Atisa: CHUỖI NGỌC BỒ TÁT

-Tựa Đề Tạng Ngữ (Tibetan Title): བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་ཐར་ཕྲེང་བ།
-Tác giả (author): Dipamkaraśrijñana (Je Atisa)
-Việt ngữ: Hồng Như, bản nháp 2019

Chuỗi Ngọc Bồ Tát

Tựa đề tiếng Phạn: *Bodhisattvamanevali*
Tựa đề tiếng Tạng: *changchub sempé norbü trengwa*

Kính lễ Tâm Đại Bi
Kính lễ chư Thượng Sư
Kính lễ chư Tôn của tín tâm

1. Nghi hoặc vướng tâm, buông bỏ hết
Dốc tâm tận lực nơi pháp hành
Chìm, chậm và lười đều triệt bỏ
Phải luôn nỗ lực và tinh tấn

2. Chánh niệm, tỉnh giác, bất phóng dật
Luôn dùng để giữ cửa giác quan
Ban ngày ba buổi, đêm ba buổi
Luôn xét tới lui dòng tâm thức

3. Lỗi ở nơi mình phải nói lớn
Còn lỗi người khác chớ tìm tòi
Công đức của mình nên giữ kín
Công đức của người phải nói ra

4. Phú quí, vinh quang, đều từ bỏ
Lợi danh mọi lúc đều phải buông
Phải biết thiểu dục và tri túc
Thọ ơn thì phải biết trả ơn

5. Tâm từ tâm bi, phải huân tập
Giữ tâm bồ đề thật vững chắc
Mười điều bất thiện, luôn từ bỏ
Tín tâm luôn giữ thật vững bền

6. Phẫn nộ ngã mạn đều phải diệt
Còn tâm khiêm hạ giữ bên mình
Nghề nghiệp bất thiện phải từ bỏ
Sinh sống bằng nghề thuận chánh pháp

7. Tài vật hết thảy đều buông bỏ
Trang điểm bằng tài sản Thánh nhân *[xem chi tiết đoạn 25-26]*
Bao nhiêu náo nhiệt buông ra cả
Ở nơi lan nhã mà an trú

8. Chuyện phiếm tào lao buông bỏ hết
Phải luôn tự chủ lời nói ra

Khi gặp đạo sư, thầy truyền giới
Khởi tâm thành kính muốn hầu Thầy

9. Đối với những ai có mắt pháp
Hay với chúng sinh mới nhập môn
Phải biết tất cả là Đạo sư
Khi gặp bất kỳ chúng sinh nào
Biết là cha mẹ, con cháu mình

10. Bạn bè bất thiện buông bỏ hết
Bậc thiện tri thức, phải nương vào
Bỏ tâm giận dữ và không vui
Còn chỗ nào vui, phải đi đến

11. Bất kể tham gì, cũng bỏ hết
Phải về trú ở sự không tham
Tham thì thiện đạo cũng không đạt
Và làm đứt mạng của giải thoát

12. Hễ thấy pháp gì mang vui đến
Cứ luôn ở đó mà dụng công
Đầu tiên bắt đầu như thế nào
Thì hãy cứ thế mà tu trước
Được vậy mọi sự đều sẽ tốt
Bằng không sẽ chẳng việc gì xong

13. Vì không hề vui cùng việc ác
Cho nên hễ khởi niệm tự cao
Thì ngay lúc ấy chặt ngã mạn
và phải nhớ lời dạy của Thầy

14. Bao giờ tâm lý nổi chán chường
Thì phải tán thưởng, nâng tâm lên
Quán về tánh không của cả hai.
Khi gặp cảnh nào khiến tham sân
Thì thấy chỉ như giả, như huyễn

15. Khi nghe phải lời nói khó nghe
Phải thấy chỉ như là tiếng vang
Bao giờ thân thể bị thương tổn
Phải thấy đó là do nghiệp cũ

16. Trú nơi lan nhã miền xa vắng
Giống như xác chết loài thú hoang
Phải tự dấu kín bản thân mình
Và phải trú ở sự không tham

17. Luôn luôn giữ vững thệ nguyện mình.
Khi nào nổi cơn lười giải đãi
Khi ấy hãy tự đếm lỗi mình
Nhớ lại tinh túy của giới luật

18. Khi nào gặp mặt bất kỳ ai

Thì lời nói phải nhẹ và thật
Mặt mày cau có đều bỏ hết
Phải luôn gìn giữ một nụ cười

19. Nói chung mỗi khi gặp người khác
Hãy vui mà cho, đừng bủn xỉn
Đố kị ghét ghen đều từ bỏ

20. Vì để giữ gìn tâm người khác
Nên mọi tranh chấp đều bỏ đi
Giữ tâm kham nhẫn cạnh bên mình

21. Đừng dua nịnh cũng đừng thay đổi
Trước sau như một, đáng tin cậy
Bỏ hết thái độ khinh rẻ người
Ngược lại luôn giữ lòng thành kính

22. Bao giờ cho người lời giáo huấn
Phải bằng tâm từ bi lợi tha
Giáo pháp Phật cho đừng phỉ báng
Pháp nào mà lòng thiết tha muốn
Thì nơi mười cửa pháp hạnh này
Ngày đêm chia ra mà dụng công

23. Ba thời thiện đức được bao nhiêu
Hồi hướng về đại vô thượng giác
Rãi hết công đức cho chúng sinh
Thất chi đại nguyện luôn hiến cúng

24. Làm được như vậy thì hai kho
Tư lương phước trí sẽ viên thành
Và hai chướng ngại sẽ đoạn diệt
Thân người này sẽ đầy ý nghĩa
Quả vô thượng giác sẽ viên thành

25. Tài sản sự tin và giữ giới
Tài sản của sự cho, sự nghe
Tài sản của tâm tàm, tâm quí
Và của trí tuệ, bảy kho tàng.

26. Hết thảy ngọc báu thắng diệu này
Là bảy tài sản không vơi cạn
Ai không phải người, đừng cho biết.

Ở giữa đám đông xét lời nói
Khi ở một mình tự xét tâm

Đến đây chấm dứt bài pháp Chuỗi Ngọc Bồ Tát *do Sư trưởng Ấn độ Dipamkaraśrijñana soạn tác*

༄༅།།རྒྱ་གར་སྐད་དུ་བོ་དྷི་སཏྭ་ཀ་ཡཱ་བ་ལི། བོད་སྐད་དུ་བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་སེམས་དཔའི་རྣོན་བུའི་ཕྲེང་བ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། བླ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། དད་པའི་ཤུ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།། ཝེ་ཚོམ་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བྱ་ཞིང་། བསྟན་ལ་ཟན་ཏེ་གཅིག་སུ་བྱ།། གཉིད་རྟུལ་ལས་ལེ་ལོ་རབ་སྤང་ཞིང་། རྟག་ཏུ་ཐོག་འགྲས་འབད་པར་བྱ།། དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་ཐག་ཡོད་པས།། དབང་པོའི་སྒོ་རྣམས་རྟག་ཏུ་བསྲུང་།། ཉིན་མཚན་དུས་གསུམ་ཡང་དང་ཡང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བརྟག་པར་བྱ།། བདག་གི་ཉེས་པ་བསྟག་བྱ་ཞིང་།། གཞན་གྱི་འཁྲུལ་པ་བཅོལ་མི་བྱ།། བདག་གི་

ཡོན་ཏན་སྒྲུབ་ཞིང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསྒྲག་པར་བྱ། རྣེ་དང་བཀུར་སྟི་སྒང་བྱ་ཞིང་། ཕྱིའུགས་རྟག་ཏུ་སྒང་བར་བྱ། འདོད་པ་རྣམ་ཞིང་ཆོག་ཤེས་དང་། བྱས་ལ་དྲིན་དུ་བཟོ་བར་བྱ། བྱམས་དང་སྙིང་རྗེ་བསྒོམ་བྱ་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བརྟན་པར་བྱ། མི་དགེ་བཅུའི་སྒང་བྱ་ཞིང་། རྟག་ཏུ་དད་པ་བརྟན་པར་བྱ། ཁོ་དང་ངརྒྱལ་གཞོམ་བྱ་ཞིང་། དམན་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པར་བྱ། ལོག་པའི་འཚོ་བ་སྤང་བྱ་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་འཚོ་བས་འཚོ་བར་བྱ། ཟངས་ཟིངཐམས་ཅད་སྤང་བྱ་ཞིང་། འཕགས་པའི་ནོར་ཡིས་བརྒྱན་པར་བྱ། འདུ་འཛི་[འཛོ?]ཐམས་ཅད་སྤང་བྱ་ཞིང་། དགོན་པ་ལ་ནི་གནས་པར་བྱ། འཚལ་བའི་ཚོགས་རྣམས་སྤང་བར་ཞིང་། རྟག་ཏུ་དག་པའི་ཐམྱལ་པར་བྱ། བླ་མ་མཐོ་པོ་མཐོང་བའི་ཚེ ། གུས་པར་རིམ་གྱི་བསྟེན་པར་བྱ། གང་ཟགཀ་ཆོག་ཀྱི་མིག་ཅན་དང་། ལས་དང་པོ་པའི་སེམས་ཅན་ལ། སྙིང་པའི་འདུ་ཤེས་གསྐྱེད་པར་བྱ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐོང་བའི་ཚེ། ཕ་མ་བུ་ཚའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད། སྡིག་པའི་གྲོགས་པོ་སྤང་བྱ་ཞིང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་བྱ། སྡུང་དམ་མི་བདེའི་སེམས་སྤང་ཞིང་། གང་ལའང་ཆགས་པ་སྤང་བྱ་ཞིང་། ཆགས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱ། ཆགས་པས་བདེ་འགྲོའང་མི་ཐོབ་ཅིང་། ཐར་པའི་སྲོག་ཀྱང་གཅོད་པར་བྱེད། གང་དུ་བའེ་བའི་ཆོས་མཐོང་། དེ་ནི་རྟག་ཏུ་འབད་པར་བྱ། ཐོག་མར་བསྒོམས་པ་གང་ཡིན་པ། དཔོན་དེ་ཉིད་བསྒྲུབ་བྱ་སྟེ། དེ་ཁྱོ་ན་ཉིད་ལེགས་བྱས། གཞན་དུ་གཉིས་ཀ་འགྲུབ་མི་འགྱུར། རྟག་ཏུ་སྟིག་དང་ལྡན་པས། གང་དུ་མཐོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཆོ། དེ་ཆོ་ན་རྒྱལ་བཅག་བྱ་ཞིང་། ཏླ་མའི་གདམས་ངག་དུན་པར་བྱ། ཞུམ་པའི་སེམས་ནི་བྱུང་བའི་ཆོ། སེམས་ཀྱི་གཟེར་ན་ཉིད་ནི་བསྟོད་པར་བྱ། གཉིས་ཀ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བསྒོམ། གང་དུ་ཆགས་སྡུང་ཡུལ་བྱུང་ཆོ། སྐྱུ་མ་སྤྲུལ་པ་བཞིན་དུ་ཁྱོ། མི་སྐྱན་ཚོགས་རྣམས་ཐོས་པའི་ཆོ། བྲག་ཚ་བཞིན་དུ་བཤྱ་བར་བྱ། ལུས་ལ་གཅོད་པ་བྱུང་བའི་ཆོ། སྟོན་གྱི་ལས་སུ་བཤྱ་བར་བྱ། བས་མཐའ་དགོག་པར་རབ་གནས་ཤིང་། རི་དྭགས་ཤི་བའི་རོ་བཞིན་དུ། བདག་གིས་བདག་ཉིད་སྐྱ་བྱ་ཞིང་། ཆགས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱ། རྟག་ཏུ་ཡི་དམ་བརྟན་བྱ་ཞིང་། ལེ་ལོ་སྟོམས་ལས་སེམས་བྱུང་ཆེ ། དེ་ཆོ་བདག་ལ་རྣ་བཀྲང་ཞིང་། བརྟུལ་ཞུགས་སྐྱིང་པོ་དུན་པར་བྱ། གལ་ཏེ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་ཆོ། ཞི་དེས་གསོང་ཡོར་སྐྱ་བ་དང་། ། ཁོ་གཉེར་ངོ་རྒྱམ་སྤང་བྱ་ཞིང་། རྟག་ཏུ་འཚོམ་ཞིང་གནས་པར་བྱ། རྒྱུན་དུ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་ཆོ ། སེར་སྣ་མེད་ཅིང་སྦྱིན་ལ་དགའ། ཐུགས་དོག་ཐམས་ཅད་སྤང་པར་བྱ། གཞན་གྱི་སེམས་ནི་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར། རྩོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བྱ་ཞིང་། རྟག་ཏུ་བཟོད་དང་ལྡན་པར་བྱ། ངོ་དག་ཅ་མེད་ཅིང་གསར་འགྲོགས་མེད། རྟག་ཏུ་ཚུགས་ནི་ཐུབ་པར་བྱ། གཞན་ལ་བརྣམས་པ་སྤང་བྱ་ཞིང་། གཞན་ལ་གདམས་དག་བྱེད་པའི་ཆོ། ཤིང་རྟེ་ཐན་སེམས་ལྡན་པར་བྱ། ཆོས་ལ་བསྐུར་བ་མི་འབེབས་ཤིང་ གང་མོས་དེ་ལ་འདུན་པ་དང་། ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱི་སྐྱོན་ནི། ཉི་མཚོན་ཕྱེད་བཅུ་རེ་ཞིག་ཏུ། རྟག་ཏུ་བཟོད་དང་ལྡན་པར་བྱ། ཐུགས་བརེའུ་ཞིང་ཁྲོ་བ་ཅི་བསགས་པ། ཐུབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བླ་མ་མཐོ་པོ་མཐོང་བའི་ཆོ ། གུས་པར་རིམ་གྱི་བསྟེན་པར་བྱ། གང་ཟཞག་ཆོག་ཀྱི་མིག་ཅན་དང་། ལས་དང་པོ་པའི་སེམས་ཅན་ལ། སྙིང་པའི་གྲོགས་པོ་སྤང་བྱ་ཞིང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་བྱ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་སྤང་བྱ་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱ། ཐུབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་