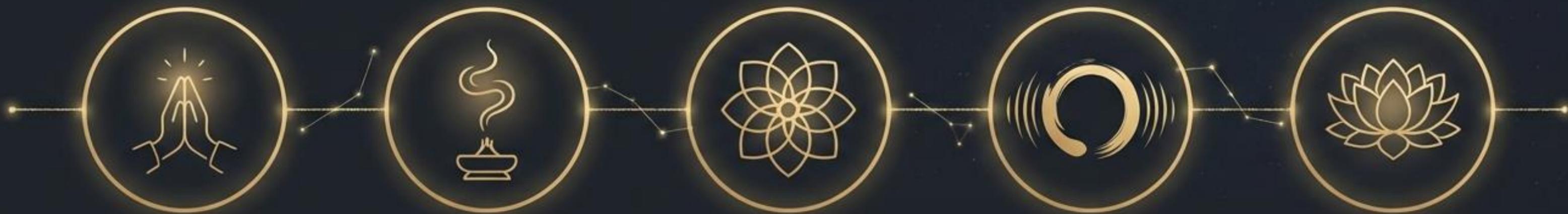


# Hành Trình Thanh Tịnh Tâm Hồn Tại Gia Hành Trình Thanh Tịnh Tâm Hồn Tại Gia

Nghi thức thọ Bát Quan Trai Giới trong 24 giờ.





## Tiền Hành

(Chuẩn bị thân tâm)

## Kết Nối

(Cúng hương & Sám hối)

## Thọ Giới

(Phát nguyện 8 giới)

## Tụng Niệm

(Kinh chú bảo vệ)

## Hồi Hương

(Lan tỏa công đức)

Sự yên tĩnh trong 24 giờ là chìa khóa của phước báu. Hãy gác lại mọi lo âu thế gian.



**Sắp Đặt:** Giao phó chuyện nhà có người thay thế, không còn lo nghĩ việc thế gian.



**Thanh Tẩy:** Rửa tay, rửa mặt, súc miệng sạch sẽ.



**Trang Phục:** Mặc áo tràng tề chỉnh, giữ thân đoan nghiêm.



**Đảnh Lễ:** Đến trước bàn thờ Phật, thắp ba cây hương rồi quỳ xuống.

Tâm trí yên tịnh là điều kiện tiên quyết để 24 giờ thọ giới đạt lợi ích tối đa.

# BÀI CÚNG HƯƠNG

Nguyện thử diệu hương vân  
Biển mẫn thập phương giới  
Cúng dường nhứt thiết Phật  
Tôn Pháp chư Bồ Tát  
Vô biên Thịnh Văn chúng  
Cập nhứt thiết Thánh Hiền  
Duyên khởi quang minh đài  
Xứng tánh tác Phật sự  
Phổ huân chư chúng sanh  
Giai phát Bồ đề tâm  
Viễn ly chư vọng nghiệp  
Viên thành Vô thượng đạo

*(Xá 3 xá, tiếp đọc bài khấn nguyện.)*

## BÀI NGUYỆN

Tư thời Đệ tử (tên họ gì) pháp danh (pháp danh gì) kim nhứt qui  
đầu Tam Bảo, phát nguyện thọ trì Bát-quan-trai giới, nhứt nhứt nhứt dạ.  
Duy nguyện thập phương chư Phật, chư Đại Bồ Tát, Hộ pháp thiện thần,  
từ bi gia hộ Đệ tử thân tâm thanh tịnh, Phật sự viên thành.

*(Xá đứng dậy cắm hương xướng lễ.)*





**Thập Phương Tam Bảo**  
 Nhứt tâm đảnh lễ, tận hư không,  
 biến pháp giới, quá, hiện, vị lai  
 thập phương chư Phật, Tôn Pháp,  
 Tôn Pháp, Hiền Thánh Tăng,  
 Thường trú Tam Bảo (1 lạy).



**Ta Bà Thế Giới**  
 Nhứt tâm đảnh lễ, Ta-bà Giáo chủ,  
 Điều ngự Bốn sư Thích Ca Mâu  
 Ni Phật, Đương Lai Hạ sanh Di Lặc  
 Tôn Phật, Đại Trí Văn Thù Sư Lợi  
 Bồ Tát, Đại Hạnh Phổ Hiền Bồ Tát,  
 Hộ Pháp Chư Tôn Bồ Tát, Linh Sơn  
 Hội Thượng Phật Bồ Tát.  
 (1 lạy).

**Tây Phương Cực Lạc**  
 Nhứt tâm đảnh lễ, Lạc Bang Giáo  
 chủ, Đại Từ, Đại Bi tiếp dẫn Đạo sư  
 A Di Đà Phật, Đại bi Quán Thế Âm  
 Bồ-tát, Đại Thế Chí Bồ-tát, Đại  
 Nguyên Địa Vương Bồ Tát, Thanh  
 Tịnh Đại Hải Chúng Bồ Tát.  
 (1 lạy).



# Chú Đại Bi

*(Đứng dậy chắp tay tụng 3 lần)*

Nam mô Đại bi hội thượng Phật Bồ Tát.  
(3 lần).

Thiên thủ thiên nhãn vô ngại Đại bi tâm  
đà la ni.

Nam mô hắc ra đát na đa ra dạ da.

Nam mô a rị gia bà lô kiết đế, thước bà  
ra da, bồ đề tát đỏa bà da, ma ha tát đỏa  
bà da, ma ha ca lô ni ca da.

Án tát bàn ra phạt duệ, số đát na đát tả.

Nam mô tất kiết lật đỏa, y mông a rị da,  
bà lô kiết đế, thất Phật ra lăng đà bà.

Nam mô na ra cẩn trì hê rị, ma ha bàn  
đà sa mế, tất bà a tha đậu du bằng,  
a thệ dựng, tát bà tát đa, na ma bà dà,  
ma phạt đạt đậu, đát điệt tha.

Án a bà lô hê, lô ca đế, ca ra đế.

di hê rị, ma ha bồ đề tát đỏa, tát bà  
tát bà, ma ra ma ra, ma hê ma hê,  
rị đà dựng, cu lô cu lô kiết mông,  
độ lô độ lô, phạt xà da đế,  
ma ha phạt xà da đế, đà ra đà ra,  
địa rị ni, thất Phật ra da, dá ra dá  
ra.

Mạ mạ phạt ma ra mục đế lệ, y  
hê di hê, thất na thất na, a ra sâm  
Phật ra xá lợi, phạt sa phạt sâm,  
Phật ra xá da, hô lô hô lô ma ra,  
hô lô hô lô hê rị, ta ra ta ra, tất rị  
tất rị, tô rô tô rô, bồ đề dạ bồ đề dạ,  
bồ đà dạ, bồ đà dạ, di đế rị dạ, na  
ra cẩn trì, địa rị sắc ni na, ba dạ ma  
na ta bà ha.

Tất đà dạ ta bà ha.

Ma ha tất đà dạ ta bà ha.

Tất đà đủ nghệ, thất bàn ra dạ, ta bà  
ha.

Na ra cẩn trì, ta bà ha.

Ma ra na ra ta bà ha.

Tất ra tăng a mục khô gia ta bà ha.

Ta bà ma ha, a tất đà dạ, ta bà ha.

Giả kiết ra a tất đà dạ ta bà ha.

Ba đà ma yết tất đà dạ ta bà ha.

Na ra cẩn trì bàn đà ra dạ ta bà ha.

Ma bà lợi thắng kiết ra dạ ta bà ha.

Nam mô hắc ra đát na, đa ra dạ gia.

Nam mô a rị gia bà lô kiết đế, thước  
bàn ra dạ ta bà ha.

Án tát diện đô mạn đa ra, bát đà dạ  
ta bà ha.

**Nam mô thập phương thường trụ Tam Bảo (3 lần).**



## **Bài Sám Hối - Buông Bỏ Nghiệp Trần**

**Đệ tử đã làm các nghiệp ác,  
Đều do vô trí Tham, Sân, Si,  
Từ thân, miệng, ý mà sanh ra  
Tất cả Đệ tử xin sám hối.**

1. Đọc 3 lần rồi đứng dậy.
2. Xướng: "Nam mô Cầu sám hối Bồ Tát Ma ha tát" (3 lần, lạy 3 lạy).
3. Lạy xong quì xuống chấp tay chuẩn bị phát nguyện.



**Tám giới tướng bảo vệ thân tâm, tạo nên bức tường thành thanh tịnh.**

# Giới Thể Của Thân Và Khẩu (Giới 1-4)



## BỘT LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG SÁT SANH

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không sát hại các loài sanh vật.

*Tự mình không sát hại, không bảo người sát hại, hoặc thấy người khác sát hại cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



## BA LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG DÂM DỤC

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không phá phạm hạnh (không dâm dục).

*Tự mình không phá phạm hạnh, không bảo người phá phạm hạnh, hoặc thấy người khác phá phạm hạnh cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



## HAI LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG TRỘM CƯỚP

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không trộm cướp của cải mọi người.

*Tự mình không trộm cướp, không bảo người trộm cướp, hoặc thấy người khác trộm cướp, cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



## BỐN LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG NÓI DỐI

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không nói dối.

*Tự mình không nói dối, không bảo người nói dối, hoặc thấy người khác nói dối, cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*

# Giới Thể Của Tâm Và Lối Sống (Giới 5-8)



**NĂM LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG UỐNG RƯỢU.**

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không uống rượu.

*Tự mình không uống rượu, không bảo người uống rượu, hoặc thấy người khác uống rượu, cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



**BẢY LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG NẪM NGỒI GIƯỜNG CAO TỐT.**

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không nằm ngồi giường cao tốt.

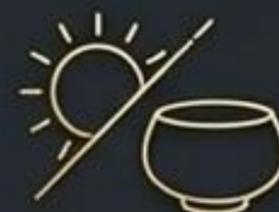
*Tự mình không nằm ngồi... cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



**SÁU LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG TRANG ĐIỂM VÀ CA HÁT.**

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không đeo bông, xoa hương, ca xướng, múa hát.

*Tự mình không trang điểm ca hát, không bảo người trang điểm ca hát... cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*



**TÁM LÀ NGUYỆN GIỮ GIỚI KHÔNG ĂN PHI THỜI.**

Đệ tử thể trọn một ngày đêm nay, nguyện giữ giới không ăn phi thời.

*Tự mình không ăn phi thời... cũng không sanh tâm vui mừng. (1 xá)*

**Đứng dậy xướng ba lần: "Nam mô Công Đức Lâm Bồ-tát Ma ha tát." (Mỗi lần 1 lạy, đứng dậy chấp tay)**

## **TUỆ (Wisdom)**

Mở đường cho ánh sáng Bát Nhã.

## **ĐỊNH (Concentration)**

Thân tâm tĩnh lặng, không loạn động.

## **GIỚI (Precepts)**

Giữ trọn 8 giới hạn chế dục vọng.

Sự nghiêm trì giới luật (Giới) chính là nền tảng để tâm an định (Định), từ đó phát sinh trí tuệ thấu suốt thực tướng của vạn pháp (Tuệ). Khi tâm đã tịnh, ta bước vào Bát Nhã Tâm Kinh.

## Ma ha Bát nhã Ba la Mật đa Tâm kinh

Quán Tự Tại Bồ Tát, hành thâm Bát nhã Ba la Mật đa thời,  
chiếu kiến ngũ uẩn giai không, độ nhứt thiết khổ ách.  
Xá Lợi Tử, Sắc bất dị không, không bất dị sắc, sắc tức thị không,  
không tức thị sắc; thọ, tưởng, hành, thức diệc phục như thị.  
Xá Lợi Tử! Thị chư pháp không tướng, bất sanh, bất diệt, bất cấu,  
bất tịnh, bất tăng, bất giảm... vô khổ, tập, diệt, đạo, vô trí diệc vô  
đắc, dĩ vô sở đắc cố. Bồ đề tát đỏa y Bát nhã Ba la mật đa cố  
Tâm vô quái ngại. Vô quái ngại cố, vô hữu khủng bố, viễn ly điên  
đảo mộng tưởng, cứu cánh Niết Bàn. Tam thế chư Phật, y Bát  
nhã thà Ba la mật đa cố đắc A Nậu Đa la Tam miệu tam Bồ đề.  
Cố tri bát nhã Ba la mật đa, thị đại thần chú, thị đại minh  
chú, thị vô thượng chú, thị vô đẳng đẳng chú, năng trừ  
nhứt thiết khổ, chơn thiết bất hư: Cố thuyết Bát nhã  
Ba la mật đa chú, tức thuyết chú viết:  
'Yết đế yết đế, Ba la yết đế, Ba la tăng yết đế,  
Bồ đề tát bà ha".

## VÃNG SANH THẦN CHÚ

Nam mô A di đà bà dạ, đà tha dà  
đà dạ, đà điệt dạ tha, a di rị đô bà tỳ,  
a di rị đà tất đăm bà tỳ,  
a di rị đà tỳ can lan đế,  
a di rị đà tỳ can lan đà,  
dà di nị, dà dà na,  
chỉ đà ca lệ, ta bà ha.

*(Đọc 3 lần)*

## TIÊU TAI KIẾT TƯỜNG THẦN CHÚ

Nằng mô tam mãn đà mẩu đà nẫm.  
A bát ra đề, hạ đà xá ta nản nẫm,  
đác điệt tha. Án khê khê, khê hế, hồng  
hồng, nhập phạ ra, nhập phạ ra,  
ra nhập phạ ra, bát ra nhập phạ ra,  
để sắc sá, để sắc sá, sắc trí rị, sắc trí rị,  
ta phẩn tra, ta phiến tra, phiến đề ca,  
thất rị duệ, ta bà ha.

*(Đọc 3 lần)*



# Hồi Hương & Quy Y

(Lan Toả Công Đức)

Thọ giới công đức thù thắng hạnh,  
Vô biên thắng phước giai hồi hương,  
Phổ nguyện pháp giới chư chúng sanh,  
Tốc vãng Vô lượng quang Phật sát.

Nguyện tiêu tam chướng trừ phiền não,  
Nguyện đắc trí huệ chơn minh liễu,  
Phổ nguyện tội chướng tất tiêu trừ,  
Thế thế thường hành Bồ Tát đạo.

Nguyện sanh Tây phương Tịnh độ trung,  
Cửu phẩm liên hoa vi phụ mẫu,  
Hoa khai kiến Phật ngộ vô sanh,  
Bất thối Bồ Tát vi bạn hữu.

Nguyện dĩ thử công đức,  
Phổ cập ư nhứt thiết,  
Ngã đẳng dữ chúng sanh,  
Giai cộng thành Phật đạo.

---

Tự quy y Phật, đương nguyện chúng sanh, thế giải đại đạo, phát vô thượng tâm. (1 lay)  
Tự quy y Pháp, đương nguyện chúng sanh, thâm nhập kinh tạng, trí huệ như hải. (1 lay)  
Tự quy y Tăng, đương nguyện chúng sanh, thống lý đại chúng, nhứt thiết vô ngại. (1 lay)

*(Xá 3 xá lui ra. Kết thúc nghi thức thọ giới).*