



# QUY Y TAM BẢO

Hành trình từ bến mê đến bờ giác.

Một cẩm nang trực quan về ý nghĩa, lý luận và thực hành nương tựa vào Ba Ngôi Bảo.

## **Bể khổ mênh mông và sự vắng bóng người dẫn đường**

Cảnh giới Ta-bà là một bức tranh đầy mê mờ và dục vọng. Từ vô thí, bản tâm vốn vắng lặng, trong sáng, nhưng vì một niệm bất giác khởi vô minh, con người bị quay cuồng trong sanh tử.

“Chúng ta đang lặn hụp trong bể nước mắt của đau khổ và bùn nhơ của dục vọng... như người đi trong đêm tối, cần phải có người hướng dẫn.”

**Ai sẽ là kẻ rủ lòng thương để đưa đường chỉ lối?  
Ai có đủ phương pháp thần diệu để cứu thoát chúng ta khỏi vòng luân hồi?**

## Giải mã “Quy Y”: Sự quay về cội nguồn

**QUY:** Trở về

+

**Y:** Nương tựa

=

Hành trình tìm về  
bến đỗ an toàn

QUY Y (Nam-mô) không chỉ là phục tùng, mà là sự tỉnh thức quay về và nương tựa nơi an tịnh, sau những tháng ngày phóng lãng vì si mê.

**Đứa trẻ khờ dại và Cha mẹ.**

*"Như đứa trẻ khờ dại đã rời bỏ cha mẹ để ra đi trong hoang phế, nay ném trái khổ đau, quay trở về nương tựa dưới bóng hạnh phúc và yêu thương."*

**TAM BẢO:** Ba Ngôi Báu: Phật, Pháp, Tăng.

Khác với vàng bạc hay danh vọng vốn không thể cứu con người khỏi sinh, lão, bệnh, tử—Tam Bảo có công năng dắt dẫn con người thoát khỏi bể khổ.

# Tam Bảo: Người Dẫn Đường, Tấm Bản Đồ và Bạn Đồng Hành



## Phật (Giác giả)

### Người Dẫn Đường Vĩ Đại.

Bậc đã giác ngộ hoàn toàn (Tự giác, giác tha, giác hạnh viên mãn). Đấng từ bi vô lượng đã có kinh nghiệm bản thân thoát khỏi vòng luân hồi.



## Pháp (Phương pháp)

### Tấm Bản Đồ Chân Lý.

Giáo pháp, phương pháp tu hành (Kinh, Luật, Luận) được phát huy để diệt trừ mê muội và khổ đau. Năng lực duy nhất đưa ta qua bờ giải thoát.



## Tăng (Hòa hợp chúng)

### Người Bạn Đồng Hành.

Đoàn thể tu hành (từ 4 vị trở lên) sống chung hòa thuận, giữ giới luật, hy sinh gia đình và danh vọng thế gian để tình nguyện dắt dẫn chúng sanh.

# Sự hiện hành của Tam Bảo qua ba cấp độ

	Phật Bảo	Pháp Bảo	Tăng Bảo
Thế Gian Trụ Trì	Tượng Phật bằng kim khí, gỗ, xi măng, xá lợi.	Ba tạng giáo điển (Kinh, Luật, Luận) in trên giấy, vải.	Các vị Tỳ kheo, Tỳ kheo ni tu hành chân chính hiện tại.
Xuất Thế Gian	Đức Phật Thích Ca, A Di Đà, chư Phật mười phương.	Chánh pháp giải thoát (Tứ Đế, Thập nhị nhân duyên, Lục độ).	Các Thánh Tăng đã giải thoát (Quán Thế Âm, Văn Thù, A Nan).
Đồng Thể	Thể tánh sáng suốt đồng nhất của chư Phật và chúng sanh.	Pháp tánh từ bi, bình đẳng vốn có trong tất cả.	Thể tánh thanh tịnh, sự lý hòa hợp chung.

# Hai trụ cột của việc Quy Y: Trọng Hình Thức, Không Quên Bản Tâm

## SỰ QUY Y

Nương tựa vào Tam Bảo bên ngoài.

Thực hành bằng sự tướng cung kính, vâng giữ giới luật, lễ bái.

Đây là phương tiện và lớp áo bảo vệ.



## LÝ QUY Y

Nương tựa vào Tam Bảo bên trong tâm.

Nhận diện và phát huy Phật tánh, Pháp tánh, Tăng tánh vốn có sẵn trong chính mình.



Nếu chỉ dong ruổi theo Tam bảo bên ngoài mà quên đi Tam bảo trong tâm, chúng ta chưa thực hành đúng và đủ ý nghĩa của Tam Quy.

# Sự Quy Y: Nuôi dưỡng niềm tin qua hành động



## Tăng (Kính trọng & Hộ trì)

"Trọng Phật, phải kính Tăng." Thành tâm kính nể các vị xuất gia chân chính tu hành, giữ gìn giới luật, xem họ là đại diện cho Đức Phật.



## Pháp (Tụng đọc & Thanh lọc)

Tụng đọc Kinh, Luật, Luận. Khi đọc tụng, giữ tâm trí không nghĩ xán bậy, không bàn mưu lợi kỷ tổn nhon, giúp tâm trí sáng suốt, an lành.



## Phật (Chiêm ngưỡng & Tưởng niệm)

Hằng ngày nhớ tưởng đến Phật, niệm danh hiệu, chiêm ngưỡng tôn tượng và nguyện noi theo bước chân Ngài.

# Lý Quy Y: Đánh thức viên ngọc trong chiếc áo rách

## Tự Quy Y Phật (Trí Tuệ)

Quay về với Phật tánh sáng suốt của tâm mình. Như vầng trăng sáng bị mây mù (vô minh vọng tưởng) che lấp, trăng không bao giờ mất đi. Đừng như gã “cùng tử” có viên ngọc quý cha mẹ giấu trong áo mà không biết, lại đi xin ăn khắp nơi.

## Tự Quy Y Pháp (Từ Bi)

Vâng theo Pháp tánh của mình. Phát huy các đức tính có sẵn trong tâm: Từ bi, Hỷ xả, Bình đẳng, Nhẫn nhục.

## Tự Quy Y Tăng (Thanh Tịnh)

Vâng theo “Ông Thầy trong tâm”. Đó là đức tánh thanh tịnh, sự hòa hợp vô nhiễm của bản tâm.

# Sự và Lý: Hai mặt của một đồng xu giải thoát

	[SỰ]	[LÝ]
Trọng tâm	Hướng ra thế giới bên ngoài, nương tựa hình tướng.	Hướng vào nội tâm, nương tựa bản tánh.
Biểu hiện	Thờ Phật cốt, tụng kinh giấy mực, kính Tăng già.	Ánh sáng trí tuệ, lòng từ bi bình đẳng, sự thanh tịnh vô nhiễm.
Hành động	Lễ bái, cúng dường, tuân thủ nghi thức.	Quán chiếu, thanh lọc tâm ý, dứt trừ phiền não.

Hành "Sự" để tạo duyên, ngộ "Lý" để đạt đạo. Thiếu một trong hai đều là khiếm khuyết.

# Nghi thức Quy Y: Chuẩn bị Thân và Tâm

## Step 1

### Tẩy Tịch (Thanh lọc)

Lễ Quy y là cuộc khởi hành quan trọng, không thể bừa bãi bãi.

Thân: Tắm rửa sạch sẽ, y phục chỉnh tề.

Tâm: Ba phen sám hối cho ba nghiệp thanh tịnh.

## Step 2

### Thỉnh Tăng (Kiến lập đạo tràng)

Sắm khay lễ thỉnh chư Tăng, đánh lễ và chí thành cầu xin chư Tăng rủ lòng từ bi truyền trao quy giới.

## Step 3

### Phát Nguyện (Khởi tâm)

Quy xuống trang nghiêm, chí thành tuyên thệ trước Tam Bảo dưới sự hướng dẫn của chư Tăng.

# Tam Quy, Tam Kiết & Lời Thệ Nguyện

## Hạt giống giải thoát (Tam Kiết)



Quy y Phật rồi -> Khỏi  
đọa Địa ngục.



Quy y Pháp rồi -> Khỏi  
đọa Ngạ quỷ.



Quy y Tăng rồi -> Khỏi  
đọa Súc sanh.

## Giữ vững đức tin (Trọn đời không vi phạm)



Quy y Phật: Không quy y  
thiên, thần, quỷ, vật.



Quy y Pháp: Không quy y  
ngoại đạo, tà giáo.



Quy y Tăng: Không quy y  
tồn hữu, ác đảng.

# Giá trị của Lời Thệ Nguyện trước Đại chúng

## The Counter-Argument

"Tôi sùng kính Phật, trọng Pháp, kính Tăng trong lòng là đủ, cần gì phải làm lễ?"

## The Witnesses

Phát nguyện trong khung cảnh trang nghiêm—trên có sự chứng tri của chư Phật, dưới có chư Tăng, quanh có thân bằng quyến thuộc hộ niệm—giúp lý tưởng được đóng ấn vững vàng mãi mãi.

## The Psychological Anchor

Lời hứa là bệ phóng tâm lý. Nuốt lời hứa sẽ sinh tâm bức rút, hối hận. Có lời thề, ta có bốn phận làm trọn, ngăn chặn sự xao lãng hay thoái lui.



# Chiếc bè Tam Bảo giữa biển sinh tử

Giữa đêm tối mê mông và biển đời bi thảm, Tam Bảo chính là cái đích sáng (Phật), là phương tiện cứu sinh (Pháp), và là người hoa tiêu diu dắt (Tăng).

“Nhận biết sự quý báu của Tam Bảo mà không nắm bắt lấy, chẳng khác gì người sắp chết đuối thấy chiếc bè gỗ trôi qua mà đại khờ xua đẩy nó ra xa.”

# Khởi hành: Bước chân đầu tiên trên vạn dặm giấc ngộ

## Sự khởi đầu, không phải đích đến.

Lễ Quy y như lễ tiễn đưa một người nhận nhiệm vụ mới. Đã đặt chân 1 chân lên đường thì phải quyết tiến, "không chần chừ, không quay đi lộn lại một chỗ, hay rẽ qua ngã khác."

## Hòa hợp Sự và Lý.

Không ỷ lại bên ngoài mà xao lãng nội tâm, cũng không tự tôn bản ngã mà khinh thị hình tướng bên ngoài.

Nếu tuân thủ lời thệ nguyện, soi gương sáng của Phật, rèn luyện tâm theo Pháp, và vâng lời Tăng...  
thì con đường giải thoát dù xa, chắc chắn sẽ có ngày đến đích.