

LƯỢT QUÁN LAMRIM
ĐƯỜNG TU TUẦN TỰ GIÁC NGỘ
BAO GỒM MỌI ĐIỂM TRỌNG YẾU

*[A Direct Meditation on the Graduated Path
Containing All the Important Meanings]*

VAJRADHARA LOSANG JINPA

Trích Nghi Thức Tụng Niệm FPMT Q.1

Hồng Như chuyển Việt ngữ



Điều kiện hành trì: Mọi người đều có thể đọc tụng.

Lợi ích: Bài tụng Lam-rim ngắn gọn này bao gồm tinh túy của trọn vẹn đường tu giác ngộ, chuyên tâm đọc tụng sẽ gieo được thiện duyên thành tựu mọi chứng ngộ trên trọn đường tu, và định hướng cho đời sống này được vì chúng sinh mà mau chóng đạt chánh đẳng giác bằng cách tu theo đường tu dành cho ba loại căn cơ, đặc biệt là Mật tông tối thượng du già.

Thầy là chân tánh / của mười phương Phật;
là cội của khắp / giáo truyền giáo chứng;
là bậc trọng yếu / trong hàng Thánh Tăng;
hướng về Ân sư / rạng ngời màu nhiệm /
con xin quay về / qui y đánh lễ. /

Kính xin Ân sư / từ bi gia hộ
giúp cho tâm con / chuyển thành chánh pháp,
giúp cho chánh pháp / chuyển thành đường tu,
giúp cho đường tu¹ / lìa xa chướng ngại.

Ân sư gia hộ
cho con từ nay / đến ngày giác ngộ, /
được giống như là / hai vị bồ tát /
Shonnu Norsang / và Taktungu², /
tâm hạnh trong sáng, / tôn kính đạo sư; /
cho con luôn thấy / mọi việc Thầy làm /
đều luôn thanh tịnh, / cho con đủ sức /
thực hiện tất cả / lời dạy của Thầy.

Đây là cách nương dựa thiện tri thức, gốc rễ của vô thượng bồ đề.

Ân sư gia hộ / cho con thấy được /
thân người này đây / tràn đầy ý nghĩa /
với tám tự tại / và mười thuận tiện, /
thật quá khó tìm, / mà lại dễ mất; /
thấy nghiệp và quả / thật quá thâm sâu; /
thấy khổ ác đạo / thật không kham nổi; /
nên con sâu thăm / từ tận đáy lòng, /
nguyện về qui y, / lánh mọi điều ác /

¹ Bao gồm 84,000 pháp môn Phật dạy, trong đó có pháp tiểu thừa, đại thừa ba la mật thừa và đại tuhừa mật tông. Tất cả các giáo pháp này đúc kết thành pháp lam-rim, đường tu tuần tự giác ngộ, chia thành đường tu tuần tự sơ căn, trung căn và thượng căn. Ba đường tu này là trọn vẹn pháp lam-rim, và nằm trong Ba điểm tinh yếu của đường tu giác ngộ.

² Nd: Taktungu, Alway Crying One, Bồ Tát Thường Khóc (Thường Đều).

làm mọi điều lành / thuận theo chánh pháp.

Đây là thứ tự đường tu dành cho bậc hạ căn

Ân sư gia hộ /

cho con thấy được / cho dù nhờ vậy /

mà sinh thiện đạo / cõi trời, cõi người, /

cũng vẫn triền miên / chịu khổ sinh tử /

là vì chưa dứt / phiền não vô minh. /

Nhờ thấy như vậy / khéo léo tìm hiểu /

xem luân hồi này / luân chuyển ra sao, /

từ đó chuyên tâm / ngày cũng như đêm /

bước theo đường tu / Giới Định và Tuệ /

là thiện phương tiện / giải thoát luân hồi.

Đây là thứ tự đường tu dành cho bậc trung căn

Cho dù nhờ vậy / mà đủ nhân duyên /

đạt quả giải thoát, / Ân sư gia hộ /

[cho con thấy ra] / chúng sinh sáu cõi /

không ai chưa từng / là mẹ của con /

nhờ thấy như vậy, / nên vì lợi tha /

không cầu vui nhỏ. / Nguyện con nhờ tu /

hoán chuyển ngã tha / mà khởi được tâm /

bồ đề trân quý / nhập bồ tát đạo /

thực hành đầy đủ / sáu hạnh toàn hảo.

Đây là thứ tự đường tu dành cho bậc thượng căn

Nhờ đường tu chung / tu theo như vậy /

nên khổ luân hồi / dù chịu bao lâu /

cũng không quản ngại. / Con nhìn chúng sinh /
mà nổi từ tâm / không sao chịu nổi, /
Kính xin Ân sư / từ bi gia hộ /
cho con bước vào / đường tu chóng vánh /
cỗ xe Kim cang, / giữ giới, mật thệ /
quí hơn mạng sống / mau chóng thành tựu /
địa vị bất nhị / Phật Kim Cang Trì, /
trong cùng một đời, / giữa thời mạt pháp.

Đây là tuần tự đường tu mật thừa dành cho bậc tối thượng căn.

Ghi chú:

Tác giả bài pháp này là đức Dorje Chang Losang Jinpa Pal Zangpo, bậc Thánh giả cát tường. Lama Zopa Rinpoche chuyển Anh ngữ tại Tu Viện Kopan, Nepal, Jan 12-16, 2013. Merry Colony chép lại. Ven. Sarah Thresher, Merry Colony and Tom Truty cập nhật với lời giảng của Lama Zopa Rinpoche, 2014. Phần nói lợi ích là tóm tắt lời giảng của Lama Zopa Rinpoche tháng 10, 2010 tại Shedrup Ling, Mongolia.



English

A DIRECT MEDITATION ON THE GRADUATED PATH, CONTAINING ALL THE IMPORTANT MEANINGS

INTRODUCTION: This prayer was composed by Dorje Chang Losang Jinpa Pal Zangpo, the glorified holy being. Translated by Lama Zopa Rinpoche at Kopan Monastery, Nepal, Jan 12-16, 2013. Scribed by Merry Colony. Updated with Lama Zopa Rinpoche's advice by Ven. Sarah Thresher, Merry Colony and Tom Truty, 2014. The short introduction is summarized from a commentary given by Lama Zopa Rinpoche in October 2010, at Shedrup Ling, Mongolia.

Essence encompassing all the buddhas,
Originator of all the holy Dharma of scriptures and realizations,
Principal of all those aryas intending virtue,
To the glorified holy gurus, I go for refuge.

Please Guru, bless my mind to go into the Dharma,
The Dharma to go into the path,
And to not have obstacles to the path³

Please bless me until enlightenment is achieved,
Like the youthful Norsang and the Bodhisattva Always Crying One,

³ This contains the 84,000 teachings taught by the Buddha, which includes the Hinayana teachings and the Mahayana teachings of Paramitayana and Tantra. All those teachings are combined into the Lam-rim, the graduated path to enlightenment, which is divided into the graduated paths of the lower, middle and higher capable beings. These three contain the whole Lam-rim and that is contained in the three principal aspects of the path to enlightenment.

To be able to devote to the virtuous friend with pure thought and action,

See whatever is done as pure,

And to be able to accomplish whatever is said and advised.

This is how to rely on the virtuous friend, which is the root of full enlightenment.

Please bless me to see that this greatly meaningful body with eight freedoms and ten richnesses

is difficult to find and easily perishes,

That action and result are so profound, and the suffering of the evil transmigratory beings is so difficult to bear,

And therefore to go for refuge from the depths of my heart to the Three Rare Sublime Ones,

Abandon negative karma, and accomplish the practice of virtue according to the Dharma.

This is the graduated path of the lower capable being.

Please bless me [to see that] in dependence upon that,

Even though I achieve the mere higher rebirth of a deva or human,

I will have to experience suffering endlessly in this samsara

Because of not having abandoned, and being under the control of, the disturbing thought obscurations.

And therefore, by reflecting well upon the way of cycling in samsara,

Be able to follow continuously day and night the path of the three types of precious trainings,

which is the principal method liberating from that (samsara).

This is the graduated path of the middle capable being.

In dependence upon that,

Even though I achieve mere liberation,

Please bless me [to see that]

There is no sentient being of the six types
That has not been my father and mother.
And therefore, thinking I must fulfill their purpose,
May I be able to reverse the mind [seeking] the lower happiness (of
nirvana),
And by way of equalizing and exchanging myself for others,
Generate the precious mind of enlightenment (bodhichitta),
Follow the conduct of the Conquerors' children (bodhisattvas),
The six paramitas, and so forth.

This is the graduated path of the great capable being.

By having trained my mind in the common path like that,
Experiencing the sufferings of samsara for a long time will not upset
me.

By regarding sentient beings with extraordinary unbearable
compassion,
Please bless me so that I may enter the quick path of the Vajrayana
teachings,
Protect my vows and samaya more than my life,
And quickly accomplish the unified Vajradhara state in one brief
lifetime only of this degenerate time.

*This is the graduated path of the secret mantra vehicle of the greatest
capable being.*



hongnhu-archives
www.hongnhu.org