

Khóa Thiền Trung Cấp Bát Nhã 2 - Thảo Luận Tứ Diệu Đế

Page 1 of 2

1. “Đời là bể khổ.” Quý vị hiểu thế nào về câu nói này ?
 - Đây có phải là câu nói bi quan không ?
 - Cách nhìn này là khách quan hay chủ quan ?
 - Làm sao biết là chủ quan hay khách quan ?
2. Kinh Tiểu Bộ (tr. 128-129) Phật khuyên dạy Bàhiya Dàruciriya như sau: “Này Bàhiya, Ông cần phải học tập như sau” ‘Trong cái thấy (the seen), chỉ là cái thấy, trong cái nghe (the heard), chỉ là cái nghe, trong cái thọ tưởng (the sensed), chỉ là cái thọ tưởng, trong cái thức tri (cognized), chỉ là cái thức tri.’ ... Do vậy, Ông không là chỗ ấy ... Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau ...”
 - Quý vị hiểu thế nào về lời dạy này của Phật với ngài Bàhiya cề 4 thứ nêu trên ?
 - Trên mặt Thiền, làm thế nào để đạt được 4 điều thấy, nghe, xúc chạm và thức tri nêu trên ?
3. Trong thấy đang là, tâm ta khổ nhiều hay ít ? Làm thế nào để nhìn thấy hiện tượng đang là ?
4. Làm thế nào để đạt được sự ổn định nội tâm ? Muốn kinh nghiệm định uẩn ta phải làm sao ?
5. Trong 13 loại khổ mà đức Phật nêu lên, quý vị nhận ra loại khổ nào đưa đến bệnh uất cảm và bệnh tâm thể nhanh nhất, đồng thời cũng có khả năng đưa đến tự mình quyền sinh thân mạng ?
6. Làm thế nào để không bám chặt vào 5 uẩn ?
7. Theo Phật dạy, nguyên nhân của khổ bắt đầu từ đâu ?
8. Quý vị hiểu thế nào về ý nghĩa 3 chuyển trong Tứ Đế ? Vì sao Phật nhấn mạnh đã chứng được Chánh Đẳng Giác nhờ *biết như thật* về Tứ Đế thông qua sự áp dụng 3 chuyển và 12 phương thức trong lúc thực hành Tứ Đế ?
9. Kata nana là sự lãnh hội rõ ràng về thành quả hay sự thành tựu (kata: the act or state resulting, or accomplishment) của 4 phần chân lý gồm:
 - a) Lãnh hội rõ ràng những thành tựu về Khổ đưa đến gì cho tâm, thân, và trí huệ.
 - b) Lãnh hội rõ ràng những thành tựu về nguyên nhân gây ra Khổ đưa đến gì cho tâm, thân, và trí huệ.
 - c) Lãnh hội rõ ràng những thành tựu của diệt Khổ đưa đến gì cho tâm, thân, và trí huệ.
 - d) Lãnh hội rõ ràng những thành tựu của phương pháp đưa đến diệt Khổ đưa đến gì cho tâm, thân, và trí huệ.Bạn hiểu thế nào về “hành tướng” kata nana: Nó được thực hiện trước hay sau trong tiến trình tu tập ?
10. Nhân cách hay cá nhân theo Phật giáo không là một thực thể hay linh hồn thường hằng, nó cũng chỉ là một tiến trình vật lý. Nó là tiến trình *chấp thủ*. Như lửa chỉ có thể cháy bao lâu khi nó còn duy trì nhiên liệu mới, như vậy tiến trình cá nhân khởi lên liên tục, một

Khóa Thiền Trung Cấp Bát Nhã 2 - Thảo Luận Tứ Diệu Đế

Page 2 of 2

tiến trình chấp thủ cái này là của tôi (P: etan mama: this is mine), Đây là tôi (P: eso ahn asmi: this am I).

- a) Quý vị hiểu thế nào về tiến trình chấp thủ “Cái này là của tôi (P: etan mama), Đây là tôi (P: eso ahn asmi: this am I).” trong cuộc sống của con người ?
- b) Nó liên quan gì đến cái khổ thứ 13 là Năm Thủ Uẩn mà Phật nêu lên không ?