Thien Chi & Thien Quan

Thiền Chỉ & Thiền Quán

Thien Chi & Thien Quan

Vietnamese, with Unicode Times font

CON ĐƯỜNG THIỀN CHỈ VÀ THIỀN QUÁN

MAHĀTHERA HENEPOLA GUṆARATANA

Tỳ khưu PHÁP THÔNG dịch

Mục lục

Lời giới thiệu (1)

Lời giới thiệu (2)

Lời người dịch

CHƯƠNG I - GIỚI THIỆU THIỀN TRONG NỘI DUNG KINH ĐIỂN

Tầm quan trọng của thiền

Truy nguyên gốc từ Jhāna

Jhāna và

Samadhi

Jhāna và các thành phần của sự giác ngộ

CHƯƠNG II - NHỮNG CHUẨN BỊ TRƯỚC KHI HÀNH THIỀN

Nền tảng giới

Cắt đứt những chướng ngại

Đến gần bậc Thiện trí thức

Các đề mục Thiền chỉ (Định)

Chọn một trú xứ (chỗ ở thích hợp)

CHƯƠNG III - VƯỢT QUA CÁC TRIỀN CÁI

Năm triền cái

Viễn ly các triền cái

Các loại viễn ly

Nhân sanh các triền cái

Sự diệt các triền cái

Con đường tu tập theo tuần tự

Phương pháp chánh niệm
Sự thủ tiêu các triền cái
Những lợi ích của việc đoạn trừ triền cái
CHƯƠNG IV - SƠ THIỀN VÀ CÁC THIỀN CHI
Tầm
Bất thiện tầm
Thiện tầm
Tứ
Hỷ
Lạc
Nhất tâm
MÔ TẢ TỔNG QUÁT SƠ THIỀN
Tiến trình tâm thiền
Hoàn thiện sơ thiền
CHƯƠNG V - CÁC BẬC THIỀN CAO HƠN
NHỊ THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN
Nội tịnh
Nhất tâm
Định
Hỷ và Lạc
Những nhận xét chung về nhị thiền
TAM THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN
Xả
Chánh niệm và Tỉnh giác
Lạc
Nhất tâm
TỨ THIỀN – SỰ CHỨNG THIỀN
Bốn điều kiện
Các yếu tố mới trong tứ thiền
Hệ thống thiền 5 bậc

Những nhận xét kết luận
CHƯƠNG VI - VƯỢT QUA TỨ THIỀN
Tứ thiền vô sắc
Không vô biên xứ
Thức vô biên xứ
Vô sở hữu xứ
Phi tưởng, phi phi tưởng xứ
NHỮNG NHẬN XÉT CHUNG VỀ THIỀN VÔ SẮC
Các loại thắng trí
Những điều kiện cần thiết cho thắng trí
Lục thông
Biến hóa thông
Tám năng lực
Ba loại thần biến
Thiên nhĩ thông
Tha tâm thông
Túc mạng thông
Thiên nhãn thông
Lậu tận thông
Các loại thắng trí khác
Thiền và tái sanh
CHƯƠNG VII - CON ĐƯỜNG TU TẬP TUỆ QUÁN
Bản chất của tuệ
Nhị thừa (2 cổ xe)
Các nhiệm vụ của thiền
Thất thanh tịnh
Sơ đạo và sơ quả
Giới thanh tịnh
Tâm thanh tịnh
Kiến thanh tịnh

Đoạn nghi thanh tịnh

Đạo phi đạo tri kiến thanh tịnh

Đạo hành tri kiến thanh tịnh

Tri kiến thanh tịnh

CHƯƠNG VIII - THIỀN VÀ CÁC THÁNH CHỨNG

Thiền Siêu thế

Mức thiền của Đạo và Quả

Thánh quả Định và Diệt tận định

Bảy loại thánh nhân

Jhāna và bậc A-la-hán

KẾT LUẬN

PHỤ LỤC

37 Pháp hỗ trợ giác ngộ

Các đề mục

Các pháp giải thoát khác

Tám giải thoát

NHỮNG CHỮ VIẾT TẮT

-ooOoo-

Lời giới thiệu (1)

“Con đường Thiền Chỉ Thiền Quán”đã được Ngài Guṇaratana trình bày một cách khúc chiết, rõ ràng có thể giúp cho những ai muốn nghiên cứu tường tận chỗ đồng dị, cộng biệt, sinh khắc của hai pháp môn này hầu tránh tình trạng nhầm lẫn, võ đoán và phiến diện trong lý thuyết cũng như trong thể nghiệm con đường giác ngộ giải thoát.

Rất nhiều sách trình bày nhầm lẫn giữa Định và Tuệ hay Chỉ và Quán, đưa đến tình trạng định không ra định, tuệ chẳng ra tuệ, hoặc hành thiền định hóa ra chỉ là những “ngoại thuật” (những hình thức tập trung tư tưởng hay ý chí có mục đích khác với định nhà Phật), và hành thiền tuệ lại có kết quả của định rồi tưởng lầm là đã chứng được các bậc tuệ quán.

Một vài phái thiền chủ trương loại hẳn tứ thiền bát định ra khỏi con đường tuệ giác. Điều này có thể đúng với một số người nhưng đó không phải là định luật tất yếu và phổ quát nên không nhất thiết phù hợp với mọi căn cơ trình độ của hành giả trên đường giác ngộ.

Chủ trương duy tu thiền tuệ có thể rút ngắn hành trình tu tập với những người đã có sẵn túc duyên, nhưng với người chưa đủ những yếu tố ba-la-mật khác, chưa cân bằng với các căn tín, tấn, niệm, định, chưa có sự hỗ trợ thích đáng của bảy giác chi v.v... thì đến một mức độ nhất định nào đó hành giả sẽ bị đình trệ không thể nào tiến triển được nữa. Từ đó sinh ra chán nản, mất tự tin hoặc sinh tâm nghi ngờ giáo pháp, hóa ra không bằng một người do tu thiền định một cách đúng hướng mà phát tuệ một cách tự nhiên.

Chính vì vậy mà dù rằng vị càn tuệ không cần tới bát định cũng có thể đạt được mục đích tối hậu, đức Phật đã xác nhận vị câu phần giải thoát vẫn ưu thắng hơn về nhiều mặt trên đường tự giác giác tha.

Để đi sâu vào những trình tự tu tập định tuệ xin mời quí vị nghiên cứu kỹ lưỡng những điều đã được trình bày một cách mạch lạc và đầy đủ trong tập sách "Con đường Thiền Chỉ Thiền Quán" mà đại đức Pháp Thông đã dịch rất cẩn thận và trung thực này.

Tổ đình Bửu Long, ngày 04-03-2004

Tỳ Kheo Viên Minh

-ooOoo-

Lời giới thiệu (2)

"Chỉ Quán Đạo" hay "Con đường Thiền Chỉ và Thiền Quán" là tập sách thiền được biên soạn kỹ lưỡng, dịch thuật cẩn thận, rất xứng với cái tên của tập sách này.

Tập sách Thiền "Chỉ Quán Đạo" như là một cẩm nang (khi hành giả bị bế tắc thì dở sách này sẽ tìm thấy lối thoát); như một la bàn (cứ nhìn vào sách thấy rõ vật thực của triền cái thì tránh, vật thực của thất giác chi thì hành là đúng); như đôi tay (khú-mư) để làm việc.

Nếu gặp được tập sách thiền "Chỉ Quán Đạo" như gặp được minh sư điểm đạo, bởi tập "Chỉ Quán Đạo" này y cứ theo Phật ngôn rất chuẩn xác, và cũng nương theo chú giải nên rất dễ hiểu.

Những công thức thiền quán, chính đức Phật dạy, có thứ lớp tuần tự của mỗi nhân quả này đưa đến nhân quả khác, như cách liên châu luận: nhờ thân cận bậc chân nhân nên được nghe diệu pháp; nhờ được nghe diệu pháp nên có đức tin; nhờ có đức tin nên có như lý tác ý; nhờ có như lý tác ý nên có chánh niệm tỉnh giác; nhờ có chánh niệm tỉnh giác nên có sự thu thúc lục căn; nhờ có thu thúc lục căn nên ba nghiệp (thân, khẩu, ý) được trong sạch; nhờ tam nghiệp thanh tịnh nên thắng tri năm triền cái; nhờ thắng tri năm triền cái nên min sinh khởi; do minh sinh nên vô minh diệt; do vô minh diệt thì hành diệt; do hành diệt thì thức diệt; do thức diệt thì danh sắc diệt; do danh sắc diệt thì lục nhập diệt; do lục nhập diệt thì xúc diệt; do xúc diệt thì thọ diệt; do thọ diệt thì ái diệt; do ái diệt thì thủ diệt; do thủ diệt thì hữu diệt thì sanh diệt; do sanh diệt thì già, đau, chết (của sắc), ưu, bi, khổ, não, sầu, ai (của danh) cũng diệt. Như vậy là chấm dứt toàn bộ khổ uẩn.

Nhưng khởi đầu của công thức thiền quán chính là nương tựa bậc thiện hữu (kalyànimitta) nên đức Phật tuyên bố: “Toàn bộ đời sống phạm hạnh này là thiện hữu, thiện bạn lữ, thiện giao du.” Thiện hữu, thiện bạn lữ, thiện giao du ở đây chính là vị đạo sư (vị thầy dạy đạo); mà cuốn sách thiền “Chỉ Quán Đạo” này là vị thiền sư (Sư là thư năng ngôn, thư là sư bất năng ngôn) của chúng ta vậy.

Tập sách thiền “Chỉ Quán Đạo” đối với tôi là tập thứ hai (tập thứ nhất là “ Đoạn trừ lậu hoặc”) trong số dịch phẩm của đại đức Pháp Thông, mà tôi rất vui mừng và ưa thích, nên trân trọng giới thiệu đến chư Tăng, Phật tử trong nước và ngoài nước, nên thỉnh làm “cuốn sách đầu giường” cho việc tu tập thiền Chỉ Quán.

Bửu Đức Tự, ngày 14-03-2004

Tỳ kheo Giác Chánh

-ooOoo-

Lời người dịch

Về cơ bản, lời dạy của đức Phật là con đường đưa đến sự diệt khổ. Trọng tâm của con đường này là hành thiền. Như vậy thiền có thể được xem là trái tim của Phật giáo ứng dụng, các giai đoạn chuẩn bị của đạo lộ đều dẫn đến đó, và cũng từ đó các giai đoạn chứng đắc cao hơn khác được thành tựu. Một trong những phương diện quan trọng nhất của thiền Phật giáo mà chúng ta bắt gặp rất thường xuyên trong kinh điển Nguyên Thủy là hệ thống các thiền chứng, gọi theo Pàli là Jhānas. Các thiền chứng Jhāna đã từng là phương tiện góp phần làm nên sự giác ngộ của đức Phật, và sau đó nhập vào trình tự tu tập được Ngài thiết lập cho hàng đệ tử. Chúng xuất hiện ở giai đoạn đầu của đạo lộ chuẩn bị đến các tuệ giác cao hơn, rồi một lần nữa trong sự kết hợp trực tiếp với tuệ giải thoát, và ngay cả ở giai đoạn cuối, các thiền chứng vẫn được xem như một thành tựu tinh thần của con người đã giải thoát hoàn toàn. Do đó một hiểu biết về thiền hết sức là cần thiết.

Thực ra, thiền là một lãnh vực vô cùng thâm sâu, huyền diệu và bất khả tư nghi. Ngoại trừ đức Phật với trí lực “Tri chư thiền giải thoát tam muội”

[1] tổng hợp toàn diện và đầy đủ nhất các nguồn kinh điển và chú giải liên quan đến thiền và diễn đạt lại bằng phương pháp luận thích hợp nhất với thời hiện đại. Tác giả của cuốn sách, Hòa thượng Thiền sư Henepola Guṇaratana, sinh năm 1927 tại Tích Lan, xuất gia năm 13 tuổi, hiện đang hướng dẫn những khóa thiền lớn tại Hoa Kỳ và Canada. Cuốn sách đã đem lại ánh sáng hiểu biết cho rất nhiều người, nhất là những hành giả đang lúng túng giữa thiền chỉ và thiền quán, hay những người thường xem nhẹ giá trị của định trong thiền minh sát.

Thấy được những lợi ích trên chúng tôi cố gắng chuyển dịch tác phẩm ra Việt ngữ để cùng chia sẽ với mọi người, mong rằng nó sẽ đem những lợi ích thiết thực nhất cho những ai được đọc, cũng như góp phần làm phong phú thêm nền thiền học Nam truyền hiện tại.

Viên Không, Quí Xuân Giáp Thân

Tháng 4 năm 2004

Dịch giả: Dhamma Vidū

-ooOoo-

[1] Jhānādisaṅkilesadiñaṇa – Tri chư thiền giải thoát tam muội lực – một trong mười Như Lai lực.

-ooOoo-

Đầu trang |
01 |
02 |
03 |
04 |
05 |
06 |
07 |
08 |
09 |
Mục lục

Chân thành cám ơn Tỳ khưu Pháp Thông đã gửi tặng bản vi tính (Bình Anson, 06-2006).

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 27-10-2006

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.