



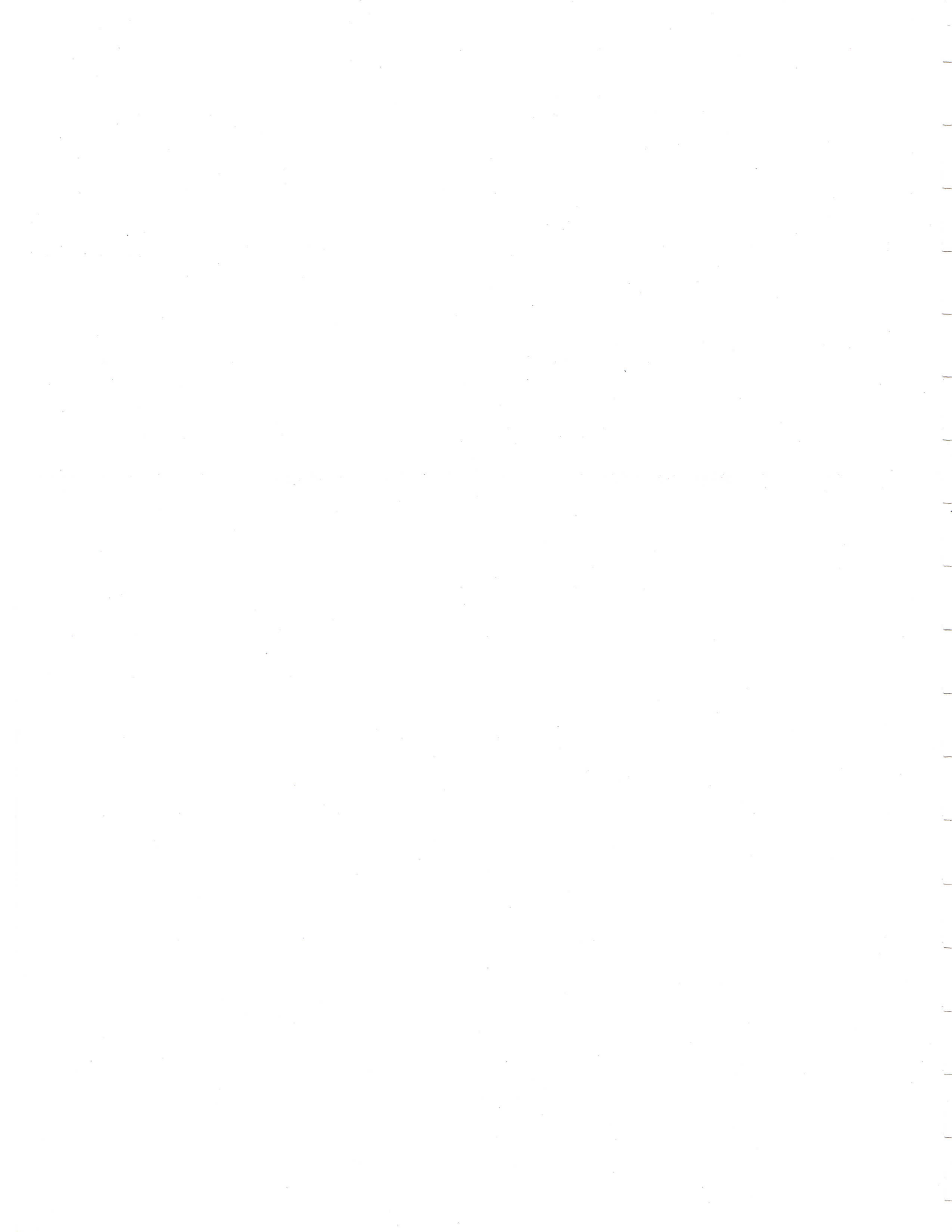
**The Preliminary Practice of the New Treasure of Dudjom
(Ngondro Practice)**

༄༅། བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་སྣོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་
བསྐྱེད་པ་བཞུགས།

**HERE IS THE CONCISE RECITATION AND PRACTICE
OF THE
NEW TREASURE OF DUDJOM**

**His Holiness Dudjom Rinpoche
Jigdral Yeshe Dorje**

Vairotsana Foundation May 2008
Vietnamese Language August 2012



༄༅། །སྟོན་པ་ལྷ་མེད་སངས་རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ། །

TONPA LAMED SANGGYAY RINPO CHHE
Precious Buddha, the supreme Lord,
Đức Phật tôn quý, đáng Vô Thượng Sĩ

སྟོབས་པ་ལྷ་མེད་དམ་ཚཱ་རིན་པོ་ཆེ། །

KYOBPA LAMED DAMCHO RINPO CHHE
Precious holy Dharma, the supreme Savior,
Phật Pháp thiêng liêng trân quý, sự cứu rỗi tối cao

འཇིན་པ་ལྷ་མེད་དགའ་འདུན་རིན་པོ་ཆེ། །

DRINPA LAMED GEDUN RINPO CHHE
Precious Sangha, the sublime spiritual friend,
Hiền Thánh Tăng, bậc bằng hữu tâm linh tối thượng

སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མཚོན་པ་འདུལ། །

KYABNAY KONCHOG SUMLA CHOPA BUL
To you, precious Triple Gems, the supreme objects of refuge, I make offerings.
Con xin cúng dường đến Tam Bảo, đối tượng quy y tuyệt đối

ཐབས་ལ་ལས་སྤྱད་ཀྱིས་སྐྱུ་ལོ་རིམ་སུ་འབྲས། །

THABKHAY THUGJAY SHAKYAI RIGSU THRUNG
By skillful means of compassion you were born in the lineage of the Shakyas,
Bằng những phương tiện thiện xảo do lòng từ bi Ngài hóa sanh trong dòng tộc Thích Ca,

གནན་གྱིས་མི་སྲུབ་བདུད་གྱི་དཔུང་འཇོམས་པ། །

SHEN GYEE MITHUB DUDKYI PUNGJOM PA
Always triumphant over others and annihilating demonic force,
Luôn chiến thắng hơn người và diệt trừ những thế lực tà ma

གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ལྷ་ལུང་བཟིང་པའི་སྐྱ། །

SERGYI LHUNPO TABUR JIDPAI KU
Splendid golden body like Mount Meru,
Thân vàng rực rỡ như Núi Tu Di

གུ་ལཱི་རྒྱལ་པོའི་ནབས་ལ་མཚོན་པ་འབུལ། །

SHAKYAI GYAPO SHABLA CHODPA BUL

At your lotus feet, King of the Shakyas, I make offerings.

Con xin cúng dường dưới gót sen Người, Vị Vương của dòng Thích Ca.

སླིང་དབུས་དད་པའི་འདབ་སྣོད། །གལ་མར་བཞད་པའི་དགྲིལ་ན། །

NYING U DAY PAI DAB TONG GESAR SHAD PAI KYIL NA

At the heart center of a blossoming thousand petaled lotus of faith.

Giữa hoa sen ngàn cánh rực nở của niềm tin,

རྟམ་ཏུ་བྱིན་གྱིས་རྫོགས་བཞིན། །འགྲལ་མེད་དགྲེས་པར་བརྟུགས་པའི། །

TAG TU JINGYEE LOB SHIN DRALMED GYEY PAR SHUG PAI

You are always continuously blessing and joyfully abiding indivisibly.

Ngài luôn ban ân phước bất tận và an trụ bất khả phân với hỷ lạc.

འབྲུབ་བདག་རྟེ་རུ་ཀ་དཔལ། །འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྗེ། །

KHYAB DAG HERU KA PAL JIGDRALYE SHAY DOJE

All pervasive Lord, glorious Heruka, Fearless Wisdom Vajra.

Đấng Thế Tôn toả khắp, Đức Trang Nghiêm Phần Nộ (Heruka), Bậc Trí Huệ Kim Cang Vô Úy.

གང་ཚུད་རྒྱལ་ཀུན་དོ་བོར། །སླིང་ནས་ངེས་པ་རྣམས། །

GANG KHYOD GYALKUN NGO WORNYPING NAY NGEYPA NYEDPAY

You are the essence of all Victorious Ones. I found this certainty from my heart.

Ngài là tinh hoa của tất cả các bậc Chân Giác Thắng. Con thấy điều này chắc chắn từ trong tâm.

བཟོད་མེད་གཉེན་པོའི་ཤུགས་གྱིས། །རྩེ་གཅིག་གསོལ་བ་འདེབས་ན། །

SODMED DUNGWAI SHUGKYEE TSECHIG SOLWA DEBNA

By the strength of eager enthusiasm if praying one pointedly,

Nhờ sức mạnh của lòng nhiệt thành tha thiết, và nhất tâm cầu nguyện,

དབང་བྱིན་དངོས་གྲུབ་བདུད་རྩིས། །བདག་རྒྱུད་སླིན་གྲོལ་མཚོན་ཅིག། །

WANGJIN NGODRUB DUDTSEE DAGGYUD MINDROL ZODCHIG

By the nectar of empowerment, blessing and siddhi, may the Buddha nature of my mind be ripened and liberated.

Nhờ cam lồ của quán đánh, sự gia trì ân phước và thành tựu, con nguyện xin Phật tánh trong tâm được chín mùi và được giải thoát.

ཉཅང་རྒྱལ་བླ་ན་མེད། །རྒྱུང་འབོད་འོ་དོད་བོས་ཀྱང་། །

HACHANG LAMA DRENNAY GYANGBOD WODOD BOKYANG

Fervently remembering my Lama, though I call from afar with lamentation,
Nhiệt thành tưởng nhớ đến Đức Bổn Sư, dù cho con than van kêu cầu người từ xa,

རང་སེམས་གཏུག་མ་འདི་ལས། །རྒྱམ་ལོགས་སུ་མ་རྙེད། །

RANGSEM NYUKMA DILAY LAMA LOGSU MANYED

Other than my own continuous mind I could not find my Lama.
Ngoại trừ trong tâm tưởng, con vẫn không tìm thấy Đức Bổn Sư của mình

གསོལ་བ་གདབ་བྱུ་ལ་དང་། །འདེབས་པའི་མཁན་པོ་མེད་ན། །

SOLWA DAPJAI YULDANG DEBPAI KHENPO MEDNA

Since there is no object to pray to and no subject who is praying,
Vì không có đối tượng để nguyện cầu và không có chủ thể người đang cầu nguyện,

གསོལ་བ་འདེབས་སྐྱམ་སྒོས་བྱས། །འཛིན་རྩོལ་བཅོས་མས་ཅི་བྱེད། །

SOLWA DEBNYAM LOJAY ZINTSOL CHOMAY CHIJED

Why should I pretend to pray with contrived thoughts and grasping effort?
Tại sao con phải giả vờ nguyện cầu với tâm toan tính và ráng sức bám chấp?

གསལ་ལ་ངོས་བཟུང་མེད་པའི། །ཏོག་ལྷལ་རིག་སྒྲོང་རྗེ་ན་པ། །

SALLA NOSUNG MEDPAI TOGDRAL RIGTONG JENPA

Clear, unidentifiable, naked empty awareness, free of conception,
Rõ ràng, không thể phân biệt, Giác Tánh trống rỗng không che đậy, vượt khỏi mọi nhận thức,

འདི་ཀ་དོན་གྱི་རྒྱལ། །ཡེ་ཤེས་རྗེ་རྗེ་འོ་ཤེས། །

DIKA DONGYI LAMA YESHAY DOJE NGOSHEY

This is the absolute Lama, I recognize that my Root Guru, Vajra Primordial Wisdom,
Đó là vị Thầy tuyệt đối, con nhận ra được Đức Bổn Sư chính yếu của con, đó là Trí Tuệ Kim Cang Nguyên Sơ,

ཡེ་ཡིན་ངང་གནས་ཆེན་པོ། །རང་བབས་གདོད་མའི་གཞི་ལ། །

YEYIN NGANGNAY CHHENPO RANGBAB DOMAI ZHILA

is from the beginning continuously abiding in the basic state of supreme primordial self-nature.
vẫn an trụ liên tục từ vô thủy trong trạng thái căn bản của Tự Tánh Nguyên Sơ Tối Thượng.

རྒྱུད་ནས་འབོད་ཀྱང་མ་དགོས། །འགྲམ་ནས་བཅའ་ཀྱང་མ་དགོས། །

GANGNAY BOKYANG MAGO DRAMNAY TSALKYANG MAGO

There is no need to call from afar. There is no need to search nearby.
Không cần phải kêu cầu từ xa. Và cũng không cần phải tìm kiếm cận bên.

ལྷོ་འདས་ལུ་བརྒྱ་བགཤིས་སུ། །འཇུག་པའི་མིང་ཡང་མི་གྲགས། །

LODAY WOOBCHHUB SHEESU THRULPAI MINGYANG MIDRAG

All immeasurable phenomena are contained in mind beyond conception. In the nature of wisdom, there is no name of delusion.
Mọi hiện tượng vô hạn đều dung chứa trong tâm vượt khỏi mọi nhận thức. Trong bản chất tự nhiên của trí tuệ, không có tên gọi của ảo tưởng.

སྤང་ན་འདས་པ་ལྟ་ཅི། །མཉམ་ཉིད་བདེ་སྐྱོད་ཆེན་པོ། །

NYANGEN DAYPA TACHI NYAMNYID DELONG CHHENPO

Without doubt, one is free from suffering. This is the great profound ecstasy of evenness.
Không chút nghi ngờ, người tức thì thoát khỏi mọi khổ đau. Đây là đại cực lạc của như thị.

གང་གར་ཆོས་སྐྱའི་ཡོ་ལང་། །གཏང་སོ་ལུ་བའི་བྱིན་རླབས། །

GANGSHAR CHHOKU YOLANG TADSO DRALWAI JINLAB

Whatever phenomena arise are the display of Dharmakaya. I, a practitioner, receive this blessing free from aims
Bất kỳ hiện tượng nào xuất hiện đều là biểu hiện của Pháp Thân. Con, một người hành giả, nhận được ân phước này, được tự tại khỏi mọi bám chấp

རྣམ་འབྱོར་སླིང་ལ་ལུགས་འདི། །ཨ་རྟོ་ངོ་མཚར་ཆེའོ། །

NALJOR NYINGLA ZHUGDI AAHO NGOTSHAR CHHEWO

in my heart. How supremely wondrous!
trong tâm con. Thật kỳ diệu phi thường biết bao!

ཞེས་པའང་རང་ཉིད་ལ་མངོན་པར་སོས་པའི་ལྷོ་གྲོ་ལ་དག་བརྟེན་གསུམ་ལ་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྐྱོན་ནས་རྒྱུད་འབོད་བྱི་གསོལ་
འདེབས་འདི་ལྷ་བུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་བསྐྱུལ་བ་ཡིད་ལ་བཅག་པའི་ཐོག་ །ཉེ་ཆར་ཡོ་འབྱོར་གསུལ་པའི་རྒྱ་རིན་པོ་
ཆེས་གསུང་གི་གསོལ་བཏབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིགས་བྱུང་ཡོ་ཞེས་དོ་རྗེས་གར་མར་གྱིས་པ་དག། །།

This was written spontaneously by Jigdral Yeshe Dorje according to the wished of the noble lady Dechen Chodron, who has virtue, intelligence, and complete devotion to me. Also, the recent request of Yedrok Tulku Rinpoche reminded me of her repeated requests for this kind of prayer of calling from afar. May it be virtuous!

Bài nguyện này do Ngài Jigdral Yeshe Dorje tự nhiên viết ra thể theo ước muốn của quý bà Dechen Chodron, một người đức hạnh, trí tuệ và hoàn toàn sùng kính tôi. Ngoài ra sự khẩn cầu mới đây của Yedrok Tulky Rinpoche nhắc nhở tôi về sự thỉnh cầu liên tục của bà về bài nguyện khẩn cầu từ phương xa. Cầu mong bài nguyện này mang lại cát tường!



༄༅། བདུད་འཛོམས་གཏེར་གསར་སྣོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བསྐྱེས་པ་འདིའི་གོ་དོན་ས་བཅད་ལ།

**A Meaningful Guide to This Concise Recitation of the Preliminary Practice
of the New Treasure of Dudjom**
**Hướng Dẫn Thực Hành Bộ Kinh Bước Đầu Tu Tập Cô Động thuộc Kho Tàng Kinh
Điển Mới của dòng Dudjom**

དང་པོ་སྐྱོར་བ་སློ་ལྷག་རྣམ་བཞིའི་ངག་འདོན་ནི།

I. First: The Preparation — The Recitation of the Four Reflections Which Reverse the Mind
I. Đầu Tiên: Sự Chuẩn Bị - Trì tụng Bốn Sự Quán Chiếu Để Chuyển Tâm

ན་མོམ། བསྐྱེ་མེད་གཏན་གྱི་མགོན་པོ་སྣ་མ་མཁུན་མ།

NAMO LU MĚ TEN GYI GÖN PO LA MA KHYEN
Homage! Lama, infallible constant protector, (you who) know!
Con thành tâm đánh lễ ! Đức Bổn Sư, Bậc Bảo Hộ kiên trì không sai lầm, (Ngài) biết được!

དལ་འབྱོར་འདི་ནི་གིན་ཏུ་རྟེན་པར་དགའ་མ།

DAL JOR DI NI SHIN TU NYĚ PAR KA
The freedoms and the favorable conditions of this (human birth) are extremely difficult to obtain.
Sự tự chủ và điều kiện thuận lợi của kiếp người vô cùng hiếm có.

སྐྱེས་ཚད་མི་རྟག་འཆི་བའི་ཚེས་ཅན་ཡིན་མ།

KYĚY TS'HE MI TAK CHHI WAI CHHÖ CHEN YIN
Everything born is impermanent and bound to die.
Cuộc sống vô thường luôn bị giới hạn bởi cái chết.

དགེ་སྤྲིག་ལས་གྱི་ཁྱུ་འབྲས་བསྐྱེ་བ་མེད་མ།

GE DIK LAY KYI GYU DRAY LU WA MĚ
The results of virtuous and unvirtuous actions (which are causes) are inexorable.
Quả của những hành động thiện ác (do nhân) đều không lay chuyển được.

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་མཚོའི་ངང་མ།

KHAM SUM KHOR WA DUK NGAL GYA TS'HOI NGANG
The three realms of cyclic existence have the nature of an ocean of suffering.
Bản chất tự nhiên của ba cõi luân hồi là bể khổ.

དྲན་ནས་བདག་སློ་ཚེས་ལ་འགྱུར་བར་ཤོག།

DREN NAY DAK LO CHHÖ LA GYUR WAR SHOK

Remembering this, may my mind turn towards the Dharma!

Quán chiếu những suy niệm này, nguyện cho tâm con hướng về Phật Pháp!

ཅེས་ལན་གང་མང་བཟོན་ལ་སློ་སྦྱང།

Thus reciting as many times as possible, do the mental training.

Trì tụng càng nhiều càng tốt, để rèn luyện tâm trí.

གཉིས་པ་སློན་འགྲོ་དངོས་ལ།

II. Second: The Actual Preliminary Practice

II. Phần Hai: Bước Đầu Tu Tập Chính Yếu

དང་པོ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཅི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྐྱབས་ལུལ་མཚོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་ཚ་བའི་སྐྱ་མ་ཉིད་གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་པར་མངོན་
སུམ་དུ་བཞུགས་བར་མོས་ལ།

1. First: The Going for Refuge

1.Đầu Tiên: Quy Y

Believe that the Root Teacher, himself, in the form of Guru Rinpoche, the essence of the Three Jewels, is actually sitting in front (of oneself) in the sky.

Tin tưởng vào vị Bốn Sư chính yếu của hành giả, trong hình tướng của Đức Liên Hoa Sanh, Ngài biểu hiện cho Tam Bảo, hiện đang ngự trên không trung ở phía trước mặt hành giả.

འདི་བཟུང་བྱང་རྒྱུ་སློང་པོ་མ་ཐོབ་བར།

སྐྱ་མ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི།

DI ZUNG JANG CHHUP NYING PO MA T'HOP BAR LA MA KÖN CHHOK SUM LA KYAP SU CHHI

From now until attaining the heart of enlightenment, I take refuge in the Lama, the Three Jewels.

Từ giờ cho tới khi được hoàn toàn chứng đắc, con xin quy y nơi Đức Bốn Sư, biểu hiện của Tam Bảo.

ཞེས་ལྷག་དང་སྐྱུག་སྟེ་ཅི་ལྷུ་སུ་བཟོན།

Thus, with prostrations, recite as much as one can.

Kết hợp với đánh lễ, trì tụng càng nhiều càng tốt

གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། སྐྱབས་ལུལ་དབང་པོར་གསོལ་ཏེ།

2. Second: The Generation of Bodhicitta

2. Thứ Nhì: Phát Bồ Đề Tâm

Beseeking the object of refuge to bear witness.

Khẩn cầu đối tượng của quy y để được minh giám.

དནས་བཟུང་སྟེ་ལོངས་བམ་སྟོང་བར་མེ

མ་གུར་སེམས་ཅན་གུན་གྱི་ཡན་བདེ་སྐྱབ་མེ

DA NAY ZUNG TE KHOR WA MA TONG BAR

MA GYUR SEM CHEN KÜN GYI P'HEN DE DRUP

From now until Samsara becomes empty, I shall accomplish the benefits and happiness of all sentient parent beings.

Từ giờ cho đến khi luân hồi trống rỗng, con nguyện đem lại hạnh phúc và lợi ích cho tất cả phụ mẫu chúng sanh.

ཅེས་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལ་སྟོན་སྟུང་།

*Thus do the mental training in the Bodhicitta.
rèn luyện tâm trí để phát triển Bồ Đề Tâm*

གསུམ་པ་ཚོགས་བསགས་མཚུལ་འབུམ་བཞི། མཚུལ་ཚོམ་བུ་དངོས་སུ་བགམས་པ་དབེར་མཚོན་ནས།

3. Third: The Accumulation of Merit Mandala Offering

3. Thứ Ba: Cúng Dường Pháp Tràng Để Tích Lũy Công Đức

*Having actually arranged the mandala configuration as a symbolic example.
Sắp xếp hình tượng Pháp tràng như là biểu tượng cúng dường.*

ཚེ་རབས་གུན་གྱི་ལུས་དང་ལོངས་སྟོན་དཔལ་མེ ཚོགས་གཉིས་ཚོགས་བྱིར་དཀོན་མཚོག་གསུམ་ལ་འབུལ་མེ

TS'HE RAP KÜN GYI LÜ DANG LONG CHÖ PAL

TS'HOK NYIY DZOK CHHIR KÖN CHHOK SUM LA BÜL

The bodies, enjoyments, possessions, (and) glories of the succession of all my lifetimes, I offer to the Three Jewels in order to complete the two accumulations.

Bản thân, sự hưởng thụ, của cải, (và) những vinh quang thành đạt trong đời sống, con xin cúng dường Tam Bảo để hoàn thành hai tích lũy.

ཞེས་མཚུལ་གང་མང་འབུལ།

*Thus offer the mandala as many times as possible.
Cúng dường Pháp tràng càng nhiều càng tốt.*

བཞི་པ་སྐྱབ་སྟོང་དོར་སེམས་སྐྱོམ་བློབ་ནི། རང་གི་ད་མལ་དུ་གནས་པའི་ངང་ནས།

4. Fourth: The Purification of Obscurations, the Meditation of Vajrasattva

4. Thứ Tư: Tịnh hóa các chướng ngại, thiền định về Đức Phật Kim Cang Tát Đỏa.

Remain in one's ordinary state.

An trú trong hình tướng thông thường.

སྐྱི་བོར་གླ་མ་དོར་སེམས་དབྱེར་མེད་པའི་མེ

སྐྱི་ལས་བདུད་ཚིའི་རྒྱན་བབས་སྐྱིབ་སྐྱུངས་གུར་མེ

CHI WOR LA MA DOR SEM YER MË PAI

KU LAY DÜ TSII GYÜN BAP DRIP JANG GYUR

Above one's head is Vajrasattva, inseparable from the Lama. From (Vajrasattva's) body, a nectar stream descends, purifying (my) obscurations.

Đức Kim Cang Tát Đỏa ngự nơi đỉnh đầu của hành giả, Ngài bất khả phân với Đức Bổn Sư. Từ thân Đức Kim Cang Tát Đỏa, một dòng cam lồ chảy xuống, tịnh hóa mọi chướng ngại của hành giả.

ཨོཾ་བརྗེ་སངས་སེམ་ཡ་མ་རྩུ་བ་ལ་ཡམ།

OM VAJRA SATTVA SAMAYA MANU PALAYA

བརྗེ་སངས་ཏེ་ནོ་བ་ཏཱིའི་དྷི་མེ་ལྷ་མམ།

VAJRA SATTVA TENOPA TISHT'HA DRIDHO MEBHAWA

སུ་ཏོ་ཉཱ་མེ་ལྷ་མམ།

SU TO KHAYO MEBHAWA

སུ་པོ་ཉཱ་མེ་ལྷ་མམ།

SU PO KHAYO MEBHAWA

ཨུ་རུ་རཱོ་མེ་ལྷ་མམ།

ANU RAKTO MEBHAWA

སའ་སིདྷི་མེ་ཤ་ཡ་ཡཏྲ།

SARVA SIDDHI ME PRA YATTSA

སའ་ཀཎ་སུ་ཅ་མེ།

SARWA KARMA SU TSA ME

ཙཱིཏཾ་ཤེ་ཡམ་ཀུ་རུ་ཧུང།

TSITTAM SHRI YAM KURU HUNG

ཧ་ཧ་ཧ་ཧ་ཧོ།

HA HA HA HA HO

ལྷ་ག་ལྷན།

BHAGAWAN

སའ་ཏ་ཐ་ག་ཏ་བརྗེ་མེ་མུལ་བརྗེ་ལྷ་མ་ས་སེམ་ཡ་སངས་ཨུ།

SARWA TAT'HAGATA VAJRA MA ME MUNTSA VAJRI BHAWA MAHA SAMAYA SATTVA AH

ཞེས་བདུད་ཚི་འབེབ་སྦྱོང་གི་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཡིག་བརྒྱ་དང་།

*Thus, with the visualization of the nectar descending and purifying, recite the hundred syllables and
Cứ như thế, quán tưởng dòng cam lồ chảy xuống và tịnh hóa mọi nghiệp chướng, Trì tụng bách tự minh chú trong lúc quán
tưởng và*

ཨོཾ་བརྗེ་སངས་ཧུང།

OM VAJRA SATTVA HUNG

ཞེས་ཡིག་དུག་ཅི་ལུས་སུ་བརྒྱས་མཐའ།

*Then recite the six syllable mantra as much as one can. Then...
Kế tiếp trì tụng lục tự minh chú càng nhiều càng tốt. Kế đến...*

འོད་ལྷུ་བདག་སྣང་དང་འདྲེས་རོ་གཅིག་གྱུར།

Ö ZHU DAK NANG DANG DREY RO CHIK GYUR
(Vajrasattva) melts into light and becomes mingled in one taste with one's own perceptions.
(Đức Kim Cang Tát Đóa) tan biến thành ánh sáng và hòa lẫn trong hương vị đặc thù với sự nhận thức
của riêng chính hành giả.

ཞེས་དོར་སེམས་རང་ལ་བསྐྱེས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག།

Thus, having gathered Vajrasattva into oneself, remain in meditation.

Như thế, hội nhập Đức Kim Cang Tát Đóa vào chính mình, an trú trong thiền định

ལྷ་པ་བྱིན་རླབས་ལྷུང་འཇུག་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་ནི།

5. Fifth: The Swiftly Penetrating Blessings of the Guru Yoga

5. Thứ Năm: Ân Phước sâu sa tức thì của sự Hợp Nhất với Đức Bản Sư (Guru Yoga)

རང་ཉིད་དོར་རྗེ་ནལ་འབྱོར་མདུན་མཁའ་རྩུ།

རྩ་བའི་སྒྲ་མ་པདྨའི་སྐྱུར་བཞེངས་གུར།

RANG NYİ DOR JE NAL JOR DÜN KHA RU

TSA WAI LA MA PEMAI KUR ZHENG GYUR

Oneself (is) Vajrayogini, and in the sky in front, the Root Teacher manifests in the form of Padma Sambhava.

Hành giả trong hình tướng nữ của Đức Vajrayogini, nơi không trung phía trước mặt, Đức Bản Sư biểu hiện trong hình tướng của Đức Liên Hoa Sanh.

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་མ་ལུས་འདུས་པའི་སྐྱུ།

རྩ་བའི་སྒྲ་མ་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས།

DÜ SUM SANG GYAY MA LÜ DÜ PAI KU

TSA WAI LA MA CHHOK LA SÖL WA DEP

The embodiment of all the Buddhas of the Three Times, without exception,

Most Excellent Root Teacher, I pray to you.

Hiện thân của tất cả các chư Phật trong Ba Thời, Đức Bản Sư toàn hảo, con nguyện đến Ngài

འདི་བྱི་བར་དོ་གསུམ་དུ་བྱགས་རྗེས་བྱུངས།

དུས་གསུམ་རྒྱན་ཚད་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས།

DI CHHI BAR DO SUM DU T'HUK JEY ZUNG

DÜ SUM GYÜN CHHE MĒ PAR JIN GYIY LOP

In this and future lives, and in the Bardo, in these three, hold me with your compassion.

Bless me ceaselessly throughout the Three Times!

Đời này, kiếp sau, và lúc trong thân trung ấm, tại ba nơi đó, xin hãy áp ủ con với lòng từ bi của người.

Xin mãi mãi ban ân phước cho con trong suốt Ba Thời!

ཨོཾ་ཧཱུྃ་ཧཱུྃ་བརྩ་གུ་རུ་བདྨ་སིདྲི་ཧཱུྃ།

OM AH HUNG VAJRA GURU PADMA SIDDHI HUNG

ཞེས་བརྒྱ་རྩེད་སོགས་གང་མང་བསྐྱེས་ལ།

Thus recite this mantra one hundred times, one thousand times, etc., as much as possible.

Cứ như thế, trì tụng mình chú này một trăm lần, một ngàn lần, vân vân . . , càng nhiều càng tốt.

སྐྱུ་གསུང་བྱགས་གྱི་དབང་བྱིན་ཡོངས་རྫོགས་ཐོབ།

KU SUNG T'HUK KYI WANG JIN YONG DZOK T'HOP

The blessings and empowerments of Body, Speech, and Mind are completely and perfectly obtained.

Ân phước và quán đánh của thân, khẩu, và ý đã kết thúc và hoàn toàn nhận được đầy đủ.

བརྩ་གུ་རུ་ཀཡ་ལ་ལྷ་ཀ་ཅི་ཏྲ་སི་རྩི་ཏུ་མུ་མུ་

VAJRA GURU KAYA WAKA TSITTA SIDDHI HUNG

ཞེས་དབང་བཞི་སྒྲུང་མཐམ། *Thus take the Four Empowerments. Then...*

Như vậy tiếp nhận bốn quán đảnh, rồi thì...

སླ་མ་འོད་ལྷ་རང་ཐིམ་དབྱེར་མེད་ངང་མུ་

LA MA Ö ZHU RANG T'HIM YER MĒ NGANG

The Teacher dissolves into light, is absorbed into oneself, and (becomes) inseparable with one's own state of being. Behold the Emptiness-Awareness, the true face of the Lama!

Đức Bốn Sư hòa tan vào ánh sáng, và hội nhập vào hành giả, trở nên bất khả phân với bản thể của hành giả. Nhìn thấy Giác Tánh-Không, đó là khuôn mặt chân chánh của Đức Bốn Sư.

རིག་སྣོད་དོན་གྱི་སླ་མའི་རང་ཞལ་བལྟ་མུ་

RIK TONG DÖN GYI LA MAI RANG ZHAL TA

ཞེས་སླ་མ་རང་ལ་བསྐྱུས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག།

Thus absorbing the Guru into oneself, remain in meditation.

Với sự hội nhập Đức Bốn Sư vào trong chính mình, an trụ trong thiền định.

དུག་པ་འཕོ་བ་ནི།

6. Sixth: The Transference

6. Thứ sáu: Sự Chuyển Di Tâm Thức:

མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་མུ་

GÖN PO Ö PAK MĒ LA SÖL WA DEP

(I) pray to the protector (Amitabha, the Buddha) of limitless light. Grant me the blessing to become accomplished in the profound path of Phowa (The Transference of Consciousness).

Con nguyện đến Đức Bảo Hộ Vô Lượng Quang (Đức Phật A Di Đà). Xin ban ân phước để con thành tựu Pháp môn chuyển di tâm thức (Phowa) sâu sa.

ཟབ་ལམ་འཕོ་བ་འགྲོངས་བར་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས་མུ་

ZAP LAM P'HO WA JONG WAR JIN GYI LOP

ཞེས་ལན་གང་མང་བརྗོད་ལ་འཕོ་བའི་འདུན་པ་བྱ།

Thus reciting as many times as possible, motivate the Transference.

Cứ như thế, trì tụng càng nhiều càng tốt, để phát tâm về cõi tịnh độ.

བདུན་པ་ལུས་སྐྱེན་དག་བསྐྱེད་ནི།

7. Seventh: The Charity of the Body, the Dedication of Virtues

7. Thứ Bảy: Thí Thân, và Hồi Hướng Công Đức

ད་ནི་ལུས་དང་ལོངས་སྡོད་དག་ཅུར་བཅས་མུ་

DA NILÜ DANG LONG CHÖ GE TSAR CHAY

Now, (my) body, possessions, and (the) source of my virtue, all together

I give without clinging to all beings, who have been my parents.

མ་གུར་འགྲོ་ལ་ཡངས་པ་མེད་པར་བཏང་མུ་

MA GYUR DRO LA P'HANG PA MĒ PAR TANG

Từ bây giờ, ngay chính bản thân, của cái, và tất cả công đức của con, không chút bám víu con xin dâng hiến hoàn toàn cho tất cả chúng sanh, người đã từng là phụ mẫu của con.

འགྲོ་དོན་རྣམས་ཚེན་གཤམ་མེད་འགྲུབ་པར་ཤོག།

DRO DÖN LAP CHHEN GEK MĒ DRUP PAR SHOK

May I accomplish great benefits, unobstructedly, for all beings.

Cầu cho con đạt được công đức vô lượng vô chướng ngại cho tất cả chúng sanh.

ཅེས་སོགས་སྒྲོན་ལམ་ནན་ཏན་དུ་གདབ་བོ།

Thus, insistently make prayers of aspiration and so forth.

Như thế, tha thiết khẩn khoản phát nguyện...

ཞེས་གཏེར་གསར་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་རྒྱས་པ་མི་ཤེས་ཤིང་མི་སྣོག་པའི་རིགས་ལ་ཡན་མྱིར་སྒྲོན་འགྲོའི་ངག་འདོན་བསྐྱེས་པ་འདིའི་གནད་དོན་གོ་བདེའི་གསལ་འདེབས་ས་བཅད་ཅམ་དུ་འཛིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་དོ་རྗེས་སོ། །།

Thus, in order to benefit those who don't know or are unable to do the Elaborate Recitation of the Preliminary Practice according to the New Treasure, this is a mere synopsis which clarifies the essential meaning of this Concise Recitation Practice by Jigdral Yeshe Dorje

Để cho những ai không biết hoặc không thể tu tập được “Bộ Kinh Bước Đầu Tu Tập Ti Mĩ Sâu Sa” thuộc Kho Tàng Kinh Điển Mới, Ngài Jigdral Yeshe Dorje đã soạn ra “Bộ Kinh Bước Đầu Tu Tập Cô Động”. Bộ Kinh này tóm tắt rõ ràng ý nghĩa thiết yếu của “Bộ Kinh Bước Đầu Tu Tập Ti Mĩ Sâu Sa”.

ཁམ་པན་སྒྲོབ་ཚོས་གསུམ་རིང་ལུགས་ཚེ།

KHEN LOP CHHÖ SUM RING LUK CHHE

May the great tradition of Khenpo Shantarakshita, Lobpön Padmasambhava, and Dharma King Trisong Deütsen increase and spread throughout the three realm world.

Nguyện cho truyền thống vĩ đại của Ngài Khenpo Shantarakshita, Đức Liên Hoa Sanh, và Pháp Vương Trisong Deutsen được tăng trưởng và lan tỏa khắp ba cõi thế gian.

འཛམ་གླིང་ས་གསུམ་བྱུང་པར་འཕེལ།

DZAM LING SA SUM KHYAP PAR P'HEL

འགྲོ་རྒྱུད་མཚོག་གསུམ་སྐྱང་བ་དང་།

DRO GYÜ CHHOK SUM NANG WA DANG

May the appearance of the Three Jewels and the mindstreams of beings remain inseparable, and bring sublime well-being throughout the Three Times.

Nguyện cho sự xuất hiện của Tam Bảo và dòng tâm thức của chúng sinh được tồn tại bất khả phân và đem lại hạnh phúc tuyệt đối khắp Ba Thời.

མི་འབྲལ་དུས་གསུམ་དག་ལེགས་ཤོག།

MI DRAL DÜ SUM GE LEK SHOK

རྗེ་ནས་སོ། །། *By Jnana.*

Bởi Jnana

