

SƠ ĐỒ ĐƯỜNG LỐI TU TẬP

&&&

42 GIAI ĐOẠN TU TẬP:

(CON ĐƯỜNG TU TẬP GIỚI ĐỊNH TUỆ)

&&&

Dưới đây là Sơ Đồ 42 Giai Đoạn Tu Tập để giải thoát đời người, chấm dứt đau khổ, sinh tử và luân hồi:

1. Phải luôn luôn cảnh giác, dẫn tâm vào đạo, đừng dẫn đạo vào tâm.
2. Dẫn tâm vào đạo bằng cách sống lập ba đức, ba hạnh.
Ba hạnh là: ăn, ngủ, độ cư. Ba đức là: nhẫn nhục, tùy thuận, bằng lòng.
3. Ba đức, ba hạnh này là phương tiện tu tập ly dục, ly bất thiện pháp.
4. Chỉ có tâm ly dục, ly bất thiện pháp mới hiểu được mình, được người bằng tâm chánh kiến.
5. Hiểu được mình, được người thì mới hiểu được Phật pháp chân chính.
6. Hiểu được Phật pháp chân chính là tâm thường ở trong chánh niệm.
7. Tâm thường ở trong chánh niệm là tâm tỉnh giác.
8. Tâm tỉnh giác là tâm sáng suốt và bình tĩnh.
9. Tâm sáng suốt và bình tĩnh là tâm chủ động điều khiển nhân quả thân, khẩu, ý.
10. Tâm chủ động điều khiển nhân quả thân, khẩu, ý là tâm không còn tham, sân, si, mạn, nghi.
11. Tâm không còn tham, sân, si, mạn, nghi là tâm hết chướng ngại.
12. Tâm hết chướng ngại là tâm giải thoát tâm.
13. Giải thoát tâm là tâm thanh thản.
14. Tâm thanh thản là tâm ly dục, ly bất thiện pháp.
15. Tâm ly dục, ly bất thiện pháp là tâm nhập Sơ Thiền.
16. Tâm nhập Sơ Thiền là tâm lìa ý muốn và diệt tầm ác.
17. Tâm lìa ý muốn và diệt tầm ác là tâm thanh tịnh.
18. Tâm thanh tịnh là tâm tùy tức.
19. Tâm tùy tức là tâm diệt ác tầm.
20. Tâm diệt ác tầm là tâm dừng được sáu thức.
21. Tâm dừng được sáu thức là tâm diệt tứ.
22. Tâm diệt tứ là tâm nhập Nhị Thiền.
23. Tâm nhập Nhị Thiền là tâm chủ động điều khiển sáu thức.
24. Tâm chủ động điều khiển sáu thức là tâm đóng mở sáu căn.
25. Tâm đóng mở sáu căn là tâm chủ động điều khiển sắc ấm (thân tứ đại).
26. Tâm chủ động điều khiển sắc ấm là tâm điều khiển vượt qua sáu trạng thái tướng ấm: sắc tướng, thanh tướng, hương tướng, vị tướng, xúc tướng, pháp tướng.
27. Tâm điều khiển vượt qua sáu trạng thái tướng ấm là tâm ly hỷ.
28. Tâm ly hỷ là tâm hết chiêm bao.

29. Tâm hết chiêm bao là tâm nhập Tam Thiền.
30. Tâm nhập Tam Thiền là tâm mới đủ sức điều khiển xả thọ ấm.
31. Tâm điều khiển xả thọ ấm là tâm có nội lực.
32. Tâm có nội lực là tâm chủ động điều hành thọ ấm.
33. Tâm điều hành thọ ấm là tâm có định lực.
34. Tâm có định lực là tâm diệt thọ ấm.
35. Tâm diệt thọ ấm là tâm điều khiển thức ấm.
36. Tâm chủ động điều khiển thức ấm là tâm xả hành ấm.
37. Tâm xả hành ấm là tâm nhập Tứ Thiền.
38. Tâm nhập Tứ Thiền là tâm xả thức ấm.
39. Tâm xả thức ấm là tâm nhu nhuyễn để sử dụng hương đến Tam Minh.
40. Tâm hương về Tam Minh là tâm nhập trí tuệ vô lậu.
41. Tâm nhập trí tuệ vô lậu là tâm nhập trí tuệ giải thoát.
42. Tâm nhập trí tuệ giải thoát là tâm chấm dứt đau khổ và sanh tử luân hồi.

Trích lại trong 61 cuốn băng ghi âm do Trưởng Lão Thích Thông Lạc giảng giải hơn 10 năm trước đây.