

การรักษาศีล ทำให้สมาธิก้าวหน้าใหม่

*Peace Revolution : สมาธิทำให้ใจผ่องใส
แต่ถ้าหากไม่รักษาศีล ๕ ควบคู่ไปด้วย
จะมีผลแค่ไหนอย่างไรกับความก้าวหน้าของสมาธิ*

หลวงพ่ : ศีล ๕ กับสมาธิเป็นสิ่งเกื้อกูลกัน ศีลเป็นพื้นฐานของสมาธิ ศีลจะรักษาความเป็นปกติของใจที่ติดาม ที่ประกอบไปด้วยดวงปัญญา ความบริสุทธิ์ ความสุขภายในเอาไว้

ศีล คือ ปกติของมนุษย์ ถ้าใจเป็นปกติ มีความสุข ความบริสุทธิ์ภายใน

จะไม่คิดร้ายใคร จะไม่ทำร้ายคน สัตว์ หรือสิ่งมีชีวิต จะไม่ฆ่า ไม่เบียดเบียน

จะไม่ลักทรัพย์สินของใคร

จะไม่ไปทำให้ครอบครัวเขาแตกร้าง

จะพูดแต่คำจริง มีประโยชน์ ถ้อยคำไพเราะ จะไม่พูดเพ้อเจ้อ

จะไม่ดื่มน้ำเมา จะไม่เสพสิ่งเสพติด

เพราะนั่นคือการทำลายสุขภาพกายใจของเรา และผู้ที่อยู่รอบข้างทั้งคนสัตว์สิ่งของด้วย นี่เป็นเรื่องปกติของใจ เป็นเรื่องปกติของผู้ที่มีความบริสุทธิ์ มีความสุขภายใน มีความรู้ที่สมบูรณ์ มีความเข้าใจเรื่องราวความเป็นจริงของชีวิต

การรักษาศีล ๕ ก็คือการรักษาความเป็นปกติของใจ และอยู่ในฐานะเป็นผู้ให้ ให้ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของเพื่อนมนุษย์ ความปลอดภัยในครอบครัว ให้ตัวของเรามีสติสัมปชัญญะ ซึ่งเป็นบ่อเกิดแห่งดวงปัญญา เขาเรียกว่า ศีล ๕

ถ้าใจเป็นปกติอย่างนี้แล้วจะเป็นพื้นฐานทำให้การทำสมาธิง่าย แค่อหลับตาเบา ๆ ผ่อนคลายสบาย ใจก็จะเข้าถึงความสุขภายในอย่างง่าย ๆ ด้วยวิธีง่าย ๆ ที่ใคร ๆ ก็ไม่ถึงเลย

๑๘ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๒