

Nghi Thức Thọ Trai

Cúng dường:

Cúng dường Phật Pháp thân thanh tịnh Tỳ-lô-giá-na,
Phật Báo thân viên mãn Lô-xá-na,
Phật Hóa thân ngàn muôn ức Thích-ca Mâu-ni,
Vị lai giảng sanh Phật Di-lặc Tôn,
Thế giới Cực Lạc Phật A-di-đà,
Mười phương ba đời tất cả chư Phật,
Bồ-tát Đại Trí Văn-thù-sư-lợi,
Bồ-tát Đại Hạnh Phổ Hiền,
Bồ-tát Đại Bi Quán Thế Âm,
Bồ-tát Đại Lực Đại Thế Chí,
Chư Bồ-tát lớn thường hộ pháp.
Đại Bát-nhã cứu kính,

Ba đức, sáu vị, Cúng Phật và Tăng, Thầy đều cúng
dường chúng hữu tình khắp pháp giới. Nếu khi thọ
thực lấy vui thiền định và pháp hỉ đầy đủ làm thức
ăn.

Tăng xướng:

Phật răn: Chúng Tăng khi ăn phải nhớ năm pháp
quán, tán tâm nói chuyện của tín thí khó tiêu. Đại
chúng khi nghe tiếng khánh, mỗi người phải nhất
tâm chánh niệm.
Nam-mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

(Hai tay nâng bát ngang trán)

Tay bưng bát cơm,
Nguyện cho chúng sanh,
Pháp khí thành tựu,
Nhận trời người cúng dường.

Tam đề:

- 1- Nguyện dứt tất cả điều ác.
- 2- Nguyện làm tất cả điều lành.
- 3- Nguyện độ tất cả chúng sanh.

Năm pháp quán:

- 1- Quán thức ăn từ đâu đem đến, công của người
nhiều hay ít.
- 2- Quán công đức của mình đủ hay thiếu, mà nhận
thức ăn này.
- 3- Quán thức ăn này cốt đẹp sạch tham sân si.
- 4- Quán thức ăn này như thuốc uống để trị bệnh
ốm gầy.
- 5- Quán vì thành đạo nghiệp, mới nhận thức ăn
này.

Tụng Bát-nhã: (Ăn xong tụng)

Tâm kinh trí tuệ cứu kính rộng lớn.
Khi Bồ-tát Quán Tự Tại hành sâu Bát-nhã Ba-la-mật-
đa, Ngài soi thấy năm uẩn đều không, liền qua hết
thầy khổ ách. Nay Xá-lợi-phất! Sắc chẳng khác
không, không chẳng khác sắc, sắc tức là không,
không tức là sắc. Thọ, tưởng, hành, thức cũng lại
như thế. Nay Xá-lợi-phất! Tướng **không** của các
pháp, không sanh không diệt, không như không
sạch, không thêm không bớt. Cho nên trong tướng
không không có sắc, không có thọ, tưởng, hành,
thức; không có mắt, tai, mũi, lưỡi, thân, ý; không có
sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp; không có nhãn
giới cho đến không có ý thức giới; không có vô
minh cũng không có hết vô minh, cho đến không có
già chết cũng không có hết già chết; không có khổ,
tập, diệt, đạo, không có trí tuệ cũng không có
chúng đấng. Vì không có chỗ được, nên Bồ-tát y theo
Bát-nhã Ba-la-mật-đa tâm không ngăn ngại. Vì
không ngăn ngại nên không sợ hãi, xa hẳn điên đảo
mộng tưởng, đạt đến cứu kính Niết-bàn. Chư Phật
trong ba đời cũng nương Bát-nhã Ba-la-mật-đa
được đạo quả Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác.
Nên biết, Bát-nhã Ba-la-mật-đa là đại thần chú, là
đại minh chú, là vô thượng chú, là vô đẳng đẳng
chú, hay trừ được hết thầy khổ, chân thật không
dối. Vì vậy nói chú Bát-nhã Ba-la-mật-đa, liền nói
chú rằng: “Yết-đế, yết-đế, ba-la yết-đế, ba-la-tăng
yết-đế, bồ-đề tát-bà-ha.”

Hồi Hương

Thọ trai đã xong, nguyện cho chúng sanh, việc làm
đều được đầy đủ Phật pháp.

Phục nguyện: (Duy-na xướng)

Cơm ngày hai bữa, thường nhớ công khó khổ của kẻ
nông phu.
Thân mặc ba y, hằng xét nghĩ sự nhọc nhằn của
người may dệt.
Thuốc thang giường chõng bởi do sự nhín ăn bớt
mặc của đàn-na.

Học đạo tiến tu nhờ lòng từ dạy răn của Thầy Tổ.
Nguyện cho thí chủ: Ruộng phước thêm nhiều, đạo
tâm thêm lớn, cùng chúng sanh khắp trong pháp
giới, kẻ mắt người còn đồng thành Phật đạo.

Nam mô Phật Bổn Sư Thích-ca Mâu-ni.

Liturgy of Formal Lunch

Making the Offering:

(The right hand held before the middle of the forehead forms the mudra of peace. The left hand holds up the bowl in front of the right hand.)

We offer this food to:

Buddha Vairocana of Essence,
Buddha Locana of Potentiality,
Buddha Shakyamuni of Manifestation,
Buddha Maitreya, yet to be born,
Buddha Amitabha in the Land of Great Happiness,
All the Buddhas in the Ten Directions and the Three Periods of Times,
Bodhisattva Manjushri of Great Understanding,
Bodhisattva Samantabhadra of Great Action,
Bodhisattva Avalokita of Great Compassion,
Bodhisattva Mahasthama of Great Force,
All MahaBodhisattvas, Protectors of Dharma.
Maha Prajna Paramitas.

With The Three Qualities and the Six Tastes, we are offering to the Buddha, Dharma, Sangha and all beings. As we are eating, we practice so that the bliss of meditation and joy of dharma turn into the essential food.

The Advice to Eat Mindfully:

The Buddha advises us to be mindful while eating, so as to be worthy to receive the food we are eating. When you hear the sound of the bell, concentrate on the Five Contemplations.

Namo Shakyamunaye Buddhaya

(Holding the bowl to the forehead level)

Holding the bowl which is full
I vow to help all sentient beings
Achieve their Path
So being worthy for this offering

Three vows: *(In silence, one line for each spoon)*

I vow to avoid any unwholesome actions.
I vow to cultivate wholesome actions.
I vow to purify my mind and to help all beings.

The Five Contemplations:

- 1 - To realize how this food comes about and relates to innumerable efforts.
- 2 - To assess our own virtues so as to be worthy to receive it.
- 3 - To guard our mind against greed, hatred and delusion.
- 4 - To realize foods only to nourish us and prevent illness.
- 5 - We accept this food to achieve the path of understanding and love.

The Heart of The Prajnaparamita Sutra

The Bodhisattva Avalokiteshvara, while moving in the deep course of Perfect Understanding, shed light on the five skandhas and found them equally empty. After this penetration, he overcame ill-being.

Listen Shariputra, form is emptiness, emptiness is form. Form is not other than emptiness and emptiness is not other than form. The same is true with feelings, perceptions, mental formations and consciousness.

Listen Shariputra, all dharma are marked with emptiness. They are neither produced nor destroyed, neither defiled nor immaculate, neither increasing nor decreasing.

Therefore, in emptiness there is neither form, nor feeling, nor perception, nor mental formation, nor consciousness. No eye, or ear, or nose, or tongue, or body, or mind. No form, no sound, no smell, no taste, no touch, no object of mind.

No realms of elements (from eyes to mind consciousness), no interdependent origins and no extinction of them (from ignorance to death and decay.) No ill-being, no cause of ill-being, no end of ill-being, and no path. No understanding, no attainment.

Because there is no attainment, the bodhisattvas, grounded in perfect understanding, find no obstacles for their minds. Having no obstacles, they overcome fear, liberating themselves forever from illusion and realising Perfect Nirvana. All Buddhas in the past, present and future, thanks to this Perfect Understanding, arrive at full, right and universal Enlightenment.

Therefore, one should know that Perfect Understanding is the highest mantra, the unequalled mantra, the destroyer of ill-being, the incorruptible truth. A mantra of prajna paramita should therefore be proclaimed:

Gate Gate Paragate Parasamgate Bodhi Svaha.

Dedications:

Having finished our meal, we are determined to live for the benefit of all beings. May all beings wholly realize complete awakening.

Paying gratitude:

We are grateful to those who contribute to our food; to the makers of fabric and the tailors who bring us warmth and comfort; to gracious people who care for us with medicine and shelter; to our teacher who compassionately teaches us the dharma.

May we share the merits arising from our practice with those who generously make offerings.

May their faith in the Dharma be unshakable and their merits increase.

May all beings, both living and deceased, accomplish the Buddha Path.

Namo Shakyamunaye Buddhaya.