

# Ba Điểm Tinh Yếu của Đường Tu - Three Principle Aspects of the Path

- **English Title:** *Three Principal Aspects of the Path*, English translation by Lama Zopa Rinpoche-  
**Tác Giả (Author):** Lama Tông Khách Ba (sơ tổ dòng Gelug) -  
**Việt ngữ:** Hồng Như - 2017, nhuận văn 2019

༄༅། །ལམ་གྱི་གོ་བོ་རྣམ་གསུམ།

BA ĐIỂM TINH YẾU CỦA ĐƯỜNG TU

The Three Principal Aspect of the Path

**(Lam Tso Nam Sum)**

TÁN DƯƠNG ĐẢNH LỄ - Expressing the Homage

༄༅། །རྗེ་བཙུན་སྐྱེ་མ་རྣམས་ལ་བྱག་འཚལ་ལོ།

I bow down to my perfect guru

*Con xin kính lễ / các đấng Tôn Sư.*

HỨA VIẾT LUẬN - The Promise to Compose

རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱང་གྱི་སྤྲིང་པོའི་དོན།

[1] The essential meaning of the Victorious Ones' teachings,

*[1] Ý nghĩa tinh yếu / của trọn giáo pháp / của chư Tôn Thắng;*

རྒྱལ་སྐུས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསུགས་པའི་ལམ། །

The path praised by all the holy Victors and their sons,

*Con đường mà Phật / cùng chư bồ tát / đều luôn khen ngợi;*

སྐལ་ལྷན་ཐབས་འདོད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་ལོགས་དེ། །

The gateway of the fortunate ones desiring liberation—

*Lối ngõ mở ra / cho kẻ thiện duyên / khát khao giải thoát—*

ཇི་ལྟར་རྣམས་བཞིན་བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ།

This I shall try to explain as much as I can.

*Những điều như vậy, / Thầy xin hết lòng / giải thích ở đây.*

KHUYẾN NGHE - Persuading to Listen

གང་དག་སྲིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཚགས་ཤིང། །

[2] Those who are not attached to the pleasures of circling,

*[2] Ai người không cầu / lạc thú thế gian*

དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་བྱིར་བརྩོན་པ་ཡིས། །

Who strive to make freedom and endowments meaningful,

*Gắng sức tận dụng / ung dung sung mãn,*

རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་རྩོད་པའི། །

Who entrust themselves to the path pleasing the victorious ones-

*Dẫn thân vào đường / khiến Phật hoan hỉ,*

སྐལ་ལྷན་དེ་དག་དང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་ཉོན། །

You fortunate ones: listen with a calm mind.

*Bật thiện duyên ấy, / xin hãy lắng nghe / với tâm trong sáng.*

### VÌ SAO CẦN KHỞI TÂM BUÔNG SINH TỬ - The Purpose of Generating Renunciation

རྣམ་དག་ཤེས་འབྱུང་མེད་པར་སྲིད་མཚོ་ཡི། །

[3] Without the complete intention definitely to be free from circling,

*[3] Tâm quyết cầu thoát / nếu chưa thật có*

བདེ་འབྲས་དོན་གཉེར་ཞི་བའི་ཐབས་མེད་ལ། །

There is no way to pacify attachment seeking pleasurable effects in the ocean of circling.

*Thì biển luân hồi / ham cầu thiện báo, / chẳng cách nào ngưng.*

སྲིད་ལ་བཀམ་པ་ཡིས་ཀྱང་ལུས་ཅན་རྣམས། །

Also, by craving for cyclic existence, embodied beings are continuously bound.

*Lại đắm sinh tử / nên kẻ có thân / luôn bị buộc ràng,*

ཀུན་ནས་འཆིང་ཕྱིར་ཐོག་མར་ཤེས་འབྱུང་བཅའ། །

Therefore, at the very beginning seek renunciation.

*Vậy ngay từ đầu / phải sớm tìm cầu / tâm buông sinh tử.*

### LÀM SAO PHÁT TÂM BUÔNG SINH TỬ - How to Generate Renunciation

དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ ཚོ་ལ་ལོང་མེད་པ། །

[4] Freedom and endowments are difficult to find, / And life has no time to spare.

*[4] Ung dung sung mãn / là điều khó gặp, / mạng sống thì lại / ngắn ngủi không bền:*

ཡིད་ལ་ཤོ་མས་པས་ཚོ་འདི་ལྷུང་ཤས་ལྡོག། །

By gaining familiarity with this, / Attraction to the appearances of this life is reversed.

*Ý nghĩ này đây / tập cho quen thuộc, / tâm rời sẽ thôi / đắm chuyện đời này.*

ལས་འབྲས་མི་བསྐྱུ་འཁོར་བའི་སྐྱུ་བསྐྱུ་ལ་རྣམས། །

By thinking over and over again / That actions and their effects are unbetraying,

*Phải luôn nhớ rằng / nghiệp quả không sai; / toàn bộ luân hồi / không ngoài khổ não:*

ཡང་ཡང་བསམ་པས་བྱི་མའི་སྐྱུང་ཤས་ལྡོག། །

And repeatedly contemplating the miseries of cyclic existence, / Attraction to the appearances of future lives is reversed.

*Hãy cứ như vậy / thường xuyên nhớ nghĩ, / tâm sẽ không còn / đắm chuyện đời sau.*

### THẾ NÀO MỚI ĐÚNG LÀ KHỞI TÂM BUÔNG SINH TỬ - The Definition of Having Generated Renunciation

དེ་ལྟར་ཤོ་མས་པས་འཁོར་བའི་ཕྱན་ཚོགས་ལ། །

[5] When, by having trained in that way,

*[5] Cứ thế, đối với / phồn vinh thế tục,*

ཡིད་སྲོན་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་མི་སྐྱེ་ཞིང། །

There is no arising, even for a second, of attraction to the perfections of cyclic existence,

*Đã tuyệt không còn / khởi niệm luyến tham,*

ཉོན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྲོ། །

And all day and night the intention seeking liberation arises -

*Ngày cũng như đêm / đều mong giải thoát:*

བྱུང་ན་དེ་ཚོ་ཤེས་འབྱུང་སྐྱེས་པ་ལགས། །

Then the thought of renunciation has been generated.

*Tâm buông sinh tử / bấy giờ khởi sinh.*

## VÌ SAO CẦN PHÁT TÂM BỒ ĐỀ – The Purpose of Generating the Mind of Enlightenment

ངེས་འབྱུང་དེ་ཡང་རྣམ་དག་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས། །

[6] Even if renunciation has been developed,

[6] *Nhung dù có được / tâm buông sinh tử*

ཟིན་པ་མེད་ན་སྤྲོ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི། །

If it is not possessed by the mind of enlightenment

*Mà không phối hợp / với tâm bồ đề*

ཕུན་ཚོགས་བདེ་བའི་རྒྱ་རུ་མི་འབྱུང་བས། །

It does not become the cause of the perfect bliss of unsurpassed enlightenment.

*Cũng chẳng thể nào / thành nhân đại lạc / của chánh đẳng giác.*

སྤོ་ཕྲན་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད། །

Therefore the wise generate the supreme mind of enlightenment.

*Bởi vậy kẻ trí / phát tâm bồ đề.*

## LÀM SAO PHÁT TÂM BỒ ĐỀ – How to Generate the Mind of Enlightenment

ཤུགས་རྒྱུ་ལྷོ་བཞི་ལྷན་གྱིས་ཁྱེད། །

[7] Swept away by the current of the four powerful rivers,

[7] *Bị bốn sông lớn / cuồn cuộn cuống phăng,*

བསྐོག་དཀའ་ལས་ཀྱི་འཆིང་བ་དམ་པོས་བསྐྱམས། །

Tied by the tight bonds of karma, so hard to undo,

*Nghiệp cũ buộc ràng / khó lòng tháo gỡ,*

བདག་འཛོན་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་བའི་སྐབས་སུ་ཚུད། །

Caught in the iron net of self-grasping,

*Vướng kẹt tròng tròng / lưới sắt chấp ngã,*

མ་རིག་སྐྱུན་པའི་སྐྱུག་ཆེན་ཀུན་ནས་འབྲིབས། །

Completely enveloped by the total darkness of ignorance,

*Khuất ngạt đêm dày / bóng tối vô minh,*

སུ་མེད་སྲིད་པར་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་རུ། །

[8] Endlessly reborn in cyclic existence,

[8] *Sinh tử, tử sinh, / triền miên bất tận*

སྐྱུག་བསྐྱུལ་གསུམ་གྱིས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མཛད། །

Ceaselessly tormented by the three sufferings –

*Chịu ba loại khổ, bức bách không cùng.*

གནས་སྐབས་འདི་འདྲར་གྱུར་པའི་མ་རྣམས་ཀྱི། །

Thinking that all mothers are in such a condition,

*Hiền mẫu của tôi / sống như thế đó:*

ངང་རྒྱུལ་བསམས་ནས་སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་པར་མཛོད། །

Generate the supreme mind of enlightenment.

*Nhớ nghĩ như vậy, / để mà phát tâm / vô thượng bồ đề.*

## THẾ NÀO MỚI ĐÚNG LÀ PHÁT TÂM BỒ ĐỀ – The Definition of Having Generated the Mind of Enlightenment

[8a][1] In short, if like the mother whose cherished son has fallen into a pit of fire

*Tóm lại giống như / mẹ thấy con yêu / rơi vào hố lửa*

And who experiences even one second of his suffering as an unbearable eternity,

*Dù chỉ một giây / cũng đặng đặng dài / hàng vô lượng kiếp*

Your reflection on the suffering of all mother sentient beings

*Nghĩ đến tất cả / hiện mẫu đa sinh / khổ đau vô tận*  
Has made it impossible for you to bear their suffering for even one second  
*Tâm không chịu nổi / dù chỉ một giây,*  
And the wish seeking enlightenment for their sake arises without effort,  
*Tự nhiên thiết tha / vì chúng sinh mà / cầu vô thượng giác,*  
Then you have realized the supreme precious mind of enlightenment.  
*Khi ấy là lúc / đã phát được tâm / vô thượng bồ đề.*

#### VÌ SAO CẦN CHỨNG NHƯ THẬT TRI KIẾN - The Reason to Meditate on the Right View

གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་ལྡན་ན། །

[9] Without the wisdom realizing ultimate reality,

[9] *Nhưng thiếu trí tuệ / chứng chân thực tại*

ངེས་འབྱུང་བྱུང་རྒྱལ་སེམས་ལ་གོམས་བྱས་ཀྱང། །

Even though you have generated renunciation and the mind of enlightenment

*Thì dù có đã / phát tâm buông xả, / và tâm bồ đề.*

སྲིད་པའི་རྩ་བ་བཅད་པར་མི་རྩལ་པས། །

You cannot cut the root cause of circling.

*Cũng chẳng thể nào / chặt gốc sinh tử.*

དེ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད། །

Therefore, attempt the method to realize dependent arising.

*Vậy phải tìm cách / chứng lý duyên sinh.*

#### TRỞ RA NHƯ THẬT TRI KIẾN - Showing the Right View

གང་ཞིག་འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

[10] One who sees the cause and effect of all phenomena

[10] *Ai người thấy pháp / luân hồi, niết bàn,*

རྒྱ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱུ་བ་མེད་མཐོང་ཞིང། །

Of both cyclic existence and the state beyond sorrow as forever unbetraying,

*Đều thuận nhân quả / không hề sai chạy,*

དམིགས་པའི་གཏད་སོ་གང་ཡིན་ཀྱང་ཞིག་པ། །

And for whom any object trusted in by the grasping mind has completely disappeared,

*Và mọi đối cảnh / của tâm chấp bám / toàn bộ rã tan,*

དེ་ནི་སངས་རྒྱལ་དགེས་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས། །

Has at that time entered the path pleasing the Buddhas.

*Người ấy bước vào / con đường khiến cho / chư Phật hoan hỉ.*

#### NHƯ THẬT TRI KIẾN QUÁN SÁT CHƯA THÀNH - The Definition of Not Having Completed the Analysis of the Right View

སྣང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་དང། །

[11] If the appearance that is unbetraying dependent relation

[11] *Hiểu được tướng hiện—duyên sinh không sai*

སྟོང་པ་ལས་ལེན་བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །

Is accepted separately from emptiness,

*Hiểu được tánh không—khẳng định đều vắng*

ཇི་སྲིད་སོ་སོར་སྣང་བ་དེ་སྲིད་དུ། །

As long as these two understandings are seen as separate,

*Hai sự hiểu này / còn thấy riêng lẻ*

དེ་དུང་རྒྱལ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །

Then one has still not realized the Buddha's intent.

*Là còn chưa chứng / ý thật của Phật.*

### NHU THẬT TRI KIẾN QUÁN SÁT ĐÃ THÀNH – The Definition of Having Completed the Analysis of Right View

ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །

[12] If [these two realizations] are happening simultaneously without alternation,

*[12] Bao giờ đồng loạt / không còn xen kẽ,*

རྗེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཅམ་ཉིད་ནས། །

The definite ascertainment comes that completely destroys

*Chính lúc chứng biết duyên sinh không sai*

རེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛོན་སྐྱེད་སྐྱེད་ཞིག་ན། །

The way all objects are apprehended [as truly existent],

*Là lúc rõ tan / đối cảnh vọng chấp*

དེ་ཚོ་ལྟ་བུའི་དབྱེད་པ་རྗེས་པ་ལགས། །

At that time the analysis of the ultimate view is complete.

*Khi ấy chánh kiến quán sát vẹn toàn.*

### ĐIỂM THÙ THẮNG CỦA TRI KIẾN TRUNG QUÁN CỤ DUYÊN – The Particular Special Quality of the Prasangika View

གཞན་ཡང་སྤང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང། །

[13] Furthermore, appearance eliminates the extreme of existence

*[13] Hơn nữa, vì hiện / mà tan chấp có;*

སྤོང་བས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྤོང་བ་ཉིད། །

and emptiness eliminates the extreme of non-existence.

*Vì tánh không mà / tan hết chấp không.*

རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འཆར་བའི་ཚུལ་ཤེས་ན། །

If you realize how emptiness manifests in the manner of cause and effect

*Biết rõ thế nào / từ nơi tánh không / hiện ra nhân quả,*

མཐའ་འཛོན་ལྟ་བུ་བས་འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་འོ། །

Then you are not captivated by wrong notions holding extreme views.

*Khi ấy không còn / vướng chấp biên kiến.*

### ĐẠT NIỆM XÁC QUYẾT RÕI, KHUYÊN TIẾP TỤC TU – Having Gained Definite Ascertainment, Advice on Pursuing the Practice

དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་གྱི། །

[14] In this way you realize exactly

*[14] Bao giờ ba điểm / tinh yếu Phật đạo*

གནད་རྣམས་རང་གིས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་ཚོ། །

The vital points of the three principal aspects of the path.

*Con tự chứng biết / đúng như sự thật*

དབེན་པ་བསྟེན་ཏེ་བཙོན་འགྲུས་སྤོབས་བསྐྱེད་ནས། །

Resort to seeking solitude, generate the power of effort,

*Khi ấy, con ơi / tìm nơi thanh tịnh, / tu cho tinh tấn,*

གཏན་གྱི་འདུན་མ་ལྷུང་དུ་སྐྱབས་ཤིག་སུ། །

And quickly accomplish your final goal, my child.

*Mục tiêu cứu cánh / hãy chóng viên thành.*

ཞེས་པ་འདི་ནི་མངུ་མོས་པའི་དགོས་ལྷོད་སློབ་སློབ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་ཚེ་ལོ་དཔོན་པོ་རག་དབང་གྲགས་པ་ལ་གདམས་པའོ།།

*Giáo pháp này do tỳ kheo hành khất Losang Dragpa, là kẻ đa văn, viết ra theo lời khuyên của cháu trai Ponpo Ngawang Dragpa*

[1] NOTE 1: Stanza 8a is not part of Lama Tsongkhapa's original text, but has been added here following Pabongkha Rinpoche's outline. - *đoạn 8a không thuộc về chánh văn, thêm vào đây theo đại cương của đức Pabongkha Rinpoche.*

Bản dịch lại từ tiếng Tạng: HongNhu Thubten Munsel, version 2017. Revised 2019