

๒ ใจ

ใจของเราอะไร อะไรที่เรียกว่าใจ? เห็นอย่างหนึ่ง จำอย่างหนึ่ง คิดอย่างหนึ่ง รู้อย่างหนึ่ง ๔ อย่างนี้รวมเข้าเป็นจุดเดียวกัน นั่นแหละเรียกว่า ใจ

อยู่ที่ไหน? อยู่ในเบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ คือความเห็นอยู่ที่ท่ามกลางกาย ความจำอยู่ที่ท่ามกลางเนื้อหัวใจ ความคิดอยู่ที่ท่ามกลางดวงจิต ความรู้อยู่ที่ท่ามกลางดวงวิญญาณ เห็น จำ คิด รู้ ๔ ประการนี้ หมดทั้งร่างกาย ส่วนเห็น เป็นต้นของรู้ ส่วนจำ เป็นต้นของเนื้อหัวใจ ส่วนคิด เป็นต้นของดวงจิต ส่วนรู้ เป็นต้นของดวงวิญญาณ

ดวงวิญญาณ ท่าดวงตาดำข้างในอยู่ในกลางดวงจิต

ดวงจิต ท่าดวงตาดำข้างนอกอยู่ในกลางเนื้อหัวใจ

ดวงจำ กว้างออกไปอีกหน่อยหนึ่งท่าดวงตาทั้งหมด

ดวงเห็น อยู่ในกลางกายโตกว่าดวงตาออกไป นั่นเป็นดวงเห็น

ดวงเห็นนั่นแหละ ธาตุเห็นมันอยู่ศูนย์กลางดวงนั้น นั่นแหละเรียกว่าเห็น เห็นอยู่ในธาตุเห็นนั้น

ดวงจำ ธาตุจำมันอยู่ในศูนย์กลางดวงนั้น

ดวงคิด ธาตุคิดมันอยู่ในศูนย์กลางดวงนั้น

ดวงรู้ ธาตุรู้มันอยู่ในศูนย์กลางดวงนั้น

เห็น จำ คิด รู้ ๔ อย่างนี้แหละ เอาเข้ามารวมเป็นจุดเดียวกัน เรียกว่า “ใจ”

จากพระธรรมเทศนาเรื่อง

“หลักการเจริญภาวนาสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน”