

# Onepointedness of the common person



© www.harrycutting.com

[www.sukhayana.com](http://www.sukhayana.com)

1. The Arhat was entering samadhi, going through the Dhyanas, when He knew that something unusual was about to happen. Vairochana, the timeless Buddha, suddenly spoke to him saying, "Speak to me about onepointedness. What do you know about Samadhi?"

อรหันต์ ได้ ป้อน สมาธิ, จะ ผ่าน ฌาน เมื่อ พระองค์ ทรง ทราบ ว่า สิ่ง ผิด ปกติ แล้ว จะ เกิด ขึ้น. Vairochana, ไม่มี เวลา พระ ก็ ก พุด กับ เขา ว่า "พุด กับ ฉั น ก่ ยว กับ เอ กั คค ตา. สิ่ง ที่ คุณ รู้ ก่ ยว กับ สมาธิ?"

2. My great timeless Buddha, what a wonderful question. This knowledge is rare in the world, so it is good to speak of samadhi and onepointedness.

โ อ้ ไหญ่ ไม่มี เวลา พระ ว่า ค่ำถาม วิเศษ. ความ รู้ นี้ หา ยาก ใน โลก ดั่งนั้น จึง เป็น การ ดี ที่ จะ พุด ของ สมาธิ และ เอ กั คค ตา.

3. *Does a common person have onepointedness?*

จะ เป็น คน ทั่ว ไป มี เอ กั คค ตา?

4. Yes, every common person has onepointedness.

ใช่ ทุก คน ร่วม กัน มี เอ กั คค ตา.

5. *Why can they be called a common person?*

ทำไม พวกเขา จะ เรียก ว่า คน ทั่ว ไป?

6. They are called common people because they don't

understand their onepointedness. They do not see their onepointedness.

พวกเขา เรียกว่า คน ทั่วไป เพราะ พวกเขา ไม่ เข้าใจ เอก์คคตา ของ. พวกเขา ไม่ เห็น เอก์คคตา ของ.

*7. What do they see? What do they understand?*

สิ่ง ที่ พวกเขา เห็น? สิ่ง ที่ พวกเขา เข้าใจ?

8. The common man stays in ignorance. He believes in himself and his perception. He doesn't see that his onepointedness is generating his perception. He knows that he is perceiving, but feels he is mind and perception.

เขา ชีวิต คน ทั่วไป ใน ไม่รู้. เขา เชื่อ มั่น ใน ตนเอง และ ความ เข้าใจ ของ เขา. เขา ไม่ เห็น ว่า เอก์คคตา เขา สร้าง ความ เข้าใจ ของ เขา. เขา รู้ ว่า เขา รู้ แต่ รู้สึก เขา จะ ทราบ และ เข้าใจ.

*9. How does the onepointedness of the common man create perception?*

อย่างไร เอก์คคตา ของ คน ทั่วไป สร้าง ความ เข้าใจ?

*10. The common man uses focus and attention to create perception. Focus and attention are how the common man understands onepointedness.*

คน ทั่วไป ใช้ เน้น และ สนใจ ที่ จะ สร้าง ความ เข้าใจ. มุ่ง เน้น ความ สนใจ และ เป็น วิธี การ ที่ คน ทั่วไป เข้าใจ เอก์คคตา.

11. *Why do you call it onepointedness?*

คุณ โทร เอกัคคตา มัน ทำไม?

12. I call it onepointedness because the common man's focus and attention exists as one point. This one point moves about inside the space created by the mind.

ฉัน โทร เอกัคคตา เพราะ เน้น คน ทั่วไป และ มี ความสนใจ เป็น จุด. นี้ ย้าย จุด หนึ่ง เกี่ยว กับ ภายใน พื้นที่ สร้าง โดย ใจ.

13. *Give me an example of the movement of the common man's onepointedness.*

ให้ ฉัน ตัวอย่าง ของ การ เคลื่อนไหว ของ เอกัคคตา คน ทั่วไป ของ.

14. When a common man sees, the eye focuses on a object. The mind creates a space for the seeing, and the onepointed attention moves inside that space out to touch the object.

เมื่อ คน ทั่วไป เห็น ตา เน้น วัตถุ. ใจ สร้าง พื้นที่ สำหรับ การ ดู และ การ ย้าย ความสนใจ เอกัคคตา ภายใน พื้นที่ ออก ที่ ประสบ กับ วัตถุ.

15. *Is the common man aware of this?*

เป็น คน ทั่วไป รู้ นี้ หรือ ไม่?

16. No. The common man is not aware of this. He only

sees the object.

เลข ที่ คน ทั่วไป ไม่ ทราบ นี้. เขา เพียง เห็น วัตถุ.

17. *Is this eye consciousness?*

สติ ตา นี้ หรือ ไม่?

18. It is the beginning of eye consciousness. The onepointed attention moves from Me feeling out to the object, the object of seeing is not fully conscious. When the attention moves back to the Me feeling inside the body, then the common person feels they have seen the object.

เป็น จุด เริ่ม ต้น ของ สติ ตา. ย้าย ความ สนใจ จาก เอกัคคตา ฉัน รู้สึก ถึง วัตถุ ที่ วัตถุ การ ดู จะ ไม่ ใส่ใจ เต็ม. เมื่อ ความ สนใจ ที่ ย้าย กลับ ไป รู้สึก ที่ ฉัน ภายใน ร่างกาย แล้ว คน ทั่วไป รู้สึก ที่ พวกเขา ได้ เห็น วัตถุ.

19. *What is the common person aware of?*

เป็น บุคคล ทั่วไป ทราบ อะไร?

20. The common person would say "I have seen the object". He would be conscious of himself as the seer, the distance to the object, and the object itself. He can remember that he focused on the object.

คน ทั่วไป จะ กล่าว ว่า "ฉัน ได้ เห็น วัตถุ". เขา จะ รู้ตัว เอง ตาม ที่ เห็น ระยะ ทาง ที่ วัตถุ และ วัตถุ เอง. เขา จะ ทราบ ว่า เขา เน้น วัตถุ.

21. So the common person is aware of his memory of focus, but not aware at the moment of focus.

เพื่อให้ คน ทั่วไป ได้ ตระหนัก ถึง ความ จำ ของ เขา มุ่ง เน้น แต่ ไม่ ทราบ ใน ขณะ ที่ โฟกัส.

22. That is correct. He is not aware of focus at the moment it moves to the object. His onepointedness is unconscious. The space created by his mind is unconscious. He only becomes conscious after the onepointedness moves from the I feeling inside his body out to the object and returns to the I feeling inside his body. He is very comfortable with his ignorance of the movement of attention, because such knowledge would diminish the I feeling. All the common person wishes to know is that it is “I am the one who is doing all these things”.

ที่ ถูก ต้อง. เขา ไม่ ได้ ตระหนัก ถึง ความ สำคัญ ใน ขณะ นั้น ย้าย ไป ยัง วัตถุ. เอกัคคตา ของ พระองค์ คือ สติ. พื้นที่ สร้าง โดย ใจ ของ เขา ไม่ ได้ สติ. เขา จะ กลาย เป็น สติ หลังจาก ย้าย เอกัคคตา จาก ฉันทะ รู้สึกร่างกาย ใน ร่างกาย ของ เขา ออก เพื่อ วัตถุ และ ผล ตอบแทน ที่ ฉันทะ รู้สึกร่างกาย ใน ร่างกาย ของ เขา. เขา อยู่ อย่าง สบาย กับ ความ ไม่รู้ ของ เขา เคลื่อนไหว ของ ความ สนใจ เนื่องจาก ความ รู้ ดัง กล่าว จะ ลด ความ รู้สึก ฉันทะ. ทุก คน ทั่วไป ปรรณนา รู้ คือ ว่า "ฉันทะ เป็น ผู้ หนึ่ง ที่ จะ ทำ ทุก สิ่ง เหล่า นี้".

23. *Is the common person aware that he is only interested is “I am the one who does these things”*

เป็น คน ทั่วไป ทราบ ว่า เขา เป็น เพียง สนใจ คือ "ฉัน เป็น  
ผู้ หนึ่ง ที่ ไม่ สิ่ง เหล่า นี้"

24. The common person is not aware. He only wants to feel that he is in control. His enchantment is with sense objects. He loves the sound of his voice in his head. He loves his thoughts. He loves to talk with himself, and listen to the thoughts in in his head. He loves his emotions. He loves his liking and disliking, the love and hate. He loves to dream and play movies in his head. He does not want to be conscious of the movement of attention, which creates these events. He wants to have the results of his attention, sense experience. He loves the I feeling.

คน ทั่วไป จะ ไม่ ทราบ. เขา เพียง ต้องการ รู้สึก ว่า เขา อยู่  
ใน การ ควบคุม. เสน่ห์ ของ พระองค์ คือ มี วัตถุ รู้สึก. เขา  
ชอบ เสียง ของ เสียง ของ เขา ใน หัว ของ. เขา ชอบ ความ  
คิด ของ เขา. เขา ชอบ ที่ จะ คุย กับ ตัว เอง และ ฟัง ความ  
คิด ใน หัว ของ เขา. เขา ชอบ อารมณ์ ของ เขา. เขา รัก ที่  
ดี และ ไม่ ดี ของ เขา รัก และ เกลียด ชัง. เขา รัก ความ ผัน  
และ เล่น ภาพยนตร์ ใน หัว ของ. เขา ไม่ ต้องการ ที่ จะ มี  
สติ กับ การ เคลื่อนไหว ของ ความ สนใจ ที่ จะ สร้าง  
กิจกรรม เหล่า นี้. เขา ต้องการ ได้ ผล ของ ความ สนใจ  
ของ เขา ประสบ ความ. เขา ชอบ ความ รู้สึก ฉัน.

25. *Is there anything wrong with that? Isn't every animal and human doing the same thing?*

มี อะไร ผิด ปกติ กับ ที่? ไม่ สัตว์ และ ทุก คน ทำ สิ่ง

เดียวกัน?

26. Yes. Every living creature is doing the same thing, so there can be nothing wrong with it. This is the way living beings are made. This is how they survive. The problem occurs when a person says, “There must be more than this. What is the truth about life? I need to find the truth. I need to find freedom from this.”

ใช่. สัตว์ ทุก ชีวิต คือ การ ได้ ทำ สิ่ง เดียวกัน ดังนั้น จะมีอะไร ผิด ปกติ กับ มัน. นี้ เป็น เทพ อยู่ ทาง จะ ทำ. นี้ เป็น วิธี การ ที่ พวกเขา อยู่ รอด. ปัญหา เกิด ขึ้น เมื่อ บุคคล กล่าว ว่า ต้อง มี มากกว่า นี้. คือ ความ จริง เกี่ยว กับ ชีวิต อย่งไรฉัน ต้อง พบ ความ จริง. ฉัน ต้อง พบ อิสระ จาก นี้.

27. And what does such a common person do?

และ สิ่ง ที่ ไม่ เช่น คน ทั่วไป ทำ อย่งไร?

28. He will ask people, search through books, and find teachers. In the end he will realize that he must find the truth himself. Everything was only a finger pointing at the moon.

เขา จะ ถาม คน ค้นหา ผ่าน หนังสือ และ พบ ครู. ใน ที่สุด เขา จะ ตระหนัก ดี ว่า เขา ต้อง ค้นหา ความ จริง เอง. ทุก อย่ง เป็น เพียง นิ้ว ชี้ ที่ ดวง จันทร์.

29. What can such a person do? How can he progress.

สิ่ง ที่ สามารถ ดัง บุคคล ทำ อย่งไร? ว่า เขา สามารถ

ก้าวหน้า.?

30. He must be very skilled. He must not believe anything until he knows it for himself. He must test everything for himself. He must develop insight, and use that insight to progress. Almost everything he comes to know without insight, will be false. They will be stories told for children. เขา ต้อง มี ความ ชำนาญ มาก. เขา ต้อง ไม่ เชื่อ อะไร จนกว่า เขา จะ รู้ เพื่อ ตัว เอง. เขา ต้อง ทดสอบ ทุก อย่าง เพื่อ ตัว เอง. เขา ต้อง พัฒนา ความ เข้าใจ และ การ ใช้ งาน ที่ เข้าใจ ถึง ความ คืบ หน้า. เกือบ ทุก สิ่ง ที่ เขา มา เพื่อ ทราบ โดย ไม่ เข้าใจ จะ เป็น เท็จ. พวก เขา จะ เรื่อง จะ บอก สำหรับ เด็ก.

31. This is very harsh. Give me some examples of what you speak about.

นี่ รุนแรง มาก. ให้ ฉัน ตัวอย่าง ของ สิ่ง ที่ คุณ พูด เกี่ยว กับ.

32. Many teachers and books speak about the path to liberation. They speak of meditation. What do they talk about? Most of them speak nonsense, and talk in circles. They don't know the path to liberation, but they have a business to run. Any intelligent person wants to know How. But no one speaks of how. They do say, "Do this technique."

ครู จำนวน มาก และ หนังสือ ที่ พูด เกี่ยว กับ เส้นทาง เพื่อ

การ ปลดปล่อย. พวกเขา พุด ของ สมาธิ. สิ่ง ที่ พวกเขา พุด ถึง? ส่วน มาก พวกเขา พุด เรื่อง ไร้ สาระ และ พุด คุย ใน วงการ. พวกเขา ไม่ ทราบ พา ธ เพื่อ ปลดปล่อย พวกเขา มี ธุรกิจ ทำงาน. วิทวัส ใด ต้องการ ทราบ วิธี. แต่ ไม่มี วิธี พุด. พวกเขา กล่าว ว่า เทคนิค นี้ อย."

33. When you look at that technique, it is a mind game. They say to focus on this mental image or that external object, but they don't know "who is focusing". They don't even know what focus is. They remain ignorant of the basics, and teach people to remain ignorant.

เมื่อ คุณ ดู เทคนิค ที่ จะ เล่น เกม ใจ. พวกเขา กล่าว ว่า จะ เน้น ภาพ นี้ หรือ ว่า วัตถุ ภายนอก แต่ ไม่ ทราบ "ผู้ ที่ เน้น". พวกเขา ไม่ ได้ รู้ เน้น สิ่ง ที่ อยุ่. พวกเขา ยัง ไม่รู้ ของ พื้นฐาน และ สอน คน ที่ ยัง คง งมงาย.

34. When a seeker, who is a common person, focuses on a mental or physical object, they should be learning what reality is. The attention is constantly moving from I to an object and back to I inside the body. The mind creates a three dimensional space within which the attention moves. The seeker needs to see this reality before he begins.

เมื่อ ลง รับ เลือกตั้ง ที่ เป็น บุคคล ทั่วไป, เน้น วัตถุ ทาง จิต หรือ ทาง กาย ก็ ควร จะ เรียน รู้ สิ่ง ที่ จริง เป็น. สนใจ อยุ่ ตลอด เวลา ย้าย จาก ฉัน ไป วัตถุ และ กลับ ไป ที่ ฉัน ภายใน ร่างกาย. คิด จะ สร้าง สาม มิติ ใน พื้นที่ ที่ ย้าย ความ สนใจ. นัก แสวงหา ความ ต้องการ เห็น ความ จริง นี้

ก่อน ที่ เขา จะ เริ่ม.

34. *Why does the seeker need to see this or have this insight?*

ทำไม ไม่ ลง รับ เลือกตั้ง ต้อง ดู นี้ หรือ มี ข้อมูล ชิง ลึก นี้?

36. Without this insight into how his mind works, the seeker will not be aware that he is being deceived. He will be taught that the way to liberation is by continuing the same old mind game he is already doing, which is just what a common person does all the time anyway. So nothing ever happens.

ไม่ เข้าใจ วิธี การ ทำงาน ของ จิตใจ ของ เขา ลง รับ เลือกตั้ง จะ ไม่ ทราบ ว่า เขา กำลัง ดัก นี้. เขา จะ สอน ว่า วิธี การ ปลดปล่อย จาก การ ต่อ เกม ใจ เดียวกัน เก่า เขา ทำ อยู่ แล้ว ซึ่ง เป็น เพียง สิ่ง ที่ คน ทั่วไป ไม่ ตลอด เวลา อย่งไรก็ตาม. ดังนั้น ไม่มี อะไร เคย เกิด ขึ้น.

37. *Explain that in more detail.*

อธิบาย ว่า ใน ราย ละเอียด เพิ่มเติม.

38. For instance, a seeker finds a teacher who says to focus on an external object. What will the seeker be doing? His attention will be constantly moving from himself to the object and back to himself. His mind will create the space between himself and the object.

He will remain unaware of this subtle activity and believe he is having a good meditation. He will have a heightened sense of ME, the mind-space, and the external object. He will doze off into a hypnotic reverie of constant me-world, me-world. He may have a good rest.

เช่น นัก แสวงหา พบ ครู ผู้ กล่าว ว่า เพื่อ เน้น วัตถุ ภายนอก. ลง รับ เลือกลง จะ ต้อง ทำ อะไร? ความ สนใจ ของ พระองค์ จะ ย้าย จาก ตัว เอง ตลอด เวลา เพื่อ วัตถุ และ กลับ ไป เอง. ใจ ของ พระองค์ จะ สร้าง ช่องว่าง ระหว่าง ตัว เอง และ วัตถุ. เขา จะ ยัง ไม่รู้ กิจกรรม ลึกลับ นี้ และ เชื่อ ว่า เขา เป็น คน มี สมาธิ ดี. เขา จะ มี ความ รู้สึก ที่ เพิ่ม เป็น ปริมาณ ของ ใจ พื้นที่ และ วัตถุ ภายนอก. เขา จะ หลับใน ใน ภาวะ ฤก วาจา ของ โลก คง ฉับ, ฉับ โลก. เขา อาจ มี ส่วน ที่ เหลือ ดี.

39. The big question is, “How is this activity different than anything else his mind was doing?” And the answer is, “It is no different than anything else his mind does!” He is doing nothing! He is just resting and sleeping and allowing his mind to drift on and on.

คำถาม ใหญ่ คือ "การ มี กิจกรรม นี้ แตก ต่าง จาก สิ่ง อื่น ใจ ของ เขา ได้ ทำ? และ คำ ตอบ คือ" มัน ไม่มี อะไร ที่ แตก ต่าง กว่า อื่น ใจ ของ เขา ไม่! เขา ทำ อะไร! เขา เป็น เพียง พักผ่อน และ นอน หลับ และ ช่วย ให้ จิตใจ ของ เขา ให้ ลอย.

