

สมาธิที่เป็นไปเองตามธรรมชาติ

เขียนโดย Administrator

วันจันทร์ที่ 22 กุมภาพันธ์ 2010 เวลา 11:42 น. -



ความเข้าใจของนักสมาธิในปัจจุบันนี้ ประเภทหนึ่ง พอเราบริการรณภาวนาก็ดี หรือกำหนดอะไรก็ดี แล้วก็ข่มจิตบังคับจิตให้มันหยุดนิ่ง อาศัยการฝึกจนคลองชำนาญ เราจะให้หยุดเมื่อไร มันก็หยุดได้ แต่มันไม่ใช่สมาธิ

สมาธิที่เป็นไปในทางที่ถูกต้อง เช่น เราบริการรณภาวนา สัมมา-อรหัง ยฺพหนอ-พองหนอ พุทโธ ก็ตาม เราไม่ได้บังคับจิต หน้าที่ของเราท่องบริการรณภาวนาอย่างเดียว จิตจะสงบเป็นเรื่องของจิต ไม่สงบเป็นเรื่องของจิต ธรรมชาติของจิต เมื่อจิตมีสิ่งรู้ สติมีสิ่งระลึก จิตจะเกิดพลังขึ้น เมื่อจิตรู้อยู่กับคำบริการรณภาวนา เราไม่ต้องบังคับ ถึงจังหวัด เขาจะสงบของเขาเอง

อันนี้เรียกว่าสมาธิตามธรรมชาติ

ที่นี้พอจิตสงบไปนิดหน่อย พอรู้สึกสบายๆ “สงบหนอ” จิตก็ถอนจากสมาธิ พอผลอยๆ ไป มีปิตินิดหน่อย “ปิตินอ”

จิตจะถอนจากสมาธิ พอมีความสุข

“สุขหนอ”

จิตก็ถอนจากสมาธิ เสร็จแล้วมันก็ไม่เข้าไปถึงสมาธิตามหลักธรรมชาติสักที เพราะฉะนั้นเราจึงแก้ปัญหาเรื่องสมาธิไม่ตก แต่จะด้วยประการใดก็ตาม ในฐานะที่เราเป็นพุทธศาสนิกชน จุดยืนของจิตของเรา คือ คุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์

พระพุทฺธเจ้าคืออะไร

พระธรรมคืออะไร

พระสงฆ์คืออะไร

พระพุทฺธเจ้า คือจิตมีสติรู้สึกรู้สำนึกรับผิดชอบชั่วดีอยู่ตลอดเวลา หมายถึงว่าจิตมีสติรู้ตัวอยู่ เป็นจิตผู้รู้

เมื่อจิตมีสติเข้มแข็ง ก็เป็นจิตผู้ตื่น ตื่น

เตรียมพร้อมที่จะรับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา พออะไรเกิดขึ้นมาปั๊บ รู้ปั๊บ
เกิดขึ้นมาปั๊บ รู้ปั๊บ รู้แล้วก็ทิ้งไปๆๆ ถ้าอะไรข้องใจ จิตจะหยิบมาพิจารณาของมันเอง
พอมันพิจารณาตกไปแล้ว มันทิ้งปั๊บ มันจะเป็นกันอยู่อย่างนี้

อันนี้เป็นสมาธิที่เป็นไปเองตามธรรมชาติ เวลามันจะสงบ มันก็สงบ วูบๆๆ ลงไป
จนกระทั่งตัวหาย เวลามันสงบปั๊บลงไปนิดหนึ่ง มันจะเกิดความรู้ มันก็ผุดขึ้นๆๆๆ อย่างกับน้ำพุ
อันนี้คือสมาธิตามหลักของธรรมชาติ

เพราะฉะนั้น ในเมื่อใครมีจิตรู้ตัวด้วยสติ ตื่นอยู่ด้วยความ มีสติ
แล้วก็เบิกบานอยู่ด้วยความมีสติ เป็นจิตพุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
