

Lời Đạo Sư

Giáo huấn khẩu truyền của đức Bổn sư
(The Teacher's Words - The Guru's Oral Instructions)



HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje

Ấn bản song ngữ Anh-Việt (English-Vietnamese Publication)

Quyển I (Book 1)

Việt dịch: Hiếu Thiện



NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

Lời Đạo Sư

Giáo huấn khẩu truyền của đức Bổn sư

(The Teacher's Words - The Guru's Oral Instructions)



HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje

Ấn bản song ngữ Anh-Việt (English-Vietnamese Publication)

Quyển I (Book I)



 NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

"Các ngài là bậc quý y tối hậu của chúng ta ..."



"Bạn phải có trí tuệ sắc bén và thấu suốt
Giáo lý để nhận ra được trí tuệ tàng ẩn dưới
những hành động thiện xảo của Thầy và
nắm bắt bất kỳ điều gì Ngài truyền dạy."

~ Lời Vàng của Thầy Tôi

"You should have such discrimination and knowledge of the teachings that you can recognize the wisdom underlying his skilful actions and grasp whatever he teaches you. "

~ The Words of My Perfect Teacher

MỤC LỤC

<i>Gửi những tấm lòng</i>	10
Phần I: Bài giảng tại Việt Nam - 2012	19
1. Thầy - trò.....	20
2. Tu đạo.....	24
3. Tánh Không - tâm Bồ Đề.....	30
4. Tánh Không - lý nhân duyên.....	32
5. Từ bi - lý nhân duyên.....	38
6. Tu tâm	42
7. Sân hận.....	48
8. Làm người tốt.....	54
9. Vấn đáp	58
10. Pháp.....	70
11. Pháp tu.....	88
12. Giới	94
13. Bardo.....	108
14. Pháp A Di Đà và Guru Yoga	116
15. Guru	124
16. Thế giới ngày nay.....	130

TABLE OF CONTENTS

<i>To loving hearts</i>	10
Part I: Teachings in Vietnam - 2012	19
1. Teacher - student	20
2. To practice Dharma	24
3. Emptiness - Bodhicitta	30
4. Emptiness - interdependent origination	32
5. Compassion - interdependent origination	38
6. To tame our mind	42
7. Anger.....	48
8. Being a good person.....	54
9. Question and answer	58
10. Dharma.....	70
11. The practice	88
12. Samaya.....	94
13. Bardo	108
14. Amitabha practice and Guru yoga	116
15. Guru	124
16. Today world	130

17.	Pháp.....	136
18.	An bình nội tại.....	142
19.	Truyền thông.....	146
20.	Đức tin.....	150
21.	Tham.....	156
22.	Trung thực.....	164
23.	Bình đẳng.....	170
24.	Đồng tu hòa hợp.....	172
25.	Xã hội thuận hòa.....	176
26.	Kurukulla - sức mạnh.....	182

Phần 2: Thư Rinpoche gửi đệ tử..... 199

1.	Tương duyên.....	200
2.	Gửi người tìm thầy học đạo.....	210
3.	Động lực thiện lành.....	224
4.	Pháp - Xá lợi - Đạo sư.....	280

Phần 3: Bài viết của Rinpoche..... 301

1.	Nghệ thuật Tây Tạng và thế giới hiện đại.....	302
----	---	-----

Tiểu Sử Đức Tôn Quý Hungkar Dorje Rinpoche..... 329

17.	Dharma.....	136
18.	Inner peace	142
19.	Tradition.....	146
20.	Faith	150
21.	Desires.....	156
22.	Honesty	164
23.	Equally kind	170
24.	Harmony in the sangha	172
25.	Harmony in the society	176
26.	Kurukulla - power	182
Part 2: Rinpoche's letters to his students.....		199
1.	Interdependent origination	200
2.	To those who are in search of Dharma teachers.....	210
3.	Good motivation	224
4.	Dharma - Relics - Guru.....	280
Part 3: Rinpoche's writings.....		301
1.	An examination of the present state of Tibetan art	302

Gửi những tấm lòng ...^(*)

Cuốn sách *Lời Đạo Sư - quyển I* là tuyển tập các bài giảng của Ngài Hungkar Dorje Rinpoche tại Việt Nam năm 2011, 2012, và một số bức thư Ngài gửi đệ tử từ năm 2009. Đức Tôn Quý Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje là hóa thân chuyển thế của Do Khyentse, Đạo Sư vĩ đại của Tây Tạng, Tổ của dòng Longchen Nyingthig. Ở Tây Tạng, Ngài được tôn vinh là hiện thân của Đại Trí Văn Thù Sư Lợi.

Những năm qua nhóm ấn tống, và nay là quỹ Zangdok Palri (Zangdok Palri Foundation), đã gửi tới các bạn nhiều bản ghi chép các bài giảng của Ngài Hungkar Dorje Rinpoche tại Việt Nam và một số nơi khác trên thế giới như Mỹ, Canada, Nga, v.v. Nhiều bạn đạo đã bày tỏ tấm lòng trân quý, khát khao đối với những lời dạy giản dị nhưng sâu sắc, đi thẳng vào lòng người của Ngài. Vì ân tình ấy của các bạn mà *người góp nhặt* cảm thấy mình có lỗi nhiều về sự chậm trễ trong việc cho ra đời cuốn sách này.

(*) Lời giới thiệu này viết cho bản tiếng Việt lần xuất bản đầu tiên.

To loving hearts ...

The Teacher's Words (book 1) is a collection of Hungkar Dorje Rinpoche's teachings in Vietnam from 2011 to 2012 and a number of letters Rinpoche wrote to His students in 2009. Venerable Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje is a reincarnation of Do Khyentse, a great master of Tibet and a lineage holder of Longchen Nyingthik. In Tibet He is considered to be manifestations of Manjushri.

During the past few years Zangdok Palri Foundation, initiated by a Dharma-books volunteer group, has been sending many scripts of Hungkar Dorje Rinpoche's teachings to people in Vietnam as well as in the US, Canada, Russia, etc. Many readers have been expressing their love and thirst for Rinpoche's simple but deeply touching words that go straight to everyone's hearts. Thinking about their kind hearts, *the golden-words collector* does feel guilty for the big delay in completing this book.

Việc ghi chép lại lời dạy của Rinpoche bằng tiếng Anh^(**) và dịch Việt, biên tập, thiết kế mỹ thuật, làm chế bản, dưới sự hướng dẫn của Ngài, để thành sách là công việc đòi hỏi phải rất công phu, cẩn thận, tốn nhiều thời gian, công sức. Đây là một trong những lý do khiến việc hoàn thành tập sách bị chậm.

Lời nói của Rinpoche thường nhẹ nhàng nhưng hàm súc, đa nghĩa, mà ngữ nghĩa lại thường nương theo văn cảnh. Thiếu đi văn cảnh của pháp hội, đạo tràng ... thì việc chuyển tải những nghĩa hàm chứa đôi khi rất khó khăn.

Rinpoche đã có lần trích lời nói của Nelson Mandela: “Nếu một người nói với một người khác bằng ngoại ngữ thì lời nói chỉ động tới khối óc. Nhưng nếu người ấy nói với người kia bằng tiếng mẹ đẻ thì lời nói sẽ động tới con tim.”

Mong ước của *người góp nhặt* là tuy Rinpoche không trực tiếp nói với chúng ta bằng tiếng Việt, nhưng lời của Ngài vẫn thấm sâu vào con tim người đọc, chứ không chỉ dừng nơi khối óc.

(**) Theo yêu cầu của Rinpoche các lời dạy của Ngài phải được chép trực tiếp từ lời giảng tiếng Anh của Ngài rồi sau đó dịch lại sang tiếng Việt thì mới có thể làm thành sách.

The whole work of making English scripts of Rinpoche's teachings, Vietnamese translations, editorial jobs, book design etc. under Rinpoche's guidance requires a lot of time, energy, efforts and elaboration. This is one of the reasons why the final product has been delayed.

Rinpoche's words, despite their apparent simplicity and ease, are very concise, with many embedded layers of meanings and these meanings are often deeply context-based. Being out of the context of the Dharma halls, the Dharma community's life etc. the task to convey to the reader these deeply embedded meanings seem very difficult sometimes.

Rinpoche has once quoted Nelson Mandela's words: "If a person talks to another person in a foreign language, the words can touch only the mind-in-brain. But if that person talks to the other person in their mother tongue, the words would touch the other's mind-in-heart."

Our wish is although Rinpoche does not talk to us directly in Vietnamese, His words, rather than merely reach the reader's brain, would really touch his/her heart.

Quỹ Zangdok Palri rất mong sẽ có đủ duyên lành để gửi tới bạn đọc mỗi năm một cuốn trong seri sách *Lời Đạo Sư*. Cuốn sách này là quyển I. Do đây là cuốn sách đầu tay, chắc chắn sẽ còn nhiều thiếu sót. Rất mong quý bạn đạo gần xa lượng thứ và chân tình góp ý để chỉnh sửa cho các lần tái bản sau và những cuốn sách sau của seri được hoàn thiện hơn.

Quỹ Zangdok Palri và *người góp nhặt* cũng xin gửi lời cảm ơn chân thành tới chư tăng ni, quý Phật tử và các bạn đạo gần xa đã hết lòng ủng hộ giúp đỡ cho công việc ghi âm, ghi hình, chép bài giảng, dịch và làm chế bản, in ấn ... để có thể ra đời được cuốn sách này. Xin tùy hỷ công đức tất cả.

Nguyện cầu từ tập sách nhỏ này sẽ bắt đầu muôn vàn hội ngộ cát tường.

Nguyện cầu chư Phật mười phương gia trì gia hộ.

Cẩn bút.

Người góp nhặt

In the future, the Zangdok Palri Foundation hopes to be able to send to readers one book of this “*The Teacher’s Words*” series each year. This book is the first attempt so it may have many errors and shortcomings. We wish you accept these weaknesses happily and let us know your comments so that the following editions as well as the future books in the series will be of higher quality.

ZPF and *the golden-words collector* would like to send words of gratitude to monks, nuns as well as lay Buddhist devotees near and far, who have provided help and support for different kind of jobs, such as recording, videoing, making scripts, translating, making files, printing etc., for this book to be born into the world.

Virtue! Virtue! Virtue!

May this book bring thousands and thousands of wonderfully auspicious meetings.

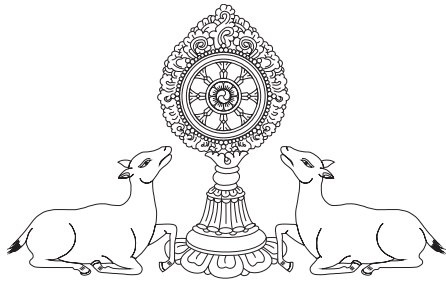
May Buddhas in ten directions give blessing and support.

With great respect,

The golden-words collector

" Khi còn nhỏ tôi thường rất xúc động mỗi khi
được nghe kể về cuộc đời của các vị bồ tát. "





I

BÀI GIẢNG TẠI VIỆT NAM - 2012

TEACHINGS IN VIETNAM - 2012

(Giảng ngày 10.10.12)

THẦY - TRÒ

*“Được gặp lại những trái tim nhân hậu,
chí thành và trung thực mới là điều đáng mong mỏi hơn.”*



Thầy đã gặp và quen biết nhiều bạn đạo Việt Nam. Đó là những người có tâm thành tín với Phật, với Pháp và với Phật giáo Tây Tạng. Chắc chắn giữa chúng ta, và giữa các bạn với Pháp Bảo, có một kết nối thiện nghiệp tốt lành. Thầy đã tới Việt Nam bốn lần, gặp nhiều người tu có tâm đạo, thấy cảnh thiên nhiên tươi đẹp và rất vui khi trở lại. Nhưng được gặp lại những trái tim nhân hậu, chí thành, trung thực mới là điều mong mỏi hơn cả. Được gần những người luôn tự sửa mình để chân thật tu đạo là điều ta luôn khát khao, mong mỏi hơn.

(talk on 10.10.2012)

TEACHER - STUDENT

*“It's more wishful to see people with kind heart,
faithful people, and honest people again.”*



I know many of Vietnamese Buddhists, they are very faithful, very religious people. They have a lot of faith, devotion to Buddha, Dharma and Tibetan Buddhism. That means there is very good karmic connection between us, and between you and Dharma. I have been to Vietnam four times and I have seen many many people with a lot of faith, have seen many beautiful places and it's very nice to see that again. But it's more wishful to see people with kind heart, faithful people, and honest people again. Being with people who try hard for improving oneself, for being better Dharma practitioners is always very wishful and there is more wish to see that.

*“Phải hết lòng trân quý những gì nghe được
và đưa vào áp dụng trong cuộc sống hàng ngày.”*

Cũng bình thường thôi khi ở mọi nơi, kể cả Tây Tạng, được gặp các bậc thầy, các Rinpoche thì ai nấy đều phấn khích. Cũng tốt thôi rằng mọi người vui và phấn khích. Thế nhưng, cái lợi lạc không thể dừng ở việc gặp mà cần phải lắng nghe lời các đạo sư. Lắng nghe và rút ra cho mình những bài học - đó mới là điều chính yếu.

Kẻ làm trò, điều quan trọng nhất là phải lắng nghe (*văn*) và tư duy quán chiếu (*tu*). Phải hết lòng trân quý những gì nghe được và đưa vào áp dụng trong cuộc sống hàng ngày (*tu*). Lấy đó làm phương thuốc quý chữa lành phiền não trong tâm. Đó là điều trọng yếu.

Đối với bậc làm thầy, cần phải dạy học trò một cách đúng đắn. Không nhất thiết phải rất uyên áo, mà quan trọng là phải trực chỉ vào tận vấn đề và dạy sao cho khế hợp với căn cơ kẻ học. Đó là lối dạy đúng đắn.

Có người ở đây chắc đã từng thọ pháp nhiều vị thầy từ Tây Tạng hoặc từ những truyền thống khác. Bất luận là

*“To take whatever they hear as serious
and apply all that to their daily life.”*

It's normal for everywhere and in Tibet when people meet with lamas or Rinpoches they get excited. It's OK to get excited about Rinpoches and lamas. But benefit to get from that is not only to see, but to listen to what lamas, teachers say, to what they teach. To listen to that and to take that as a lesson is the most important.

For people, for disciples, the important part is to listen, to study. To take whatever they hear as serious and apply all that to their daily life; to take that as remedy to reduce negative thoughts in their mind. That is the most important part.

Important part for the teacher is to teach students in a correct way. It doesn't have to be profound but it has to be much directed and upon the problems and suit the students' level. That's the correct way of teaching.

Many of you probably have seen many teachers and have heard teachings from many lamas: Tibetan lamas or teachers from other traditions of Buddhism. It

Tây Tạng, Trung Quốc hay Việt Nam, Phật giáo đều cùng chung một nền tảng. Hiểu cho được nền tảng chung này là điều thiết yếu.

Chẳng có ý nghĩa gì khi ta khoe: “Tôi theo dòng này” hay “Tôi theo thừa họ.” Điều cần thiết là phải biết làm sao để hiểu dòng tu, để hiểu đạo sư. Làm sao tu cho đúng. Làm sao biết cách mà tu cho đúng. Đó mới thật là quan trọng.

TU ĐẠO

“Tu đạo nhất thiết phải kham nhẫn và tinh cần.”

Phật dạy ác nghiệp, ám chướng nơi tâm chúng sinh nước sông chẳng thể gột sạch. Đau khổ của chúng sinh Phật chẳng thể làm vui. Chúng ngộ của Phật chẳng rớt được vào tâm chúng sinh. Chỉ con đường tu đạo và trao truyền giáo lý là cách duy nhất để cứu họ. Còn đối với kẻ học đạo thì nghe pháp (văn), tư duy quán chiếu (tư) và

doesn't matter Tibetan Buddhism, Chinese Buddhism or Vietnamese Buddhism -the foundation of Buddhism is the same. To understand the foundation of that religion is very important.

It's not important to say: "I'm from such and such lineage, tradition". It's important to understand the lineage and lineage masters, how to practice, and how to know to practice. That is important.

TO PRACTICE DHARMA

"To practice Dharma we need a lot of patience and diligence."

Buddha said negative karmas or obscurations in mind of beings cannot be washed by the river. And sufferings of sentient beings cannot be removed by Buddha Himself. Realization of Buddhas cannot be passed to sentient beings. The only way to help is to show the path, to teach them Dharma. [For the students] to listen to Dharma teaching, to study, to learn, and to

đưa vào thực hành (tu) – đó là con đường duy nhất đưa tới giải thoát.

Đức Phật nói: “Ta đã chỉ ra con đường. Phải hiểu, tất cả phụ thuộc vào các ông.” Giải thoát được hay không là ở nơi các vị. Do các vị hiểu ra sao, nỗ lực tới đâu, và hành trì như thế nào. Vậy nên Phật dạy giải thoát phụ thuộc vào chính người tu đạo.

Thành tựu phụ thuộc vào kẻ tu, nhưng mặt khác thành tựu cũng tùy thuộc vào ngoại duyên. Chẳng hạn như đề nghe pháp - và đề văn, tư, tu - cần phải có một vị chân sư. Sau đó phải dốc lòng công phu. Chỉ có như vậy mới mong thành tựu được.

Hoàn toàn sai lầm nếu có kẻ thọ được chút pháp đề rồi bỏ đó. Dù có nuôi hy vọng: “Ta sẽ được giải thoát” thì cũng chỉ vô ích. Cách duy nhất đúng là một khi đã biết phải tu ra sao thì đưa tất cả vào thực hành – miên mật và tinh cần. Mà cũng không được tùy hứng: khi vui thì tu còn khi buồn thì bỏ. Thế rồi ta cũng quên Pháp luôn. Cách đó không được.

Tu đạo nhất thiết phải kham nhẫn và tinh cần. Thói hư tật xấu sâu dày khiến ta không đủ kham nhẫn để tu hành. Ta thường thôi chí và bỏ cuộc. Ta để tâm tán loạn đuổi

practice is the only way that leads to liberation.

Buddha said: “I have shown you the path to liberation. You have to understand that all depends on yourselves.” So, whether you will be liberated [or not] depends on you. It depends on how you understand, how you put efforts, how you practice. So, Buddha said liberation depends on oneself.

Although liberation depends on oneself, it also depends on many other conditions, other factors. For example, to listen to Dharma - hearing, thinking, meditating - one has to take correct lesson from a genuine teacher. Then put a lot of efforts into practice, as much as one could. Only by doing so may liberation come.

It's not proper that one has got some teaching and then does nothing. Or one puts in some hope “I will be liberated” - that's not enough. The correct way is that once you know how to practice you have to put it into practice continuously, diligently. One should not let his/her mood lead: when the mood is good we practice, when it's bad then no more practice. We forget about Dharma. It doesn't work.

To practice Dharma we need a lot of patience and diligence. Because of our bad habitual tendencies we don't have enough patience for Dharma practice. We lose our patience many times. We also get distracted

theo đủ thứ, đủ chuyện của đời thường. Tất cả những thứ này là chướng duyên khiến ta có tu cũng không tiến. Ta phải rất cẩn trọng và tỉnh giác. Phải có phương cách đúng đắn để sửa đổi lối nghĩ, lối tu học của mình. Chỉ như vậy mới hòng mong chuyển hóa được tâm.

“Thông thường ta luôn nhìn nhận mọi thứ sai khác với bản chất của chúng.”

Ta có thể hỏi: “Tại sao chúng ta cần Pháp?” “Lợi lạc của việc tu ở đâu?” Cần tìm ra câu trả lời, bằng không ta sẽ không bao giờ thực sự hiểu tại sao ta lại làm việc này hay việc khác. Chúng ta không biết Pháp có tác dụng gì. Nếu quyết tìm ra lời đáp đúng thì sẽ thấy ta có lý do để tu đạo. Và lý do nằm ở sức mạnh, ở lợi lạc Pháp đem lại. Vậy nên, đặt câu hỏi và tìm ra lời đáp đúng là rất quan trọng.

Tại sao chúng ta cần Pháp? Bởi ta có quá nhiều phóng dật khiến tâm bị tắc nghẽn. Khiến ta không thể nhìn mọi thứ một cách đúng đắn. Ta sống trong vô minh. Thông thường ta luôn nhìn nhận mọi thứ sai khác với bản chất

easily by various things and issues of our lives. All of this actually creates obstacles for improving our Dharma practice. We should be careful, be aware of all that. And apply the correct method to improve the way we think, the way we learn. So, we'll be able to improve our mind.

“Most of the time, we see things in a way different from what they really are.”

We can raise a question: “Why do we need Dharma?” We have to find the correct answer to this question, otherwise we never really understand why we are doing this or that. We don't know what Dharma does. If we try hard to get the correct answer to this question then we can see that we have reason to practice Dharma. And the reason is in the power, the benefit of Dharma. So, to raise the question and find the correct answer is important.

Why do we need Dharma? Because we have too much distraction in our mind and this blocks our mind. And this doesn't allow us to see things in correct ways. We have ignorance. Because of mental distraction and ignorance we cannot see things correctly. Most of the time, we see things in a way different from what they

của chúng. Và từ đó phát sinh phiền não. Vì nhìn nhận sự việc sai khác đi mà mọi thứ đều hỏng. Vì nhìn nhận sự việc sai lầm mà sinh rắc rối. Rắc rối sinh ra từ phiền não và phiền não bắt rễ từ vô minh, từ cách nhìn sai lạc của ta. Vì thế mà ta cần Pháp. Pháp giúp ta điều chỉnh lại tất cả.

Tu hành là gì? Là để chuyển tâm theo hướng đúng. Tâm ta sai lạc. Vì vậy, cách ta cảm nhận, xem xét mọi thứ đều không ổn, đều sai. Ta phải điều phục tâm mình. Làm sao để điều phục tâm? Ta phải tu đạo.

TÁNH KHÔNG - TÂM BỒ ĐỀ

*“Giáo lý của Đức Phật có hai phần.
Phần thứ nhất là giáo lý tánh Không,
phần thứ hai là giáo lý về tâm Bồ đề.”*

Giáo lý của Đức Phật có hai phần. Phần thứ nhất là giáo lý tánh Không, phần thứ hai là giáo lý về tâm Bồ đề. Tu Phật có nghĩa là hợp nhất hai phần làm một. Đây là con

really are. And that leads to negative emotion. Because we see things differently things go wrong. And because we see things in wrong ways this creates problems for us, creates unhappiness. Problems are created because of negative emotions, and these emotions are rooted in ignorance, in seeing things in a wrong way. Therefore, we need Dharma. Dharma helps to correct all this.

What is the meaning of practicing Dharma? It's to fix our mind in a correct way. Our mind is not in a correct position. So, the ways we perceive things, we see things are not good, not right. We have to fix our mind. How to fix our mind? We have to practice Dharma.

EMPTINESS - BODHICITTA

“There are two parts in Buddha’s teaching.

The first part is teaching on emptiness.

The second one is teaching on bodhicitta.”

There are two parts in Buddha’s teaching. The first part is teaching on emptiness. The second one is teaching on bodhicitta. The meaning of practicing Buddhism is to

đường đúng dẫn để thực hành giáo lý Phật đà. Khi lắng nghe giáo lý chúng ta phải nhận ra hai phần này. Một về tánh Không và một về tâm Bồ đề. Nếu người tu chỉ biết có một phần thì chưa hoàn chỉnh. Khi tu đạo chúng ta tu tâm Bồ đề trước. Ta bắt đầu với việc tu tâm Bồ đề và tâm Từ Bi. Rồi sau đó tiếp tục công phu về tánh Không.

TÁNH KHÔNG - LÝ NHÂN DUYÊN

“Nếu người tu không hiểu lý nhân duyên thì không có cách nào để hiểu được giáo lý tánh Không.”

Phải công phu về tánh Không thế nào? Tánh Không là gì? Trước hết ta cần phải hiểu lý nhân duyên. Theo giáo lý duyên khởi tất cả vạn pháp đều phụ thuộc lẫn nhau. Nếu người tu không hiểu lý nhân duyên thì không có cách nào để hiểu được giáo lý tánh Không. Tánh Không thậm thâm

unify these two things together. This is a correct way of practicing the teaching of Buddha Shakyamuni. When we listen to Buddha's teaching we have to know these two parts. One is emptiness and the other is bodhicitta. If a practitioner knows only one part or the other one then this is not complete. To practice Dharma first we have to practice bodhicitta. We begin with practicing bodhicitta and compassion. Then we go on to meditation on emptiness.

EMPTINESS - INTERDEPENDENT ORIGINATION

*"If one does not understand interdependent origination
then there is no way to understand emptiness."*

How do we practice emptiness? What is emptiness? First, we have to know the meaning of interdependent origination. According to the teaching of interdependent origination all phenomena depend on each other. If one does not understand interdependent origination then there is no way to understand emptiness. However,

thật khó mà chứng ngộ, vì vậy mà người tu phải dựa vào việc hiểu tâm bồ đề và tâm từ bi. Một người hiểu sâu sắc, đúng đắn về tâm bồ đề và tâm từ bi thì có nhiều cơ duyên thấu đạt chân nghĩa của tánh Không.

Về ý nghĩa của lý nhân duyên? Như Thầy đã nói ở trên, sự sinh tồn của mọi thứ phụ thuộc vào những thứ khác, mọi thứ đều phụ thuộc lẫn nhau. Không có một pháp nào độc lập. Không có một pháp nào tồn tại không phụ thuộc vào các pháp khác. Mọi thứ để thành trụ đều phải nương vào các thứ khác. Điều đó có nghĩa là vạn pháp đều không có tự tánh. Vạn pháp đều thành trụ không phải nhờ tự tánh của chúng mà nhờ các duyên, nhờ các pháp khác.

*“Nghĩa là không có cái ngã tự thân tồn tại độc lập.
Ngã có tánh phụ thuộc.”*

Nhưng chúng ta không hiểu điều này và ta tưởng rằng ta thành trụ là do chính bản thân mình. Ta tưởng rằng ta độc lập và từ đó mà nuôi tâm cống cao ngã mạn. Đó là chấp ngã. Ta tưởng là ta thành trụ tự thân nào ngờ ta thành trụ được là do nhiều yếu tố, nhiều duyên [tụ hợp lại]. Nhưng thông thường chúng ta không nhìn thấy điều đó. Ta chỉ

emptiness is a profound and difficult to realize. Therefore, one has to rely on understanding of bodhicitta and compassion. If one understands bodhicitta and compassion very well and correctly then there is a big chance to understand real meaning of emptiness.

What is the meaning of interdependent origination? As I explained earlier, existence of things depends on something else, [things depend] on each other. Not a single phenomenon can be independent. No phenomenon can exist without depending on other ones. Everything has to rely on other things to be established. That means things do not have nature. They are not established by their nature but by conditions, by something else.

*“The meaning is that no self is independent;
self is dependable.”*

But we do not understand this and we see ourselves to be established by nothing or by ourselves. We see ourselves as independent and develop pride in ourselves. That’s grasping, attachment to self. We see ourselves as truly established by ourselves but in fact we are established by many factors, many conditions. Usually we don’t see that we see only what is evident

thấy cái hiển lộ ra ngoài [trên bề mặt] và điều này tạo nên rắc rối. Ta xem mình là trung tâm, thành tựu không bởi cái gì cả. Ta là trung tâm, ta là quan trọng, ta là quyền lực. Và ta muốn thu tóm, muốn điều hành tất cả. Ta không thấy rằng sự sinh tồn của ta phụ thuộc vào chúng sinh khác. Ta chỉ thấy có ta và ta nói: Tôi, của Tôi, chính Tôi v.v. Tôi là quan trọng, Tôi là vua, Tôi là Chúa tể, Tôi là lãnh tụ v.v.

Ta chỉ đang làm mà thôi.

Theo tri kiến của Phật giáo chư pháp vô ngã. Điều này có nghĩa là gì? Nghĩa là không có cái ngã tự thân tồn tại độc lập. Ngã có tánh phụ thuộc. Đời là ảo huyền. Tại sao ta nói đời ảo huyền như giấc mộng? Bởi vì nó phụ thuộc vào nhiều thứ. Khi mọi thứ *tụ* lại thì tạo thành một cái gì đó. Thứ đó giống như giấc mộng. Ví dụ, ngày hôm qua giống như giấc mộng. Ngày hôm qua khi nhiều thứ *tụ* lại thì có ngày hôm qua. Rồi thì nó tan biến. Bởi vì các thành tố, các duyên tạo thành ngày hôm qua *tán* nên nó cũng *tán*, nó tan biến. Ngày hôm qua tan biến như giấc mộng.

Tất cả mọi thứ đều như vậy. Cuộc đời này cũng như vậy. Vào thời điểm này ta thấy nó như thực. Ta nói: “Cái này xấu”, “Cái này tốt” và đưa ra nhiều phán xét. Nhưng duyên biến dịch thì quả cũng biến dịch. Không có gì thường trụ và không bao giờ biến dịch. Vạn pháp đều biến

and this creates problems for us. We see ourselves as center established by nothing. We are the center, very important, very powerful. We want to control everything. We don't see that our existence depends on others. We see only ourselves and we say: I, me, myself etc. I'm important, I'm king, I'm God, I'm leader etc.

We just make mistakes.

The view of Buddhism is that there is no self. What does that mean? The meaning is that no self is independent; self is dependable. Life is illusion. Why do we say life is like a dream or illusion? It's because it depends on many things. When things come together then that makes something. That is something that is like a dream. For example, yesterday is like a dream. Yesterday when many things came together then there appeared yesterday. But then it disappeared. Because the conditions, the factors that created it took apart so it dissolved, it disappeared. The answer is yesterday is gone like a dream.

Everything is like that. Our life is like that. At this moment we see it as real. We say: "This is bad", "This is good", we make a lot of judgments. But when conditions change the result also changes. Nothing exists for ever and never changes. Everything has to change. The

dịch. Câu trả lời là: ngày hôm qua như giấc mộng, vạn pháp đều như vậy. Đó là thực tánh của vạn pháp. Không có sức mạnh nào giữ được chúng thường trụ. Đó gọi là lý nhân duyên.

TỪ BI - LÝ NHÂN DUYÊN

*“Ta cần phải tốt với nhau, từ bi với nhau.
Vì ta phụ thuộc vào nhau.”*

Vậy nên con người phải phụ thuộc lẫn nhau. Chúng sinh hữu tình phụ thuộc lẫn nhau. Phụ thuộc như thế nào? Chúng ta [thoạt tiên] thấy người trong một nhóm nhỏ phụ thuộc lẫn nhau. Rồi bức tranh mở rộng dần, mở rộng dần ... Rồi ta thấy cả vũ trụ sinh loài đều phụ thuộc lẫn nhau. Thấy và hiểu được sự kết nối này rất có lợi cho việc trưởng dưỡng tâm bồ đề của chúng ta. Ta cần phải tốt với nhau, từ bi với nhau. Vì ta phụ thuộc vào nhau. Đó là tri kiến của Phật giáo được gọi là lý nhân duyên.

answer is yesterday is like a dream and everything is like that. That is their nature. There is no power to stay like that for ever, without any changes. That is called interdependent origination.

COMPASSION - INTERDEPENDENT ORIGINATION

*“We have to be kind and compassionate to each other.
It’s because we depend on each other.”*

So, people have to depend on each other. Sentient beings depend on each other. How? We know in a small group people depend on each other. Then it becomes bigger, bigger, bigger... Then the whole world actually depends on each other. So, to know this connection is good for all of us – for developing bodhicitta. It’s because we have to be kind and compassionate to each other. It’s because we depend on each other. That is the meaning, the view of Buddhism that is called interdependent origination.

Hiểu được điều này là một phương thức thâm diệu để chứng ngộ tánh Không. Đó chính là tánh Không. Nhưng chúng ta không biết, không thấy sự kết nối này. Ta không thấy nó vận hành một cách thâm diệu và vi tế ra sao. Chúng ta chỉ thấy mọi thứ ở cấp độ thô. Chúng ta chỉ thấy thực tại trên bề mặt mà không thấy chi tiết của nó. Vì vậy mà ta là kẻ trên-bề-mặt. Ta chỉ lang thang giữa sự vật hiện tượng (*vạn pháp*) mà không thể nào thấy được chân tánh của chúng.

Chúng ta không thấy được thật tánh của vạn pháp. Chúng ta chỉ thấy cái khung, cái phần vật-chất, cái thuộc về phần-bên-ngoài mà không thấy cái phần bên-trong, cái phần trong-thể-tánh. Vậy nên ta là kẻ phàm phu và tâm ta là tâm phàm phu. Do đâu ta thành kẻ phàm phu? Chính vô minh đã duyên cho việc đó. Vì không thấy sự kết nối, không thấy thực tánh mà ta có nhiều vô minh, vọng tưởng. Ta phải chỉnh sửa tâm mình. Ta phải biết Pháp.

Đó là tri kiến Phật giáo, là cách người tu Phật hiểu về [thực tại của] vạn pháp. Ý nghĩa của Pháp (Dharma) là gì? Pháp có tác dụng gì? Ý nghĩa của Pháp là ở chỗ Pháp là phương thuốc trị bệnh. Pháp là thuốc chữa lành, là duyên. Duyên này có tác dụng gì? Nó khiến cho điều gì đó xảy ra. Nó có sức mạnh.

To understand that is a profound way to realize what is called emptiness. That is really emptiness. But we do not know the connection. Don't see how it works in a profound way, in a subtle way. We only see in a rough way. We only see something there on the surface (*doing gesture of on-the-surface*) but we don't see details of that. Therefore, we are on-the-surface person. We are just wandering around in phenomena and do not see their nature.

We don't see the nature of phenomena. We just see the frame, the physical, only the outer part, not the inner part, the in-nature part. Therefore, we are ordinary people, our mind is very ordinary. Why do we become very ordinary? The condition for that is ignorance. Because we don't see the connection, the nature so we have a lot of ignorance, a lot of mental distraction. We need to fix our mind. We need to know Dharma.

That is the view of Buddhism, the way Buddhist people should understand phenomena. What is the meaning of Dharma? What does Dharma do? The meaning of Dharma is that it's remedy. Dharma is remedy, the condition. What does this condition do? It's to make something happen. It has power.

TU TÂM

“Pháp chuyển hóa tâm và gia trì gia hộ.”



Sức mạnh của Pháp (Dharma) là ở chỗ nào? Làm cho tâm ta tốt lành hơn. Tại sao tâm ta lại cần phải chuyển hóa thành tốt lành hơn nương vào năng lực chữa lành của Pháp? Như Thầy đã nói ở trên, tâm ta không hoàn hảo. Nó cấu uế. Vì vậy, nó luôn lầm lạc. Vì tâm ta không hoàn hảo nên ta phải chuyển hóa nó. Vậy Pháp có thể làm được gì? Điều phục cái tâm điên đảo cho nó thành thuần tịnh hơn. Đó được gọi là Pháp.

Khi tâm ta nhu nhuyễn, an hòa, thanh tịnh hơn tức là lúc Pháp đang thấm. Khi điều đó xảy ra tức là ta đang tu tốt. Tuy nhiên, lắm khi ta nói rằng ta tu Phật, rằng ta có tín tâm nơi Pháp Phật nhưng hình như Pháp chẳng chuyển

TO TAME OUR MIND

“Dharma means to tame our mind and to protect.”



What can Dharma do? To make our mind better. Why does our mind need to be better due to Dharma as remedy. As I said earlier, our mind is not perfect. It has impurity. So, it has much chance to mistake. As our mind is not perfect we have to do something. What does Dharma do? It's to subdue wild mind, to tame the wild mind, to make mind more peaceful. So that is called Dharma.

Dharma works when one's mind becomes more peaceful, more calm, more tamed. When that happens we are practicing. Very often although we say we are practicing Dharma, we have faith in Dharma but maybe Dharma is not working for us. It's because our mind is

được tâm tánh của ta. Tâm ta vẫn bất trị, hung hãn, dữ dằn. Khi người ta chất chứa trong tâm nhiều sân hận, điên đảo, dữ dằn thì có nghĩa là việc tu của họ không tốt đẹp. Vì vậy mà phải hiểu ý nghĩa đích thực của Pháp (Dharma) và thực hành đi thực hành lại nhiều lần. Khi ta gặp rắc rối, sân hận, tham luyến hay ganh ghen đố kỵ, khi phiền não khởi trong tâm thì đó là lúc ta cần Pháp hơn bao giờ hết. Đó là cách mà ta áp dụng Pháp vào cuộc sống hàng ngày để thuần hóa tâm điên đảo của mình.

Pháp có hai phẩm tánh: 1. điều phục tâm, 2. cứu ta thoát luân hồi. Tóm lại Pháp chuyển hóa tâm và gia trì gia hộ. Khi một người tu đạo chân chánh tức là người đó đang nỗ lực đoạn phiền não, tránh ác đạo, vượt thoát luân hồi. Hai việc đó làm nên một người tu đạo hoàn hảo.

Phiền não là gì? Có nhiều loại phiền não nhưng thông thường được chia ra thành tam độc hoặc ngũ độc. Có ba hoặc năm loại tâm độc là nhân của đủ mọi loại phiền não trong tâm ta.

“Chúng ta luôn luôn né tránh không nhìn xem cái gì đích thực đang diễn ra trong tâm mình.”

still very wild, very wrathful and aggressive. When that happens, when people have a lot of anger, very wild, very aggressive that means their practice is not going well. Therefore, we need to know the real meaning, the work of Dharma, try to use that over, over and over. When we have problems, we have anger, attachment, jealousy, and when negative emotions are going around in our mind we need more Dharma. That is how we apply Dharma in daily life to tame our wild mind.

There are two main qualities of Dharma: one is to subdue mental distractions, the other is to protect from samsara. In general, Dharma means to tame our mind and to protect. Whenever one is doing genuine Dharma one is trying to reduce his negative emotions and to protect one from falling into lower realms, from samsara. That's two things that make one a perfect Dharma practitioner.

What do we mean by mental distraction, negative emotions? There are many kinds of negative emotions but we normally say three poisoned minds or five poisoned minds. These three or five main negative emotions cause all kinds of negative emotions in our mind.

*“We always try to avoid seeing
what is really happening in our mind.”*

Chắc ai cũng thấy chúng ta đã nghe chuyện này hàng nghìn, hàng trăm nghìn lần rồi. Càng nghe thì ta lại càng bỏ ngoài tai. Tại sao ta lại làm như vậy. Tại sao ta lại muốn bỏ ngoài tai đề tài quan trọng này? Vô minh quá sâu dày trong tâm khiến ta không muốn nghe *chuyện ấy*. Bởi vì nghe *chuyện ấy* là phải thấy cái dở trong tâm, phải mang tiếng xấu, phải mất thể diện - và đây là lý do chính khiến ta thấy không thích nghe những chuyện này. Khi có chuyện gì đó không ổn ta liền tự nhủ: “Ồ, ổn cả có sao đâu!” Khi ganh ghen đố kỵ nổi lên trong tâm thì ta liền tự nhủ: “Ai ấy chứ có phải mình đâu ...”

Chúng ta luôn né tránh không nhìn xem cái gì đích thực đang diễn ra trong tâm mình. Đó gọi là vô minh, là sức mạnh của vô minh. Nó ngăn không cho ta thấy chân tánh của thực tại. Vì thế mà ta mãi lẩn lóc trong luân hồi. Ta muốn mãi làm kẻ phàm phu như bây giờ. Thử hỏi ta có thực sự muốn thay đổi chăng? Chúng ta phải thay đổi. Phải cố gắng hiểu những điều này và thay đổi.

Of course, everyone know we have heard of all this 10.000 times, or 100.000 times. The more we hear the more we ignore this. Why do we do that? Why do we ignore this important subject? Our ignorance is so strong that we do not want to know this subject. Because this is the main cause for us to be unhappy: to be bad, to have a bad name, a bad image of ourselves. Therefore, we do not really want to know these things. When they come around we think: "It's ok." When jealousy arises we think: "This is some else's fault, not my fault."

We always try to avoid seeing what is really happening in our mind. That is called ignorance, the power of ignorance. That prevents us from understanding reality. Therefore, we want to be in samsara for ever. We want to be ordinary people like we are now for ever. Now do we really want to do something differently? And we have to. We must try to understand these things and try to make change.

SÂN HẬN

“Thù hận chỉ gây thêm nhiều đau khổ, nhiều rắc rối phức tạp, nhiều chuyện khó chịu giữa con người với nhau.”



Sinh nơi cõi Dục giới dĩ nhiên tâm ta đầy tham dục. Nếu đó là những nhu cầu thiết yếu thì không sao. Ta không thể đoạn diệt những nhu cầu đó. Vấn đề rắc rối của con người là ta có quá nhiều tham dục và tham quá nhiều thứ. Tu Phật là giảm bớt tham luyến, phiền não. Không thể ngay lập tức đoạn diệt tham luyến, phiền não, nhưng Pháp giúp ta giảm dần dính mắc. Thật vô ích nếu tu mà cứ ngày càng tích thêm tham luyến, bám chấp. Là người tu ta cần phải hiểu như vậy.

Sân hận không đem lại điều gì tốt lành. Tức giận, hận

ANGER

*“Because hatred only causes more problems,
more unhappiness between people,
more unpleasant things among people.”*



We took rebirth in the Desire realm so, naturally, in our mind there are a lot of desires. If these are desires for basic needs then this is not a problem. There is no way to cut that. The problem for human beings is that we have too much desire and desires for too many things. To practice Dharma is to cut down, to reduce desires and negative thoughts. There is no way to stop desires and attachments right away. But the benefit of Dharma is to reduce these attachments. If one has more desires, and more attachments everyday and for everything then there is no use to be a Dharma practitioner. We have to understand that.

I think anger brings no benefit at all. Having anger is

thù bao giờ cũng rất tệ hại. Nó chỉ gây đau khổ. Những nhu cầu cần cho sinh tồn thì không thể thiếu: ta cần cái ăn, cái mặc v.v. Nhưng sân hận lại là chuyện khác. Sân hận, ác tâm bao giờ cũng rất xấu. Tuyệt đối không có ích. Vì vậy, ta phải đoạn tuyệt với sân giận, ác tâm. Thù hận chỉ gây thêm nhiều đau khổ, nhiều rắc rối phức tạp, nhiều chuyện khó chịu giữa con người với nhau. Đây là tâm xấu, vô ích, dư thừa – ta không cần nó.

Thế nhưng, tâm ta tự nó luôn đầy phiền não, không dễ gì đoạn diệt. Vì vậy, ta phải hết sức cố gắng giảm phiền não để trở nên hiền hòa hơn, cảm thông hơn, nhu nhuyến hơn, nhân hậu hơn. Điều đó tốt lành, không chỉ cho ta mà còn cho cả mọi người, cho môi trường mình sống.

Tu Phật chúng ta phải cố gắng hết sức mình để hiểu được sân hận, ác tâm xấu biết chừng nào; và không sân hận, ác tâm là tốt biết chừng nào.

*“Việc tu đạo đôi khi lại đem tới đủ thứ chuyện,
nó khiến ta sanh tâm ganh ghen đố kỵ.”*

always very bad. It brings unhappiness only, it creates more problems. But attachments, such as desires for basic things – we need that because we have to survive. We need to have something to eat, something to wear, to protect us. Still, anger is something totally different. Anger is always very bad, at any time. No benefit at all. Only brings more problems, creates more hatred. So I think we really want to get rid of our anger, hatred. Because hatred only causes more problems, more unhappiness between people, more unpleasant things among people. So this really bad thing, only extra thing and we don't need it.

But our mind naturally has emotions that very difficult to get rid of. But we have to try our best to get rid of that. To make ourselves more peaceful, gentler, more understanding, more tamed, more kind. And doing that is good not only for oneself but bring happiness for other people, for the environment.

Practicing Dharma we have to try our best, very hard, to understand how bad it is - anger or hatred - and how good it is not to have hatred.

*“Sometimes practicing Dharma
brings all problems, brings more jealousy,”*

Chúng ta có nhiều chuyện để nói. Thầy có thể thấy nhiều chuyện nơi tâm quý vị, chỉ ra và chỉnh sửa. Đó là chuyện của người. Con người luôn nhiều chuyện, và chuyện người thì dễ nhìn ra. Nhưng nhìn ra được chuyện của ta thì thật thiên nan vạn nan. Mong rằng ai cũng sẽ thay đổi nhiều nhờ tu đạo. Ta cần thay đổi thế nào? Cần chuyển biến tới mức người ngoài nhận thấy được. “Mười năm trước, tôi đầy phiền não, tâm lượng nhỏ nhen, hẹp hòi. Nhờ tu đạo nên tâm giờ đây rộng mở hơn, cảm thông và chấp nhận nhiều hơn.” Thật lành thay khi ai đó nói được như vậy.

Đáng tiếc, với nhiều người sự việc có vẻ theo chiều ngược lại. Việc tu đạo đôi khi đem tới đủ thứ chuyện, nó khiến người ta sanh tâm ganh ghen đố kỵ. Từ đó mà sinh nhiều bất hạnh và họ giờ đây dễ nổi giận hơn trước nhiều. Họ vì thế mà không thể hiểu và cảm thông như trước đây. Đó là điều không tốt lành. Và, chắc chắn đó không phải là cái ta mong muốn.

Chúng ta mong mỗi cái khác ở người tu. Tâm rộng mở hơn, kham nhẫn hơn, từ bi hơn, hiền hòa hơn. Cần phải hiểu đối với người tu Phật đó là chuyện duy nhất quan trọng, chứ không phải chuyện gì khác.

There are many things we can talk about. I can find just many of problems of yours, correct it and point it. These are other people's problems. People have a lot of problems, which is easy for one to see. But to see one's own problem is very difficult. So we wish that people can make changes in their life using Dharma, practicing Dharma. What kind of change we need to make, we must make? We must make changes that other can see. "I was very emotional, very narrow-minded long time, maybe ten years ago. But I have Dharma, I practice Dharma, now my mind is more open, understanding, takes more things. I don't get upset that easy as I used to be. I don't get angry so easily because I have Dharma." If somebody says something like that it's very positive.

But things often happen with many people the other way around. Sometimes practicing Dharma brings all problems, brings more jealousy, I think. It brings more unhappiness and we get upset much easier. People do not understand things as they used to do. So this is negative part. Of course, we do not wish to see that.

We wish to see other things happening with Dharma practitioners. More open-minded, more patient, more compassionate, more peaceful. So we have to understand that. That's important. That's the only thing that is important for Dharma practitioners, but not other [things].

Chúng ta có bao nhiêu tiền ư? Có thì tốt, không cũng không sao. Ta có bao nhiêu tình thương? Điều đó rất quan trọng. Ta cảm thông tới đâu? Rất quan trọng. Ta sân hận cỡ nào? Không tốt. Thực ra là xấu. Ta hám tiền cỡ nào? Không tốt.

Khi ai đó làm nhiều việc thiện và nỗ lực sửa tâm làm người tốt thì, Thầy nghĩ, những điều tốt đẹp sẽ tự nhiên tới với người đó. Chúng ta không cần phải cố cho được may mắn như họ, cố ép cho những điều tốt lành xảy ra với ta. Ví dụ, khi một người đã tịnh hóa nghiệp và tích lũy công đức thật tốt thì những điều tốt lành tự nhiên sẽ đến với người đó. Ta cần phải hiểu như vậy.

LÀM NGƯỜI TỐT

“Tất nhiên, đức tính trung thực là điều cần trước tiên.”

Khi Phật thành đạo Ngài không truyền Pháp cho tất cả mọi người mà chỉ có một ít đệ tử. Ngài chọn một số rất ít kẻ may mắn và truyền Pháp. Tại sao Phật làm như

How much money do we have? If we have, that's good. We don't have, that's ok. How much compassion do we have? This is very important. How much understanding do we have? This is very important. How much anger do we have? Not good. Not good at all; bad, in fact. How much desire [for], attachment to money do we have? Not good.

When someone does many good things, try to be a good person, I think, positive things naturally will happen. We do not need to follow, to try to make that (positive thing) happen on purpose. For example, when we do a lot of purification, accumulation and when we do those things enough, of course, positive things will happen. So people should have that kind of understanding.

BEING A GOOD PERSON

“Of course, the first thing is honest.”

When Buddha became an enlightened person. He taught Dharma not to all human beings but only a few. He took a few fortunate people to teach Dharma.

vậy? Bởi vì Pháp có cứu được bạn hay không phụ thuộc vào chính bạn, vào việc bạn là người tốt hay không. Điều đó phụ thuộc vào việc bạn có là một người tu tốt, một con người tốt hay không.

Vậy nên, để làm người tu đạo tốt trước hết ta phải là một người tốt. Đây là cái duyên làm nên một người tốt. Tất nhiên, đức tính trung thực là điều cần trước tiên. Phẩm chất này rất quan trọng. Kẻ không trung thực, luôn gian dối lừa người thì không có duyên làm người tu chân chính. Sân hận và ác tâm không phải là duyên để làm người chân tu. Một người tu đạo chân thực phải từ bi và trung thực.

Và trí tuệ cũng rất quan trọng. Nếu không có trí tuệ để hiểu Pháp thì cũng không thể tu đạo. Vì vậy trí tuệ rất cần thiết. Nhưng thông minh phải đi kèm với đức tính trung thực chứ không phải ngược lại. Những yếu tố căn bản này rất quan trọng đối với những người tu Phật. Thiếu những duyên căn bản này thì khó có thể nghĩ tới việc tu.

Why did Buddha do that? Because whether Dharma work or not depends on you, if you are a good human being. It depends on if you are able to be good Dharma practitioner, a good person or not.

So to understand Dharma, to be a good Dharma practitioner, first we have to be a good person, good human being. What kind of condition makes a human being a good human being? Of course, the first thing is honest. To be honest is very important. If someone is not honest, if someone is sort of sneaky, cheat people there's no chance, no condition to be a Dharma practitioner. Having a lot of angry mind is not a condition to be a good Dharma practitioner. A Dharma person has to be a compassionate person, honest person.

And to have intelligence is also very important. If [one has] no mental faculty, no intelligence to understand meaning of Dharma then there's no chance to practice Dharma. So being intelligent is also important; being intelligent with honesty! Not the other way around. These basic things, basic conditions are very important for the people who want to practice Dharma. Without these conditions there's almost no way to think of Dharma practice.

VẤN ĐÁP

Hỏi: Con tu pháp Tịnh Độ của Hiền giáo, nay con có thể chuyển sang tu Kim Cương Thừa được không ạ?

Trả lời: Không nói “chuyển” mà nói “tu Hiền cùng với tu Mật”. Bởi vì Hiền Mật liên hệ mật thiết và giữa hai bên luôn có sự gắn kết. Không cần phải chia tách hai bên ra hoàn toàn. Tu pháp Kim Cương thừa hành giả quán tưởng chư Phật, chư vị Bồ tát trong Hiền giáo. Trong pháp Tịnh độ Hiền giáo các bạn quán tưởng Phật A Di Đà, nghĩ về Ngài và các phẩm tánh của cõi Tịnh Độ A Di Đà. Trong Kim Cương thừa bạn cũng quán tưởng đức A Di Đà. Bởi vì có ngũ bộ Phật trong Kim Cương thừa. Như vậy là cả Hiền và Mật ta tu cùng nhau.

Lần chuyển Pháp luân đầu tiên Đức Phật dạy Tứ Diệu Đế. Đó là tên gọi trong Kinh thừa. Trong Kim Cương thừa

QUESTION AND ANSWER

Question: I'm practicing Sutrayana Amitabha, may I "move" to Your Vajrayana practice.

Answer: We don't say "move" but we say "practice Sutra Yana and Vajrayana together". Because they are always related to each other, there's always connection between them. They don't have to really separate them completely from each other. To practice Vajrayana means to think, to visualize those Buddhas, Bodhisattvas. In Sutra Yana, in Sutra of Amitabha you have to visualize Amitabha, you think of Amitabha, the qualities of the pure land of Amitabha. This is how you practice Sutrayana Shukhavati Amitabha in Sutrayana. In Vajrayana also we visualize Amitabha. It is because there are five Buddha families in Vajrayana system. So we practice together.

When Buddha turned Dharma Wheel the first time He taught Four Noble Truth. In Sutra Yana it's called *Four Noble Truths*. In Vajrayana there is *Four Thoughts*

có *Bốn Niệm chuyển tâm* tức là pháp tu tiên yếu (ngoại), cũng giống như pháp Tứ Diệu Đế. Bất luận Mật hay Hiền cũng đều bắt đầu từ pháp tu này. Người tu phải quán chiếu *Thân người quý báu khó gặp, Cuộc đời vô thường, Nhân quả, và Khổ trong luân hồi*. Tư duy, quán chiếu, hiểu và thực hành pháp này – đó chính là nền tảng căn bản trong Kim cương Thừa. Chúng ta cần phải hiểu như vậy. Đó là cách một người tu bắt đầu thực hành Pháp [trong truyền thống] Kim Cương Thừa.

Hỏi: Con xin hỏi một câu mà nhiều người quan tâm. Để tu người ta xuất gia. Vậy xuất gia là gì? Tại sao lại phải xuống tóc.

Trả lời: Để trở thành một người tu Phật không nhất thiết phải xuất gia thành tu sĩ. Nhiều người muốn xuất gia làm tăng hoặc ni để có một cuộc sống đơn sơ, có nhiều hơn cơ duyên để trở thành người tu đạo chân chánh và thậm chí được gần hơn với con đường của Đức Phật. Như vậy ý nghĩa chính yếu là giảm bớt tham luyến trong tâm bằng cách từ bỏ nhiều thứ trong cuộc đời này. Làm tăng hay ni không chỉ mang ý nghĩa bên trong mà còn có ý nghĩa bên ngoài. Người xuất gia muốn khác với người tại gia. Người

that turn mind to Dharma, which means four preliminary practices. This is the same as practicing Four Noble Truths. So it doesn't matter whether one starts practicing Vajrayana or Sutra Yana one has to practice this; has to begin with this basic thing. One has to think of the difficulty of obtaining human body, impermanence of life, the cause and effect of action, and the suffering of samsara. To think, understand this, practice this is the basis, the foundation. This is how one starts practicing Dharma. Vajrayana.

Question: I'd like to ask a question everyone is interested in. Practicing Dharma one has to become a monk or a nun. What does being a monk or a nun mean? Why should monks and nuns shave hair?

Answer: There's no requirement that one has to become a monk or a nun in order to become a Dharma practitioner. Generally, there's no requirement for that. Many people are willing to become a nun or a monk to have a simple life, easy life; to have more chance to be a real Dharma practitioner; or to be even closer to Buddha's path. That's ok. So the meaning of that is to try to reduce attachment, desires in mind by giving up many things. Being a monk or a nun may mean not only internally but also externally. They want to be different

tại gia mặc quần áo bình thường còn tặng ni khoác y áo người tu may theo kiểu riêng. Họ cạo tóc để làm cho cuộc sống giản dị hơn. Có tóc bạn phải gội đầu và cắt tóc. Tốn ít nhất 10 hay 15 phút mỗi ngày. Còn chúng tôi không có tóc (*cười*) và như vậy cuộc sống đơn giản hơn, đỡ hao tổn công sức. Lý do mà ba chúng tôi cạo tóc rất đơn giản là vì khí trời ở Việt Nam quá nóng (*cười*).

Hỏi: Nếu con muốn quán tưởng mình là một vị Phật hay Bồ tôn thì có cần phải nhận quán đánh từ Bồ sư hay không? Vì con nghe nói nếu quán tưởng mà chưa nhận quán đánh thì mắc tội. Nếu con muốn quán tưởng Ngài thì có thể thọ nhận nghi lễ không ạ?

Trả lời: Kim cang Thừa đòi hỏi phải thọ quán đánh, giáo lý và truyền lung (khẩu truyền) để có thể tu pháp bồ tôn hay bất cứ pháp nào khác. Vì vậy câu trả lời là “có”. Tuy nhiên nếu một người chưa gặp duyên thọ quán đánh từ một vị Kim cương Thượng sư nhưng người đó muốn tu và có tâm thiết tha tu pháp Kim cang Thừa thì, theo Thầy, người đó có thể tu. Người đó có thể tu Bồ tôn hoặc trì chú. Nhưng tốt nhất vẫn là dựa trên những điều kiện đã nêu.

from ordinary people. [Lay] people wear ordinary clothes but monks or nuns wear clothes differently, the style is different. They shave their hair to make life simple. Because having hair you have to wash, to cut. It takes at least 10 or 15 minutes everyday. But we don't have hair ... *(laughing)* to make life simpler and less work.

The reason for three of us to shave our hair is very simple. The weather in Vietnam is very hot *(laughing)*.

Question: If I want to practice visualizing Buddha or a Yidam should I receive initiation from a Vajra master? I've heard visualizing without receiving initiation may create bad karma. If I want to visualize You, may You give us some ritual, ceremony this time?

Answer: Generally speaking, Vajrayana requires one to have got initiation, instructions, reading transmission for practicing a Deity or anything. So the answer is "Yes". But I think when people do not have good conditions to receive empowerment from a Vajra master, still they really want to practice and have got a lot of enthusiasm in practicing Vajrayana, I think they can practice. They can recite mantra, they can practice Yidam. But the best way is based on the conditions.

Về câu hỏi thứ hai. Thầy không có phương tiện gì để truyền quán đánh lần này. Lễ quán đánh cần nhiều thứ: các chất liệu, mạn đà la và các thứ khác. Lần trước có hai vị tăng: Dawa và Nyima. Họ có tất cả mọi thứ. Họ có nghi quỹ, họ có các chất liệu v.v. Nếu có những thứ này thì thầy sẽ nói “có”. Nhưng vì không có nên thầy nói “không” (*cười*).

Hỏi: Thưa Thầy, con muốn có việc làm tốt để có phương tiện cúng dường Tam Bảo, chư tăng, có phương tiện để làm từ thiện như ấn tống kinh sách. Như vậy có phải là tham không ạ?

Trả lời: Đối với các bạn những người có gia đình, sống trong xã hội, có cuộc sống bình thường thì có công ăn việc làm việc là điều quan trọng. Chúng tôi tán đồng và chấp nhận. Chúng tôi, tăng và tãng chúng, cầu mong mọi người có công ăn việc làm tốt và có cuộc sống đầy đủ. Thế nhưng, tâm con người hay dòi dôi. Nhiều người lúc đầu nghĩ: “Nếu ta có nhiều tiền ta sẽ làm cái này cái nọ”. Nhưng khi có rồi thì họ lại bảo: “Ta muốn nhiều hơn. Ta phải làm nó sinh sôi thêm”. Rốt cuộc tâm tham cứ thế mà phình ra.

For the second question the answer is ... We or I do not have anything to give empowerment this time. Initiation takes many things: substances, mandala, and other things. Last time there were two monks, Dawa and Nyima ... They had everything. They had texts; they had other substances ... If we have this I would say “Yes”. But because we do not have I say “No”.

Question: I want to have a good job in order to have means for making offering to Three Jewels, to monks, to make donation for printing and publishing Dharma books. Is that greed?

Answer: For people like you have having family, being in the society, having regular, ordinary life it's important to have a good job. We agree with that, we accept that. We, monks, shanga wish people to have good jobs, people work well and have good life. I think people always change their mind. Many people think at the beginning: “If I have that much money I'll do this or that ...” But when they reach that they think; “I want more. I'll make it bigger.” So their desire grows larger and larger.

Hỏi: Khi con nghe Thầy giảng về những nhân duyên dẫn tới giác ngộ thì yếu tố Pháp gây ấn tượng sâu sắc nhất. Xin Thầy giảng thêm cho con về yếu tố Guru. Con nghĩ đây là yếu tố quyết định.

Trả lời: Đúng, một vị thầy có đầy đủ phẩm tánh là rất quan trọng. Nhưng thầy nghĩ chúng ta còn nhiều dịp để nói về đề tài này. Khi đó sẽ đàm luận nhiều hơn. Các bạn ngồi nghe Pháp đã lâu và rất kiên nhẫn. Bây giờ thì nên nghỉ. Nếu bài pháp hay thì xin các bạn hãy nhớ những gì thầy nói. Đừng quên đưa nó vào thực hành để giải quyết những vấn đề của tâm mình. Xin nhớ rằng không phải việc gặp thầy mà việc nghe lời thầy mới đem lại lợi lạc. Xin cảm ơn các bạn. Chúc các bạn một buổi tối tốt lành, bữa cơm chiều vui vẻ, và giấc ngủ bình yên.

(Hết bài giảng ngày 10/10/2012.)

Question: When I listened to Your teaching on the important factors, conditions for enlightenment the factor Dharma reaches my heart most deeply. Could You please elaborate more on the factor Guru. I think this is the decisive factor.

Answer: Yes, qualified teacher is very important. But I think we'll have many other opportunities to talk about this. When we have a chance we'll talk about this more. Because it has been a long time; I think all of you have been very patient. Now I think it's better to go home. I wish everyone to have a good time, a good evening. I hope if the talk was good please try to remember what I said. Remember to make it help to solve problems in your mind. Try to apply that. As I mentioned earlier not seeing the Teacher but listening to Him brings most benefit. So I'd like to say to everyone: "Thank you. Have a good evening, a good dinner and good sleep."

(This is the end of the teaching on 10th Oct. 2012.)

"Cát cả là nhờ lòng bi mẫn của cha tôi.
Người đã cho tôi cuộc sống này. Nhưng hơn
thế nữa, Người đã trao cho tôi cả trọng trách
lớn lao này, đó là một đại duyên để đem
lại lợi lạc cho mọi chúng hữu tình."



(Giảng ngày 12.10.2012)

PHÁP

*“Pháp luôn là đức hạnh
ở cả phần đầu, phần giữa và phần cuối.”*



Trong các bạn nhiều người đã biết văn hóa Tây Tạng, Phật giáo Tây Tạng, đã gặp các lạt ma Tây Tạng và thọ giáo lý. Các bạn ấy đã biết truyền thống Tây Tạng. Tuy nhiên, hai truyền thống Tạng và Việt có những khác biệt, nên chúng ta vẫn có những điều mới mẻ để cùng chia sẻ. Các bạn có thể học và thầy cũng học thêm điều gì đó. Vậy theo Thầy các bạn nêu câu hỏi và Thầy sẽ trả lời. Đây là một cách học hỏi lẫn nhau rất bổ ích.

Mặc dầu thuộc hai truyền thống khác nhau, chúng ta vẫn chung cách hiểu về đạo Phật và Pháp của Phật.

(Talk on 12.10.2012)

DHARMA

*“Dharma is virtuous
at the beginning, the middle and the end.”*



Many of you are familiar with Tibetan culture, Tibetan Buddhism, have met with Tibetan lamas, and taken lessons from them. So, you know Tibetan tradition well. Still, Tibetan and Vietnamese traditions are different and there are some new things we can share. You can learn and I can learn something. So, I think you make questions and I'll answer. This is a good way of learning from each other.

Even though [we are from] these two traditions we have the same way of understanding Buddhism and teaching of Buddhism - Dharma. What is Dharma?

Pháp là gì? Pháp là thiện hiền⁽¹⁾ và Pháp chuyển hóa mọi thứ thành thiện hiền, thành thanh tịnh. Pháp luôn là đức hạnh⁽²⁾. Pháp luôn là đức hạnh ở cả phần đầu, phần giữa và phần cuối. Pháp là như vậy.

Cái gì làm cho Pháp là đức hạnh cả phần đầu, phần giữa và phần cuối? Đó là tâm Bi, tâm Bồ đề và Thiện Hạnh (Good Action). Những phẩm tánh này làm cho Pháp đức hạnh cả phần đầu, phần giữa và phần cuối.

Có những nét tương đồng giữa các truyền thống, các tôn giáo khác nhau. Ví dụ, các truyền thống khác cũng nói về tánh Không, các truyền thống khác nhau đều coi trọng tình thương yêu. Nhưng cách Phật giáo quan niệm về tâm bi mẫn sâu rộng hơn, và đúng. Bởi vì người tu Phật coi tất cả chúng sinh hữu tình quan trọng như nhau. Một số tôn giáo khác coi con người là quan trọng nhất, còn chúng sinh khác không mấy quan trọng. Con người là chúa tể và chúng sinh khác tồn tại vì lợi ích con người.

Đạo Phật không quan niệm như vậy. Chúng ta coi tất cả hữu tình chúng sinh quan trọng như nhau vì tất cả đều

(1) Thiện (Phạm: Kusala): Chỉ cho pháp thanh tịnh ... mang lại lợi ích cho mình và người trong đời hiện tại và đời vị lai.... hễ hợp với giáo lý Phật giáo thì đều được gọi là "Thiện". (Phật Quang Đại Từ Điển, tập 5)

Dharma is something good and Dharma makes things good. Dharma is always virtuous. Dharma is virtuous at the beginning, the middle and the end. That is Dharma.

What makes Dharma virtuous at the beginning, the middle and the end? This is Compassion, Bodhicitta and Good Action. These things make Dharma virtuous at the beginning, the middle and the end.

There are similarities between different traditions, different religions. For example, other traditions also talk about Emptiness. Also, different traditions see loving kindness as something very important. The way Buddhism describes Compassion is much broader, wider and correct. It's because Buddhist people see all sentient beings as equally important. Some other religions may see human beings as most important and other beings are not much important; other beings are for humans and human beings are the king.

In Buddhist tradition we don't see it that way. We see all sentient beings as equally important because all of

(2) Đứ: Cái đứ đặ đượ nhờ tu hành chính đạ. (Phậ Quang Đạ Từ Điể, tập 2).

Hậ: Nế na còn ở trong tâm gọi là "đứ", đã thực hành ra ngoài là "hậ". (Phậ Quang Đạ Từ Điể, tập 2)

có Phật tánh. Tất cả chúng sinh đều nương vào nhau, phụ thuộc lẫn nhau để tồn tại. Tất cả đều muốn sống, muốn hạnh phúc. Vì vậy, tất cả hữu tình chúng sinh đều rất quan trọng theo quan điểm của Phật giáo.

Tại các tu viện Tây Tạng, chư tăng phải học 5 môn (*ngũ minh học*). Đây là sự khác biệt giữa hai truyền thống Tây Tạng và Việt Nam. Ở các tu viện Tây Tạng chư tăng phải học 5 môn, thứ nhất là logic học. Ở Tây Tạng môn học này rất quan trọng. Họ học giáo lý Trung quán, giáo lý Bát nhã Ba la mật, giáo lý A Di Đà và Giới luật của truyền thống Tiểu thừa.

Tây Tạng là đất nước Phật giáo. Đa số người dân ở đây là Phật tử có tâm đạo thành tín. Họ cũng thọ giáo lý và tu trì nhưng không học tập, nghiên cứu nhiều. Vì phải nuôi gia đình, vì có nhiều công việc, trách nhiệm phải lo toan nên họ không có nhiều thời gian để hành trì như chư tăng ni. Các đạo sư cũng dạy giáo lý cho họ, nhưng cách dạy đơn giản hơn. Các ngài dạy những gì thực tế, hữu ích và thật sự cốt tủy. Luôn luôn các ngài nói về Từ, Bi và Nhân quả. Đây là những chủ đề rất quan trọng cho dân chúng và cho người tu tại gia ở Tây Tạng.

them have Buddha's nature. All sentient beings depend on each other for their existence. All of them want to survive, to exist and to be happy. So, all of sentient beings are very important in our Buddhist tradition.

In Tibetan monasteries monks have to study 5 subjects. And this is the difference between Tibetan and Vietnamese traditions. In Tibetan monasteries monks have to study 5 subjects such as: first – logic. This is very important in Tibet. Then they have to study Madhyamika (the teachings of Madhyamika tradition), Prana-paramita, Amitabha teaching, and monastic disciplines of Hiayana tradition.

Tibet is a Buddhist country. Most of the people there are Buddhists and they are very religious. They also study Dharma and practice Dharma but they do not go to too many things. It's because they have their own families to support, have issues to take care of and responsibilities to take so they do not have as much time for Dharma practice as monks do. Dharma teachers also give teaching to the public but usually in a more simple way. They teach very practical, very useful and essential things. They talk all the time about Compassion, Loving kindness and Cause and Effect. These are very important subjects for population and for lay practitioners in Tibet.

*“Pháp dễ nói mà khó làm.
Vì lẽ đó mà tất cả các bậc thầy
cứ dạy đi dạy lại mãi vẫn cùng một thứ ...”*

Nói chung, khái niệm “học giả” là một thứ khác xa với khái niệm “hành giả”. Có nhiều học giả tuy thông tuệ, uyên bác nhưng vẫn lẩn lóc trong luân hồi, thậm chí không có khả năng tự đoạn diệt phiền não. Chỉ hiểu biết giáo lý thôi chưa đủ. Để thành người tu đạo đích thực ta phải thực hành. Phải nuôi dưỡng tâm Bi, phải chuyển hóa tâm, xa lìa phiền não, vọng tưởng phân biệt. Đây là con đường duy nhất để thành người tu chân chính.

Những ai quyết lòng chân tu, nhất thiết phải đi con đường này. Phải chọn con đường của Pháp chân thực. Bằng không, quý vị có thể là một học giả uyên bác, nhưng vẫn mãi lẩn lóc trong sinh tử, vẫn đau khổ, vẫn không được tự do. Đó là vì có nhiều thứ, nhiều chuyện nảy sinh trong tâm mà quý vị không tỉnh giác để nhận biết.

Để chân thực tu đạo, ta cần phải biết: Pháp dễ nói mà

“Dharma is something easy, simple to talk about but difficult to do. For this reason, every lama, every Buddhist teacher always teaches the same things...”

Generally speaking, a scholar is something very different from a Dharma practitioner. There are many very smart, knowledgeable scholars who are still wandering in samsara, not able even liberate themselves from negative thoughts. It's not enough only to understand Buddhist teachings. To be a good Dharma practitioner one must practice. One must develop Compassion, train his mind and liberate himself from negative thoughts, and dualistic thoughts. This is the unique way of becoming a real Dharma person.

Whoever wants to be a good Dharma practitioner must go through this way, must take this path of real Dharma. Otherwise, you can be a smart scholar but still wandering in samsara, still suffering and not able to get liberation. It's because many things, many problems arise in your mind that you are not aware of.

To really practice Dharma one should know that

khó làm. Vì lẽ đó mà tất cả các bậc thầy cứ dạy đi dạy lại mãi vẫn cùng một thứ, nhắc đi nhắc lại mãi cho đệ tử vẫn cùng một thứ. Họ có lý do chắc chắn để làm như vậy.

*“Tu pháp A Di Đà
chỉ trì chú thôi không đủ.”*

Ở Tây Tạng, từ người dân cho tới các hành giả, ai cũng biết pháp Tịnh độ A Di Đà. Ở Việt Nam và Trung Quốc cũng có pháp Tịnh độ. Ở Tây Tạng, pháp A Di Đà rất phổ biến và rất quan trọng. Pháp tu này rất tốt, đơn giản nhưng có sức mạnh rất lớn mà người tu nên theo. Do căn cơ và hoàn cảnh chúng ta rất khó đạt được giải thoát ngay trong một đời. So với việc đó thì vắng sanh Tịnh độ là con đường dễ hơn. Vì vậy, tu pháp Tịnh độ là rất tốt.

Nơi cõi Tịnh độ vắng bật những vấn đề mà chúng ta phải đối mặt trong thế giới này – những thứ có trong tâm và trong thân chúng ta. Trong chữ “Dewachen” thì “De” có nghĩa là “lạc” – đối lập với “khổ”. Cõi Cực lạc có nhiều

Dharma is something easy, simple to talk about but difficult to do. For this reason, every lama, every Buddhist teacher always teaches the same things, mentions the same thing to their disciples, over and over again and again. It's because they have good reason for that.

*“When we practice Amitabha
it's not enough just to recite the mantra.”*

Ordinary people and Dharma practitioner in Tibet know Amitabha's practice. In Vietnam and in China you also do the practice of Amitabha. The teaching of Amitabha Buddha on how to take rebirth in Shukhavati land of Amitabha Buddha is very popular and important in Tibet, also. This is a very good and simple and very powerful practice that people should do. It's because of our conditions, our mental faculty and power that it's difficult for us to get liberation directly in one life. Compared to that path of taking rebirth in Shukhavati Land is easier way. Therefore, to practice Amitabha is very good.

Shukhavati Pure Realm is a place with no problems that we have in our world - something that we have in our body and mind. In the word *Dewachen* “De” means “Bliss”

phẩm tính thù thắng nên nhiều người muốn vãng sinh về đó. Và họ trì chú A Di Đà hoặc niệm hồng danh của Ngài. Đây là nhân duyên để vãng sanh Tịnh độ. Nhưng chỉ niệm hồng danh đức A Di Đà thôi chưa đủ. Có bốn nhân duyên vãng sanh cõi Cực lạc ta cần phải biết.

Bốn nhân duyên này được Đức Thích Ca Mâu Ni tuyên thuyết trong kinh A Di Đà. Nhân duyên thứ nhất gọi là “trợ duyên”, tức là hỗ trợ cho việc tu pháp A Di Đà. Chúng ta phải quán tưởng đức A Di Đà. Chúng ta phải biết thân tướng của Ngài ra sao, Ngài khoác y áo gì. Cần phải biết rõ ràng bốn nguyện của Ngài và cõi Cực lạc. Có nhiều lời nguyện vãng sanh Tịnh độ. Một trong những lời nguyện phổ biến nhất, đơn giản, dễ tụng và rõ ràng nhất là lời nguyện của Ngài Karma Chagme, đã dịch sang tiếng Anh, tiếng Hoa và tiếng Việt. Nó có oai lực lớn và rất lợi lạc.

Phật A Di Đà trong truyền thống Hiền giáo thường có sắc đỏ, một mặt, hai tay. Ngài khoác ba y Tỳ kheo, ngự trên bảo tòa dưới cội Bồ đề với đầy đủ các món trang nghiêm

– the opposite of suffering. Shukhavati has great qualities and many people want to go there. For that reason, they recite Amitabha’s mantra or His name repeatedly. This is the condition for someone to take rebirth in Shukhavati. But sometimes it’s not enough just to recite Amitabha’s name. There are four conditions for one to take rebirth in Shukhavati, which we should know. We should be aware of these four conditions for taking rebirth in Dewachen.

The four conditions are mentioned in Shukhavati Sutra by Shakyamuni Buddha. The first condition is called “supportive” which means to support the practice. We have to visualize Amitabha Buddha. How do we visualize Him? We should know His style. What is His appearance? What clothes does He wear? We should also know His aspiration and know Dewachen very clearly. There are many payers for taking rebirth in Dewachen. One of the most popular, most simple, easy and clear is the prayer by Karma Chagme. There are translated versions of this prayer in English, Chinese and Vietnamese. It’s very powerful and useful.

Amitabha in Sutra tradition usually has red color, one face, two arms. He wears three Bhikkhu robes, sitting on a jeweled throne on front of Bodhi Tree with all

thân Phật. Bồ Tát Ma ha tát Quán Thế Âm ở phía bên phải Ngài, và Đại Thế Chí Bồ Tát ở phía bên trái. Có hàng trăm ngàn vị Bồ tát và chư Thánh tôn của cõi Cực lạc vây quanh Ngài. Hãy nghĩ về đức A Di Đà và quán tưởng Ngài đang ở phía trước mặt mình.

Tu pháp A Di Đà chỉ trì chú thôi không đủ. Như đã nói ở trên, cần phải luôn tỉnh giác về động cơ của mình và các vọng niệm trong tâm. Khi tu pháp A Di Đà hành giả phải tập trung tâm ý vào pháp quán tưởng. Nhưng ta thường không làm như vậy. Đa số chúng ta đều có rất nhiều ý nghĩ, nhiều vọng niệm khởi lên trong tâm, vừa trì chú vừa nghĩ về đủ thứ chuyện, như chồng, vợ, con cái v.v. Như vậy không tốt. Vì vậy, cần phải giữ định tâm. Làm sao có được định tâm? Tập trung vào việc quán tưởng Phật A Di Đà và cố gắng không xao nhãng việc ấy.

Nhân duyên thứ hai là tu tịnh hóa nghiệp và tích lũy công đức trước đức A Di Đà. Phải thực hiện việc này như thế nào? Có nhiều cách. Kinh A Di Đà dạy rằng có thể tu Thất chi nguyện: lễ bái, cúng dường, sám hối, tùy hỷ, thỉnh

the decoration. The Great Bodhisattva Avalokiteshvara is on His right side. Bodhisattva Vajrapani is on the left side. Amitabha is surrounded by hundreds of thousands of Bodhisattvas and other high beings in the Realm of Shukhavati. We think of and visualize Amitabha in front of us.

When we practice Amitabha it's not enough just to recite the mantra. As I said earlier we should be aware of thoughts and motivation in our mind. While somebody is doing Amitabha practice he should focus his mind on the visualization. But the way we usually do is not like that. Most of people have lots of distraction and thoughts going on in their mind. So reciting mantras they think of other things like husband, wife, family etc. It's not good. Therefore, we need to be concentrated. How can we do that? We focus on visualization of Amitabha and try not to lose that visualization.

Second cause is to do purification and accumulation in front of Amitabha. How do we do that? There are many ways. It's taught in Shukhavati Sutra that one can do Seven Branch Prayer: prostration, offering, confession (purification), rejoicing, requesting Guru or Buddhas

Đức Bổn Sư hoặc chư Phật chuyển pháp luân, thỉnh các ngài trụ thế, và hồi hướng.

Đây là nền tảng căn bản: nuôi dưỡng tâm Bồ đề và tâm Bi. Chỉ từ chú thôi không đủ, mà phải nuôi dưỡng tâm Bồ đề. Ta làm như vậy không chỉ cho riêng mình, mà cho tất cả chúng sinh. Tâm Bồ đề chính là động cơ. “Bodhi” có nghĩa là “giác ngộ”, còn “citta” có nghĩa là “tâm”. “Bodhicitta” có nghĩa là “tâm giác ngộ”. “Tâm giác ngộ” là như thế nào? Nó rất thanh tịnh. Tại sao lại nói tâm ấy thanh tịnh? Bởi vì tâm chúng ta không như vậy. Tâm chúng ta đầy ô nhiễm, đầy ích kỷ, và đầy những ý nghĩ vị kỷ. Vì thế, nó không thanh tịnh. Tâm các bậc tối tôn như Phật A Di Đà, đức Quán Thế Âm thì tuyệt đối thanh tịnh. Các ngài không ích kỷ mà luôn nghĩ tới chúng sinh. Còn chúng ta thì luôn nghĩ đến mình. Chúng ta phải nuôi vun bồi tâm bồ đề. Làm thế nào để vun bồi tâm ấy? Chúng ta phải nghĩ tới chúng sinh, mong ước họ được thoát luân hồi, viên thành Phật đạo.

Nhân duyên thứ tư gọi là “giúp đỡ” cho pháp tu. Cần phải phát nguyện: “Nguyện con vãng sanh Tịnh độ. Nguyện hết thấy hữu tình chúng sinh vãng sanh Tịnh độ.” Chúng ta lặp đi lặp lại lời nguyện như vậy nhiều lần. Phải

to turn The Dharma Wheel, requesting them to stay and dedication.

This is the foundation: to develop Bodhicitta and compassion. To recite the mantra is not enough and we have to develop Bodhicitta. One has to do that not only for oneself but also for others. Bodhicitta is a kind of motivation. “Bodhi” means “enlightened” and “citta” is “heart”. “Bodhicitta” is “enlightened heart”. What is “enlightened heart”? It’s very pure. Why do we say that heart is pure - a bodhi-heart? It’s because our hearts are not like that. They are very negative, full of selfishness and selfish thoughts. Because of that they are not pure. But the hearts of high beings like Amitabha or Avalokiteshvara are very pure. They are not selfish so they can think of others all the time. [Unlike them], we think mainly about ourselves. We have to develop enlightened heart - Bodhicitta. How do we develop it? We have to think of all the sentient beings and wish them to be liberated from samsara and reach Buddha-hood.

The fourth cause is called the helper to that practice. We say a lot of aspiration. We say: “May I be reborn in Shukhavati. May all sentient beings take rebirth in Shukhavati.” We say that over and over again many

phát nguyện với quyết tâm mãnh liệt, sau đó hồi hướng công đức này cho tất cả chúng sinh vãng sanh Tịnh độ. Đây là bốn nhân duyên vãng sanh Tịnh độ.

Tâm bi mẫn và tâm bồ đề rất quan trọng đối với pháp tu A Di Đà. Phát triển các phẩm tánh này là rất quan trọng, rất lợi lạc. Các phẩm tánh này lợi lạc không chỉ trong việc tu, mà còn giúp ta giải quyết các vấn đề khác nữa. Ta thấy có người không có chút lòng tốt hay tâm bồ đề. Những người này không hạnh phúc và những việc bất như ý luôn xảy ra với họ. Hầu như lúc nào họ cũng trong tâm trạng xấu, họ có thể rất hung dữ hoặc rất ích kỉ. Tâm bồ đề và tâm bi mẫn giúp ta giảm bớt những phiền não ấy. Những phẩm tánh này làm cho tâm ta trong sáng, cho ta thành người thiện hiền, từ hòa, được mọi người trân quý, khâm phục và noi gương. Chúng ta không muốn giống làm người xấu tính, ác tâm, và hung dữ. Vì vậy, lòng bi mẫn, lòng tốt và tâm bồ đề là những phẩm tánh mà ta cần cố gắng nuôi dưỡng.

times. We say that with strong intention. And then we dedicate all good actions we have to the taking rebirth in Shukhavati of all sentient beings. These are the four causes for one to take rebirth in Shukhavati.

Compassion, bodhicitta are very important for the practice of Amitabha. It's very important, very useful to develop these qualities. Not only for Dharma practice but there are problems and issues for which development of these qualities is also very useful. We can see that many people do not have kindness or bodhicitta at all. These people are not happy and wrong things always happen with them. Most of the time they are in bad moods and they can be very aggressive, very selfish. Bodhicitta and compassion can help to reduce these negative emotions. These qualities can make one's mind pure and make one a good and peaceful person that many people appreciate, admire and want to be like them. We do not want to be like those who are negative, mean, and aggressive. So, compassion, kindness and bodhicitta are the qualities we should develop as much as we can.

PHÁP TU

“Nếu hành giả muốn pháp tu nhằm khai ngộ Phật tánh thì phải tu ngondro.”



Hỏi: Đạo Phật ra đời cách đây 2556 năm. Tại sao đến nay lại có nhiều tông phái ra đời. Ngay khi Đức Phật còn tại thế có nhiều tông phái như hiện nay không?

Trả lời: Sự thật đúng là như vậy. Truyền thống Phật giáo ở Ấn Độ có bốn dòng phái chính. Các dòng phái này lại chia thành các nhánh, ví dụ như Trung quán tông có bốn nhánh nhỏ. Hiện tượng này là bình thường vì giáo lý Phật bao la, rộng lớn cho nên cách mà con người hiểu giáo lý ấy cũng rất khác nhau; từ đó mà phát sinh ra các dòng phái. Tuy nhiên các dòng phái đều cố gắng đạt tới

THE PRACTICE

“If one wants the practice that introduces to the nature of mind he has to go through preliminary practice (ngondro).”



Question: Buddhism appeared in this world 2556 years ago. Since then so, many schools and branches have been established. In Buddha’s time were there so, many of them?

Answer: Actually yes. Buddhist tradition in India has four main schools. These schools have their branches also. For example, Madhyamika has four schools. That’s normal because Buddha’s teaching is great, very broad so the ways people understand [the teaching] are very different. So there appeared this school and that school. But every school tries to reach the right view of Buddha’s

cách nhìn đúng đắn về giáo lý Phật đà. Vì vậy nhiều dòng phái cũng không đáng ngại. Căn cơ của con người rất khác nhau nên sinh ra nhiều dòng phái, nhưng mục đích thì chỉ một: đạt tới giải thoát. Tại sao có nhiều dòng phái? Câu trả lời là: bởi vì có nhiều loại nghiệp khác nhau.

Hỏi: Người tu Kim cang Thừa có bắt buộc phải qua ngondro không? Nếu không tu ngondro mà tu các pháp khác, như pháp Tara, Dược Sư, hay A Di Đà thì có được không ạ?

Trả lời: Tại sao lại có Kim cang thừa? Kim cang thừa dành cho những ai có cơ duyên vượt thoát sinh tử trong một thời gian ngắn hơn. Có nhiều cấp độ giáo lý, nhiều pháp tu trong Kim cang Thừa, như Đại Thủ ấn, Đại Viên mãn. Để tu Đại Thủ ấn hay Đại Viên mãn phải qua pháp tu tiên yếu (ngondro). Đây là pháp chuẩn bị nhằm tạo nhân duyên cho người tu đạt tới cứu cánh. Thiếu những nhân duyên ấy thì việc đạt chứng ngộ hầu như không thể được. Vậy nên, ngondro quan trọng hơn đối với những hành giả đó. Tóm lại câu trả lời là “có”. Còn để tu các pháp, như pháp Tara hay pháp Dược Sư, thì yêu cầu đối với người tu chỉ là thọ quán đảnh, thọ giáo lý, và những chỉ dạy về pháp tu. Chỉ cần như vậy là có thể tu được rồi. Nhưng đối

teaching. So that's ok to have different branches. People's mental faculty is very different so there are so many schools and branches. But the goal is the same: how to reach liberation. That's karmic connection. Why there are so many branches? The answer is: because there are different karmas.

Question: Should a Vajrayana practitioner go through ngondro practice? Is it appropriate if he doesn't practices ngondro and does only Tara, Medicine Buddha or Amitabha and so on?

Answer: Why there is Vajrayana? Vajrayana is for those who are fortunate enough to reach liberation in a quicker way. There are many levels of Vajrayana teachings and practice, for example Mahamudra or Dzogpa Chenpo. To practice Mahamudra or Dzogpa Chenpo one should go through preliminary practice. This is preparation that creates the condition and the cause for one to reach liberation. Without those condition and cause it's almost impossible to reach realization. Therefore, ngondro is more important for that kind of practitioner. So, the answer is "Yes". If one wants to practice, for example, Green Tara or Medicine Buddha the requirement for that is to receive relevant initiation, teaching on that and instructions on that. Then one is able to do the practice. But not teaching on the nature

với giáo lý về chân tánh của tâm thì không như vậy. Nếu hành giả muốn pháp tu nhằm khai ngộ Phật tánh thì phải tu ngondro.

Hỏi: Trong Kim cang Thừa có các Bốn tôn (Yidam) khác nhau vậy làm sao con biết được con phù hợp với Bốn tôn nào?

Trả lời: Câu hỏi này rất phổ biến. Có nhiều người hỏi như vậy. Không dễ đưa ra câu trả lời “hãy làm cái này” hay “hãy làm cái kia”. Làm sao để quyết định nên tu Bốn tôn nào? Có một số cách để xác định, ít ra là hai. Thứ nhất, Đức Bốn Sư giới thiệu Bốn tôn cho đệ tử. Thứ hai, việc này xảy ra một cách tự nhiên. Có người nghĩ: “Ồ, Bốn tôn này hợp, mình rất thích tu.” Hoặc là một số người nằm mơ, còn một số khác thì có cảm giác đặc biệt khi vừa nghe đến tên Bốn tôn. Đó là hai cách chính để chọn Bốn tôn, hai loại nghiệp chính.

Ngoài ra, có một cách rất phổ biến để hiểu về chư Phật và chư Bốn tôn. Tất cả chư Phật, chư Bốn Tôn có vô lượng Từ, Bi, Trí, Tuệ, vô lượng Đại Lực cứu độ chúng sinh. Vì vậy, hành trì bất cứ pháp Bốn tôn nào cũng đem lại nhiều lợi lạc và nhiều điều tốt đẹp sẽ đến. Có pháp của Phật Vô Lượng Thọ, Phật Dược Sư, Phật của Hạnh, Phật của Tuệ. Ai muốn trường thọ thì tu pháp Phật Trường thọ

of mind. If one wants the practice that introduces to the nature of mind he has to go through preliminary practice (ngondro).

Question: In Vajrayana there are different Yidams. How can I know which Yidam I should practice?

Answer: This question is very common. It's asked by many people. It's not that easy to say "do this" or "do that". How to know which Yidam one should practice? There are a few ways to know, at least two. First, the Yidam is introduced by the disciple's Guru. The second way: it happens naturally. Someone may just say: "Oh! This Yidam is good. I want to practice." Or some people have dreams [while] some other ones have special feelings when they hear the names of the Yidam. These are two main ways to choose the Yidam, i. e. the two main [kind of] karmas.

There's another way, very common way of understanding Buddhas and Yidams. All Buddhas and Yidams have endless Compassion and Wisdom, endless power to help sentient beings. So, practicing whatever Yidam will bring a lot of benefit and a lot of good things will happen. There is Buddha of Longevity, Medicine Buddha, Buddha of Activity, and Buddha of Wisdom. If someone looks for longevity it's ok to practice Buddha Amitayus. By practicing Buddha Amitayus one can reach

Amitayus. Tu pháp này có thể đạt giải thoát. Người muốn thành công trong đời thường, như trong kinh doanh, có thể tu pháp Lục độ Mẫu Tara hoặc pháp Bảo Tạng Chủ Orgyen Dzambhala. Người muốn có trí tuệ nên tu pháp Văn Thù Sư Lợi, Diệu Âm Thiên Nữ Sarasvati. Đó là cách chọn Bồn tôn rất phổ biến.

GIỚI

“Tu Kim cang Thừa, hay tu Phật nói chung, đều chính là tu giới.”

Hỏi: Hiện nay Phật tử không biết 14 Mật nguyện của Kim cang Thừa. Xin Thầy giảng và truyền giới cho chúng con.

Trả lời: Ai cũng thích thề thốt (take vows). Nhưng thiên hạ không ai thích giới nguyện cả (cười). Đây là một đề tài lớn. Tu Kim cang Thừa, hay tu Phật nói chung, đều chính là tu giới. Ví dụ, khi thầy nói về pháp Tịnh độ thì bốn

liberation. We can choose Yidams in this way. If someone wants to succeed in this life, for example in business, he can practice Green Tara or Orgyen Dzambhala. Those who need wisdom can practice Manjushri or Sarasvati. This is a very common way to choose a Yidam.

SAMAYA

*“Vajrayana or Dharma practice
is all about samaya.”*

Question: Today Buddhists do not know about 14 samaya of Vajrayana. Could You please give teaching on this to us and let us take the samaya.

Answer: (laughing) Everyone likes to take vows very much. But people don't like samaya very much. This is a great subject. Vajrayana or Dharma practice is all about samaya. For example, when I talked about how to practice Amitabha the four conditions I taught are kind of samaya. It's because if you don't do that there's no

nhân duyên vãng sanh Tịnh độ chính là một loại giới. Bởi vì nếu ta không làm đúng như vậy thì không thể thành tựu; và rồi sẽ nảy sinh nhiều rắc rối. Còn nếu làm được thì bạn sẽ thành tựu. Vậy nên nói rằng [tu] Kim cang Thừa hay việc tu [nói chung], tất cả đều là việc tu giới. Mười bốn Mật nguyện trong Kim cang Thừa rất quan trọng, nhưng đề tài này cần có nhiều thời gian hơn.

Giới có nghĩa là gì? Ý nghĩa của giới là phát lời thề rằng ta sẽ làm việc này, việc nọ. Khi một ai đó nói: “Tôi tu tâm bi” thì giới người đó thọ là: không nổi giận, không hung dữ, không thù ghét. Tâm thù hận, sân giận và ích kỷ là chướng duyên cho việc tu tâm bi. Tóm lại, [thọ] giới có nghĩa là nói rằng: “Tôi sẽ làm thế này, tôi sẽ không làm thế kia.”

Khi một ai đó nói: “Tôi tu Kim cang Thừa” thì điều này có nghĩa gì? Điều này có nghĩa là: “Tôi sẽ trụ trong tánh, trong tâm thanh tịnh.” Đây là ý nghĩa tổng quát của Kim cang Thừa. Giới người đó tu là: “Tôi sẽ không khởi ý nghĩ tiêu cực, bất tịnh về những người khác, về các sự vật, hiện tượng.” Đây là một trong những thực hành chính yếu của Kim cang Thừa. Có nhiều giới nhưng người tu có thể chỉ cần trì một, hai hoặc ba giới thôi. “Tôi sẽ [luôn]

way to get success; there will come problems. If you do that you'll succeed in your practice. Therefore, I said Vajrayana or Dharma practice is all about samaya. 14 samaya in Vajrayana are very important but to talk about that we need more time.

What is samaya? The meaning of samaya is to take commitment that we'll do this or that. When someone says: "I practice compassion" the samaya for that is: not to have anger, aggressiveness, or hatred. Hatred, anger and selfishness are obstacles to practicing compassion. Therefore, samaya means someone saying: "I'll do this, I'll not do that."

Someone says: "I practice Vajrayana." What does that mean? That means: I establish the nature, the purity of the mind. That's the general meaning of Vajrayana. The saymaya is: "I'll not create more negative thoughts, negative thoughts to other people, other phenomena and other things." This is one of the most important parts of Vajrayana practice. That's very general. There are many samaya but you can take just one, or two or three. I'll see Guru as Buddha, listen to Guru. I'll try to remain, to rest in wisdom, in the mind of Guru.

thấy Đức Bổn Sư là một vị Phật. Tôi sẽ làm theo ý chỉ của Ngài.” “Tôi sẽ cố gắng trụ trong Tuệ, trong tâm của Guru.”

Trong tiếng Phạn “giới” là “samaya”. Nghĩa của nó là “giữ lời cam kết”. Trong tiếng Tạng thì “giới” là “tamsit”. “Tam” có nghĩa là: “Tôi sẽ làm điều này hay điều kia.” Và sau đó bạn phải giữ lời hứa. Đó là “tamsit”. Đó là “samaya”. Khi ai đó nói: “Tôi tu Phật.” Bạn hỏi: “Tu Tiểu Thừa hay Đại Thừa?” Nếu người ấy nói “Đại Thừa” thì đương nhiên có nghĩa là: “Tôi tu tâm bi.” Đó là Đại Thừa, nên nói như vậy có nghĩa là: “ Tôi thệ nguyện xem tất cả hữu tình chúng sinh như cha mẹ, thương yêu họ như mẹ hiền.”

Giới nguyện rất quan trọng nhưng lại cũng chính là cái mà các bạn chẳng hiểu gì mấy. “Tôi đang tu tâm bi mãi nhưng tôi cứ nổi sân hận ác tâm.” Như vậy không được. Khi bạn nổi sân hận ác tâm với ai đó thì bạn đã phá giới rồi - giới của bồ đề tâm, của tâm bi.

*“Giáo huấn của Patrul Rinpoche
rất thẳng thắn, rõ ràng, minh bạch.”*

Samaya is a Sanskrit word. Its meaning is “keep commitment”. In Tibetan language it is “Tamsit”. “Tam” means to say “I’ll do this or I’ll do that”. And then you keep that. That’s what “tamsit” is. That is samaya. When someone says: “I’m practicing Buddhism.” You ask: “What Buddhist tradition are you practicing, Hinayana or Mahayana?” If he says “Mahayana” then, naturally, that means “I’m practicing compassion.” That’s the meaning of Mahayana. Saying so means “I’ve taken commitment that I’ll try to see all sentient beings my parents; I would be kind to them like a mother.”

Samaya is something important and something you don’t know much. I’m practicing compassion but I want to be angry. That’s not ok. When you are upset with somebody, you are angry with somebody you have broken samaya - samaya of bodhicitta, compassion.

*“The teaching of Patrul Rinpoche
is very direct and clear.”*

Here is “Words of My Perfect Teacher” by Patrul Rinpoche. He’s a very good teacher that teaches you

Đây là cuốn “Lời Vàng của Thầy Tôi” của Ngài Patrul Rinpoche. Ngài là bậc đạo sư dạy bạn cách nuôi dưỡng tâm bồ đề, tâm từ, tâm bi, cách nhìn nhận đúng đắn về mọi sự vật hiện tượng và mọi người xung quanh. Chúng ta nên dành thời gian đọc cuốn sách này. Nó sẽ cho bạn những bài học rất bổ ích. Bạn sẽ thấy rất rõ ràng bạn ích kỷ ra sao, bạn sân hận tới mức nào. Khi đọc cuốn sách này bạn sẽ thấy điều đó rất dễ dàng.

Tác giả của cuốn sách này, Ngài Patrul Rinpoche, là một hành giả nổi tiếng. Ngài được mọi truyền thống của Phật giáo Tây Tạng thừa nhận. Thậm chí các bậc thầy vĩ đại đều một lòng tán thán rằng Ngài là một đại hành giả như Milarepa. Đức Đạt Lai Lạt Ma thường nhắc tới Ngài. Giáo huấn của Patrul Rinpoche rất thẳng thắn, rõ ràng, minh bạch. Ngài dùng từ ngữ rất giản dị để những người dân thường hiểu được. Thầy không biết bản dịch Việt ngữ ra sao nhưng trong bản tiếng Tạng thì lời dạy của Ngài rất giản dị, rõ ràng, trong sáng. Một phong cách dạy rất giản dị.

Patrul Rinpoche không giàu có và không nổi tiếng nhờ có nhiều đệ tử. Nhưng Ngài nổi tiếng vì phong cách [riêng] khác mọi người. Ngài rất thẳng thắn và khiêm tốn.

how to develop bodhicitta, compassion, kindness, how to see things correctly, how to see other people. People should have some time, put some efforts to read this book. It will give you very good lesson. You'll see very clearly how selfish we are, how angry we are. You can see that very easily reading this book.

The author of this book, Patrul Rinpoche, was a very famous Dharma practitioner. He was accepted by all Tibetan traditions. Even great masters agree that he was a great Dharma practitioner like Milarepa. H H Dalai Lama mentions Patrul Rinpoche many times. The teaching of Patrul Rinpoche is very direct and clear. He uses very simple vocabulary so that ordinary people can understand. I don't know what about the Vietnamese translation but in Tibetan language it is a very clear and simple teaching; very simple way of teaching.

Patrul Rinpoche was not rich or famous for having many disciples. But He is famous for His style which is different from that of other people. He's direct and humble. He criticized all lamas who were arrogant. This is His picture. There is a question to this picture. Many people whether this picture is Patrul Rinpoche or not. It's

Ngài phê phán tất cả những vị lạt ma cao ngạo. Đây là bức hình của Ngài. Nhiều người đặt câu hỏi liệu đây có phải là Patrul Rinpoche không. Bởi vì, vị lạt ma này mặc đồ rất đẹp nên họ cho rằng đó không phải là Ngài. Ngài thường trông như một hành khất.

Thầy đã nói về Patrul Rinpoche. Người tu, thuộc truyền thống hay dòng truyền thừa nào đi nữa, đều có thể lợi lạc rất nhiều nhờ đọc cuốn “Lời Vàng của Thầy Tôi.” Cuốn sách này dạy cách chân tu Pháp Phật, cách tu hạnh xả li, trường dưỡng tâm bi và tâm bồ đề, cách hiểu về giới, hiểu cuộc đời, cách đối nhân xử thế và giải quyết các vấn đề trong cuộc sống của bạn. Có rất nhiều trí tuệ, tri thức và hiểu biết trong cuốn sách. Đây là một cuốn sách lớn cần phải đọc.

Như thầy đã nói ở trên, Patrul Rinpoche rất nổi tiếng. Tất cả các truyền thống, dòng phái ở Tây Tạng đều công nhận Ngài là một đạo sư vĩ đại, một con người vĩ đại, chân thật và trung thực. Ngài không những là một vị lạt ma lớn, mà, mọi người đều nhận thấy, Ngài là [một lạt ma] rất khiêm hạ và rất trung thực. Ngài có rất ít tham luyến thế tục và đã hiến dâng trọn vẹn cuộc đời mình cho Pháp. Mọi truyền thống Phật giáo Tây Tạng đều thừa

because this lama wears something very nice. So, they say this is not Him as He used to look like a beggar.

I've talked about Patrul Rinpoche. People who want to practice Dharma, no matter what tradition you are from, what your lineage is, can benefit a lot if you read the book "*The words of my perfect Teacher*". It teaches you how to practice real Dharma, how to establish renunciation, how to develop compassion and bodhicitta, how to understand samsaya, understand your life, how to deal with issues and problems in your life. There is a lot of wisdom, intelligence and understanding in this book. It's a great book to read.

As I mentioned earlier Patrul Rinpoche was very popular. All Tibetan schools and traditions accept that He was a great master, a great, genuine and honest person. He was not only a great Lama but, they accept, also a very humble and very honest. He had very little attachment to this life. His life was fully dedicated to Dharma. All traditions of Tibetan Buddhism accept He is as great as Milarepa. The Great Treasure Revealer Jamyang Khyentse Wangpo, who is one of the most important

nhận Ngài vĩ đại như Milarepa. Khai Mật Tạng Vương vĩ đại Jamyang Khyentse Wangpo, một trong những Khai Mật Tạng Vương quan trọng nhất của Tây Tạng, một bậc chứng ngộ rất cao trong lịch sử Tây Tạng, đã viết lời cầu nguyện cho Patrul Rinpoche. Ngài viết một bài nguyện dài rất hay rồi bảo người đệ tử chịu trách nhiệm xuất bản chỉ được đưa lời nguyện này cho Patrul Rinpoche xem sau khi việc xuất bản đã hoàn tất, nếu không Patrul Rinpoche sẽ hủy nó đi. Người đệ tử không làm được đúng lời thầy dạy. Patrul Rinpoche đã biết được việc này và Ngài ném lời nguyện vào lửa.

Thế nhưng người đệ tử đã thuộc lòng lời nguyện nên vẫn cứu được bản văn. Ở cấp ngoại, Patrul Rinpoche là hóa thân của tổ Tịch Thiên (Shantideva), ở cấp nội Ngài là hóa thân của Đại thành tựu giả Ấn Độ Saraha. Ở cấp mật, Ngài là hóa thân của Quán Thế Âm. Patrul Rinpoche là một Tôn thánh vĩ đại và là một hóa thân rất đặc biệt.

Treasure Revealer in Tibet, a very high realized being in history of Tibet, composed a prayer for Patrul Rinpoche. He wrote a very nice, beautiful and long prayer and said to one of His disciples who was in charge of publishing this prayer that he could show the text to Patrul Rinpoche only after he had finished the publishing. Otherwise He would destroy it. The disciple was not able to do as instructed. Patrul Rinpoche learned about that and threw the prayer into the fire.

But the disciple had already learned the text by heart and managed to save it. Patrul Rinpoche is externally emanation of Shantideva, internally emanation of the Great Mahasiddha of India Saraha. Secretly, He is emanation of Avalokiteshvara. Patrul Rinpoche is a great high being and very special emanation.

"Coi là một kẻ bị đại dương dạy sống của vô thường
ném tung lên bờ với hai bàn tay trắng, là một
hành khất không chút bận tâm tới việc làm giàu."



BARDO

*“... tu là cách chuẩn bị cho
một nơi chốn tốt đẹp hơn sau khi chết.”*



Hỏi: Con người đi về đâu sau khi chết? Xin Thầy dạy chúng con về nội dung của sách Tử thư.

Trả lời: Thầy nghĩ rằng ta đi về đâu sau khi chết phụ thuộc vào việc ta muốn đi về đâu. Nếu chúng ta muốn tới một nơi tốt hơn thì ta phải chuẩn bị. Đối với những người tu thì tu là cách chuẩn bị cho một nơi chốn tốt đẹp hơn sau khi chết. Đó là ý nghĩa chung của việc thực hành Pháp. Trong truyền thống Phật giáo có giáo huấn về nơi nên tới và nơi nên tránh. Giáo lý Phật đà chỉ dạy rất rõ ràng về nơi nào nên tới và nơi nào không nên.

Theo giáo lý Trung âm (Bardo) có 6, hoặc 3, hoặc

BARDO

*“... doing Dharma practice is a good preparation
for a better place after this life.”*



*Question: Where are we going after death? Could
You please talk about the Tibetan Book of the Dead.*

Answer: I think where we go after death depends on where we want to go. If we want to go to a better place we have to prepare. For Dharma practitioner doing Dharma practice is a good preparation for a better place after this life. That is the general meaning of Dharma practice. In our Buddhist tradition there is teaching about what place is better to go and what place to avoid. So, Buddha's teaching gives good instructions, direction about where to go and where not to go.

In the Teachings on bardo there are six bardos,

4 trạng thái trung âm. Giai đoạn giữa kiếp này và kiếp sau là một trung âm. Nói chung, “bardo” là một thứ gì đó nằm giữa hai thứ khác. Giác mộng cũng là một bardo khác (*bardo giác mộng*). Khi chúng ta thiền định, tâm buộc vào một đối tượng, thì đây cũng là một bardo (*bardo thiền định*). Khi chúng ta bệnh và bệnh tật lấy đi mạng sống, thì từ lúc đó cho tới khi hơi thở [bên trong] dừng bật gọi là bardo cái chết. Để hiểu được bardo thật rõ ràng cần phải hành trì miên mật. Hàng ngày chúng ta phải nghĩ rằng tất cả trên đời này đều là mộng. Mọi thứ là mộng huyễn và ta đang sống trong giấc mộng.

Mặc dù ta đang còn thức nhưng vẫn phải nhớ rằng tất cả mọi sắc tướng chỉ là huyễn mộng. Đó là một cách để hiểu về bardo. Vì chấp chặt vào hình tướng của thế gian nên ta không thể nào nhận ra được bản chất huyễn ảo của bardo. Vì vậy, quán chiếu bản chất huyễn của vạn pháp trong thế gian chính là cách để ta hiểu bardo. Có một cách khác nữa: hãy giảm bớt tâm nhị nguyên phân biệt và tham luyến. Cách này đơn giản, hữu hiệu giúp ta chuẩn bị đối mặt với cái chết, với bardo.

Giáo lý bardo là một đề tài rộng lớn, đòi hỏi tốn nhiều thời gian để truyền dạy. Để hiểu giáo lý này người tu phải có một số hiểu biết căn bản, phải hội đủ duyên, phải có sự

maybe 3 or 4 ones. [The time] between this life and the next life is a bardo. In general, “bardo” is whatever is between some other things. Dream is another bardo (dream bardo). When we meditate focusing on some object this is another bardo (meditation bardo). When we are sick and the disease takes away our life; from that moment until the breath stops this is bardo of death moment. To understand bardo well takes a lot of practice. In daily life you should think everything in this life is like a dream, everything is illusion and we are living in a dream.

Even though we are awake now but we still think all the visions, the appearances are like a dream. This is a way of understanding bardo. It’s because if we have strong attachment to appearances of this life there is no way to recognize illusions in the Bardo. Therefore, a method to understand the Bardo is to think everything [in this life] is a dream. This is how to train your mind to understand Bardo well. Another way is to reduce dualistic thoughts, attachment, grasping in your mind. This is a simple and practical way to deal with Bardo [state].

Teaching on bardo is a very great subject and takes a lot of time to teach. To understand that teaching one has to have some basis, some condition and preparation

chuẩn bị, như pháp ngondro chẳng hạn. Pháp tu ngondro chuẩn bị cho giáo lý Đại Viên Mãn (Dzogpa Chenpo). Để hiểu được chân nghĩa của bardo, bản chất của bardo người tu cần hiểu chân tánh của tâm. Tất cả mọi thứ trong giáo lý [bardo] đều nhắc tới sự hóa hiện của tâm. Giáo lý này dựa trên nền tảng của Dzogchen, vì vậy để thọ nhận được giáo lý này ta phải qua giai đoạn tu dự bị.

Hiện nay thầy thường dạy giáo lý Sáu bardo tại tu viện vào mùa đông, trong vòng ba tháng hoặc 100 ngày. Đây là một giáo lý thậm thâm vi diệu, hoàn chỉnh, rất thực dụng, rất đẹp, hỉ lạc và mạnh mẽ. Nếu ai đó muốn học thì phải chuẩn bị. Khi đã hội đủ các yếu tố duyên nghiệp thì sẽ có cơ duyên thọ nhận giáo lý này.

Năm trong sáu bardo là thuộc về cuộc đời này. Giáo lý về bardo thứ năm - bardo quang minh, bardo Pháp tánh - chủ yếu nói về chân tánh của tâm. Nếu một người công phu hành trì các pháp tu về tánh và các pháp tu Kim cang Thừa khác, thì có nhiều khả năng đạt được giải thoát trong bardo Pháp tánh ngay sau khi chết. Việc này đòi hỏi phải có nhiều nỗ lực và nhiều chứng nghiệm. Vì vậy, phải công phu hành trì rất nhiều.

Hỏi: Đối với người sơ cơ như chúng con làm thế nào để bố trí thời gian hợp lý giữa trì chú và ngồi thiền.

like preliminary practices. That teaching is related to Dzopa Chenpo teaching. To understand real meaning, real nature of bardo one must understand the nature of mind. Everything in the teaching mentions emanations of mind. That teaching is based on the teaching of Dzogpa Chenpo Therefore, to receive that teaching one has to go through preliminary practices.

I, for example, teach six bardos in my monastery in the winter. I give that teaching for three months or sometimes 100 days. It's a very long, profound, complete, very beautiful, practical, blissful and powerful. So, if anyone wants to know and to practice they should prepare for that. When the karmic conditions get together then there will be chance to receive that teaching.

Five of the six bardos belong to this life. [The teaching on] the fifth bardo – the bardo of luminosity, bardo of Dharmata – is mainly about the nature of mind. So, if one takes a lot of practice on nature of mind or other Vajra practice then there is high chance for him to reach liberation in the bardo of Dharmata right after the moment of death. So, it takes a lot of experience, a lot of efforts to be able to do that. Therefore, one must have a lot of practice.

Question: How should we, beginners, divide time between mantra reciting and meditation?

Trả lời: Trong cuộc đời người tu đạo bất cứ thời khắc nào cũng là tu. Tuy nhiên, trong xã hội như xã hội ngày nay, bận rộn thế này thì thật khó dành phần lớn thời gian cho việc hành trì. Nhưng chúng ta [vẫn] phải cố gắng để dành một phần thời gian cho việc tu. Sáng sớm, hãy thức dậy trong chánh niệm, hãy nghĩ về ý nghĩa cuộc đời và bản chất vô thường của nó. Để làm tươi mát tâm mình hãy nghĩ về vô thường.

Hãy nghĩ rằng vì vô thường nên ta không có nhiều thời gian để làm được một cái gì đó cho bản thân. Vì vậy, ta muốn làm cái gì có ích, có ý nghĩa - đó chính là thực hành pháp. Tóm lại, cái đầu tiên phải nghĩ tới [khi thức giấc] là lý vô thường.

Quán chiếu vô thường rất quan trọng. Ta phải tu vì ta có rất nhiều ác nghiệp, nếu không khi chết ta sẽ đọa cõi ác. Ta muốn thành một người tốt hơn, muốn có nhiều tự do hơn. Tóm lại, quán vô thường là một pháp tu tâm tuyệt vời mà ta phải thực hành bất cứ lúc nào có dịp. Nếu bạn có nghi quỹ ngondro thì hãy dùng nghi quỹ. Các bạn đã biết phải thực hành như thế nào, ví dụ như phần Quy y hoặc Bồ đề tâm. Điều này có ghi trong nghi quỹ và bạn phải làm theo. Khi hành trì hãy cố gắng suy nghĩ về ý nghĩa [lời văn trong nghi quỹ] và ghi nhớ chúng.

Answer: Life of a Dharma practitioner at whatever time is practice. But in this kind of society, in busy life it is difficult to use most of our time to practice Dharma. So, we take part time to practice Dharma. In the morning if one gets up early then wake up with understanding and remembering the meaning of life and impermanence of life.

To refresh your mind think of impermanence. Think because everything is impermanent so I don't have much time to do something for myself. So, I want to do useful things, meaningful things, which is Dharma practice. So, the first thing to remember is impermanence.

Remember impermanence is very important. I have to practice Dharma because I have a lot of negative karmas so if I do otherwise then when death comes I'll go to low realms, to bad places. I want to be a better [person], to have more freedom. So, reflection on impermanence is great practice and we do whenever we can. If you have a ngondro text then use it. You know how to begin, for example, the taking refuge part or developing bodhicitta part. This is written in the text and you follow it. Try to think of and remember the meaning while doing practice.

PHÁP A DI ĐÀ VÀ GURU YOGA

*“Luôn trụ trong trí tuệ, trong tâm của Guru
là cốt tủy của thực hành Kim Cang Thừa.”*



Hỏi: Tu pháp A Di Đà theo Kim Cang Thừa có nghi quỹ hướng dẫn không? Và có cần bộ sách ngondro đi kèm không ạ?

Trả lời: Có nhiều nghi quỹ A Di Đà của các dòng phái khác nhau. Có một số nghi quỹ phục diễn của Lama Sang. Pháp quán tưởng thuộc về truyền thống Kim Cương Thừa. Nói chung, ngondro hay Đạo sư Du già rất quan trọng đối với người tu, đặc biệt là người tu Mật. Kim Cang Thừa đòi hỏi [hành giả] phải thường xuyên tu pháp Bôn sư du già. Luôn trụ trong trí tuệ, trong tâm của Bôn sư là cốt tủy của thực hành Kim Cang Thừa. Vì vậy tu Bôn sư Du già là rất quan trọng.

AMITABHA PRACTICE AND GURU YOGA

*“Being in the wisdom, the mind of Guru
is essential in doing Vajra practice.”*



Question: Do we have sadhanas for the practice of Amitabha? Do we need to use ngondro text for this practice?

Answer: There are many sadhanas of Amitabha in different traditions. There are a few sadhanas in Lama Sang's Treasures. Visualization belongs to Vajra Yana tradition. Generally speaking ngondro or Guru Yoga is a very important part for Dharma practitioners especially for Vajra Yana practitioners. Vajra Yana requires the practice of Guru Yoga all the time. Being in the wisdom, the mind of Guru is essential in doing Vajra practice. So, Guru Yoga is very very very important.

Nhiều hành giả, như Ngài Patrul Rinpoche chẳng hạn, tu Bồn sư Du già hàng ngày. Thỉnh thoảng Ngài tu pháp A Di Đà, pháp Văn Thù hoặc tu các Bồn tôn khác; nhưng trước khi tu các pháp đó Ngài bắt đầu bằng Bồn sư Du già. Tóm lại, Bồn sư Du già là pháp tu hàng ngày của người tu Kim cang Thừa, cho mọi thời kỳ và mọi truyền thống. Không phải chỉ ở Tây Tạng, mà đối với các bậc thầy [ở các nơi] khác, như các thành tựu giả Ấn Độ Tilopa, Naropa v.v. chẳng hạn, đây cũng là truyền thống của họ. Và các Ngài dạy chúng ta cách tu. Các Ngài ban giáo huấn và cho chúng ta thấy truyền thống của các Ngài. Vì vậy, điều này quan trọng không những chỉ với Tây Tạng mà còn cả với Ấn Độ nữa.

Hỏi: Xin Thầy cho chúng con biết chú A Di Đà là gì. Xin Ngài cho chúng con biết trì chú thể nào để đạt hiệu quả?

Trả lời: Nếu người tu cố gắng làm được việc đó, bốn nhân duyên vắng sanh, và quán tưởng đức A Di Đà cùng cõi Tịnh độ, rồi trước hình ảnh quán tưởng thực hành tích tập, tịnh hóa, phát Bồ đề tâm, phát nguyện vắng sanh Tịnh độ thật mãnh liệt thì bốn nhân duyên sẽ giúp cho người đó thành tựu. Phải tụng chú thể nào? Các bạn tụng “A Di

Practitioners like Patrul Rinpoche for example – He practiced Guru Yoga every day. Sometimes He practiced Amitabha, Manjushri or other Yidam but before doing that practice He started with Guru Yoga. So, Guru Yoga is daily practice for Vajrayana practitioner all the time and for all traditions. Not only in Tibetan tradition but also for those masters, like Mahasiddhas of India such as Tilopa and Naropa, this is also their tradition. They taught us how to do things. They gave us their teachings and showed us their tradition. So, this is important not only in Tibet but in India as well.

Question: Could You please let us know what Amitabha's mantra is? Can You teach us how to practice so, that mantra recitation could be effective?

Answer: If one tries to does that, the 4 conditions, and to think of Amitabha and the Pure Land and in front of that does accumulation, purification, develop bodhicitta and a lot of aspiration to achieve that [goal] then those 4 conditions will make his/her Amitabha practice very successful.

How do you do mantra recitation? You say the name of Amitabha: “A Zi Da Fat” (*laughing*). You are

Đà Phật”. Khi các bạn tụng hồng danh A Di Đà là các bạn đang gọi Ngài. Tại sao chúng ta gọi tên Ngài nhiều lần? Là để tạo kết nối bền chặt với Ngài. “Con kêu tên Ngài, xin hãy nghĩ đến con, gia hộ cho con, ban cho con sức mạnh.” Đây là ý nghĩa của việc tụng hồng danh đức A Di Đà nhiều lần. Người Trung Quốc tụng: “Nam mô A Mi Ta Phật”.

“Nam mô” có nghĩa là bạn tỏ lòng tôn kính, bạn đánh lễ Ngài. Tại sao ta gọi tên Ngài với tâm thành kính? Vì bạn có tâm chí tín thành với Đức A Di Đà nên bạn nhắc gọi tên Ngài không ngừng nghỉ. Tâm thành kính đem lại cái gì? Chỉ có tâm chí thành chí tín mới đem bạn lại gần với đức A Di Đà và đem Ngài gần với bạn một cách rất đặc biệt. “Nam mô” thể hiện lòng sùng mộ, thành kính - là điều rất quan trọng. Vì vậy, nếu chỉ tụng hồng danh thôi không đủ. Còn nếu tụng hồng danh với lòng tôn kính, với tâm chí thành, với đức tin thì điều này mới thực sự tạo nên khác biệt lớn. Điều này sẽ đem cho ta nhiều lực hộ trì, khiến lời cầu nguyện thành tựu.

Chữ “A Di Đà” có ý nghĩa gì? “A Di Đà” có nghĩa là “quang” (ánh sáng), là “chói sáng”. Tất nhiên cũng có nhiều thứ ánh sáng. Và đôi khi chẳng có nhiều ánh sáng cho

calling Amitabha while repeating His name. Why do we repeatedly calling His name? The reason is we are making very close connection with Amitabha. I call You, You pay attention to me, help me, give me blessing and give me power. This is the meaning of repeating Amitabha's name. In Chinese people say: "Namo A Mi Ta Fo."

"Namo" means you pay respect, you do prostration to Amitabha. Why do we respectfully call Amitabha? It's because you have strong devotion to Amitabha so you are calling repeatedly to Him. What does that devotion bring? Only that devotion [can] bring you to Amitabha very closely and Amitabha to you in a very special way. "Namo" represents devotion, respect in mind, which is very important. So just saying the name is not enough. But saying the name respectfully, saying with devotion, with faith and this make a big difference. It brings a lot of blessing. That makes prayer very successful.

What is the meaning of "Amitabha"? What does that mean – the name of the Buddha? "Amitabha" means "light", "brightness" (Of course there are many [kinds of] lights. There's sometimes very little light (*laughing*)).

lắm (*cuời*). Ánh sáng của Phật A Di Đà nhiều vô tận. Nó giống như ánh mặt trời hay ánh đèn điện chẳng? Không. Đây là ánh sáng của Đại Tuệ, Đại Lực, Đại Hạnh, Đại Bi, Đại Giác, Đại Phẩm. Đây là vô lượng vô biên quang minh của đức A Di Đà.

Hỏi: Xin Thầy cho con biết cõi Tịnh độ có nơi nào đó hay không? Hay là chỉ trong tâm thức, quán tưởng?

Trả lời: Cõi Tịnh độ A Di Đà không tồn tại trong Thế giới này. Tuy nhiên, nó tồn tại, không chỉ trong tâm mà trên thực tế. Nó là một nơi rất khác biệt. Trong lời nguyện vãng sanh Tịnh độ của Ngài Karma Chagme và trong kinh A Di Đà nói rằng cõi Tịnh độ A Di Đà nằm phía Tây, cách rất xa nơi chúng ta - hàng muôn ức thế giới. Sau khi vượt qua hàng muôn ức thế giới bạn sẽ tới được cõi Cực Lạc. Nhưng tới đó bạn không đi bằng thân xác vật lý mà đi bằng tâm. Không đi bằng máy bay hay xe máy. Cuộc hành trình tới đó rất ngắn và nhanh.

Amitabha's light is countless, immeasurable. Is it regular light like the sun or the bulb? No. It is measureless light of Wisdom, Power, Activity, Compassion, Bodhicitta and Quality. This is boundless, countless light of Amitabha.

Question: Could you let us know if Shukhavati Land exists somewhere or it just exists in our mind, in visualization?

Answer: Amitabha's Land does not exist in this Universe. It exists, however, not only in mind but does exist in reality. It's in a different place. In the prayer of Shukhavati by Karma Chagme or in Shukhavati Sutra it is said that the Pure Land of Amitabha is very far from here to the West – countless worlds. After you pass countless universes you reach to Dewachen. But to go there we travel mentally, not physically. We do not take airplane, car or motorbike. The travel there is very short, very quick.

GURU

*“Để làm Guru ai đó không phải dễ dàng.
Để làm đệ tử ai đó cũng không hề dễ dàng chút nào.”*



Hỏi: Xin Thầy cho con biết làm sao xác định được vị thầy nào là Căn bản Thượng sư của mình?

Trả lời: Kết nối nghiệp quyết định ai là Guru của bạn. Kết nối nghiệp rất quan trọng. Nói chung, có rất nhiều yêu cầu về một vị Kim cang Thượng sư. Một vị đạo sư phải có nhiều phẩm hạnh. Người đó phải đạt những tiêu chuẩn được mô tả trong kinh sách. Nếu muốn tìm bậc chân sư hãy khảo sát các phẩm hạnh nơi người thầy. Xem người đó có thông tuệ giáo lý không, có từ bi và trung thực hay không. Người đó đối nhân xử thế có đúng Pháp không,

GURU

*“To be somebody’s Guru is not easy.
To be somebody’s disciple is not easy either.”*



Question: How can we decide what master is our Guru?

Answer: I think karmic connection makes a master one’s Guru. Karmic connection is very important. Generally speaking, there are many requirements for a master. A master has to have a lot of qualities. He has to be qualified, which is mentioned in different texts. If you want to search for a master, search for his qualities; if the master is knowledgeable of Dharma, compassionate, kind and honest; if he acts according to Dharma. Or does

hay luôn việc trái. Chúng ta cần phải biết nhiều điều khác nhau có liên quan tới vị thầy đó.

Ở Trung Quốc và Việt Nam người ta lại làm rất khác. Mọi người ở đây không có điều kiện để khảo sát đạo sư. Họ thọ giáo lý và quán đảnh trước rồi sau đó mới phán xét [vị thầy]. Như vậy quá muộn. Cách đó khiến ta mắc lầm lỗi. Như vậy không tốt. Vì thế, trước khi thiết lập kết nối Pháp người tu phải khảo sát, phải biết rõ về vị thầy. Rồi sau đó mọi thứ [mới] bắt đầu. Làm sao ta nhận biết ai là Guru của mình? Một khi đã thiết lập kết nối Pháp thì đương nhiên đó là Guru của bạn. Đó là một việc. Nếu người đó có đủ phẩm chất, có lòng bi mẫn, thông tuệ giáo lý, hành động và xử sự đúng Pháp thì bạn có thể nhận làm Bổn sư của mình.

Thế nhưng ở đây mọi việc lại khác. Ở Trung Quốc hay ở Mỹ cũng vậy. Có người thọ nhận nhiều giáo lý từ một vị thầy, rồi sau đó lại nói: “Ồ, tôi không thích ông thầy này.” Nói như vậy không được, bởi bạn đã nhận nhiều giáo lý từ ông thầy đó. Nếu muốn nói như vậy thì phải nói trước khi có kết nối Pháp. Như vậy bạn không phạm giới. Còn nếu nói sau đó thì việc ấy không tốt cho bạn. Đó gọi là “phạm giới”.

he do something very bad all the time. We have to know different things related to the master. In the Buddhist traditions in China and Vietnam the ways people do are very different. The people here do not have means to really investigate the master. They receive teaching and empowerments first and then make judgments. That is too late. That is a way of making mistakes. That is not good. So before making Dharma connection one should investigate and should know about the master well and then go from there. How do we know that one is our Guru? Once you have established Dharma connection then of course that is your Guru. This is one thing. If the master is qualified, compassionate, and knowledgeable of Dharma and he acts according to Dharma then it is ok to take as your Guru.

But here it's very different. In China and the US also, some people having received lots of teaching from a master and then say: "Oh, I don't like this master." It's not ok to say things like that because you have already received lots of teaching from him. So, if you want to say that you have to say that before you make Dharma connection. Then that makes you pure. If you say that afterward that makes you bad. That's called breaking samaya.

Chữ “Guru” rất nặng. “Guru” có nghĩa là một ai đó cao hơn tất cả mọi người khác. Cái gì làm cho Guru cao hơn hết thảy mọi thứ? Kiến thức, trí tuệ và từ bi của Guru khiến Ngài cao hơn hết thảy. Để làm Guru ai đó không dễ dàng. Để làm đệ tử ai đó cũng không hề dễ dàng chút nào. Vì để làm một đệ tử, làm một người tu, thì phải có đủ các phẩm chất: trung thực, hiểu biết, thông tuệ, siêng năng v.v. Những phẩm chất này làm nên người đệ tử đích thực.

Không có những phẩm chất này, không có hiểu biết để biết phân biệt giữa tốt và xấu, thì người ta có thể nhảy ào vô những chuyện ngu xuẩn. Đó không phải là đệ tử tốt. Khi một kẻ đã không trung thực, thì cho dù có thấy những phẩm chất tốt ở người thầy đi nữa, kẻ đó cũng không nói đúng sự thật. Họ sẽ nói những điều hoàn toàn trái với sự thật, chỉ chê bai và thêm thắt. Đó là cung cách dối trá. Đó là một học trò rất xấu. Vì vậy, để làm một đệ tử cũng cần phải có một số phẩm chất.

The word “Guru” is very heavy. “Guru” means somebody higher than anyone else. What makes a Guru special? The knowledge, the wisdom, and the compassion of the Guru make him higher than anything else. To be somebody’s Guru is not easy. To be somebody’s disciple is not easy either. It’s because to be a disciple, a practitioner of Dharma one has to have many conditions: honesty, understanding, knowledgeable, hard work ... These things make one a real disciple.

Without all these [qualities] and having no knowledge to distinguish between good and bad one jumps doing things in a stupid way. That is not a good disciple. And if somebody is dishonest - he/she sees some qualities of Guru but doesn’t tell the truth. He/she tells something [totally] different criticizing and putting in more things this is not an honest way. This is a very bad disciple. So, to be a disciple one has to have some qualities as well.

THẾ GIỚI NGÀY NAY

*“Ta phải luôn kiểm soát tâm và tự nhắc mình
‘Như vậy đủ rồi, nếu không thì sẽ quá’.”*



Hỏi: Hiện nay luyến ái và sex tràn lan khắp mọi nơi. Mọi phương tiện đều được dùng cho việc này. Làm sao bảo vệ được tâm?

Trả lời: Đạo Phật dạy nhiều cách chuyển hóa tâm. Tâm con người thường điên đảo, tán loạn. Nó luôn dính vào cảnh trần, đắm vào dục lạc. Phật dạy phải “thiểu dục tri túc” - một việc rất quan trọng. Đắm trong tham, con người đánh mất những phẩm chất đẹp trong tâm. Ta phải luôn kiểm soát tâm và tự nhắc mình: “Như vậy đủ rồi, nếu không thì sẽ quá”. Đó là cách để chế ngự tham. Cần phải

TODAY WORLD

“We have to check with our mind all the time. And to say to ourselves: ‘This is enough, otherwise it’s too much’.”



Question: Nowadays images of sex are advertised everywhere and all means of communication are used for this. How can we protect our minds.

Answer: Buddhism has methods to tame one’s mind. It’s because people have very wild mind and distracted mind that is attached to many things and that has a lot of desire. Buddhism teaches us how to reduce desires. It teaches people to have contentment, satisfaction, which is very important. People lose qualities of their mind having too much desire. We have to check with our mind all the time. And to say to ourselves: “This is enough, otherwise it’s too much.” So that’s how we should put

biết sức mạnh của tham luyến, dính mắc. Để tâm tự tung tự tác thì nó sẽ làm tới mãi, không biết chỗ dừng. Biết dừng lại, ta sẽ chế ngự được nó. Ở chừng mực nào đó, nếu thực sự muốn thì ta sẽ làm chủ được tâm.

Vì vậy, làm việc với tâm là một cách giảm tham dục. Quá nhiều tham muốn gây nên chướng ngại trong cuộc sống của ta. Nếu không muốn mắc phải chướng ngại thì phải tri túc, phải biết kiểm soát tâm.

Vì còn dịp trao đổi về chủ đề này, và bây giờ không đủ thời gian nên tạm dừng ở đây. Có một điều cần nhấn mạnh: ngày nay trên thế giới nhiều học giả thừa nhận rằng Đạo Phật không chỉ là một tôn giáo. Đạo Phật là một nền giáo dục vĩ đại. Điều đó được nhiều người công nhận. Nghiên cứu Phật giáo là một cách học tuyệt vời. Nó giúp ta thành một người tốt, trung thực, nhu hòa, từ ái và bi mẫn – một điều rất quan trọng và rất cần thiết. Trong thế giới hiện đại này - một thời buổi rất dữ dằn - thiếu một nền giáo dục như vậy con người có thể làm những điều đồi bại tới mức vượt ngoài sức tưởng tượng. Nghiên cứu Phật giáo là một việc rất bổ ích, có ý nghĩa cho cuộc đời và cho mọi người.

(hết bài giảng ngày 12.10.2012)

limit to our desires. We have to know the power of desire, attachment. If we let it go then it will go [further] endlessly. If we stop here then we'll be able to put limit because we somehow can control our mind if we really want to. So, I think to work with mind is a way to reduce desire and attachment. Having too much desire creates obstacles to one's life. If we do not really want to have that kind of obstacles we have to put limit and control our mind.

Since we have chance to talk about this in the few following days and since we have no time to listen, to talk, to make questions that is enough for today. We can stop here. And the last thing [to talk] is nowadays in the world many scholars agree that Buddhism is not only as a religion but it's a great education. Buddhism is a great education. It is accepted by many scholars and people. Studying Buddhism is a great way of learning that makes one a good person, an honest, peaceful, compassionate and kind person, which is something very good and necessary. In this modern time, very tough time without having this kind of education people can do such bad things that are beyond our understanding. To study Buddhism is very meaningful and useful for life and people.

(This is the end of the teaching on 12th Oct. 2012)

“Các tu viện Phật giáo chắc chắn phải là
nơi duy trì ngọn lửa của cả pháp học (pháp lý thuyết)
và pháp hành (pháp tu chứng)”



(ngày 13.10.2012)

PHÁP

*“Bởi vì Pháp tốt cho tôi
nên Pháp sẽ tốt cho các bạn.”*



Nhiều người trong các bạn có lòng tin mạnh mẽ vào Phật Pháp (Dharma). Vì các bạn có lòng tin ấy mà ta gặp nhau. Ta nói “nghiệp”, tất cả mọi thứ đều do nghiệp mà thành. Chúng tôi những người tu Tây Tạng tới đây để giúp những người tu Việt Nam. Chúng ta gặp gỡ nhờ kết nối nghiệp và đây là điều thật tốt lành. Vì kết nối nghiệp này mà tôi sẽ giúp được các bạn. Nhiều người trong số các bạn, nhất là những người tham gia tổ chức đã đóng góp tiền của, thời gian v.v. Việc này chúng ta ghi nhớ và bản thân tôi cũng rất trân quý.

(Talk on 13.10.12)

DHARMA

*“it’s because it works for me
I think it will work for you.”*



Many of you have strong faith in Dharma. You have belief in Buddha’s Dharma. That is the reason we are here. We say “karmas”. Everything is created by karmas. We are from Tibet – Tibetan Buddhist people - and are here, in this country, for [helping] Vietnamese Buddhists. We get together in this place due to karmic connections. So that is good. Because of this karmic connection I’ll be helpful to you. Many of you, especially the organizers, have put a lot of efforts, used a lot of energy and time to make this event happen. That is something we should remember. I also appreciate that.

Các bạn biết rằng Tây Tạng đã trải qua những thời kỳ gian khó. Nhưng Pháp Phật vẫn còn và vẫn còn nhiều chân đạo sư. Phật giáo Tây Tạng vẫn còn, đầy đủ trọn vẹn và giàu có. Vì vậy, đạo Phật Tây Tạng được truyền khắp thế giới, và nhiều người đang nỗ lực tu học theo truyền thống này. Nhờ vậy, tôi có dịp tới nhiều nơi, truyền dạy Pháp Phật, gặp gỡ mọi người, đàm đạo giáo lý và chia sẻ những quan điểm khác nhau với họ. Đó là một điều rất tốt.

Là một người tu đạo từ khi sinh ra đời, nên cả đời tôi được tắm trong [ánh sáng] của Phật giáo. Truyền thống này gần gũi với tôi, nên tôi thấy được lợi lạc của nó, của việc tu đạo. Tôi có thể nói rằng: “Tôi là người tu. Và việc ấy cho tôi nhiều lợi lạc.”

(Có nhiều đạo hữu muốn nghe kể đôi lời về Rinpoche)

*“Chúng ta không nói gì ngoài Pháp.
Điều này rất quan trọng.”*

Người tu Pháp nói Pháp - một việc mà đối với người đó là rất đặc biệt. Chúng ta không nói gì ngoài Pháp. Điều

All of you know that Tibet has had some difficult times. But still there is a lot of Dharma, a lot of genuine masters. Buddhism in Tibet is still very complete and rich. Therefore, Tibetan Buddhism is actually going around the world. Many people try to learn this tradition as well. So I have chances to go to places to teach Buddha's Dharma and chances to meet different people to talk about some ideas of Buddhism with people and to share different ideas with people. This is something very good.

I have been a Buddhist person since I was born. So, Buddhism pervades my life; I'm familiar with this tradition. So, I can feel, I can see the benefit of that religion, being a religious person, practicing that religion. I can say to me "I'm a Buddhist person". There is a lot of benefit to me to be so.

(Some people want to know about Rinpoche's life)

*"We do not talk about anything but Dharma.
It is very important."*

A Dharma person talks about Dharma, which is something for him or her very special. We do not talk about anything but Dharma. It is very important; and it is very

này rất quan trọng. Và điều này quan trọng đối với cả tôi nữa. Việc nói Pháp thể hiện sự hiểu biết và kinh nghiệm của người đó. Vì vậy tôi nghĩ rằng không cần nói về bản thân tôi, vốn đã luôn gắn với Pháp một cách đặc biệt.

Khi tôi dạy người khác những gì thực sự tốt cho tôi thì tôi cố gắng chuyển tới họ thông điệp: bởi vì Pháp tốt cho tôi nên Pháp sẽ tốt cho các bạn. Cho nên nếu cái gì đó tôi không nghĩ là tốt thì tôi sẽ không nói rằng nó tốt; đó không phải là cách dạy Pháp chân chánh.

Bất cứ cái gì tôi thấy là tốt thì tôi nói: “Các bạn phải học cái này.” Chẳng hạn tôi nói tâm bi là quan trọng. “Ồ, Thầy thật sự thấy điều đó là tốt.” Bạn phải nhìn thấy điều đó [nơi tôi]. Bạn phải tin như vậy. Cũng có những người - họ cứ đi lòng vòng nơi này nơi nọ; hoặc họ nghiên cứu Phật Pháp chỉ vì muốn kiếm tiền hay vì một cái gì đó. Còn với tôi thì khác. Cả khi tôi nói về bản thân mình, thì thật ra đó là dạy Pháp. Đối với các đạo sư thì điều cốt tủy là quan điểm, tri kiến, thói quen, cách dạy của họ. Tất cả đều cho ta thấy chính con người họ. Đó là cách để các bạn tìm hiểu người thầy.

Giả như, có ông thầy nói: “Hạnh xả li rất quan trọng”, thì ông ta phải chân thật tin rằng nó là quan trọng. Đó là cách người học đạo dùng để khảo sát thầy dạy đạo.

important to me as well. That [Dharma talk] symbolizes the knowledge of that [Dharma] person, experience of that person. So, I don't think we need to talk about my life, which is always related to Dharma especially.

When I teach people what really works for me I try to tell people and to give that message to people: it's because it works for me I think it will work for you. That is the reason why if it's something I don't think to be good I don't say it's good. That is not a way of teaching Dharma.

Whatever I say, whatever I think to be good I tell you: "You should learn this." For example, when I say compassion is very important. "Oh, He really believes this is good." You should see that. You should believe that. There are some people – they are just wandering; or they study Buddhism because they want to make money or something. But my case is very different. I talk not about me, but it's just [Dharma] teaching in general. For Dharma teachers, that's essential that their ideas, their views, their habits, their 'how to teach' etc. everything shows the teacher himself. That's a way for you to get to know the teacher.

So, if some teacher says repeatedly "Renunciation is very important", for example, then he must sincerely think that is very important. That is a method for disciples to get to know the teacher.

AN BÌNH NỘI TẠI

“Tôi nghĩ rằng sự hủy hoại [đến từ] bên trong...”



Bữa trước tôi có nói sơ qua về tu viện ở Tây Tạng, như về những gì chư tăng phải học ở tu viện. Họ phải qua một hệ thống [tu học] như vậy. Tây Tạng rất khác biệt, đặc biệt là Tây Tạng hồi xưa. Đó là một nơi xa xôi và độc nhất vô nhị. Ở đó không có trường học bình thường cho dân chúng. Cách duy nhất mà người dân có thể làm là gửi con trai của họ tới tu viện để chúng được học hành. Do đó mà ở Tây Tạng có nhiều tăng. Vì dân chúng tin vào Phật Pháp, họ mong muốn con em họ được giáo dục ở các tu viện. Tu viện cũng giống như một trường đại học ở Tây Tạng. Truyền thống ấy có mặt rất tích cực, nhưng nó cũng có mặt tiêu cực. Nhiều người dân không có cơ hội được học hành.

INNER PEACE

"I think destruction inside..."



The tradition of Tibetan monastery I have described the other day a bit; for example: what kind of study monks do in a monastery. They have to go through this system, this tradition. Tibet is very different, especially in old Tibet. This is a remote country, a unique place. There were no regular schools [for the population]. The only way for ordinary people to do is to send their boys to monasteries to get education. For that reason, there a lot of monks in Tibet. It's because Tibetan people have a lot of faith in Dharma. They had very strong wish for their children to get education in monasteries. The monastery works as a university in Tibet. That tradition had very positive part. But there were negative parts, too. Many people did not

Người dân bình thường không có học thức. Những người may mắn nhất chính là chư tăng. Và đương nhiên nhiều vị ni cũng được học, nhưng phần lớn những người được hưởng nền giáo dục là chư tăng.

Ngày nay mọi thứ đã thay đổi. Cả hệ thống đã thay đổi. Mọi thứ ở Tây Tạng đã thay đổi nhiều. Có nhiều cơ hội hơn cho những người dân bình thường được học hành. Ngày càng nhiều người học tiếng Tạng để đọc kinh sách và trình độ hiểu biết của họ cải thiện rất nhiều. Mặc dầu tình hình có lúc rất khó khăn nhưng mọi thứ đang thực sự hồi sinh. Ở nhiều tu viện việc học hành còn tốt hơn trước kia. Đây là một tin vui cho các bạn.

Tôi đã kể về tu viện cho các bạn Việt Nam tới Golok năm nay: lịch sử của nó, cuộc sống của tu viện trước kia và bây giờ. Và các bạn ấy đã nghe câu chuyện tôi kể. Tôi nói, chẳng hạn như đôi khi thời kỳ gian khổ lại chính là Pháp rất hữu ích. Nếu nội tâm con người kiên định thì cảnh bên ngoài không thể tác động. Ví dụ, mặc dầu người Tây Tạng phải trải qua Cách mạng Văn hóa và những thời kỳ gian khổ khác nhưng sâu bên trong chẳng có mấy thay đổi. Chúng tôi đã giữ được truyền thống Phật giáo Tây Tạng rất phong phú trong tâm. Thật ra, Phật giáo Tây Tạng chẳng bị hủy diệt cho dù đã trải qua những thời kỳ khó khăn như vậy.

have a chance to get education. Ordinary people were not well-educated. So, the luckiest ones were monks. And, of course, a lot of nuns got education as well. But most of the people who got education were monks.

Nowadays, things have changed. The whole system has changed. The style in Tibet has changed a lot. There are more chances for ordinary people to get education. More and more people learn Tibetan [language] to read texts and their education improves a lot. Even though the situation was tough in Tibet but now the recovery works. In many monasteries education is better than it used to be. So, this is a good piece of information I've given to you.

I told the story of my monastery to the Vietnamese people who went to Golok this year; the history of the monastery, its life in the past and how it is now. So [those] people know that. We say, for example, some bad time is very useful Dharma. I think if people do not want the change then external conditions can not be very powerful. For example, though Tibetan people have undergone Cultural Revolution or other difficult times but internally there is not much change at all. We kept the rich tradition of Tibetan Buddhism in our mind. Actually, Tibetan Buddhism was not destroyed at all although it has gone through such a difficult time.

Nhưng cái gì sẽ làm nó thay đổi? Tôi nghĩ rằng sự hủy hoại [đến từ] bên trong. Sự hủy hoại do có quá nhiều tham dục, quá nhiều ham muốn vật chất chẳng hạn. Chính cái đó hủy hoại cả truyền thống [tinh thần] vốn giàu có, chứ không phải cái xảy ra trong môi trường xung quanh. Vậy nên, vào những thời kỳ khó khăn nhất ở Tây Tạng người dân rất trung tín, nhưng ngày nay họ lại bị tán tâm, có lẽ do họ đã nhìn thấy nhiều thứ trên thế giới, nhiều sự phát triển vật chất [ở xung quanh]. Họ tập trung quá nhiều vào sự phát triển bên ngoài chứ không phải vào thế giới bên trong. Đó chính là vấn đề.

TRUYỀN THỐNG

*“ ... Phật giáo đã được bảo tồn
bởi những con người trung tín.”*

Vậy nên, tôi nghĩ truyền thống Phật giáo đã được bảo tồn bởi những con người trung tín. Có nhiều bậc đạo sư vĩ đại, dũng cảm và các Ngài rất trung thành với truyền thống

But what makes that change? I think destruction inside - the destruction, for example, caused by too much desire, too much attachment to material things. That destroys the rich tradition, not what happens around in the environment. Therefore, I think, during the most difficult time in Tibet were most faithful. But nowadays, probably they have seen a lot of things in the world a lot of development in material things so they have got some distraction. They focused on the external part too much, not on the internal one. That's the problem.

TRADITION

“... Buddhist tradition was kept by those faithful people.”

Therefore, I think the tradition, especially Buddhist tradition, was kept by those faithful people. There were a lot of great masters, brave masters and [they were] very

đó nên nó đã được bảo tồn. Tuy nhiên, cũng như tôi đã kể, tình hình bây giờ đang tốt dần lên. Chư tăng, việc học hành nghiên cứu, việc tu trì v.v. tất cả đã cải thiện nhiều kể từ khi tôi còn nhỏ.

Tôi nghĩ rằng điều này chung cho mọi nơi. Sự phát triển bên ngoài, sự tăng trưởng vật chất ảnh hưởng tới an bình nội tâm, thể giới nội tâm. Khi có quá nhiều sự phát triển ở bên ngoài thì thiên hạ tập trung chú ý vào đó, và có nguy cơ đánh mất sức mạnh nội tại, an bình nội tâm. Tăng trưởng vật chất có mặt tích cực nhưng chủ yếu nó đem lại nhiều mất mát cho con người. Nó khiến họ rất bận rộn và đem lại nhiều lo lắng, phiền muộn, gây ra nhiều sức ép cho tâm trí họ. Và họ cứ thế đeo theo sự phát triển ấy, đuổi theo nó, rượt theo nó. Tất nhiên, nghĩ về những thứ khác, làm những việc khác cũng không sao. Nhưng rồi những gì ở bên trong [sẽ mất], an bình nội tại sẽ mất. Họ theo đuổi sự phát triển ấy không chỉ bằng thể xác mà bằng cả tinh thần. Điều này có hại cho tâm, cho an bình của tâm, cho truyền thống, cho tôn giáo. Điều này theo tôi mọi người cũng biết. Và họ phải tỉnh thức về hiểm họa này.

loyal to that tradition so the tradition was kept very well. But as I explained to those people now it has improved; the monks, the study, the practice etc. all of this has improved a lot since I was a child.

I think this is common everywhere. External development or material development affects inner peace and inner world. When too much development externally happens then people pay a lot of attention to that. There is a chance to lose the inner strength, inner peace. Material development has some good parts but mainly it can bring destruction for people. It keeps people very busy and brings people a lot of worries and produces a lot of pressure on their mind; so, people try to follow that development all the time, running after that, chasing after that. Of course, it's not harm to think of other things, to do other things. But inner things, inner peace are ruined. They run not only physically but mentally when they are running after that development. This is bad for people's mind, for peace of mind, for the tradition, religion. That I think people know. People should be aware of that kind of dangerous situation.

ĐỨC TIN

*“Để giữ đức tin bạn phải biết cách giữ
an bình nội tại, sức mạnh nội tâm.”*



Đức tin vào một tôn giáo, hay lòng tin vào Phật hoặc các vị Chúa, có một sức mạnh lớn lao. Người ta ví nó như con sư tử. Nó không thể bị kẻ nào khác hủy diệt ngoại trừ chính bản thân nó. Phật Thích Ca Mâu Ni nói rằng Giáo Pháp của Ngài sẽ không bị hủy diệt bởi ngoại đạo, mà bởi chính các đệ tử của Phật, những người con của Phật, bởi các vấn đề do họ gây nên. Ví dụ, nếu tăng ni có quá nhiều tham dục và họ không học hành, không tu trì, thiền định, thì họ sẽ chạy theo cảm dử vật chất. Việc đó sẽ hủy diệt tôn giáo, hủy diệt Đạo Phật. Con sư tử rất mạnh nên không con vật nào tấn công nó được, nhưng những con trùng nhỏ

FAITH

*“To keep faith, we have to know
how to develop inner peace, inner strength.”*



Believing in a religion or having faith in Buddha or other Gods is something very strong. It's often said it is like a lion. It can not be destroyed by others but oneself. Buddha Shakyamuni said His religion will not destroyed by other religions but by the problems created by His disciples, His people. For example, if monks and nuns have a lot of desire and they don't study, don't practice or meditate then they will follow material things, material development. That will destroy the religion, destroy Buddhism. That lion is very powerful so no other animals can attack him but germs in his body will kill the lion.

trong thân sư tử sẽ giết chết nó. Đức Phật đã nói như vậy. Nên đức tin của ta phụ thuộc vào chính ta. Nếu bạn muốn giữ gìn, phát triển nó thì bạn sẽ cố gắng làm được điều đó. Để giữ đức tin bạn phải biết cách giữ an bình nội tại, sức mạnh nội tâm. Đó là con đường duy nhất để giữ gìn và phát triển đức tin, tâm chí thành với Phật và Pháp.

Ở đâu cũng có những vị tăng xấu, lạm ma xấu, Phật tử xấu. Nhưng thiên hạ thường lầm lẫn. Họ nói tôn giáo này xấu vì người ấy người kia xấu. Phật giáo xấu vì vị tăng này nọ xấu. Cách phán xét như vậy không trung thực. Họ cần phải biết đạo Phật đòi hỏi người tu, đặc biệt là tăng ni, phải như thế nào. Những lạm ma ấy, vị tăng ấy không thể đại diện cho tôn giáo, cho truyền thống. Nhưng thiên hạ không nhìn nhận như vậy và họ nói rằng tôn giáo đó xấu. Vì vậy tôi nghĩ rằng người tu, đặc biệt là các vị thầy, phải rất cẩn trọng về các việc họ làm: cách ứng xử, cách suy nghĩ, cách nói năng. Bởi vì điều này ảnh hưởng đến cả tôn giáo, cả truyền thống.

Nếu một Phật tử nói năng rất tử tế, nhu hòa, trung thực thì đó là điều rất tốt. Chúng ta cần làm như vậy và cố gắng làm như vậy. Bất cứ khi nào ta không làm như vậy, bất

He said something like that. So, our faith belongs to ourselves. If you want to keep and to develop it then we'll try to do that. To keep faith, we have to know how to develop inner peace, inner strength. That is the only way we can develop our faith we can keep our faith and devotion to Buddha and Dharma.

There are some bad monks, bad lamas, bad religious people everywhere. But people often make mistakes. They say that religion is bad because of that person. Buddhism is bad because of that monk. That is not an honest way of seeing things. What we need to know is how Buddhism requires followers, especially monks and nuns, [to act]. Those lamas or monks are not able to represent that religion, that tradition. But people do not see this way and they say the religion is bad. Therefore, I think religious everyone, especially teachers, should be careful of their actions: how they act, how they think, how they talk. It's because that affects the religion and the tradition.

If a Buddhist person talks very nicely, peacefully and honestly then this is very positive. I think we should do that and try to do that. Whenever we are not able

cứ khi nào ta mất kiên nhẫn, thì phải nghĩ: “Ồ, ta đã làm một việc xấu.” Ta phải sửa sai ngay. Nhưng vẫn có những người tu nói những chuyện xấu xa, cãi cọ với nhau nhưng họ không nghĩ rằng chuyện đó không hay. Chuyện đó rất không hay. Vì vậy tôi muốn nói rằng là người tu bạn phải nhận ra rằng có cái gì đó không tốt và bạn không được làm như vậy. Chúng ta phải cố gắng. Như vậy tốt không những cho bạn mà cho cả cộng đồng, cả truyền thống tôn giáo nữa.

Tôi không thấy các vị tăng Trung Quốc hay Việt Nam làm những chuyện như vậy, nhưng thật không may là ở Tây Tạng có một vài vị như vậy. Đôi lúc các vị Lạt ma hoặc tăng Tây Tạng làm những chuyện như vậy, và như thế không tốt. Ở Tây Tạng tôi cố gắng khuyên họ không nên làm như vậy và phê phán họ rất dữ. Mặc dầu tôi không thấy có ai như vậy ở Việt Nam hay Trung Quốc, nhưng cũng có thể. Ai mà biết được? Nhưng tôi hi vọng là không.

to do that, whenever we are out of patience we should think: “Oh, I do something very bad.” We should fix the problem. Still, there are Buddhists who say mean things, have arguments with each other but they don’t think this is a problem. That’s a big problem. So, I say as a Buddhist you should notice that there is something bad and you can not do that. We must try. That will be good not only for oneself but for the community or the whole religion as well.

I have not seen Chinese or Vietnamese monks who do these things. But, unfortunately there are some in Tibet. Sometimes Tibetan lamas or monks do these things and that is not good. In Tibet I try to convince monks not to do that and criticize them a lot. Even though I don’t see anyone like that in Vietnam or China there may be. Who knows? But I hope not.

THAM

*“ ... phải kiểm soát tham muốn nếu
không cái tham nào cũng có thể thành thái quá.”*



Khi con người quá tham thì thậm chí những ai được gọi là tăng cũng không kiểm soát được tâm. Ở Tây Tạng cách đây ba bốn năm có một vị tăng không thật là tăng tốt. Anh ta đi lòng vòng, la cà nơi này nơi khác ngoài xã hội, làm ăn gì đó để kiếm tiền. Không biết để làm gì vì anh ta đâu có gia đình. Một ngày nọ anh ta khởi tâm muốn giết người bạn tốt nhất để chiếm tài sản của người đó, vì anh bạn có chút đồ trang sức và tiền mặt. Rồi anh ta bí mật giết người bạn. Cảnh sát phát hiện được và giờ đây vị tăng đó đang ngồi tù. Chuyện ấy thật là xấu xa. Chuyện có thật xảy ra trong truyền thống của tôi ở Tây Tạng. Đó là chuyện có

DESIRES

*“... we should control these desires
otherwise there will be too much for anything.”*



When people have too much desire even so-called monks sometimes can not control their mind. In Tibet 3 or 4 years ago, there was a monk who was not really a good monk. He was wandering around spending time in daily life society doing some business, making money. We don't know for what because he did not have a family. One day he had an idea: to kill his best friend for his belongings because his friend had some jewelry and cash. So, he secretly killed his friend. The police found him and he's spending time in prison now. That is very bad. That actually happened in my tradition in Tibet. It's something that has happened and it's real.

thật đã xảy ra. Những chuyện tương tự có thể xảy ra với bất cứ tôn giáo nào. Trên thế giới việc một người có đạo giết một ai đó cũng thường xảy ra. Nhưng một vị tăng làm một chuyện như vậy thì rất hiếm khi nghe thấy. Vì vậy, luôn rà soát tâm mình để chế ngự tham dục và bám chấp là việc tốt nên làm.

Ta thấy tâm có thể khiến con người điên đảo ra sao. Bởi vì chúng ta ai cũng có cái tâm, rất điên đảo và rất tệ hại, nên điều đó có thể xảy ra với bất cứ ai. Cái tâm ấy thấy nhiều thứ là quan trọng. Điều đó có thể dễ dàng xảy ra với bất cứ ai trong chúng ta. Trong cõi Dục Giới này tất nhiên chúng ta có tâm tham nhưng ta phải kiểm soát tham muốn nếu không cái tham nào cũng có thể thành thái quá. Vì vậy, để làm một người tu, để làm một đệ tử Phật điều căn bản là phải rà soát tâm, làm việc với nó để đem lại an bình và hiểu biết trong tâm. Chúng ta phải cố gắng chuyển hóa tâm vì trong bản tánh nó vốn thanh tịnh. Bản tánh của tâm thanh tịnh nên ta có cơ duyên chuyển hóa nó, điều phục nó để nó trở nên bình hòa, có trí tuệ, kham nhẫn và có tình thương. Đó là làm người tu đạo.

Con người có cuộc sống nên phải sinh tồn. Nhưng ta phải sinh tồn hợp với lẽ luật, với cộng đồng. Như vậy sẽ tốt, và ta sẽ có cuộc sống tốt đẹp mà không cần tới những

Similar story can happen anywhere in any religion. In the world that happens quite often that a religious person kills somebody. But a monk did such a thing is very rare to hear. So, this is always very good to check one's mind to control desire and attachment.

That is how mind makes people crazy. It's because everyone has mind, very wild and very nasty, so that could happen with anyone. That mind sees many things as important. That can happen to any of us very easily. In this Realm of Desire, of course, we have desires but somehow, we should control these desires otherwise there will be too much for anything. Therefore, to be a Dharma practitioner, to be a Buddhist person the basic thing one has to do is to check the mind, to work with it to make some peace and understanding in the mind. We should try to fix our mind because it primordially is pure. The nature of mind is pure so we have chance to fix it and to make it tamed and peaceful and bring some wisdom, patience and kindness. That is the meaning of being a Dharma person.

People have life and they have to survive. But we have to survive according to the rules, on a system. Then that will be ok and we have a good life without having such

thứ xấu xa khủng khiếp như: tham nhũng, đòi trụy, dối trá, lừa lọc v.v. Không cần [tới những thứ đó] chừng nào tốt chừng ấy. Được như vậy chắc cuộc sống sẽ an ổn.

Tăng già Phật giáo, gồm cả các tăng thân và các tu viện, luôn cầu nguyện cho mọi người, cho Phật tử có cuộc sống tốt lành và thành tựu các ước nguyện. Nhưng, như đã nói ở trước, chúng ta phải có tổ chức, có hệ thống. Đức Phật không nói rằng người dân không được kinh doanh. Kinh doanh, làm ăn thì không sao. Nhưng phải kinh doanh một cách trung thực. Ý nghĩa của “kinh doanh” là gì? Là kiếm tiền, là có lời lãi từ việc đó. Nhưng ở đây cũng có một hệ thống và có giới hạn: không thể kiếm quá nhiều tiền trong một thời gian [nhất định]. Ví dụ, [lời] 100% hay 200% - chúng ta không thể lời đến thế. Và nếu bạn nói: “Tôi làm được điều đó,” thì sẽ có lừa lọc, dối trá vì việc này. Như vậy không ổn.

Chúng ta thường nói: “Đừng làm hại chúng sinh khác”. Đáng tiếc, ở Tây Tạng có những người Phật tử làm nghề sát sanh - cũng như ở Trung Quốc và Việt Nam. Đức Phật dạy rằng không được hãm hại chúng sinh, không hại sinh mạng và phải cố gắng cứu mạng sống chúng sinh khác. Đây là một hệ thống. Đây là một yêu cầu trong đạo Phật. Tuy nhiên, không chỉ ở Việt Nam, Trung Quốc mà

terrible things: a lot of corruption, dishonesty, cheating a lot, lying etc. without all this as much as possible. Then it's possible life it ok.

Buddha, including shanga and monasteries pray for people, Buddhist supporters and followers to have good life, to fulfill their wishes. But, as I said, we have to have a system. Buddha does not say people can not do business, for example. That's ok to do business. But one has to do business in an honest way. What is the meaning of business? - To make money and to get some benefit from that. But there is a system, there is some limitation: one can not make that much money at a time; for example, 100% or 200% - we can not much that much money. And if you say: "I'll do that" then there is cheating and lying for that [purpose]. That is not ok.

We often say: "You can not harm others." Unfortunately, in Tibet I have seen this kind of people (like in China or Vietnam), Buddhist people whose business is killing animals. Buddha teaches that one should not harm others, not kill others' lives and should try to save other beings' lives. This is a system. This is a requirement in Buddhist tradition. Still, not only in Vietnam or China but in Tibet as well some people who have taken refuge

cả ở Tây Tạng, những người quy y Tam Bảo vẫn giết bò yak, giết cừu để sinh sống hoặc để kiếm tiền. Điều này rất đáng buồn. Đối với nhiều người họ không có lựa chọn nào khác - đây là nguồn sống duy nhất của họ - thì còn có thể hiểu được. Nhưng không được làm như vậy vì tham lam. Nếu ai đó giết con vật để làm giàu thì không được. Nếu buộc phải giết gà, heo vì không còn cách nào khác thì có thể hiểu được. Nhưng có người không ở trong tình huống như vậy. Họ muốn kiếm nhiều tiền nên lạm dụng chúng sinh khác, lạm dụng mạng sống của chúng. Điều này thật kinh khủng.

Sáng nay, chúng ta nói về một số đề tài quan trọng của Phật giáo, về những lỗi lầm con người thường phạm. Sáng nay thầy lưu ý mọi người rằng có nhiều việc có thật mà trên thực tế đã xảy ra với nhiều người. Lý do khiến thầy nói về những chuyện có thật này chúng ta rất nên biết. Bởi vì chúng ta muốn trở thành những người tốt, những người tu đích thực. “Người tu đích thực” có nghĩa là người không có những lỗi lầm như vậy, những vấn đề như vậy. Họ là những người hành động đúng, suy nghĩ đúng. Họ làm những việc tốt, việc tử tế, việc lợi lạc, đức hạnh.

in Three Jewels and keep killing yak or sheep for their life or for money. This is very sad. For many people there is no other option and that is the only thing they can do to survive then that is understandable. But we must not do that for desire. If one kills animals to get rich this is not ok. If people have to kill some chickens or pigs as they have no other option then that is understandable. But many people are not in that situation. They try to do more money, try to use other beings and others' lives. That is terribly bad.

This morning we discussed some important issues of Buddhism – what mistakes people always make. I mentioned this morning there are many real things like that in reality that happen with many people. The reason for me to talk about these realistic things, the things that happen in reality, is important to know. It's because we want to be good, to be real Dharma people. “Real Dharma person” means people who do not make such mistakes, such problems. They are those who do things correctly, think accordingly. They do good, nice, beneficial and virtuous things.

TRUNG THỰC

*“Hãy cố gắng làm người tử tế, làm người trung thực.
Điều đó đã bao gồm tất cả mọi thứ.”*



Bạn có thể bỏ cả cuộc đời để nghiên cứu giáo lý bởi vì trong Phật giáo có nhiều chủ đề, nhiều môn phái. Giáo lý Phật đà vô cùng rộng lớn nên có những học giả học suốt đời mà vẫn thấy: “Ồ, mình chưa thật thông tuệ. Phải học nữa, học nữa.” Như vậy bạn có thể bỏ nhiều thời gian và công sức ra để nghiên cứu Phật giáo. Nhưng những người như chúng ta - những con người bình thường của đời thường - cũng vẫn muốn học pháp, muốn tu đạo.

Chúng ta không phải bỏ ra nhiều thời gian như vậy cho việc học tập, nghiên cứu. Chúng ta chỉ cần có một ít

HONESTY

*“Try to be a nice person and be honest person.
That covers everything.”*



Generally speaking you can spend all your life to study Dharma. It's because in Buddhism there are many subjects. Buddha's teaching are very great. Therefore, some scholars spend all their life studying but they say: "Oh, I'm not knowledgeable enough for Dharma. I have to learn more and more." So, you can spend that much energy and time to study the tradition of Buddhism. But people like us – ordinary people of ordinary lives – still want to know Dharma, want to practice Dharma.

We do not need to have that much time to study. We

hiểu biết căn bản và [biết] một ít điều căn bản cần phải làm. Hãy cố gắng làm người tử tế, làm người trung thực. Điều đó đã bao gồm tất cả mọi thứ.

Làm sao để trở thành một người trung thực? Tất cả ý nghĩa giáo lý Phật đà tựu trung lại là về cách làm người trung thực. Các bậc thầy chỉ cho ta cách làm một người trung thực và [cho ta thấy] đức tính trung thực quan trọng nhường nào. Điều này rất quan trọng.

Thế nhưng làm được việc này vẫn rất khó. Lý do mà chúng ta cứ không trung thực được chính là cái tâm của chúng ta. Chúng ta cứ luyện cái tâm mình theo những lối khác - những lối bất chính, lén lút, những lối không trung thực. Vì chúng ta có những thói quen thâm căn cố đế như thế nên rất khó mà trung thực.

Tuy nhiên, như đã nói sáng nay, bản tánh tâm của chúng ta rất thanh tịnh. Tự bản nguyên nó vốn thanh tịnh - nên tự nhiên nó rất thanh tịnh, trung thực, an hòa. Cho nên, nếu muốn luyện tâm theo hướng đó thì ta vẫn có cơ duyên. Có cách [để làm]. Và điều đó có thể. Nó phụ thuộc vào việc ta có muốn hay không. Nếu ta muốn thì có cách. Bởi vì đương nhiên là có cách. Vậy nên tôi nghĩ đó là một điều rất quan trọng.

just need some basic understanding and basic things to do. Try to be a nice person and be honest person. That covers everything.

How to be an honest person? The whole meaning of Buddhist teaching is actually about how to be an honest person. And teachers show methods how to be an honest person and how important honesty is. So, this is very important. But still, it's difficult to do that. The reason for us to be dishonest all the time is our mind. We train our mind in different ways – sneaky ways, dishonest ways. Therefore, we have these strong habits and it's difficult to do that (to be honest).

But, as I said this morning the nature of our mind is very pure. It's very pure from the beginning – so it's naturally very pure, very honest, very peaceful. Therefore, if we want to train our mind in that position there is a chance. There is a way. This is very possible. It depends on if you try or not. If you do so of course there is a way. It's because naturally there is a way. So, I think that's something very important.

“Bởi tuổi thơ không được cắp sách tới trường
nên tôi vẫn có cảm giác thiếu vắng một cái gì đó.”



BÌNH ĐẰNG

“Chúng ta không được chối bỏ một ai cả.”



Và người tu phải là người tốt, tốt với tất cả mọi người, tất cả chúng sinh. Đó là một trong những chủ đề cốt tủy của Phật giáo. Có những người có thể tử tế và tốt bụng với những người nào đó, nhưng họ vẫn cứ ác tâm, xấu bụng với ai đó khác. Họ có thể rất hung hãn, ganh ghen đố kỵ, sân hận ác tâm và vân vân. Họ có thể như vậy với những người khác. Chỉ tốt với bạn bè thân thuộc, bà con họ hàng, gia đình thôi không đủ. Chúng ta phải tốt với tất cả, kể cả những người chúng ta không ưa cho lắm. Chúng ta phải cố gắng tử tế và giúp đỡ người khác.

Chúng ta không được chối bỏ một ai cả. Chúng ta không thể khước từ việc có ích cho bất cứ một ai. Vì nếu

EQUALLY KIND

"We can not reject anyone."



And Buddhist people should be kind people, kind to everyone, to all beings. That is one of the main parts about Buddhism. People are nice and kind to many people but still they can be mean to other ones. They can be aggressive, jealous, angry or whatever. They can be like that to other people. To be kind to your friends, your relative and families is not enough. We want to be kind to everyone including those people we do not like very much. We have to try to be helpful to others.

We can not reject anyone. We can not push ourselves from being helpful to anyone. It's because if you do that

làm như vậy tức là ta chối bỏ việc phải có tâm từ. Tức là ta đã chối bỏ việc làm một người có tâm bi mẫn. Tâm bi mẫn đòi hỏi ta phải tốt một cách bình đẳng với tất cả mọi người, tất cả chúng sinh. Và điều đó rất quan trọng.

Chúng ta phải nhu hòa, dịu ngọt, tốt bụng, trung thực đặc biệt đối với những ai theo cùng một đạo Phật như ta, những ai học đạo cùng một vị thầy như ta. Nếu trong cộng đồng có người làm những việc không tử tế, tốt đẹp, cố tình không hiểu và cảm thông, thì điều đó gây nên chướng ngại cho cả cộng đồng, cho cả dòng truyền thừa, cho cả truyền thống của bạn. Vì vậy, rất cần phải tốt bụng, tử tế. Và phải thấy mối quan hệ tốt đẹp giữa những người được gọi là bạn tu quan trọng đến nhường nào.

ĐỒNG TU HÒA HỢP

“Chia rẽ, bất hòa là điều rất xấu xa.”

Chia rẽ, bất hòa là điều rất xấu xa. Nó có sức hủy diệt lớn; nó phá hoại những cộng đồng, những tăng thân

you try to reject being kind to someone. That means you push yourself from being a compassionate person. It's because compassion requires us to be equally kind to everyone, to all sentient beings. So that is very important.

And especially, we have to be peaceful, sweet, kind and honest to those Buddhist people, to those who are in the same religion such as Buddhism and are [disciples] of the same teacher. In the community if anyone does such things in not nice ways – try not to be understanding – and that brings obstructions to the community, to your lineage, to your tradition. Therefore, it's important to be kind and to see how important to have good relationship between so-called brothers and sisters.

HARMONY IN THE SANGHA

“Disharmony is something very negative...”

Disharmony is something very negative, very powerful that destroys good communities, good shangas,

tốt, những nhóm bạn, những tu viện, chùa chiền tốt. Đức Phật dạy rằng phá hòa hợp giữa những người tu là ác hạnh nghiêm trọng. Vì vậy Phật dạy rằng giữ quan hệ tốt, nuôi dưỡng tình bằng hữu giữa người tu đạo là một việc làm quan trọng và thiện lành. Chúng ta có thể thấy rằng ở Tây Tạng gần đây có một số tu viện lớn đã không còn nữa vì chia rẽ, bất hòa. Họ đã nói xấu lẫn nhau, đã ganh ghen đố kỵ với nhau, cãi lộn, tranh chấp với nhau, rồi chia tay mỗi bên mỗi ngã, thế là tan cả cộng đồng.

Điều đó xảy ra ở nhiều nơi, với nhiều tầng thân, cộng đồng thậm chí trong thời Phật còn tại thế. Một cộng đồng, một tầng thân, một nhóm nào đó có vấn đề - có bất hòa, chia rẽ - và thế là cả cộng đồng tan rã. Trong truyền thống của các bạn chẳng hạn cũng vậy. Trong các cộng đồng tu tình bạn đạo, mỗi tương giao thuận hòa, tấm lòng cảm thông bao giờ cũng rất quý báu.

Điều đó không những tốt cho cộng đồng mà còn tốt cho cả việc giữ giới nguyện của riêng từng người. Bởi vì giới nguyện luôn gắn chặt với bầu bạn, huynh đệ, tỳ muội của ta. Pháp ta thọ nhận càng cao, giáo lý ta thọ nhận càng thâm sâu, thì mối kết nối với bầu bạn, huynh đệ, tỳ muội

good groups, monasteries and temples. Buddha always said that it is very serious and unvirtuous thing to destroy harmony between Dharma people. So, to keep good connection, to develop friendship between Dharma people is a very important and very virtuous thing, Buddha said.

And we can see even in Tibet recently some very important monasteries no longer there because of disharmony. They did a lot of gossiping, there was a lot of jealousy between [the people], a lot of arguments in the shanga so they went to different directions and the place is gone. That happens in many places, with many shangas and communities even during Buddha's time. Some community, some shangas (monks) and group had problems – disharmony problems – and that community was destroyed. So, for your tradition, for example, in Vietnamese Buddhist communities having good friendship, having harmony and mutual understanding is very important.

It is good not only for the community but also it's good for one's own samaya. It's because samaya is something that always deals with your companies, your Dharma brothers and sisters. The higher teaching you receive, the deeper teaching you receive, the deeper or more special connection you get with your companies

của ta càng sâu sắc, càng đặc biệt. Vì vậy, rất cần phải tôn trọng lẫn nhau, tôn trọng tất cả chúng sinh, đặc biệt là những ai cùng một đạo, một truyền thống.

XÃ HỘI THUẬN HÒA

*“Để có hạnh phúc, bình an hãy hiền hòa
và cảm thông - đó là cách duy nhất.”*

Mối quan hệ tốt đẹp cần không những cho cộng đồng mà cho cả xã hội. Trong gia đình rất cần sự hòa thuận. Vợ chồng cãi cọ thì gia đình bất hòa. Điều đó có hay ho không? Không! Vậy nên, đạo Phật dạy con người luyện tâm nhu hòa mọi lúc, mọi nơi. Đạo Phật không chỉ dạy rằng người tu trong chùa phải có cuộc sống an bình. Cái gì tạo an bình cho cuộc sống và an lạc cho tâm? Những gì đã nói ở trên là căn bản. Những điều này rất cần cho cuộc sống, không chỉ cho Phật Pháp mà cho cuộc sống an bình [nói chung].

and Dharma companions. So, it's very important to respect each other, to respect all sentient beings, especially those who belong to the same religion, the same tradition.

HARMONY IN THE SOCIETY

“The only way for you to have happy and peaceful life is being peaceful people and understanding people.”

Good relationship is necessary not only for the community but also for the society. In a family harmony is very important. If husband and wife have arguments all the time then there's no harmony. Is it something pleasant? No! Therefore, Buddhism teaches people how to have peaceful mind anywhere, at anytime, in any place. It does not teach only people in temples to have peaceful life. What make peaceful life and peaceful mind? What I have said earlier is basic things. These conditions are very necessary for life, not only for Dharma but for peaceful life.

Làm người nhu hòa không dễ. Khi muốn thành công người ta muốn có sức mạnh. Nên người ta diệt người này, cãi cọ với người khác, cố giành giật, triệt hạ nhau và làm đủ trò đủ chuyện. Những hành động theo lối ấy giống trò trẻ con. Những trò ấy sẽ không đi tới đâu cả. Chúng chỉ tạm thời có hiệu quả, nhưng không thể lâu dài được. Tính về lâu về dài, nếu quý vị hung hãn, ác tâm, gian dối thì chính quý vị sẽ gặt hái nhiều chuyện không hay. Nó chỉ đem lại những chuyện không hay cho quý vị. Để có hạnh phúc, an bình hãy hiền hòa và cảm thông - đó là cách duy nhất. Về lâu về dài thì điều đó rất quan trọng.

Đó là đạo của người tu. Thông tin đó, phương pháp đó do Phật Bảo, Pháp Bảo trao cho ta. Tôi cũng thường dạy những điều ấy. Tôi không dạy gì đặc biệt về dòng này dòng nọ. Tôi cũng không nhắc tới chuyện tôi thuộc dòng truyền thừa nào. Điều đó không quan trọng lắm, không cần thiết lắm, trừ khi có người đề nghị - như khi cần dạy những giáo lý đặc biệt hay ban những quán đảnh chẳng hạn.

Tôi dạy những chủ đề ấy thậm chí ở Tây Tạng và mọi người đều thấy những điều đó có ý nghĩa thực tế trong cuộc sống. Nhờ vậy, mọi người có sự hiểu biết và cách nhìn mới về những giá trị, và những vấn đề quan trọng của

To be a peaceful person is not an easy thing to do. When people want to be more successful they want to be more powerful. So, they try to destroy others, try to argue with others, try to fight, try to beat and do whatever. Those kind of actions is just like child's style. They do not work very well. They work only temporarily, not in the long run. In the long run if you are aggressive and dishonest then you'll have more problems. It will only bring more problems for you. It will not do away your problems. The only way for you to have happy and peaceful life is being peaceful people and understanding people. That it something very important and necessary for the long run.

Generally speaking that is how to be Dharma people. That information and method given by Buddha, Dharma and Buddhism I used to teach those things. I don't teach specifically this lineage or that lineage. I don't mention what lineage I'm from . That's not very important, not very necessary unless I'm asked to do so – to do some specific teaching or empowerments.

I teach those things even in Tibet and people find them very practical for their life. So, people have new understanding the qualities and the important parts of

Phật giáo. Người Tây Tạng thường rất bình lặng. Người tu ở nhiều nơi trên thế giới cũng giống như vậy - rất kín đáo, rất bình lặng trong tâm. Nhưng giữ bình lặng mãi không phải dễ nên họ cũng thôi [không bình lặng nữa] và [rút cuộc] rời bỏ cuộc đời này mà không thành tựu gì cả.

Tóm lại, những chủ đề đó của Phật giáo rất quan trọng và rất thực tế. Trong cuộc sống của bạn khi bạn phải giải quyết nhiều việc, đối mặt với nhiều khó khăn trong xã hội, cuộc sống, gia đình thì hiểu biết, cảm thông và kham nhẫn rất quan trọng. Luôn nóng giận, bực bội, khó chịu - những cách xử sự như vậy rất dở và chẳng giúp ích gì cho ta. Chẳng hạn, trong nhà khi vợ hoặc chồng bạn nổi giận vì lý do nào đó thì bạn phải nhẫn nhịn, không được bực tức. Hãy cố gắng buông bỏ chuyện đó để đem lại an bình cho gia đình và cho tâm của bạn.

Buddhism. Tibetan people are usually very quiet people. Also, people in many places in the world are like that – very quiet; mentally quiet. But being quiet does not work all the time so they have to give up or they end up their life without achieving anything. So those ways of teaching in Buddhist tradition are very important and very practical.

In your daily life when you deal with many things, when you face many difficulties or many different things in society, life and family also understanding and patience are very important. Being very short-tempered, getting upset very easily – those kind of actions are very bad and do not help very much. In a family, for example, when your companion gets upset because of this or that then you should be patient and not get angry at that time. Try to let it go so there's a chance to bring more peace in the family and in your mind.

KURUKULLA - SỨC MẠNH

“Phàm phu không có sức mạnh bởi chịu tác động của vô minh ám chướng.”



“Lời Nguyện cầu Năng lực” này được soạn ở Việt Nam. Tôi có soạn một số lời nguyện Kurukulla và đây là một trong số những lời nguyện mà mọi người thường tu. Quanh lời nguyện này có nhiều câu chuyện hay. Một số người thực hành lời nguyện này và những điều tốt đẹp xảy ra, nên họ tin rằng lời nguyện này rất đặc biệt, nó có lực gia trì.

Đối với tôi Kurukulla không phải là thực hành chính. Đứng ra thì tôi không tu pháp Kurukulla. Nhưng có lần, ở Việt Nam, do nhân duyên khởi mà tôi viết ra lời nguyện này. Tôi cảm thấy Kurukulla là một bản tôn rất từ bi. Trong

KURUKULLA - POWER

*“It’s because ordinary people or beings are not powerful.
It’s because they are under the power
of their negative thoughts.”*



This Kurukulla prayer “The Hook of Red Lightning” was written by me. I wrote it in Vietnam. I have some writings on Kurukulla. This is one of the prayers that many people often do. Also, this prayer has good stories. Some people practiced this prayer and good things happened with their life so they think this is special – it has some blessing.

In my case, Kurukulla is not my main practice. In fact, I did not practice Kurukulla at all. But one time interdependent origination arose so I wrote down that sadhana of Kurukulla. I did that in Vietnam. Generally, I feel Kurukulla is a very kind Deity. In my personal life

cuộc đời tôi Kurukulla là một nguồn hộ trì rất mạnh, theo nhiều cách, mặc dầu tôi không hành trì pháp tu này nhiều lắm. Đó là vì tôi có kết nối [với Ngài], và cũng vì đôi lúc, do phải dạy pháp tu này, nên tôi cũng thực hành một chút; như lễ lạy Kurukulla chẳng hạn.

“Lời Nguyện cầu Năng lực”. Đây không phải là năng lực bình thường, không phải thứ năng lực phát sinh do những nhân duyên [nào đó], cực đoan hoặc trung dung. Năng lực này là đại lực khởi từ chân tánh của vạn pháp, chân tánh của tâm. Lời nguyện này nhằm đánh thức, làm sống lại sức mạnh nội tại và tính thanh tịnh của tâm. Vì phàm phu không có sức mạnh bởi chịu tác động của vô minh ám chướng. Đại lực này (*của chân tâm*) siêu vượt năng lực thế tục. Cho nên với tâm tuyệt đối thanh tịnh ta sẽ thấy chân tánh của tâm và của vạn pháp.

Phải hiểu rằng ý nghĩa chân thực của sức mạnh là hiểu được chân tánh của tâm và chứng ngộ được chân tánh ấy. Sự chứng ngộ đó là sức mạnh, là năng lực chân thực - một thứ năng lực bất hoại có khả năng điều phục tất cả, Niết bàn và luân hồi. Còn những thứ sức mạnh khác không phải là sức mạnh đích thực.

Có nhiều loại giáo lý Phật đà. Tất cả mọi loại giáo

Kurukulla is helpful supporter for me in many ways even though I don't do that practice very much. It's because I have this connection and sometimes I have to give some teaching on Kurukulla to people I have to have some practice to be done; I have done some prostration for Kurukulla.

“Prayer for power”. This is not regular power, not the power that is created by extreme or regular ordinary conditions but it is related to nature of phenomena, nature of our mind. The meaning of this prayer is to rebuild the inner strength, the inner power and the purity of the mind. It's because ordinary people or beings are not powerful. Why? It's because they are under the power of their negative thoughts. This power is beyond that kind of power. Therefore, with purity we see nature of the mind and of phenomena.

I think if anyone wants to be powerful they have to understand the real meaning of power is to understand nature of one's own mind, to realize that nature. That kind of realization is genuine power – power that never changes, power that controls everything, Nirvana or Samsara. And other powers are not really power.

There are many teachings of Buddha. All those

lý do Đức Phật Thích Ca Mâu Ni truyền dạy đều được trao truyền với lý do: Vì có nhiều loại căn cơ, căn tánh chúng sinh nên nhiều loại giáo lý được truyền trao. Đối với những chúng sinh rất may mắn, thông minh Đức Phật ban giáo lý có oai lực lớn như giáo lý về bản tánh của tâm.

Xét về tâm, do con người có nhiều hạng căn cơ khác nhau nên giáo lý được dạy ở những thời điểm khác nhau, nơi chốn khác nhau. Nhưng mục đích của giáo lý chỉ có một: đưa chúng sinh tới tự do, tới chốn của đại năng lực. Kurukulla không nhằm tới thịnh vượng vật chất hay tầm cầu thế tục. Mục đích chính yếu là loại trí tuệ ấy, sức mạnh ấy.

Hai hàng kệ đầu tiên nói về tự tánh của tâm. Tự tánh của tâm là như vậy. Trí tuệ của nó giống như thân kim cương bất hoại. Không bao giờ mất đi sức mạnh và tri giác. Cho nên, tự bản thể từ vô thi vốn li khổ. Vốn không có nhị nguyên đối đãi của khổ, ác, nhiễm. Bản tâm vốn trong sạch. Tiếng cười của Kurukulla là diệu âm của lạc và không.

Ý nghĩa chân thực của lời nguyện là ta khẩn cầu tới Kurukulla, vì muốn thoát khỏi vọng tưởng phân biệt, chấp trước trong tâm. Ta hiểu rằng bản chất Kurukulla đồng với

teachings given by Shakyamuni Buddha were given for the reason: As sentient beings have different mental faculty and mental interests there are many [different] Dharma teachings. For those very fortunate, very smart, intelligent people Buddha gave very powerful teachings like instruction on nature of mind.

Mentally, people have different levels so they were taught at different times and different seats. But the purpose of Dharma teaching is for every sentient beings to eventually reach that kind of free state, that kind of powerful place. I think Kurukulla is not for material [gain] or for someone to get things in this life. The main purpose is to reach that kind of wisdom - that power.

The first two lines is actually saying about nature of mind. The nature of mind is like this; it's wisdom like vajra body that never changes. It never loses its strength and understanding. Therefore, primordially (from the beginning) there is no suffering. Naturally, there's no conceptualization - no conceptualization of that suffering and of that negative thing. It's very pure. The way Kurukulla laughs, the sound of Her laughing is sound of Emptiness and Bliss. The union of Bliss and Emptiness.

The real meaning of this prayer is we call Kurukulla as we want to be free from the extreme thoughts and concepts in our mind. We understand that the nature of

tánh Không. Khẩn cầu Kurukulla, chúng ta xin Ngài che chở cho ta thoát khỏi biên kiến cực đoan, cho ta sức mạnh trí tuệ, năng lực hiểu ngộ chân tánh thực tại.

Trong lời nguyện còn có 9 Bổn tôn, chúng ta khẩn cầu các Ngài cùng với Kurukulla: A Di Đà, Quán Thế Âm, Mã đầu Minh vương, Orgyen Dzambhala, Tara, Kim cang Du già Thánh nữ. Đôi khi Hồng Tara là Bổn tôn của oai lực, nhưng ở đây Lục Tara là Bổn tôn của tất cả công hạnh. Rồi Kama Raja cùng phối ngẫu và vân vân. Chúng ta khẩn cầu chư vị Bổn tôn này và Kurukulla. Kurukulla là hóa thân của thân, khẩu, ý, đức và hạnh của tất cả chư Phật. Vậy nên Kurukulla là một vị Phật vĩ đại. Và chúng ta khẩn cầu Ngài.

Đối với phàm phu, khi vọng tưởng nổi lên, họ liền rong ruổi theo chúng. Vọng niệm vừa khởi ta liền mất định lực, sức mạnh, và cứ thế đuổi theo chúng. Nếu đây là ý nghĩ không tốt lành thì ta buồn phiền và tán tâm. Ta bất lực, không có sức mạnh để kiểm soát tâm nên cứ chạy theo vọng niệm, chìm nổi theo chúng. Và ta không mạnh, không tự do siêu việt biên kiến. Đó gọi là hư vọng.

Những ý nghĩ, vọng niệm này như một mạng lưới vô tận vô biên. Cái này nối cái kia, vô số vọng niệm vô tận

Kurukulla is the same as nature of emptiness. By calling Kurukulla one requests Her to protect him or her from these extremes and to give him or her power of wisdom – power to understand reality.

There are also 9 other Deities in the prayer so we pray together: Amitabha, Avalokiteshvara, Hayagriva, Orgyen Dzambhala, Tara, Vajrayogini ... Tara, sometimes Red Tara, is Deity or Dakini of power. But in this case it is Green Tara is Deity of all activities. And Kamaraja with His consort and so on. We pray together these Deities with Kurukulla. Kurukulla is emanation of body, speech, mind, qualities and activities of all Buddhas. Therefore, she is a great Buddha. Since She has many qualities She has power to give us this kind of blessing. Therefore, we pray Kurukulla.

As for ordinary people when a thought arises in mind we try to follow it. As soon as thoughts arise we lose our strength and concentration so we try to follow that concept, that thought. If this is not a good thought then we are unhappy and we get distracted. We do not have the strength, the power to control ourselves so we follow our thoughts and we go up and down accordingly. Therefore, we are not powerful, not free from these extremes. That's called illusion. These thoughts are like a network that never ends. One after another

cứ khởi lên và ta vướng vào đủ loại cảm xúc, tâm trạng. Ta bắt lực không trụ được tâm trong hạnh phúc, và đôi khi cũng không thể trụ được cả trong đau khổ nữa. Ta chỉ rong ruổi theo cái ta đang nghĩ. Giờ đây có cơ duyên ta cầu nguyện Kurukulla cứu ta thoát khỏi tình cảnh này.

Trang 3: “Chúng con khẩn cầu ...”. Với hiểu biết về tình cảnh của mình và chân tánh của Kurukulla, ta sám hối trước Ngài để tịnh hóa nghiệp đã tạo qua ba cửa thân, khẩu, ý.

Có nhiều cách hiểu khác nhau. Những cấp độ, những thừa khác nhau nói về những đề tài, những vấn đề khác nhau. Và có những cách hiểu khác nhau về vạn pháp, về bản chất của thân người. Vô minh trong ta sâu dày đến mức ta không biết được các phẩm tánh và bản tánh chân thực của những gì thuộc về ta. Nên ta thường sai lầm. Vậy ta sám hối trước Kurukulla: “Nguyện con được tịnh hóa nhờ thành tâm hối hận và nhờ sức mạnh của kết nối này.” Chúng ta tụng như vậy để tịnh hóa nghiệp chướng.

Trang 4: “Nguyện tất cả chúng con cho đến khi thành Chánh giác”. Ta cầu nguyện về những thứ khác: “Nguyện chúng con tịnh hóa được nghiệp chướng. Nguyện tất cả chúng con cho tới khi thành Chánh giác được thọ hưởng

many endless thoughts arise and we get all kinds of feelings and moods. Therefore, we do not have power to control ourselves, to stay in the same position, to stay in happiness and, sometimes, we do not have power to stay in unhappiness. We just follow whatever we think. So now we have chance to pray to Kurukulla to protect us from this situation.

On page 3 “We call out for ...”. We understand our own situation and the nature of Kurukulla so we make confession to Kurukulla to purify our negative karmas done through body, speech and mind.

Of course, there are different ways of understanding things. Different levels and different yantras talk on different subjects, different things, and have different ways of understanding phenomena and the nature of human body as well. Since we have such strong ignorance we do not know the qualities, the nature of our own things so we often make mistakes. Therefore, we make confession to Kurukulla: “May I be purified because of my regret and my strong connection.” We should say that and do purification.

On page 4, line 7 it says: “May we all, until we reach enlightenment”. We say some aspiration for other things. We say: “May we be able to purify negative karmas. From this life until we reach enlightenment may we have

cuộc sống bình an, gia đình hạnh phúc, phước duyên dồi dào ...”

“Nguyện con thành tựu công hạnh làm lợi lạc chúng sinh.” Có nghĩa là “Nguyện con trở thành như Đức Thích Ca Mâu Ni làm lợi lạc cho chúng sinh”. Chúng ta cũng nguyện: “Nguyện con đem lại hạnh phúc, niềm vui cho những chúng sinh nào nghe thấy con, nghĩ tưởng về con ...” Đó là cách chúng ta phát nguyện làm lợi lạc chúng sinh theo nhiều cách, càng nhiều càng tốt.

“Nguyện trí tuệ và từ bi vô trụ ...” có nghĩa là: “Nguyện con ở đây mãi mãi để làm lợi lạc cho chúng sinh.” Có nghĩa là chúng ta không nói: “Ta muốn vãng sanh Tịnh độ. Ta chán cuộc đời này rồi.” Không. Ta muốn làm gì đó cho chúng sinh nên ta ở lại đây cho tới chừng nào vẫn còn chúng sinh trong cõi luân hồi. Đó là cách chúng ta phát Bồ đề tâm - đó là động lực của bồ tát.

Nguyện bồ tát là một thứ [năng lực] rất mãnh liệt và rất dũng cảm. Bồ tát không dễ ngã lòng, chán nản. Họ có lòng tin mạnh mẽ, lòng tin vào những thiện hạnh vì lợi lạc chúng sanh. Họ không sờn lòng cho dù khó khăn như thế nào đi nữa. Họ nguyện làm những việc đó. Đó là cách mà các bạn phát nguyện tôi rèn động lực bồ đề.

good life, good family, good conditions ...” So, we say aspiration for that.

We say: “May I reach the activities that benefit beings. That means “may I be like Shakyamuni Buddha who benefits all sentient beings.” Also, we say: “May I be able to bring happiness, bring joy to those who hear me, who think of me ...” So that is how we make aspiration and how we wish we are able to benefit sentient beings in many ways; as many as possible.

“May objectless knowledge and compassion ...”. That means: “May I be here for ever for sentient beings to benefit them.” That means we don’t say: “I want to take rebirth in Dewachen. I’m bored with this life.” No! We want to do something for others so it’s ok for us to be here as long as possible; as long as sentient beings exist. That is how we develop bodhicitta, which is bodhisattva’s motivation. Bodhisattva’s motivation is something very strong and very brave. They can not get upset easily. Bodhicitta has a lot of confidence. Bodhisattvas have a lot of confidence in doing activities for all sentient beings. They do not care how much difficulty they have to face. They are willing to do that. This is how you make aspiration to develop bodhicitta motivation.

“Nguyện tất cả bệnh khổ, quỷ ma và chướng duyên ...” trang 5. Chúng ta phát nguyện cho kiếp sống này. Chúng ta nguyện không có [gặp] quỷ ma, năng lượng tiêu cực chướng ngại, rủi ro v.v. “Khi tâm thân huyễn ...” dòng 2 trang 6. Khi cái chết tới chúng ta phải đối mặt với nó như thế nào? Do hành trì pháp Kurukulla, khi thân xác bị hủy hoại, cái chết tới thì ta chuyển tâm thức của mình nhập vào trí tuệ, vào tâm Kurukulla. Nếu tụng lời nguyện này nhiều lần và quán tưởng thì ta có thể thực hiện được điều đó. Nếu các bạn tu pháp này hàng ngày và thiết lập được kết nối mạnh mẽ với Kurukulla, thì khi cái chết tới Ngài sẽ xuất hiện và đưa bạn tới cảnh giới an bình.

Có nhiều tranh tượng Kurukulla khác nhau. Đây là một trong những bức tranh phổ biến nhất. Nhiều người đã biết bức tranh này: một mặt, hai tay, đứng thẳng và tay cầm những pháp khí khác nhau. Đây là hình tượng rất phổ biến của Kurukulla. Tôi đã dạy pháp Kurukulla ở Mỹ nên các bạn có thể kiểm băng ghi âm các buổi giảng để nghe. Tôi đã dạy cách quán tưởng, cách tư duy, quán chiếu, trì chú, cách quán tưởng và hóa tán quán tưởng và vân vân.

(hết bài giảng ngày 13.10.2012)

“May all things such as illnesses, demons and obstacles ... “on page 5. We say some aspiration especially for this life. We wish that there are no demons, no negative energies, no obstacles, no bad luck and so on.

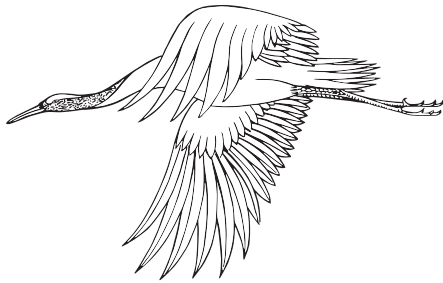
“When illusory body ...” The second line on page 6. When death comes how should we accept that? How should we face that? By doing Kurukulla practice when our body is destroyed and death comes we want to transform our consciousness into wisdom of Kurukulla or mind of Kurukulla. If we say this prayer a lot and think of this a lot then there is chance for us to be able to do that. And if you do this daily practice and establish strong connection with Kurukulla I think when death comes Kurukulla will appear and lead you to a peaceful place.

There are different styles of Kurukulla. This is one of the most popular ones. Many people know this style: one face, two arms, standing up and holding different things. This is a very common form of Kurukulla. As I gave teaching on Kurukulla in the US so you'll be able to get the recording of that teaching and listen to it. I've given instructions on how to visualize, how to think, how to recite the mantra, how to establish your visualization and how to dissolve the visualization and so on.

(This is the end of the teaching on 13th Oct. 2012)

"Nhưng, uy lực của nghiệp đã đưa tôi
thành bông hoa nhỏ trên rặng núi. ..."





II

THƯ RINPOCHE GỬI ĐỆ TỬ **RINPOCHE'S LETTERS TO** **HIS STUDENTS**

TƯƠNG DUYÊN

*Từ đỉnh ngọn kiếm thanh xuân thống lãnh của bất nhị
Bùng lên ngọn lửa thiêu tan mọi vọng tưởng nhị nguyên.
Nguyện cầu Đức Văn Thù, Bốn tôn đoạn diệt
mọi hạnh phúc, khổ đau nhị nguyên đối đãi,
Luôn an trụ bất phân li trong đóa sen nơi trái tim của bạn.*

Tôi không có những trải nghiệm hoặc phẩm chất gì đặc biệt xét về các cấp độ và các địa (bồ tát). Tuy nhiên, từ khi còn ít tuổi tôi đã thể hiện một khát vọng và thiên hướng mãnh liệt đặc biệt đối với Giáo pháp và có một cơ duyên tuyệt diệu tiếp xúc với Giáo pháp. Ngoài ra, tôi đã được thừa nhận là tulku và vì vậy mà từ nhỏ tôi đã có một tước hiệu khiến mọi người chú ý và có lòng tin nơi tôi.

Tôi đã có dịp kết bạn với một số người Việt sống ở trong và ngoài nước Việt Nam. Họ quý mến tôi và rất tốt với tôi vì thế mà tôi muốn tới Việt Nam để gặp những

INTERDEPENDENT ORIGINATION

*From the tip of the swaying sapling of the sword of non-duality
Shines the firelight that burns the host of dualistic thoughts.
May Manjushri, who is the deity that ends dualistic
happiness and suffering,
Always dwell inseparably in the lotuses of your hearts.*

I don't have any special high view in terms of the experience and special qualities of the Dharma's paths and bhumis. However, since I was a child, I have had a strong tendency for the Dharma and had an excellent opportunity of meeting it. Moreover, I was recognized as a tulku so that since childhood I have had a title that has caused many people to be interested in me and have faith in me.

I became friends with some Vietnamese, some living in Vietnam and some not. They liked me and were good to me, so I really wanted to go to Vietnam and meet those

người bạn đó. Vừa qua, tôi đã có dịp tới Việt Nam và đi một chuyến du lịch cùng với các bạn. Tôi đã thực sự cảm động một cách sâu sắc khi thấy các bạn đã không nề hà khó khăn, trở ngại, không tiếc thời gian và tiền của để đóng góp công sức cho chuyến đi thành công.

Đó là một dịp để tôi làm quen với một số người mới và biết thêm về những người mình đã quen biết. Và bây giờ, nhờ thành tâm, nhờ đối thoại cởi mở mà chúng ta đã biết và hiểu nhau như những đạo hữu và như những người bạn đồng hành. Câu chuyện về chuyến hành trình tới một đất nước giống như một chuỗi những hạt vàng trong một tràng hạt, và chiêm nghiệm những trải nghiệm đó cũng giống như nhìn vào một tấm gương bằng pha lê. Mỗi chặng của cuộc hành trình đều có một thứ gì đó để ta học hỏi; ta có thêm được những cảm nhận mới, cách nhìn mới về đạo lộ phải đi, và có thêm được lòng tin vào sự cần thiết phải có một trí tuệ rộng mở.

Tôi tin rằng trong chuyến hành trình xuyên đất nước vừa qua tất cả mọi người đều học được một điều gì đó mới mẻ và mở rộng tầm hiểu biết của mình. Không những thế, chúng ta còn có dịp nhìn sâu hơn vào tâm thức mình để xem lòng tin của mình mạnh mẽ tới đâu, tâm của mình vững vàng tới đâu, và trái tim mình trong sáng tới mức nào.

friends. Now I have actually been able to go there and tour the country with you. I am deeply moved that you went to all the trouble, taking so much time and expense, to make the trip happen.

This was an opportunity for me to get to know some of you for the first time and to get to know others better. So now we have come to know each other, through having sincere, open conversations, becoming both Dharma friends and traveling companions. The account of a tour of a country is like a series of golden beads on a mala, and the experience is like looking into a crystal mirror. On each step of the journey there is something new to learn, we get a new idea about the path to follow, and gain confidence in having an open mind.

I think that from our tour of the country we all learned something new, and increased our knowledge. Not only that, but we gained some insight into how much confidence we have, how stable our minds are, and how pure our hearts are.

Có câu nói rằng nếu ta không có đức tin vững chắc vào Giáo pháp của Đức Phật thì không thể nhận được ân phước và gia trì, gia hộ. Cũng giống như vậy, trong cuộc sống thường ngày, khi một người không có được một trái tim trong sáng thì không thể kiếm được những người bạn tốt để có thể tin cậy.

Theo truyền thống văn hóa Tây Tạng người đã chia sẻ với mình một chặng đường được xem là một người bạn quý. Cũng như vậy, các bạn đã trở thành những người bạn đường quan trọng của tôi.

Nếu hình dung thế giới này của chúng ta như một bức tranh rất chi tiết, tuyệt đẹp và sống động thì mức độ chúng ta cảm nhận được vẻ đẹp và chất nghệ thuật của bức tranh tới đâu phụ thuộc vào khả năng và căn tánh của mỗi người. Trên thực tế, tất cả những gì ta cảm nhận là tốt hay xấu trong thế giới này thật ra là muôn vàn hình tướng hóa hiện khác nhau sinh từ mảnh đất nhân duyên của riêng mỗi cá nhân. Vì vậy, nếu bạn đưa ra một quyết định nào đó mà chỉ dựa thuần túy vào cảm nhận của cá nhân mình, vào nhân duyên của riêng cá nhân mình thì sẽ rất khó nhận ra được bản tánh tương duyên mà tất cả mọi sinh tồn đều chia sẻ. Vì vậy, chúng ta phải nương tựa vào nhau, tôn trọng lẫn nhau, kiên nhẫn với nhau, tốt bụng với nhau, nói chuyện

It's said that if there is no firm faith in the Dharma teachings of the Buddha, we won't receive its blessing. It's the same when in ordinary life someone who doesn't have a stable heart has no friends they can rely on.

In Tibetan tradition a companion that one has traveled with is considered a very important friend. In the same way, you have become important traveling companions for me.

If we think of this human world of ours as being like a beautiful, vividly detailed mural, whether we can appreciate its skill and beauty depends on our own ability and nature. In fact, all things that we perceive are just the various good or bad appearances that arise through individual dependent origination. Therefore, if you make a decision based solely on your own perception, or dependent origination, it's still difficult to know the nature of the dependent origination that other various beings have. Therefore, we should rely on each other, respect each other, be patient with each other, be kind to each other, speak from the heart to each other, be comfortable with each other, be peaceful with each other, and so

với nhau bằng cả con tim, cảm thấy thoải mái cùng nhau, cảm thấy yên vui bên nhau v.v. Điều này sẽ làm cho những gì quý giá, những gì được định hướng đúng đắn, những gì tốt đẹp và chói ngời phẩm chất trí tuệ trong cuộc đời của mỗi cá nhân bùng nổ, và bạn sẽ trân quý những cách cảm nhận (cuộc đời) của người khác. Và bạn sẽ gieo trồng những hạt giống của hạnh phúc và thiện lành.

Khi nào tôi viết tôi cũng hay viết dài, khi nào tôi nói, tôi cũng hay nói lâu, vì vậy xin được dừng lời ở đây, trước khi các bạn bắt đầu cảm thấy nhàm chán.

Với tất cả lòng kính trọng sự tận tụy, tận tâm, tận lực của các bạn; với lời cầu nguyện cho thành tựu mọi ước nguyện của các bạn, và với lời cầu nguyện cho các bạn có được hạnh phúc trọn vẹn, phước lành, thọ mạng dài lâu và sức khỏe.

Những lời này được dâng tặng với lòng kính trọng bởi (ký tên) Hungkar Dorje, kẻ lữ hành của xứ tuyết, trong lâu đài của những vàng mây cam lồ trắng ở trong tim của một đóa sen xanh trên bầu trời (lơ lửng) phía trên đầu mảnh đất miền tây nước Mỹ.

Ngày 16.11.2009

Trên một chuyến bay từ hạt Orange tới Houston, Texas, Hoa Kỳ.

(thư Ngài Hungkar Dorje Rinpoche gửi những người tham gia chuyến hành trình xuyên việt với Ngài tháng 10.2009)

on. This will bring out the value, direction, beauty, and brilliance of one's life, and you will also respect the perceptions of others, and you will plant the seeds of their happiness and welfare.

Whenever I write, I write too much, and whenever I talk, I go on for too long, so I will stop here, before you get bored.

With respect for your loyalty and your hard work, and with a prayer that your wishes be fulfilled, and that you will have perfect happiness, good fortune, long life, and health.

This is offered with respect, by

(Rinpoche's signature)

Hungkar Dorje, the wanderer from the land of snows, in a mansion of white clouds of amrita in the heart of the sky's blue lotus, above the western land of America.

2009 November 16th

*On a flight from Orange County to Houston,
Texas, USA.*



From the tip of the swaying sapling of the sword of non-duality
Shines the firelight that burns the host of dualistic thoughts.
May Manjushri, who is the deity that ends dualistic happiness and suffering,
Always dwell inseparably in the lotuses of your hearts

Dear Thien Thi Hieu Nguyen,

I don't have any special high view in terms of the experience and special qualities of the Dharma's paths and bhumis. However, since I was a child, I have had a strong tendency for the Dharma and had an excellent opportunity of meeting it. Moreover, I was recognized as a tulku so that since childhood I have had a title that has caused many people to be interested in me and have faith in me.

I became friends with some Vietnamese, some living in Vietnam and some not. They liked me and were good to me, so I really wanted to go to Vietnam and meet those friends. Now I have actually been able to go there and tour the country with you. I am deeply moved that you went to all the trouble, taking so much time and expense, to make the trip happen.

This was an opportunity for me to get to know some of you for the first time and to get to know others better. So now we have come to know each other, through having sincere, open conversations, becoming both Dharma friends and traveling companions. The account of a tour of a country is like a series of golden beads on a mala, and the experience is like looking into a crystal mirror. On each step of the journey there is something new to learn, we get a new idea about the path to follow, and gain confidence in having an open mind.

I think that from our tour of the country we all learned something new, and increased our knowledge. Not only that, but we gained some insight into how much confidence we have, how stable our minds are, and how pure our hearts are.

It's said that if there is no firm faith in the Dharma teachings of the Buddha, we won't receive its blessing. It's the same when in ordinary life someone who doesn't have a stable heart has no friends they can rely on.



In Tibetan tradition a companion that one has traveled with is considered a very important friend. In the same way, you have become important traveling companions for me.

If we think of this human world of ours as being like a beautiful, vividly detailed mural, whether we can appreciate its skill and beauty depends on our own ability and nature. In fact, all things that we perceive are just the various good or bad appearances that arise through individual dependent origination. Therefore, if we make a decision based solely on your own perception, or dependent origination, it's still difficult to know the nature of the dependent origination that other various beings have. Therefore, we should rely on each other, respect each other, be patient with each other, be kind to each other, speak from the heart to each other, be comfortable with each other, be peaceful with each other, and so on. This will bring out the value, direction, beauty, and brilliance of one's life, and you will also respect the perceptions of others, and you will plant the seeds of their happiness and welfare.

Whenever I write, I write too much, and whenever I talk, I go on for too long, so I will stop here, before you get bored.

With respect for your loyalty and your hard work, and with a prayer that your wishes be fulfilled, and that you will have perfect happiness, good fortune, long life, and health.

This is offered with respect, by

Hungkar Dorje, the wanderer from the land of snows, in a mansion of white clouds of amrita in the heart of the sky's blue lotus, above the western land of America.

2009 November 16th

On a flight from Orange County to Houston, Texas, USA.

(Thư ngày 5.02.2012)

GỬI NGƯỜI TÌM THẦY HỌC ĐẠO⁽³⁾

Gửi Lotsawa⁽⁴⁾ và tất cả,

Thầy hy vọng mỗi người đều đang tiến bộ, trong cả đạo và đời. Với Phật giáo, tự do là điềm then chốt. Vậy nên, ai đó có đức tin nơi Pháp Phật hay không thì cũng OK thôi. Mỗi cá nhân đều có quyền tự do lựa chọn: tin nơi Đức Phật hay không tin nơi Ngài. Cũng vậy thôi: mỗi cá nhân có quyền lựa chọn tin hay không tin vào người này, điều này, hay người khác, điều khác. Nếu người ta đã muốn theo cái này cái kia, thì cứ để họ tự do lựa chọn theo ý họ thích.

Thế nhưng, câu hỏi do đây mà nảy sinh ra là: “Tại sao ai đó lại chọn để theo một truyền thống này nọ hay một

(3) Ngài Hungkar Dorje Rinpoche gửi bức thư này ngày 05.02.2012 trả lời thư thỉnh cầu của một số người trong nhóm bạn đạo của Hiếu Thiện (Lotsawa) ở Hà Nội. Sau khi đọc thư Thầy cả nhóm hoan hỉ muốn gửi thư này tới tất cả những bạn đạo hữu duyên. Rinpoche tán đồng, Ngài viết: “Xin hiểu rằng bức thư thầy không viết về riêng một

(Letter 5.02.2012)

TO THOSE WHO ARE IN SEARCH OF DHARMA TEACHERS

Dear Lotsawa and all,

Hope every one is doing good with both Dharma practice and lives importance. In buddhist tradition, freedom is very important. There for it is okay to have faith in Dharma or not to have. It is free for any one to have faith in Buddha or not. It is the same, free for any one to believe in this one or that one.

If people want to follow this or that, that is really up to their choice, the question brings by is, why dose some

cá nhân nào mà về vấn đề chung [cho tất cả]. Ai muốn tìm thầy học đạo đều phải “tìm” theo cách bức thư này chỉ dẫn.” Tên chung của hai bức thư là do người dịch đặt để để cho người đọc phân biệt giữa các bức thư Thầy gửi.

(4) Lotsawa (Phạn ngữ) – RIGPAWIKI: dịch giả các kinh sách Phật giáo tiếng Phạn sang tiếng Tạng.

vị thầy này nọ?” Liệu người ấy đã thật sự có hiểu biết căn bản để có thể chân thật gắn kết với cái truyền thống đó, ông thầy đó hay chưa? Hay là họ cứ mê mê, say say như thế mà chẳng có một căn cứ, một nguyên do nào cho thật là rõ ràng, chân xác cả?

Thật ra, khi người ta đã đặt lòng ái mộ vào một ai đó, một cái gì đó rồi (có nguyên do hoặc không có nguyên do rõ ràng, chân xác) thì cũng thật khó để mà nói chuyện đúng hay sai ở đây nữa. Bởi lẽ, cái mê say, gắn bó kia nó đã được đặt ở đó mất rồi. Còn giả như ai đó vẫn chưa có chút tin tưởng, gắn bó nào cả, thì lại càng khó mà nói là có thể đưa cái tâm chí thành, cái gắn bó vào trong lòng họ nổi. Vì ai mà biết được liệu cái tín tâm, cái gắn bó [được đưa vào] đó rốt cuộc có mang lại cho người đó sự thỏa mãn sâu sắc, chân thực nào hay không.

Theo thầy, người ta cần phải tự quyết định với chính lòng mình cho rõ ràng rằng: họ có thật sự khát khao, gắn bó hay không? Khi ai đó phán xét rằng việc này hay việc kia là thiện hay ác, thì lời phán xét đó chưa hẳn có chút giá trị nào cả. Bởi vì, thiên hạ quen thói nói theo cái họ thích, chứ có mấy ai nói với sự hiểu biết chân thực. Trong

one follow that one or that tradition? Dose this one have basic understand to have some interest in that or have that interest without having any good reason?



In fact, if some one puts he's or her interest in some thing or some one with or without good reason, then it is difficult to say wrong or right because the interest is already put in. If the interest is still yet not put in, then it is even more difficult to say to put it in because it is very difficult to say that interest will definitely bring satisfaction.

I think people should make their own decision rather he or she really wants or not. It is not always really mean some thing special when some one says some thing good or bad because people say things the way they want or how they want but not always with understand the reality. In this kind of case, people should decide

trường hợp như vậy, người ta phải tự quyết định lấy việc học hỏi, khảo sát, và tư duy quán chiếu. Nếu ai đó có phản hồi tốt cho việc họ làm, thì câu trả lời cho họ là “có”; còn nếu không, thì câu trả lời là “không”. Ngày nay chúng ta có đầy đủ phương tiện như sách vở, internet để nhận mọi thông tin cần thiết. “Lời Vàng của Thầy Tôi”⁽⁵⁾ cung cấp cho chúng ta những gì có liên quan tới vấn đề này.

Mà thật ra thì cũng rất khó cho người được hỏi để đưa ra câu trả lời cho thật rõ ràng: “YES” hay là “NO”. Bởi lẽ, người đó chẳng hiểu nổi rốt cuộc cái gì là mấu chốt ở đây, hoặc giả người đó chẳng biết được những ước vọng gì đó của cái đa số ấy. Nếu đây là một suy nghĩ tốt lành thì ắt hẳn cái đa số kia sẽ chẳng bỏ phiếu cho cái suy nghĩ ấy. Còn nếu như đó là những suy nghĩ của cái đa số kia thì ... đã có sẵn ở đó một hạt giống [nghiệp] sâu dày [nơi đó] rồi. Và cái hạt giống [nghiệp] ấy cứ thế mà mọc lên theo cách khế hợp [với nhân đã gieo]. Giả như đây là một vấn đề gây tranh cãi thì ... mọi người lại cảm thấy cần hòa bình, và cần nhiều hòa bình cơ. Còn nếu đó là một vấn đề mà tất cả mọi người đều thấy OK cả, đều một lòng một dạ cho là

(5) “Lời Vàng của Thầy Tôi” là cuốn sách mà Rinpoche đã khuyên đệ tử lấy làm tài liệu tu chính yếu và đọc đi đọc lại càng nhiều lần càng

their won learning, investigating, thinking. If any one gets good response from doing those, then yes, if not, then no. Now days its easy, convenient for people to read books or to search on the Internet to get what ever information one may need. The words of my perfect teacher gives all the information relate to that problem.



Some times, it's very hard to say yes or no because the replier may not really see the essential or lack of understanding the wishes of the majority. If its an idea then the majority will not vote for it and if it's ideas from the majority, there is already deep seed that grows accordingly. If its subject of debate, people need or want more peace , if it's an abject that every one

tốt. Đây là cuốn luận của nghi quỹ Ngondro Longchen Nyingthig nhưng đồng thời cũng là cuốn sách gối đầu giường của người tu ở Tây Tạng thuộc tất cả các dòng phái khác nhau.

TỐT, thì khi đó chúng ta có được hòa bình nhưng lại thiếu mất *debates*⁽⁶⁾ (tranh luận, bàn cãi).

Lời khuyên của thầy gửi tới các bạn là:

hãy học hỏi, khảo sát nhiều hơn,

hãy tư duy, đào bới sâu hơn,

hãy so sánh cách đối nhân xử thế,

hãy xem xét phẩm hạnh chính yếu,

hãy xem xét cách hành xử, cách nhìn nhận sự việc,

hãy xem cả lời nói lẫn việc làm,

đừng dừng nơi lời nói, hãy nhìn sâu vào đức hạnh,

đừng dừng nơi cửa miệng, hãy nhìn sâu vào con tim,

đừng nghe cái uyên áo êm tai, hãy nhìn sâu vào toan tính ẩn giấu trong tâm,

*đừng bị hấp dẫn, dối lừa bởi cái huyền bí, thâm mật⁽⁷⁾,
hãy nhìn vào đạo hạnh hiển nhiên dung dị !!!*

(6) Chữ “debates” có ngữ nghĩa hàm súc trong Kim Cương Thừa vì vậy chỉ có thể tạm dịch là “tranh luận”, “bàn cãi”. Đức Đạt Lai Lạt ma nói về “debates” như sau: “... Pháp chân thật có nghĩa là thực sự đi thật xa vào tận bên trong. Điều đó có nghĩa là thảo luận, là đàm đạo với những con người khác; có nghĩa là tranh luận, bàn cãi với mọi người

sees okay or accepts good, then there is peace but no debates.

My advice to all is to learning more, to investigate more, to think more deeply, to compare between, to check more indispensable, to see conducts and view, to see what say and what do together, not to see the words but the conduct, not the mouth but the heart, not the Warble smartness but the means in the mind, not the hiding part but obvious part!!!



xung quanh và tranh luận, bàn cãi với chính bản thân mình. Nếu chỉ đơn giản là tới đây, chỉ tới đây để thấy tôi thì chưa thể nói là tốt rồi được. Tranh luận một cách thật sâu sắc (deep debate), thực hành Pháp một cách thật sâu sắc (deep Dharma practice) từng ngày, hàng ngày. Điều đó mới thực sự làm cho Pháp hữu ích cho thế giới của chúng ta và cho con tim của các bạn.”

(7) Xin xem giải nghĩa của Rinpoche trong bức thư sau, ngày 11 tháng 2.

Thầy hy vọng thư này sẽ đem lại cho các bạn một vài ý tưởng và định hướng cho đường tu. Cầu chúc các bạn sức khỏe, bình an, hạnh phúc. Hãy hiểu biết và cảm thông, hãy vững bước trên con đường tu.

Xin cảm ơn từ tâm của tất cả, những trái tim ấm áp, những tấm lòng tận tụy, thương yêu.

Hungkar Dorje

I hope this letter will give you some ideas and a direction on this path. Please be well, be happy, be peaceful, be understanding, be on the path!

Thank you for everyone's kindness, sweethearts, supportive hearts, compassionate hearts.

Hungkar Dorje

Sent from my iPad

(Thư ngày 11.02.2012)

Gửi Lotsawa⁽⁸⁾,

Xin lỗi thầy trả lời thư hơi trễ vì công việc đã lên kế hoạch.

Những gì viết ở trong bức thư đều là chuyện có thật mà người tu cần biết khi tìm thầy. “Hidden” nghĩa là: người mới vào đường tu đừng quá tin rằng có những phẩm chất quá ưu đặc biệt trong vị thầy mà người thường không dễ gì thấy được; thật ra, đạo hạnh, cách đối nhân xử thế mới là cái [thật sự] quan trọng. Nếu có ai đó tỏ ra rằng họ có những phẩm chất rất đặc biệt này nọ trong tim, trong tâm hay nói như vậy, thì cũng chưa chắc đó là sự thật. Nhưng nếu cách hành xử tốt, hợp giáo pháp thì hiển nhiên đó là người tốt thật.

Ngày nay có nhiều người, đặc biệt là các vị Lạt Ma Tây Tạng, không thật là những người được giáo dục tốt mà chỉ có vẻ như vậy thôi. Bởi do phần lớn người học đạo

(8) Sau khi trao đổi về bản Việt dịch với một số dịch giả và bạn đạo, Hiếu Thiện đã viết thư hỏi Rinpoche về một vài điểm trong bức thư ngày 05.02. Vì vậy ngày 11.02 Ngài gửi Hiếu Thiện (Lotsawa) bức thư này.

(Letter 11.02.2012)

Dear Lotsawa,

Sorry for not replying soon due to my schedule.

In fact what I said there in my letter are real things that people should know on a dharma teacher. Hidden means, simple that new people should not believe in too much there is deep or special qualities in a teacher that can't see easily but the obvious conduct is more important. If someone says or seems to have special qualities in the heart or in the mind does not mean always real but then obviously if the conduct is good or acts as dharma way, it is something good.

Now days many people specially many Tibetan lạt mas who are not really well educated but seem to be, because most people do not know what real dharma is



không biết Pháp chân thực là gì, không biết Pháp đòi hỏi ở một vị thầy những [phẩm chất] gì, cho nên, người có cái miệng khéo léo êm tai thường hấp dẫn nhiều đệ tử, còn kẻ trung thực, khiêm nhường lại khó được ai biết đến. Vì vậy, mới bước chân vào thêm đạo bạn đừng kiếm ai giỏi nói nhiều [pháp] hay, mà hãy tìm người tu từ hòa, đạo hạnh tốt. Đừng kiếm kẻ tâm thường để nơi tiền bạc, thế gian. Hãy tìm ai thật lòng muốn làm người tu đạo.

Có một lỗi trong bức thư: chữ “compete” phải thay bằng “compare”. So sánh người này với người khác là một cách tốt để hiểu người, để xem đạo hạnh, cách hành xử của người đó có thật tốt hay không.

Cám ơn tấm lòng của con.

Hungkar

and what dharma requires for a dharma teacher. There for, those who are smart by mouth have more chances to get more students and those who try to be very humble and honest have less chances to be well known.

At beginning, when new people who want to learn dharma and look for a teacher, they should look for someone who is known for dharma not only able to talk a lot but good and peaceful conduct. Someone who is not too much about money or things for this life but who really means to be dharma person.

There was mistake in my letter, it was not compete but compare, to compare someone with someone is a good way of understand some one if he or she is having a good conduct or not.

Thanks for your heart.

Hungkar

ĐỘNG LỰC THIỆN LÀNH

Tây Tạng

*“Bất chấp mọi thứ, họ không bao giờ ngã lòng
trước nghịch cảnh. Họ vẫn tới nghe Pháp
ngồi yên lặng giữa trời băng giá.”*

Xin cảm ơn tất cả về sự giúp đỡ, ủng hộ mà các bạn đã dành cho tôi trong suốt những năm tháng qua và nhân đây tôi cũng muốn nói với các bạn đôi lời về tu viện chúng tôi. Tây Tạng được gọi với cái tên “nóc nhà của thế giới”. Đây là một miền đất bao la xinh đẹp nơi có những rặng núi cao, những nguồn suối trong và hồ nước mát, những bầu trời xanh và làn mây trắng. Đây là miền đất Phật, nơi mà ra ngô là gặp người tu Phật và các tu viện nở rộ như hoa mùa hè vậy. Thế nhưng, xét ở một phương diện khác

GOOD MOTIVATION

Tibet

*“Nevertheless they are never dismayed
by such hardships and they still come and listen
in the open air to the teachings.”*

I wish to thank you all for all the kind support and help you have given me through the years, and I would also like to tell you a little about the monastery.

Tibet is called the roof of the world. It is a beautiful vast land with high mountains, pure water, clean air, blue skies, and white clouds. It is a country where Buddhism prospers, with Buddhists everywhere, and where monasteries are as numerous as flowers in summer. On

thì đây là một vùng đất nghèo và chậm phát triển, nơi mà ngay cả việc đi lại cũng khó khăn với mùa đông băng giá và thời tiết đột ngột thay đổi kiểu “sớm nắng chiều mưa”.

Golog

*“Golog cũng là nơi sông lớn Hoàng Hà
uốn mình lướt qua ...”*

Đất thiêng Golog là một trong sáu huyện của tỉnh Thanh Hải, nằm về phía nam hồ Kokonor sáng chói mệnh mông. Golog có diện tích khoảng 77.000 km² với khoảng 160 000 cư dân, trong đó có 150 000 người Tây Tạng. Golog gồm có 6 quận với quận lỵ Dawu là trung tâm kinh tế, chính trị và văn hóa. Nơi đây có ngọn núi xinh đẹp Amnye Machen cao tới 6.282 mét (20.605 bộ). Golog có núi non trùng điệp: những rặng núi tuyết, rặng núi đá, những cánh rừng xanh, những triền đồi phủ cỏ đồng nội và những thảo nguyên rộng lớn. Golog cũng là nơi sông

the other hand it is a country that is undeveloped and poor, where travel is difficult, the wind is freezing, and the weather unpredictable.

Golog

*“It is the source of the famous Yellow River
that first winds through Golog.”*

The Golog region is an awesome land that is one of the six districts of Qinghai and is south of Qinghai’s vast, bright Lake Kokonor. Golog is 77,000 square kilometers in area with a population of about 160,000, over 150,000 of whom are Tibetans. Golog is comprised of six counties and its political economic and cultural center is the town of Dawu.

The beautiful Amnye Machen Mountain reaches a height of 6,282 meters (20,605 feet). Golog has many mountains: snow mountains, rocky mountains, forest, and pasture covered mountains, and grassy plains. It is

lớn Hoàng Hà uốn mình lượn qua trước khi chảy xuống đồng bằng. Nơi đây có nhiều con sông cùng rất nhiều hồ lớn nhỏ. Chôn thâm sơn cùng cốc hoang sơ này có nhiều thú sống ở độ cao như sư tử tuyết, báo tuyết, bò yak rừng, lừa hoang Tây Tạng, sơn dương Tạng và những đàn nai duyên dáng. Nguồn sống chính của cư dân du mục ở đây là những đàn bò yak và cừu.

Tu viện

Tu viện chúng tôi do Tổ Do Khyentse (1800-1866), một Đại sư của thế kỷ XIX hóa thân của Tổ Rigdzin Jigme Lingpa (1729-1798), thành lập vào thập niên 1820. Lúc đầu tu viện chỉ là một chiếc lều du mục làm bằng lông bò yak được di chuyển từ nơi này qua nơi khác. Tu viện vẫn sống sót qua được những thời kỳ khắc nghiệt như thời các đội quân Hồi giáo xâm chiếm và thời kỳ Cách mạng Văn hóa Trung Quốc. Đó là nhờ một dòng tiếp nối liên tục các bậc Đạo sư với tâm dũng mãnh vô song và nỗ lực phi thường đã tiếp tục duy trì, phát triển các truyền thống, các dòng pháp của tu viện. Đặc biệt, vị trụ trì thứ 9 của tu viện,

the source of the famous Yellow River that first winds through Golog. There are numerous rivers and great and small lakes. In this natural environment roam high altitude animals: snow lions, snow leopards, wild yaks, kiang, the Tibetan antelope, and graceful herds of deer. The principal livelihood of the nomadic population depends on their herds of yak and sheep.

Monastery

My monastery was founded in the 1820s by Do Khyentse Yeshe Dorje (1800-1866), a great master of the nineteenth century who was a rebirth of Rigdzin Jigme Lingpa (1729-1798). At first the monastery consisted of a nomadic yak hair tent of no fixed location moving from one area to another. It barely survived through the invasions by Muslim armies and the Chinese cultural revolution. A succession of lamas with great courage and hard work ensured that the monastery and its traditions continued to exist. In particular the ninth abbot of the monastery,

Ngài Pema Tumdrak Dorje (1934-2009) hay Lama Sang như mọi người thường gọi, đã gìn giữ, bảo vệ dòng pháp của tu viện. Và vào năm 1980 Ngài đã bắt đầu xây dựng tu viện ngày nay, một tu viện đăng ký chính thức được chính quyền Trung Quốc công nhận.

Lama Sang

Lama Sang đã phải đối mặt với vô vàn khó khăn để xây dựng lên tu viện này đáp lại mong ước và nhu cầu của bao người. Bắt đầu từ một cộng đồng tu với 30 vị tăng nơi đây đã phát triển lên thành một tu viện có 500 tu sĩ và khoảng 100 hành giả yogi. Ngài cũng đã xây dựng bảo tháp Bodhanath của Xứ Tuyết, phiên bản của tu viện Samye, phiên bản của đền thờ Mahabodhi ở Bồ đề Đạo tràng v.v. Nhưng Lama Sang đã từ giã thế giới này để đi về một miền khác, bởi vô thường là bản chất của vạn pháp.

Pema Tumdrak Dorje (1934-2009), or Lama Sang as he was generally known, preserved and protected its Dharma lineage. In 1980 he built the present monastery, which is an officially registered monastery recognized by the Chinese government.

Lama Sang

In order to fulfill the wishes and needs of many people, Lama Sang faced many difficulties to build this monastery. The monastic community began with about thirty monks and eventually expanded to five hundred monks with about a hundred yogis. He built the Bodhanath stupa of the Land of Snows, replicas of the Samye Temple, the Mahabodhi temple of Bodhgaya, and others. However, as impermanence is the nature of things, eventually Lama Sang departed this life for another realm.

Trụ trì

Bắt đầu từ năm 2000 theo ý nguyện của Lama Sang tôi bắt đầu nhận trách nhiệm chăm lo nhiều hoạt động của tu viện. Sau khi Lama Sang viên tịch dân chúng trong vùng, với hy vọng tràn đầy trong ánh mắt họ chấp tay tha thiết thỉnh cầu tôi đáp lại mong ước của họ. Và tôi không còn sự lựa chọn nào khác hơn là gánh lấy trọng trách này trên đôi vai của mình.

Trở thành vị trụ trì một tu viện là tham vọng của nhiều người – họ sẵn sàng tranh đấu để chiếm cho được ngôi vị đó. Đối với tôi điều đó tự nó đến: đơn giản là tôi được trao cho một trọng trách. Có nhiều người bỏ công nghiên cứu kinh sách với ước vọng thầm kín: được trở thành một bậc thầy vĩ đại, được đi đó đi đây tới các thành phố lớn, tới những miền đất lạ, xây dựng nhiều đền đài miếu mạo và thu nạp được [nhiều] đệ tử. Tuy nhiên trong thời gian tôi học tập, nghiên cứu Giáo Pháp động cơ duy nhất của tôi là sự tiến bộ trong việc tu học; ngoài điều đó ra tôi không có một mục tiêu nào khác. Vì vậy tôi không cảm thấy đó là

The Abbot

Beginning in 2000 in accordance with Lama Sang's wishes I began to take care of the various activities of the monastery. After Lama Sang's passing, the people living in this region looked to me to fulfill their wishes, their eyes filled with hope and their hands placed together in supplication. I have had no choice but to take this responsibility on my shoulders.

Becoming the abbot of a monastery is the ambition of many people who will struggle and fight for such a position, but this is something that just came to me, that I have been entrusted with. There are many who study Buddhist texts with the secret motive of wishing to become a great master, travel to cities and other countries, build temples and monasteries, and have many pupils. However, during the time I was studying, my sole intention was to progress in my studies and I had no other goal in mind. Therefore, I didn't feel it was

một sự kiện đặc biệt để ăn mừng khi bỗng nhiên tôi thấy mình mang trên vai trách nhiệm về cả một tu viện lớn.

Gian truân

Nếu một người chuẩn bị lãnh trách nhiệm trụ trì một tu viện thì người đó phải học tập, nghiên cứu thật thấu đáo. Có nhiều vị trụ trì là những bậc đạo sư lớn, thông tuệ tuyệt vời, giới hạnh thanh tịnh và có bản tánh thiện lành. Nhưng cũng có những vị trụ trì chẳng chịu học hành, hiểu biết thì nghèo nàn song lại cố giành cho được địa vị ấy bằng những nỗ lực sắt đá không ngơi nghỉ và cả bằng sức mạnh của tiền bạc, của cải.

Về phần tôi, tôi đã sinh ra vào một thời kỳ đầy gian truân. Mãi đến năm lên chín tôi mới bắt đầu học đọc học viết. Đó là thời kỳ mà tất cả mọi người phải sống trong nỗi khiếp sợ cùng tột vì vậy mà không ai dám nghiên cứu Phật pháp hoặc thực hiện các nghi lễ Phật giáo. Thời gian duy nhất trong ngày mà chúng tôi có thể học một cách bí mật là vào lúc nửa đêm. Vào thời kỳ đó, ở Golog trường học cũng không có hướng hồ là tu viện vì vậy mà hoàn toàn không có bóng dù chỉ một vị sư khoác y tu viện. Khi việc

a cause for celebration when I suddenly found myself charged with the responsibility of a large monastery.

Hardship

If one is going to be the abbot of a monastery, one should have studied deeply. There are many abbots who are high lamas with qualities of scholarship, discipline and possessed of a good nature. There are also many abbots who haven't studied, have little knowledge, but gained their position through persistent effort and the power of their wealth.

As for me, I was born in this world in difficult times. I was nine years old before I began to learn to read and write. It was a time when everyone lived in great fear, so that they didn't dare study Buddhism or perform Buddhist rituals. The only time we could study was secretly in the middle of the night. At that time, there were no schools in Golog, let alone monasteries. A monk wearing Dharma robes was never to be seen. When eventually the

tu học Phật rất cuộc đã được cho phép thì nhiều người trong số những người tôi quen biết đã có thể mặc áo tăng và cho mọi người biết rằng họ là tu sĩ. Các cộng đồng tu bổng nhiên xuất hiện như cỏ hoa trên cánh đồng cỏ xanh. Suốt cho tới thời điểm đó họ buộc phải khoác y áo đời thường. Và việc thấy một ai đó cầm một tràng hạt trên tay lại còn hiếm hoi hơn nữa. Vì vậy ngoài cái đầu đã xuống tóc ra thì không có một dấu hiệu gì cho thấy một ai đó là tu sĩ.

Tuy nhiên, các vị Đạo sư và các tăng thân (shanga) ấy đã giữ việc tu hành thật thanh tịnh ở bên trong. Nhờ lòng bi mẫn của các vị ấy mà chúng tôi đã được thọ nhận cam lồ của giáo lý Phật đà. Về phần mình, tôi không có được điều kiện thuận lợi nhất để học giáo lý cũng như các ngành học khác nhau. Nhưng tôi thấy mình vẫn là người may mắn đã có được chút học vấn và một mãnh lực tự nhiên hướng tới chánh Pháp so với nhiều vị lạt ma hoặc vị tăng khác do hoàn cảnh khó khăn hoặc do thiếu khát khao mãnh liệt đối với giáo Pháp mà đã hoàn toàn không thể học được chút giáo lý nào cả.

Dòng Pháp tôi được truyền thừa là pháp Trung quán của Cổ mật, pháp tu Ba la mật, pháp tu tiên yếu, pháp tu tsalung (nội hỏa), pháp tu Dzogchen v.v. và tôi thọ nhận

practice of Buddhism was allowed many of the people I knew were able to wear their monastic robes again and reveal that they were monks. Monastic communities suddenly appeared like a carpet of flowers on the green pastures. Till then they had, by necessity, worn ordinary clothes. It was even rare to see someone with a mala in their hands. Apart from a shaved head there was no indication that the person was a monk. However, those lamas and sanghas kept their Buddhist training pure on the inside and through their kindness we were able to receive from them the nectar of the Buddha's teachings.

As for me I didn't have the best circumstances for studying the Dharma and the various branches of knowledge. However I still think myself fortunate that I have had some education and a propensity for the Dharma compared to the lamas and monks who either because of the difficulties of the times or lacking propensity for the Dharma were not able to study the Dharma at all.

My Dharma lineage is that of the Nyingma's tradition of madhyamaka, the perfection of wisdom, preliminaries, tsalung practice, dzogchen and so on, and I received

các bộ pháp trọn vẹn cả giai đoạn phát khởi lẫn giai đoạn toàn thiện. Ngoài ra tôi đã tu học tri kiến và pháp thực hành của các truyền thống khác như phái Gelugpa. Tôi có cảm giác rằng mình giống như một người có đôi mắt sáng lại được thêm một chiếc kính viễn vọng để nhìn.

Bản thân tôi có duyên được tiếp xúc, tìm hiểu ngôn ngữ và văn hóa của các miền đất khác nhau và nhờ đó mà tôi được biết thêm nhiều về cách những người thuộc các nền văn hóa khác cảm nhận thế giới này. Ngoài ra, tôi cũng có dịp gặp gỡ nhiều người ở khắp nơi trên thế giới và hình thành những mối quan hệ bằng hữu gắn bó qua tất cả những thăng trầm của cuộc đời.

Nguyện ước từ tiền kiếp

Dường như trong kiếp trước tôi đã từng cầu nguyện: “Nguyện cho con được du hành khắp nơi trên thế giới này và với tất cả mọi người đều luôn trải tình thương yêu cùng ước mong làm lợi lạc cho họ bằng những lời dịu dàng, êm ái đem lại an bình trong tâm.” Những người bạn của tôi luôn tốt bụng và ân cần với tôi trong khi tôi chẳng có gì

teachings on all its generation and completion stages. In addition I have studied the view and practice of other traditions such as the Gelugpa. It felt like I was a person with good eyesight being given a telescope to look through.

In addition I have been able to become acquainted with the languages and culture of other countries, which has given me the experience of seeing how other people view the world. I have come to know many people throughout the world and have formed many close friendships with people who remain friends through good and bad times.

Aspiration of my last life

It seems to me that in my last life I must have prayed, “May I travel the world, regarding everyone repeatedly with love and kindness, wishing to benefit them with gentle, pleasant words that bring them peace”. The friends I have are always kind and gentle to me, while

để tặng họ ngoài những thông điệp về hòa bình và lòng nhân ái.

Tuổi thơ

*“Nhưng tôi cảm thấy tự hào rằng
mình không đánh mất đi an bình và tự tại trong tâm.”*

Tôi sinh ra trong một gia đình du mục bình thường suốt bốn mùa xuân hạ thu đông rong ruổi theo những đàn gia súc, lấy thịt và da của chúng, uống sữa tươi và ăn sữa chua của chúng. Vào thời buổi ấy và trong môi trường ấy chữ “giáo dục” hoàn toàn vắng bóng. Công việc chăn thả gia súc được truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác mà không đòi hỏi phải học hành, nghiên cứu hay sử dụng gì nhiều tới bộ óc. Ở trong vùng, gia đình tôi thuộc loại lớn và có nhiều của cải so với những gia đình khác, nhưng cơn lốc Cách mạng Văn hóa đã cuốn đi tất cả chỉ để lại ít người sống sót và chút ít dấu vết của tài sản.

Trong thời buổi khốn khó ấy mẹ tôi phải chịu đựng một áp lực nặng nề: toàn bộ tài sản bị mất trắng, chưa từng

I have nothing to give them but the message of the methods for increasing peace and kindness.

Childhood

*“I feel very proud that I did not lose
the peace and stability of my mind.”*

I was born into an ordinary nomadic family following the herds through the four seasons, taking their meat and skins, drinking their milk and eating yoghurt. At that time and in that environment even the word “education” was unknown. The work of herding was passed on through the generations with no tradition of studying or using one’s brain.

In our area my family was large with much property compared to others. The upheaval of the Cultural Revolution swallowed them whole leaving only a few people and a trace of the wealth. In that difficult time, my mother was under great pressure because she lost

bao giờ được tới trường, chưa từng bao giờ biết lo kiếm tiền mà nay bỗng phải một mình lo nuôi năm đứa con. Vậy nên khi tôi còn nhỏ tất cả thức ăn mà chúng tôi có chỉ là sữa chua vào mùa hè và bột tsampa vào mùa đông. Chúng tôi không biết tới một loại thức ăn nào khác vì thực phẩm hồi đó vô cùng khan hiếm. Dạ dày của chúng tôi luôn thèm khát hương vị của bánh mì và cơm, song xét cho cùng chúng tôi đã rất may mắn cho dù là chỉ có sữa chua hay tsampa mà thôi.

Chỉ khi lên 11 hay 12 tuổi gì đó tôi mới được nhìn thấy bắp cải, cải chíp lần đầu tiên. Lưỡi tôi lúc ấy mới được chạm vào các thức đó và biết tới mùi vị của chúng. Cứ nghĩ tới cảnh sống mà tôi và các bạn tôi thời thơ ấu đã trải qua thì thật không thể tin nổi làm sao mà chúng tôi vẫn còn sống sót và có thể thành tựu được ước nguyện của đời mình. Suốt tuổi thơ tôi chưa một lần cắp sách tới trường. Cha mẹ tôi và người thân trong gia đình không có thời gian để chăm sóc tôi với tất cả tình yêu thương như họ luôn mong muốn.

Tôi lớn lên trong giông tố của sợ hãi và hiểm nguy. Nhưng tôi cảm thấy tự hào rằng mình không đánh mất đi an bình và tự tại trong tâm. Và giờ đây tôi có thể đi đó đi đây trong thế giới này làm một sứ giả của an bình nội tại.

almost everything, she had never been to school, had no interest in seeking wealth, and now had to rear five children on her own. When I was a child, all we had to eat were yoghurt in the summer and tsampa in the winter. We never saw any other kind of food as it had become so scarce. Our stomachs were always longing for the taste of bread and rice, but we were very fortunate just to have the yoghurt or tsampa.

I was about eleven or twelve before I first saw cabbage and bokchoy and my tongue was able to touch and taste them. When I think of the conditions that I and my childhood friends lived through, it seems incredible that we are still alive and able to accomplish our goals in life.

As a child I was never able to go to school. My parents and relatives were not able to care for me with love and kindness, as they would have wished to. I grew up in the midst of a storm of fear and danger. I feel very proud that I did not lose the peace and stability of my mind and am now able to travel the world as a messenger of peace of mind.

Thiện tâm

“Nếu tâm hồn tôi là một con ong thì nó sẽ luôn vo ve quanh vườn hoa của hạnh bồ tát chẳng bao giờ rời xa.”

Tất cả là nhờ lòng bi mẫn của cha tôi. Người đã cho tôi cuộc sống này. Nhưng hơn thế nữa, Người đã trao cho tôi cả trọng trách lớn lao này, đó là một đại duyên để đem lại lợi lạc cho mọi chúng hữu tình.

Khi còn nhỏ tôi thường rất xúc động mỗi khi được nghe kể về cuộc đời của các vị bồ tát. Những câu chuyện ấy là thức ăn có hương vị tuyệt vời và rất bổ dưỡng cho tâm hồn tôi. Nếu tâm hồn tôi là một con ong thì nó sẽ luôn vo ve quanh vườn hoa của hạnh bồ tát chẳng bao giờ rời xa. Vậy nên từ nhỏ tâm tôi đã kiên định hướng theo tiếng gọi của hạnh bồ tát. Tâm bồ đề, tâm từ và bi đã trở thành mục đích của cuộc đời tôi, là người bạn đồng hành của tôi trên đạo lộ. Tôi luôn luôn dẫn thân vào bất cứ việc gì làm tăng trưởng hạnh bồ tát hạnh và tránh xa bất cứ việc gì làm tổn hại đến hạnh nguyện ấy.

Good motivation

*“If my mind were a bee, it would always
be buzzing around in the flower garden
of bodhisattva conduct and would never leave.”*

It is through the kindness of my father that, not only do I have this life, but also this responsibility, which is a great opportunity for benefitting others.

When I was a child I was very moved when I listened to stories of the lives of bodhisattvas. They were like the most delicious, nutritious food for my mind. If my mind were a bee, it would always be buzzing around in the flower garden of bodhisattva conduct and would never leave. Even as a child I was determined to follow the conduct of a bodhisattva in this life. Bodhicitta: love and compassion became both my goal in life and my true companions on my journey.

I always want to engage in any activity that will help me to increase my bodhisattva conduct, and I want to

Tôi là một trong số bảy tỉ người hiện đang sống trong thế giới này. Tôi không phải là một nhà lãnh đạo đầy quyền lực, không phải là một doanh nhân và cũng không có tham vọng hay ác tâm nào cả. Tôi chỉ muốn đi theo tiếng gọi của hạnh bồ tát. Tiếng gọi của hạnh bồ tát không phải do một vị bổn tôn nào ban cho tôi, tôi cũng không mua nó bằng tiền hay dùng sức mạnh để chiếm đoạt. Nó đến với tôi do nhất tâm trụ nơi động lực thiện lành. Nó là quả lành của công đức và những lời cầu nguyện của tôi. Vì vậy, có lẽ trong nhiều kiếp trước tôi đã từng là một người có một động lực sống, một lẽ sống rất tốt lành.

Động lực thiện lành này từ bao tiền kiếp đã tạo nên thiện nghiệp che chở cho tôi. Vì vậy tôi tin rằng trong những kiếp ấy chắc chắn tôi đã từng đạt được một thành tựu nào đó rất xuất sắc. Việc đó đem lại lợi lạc không chỉ cho riêng tôi mà cho cả những người khác. Và tôi sẽ còn tiếp tục mang thông điệp về sức mạnh của động lực thiện lành tới tất cả [chúng sinh].

Động lực thiện lành có nghĩa là tình thương yêu, lòng bi mẫn, bồ đề tâm, v.v. Những phẩm tánh này chỉ có thể được vui bởi nhờ ta nỗ lực tu hành và làm việc tận tâm; còn nếu chỉ phung phí thời gian cho những gì cá nhân mình ưa thích thì sẽ không đạt được gì cả.

avoid any activity that would be harmful to it. I am one of seven billion people that are alive in the world at this time. I'm not a powerful ruler, nor a businessman. I don't have strong desire or malice. I just want to follow the conduct of a bodhisattva. This interest in bodhisattva conduct is not something that was given to me by a deity; I didn't buy it, or get it by force. It came from single-minded good motivation; it is a result of my merit and prayers. Therefore it seems to me I must have been a person with good motivation in many previous lifetimes.

This good motivation during many lifetimes is an act of kindness that has protected me, so that I recognize that I must have achieved something remarkable in those lifetimes. This is not just something that benefits myself alone; it is an instruction that benefits others and myself equally and so I still continue to bring this message of the power of good motivation to everyone.

Good motivation means love, compassion, bodhicitta, and so on. These can only be developed through effort and hard work; they are not going to be accomplished just by spending one's time enjoying oneself.

“ ... cái lỗi lầm người tu thường mắc phải là chúng ta luôn đem tám ngọn gió đời trộn lẫn vào việc tu Phật của mình.”

Bởi vì động cơ thanh tịnh, tốt lành rất cần để tu hạnh bồ tát, tôi tin rằng bất cứ khó khăn nào đến với người tu hạnh bồ tát đều đáng quý và đáng để ta [hoan hỉ] đương đầu. Tuy nhiên, cái vẩn nạn lớn nhất của chúng ta, cái lỗi lầm người tu thường mắc phải – đó là chúng ta luôn đem tám ngọn gió đời (lợi, suy, vui, khổ, vinh, nhục, khen, chê - LND) trộn lẫn vào việc tu Phật của mình. Đây không chỉ là cái nạn của những hành giả sơ cơ bị kẹt vào những toan tính thế tục. Không ít các vị trụ trì có nhiều đệ tử hoặc các vị đạo sư lớn nổi tiếng cũng không khỏi vướng vào những ngọn gió ấy. Họ nói: “Đây là truyền thống của tôi, đây là tu viện của tôi, đây là đệ tử của tôi” và rất sâu trong tâm thức họ bị dính chặt vào những chuyện đó. Đặc biệt, họ thường nói: “Đây là những đệ tử của tôi” rồi giữ chặt lấy những đệ tử ấy bằng mọi cách kể cả việc mắng mỏ hay hăm dọa. Muốn được thiên hạ tôn vinh họ quay ra tự ca ngợi mình, phê phán người này người kia và làm nhiều điều khác nữa. Ai đã thoát khỏi tám ngọn gió đời và họ ở đâu ? Tôi luôn

“... the mistake that we regularly make is that we engage in the eight worldly concerns along with our practice of the Dharma.”

Therefore, as good motivation is essential for developing bodhisattva conduct, I see any hardship required for progressing in the conduct of good motivation as worthwhile and necessary. However our greatest problem, the mistake that we regularly make, is that we engage in the eight worldly concerns along with our practice of the Dharma. This is not just an error made by ordinary Dharma practitioners involved in worldly activities; there are many abbots with many pupils, and famous high ranking masters who do this mistake. They say, “This is my tradition, this is my monastery, this is my pupil,” clinging to solidity in the depths of their minds. In particular they will say, “These are my pupils”, and hold onto them by any means, such as scolding and intimidation. In order to be honored by others they praise themselves, criticize others, and so on. Who are free from the eight worldly concerns and where are they? I

hết sức cần trọng bởi tôi cũng rất sợ chính mình sẽ trở thành giống như họ.

Lãnh trách nhiệm

Sau khi Lama Sang viên tịch tôi có nhiều cuộc gặp với các đệ tử chính của Ngài để trao đổi với họ về những lợi lạc của việc tiếp tục duy trì tu viện và những tổn hại xảy ra nếu không thực hiện được điều này. Chúng tôi đều đồng quan điểm rằng phải tiếp tục duy trì tu viện vì như vậy sẽ giữ lòng bi mẫn của Lama Sang sống mãi. Tăng thân rộng lớn này sẽ tiếp tục thọ nhận giáo lý (văn), tư duy quán chiếu (tư) và công phu hành trì (tu). Điều đó sẽ giúp cho việc truyền bá giáo lý Phật đà. Những ai gắn bó với tu viện bằng tâm chí thành chí tín sẽ có cơ duyên thọ nhận giáo lý. Và các hành giả sẽ có được vô lượng lợi lạc.

Đối mặt với khó khăn

Trong ba năm sau khi Lama Sang viên tịch cộng đồng tu sĩ tiếp tục phát triển, nhưng nơi ăn chốn ở của chư tăng

take great care because I am very afraid of becoming like that myself.

Take on Responsibility

After Lama Sang passed away I held many meetings with his principal pupils and discussed with them what benefit there would be from continuing to maintain the monastery, and what harm would there be in not doing so. We agreed that we should continue to maintain the monastery because that would keep alive the kindness of Lama Sang. This large sangha will be able to continue hearing, contemplating, and meditating; it will spread the Buddha's teachings; those connected through faith with the monastery will be able to receive Dharma teachings; and there will be unending benefit for practitioners, and so on.

Facing difficulty

During the three years after Lama Sang's passing, the monastic community continued to grow. However,

đang dần dần xuống cấp và đổ nát. Ở độ cao này luôn có những trận gió hung hãn có sức phá tan thành cả đất đai lẫn đá sỏi huống hồ là tấm thân con người. Vì vậy chúng tôi không có lựa chọn nào hơn là xây nơi ở mới cho chư tăng, bởi vì cộng đồng tu sĩ là tác nhân xiển dương việc thực hành giáo pháp.

Giá của vật liệu xây dựng leo thang không ngừng nghỉ, đặc biệt là ở Trung Quốc, vậy nên chúng tôi cần thêm nhiều tịnh tài. Đây âu cũng là chuyện của thời buổi ngày nay. Các tu viện Phật giáo chắc chắn phải là nơi duy trì ngọn lửa của cả pháp học (pháp lý thuyết) và pháp hành (pháp tu chứng) bởi vì hai hoạt động đó chính là mạch sống, là trái tim của một tu viện. Không có pháp học và pháp hành thì dẫu tu viện có xây cả một tòa tháp bằng vàng cao 600 bộ đi nữa thì rốt cuộc đó cũng chỉ là một bộ mặt không hồn mà thôi.

Chörig Lobling: học viện trong tu viện

Các học trò của Chorig Lobling (một học viện thuộc tu viện) tất cả đều là những vị tăng tâm thuần khiết như

the existing monk's quarters were falling into disrepair and, at this high altitude, there are cruel winds that can destroy the ground and rocks, let alone human bodies. Therefore, because the monastic sangha elevates Dharma practice, there was no choice but to build new housing for the monks.

The cost of building materials kept increasing, in particular in China, so that more funds were needed; this is what the nature of the times required. Buddhist monasteries should definitely have a tradition of scripture and realization, which means study and practice, for they are the heart of a monastery. Without study and practice, even if the monastery builds a golden stupa six hundred feet high it would be just an empty facade.

Chörig Lobling: monastery's college

The pupils in Chöig Lobling, which is this monastery's college, are all monks as pure as gold; scholars with pure

vàng. Nơi đây có các học sĩ rất tinh cần trong việc học giáo lý (văn) và tư duy quán chiếu (tư) cùng các vị tăng đang miên mật tu hạnh thiểu dục, tri túc. Việc giáo dục do trường thực hiện có chất lượng cao vì vậy ngày càng có nhiều học trò từ các vùng như Amdo, miền trung Tây Tạng và vùng Kham tới đây. Tuy nhiên, các công trình xây cất và các trang thiết bị dành cho người học ở đây còn rất thô sơ. Tu viện có một trung tâm nhập thất dành cho pháp tu Vajrakila, nơi mà hàng năm mỗi người trong khóa nhập thất trì tụng một triệu chú Kim Cang Tát đỏa và một triệu chú Vajrakila. Chúng tôi là những vị hộ trì cho giáo lý của dòng truyền thừa Dzogchen, vì vậy trong tương lai tôi sẽ thành lập một trung tâm nhập thất có chất lượng cao dành cho các giai đoạn của pháp tu Dzogchen.

Vào thời xưa ở Golog không có ni viện. Người ta thường xem thường phụ nữ thậm chí đối với cả những người đã thọ giới xuất gia. Theo tôi đó là một điều không thể hiểu nổi: tại sao phụ nữ nói chung và ni sư nói riêng không được tôn trọng. Vì vậy tôi đã thành lập một ni viện. Đó là ni viện đầu tiên ở Golog và được đánh giá cao xét về phương diện giới luật thanh tịnh. Các ni sư ở đây rất khiêm

diligence in hearing and contemplating the teachings; and lifelong monks, who practice contentment and freedom from desires. The education provided in the college is of the highest quality and each year more and more students come from Amdo, Central Tibet, and Kham. However the college building is rudimentary and so are the facilities for the students.

The monastery has a retreat center dedicated to the practice of Vajrakila, where every year each person in the retreat recites a million Vajrasattva and a million Vajrakila mantras. We are important holders of the Dzogchen teaching lineage, and therefore in the future I hope to establish a high quality retreat center for the stages of Dzogchen practice.

In the old times there were no nunneries in Golog, and people looked down on women that had taken monastic vows. From my point of view I don't understand why women in general and nuns in particular are not respected. Therefore I founded a nunnery that was the first in Golog. It has a high standard of discipline; the

tôn. Họ giữ giới luật như giữ gìn con ngươi của mắt mình và trên nền tảng căn bản này họ ngày càng có nhiều cơ duyên để học giáo lý và những ngành tri thức khác nhau.

Chúng tôi có những kế hoạch tuyệt vời để bảo tồn khu vực riêng của Lama Sang. Đây là khu dành riêng cho việc thực hành các bộ phục điển (terma) do chính Lama Sang khai mở, thực hiện các lễ puja và khóa lễ Drupchen hàng năm theo đúng chỉ dạy của Ngài. Chúng tôi đã thu xếp được thầy dạy cho các hành giả yogi và xây dựng được cơ sở vật chất cùng trang thiết bị để giúp họ học giáo lý và các ngành tri thức khác nhau.

Trường Hungkar Dorje

Bởi tuổi thơ không được cắp sách tới trường nên tôi vẫn có cảm giác thiếu vắng một cái gì đó. Vì vậy tôi cảm thấy mãn nguyện khi mình có thể tạo lập cho thế hệ trẻ cơ hội học hành. Với mong muốn đem lại cho lớp trẻ một tương lai tươi sáng hơn tôi đã dành mấy năm trời xây dựng

nuns are very humble; and they keep their vows as if they were their eyes. Upon this foundation they have an ever increasing opportunity for studying Dharma and the various branches of knowledge.

We have excellent plans for preserving Lama Sang's own original section of the monastery which is dedicated to the tantra practices of his termas, practicing pujas and annual drupchen according to his teachings. We also found teachers for the yogins and created the facilities for them to study the Dharma and the branches of knowledge.

Hungkar Dorje's School

Because I was not able to go to school when I was a child, I still felt there was something missing; I would feel fulfilled only if I could provide young people with the opportunity to study. With the goal of giving young people a brighter future, I spent a number of years working to

một trường học để trẻ em có thể học tiếng, học viết và học kỹ năng nghề nghiệp. Các giáo viên ở đây làm việc càn cù để chăm lo vun trồng cho các em với động cơ trong sáng. Họ đã giúp cho các em có được sự chăm sóc giáo dục chất lượng cao mang lại những kết quả xuất sắc. Vì vậy, việc này dần dần được mọi người dân Tây Tạng biết đến và đánh giá như là một hình mẫu trường học mới đáng tán thán.

Việc xây cất nơi độ cao đặc biệt như vùng quê tôi với sức hủy hoại của gió lạnh và băng tuyết thật không dễ dàng chút nào. Và việc duy trì bảo dưỡng những gì đã được xây nên cũng hết sức khó khăn. Vào tiết trời giữa đông cái lạnh cắt da của thời tiết giá băng ở độ cao này chẳng khác gì một lưỡi kiếm sắc. Người ta có thể nhìn thấy cái lạnh sắc buốt này làm toác mặt đất và phá toang các tảng đá lớn. Thế nhưng cũng chính ở nơi đây người ta có thể thấy những kỳ quan tuyệt vời như một trong những bảo tháp lớn nhất Châu Á: tháp Kangjong Charung Khashor (tháp Bodhnath ở xứ Tuyết). Có nhiều yếu tố cần thiết để duy trì, bảo dưỡng các tòa nhà này sao cho chúng có thể tồn tại được dài lâu.

establish a school where pupils learn languages, writing, and vocational skills. The teachers at the school nurture the pupils with pure motivation and hard work, giving them a high quality education with excellent results and the school has gradually become seen throughout Tibet as a praiseworthy example of a new school.

It is not easy to build in my high-altitude homeland with its cold winds and snow. It is also especially difficult to maintain what has been built. In the depth of the winter, the sharpness of the cold weather at that high altitude is like a sharp sword; one can actually see the cold crack the ground open and split rocks. However, in this place there are amazing sights, such as of one of Asia's greatest stupas —the Kangjong Charung Khashor (the Bodhnath Stupa of the Land of Snows). There are many factors required to be able to continually maintain these buildings so that they last a long time.

Niềm tin kiên cố

Gió, tuyết, cái lạnh đe dọa và làm hư hoại mọi thứ. Nhưng, với tâm dũng mãnh vô song và niềm tin kiên cố vào Phật Pháp bất hoại như kim cương, con người ở đây không khiếp sợ băng giá. Khó mà hiểu hết chiều sâu và sức mạnh của tâm dăng hiển, tận trung tận hiếu của họ đối với Phật Pháp. Mặt đất trở thành một hỗn hợp tuyệt lẫn với băng cứng chắc, gió lạnh thổi tới những cơn bão tuyết hung hãn, nhưng mọi người vẫn ngồi yên lặng giữa trời lẳng nghe Pháp nhũ. Cái lạnh thấu xương thấm vào thân thể khiến người họ cứng đờ vì giá rét. Các khớp xương sưng tấy vì đau nhức, người gập xuống, đôi chân co quắp lại. Rồi họ không thể bước nổi nữa.

Bất chấp mọi thứ, họ không bao giờ ngã lòng trước nghịch cảnh. Họ vẫn tới nghe Pháp ngồi yên lặng giữa trời băng giá. Đây là một nét đặc trưng cho người Tây Tạng nói chung và người dân Golog nói riêng.

The Unshakable Faith

The cold, snow, and winds threaten and weaken everything. However, with great strength of mind and a faith in the Dharma that is as unchanging as a vajra, the people are not intimidated by the cold. It is difficult to comprehend the extent of their dedication to the Dharma. The ground becomes a blend of ice and snow, and fierce, cold winds blow blizzards of snow. Yet the people sit peacefully in the open air to listen to the Dharma. The piercing cold enters their bodies so that they become stiff with cold. Eventually the joints of their body become afflicted by illness, their bodies become bent and their hands and feet become crooked. In the end they are unable to walk properly. Nevertheless they are never dismayed by such hardships and they still come and listen in the open air to the teachings. This seems to be characteristic of Tibetans in general and the Golog people in particular.

Lòng bi mẫn

Theo truyền thống [Tây Tạng] một vị đạo sư được ngồi trên pháp tòa trong một căn nhà đẹp đẽ được trang hoàng nhiều lá hoa và đủ mọi sắc màu rực rỡ. Thế nhưng, trong khi tôi có đủ tất cả những tiện nghi, trang thiết bị thì biết bao người đến nghe Pháp tôi giảng lại phải chịu giá rét và ngã bệnh. Làm sao có thể nhắm mắt làm ngơ được? Tôi đã cố gắng bằng nhiều cách tìm ra giải pháp cho vấn đề này và hiện nay tôi đang xây một thánh phòng lớn có thể chứa được hàng ngàn người tới nghe Pháp vào mùa đông.

Cả thế giới biết rằng Tây Tạng tụt hậu rất xa xét về thịnh vượng vật chất. Và mức sống của Golog, cũng như thế, chỉ dừng ở những nhu cầu tối thiểu. Đặc biệt ở đây có những người cao tuổi gắn bó tận tụy với Phật Pháp. Họ sống xung quanh tu viện để có thể thọ nhận giáo lý, đi nhiễu tháp v.. v. mà ít khi bận tâm tới việc họ sẽ phải tự nuôi thân ra sao. Vì vậy mà có khoảng vài trăm người

Compassion

It is traditional for the teacher be seated on a throne, an in the shelter of a beautiful building decorated with impressive colors and flower arrangements. While I have all these necessary facilities and comforts, the huge crowds that come to receive my teachings have to suffer the cold and fall ill. How is it possible to ignore that? I have tried in numerous ways to find a solution to this problem and now I am building a teaching hall, which is large enough to accommodate the thousands that come for the winter Dharma teachings.

The whole world knows that Tibet lags far behind in prosperity. Similarly in Golog there is barely a rudimentary standard of living. In particular, there are elderly people with faith in the Dharma who have settled around the monastery for the purpose of receiving Dharma teachings, circumambulating, without much thought about how they can provide for themselves. There are

cao tuổi sống cạnh tu viện hoàn toàn dưng hiến thời gian sức lực cho hành trì tu tập nhưng lại không đủ cơm ăn áo mặc. Rồi các học trò, các hành giả từ khắp nơi trên đất Tây Tạng, chứ không riêng gì Golog, đổ tới tu viện. Đây là một trung tâm Phật Pháp thu hút nhiều tăng, ni, người cao tuổi và những người tu tại gia không có khả năng tự nuôi sống chính mình. Khi ta thấy người khác phải chịu rét, chịu đói, làm sao mà có thể làm ngơ được? Làm sao ta nhìn mà không cảm thấy xót thương? Vì vậy hàng năm tôi lo chu cấp cho họ thực phẩm và quần áo.

Khi Lama Sang còn trẻ cuộc sống trong vùng này rất gian khổ. Lúc mẹ Ngài ngã bệnh gia đình không có tiền để mua thuốc cho bà nên bà đã qua đời. Vì vậy Lama Sang đã khởi xướng việc chu cấp thuốc men cho người dân. Ngài đã phát nguyện chu cấp thuốc men bất cứ khi nào Ngài có đủ điều kiện và hàng năm Lama Sang phân phát nhiều loại thuốc Tây Tạng cho hàng ngàn người bị bệnh. Noi theo tấm gương hạnh nguyện thanh tịnh của Ngài tôi tiếp tục công hạnh tuyệt vời này – hàng năm chu cấp thuốc men cho người bệnh.

hundreds of elderly people living beside the monastery entirely dedicated to Dharma practice, with little food or clothing.

Students and practitioners come to the monastery, not just from the surrounding region, but also from all over Tibet. It's a center for the Dharma that attracts monks, nuns, the elderly, and lay people who are unable to support themselves. When one sees them suffering from hunger and cold, how can one ignore them? How can one not look at them with kindness? Therefore each year I distribute food and clothing to them.

When Lama Sang was young there were many difficulties in this region. When his mother fell ill they didn't have sufficient means to provide her with medicine and so she died. Because of that Lama Sang helped people by providing them with medicine. He made the commitment to distribute medicine whenever he could and each year distributed various kinds of Tibetan medicine to thousands of people in need. Following his example of motivation and activity, I continue every year this wonderful and meritorious activity of distributing medicine to many people.

Khóa nhập thất mùa đông

Tu viện chúng tôi có truyền thống độc đáo: truyền dạy giáo lý cho dân chúng. Trong nhiều năm Lama Sang đều đặn hàng năm dạy pháp thuộc nhiều chủng loại cho dân chúng - những người có lòng tin vào Phật Pháp. Ngài chỉ thị cho tôi phải dạy Pháp cho cả chư tăng lẫn người tu tại gia. Cũng như Lama Sang, ba năm qua kể từ khi Ngài viên tịch, tôi đã ở lại Tây Tạng đối mặt với cái lạnh nghiệt ngã của mùa đông để giảng giải thật tỉ mỉ chi tiết các giáo huấn như: Lời Vàng của Thầy Tôi, Giáo huấn Sáu Bardo, Nhập Bồ tát Hạnh trong khoảng 3 tháng cho tới 100 ngày. Việc làm này thỏa mãn khát khao sâu sắc trong con tim của hàng ngàn người và là hạnh bồ tát thanh tịnh. Cũng như thế, với động lực thiện lành tôi tới những miền đất khác truyền dạy giáo lý Phật đà.

Winter Retreat

This monastery had the unique tradition of giving various Dharma teachings to the general lay population. Each winter for many years, Lama Sang also gave many kinds of Dharma teachings to the general population who had faith in the Dharma. He also commanded me that I should give teachings to the lay people as well as the monks. For the past three years since Lama Sang's passing I have in the same way always stayed in Tibet to face the severe cold of the winter for between three months and a hundred days to give detailed teachings on such texts as *The Words of My Perfect Teacher*, *The Instructions on the Six Bardos*, *Entering the Conduct of the Bodhisattva*. This fulfills the deep wishes in the heart of many thousands of people and is a pure conduct to benefit others. Similarly, it is with that good motivation that I visit many places to teach the Dharma.

Giữ gìn và phát huy truyền thống tri thức lâu đời

Tây Tạng có một nền văn hóa và lịch sử rất giàu có và phong phú có thể làm lợi lạc cho toàn thế giới này. Việc giữ gìn và phát huy truyền thống tri thức lâu đời này là trách nhiệm của các thế hệ tiếp nối. Chúng ta gắn kết với nhau bởi cùng một mục tiêu: bảo tồn và truyền bá nền văn hóa này. Vì vậy tôi đã xây dựng Quỹ Gesar Shepen, Trung tâm Nghiên cứu Mayul và Trường Giáo dục Truyền thống và Hiện đại Tây Tạng. Lời nói thường dễ gây ấn tượng nhưng để thật sự thành công thì vấn đề vẫn là phải có tịnh tài - cơ sở để thực hiện các dự án.

Tôi không là kẻ thừa kế gia sản từ ông bà cha mẹ; không là thương nhân biết làm đồng vốn sinh sôi nảy nở tới cả chục, trăm lần; không là kẻ đầu cơ chính trị biết bịp chúng dân bằng Pháp Phật trộn lẫn với toan tính thế tục; càng không phải là một kẻ chuyên lợi dụng chức vị cao để trục lợi.

Tôi là một kẻ bị đại dương dậy sóng của vô thường

Preserving the Ancient Tradition of Knowledge

Tibet has a rich history and culture that could benefit the entire world. It is the responsibility of each successive generation to preserve this ancient tradition of knowledge. We are united in motivation and action in enthusiastically preserving and spreading our culture. I have therefore founded the Gesar Shenpen Foundation, the Mayul Center of Studies, and the Tibetan School for Traditional and Modern Education.

Talk can be impressive, but to actually accomplish something it all comes down to having enough notes and coins, which is the foundation upon which all projects rest. I am not someone who has inherited wealth passed down through the generations. I'm not a businessman that can multiply an investment ten or a hundred times. I am not a politician who cheats people by mixing Dharma and worldly activities. I'm also not someone who uses his high position and power to gain wealth. I'm just someone the raging sea of change has thrown naked

ném tung lên bờ với hai bàn tay trắng, là một hành khất không chút bận tâm tới việc làm giàu. Chính nghiệp của tôi đã khiến tôi trở thành một kẻ hành khất thuộc đại gia đình những người khôn khổ.

Về bản thân tôi

“Tôi chỉ muốn đi theo tiếng gọi của hạnh bồ tát.”

Những ngân quỹ tôi có không phải tới từ cha mẹ, cũng không do tôi đã lừa gạt được ai. Những gì tôi có được là nhờ những người bạn tốt đã bố thí cho tôi với động cơ thiện lành. Tôi biết rằng thu nhập của họ là kết quả của giọt mồ hôi lao khó và của mớ bòng bong lo toan nghĩ ngợi – mỗi bước đi là bước gian nan, mỗi gánh nặng là gánh cam go khó nhấc. Dễ có ai thờ ơ nổi với những gì đã kiếm được bằng những vất vả lo toan như thế ấy? Vì thế tôi thực sự cảm động sâu sắc khi nghĩ tới những khó nhọc về thể chất cũng như tinh thần mà họ phải chịu đựng để có được những thu nhập ấy.

Tôi không phải là một người hoàn toàn thoát khỏi mọi

out onto the shore. I'm like a beggar who has no interest in business. It is my karma that I'm an alms seeker from a downtrodden family.

About Myself

"I just want to follow the conduct of a bodhisattva."

The funds I have are not from my parents. I didn't get them by deceiving anyone; what I have is only what friends with good intentions have given me. I know that their income has been earned through the sweat of hard work in a fog of worry, each step hard to take and each load heavy to lift. Who would not be attached to what they've earned that way? I am deeply moved when I think of the hard physical and mental work that earned them that income. I'm not someone who is free of desire, indifferent to possessions and wealth. I'm like a beggar

tham muốn, hoàn toàn dừng dừng với tài sản và của cải. Tôi là kẻ hành khất luôn vui mừng đón nhận bất cứ thứ gì được bố thí. Tôi không phải là một kẻ tham lam chỉ muốn giữ chặt những gì đã tích góp được. Tôi cũng không phải là một kẻ ích kỉ chỉ biết dùng những gì kiếm được cho riêng mình. Bất cứ thứ gì tôi có được đều trở thành gánh nặng trách nhiệm - tôi phải dùng nó cúng dường hay bố thí. Tôi không nói những điều này để gây ấn tượng tốt hay tự tán thán bản thân. Tôi đang trung thực với chính mình và kể sự thật về chính bản thân mình.

Trách nhiệm của tôi

*“Nếu phẩm vật cúng dường của người có tín tâm
bị ai đó phung phí hay biến thủ thì
kẻ đó đang tạo ác nghiệp.”*

Hiện nay tu viện có tất cả trên bảy trăm vị tăng, ni và hành giả yogi, ba trăm học sinh đang học trong trường, hơn ba trăm người cao tuổi cần phải chu cấp các nhu cầu thiết yếu. Tôi chịu trách nhiệm chăm lo cho họ cả về vật chất lẫn tinh thần. Càng ngày số lượng tăng ni tới học tại

for alms who is happy to receive anything he's given. I'm not an avaricious person who can't bear to use anything he's accumulated. I'm not a selfish person who uses everything he gets for himself. It's my responsibility to use whatever I receive for offerings and charity. I'm not saying this to impress people or praise myself; I'm just being honest and telling the truth about myself.

My Responsibility

“If the offerings given by those with faith were to go to waste or be used by someone else that would cause very bad karma...”

There are now over seven hundred monks, nuns, and yogins at the monastery; three hundred pupils in the school; and over three hundred elderly people who need to be cared for. I have to take care of them all materially as well as spiritually. With each year the number of

tu viện càng tăng lên. Đặc biệt là số học sinh đến trường học cũng tăng lên. Và có nhiều cư sĩ tại gia gắn kết chặt chẽ với tu viện bởi tâm chí thành chí tín của họ. Tôi phải chính mình trực tiếp chăm lo cho việc tổ chức, giáo dục và phúc lợi của tu viện cũng như tất cả những ai gắn kết với tu viện.

Nếu phẩm vật cúng dường của người có tín tâm bị ai đó phung phí hay biến thủ thì kẻ đó đang tạo ác nghiệp. Trong “Kinh Bách Nghiệp” và nhiều kinh khác đã dạy như thế. Vì vậy, trách nhiệm đầu tiên của tôi là phải lo sao cho tiền của cúng dường được sử dụng đúng cách mà không bị mất, bị hư hao hay lãng phí. Và, từ tận đáy lòng tôi muốn nói rằng nếu ai đó muốn giúp đỡ cho cộng đồng tu viện (shanga) thì người đó trước hết phải tìm cách báo cho tôi biết.

Các bạn, những người có lòng tin nơi tôi, đã cúng dường tôi với cả tấm lòng nhân hậu. Các bạn là những người có ánh sáng của thiện tâm trong tim và hào quang của tâm từ trong trí. Tôi bảo đảm rằng những người nghèo khổ trong đất nước quê hương tôi luôn biết tới các bạn, biết tới giá trị của món quà các bạn trao tặng. Thấy được nó, nhận được nó và có được lợi lạc từ nó.

monks and nuns that come to study at the monastery increases; in particular, the number of pupils in the school is increasing. Also there are many lay people who are connected by their faith to the monastery. I have to personally take care of the organization, education, and welfare of the monastery and those connected with it.

If the offerings given by those with faith were to go to waste or be used by someone else that would cause very bad karma, as is taught in the Sutra of a Hundred Karmas and so on. Therefore, it is my first priority is to see that a donation is used as it should be and is not lost or wasted. I say from my heart that it is very important that anyone who wants to support and help the sangha should first find a way to let me know. You who have faith in me, have been kind to me, have given me donations and made offerings to me, are people who have the light of goodness in your heart, and the radiance of kindness in your minds. I make sure that the impoverished people of my homeland know this about you, know the value of your gift, see it, receive it, and are benefited by it.

Nơi đây, giữa những cơn gió lạnh của cao nguyên tuyết phủ, hơi ẩm đầu tiên mà thân tâm chúng tôi cảm nhận được đến từ cha mẹ. Tấm lòng của các bạn là hơi ẩm, cũng như vậy, chúng tôi luôn mang trong tim. Những gương mặt rạng rỡ nụ cười và những trái tim dịu dàng của các bạn luôn sáng lấp lánh trong tâm chúng tôi.

Viết bởi Hungkar Dorje ở tại nước Mỹ cho tất cả mọi người cùng đọc.

Ngày 10.11.2012, San Jose.

(Rinpoche viết lúc đang giảng pháp Thiền tụng Kim Cang Tát đỏa ở San Jose trong khi các phiên dịch đang làm việc.)

Here amongst this high land's cold winds and snow, the first warmth our bodies and mind experienced came from our parents. Your kindness is a similar warmth that we will always cherish in our hearts.

Your smiling faces and gentle hearts are reflected on the surface of each wave on the clear water of our minds.

Written by Hungkar Dorje in America for all to read.

November 10th, 2012.

English translation: Dr. Peter Alan Robert

Rinpoche wrote this during the last Vajrasattva Meditation and Mantra's Teaching in San Jose 2012 while Rinpoche waited for translators to translate.

(Note from webmaster)

“Ngoài ra, bản thân tôi cũng có nghiên cứu
ít nhiều về nét đẹp trong nghệ thuật của
các quốc gia đó, đặc biệt là cách thức mỗi quốc gia
trân quý và gìn giữ truyền thống nghệ thuật của họ.”



PHÁP - XÁ LỢI - ĐẠO SƯ

*“... xá lợi tôi không phải những viên tròn tròn làm từ xương,
đó là diệu Pháp âm tuôn ra từ kho báu
ở nơi cổ họng tôi.”*

*“Pháp kinh điển, Pháp tu chứng là chân thật xá lợi Phật ...
Đó là Vua của xá lợi.”*



Gửi các bạn đạo,

những ai gắn kết với tôi do duyên nghiệp, lòng tin,
nguyện lực,

Năm tháng qua với động cơ trong sáng, bất chấp khó
khăn thể chất, tinh thần, phí tổn các bạn đã tới học pháp
tôi, giúp đỡ tôi, đem tâm lòng thành đối đãi tôi. Và tôi, với

DHARMA - RELICS - GURU

“... my relics are not like the little spheres made of bone, they are the teachings of the Dharma that comes from the Dharma treasure in my throat.”

“The Dharma of scripture and realization are the true relics of the Buddha... which are the kings of relics.”



My dear Dharma friends with whom I am connected by karma, prayer, faith and commitment.

These years you have with pure motivation, physical and mental hardship and difficulties, and expenditure have come to receive my teachings, help me, and show me kindness, and I have, with a pure motivation, taught

động cơ trong sáng, đã dạy pháp và chăm lo cho các bạn, giữ các bạn trong tâm, cầu nguyện, trì tụng hàng ngày cho các bạn. Cứ như vậy, đã hình thành đoạn đầu và đoạn giữa của kết nối thiện lành giữa các bạn và tôi. Còn đoạn cuối chắc rồi sẽ mười phần tốt đẹp khi cuộc đời các bạn trọn vẹn hài hòa với Pháp.

Đây không phải việc ta làm trái ước muốn, không phải do bị ép, bị lừa gạt mà làm. Đây là việc ta làm tự tâm thành, do duyên nghiệp và nguyện lực. Bởi việc này ta làm tự lòng thành, nên chúng ta đang tu đạo với nguyện ước vị tha, với tình thương.

*“Sức mạnh của tập quán, của xu hướng thiện lành
đã đưa tôi đi theo con đường này.”*

Nghiệp lực đưa tôi sinh ra ở Tây Tạng - xứ tuyết giàu gió lạnh thấu xương và nghèo ôxy, hơi ẩm. Tuổi thơ mãi tới khi lên mười tôi chưa hề thấy một cọng rau. Những năm tháng đó thức ăn của tôi chỉ là sữa chua mùa hè, bột tsampa mùa đông. Tôi chỉ là cậu bé du mục bình thường lớn lên ở một nơi xa xôi hẻo lánh. Về môi trường và giáo

you the Dharma, cared for you kept you in my mind, and done daily recitations and prayers for you. In this way there has formed the beginning of a good auspicious connection between us, and a good auspicious connection in the middle. The adornment of a concluding auspiciousness is for your lives to be in accord with the Dharma. This is not something that we do against our wishes, that we are forced to do, or been tricked into doing, but something we are all doing sincerely on the basis of our karma and prayers. As this is something we are doing sincerely, we are practicing the Dharma with aspiration, altruism, love, and kindness.

*“The power of habitual tendency has now brought me
in this direction and to this path.”*

Through the power of karma I was born in Tibet, the land of snow, which is rich in fierce bitter winds and poor in oxygen and warmth. Distinctive features of my life were that till the age of ten I had never seen a vegetable. During those years my food was primarily yoghurt in the summer and tsampa in the winter. I was just an ordinary nomad boy growing up in a small area far away from

dục thì từ nhỏ tôi chỉ là một cậu bé chăn gia súc không có chút hiểu biết gì.

Nhưng, uy lực của nghiệp đã đưa tôi thành bông hoa nhỏ trên rặng núi, được hơi ấm của lòng từ nơi các bạn che chở.

Nhờ hoàn cảnh, môi trường sống khi còn nhỏ tôi đã được hưởng thiện duyên toàn hảo cho con đường tu đạo. Bất chấp sóng gió kinh hoàng của thời cuộc, khi còn là cậu bé bản tính tôi đã luôn hướng tới thiện lành và thương yêu. Tôi khát khao hướng tới tâm bồ đề với niềm vui và nguyện ước mãnh liệt, như con thơ khát mẹ. Điều này là do những khuynh hướng nghiệp, những tập quán huân tập từ tiền kiếp - đây là những gì chúng ta đều tin tưởng.

Cuộc sống tuổi thơ tôi thật khó hình dung nổi trừ phi tôi có thể trực tiếp đưa nó ra cho bạn thấy. Thế nhưng, nhờ sức mạnh của nghiệp lực những phẩm tánh tốt lành trong tôi không bị phôi phai, hủy hoại. Sức mạnh của tập quán, của xu hướng thiện lành đã đưa tôi đi theo con đường này. Chúng ta nói đó là nghiệp lực, nhưng trước hết đó là sức mạnh của khuynh hướng, thói quen được huân tập. Với tôi điều này thật rõ ràng. Đây là dấu hiệu trong tiền kiếp tôi đã vun trồng khát ngưỡng đặc biệt đối với Phật Pháp. Chính duyên nghiệp và nguyện lực đã đưa chúng ta hội ngộ.

anywhere. In terms of my environment and education when I was little, I was just a boy who was a nomadic herder and I knew of nothing else. However, the wheel of the power of indescribable karma has brought me from there to become a little flower on a mountain range protected by the warmth of your kindness.

Because of my environment and the circumstances I lived in while I was a boy, I was to encounter perfect conditions for Dharma practice. Even though the upheaval of the times was traumatic, even as boy my nature continued to be kind and loving, and I longed for the bodhicitta with great aspiration and joy, like a child longs for its mother. This appears to be because of the karmic tendencies and familiarization in previous lives that we believe in. The conditions I lived in when I was little are difficult to conceive of unless I could directly show them to you. Nevertheless, because of the power of my karmic tendencies, the good qualities in my nature could not be lost or destroyed. The power of habitual tendency has now brought me in this direction and to this path. We can call this the power of karma but this is primarily the increase of the power of habitual tendencies. I see this clearly.

This is an indication that in my previous life I have developed the habitual tendency for the Dharma.

“Trong khi các bạn xem tôi là một vị thầy đáng theo học đạo thì cũng có người không thấy tôi đáng để họ theo.”

Tôi chỉ là một con người, một bản tánh, một tính cách. Trong khi các bạn xem tôi là một vị thầy đáng theo học đạo thì cũng có người không thấy tôi đáng để họ theo. Tất cả đều do sức mạnh của nghiệp lực, của nguyện lực. Tôi chẳng hay thêm do bạn trân quý tôi, cũng chẳng dờ đi vì có người không như vậy. Các bạn không mất mát gì khi theo tôi, những ai theo vị thầy khác cũng chẳng nhờ đó mà được thêm chút gì cả.

Tâm họ đầy phiền não như vẫn vậy xưa nay, nên họ cứ buồn khổ, cứ ganh ghen đố kỵ v.v. như xưa nay vẫn thế. Cũng vậy, các bạn cũng buồn khổ, cũng ganh ghen đố kỵ đôi khi. Các bạn cũng không hơn không kém gì họ cả.

*“Có những người mang danh là lạt ma, tulku, khenpo
nhưng lại dùng tiền cúng dường
để nuôi gia đình họ và những việc tương tự.”*

“While you trust in me and consider me worthy to follow as a teacher, there are others who do not see me as worthy to be followed as a teacher.”

It is karma and prayer that have brought us together. I am just one person, with one nature and one personality. While you trust in me and consider me worthy to follow as a teacher, there are others who do not see me as worthy to be followed as a teacher. This is because of the power of karma and prayers. It doesn't make me any better because you hold me in esteem, and it doesn't make me any worse when others don't. You don't suffer any loss in following me as out master, and those who follow another master don't gain any more by it. Their minds have the same afflictions as before, so that they are sometimes unhappy, sometimes jealous, and so on, just as they always were, and still they experience the same problems in life that they did before and in the same way you remain sometime unhappy, sometimes jealous and you are no worse off than they are.

“There are some who are called lamas, tulkus, or khenpos who use donations to support their own families and so on.”

“Tôi nhìn họ và cười giễu khi thấy họ điu dắt những kẻ khác đi trên con đường của sân hận, tham chấp, tự khen mình và chê bai người khác.”

Còn tôi đi hết nơi này tới nơi khác, quyên góp cúng dường cho tu viện, chùa chiền mình. Các vị Lạt ma khác cũng vậy: thu nhận cúng dường cho các tu viện, chùa chiền ... Tôi tiếp tục việc bảo tồn văn hóa, xây trường học, lo thuốc người bệnh, lo cơm áo người nghèo, phát triển giáo dục cộng đồng v.v. và tôi đang làm nhiều hơn những người khác. Đây là sự thật hiển nhiên, không phải những lời ba hoa rỗng tuếch.

Có những người mang danh là Lạt ma, tulku, khenpo nhưng lại dùng tiền cúng dường để nuôi gia đình và những việc tương tự. Việc họ làm khiến tôi buồn cười. Tôi nhìn họ và cười giễu khi thấy họ điu dắt kẻ khác đi trên con đường của sân hận, tham chấp, tự khen mình và chê bai người khác. Mục đích của Giáo pháp là lìa thoát tâm ngã chấp, vị kỉ, vậy tại sao những việc làm hoàn toàn trái với Đạo - tự khen mình và chê người - lại có thể gọi là «tu»?

“I look upon them with derision when I see them bringing people onto a path of aversion and attachment, praising themselves and criticizing others.”

I travel back and fore, collecting donations to help my temple and monastery. Other lamas are also doing the same thing collecting funds for temples and monasteries. I still continue with my work of preserving the culture, establishing schools, giving medicine to the sick, giving food and clothes to the poor, spreading education among the people, and so on and so I am doing more than others, and this is evident it's not just empty boasting.

There are some who are called lamas, tulkus, or khenpos who use donations to support their own families and so on. When I see what they do it makes me laugh. I look upon them with derision when I see them bringing people onto a path of aversion and attachment, praising themselves and criticizing others.

Our goal in the Dharma is to cut through and suppress fixation on the self and selfishness, so how can doing the opposite —praising and praising oneself and criticizing others—be following the Dharma?

*“... xá lợi tôi không phải những viên tròn tròn làm từ xương,
đó là diệu Pháp âm tuôn ra từ kho báu
ở nơi cổ họng tôi.”*

Vị thầy nào cũng dạy phải nương tựa một đạo sư, và ai cũng nói cần phải có lòng tin mãnh liệt. Ai cũng biết chuyện bà lão đăc đạo nhờ chiếc răng chó trong «Lời Vàng của Thầy Tôi». Nếu các bạn như bà lão nọ, thì tôi sẽ là cái răng chó kia. Giả như chẳng có chút xá lợi nào tuôn ra từ tôi, tức là các bạn đã không được như bà lão nọ. Còn nếu các bạn được như bà lão nọ thì chắc chắn xá lợi sẽ từ tôi mà tuôn ra. Tuy nhiên, xá lợi tôi không phải những viên tròn tròn làm từ xương, đó là Diệu Pháp âm tuôn ra từ kho báu ở nơi cổ họng tôi.

Pháp kinh điển, pháp tu chứng là chân thật xá lợi Phật. Giáo lý tánh Không và Thanh tịnh Quang chính là xá lợi của Pháp thân. Đó là Vua của xá lợi. Khi giáo lý này được trao truyền cho bạn thì việc bạn có thành tựu hay không phụ thuộc vào chính bạn. Đức Phật đã nói: “Phải biết rằng giải thoát phụ thuộc vào các ông.” Cũng thế, điều đó phụ thuộc vào nỗ lực và tâm chí thành chí tín của bạn.

“... my relics are not like the little spheres made of bone, they are the teachings of the Dharma that comes from the Dharma treasure in my throat.”

Everyone teaches that we all have to rely on a teacher and all agree that we need to have excellent faith.

You all know the story in *The Words of My Perfect Teacher*, about the old woman who became enlightened through a dog’s tooth. If you can be the same as that old woman, then I can be like the dog’s tooth. If no relics come out of me, then you have not become like the old lady. If you do become like the old woman then relics will definitely come from me. However, my relics are not like the little spheres made of bone, they are the teachings of the Dharma that comes from the Dharma treasure in my throat. The Dharma of scripture and realization are the true relics of the Buddha and the teaching of the awareness of emptiness and luminosity are the relics of the dharmakāya, which are the kings of relics. When these are given to you, whether or not you obtain the siddhis depends on you. The Buddha has said, “Know that your liberation depends on you.” In that way, it depends on your own enthusiasm, diligence, and faith.

*“Còn nếu bạn có cái vẻ tu hành tử tế bên ngoài
nhưng sâu kín tận bên trong vẫn giữ mối nghi ngờ,
bạn nghĩ tới việc học pháp với một vị thầy khác
thay vì Bổn sư của bạn ...*

Điều đó có nghĩa là bạn không có lòng tin chân thật.”

Nếu lòng tin của bạn vào đạo sư là chân thật không hư dối, thì cái nhìn của bạn dù [thể hiện] ra nơi cửa miệng hay [nằm kín] trong con tim đều giống y như nhau, không khác. Đó chính là đức hạnh - khi cái bạn nói và cái bạn làm là một, không hai. Còn nếu bạn có cái vẻ tu hành tử tế bên ngoài, nhưng sâu kín tận bên trong vẫn giữ mối nghi ngờ bạn nghĩ tới việc học pháp với một vị thầy khác thay vì Bổn sư của bạn, và tự nhủ: “Nếu thầy ta không dạy điều gì đó thì ta có thể học từ một vị thầy khác; cũng có gì khác nhau đâu.” Điều đó có nghĩa là bạn không có lòng tin chân thật. Và cho dù bạn có cố hành trì bao nhiêu đi nữa, cũng sẽ không có được mấy lợi lạc. Đó là cách mà mọi thứ nó vận hành.

*“If you have a good outer appearance of practice
but deep inside you have doubts and think of
receiving Dharma from another lama than your own...
then you don’t have genuine devotion.”*

If your faith in the lama is genuine, you will have a view that is the same in your mouth and in your heart. It is the conduct where what you say and think are the same. If you have a good outer appearance of practice but deep inside you have doubts and think of receiving Dharma from another lama than your own and think, “If my lama doesn’t teach something I can get it from another lama and it will be the same,” then you don’t have genuine devotion, and though you practice hard there will be little benefit from it. That is the way things are.

*“Một số Lạt ma chống lại Bốn sư của mình,
đã nổi loạn chống lại Đạo sư của họ,
nhưng vẫn sắm vai Lạt ma quan trọng.
Họ dạy Pháp cho những người biết rất ít về Pháp
và về những phẩm tánh quan trọng của một bậc Đạo sư.”*

Thời buổi ngày nay là thời buổi của thịnh vượng [vật chất] cho nên các Lạt ma, các tulku, các khenpo cứ nói: “Đừng để đầu óc các con quay cuồng vì của cải vật chất» nhưng đầu óc của họ lại cứ bị quay cuồng bởi những thứ ấy. Tình trạng tệ hại này không chỉ có trong Phật giáo Tây Tạng mà cả trong Phật giáo phía nam, Phật giáo Trung Quốc, Phật giáo Việt Nam và Phật giáo phương Tây.

Trong tất cả các truyền thừa đều có những vị tăng, ni tiếp tục kinh doanh kiếm lời sau khi đã thọ giới xuất gia. Họ đã để cho của cải vật chất lôi cuốn. Họ dạy Pháp trong thời buổi mà của cải vật chất được lấy làm nền tảng [cuộc sống] cho nên cũng bình thường thôi nếu họ có dạy Pháp, ban quán đảnh, truyền lung ... mà chẳng hề quan tâm: họ có nắm được nền tảng của pháp đó hay không, họ có được truyền thừa hay không, họ đã tu pháp đó hay chưa, và

“Some lamas have turned against their own lama, have rebelled against them, and yet they play the role of being important lamas. They give Dharma teachings to people who know very little about the Dharma and the important qualities of a Dharma teacher.”

This present time is an age of prosperity, Therefore lamas, tulkus, and khenpos all say “Don’t let your head be turned by material wealth” but their own heads are pretty much turned by it. This is not just a crucial factor in Tibetan Buddhism alone, but is also in southern Buddhism, Chinese Buddhism, Vietnamese Buddhism and Buddhism in the west. In all dharma lineages there are monks and nuns who still engage in business after their ordination and so on, and this is because they have fallen under the allure of material wealth.

They teach the Dharma in a time that is based on material wealth as their basis, and so now it is normal that they teach Dharma and give various empowerments and reading transmissions, spreading their teachings without any concern over whether they have the foundation for that Dharma, whether they have the lineage, whether

họ có giữ giới hạnh thanh tịnh đối với Pháp, với Đạo sư hay không.

Một số Lạt ma Tây Tạng không những, chính họ, không tu trì một pháp nào cả mà còn tự xưng là đang dạy pháp Dzogchen trong khi không hề biết Dzogchen là gì. Những Lạt ma như vậy đã xuất hiện ở Trung Quốc và ở những nơi nào đó nữa; và họ cũng đã xuất hiện ở Mỹ. Một số Lạt ma chống lại Bổn sư của mình, đã nổi loạn chống lại Đạo sư của họ, nhưng vẫn sắm vai Lạt ma quan trọng. Họ dạy Pháp cho những người biết rất ít về Pháp và về những phẩm tánh quan trọng của một bậc Đạo sư. Đây là một trong những dấu hiệu cho thấy chúng ta đang sống trong một thời đại suy đồi.

*“ ... nếu Bổn sư của bạn dạy đi dạy lại mãi
về nền tảng căn bản ấy ...
thì đó là dấu hiệu cho thấy
tình thương yêu chân thật của Ngài đối với đệ tử.”*

Trong truyền thống của tôi, một hành giả [phải] nghiêm túc tu qua các giai đoạn thứ lớp của pháp tu dự bị, có lòng tin bất thối chuyển nơi Bổn sư, rồi sau đó [mới

they have practiced it or whether they have pure commitment to the Dharma and lama. Not only do some lamas in Tibet not do any practice at all themselves, but also without knowing what Dzogchen means they claim to teach Dzogchen. There are many like that in China and elsewhere and they have also appeared in America.

Some lamas have turned against their own lama, have rebelled against them, and yet they play the role of being important lamas. They give Dharma teachings to people who know very little about the Dharma and the important qualities of a Dharma teacher. This is one of the signs that we are living in bad times.

*“... if a lama teaching again and again about
this foundation ...
That is a sign of the
lama’s genuine affection for his pupils.”*

In my tradition, one practices properly the successive stages of the preliminary practices, have unchanging faith in the lama and then receive instructions on the nature of

được] thọ nhận giáo lý về chân tánh của tâm. Bạn phải biết rằng nếu Bồn sư của bạn đã nghiêm khắc và hết lòng chỉ cho bạn thấy điều này, đã dạy đi dạy lại mãi về nền tảng căn bản ấy, mà không dạy bất cứ một giáo lý thâm diệu nào cả cho tới tận khi điều này đã bén rễ chắc chắn trong tâm của người học đạo - thì đó là dấu hiệu cho thấy tình thương yêu chân thật của Ngài đối với đệ tử.

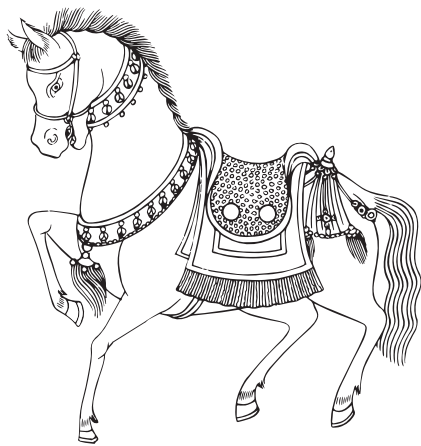
Ngài Patrul Rinpoche dạy rằng thật là vô nghĩa nếu cứ đòi giáo lý thâm diệu trong khi chưa hề thiết lập được nền tảng cho việc thọ nhận giáo lý đó. Thiếu sự chuẩn bị cần thiết thì việc thọ nhận giáo lý thâm diệu sẽ không đem lại chút lợi lạc nào cả, và chắc chắn sẽ nảy sinh nguy cơ: người thọ nhận giáo lý sẽ hoàn toàn không có đủ khả năng để thâm nhập vào những tầng nghĩa thậm thâm.

Viết bởi Hungkar Dorje Rinpoche tại Hoa Kỳ tháng 12 năm 2013.

the mind. You should know that if a lama points this out earnestly and seriously, teaching again and again about this foundation, and doesn't teach any profound Dharma until this is established in their minds, that is a sign of the lama's genuine affection for his pupils.

Patrul Rinpoche has taught that it is meaningless to request profound Dharma teachings without first establishing a foundation. Without the necessary preparation receiving profound Dharma teachings will not be of any benefit and there is the definite danger that eventually one will not be able to recognize what the deep meaning is.

Hungkar Dorje, written in America December 2013.



III

BÀI VIẾT CỦA RINPOCHE **RINPOCHE'S WRITINGS**

NGHỆ THUẬT TÂY TẠNG VÀ THẾ GIỚI HIỆN ĐẠI

(Bài thuyết trình về một số vấn đề hiện nay của Nghệ Thuật Tây Tạng)



Hungkar Dorje Rinpoche

Thưa các quý vị học giả, các quý vị quan chức và các bạn,

Vẻ đẹp ở cấp độ ngoại, nội và ẩn mật của Tây Tạng ngày càng rực rỡ hơn trong thế giới ngày nay. Với thời gian, mọi người trên thế giới ngày càng nhận ra đầy đủ hơn những giá trị độc nhất vô nhị của nền văn hóa Tây Tạng. Số người thuộc mọi quốc gia đang học hỏi, nghiên cứu về văn hóa và Phật giáo Tây Tạng nói chung, và những nét đặc thù của Tây Tạng nói riêng, đang không ngừng tăng

AN EXAMINATION OF THE PRESENT STATE OF TIBETAN ART



Hungkar Dorje Rinpoche

Scholars, officials and friends,

The outer, inner and secret splendor of Tibet becomes brighter with each day in this world. Gradually, the people of this world are becoming more and more aware of the unique qualities of Tibetan culture. An ever-increasing number of people from all nationalities are studying and researching Tibetan culture and religion

lên. Nền văn hóa và tôn giáo Tây Tạng đang góp phần truyền thêm sức mạnh cho việc học tập, nghiên cứu, quán chiếu và đem lại bình an cho tâm hồn.

Đây là lần đầu tiên một hội thảo về nghệ thuật được tổ chức ở Tây Tạng, và khách mời là các học giả đến từ nhiều nơi trên thế giới, cùng nhiều nghệ sĩ nổi tiếng tài hoa, họp mặt để bàn luận về tình hình phát triển của nghệ thuật Tây Tạng. Sự kiện này là một dấu hiệu cát tường truyền thêm sức sống cho nghệ thuật Tây Tạng.

Bản thân tôi, tuy là một người yêu văn hóa Tây Tạng, song tôi không phải là một nghệ sĩ được đào tạo đầy đủ, mà chỉ là người có chút ít kinh nghiệm, hiểu biết qua thực tế. Vì vậy, tôi chân thành cảm ơn các quý vị đã mời tôi tới cuộc hội thảo này, để tôi có cơ duyên trình bày về một số vấn đề của nghệ thuật Tây Tạng.

Tôi đã được xem nhiều các tác phẩm nghệ thuật đặc trưng của các miền đất khác nhau, nhờ đó mà nuôi dưỡng cảm hứng đặc biệt và mỗi quan tâm sâu sắc tới lĩnh vực này. Ngoài ra, bản thân tôi cũng có nghiên cứu ít nhiều về nét đẹp trong nghệ thuật của các quốc gia đó, đặc biệt là cách thức mỗi quốc gia trân quý và gìn giữ truyền thống nghệ thuật của họ.

both generally and in specific details. Tibetan culture and religion are deepening the power of contemplation and study and bring peace to the mind.

This is the first conference on art held in Tibet to which scholars from everywhere and many skilled and famous artists have been invited to discuss the condition and development of Tibetan art. This is an auspicious event for the vitalization of Tibetan arts.

As for myself, although I love Tibetan art, I am not a trained artist and have only a little experience practicing it. Nevertheless, I am deeply grateful to be invited to this conference and to have this opportunity to talk about the present-day condition of Tibetan art.

I have seen many examples of art in various countries and I have developed a deep interest in them, and I have enjoyed doing a little research on the beauty of their arts and especially how different countries highly value their art.

Đâu là nét tinh túy của nghệ thuật Tây Tạng ?

Mặc dù nghệ thuật Tây Tạng có một lịch sử phát triển rất lâu đời và rất phong phú hình thức thể hiện, song khắp nơi trên thế giới, cũng như ở quê hương tôi, nơi nào ta cũng có thể nhận thấy lòng say mê và ngưỡng mộ đặc biệt của mọi người đối với nghệ thuật vẽ thangka. Tinh túy và giá trị của nghệ thuật Tây Tạng ẩn trong nghệ thuật vẽ tranh thangka và phong cách thể hiện các vị Bồ đề tâm (Yidam) Phật giáo. Đây là nét đẹp mà thế giới ngưỡng mộ, và đây cũng là nét chính yếu của văn hóa Tây Tạng. Tinh túy của nghệ thuật thangka nằm ở cách thể hiện các vị Bồ đề tâm Phật giáo, chứ không phải ở những nét vẽ phong cảnh hay con vật. Chẳng hạn như trong nghệ thuật tranh Rebkong⁽⁹⁾, con ngựa trông không giống con ngựa và con lừa cũng chẳng giống con lừa, nên bạn không thể gọi con vật đó là con ngựa hay con lừa. Cũng như vậy, các bức

(9) Rebkong là một vùng nổi tiếng về truyền thống tranh thangka, thuộc tỉnh Thanh Hải, Trung Quốc.

What is the essence of Tibetan art?

Tibetan art has a long history and many forms, but throughout the world in general and throughout the breadth of our motherland, there is a particular fascination with and high regard for the art of the thangka. The essence and the value of Tibetan art lies in the skill of creating thangkas and representing the Buddhist deities. This has a worldwide interest and so it is the essential core of Tibetan culture, and the very essence of thangka painting is the representation of Buddhist deities and not representations of landscapes and animals. For example, in the art of Rebkong, horses don't look like horses and donkeys don't look like donkeys, so you can't tell if an animal is a horse or a donkey. Similarly,

tranh không thể hiện sự khác biệt giữa chó và chó sói. Nói về cách vẽ cỏ cây hoa lá, thì các bức tranh không chủ đích mô tả cái cây hay bông hoa cụ thể. Và xét về nét vẽ đặc trưng để phân biệt đàn ông với đàn bà, thì cũng không thể tìm thấy gì hơn ngoài kiểu tóc và y phục.

Một người bạn nghệ sĩ Mỹ có lần nói với tôi rằng thời xưa, các họa sĩ Nhật Bản vẽ các con hổ trông như những chú mèo hiền lành, có lẽ vì họ chưa bao giờ nhìn thấy một con hổ thật. Điều này có thể khiến người ta sinh thắc mắc tương tự: phải chăng các họa sĩ Rebkong vẽ ngựa giống như lừa vì họ chưa hề được nhìn thấy một con ngựa chằng! ... Đùa tý thôi...

***Đạo Phật có quan trọng
trong nghệ thuật vẽ thangka hay không?***

Nếu không có các họa phẩm thể hiện các vị Bồ tôn Phật giáo trong nghệ thuật Tây Tạng thì hẳn thế giới sẽ không quan tâm tới các hình thức nghệ thuật khác của chúng tôi. Bởi vậy, uy tín của nghệ thuật Tây Tạng phụ

they cannot differentiate between dogs and wolves. When it comes to flora, they are also unable to represent specific trees or flowers. Also they cannot portray the distinguishing features of men or women apart from hairstyles and clothes.

An American artist friend once said to me that in the past Japanese artists painted tigers as unthreatening pussycats, because they'd never seen what a tiger looks like, which makes you wonder if Rebkong artists paint horses to look like donkeys because they've never seen a horse! Just kidding.

Is Buddhism important in thangka art?

Without the paintings of Buddhist deities in Tibetan art the world would not be interested in other forms of our art. Therefore, the esteem of Tibetan art depends on this thangka tradition. Tibetan lamas and tulkus have been

thuộc vào truyền thống vẽ tranh thangka này. Các vị Lạt Ma Tây Tạng và các vị Đạo sư Hóa thân (Tulku) đang truyền bá Đạo Phật ra khắp thế giới, và đồng thời các Ngài giới thiệu tới mọi người các vị Bồ đề tôn Phật giáo. Cho nên, bất kỳ ở nơi nào mà đạo Phật nói chung, và đặc biệt là truyền thống Tây Tạng nói riêng, được truyền bá, thì ở đó đều có mối quan tâm rất lớn đối với tranh thangka. Nhiều người sau đó đã thỉnh tranh thangka như một công cụ hỗ trợ cho công phu hành trì của họ, hoặc coi [các Bồ đề tôn trong] tranh là đối tượng cúng dường. Yếu tố căn bản khiến cho một bức thangka mang ý nghĩa đặc biệt đối với những người này là việc bức tranh được một vị Đạo sư ban gia trì. Chính vì vậy, việc các bức thangka được bán với số lượng lớn và được cả thế giới biết đến như vậy không chỉ do ở nét vẽ tinh xảo của các họa sĩ Tây Tạng, mà trước hết đó là kết quả hoạt động của các vị Lạt Ma và các vị Đạo sư Hóa thân của Tây Tạng.

spreading Buddhism throughout the world and in doing so have introduced people to Buddhist deities. Therefore, wherever Buddhism in general and especially the Tibetan tradition in particular has been introduced there is great interest in thangkas. There are many people who then buy thangkas as an aid to their meditation or as to serve as the object of their offerings. The key factor that makes a thangka valuable for these people is that a lama has blessed it. Therefore, it's not only through the skill of Tibetan artists that thangkas are sold in great numbers and have gained a worldwide renown, because this has been primarily the result of the activity of Tibetan lamas and tulkus.

Hiện trạng của nghệ thuật Tây Tạng?

Truyền thống nghệ thuật tôn giáo Tây Tạng đang có nguy cơ trở thành món hàng thương mại hóa. Trong suốt thời quá khứ, từ khởi thủy các họa sĩ phải có một động cơ trong sáng và là những người hiểu biết uyên thâm. Họ tinh thông và có hiểu biết sâu sắc trước hết nhờ theo học các bậc Đạo sư nắm giữ dòng truyền thừa nghệ thuật vẽ các vị Bồ đề tôn. Các họa sĩ có lòng tin và kiến giải đúng đắn rằng việc họ làm là nhằm tích lũy công đức và nhận lộc gia trì gia hộ. Đó chính là lý do vì sao họ vẽ các vị Bồ đề tôn và truyền dạy lại nghệ thuật này cho người khác. Yếu tố chính yếu trong nghệ thuật vẽ các vị Hộ Phật là khung phân chia không gian phẳng của thangka theo tỷ lệ thích hợp, và cách thể hiện gương mặt, bàn tay, cơ thể. Nền tảng căn bản cho nghệ thuật vẽ tranh chính là động cơ trong sáng của người nghệ sĩ. Sau khi bức tranh được hoàn tất tới từng chi tiết, nó được ban gia trì và được thực hiện nghi lễ [Mật giáo] hoàn thành bức thangka. Khi đó bức tranh có thể mang lại lợi lạc vô cùng lớn lao cho những người khác.

What is the present condition of Tibetan art?

The Tibetan tradition of religious art is in great danger of falling prey to commercialism. Throughout the past, from the earliest times, artists had to have a good motivation and learned primarily through learning from teachers who held the transmission of deity painting. The artists held the view that their work was a way of generating merit and bringing blessings. That is why they painted the deities and taught this skill to others. The principal factor in creating the painting of the deity is the grid of proportions, and the representation of the face, the hands and the body. The foundation for the painting is the pure motivation of the artist. When the painting is complete in all details, it is blessed and consecrated and this enables it to bring great benefit to others.

Tuy thế, giới họa sĩ ngày nay bị cám dỗ bởi lời lãi và có rất ít thời gian để nhận truyền thừa. Họ không còn coi trọng việc bức tranh phải được hoàn thiện trong từng chi tiết và mỗi vị Hộ Phật phải có nét thể hiện riêng tương ứng cùng với tất cả những tỉ lệ thích hợp và chuẩn xác. Thay vào đó, họ chỉ tập trung vào việc thêm thắt các loại hình hoa lá và đủ kiểu dạng [trang trí] cầu kỳ trên trang phục. Đến nỗi đôi lúc đó là toàn bộ những gì mà họ quan tâm và cố phô ra cho người mua thấy. Rốt cuộc, tranh họa sĩ ngày nay vẽ thường đầy những hình người nét mặt thì xấu xí, nhưng lại được bọc trong trang phục đẹp đẽ.

Cách thức vẽ và bán tranh thangka của các họa sĩ thời nay

Có nhiều thương gia Trung Quốc và phương Tây tuy có biết về tranh thangka, song lại thiếu kinh nghiệm đánh giá hình thức thể hiện của tranh. Đặc biệt trong việc mua bán, họ chỉ thuần túy quan tâm tới việc tranh thangka của họ có gây ấn tượng với khách hàng hay không. Có những họa sĩ đã kiếm được chút danh thậm chí không hề động vào tranh của họ, mà để học trò vẽ thay. Mặc dầu họ đang thể

However, present-day artists are motivated by profit and spend little time in receiving the transmission. They do not consider it important that painting be perfect in all its details, a proper representation of the deity with all the correct proportions. Instead, they concentrate on adding flowers and all kinds of fussy designs on the clothing, so that sometimes that is the entire day's work that they have to show to the buyer. The result is that paintings by most contemporary artists end up looking like ugly people dressed in beautiful clothes.

***The way in which contemporary
artists paint and sell thangkas***

There are Chinese and Western businessmen, who although they know about thangkas, lack the experience of evaluating the form of the drawings. In particular, they base their purchases of thangkas purely on whether they will make an impression on customers or not. There are artists who have gained some renown who don't even

hiện một vị Bồ tôn quan trọng, nhưng họ lại coi thường ý nghĩa quan trọng của màu sắc, pháp khí, biểu tượng, và bảo trang [của Bồ tôn] (*những món nghiêm túc trên thân Bồ tôn - đối tượng thiền quán _ LND*). Và họ làm ra về bức tranh của họ là tối hoàn hảo, một khi người ta đã bôi đủ sắc màu sặc sỡ lên đó.

Có lần tôi xem (trong bộ tranh của một thương gia Trung Quốc) bức vẽ một vị Bồ tôn phần nộ chín-đầu mười-tám-tay, nhưng trong bức vẽ thì vị Bồ tôn lại có tám tay trái và mười tay phải! Một kết cục không phải do thiếu hiểu biết hay do cố ý, mà do người họa sĩ đã vô trách nhiệm, thiếu nghiêm túc trong việc thực hiện bức vẽ.

Ví dụ, có những bức vẽ Ngài Tsongkhapa hay Đạo sư Liên Hoa Sanh do những họa sĩ ít nhiều danh tiếng vẽ, vậy mà tòa sen nơi các Ngài an tọa và vương miện trên đầu lại không cân xứng về kích thước. Chẳng lẽ Đức Tsongkhapa và Đạo sư Liên Hoa Sanh thực sự có những cái đầu lớn nhường vậy sao? Tiếp đó, khi xem xét các bức thangka vẽ một tập hội các vị Bồ tôn, chúng tôi thấy có một số chư vị có tới sáu ngón tay, còn một số chư vị khác lại chỉ có bốn ngón tay. Có một số Ngài một mắt to và một mắt bé; một số Ngài không cầm pháp khí, hoặc cầm “nhầm” pháp khí! Chúng tôi còn thấy một sự khác biệt lớn về chất

touch their paintings but have their pupils paint them. Although they are representing an important deity, they disregard the importance of its color, insignia, and adornments but pretend it's a perfect painting as long as it is colorful enough.

I once saw, in the possession of a Chinese businessman, a painting of a wrathful nine headed eighteen-armed deity, in which the deity had eight left arms and ten right arms! This was the result not of ignorance or intention, but because the artist had not taken seriously his responsibility in making the painting.

For example, there are paintings of Tsongkhapa and Guru Rinpoche made by artists with some renown, where the seats they sit on and the hats they wear are not in proportion. Did Tsongkhapa and Guru Rinpoche really have such big heads? Then, when we examine thangkas that portray an assembly of the deities, we find some of them have six fingers, some only four fingers, some with one big eye and one small eye; some who are not holding their insignia or are holding the wrong one! We can also find a big difference in quality between

lượng giữa hình ảnh của chư vị ở trung tâm và chư vị xung quanh. Và còn nhiều vấn đề khác nữa. Tuy nhiên, người nước ngoài có ấn tượng tốt về các bức thangka đó là vì họ không nắm bắt được tầm quan trọng của nguyên tắc tỷ lệ thích hợp [trong nghệ thuật thangka] hay ý nghĩa của biểu tượng và pháp khí cầm tay của các vị Bồ đề tôn.

Hình như có nhiều họa sĩ bị lôi cuốn bởi tham vọng tạo ấn tượng rằng mình thông minh và hiểu biết. Mục đích tối thượng của một bức thangka là tạo niềm tin nơi Giáo Pháp và khơi dậy lòng khát ngưỡng đối với chư Phật. Nếu các bức thangka được gia trì và thực hiện nghi lễ [Mật giáo] thì chúng sẽ có sức mạnh chuyển hóa tâm lớn lao. Tuy nhiên, một số họa sĩ dường như quên mất rằng toàn bộ tâm trí của họ đã bị lôi cuốn vào việc kiếm lời. Họ làm ra vẻ mình đạt chứng ngộ cao và muốn tạo ấn tượng họ là những Phật tử, những đệ tử rất quan trọng. Họ tuyên bố rằng tranh của họ mang lực gia trì, gia hộ nhiều hơn bất cứ bức tranh nào khác, hoặc những hình ảnh trong thangka của họ được thể hiện một cách tự nhiên, chân thực. Họ muốn tán dương chính bản thân họ. Chính những người này luôn miệng nói rằng nghiệp là đáng sợ, trong khi việc họ làm thì chỉ nhằm mỗi một mục đích là kiếm thêm nhiều khách hàng mà thôi.

the main painted image and the surrounding deities, and so on. However, people of other nationalities are impressed by the thangkas because they don't know anything about the importance of the proportions or the hand-held insignias.

It appears to me that many artists have fallen under the temptation to sound clever and pretend to be wise. The primary purpose of a thangka is to engender faith in the Dharma and respect for the Buddha. If the thangkas are blessed and consecrated, they will have the power to affect the mind. However, there are some artists who appear to have forgotten that they are only involved in business and they pretend to have high realization and like to give the impression that they are important Buddhists. They declare that their own paintings have more blessing than anyone else's or that the images on their thangkas formed spontaneously. They like to give themselves high praise. Then there are those who say that karma is important but do that just to get customers.

Chẳng hạn, tôi có nghe nói xung quanh tu viện Kumbum có nhiều tay buôn đã lợi dụng niềm tin Phật giáo của những bạn đạo Trung Quốc. Họ bán cho các bạn đạo này những khăn kakta giá tới mấy ngàn nhân dân tệ và nói rằng những chiếc khăn đó đã được các vị Lạt Ma ban phước. Cũng tương tự như thế, chúng tôi thấy các bạn đạo Trung Quốc của mình bị lừa khi mua tranh thangka. Xét ở một khía cạnh nào đó, ta thấy rằng việc như vậy xảy ra vì [trong quá khứ họ đã tạo] nhân cho quả báo mà họ gặt bây giờ. Nhưng từ một góc độ khác mà xét, thì đó là dấu hiệu của tín tâm mù quáng: do vô minh nên họ dễ bị kẻ khác lợi dụng.

***Điều tai hại gì có thể xảy ra
từ hiện trạng của nền nghệ thuật Tây Tạng ?***

Tôi tin chắc thực trạng hiện nay của truyền thống thangka Tây Tạng là vô cùng có hại cho tương lai của nghệ thuật này bởi ba lý do sau đây :

1. Nếu động cơ vẽ tranh thangka cuối cùng là để kiếm tiền thì đương nhiên chất lượng của nghệ thuật sẽ bị suy thoái.

For example, I've heard that around Kumbum monastery there are some merchants who take advantage of their Chinese brethren's faith in the Dharma. They sell them kattas for some thousands of yuan each, saying that lamas have blessed them. Similarly, we see our Chinese brethren being deceived in the sale of thangkas. In one way we can see this as being a powerful karmic cause for them, but in another way it is a sign of ignorant faith and that they are easy to exploit.

***What harm can come from the present
state of Tibetan art?***

I believe that the present state of the tradition of Tibetan thangkas will prove very deleterious for its future for the following three reasons:

1. If the ultimate motivation behind the making of thangkas is to make money, then the quality of the art will decline.

2. Chất lượng giảng dạy nghệ thuật Tây Tạng sẽ không thể giữ vững được và truyền thừa chân thực cũng sẽ bị rơi vào suy thoái.
3. Thói tham vật chất của các họa sĩ và việc lừa gạt khách hàng của họ sẽ khiến cho mọi người vỡ mộng về người dân Tây Tạng, cũng như nền nghệ thuật Tây Tạng.

Chẳng hạn như tôi nghe nói, và được tận mắt chứng kiến, có nhiều người thuộc các quốc gia khác nhau lúc đầu có niềm tin nơi Phật giáo Tây Tạng, song đã vỡ mộng khi thấy những hành vi của một vài người Tây Tạng, rõ ràng là trái với Giáo lý nhân quả. Cuối cùng, họ trở nên hoài nghi và phát triển một cái nhìn sai lạc về Phật Pháp, tới mức họ vứt tranh thangka của họ và nhiều thứ khác vào thùng rác, hoặc phát triển một thái độ ác cảm đối với nghệ thuật Tây Tạng.

2. The quality of training in Tibetan art will not be preserved and its genuine transmission will go into decline.
3. The material greed of artists and their deception of customers will inspire disillusionment in both Tibetans and Tibetan art.

For example, I have heard and witnessed myself how there have been many people of other nationalities who in the beginning had faith in the Tibetan Dharma but became disillusioned on seeing the behavior of some Tibetans that was clearly contrary to the teachings of karma. In the end they became skeptical and developed a negative view of the Dharma, so that they threw their thangkas, and so on, into the garbage, or developed an antipathy towards Tibetan art.

Chúng ta làm gì để bảo tồn giá trị của nền nghệ thuật Tây Tạng?

Nghệ thuật vẽ tranh thangka của Tây Tạng hiện đang có được một số giá trị và vị thế nhất định trên thế giới. Để có thể gìn giữ và phát huy loại hình nghệ thuật này, để nó luôn giữ được chân truyền và mang tới hạnh phúc cho mọi người trên khắp thế giới, thì điều hết sức quan trọng đối với người nghệ sĩ, là phải có động cơ trong sáng và hành động hợp với Giáo lý nhân quả. Nghệ thuật là thước đo cấp độ cao thấp của đào tạo nghề, của lòng tin, của việc nghiên cứu, học tập, và của con tim. Nói cách khác, tất cả những điều này bộc lộ ra bên ngoài qua nghệ thuật thangka.

Truyền thống nghệ thuật này cũng thể hiện tư tưởng của người dân Tây Tạng nói chung, và thể hiện sự truyền trao giáo lý Phật đà nói riêng. Một điều quan trọng đối với các tu sĩ kiêm họa sĩ, là họ phải ý thức được rằng họ cần phải hành xử hợp với Phật tánh thanh tịnh như họ đã được dạy trong Giáo pháp. Hơn thế nữa, họ đại diện cho những

***How can we preserve
the value of Tibetan art?***

Tibetan thangka painting has presently gained some value and status in the world. In order to both preserve and increase that, so it can continue to be a genuine tradition that brings happiness to people all over the world, it is very important for the artist to have a pure motivation and to act in accord with the nature of karma. Art is indicative of the extent of training, confidence, learning, and heart, so therefore these things are revealed to others through one's art.

This artistic tradition also expresses the thinking of the Tibetan people in general and it indicates having received the transmission of the Buddha's teachings. It is important that monks who are artists be aware that they are working in accord with the true nature that is taught

phẩm chất [tốt đẹp] của truyền thống tôn giáo và văn hóa Tây Tạng.

Vi lẽ đó, tôi xin một lần nữa, và một lần nữa, kêu gọi các bạn hãy làm tất cả những gì có thể để phát triển động cơ trong sáng và cách hành xử hợp với Đạo lý, để truyền thống quý báu này có thể làm lợi lạc cho hết thảy mọi người. Sau cùng, tôi xin được bày tỏ lòng biết ơn sâu sắc đối với những cuộc hội thảo như thế này. Và đặc biệt, đối với cuộc hội thảo đầu tiên về nghệ thuật Tây Tạng này - tất cả, từ khởi đầu, tới phần giữa, và cho tới kết thúc - đều nhằm mục đích tích lũy công đức và đặt nền móng trên tình hữu nghị. Tôi xin cầu nguyện cho những cuộc hội thảo như thế này sẽ được tiếp tục tổ chức và nghệ thuật Tây Tạng sẽ phát triển ra khắp thế giới, thỏa mãn ước nguyện của hết thảy mọi người.

in the Dharma and that they are thereby representing the qualities of the Tibetan religion and the people.

Therefore, I appeal to you, again and again, to do what you can to help raise the motivation and conduct of this tradition that can be beneficial to all.

Finally, I express my heartfelt gratitude for these conferences in general and in particular this first conference on Tibetan arts, which are based from the beginning, through the middle to the end on the motivation of accumulating merit in friendship. I pray that these conferences will continue to progress and that Tibetan art will spread throughout the world and brings fulfillment to everyone.



TIÊU SỬ ĐỨC TÔN QUÝ HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Đức Tôn Quý Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje là bậc hóa thân chuyển thế của Do Khyentse, Đạo Sư vĩ đại của Tây Tạng, Tổ của dòng Longchen Nyinthig Đại Viên Mãn, Cổ Mật. Ở Tây Tạng, Ngài được tôn vinh là hiện thân của Đại Trí Văn Thù Sư Lợi.

Hungkar Dorje Rinpoche sinh năm 1967, tại xứ Golok, Tây Tạng, trong một dòng họ của những Đại Thành Trụ giả. Năm 1989, Ngài tới tu viện Drepung, thuộc Gelugpa, theo tiếng gọi thiêng liêng của lời nguyện tiền kiếp: làm một đạo sư Phật Giáo Rime Bất-bộ-phái. Năm 1991, Ngài vượt rặng Himalaya sang Ấn Độ và khổ tu tại thánh địa Varanasi. Năm 1994, tại Bồ Đề Đạo Tràng, Ngài được chính thức đăng quang là hóa thân của Do Khyentse và Jigme Lingpa. Nhân dịp này đức Đạt Lai Lạt Ma đã viết lời “Cầu Nguyện Trường Thọ Đức Hungkar Dorje Tôn

Quý”, tôn vinh sứ mệnh tiếp nối dòng vàng Lịch Đại Tổ Sư Longchen Nyingshtig Đại Viên Mãn của Đức Hungkar Dorje Tôn Quý và tiên tri những thành tựu lỗi lạc trong đời này của Ngài.

Năm 2000, Rinpoche chính thức trở thành lãnh bậc đạo tâm linh tối cao thứ 10 của tu viện Lung Ngon (Chokhor Ling), sứ mệnh được trao truyền từ thân phụ Ngài, Khai Mật Tạng Đại Pháp Vương Kusum Lingpa. Tu viện Lung Ngon được thành lập bởi tiền thân của Rinpoche là Tổ Do Khyentse với sứ mệnh trì giữ và phát triển dòng pháp Longchen Nyingshtig của Dzongchen. Hiện nay tu viện là một trong những trụ xứ lớn của Phật Giáo Tây Tạng, nơi có gần nghìn tăng, ni, hành giả yogi, học viên học viện Phật Pháp v.v... tu học. Tu viện nổi tiếng với Đại Bảo Tháp Hòa Bình (một trong những Đại Bảo Tháp lớn nhất thế giới), Học viện Phật Pháp Chorig Lobling, Ni viện đầu tiên trong lịch sử Golok, v.v... Mỗi năm hàng chục vạn tăng, ni, Phật tử khắp mọi nơi đổ về đây thọ nhận giáo lý và tu học.

Với đại nguyện hoàng dương chánh Pháp của chư Như Lai, Ngài tổ chức sưu tập, dịch thuật, biên tập, in ấn, xuất bản v.v... toàn bộ giáo lý và lời dạy của Phật Thích Ca Mâu Ni. Đây là một dự án lớn với sự tham gia của

nhiều người thuộc các tầng lớp xã hội khác nhau trên thế giới. Để bảo tồn và truyền bá nền văn hóa Phật Giáo Tây Tạng độc nhất vô nhị, Ngài sáng lập và làm chủ tịch Quỹ Gesar Shepen, xây dựng Trung Tâm Nghiên Cứu Mayul, xây dựng Trường Giáo dục Truyền thống và Hiện đại Tây Tạng v.v... Rinpoche nói vào thời xưa ở Golok không có ni viện và Ngài không thể hiểu nổi tại sao phụ nữ nói chung và ni sư nói riêng không được tôn trọng. Vì vậy Ngài đã thành lập ni viện đầu tiên tại Golok. Giáo huấn của Rinpoche luôn lấy tình thương làm cốt tủy. Ngài dạy cần phải từ bi, không chỉ đối với con người mà cả đối với con vật. Ngài cổ vũ việc ăn chay, giáo dục đạo đức không sát sinh, hòa bình và hòa hợp.

Năm 2005 Rinpoche bắt đầu truyền dạy Phật Pháp tại đất Mỹ. Từ đó, sự nghiệp hoằng pháp độ sinh của Ngài trải rộng ra nhiều nơi trên thế giới: Mexico, Canada, Úc, Nga v.v... Đặc biệt, Rinpoche có kết nối duyên nghiệp rất sâu dày với đất nước và con người Việt Nam. Năm 2009, tại một hòn đảo nhỏ, cô tịch ở Nha Trang, Ngài đã viết lời cầu nguyện Phật Mẫu Hồng Tara (Kurukulle) “Xích Lô Câu”. Với oai lực của bậc Thầy chứng ngộ Ngài đã giúp nhiều người dân bình thường hoặc hành giả ẩn tu trong núi vượt qua những chướng nạn khủng khiếp. Từ

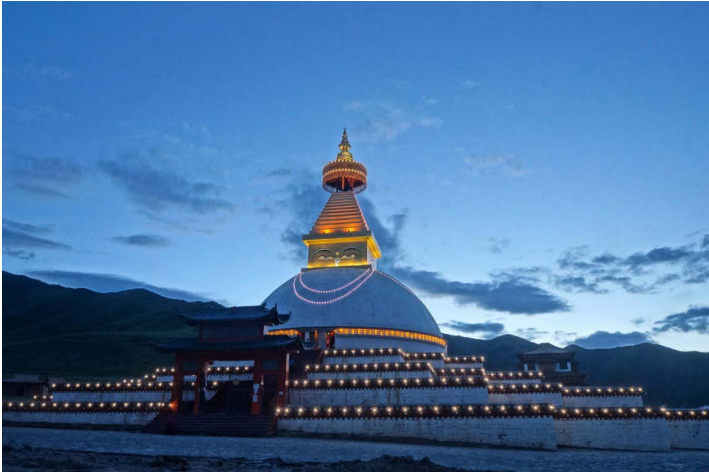
đó tới nay, uy danh của Rinpoche ngày một lớn. Ở những nơi Rinpoche tới, mưa pháp của Ngài đã thấm khắp: chùa Vĩnh Nghiêm, chùa Sủi, chùa Báo Ân, chùa Thiên Khánh, chùa Phổ Quang, chùa Từ Quang, chùa Lâm Huệ v.v... Năm ngoái, nhận lời mời chính thức của Giáo Hội Phật Giáo Việt Nam Ngài đã tham dự Đại Lễ Vesak 2014.

Giáo huấn của Rinpoche luôn hướng tới hòa bình và hòa hợp toàn nhân loại. Cũng như Đức Đạt Lai Lạt Ma, Ngài là tấm gương lớn về tinh thần hòa hợp đối với tất cả các truyền thống tôn giáo trên thế giới.

Soạn bởi Hiếu Thiện (Lotsawa),

Hà Nội, ngày 10.8.2015.





"Đại Bảo Tháp này là trái tim của tu viện."

Mọi sai sót xin thành tâm sám hối,
mọi công đức xin hồi hướng khắp pháp giới chúng sinh.



ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་རྩ་དུག་པ་འདི་དཔེ་ཚའི་ནང་དུ་བཞག་ན་དཔེ་ཆ་དེ་ཅི་འདྲར་
བཞོམས་ཀྱང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་འཇམ་དཔལ་རྩ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ།།



 QR VIBER LIÊN HOA QUANG

Số hotline Liên Hoa Quang: **+840919902836**

LHQ lập group VIBER “**THÔNG TIN LIÊN HOA QUANG**” để gửi thông tin MỚI tới quý đạo hữu nhanh chóng hơn.

Quý đạo hữu muốn tham gia group Viber xin quét MÃ QR hoặc truy cập vào đường dẫn sau: **https://lienhoaquang.com/q_42j9rsl**

LỜI ĐẠO SƯ

Giáo huấn khẩu truyền của Đức Bổn Sư - Quyển I

Ấn bản song ngữ Anh-Việt

(The Teacher's Words - The Guru's Oral Instructions - Book I)

(English-Vietnamese Publication)

HUNGKAR DORJE RINPOCHE

Khyentse Rigdzin Hungkar Dorje

Việt dịch: Hiếu Thiện

NHÀ XUẤT BẢN TÔN GIÁO

53 Tràng Thi - Q. Hoàn Kiếm - Hà Nội

ĐT: 024.37822845 - Fax: 024.37822841

Email: nhaxuatbantongiao@gmail.com

Chịu trách nhiệm xuất bản: **Giám đốc - NGUYỄN HỮU CỐ**

Biên tập : **NGUYỄN THỊ THANH THỦY**

Trình bày : **LIÊN HOA QUANG**

Sửa bản in : **LIÊN HOA QUANG**

Vẽ bìa : **LIÊN HOA QUANG**

Thực hiện liên kết xuất bản: Nguyễn Kiên Cường

Địa chỉ: TT BTL Cảnh Vệ, Xuân La, Tây Hồ, Hà Nội.

In 1000 cuốn khổ 14.5x20.5cm tại Công ty TNHH in và thương mại Trần Gia.

Địa chỉ trụ sở: Số 14, ngõ 464, đường Âu Cơ, Phường Nhật Tân, Quận Tây Hồ, Thành phố Hà Nội.

Địa chỉ xưởng: Số 460, phố Trần Quý Cáp, Phường Văn Chương, Quận Đống Đa, Thành phố Hà Nội.

Xác nhận ĐKXB số:/CXBIPH/17-59/TG.

QĐXB:/QĐ-NXBTG, ngày ... tháng ... năm 2021.

Mã ISBN: In xong và nộp lưu chiểu quý IV năm 2021.

"... Nếu các bạn như bà lão nọ, thì tôi sẽ là cái răng chó kia. Giả như chẳng có chút xá lợi nào tuôn ra từ tôi, tức là các bạn đã không được như bà lão nọ. Còn nếu các bạn được như bà lão nọ thì chắc chắn xá lợi sẽ từ tôi mà tuôn ra."



"If you can be the same as that old woman, then I can be like the dog's tooth. If no relics come out of me, then you have not become like the old lady. If you do become like the old woman then relics will definitely come from me."



LIÊN HOA QUANG
www.lienhovaquang.com