

21 Homages to Tara
Tán Lễ Hai Mười Một Độ Mẫu Tara



Preparation

Refuge & Bodhichitta

Quy Y Và Phát Tâm Bồ Đề

SANG GYE CHÖ DANG TSOG KYI CHOG NAM LA

Until enlightenment I take refuge the Buddha, the

Nơi chư Phật, Tôn Pháp, và Hiền Thánh Tăng,

JANG CHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHI

Dharma, and the highest of the Assembly.

con xin quy y từ nay cho đến ngày đạt thành giác ngộ.

DAG GI JIN SOG GYI PE SÖ NAM KYI

May I, through merits of deeds of generosity and the others,

Nhờ công đức thực hành hạnh bố thí và các pháp Ba La Mật khác,

DRO LA PEN CHIR SANG GYE DRUB PAR SHO

accomplish Buddha the enlightened state for the benefit of all beings.

Nguyện cho con thành tựu quả vị Phật để lợi lạc khắp chúng sanh.

(3x)

The Four Immeasurables

Bốn Tâm Vô Lượng

SEM CHEN TAM CHE DE WA DANG DE WE GYU DANG

DEN PAR GYUR CHIG

May all sentient beings have happiness and the causes of happiness.

Nguyện chúng hữu tình đều được an Lạc và có được nhân của an lạc.

DUG NGAL DANG DUG NGAL GYI GYU DANG DRAL

WAR GYUR CHIG

May they be free from suffering and the causes of suffering.

Nguyện cho tất cả hữu tình đều tránh xa các cõi khổ và nguồn gốc của khổ.

DUG NGAL ME PE DE WA DAM PA DANG MI DRAL WAR

GYUR CHIG

May they always experience the superior joy that is beyond happiness and suffering.

Nguyện cho họ không bao giờ xa rời hạnh phúc tối thượng vượt thoát khổ đau.

NYE RING CHAG DANG NYI DANG DRAL WE TANG

NYOM CHEN PO LA NE PAR GYUR CHIG

May they remain in the great equanimity that is beyond attachment and aversion for both those close and distant.

Nguyện cho họ luôn giữ được tâm đại xả vượt ngoài tham luyến và xa lánh dành cho tất cả người thân và sơ.

(3x)

The Four Common Preliminaries Bốn Nền Tảng tu tập Pháp

1. *Precious Human Body* *Thân Người Quý Báu*

DANG PO GOM JHA DAL JOR RIN CHHEN DI.

The first reflection is that this precious human body with leisure and endowments

Điều quán niệm thứ nhất là thân người quý báu với những điều kiện tự do và các phẩm chất

THOB KA JIG LA DA RĚ DON YOD JHA.

is difficult to obtain and perishes easily, thus it should be used purposefully.

là rất khó đạt được và lại dễ dàng tan hoại, vì vậy thân người này nên được dùng vào việc hữu ích.

2. *Impermanance* *Vô Thường*

NYII PA NOD CHUD THAM CHED MI TAG CHING.

The second reflection is that this world and all beings are impermanent.

Điều quán niệm thứ hai là thế giới này cùng các chúng hữu tình đều vô thường.

GÖ SU DRO WEI TSHE SOG CHHU BUR DRA.

In particular, the life force is impermanent like a bubble.

Nhất là sinh mạng này thật mỏng manh như bọt nước.

NAM CHHI CHHA MED SHI TSE RO RU GYUR.

The time of death is uncertain, when one dies; one's body becomes a corpse.

Thời khắc cái chết ập đến không chắc chắn được, khi nào ta chết; thân ta trở thành một cái xác không

DE LA CHHÖ KYI PHEN CHHIR TSON PĚ DRUB.

Only Dharma can bring us benefit at that time, so one should practice with diligence.

Chỉ có Giáo Pháp mới giúp ích vào lúc đó, nên ta phải tinh tấn mà tu tập.

3. Karma, Cause and Result **Nghiệp và luật nhân quả**

SUM PA SHI TSHE RANG WANG MI DU WAR.

The third reflection is that at the time of death, one's freedom will be lost

Điều quán niệm thứ ba là vào giây phút của cái chết, chút tự do của ta bị đánh mất

LĚ NI DAG GIR JHA CHHIR DIG PA PANG.

and one's Karma will take over. Thus one should abandon non-virtuous acts

và nghiệp lực sẽ là kẻ dẫn dắt. Vì vậy, ta nên từ bỏ các hành động bất thiện

GEWEI JHAWĚ TAGTU DAWAR JHA.

and always engage in performing virtuous acts.
và luôn thực hành các điều thiện.

ZHE SAM NYIN RE RANG GYUD NYID LA TAG.

One should contemplate this way and observe one's mind daily.
Ta hãy quán chiếu theo cách này và quan sát tâm ý hàng ngày.

4. Shortcomings of Samsara **Khổ của luân hồi**

ZHI PA KHOR WEI NĚ DROG DE JOR SOG.

The fourth reflection is that all places and friends, pleasures and wealth,

Điều quán niệm thứ tư là tất cả nơi chốn cũng như bạn bè, lạc thú và giàu sang,

DUG NGAL SUM GYII TAG TU NAR WEI CHHIR

anything within Samsara causes one to be constantly tormented by the three sufferings.

mọi thứ trong vòng luân hồi đều có thể khiến ta liên tục chịu đựng sự dẫn dắt của ba cái khổ.

SOD SAR TRID PEI SHED MEI GA TON TAR.

It is all like the hangman's feast before the execution,
Tất cả như một bữa tiệc dành cho tên tử tù trước khi chịu hình treo cổ,

ZHEN TRI CHED NĚ TSON PĚ JANG CHUB DRUB.

so one should cut off attachment and diligently strive for Enlightenment.

thế nên ta cần cắt bỏ mọi luyến tiếc và tinh tấn tu hành nhằm đạt tới sự Giác Ngộ.

21 Homages to Tara

Tán Lễ Hai Mươi Một Độ Mẫu Tara

INVOCATION PRAYER CUNG THỈNH

PO TA LA YI NE CHHOG NE
TAM YIG JANG GU LE TRUNG SHING
From your sublime abode at the Potala, Born from the green
syllable TAM,
Nơi cõi tịnh độ Pô Ta La. Hoá sinh từ chữ tam Xanh Lá

TAM YIG OD KYI DRO WA DROL
DROL MA KHOR CHE SHEG SU SOL
Whose light rescues all beings, Tara and your retinues please
approach.
Chữ Tam phóng quang độ chúng sanh. Hải hội Tara con thỉnh
cầu

LHA DANG LHA MIN CHOD PEN GYI
ZHAB KYI PAD MO LA TUD NE
Laying their crowns at your lotus feet, Devas and asuras pay
homage to you.
Trời và phi thiên thấy cúi đầu. Đánh lễ dưới đôi chân liên hoa

PHONG PA KUN LE DROL DZED MA
DROL MA YUM LA CHHAG TSHAL LO
You who rescue all who are destitute, To you, Mother Tara, I pay
homage.
Đấng cứu hộ những người bần khổ. Chí Thành đánh lễ mẹ Tara.



SEVEN BRANCHES PRAYER
BẢY NHÁNH NGUYỆN CẦU:

JE TSUN PHAG MA DROL MA DANG
CHHOG CHU DÜ SUM ZHUG PA YI

To the Noble Arya Tara and Buddhas and Bodhisattvas in the ten directions

Tới thánh giả đại bi cứu độ mẫu. Chư Như Lai và Trưởng Tử

GYAL WA SĔ CHĔ THAM CHED LA
KUN NĔ DANG WĔ CHHAG TSHAL LO

and of the three times, we bow to you with convincing faith.

Thường trụ trong mười phương ba đời. Với tâm thành kính con đánh lễ

METOG DÜGPÖ MARME DRI
ZHALZĔ ROLMO LASOG PA

I offer flowers, incense, lamps, perfume, food, music, and so forth,

Kính dâng cúng dường hoa, hương, đèn, dầu thơm, thực phẩm và âm nhạc.

NGÖ JOR YID KYII TRÜL NĔ BUL
PHAG MEI TSHOG NAM ZHĔ SU SOL

Actually set out and emanated by my mind. Hosts of the Noble Lady, please accept them.

Tâm thành quán tưởng nhiều vô số. Hải hội Phật Mẫu xin nạp thọ.

THOG MA MED NĔ DA TEI BAR
MI GE CHU DANG TSHAM MED NGA

From beginning-less time until now, I repent all the ten non virtuous acts

Từ Thời vô thủy cho đến nay, Ba nghiệp tạo mười Ác, Vô Gian

SEM NI NYON MONG WANG GYUR PĔ
DIG PA THAM CHED SHAG PAR GYI

and the five heinous acts that I have committed when influenced by obscuring passion.

Đều do ba độc tham sân si. Thành tâm sám hối các tội chướng.

NYEN THÖ RANG GYAL JANG CHÜB SEM
SO SO KYE WO LA SOG PĔ

I rejoice in the merit of whatever virtue that Sravakas, Pratyekabuddhas, Bodhisattvas,

Con chí thành tùy hỷ công đức Thanh Văn, duyên giác, chư Bồ Tát

DÜ SÜM GE WA CHI SAG PEI
SOD NAM LA NI DAG YI RANG

and ordinary people have gathered, throughout the three times. Hữu Tình trong tứ thánh, lục phàm. Ba đời các vị tích lũy công đức

SEM CHEN NAM KYI SAM PA DANG
LO YI JE DRAG JI TA WAR

In accordance with the intentions of the sentient beings, suited to
each individual's different mind-sets,

Vì muốn chúng sanh thoả mong cầu. Tùy theo căn cơ mỗi cá
nhân

CHHE CHHÜNG THUN MONG THEG PA YI
CHHÖ KYI KHOR LO KOR DU SOL

I pray that you turn the wheel of the Dharma, in the form of the
greater, lesser and common vehicles

Thích hợp giáo lý đại, tiểu thừa, nguyện xin chư Phật chuyển
pháp luân

KHOR WA JHI SID MA TONG BAR
NYA NGEN MI DHA THUG JHE YII

I beseech you not to pass into Nirvana, until Samsara is
completely emptied,

Cho đến khi luân hồi trống rỗng. Khẩn cầu các Đức Phật trụ thế

DÜG NGAL GYA TSOR JHING WA YI
SEM CHEN NAM LA ZIG SU SOL

to look with great compassion on all sentient beings who are
drowning in the great ocean of suffering.

Thương xót chúng sanh trong biển khổ, Mắt từ xin đừng bỏ
chúng con

DAG GII SOD NAM CHI SAG PA
THAM CHED JHANG CHHÜB GYUR GYUR NĚ

May whatever merit that I have accumulated, become a cause for
the enlightenment of all beings.

con nay tích tụ các công đức, là nhân để chứng quả Bồ Đề.

RING POR MI THOG DRO WA YI
DREN PEI PAL DU DAG GYUR CHIG

May I myself become, without delay, the foremost among the
savior of beings.

Nguyện trụ dài lâu vô lượng kiếp, là đấng tựa nương cho chúng
sanh.



JETSUN MA PHAG MA DROL MA
The Noble Arya Tara
Cứu Độ Mẫu Tara

OM, JE TSUN MA PHAG MA DROL MA LA
OM To the Noble Arya Tara
Om! Thánh mẫu, cứu độ mẫu Tara

CHHAG TSHAL LO
I bow.
Con đánh lễ.

1 - NYURMA PALMO
The Swift Heroine Tara
Tara Tóc dững mầu

CHHAG TSHAL DROL MA NYUR MA PAL MO
CHEN NI KED CHIG LOG DANG DRA MA

I bow to Tara who is swift and heroic with eyes like lightning

Lạy đấng cứu độ Tara Tóc Dững Mầu, Ánh mắt sáng ngời như
chớp loé lên

JIG TEN SUM GON CHHU KYE ZHAL GYI
GESAR JEWAL ENI JUNGMA

who arises from the corolla of the lotus face, of the Lord of the
Three Worlds.

Khuôn mặt xinh tươi như hoa sen trên nước. Đảnh lễ mẹ hiền độ
ba cõi thế gian.



2 - KARMO DADANG DROLMA
Tara of White Moonlight Luster
Tara Mặt Trăng rằm

CHHAG TSHAL TON KEI DHA WA KUN TU
GANG WA GYA NI TSEG PEI ZHAL MA

Homage to her whose face is fashioned from a hundred very full
autumn moons,

Lạy đấng Phật Mẫu có khuôn mặt trăng rằm. Trăm mùa thu hợp
chiếu sáng khắp nơi

KAR MA TONG TRAG TSHOG PA NAM KYI
RABTU JEWEL ODRAB BARMA

who gleams with the revealing light of a thousand stars.

Muôn ngàn vì sao cùng chung ánh sáng lại. Cũng không sánh
bằng nét mặt đấng từ tôn.



3 - SERDOG CHENMA
Tara of Golden Hue
Tara Thân Sắc Vàng

CHHAG TSHAL SER NGON CHHU NE KYE KYI
PED MEI CHHOG NI NAM PAR GYEN MA

Homage to her whose supreme golden appearance, is
ornamented with blue water-born lotuses

Lạy đấng Phật Mẫu sinh từ hoa sen đẹp, tay ngài trang nghiêm
nhiều ngọc báu vàng-xanh

JIN PA TSON DRŪ KA THUB ZHI MA
ZOD PA SAM TEN CHOD YUL NYID MA

Whose activities are the nature of perfect generosity, diligence,
austerity, peace, patience and meditation.

Thực hành bố thí, tinh tấn và an lành, nhẫn nhục, thiền định...
trụ trong cảnh giới ấy.



4 - TSUKTOR CHENMA

Tara having an Ushnisha of Tathagatas

Tara có Đảnh Kế của Như Lai

CHHAG TSHAL DE ZHIN SHEG PEI TSUG TOR
THA YE NAM PAR GYAL WAR CHOD MA

Homage to her, who has a protuberance of the Tathagatas, who
has achieved limitless victories,

Lạy đấng Phật Mẫu đánh kế các Như Lai, thực hành hạnh
nguyện của vô biên chư Phật

MA LU PHA ROL CHHIN PA THOB PEI
GYAL WEI SĒ KYI SHIN TU TEN MA

who is served by the conqueror's sons and who has obtained
perfections without exception.

Hết thầy lục độ Ba La Mật viên thành, Các vị Bồ Tát theo hầu
đều kính mến.



5 - HUNGDRADROGPA

Tara Who Resonates the Sound of Hung

Tara Phát Âm Hung

CHHAG TSHAL TUT TA RA HUNG YIG GE
DOD DANG CHHOG DANG NAM KHA GANG MA

Homage to the letter Tuttara Hung which fills the desire realms,

Lạy đấng Phật Mẫu Phạm Âm Tút Ta Ra, Dội vang khắp chốn
hư không và dục giới

JIG TEN DUN PO ZHAB KYII NEN TE
LÜPA MEDPAR GUGPA NÜMA

directions and space; who tramples the seven worlds, with her
feet and has the power to summon all.

Đạp bảy thế giới dưới chân chân với âm Hung, cầu triệu hết thảy
sinh linh không hề sót.



6 - JIGTEN SUMGYAL-MA
Tara of Victorious Over the 3 Realms
Tara Tỏi Thắng cả 3 cõi giới

CHHAG TSHAL GYA JHIN ME LHA TSHANG PA
LUNG LHA NA TSHOG WANG CHHUG CHHOD MA

I bow to her who is worshipped by Shakra, Agni Brahma, Vayu
and Ishvara; in front of whom an assembly of

Lạy đấng Phật Mẫu chư thiên thần đánh lễ Như thần gió, lửa,
Thích, Phạm, tự tại thiên

JUNG PO RO LANG DRI ZA NAM DANG
NOD JHIN TSHOG KYII DUN NĒ TOD MA

demons, zombies, Gandharvas and Yakshas gives praises.

Quý my, yêu ma, dạ xoa, loài tâm hương. Thầy đều thủ phục
dưới chân ngài tán thán.



7 - RABJOMMA
Completely Pacifying Tara
Tara Thanh Tịnh toàn hảo

CHHAG TSHAL TRET CHÈ JHA DANG PHET KYII
PHA ROL TRUL KHOR RAB TU JOM MA

I bow to her who has totally conquered others' evil designs with
TRAT and PHAT, who dwells in the midst of fiercely burning
flames

Lạy dâng Phật Mẫu dùng hai âm TRET và PHET, Phá tan hoàn
toàn mọi pháp thuật tà ma

YÈ KUM YON KYANG ZHAB KYII NEN TE
ME BAR TRUG PA SHIN TU BAR MA

while trampling with bent right leg and outstretched left leg.

Duỗi nhẹ chân trái và co chân phải lại Toả hoà quang chói loà ở
xung quanh.



8 – DUDJOM WANGCHUG-MA
Powerful Subjugator of Mara
Ta ra thu phục ma quân

CHHAG TSHAL TU REI JIG PA CHHEN MÖ
DUDKYI PAWO NAMPAR JOMMA

I bow to TURE, the greatly fearful one who totally conquers
brave demons,

Lạy đấng Phật Mẫu dùng Ture phổ độ. Xoá tan khiếp sợ tạo tác
bởi tà ma

CHHU KYË ZHAL NI TRO NYER DEN DZED
DRA WO THAM CHED MA LÜ SOD MA

the one whose lotus face shows a wrathful appearance and who
slays all enemies without exception.

Khuôn mặt hoa sen khê cau mày giận dữ. Đẹp sạch oán địch, oán
gia không thừa sót



9 – SENGDENG NAGDROLMA
Tara Who Bestows Supreme Siddhi,
Forest of Acacia Trees Tara
Tara ban tặng thành tựu

CHAG TSHAL KON CHHOG SUM TSHON CHHAG GYE
SOR MÖ THUG KAR NAM PAR GYEN MA

I bow to her who adorns her heart with fingers in the gesture
symbolizing the three Jewels,

Lạy dâng Phật Mẫu tay kết ấn Tam Bảo. Ngón tay ngang ngực,
uy tướng rất trang nghiêm

MA LÜ CHHOG KYI KHOR LO GYEN PEI
RANG GI ÖD KYI TSHOG NAM THRUG MA

who is adorned by the "Chakra of all directions" which engulfs
itself in a heap of light rays.

Toàn thân trang sức pháp luân của vũ trụ. Ánh sáng tuôn tràn
chói lọi khắp nơi nơi.



10 - NYANGEN SELJEMA

Tara Who Dispels Sorrow/ Pacifier of Suffering

Tara xoá tan phiền não

CHHAG TSHAL RAB TU GA WEI JHID PEI
Û GYEN ÖD KYI TRENG WEI PEL MA

I bow to the greatly rejoicing one whose head is adorned with an
ornamental rosary of dazzling light;

Lạy đấng Phật Mẫu đầy hoan hỷ. Vương miện trên đầu toả lớp
lớp hào quang

ZHED PA RAB ZHED TUT TA RA YII
DUD DANG JIG TEN WANG DU DZED MA

and laughing, laughing hard, controls demons and the world with
TUTTARA.

Tươi cười triều âm Tút Ta ra vang dội. Hàng phục ma quân, thu
nhiếp thế gian thần,



11- PHONGPA KUNSELMA
Tara Who Relieves Poverty
Tara cứu độ nghèo đói

CHHAG TSHAL SA ZHI KYONG WEI TSHOG NAM
THAM CHED GUG PAR NŪ PA NYID MA

I bow to her who has the power to summon, the entire assembly
of earthly protectors;

Lạy đấng Phật Mẫu bảo hộ những vùng đất, Thổ Địa Sơn Thần
đều cúi đầu thủ phục

TRO NYER YO WEI YI GE HUNG GII
PHONG PA THAM CHED NAM PAR DROL MA

who completely rescues every destitute one with the wrathful
moving letter HUNG.

Cau mày hơi giận, phát ra âm thanh Hung, Cứu độ hết thảy
những ai đang nghèo khổ.



12- TRASHI NANGWA
Tara of Auspicious Brilliance
Tara Hào Quang

CHHAG TSHAL DHA WEI DUM BÛ Û GYEN
GYEN PA THAM CHED SHIN TU BAR MA

I bow to her who has a crescent moon as a head ornament who is
ablaze with various other ornaments,

Lạy đấng Phật Mẫu đầu đội vương miện quý. Trên điểm vàng
trắng, lấp lánh bảo châu

RALPEI TRODNĚ ÖPAG MEDLE
TAG PAR SHIN TU ÖD NI DZED MA

upon whose knotted hair is Amitabha, from whom continuous
light issues forth.

Đấng Vô Lượng Quang ngự trên búi tóc ngài. Không ngừng tuôn
ra biển hào quang vô lượng.



13 – YONGSU MINJE-MA

Tara Who Bestows Complete Maturity

Tara ban tặng trưởng thành.

CHHAG TSHAL KAL PEI THA MEI ME TAR
BARWEI TRENGWEI UNA NEMA

I bow to her who dwells in the midst of a garland of flames, like
the fire at the end of eons.

Lạy đấng Phật Mẫu trụ giữa vầng quang lớn, Như lửa đốt thiêu
thế gian thời kiếp hoại

YE KYANG YON KUM KUN NE KOR GA
DRA YI PUNG NI NAM PAR JOM MA

Her right leg is outstretched and left leg is bent, she completely
vanquishes the encircling army of enemies by the (mudra) of joy.

Đuỗi nhẹ chân trái và co chân phải lại. Tư Thế vui đùa, hàng
phục chúng ma quân.



14 – TRONYER YO WEI DROLMA

Frowning Tara Tara Cau Mày

CHHAG TSHAL SA ZHII NGO LA CHHAG GI
THIL GYII NUN CHING ZHAB KYII DUNG MA

I bow to her who presses the earth's surface, with the palms of
her hand and tramples it with her feet,

Lạy đấng Phật Mẫu tay kết ấn chạm đất, Và đôi bàn chân đạp
trên quả địa cầu

TRO NYER CHEN DZED YI GE HUNG GII
RIMPA DUNPO NAMNI GEMMA

who in a wrathful mood and with the letter HUNG, destroys the
seven layers of realms.

Hiện tướng cau mày phát âm HUNG dữ dội. Xuyên bảy lớp rào,
hàng phục chúng ma quân.



15 – ZHIWA CHENMO
Tara of Great Peace
Tara Hiện Hoà

CHHAG TSHAL DE MA GE MA ZHI MA
NYA NGEN DE ZHI CHOD YUL NYID MA

I bow to the blissful, virtuous, serene one, who is the sphere of
peaceful Nirvana,

Lạy đấng Phật Mẫu hiện hoà, đầy hỷ lạc. An trú trong cảnh vắng
lặng của Niết Bàn

SVA HA OM DANG YANG DAG DEN PEI
DIG PA CHHEN PO JOM PA NYID MA

who destroys great sins through perfectly possessing OM and
SVAHA.

Sô Ha và Om cực thanh tịnh nghiêm trang. Bao tội lỗi lớn thầy
đều năng phá sạch



16 – CHAGJOM DROLMA
Destroyer of Desire Tara
Tara phá tâm tham

CHHAG TSHAL KUN NE KOR RAB GA WEI
DRAYI LUNI RABTU GEMMA

I bow to her who destroys the bodies of the encircling enemies
with the (dance) of joy,

Lạy đấng Phật Mẫu toàn thân đầy hỷ lạc. Giải thoát hoàn toàn
các kẻ địch trên thân

YI GE CHU PEI NGAG NI KOD PEI
RIG PA HUNG LE DROL MA NYID MA

who liberates by the formulation of the ten lettered mantra and
HUNG.

Là vị cứu tinh với Mười âm thần chú. Tạo bởi âm Hung và giác
tánh chân như



17 - DEWA DRUBPA

Tara who generates Blissful Joy

Tara Hỷ Lạc

CHHAG TSHAL TU REI ZHAB NI DAB PE
HUNG GI NAM PEI SA WON NYID MA

I bow to TURE who stamps with her feet, the one with the seed
syllable HUNG,

Lạy đấng Phật Mẫu sanh từ chủng tự HUNG. Bàn chân Ture khê
đùng đưa khuấy động

RI RAB MAN DA RA DANG BIG JHED
JIG TEN SUM NAM YO WA NYID MA

who shakes Mount Mandhara, Vindhya and the three worlds.

Rung chuyển Ngâm Sơn, Tu Di, Mandara. Toàn bộ ba cõi thế
gian đều chấn động



18 – NAMPAR GYALWA
The Totally Victorious Tara
Tara Tới thắng

CHHAG TSHAL LHA YI TSHO YI NAM PEI
RI DAG TAG CHEN CHHAG NA NAM MA

I bow to her who holds in her hand the sign of the gentle
creatures, which is shaped like the lake of gods,

Lạy đấng Phật Mẫu cầm vàng trắng thỏ ngọc. Thân mang hình
dạng thần chúa tể biển khơi

TA RA NYII JHOD PHET KYI YI GE
DUGNAM MALU PANI SELMA

who annuls every poison without exception by pronouncing the
two TARAs and the letter PHET.

Hai lần tụng niệm Tara thốt âm Phet. Các độc tiêu trừ chẳng còn
dấu vết chi.



19 – DUGNGAL SELJEDMA

Tara who dispels suffering

Tara tiêu trừ khổ

CHHAG TSHAL LHA YI TSHOG NAM GYAL PO
LHA DANG MI AM CHI YII TEN MA

I bow to her who is relied upon by the king of Gods, the Gods
and Amanushes;

Lạy đấng Phật Mẫu được vua trời ái mộ. Đoàn thể chư thiên, phi
thiên kính theo hầu

KUN NĒ GO CHHA GA WEI JID KYII
TSOD DANG MI LAM NGEN PA SEL MA

who dispels internal strife and bad dreams by enchantingly
brilliant armor.

Áo giáp oai đức sáng loà đầy hỷ lạc. Tiêu trừ ác mộng, và tranh
lộn bất hoà.



20 – NGODRUB JUNGNE
The Source of Realization Tara
Tara gốc của Giác Ngộ

CHHAG TSHAL NYI MA DHA WA GYE PEI
CHEN NYII PO LA OD RAB SAL MA

I bow to her with two eyes which are the sun and waxing moon,
which illuminate by their light rays,

Lạy đấng Phật Mẫu có đôi mắt rực sáng. Tròn như hai vầng nhật,
nguyệt toả hoà quang

HARA NYIIJHOD TUTTA REYI
SHIN TU DRAG PO RIM NED SEL MA

who removes very fearful diseases through reciting two HARA's
and TUT TA RE.

Hai lần tụng niệm Ha ra, Tút Ta Ra. Thanh âm phần nộ, tiêu tan
các ôn dịch



21 – YONGSU DZOG JEDMA

Tara who bestows complete perfection

Tara ban tặng sự toàn hảo

CHHAG TSHAL DE NYID SUM NAM KOD PEI
ZHI WEI THU DANG YANG DAG DEN MA

I bow to her who properly possesses the power to create calm by
establishing the triple "That-ness",

Lạy đấng Phật Mẫu đầy đủ ba chân thật. Thanh Tịnh, hiền hoà
và thần lực oai nghiêm.

DON DANG RO LANG NOD JHIN TSHOG NAM
JOM PA TU RE RAB CHHOG NYID MA

the most excellent one TURE, who conquers the collections of
demon, zombies and Yakshas.

Các loài yêu ma, quỷ mị cùng dạ xoa. Hai âm tối thắng Tu Rê
nhiếp phục hết.



TSA WEI NGAG KYI TOD PA DI DANG
CHHAG TSHAL WA NI NYI SHU TSA CHIG

These are the praises of the root mantra and the twenty-one
homages.

Đây là lời tán lễ từ trong Mật Điển gốc, của hai mươi một Cứu
Độ Mẫu Tara.

MANTRA OF TARA:
Câu chú Tara

**OM
TARE
TUTTARE
TURE
SVAHA**



BENEFIT VERSES:

Lợi Ích:

LHAMO LAGU YANGDAG DENPE

LO DEN GANG GII RAB DANG JOD PE

Upon a wise person who has perfect devotion to the Goddess and who recites this prayer with a clear mind on

Nếu có người trí siêng, tinh tấn. Chí tâm tụng bài lễ tán này

SOD DANG THO RANG LANG PAR JHĚ TE

DREN PE MI JIG THAM CHED RAB TER

arising at dawn and in the evening time, due to one's remembrance, complete fearlessness is bestowed.

Mỗi sáng, chiều hôm đều nhớ tụng. Được ban tất cả thắng vô úy (không sợ hãi)

DIG PA THAM CHED RAB TU ZHI WA

NGEN DRO THAM CHED JOM PA NYID DO

All of one's sins are completely allayed and all evil states are vanquished.

Hết thấy tội nghiệp đều tiêu trừ. Vượt qua tất cả nẻo ác thú

GYAL WA JHE WA TRAG DUN NAM KYII

NYUR DU WANG NI KUR WAR GYUR LA

One will quickly receive empowerments / from seventy million conquerors and

Người ấy nhanh chóng được thông tuệ. Nhờ bảy mươi triệu Phật quán đánh.

DI LE CHHE WA NYID NI THOB CHING

SANG GYE GO PHANG THAR THUG DER DRO

due to this, one will obtain greatness and ultimately reach the stage of Buddhahood.

Hiện đời phú quý, tuổi thọ tăng. Tương lai sẽ tiến lên Phật vị.

DE YI DUG NI DRAG PO CHHEN PO

TEN LA NE PAAM ZHEN YANG DRO WA

Even if one has eaten or drunk terrible poison, that is inanimate or comes from animate beings,

Nếu lỡ uống ăn nhầm độc vật. Hoặc do nhân tạo hoặc tự nhiên

ZO PA DANG NI THUNG PA NYID KYANG

DREN PĚ RAB TU SEL WA NYID THOB

by remembering her, one will obtain complete purification

Nhớ nghĩ, tụng bài lễ tán này. Tất cả chất độc đều tiêu trừ.

DON DANG RIM DANG DUG GII ZIR WEI

DUG NGAL TSHOG NI NAM PAR PONG TE

One will also be thoroughly free from the collection of sufferings

Hoặc thấy kẻ khác gặp ma nạn. Làm cho điên, bệnh đủ các khổ.

SEM CHEN ZHEN PA NAM LA YANG NGO

NYII SUM DUN DU NGON PAR JHOD NA

caused by demons, diseases and poisons and same for other living beings, If this prayer is clearly recited two, three or seven times

Đọc hai, ba, bảy lần bài này. Tất cả khổ não đều tiêu trừ.

BU DOD PE NI BU THOB GYUR ZHING
NOR DOD PĚ NI NOR NAM NYID THOB

those wishing for a son will obtain a son, those wishing for
wealth will gain it

Cầu sanh con trai, có con trai. Muốn cầu giàu sang được giàu
sang.

DOD PA THAM CHED THOB PAR GYUR TE
GEG NAM MED CHING SO SOR JOM GYUR

All of one's desires will be obtained and all obstacles will be
overcome, one by one.

Hết thấy mong cầu đều mãn nguyện. Tất cả chướng ngại tận tiêu
trừ

Additional Benefits

JE TSUN CHOM DEN DE MA THUG JE CHEN
DAG DANG THA YE SEM CHEN THAM CHE KYI

The Lady of Compassion, Mother of Victors, May I and all the
infinite sentient beings

Thánh Mẫu, Phật Mẫu lòng từ bi rộng lớn. Con cùng hết thấy vô
biên các chúng sanh

DRIB NYI JANG ZHING TSHOG NYI NYUR DZOG TE
DZOG PEI SANG GYE THOB PAR DZED DU SOL

swiftly purify the two obscurations and perfect the two
accumulations, thereby attaining perfect Buddhahood.

Thanh tịnh hai chướng nhanh mãn hai tư lương. Ban Phước
chúng con chóng viên thành Phật Quả.

DE MA THOB GYI TSHE RAB KUN TU YANG
LHA DANG MI YI DE WEI CHHOG THOB NE

During all of my life times when I have yet to attain the
enlightenment, may I obtain the sublime happiness of humans
and gods

Khi Chưa chứng ngộ, còn trong nẻo luân hồi. Đòi Đòi kiếp kiếp
hưởng thắng phước nhân thiên.

THAM CHE KYEN PA DRUB PAR JED PA LA
BAR CHHED DON GEG RIM DANG NE LA SOG

as to accomplish full omniscience. Obstacles, spiritual
obstructions, epidemics, diseases and so forth;

Hành các phương tiện đạt nhất thiết chủng trí. Đoạn trừ ma
chướng, bệnh dịch các thống khổ.

DU MIN CHHI WAR GYUR PA NA TSHOG DANG
MI LAM NYEN DANG TSHEN MA NYEN PA DANG

the various causes of untimely death, bad dreams and
unfavourable omens;

Các loại biến cố gây cái chết phi thời. Những giấc mơ xấu cùng
các điềm báo xấu.

JIG PA GYE SOG NYE WAR TSHE WA NAM
NYUR DU ZHI ZHING MED PAR DZED TU SOL

the eight fears and all substantial destructive harms, please
swiftly pacify and render them powerless.

Tám sợ hãi lớn cùng các điều ác hại. Tất cả chướng nạn nhanh
chóng được lắng dịu.

Dedication HỒI HUỚNG

JIG TEN JIG TEN LE NI DE PA YI
TRA SHI DE LEG PHUN SUM TSHOG PA NAM
May all worldly and beyond worldly auspiciousness, prosperous accumulations
Hết thủy hạnh phúc, may mắn và kiết tường, của xuất thế gian, thế gian đều viên mãn

PEL ZHING GYE PEI DON NAM MA LUE PA
BED MED LHUN GYII DRUB PAR DZED DU SOL
increase to their utmost aspect without exception. May this be accomplished effortlessly and spontaneously.
Ngày càng lan rộng, rạng ngời khắp muôn nơi. Xin cho chúng con viên thành không có gắng.

DRUB LA TSON ZHING DAM CHHOE PEL WA DANG
TAG TU KHYOD DRUB ZHAL CHHOG THONG WA DANG
May I diligently practice the noble Dharma and cause it to flourish; accomplishing your stage and constantly behold your sublime face.
Nguyện con tinh tấn tăng trưởng các Pháp lành. Hằng tu Bổn Tôn và lễ bái Thánh Nhân.

TONG NYID DON TOG JANG SEM RIN PO CHE
YAR NGO-I DA TAR PEL ZHING GYE PAR DZOD
May my realization of the nature of emptiness and the precious Bodhichitta increase like a waxing moon.
Liễu đạt Không Tánh, Bồ Đề Tâm quý báu, ngày càng lan rộng như nguyệt lộ chân dung.

GYAL WEI KYIL KOR ZANG ZHING GA WA DER
PADMO DAM PA SHIN TU DZE LE KYE
Into the joyous and noble Mandala of the Buddha, may I take rebirth through an extremely beautiful and supreme lotus.
Đàn Thành chư Phật thiện diệu đầy hỷ lạc. Sanh trong hoa sen trắng lộ và mỹ miều

NANG WA THA YE GYAL WE NGON SUM DU
LUNG TEN PA YANG DAG GII DER THOB SHOG
In the presence of Amitabha, Buddha of Infinite Light, may I receive the various prophecies
Tự thân diện kiến Đấng Vô lượng Quang Phật. Con Nguyện vãng sanh cầu xin ngài thọ ký

DAG GII TSHE RAB KUN TU DRUB PEI LHA
DU SUM SANG GYE KUN GYII THRIN LE MA
O Deity, whom I have been practicing throughout all my previous lives; goddess of the enlightening activities of the Buddhas of three times;
Các kiếp tương lai thành tựu bổn tôn này. Phật Mẫu hiện thân sự nghiệp Phật ba đời.

NGO JANG ZHAL CHIG CHHAG NYI NYUR ZHING PA
YUM GYUR UTPAL NAM PEI TRA SHI SHOG
Bluegreen, Uwith one face and two arms, the swift heroine, O mother holding an Utpala flower, may there be auspiciousness!
Một mặt, hai tay, thân xanh, Tóc dững mầu. Thánh mẫu cầm hoa sen xanh ban ơn lành

GYAL YUM DROL MA KHYED KU CHI DRA DANG
KOR DANG KU TSHE TSHE DANG ZHING KHAM DANG

Whatever your form, O Tara, Mother of Buddha, whatever
retinue, lifespan and pure land,
Lục Độ Mẫu thân tướng khó nghĩ bàn. Dung chứa muôn loài, cõi
giới, các sắc thân.

KHYED KYI TSHEN CHHOG ZANG PO CHI DRA WA
DE DRA KHO NAR DAG SOG GYUR PAR SHOG

whatever supreme name and noble qualities, may I and all others
only attain likewise.
Thánh thân thắng diệu, trang nghiêm, trường cửu mãi. Nguyên
xin chúng con thành tựu giống như ngài.

KHYOD LA TOD CHING SOL WA TAB PEI THU
DAG SOG GANG NA NE PEI SA CHHOG SU

By the power of these praises and requests made to you, may the
places that I and all others abide
Nương nhờ oai lực lễ tán, cầu nguyện Ngài. Mong con và các
hữu tình khắp mười phương.

NED DON UL PHONG THAB TSOD ZHI WA DANG
CHHOE DANG TRA SHI PEL WAR DZED TU SOL

be pacified of illness, maras, poverty and fights and may the
Dharma and auspiciousness increase.
Tịnh trừ tranh đấu, bệnh, ma và nghèo khó. Phật Pháp hưng
thịnh muôn nơi, nguyện kiết tường.

Final Dedication *Hồi Hương Kết Thúc*

SOD NAM DI YI THAM CHED ZIG PA NYID
THOB NE NYE PEI DRA NAM PHAM JĚ NĚ.

By this merit may all sentient beings having obtained
omniscience, defeat the harmful enemies of the three poisons.
Nguyện với công đức này chúng sanh thành chánh giác. Diệt trừ
giác não hại ba thứ độc.

KYE GA NA CHII BA LAB TRUG PA YI
SID PEI TSHO LĚ DRO WA DROL WAR SHOG.

and become liberated from the ocean of existence, troubled by
the waves of birth, old age, sickness and death.
Vượt ngàn sóng giữ của sanh già bệnh chết. Nguyên chúng sanh
đều thoát biển luân hồi.

JANG CHHUB SEM NI RIN PO CHE
MA KYĚ PA NAM KYĚ GYUR CHIG.

May the precious enlightenment mind, arise in those who have
not arisen;
Nguyện Bồ Đề Tâm như ngọc trân quý. Nơi chưa sinh xin khẩn
nguyện phát sinh

KYĚ PA NYAM PA MED PA DANG
GONG NĚ GONG DU PHEL WAR SHOG.

For those who have arisen it, may it never wane, but continue to
flourish more and more.
Nơi đã sinh xin đừng thoái thất. Mà còn lan rộng vững bền hơn.

(Bản dịch tiếng Anh và Tiếng Việt của Tán Lễ 21 Tara có đôi chút khác biệt, vì cả hai đều dịch từ bản tiếng Tạng Gốc, Bản Tiếng Anh của trung tâm Karma Kagyu Singapore, Tiếng Việt của Thầy Giới Định Tuệ. Chúng con không chỉnh sửa sự khác biệt vì tôn trọng dịch giả và do không biết tiếng Tạng gốc. Mong mọi người hoan hỷ và tùy hỷ sử dụng bản dịch phù hợp, Phần mở đầu là bản dịch của Dương Khoa)

Mời quý vị vào trang sau để xem hình của 21 Tara:

<http://www.karma-kagyud.org.sg/images/stories/dharmatext/21HomagesToTara.pdf>

Mời quý vị vào trang sau để xem bản Tara tiếng Việt Online:

<http://thu-vien-karma-kagyud.org/kinh-van-sach/tan-le-hai-muoi-mot-do-mau-tara-trusik-rinpoche-shangpa-rinpoche/>

An eLearning module on how to practice the 21 Homages to Tara will be available at <http://Dharma-eLearning.net>.