

**Thực hành Nyungne**

NGÀY 1	NGHI QUỸ	NỘI DUNG	TRANG	GHI CHÚ
<b>THỜI 1:</b>				
9am-12pm	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tạng + 1 Việt
	<b>TỊNH HOÁ BẰNG NƯỚC GIA TRÌ</b>	Đi ra ngoài cửa, đổ ít nước gia trì vào lòng bàn tay trái uống 3 lần như sau:		
		Lần 1: xúc miệng và nhổ ra ngoài nơi sạch sẽ		
		Lần 2: uống		
		Lần 3: bôi, xoa trên đỉnh đầu, hai lòng bàn tay, và chân.		Xong vô lại phòng thờ lạy 3 cái.
	<b>NYUNGNE</b>	BÁT QUAN TRAI GIỚI	7-10	Quy một bên gối phải và chắp tay
		BÀI NGUYỆN NHẬN GIỚI	7-9	1 Tạng + 2 Việt
		HỨA NGUYỆN TRÌ GIỚI	9-10	1 Tạng + 2 Việt
				Tụng xong Lạy 3 cái
		THẦN CHÚ GIỮ GIỚI	11	Tụng 21 lần
		LỜI NGUYỆN GIỮ GIỚI THANH TỊNH	11	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM	12	1 Tạng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tạng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	35	1 Tạng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tạng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	39-40	1 Tạng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	LỜI NGUYỆN ĐẠI TOÀN THIÊN PHỔ HIỆN NHƯ LAI		
<b>THỜI 2</b>	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tạng + 1 Việt
2pm-4pm	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM	12	1 Tạng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tạng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	35	1 Tạng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tạng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	39-40	1 Tạng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	LỜI NGUYỆN TÔN GIÁ TỊCH THIÊN		
<b>THỜI 3</b>	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tạng + 1 Việt
4.30pm-6pm	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM	12	1 Tạng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tạng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	35	1 Tạng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tạng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	39-40	1 Tạng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	PHỔ HIỆN HẠNH NGUYỆN VƯƠNG		
	Sau giờ trưa Ngày 1, không ăn thêm gì nữa, được uống nước. Tịnh khẩu bắt đầu khi ngủ Ngày 1.			

**THỰC HÀNH NYUNGNE**

NGÀY 2	NGHI QUỸ	NỘI DUNG	TRANG	GHI CHÚ
<b>THỜI 1:</b>				
9am-12pm	<b>GỌI THẦY TỪ CHỐN NGÀN XA</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN XUYẾN THẤU TÂM CAN VỚI LÒNG CHÍ THÀNH QUY NGƯỠNG	1-6	1 Tặng + 1 Việt
	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tặng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tặng + 1 Việt
	<b>TỊNH HOÁ BẰNG NƯỚC GIA TRÌ</b>	Đi ra ngoài cửa, đổ ít nước gia trì vào lòng bàn tay trái uống 3 lần như sau:		
		Lần 1: xúc miệng và nhổ ra ngoài nơi sạch sẽ		
		Lần 2: uống		
		Lần 3: bôi, xoa trên đỉnh đầu, hai lòng bàn tay, và chân.		Xong vô lại phòng thờ lạy 3 cái.
	<b>NYUNGNE</b>	<b>BÁT QUAN TRAI GIỚI</b>	7-10	Quy một bên gối phải và chấp tay
		BÀI NGUYỆN NHẬN GIỚI	7-9	1 Tặng + 2 Việt
		HỨA NGUYỆN TRÌ GIỚI	9-10	1 Tặng + 2 Việt
				Tụng xong Lạy 3 cái
		THẦN CHÚ GIỮ GIỚI	11	Tụng 21 lần
		LỜI NGUYỆN GIỮ GIỚI THANH TỊNH	11	1 Tặng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	<b>QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM</b>	12	1 Tặng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tặng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	35	1 Tặng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tặng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	39-40	1 Tặng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	LỜI NGUYỆN ĐẠI TOÀN THIÊN PHỔ HIỂN NHƯ LAI		
<b>THỜI 2</b>	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tặng + 1 Việt
2pm-4pm	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tặng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	<b>QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM</b>	12	1 Tặng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tặng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	35	1 Tặng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tặng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	39-40	1 Tặng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	LỜI NGUYỆN TÔN GIÁ TỊCH THIÊN		
<b>THỜI 3</b>	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tặng + 1 Việt
4.30pm-6pm	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tặng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	<b>QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM</b>	12	1 Tặng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỚNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tặng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tặng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	35	1 Tặng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tặng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tặng + 1 Việt
		HỒI HƯƠNG	39-40	1 Tặng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	PHỔ HIỂN HẠNH NGUYỆN VƯƠNG		
	<b>Ngày 2 không ăn, không uống, tịnh khẩu</b>			

## THỰC HÀNH NYUNGNE

NGÀY 3	NGHI QUỸ	NỘI DUNG	TRANG	GHI CHÚ
<b>THỜI 1:</b>				
6am-8am	<b>GỌI THẦY TỪ CHỐN NGÀN XA</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN XUYỀN THẤU TÂM CAN VỚI LÒNG CHÍ THÀNH QUY NGƯỠNG	1-6	1 Tạng + 1 Việt
	<b>TUYỂN TẬP CẦU NGUYỆN</b>	KHAI KINH	1-5	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE</b>	LỜI KHẤN NGUYỆN DÒNG TRUYỀN THỪA	5-6	1 Tạng + 1 Việt
	<b>NYUNGNE - THỰC HÀNH CHÍNH</b>	QUY Y, PHÁT BỒ ĐỀ TÂM	12	1 Tạng + 2 Việt
		GIAI ĐOẠN SINH KHỞI	12-23	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI	23	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ ĐẠI BI NGẮN	23	Càng nhiều càng tốt
		QUÁN TƯỞNG PHÍA TRƯỚC	24-29	1 Tạng + 1 Việt
		CHÚ ĐẠI BI DÀI NGẮN	29	Càng nhiều càng tốt
		CHÚ MANI		Càng nhiều càng tốt
		XƯƠNG TÁN ĐỨC QUÁN THẾ ÂM	30-34	3 Tạng + 4 Việt, Lạy dài càng nhiều càng tốt.
		CÚNG TORMA	34	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	35	1 Tạng + 1 Việt
		CÚNG DƯỜNG LỄ TỊNH RỬA	36-37	1 Tạng + 1 Việt
		HOÀ TAN VÀ KHỞI HIỆN 1 LẦN NỮA	38	1 Tạng + 1 Việt
		HỒI HƯỚNG	39-40	1 Tạng + 1 Việt
	<b>KẾT THÚC</b>	PHỔ HIỆN HẠNH NGUYỆN VƯƠNG		
	<b>Bắt đầu ăn uống nói trở lại</b>			