

JE TSONGKHAPA
Lama Tông Khách Ba (1357–1419)

ཨོཾ། ཡོན་ཏན་གཞིར་གསུང་མ།

NỀN TẢNG MỌI THIỆN ĐỨC
THE FOUNDATION OF ALL GOOD QUALITIES



TIBETAN – PHONETICS – ENGLISH - VIETNAMESE
TẶNG VĂN – TẶNG ÂM – VIỆT – ANH

hongnhu-archives

༄༅། ། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱིན་ཅན་རྗེ། །

YÖN TÄN KÜN GYI ZHIR GYUR DRIN CHÄN JE

The foundation of all good qualities is the kind and perfect, pure Guru;
Nền tảng mọi thiện đức là đáng bốn sự từ hòa tôn kính

ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལས་གྱི་རྩ་བ་རུ། །

TSHÜL ZHIN TEN PA LAM GYI TSA WA RU

Correct devotion to him is the root of the path.
Tin tưởng đúng cách nơi Thầy là gốc rễ của đường tu.

ལེགས་པར་མཐོང་ནས་འབད་བ་དུ་མ་ཡིས། །

LEG PAR THONG NÄ BÄ PA DU MA YI

By clearly seeing this and applying great effort,
Nay con được sự tin hiểu này, nguyện kiên trì cố gắng

གུས་པ་ཆེན་པོས་བསྟེན་པར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །

GÜ PA CHHEN PÖ TEN PAR JIN GYI LOB

Please bless me to rely upon him with great respect.
Xin hộ trì cho con thành kính nương dựa đáng đạo sư.

ལན་ཅིག་རྗེད་པའི་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་འདི། །

LÄN CHIG NYE PÄI DÄL WÄI TEN ZANG DI

Understanding that the precious freedom of this rebirth is found only once,
Kiếp người quý giá này chỉ đến một lần thôi

ཤིན་ཏུ་རྗེད་དཀའ་དོན་ཆེན་ཤེས་གྱུར་ནས། །

SHIN TU NYE KA DÖN CHHEN SHE GYUR NÄ

Is greatly meaningful, and is difficult to find again,
Tràn đầy ý nghĩa nhưng khó lòng gặp lại

ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་སྐྱེང་པོ་ལེན་པའི་སྒོ།

NYIN TSHĀN KÜN TU NYING PO LEN PÄI LO

Please bless me to generate the mind that unceasingly,
Xin hộ trì cho tâm con không xao lãng,

རྒྱུན་ཚད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།

GYÜN CHHÄ ME PAR KYE WAR JIN GYI LOB

Day and night, takes its essence.
Ngày cũng như đêm không uống phí kiếp người.

ལྷས་སློག་གཡོ་བ་ཚུ་ཡི་ཚུ་བྱུང་བཞིན།

LÜ SOG YO WA CHHU YI CHHU BUR ZHIN

This life is as impermanent as a water bubble;
Cuộc sống phù du như bọt nước,

སྐྱུར་དུ་འཇིག་པའི་འཆི་བ་དྲན་པ་དང་།

NYUR DU JIG PÄI CHHI WA DRĀN PA DANG

Remember how quickly it decays and death comes.
Rã tan nhanh, cái chết đến rất mau.

ཤི་བའི་རྗེས་སུ་ལྷས་དང་གི་བ་མ་བཞིན།

SHI WÄI JE SU LÜ DANG DRIB MA ZHIN

After death, just like a shadow follows the body,
Sau khi chết, tựa như hình với bóng,

དཀར་ནག་ལས་འབྲས་བྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ།

KAR NAG LÄ DRÄ CHI ZHIN DRANG WA LA

The results of black and white karma follow.
Quả báo thiện ác sẽ bám theo không rời

ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྗེད་ནས་ཉེས་པའི་ཚོགས། །

NGE PA TÄN PO NYE NÄ NYE PÄI TSHOG

Finding firm and definite conviction in this,
Nay con được sự tin hiểu này,

ཕྱ་ཞིང་སྤ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤོང་བ་དང་། །

TRA ZHING TRA WA NAM KYANG PONG WA DANG

Please bless me always to be careful
Xin hộ trì cho con luôn cẩn trọng,

དགེ་ཚོགས་མཐའ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །

GE TSHOG THA DAG DRUB PAR JE PA LA

To abandon even the slightest of negativities
Rời bỏ điều bất thiện dù bé nhỏ,

ཏྲག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

TAG TU BAG DANG DÄN JIN GYI LOB

And accomplish all virtuous deeds.
Hoàn thành mọi việc thiện dù khó khăn.

སྐྱུང་པས་མི་ངོམས་སྐྱུག་ལྷལ་ཀྱན་གྱི་སྒོ། །

CHÄ PÄ MI NGÖM DUG NGÄL KÜN GYI GO

Seeking samsaric pleasures is the door to all suffering,
Lạc thú thế gian là cánh cửa dẫn vào khổ đau

ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྲིད་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི། །

YI TÄN MI RUNG SI PÄI PHÜN TSHOG KYI

They are uncertain and cannot be relied upon.
Vì không bền lâu, cũng không đáng tin cậy.

ཉེས་དམིག་རིག་ནས་ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ། །

NYE MIG RIG NÄ THAR PÄI DE WA LA

Recognizing these shortcomings,
Nay con được sự tin hiểu này,

དོན་གཉེར་ཆེན་པོར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱི་སློབས། །

DÖN NYER CHHEN POR KYE WAR JIN GYI LOB

Please bless me to generate the strong wish for the bliss of liberation.
Xin hộ trì cho con phát chí nguyện cầu vui giải thoát.

ལྷན་དག་བསམ་པ་དེ་ཡིས་དངས་པ་ཡི། །

NAM DAG SAM PA DE YI DRANG PA YI

Led by this pure thought,
Từ chí nguyện cầu giải thoát trong sáng,

དྲེན་དང་ཤེས་བཞིན་བག་ཡོད་ཆེན་པོ་ཡིས། །

DREN DANG SHE ZHIN BAG YÖ CHHEN PO YI

Mindfulness, alertness and great caution arise.
Chánh niệm, tỉnh giác, và tâm cẩn trọng sẽ phát sinh.

བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོར་ཐར་པ་ལ། །

TÄN PÄI TSA WA SO SOR THAR PA LA

The root of the teachings is keeping the pratimoksha vows;
Gốc rễ của chánh pháp là giữ giới biệt giải thoát [pratimoksha],

སྐྱབ་པ་སྐྱེད་པོར་བྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་སློབས། །

DRUB PA NYING POR JE PAR JIN GYI LOB

Please bless me to accomplish this essential practice.
Xin che chở cho con hoàn thành môn tu trọng yếu này.

རང་ཉིད་སྲིད་མཚོར་སྐྱང་བ་ཇི་བཞིན་དུ།

RANG NYI SI TSHOR LHUNG WA JI ZHIN DU

Just as I have fallen into the sea of samsāra,
Cũng như con trằm luân trong biển Ta-bà,

མར་གྱུར་འགྲོ་བ་ཀུན་གྲང་དེ་འདྲ་བར།།

MAR GYUR DRO WA KÜN KYANG DE DRA WAR

So have all mother migratory beings.
Các bà mẹ nhiều đời của con cũng lạc vào nơi ấy.

མཐོང་ནས་འགྲོ་བ་སྐྱོལ་བའི་ཁྱུང་འབྱེར་བའི།།

THONG NÄ DRO WA DRÖL WÄI KHUR GYER WÄI

Please bless me to see this, train in supreme bodhichitta,
Xin hộ trì cho con phát được tâm bồ đề,

བྱང་ཚུབ་སེམས་མཚོག་འབྱོངས་པར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས།།

JANG CHHUB SEM CHHOG JONG PAR JIN GYI LOB

And bear the responsibility of freeing migratory beings.
Để gánh lấy trách nhiệm giải thoát chúng sinh.

སེམས་ཅོམ་བསྐྱེད་ཀྱང་ཚུལ་སྲིམས་རྣམ་གསུམ་ལ།།

SEM TSAM KYE KYANG TSHÜL TRIM NAM SUM LA

Even if I develop bodhichitta yet don't practice the three types of morality,
Nhưng phát tâm bồ đề mà không giữ ba nẻo giới,

གོམས་པ་མེད་ན་བྱང་ཚུབ་མི་འགྲུབ་པར།།

GOM PA ME NA JANG CHHUB MI DRUB PAR

I will not achieve enlightenment.
Cũng không thể thành chánh quả.

ལེགས་པར་མཐོང་ནས་སྐྱལ་སྤངས་སྡོམ་པ་ལ། །

LEG PAR THONG NÄ GYÄL SÄ DOM PA LA

With my clear recognition of this,
Nay con được sự tin hiểu này,

བརྩོན་པ་དྲག་པོས་སློབ་པར་བྱིན་གྱིས་སྡོམ་པ། །

TSÖN PA DRAG PÖ LOB PAR JIN GYI LOB

Please bless me to practice the bodhisattva vows with great energy.
Xin hộ trì cho con dốc tâm tinh tấn giữ gìn bờ tát giới.

འོག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེང་བ་ནི་བྱེད་ཅིང་།

LOG PÄI YÜL LA YENG PA ZHI JE CHING

Once I have pacified distractions to wrong objects
Bao giờ tâm con thôi xao lãng không chạy theo vọng cảnh,

ཡང་དག་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དཔྱད་པ་ཡིས། །

YANG DAG DÖN LA TSHÜL ZHIN CHÖ PA YI

And correctly analyzed the meaning of reality,
Hiểu được ý nghĩa của thực tại,

ནི་གནས་སྐྱག་མཐོང་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ། །

ZHI NÄ LHAG THONG ZUNG DU DREL WÄI LAM

Please bless me to generate quickly within my mindstream
Xin hộ trì cho con mau chóng khai mở từ trong dòng tâm thức,

སྐུར་དུ་སྐྱེད་ལ་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྡོམ་པ། །

NYUR DU GYÜ LA KYE WAR JIN GYI LOB

The unified path of calm abiding and special insight.
Con đường chỉ quán bất nhị.

ཐུན་མོང་ལམ་སྐྱེད་དུ་གྱུར་པ་ན། །

THÜN MONG LAM JANG NÖ DU GYUR PA NA

Having become a pure vessel by training in the general path,
Một khi đường tu phổ thông,

ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་མཚོག་གྱུར་དོ་རྗེ་ཐེག།

THEG PA KÜN GYI CHHOG GYUR DOR JE THEG

Please bless me to enter
Con hành trì thuần thực trong sáng,

སྐལ་བཟང་སྐྱ་བོའི་འཇུག་ངོགས་དམ་པ་དེར། །

KÄL ZANG KYA WÖI JUG NGOG DAM PA DER

The holy gateway of the fortunate ones:
Xin hộ trì cho con mở cánh cửa của những đứa con may mắn,

བདེ་སྐྱབས་ཉིད་དུ་འཇུག་པར་བྱིན་གྱིས་ཚོབས། །

DE LAG NYI DU JUG PAR JIN GYI LOB

The supreme vajra vehicle.
Vào với Kim cang thừa tối thượng.

དེ་ཚེ་དངོས་གྲུབ་རྣམ་གཉིས་སྐྱབས་པའི་གཞི། །

DE TSHE NGÖ DRUB NAM NYI DRUB PÄI ZHI

At that time, the basis of accomplishing the two attainments
Lúc bấy giờ, nền tảng hoàn thành hai đại thành tựu,

རྣམ་དག་དམ་ཚིག་སྣོམ་པར་བསྐྱེད་བཤམ། །

NAM DAG DAM TSHIG DOM PAR SUNG WA LA

Is keeping pure vows and samaya.
là giữ gìn thuần tịnh giới hạnh và mật thệ [samaya]

བཅོས་མ་མེན་པའི་ངེས་པ་རྗེད་གུར་ནས། །

CHÖ MA MIN PÄI NGE PA NYE GYUR NÄ

As I have become firmly convinced of this,
Nay con có được lòng tin vững chắc này,

སོག་ངང་བཟོད་ཏེ་བསྐྱེད་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

SOG DANG DÖ TE SUNG WAR JIN GYI LOB

Please bless me to protect these vows and pledges like my life.
Xin hộ trì cho con bảo vệ giới nguyện như bảo vệ mạng sống.

དེ་ནས་རྒྱད་ཟླའི་སྣང་པོ་རིམ་གཉིས་ཀྱི། །

DE NÄ GYÜ DEI NYING PO RIM NYI KYI

Then, having realized the importance of the two stages,
Hiếu được ý nghĩa của hai giai đoạn

གནད་རྣམས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་ནས་བཙུན་པ་ཡིས། །

NÄ NAM JI ZHIN TOG NÄ TSÖN PA YI

The essence of the Vajrayana,
Tinh túy của Kim cang thừa.

ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་ལས་མི་གཡེལ་བར། །

THÜN ZHII NÄL JOR CHÖ LÄ MI YEL WAR

By practicing with great energy, never giving up the four sessions,
Thực tập tinh chuyên, không thoái chuyển công phu bốn thời,

དམ་པའི་གསུང་བཞིན་སྐྱབ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

DAM PÄI SUNG ZHIN DRUB PAR JIN GYI LOB

Please bless me to realize the teachings of the holy Guru.
Xin hộ trì cho con thành tựu lời dạy của đấng đạo sư.

དེ་སྣང་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དང་། །

DE TAR LAM ZANG TÖN PÄI SHE NYEN DANG

Like that, may the gurus who show the noble path

Nguyện các đấng đạo sư đã dẫn con vào đường tu cao cả,

ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་རྣམས་ཞབས་བརྟན་ཅིང་།

TSHÜL ZHIN DRUB PÄI DROG NAM ZHAB TÄN CHING

And the spiritual friends who practice it have long lives.

Cùng các bạn đồng hành trên con đường tu ấy,

ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཚོགས། །

CHI DANG NANG GI BAR DU CHÖ PÄI TSHOG

Please bless me to pacify completely

Có được đời sống lâu dài.

ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བཟླབ་དུ་གསོལ། །

NYE WAR ZHI WAR JIN GYI LAB TU SÖL

All outer and inner hindrances.

Xin hộ trì cho con chinh phục mọi chướng ngại trong ngoài.

སྐྱེ་བ་ཀུན་དུ་ཡང་དག་ལྷ་མ་དང་། །

KYE WA KÜN TU YANG DAG LA MA DANG

In all my lives, never separated from perfect gurus,

Nguyện mọi kiếp sau / không bao giờ lìa / đạo sư toàn hảo

འབྲལ་མེད་ཚོས་ཀྱི་དཔལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། །

DRÄL ME CHHÖ KYI PÄL LA LONG CHÖ CHING

May I enjoy the magnificent Dharma.

Nguyện luôn vui trong niềm vui chánh pháp.

ས་དང་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་ལྗོས་ནས། །

SA DANG LAM GYI YÖN TÄN RAB DZOG NÄ

By completing the qualities of the stages and paths,
Nhờ đạt thiện đức / chứng địa chứng đạo

དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་ལྷུར་ཐོབ་ཤོག།

DOR JE CHHANG GI GO PHANG NYUR THOB SHOG

May I quickly attain the state of Vajradhara.
Mau chóng thành tựu / quả Kim Cang Trì.

ཅེས་ལམ་ཡོངས་ལྗོས་ལ་ཤར་སྒྲོམ་མཛོད་བསྟུས་བྱ།

Colophon: Tibetan and English texts from the version provided in the Prayers & Practices by Kurukulla Centre for Tibetan Buddhist Studies, Medford, MA. 2011, pp. 119-128. Vietnamese translation by Hong Nhu Thubten Munsel.

Xin bõ đề 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.



FREE BOOK – NOT FOR SALE
SÁCH ẨM TỔNG – KHÔNG BÁN



hongnhu-archives
www.hongnhu.org