

Điểm tương đồng và dị biệt giữa thiền nguyên thủy và tổ sư thiền

ISSN: 2734-9195 08:05 01/01/2026

Cả hai truyền thống thiền hỗ trợ cho nhau, thiền nguyên thủy làm nền tảng cho thiền phát triển, thiền Tổ sư soi sáng lại những giá trị cốt lõi trong thiền nguyên thủy.

Tác giả: **Thích Nhật Kính**

Học viên Thạc sĩ Phật học Khoá IV, chuyên ngành Triết học Phật giáo, Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 01/2026

Tổng quan: Thiền trong Phật giáo không chỉ là một pháp tu mang tính thực hành mà còn là con đường dẫn dắt hành giả trực tiếp đến sự tỉnh thức, trở về trọn vẹn với bản chất chân thực của tâm và thực tại. Trong lịch sử Phật giáo, thiền đã biểu hiện dưới nhiều hình thái và phương pháp đa dạng, phù hợp với từng bối cảnh văn hóa và lịch sử xã hội, nhưng đồng thời vẫn giữ vững tinh thần cốt tủy trực nhận chân lý, chuyển hoá tâm và thành tựu giải thoát.

Thiền Nguyên Thủy, dựa trên kinh tạng Pāli, đặt nền tảng trên sự tu tập tâm và tuệ, nhấn mạnh quá trình minh sát (Vipassanā) và an trú trong chính niệm để chứng ngộ Niết-bàn. Ngược lại, Tổ sư thiền, với tinh thần “giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự”, tập trung trực chỉ tâm tính, hướng hành giả vượt qua mọi hình thức tri thức và ngôn từ để trực nhận bản tâm.

Làm rõ tương đồng và dị biệt giữa hai dòng thiền không chỉ giúp người học Phật hiểu đúng đắn bản chất của thiền định mà còn cung cấp cơ sở để nhận thức sự tiếp biến, truyền thừa trong dòng chảy lịch sử thiền Phật giáo.

Từ khóa: Tổ sư thiền, thiền nguyên thủy, kiến tính, thiền phát triển, phương tiện, đức Phật...



Ảnh: sưu tầm

1. Thiền Nguyên Thủy (Như Lai thiền) và Tổ sư thiền (Thiền phát triển)

Thiền Nguyên Thủy là pháp hành thiền căn cứ trên lời dạy trực tiếp của đức Phật trong Kinh tạng Pāli. Trọng tâm là sự phát triển định lực thông qua tu tập thiền chỉ và tuệ giác nhờ Thiền quán. Mục tiêu tối hậu là đoạn tận khổ đau, chứng đắc Niết-bàn từ việc quán sát bản chất Vô thường, Khổ, Vô ngã của vạn pháp.

Thiền định hay Thiền chỉ có mục đích chế ngự năm chương ngại của định gọi là triển cái và làm cho tâm an trú. Tu tập định chỉ có thể giúp hành giả tạm thời chế ngự phiền não, đạt được “hiện tại lạc trú” hay cao hơn nữa là “tịch tịnh trú” mà chưa thể đoạn tận phiền não khổ đau. Thiền tuệ, Thiền quán hay Thiền minh sát là một sự thể nghiệm, soi sáng trọn vẹn với thực tại đang là. Trong đó, các yếu tố của Bát Thánh Đạo kết hợp nhuần nhuyễn, ba chi then chốt đóng vai trò dẫn đạo là: Chính tinh tấn - Chính niệm - Chính kiến. Ở đây, trong ba yếu tố này, Chính kiến là yếu tố chính trong Thiền tuệ, khởi đầu được thể hiện dưới hình thức Tỉnh giác, Chính tinh tấn và Chính niệm làm nền tảng, năm yếu tố còn lại (Chính tư duy, Chính ngữ, Chính nghiệp, Chính mạng, Chính định) làm nhiệm vụ hỗ trợ. Chính trong sự tuệ tri, cái thấy biết như thật của Thiền Vipassana, hành giả mới thể nhập thực tại, trực nhận chân lý, thoát khỏi mọi ảo tưởng, phiền não trói buộc.

Theo Thiền sử, Tổ sư thiền được trao truyền tiếp nối qua các vị Tổ sư. Bồ-đề Đạt-ma Tổ thứ 28 ở Ấn Độ mang pháp thiền này truyền bá sang Trung Hoa vào khoảng thế kỷ thứ VI và trở thành Sơ tổ của Tổ sư thiền Trung Hoa. Dòng thiền này tiếp tục truyền thừa và phát triển mạnh từ thời Lục Tổ Huệ Năng. Sự xuất hiện của Tổ sư thiền ở Trung Hoa được gắn liền với tông chỉ qua bài kệ:

Bất lập văn tự

Giáo ngoại biệt truyền

Trực chỉ nhân tâm

Kiến tánh thành Phật.

Dịch:

Không lập văn tự

Truyền riêng ngoài giáo

Chỉ thẳng tâm người

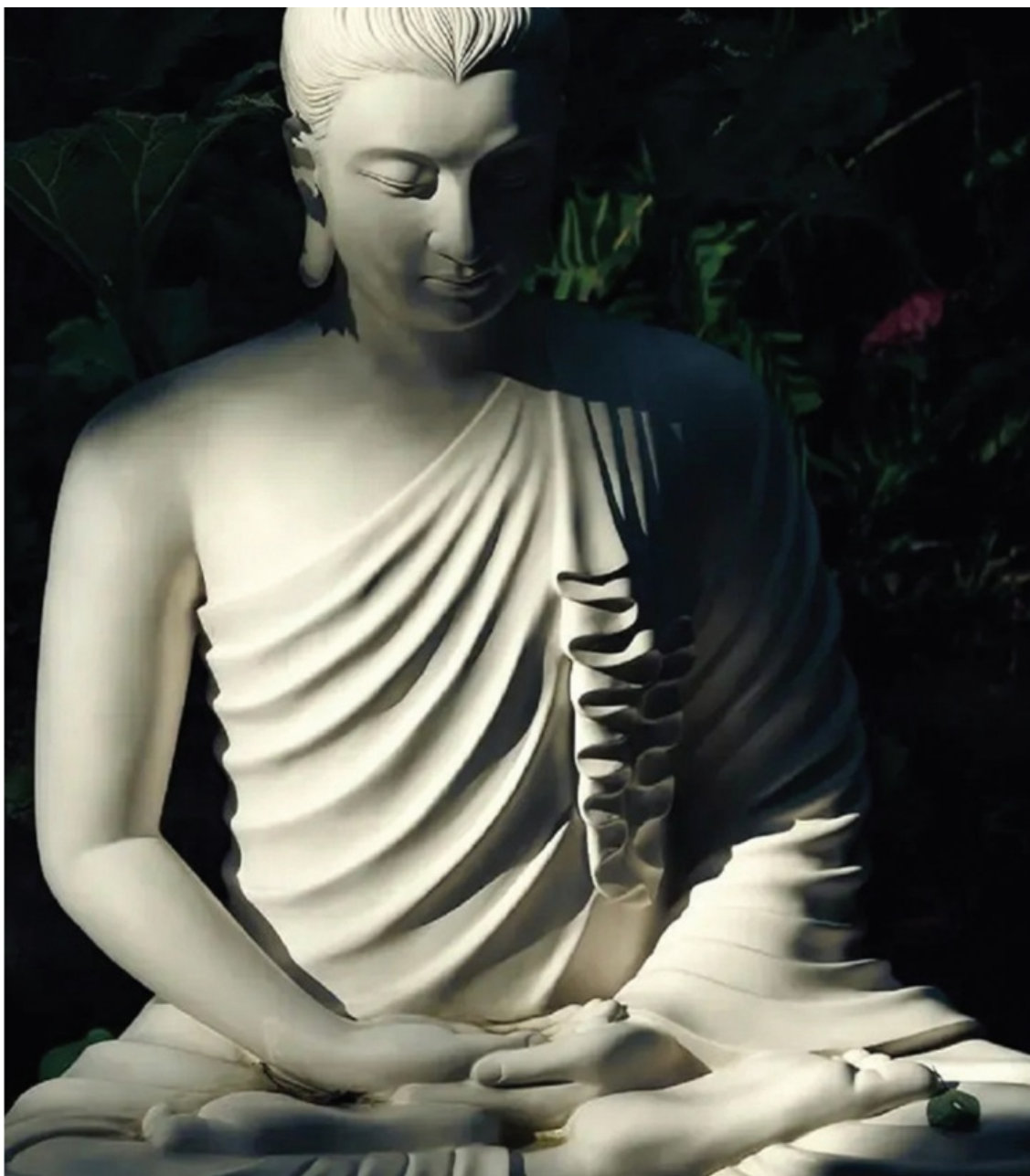
Thấy tính thành Phật.

Tổ sư thiền lấy tâm làm gốc, nhấn mạnh việc buông bỏ mọi chấp trước, không trụ nơi văn tự, kinh điển, mà trực tiếp nhìn vào bản tâm để kiến tính thành Phật. Trong giai đoạn đầu thì thiền chủ yếu là chỉ thẳng để đương cơ trực nhận chẳng qua phương tiện. Về sau vào khoảng thời nhà Tống thì yếu tố phương tiện sử dụng rộng rãi với nhiều hình thức đa dạng: công án, thoại đầu, đả cử, hét, đánh...

2. Điểm tương đồng giữa Thiền Nguyên Thủy và Tổ sư thiền

2.1 Giải thoát làm mục tiêu tối hậu

Cả hai dòng Thiền đều hướng đến mục tiêu tối thượng là sự giải thoát khỏi khổ đau luân hồi. Dù cách diễn đạt có khác nhau – một bên là Niết-bàn, bên kia là Kiến tính thành Phật nhưng tựu trung đều là đạt đến trạng thái tâm không còn bị chi phối bởi phiền não, đạt được sự an tịnh và tự do nội tại.



Ảnh: St

Lục tổ Huệ Năng khẳng định sau khi ngộ đạo “đâu ngờ tự tánh vốn tự thanh tịnh”. Trong thiền Tổ sư, cái tâm ấy gọi là “Bản lai diện mục” hay tâm bình thường mà thiền Nguyên thủy thì gọi là “Pabhassara citta” tức tâm chói sáng, trong kinh Tăng Chi Bộ, Chương Một Pháp có khẳng định: “Tâm này, này các Tỷ-kheo, là sáng chói, nhưng bị ô nhiễm bởi các cấu uế từ ngoài vào”. Tâm của tất cả chúng sinh vốn dĩ thanh tịnh đầy đủ viên mãn, vốn đã đồng Phật, nhưng do bị ngăn che, trói buộc bởi vô minh và tham ái, bởi ảo tưởng về cái tôi sai lầm rồi tạo tác điên cuồng theo bản ngã sai xử nên mãi không nhận chân ra được giác tính viên minh nơi mỗi người. Kinh Lăng Nghiêm cũng nhấn mạnh ý này rất rõ: “Nhất thiết chúng sinh từng vô tử lai, sinh tử tương tục giai do bất tri thường trú chân tâm tính tịnh minh thể, dụng chư vọng tưởng, thử tưởng bất chân, cố hữu lưu chuyển”.

Thiền Nguyên thủy và Thiền phát triển đều nhấn mạnh tu tập, hành thiền chính là trở về lại với chính mình, với tự thân mà nhận lại bản tâm xưa nay thanh tịnh.

2.2 Kiến tính và thấy biết Như thị

Tổ Huệ Năng: “không nghĩ thiện không nghĩ ác” cứ ngay đó mà thấy bản lai diện mục. Tổ Đạo Tín thì nói: “Chí đạo vô nan duy hiềm giản trạch”. Tổ Tăng Xán thì dạy: “Vạn pháp tề quán, qui phục tự nhiên” hay “Tuyệt ngôn tuyệt lục, vô xứ bất thông”. Thiền sư Nhật Bản Bankei gói gọn pháp thiền bằng câu “hãy an trú trong Bất sinh” trong cái nguyên thủy chưa từng được tạo tác. Đó cũng chính là định nghĩa của kiến tính trong Thiền Đông Độ.

Trong thiền Nguyên thủy, Kinh Satipatthāna, kinh Mahā Satipatthāna đức Phật đã khai thị pháp thiền Tứ Niệm Xứ thật giản dị, minh bạch nhưng mà về sau có rất nhiều sự lầm lẫn trong nhận thức của những người hành thiền. Trong bản kinh ấy, đức Phật không yêu cầu chúng ta làm gì thêm, không cần phải nỗ lực đoạn trừ, chế ngự, loại bỏ phiền não hay phân định đúng sai chọn lựa lấy bỏ gì cả, Ngài dạy “tâm có tham tuệ tri tham, tâm không tham tuệ tri không tham...”. Lời dạy vô cùng giản dị mà thâm thúy, đức Phật đã chỉ ra rất rõ ràng trạng thái tâm là gì không quan trọng, dù là tham, sân, si, định hay tán loạn, trói buộc hay giải thoát, cái quan trọng là có quan sát tâm với một thái độ trong sáng, minh bạch để phản ánh trung thực nó hay không, có tuệ tri các pháp không hay là lại rơi vào tưởng tri, thức tri của kẻ vô văn phàm phu sai lạc. Cái thấy biết như thật cũng như kiến tính mới là điều chính yếu trong tu tập. Kinh Bāhiya đã nêu bật lên vấn đề này: “Trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy. Trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe. Trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng. Trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri”. Như vậy, này Bāhiya, Ông cần phải học tập. Vì rằng, này Bāhiya, nếu với Ông, trong cái thấy, sẽ chỉ là cái thấy; trong cái nghe, sẽ chỉ là cái nghe; trong cái thọ tưởng, sẽ chỉ là cái thọ tưởng; trong cái thức tri, sẽ chỉ là cái thức tri. Do vậy, này Bāhiya, ông không là chỗ ấy. Vì rằng, này Bāhiya, Ông không là đời này, không là đời sau, không là đời chặng giữa. Như vậy là đoạn tận khổ đau”. Như vậy, thấy biết như thực trong thiền Nguyên thủy được định nghĩa là trực nhận thực tính của pháp.



Ảnh: St

Ngoài ra, có một điểm tương đồng đặc biệt nữa trong thuật ngữ Vipassanā với từ Kiến tính trong Thiền tông. Từ Vipassanā (Pāli) nghĩa đen là “cái thấy đặc biệt”, “đặc biệt (Vi), cái thấy (Passanā)”, cái thấy đặc biệt chính là cái thấy minh bạch, tức thấy ra thực tính chân đế, mà thiền Tông gọi là Kiến tính, chứ không qua khái niệm tục đế “tôi”, của “tôi”. Có thể thấy, kiến tính hay thấy biết như thật là nguyên lý tu tập chung cốt lõi của cả hai dòng thiền, là điểm tương đồng đáng lưu tâm khi tìm hiểu về thiền Phật giáo.

2.3 Phương tiện tu tập Định

Hai dòng đều nhấn mạnh vai trò then chốt của sự hành trì trực tiếp trên thân và tâm, chú trọng tính tự lực. Trong thiền Nguyên thủy và cả Tổ sư thiền ban đầu cũng chỉ thẳng không thông qua phương tiện mà đương cơ tự phản tỉnh, ngộ đạo, kiến tính hay như thật tuệ tri. Tuy nhiên với những hành giả chưa thể tự thể nhập, đi thẳng vào bản tâm bởi còn nhiều “bụi trong mắt” ngăn che. Do đó, trong thiền Nguyên thủy mới phát sinh Giới, Định, Tuệ chế định làm phương tiện cho hành giả tu tập quay về với Giới, Định, Tuệ tự tính. Trong Visuddhi-magga, ngài Buddhaghosa đã phân tích rất rõ con đường tu tập thanh tịnh tâm này. Theo đó, hành giả tu tập Định thông qua 40 đề mục cụ thể như tứ đại, ánh sáng, màu sắc(1)... Hành giả đi vào định thông qua việc chú tâm từ sơ tướng đến quang tướng.

Sơ tướng: là hiện vật được tạo ra hay có sẵn trong thiên nhiên được hành giả dùng làm đối tượng thiền định để tập chú với mục đích định tâm.

Thô tướng: sau khi tập chú với tướng đủ mạnh để sao chép sơ tướng thành hình ảnh tương tự bên trong gọi là thô tướng hay tợ tướng, bấy giờ hành giả tạm thời bỏ sơ tướng bên ngoài để tập chú vào thô tướng bên trong.

Quang tướng: nếu chú tâm trên thô tướng đúng mức tướng này sẽ phát ra ánh sáng nên được gọi là quang tướng. Quang tướng là sắc do tướng sinh, vì vậy, thiền lấy sắc tướng này làm đối tượng để đạt được an chỉ định được gọi là thiền sắc giới hay thiền hữu sắc. Từ nơi tâm định này mà hành giả tu tập tuệ tức quán sát như thật các pháp để thấy ra vô thường, khổ, vô ngã.

Cũng tương tự như vậy, Tổ sư thiền ban đầu vốn “Trực chỉ nhân tâm kiến tính thành Phật” nhưng do nhiều căn cơ khác nhau của chúng sinh mà về sau khoảng thời Tống thì phương tiện công án, thoại đầu...được khai triển để đối trị phổ hoá chúng sinh. Những công án, thoại đầu này không gì khác hơn chính là những đề mục tu tập Định cho hành giả?

2.4 Ngôn ngữ và khái niệm

Tổ sư thiền nêu tông chỉ “Giáo ngoại biệt truyền, bất lập văn tự” không có nghĩa là không y cứ vào kinh điển mà là nhấn mạnh tâm ấn hay chân lý nằm ngoài ngôn thuyết, kinh giáo. Theo thiền sư thì thời kỳ đầu tổ Bồ-đề-đạt-ma vẫn y cứ nơi kinh Lăng Già, đến thời Ngũ tổ Hoằng Nhẫn và lục tổ Huệ Năng thì vẫn lấy kinh Kim Cang để làm chỗ y cứ. Như Lai thiền thì việc y cứ vào kinh điển rất rõ ràng, các bản kinh Tứ Niệm Xứ, kinh Đại Niệm Xứ, kinh Quán Niệm Hơi Thở... là những bản kinh nền tảng cho việc hành trì. Tuy y vào kinh điển nhưng chỉ xem chúng là phương tiện để đạt đến cứu cánh nên không dính mắc, bám chấp.

Như Lai thiền y cứ vào kinh điển nhưng không chấp dính vào ngôn từ khái niệm. “Này chư Tỷ kheo, Ta thuyết pháp như chiếc bè để vượt đũa qua, không phải để nắm giữ lấy”.(2) Giáo pháp chỉ là phương tiện để qua sông sinh tử không phải để chấp giữ. Cả hai truyền thống thiền đều đồng thuận rằng ngôn ngữ chỉ là phương tiện, kinh điển chỉ mô tả chân lý, không phải chân lý, thực tại nằm ngoài mọi khái niệm, ngôn ngữ ấy. Thực tại sống động chỉ có thể thấy biết như thật, tuệ tri như thật mới thể nhập thực tại. Tổ sư thiền cũng dạy “bất lập văn tự”, hay kinh Viên Giác cũng khẳng định “nhất thiết Tu- đa-la như tiêu nguyệt chỉ ” xem qua kinh điển chỉ là ngón tay chỉ mặt trăng. Ngôn ngữ khái niệm có giá trị trong nội hàm tư duy, lý luận, mô tả còn thực tại trôi chảy đang là như chính nó thì chỉ có thấy biết trong sáng chưa nhuộm màu quan niệm, tư tưởng,

khái niệm... thấy biết tự nhiên mới thể hội thực tính các pháp.

2.5 Đốn - Tiệm không hai

Một số người cố chấp, bảo thủ cho rằng Thiền Tông hay Tổ Sư Thiền là thiền đã phát triển lên tới đỉnh cao của đốn ngộ, còn Thiền Nguyên thủy hay Như Lai Thiền là thiền tiệm tu của hạng người căn cơ thấp kém, đây là nhận định có tính chủ quan phiến diện. Cả hai truyền thống thiền đều chung mục tiêu: trực tiếp Kiến tính, cứu cánh thành Phật. Trong Thiền Tông có hai trường hợp “lý đốn ngộ, sự tiệm tu”, tức là do được khai ngộ mà hành giả nhận được bản tâm nhưng còn cần phải trải nghiệm thực tế trong đời sống để chuyển hoá tập khí quá khứ. Nhưng trong trường hợp ngay khi ngộ cũng đồng thời dứt sạch tập khí sinh tử thì hai mục tiêu là một, vì lý - sự, đốn - tiệm, ngộ - tu thành tựu đồng thời. Đốn ngộ không chỉ có riêng trong Tổ sư thiền mà ngay khi Phật còn tại thế thì đã có nhiều trường hợp giác ngộ như vậy. Một số trường hợp như của Cullapanthaka, của Angulimāla của Bāhiya... hay như trong trường Lão Tăng kệ, Trưởng Lão Ni kệ cũng có đề cập đến việc hốt nhiên đại ngộ này.

Như vậy, đốn tiệm không hai: trí tuệ chính niệm tỉnh giác là ngay nơi pháp thấy tính nên gọi là đốn, trải qua tuần tự 16 tầng tuệ nên gọi là tiệm. Đạo - Quả lập tức nên đốn, hành trì Ba-la-mật nên tiệm. Thật ra, đốn tiệm chỉ là khái niệm phân chia của trí năng phân biệt mà con người đặt ra còn các pháp vốn hiện hữu như vậy, đang là như vậy, chẳng có ngôn ngữ, tư duy phân biệt lý luận gì ở đó cả, chỉ có thấy biết như thật, có Kiến tính hay không mà thôi.

3. Một số dị biệt giữa Thiền Nguyên Thủy và Tổ sư thiền

Như đã trình bày, về nguyên lý cốt lõi tu tập của hai truyền thống thiền thì hoàn toàn giống nhau chỉ có một số sai khác về mặt hình thức, phương pháp hành trì, phương tiện khai ngộ mà thôi.

3.1 Phương pháp thực hành

Thiền Nguyên thủy sở hữu một hệ thống hành trì được xác lập rất rõ ràng, dựa trên hai trụ cột thiền chỉ (samatha) và thiền quán (vipassanā). Mỗi đề mục thực tập cụ thể như niệm hơi thở, quán bất tịnh, quán thọ, quán tâm, quán pháp, cùng nhiều pháp môn khác được kinh điển Pāli trình bày có thứ lớp. Nhờ cấu trúc tu tập mang tính tuần tự từ giới đến định và từ định đến tuệ hành giả có thể lần theo từng bước một cách chắc chắn, với mục đích thiết lập định tĩnh

vững chãi để từ đó tuệ giác phát sinh. Đặc điểm này làm cho Thiền Nguyên thủy có tính phổ quát, khả dụng và dễ tiếp cận đối với nhiều đối tượng, vì ai cũng có thể nương theo hệ thống ấy mà hành trì.



Ảnh: St

Trái lại, Tổ sư thiền không xây dựng một lộ trình cố định hay một hệ thống đề mục nhất quán; thay vào đó, các thiền sư sử dụng công án nghịch lý, thoại đầu, hay những phương tiện linh hoạt như hét, đánh, im lặng, chỉ thẳng... nhằm phá vỡ cấu trúc tư duy thông thường và làm sụp đổ mọi mô thức nhận thức vốn bị điều kiện hóa. Mục đích không phải là tích lũy tri kiến tuần tự mà là đưa hành giả trực tiếp đối diện với bản tâm, khiến sự giác ngộ xảy ra ngay trong sát-na hiện tiền. Chính sự linh động và tùy căn cơ ấy khiến Thiền Tổ sư trở thành một truyền thống nhấn mạnh mạnh mẽ vào trực ngộ, dựa trên sự tương ứng giữa tâm thầy và tâm trò.

Các đề mục tu tập định cũng như phương pháp phát triển định giữa hai truyền thống có những điểm sai biệt đáng kể. Trong Thiền Nguyên thủy, các đề mục định được quy định rõ ràng trong bốn mươi đề mục, mỗi đề mục đều có cách thực hành cụ thể và trình tự tuần tự để hành giả lần theo. Con đường phát triển định cũng được chi tiết hóa qua các bước đi vào từng tầng thiền như sơ thiền, nhị thiền, tam thiền và tứ thiền, với những dấu hiệu, đặc tính và phương pháp thăng tiến được nêu minh bạch trong kinh điển.

Ngược lại, trong Thiền Tổ sư, đề mục tu tập định không cố định và cũng không giới hạn trong một hệ thống chuẩn hóa; hành giả an tâm và định tâm thông qua công án, thoại đầu hoặc các phương tiện được thiền sư chỉ định tùy căn cơ. Những đề mục này không nhằm tạo ra một tiến trình định học tuần tự, mà nhằm đánh thức sự tỉnh giác ngay nơi tâm đương thời, khiến hành giả trực nhận thực tính qua việc phá vỡ mọi phân biệt của ý thức.

3.2 Phương tiện khai ngộ

Trong Thiền Nguyên thủy, phương tiện y cứ để học hỏi và hành trì là kinh điển, lời dạy của đức Phật và các tăng Thiền được trình bày theo trình tự tuần tự, giúp bất kỳ hành giả nào, dù xuất gia hay tại gia, cũng có thể lần theo mà thực tập pháp dựa trên Giới - Định - Tuệ được minh định từ đầu.

Trong khi đó, thiền Tổ sư thì phụ thuộc rất nhiều vào sự khai ngộ của vị thầy, vị thiền sư hướng dẫn, đòi hỏi vị thầy phải Kiến tính mới có khả năng khai thị cho thiền sinh, thường thì khai ngộ mang tính cá nhân trong những trường hợp cụ thể tùy vào căn cơ người thiền sinh mà thiền sư đưa ra công án thích hợp riêng biệt thích ứng, có thể dùng nhiều phương tiện khác nhau như đánh, hét... không phải là hình thức cực đoan, mà chính là những tác động trực tiếp nhằm phá vỡ lớp vỏ phân biệt của ý thức, đưa người học trở về ngay khoảnh khắc hiện tiền. Vì tính chất “tùy cơ ứng duyên” đó, Thiền Tổ sư không xây dựng giáo pháp theo mô hình lý thuyết cố định, mà vận dụng trí tuệ sống động của người thầy để soi sáng cho từng tâm cơ khác nhau.

4. Kết luận

Thiền Nguyên Thủy và Tổ sư thiền, tuy có mang một màu sắc khác nhau về phương pháp và phương tiện thực hiện, nhưng đều có cùng mục tiêu là hướng con người đến sự giải thoát chân thật. Sự tương đồng nằm ở chỗ cả hai đều nhấn mạnh vào sự hành trì thực nghiệm, vào cái thấy trực tiếp không qua trung gian ngôn ngữ, và sự phá chấp mọi đối tượng vọng tưởng. Từ thiền nguyên thủy đến Tổ sư thiền, thiền phát triển là một dòng chảy liên tục có kế thừa trên nền tảng những nguyên lý cốt lõi từ lời dạy của đức Phật. Cả hai truyền thống thiền hỗ trợ cho nhau, thiền nguyên thủy làm nền tảng cho thiền phát triển, thiền Tổ sư soi sáng lại những giá trị cốt lõi trong thiền nguyên thủy.

Sự dị biệt giữa hai dòng Thiền cho thấy sự linh hoạt và phong phú của Phật giáo trong việc thích ứng với từng thời đại, bối cảnh địa lý và căn tính chúng sinh.

Người tu học Phật ngày nay nên tiếp cận cả hai truyền thống thiền với tinh thần cởi mở và dung hợp. Nên có cái nhìn toàn thể tránh rơi vào sự so sánh phiến diện hay bài bác, qua đó thấy rõ mỗi pháp môn đều là phương tiện tùy duyên độ sinh, phù hợp với căn cơ khác nhau của hành giả. Từ đó dung thông, ứng dụng tinh hoa của mỗi dòng Thiền vào đời sống, làm sáng tỏ, soi rọi tâm thức và chuyển hóa khổ đau một cách chân thật ngay trong hiện tại đời sống này.

Tác giả: **Thích Nhật Kính**

Học viên Thạc sĩ Phật học Khoá IV, chuyên ngành Triết học Phật giáo, Học viện Phật giáo Việt Nam tại Huế

Tạp chí Nghiên cứu Phật học Số tháng 01/2026

Chú thích:

(1) Xem Thanh Tịnh Đạo, phần Định học.

(2) Toàn tập Thích Minh Châu, Kinh ví dụ con rắn, Nxb Hồng Đức, Hà Nội, tr.295.

Tài liệu tham khảo:

1] Bankei (2019), Tâm bất sinh, Pháp thiền Bankei, Thích nữ Trí Hải (dịch), Nxb. Hồng Đức, Hà Nội.

2] Thích Minh Châu (2021), Toàn tập Thích Minh Châu, Tập 3, Nxb. Hồng Đức, Hà Nội.

3] Thích Minh Châu (2022), Toàn tập Thích Minh Châu, Tập 13, Nxb. Hồng Đức, Hà Nội.

4] Thích Thiện Châu (2004), Thiền định với cuộc sống hôm nay, Nxb. Tôn giáo, Hà Nội.

5] Thích nữ Trí Hải (dịch) (2013), Kinh Pháp Bảo Đàn, Nxb. Tôn giáo, Hà Nội.

6] Viên Minh (2011), Sống trong thực tại, Nxb. Phương Đông, Tp. Hồ Chí Minh .

7] Viên Minh (2022), Thiền Phật giáo Nguyên thủy và Phát triển, Nxb. Đà Nẵng.

8] Nyanaponica Thera (2009), Trái tim Thiền định Phật giáo, Thích Chơn Thiện (dịch), Nxb. Phương Đông. Tp. Hồ Chí Minh.

9] Thích Chơn Thiện (1997), Tìm vào thực tại, Nxb. Tp. Hồ Chí Minh, Tp. Hồ Chí Minh.