

LỄ TAM THỂ TAM BẢO

Nam mô thập phương tam thể Phật Bảo
Nam mô thập phương tam thể Pháp Bảo
Nam mô thập phương tam thể Tăng Bảo (lạy)

Namo tassa bhagavato arahato sammāsambuddhassa. (3 lần)

Cúi đầu đảnh lễ đấng Từ Tôn
Bậc Chánh Biến Tri đáng cúng dường
Con nguyện thân tâm thường thanh tịnh
Làm lành lánh dữ lợi quần sanh (lạy)

Tam Qui

Buddham saraṇaṃ gacchāmi

Dhammaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Saṅghaṃ saraṇaṃ gacchāmi

Đệ tử qui y Phật - đấng Thiên Nhơn Điều Ngự - bi trí vẹn toàn.
Đệ tử qui y Pháp - đạo chuyển mê khai ngộ - ly khổ đặc lạc.
Đệ tử qui y Tăng - bậc hoằng trì Chánh Pháp - vô thượng phước điền.
Lần thứ hai đệ tử qui y Phật Pháp Tăng Tam Bảo
Lần thứ ba đệ tử qui y Phật Pháp Tăng Tam Bảo (lạy)

LỄ PHẬT BẢO

Cội bồ đề trang nghiêm thiền tịnh
Thắng thiên ma vạn chướng trùng trùng
Con xin lạy đấng Đại Hùng
Rọi vô biên trí tận cùng thế gian
Từ quá khứ vô vàn Phật hiện
Ở tương lai vô lượng Phật thành
Hiện tiền chư Phật độ sanh
Con xin kính lễ tâm minh nguyện cầu.

Hồng danh Phật nhiệm màu Ứng Cúng
Chánh Biến Tri Minh Hạnh đủ đầy
Ân Đức Thiện Thệ cao dày

Bậc Thế Gian Giải chỉ bày lý chân
Vô Thượng Sĩ pháp âm tịnh diệu
Bậc Trượng Phu Điều Ngự độ sanh
Thiên Nhân Sư đáng cha lành
Phật Đà toàn giác Thế Tôn trong đời.

Phật là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui y Phật Bảo từ ân
Nguyện lời chân thật tác thành thắng duyên.
Gieo năm vóc trọn niềm sám hối
Những sở hành lầm lỗi vô minh
Từ thân khẩu ý khởi sanh
Ngưỡng mong Phật Bảo đức lành từ dung (lạy).

Lễ Pháp Bảo

Bát thánh đạo con đường chánh giác
Đưa chúng sanh vượt thoát trầm luân
Chân truyền diệu pháp thánh nhân
Con xin tịnh ý nghiêm thân thực hành
Từ quá khứ vô vàn Diệu Pháp
Ở tương lai vô lượng Pháp mầu
Hiện tiền Phật Pháp thâm sâu
Thuyền từ phương tiện bắc cầu độ sanh

Pháp vi diệu cha lành khéo dạy
Lìa danh ngôn giác ngộ hiện tiền
Vượt thời gian chứng vô biên
Sát na đại ngộ hoát nhiên liễu tường
Đạo vô thượng đến rồi thấy rõ
Hướng thượng tâm thoát ngã vọng trần
Trí nhân tự ngộ giả chân
Diệu thường tịnh lạc Pháp ân nhiệm mầu

Pháp là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui y Pháp Bảo chánh chân

Nguyện lời chân thật tác thành thắng duyên
Gieo năm vóc trọn niềm sám hối
Những sở hành lầm lỗi vô minh
Từ thân khẩu ý khởi sanh
Ngưỡng mong Pháp Bảo đức lành từ dung (lạy)

Lễ Tăng Bảo

Hoà hợp chúng Tăng Già thanh tịnh
Đức vô song tứ thánh sa môn
Thừa hành di giáo Thế Tôn
Đời đời tương tục bốn phương phổ hoằng
Từ quá khứ vô vàn Tăng Chúng
ở tương lai vô lượng thánh hiền
Hiện tiền Tăng Bảo phước điền
Con xin kính lễ gieo duyên Niết bàn

Bậc diệu hạnh tinh văn Thích Tử
Bậc trực hạnh pháp lữ thiền gia
Bậc như lý hạnh Tăng Già
Bậc chơn chánh hạnh dưới toà Thế Tôn
Thành đạo quả bốn đôi tám chúng
Đệ tử Phật ứng cúng tôn nghiêm
Cung nghinh kính lễ một niềm
Thánh chúng vô thượng phước điền thế gian

Tăng là nơi nương nhờ tối thượng
Cho chúng con vô lượng an lành
Qui y Tăng Bảo tịnh thanh
Nguyện lời chân thật tác thành thắng duyên
Gieo năm vóc trọn niềm sám hối
Những sở hành lầm lỗi vô minh
Từ thân khẩu ý khởi sanh
Ngưỡng mong Tăng Bảo đức lành từ dung (lạy)

Kinh Niệm xứ

Như vậy tôi nghe.

Một thời Thế Tôn ở xứ Kuru (Câu-lâu), *Kammāsadhama* (kiềm-ma sắt đằm) là đô thị của xứ Kuru. Rồi Thế Tôn gọi các Tỷ-kheo
—Này các Tỷ-kheo.

Các Tỷ-kheo vâng đáp Thế Tôn
—Bạch Thế Tôn.

Thế Tôn thuyết như sau

—Này các Tỷ-kheo, đây là con đường độc nhất đưa đến thanh tịnh cho chúng sanh, vượt khỏi sầu não, diệt trừ khổ ưu, thành tựu chánh trí, chứng ngộ Niết-bàn. Đó là Bốn Niệm xứ.

Thế nào là bốn? Này các Tỷ-kheo, ở đây Tỷ-kheo sống quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán thọ trên các thọ, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán tâm trên tâm, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời; sống quán pháp trên các pháp, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm để chế ngự tham ưu ở đời.

Câu tụng kết thúc buổi học:

Imaya dhammanu, dhamma pati-pattiya, buddham pujemi

Imaya dhammanu, dhamma pati-pattiya, dhammam pujemi

Imaya dhammanu, dhamma pati-pattiya, sangham pujemi

Bằng sự thực hành đúng chánh pháp con xin đánh lễ Phật,

Bằng sự thực hành đúng chánh pháp con xin đánh lễ Pháp,

Bằng sự thực hành đúng chánh pháp con xin đánh lễ tăng.

Với sự thực hành đúng chánh pháp này sẽ là duyên lành để chấm dứt mọi khổ đau.

Con nguyện tự chăm sóc bản thân với sự tôn trọng và thương yêu mỗi ngày.

Con nguyện sống tỉnh thức trọn ngày hôm nay, nuôi dưỡng và lan tỏa năng lượng an lành.

Chúng con chia phước đến mọi chúng sinh, và cung kính thọ nhận những điều tốt đẹp được chia sẻ đến chúng con từ những người hữu duyên trong khắp cả mười phương.