

เห็นภาพนอกตัวและฟัง

ตำรวจ : กราบนมัสการพระคุณเจ้า
กระผมเป็นรุ่นที่มาก่อน เมื่อปฏิบัติครั้งแรก ๆ
ภาพที่ปรากฏก็เป็นเหมือนท้องฟ้ากว้าง ๆ กลม ๆ
มีเมฆสีดำผ่านไปผ่านมา
สักพักสีใสสว่างขึ้น เมฆดำ ๆ ก็หายไป
แล้วปรากฏเป็นแสงสว่างเล็ก ๆ เป็นจุดเล็ก ๆ
ปรากฏขึ้นมาในบางครั้ง
แต่ว่าแวบเดียวเหมือนฟ้าแลบก็หายไป
จากนั้นภาพความกังวลต่าง ๆ ก็เข้ามา
ผมมีข้อสงสัยอยู่ ๒ ประการ
อย่างแรกคือ ภาพที่ปรากฏนั้นยังอยู่นอกกาย
เหมือนกับจะอยู่ตรงหน้า บริเวณช่องจมูกกับเพลาตา
อีกประการคือ จะมีกลวิธีอย่างไร
ที่จะไม่ให้ภาพภายนอก ความกังวลห้วงที่บ้าน ที่โรงพัก
ตามมารบกวนครับ

หลวงพ่ : ในการฝึกปฏิบัติใหม่ ๆ เราต้องยอมอนุญาตให้ภาพเก่า ๆ ที่เราไม่ต้องการ เช่น ภาพในชีวิตประจำก็ดี หรือภาพในอดีตที่ดี หรือในอนาคตที่ดี มันผ่านเข้ามาในใจ เป็นธรรมชาติของการปฏิบัติ ที่จะต้องเจอ เพราะเราเก็บสะสมความคิดต่าง ๆ เอาไว้ พอถึงเวลา มันก็ลายตัว ออกมาทางความคิดเป็นภาพ ถ้าเราทำเฉย ๆ ในที่สุด ก็จะค่อยหมดไป ต้องอาศัยการฝึกบ่อย ๆ อย่างสม่ำเสมอ

ส่วนการที่ใจมันเริ่มอยู่ที่ปากช่องจมูกแล้วขึ้นมาที่เพลาตา แล้วมันไม่ลงไปต่อก็ไม่เป็นไร มันอยู่ตรงไหนก็อยู่ตรงนั้นไปก่อน จนกระทั่งถึงระดับที่ใจสบายอย่างแท้จริง รู้สึกมีความเบิกบาน มันก็จะลงกลางไปเองนะ

ตอนที่หลวงพ่ฝึกใหม่ ๆ ก็เป็นอย่างนั้น ทั้งมีด ทั้งมีเอียง ทั้งงั่ว ทั้งฟุ้ง ทั้งเบื้อ ทั้งท้อ สารพัด ทำไปบนไปกับคุณยายอาจารย์ฯ ท่านก็ค่อย ๆ ประคับประคอง ก็ฝึกมาเรื่อย ๆ ไม่ใช่ปั๊บปั๊บได้เลย ยกเว้นบางคนใช้เวลาช่วงสั้น จิตของเขาพร้อมได้ เพราะปกติเขาเป็นคนไม่ค่อยอะไร พอถึงเวลานั่งมันก็รวมได้ แต่ของหลวงพ่อยากกว่าของคนอื่น ก็ต้องล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้แหละ

บางท่านที่เคยมาปฏิบัติ ตั้งคำถามถามหลวงพ่ ฟังดูแล้ว เหมือนไม่ได้สนใจที่จะถามเพื่อที่จะเอาไปปฏิบัติจริง ๆ เช่น

เขาถามว่า

“หลวงพ่อกับผมนั่งสมาธิได้ไหม” บอก “ได้”

“ผมนั่งหลับได้ไหม” “ได้”

“ผมนั่งในห้องนอนได้ไหม” “ได้”

“นั่งในห้องพระละ” “ได้”

“นั่งในครัวได้ไหม” “ได้”

“นั่งหันหน้าเข้าข้างฝาได้ไหม” “ได้”

ถามเสร็จ เขากราบ แล้วเขาก็กลับไป ก็นึกว่า เขาถามไปอย่างนั้นเอง แต่หลวงพ่อบอกจริง และมันก็ได้จริง ๆ

ต่อมาอีกหลายเดือน เขามาหาหลวงพ่อบอกว่าตาผ่องใส รายงานว่า ผมไปทำอย่างที่คุณหลวงพ่อบอกนะ นั่งในครัว นั่งในห้องนอน นั่งห้องพระ แล้วไปได้จริง ๆ ตอนนั่งหันหน้าเข้าข้างฝา เขายกมือสวดมนต์ เพราะปกติเขาเป็นคนขี้หงุดหงิด นั่งได้แค่ ๕ นาที ก็ต้องลุกเดินเพ่นพ่าน เขาก็นึกว่า ถ้านั่งสมาธิแล้วจะต้องนั่งท่ามาตรฐาน อย่างที่คุณหลวงพ่อบอกว่า ให้นั่งขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นิ้วชี้ข้างขวาวจรดนิ้วหัวแม่มือข้างซ้าย นั่งตัวตรง ๆ เขานึกว่า ต้องทำอย่างนี้ตลอดเวลา เขาก็รู้สึกไม่ค่อยสบายใจ เพราะลองนั่งแล้วไม่ได้ผล ในที่สุดก็ตั้งคำถามอย่างที่เล่าให้ฟัง แล้วเขาก็เอาไปทำจริง ๆ และได้ตอนนั่งหันหน้าเข้าข้างฝา

เขาบอกว่า วันนั้นมันสบายใจ ไม่ได้คิดอะไร ไม่คิดว่าจะได้ หรือไม่ได้ จะเห็นหรือไม่เห็น คิดแค่ว่า จะทำใจเฉย ๆ เหมือนนั่งพักผ่อน ตามใจตัวเองหน่อย อยากนั่งหันหน้าเข้าข้างฝาก็เลยนั่ง แล้วในที่สุดจิตรวมลงได้ เข้าถึงความสว่างภายใน และพบดวงธรรม ด้วยตัวของเขาเองเลย ตอนนี้เข้าใจคำว่า ไสเกินใสของดวงธรรม เป็นยังไง และมีความสุขมาก เพราะฉะนั้นพยายามทำต่อไปนะ ไม่ช้าจะสมหวัง

๑๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๑



