Thiện duyên rất khó tìm, đời người thì ngắn ngủi
Hãy liên tục suy tư về điều này; hãy đoạn diệt mọi khao khát dục vọng đối với cuộc đời này.
Hãy luôn suy niệm để thấy rằng luật nhân quả vốn không bao giờ sai
Và vòng luân hồi chính là khổ não;
Hãy đoạn diệt mọi khao khát mống tưởng cho tương lai.

Khi các con đã quán chiếu được như vậy,
Và tâm không mảy may khởi sinh dục vọng cho tất cả những gì tốt đẹp trong cuộc sống ta-bà,
Và khi các con bắt đầu suy tư ngày đêm mong cầu giải thoát,
Đó là khi các con đã phát được tâm từ bỏ thế gian.

Cho dù như thế, tâm từ bỏ thế gian sẽ không bao giờ đem lại được
Niềm hỷ lạc viên mãn của Phật-quả tối thắng,
Trừ phi tâm từ bỏ ấy
Được nuôi dưỡng bằng *ước nguyện vị tha tột cùng cao quý* ;
Bởi thế, các bậc đại trí đều nương vào *tâm nguyện* Bồ-Tát cao cả trên đường tìm cầu giác ngộ.

Viet_Vajra Foundation
Tibetan-Buddhism for Vietnamese Vajrayana Buddhists

Ba Điểm Căn Yếu Của Con Đường Đạo

Mười Bốn Đoản Kệ Của Đại Sư Tsong Khapa

The Three Principles of the Path

Fourteen Verses by Lama Tsong Khapa

Je Tsong Khapa

Tâm-Bảo-Đàn chuyển Việt ngữ

English - Vietnamese

Tâm-Bảo-Đàn chuyển Việt ngữ và chú thích ***Ba Điểm Căn Yếu Của Con Đường Đạo: Mười Bốn Đoản Kệ Của Đại Sư Tsong Khapa*** *dựa trên những lời khai thị của đại sư Chogda Rinpoche tại Maryland, Hoa Kỳ vào tháng 12 năm 2001. Dịch giả Anh-ngữ khuyết danh.*

Mọi sai sót là của người chuyển Việt-ngữ. Mọi công đức xin hồi hướng pháp giới chúng sinh.

Viet_Vajra Foundation ấn tống năm 2006. Muốn nhận bản ấn tống điện tử, liên lạc vietvajra@yahoo.com Trang nhà: www.vietvajra.org

Tâm-Bảo-Đàn translated ***The Three Principles of the Path: Fourteen Verses by Lama Tsong Khapa*** *into Vietnamese based on the oral teachings of Chogda Rinpoche in Maryland, USA in December 2001. The English translator of this specific version is unknown.*

All errors and omissions are the sole responsibilities of TBD. All merits are dedicated to all beings in the six realms.

Viet_Vajra Foundation published for free distribution in 2006. To receive an electronic copy of this booklet, contact vietvajra@yahoo.com Homepage: www.vietvajra.org

BA ĐIỂM CĂN YẾU [1] CỦA CON ĐƯỜNG ĐẠO

Mười Bốn Đoản Kệ do Đại Sư Tông Khách-Ba [2] soạn

Đạo Sư Tôn Quý!
Chí tâm đảnh lễ Chư Vị Tôn Sư và Thánh Tăng. [3]

1.
Với tất cả khả năng có được, ta sẽ giải thích về
Tinh hoa giáo pháp cao sâu của các Đấng Giác Ngộ,
Con đường mà tất cả các bậc kế thừa đều ca ngợi,
Điểm khởi đầu cho những kẻ may mắn muốn tìm cầu giải thoát.

---

[1] **Đây là ba điểm căn bản** hay ba điểm trọng yếu nhất trên con đường tu mà hành giả phải thấu triệt và hành trì: tâm từ bỏ thế gian *(renunciation)*, tâm bồ-đề *(bodhicitta)*, và tánh Không hay vô ngã *(emptiness)*.

[2] **Đại sư Tông-Khách-Ba** (Tsong Khapa) (1357-1419) là vị tổ khai sáng giòng truyền thừa 'Gelug' (phái Mũ Vàng) của Mật-Tông Tây-Tạng, một trong 4 giòng truyền thừa quan trọng nhất của Phật-Giáo Tây-Tạng. 'Gelug' có nghĩa là 'đạo hạnh' và 'Gelugpa' là danh xưng dành cho những người hành trì theo trường phái này. Kể từ thế kỷ 17, giòng Gelug nhận lãnh trách nhiệm chính trị tại Tây-Tạng, với đức Đạt-Lai Lạt-Ma, người đứng đầu giòng Gelug, trở thành vị lãnh đạo tôn giáo và chính trị tại quốc gia này.

[3] **Theo truyền thống Mật-Tông,** trước khi thuyết pháp, các bậc tôn sư đều quy ngưỡng chư Phật, Bồ Tát, Thầy Tổ hay chư vị thánh tăng. Ở đây chính là đại sư Tông Khách-Ba (Tsong Khapa) đảnh lễ chư vị thánh tăng trước khi bắt đầu thuyết giảng về ba điểm trọng yếu của con đường đạo

2.
Hãy lắng nghe với một tấm lòng thanh tịnh,
Hỡi những kẻ may mắn tâm không khát khao lạc thú cuộc đời,
Và những ai muốn đem lại ý nghĩa cho đời sống đầy thuận duyên tốt đẹp,[4]
Hãy hướng tâm về con đường làm chư Như Lai hoan hỷ.

3.
Ngoài tâm ***từ bỏ thế gian*** chân chính
Thì không thể còn con đường nào khác
Để chấm dứt sự tìm cầu lợi lạc trong bể khổ luân hồi,
Cũng bởi vì những tham luyến này mà chúng sinh phải chịu bao gông cùm trói buộc;
Hãy phát khởi tâm từ bỏ trước tiên.

4.
Thiện duyên rất khó tìm,[5] đời người thì ngắn ngủi
Hãy liên tục suy tư về điều này; hãy đoạn diệt mọi khao khát dục vọng đối với cuộc đời này.

[4] **Bản tiếng Anh** sử dụng hai danh từ *'leisure'* và *fortune'* cốt chỉ những điều kiện thuận lợi mà chúng ta có được khi thọ mạng và tái sinh trong một cảnh sống tốt đẹp, có nhiều thiện duyên để được tiếp tục tu học, như được thân người hiếm quý, được gặp thầy, được nghe pháp, không phải sống trong cảnh chiến tranh, v.v. Một danh từ khác mà kinh sách tiếng Anh cũng hay dùng để chỉ thiện duyên là hai danh từ *'freedoms and endowments'* tức là những yếu tố đóng góp làm cho sự tái sinh và thọ mạng của ta trở nên tốt đẹp hơn.
[5] Xem chú thích #3

The essential points of each of the three principles of the path explained,
Then go into isolation, my son,*
Make mighty efforts,
And quickly win your ultimate wish.

**the word 'son' here refers to those who have developed bodhicitta in their hearts, rather than indicating gender.*

But unless you have the wisdom perceiving reality
You cannot cut the root of cyclic life.
Make efforts in ways then to perceive interdependence.

A person is entered the path that pleases the Buddhas
When for all objects, in the cycle or beyond.
He sees that cause and effect can never fail,
And when, for him, they lose all solid appearance

You have yet to realize the Thought of the Able
As long as two ideas seem disparate to you;
The appearance of things--infallible interdependence;
And emptiness--beyond taking any position.

At some point they no longer alternate
[But] come together; just seeing that
Interdependence never fails
Brings realizations that destroys how you hold to objects
And then your analysis with view is complete.

In addition, the appearance prevents the existence extreme
Emptiness [prevents] that of non-existence
And if you see how emptiness shows in cause and effect,
You will never be stolen off by extreme views.

When you have grasped as well as I

Hãy luôn suy niệm để thấy rằng luật nhân quả vốn không bao giờ sai
Và vòng luân hồi chính là khổ não;
Hãy đoạn diệt mọi khao khát mống tưởng cho tương lai.

5.
Khi các con đã quán chiếu được như vậy,
Và tâm không mảy may khởi sinh dục vọng cho tất cả những gì tốt đẹp trong cuộc sống ta-bà,
Và khi các con bắt đầu suy tư ngày đêm mong cầu giải thoát,
Đó là khi các con đã phát được tâm từ bỏ thế gian.

6.
Cho dù như thế, tâm từ bỏ thế gian sẽ không bao giờ đem lại được
Niềm hỷ lạc viên mãn của Phật-quả tối thắng,
Trừ phi tâm từ bỏ ấy
Được nuôi dưỡng bằng ***ước nguyện vị tha tột cùng cao quý*** ;[6]
Bởi thế, các bậc đại trí đều nương vào *tâm nguyện* Bồ-Tát cao cả [7] trên đường tìm cầu giác ngộ.

[6] **Bản tiếng Anh** sử dụng cụm từ *'purest wish'* và *'high wish'* cốt chỉ hạnh nguyện Bồ-Tát hoàn toàn lợi tha.
[7] Xem chú thích #5

7.
Chúng sinh bị cuốn phăng theo bốn giòng nước xoáy [8];
Bị xiết trói bởi hành nghiệp của quá khứ, khó lòng tháo gỡ;
Bị giam hãm trong chiếc lồng sắt của ngã mạn;
Nghẽn chết trong bóng tối dầy dặc của vô minh.

8.
Trong vòng sinh tử vô tận, chúng sinh đã chào đời,
Và khi thọ mạng đã phải chịu đau đớn vì ba khổ não [9]
không phút nào ngơi nghỉ;
Hãy quán tưởng xem chúng-sinh-mẹ hiền của các con [10] đang cảm thấy như thế nào,
Nghĩ xem chuyện gì đang xảy ra cho họ,
Và hãy cố gắng phát khởi tâm nguyện Bồ-Tát tột cùng cao cả kia.

[8] **Bốn giòng nước xoáy** ý nói sinh, lão, bệnh, tử.
[9] **Ba khổ não** ý nói *vô minh* (u mê, không hiểu được chân đế và nghiệp quả), *ái* (tham muốn, thèm khát) và *thủ* (chấp giữ, lưu luyến, vướng mắc). Ba khổ não cũng còn có ý nói 3 loại đau khổ khác nhau: (1) đau khổ vì bị đau khổ, (2) đau khổ do vô thường hay những thay đổi bất như ý gây ra, và (3) đau khổ vì phải chịu đựng những hoành cảnh sống đã được an bài, phải chịu đựng những gì không thể thay đổi được cho đúng theo ý mình.
[10] **Ý nói từ vô thủy vô chung,** tất cả chúng sinh đã từng là những bà mẹ của ta trong vô lượng kiếp. Ý niệm này cực kỳ quan trọng trong Mật-tông Tây-Tạng, để giúp chúng ta phát triển tâm Bồ-Đề viên mãn, vô phân biệt.

Leisure and fortune are hard to find; life is not long;
Think it constantly; stop desire for this life.
Think over and over how deeds and their fruits never fail
And the cycle is suffering, stop desire for the future.

When you have meditated thus,
And feel not even a moment's desire
For the good things of cyclic life,
And when you begin to think both night and day of achieving freedom,
You have found renunciation.

Renunciation though, can never bring
The total bliss of matchless Buddhahood,
Unless it is bound by the purest wish;
And so, the wise seek the high wish for enlightenment.

They are swept along on four fierce river currents;
Chained up tight in past deeds, hard to undo;
Stuffed in a steel cage of grasping self;
Smothered in pitch-black ignorance.

In a limitless round, they are born,
And in their births, are tortured by three sufferings
Without a break;
Think how your mothers feel;
Think what is happening to them;
And try to develop this highest wish.

You may master renunciation and the wish,

THREE PRINCIPLES OF THE PATH

Fourteen Verses by Lama Tsong Khapa

Jetsun Lama!
I bow to all the High and Holy Lamas

As far as I am able I shall explain
The essence of all the high teachings of the Victors.
The path that all their holy sons commend.
The entry point for the fortunate seeking freedom.

Listen with a pure mind,
Fortunate ones who have no craving
For the pleasures of life, and who to make leisure and fortune meaningful,
Strive to turn their minds to the path which pleases to Victors.

There is no way to end
Without pure renunciation
This striving for pleasant results in the ocean of life.
It is because of their hankering life as well that beings are fettere,
So seek renunciation first.

9.
Các con có thể đã chứng ngộ được tâm từ bỏ và ước nguyện lợi tha,
Nhưng sẽ không thể nào chặt đứt được gốc rễ của vòng trầm luân sinh tử
Nếu như các con không khai mở trí tuệ để thấu hiểu lẽ chân như;
Hãy cố gắng bằng nhiều cách để thấu triệt **lý duyên sinh khởi.**

10.
Kẻ bước chân vào con đường làm hoan hỷ muôn chư Phật
Là kẻ thấy được lý duyên sinh [11] vốn không bao giờ sai,
Đối với kẻ ấy, vạn pháp trong cả hai cõi luân hồi lẫn niết bàn
Đều không mang hình tướng!

11.
Nhưng các con vẫn chưa thật sự quán triệt được tư tưởng của bậc Đại Giác
Nếu như chưa thấy được sự đồng nhất của hai ý niệm này;

[11] **Bản tiếng Anh** sử dụng cụm từ *'cause and effect'* (nhân quả) trong khi nếu hiểu đúng nghĩa của đoạn này thì phải dùng cụm từ *'cause and conditions'* (nhân duyên) mới chính xác vì ở đây, đại sư Tsong Khapa đang bàn về lý 'nhân duyên,' vô ngãi, không có tự tánh, chứ không phải bàn về luật nhân quả.

Sắc tướng của vạn pháp [chính là] lý duyên sinh, không thể nào khác,
Và **Không** -- [chính là] sự vượt thoát mọi khái niệm, không thể nghĩ bàn.

12.
Đến một lúc nào đó, hai ý niệm [12] trên sẽ không còn luân phiên tách biệt
Mà sẽ kết hợp thành một.
Nhận thức rằng lý duyên sinh vốn không sai
Sẽ giúp các con phá vỡ được tâm bám chấp,
Và khi ấy, cái nhìn quán chiếu của các con sẽ trở nên vẹn toàn.

13.
Hơn thế nữa, *sắc* giúp ta không vướng mắc vào tâm *chấp có* thường hằng,
Không giúp ta không vướng mắc vào tâm *chấp không* vô hữu,
Và nếu thấy được sự hóa hiện của *tánh Không* ngay trong nhân quả,
Các con sẽ không bao giờ nữa phải sa vào những quan niệm cực đoan.

[12] **Hai ý niệm** này là 'Sắc' và 'Không' -- đều do duyên sinh mà ra.

14.
Khi các con đã thấu hiểu được như ta
Những điều cực kỳ quan trọng ta đã giải thích về ba điểm căn yếu của con đường đạo,
Con ơi, hãy tìm đến một nơi thanh vắng;
Hãy dốc lòng quyết tâm tinh tấn,
Và mau chóng đạt thành ước nguyện tột cùng [của đạo quả Bồ-Đề].