



คำสอนจากจิตของท่านซังถน เทรุกะ



ภาพจากความอนุเคราะห์ของ Himalayan Art Resources

เรียนกัลยาณมิตรทั้งใกล้และไกล

ข้าพเจ้าหวังว่า เมื่อท่านได้อ่านสาสน์ฉบับนี้ ท่านก็คงจะสบายดี สุขภาพแข็งแรง และมีความสุข เนื่องในวัน
ที่ระลึกถึงปรมาจารย์ปัทมสมภพวันนี้ ข้าพเจ้าอยากจะแบ่งปันลํานําแห่งการรู้แจ้ง ซึ่งท่านซังถน เทรุกะ
ได้ซบซ่านไว้ให้ท่านบอนโป โดร์เจ ฌิงโป ศิษย์ของท่าน ในขณะที่ท่านมอบคำสอนผ่านจิต

“วันหนึ่ง ในช่วงเวลาที่ท่านซังถน เทรุกะ กำลังมอบคำสอนแก่ท่านบอนโป โดร์เจ ฌิงโป เกี่ยวกับ
วิธีการค้นหาจิต ท่านซบซ่านลํานําต่อไปนี้เพื่อชี้ไปที่จิตว่า

ฟังนะลูกเอ๋ย โตร์เจ ฉิงโป เจ้าผู้แสวงหาจิต!

ผู้ที่กำลังเสาะแสวงหา ก็คือจิตนั่นเอง
แล้วเจ้าจะพบมันได้โดยการมองไปที่อื่นได้อย่างไร?
ตาบแม่จะคม ก็ไม่อาจตัดตัวมันเองได้
ตาแม่จะแจ่มชัด ก็ไม่อาจมองตัวเองเห็น

อย่าเป็นคนกระหายผู้เสาะหาน้ำในขณะที่กำลังจะจมน้ำ
คนที่พยายามดิ้นรนเพื่อแก้ปมที่ผูกติดอยู่ในพื้นที่ว่าง
หรือหญิงหมั้นที่ร่ำไห้เพราะความตายของบุตร...
การเสาะแสวงหาจิตในสิ่งอื่นที่เจ้าไม่เคยสูญเสียไปก็เป็นดังนั้น

พุทธะที่สมบูรณ์แบบไม่ได้อยู่ที่ไหน นอกจากจิตนี้เอง
ฉะนั้น เจ้าต้องเชื่อมั่นในตัวเอง!
จงฟังลำน่านี้เกี่ยวกับธรรมชาติที่แท้ของจิตเจ้า

แก่นแท้ของจิตเจ้า ไร้การเกิดและเป็นฐานของทุกสิ่ง
ไร้เหตุเกิดในเบื้องต้น ปรากฏอยู่ที่ไร้เหตุ
ไร้จุดสิ้นสุดในบั้นปลาย ปรากฏอยู่ที่ไร้แก่นสาร
และปรากฏโดยไม่ตกไปอยู่ข้างสังสารวัฏหรือนิพพาน

ไร้แก่นแท้ คุณสมบัติ หรือสีสัน
ไม่ได้มีอยู่อย่างหนึ่งเดียว แต่แสดงให้เห็นอย่างมากมาย มันก็ปรากฏอยู่
แม้ว่าสุดท้ายจะพรรณนาได้ แต่ข้าฯ กลับอธิบายมันด้วยคำพูด มันก็ปรากฏอยู่
ถูกอำพรางไว้เมื่อเสาะแสวงหา แต่มันก็ยังคงอยู่ และปรากฏอยู่
เมื่อเจ้าปล่อยวางและสงบลง มันจะแสดงโฉมหน้าให้เห็น และปรากฏอยู่

ด้วยการชี้ไปที่จิตนี้ ท่านบอนโปก็กลายเป็นผู้ปฏิบัติธรรม”

ณ ตอนนี้ ข้าพเจ้าขอกล่าวเพิ่มเติมสั้นๆ ว่า ทุกท่านคงปฏิบัติธรรมด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งอยู่บ้าง ไม่ว่าท่านจะ
นั่งสมาธิเป็นประจำหรือไม่ก็ตาม จุดสำคัญที่ท่านจะต้องเข้าใจคือ จิตใจมีความสำคัญเพียงใด การเป็น
ผู้ปฏิบัติธรรมที่ตื่นขึ้นอยู่กับจิตใจล้วนๆ ดังนั้น โปรดควบคุมจิตใจของท่าน
ด้วยความรักความเมตตา

สัพพะมังคะลัง (ขอมงคลทั้งปวงจงบังเกิดมี)



พัชกร รินโปเช