

**Hội Thiền Học Việt Nam**  
VIETNAMESE BUDDHIST MEDITATION CONGREGATION

## THANH QUY

Phần Hai

## NGHI THỨC THIỀN MÔN

PURIFYING RULES AND REGULATIONS

Volume Two

## ZEN MEDITATION CHANTING CEREMONIES



VO QUY ZEN CENTER

Phật Lịch 2563 - Dương Lịch 2019  
Buddhist Calendar 2563- Gregorian Calendar 2019

THANH QUY

Phần Hai

**NGHI THỨC THIỀN MÔN**

PURIFYING RULES AND REGULATIONS

Volume Two

**ZEN MEDITATION  
CHANTING CEREMONIES**

Bản In Lần 3 có điều chỉnh, năm 2019  
Kỷ Niệm Thiền Viện Vô Uu 17 Tuổi

Revised Edition 2019  
To Commemorate Vo Uu Zen Center's 17<sup>th</sup> Anniversary





Thiền Sư **THÍCH THANH TỬ**  
Zen Master **THICH THANH TU**  
(1924 - )



Kinh dâng cúng đường  
Hòa Thượng Ân Sư  
Thích Thanh Tu  
Tông Chủ Thiền Phái Trúc Lâm Việt Nam  
Người có công khôi phục Thiền Tông Việt Nam  
cuối thế kỷ 20

Kỷ niệm Thiền Viện Vô Üu 17 tuổi  
Tháng 11 năm 2019  
Thích Nữ Thuận Thành



This text is gratefully dedicated to  
Honored Zen Master  
Most Venerable Thich Thanh Tu  
Vietnam Truc Lam Meditation Tradition Patriarch  
Restorer of Vietnam Meditation Tradition  
in the Late 20<sup>th</sup> Century

To commemorate Vo Üu Zen Center's 17<sup>th</sup> Anniversary  
November 2019  
Thich Nu Thuan Thanh

## *Lời Ngỏ*

Cùng với Phật Giáo, Thiền Tông du nhập vào Việt Nam từ cuối Thế Kỷ thứ sáu<sup>1</sup>, đã nuôi dưỡng và phát triển tâm hồn dân tộc Việt Nam đầy trí tuệ và ngã và từ bí nhân hậu. Vào những thời kỳ Đinh, Lê, Lý, Trần...ngọn đuốc Thiền Tông Việt Nam đã từng rực sáng, làm nền tảng cho những thời đại oai hùng của lịch sử Việt Nam.

Thiền Tông là pháp tu thảng tắt, là cốt túy của Phật Giáo. Thiền rất thích hợp và lợi ích cho mọi người trong mọi hoàn cảnh, nhất là trong xã hội vẫn minh phát triển ngày nay. Dục lạc thế gian càng nhiều, cảm dỗ càng lầm thì lòng người càng dễ rối loạn, căng thẳng. Ju Thiền có thể giúp chuyển hóa thân tâm, thường được an vui tịnh lặng...

---

<sup>1</sup> Thiền Tông Việt Nam Cuối Thế Kỷ 20,  
Thiền Sư Thích Thanh Từ.

## *Prologue*

*Concurrent with Buddhism, Meditation Tradition entered Vietnam in the late 6<sup>th</sup> century<sup>1</sup>; it has nourished and developed the Vietnamese ethos with wisdom without egotism and compassion with humanity. During the Dinh, Le, Ly, Tran dynasties...the flame of this tradition's spirit was already in full flare serving as the foundation for glorious times in the Vietnamese history.*

*Vietnam Meditation Tradition is a direct and succinct method of practice, it is the essence of Buddhism. This tradition is suitable and beneficial to all human beings in all life circumstances, particularly in today's civilized, developed society. As mundane desires and temptations multiply, the human mind becomes more stressful and deluded. The practice of meditation helps transform our body and mind bringing about peace, happiness, wakefulness and tranquility...*

---

<sup>1</sup> Vietnamese Meditation In The Late Twentieth Century,  
Zen Master ThichThanh Tu.

Khi sức sống của mạch nguồn Thiền Tông thuộc Thiền Phái Trúc Lâm Việt Nam do Hòa Thượng Ân Sư Thích Thành Tứ khôi phục, tuôn chảy ra hải ngoại, thì Thiền Viên Vô-Ưu được thành lập vào năm 2002, thầm thoát đã 15 năm<sup>1</sup>.

Để giới thiệu Thiền Tông đến thế hệ tuổi trẻ Việt Nam đã sinh ra và lớn lên tại hải ngoại và những người bản xứ, có thể hiểu rõ và thực hành theo đường lối tu Thiền do Hòa Thượng Ân Sư chỉ dạy, Ban Văn Hóa Thiền Viên Vô-Ưu đã nỗ lực dịch thuật trung thực và chính xác theo chính bản quyền Thành Quy của Thiền Phái Trúc Lâm<sup>2</sup>, gồm 2 phần: Nội Quy và Nghị Thủ Thiền Môn. Người mong chư Tôn đức Tăng Ni và các bậc thức giả chỉ giáo nếu thấy những điều sơ sót. Xin trân trọng tri ân.

Kính mong,  
Thiền Viên Vô-Ưu

---

<sup>1</sup> Sinh nhật năm 2017.

<sup>2</sup> Nhà Xuất Bản Tổng Hợp TP. HCM, 2006.

*When the vitality of Vietnam Truc Lam Meditation Tradition restored by Most Venerable Master Thich Thanh Tu spread overseas, Vo Uu Zen Center was established (in 2002); it has been 15 years since then<sup>1</sup>.*

*To introduce Vietnam Meditation Tradition to younger Vietnamese generations who were born and brought up outside of Vietnam and the locals so they may understand and practice the tradition taught by Most Venerable Master, the Vo Uu Zen Center Cultural Committee has made every effort to faithfully and precisely translate the original Purifying Rules and Regulations of Truc Lam Meditation Tradition<sup>2</sup> which comprises two parts: Internal Regulations and Zen Meditation Chanting Ceremonies. We humbly request Venerable Sangha and learned ones to help us rectify our oversights.*

*With deepest respect and gratitude,  
Vo Uu Zen Center*

---

<sup>1</sup> 2017 Anniversary.

<sup>2</sup> Tống Hợp Publisher HCM City, 2006.

THANH QUY  
Phần Hai  
**NGHI THÚC THIỀN MÔN**

NỘI DUNG

**A. NGHI THÚC**

I.	NGHI THÚC SÁM HỐI .....	20
1.	Sám Hối Ba Nghịệp .....	22
	Tụng Tam Quy-Ngũ Giới .....	40
2.	Sám Hối Sáu Căn .....	52
II.	NGHI THÚC CÚNG PHẬT .....	80
III.	NGHI THÚC THỌ TRAI .....	100
IV.	NGHI THÚC TỌA THIỀN .....	114
1.	Lễ Phật .....	116
2.	Kệ Hô Thiền .....	118
3.	Tọa Thiền .....	122
3.1.	Nhập .....	122
3.2.	Trụ .....	126
3.3.	Xuất .....	132
3.4.	Tụng Kinh Xả Thiền .....	144
4.	Các Triệu Chứng .....	152
V.	NGHI THÚC THỈNH NGUYỆN .....	154

# PURIFYING RULES AND REGULATIONS

## Volume Two

# ZEN MEDITATION CHANTING CEREMONIES

## CONTENTS

### A. CEREMONIES

I.	REPENTANCE CEREMONY .....	21
1.	Three-Karma Repentance Verses .....	23
	Three Refuge-Five Precept Chants .....	41
2.	Six-Sense Repentance Verses .....	53
II.	MEAL-OFFERING TO THE BUDDHA CEREMONY..	81
III.	SANGHA MEAL-TAKING CEREMONY .....	101
IV.	MEDITATION CEREMONY .....	115
1.	Buddha Praise and Prostration .....	117
2.	Meditation Verse .....	119
3.	Sitting Meditation .....	123
3.1.	Entering Meditation .....	123
3.2.	Maintaining Meditation .....	127
3.3.	Releasing Meditation .....	133
3.4.	Meditation Release Chant .....	145
4.	Symptoms (Of Inappropriate Postures) .....	153
V.	REQUEST-FOR-IDENTIFYING-	
	TRANSGRESSIONS CEREMONY .....	155

## B. PHỤ LỤC

I.	NGHI THÚC ĐẠI LỄ .....	174
1.	Nghi Thức Lễ Phật Đản	
	Lễ Phật Thành Đạo .....	176
2.	Nghi Thức Lễ Vu Lan .....	202
3.	Nghi Thức Lễ Vía Phật Di-Lặc .....	228
II.	CÁC BÀI SÁM NGUYỆN .....	250
1.	Văn Phát Nguyện .....	252
2.	Văn Sám Hối .....	258
III.	KỆ CHUÔNG TRỐNG .....	264
1.	Kệ Chuông .....	266
1.1.	Kệ Hô Chuông .....	266
1.2.	Kệ Thâu Chuông .....	266
2.	Kệ Hô Trống .....	268
IV.	CÁC BÀI PHỤC NGUYỆN .....	270
1.	Cầu An .....	272
1.1.	Đạo Pháp Trường Tồn .....	272
1.2.	Quốc Thới Dân An .....	274
1.3.	Chư Tôn Đức .....	276
1.4.	Phật Tử .....	278
2.	Cầu Siêu .....	280
2.1.	Giác Linh Chư Tôn Đức .....	280
2.2.	Hương Linh Phật Tử .....	284
3.	Cầu Nguyện .....	286
3.1.	Trời Bát-Nhã .....	286
3.2.	Nguyện An Lành .....	288

## B. ADDENDUM

I.	GRAND CEREMONIES .....	175
1.	The Buddha's Birthday Ceremony	
	The Buddha's Enlightenment Day Ceremony ..	177
2.	Ullambana Ceremony .....	203
3.	Maitreya Buddha's Birthday Ceremony .....	229
II.	REPENTANCE VOWS .....	251
1.	Verse of Vows .....	253
2.	Repentance Verses .....	259
III.	BELL AND DRUM VERSES .....	265
1.	Bell Verse .....	267
1.1.	Inviting the Bell Verse .....	267
1.2.	Closing the Bell Verse .....	267
2.	Impermanence Drum Verse .....	269
IV.	SUPPLICATION VERSES .....	271
1.	Prayers for Peace and Happiness .....	273
1.1.	Prayers For the Everlasting Existence of the Buddhadharma .....	273
1.2.	Prayers For a Prosperous Nation and Peaceful Citizens .....	275
1.3.	Prayers For Venerable Sangha .....	277
1.4.	Prayers For Lay Buddhists .....	279
2.	Prayers .....	281
2.1.	For The Enlightened Consciousness of Venerable Sangha .....	281
2.2.	For The Consciousness of Lay Buddhists ..	285
3.	Prayers .....	287
3.1.	The Sun of Great Wisdom .....	287
3.2.	Prayers for Safety and Happiness .....	289



PHẦN HAI  
**NGHI THỨC THIỀN MÔN**

VOLUME TWO  
**ZEN MEDITATION  
CHANTING CEREMONIES**

## A. NGHI THỨC

- I. NGHI THỨC SÁM HỒI
- II. NGHI THỨC CÚNG PHẬT
- III. NGHI THỨC THỌ TRAI
- IV. NGHI THỨC TỌA THIỀN
- V. NGHI THỨC THỈNH NGUYỆN

## **A. CEREMONIES**

- I. REPENTANCE CEREMONY
- II. MEAL-OFFERING TO  
THE BUDDHA CEREMONY
- III. SANGHA MEAL-TAKING CEREMONY
- IV. MEDITATION CEREMONY
- V. REQUEST-FOR-IDENTIFYING-  
TRANSGRESSIONS CEREMONY



T haý	S eeing
Nghe	Hearing
Hieu	Comprehending
B ieť	Knowing
Khoâng	Without
Chöȫng	Wit hout
Ngaï	Obscurat ions



## I. NGHI THỨC SÁM HỐI

1. Sám Hối Ba Nghiệp  
Tụng Tam Quy-Ngũ Giới
2. Sám Hối Sáu Căn

## **I. REPENTANCE CEREMONY**

- 1. Three-Karma Repentance Verses**  
Three Refuge-Five Precept Chants
- 2. Six-Sense Repentance Verses**

# **1. SÁM HỐI BA NGHIỆP**

## **NGUYỆN HƯƠNG**

Trầm thủy, rừng Thiên hương sực nức,

Chiên đàn, vườn Tuệ đã vun trồng,

Đao Giới vót thành hình non thẳm,

Nguyễn đốt lò tâm mãi cúng dâng.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Dường.**

*(3 lần)*

## **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,

Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,

Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,

Chúng con chí tâm thành đảnh lễ.

*(1 xá)*

# 1. THREE-KARMA REPENTANCE VERSES

## INCENSE OFFERING

The forest of Concentration, imbued with  
sandalwood, emits wonderful fragrance;  
The garden of Wisdom, filled with aloeswood,  
has been cultivated;  
The sword of Precepts is sharpened like  
a mountain peak;  
We vow to offer our illuminated mind forever.

**Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**  
*(3 times)*

## BUDDHA PRAISE

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư  
không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

## TÁN PHÁP

Pháp Phật sâu mầu chẳng gì hơn,

Trăm ngàn muôn kiếp khó được gấp,

Nay con nghe thấy vâng gìn giữ,

Nguyễn hiểu nghĩa chơn Đức Thế Tôn.

**Qui kính Phật, Bồ-tát trên hội Bát-nhã.**

(3 lần)

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## DHARMA PRAISE

The Buddha's Dharma is incomparably profound and miraculous,

It is difficult for us to encounter throughout eons of kalpas.

Now that we hear, we vow to preserve the True Dharma,

And understand the meaning of The World Honored One's Teachings.

**Homage to all Buddhas and Bodhisattvas at the Ultimate Wisdom Assembly. (3 times)**

## TÂM KINH TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tưởng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chứng đắc.

# THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chủ, là vô đẳng đẳng chú, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không dối.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)



Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*



# **LỄ PHẬT VÀ LỄ TỔ**

Chí tâm đảnh lễ **Quá khứ Phật Tỳ Bà Thi.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Hiện tại Phật Thích-ca Mâu-ni.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Vị lai Phật Di-lặc Tôn.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Tổ sư Đại Ca Diếp.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Tổ sư A Nan.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Tổ sư Bồ Đề Đạt Ma.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Tổ sư Huệ Khả.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Tổ sư Huệ Năng.**

(1 lạy)

## BOWING TO THE BUDDHAS AND PATRIARCHS

With deep respect, we bow to  
**Vipassi Buddha of the past.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Sakyamuni Buddha of the present.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Honored Maitreya Buddha of the future.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Kashyapa.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Ananda.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Bodhidharma.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Hui Ke.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Hui Neng.**

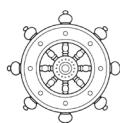
*(1 full bow)*

Chí tâm đảnh lẽ **Tổ sư Trúc Lâm Đại Đầu Đà.**  
(1 lạy)

Chí tâm đảnh lẽ **Tổ sư Pháp Loa.**  
(1 lạy)

Chí tâm đảnh lẽ **Tổ sư Huyền Quang.**  
(1 lạy)

Chí tâm đảnh lẽ **Tất cả chư vị Tổ sư  
Ấn Độ, Trung Hoa, Việt Nam.**  
(1 lạy)



With deep respect, we bow to  
**Patriarch Truc Lam, The Great Ascetic.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Phap Loa.**

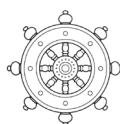
(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**Patriarch Huyen Quang.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**All Patriarchs of India, China and Vietnam.**

(*1 full bow*)



## VĂN SÁM HỐI

Chúng con đồng đến trước Phật đài,  
Tâm thành đánh lẽ mười phương Phật,  
Tất cả Bồ-tát trong ba đời,  
Thanh-văn Bích-chi chúng Hiền Thánh,  
Đồng đến chứng minh con phát lồ:  
Bao nhiêu tội lỗi trong nhiều kiếp,  
Ba nghiệp gây nên chẳng nghĩ lưỡng,  
Nỗi chìm lăn lộn trong ba cõi,  
Tội ác chiêu hoài không biết dừng.  
Hôm nay tỉnh giác con sám hối,  
Hổ thẹn ăn năn mọi lỗi lầm,  
Cầu xin chư Phật đồng chứng giám,  
Bồ-tát Thanh-văn thảy hộ trì.  
Khiến con tội cũ như sương tuyết,  
Hiện tại đời con đang sống đây,  
Tuy có duyên lành gặp Phật pháp,  
Mà đã gây nên lầm nghiệp khiên.

## REPENTANCE VERSES

Gathering before the Buddha's altar,  
with utmost sincerity and deep respect,  
we bow to  
the Buddhas in the ten directions,  
Bodhisattvas in the three times,  
Hearers, Solitary Buddhas, Saints and Sages.  
Please come and witness the declaration  
of our transgressions:  
We have committed countless misdeeds  
in our numerous lifetimes,  
by the actions of the three karmas.  
We have been floating and sinking,  
drifting aimlessly in the Three Realms,  
committing innumerable sins  
without intent to stop.  
Now that we have awakened, we repent;  
We feel great shame and remorse  
for all our wrongdoings.  
May the Buddhas certify our repentance,  
Bodhisattvas and Hearers support and guide us;  
so that our past misconduct will melt away  
like dew and snow in the morning sun.  
At present, as we are living now,  
though we have the auspicious opportunity  
to learn the Buddha's Teachings,  
We accumulate much vengeful karma.

Lòng còn chứa chấp tham kiêu mạn,  
Sân si tật đố hạnh tà mê,  
Miệng nói điêu ngoa thêm dối trá,  
Gạt lưỡng ác khẩu lời vu oan,  
Sát sanh hại vật thân gây tạo,  
Thương tổn sanh linh để lợi mình,  
Tam Bảo chứng minh con sám hối.  
Dứt tâm tương tục kể từ đây,  
Không hề tái phạm dù lỗi nhỏ,  
Nguyễn gìn ba nghiệp như giá băng,  
Nguyễn đạt chân tông giáo viên đốn,  
Kiến tánh viên minh tâm nhất như.  
Vọng tình ngoại cảnh dường mây khói,  
Nghiệp thức vốn không trí sáng ngời,  
Liễu sanh thoát tử không ngăn ngại,  
Tam giới ra vào độ chúng sanh.

We are still fostering greed, egotism,  
anger, ignorance, envy, evil  
and unknowing conduct;  
fabricating and telling lies,  
deceiving, speaking evil and unjust words;  
killing and injuring other beings,  
such is our body karma;  
we hurt living beings for our own benefits;  
the Three Jewels, please,  
witness our repentance!

We vow to stop our continuously sinful mind  
from this moment,  
never again to commit even the slightest sins  
and keep our three karmas as pure as snow.

We vow to attain the true tradition of direct  
and comprehensive Teachings,  
to recognize our complete and radiant nature,  
the Suchness of our mind.

Our illusory emotions and all external objects  
are just like clouds and smoke.

Karmic consciousness being empty,  
Wisdom will shine.

Knowing that Birth is Non-Birth and transcending  
Death without hindrances,  
we will freely exit and enter the Three Realms  
to save sentient beings.

Thuyền từ chống mãi không dừng nghỉ,  
Đưa hết sanh linh lên giác ngạn,  
Công đức tu hành xin hồi hương,  
Tất cả chúng sanh đều Niết-bàn.

Vào nhà chư Phật ngồi tòa báu,  
Mặc áo Như Lai chứng Pháp thân,  
Đồng phát Bồ-đề tâm bất thối,  
Đồng ngộ vô sanh pháp giới chân,  
Đồng lên Phật quả vào Diệu giác,  
Đồng nhập Chân Như thể sáng tròn.

### Chủ Lễ xuống:

Tánh tội vốn không, do tâm tạo,  
Tâm nếu diệt rồi, tội sạch trong,  
Tội trong tâm diệt, cả đều không,  
Thế ấy mới là chân sám hối.

**Nam-mô Bồ-tát Cầu Sám Hối.** (3 lần)

We steer the boat of compassion without rest,  
to bring all beings to the shore of Enlightenment.  
May we dedicate the merits of our practice,  
so all living beings will reach Nirvana.  
Entering the Buddhas' Home,  
we sit on the Precious Throne,  
Wearing the Thus Come One's Robe,  
we attain the Dharma Body.  
May we altogether generate Bodhicitta  
without regressing mind,  
recognize Birthlessness  
and the True Dharma Realm.  
May we altogether reach Buddhahood,  
achieve miraculous Enlightenment  
and merge into true Suchness,  
complete and radiant Nature.

### Celebrant recites:

The nature of sinfulness is empty,  
it is created by the illusory mind;  
Once our illusory mind is eliminated,  
sins are purified,  
Sins purified, illusory mind eliminated, all's empty;  
That is True Repentance.

### **Homage to the Contrition Bodhisattva. (3 times)**

## TAM QUY

Chúng con nguyện suốt đời quy y Phật,  
quy y Pháp, quy y Tăng. (1 xá)

**Quy y Phật** là chúng con trọn đời tôn thờ kính trọng tu theo đức Phật Thích-ca Mâu-ni, là bậc thầy giác ngộ sáng suốt của chúng con. (1 xá)

**Quy y Pháp** là chúng con trọn đời tôn thờ kính trọng tu theo chánh pháp từ kim khẩu đức Phật nói ra. (1 xá)

**Quy y Tăng** là chúng con trọn đời tôn thờ kính trọng tu theo những Tăng sĩ tu hành đúng chánh pháp của Như Lai. (1 xá)

**Quy y Phật rồi**, chúng con không kính trọng tu theo Trời, Thần, Quỉ vật. (1 xá)

**Quy y Pháp rồi**, chúng con không kính trọng tu theo ngoại đạo tà giáo. (1 xá)

**Quy y Tăng rồi**, chúng con không kính trọng làm thân với bạn dữ, nhóm ác. (1 xá)

## THREE REFUGES

We vow to take refuge in the Buddha, the Dharma and the Sangha during our entire life.

(*I half bow*)

**Taking refuge in the Buddha** means we vow, for the rest of our lives, to respect, worship and practice the Teachings of Sakyamuni Buddha, our Illuminated and Enlightened Teacher. (*I half bow*)

**Taking refuge in the Dharma** means we vow, for the rest of our lives, to respect, worship and practice the True Dharma, the golden words revealed by the Buddha. (*I half bow*)

**Taking refuge in the Sangha** means we vow, for the rest of our lives, to respect, worship and practice the instructions of monastics who observe the True Dharma of the Thus Come One.

(*I half bow*)

**Having taken refuge in the Buddha**, we do not respect or practice what is taught by Devas, Spirits or Demons. (*I half bow*)

**Having taken refuge in the Dharma**, we do not respect or practice externalist faiths or heterodox beliefs. (*I half bow*)

**Having taken refuge in the Sangha**, we do not respect or associate with evil friends or wicked crowds. (*I half bow*)

# **NGŨ GIỚI**

## **Giới thứ nhất là:**

Chúng con nguyện trọn đời giữ giới không sát sanh. Nghĩa là chúng con không tự mình giết người bằng mọi cách, không sai bảo kẻ khác giết người, không vui thích thấy nghe kẻ khác giết người. Cho đến những con vật lớn, chúng con cũng không nhẫn tâm giết hại, mà hằng bảo vệ sinh mạng chúng sanh. (1 xá)

## **Giới thứ hai là:**

Chúng con nguyện trọn đời giữ giới không trộm cướp. Nghĩa là chúng con thấy tài sản, vật dụng của người không khỏi lòng tham lén hay giựt lấy, mà luôn luôn bảo vệ tài sản của người như tài sản của mình. (1 xá)

## **Giới thứ ba là:**

Chúng con nguyện trọn đời giữ giới không tà dâm. Nghĩa là chúng con chỉ một vợ, một chồng, chứ không có lòng ham mê đắm sắc làm điều tà vạy, gây đau khổ cho gia đình mình và gia đình người, mà hằng tán thán ca ngợi đời sống trinh bạch. (1 xá)

## FIVE PRECEPTS

### The first precept is:

We vow, for the rest of our lives, to keep the precept of not to kill. That means we, ourselves, will not kill human beings by any means; not to order others to kill human beings, or be happy when seeing or hearing about others killing human beings. Even large animals, we will not have the wicked heart to kill them, but always protect the lives of all living beings. (*1 half bow*)

### The second precept is:

We vow, for the rest of our lives, to keep the precept of not to steal or rob. That means when seeing property and possessions belonging to others, we will not give rise to greed to steal or rob them. We vow to always protect the property of others just like our own. (*1 half bow*)

### The third precept is:

We vow, for the rest of our lives, to keep the precept of not to commit adultery. That means we will have only one wife or one husband, we will not, due to desirous mind, give in to beauty, commit evil acts to cause suffering to our families and others'. We vow to always praise and honor marital loyalty. (*1 half bow*)

## **Giới thứ tư là:**

Chúng con nguyện trọn đời giữ giới không nói dối. Nghĩa là chúng con không do lòng tham nói lời dối trá lừa bịp người, không do lòng nóng giận nói lời hung dữ khiến người buồn giận, không do lòng hiểm ác nói lời vu oan vu cáo khiến người bị khó khăn tù tội, mà hằng nói lời chân thật ngay thẳng.

(1 xá)

## **Giới thứ năm là:**

Chúng con nguyện trọn đời giữ giới không uống rượu. Nghĩa là chúng con không uống các thứ rượu mạnh và nhẹ, khiến tâm trí rối loạn mờ tối, thân thể sanh nhiều bệnh hoạn, chuốc lỗi lầm với thân nhân, quyến thuộc, cho đến các thứ á phiện, xì ke, ma túy thấy đều tránh xa.

(1 xá)

**Cúi xin Tam Bảo hộ trì khiến chúng con  
đầy đủ nghị lực gìn giữ năm giới trong sạch  
để được làm người tốt trong đời này và đời sau.**

## **The fourth precept is:**

We vow, for the rest of our lives, to keep the precept of not to lie. That means we will not be directed by greed to lie to deceive others; directed by anger to say cruel words to cause others to be depressed or upset; directed by wickedness to say libelous and accusatory words to cause others to be in difficult situations or incarcerated; we vow to always speak honest and truthful words.

*(1 half bow)*

## **The fifth precept is:**

We vow, for the rest of our lives, to keep the precept of not to drink alcohol or use intoxicants. That means we will not take hard or soft alcoholic drinks which bring about troubled and abstruse mind, cause the body to be sick with diseases and trigger us to make mistakes toward our friends and relatives; even up to opium, marijuana and other narcotics, we will avoid.

*(1 half bow)*

**We pray that the Three Jewels support and protect us so we may have unbending willpower and purely keep the five precepts to be wholesome human beings in this life and the next.**

## CHÍ TÂM PHÁT NGUYỆN

Một nguyện nguồn linh thường trong lặng,

Hai nguyện Tạng thúc dứt lặng xăng,

Ba nguyện khói nghi đêu tan nát,

Bốn nguyện trăng Định mãi tròn đầy.

Năm nguyện pháp trần không khởi diệt,

Sáu nguyện lưới ái lìa buộc ràng,

Bảy nguyện suy nghĩ hành Thập Địa,

Tám nguyện nghe suốt bỏ Tam Thiên.

Chín nguyện tâm vuợn thoi nhảy nhót,

Mười nguyện ý ngựa dứt cương yên,

Mười một nguyện mở lòng nghe Phật dạy,

Mười hai nguyện mến thích Tổ Sư Thiền.

## **SINCERE VOWS**

First, we vow to keep our mind tranquil and pure,

Second, to stop the whirling of

the Store Consciousness,

Third, to eradicate all doubts,

Fourth, to always maintain the fullness

of the Concentration Moon.

Fifth, to prevent mental objects from

arising or ceasing,

Sixth, to detach from the net of desire,

Seventh, to consistently contemplate on

practicing the Ten Stages of Bodhisattvahood,

Eighth, to thoroughly hear beyond

the Three Realms.

Ninth, to calm our monkey mind,

Tenth, to still our galloping thoughts,

Eleventh, to open our hearts and listen to

the Buddha's Teachings.

Twelfth, to delight in respecting and honoring

the Patriarch Zen.

# CHÍ TÂM HỒI HƯỚNG

Chúng con hồi tâm về Thánh Chúng,  
Ân cần đầu cúi lê Từ Tôn,  
Thềm thang Thập Địa nguyện sớm lên,  
Chân tâm Bồ-đề không thối chuyển.

## PHỤC NGUYỆN

(Chủ Lễ xướng)

Cửa Thiền thường nghiêm tĩnh,  
Toàn chúng mãi thuận hòa,  
Phật tuệ chiếu sáng ngời,  
Mùa pháp hằng nhuần gội.  
Phật tử lòng tin sâu,  
Ruộng phước càng tăng trưởng,  
Chúng sanh sống an lạc,  
Vui hưởng cảnh thái bình.  
Nơi nơi dứt đao binh,  
Mỗi mỗi đều thành Phật.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
(Toàn chúng niệm)

## SINCERELY DEDICATING MERITS

We're mindful of the Assembly of Saints,  
We sincerely bow our heads toward  
    the Compassionate Honored One,  
We vow to quickly attain the Ten Stages  
    of Bodhisattvahood,  
Our True Bodhi Mind will not change or regress.

## PRAYERS

*(Celebrant recites)*

May the Zen monasteries be always  
    solemn and pure,  
All Buddhist practitioners harmonious,  
The Buddha's wisdom gloriously radiate  
    throughout space,  
The Dharma rain constantly permeate all beings.  
May all Buddhists have deep faith,  
Their field of merits continuously increase,  
All beings live peacefully in bliss  
    and enjoy harmonious scenes.  
May all wars cease everywhere,  
    and each one of us become a Buddha.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**  
*(All recite)*

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(1 lạy)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(1 lạy)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(1 lạy)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

## 2. SÁM HỐI SÁU CĂN

Chí tâm sám hối:

Chúng con từ vô thi kiếp đến nay,  
Bỏ mất bản tâm,  
Không biết chánh đạo,  
Rời ba đường khổ,  
Bởi sáu căn lầm,  
Không sám lỗi trước,  
Khó tránh hối sau.

### NGHIỆP CĂN MẮT LÀ:

Nhân ác xem kỹ,  
Nghiệp thiện coi khinh,  
Lầm nhận hoa giả,  
Quên ngắm trăng thật.  
Yêu ghét nổi dậy,  
Đẹp xấu tranh dành,  
Chợt mắt đối sanh,  
Mờ đường chánh kiến.  
Trăng qua xanh lại,  
Tía phải vàng sai,  
Nhìn lệch các thứ,  
Nào khác kẻ mù.  
Gặp người sắc đẹp,  
Liếc trộm nhìn ngang,  
Lòa mắt chưa sanh,  
Bản lai diện mục.

## **2. SIX-SENSE REPENTANCE VERSES**

Sincere repentance:

We, from beginningless lifetimes until now,  
Often renounce our original mind,  
    ignorant of the True Way.

We fall into the three evil realms of suffering  
    due to our mistaken six senses.

Without confessing our transgressions first,  
    we can hardly avoid being remorseful later.

### **KARMA OF THE EYE:**

We often focus on the cause of wrongdoing,  
    belittling wholesome karma,  
Mistakenly accepting unreal Flowers,  
    forgetting to observe the real Moon.

Feelings of love-hate arise,  
    good-bad vie,

Our vision's quickly deceived,  
    right view's blurred.

White-blue cross paths,  
    purple's right, yellow's wrong.

We see objects inaccurately,  
    just like the blind.

Encountering one with beauty,  
    we gawk back and forth;

Our eyes blinded,  
    our Original Face ignored.

Thấy ai giàu có,  
Giương mắt mải nhìn,  
Gặp kẻ bần cùng,  
Lờ đi chẳng đoái.  
Người dung chét chóc,  
Nước mắt ráo khô,  
Thân quyến qua đời,  
Đầm đìa lệ máu.  
Hoặc đến Tam Bảo,  
Hoặc vào chùa chiền,  
Gần tượng thấy kinh,  
Mắt không thèm ngó.  
Phòng Tăng điện Phật,  
Gặp gỡ gái trai,  
Mắt liếc mày đưa,  
Đam mê sắc dục.  
Không ngại Hộ Pháp,  
Chẳng sợ Long Thần,  
Trố mắt ham vui,  
Đầu chưa từng cúi.  
Những tội như thế,  
Vô lượng vô biên,  
Đều từ mắt sanh,  
Phải sa địa ngục.  
Trải hàng sa kiếp,  
Mới được làm người,  
Dù được làm người,  
Lại bị mù chột.

Coming across the rich,  
    we stare at them wide-eyed;  
Chancing on the destitute,  
    we coldly ignore.

When strangers die,  
    our eyes are dry;  
Our loved ones pass,  
    we shed bloody tears.

As we approach the Three Jewels  
    or enter temples,

As we come near statues or see sutra books,  
    we don't spare a glimpse.

In the Sangha's quarters, in the Shrine Hall,  
    male and female congregate,  
Exchanging glances  
    in desirous passion.

Irrespectful of Dharma Guardians,  
    unafraid of Dragon Devas,  
Gazing in pleasure-seeking,  
    not ever bowing our heads;

Sins like these,  
    immeasurable, limitless,  
All caused by the eye,  
    the result is falling into Hell.

Innumerable lifetimes pass  
    until the human form is regained.

Though human,  
    we'll be born blind or one-eyed.

## NGHIỆP CĂN TAI LÀ:

Ghét nghe chánh pháp,  
Thích lăng lời tà,  
Mê mắt gốc chon,  
Đuối theo ngoại vọng.  
Sáo đàn inh ỏi,  
Bảo khúc long ngâm,  
Vǎng vǎng mõ chuông,  
Coi như éch nhái.  
Câu ví bài vè,  
Bỗng nhiên đế dạ,  
Lời kinh câu kê,  
Không chút lăng tai.  
Thoảng nghe khen hão,  
Khấp khởi mong cầu,  
Biết rõ lời lành,  
Đâu từng ưng nhận.  
Vài ba bạn rượu,  
Năm bảy khách chơi,  
Tán ngắn bàn dài,  
Châu đầu nghe thích.  
Hoặc gặp thầy bạn,  
Dạy bảo đinh ninh,  
Những điều hiếu trung,  
Che tai bỏ mặc.  
Hoặc nghe tiếng xuyến,  
Bỗng nẩy lòng dâm,

## KARMA OF THE EAR:

Disliking to listen to True Dharma,  
we prefer to heed evil words;  
Losing our true nature, due to ignorance,  
we chase external illusions.

Deafening sounds of flutes  
and other musical instruments,  
we consider them sweet melody,  
Soft tones of bells and wooden gongs,  
we call them croaks of frogs and toads.

Folk songs and rhymes,  
we summarily hold close to heart;  
The Buddha's sutras and verses,  
we don't lend an ear.

Overhearing insincere praises,  
we enthuse to wish for more.

Knowing sensible comments clearly,  
we're not willing to acknowledge.

Together with some drinking partners  
and a few merriment cohorts

We convene  
and amuse ourselves with gossips.

Either meeting teachers and friends,  
who help educate us caringly

On filial piety or loyalty,  
we turn a deaf ear.

Or hearing tinkles of bangles,  
our sensual feelings arise,

Nghé nửa câu kinh,  
Liền như tai ngựa.  
Những tội như thế,  
Vô lượng vô biên,  
Đầy ắp bụi trần,  
Kẻ sao cho xiết.  
Sau khi mạng chung,  
Rời ba đường ác,  
Hết nghiệp thọ sanh,  
Lại làm người điếc.

## NGHIỆP CĂN MŨI LÀ:

Thường tham mùi lâ,  
Trăm thú ngạt ngào,  
Chẳng thích chân hương,  
Năm phần thanh tịnh.  
Lan xông xạ ướp,  
Chỉ thích tìm tội,  
Giới định hương huân,  
Chưa từng để mũi.  
Trầm đàn thiêu đốt,  
Đặt trước Phật dài,  
Nghênh cổ hít hơi,  
Trộm hương phẩy khói.  
Theo dõi hương trần,  
Long Thần chẳng nể,

Listening to half a line of sutra,  
our ears, like horses', become insensitive.  
Sins like these,  
immeasurable, limitless,  
As much as dust in space,  
by no means can we enumerate.  
When life ends,  
we'll fall into the three evil realms.  
As evil karma runs out,  
we'll be reborn a deaf human.

## KARMA OF THE NOSE:

Regularly desirous of exotic odors,  
hundreds of sweet aromas,  
We do not appreciate the true scent,  
the pure scent of the five-part Dharma Body.  
Rising sweet smell of orchids,  
infused odor of musk plants,  
we love to find;  
The fragrance of precepts  
and concentration fulfillment,  
our nose holds no interest.  
Sandalwood incense burning  
on the Buddha's altar,  
We stretch our neck to steal a whiff,  
waving the smoke into our nose.  
Attached to this smell,  
we earn no respect from Dragon Devas.

Chỉ thích mùi sảng,  
Trọn không chán mồi.  
Mặt đào má hạnh,  
Lôi kéo chẳng lìa,  
Cây giác hoa tâm,  
Xoay đi không đeoai.  
Hoặc ra phố chợ,  
Hoặc vào bếp sau,  
Thấy bẩn thèm ăn,  
Uá nhơ kiếm nuốt.  
Chẳng ngại tanh hôi,  
Không kiêng hành tỏi,  
Mê mải không thôi,  
Như lợn nằm ổ.  
Hoặc chảy nước mũi,  
Hoặc hỉ đàm vàng,  
Bôi cột quét thèm,  
Làm nhơ đất sạch.  
Hoặc say nằm ngủ,  
Điện Phật phòng Tăng,  
Hai mũi thở hơi,  
Xông kinh nhơ tượng.  
Ngửi sen thành trộm,  
Nghe mùi thành dâm,

We only value mundane odors,  
downright tirelessly.

Sweet-smelling peach-like faces,  
apricot-like cheeks,  
we can't be pulled away.

The tree of Enlightenment,  
the flower of Mindfulness  
we icily turn our back.

Either at the town market  
or in the back kitchen,

We long for dirty stuff to eat,  
impure bits and pieces to swallow.

We have no reservation for fishy odors,  
not abstaining from reeking onions  
and garlic.

We're constantly deluded  
like pigs lying in their filthy pigsties.

Either runny nose  
or yellow secretion,

We smear on columns, smudge on verandas,  
polluting the pure ground.

Falling sound asleep  
either in the temple's Main Hall  
or Sangha's quarters,

Our nostrils breathe in and out,  
contaminating sutra books and statues.

As we smell the lotus we turn into thieves,  
as we get a sniff of an aroma  
we become aroused,

Không biết không hay,  
Đều do nghiệp mũi.  
Những tội như thế,  
Vô lượng vô biên,  
Sau khi mạng chung,  
Đọa ba đường khổ.  
Trải nghìn muôn kiếp,  
Mới được làm người,  
Dù được làm người,  
Quả báo bệnh mũi.

### **NGHIỆP CĂN LUỒI LÀ:**

Tham đủ mọi mùi,  
Thích xét ngon dở,  
Nếm hết các thứ,  
Biết rõ béo gầy.  
Sát hại sinh vật,  
Nuôi dưỡng thân mình,  
Quay rán cá chim,  
Nấu hầm cầm thú.  
Thịt tanh béo miệng,  
Hành tỏi ruột xông,  
Ăn rồi đòi nữa,  
Nào thấy no lâu.

Being completely unknowing, unaware,  
all due to karma of the nose.  
Sins like these,  
immeasurable, limitless,  
At the end of life,  
we'll fall into the three evil realms.  
Innumerable lifetimes pass  
until the human form's regained.  
Though human,  
we'll bear the karmic diseases of the nose.

## KARMA OF THE TONGUE:

Desirous of all flavors,  
we wish to judge which is appetizing,  
which tasteless,  
Tasting all,  
we know well which beast is fat, which thin.  
Killing animals  
to nourish our own body,  
Roasting, frying fish and birds,  
boiling, simmering creatures.  
Smelly flesh of animals,  
seasoned with onions and garlic,  
how rich it tastes!  
But the fume from our stomach, oh so foul!  
Having eaten, we soon ask for more,  
we are not satisfied long enough.

Hoặc đến đàn chay,  
Cầu Thần lê Phật,  
Cố cam bụng đói,  
Đợi lúc việc xong.  
Sáng sớm ăn chay,  
Cơm ít nước nhiều,  
Giống hệt người đau,  
Gắng nuốt thuốc cháo.  
Mắt đầy mỡ thịt,  
Cười nói hân hoan,  
Rượu chuốc cơm mời,  
Nóng thay nguội đổi.  
Bày tiệc đãi khách,  
Cưới gả cho con,  
Giết hại chúng sanh,  
Vì ba tấc lưỡi.  
Nói dối bày điếu,  
Thêu dệt bịa thêm,  
Hai lưỡi bỗng sanh,  
Ác khẩu đầy khởi.  
Chửi mắng Tam Bảo,  
Nguyền rủa mẹ cha,  
Kinh khi Hiền Thánh,  
Lừa dối mọi người.  
Chê bai người khác,  
Che dấu lỗi mình,

As we come to vegetarian ceremonies  
either to pray to Devas  
or worship the Buddha,  
We try to hold on to our hungry stomach,  
waiting for the event to be over.  
Taking a veggie meal in the early morning,  
we eat little but drink more,  
Just like a sick person  
trying to swallow down his medicament  
and tasteless soup.  
Seeing flab and flesh,  
we laugh and talk merrily,  
Alcohol's tendered, food's offered,  
warm replaced, cold changed.  
Setting up feasts for guests,  
at our children's wedding,  
We kill and harm beings  
just because of our gluttonous tongue.  
Lying, making up stories,  
manipulating, fabricating tales,  
Double-tongued language popping up,  
evil words arising.  
Insulting the Three Jewels,  
cursing parents,  
Looking down on Saints and Sages,  
deceiving people.  
Vilifying others,  
hiding our own faults,

Bàn luận cổ kim,  
Khen chê này nọ.  
Khoe khoang giàu có,  
Lăng nhục người nghèo,  
Xua đuổi Tăng Ni,  
Chửi mắng tôi tớ.  
Lời dèm thuốc độc,  
Nói khéo tiếng đàn,  
Tô vẽ điều sai,  
Nói không thành có.  
Oán hờn nóng lạnh,  
Phỉ nhổ non sông,  
Tán dốc tăng phòng,  
Ba hoa Phật điện.  
Những tội như thế,  
Vô lượng vô biên,  
Ví như cát bụi,  
Đếm không thể cùng.  
Sau khi mạng chung,  
Vào ngục Bạt Thiệt (kéo lưỡi),  
Cày sắt kéo dài,  
Nước đồng rót mãi.  
Quả báo hết rồi,  
Muôn kiếp mới sanh,  
Dù được làm người,  
Lại bị câm bắt.

Discussing and arguing about matters  
of the past and the contemporary,  
praising, maligning them.

Boasting about our wealth,  
smearing the poor,

Chasing away monastics,  
calling down domestics.

Divisive words, such poison,  
sweet-talking, what music!

Decorating the wrong,  
saying “yes” for “no”.

Resentful of the cold and heat,  
defiling mountains and rivers,

Bantering in the Sangha’s quarters,  
bragging in the Worship Hall;

Sins like these,  
immeasurable, limitless,

Like dust in space,  
it’s impossible to enumerate completely.

At the end of life,  
we’ll enter the Tongue-Stretching Hell,

Iron ploughs pull our tongues,  
boiling liquid copper keeps pouring.

When karma runs out,  
eons of kalpas pass until we’re reborn,

Though born human,  
we’ll be dead-mute.

## **NGHIỆP CĂN THÂN LÀ:**

Tinh cha huyết mẹ,  
Chung hợp nên hình,  
Năm tạng trăm hài,  
Cùng nhau kết hợp.  
Chấp cho là thật,  
Quên mất pháp thân,  
Sanh dâm sát trộm,  
Bèn thành ba nghiệp.

## **Nghiệp sát sanh là:**

Luôn làm bạo ngược,  
Chẳng khởi nhân từ,  
Giết hại bốn loài,  
Đâu biết một thể.  
Lầm hại cố giết,  
Tự làm dạy người,  
Hoặc tìm thầy bùa,  
Dem về ếm đồi.  
Hoặc làm thuốc độc,  
Để hại sinh linh,  
Chỉ cốt hại người,  
Không hề thương vật.  
Hoặc đốt núi rừng,  
Lắp cạn khe suối,  
Buông chài bủa lưới,  
Xuýt chó thả chim.

## KARMA OF THE BODY:

Father's vital fluid, mother's blood  
unite and produce a body,  
Five organs, hundreds of bones  
together come into one.  
Taking this as real,  
forgetting our Dharma body,  
Adopting sexual desires, killing and stealing,  
we, thereby, create the three karmas.

## Karma of Killing:

We often act violently,  
without engendering compassion,  
Killing the four kinds of beings  
without recognizing the common nature.  
Harming beings by mistake,  
killing them intentionally,  
we commit these acts ourselves,  
or instruct others to,  
Either we look for spell-casters  
to cast curses on people  
Or prepare poison  
to cause them hardship,  
We aim at damaging people,  
having no pity for animals.  
Or we burn mountains and forests,  
clog brooks and streams,  
Cast nets and meshes,  
order dogs and birds to fetch preys.

Thấy nghe tùy hỷ,  
Niệm dấy tưởng làm,  
Cử động vận hành,  
Đều là tội lỗi.

### Nghiệp trộm cắp là:

Thấy tài bảo người,  
Thâm khởi tâm tà,  
Phá khóa cạy then,  
Sờ bao mò túi.  
Thấy của thường trụ,  
Lòng dấy khởi tham,  
Trộm của nhà chùa,  
Không sợ Thần giận.  
Không những vàng ngọc,  
Mới mắc tội to,  
Ngọn cỏ cây kim,  
Đều thành nghiệp trộm.

### Nghiệp tà dâm là:

Lòng mê nhan sắc,  
Mắt đắm phấn son,  
Chẳng đoái liêm trinh,  
Riêng sanh lòng dục.  
Hoặc nơi đất Phật,  
Chánh điện phòng Tăng,  
Cư sĩ gái trai,  
Đụng chạm đùa giỡn.

We gladly go along  
when seeing and hearing these acts,  
we give rise to thoughts to do accordingly,  
Those actions and movements  
are all sins.

### **Karma of Stealing:**

Seeing others' money and valuables,  
we quietly give rise to evil thoughts,  
Breaking locks, dislodging bars,  
we touch their bags and search their pockets.  
Catching sight of temples' belongings,  
our greed arises,  
Stealing from there,  
we're not afraid that the Devas would be upset.  
Not only stealing gold and precious gems  
will result in major sins,  
Even taking a blade of grass or a small needle  
will bring about karma of stealing.

### **Karma of Unwholesome Sexual Conduct:**

Insanely attracted to beauty,  
eyes glued to powder and lipstick,  
Not caring about loyalty,  
we succumb to sexual desires.  
Either in Buddha land,  
Main Hall or Sangha's quarters,  
Lay Buddhists, male and female,  
touch and cavort,

Tung hoa ném quả,  
Đạp cẳng kề vai,  
Khoét ngạch trèo tường,  
Đều là dâm nghiệp.  
Những tội như thế,  
Vô lượng vô biên,  
Đến lúc mạng chung,  
Đều vào địa ngục.  
Gái nằm giường sắt,  
Trai ôm cột đồng,  
Muôn kiếp tái sinh,  
Lại chịu tội báo.

### **NGHIỆP CĂN Ý LÀ:**

Nghĩ vơ nghĩ vẫn,  
Không lúc nào dừng,  
Mắc mưu tình Trần,  
Kẹt tâm chấp tướng.  
Như tằm kéo kén,  
Càng buộc càng bền,  
Như bướm lao đèn,  
Tụ thiêu tự đốt.  
Hôn mê chẳng tỉnh,  
ĐIÊN đảo dối sanh,  
Não loạn tâm thần,  
Đều do ba độc.

Scatter flowers, throw fruit,  
kick legs, rub shoulders,  
Dig holes in doors, climb walls to be together;  
all creates karma of unwholesome  
sexual conduct.

Sins like these,  
immeasurable, limitless,  
At the end of life,  
we'll enter Hell.

Females will lie on iron beds,  
males hug copper poles,  
Eons of kalpas pass until we're reborn,  
we'll then bear retributory karma.

## KARMA OF THE MIND:

Our mind keeps wandering,  
incessantly,  
Attached to feelings toward sense objects,  
our mind's stuck, tethered to appearances.  
Like silkworms spinning cocoons,  
the tighter the silk the stronger it is,  
Like moths drawn to light,  
scorching themselves, burning themselves up.  
We're unconscious, unawake,  
delusion's generated, falsely,  
Our mind's afflicted and chaotic,  
all's triggered by the three poisons.

## Tôi keo tham là:

Âm mưu ghen ghét,  
Keo cú vét vơ,  
Mười vốn ngàn lời,  
Còn cho chưa đủ.  
Của chúa tỳ sông,  
Lòng như hũ chảy,  
Rót vào lại hết,  
Nên nói chưa đây.  
Tiền mục lúa hư,  
Không cứu đói rét,  
Lụa là chất đồng,  
Nào có giúp ai.  
Được người mấy trăm,  
Chưa cho là nhiều,  
Mất mình một đồng,  
Tưởng như hao lớn.  
Trên từ châu báu,  
Dưới đến tơ gai,  
Kho đụn chất đầy,  
Chưa từng bối thí.  
Bao nhiêu sự việc,  
Ngày tính đêm lo,  
Khổ tú lao thần,  
Đều từ tham nghiệp.

## **Transgression of Stinginess and Greed:**

Planning schemes due to envy,  
being stingy due to greed,

Ten-part principal, thousand-part interest,  
we still think that's insufficient.

Our possessions are stored up like rivers,  
our greed's like a bottomless jug,

We fill it up, it's still empty,  
so we say it's not yet full.

Money bills decay, rice grains rot,  
we don't save people from hunger or cold,  
Silks and brocades heap up,  
we help no one.

Winning hundreds from others,  
we don't think that's much,

Losing one dollar,  
we call it great loss.

From rich treasures  
down to nick-nacks,

We pile up our storage,  
not making a single donation.

Countless matters,  
we calculate during the day,  
worry during the night,

Our body suffers, our mind's tired,  
all originates from the karma of greed.

## Tội nóng giận là:

Do tham làm gốc,  
Lửa giận tự thiêu,  
Quắc mắt quát to,  
Tiêu tan hòa khí.

Không riêng người tục,  
Cả đến thầy tu,  
Kinh luận tranh giành,  
Cùng nhau công kích.

Chê cả Sư trưởng,  
Nhiếc đến mẹ cha,  
Cỏ nhẫn héo vàng,  
Lửa độc rực cháy.

Buông lời hại vật,  
Cắt tiếng hại người,  
Không nhớ từ bi,  
Chẳng theo luật cấm.

Bàn thiền tợ Thánh,  
Trước cảnh như ngu,  
Dù ở cửa Không,  
Chưa thành vô ngã.

Như cây sinh lửa,  
Lửa cháy đốt cây,  
Những tội trên đây,  
Đều do nghiệp giận.

## **Transgression of Anger:**

Greed being the root,  
the flame of anger burns us up,  
We scowl and shout loudly,  
spoiling harmony.  
Not only lay people,  
but also monastics  
Dispute over sutras and discourses,  
attacking each other.  
We belittle masters,  
blame parents,  
The grass of patience withers,  
poisonous fire flares up.  
We drop words to harm animals,  
speak up to hurt people,  
We don't practice loving-kindness  
and compassion,  
nor observe precepts.  
While discussing Zen meditation,  
we're like saints,  
facing actual situations, we're idiots,  
Though at the gate of Emptiness,  
we're not yet egoless.  
Like a tree which sparks a fire,  
the fire will burn it up,  
Sins like those above,  
all caused by the karma of anger.

## Tội ngu si là:

Căn tánh đần độn,  
Ý thức tối tăm,  
Chẳng hiểu tôn ti,  
Không phân thiện ác.  
Chặt cây hại mạng,  
Giết gấu gãy tay,  
Mắng Phật chuốc ương,  
Phun Trời ướt mặt.  
Quên ơn quên đức,  
Bội nghĩa bội nhân,  
Không tỉnh không xét,  
Đều do si nghiệp.  
Những tội như thế,  
Rất nặng rất sâu,  
Đến lúc mạng chung,  
Rơi vào địa ngục.  
Trải ngàn muôn kiếp,  
Mới được thọ sanh,  
Dù được thọ sanh,  
Lại mắc ngu bão.  
Nếu không sám hối,  
Đâu được tiêu trừ,  
Nay trước Phật đài,  
Thảy đều sám hối.

**Chí tâm quy mạng lẽ, mười phuơng**

**Vô thượng Tam Bảo.**

(3 lạy)

## **Transgression of Ignorance:**

Our senselessness is deep-rooted,  
our awareness gloomy,  
We don't comprehend order,  
we can't distinguish the wholesome  
from the unwholesome.

Cutting down trees mindlessly, we harm ourselves,  
killing bears, we break our own arms,  
Reproving the Buddha, we invite catastrophes,  
spitting at the skies, we wet our own face.  
Disregarding favors, forgetting virtues,  
disloyal, unkind,  
We're unaware, insensitive,  
all caused by karma of ignorance.

Sins like these,  
so weighty, so deep,  
At the end of life,  
we'll fall into Hell.

Eons of kalpas pass  
until we're reborn,  
Though reborn human,  
we'll bear retributory karma of ignorance.

Without repenting and reforming,  
it won't be dissipated,  
Now at the Buddha's altar,  
may we confess all.

**With utmost devotion, we bow to the Supreme  
Three Jewels of the ten directions. (3 full bows)**

## **II. NGHI THỨC CÚNG PHẬT**

## **II. MEAL-OFFERING TO THE BUDDHA CEREMONY**

## **NGUYỆN HƯƠNG**

Trầm thủy, rừng Thiên hương sực nức,  
Chiên đàn, vườn Tuệ đã vun trồng,  
Đao Giới vót thành hình non thẳm,  
Nguyễn đốt lò tâm mãi cúng dâng.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Đường.**  
(3 lần)

## **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,  
Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,  
Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,  
Chúng con chí tâm thành đánh lẽ.  
(1 xá)

## **INCENSE OFFERING**

The forest of Concentration, imbued with  
sandalwood, emits wonderful fragrance;  
The garden of Wisdom, filled with aloeswood,  
has been cultivated;  
The sword of Precepts is sharpened like  
a mountain peak;  
We vow to offer our illuminated mind forever.

**Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**  
*(3 times)*

## **BUDDHA PRAISE**

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư  
không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

## TÁN PHÁP

Pháp Phật sâu mầu chẳng gì hơn,

Trăm ngàn muôn kiếp khó được gấp,

Nay con nghe thấy vâng gìn giữ,

Nguyễn hiểu nghĩa chơn Đức Thế Tôn.

**Qui kính Phật, Bồ-tát trên hội Bát-nhã.**

(3 lần)

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## DHARMA PRAISE

The Buddha's Dharma is incomparably  
profound and miraculous,

It is difficult for us to encounter throughout  
eons of kalpas.

Now that we hear, we vow to preserve  
the True Dharma,

And understand the meaning of  
The World Honored One's Teachings.

**Homage to all Buddhas and Bodhisattvas at  
the Ultimate Wisdom Assembly. (3 times)**

# TÂM KINH

## TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tướng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chung đắc.

# THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chủ, là vô đẳng đẳng chủ, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không dối.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)



Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*



## CÚNG PHẬT

Nam-mô Phật Bảo thường ở khắp mười phương.

Nam-mô Pháp Bảo thường ở khắp mười phương.

Nam-mô Tăng Bảo thường ở khắp mười phương.

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Nam-mô Thế giới Cực Lạc Phật A Di Đà.

Nam-mô Vị Lai Giáng Sanh Phật Di-lặc Tôn.

Nam-mô mười phương ba đời tất cả chư Phật.

Nam-mô Bồ-tát Đại Trí Văn Thủ Sư Lợi.

Nam-mô Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền.

## **MEAL - OFFERING TO THE BUDDHAS**

Homage to eternally abiding Buddha Jewel in  
the ten directions.

Homage to eternally abiding Dharma Jewel in  
the ten directions.

Homage to eternally abiding Sangha Jewel in  
the ten directions.

Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni  
Buddha.

Homage to Amitabha Buddha of the Realm of  
Ultimate Bliss.

Homage to Honored Coming-In-The-Future  
Maitreya Buddha.

Homage to all Buddhas of the three times in  
the ten directions.

Homage to The Great Wisdom Manjushri  
Bodhisattva.

Homage to The Great Virtue Samantabhadra  
Bodhisattva.

Nam-mô Bồ-tát Đại Bi Quán Thế Âm.

Nam-mô Bồ-tát Đại Thế Chí.

Nam-mô Bồ-tát Địa Tạng Vương.

Nam-mô chư Bồ-tát lớn thường hộ pháp.

Nam-mô chư Bồ-tát Thánh chúng ở Già-lam.

Nam-mô Sứ Giả Giám Trai.

Nam-mô Thập Điện Minh Vương.

Nam-mô Lịch Đại Tổ Sư.

Nam-mô Phật, Bồ-tát Hiện Tại Đạo Tràng.

Homage to The Great Compassion

Avalokiteshvara Bodhisattva.

Homage to Mahasthamaprapta

Bodhisattva.

Homage to The Earth Treasury King

Bodhisattva.

Homage to all Great Eternally-Guarding-

The-Dharma Bodhisattvas.

Homage to all Saintly Sangha of Bodhisattvas

in the Holy Temples.

Homage to Kitchen-Guarding

Deva Hosts.

Homage to King of the Ten-Palace Darkness

Realm.

Homage to Descending Line of

Patriarchs.

Homage to all Buddhas and Bodhisattvas

present at this assembly.

Hương vị thức ăn này  
Trước cúng mười phương Phật.  
Kế dâng chư Hiền Thánh  
Sau ban khắp lục đạo.  
Bình đẳng không sai khác  
Tùy nguyện được sung mãn.  
Khiến người thí hôm nay  
Được đến bờ rốt ráo.  
Ba đức cùng sáu vị  
Cúng Phật và chư Tăng.  
Hữu tình khắp pháp giới  
Hết thảy đồng cúng dường.

Nay con dâng hương vị cam lồ,  
Lượng sánh Tu-di chẳng gì hơn,  
Sắc hương mỹ vị khắp hư không,  
Cúi mong thương xót mà nạp thọ.

**Nam-mô Bồ-tát Phổ Cúng Dường.**  
(3 lần)

The scent and flavor of this food,  
First, we respectfully offer to the Buddhas  
in the ten directions.

Next, to Saints and Sages,  
Lastly, to all beings in the six realms.

Equally, without distinction,  
May all be satisfied as they wish.

So that the donors today  
May reach the shore of Enlightenment.

The three virtues and six flavors  
We respectfully render to

the Buddhas and Sangha.  
Sentient beings in the entire Dharma Realm,  
We make this offering to all.

At this moment we offer the scent  
and flavor of nectar,  
As much as Mount Meru, unsurpassable,  
Color, flavor, magnificent taste in the entire  
space,  
Bowing our head, we supplicate for your  
compassionate acceptance.

## **Homage to Universally Offering Bodhisattva.**

*(3 times)*

Cúng Phật đã xong,  
Nguyễn cho chúng sanh,  
Việc làm đều được,  
Đây đủ Phật pháp.

## **PHỤC NGUYỄN** *(Chủ Lễ xướng)*

Cửa Thiền thường nghiêm tĩnh,  
Toàn chúng mãi thuận hòa,  
Phật tuệ chiếu sáng ngời,  
Mưa pháp hằng nhuần gội.  
Phật tử lòng tin sâu,  
Ruộng phước càng tăng trưởng,  
Chúng sanh sống an lạc,  
Vui hưởng cảnh thái bình.  
Nơi nơi dứt đao binh,  
Mỗi mỗi đều thành Phật.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
*(Toàn chúng niệm)*

Meal-Offering to the Buddhas has been completed,  
We pray that all beings  
Accomplish their work,  
Fully compliant with the Buddhadharma.

## PRAVERS

*(Celebrant recites)*

May the Zen monasteries be always  
solemn and pure,  
All Buddhist practitioners harmonious,  
The Buddha's wisdom gloriously radiate  
throughout space,  
The Dharma rain constantly permeate all beings.  
May all Buddhists have deep faith,  
Their field of merits continuously increase,  
All beings live peacefully in bliss  
and enjoy harmonious scenes.  
May all wars cease everywhere,  
and each one of us become a Buddha.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**  
*(All recite)*

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(*I lay*)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(*I lay*)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(*I lay*)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

### **III. NGHI THỨC THỌ TRAI**

### **III. SANGHA MEAL-TAKING CEREMONY**

# 1. Cúng Dường

Cúng dường Phật Pháp Thân Thanh Tịnh

Tỳ-lô-giá-na,

Phật Báo Thân Viên Mân Lô-xá-na,

Phật Hóa Thân Ngàn Muôn Úc

Thích-ca Mâu-ni,

Vị Lai Giáng Sanh Phật Di-lặc Tôn,

Thế giới Cực Lạc Phật A Di Đà,

Mười phương ba đời tất cả chư Phật,

Bồ-tát Đại Trí Văn Thủ Sư Lợi,

Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền,

Bồ-tát Đại Bi Quán Thế Âm,

Bồ-tát Đại Lực Đại Thế Chí,

Chư Bồ-tát lớn thường hộ pháp.

Đại Bát-nhã cứu cánh,

Ba đức, sáu vị,

Cúng Phật và Tăng,

Thầy đều cúng dường

chúng hữu tình khắp pháp giới.

Nếu khi thọ thực,

Lấy vui thiền định

và pháp hỷ đầy đủ làm thức ăn.

# 1. Meal-Offering

We render these offerings to:  
The Pure Dharma Body Vairocana Buddha,  
The Perfect Reward Body Nishyana Buddha,  
The Myriad Transformation Body  
    Sakyamuni Buddha,  
Honored Coming-In-The-Future Maitreya Buddha,  
Amitabha Buddha of the Realm of Ultimate Bliss,  
All Buddhas of the three times  
    in the ten directions,  
The Great Wisdom Manjushri Bodhisattva,  
The Great Virtue Samantabhadra Bodhisattva,  
The Great Compassion Avalokiteshvara  
    Bodhisattva,  
The Great Strength Mahasthamaprapta Bodhisattva,  
All Great Eternally-Guarding-The-Dharma  
    Bodhisattvas,  
The Great Ultimate Wisdom,  
The three virtues and six flavors,  
We respectfully offer to the Buddhas and Sangha,  
Universally,  
To all sentient beings in the Dharma Realm.  
When consuming this meal,  
    may all take the bliss of  
        meditation concentration  
    and the complete joy of Buddhadharma  
        as nourishment.

## 2. Xuất Sanh

Pháp lực chǎng nghĩ lường,  
Từ bi không chướng ngại,  
Bảy hạt khắp mười phương,  
Cho cả châu sa giới,  
Chúng quý thần rừng núi,  
Mẹ con quý La Sát,  
Vua Thần Kim Sí Điều,  
Thảy đều được sung mãn.

*Án độ lợi ích tá ha. (3 lần)*

## 3. Cúng Đại Bàng

*(Thị giả cúng)*

Chim Đại Bàng cánh vàng,  
Chúng quý thần rừng núi,  
Mẹ con quý La Sát,  
Cơm bảy hạt no đầy.

*Án mục đế tóha. (7 lần)*

## 4. Tăng Xướng

Phật răn: Chúng Tăng khi ăn phải nhớ năm pháp quán, tán tâm nói chuyện của tín thí khó tiêu. Đại Chúng khi nghe tiếng khánh, mỗi người phải nhất tâm chánh niệm.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(Đồng niệm)*

## 2. Giving

The power of the Dharma is  
inconceivably impossible to measure,  
The Buddha's compassion is unhindered,  
Seven grains of rice fill the ten directions,  
As donation to beings in the infinite realms.  
Demons and spirits of forests  
and mountains,  
Mother and child Yaksa evil ghosts,  
Golden-Wing Eagle Deva King,  
All be fully satisfied.

## 3. Meal-Offering To Eagles

*(Attendant chants)*

Golden-Winged Eagles,  
All demons and spirits of forests and mountains,  
Mother and child Yaksa evil ghosts,  
Be fully satisfied with the seven grains of rice.

## 4. Celebrant Recites

The Buddha taught: Monastics, when eating,  
observe the five contemplations. Talking, caused  
by scattered mind, makes the faithful's offering  
hard to digest. Great Assembly, at the sound of the  
little bell, each be properly mindful.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

- (*Toàn chúng hai tay nâng bát ngang trán, thầm đọc*)

Tay bưng bát cơm,  
Nguyễn cho chúng sanh,  
Pháp khí thành tựu,  
Nhận trời người cúng dường.

## 5. Tam Đè

1. Nguyễn dứt tất cả điều ác.
2. Nguyễn làm tất cả điều lành.
3. Nguyễn độ tất cả chúng sanh.

## 6. Năm Pháp Quán

1. Quán thức ăn này từ đâu đem đến, công của người nhiều hay ít.
2. Quán công đức của mình đủ hay thiếu, mà nhận thức ăn này.
3. Quán thức ăn này cốt dẹp sạch tham sân si.
4. Quán thức ăn này như thuốc uống để trị bệnh óm gầy.
5. Quán vì thành đạo nghiệp, mới nhận thức ăn này.

- (*All hold bowls at forehead, quietly chant*)

Holding the bowl of rice in our hands,  
We pray that all beings,  
Firmly accumulate the Buddhadharma,  
And receive offerings from humans and devas.

## 5. Three Recollections

1. We vow to terminate all evil.
2. We vow to cultivate all good.
3. We vow to save all beings.

## 6. Five Contemplations

1. Contemplate where this food comes from and how much the amount of the workers' labor's involved.
2. Contemplate whether or not our merits and virtues are sufficient in order to accept this meal.
3. Contemplate that this food is offered for the purpose of completely eradicating greed, anger and ignorance.
4. Contemplate that this food serves as medicine to cure the body of ailments and sicknesses.
5. Contemplate that only in order to achieve the Great Way that we accept this food.

## **7. TỤNG BÁT NHÃ**

(Ăn xong tụng)

### **TÂM KINH TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN**

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thúc cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tướng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới;

## **7. CHANTING THE HEART SUTRA**

*(After meal-taking)*

### **THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA**

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness;

không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chủng đắc.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chú, là vô đẳng đẳng chú, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không đổi.

Vì vậy, nói chú Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chú rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(1 lần)

no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(1 time)*

Thọ trai đã xong,  
Nguyệt cho chúng sanh,  
Việc làm đều được,  
Đây đủ Phật pháp.

## 8. PHỤC NGUYỆN

(*Duy-na xướng*)

Cơm ngày hai bữa, thường nhớ công khó khổ  
của kẻ nông phu.

Thân mặc ba y, hằng xét nghĩ sự nhọc nhằn  
của người may dệt.

Thuốc thang giường chõng bởi do sự nhín ăn  
bót mặc của đàn-na.

Học đạo tiến tu nhờ lòng từ dạy răn của  
Thầy Tô.

Nguyệt cho thí chủ: Ruộng phước thêm  
nhiều, đạo tâm thêm lớn, cùng chúng sanh khắp  
trong pháp giới, kẻ mất người còn đồng thành  
Phật đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

(*Toàn chúng niệm*)

Meal-taking has been completed,  
We pray that all beings  
Accomplish their work,  
Fully compliant with the Buddhadharma.

## 8. SUPPLICATION

*(Bell-ringer recites)*

At the day's two meals, be appreciative of the farmers' hard labor.

The body wearing three robes, always contemplate the ordeal of the weavers and robe-makers.

Medication, bedding, Sangha's daily needs are available thanks to the donors' frugality in eating and dressing.

Cultivating and making progress is the result of Patriarchs' and Masters' compassion and instruction.

We pray that the donors' fields of merit grow, Bodhi mind develop, together with all beings in the entire Dharma Realm, the deceased and the living, all achieve the Buddha Way.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

## **IV. NGHI THỨC TỌA THIỀN**

1. Lễ Phật
2. Kệ Hô Thiền
3. Tọa Thiền
  - 3.1. Nhập
  - 3.2. Trụ
  - 3.3. Xuất
  - 3.4. Tụng Kinh Xả Thiền
4. Các Triệu Chứng

## **IV. MEDITATION CEREMONY**

1. Buddha Praise and Prostration
2. Meditation Verse
3. Sitting Meditation
  - 3.1. Entering Meditation
  - 3.2. Maintaining Meditation
  - 3.3. Releasing Meditation
  - 3.4. Meditation Release Chant
4. Symptoms [of Inappropriate Postures]

# **1. LỄ PHẬT**

## **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,

Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,

Tướng đẹp sáng ngồi dùng trang nghiêm,

Chúng con chí tâm thành đảnh lễ.

(1 xá)

**Chí tâm đảnh lễ Tất cả chư Phật ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lễ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lễ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

# 1. BUDDHA PRAISE AND PROSTRATION

## BUDDHA PRAISE

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## 2. KỆ HÔ THIỀN

**Đầu hôm:**

Canh một nghiêm trang ngồi tịnh tu,

*[Tọa thiền nghiêm trang ngồi tịnh tu,]*

Tinh thần tịch chiếu đồng thái hư,

Muôn kiếp đến nay chẳng sanh diệt,

Đâu cần sanh diệt diệt gì ư?

Gãm xem các pháp đều như huyền,

Bổn tánh tự không đâu dụng trừ,

Nếu biết tâm tánh không tướng mạo,

Lặng yên chẳng động tự như như.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(3 lần)*

## 2. MEDITATION VERSE

### At Sunset:

In the evening, we solemnly  
and quietly practice sitting meditation.  
*[Sitting in meditation, we serenely settle  
in our cultivation.]*

Our still and radiant mind is as large as space.  
For thousands of lifetimes, it has  
never truly arisen or ceased.

There is nothing to eliminate  
in arising and ceasing, is there?

Contemplate how all phenomena  
are but illusions;

Their original nature is empty; thus, there's  
no need for determination to dispose of them.

If we realize that the True Mind is formless,  
Quiet and still, that's Suchness itself.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(3 times)*

## Buỗi khuya:

Canh năm Bát-nhã chiếu vô biên,

[Tọa thiền Bát-nhã chiếu vô biên,]

Chẳng khởi một niệm khắp tam thiền,

Muốn thấy Chân như tánh bình đẳng,

Dè dặt sanh tâm trước mắt liền.

Lý diệu ảo huyền khôn lường được,

Dụng công đuôi bắt càng nhọc mình,

Nếu không một niệm mới thật tìm,

Còn có tâm tìm toàn chẳng biết.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

(3 lần)

## **In the early morning:**

In the early hours of the morning,  
the Great Ultimate Wisdom shines without limits.  
*[Sitting in meditation,  
the Great Ultimate Wisdom shines without limits.]*

Not one thought arising,  
it transcends the Three Realms.

In order to recognize the equanimous nature  
of True Suchness

Be cautious not to generate thoughts,  
it will be present instantly.

The Marvelous Truth is inconceivably  
difficult to ascertain.

Trying to seek it only brings about exhaustion.

Not one single thought arising, that's true seeking.

As the seeking mind persists,  
we remain absolutely unknowing.

## **Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(3 times)*

### **3. TỌA THIỀN**

Tọa thiền có ba giai đoạn: Nhập, Trụ, Xuất.

#### **3.1. NHẬP**

Đến giờ tọa thiền, trải tọa cụ ra, đặt bồ đoàn lên trên tọa cụ. Ngồi lên bồ đoàn, xương cùng đúng giữa bồ đoàn, nghiêng qua nghiêng lại cho an ổn mới kéo chân ngồi (theo tư thế kiết già hay bán già). Nói rộng dây lưng, cỗ áo, sửa thân ngay thẳng.

- Kiết già:**

- Chân trái gác lên đùi phải, chân phải gác lên đùi trái. Tay phải để lên tay trái (bàn tay ngừa lên), hai ngón cái chạm nhau.
- Mắt nhắm hay mở tùy theo người tĩnh hay thường buồn ngủ, tầm nhìn vừa phải tùy người cao thấp, nhưng thường là mở  $\frac{1}{3}$ , tầm nhìn không quá sáu tắc từ giao điểm giữa hai chân.
- Hai trái tai đối xứng với hai bả vai. Chót mũi hướng ngay giữa rún và đầu hai ngón tay cái.

### **3. SITTING MEDITATION**

There are three phases in sitting meditation: Entering, Maintaining, Releasing.

#### **3.1. ENTERING MEDITATION**

When it's time for sitting meditation, lay the mat down and put the cushion on the mat. Sit on the cushion, tail-bone at its center. Sway sideways until comfortable, then pull legs to prepare for the sitting position (in the full-lotus or half-lotus position). Loosen the waist belt, shirt collar, set the body into erect position.

- Full-lotus position:**

- Left foot is placed on the right thigh, right foot on the left thigh. Right hand is placed on the left (palms up), the tips of the two thumbs touch.
- The eyes are closed or slightly opened ( $\frac{1}{3}$ ) depending on the meditator being awake or feeling sleepy easily; subjecting to the height of the meditator, the gaze is normally not more than 2 feet (60 cm) from the median point where the two legs cross.
- The two earlobes are aligned with the shoulders. The tip of the nose is directed towards the navel and the tips of the two thumbs.

- Ngồi không quá thẳng cũng không quá dùn (lưng cong và đầu cúi dễ sanh hôn trầm).
- Chuyển thân ba lần từ mạnh đến nhẹ.
- Điều hơi thở, hít vô bằng mũi thở ra bằng miệng.

Hít vô tưởng không khí trong sạch vào khắp châu thân, thở ra tưởng phiền não bệnh tật đều được tiêu trừ.

Thở từ mạnh dần đến nhẹ, như vậy ba lần.  
Rồi thở lại bình thường bằng mũi nhè nhẹ, đều đều.

- Mặt tươi, bình thản; môi và răng vừa khít nhau; lưỡi để phía trên mà không cong.

- **Bán già:**

- Cách thức cũng như ngồi kiết già, có điều chỉ gác một chân lên trên (đùi), tùy theo chiều thuận riêng của mỗi người, gác chân phải hay trái lên trên cũng được, không bắt buộc.

- The sitting position is neither too straight nor too bent (hunched back and bent head easily brings about sleepiness).
- Move the body forward three times from deeply to slightly.
- Regulate the breathing, inhale through the nose, exhale through the mouth.

When inhaling contemplate that pure air fills the body completely, when exhaling contemplate that all afflictions and diseases are fully eliminated.

Breathing from strongly to softly three times. Then return to regular breathing through the nose, softly and rhythmically.

- The face is joyful and complacent; lips slightly touch, so do teeth; the tongue is lifted, but not curved.
- **Half-lotus position:**
  - The method is the same as in the full-lotus position, except that only one foot is on top of the opposite thigh, depending on how the meditator feels comfortable, either the right foot or the left foot being on top of the thigh is acceptable, that's not mandatory.

### **3.2. TRỰ**

Có ba phương pháp dành cho người sơ cơ:

#### **a. Sô Túc Quán:**

“Sô” là đếm, “túc” là hơi thở. “Sô túc quán” là quan sát hơi thở ra vô, đếm từ một đến mười.

Có hai cách sô túc: nhặt và khoan.

**Nhặt:** Hít vô cùng đếm một, thở ra sạch đếm hai... lần lượt đến mười, rồi trở lại bắt đầu từ một.  
[Cứ đếm như thế suốt thời gian tọa thiền.]

**Khoan:** Hít vô cùng thở ra sạch đếm một, hít vô cùng thở ra sạch đếm hai, lần lượt đến mười, rồi bắt đầu trở lại từ một. Cứ đếm như thế suốt thời gian tọa thiền.

Nếu trong lúc đếm từ một đến mười, nửa chừng quên hoặc nghi lộn số, thì bắt đầu [đếm] trở lại từ một...

## **3.2. MAINTAINING MEDITATION**

There are three methods for beginning practitioners:

### **a. Counting The Breath Method:**

“Số” means to count, “tức” means breath, “counting the breath method” signifies observing the in-and-out breaths, counting silently from one to ten.

There are two ways to count the breaths: fast and slow.

**Fast counting:** Inhale completely, count “one”, exhale totally, count “two”..., continue to “ten”. Then restart from “one”. [Keep counting in this manner during the entire sitting meditation session.]

**Slow counting:** Inhale completely and exhale totally, count “one”; inhale completely and exhale totally, count “two”, continue to “ten”. Then restart from “one”. Keep counting in this manner during the entire sitting meditation session.

While counting from “one” to “ten”, halfway if forgetting or suspecting that the numbers are mixed up, restart the counting from “one”.

Sau một thời gian tu tập, hành giả đếm thuần thục không còn lộn số nữa thì bước qua giai đoạn Tùy Túc.

### b. Tùy Túc:

“Tùy” là theo, “túc” là hơi thở. “Tùy túc” là theo dõi hơi thở. Hít hơi vô tới đâu là biết tới đó. Hơi thở ra đến đâu, ta cũng đều theo dõi và biết rõ.

Trong khi theo dõi hơi thở, ta cũng biết mạng sống trong hơi thở. Thở ra mà không hít vào là mạng sống không còn tồn tại. Hơi thở đã vô thường thì mạng sống của ta cũng mong manh giả tạm.

Khi theo dõi hơi thở thuần thục rồi, hành giả bước sang giai đoạn Biết có chân tâm.

### c. Biết Có Chân Tâm:

Đây là phần trọng yếu của pháp tu ở các Thiền viện.

Tù công phu **theo dõi hơi thở**,

- Hành giả tiến lên **buông hơi thở, tâm an định.**

Having practiced for some time, practitioners count correctly without making mistakes, then they can proceed to the Observing The Breath Method.

### **b. Observing The Breath Method:**

“Tùy” means observe, “túc” means breath. “Observing the breath method” signifies following and observing the breath. As we inhale, we know where the breath is, as we exhale we also follow and observe the breath, we are fully aware of it.

While observing the breath, the practitioners also realize that life exists in the breathing. Exhaling without inhaling, life stops existing. The breath is impermanent, life is also unstable, unreal and temporary.

When the breath observation is skillfully practiced, the practitioners can proceed to the next stage: Recognizing The True Mind.

### **c. Recognizing The True Mind:**

This is the essential part of the Zen meditation practice in Zen meditation centers.

From the practice of **observing the breath**,

- The practitioners progress to the stage of **stopping the observation, the mind is peaceful and concentrated.**

- Bấy giờ hành giả luôn tự nhắc Ý biết pháp trần là chân tâm.
- Nhắc như vậy đến khi nào **nhận ra chân tâm**, thì chỉ cần nhớ “**chân tâm hiện tiền**”.

Lưu ý công phu ở giai đoạn này không nên quá căng thẳng, phải khéo tinh sáng, nhẹ nhàng bao nhộm công phu.

\* Khi đã thuần thục với **cái biết chân tâm hiện tiền** thì chuyển qua giai đoạn **thể nhập chân tâm**.

**Hành giả nhận ra Chân tâm là “thường biết rõ ràng mà không niệm”.**

- Công phu cho đến khi thuần thục, chỉ **còn hai chữ “không niệm”**.
- **Buông** luôn hai chữ “không niệm” thì **tâm thênh thang và còn mãi**.

Nếu mơ màng ngủ gục thì mở mắt sáng ra, chấn chỉnh công phu.

- At this moment, the practitioners consistently remind themselves “Mind-consciousness fully aware of its mental objects is True Mind”.
- Reminding in this manner until **the True Mind is recognized**, then we only need to acknowledge that “**True Mind is present**”.

Pay attention to the practice at this stage, it should not be too tense, be awake and clear-minded, gently preserve the practice.

\* Once fully adept with **recognition of the presence of the True Mind’s awareness**, then proceed on to the stage of **living with the True Mind’s nature**.

The practitioners **recognize that True Mind signifies “know perpetually and clearly without thoughts”**.

- Perform this practice until completely skillful, **only keep in mind the two words “no thoughts”**.
- **Abandon** the two words “no thoughts”, thus, **the mind is limitless and everlasting**.

If feeling dreamy or drowsy, open eyes wide, reorganize the practice.

### 3.3. XUẤT

- **Xả tâm:**

- **Thầm đọc bài kệ Hồi Hướng:**

Nguyễn đem công đức này,  
Hướng về khắp tất cả,  
Đệ tử và chúng sanh,  
Đều trọn thành Phật đạo.

- **Xả hơi thở:**

- **Ba lần từ nhẹ đến mạnh.**
- **Hít vô bằng mũi, thở ra bằng miệng.**

Thầm nghĩ:

- **Hít vào: máu huyết lưu thông khắp cơ thể.**  
**Thở ra: những phiền não tật bệnh**  
**cầu uế tiêu trừ.**

- **Động thân:**

- **Chuyển động hai vai, mỗi bên 5 lần.**
- **Lần thứ 5, hai vai áp sát vào bờ tai.**
- **Cúi ngược đầu lên xuống 5 lần.**
- **Xoay đầu qua phải, trở về trước; qua trái,**  
**trở về trước; mỗi bên 5 lần.**
- **Cúi ngược thêm một lần (cho quân bình).**

### **3.3. RELEASING MEDITATION**

- **Release the mind:**

- Silently recite the Dedication Verse:

**May our merits and virtues**

**Benefit all sentient beings.**

**May we and sentient beings,**

**All achieve the Buddha Way.**

- **Release the breath:**

- Three times from softly to strongly.
  - Inhale through the nose, exhale through the mouth.

Contemplate:

- **Inhaling:** the blood flows throughout the body.

**Exhaling:** all afflictions, diseases and impurities are discharged.

- **Move the body:**

- Lift and drop the shoulders, each side five times, alternately.
  - At the 5<sup>th</sup> time, lift up the shoulders close to the ears then drop.
  - Bend the head forward and backward five times.
  - Turn the head to the right and back to the front, then left and back to the front, five times each side.
  - Bend the head forward and backward once more (for equilibrium).

- **Co đuối hai bàn tay 5 lần.**
- **Chuyển thân từ nhẹ đến mạnh 7 lần.**
- **Lần thứ 7 đặt hai tay lên đầu gối, án xuống.**
- [Xoa đầu và mặt]:
  - **Xoa mặt 20 lần.**
  - **Xoa hai vùng tai 20 lần.**
  - **Xoa đầu 20 lần.**
  - **Chải tóc 20 lần.**
    - \* Dùng 10 đầu ngón tay xoa mạnh vào da đầu (từ trán ngược lên đỉnh đầu, xuống gáy).
  - **Xoa gáy 20 lần.**
    - \* Mỗi bên 10 lần (xoa ngang).
  - **Xoa cổ 20 lần.**
    - \* Mỗi tay 10 lần (xoa thẳng xuống).
- [Xoa vai]:
  - **Đặt tay phải lên vai trái, đặt tay trái dưới nách phải; xoa thẳng xuống 5 lần.**
  - **Đổi tay, xoa 5 lần.**
    - \* Tay phải xoa vai trái và cánh tay trái, kéo dài đến bàn tay; tay trái xoa dọc hông phải; hai bên kết hợp xoa một lượt...

- **Stretch and fold the hands five times.**
- **Bend the body forward from slightly to deeply seven times.**
- **At the 7<sup>th</sup> time, place the hands on the knees, press down.**
- [Massage the head and face]:
  - **Massage the face 20 times.**
  - **Massage the two ears 20 times.**
  - **Massage the head 20 times.**
  - **Comb the hair 20 times.**
    - \* With the tips of the 10 fingers, deeply massage the scalp (from the forehead up to the crown of the head, then down to the nape).
  - **Massage the back of the neck 20 times.**
    - \* 10 times each side (horizontally).
  - **Massage the front of the neck 20 times.**
    - \* Using each hand 10 times (downward).
- [Massage the shoulders]:
  - **Place the right hand on the left shoulder, the left hand under the right arm; massage downward 5 times.**
  - **Switch hands, massage 5 times.**
    - \* With the right hand, massage the left shoulder, down along the arm to the hand; with the left hand, massage from under the arm down to the hip. The two hands work together in unison...

- **Xoa tam tiêu:**
  - **Xoa ngực (thượng tiêu) 5 lần.**
  - **Xoa bụng (trung tiêu) 5 lần.**
  - **Xoa bụng dưới (hạ tiêu) 5 lần.**
    - \* Lòng bàn tay phải đặt lên ngực, lưng bàn tay trái đặt trên lưng, hai tay kết hợp xoa một lượt trái chiều (xoa ngang).
    - \* Tay phải xoa ba điểm: ngực, bụng, bụng dưới. Tay trái xoa ba điểm: lưng, giữa lưng, thắt lưng. Mỗi chỗ 5 lần.
- **Xoa thắt lưng 20 lần:**
  - \* Nắm hai bàn tay lại, đặt sau lưng, dùng lưng bàn tay xoa từ thắt lưng thăng xuống.
- **Xoa bụng mỗi bên 10 lần:**
  - \* Nắm tay trái lại, đặt lên bụng (rún); bàn tay phải đặt lên nắm tay trái, xoa tròn 10 lần.
  - \* Đổi tay, xoa ngược lại 10 lần nữa.

- **Massage the three points:**
  - **Massage the chest (upper point) 5 times.**
  - **Massage the upper abdomen (middle point) 5 times.**
  - **Massage the lower abdomen (lower point) 5 times.**
    - \* Place the right palm on the chest, the back of the left hand on the upper part of the back. The two hands work in unison in reverse directions (massage horizontally).
    - \* The right hand massages three areas: chest, upper abdomen, lower abdomen. The left hand massages three areas: high back, middle back, low back. Each area five times.
- **Massage the waist 20 times:**
  - \* Fold the hands into fists, place the back of the fists on the middle back, massage straight down.
- **Massage the abdomen each side 10 times:**
  - \* Left hand makes a fist, place on abdomen (navel), place the right palm on top of the left fist, massage in circular motions 10 times.
  - \* Switch hands, massage in reverse direction 10 more times.

- **Xoa mông 20 lần:**
  - \* Xoa thăng xuống.
- **Xoa đùi 20 lần:**
  - \* Chà dọc hai bên, chà dài từ đùi đến đầu gối.
- **Xoa mắt 5 lần:**
  - \* Chà xát hai bàn tay, đè mạnh hai ngón tay giữa cho nóng rồi áp vào mắt (tay phải áp vào mắt phải, tay trái áp vào mắt trái), đẩy chà từ ngoài vô trong hoặc từ trong ra ngoài tùy mỗi người.
- [Xoa chân]:
  - **Rút khăn phủ và gói chêm.**
  - **Xoa lòng bàn chân 20 lần.**
  - **Một tay nắm ngón chân cái, một tay nắm cổ chân, từ từ dựng chân lên.**
  - \* Hai bàn tay cùng xoa xuống xoa lên:
    - **Xoa đùi 20 lần.**
    - **Xoa đầu gối 20 lần.**
    - **Xoa ống quyển 20 lần.**
    - **Xoa mu bàn chân 20 lần.**
    - **Duỗi thăng chân ra.**
    - **Xoa tiếp chân còn lại cũng như thế.**

- **Massage the buttocks 20 times:**
  - \* Massage straight down.
- **Massage the thighs 20 times:**
  - \* Massage along the sides of the thighs, down to the sides of the knees.
- **Massage the eyes 5 times:**
  - \* Rub the hands, press the two middle fingers harder together until they are warm, then place them on the eyes (right hand on right eye, left hand on left eye), gently massage outside in or inside out, up to the practitioner.
- [Massage the legs]:
  - **Remove leg scarf and hand pillow.**
  - **Massage the sole of the feet 20 times.**
  - **One hand grasps the big toe, the other hand supports the ankle, slowly put the foot down on the floor. The knee's in the upright position.**
  - \* Both hands massage up and down simultaneously:
    - **Massage the thigh** **20 times.**
    - **Massage the knee** **20 times.**
    - **Massage the sides of the lower leg** **20 times.**
    - **Massage the top of the foot** **20 times.**
    - **Straighten the leg.**
    - **Repeat the procedure on the other leg.**

- [Chà cẳng chân]:
  - **Duỗi thẳng hai chân ra, chà cẳng chân mỗi bên 10 lần.**
    - \* Đặt gót chân phải lên cẳng chân trái, chà mạnh 10 lần, và ngược lại.
- [Xoay cẳng chân]:
  - **Dụng đứng hai bàn chân lên, xoay cẳng chân mỗi bên 10 vòng.**
- [Hít thở 5 lần]:
  - **Dụng đứng hai bàn chân lên, cúi gập người xuống.**
  - **Thở ra, hít vào 5 lần.**
    - \* Duỗi thẳng hai chân, dụng đứng hai bàn chân, thân rướn về phía trước, các ngón tay vừa chạm đầu các ngón chân, thở ra; (tay để trên đùi) từ từ ngả người về phía sau, hít vào.
    - \* Lặp lại động tác 5 lần.
- [Rút bồ đoàn]:
  - **Nghiêng người qua trái, tay phải rút bồ đoàn.**
  - **Lăn tròn bồ đoàn.**
  - **Ngồi yên khoảng vài phút trước khi tụng kinh xá thiền.**

- [Massage the ankles]:
  - **Straighten both legs, massage the ankles, each side 10 times.**
    - \* Place the right heel on the left ankle, massage deeply 10 times, then reverse.
- [Rotate the ankles]:
  - **Set the feet in upright position, rotate the ankles clockwise 10 times, counterclockwise 10 times.**
- [Inhale, exhale 5 times]:
  - **Set the feet in upright position, bend forward.**
  - **Exhale, inhale 5 times.**
    - \* Straighten the legs, place the feet in upright position, bend the body forward, fingers touching toes, exhale; (place hands on thighs) slowly raise the body slightly backward, inhale.
    - \* Repeat the movement 5 times.
- [Remove cushion]:
  - **Lean the body to the left, the right hand removes the cushion.**
  - **Round up the cushion to return it to its original shape.**
  - **Sit quietly for a few minutes before reciting the Meditation Release Chant.**

## **Ghi chú:**

- Khi xả thiền, mọi động tác xoa bóp đều phải ấn mạnh vào da, nhưng đừng thô ồn.
- Các động tác và hơi thở khi xả thiền bắt đầu từ nhẹ đến mạnh.
- Thời gian xả thiền từ 10 đến 15 phút.



## **Notice:**

- While releasing meditation, all massaging movements must be pressed deeply into the skin, but not roughly or noisily.
- All movements and breaths during meditation release begin softly and proceed to more strongly.
- Meditation release takes from 10 to 15 minutes.



### **3.4. TỤNG KINH XÁ THIỀN**

#### **TÂM KINH TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN**

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc tức là KHÔNG, KHÔNG tức là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tướng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chung đắc.

### **3.4. MEDITATION RELEASE CHANT**

#### **THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA**

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTYNESS, nor EMPTYNESS differ from form. Form is EMPTYNESS, EMPTYNESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTYNESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTYNESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chú, là vô đẳng đẳng chú, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không đổi.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)

Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*

## TÚ HOẰNG THỆ NGUYỆN

Chúng sanh vô biên thệ nguyện độ,  
Phiền não vô tận thệ nguyện đoạn,  
Pháp môn vô lượng thệ nguyện học,  
Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành.

## HỒI HƯỚNG

Nguyễn đem công đức này,  
Hướng về khắp tất cả,  
Đệ tử và chúng sanh,  
Đều trọn thành Phật đạo.

## **THE FOUR GREAT VOWS**

Sentient beings are limitless,

I vow to liberate them.

Afflictions are inexhaustible,

I vow to end them.

Paths of Dharma practice are immeasurable,

I vow to learn them.

The Way of the Awakened One is supreme,

I vow to achieve it.

## **DEDICATION**

May our merits and virtues

Benefit all sentient beings.

May we and sentient beings,

All achieve the Buddha Way.

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(1 lạy)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(1 lạy)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(1 lạy)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

## 4. CÁC TRIỆU CHỨNG

1. Trong khi ngồi nếu thấy **chảy nước miếng** là hoãn (lơ là) nên chấn chỉnh lại.
2. Nếu thấy **căng đầu** là cấp (gấp) nên thư giãn nhẹ nhàng lại.
3. **Đau lưng:** Do cong quá nên phải thẳng lên.
4. **Tức ngực:** Do thẳng quá nên phải rùn xuống.  
Hơi thở không thông, nên thở dài và nhẹ.
5. **Đau vai:** Nếu nhức một bên vai, coi chừng hai vai không ngang nhau, một bên bị lệch xuống. Nếu nhức cả hai vai là do gồng hai tay, phải nói lỏng ra, toàn thân ở trong tư thế thư giãn.
6. **Đau hông:** Do ngồi nghiêng nên phải chấn chỉnh lại.

## **4. SYMPTOMS [OF INAPPROPRIATE POSTURES]**

1. The **mouth watering** while sitting signifies unconcentrated mind. One should regulate his/her mind and position.
2. A **tightening head** signifies stressfulness. One should relax himself/herself.
3. **Back pain** is due to curved spinal column. One should straighten it up.
4. **Congested chest** is due to excessively straightened back. One should ease up. The breathing being obstructed, one should make soft and long breaths.
5. **Shoulder pain:** one painful shoulder signifies unleveled shoulders; one side is lower. Both shoulders being painful signifies tightening of the arms. One should loosen up. The whole body must be relaxed.
6. **Hip pain** signifies slanting position. One must regulate his/her posture.

## **V. NGHI THỨC THỈNH NGUYỆN**

## **V. REQUEST-FOR-IDENTIFYING- TRANSGRESSIONS CEREMONY**

## I. Ý NGHĨA THỈNH NGUYỆN

Xưa nay các Tự Viện Tăng, Ni ở đông đều có lỄ BỐ TÁT tụng giới mỗi tháng vào hai ngày rằm và 30 âm lịch (tháng thiếu ngày 29). Riêng Thiền Viện thay vì lỄ BỐ TÁT tụng giới thì làm lỄ Thỉnh Nguyên. Chủ yếu lỄ Thỉnh Nguyên là kiểm tra lại xem chúng Tăng (chúng Ni) trong nửa tháng qua có phạm lỗi nào trong Lục Hòa, trong mười giới căn bản và những điều phụ trong bản Nội Quy hay không?

Mỗi vị tự xét lại mình, nếu thấy có lỗi thì phải thành tâm sám hối giữa chúng, nếu không tự thấy lỗi thì cầu xin chúng chỉ bảo những lỗi lầm của mình, hứa nguyện vâng lời và chí thành sám hối. Đây là tập cho Tăng, Ni có tinh thần tự giác cao và có ý chí phục thiện mạnh. Những điều phải giữ ở Thiền Viện có tánh cách tối thiểu so với giới Tỳ-kheo, giới Bồ-tát, song bắt buộc phải thực hiện cho được đầy đủ.

## I. SIGNIFICANCE OF REQUEST-FOR-IDENTIFYING-TRANSGRESSIONS RITE

From the past until now monasteries with large congregations regularly hold Spiritual Purification and Precept Chanting Ceremonies on the 15<sup>th</sup> and the 30<sup>th</sup> day of the month in the lunar calendar (the 29<sup>th</sup> in leap month). In meditation monasteries instead of Spiritual Purification and Precept Chanting Ceremonies, Request-For-Identifying-Transgressions Rite is held. The goal is to check if, in the past half-month, monks (nuns) commit any transgressions in the Six Points of Reverent Harmony, ten basic precepts and the secondary rules of the Internal Regulations.

Each one must examine himself/herself, if he/she realizes that he/she has breached the rules, he/she should make sincere repentance at the presence of the Sangha; if he/she doesn't recognize his/her own transgressions, he/she should request the Sangha to identify them, vow to listen and sincerely repent. This is to train monks and nuns to develop high level of self-awareness and determination to seriously rectify themselves. Although the precepts that monks and nuns should comply with at the monasteries are minimal compared to Bhikkhu precepts or Bodhisattva precepts, they should be fully observed.

Tăng, Ni ở Thiền Viện phải thể hiện cụ thể những điều gì mình nói được phải làm được, điều gì đã hứa phải thực hiện ngay. Tuyệt đối không hứa rỗng, nói suông, không nói một đàng làm một nẻo. Tăng, Ni phải tập chân thành với lòng mình, ngay thật với mọi người, nhất là những người cùng sống chung trong Thiền Viện với mình. Đây là trọng tâm của tinh thần Thỉnh Nguyên.

## II. NGUYỆN HƯƠNG (*Chủ Lễ nguyện*)

Hương Giới, hương Định, cùng hương Tuệ,

Hương Giải Thoát, Giải Thoát Tri Kiến.

Đài mây sáng rõ trùm pháp giới,

Cúng dường Tam Bảo khắp mười phương.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Dường.**  
(3 lần)

Monks and nuns in monasteries should earnestly carry out what they say they could accomplish, they should timely fulfill what they promise to achieve. They should absolutely never make empty promises, utter worthless words and avoid saying something yet not doing it. They should practice to be truthful to themselves, honest to others particularly to those who coexist with them in the monastery. This is the core of the spirit of the Request - For - Identifying - Transgressions Rite.

## **II. INCENSE OFFERING** (*Celebrant chants*)

The incense of Precepts, Concentration and Wisdom,  
The incense of Liberation  
and Liberation From Knowledge,  
Brilliant clouds of incense envelope the entire  
Dharma Realm,  
Offered to the Three Jewels in the ten directions.

**Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**  
*(3 times)*

Hôm nay là ngày Thỉnh Nguyện, đệ tử chúng con đồng đến trước Phật đài thành tâm thỉnh nguyện. Cúi mong chư Phật, chư Bồ-tát, chư Tăng các bậc Thánh Hiền ở khắp mười phương đồng đến đạo tràng này chứng minh, khiến chúng con thỉnh nguyện tội chướng tiêu trừ, thân tâm thanh tịnh, trí tuệ sáng suốt.

**Kính mong Tam Bảo thường ở mười phương chứng minh cho lòng thành của chúng con. (3 lần)**

## TÁN PHẬT

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,

Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,

Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,

Chúng con chí tâm thành đánh lẽ.

(1 xá)

Today is the day of Request-For-Identifying-Transgressions, all of us come together in front of the Buddha's altar to sincerely make a request. We respectfully pray that the Buddhas, Bodhisattvas, Sages and Saintly Sangha in the ten directions all come to this Dharma center and certify this ceremony so that subsequently our impeding transgressions will be eliminated, our body and mind purified and our wisdom illuminated.

**May the Three Jewels permanently residing in the ten directions verify our utmost sincerity. (*3 times*)**

## **BUDDHA PRAISE**

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đánh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đánh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đánh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

### **III. THỈNH NGUYỆN**

**\* Lời vị chủ Thỉnh Nguyên:**

Hôm nay là ngày Thỉnh Nguyên, toàn chúng  
lặng lẽ nghe đọc lại Nội Quy. Sau khi nghe xong,  
mỗi vị tự kiểm lại mình, nếu tự thấy có lỗi thì ra  
giữa chúng phát lồ sám hối, bằng không tự thấy lỗi  
thì ngồi tại chỗ, cầu xin đại chúng vì mình chỉ lỗi  
cho, để sám hối cho ba nghiệp được thanh tịnh.

**\* Thầy Tri Sư đọc lại bản Nội Quy.**

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.** *(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.** *(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.** *(1 full bow)*

### **III. REQUEST-FOR-IDENTIFYING-TRANSGRESSIONS**

#### **\* Celebrant proclaims:**

Today is the day of Request-For-Identifying-Transgressions, all Assembly quietly listen to the Internal Regulations. Then, each one of you should examine yourself, if you, yourself find a transgression, please publicly declare your repentance, if you cannot identify a transgression yourself, remain seated and request the Assembly, for your own good, to identify your transgression so that you may repent and your three karmas be purified.

#### **\* The General Manager reads the Internal Regulations.**

### \* Vị chủ Thỉnh Nguyên bảo:

- Phần đọc Nội Quy xong, mỗi vị theo thứ tự thỉnh nguyện.

### \* Mỗi vị tự thỉnh nguyện:

- Kính bạch Thầy và toàn thể Đại Chúng, trong [nửa] tháng qua, con tự kiểm **thấy có phạm...**  
**(hoặc không thấy có phạm lỗi làm gì.)**

Ngoài ra, còn có những lỗi làm gì đã phạm mà con không tự biết, cúi xin Thầy và đại chúng nếu thấy, từ bi chỉ cho, con sẽ y pháp sám hối cho ba nghiệp được thanh tịnh.

*(Bây giờ tùy mỗi việc xảy ra, vị chủ Thỉnh Nguyên căn cứ Thanh Quy giải quyết. Người được Đại Chúng chỉ lỗi phải vui vẻ sám hối và tỏ lòng biết ơn.)*

- Phần thầy A xong, tiếp đó...

## IV. PHẦN NHẮC NHỞ CỦA VỊ CHỦ THỈNH NGUYỆN: ...

**\* Celebrant says:**

- The Internal Regulations have been read, according to hierarchy, each one of you may make your request.

**\* Each one makes request for himself/ herself:**

- Honored Master and Great Assembly, in the past [half-] month I examined myself and found that **I have committed a transgression (some transgressions)....**

**(or I am not aware of having committed any transgressions.)**

If I'm not conscious of any transgressions which I have committed, I pray that Master and the Great Assembly compassionately point them out, I will comply with the Dharma and sincerely repent so that my three karmas will be purified.

*(At this time, subjected to the situation, the Celebrant will find solutions according to the Internal Regulations. Ones whose transgressions are identified should appreciatively declare repentance and gratitude.)*

- Monk/Nun A's Request - For - Identifying - Transgressions has been done, next ....

**IV. ADVICE FROM THE CELEBRANT: .....**

## V. PHẦN LINH TINH

Vị chủ Thỉnh Nguyệt hỏi:

- Phần thỉnh nguyện đã xong, trong chúng thấy có điều gì trong Thiên Viện chưa ổn cần thay đổi thì trình bày ý kiến để cùng bàn thảo...

Vị chủ Thỉnh Nguyệt bảo:

- Mọi việc đã sắp đặt xong, Đại Chúng hãy xả chân đứng dậy hồi hướng.

## VI. HỒI HƯỚNG

Công đức Thỉnh Nguyệt khôn tính kế,  
Thắng phước vô biên đồng hướng về:  
Nguyệt khắp pháp giới các chúng sanh,  
Thảy đều thể nhập vô sanh nhẫn.  
  
Nguyệt tiêu ba chướng sạch phiền não,  
Nguyệt được trí tuệ thật sáng ngời,  
Nguyệt cả tội chướng thảy tiêu trừ,  
Đời đời thường hành đạo Bồ-tát.  
  
Nguyệt đem công đức tu hành này,  
Chan rải mười phương khắp tất cả,  
Hết thảy chúng con cùng các loài,  
Đồng được lên ngôi Vô Thượng Giác.

## V. MISCELLANEOUS

Celebrant says:

- The Request-For-Identifying-Transgressions has been completed, if all in the Great Assembly find anything that needs to be modified please state your opinions for discussion...

Celebrant declares:

- The ceremony has been fully carried out, Great Assembly, relax your legs then rise for dedication.

## VI. DEDICATION

The merits of Request-For-Identifying-Transgressions  
are immeasurable,

The unequaled and limitless values  
are devotedly dedicated:

May all beings in the entire Dharma Realm  
enter the Realm of Birthlessness.

May the three obscurations be eliminated  
and afflictions purified,

May all beings acquire fully illuminating wisdom  
and all transgressions be completely eradicated,

May all perpetually practice the Way  
of the Bodhisattva.

May we dedicate the merits of this cultivation,  
dispersing them to all beings in the ten directions,

May all of us and all species  
advance to Supreme Enlightenment.

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(*1 lay*)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(*1 lay*)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(*1 lay*)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

## **B. PHỤ LỤC**

- I. NGHI THỨC ĐẠI LỄ
- II. CÁC BÀI SÁM NGUYỆN
- III. KỆ CHUÔNG TRÓNG
- IV. CÁC BÀI PHỤC NGUYỆN

## **B. ADDENDUM**

- I. GRAND CEREMONIES
- II. REPENTANCE VOWS
- III. BELL AND DRUM VERSES
- IV. SUPPLICATION VERSES





## I. NGHI THỨC ĐẠI LỄ

1. Nghi Thức Lễ Phật Đản  
Lễ Phật Thành Đạo
2. Nghi Thức Lễ Vu Lan
3. Nghi Thức Lễ Vía Phật Di-Lặc

## **I. GRAND CEREMONIES**

1. The Buddha's Birthday Ceremony

The Buddha's Enlightenment Day Ceremony

2. Ullambana Ceremony

3. Maitreya Buddha's Birthday Ceremony

# **1. NGHI THỨC LỄ PHẬT ĐẢN**

## **LỄ PHẬT THÀNH ĐẠO**

### **NGUYỆN HƯƠNG**

Trầm thủy, rùng Thiên hương sực nức,  
Chiên đàm, vườn Tuệ đã vun tròng,  
Đao Giới vót thành hình non thẳm,  
Nguyệt đốt lò tâm mãi cúng dâng.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Dường.**  
(3 lần)

### **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,  
Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,  
Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,  
Chúng con chí tâm thành đảnh lễ.

(1 xá)

# **1. THE BUDDHA'S BIRTHDAY CEREMONY THE BUDDHA'S ENLIGHTENMENT DAY CEREMONY**

## **INCENSE OFFERING**

The forest of Concentration, imbued with sandalwood, emits wonderful fragrance;  
The garden of Wisdom, filled with aloeswood,  
has been cultivated;  
The sword of Precepts is sharpened like a mountain peak;  
We vow to offer our illuminated mind forever.

**Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**  
*(3 times)*

## **BUDDHA PRAISE**

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư  
không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

## TÁN PHÁP

Pháp Phật sâu mầu chẳng gì hơn,

Trăm ngàn muôn kiếp khó được gấp,

Nay con nghe thấy vâng gìn giữ,

Nguyễn hiểu nghĩa chơn Đức Thế Tôn.

**Qui kính Phật, Bồ-tát trên hội Bát-nhã.**

(3 lần)

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## DHARMA PRAISE

The Buddha's Dharma is incomparably profound and miraculous,

It is difficult for us to encounter throughout eons of kalpas.

Now that we hear, we vow to preserve the True Dharma,

And understand the meaning of The World Honored One's Teachings.

**Homage to all Buddhas and Bodhisattvas at the Ultimate Wisdom Assembly.      (3 times)**

# TÂM KINH

## TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tưởng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chứng đắc.

# THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chủ, là vô đẳng đẳng chú, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không dối.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)



Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*



## LỄ PHẬT VÀ BỒ TÁT

Chí tâm đánh lẽ **Quá khứ Phật Tỳ Bà Thi.**

(1 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Nam-mô Giáo Chủ Cõi Ta-bà  
Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
(7 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Vị Lai Phật Di-lặc Tôn.**

(1 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Bồ-tát Đại Trí Văn Thủ Sư Lợi.**  
(1 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền.**

(1 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Chư Tôn Bồ-tát Hộ Trì  
Chánh Pháp.**  
(1 lạy)

Chí tâm đánh lẽ **Phật, Bồ-tát Hiện Tại  
Đạo Tràng.**  
(1 lạy)

# **BOWING TO THE BUDDHAS AND BODHISATTVAS**

With deep respect, we bow to  
**Vipassi Buddha of the past.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Master of the Human World**  
**Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(7 full bows)*

With deep respect, we bow to  
**Honored Maitreya Buddha of the future.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**The Great Wisdom Manjushri Bodhisattva.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**The Great Virtue Samantabhadra Bodhisattva.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**All the Bodhisattvas protecting and  
supporting the True Dharma.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**All Buddhas and Bodhisattvas present  
at this assembly.**

*(1 full bow)*

# TỤNG LỄ PHẬT ĐẢN

## (LỄ PHẬT THÀNH ĐẠO)

Hôm nay là ngày Phật Đản,  
(Hôm nay là ngày Phật Thành Đạo)  
Toàn thể chúng con,  
Tâm thành kính lẽ.  
Lòng tràn hoan hỷ,  
Cảm kích vô cùng,  
Đức Phật ra đời,  
Vì thương nhân loại.  
Chúng sanh chìm đắm,  
Trong biển trầm luân,  
Sanh tử không dừng,  
Chừng nào ra khỏi.

Thuyền từ rời bến,  
Vào chốn biển mê,  
Cứu vớt chúng sanh,  
Đưa lên bờ giác.  
Vô minh đêm tối,  
Chẳng biết lối đi,  
Cầm đuốc đưa đường,  
Dẫn về quê cũ.

# THE BUDDHA'S BIRTHDAY CHANT

## (THE BUDDHA'S ENLIGHTENMENT DAY CHANT)

Today is the Buddha's Birthday.  
(Today is the Buddha's Enlightenment Day)  
All of us  
Sincerely and respectfully offer our bows.  
We heartfully rejoice  
And deeply appreciate  
The coming of the Buddha into this world,  
For the love of humankind.  
Sentient beings are immersed  
In the ocean of suffering,  
Incessant cycle of birth and death,  
When are we liberated?

The Boat of Compassion is leaving the shore  
To enter the sea of delusion  
To save sentient beings  
And deliver them to the shore  
of enlightenment.  
In the dark night of ignorance,  
We do not know the Path.  
Holding a torch, He leads the Way  
Back to our Original Home.

Thế Tôn ứng hiện,  
Dưới cội Vô Ưu,  
Vừa mới ra đời,  
Liền đi bảy bước.  
Gót chân sen nở,  
Nhạc trời reo vang,  
Mừng đấng cứu đời,  
Giáng sanh trần thế.

Tin vui đồn khắp,  
Thành thị thôn quê,  
Nô nức reo hò,  
Như hẹn gặp mưa,  
Như con mừng mẹ.  
Ngài đã lớn lên,  
Sống trong nhung lụa,  
Ở vị Đông cung,  
Mà không mãn ý.  
Đền vàng điện ngọc,  
Chẳng chút bận tâm,  
Vợ đẹp con yêu,  
Không sao trói buộc.  
Canh cánh nỗi lòng,  
Vì thương nhân loại,  
Rồi một đêm ấy,  
Vượt thành xuất gia,

The World Honored One manifested himself  
Under a Sala Tree;  
Newly born,  
He took seven steps.  
Lotus flowers bloomed under His feet,  
Celestial music joyfully resounded  
To celebrate the World's Savior  
Coming into this world.

Joyful news was spread  
From the city to the country,  
All cheered happily  
Like rain coming to end a drought,  
Like a child welcoming his mother.  
He grew up,  
Living in comfort and luxury,  
Being a Crown Prince,  
He was not satisfied.  
Golden pavilions, jade palaces,  
He was not attached.  
A beautiful wife, a loving child,  
He was not bonded.  
Deeply concerned,  
For the love of humankind,  
Then one night,  
He crossed the gate and ordained himself.

Tìm học các tiên,  
Mà không toại nguyện.  
Quyết tâm khổ hạnh,  
Thủ đạt đạo chăng?  
Đã trải sáu năm,  
Chỉ chiêu kiệt lực.  
Bỏ tu khổ hạnh,  
Đến cội Bồ-đề,  
Thệ nguyện nơi đây,  
Nếu không thành đạo,  
Xương tan thịt nát,  
Thề không đổi dời.

Đến đêm bốn chín,  
Sao mai vừa lên,  
Đạo cả sáng ngời,  
Bồ-đề viên mãn.  
Mỗi mang sanh tử,  
Cội gốc vô minh,  
Dứt sạch vỡ tan,  
Không còn mảnh vụn,  
Ngài liền tuyên bố,  
Chứng quả Bồ-đề,  
Thành bậc Chánh giác.  
Nhớ đến chúng sanh,  
Lặng hụp biển mê,

Looking to learn from the Devas,  
His wish was not fulfilled.  
Determined to practice asceticism,  
Would it help Him to attain the Way?  
Six long years  
Only brought exhaustion.  
Abandoning asceticism,  
He arrived at the Bodhi tree.  
Vowing that here,  
If not achieving enlightenment,  
Bones crushed, flesh mashed,  
He would not leave.

On the forty-ninth night,  
The morning star just arose,  
His Great Way flashed,  
Complete Enlightenment!  
The source of birth and death,  
The root of ignorance,  
Eradicated, broken  
Without a trace.  
He then proclaimed:  
Enlightenment attained,  
The Great Omniscient One!  
Minding sentient beings  
Bobbing in the ocean of delusion,

Ngài đi hoằng hóa,  
Ngót bốn mươi năm,  
Không hề ngừng nghỉ.  
Người đạt đạo quả,  
La-hán rất nhiều,  
Bồ-tát chư thiên,  
Không sao tính kể.

Chánh pháp từ đây,  
Rao truyền rộng khắp,  
Phá tan mê chấp,  
Tẩy sạch tà đồ,  
Mở mắt chúng sanh,  
Thấy trời quang đãng.  
Đông Tây Nam Bắc,  
Khắp cõi Ta-bà,  
Dần được no lòng,  
Ném mùi giải thoát.  
Đến tám mươi tuổi,  
Vào rừng Sa-la,  
Ở dưới hai cây,  
Thế Tôn thị tịch.  
Chúng Tăng than khóc,  
Chư Thiên ngậm ngùi,  
Đức Phật hết duyên,  
Niết-bàn an nghỉ.

He traveled to teach  
For almost forty years,  
Unceasingly.  
Many attained the fruit of the Way,  
Arhats numerous,  
Bodhisattvas and Deities  
countless.

The True Dharma from then on  
Was spread far and wide,  
Eliminating delusion and attachment,  
Purifying evil beings,  
Opening the eyes of sentient beings,  
So they could see the clear sky.  
East, west, south, north,  
All over this Human World,  
Everyone would be satisfied  
And enjoy the taste of liberation.  
At age eighty,  
He went to the Sala forest.  
Under the two trees,  
The World Honored One entered  
the Birthless and Deathless Realm.  
The Sangha mourned,  
The Deities grieved.  
Conditions ended,  
The Buddha rested in Nirvana.

Ân cao đức trọng,  
Làm sao đáp đền?  
Chỉ cố gắng tu,  
Đạt được đạo quả.  
Mồi đèn nối lửa,  
Đời đời không dừng,  
Đèn ơn chủ Phật,  
Là ơn chẳng đền,  
Giáo hóa chúng sanh,  
Là đèn ơn Phật.  
Chúng con phát nguyện,  
Quyết chí tiến tu,  
Theo gương Đức Phật.  
Chúng sanh còn mê,  
Chúng con phải giác,  
Chúng sanh còn khổ,  
Chúng con ban vui,  
Không sót một người,  
Mới tròn bản nguyện.

**Nam-mô Giáo chủ cõi Ta-bà  
Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

(3 lần)

Such lofty favors and bountiful merits,  
How could we ever return?  
Only trying to cultivate  
    to achieve the fruit of the Way.  
Lighting the lamp, passing down the flame,  
Continuously from generation to generation  
    without cessation;  
Returning the Buddhas' favors?  
They're not expected to be returned  
    to the Buddhas!  
Teaching and transforming sentient beings  
Mean returning Their great kindness.  
We sincerely vow  
To progress in our practice  
And model ourselves on the Buddha.  
Sentient beings are living in delusion,  
We must be enlightened.  
Sentient beings are undergoing suffering,  
We must bring them happiness,  
Not neglecting any single individual;  
Only then is our original vow fulfilled.

**Homage to Master of the Human World  
Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(3 times)*

# CHÍ TÂM PHÁT NGUYỆN

Một nguyện nguồn linh thường trong lặng,

Hai nguyện Tạng thúc dứt lặng xăng,

Ba nguyện khối nghi đều tan nát,

Bốn nguyện trăng Định mãi tròn đầy.

Năm nguyện pháp trần không khởi diệt,

Sáu nguyện lưới ái lìa buộc ràng,

Bảy nguyện suy nghĩ hành Thập Địa,

Tám nguyện nghe suốt bỏ Tam Thiên.

Chín nguyện tâm vuợn thôi nhảy nhót,

Mười nguyện ý ngựa dứt cương yên,

Mười một nguyện mở lòng nghe Phật dạy,

Mười hai nguyện mến thích Tổ Sư Thiền.

## SINCERE VOWS

First, we vow to keep our mind tranquil and pure,

Second, to stop the whirling of

the Store Consciousness,

Third, to eradicate all doubts,

Fourth, to always maintain the fullness

of the Concentration Moon.

Fifth, to prevent mental objects from

arising or ceasing,

Sixth, to detach from the net of desire,

Seventh, to consistently contemplate on

practicing the Ten Stages of Bodhisattvahood,

Eighth, to thoroughly hear beyond

the Three Realms.

Ninth, to calm our monkey mind,

Tenth, to still our galloping thoughts,

Eleventh, to open our hearts and listen to

the Buddha's Teachings.

Twelfth, to delight in respecting and honoring

the Patriarch Zen.

# CHÍ TÂM HỒI HƯỚNG

Chúng con hồi tâm về Thánh Chúng,  
Ân cần đầu cúi lê Từ Tôn,  
Thềm thang Thập Địa nguyện sớm lên,  
Chơn tâm Bồ-dề không thối chuyển.

## PHỤC NGUYỆN

(Chủ Lễ xướng)

Cửa Thiền thường nghiêm tĩnh,  
Toàn chúng mãi thuận hòa,  
Phật tuệ chiếu sáng ngời,  
Mùa pháp hằng nhuần gội.  
Phật tử lòng tin sâu,  
Ruộng phước càng tăng trưởng,  
Chúng sanh sống an lạc,  
Vui hưởng cảnh thái bình.  
Nơi nơi dứt đao binh,  
Mỗi mỗi đều thành Phật.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
(Toàn chúng niệm)

## SINCERELY DEDICATING MERITS

We're mindful of the Assembly of Saints,  
We sincerely bow our heads toward  
    the Compassionate Honored One,  
We vow to quickly attain the Ten Stages  
    of Bodhisattvahood,  
Our True Bodhi Mind will not change or regress.

## PRAYERS

*(Celebrant recites)*

May the Zen monasteries be always  
    solemn and pure,  
All Buddhist practitioners harmonious,  
The Buddha's wisdom gloriously radiate  
    throughout space,  
The Dharma rain constantly permeate all beings.  
May all Buddhists have deep faith,  
Their field of merits continuously increase,  
All beings live peacefully in bliss  
    and enjoy harmonious scenes.  
May all wars cease everywhere,  
    and each one of us become a Buddha.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**  
*(All recite)*

## **BA TƯ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(1 lạy)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(1 lạy)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(1 lạy)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand completely the Great Way and develop the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb the Three Baskets and develop wisdom like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage themselves, a great assembly in harmony, without hindrances.

*(1 full bow)*

## **2. NGHI THỨC LỄ VŨ LAN**

### **NGUYỆN HƯƠNG**

Trầm thủy, rừng Thiền hương sức nức,  
Chiên đàn, vườn Tuệ đã vun trồng,  
Đao Giới vót thành hình non thẳm,  
Nguyễn đốt lò tâm mãi cúng dâng.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Đường.**  
(3 lần)

### **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,  
Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,  
Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,  
Chúng con chí tâm thành đánh lễ.

(1 xá)

## **2. ULLAMBANA CEREMONY**

### **INCENSE OFFERING**

The forest of Concentration, imbued with  
sandalwood, emits wonderful fragrance;  
The garden of Wisdom, filled with aloeswood,  
has been cultivated;  
The sword of Precepts is sharpened like  
a mountain peak;  
We vow to offer our illuminated mind forever.

### **Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**

*(3 times)*

### **BUDDHA PRAISE**

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư  
không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lay)

## TÁN PHÁP

Pháp Phật sâu mầu chẳng gì hơn,

Trăm ngàn muôn kiếp khó được gấp,

Nay con nghe thấy vâng gìn giữ,

Nguyễn hiểu nghĩa chơn Đức Thế Tôn.

**Qui kính Phật, Bồ-tát trên hội Bát-nhã.**

(3 lần)

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## DHARMA PRAISE

The Buddha's Dharma is incomparably profound and miraculous,

It is difficult for us to encounter throughout eons of kalpas.

Now that we hear, we vow to preserve the True Dharma,

And understand the meaning of The World Honored One's Teachings.

**Homage to all Buddhas and Bodhisattvas at the Ultimate Wisdom Assembly.**    *(3 times)*

# TÂM KINH

## TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tướng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tướng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chung đắc.

# THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chủ, là vô đẳng đẳng chủ, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không dối.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)



Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*



# LỄ PHẬT VÀ BỒ TÁT

Chí tâm đảnh lễ **Quá khứ Phật Tỳ Bà Thi.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Hiện tại Phật Thích-ca Mâu-ni.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Vị lai Phật Di-lặc Tôn.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Bồ-tát Đại Trí Văn Thủ Sư Lợi.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Nam-mô Đại Hiếu  
Tôn Giả Mục-Kiền-Liên.**

(7 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Chư Tôn Bồ-tát Hộ Trì  
Chánh Pháp.**

(1 lay)

Chí tâm đảnh lẽ **Phật, Bồ-tát Hiện Tại  
Đạo Tràng.**

(1 lay)

## BOWING TO THE BUDDHAS AND BODHISATTVAS

With deep respect, we bow to  
**Vipassi Buddha of the past.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**Sakyamuni Buddha of the present.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**Honored Maitreya Buddha of the future.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**The Great Wisdom Manjushri Bodhisattva.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**The Great Virtue Samantabhadra Bodhisattva.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**The Great Filially Devoted  
Venerable Moggallana.**

(*7 full bows*)

With deep respect, we bow to  
**All the Bodhisattvas protecting and  
supporting the True Dharma.**

(*1 full bow*)

With deep respect, we bow to  
**All Buddhas and Bodhisattvas present  
at this assembly.**

(*1 full bow*)

# TỤNG LỄ VU LAN

Hôm nay là ngày  
Chúng Tăng Tự tú,  
ngày hội Vu Lan.  
Toàn thể chúng con,  
Tăng, Ni, Phật tử,  
hồi tâm tưởng nhớ  
Tôn giả Mục Liên  
tu hành đã chứng  
Lục Thông La-hán  
vẫn còn thương mẹ.  
Chẳng biết nơi nao  
sáu đạo luân hồi?  
Quyết tâm tìm kiếm.  
Thiên nhãn soi cùng,  
đến nơi ngã quỉ  
mẹ ta đây rồi  
lang thang đói khổ.  
Ruột đau như cắt,  
khôn thể ngồi yên.  
Liền đi khất thực  
được bát cơm đầy.  
Dùng thần túc thông,  
đem cơm dâng mẹ.  
Nhìn thấy bát cơm,  
mẹ mừng khôn xiết.

## ULLAMBANA CEREMONY CHANT

Today is the day  
the Sangha complete their Rainy Retreat  
and celebrate Ullambana.

All of us,  
monks, nuns and lay Buddhists,  
call to mind  
Venerable Moggallana  
who had attained  
the six miraculous powers of an Arhat  
and still loved his deceased mother dearly.

Where was she  
in the six realms of Samsara?

He resolved to look.  
Searching far and wide with his divine eyes,  
among the hungry ghosts  
he found his mother  
wandering in hunger and suffering.

Deeply pained,  
he could not remain unaffected.

He went on alms rounds  
and received a bowlful of rice.

Using divine legs,  
he rushed to offer the rice to his mother.  
Seeing the bowl of rice,  
the mother was in great delight.

Tay vừa bốc ăn,  
cơm liền hóa lửa.  
Đớn đau khó tả;  
rơi lệ đầm đì,  
vội lui trở về  
cầu Thế Tôn cứu.

Thế Tôn chỉ dạy  
lập hội Vu Lan  
thỉnh mười phương Tăng  
đồng tâm cầu nguyện.

Lễ hội vừa xong,  
cõi trời mẹ đến.

Mục Liên hớn hở  
vui vẻ khôn cùng.

Lại hỏi Phật thêm:  
con hiếu sau này  
mẹ cha quá cố,  
lập hội được chăng?

Phật liền dạy rằng:  
thiết lễ Vu Lan  
cứu độ lục thân  
bảy đời cha mẹ.

Nhớ gương Mục Liên,  
người con hiếu thảo  
tu chúng giải thoát,  
vẫn quý mẹ cha.

As her hands touched the rice,  
it turned into fire.  
The Venerable's pain was indescribable;  
shedding tears,  
he hurried back  
to request help from the World Honored One.  
The Buddha then advised him  
to prepare for the Ullambana  
and invite monks from the ten directions  
to pray heartfully together.

As soon as the ceremony was over,  
the Heavenly Realm, his mother reached.  
Moggallana rejoiced  
with great happiness.

The Venerable asked the Buddha again:  
filially devoted children, in the future  
when their parents passed away,  
should they set up the ceremony?

The Buddha then said:  
celebrating Ullambana  
would save the six kinds of relatives  
and the seven generations of ancestors.

We must keep in mind the example of Moggallana,  
the pious child  
who reached liberation  
and still adored his parents.

Huống nữa chúng con,  
còn là phàm tục,  
Công ơn cha mẹ  
trời bể khôn bì;  
Bốn phận làm con,  
làm sao quên được?  
Dâng hiến trọn đời  
chưa tròn chữ hiếu.  
Thân con có ra  
từ nơi cha mẹ.  
Dù nát thân này  
chẳng đủ đền ân.  
Con nào dám nghĩ  
bỏ mẹ quên cha?  
Có ai ruột rà  
bằng cha với mẹ?  
Sanh thành khổ nhọc,  
nuôi dưỡng tâng tiu  
miễn con khỏe vui,  
là cha mẹ thích.  
Con vừa chớm bệnh,  
cha mẹ buồn rầu.  
Chạy ngược chạy xuôi  
ruốc thầy tìm thuốc.  
Chỉ nghĩ đến con,  
mà quên khổ nhọc.

Yet, as we are now,  
    ordinary beings,  
Our parents' loving care,  
    even the skies and the oceans can't compare.  
Children's duties,  
    how can we forget?  
Even devoting our whole life to them  
    will not fulfill our filial obligations.  
We have this body  
    thanks to our parents.  
Even sacrificing our body  
    will not be worth the grace.  
How could we think of  
    forsaking our parents?  
What kindred is dearer  
    than father and mother?  
Childbirth and rearing, what tough labor!  
    Nurturing with tender love  
        for the children's good health and happiness,  
        only then are parents satisfied.  
When children start falling sick,  
    they became dejected.  
They go here and there  
    to seek physicians and cures.  
Absorbed in the care of their children,  
    they are oblivious to all hardship.

Con là hòn ngọc  
của quý mẹ cha.  
Vắng mặt con thơ,  
mẹ cha sâu thẳm.  
Dù con khôn lớn,  
cha mẹ nào quên,  
thương mãi thương hoài,  
đến ngày nhắm mắt.  
Hy sinh cả đời  
cũng vì con trẻ;  
Muốn con được vui,  
quên mình tạo tội.  
Đời này đã khô,  
kiếp khác nào an?  
Càng nghĩ đến Người,  
lòng con se thắt.  
Nguyễn tu tinh tấn  
làm những điều lành.  
Dâng công đức này  
đền ân cha mẹ.  
Xin trên Tam Bảo  
chứng giám lòng con.  
Bao nhiêu phước lành  
nguyễn xin hồi hướng  
cho đấng hai thân.

Children are their parents' jewels  
and their treasures.

When children are out of sight,  
parents deeply saddened.

Even when they are grown-ups,  
parents can't neglect them,  
but continually love them,  
until their dying days.

They sacrifice their entire lives  
for their darling children;

Due to the children's happiness,  
in spite of themselves, they may commit crimes.

In this life they undergo suffering,  
in other lives how can they enjoy peace?

The more we think about our parents,  
the more our hearts break.

We vow to be diligent in Dharma practice  
and do good deeds.

We dedicate our merits  
to our dear parents to return their benevolence.

May the Three Jewels  
certify our filial hearts.

May our auspicious merits  
be dedicated  
to our parents.

Còn sống an khang,  
phát tâm Bồ-đề  
tu hành chánh giác.  
Nếu đã quá cõi  
siêu thoát trầm luân,  
sanh trong đường lành  
tu theo Chánh pháp.  
Hạnh duyên đầy đủ  
Phật đạo chóng thành.

**Nam-mô Đại Hiếu Tôn Giả  
Mục-Kiền-Liên.**

(3 lần)



May our living parents be happy and healthy,  
may they develop the Bodhi Mind  
and advance toward true Enlightenment.

May our deceased parents  
be liberated from evil realms,  
enter a good existence  
and practice the True Dharma.

May they preserve perfect virtues  
and auspicious conditions  
to swiftly attain Buddhahood.

**Homage to the Great Filially Devoted  
Venerable Moggallana.**

*(3 times)*



# CHÍ TÂM PHÁT NGUYỆN

Một nguyện nguồn linh thường trong lặng,

Hai nguyện Tạng thúc dứt lặng xăng,

Ba nguyện khói nghi đêu tan nát,

Bốn nguyện trăng Định mãi tròn đầy.

Năm nguyện pháp trần không khởi diệt,

Sáu nguyện lưới ái lìa buộc ràng,

Bảy nguyện suy nghĩ hành Thập Địa,

Tám nguyện nghe suốt bỏ Tam Thiên.

Chín nguyện tâm vuợn thoi nhảy nhót,

Mười nguyện ý ngựa dứt cương yên,

Mười một nguyện mở lòng nghe Phật dạy,

Mười hai nguyện mến thích Tổ Sư Thiền.

## SINCERE VOWS

First, we vow to keep our mind tranquil and pure,

Second, to stop the whirling of

the Store Consciousness,

Third, to eradicate all doubts,

Fourth, to always maintain the fullness

of the Concentration Moon.

Fifth, to prevent mental objects from

arising or ceasing,

Sixth, to detach from the net of desire,

Seventh, to consistently contemplate on

practicing the Ten Stages of Bodhisattvahood,

Eighth, to thoroughly hear beyond

the Three Realms.

Ninth, to calm our monkey mind,

Tenth, to still our galloping thoughts,

Eleventh, to open our hearts and listen to

the Buddha's Teachings.

Twelfth, to delight in respecting and honoring

the Patriarch Zen.

# CHÍ TÂM HỒI HƯỚNG

Chúng con hồi tâm về Thánh Chúng,  
Ân cần đầu cúi lê Từ Tôn,  
Thềm thang Thập Địa nguyện sớm lên,  
Chơn tâm Bồ-dề không thối chuyển.

## PHỤC NGUYỆN

(Chủ Lễ xướng)

Cửa Thiền thường nghiêm tĩnh,  
Toàn chúng mãi thuận hòa,  
Phật tuệ chiếu sáng ngời,  
Mùa pháp hằng nhuần gội.  
Phật tử lòng tin sâu,  
Ruộng phước càng tăng trưởng,  
Chúng sanh sống an lạc,  
Vui hưởng cảnh thái bình.  
Nơi nơi dứt đao binh,  
Mỗi mỗi đều thành Phật.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
(Toàn chúng niệm)

## SINCERELY DEDICATING MERITS

We're mindful of the Assembly of Saints,  
We sincerely bow our heads toward  
    the Compassionate Honored One,  
We vow to quickly attain the Ten Stages  
    of Bodhisattvahood,  
Our True Bodhi Mind will not change or regress.

## PRAYERS

*(Celebrant recites)*

May the Zen monasteries be always  
    solemn and pure,  
All Buddhist practitioners harmonious,  
The Buddha's wisdom gloriously radiate  
    throughout space,  
The Dharma rain constantly permeate all beings.  
May all Buddhists have deep faith,  
Their field of merits continuously increase,  
All beings live peacefully in bliss  
    and enjoy harmonious scenes.  
May all wars cease everywhere,  
    and each one of us become a Buddha.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**  
*(All recite)*

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(*1 lay*)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(*1 lay*)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(*1 lay*)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

### **3. NGHI THỨC LỄ VÍA PHẬT DI LẶC**

#### **NGUYỆN HƯƠNG**

Trầm thủy, rùng Thiên hương sực núc,  
Chiên đàm, vườn Tuệ đã vun tròng,  
Đao Giới vót thành hình non thẳm,  
Nguyễn đốt lò tâm mãi cúng dâng.

**Nam-mô Bồ-tát Hương Cúng Đường.**  
(3 lần)

#### **TÁN PHẬT**

Đại từ, đại bi thương chúng sanh,  
Đại hỷ, đại xả cứu hàm thức,  
Tướng đẹp sáng ngời dùng trang nghiêm,  
Chúng con chí tâm thành đảnh lễ.

(1 xá)

### **3. MAITREYA BUDDHA'S BIRTHDAY CEREMONY**

#### **INCENSE OFFERING**

The forest of Concentration, imbued with sandalwood, emits wonderful fragrance;  
The garden of Wisdom, filled with aloeswood,  
has been cultivated;  
The sword of Precepts is sharpened like a mountain peak;  
We vow to offer our illuminated mind forever.

**Homage to the Incense Offering Bodhisattva.**  
*(3 times)*

#### **BUDDHA PRAISE**

The Buddha of Great Loving-Kindness  
and Compassion loves all sentient beings,  
The Buddha of Great Joy and Equanimity  
saves all sentient beings,  
Splendid attributes render the Buddha exalted,  
We prostrate ourselves with utmost sincerity.

*(1 half bow)*

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả chư Phật ba đời tột hư  
không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Chánh Pháp ba đời tột  
hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

**Chí tâm đảnh lẽ Tất cả Tăng bậc Hiền Thánh  
ba đời tột hư không khắp pháp giới.**

(1 lạy)

## TÁN PHÁP

Pháp Phật sâu mầu chẳng gì hơn,

Trăm ngàn muôn kiếp khó được gấp,

Nay con nghe thấy vâng gìn giữ,

Nguyễn hiểu nghĩa chơn Đức Thế Tôn.

**Qui kính Phật, Bồ-tát trên hội Bát-nhã.**

(3 lần)

With utmost sincerity, we bow to **All Buddhas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All True Dharmas of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

With utmost sincerity, we bow to **All Sangha, Saints and Sages of the three times in the boundless space of the Dharma Realm.**

*(1 full bow)*

## DHARMA PRAISE

The Buddha's Dharma is incomparably  
profound and miraculous,  
It is difficult for us to encounter throughout  
eons of kalpas.

Now that we hear, we vow to preserve  
the True Dharma,

And understand the meaning of  
The World Honored One's Teachings.

**Homage to all Buddhas and Bodhisattvas at  
the Ultimate Wisdom Assembly.    (3 times)**

# TÂM KINH

## TRÍ TUỆ CỨU CÁNH RỘNG LỚN

Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều KHÔNG, liền qua hết thảy khổ ách.

Này Xá Lợi Phất! Sắc chẳng khác KHÔNG, KHÔNG chẳng khác sắc. Sắc túc là KHÔNG, KHÔNG túc là sắc. Thọ, Tưởng, Hành, Thức cũng lại như thế.

Này Xá Lợi Phất! Tưởng KHÔNG của các pháp không sanh không diệt, không nhơ không sạch, không thêm không bớt.

Cho nên trong tưởng KHÔNG, không có sắc, không có thọ, tưởng, hành, thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn giới cho đến không có ý thức giới; không có vô minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có già chết cũng không có hết già chết; không có khổ, tập, diệt, đạo; không có trí tuệ cũng không có chung đắc.

# THE GREAT ULTIMATE WISDOM HEART SUTRA

As the Great Free Reflection Bodhisattva practiced profoundly the Great Ultimate Wisdom, he realized that all five aggregates were EMPTY; thus, he overcame all suffering and distress.

Listen, Sariputra! Form does not differ from EMPTINESS, nor EMPTINESS differ from form. Form is EMPTINESS, EMPTINESS is form. The same is true of feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen, Sariputra! The EMPTINESS of all phenomena does not come into being or cease to be, is not pure or impure, does not increase or decrease.

Therefore, in EMPTINESS there is no form, no feeling, no perception, no mental formation, no consciousness. There is no eye, no ear, no nose, no tongue, no body, no mind; no form, no sound, no smell, no flavor, no tactile object, no mental object; no realm of eye-consciousness, even up to no realm of mind-consciousness; no ignorance, also no extinction of ignorance, even up to no aging and death, also no extinction of aging and death. There is no suffering, no origin of suffering, no cessation of suffering, no path; no wisdom, also no attainment.

Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo mộng tưởng, đạt đến cứu cánh Niết-bàn.

Chư Phật trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.

Nên biết Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là đại minh chủ, là vô thượng chủ, là vô đẳng đẳng chú, hay trừ được hết thảy khổ, chân thật không dối.

Vì vậy, nói chủ Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói chủ rằng:

**“Yết-đế, yết-đế, ba-la-yết-đế, ba-la tăng  
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha”**

(3 lần)



Because there is nothing to attain, the Bodhisattvas rely on the Great Ultimate Wisdom and have no obstruction in their mind. Because there is no obstruction, they have no fear and thus, cross far beyond all illusions and reach Perfect Nirvana.

All Buddhas of the three times also rely on the Great Ultimate Wisdom and attain Supreme Enlightenment.

Know that the Great Ultimate Wisdom is the great spiritual mantra, the great illuminating mantra, the supreme mantra, the great unequalled mantra that destroys all suffering, is eternally true, not false.

Therefore, proclaim the Great Ultimate Wisdom Mantra. Proclaim the mantra which says:

**“Gone, gone, gone beyond,  
Gone altogether beyond,  
Oh, what an awakening!”**

*(3 times)*



## LỄ PHẬT VÀ BỒ TÁT

Chí tâm đảnh lễ **Quá khứ Phật Tỳ Bà Thi.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Hiện tại Phật Thích-ca Mâu-ni.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Nam-mô Vị Lai Giáng Sanh**

**Phật Di-lặc Tôn.**

(7 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Bồ-tát Đại Trí Văn Thủ Sư Lợi.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Chư Tôn Bồ-tát Hộ Trì**

**Chánh Pháp.**

(1 lạy)

Chí tâm đảnh lễ **Phật, Bồ-tát Hiện Tại**

**Đạo Tràng.**

(1 lạy)

## **BOWING TO THE BUDDHAS AND BODHISATTVAS**

With deep respect, we bow to  
**Vipassi Buddha of the past.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Sakyamuni Buddha of the present.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**Honored Coming-In-The-Future  
Maitreya Buddha.**

*(7 full bows)*

With deep respect, we bow to  
**The Great Wisdom Manjushri Bodhisattva.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**The Great Virtue Samantabhadra Bodhisattva.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**All the Bodhisattvas protecting and  
supporting the True Dharma.**

*(1 full bow)*

With deep respect, we bow to  
**All Buddhas and Bodhisattvas present  
at this assembly.**

*(1 full bow)*

## VĂN PHÁT NGUYỆN

Đệ tử chúng con một lòng thành  
Nguyễn cho đất nước mãi thanh bình,  
Tai nạn đao binh đều dứt sạch,  
Huynh đệ nhìn nhau con một nhà,  
Xót thương cứu giúp tiêu thù hận.  
Cả trên thế giới thấy an lành,  
Cùng chung nhân loại lòng yêu mến,  
Sót cơm chia áo một tâm thành,  
Kết tình đồng loại như ruột thịt.  
Nguyễn cả chúng sanh đến côn trùng,  
Cùng khởi lòng thương che chở thảy,  
Ai đành sát hại làm lợi mình,  
Mong sao toàn thể cùng vui sống.  
Nguyễn mưa chánh pháp khắp quẩn sanh,  
Mọi người đều được ơn nhuần gội,

## VERSE OF VOWS

As your sincere disciples,  
We earnestly pray that our country  
    be always at peace,  
Wars and disasters come to an end,  
Everybody live in harmony like brothers  
    and sisters in one family,  
All show compassion to help each other  
    eliminate hatred and anger.

May the whole world enjoy peace and security,  
All human beings love and cherish each other,  
Share food and clothing with utmost sincerity,  
Unite as one species, one kinship.

May all beings, even tiny insects  
    have compassion and protect each other,  
No one would harm others to benefit himself,  
All sentient beings live happily together.

May the rain of True Dharma  
    shower over all sentient beings,

Nhiệt nǎo tiêu tan lòng thanh lương,  
Tam thừa thánh quả đều an trụ.  
  
Nguyễn con dứt sạch mọi nǎo phiền,  
Gắng tu chẳng chút sanh lười mỎi,  
  
Lập chí vững chắc như kim cương,  
Dù bao sóng gió không lay động.  
  
Thẳng bước tiến lên quả vô sanh,  
Yêu ma quỉ mị không ngăn nổi,  
  
Chiếc gươm trí tuệ tay chẳng rời,  
Đơn đao đột nhập vô thượng giác.  
  
Tam độc bát phong không chướng ngăn,  
Chỉ một Chân Như Tam-muội ấn,  
  
Tiến thẳng vào trong nhà Pháp Thân,  
Trên ngọn Diệu Phong rong tự tại.  
  
Xem xét mười phương chúng khổ đau,

Burning afflictions be dissipated  
so our mind will be refreshed,

All of us attain the saintly fruit  
of the Three Vehicles.

We vow to eradicate all defilements,  
practice without negligence,  
and set our will as solid as diamonds,  
unwavered by winds or storms.

We'll keep advancing toward  
the state of birthlessness,  
No maras or devils can hinder us,  
The sword of wisdom's always on hand,  
With only that very sword we'll directly  
enter Unsurpassed Enlightenment.

The three poisons and eight winds  
can never bring any obstruction,  
Just with the True Nature Concentration seal,  
We'll go forth to the House of Dharma Body,  
and stroll freely on the Miraculous Mountain.  
Observing suffering beings in the ten directions,

Khởi từ phương tiện tùy ứng hóa,  
Đưa chúng đồng lên bờ Niết-bàn,  
Dù bao gian khổ lòng không nản.  
Công đức tu hành xin hướng về,  
Tất cả chúng sanh cùng mình được,  
Đồng nương chánh pháp tối thượng thừa,  
Lên ngôi chánh giác chứng Phật đạo.



Our compassionate heart  
will manifest according to conditions,  
To help all beings attain Nirvana,  
Never discouraged, despite all hardship.  
May we dedicate our merits and virtues  
to all sentient beings and ourselves,  
May all of us have deep faith  
in the Ultimate True Dharma,  
Reach Enlightenment  
and achieve the Buddha Way.



## CHÍ TÂM PHÁT NGUYỆN

Một nguyện nguồn linh thường trong lặng,

Hai nguyện Tạng thúc dứt lặng xăng,

Ba nguyện khói nghi đêu tan nát,

Bốn nguyện trăng Định mãi tròn đầy.

Năm nguyện pháp trần không khởi diệt,

Sáu nguyện lưới ái lìa buộc ràng,

Bảy nguyện suy nghĩ hành Thập Địa,

Tám nguyện nghe suốt bỏ Tam Thiên.

Chín nguyện tâm vuợn thoi nhảy nhót,

Mười nguyện ý ngựa dứt cương yên,

Mười một nguyện mở lòng nghe Phật dạy,

Mười hai nguyện mến thích Tổ Sư Thiền.

## SINCERE VOWS

First, we vow to keep our mind tranquil and pure,

Second, to stop the whirling of

the Store Consciousness,

Third, to eradicate all doubts,

Fourth, to always maintain the fullness

of the Concentration Moon.

Fifth, to prevent mental objects from

arising or ceasing,

Sixth, to detach from the net of desire,

Seventh, to consistently contemplate on

practicing the Ten Stages of Bodhisattvahood,

Eighth, to thoroughly hear beyond

the Three Realms.

Ninth, to calm our monkey mind,

Tenth, to still our galloping thoughts,

Eleventh, to open our hearts and listen to

the Buddha's Teachings.

Twelfth, to delight in respecting and honoring

the Patriarch Zen.

# CHÍ TÂM HỒI HƯỚNG

Chúng con hồi tâm về Thánh Chúng,  
Ân cần đầu cúi lê Từ Tôn,  
Thềm thang Thập Địa nguyện sớm lên,  
Chơn tâm Bồ-dề không thối chuyển.

## PHỤC NGUYỆN

(Chủ Lễ xướng)

Cửa Thiền thường nghiêm tĩnh,  
Toàn chúng mãi thuận hòa,  
Phật tuệ chiếu sáng ngời,  
Mùa pháp hằng nhuần gội.  
Phật tử lòng tin sâu,  
Ruộng phước càng tăng trưởng,  
Chúng sanh sống an lạc,  
Vui hưởng cảnh thái bình.  
Nơi nơi dứt đao binh,  
Mỗi mỗi đều thành Phật.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
(Toàn chúng niệm)

## SINCERELY DEDICATING MERITS

We're mindful of the Assembly of Saints,  
We sincerely bow our heads toward  
    the Compassionate Honored One,  
We vow to quickly attain the Ten Stages  
    of Bodhisattvahood,  
Our True Bodhi Mind will not change or regress.

## PRAYERS

*(Celebrant recites)*

May the Zen monasteries be always  
    solemn and pure,  
All Buddhist practitioners harmonious,  
The Buddha's wisdom gloriously radiate  
    throughout space,  
The Dharma rain constantly permeate all beings.  
May all Buddhists have deep faith,  
Their field of merits continuously increase,  
All beings live peacefully in bliss  
    and enjoy harmonious scenes.  
May all wars cease everywhere,  
    and each one of us become a Buddha.

## Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.

*(All recite)*

## **BA TỰ QUY Y**

**Tự quy y Phật**, nguyện cho chúng sanh,  
hiểu thấu đại đạo, phát tâm vô thượng.

(*1 lay*)

**Tự quy y Pháp**, nguyện cho chúng sanh,  
thâm nhập ba tạng, trí tuệ như biển.

(*1 lay*)

**Tự quy y Tăng**, nguyện cho chúng sanh,  
quản lý đại chúng, tất cả không ngại.

(*1 lay*)

## THE THREE SELF-REFUGES

**Taking refuge in the Buddha in myself,**  
I pray that all sentient beings understand  
completely the Great Way and develop  
the Supremely Enlightened Mind.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Dharma in myself,**  
I pray that all sentient beings absorb  
the Three Baskets and develop wisdom  
like the sea.

*(1 full bow)*

**Taking refuge in the Sangha in myself,**  
I pray that all sentient beings manage  
themselves, a great assembly in harmony,  
without hindrances.

*(1 full bow)*

## **II. CÁC BÀI SÁM NGUYỆN**

- 1. Văn Phát Nguyện**
- 2. Văn Sám Hối**

## **II. REPENTANCE VOWS**

1. Verse of Vows

2. Repentance Verses

## 1. VĂN PHÁT NGUYỆN

Đệ tử chúng con một lòng thành  
Nguyễn cho đất nước mãi thanh bình,  
Tai nạn đao binh đều dứt sạch,  
Huynh đệ nhìn nhau con một nhà,  
Xót thương cứu giúp tiêu thù hận.  
Cả trên thế giới thấy an lành,  
Cùng chung nhân loại lòng yêu mến,  
Sót cơm chia áo một tâm thành,  
Kết tình đồng loại như ruột thịt.  
Nguyễn cả chúng sanh đến côn trùng,  
Cùng khởi lòng thương che chở thảy,  
Ai đành sát hại làm lợi mình,  
Mong sao toàn thể cùng vui sống.  
Nguyễn mưa chánh pháp khắp quần sanh,  
Mọi người đều được ơn nhuần gội,

## 1. VERSE OF VOWS

As your sincere disciples,  
We earnestly pray that our country  
    be always at peace,  
Wars and disasters come to an end,  
Everybody live in harmony like brothers  
    and sisters in one family,  
All show compassion to help each other  
    eliminate hatred and anger.  
May the whole world enjoy peace and security,  
All human beings love and cherish each other,  
Share food and clothing with utmost sincerity,  
Unite as one species, one kinship.  
May all beings, even tiny insects  
    have compassion and protect each other,  
No one would harm others to benefit himself,  
All sentient beings live happily together.  
May the rain of True Dharma  
    shower over all sentient beings,

Nhiệt não tiêu tan lòng thanh lương,  
Tam thừa thánh quả đều an trụ.  
Nguyễn con dứt sạch mọi não phiền,  
Gắng tu chẳng chút sanh lười mỏi,  
Lập chí vững chắc như kim cương,  
Dù bao sóng gió không lay động.  
Thẳng bước tiến lên quả vô sanh,  
Yêu ma quỉ mị không ngăn nổi,  
Chiếc gươm trí tuệ tay chẳng rời,  
Đơn đao đột nhập vô thượng giác.  
Tam độc bát phong không chướng ngăn,  
Chỉ một Chân Như Tam-muội ấn,  
Tiến thẳng vào trong nhà Pháp Thân,  
Trên ngọn Diệu Phong rong tự tại.  
Xem xét mười phương chúng khổ đau,

Burning afflictions be dissipated  
so our mind will be refreshed,

All of us attain the saintly fruit  
of the Three Vehicles.

We vow to eradicate all defilements,  
practice without negligence,  
and set our will as solid as diamonds,  
unwavered by winds or storms.

We'll keep advancing toward  
the state of birthlessness,  
No maras or devils can hinder us,  
The sword of wisdom's always on hand,  
With only that very sword we'll directly  
enter Unsurpassed Enlightenment.

The three poisons and eight winds  
can never bring any obstruction,  
Just with the True Nature Concentration seal,  
We'll go forth to the House of Dharma Body,  
and stroll freely on the Miraculous Mountain.  
Observing suffering beings in the ten directions,

Khởi từ phương tiện tùy ứng hóa,  
Đưa chúng đồng lên bờ Niết-bàn,  
Dù bao gian khổ lòng không nản.  
Công đức tu hành xin hướng về,  
Tất cả chúng sanh cùng mình được,  
Đồng nương chánh pháp tối thượng thừa,  
Lên ngôi chánh giác chứng Phật đạo.



Our compassionate heart  
will manifest according to conditions,  
To help all beings attain Nirvana,  
Never discouraged, despite all hardship.  
May we dedicate our merits and virtues  
to all sentient beings and ourselves,  
May all of us have deep faith  
in the Ultimate True Dharma,  
Reach Enlightenment  
and achieve the Buddha Way.



## 2. VĂN SÁM HỐI

Chúng con đồng đến trước Phật đài,  
Tâm thành đánh lẽ mười phương Phật,  
Tất cả Bồ-tát trong ba đời,  
Thanh-văn Bích-chi chúng Hiền Thánh,  
Đồng đến chứng minh con phát lồ:  
Bao nhiêu tội lỗi trong nhiều kiếp,  
Ba nghiệp gây nên chẳng nghĩ lường,  
Nỗi chìm lăn lộn trong ba cõi,  
Tội ác chiêu hoài không biết dừng.  
Hôm nay tỉnh giác con sám hối,  
Hổ thẹn ăn năn mọi lỗi lầm,  
Cầu xin chư Phật đồng chứng giám,  
Bồ-tát Thanh-văn thảy hộ trì.  
Khiến con tội cũ như sương tuyết,  
Hiện tại đời con đang sống đây,  
Tuy có duyên lành gặp Phật pháp,  
Mà đã gây nên lầm nghiệp khiên.

## 2. REPENTANCE VERSES

Gathering before the Buddha's altar,  
with utmost sincerity and deep respect,  
we bow to  
the Buddhas in the ten directions,  
Bodhisattvas in the three times,  
Hearers, Solitary Buddhas, Saints and Sages.  
Please come and witness the declaration  
of our transgressions:  
We have committed countless misdeeds  
in our numerous lifetimes,  
by the actions of the three karmas.  
We have been floating and sinking,  
drifting aimlessly in the Three Realms,  
committing innumerable sins  
without intent to stop.  
Now that we have awakened, we repent;  
We feel great shame and remorse  
for all our wrongdoings.  
May the Buddhas certify our repentance,  
Bodhisattvas and Hearers support and guide us;  
so that our past misconduct will melt away  
like dew and snow in the morning sun.  
At present, as we are living now,  
though we have the auspicious opportunity  
to learn the Buddha's Teachings,  
We accumulate much vengeful karma.

Lòng còn chứa chấp tham kiêu mạn,  
Sân si tật đố hạnh tà mê,  
Miệng nói điêu ngoa thêm dối trá,  
Gạt lưỡng ác khẩu lời vu oan,  
Sát sanh hại vật thân gây tạo,  
Thương tổn sanh linh để lợi mình,  
Tam Bảo chứng minh con sám hối.  
Dứt tâm tương tục kể từ đây,  
Không hề tái phạm dù lỗi nhỏ,  
Nguyễn gìn ba nghiệp như giá băng,  
Nguyễn đạt chân tông giáo viên đốn,  
Kiến tánh viên minh tâm nhất như.  
Vọng tình ngoại cảnh dường mây khói,  
Nghiệp thức vốn không trí sáng ngời,  
Liễu sanh thoát tử không ngăn ngại,  
Tam giới ra vào độ chúng sanh.

We are still fostering greed, egotism,  
anger, ignorance, envy, evil  
and unknowing conduct;  
fabricating and telling lies,  
deceiving, speaking evil and unjust words;  
killing and injuring other beings,  
such is our body karma;  
we hurt living beings for our own benefits;  
the Three Jewels, please,  
witness our repentance!

We vow to stop our continuously sinful mind  
from this moment,  
never again to commit even the slightest sins  
and keep our three karmas as pure as snow.

We vow to attain the true tradition of direct  
and comprehensive Teachings,  
to recognize our complete and radiant nature,  
the Suchness of our mind.

Our illusory emotions and all external objects  
are just like clouds and smoke.

Karmic consciousness being empty,  
Wisdom will shine.

Knowing that Birth is Non-Birth and transcending  
Death without hindrances,  
we will freely exit and enter the Three Realms  
to save sentient beings.

Thuyền từ chống mãi không dừng nghỉ,  
Đưa hết sanh linh lên giác ngạn,  
Công đức tu hành xin hồi hướng,  
Tất cả chúng sanh đều Niết-bàn.

Vào nhà chư Phật ngồi tòa báu,  
Mặc áo Như Lai chứng Pháp thân,  
Đồng phát Bồ-đề tâm bất thối,  
Đồng ngộ vô sanh pháp giới chân,  
Đồng lên Phật quả vào Diệu giác,  
Đồng nhập Chân Như thể sáng tròn.

### Chủ Lễ xuống:

Tánh tội vốn không, do tâm tạo,  
Tâm nếu diệt rồi, tội sạch trong,  
Tội trong tâm diệt, cả đều không,  
Thế ấy mới là chân sám hối.

**Nam-mô Bồ-tát Cầu Sám Hối. (3 lần)**

We steer the boat of compassion without rest,  
to bring all beings to the shore of Enlightenment.  
May we dedicate the merits of our practice,  
so all living beings will reach Nirvana.  
Entering the Buddhas' Home,  
we sit on the Precious Throne,  
Wearing the Thus Come One's Robe,  
we attain the Dharma Body.  
May we altogether generate Bodhicitta  
without regressing mind,  
recognize Birthlessness  
and the True Dharma Realm.  
May we altogether reach Buddhahood,  
achieve miraculous Enlightenment  
and merge into true Suchness,  
complete and radiant Nature.

### Celebrant recites:

The nature of sinfulness is empty,  
it is created by the illusory mind;  
Once our illusory mind is eliminated,  
sins are purified,  
Sins purified, illusory mind eliminated, all's empty;  
That is True Repentance.

### Homage to the Contrition Bodhisattva. (*3 times*)

### **III. KỆ CHUÔNG TRỐNG**

1. Kệ Chuông

1.1. Kệ Hô Chuông

1.2. Kệ Thâu Chuông

2. Kệ Hô Trống

### **III. BELL AND DRUM VERSES**

#### **1. Bell Verse**

##### **1.1. Inviting the Bell Verse**

##### **1.2. Closing the Bell Verse**

#### **2. Impermanence Drum Verse**

# **1. KỆ CHUÔNG**

## **1.1. KỆ HÔ CHUÔNG**

Nghe tiếng chuông phiền não nhẹ,

Trí tuệ lớn Bồ-đề sanh,

Lìa địa ngục thoát vô minh,

Nguyệt thành Phật độ chúng sanh.

**Nam-mô Giáo Chủ cõi U Minh  
Bồ-tát Địa Tạng Vương. (3 lần)**

## **1.2. KỆ THÂU CHUÔNG**

Hồi chuông đã mãn,

Nguyệt cho chúng sanh,

Ra khỏi biển mê,

Lần lên bờ giác.

**Nam-mô Bồ-tát Địa Tạng Vương  
Hằng Cứu Khổ Chúng Sanh.**

*(3 lần)*

## **1. BELL VERSE**

### **1.1. INVITING THE BELL VERSE**

Listening to the bell, afflictions  
are gradually diminished,  
Wisdom developed, Bodhi Mind engendered,  
Leaving the realm of suffering,  
liberated from ignorance,  
We vow to become Buddhas  
to save all sentient beings.

**Homage to the Master of the Darkness Realm,  
Earth Treasury King Bodhisattva.      (3 times)**

### **1.2. CLOSING THE BELL VERSE**

The bell ceremony has ended.  
May sentient beings  
Leave the ocean of ignorance  
And gradually reach the shore of enlightenment.

**Homage to the Continually-Saving-All-Sentient-  
Beings Earth Treasury King Bodhisattva.**

*(3 times)*

## **2. KỆ HÔ TRỐNG**

Ngày nay đã qua,  
Mạng sống giảm dần,  
Như cá cạn nước,  
Có gì là vui.  
Đại chúng!  
Phải siêng tinh tấn,  
Cứu lửa cháy đầu,  
Chỉ nhớ vô thường,  
Chớ có buông lung.

**Cung kính Bồ-tát Thường Tinh Tấn.**

*(3 lần)*

## **2. IMPERMANENCE DRUM VERSE**

Today has passed,  
Life's shortened,  
Like a fish in shallow water,  
What joy is it?  
Great Assembly!  
Put forth your effort,  
Extinguish the fire which burns your head,  
Focus only on impermanence,  
Don't be negligent.

**Homage to the Eternally Diligent Bodhisattva.**

*(3 times)*

## **IV. CÁC BÀI PHỤC NGUYỆN**

### **1. Cầu An**

**1.1. Đạo Pháp Trường Tồn**

**1.2. Quốc Thới Dân An**

**1.3. Chư Tôn Đức**

**1.4. Phật tử**

### **2. Cầu Siêu**

**2.1. Giác Linh Chư Tôn Đức**

**2.2. Hương Linh Phật Tử**

### **3. Cầu Nguyện**

**3.1. Trời Bát-nhã**

**3.2. Nguyện An Lành**

## **IV. SUPPLICATION VERSES**

- 1. Prayers for Peace and Happiness**
  - 1.1. Prayers For the Everlasting Existence  
of the Buddhadharma**
  - 1.2. Prayers For a Prosperous Nation  
and Peaceful Citizens**
  - 1.3. Prayers For Venerable Sangha**
  - 1.4. Prayers For Lay Buddhists**
- 2. Prayers**
  - 2.1. For The Enlightened Consciousness  
of Venerable Sangha**
  - 2.2. For The Consciousness  
of Lay Buddhists**
- 3. Prayers**
  - 3.1. The Sun of Great Wisdom**
  - 3.2. Prayers for Safety and Happiness**

# 1. CẦU AN

## 1.1. ĐẠO PHÁP TRƯỜNG TỒN

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Phục nguyện: Chánh pháp lưu truyền, Phật thừa chuyển khắp; trực ngộ bản tâm, tánh thể thông suốt; mặt trời Phật sáng ngời, muôn loài đều lợi lạc. Nguyện cho mưa pháp gội nhuần, mọi loài chung hưởng, tứ chúng đồng tu. Một niềm chẳng sanh, mảy trần chẳng nhiễm.

Lại nguyện: Nước nhà hưng thịnh, đạo pháp bền lâu, thế giới toàn cầu, người người an lạc. Chúng sanh trong pháp giới, đều trọn thành Phật đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
*(Toàn chúng niệm)*

# 1. PRAYERS FOR PEACE AND HAPPINESS

## 1.1. PRAYERS FOR THE EVERLASTING EXISTENCE OF THE BUDDHADHARMA

Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.

May the True Dharma last forever, the Buddha Vehicle roll on universally; all of us promptly realize our original mind and the free, omnipresent nature of all phenomena; the Buddha Sun shine brightly, benefiting all species. May the rain of the Buddhadharma penetrate and benefit all beings, the fourfold disciples cultivate harmoniously. Not one thought is engendered, not one speck of dust attached.

Supplication: May the country prosper, the Buddhadharma be eternally well-preserved; in the whole universe, everyone be happy and peaceful. May all sentient beings in the Dharma Realm achieve the Buddha Way.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

## **1.2. QUỐC THỚI DÂN AN**

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Phục nguyện: Nước nhà có phúc, dân tộc  
trung kiên, trí đức tròn đầy, nhân tâm hòa lạc.  
Nguyện cho già trẻ kính nhường, trí ngu chẳng  
nghịch. Mọi người chung sức, giúp nước an dân,  
người vật cùng hưởng.

Lại nguyện: Dòng giống Việt Nam, khác  
thể tâm đồng, quay về nguồn xưa, phát minh bản  
địa. Mong cho ba nghiệp chóng tiêu, chân tâm tỏ  
rõ. Quốc độ thanh bình, đạo đời yên ổn, pháp giới  
chúng sanh trọn thành Phật đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(Toàn chúng niệm)*

## **1.2. PRAYERS FOR A PROSPEROUS NATION AND PEACEFUL CITIZENS**

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

May the country be blessed with merits, the people patriotic, fully wise and virtuous, all hearts live in harmony. May the young and the old coexist in mutual respect and compromise, the smart and the foolish never clash. May all work together to secure a prosperous country and a contented population so that all living beings enjoy peace and happiness.

Supplication: May the Vietnamese and all sentient beings, regardless of physical differences, all in one heart return to the fundamental source and recover their original mind. May their three negative karmas quickly dissipate, their true mind be enlightened. May the world be peaceful, spiritual and secular paths secured, all sentient beings in the Dharma Realm achieve the Buddha Way.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

### **1.3. CHƯ TÔN ĐỨC**

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

Phục nguyện: Tất cả chúng con thành tâm kính tụng Đại thừa Bát Nhã Tâm Kinh, nguyện từ lực Tam Bảo từ bi gia hộ Hòa Thuượng (Thuượng Tọa, Ni Trưởng, ...) thượng ..... hạ .....  
thọ ..... tuổi, được thân tâm thường lạc, pháp thể khang an, phúc trí vô biên, sống lâu nơi đời, hóa độ chúng sanh đồng thành Phật đạo.

Nguyện cho: Tông phong vững chắc, Phật chủng rạng ngời, hoa giác tỏa khắp hương thơm, mưa pháp gội nhuần muôn loại, cùng chúng sanh khắp trong pháp giới, trọn thành Phật đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
*(Toàn chúng niệm)*

## **1.3. PRAYERS FOR VENERABLE SANGHA**

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

With utmost sincerity, we respectfully chant  
The Mahayana Great Ultimate Wisdom Heart  
Sutra. May the compassionate power of the  
Three Jewels bless Most Venerable/Venerable  
....., age ..... May he/she enjoy lasting  
wellness of the physical body and mind, tranquility  
and serenity of the Dharma body, and experience  
limitless blessings and wisdom. May he/she live  
long in this world and successfully guide sentient  
beings to altogether accomplish the Buddha  
Way.

Supplication: May the Zen tradition be  
forever firm, the Buddha seed shine bright, the  
flower of enlightenment emanate fragrance  
universally. May all species absorb the Dharma  
rain, and together with all sentient beings in  
the Dharma Realm achieve the Buddha Way.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

## **1.4. PHẬT TỬ**

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Phục nguyện: Tất cả chúng con thành tâm  
sám hối, công đức hồi hướng cho Phật tử .....  
Pháp danh ..... được tai ách tiêu trừ oan  
khiên dứt sạch, bệnh căn thuyên giảm, gia quyến  
an khang. Lòng tin Tam Bảo càng sâu, tâm từ đối  
chúng sanh tăng trưởng.

Khắp nguyện: Phước ban tất cả, đức độ quần  
sanh; Phật pháp thịnh hưng, tam đồ dứt sạch.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(Toàn chúng niệm)*

## **1.4. PRAYERS FOR LAY BUDDHISTS**

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

With utmost sincerity, we confess our misdeeds and dedicate our merits to lay Buddhist ..... Dharma name ..... May his/her disasters and injustices be obliterated, his/her illnesses be alleviated and his/her family be well. May his/her faith in the Three Jewels be further deepened, and his/her compassion toward all sentient beings ever increase.

Supplication: May all sentient beings receive blessings and develop virtues to save others. May the Buddhadharma flourish and the three evil paths be eliminated.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

## **2. CẦU SIÊU**

### **2.1. GIÁC LINH CHƯ TÔN ĐỨC**

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Phục nguyện: Tất cả chúng con thành tâm  
phóng tụng Đại thừa Bát Nhã Tâm Kinh và sám hối.  
Kỳ nguyện giác linh Cố Hòa Thượng (Thượng Tọa,  
Ni Trưởng, .......) thượng ..... hạ .....,  
húy ....., thọ thế ..... tuổi, ..... hạ lạp.

Nguyện giác linh ..... được quả vô  
sanh, nhân tròn chánh giác, thường trụ Niết-bàn,  
chẳng lìa uế độ. Thị hiện nơi cõi Ta-bà mà luôn  
ở cảnh thường chân. Chuyển thân bốn đại bất an,  
thành tựu pháp thể tịnh lạc.

## **2. PRAYERS**

### **2.1. FOR THE ENLIGHTENED CONSCIOUSNESS OF VENERABLE SANGHA**

Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.

With utmost sincerity, we respectfully chant The Mahayana Great Ultimate Wisdom Heart Sutra and declare our repentance. We pray for the enlightened consciousness of the late Most Venerable/Venerable ....., worldly name ....., age ....., ..... rainy retreats.

May the enlightened consciousness of Most Venerable/Venerable ..... attain the effect of birthlessness, the cause of completely true enlightenment; permanently reside in Nirvana without abandoning unwholesome realms; manifest itself in the Human World, yet always resting in the state of Everlasting Truth; its four-unstable-element body be transformed into pure and blissful Dharma Nature.

Nguyệt cho: Hiếu đồ bốn chúng, giác tâm  
tròn đủ, duyên lành cùng hưởng, chánh pháp cùng  
tu; một niệm không sanh, an nhiên giải thoát. Cùng  
chúng sanh khắp trong pháp giới, kẻ mất người còn  
đồng thành Phật đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**  
*(Toàn chúng niệm)*

Supplication: May the fourfold devoted disciples accomplish fully enlightened minds, altogether enjoy favorable conditions and practice the True Dharma, not one thought arising and naturally realize absolute liberation. May all sentient beings in the Dharma Realm, the deceased and the living, achieve the Buddha Way.

### **Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

## **2.2. HƯƠNG LINH PHẬT TỬ**

Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Phục nguyện: Tất cả chúng con thành tâm  
sám hối, công đúc hòi hướng cho hương linh Phật  
tử ..... Pháp danh ..... được phát  
tâm tịnh giác, lìa chõ tối tăm, khởi niệm từ bi, xa  
rời đường dữ. Tin sâu Tam Bảo, sanh cõi Phật an  
vui.

Khắp nguyện: Kẻ mất siêu thăng, người còn  
hưởng nhiều phúc lạc, chúng sanh được thảm nhuần  
mưa pháp, mọi người đều chứng ngộ Phật thừa.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(Toàn chúng niệm)*

## **2.2. FOR THE CONSCIOUSNESS OF LAY BUDDHISTS**

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

With utmost sincerity, we confess our misdeeds and dedicate our merits to the consciousness of deceased lay Buddhist ..... Dharma name ..... May his/her consciousness be awakened and liberated from the dark realm of no-knowledge and suffering, foster compassion and abandon unwholesome paths, have deep faith in the Three Jewels and be reborn in the safe and blissful Buddha Realm.

Supplication: May the deceased be liberated, the living receive blessings and happiness, all sentient beings permeated with Dharma rain and all recognize their Buddha Nature.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

### **3. CÀU NGUYỆN**

#### **3.1. TRỜI BÁT NHÃ**

Trời Bát-nhã nơi nơi sáng tỏ,  
Bánh xe pháp vận chuyển mãi không dừng,  
Hoa Vô Ưu nở rộ giữa trời Xuân,  
Cây Đạo Thọ trổ hoa đầu tháng Hạ.

Đạo tràng hưng thịnh,  
Đại chúng an hòa,  
Vé vang dòng họ Thích-ca,  
Rạng rỡ tông phong Ca-diếp.

Ngàn năm vàng son Tổ nghiệp,  
Muôn thuở rạng rỡ Tông môn,  
Tăng Ni Phật pháp thậm thâm,  
Phật tử tín tâm kiên cố.

Năm châu an định,  
Bốn biển thái bình,  
Tình với vô tình,  
Đồng thành Phật Đạo.

**Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.**

*(Toàn chúng niệm)*

### **3. PRAYERS**

#### **3.1. THE SUN OF GREAT WISDOM**

May the Sun of Great Wisdom  
illuminate universally,  
The Dharma Wheel forever turn without pause,  
The Sala blossoms bloom in the Spring,  
The Tree of Everlasting Way flower early  
in the Summer.

May Dharma centers flourish,  
Great Assemblies practice in peace and harmony,  
The Sakya's heritage be glorified,  
The Kasyapa's lineage shine.

May golden accomplishments of the Patriarchs  
last for thousands of years,  
Forever be radiant the Zen tradition,  
Monastics profoundly understand  
and practice the essence of  
the Buddha's Teachings,  
Lay disciples secure their deep faith  
in the Three Jewels.

May the five continents be pacified,  
The four oceans calmed,  
Living beings and nonliving beings,  
All achieve the Buddha Way.

**Homage to Fundamental Teacher Sakyamuni Buddha.**

*(All recite)*

### **3.2. NGUYỆN AN LÀNH**

Nguyễn ngày an lành, đêm an lành,  
Ngày đêm sáu thời được an lành,  
Trong tất cả thời đều an lành,  
Nguyễn chư Thượng Sư thương nghiệp thọ.

Nguyễn ngày an lành, đêm an lành,  
Ngày đêm sáu thời được an lành,  
Trong tất cả thời đều an lành,  
Nguyễn chư Tam Bảo thường gia bị.

Nguyễn ngày an lành, đêm an lành,  
Ngày đêm sáu thời được an lành,  
Trong tất cả thời đều an lành,  
Nguyễn chư Hộ Pháp thường ứng hộ.

**Nam-mô Bồ-tát Tiêu Tai Giáng Kiết Tường.**  
*(3 lần)*

### **3.2. PRAYERS FOR SAFETY AND HAPPINESS**

May we be safe and happy during daytime,  
May we be safe and happy during nighttime,  
Always safe and happy in all six watches  
of the entire day.

May all Buddhas, Supreme Teachers, with  
limitless compassion protect and bless us.

May we be safe and happy during daytime,  
May we be safe and happy during nighttime,  
Always safe and happy in all six watches  
of the entire day.

May the Three Jewels continually protect  
and bless us.

May we be safe and happy during daytime,  
May we be safe and happy during nighttime,  
Always safe and happy in all six watches  
of the entire day.

May the Dharma Guardians continually protect  
and bless us.

**Homage to Auspicious, Disaster-Quelling Bodhisattva.**

*(3 times)*

## HỒI HƯỚNG

Nguyệt đem công đức này,  
Hướng về khắp tất cả,  
Đệ tử và chúng sanh,  
Đều trọn thành Phật đạo.



## **DEDICATION**

May our merits and virtues  
Benefit all sentient beings.  
May we and sentient beings,  
All achieve the Buddha Way.



## Lời Kết

Với ước nguyện nối tiếp sứ mạng của Thầy Tổ: “Tâm Huyết Khối Phục Thiền Tông Phật Giáo Việt Nam”, Ban Văn Hóa Thiền Viện Vô Ưu đã nỗ lực phiên dịch sang Anh ngữ quyển Thanh Quy của Hòa Thượng Ân Sư Thích Thanh Từ, gồm hai phần: Nội Quy và Nghị Thủ Thiền Môn, để góp phần phát triển Thiền Tông tại hải ngoại.

Ròng rã suốt 3 năm, trung bình 10 giờ một tuần, chúng con đã cùng nhau chuyền ngữ và cẩn thận căn nhắc từng ý từng lời để hoàn thiện bản dịch. Bản chuyền ngữ phần Nghị Thủ Thiền Môn được in lần thứ nhất vào năm 2017, kỷ niệm Thiền Viện Vô Ưu 15 tuổi. Và lần này phần Nội Quy đã được chuyền ngữ xong vào năm 2018, nhân dịp kỷ niệm Thiền Viện Vô Ưu 16 tuổi. Nay quyển Thanh Quy, gồm hai phần: Nội Quy và Nghị Thủ Thiền Môn có điều chỉnh năm 2018 đã được hoàn tất.

## *Epilogue*

Wishing to continue our Honored Zen Master's endeavor to Wholeheartedly Restore Vietnam Buddhist Zen Tradition, Vo Uu Zen Center Cultural Committee has tirelessly focused their efforts in translating Honored Zen Master Thich Thanh Tu's text Purifying Rules and Regulations which includes Internal Regulations and Zen Meditation Chanting Ceremonies to promote the development of Zen Meditation Tradition outside of Vietnam.

For 3 years, on the average of 10 hours a week, we have delved into translating the text into English and carefully appraised each idea, each word in order to make it as flawless as possible. The first English version of Zen Meditation Chanting Ceremonies was published in the year 2017 to commemorate Vo Uu Zen Center's 15<sup>th</sup> Anniversary. The Internal Regulations was translated in 2018 on the occasion of Vo Uu Zen Center's 16<sup>th</sup> Anniversary. Finally, the Purifying Rules and Regulations which includes Internal Regulations and Zen Meditation Chanting Ceremonies revised in 2018 is now completed.

*Thành viên Ban Văn Hóa Thiền Viện Vô Ưu  
gồm có:*

*1. Ni Sư Thích Nữ Thuần Thành*

*Trụ Trì Thiền Viện Vô Ưu, California*

*2. Ni Sư Thích Nữ Viên Khoan*

*Giao Tho*

*3. Sư Cố Thích Nữ Khánh Đạt*

*Trụ Trì Thiền Viện Tường Vân, Virginia*

*4. Sư Cố Thích Nữ Khánh Thế*

*Kỹ thuật vi tính và trình bày*

*5. Giáo Sư Hàng Đầu Phạm Văn Nga*

*Thạc Sĩ Anh Ngữ*

*- Đại Học Minh Đức, Sài Gòn 1968-1975*

*- Đại Học Văn Hạnh, Sài Gòn 1968*

*- Hội Việt Mỹ, Sài Gòn 1968*

*- 3 Trường Công Lập Quận Fairfax,  
Virginia, Hoa Kỳ 1975-2002*

*- Đại Học Virginia Tech 2002*

*- Đại Truyền Thanh*

*Voice Of America (VOA) 2015-nay nay*

*Thủ Đô Hoa Thịnh Đốn*

*Tràn đầy tâm huyết “mỗi đèn, nối lửa” đèn đắp  
Bốn Ân Lớn, chúng con kỳ nguyện quyển Thanh Quy  
này góp phần thực tế trong làn sóng Phật pháp lan*

*Members of Vo Uu Zen Center Cultural Committee include:*

1. *Venerable Thich Nu Thuan Thanh*

*Vo Uu Zen Center Abbess, California*

2. *Venerable Thich Nu Vien Khoan*

*Dharma Teacher*

3. *Venerable Thich Nu Khanh Dat*

*Auspicious Cloud Zen Center Abbess, Virginia*

4. *Venerable Thich Nu Khanh The*

*Copy editor*

5. *English Professor Hang Tam Van Nga Pham*

*Master's Degree in English Linguistics*

- *Minh Duc University, Saigon* 1968-1975

- *Van Hanh University, Saigon* 1968

- *Vietnamese American Association,*

*English School, Saigon* 1968

- *Fairfax County Public Schools,*

*Virginia, USA*

1975-2002

- *Virginia Tech University*

2002

- *Voice Of America - VOA*

*Washington D.C.*

*(English Lessons)*

2015-present

*With heartfelt aspiration "lighting the lamp, passing down the flame" to repay the Four Great Favors, we pray that the text Purifying Rules and Regulations*

truyệ̀n khặp thặi giới ngày nay. Người sơ cõi tại hải ngoại  
có thặi hiếu rõ đường lối tu hành theo truyệ̀n thống Thiền  
Phái Trúc Lâm Việt Nam do Hòa Thượng Ân  
Sư Thích Thành Tú hướng dẫn, chỉ dạy. Người có đủ  
duyên lành hành trì theo Thiền Tông sẽ được nhiều lợi  
lạc tuyệt vời ngay trong hiện tại: phiền não tiêu trừ, cõi  
lành tăng trưởng, và nhất là nhận được kho báu săn có  
nhà mình, là cội nguồn an lạc giải thoát.

Chúng con kính cẩn hồi hướng công đức, cầu mong  
Thiền môn hưng thịnh, Phật pháp trường tồn, thế giới  
hòa bình, chúng sanh an lạc. Người uyên Hòa  
Thượng Ân Sư trụ thế lâu dài quảng độ quần sanh,  
pháp thế khinh an, phúc tuệ viên mãn và tất cả chúng con  
cùng chúng sanh đồng thành Phật đạo.

Thích Nữ Thuần Thành  
Trụ Trì Thiền Viện Vô Ưu  
Kính bái

contribute practically in the wave of world-wide expansion of the Buddha Dharma. Beginning practitioners overseas, hence, will be able to understand clearly the practice path of the Vietnam Truc Lam Zen Tradition guided and taught by Honored Zen Master Thich Thanh Tu. Practitioners with auspicious conditions to follow the Zen Tradition will enjoy marvelous benefits immediately in the present time: their afflictions eliminated, their virtuous seeds developed, and above all their innate treasure recognized, that is the source of happiness and liberation.

With deepest veneration, we dedicate our merits: may the Zen Tradition flourish, the Buddha Dharma exist forever, the world be peaceful, all sentient beings safe and happy. May our Honored Zen Master remain in this world for a long time, successfully save all sentient beings, Dharma Body serene and secure, merits and wisdom burgeon. May we together with all sentient beings quickly achieve Buddhahood.

With respect,  
Thich Nu Thuan Thanh  
Vo Uu Zen Center Abbess

Xin hòi hương công đức ăn tống 1000 quyển Thanh  
Quy: Nghị Thủ Thiền Môn của Thiền Phái Trúc  
Lâm Việt Nam, do Thiền Viên Vô Ưu ở California,  
USA, chuyển ngữ và ăn hành năm 2019 – kỷ niệm  
Thiền Viên Vô Ưu 17 tuổi. Đây là bản in lần 3 có  
điều chỉnh.

Xin thành tâm cầu nguyện Thiền tông hưng thịnh,  
Phật pháp trường tồn, thế giới hòa bình, chúng sanh  
an lạc.

## DANH SÁCH ĂN TỐNG

- **Ban Văn Hóa Thiền Viện Vô Ưu  
(Chuyển ngữ Việt-Anh)**
  - Ni Sư Trụ Trì Thích Nữ Thuần Thành
  - Ni Sư Giáo Thọ Thích Nữ Viên Khoan
  - Sư Cô Thích Nữ Khánh Đạt
  - Sư Cô Thích Nữ Khánh Thể
  - Giáo sư Anh ngữ Hằng Tâm Phạm Văn Nga
  - Phật tử: Phương Viên, Phổ Hiền Không
- **Ni Chúng và Phật tử**  
**Thiền Viện Vô Ưu, California**
- **Ni Chúng và Phật tử**  
**Thiền Viện Tường Vân, Virginia**

*We respectfully dedicate the merits of printing 1000 copies of Purifying Rules and Regulations: Zen Meditation Chanting Ceremonies of Vietnam Truc Lam Meditation Tradition, translated into English and published by Vo Uu Zen Center, California, USA, in 2019 - to commemorate the Center's 17<sup>th</sup> Anniversary. This is the revised third edition-2019.*

*With utmost sincerity, we pray that the Zen tradition continually flourish, the Buddhadharma exist forever, the world be peaceful and all sentient beings be happy.*

## **LIST OF CONTRIBUTORS**

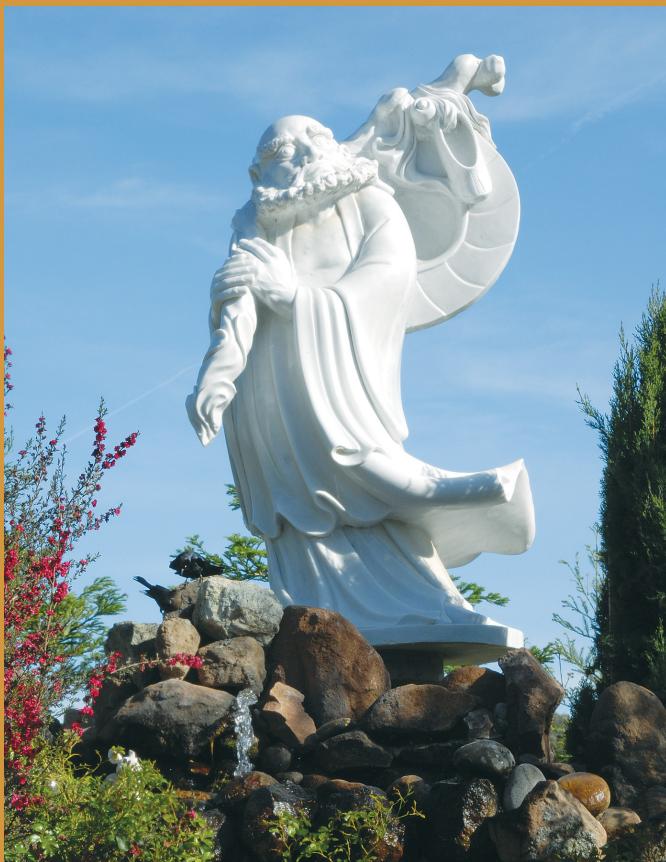
- **Vo Uu Zen Center Cultural Committee  
(Vietnamese-English Translation)**
  - Venerable Abbess Thich Nu Thuan Thanh
  - Venerable Dharma Teacher Thich Nu Vien Khoan
  - Venerable Thich Nu Khanh Dat
  - Venerable Thich Nu Khanh The
  - English Professor Hang Tam Van Nga Pham
  - Lay Buddhists: Phuong Vien, Pho Hien Khong
- **Nuns and Lay Buddhists  
of Vo Uu Zen Center, California**
- **Nuns and Lay Buddhists  
of Auspicious Cloud Zen Center, Virginia**

THANH QUY  
Phản Hai  
**NGHI THỨC THIỀN MÔN**

Trình bày và bìa: **Thiền Viện Vô Uú**  
Sửa bản in: **Ban Văn Hóa Thiền Viện Vô Uú**

  
**PURIFYING RULES AND REGULATIONS**  
Volume Two  
**ZEN MEDITATION CHANTING CEREMONIES**

Layout/Cover: **Vo Uu Zen Center**  
Editing: **Vo Uu Zen Center Cultural Committee**



**Thiền Viện Vô Ưu  
Vo Uu Zen Center**

1300 Church Ave.

San Martin, CA 95046

Tel: (408) 683 - 4498

[www.tvvu.thienvienvouu.com](http://www.tvvu.thienvienvouu.com)