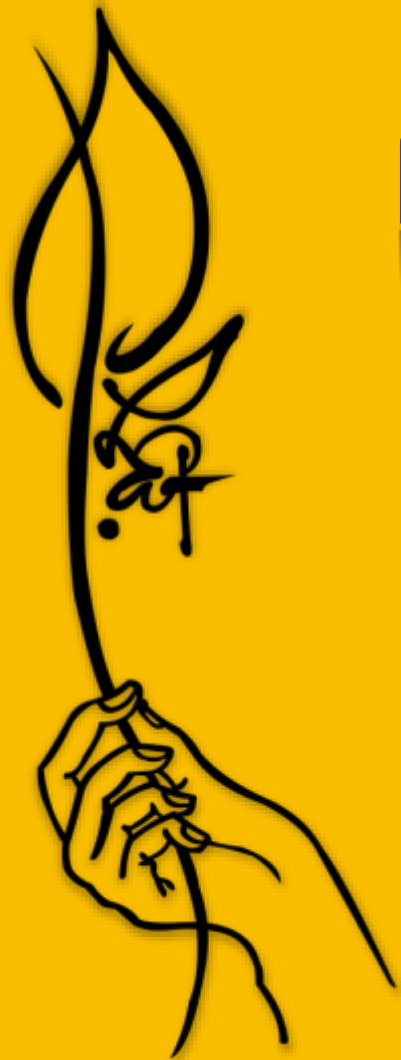




Môn: THIỀN HỌC VIỆT NAM

Học kỳ một

Kiểm Tra Bài Cũ



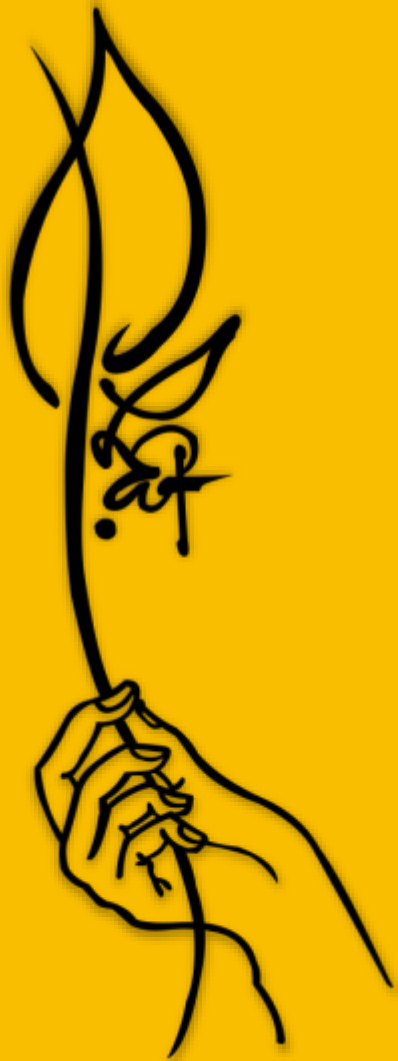
❁ KIỂM TRA BÀI CŨ

Pháp Sổ Túc và Tùy Túc có phải là phương pháp hành trì của Thiền phái Trúc Lâm Việt Nam hay không? Vì sao?



❖ KHÔNG. VÌ:

- Đây là hai pháp chủ yếu để điều thân, điều tức;
 - Chỉ hỗ trợ cho buổi đầu mới thực hành thiền, chưa phải công phu chính.
 - Không chấp, không kẹt vào đây, cho là pháp hành trì chính.
- Phương pháp hành trì của Thiền phái Trúc Lâm Việt Nam là công phu hướng thẳng tụt tánh, ngộ thẳng tánh này.
 - Không trụ, dừng, kẹt trên phương tiện hay bất kỳ phương pháp nào cả.
 - Do đó, Thiền tông chủ trương: Lấy tâm làm tông. Lấy cửa không làm cửa pháp.



Môn: THIỀN HỌC VIỆT NAM

Học kỳ một

DỤNG CÔNG TU THIỀN

Tri Vọng

Pháp Tri Vọng

Biết Vọng Không Theo

1. Phương Pháp Hành Trì

KHÁI QUÁT CHUNG - XÁC ĐỊNH VẤN ĐỀ

1 **Vọng là gì?** • Là huyền hóa, không thật. ⇔ Không phải tâm chân.

2 **Vọng gồm những gì?**

- Là tất cả những gì không phải chân thật là mình.
- Tất cả những gì bên ngoài, bị chúng ta nhận biết.

3 **Giới hạn vấn đề trong pháp tri vọng**

- Hạ thủ công phu: Biết rõ những niệm tưởng khởi lên là huyền hóa, không thật.
- Trong sinh hoạt: Biết rõ thân, tâm sanh diệt, cảnh giới, vạn vật... Là huyền hóa.

4 **Tại sao phải biết vọng?**

- Bởi bản chất thật của các pháp hữu vi (*thân tâm sanh diệt và các pháp*) là huyền vọng.
- Và nếu không biết rõ, sẽ bị vọng chi phối, tạo nghiệp, đi trong sanh tử chịu các khổ đau.

5 **Tại sao chỉ biết vọng tưởng?**

- Mọi thứ tuy nhiều, nhưng tất cả đều từ tâm niệm mà nhận biết hoặc tạo tác nên.
- Chỉ cần thấy rõ tâm niệm là huyền hóa, không thật → Thì tất cả không có giá trị chi phối.

* THẢO LUẬN NHÓM



- Trình bày một cách tóm gọn nhưng đầy đủ về pháp Tri Vọng?

* BIẾT VỌNG KHÔNG THEO

- * Tướng Tri Vọng.
- * Tánh Tri Vọng.

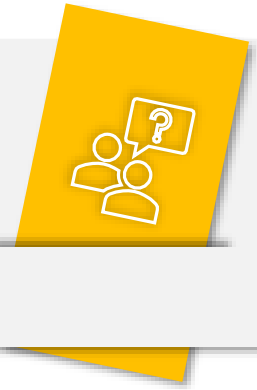
Tướng Tri Vọng

- Ngồi yên, tỉnh giác.
- Nếu có niệm khởi thì biết nó là huyễn hóa, không theo.

Tánh Tri Vọng

- Tâm lắng lặng, không khởi, nhưng tự sáng biết rõ ràng.
- Hành giả thấy rõ, chơn và vọng đều từ một thể của tự tánh.
- Như sóng và nước tuy khác, nhưng đồng một tánh ướt.

* THẢO LUẬN NHÓM



- **Tướng tri vọng và tánh tri vọng khác nhau ở những điểm căn bản nào?**

* SỰ KHÁC NHAU GIỮA TƯỚNG TRI VỌNG VÀ TÁNH TRI VỌNG

- **TƯỚNG TRI VỌNG:** - Chưa thuần thực – Chỉ thực hành phương pháp.
- **TÁNH TRI VỌNG:** - Đã thuần thực – Ngay vọng, hành giả khéo nhận tánh chân.
- **THUẦN THỰC:** - Là công phu đã thuần thực hay chưa thuần thực.
- Không luận thời gian là đã tu lâu hay mới tu. } → **Chỉ khéo thâm nhận**

✿ THẢO LUẬN NHÓM



- **Biết vọng thế nào thì “Biết vẫn còn là vọng giác”? Biết vọng thế nào thì “Biết là trí tuệ”?**

✿ **Biết vọng thế nào thì “Biết vẫn còn là vọng giác”? Biết vọng thế nào thì “Biết là trí tuệ”?**

- **KHỞI BIẾT ĐÊ BIẾT = VỌNG GIÁC**
- **KHÔNG KHỞI MÀ TỰ SÁNG BIẾT = TRÍ TUỆ**
- **Nếu cho rằng, cái biết vọng tưởng vẫn còn là vọng giác → Thì ai biết đó là vọng giác? ⇔ Nếu không phải là chân tâm đang sẵn đó?**

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

✿ THẢO LUẬN NHÓM



- **Đã biết là huyễn vọng, nhưng vì sao vẫn còn bị các vọng chi phối?**

✿ Đã biết là vọng, nhưng vì sao vẫn còn bị vọng chi phối?

1 Đứng ở đâu để biết vọng?

- Nghe giảng về vọng → Hiểu rõ vọng tưởng. → Sự hiểu biết cũng là 1 loại vọng.
- Như vậy: Dùng tâm vọng để hiểu vọng → Quả tang đang chìm trong vọng, chưa thoát khỏi vọng → Nên còn bị vọng chi phối.
- Dùng tâm lặng sáng, tự rõ biết vọng → Thoát khỏi vọng → Mới thắng vọng tưởng.

2 Do chưa đủ tỉnh lược

- Khinh an hoặc tỉnh lược mạnh → Vọng tự yên ⇔ Không thể do làm gì để được.
- Khi bừng ngộ → Vọng tự dứt bật.

ĐỨC KẾT

1 KHÁI QUÁT

- Pháp Tri Vọng, gồm: Tánh tri vọng và Tướng tri vọng: *Nêu đầy đủ.*
- Sự khác nhau giữa Tánh tri vọng và Tướng tri vọng. ⇔ Thuần thực là thế nào?

2 TỔNG QUAN

- Biết vọng thế nào thì biết vẫn còn là vọng giác ⇔ Và thế nào thì ngay biết là trí tuệ?
- Tri vọng: *Mình tự sáng biết* ⇔ *Chứ không phải biết về, biết theo vọng tưởng.*

3 KINH NGHIỆM TU TẬP

- Lặng – An – Suốt thông → Giúp làm chủ vọng tưởng (*tự không bị vọng chi phối*).
 - Ngay vọng: Chỉ là tự giác sáng – Không theo, không can thiệp thêm gì trên nó.
 - Ngay vọng: Nhận ngay tánh giác sáng – Không can thiệp trên vọng.
 - Hoặc nhận ngay tánh lặng trong – Không can thiệp trên vọng.
-
- Vọng không chi phối.
 - Làm chủ, nhẹ nhàng.

CÂU HỎI ÔN TẬP THI - KHÓA 3

- 1) Buổi đầu tọa thiền bị nhiều vọng tưởng hơn lúc làm việc, chúng ta cần thấy ra gì và khắc phục như thế nào?
- 2) Vì sao trong các Thiền viện, Thiền sinh phải lao tác?
- 3) Hòa thượng Tông Chủ đã đào tạo Thiền sinh qua các phạm trù cơ bản nào?
- 4) Thiền là gì? (*Chỉ nêu định nghĩa căn bản và tóm kết*).
- 5) Pháp Sở Tác và Tùy Tác có phải là phương pháp hành trì của Thiền phái Trúc Lâm Việt Nam hay không? Vì sao?
- 6) Trình bày một cách tóm gọn, nhưng đầy đủ về pháp Tri Vọng?
- 7) Biết vọng thế nào thì “*Biết vẫn còn là vọng giác*”? Biết vọng thế nào thì “*Biết là trí tuệ*”?