

Atisa: CHUỖI NGỌC BỒ TÁT

-Tựa Đề Tạng Ngữ (Tibetan Title): བླ་མཁའ་ཤེས་པ་དཔལ་འཛོམས་གླུ་མཚན་བཤད།

-Tác giả (author): Dipamkaraśrījñāna (Je Atisa)

-Việt ngữ: Hồng Như, bản nháp 2019

Chuỗi Ngọc Bồ Tát

Tựa đề tiếng Phạn: *Bodhisattvamaṇeṣa*

Tựa đề tiếng Tạng: *changchub sempé norbū trengwa*

Kính lễ Tâm Đại Bi

Kính lễ chư Thượng Sư

Kính lễ chư Tôn của tín tâm

1. Nghi hoặc vương 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 quý, vinh quang, đều từ bỏ

Lợi danh mọi lúc đều phải buông

Phải biết thiếu 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 nhả 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. Bận bề 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 đua 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 hiển cúng

24. Làm được như vậy thì hai kho
Tư lương phước trí sẽ viên thành
Và hai chương 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 từ, tâm quý
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་སྒྲིག་སྡེ་མཁོ་བ་ལོ། བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་སེམས་དཔའི་འོ་ར་བུའི་ཕྱིང་བ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཕྱག་འཚུངས་ལོ། ལྷ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚུངས་ལོ། དད་པའི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཚུངས་ལོ། ཐེ་ཚོམ་ཐམས་ཅད་སྤང་བ་བྱ་ཞིང་། བསྐྱབ་ལ་ནན་ཏན་གཅེས་སུ་བྱ། གཉིད་རྒྱལ་ལེ་ལོ་རབ་སྤང་ཞིང་། ཉན་ཏུ་བརྩོན་འགྲུས་འབད་པར་བྱ། རྩན་དང་ཤེས་བཞེན་བག་ཡོད་པས། དབང་པོའི་སྒོ་རྣམས་ཉན་ཏུ་བསྐྱང་། ཉིན་མཚན་དུས་གསུམ་ཡང་དང་ཡང་། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བརྟག་པར་བྱ། བདག་གི་ཉེས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཞིང་། གཞན་གྱི་འབྲུལ་པ་བཙལ་མི་བྱ། བདག་གི་

ཡོན་ཏན་སྤྲུལ་བྱ་ཞིང་། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པར་བྱ། རྟེན་དང་བཀུར་སྟེ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། རྟེན་གྲགས་རྟེན་ཏུ་སྤངས་བར་བྱ། འདོད་པ་རྒྱུད་ཞིང་ཚོག་ཤེས་དང་། བྱས་ལ་རྒྱུ་བཟོ་བར་བྱ།
བྱམས་དང་སྤྲིང་རྒྱུ་བསྐྱེད་བྱ་ཞིང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་ནི་བརྟན་པར་བྱ། མི་དགེ་བཅུ་ནི་སྤངས་བྱ་ཞིང་། རྟེན་ཏུ་དད་པ་བརྟན་པར་བྱ། ཁོ་དང་དཔུགས་གཞིས་བྱ་ཞིང་། དམན་པའི་སེམས་དང་ལྷན་པར་
བྱ། ལོག་པའི་འཛོལ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་འཛོལ་སྤངས་འཛོལ་བར་བྱ། ཟངས་ཟངས་ཅད་སྤངས་བྱ་ཞིང་། འཕགས་པའི་འོར་ཁྲིས་བརྟན་པར་བྱ། འདྲུ་འཇིག་ལྷོ་མེད་ཅུང་ཞིང་།
དགོན་པ་ལ་ནི་གནས་པར་བྱ། འབྲུལ་བའི་ཚོག་རྣམས་སྤངས་བར་བྱ་ཞིང་། རྟེན་ཏུ་དག་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། སྤྲུལ་མཁའ་པོ་མཐོང་བའི་ཆོ ། གྲུས་པར་རིམ་གྱི་བསྐྱེད་པར་བྱ། གང་ཟག་ཆོས་ཀྱི་མིག་
ཅན་དང་། ལས་དང་པོ་པའི་སེམས་ཅན་ལ། སྟོན་པའི་འདྲུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱ། སེམས་ཅན་ཟངས་ཅན་མཐོང་བའི་ཆོ ། བས་བྱུ་ཚའི་འདྲུ་ཤེས་སྤྲེད། སྤྲེད་པའི་གྲོགས་པོ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། དག་
བའི་བཤེས་གཉེན་བསྐྱེད་པར་བྱ། སྤངས་དང་མི་བདེའི་སེམས་སྤངས་ཞིང་། གང་དུ་བདེ་བར་འགྲོ་བར་བྱ། གང་ལ་འདེམས་པ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། ཆགས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱ། ཆགས་པས་བདེ་
འགྲོའང་མི་ཐོབ་ཅིང་། བར་པའི་སྟོག་ཀྱང་གཅོད་པར་བྱེད། གང་དུ་བདེ་བའི་ཆོས་མཐོང་བ། དེར་ནི་རྟེན་ཏུ་འབད་པར་བྱ། ཐོག་མར་བརྩམས་པ་གང་ཡིན་པ། དང་པོར་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་
ན་ནི་ཀུན་ལེགས་བྱས། གཞན་དུ་གཉིས་ཀ་འབྲུབ་མི་འཇུག། རྟེན་ཏུ་སྤྲེད་དང་དགའ་བཤུལ་བས། གང་དུ་མཐོང་བའི་སེམས་བྱུང་ཆོ ། དེ་ཆོ་དཔུགས་བཅག་བྱ་ཞིང་། སྤྲུལ་མཁའ་པོ་དག་དྲན་པར་
བྱ། ལྷུས་པའི་སེམས་ནི་བྱུང་བའི་ཆོ ། སེམས་ཀྱི་གཟེངས་ནི་བསྟོད་པར་བྱ། གཉིས་ཀ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བསྟོོས། གང་དུ་ཆགས་སྤངས་ལྷུ་ལྷུང་ཆོ ། སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་བཞིན་དུ་ལྷ། མི་སྤྲུལ་ཆོག་རྣམས་
ཐོས་པའི་ཆོ ། བྲག་ཆ་བཞིན་དུ་བལྟ་བར་བྱ། ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱུང་བའི་ཆོ ། སྟོན་གྱི་ལས་སྤྲུལ་བར་བྱ། བས་མཐའ་དགོན་པར་རབ་གནས་ཤིང་། རིད་གས་ཤི་བའི་རོ་བཞིན་དུ། བདག་
གིས་བདག་ཉིད་སྤྲུལ་བྱ་ཞིང་། ཆགས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱ། རྟེན་ཏུ་ཡི་དམ་བརྟན་བྱ་ཞིང་། ལེ་ལོ་སྟོམས་ལས་སེམས་བྱུང་ཆོ ། དེ་ཆོ་བདག་ལ་རྟོག་བྱུང་ཞིང་། བརྟུལ་ལྷགས་སྤྲིང་པོ་དྲན་
པར་བྱ། གལ་ཏེ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་ཆོ ། ཞི་དེས་གསོང་པོར་སྤྲུལ་དང་། ། ཁོ་གཉེར་རྩེས་སྤངས་བྱ་ཞིང་། རྟེན་ཏུ་འཇུག་ཞིང་གནས་པར་བྱ། རྟེན་ཏུ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་ཆོ ། སེར་སྤྲུ་
མེད་ཅིང་སྤྲུལ་པ་དགའ། བྲག་དོག་ཟམས་ཅད་སྤངས་བར་བྱ། གཞན་གྱི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ཅོད་པ་ཟམས་ཅད་སྤངས་བྱ་ཞིང་། རྟེན་ཏུ་བཟོད་དང་ལྷན་པར་བྱ། རོ་དག་འཁོད་ཅིང་གསར་
འགྲོགས་མེད། རྟེན་ཏུ་རྟེན་པ་ནི་བྲུབ་པར་བྱ། གཞན་ལ་བརྟུས་པ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། གྲུས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་གནས་པར་བྱ། གཞན་ལ་གདམས་དག་བྱེད་པའི་ཆོ ། སྤྲིང་རྒྱུ་པའི་སེམས་ལྷན་པར་བྱ།
ཆོས་ལ་བསྐྱར་བ་མི་འདེབས་ཤིང་། གང་མོས་དེ་ལ་འདུན་པ་དང་། ཆོས་སྤྲེད་རྣམས་བཅུ་ཉི་ལྔ་ནས་ནི། ཉིན་མཚན་བྱེད་པར་འབད་པར་བྱ། དུས་གསུམ་དགེ་བའི་བསམགས་པ། སྤྲུལ་མཐོང་རྒྱུ་
ཆེན་པོར་སྟོ ། བཟོད་རྣམས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདར། རྟེན་ཏུ་ཡན་ལག་བདུན་པ་ཡི། སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་གདབ་པར་བྱ། དེ་ལྟར་བྲམ་ན་བཟོད་རྣམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོགས་གཉིས་རྟོགས་
པར་འཇུག། སྤྲིབ་པ་གཉིས་ཀྱང་ཟད་འཇུག་ཏེ། མི་ལུས་ཐོབ་པ་དོན་ཡོད་པས། སྤྲུལ་མཐོང་རྒྱུ་ཐོབ་པར་འཇུག། དད་པའི་འོར་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་འོར། གཏོང་བའི་འོར་དང་ཐོས་པའི་འོར། ཁྲེལ་
ཡོད་ཅོ་ཆོ་ཤེས་པའི་འོར། ཤེས་རབ་ཉིད་ཀྱི་འོར་བདུན་ཏེ། འོར་གྱི་དམ་པ་འདི་དག་ནི། མི་ཟད་པ་ཡི་འོར་བདུན་ཏེ། མི་མ་ཡིན་ལ་བརྟེན་མི་བྱ། མང་པོའི་ནད་དུ་དག་ལ་བརྟག། གཅིག་བྱར་
འདུག་ན་སེམས་ལ་བརྟག། རྒྱ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་དཔལ་ལྷན་མར་མེ་མཛད་བཟང་པོ་ཡི་ཤེས་སྤྲིང་པོས་མཛད་པ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འོར་བུ་ཉི་ལྔ་ལ་བརྟགས་སོ།