

MỤC LỤC TÍNH HOA KINH LUẬN NGUYÊN THỦY (theo bài)

(Cập nhật đến bài 81)

Bài	Nội dung
01	Kiến thức nền tảng:
	Giảng giải ý nghĩa chữ A Tỳ Đạt Ma
	Giáo pháp của Phật có 4 tạng
	Thời gian thành Phật của 3 chủng tánh: (chủng tánh tinh tấn, trí huệ và đức tin)
	Nhân duyên ra đời của Tạng A Tỳ Đàm
	Phân chia Thời gian học và hành của mỗi độ tuổi
	7 chi thiền
	Thế nào là 5 Triền cái?
	Những người có khả năng đặc quả
	Nghi có 3 loại: - Nghi đối với Tam Bảo - Nghi đối với giáo pháp - Nghi về kiến giải
	Thập độ ba-la-mật của Bồ-tát Nam truyền
	Tầm quan trọng của nền tảng Vi Diệu Pháp:
	Kinh văn:
	Bài kệ 1 (Lý do ngài Thiên Thân nói Luận Đối Pháp Tạng)
02	Kiến thức nền tảng:
	Giới thiệu sơ lược Tâm sở Tư
	Năm Nguyên Do Khiến Người Nghe Pháp Không được Lợi Ích
	Năm Nguyên Do Khiến Người Nghe Pháp Được Nhiều Lợi Ích
	Những hạng người đầu thai với tâm Tam nhân, Nhị nhân hay Vô nhân
	Lợi ích khi chúng ta học bộ này sẽ được những gì
	Câu chuyện ông tiên Asiata (A-Tư-Đà)
	Câu chuyện đức Phật Thích Ca cúng dường mái tóc, dùng thân mình trải đường cho đức Phật Nhiên Đăng

	• Câu chuyện bà Gotami cúng dường bộ y (sơ phát tâm công đức viên mãn thành tựu)
	• Câu chuyện của vua Tỳ Lưu Ly và dòng họ Thích
	• Đức Phật nói về 3 hạng người
	• Cách học pháp
	Kinh văn
	• Bài kệ 1 + Luận
03	Kiến thức nền tảng:
	• Câu chuyện của tướng cướp Vô Não (Angulimala) trong Kinh Tăng Nhất A Hàm
	• Đức Phật chia chúng sanh có 6 hạng người: (Dục tánh, Nộ tánh, Độn tánh, Đãng tánh, Mộ tánh, Ngộ tánh)
	• Thế nào là Bồ thí Ba-la-mật? (Thả chim hay thả diều)
	• Làm sao từ phạm phu để trở thành Thánh nhân?
	• Công án Thiền (Đệ tử đưa cán dao cho Sư phụ)
	• Câu chuyện ông Biện Trang dạy bắn cung
	• Duyên hệ: Hiện hữu duyên, Vô hữu duyên, Vô gián duyên
	• Tâm sở là gì? • Tâm sở Phú, Cuống, Siểm; • Tâm sở Tầm, Tứ
	• Phá Thân kiến: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức (Tưởng có 3 tướng: Dục Tưởng, Thiền tưởng và Quán tưởng)
	• Có 4 hạng người trong Kinh Tăng Nhất A Hàm: - Hạng người đi từ tối vào tối - Hạng người đi từ tối ra sáng - Hạng người đi từ sáng vào tối - Hạng người đi từ sáng ra sáng
	• Sáu căn, sáu thức, sáu trần (Sáu căn tiếp xúc Sáu trần mà bất như ý, thì chiêu cảm đời sau bất như ý)
	• Vì sao bộ này quan trọng?
	• Câu chuyện của vị Giáo sư người Đức và ông già 50 năm lau Chánh điện Mật tông (tu Nhẫn nhục Ba-la-mật)
	Kinh văn

	• Bài Kệ 2 – phần 1 + Luận: - Thế nào là Đối pháp - Thế nào là Trạch pháp
04	Kiến thức nền tảng:
	• Khai thị: Tầm quan trọng của việc học giáo lý
	• Câu chuyện vị Tỳ-kheo Cù Lê Ba (hay Cù Ba Lê) đạt Tâm giải thoát thì tự sát để không thoái chuyển
	• Nhắc nhở: Người hiểu giáo lý thì mọi lúc, mọi nơi, mọi thời điểm, lúc nào cũng tu
	• Trong kinh nói, để gặp nhau nữa chúng ta phải có bốn điều tương đồng: 1. Đức tin; 2. Bồ thí; 3. Giới hạnh; 4. Trí huệ
	• Duyên hệ: - Nhắc lại Thiền duyên - Tác dụng của Năm chi thiền: Tầm, Tứ, Hỷ, Lạc, Định - Đạo duyên
	• Tâm sở: - Phân biệt giữa Tâm sở Tác ý và Tâm sở Tư - Tầm quan trọng của Tâm sở Tư
	• Thế nào là pháp Yết-ma Úp bát? Có 2 trường hợp: 1. Người Cư sĩ cúng dường mà ngã mạn 2. Cư sĩ trụ tín
	• Nhân duyên đức Phật cho ăn ngày 2 bữa (Thuyết Nhất Thiết Hữu Bộ Tì Nại Da)
	• Cung kính Tam bảo, cung kính Tỳ-kheo
	• Bốn nghiệp quyết định mình tái sanh về đâu: 1. Thường nghiệp; 2. Trọng nghiệp; 3. Khinh tiểu nghiệp; 4. Cận tử nghiệp
	• Cách thức hộ niệm người lâm chung
	• Ba hạng người có thể biết được mình sanh về đâu
	• 3 đặc điểm của chủng tánh Bồ-tát
	• Khai thị: Vì sao mình phiền não?
	• Khai thị về Hành khổ trong ba khổ
	• A Tỳ Đàm nói 2 hạng người hạnh phúc
	• Chia sẻ: Cách nhìn về ngài Minh Tuệ
	• Khai thị: Bí quyết tu hành là hãy sống thật với chính mình, dùng tâm đơn

	giản (gọi là anh nhi hạnh) thì dễ chứng đạo.
	Kinh văn
	• Bài Kệ 2 – phần 2 + Luận: - Vì sao Luận này gọi là Đối Pháp Tạng
	• Bài kệ 4,5,6: giải thích sơ lược: Thế nào là pháp Hữu lậu và Vô lậu?
05	Kiến thức nền tảng:
	• Nội dung khác nhau giữa Duy Thức và A Tỳ Đàm
	• Câu chuyện của bà lão bị mất 7 người con, nhưng nhờ giáo pháp của Phật mà chuyển khổ đau thành an vui. Sau đó cả gia đình quy y và chứng quả.
	• Duyên hệ: - Nghiệp duyên - Quả duyên - Vật thực duyên
	• Tâm sở Tư tạo ra nghiệp -> phải khéo vận dụng
	• Khi làm việc tốt, tâm có cầu, thì hãy cầu quả Vô thượng Bồ-đề.
	• Câu chuyện 2 người nghèo cùng cúng dường cát cho đức Phật Tỳ Bà Thi -> 1 người cúng rải trên đường đi, 1 người rải chỗ ngồi -> quả báo khác nhau
	• Kinh nghiệm Tuệ quán: Khi tu không được, thì hãy xét lại những điều sau... 1. Mình có làm hay xúc phạm ai mà mình chưa xin lỗi 2. Mình có hứa với ai điều gì mà quên không làm 3. Mình có kế hoạch dự trù công việc nào mà mình quên mất 4. Sức khỏe của mình có vấn đề hay không 5. Chỗ ở hay quần áo v.v... có vấn đề hay không 6. Giới luật [của] mình có vấn đề hay không 7. Pháp tu, đề mục tu của mình có ổn chưa, có phù hợp với mình chưa 8. Mình đã hết nghi ngờ chưa
	• Hai thái cực khi tu hành: - Giữ tâm như nền gạch: Tu Chỉ - Giữ tâm như nền đất: Tu Quán ** Âm thanh là gai nhọn của Sơ thiền
	• Để chứng quả vị thì phải có công phu Thiền chỉ: - Thiền định: Sơ thiền trở lên - Vị đạo định - Sát-na định

	• Khai thị: Muốn tu đúng cách thì phải học giáo pháp
	• Khai thị: Nên chọn ai làm Thầy? (Hãy lấy Giới làm thầy, lấy pháp của Phật làm thầy)
	• Vấn - Đáp: Mình có ý niệm cầu đắc đạo, cầu giải thoát, thì có phải là tham không?
	• Bốn hạng người thức khuya
	• Người tu hành không nên thề thốt, thề dọa lạc (Trong giới Tỳ-kheo có giới: là dù bị oan ức hay thế nào cũng không được thề độc)
	• Kinh Thất Ngưu (Kinh A Hàm)
	Kinh văn
	• Bài Kệ 4,5,6 + Luận - Pháp Vô vi: Hư không Vô vi; Trạch diệt Vô vi; Phi trạch diệt Vô vi - Pháp Hữu vi
06	Kiến thức nền tảng:
	• Bốn hạng người tu hành (<i>Kinh Bấy Mồi</i>)
	• Bản chất [của] chúng sanh là sống theo thói quen, tập khí. Mình không sửa đổi những tập khí, thói quen đó, thì mãi mãi vẫn là một chúng sanh trong vòng sanh tử.
	• Duyên hệ: - Thường cận Y duyên - Ly khứ duyên - Bất ly duyên
	• Người tu hành không nói đùa. (Câu chuyện của: đức Phật Thích Ca, Ma vương Ba Tuần, và vị A-la-hán)
	• Tâm bình sinh và tâm tục sinh
	• Các tầng trời: Trời Vô Tướng, trời Tứ Thiên Vương, trời Đao Lợi, trời Dạ Ma - trời Tha Hóa Tự Tại
	• Kinh Bấy Mồi (Kinh Nikaya): Nếu đắc được Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, thì không bị Ma vương [phá] nữa. Trừ khi mình thoái tâm, thoái công phu.
	• 5 phương pháp tu Thiền chỉ Thiền quán: - Một là tu Thiền chỉ. - Hai [là] tu vừa Thiền chỉ, vừa Thiền quán. Thiền chỉ trước, Thiền quán

	sau. - Thứ ba [là tu] Thiền quán trước, Thiền chỉ sau. - Thứ tư [là] vừa Thiền quán vừa Thiền chỉ song vận. - Thứ năm là tu Thiền quán không thôi.
	• Giá trị của việc tu tập
	Kinh văn:
	• Bài Kệ 4,5,6 + Luận - Trạch diệt và Phi trạch diệt Vô vi - Pháp Hữu vi (còn gọi là Ngũ uẩn, Thế lộ, Ngôn y, Hữu Ly, Hữu sự) - Ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức - Tứ đại: Đất, Nước, Gió, Lửa
07	Kiến thức nền tảng:
	• Tầm quan trọng của việc học - Nhận thức khác nhau sẽ dẫn đến hành trì khác nhau
	• Khai thị: Phải tu học thế nào? - Phải có một kiến thức nền tảng đủ rồi, thì chúng ta mới nhất môn thâm nhập được - Phải tu làm sao trong mọi thời, mọi lúc, đều an lạc hiện tiền, rồi mình tu Pháp môn nào mới đắc lực. - Sáu căn tiếp xúc với Sáu trần bằng cảnh không như ý thì chiêu cảm quả đời sau bất như ý
	• Có ba kiểu tử (chết): 1. Kiểu chết của người Liễu đạo 2. Kiểu chết của người Hiểu đạo 3. Kiểu chết của người Vô đạo
	• Dấu Hiệu Nhận Biết Người Trụ Trong Tà Tụ Hay Chánh Tụ (<i>Kinh Tăng Nhất A Hàm</i>)
	• Duyên hệ: - Trưởng duyên - Tương ưng duyên - Bất tương ưng duyên • Học Duyên hệ để làm gì?
• •	• Câu chuyện tiền thân: Công chúa Mâu Ni • Kinh Tăng Nhất A Hàm: “Trong ba đời chư Phật quá khứ, hiện tại, vị lai, Ta là vị Tinh tấn Đệ nhất”

	Nơi mà đức Phật Thích Ca chưa từng đến (5 tầng trời Bất Hoàn)
	4 kiểu dạy Đệ tử của đức Phật (Kinh A Hàm, hoặc Kinh Nikaya)
	Khai thị: Hãy bớt chấp trước, bớt tâm khống chế người ta theo mình, [thì] mình sẽ sống một cách nhẹ nhàng.
	Tại sao đức Phật không cho các ngài A-la-hán dùng Thần thông?
	Vì sao nên tu cả Chỉ lẫn Quán?
	Công án Thiền: “Có một đàn sư tử do một con cừu dẫn đầu đấu với một đàn cừu do một con sư tử dẫn đầu. Hai đàn đó đấu với nhau, bên nào chiến thắng?”
	Khi tu, có chuyển liên không? Quả báo có đến liền không?
	Cúng dường bậc nào để hưởng quả đời này, đời sau?
	Kinh Ví Dụ Về Núi (Một vị chứng đắc được Kiến cụ túc, là quả vị Tu-đà-hoàn, thì việc của người đó đã làm xong, nhiều như núi Tu-di. Còn việc người ta chưa làm xong, ít giống như bảy hạt sỏi thôi)
	Kinh văn:
	Bài kệ 7 + Luận: - Pháp Hữu vi (Ngũ uẩn, Thế lộ, Ngôn y, Hữu Ly, Hữu sự) - Ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức Bài kệ 8 + Luận: - Hữu lậu (Thủ uẩn; Hữu tránh; Khổ, Tập, Thế gian; Kiến xứ; Tam hữu)
08	Kiến thức nền tảng:
	Duyên hệ: - Dị thực quả duyên - Hỗ tương duyên
	Tâm sở: - Tâm sở Tầm: Dục tầm; Sân tầm; Hại tầm - Tâm sở Tưởng: Dục tưởng; Sân tưởng; Hại tưởng
	Bốn căn duyên sự [khiến] trước khổ sau vui. “Lại vì nhân duyên gì trước vui sau khổ? Lại vì nhân duyên gì trước khổ sau vui? Lại vì nhân duyên gì trước khổ sau khổ? Lại vì nhân duyên gì trước vui sau vui?” (Kinh Tăng Nhất A Hàm)

	• Câu chuyện, về ngài Cưu Ma La Thập • Câu chuyện ngài Tôn giả A Na Luật
	• Theo A Tỳ Đàm, chúng ta sống theo 3 kiểu: - Sống theo Thức - Sống theo Tưởng - Sống theo Trí
	• Mấy cách đi tìm Minh sư
	• Định nghĩa chữ 'Không' theo Kinh A Hàm
	• Đức Phật định nghĩa về Khổ: "Khổ là mình không thể dừng giữ lại vị trí đó mãi mãi"
	• Giải thích chữ 'Lưỡng Túc Tôn' theo Kinh A Hàm
	• Thường pháp của Như Lai
	• 5 phương pháp tu hành Thiền chỉ và Thiền quán: - Tu Thiền chỉ không thôi - Tu Chỉ trước Quán sau - Tu Quán trước Chỉ sau - Tu Chỉ quán song vận - Tu Thiền quán không thôi
	• Khai thị: Thiền Chỉ và Thiền Quán
	• Điều kiện để đắc quả
	• Vấn - Đáp: "Nếu chúng được Sơ thiền, thì có được Phật thọ ký không?"
	Kinh văn:
	• Bài kệ 8 + Luận (tiếp theo) - Hữu lậu (Hữu trính; Khổ, Tập, Thế gian; Kiến xứ; Tam hữu) • Bài kệ 9 - phần 1: - Sắc (Ngũ căn, Ngũ cảnh, Vô biểu) • Bài kệ 9 - phần 2 + Luận: - Tịnh sắc căn và Phù trần căn - Ngũ thức (Nhãn thức, Nhĩ thức, Tị thức, Thiệt thức, Thân thức) - Ngũ trần (Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc) • Bài kệ 10 + Luận: - Sắc (2 loại hoặc 20 loại)
09	Kiến thức nền tảng:
	• Các Nhân Để Ra Đời Gặp Đức Phật Di Lặc (Kinh Tăng Nhất A Hàm)

	• Giới luật: Một người có thể thọ bao nhiêu giới?
	• Định nghĩa về Kiếp (theo Phật)
	• Điều Mà A-La-Hán Không Làm Câu chuyện về ngài Tượng Xá Lợi Phất - Những điều mà A-la-hán không làm (11 pháp) - Thiền chỉ và Thiền quán - Năm thông và Sáu thông <i>(Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Câu chuyện của vị Tam quả A-na-hàm làm đồ gốm (liên quan đến chỗ phạm giới hay không phạm giới, trì giới hay không trì giới)
	• 4 loại tâm: 1. Tâm Dục giới: 54 tâm Dục giới 2. Tâm Sắc giới: - Tâm thiện Sắc giới (chia theo A Tỳ Đàm: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền, Ngũ thiền) - Tâm quả và Tâm tố Sắc giới - 5 chi thiền: (Tầm, Tứ, Hỷ, Lạc, Định) 3. Tâm Vô sắc giới 4. Tâm Thánh nhân
	• Bí quyết để trị tâm sân: là mình hãy thương, hãy dùng tâm từ bi để nghĩ đến chúng sanh
	• Cho nên tu hành, cuối cùng là tu ở đâu? Là tu ở đổi tâm, đổi tâm đi thì con đường giải thoát giác ngộ, quý vị đi rất nhanh
	• Câu chuyện về đoàn quân A-tu-la đi vào ngó sen
	Kinh văn:
	• Bài kệ 10 + Luận: Sắc: 2 loại: Hiển sắc và Hình sắc
10	Kiến thức nền tảng:
	• Chia sẻ câu chuyện Phật pháp nhiệm màu
	• Câu chuyện về Trưởng giả Cấp Cô Độc khi sắp qua đời
	• Biết thời nghi (Khi nào nên tu Thiền chỉ và Thiền quán) • <i>(Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Tuổi thọ của các tầng trời
	• Định nghĩa về kiếp trong Kinh A Hàm hay A Tỳ Đàm

	• (có nói đến do-tuần và a-tăng-kỳ)
	• Tuổi thọ loài người
	• Tâm thiền Vô sắc giới: - Tâm thiện Vô sắc - Tâm quả Vô sắc - Tâm tổ Vô sắc - Tâm thắng trí là Tâm hóa thông hay Tâm hiện thông
	• Câu chuyện Bà-la-môn tên là Kuvera • (Tâm thể nào thì sanh vào trời Tứ Thiên Vương)
	• Câu chuyện quá khứ của vua trời Đao Lợi
	• Cảnh giới trời Vô Tướng
	• Giảng về 4 tầng trời Vô sắc: Không Vô Biên Xứ; Thức Vô Biên Xứ; Vô Sở Hữu Xứ; Phi Tưởng Phi Phi Tưởng Xứ
	• Tác dụng của nhập vào các đề mục để có Thần thông
	• Ngũ thượng phần Kiết sử: 1. Sắc ái kiết 2. Vô sắc Ái kiết 3. Mạn [kiết] 4. Phóng dật kiết 5. Vô minh kiết
	• Nói về dục (sự mong muốn), thì có bốn hạng người
	• Câu chuyện ông Trưởng giả Thích Ma Ha Nam (cách xài tiền)
	• Cách tư duy để xả ly
	Kinh văn:
	• Bài kệ 10 + Luận: - Thanh (âm thanh): có 8 loại - Vị: có 6 loại - Hương: có 4 loại - Xúc: có 11 loại
	• Nói về cõi Vô sắc
	• Thân thức duyên với Ngũ xúc mà khởi (thức nào khởi trước)?
11	Kiến thức nền tảng:
	• Câu chuyện trong Tiểu Bộ Kinh: người nữ Cữ sĩ không được gia đình chồng cho xuất gia. Trong lúc đang nấu ăn thì đắc Tam quả A-na-hàm.

	Hai hạng người thông thường đặc đạo: 1. Nhìn vào thuận cảnh; 2. Nhìn vào nghịch cảnh
	Trích Kinh Khúc Gổ Trôi (<i>Kinh Tăng Nhất A Hàm</i>)
	Theo A Tỳ Đàm, 3 nghiệp chi phối con người, dẫn đến sự yêu thích, ghét, v.v... của mỗi người không giống nhau: 1. Tiền nghiệp; 2. Khuynh hướng tâm lý; 3. Môi trường sống
	Khai thị: Ở đời nương tựa vào đâu?
	Vấn - Đáp: “Sao con tu nhiều vậy mà không đắc quả?”
	5 Triền Cái (<i>Kinh Tăng Chi</i>)
	Các quả vị: - Tùy tín hành: (<i>Kinh số 10, phẩm Khổ Lạc thứ 27, trong Kinh Tăng Nhất A Hàm</i>) - Tùy pháp hành - Sơ lược các quả vị - Người chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn, nếu trước đó chưa thọ Tam quy Ngũ giới, thì họ cũng đắc được Ngũ giới. - Tam quả A-na-hàm làm được trọn vẹn 10 giới Sa-di
	Bộ Kinh Nhất Dạ Hiền Giả
	Chia sẻ cách nhập thất
	Trí: Văn, Tư, Tu
	Chia sẻ: Đã tin nhân quả luân hồi, đã tin Phật pháp, thì hãy cố gắng hành pháp.
	Vấn - Đáp: “Thưa thầy, tại sao mấy vị thần ở trên cây, mà sau đợt mưa bão này cây cối ngã đổ hết?”
	Nhắc nhở: “Y pháp bất y nhân”
	Chia sẻ: Thường pháp của chư Phật
	Chia sẻ: Phỉ báng, chửi rửa người tu hành thì quả báo lớn
	Chia sẻ: Cách tu phước
	Kinh văn:
	Bài Kệ 11 + Luận: - Vô biểu sắc do đâu? - Giải thích: Loạn tâm, Vô tâm; Tịnh và không tịnh

12	Kiến thức nền tảng:
	• Ý nghĩa của từ ‘Phật tử’
	• Khai thị Vô thường: Nhận thức cuộc đời rất quan trọng
	• Câu chuyện vị hoàng hậu tái sanh thành con bọ hung cánh cam. (Chuyện 207, chuyện tiền thân của đức Phật, trong Kinh Tiểu Bộ)
	• Nếu chúng ta tu tập đúng và đủ, thì đức Phật đảm bảo cho chúng ta năm điều kiện để thành tựu: 1. Chứng đạo ngay trong đời này, khi còn khỏe mạnh, nếu tu đúng và đủ 2. Nếu không chứng đạo ngay còn lúc khỏe mạnh đây, thì đến lúc lâm chung, cận tử nghiệp sẽ chứng đạo 3. Nếu lúc cận tử nghiệp mà bệnh đau, rồi chết, mà cũng không được [đắc đạo], thì được sanh về cõi Trời. Và khi sanh về cõi Trời, thì được chư Thiên (các Thiên tử), sẽ nhắc nhở cho quý vị tu tiếp 4. Nếu lên [cõi Trời] rồi mà tu cũng chưa chứng đạo nữa, thì khi gặp đức Phật ra đời (ví dụ như chúng ta gặp đức Phật Di Lặc) thì cũng sẽ là bậc tốc chứng 5. Nếu điều thứ tư cũng không được, thì đức Phật nói: khi đủ Ba-la-mật hay Ba-la-mật chín mùi, dù không có đức Phật ra đời, thì người ấy cũng tự động chuyển nguyện thành một vị Độc giác
	• Nhắc nhở: “Y pháp bất bất y nhân”. • Người tu hành phải y cứ vào đâu? 1. Bậc một thì phải là đức Phật 2. Bậc hai là chư Tổ, 3. Bậc ba mới là những người thời nay như Thiện Trang chia sẻ, quý vị phải coi có đúng tinh thần của kinh hay không?
	• Để chọn thầy, thì có 4 hạng người: 1. Người rất bê bối, tức là tu không được và giảng sai 2. Người bê bối nhưng giảng đúng, tức là họ tu không tốt lắm, nhưng họ giảng đúng 3. Người thứ ba là tu được, nhưng giảng không đúng theo kinh sách, không đúng theo tinh thần của Phật pháp 4. Hạng thứ tư là tu được và giảng đúng
	• Duyên hệ: 1. Nhân duyên 2. Cảnh duyên 3. Y chỉ duyên 4. Trùng dụng duyên

	• 6 cách đoạn Phiền não: 1. Hãy phòng hộ các căn. 2. Thọ dụng 3. Nhẫn (kham nhẫn) 4. Ly khứ duyên (né tránh) 5. Diệt trừ 6. Tu tập
	• Vấn - Đáp: “Thưa thầy, nghe nói ly hôn đọa Địa ngục phải không thầy?”
	• Khai thị: Thiền quán, Thiền chỉ
	• Chia sẻ tâm đắc: ngộ trong đời sống
	• Làm Chủ Các Căn (Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	Kinh văn:
	• Bài kệ 11 + Luận: - 5 loại cảnh - Vô biểu sắc
	• Bài kệ 12 + Luận: - Bốn đại chủng: Đất, Nước, Gió, Lửa: + Bốn Đại chủng này có thể hình thành nghiệp nào? + Tính chất của Tứ đại
13	Kiến thức nền tảng:
	• Thế Nào Là Yêu Thương Chính Mình? (Trích Từ Kinh 1032. Tự Niệm – Kinh Tạp A Hàm)
	• Âm hưởng tử vong (Trích Từ Kinh Số 10 - Phẩm Thiện Ác Thứ 47 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Nhắc nhở: “Thân người khó được, Phật pháp khó nghe”. Đức Phật dạy: Sanh tử là khổ đau, hãy nhận diện ra nó, hãy tu hành để thoát ra khỏi.
	• Tâm Đặt Đúng Hướng Thì Có Thể Chứng Đạt Niết-Bàn (Kinh Tăng Chi Bộ - Chương Một Pháp - Phẩm Đặt Hướng Và Trong Sáng)
	• Khai thị: Thiền chỉ, Thiền quán: - Thiền quán là gì? Cách tu Thiền quán - Thiền chỉ là gì? Cách tu Thiền chỉ
	• Nhắc nhở: Tu hành phải quay về quán sát bên trong mình. Câu chuyện 30 năm chiếc áo cũ

	• Duyên hệ: Quyền duyên - Ba yếu tố tác động, dẫn đến Ý quyền của mình khác nhau: 1. Tiền nghiệp; 2. Khuynh hướng tâm lý; 3. Môi trường sống - Tín quyền: Niềm tin xây dựng qua trí Văn, Tư, Tu - Định quyền: Chia sẻ cách tu hành, nhập định - Cách tu tâm Tam nhân
	• 8 pháp (tám hình tướng) mà nữ nhân trói buộc người nam (và ngược lại) (<i>Kinh Tăng Chi</i>)
	• Nhắc nhở: Để tu chứng quả thì quý vị phải chân thật
	• Chia sẻ về cách ăn uống sao cho đúng cách, phù hợp để tu hành.
14	Kiến thức nền tảng:
	• 11 (12) Cửa giải thoát (<i>Kinh Bát Thành – Trung Bộ Kinh</i>) (<i>Kinh Bát Thành – Kinh Trung A Hàm; Kinh Ngũ Hạ Phần Kiết – Kinh Trung A Hàm</i>)
	• Các Tầng Đoạn Thiền Nãi (<i>(10.76) Tam Pháp: Tayodhamma – Kinh Tăng Chi – Phần Mười Pháp</i>)
	• Chia sẻ về bí quyết tu hành: - Ở đời, người có nhiều mong cầu, nhiều ham muốn, thì người đó khổ nhiều. - Chúng sanh mê trong luân hồi, là do không thấy bản chất của sự thật là khổ đau trong luân hồi, không biết đó là giả tạm. - Vì sao công phu không đắc lực? - Sống ở đời phải biết quản lý thời gian. Người nào biết quản lý thời gian của mình tốt, thì người đó tự nhiên hạnh phúc. - “Hãy cố gắng làm như con tê giác có một sừng” (<i>Kinh Nikaya, bộ Kinh Sừng Tê Giác</i>) - “Giống như một cái cây mà có quá nhiều chim bay tới đậu, thì bị nạn gãy cành” (<i>Kinh Di Giáo</i>)
	• Chia sẻ về cách học pháp
	Kinh văn:
	• Bài kệ 13 + Luận: - Bốn đại chủng: Đất, Nước, Gió, Lửa theo Thế gian mà lập tên - Hiển sắc, Hình sắc - Vì sao Vô biểu sắc lại nói là Sắc?

	Bài kệ 14 + Luận: <i>“Người hướng cầu các dục, Thường sanh khởi hi vọng Nếu không toại các dục Não hoại như làn tên”. - Sắc được gọi là gì? Từ đâu sanh ra?</i>
15	Kiến thức nền tảng:
	Mình cố gắng học làm sao để có một tinh thần, gọi là tâm thái rất hoan hỷ, vui vẻ, học một cách ưa thích.
	Bốn Thần thông sẽ tồn tại suốt kiếp này trên Trái đất: - Hiện tượng con thỏ trên mặt trăng (kèm câu chuyện) - Ngôi nhà của vị Cư sĩ chứng Tam quả A Na Hàm không bị ướt (kèm câu chuyện) <i>(Kính tụng Nikaya phần Tiểu Bộ Kinh, Câu chuyện tiền thân của đức Phật thứ 316)</i>
	Con đường đoạn tận Ngũ Hạ phần Kiết sử <i>(64. Đại kinh Mālunkya (Mahā Mālunkya sutta)–Trung Bộ Kinh)</i>
	Tâm sở: - Định nghĩa Tâm sở, Giải thích Tâm sở Tợ tha - 52 Tâm sở = 13 Tâm sở Tợ tha, 14 Tâm sở Bất thiện và 25 Tâm sở Tịnh hảo (chia theo A Tỳ Đàm) - 67 Tâm thiện + 40 Tâm siêu thế + 12 Tâm bất thiện + 24 Tâm thiện Dục giới + 18 Tâm vô nhân - <i>Khi phát triển duy trì đồng thời sự có mặt 8 Tâm sở, gồm Tâm sở Niệm, Tầm, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Nhất hành, Cần, Trí tuệ (có khi ghi Tuệ thôi) thì tạo thành một trong các loại Tâm siêu thế (đầy đủ Bát chánh đạo) thì đắc đạo chứng Thánh quả.</i> <i>(Niệm->Chánh niệm; Tầm-> Chánh tư duy; Nhất hành ->Chánh định; Cần->Chánh tinh tấn; Tuệ -> Chánh kiến)</i> - Giải thích sơ lược Bát chánh đạo - 7 Tâm sở Biến hành: Xúc; Thọ; Tưởng; Tư; Tác ý; Mạng quyền; Nhất hành
	Chia sẻ tâm đắc về câu chuyện của cô Diệu Hiền và ngài Ma Ha Ca Diếp; câu chuyện tiền thân của đức Phật và cô Da Du Đà La => Đừng có ái luyến.
	Khai thị: Để mình tu tốt, thì quý vị nên quay về nhìn vào vấn đề của mình
	Vấn - Đáp: “Đức Phật có tùy duyên không?”

	Thiện Trang hay kể những câu chuyện thời đức Phật, thật ra đó là quý vị đang niệm Phật.
	Chia sẻ cách phát nguyện (nếu lỡ còn trong sanh tử).
16	Kiến thức nền tảng:
	- Học để làm gì? - Phật pháp là tu ở tâm - Tầm quan trọng của việc học: Tâm sở, tâm và bộ môn này
	Câu chuyện về vị hỡi đức Phật: “Hai người bà con của con: một người thì tu giữ Phạm hạnh, một người thì chỉ tu bình thường thôi. Mà tại sao đức Thế Tôn lại nói cả hai người đều chứng quả Tư-đà-hàm và sanh về trời Đâu Suất hết vậy?” (Kinh Trung Bộ hay Kinh Tạp A Hàm)
	5 Bậc A-La-Hán (theo A Tỳ Đàm) - A-la-hán Tuệ giải thoát - A-la-hán Câu phần Giải thoát - A-la-hán Tam minh - A-la-hán Lục thông - A-la-hán Vô ngại giải
	Các quả vị trong Tứ Quả: - Tăng thượng Giới học - Tăng thượng Tâm học - Tăng thượng Tuệ học. (Kinh 787. HỌC (4)); Kinh 788. HỌC (5); Kinh 790. NIẾT-BÀN); KINH 791. NIẾT-BÀN (2) (Trích từ Kinh Tạp A Hàm)
	Bồ-tát tái lai theo Đại thừa thì phải cao hơn A-la-hán, phải là Sơ trụ Viên giáo Hoa Nghiêm. Cách để kiểm chứng khi một vị tự xưng là A-la-hán, Phật, Bồ-tát tái lai.
	Tâm sở: - Giải thích lại thế nào là Tâm sở? 6 Tâm sở tợ tha Biệt cảnh: - Tầm; 2. Tứ; 3. Thắng giải; 4. Cần; 5. Hỷ; 6. Dục - Cùng một việc ăn trộm, nhưng Tâm sở nào hiện hình lên đi cùng thì tạo ra [quả] khác nhau.
	Quán về 8 nỗi thê thảm (8 nỗi khổ), để mình siêng năng: - Quán nỗi khổ của Sanh - Quán nỗi khổ của Già

	3. Quán nỗi khổ của Bệnh 4. Quán nỗi khổ của Chết 5. Quán nỗi khổ của Địa ngục 6. Quán nỗi khổ của Bàng sanh 7. Quán nỗi khổ của Ngạ quỷ 8. Quán nỗi khổ của A-tu-la
	• Để tinh tấn thì mình có thể quán 8 [sự] đoạn cần: 1.2 Nói về việc làm (việc đã làm có thành tựu và việc sắp làm) 3.4 Nghĩ về đường đi (đường đã đi và đường sắp đi) 5.6 Nghĩ về bệnh hoạn (nghĩ về việc đã bị bệnh và nhóm bệnh) 7.8 Nói về vật thực (nghĩ về việc đủ ăn hay thiếu ăn trong quá khứ, hiện tại và tương lai)
	• Khai thị: “Làm sao để sống không bất an?” -> Quý vị cứ sống thật với mình thì không có tâm bất an.
17	Kiến thức nền tảng:
	• Bảng tóm lược 9 Tầng Phiền Não Cần Đoạn: <i>((10.76) Kinh Tam Pháp: Tayodhamma – Kinh Tăng Chi – Phần Mười Pháp)</i>
	• Thành Tựu Bất Hoại Tịnh Đối Với: Phật, Pháp, Tăng, Thánh Giới Thì Cầu Gì Liên Được Thành Tựu <i>(Kinh 801. Li-Xa – Thuộc Phẩm Tương Ưng Bất Hoại Tịnh Thứ 22 – Kinh Tạp A Hàm)</i>
	• Kinh 804. Tứ Bất Hoại Tịnh – Kinh Tạp A Hàm
	• Tứ Đế: Khổ Tập Diệt Đạo – Có Cần Tu Theo Thứ Tự Không? <i>(Kinh 435 – Kinh Điện Đường– Kinh Tạp A Hàm)</i>
	• Khai thị vô thường: “Hết thấy hành vô thường. Có sanh thì có tử. Không sanh thì không chết. Diệt đó là vui nhất”. <i>(Kinh Số 2 – Phẩm Tám Nạn 42 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Câu chuyện vị vua muốn nghe tiếng đàn->nhưng phải phụ thuộc người khác-> vua truyền lệnh đập gãy cây đàn và đem bỏ đi: -> Quán Vô thường; ở đời phụ thuộc rất nhiều duyên <i>(Kinh 312 - Kinh Tạp A Hàm)</i>

	• Làm chủ 6 căn: Ví dụ về 6 con vật: chó, chim, rắn độc, dã can, cá sấu và khỉ -> sáu căn của chúng ta nếu được thả tự do thì nó cũng chạy thôi. Tu là giống như người kia, bắt sáu con vật đó cột lại, khiến nó không thể chạy theo ý của nó được.
	• Câu chuyện trong Kinh Tạp A Hàm: về 4 con rắn độc trong cái tráp (là Tứ đại); 5 kẻ thù rượt đuổi (5 Thủ uẩn); 6 tên giặc (6 căn); 6 Nội xứ; dòng sông chảy xiết (là 4 Bộc lưu); con sông (dụ cho Dục ái, Sắc ái và Vô sắc ái); chiếc bè (Bát chánh đạo); bờ này bờ kia... (Kinh 315 - Kinh Tạp A Hàm)
	• Bí quyết tu hành là giữ công phu, là quý vị phải giữ được tâm mình. - Đừng để thọ của mình chạy theo sắc, thọ của người khác (Muốn giữ [được] tâm thì Thiện Trang nghĩ điều đầu tiên phải 80 đến 90% là cảm nhận, cảm thọ của mình, theo cảnh mà mình tiếp xúc là quan trọng). - Đừng mong đợi (cầu) ở bên ngoài - Chuẩn bị tâm lý cho những hoàn cảnh xấu nhất, lường trước cảnh xấu nhất và tốt nhất.
	Kinh văn
	• Bài kệ 14 + Luận: - Vấn nạn: xếp Vô biểu sắc (có khi gọi là Vô biểu nghiệp) cũng gọi tên là Sắc. • Bài kệ 15 (Phần 1) + Luận: - Sắc uẩn: 5 Căn và 5 Cảnh gọi là 10 Xứ giới - Thọ uẩn và 3 Uẩn Xứ giới còn lại • Bài kệ 15 (Phần 2) + Bài kệ 16: - Ngoài Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức, thì có thêm Vô biểu sắc và Vô vi nữa. Những loại như vậy được gọi là Pháp giới hay Pháp xứ.
18	Kiến thức nền tảng:
	• 5 Việc Cần Làm Ở Đời Của đức Như Lai (Trích Kinh Số 5 – Phẩm Cao Tràng – Tăng Nhất A Hàm)
	• Quán Đối Với Tứ Thực (Trích Từ Tương Ứng Nhân Duyên - Kinh Tương Ứng –Tạng Nikaya)
	• Sơ lược về 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ (Samatha) (Theo Luận Thanh Tịnh Đạo Của Ngài Buddhaghosa (Phật Âm)) - Đề mục Đất, Nước, màu xanh
	• Đề Mục Tùy Niệm Phật (Theo Luận Thanh Tịnh Đạo)

	• Đề mục Niệm Phật (Theo Kinh Số 1 - Phẩm Quảng Diễn Thứ 3 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Các bước chuẩn bị tu Thiền chỉ: - 3 bước để tu đề mục Thiền chỉ - Có bảy yếu tố duy trì Tọa tướng: - 10 yếu tố thuần thực định
	• Câu chuyện đức Phật điều phục vị Ưu Lâu Tần Loa Ca Diếp (hay Ưu Tỳ La Ca Diếp). (Kinh A Hàm)
19	Kiến thức nền tảng:
	• Khai thị: “Chúng ta học để làm gì?” • Ví dụ trong Kinh Tương Ưng, Nikaya: ‘Dòng sông Hằng đổ về hướng Đông, bây giờ có người muốn nó chảy về hướng Tây có được không? Cũng vậy, một vị Tỳ-kheo với sự tu tập, hiểu rõ về Vô thường, vô Ngã, hiểu rõ các pháp. Giả sử có gia đình của vị Tỳ-kheo đó, cùng với vua quan đem tới rất nhiều tiền của cúng dường, và nói hãy trở lại hoàn tục để nhận tiền đó, không cần tu tập nữa. Việc đó đối với vị Tỳ-kheo cũng không có tác dụng’.
	• Hai Hạng Người Không Tội Mà Mạng Chung Được Sinh Lên Trời Trong Khoảnh Khắc Co Duỗi Cánh Tay (Kinh Số 7 - Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối Tám Chính Thứ 43 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Câu chuyện của Tôn giả Thất Lai (Tôn giả Tăng Già La Ma) trong Kinh Nikaya
	• Đoạn Phiền Não Nào Chứng Quả Vị Thánh Nào (Trích Từ Kinh Thứ 4 - KINH THỦY DỤ (1) – Thuộc Trung A Hàm).
	• Ngũ Hạ Phần Kiết sử và Ngũ Thượng Phần Kiết sử (Kinh Chúng Tập - Kinh Trường A Hàm).
	• Ngũ Hạ Phần Kiết sử và Ngũ Thượng Phần Kiết sử (Kiết sử: Samyojana) (Trích từ Kinh Tăng Chi - Tạng Nikaya)
	• Tu Thiền Quán - Phiền Não Cần Đoạn Để Chứng Thánh
	• Thân Kiến Là Gì? (Trích từ Phẩm Những Gì Được Ăn - Tương Ưng Uẩn (d) – Kinh Tương Ưng – Tạng Nikaya)

	• Khai thị: Nếu mình chưa thấy được giáo pháp của Phật, thì làm sao mình có thể đi đúng đường được? Mà muốn thấy thì phải học.
	• Tâm sở: - Nhắc lại 13 Tâm sở Tợ tha - 4 Tâm sở Bất thiện Biến hành: 1. Si; 2. Vô tâm; 3. Vô úy; 4. Trạo cử
	• Câu chuyện ông Trưởng lão Mangadhi định gả con gái cho đức Phật -> Quý vị thấy có nghĩa là khi giảng pháp thì đức Phật luôn quán sát, việc lời giảng đó có lợi ích nhiều hay không. Nếu có nhiều lợi ích cho chúng sanh thì đức Phật vẫn giảng. Hai người đi xuất gia, thậm chí là đắc quả A-la-hán, thì đức Phật vẫn chấp nhận kết nghiệp với một người. Tức là đức Phật cũng không thể làm được việc lợi ích hoàn toàn 100%.
	Kinh văn
	• Bài Kệ 15 – Phần 2 + Bài Kệ 16 + Luận - Thọ uẩn: gồm 3 loại. Chia ra thành 6 thọ thân - Tưởng uẩn: lấy hình tượng làm bản chất. Chia ra thành 6 loại tưởng thân. - Sắc, Thọ, Tưởng, Thức, tất cả các hành khác được gọi là Hành uẩn - Pháp xứ Pháp giới
20	Kiến thức nền tảng:
	• Câu chuyện về chư Phật, Bồ-tát không bao giờ bỏ rơi chúng sanh: Đức Phật nhập Niết-Bàn, nhưng Ngài không nhập hoàn toàn mà ẩn mình, để đợi một vị từ trời Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ sau khi tuổi thọ hết sanh xuống nhân gian làm người thì Ngài độ. <i>(Trích trong Phẩm thứ Hai của Kinh Đại Phương Đẳng Đại Tập)</i>
	• Quyển thứ 5 Kinh Lăng Nghiêm: “Thập phương Bạc Già Phạm, nhất lộ Niết-Bàn môn” • “Không có giáo pháp nào khác ngoài con đường duy nhất là Bát chánh đạo, Tứ niệm xứ, để đi vào Niết-Bàn”
	• Tu Phật pháp, quan trọng là tu chứng. Trí Văn, Tư, Tu
	• Tu Thế Nào Thì Không Sợ Chết Thảm Bị Đọa Lạc? <i>((Kinh Mahànàma (1) - Phẩm Saranāni - Chương XI - Tương Ưng Dự Lưu (b) – Kinh Tương Ưng)</i>
	• Các Quả Vị Thánh Quả: - 18 hạng Hữu học, 9 hạng Vô học - 5 hạng A-na-hàm <i>(127. Kinh Phước Điền – Thuộc Trung A Hàm)</i>

	• Đề tu đặc đạo, muốn lên đến Sơ thiền, thì mình phải chán 6 hình tướng của Thế gian
	• Năm y (Kinh Đại Phương Đẳng Đại Tập)
	• Làm Sao Đạt Quả Dự Lưu, Không Còn Thoái Đạo ([55] Chương XI - Tương Ưng Dự Lưu (a) - Thiên Đại Phẩm – Kinh Tương Ưng Tập V – Tạng Nikaya)Sự Chuẩn Bị Đề Tu Thiền Theo Luận Thanh Tịnh Đạo Của Ngài Buddhaghosa (Phật Âm) - 10 điều vương bận đề tu Thiền chỉ và Thiền quán - 6 tính người và đề mục phù hợp - 6 khuynh hướng của Bồ-tát
	• 5 Lợi Ích Của Tu Thiền Chỉ (Samatha) (Theo Luận Thanh Tịnh Đạo Của Ngài Buddhaghosa (Phật Âm))
21	Kiến thức nền tảng:
	• Nhắc lại về 27 Địa Vị Hiền Thánh (Trích từ Kinh Phước Điền thuộc Trung A Hàm)
	• Thế Nào Là Địa Vị Tùy Tín Hành, Tùy Pháp Hành? - Thế nào là năm Thủ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức? (KINH 52. PHÂN BIỆT (1) – Tập A Hàm)
	• Giới thiệu sơ lược về các bộ KINH A HÀM: Trường A Hàm; Trung A Hàm; Tập A Hàm; Tăng Nhất A Hàm
	• Câu chuyện vị nữ Cư sĩ sau khi được ba vị Tỳ-kheo dạy cho chứng đến Tam quả, sau bà quán sát nguyên nhân và giúp lại cho ba vị Tỳ-kheo đó chứng quả. - Vật thực cũng ảnh hưởng rất lớn đến việc tu hành. Chia sẻ cách ăn uống hợp lý - Trong kinh có dẫn ra nhiều câu chuyện, là phàm phu cũng có thể dạy cho người ta chứng quả được, thậm chí chứng đến Tam quả, Tứ quả được
	• Pháp Tu Niệm Hơi Thở Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm (Kinh Số 8 – Phẩm Quảng Dẫn Thứ 3 - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Kết Quả Của Pháp Tu Quán Niệm Hơi Thở (V. Phẩm Bộc Lưu – Kinh Tương Ưng – Tạng Nikaya)
	• Những Lợi Ích Hiện Tại Của Tu Tập: - Tỳ-kheo nhờ đầy đủ Giới luật, nên không thấy sợ hãi từ một chỗ nào về phương diện hộ trì giới luật. Và nhờ vậy cho nên được hưởng lạc thọ, nội

	tâm không vẫn đục - Thế nào là Tỳ-kheo hộ trì các căn? Hộ trì các căn nên được hưởng lạc thọ, nội tâm không vẫn đục. - Thế nào là Tỷ-kheo chánh niệm tỉnh giác? - Chứng được các tầng Thiền: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền - Chứng được các loại Thần thông: Thần túc thông, Thiên nhãn thông, Thiên nhĩ thông, Túc mạng thông - Chứng quả vị Thánh nhân <i>(Trích từ Kinh Sa-Môn Quả - Kinh số 2 trong Trường Bộ Kinh của Tạng Nikaya)</i>
	• Học kỹ nền tảng Kinh Nikaya, Kinh A Hàm, đặc biệt phần A Tỳ Đàm về Tâm sở, thì không cần bảo quý vị không tham, không sân, không si, quý vị cũng tự nhiên không tham, không sân, không si, bớt đi rất nhiều.
	• Pháp phải phù hợp với mình thì mới tu được. Mình chưa phải là Thánh nhân, Bồ-tát thì mình tu theo pháp của mình.
	• Có đồng tu hỏi: “Mình tu mình chứng quả A-la-hán rồi thì sao?” - Kinh Diệu Pháp Liên Hoa: Hóa Thành Dụ theo tinh thần của Đại thừa - Kinh Lăng Nghiêm nói là có hai hạng A-la-hán: Một là Độn căn A-la-hán, và hai là hàng Lợi căn.
	• Phải tỉnh giác, phải giữ bình tĩnh trước mọi tình huống. Cố gắng luyện phải trơ trơ ra.
	• Quý vị phải có nhận thức là Khổ, Không, Vô thường, Vô ngã. Thiện Trang nói là [quý vị phải có] Tam Bảo thường trực hiện tiền.
	• Tâm sở : Tâm sở Tham và Tà kiến
22	Kiến thức nền tảng:
	• Khai Thị Về Vô Thường <i>(Trích Từ Kinh Số 160 - Kinh A-Lan-Na Thuộc Trung A Hàm)</i>
	• Vấn - Đáp: “Thưa thầy, chúng con muốn nghe bộ Kinh Nikaya và Kinh A Hàm theo sự giới thiệu của Thầy. Vậy thì nên nghe bộ nào trước? Bởi vì Kinh Nikaya và Kinh A Hàm nhiều quá”.
	• Vấn - Đáp: “Kinh điển thì quá nhiều, chúng ta muốn học, muốn biết thì phải làm sao?”
	• Con đường giải thoát: Vào được như Tứ gia hạnh thôi, là [sinh tử] của mình có hạn kỳ.

	• Con Đường Giải Thoát: Bát chánh đạo (Trích từ Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• 11 Hàng Chúng Sanh Không Đắc Đạo (Kinh Số 6 - Chương 9: Phóng Ngưu – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Câu chuyện về Tôn giả Ca Lưu Đà Di
	• Thế Nào [là] Chánh Kiến Và Bao Nhiêu Nhân, Duyên Để Sanh Chánh Kiến? - 5 chi để thâm nhiếp Chánh kiến (Trích từ Kinh Số 211: Kinh Đại Câu Hy La – Kinh Trung A Hàm)
	• Câu chuyện Lão Nam Nữ
	• Tại sao đức Phật độ ngài tướng cướp Vô Nãi mà không độ 2 ông bà già trong câu chuyện Lão Nam Nữ?
	Tâm sở: • Tâm sở Tà kiến: - Thế nào là Tà kiến? - Thế nào là Ngã kiến? - Thế nào là Ác kiến [theo] Đại thừa Bách pháp Minh Môn Luận? • Tâm sở Ngã mạn • Tâm sở Sân: - Đối trị: dùng Kinh Nhất Dạ Hiền Giả
	• Vấn - Đáp: “Thưa thầy, bên phương Tây nam nữ cũng tà dâm nhiều lắm, mà sao mặt mày của họ sáng vậy? Còn bên Việt Nam người ta tà dâm thì mặt mày lại tối thui?”
	• Tư duy là nội tâm mình tư duy. Cho nên học rồi phải có thời gian thỉnh thoảng tư duy một chút. • Thường xuyên tư duy Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã
23	Kiến thức nền tảng:
	• Sử Dụng Tài Sản Như Thế Nào? (Kinh 1197. Cầu Tài[43] – Phẩm Tương Ứng Chư Thiên – Kinh Tạp A Hàm)
	• Tứ Thánh Đế: Khổ - Tập - Diệt - Đạo Là Gì? (Trích Từ Kinh Số 1 - Phẩm Tứ Đế Thứ 25 – Chương Bốn Pháp - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Chia sẻ về cách ăn uống
	• Xây dựng Chánh kiến: - Có bệnh phải chữa. Không đổ cho số mạng

	- Nguyên lý ở trong A Tỳ Đàm nói phước của chúng sanh giống như vô tận, đặc biệt những người tu tập. Còn khổ hạnh kiểu tiếc phước, kiếm phước v.v... là của Đạo gia.
	• Thế nào là một người có Chánh kiến?
	• Giải thích chữ ‘Lưỡng Túc Tôn’ theo kinh • Đính chính về ‘xa luân’ của Chuyển Luân Thánh Vương
	• Chia sẻ: Thế nào là gieo trồng được thiện căn?
	• 40 Đề mục tu Thiền chỉ: - Biến xứ Lửa - Biến xứ Gió - Tùy niệm Pháp theo Luận Thanh Tịnh Đạo. - Pháp Niệm Pháp Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm
	• Đề mục quán cho người nặng về gia đình • Đề mục quán cho người nặng về ái dục/ tình yêu
	• Hay mơ về điều gì thì hãy quán đề mục đó trước khi ngủ
24	Kiến thức nền tảng:
	• Làm Sao Để Mang Lại Lợi Ích Cho Quyến Thuộc (Kinh Số 4 – Phẩm Tam Bảo Thứ 21 – Chương Ba Pháp - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Thế Nào Là Tam Tự Quy Y? (Kinh Số 1 –Phẩm Tam Bảo Thứ 27 – Chương Ba Pháp - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Chia sẻ cách phá Thân kiến, Giới cấm thủ và Nghi
	• Giữ Giới Và Tam Quy Y (Trích từ Kinh Số 1 –Phẩm Tam Bảo Thứ 27– Chương Ba Pháp - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Làm Sao Để Được Quỷ Thần Bảo Vệ (Trích từ Phẩm Đạo Lợi Thiên - Kinh Thế Ký – Kinh Trường A Hàm)
	• 4 Kiết Sử Che Lấp Tâm Người (Kinh Số 2 - Phẩm Thanh Văn Thứ 28 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Thế nào là Tùy tín hành, tùy pháp hành, Thân chứng, Kiến đạo theo kinh? (Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Tuổi Thọ Của Các Cảnh Giới (Trích từ Phẩm Đạo Lợi Thiên - Kinh Thế Ký – Trường A Hàm)
	• Nếu phạm giới, hay có Phiền não, hay việc gì áy náy thì hãy dùng đề mục quán. Hãy dùng Kinh Nhất Dạ Hiền Giả.

	Kinh văn: • Bài Kệ 15 – Phần 2 + Bài Kệ 16 + Luận: - Hành uẩn là gì?
25	Kiến thức nền tảng:
	• Lợi ích của việc học bộ này
	• Hai Hạng Người Khó Được (Kinh Số 10 – Phẩm Khuyến Thỉnh – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Khai Thị Về Vô Thường: - Đức Phật cũng có những bệnh, cho nên đừng có thần thánh hóa quá... Học Đại thừa rồi ảo tưởng là tôi tu Bồ-tát, “Bồ-tát niên niên thập bát”. - Cõi A-tu-la có đường ác, và cũng có đường lành, đường thiện. - Trong kinh, đức Phật có nhiều sức mạnh, có một sức mạnh mà mạnh hơn sức mạnh của Như Lai, đó là sức mạnh của Vô thường. - Bốn pháp được người thế gian ái kính. - Bốn pháp được người thế gian không ái kính. - Nếu không biết bốn pháp này, phải chịu lưu chuyển trong sinh tử, xoay tròn trong năm đường. Thế nào là bốn? Giới Thánh hiền, Tam-muội Thánh hiền, trí tuệ Thánh hiền, giải thoát Thánh hiền. - Hãy tìm cầu Niết-Bàn vĩnh tịch này, không sinh, không già, không bệnh, không chết; ân ái biệt ly, thường niệm tưởng biến dịch Vô thường. (Kinh Số 6 - Phẩm Bốn Ý Đoạn Thứ 26 – Thiên Bốn Pháp - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Sự Thù Thắng Của Người Cõi Diêm Phù Đề Chúng Ta (Trích từ Phẩm Đạo Lợi Thiên - Kinh Thế Ký – Kinh Trường A Hàm)
	• Không Nghèo Nếu Thành Tựu Niềm Tin Bất Hoại - Nhắc lại các quả vị (Kinh 802. Bất Bần - Tương Ưng Bất Hoại Tịnh – Kinh Tạp A Hàm)
	• Định nghĩa Tăng là gì?
	• Một Trong Nhiều Cách Để Vào Sơ Quả Tu-Đà-Hoàn (2 (Kinh 812. Xá Lợi Phất (2) - Tương Ưng Bất Hoại Tịnh – Kinh Tạp A Hàm)
	• Vấn - Đáp: “Tại sao các Đệ tử khác không được xếp vô trong mười (thập) Đại Đệ tử của Phật?”
	• Quả Vị Tu-Đà-Hoàn Có Thể Chưa Có Thần Thông - Câu chuyện vị Quân Đầu Ba Hán chứng A-la-hán khi nhận thẻ, vị Nhận thẻ Đệ nhất. (Kinh Số 3 – Phẩm Tu Đà Thứ 30 – Thiên 5 Pháp – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Một Trong Nhiều Cách Để Vào Sơ Quả Tu-Đà-Hoàn (3

	<i>(Kinh Số 1 - Phẩm Thiện Tụ Thứ 32 – Thiên Năm Pháp – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Cúng Đường Bậc Nào Được Quả Báo Hiện Tiền? <i>(Kinh Số 4 – Phẩm Bảy Ngày Thứ 40 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Chia sẻ về việc có nhiều người nói phải tu Thiền, v.v... mới có quả báo thành Phật. - Câu chuyện của công chúa Mâu Ni (tiền thân của đức Phật Thích Ca) và Phật Nhiên Đăng.
	• Ngũ uẩn theo Kinh Tăng Nhất A Hàm - Sắc uẩn, Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn, Thức uẩn <i>(Trích từ Kinh Số 5 – Phẩm thứ 36 - thiên Sáu Pháp - Kinh Tăng nhất A Hàm)</i>
	• Chia sẻ cách phá Thân kiến
	• Tâm sở: - Tâm sở Tật, Lận, Hối
	• Kinh Nhất Dạ Hiền <i>(Trích từ Kinh Ôn Tuyền Lâm Thiên – Kinh 165 – Trung A Hàm)</i>
26	Kiến thức nền tảng:
	• Khai Thị Của Đức Phật Về Sự Khó Có Được Nghe Pháp <i>(Kinh Số 7 – Phẩm Chín Chúng Sanh Thứ 44 - Chương Chín Pháp – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Tùy Thời Nghe Pháp Có 5 Công Đức: (1). Điều chưa từng nghe nay được nghe (2). Điều đã được nghe, tụng, đọc lại (3) Kiến giải không tà lệch (4) Không có hồ nghi (5) Hiểu nghĩa sâu xa <i>(Kinh Số 1 – Phẩm Thính Pháp Thứ 36 - Chương Năm Pháp – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Chăm Sóc Người Bệnh Cũng Như Chăm Sóc Đức Phật Không Khác Vậy - Đừng học nhân quả theo kiểu Tà kiến. Nhân cộng duyên ra quả. <i>(Kinh Số 7 – Phẩm Chín Chúng Sanh Thứ 44 - Chương Chín Pháp – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Một Trong Nhiều Cách Để Vào Sơ Quả Tu-Đà-Hoàn (4) - “Tỳ-kheo giới thành tựu nên tư duy về năm Thủ uẩn là Vô thường, là Khổ, là Não, là nhiều đáng sợ, cũng nên tư duy về Khổ, Không, Vô ngã”. - Nhị quả Tư-đà-hàm, Tam quả A-na-hàm cũng tư duy Khổ, Không, Vô thường, Vô ngã.

	- Chia sẻ sơ lược lại cách phá Thân kiến. (Kinh Số 1 - Phẩm Đăng Kiến Thứ 34 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Phá Giới Bị Quỷ Ám (Kinh 1239. Quỷ Ám - Kinh Tạp A Hàm)
	• 7 Pháp Làm Cho Chánh Pháp Tăng Trưởng Không Bị Tổn Giảm (1) - Có: Tín; Tàm; Quý; Đa văn; Siêng năng; Ghi nhớ điều đã học; Tu tập trí tuệ. (Trích từ Kinh Du Hành - Thuộc Trường A Hàm)
	• Yếu Tố Làm 5 Triền Cái Tăng Thêm - Thức ăn của Tham dục: tướng xúc - Thức ăn của Sân: tướng chướng ngại - Thức ăn của Thụỵ miên: 5 pháp: Yếu đuối, chẳng vui, ngáp ợ, ăn nhiều, lười biếng - Thức ăn của Trạo hối: 4 pháp: giác tưởng về thân thuộc; giác tưởng về mọi người; giác tưởng về chư Thiên; giác tưởng về những khoái lạc vốn đã tự kinh qua. - Thức ăn của Nghi: 3 đời: quá khứ, hiện tại, vị lai - Năm [Triền] cái này, không phải đối với Thiền chỉ, mà đối với Thiền quán nữa. (Trích Từ Kinh 683. Thực - Kinh Tạp A Hàm)
	• Chia sẻ về cách quán khi ăn, cách quán khi vô nhà vệ sinh khi tu Tứ niệm xứ
	• Tâm sở: - Tâm sở Hôn trầm, Thụỵ miên và Nghi
	• A-la-hán không chỉ thấy Kiến đế, mà thân chứng hoàn toàn Kiến đế đó. Nhưng vẫn thua Phật rất xa.
27	Kiến thức nền tảng:
	• Chúng Sanh Nào Phụng Hành Mười Pháp, Sẽ Sinh Lên Trời. Lại Hành Mười Pháp Sẽ Sinh Vào Đường Dữ. Lại Hành Mười Pháp, Nhập Niết-Bàn Giới. - Mình tu điều gì thì cũng phải biết trình tự, thứ tự của nó. Ví dụ về đàn bò qua sông. - Việc học tập là cực kỳ quan trọng. Nếu không học thông tỏ giáo lý, [mà] mình trèo cao quá [thì] sẽ té đau. (Trích từ Kinh Số 1–Phẩm Thiện Ác Thứ 47–Kinh Tăng Nhất A Hàm)

	• Chia sẻ cách quán Xuân, Hạ, Thu, Đông là Khổ, là Vô thường
	• Cách Vào Thánh Quả Tu-Đà-Hoàn Chắc Chắn Không Còn Đọa Vào Đường Ác (Thứ 5) 1. Dập tắt được năm sợ hãi và oán thù 2. Được ba pháp quyết định, không còn nghi hoặc 3. Tri kiến như thật về Chánh đạo Hiền Thánh (Kinh 813. Khủng Bố (1) – Kinh Tạp A Hàm)
	• Phát Nguyện Khi Thọ Bát Quan Trai - Cách phát nguyện - Nhân duyên của giới Không ăn phi thời (Kinh Số 2 - Phẩm Thiên Tử Mã Huyết Hối Tám Chính – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Pháp Tu Có Thể Chứng Quả A-La-Hán, A-Na-Hàm Trong Thời Gian Ngắn - Luận 1, nghĩa 1, diễn 1: suy nghĩ về chúng sanh do có thức ăn mà tồn tại, không có thức ăn thì chết. - Luận 2, nghĩa 2, diễn 2: mình nghĩ về người mình có 2 phần: Danh và Sắc. Thế nào là Danh và Sắc? - Luận 3, nghĩa 3, diễn 3: nói về 3 thọ - Luận 4, nghĩa 4, diễn 4: Tứ Thánh đế: Khổ, Tập, Diệt, Đạo - Luận 5, nghĩa 5, diễn 5: Ngũ căn: Tín, Tấn, Niệm, Định, Huệ - Luận 6, nghĩa 6, diễn 6: 6 trọng pháp - Luận 7, nghĩa 7, diễn 7: 7 Y chỉ xứ của Thần thức - Luận 8, nghĩa 8, diễn 8: Đắc, thất, vinh, nhục, khen, chê, khổ, lạc - Luận 9, nghĩa 9, diễn 9: 9 cư xứ của chúng sanh - Luận 10, nghĩa 10, diễn 10: pháp Thập niệm - Quý vị có pháp tu ngắn luôn, không phải 10 năm, điều đó là dở quá, tu 1 năm thôi. Không 1 năm thì 10 tháng, không 1 tháng thì 10 tháng, thôi rút gọn trong vòng bao nhiêu tháng đó cho đến 1 tháng. 1 tháng không được nữa, thì cho 7 ngày thôi. Cho quý vị 7 ngày tu tập thành tựu, mà [được] quả vị lớn luôn, Tam quả A-na-hàm và Tứ quả A-la-hán. (Trích Từ Kinh Số 8 – Phẩm 46 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• 4 hạng người: 1. Giữ giới, nhưng không học giáo pháp giải thoát 2. Không giữ giới, nhưng học giáo pháp giải thoát 3. Không giữ giới, cũng không học giáo pháp giải thoát 4. Giữ giới và học giáo pháp giải thoát
	• Vua Trời Đế Thích Còn Cung Kính Tăng – Huống Chi Người Thường (Kinh 1018. Kính Tăng - Kinh Tạp A Hàm)

	• 40 đề mục Tu Thiền Chỉ: - Biến xứ Ánh sáng
28	Kiến thức nền tảng:
	• Bốn Chi Của Sơ Quả Tu-Đà-Hoàn (<i>Kinh Chúng Tập - Kinh Trường A Hàm</i>)
	• Bảng tổng kết các quả vị tạm thời: 33 quả vị - Tứ gia hạnh - Hướng Tu-đà-hoàn và Đắc Tu-đà-hoàn - Hướng Tư-đà-hàm và Đắc Tư-đà-hàm - Hướng A-na-hàm và Đắc A-na-hàm - Hướng A-la-hán và Đắc A-la-hán - 4 phần trong mỗi quả vị: Thoái phần, Trụ phần, Tinh tấn phần, và Quyết định phần
	• Các Quả Vị: - Tăng thượng Giới học, - Tăng thượng Tâm học, - Tăng thượng Huệ học. - Trung Bát-niết-bàn - Sanh Bát-niết-bàn - Vô hành Bát-niết-bàn - Hữu hành Bát-niết-bàn - Thượng lưu Sắc Cứu Cánh (<i>Kinh 791. Niết-Bàn (2) – Kinh Tập A Hàm</i>)
	• Tác dụng của việc giữ giới nghiêm. Minh trì được nghiêm bao nhiêu thì cơ thể mình khỏe mạnh được bấy nhiêu.
	• Tầm quan trọng của việc thọ Bát quan trai
	• Nói Về Các Quả Vị (Tiếp Theo) - Câu chuyện của ông Thích Bách Thủ - A-la-hán Câu giải thoát; A-la-hán Tuệ giải thoát; Thân chứng; Kiến đạo; Tín giải thoát; Tùy pháp hành; Tùy tín hành. (<i>Kinh 1317. Bách Thủ - Kinh Tập A Hàm</i>)
	• Bát Giải Thoát (<i>Kinh Đại Nhân Thứ 97 – Thuộc Kinh Trung A Hàm</i>)
	• 40 đề mục tu Thiền chỉ: - Đề mục Biến xứ Hư không Giới hạn - Đề mục Tùy niệm Tăng theo Luận Thanh Tịnh Đạo

	• Ở trong Kinh 888, Kinh Táp A Hàm, có bài kinh là đức Phật dạy cho một đoàn thương nhân, là hãy niệm Phật, niệm Pháp, niệm Tăng thì tất cả các sự sợ hãi sẽ được tiêu trừ.
	• Câu chuyện Quả báo của việc xúc phạm bậc Thánh nhân: - Câu chuyện con quỷ (Dạ-xoa) trời Tứ Thiên Vương bị đọa Địa ngục A Tỳ vì đánh vào đầu ngài Xá Lợi Phất - Chuyện của Tôn giả Bạt Ca Lê, bởi phỉ báng ngài Xá Lợi Phất và ngài Mục Kiền Liên, nên cuối cùng tội còn nặng hơn Đề Bà Đạt Đa. - Chia sẻ góc nhìn về việc của Sư Minh Tuệ
29	Kiến thức nền tảng:
	• Khai thị của đức Phật về Vô thường: - Thế gian có 5 việc không thể đạt được - Hãy tìm cầu phương tiện tu hành năm căn <i>(Kinh Số 6 -34. Phẩm Đăng Kiến - Thuộc Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Dấu Hiệu Thoái Chuyển Trong Tu Hành - Tham, Sân, Si tăng thịnh; các vấn đề có mặt hay không có mặt, không có tuệ nhãn soi thấu. - Chia sẻ về Sư Minh Tuệ <i>((4.158) Thối Đạo: Parihāni – Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Pháp Niệm Tăng Trong Kinh Tăng Nhất A Hàm <i>(Kinh Số 3 – Phẩm Quảng Diễn Thứ Ba – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Câu chuyện tiền thân của đức Phật Thích Ca - Ngài là một vị tu hành, gặp vị Bích-chi-phật nhưng ngài không biết mà khởi tâm ngã mạn. - Câu chuyện của 4 con vật: rắn, chó, gấu, con bò câu <i>(Kinh Tiểu Bộ)</i>
	• Câu chuyện của Tỳ-kheo-ni Vi Diệu <i>(Trong Tích Truyện Pháp Cú)</i> - Học Phật pháp phải cẩn thận, đừng bao giờ thề thốt
	• Ai Có Thể Biết Người Khác Có Phải Là Bậc Chân Nhân Hay Không ? <i>(Trích từ Kinh Tăng Chi Bộ - Phẩm 4 Pháp)</i>
	• Tầm Quan Trọng Của Chánh Kiến (1) - Người Tà kiến thì đức Phật nói là họ thường sanh về hai trú xứ là: Địa ngục và Súc sanh <i>(Trích Từ Kinh Thiên Sứ - Thuộc Trung A Hàm)</i>
	• Tầm Quan Trọng Của Chánh Kiến (2) - ‘Con đường mà xưa nay các bậc Thánh đi, lối mòn của các bậc Thánh đi,

	dấu chân của bậcThánh đi, có chỗ đi, chỗ đến, thì chính là con đường Thánh đạo tám chi’. <i>(Trích Từ Kinh Thành Ấp – Kinh Số 325 – Thuộc Tập A Hàm)</i>
	• Tầm Quan Trọng Của Chánh Kiến (3) - Tư cụ của Thánh đạo - Chánh kiến, Chánh tinh tấn, Chánh niệm - Trong các chi, Chánh kiến đứng ngay vị trí hàng đầu - Thế nào là Tà kiến? <i>(Trích Từ Kinh Thánh Đạo – Kinh Số 189 – Thuộc Trung A Hàm)</i>
	• Chánh Kiến Là Gì? (1) - Biết như thật về Khổ, biết như thật về Khổ tập, Khổ diệt và Khổ diệt đạo. Đó gọi là Chánh kiến” - 5 chi thâm nhiếp Chánh kiến <i>(Trích Từ Kinh Đại Câu Hy La – Kinh Số 211 – Thuộc Trung A Hàm)</i>
	• Thiền chỉ, Thiền quán: - Không có trợ của Thiền chỉ, thì Thiền quán [cũng] khó thành tựu hơn
	• Chánh Kiến Là Gì? (2) - Chánh kiến Thế gian và Xuất thế gian - Thế nào là Chánh tư duy, Chánh ngữ, Chánh nghiệp, Chánh mạng, Chánh tinh tấn, Chánh niệm, Chánh định? <i>(Kinh Tà Chánh - Kinh 752 – Thuộc Tập A Hàm)</i>
	• Hai Loại Chánh Kiến Thế Gian Và Xuất Thế Gian <i>(Kinh Sanh Văn – Kinh Số 757 - Kinh Tập A Hàm)</i>
	• Phật pháp là phải xây dựng nền tảng trước, và phải nhận thức cho chính xác về tất cả vấn đề căn bản. Vấn đề căn bản có rồi, thì quý vị đi rất nhẹ nhàng, từ đó chúng ta sẽ tu dễ dàng.
30	Kiến thức nền tảng:
	• Nhân để đắc các Thánh quả: - Lý do đắc quả Dự lưu và Nhất lai là Giới, quả Bất hoàn là Định, quả A-la-hán là Tuệ. <i>(Luận Thanh Tịnh Đạo)</i>
	• Học Thiền quán trong mọi lúc, mọi nơi, trong mọi đời sống. Chia sẻ Thiền quán từ trong đời sống.
	• Nhân Duyên Khiến Sau Khi Đức Phật Nhập Diệt Thì Diệu Pháp Không Còn Tồn Tại Lâu Dài <i>(Kinh Tăng Chi Bộ - Tạng Nikaya)</i>

	• Câu Chuyện Nhân Quả Của Việc Phỉ Báng Thánh Nhân - Câu chuyện nhân quả của Tỳ-kheo Cù Ca Lê - Tuổi thọ ở các Địa ngục (Kinh 1192. Cù Ca Lê [27] - Kinh Tạp A Hàm).
	• Những hạng người trước việc bảo vệ Chánh pháp
	• Những Người Chịu Tội Nặng Nhất Trong Địa Ngục Thời Đức Phật Thích Ca (Kinh Số 5 - Phẩm 50 – Lễ Tam Bảo – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Hành Pháp Tu Đầu Đà Thì Mau Chứng Quả (Kinh Số 2 – Phẩm Phóng Ngưu Thứ 9 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Tâm sở: - Tâm sở Tín và Tâm sở Niệm
	• Chia sẻ về câu trả lời của Sư Minh Tuệ: “Chiếc lá rơi từ Vô minh”.
31	Kiến thức nền tảng:
	• Tiêu Chuẩn Của Người Bạn Tốt: (Kinh (7.37) Bạn Hữu 2: Mitta 2 – Kinh Tăng Chi Bộ).
	• Lợi Ích Của Chứng Quả Tu-đà-hoàn (Kinh (6.97) Các Lợi Ích: Ānisaṃsa – Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Nếu Không Đoạn 5 Pháp Thì Không Thể Chứng Được Từ Nhị Thiền Đến Tứ Thiền, Không Chứng Được Sơ Quả Cho Đến Tứ Quả A-la-hán: (1)Xan tham trú xứ; (2) xan tham gia đình; (3) xan tham lợi dưỡng; (4)xan tham tán thán; (5)xan tham pháp. (Kinh (5.257-263) Thiền và Thánh Quả - Kinh Tăng Chi Bộ)
	• ‘Niệm Phật’ có nghĩa là gì?
	• Tâm sở: - Tâm sở Niệm: + 17 yếu tố để phát sanh được Tâm sở Niệm + 4 Nhân trợ để tu Niệm giác chi + Tỉnh giác là gì? - Tâm sở Tàm - Tâm sở Úy: + Bốn trường hợp của Úy theo Kinh tạng
	• Định nghĩa Giới là gì?
	• Cách tư duy pháp trong khi ăn
	• Chia sẻ: “Có thật sự thân nữ khó tu hành?”

	Kinh văn: • Bài Kệ 15 – Phần 2 + Bài Kệ 16 + Luận: - Thọ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn được nói ở đây, và Vô biểu sắc, ba loại Vô vi, bảy pháp như thế ở trong môn Xứ thì lập tên gọi là Pháp xứ, ở trong môn Giới thì lập tên gọi là Pháp giới. - Nguyên nhân của Khổ (hay Tập đế) là gì? - Không phải điều nào cũng do nghiệp. Mình phải hiểu nhân, duyên, quả báo, và phải học cho kỹ. - Giới là gì? Là chia theo nhóm. Ví dụ trong Kinh A Hàm, trong Kinh Nikaya có bài kinh đức Phật nói là chúng sanh theo nhóm, theo giới.
32	Kiến thức nền tảng:
	• 8 Hạng Người Lưu Chuyển Sinh Tử Mà Không Trụ Sinh Tử (Kinh Số 10 – Phẩm 43 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Tác Dụng Của Tu Thiền Chỉ Và Thiền Quán: - Tu Thiền chỉ-> đoạn Tham-> Tâm giải thoát - Tu Thiền quán-> đoạn Vô minh-> Tuệ giải thoát ((2.31) (EA 20.7*) Trích Từ Kinh Tăng Chi – Phẩm Hai Pháp)
	• Nhân Duyên Khởi Lên Chánh Kiến: - Tầm quan trọng của Chỉ và Quán (Kinh Số 10 - Phẩm Hữu Vô – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Câu Chuyện Đức Phật Độ Một Vị Bà-La-Môn Có Thần Thông Đặc Biệt (Bà-la-môn Lộc Đầu) (Chuyện này có ngầm nhiều đạo lý về y dược, nghiệp tái sinh đời sau, công đức giữ giới) (Kinh Số 4 – Phẩm Thanh Văn thứ 28 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Làm Sao Để Vào Thế Độ Nhất Vị (Nhập Chánh Tánh Ly Sanh) ((6.98) Kinh Vô Thường: Anicca - Kinh Tăng Chi – Phẩm 6 Pháp)
	• Đảnh Pháp Và Đảnh Pháp Thoái - Sự khác nhau giữa Vô ngã và Phi ngã - Định nghĩa thế nào là đa văn (Trích Từ Kinh 86- Kinh Thuyết Xứ - Kinh Trung A Hàm)
	• Vấn - Đáp: "Tại sao bây giờ có nhiều người cuồng tín, theo những người phỉ báng Sư Minh Tuệ hay là chống đối Sư Minh Tuệ, chống đối những người tu hành chân chánh v.v...?"
	• Xây dựng Chánh kiến: - Dù là Tổ sư của Thiền tông thì vẫn không bằng Phật được. Phân tích câu chuyện của Tổ Ưu Ba Cúc Đa với Ma vương Ba Tuần

	- người nào tự xưng là Phật, Bồ-tát tái lai mà giảng giáo pháp Tứ đế trật lất thì người đó không phải là Phật, Bồ-tát tái lai.
	• Chia sẻ góc nhìn về Câu Hỏi Về Cúng Đường Của Phật Tử Với Sư Minh Tuệ
33	Kiến thức nền tảng:
	• Nguyên Nhân Sợ Hãi Khiếp Đảm (Theo Kinh Sợ Hãi Khiếp Đảm - Kinh Số 4 trong Kinh Trung Bộ) - Bí quyết là ráng tu Thiền chỉ, đắc được Sơ thiền thì sẽ không sợ hãi. - Nguyên nhân tại sao mình sợ? - Chia sẻ câu chuyện Phật pháp nhiệm màu ở phút cuối cùng xoay chuyển - Câu chuyện của ông Trưởng giả Cấp Cô Độc cúng đường đến hết tài sản, sau được chư Thiên gia trì có lại được. - Câu chuyện của vị đó nghèo quá, nhưng tâm rất tha thiết muốn cúng đường cho Phật, được chư Thiên gia trì giúp cúng đường cho Phật và Tăng đoàn. - Mọi nỗi sợ đều quy về sợ chết. Mình sợ chết nhất. Tại vì sao quý vị sợ chết? Vì quý vị chưa rõ cái chết của mình. - Chia sẻ về Pháp luật, ứng xử trong thế gian, để bớt lo sợ.
	• Khai Thị Của Đức Phật Về Nỗi Khổ Trong Luân Hồi: - Các nỗi khổ trong sanh tử - Khai thị về bỏ Thân kiến, thậm chí còn cao hơn nữa. Đạt được giải thoát và giải thoát tri kiến. - Bí quyết để ra khỏi sanh tử là cứ chán đi, đừng ham gì nữa hết, chán riết rồi tự nhiên sẽ thành tự. <i>(Kinh 1318. Huyết - Phẩm 45. Tương Ưng Vô Thủy - Kinh Tạp A Hàm)</i>
	• Vấn - Đáp: “Thưa thầy, học về A-la-hán để làm gì? Đời này con đâu thể nào chứng A-la-hán đâu”.
	• Câu chuyện ngài Châu Lợi Bàn Đà Già biến hóa ra 1000 vị Tỷ-kheo.
	• Khi Nghe Điều Gì Cần Suy Xét, Chớ Vội Vàng Tin Nhận (Kinh Kālāma): - 10 điều chớ vội tin - Kinh Phật luôn nhất quán, không bao giờ có mâu thuẫn - Tiêu chuẩn xem xét: coi những điều giảng trong đó có phù hợp với bốn điều: Khế với Kinh, khế với Luật, với Giới, với A Tỳ Đàm không? Và đặt ra, coi Tam pháp ấn: Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã. Rồi Thật tướng, Vô tướng v.v... - Chủng tánh của người giác ngộ là gì? Là khi nghe những điều nào ngược với tư tưởng của mình, định kiến của mình, thì mình cũng phải suy xét, phải coi điều đó đúng hay điều cũ đúng, điều nào hợp lý hơn.

	- Tiêu chuẩn của Thiện và Bất thiện - Các pháp nếu thực hiện và chấp nhận đưa đến bất hạnh khổ đau thì hãy từ bỏ chúng. - Mình phải suy xét mấy điều: (1)các pháp đó là thiện, (2)các pháp đó không đáng chê, (3)các pháp đó không bị người trí chỉ trích, và (4)các pháp đó được thực hiện và chấp nhận đưa đến hạnh phúc an lạc, thì mình thực hành, tu theo. <i>((3.65) Kesamutti (MA 16) – Kinh Tăng Chi)</i>
	• Tiêu Chuẩn Đúng Chánh Pháp: - Khi chưa đủ dốc lòng tin tưởng, thì hãy y chiếu và thảo bàn - Thế nào là y chiếu và thảo bàn? Y chiếu theo pháp mà luận, đó là bốn đại luận được quảng diễn: Khế kinh, Luật, A-tỳ-đàm, Giới. - Khi mình học điều gì thì phải hỏi: điều đó là từ đâu? Kinh nào? - Giảng giải về câu: “Một câu Phật hiệu là đầy đủ, không cần Giới luật” và câu nói trong Kinh Hoa Nghiêm “nhất tức nhất thiết, nhất thiết tức nhất”. - ‘Như Lai cung kính pháp, nên ai cung kính pháp thì tức là cung kính Ta’. <i>(Kinh Số 5 - Phẩm Thanh Văn – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Câu chuyện Lão Nam Nữ: Tại sao đức Phật không độ họ?
	• 40 đề mục tu Thiền chỉ: - Đề mục Tùy niệm Giới theo Luận Thanh Tịnh Đạo: - Nhắc lại các đề mục tu Thiền chỉ - Nhắc lại tác dụng của Thiền chỉ - Thiền chỉ giống như là Vaccin, để ngăn ngừa bệnh. Còn Thiền quán thì giống như bệnh rồi mới uống thuốc. - Tầm quan trọng của việc giữ giới, nhất là giới Bát quan trai.
	• Câu chuyện về ông Bà-la-môn nói trong 3 nghiệp thì thân là quan trọng. Đức Phật lấy ví dụ giảng giải ý nghiệp mới là quan trọng.
	• Pháp Niệm Giới Trong Kinh Tăng Nhất A Hàm <i>(Kinh số 4 – Niệm Giới – Phẩm Quảng Diễn Thứ Ba – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Vấn - Đáp: “Có nhiều đề mục như vậy, thì tu như thế nào?” Đề mục ở trên, đắc cao, thì lại khó tu; còn đề mục ở dưới, đắc thấp, thì lại dễ tu
34	Kiến thức nền tảng:
	• Tu tập Thiền chỉ và Thiền quán có tác dụng gì? • Tu tập tùy lúc, tùy thời để cân bằng Thiền chỉ và Thiền quán • Không giữ giới thì không thể vào Thiền • Học pháp là tu Thiền quán và Thiền chỉ, nhưng thiên về Quán, không thể đưa đến đắc Sơ thiền.

	• CHUYỆN CON CHIM CÚT (Tiền thân Vattaka của đức Phật Thích Ca) - Tại sao có nhiều người cầu nguyện gì cũng linh ứng? - Niệm công đức Tam Bảo để vượt qua nạn - Thần thông tồn tại trong suốt kiếp này: chuyện lửa không cháy suốt một kiếp tại chỗ đó. <i>(Trích từ Kinh Tiểu Bộ - Tạng Kinh Nikaya)</i>
	• 4 Nguyên Nhân Của Giấc Mơ • 6 Hàng Chúng Sanh Có Thể Nằm Mơ <i>(Trích Từ Giáo Trình Siêu Lý Trung Học Của Đại Học Abhidhamma – Vương Quốc Thái Lan)</i>
	• Tâm Vô nhân là gì? Tâm Tam nhân là gì? Tâm tam nhân có mặt ở đâu?
	• Vấn - Đáp: “Giả sử bộ Luận Câu Xá của thầy giảng không tương ứng với kinh điển thì sao?”
	• Tầm Quan Trọng Của Pháp Tu Tứ Niệm Xứ <i>(Trích Từ Kinh Số 10 - Kinh Niệm Xứ (Satipaṭṭhānasutta) – Kinh Trung Bộ Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Dù là Đại thừa hay Tiểu thừa thì cũng phải tu Tứ niệm xứ.
	• Pháp Tu Tứ Niệm Xứ Từ Kinh Trung A Hàm – Bắc Truyền (Nội Dung Tương Tự Kinh Niệm Xứ Trong Kinh Trung Bộ Của Nam Truyền) I. QUÁN THÂN: 1. Chánh niệm chánh tri 2. Sở tức 3. Bốn thiền 4. Quang minh tướng 5. Quán nội thân 6. Bốn giới 7. Quán ngoại thân II. QUÁN THỌ-TÂM-PHÁP: 1. Quán thọ 2. Quán tâm 3. Quán pháp: a. Sáu xứ b. Năm cái c. Bảy giác chi

	III. CỨU CẢNH <i>(98. KINH NIỆM XỨ - Kinh Trung A Hàm)</i>
	• Giải thích chữ ‘hiện tại lạc trú’
35	Kiến thức nền tảng:
	• Khai thị về tu tập của đức Phật <i>(Kinh Tiểu Bộ - thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Vợ Chồng Là Tiên Hay Là Đê Tiện <i>((4.53) Sống Chung 1: Paṭhamasaṃvāsa – Kinh Tăng Chi – Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Làm Sao Để Vợ Chồng Gặp Nhau Ở Đời Này, Đời Sau? <i>((4.55) Kinh Xứng Đôi 1: Paṭhamasamajīvī – Kinh Tăng Chi Bộ - Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Câu Chuyện Một Vị Tỳ-Kheo-Ni Vị Tỳ-kheo-ni tên Siha, đi xuất gia 7 năm nhưng không chứng đắc. Đến khi cô định tự tử, lúc đó triển khai Thiền quán thì chứng quả A-la-hán. <i>((5.3) Sīhā - Trích Từ Kinh Tiểu Bộ - Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Tác Dụng Và Tầm Quan Trọng Của Thiền Chỉ Và Thiền Quán (2) – Hai Pháp Nền Tu Hành - Đắc Thiền chỉ thì thành tựu Giới luật -> Định cộng Giới. - Đắc Thiền quán thì được Tâm giải thoát, Tuệ giải thoát. (Ở trên phải có Thiền chỉ thì mới được Tâm giải thoát. Nếu trên này không có Thiền chỉ, thì nhiều khi tu có được một điều là được Tuệ giải thoát thôi). - Đắc Chỉ -> hàng phục được ma oán. - Đắc Quán -> Tam lậu minh, mới thành Vô thượng Chánh đẳng Chánh giác. <i>(Kinh Số 7 - Phẩm Thiện Tri Thức Số 20 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Chia sẻ Pháp hành: Tùy thời mà tu Thiền chỉ và Thiền quán, đừng quá chấp trước. Tu theo kinh Phật thì nhẹ nhàng.
	• Quả Tu-Đà-Hoàn Có Mấy Hạng? <i>(Trích từ Kinh Giáo Hóa Bệnh – Kinh Số 28 – Kinh Trung A Hàm)</i>
	• Tâm sở: 19 Tâm sở Tịnh hảo biến hành: - Vô tham; - Vô sân (Tù); - Trung hòa (Xả trong Xả giác chi) - Sự khác nhau giữa Xả thọ và Xả giác chi.
36	Kiến thức nền tảng:
	• Chuyện Các Nam Tử Của Nhà Triệu Phú: Setṭhiputtapeta

	- Nghiệp tà dâm, nếu làm quá thì sau này đọa vào Địa ngục Chảo sắt. - Vua Ba Tư Nặc tham đắm sắc đẹp vợ của người khác, nhưng được đức Phật độ, nên hài lòng với vợ của mình. (Trích từ Kinh Tiểu Bộ thuộc Tạng Nikaya)
	• Nhắc lại pháp tu: Thiền chỉ và Thiền quán
	• Tầm Quan Trọng Của Thất Giác Chi (Kinh 222 – Kinh Lệ - Trung A Hàm)
	• Tầm Quan Trọng Của Thất Giác Chi (2) (Kinh 674. Cái - Kinh Tạp A Hàm)
	• Tầm Quan Trọng Của Thất Giác Chi (3) (Trích từ 5. Kinh Tiểu Duyên – Trường A Hàm)
	• Nói Rõ Hơn Về Thất Giác Chi (1) 1. Niệm giác chi 2. Trạch pháp Giác chi 3. Tinh tấn Giác chi 4. Khinh an Giác chi 5. Hỷ giác chi 6. Định giác chi 7. Xả giác chi (Trích từ Kinh 681. Chuyển Thú - Kinh Tạp A Hàm)
	• Thất Giác Chi Là Phương Thuốc Trị Bảy Kiết Sử (Kinh Số 3 – Phẩm 40 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Bảng tóm tắt Thất giác chi để đối trị 7 Kiết sử: 1. Tham dục -> Niệm giác chi 2. Sân hận -> Trạch pháp Giác chi 3. Tà kiến -> Tinh tấn Giác chi 4. Tham đắm Thế gian -> Hỷ giác chi 5. Kiêu mạn -> Khinh an Giác chi 6. Nghi -> Định giác chi 7. Vô minh -> Xả giác chi (Theo Kinh Số 3 – Phẩm 40 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Lúc Nào thì Nên Tu Giác Chi Nào? - Tâm yếu kém, do dự -> nên Trạch pháp Giác chi, Tinh tấn Giác chi, Hỷ giác chi. - Tâm trạo cử, do dự -> nên tu Khinh an Giác chi, Định giác chi, Xả giác chi - Niệm giác chi thì hỗ trợ cho tất cả trường hợp tâm. (Kinh 682. Hỏa - Kinh Tạp A Hàm)

	• Tầm Quan Trọng Của Thiền Chỉ Và Thiền Quán (3) (19. Phẩm Tham: Rāgaṭṭhālavagga – Kinh Tăng Chi)
	• Tùy Thời Biết Nên Tu Thiền Chỉ Hay Thiền Quán (Trích Từ Kinh Số 1 – Phẩm 39 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Xây dựng Chánh kiến: Bên Tịnh Độ có trường hợp nói là: “Im lặng ba năm đi thì thành tựu”. Không phải! Trong kinh đức Phật không bao giờ đề xướng im lặng.
	• 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ - Đề mục Tùy niệm thí (Theo Luận Thanh Tịnh Đạo)
37	Kiến thức nền tảng:
	• Quả Báo Của Người Cúng Dường Nước Thơm Cho Phật Chữa Bệnh Trúng Gió - Câu chuyện về Trưởng giả Tỳ Xá La thờ Đại thần Ngũ Đạo, ông có tuổi thọ rất ngắn, sau 5 ngày nữa sẽ chết và đọa vào Địa ngục Đê Khốc. Nhưng vì công đức cúng dường nước thơm cho Phật mà được sanh lên cõi Trời. (KINH SỐ 7 – Phẩm Tà Tụ Thứ 35 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• 5 Lỗi Nếu Tin Người Mà Không Y Theo Pháp, Theo Phật (KINH 805. QUÁ HOẠN - Kinh Tạp A Hàm)
	• Hãy học kinh điển để mình phân biệt đâu là phàm, đâu là Thánh.
	• Chia sẻ về Sư Minh Tuệ: ngài có thể chứng đắc, nhưng ngài chưa phải là Phật.
	• Nhắc lại tác dụng của tu Thiền chỉ: ngủ ít, cơ thể nhẹ nhàng, đỡ bệnh.
	• Nhắc lại về 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ
	• Đề Mục Thiền Chỉ Biến Xứ Trong Kinh A Hàm - Tu những đề mục Thiền chỉ Biến xứ, rồi phải tu thêm Thiền quán để tách Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức ra thì mới phá được Thân kiến. Tuy nhiên có những cách khác dễ hơn: đó là quán Khổ - Không, Vô thường, Vô ngã; thành tựu bốn bất hoại tịnh; tu Ngũ căn Ngũ lực, và 37 Phẩm trợ đạo, thì tự nhiên sẽ phá Thân kiến. • (Trích từ Kinh 111. Mao Đaoan - Kinh Tạp A Hàm)
	• Đề Mục Thiền Chỉ Biến Xứ Trong Kinh Nikaya (Trích từ Kinh Tăng Chi – Phẩm 10 Pháp)
	• Các Trạng Thái Tịch Diệt Của Các Tầng Thiền (Kinh 473. Chỉ Tức - Kinh Tạp A Hàm)
	Bảng Tóm Tắt - Kinh 473. Chỉ Tức - Kinh Tạp A Hàm

	• Nhập Tăng Thiền Tịch diệt, Tĩnh chỉ • Sơ thiền --> Ngôn ngữ • Nhị thiền --> Tầm, tứ • Tam thiền --> Tâm hỷ • Tứ thiền --> Hơi thở ra vào • Không Vô Biên Xứ --> Sắc tướng • Thức Vô Biên Xứ --> tướng không vô biên • Vô Sở Hữu Nhập Xứ --> tướng thức vô biên xứ • Phi Tướng Phi Phi Tướng Xứ --> tướng vô sở hữu xứ • Thọ Tướng Diệt --> tướng và thọ
	• Đề mục Tùy niệm thiền (Theo Luận Thanh Tịnh Đạo)
	• Niệm Thiền Trong Kinh A Hàm (Trích Từ Kinh 549. Ly - Kinh Tạp A Hàm)
	• Chia sẻ cách tu Thiền chỉ và Thiền quán
	• Học theo Phật thì mình thấy vui lắm, điều nào cũng có phước báo, công đức vô lượng, mà tu dễ dàng.
	• Trả lời câu hỏi: “Thưa thầy, con lỡ phá thai nhiều lắm rồi, phá mấy đứa con lận”.
	• Giải đáp câu nói: “Mỗi ngày bước một bước chân tới Phật thôi, là gần Phật, thì công đức phước báo vô lượng rồi”.
	• Tâm sở: 19 Tâm sở Tịnh hảo biến hành 8-9.Tịnh tâm và Tịnh thân
38	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Một Người Hạ Đốc Đức Phật - Câu chuyện về Trưởng giả Thi Lợi Quạt bày nhiều cách để hại Phật và Tăng đoàn nhưng không thành, được đức Phật độ, ông sám hối và đắc Pháp nhãn tịnh. Mọi người ở đó cũng đắc Pháp nhãn tịnh. --> Phật pháp rất tuyệt vời, đừng có bi lụy. - Đức Phật luôn thuyết pháp có trình tự. (Kinh Số 7 – Phẩm 45 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Hạng Người Nào Nên Thân Cận Và Hạng Người Nào Không nên Thân Cận (1) - Hạng người thấp kém về Giới, Định, Tuệ --> không nên gần gũi, không nên sống chung, không nên hầu hạ cúng dường.

	- Hạng người đồng đẳng với mình về Giới, Định, Tuệ --> nên gần gũi, nên sống chung, nên hầu hạ cúng dường. - Hạng người thù thắng về Giới, Định, Tuệ --> sau khi cung kính, tôn trọng, nên gần gũi, nên sống chung, nên hầu hạ cúng dường <i>(Kinh (3.26) Cần Phải Thân Cận: Sevitaḥḥa – Kinh Tăng Chi Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	• Sự Khác Biệt Giữa Người Có Bồ Thái Và Người Không Có Bồ Thái <i>(Kinh (5.31) Sumanā (SA 94*, EA 17.8*, MA 148*) – 4. Phẩm Sumanā: Sumanāvagga -Kinh Tăng Chi – thuộc tạng Nikaya)</i>
	• Giải thích về câu chuyện 2 anh em: 1 người tu phước, 1 người tu huệ. Người tu huệ đời sau làm A-la-hán, người tu phước đời sau làm con voi quấy anh lạc, trích trong Tiểu Bộ Kinh.
	• Pháp Nào Cần Chuyên Tinh Tư Duy? Tác Dụng Của Thiền Chỉ Và Thiền Quán <i>(Kinh 463. Đồng Pháp - Kinh Tạp A Hàm)</i>
	• Vấn - Đáp: “Thôi con chỉ [muốn] đắc Tu-đà-hoàn, con không tu Thiền chỉ, mà tu Thiền quán không [thôi] thì có được không?”
	• Chia sẻ tầm quan trọng của việc giữ giới Bát quan trai
	• Khai thị: Tu hành không phải là muốn hay không muốn, mà phải tu đúng thì mới thành tựu. Ví dụ về con gà ấp trứng và việc vắt sữa bò.
	• 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ theo Luận Thanh Tịnh Đạo - Chia sẻ cách tu các đề mục Thiền chỉ và trạng thái khi tu.
	• Nói Chi Tiết Đề Mục Niệm Hơi Thở
	• Pháp Tu Niệm Hơi Thở Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm (Thiền Chỉ Quán đã học ở bài 21) <i>(Kinh Số 8 – Phẩm Quảng Dẫn Thứ 3 - Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
39	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Đức Phật Độ Ngài Nan Đà - Hai pháp không biết chán đủ: là dâm dục và uống rượu - Bài kệ nhắc nhở Vô thường, Khổ, Không, Vô ngã - Đức Phật khéo léo và phương tiện độ sanh - Hãy tu hành 2 pháp: Chỉ và Quán. Sau đó tu: Sinh tử không đáng vui và Niết-Bàn là an lạc (thật ra là Khổ, Tập, Diệt, Đạo); và tu 2 pháp nữa là Trí và biện (Trí tuệ và Biện tài). - Vị A-la-hán không bao giờ nói dối. Khi ngài Nan Đà đã chứng A-la-hán thì ngài đến trước Phật để xả lời hứa trước kia của Phật với ngài. <i>(Kinh Số 7 – Phẩm Tàm Quý Thứ 18 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>

	• Tổng Kết Về Các Địa Vị Hiền Thánh Đã Học (Tạm Thời) - Nhắc lại về các địa vị Hiền Thánh
	• Cách Để Vào Địa Vị Tùy Tín Hành, Tùy Pháp Hành (Thứ 2). Cách Để Vào Quả Tu-Đà-Hoàn (thứ 6) - Quán Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý là vô thường, là biến hoại, đổi khác. (Kinh (25.1) Con Mắt: Cakkhu - Chương 25: Tương Ứng Nhập (Okkanta Samyutta) – Kinh Tương Ứng)
	• Cách Để Vào Quả Tu-Đà-Hoàn (thứ 7) - Làm lắng dịu năm sợ hãi hận thù; thành tựu bốn chi phần Dự lưu; khéo thấy, khéo thể nhập Thánh lý với trí tuệ. - Thế nào là làm lắng dịu năm sợ hãi hận thù? --> Giữ Ngũ giới - Thế nào là thành tựu bốn Dự lưu phần? --> niềm tin bất động đối với Phật, Pháp, Tăng, và thành tựu Thánh giới. - Thế nào là Thánh lý được khéo thấy, khéo thể nhập với trí tuệ? --> quán ‘các pháp do duyên sanh, và cũng do duyên mà diệt’ và vòng 12 nhân duyên. (Kinh (10.92) Sợ Hãi: Bhaya (AN 9.27*) – Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Chia sẻ lại cách học: Học không phải thuộc lòng, mà là hiểu để hành.
	• 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ: - Nhắc lại về các đề mục Thiền chỉ theo Luận Thanh Tịnh Đạo. - Trì tướng và Tợ tướng là gì? - Chia sẻ thực tế cách tu và các trạng thái có thể xuất hiện khi tu. - Biển xứ xanh (Nīlakaṣiṇa) - theo Luận Thanh Tịnh Đạo - Biển xứ vàng (Pīṭakaṣiṇa)- theo Luận Thanh Tịnh Đạo
	• Vấn - Đáp: “Con đang nhìn [đề mục nào đó] một hồi, rồi tự nhiên con muốn nhắm mắt lại và chuyển qua đề mục hơi thở, tức là bắt đầu đếm hơi thở 1...1; 2...2 v.v... Hoặc là lúc đó chuyển tới trạng thái là không phải đếm nữa, mà là theo dõi hơi thở thì có được không?
	• Tâm sở: 19 Tâm sở Tịnh hảo Biến hành - 10-11. Khinh tâm và Khinh thân; - 12-13. Nhu tâm và Nhu thân
40	Kiến thức nền tảng:
	• Người Giết Hại Sinh Mạng Nhiều Loài Hữu Tình Để Cúng Đồ Ăn Cho Người Chết, Có Hạnh Phúc, Lợi Ích Nào Không? - Đùng sát sanh cúng cho người chết, không có lợi ích gì, mà thậm chí bị quả báo. - Khi nghiệp tới rồi thì không tránh được - Giữ được năm giới thì sanh lên cõi Trời

	<i>(18. Chuyện Đồ Ăn Cúng Người Chết (Tiền Thân Matakabhatta) – Kinh Tiểu Bộ Thuộc Tạng Nikaya)</i>
	Câu chuyện về hai vị: Một vị tu theo hạnh con chó, một vị tu theo hạnh con bò, đến hỏi đức Phật là họ tu như vậy thì được gì? --> Thời nay, mặc dù nhiều đồng tu chúng ta đã gặp Phật pháp rồi, nhưng nhiều khi không phải Phật pháp chính thống, mình tu một đời rất vất vả, nhưng cuối cùng không được kết quả gì. <i>(Kinh Hạnh Con Chó - Kinh 57 trong Kinh Trung Bộ)</i>
	Tiêu Chuẩn Pháp Sư - Ai thuyết pháp mà giúp cho mình lìa tham, nhàm chán, các [căn] Nhãn, Nhĩ, Tỷ, Thiệt, Thân, Ý, tịch diệt tức là mình thanh tịnh, thì người đó tạm được gọi là Tỳ-kheo Pháp sư. Còn ai tu được như vậy nữa thì người đó là một Tỳ-kheo hành trì đúng pháp. <i>Trích từ KINH PHÁP SƯ - NHẬT TỤNG KĀLĀMA 3 - Sư Toại Khanh (Giác Nguyên) sưu lục (SN 35.155 Vị Thuyết Pháp - 15. Phẩm Cũ Và Mới - Tương Ưng Sáu Xứ (e) - Kinh Tương Ưng).</i>
	Tác Dụng Của Thiền Chỉ (Các Biến Xứ) Theo Kinh Tạp A Hàm <i>(Kinh 548. Ca-Lê - Kinh Tạp A Hàm)</i>
	Sức Mạnh Của Thiền Định - Thiền xảo nhập; thiền xảo trú; thiền xảo xuất; thiền xảo trong sự an lạc; thiền xảo trong cảnh giới; thiền xảo trong sự dẫn khởi. <i>(Kinh (6.24) Núi Tuyết Sơn: Himavanta - Phẩm Sáu Pháp – Kinh Tăng Chi)</i>
	Tầm Quan Trọng Của Mười Biến Xứ (Tu Thiền Chỉ <i>(Trích từ Kinh 222. KINH LỄ - Kinh Trung A Hàm)</i>
	Ai Gần Phật? <i>((92) Saṅghāṭikapaṇṇa – Kinh Tiểu Bộ - thuộc Tạng Nikaya)</i>
	Lợi Ích Của Việc Không Ăn Ban Đêm - (1) ít bệnh, (2) ít náo, (3) khinh an, (4) có sức lực và (5) an trú. <i>(Trích từ 70. Kinh Kīṭāgiri (Kīṭāgirisutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	Các Địa Vị Thánh Quả (tiếp theo) - Câu phần Giải thoát, bậc Tuệ giải thoát, bậc Thân chứng, bậc Kiến đạo, bậc Tín giải thoát, bậc Tùy pháp hành, bậc Tùy tín hành. <i>(Trích từ 70. Kinh Kīṭāgiri (Kīṭāgirisutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	Có nhiều người sai lầm tưởng là lên trời không tu được. Đức Phật chưa bao giờ nói điều đó.
	Quý vị có được lòng tin, có lòng thương đối với Như Lai, thì mình sẽ

	có được những pháp từ: Tín căn, Tấn căn, Niệm căn, Định căn và Tuệ căn.
	• Trí Tuệ Được Hoàn Thành Nhờ Học Từ Từ, Hành Từ Từ, Thực Tập Từ Từ - Các bước để tu tập: (1) là có lòng tin đi đến gần -> (2) tỏ ra kính lễ -> (3) lóng tai -> (4) nghe pháp -> (6) suy tư ý nghĩa các pháp được thọ trì -> (7) các pháp được chấp thuận -> (8) ước muốn sanh khởi. -> (9) nỗ lực -> (10) cân nhắc -> (11) tinh cần => tự thân chứng được sự thật tối thượng, và với trí tuệ thể nhập sự thật ấy, vị ấy thấy. <i>(Trích từ 70. Kinh Kīṭāgiri (Kīṭāgirisutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• Đạo Phật gọi là đến để mà thấy. Hãy thực hành, hãy kiểm nghiệm. Hành trì một phần thì được một phần lợi ích, hành trì được một phần thì được một phần giải thoát.
	• Một Đệ Tử Có Lòng Tin Giáo Pháp Bạc Đạo Sư Và Sống Thể Nhập Giáo Pháp Ấy Sẽ Chứng Được Một Trong Hai Quả A-La-Hán Hoặc A-Na-Hàm Ngay trong hiện tại <i>(Trích từ 70. Kinh Kīṭāgiri (Kīṭāgirisutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• Kinh Tăng Chi, ở phẩm Hai Pháp có nói: Nếu một Tỷ-kheo mà chứng A-la-hán lậu tận, thì cho dù bị sét đánh trúng cũng không làm cho sợ hãi. Nguyên văn là: ‘Này các Tỷ-kheo, không bị sét đánh làm cho sợ hãi. Thế nào là hai? Tỷ-kheo đoạn tận các Lậu hoặc và con voi thuần chủng’ hay là chỗ [nói] ‘con ngựa nòi giống tốt’.
	• Tâm sở: 19 Tâm sở Tịnh hảo Biến hành - 14-15. Thích tâm và Thích thân
41	• Kiến thức nền tảng:
	• Làm Các Lễ Cúng Cho Người Chết Thì Các Bà Con Huyết Thống Đã Chết Có Được Hưởng Bố Thí Ấy Hay Không? - 4 trường hợp không nhận thức ăn cúng lễ: Địa ngục, Súc sanh, sanh lên cõi Người và cõi Trời. - Ngạ quỷ thì có thể nhận thức ăn cúng lễ. - Bà con huyết thống khác đã chết mà sanh vào đường Ngạ quỷ, thì sẽ thọ nhận được. - Những người làm Thập ác mà bố thí cúng dường cho những người xuất gia của đạo Phật và các Tôn giáo khác, thì họ sẽ hưởng phước đó trong loài súc sanh => người bố thí không phải không có kết quả. <i>(Kinh (10.177) Jāṇussoṇi (SA 1041) – Kinh Tăng Chi)</i>
	• Tiêu Chuẩn Để Nhận Ra Đây Là Phải Hay Không Phải Pháp, Luật, Lời Dạy Của Đức Phật

	Những pháp đưa đến: (1) ly tham, không đưa đến tham dục; (2) ly hệ phược, không đưa đến hệ phược (3) không tích tập; không đưa đến tích tập (4) ít dục, không đưa đến dục lớn (5) biết đủ, không đưa đến không biết đủ (6) đưa đến nhàn tịnh, không đưa đến tụ hội (7) đưa đến tinh tấn, không đưa đến biếng nhác (8) đưa đến dễ nuôi dưỡng, không đưa đến khó nuôi dưỡng => Đó là Pháp, đó là Luật, đó là lời dạy của bậc Đạo sư. <i>(Kinh (8.53) Tóm Tắt: Samkhitta – Kinh Tăng Chi)</i>
	• Câu Chuyện Nhân Quả Của Một Người Bị Bệnh Hủi Vào Thời Đức Phật <i>(Kinh (5.3) Suppabuddhakuṭṭhi – Phẩm Phật Tự Thuyết – Kinh Tiểu Bộ)</i>
	• Những Ai Có Sợ Hãi, Vương Tai Hoạn, Ưu Não, Tất Cả Chúng Có Thể Tìm Thấy Nơi Ngu Si Chứ Không Phải Nơi Trí Tuệ - Thế Nào Là Trí Tuệ? - Tỳ-kheo biết giới, biết xứ, biết nhân duyên, biết thị xứ phi xứ. Tỳ-kheo như vậy là trí tuệ, không phải ngu si. - 62 giới - Nếu trong đời có hai vị Chuyển luân vương cùng cai trị, trường hợp này hoàn toàn không có. - Nếu trong đời có hai đức Như Lai, trường hợp này hoàn toàn không có. <i>(Kinh Đa Giới, Kinh Trung A Hàm)</i>
	• Vài Dấu Hiệu Để Nhận Biết Người Đã chứng Quả Tu-đà-hoàn Người chứng quả Tu-đà-hoàn sẽ: 1. Không phạm tội Ngũ nghịch 2. Không cố tình phạm giới, xả giới, bỏ đạo. 3. Không xả ly nội đạo này, tôn thờ ngoại đạo 4. Không tán thán đối với những Sa-môn và Bà-la-môn khác 5. Không còn tin bói toán, hỏi cát hung. 6. Không theo các Sa-môn, Bà-la-môn khác mà bói toán, hỏi cát hung. 7. Dù có khổ cỡ nào, dù có bị bức bách đến chết cũng không bao giờ bỏ đạo mình, để cầu cứu ngoại đạo. 8. Không tái sanh lần thứ tám. <i>(Kinh Đa Giới – Kinh Trung A Hàm)</i>
	• Nhắc lại định nghĩa về Phá hòa hợp Tăng
	• Lợi Ích Của Đoạn Trừ Năm Triền Cái <i>(181. Kinh Đa Giới – Kinh Trung A Hàm)</i>

	• Tội Mắng Nhiếc, Đánh Đập, Sân Nhუế, Trách Móc Đối Với Một Tỷ-Kheo Đã Thành Tựu Chánh Niệm, Một Đệ Tử Phật Chứng Đắc Tiểu Quả Nặng Như Thế Nào? (Trích Từ Kinh 130 - Kinh Giáo Đàm-Di – Kinh Trung A Hàm)
	• Tâm sở: 19 Tâm sở Tịnh hảo Biến hành 16 - 17: Tâm sở Thuần tâm và Thuần thân 18 - 19: Tâm sở Chánh tâm và Chánh thân
42	Kiến thức nền tảng:
	• Tại sao chúng ta phải học?
	• Cho Rằng Tất Cả Cảm Thọ Đều Do Nhân Đã Làm Trong Quá Khứ Đó Là Thuộc Về Tà (Kinh 36.21. Sívaka - Phần Ba—Phẩm Một Trăm Lễ Tám Pháp Môn - Chương 36: Tương Ưng Thọ (<u>S.iv,230</u>) – Kinh Tương Ưng)
	• Tầm Quan Trọng Của Thiền Chỉ (Tiếp Theo): “Muốn Đoạn Trừ Vô Minh Nên Tu Mười Biến Xứ” (Trích từ Kinh 222 – Kinh Lệ - Trung A Hàm)
	• Khai thị: Đạo Phật là đến để mà thấy. Niềm tin mà dựa vào bên ngoài thì không chắc ăn, dễ bị sụp đổ.
	• Câu chuyện về vị Tăng sĩ Sona thuyết pháp được đức Phật và chư Thiên khen ngợi. Mẹ của Tôn giả Sona nghe ngài thuyết pháp say sưa hoan hỷ mà độ được nhóm cướp. (Tích Truyện Pháp Cú)
	• Các Cách Tu Tập Chỉ Và Quán - Các Chi Phần A-La-Hán (Kinh (4.170) Gắn Liền Cột Chặt: Yuganaddha (SA 560) – Kinh Tăng Chi)
	• Ai nói gì thì mình cũng chớ vội tin, mình phải coi [điều đó] có trong kinh hay không? Con đường ra khỏi sanh tử là pháp thân huệ mạng của mình, cực kỳ quan trọng, không nên dễ dàng giao phó cho một ai đó.
	• Có rất nhiều điều Phật giáo không giống như thế gian, và đừng đem thế gian vào trong Phật giáo.
	• Giải thích câu nói: “Câu Phật hiệu cũng là Thiền chỉ”.
	• Khi tu Thiền chỉ, để ý giữ âm thanh của kim đồng hồ sẽ là chướng ngại để nhập Thiền.
	• ĐIỀU KIỆN HỖ TRỢ 5 QUYỀN (Trích Từ Nhật Tụng Kālāma 3 - Sư Toại Khanh Sưu Lục)

	• Điều Đức Phật Khuyến (Trích từ Kinh Tiểu Bộ)
	• Tầm Quan Trọng Của 37 Phẩm Trợ Đạo (Kinh (7.71) Tu Tập: Bhāvanā – Kinh Tăng Chi)
	• Vấn - Đáp: “Tại sao con không có nghiệp như ngài Angulimala, đâu có giết người nhiều như vậy đâu, sao con tu tập hoài mà đầu óc con đờ đẫn, thế này thế kia, tu không thấy hiệu quả?”
	• Tổng Kết Về Các Địa Vị Hiền Thánh Đã Học (Tạm Thời) • Thượng Lưu Sắc Cứu Cánh Thuộc Tam Quả A-Na-Hàm (Trích Từ Quyển 174 - Chương VII: Định Uẩn (Tiếp Theo) - Phẩm Thứ Tư: Luận Về Bất Hoàn– A Tỳ Đạt Ma Đại Tỳ Bà Sa Luận)
	• Tuyên bố thầy mình là Phật, Bồ-tát tái lai cũng là tội đại vọng ngữ. Câu chuyện thời đức Phật.
	• Tâm sở: Tâm sở Tịnh hảo Biệt cảnh: - 3 Tâm sở Tịnh hảo Giới phần: 20.Chánh ngữ; 21.Chánh nghiệp; 22.Chánh mạng.
43	Kiến thức nền tảng:
	• Có Phải Tất Cả Vị A-La-Hán Khi Niết-Bàn Đều Có Hiện Tượng Phi Thường? Việc có xá lợi hay có màu nhiệm hay không, thì có 3 nguyên nhân: 1. Chính vị A-la-hán trước khi nhập Niết-Bàn thì có lời nguyện như thế, xảy ra nhiệm màu để cho mọi người tin tưởng. 2. Do chư Thiên có Thần thông, họ cũng chú nguyện như vậy. 3. Người bình thường [chú nguyện]. (Trích Từ Mi Tiên Vấn Đáp)
	• Câu Chuyện Quả Báo Của Không Tùy Hỷ Mà Ác Ý Đối Với Sự Cúng Dường Của Người Khác - Câu chuyện về người mẹ của Uttara. - Mình làm việc ác, mình muốn hồi hướng cho người khác để cho người ta gánh nặn cho mình, thì không có chuyện đó, mà mình vẫn gánh chịu việc ác đó. (22. Chuyện Mẹ Của Uttara: Uttaramādupeti – Ngạ Quỷ Sự - Kinh Tiểu Bộ)
	• Thế nào là chết đúng thời hay không đúng thời? (Trong Mi Tiên Vấn Đáp)
	• Chư Thiên Hoan Hỷ Nói Chuyện Bận Bè Với Ai Thành Tựu 4 Dự Lưu

	Phần <i>((55.36) Đi Đến Bạn Bè: Sabhāgata (SA 1124) – Kinh Tương Ưng)</i>
	• Con Đường Thông Suốt Và Có Những Căn Bản Thẳng Tấn Để Đoạn Diệt Các Phiền Não - Có giới, nghe nhiều, tinh cần tinh tấn, có trí tuệ. <i>(Kinh (4.71) Không Có Hý Luận: Padhāna - Phẩm Không Hý Luận Thứ 8: Apanṇakavagga – Kinh Tương Ưng)</i>
	• Tu Thế Nào Với Bốn Loại Thức Ăn <i>(Kinh (12.64) Có Tham: Atthirāga (SA 374–378) – Kinh Tương Ưng)</i>
	• Y Chỉ Các Tầng Thiền, Thì Diệt Tận Được Các Phiền Não – Lộ Trình Tu Chứng <i>(Kinh (9.36) Thiền: Jhāna – Phẩm 9 Pháp - Kinh Tăng Chi)</i>
	• Địa Vị Thánh Quả Nào Lợi Cắt Ngang Dòng Sông Ma Vương ? <i>(34. Tiểu Kinh Người Chăn Bò (Cūḷagopālakasutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• Tâm sở: 6 Tâm sở Tịnh hảo Biệt cảnh: - Nói chung về 4 Tâm sở: Từ, Bi, Hỷ, Xả - 2 Tâm sở Tịnh hảo Vô lượng phần: 23.Bi; 24.Tỳ hỷ; 25. Xả
	• 3 ví dụ của ngài Na Tiên để làm rõ mối liên hệ giữa Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức của thân này và thân sau. (Phá Thân kiến).
44	Kiến thức nền tảng:
	• Câu chuyện về đức Phật độ vị Bà-la-môn (người mà gọi đức Phật là người bạn chiến thắng bất diệt) trước khi độ 5 anh em Kiều Trần Như.
	• Chứng Được Sơ Thiền Trở Lên Thì Đã Vượt Qua Khỏi Tầm Mắt Của Ác Ma <i>(Trích từ 26. Kinh Thánh Cầu (Ariyapariyesanasutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• Chia sẻ lại về cách tu Thiền chỉ
	• Làm Thế Nào Để Chết An Lành, Mạng Chung An Lành? <i>(218. Kinh A-Na-Luật-Đà (I) – Kinh Trung A Hàm)</i>
	• Cõi nào được xem là Tịnh độ theo quan điểm Bắc truyền và Nam truyền?
	• Xây dựng Chánh kiến: Có người nói: “Ở cõi trời không có Phật pháp”. Đó là một sai lầm lớn!
	• Nói về tu chứng: Sơ quả Tu-đà-hoàn có đắc được khi ở cõi Trời hay không?

	• Chứng Được Nhị Thiên Thì Có Thần Thông Thế Nào? (Câu chuyện về Trưởng giả Chấ Đa La) (Kinh 573. Ni-Kiền - Kinh Tập A Hàm)
	• Trưởng Giả Chấ-Đa-La Lâm Chung Tụ Tại (Kinh 574. Bệnh Tướng - Kinh Tập A Hàm)
	• Làm Sao Biết Được Những Vị Đang Đi Trên Con Đường Hướng Đến Đạo Quả A-La-Hán? (Kinh (3.11) Bện Tóc: Sattajaṭila (SA 1148, SA2 71) - Tương ưng Kosala – Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Tứ Chánh Cần – Tứ Như Ý Túc (Kinh (4.13) Chánh Cần: Padhāna (SA 875–876, AN 4.69, AN 4.275* - Kinh Tăng Chi Bộ))
	• Tứ Như Ý Túc ((4.276) Như Ý Túc: Iddhipāda -(4.13) Chánh Cần: Padhāna (SA 875–876, AN 4.69, AN 4.275* - Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Bốn Như Ý Túc (Trích từ Kinh 86 – Kinh Thuyết Xứ - Trung A Hàm)
	• Trong Tích Truyện Pháp Cú có câu chuyện, là khi đức Phật thuyết pháp rất hay thì trong đó có 5 người, 4 người làm việc này kia, chỉ có 1 người tập trung nghe. Đức Phật nói nguyên nhân-> nghe Chánh pháp không dễ.
	• Tâm sở: 6 Tâm sở Tịnh hảo Biệt cảnh: - 23.Bi; 24.Tỳ hỷ; 25. Trí tuệ (Tuệ quyền) - Trí tuệ -> Thấm như Ý túc (trong Tứ như Ý túc) -> Trạch pháp (trong Thất giác chi) -> Chánh kiến (trong Bát chánh đạo)
	• Chia sẻ về việc thờ tự làm sao để có định
45	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Dòng Họ Thích Bị Vua Tỳ-Lưu-Lý Sát Hại (Kinh Số 2 – Phẩm Đăng Kiến Thứ 34 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Hai Pháp Bố Thí Mà Được Công Đức Lớn, Thành Quả Báo Lớn, Được Vị Cam Lồ, Đến Chỗ Vô Vi (Kinh Số 10 – Phẩm 20 - Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Tu Ngũ Quyền (Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ) Thì Giải Thoát (Tương Ưng Bộ Kinh – Thiên Đại Phẩm)
	• *Tâm sở: Tâm sở Tịnh hảo Trí quyền

	- 40 Nhân trợ sanh trí: + 4 Nhân Trợ Cho Tương Ứng Trí: (1-4) + 8 Nhân Tỉnh Trí: (5-12) + 4 Nhân Trợ Tạo Trí: (13-16) + 9 Nghiệp Trí: (17-25) + 7 Nhân Phát Trí: (26-32) + 8 nhân đắc trí: (33- 40)
	• 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ - Lợi ích của 4 đề mục Phạm trú - Đề mục Từ (theo Luận Thanh Tịnh Đạo) - Cách chọn đèn để tu đề mục Thiền chỉ - Chia sẻ một số lời Phật dạy trong Kinh để lắng dịu tâm sân và an trú tu tập đề mục Thiền tâm từ. - Suy xét sự lợi lạc của tính kham nhẫn - 11 Lợi ích có được khi tu tập từ tâm giải thoát.
46	Kiến thức nền tảng:
	• Thực Hành Bồ Thái Thế Nào Để Có Công Đức Vô Số, Vô Lượng? (<i>(6.37) Vật Thí Gồm Sáu Phần: Chaḷaṅgadāna (EA 37.4*) – - Phẩm Sáu Pháp - Kinh Tăng Chi Bộ</i>)
	• Câu Chuyện Quả Báo Của Người Bồ Thái Rồi Hồi Hận (<i>(3.20) Không Con: Dutiyam aputtaka - (SA 1233, SA2 60) – Tương Ứng Kosala - Kinh Tương Ứng Bộ</i>)
	• Khi Sợ Hãi Thì Hãy Niệm Phật Hoặc Niệm Pháp Hoặc Niệm Tăng (<i>III. Dhajaggam: Dầu Lá Cờ (S.i,218) – Tương Ứng Sakka – Thiên Có Kệ - Kinh Tương Ứng Bộ</i>)
	• Tu Ngũ Quyền (Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ) Thì Giải Thoát (2) (<i>Kinh (48.18) Thực Hành: Paṭipanna (SA 652, SN 48.14) -Tương Ứng Bộ Kinh – Thiên Đại Phẩm</i>)
	• Một Pháp Tu Thiền Quán Để Đoạn Tận Khổ Đau (<i>Trích Kinh Phật Tự Thuyết – Kinh Tiểu Bộ</i>)
	• 52 Tâm sở: Bảng tổng kết lại 52 Tâm sở
	• 121 Tâm: - Nói chung về Tâm Dục giới; Tâm Sắc giới; Tâm vô Sắc giới; Tâm siêu thế. 1. Tâm Dục giới: (54 tâm), gồm 11 cõi, được chia làm 3 loại: a.Tâm bất thiện: có 12; b.Tâm vô nhân: có 18; c.Tâm dục giới Tịnh hảo: có 24. A. 12 Tâm bất thiện: có 12, gồm: Tâm tham (có 8); Tâm sân (có 2); Tâm si (có 2).

	- Định nghĩa Bất thiện. - Nhân trợ cho Bất thiện sanh: có 5 - Để phân chia tâm chúng ta xét 3 khía cạnh: cảm thọ, tà kiến hay không, có phụ trợ hay không. a1. Tâm tham: có 8 trường hợp + Thọ hỷ: Cảm thọ vừa lòng, thích ý. + Thọ xả: Cảm thọ trung bình, bình thản. + Tà kiến: Thấy sai về nghiệp và quả của nghiệp, cho rằng không tồn tại. + Ly tà kiến: Có nhận thức về nghiệp và quả của nghiệp. + Vô trợ: Tự phát, không dẫn dắt, không trợ giúp. + Hữu trợ: Có dẫn dắt, có trợ giúp bởi người hay chính mình. + Nhân trợ cho tham: có 4 + Nhân trợ sanh hỷ: có 4 + Nhân trợ sanh hợp Tà kiến: có 5 + Nhân trợ sanh ly Tà kiến: có 5
	Kiến thức nền tảng:
47	
	• Câu Chuyện Về Tầm Quan Trọng Của Thức Ăn Để Hỗ Trợ Cho Chứng Quả <i>(Trích từ Phẩm Tâm – Tích Truyện Pháp Cú)</i>
	• 7 Phương Pháp Đoạn Trừ Phiền Não (Theo Kinh Trung Bộ) 1. Phải do tri kiến được đoạn trừ 2. Phải do phòng hộ được đoạn trừ 3. Phải do thọ dụng được đoạn trừ 4. Phải do kham nhẫn được đoạn trừ 5. Phải do tránh né được đoạn trừ 6. Phải do trừ diệt được đoạn trừ 7. Phải do tu tập được đoạn trừ <i>(Kinh Số 2 - Kinh Tất Cả Lậu hoặc (Sabbāsavasutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• Đức Phật nói con đường độc nhất để đến Niết-Bàn là Tứ niệm xứ. Mà Tứ niệm xứ có bổ trợ là 37 Phẩm trợ đạo. Mặc dù Tứ niệm xứ để đầu tiên, nhưng quý vị không tu mấy điều đằng sau thì không được. Cho nên phải tu [những điều] ở đằng sau, nên 37 Phẩm trợ đạo là phải tu hết.
	• Câu chuyện tiền thân của đức Phật, 7 lần ra vào (xuất gia rồi ra về) vì

	phải gieo đậu vào mùa mưa. Câu chuyện của vị Tỳ-kheo Thất Lai, nguyên nhân 7 lần ra vô là vì đời quá khứ khuyên người khác đi về, đừng tu nữa.
	Với định của Tứ thiên, dùng Tứ như Ý túc thì có thể hướng tâm để thọ mạng được lâu dài, trụ thế đến suốt kiếp.
	Xây dựng Chánh kiến: - Câu nói: “Nhặt rau mà không bỏ cọng non, còn hơn là tụng kinh điển” ==> Nói như vậy là không đúng. Nguyên nhân. - Trong Kinh Trung Bộ, Kinh Trung A Hàm, Kinh Trường A Hàm, Kinh Trường Bộ, quý vị thấy có những người ngoại đạo tu khổ hạnh tới, rồi hỏi đức Phật: Con [tu theo] ngoại đạo, nếu tu khổ hạnh như vậy, ép xác như vậy, để giải quyết vấn đề gì đó... giống như nghiệp có thể tiêu trừ không? Vì con chịu khổ như vậy mà! Nào là nằm trên gai v.v.. thì con sẽ được tiêu trừ nghiệp xưa. Cho nên sau khi chết, con sẽ được sanh lên cõi tốt lành, con sẽ sanh về trời Phạm thiên v.v... ==> Đức Phật nói: Không có chuyện đó. Ông làm khổ cho lắm vô, nào là nằm gai nào thế này, thế kia, đứng một chân, phơi nắng... đời này thọ khổ rồi cuối cùng đời sau đọa tiếp, khổ tiếp.
	Chia sẻ Thất giác chi để tu hành.
	Nhân trợ sanh vô trợ: có 6 Nhân trợ sanh hữu trợ: có 6
	a2. Tâm sân: có 2 1. Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, vô trợ. 2. Tâm sân thọ ưu, hợp phần nộ, hữu trợ.
	Một cách hiểu dễ nhớ: - Tham thì mềm – sân thì cứng - Tham thì nhẹ – sân thì nặng - Tham kéo về – sân xua đuổi → Tâm tham dễ chịu về tâm, nên thọ hỷ → Tâm sân khó chịu (thọ ưu) đến mức lan ra thân (nên thọ khổ).
	**Trong Vi Diệu Pháp: Mỗi loại tâm chỉ có thể đi kèm với một trong 5 loại thọ: Lạc, Khổ, Hỷ, Ưu, Xả

	• **Tâm sân không hợp Tà kiến vì Tà kiến là sự sai lầm thuộc về tri kiến (nhận thức, lý luận), còn tâm sân là sự bộc phát của cảm xúc thù địch — không cần có quan điểm sai lầm để phát sinh.
	• Ví dụ và Lộ trình tâm đầy đủ trong ví dụ 3 ở trên trải qua 17 sát-na tâm (chỉ xét Tâm sân). **Lưu ý: Lộ trình tâm tùy theo loại tâm mà có tối thiểu 7 sát-na tâm hoặc nhiều nhất 17 sát-na tâm.
	• 4 Nhân trợ sanh sân (hay thọ ưu): 1. Tánh nết quen sân 2. Không suy xét cao siêu 3. Thiếu sự học hiểu 4. Thường gặp cảnh không tốt
	• Mười điều ác và liên quan đến Tâm tham và Tâm sân
48	Kiến thức nền tảng:
	• Câu chuyện ‘Khóc Đòi Những Chuyện Ở Trên Trời’ Ông Bà-la-môn keo kiệt để cho đứa con trai bị bệnh chết. Đứa con trước khi chết đặt niềm tin nơi Như Lai, sau khi chết sanh làm chư Thiên. Sau đó xuống độ cho cha mình. => Nếu mình biết dùng tâm tu tập, thì việc làm dù không lớn, không dùng thân thể nhiều nhưng phước báu hoặc công đức rất lớn. <i>(Tích Truyện Pháp Cú)</i>
	• Hai Pháp Khiến Cho Người Sinh Vào Nhà Bần Tiện Và Hai Pháp Khiến Cho Người Sinh Vào Nhà Hào Tộc <i>(Kinh Số 7 - Phẩm Khuyến Thỉnh Thứ 19 – Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• 5 Nghề Người Cư Sĩ Không Nên Làm <i>((5.177) Người Buôn Bán: Vaṇijjā – Chương 5 Pháp – Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Vì Sao Có người Buôn Bán Thành Công, Có Người Buôn Bán Thất Bại ...? <i>(Kinh Buôn Bán (Vaṇijja Sutta) - Tăng Chi Bộ Kinh – Chương Bốn Pháp – Kinh số 79)</i>
	• Cần Hiểu Rõ Chính Xác Về Nghiệp Và Tái Sinh <i>(136. Đại Kinh Nghiệp Phân Biệt (Mahākammavibhaṅgasutta) – Kinh Trung Bộ)</i>
	• 40 Đề Mục Tu Thiền Chỉ: - Đề mục Bi - Lợi ích của tâm Bi (Theo Tâm Từ Kinh (Mettā Sutta) -Tăng Chi Bộ Kinh, Chương Bốn Pháp, Kinh số 125)
	• Chia sẻ kinh nghiệm tu Thiền chỉ: Một số người thực hành lúc đầu thì

	có Trì tướng, Tợ tướng, nhưng sau này không có nữa, thì vấn đề làm sao?
	• a3. Tâm si: có 2 1. Tâm si thọ xả, hợp hoài nghi. 2. Tâm thọ xả, hợp trạo cử
	• +Hoài nghi: có 8 và phân thành 40 điều A. Hoài nghi Phật bảo có 5 B. Hoài nghi Pháp bảo có 4 C. Hoài nghi Tăng bảo có 2 D. Hoài nghi Tam học có 3 E. Hoài nghi Quá khứ có 5 F. Hoài nghi Vị lai có 5 G. Hoài nghi Hiện tại có 5 H. Hoài nghi Pháp y tương sinh có 11
	• Định nghĩa Trạo cử: là tán loạn, lau chau, say mê, điên cuồng, quên mình chẳng tỉnh táo hay giết mình, cảm thấy bồn chồn, bất an v.v...
	• *Cả hai loại tâm Si (si + hoài nghi, si + trạo cử) đều là tâm thọ xả (upekkhā vedanā) vì chúng không đủ điều kiện để có cảm thọ hỷ hay ưu – do bản chất mù mờ, mơ hồ, không rõ ràng, và không có đối tượng cụ thể nào gây khoái cảm hay khó chịu rõ rệt.
	• +Nhân trợ sanh si có 2: 1. Không khéo tác ý 2. Pháp lậu (phiền não) làm nền để sanh
	• Bốn lậu có 3 pháp thực tính: là tham, tà kiến và si 1. Dục lậu 2. Hữu lậu 3. Tà kiến lậu 4. Vô minh lậu
	• Vấn - Đáp: “Khi chết mà chứng quả rồi thì đầu thai qua thân khác có mất không?”
49	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Một Vị Tỳ-Kheo Siêng Tụng Kinh, Siêng Giảng Thuyết, Tinh Tấn Tư Duy Thời Đức Phật (Kinh 1251. Tụng Kinh - Kinh Tạp A Hàm)
	• Câu Chuyện Về Một Tỳ-kheo Bị Mang Tiếng Xấu Với Vợ Con Người Ta Vào Thời Đức Phật => Không vì người ta nói mà mình thành giặc cướp, hay không vì người ta

	nói mà mình thành kẻ xấu xa, không vì người ta nói mà mình đi tự sát, cũng không vì người ta nói mà mình đắc A-la-hán, mà phải là tự mình tu. (Kinh 1258. Gia Phụ - Kinh Tạp A Hàm)
	• Không Thể Tính Được Số Lượng Phước Báo Của 4 Dự Lưu Phần (Kinh (55.41) Sung Mãn 1: Paṭhama-abhisanda (SA 841) - 5. Phẩm Phước Đức Sung Mãn Với Kệ: Sagāthakapuññābhisandavagga - Kinh Tương Ưng)
	• Tu tập Ngũ căn đạt được Sơ quả Tu-Đà-hoàn cho đến quả A-la-hán (2) (Phẩm Thanh Tịnh: Suddhikavagga –Chương 48 – Tương Ưng Căn - Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Ngũ căn (Số 2): Tín, Tấn, Niệm, Định, Tuệ ((48.10) Phân Biệt 2: Dutiyavibhaṅga (SA 647, SA 658*, SA 655*) – Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Ôn Tập 12 Tâm Bất Thiện • Đối chiếu 10 Kiết sử với 12 Tâm bất thiện
	• *Bậc Sơ quả Tu-đà-hoàn đoạn được ba Kiết sử (Thân kiến, Giới cấm thủ, Nghi) tức là đoạn được 5 tâm bất thiện gồm: 4 tâm Tham hợp Tà kiến, 1 Tâm si hợp Hoài nghi.
	• *Vô minh (Avijjā) nằm sâu trong mọi tâm bất thiện, tuy chỉ có mặt rõ trong 2 tâm si, nhưng luôn gián tiếp hiện diện trong mọi tâm bất thiện.
	• *Lưu ý: Hai tâm sở Tà kiến và Ngã mạn không thể đồng sinh (đi cùng nhau)
	• Các ví dụ và Bảng tóm lược lộ trình từng sát-na tâm của người đó.
	• Lộ trình tử: - VD1: Người Sắp Chết Còn Nghe Được Rõ Ràng Lời Nói Nghịch Ý Của Người Con, Và Do Đó Khởi Tâm Sân Hận Với Đầy Đủ Các Sát-Na "Tiếp Nhận" Và "Suy Xét". (Lộ Trình Nhĩ Môn Cận Tử – Sotadvāra-Maranasanna-Vithi). + (Bảng 14 sát-na tâm) - VD2: Bảng Chi Tiết Lộ Trình Tâm Tử Cho Trường Hợp Một Người Tuy Các Căn Không Hoạt Động Nữa (Không Nghe, Thấy, Biết Bên Ngoài), Nhưng Trong Tâm Họ Khởi Lên Ấn Tượng Sâu Đậm Về Phật Pháp, Nhờ Đó Họ Tái Sinh Vào Cảnh Lành. + (Bảng 11 sát-na tâm).
	• *Lưu ý: Lộ trình tử có thể có từ 10 đến 15 sát-na tâm, thông thường

	có 7 trường hợp.
50	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Về Lợi Ích Của Việc Nghe Pháp Và Kính Pháp Của Một Con Nhái Trong Thời Đức Phật (51. Lâu Đài Tiên Nhái: Maṇḍūkadevaputtavimāna - B. Lâu Đài Nam Giới (Purisavimāna) - Phẩm Đại Xa Thứ 5: Mahārathavagga – Chuyện Thiên Cung - Kinh Tiểu Bộ)
	Khổ, Vui Do Từ Đâu Sanh? (Kinh 340. A-Chi-La - Kinh Tạp A Hàm)
	12 Nhân Duyên Là Gì? - Vô minh - Hành: có 3: Thân hành, khẩu hành, ý hành - Thức: có 6: Nhãn thức thân, nhĩ thức thân, tỷ thức thân, thiệt thức thân, thân thức thân, ý thức thân. - Danh: Thọ uẩn, tưởng uẩn, hành uẩn, thức uẩn. Sắc: Bốn đại, sắc do bốn đại tạo thành. Sắc hợp cùng với Danh, gọi là Danh sắc. - Nhập xứ: có 6: Nhãn nhập xứ, nhĩ, tỷ, thiệt, thân, ý nhập xứ. - Xúc: có 6: Nhãn xúc thân, nhĩ xúc thân, tỷ xúc thân, thiệt xúc thân, thân xúc thân, ý xúc thân - Thọ: có 3: Thọ khổ, thọ vui, thọ chẳng khổ chẳng vui - Ái: có 3: Dục ái, Sắc ái, Vô sắc ái - Thủ: có 4: Dục thủ, Kiến thủ, Giới thủ, Ngã thủ - Hữu: có 3: Dục hữu, Sắc hữu, Vô sắc hữu - Sanh, già, chết... (KINH 336. PHÁP THUYẾT NGHĨA THUYẾT - Kinh Tạp A Hàm)
	Câu hỏi: “Khổ từ đâu sanh ra?”
	Câu chuyện về vị Tỳ-kheo có Thần thông, có nghi ngờ rằng thân Tứ đại này (tức là đất, nước, lửa, gió) sau khi bị diệt thì đi về đâu? Ngài lên hỏi một vòng các cõi Trời nhưng không ai trả lời được, cuối cùng quay lại hỏi Phật.
	Hồi xưa quý vị nghĩ mình có nhiều [căn] là mình tốt. Không phải! Có nhiều [căn] thì Phiền não nhiều.
	Ôn lại 9 nơi trú xứ của Thần thức. Thường tư duy chín nơi trú xứ của Thần thức, [thì] đức Phật nói người đó dễ giải thoát, đặc đạo A-la-hán đó nha. Tại sao? Quý vị nắm lại cốt lõi Tam giới (tức là ba cõi) bằng chín nơi trú xứ của Thần thức, [thì] quý vị làm chủ rồi, dần dần quý vị cũng ngán, không muốn vô luân hồi nữa

	đâu. Cho nên có nhiều cách tu lắm.
	(B) Tâm Vô Nhân (Ahetuka Citta): có 18 B1. Tâm quả Bất thiện (Akusala vipāka citta) có 7: 1. Tâm quả Nhãn thức Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh sắc bất thiện. - Nhân trợ sanh Tâm quả Nhãn thức: có 4 2. Tâm quả Nhĩ thức Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh thanh. - Nhân trợ sanh Tâm quả Nhĩ thức: có 4 3. Tâm quả Tỉ thức Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh khí. - Nhân trợ sanh Tâm quả Tỉ thức: có 4 4. Tâm quả Thiệt thức Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh vị - Nhân trợ sanh Tâm quả Thiệt thức: có 4 5. Tâm quả Thân thức Bất thiện thọ khổ: chỉ biết cảnh xúc không thích hợp. - Nhân trợ sanh Tâm quả Thân thức: có 4 6. Tâm quả Tiếp xúc Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh ngũ - Nhân trợ sanh Tâm tiếp thu: có 3 7. Tâm quả Thẩm tấn Bất thiện thọ xả: chỉ biết cảnh ngũ - Nhân trợ sanh Tâm quả Thẩm tấn: có 3
51	Kiến thức nền tảng:
	• Chớ Khinh Bốn Điều Nhỏ (Kinh 1030. Tam-Bồ-Đề - Kinh Tạp A Hàm).
	• Đức Phật Dạy Nên Nguyên Như Thế Nào? (Đức Phật dạy 12 điều nguyên theo Kinh Trung A Hàm) (Kinh 105 Kinh Nguyên – Phẩm Thứ 10 của Kinh Trung A Hàm).
	• Vấn - Đáp: “Làm sao con biết được là con vào được Bất hoại tịnh đối với Phật, bất hoại tịnh đối Pháp, bất hoại tịnh đối với Tăng, thành tựu Thánh giới, tức là Tùy tín hành?”
	• Hiểu Thêm Về Nghiệp - Tâm sở Tư là nghiệp - Nghiệp sanh khởi bởi xúc - Thế nào là các nghiệp sai biệt? - Thế nào là các nghiệp dị thực? - Thế nào là nghiệp đoạn diệt? (Trích từ Kinh (6.63) Pháp Môn Quyết Trạch: Nibbedhika (T 57, MA 111) – Kinh Tăng Chi)
	• Kết Cấu Hoàn Chỉnh Của Nghiệp Theo Vi Diệu Pháp, Luận Thanh Tịnh Đạo 1. Chủ ý (Tâm sở tư: cetana) – yếu tố quyết định chính 2. Phẩm chất đối tượng (ārammaṇa) – tạo nền mạnh cho nghiệp

	3. Sức mạnh tâm (citta-bala) – tùy tâm chánh/ tà, mạnh/ yếu 4. Tình huống (kammaṭṭhāna) – bối cảnh sinh hoạt hành vi 5. Quả báo (vipāka) – kết quả hiện tại hay tương lai
	• Đức Phật Dạy Về Thọ Trì Và Công Đức Của Trai Giới - Ai muốn tu thiền định, ai muốn được nhiều quả báo an lạc ở đời này và đời sau, ai muốn giải thoát sanh tử thì hãy cố gắng tu nhiều Bát quan Trai giới. (Kinh 832. Thích Thị - Kinh Tạp A Hàm)
	B2. Tâm quả thiện Vô nhân: có 8 1. Tâm quả Nhãn thức thiện Vô nhân thọ xả 2. Tâm quả Nhĩ thức thiện Vô nhân thọ xả 3. Tâm quả Tỉ thức thiện Vô nhân thọ xả 4. Tâm quả Thiệt thức thiện Vô nhân thọ xả 5. Tâm quả Thân thức thiện Vô nhân thọ lạc 6. Tâm quả Tiếp xúc thiện Vô nhân thọ xả 7. Tâm quả Thẩm tấn thiện Vô nhân thọ xả 8. Tâm quả Thẩm tấn thiện Vô nhân thọ hỷ +Tâm quả Thẩm tấn thọ hỷ (somanassa santīraṇa citta) sinh khởi khi đối cảnh rất tốt và thọ xả khi đối cảnh tốt vừa đủ hay quá quen thuộc. +Tâm thẩm tấn thọ hỷ bắt cảnh thiện tốt hơn thẩm tấn quả thiện thọ xả +Người tiếp xúc với cảnh trái ý nghịch lòng là do bất thiện nghiệp +Tâm Na cảnh có thể là hữu nhân hay vô nhân tùy trường hợp
	• VD1: Lộ trình tâm theo sát-na tâm của một người phạm phu thấy cảnh tai nạn giao thông máu me nên khởi lên tâm sợ hãi. • Nếu là bậc Thánh nhân thì trong tình huống thấy tai nạn như vậy sẽ như thế nào?
	• Trong Vi Diệu Pháp, có 2 loại Tâm sân: - Sân có phần nộ (sự ghét bỏ, giận dữ) -Sân có sợ hãi (phản ứng trốn chạy, hoảng loạn, rút lui)
	B3. Tâm tố Vô nhân (Ahetuka kiriya citta) có 3: 1. Tâm khai Ngũ môn thọ xả 2. Tâm khai Ý môn thọ xả 3. Tâm tiểu sinh thọ hỷ *Tâm quả (vipāka citta) và tâm tố (kiriya citta) là những Tâm vô ký, chúng không tạo thành nghiệp, không sản sanh ra nghiệp quả.
	• Sự Cười Có 6 Kiểu:

	1. Cười không ngừng, lớn tiếng, có thể lăn lộn, ra nước mắt 2. Cười vang to, chuyển động thân thể rõ rệt 3. Cười rõ tiếng, kèm cử chỉ thân như gật đầu, rung vai 4. Cười nhỏ, phát ra âm thanh nhẹ từ cổ họng 5. Cười hé môi, răng hơi lộ, không phát âm thanh 6. Mỉm cười nhẹ, môi nhếch lên, không có âm thanh **Lưu ý: + Càng tiến gần Thánh quả thì nụ cười càng nhẹ, ít biểu hiện, và đi kèm chánh niệm sâu sắc. + Càng là phàm phu, cười thường mạnh, ồn ào, dễ mất kiểm soát, và thiếu chánh niệm. + Bậc A-la-hán chỉ cười với Simita và Hasita, vì hai loại này phù hợp với trạng thái vô tham, vô sân, vô si, và chánh niệm hoàn toàn.
	• Sự Khóc Cũng Có 6 Kiểu: 1. Khóc vì sân (khổ đau, tức giận) 2. Khóc vì si (mất kiểm soát) 3. Khóc vì tham luyến 4. Khóc vì vui mừng quá độ 5. Khóc vì từ bi, trí tuệ 6. Khóc trong thiền định *Lưu ý: + Khóc không phải là tâm, mà là biểu hiện của tâm đang hiện hành. + Phân biệt tâm qua thọ, chánh niệm, và động cơ là điểm cốt lõi của Vi Diệu Pháp. + Bậc Thánh Hữu học có thể khóc, nhưng không bao giờ khóc do sân hay si. + Bậc A-la-hán, Bích-chi-phật và đức Phật không bao giờ khóc.
	<u>Xây dựng Chánh kiến:</u> Có người nói: Khi nghe Ma vương Ba Tuần nói là ‘Ta sẽ cho con cháu xuất gia để phá hoại giáo pháp của ông’ thì đức Phật đã khóc => Điều này hoàn toàn không đúng.
52	Kiến thức nền tảng:
	• Lợi Ích Của Việc Ăn Cháo (Kinh Tăng Chi Bộ)
	• 4 Điều Không Thể Nghĩ Được – Nếu Nghĩ Đến Thì Có Thể Đi Đến Cùồng Loạn Và Thống Khổ - Phật giới của các đức Phật - Thiền giới của người ngồi Thiền - Quả dị thực của nghiệp

	- Tâm tư thế giới (Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Câu Chuyện Về Tôn Giả Thi Bà La – Vị Đệ Tử Phước Đức Số 1 Của Đức Phật Thích Ca (Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Nhắc lại 30 tâm đã học: 12 Tâm Bất thiện, 7 Tâm quả Bất thiện Vô nhân, 8 Tâm quả thiện Vô nhân, 3 Tâm tố vô nhân
	C.Tâm dục giới Tịnh hảo (24 tâm): - Định nghĩa Tâm dục giới Tịnh hảo - Phạm vi và chức năng của: + 8 Tâm đại thiện + 8 Tâm đại quả + 8 Tâm đại tố
	C1.Tâm đại thiện (có 8) • C1.1.Định nghĩa • C1.2.Nhân trợ sanh thiện gồm 5: 1. Khéo tác ý; 2. Thân cận bậc hiền triết; 3. Ở chỗ đáng ở; 4. Đồi trước từng tạo phước; 5. Tự lập trường chánh (Lập trường của mình là chánh). • C1.3.Mười cách tạo phước: 1. Bố thí; 2.Trì giới; 3.Tu tập tâm (Tu thiền Chỉ, Thiền quán); 4.Cung kính; 5.Phụng sự; 6.Hồi hướng công đức; 7.Tùy hỷ; 8.Nghe pháp; 9. Thuyết pháp; 10. Cải chánh tri kiến • C1.4.Phân loại Tâm đại thiện: 1. Tâm đại thiện thọ hỷ, hợp trí, vô trợ (Tam nhân) 2. Tâm đại thiện thọ hỷ, hợp trí, hữu trợ (Tam nhân) 3. Tâm đại thiện thọ hỷ, ly trí, vô trợ (Nhị nhân) 4. Tâm đại thiện thọ hỷ, ly trí, hữu trợ (Nhị nhân) 5. Tâm đại thiện thọ xả, hợp trí, vô trợ (Tam nhân) 5. Tâm đại thiện thọ xả, hợp trí, hữu trợ (Tam nhân) 7. Tâm đại thiện thọ xả, ly trí, vô trợ (Nhị nhân) 8. Tâm đại thiện thọ xả, ly trí, hữu trợ (Nhị nhân) • Phân tích các ví dụ
53	Kiến thức nền tảng:
	• Tầm quan trọng của việc học: “Chúng ta học để chúng ta hiểu rõ, tại vì nếu không hiểu rõ thì đôi khi việc tu tập sẽ có những [vấn đề]: Thứ nhất là hoài nghi, thứ hai là ảo tưởng sức mạnh”.
	• Câu Chuyện Vị Cư Sĩ Nhờ Niệm Các Công Đức Phật Mà Được Thoát

	Nạn Vào Thời Đức Phật (Kinh Tiểu Bộ Nikaya)
	• 5 Việc Thí Không Được Phước & 5 Việc Thí Được Phước - 5 sự vật mà huệ thí không được phước: “Một lấy đao thí cho người, hai lấy độc thí cho người, ba đem bò hoang thí cho người, bốn dâm nữ thí cho người, năm tạo miếu thờ thần”. - 5 sự vật mà huệ thí được phước lớn: “Một tạo lập công viên, hai trồng rừng cây, ba bắc cầu đồ, bốn tạo làm thuyền lớn, [năm] tạo lập dựng nhà cửa, nơi ở cho quá khứ và tương lai”. (Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Câu chuyện về vị Tể tướng tên Vasakara (Tể tướng của vua A Xà Thế) vì phỉ báng ngài Ma Ha Ca Chiên Diên mà không sám hối nên đọa làm quỷ trong vườn Trúc Lâm.
	• Bốn Loại Nhập Thai - Một, loạn nhập thai, loạn trú và loạn xuất - Hai, không loạn nhập, nhưng loạn trú, loạn xuất tâm - Ba, không loạn nhập, không loạn trú nhưng loạn xuất - Bốn, không loạn nhập, không loạn trú, không loạn xuất. (Kinh Trường A Hàm)
	• Theo Vi Diệu Pháp nghiệp được chia thành 4 loại và có thứ tự ưu tiên khi để tái sinh (Cận tử kamma) +Ưu tiên 1: Bất thiện cực trọng +Ưu tiên 2: Thiện nghiệp trọng chứng các tầng thiên +Ưu tiên 3: Cận tử nghiệp +Ưu tiên 4: Thường nghiệp +Ưu tiên 5: Khinh tiểu nghiệp
	• Bốn Hình Thức Sanh Của Chúng Sanh Luân Hồi - Noãn sanh; Thai sanh; Thấp sanh; Hóa sanh (Kinh Trung Bộ)
	• Sửa BTVN
	• 5 trường hợp làm thiện
	C1.Tâm đại thiện • C1.5.Nhân trợ sanh thọ xả có 4: • C1.6.Trí (Tuệ): Bốn nhân trợ sanh ly trí - Trí văn, Trí tư, Trí tu. - Nhân trợ sanh ly trí: gồm 4 - Nhân Trợ Sanh Trí: gồm 40

	• *Ngũ uẩn theo Vi diệu Pháp: ➤ Sắc uẩn (rūpakkhanda): vật chất, thân thể. ➤ Thọ uẩn (vedanākkhandha): cảm thọ (lạc, khổ, xả,...). ➤ Tưởng uẩn (saññākkhandha): tri giác, nhận biết hình tướng, danh hiệu. ➤ Hành uẩn (saṅkhārakkhandha): các tâm sở khác (ngoài Thọ và Tưởng), tạo tác, tư tác. ➤ Thức uẩn (viññāṇakkhandha): tâm biết cảnh, chính là Tâm (citta).
	• Liên hệ Ngũ uẩn với Tâm và Tâm sở
	C2.Tâm đại quả: (có 8) • C2.1.Định nghĩa • C2.2.Vị trí của Tâm đại quả • C2.3.Phân loại Tâm đại quả 1. Tâm đại quả thọ hỷ, hợp trí, vô trợ (Tam nhân) 2. Tâm đại quả thọ hỷ, hợp trí, hữu trợ (Tam nhân) 3. Tâm đại quả thọ hỷ, ly trí, vô trợ (Nhị nhân) 4. Tâm đại quả thọ hỷ, ly trí, hữu trợ (Nhị nhân) 5. Tâm đại quả thọ xả, hợp trí, vô trợ (Tam nhân) 6. Tâm đại quả thọ xả, hợp trí, hữu trợ (Tam nhân) 7. Tâm đại quả thọ xả, ly trí, vô trợ (Nhị nhân) 8. Tâm đại quả thọ xả, ly trí, hữu trợ (Nhị nhân) • C2.4.Phân biệt Tâm đại quả (Tâm đại quả Dục giới Hữu nhân) và Tâm quả thiện Dục giới Vô nhân • C2.5.Tâm đại quả trong lộ trình tâm • Ví dụ: - Ví dụ 1: Một người Phật tử thường xuyên tu tập Thiền chỉ, khi nghe một bài nhạc hay của nhà hàng xóm mở thì tâm cảm thấy bình thường. Hãy lập lộ trình tâm theo từng sát-na tâm của người ấy. - Ví dụ 2: Lộ trình tâm so sánh với trường hợp ba người nữ nhìn thấy một bông hoa đẹp. Nhưng ba người khởi tâm khác nhau. Người A ganh tỵ với chủ nhân bông hoa. Người B hoan hỷ và khởi tâm tán thán, muốn tặng thêm hoa cho người khác. Người C chỉ thấy và ghi nhận vẻ đẹp, không khởi thích, ghét
54	Kiến thức nền tảng:
	• 5 Công Đức Của Thừa Sự Lạy Phật – Vì Sao Có Công Đức Như Thế? - Thừa sự, lạy Phật có 5 công đức: Một là xinh đẹp, hai là tiếng hay, ba là lăm tiền nhiều của, bốn là sanh nhà Trưởng giả, năm là chết sanh lên trời, các cõi lành. <i>(Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)</i>
	• Ba Hạng Người Đối Với Phần Nộ

	- Hạng người như chữ viết trên đá, hạng người như chữ viết trên đất, hạng người như chữ viết trên nước. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Định Nghĩa “Như Lai” (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Mong Giải Thoát Thì Phải Tu Tập Những Gì? Không Phải Chỉ Mong Muốn Giải Thoát Mà Có Thể Giải Thoát - Có tu tập Bốn niệm xứ, có tu tập Bốn chánh cần, có tu tập Bốn như ý túc, có tu tập Năm căn, có tu tập Năm lực, có tu tập Bảy giác chi, có tu tập Thánh đạo tám ngành. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Sửa BTVN
	C2. Tâm đại tổ • C2.1. Định nghĩa • C2.2. Phân loại 1. Tâm đại tổ thọ hỷ, hợp trí, vô trợ 2. Tâm đại tổ thọ hỷ, hợp trí, hữu trợ 3. Tâm đại tổ thọ hỷ, ly trí, vô trợ 4. Tâm đại tổ thọ hỷ, ly trí, hữu trợ 5. Tâm đại tổ thọ xả, hợp trí, vô trợ 6. Tâm đại tổ thọ xả, hợp trí, hữu trợ 7. Tâm đại tổ thọ xả, ly trí, vô trợ 8. Tâm đại tổ thọ xả, ly trí, hữu trợ • Phân tích các ví dụ
	2. Tâm sắc giới (Rūpāvacara citta) (15 tâm) • Định nghĩa • Thế nào là ‘Vật sắc’ và ‘Phiền não sắc’? • Chú giải • Phân loại chung 2A. Tâm thiện Sắc giới: có 5 • 2A.1. Định nghĩa • 2A.2. Đặc tính • 2A.3. Phân biệt • 2A.4. Phân loại 1. Tầm, Tứ, Hỷ, Lạc, Nhất Tâm. 2. Tứ, Hỷ, Lạc, Nhất Tâm. 3. Hỷ, Lạc, Nhất Tâm. 4. Lạc, Nhất Tâm. 5. Xả, Nhất Tâm.

	• Ví dụ: Lập Lộ trình tâm: Một người tu đề mục Biến xứ nước đặc lần lượt các tầng thiền tới tứ Thiền (Ngũ thiền trong Vi Diệu Pháp). • Tác dụng của 5 Chi thiền 2B.Tâm quả Sắc giới: có 5 • 2B.1.Định nghĩa • 2B.2.Phân loại Tâm quả Sắc giới • Bảng quả Tái sinh của Chứng thiền theo Vi Diệu Pháp (nếu chưa chứng Niết-Bàn) 2C.Tâm tố Sắc giới (Tâm tố Thiền sắc giới, Tâm duy tác Sắc giới): có 5 • 2C.1.Định nghĩa • 2C.2.Phân loại
55	Kiến thức nền tảng:
	• 3 Hạng Người Làm Nhiều Lợi Ích Cho Người Khác (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Bài Kinh Nói Rõ Chứng A-La-Hán Có Thể Không Chứng Thần Thông • Sự Khác Biệt Giữa Tâm Giải Thoát Và Tuệ Giải Thoát (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Nói Pháp Phải Hợp Người (1) Nói về tín với người không tin, này các Tỷ-kheo, là ác thuyết (2) nói về giới với người ác giới là ác thuyết (3) nói về nghe nhiều với người nghe ít là ác thuyết (4) nói về bố thí với người xan tham là ác thuyết (5) nói về trí tuệ với người ác tuệ là ác thuyết (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Ngũ Căn Gồm Những Gì? - Căn tín, nên biết, đó là bốn bất hoại tịnh. - Căn tinh tấn, nên biết, đó là bốn chánh đoạn. - Căn niệm, nên biết, đó là bốn niệm xứ. - Căn định, nên biết, đó là bốn thiền. - Căn tuệ, nên biết, đó là bốn Thánh đế”. (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Ngũ Lực Gồm Những Gì? - Tín lực kia, nên biết, đó là bốn bất hoại tín. - Tinh tấn lực, đó là bốn chánh đoạn. - Niệm lực là bốn niệm xứ. - Định lực là bốn thiền.

	- Tuệ lực là bốn Thánh đế”. (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Sửa BTVN
	• Xây dựng Chánh kiến: Có câu nói: “<i>Người chánh mà tu Pháp tà cũng thành chánh, mà người tà tu Pháp chánh cũng thành tà</i>”. Điều đó có đúng không?
	3. Tâm Vô Sắc Giới (12) • Định nghĩa • Phân loại • Cách tu Thiền vô sắc (Arūpa Jhāna) 3A.Tâm thiện Vô sắc giới: có 4 • 3A.1.Định nghĩa • 3A.2.Phân loại 1. Tâm thiện Không vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 2. Tâm thiện Thức vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 3. Tâm thiện Vô sở Hữu xứ đồng sanh với xả và định. 4. Tâm thiện Phi tướng Phi phi Tướng xứ đồng sanh với xả và định 3B.Tâm quả Vô sắc giới: có 4 • 3B.1.Định Nghĩa • 3B.2.Phân loại 1. Tâm quả Không vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 2. Tâm quả Thức vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 3. Tâm quả Vô sở Hữu xứ đồng sanh với xả và định. 4. Tâm quả Phi tướng Phi phi Tướng xứ đồng sanh với xả và định. 3C.Tâm tố Vô sắc giới: có 4 • 3C.1.Định Nghĩa • 3C.2.Phân loại: 1. Tâm tố Không vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 2. Tâm tố Thức vô Biên xứ đồng sanh với xả và định. 3. Tâm tố Vô sở Hữu xứ đồng sanh với xả và định. 4. Tâm tố Phi tướng Phi phi Tướng xứ đồng sanh với xả và định. • Ví dụ
	• Sửa BTVN
56	Kiến thức nền tảng:
	• Phước Đức Hành Trì Trai Giới Và Chuyện Quả Báo Của Nghiệp Lăn Đen Trắng, Phước Báo Hộ Trì Người Khác Giữ Bát Quan Trai (Theo Kinh Tiểu Bộ)
	• Nghiệp Đã Tạo Nếu Không Cảm Thọ Kết Quả Thì Không Có Hết

	-”Các nghiệp được tư niệm, được làm, được tích tập, nếu không cảm thọ (kết quả) thời không có chấm dứt, dầu quả ấy thuộc trong đời hiện tại, hay thuộc trong đời sau”. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Bị Bệnh Có Cần Trị Bệnh Hay Không? Ba Hạng Người Bệnh (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Sửa BTVN
	4. Tâm Siêu Thế (40 tâm) • Định nghĩa • 4 nhân trợ sanh Tâm đạo Siêu thế: 1.Thân cận bậc hiền sĩ 2.Được nghe chánh pháp 3.Tác ý khéo 4.Hành đúng pháp đến đạo quả. 4.a.Tâm đạo Siêu thế: • 4a.1.Định nghĩa • 4a.2.Đặc điểm Tâm đạo Siêu thế • 4a.3.Phân loại Tâm đạo Siêu thế - Chia theo 4 bậc Thánh: có 4 1. Tâm đạo Thất lai 2. Tâm đạo Nhất lai 3. Tâm đạo Bất lai 4. Tâm đạo Vô sanh - Chia theo 5 bậc Thiền: có 20. (4 Tâm đạo trên nhân với 5 tầng Thiền). • 4a.4.Vai trò và tiến trình của Tâm đạo • 4a.5.Ba ngăn trở của chứng đạo: 1. Phiền não ngăn trở; 2. Nghiệp ngăn trở; 3. Quả ngăn trở. 4b.Tâm quả Siêu thế • 4b.1.Định nghĩa • 4b.2.Đặc điểm của Tâm quả Siêu thế • 4b.3.Phân loại Tâm quả Siêu thế - Phân loại theo bậc Thánh: có 4 1.Tâm quả Thất lai 2.Tâm quả Nhất lai 3. Tâm quả Bất lai 4. Tâm quả Vô sanh - Phân chia theo tầng Thiền: có 20 • Ví dụ: - Ví dụ 1: Lộ trình tâm theo từng sát-na tâm của người bình thường nhờ khi

	nghe một bài pháp về Khổ -Không, Vô thường, Vô ngã mà chứng Sơ quả Tu-đà-hoàn. - Ví dụ 2: Lập Lộ trình tâm theo từng sát-na tâm của một người Phật tử tu tập đề mục nước dặc Thiền chỉ Tam thiền, rồi ngay khi ấy thấy nước chảy hiểu đời vô thường nên chứng đắc liên tiếp đến địa vị Tam quả.
57	Kiến thức nền tảng:
	• Vấn - Đáp: <i>“Con thưa thầy, trong kinh đức Phật dạy người Cư sĩ thọ Bát quan trai vào 6 ngày trai và 3 tháng Thần túc. 6 ngày trai thì người Cư sĩ có thể nghỉ ở nhà để thọ. Vậy ba tháng Thần túc thì cũng phải nghỉ ở nhà để thọ Bát quan trai hả thầy? Con thắc mắc vì người Cư sĩ như chúng con vẫn phải lao động làm việc thì không thể nghỉ cả tháng được thầy ạ, nhất là chúng con ở Việt Nam thầy ạ”.</i>
	• Nên Đa Văn (Kinh Tiểu Bộ)
	• Thế Nào Là "Sống Theo Pháp" – 5 Hạng Người Tu Học (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Tóm tắt 5 hạng người tu học theo Kinh Sống Theo Pháp (Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Đức Phật Dạy Về Tài Sản Và Đời Sống (Theo Thiện Sanh trong Kinh Trường A Hàm)
	• Công Đức Bố Thí Có Thể Đắc Đạo (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Khi Bố Thí Cần Tác Ý Như Thế Nào? - “Nhưng vị ấy bố thí với ý nghĩ để trang nghiêm tâm, để trang bị tâm”. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Sửa BTVN
	4b.Tâm quả Siêu thế • 4b.4.Chi tiết thêm về Tâm quả Siêu thế: 1.Tâm quả Thất lai 2.Tâm quả Nhất lai 3.Tâm quả Bất lai 4.Tâm quả Vô sanh - Nhị chủng La-hán: 1.Quán lạc La-hán; 2.Lục thông La-hán - Tứ chủng La-hán: 1.La-hán Nhất minh; 2.La-hán Tam minh; 3.La-hán Lục thông; 4.La-hán Tứ trí - A-la-hán có 5 bậc: 1.La-hán Giải thoát trí siêu; 2.La-hán Giải thoát lưỡng biên; 3.La-hán Tam minh; 4.La-hán Lục thông; 5.La-hán Tứ trí Đạt thông

58	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Về Vị Đạo Phủ Tàn Bạo Giết Người Suốt 55 Năm Vào Thời Đức Phật Thích Ca (Trích từ Tích Truyện Pháp Cú)
	Đức Phật 4 Loại Bạn Chân Thật Đức Phật Dạy Tích Lũy Tài Sản (Trích từ - 31. Kinh Giáo Thọ Thi-Ca-La-Việt – Thuộc Trường Bộ Kinh)
	Thành Tựu 7 Pháp Để Không Bị Ma Ba-Tuần Phá Hoại Được (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	Để hình thành được Thần túc thì gồm có bốn điều: 1. Dục thần túc 2. Tinh tấn Thần túc 3. Tâm thần túc 4. Quán thần túc
	Pháp Tu Tứ Niệm Xứ - Quán thân - Quán thọ - Quán tâm - Quán pháp + Nhắc lại Thất giác chi (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	Sửa BTVN: "Hai người bạn thân cùng tu"
59	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Hay Về Nghiệp Của Khởi Tâm Ái Nhiễm Với Bậc Thánh (Trích từ Tích Truyện Pháp Cú)
	Thận Trọng Khi Nghe Pháp: Đối Chiếu Với Pháp và Luật Để Tránh Sai Lầm (Nguồn nội dung từ: Sư Hạnh Tuệ)
	Chánh kiến cần phải được hỗ trợ bởi 5 chi phần thì mới được Tâm giải thoát quả, Tuệ giải thoát quả 1. Giới; 2. Văn (nghe); 3. Thảo luận; 4. Thiền chỉ; 5. Thiền quán. (Theo Kinh Trung Bộ)
	Thấy được 1 Đế trong Tứ đế thì thấy được các Đế còn lại (Tức là chứng quả) (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	Chia sẻ cách phá Thân kiến

	• Hiểu đúng về câu trong Kinh Hoa Nghiêm: “Nhất tức nhất thiết, nhất thiết tức nhất”.
	Sửa BTVN: Câu chuyện "Mối Duyên Xưa Và Con Đường Giải Thoát".
	• Tứ quả mà Phật đắc chứng có 3 bậc: - 1 là Phật Toàn giác. - 2 là Phật Độc giác. - 3 là Phật Thanh Văn giác. A-la-hán (Arahatta) là bậc Tứ quả, dù Toàn giác, Độc giác.
	• Thất tịnh (<i>visuddhi</i>) - Điều kiện đắc đạo: - 1. Giới tịnh - 2. Tâm tịnh - 3. Kiến tịnh - 4. Đoạn nghi tịnh - 5. Đạo phi đạo Kiến tịnh - 6. Tuệ kiến Mãn tịnh - 7. Tri kiến tịnh
60	Kiến thức nền tảng:
	• Quả Báo Của Việc Bố Thí Và Khuyến Khích Người Khác Bố Thí (Trích từ Tích Truyện Pháp Cú)
	• Hộ niệm lúc lâm chung: cách vị A-la-hán tên Sona ở Tích Lan hộ niệm cho cha mình. (Trích từ A Tỳ Đàm)
	• 5 Công Đức Của Nghe Pháp (1) Nghe được pháp chưa từng nghe; (2) Nghe rồi thì ghi nhớ; (3) Trừ dẹp hoài nghi; (4) Cũng không Tà kiến; (5) Hiểu pháp sâu thẳm. (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• 4 Con Đường Tu – Con Đường Tối Thượng Là Lạc (Vui) Thắng Tri Mau (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Cái Gì Là Giá Chống Đỡ Tâm? Mà Nếu Không Có thì Tâm Dễ Bị Nghiêng Ngã (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Mấu chốt cuối cùng trong các cách tu, quý vị phải nhìn được rằng tâm và thân không phải là ta, nói theo ngôn ngữ là Danh, Sắc không phải

	là ta.
	• Chia sẻ về con đường chứng quả vị Thánh
	• Chia sẻ kinh nghiệm tu Thiền chỉ
	• Đức Như Lai Tối Thượng (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Đức Phật không cung kính, hoặc không đứng dậy, hoặc không mời chỗ ngồi ai cả vì nếu làm thế thì đầu của người ấy bị vỡ tan (Theo Tạng Luật)
	• Cần Hiểu Rõ Về Nhất Thiết Trí, Nhất Thiết Kiến, Tam Minh Của Như Lai (Theo Kinh Trung Bộ)
	Vi Diệu Pháp: I. Lộ trình Tâm thời bình nhật Ngũ môn 1.Lộ trình tâm cảnh rất lớn Ngũ môn - Tâm na cảnh chỉ có ở lộ trình tâm Cảnh rất lớn và cảnh lớn và chỉ xuất hiện khi có đủ 3 yếu tố: (1) Đồng lực của tâm lộ đó là đồng lực của Dục giới. (2) Người dục giới. (3) Tâm lộ đó phải biết cảnh dục. - VD1: Lộ Trình tâm của một người nghe tiếng sét lớn, sanh sợ hãi - Nói về Tâm hộ kiếp - VD2: Lộ Trình tâm của một vị A-la-hán nghe tiếng sét lớn - Hiểu đúng về Ngũ dục theo Kinh A Hàm và Nikaya - Định nghĩa về Tâm hộ kiếp khách - Trường Hợp có thêm Tâm hộ Kiếp khách: (1) Đương sự phải là người tục sinh bằng 1 trong 4 Tâm đại quả thọ hỷ. (2) Đồng lực trong tâm lộ (Lộ trình tâm) phải là Tâm sân (3) Cảnh của tâm lộ phải là cảnh rất mạnh (tốt/xấu) và cảnh rất lớn hoặc rất rõ. - Còn nếu chỉ là cảnh lớn hay cảnh rõ thì bất luận là cảnh rất tốt hay cảnh khá tốt hoặc cảnh bất toại cũng đều có thể cho Tâm hộ Kiếp khách xuất hiện. - VD3: Lộ Trình tâm của một người nghe tiếng sét lớn, sanh sợ hãi (có Tâm hộ Kiếp khách) - Phân loại Tâm lộ

	- Phân loại cảnh.
61	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Nhân Quả Trả Vay 500 Đời Từ Oán Thù Nhỏ Là Sở Thích Ăn Trứng Gà (Trích từ Chú Giải Kinh Pháp Cú)
	Đức Phật Dạy Nghĩa Vụ của Con đối với cha mẹ và nghĩa vụ của cha mẹ đối với con (Theo Kinh Trường Bộ)
	Các cách đơn giản để vào Sơ quả Tu-đà-hoàn 1. Bốn Bất hoại tịnh (quy về 1) 2. Phá thân kiến (Qua hiểu rõ Ngũ uẩn) 3. Kiến 1 đế trong Tứ đế 4. Từ Tùy tín hành vào 5. Tùy Pháp hành vào
	Nhắc lại các cách để vào địa vị Tùy Tín Hành
	Tác Dụng Của Chứng Đắc Các Tầng Thiền Của Thiền Chỉ (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	Chia sẻ về cách quán Ngũ uẩn (phá Thân kiến)
	Vòng 12 Nhân duyên: cắt ở Ái và Vô minh. (Nhưng Vô minh khó quá, phải tới Ngũ thượng phần Kiết sử lặn). Tu Thiền quán Vipassana luyện tỉnh giác, thì dần dần hết Vô minh.
	Cầu pháp ngoài tâm, cầu cái này cái kia, giữ một trời Giời cấm thủ. Thì quý vị đi càng xa hơn -> Cho nên là học Phật, nhớ kinh Nguyên thủy là xóa tan được bao nhiêu thứ Đức Phật không dạy, thì mình không dùng nữa.
	Tại sao tu Thiền quán Vipassana đưa đến Diệt thọ tưởng định?
	Bốn Loại Định Tu Tập 1. Thiền chỉ: Chứng Sơ thiền đến Tứ thiền -> đưa đến hiện tại lạc trú 2. Tác ý tưởng ánh sáng, an trú tưởng ban ngày ban đêm như nhau -> đưa đến chứng được tri kiến 3. Quán sát về: Thọ, Tưởng, Tầm -> đưa đến chánh niệm tỉnh giác 4. Trú tùy quán sanh diệt trong năm thủ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức (3 điều) -> đưa đến đoạn tận các Lộ hoặc. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

	Vi Diệu Pháp: I. Lộ trình Tâm thời bình nhật Ngũ môn 1.Lộ trình tâm Ngũ môn ở 4 cảnh - Nhắc lại Phân loại Tâm lộ, Phân loại cảnh. - Lộ trình tâm của Cảnh rất lớn; Cảnh lớn; Cảnh nhỏ; Cảnh rất nhỏ.
	• Xây dựng Chánh kiến: Giữ giới được 36 vị thần hộ giới bảo vệ-> là mê tín, tà kiến.
62	Kiến thức nền tảng:
	• Vua Tịnh Phạn Tu Pháp Môn Gì? Thành Tựu Thế Nào? <i>(Kinh Phật Thuyết Tịnh Phạn Vương Niết Bàn)</i>
	• Thứ Tự Quả Báo Lớn Nhỏ Của Việc Cúng Đường Các Đối Tượng 1. Súc sanh -> 100 phần 2. Người phạm theo ác giới -> 1.000 phần 3. Người phạm giữ giới -> 100.000 lần 4. Người ngoại đạo ly tham (chứng thiền) -> 100.000 ức lần 5. Bạc Sơ quả hướng (Dự lưu hướng) -> vô số vô lượng 6. Bạc Sơ quả (Dự lưu) -> Không đếm kể hết 7. Bạc Nhị quả hướng -> Không đếm kể hết 8. Bạc Nhị quả (Thất lai) -> Không đếm kể hết 9. Bạc Tam quả hướng -> Không đếm kể hết 10. Bạc Tam quả (Bất lai) -> Không đếm kể hết 11. Bạc Tứ quả hướng -> Không đếm kể hết 12. Bạc Tứ quả (A-la-hán) -> Không đếm kể hết 13. Bạc Độc giác (Bích-chi-Phật) -> Không đếm kể hết <i>(Theo Kinh Trung Bộ)</i>
	• Lợi ích của Thiền chỉ và Thiền quán - Thiền chỉ: 1. Đoạn Tham, Sân; 2. Được Tâm giải thoát; 3. Hiện tại lạc trú (chứng Sơ thiền trở lên); 4. Mạng chung an lành (chứng Sơ thiền trở lên); 5. Nền tảng Thần thông, Tứ như ý túc (chứng Tứ thiền); 6. Vượt qua tầm mắt ác ma (chứng Sơ thiền trở lên); 7. Đưa đến Thiền quán (khi đến rốt ráo); 8. Không sợ hãi (chứng Sơ thiền trở lên); 9. Làm nền cho chứng Tam quả, Tứ quả (chứng Sơ thiền trở lên). (Nhận định riêng: Như vắc-xin ngừa bệnh) - Thiền quán: 1. Diệt trừ Vô minh; 2. Được Tuệ giải thoát; 3. Chánh niệm tỉnh giác; 4. Được tri kiến; 5. Đoạn tận các Lưu hoặc; 6. Vượt qua dòng sông của ma (Chứng Tùy tín hành trở lên); 7.Đưa đến Thiền chỉ (khi đến rốt ráo). (Nhận định riêng: Như thuốc trị bệnh). <i>(Tổng hợp từ nhiều bộ kinh trong tạng A Hàm và Nikāya)</i>

	• Tại Sao Hai Người Tu Giữ Giới Khác Nhau Lại Cùng Chứng Quả Giống Nhau Và Sanh Về Cùng Một Nơi? - Hai người phạm giới, đã sám hối, không phạm giới nữa. Nhưng người có trí tuệ lại đi lên, còn người không có trí tuệ, không hiểu được Tâm giải thoát và Tuệ giải thoát thì họ rớt xuống. Cho nên trí tuệ là một điều quan trọng trong tu hành. - Những gì mà Như Lai dạy không bao giờ hai hướng, không bao giờ hai lời, không nói kiểu này, cũng không nói kiểu kia. ‘Như Lai nói pháp, nếu là hai thì điều này không thể có’. (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Vi Diệu Pháp: II.Lộ trình Tâm thời bình nhật Ý môn - 14 điều kiện tạo ra các Tâm lộ cảnh ý: a. Cảnh từ ký ức giác quan (1-4) b. Cảnh do tâm lý hiện tại (5-8) - c.Cảnh do nghiệp và năng lực siêu nhiên (9-10) - d.Cảnh do thân, ngoại thân, trí tuệ (11-14)
	• Chia sẻ về câu nói trong Kinh Đại Bát Niết Bàn (Đại thừa): “Tự Tánh là thường, lạc, ngã, tịnh”. Ngài Lục tổ Huệ Năng nói: ‘Tự tánh là vô thường’.
	• Vấn - Đáp: 1. Chúng sanh sanh ra từ đâu? Do đâu có chúng sanh? 2. Những cây trên Trái đất này từ đâu có?
	• Xây dựng Chánh kiến: Nhiều người không học, không biết, nói học Kinh A Hàm và Nikaya là căn tánh Tiểu thừa, chỉ đưa đến quả vị A-la-hán -> Đó là sai lầm! Những bộ đó đưa đến Nhất thừa, tu thành Phật.
63	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Đức Phật Khai Thị Cho Một Tỷ-kheo Bị Bệnh Sắp Mạng Chung (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Thứ Tự Công Đức Cúng Dường Cho Tập Thể (từ nhỏ đến lớn) 1. Một số Tỷ-kheo-ni được Tăng chúng chỉ định 2. Một số Tỷ-kheo được Tăng chúng chỉ định 3. Một số Tỷ-kheo và Tỷ-kheo-ni được Tăng chúng chỉ định 4. Chúng Tỷ-kheo-ni 5. Chúng Tỷ-kheo Tăng 6. 2 Tăng ni chúng, sau khi đức Phật đã nhập diệt 7. 2 Tăng ni chúng với đức Phật là vị dẫn đầu.

	<i>(Theo Kinh Trung Bộ Kinh)</i>
	• 6 Lợi Ích Khi Chứng Quả Dự Lưu (Quả Tu-đà-hoàn) 1. Sự quyết định đối với diệp pháp không có bị thối đọa; 2. Không có bị đau khổ; 3. Làm các việc bị sanh tử hạn chế; 4. Thành tựu trí tuệ; 5. Không cùng chia sẻ với các dị sanh; 6. Nguyên nhân và các pháp do nhân sanh được khéo thấy. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Vấn - Đáp: Có người hỏi: “Tại sao 12 Nhân duyên khó vậy?”
	• Một Pháp tu tập có thể chứng Quả A-na-hàm, hoặc A-la-hán ngay trong đời này 1. Nội tâm niệm được khéo an trú với trí tuệ về sự sanh diệt của các pháp; 2. Sống quán bất tịnh trên thân; 3. Với tướng ghê tởm đối với các món ăn; 4. Với tướng không thích thú đối với tất cả thế giới; 5. Quán vô thường đối với tất cả hành. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Tóm tắt cách tu theo Kinh Niệm Xứ 1. Quán sự sanh diệt của các pháp -> Diệt vô minh 2. Quán thân bất tịnh -> Diệt tham ái thân 3. Tướng ghê tởm thức ăn -> Diệt tham dục tinh tế 4. Tướng không thích thú thế giới -> Diệt tâm phóng dật, tìm cầu 5. Quán vô thường -> Phá ngã chấp, mở cửa Niết-bàn.
	• Tổng Kết Về Sự Tu Tập Đạt Đến Kết Quả Của Phật Giáo (Tu Tứ niệm xứ, Bát chánh đạo...) & Ví dụ điển hình. • Nhắc lại về 10 Ba-la-mật *Ghi chú: 1 a-tăng-kỳ là con số rất lớn, thường dùng là 10^{140} (1 và 140 số 0 đứng sau), đây là biểu trưng cho thời gian rất dài vì thời gian 1 Đại kiếp cũng không cố định.
	• Câu chuyện về tiền thân của đức Phật trong Kinh Trung Bộ, bài kinh thứ 81. Thời đức Phật Ca Diếp (Kassapa) đó, Ngài là bạn của vị Tam quả A-na-hàm mà giữ giới rất tốt. Bạn ngài kêu đến gặp đức Phật mà ngài không chịu đi, kêu đi gặp ông Sa-môn trọc đầu đó làm gì. Nói tám lần, đến lần thứ tám, cuối cùng vị kia phải nắm tóc kéo. Lúc đó mới thấy bạn mình sao mà thiết tha như vậy, chắc là rất đặc biệt cho nên mới đi, mới vô rồi xuất gia với đức Phật Ca Diếp. -> Khi chưa thành Phật, chưa đắc quả thì

	còn nhiều điều mê đắm -> con đường thành Phật dài xa, không đùa được đâu.
	• Mười Ba-la-mật (Pāramī) 1. Bố thí: Buông xả, không tham 2. Trì giới: Thanh tịnh, nghiêm trì giới luật 3. Xuất ly: Tâm xuất thế, lìa dục 4. Trí tuệ: Thấy rõ Tứ đế, duyên khởi 5. Tinh tấn: Nỗ lực bền bỉ 6. Nhẫn nhục: Chịu đựng, không sân 7. Chân thật: Giữ sự chân thật 8. Quyết định: Kiên cố, không thoái chuyển 9. Từ bi: Tình thương không phân biệt 10. Xả: Tâm bình đẳng, không dao động
	• Chủ Đề: SỰ TRUYỀN THỪA CỦA PHẬT PHÁP, PHÂN TÍCH LỊCH SỬ, KINH ĐIỂN VÀ SỰ LỆCH ĐI CỦA GIÁO LÝ (THEO THỜI GIAN).
64	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Quả Báo Người Đồi Tể Và Đứa Con Trai Trong Thời Đức Phật Thích Ca (Theo Tích Truyện Pháp Cú)
	• Chớ Chấp Hình Tướng Người Mà Sinh Tâm Khinh Mạn (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Theo Bộ Pháp Tụ (Dhammasaṅgaṇī): bộ đầu tiên trong 7 bộ Vi Diệu Pháp (Abhidhamma) thì 4 nguyên nhân sinh ra Sắc pháp gồm: (1) Nghiệp sinh sắc (kammaja-rūpa) (2) Tâm sinh sắc (cittaja-rūpa) (3) Thời tiết sinh sắc (utuja-rūpa) (4) Vật thực sinh sắc (āhāraja-rūpa)
	• Thành Tựu Được Bốn Lực Này Thì Tránh Xa Được Năm Sự Sợ Hãi: - Bốn lực: (1) Lực giác: là biết như thật đối với pháp thiện, bất thiện; biết như thật là có tội, không tội; đáng thân cận, không thân cận; pháp thấp kém, pháp thắng diệu; pháp đen, pháp trắng; pháp có phân biệt, pháp không phân biệt; pháp duyên khởi, pháp phi duyên khởi (2) Lực tinh tấn: là bốn chánh đoạn (3) Lực không tội: là thân, miệng, ý không tạo tội (4) Lực nhiếp: là bốn nhiếp sự. Đó là huệ thí, ái ngữ, hành lợi, đồng lợi” - 5 sự sợ hãi: (1)Sợ khó nuôi mạng, (2)sợ tiếng xấu, (3)sợ giữa đám đông, (4)

	sợ chết, (5)sợ đường dữ. (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• 8 Cặp Tâm Đơn Giản Để Quán Tâm Trong Tứ Niệm Xứ (Theo Kinh Tăng Chi Bộ) 1. Tham: Muốn chiếm hữu, muốn theo ý mình, dính mắc 2. Sân: Không hài lòng, không vừa ý, giận, ghét, oán hận, cău gắt, sợ hãi, khóc, buồn... 3. Si: Mê mờ, thiếu tỉnh giác, không thấy rõ sự thật, cảnh... 4. Chuyên chú: Tâm tập trung vào một đối tượng, một điều gì... 5. Đại hành: Tâm trở nên rộng lớn qua các tầng thiền 6. Vô thượng: Tâm siêu thế (đạo, quả) 7. Thiền định: Tâm có samādhi (Chỉ hoặc Quán). 8. Giải thoát: Tâm thoát khỏi các phiền não (tạm thời hoặc vĩnh viễn).
	• Pháp Tu Thân Hành Niệm (Theo Kinh Trung Bộ) (Quán hơi thở) Tóm tắt về 8 điều quán hơi thở trong pháp tu Thân Hành niệm: 1. Thở vô (hít vào) 2. Thở ra 3. Thở ra dài 4. Thở vô ngắn 5. Cảm giác cả toàn thân, sẽ thở vô 6. Cảm giác cả toàn thân, sẽ thở ra 7. An tịnh thân hành, sẽ thở vô 8. An tịnh thân hành, sẽ thở ra *Theo chú giải thì “An tịnh thân hành” tức là làm cho hơi thở trở nên tĩnh lặng, êm dịu dần dần. Có 3 tầng: (1) Hơi thở trở nên “nhẹ nhàng” (lahuka): (2) Hơi thở trở nên “mềm mại” (muduka) (3) Hơi thở trở nên “tịch tịnh – vắng lặng” (santa, passaddha) (Bốn oai nghi): Tóm tắt về 5 điều quán oai nghi trong pháp tu Thân Hành niệm: 1. Đang đi

	2. Đang đứng 3. Đang ngồi 4. Đang nằm 5. Thân thể được sử dụng như thế nào, biết thân thể như thế ấy. (Đầy đủ chánh niệm) Tóm tắt về 6 điều quán Chánh niệm trong pháp tu Thân Hành niệm 1. Khi bước tới, bước lui biết rõ việc mình đang làm 2. Khi ngó tới ngó lui biết rõ việc mình đang làm 3. Khi co tay, khi duỗi tay, biết rõ việc mình đang làm 4. Mang áo, mang bát, mang y, biết rõ việc mình đang làm 5. Khi ăn, uống, nhai, nếm, biết rõ việc mình đang làm 6. Khi đứng, ngồi, ngủ, thức, nói, im lặng, biết rõ việc mình đang làm. *Tóm lại: làm gì biết nấy.
	• Vi Diệu Pháp: II. Lộ trình Tâm thời bình nhật Ý môn - Phân loại Tâm lộ theo ý môn thời bình nhật - 4 lý do tuy cảnh tốt nhưng đồng lực sân sinh khởi (Tâm sân) - *3 Điều kiện khiến lộ trình tâm Cảnh rất rõ, Cảnh rõ có chót Hộ kiếp khách (HK)
65	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Người Mẹ Vì Thương Con Mà Đọa Lạc Khi Chết (Trích từ Kinh Tiểu Bộ)
	• Đức Phật Dạy Tạo Nghiệp Ác Sát Sanh Thì Không Được Thọ Hưởng Tài Sản, Giàu Có (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Đức Phật Dạy Dấu Hiệu Nhận Biết: Người Có Thể Cùng Nói Chuyện, Cùng Đàm Luận, Người Có Duyên, Được Lợi Ích Khi Nghe Lời Khuyên. -Tóm tắt các dấu hiệu của các hạng người theo 3.67 trong Kinh Tăng Chi Bộ (Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Tà kiến ‘Thức này rong ruổi, luân chuyển nhưng không đổi khác’. Đức Phật giảng rõ về Duyên sinh, duyên diệt. +Nói ‘Thức này rong ruổi, luân chuyển nhưng không đổi khác’ là Tà kiến +(Duyên sanh Thức) +(Các câu hỏi về sanh vật) +(Thức ăn và Duyên khởi) +(Duyên theo chiều thuận)

	+ (Duyên theo chiều nghịch) + (Tóm lược về Duyên) + (Diệt theo chiều thuận) + (Diệt theo chiều nghịch) + (Tóm lược về Diệt) + (Tri kiến về ngã) + (Kết luận) <i>(Theo Đại Kinh Đoạn Tận Ái – Kinh 38 trong Kinh Trung Bộ)</i>
66	Kiến thức nền tảng:
	Khi Nào Dân Chúng Thực Hành "Phi Pháp" Thì Thiên Tai, Dịch Bệnh Nhiều <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	Câu Chuyện Về Phương Tiệm Giúp Nhân Gian Của Vua Trời Đế Thích <i>(Trích từ Kinh Tiểu Bộ)</i>
	4 Nghiệp Đưa Đến Đọa Lạc, 4 Nghiệp Đưa Đến Sanh Thiên + Tự mình có tà kiến, khích lệ người khác có tà kiến, chấp nhận tà kiến và tán thán tà kiến -> Như vậy tương xứng bị rơi vào Địa ngục. + Tự mình có chánh kiến, khích lệ người khác có chánh tri kiến, chấp nhận chánh tri kiến và tán thán chánh tri kiến -> Như vậy tương xứng được sanh lên cõi Trời. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	Các Cách Chính Để Chứng Quả Tu-Đà-Hoàn 4 niềm tin bất hoại đối với Phật, Pháp, Tăng và thành tựu Thánh giới (5 giới, 8 giới) - Phá thân kiến qua thấy rõ Danh sắc (Ngũ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức) không phải là ta - Thấy như thật 1 đế trong Tứ đế - Quán về Khổ, Vô thường, Vô ngã đưa đến tâm xả ly - Thấy rõ như thật vòng 12 nhân duyên - Tiệm tu: Thiền chỉ, Thiền quán Tứ niệm xứ, học Chánh pháp cải chính tri kiến từ từ.
	- Thiền chỉ, Thiền quán thì ít nhất một ngày cũng phải tu được một chút. Học pháp, không nên học quá nhiều. Đừng nghe ngày 10 tiếng, không nên, nghe pháp chừng tối đa 8 tiếng là đủ rồi. Còn lại nên học để thực hành Thiền chỉ, Thiền quán (Tứ niệm xứ). - Còn việc học pháp, nghe pháp, thì đừng nghe một ông thầy, đừng chỉ nghe Thiện Trang không [thôi], mà cũng đừng chỉ nghe những người

	giảng không [thôi], mà phải nghe kinh nữa.
	• Ta là gì? Không có một cái ta. Vì sao không có cái ta, nhưng lại có quan niệm có ta? Người ta nói không có ta là rót thêm vào cái Vô ngã theo kiểu của quý vị là chết nữa. • Ví dụ Niết-Bàn Vô ngã là thế nào?
	• Vấn - Đáp: “Dạ thưa thầy, cho con hỏi Cư sĩ làm sao đạt được Giới thanh tịnh?”
	• Người muốn tu đắc là gì? [Là] tâm đơn giản nhất có thể. Vào tu thiền, tu Thánh đạo là tâm đơn giản, chỉ biết các pháp như vậy, hành như vậy thì sẽ chứng đạo. "Hãy dùng tâm của một đứa trẻ để vào tu Đạo".
	• Đa Văn Thánh Đệ Tử Của Đức Phật Sau Khi Hết Thọ Mạng Cõi Trời Không Đọa Địa Ngục, Ngạ Quỷ, Súc Sanh (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Sự Sai Khác Giữa Thánh Đệ Tử Có Nghe Pháp Và Kẻ Phàm Phu Không Nghe Pháp (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
67	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Một Người Bần Cùng, Khổ Cực Nhưng Tin Tam Bảo, Giữ Giới, Học Rộng Nghe Nhiều, Ra Sức Bố Thí, Thành Tựu Chánh Kiến Vào Thời Đức Phật (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Quả Của Ác Nghiệp - Quả ác nghiệp của Sát sinh, Trộm cắp, Tà hạnh trong các dục, Nói dối, Nói hai lưỡi, Nói lời ác khẩu, Nói lời phù phiếm, Uống rượu. - Giải thích thêm về 4 nghiệp của lời nói (về bản chất, đặc điểm và loại tâm đi cùng): Nói dối, Nói hai lưỡi, Nói lời ác khẩu, Nói lời phù phiếm (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• *Giải thích thêm về 4 nghiệp của lời nói: 1. Nói dối 2. Nói hai lưỡi 3. Nói ác khẩu 4. Nói lời phù phiếm
	• Trong Pháp Được Vụng Thuyết (Pháp Tà) Thì Người Tinh Tấn Sống Đau Khổ

	(Trích từ Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Sự Khác Biệt Giữa Như Lai Và Thanh Văn. Thập Lực Của Như Lai (Theo Kinh Tạp A Hàm)
	• Tam-muội, Chánh thọ là gì? Sự khác nhau giữa Tam-muội và Chánh thọ.
	• Luân hồi vô thủy không có điểm bắt đầu.
	• Tóm tắt Kinh Thập Lực (Kinh 652) trong Kinh Tạp A Hàm So Sánh giữa A-la-hán Tuệ giải thoát và Phật Toàn Giác
	Vi Diệu Pháp: II. Lộ trình tâm thời cận tử 1. Lộ trình tâm thời cận tử Ngũ môn (Pañcadvaramaranāsannacittavithi a. Định nghĩa: b. Nguyên nhân của sự tử: c. Ba loại cảnh thời cận tử d. Các trường hợp lộ trình tâm thời cận tử lộ Ngũ môn *Phân loại Tâm lộ (không áp dụng cho thời Cận tử) *Phân loại cảnh (không áp dụng cho thời Cận tử) *Chia lộ trình tâm thời cận tử theo: (4 cảnh)
	I. Cảnh rất lớn (Có 5 Tâm đồng lực, có thể có Na cảnh: 0 – 1 - 2) • Trường hợp 1: 5 javana 1. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử cảnh rất lớn có Tâm hộ kiếp trước và Tâm hộ kiếp sau 2. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất lớn (Không có Hộ kiếp trước, có Hộ kiếp sau) 3. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất lớn (Có Hộ kiếp trước, Không có Hộ kiếp sau) 4. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất lớn (Không có Hộ kiếp trước và sau) 4C. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất lớn (Không có Hộ kiếp trước và sau, có 2 Na cảnh) II. Cảnh lớn: tương tự như Cảnh rất lớn (Có 5 Tâm đồng lực, không có Na cảnh) • Trường hợp 2: 5 javana 9. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh nhỏ (Có Hộ kiếp trước, có Hộ kiếp

	sau) 10. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh nhỏ (Không có Hộ kiếp trước, có Hộ kiếp sau) 11. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh nhỏ (Có Hộ kiếp trước, Không có Hộ kiếp sau) 12. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh nhỏ (Không có Hộ kiếp trước và Hộ kiếp sau) III. Cảnh nhỏ: (Có 3 Tâm đồng lực, không có Na cảnh) • Trường hợp 3: 3 javana + không tadarammana (trường hợp suy yếu) IV. Cảnh rất nhỏ: (Có 1 Tâm đồng lực, không có Hộ kiếp sau, không có Na cảnh) • Trường hợp 4: 1 javana duy nhất (ngũ môn Cảnh rất nhỏ) 13. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất nhỏ (Có Hộ kiếp trước) 14. Lộ trình tâm Ngũ môn cận tử Cảnh rất nhỏ (Không có Hộ kiếp trước)
68	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Một Chàng Trai Đào Hoa Thời Đức Phật (Theo Tích Truyện Pháp Cú)
	• Tại Sao Có Người Nữ Đẹp Và Giàu Sang, Lại Có Người Nữ Đẹp Mà Nghèo Hèn, Lại Có Người Nữ Xấu Mà Giàu Sang, Người Nữ Xấu Lại Còn Nghèo Hèn...? (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Tóm tắt Nhân Quả của 4 kiểu người nữ theo Kinh (4.197) Mallikādevī trong Kinh Tăng Chi Bộ
	• Luân Hồi Vô Thỉ, Không Thể Nêu Rõ Khởi Điểm. Người Mẹ Của Mỗi Chúng Sanh Là Vô Lượng (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Giải Thích Rõ Về ‘Duyên’ Trong 12 Nhân Duyên - Tôn giả Đại Câu Hy La hỏi ngài Xá Lợi Phất về 12 Nhân duyên ‘có phải do tự mình làm ra, do người khác làm ra, do tự mình làm ra và do người khác làm ra, hay có phải không do tự mình làm ra và không do người khác làm ra, do tự nhiên sanh?’ - Ngài Xá Lợi Phất giải thích 12 Nhân duyên - Sơ đồ 12 Nhân duyên - Ví dụ Danh sắc và Thức như 2 bó lau dựa vào nhau. - Cắt Vô minh -> A-la-hán Tuệ giải thoát; cắt Ái -> A-la-hán Tâm giải thoát; cắt cả hai -> A-la-hán Câu giải thoát.

	(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Sơ đồ Thập nhị Nhân duyên
	• *Tóm Tắt 4 Trường Hợp Tử Theo Ngũ Môn - Trường hợp 1: 5 javana - Trường hợp 2: 5 javana - Trường hợp 3: 3 javana + không tadarammana (trường hợp suy yếu) - Trường hợp 4: 1 javana duy nhất (ngũ môn Cảnh rất nhỏ)
	Vì Diệu Pháp: Lộ trình tâm thời cận tử ý môn: I. Cảnh Rất rõ (ati-paṇīta ārammaṇa) 1. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rất rõ (Có Na cảnh, Hộ kiếp trước tử) 2. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rất rõ (Có Na cảnh, không có Hộ kiếp trước tử) 3. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rất rõ (Không có Na cảnh, Có Hộ kiếp trước tử) 4. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rất rõ (Không có Na cảnh, Không có Hộ kiếp trước tử) II. Cảnh Rõ (paṇīta ārammaṇa) III. Cảnh Yếu (paritta ārammaṇa) IV. Cảnh Mơ hồ (ati-paritta ārammaṇa) 5. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rõ, Cảnh yếu, cảnh mơ hồ (Có Hộ kiếp trước tử) 6. Lộ trình tâm Ý môn cận tử Cảnh rõ, Cảnh yếu, cảnh mơ hồ (Không có Hộ kiếp trước tử)
69	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Vua Trời Đế Thích Săn Sóc Thế Tôn (Theo Tích Truyện Pháp Cú)
	• Các hạng người đọa vào Địa ngục và Súc sanh và các hạng người sanh cõi Trời, cõi Người - Có hành động che đậy; có Tà kiến; theo ác giới -> một trong hai sanh thú được chờ đợi: Địa ngục hay Bàng sanh. - Không có hành động che đậy; có Chánh kiến; đầy đủ thiện giới -> một trong hai sanh thú được chờ đợi: chư Thiên hay loài Người. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• 9 Hạng Người Chết Có Dư Ý, Được Giải Thoát Khỏi Địa ngục, Ngạ quỷ, Súc Sanh 1. Trung gian Bát-niết-bàn; 2. Tổn hại Bát-niết-bàn; 3. Vô hành Bát-niết-bàn; 4.

	Hữu hành Bát-niết-bàn; 5. Thượng lưu Sắc cứu Cánh thiên; 6. Nhất lai; 7. Nhất chủng (Tu-đà-hoàn một đời gọi là Nhất chủng); 8. Gia gia; 9. Thất lai. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Tóm Tắt Đặc điểm 9 Hạng Quả Vị Thánh theo Kinh (9.12) Hữu Dư Y: Saupādisesa – Kinh Tăng Chi Bộ
	• Chuỗi Tầng Phiền Não Và Con Đường Giải Thoát Hết Vô Minh - Thức ăn của Vô minh: 5 Triền cái - Thức ăn cho 5 Triền cái: Ba ác hành - Thức ăn cho Ba ác hành: Các căn không chế ngự - Thức ăn cho các căn không chế ngự: Không chánh niệm tỉnh giác - Thức ăn cho không chánh niệm tỉnh giác: Phi như lý tác ý - Thức ăn cho phi như lý tác ý: Không có lòng tin - Thức ăn cho không có lòng tin: Không nghe diệu pháp - Thức ăn cho không nghe diệu pháp: Không giao thiệp với bậc Chân nhân - Thức ăn cho minh giải thoát: Bảy giác chi - Thức ăn cho Bảy giác chi: Bốn niệm xứ - Thức ăn cho Bốn niệm xứ: Ba thiện hành - Thức ăn cho Ba thiện hành: Các căn được chế ngự - Thức ăn cho các căn được chế ngự: Chánh niệm tỉnh giác - Thức ăn cho Chánh niệm tỉnh giác: Như lý tác ý - Thức ăn cho như lý tác ý: Lòng tin - Thức ăn cho lòng tin: Nghe diệu pháp - Thức ăn cho nghe diệu pháp: Giao thiệp với bậc Chân nhân (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Sơ đồ công thức nhận diện Phiền não
	• Tóm tắt Kinh (10.61) Vô Minh: Avijjā – Kinh Tăng Chi Bộ • Chuỗi tầng phiền não và con đường giải thoát hết Vô minh • Loại phiền não - > Pháp Đối trị Không giao thiệp với bậc Chân nhân -> Giao thiệp với bậc Chân nhân Không nghe Diệu pháp -> Nghe Diệu pháp Không có lòng tin -> Lòng tin Không như lý tác ý -> Như lý tác ý Không chánh niệm tỉnh giác -> Chánh niệm tỉnh giác Không chế ngự các căn -> Chế ngự các căn 3 ác hành -> 3 thiện hành Năm triền cái -> Tứ niệm xứ Vô minh -> 7 Giác chi

	• Giải thích thế nào là Chánh niệm và Tỉnh giác theo Chú giải: Chánh niệm (sati): • Là ghi nhớ, nhận biết và an trú đúng nơi đối tượng đang hiện hữu. • Không quên đang thân – thọ – tâm – pháp. • Không chạy theo quá khứ hay tương lai. (Đó gọi là mình có Chánh niệm). • Thấy rõ đang là Tỉnh giác (sampajañña): • Biết rõ, biết đúng, biết mục đích. Gồm 4 mặt: 1. Biết rõ mục đích (sāthaka) – việc này có lợi cho tu tập không? 2. Biết rõ thích hợp (sappāya) – có đúng lúc, đúng chỗ không? 3. Biết rõ phạm vi (gocara) – tâm có vượt khỏi đề mục không? 4. Biết rõ không si mê (asammoha) – có thấy vô thường, vô ngã không? Tức là trí biết đi kèm chánh niệm.
	Vì Diệu Pháp: • Ôn lại Lộ trình tâm thời Cận tử: 1.Về Tâm tử (cuti-citta) và Tâm tái tục (Tái sanh: paṭisandhi): a.Tâm tử: - Tâm tử là Tâm quả Nhưng không phải là “quả trực tiếp” của chính các Tâm đồng lực (javana)vừa chạy ở cận tử, mà là quả của nghiệp (kamma) đã chín muồi. - Các Tâm đồng lực cận tử chỉ làm duyên mạnh (đặc biệt là tác ý cuối cùng) để: quyết định nghiệp nào trở, và cảnh nào (nghiệp, nghiệp tướng, thú tướng) xuất hiện, từ đó dẫn đến Tâm tử và Tâm tái tục. b. Tâm tái tục (paṭisandhi): - cũng là tâm quả, cùng loại nghiệp, cùng cảnh với Tâm tử. *** Đồng lực cận tử không sinh ra Tâm tử, Tâm tái tục, mà quyết định nghiệp nào sinh ra Tâm tử, Tâm tái tục. (Đồng lực Cận tử là trợ duyên quyết định cho loại Tâm tử nào trở)
	• Bảng Chi Tiết cho trường hợp Tâm tử, Tâm tái tục, Cảnh giới: - Cảnh giới - Tâm tử, Tâm tái tục - Nhân - Thọ - Ghi chú. 1. Địa ngục; 2. Ngạ quỷ ; 3. Súc sanh; 4. A-tu-la; 5. Người có trí (Người, Trời dục giới); 6. Người không trí (Người, Trời dục giới); 7. Lạc vô nhân (Người); 8. Xả vô nhân (Người, chư thiên cấp thấp); 9. Chư thiên Sắc giới; 10. Chư thiên Vô sắc giới.
70	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Đức Phật Độ Người Nông Dân Nghèo - Ý nghĩa câu chuyện: Thứ nhất là lòng từ bi của Đức Thế Tôn rất là tuyệt vời;

	thứ hai là Đức Phật rất biết căn cơ; thứ ba là đối quá cũng không chứng quả (trong trường hợp này) <i>(Theo Tích Truyện Pháp Cú)</i>
	• Nguyên Nhân Trí Nhớ Bị Suy Giảm - Tâm bị Tham dục; Sân; Hôn trầm, thụy miên; Trạo hối; Nghi xâm chiếm thì trí nhớ bị suy giảm. Đức Phật đưa kèm các ví dụ. - Phương pháp để sáng suốt và giải thoát: Tu Thất giác chi (Niệm, Trạch, Tinh tấn, Hỷ, Khinh an, Định, Xả). - Nhắc lại khi nào nên tu Giác chi nào. <i>(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)</i>
	• Lợi ích của tu Thiền chỉ, Thiền Quán <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Cho Rằng 'Tự Mình Làm, Tự Mình Chịu' Là Rơi Vào Thường Kiến Quan điểm: - Tự mình làm – tự mình chịu -> Gán nghiệp cho một ngã thường hằng tự làm và chịu nghiệp (Thường kiến) - Người khác (A) làm – người khác (B) chịu -> Cắt đứt quan hệ nhân quả (Đoạn kiến) - Chia sẻ phá Ngã kiến. - Lấy ví dụ về trái xoài để giải thích Thức sanh, Thức diệt. Chúng sanh là thừa tự của nghiệp. Ví dụ về công ty nghiệp, ông A và B là CEO kế thừa nghiệp. <i>(Theo Kinh Tạp A Hàm)</i>
	• Làm Sao Đoạn Ngã Kiến? <i>(Theo Kinh Tạp A Hàm)</i>
	Vì Diệu Pháp: • Lộ trình tâm chiêm bao (nằm mơ) 1. Định nghĩa: - Lộ trình tâm Chiêm bao 2. Có 4 loại mộng: a.Mộng do nghiệp quá khứ; b.Mộng do tưởng – hành tán loạn; c. Mộng do thân duyên sinh lý; d. Mộng do phi nhân, chư thiên làm duyên 3. Nghiệp tạo trong mộng: Dù nghiệp là Thiện hay Bất thiện thì đều là nghiệp yếu (không phải nghiệp mạnh, nghiệp yếu thôi), vì không có Thân hành, không có Khẩu hành, và Tác ý không mạnh. Nên gọi là ý nghiệp nhẹ và không thể là trọng nghiệp, không đủ lực tái sinh. 4. Thời gian trong mộng: Trong mộng không có thân, không có thời gian vật lý mà chỉ có dòng tâm. Tưởng tạo 'thời gian khái niệm'. 5. Phân biệt mộng báo lúc gần chết:

	- Mộng do Cận tử nghiệp gần lúc chết, Cảnh nghiệp (kamma-nimitta), Sinh thú tướng (gati-nimitta) hiện rõ, là không phải “mộng bình thường” mà có thể dẫn tái sinh ***Khi chết thì 3 tướng hiện ra ảnh hưởng đến cảnh giới tái sinh: Cảnh nghiệp, Cảnh nghiệp tướng, Cảnh sinh Thú tướng. - Giải thích về Cảnh nghiệp, Cảnh nghiệp tướng, Cảnh sinh Thú tướng.
	Theo Bộ Pháp Tụ (Dhammasaṅgaṇī): bộ đầu tiên trong 7 bộ Vi Diệu Pháp (Abhidhamma) thì 4 nguyên nhân sinh ra Sắc pháp gồm: (1) Nghiệp sinh sắc (2) Tâm sinh sắc (3) Thời tiết sinh sắc (4) Vật thực sinh sắc
71	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Về 500 Cung Nữ Vua Ưu Điền Bị Chết Cháy (Theo Kinh Tiểu Bộ)
	Vua Ba-Tư-Nặc Khen Ngợi Sự Đặc Biệt Của Đức Phật (Theo Kinh Trung Bộ)
	Đức Phật Đã Nói Về Ngài: "Đây là đời sống cuối cùng, nay không còn đời sống nào khác nữa" (Theo Kinh Trường Bộ)
	Điều Gì Là Toàn Bộ Của Đời Sống Tu Hành (Phạm Hạnh)? (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	*Trong Chú Giải, giải thích thêm về Thiện bạn hữu, Thiện bạn đảng, Thiện thân tình.
	Vi Diệu Pháp: Lộ trình tâm Đắc thiền 1. Định nghĩa 2. Chi thiền và Tâm sở 3. Các Chi thiền nằm ở 13 Tâm sở Tợ tha 4. Chi thiền đối trị các Triền cái 5. Tầng thiền và các chi thiền 6. Lộ trình tâm Đắc thiền: - Lộ trình tâm Đắc thiền của người Trì căn (Độn căn) - Lộ trình tâm Đắc thiền của người Lợi căn - Ví dụ Lộ trình tâm Đắc thiền của hành giả tu Biến xứ màu đỏ 7. Các đề mục Thiền chỉ để Đắc thiền - Đề Mục Không đắc thiền

72	Kiến thức nền tảng:
	• Bốn Người Chết Trong Một Ngày, Nhưng Sanh Thú Khác Nhau - Bốn pháp tu tập -> loài Người: Thân, miệng, ý và mạng thanh tịnh không tỳ vết. - Bốn pháp tu tập -> sinh cõi lành, lên trời: Bố thí, nhân ái, lợi người, đồng lợi - Bốn pháp tu tập -> Địa ngục: Thân, miệng, ý, và mạng không thanh tịnh - Bốn pháp tu tập -> Niết-Bàn giải thoát: Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)
	• Bốn Hạng Người Về Nghe Pháp (1) Nghe ít, điều đã được nghe không khởi lên; (2) Nghe ít, điều đã được nghe được khởi lên; (3) Nghe nhiều, điều đã được nghe không khởi lên; (4) Nghe nhiều, điều đã được nghe có khởi lên. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Do Tu Tập, Do Làm Cho Sung Mãn Tứ Niệm Xứ Mà Chánh Pháp Tồn Tại Lâu Dài (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Thế Nào Là Chánh Niệm? Thế Nào Là Tỉnh Giác? - Chánh niệm: quán thân trên thân, nhiệt tâm, tỉnh giác, chánh niệm, nhiếp phục tham ưu ở đời - Tỉnh giác: biết rõ ràng các cảm thọ khởi lên, biết rõ ràng các cảm thọ an trú, biết rõ ràng các cảm thọ đi đến tiêu mất; biết rõ ràng các tưởng khởi lên, biết rõ ràng các tưởng an trú, biết rõ ràng các tưởng đi đến tiêu mất (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Pháp Tu Đưa Đến Tam Quả A-Na-Hàm Hoặc Tứ Quả A-La-Hán - Không thấy Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức là ngã, khác ngã, hay ở trong nhau. - Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức: + là vô thường + vô ngã + sẽ không tồn tại - Bốn trú xứ của Thức: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành. - “Thức không trụ Đông, Tây, Nam, Bắc, bốn bên, trên, dưới, ngoại trừ ngay

	trong hiện tại mà sẽ nhập Niết-bàn, diệt tận, tịch tĩnh, thanh lương” <i>(Theo Kinh Tạp A Hàm)</i>
	Vì Diệu Pháp: • Lộ trình tâm hiện Thần thông (Hóa thông) 1. Năm thần thông (Thắng trí) a. Biến hóa thông b. Thiên nhãn thông c. Thiên nhĩ thông d. Tha tâm thông e. Túc mạng thông 2. Định nghĩa 3. Lộ trình tâm Hiện thần thông: có 3 bước 4. Ví dụ: Muốn hiện Thần thông đi trên mặt nước một con sông
73	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Người Nữ Mang Thai Đến 7 Năm Và Đau Đẻ Đến Bảy Ngày Trong Thời Đức Phật. • Chuyện "Không Đảm Bảo Niềm Tin" <i>(Theo Kinh Tiểu Bộ)</i>
	• Ba Hạng Người Về Trí Tuệ (1) Hạng người với trí tuệ lộn ngược: Trong lúc nghe pháp và nghe xong đều không có tác ý đến nghĩa ở đoạn đầu, đoạn giữa, đoạn cuối. (2) hạng người với trí tuệ bắt vế: Trong lúc nghe pháp có tác ý đến nghĩa ở đoạn đầu, đoạn giữa, đoạn cuối. Nhưng sau đó thì không có tác ý đến nghĩa ở đoạn đầu, đoạn giữa, đoạn cuối. (3) hạng người với trí tuệ rộng lớn: Trong lúc nghe pháp và nghe xong đều có tác ý đến nghĩa ở đoạn đầu, đoạn giữa, đoạn cuối. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Đức Phật Dạy Về Buôn Bán Và Dạy Về Tu Tập - Thành tựu 3 chi phần này: vào buổi sáng có nhiệt tâm chăm chú vào công việc, vào buổi trưa có nhiệt tâm chăm chú vào công việc, vào buổi chiều có nhiệt tâm chăm chú vào công việc -> Một người buôn bán thâu nhận được tài sản chưa thâu nhận, tăng trưởng tài sản đã được thâu nhận. - Thành tựu ba pháp này: vào buổi sáng có nhiệt tâm chăm chú vào định tướng, vào buổi trưa có nhiệt tâm chăm chú vào định tướng, vào buổi chiều có nhiệt tâm chăm chú vào định tướng -> thì vị Tỷ-kheo thâu nhận được thiện pháp chưa được thâu nhận, tăng trưởng thiện pháp đã được thâu nhận. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>

	• Chia sẻ pháp hành Thiền chỉ, Thiền quán trong đời sống: - Thiền chỉ: làm việc gì mà không có thời gian để [tu] Thiền chỉ được, thì tranh thủ lúc nào nghỉ thì thiền 5 phút, 10 phút, không thiền đề mục nào được thì [thiền] đề mục hơi thở. - Thiền quán: Tu Tứ niệm xứ trong công việc là biết rất rõ, nhận biết công việc mình đang làm gì, tập trung vào điều gì. Làm gì biết nấy, tay đang làm gì, đang buôn bán thì lấy đồ biết lấy đồ, đang ghi biết ghi, tập trung như vậy là chánh niệm, tỉnh giác. Làm đúng Giới luật. Đó là tu Thân hành niệm: Thân, Thọ, Tâm, Pháp.
	• Bốn Thời Gian Tu Tập Để Đưa Đến Đoạn Diệt Phiền Não (1) Nghe pháp đúng thời, (2) đàm luận về pháp đúng thời, (3) [Thiền] chỉ đúng thời, (4) [Thiền] quán đúng thời. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Các Giai Đoạn Thành Tựu Của Thiền chỉ: - Chia sẻ lại 5 Triền cái - Sơ thiền: Khi quán tự thân đã xả ly năm Triền cái ấy, hân hoan sanh; do hân hoan nên hỷ sanh; do tâm hoan hỷ, thân được khinh an; do thân khinh an, lạc thọ sanh; do lạc thọ, tâm được định tĩnh. Tỷ-kheo ly dục, ly ác pháp, chứng và trú thiền thứ nhất, một trạng thái hỷ lạc do ly dục sanh, với tầm, với tứ - Nhị thiền: diệt tầm và tứ, chứng và trú thiền thứ hai, một trạng thái hỷ lạc do định sanh, không tầm không tứ, nội tĩnh nhất tâm Tỷ-kheo ấy thấm nhuần, tầm uớt làm cho sung mãn, tràn đầy thân mình với hỷ lạc do định sanh - Tam thiền: ly hỷ trú xả, chánh niệm tỉnh giác, thân cảm sự lạc thọ mà các bậc Thánh gọi là "Xả niệm lạc trú", chứng và an trú thiền thứ ba - Tứ thiền: xả lạc, xả khổ, diệt hỷ ưu đã cảm thọ trước, chứng và trú vào thiền thứ tư, không khổ, không lạc, xả niệm thanh tịnh <i>(Theo Kinh Trường Bộ)</i>
	• Tóm tắt giai đoạn chứng Sơ thiền đến Tứ thiền trong bài Kinh Sa Môn Quả Xả 5 Triền cái -> Sanh hân hoan -> Sanh hỷ -> Thân được khinh an -> Sanh Thọ lạc -> Tâm được định tĩnh -> Ly dục, ly các pháp ác bất thiện -> Chứng và an trú Sơ thiền, có Tầm, có Tứ -> Diệt Tầm và Tứ -> Chứng và an trú Nhị thiền, hỷ lạc do định sanh -> Ly hỷ, còn thọ lạc -> Chứng và an trú Tam thiền, không hỷ, còn thọ lạc -> Xả lạc, xả khổ, diệt hỷ, ưu -> Chứng và an trú Tứ thiền, xả niệm thanh tịnh.
	Vì Diệu Pháp:

	• Lộ Trình Tâm Đắc Đạo Quả 1. Định nghĩa 2. Điều kiện để thành tựu Thánh quả - Thất tịnh - Điều kiện đắc đạo quả (Giới tịnh; Tâm tịnh; Kiến tịnh; Đoạn nghi tịnh, Đạo phi đạo Kiến tịnh; Tuệ kiến Mãn tịnh; Tri kiến tịnh) 3. Lộ trình tâm đắc Sơ đạo, Sơ quả: - Lộ trình tâm đắc Sơ quả của người Trì căn (Độn căn) - Lộ trình tâm đắc Sơ quả của người Lợi căn 4. Lộ trình Tâm đắc Quả cao (Nhị quả, Tam quả, Tứ quả)
	- Người chứng Sơ đạo, Sơ quả rồi, bình thường sống, họ vẫn không thấy được Niết-bàn. Tức là họ chỉ thấy được lúc đó, thấy được mấy sát-na đó thôi, và muốn thấy lại Niết-Bàn là họ phải nhập lại định đó. - Nhưng khác là gì? Là họ chuyển tánh rồi, tánh Thánh nhân thì họ tự động được ba điều: Thân kiến, Giới cấm thủ và Nghi của phàm phu là hết sạch. - Sơ quả, Nhị quả, Tam quả đều vậy, Tứ quả A-la-hán cũng vậy luôn, nếu không nhập Thiền quả thì vẫn không thấy Niết-Bàn trong lúc đó. Chính vì vậy mình phải hiểu tại sao Thánh nhân mà nhiều khi họ sống giống phàm phu vậy, cho nên khó phân biệt lắm.
74	Kiến thức nền tảng:
	• Ví Dụ Về Sự Tập Trung Trong Tu Tập - Tu hành pháp Thân hành niệm - Phải sợ sanh tử, giống như là có người cầm kiếm đi sát theo mình - Chưa thấy sự nguy hiểm trong luân hồi thì mình sẽ tu một cách phóng dật, giải đãi. <i>(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)</i>
	• Bảng tóm tắt về Kinh Phật Sử trong Kinh Tiểu Bộ 29 Vị Phật Trong Kinh Tạng Nguyên Thủy
	• 24 vị Phật thọ ký cho Tiền thân của Đức Phật Thích Ca khi còn làm Bồ-tát
	• Đức Phật Dạy Về Buôn Bán Và Tu Tập – Phần 3 <i>(Trích Từ Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Tóm tắt bài Kinh Người Buôn Bán 2 • 3 Điều Kiện Để Buôn Bán Thành Công 1. Có mắt 2. Khéo phần đấu 3. Xây dựng được cơ bản • 3 Điều Kiện Để Tu Đạt Đến Sự Lớn Mạnh Và Rộng Lớn Về Các Thiện Pháp

	1. Có mắt 2. Khéo phần đầu 3. Xây dựng được cơ bản - Nhắc lại 2 bài kinh đã học về buôn bán: • Bài 1: Điều kiện để buôn bán là gì? Buôn bán lời nhiều, lời ít và lỗ vốn là tùy thuộc vào việc mình hứa cúng dường mà cho nhiều hơn, cho vừa đúng, hay không cho • Bài 2: Ba điều kiện để buôn bán thành công là phải chú tâm vào buổi sáng, chú tâm vào buổi trưa và chú tâm vào buổi chiều về công việc buôn bán. <i>(Kinh 3.20 trong Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Pháp Tu Quán Pháp Trên Pháp trong Tứ Niệm Xứ 1. Quán 5 Triền cái: Tham dục, Sân hận, Hôn trầm thụy miên, Trạo hối, Nghi 2. Quán 5 Thủ uẩn: Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức 3. Quán Sáu Nội Ngoại xứ: Mắt, Tai, Mũi, Lưỡi, Thân, Ý -> Kiết sử (10 Kiết sử) 4. Quán Bảy giác chi (Niệm, Trạch pháp, Tinh tấn, Hỷ, Khinh an, Định, Xả) 5. Quán Tứ đế: • Khổ (Sanh, già, bệnh, chết, ưu, bi, khổ, não, cầu không được, Năm thủ uẩn là khổ); • Khổ tập (Sự tham ái đưa đến tái sanh, câu hủ với hỷ và tham; tìm cầu hỷ lạc chỗ này chỗ kia. Như Dục ái, Hữu ái, Phi hữu ái. Sự tham ái trú ở (Sáu căn; Sáu thức; Sáu xứ; Sắc, thanh, hương, vị, xúc tướng; Sắc, thanh, hương, vị, xúc tứ; Sắc, thanh, hương, vị, xúc tầm; Sắc, thanh, hương, vị, xúc tứ); • Khổ diệt (sự diệt tận, xả ly, buông xả, giải thoát, vô nhiễm khỏi tham ái); • Khổ diệt đạo (Bát chánh đạo: Chánh Tri kiến, Chánh Tư duy, Chánh Ngữ, Chánh Nghiệp, Chánh Mạng, Chánh Tinh tấn, Chánh Niệm, Chánh Định. <i>(Theo Kinh Trường Bộ)</i>
	• Phần Chú giải (Papañcasūdanī) của Kinh Tứ Niệm Xứ (Satipaṭṭhāna Sutta) có đoạn giải thích vì sao Đức Phật dạy bốn niệm xứ, tùy căn tánh khác nhau: +Người thuộc tánh tham mà trí chậm thì tu Thân quán niệm xứ. +Người thuộc tánh tham mà trí nhanh thì tu Thọ quán Niệm xứ. +Người thuộc tánh tà kiến mà trí chậm thì tu Tâm quán Niệm xứ. +Người thuộc tánh tà kiến mà trí nhanh thì tu Pháp quán Niệm xứ.
	• Vấn - Đáp: “Thưa Thầy biết sân rồi, mình cố gắng diệt sân?”

	-> Đức Phật không bao giờ dạy diệt sân trong Tứ niệm xứ, quý vị nên nhớ là Đức Phật chỉ nói là tâm thể nào thì biết như thế đó thôi... Cho nên Tâm tham, Tâm sân hay Tâm gì thì chỉ cần biết. Khi biết, tức đó là Tâm đại thiện thì mới biết được... Và chính Tâm đại thiện đó (biết đó) đã trừ Tâm tham, trừ Tâm sân rồi.
	• Ai là người khổ về thân và tâm? -> Phạm phu khổ cả thân lẫn tâm. A-la-hán chỉ khổ thân, không khổ tâm.
75	Kiến thức nền tảng:
	• Chuyện Về Một Người Chăn Bò Thời Đức Phật (Theo Kinh Tiểu Bộ)
	• Bài Kinh Ví Dụ Điển Hình Về Hộ Niệm Cho Người Sắp Mạng Chung – Số 2 - Chớ có mạng chung với tâm mong cầu ái luyến. - Người vợ thông minh giúp chồng gỡ bỏ những lo lắng, vướng mắc về thế gian trước. Sau đó mới nhắc đến vấn đề tu hành xuất thế gian. - Hai vợ chồng Cư sĩ Nakula đã đi với nhau 100.00 Đại kiếp vì phát nguyện trở thành cặp vợ chồng gương mẫu trong thời của Đức Phật. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• 11 Tai Họa Khi Mắc Nhiễm, Chỉ Trích, Quả Trách Các Bậc Thánh Là Những Vị Đồng Phạm Hạnh 1. Không chứng điều chưa chứng 2. Điều đã chứng được thời mất đi (Không phải Đạo quả) 3. Không tỏ rõ được Diệu pháp 4. Tự kiêu trong Diệu pháp 5. Không hoan hỷ sống Phạm hạnh 6. Phạm một tội ô uế 7. Bỏ Phạm hạnh và hoàn tục 8. Bị bệnh nặng 9. Đến điên cuồng loạn tâm 10. Bất tỉnh khi mệnh chung 11. Sau khi thân hoại mạng chung rơi vào cõi dữ, ác thú đọa xứ, Địa ngục (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• Các Trình Tự Tu Tập Từ Thành Tự Giới Cho Đến Giải Thoát Tri Kiết (1) Có giới đầy đủ-> (2) Không sanh hối tiếc -> (3) Hân hoan sanh khởi -> (4) Hoan hỷ sanh khởi -> (5) Thân được khinh an -> (6) Cảm thọ được an lạc -> (7) Tâm được Thiền định -> (8) Biết và thấy như thật -> (9) Nhàm

	chán và ly tham -> (10) Chứng ngộ Giải thoát Tri kiến. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Chia sẻ quan điểm về Giới. Có nhiều vị Sư hỏi Thiện Trang bây giờ như thế nào? Có nên đi qua Nam truyền thọ giới lại? • Thiền Sư Pa-Auk trả lời câu hỏi: “Một vị Tỳ-kheo nhận tiền thì có chứng được Tu-đà-hoàn hay không?”
	Vi Diệu Pháp: • Lộ Trình Tâm Phản Khán Đạo Quả Siêu Thế 1. Định nghĩa 2. Lộ trình tâm Phản khán Đạo quả Siêu thế: 3. Giải thích về Tâm phản khán 4. Tâm Phản khán khác nhau giữa các bậc Thánh 5. Bản chất tâm lý học của phản khán 6. Ý nghĩa tu tập 7. Lưu ý - Giải thích lại thế nào là: (1) Tâm hộ kiếp quá khứ (2) Tâm hộ kiếp rúng động (3) Tâm Hộ kiếp Dứt dòng (4) Tâm khai Ý môn (5) Tâm Chuẩn bị (6) Tâm Cận hành (7) Tâm Thuận thứ (8) Tâm Chuyển tánh (9) Tâm đạo (10) Tâm quả Siêu thế
	• Vấn - Đáp: - Cho nên bây giờ nhiều người không biết tu, chưa chứng quả nên sợ lắm, nghe nói chết rồi là hết, Niết-bàn không còn gì hết. - Có người nói là: “Khi chết rồi, Như Lai còn hay mất?”
	• Chia sẻ: Thành vị thánh Tu-đà-hoàn rồi thì sẽ như thế nào?
76	Kiến thức nền tảng:
	• Chuyện Nghiệp Quả Quá Khứ 11A. Con Quạ Bị Cháy (7 đời) -> Nhân: Đốt Cháy Một Con Bò

	11B. Người Đàn Bà Bị Ném Xuống Biển (100 kiếp) -> Nhân: Dìm Chết Một Con Chó 11C. Các Tỳ Kheo Bị Giam Trong Hang 7 ngày (14 kiếp) -> Nhân: Giam Cầm Một Con Cắc Kè (Theo Tích Truyện Pháp Cú)
	• Khổ Bởi Từ Đâu? Tôn giả Kassapa hỏi Đức Phật 1. Khổ do tự mình làm ra -> Thường kiến 2. Khổ do người khác làm ra -> Đoạn kiến 3. Khổ do mình làm ra và do người khác làm ra -> Thường kiến & Đoạn kiến 4. Khổ do tự nhiên sanh-> rơi vào Vô nhân luận: ngẫu nhiên 5. => Đức Phật dạy theo Trung đạo: Khổ do duyên sanh (vòng 12 nhân duyên) (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Đức Phật Dạy 5 Điều Cần Phải Thường Xuyên Quán Sát 1. Ta phải bị già, không thoát khỏi già -> Đoạn hết hoặc giảm sự kiêu mạn của tuổi trẻ 2. Ta phải bị bệnh, không thoát khỏi bệnh -> Đoạn hết hoặc giảm sự kiêu mạn khỏe mạnh 3. Ta phải bị chết, không thoát khỏi chết -> Đoạn hết hoặc giảm sự kiêu mạn sự sống. 4. Tất cả pháp khả ái, khả ý đối với ta sẽ phải đổi khác, sẽ phải biến diệt -> Đoạn hết hoặc giảm tham dục. 5. Ta là chủ nhân của nghiệp, là thừa tự của nghiệp, nghiệp là thai tạng, nghiệp là quyến thuộc, nghiệp là điểm tựa. Phàm nghiệp nào ta sẽ làm thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy -> Đoạn hết hoặc giảm hạnh ác. (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)
	• *Giải thích thêm về bài Kinh số 5.57 trong Kinh Tăng Chi Bộ 1. Ta -> Ý nghĩa: Ngũ uẩn (Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức) là Danh sắc sinh diệt liên tục nên không có tự ngã thường Hằng, chỉ là kế thừa của trước đó. 2. Ta là chủ nhân của nghiệp -> Ý nghĩa: Dòng Danh sắc tạo nghiệp sẽ nhận quả của nghiệp đó. 3. Là thừa tự của nghiệp -> Ý nghĩa: Dòng Danh sắc sau đó sẽ nhận quả của

	nghiệp đã tạo 4. Nghiệp là thai tạng -> Ý nghĩa: Nghiệp là điều kiện sinh khởi đời sống mới. 5. Nghiệp là quyến thuộc -> Ý nghĩa: Chỉ có nghiệp đi theo dòng Danh sắc qua các đời. 6. Nghiệp là điểm tựa -> Ý nghĩa: Dòng Danh sắc tương lai nương vào nghiệp cũ để hình thành hoàn cảnh. 7. Phàm nghiệp nào ta sẽ làm, thiện hay ác, ta sẽ thừa tự nghiệp ấy. -> Ý nghĩa: Nghiệp nào được tạo trong dòng Danh sắc sẽ cho quả trong chính dòng tiếp nối đó.
	• Pháp Quán Thọ Trên Thọ Thuộc Tứ Niệm Xứ Cần biết Thọ khi phát sanh, khi diệt: 9 thọ: 1. Thọ lạc 2. Thọ khổ 3. Thọ không khổ không lạc (Thọ xả) 4. Thọ lạc về vật chất 5. Thọ khổ về vật chất 6. Thọ không khổ không lạc về vật chất (Thọ xả) 7. Thọ lạc không phải về vật chất 8. Thọ khổ không phải về vật chất 9. Thọ không khổ không lạc không phải về vật chất (Thọ xả) ***Lưu ý có thể tóm tắt thành 5 hoặc 6 thọ: Thọ lạc (thân), Thọ khổ (thân), Thọ xả (thân), Thọ hỷ (tâm), Thọ ưu (tâm), Thọ xả (tâm). <i>(Theo Kinh Trường Bộ)</i>
77	Kiến thức nền tảng:
	• Tóm tắt về Tiền thân của Tôn giả Kondañña (Kiều Trần Như) a) Nguyên vọng quá khứ thời Đức Phật Thắng Liên Hoa b) Tiền thân Mahākāla vào thời Đức Phật Tỳ-Bà-Thi (91 kiếp trước) c) Đời sống Sa-môn trong kiếp chót d) Sự chứng ngộ pháp vô song <i>(Theo Đại Phật Sử)</i>
	• Đức Phật Dạy Bồ Thí Cần Phải Tác Ý Thế Nào? • So Sánh Công Đức Của Bồ Thí Các Đối Tượng - Người bồ thí, nếu: (1) bồ thí có cẩn thận,

- (2) bố thí có chú tâm,
 (3) bố thí tự tay mình,
 (4) bố thí những vật không quăng bỏ đi,
 (5) bố thí có nghĩ đến tương lai; chỗ nào, chỗ nào

- Quả dị thực của việc làm có cẩn thận:

- (1) tâm thiên về thưởng thức các món ăn thù diệu,
 (2) tâm thiên về thưởng thức y áo thù diệu,
 (3) tâm thiên về thưởng thức các cỗ xe thù diệu,
 (4) tâm thiên về thưởng thức năm dục công đức thù diệu.
 (5) Và các người con, hay vợ, hay những người phục vụ, hay những người đưa tin, hay những người làm công, họ có khéo nghe, họ có lóng tai, họ có an trú tâm hiểu biết.

- Câu chuyện Bà-la-môn Velāma (Tiền thân của Đức Phật)

- So sánh các tầng công đức bố thí.

- Bố thí của cải rộng lớn (cho phàm phu) < bố thí cho 1 người có Chánh kiến.
- Bố thí cho 100 người có Chánh kiến < bố thí cho 1 vị Nhất lai.
- Bố thí cho 100 người Nhất lai < bố thí cho 1 vị Bất lai
- Bố thí cho 100 vị Bất lai < bố thí cho 1 vị A-la-hán
- Bố thí cho 1 vị A-la-hán < bố thí cho 1 vị Độc Giác Phật
- Bố thí cho 100 vị Độc Giác Phật < bố thí cho Như Lai, bậc A-la-hán, Chánh Đẳng Giác.
- Bố thí cho một vị Phật < bố thí cho Phật cùng với Tăng đoàn < xây Tịnh xá cho du Tăng bốn phương.
- Những bố thí trên < Người qui y Tam Bảo < Người thọ giới < Người tu tập tâm từ < Người tu tập tưởng Vô thường (trong 1 búng tay).

*****Quán vô thường (anicca) đúng như thật, sẽ thấy: thân vô thường, cảm thọ vô thường, tâm vô thường, pháp vô thường.**

- Giải thích tại sao phước của việc quán tưởng Vô thường thì lớn

(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)

- **Thế Nào là Thân Kiến?**

- Vấn đáp giữ vị Ni sư và Hiền giả Visākha về thế nào là Thân kiến

1. Không xem Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức là ngã.
2. Không xem ngã có Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức.
3. Không xem Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức là ở trong ngã của mình.

	4. Không xem ngã của mình ở trong Sắc, Thọ, Tưởng, Hành, Thức. - Chia sẻ cách hành trì. <i>(Theo Kinh Trung Bộ)</i>
	• Quan Niệm Cần Tu Tập “không quan niệm ngã là thọ, không quan niệm ngã không phải thọ, không quan niệm: "Ngã của tôi là thọ, ngã của tôi có khả năng cảm thọ" <i>(Theo Kinh Trường Bộ)</i>
	Vì Diệu Pháp: - Lộ Trình Tâm Nhập Thiền Quả 1. Định nghĩa: 2. Đặc điểm 3. Điều kiện trước khi nhập Thiền quả 4. Chuẩn bị nhập Thiền quả 5. Lộ trình Tâm nhập Thiền quả: a) Lộ trình Tâm nhập Thiền quả của bậc Thánh Trì căn b) Lộ trình Tâm nhập Thiền quả của bậc Thánh Lợi căn ***Giải thích thêm về: 1. Hộ kiếp vừa qua 2. Hộ kiếp rúng động 3. Hộ kiếp dứt dòng 4. Tâm khai ý môn - Sát-na 5-8 (hoặc 5 đến 7) - Thánh quả - Sau sát-na Tâm thánh quả đầu tiên - Hộ kiếp trở lại - Tâm phản kháng
	• Vấn - Đáp: Sát-na định, Cận định và An-chỉ định (tức là các tầng Thiền) thì cái nào hơn? Xếp thứ tự như thế nào? - Nói về mức ổn định trên đối tượng được lâu thì Cận định hơn Sát-na định - Nói về độ sâu thì Sát-na định sâu hơn Cận định, vì ít nhất là vào Sơ thiền. Nhưng vô 1 sát-na là ra. - Còn An chỉ định là ở các tầng Thiền cao hơn.
78	Kiến thức nền tảng:
	• 4 hình thức tu tập mà Đức Phật đề xuất: 1. Nghe pháp đúng thời, 2. Đàm luận pháp đúng thời, 3. Thiền chỉ đúng thời

	4. Thiền quán đúng thời			
	Đức Phật dạy "Tạo phước chớ chán nản" (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)			
	- Dấu Hiệu Nhận Biết Từng Điều Trong 10 Ba-La-Mật Ở Mỗi Người <table><tr><td>1. Bồ thí Ba-la-mật 2. Trì giới Ba-la-mật 3. Xuất ly Ba-la-mật 4. Trí tuệ Ba-la-mật 5. Tinh tấn Ba-la-mật</td><td>6. Kham nhẫn Ba-la-mật 7. Chân thật Ba-la-mật 8. Quyết định Ba-la-mật 9. Từ tâm Ba-la-mật 10. Xả Ba-la-mật.</td></tr></table> - Ví dụ thực tế (3 loại người thường gặp) 1. Người thiên về trí tuệ với mạnh về trí tuệ và xuất ly; nhưng yếu về từ bi và bố thí thì dễ trở thành người tu thiền phân tích. 2. Người thiên về từ bi, mạnh về: bố thí, từ tâm; nhưng yếu về trí tuệ thì dễ trở thành người làm thiện nguyện. 3. Người thiên về ý chí, mạnh về: tinh tấn, quyết định nhưng yếu về xả thì dễ tu rất cực đoan.		1. Bồ thí Ba-la-mật 2. Trì giới Ba-la-mật 3. Xuất ly Ba-la-mật 4. Trí tuệ Ba-la-mật 5. Tinh tấn Ba-la-mật	6. Kham nhẫn Ba-la-mật 7. Chân thật Ba-la-mật 8. Quyết định Ba-la-mật 9. Từ tâm Ba-la-mật 10. Xả Ba-la-mật.
1. Bồ thí Ba-la-mật 2. Trì giới Ba-la-mật 3. Xuất ly Ba-la-mật 4. Trí tuệ Ba-la-mật 5. Tinh tấn Ba-la-mật	6. Kham nhẫn Ba-la-mật 7. Chân thật Ba-la-mật 8. Quyết định Ba-la-mật 9. Từ tâm Ba-la-mật 10. Xả Ba-la-mật.			
	Tâm Bị Khuấy Đục Bởi Năm Triền Cái Thì Sẽ Không Chứng Ngộ Các Pháp Thượng Nhân (Theo Kinh Tăng Chi Bộ)			
	Dấu Hiệu Chánh Pháp			
	- Tu Bát Chánh Đạo Và Thất Giác Chi Thì Chứng Quả A-La-Hán Hoặc Quả A-Na-Hàm Hoặc Phước Đức Không Thể Tính Hết Mối liên hệ giữa Bát chánh đạo và Thất giác chi - Chánh kiến = Niệm giác chi - Chánh tư duy = Trạch pháp giác chi - Chánh ngữ = Tinh tấn giác chi - Chánh nghiệp = Hỷ giác chi - Chánh mạng = Khinh an giác chi - Chánh niệm = Xả giác chi - Chánh tinh tấn = Định giác chi - Chánh tam-muội là là đạt được những gì chưa đạt, độ thoát những gì chưa độ thoát, chứng đắc những gì chưa chứng đắc. -> Nếu được tu tập, thành tựu là 2 quả A-na-hàm và A-la-hán. Nếu không thể tu tập nhiều, thì phước báo cũng không thể tính hết. (Theo Kinh Tăng Nhất A Hàm)			

	Khoa Học Và Phật Giáo Nguyên Thủy Tại Sao Chư Thiên Sống Trong Một Bông Hoa Được?
	Giảng Về Vô Ngã - Tóm tắt bài kinh 12.36 và 12.37 trong Kinh Tương Ưng Bộ - "Thế nào là già chết và già chết này của ai? - Chỗ nào có Tà kiến: "Sinh mạng và thân thể là một" -> không có Phạm hạnh trú. - Chỗ nào có Tà kiến "Sinh mạng là khác, thân thể là khác -> không có Phạm hạnh trú. -> Già chết không phải của một "người" hay "linh hồn" nào, mà là kết quả của duyên khởi. - Thân thể này không phải của các ông, không phải của người khác... Thân này, phải được xem là do hành động, do sự sắp đặt, do sự cố ý, do sự cảm thọ trong quá khứ. - Thân hiện tại = kết quả nghiệp quá khứ + duyên hiện tại. (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
79	Kiến thức nền tảng:
	Câu Chuyện Về Quả Báo Của Người Cản Đường Đức Phật (Theo Tích Truyện Pháp Cú)
	Câu Chuyện Về Một Vị Tỳ-Kheo-Ni Gặp Khó Khăn Trong Tu Tập Vào Thời Đức Phật (Theo Kinh Tiểu Bộ)
	Cần Nắm Phần Cốt Lõi Để Tu Tập - Đời sống - Thiền chỉ - Tứ niệm xứ: quán Thân, Thọ, Tâm, Pháp - Học A Tỳ Đàm: Tâm và Tâm sở - Học giới - Phá thân kiến để vào Thánh nhân Tu-đà-hoàn
	Đức Phật Dạy Tránh Hai Cực Đoan: Say Đắm Dục Lạc Hạ Liệt Và Tự Hành Hạ Mình Khổ Đau (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	10 Kiểu Làm Ra Và Hưởng Thọ Tài Sản Đức Phật Khen Ngợi Và Chê Kiểu Nào?

	- Ý nghĩa của bài kinh này: Phá hai cực đoan: Cực đoan 1: Ham tiền và hưởng thụ (là không được). Cực đoan 2: Có tiền nhưng khổ hạnh keo kiệt. **Đức Phật dạy con đường trung đạo của Cư sĩ: +Làm ra tiền đúng pháp. +Hưởng thụ hợp lý. +Biết chia sẻ, làm công đức. +Không dính mắc khi hưởng thụ. (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	• Không Của Ai - Duyên Khởi Vô Ngã - Có bốn loại đồ ăn này khiến cho các loại sanh vật hay các loại chúng sanh được tồn tại hay khiến cho các loại sắp sanh thành được thọ sanh: 1. Đoàn thực, 2. Xúc thực, 3. Tư niệm thực, 4. Thức thực. - Tôn giả Moliya Phagguna hỏi Đức Phật: Ai ăn Thức thực? Ai cảm xúc? Ai cảm thọ? Ai khát ái? Ai chấp thủ? -> Đức Phật trả lời đó là câu hỏi không thích hợp và giải thích duyên sanh. (Theo Kinh Tương Ưng Bộ)
	Vì Diệu Pháp: - Lộ Trình Tâm Nhập Niết-Bàn I. Lộ trình tâm Ý môn Niết-bàn (Viên tịch) thông thường: bậc A-la-hán. 1.Định nghĩa 2.Lộ trình tâm: (Có 4 trường hợp): - a.Trường hợp chót Đồng lực, không xen Hộ kiếp b. Trường hợp chót Đồng lực, có xen Hộ kiếp - c.Trường hợp chót Na cảnh, không xen Hộ kiếp. - d.Trường hợp chót na cảnh, xen Hộ kiếp *Lưu ý: +Tâm viên tịch tức là Tâm tử II. Lộ trình tâm ý môn Viên tịch đặc biệt. + Lộ trình tâm Viên tịch Thiền (tức là có Thiền rồi mới Viên tịch). + Lộ trình tâm Viên tịch Liên thông (là hiện Thần thông rồi mới Viên tịch. Đây là các vị có hiện Thần thông rồi mới Viên tịch). + Lộ trình tâm Viên tịch Phản kháng (là có Phản kháng rồi mới viên tịch). + Lộ trình tâm Viên tịch Chí mạng (tức là trước khi chứng A-la-hán rồi [mới] chết)
80	Kiến thức nền tảng:
	• Câu Chuyện Về Tỳ-Kheo-Ni Liên Hoa Sắc (Theo Chú Giải Kinh Pháp Cú)
	• 4 Loại Nghiệp

	1. Nghiệp đen quả đen 2. Nghiệp trắng quả trắng 3. Nghiệp đen trắng quả đen trắng 4. Nghiệp không đen không trắng quả không đen không trắng Phàm có tư tâm sở nào để đoạn tận nghiệp đen quả đen này; phàm có tư tâm sở nào để đoạn tận nghiệp trắng quả trắng này; phàm có tư tâm sở nào để đoạn tận nghiệp đen trắng quả đen trắng này; này các Tỷ-kheo, đây được gọi là nghiệp không đen không trắng quả không đen không trắng, nghiệp đưa đến đoạn diệt. <i>(Theo Kinh Tăng Chi Bộ)</i>
	• Các Loài Hữu Tình Là Gì? Trả lời Một Câu Hỏi Khó: Bạn sẽ trả lời thế nào khi một người quen nói thế này: 'OK. Cứ cho rằng có kiếp sau đi nữa, nếu sau khi tôi chết tôi tục sinh làm con heo thì con heo đó nó sẽ không biết tôi là ai, nó đâu biết kiếp trước nó là tôi, và bây giờ tôi cũng không biết con heo đó nó sẽ có những cảm tưởng gì. Vậy thì việc gì tôi phải lo chuyện tu hành giải thoát làm gì? Vì giữa tôi và con heo kiếp sau không có mối liên lạc tinh thần tâm lý nào cả, chỉ là dòng danh pháp sông trôi. Mạnh đưa nào sống kiếp này.' - Giải thích thế nào là dòng Danh pháp, Sắc pháp - Giải thích câu ‘Tâm hộ kiếp giống như nước trong dòng sông, chảy ngầm hoài như vậy’. <i>(Theo Kinh Trung Bộ)</i>
	• Làm Sao Để Có Niềm Tin Vững Chắc Không Bị Phá Hoại Đối Với Phật Pháp Tóm tắt nội dung chính của bài Kinh Tư Sát – Kinh số 47 trong Kinh Trung Bộ 1. Không tin chỉ vì danh tiếng 2. Quan sát qua “mắt và tai” 3. Thử thách lớn nhất là danh tiếng 4. Từ bỏ vì trí tuệ, không phải vì sợ hãi 5. Đức tin đúng trong Phật giáo <i>(Theo Kinh Trung Bộ)</i>
	Vì Diệu Pháp II.Lộ trình tâm Ý môn Viên tịch đặc biệt:

	2.Lộ trình Tâm Viên tịch Liên thiền **Đức Phật cũng viên tịch bằng lộ trình tâm liên thiền (trong Kinh Đại Bát Niết Bàn - Trường hợp không xen Hộ kiếp của bậc trì căn và bậc lợi căn - Trường hợp xen Hộ kiếp của bậc trì căn và bậc lợi căn 3.Lộ trình Tâm Viên tịch Liên Thông Ngài A-nan Niết-Bàn bằng Lộ trình tâm Liên thông này. - Trường hợp không xen Hộ kiếp của bậc trì căn và bậc lợi căn - Trường hợp xen Hộ kiếp của bậc trì căn và bậc lợi căn
81	Kiến thức nền tảng: • Tóm Tắt Sự Phát Nguyện Và Thành Tựu Của Ngài Xá-Lợi-Phất Và Mục-Kiền-Liên 1. Lời nguyện trong quá khứ 2. Vì sao Sarada (Tiền thân ngài Xá-lợi-phất) chưa đắc A-la-hán lúc ấy? 3. Đời cuối cùng của hai ngài dưới thời Đức Phật Gotama 4. Gặp Phật và chứng đạo 5. Người ngu và người khôn ai đông hơn? <i>(Theo Đại Phật Sử)</i>
	• Đức Phật Có Thể Làm Cho Người Chết Sanh Lên Đường Lành, Cõi Người, Cõi Trời Được Không? <i>(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)</i>
	• Giải quyết vấn đề hoang mang của đồng tu: ‘Chết rồi đi về đâu?’ Chia sẻ lại 4 loại nghiệp: Cực trọng nghiệp, Thường nghiệp, Cận tử nghiệp và Khinh tiểu nghiệp.
	• Có Cái Gì Sanh Mà Không Già Và Không Chết Không? <i>(Theo Kinh Tương Ưng Bộ)</i>
	• Đức Phật Nói Về Tà Kiến "Tự Ngã Thường Hằng" - Các Lưu hoặc phải do tri kiến được đoạn trừ - Tóm tắt: 1. Đức Phật không khuyến khích suy đoán về "ta là ai?" *Người phàm thường có suy nghĩ: +Ta có tồn tại trong quá khứ không? +Ta là gì trong quá khứ?

- +Sau khi chết ta sẽ là gì?
- +Ta có tồn tại mãi không?
- +Ta từ đâu đến?
- +Ta sẽ đi về đâu?

Thoạt nghe có vẻ như những câu hỏi Triết học sâu sắc, nhưng Đức Phật gọi đó là *Phi như lý tác ý*.

Vì sao? Bởi vì người đặt những câu hỏi đó **đang mặc nhiên giả định có một cái "Ta" thật sự tồn tại để truy tìm.**

*Từ đó phát sinh 6 loại tà kiến:

- +Ta có tự ngã.
- +Ta không có tự ngã.
- +Bằng tự ngã tôi biết (tưởng tri) tự ngã (tức là nhờ có tự ngã mà mình biết mình có tự ngã).

+Bằng tự ngã tôi biết (tưởng tri) không có tự ngã.

+Không bằng tự ngã tôi biết (tưởng tri) tự ngã

+Có một tự ngã thường hằng đi luân hồi và thọ quả báo.

*Đức Phật xem tất cả những quan điểm ấy đều là:

- + Kiến trù lâm (rừng rậm của kiến chấp).
- + Kiến hoang vu.
- + Kiến hý luận.
- + Kiến tranh chấp.
- + Kiến kiết phược.

Tức là càng suy nghĩ càng bị trói buộc.

***Lưu ý:**

+Ở bài Đại Kinh Đoạn Tận Ái – kinh số 38 của Kinh Trung Bộ xác định "Cho rằng Thức này rong ruổi, luân chuyển nhưng không đổi khác" đó là Tà kiến.

+Ở bài Kinh (10.216) - Pháp Môn Rắn Bò trong Kinh Tăng Chi nói: "Này các Tỷ-kheo, các chúng sanh là chủ của nghiệp, là thừa tự của nghiệp, là sanh căn của nghiệp, là bà con của nghiệp, là chỗ nương tựa của nghiệp. Phàm họ làm nghiệp gì, thiện hay ác, họ là những kẻ thừa tự của nghiệp ấy".

2. Khi hiểu được vấn đề đó (thấy như thật), chuyển sang tác ý Tứ thánh đế thì Ba kiết sử được đoạn trừ trở thành Bạc Thánh Tu-đà-hoàn.

(Theo Kinh Trung Bộ)

Vì Diệu Pháp

4. Lộ trình tâm Viên tịch Phản khán

- Là lộ trình tâm viên tịch của bậc A-la-hán mà liên tiếp sau lộ trình tâm phản khán.

- Nếu muốn viên tịch bằng cách này thì trước hết vị A-la-hán phải nhập thiền để làm lắng dịu các cảm thọ đau đớn trong thân thể.

- Lộ trình tâm Viên tịch Phản khán có xen Hộ kiếp của bậc A-la-hán trì căn và lợi

	căn - Lộ trình tâm Viên tịch Phản khán không xen Hộ kiếp của bậc A-la-hán trì căn và lợi căn
	5.Lộ trình tâm Viên tịch Chí mạng - Đối với vị A-na-hàm tranh thủ chứng đạt Tứ quả A-la-hán trong giờ phút lâm chung thì lộ trình tâm đặc đạo lúc ấy được gọi là Lộ trình tâm Đặc đạo Chí mạng hay là Lộ trình tâm Viên tịch Chí mạng. - Người đặc đạo chí mạng (Jīvitasamasīsi) là người biết tranh thủ giây phút cuối cùng trong thời điểm hấp hối của mình để triển khai tâm lý yếm ly, tu tập Tứ niệm xứ là chứng đạt lần lượt 4 tầng Thánh quả trong thời gian ngắn ấy. - Lộ trình tâm Viên tịch Chí mạng có xen Hộ kiếp của bậc A-la-hán trì căn và lợi căn - Lộ trình tâm Viên tịch Chí mạng không xen Hộ kiếp của bậc A-la-hán trì căn và lợi căn - Không phải chỉ có bậc A-na-hàm, mà trường hợp đặc đạo chí mạng của người phàm hoặc bậc Thánh Sơ quả, Nhị quả được diễn ra liên tục cùng với mỗi Lộ trình tâm Phản khán tương ứng, sau đó Tâm tử mới sanh
	<i>Kết thúc bộ Tinh Hoa Kinh Luận Nguyên Thủy</i>