



# NGHI THỨC GIA TRÌ LỜI NÓI

Hướng Dẫn: Lama Zopa Rinpoche  
Trích Nghi Thức Tụng Niệm FPMT Tập 1  
hồng như chuyển Việt ngữ



## 1. Điều kiện hành trì

Mọi người đều có thể đọc và hành trì

## 2. Lợi ích

*Công phu này giúp cho năng lực lời nói trở nên hoàn hảo, niệm điều gì cũng tăng mười triệu lần. Trong ngày, nói điều gì, dù chỉ là lời tán gẫu, cũng trở thành minh chú. Rất thích hợp cho người hành nghề tư vấn, khiến lời nói có tác dụng mạnh mẽ dù không phải đang giảng Pháp. Khuyến điều gì người khác cũng sẽ làm theo.*

**Tụng ALI, KALI và duyên khởi tâm chú khi nhập thất theo phương pháp hành trì tinh túy của ngài Long Thọ:**

*[Nd - Trong các kỳ nhập thất cùng Geshe Thubten Dawa, pháp Gia Trì Lời Nói này thường được tụng ở đầu thời công phu đầu ngày]*

Cuối mỗi buổi thiền, thân ngữ ý tạo được bao nhiêu công đức, nếu chịu khó tụng ba lần chuỗi nguyên âm và phụ âm thì tất cả mọi câu chú đã niệm sẽ mang lại kết quả mỹ mãn. Ví dụ nếu tụng chú trường thọ thì chú ấy sẽ có tác dụng mang lại sự trường thọ. Minh chú hưng thịnh, tịnh hóa, tăng trưởng – bất cứ cho việc gì – hẳn có tụng niệm là có kết quả. Nghi thức hành trì này rất tốt, khiến minh chú có tác dụng cực kỳ mãnh liệt. Đây không phải là nghi thức được áp dụng phổ thông trong các kỳ nhập thất dòng Gelug. Tuy nhiên các dòng khác có dạy rằng sau khi tụng chú nên đọc chuỗi nguyên âm, phụ âm và duyên khởi tâm chú ba lần, và gọi đây là phương pháp hành trì tinh túy của ngài Long thọ.

Hành trì theo lời dạy này chắc chắn sẽ thành tựu chức năng của minh chú. Vậy cuối mỗi buổi thiền, sau khi tụng chú rất nên làm theo như vậy. đọc ba lần chuỗi nguyên âm, phụ âm và duyên khởi tâm chú. Như vậy minh chú vừa tụng sẽ có năng lực thanh tịnh hóa rất mãnh liệt. chúng ta có thể làm như vậy trong các kỳ nhập thất mật pháp.

Trước khi đọc ALI, KALI, và tâm chú duyên khởi, chúng ta cũng có thể đọc tụng minh chú Tinh Túy Mười Phương Như Lai, bảy lần hay ít hơn cũng được. minh chú này có tác dụng thanh tịnh hóa rất mãnh liệt. chỉ tụng một lần cũng đủ làm sạch mọi ác nghiệp đã phạm trong thời gian dài một trăm triệu kiếp.

### 3. Nội dung

**KON CHHOG SUM LA KYAB SU CHHI  
DRO LA PHAN CHHIR SANG GYA SHOG (3X)**

*Đệ tử kính xin / qui y Tam Bảo /*

*Nguyện vì chúng sinh / trọn thành Phật đạo. (3x)*

Đệ tử khởi hiện tướng đức bốn tôn Pháp chủ. Trên lưỡi đệ tử, linh tự AH biến thành đài mặt trăng. Trên đài trắng hiện linh tự OM màu trắng, bao quanh là chuỗi minh chú ALI (nguyên âm) màu trắng theo chiều kim đồng hồ, chuỗi minh chú KALI (phụ âm) màu đỏ ngược chiều kim đồng hồ, và chuỗi tâm chú duyên khởi màu xanh dương theo chiều kim đồng hồ.

Từ các linh tự và các chuỗi minh chú phóng ra ánh sáng lớn, thu tóm lực gia trì và năng lực của lời nói thuộc toàn cõi thế gian và xuất thế dưới dạng ba minh chú, bảy biểu tượng vương và tám cát tường (bát bát tường).

[Trong đó bao gồm năng lực diệu ngôn (xuất thế) của chư Phật, chư vị Bồ tát thuộc ba địa bồ tát thanh tịnh và chư A La Hán, cùng năng lực ngôn từ thế gian của người bước vào đường tu cũng như của những bậc hiền giả đã đạt được sức mạnh ngôn từ, thành tựu tiếng lời của sự thật, biện tài vô ngại. nhờ tịnh khẩu, giữ giới, không phạm khẩu nghiệp mà âm thanh lời nói của những vị hiền giả này có năng lực mãnh liệt. Nguyện điều gì, lời nguyện tức thành



**- Duyên Khởi Tâm Chú**

ཨོཾ་ཡེ་དཱ་མ་མེ་ཏུ་པ་མ་མེ་ཏུ་རྗེ་པ་རྗེ་མ་ག་ཏེ་བྱ་མ་དང་།  
 ཏེ་པ་རྗེ་ཡོ་ནི་རོ་རྗེ་ཨོ་མོ་བ་དེ་མ་དུ་བྱ་མ་མེ་ཏུ་ཡེ་སྐྱེ།

**OM YE DHARMA HETU PRABHAVA HETUN TESHAN  
 TATHAGATO HYAVADAT TESHAN CHAYO<sup>4</sup> NIRODHA EVAM  
 VADI MAHA SHRAMANA YE SVAHA (3X)**

*[Khi tụng, dòng cam lồ màu xanh dương từ minh chú rót xuống, đầy ắp thân thể, thanh tịnh hóa toàn bộ ý nghiệp tích tụ từ vô lượng kiếp.]*

**Dịch nghĩa Duyên Khởi Tâm Chú – không cần tụng:**

*[OM Như Lai đã tuyên thuyết về nguyên nhân của các pháp từ nhân sinh ra, và cũng đã tuyên thuyết về nghĩa diệt của các pháp. Đó là lời của đấng Đại Buông Xả SVAHA]*

Sau đó, Duyên Khởi Tâm Chú, chuỗi nguyên âm, chuỗi phụ âm, chữ OM và đài mặt trăng, tất cả tuần tự tan vào nhau. Đài mặt trăng biến thành linh tự AH, linh tự AH biến thành dòng cam lồ màu hồng rồi tan vào lưỡi của quí vị, biến thành lưỡi kim cang.

Lưỡi bây giờ mang tính chất kim cang bất hoại. Minh chú đọc lên, năng lực vững chắc không gì có thể tan biến, hao tổn hay hư hoại, cho dù có ăn nhàm hắc thực. Tiếp theo, hãy khởi tâm tin tưởng mãnh liệt, rằng toàn bộ gia trì và sức mạnh của tất cả chư Phật, Bồ tát, Thánh hiền, hành giả v.v. đều đi vào lời nói của mình, khiến cho lời nói của

mình trở nên hoàn hảo.” Chúng sinh vừa thoáng nghe, phiền não vọng tâm đồng loạt tan biến. Nói điều gì chúng sinh cũng hoan hỉ nghe theo.

Nghi như vậy sẽ khiến năng lực của lời nói trở nên tuyệt hảo, tất cả những gì đọc tụng sẽ tăng lên gấp một triệu lần, nói gì cũng không thành lời tán gẫu. Nhờ minh chú này mà năng lực lời nói sẽ không bị chiết giảm vì chuyện ăn uống sai cách.

*Tiếp theo, tùy ý tụng minh chú danh xưng của Bốn sư 3, 7, 21 lần, hay nhiều hơn.*

### - Minh Chú Danh Xưng (tùy ý đọc thêm)

**HIS HOLINESS THE DALAI LAMA:** OM AH GURU VAJRADHARA  
VAGINDRA SUMATI SHASANA DHARA SAMUDRA SHRI  
BHADRA SARVA SIDDHI HUNG HUNG

**LAB KYABGON RINPOCHE:** OM AH GURU BENZA DHARA  
SHASANA DARA TA NEE TA NATHA SARVA SIDDHI HUNG  
HUNG

**LAMA ZOPA RINPOCHE:** OM AH GURU VAJRADHARA MUNI  
SHASANA SHANTI SARVA SIDDHI HUNG HUNG

**GESHE THUBTEN DAWA:** OM AH GURU VAJRADHARA MUNI  
SHASANA chandraka SARVA SIDDHI HUNG HUNG

**- Hồi Hương**

*Nguyện lười dẽ tử*

*Mang trọn năng lực / của đấng Như Lai,*

*Nguyện nhờ năng lực / tiếng lời diệu thắng,*

*Mà trọn chúng sinh / đều về qui thuận,*

*Mà mọi khổ đau / tức thì tịnh an*

*Nguyện lời thốt ra / liền trong chốc lát / đều thành sự thật.*



*Xin bỏ dẽ tâm vô vàn trân quý*

*nơi nào chưa có, nguyện sẽ nảy sinh*

*nơi nào đã sinh, nguyện không thoái chuyển*

*vĩnh viễn tăng trưởng không bao giờ ngừng.*



Mọi sai sót là lỗi người dịch

Mọi công đức xin hồi hương pháp giới chúng sanh



**hongnhu-archives**

[www.hongnhu.org](http://www.hongnhu.org)