

การละ หลวงพ่อเทียนปรมาจารย์แห่งการเจริญสติ

ในระยะเวลาประมาณ ๑๐ ปีที่ผ่านมา ชื่อของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก จากจังหวัดเลยปรากฏเด่นชัดในสังคมของผู้ปฏิบัติธรรม จุดเด่นของการสอนของหลวงพ่อเทียนอยู่ที่การชูและตอกย้ำในเรื่องของการเจริญสติ

ในเรื่องการฝึกจิตนั้น สำนักต่าง ๆ เน้นที่วิธีการหรือเทคนิคต่าง ๆ กัน บางสำนักเน้นที่การรู้ลมหายใจเข้าออกหรืออานาปานสติภาวนา บางสำนักเน้นที่การรู้การยุบพองของท้อง (ยุบหนอพองหนอ) บางสำนักเน้นการบริการรรม เช่น พุชโธ ๆ สัมมา-อาระหัง หรือบริการรรมอื่น ๆ บางสำนักเน้นที่การเพ่งดวงสว่างในท้องคือ พวกระรรมกาย บางสำนักเน้นไปที่ปัญญารู้เห็นธรรม (ชาติ) ของสรรพสิ่งทั้งหลายตามที่เป็นจริง คือส่วนโมกขพลาาราม

หลวงพ่อเทียนเน้นที่การรู้ความเคลื่อนไหวของกายและความรู้ความคิด ในเรื่องการรู้ความเคลื่อนไหวของกาย ท่านได้คิดทำการเคลื่อนไหวของแขนและมือและให้ตามรู้การเคลื่อนไหวเพื่อป้องกันการซึมเซาของจิตในด้านหนึ่ง และความฟุ้งซ่านในความคิดในอีกด้านหนึ่ง ในด้านการรู้ความคิดหรือดูความคิดนั้นปกติมนุษย์จะเข้าไปอยู่ในความคิดโดยไม่รู้ ทำให้คิดปรุงแต่งไปต่าง ๆ เช่น คิดฟุ้งซ่านในเรื่องที่เกิดขึ้นแล้วบ้าง คิดวิตกกังวลไปในเรื่องที่ยังไม่เกิดบ้าง คิดแล้วหงุดหงิดรำคาญโกรธเกลียด ฯลฯ มลพิษทางจิตใจเกิดขึ้นเพราะความคิดโดยไม่สามารถหยุดคิดหรือบังคับความคิดได้

หลวงพ่อเทียนสอนให้ตามดูความคิด หรือตามรู้ความคิด ให้เหมือนมีคนอีกคนหนึ่งในตัวท่านเองเข้ามามองสมองของท่าน ว่ากำลังคิดอะไร การที่รู้ความคิดทำให้หยุดคิด เปลี่ยนจะคิดเป็นรู้ (อยู่กับปัจจุบัน) ปกติคิดโดยไม่รู้คือ เข้าไปอยู่ในความคิดโดยไม่รู้ตัว และเป็นเหยื่อของความคิด แต่เมื่อสามารถเปลี่ยนจะคิดเป็นรู้ได้แล้วจิตใจก็สงบ สงบจนสงบ ทรงอยู่กับความรู้ในปัจจุบันสามารถใช้ปัญญาได้ทันเมื่อมีเหตุการณ์ใด ๆ เกิดขึ้น

มีผู้ที่ฝึกตามที่หลวงพ่อเทียนสอนแล้วได้ประโยชน์กันเป็นจำนวนมาก ท่านที่ยังไม่เคยเจริญสติควรศึกษาทำความเข้าใจ และฝึกเจริญเสีย เพราะจะเกิดอานิสงส์นานาประการแก่ตนเองและสังคม จะพบความสุขอย่างที่ไม่เคยพบมาก่อน เป็นเครื่องส่งเสริมสุขภาพทั้งทางกาย ทางจิต และทางสังคม อย่าไปทำสมาธิอย่างเดียวโดยไม่เจริญสติ เพราะจะทำให้เข้าใจผิดหลงใหลวิปริต และนำไปสู่ความล้มละลาย ดังที่บางสำนักกำลังประสบอยู่

หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก มรณภาพเมื่อวันที่ ๑๓ กันยายน พ.ศ.๒๕๓๑ ที่จังหวัดเลย เข้าใจว่าจะมีการปลงศพท่านที่นั่นในเดือนตุลาคมนี้ หวังว่ามรณภาพของท่าน จะเป็นเครื่องกระตุ้นเตือนให้ผู้ที่เจริญสติอยู่แล้วมีความเพียรพยายามยิ่งขึ้น และให้ผู้ที่ยังไม่รู้จักการเจริญสติเข้ามาสนใจการเจริญสติ เพื่อประโยชน์ของตนเองและสังคม ยิ่ง ๆ ขึ้นต่อไป

ประเวศ วะสี