

# เริ่มต้นอย่างไร

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๑

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่) ต.หนองแกว อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มันเริ่มที่เรานี้แหละ มันต้องเริ่มตั้งแต่ที่เราก่อน แบบว่าเริ่มต้นตอนที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ขึ้นมาแล้วนี่ ประชาชนจะรู้ได้ด้วยอะไร ประชาชนเขาไม่รู้เรื่องอะไรใช่ไหม ทีนี้พอประชาชนไม่รู้เรื่องอะไร เวลาพระพุทธเจ้าจะสอน ท่านจะเริ่มเผยแผ่ศาสนาเห็นไหม พอจะเผยแผ่ศาสนาที่ท่านต้องคิด ท่านจะรื้อสัตว์ขนสัตว์ ท่านยังมองเลยว่าจะเอาใครไปได้บ้าง ขนาดพอตรัสรู้ธรรมขึ้นมาแล้วยังทอดอาลัยเพราะอะไร

เพราะปัญญาของท่านคือโลกุตตรปัญญา มันไม่ใช่ปัญญาแบบพวกเรา ปัญญาแบบพวกเรานี้คือปัญญาวิชาชีพใช่ไหม ปัญญา คือ สิ่งที่เราแสวงหาเพื่อปัจจัยเครื่องอาศัยเห็นไหม นี่ปัญญาของเรา คุณิกฎหมาย รัฐศาสตร์หรืออะไรก็แล้วแต่อาชีพของแต่ละคน อันนี้มันไม่ใช่ปัญญาฆ่ากิเลสนะ

ทีนี้ถ้าไม่เป็นปัญญาฆ่ากิเลส แล้วท่านจะรื้อสัตว์ขนสัตว์ ท่านจะเอาพวกเราให้พ้นจากกิเลสไปได้ นี่ท่านจะคิดอย่างไร ฉะนั้นท่านจะวางแผนอย่างไร เห็นไหม ก็เริ่มที่เรื่องทำทานก่อน เรื่องการที่เราเสียสละขึ้นมา ถ้าไม่เสียสละขึ้นมา เหมือนมือเราสกปรกไปหมดเลย แล้วพอจะไปจับอะไรมันก็สกปรกไปหมดละ แล้วยิ่งถ้ามือเรามีสารพิษนะ ถ้าไปจับอาหารมาใส่ปาก เราก็จะมีสารพิษติดเข้ามาในตัว เขาถึงให้เสียสละ คือเพื่อเตรียมใจให้พร้อมใจ ก็จะทำมือเราให้สะอาด

มีทาน มีศีล ต้องมีทานมีศีลเพราะอะไร มีศีลนะ สมมุติถ้าเราจะทำสมาธิ ถ้าเราไม่มีศีลใช่ไหม พอจิตเราสงบขึ้นมา ถ้าเราเคยมีความผูกพันกับใคร จิตนี้มันจะไปทำลายเขาได้ ศีล ๕ ปานาติปาตาคือไม่ทำลายใคร ปานาติปาตาคือการฆ่าสัตว์ แต่ไม่ใช่หรืออก ปานาติปาตาคือ ถ้าเราคิดร้ายมุ่งร้ายนี้มันก็เป็นปานาของจิต มโนกรรมไง

มโนกรรม กายกรรม วาจากรรม ที่นี้พอกรรมมันเกิดแล้ว ถ้าเราถือศีลเป็นพื้นฐาน ใจใหม่ พอจิตเราสงบเข้ามาแล้วเราไม่ทำลายเขา จิตมันไม่ออกไป สมาธิมันถึงมีมีจิต สมาธิกับสัมมาสมาธิ ที่นี้พอมีศีลมีสมาธิมันถึงเกิดปัญญา พระพุทธเจ้าต้องวางรากฐาน นะว่าจะรู้สัตว์ชนสัตว์อย่างไร อย่างถ้าเราชวนกันมานี้ก็จะมาแล้ว อันนี้มาด้วยมนุษย์ นะ แต่เวลาจะรู้สัตว์ชนสัตว์ มันไม่ใช่ว่าจะไปเอาที่ตัวร่างกายมาอย่างนี้ แต่มันเอาที่ หัวใจ ถ้าจะเอาที่หัวใจ แล้วหัวใจคิดอย่างไร หัวใจมีพื้นฐานใหม่ หัวใจมีพร้อมหรือยัง ถ้าหัวใจยังไม่พร้อมนะ ท่านก็รอเวลา ถ้าหัวใจพร้อม พร้อมที่ไหน พร้อมที่เราได้สร้าง บุญกุศลที่เราสนใจใจ

คนถามกันบ่อยว่า “พวกเรานี้มีบารมีไหม”

ถ้าไม่มีบารมีเราจะไม่อยากไปวัดนะ แต่ถ้าเราไม่มีบารมี แล้วมาชวนไปวัดมันจะ รู้สึกหงุดหงิด แต่ถ้าชวนไปวัดแล้วเรามีความสนใจขึ้นมา เห็นใหม่ บารมีเกิด มีศรัทธา ใหม่ ถ้ามีศรัทธาขึ้นมามันจะสนใจเห็นใหม่ พอสนใจขึ้นมาแล้วเราเสียสละบ้าง เหมือน น้ำสกปรก ความรู้สึกของเรานี้มันสกปรกหมด ถ้าน้ำสกปรกมันใช้ประโยชน์ไม่ได้ ต้อง รีไซเคิลให้มันสะอาดใจใหม่ พอรีไซเคิลให้สะอาด การเสียสละทานนี้มันจะมีการสละ ออก

ของที่ได้มาทำไมทุกคนจะไม่อยากเป็นเจ้าของ ทำไมจะไม่ให้มันมาเป็นของเรา ละ แล้วเราสละทำไม แล้วเวลาเสียสละนะ แเบงก์ในธนาคารมันได้อะไรขึ้นมา มัน เสียสละใหม่ เพราะแบงก์มันไม่มีชีวิต แต่เจ้าของแบงก์เป็นผู้เสียสละ เจ้าของสิ่งของนั้น ที่นี้พอเจ้าของสิ่งนั้นเพราะอะไร เราจะบอกว่า “คำว่ารีไซเคิลหัวใจเห็นใหม่” เพราะมัน เสียสละออกไป เวลาทำบุญใหม่ๆ มันได้เปิดออกไปใหม่ มันเปิดความคิดเราออกไป ใหม่

นี่ละทาน แล้วเราก็รักษาศีล จากนั้นเราจะมาภาวนา ที่นี้พอเราจะมาภาวนานะ ภาวนาจะเริ่มต้นอย่างไร เริ่มต้นที่ครูบาอาจารย์ หลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์สอนเลยว่า “ต้อง ทำให้จิตสงบเข้ามาก่อน พยายามทำจิตให้สงบเข้ามา” ถ้าทำจิตสงบเข้ามาแล้ว ศีล สมาธิ

แต่ในปัจจุบันนี้มันยุคดาวเทียม เขาบอกไม่ต้องทำสมาธิ เขาบอกว่าให้ใช้ปัญญาไปเลย แล้วทุกคนก็เชื่อเนาะ เอ้อ..ก็ภูคินี่ภูคินี่ว่าเป็นปัญญาแล้วไง แต่ปัญญาอย่างนี้เขาเรียกว่า โลกีย์ปัญญา

ปัญญาพระพุทธเจ้าแบ่งไว้ ๓ ระดับ การศึกษาเล่าเรียนนี้เรียกว่า “สุตมยปัญญา” การศึกษาทางวิชาการนี้เรียกว่า “สุตมยปัญญา”

“จिनตมยปัญญา” ถ้าไม่มีจินตนาการ ไม่มีสมาธิ จินตนาการของพวกเรานั้นเป็นจินตนาการโดยที่ว่า จินตนาการโดยตัวตนของเรา แต่ถ้าจินตนาการในสมาธิ พอมันมีสมาธิขึ้นมาแล้วจินตนาการ จิตมันจะมหัศจรรย์มหาศาลเลย แต่ก็แก้กิเลสไม่ได้ต้องภาวนามยปัญญา

ทีนี้ตัวภาวนามยปัญญานั้นจะเกิดได้อย่างไร ตัวภาวนามยปัญญานั้นไม่ใช่ปัญญาอย่างนี้ เราแบ่งแยกเลย “ปัญญาจากสมอง-ปัญญาจากจิต” ทางการแพทย์บอกว่า ปัญญาที่คนคิดจากสมองไข้ใหม่ เรียบอกไข้ คนคิดคิดจากสมอง แต่ธรรมชาติจากสมองไม่ได้ธรรมชาติต้องคิดจากหัวใจ เพราะอะไร เพราะกิเลสมันอยู่ที่ใจ เราจะบอกว่า หัวใจนี้พลังงานนี้ เวลามันส่งพลังงานมาถึงสมอง เพราะสมองมันเก็บข้อมูลอยู่ ที่เขาบอกว่าสมองก่อนเล็กก่อนใหญ่จะมีความฉลาด ไลน์สไตน์มันตายไปแล้ว มันก็ยังไม่ได้ไปไหนเลย จะฉลาดขนาดไหนมันก็ตกอยู่ในนรก

สมองโดยธรรมชาติมันคิดเองไม่ได้หรอก สมองนี้เป็นสสารนะ เป็นวัตถุ มันคิดไม่ได้ ต้องมีพลังงานต้องมีตัวจิตเข้าไป มันเกี่ยวเนื่องกัน ทีนี้พอจิตเราสงบเข้ามา เราทำ ความสงบของจิตเข้ามา เพราะจิตต้องสงบเข้ามาก่อน มันจะหยุดตัวเข้ามาเนาะ คนนั่งสมาธิจะรู้ เวลาจิตมันสงบเข้ามา มันหยุดเข้ามาจนไม่รู้รูปร่างกายเลย บางคนจิตมันหยุดเข้ามาจนเป็นตัวของมันเอง

แล้วความคิดจากจิต จิตมันจะคิดได้อย่างไร ในเมื่อจิตมันไม่มีสมอง สมองคิดคนคิดกับจิตที่มันเกิดตาย มันมีที่ว่าบารมีธรรม พระโพธิสัตว์ ทำไมพระพุทธเจ้ารู้ว่าอดีตชาติท่านเป็นพระเวสสันดรละ เป็นทศชาติ ๑๐ ชาติ มันมาจากไหน จิตที่มันคิดมันเป็นปัจจุบันนะ ไม่ใช่คิดอย่างพวกเรานี้ มันเป็นภาวนามยปัญญา จิตมันสงบเข้ามา พอสงบเข้ามาแล้วมันเห็น กาย เวทนา จิต ธรรม

พอเห็นกาย เวทนา จิต ธรรม เพราะโดยข้อเท็จจริงมันเป็นอย่างนั้น พอเป็นอย่างนั้นปั๊บ แล้วจิตมันเข้าไปเห็นมันจะเกิดมีพลังงาน ถ้าเกิดมีสมาธิขึ้นมาแล้วมันจะเกิดเป็นไตรลักษณ์ มันจะแปรสภาพ มันจะแปรปรวน ถ้าเราไปเห็นสิ่งที่มันแปรปรวน เราไปเอ๊ะ! เข้าเราก็จะปล่อย ปล่อย ปล่อย นี่ปัญญาที่แก้กิเลสมันเป็นอย่างนั้น

ทีนี้วกกลับมาว่า แล้วจะเริ่มภาวนาอย่างไร การภาวนานะถ้าโดยครูบาอาจารย์ท่านสอน หลวงปู่มั่นจะสอนว่า “ให้กำหนดพุทโธๆ” เพราะอะไรรู้ไหม เพราะมันเป็นกำปั้นทุบดิน คือ กำปั้นทุบมันลงดินแน่นนอนอยู่แล้ว โลกทั้งโลกมันจะทุบแล้วไม่โดนเหรอะ

จิตทั้งดวงของเรา แล้วมานึกพุทโธๆ มันก็จะย้อนกลับมาที่ใจ เพราะถ้าโดยพลังงานธรรมชาติ เอ็งลองคิดสิ ถ้าคิดถึงบ้านเดี๋ยวนี้ มันก็ไปบ้าน รถวิ่งตั้งกี่ชั่วโมงกว่าจะถึงบ้าน มึงคิดไปบ้าน วิ่งไปกลับนะคิดถึงบ้านวันละร้อยกว่ารอบหรือจะกี่รอบมันก็คิดได้หมดเลย จิตมันไปเห็นไหม ทีนี้ถ้าเราคิดพุทโธละ ถ้าเราคิดถึงบ้านนี้มันวิ่งไปวิ่งกลับเห็นไหม

เราพุทโธนี่เป็นพุทธานุสสติ แล้วพุทโธคือใคร พุทโธคือผู้รู้ พุทโธคือความรู้สึกของเรา พุทโธๆ พุทโธๆ เข้ามานี้มันจะมีจุดยืนไง มีคำบริกรรมนะ ถ้าไม่มีคำบริกรรม ถ้าพูดถึงคำว่าพุทโธ เราเขียนหนังสือไว้ว่าพุทโธ หรือเราพูดในคอมพิวเตอร์ เขียนพุทโธเออะๆ แล้วกด มันก็ออกมาจนหมด แต่ไม่มีใครได้ประโยชน์ เพราะจิตไม่ได้บริกรรม มันจะเป็นพุทโธก็ต่อเมื่อเราคิดจริงไหม เราระลึกขึ้นมามันถึงมีใจไหม ถ้าไม่ระลึกพุทโธๆก็อยู่นอกโลกนั่นละ ใจเราก็คือเรา คนละเรื่องกันเลย

เรากำหนดพุทโธๆ ถ้าผู้บวชใหม่หรือปฏิบัติใหม่ก็พุทโธพร้อมกับลมหายใจเข้าออก ลมหายใจเข้านี่ก็ถึง “พุท” ลมหายใจออกนี่ก็ถึง “โธ” เพราะอะไร เพราะมันเป็นรูปธรรมไง ลมหายใจเข้าออกนี่เป็นอานาปานสติ มันเป็นกรรมฐาน ๔๐ ห้อง การทำความสงบ ๔๐ วิธีการ กำหนดลมเข้าลมออก ลมเข้าจิตเราก็อยู่กับลม (ทำท่าหายใจ) เห็นไหม มันสำคัญที่จิตอย่างเดียว สำคัญที่ใจเราอย่างเดียว

ใจเรานี้มันเหมือนเป็นพลังงาน มันเป็นนามธรรมที่มันออกไปโดยธรรมชาติที่มันส่งออก แล้วโดยสามัญสำนึกโดยข้อเท็จจริงมันเป็นอย่างนี้มาตลอด แต่พระพุทธเจ้าสร้าง

วิธีการขึ้นมา คือจะรวมพลังงานที่มันส่งออกไป สิ่งที่เกิดขึ้นที่ที่เร็วที่สุด แล้วมันอยู่นิ่งได้ จะเป็นกำลังมากที่สุด

ที่นี้ความคิดมันเคลื่อนที่ ความคิดคิดเคลื่อนที่ครอบจักรวาลไปหมดเลยเกลี้ยงเลย ตัวเองเลยกลวงใจ ไม่มีอะไรเลย ทั้งๆ ที่มันมีดีอยู่มากเลย แต่เราไปเห็นความสำคัญกันที่ “โอ๊ย..ไม่ได้หรอก พรุ่งนี้ต้องทำงาน” เราไปเห็นกับอาชีพไปหมดเลย มันไม่ได้เห็นความคิดกับใจเลยใจ ทุกคนไปหลงกันตรงนั้นว่า เราจะทำไม่ได้ ทุกอย่างมันไม่ได้หมด

แต่ถ้าเรามีคุณค่าบีบ เรารู้อย่างนี้บีบ หน้าที่การงานก็ทำ เพราะคนเกิดมาก็ต้องทำ หน้าที่การงาน แต่หัวใจของเราถ้าใจมันสบาย ถ้าใจมันดีขึ้นมาะ โอ้โงงานก็คล่องแคล่ว ไม่เครียด งานก็ดี ถ้าข้างในดีทุกอย่างจะดีไปหมดเลย แต่ข้างในมันไม่ดี พอไม่ดีก็ฟาด งวงฟาดงาไปหมดเลย แล้วก็บอกว่า มันก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ดีตลอดไป เห็นไหม

แต่ถ้าเราเห็นคุณค่าบีบ งานก็ทำของมัน ถึงเวลาก็ทำงาน พอเสร็จจากงานหรือมี เวลาบีบ เราก็กลับมาดูใจเรา ก็พุทโธๆ คำบริกรรมมันเกิดขึ้นมา พุทโธๆ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ ลมหายใจเข้านี่ก็ “พุท” ลมหายใจออกนี่ก็ “โธ” หรือไม่ต้อง ลมหายใจเลยนี่ก็พุทโธอย่างเดียว พุท โธๆ เอาเลย พุท โธๆ นี่ก็เอาท่องเอา พื้นฐานมันเป็น อย่างนี้ ต้องทำจิตใจให้สงบเข้ามาก่อน

เราพูดชะยวเลย เพราะอะไร เพราะถ้าบอกว่า ให้กำหนดพุทโธเลย พุทโธแล้ว เด็กเล่นขายของหรือ พุทโธๆ ก็เด็กเล่นขายของ ก็มีคิดว่าเล่นขายของ มันก็เล่นขายของ ใจ ถ้ามีเห็นจริงมีเข้าใจจริง มีก็จะได้ของจริงใจ คือคนเราไม่จริงจังตั้งแต่เริ่มต้น ไม่จับให้มันคั่นให้ตาย เอาให้จริงใจ เราแหละแหละมาตลอด เราก็จะได้แหละแหละไป ตลอด แต่ถ้าเราตั้งใจจริงแล้วเราจับให้มันคั่นให้ตาย ของมีอยู่ในอกเรา แต่ทำไมเราหาไม่เจอ ความรู้สึกอยู่กับเรานี้ทำไมมันทำความสงบไม่ได้ อ้าว..ก็ของมันมีอยู่กับเรานะ แล้วทำไมมีงทำไมไม่ได้ล่ะ

กิเลสมันร้ายไหม ของๆ เราแท้ๆ อยู่กลางหัวอกแท้ๆ เลย เวลาไปหาข้างนอกมัน ยังไปหาได้เลย แล้วของอยู่ในนี้มันหาไม่เจอนะ เวลาคนตายจิตมันจะหดเข้ามาแล้วหลุด ออกเลย มันจะหดสั้นเข้ามา แต่พอจิตปกติมันจะแผ่ชานออกไปรับรู้หมดเลย เห็นไหม เวลาคนจะตายมันจะหดเข้ามาหดเข้ามาในตัวจิต มันมีจริงๆ

ถ้ามันมีจริงๆ นะ คุณพ โดยสามัญสำนึกเวลาศพคนตาย ๓ วัน ๔ วันก็จะเน่า แต่เพราะว่ามันมีพลังงานตัวนี้มันเผาผลาญอยู่ ไม่เน่าเพราะอะไร เพราะมีตัวจิตนี้ มีพลังงานมันเผาผลาญตัวเราอยู่ โดยธรรมชาติร่างกายนี้ถ้าจิตออกปั๊บมันก็เน่า เป็นธรรมดาของมันเลย แล้วเวลาจิตเราสงบเข้ามาแล้วเราเห็นกาย มันแปลกตรงนี้ไง จิตมันก็อยู่ มันก็เผาผลาญของมันอยู่นะ แต่เวลาจิตสงบไปเห็นกาย จิตเห็นกาย ไม่ใช่ตาเห็นกาย ตาเห็นกายแบบพวกหมอมันฟุ้งอยู่ทุกวันเลย แต่ไม่เคยเห็นกายเพราะมันเห็นส่งออก มันเห็นด้วยตาเนื้อ

แต่ถ้าจิตเห็นกาย จิตสงบก่อน ตัวจิตสำคัญมาก พอจิตสงบก่อน ถ้ามันเห็นกายถ้ามีวาสนาเห็นใหม่ อุกคหนิมิต วิภาละ ถ้าเห็นกายนะ ขยายส่วน แยกส่วน ทำลายมัน ทำลายมัน ทำลายมัน “โ๊ะ!” มันเห็นจากจิต นี่ละวิภาละ การขยายส่วนแยกส่วน มันเป็นไตรลักษณ์ พอเป็นไตรลักษณ์มันจะสะท้อน ใครเห็น จิตเห็น จิตที่มันยึดมันถือมัน มันมีอุปทานของมัน

โดยจิตได้สำนึกนี้ทุกคนก็จะคิดว่าเราเป็นเราหมดแหละ เราเกิดมาก็คือเราใช่ไหม แต่พระพุทธเจ้าบอกว่า “ไม่ใช่ เราเกิดมาไม่ใช่เรา” แต่มันก็ยังว่าเป็นเราน่า เพราะพอมันไปเห็นเข้า มันไปเห็นโดยจิต เห็นจากข้อมูลมันคลายที่นั่นไง เราถึงบอกว่ากิเลสมันแก้กันที่จิตได้สำนึก จิตก่อนสำนึก ไม่ใช่แก้กันที่สามัญสำนึก สามัญสำนึกหรือสัญชาตญาณ

เราศึกษาธรรมะว่า “พระพุทธเจ้าสอนว่าไม่ใช่เรา ตายแล้วก็ตาย” ก็นกแก้วนกขุนทอง มันท่องได้หมด มันรู้ไปหมด แต่จิตได้สำนึกของมันละ ตัวกิเลสละ มันปล่อยใหม่ มันไม่ปล่อยหรอก แต่ถ้าพอมันไปเห็นเข้าเห็นใหม่ สุตมยปัญญา การศึกษา จินตมยปัญญา แล้วภาวนามยปัญญา จิตมันสงบแล้วมันเห็น ต้องจิตเห็น

หลวงปู่เจี๊ยะพูดกับพวกอภิธรรมที่ไปหาท่านบ่อยๆ แล้วเราก็ออยู่กับหลวงปู่เจี๊ยะนะ “วิปัสสนาอย่างไรล่ะ?” “กีนามรูปสึคะ” “พิจารณาอย่างไร?” “กีนามรูปสึคะ” แล้วท่านก็บอกว่า “เฮ้ย มันไม่ใช่ซะเว้ย มันต้องเอาจิตวิปัสสนา พิจารณานามรูปสึคะนี้ใครเป็นคนพิจารณาละ ใครเป็นคนทำละ” พิจารณานามรูปสึคะ ก็คือนี่เอาใจ สามัญสำนึก ใจ พิจารณานามรูปสึคะ ก็เหมือนเราฝันเอานะสิว่าเราเป็นเศรษฐีร้อยล้านเลย เราฝันเอาสิ แล้วมันเป็นไหมละ มึงจะบ้าหรือ กูมีเงินร้อยล้าน ก็กูมีสึคะ แล้วเงินกูมีหรือเปล่านั้น กู

ไม่มีเพราะว่ากูไม่ได้ทำ แล้วเงินกูจะเอามาจากไหนล่ะ ถ้ากูจะมีเงินกูก็ต้องลงทุนลงแรง เราต้องทำงาน เวลาเราทำของเราขึ้นมามันก็จะจะมี

ตัวจิตมันทำ ตัวจิตมันรู้ เราเรียกว่า “พันธุกรรมทางจิต” หมายถึงว่า จิตนิสัยของคนนี้สร้างมาหลากหลายแตกต่างกัน พันธุกรรมนี้ไม่เหมือนกันนะ ถ้าพันธุกรรมที่เหมือนกัน ลูกเรานี่ต้องได้ตั้งใจเราหมดเลย ลูกเราแต่ละครอบครัว ลูกเรามีหลายคนแต่ทำไม่มันไม่เหมือนกันล่ะ ก็เกิดจากพ่อแม่เดียวกัน

พันธุกรรมของเขา ถ้าโดยร่างกาย ดีเอ็นเอหรือกรรมพันธุ์นี้ ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้าตรวจจะเหมือนเป็บบหมดเลย แต่ความรู้สึกมันตรวจไม่ได้ จิตมันตรวจไม่ได้ เพราะจิตมันเป็นของมันเอง เลี้ยงลูกเราเลี้ยงได้แต่กาย ใจเราเลี้ยงเขาไม่ได้ แต่ธรรมะเลี้ยงได้หมดเลย เลี้ยงทั้งกายและทั้งใจด้วย

พันธุกรรมมันไม่เท่ากันและไม่เหมือนกัน การกำหนดพุทโชนี้ถ้ามันตรงจิตนิสัยมันก็ได้ แต่ถ้าเป็นพุททจริต การกำหนดพุทไปแล้วปัญญามันจะบอกเลยว่าไม่เห็นมีอะไรเลย มันไม่มีเหตุมีผลไง พอไม่มีเหตุมีผล “ปัญญาอบรมสมาธิ” เราจะสอนว่าปัญญาอบรมสมาธิให้ใช้ความคิดไป แต่ความคิดนี้โดยธรรมชาติของมัน เราลองคิดสิว่าเราเคยทุกข์มาไหม ทุกคนเคยร้องไห้มาทั้งนั้น แล้วเดี๋ยวนี้มันหายไปไหนล่ะ

มันทุกข์มานะแล้วพอกาลเวลาผ่านไป มันก็สมานให้ความทุกข์เราจางลงไปบ้าง ไข้ใหม่ เราจะบอกว่าความคิดนี้ ธรรมดามันก็เกิดดับ แต่เราไม่เคยตั้งใจ ไม่เคยเอาสติไปรับรู้มัน มันเกิดโดยธรรมชาติของมัน ทั้งๆ ที่ทุกข์แทบเป็นแทบตาย มันก็ต้องจางลงไปเป็นธรรมดา โดยข้อเท็จจริงมันเป็นแบบนี้ แต่มันไม่มีเจ้าของ ไม่มีผู้รู้ผู้เห็นใจ

เหมือนกับสมบัติ คูสิ คูอย่างแก้วแหวนเงินทองมันเป็นแร่ธาตุ เพชรนิลจินดามันอยู่ในดิน คนไปขุดมันขึ้นมา แล้วเอามาเจียรระไนเอามาใช้ใช้ใหม่ ความรู้สึกความคิดของเรา มันมีอยู่กับเราทั้งนั้นเลยล่ะ แต่มันก็ใช้ไปโดยสามัญสำนึกแล้วเสื่อมไปเป็นธรรมดา พอจิตเราสงบเข้ามาไง แล้วเราไปรู้ไปเห็นเข้า พอที่นี้ความคิดที่มันเกิดดับ จะคิดดีขนาดไหนหรือจะคิดชั่ว สุดท้ายแล้วมันต้องดับ แต่เราไม่เคยได้ประโยชน์จากมัน

พอเราตั้งสติตามมันไป พอมันคิดอะไรเราก็ตามความคิดไป ถึงที่สุดแล้วพอเราตามความคิดไป ธรรมดา มันก็เกิดไปตามธรรมชาติของมันนะ เหมือนกับพลังงาน พอใช้ไปแล้วมันก็ต้องหมดเป็นธรรมดา พอเราตามไปดู พลังงานมันไม่ยอมหมด มันยิ่งคิดใหญ่เลย เพราะเราตามไปรู้มันไง จะไปคุมมันมันก็ยากขึ้น แต่เราตามมันไปเพราะอะไร เพราะกิเลสนี้ถ้าไม่ทำอะไรนะ ไม่ไปค้นคว้ามัน มันก็อยู่ไปตามของมัน แต่พอเราจะสู้กับมันนะมันจะเล่นแฉ มันจะมีช่องมีข้อปลีกย่อยหลอกเราจนหัวปั่นเลยล่ะ

ก็ให้มันจะหยุด ไม่เห็นหยุดซักที อ้าว..ก็ไม่หยุด ถ้ามันอยากให้มันหยุดมันก็ไม่หยุดนะสิ ถ้ามันผลอมันก็หยุด

ทีนี้ถ้าผลอมันไม่ได้ประโยชน์ แต่ถ้าเอาสติตามไปมันจะเห็น พอเราเห็นมันหยุดปั๊บ “เฮ้ย..ความคิดเป็นอย่างนี้เหวอะ เฮ้ย..ความคิดมันก็อยู่ได้ อ้าว..เมื่อก่อนทำไมเราไม่เห็นอย่างนี้ล่ะ” ถ้าเรารู้เราทัน พอครั้งหนึ่งได้ครั้งสองได้แล้ว เพราะมันหยุดนั่นคือสมาธิแล้ว คือมันปล่อยแล้ว แต่แป๊บเดียว พอปล่อยปั๊บหนึ่งแล้วคิดต่อเลย เราก็ตามมันไป จนเราเห็นเหตุเห็นผลนะ เพราะเราตามอย่างนี้มาจนถึงที่สุด

ความคิดนี้มันเกิดจากอะไร ความคิดมันเกิดจากแรงกระตุ้น รูป รส กลิ่น เสียง สิ่งทีกระตุ้นเห็นใหม่ เราพูดบ่อยมากเลย รูป รส กลิ่น เสียง เป็นบ่วงของมาร เป็นพวงดอกไม้แห่งมาร คุณมันกระตุ้นให้เราคิดเรื่องนั้นเรื่องนี้ สัญญาข้อมูลคิดไปเรื่อย มันล่อเป็นบ่วงล่อเราออกไป เป็นพวงดอกไม้ที่เอาไว้นูชา คิดนู้นดี เป็นอย่างนู้นดี อย่างนี้ดี

ทีนี้พอปัญญาเราเห็น ใจ่ ความคิด ข้อมูลคนมีชีวิต มีปฏิภาณ เพื่อจะดำรงชีวิตทางโลก ธรรมดา มันก็ต้องมี ความคิดอย่างนี้เป็นเรื่องธรรมดา แต่เวลาคิดที่เราจะให้มันสงบ เวลาเราจะควบคุมมัน มันทำไม่ได้ ฉะนั้นพอเราทำไม่ได้ปั๊บ เราเลยเห็นโทษใจใหม่ หน้าที่การงานเราก็ทำแล้ว แต่เราจะให้มันสงบ เราก็ต้องทำได้ด้วย พอทำได้ด้วยมันเห็นเหตุเห็นผลเห็นโทษใจ ไม่ใช่เราจะไปปิดตายความคิดมัน เพียงแต่เราเห็นเหมือนกับสวิตซ์ไฟฟ้าเลย ญปิดก็ได้ ญเปิดก็ได้ ญคิดก็ได้ ญไม่คิดก็ได้ ถ้ามันคุมได้หมดแล้ว

พอทำอย่างนี้ปั๊บ นี่แหละปัญญาอบรมสมาธิ ที่เขาบอกว่าใช้ปัญญาๆ กัน คนไม่เคยภาวนา ก็เหมือนกับเราไม่ใช้ช่างไฟ เราก็เดินไฟไม่เป็น เราทำอะไรไม่เป็น แต่ถ้าคนเป็นช่างไฟเขาจะเดินไฟเป็น จะวางรากฐานเป็นหมดเลย คนภาวนาเป็นมันจะเห็นว่าจิตนี้



มันทำงานอย่างไร มันออกไปรับรู้อย่างไร ทีนี้พอสังคมโลกเขาบอกว่า “ใช้ปัญญาอย่างนี้แล้วเป็นวิปัสสนา” อ้อชื่อมันก็เหมือนบอกว่ามันเอาสายไฟฟ้ามาเดินไฟให้เรา มันก็เอามากองไว้หน้าบ้านเรา แล้วมันกลับ มันบอกว่าต่อเสร็จแล้วไง ก็มันยังไม่ทำอะไรเลย แล้วจะมาบอกว่าวิปัสสนาอะไรของมัน

นี่ก็เหมือนกัน เพราะความคิดมันเกิดดับ พอความคิดมันเกิดดับแล้วมันเห็นการเกิดดับอย่างนี้ แล้วมันปล่อยเข้ามา แล้วเราไล่เข้าไป สายไฟเอาไปทิ้งไว้หน้าบ้านก็ไม่ถูกต้องเอามาเก็บไว้ก่อน เก็บไว้รอจะเดินสายไฟใหม่ แล้วพอจิตสงบเข้ามา เราก็รักษาให้มันมั่นคงขึ้นมา พอมันคงขึ้นมาปั๊บนี่คือกัลยาณปฏิกุณ แล้วถ้าเราได้สายไฟ เราวัดคำนวณแล้วเราจะเดินสายไฟ นั่นล่ะมันเดินโศคาปัตติมรรค คือมันเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม

พอเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม เราก็ต่อเสร็จ เราก็ทำของเราได้หมด กระบวนการของมันเป็นอย่างนั้น แล้วเวลาเขาพูดกันนั้นมันไม่เข้ากระบวนการเลย พอมันไม่เข้ากระบวนการของจิตเลย เราก็งง เอ๊ย..แล้วมันรู้จักจิตได้อย่างไรวะ ถ้ามันไม่รู้จักจิต มันก็เหมือนกับเรา เราไม่รู้จักคนผิด เราไม่รู้จักคนใช่ แล้วเราจะไปรักษาใครละ เวลาเราเจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมา แล้วก็ไม่รู้ว่ากูเป็นไข้ แล้วใครจะกินยาล่ะ แล้วใครจะรักษา

แต่ถ้ามันรู้ขึ้นมาเห็นใหม่ รู้ขึ้นมาคือมีสติ ตัวสติ ตัวจิต ที่มันออกมาทำ แล้วย้อนกลับมา มันต้องมีการกระทำก่อน ถ้าไม่มีการกระทำอะไรเลย แล้วเรานึกเอา เราอยากรวอะไรก็นึกเอา มึงก็รวกูก็รว ก็รวยทั้งนั้นล่ะ รวยบ้าง กูไม่เห็นมีใครรวยซักคนหนึ่ง แต่ถ้ามันทำอยู่นะ จะคิดหรือไม่คิดแต่กูก็มีตั้งค์ แล้วเราทำของเราไป

นี่พูดถึงการกระทำเห็นใหม่ เราพูดอย่างนี้เพียงแต่จะบอกว่า พระพุทธเจ้าสอนกรรมฐาน ๔๐ ห้อง เราก็จะบอกว่าการกระทำ ๔๐ วิธีการนี้มันถูกต้อง ฉะนั้นกำหนดพุทโธก็ได้หรือจะใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ นี่พื้นฐานใจ เพียงแต่ให้เราตั้งใจก่อนว่าเรามีพื้นฐาน เราเข้าใจแล้วเราจะทำต่อไป ใจที่ว่ากำหนดเห็นใหม่ เราจะบอกว่ากำหนดคำบริกรรมอะไรก็ได้ถ้ามันสงบได้ แล้วเขาบอกว่าเขาคิดนามรูป ทำไมมันสงบไม่ได้ล่ะ มันไม่ใช่สงบไม่ได้ แต่มันเป็นการที่เขาคิดว่า สิ่งนี้คือวิปัสสนาเขาไม่ได้คิดว่านี่คือสมณะ

หลวงตาพูดบ่อยมากเลย เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ เป็นได้ทั้งสมณะ เป็นได้ทั้งวิปัสสนา เป็นได้สมณะเหมือนพวกเราคิดเกศา โลมา นขา ทันตา ตโจเป็นคำบริกรรมไป ผลของมันก็คือสงบ แต่เราเข้าใจผิดใช้ใหม่ เราไปคิดว่าเป็นวิปัสสนา มันก็เลยไม่มีสติ เหมือนกับถ้าเราทำธุรกิจแล้วเราเก็บเงินมาเข้าเซฟ มันก็เป็นของเราใช้ใหม่ อันนี้เขาบอกว่าจ่ายตั้งค์แล้ว แต่กูไม่เอา กูเอาทิ้งไว้ นั่นล่ะ ลมมันก็พัดไปหมดเลย

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเขาไม่คิดว่าเป็นสมณะ เขาก็ไม่มีสติ เขาไม่เก็บเข้าเซฟไป คือเขาไม่เก็บเงินเป็นของเรา มันขาดเราไป มันขาดจิต มันก็เลยว่างๆว่างๆ ตัวจิตนี้เป็นตัวพลังงาน ไม่ได้ว่าง แต่มันสร้างความคิดนามรูปให้ว่าง มันก็เลยไปว่างอยู่นั่น ไอ้ตัวเองก็ว่างๆว่างๆ เอ๊ะอยู่นั่นล่ะ คือเป้าหมายผิด

หลวงปู่มั่นบอกว่า “ต้นคด ปลายก็คด”

เจตนาความคิดเราผิด แล้วก็บอกว่า อ้าว..นี่นามรูปนะ วิปัสสนาสายตรงนะ ก็เอ็งเข้าใจว่าเป็นสายตรงไป แต่ข้อเท็จจริงมันไม่ใช่

เพราะว่าการปฏิบัติหลักๆ พระพุทธเจ้าสอนเห็นใหม่ พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ เจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ ปัญญาอบรมสมาธิ ใช้ปัญญาไล่เข้าไป แต่เจโตวิมุตตินี้ เขาใช้คำบริกรรม มันเหมือนกับกำปั้นทุบดิน คำบริกรรมมันเกิด เพียงแต่ถ้าสติดี มันก็จะอยู่กับเรา ถ้าสติไม่ดีมันก็พุทโธหายไปแล้ว แวบๆ เราก็ต้องพุทโธไวๆ แต่ถ้าวันไหน อารมณ์ดีก็พุทโธพอประมาณ

ตอบเหมือนไม่ได้ตอบเลยนะ

คณะโยม : (หัวเราะ)

โยม : ถ้าเรานั่งกราบพระเสร็จแล้วเราจะเริ่มวิปัสสนาปั๊บ เราก็ท่องพุทโธไปได้เลย โดยไม่ต้องสวดมนต์อย่างอื่นเลย

หลวงพ่อ : ได้

โยม : ได้ใช้ใหม่ครับ

หลวงพ่ : ได้

โยม : ฆราวาสทั่วไปบางทีอาจจะสวดมนต์ไม่เป็น หรือว่าสวดมนต์อย่างอื่นไม่เป็น

หลวงพ่ : ไม่ต้องเลย เพราะคำสวดมนต์นี้มันก็เหมือนกับคำบริกรรม บางทีการสวดมนต์ก็ทำให้จิตใจสงบได้ ทีนี้คำสวดมนต์ คือ คำสรรเสริญพุทธคุณ เพราะว่าคำสวดมนต์มันก็มาจากพระไตรปิฎกที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ว่าเป็นภาษาบาลี แล้วเราก็เอามาสวดสวดเพื่อเป็นสิริมงคลกับชีวิต ก็ว่ากันไป

ทีนี้พอเราสวดมนต์ซะใหม่ จิตเราก็ส่งออก แต่ถ้าเราจะภาวนา เราก็หยุดเลย พุทโธๆ นี่หลับหมด มันเหมือนกับพระโปลีละที่ว่าไปหาสามเณร แล้วสามเณรสอนเขาบอกว่า ร่างกายเหมือนจอมปลวก มีทวารอยู่ ๖ ทวาร ตา หู จมูก ลิ้น กาย ท่านบอกปิดให้หมด ๖ ทวาร เหลือไว้ทวารเดียวคือใจ แล้วคอยจับเหี้ยตัวนั้น เหี้ยคือกิเลสของเราไง คอยจับใจเรา ตั้งใจพุทโธๆ ภูจะคอยตะครุบมึงให้ได้เลย เหี้ยตัวไหนก็จะจับให้ได้เลย พอจับมับ ไอ้ย..สมาธิเกิดเลยละ

โยม : แล้วผมมันอยู่ที่ไหน

หลวงพ่ : เวลาเราสวดมนต์มันก็เปิดทวารหมดเลย ทีนี้เราก็ดับหมดซะใหม่ ปิดเลย ตา หู จมูก ลิ้น ปิดใจไว้ พุทโธๆ นี่คือจับเหี้ย จะเอาให้ได้ เหี้ยตัวนี้อยู่กลางอก ภูจะจับมันให้ได้

นี่คือคำสอนพระพุทธเจ้านะ มีอยู่ในพระไตรปิฎก เราไม่ได้พูดเอง เดี่ยวจะหาว่าเราพูดรุนแรง กำหนดเลย พุทโธๆ ปิดตา ปิดหมด เหลือไว้ช่องหนึ่ง พุทโธๆ มึงโผล่มาสิ มึงโผล่ออกมา ตะครุบหัวเลยละ แต่มันไม่โผล่ซักที พอมันรู้มันหลบใหญ่ มันให้้วงนอนก่อน แล้วเดี๋ยวมันค่อยโผล่

โยม : เวลานั่งแล้วจิตพุ่งไปทางอื่น ก็ให้เราดึงกลับมาซะใหม่

หลวงพ่ : ดึงได้ใหม่ละ ถ้าสติดีจะดึงได้ ถ้าสมมุติว่าจิตเรากำหนดพุทโธแล้วมันส่งออก เราก็ดึงไปดึงมาอยู่

โยม : พอเพลินมันก็ออกอีกซะใหม่ครับ

หลวงพ่ : ไซ้ ถ้ามันละเอียคนะ พุทโธๆๆ พอพุทโธมันแรง แล้วพุทโธมันอยู่กับพุทโธ มันก็จะไม่ออกเลย แต่ขณะที่ออกนี่แสดงว่าพุทโธเบาแล้ว พุทโธไม่มีแล้วมันไปแล้ว

โยม : ไซ้

หลวงพ่ : พุทโธมันไปแล้ว เพราะอะไรรู้ใหม่ เหมือนเรากำของเราไว้ มือเรากำอยู่ มันจะทำอะไรได้ใหม่ ถ้าจิตเราอยู่กับพุทโธๆ มันก็ทำอย่างอื่นไม่ได้ มันคิดไม่ได้หรอก แต่ทำไมมันคิดล่ะ เพราะอะไร ก็เพราะจิตมันเร็วมากไง ไซ้กำพุทโธนั้นก็กำหลวมๆ แล้วกูก็คิดอย่างอื่นด้วย

โยม : มันไปก่อนเลย

หลวงพ่ : มันไปก่อน แต่เราจะบอกว่า ถ้าเรามัวแต่ดึงกันอยู่อย่างนี้ มันก็เป็นเรื่องหยายเกินไป ถ้าเราจริงจัง พุทโธๆๆ กำให้แน่น ถ้ามันพุทโธนี้ เพราะเราจะบอกว่าเวลามันเป็นสมาธินะ โอ้โฮ..มันมีกำลัง เราจะบอกว่าถ้าเป็นสมาธิมันจะมีความสุข มันจะมีแรงอัด อย่างเช่นพลังงาน เราอัดไว้ในสิ่งใด มันก็จะมีกำลังของมันไซ้ใหม่ แต่ถ้าเราไม่มีสติ แรงอัดมันก็ไม่มี มันกระจายหมด

เวลาความคิดเราคิดออกไปมันไปหมดเลย ทีนี้เรามากำหนดพุทโธๆ ก็เหมือนกับเรามีภาชนะที่จะบรรจุพลังงานตัวนี้เอาไว้ให้ได้ ปิดพลังงานนี้ให้มันอยู่กับเรา พุทโธๆ แล้วถ้าภาชนะมันมากขึ้น คิดดูว่าแรงอัดมันจะมากขึ้นขนาดไหน ที่ว่าสิ่งที่เร็วที่สุดแล้วมันหยุดนิ่ง ถ้าหยุดนิ่งปั๊บมันจะ อยู่.. สมาธิจริงๆ แล้วนะมันสุขมาก แต่ไอ้ที่เขาไม้ๆกันนะ กูก็ไม่รู้ว่าสมาธิของใคร บ้า

เดี๋ยวนี้สมาธิมันยังไม่รู้กันเลย แล้วพอไม่รู้ก็กลับบอกว่า “สมาธิไม่ต้องทำ ไซ้ปัญญาไปเลย” มึงจะบ้า เพราะอะไร เพราะว่าหลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์และครูบาอาจารย์เราทำขึ้นมาจนสังคมเขายอมรับ พอเขายอมรับขึ้นมา ไอ้พระทั่วไปก็จะมาบอกว่า “เออ.. ก็สอนอย่างนี้ไปเลย” แล้วทำไมเมื่อก่อนมึงไม่สอนล่ะ

เพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะเมื่อก่อนนั้น หลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์ ออกปฏิบัติ เราจะขอศึกษาเรื่องนี้ หลวงปู่เสาร์เวลาไปนะท่านมีแม่ชีและมีเณรด้วย โอ้โฮ ชาวบ้านเขาถากถางนะ “จะไปตั้งครอบครัวกันที่ไหน” เพราะเขาไม่เชื่อกันไง

ก่อนที่หลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์ ท่านจะวางรากฐานศาสนาไว้ เขาไม่เชื่อกันแล้ว เขาคิดว่าพระจะอยู่กับแบบประสาสามัญของเขานั้น เขาจะบอกว่า มรรค ผล นิพพาน มันไม่มีหรอก แล้วท่านมาชวนขวาย แล้วท่านเอาชีวิตของท่านเป็นแบบอย่างให้เขาดู แล้วสั่งสอนลูกศิษย์ขึ้นมา จนสังคมเชื่อถือกันมา แล้วเอ็งก็มาสอนว่า “ใช้ปัญญาเลย” เพิ่งบวชเมื่อวานนี้เอง ก็สอนปัญญาสายตรงอีกแล้ว เพิ่งบวชมาเมื่อวานนี้

โยม : ได้ก็ขึ้นนะ

หลวงพ่ : เขาไม่ได้คิดหรอกว่า ครูบาอาจารย์เราได้สร้างหลักฐานไว้แล้ว แล้วพอเขามาทำละ คิดดูดีกว่าความเชื่อของสังคมมันจะตกผลึก จนเชื่อว่ามรรค ผล นิพพานนี้ พอจะมีช่องทาง แล้วอีกคนหนึ่งก็มาพูดให้ตกทะเลไปเลย

ที่บางที่เราพูดโต้แย้ง เราจะพูดกับพวกนี้บ่อยว่า เราก็ดูตอนช่วงวัยทำงานนี้แหละ พอแก่ขึ้นมา กูคงพูดไม่ไหวแล้วละ ถ้าสังคมจะเป็นอย่างนั้น มันก็เรื่องของสังคมแล้ว กูก็ไม่รู้แล้ว แต่ตอนนี้เพราะเราอยู่ในวงใน แล้วเราได้เห็นอย่างนี้มาเยอะ พอเห็นอย่างนี้มาเยอะแล้ว พอเวลาพูดเราจะแบ่งเลยละ ปัญญาอย่างไรเป็นประโยชน์ ปัญญาอย่างไรไม่เป็นประโยชน์ ปัญญาอย่างเรานี่ ปัญญาจริงๆ เห็นไหม พลังงานมันเผาผลาญตัวมันเอง

ดูสิคนโทสจริตเวลาเครียด เห็นไหม ความเครียดเผาผลาญร่างกายเรานะ ทุกอย่างมันต้องเผาผลาญตัวมันเอง แล้วมันจะใช้ประโยชน์อย่างไรกับมัน พูดถึงถ้าทำความเข้าใจของใจแล้ว มันคือพลังงานสะอาด พลังงานไม่สะอาด คือ พลังงานที่เราพอใจไม่พอใจ คือพลังงานที่มันเป็นกิเลส มันต้องเอามาป้อนเหยื่อวันยังค่ำ แต่ถ้าพลังงานสะอาดมันไม่มีเหยื่อ มันไม่มีทุกสิ่ง มันเป็นธรรม เราถึงบอกว่ามันเป็นสังฆธรรม

อย่างคนภาวนานะ โอ๊ย..ไม่อยากเห็นกายเลย กลัวผี กลัวผี แล้วเราก็บอกว่า เฮ้ย..มันไม่ใช่ะมึง ผีมันเป็นจิตวิญญาณนะ ใจกายนี้มันเป็นแก้วตฤัง แล้วถ้าจิตไม่สงบ จิตไม่นิ่งก็ไม่มีวันเห็น เห็นไม่ได้หรอก การเห็นกายนี้เหมือนกับเราไปเจอไดโนเสาร์ แล้วเดี๋ยวนี้ใครเห็นไดโนเสาร์ได้ไหม เจอแต่ฟอสซิลของมัน ไดโนเสาร์เราไม่เคยเจอหรอก เพราะมันตายไปแล้ว มันสูญพันธุ์ไปแล้ว

แต่เวลาจิตสงบ เวลาเห็นกายนี้มันคือไคโนเสาร์ หมายถึงว่าสิ่งนี้มันอยู่ใน รากเหง้า มันสะสมมา จิตของเราเกิดการเกิดและการตายไม่มีต้นไม่มีปลาย เป็นล้านๆๆ ชาติ แล้วกิเลสมันสะสมมาอยู่อย่างนี้เป็นล้านๆๆ ชาติ แล้วเราไปเห็นมัน พอเห็นมันจะ สะอื้นเลยนะ มันไม่ใช่เห็นได้ง่ายๆหรอก อย่างที่เขาบอกว่า เห็นกายๆ นั่นมันก็จี๋ไว้ ตั้งนั้น เพราะคนภาวนามันรู้ว่า กว่าจะเห็นกายนี้มันลงทุนลงแรงมาขนาดไหน ใ้เห็น พอมา ก็บอกว่า เห็นกาย..เห็นกาย.. วิปัสสนิกัง นึกเอาเอง เห็นนึกัง

พอมันเห็นกายนะ ถ้ามันเห็นจริงแล้วมันจะกระเทือน เหมือนเราเราร้อนมามาก แล้วเราได้รับความร่มเย็น มันต่างกันเยอะ ความเราร้อนของใจ เราร้อนมามาก แล้วมาได้ ความชุ่มเย็น มันแตกต่างกันมากเลย

แต่มันเราร้อนมานะ แล้วมันก็บอกว่ากูเย็น ก็มึงยังร้อนอยู่นั้นเลย ก็เหมือนกัน ที่ เขาบอกว่า เห็นกายๆ นี้เราไม่เชื่อเลยนะ ไม่เชื่อด้วย แล้วสมเพชด้วย สมเพชว่าของจริงมี อยู่ ครูบาอาจารย์มีอยู่ โทษนะ ทำไมพวกมึงโง่ซบหายเลย แต่ก็ช่วยอะไรไม่ได้ เพราะมัน เป็นความคิดจากข้างใน กรรมของสัตว์ใจ สัตว์โลกเป็นไปตามกรรม มุมมองเขาเป็น อย่างนั้น ถ้าไปบอกเขานะ เขาจะว่าเราอิจฉา เขาจะทำดีแล้วมาอิจฉาเราอิจฉา เออ..ก็ เรื่องของมึงแหละเว้ย กูไม่อิจฉามึงหรอก มึงจะไปไหนก็ไปเถอะ

**โยม๒ :** ฝ่ายธรรมค่ะ แต่ว่ายังไม่ลงมือเต็มที่ชะที่ค่ะพระอาจารย์

**โยม :** เพิ่งศึกษารับ เพิ่งเริ่ม เพิ่งเริ่ม แล้วก็มีความสงสัย ก็เลยลองมากราบเรียนถาม หลวงพ่อ

**หลวงพ่อ :** เพราะหลวงตาท่านพูดอย่างนี้ไง การทำบุญกุศลนี้มันเป็นอามิส เวลา พระพุทธเจ้าจะปรินิพพาน แล้วมีคนมากราบพระพุทธเจ้ามากเลย พระพุทธเจ้าบอกพระ อานนท “อานนทเธอบอกเขาเถิด ให้ปฏิบัติบูชาเถิด อย่าไปอามิสบูชาเลย” อามิสบูชามันเป็น เรื่องทั่วไป เห็นไหม การปฏิบัติบูชาเพราะอะไร นี่คือคนรู้พูดใจ ให้มีการปฏิบัติบูชา เพราะการปฏิบัตินั้นมันได้ผลจริง มันได้สัมผัสจริง ส่วนการอามิสบูชานั้นก็เหมือนอ่อน วอน เอาดอกไม้รูปเทียนไปอ่อนวอน คือแบบว่าตั้งเป้าว่ากูจะทำใจ แต่ไม่ทำซักทีหนึ่ง แต่ถ้าจงปฏิบัติบูชาเถิด ก็ทำเลย พอทำเลยเราจะย้อนมาตรงนี้ไง ตรงที่ว่าประสาเราเลย

นะ เราพูดแล้ว เราไม่ได้เสียอะไรกับโยม แต่ถ้าใครทำหรือไม่ทำ วันนี้หมดไปก็คือหมดไปแล้ว

เขาพูดนะ เขาบอกว่า “วันพระไม่ได้มีหนเดียวหรอก” พูดแบบนี้เลยใช่ไหม มีงทำฎุ เดียวพุงนี้พระหน้า กูจะทำมีงนะ แต่เราจะบอกว่าวันพระมีหนเดียว เพราะวันพระนั้นคือมันผ่านไปแล้ว เวลาในการดำรงชีวิตของเราก็ก่อนผ่านไปแล้ว วันพระหน้าก็เป็นวันพระใหม่ วันพระไม่มีสองหรอก วันพระก็คือวันพระ แล้วเวลามันล่วงไปแล้ว ไปเอาคืนได้ไหม ชีวิตเราก็ก่อนอย่างนี้ รับรองว่าตายหมด เราด้วย แล้วเวลาหมดไปแล้วมีงจะมาทาวนาตอนไหน ถ้าคิดได้แบบนี้แล้วมันแบบว่ามันจริงจัง มันเอา ถ้าไม่อย่างนั้นมันไม่เอาหรอก

อย่างเวลาเราสอน เขาบอกว่ามรณานุสสติ คือ การกำหนดความตาย บางคนกำหนดแล้วดีนะ โอ้โฮ ความตาย เพราะถ้าเรามันแบบฟุ้งซ่านมาก พอกำหนดมันก็หยุดใช่ไหม แต่บางคนบอกว่า “หลวงพ่ไม่ได้หรอก กำหนดแล้วเฉา ชีวิตมันจะไม่เอาอะไรเลย”

เห็นไหม จริตคนไม่เหมือนกัน บางคนกำหนดแล้วดี มันก็คิดคักมาก เวลามันจะฟุ้งมาก แล้วบอกว่า มีงตาย เออ..มันหยุดได้นะ แต่บางคนพอไปบอกว่า ตายๆๆ นี้มันทำงานไม่เป็นเลย ขาอ่อนเดินไม่ได้เลย

นี่ไปถึงมี ๔๐ วิธีการ กิเลสของคนมันไม่เหมือนกัน พันธุกรรมทางจิตตัดแต่งมาไม่เหมือนกัน ผลไม้คนละชนิด ปลูกมาแล้วของใครของมัน มีงมะม่วง กูส้ม ปลูกมาแล้วจะให้ผลไม้เหมือนกัน มันเป็นไปได้

มันต้องเป็นปัจจุบันธรรมตลอด ผู้ที่ปฏิบัติมันไม่มีสูตรสำเร็จ เราพูดบ่อยว่า “พระอรหันต์ล้านองค์ก็ล้านวิธีการ” ทั้งๆ ที่พิจารณาเหมือนกันหมด แต่ก็ไม่เหมือนกันเลย

ไม่เหมือนกันตรงไหน ไม่เหมือนกันตรงน้ำหนักใจ อย่างเช่นเราพิจารณากาย ๕ หน เราสำเร็จแล้ว แต่ไอ้ที่พิจารณาเป็นล้านๆ หนก็ยังไม่ไปซักที แล้วมันจะเท่ากันได้

อย่างไร เพราะอะไร เพราะว่าเชื่อใจ คือว่าสิ่งที่จำกัดของเรามันอยู่ต้น แต่อีกองค์หนึ่ง อู๋ฮู มั่นอยู่ลึกมากเลย มึงก็ต้องลงทุนลึกหน่อย ไม่เท่ากัน ไม่เท่ากันหรอก

ความคิดความนึกของทุกคนก็ไม่เหมือนกัน เอาสารับมาตั้งไว้สิ กินข้าวด้วยกัน ใอันนี้บอกว่าอร่อยมากเลย แต่ใอันนั้นบอกว่าเผ็ดมากเลย ไม่เอาไหนเลย สารับเดียวกันมัน ยังเถียงกัน จะตีกันตายเพราะสารับนี้เลย แล้วจะมาบอกว่าให้มันเท่ากัน ข้าวกินด้วยกัน มันยังทะเลาะกันเลย แล้วเวลาปฏิบัติจะบอกว่า “ต้องเหมือนกัน ต้องอย่างนั้น” มันก็ กลายเป็นสูตรสำเร็จ

หลวงตาถึงบอกว่า อย่างพวกนามรูป พวกอะไรนี่มันเป็นพิธีการ เหมือนกองทัพ เลยเห็นไหม ช้ายหันขวาหัน เวลาเขาเดินจงกรมกัน เห็นไหม เป็นกองทัพ โอ๊ย..จ๊กกะจี๋ มันจะเป็นไปได้อย่างไร หันไปทางซ้ายก็เจอ หันไปทางขวาก็เจอ แล้วกูก็มาภาวนา คน ภาวนามันจะรู้ ไม่ใช่ฝึกทหานะเว้ย เขาจะมาภาวนากัน ใ้อี้บ้ำ ฝึกกันเป็นทหารไปเลยนะ แหม.. เดินเป็นแถวเลย จี้มาก

แต่คนก็อยากไปนะ เพราะทุกคนจะบอกว่า “ไปวัดแล้วสบาย”

มันสบายแล้วมันควรจะได้มากกว่านี้ไหม เมื่อก่อนบางคนบอกว่า “ไปวัดดีกว่า ไปบาร์” แต่กูจะบอกว่าไปบาร์ดีกว่า เพราะไปบาร์มันก็หมดแค่เงิน แต่ถ้าไปวัดแล้วโดน หลอกนะ หมดเนื้อหมดตัวเลยละ กูไปบาร์ดีกว่า พุดง่ายด้วย ถ้าไปวัดแล้วมันไปในสิ่งที่ ถูกต้อง มันก็ดีใช่ไหม

แต่ถ้าเราไปวัดแล้วอุคมคติมันเปลี่ยนไปเลยนะ เวลาถูกศิษย์มาใหม่ๆ เราจะถาม ว่ามาจากไหน ถ้ามาจากวัดนั้นๆ เราจะถามว่าไปอยู่ที่ปีแล้ว ถ้า ๕ ปีมันยังไม่เข้าลึก จะแก้ ใได้ง่ายหน่อย แต่ถ้า ๑๐ ปีนี้ยากหน่อย แล้วถ้า ๒๐ ปีนี้แหมกว่ากูจะล้างได้ เราจะบอกว่า เขาโดนล้างสมองมา แล้วเราจะล้างสมองกลับอย่างไร

ไม่ใช่ของง่ายนะ หลวงปู่มั่นบอกเลยว่า “แก้จิตนี้แก้ยากมาก” อย่างถ้าเราไปอยู่ คู่้นเคยกับเขามา แล้วฝังใจมา “อาจารย์กู ใครพูดอะไร กูไม่ฟังเลยละ” แล้วกูจะแก้มัน ใอย่างไร



ไม่ใช่ของง่ายนะ แหม..เรื่องใจ คนภาวนามันจะรู้หมดนะ แล้วเวลานั่งอยู่ อย่างเวลาพวกนามรูปมา มันมาร้องไห้ที่นี้เยอะมาก เมื่อ ๒ วันนี่เขามาเล่าให้ฟัง โยมคนหนึ่ง เขาก็รักพ่อเขา รักตระกูลเขา เขาก็เอาเทพหลวงตา เอาเทพครูบาอาจารย์ไปให้พ่อฟังหมดเลย แต่พ่อไม่ฟังไง เขาบอกว่า บังเอิญ เขาเอาเทพเราไปให้พ่อเขาฟัง เขามาหาเรานะ “หลวงพ่อ หนูนะเอาเทพหลวงตา เทพครูบาอาจารย์ไปให้พ่อฟัง พ่อไม่ฟัง แต่มาฟังของหลวงพ่อ”

เขาอยากให้พ่อเขาภาวนาไง นี่เราจะพูดตรงนี้ เสร็จแล้วพี่ชายเขาอยู่ด้วย พี่ชายเขาก็ได้ยื่นบ้างบ่อๆ เขายังเป็นพื้นเพเดิมอยู่ แต่พอมันเอาชีวิตไปเยอะ ไปกระตุ้นหัวใจเขา พอคนมันพลิกนะ ร้องไห้เลยละ คือว่าเขามีทิฐิไง เขาปฏิบัติอีกแนวทางหนึ่งไง พอมาฟังเทพเรานะร้องไห้เลยละ ร้องไห้ว่าตัวเองเสียเวลามา ๒๐-๓๐ ปี ร้องไห้เลยนะ พอมาเห็นคุณค่าปั๊บ เพราะน้องสาวเขามาเล่าให้ฟังเอง บอกว่าเดี๋ยวนี้พี่ชายเขานะ เอาชีวิตเราไปปั๊มแจกใหญ่เลย

เพราะมันไปเปลี่ยนความคิด เปลี่ยนแนวคิดเลย การแก้จิตคือแก้ที่ใจดำ แก้ที่กั้นบังของใจ ไอ้ที่ศึกษากัน สุตมยปัญญา มันก็แก้ที่สิ่งแวดล้อม “เรียนหนังสือนะ เป็นคนดีนะ”

เราถึงบอกว่า “ศีลธรรม จริยธรรม ไม่ใช่ธรรม”

**ศีลธรรม จริยธรรม มันเป็นการตกผลึกของใจที่แสดงออกจากหัวใจ หัวใจคือตัวธรรม ถ้ามันลงถึงตัวธรรม ลงถึงหัวใจ เห็นไหม นี่ละธรรมธาตุ**

แล้วความนึกความคิดเห็นใหม่ ศีลธรรม จริยธรรม คุณติ คุณประเพณีวัฒนธรรมที่เกิดขึ้นมาเห็นใหม่ มันมาจากไหน มันมาจากการตกผลึกของใจใช่ไหม ศีลธรรม จริยธรรมไม่ใช่ธรรม ตัวธรรมคือตัวธรรม ที่นี้ตัวธรรมอยู่ไหน แล้วพอเขาคุยกัน เขาก็คุยกันแค่ศีลธรรมนะ “ไอ้โฮ มาทำบุญแล้วได้บุญ” มันก็บุญอยู่อย่างนั้นละ มันก็บินไปนะอยู่อย่างนั้นละ แล้วเราจะไปทำอย่างไร ประสาเราจะทำอย่างไรให้เจาะลึกเข้าไปถึงความรู้สึก ถ้าไม่เจาะลึกเข้าไปที่ใจ มันก็แก้กิเลสไม่ได้

เหมือนบ้านเราสกปรกและมีปัญหามากเลย ถ้าเรานั่งอยู่ที่นี้แล้วเราจะไปแก้ไข ปัญหาที่บ้านเราได้อย่างไร เราต้องกลับบ้าน เข้าไปในบ้านนั้น แล้วไปทำความสะอาดในบ้านนั้น ใจต้องเข้าสมาธิไป ต้องเข้าไปถึงหัวใจ ก็คือไปแก้ไขกันที่ในหัวใจนั้น

แล้วเขาก็มาบอกว่า สมาธิไม่จำเป็น ไม่จำเป็นเพราะมีงไม่เลยภาวนา

เราไม่เคยเจ็บไข้ได้ป่วย หมอไม่จำเป็นนะ แต่วันไหนมันจะตาย อู้อู วังหาหมอเลย จำเป็นแล้วนะ ก็ไหนบอกว่าไม่จำเป็นไง ไม่จำเป็นเพราะมีงยังไม่ทำนะสิ

เวลาเขามาเราจะบอกเลยว่าบางที่เราไม่รู้เลย ส่วนใหญ่จะโดนล้างสมองมา ถ้าเขาไปปฏิบัติมาแล้ว เขาก็ต้องล้างสมองกลับนะ ต้องพูดด้วยเหตุด้วยผล เทียบเคียงให้เห็นชัดเลยว่าถูกหรือผิด ต้องให้เขารู้จักผิดรู้จักถูก แล้วเขาจะเปลี่ยนแปลง ถ้ายังไม่รู้จักถูกรู้จักผิดนะ เขาก็จะตะบี้ตะบันอยู่อย่างนั้น ก็เหมือนเรา ถ้าเป้าหมายผิดก็ทำงานผิด มันก็ลงทุนนะ เงินจมน้ำเลือดโชกเลย มันก็เงินอยู่อย่างนั้นละ เพราะมันไม่ย้อนกลับมา ถ้ามันย้อนกลับมาถึงจะเป็นประโยชน์

ฉะนั้นถึงบอกว่ามันจะเจออย่างนี้ เวลาเขามาที่ส่วนใหญ่เราสงสาร เอ็งภาวนาเพื่ออะไร ถ้าภาวนาเพื่อเป็นความสุข เพื่อเป็นชาวพุทธก็จบแล้วแค่นี้ แต่ถ้าบอกว่าภาวนาเพื่อเอามรรคผล เออ..อย่างนั้นเอ็งผิดหมด ต้องเริ่มต้นใหม่ เพราะสิ่งที่เอ็งได้มา เอ็งกำหนดแล้วมันว่างไซ้ไหม ไซ้ แล้วภาวนาต่อไปได้ไหม นั่นละมิจฉาสมาธิ ว่างไม่ว่าง ว่างมาก็ปีแล้ว ๕๐ ปีแล้วก็ยังว่างอยู่อย่างนั้นไซ้ไหม เออ..ว่างก็ว่างไป

จริงๆ ว่างๆว่างๆ สบายๆ ใจ แล้วก็บอกว่า “ปฏิบัติแล้วสบาย พระปानीอัตตกิลมถานุโยค ทำอะไรก็ผิด ต้องอดอาหาร ต้องอะไร คุณนวยไปหมดเลย” แล้วเมื่อก็เขามาก็ถาม ทำไมต้องอดอาหาร อดอาหารเพื่ออะไร

แล้วเราบอกว่า อดอาหารนี้มันไม่ฆ่ากิเลสหรอก อดอาหารฆ่ากิเลสไม่ได้ ถ้าอดอาหารฆ่ากิเลสได้นะ แอฟริกาจะเป็นพระอรหันต์หมดเลย เพราะมันไม่มีจะกิน แต่การอดอาหารมันเป็นเครื่องเสริม ทุกคนนั่งสมาธิแล้วจะนั่งหลับหมด มันหลับเพราะอะไร

โยม : เพราะอิม

หลวงพ่อบอกว่า: เอ้อ..ก็ผ่อนมันดี ทำไม่ถึงมีศีล๘ เพราะศีล ๘ ตอนเย็นจะไม่กินข้าว เพราะเวลากินข้าวในกระเพาะอาหารมันมีอาหาร พอมากำหนดพุทโธๆ จะให้คืนะ ให้อท้องเราก็ย่อยใหญ่เลยนะ แล้วมันจะไปเอาพุทโธมาจากไหนล่ะ

มีศีล ๘ เห็นไหม มีศีล ๑๐ มีศีล ๒๒๗ มีธุดงค์วัตร คือ นั่งมือเดียว ศีลคือไม่ฉันในวิกาล แต่พอถือธุดงค์วัตร ถือหนึ่งเดียว เอกาถือหนึ่งเดียว นั่งมือเดียว พอนั่งมือเดียว มันยังหลับอีก ถ้าหลับอีกก็ผ่อน บางคนผ่อนมันก็อดอาหาร พออดอาหารไปแล้ว คนอดอาหารจะรู้เลยนะ อู้ฮู พออดอาหารปั๊บ ร่างกายมันไม่มีอาหารใช้ไหม มันก็โล่ง หัวใจไหม ท้องร้องจ๊อกๆเลย ก็หัว แต่เรามีเป้าหมายที่จะเอาความดีมากกว่านั้น เราก็ต้องต่อสู้ แล้วพอท้องมันร้อง มันหัว มันไม่มีอะไรจะกินเลย ทีนี้มันจะนั่งหลับไหมล่ะ นั่งอยู่นั่นนะ หัวก็หัว แต่จิตมันก็ดี

การอดอาหาร พระพุทธเจ้าฉลาดมาก ถ้าบอกว่าการอดอาหารนี้ดีนะ พระก็จะพากันอดอาหารตายหมดเลยล่ะ เพราะมันไม่รู้ พระพุทธเจ้าถึงห้ามไว้ก่อน พระพุทธเจ้าห้ามใครอดอาหารเพื่อมาไม่มาอด เราตถาคตห้าม เป็นอาบัติทุกกฏหมด แต่ถ้าใครอดอาหารมาเพื่อเป็นวิธีการในการภาวนา เราตถาคตอนุญาต ท่านห้ามไว้ แล้วท่านก็อนุญาตอยู่

แต่ทีนี้พวกที่มันพูดๆ ใจคนก็เกียจ ใจคนไม่ยอมทำ มันก็บอกว่า พระพุทธเจ้าห้าม พระพุทธเจ้าห้าม เห็นไหม แต่ตรงที่พระพุทธเจ้าให้ทำ มันไม่บอกใจ มันบอกแต่พระพุทธเจ้าห้าม แต่ตรงที่พระพุทธเจ้าอนุญาต มันไม่พูดถึง เพราะอะไร เพราะพูดถึงแล้วถูกต้องทำด้วยใจ ใจไม่ยอมทำ ใจไม่กล้าทำ

เราบอกเลยว่า การกินนะแก็กิเลสไม่ได้หรอก เพราะการกิน พอเข้าปากไปมันก็ถ่ายออกกันไป ไม่ได้อยู่กับเราอีกใจ แต่กิเลสมันอยู่ที่ใจ แต่มันเป็นอุบาย มันเป็นเรื่องเสริม ยุทธวิธีที่จะเข้าไปกำจัดมัน แล้วคนไม่ต้องการยุทธวิธี ไม่ต้องการอะไรเลย อยากฆ่าเขาแต่อาวุธก็ไม่มี อยากจับโจรนะแต่ไม่มีอะไรเลยจะไปจับมัน มันก็จะถีบเอาหน้าหงาย

แต่ถ้าเราจะจับมันนะ ใจต้องมีอาวุธพร้อม ผ่อนอาหาร ตั้งสติให้ดี แล้วเข้าไปสู้มัน ถ้าล้ม ล้มแล้วก็เอาใหม่ ล้มแล้วก็เอาใหม่ เพราะอะไรรู้ไหม เพราะถ้าเราจะไปแสวงหา



พอทำไปปั๊บ พอพิจารณากาย เห็นกาย ขยายส่วน ถ้าจิตมันดิ้นะ พับ! แยก ขยาย  
วิภาคะไป อุกคหนิมิต วิภาคะ คือ ขยายส่วนแยกส่วน ขยายไปเป็นไตรลักษณ์ปั๊บพลิกไป  
เลย มันจะพลิกไปเลยแล้วมันก็ปล่อยๆ แต่ถ้ามันบอกว่าขยายส่วน ขยายส่วน ขยายแล้ว  
มันไม่ไป รู้เลยว่าจิตนี้กำลังไม่พอแล้ว เพราะการขยายส่วน ในสมาธิเวลาเราพิจารณานะ  
ตั้งกาย แล้วรำพึงในกายให้เป็นอย่างนั้น.. ให้เป็นอย่างนั้น..

ในสมาธิเขาบอกว่ามันคิดไม่ได้ นั่นคือคนไม่เคยเป็น สมาธิ-ปัญญา ถ้าสมาธิคิด  
ไม่ได้ ปัญญาจะเกิดจากสมาธิได้อย่างไร คิดในสมาธิไม่ได้หรืออ ก็รำพึงไป มันคนเป็น  
โวย! ไม่ใช่คนตาย ทำไมจะคิดไม่ได้ แต่คิดในสมาธิ นี่ละภาวนามยปัญญา ถ้ามันรำพึง  
แล้วมันเป็นไป กายมันก็แยกส่วนขยายส่วน นั่นละใส่ไปเลย ใส่ไปเลย ใส่ไป เพราะ  
อะไรรู้ใหม่ เพราะการวิปัสสนามันไม่ใช่ทำทีเดียวแล้วจบ

มีคนไปถามหลวงตาบ่อย แล้วหลวงตาบอกว่าให้ซ้ำ คำว่า “ให้ซ้ำ” คือว่ามันยัง  
ไปได้อีก ในทางโลกคือในจิตได้สำนึก ในทางโลกมันยังมีข้อมูลของมันอยู่ที่เรายังไม่ได้ดึง  
ออกมากำจัด มันจะต้องวิปัสสนาไป พอวิปัสสนาไปมันก็เหมือนเราดึงข้อมูล ถ้าสงสัยใช้  
ใหม่ ก็ดึงความสงสัย เอ้อ..เข้าใจ เอ้อ..เข้าใจ เอ้อ..เข้าใจ แต่มันยังมีสิ่งที่ลึกกว่านั้น  
จะต้องซ้ำเข้าไป.. ซ้ำเข้าไป.. จนจนมันล้างเกลี้ยงหมดนะ พับ! กายเป็นกาย จิตเป็นจิต  
ทุกข์เป็นทุกข์ ขาดพับ!

ซ้ำไป ซ้ำไป ซ้ำไปเลย

**โยม :** ตอนนี้ลูกรู้สึกว่าการเข้าอุปจารสมาธิได้ง่ายมากเลยคะ แล้วพอเข้าไปปั๊บ พอไป  
ทำงานปั๊บมันก็จะเริ่มมีอาการ เดี่ยวก็วูบ เดี่ยวก็เวียน บางทีก็แบบจิตมันนิ่งไปเลย ๒  
ชั่วโมง แบบไม่รู้รู้อะไรเลย

**หลวงพ่ :** อุปจารสมาธิ ถ้าพูดถึงนะ ผลของสมาธิ เกิดจากเรากำหนดพุทโธ แต่ถ้า  
เราวิปัสสนา เราใช้พิจารณากายไปแล้วนะ ผลของความว่างเกิดจากปัญญา ธรรมชาติของ  
สมาธิ กับธรรมชาติของวิปัสสนามันต่างกัน ธรรมชาติของสมาธิ มันเหมือนสมมุติว่าเรา  
ร่างกายสกปรก เราอาบน้ำเราก็สะอาด แต่เดี๋ยวก็สกปรกอีก เพราะมันจะต้องขับเหงื่อ  
ออกมาเป็นธรรมดา

สมาธินี้ก็เหมือนเราสกปรกไข่มุขไหม แล้วเราก็อาบน้ำให้สะอาด เคี้ยวมันก็ออกมาอีก แต่ถ้าเป็นวิปัสสนานะ มันทำความสะอาดเพราะว่า คำว่า สมาธิกับปัญญา ปัญญามันเข้าไปชะล้างข้างในด้วย เหนือโคลนมันจะน้อยลง ทุกอย่างน้อยลง พอมันสะอาดแล้วมันสะอาดนาน

ฉะนั้นจะบอกว่า ถ้ามันสงบ หรือมันอะไรนี่ก็ย้อนกลับมา บางทีมีคนมาถามบ่อยว่า “ตอนนี้กำหนดพุทโธฯ ไปแล้วมันเฉยเฉย.. เฉยเฉย..จะให้ทำอย่างไร”

เพราะเราสงสารไข่มุขไหม เราก็บอกว่า ถ้าเฉยเฉยให้อยู่กับมันก่อน คือความสุข อยู่กับมันก่อน แต่ถ้าเป็นความจริงมันจะอยู่ไม่ได้ เพราะคำว่าเฉยนี่คือมันกึ่งๆ มัน ๕๐-๕๐ มันไม่เข้าถึงสมาธิ ถ้าเข้าถึงสมาธินะ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ถ้าเข้าถึงที่สุดนะ รู้ตลอด มีสติตลอด วิตเข้าไปเลยนะ ถึงที่สุด พอถึงอัปปนาระ มันหุดตัวเข้ามา จนความรู้สึกของผิวกาย ความรู้สึกของอายตนะนี้ดับหมด แต่มันไม่ดับหรือมันยังรู้อยู่

นี่ละผลของมัน มันจะรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้ากึ่งๆ นี่คือมันยังไม่เข้ามา ถ้าไม่เข้ามาปั๊บแล้วมันทำไม่ได้ ไม่ได้เพราะอะไรรู้ไหม ไม่ได้เพราะกิเลสมันหลอกแล้ว มันขี้เกียจจริงๆ คือมันขี้เกียจแต่เราไม่รู้ เรารู้ว่ามันว่างๆ แล้วทำอะไรไม่ได้เลย เราต้องรอนานานี่เลย บางทีนะ เราจะถามว่า สมมุติว่านี่พุทโธได้ไหม ได้ละ แล้วมันว่างจริงหรือเปล่าละ ก็มีไม่นี่เองไง

แต่ถ้ามันกึ่งๆอย่างนี้ปั๊บ เราต้องอัดพุทโธเข้าไปเลย ต้องมีพุทโธๆๆๆ ถ้าพุทโธปั๊บ พุทโธนี้มันจะเป็นกระดานหก เพราะพุทโธๆ คือคำบริกรรม เพราะจิตมันว่างๆ อยู่ไข่มุขไหม เหมือนกับของที่มันอัดแน่นอยู่ แล้วเราขยายมันออก คือแบบว่าให้อากาศมันผ่านได้ คือเราขยายออกมาแล้ว กำหนดพุทโธปั๊บ มันก็กระเทือนไง อย่างของที่มันอยู่เฉยๆไข่มุขไหม พอเราพุทโธปั๊บ มันก็ขยับตัว เห็นไหม พอขยับตัวมันก็จะละเอียดเข้าไปได้อีกพุทโธๆ แต่ถ้ามันบอกว่ากึ่งๆ มันว่างๆ นี่คือมันไม่ยอมทำงาน

นี่คือทริฏอันหนึ่ง มันต้องทำต่อไป คือว่าถ้าเราพุทโธไปอีก หรือว่าเราทำให้มันสงบเข้าไปอีก มันจะมีกำลังมากกว่านี้ไง พอมีกำลังมากกว่านี้ปั๊บ มันละเอียดมากกว่านี้ พอมันออกไปพิจารณากาย มันก็จะได้ผลลึกเข้าไปอีก

โยม : พอดีว่าลูกกำหนดไป พอรู้สึกว่ามีอาการวูบแล้ว แต่ว่าตัวมันก็เริ่มไม่รู้สึกแล้ว แต่ว่ามันยังคิดได้อยู่ค่ะ

หลวงพ่ : ได้

โยม : ลูกก็เริ่มพิจารณาเลย

หลวงพ่ : ใช่

โยม : แล้วตอนที่เริ่มพิจารณาตอนนั้นคือไม่ได้ทำสมาธิให้ลึกเข้าไปอีก แต่ว่าพอมันพิจารณาได้ก็พิจารณาเลย

หลวงพ่ : ไม่ต้อง

โยม : แล้วจิตจะมีอาการรู้สึกอย่างไร อย่างตอนนี้พิจารณาได้ดี พอจิตมันมีการพิจารณาไปแล้วปั๊บ มันก็จะมีการเวียนขึ้นมา แล้วพอคลายออกมา ลูกก็พิจารณาต่ออีก

หลวงพ่ : อย่างที่เมื่อที่เราบอกว่า พันธุกรรมทางจิตของคนแต่ละคนมันไม่เหมือนกัน ทีนี้ถ้ามันจะวูบมันก็วูบ ถ้าไม่วูบก็ไม่ใช่ไร ถ้ามันวูบเมื่อใด การวูบมันเป็นอาการ เหมือนกับสมาธิ บางทีมันจะลงนะ ความละเอียดหรือความลึกต่างกัน บางทีสมาธิมันจะวูบลงก็มี บางทีมันสงบไปเฉยๆ ก็มี เห็นไหมมันหลากหลาย

โดยข้อเท็จจริง เวลาใครปฏิบัติแต่ละคน เวลาเราตอบปัญหาคนนั้นก็ข้อเท็จจริงของเขาของคนนี้ แล้วคนอื่นก็ต้องเป็นข้อเท็จจริงของคนอื่น ถ้าบอกว่าตอบคนนี้ข้อเท็จจริงเป็นอย่างนี้ แล้วเราจะไปเอาตาม เหมือนเห็นเขากินไอ้เนื้ออร่อย แล้วพอเราไปกิน กูกินไม่อร่อยเลย เห็นไหม นี่ก็เหมือนกัน ถ้ามันจะวูบมันจะอะไร ถ้าสติมีอยู่นะไม่มีเสียเลย มันจะวูบก็วูบไปกับมัน มึงจะไปไหนกูไปกับมึง บางทีมันหลอกนะ มึงตายแล้วนะ อ้าว..ตาย กูขอคุตตายก่อน

ไอ้โฮ กิเลสมันร้อยแปด ร้อยพันพันคม ถ้ามันจะวูบก็วูบไปกับมัน อยู่ไปกับมัน ถ้าไม่วูบก็ไม่ใช่ไร เราจะบอกว่าไม่ต้องวูบทุกทีไป ถ้ามันแบบว่าเราไปคิดว่าวูบนี้ดี พอมันไม่วูบ อ้าว..ทำไมไม่วูบซักทีวะ ทำไมไม่วูบ ก็ผิดอีกล่ะ

**โยม :** แล้วถ้าเกิดว่าถ้าอยู่ในอารมณ์อาการอันนั้นแล้วพิจารณาได้ดีตรงนั้น เราก็ใช้ความคิดพิจารณาอยู่ตรงนั้นเลยใช่ไหมเจ้าคะ

**หลวงพ่ :** ใช่ พอจิตมันดีแล้ว คำว่า “ดีแล้ว” คือเราเคยเห็นกาย แล้วพิจารณากายไปแล้วปล่อยทีหนึ่งนะ เราทำตรงนั้นอีกซ้ำๆๆ หมายถึงว่ามันพิจารณาไปเรื่อยๆ เหมือนกับเราทำงานอะไรซักอย่างหนึ่ง ทำให้มันชำนาญ พอมีความชำนาญปั๊บ เดียวมันจะคล่องตัว

นี่ในเวลาทำสมาธิ หลวงปู่เจี๊ยะท่านบอกว่า “ชำนาญในวสี ชำนาญในเหตุ ชำนาญในการเข้าการออก แล้วสมาธิจะไม่เสื่อมเลย”

แต่ถ้าเราไปบอกว่ารักษาสมาธิไว้ จะเสื่อมหมด เพราะไปรักษาที่ผลของมัน แต่ถ้าทำงานคือเราอยู่ที่เหตุของมัน แล้วผลมันจะไปไหน เรายรักษาเหตุและผล สมาธินี้ถึบมันยังไม่ไปเลย ถ้าเรารักษาเหตุไว้ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ธรรมทั้งหลายมาจากข้อมูลอันนี้

อันนี้ก็เหมือนกัน ถ้ามันวิปัสสนา มันทำได้แล้วมันปล่อย ขอบอย่างเดียวให้เข้าไปเรื่อยๆ เห็นไหม เราพูดบ่อยนะ ถ้าเราเข้าชอยบ้านเราถูก เราจะเข้าไปถึงบ้านเรา ถ้าเราอยู่ถนนใหญ่ เราเข้าชอยไม่ถูกนะ นึกว่าชอยนี้บ้านเรานะ เข้าไปนะหาไม่เจอทุกที เข้าชอยไหนทุกชอยเลย แต่จะไม่เห็นบ้านตัว แต่ถ้าเข้าชอยบ้านเราถูก ถึงกันชอยต้องถึงบ้านเรา วิปัสสนาถูก ทำสมาธิที่ถูก มันจะไม่ไปไหนหรอก มันจะพุ่งเข้าไปที่สติจิต พุ่งเข้าไปที่ภวาวะ ที่ภพ ถ้ามันพุ่งเข้าไปที่จิตแล้วไปทำลายที่จิตแล้ว ภูเขาของมัน เสือในถ้ำนั้นต้องโดนทำลายแน่นอน

**โยม :** ครั้งที่แล้วที่มากกราบท่านอาจารย์ ที่ว่าตอนนั้นนะคะ แล้วท่านอาจารย์บอกให้กระตุ้น ลูกกลับไปก็ไปกระตุ้น อย่างที่ท่านอาจารย์บอกว่าให้เอากระดูกผูกคอ

**หลวงพ่ :** นั่น บางทีกิเลสมันฉลาดกว่าเราไง พอธรรมะมันเกิดปั๊บ มันรีบหลบเลย หลบเข้าไปอยู่ในใจเลย เอ๊ย..หมดแล้วหมดแล้ว แล้วเราก็เชื่อนะ ถ้าไม่มีวาสนามันจะเชื่อ พอมันเชื่อปั๊บ คำว่า “หมดแล้ว” เราก็จะชะล่าใจ พอชะล่าใจแล้วจิตก็จะเสื่อม พอเสื่อมปั๊บมันไหล่ออกมานะ คราวนี้มันขยำเลย มันจีคอเราเลย



อู๋ กิเลสนะ ถ้าเราสู่มันไม่ได้นี่ก็เป็นอย่างนี้ ภาวนานี้มันกระที่บทุกวันเลย พอสู่มันได้แล้ว พอสู่มันได้นะ ไม่ใช่มันจะยอมแพ้เนะ มันหลบก่อน หลบให้เราผลอ หลบให้เราชะล่าใจ พอเราชะล่าใจพอมันเลื่อมแล้วเนะ อันนี้ครวมันแล้วเนะ จิตเลื่อมใจ โอ้ย..

ทุกคนมีหมด ถ้าบอกว่าเป็นเราแล้วเราจะไม่กล้าทำอะไรเลย ความคิดเป็นเรา เราเป็นคนดี ทุกอย่างดีหมดเลย โอ้โฮ กิเลสมันกินสบายเลย แต่ถ้าบอกว่าจะไม่ใช่เรา กิเลสเกิดดับ เราก็เป็นเป้าหมายที่เป็นความดีของเรา กูจะสู้กับมัน กว่าจะสู้กับมันได้นะ เราต้องตั้งใจ และสู้จริงๆ แล้วมันจะได้ แล้วถ้ามันทำแล้ว ถ้ามันสุดวิสัย ไม่ได้ก็คือได้ปฏิบัติบูชา พระพุทธเจ้าแล้ว ภพชาติจะสั้นเข้ามา

ทำไมพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ ไปฟังเทศน์สังยุตต์มา ไปฟังเทศน์พระอัสสจิ แล้วไปชวนสังยุตต์มาบวช เห็นไหม พอพระพุทธเจ้าเห็นนะ “อัครสาวกเบื้องซ้ายเบื้องขวาเรามาแล้ว” ยังไม่ได้บวชพระเลยนะ พอบวชเสร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว ตั้งให้เป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายเบื้องขวา พระเขาคิเตียน ในพระไตรปิฎกนะ พระเขาบอกว่า พระพุทธเจ้าดำเอียง ทำไมไม่ตั้งพระอัญญาโกณฑัญญะเป็นสงฆ์องค์แรกของโลก ทำไมไปตั้งพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ

พระพุทธเจ้าบอกว่า “ไม่ใช่ ตั้งตามเนื้อผ้า ตั้งตามสิ่งที่เขาสร้างมา เขาปรารถนามา” เพราะเขาปรารถนามาเป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายเนะ เขาต้องสร้างบุญญาบารมีมาต่างกัน พระพุทธเจ้าต้องสร้างเป็นพระโพธิสัตว์มา สร้างบารมีมากกว่า บารมีมากกว่า หมายถึงว่า เกิดตายมากกว่าเราแสนๆ ชาติเลย ๔ อสงไขย ๘ อสงไขย ๑๖ อสงไขย เห็นไหม อัครสาวกเขาต้องมีมากกว่า ที่นี้พอมันมากกว่า มันก็สร้างได้มากกว่า จิตมันมีกำลังได้มากกว่า นี่ไงที่บอกว่า แต่ละองค์แต่ละการกระทำมันไม่เหมือนกันตรงนี้ไง คือว่าของๆ เขา คือพระพุทธเจ้าไม่ได้ทำอะไร พระพุทธเจ้าตั้งตามที่เขาทำมา แต่โลกบอกว่า พระพุทธเจ้าดำเอียง

ย้อนกลับมาที่การปฏิบัติ มันก็เป็นของใครของมัน ก็เขาทำมาอย่างนี้ เขาสร้างของเขามาอย่างนี้ แล้วเราจะไปบิดเบือน ถ้าพูดถึงเขาทำมาอย่างนี้แล้วเราไปบิดเบือนเนะ มันก็ไม่เข้าถึงข้อมูลของเขาเหมือนกัน

แล้วเวลามาหาเรา เวลาตอบใครเหมือนไม่ได้ตอบ เพราะอะไรรู้ใหม่ เพราะถูกเปิดหลายๆ ช่องเลยนะ มึงจะเข้าช่องไหนก็ได้ ถ้ากูไปบอกช่องใดช่องหนึ่งนะ เคียวมันไปชัดเจนนี้ มันไปชัดที่ว่าเขาควรจะเข้าช่องนี้ ทีนี้เวลามาหาเรา เราจะเปิดหลากหลายเลยเห็นใหม่ จะบอกว่าช่องนี้ก็ได้ มึงเลือกเลยจะเข้าช่องไหนก็ได้

โยม : การที่บอกว่าเข้าเข้าไป.. เข้าเข้าไป..ที่ผมฟังอยู่เรื่อยๆ นี่หมายถึง เข้าพุทธโศเข้าไปใช่ไหมครับ

หลวงพ่ : ใช่ ต้องเข้า ทุกคนต้องเข้า ทุกคนต้องทำต่อเนื่อง ใ้ที่นี่ก็เหมือนกันเวลาพิจารณาเราต้องเข้าเข้าไป เพราะที่เราไม่เข้าเข้าไปคือว่า เราทำได้อีกขนาดไหนแล้วเราก็คือหยุดใจ พอหยุดเดียวก็เสมนั่นก็กระที่บเอา แต่ถ้าคิดขนาดไหนนะ เข้าเข้าไปนะ สิ่งที่ดีกว่านี้ยังมีอยู่ วันนี้ดี ๕๐ เปอร์เซ็นต์ พอเข้าเข้าไปจะเป็น ๖๐ เปอร์เซ็นต์ เข้าเข้าไปดี ๗๐ เปอร์เซ็นต์ เข้าเข้าไป ๘๐ เปอร์เซ็นต์ ๙๐ เปอร์เซ็นต์ ถ้า ๑๐๐ เปอร์เซ็นต์ตุ่ม สมุจเฉทปหาน ขาด

ที่ร้อยล้านต่อหนึ่ง ก็พันล้านต่อหนึ่ง ทีนี้พอมันทำได้แล้วมัน โอ้โฮ ถ้าทำได้แล้วพอมันเป็นความจริงนะ มันเป็นธรรมแท้ๆ ที่ถามว่าศาสนาพุทธมันอยู่ที่ไหน ศาสนธรรม คำสั่งสอน พระพุทธเจ้าก็นิพพานไปแล้ว สาวกก็นิพพานไปแล้ว แต่ตัวธรรมยังอยู่ พระศรีอริยเมตไตรยก็จะมาตรัสรู้ธรรมอันนี้ แล้วถ้าเราปฏิบัติไปมันก็ถึงธรรมอันนี้ ศาสนาอยู่ที่นี้

ศาสนา คือ ข้อเท็จจริง ธรรมที่จริงๆ อันนี้ ใ้ที่นี่มันบุคคล ใ้ทำอย่างนี้มันคือพิธี ศาสนวัตถุ พวกนี้ย่อยสลายหมด อนิจจังหมด ไม่มีอะไรคงที่เลย ตัวธรรมเท่านั้น อย่างอื่นไม่มี ชั่วคราวหมด มันไม่มีอะไรคงที่ ของคงที่ไม่มี แต่ถ้านิพพาน ถ้าโศดาบันบับคงที่ส่วนหนึ่งแล้ว เพราะ ๗ ชาติ สกิทาคามีก็คงที่ อนาคามีไม่เกิดในกามภพแล้ว ฐันเกิดเป็นพรหมไปเลย เพราะยังมีอะไร ยังมีภพอยู่ มีความรู้สึกอยู่ แต่ถ้าพระอรหันต์ไม่มีทำลายหมด

อาสะเวหิ จิตตานิ วิมุจิงสูติ ตัวจิตนี้เขาบอกว่าเข้านิพพานอย่างไร เข้าไม่ได้ นิพพานเข้าไม่ได้ นิพพานเป็นได้แต่เข้าไม่ได้ เพราะเข้าไปก็มีตัวตนเข้าไป เป็นไปไม่ได้ นิพพานจะเอาอะไรเข้าไป เอาเข้าไปก็เป็นทิฐิ แต่นิพพานเป็นได้ เข้าไม่ได้เป็นได้ ตัวจิตเป็น งงไหมล่ะ

โยม : ลูกว่าถ้าแยกจิตนี้ออกจากความคิดได้ อย่างที่พระอาจารย์เคยสอนการแยก ลูกว่า มันจะเข้าสมาธิได้ง่ายมากเลย ถ้าแยกได้

หลวงพ่ : มันอยู่ที่จริตไง ถ้าแยกได้ ถ้าแยกได้ จูจิตได้ มันเป็นการปัญญาอบรมสมาธิ แต่ถ้าเป็นเจโตวิมุตติ พุทโธๆ จนตัวจิตมันจะเป็น โดยตัวของมันเอง มันจะหดเข้ามาโดยตัวของมันเอง ถ้าหดเข้ามาโดยตัวของมันเองก็คือตัวจิต ตัวจิตคือตัวสมาธิ เราจะบอกว่าตัวสมาธิคือออฟฟิศ คนทำงานต้องมีสถานที่ทำงาน ถ้าจิตสงบคือที่ทำงานของจิต ถ้าจิตไม่สงบเข้ามาเราจะไปทำงานที่ไหน นักกีฬายังมีสนามซ้อมเลยนะเว้ย แล้วมึงจะสู้กับกิเลส มึงจะสู้กันตรงไหน ถ้ามึงจะจับกิเลสมึงจับกันที่ไหน ถ้าจิตมันไม่หดเข้ามาที่ตัวมัน กิเลสมันอยู่ที่นี้ ถ้ามึงจะเอาลูกเสือมึงต้องเข้าถ้าเสือ ถ้ามึงไม่เข้าถ้าเสือมึงไม่เห็นลูกเสือหรือ แล้วก็ว่างๆว่างๆ ลูกว่ามึงบ้า เราไม่เข้าถ้าเสือแล้วเราจะเจอลูกเสือหรือ ถ้าเราไม่เข้าสมาธิ จิตเราไม่สงบเข้ามา มันทำงานกันตรงไหนล่ะ

ความคิดมาจากไหน ความคิดมาจากฐาน คือจากภพ จรวดยิงออกไปจากฐาน ความคิดออกไปจากจิต แล้วจิตมันเป็นอะไร จิตมันเป็นพลังงานเฉยๆ นะ ความคิดไม่ใช่จิต ถ้าสงบปั๊บ มันก็เข้าไปที่ตัวจิต สมาธิคือตัวจิต สู้ติจิต แล้วชำระล้างเป็นขั้นๆ เข้าไป

จบหรือยังล่ะ