



SAMYE

วันที่ระลึกปรมาจารย์ปัทมสมภพ

29 กรกฎาคม 2563

เรียนกัลยาณมิตรทั้งใกล้และไกล

ข้าพเจ้าหวังว่าเมื่อท่านได้อ่านสาสน์ฉบับนี้ ท่านก็คงสุขกายสบายใจเหมือนเช่นเคย
วันที่ระลึกถึงท่านปรมาจารย์ปัทมสมภพวันนี้ถือเป็นวันประสูติของมหาคุรุปัทมสมภพ
ฉะนั้นในวันพิเศษนี้ ข้าพเจ้าอยากจะกล่าวกับท่านเรื่องความหนักแน่นมั่นคงในตน
ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญสำหรับเราทั้งหลายที่จะพัฒนาให้ก้าวหน้า

เราทั้งหลายมีความโน้มเอียงที่แตกต่างกันเมื่อพูดถึงการพัฒนาความหนักแน่นมั่นคงในตน

มันอาจจะง่ายมากสำหรับบางคน แต่ค่อนข้างยากสำหรับคนอื่น ๆ ดังนั้น

เคล็ดลับในการเพิ่มพูนความหนักแน่นมั่นคงในตนคืออะไร ข้าพเจ้าไม่อาจพูดได้ว่ามีทางออกอันวิเศษ

แต่ข้าพเจ้าคิดว่ามันสำคัญที่จะต้องเข้าใจความแตกต่างระหว่างความหนักแน่นมั่นคงในตนและความเชื่อ

อมั่น ความเชื่อมั่นท่านอาจมีในที่ทำงาน ในชีวิต ในการรวมกลุ่มสังสรรค์

แต่สิ่งที่คล้ายคลึงกันนี้ไม่เหมือนกับความหนักแน่นมั่นคงในตน ซึ่งจริงๆ

แล้วเป็นเนื้อแท้ของธรรมชาติของท่าน หรือจิตของท่าน ฉะนั้น

วิธีเดียวที่จะพัฒนาความหนักแน่นมั่นคงในตน

ซึ่งข้าพเจ้าคิดว่าใช้ได้ผลจริงสำหรับทุกคนทั้งทางโลกและทางธรรมคือการทำสมาธิ

สมาธิภาวนาคือการเพ่งความสนใจไปที่จิต

เพื่อให้จิตช้าลงและไม่กระโจนลงไปในรูปแบบความคิดแฉลบอย่างง่ายดาย

ประสบการณ์แห่งความสงบและการเติมเต็มที่สมาธินำมาให้ แม้ระยะแรกจะเป็นช่วงสั้นๆ
แต่ก็ทำให้เราไว้วางใจและมั่นคง

จากพื้นฐานนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะแนะนำองค์ประกอบของความหนักแน่นมั่นคงในตน

ตอนนี้ความแตกต่างที่สำคัญระหว่างความหนักแน่นมั่นคงในตนและความเชื่อมั่นคือ

ความเชื่อมั่นมักจะเกี่ยวข้องกับกิจกรรมบางประเภท หรือวิธีการสัมพันธ์กับผู้อื่น

วิธีการสร้างความประทับใจ อย่างไรก็ตาม

ความหนักแน่นมั่นคงในตนไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งใดหรือผู้ใด

หรือความคิดเห็นของใครก็ตามที่เกี่ยวข้องกับท่าน

ความหนักแน่นมั่นคงในตนเป็นเนื้อแท้ของธรรมชาติของท่าน

เป็นคุณลักษณะของจิตบริสุทธิ์ที่มีมาแต่เดิม ดังนั้น

ความหนักแน่นมั่นคงในตนจึงสามารถพัฒนาผ่านการบ่มเพาะความกรุณา ผ่านสมาธิภาวนา

และการได้รับประสบการณ์ทางจิตวิญญาณบางอย่าง

สิ่งที่น่าสนใจคือ เมื่อท่านมีความหนักแน่นมั่นคงในตนอันจริงแท้

จิตที่ตัดสินใจพิจารณาวิจารณ์ของท่านจะผ่อนคลายลง หรือแม้กระทั่งหายไปโดยสิ้นเชิง ดังนั้น

นิมิตหมายอันดีที่ควรสังเกตคือความหนักแน่นมั่นคงในตนนั้นมาพร้อมกับการตัดสินใจลดลง

คนที่ตัดสินใจมากไม่มีความหนักแน่นมั่นคงในตนที่แท้จริงแม้ว่าพวกเขาจะภูมิใจหรือเชื่อมั่น ดังนั้น

แม้ว่าความเชื่อมั่นและความภาคภูมิใจอาจดูเหมือนความหนักแน่นมั่นคงในตนเมื่อมองแวบแรก

แต่เมื่อท่านตรวจสอบอย่างละเอียด ความแตกต่างที่สำคัญคือ

ความภาคภูมิใจและความเชื่อมั่นนั้นจะต่างพร้อม ไม่บริสุทธิ์

ทั้งความภาคภูมิใจและความเชื่อมั่นต่างได้รับผลกระทบจากความคิดเห็นหรือการตัดสินใจของผู้อื่นเป็นอย่

างมาก แต่ความหนักแน่นมั่นคงในตนนั้นตรงกันข้าม เพราะมันไม่อาจได้รับผลกระทบจากผู้อื่น

เป็นประสบการณ์ที่ไม่มัวหมองและบริสุทธิ์อย่างยิ่ง

ทั้งหมดนี้อาจเป็นเรื่องยากที่จะอธิบาย

เพราะเราหลายคนไม่มีความรู้จากประสบการณ์เกี่ยวกับคุณลักษณะและความแตกต่างระหว่างสิ่งเหล่านี้
นี่ ดังนั้นเราอาจเข้าใจผิดหรือตีความประสบการณ์ของเราผิด

นั่นคือเหตุผลที่เราต้องทำสมาธิภาวนาและมีประสบการณ์จริง แต่ก่อนที่จะทำสมาธิ

สิ่งสำคัญคือการตั้งเจตนาว่า เราปรารถนาที่จะเพิ่มพูนความหนักแน่นมั่นคงในตนผ่านสมาธิภาวนา

สิ่งนี้และความกรุณาที่แท้เป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาความหนักแน่นมั่นคงในตน

กล่าวโดยย่อ สิ่งที่ข้าพเจ้าต้องการพูดผ่านคำอธิบายที่ค่อนข้างยาวนี้

คือข้าพเจ้าต้องการให้ทุกคนที่ได้รับอีเมลนี้เพิ่มพูนความหนักแน่นมั่นคงในตนบ้าง

หรืออันที่จริงแล้วเพิ่มพูนความหนักแน่นมั่นคงในตนอย่างเต็มเปี่ยม

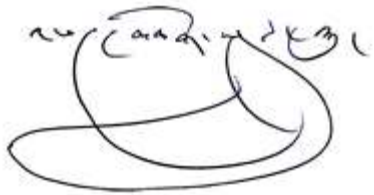
เพื่อที่ท่านจะได้สัมผัสกับสันติสุขและความสงบในชีวิตของท่าน ด้วยคุณสมบัติเหล่านี้

ชีวิตจะกลายเป็นประสบการณ์ในแง่บวกที่สนุกสนาน

ดังนั้นขอให้ทุกท่านเข้าถึงความหนักแน่นมั่นคงในตน!

ขอบคุณ และขอส่งความรักความเมตตาและสวัสดอิษฐานให้

สัพพะมังคะลัง (ขอมงคลทั้งปวงจงบังเกิดมี)



จ้บคน พักชก รินโปเช