



Khóa Tu Nyung Ne Qua Mạng
Hướng dẫn về nghi quỹ và bài tụng đọc
Ngày 1 và ngày 2 – 4/6 & 5/6/2020

Các tài liệu bạn cần có:

*Tuyển tập tụng niệm bìa vàng (nay là bìa trắng)
Nghi quỹ hành trì Nyung Ne của Tu viện Gar Gon*

Bài xưng tán Đức Quán Thế Âm

Tuyển tập tụng niệm bìa xanh dương (đang thực hiện bản Việt ngữ)

KHAI NGUYỆN & HÀNH TRÌ:

NGÀY 1: Thời khóa 1: 9g. sáng – 12g. trưa

Tuyển tập bìa vàng, trang 1 – 5.

1x Tụng 1x Việt

Bài nguyện tịnh hóa

Chỉ lắng nghe bằng tiếng Tụng. Không có bản dịch.

Nghi quỹ Nyung Ne Gar Gon

Cầu nguyện dòng truyền thừa – trang 5 – 6

1x Tụng 1x Việt

Tịnh hóa bằng nước

* Đi ra ngoài. Đổ một chút nước đã được tịnh hóa vào lòng bàn tay trái (xem hướng dẫn làm thế nào để tịnh hóa nước ở trên tài liệu hướng dẫn hành trì từ xa). Đổ nước vào tay 3 lần ;

Lần đầu – Nhấp nước vào miệng, súc miệng, nhổ nước ra một nơi sạch sẽ.

Lần nhì – Nuốt nước

Lần ba – Thoa nước trên đỉnh đầu, hai lòng bàn tay và trên hai chân.

* Trở lại vào trong phòng và đánh lễ 3 lần.

Nghi quỹ Nyung Ne Gar Gon

Trưởng tịnh giới Sojong – trang 7 – 10:

Tư thế: Quỳ gối, gối phải chạm đất, gối trái quỳ thẳng, hai tay chấp lại cầu nguyện.

Trang 5 – 8: *2x Tụng 1x Việt*

Trang 8 – 10: *2x Tụng 1x Việt*

* Đánh lễ 3 lần

Minh chú Giới đức thanh tịnh – trang 11

Lặp lại 21 lần.

Cầu nguyện giữ trọn giới đức thanh tịnh – trang 11

1x Tụng 1x Việt

NGÀY 2: Thời khóa 1 - Khai nguyện:

- * Bài tụng đầu tiên trong ngày: *Gọi Thầy Từ Chốn Ngàn Xa*
- * Rồi tiếp tục theo thời khóa y như ngày 1 – Tuyển tập cầu nguyện bìa vàng v.v.

Thời khóa 2 & 3 cho cả hai ngày 1 và ngày 2:

Sau khi tụng các bài Khai Nguyện thì mở nghi quỹ Nyung Ne Gar Gon ra trang 12 và thực hành pháp Hành Trì Chính Yếu như sau.

HÀNH TRÌ CHÍNH YẾU – CHO MỌI THỜI KHÓA

Nghi quỹ Nyung Ne Gar Gon

Quy Y & Bồ Đề Tâm – trang 12

2x Tụng 1x Việt

Giai đoạn sinh khởi quán tưởng Bốn tôn tự thân – trang 13 – 22

1x Tụng 1x Việt

Minh chú dài (Đà ra ni) – trang 23

Minh chú ngắn – trang 23

Minh chú Mani – tích lũy càng nhiều càng tốt

Quán tưởng Bốn tôn phía trước – trang 24 – 29

1x Tụng 1x Việt

Minh chú dài (Đà ra ni) & Minh chú ngắn – trang 29

Minh chú Mani – tích lũy càng nhiều càng tốt

Bài xưng tán Đức Quán Thế Âm & Lễ lạy – trang – 30

4x Tụng 3x Việt

Thỉnh nguyện, Torma, Hồi hướng, Cúng dường & Hòa tan

trang 34 – 39

1x Tụng 1x Việt

KẾT NGUYỆN:

Thời khóa 1: Lời Nguyện Đại Toàn Thiện Của Phổ Hiền Như Lai

Thời khóa 2: Đại Nguyện Hồi Hướng của Ngài Tịch Thiên (Shantideva)

Thời khóa 3: Phổ Hiền Hạnh Nguyện Vương

Bài Nguyện Trường Thọ - Tuyển tập bìa vàng trang 22