



หลวงพ่อกเคยทดลองดูอันหนึ่ง เรื่องกายคตาสติ วันนั้นเดินจงกรมบนตาดฟ้าเกือบทั้งวัน
พิจารณาแต่เรื่องกายคตาสติ

เริ่มต้น เกสา ผม เกิดอยู่บนศีรษะ ผมของฉันไม่หงอกไม่ขาว ยังนุ่มแน่นอยู่เสมอ ประโยชน์ของผม
ก็คือปิดบังความหนาวและ ความร้อน รากผมที่เกิดของผมเป็นช่องทางระบายสิ่งโสโครกออกจาก ร่างกาย
ทำให้สุขภาพร่างกายของฉันแข็งแรงสมบูรณ์

ขน ขนของฉันก็เป็นเครื่องประดับกายของฉันให้ครบถ้วนอาการ ๓๒ ประโยชน์ของขน
ก็คือเป็นช่องทางระบายเหงื่อไคลออกมา ระบายสิ่งโสโครกออกจากร่างกาย

มีแต่พรรณนาคุณประโยชน์ มีแต่ความดี ตลอดอาการ ๓๒ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ม้าม หัวใจ ตับ ปอด

หัวใจของฉันก็แข็งแรงมาก มีฤทธิ์ มีอิทธิพล สามารถสูบน้ำดีโลหิตแดงทุกหยาดกระจายไปเลี้ยงร่างกายให้ทั่วถึง
ไม่มีขาดตกบกพร่อง

ปอดของฉันก็พอกโลหิตที่หัวใจฉีดไปบำรุงเลี้ยงร่างกายแล้วเป็นโลหิตเสียเข้าไปสู่ปอด พอกโลหิตให้มีความบริสุทธิ์สะอาดแล้วถ่ายเทเข้าไปยังหัวใจ หัวใจก็ฉีดส่งไปเลี้ยงร่างกาย ปอดมีหน้าที่สูดออกซิเจนเข้าไปบำรุงเลี้ยงร่างกาย ทำให้สุขภาพร่างกายของฉันแข็งแรงสมบูรณ์ รับประทานอาหารได้นอนหลับอย่างเป็นสุข

อวัยวะต่างๆ ก็ว่าไปตามหน้าที่ พอไปๆ ตัวที่พิจารณาอยู่มัน ก็พิจารณาอยู่ อีกตัวหนึ่งมันก็จ้องมองดูอยู่ อีกตัวหนึ่งมันมานิ่งเฉย อยู่ในท่ามกลางของร่างกาย มันนิ่งอยู่เฉยๆ มันกลายเป็น ๓ มิติ

ที่นี่ บางทีเรามานั่งสมาธิ พออารมณ์จิตเกิดขึ้น มันปรุงมัน แต่ง มันปรุงมันแต่ง เราปล่อยไป กำหนดตามรู้ๆๆ ไป ไปถึงจุด หนึ่งมันก็แยกเป็น ๓ มิติ ตัวคิด คิดไม่หยุด ตัวเฝ้าดู ก็ดูอยู่ ตัว นิ่งเฉยอยู่ก็มี หลวงพ่อจึงมาสันนิษฐานและตัดสินเอาเองว่า :

ตัวคิดไม่หยุด คือ จิตเหนือสำนึก

ตัวเฝ้าดู คือ สติผู้รู้

ตัวนิ่งเฉยอยู่ คือ จิตใต้สำนึก ตัวคอยเก็บผลงาน มันก็มาได้ความอย่างนี้

หลักสูตรของเรา ที่มาพิจารณาให้เป็นของปฏิกุศล นำเกลียด โสโครก หลวงพ่อพิจารณาไป มีแต่สวยแต่งามแต่ดีหมด ทดลองดู!

แล้วก็ไปได้คติจากป่าไมเคิล ที่ครูบาอาจารย์สอนให้พิจารณาร่างกายให้เป็นของปฏิกุศล นำเกลียด เน่าเปื่อยผุพัง ไปแข่งมัน มันจะตายอยู่แล้ว มันจะเน่าอยู่แล้ว ไปแข่งมันทำไม ต้องปลุกให้มันตื่นขึ้นมา ให้มันมีแต่ดีๆ หลวงพ่อก็จำคำนั้นมาลองพิจารณาดู

{comments on}