



THAM VẤN

1 * NIỆM VÀ CẢM XÚC

❖ Dạ bạch thầy, con là Hiếu Minh. Con có các câu hỏi liên quan đến niệm như sau ạ.

1. Niệm là gì?

2. Nếu con người là sắc, thọ tướng, hành, thức thì niệm bao gồm những gì?

3. Niệm khởi là gì? Suy nghĩ ghi nhớ trong học tập có phải là niệm khởi không? Nằm mơ có phải là niệm khởi không?

- Các cảm giác vui buồn thương nhớ có phải niệm khởi không? Từ bi yêu thương có phải niệm khởi không?

4. Bặt niệm là gì? Bặt niệm có làm người tu đơn điệu không có cảm xúc không?

- Dạ con cảm ơn thầy ạ.

- Thực tế con là sinh viên, và trong quá trình phải tập trung học hành thì các kỉ niệm quá khứ ào về làm không học được. Con đã thử ngồi thiền và càng ngồi thiền thì con lại nhớ lại sâu sắc hơn. Và nếu như uống thêm trà hoặc cà phê thì các kỉ niệm quá khứ lại càng sinh động hơn. Đó là chia sẻ của con ạ.

❖ Con cảm ơn quý thầy, và chúc quý thầy tiến tu trên con đường giải thoát.



1 * NIỆM VÀ CẢM XÚC

- 1 **NIỆM** → Những tâm niệm trong đầu ⇔ Sanh diệt biến đổi, không thật → Vọng niệm
- 2 **VỌNG TƯỞNG** → Nói chung: Những niệm tưởng không thật.
- 3 **VỌNG – KHÔNG PHẢI CHÂN** → Tất cả những gì bị chúng ta nhận biết.
- 4 **CẢM XÚC** → Biết rõ mình đang tìm niềm vui nào? → VỌNG hay CHÂN THẬT?
 - Niềm vui trong vọng động: Cần có cảm xúc trong đời sống, hoặc tình hứng trong khi ngộ.
 - Niềm vui chân thật: Bặt hết các tướng → Tâm mình tự vui, nhẹ mà sâu kín, thanh thang.
 - Tu đúng, lúc nào cũng tươi vui sống động, cảm nhận tích cực. Không phải nhạt nhẽo, đơn điệu.
- 5 **TU TẬP** → Xoay vọng về chân. Không theo những thứ không phải chân thật.

2

* NGÔI THIÊN BỊ NGHẸN Ở CỔ HỌNG

- *Dạ Mô Phật! Quý Thầy cho con hỏi, khi ngôi thiên con hay bị nghẹn ở cổ làm cách nào cho hết, xin quý Thầy chỉ dạy cho con. Con xin cảm niệm công đức của quý Thầy nhiều lắm ạ.*



3 * LỜI DẠY CỦA TỔ ĐỨC

1) Kính bạch Thượng Tọa cho con xin hỏi. Tổ Bá Trượng dạy “Lý chưa vững, trước có phước, bị phước trí chớ đi”, là như thế nào ạ? Chúng con chưa hiểu, kính xin Thượng tọa giảng giúp cho chúng con.

* TỔ BÁ TRƯỢNG

- ❖ Phàm đọc kinh, xem giáo lý đều phải uyển chuyển xoay lại chính mình.
 - ❖ Tất cả ngôn ngữ, giáo lý chỉ làm sáng tỏ tánh giác hiện nay của mình.
 - ❖ Chỉ không bị tất cả cảnh có, không làm lay chuyển, ấy là bậc Đạo sư của ông.
 - ❖ Hay chiếu phá tất cả cảnh “có - không” đó là Huệ kim cang, tức có phần tự do tự tại.
 - ❖ Nếu chẳng nhận được như vậy, dù tụng lâu mười hai bộ kinh điển, cũng chỉ thành tri giải.
 - ❖ Tri giải thuộc bệnh, vẫn bị các pháp có không trói buộc, chẳng được tự do.
 - ❖ Bởi do lý chưa vững, trước đã có phước trí, nên bị phước trí chớ đi.
- **Hướng tánh tu tập.**
Chánh Lý vững vàng.
- **Học-tu nhận huệ K.Cang.**
Nhận đạo sư chính mình.
- **Do lý chưa vững...**
- **Là do từ đầu thiếu tu.**

3 * LỜI DẠY CỦA TỔ ĐỨC

- 1) Kính bạch Thượng Tọa cho con xin hỏi. Tổ Bá Trượng dạy “Lý chưa vững, trước có phước, bị phước trí chớ đi”, là như thế nào ạ? Chúng con chưa hiểu, kính xin Thượng tọa giảng giúp cho chúng con.
- 2) Kính bạch Thượng Tọa, Tổ xưa có dạy “Vọng tình dị tập, chí đạo nan văn” nghĩa là gì ạ. Có phải các ngài xưa nói những thứ phàm tình, năm món dục lạc trong đời sống hằng ngày dễ dính, dễ nhiễm, dễ huân tập mà nhớ dai và có sức lôi cuốn mạnh không ạ. Còn Phật pháp, chỗ tốt cùng của đạo không muốn nghe và khó nghe và nhanh quên không ạ và khó tiếp cận. Xin Thượng tọa giảng rộng cho chúng con được hiểu hơn ạ.



4 * NIỆM KHỞI LIỀN GIÁC, GIÁC NÓ LIỀN KHÔNG

- *Kính Bạch Thầy, Thiền sư Phổ Chiếu nói trong quyển Tu Tâm Quyết, Thiền sư nói "Niệm khởi liền giác, giác nó liền không"; có phải mình bất giác quên bản tâm rồi sanh vọng niệm khởi lên, ngay khi đó giác trở lại, giác lại thì những niệm khởi ấy liền trở thành không thì tâm giác hiện tiền ngay đó, phải không Thầy?*
- *Xin Thầy giảng để chúng con hiểu biết đúng, để tập thực hành và duy trì. Nếu chúng con hiểu sai sẽ dừng và sửa ạ.*



5 * GIÁC NGỘ và PHÁT MINH?

- ❖ *Kính Bạch Thầy, chúng con có những thắc mắc xin Thượng Tọa giải thích giúp ạ.*
 - *Như chỗ để đưa Bồ-tát Sĩ Đạt Đa giác ngộ thành Phật và các nhà khoa học lúc khám phá ra nó có tương đồng với nhau không ạ?*
 - *Ví như các nhà phát minh, nhà bác học khoa học muốn khám phá ra một vấn đề gì thì để tâm đến khi tới chỗ tốt cùng vào vấn đề đó rồi bất chợt phát minh ra điều đó. Như nhà phát minh nhà bác học Newton ,hay Albert Einstein... hoặc ông Thomas Edison ông có nói “Tôi có được những sáng kiến tuyệt vời nhất khi khóa mình trong một căn phòng tĩnh lặng ít nhất 5 phút mỗi ngày”. Ông là một người có 1.500 bằng phát minh trên thế giới. Thế có phải giống như chỗ Bồ-tát Sĩ Đạt Đa nhập định tâm vắng lặng hoàn toàn được giác ngộ không ạ? Và các nhà khoa học họ cũng để tâm vào vấn đề rồi cuối cùng bất chợt phát minh ra vấn đề.*
 - *Như vậy để đưa đến giác ngộ và đưa đến phát minh ra có tương đồng nhau không ạ?*



5 * GIÁC NGỘ và PHÁT MINH?

TỪ TRÍ TUỆ NGUỒN CHO CHÚNG TA PHÁT MINH

* PHÁT HIỆN TRÍ TUỆ NGUỒN VÔ SỰ

- Con người có những khoảnh khắc vàng, thời điểm lóe sáng không qua suy nghĩ, tư duy.
- Các nhà Bác Học phát minh ở vào lúc buông thư tuyệt đối.
- Nhờ có sẵn Trí Tuệ Nguồn Vô Sự, → Hành giả tu hành mới sáng đạo.
- Cho thấy: - Ai cũng sẵn đủ Trí Tuệ Nguồn Vô Sự này.
- Bên trong có → Mới phát tiết ra bên ngoài, cho chúng ta phát minh, hoặc ngộ đạo.



5 * GIÁC NGỘ và PHÁT MINH?

* TỪ TRÍ TUỆ, CHO CHÚNG TA SÁNG TẠO

1 NHÀ BÁC HỌC

- Nhờ Trí Tuệ Nguồn thôi thúc → Cho phát minh, sáng tạo. (Không thể khi không, vô cơ).
- Do chưa nhận ra trí tuệ nguồn, chỉ được sự thôi thúc bên trong → Chỉ phát minh ra vấn đề bên ngoài. ⇔ Và may mắn chỉ một vài lần, rồi trí ấy bị che khuất lại.

2 CÁC THIÊN SƯ

- Quý Ngài ngộ đạo là sáng ra, nhận lại Trí Tuệ Vô Sư này.
- Nhờ ngộ Trí Tuệ Nguồn → Cho quý Ngài phát huy diệu dụng bất khả tư nghì.
- Do đã nhận ra trí tuệ nguồn, quý Ngài khéo bảo nhậm → CHO NÊN: Từ đó SÁNG MÃI, KHÔNG MẤT.
- Và đức Phật thì đã thành tựu viên mãn trí tuệ và các đức dụng bất khả tư nghì.

5 * GIÁC NGỘ và PHÁT MINH?

* TỪ TRÍ TUỆ, CHO CHÚNG TA SÁNG TẠO

* ĐÃ NGỘ và CHƯA NGỘ TRÍ TUỆ VÔ SỰ

1 * NHÀ BÁC HỌC

* Chưa ngộ trí tuệ vô sự.

- Chỉ nhờ trí tuệ này khiến cho phát minh một mệnh đề khoa học bên ngoài.
- Chỉ thoáng lóe lên rồi mất. ⇔ Đồng thời, chưa giải thoát sanh tử.

2 * CÁC THIÊN SƯ

* Đã ngộ đạo; tức đã sáng ra, nhận lại Trí Tuệ Vô Sự này.

- Từ Trí Tuệ Nguồn đã ngộ → Cho quý Ngài phát huy diệu dụng bất khả tư nghì.
- Do đã nhận ra trí tuệ nguồn, quý Ngài khéo bảo nhậm → CHO NÊN: Từ đó SÁNG MÃI, KHÔNG MẤT.
- Đồng thời: Sống bằng trí này sẽ có diệu lực cho quý Ngài tự tại giải thoát sanh tử.
- Đức Phật đã viên thành nên trở thành bậc giác ngộ giải thoát viên mãn.

6 * HỌC KINH ĐIỂN

❖ *Kính gửi Thầy Bạch Mã.*

Kính Bạch Thầy, con có một thắc mắc về vấn đề học Kinh Phật. Mong Thầy hướng dẫn giúp con.

❑ *Con có một thẻ nhớ có chép các bài giảng dạy các bộ Kinh của Sư Ông Trúc Lâm. Con muốn học các bộ Kinh này nhưng không biết thứ tự học bộ nào trước.*

❑ *Thắc mắc của con là :*

Cư sĩ học Kinh Phật có cần phải theo thứ tự không và nếu cần thì phải theo thứ tự nào là đúng?

❑ *Trong thẻ nhớ của con, các bộ Kinh Sư Ông giảng được xếp theo thứ tự như sau:*

- *TỨ DIỆU ĐẾ.*
- *KINH 42 CHƯƠNG.*
- *KINH DI GIÁO.*
- *KINH KIM CANG*
- *KINH PHÁP BẢO ĐÀN*
- *KINH DUY MA CẬT.*
- *KINH VIÊN GIÁC.*
- *KINH LĂNG NGHIÊM.*
- *KINH PHÁP HOA.*
- *KINH ĐẠI BÁT NIẾT BÀN.*
- *KINH BÁT NHÃ.*

❑ *Con có cần phải học theo thứ tự này không?*

❑ *Xin Thầy giải thích và hướng dẫn con tu học. Con xin cảm niệm công đức Thầy.*

Nam Mô Phật Bốn Sư Thích ca Mâu Ni.



XÂY DỰNG QUY TRÌNH TU HỌC

1 GIÁC NGỘ - THỂ HỘI PHẬT ĐẠO

✦ Con đường giác ngộ thể nhập Phật Đạo chung quy có hai lối:

1/ Ngay đây nhận thẳng: *Đốn ngộ*.

2/ Tu tập rồi nhận ra: *Có Đốn tu và Tiệm tu*.

2 QUY TRÌNH CƠ BẢN ĐÀO TẠO NGƯỜI TU PHẬT

✦ **Lập thành?** Tâm và hình khác tục. Nắm vững phương pháp hành trì.

✦ **Phá tướng?** Phá sạch những chấp trước các tướng: Văn tự, sở đắc, tướng của dụng công...

✦ **Chỉ tánh?** Khai thị, nhận ra tuệ giác, tánh Phật chính mình = Giác ngộ.

3 CÁCH HỌC LIÊN QUAN MẬT THIẾT ĐẾN TU TẬP

✦ **Học trăm sông về biển tánh:** Ở ngay tâm giác sáng, học các nghĩa lý, vẫn lặng trong.

✦ **Học và tu đồng thời, không trước, không sau:** Không tách rời, không khác - Cứu được mình.

6 * HỌC KINH ĐIỂN

□ Quý vị có thể sắp xếp học căn bản như sau:

- 1) TỨ DIỆU ĐỀ.
- 2) KINH 42 CHƯƠNG.
- 3) KINH DI GIÁO.
- 4) KINH KIM CANG
- 5) KINH BÁT NHÃ.
- 6) KINH PHÁP BẢO ĐÀN
- 7) KINH VIÊN GIÁC.
- 8) KINH LĂNG NGHIÊM.
- 9) KINH PHÁP HOA.
- 10) KINH DUY MA CẬT.
- 11) KINH ĐẠI BÁT NIẾT BÀN.

LẬP THÀNH

PHÁ TƯỚNG

CHỈ TÁNH





* NGỒI THIÊN

- ❖ *Bạch thầy, Trong lúc ngồi thiền với tư thế kiết già, khi tâm con có sự an định, thoải mái, buông thư thì chân phải theo vô thức tự động trượt ra. Dù để chân trở lại và ý thức giữ chân nhưng khi ngồi yên trở lại mặc dù không đau chân thì bị tuột ra lúc nào không hay. Mong thầy giải đáp giúp con.*



- *Kính bạch Thầy,*
- *Con kính xin tham vấn với Thầy về thơ của Tuệ Trung Thượng Sĩ. Có 2 câu thơ của ngài mà con không hiểu rõ ý nghĩa.*
- *Câu thứ nhất là: “Mang mang thủy cấp đả viên cầu” trong bài Thủ Nê Ngưu.*
- *Và câu thứ nhì là “Thùy thính cô viên đề xứ thâm” trong bài Phỏng Tăng Điền Đại Sư.*
- *Kính thỉnh Thầy chỉ dạy cho con để con có thể hiểu rõ hơn về những lời dạy quý báu của ngài Tuệ Trung. Con xin rất cảm ơn Thầy.*
- *Kính thư,*
Hồ Mộng Lan.



8 * THƠ TUỆ TRUNG THƯỢNG SĨ

1 THỦ NÊ NGƯU

Nhất thân độc thủ nhất nê ngư,
Một con trâu đất một mình chăn,
Đằng ty khiên lai vị khảng hưu.
Xỏ mũi dắt về chưa chịu thôi.

Chưa biết chăn trâu.
Đang chăn trâu.

SANH DIỆT
VỌNG TƯỞNG

Tương đảo Tào Khê đô phóng hạ,
Đem đến Tào Khê buông thả quách,

Nếu dừng lại, thì: →
Thượng Sĩ không dừng

TÁNH BÌNH ĐẲNG
NHẬN CHÂN TÂM

Mang mang thuỷ cấp đả viên cầu.
Mênh mông nước xiết đánh cầu tròn.

SAI BIỆT
LINH THÔNG – VÔ NGẠI

2 PHÒNG TẶNG ĐIỀN ĐẠI SƯ

訪僧田大師

不要朱門不要林，

到頭何處不安心。

人間盡見千山曉，

誰聽孤猿啼處深。

Phòng Tặng Điền đại sư

- Bất yếu chu môn bất yếu lâm
- Đáo đầu hà xứ bất an tâm
- Nhân gian tận kiến thiên sơn hiểu
- Thủy thính cô viên đề xứ thâm.



