

หลับ ในอุ้งทะเลบุญ

(เมื่อเราได้สวดมนต์บูชาพระรัตนตรัยกันเสร็จเรียบร้อยแล้ว
ต่อจากนี้ไปตั้งใจเจริญสมาธิภาวนากันนะ.....)

...ในอิริยาบถนอนพักผ่อน เราคุ้นเคยกับการนอนวันละ ๖ ชั่วโมงบ้าง ๗ - ๘ ชั่วโมงบ้าง ค่ะคุ้นเคยมาตั้งแต่เด็ก ๆ เพราะฉะนั้น ถ้าหากเราไม่ได้หลับจำนวนชั่วโมงขนาดนี้ มีความรู้สึกเหมือนกับเราพักผ่อนไม่เต็มที่เลยกลายเป็นความกังวลไป จริง ๆ แล้วการหลับแบบนี้ ยังไม่ใช่เป็นการพักผ่อนที่สมบูรณ์ บางครั้งเรายังฝัน ตื่นมาแล้วยังเมื่อย ยังซึม ยังมึนก็มี

การหลับที่สมบูรณ์ คือ ใจต้องหลับอยู่ในกลางสมาธิ อยู่ในกลางอุ้งแห่งทะเลบุญที่โล่ง ๆ ว่าง ๆ ลื่นไหล

เข้ากลาง มีความสว่าง มีดวง มีองค์พระ เราอยู่กับ
ตรงนั้นไปเถอะ แล้วลืมไปเลยว่า เวลาผ่านไปก็ชั่วโง่
เหลืออีกก็ชั่วโง่เราจะหลับแบบปกติ ไม่ต้องไป
คำนึงถึง พอตื่นมาตอนเช้า เราสังเกตดูจะเห็นได้ว่า
มันไม่มีมัน ไม่ซึม ไม่เมื่อย ไม่ง่วง นั่นแหละคือการหลับ
ที่สมบูรณ์

เป็นการหลับแบบลึก หลับลึก ๆ ที่มีการตื่นตัวภายใน เป็น
ประสบการณ์ใหม่ที่ชาวโลกไม่รู้จัก แต่มีอยู่จริงในมนุษย์ทุก ๆ คน
เหลือแต่เพียงเขาไม่รู้จักรู้จักแล้วก็ไม่เฉลียวใจว่ามีสิ่งนี้ ซึ่งเป็นสิ่งดี ๆ
อยู่ในตัวของตัว ไม่มีใครไปบอก ไม่มีใครมีความรู้

เพราะฉะนั้นเมื่อเรามาถึงจุดแหล่งแห่งความรู้อันบริสุทธิ์ของ
พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เมื่อเราจะหลับด้วยวิธีการใหม่ คือหลับ
แต่ตา แต่ตื่นตัวภายใน ในชั่วโง่ที่เราจะต้องนอนหลับพักผ่อน
แต่ว่ามันมีความสว่างโพล่งภายใน ใจเกลี้ยงเกลา เราก็ควรจะ
ปล่อยมันไป ตามใจ อย่าไปฝืนประสบการณ์ แล้วเดี๋ยวจะมีสิ่งดี ๆ
ที่น่าศึกษา เพิ่มพูนความรู้ประสบการณ์ภายในมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็น
อุปการะในการที่จะศึกษาวิชาธรรมกายต่อไป

เพราะฉะนั้นอย่าไปวิตกกังวลถึงการหลับพักผ่อนที่ไม่เป็น
ไปตามปกติของมนุษย์ธรรมดา มนุษย์ธรรมดาหลับเพราะมีกิเลส
เข้าไปบังคับครอบงำ หลับก็ตื่น ๆ หลับแล้วก็ยังฝัน ตื่นมาก็ยังฝัน
ยังซึมอยู่ ยังไม่สดชื่น เหมือนนอนไม่พอสักที มนุษย์หลับแบบนั้น



เขาเรียกว่าหลับไหล แต่ไม่ใช่ หลับลึกที่มีการตื่นตัวภายใน ให้รู้จักกันอย่างนี้

เพราะฉะนั้นถ้ามีประสบการณ์อย่างนี้ ผึกต่อไป หยุดต่อไป นิ่งไปเรื่อย ๆ ให้นิ่งกับคตินเป็นเหมือนหนึ่งเดียวกัน กลางวันคือ กลางคืน กลางคืนคือกลางวันเป็นผู้ที่มีราตรีเดียว สว่างโพล่งภายใน อย่างนี้ ส่วนใครที่ยังไม่ถึงจุดนี้ก็ผึกต่อไปนะลูกนะ ผึกหยุดผึกนิ่ง พอหยุดนิ่งถูกส่วน เดียวก็ได้ทุกคน

คตินี้ก็เช่นเคย ใครเหนื่อย ใครเพลีย ใครว่าง ใครตึง ก็ปล่อยให้ หลับไปเลยในกลางอู่แห่งทะเลบุญ ใครเมื่อยก็ขยับ ฟุ้งหายาก็ลืมตา แล้วค่อยว่ากันใหม่ ทำอย่างนี้ให้ลูกทุกคนสมหวังตั้งใจในการเข้าถึง พระรัตนตรัยในตัวคตินี้ต่างคนต่างนั่งกันไปเงียบ ๆ

ศุกรีที่ ๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๕



หยุดนิ่งจึงมากล้น
หยุดแค่กะพริบตา
สร้างโบสถ์กว่าล้านนา
หยุดนี้แหละเกินขึ้น

บุญญา
เท่านั้น
เทียบได้
ล่องพนักมามาจร

ตะวันธรรม