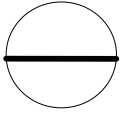
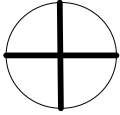


## BÀI TẬP AKUSALACITTA

1. Hãy vẽ Akusalacitta 12 tâm, làm dấu hiệu như sau:

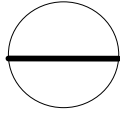


với những tâm không cần tác động (asaṅkhārika)

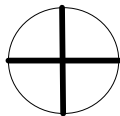


với những tâm cần tác động (saṅkhārika)

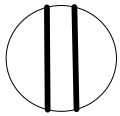
2. Hãy vẽ Akusalacitta 12 tâm, làm dấu hiệu như sau:



với những tâm đồng sinh với thọ hỷ (somanassahagataṃ)

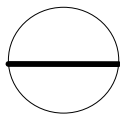


với những tâm đồng sinh với thọ xả (upekkhāsahagataṃ)

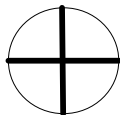


với những tâm đồng sinh với thọ ưu (domanassahagataṃ)

3. Hãy vẽ Akusalacitta 12 tâm, làm dấu hiệu như sau:



với những tâm hợp với tà kiến (diṭṭhigatasampayuttaṃ)



với những tâm không hợp với tà kiến (diṭṭhigatavippayuttaṃ)

4. Ông A hiểu rằng việc sát sanh, trộm cắp, v.v... là điều bất thiện, tội lỗi. Hôm nọ, vợ ông A không được khỏe, muốn ăn thịt gà. Nhà không có gà nên bà sai ông phải đi trộm của hàng xóm. Dù vậy lúc ăn trộm gà và ngay cả lúc làm thịt gà, ông A chẳng vui vẻ chút gì. Hỏi rằng những tâm nào đã khởi sinh với ông A trong các thời điểm ấy ?

5. Một người châu Âu, khi đọc đến lịch sử Đức Phật và Thánh chúng, không tin rằng đó là những sự thật mà cho là chuyện thần thoại. Tuy nhiên để tìm hiểu, ông ta đã sang Thái lan và Miến điện để hành thiền. Kết quả là ông ta hành thiền rất tiến bộ, đạt định dễ dàng. Hỏi rằng lúc đọc sách, tâm nào đã khởi sinh với ông ta. Tại sao ông ta lại dễ dàng đắc định ?


## BÀI TẬP AHETUKACITTA


1. Hãy viết tên Pāli và Việt của 10 Dvipaṅcaviññācitta - Ngũ song thức tâm?


2. Hãy viết tên Pāli và Việt của:


- những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ hỷ,
- những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ xả,
- những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ lạc,
- những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ khổ trong số Ahetukacitta 18 tâm.

3. Hãy vẽ Ahetukacitta 18 tâm, rồi đánh dấu:

 với những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ hỷ,

 với những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ xả,

 với những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ lạc,

 với những Vô nhân tâm đồng sinh với thọ khổ.

4. Một người tính khí thất thường, khi mắt của họ thấy điều bất bình, không như ý; hỏi rằng khi đang thấy đó, họ có nổi tâm sân không?

5. Nếu đem múi chanh vụn nước vào mắt, ta sẽ cảm nhận cay rất ở con mắt; hỏi rằng khi đó nhãn thức tâm (mắt) sẽ có thọ (vedanā) gì? (Thọ khổ hay thọ lạc?)

6. Một em bé thích ăn đồ ngọt. Hỏi rằng:

a, Khi biết vật thực đó có vị ngọt, em bé biết bằng tâm gì?

b, Em bé ăn đồ ngọt đó một cách say mê, hỏi rằng em bé ăn với tâm nào?

c, Ba mẹ ngăn không cho em bé ăn nhiều đồ ngọt, tâm gì sẽ khởi sinh nơi em bé?

d, Với câu chuyện này, bạn có suy nghĩ như thế nào? Tâm nào sẽ giúp bạn có suy nghĩ như vậy?

## BÀI TẬP MAHĀKUSALACITTA

1. Hãy cho một ví dụ về Đại thiện tâm thứ sáu.
2. Hãy viết tên Pāli và nghĩa Việt của Đại thiện tâm thứ 3 và thứ 8 .
3. Lúc đang tụng kinh, tâm Đại thiện nào sẽ sinh khởi .
4. Ông A là một Phật tử thuần thành, có đức tin trong sạch và thường hay lễ bái Tam Bảo. Hôm nọ ông A dẫn một người bạn là ông B đến chùa nhưng ông B lại là người ngoại đạo. Lúc ở trong chánh điện, thấy ông A lạy Phật, ông B vì sợ mất lòng bạn và nghĩ rằng nếu mình không lạy là điều không nên lắm, do vậy cũng lễ lạy theo. Hỏi rằng đại thiện tâm nào phát sinh với ông A và ông B lúc đang lễ lạy ?
5. Hãy phân tích những thiện tâm nào sinh khởi trong đoạn kinh Hạnh Phúc sau:

Phuṭṭhassa lokadhammehi  
Cittam yassa na kampati  
Asokaṃ virajaṃ khemaṃ  
Etaṃ maṅgalaṃ'uttamaṃ

Khi xúc chạm việc đời,  
Tâm không động không sâu,  
Tự tại và vô nhiễm,  
Là Phúc lành cao thượng.

## BÀI TẬP MAHĀVIPĀKACITTA VÀ MAHĀKRIYĀCITTA

1. Lúc nằm ngủ, mơ thấy mình đá bóng, kết quả là chân đá phải song cửa sổ đầu giường, hỏi tâm đại quả nào đã phát sinh khi mơ thấy đang đá bóng.

2. Hãy viết tên Pāli và nghĩa Việt của Đại quả tâm thứ 4 và thứ 7. Trong đời sống hằng ngày chúng ta có thể nhận biết được các tâm này không?

3. Bậc Thánh A-ra-hán có tâm thanh tịnh, không nhiễm bụi trần, là bậc luôn có chánh niệm. Với tâm như vậy, các Ngài đứng ra phải là bậc có tâm luôn kết hợp với Trí (Ñāṇasampayutta), tuy nhiên trong Mahākriyācitta có đến 4 tâm không hợp với Trí (Ñāṇavippayutta); hãy giải thích trường hợp này.

4. Bậc Thánh A-ra-hán đã đoạn trừ lậu hoặc, phiền não, không còn vui buồn với chuyện thế gian, tâm luôn tĩnh lặng trước mọi sự. Như vậy đáng ra tâm của các Ngài luôn đồng sinh với Upekkhā mới đúng, tại sao vẫn có những tâm Duy tác đồng sinh với Somanassa?

**Hãy dùng một tờ giấy, không đề tên bạn để trả lời câu hỏi sau:**

5. Xin bạn hãy viết một vài cảm nghĩ của mình về việc học Abhidhamma trong thời gian vừa qua. Chẳng hạn: bạn thích học môn này không? Môn này đem lại lợi ích thiết thực gì cho bạn? Thời gian học nhiều hay ít? Cần tăng thêm hay giảm xuống? Giảng viên có làm cho bạn chán chường, buồn ngủ không? v.v...