyur chik

phát khởi nơi nào chưa phát khởi

སྐེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། །

kye pa nyam pa me pa dang

không suy giảm nơi nào đã phát khởi,

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག །

gong ne gong du pel war shok

và tiếp tục tăng trưởng mãi mãi.

མཐའ་མར་སྐབས་ཡུལ་འོད་ཟེ་བདག་དང་འབྲེས།

Cuối cùng, cội nguồn Quy y hòa quyện vào ánh sáng và sau đó hòa thành một với con.

གཉིས་པ་སྒྲན་མཆམས་སུ། །རང་རྒྱད་བཏང་སྟོམས་སུ་མ་ལུས་པར། །གཉིན་པོས་བཟུང་སྟེ། །སྒྲ་མ་ལ་མོས་གྲུས་ཇི་
ཆེ། །དགོན་མཆོག་ལ་དད་པ་ཅི་སྟེ། །སེམས་ཅན་ལ་སྦྱང་རྩི་རྩི་སྦྱང་ལ་འབད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

Thứ hai, tu tập, quán sát nếu vọng tưởng khởi lên lập tức đoạn trừ và không chấp trước vào nó. Cố gắng chú tâm nhiều hơn vào bậc thầy, phát khởi niềm tin vào ngôi báu tối thượng và tâm đại bi với hết thấy chúng sanh.



GURU VAJRASATTVA

༡ རྟོག་སེམས་སྒྲིམ་བཞུས།

II. THIÊN ĐỊNH VÀ ĐỌC TỤNG

ĐỨC KIM CANG TÁT ĐOÀ

། རྟོག་སྒྲིམ་དག་པར་བྱེད་པ་རྟོག་སེམས་སྒྲིམ་བཞུས་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

Thực hành Thiên định và đọc tụng Đức Kim Cang Tát Đỏa, Tịnh hóa ác nghiệp và phiên não chướng có hai phần. Thứ nhất, trong khóa Thiên định, đọc tụng:

རང་གི་སྒྲི་པོར་པད་ཆེན་གྱི་སྟེང་། །

rang gi chi wor pe day den gyi teng

Trên đỉnh đầu con, tòa sen hình mặt trăng,

ལ་མ་དོ་རྟེ་སེམས་དཔའ་རྒྱ་ལྗན་དཀར། །

la ma dor je sem pa gyen den kar

Bậc Đạo Sư Kim Cang Tát Đỏa, màu trắng với trang sức nghiêm thân,

ཞལ་གཅིག་བྱ་གཉིས་གཡས་པས་རྟེ་རྟེ་དང་། །

shal chik chak nyi ye pay dor je dang

có một khuôn mặt và hai cánh tay,

གཡོན་པས་བྲིལ་བྱ་འཛིན་ཅིང་སྒྲིལ་ཁུང་བཞུགས། །

yön pay dril bu dzin ching kyil trung shuk

tay phải cầm chùy kim cang, chuông bên tay trái và an tọa tư thế kim cang.

ཐུགས་ཀར་ཆེད་གྱིལ་ལ་རྩྱ་དང་ཐུགས་སྤོང་བཅས་པ་གསལ་བར་དམིགས་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བདུད་ཅིའི་
རྒྱ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བརྒྱད་དེ་ཞབས་གཡས་པའི་མཐེ་བོང་ནས་བབས། རང་གི་ཚངས་བྱ་གཉིས་མར་ཞུགས། རྟོག་སྒྲིམ་
ཐམས་ཅད་སྒྲག་ཆའམ་དུད་ཁྱ་ལྟ་བུ་བྱིར་དོན་ལུས་ཐམས་ཅད་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་དེས་གང་བ་ལ་སེམས་གཏད་དེ།

Quán tưởng rõ ràng tại chính giữa trái tim của Đức Kim Cang Tát Đỏa có hình đĩa mặt trăng, trên đó an tọa chữ 𑀧𑁆𑀭 (HUM), bao quanh thân chú tràng hoa. Khẩn cầu Đức Kim Cang Tát Đỏa, một dòng nước cam lồ rót từ thân Ngài và chảy xuống từ ngón tay cái bên phải, đi vào lỗ hổng trên đỉnh đầu của bạn. Tất cả những chướng ngại và hành động ác nghiệp của bạn,

hiện ra trong một thực thể vật chất nhìn giống như mực hay làn khói đen, ròi khỏi thân bạn. Lúc đó toàn thân bạn tràn ngập nước cam lồ. Trong khi quán tưởng như vậy, tụng thân chú Đức Kim Cang Tát Đỏa càng nhiều lần càng tốt.

ཨོཾ་བཛྲ་སརྒྱ་ས་མ་ཡ། མ་རྒྱ་སྤྱ་ལ་ཡ། བཛྲ་སརྒྱ་རྟོ་བ། རྟེན་འོག་མེ་ན་མ། སུ་རྟོ་ཕྱོ་མེ་
ན་མ། སུ་ཕོ་ཕྱོ་མེ་ན་མ། ཨ་རྒྱ་རྟོ་མེ་ན་མ། སང་སིདྲི་མེ་བ་ཡ་མཆོ། སང་ཀམ་སུ་ཙ་མེ།
ཙཱི་ཤྱི་ཡི་ཀྱ་རུ་རྒྱ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོཾ་ རྩ་ག་ལྷན། སང་ཏ་ལྷ་ག་ཏ། བཛྲ་ལྷ་མེ་ལུ་མ། བཛྲ་ན་
མ་མ་རྒྱ་ས་མ་ཡ་སརྒྱ་ལྷཾ། ཨོཾ་བཛྲ་སརྒྱ་རྒྱ། །ཞེས་ཀྱང་ཅེ་རུ་ས་བརྗོད་དེ།

OM VAJRASAT'TVA SAMAYAM ANUPĀLAYA VAJRASAT'TVA TVENOPATIṢṬHA
DṚIDHO ME BHAVA SUTOṢHYO ME BHAVA SUPOṢHYO ME BHAVA ANURAKTO
ME BHAVA SARVA-SIDDHI ME PRAYACCHA SARVA-KARMASU CHA ME CHITTAM
SHREYAḤ KURU HŪM HA HA HA HA HOḤ BHAGAVAN SARVA-TATHĀGATA
VAJRA MĀ ME MUÑCHA VAJRĪ BHAVA MAHĀSAMAYASAT'TVA ĀḤ

OM VAJRASAT'TVA HŪM

ཞེས་སོགས་བཤགས་བསྐྱམ་བྱ། རྟོ་རྗེ་སེམས་དཔས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་གོ་ཞེས་དབྱེས་པར་མཛད་ཅིང་འོད་དུ་རྒྱ་
བ་རང་ལ་བསྐྱེམས་ནས་མཉམ་པར་བཞག །

Tiếp theo, sám hối những hành động ác nghiệp và phát nguyện không tái phạm nữa bằng cách đọc như sau:

ཐམས་ཅད་མཐུན་གཟིགས་ལྷ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ། །

tam che khyen sik lha nam gong su söl

Bậc Tối Tôn thấy, biết vạn pháp, thương tưởng chúng con.

ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བདག་ཅག་གིས། །

tok ma me pay dü ne dak chak gi

Kể từ vô thủy,

དུག་གསུམ་དབང་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས། །

duk sum wang gi lü ngak yi sum gyi

do năng lực của ba độc từ Thân, Khẩu, Ý

སྒྲུབ་གསུམ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདས་གུར་པ། །

dom sum gyal way ka le de gyur pa

đã vi phạm ba nguyện và những cấm chỉ của bậc Chiến Thắng

ཉེས་ལྷུང་སྤྲིག་པའི་ལས་བགྱིས་མཐོལ་ལོ་བཤགས། །

nye tung dik pay le gyi tol lo shak

chúng con thú tội và sám hối các sa sút, lỗi l`ân.

སྒྲུབ་ཆད་མི་བགྱིད་སྟོང་བར་མ་གུར་ཅིག །

len che mi gyi nyong war ma gyur chik

Chúng con hứa không tái phạm nữa - nguyện xin không kinh qua kết quả của chúng.

ཞེས་སོགས་བཤགས་བསྐྱུལ་བ། རྗེ་རྗེ་སེམས་དབས་ཀྱང་ནམ་པར་དག་གོ་ཞེས་དགྱེས་པར་མཛད་ཅིང་འོད་དུ་ཁྱུ་
བ་རང་ལ་བསྐྱེམས་ནས་མཉམ་པར་བཞག །

Đọc tụng sám hối và quyết tâm không tái phạm các lỗi lầm nữa. Đức Kim Cang Tát Đỏa dạy, “Những tội lỗi của người được tịnh hóa”, và hoan hỷ. Ngài hóa hiện vào ánh sáng, hòa tan vào bạn và nghỉ ngơi an tịnh.

གཉིས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་དང་ནམ་ཉིག་ཅི་ཤར་ཡང་། ཤར་མ་ཐག་རྩ་བའི་པས་བཟུང་ནས་འཕྲོ་བཅད་ནས་
འཛིན་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་བཞག །སེམས་ཅན་གང་མཐོང་ཐོས་བྱ་གསུམ་རྩུང་རིགས་དང་། ལྷག་པར་སྤྲིག་པོ་ཆེ་ལ་
དམིགས་ནས་རྗོར་སེམས་སྤྱི་བོར་བསྒྲོམ་ཞིང་ཡིག་བརྒྱ་བརྗོད་དོ། །

Thứ hai, ở giữa khóa tu: những phiên nào hay ý tưởng khởi lên, chú tâm tỉnh giác ngay khi chúng phát khởi, cắt đứt hoàn toàn và nghỉ ngơi thoát khỏi cố định. Những chúng sanh nào bạn thấy, nghe hay nghĩ – đặc biệt người đã tạo tội cực ác – quán tưởng Đức Kim Cang Tát Đỏa trên đầu của họ và đọc thần chú trăm âm.

༣ ཆོགས་གསེག་མཐུལ།

III. CÚNG DƯỜNG MẠN ĐÀ LA, TẬP HỢP HAI TÍCH LŨY

༄ ཆོགས་གསེག་ཆོགས་པར་བྱེད་པ་མཐུལ་གྱི་ཆོག་ལ་གསེག་ལས། དང་པོ་ནི། ཞིང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་སྐྱབ་པའི་
མཐུལ། དངོས་པོ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་མཆོད་པའི་མཐུལ་གསེག་ལས་དང་པོ་ནི། མཐུལ་གྱི་གཞི་གང་ཡང་རུང་བར་
སྟོགས་བཞི་དབུས་དང་ལྔ། བསྐྱེད་སྐྱོང་པོ་རེ་རེར་སང་གོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་བསྐྱེད་ཆེད་
དུ། དབུས་སུ་ཆེ་མ། མདུན་དུ་ཡི་དམ། གཡས་སུ་སངས་རྒྱས། རྒྱབ་དུ་ཆོས། གཡོན་དུ་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་
རྣམས་དང་། མཐར་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱོང་བ་དང་བཅས་པ་དམིགས་ལ། རོན་བྲན་བཞིན་པས་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཡང་
འབུལ་ཏེ།

Cúng dường Mạn đà la hoàn thành hai tích lũy có hai phần. Thứ nhất, trong suốt khóa thiền, có hai loại Mạn đà la: Mạn đà la hoàn thành, lãnh vực chú tâm tập hợp hai tích lũy và cúng dường Mạn đà la, bao gồm cúng dường đồ vật. Trước nhất, Mạn đà la bằng vật chất thường có thể làm bằng bất cứ đồ vật thích hợp. Quán tưởng ở trung tâm và mỗi bốn phương hướng có những đóa hoa sen, trên mỗi đóa sen có tám con sư tử đứng bảo vệ tòa được làm bằng châu báu quý giá, trên đó có tòa sen, mặt trời và trăng. Trên những tòa trung tâm các bậc thầy (Guru) an tọa, thần Yidam ở trước, chư Phật bên phải, Pháp ở phía sau và đoàn thể Tăng già bên trái – cũng được trang hoàng các trân bảo quý giá và tối tôn. Các vị hộ pháp canh giữ vòng ngoài Mạn đà la. Trong lúc nhớ tưởng ý nghĩa đó, dâng cúng bảy phần cầu nguyện:

འོག་མིན་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་པོ་བྲང་དུ། །

ok min chö kyi ying kyi po drang du

Trong pháp tòa lâu đài rộng lớn

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི། །

dü sum sang gye kün gyi ngo wo nyi

phía dưới là căn bản của chư Phật ba thời,

རང་སེམས་ཆོས་སྐྱར་མངོན་སུམ་སྟོན་མཛད་པའི། །

rang sem chö kur ngön sum tôn dze pay

bậc trực tiếp chỉ rõ tâm con là pháp thân:

དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་ལ་བྱག་འཆོལ། །

pal den la ma dam pa la chak tsal

xin đảnh lễ bậc thầy chân chính, vinh quang.

ལུ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཡིད་གྱིས་སྤྲུལ་བ་ཡི། །

lũ dang long chö yi kyi trul pa yi

Con quán tưởng thân thể, đ ồ vật và những thứ làm hoan hỷ

མཆོད་པ་ཀུན་གྱིས་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པར་བབྱ། །

chö pa kün gyi chö ching tö par gyi

thành kính dâng cúng và tán thán Ngài.

སྒར་བྱས་སྡིག་པ་མ་ལུས་བཤགས་པར་བྱ། །

ngar che dik pa ma lü shak par ja

Xin sám hối tất cả tội lỗi đã tạo

སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སྤྲོད་ཆད་མི་བབྱིད་དོ། །

dik pa shen yang le che mi gyi do

và không bao giờ tái phạm.

འགྲོ་ཀུན་དགེ་བ་ཀུན་ལ་རྗེས་ཡི་རང་། །

dro kün ge wa kün la je yi rang

Con tùy hỷ tất cả thiện nghiệp chúng sanh.

བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་རྒྱུར་ནི་བསྟོ་བར་བབྱ། །

jang chup chok gi gyur ni ngo war gyi

Xin h ồi hướng tất cả sẽ là nhân giác ngộ tối thượng.

སྤྱ་ངན་མི་འདའ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས། །

nya nge mi da shuk par sol wa dep

Con khẩn c ầu Ngài trụ thế và không nhập Niết Bàn.

~~~~~

ཐེག་མཆོག་སྒྲ་མེད་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱུལ། །

tek chok la me chö khor kor war kul

Xin chuyển pháp luân đại thừa tối thượng.

ཉམས་དང་སྙིང་ཇེ་ཐོགས་མེད་འབྱོར་བ་དང་། །

jam dang nying je chok me jong pa dang

Với từ bi yêu thương muôn loài.

དོན་དམ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །

dön dam lhen chik kye pay ye she de

Thấu đạt với trí tuệ kết hợp nổi bật tối thắng.

རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ལྟར། །

gyal wa se che nam kyi tok pa tar

Như các bậc Chiến Thắng và kế thừa đã quán triệt.

བདག་གིས་མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

dak gi ngön sum tok par jin gyi lop

Xin ban phước cho con nhận rõ trực tiếp chúng.

མཆོད་པའི་མཚུལ་སྤངས་ནས།

*Kế tiếp, cầm Mạn đà la dâng cúng và đọc:*

ས་གཞི་སྤྱོས་ཆུས་བྱུགས་ཤིང་མེ་རྟོག་བཟམ། །

sa shi pö chü juk shing me tok tram

Mặt đất đầm nước thơm rải đầy hoa muôn sắc,

རི་རབ་སྤིང་བཞི་ཉི་ལྷས་བརྒྱན་པ་འདི། །

ri rap ling shi nyi day gyen pa di

điểm thêm núi Tu Di, bốn châu lục, mặt trời và trăng.

སངས་རྒྱལ་ཞིང་དུ་དམེགས་ཏེ་སྤུལ་བ་ཡེས། །

sang gye shing du mik te pul wa yi

Quán tưởng như cõi Phật, tất cả con xin dâng cúng

འགྲོ་ཀུན་ནམ་དག་ཞིང་ལ་སྟོན་བར་ཤོག །

dro kün nam dak shing la chö par shok

Nguyện xin hết thảy chúng sanh an vui cõi tịnh độ.

ཨིདྲི་གུར་རྣམ་མཁུལ་ཁི་རྒྱལ་ཡ་མི།

IDAM GURU RATNA MAṆḌALA KHAM NĪRYATAYA MI

ཞེས་མཁུལ་འདོན་སྒྲོམ་སྤྲུགས་བ་སྟོ་ལ་ནམ་བུ་གསལ་པོར་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་འབུལ། མཐར་མཆོད་ཡུལ་སོགས་  
ལ་འཁོར་གསུམ་གྱི་རྟོག་བ་མེད་བར་མཉམ་བར་བཞག །

*Kết hợp Mạn đà la với tụng đọc, Thiên định và dâng cúng Mạn đà la cho đến khi quán tưởng của bạn thật sâu sắc. Cuối cùng, nghỉ ngơi trong an tịnh, thoát khỏi ý tưởng dâng cúng ba phạm vi (đồ vật dâng cúng, đối tượng và người dâng cúng).*

གཉིས་བ་ནི། རང་འདོད་གྱི་འཁྲི་བ་སྤངས་ནས་སྒོ་གསུམ་སྒྲ་མ་དང་དཀོན་མཆོག་ལ་འབུལ། བྱད་བར་སྤྲུབས་  
གནས་དེ་དག་གི་རྟེན་ལ་སླི་བྱ་དང་རིམ་གྱོ་སོགས་བྱའོ། །

*Thứ hai, giữa thời khóa hành thiền, diệt trừ chấp trước tự cho mình là trung tâm, dâng cúng ba cánh cửa (thân, khẩu, ý) lên bậc thầy cùng với bảo báu tối thượng và quý hiếm. Đặc biệt, dâng sự thành kính, phục vụ, tôn trọng các cội nguồn Quy y và biểu hiện tượng trưng của chúng.*

## ལ་མའི་ནལ་འབྱེད། IV. ĐẠO SƯ DU GIÀ

བྱིན་ཆུབ་ས་སྐྱར་དུ་འབྱུག་པར་བྱེད་པ་ལ་མའི་ནལ་འབྱེད་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཐུན་མིན་དང་ཐུན་མོང་གཉིས་ལས་འདིར་བྱི་མ་ལྟར་སྒྲོམ་ན། རང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟར་མོས་ཏེ།

*Bậc đạo sư du già nhanh chóng đem đến ban phước, có hai phần. Đầu tiên, trong suốt thời khóa hành thiền, có những cách bình thường và đặc biệt để làm thực tập này. Ở đây, làm thực hành trước bằng cách quán tưởng chính bạn là thần Yidam và sau đó đọc:*

ཕྱི་བོར་པ་ལྷ་ཉི་ལྷའི་གདན་སྟེང་དུ། །

chi wor pe ma nyi day den teng du

Vương miện trên đầu con, có tòa sen, mặt trời và trăng,

ཙ་བའི་སྒྲ་མ་དོ་རྩེ་འཆང་དབང་པོ། །

tsa way la ma dor je chang wang po

bậc Thầy cội ngu ồn, Kim Cang Tát Đỏa vĩ đại,

སྟོ་བསངས་དྲོང་འཇིག་པའི་བྱུག་རྒྱ་བསྟོལ། །

ngo sang dor dril dzin pay chak gya nöl

có màu xanh da trời, cầu chùy kim cang, chuông và khoanh tay,

རིན་ཆེན་རྒྱན་མཛེས་མཚན་དག་རབ་དུ་འབར། །

rin chen gyen dze tsen pe rap tu bar

với trang sức nghiêm thân quý báu, rực sáng tia lớn, nhỏ,

ཕྱགས་དུས་རྒྱལ་ཀུན་འདུས་པའི་ངོ་བོར་གསལ། །

chok dü gyal kün dü pay ngo wor sal

hóa thân chói lợi mười phương cùng các bậc Chiến Thắng ba thời.

ཡན་ལག་བདུན་པ་གོང་བཞིན་ལ།

*Đọc tụng bảy phần cầu nguyện như ở trên và sau đó khấn cầu bốn thân:*

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་རེན་པོ་ཆེ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma sang gye rin po che la sol wa  
dep so

Con và tất cả mẹ hi ền của con, chúng sanh số lượng bao la như hư không,  
khẩn cầu bậc Đạo sư, chư Phật tối tôn.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ཀུན་ཁྱབ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma kün khyap chö kyī ku la sol wa  
dep so

Con và tất cả mẹ hi ền của con, chúng sanh số lượng bao la như hư không,  
khẩn cầu bậc Đạo sư, pháp thân tỏa khắp.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་བདེ་ཆེན་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་  
བའི་སྐུ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma de chen long chö dzok pay ku  
la sol wa dep so

Con và tất cả mẹ hi ền của con, chúng sanh số lượng bao la như hư không,  
khẩn cầu bậc Đạo sư, báo thân đại lạc.

མ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་སྤྱགས་རྗེ་སྐུ་ལ་བའི་སྐུ་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

ma nam kha dang nyam pay sem chen tam che la ma tuk je trul pay ku la sol wa dep  
so

Con và tất cả mẹ hi ền của con, chúng sanh số lượng bao la như hư không,  
khẩn cầu bậc Đạo sư, ứng hóa thân đại bi.

སྐུ་བཞི་མ་དང་།

*Sau đó, đọc:*

ལ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །

la ma rin po che

Bậc đạo sư tôn kính

དོན་གྱི་བརྒྱུད་པ་ཅན། །

dön gyi gyü pa chen

nhắm giữ bốn tôn ý nghĩa,

འཛིན་སྐྱབས་གྱི་འཕྲོ་བ་མཁན། །

jin lap kyi po wa khen

ban phước cho chúng con,

ཏོག་པས་པའི་གདེང་ཚད་ཅན། །

tok pay deng tse chen

Bậc chứng ngộ kiên định.

མངོན་ཤེས་སྒྱུ་དང་ལྗན་པ། །

ngon she chen dang den pa

Có đôi mắt tinh thông,

རྩ་འབྲུལ་བཀོད་པ་བསྟན་ཏེ། །

dzu trul kö pa ten te

tỏa ánh hào quang huy`ền diệu,

བཅོད་མེད་བཀའ་བློན་སྟོལ་བ། །

sö me ka drin tsol wa

ban trải bi miễn không kham chịu,

སངས་རྒྱས་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་པ། །

sang gye lak chang su tö pa

đặt quả Phật trong bàn tay chúng con,

ཐ་མལ་ནང་པ་བསྐྱེད་ཏེ། །

ta mal nang wa gyur te

chuyển hóa hiện tượng thường tình.

དཀ་པ་རཔ་འབྲམས་སྟོན་པ། །

dak pa rap jam tön pa

Hiển bày thanh tịnh vô hạn,

འཕགས་པ་འཛིན་ཏེན་དབང་ཕུག། །

pak pa jik ten wang chuk

Ngài là Đức tôn kính Quan Âm.

སྟོང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས། །

nying khong rü pay ting ne

Từ sâu thăm trái tim con,

གཅིག་ཐུབ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །

chik tup sol wa dep so

khẩn cầu Ngài với tất cả năng lực.

བུགས་རྗེས་འཛིན་པར་བྱ་དང་། །

tuk je dzin par shu dang

Xin ôm ấp con với lòng từ bi của Ngài.

དངོས་གྲུབ་ཀྱི་ཆོན་ཁ་ཅན། །

ngö dup kyi tsen kha chen

Truyền thống bốn tôn Kagyu không thể tranh luận.

བཀའ་བརྒྱུད་ཅོད་པ་མེད་པ། །

ka drin tsö pa me pa

Nắm giữ năng lực các bậc thành tựu hoàn hảo,

དམུ་གློད་འདུལ་བའི་ནུས་པ། །

mu gö dul way nü pa

và thu ần phục những chúng sanh cang cường,

འཇིན་ལས་འགྲན་ཆེ་བལ་བ། །

trin le dren da dral wa

với hành động giác ngộ vô song.

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དམ་པ། །

dzog pay sang gye dam pa

Ngài là Đức Phật chánh đẳng chánh giác.

སྒོ་གསུམ་དག་ཅུ་དང་བཅས་པ། །

go sum ge tsa dang che pa

Thân, khẩu, ý và tất cả cội ngu ền thiện pháp của con

མཐའ་མེད་སེམས་ཅན་དོན་དུ། །

ta me sem chen dön du

vì lợi ích vô số chúng sanh,

ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འབུལ་ལོ། །

da ta nyi du bü lo

ngay tại giây phút này, con dâng cúng dường Ngài.

བཅེ་བ་ཆེན་པོས་བཞེས་ཤིག། །

tse wa chen poy she shik

Xin hoan hỷ chấp nhận với tình thương bao la.

བཞེས་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི། །

she ne dro wa kün gyi

Sau khi chấp nhận chúng,



གཏན་སྐབས་སྐབ་པའི་སྒྲ་མ། །

ten kyap tuk pay la ma

ôi đấng đạo sư, bảo hộ tối tôn

ཇེ་བཙུན་ཁྱེད་རང་ལྟ་བུར། །

je tsün khye rang ta bur

của tất cả chúng sanh lang thang luân h ồi,

སྙིང་ནས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས་ཤིག །

nying ne jin gyi lop shik

xin ban phước cho con trở thành như Ngài.

ཀར་མཁྱེན་དང་གཞན་ཡང་གསོལ་འདེབས་ཡུན་རིང་དུ་བྱ། སྒྲ་མ་རྩོམ་འཆང་རབ་ཏུ་དབྱེས་པའི་སྐྱའི་གནས་  
གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་གསུམ་འཕྲོས། རང་གི་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་རིམ་དག་དབང་བཞི་ཐོབ། སྐྱ་བཞི་  
མཛོན་དུ་བྱས། མཐར་འོད་དུ་ཁྱེན་རང་ལ་ཐིམ་པས་སྒྲ་མའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་  
དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པ་ལ་སེམས་བཞག་གོ།

*Đọc “Đức Karmapa, xin nghĩ về con” (Karmapa Khyenno) và những khổn cầu dài khác. Quán tưởng Đạo sư Kim Cang Tất Đỏa hết sức vui mừng và từ ba nơi trong thân tướng giác ngộ của Ngài lần lượt hóa hiện ánh hào quang màu trắng, đỏ và xanh. Chúng làm tịnh hóa các nhiễm ô ba cánh cửa của chính bạn, nhận lãnh bốn quán đảnh và hiện khởi bốn thân. Cuối cùng, bậc đạo sư phân hủy vào ánh hào quang và hòa tan trong bạn. Nghỉ ngơi an tịnh trong thân, khẩu, ý giác ngộ của bậc Đạo sư và thân, khẩu, ý của chính bạn không khác biệt.*

གཉིས་པ་ནི། སྐྱོད་ལས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་མའི་སྐྱ་དང་བ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱ། སྐྱོད་སྐྱུག་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་སྐྱ་འོན་དུ་  
བཏུ་ཞིང་། ཇེ་འཕེད་པ་དང་རང་གི་འདོད་པ་རྒྱབ་འགལ་དུ་མ་སོང་བར་ཐུགས་ཡིད་གཅིག་འདེས་སུ་ཤོག་སྐྱམ་  
པའི་མོས་པ་འབྲལ་འབྲལ་བསྐྱེད། མཛོན་ན་ཞི་སོགས་གྱི་ལས་གང་སྐྱབ་ཀྱང་དམིགས་ནམ་བསྐྱར་བ་ཅམ་ལས་སྒྲ་  
མ་ཉིད་གྱིས་ཚག་པར་བྱོ། །

*Thứ hai, ở giữa thời hành thiền, tất cả đạo lộ phẩm hạnh, không bao giờ tách rời khỏi sự xuất hiện của bậc Đạo sư. Quán chiếu tất cả hạnh phúc và khổ đau từ lòng bi mẫn của bậc Đạo sư. Không được làm cho ý nguyện bậc thầy và mong muốn của chính bạn trái ngược nhau. Nhưng xa hơn, cầu nguyện nhiều lần khiến tâm thức giác ngộ của Ngài và tâm thức của chính bạn sẽ hòa nhập và biến thành một. Tóm lại, bất cứ những hoạt động an tịnh v.v...*

*bạn cố gắng hoàn thành, bạn chỉ cần điều chỉnh tập trung vào phẩm hạnh đạo đức, cách thức bạn nghĩ về nó và khấn cầu bậc Đạo sư sẽ chứng minh.*

ཚུལ་འདི་རང་གི་འཕུལ་མཁོར་རྗེ་ཞུ་དམར་ལུ་བའི་སྟོན་འགྲེའི་མན་ངག་དང་མཐུན་པར་ཀམ་པར་འབོད་པ། ཨོ་རྒྱན་  
ཐེན་ལས་བས་སྟོད་རྒྱུད་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཚུ་སྟོད་ཀྱི་ཉ་བའི་ཡར་ཆེས་དགུ་ལ་གྲུབ་པར་སྐྱར་བའོ།། །། ༢༠༠༦ ན

༣

*Khi nhu cầu cần nhanh chóng, vị thầy có danh hiệu là Đức Karmapa, Ogyen Trinley, đã soạn bài kinh này theo những lời dạy chính yếu của thầy Shamar thứ 5 vào ngày thứ 9 trăng tròn của tháng thứ 6 Tây Tạng tại tu viện Gyuto, ngày 3 tháng 8 năm 2006.*

## COPYRIGHTS



This ebook is licensed under [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Chuyên ngữ: Thích Nữ Hạnh Nhẫn (Karma Sherab Pemo)

Trình bày và bìa: Beata Tashi Drolkar

First e-book edition: June 2019

[DHARMAEBOOKS.ORG](https://dharmaebooks.org)



Dharma Ebooks is a project of [Dharma Treasure](https://dharmaebooks.org), which operates under the editorial guidance of the 17th Gyalwang Karmapa, Ogyen Trinley Dorje.



འདྲེན་པའི་འཕྲིན་ལོ་གཤམ་  
正法寶藏  
Dharma Treasure

# Contents

1. [Cover](#)
2. [Nội dung](#)
3. [Cầu nguyện tóm tắt bốn tôn Chấp Kim Cang](#)
4. [Bốn thực hành căn bản](#)
5. [Bốn nghi thức tụng niệm tóm tắt thực hành căn bản](#)
  1. [I. Quy y và phát tâm bồ đề](#)
  2. [II. Thiền định và đọc tụng Đức Kim Cang Tát Đỏa](#)
  3. [III. Cúng dường Mạn đà la, Tập hợp hai tích lũy](#)
  4. [IV. Đạo sư Du Già](#)
6. [Copyrights](#)

# Landmarks

1. [Cover](#)
2. [Table of Contents](#)