



Barom Kagyu Chodrak Drupju Choling Newsletter

To all students of Chodrak Drupju Choling: This e-mail is to let you know what is happening at your centre and how you can be involved. A big thank you to everyone who attended the two days of prayers for the earthquake victims and all of those who made donations. Special thanks to Austin for his wonderful efforts!!! Rinpoche requests all students who are able, to recite 100,000 Om Mani Peme Hung and 100,000 Om Ami Dhewa Hri mantras and dedicate the merit to the people in Tibet and to all sentient beings on the planet who are suffering.

Sangha at the Centre: We now have two nuns supporting Rinpoche – Ven. Chodron (who many of you already know) and Ven. Dekyi.

Change to programme: There will be no teachings on 1st and 2nd of May, as Rinpoche will be attending the Buddhist Festival on these dates. He will be giving a talk on the Saturday at 3pm.

New Project: Support for Rinpoche's Nunnery in Nangchen, Tibet. The nuns of Chodrak Dechen Choling are all very sincere and dedicated practitioners. Most have done many sets of Nongdros, Nyung Nyes and three and five year retreats. They are living in very difficult conditions with buildings in desperate need of repair due to lack of finances. Some nuns, unfortunately left the nunnery as it became impossible to offer them food and shelter. They need to be able to return. You can support a nun for \$1.00 per day. By supporting a nun, you support the Dharma, because practitioners of this calibre who continue serious practice eventually attain realizations, which go from life to life. In this way their Dharma practice becomes a living tradition – and not only conceptual understanding. Contact Ven. Chodron for details of sponsorship. We would like to thank everyone who helps out at the Centre in whatever capacity. For those who cook for Rinpoche, his doctor has given some advice. His diet needs to be higher in fibre, so please use brown rice rather than white, plenty of vegetables and not too many noodles. Also refrain from giving Rinpoche large servings as his weight is now border-line.

What to do if you want to see Rinpoche: To make it easier for students, it would be preferable if you ring Ven. Chodron and make an appointment – otherwise we might have three (or whatever number) of people turning up at the same time and having to wait around, or you may come to the Centre and find that Rinpoche is not here – so checking first is a good idea. Of course, if you want to come and are prepared to wait your turn, that's okay too!

There is a fund-raising event organized for the earthquake. On the 2nd of May, at Chipping Norton there will be an all-you-can eat lunch from 11.30 am. Tickets are \$20.00 Adult and \$15 for children – contact Hien on 0423 685 695 (weekends or between 7pm and 10pm on weekdays)

Our larger on-going projects are for a new kitchen and a new fence. Any support you can give for this is much appreciated. For example, you can sponsor 1 metre of the fence, or windows, doors, sink or tiles etc. for the kitchen. You can also offer your skills where appropriate. Thank you, thank you! Remember that the Centre is here for you, and all who want to learn about and practice the precious Dharma. Morning and evening prayers, Tibetan class and Dharma teachings continue as usual.

Finally, some words of wisdom from our precious teacher, 4th Sonam Tenzin Rinpoche: “Please come to the Centre to practice Dharma – so you can change your mind. Your angry mind can become peaceful, your attached mind can become non-attached. Practising Dharma can make your mind peaceful and happy, and this will affect everyone around you in a positive way. Practising the Dharma is even more important than volunteering at the Centre. May you, and all sentient beings be well and happy.”



Bản tin Barom Kagyu Chodrak Drupju Choling

Thân gửi các đệ tử của Trung tâm Chodrak Drupju Choling:

Bức thư này được gửi tới các bạn để thông báo về hoạt động hiện nay của trung tâm và những phân việc các bạn có thể hỗ trợ. Xin gửi lời cảm ơn sâu sắc tới tất cả những người đã tham dự lễ cầu nguyện hai ngày vừa qua cũng như các bạn đã quyên góp tịnh tài cho nạn nhân động đất. Chúng tôi cũng gửi lời cảm ơn chân thành tới Austin vì những nỗ lực tuyệt vời của cháu!!! Rinpoche yêu cầu các đệ tử nếu có thể hãy tụng 100,000 biến chú Om Mani Peme Hung và 100,000 biến chú Om Ami Dhewa Hri và hồi hướng công đức tới những người dân Tây Tạng và chúng sinh trên địa cầu hiện đang chịu nhiều khổ đau.

Tăng Đoàn tại Trung tâm: Hiện nay đang có hai vị ni hỗ trợ Rinpoche là Ven. Chodron (hẳn là nhiều người đã biết cô) và Ven. Dekyi.

Thay Đổi Chương Trình: Sẽ không có giảng pháp vào ngày 1 và 2 tháng 5 do Rinpoche sẽ tham dự Lễ hội Phật giáo (Buddhist Festival) trong những ngày này. Rinpoche sẽ có buổi thuyết giảng vào Thứ Bảy lúc 3pm.

Dự Án Mới: Bảo Trợ Ni Viện tại Nangchen, Tây Tạng, do Rinpoche đỡ đầu .

Chư ni ở Ni viện Chodrak Dechen Choling là những vị hành giả tu tập thiết tha miên mật. Hầu hết các vị đã hoàn thành nhiều lần khóa Ngondro, Nyung Nye cũng như các khóa nhập thất 3 và 5 năm. Chư ni hiện đang sống hoàn cảnh cực kỳ khó khăn. Các dãy tịnh xá hư đổ, không thể sửa chữa do thiếu nguồn lực tài chính. Không có thức ăn, chỗ ở, nhiều vị bắt buộc phải bỏ tu để tự kiếm sống. Bạn có thể hỗ trợ để chư ni có thể tiếp tục ở lại tu tập tại Ni Viện, mỗi vị chỉ \$1 mỗi ngày. Hỗ trợ một vị ni là hỗ trợ nguồn Chánh Pháp, vì những vị hành giả tâm cờ sẽ tiếp tục miên mật hành trì, rồi sẽ chứng quả, và quả này sẽ lưu giữ từ kiếp này sang kiếp sau, cho công phu hành trì trở thành nguồn giáo pháp chân tu thực chứng, không phải chỉ là hiểu biết lý thuyết đơn thuần. Hãy liên hệ với Ven. Chodron để biết thêm chi tiết chương trình bảo trợ ni viện.

Chúng tôi xin gửi lời cảm ơn chân thành tới tất cả những người đã tùy khả năng mà hết lòng hỗ trợ cho Trung tâm, đi từ người nấu ăn cho Rinpoche, hay bác sĩ chăm sóc cho Rinpoche. Thực phẩm nấu cho Rinpoche cần phải bổ sung thêm chất xơ, vì vậy nên dùng gạo nâu hơn gạo trắng, thêm nhiều rau và không nên quá nhiều mì. Ngoài ra cũng cần hạn chế khẩu phần dọn cho Rinpoche vì trọng lượng của Rinpoche đã sắp vượt quá mức trung bình.

Điện Kiến Rinpoche: các bạn nên gọi điện thoại cho Ven. Chodron để lấy hẹn trước, tránh trường hợp năm ba, hoặc nhiều hơn, đệ tử cùng đến một lúc, phải chờ đợi lâu, hay không được diện kiến Rinpoche vì gặp lúc ngài đi vắng. Nên gọi điện trước để khỏi mất thời gian quý báu của các bạn. Tất nhiên nếu bạn không ngại ngồi chờ, bạn vẫn có thể tới Trung tâm bất cứ lúc nào.

Gây Quỹ cho Nạn Nhân Động Đất: Nhóm thân hữu Tây Tạng sẽ tổ chức buổi gây quỹ cho nạn nhân động đất vào ngày 2 tháng 5 tại công viên Chipping Norton, đó sẽ là một bữa trưa ăn-tùy-thích thời gian bắt đầu từ 11 am. Giá vé là \$20 cho người lớn và \$15 cho trẻ em – Liên hệ anh Hiền theo số 0423 685 695 (sau giờ làm việc: 7pm-10pm, và weekend).

Xây Dựng Trung Tâm

Các dự án xây dựng Trung Tâm bao gồm xây bếp, dãy nhà sau và hàng rào mới. Bất cứ hỗ trợ nào của các bạn đều được hoan nghênh, Ví dụ tài trợ 1m hàng rào, hay cửa sổ, cửa ra vào, bồn rửa hay gạch lát ở bếp, v.v... Bạn cũng có thể tới đóng góp một tay, làm những việc phù hợp khả năng.

Cảm ơn, cảm ơn các bạn rất nhiều! Xin luôn ghi nhớ rằng Trung tâm này là dành cho tất cả các bạn, dành cho những người thực sự muốn tìm hiểu và thực hành giáo pháp chân quý. Các buổi tụng kinh sớm và chiều, lớp học Tạng ngữ và các buổi thuyết pháp vẫn tiếp tục diễn ra như thông thường.

Cuối cùng, chúng tôi xin dùng những lời dạy trí huệ từ bậc thầy chân quý của chúng ta, Đức Sonam Tenzin Rinpoche bậc tái sanh thứ 4: *“Hãy tới Trung tâm để thực hành giáo pháp – nhờ vậy mà các bạn có thể chuyển biến dòng tâm thức của mình. Các bạn có thể chuyển hóa lòng sân hận thành sự thanh thản, những suy nghĩ bám chấp sẽ trở nên không còn bám chấp. Thực hành giáo pháp sẽ giúp tâm trí các bạn bình yên và hạnh phúc, từ đó sẽ ảnh hưởng tích cực tới những người xung quanh mình. Thực hành giáo pháp thậm chí còn quan trọng hơn làm việc thiện nguyện tại Trung tâm. Cầu chúc các bạn và mọi loài chúng sinh sức khỏe và hạnh phúc.”*