



Môn: THIỀN HỌC VIỆT NAM

Học kỳ một

KIỂM TRA BÀI CŨ



KIỂM TRA BÀI CŨ

★ **Nêu một cách vắn tắt:**

Tri vọng cho đến khi nào mới hết vọng tưởng?



1

VONG TƯỞNG KHÔNG THẬT CÓ:

- Không có chỗ cố định sanh ra → Sẽ có lúc hết.
- Bất giác chợt có, tìm lại liền không (Cái bóng).
- Thay đổi liên tục = Vô thường biến hoại.

2

NẮM VỮNG NGUYÊN LÝ:

GIÁC LÀ TU

- Bất giác → Có vọng + Căn thức mê.
- Căn thức mê duy trì → Khiến vọng tưởng tồn tại.
- Giác sáng → Thì thức mê tự trừ → Cho thấy: **GIÁC LÀ TU.**

3

DỤNG CÔNG ĐÚNG PHÁP:

CHÍN MUÒI, BỪNG NGỘ CÁC VỌNG TỰ TRỪ

- Nôn nóng trông bao giờ hết vọng, càng thêm vọng.
- Nắm nguyên lý, an lòng tu → Ổn định, dễ an định.
- Sức giác đủ mạnh, tâm tự bùng vỡ → Vọng tự hết.

4

TU ĐỂ GIÁC NGỘ TỰ TÁNH KHÔNG PHẢI ĐỂ TRỪ VỌNG

- Không theo, cũng không trừ dẹp, chỉ hàng phục vọng đúng cách.
- Không quá quan trọng, quan tâm hoặc can thiệp trên vọng.

Giác Là Tu

Có Liên Quan Thế Nào

Đến Tri Vọng

Tối Thượng Thừa?



1. KHÔNG ĐỐI TRỊ

2. KHÔNG TẠO TÁC

3. CHỈ DÙNG TRÍ TUỆ thấu suốt vọng niệm không thật.

4. Không theo vọng tưởng.

5. Sống bằng bản tâm chân thật lặng mà sáng biết.

- 1**
- Không theo vọng tưởng (không mê);
 - Dùng trí tuệ thấu suốt vọng tưởng vốn không thật (không làm);
 - Sống bằng bản tâm “lặng mà sáng biết” → **Đó là đang tu.**
- * Nhưng hành giả không đối trị, không tạo tác,
→ Thì không có dấu vết tu hành → **Cho nên như là không tu.**

- Đây là: **“Tu mà không tu”** ⇔
- Là **“Không chấp dụng công”**.

- 2**
- * Hơn nữa, hành giả không đối trị, không tạo tác,
→ Thì không có dấu vết tu hành → **Cho nên như là không tu.**
- Tuy như là không tu, nhưng không theo vọng tưởng (không mê);
 - Dùng trí tuệ thấu suốt vọng tưởng vốn không thật (không làm);
 - Sống bằng bản tâm “lặng mà sáng biết” → **Thì Lại là đang tu.**

- Là: **“Không tu mà đang tu”**, ⇔
- Là **“Dụng mà không có chỗ dụng”**.

“Người tu tập thiền định không được chấp dụng công, dụng mà không có chỗ dụng, gọi là Thiên thượng thừa”.

1

1 Không dối trị**2 Không tạo tác****Không rơi vào tạo tác,
khiến căn thức mạnh thêm.**

2

**3 Chỉ dùng trí tuệ thấu suốt
vọng niệm không thật.****4 Không theo vọng tưởng.****Dùng trí thấy rõ chân ngụy.
Ngăn ngừa, không theo hư vọng bên ngoài.**

3

**5 Sống bằng bản tâm chân thật
lặng mà sáng biết.****GIÁC LÀ TU**

VIÊN DUNG, NHẤT QUÁN TRONG HẠ THỦ CÔNG PHU TU THIỀN

- Phật Tổ đã giác ngộ. Từ trí giác, khai thị người học trở về nhận lại trí giác chính họ.
 - Quý Ngài ở tại ĐÍCH ĐẾN (Đã đến đích) → Có ra tầm nhìn → Đi đến hành động.
 - Do đó: Thấy suốt đề nói ra.
- Cho nên: Viên dung, nhất quán, lo-gic, không trái ngược.

KHÁI QUÁT CHUNG

* LỤC TỔ

- Chỉ bàn kiến tánh, không luận Thiền định giải thoát → Đích đến (đích gần).
- Không sợ niệm khởi, chỉ sợ giác chậm → Nói rõ việc hành trì hạ thủ công phu.

**GIÁC
LÀ TU**

* CHO THẤY:

* Trước khi kiến tánh (chưa kiến tánh) → Thì công phu: **GIÁC LÀ TU.**

- * **MÀ:**
- **GIÁC SÁNG** ⇔ Tri Vọng Thượng Thừa ⇔ Pháp tu thiền Biết Có Chân Tâm.
 - Thời tiết nhân duyên chín muồi → Kiến tánh ⇔ Thở nhập chân tâm.

Nhận Biết Công Phụ Tu Tập

Hạ Thủ Công Phụ: GIÁC LÀ TU

- Không dối trị, không tạo tác.
- Dùng trí biết vọng không thật
- Không theo vọng tưởng.

• Sống bằng bản tâm chân thật, lặng mà sáng biết rõ ràng.

**Tri Vọng
Thượng Thừa**

Không sợ:
**NIỆM
KHỞI**

**Chỉ Luận
KIẾN TÁNH**
Không Luận
THIÊN ĐỊNH GIẢI THOÁT

Chỉ sợ:
**GIÁC
CHẠM**

Đích
Gần

Đích
Gần

Quy Sáu Căn Về
CHÂN TÂM

**Thể Nhập
Chân Tâm**

Thấy Nghe, Biết Là
CHÂN TÂM



TÓM LẠI

* TU HÀNH → THÀNH PHẬT:

- Muốn đạt đến quả vị vô sanh thành Phật → Phải bắt đầu bằng nhân vô sanh.
- Muốn thế, trước phải kiến tánh, tự tánh chính mình vô sanh, là nhân thành Phật.

* VỚI HÀNH GIẢ CHƯA KIẾN TÁNH:

- Giác là tu → Thời tiết nhân duyên chín muồi → KIẾN TÁNH.

* HÀNH GIẢ ĐÃ KIẾN TÁNH:

- Sống bằng tự tánh → Y tánh khởi tu ⇔ Nhiều kiếp → Thành Phật.

THIỆN TÔNG



Môn: THIỀN HỌC VIỆT NAM

Học kỳ một

* Tiết 15-16:

DỤNG CÔNG TU THIỀN

Biết Có Chân Tâm





Pháp Tu Thiên

Biết Có Chân Tâm

1. Pháp Tu



✦ Theo ý Hòa Thượng Tông Chủ chỉ dạy, tựu trung thực hành công phu qua hai giai đoạn:

1. Thực hành pháp: Biết Có Chân tâm

- Bằng tâm trong lặng sáng biết, hành giả nhận ra rõ ràng, mắt biết thấy là chân tâm, tai biết nghe là chân tâm... Ý biết pháp trần là chân tâm.
- Tóm lại, Hòa Thượng khẳng định ngay mọi thứ đối diện, chúng ta đang lặng sáng, thấy biết rõ ràng mà không động, mỗi mỗi thấy, nghe, biết..., chân tâm đang hiển hiện rõ ràng.

2. Đã thuần thực: Chân tâm hiện tiền

- Hòa thượng Tông chủ dạy: *Khi đã thuần thực, cái biết chân tâm luôn hiện tiền thì chuyển qua giai đoạn “thể nhập chân tâm”.*
- Đến đây hành giả thể nhận rõ chân tâm: *“Vốn tự không động, thường biết rõ ràng mà không cần khởi niệm phân biệt. Thân thang còn mãi, vốn tự như vậy”.*

*** SỰ THỰC**

- * Nhờ chân tâm, cho chúng ta thấy, nghe, biết (Kiến văn giác tri). → Do đó:
 - Ngay thấy, nghe, biết → Chân tâm đang hiện tiền, chưa thiếu vắng bao giờ.
- * Nhưng do chúng ta không nhận ra, sống theo vọng, trên vọng mà tu → Bỏ sót chân tâm.
- Do đó, Hòa Thượng nói cho biết: Ngay thấy, nghe, biết; chân tâm đang hiện tiền sẵn đó.
- Khi nghe dạy, đã nhận biết rồi → Khéo dụng công, nhận ra – Sống thẳng bằng chân tâm.

*** KINH LĂNG NGHIÊM**

Thê Bồ-đề Niết-bàn thanh tịnh từ vô thủy; tức là cái thức tinh nguyên minh nó hay sanh ra các duyên mà bị các duyên bỏ sót. Do chúng sanh bỏ sót cái bản minh này (*sáng suốt sẵn có*), cho nên phải chịu trôi vào các thú (*các nẻo luân hồi*).

03 - NGAY CÔNG PHU TRI VỌNG, NHẬN RA

✦ Hòa Thượng Tông Chủ

KHÔNG ĐỀ CẬP đến việc hành giả phải thực hành Pháp Tri Vọng trước, kế đến mới ứng dụng Pháp Biết Có Chân Tâm.

- Do đó, tùy vào căn cơ của mỗi hành giả công phu đã thuần thực hay chưa để khéo áp dụng.
- Ở đây, ngay công phu Tri Vọng, khéo dụng công → Khéo nhận chân, sống bằng chân tâm.

✦ CỤ THỂ

Đang khi biết vọng: Chúng ta đang tự sáng biết ⇔ Hay biết theo, biết về vọng?

- Nếu biết theo, biết về → Là bỏ sót mình, → Đã lao ra bên ngoài ⇔ Quên mình theo vật.
- Nếu đang tự sáng biết rõ ràng; không biết theo, không lơ qua, không mặc kệ. → **KHI ẤY:**
 - Thấy biết tự lưu thông; ngay đó **thấy biết chỉ là thấy biết = Ngay biết, sẵn chân tâm.**
 - Sống như thế cho đến khi thuần thực, công phu đặc lực → **Chân tâm luôn hiện tiền.**

*** Tu trong Vô tu ⇔ Có pháp vẫn không pháp → Tu Thiền Tối Thượng Thừa.**

- Với người chưa đốn ngộ tự tâm, cần biết rõ “Nguyên lý cơ bản trong công phu tu tập Thiền Thượng Thừa”.
- Đó là: TU mà KHÔNG TU (do không chấp dụng công), ⇔ KHÔNG TU mà TU (do dụng, mà không có chỗ dụng) → Đạt đến chân thật TU HÀNH.

“Người tu tập thiền định không được chấp dụng công, dụng mà không có chỗ dụng, gọi là Thiền thượng thừa”.

Tổ Pháp Loa

*** CHÂN THẬT TU THIỀN TỐI THƯỢNG THỪA**

- Có dụng công, nhưng không chấp, không có tướng dụng. Đó là “*Tu mà không tu*”, ⇔ Là “*Không chấp dụng công*”.
 - Như là không tu, nhưng lại đang công phu miên mật. Là “*Không tu mà đang tu*”, ⇔ Chính là “*Dụng mà không có chỗ dụng*”.
- Đã đúng “Nguyên lý công phu tu tập Thiền Thượng Thừa” Tổ Pháp Loa đã chỉ dạy.

✧ Tu trong Vô tu ⇔ Có pháp vẫn không pháp → Tu Thiền Tối Thượng Thừa.

1

Thực hành pháp BIẾT CÓ CHÂN TÂM

- Ngay thấy biết là chân tâm. Vì sống bằng cái thấy biết của chân tâm cho nên **đang tu**.
- Nhưng không làm gì thêm cả, do đó như là **không tu**. → Đây là “**Tu mà không tu**”.

2

Đã thuần thực CHÂN TÂM HIỆN TIỀN

- Hằng sống bằng chân tâm hiện tiền chứ không làm thêm gì cả, do đó như là **không tu**.
 - Nhưng không phải mê, mà là đang giác sáng, rạng ngời cho nên vẫn là **đang tu**.
- Đây là “**Không tu mà tu**”.

✧ CHÂN THẬT TU THIỀN TỐI THƯỢNG THỪA

- ✧ “**Tu mà không tu. Không tu mà tu**” như thế, không rơi vào dấu vết, tạo tác, sanh diệt.
- ✧ Áp dụng công phu như vậy là “**Có pháp, nhưng vẫn không pháp**”;
- ✧ Là chân thật tu hành theo tinh thần Thiền Tối Thượng Thừa (*Nhị Tổ Pháp Loa đã dạy*).



Pháp Tu Thiên

Biết Có Chân Tâm

2. Khéo Nhận Chân

Đúng Chân Tâm



1 Chân tâm có tướng hay vô tướng?

→ Vô tướng.

2 Chân tâm là sanh diệt hay vô sanh?

→ Vô sanh.

3 Chúng ta có biết được chân tâm không?

→ Nếu biết được thì chân tâm thành đối tượng bị biết → ngoài mình.

4 Chân tâm là biết hay không biết?

*** Thiền sư Nam Tuyên**

Đạo chẳng thuộc biết và chẳng biết. Biết là vọng giác, không biết là vô ký. Nếu thật đạt đạo thì chẳng nghi. Ví như hư không thênh thang, rỗng rang, đâu thể gắng nói phải quấy?

4 Chân tâm là biết hay không biết?

* Thiên sư Nam Tuyên:

Đạo chẳng thuộc biết và chẳng biết. Biết là vọng giác, không biết là vô ký. Nếu thật đạt đạo thì chẳng nghi. Ví như hư không thênh thang, rỗng rang, đâu thể gắng nói phải quấy?

* Chân tâm không thuộc về “Biết cùng chẳng biết”:

- Nói Chân Tâm là Biết thì đó là vọng giác. ⇔ Không biết là vô ký.
- **NẾU HAY:** Lặng lẽ, mắt hút các tướng, không một vết mê → Lúc này vốn tự sáng biết, trùm khắp, (*bởi muốn không biết cũng không được*) → Ngay đó, **Chân tâm hiện tiền.**
 - Khéo thể nhận thì vốn tự sáng biết, hiển hiện rõ ràng, không chút nghi ngờ.
 - Người đứng bên ngoài thì không thể suy lường nghĩ tưởng đến được.

* Khéo thâm nhận

* Ngài Định Hương (*Việt Nam*) hỏi Thầy mình là Thiên sư Đa Bảo: - Làm sao thấy được chân tâm?
Thiên sư Đa Bảo đáp: - Là người tự nhọc.

Sư hoát nhiên tỉnh ngộ, thưa: - Tất cả đều như vậy, đâu phải riêng con.

- Chân tâm ngay chính nơi mình, chỉ khéo thâm nhận, thâm khế hợp → Mối hay đã sẵn lâu rồi; ai cũng vậy.
- Nếu tìm hỏi bên ngoài, mong được thấy → Đã biến thành tướng sở duyên → Chỉ là tự nhọc, không thể được.

*** Chân tâm CÓ hay KHÔNG?**

- Nói CÓ hay KHÔNG → Đều nhằm trên tướng để nói → MÊ TÂM.
- Bật hết các tướng, không vết mê mờ → Chân tâm hiện tiền,
- Không cố suy nghĩ, hay gượng bần nói là CÓ hay KHÔNG.

*** Chân tâm ở đâu?**

- Chân tâm vô tướng, vốn tự thân thưng trùm khắp.
- Nếu có nơi chốn cố định (dù đó là hư không) thì Chân tâm đã có giới hạn, ngăn mé, không phải thân thưng trùm khắp như bản chất của nó.
- Chân tâm sáng biết, trùm khắp tất cả chỗ, không nơi nào thiếu vắng.
- Nhưng không phải ở tại tất cả chỗ, hay ở vào bất cứ một nơi nào cả.

*** NHẬN SAI:** - Có một chân tâm, như thế nào đó, ở đâu đó → Từ đó, hiểu về, thâm nhận về chân tâm đó. Thâm thâm trong hông ngực vẫn còn có một vật, bị ngăn ngại.

*** KHÉO NHẬN:** - Mất hút các tướng, không một vết mê → Lúc này vốn tự sáng biết trùm khắp. Bởi muốn không biết cũng không được → Chân tâm hiện tiền.

- Thấy nghe hiểu biết tự lưu thông, không cần khởi tâm động niệm → **CHÂN TÂM HIỆN TIỀN.**

TÓM LẠI: CẦN NHẬN CHÂN ĐÚNG CHÂN TÂM

1 Chân tâm có tướng hay vô tướng? → Vô tướng.

2 Chân tâm là sanh diệt hay vô sanh? → Vô sanh.

3 Chúng ta có biết được chân tâm không?

→ Nếu biết được thì chân tâm thành đối tượng bị biết → ngoài mình.

4 Chân tâm là biết hay không biết?

→ Chân tâm không thuộc về biết cũng chẳng biết. Chỉ lặng lẽ mất hút các tướng, không mê thì chân tâm tự sáng biết rõ ràng như thế.

5 Chân tâm ở đâu?

→ Chân tâm sáng biết trùm khắp, không nơi nào thiếu vắng.

→ Nhưng chẳng phải ở tại tất cả chỗ, hay ở tại bất cứ một nơi nào cả.

KIỂM TRA BÀI CŨ

- 1) Chân tâm ở đâu?
- 2) Chân tâm là biết hay không biết?



THẢO LUẬN NHÓM

Hòa Thượng Tông Chủ dạy chúng ta luôn tự nhắc: “*Mắt biết thấy sắc là chân tâm, tai biết nghe tiếng là chân tâm... Ý biết pháp trần là chân tâm*”.

→ Là có ý chỉ gì?

