

ต้องสม่ำเสมอ ในการปฏิบัติธรรม

สาธุชน : หลวงพ่อครับ ผมเคยนั่งสมาธิ
มีประสบการณ์ที่ดี
มีความสุขสบายเกิดขึ้น รู้สึกไม่มีตัวตน
หลังจากนั้นก็เริ่มปฏิบัติน้อยลง
มาปฏิบัติครั้งนี้ ประสบการณ์ไม่ดีเท่าเดิม
ทุกครั้งที่จะถึงรอยต่อช่วงนี้ ก็จะหลุดทุกครั้ง
คล้าย ๆ กับสะดุ้งตื่น แล้วก็ต้องเริ่มต้นใหม่ทุกครั้ง
ไม่ทราบจะแก้อย่างไรครับ

หลวงพ่อ : ต้องทำสม่ำเสมอจะ ผ่านมาชะล่าใจไปนิด ตอนหลัง
ไม่ทำต่อเนื่อง พอเราไม่ทำต่อเนื่อง มันก็เหมือนต้องมาเริ่มต้นใหม่
ทุกครั้ง

ความต่อเนื่องสำคัญนะ ต้องทำให้ได้ทุกวัน มากหรือน้อยก็แล้วแต่ ต้องให้ได้ทุกวัน ทั้ง ๆ ที่เรามีความรู้สึกว่าเหมือน
ไม่ก้าวหน้า เพราะเรายึดเอาว่า ต้องเห็นภาพชัดเจนเหมือนคน

อื่นจึงก้าวหน้า พอเราไม่เห็นก็มีความรู้สึกเหมือนไม่ก้าวหน้า ถึง
แม้จะเป็นอย่างนี้ก็ให้นั่งทุกวัน สมาธิจะค่อย ๆ สัมไปทีละเล็ก
ทีละน้อย พอถึงจุดที่มันอึดตัวเต็มที่ มันก็จะได้ผล ต่อไปถ้าได้ผล
แล้ว อย่าทิ้งนะ

การปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับชีวิต ยิ่งอายุมากเท่าไร
ยิ่งสำคัญมาก เพราะจะต้องใช้ตลอดเวลาจนกระทั่งถึงวาระสุดท้าย
ของเรา สำคัญมากนะ

นักกีฬาฝึกซ้อมมาเป็นปี แข่งขันกันแค่ว่าไม่กลัวนาที แพ้ชนะ
รู้กันตอนนั้น เราฝึกซ้อมเตรียมตัวของเราหลาย ๆ ปี แต่แข่งขัน
ในวันสงครามชิงภพ แค่ว่าไม่กลัวนาที บนเตียงคนป่วย แพ้ชนะก็รู้กัน
วันนั้น เพราะฉะนั้นต้องทำสมาธิ เพราะทุกคนต้องเดินทาง
ไปปรโลกทั้งนั้น

ในพระไตรปิฎก ท่านธรรมิกอุบาสกเป็นตัวอย่างที่ดี ท่าน
เตรียมตัวของท่านอย่างดี สัมบุญ ทาน ศีล ภาวนา ครบถ้วน
บริบูรณ์ แม้นอนอยู่บนเตียงคนป่วย แต่สติท่านดีมาก เห็นชาว
สวรรค์ทั้ง ๖ ชั้น มาเชิญชวนให้ไปอยู่ด้วย เลือกละเลยว่าจะไป
อยู่ชั้นไหน เทวดาทุกชั้นอยากจะได้ธรรมิกอุบาสกไปเป็นสหายแห่ง
เทวดา เพราะว่าเป็นผู้ที่สั่งสมคุณงามความดีมาตลอดชีวิต เราต้อง
ฝึกไปให้ถึงระดับขนาดนั้น

เพราะฉะนั้น สิ่งที่เราทำอยู่เป็นวิชาชีวิต เกี่ยวกับตัวของ
เรา ที่จะเป็นที่พึ่งให้กับเรา ดังนั้นเวลาช่วงไหนประสบการณ์ดี ให้
ทำต่อเนื่องไปเรื่อย ๆ อย่าชะล่าใจ อย่าคิดว่าจะทำเมื่อไรก็ได้ ผล
คงจะดีเหมือนเดิม อย่าคิดอย่างนั้น ฝึกทุกวัน แล้วผลจะดียิ่ง ๆ
ขึ้นไปเรื่อย ๆ เลย

หลวงพ่อยากให้ทุกคนเข้าถึงจุดที่ไม่เพียงแต่มีความสุข
ภายใน ควรจะก้าวไปถึงการศึกษาความรู้ในพระไตรปิฎก เรื่อง
ภพภูมิต่าง ๆ ซึ่งเมื่อเราพิสูจน์และยืนยันได้เกี่ยวกับเรื่องภพชาติ
การเวียนว่ายตายเกิด กฎแห่งกรรม บุญ บาป อะไรต่าง ๆ

นอกจากจะเป็นที่พึ่งแก่ตัวเราแล้ว จะได้เป็นแสงสว่างให้
กับชาวโลกด้วย อยากให้ก้าวไปถึงจุดตรงนั้น

ทำสมาธิแล้วจะดีสมาธิ

๒๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๑

