

# Ba Điểm Tinh Yếu Của Đường Tu

Lama Tsongkhapa



## ***Kính Lễ***

Xin đánh lễ chư đạo sư hoàn hảo!

## ***Lời Nguyện Sáng Tác***

[1] Tôi sẽ hết lòng giảng giải,  
Ý nghĩa trọng yếu giáo pháp của các Đấng Chiến Thắng,  
Đường tu mà tất cả các Đấng Chiến Thắng và con cái của chư vị tán thán,  
Cửa ngõ cho những người may mắn mong cầu giải thoát.

## ***Thuyết Phục Lắng Nghe***

[2] Những ai không tham luyến thú vui luân hồi,  
Nỗ lực giúp cho cuộc đời tự do và thuận lợi tràn đầy ý nghĩa,  
Đặt niềm tin vào đường tu làm vui lòng các Đấng Chiến Thắng,  
Hỡi những người may mắn, hãy tĩnh tâm lắng nghe.

## ***Mục Tiêu Phát Tâm Xả Ly***

[3] Nếu không có ý nhất quyết xuất ly luân hồi hoàn toàn,  
Thì không có cách chế ngự lòng tham đắm tìm cầu lạc thú trong biển  
luân hồi.  
Vì lòng tham đắm luân hồi mà chúng sanh không ngừng bị trói buộc,  
Vì vậy, hãy tìm cầu tâm xả ly trước tiên.

## ***Cách Phát Tâm Xả Ly***

[4] Tự do và thuận lợi thật khó tìm  
Không còn thời gian để phung phí trong đời sống,  
Khi đã quen thuộc với điều này,  
Mối bận tâm với hiện tượng của kiếp này sẽ đảo ngược.

Khi lần lượt tư duy

Rằng nghiệp và quả không sai chạy,

Và lần lượt tư duy về nỗi khổ luân hồi,

Mối bận tâm với hiện tượng trong những kiếp tương lai sẽ đảo ngược.

### ***Định Nghĩa Tâm Xả Ly Đã Phát Sinh***

[5] Khi đã tu tập như thế thì  
Mỗi bận tâm với những điều hoàn hảo trong luân hồi,  
Không còn sinh khởi, dù chỉ một giây,  
Và khi tâm ý mong cầu giải thoát phát khởi ngày đêm thì  
Tâm xả ly đã phát sinh.

### ***Mục Tiêu Phát Tâm Bồ Đề***

[6] Dù tâm xả ly đã phát triển,  
Nếu không có bồ đề tâm thì  
Tâm xả ly không trở thành nhân cực lạc hoàn hảo của giác ngộ vô song.  
Vì vậy, kẻ trí sẽ phát tâm bồ đề tối thượng.

### ***Cách Phát Bồ Đề Tâm***

[7] Bị bốn giòng sông chảy xiết cuốn trôi,  
Bị nghiệp ràng buộc chặt chẽ khó mà thoát khỏi,  
Bị mắc bẫy trong lưới sắt của tâm chấp ngã,  
Bị bao trùm trong màn đêm của vô minh.

[8] Không ngừng tái sinh trong luân hồi,  
Không ngừng bị dày vò vì ba nỗi khổ.  
Khi nghĩ đến tất cả các bà mẹ đều ở trong cảnh ngộ ấy,  
Hãy phát tâm bồ đề vô thượng.

### ***Định Nghĩa Tâm Bồ Đề Đã Phát Sinh***

[8a]<sup>1</sup> Tóm lại,  
Nếu tựa như người mẹ có con trai yêu dấu bị rơi vào hầm lửa  
Và cảm nhận nỗi khổ của con dù một giây như thiên thu không  
chịu đựng nổi,  
Thì sự quán chiếu về khổ đau của toàn thể bà mẹ hữu tình

Đã khiến con không thể chịu đựng được khổ đau của họ dù chỉ một giây  
Và ước nguyện tìm cầu giác ngộ vì lợi lạc của chúng sanh phát khởi  
bất dụng công,  
Con đã chứng ngộ tâm bồ đề quý báu vô thượng.

### ***Lý Do Để Thiền Quán Về Chánh Kiến***

[9] Nếu không có trí tuệ chứng ngộ thực tại tối hậu,  
Dù đã phát tâm xả ly và bồ đề tâm,  
Con không thể đoạn trừ cội nguồn luân hồi,  
Vì vậy, hãy nỗ lực với phương tiện để chứng ngộ lý duyên khởi.

### ***Tỏ Bày Chánh Kiến***

[10] Ai thấy luật nhân quả mãi mãi không sai chạy,  
Đối với vạn pháp trong luân hồi và niết bàn,  
Và bất cứ đối tượng nào của tâm bám chấp đã hoàn toàn biến mất,  
Khi ấy, họ đã thể nhập con đường làm vui lòng chư Phật.

### ***Định Nghĩa Chưa Hoàn Tất Phân Tích Về Chánh Kiến***

[11] Nếu hiện tượng của duyên khởi không sai chạy,  
được chấp nhận riêng rẽ với tánh Không,  
Ngày nào chúng được xem là riêng biệt,  
Hành giả vẫn chưa chứng ngộ tôn ý Phật đà.

### ***Định Nghĩa Đã Hoàn Tất Phân Tích Về Chánh Kiến***

[12] Nếu [hai chứng ngộ này] xảy ra đồng thời, không luân phiên,  
Nhờ chỉ thấy lý duyên khởi hoàn toàn không lầm lạc  
Tâm liễu ngộ xác quyết sẽ hoàn toàn tiêu diệt  
Cách vạn pháp được lãnh hội [như thật sự hiện hữu].  
Khi ấy, con đã hoàn tất việc phân tích về tri kiến cứu cánh.

### ***Phẩm Tính Cụ Thể Đặc Biệt Của Tri Kiến Cụ Duyên (Prasangika)***

[13] Hơn nữa, khi hiện tượng đoạn trừ cực đoạn thường kiến,  
Và tánh Không đoạn trừ cực đoạn đoạn kiến,  
Nếu con chứng ngộ tánh Không biểu hiện như nhân quả,  
Sẽ không bị quấy rối vì khái niệm sai lầm chấp vào biên kiến.

### ***Lời Khuyên Tu Tập, Khi Đã Liễu Ngộ***

[14] Theo cách ấy, con sẽ chứng ngộ chính xác  
Những điểm trọng yếu trong ba điểm tinh yếu của đường tu.  
Hỡi con, hãy tìm nơi cô tịch và nỗ lực tinh tấn,  
Để nhanh chóng thành tựu mục tiêu tối hậu.

---

### ***Hồi Hướng Của Lama Zopa Rinpoche:***

Từ công đức tích tập được bằng cách thực hiện công việc này, truyền bá giáo pháp thanh tịnh của Lama Tsongkhapa, tâm yếu của 84 000 pháp môn của Đức Phật, sang ngôn ngữ phương Tây, chính xác tối đa so với ngôn từ và ý nghĩa của chánh văn.

Nguyện đây là điều lợi lạc nhất cho tất cả chúng sanh, đưa các bà mẹ hữu tình, những chúng sanh có cuộc đời lạc lối, bị nghiệp và phiền não khống chế, hoàn toàn bị bao trùm trong bóng tối vô minh, đến thành tựu giác ngộ càng nhanh càng tốt.

Nguyện bất kỳ ai chỉ cần thấy được bản văn này, đọc bản văn này, thuyết giảng bản văn này, nghe về bản văn này, hay giữ gìn nó, đều viên thành lòng sùng mộ bốn sư bất hoại, thấy Bốn Sư là Phật, và tu tập ba điểm tinh yếu chung của đường tu một cách tốt đẹp, viên thành hai giai đoạn, và thành tựu trạng thái hợp nhất của Đức Kim Cang Trì càng nhanh càng tốt. Đặc biệt, nguyện cho ông hay bà ấy phát tâm từ ái, tư tưởng bi mẫn và bồ đề tâm, lập tức trở thành cội nguồn an lạc và hạnh phúc cho tất cả chúng sanh, đặc biệt



là trong thế giới này, và nguyện cho tất cả chiến tranh, nạn đói, bệnh tật, đau ốm, nạn dịch, tra tấn, nghèo đói, và nguy cơ vì lửa, nước, gió và động đất chấm dứt ngay lập tức, để không ai phải kinh qua bất cứ hoàn cảnh bất như ý nào như vậy nữa.

Nguyện giáo pháp thanh tịnh của Lama Tsongkhapa tiếp tục hưng thịnh và lan truyền muôn phương.

---

### **Chú thích**

1. Câu kệ 8a không nằm trong bản chánh văn của Lama Tsongkhapa, nhưng đã được thêm vào ở đây, theo bản đại cương của Pabongka Rinpoche.

Nguyên tác: *Three Principal Aspects of the Path* by Lama Tsongkhapa

Nguồn: <https://www.lamayeshe.com/article/three-principal-aspects-path>

Lozang Ngodrub chuyển Việt ngữ; Võ Thư Ngân hiệu đính