

เคล็ดลับการใช้สมาธิช่วยให้เรียนเก่ง ..ฝากถึงลูกศิษย์ทุกคน

นำเสนอเมื่อ : 29 มี.ค. 2552

เคล็ดลับการใช้สมาธิช่วยให้เรียนเก่ง

คำสอนหลวงพ่อบุช ฐานโย - ฐานิยปูชา

นักเรียนซึ่งอยู่ในวัยกำลังศึกษา

ถ้าหากตั้งใจปฏิบัติสมาธิพิจารณาธรรมก็หายกเอาวิชาความรู้ที่เราเรียนมา
ในชั้นของเรานั่นแหละมาเป็นอารมณ์พิจารณา เราเรียนมาทางวิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ รัฐศาสตร์
หรือศาสตร์อะไรก็ตาม อย่างวันนี้ไปโรงเรียนมา อาจารย์สอนอะไรมา พอกลับมาถึงที่พัก อาบน้ำรับประทานอาหาร
อ่านหนังสือดูตำรับตำรา ก่อนนอนไหว้พระ นั่งสมาธิ เวลาเรานั่งสมาธิ ใจพยายามคิดทบทวนความรู้
ที่เรียนมาแต่ละวันๆ เพื่อให้เราจำได้ว่าวันนี้เราจำได้กี่มากน้อย เอาหลักวิชาที่เราเรียนมานั้นแหละ เป็นอารมณ์
จิตในการพิจารณา อย่าไปเข้าใจว่าเอาสิ่งนั้นมาพิจารณาแล้ว จิตออกนอกกลุ่มนอกทาง ไม่ใช่อย่างนั้น
แม่แต่ว่าเราตั้งใจปฏิบัติสมาธิเอาสิ่งอื่นเป็นอารมณ์ เช่น บริกรรมภาวนา เป็นต้น เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิ
ตามธรรมชาติแล้ว จิตของเราหนักอยู่ในแง่ไหน ผูกพันอยู่กับเรื่องอะไร มันจะวิ่งไปหาสิ่งนั้น แล้วจะไปคิด
ปรุงแต่งวิจัยอยู่ในสิ่งนั้นๆ อันนี้หมายถึงสมาธิที่เป็นเองโดยอัตโนมัติ มันจะเป็นเช่นนั้น

เมื่อเป็นเช่นนั้น เราอย่าไปเข้าใจผิดว่าจิตมันพุ่งชานหรือว่าออกนอกกลุ่มนอกทาง เพราะคำว่า **สภาวะธรรม**
หมายถึง **กายกับใจของเรา** สิ่งที่เราสามารถรับรู้ได้ด้วย ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ รวมทั้งธุรกิจการงาน
อันเป็นเรื่องชีวิตประจำวัน การศึกษา วิชาความรู้ที่เราเรียนมานั้นๆ อันนี้เป็นอารมณ์จิตของผู้ปฏิบัติธรรม
เป็นสิ่งรูของจิต เป็นสิ่งระลึกของสติ ถ้าเราดำเนินการปฏิบัติตั้งที่กล่าวนี้ สมาธิกับงานของเราจะมีความสัมพันธ์กัน
แล้วเราจะรู้สึกว้าวกว้าง ที่เราปฏิบัติสมาธิมันจะไม่อุปสรรคขัดข้อง เพราะว่าเราเอาทุกสิ่งทุกอย่าง
เป็นอารมณ์จิตในการภาวนาได้ เช่นอย่างเวลานักเรียนจะปฏิบัติสมาธิในห้องเรียน พออาจารย์มายืนที่หน้าห้อง
เรามองจงไปที่ตัวอาจารย์ สงจิตไปรวมไว้ที่ตัวอาจารย์มายืนที่หน้าห้อง เรามองจงไปที่ตัวอาจารย์
สงจิตไปรวมไว้ที่ตัวอาจารย์ อย่าให้สายตาและจิตไปอื่น จงอยู่อย่างนั้นจนกว่าจะจบชั่วโมงที่มีอาจารย์มาสอน
เราจะได้สมาธิในการเรียน ถ้าปฏิบัติต่อเนื่องกันจริงๆ ในเมื่อได้สมาธิอย่างเข้มแข็ง เวลาไปสอบ อ่านคำถามจบ
จิตจะวางลงนิดหนึ่ง คำตอบจะผุดขึ้นมา เราจะเขียนเอา เขียนเอา ไม่ต้องคิดอะไรมาก บางทีเวลาทดสอบ
จิตของเราจะบอก ให้ดูหนังสือเล่มนั้น จากหนานั้นไปถึงหนานั้น ขอสอบจะออกที่ตรงนี้
อันนี้เป็นวิธีการปฏิบัติสมาธิให้ สัมพันธ์กับชีวิตประจำวัน
ถ้าหากเราพยายามปฏิบัติต่อเนื่องกันทุกชั่วโมงที่มีอาจารย์มาสอน **เราจะได้พลัง ของสมาธิ มีสติสัมปชัญญะเข้มแข็ง**
ทำให้เราเรียนดีขึ้น ๆ ๆ อันนี้คือผลประโยชน์ที่เราจะพึงได้

ด้วยรักและปรารถนาดี / ครูรัชนี้ คุณณานุวัฒน์
...ศิษย์ใดใครอ่าน..และฟังนำไปปฏิบัติ...ศิษย์นั้นจะได้รับประโยชน์เต็มๆอย่างมหาศาล...
ขอขอบพระคุณที่มา..วิทยาทานwww.agalico.com