Huong vi Phap Bao - 07

Hương Vị Pháp Bảo

Huong vi Phap Bao - 07

[BuddhaSasana] [Unicode Fonts]

Hương Vị Pháp Bảo

Thiền sư U Silananda

(7)

Thất Giác Chi

T ại các nước theo Phật giáo Nguyên thủy, mỗi khi gia đình có người bị bệnh thì thân nhân hay thỉnh chư Tăng đến nhà đọc tụng bài kinh Thất Giác Chi (hay thất Bồ Đề phần) đề mong người bệnh chóng thuyên giảm. Truyền thống nầy bắt nguồn từ một đoạn kinh trong Tương Ưng bộ kinh, thoạt đầu gồm 3 bài. Sau đó các vị đạo sư đã tóm lược lại thành một, rồi viết theo thể thơ cho dễ đọc tụng. Người bệnh trong bài kinh đầu tiên là Đại Đức Ca-diếp, trong bài kinh thứ nhì là Đại Đức Mục-kiền-liên và trong bài kinh thứ ba là Đức Phật. Trong hai bài đầu, Đức Phật thuyết về Thất Giác Chi cho Ngài Ca-diếp và Mục-kiền-liên nghe. Đến phiên Đức Phật bệnh thì Ngài yêu cầu Đại Đức Chunda giải thích cho Ngài nghe về bảy yếu tố đưa đến Giác ngộ nầy. Kinh nói rằng sau khi nghe đọc tụng như vậy thì cả 3 đều hoan hỉ và do đó, sau đó cơn bệnh thuyên giảm giống như giọt nước vừa đọng trên lá sen là rơi tuột xuống ngay.

Chuyện kể lại ngày nọ đức Thế tôn đang ngụ tại thành Vương xá, Ngài Ca-diếp lâm bệnh nặng trong một hang động. Đức Phật biết được nên đến thăm và hỏi han Ngài Ca-diếp. "Nầy Kassapa! Ông thấy trong người thế nào? Còn bệnh có bớt được phần nào không?"

"Bạch đức Thế tôn, con đang bị đau nhức rất nhiều và chẳng có dấu hiệu thuyên giảm nào cả, trái lại càng ngày càng đau nặng hơn". Ngài Ca-diếp là một vị A-la-hán nên Ngài trả lời rất thành thực. Nghe vậy đức Phật liền thuyết bài kinh Thất Giác Chi. "Nầy Kassapa! Bảy yếu tố nầy đã được Như Lai giảng dạy một cách rõ ràng. Nếu hành trì đúng đắn thì sẽ thấy hiểu được bản chất thật sự mọi vật, sẽ chứng ngộ được Niết bàn". Sau khi nghe giảng xong, Ngài Kassapa vô cùng hoan hỉ. "Bạch đức Thế tôn, đúng vậy đây là 7 yếu tố đưa đến sự Giác ngộ". Nói xong Ngài Ca-diếp đứng dậy, cảm thấy hoàn toàn lành bệnh và căn bệnh nầy không bao giờ tái phát trong suốt đời Ngài.

Câu hỏi được đặt ra ở đây là tại sao Ngài Ca-diếp nghe kinh mà được lành bệnh? Quý vị hẳn còn nhớ là Ngài Ca-diếp đã đắc đạo quả A-la-hán sau khi Ngài xuất gia được 7 ngày. Sau đó, Ngài đã có phát triển 7 yếu tố nầy đến mức độ hoàn hảo. Do đó, khi được nghe chính Đức Phật giảng lại một lần nữa, Ngài đã tập trung hết tâm ý để nghe và nghe xong, Ngài rất là hoan hỉ, tinh tấn vô cùng phấn chấn. Ngài thật sự thân chứng được sự dứt khổ đau sau bài kinh nầy, khổ trong trường hợp nầy là về thân. Vì sao? Vì khi tâm hoan hỉ thì tự nhiên máu huyết trong châu thân được thanh lọc và lưu thông,

thần kinh được điều hòa đưa đến sự lành bệnh. Vậy nguyên nhân chính khiến Ngài được khỏi bệnh vì Ngài đã từng thực hành bài kinh nầy rồi, nay được nghe nhắc lại trong sự chú tâm mạnh mẽ, phát sanh hỉ lạc nên dứt bệnh.

Nhân đây, Sư xin kể lại một vài nét chính về cuộc đời của Ngài Ca-diếp. Ngài là Papali, con của một vị bá hộ vô cùng giàu có. Khi đến tuổi lập gia đình, dù Ngài không muốn, vẫn bị cha mẹ sắp đặt cho kết hôn với thiếu nữ thật đẹp cùng đồng ý nguyện như Ngài. Họ sống với nhau như anh em và sau một thời gian thì cùng quyết định xuất gia. Khi chia tay nhau thì lòng thành của họ đã khiến mặt đất rung chuyển. Đức Phật biết được nên đã rời thành Vương xá đi đến Nalanda và ngồi chờ. Khi thấy Đức Phật, Papali đến đảnh lễ Ngài và sau khi được nghe Pháp, Papali xin được xuất gia, có tên là Kassapa (Ca-diếp). Ngài hành Tứ Niệm Xứ, và 7 ngày sau đạt thánh quả A-la-hán. Ngài sống đời phạm hạnh, vô cùng đạm bạc, thực hành 13 hạnh đầu đà và được Đức Phật xem là đệ nhất đầu đà (khổ hạnh). Ba tháng sau khi Đức Phật nhập Niết bàn, Ngài Kassapa là vị hướng dẫn sự kết tập kinh điển lần thứ nhất. Tam Tạng kinh còn được lưu truyền đến ngày nay là nhờ ơn của Ngài. Và Phật tử nào muốn học và hành theo lời dạy của Đức Phật cũng đều biết ơn Ngài Maha Kassapa (Đại Ca-diếp).

Chi tiết trong bài kinh thứ nhì cũng giống như trong bài kinh thứ nhất nhưng người bệnh là Đại Đức Mục-kiền-liên, đệ nhất thần thông và là một trong hai đệ tử chính của Đức Phật. Cùng với Đại Đức Xá-lợi-phất, Ngài đã tích cực hỗ trợ cho Đức Phật trong sự nghiệp hoằng truyền chánh pháp và giúp đỡ rất nhiều cho chư tăng.

Trong bài kinh thứ ba, người bệnh lại chính là Đức Phật. Lúc ấy Ngài đang ngụ tại thành Vương xá thì có Đại Đức Chunda đến hầu Phật. Sau khi Chunda đã đảnh lễ và an vị xong, Đức Phật nói "Nầy Chunda, hãy giải thích lại cho Như Lai về 7 yếu tố đưa đến Giác ngộ". Đây là điểm hơi lạ vì 7 yếu tố nầy do chính Đức Phật khám phá, tu tập đến chứng ngộ và đã từng đem ra giảng dạy không biết bao nhiêu lần cho biết bao nhiêu người được chứng ngộ như Ngài. Ngài cũng có thể nhớ lại một cách dễ dàng nhưng chắc là Ngài muốn nghe giảng lại từ một người khác. Sau khi nghe xong Ngài rất hoan hỉ và bệnh thuyên giảm rồi bớt hẳn.

Theo Hòa thượng Thiền sư Mahasi, sự lành bệnh không phải chỉ nhờ nghe mà thôi. Người nghe phải là người đã hiểu và hành trì 7 yếu tố nầy mời có được tâm hỉ lạc. Từ hỉ lạc đưa đến khinh an, và sau cùng cả 7 yếu tố sẽ được có mặt một cách rõ ràng và đầy đủ. Đây là các thiện tâm và nhờ sức mạnh của các thiện tâm nầy mà thân được hưởng lây. Các tế bào trong thân được thanh lọc và phục hồi, có khả năng chống lại được bệnh tật. Do đó muốn các yếu tố nầy hội đủ trong tâm, ta cần phải nỗ lực hành thiền Tứ Niệm Xứ cho đến khi kinh nghiệm được Phật pháp, thực chứng Tứ Diệu Đế. Nhờ sự tu hành đó mà Thất Giác Chi được sanh khởi dễ dàng trong tâm ta và trong trường hợp ta có bệnh, thì bệnh khó cũng dễ được dứt trừ. Nhưng đã là chúng sanh còn mang tấm thân ngũ uẩn nầy thì phải chịu đau, già, cho nên các vị A-la-hán tuy nghe bài kinh được lành bệnh, cuối cùng các Ngài cũng phải chết vì già, đau, chết là luật tự nhiên của kiếp nhân sinh. Vậy, một trong các phương pháp vượt chống bệnh khổ là nghe kinh trên. Cho nên, Sư vẫn luôn luôn khuyến khích các thiền sinh đừng để mất cơ hội nghe pháp

và nghe kinh.

Ngay cả Đức Phật, dù Ngài đã thuyết giảng biết bao nhiêu bài pháp mà còn muốn nghe lại những bài kinh mình đã dạy nên mới cho Chunda đọc tụng lại. Về phía chúng ta cũng phải hiểu là các bài kinh đó Phật thuyết chỉ nhằm chữa tâm bệnh chứ không phải chữa thân bệnh. Chữa tâm bệnh là tẩy trừ các phiền não ô nhiễm đang chất chứa trong nội tâm của chúng sanh, mà nhờ đó cũng có thể chữa lành được nhiều trường hợp liên quan đến thân bệnh.

Thất Giác Chi còn được gọi là 7 yếu tố trợ Bồ Đề hay là 7 phương các làm trí tuệ được phát sanh. Muốn hiểu rõ 7 pháp nầy ta nên trở lại nguyên ngữ Pali của nó là "Bojjhanga". Đây là một danh từ ghép gồm 2 chữ Bodhi và Anga. Bodhi là hiểu biết hay trí tuệ, hiểu biết các pháp hữu vi của thế gian và hiểu biết Tứ Diệu Đế. Đó là những trí tuệ ra đạt được khi ta thực tập thiền Minh Sát trước khi Giác ngộ. Anga là thành phần hay yếu tố. Có những tâm sở như Niệm, Trạch pháp hay Định tạo thành một nhóm sở như Niệm, Trạch pháp hay Định tạo thành một nhóm gọi chung là Thất Giác Chi, giúp hành giả xuyên thấu bản chất thật sự của các pháp thế gian và đưa tới việc thấu hiểu được Tứ Diệu Đế. (Khi quý vị đã nắm được ý nghĩa của chữ Bojjhanga, quý vị chỉ cần tìm cho nó danh từ thích hợp thế là xong).

Bảy yếu tố nầy bắt đầu bằng Niệm giác chi và Trạch pháp giác chi là những tâm sở sanh khởi trong tâm ta khi thực tập thiền Minh Sát. Theo Chú giải, chỉ được gọi là có Bojjhanga khi nào trong tâm hành giả đạt được tuệ Sanh Diệt (là tuệ thứ tư trong thiền Minh Sát). Nhưng theo Thiền sư Mahasi, có thể gọi là có Bojjhanga khi hành giả đạt được tuệ Danh Sắc tức là tuệ phân biệt được Thân và Tâm (tuệ giác thứ nhất).

Khi thực tập thiền Minh Sát tâm hành giả sẽ tuần tự tiến bộ theo từng thứ lớp, từng giai đoạn một. Lúc mới bắt đầu thực tập thì việc cần phải làm là cố gắng có định tâm. Đó không phải là chuyện dễ làm cho người sơ cơ, tâm hay suy nghĩ. Mỗi lần có chánh niệm trên đề mục là mỗi lần có vọng tâm chen vào cắt đứt chánh niệm. Vọng tâm hay những chướng ngại của tâm như tham, sân, hôn trầm, dao động hay nghĩ ngợi làm che mờ đối tượng không cho tâm nằm yên trên đề mục.

Sau một thời gian thực tập, suy nghĩ tương đối bớt dần, tâm hành giả có thể an trụ trên đề mục một khoảng thời gian khá dài, 5, 10, hay 20 phút. Trong thời gian, một tâm chánh niệm cũ được một tâm chánh niệm kế tiếp liên tục nối theo nên đôi khi vọng tâm sắp sửa hiện khởi thì hành giả có thể bắt lại liền. Tâm hành giả lúc nầy trong sáng và không bị vọng tâm chen vào, Đây là giai đoạn tiến bộ của hành giả và sau đó hành giả sẽ kinh nghiệm được nhiều điều khác mới lạ hơn. Đó là khi chú tâm theo dõi đối tượng hành giả sẽ thấy nó có hai cái riêng biệt khác nhau, một là tâm chú niệm hay ghi nhận và một là cái đối tượng được chú niệm hay ghi nhận.

Thí dụ khi ngồi theo dõi phồng xẹp của bụng, ta thấy phồng xẹp là một cái riêng và tâm mà ta niệm nhờ theo dõi sự phồng xẹp là một cái khác, hai điều phân biệt rất rõ ràng và trong sáng. Ta sẽ tự thấy rõ tâm chú niệm nó hướng tới, nó tiến về và bám vào đối tượng trong khi đối tượng là phồng xẹp tự nó không hay biết gì hết, không ghi nhận gì

hết. Tâm chú niệm được gọi là Danh và đối tượng chú niệm được gọi là Sắc. Danh có sự nhận biết còn Sắc thì không và thay đổi tùy theo thời tiết, đói no. Sự phân biệt Thân Tâm nầy đưa ta đến một sự hiểu biết rõ ràng là không hề có cái linh hồn hay tự ngã, không có cái gì ngoài Danh và Sắc. Sự không nghĩ hoặc không lẫn lộn về điều nầy giúp hành giả loại bỏ được một quan kiến sai lầm về bản ngã hay về linh hồn.

Nếu tiếp tục ghi nhận, hành giả sẽ đi đến một sự hiểu biết khác nữa. Đó là vì có sự "phồng" nên có sự niệm "phồng", vì có sự "ngồi đụng" nên có sự niệm "ngồi đụng" v.v... Cũng như vậy khi ta thiền hành, ta niệm đơn giản "mặt, bước" 'trái, bước" hoặc "dở, bước, đạp". Khi tâm định mạnh hơn thì ta thấy rõ là trước một động tác, có tác ý muốn làm động tác ấy. Do đó sự dở, bước, đạp không do ai tạo ra hay một quyền năng bên ngoài điều khiển. Có tác ý dở thì chân mới dở, có tác ý bước thì chân mới bước.

Khi tâm định được phát triển dễ dàng hơn nữa thì ta sẽ mỗi đối tượng ghi nhận có cái bắt đầu và có cái chấm dứt của nó. Khi niệm phồng ta sẽ thấy sự phồng bắt đầu như thế nào, tiếp tục như thế nào và chấm dứt như thế nào. Ta sẽ thấy một cách trực tiếp chính xác chứ không phải qua suy nghĩ hay tưởng tượng. Cũng thế, ta cũng thấy cảm giác đau, một cảm giác thọ lạc hay bất cứ một đối tượng về thân tâm nào đều có sự bắt đầu và chấm dứt. Thấy chúng sanh rồi diệt, diệt rồi sanh. Đó là lúc hành giả thấy được tính chất vô thường của mỗi hiện tượng có điều kiện. Chúng sanh rồi diệt không do ai làm chủ, ai ra lệnh cả. Chúng hành động như cái máy, không một tạo hóa, một thần linh nào bắt buộc nó thay đổi. Và khi thấy rõ mỗi hiện tượng đều bị đè nén, bị áp chế bởi sự vô thường như vậy, ta thấy được cái bản chất bất toại nguyện của chúng. Thấy được bản chất vô thường bắt toại nguyện nầy thì đồng thời cũng thấy luôn đặc tính vô ngã của mỗi hiện tượng.

Tiếp tục chú niệm, tâm hành giả càng ngày càng định và trong sáng hơn. Sẽ thấy sự phồng không phải chỉ là một cái phồng mà liên tiếp trong đó có nhiều cái phồng nhỏ. Xẹp cũng tương tự như vậy. Mỗi động tác dù nhỏ, dù lớn, đếu là tập hợp của nhiều động tác nhỏ nằm trong đó. Mỗi cảm giác đều hình thành bằng những phần tử li ti trong đó. Nhờ đó hành giả xuyên thấu được tính chất vô thường của đối tượng một cách sâu sắc hơn nữa. Rồi hành giả sẽ thấy những khoảng hở giữa những cái li ti đang liên tục kế tiếp nhau. Cái nầy khởi sanh, hoại, diệt, rồi hở và lại sanh, hoại, diệt và hở... Mỗi hiện tượng không phải một khối lớn nguyên vẹn và vững chắc mà là tập hợp bởi hàng trăm hàng ngàn cái phần nhỏ trong đó.

Khi hành giả chứng nghiệm được điều trên thì tâm phỉ lạc sanh khởi. Hành giả cảm thấy đây là lần đầu tiên kinh nghiệm một việc rất thú vị. Tâm phỉ lạc phát sanh khiến tâm định càng vững mạnh và chánh niệm càng vững vàng. Giai đoạn nầy được gọi là đạt được tuệ Sinh Diệt. Chỉ có giai đoạn nầy thôi thì Chú giải mới cho là Thất Giác Chi thật sự sanh khởi trong tâm hành giả.

Bây giờ ta hãy xét từng yếu tố của thất giác chi khi chúng ta hành thiền. Điều mà ta luôn cần phải làm là phải liên tục duy trì chánh niệm. Muốn có chánh niệm ta phải nỗ lực, tinh tấn cố gắng. Không có cố gắng sẽ không có chánh niệm. Sự tinh tấn nầy có 4

khía cạnh gọi là Tứ Chánh Cần: ngăn ngừa bất thiện tâm nào chưa phát khởi và loại trừ bất thiện tâm nào đã sanh khởi; cố gắng làm sanh khởi các thiện tâm và duy trì các thiện tâm đã sanh khởi. Khi chánh niệm được liên tục giữ trên đối tượng là có đủ 4 yếu tố nầy của Tứ Chánh Cần.

Nhưng khi hành thiền ta phải khéo giữ sao cho sức tinh tấn nầy quân bình, đừng nhiều quá mà cũng đừng ít quá. Khi tinh tấn nhiều, tâm hành giả sẽ dao động, không yên, trượt ra khỏi đề mục. Khi tinh tấn xuống, thì tâm yếu, mù mờ, buồn ngủ. Vậy ta phải biết tự điều chỉnh sức tinh tấn để quân bình cơ chế thiền tập, mới có sự tiến bộ. Vậy chánh niệm (sati) là gì? Chánh niệm là sự hiểu biết, ghi nhận đối tượng một cách rõ ràng, là một tâm sở giúp cho tâm mình chạm vào đối tượng mình muốn chú niệm. Ngài Mahasi diễn tả chánh niệm như là một hòn đá ném vào một bức tường, giúp tâm hướng vào, bắt lấy đối tượng và không để đối tượng thoát đi, mất đi được.

Chánh niệm được so sánh như người gác cửa. Khi nhà có người canh gác thì các phần tử xấu không đột nhập vào được. Cũng vậy khi tâm có chánh niệm thì những bất thiện tâm không có cơ hội chen vào được. Đây là một cách duy nhất để thanh lọc tâm của chúng sanh. Có nhiều phương pháp để phát khởi, duy trì và vun bồi chánh niệm. Nhưng tất cả phải nhắm vào mục đích để chận đứng ngăn ngừa không để các bất thiện tâm xâm nhập vào tâm ta. Lúc đầu chánh niệm hay còn yếu ớt, nhưng với thời gian hành tập càng ngày càng vững mạnh hơn, có thể ghi nhận ngay những đối tượng vừa mới sanh khởi.

Khi chánh niệm đã đủ mạnh thì một tâm sở khác sẽ theo lên, đó là tâm Định. Tâm định có công năng giữ tâm mình bám chặt, nằm yên trên đối tượng không cho chạy đi chỗ khác. Tâm định ví như một ngọn lửa hay ngọn đèn được đặt một nơi không có gió nên đứng rất yên. Sư chắc chắn quý vị đây ai cũng đã từng kinh nghiệm được tâm định nầy, dù ít dù nhiều dù có thể chỉ một vài giây ngắn ngủi. Lúc ấy tâm nằm yên trên đề mục và thẩm thấu, tiến sâu vào đề mục, ta sẽ thấy đề mục thật rõ ràng, chính xác. Ta có thể có chánh niệm có ghi nhận đối tượng trước khi có tâm định, nhưng lúc đó đề mục chưa hiện rõ ràng. Trái lại khi ta có định tâm, tức là khi các pháp triền cái, các chướng ngại của tâm linh bị dẹp qua một bên lúc bây giờ ta mới thấy đối tượng một cách rõ ràng chính xác.

Chúng ta sẽ thấy được bản chất riêng và chung của mỗi đối tượng được chú niệm, thấy chúng phát khởi rồi biến mất, sự sanh và diệt không ngừng nghỉ. Sự thấy biết nầy gọi là trí tuệ trong thiền Minh Sát, là thấy được thực tướng của mỗi hiện tượng.

Khi có được kinh nghiệm nầy thì tâm hỉ lạc phát sanh qua nhiều hình thức như nổi ốc, cảm thấy có nhiều làn sóng vỗ vào người như sóng biển đập vào bờ, hoặc thân nhẹ như bông gòn hoặc cả thân tâm đều tràn ngập trong hỉ lạc. Tiếp đó một tâm sở khác của Thất Giác Chi sẽ sanh khởi. Đó là tâm Khinh An khiến quý vị thấy cảm thấy thân tâm quý vị rất nhẹ nhàng và an tịnh, tĩnh lặng.

Tiếp tục thiền tập, hành giả sẽ đạt đến một bước nữa, đó là tâm sẽ tự động có chánh niệm. Lúc mới đầu muốn có chánh niệm ta phải tinh tấn, cố gắng đừng cho quên. Bây

giờ ta chỉ cần tinh tấn lúc đầu thôi, sau đó ta tiến đến có khả năng ghi nhớ mà không cần sự tinh tấn, không cần sự dụng công. Đến giai đoạn nầy, một chi khác của Thất Giác Chi sẽ sanh khởi có công năng giữ cho 6 chi kia được thăng bằng, gọi là tâm Xả (upekha). Ta phải phân biệt chữ Xả này với chữ Xả trong Thọ (thọ khổ, thọ lạc, thọ xả). Thọ xả nghĩa là không vui và cũng không khổ. Còn trong Thất Giác Chi, có nghĩa là điều hòa. Xả có nghĩa là điều hòa các chi khác, làm cho chúng được quân bình, hài hòa với nhau.

Khi tất cả 7 yếu tố nầy hiện khởi trong tâm hành giả, chúng tự động làm việc nhịp nhàng với nhau. Chúng sẽ giúp chúng ta thấy được bản chất thật sự của mọi pháp trên thế gian, giúp chứng nghiệm Tứ Diệu Đế, đạt được Giác ngộ, giải thoát.

Đôi khi những yếu tố trong Thất Giác Chi có thể hiện khởi trong tâm khi ta không hành thiền, chẳng hạn như khi ta làm phước hay giữ giới chẳng hạn. Nhưng ta không gọi đó là Bojjanga, 7 yếu tố đưa đến Giác ngộ, nếu nó ở ngoài phạm vi của thiền Minh Sát. Các vị luận sư cũng hay nhấn mạnh 7 yếu tố nầy chỉ thật sự có trong tâm người nào đang hành thiền Minh Sát. Vào những lúc khác thì các yếu tố nầy chỉ được gọi là các thiện tâm mà thôi.

Thứ tự của Thất Giác Chi được ghi trong kinh là Niệm giác chi. Trạch pháp giác chi, Tinh tấn giác chi, Hỉ lạc giác chi, An tịnh giác chi, Định giác chi và Xả giác chi . Nhưng trong sự thực hành thì trình tự trên lại khác. Bắt đầu là Tinh tấn, Niệm, Định, Hỉ, Tịnh, và Xả. Theo thứ tự trong kinh thì sau Niệm giác chi đến Trạch pháp giác chi.

Trạch pháp có nghĩa là tìm hiểu, điều tra (investigation) Phật pháp. Nhưng khi hành thiền thì trạch pháp giác chi có nghĩa là hiểu biết đúng đắn, chính xác về hai hiện tượng Danh và Sắc. Tất cả những gì ta kinh nghiệm, thấu suốt được về các hiện tượng sanh khởi trong thân và tâm, về Danh và Sắc được gọi là Trạch pháp giác chi hay còn gọi là Tuệ, tương ứng với Huệ trong Bát Chánh Đạo. Ngoài ra Định giác chi cũng tương đương với Chánh Định. Do đó ta thấy Thất Giác Chi và Bát Chánh Đạo cũng có chung 4 yếu tố: tinh tấn, niệm, định và huệ. Cũng như khi ta thực tập Thiền Tứ Niệm Xứ trong tâm ta phải có 3 yếu tố: tinh cần., tỉnh giác, chánh niệm. Cho dù danh từ có khác nhau nhưng các trạng thái tâm chỉ là một mà thôi. Bổn phận công việc của chúng ta là phải cố gắng phát triển các tâm nầy để kinh nghiệm được Phật pháp.

Tóm lại hành Thiền Minh Sát hay Tứ Niệm Xứ là thế nào để trong tâm đầy đủ 7 yếu tố đưa đến Giác ngộ hoặc là 8 chi của Bát Chánh Đạo. Nếu chưa kinh nghiệm chúng được thì ta phải có tinh tấn để phát khởi chúng. Nếu đã kinh nghiệm rồi thì tiếp tục kinh nghiệm thêm cho đến lúc chín mùi, hoàn hảo tức là đến khi nào chúng ta đạt Giác ngộ mới thôi.

Chúng ta thật sự may mắn được học, hiểu được 7 phẩm trợ đạo nầy vừa lý thuyết vừa thực hành. Càng kinh nghiệm được 7 yếu tố nầy, ta lại càng biết ơn sâu xa Đức Phật. Ngài đã khám phá ra các pháp trợ Bồ Đề nầy, chứng nghiệm và truyền dạy lại cho chúng ta tu tập đến ngày hôm nay. Ước mong quý vị tinh tấn thực hành 7 pháp này cho đến khi viên mãn, thành đạt được đạo quả Niết bàn giải thoát.

SADHU! SADHU! SADHU!

NLTV 23-11-1994

[Chương trước][Mục lục][Chương kế]

[Thư
Mục chính]
Last
updated: 10-07-2000
Web
master: binh_anson@yahoo.com
binh_anson@hotmail.com

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