TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Gosinga tổ chức khóa thiền tháng 9.2024

ISSN: 2734-9195 09:24 29/08/2024

Khi bạn thực hành đúng theo hướng dẫn phương pháp thiền của Gosinga bạn sẽ kinh nghiệm được trạng thái HẾT KHỔ ĐƯỢC VUI ngay bây giờ và tại đây. Không phải tìm cầu nơi ngoại cảnh và chờ đợi vào tương lai.

Lợi ích khi tham gia các khóa thiền tại Gosinga

Khóa thiền 2 ngày, KINH NGHIỆM ĐƯỢC

- Cái thấy thuần túy, giảm thiểu 80% suy nghĩ linh tinh.

- Tâm trạng tích cực vui thoải mái (hạnh phúc nội tâm liên tục bền vững)

- Thích nghi với mọi hoàn cảnh, không bị cảm xúc do thích-chán-ghét chi phối, không có khổ với mọi đối tượng.

- Làm việc hiệu quả do sự chú tâm liên tục, không phân tâm.

- Trở thành người thân thiện, tử tế, đúng mực

Khóa thiền 4 ngày

- Cái thấy thuần túy, giảm thiểu 80% suy nghĩ linh tinh.

- Tâm trạng tích cực vui thoải mái (hạnh phúc nội tâm liên tục bền vững)

- Thích nghi với mọi hoàn cảnh, không bị cảm xúc do thích-chán-ghét chi phối, không có khổ với mọi đối tượng.

- Làm việc hiệu quả do sự chú tâm liên tục, không phân tâm.

- Trở thành người thân thiện, tử tế, đúng mực.

- Kinh nghiệm 04 tầng thiền: Sơ, nhị, tam, tứ.

Khóa thiền 9 ngày (Pháp học + pháp hành đầy đủ)

- Kinh nghiệm tâm giải thoát, tuệ giải thoát

- Kinh nghiệm trạng thái hỷ lạc nội tâm do chánh định

- Kinh nghiệm 04 tầng thiền

- Kinh nghiệm chấm dứt khổ ngay bây giờ và tại đây.

Khóa thiền 9 ngày (Pháp hành không giảng)

- Kéo dài chánh niệm liên tục 07 ngày đêm

- Kinh nghiệm tâm giải thoát, tuệ giải thoát

- Kinh nghiệm trạng thái hỷ lạc nội tâm do chánh định

- Kinh nghiệm 04 tầng thiền

- Kinh nghiệm chấm dứt khổ ngay bây giờ và tại đây.



Sự khác biệt phương pháp thiền Gosinga với các phương pháp khác

- Đa phần các trường phái thiền hiện nay đều thực hành thiền định theo kiểu chỉ có một loại chú tâm liên tục vào một đối tượng. Đó là tập trung vào hơi thở, tập trung vào phồng xẹp, tập trung vào việc đếm hơi thở,...

Để đạt được sự chú tâm liên tục vào một đối tượng này cần phải nhất niệm, phải ức chế tâm. Vì thế sẽ phát sinh căng thẳng, mệt mỏi và phiền não làm cho việc thực hành khó có thể duy trì liên tục.

- Còn Phương pháp thiền chú tâm liên tục không tập trung mà GOSINGA đang truyền dạy là việc thực hành ngậm chặt răng lưỡi và nhắc thầm chú tâm liên

tục cảm giác toàn thân đan xen với các cảm giác khác như cảm giác hình ảnh, cảm giác mùi, vị, xúc chạm,...

- Phương pháp này có thể thực hành liên tục trong mọi tư thế đi, đứng, nằm, ngồi ăn uống, công việc.

Khi bạn thực hành đúng theo hướng dẫn phương pháp thiền của Gosinga bạn sẽ kinh nghiệm được trạng thái HẾT KHỔ ĐƯỢC VUI ngay bây giờ và tại đây. Không phải tìm cầu nơi ngoại cảnh và chờ đợi vào tương lai.

NGẠN NGỮ TÂY TẠNG "Không biết ngày mai tới trước hay đời sau tới trước"

Hãy tham gia trải nghiệm ngay hôm nay.

Chi phí: Tùy hỷ đóng góp, có chỗ ăn ngủ nghỉ trưa đầy đủ.

Link đăng ký: https://gosinga.vn/khoa-thien-gosinga/