

๗๑

เริ่มต้นในจุดที่สบาย (แก้ติง)

ที่นี้บางคนจะเอาใจไปไว้ในท้อง รู้สึกมันยังยากอยู่ดี ถ้าอย่างนั้น เอาอย่างนี้ เราหลับตาเฉยๆ สบายตรงไหน เอาตรงนั้น คล้ายๆ กับศูนย์กลางกายขยายไปแล้ว โตะเท่ากับ สภาธรรมกายสากล แล้วเราเข้าไปอยู่ในศูนย์กลางกายแล้ว ทั้งก่อนกาย ซึ่งความจริงตรงนั้นความรู้สึกเราอาจจะอยู่ที่ ลูกนิยน์ตากี่ข้างมัน

สบายตรงนั้น เราก็เอาตรงนั้นก่อน เหมือนตัวเราไปนั่งอยู่ในศูนย์กลางกายทั้งตัว ถ้าเป็นอย่างนี้จะไม่มันศีรชะจะนิ่ง เราก็ปล่อยให้มันเป็นไป Let it be

บางทีแสงสว่างก็แวบเกิดขึ้นที่หางตาบ้าง หัวตาบ้าง ข้างหน้าบ้าง หรือบนศีรชะบ้าง เราก็ยังคงนิ่งอย่างเดิม ไม่ต้องไปดึงลงมาไว้ในท้อง แสงสว่างอยากอยู่ตรงไหนก็ปล่อยให้ไปก่อน ตามใจเขาไปก่อน เดี่ยวเขาก็จะตามใจเรา เราก็นิ่งเฉยๆ

การที่แสงสว่างเกิดขึ้น แม้ไม่ถูกที่ที่เราต้องการก็ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นที่ดี แสดงว่าเราเริ่มชนะความมีดใจไป

ในระดับหนึ่งแล้ว เหมือนลมที่ค่อยๆ เคลื่อนย้ายเมฆที่
บดบังดวงจันทร์หรือดวงอาทิตย์ไปที่ละน้อย ให้นิ่งต่อไป
อีกอย่างเบาสบาย ผ่อนคลาย

ไม่คาดหวังว่าจะเห็นอะไร เห็นไม่เห็นก็ไม่เห็นจะ
เป็นไร เราทำใจหยุดนิ่งเฉยๆ แค่นั้นเอง ยิ่งเราไม่ย่อได้
อะไร เราจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ นี่ก็เป็นเรื่องแปลก

วางใจนิ่งเฉยๆ ไม่ผูกพันกับคน สัตว์ สิ่งของ เพราะว่า
คนก็ดี สัตว์ก็ดี สิ่งของก็ดี เดี่ยวก็พังกันไปทั้งนั้น แม้ชีวิต
ของเราเองก็เช่นเดียวกัน ก็ต้องไปสู่จุดสลาย แต่ก่อนไป
สู่จุดสลาย เราต้องทำความสะอาดภายในให้ปรากฏ เราต้อง
ครอบครองให้ได้ก่อน

เอาใจไว้ในห้องไม่ได้ เอาไว้ตรงไหนก่อนก็ได้ เหมือน
ไม้แขวนเสื้อ ตอกตะปูไว้ตรงไหนก็แขวนไว้ตรงนั้นก่อน
วันหลังค่อยไปตอกที่อื่น ค่อยๆ ย้ายไป พอซื้อตุ้มมาก็เอา
เสื้อไปแขวนในตู้ ยังไม่มีตุ้มก็แขวนไว้ตรงไหนก่อนก็ได้ นี่
ก็เหมือนกัน มันอยู่ในห้องไม่ได้ เอาไว้ตรงไหนก่อนก็ได้
หน้าผาก ศีรษะ หรือระหว่างตีนผม ตรงนั้นก็ได้อีก คล้ายๆ ตา
เราจะเหลือบดูข้างบน เหมือนมองอะไรข้างบนอย่างนั้นก็ได้

ทางเดินของใจมีตั้ง ๗ ฐาน เราก็เลือกเอา แล้วเราจะมี
ความรู้สึกว่า การทำสมาธิเราทำได้ ไม่ได้ยากอะไร ลูกทุกคน
ทำได้ สบายตรงไหนเอาตรงนั้น ไม่ต้องกลัวว่าผิดหลักวิชา

เพราะเรารู้แล้วว่า เป้าหมายเราไปฐานที่ ๗ แต่ว่าเริ่มต้นตรงไหนก็ได้ สบายๆ

ใครนึกดวงได้ก็นึก นึกไม่ได้ก็ช่างมัน นึกถึงองค์พระอ้าว พระที่นึกไม่สวย ก็ไม่เป็นไร ตามใจท่านไปก่อน หรือนึกได้แต่ไม่ชัด ไม่ชัดก็ไม่เป็นไร นั่งแล้วรู้สึกตัวหายไปก็ช่าง นั่งเฉยๆ เคว้งคว้างอยู่กลางอวกาศเราก็นั่ง ลองทำคุณะทำไปเรื่อย ๆ สบาย ๆ

ส่วนใครสามารถเอาใจไว้ในห้องได้แล้วดวงเกิด เราก็ดูเท่าที่มีให้ดู อย่าไปเร่งด้วยวิธีผิดๆ คือ ไปบีบเค้นภาพดูเท่าที่มีให้ดู แล้วก็ Let it be ปลอ่ยให้มันเป็นไปอย่างนั้นเดี๋ยวก็จะชัดขึ้นมาเองอย่างน่าอัศจรรย์

ถ้าเราไปบีบเค้นภาพจะปวดหัว เพราะมันผิดวิธี ให้ดูเฉยๆ ถ้าใครเห็นองค์พระชัดขึ้นมาแล้ว เราก็ดูธรรมดาๆ เหมือนดูก้อนอิฐก้อนหินอย่างนั้น เราดูพระจะสีอะไรก็ตาม ทำด้วยวัสดุอะไรก็ตาม เราก็ดูเฉยๆ ดูโดยไม่มีอารมณ์ร่วมหรือดูไปนั้นๆ สักแต่ว่าดู เดี่ยวเราจะเห็นความอัศจรรย์ของคำว่า “สักแต่ว่า” คือ พระจะค่อยๆ ชัดขึ้นเรื่อยๆ แล้วก็ใสเอง สว่างเอง

๑๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๘

