

KHÁI QUÁT

DỤNG CÔNG TU THIỀN

* KHÁI QUÁT DỤNG CÔNG TU THIỀN

1

CHỈ THẰNG TRỰC CHỈ

*Không pháp cũng là
một pháp*

* Chỉ thẳng, nói thẳng tưng tánh.

- Chưa nói năng, tánh này đã sẵn.
- Khéo chỉ bày – Khéo thâm nhận.
- Dám tin, dám nhận, dám sống thẳng.

Kiến tánh khởi tu.

Khéo nhận lại tưng tánh.

Như cá hóa rồng.

2

PHƯƠNG PHÁP HÀNH TRÌ

*Có pháp, nhưng vẫn
không pháp*

* Chỉ bày PP. Hành trì – Khéo dụng công.

- Nói rõ phương pháp hành trì.
- Khéo léo hạ thủ công phu.
- Tu trong vô tu → Chân thật tu hành.

Sổ tức – Tùy tức.

Tri vọng. Biết chân tâm.

Ba thời kỳ nói pháp.

* THẰNG MỘT ĐƯỜNG TU

3

MẮT HÚT HIỆN BÀY

Tuyệt hậu tái tô

* Buông xuống, mắt hút, hiện tiền.

- Đương cơ phóng hạ.
- Khéo mắt hút các tướng,
- Tất cả hiện bày.

Các lưu ý.

Buông xuống,

Rơi rụng – Võ vụn.

An nhiên – Giác sáng.

BÀI HỌC HÔM NAY



Môn: THIỀN HỌC VIỆT NAM

Học kỳ một

* Tiết 19-20:

Dụng Công Tu Tập Thiền – 6 (*Tiết cuối*)

MẮT HÚT - HIỆN BÀY
THẰNG MỘT ĐƯỜNG TU





Các

Lưu Ý Khác



* THẢO LUẬN NHÓM

* Buổi đầu mới tập ngồi thiền thấy toàn buồn ngủ, vọng tưởng, nhọc nhằn... Không có lợi ích. Vậy ngồi làm gì! Chúng ta thấy thế nào về điều này? Giải thích cho người này những gì?



Các Lưu Ý Khác

1

Sự Tiến Bộ:

- Có tu tập, dụng công đúng pháp,
- chắc chắn sẽ có sự tiến bộ.

2

Không Phải Do Trải Qua Hết Các Bước Từ Thấp Tới Cao Mà Được Ngộ.

- Có khi thực hành qua bốn bước rồi vẫn chưa tỏ ngộ.

3

Không Phải Chờ Trải Qua Hết Các Bước Từ Thấp Tới Cao Mới Được Ngộ.

- Thời tiết nhân duyên chín muồi, có thể tỏ ngộ bất cứ lúc nào.

4

Không Được Chấp, Cho rằng Do Tu Một Pháp Nào Đó Mà Được Ngộ.

5

Không Nên Vượt Bậc.

6

Không Theo Tướng Lạ Bên Ngoài.



Mất Hút

Hiện Bày



Khi chuẩn bị xong, tất cả đã sẵn sàng để công phu, hành giả kiểm tra công phu tu tập qua ba kỹ năng.



- * Nếu an nhiên mà không sáng rõ thì êm dịu quá, dễ hôn trầm.
- * Nếu sáng rõ mà thiếu an nhiên thì đầu hơi bị căng thẳng, khó ngủ...

ĐƯƠNG CƠ PHÓNG HẠ

Ngay đây buông sạch!

BUÔNG XUỐNG

- Không phải buông bỏ.
- Để không dính mắc → TRÀN BỜ.

RỎNG SUỐT

RƠI RỤNG - VỠ VỤN

AN NHIÊN + GIÁC SÁNG

THỂ NGỘ TỰ TÁNH

**DIỆU HUỆ VÔ
THƯỢNG CHIẾU
SOI KHÔNG CÙNG**

NHƯ THỊ

THUẦN THỰC



Thẳng Một

Đường Tu



TRƯỜNG PHẬT HỌC TRÚC LÂM

THẢO LUẬN NHÓM

✧ Đang khi vọng tưởng, có tánh này không? Nếu không thì ai đang biết vọng tưởng? Nếu có, tại sao lại bị vọng tưởng chi phối?



*** Thiên sư Hàm Thi**

Bởi do ở lâu trong mê nên tâm đã thành tướng. Lấy tướng duyên tâm, tâm đồng thì tướng hết. Rồi tướng cạn cái thấy, cái thấy bày thì tướng không còn. Nên ngoài phân biệt vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh. (Tổng Luận Kinh Lăng Nghiêm Trực Chỉ)

- * **Bởi do ở lâu trong mê nên tâm đã thành tướng:** *Tướng từ tâm biến hóa → Tâm và tướng vốn đồng một thể tánh. ⇔ Do ĐỒNG MỘT THỂ TÁNH → Cho nên:*
- * **Lấy tướng duyên tâm, tâm đồng thì tướng hết:** *Do tướng là sự biến hiện của tâm. Hàng phục vọng tướng, hướng đến tự tâm giác sáng. Tột cùng được tâm này thì vọng tướng không còn.*
- * **Rồi tướng cạn cái thấy, cái thấy bày thì tướng không còn:** *Không bàn vọng tướng, khéo lựa ra cái thấy biết. Ví dụ, ngay đây đưa tay lên, hạ tay xuống, để lựa ra tánh thấy biết. Nếu được ngộ ra, tánh thấy biết hiện bày → Thì vọng tướng tự vắng bật, dứt trừ.*
- * **Nên ngoài phân biệt,... chờ đợi phát minh:** *Sống thẳng tự tánh giác sáng, tự tin hạ thủ công phu tu tập → Thời tiết nhân duyên chín muồi thì tâm tự bừng ngộ (Phát minh).*

★ TÓM LẠI

Ngoài phân biệt, vẫn lưu lại căn tánh để chờ đợi phát minh.

Phân biệt

Phân biệt các pháp - Vọng tưởng.

Căn tánh

Tự tánh giác sáng



PHÁT MINH

★ CỤ THỂ

- Đang khi vọng tưởng, tánh này không thiếu.
- Dù đang còn vọng tưởng, nhưng để yên, không can thiệp.
- Ngay đây dám tự tin nhận thẳng → là tu hành = LƯU LẠI CĂN TÁNH.
- Việc còn lại là sẽ có lúc đủ duyên bùng sáng = CHỜ ĐỢI PHÁT MINH.
- Chứ không phải ngồi đó chờ đợi để được ngộ.

*** NGAY KHI VỌNG TƯỞNG, CÓ TÁNH NÀY KHÔNG?***** Kinh Lăng Nghiêm**

Thể 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.

*** CHO THẤY**

- **Ngay khi vọng tưởng, tánh này vẫn không mất.**
- **Chỉ là chúng sanh sống trên nó, nhưng bỏ sót.**

* LÀM SAO NHẬN BIẾT, ĐANG KHI VỌNG TƯỞNG, TÁNH NÀY KHÔNG THIẾU?

- Nếu không có tánh này → thì ai nhận biết có vọng tưởng?
- Nếu cho rằng, cái biết vọng tưởng vẫn còn là vọng giác → Thì ai biết đó là vọng giác? ⇔ Nếu không phải là tánh này đang sẵn đó?

→ BUÔNG LUÔN ĐI → TÁNH NÀY LIỀN ĐÓ HIỂN HIỆN, BẬT NGHĨ NGỜ.

CÔNG PHU NHẬN THẲNG TÁNH NÀY THẾ NÀO?

- Không khởi cái biết, để biết về, biết theo vọng tưởng.
- Không can thiệp hoặc làm gì thêm trên vọng tưởng hay các tướng.
- Chỉ lặng lẽ, tự sáng biết. *Nhưng không phải biết về hay biết theo gì.*
- Công phu như thế là nhận thẳng, sống thẳng, khế hợp tự tánh.
- Việc còn lại là thời tiết nhân duyên chín muồi → Tánh này bùng vỡ.

* Tuệ Trung Thượng Sĩ

- *Mệt thì ngủ chừ nơi chẳng quê hương.*
- Lặng xuống, mắt hút các tướng → Tâm thể sáng rõ, lạc an.
- **Liên đó được ngoi nghỉ tuyệt đối.**

* Sơ Tổ Trúc Lâm

*Gìn tính sáng tính mới hầu an,
Nén niềm vọng, niềm dưng chẳng thác.*

* CHO THẤY

- **Chỉ có tánh này,**
- **Mới cho chúng ta an ổn tuyệt đối.**

**GIỮA
TRẦN ĐỜI
XUÔI NGƯỢC
DỌC NGANG
KHIẾN MỆT
NHOÀI**

**Chúng ta đã đối diện
như thế nào?**

VỊNH VÂN YÊN TỰ PHÚ

*Cốc được tỉnh ta nên Bụt thực,
Ngại chi non nước cảnh đường xa.*

- Tam Tổ Huyền Quang -



- * Nhận ra tánh Phật chính mình rồi, → Sẽ rất hoan hỷ,
→ Không còn thấy vòng luân hồi là xa xôi diệu vợi nữa.
- * **Ngang đây: Sống là Tu → Tu là nhẹ nhàng hoan hỷ → Sống là vui.**
- * **Không còn mong ngóng một điều gì đó ở đâu xa để phải cảm thấy nhọc nhằn, mệt mỏi.**

TÓM LẠI

CÔNG PHU
TU TẬP

- Không khởi cái biết để biết về, biết theo vọng tưởng.
- Không can thiệp trên vọng tưởng và các tướng.
- Chỉ là mất hút các tướng, không mê → Lúc này, muốn không biết cũng không được → Tánh mình tự sáng biết.
- Hằng ngày, trên mọi sinh hoạt, khéo nhận thẳng tánh sáng biết ấy → Công phu tự khế hợp thể tánh.
- Công phu đặc lực, chín muồi → Bản tánh tự bùng vỡ.

❁ KIỂM TRA BÀI CŨ

❁ Đang khi vọng tưởng, có tánh này không? Nếu không thì ai đang biết vọng tưởng? Nếu có, tại sao lại bị vọng tưởng chi phối?



❁ THẢO LUẬN NHÓM

- 1) Vì sao hành giả tu Phật, cần phải tu học đồng thời?
- 2) Là người tu Phật, nên học những điều căn bản cần thiết nào?

