

บ่มอินทรีย์

วันอาทิตย์ที่ ๒๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๗

ตั้งใจหลับตาเจริญสมาธิภาวนากันนะ หลับตาเบาๆ สบายๆ ทำใจของเราให้เบิกบาน แห่มชื่น ให้สะอาด บริสุทธิ์ ผ่องใส แล้วก็หยุดใจไปที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ซึ่งอยู่ในกลางท้องของเราอย่างสบายๆ

จะตริกันึกถึงดวงใส หรือองค์พระใสๆ ก็ได้นะ หรือภาพองค์พระกลางดวงแก้วก็ได้ หยุดเบาๆ หรือวางใจสบายๆ ให้ใจหยุดในหยุด นิ่งในนิ่งลงไป

อย่ากดลูกนัยน์ตา อย่ากำวลศูนย์กลางกาย

อย่าเอาลูกนัยน์ตาตกลงไปดูนะ ตาเรากียังอยู่ที่เดิม เพราะมันไม่เกี่ยวกับกายเนื้อ นัยน์ตาเนื้อ เราหลับแค่สบายๆ

ถ้ากังวลกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มากเกินไป ก็นึกว่าศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ขยายออกไปสุดขอบฟ้า แล้วเราเข้าไปอยู่ตรงกลางแล้ว เป็นศูนย์กลางของสรรพสัตว์สรรพสิ่งทั้งหลาย ทำให้เราให้หนึ่งๆ จะนึกว่าเราอยู่ในองค์พระ หรือองค์พระอยู่ในตัวเราก็ได้

ค่อยๆ ฝึกกันไปเรื่อยๆ ทุกวัน อย่าท้อนะ ต้องขยันฝึกกันไป ยิ่งถ้าเราให้โอกาสกับตัวเราเอง ทำหยุดทำนิ่ง ทำใจใสๆ ใจก็จะคุ้นเคยกับศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มากขึ้นไปเรื่อยๆ แหละ

ที่พึ่งที่ระลึกที่แท้จริง

นี่เป็นกิจสำคัญของเรานะ เป็นงานที่แท้จริงสำหรับการมาเกิดเป็นมนุษย์ เพราะเวลาจะละโลกเขาตัดสินกันด้วยบุญด้วยบาป ใครใจใสใจหมอง ถ้าผ่องใสไม่เศร้าหมองก็ไปสุคติโลกสวรรค์ ถ้าเศร้าหมองไม่ผ่องใสก็ไปอบาย จะมีภพภูมิที่รองรับเราอยู่ แล้วแต่ละภพภูมิก็จะมีช่วงระยะเวลายาวนานมาก ถ้าสุขก็สุขนาน ถ้าทุกข์ก็ทุกข์นาน

นี่เป็นเรื่องราวของชีวิต ชีวิตใหม่หลังจากตายแล้ว เพราะเราต้องตายกันทุกคน และเราก็เคยตายกันมาแล้วนับครั้งไม่ถ้วน แต่เราก็ลืมไป พอมาเกิดใหม่ก็ลืมอีก แล้วก็ไม่อยากตาย กลัวตาย



ถ้ากลัวตาย ก็ต้องกลัวให้ถูกหลักวิชา คือ สังสมบุญกันไว้ทั้งทาน ศีล ภาวนา ทำให้ มากๆ แล้วความกลัวตายก็จะค่อยๆ ลดลงไป เรื่อยๆ เพราะว่ากลัวก็ตาย ไม่กลัวก็ตาย แต่ว่า เราก็มีความพร้อมที่จะตาย

ยิ่งถ้าหากเราปฏิบัติธรรมได้เห็นดวงใส เห็นองค์พระ ใสๆ ความตายนั้นก็ไม่เป็นสิ่งที่น่ากลัวเท่าไร แม้กายหยาบ จะทุกข์ทรมานด้วยโรคภัยไข้เจ็บที่เกิดจากวิบากกรรมที่เรา ทำไว้ในอดีตก็ตาม มันก็ทรมานได้แค่กายหยาบ แต่ว่าใจจะ ผ่องใส เพราะว่ามีดวงธรรม มีองค์พระ เป็นสรณะ เป็นที่พึ่ง ที่ระลึก เป็นที่ยึดที่เกาะของใจ

ใจมันจะใส แล้วก็ดึงดูดทุกๆ บุญที่เราได้ทำผ่านมา ซึ่งบางบุญเราก็นึกไม่ออก ลืมไปแล้ว แต่มันก็จะมาฉายให้ เห็นเป็นภาพ ที่เรียกว่า **กรรมนิมิต** ให้เราเห็นได้ชัดเจนด้วย ตัวของเรา จะเป็นภาพที่ดีบังเกิดขึ้น ซึ่งจะนำมาซึ่งความปิติ ความปลื้ม ความผ่องใสของดวงจิต

เพราะฉะนั้น คำว่า **ที่พึ่งที่ระลึก** มันลึกซึ้ง คือ พึ่งได้ ทั้งในขณะที่เรายังมีชีวิตอยู่ พึ่งได้ในขณะที่กำลังจะหมดชีวิต พึ่งได้กระทั่งตายแล้ว พึ่งได้ตลอดเวลาเลย คือไปถึงตรงนั้นนะ ที่เราเข้าถึงดวงธรรม หรือองค์พระ ใจจะใส จะสบาย ความ ทุกข์มันจะไม่แล่นกลับไป แม้ว่าภายนอกบางครั้งเราอาจจะ อัดคัดขาดแคลนวัตถุธาตุของ เครื่องอุปโภคบริโภค ของกิน

ของใช้ แต่ว่าใจยังใสอยู่ แล้วเมื่อถึงตอนถอดกาย เราก็จะละ
จากโลกนี้ไปอย่างสง่างาม

บ่มอินทรีย์

ปัจจุบันนี้เรายังมีกายมนุษย์อยู่ เราก็จะต้องใช้กาย
มนุษย์ของเรา และสิ่งที่มีอยู่นี้ทำแต่ความดีล้วนๆ ทั้ง
ทาน ศีล ภาวนา สิ่งทั้งหลายในโลกนี้ก็แค่ของอาศัยกัน
ชั่วคราวเท่านั้นแหละ จะเป็นคน เป็นสัตว์ เป็นสิ่งของ มันก็
ชั่วคราว เพราะฉะนั้นก็อย่าไปผูกพันอะไรกันมากมายนัก เอา
แค่ว่าพึ่งพาอาศัยไว้สร้างบารมีกัน ไม่ว่าจะเป็นตีกรามบ้าน
ช่อง ที่ดิน รถรา สมบัติอะไรพวกนี้ ลาภ ยศ สรรเสริญ มัน
ชั่วคราวกันทั้งนั้น เพราะฉะนั้นอย่าไปหลงทาง ถ้าหลงทาง
แล้วมันจะห่างไกลกัน

การปฏิบัติธรรมทุกวันจะช่วยให้เรามาได้ถูกทาง แล้ว
หนทางที่ถูกต้องก็จะค่อยๆ แจ่มแจ้งขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ถ้าเรา
ไม่ท้อถอยเสียก่อน เราก็จะค่อยๆ เข้าใจไปทีละเล็กทีละน้อย
เหมือนเราค่อยๆ บ่มอินทรีย์ของเรา บ่มกาย บ่มวาจา บ่มใจ
บ่มศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เป็นต้น

ถ้าพูดง่ายๆ บ่มกายวาจาใจของเราให้ค่อยๆ แก่รอบ
ขึ้น บ่มไปเรื่อยๆ เหมือนการเร่งความสวยของเพชรพลอย
ด้วยความร้อนอย่างนั้นแหละ บ่มไป หรือเหมือนบ่มผลไม้
ให้สุกงอม



เพราะฉะนั้น เราหลับตาแล้วยังมีดอยู่ ก็
อย่าไปคิดว่า ไม่ก้าวหน้า หรือไม่ได้อะไรเลย
เรากำลังบ่มอยู่ ค่อยๆ ทำไป มันก็ค่อยๆ คุ่น
ค่อยๆ ชำนาญไปเรื่อยๆ เต็มมันก็ค่อยๆ สาง
ค่อยๆ สว่าง ค่อยแจ่มแจ้งขึ้นไปเรื่อยๆ ก็จะเข้า
ถึงดวงธรรม องค์พระภายในได้เองในภายหลัง
ค่อยๆ บ่มไป

ภายนอกเราก็ทำความดีไปเรื่อยๆ สิ่งไม่ดีเราก็ไม่ทำ
แล้วก็ทำใจให้ใสๆ

พระเทพญาณมหามุนี วิ.



คุณพุทธเจ้าครอบฟ้า
ใดเล่าจักเปรียบปาน
แนะทางสู่ณฤพान
ตริกเอกายนมรรคไว้

จักรวาล
เทียบได้
บรมสุข
แน่แท้เกษมศานต์

ตะวันธรรม