

รู้จากภายใน

พระอาจารย์สงบ มนฺตสนฺโต

ถาม-ตอบปัญหาธรรม วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

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

หลวงปู่ : เราก็จะเอาตรงนี้ก่อนเลย เอาปัญหาปัจจุบันนี้ก่อน เอ้าว่าไป

โยม : คือแล้วสักพักครับผม คือนั่งที่ผ่านเวทนาไปได้เรารู้สึกว่า เอ..เราผลอไปคิดคือช่วงแรกๆ นั่งก็ตกใจ คือครั้งสองครั้งแรกที่นั่งอยู่ดีๆ เห็นเหมือนมีคนอยู่ ผมก็ตกใจ พี่ชายเคยบอกว่าถ้าเห็นอะไรนี่ก็ให้ลืมตาให้เห็นจะๆ ก็ลืมตา ก็ เอ..ไม่มีอะไร ก็เลยคิดว่าตรงนี้สงสัยเราคิดไปเอง ก็เลยพยายามสู้กับมัน ก็คือปล่อย ตอนหลังก็ไม่สนใจ สนใจแค่ลมหายใจ

พอเราควบคุมหายใจเราไปสักพักหนึ่ง ก็เอ๊ะ ทำไมระหว่างที่เราดูนี่ชอบคิดไปฟุ้งงุ่นบางที่นั่งอยู่เราได้ยินเสียง เรากลับวิ่งไปอยู่ที่เสียงงุ่น บางที่เราคิดเรื่องงุ่นเรื่องนี้เราคิดไปหมด ก็เลยตั้งใจว่าตอนนี้ถ้าเมื่อไหร่คิด ก็จะดึงกลับมาควบคุมหายใจ มันก็ได้ผลนะครับ ช่วงแรกก็รู้สึกว่ามันดึงกลับมาควบคุมหายใจได้ดีขึ้น แล้วมีอยู่ช่วงหนึ่งคือ ตอนหลังมันดึงกลับมาควบคุมหายใจ จนเราเห็นว่าเราได้ยินเสียงอยู่ไกลๆ พอเราได้ยินปุ๊บเรารู้สึกตัว แล้วกลับมาควบคุมหายใจทันที มันไวขึ้นๆ จนขณะที่มันเห็นตรงนั้นแล้วมันได้ยินตรงนั้น แล้วมันก็หยุดตรงโน้น แล้วมันกลับมาควบคุมหายใจเอง คือได้ยินอยู่ไกลๆ แล้วก็ดับอยู่ไกลๆ แล้วก็กลับมาดูที่ลมหายใจเลย

สักพักหนึ่งเราเริ่มเห็นลมหายใจ คือเหมือนว่า เอ๊ะ ทำไมเรานั่งอยู่เหมือนเราไม่มีลมหายใจ เราก็เลยรู้สึกว่า เอ๊ะเราตายแล้วหรือ จิตมันคิดไปเอง คือเราไม่รู้เรื่องเลยนะครับ เฮ้ย เรารู้สึกว่า เอ๊ะ จิตเราตายแล้วหรือ เอ๊ะ เรายังไม่ตายเพราะเรารู้สึกว่าท้องเรามันยังกระตุกกระคิกอยู่ เราก็เลยคิดไปเหมือนเดิมว่า สงสัยเราคิดไปเองอีกแล้ว ก็เลยไม่สนใจ สักพักหนึ่ง มันก็รู้สึกว่าการหายใจมันก็เริ่มละเอียดขึ้น จนมันรู้สึกว่ามันเหมือนไม่

มีตัวเรา เอ๊ะ ตัวเราหายไปแล้วหรือ คือจากที่ไม่มีลมหายใจอยู่ในตัว แต่พอนั่งสักพัก หนึ่งกลับรู้สึกว่ามันไม่มีตัว มันหายไปก็เลย หลายรอบ เราคิดไปอีกแล้วก็เลยปล่อยมัน

ก็คลุมหายใจ คุไปคุมา จากที่เราเห็นลมหายใจแต่มันไม่เห็น ตอนหลังมันรู้สึก เหมือนว่ามันมีสายลมที่เข้าผ่านจมูก พอตอนผ่านเข้านี้ท้องที่เราเคยบอกว่ายวบหนอนนี่ เออ ไขมันกระดูกกระดูกของมันเองได้ แล้วเราก็เริ่มเห็นสายออกแล้ว พอสักพัก เมื่อกี้เรา บอกเห็นเป็นสายนี้ มันกลับเริ่มเป็นเหมือนหยดน้ำฝนที่มันเป็นเม็ดๆๆ คือมันเห็นตรง นั้นเยอะขึ้น มันกระทบมาเยอะขึ้น สักพักหนึ่งเราก็ดู เอ๊ย สงสัยเรา.. คือเราไม่รู้ มันอธิบายไม่ได้ว่ามันเป็นอะไร แต่เรารู้สึกว่ามันเป็นเหมือนมันพลิวๆ เข้ามา ตอนหลังไอ้ ความพลิวตรงนี้มันเริ่มเห็นชัดขึ้น ชัดขึ้นคือเห็นตั้งแต่มันเริ่มมีลมหายใจ และรอสักพัก มันก็จะมีช่วงว่างๆ อยู่ แล้วก็เริ่มมีแล้วก็หายไป

สักพักหนึ่งพอถึงจุดๆ นั้นนี่ อยู่ดีๆ ตรงช่วงระหว่างที่ว่างๆ นี่มันพลิวอยู่นี้ก็ เหมือนเราถูกดูดเข้าไปอยู่อีกสถาน คือเหมือนอยู่ดีๆ ก็สว่างโพล่งขึ้นมา สว่างแบบ คือ ก่อนที่เราที่นั่งก็เห็นสว่าง แต่มันไม่เคยสว่างเหมือนอย่างนี้ นี่มันสว่างมาก พอมันสว่างปั๊บ มันก็รู้สึกว๊ว เอ๊ะเรากังวลเรื่องลมหายใจ เพราะว่าทุกครั้งที่เราเจออะไรเราก็จะกลับมาดู แล้วก็งงว่าเรารู้สึกเหมือนกับน้ำตามันจะไหล รู้สึกเหมือนกับขนมันลุกชูขึ้นมา นั่งไป สักพักหนึ่งก็รู้สึกว๊ว ไอ้ที่เรากังวลเรื่องลมหายใจนั้นมันก็ค่อยๆ หายไป ไอ้ที่เหมือนขน ลุกชูมันก็ค่อยๆ หายไป มันรู้สึกว่ามันมีความสุข สักพักหนึ่งรู้สึกว๊วไอ้ความสุข ตอน หลังมาก็รู้สึกเหมือนไม่มีอะไรเลย มันเงียบเฉยๆ

พอมันเงียบเฉยๆ สักพักหนึ่งนี่ ตอนนั้นผมคิดว่านั่งอยู่น่าจะสักชั่วโมงนึงได้ เราก็เลยคิดว่า เออเดี๋ยวเราจะออกแล้ว เราพอแล้วสักชั่วโมง เดี่ยวเราต้องมีภารกิจ คือตอนนั้น มันนั่งอยู่ประมาณสักบ่ายโมงคิดว่า เดี่ยวสักบ่าย ๒ บ่าย ๓ มานั่งทำการบ้านอ่านหนังสือ ะหน่อย ออกมาผลปรากฏว่าเรานั่งอยู่เกือบประมาณ ๓ ชั่วโมง ทั้งที่เรารู้สึกว่ามันแค่ แป๊บเดียว พอเรารู้สึกว่า เออ มันดี คราวนี้เรานั่ง คือทุกครั้งมันนั่งก็รู้สึกดีนะครับ แต่ว่า คราวนี้รู้สึกมันดีกว่าทุกครั้งที่เคยนั่งมา ซึ่งตอนนั้นตัวผมเองก็ไม่มีมันคืออะไรนะครับ

วันหลังก็กลับมา นั่งอย่างนี้ อีกวันรุ่งขึ้นอยากได้อย่างนี้ มันก็ไม่ได้ พออีกวัน กลับมานั่ง เอ๊ย ช่างมัน เราไม่ต้องอะไร คือนั่งให้มันสบาย แต่คราวนี้มันนั่งแล้วมันก็เข้า

มาในลักษณะอย่างนี้อีก และพอหลังๆ นี่เข้ามา ใจความรู้สึกที่เห็นเป็นพลีนี้ เมื่อก่อนนั่งเป็นชั่วโมง แต่ตอนหลังรู้สึกว่ามันง่วงแล้วเราจัดร่างกายประมาณไหน หายใจยังงั้นมันนั่งสักพักเดียวมันก็เข้ามาจุดนี้ แป๊บเดียวเองนะครับ คือตัวเราเองก็ไม่รู้ว่ามันเกิดอะไรขึ้น ก็รู้ว่าพอนั่งมาถึงสักแป๊บหนึ่ง เกิดตรงนี้ปุ๊บ แล้ววันนั้นก็เข้ามาเหมือนกับที่เคยเข้าที่แรก ก็คือเข้ามาถึงจุดที่อยู่ดีๆ เรารู้สึกมันมีความสุข มันรู้สึกขนลุกขนพอง อยู่ดีๆ ก็มี ความเงิบสงบ มันก็สลับกันไปอย่างนี้

ระหว่างที่นั่งๆ อยู่อย่างนี้ คือผมเห็น เอ๊ะทำไมเดี๋ยวมันก็เหมือนกับขนลุก เหมือนกับน้ำตาจะไหล สักพักก็กลับมาเป็นเหมือนมีความสุข สักพักก็รู้สึกเหมือนกับเรานิ่งสงบมาก เอ้ ทำไมมัน อยู่ดีๆ มันก็คิดขึ้นมาเองนะครับ คือก่อนหน้านั้นมันไม่เคยคิด แต่วันนั้นมันไม่รู้เป็นอะไรมันกลับไปคิดว่า เอ๊ะ ทำไมมันไม่นิ่งละ ทำไมมันเคลื่อนไปเคลื่อนมา ระหว่างแค่คิดตรงนั้นว่าทำไมมันไม่นิ่ง ทำไมเราก็คงมันอยู่ดีๆ ทำไมมันเคลื่อนจากอย่างนี้มาเป็นอย่างนี้ พอระหว่างคิดแค่นี้ละ สักพักหนึ่งเราก็เลยคิดว่ามันเคลื่อนไปใหม่ คือเรายังอยากเห็น สักพักหนึ่งก็เห็นมันเคลื่อนมาจากที่มันมีความสุข จากการที่มันนิ่ง เปลี่ยนกลับมาอีกอย่าง

พอมาเริ่มดูน้ำมันจะมีช่องว่าง แล้วเหมือนกับเราถูกดูดไปอีกที่หนึ่ง พอเราถูกดูดไปอีกที่ มันเห็นเป็นภาพ เป็นอีกภาพหนึ่งที่เราไม่เคยเจอเลย มันเหมือนเราหลับ เรานั่งอยู่ แล้วมันเหมือนเป็นกลมๆ ควงๆ ริงเข้ามาหาตัวเรา คือริงมาตามความรู้สึก ริงเข้ามาเต็มไปหมดเลย ริงๆๆๆ เข้ามา ริงเข้ามาคล้ายๆ กับพลีวลมที่แรก แต่มันไม่เหมือน ใจพลีวลมมันเหมือนเป็นแค่สัมผัส แต่คราวนี้น้ำมันเหมือนเป็นควงๆ นะครับเข้ามา พอดวงๆ น้ำมันเต็มไปหมด ตอนหลังน้ำมันเริ่มเห็นชัดขึ้น มันเป็นควงคือจากที่มันเยอะอยู่ดีๆ มันหายไป มันก็มีริงเข้ามาควงหนึ่ง คือมันเห็นตั้งแต่อยู่ดีมันโล่งๆ แล้วมันก็มีควงๆ ขึ้นมาจากเล็กๆ ก็ริงเข้ามามันก็แตกตรงหน้าเรา แล้วมันก็ริงเข้ามาแล้วมันก็แตก แล้วก็ตกใจ เพราะว่าผมก็ไม่เคยเจออย่างนี้

เรารู้สึกว่าทุกครั้งที่เราเจอประสบการณ์อย่างนี้ เราก็พยายามกลับมาอยู่กับลมหายใจ หรือเราพยายามดูมันเฉยๆ นี่ เราก็จะไม่มีอะไรที่น่า.. แต่คราวนี้เรารู้สึกว่าเรากลับเราไม่เคยเจออย่างนี้นะครับ เรากลับมากที่มันมีอย่างนี้ แล้วอยู่ดีๆ ก็ริงเข้ามาแตกและก็

ดับไป แดกและก็ดับไปเราก็ไม่รู้ว่ามันเกิดอะไรขึ้น ผมก็เลยบอกผมไม่เอาแล้วผมออกแล้ว จะออกก็ออกไม่ได้อีก มันเริ่มกระสับกระส่าย

สักพักหนึ่งก็เลยบอก เออช่างมัน มันเห็นก็ช่างมันก็ให้มันเห็นไป ก็เลยปล่อยมัน พอปล่อยสักพักนี้มันก็มีความแสงสว่างที่มัน โพลงขึ้นมา เหมือนกับคราวที่เราเคยเห็น โพลง มันก็สว่างเหมือนกันและมันก็มีขลุ่ย มันมีเกิดปิติ แต่ว่าจิตใจมันกระสับกระส่าย ไม่เหมือนเก่า คือจิตใจคราวที่แล้วนี้มันมีความสงบเย็นด้วย แต่คราวนี้มันกระสับกระส่าย เราก็เลยว่า เอ.. สงสัยเราจะถอยกลับไปตรงนั้น แล้วจิตเราคิดนะครับ สักพักหนึ่งเราก็เลยถอนมา พอถอนออกมาปุ๊บผมก็เลยกราบลาพระ หน้าหิ้งพระนะครับ

คือผมนั่งที่บ้านอยู่ชั้นบน ระหว่างที่เดินลงมาความรู้สึกอยู่ดีๆ มันรู้สึกว้าว เอ..เราเกิดมาเพื่ออะไรเนี่ย อยู่ดีๆ คิดขึ้นมาเองเลยนะครับ คือผมก็ไม่เคยคิด เอ..ชีวิตเราทำอะไรอยู่เนี่ย เรามาทำอะไรกับชีวิตเราเนี่ย ความรู้สึกตอนเด็กๆ เหมือนที่เรามีโอกาสได้ยินเสียงธรรมะ ได้ยินเสียงเพลงของอินเดีย พุทธัง.. ซึ่งผมจะได้ยินเสียงนี้ผมค่อนข้างจะสลดใจบ่อยๆ แต่เราก็ไม่รู้สาเหตุว่ามันคืออะไร เรานึกถึงบทเพลงของอินเดียอันนี้ แล้วเรารู้สึกว่าชีวิตทำไมมันถึงน่าหดหู่ ทำไมมันถึงเรากินรนเพื่อที่เราจะไปทำอะไรเนี่ย เราจะไปทำงานแล้วเราก็นึกความตายไปไม่ได้

แต่อารมณ์ตรงนั้นแว็บหนึ่งเราก็บอก เฮ้ยเราคิดอย่างนี้ไม่ได้ คือเราคิดอย่างนี้แล้วเรากำลังจะเอนทรานซ์ เรากำลังจะมีอนาคต เรากำลังเป็นความหวังของพ่อแม่เรา คิดอย่างนี้เราทำไม่ได้ ระหว่างนั้นผมก็เลยสลัด คือกลัวจะไปเจออย่างนี้ กลัวสิ่งที่เจอก็คือไม่รู้ ทุกครั้งมามันไม่เคยเป็นอย่างนี้ แล้วหลังจากวันนั้นก็ ๒๐ กว่าปีก็ ไม่เคยนั่งปฏิบัติธรรมอีกเลยนะครับ ก็เลยไม่รู้ว้าวที่ตรงที่ผมไปเจอมานี้ มันคืออะไรครับหลวงพ่

หลวงพ่ : อันนั้นหนึ่ง อันนั้นเดี๋ยวจะพูดเอาทีหลัง แล้วกลับมาปฏิบัติอีก ๒ ปีนี้

โยม : คือ ๒ ปีนี้ เนื่องจากผมกลับมาที่เลยรู้สึกว้าว เอ๊ะ พอถึงจุดหนึ่งชีวิตเรามีปัญหาเยอะ แล้วเราก็เจออะไรมาเยอะ เรารู้สึกว่าชีวิตมันถึงจุดๆ หนึ่ง

หลวงพ่ : นำเปื้อ

โยม : ไช้ครับ เอ..เราก็ใช้ชีวิตมาถึงจุดหนึ่ง แล้วทั้งเรื่องหน้าที่งาน ทั้งปัญหา ความทุกข์ที่มันรุมเร้าเราหลายๆ ที่เราไปกินเหล้า เหล้ามันไม่ได้แก้ปัญหาให้เรา เราพยายามไปเที่ยวให้มันสนุก มันก็ไม่แก้อะไรเรา เราไปทำอะไรมันก็ไม่แก้ คือมันไม่แก้ปัญหาให้เราเลย ปัญหามันก็ยังคงอยู่ และเหมือนกับว่าเรากลับทำร้ายตัวเราเองอีก

อยู่ดีๆ มันกลับมีความคิดรู้สึกมาอย่างหนึ่ง มันแว็บเข้ามาในตัวเองว่า ถ้าเรารู้สึกว่าเรามีปัญหา แสดงว่าเราจำเป็นต้องไปทำกรรมไม่ดีไว้ คือถ้าเราทำกรรมไม่ดี วันนี้เรากินเหล้า เราก็ทำกรรมไม่ดีอีก เพราะว่าเราเคยทำกรรมไม่ดีไว้ วันนี้เราก็เลยต้องมารับผลกรรมไม่ดี ถ้าวันนี้คือเราทำกรรมไม่ดีคือเรากินเหล้าอีก เรามัวแต่เที่ยวสนุกสนานเฮฮา เรายังทำธุรกิจของเราอย่างนี้อย่างปัจจุบันนี้ เนื่องจากว่ามันก็มีทั้งดีและไม่ดี แต่มันไม่ดีที่แน่ๆ คือเราทั้งมีโทษะ ทั้งผิดศีล ทั้งอะไรมันเยอะ มันแสดงว่าอนาคตเราก็จะต้องมาเจอวิบากอย่างนี้ กับผลที่เราทำอย่างนี้นะสิ ผมก็เลยคิดว่า อย่างนั้นมันก็ไม่น่าจะใช้วิถีที่เราทำแล้วละ อยู่ดีๆ ก็แว็บนึกถึงตอนที่เรานั่งได้ เอ๊ะ แสดงว่าเราเองเคยมีประสบการณ์อย่างนี้ เราน่าจะเข้ามาศึกษาเรื่องธรรมะให้กระจ่าง

แล้วเมื่อก่อนผมชอบฟังข่าว แล้วก็ถ้ามีเคียดบ้างก็จะฟังเพลง ตอนหลังมาถ้ามันเคียดมากๆ ก็จะมีบทสวดชินบัญชรบ้าง บทสวดมันเย็นแบบที่เราลดความว้าวุ่น ลดความกระวนกระวายเราไปได้ จากตรงนั้นก็เลยเริ่มกลับมา คือเริ่มที่จะกลับมานั่งสมาธินี้ เรากลับไม่สงบ ไม่ได้อะไรเลย มีแต่ฟุ้งซ่านคือคิดมากๆ คือผมตั้งแต่สมัยเด็กๆ ตั้งแต่ตอนที่ยังเรียนประถมอยู่ ก็มีรู้สึกว่าพอได้ยินเพลงอินเดียเพลงบทสวดแล้วก็ กลับมานั่งคิดว่าทำไมพระอรหันต์นี้ คือมีคนบอกว่าพระอรหันต์นี้ แล้วการที่จะเป็นพระอรหันต์ได้ ต้องนั่งสมาธิหมด เอ๊ะ แล้วพระอรหันต์ท่านก็ไม่ได้นั่งหลับตาทั้งวัน เพราะตอนที่ท่านเดินก็เป็นพระอรหันต์ คือมันคิดอย่างนี้ไปเองนะครับ คือเราไม่รู้ว่ามันเป็นอย่างไร แต่เรารู้สึกว่ามันไม่น่าจะใช้การนั่งหลับตา ในความรู้สึกตอนหลังเรารู้สึกว่ามันไม่น่าจะใช้

แล้วก็ก็มีมาฟังธรรมกับพระหลายๆ รูป คือบางท่านก็พูดดี บางท่านก็ให้ข้อคิดเรา ว่า เออใช่ สิ่งที่เราคิดมันไม่น่าจะผิด ว่ามันไม่ใช่แค่การนั่งหลับตา การปฏิบัติธรรมไม่น่าจะใช้การนั่งสมาธิแค่ชั่วโมง ๒ ชั่วโมงเหมือนที่เราทำ เราทำ ๒ ชั่วโมงนี้ วันหนึ่งมี ๒๔ ชั่วโมงเรานั่งสมาธิ ๒ ชั่วโมง และอีก ๒๒ ชั่วโมงนี้เราไม่ได้ปฏิบัติธรรม แล้วเราจะ

ทำยังไงให้เราสามารถปฏิบัติธรรมตลอด ๒๔ ชั่วโมงเราจะทำยังไง วันนั้นคือเรานั่งฟังด้วย แล้วเรารู้สึกว่า ถ้าเมื่อไรเราฟังเราก็พยายามนั่ง แต่ว่าระหว่างวันเราก็ต้องปฏิบัติธรรมด้วย คือต้องหาหนทางให้ได้ ผมก็เลยเริ่มฟังธรรม ตอนหลังคือพอเริ่มฟังธรรมแล้วรู้สึกว่าการฟังธรรมแล้วมันมีความสุข มันเหมือนกับมันค่อยๆ คลี่คลายปัญหาเก่าๆ ที่เราไม่เคยกระจ่าง ไม่เคยรู้

คือที่บ้านเป็นคนที่ทำบุญ เป็นคนที่สอนให้ลูกหลานเป็นคนดี แต่เราก็ไม่ได้ลึกซึ้งอะไรกันมาก เราอยู่อย่างเดียวว่า เราทำดีเราเป็นคนดีนี่เรื่องอื่นมันเป็นเรื่องเล็กน้อยครับ เราคิดว่าตัวเราเป็นคนดี เราตั้งใจที่จะทำดี แค่นี้ก็เพียงพอแล้ว แล้วก็เริ่มมาฟังธรรม เริ่มฟังธรรมมันทำให้เราเริ่มตอบคำถามในคำถามที่เราค้างคาอยู่ แต่คำถามที่เราปฏิบัติธรรมนี้มันก็เฉลยในบางส่วน และมันก็ไม่มีใครเฉลยในบางส่วน แต่เมื่อก่อนที่ปฏิบัติธรรมกลับมาดู กลับยังอยากรู้เรื่องของตัวเองทำไปตอนนั้นมันถูกทางไหม แล้วเราก็ดะไรขึ้นและถ้าสิ่งที่เราทำในอดีตนี้เราทำถูกทำผิด ๒.ถ้าเราทำถูก สมมุติว่าวันนี้เรากลับไปได้เหมือนเดิมนี้เราจะต่อยอดมันยังไง คือมันจะทำยังไงเราถึงจะแก้ปัญหาที่เราไปติดอยู่นั้นเราไปกลัวแล้วตอนหลังเราเลิก แล้วเรามีอารมณ์ตรงนั้นออกมา มันน่าจะสื่ออะไรบางอย่างให้เราที่จะเดินทางต่อ

หลวงพ่ : ๒ ปีนี้ยังไม่ได้อารมณ์อย่างนั้นเลย

โยม : ยังครับ มีช่วงหลังพอเราเริ่มรู้สึกว่าเป็นผมเองนี่ช่วงหลังพยายามนั่ง แต่ก็รู้สึกตัวเองนี่ยังฟังอยู่

หลวงพ่ : ๒ ปีนี้ทำยังไง

โยม : ๒ ปีนี้ที่ผมทำคือ ๑.ที่ผมทำเลยคือ ถ้ามีเวลาว่างก็นั่งสมาธิ แล้วตอนนี้ก็ดูลมหายใจ แต่ก็ยังจิตฟังเหมือนเดิม แต่สิ่งที่ทำเพิ่มมากกว่าในตอนเด็ก คือพยายามมาศึกษาและก็พบว่า ถ้ามีการเดินจงกรม แสดงว่าระหว่างเราเดินนี้ เรามีชีวิตประจำวัน มันก็น่าที่จะปฏิบัติธรรมได้ ตอนหลังก็เลยมาได้คำตอบว่า เออจริง ก็คือการเจริญสติ คือเราเคยแต่นั่งดูลมหายใจ ก็เลยมาศึกษาทั้งฟังซีดีหลวงพ่พุทธ และที่ฟังซีดีของท่านเจ้าคุณ

ประยูรธนะครับ และกึ่งฟังธรรมของท่านพระอาจารย์ธีรศักดิ์ และกึ่งฟังธรรมของหลวงปู่พุทธอิสระ และกึ่งฟังธรรมของหลายๆ ท่านก็คือ หลวงพ่อเทียน หลวงพ่อคำเขียน

พอฟังมากๆ เราก็รู้สึกว้าว เออใช่ท่านหลวงพ่อเทียนท่านบอกว่า กระจุกกระจิกมือได้ ไม่ต้องหลับตา ผมก็เลย เออ ถ้าอย่างนั้นแสดงว่า ถ้าเรามาจับแค่ความรู้สึกของการเคลื่อนไหว มันก็ไปสอดคล้องกับกายานุปัสสนา คือเป็นอิริยาบถบรรพ เราก็สามารถปรับมาใช้ในชีวิตปัจจุบันได้ ผมขับรถผมก็พยายามมีสติให้รู้ปัญหาที่มันเข้ามา เมื่อก่อนเราคิดเรื่องงาน เรื่องปัญหาที่กระทบเราเยอะๆ นี่ พอคิดปุ๊บมันก็จะคิดปรงไปเป็นชั่วโมงเลย แต่พอตอนหลังพอคิดปุ๊บพยายามดึงกลับมาคลุมหายใจ ระหว่างขับรถคลุมหายใจบ้าง คลุมหายใจสักพักหนึ่งก็จะคิดไปอีก คิดไปอีกก็ดึงลมหายใจอีก สักพักหนึ่งถ้ามันไม่อยู่กับบริกรรมว่า สัตว์ทั้งปวงจงเป็นสุขบ้าง บริกรรมพุทโธบ้าง

คือถ้าคุณมันไม่หยุดแล้วนะ คือจิตมันยังฟัง มันยังกระสับกระส่ายมากๆ ก็พยายามหาที่อยู่ให้มัน กลับมาทำบริกรรมพุทโธบ้าง กลับมาคลุมหายใจบ้าง ถ้ามันไม่อยู่กำลังจับพวงมาลัยอยู่ ก็ให้มีความรู้สึกว่ามีเราจับอยู่นะ กำลังหมุน ให้กลับมาอยู่ที่มือคือพยายามทำในอิริยาบถให้ได้นะครับ แล้วคือช่วงไหนถ้ามีเวลาก็พยายามนั่งสมาธิ แต่ช่วงนั้นนั่งก็ยังไม่สงบ ก็ยังไม่ได้ ก็ยังได้แค่ความรู้สึกสมัยแรกๆ เหมือนที่เคยได้แค่ช่วงเดียวว่า นั่งรู้สึกว้าวเหมือนตกจากที่สูง เราก็รู้

หลวงพ่อ : อันตั้งแต่ตอนเด็กนะ มันนั่งโดยแบบว่า คนเราทำงาน มันทำงานตามข้อเท็จจริง อย่างเช่นเรา พ่อแม่มอบงานมาให้ เราไม่มีสิ่งใดเปรียบเทียบ เราก็ทำตามที่พ่อแม่มอบให้ งานนั้นจะประสบความสำเร็จจริงไหม ถ้าพ่อแม่ไม่มอบงานให้ แต่พอเราโตขึ้นมา พ่อแม่มอบงานให้แบบนี้ เราอยากให้งานนั้นสำเร็จง่ายขึ้น หรืองานให้สั้นขึ้น รวดเร็วขึ้นเห็นไหม เราจะมีมุมมองของเราบวกเข้าไปจริงไหม

ขณะที่เป็นเด็กแล้วเราปฏิบัติ เพราะพี่ชายบอกให้ปฏิบัติ เราก็ปฏิบัติโดยที่เราไม่มีความลังเลสงสัยสิ่งใดเลย เราปฏิบัติตามข้อเท็จจริงนั้น แล้วสิ่งเกิดขึ้น นั่นนะเป็นข้อเท็จจริงทั้งหมด แต่ข้อเท็จจริงอย่างนั้นนะ ถ้ามีครูบาอาจารย์สอนตอนนั้น มันจะไปได้ดีกว่านั้น เช่น อย่างที่มันเป็นปลิวๆ มันเป็นวรรคเป็นตอนนั้นนะจิตมันจะลงไปได้อีก

ถ้าเกาะลมไว้เฉยๆ จิตมันจะไปได้มากกว่านั้นอีก อย่างเช่นเวลาจิตมาเจอสิ่งใด ที่ว่ามันพลิวมา แล้วพอมันหลุดเข้าไปในที่ใดที่หนึ่งนะ

การหลุดเข้าไปเห็นใหม่ การหลุดเข้าไปแต่ไม่ได้หลุด ไม่ได้หลุดเพราะอะไร ถ้าเราหลุดเข้าไปเลยนี้ ขณะที่หลุดเราไม่มีสติ เราจะเข้าใจอย่างนี้ มันจะบ๊อบหายไปเลย แต่ที่นี่เรามีสติหมดเห็นใหม่ เหมือนเราหลุดเข้าไปในที่ใดที่หนึ่งแล้วแสงสว่างขึ้น มันเป็นจิตของคนนั้นนะ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ แม้แต่สมาธิของคนก็มีลึกมีตื้นต่างกันเห็นใหม่ เวลาเข้าไปพอจิตมันสงบสบายๆ เห็นใหม่ มันมีความสุขอันหนึ่ง หลุดเข้าไป คำว่าหลุดเข้าไปนี่จิตมันละเอียดเข้าไปเห็นใหม่ ไปเห็นสิ่งที่ละเอียดเข้าไปอีกชั้นหนึ่ง ตรงนี้เดี๋ยวจะเอามาเป็นประเด็น เดี่ยวจะเอามาเปรียบเทียบให้ดู

ทีนี้จะเราจะหยิบมาเป็นประเด็นนะ ตรงนี้พอจิตมันหล่นเป็นชั้นๆ เข้าไปนี่เราจะเห็นเลยว่าความสงบของจิต ความสงบเข้ามาที่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธินะ เวลาเรานั่งบางทียวบงคราวเห็นใหม่ พอจิตสงบมันเข้าไป เห็นแสงพุ่งเข้าหาตัวเรา แล้วมาแตกต่อหน้า การแตกต่อหน้าที่เราเห็นเรารู้อะไร นี่ว่าที่ออกไม่ได้เพราะมันไม่มีความชำนาญเห็นใหม่ บอกเมื่อแล้ว เราไม่เอาแล้ว เราจะลูกก็ลูกไม่ได้เพราะจิตมันที่ว่านั้นนะ

ความจริงออกได้ ถ้าจิตเรามีสตินี้เราจะควบคุมได้หมดนะ แต่ตอนนั้นมันไม่เข้าใจ อย่างที่ว่าพ่อแม่ให้ลูกทำงาน ลูกก็ทำงานตามที่คำพ่อแม่สั่ง ไม่มีคำโต้แย้งใดๆ เลย จิตเวลากำหนดลมหายใจเข้าไปนี่ พอจิตมันเป็นสภาวะแบบนั้นเห็นใหม่ มันไม่ได้โต้แย้งใดๆ เลย มันไม่ใช่ปัญญาไง ใ้ที่ว่าเมื่อไม่ใช่ปัญญานี้

ขณะที่จิตมันสงบเข้ามาจะ ที่บอกว่า เอ๊ะ ทำมันไม่คงที่ เมื่อกี้เราฟังอยู่ ตรงนี้มันจะเป็นไฮไลท์เลย ถ้าจิตมันสงบเข้ามาแล้วนี่ทำไมมันไม่คงที่ ทำไมมันเปลี่ยนแปลงเห็นใหม่ จิตสงบเข้ามา มันเป็นจิตที่มันสงบ จิตที่มันไม่มีตัวตนของเรา ถ้าเราบอกว่าพ่อแม่ให้งานลูก ลูกรับงานจากพ่อแม่มา แต่ลูกก็มีข้อมูลของลูก ลูกมีเทคนิค มีความรับรู้ มีการศึกษาต่างๆ มาว่า แม่ให้งานมาอย่างนี้ ถ้าเราทำตามความเห็นเรานี้อาจจะดีขึ้น อาจจะเร็วขึ้นเห็นใหม่ นี่คือข้อมูลของเรา

ฉะนั้น พอจิตมันละเอียดเข้าไป ใจตรงนี้มันไม่มีข้อมูลสิ่งที่มาจับเคลื่อน จริงไหม เพราะจิตมันสงบไม่มีอะไรจับเคลื่อน พอไม่มีอะไรจับเคลื่อนนี่จิตมันสงบเข้ามา เราจะยกให้เห็นว่า ถ้าเป็นปัญญาปกติเรานี้ ปัญญาที่เราใช้กันนี่เขาเรียก “โลกียปัญญา” ปัญญาเกิดจากความคิด ปัญญาเกิดจากสมอง ปัญญาเกิดสติที่เราเรียนมา อย่างเช่นที่พูดเมื่อกี้ ฟังเทศน์ครูบาอาจารย์องค์นั้นๆ มา มันก็เป็นหนทางปฏิบัติแบบนั้นๆ เวลาเรามาปฏิบัติปั๊บ เราก็เอาแบบนั้นมาเป็นข้อเปรียบเทียบหาช่องทางจะออก มันก็เป็นสมบัติของครูบาอาจารย์องค์นั้น เหมือนกับคำสั่งของพ่อแม่ ไม่ใช่ของเรา

เพราะฉะนั้นพอจิตมันสงบเข้ามาแล้วก็เห็น ที่ว่าใจนี้ไม่เที่ยง ใจนี้มันไม่มั่นคง นั่นแหละคืออนิจจัง จิตมันเห็นอนิจจัง ถ้าเห็นอย่างนั้นนะมันเป็นอนิจจัง แล้วมันปล่อยใจใหม่ มันปล่อยลึกเข้าไปอีก ปล่อยใหม่?

โยม : ตอนนั้นคือปล่อยลึกเข้าไป ถูกคุณเข้าไปจนเห็นเป็นดวงๆ

หลวงพ่ : นั่นนะ! ถ้าปล่อยเข้าไปนั่นมันเพราะอะไร เพราะสิ่งที่ไม่เป็นอนิจจัง นี่! เห็นอย่างนี้ต่างหาก ถึงจะเป็นประโยชน์ แล้วพอเห็นเป็นประโยชน์มันปล่อยตรงนั้นปั๊บ เพราะจิตมันปล่อย จิตมันละเอียดเข้าไปเห็นใหม่ เวลาเรากวนาไปบ่อยๆ ครั้ง แล้วเวลาลูกขึ้นมาเห็นใหม่ เราได้ยินเสียงอะไร เราคิดว่า เอ๊ะชีวิตนี้คืออะไร อันนี้สุดขยอเลย สุดขยอเพราะทางธรรมะนะ สามเณร ๗ ขวบบวชเป็นพระอรหันต์ได้อย่างไร

สามเณร ๗ ขวบ เด็กอายุ ๗ ขวบนี้ ไปกับพระสารีบุตร เห็นชวานาโบราณเขาทำนา เกษตรกรรม เขาชักน้ำเขานา นี่ปัญญามันเกิดอย่างนี้ ชีวิตนี้เกิดมาทำไม แต่ที่นี้เด็ก ๗ ขวบไปถามอาจารย์ว่า น้ำนี้มันมีชีวิตไหม พระสารีบุตรนำหน้าไป

เพราะพระปฏิบัติเราจะรู้เหตุการณ์อย่างนี้ อย่างเช่นหลวงปู่มั่น เวลาท่านไปบิณฑบาตเลยนี้ท่านจะพูดของท่านไปเรื่อย ท่านจะพูดสอนใจ คือเทศน์นั่นล่ะ เพียงแต่เอาเหตุที่เห็นนั่นเป็นบุคลาธิษฐาน เครื่องเปรียบเทียบให้คนฟังได้คิดได้สติ

ที่นี้พระสารีบุตรไปบิณฑบาต พระสามเณรน้อยเดินตามไป เห็นเขาชักน้ำเขานา สามเณรถามพระสารีบุตรเลยว่า น้ำมีชีวิตไหม? พระสารีบุตรบอกว่า ไม่มี พอไม่มีนี่จิตมันก็อย่างที่ว่า ความคิดเกิดมันต่อเนื่อง ถ้าสิ่งที่ไม่มีชีวิตมันยังใช้ประโยชน์ได้ แต่เราเป็น

สามณเณรน้อย เรามีชีวิต เรามีความรู้สึกเห็นใหม่ จิตมันสงบเพราะมันใช้ใคร่ครวญอยู่ไฉนนั้นถึงว่าขอถวายบาตรคืนพระสารีบุตร เพราะถือบาตรมาด้วยใจ จะออกบิณฑบาตตอนเช้า แล้วพอถวายบาตรแก่พระสารีบุตรแล้วตัวเองก็กลับไปพิจารณา ปัญญาจะลงลึกกว่านี้ไปเห็นใหม่

ที่บอกว่าพระอรหันต์จะเกิดขึ้นมาได้ยังไง ปัญญาอย่างนี้ เพราะจิตของเรานี้ยังไม่สมคูล มันยังไม่เต็มทีของมัน ปัญญาอย่างนี้มันเกิดขึ้นมามันยังชำระกิเลสไม่ได้ เพียงแต่เปรียบเทียบกับข้างนอกเห็นใหม่ น้ำมีชีวิตใหม่ น้ำไม่มีชีวิตยังเป็นประโยชน์ได้ แล้วชีวิตเราล่ะ เรามีชีวิต สิ่งที่มีชีวิตมีความรู้สึกมันควรจะควบคุมได้ดีกว่าน้ำ ควรจะควบคุมควรที่จะเป็นประโยชน์มากกว่าน้ำ ถ้าควรควบคุมได้มากกว่าน้ำ เราควรจะกลับไปใช้ปัญญาญาณของเรา เข้าไปชำระจิตของเรา เพื่อความสิ้นสุดแห่งทุกข์ นี้พระอรหันต์นะ

ฉะนั้นพอจิตมันพิจารณา นั่นก็ไม่เที่ยง นี่ก็ไม่เที่ยง ตอนนั้นเพียงแต่ว่า เราจะบอกว่าโยมนี้นะมีอำนาจวาสนาพอสมควร เพราะพอปฏิบัติขึ้นมา สิ่งที่ยอมรับได้สัมผัส นี่คือปัจจัยตั้ง สันติภูมิจิต เพราะจิตของโยมได้สัมผัสกับธรรมชาติเองเลย สติธรรม สมาธิธรรม ปัญญาธรรม เห็นใหม่ สภาวธรรม แล้วจิตเราได้สัมผัสอันนี้มันฝังอยู่ที่ใจ พอฝังอยู่ที่ใจ บัดนี้เวลาเราไปคุยกับใคร เห็นใหม่ เราจะเอาสิ่งนี้มาเปรียบเทียบ ถ้าครูบาอาจารย์ท่านไม่เคยเป็น ไม่เคยเห็น

คนภาวนานะ นั่นนะพื้นฐานนี้ยังภาวนาไม่เป็นนะ มึงอย่ามาคุยเรื่องธรรมะ ถ้าคุยธรรมะก็คุยธรรมะของพระพุทธเจ้า เอาเรื่องธรรมะพระพุทธเจ้ามาพูดให้ฟัง แต่ตัวเองก็ไม่เคยสัมผัส ไม่เคยรู้ ถ้าเคยสัมผัสเคยรู้นี้ก็จะฟังตรงนี้ ฟังปัจจัยตั้ง สันติภูมิจิต จิตที่สัมผัสคือธรรมะของเรา ธรรมะส่วนบุคคล ความสัมผัสของจิตนั้นล่ะ นั่นล่ะคือสังขารธรรมนะ คุณสิ โยมศึกษาเห็นใหม่ ศึกษาเพื่อทางวิชาชีพ โยมออกมาแล้วโยมต้องประกอบอาชีพเพื่ออะไร เพื่อหาสิ่งนั้นไปเป็นปัจจัย หรือเพื่อเลี้ยงชีพ

จิต สภาวธรรมที่มันเกิดนะ สภาวธรรมที่เป็นสมาธิแล้วได้สัมผัส ความสัมผัส นั่นล่ะคือสภาวธรรมที่จิตสัมผัสที่ความเป็นไป ภาคปฏิบัติเขาทำกันอย่างนั้น คือมันจะรู้จริงเห็นจริงตามสภาวะตามความเป็นจริง ไม่ใช่ที่เราศึกษาจบไปแล้ว เราต้องประกอบ

วิชาชีพ ถ้าไม่ประกอบวิชาชีพสิ่งที่ศึกษามานั้นก็ศูนย์เปล่า ชะรอยที่ฟังมาๆ ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติมันก็ศูนย์เปล่า แต่พอมาปฏิบัติขึ้นมา มันได้ขึ้นมาปั๊บนี้โยมถึงมีสภาวะเกิดที่ว่า ชีวิตนี้คืออะไร นั่นล่ะคือธรรมะเตือนนะ ธรรมะเตือนชีวิตของเรา แต่ทีนี้เพราะโยมเกิดมามีอำนาจวาสนาพอสมควรนะ โยมก็ต้องใช้ชีวิตต่อไปข้างหน้าเห็นใหม่

อย่างที่โยมพูดเมื่อกี้ เราเกิดมาเพราะกรรมดี ถ้าเราเคยทำกรรมไม่ดีมามันถึงเกิดทุกข์ให้เราเห็นใหม่ กรรมดีกรรมชั่วมันให้ผลมาทั้งนั้นล่ะ ที่คนเรากลุ่มๆ ดอนๆ การปฏิบัติก็เหมือนกัน กลุ่มๆ ดอนๆ ทั้งนั้น ทีนี้พอสภาวะนั้นเกิดขึ้นมา นั่นล่ะธรรมะเตือนมาตลอด แต่โยมยังมีกรรมอยู่ก็ต้องใช้ชีวิตมาจนปานนี้ไง แล้วย้อนกลับมาปฏิบัติ ทีนี้ปฏิบัตินะ สิ่งที่มีมันจะเตือนโยมตลอด คือ สิ่งที่มีโยมปฏิบัติมาครั้งที่แล้ว

ฉะนั้นสิ่งที่ปฏิบัติอย่างนี้ มันจะทำยังไงเพื่อจะเข้าไปสู่ตรงนั้น ศิล สมาธิ ปัญญา ถ้าไม่เกิดสัมมาสมาธิ ปัญญาที่เกิดขึ้นมาคือ โลภียปัญญา ตอนนีโยมใช้ปัญญาเห็นใหม่ที่ว่าโยมบอก ทำไมเราประกอบอาชีพ แล้วอาชีพมันจะให้ผลกับชีวิตเราจะมีอะไร นั่นเป็นปัญญาเหมือนกัน แต่เป็นปัญญาการเตือนสติเตือนความรับรู้ของเรา ให้เราหาช่องทางที่จะหาทางออก ฉะนั้นปัญญาอย่างนี้ เขาเรียก โลภียปัญญา

ปัญญาอย่างนี้ ถ้าเรียกในทางปฏิบัตินะ คือปัญญาอบรมสมาธิ เพราะอบรมให้จิตมันนิ่งได้ พอจิตนิ่งได้นี้ ต่อไปนี่มันอยู่ที่คุณภาพจิตของโยม ถ้าโยมทำจิตให้นิ่งได้ โยมทำจิตให้เข้ามาถึงฐิติจิต คือต้นขั้วของความคิด คือต้นเหตุของการเกิดและการตาย ต้นเหตุของความทุกข์ ต้นเหตุของการทำให้ชีวิตนี้ต้องเคลื่อนที่ไป ต้นเหตุของทุกๆ อย่างมันอยู่ที่จิต ถ้าโยมทำความสงบเข้ามาสู่ที่ต้นเหตุ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ แล้วต้นเหตุมันอยู่ที่นี้ การแก้ไขชีวิต การแก้ไขการกระทำมันต้องเข้าไปแก้ตรงนั้น ไปแก้ที่อื่นไม่มี แล้วการจะเข้าไปแก้ที่ตรงนั้น โยมก็ต้องทำความสงบของใจเข้ามา ต้องทำสมาธิ

แต่คำว่าทำสมาธิไม่ต้อง.. โทษนะ จะใช้คำว่าไม่ต้องตะบิตะบันทำแต่สมาธิ เพราะสมาธินะเป็นพื้นฐาน เป็นต้นเหตุต้นขั้ว แต่ต้นเหตุต้นขั้ว ถ้าเราไม่มีเหตุปัจจัยอะไร ต้นขั้วก็คือต้นขั้วไม่รู้อะไร ฉะนั้นการใช้ปัญญานี้ใช้ปัญญาได้ บอกว่าต้องทำสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญา แต่ขณะที่เราจะใช้ปัญญา ทำสมาธินี้มันก็ต้องอาศัยโลกียปัญญา เพื่อให้เข้ามาสู่สมาธินี้ เราจะบอกว่าทำสมาธินี้ก็ใช้ปัญญาได้ ใช้ความคิดได้ แต่จะใช้

ความคิดนี้เราจะรู้เห็นใหม่ ความคิดอย่างนี้เพื่อเตรียมพร้อมการทำความสงบ แล้วถ้าจิตสงบแล้ว ถ้าโยมเกิดปัญญาขึ้นมา เราจะพูดตรงนี้ไว้เลย จำเอาไว้เลยนะ ใจตรงที่บอกว่ามันไม่เที่ยงมันแปรปรวนนะ เดี่ยวจะเข้าไปสู่จุดนั้น จุดนี้คือระยะเปลี่ยนผ่าน จิตของคนนะมันมีระยะเปลี่ยนผ่านของมัน

คุณมนุษย์สิ เปลี่ยนผ่านจากทารกมาเป็นวัยรุ่น เปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นมาเป็นวัยทำงาน จากวัยทำงานไปถึงวัยชรา เปลี่ยนจากวัยชราไปวัยตาย! จิตก็เหมือนกัน จิตเกิดมาปัจจุบันนี้เราได้สถานะของมนุษย์แล้ว เพราะด้วยผลเวรผลบุญผลกรรมเกิดมาเป็นสถานะของมนุษย์ เพราะความเป็นมนุษย์ ความที่อายุไขของมนุษย์มันรองรับสิ่งที่เราทำดีทำชั่ว เราที่ยังมองไม่เห็นไว้ เพราะมันเป็นวาระของมนุษย์ ถ้าหมดวาระของมนุษย์นะ สิ่งที่เรากรรมที่ทำไว้มันจะเปิดมาให้เห็นชัดเจนเลย มันจะเสวยกรรมตามนั้นเลย นี่คือผลของวิญญูะ นี่คือผลของการเวียนการตาย คือผลของผลไม้ที่มันออกแต่ละฤดูกาล เพราะมันเป็นที่พืชพันธุ์ของมัน ผลไม้ชนิดใด ต้นของมันจะต้องออกผลไม้ชนิดนั้น มันได้อาหารได้ปุ๋ยได้น้ำได้ความสมบูรณ์ของมัน มันก็จะสมบูรณ์ของมัน นี่คือการเกิดของมัน ไซ้ใหม่

ที่นี้มนุษย์ เราเป็นมนุษย์เห็นใหม่ จิตมันจะเวียนหนึ่งอายุไข ผลไม้ที่มันออกแต่ละฤดูกาลนะ แต่เราเกิดเป็นมนุษย์นี้เราไม่รู้จักชีวิต แต่ไม่รู้จักชีวิตนี้มันแยกตรงนี้ได้ไง แยกตรงที่ว่า ระหว่างที่ว่าเรายู่กับโลกหรือจะไปทางธรรม ถ้าอยู่กับโลก เราก็ออยู่โลก ตื่นโลกไปเห็นใหม่ ประกอบสัมมาอาชีวะมีผลตอบแทน เราเป็นคนมีศักยภาพ มีสังขม เรามีหน้ามีตาในสังขม นี่คือการติดโลกหมดเลย นี่เกิดมาสว่างไปมืด เกิดมามีมืดไปสว่าง ไปมืดเพราะไม่ทำความดี

ถ้าเกิดมาเป็นมนุษย์ สัมมาอาชีวะเพราะเราต้องมีหน้าที่การงานกันอยู่แล้ว แต่ถ้าเราจะทำคุณงามความดีของเรา คุณงามความดีของเรา สิ่งที่ยอมรับไว้จะเป็นของชาติตระกูล เป็นของโลก สมบัตินี้เป็นสมบัติของโลก ใครมีปัญญาก็แสวงหาเอา เพราะมันเกิดขึ้นมาจากโลก ข้าวของเงินทองเกิดขึ้นมาจากโลก แต่สมบัติของเราละ นี่ไงต้นขั้วมันอยู่ที่นี้ไง ต้นขั้วคือสติจิต คือต้นเหตุแห่งจิต และถ้าจิตมันสงบเข้ามาที่นี้เห็นใหม่ มันจะเข้ามาอยู่ต้นขั้วนี้ ถ้าเข้าสู่ตรงนี้มันจะเกิดปัญญา ปัญญาที่จะเกิดมันจะเป็นปัญญาอย่างที่ว่า

โยมบอกมันจะเป็น ทำไมความคิดมันไม่นิ่ง เพราะอะไร เพราะความคิดอย่างนี้มันเกิดในสมาธิ มันไม่ได้เกิดจากสมอง

ถ้าเกิดจากสมองนี่นะ มันเป็นสถิติ มันเป็นวิทยาศาสตร์ มันเป็นสูตรตายตัว เกิดจากสมองนี้เราใช้คำว่าปริยัติ คือว่าโลกียปัญญา คือมันมีข้อเปรียบเทียบ ถ้าคิดเปลี่ยน เช่น สีแดงเราบอกว่าสีเขียวนี้เราเป็นคนบ้าแล้ว เพราะสีมันแดง สังคมเขาว่าสีแดง บอกว่าเป็นสีอื่นไปไม่ได้เลย เราศึกษาทางวิทยาศาสตร์สิ่งนี้เป็นสูตรตายตัว ต้องเป็นอย่างนี้ ทางทฤษฎีต้องอย่างนี้ ผลค่าของมันต้องเป็นอย่างนี้ แล้วกรรมมันเป็นอย่างนั้นใหม่ละ ความทุกข์สุขเป็นอย่างนั้นใหม่ละ

นี่พอเป็นธรรมขึ้นมา ถ้าจิตมันลงไปถึงสัมมาสมาธิ เราจะบอกว่าแม้แต่ปัญญาที่เกิดขึ้นมาในจิตนี้ มันก็มีหยาบมีละเอียด มันมีแตกต่าง แต่ความแตกต่างของมัน มันจะรู้ของมันได้ แต่ถ้าเป็นวิทยาศาสตร์ ไม่มีความแตกต่างนะ วิทยาศาสตร์แตกต่างไม่ได้ ถ้าแตกต่างได้ต้องมีคนผิคนหนึ่ง จริงไหม นี่คือโลก เราจะบอกว่าความคิดจากสมองไง

แม้แต่ทางวิชาการทางธรรมะของพระพุทธเจ้า พระไตรปิฎกนี่ละ ยังมาตีความหลากหลายแล้วก็เถียงกันปากเปียกปากแฉะ พระพุทธเจ้าสอนไว้ให้เป็นประเด็น ให้เป็นแนวทาง แล้วเราพยายามที่จะชวนขวนขวายหาสมบัติของเราเอง อย่างที่โยมพูดที่ปฏิบัติตอนเด็กๆ ถ้าเราเปรียบเทียบขึ้นมา มันจะรู้จริงตามนี้ ของพระพุทธเจ้าสารุ ของพระพุทธเจ้า ถูกต้องหมดแหละ แต่เป็นของพระพุทธเจ้าไม่ใช่ของเรา

แต่ถ้าเป็นของเราขึ้นมา มันจะเกิดขึ้นมาจากเรา ฉะนั้นเราจะบอกโยม ง่ายๆ เลย ตอนที่เข้ามาตอนเด็กเนี่ย เราใช้สติใช้ปัญญาอย่างไร คือใช้คำบริกรรมอย่างไร ตรงนั้นนะ คือผลที่เราทำแล้วได้ มันชัดเจน แต่ตอนนี้ยังสับสนอยู่ ยังไม่ได้

โยม : กราบเรียนหลวงพ่อก็คือช่วงหลังนี้ผมเริ่มได้คำตอบ คือเราเริ่มรู้สึกว่ เอ๊ะจริงๆ ตอนที่เรานั่งคือมันน่าแปลกใจอยู่อย่างครับหลวงพ่อก็คือตรงที่พอปฏิบัติธรรมทุกครั้งมันจะทำให้อดีตที่เราเคยได้มันชัดขึ้นมาเรื่อยๆ มันแปลกแม้กระทั่งว่า เมื่อสัก ๒ สัปดาห์ที่แล้วผมนั่งอยู่ เอ๊ะ ผมจำได้ว่าตอนนั้นก่อนที่ผมจะหลุดเข้าไปสู่ตรงนั้นนี่ ผมจำได้ว่าผมเนี่ยตัด คือพอเริ่มคิดเมื่อไหร่ก็ตัดกลับมาอยู่ที่ลมหายใจ รู้เมื่อไหร่ก็กลับมาดู แสดงว่า

ก่อนหน้านี้ ๒ ปีนี้มันลึนๆ แต่มันไม่ชัด อยู่ดีๆ สักอาทิตย์ ๒ นี้มันนึกขึ้นมาได้ว่า ตอนนั้นก่อนที่เราจะเห็นปลิวลมนี้เราจะตัดความคิดแม้แต่เสียงไกลๆ จากที่ได้ยินไกลๆ มันเห็นตรงนั้นปั๊บ ตอนเจอแรกๆ มันต้องดึงออกมา ตอนหลังนี้มันเห็นแล้วมันก็ดับตรงนั้น เห็นว่ามันมีเสียงมันดับตรงนั้นเลย แล้วก็กลับมาคลุมหายใจ แล้วก็เลยนึกขึ้นได้ แล้วก็พยายามกลับมาดู

หลวงพ่ : จิตออกรู้หมด โลกนี้มีเพราะมีจิต ไม่มีจิตโลกมันก็เป็นของมันอยู่อย่างนั้นละ โลกคือธาตุ ธาตุมันไม่ชีวิต ธาตุรู้ตัวมันเองไม่ได้ โลกนี้มีเพราะมีจิต แล้วถ้าจิตออกรับรู้ข้างนอกมันก็รื้อยแปด เรากลับมาอยู่ที่ต้นข้าวของมันแล้วแก้ไขตรงนี้

โยม : ไซ้ครับ พอตอนหลังก็เลยดึง พอดึงกลับมาคลุมหายใจสักพักหนึ่ง มันก็เลยทำให้เรา จากที่มีเสียงนกร้อง มีเสียงสายลม อยู่ดีๆ มันไม่ได้ยินอะไรไปหมดเลย มันเหมือนกับคนที่ไม่ได้ยินอะไร รื้ออย่างเดียว คือมีแค่รู้ รู้แม้กระทั่งว่า เราารู้สึกว่าคลุมหายใจมันเข้ามาเองนะ เราไม่ได้หายใจ รู้แม้กระทั่งว่าทำไมต้องกระดืบเอง เหมือนเราเป็นคนนั่งดูมัน

หลวงพ่ : กำหนดลมให้ชัดๆ มันยังไปได้มากกว่านี้อีก แต่เรายังไม่บอก เพราะเดี๋ยวมันจะเป็นสัญญา กำหนดลมไว้ชัดๆ เดี่ยวลมหายใจจะเริ่มขาด ทุกอย่างจะเป็นสักแต่ว่าอัปปนาสมาธิเราจะรู้จักเลย ที่ว่าอัปปนาสมาธิเป็นยังไง

โยม : แล้วที่ผมเห็นเหมือนเป็นดวงๆ เข้ามานี้ไม่ได้ผิดทางไซ้ไหม

หลวงพ่ : ไม่ผิด

โยม : ตอนหลังพอผมมาฟังธรรม ผมก็เลยเข้าใจว่า สิ่งที่ผมเห็นดวงๆ นี้คือผมกำลังเห็นอาการเกิดและอาการดับไซ้ไหม

หลวงพ่ : ไซ้ ฮี! เราจะเห็นนิมิตอะไรก็แล้วแต่ เห็นเป็นแสงสีเสียงใดๆ เกิดขึ้นก็แล้วแต่ สิ่งนี้มันเป็นสิ่งที่ห้ามไม่ได้ มันเหมือนกับเกลือนี้มีรสเค็มเป็นธรรมดา น้ำตาลมีรสหวานเป็นธรรมดา น้ำส้มก็มีรสเปรี้ยวเป็นธรรมดา กฎของมันเป็นอย่างนั้น พอกฎเป็นอย่างนั้นปั๊บนี้ จิตของคนนี้มันแตกต่างกันากหลาย โยมภาวนาเป็นอย่างนี้แล้วโยมบอก

ให้คนอื่นพิจารณาถาม กำหนดลมหายใจเหมือนโยม แล้วให้เป็นแบบโยม เป็นไปไม่ได้ โยมจะบอกว่า ให้น้ำตาลกับเกลือมีรสชาติเดียวกัน เป็นไปไม่ได้

พันธุกรรมทางจิต จิตของแต่ละบุคคล ลายนิ้วมือคนเหมือนกันไหม ลายนิ้วมือคนยังไม่เหมือนกันเลย แล้วพฤติกรรม พันธุกรรมทางจิต จิตที่ได้สร้างสมมามันจะเหมือนกัน มันเป็นไปได้อย่างไร ฉะนั้นการปฏิบัติที่จะให้เหมือนกัน ก๊อปปี้กันมานี้ เป็นไปไม่ได้!

ฉะนั้นคนที่ปฏิบัติ ใครจะรู้ ใครจะเห็น มันเรื่องของเขา มันเป็นพันธุกรรมของเขา มันเป็นจริตนิสัยของเขา ของเรานะสิ่งใดที่เราทำแล้วมันได้ประโยชน์กับเรา ใครจะพูดว่าถูกหรือไม่ถูกนะ ใจเรื่องนี้มันคำพูดของเขาไม่ใช่ความจริง ความจริงคือสิ่งที่เรา ประสบ สันติปฏิญญา ปัจจัตตัง ของนี้ของจริง ถ้าของนี้ของจริงสิ่งที่เกิดมานี้ จิตมันรู้มันเห็นก็มันรู้มันเห็นของมัน เราจะบอกว่ามันเป็นจริตนิสัย มันเป็นกรรมของคน มันเกิดสภาวะแบบนี้ มันก็จะเห็นสภาวะแบบนี้ เพียงแต่ว่ามีครูบาอาจารย์คอยแนะนำไหม

คอยแนะนำว่า ๑.ไม่ตกใจไม่ตีใจกับสิ่งที่รู้ที่เห็น แล้วเรากำหนดลมหายใจต่อไป สิ่งนั้นจะดับไปโดยธรรมชาติของมัน เพราะจิตออกรู้ จิตของคนโดยปกติก็รู้ด้วยสามัญสำนึก พอจิตลงในสมาธินี้ มันก็รู้โดยจริตนิสัย จิตของจิตมันแตกต่างกันหลากหลาย ฉะนั้นมันเจอสภาวะแบบนี้ สภาวะแบบนี้ จริตใจใหม่ จริตคือนิสัยใจใหม่ จริตนิสัยของคนมันชักนำ เพราะจริตนิสัยของคนอย่างไรมันชอบสิ่งใด สิ่งใดที่มันชอบมันก็พอใจจริงไหม สิ่งไหนถ้าขัดใจมัน มันก็โกรธเป็นธรรมดา

ทีนี้พอจริตนิสัยมันเป็นอย่างนั้น พอจิตมันลงอย่างนั้น มันก็แสดงตัว ถ้าแสดงตัวเราก็คล้อยตามไปเห็นไหม ถ้าเราคล้อยตามไปมันจะลงลึกกว่านั้นไม่ได้ไง ฉะนั้นถ้ามันเห็นสิ่งใดที่มันเกิดขึ้น จะเป็นนิमित จะเห็นต่างๆ กำหนดที่ลมหายใจชัดๆ

โยม : ให้กลับมาดูที่ลมหายใจ

หลวงพ่ : ใจ! สิ่งนั้นจะดับไปเอง สิ่งนั้นจะดับไปเองเพราะอะไร เพราะจิตนี้มันเกาะลมหายใจโดยชัดเจน มันไม่แบ่งความรู้ของมันออกไปรับรู้สิ่งนั้น

โยม : จริงครับ ใช่ เพราะที่ผ่านมา พอผมมีอะไรเข้ามากระทบให้รู้สึกว่าเขาบีบ ผมจะกลับมาคลุมหายใจแล้วมัน..

หลวงพ่ : ถ้าจิตมันออกรับรู้สิ่งนั้น สิ่งนั้นมันเป็นอาการของจิต จิตส่งออกไปรู้ อาการของมัน ถ้าจิตส่งออกไปรู้อาการของมัน แล้วมันก็แสดงตัวขึ้นมา โทษนะ เสือก ตื่นอาการของตัว เสือกโง่ โง่กับตัวเอง! ถ้าจิตมันฉลาดขึ้นมา ก็เงาของกู กูจะไปตื่นมัน ทำไม กูกลับมาที่กู เงาก็หายไป

โยม : หลวงพ่กำลังบอกว่า ถ้าผมเจอเหตุการณ์อย่างที่เคยเจอแล้วผมตกใจ ก็กลับมาคลุมหายใจ

หลวงพ่ : ใช่! แล้วกำหนดมันชัดๆ เข้าไปนะ เดี่ยวมันจะไปได้ดีกว่านี้อีก มันจะเข้าไปได้มากกว่านี้

โยม : อ้อ ใช่ เพราะวันนั้นตอนแรกผมก็ตกใจ แล้วผมกลับมาดูมันดูไม่ได้ มันเห็นอีกสักพักหนึ่ง พอผมเริ่มตั้งจิต มันเห็นก็ช่างมัน ก็เลยกลับมาคลุมหายใจอีกสักพัก มันก็เลยวูบสว่างแล้วกลับมาเป็นพลิวๆ ลมเหมือนเดิม แล้วผมก็เลยรีบถอนออกมา

หลวงพ่ : กำหนดไว้ชัดๆ แล้วไม่ต้องกลัวเป็นกลัวตาย เดี่ยวพอเข้าไปลึกเข้าไปมัน จะกลัวตาย ลึกเข้าไปแล้วมันจะเริ่ม ตัวมันเองจะเป็นอิสระไง พอตัวมันเองจะเป็นอิสระ บีบ มันจะไม่รับรู้เรื่องอายตนนะ ไม่รับรู้เรื่องกาย คนตกใจว่า อู๊ย กูจะตายๆ มันจะตกใจ กันหมดนะ แม้แต่ตัวมันเองนี่นะมันยังตกใจในตัวมันเองเลย แล้วจะไม่ให้คนอื่นตกใจ จะไม่ให้คนอื่นแปลกใจ แม้แต่ตัวมันเองยังแปลกใจในตัวมันเองเลย

มันยังแปลกใจในตัวมันเองว่ามันเป็นยังไง แต่ครูบาอาจารย์ท่านผ่านมาหมดแล้ว ท่านก็เคยแปลกใจมาก่อน แต่ท่านก็แก้ไขของท่านมาได้ พอแก้ไขมา สอนยังไง บอก ยังไง ก็ต้องแปลกใจ จะบอกว่าน้ำตาลรสหวาน ไม่เคยกินนี่หวานเป็นยังไงว่า พอได้ลิ้ม รสน้ำตาล มันก็หวานเนอะ แล้วถามอาจารย์ว่ารสหวานอย่างนี้ถูกหรือเปล่า เห็นไหม ไม่ได้ลิ้มรสมันถึงง ลิ้มรสแล้วมันถึงง ฉะนั้นถ้ามันได้สัมผัสบ่อยครั้งเข้า เดี่ยวมันก็หาย ง อ้อ ของจริงปัจจุจัดตั้ง

โยม : ผมเข้าใจ เพราะว่าก่อนที่จะเข้าแต่ละขั้นนี้ มันจะมีคำถาม เฮ้ย เราเกิดอะไรขึ้น มันจะแปลกใจแต่ด้วยความรู้สึกที่ว่า เอ๊ะมันหลอกเราอีกแล้ว เหมือนมีมดมาไต่ เหมือนมีใครมาเห็น เราก็ เออ ไม่สนใจกลับมาคลุมหายใจ แล้วมันก็หายไป

หลวงพ่ : ตั้งสติไว้ ตั้งสติกำหนดคลุมหายใจ กำหนดคลุมกายใจชัดเจน อยู่ที่ลมหายใจ ถ้าเราเคยทำได้แล้วนะ แล้วจะบอกด้วยพระพุทธเจ้านะ ท่านออกไปทดสอบมา ๖ ปีนี้ผิดหมดเลย ถิ่นสุดท้ายท่านคิดถึงตอนท่านเป็นราชกุมาร ที่ไปอยู่โคนต้นหว้านั้นนะ ท่านก็คิดถึงลมหายใจของท่านนี่แหละ

เราจะบอกว่านี่แปลก พระพุทธเจ้าก็มีความคิดอย่างนี้นะ ไปลองผิดลองถูกกับเขามา ๖ ปีแน่ะ สุดท้ายแล้วไปไม่รอดละ วิกฤตขนาดไหน เขาอดอาหารขนาดไหนก็สู้กับเขามาหมดละ มันไปไม่ได้แล้ว กลับมานึกถึงโคนต้นหว้า นึกถึงตอนเป็นราชกุมาร พระเจ้าสุทโธทนะพาไปทำแรกนาขวัญ ทิ้งไว้ให้นั่งอยู่ที่โคนต้นหว้า กำหนดคลุมหายใจเข้า ออกนี้มันละเอียดเข้าไป พระพุทธเจ้าเอาตรงนั้นเป็นบรรทัดฐาน และเอาตรงนั้นเป็นตัวตั้ง แล้วทำตามนั้นเข้าไป ถ้าคืนนี้ไม่ตรัสรู้จะยอมตายที่นี่

สุดท้ายแล้วก็ปฐมยามเห็นไหม บุพเพนิวาสานุสติญาณ มัชฌิมายาม จตุตปตญาณ ยังไม่แก้กิเลส อดีต อนาคต ถึงอัสวักขยญาณ มันยามสุดท้าย สมเด็จพระพุทธเจ้าเรา นี่เห็นไหมเพราะอะไร เพราะพระพุทธเจ้าคิดถึงตรงนั้น นี่ก็เหมือนกันถ้าเราเคยมีประสบการณ์มาเห็นไหม พระพุทธเจ้าก็มีประสบการณ์อย่างนี้เหมือนกัน แล้วท่านก็แก้ไขตัวท่านไป

อันนี้ใครจะพูดดี พูดถูก พูดเลว เรื่องของเขาเราเอาตรงนี้ เอาความจริงอันนี้

โยม : ขอคำแนะนำหลวงพ่ที่ว่า อย่างปัจจุบันนี้ผมเองนั่งแล้วมัน จะทำยังไงให้ผมกลับไปได้สงบเหมือนเมื่อก่อน

หลวงพ่ : มันสงบไปเรื่อยๆ อย่างที่พูดเมื่อกี้ ตอนเด็กตอนนั้นมีแต่การศึกษา เราไม่รับภาระเท่าไร จิตใจมันสดชื่น แต่ในปัจจุบันนี้เราต้องรับภาระ เราต้องรับภาระทุกอย่าง ฉะนั้นเวลาเราจะภาวนาลึกลงไปมันจะมากวน สิ่งที่ได้รับภาระนี้ และประสบการณ์ตั้งแต่

เรียนมาตอนมหาวิทยาลัยจบมาทำงาน จิตมันได้กระทบกับสิ่งต่างๆ มาเยอะเยอะไปหมดเลย เห็นไหมพันธกรรมทางจิต

ตรงนี้มันเป็นประโยชน์นะ ข้อมูลข่าวสารเป็นประโยชน์ไปในทางการทำธุรกิจ เพราะใครรู้ข่าวก่อน ใครได้ข้อมูลก่อน ได้ทุกอย่างก่อนมันเป็นโอกาสของเขาทั้งนั้นล่ะ แต่ข้อมูลข่าวสารเป็นโทษกับการปฏิบัติ เพราะข้อมูลข่าวสารนี้เราไปตื่นเต็นกับมัน จิตฟูหรือยัง เราไปผูกมัดกับมัน ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์เรากลัวลืมมัน เราก็พยายามยึดมันเห็นไหม

เราใช้จิตของเรากับพวกนี้ไปมาก แล้วพอจะทำให้สงบนะมันก็เหมือน เราก็บอกว่า เราจะบอกคนแก่ๆ นะที่ปฏิบัตินะ จิตใจนี้เป็นเต่าทารก เต่าทารกที่อ่อนแอ ที่เจ็บไข้ได้ป่วย เพราะความคิดข้อมูลข่าวสารนี้มันเป็นสิ่งที่ตรงข้ามกับการปฏิบัติไง มันก็เหมือนโรคภัยไข้เจ็บที่ทำให้ใจนี้ฟูตลอดเวลา

ที่นี้ย้อนกลับมาที่เราสิ ถ้าเราจะปฏิบัติ เราก็พยายามละทอนมัน วางไว้ให้ได้ ถ้าวางได้วางเป็นครั้งคราวจิตก็สงบได้ ถ้าวางไม่ได้มันก็แบกรับมัน แบกรับเรื่องของโลกมานั่งปฏิบัติ กดทับจิตในขณะที่ปฏิบัติ ที่มันลำบากมันลำบากตรงนี้เห็นไหม เวลาพระบวชตั้งแต่อายุน้อยๆ นี้ ผลของสังคม ผลของการออกไปรับรู้ทางโลกนี้ มันก็ต้องน้อยกว่าเป็นธรรมดา

ที่นี้พอพระผู้เฒ่ามาบวช พระพุทธเจ้าบอกเลย พระบวชเมื่อแก่ ว่าง่ายสอนง่าย ไม่มี ไม่มีเพราะอะไร เพราะชีวิตของเขาผ่านมาเยอะไร เขาก็คิดว่าเขารู้เขาเก่งไง พอมาปฏิบัตินะ เอ็งจะเก่งอะไรเอ็งเอาแต่โรคภัยไข้เจ็บในหัวใจเอ็งเข้ามาอวดข้า มีประโยชน์อะไร ประโยชน์ของการปฏิบัติเขาต้องทำให้จิตใจผ่องแผ้วต่างหากล่ะ ไม่ใช่เอาโรคภัยไข้เจ็บในทางโลกที่ว่าเป็นข้อมูลข่าวสาร ที่เอ็งรู้ๆ นะเอามาอวด เอ็งก็เอามาอวดเอามาแบกไว้ รับไว้ด้วยความเจ็บไข้ได้ป่วยของใจของเอ็ง เอ็งยังไม่รู้สึกตัวของเอ็งเลย เห็นไหม นี่เป็นโทษของมัน การเป็นโทษอย่างนั้น

ย้อนกลับมาที่โยมนี้ไง ว่าโยมจะทำยังไง เราจะยกขึ้นมาให้เห็นว่า ทำไมมันถึงลำบาก แต่ก่อนนั้นเวลาเป็นเด็กทำไมปฏิบัติง่าย ตอนนี้ปฏิบัติขึ้นมาได้ยาก ที่ว่าปฏิบัติได้

ยากนี้มันก็เป็นข้อเท็จจริง มันเป็นวิทยาศาสตร์ มันเกิดมาโดยข้อเท็จจริงอย่างนั้นเอง ฉะนั้นพอเราเป็นอย่างนี้ปีนี้ เราปฏิเสธตรงนั้นไม่ได้ เราไม่ปฏิเสธด้วย เพราะเราปฏิเสธอดีตของเราไม่ได้ แต่เราพยายามทำความเข้าใจกับมันไง พยายามทำความเข้าใจว่าอะไรเป็นอุปสรรค อะไรเป็นการส่งเสริม อะไรเป็นสิ่งที่จะทำให้การปฏิบัติมันจะเป็นประโยชน์ได้มากขึ้น แล้วเราก็หาช่องทางของเราไป เพื่อชีวิตของเรา เพื่อสมบัติแห่งของเรา

นี่ถึงบอกว่า ถ้าเรากำหนดลมหายใจซัดๆ เดินจงกรมนี้ถ้ามันนั่งไม่ค่อยได้ ก็เดินจงกรม เดินจงกรมนี้ใช้ปัญญาดีนะ เดินจงกรมก็กำหนดลมเฉยๆ ถ้ามันถนัดนะ ของเราเราสอน ๒ ประเด็น ประเด็น ๑.สมาธิอบรมปัญญา ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าพูดถึงสมาธิอบรมปัญญาที่ลมหายใจ หรือกำหนดพุทโธๆ เพื่อให้จิตสงบ แต่ถ้ามันฟุ้งซ่านนักเราก็ใช้ปัญญาตามไปเลย ใช้สติตามความคิดไปเลย เอ็งคิดทำไม เอ็งคิดเพื่ออะไรอย่างนี้ พอสติมันตามทัน มันก็บอก เออ ก็กูโง่กูคิดมาตั้งนานแล้ว มันก็หยุด ถ้าสติมันทันนะ

การจับผิดตนเองนี้สำคัญที่สุด พระกรรมฐานเราเขาเรียกว่าจับผิดตนเอง เราค้นหาความผิดของเรา ถ้าสติมันทันมันจะรู้ว่า เออ ก็กูโง่มานานแล้ว ก็ผิดใจ พอจับผิดตัวเองเห็นโทษของตัวเอง ตัวเองจะสลดใจ ตัวเองจะปล่อย การจะปล่อยขณะนั้นคือสมาธิแป๊บหนึ่ง ปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าจะเดินจงกรมนี้เราก็ใช้ปัญญาก็ได้

โยม : ตอนเดินจงกรมนี้ เราต้องทำยังไงระหว่างเดินครับ

หลวงพ่ : การเดินจงกรม ถ้ากรรมฐานเรานะ เดินจงกรมนี้ทำจะอย่างไรโดยปกติ ถ้ากำหนดลมหายใจก็ดูลมหายใจเหมือนเดิม

โยม : คือเรารู้ลมหายใจอยู่เหมือนเดิม

หลวงพ่ : เหมือนเดิม เพียงแต่เปลี่ยนจากกิริยาทำนั่งมาเป็นท่าเดินเท่านั้นเอง จากท่าเดินเป็นทำยืน จากทำยืนเป็นทำนอน ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นอิริยาบถเท่านั้น การปฏิบัติเพื่อจิตสงบ พอจิตสงบแล้วใช้ปัญญาอย่างที่โยมเป็นนะที่ว่ามันไม่เที่ยงนะ อันนั้นปัญญาเกิดในทำนั่ง ถ้าปัญญาเกิดในท่าเดิน พอจิตมันสงบในท่าเดินนี่นะ จิตมันสงบของมัน ท่าเดินนี้เป็นเหมือนกับสัญชาตญาณ มันจะก้าวไปโดยสัญชาตญาณของมัน

จะนั่นเวลาจิตสงบในท่าเดินจงกรม เขาว่าเดินจงกรมนี้จิตสงบยาก แต่มันสงบแล้วมันเสื่อมยาก มันมั่นคงของมันเพราะอะไร เพราะกิริยาเคลื่อนไหวอยู่ อย่างที่พูดเมื่อกี้ว่า หลวงพ่อเทียนเห็นไหม ที่เคลื่อนไหวทำไมสงบได้ เดินจงกรมอยู่ กิริยายังเคลื่อนไหวอยู่ ยิ่งก้าวเดินอยู่แต่จิตสงบได้ และมันสงบได้นี่มันใช้ปัญญาได้ มันใช้ปัญญาของมัน ถ้าปัญญาเกิดอย่างที่เป็นนี้ ปัญญามันจะเกิดจากจิต ไม่ได้เกิดจากสมอง แล้วปัญญาที่เกิดจากจิตนั่นคือ ภาวนามยปัญญา ปัญญาเกิดจากสมองคือ โลภียปัญญา ปัญญาโลกๆ

โยม : คืออย่าง ๒ ปีที่ผ่านมา ที่ผมเริ่มกลับมาสนใจปฏิบัติธรรม คือความรู้สึกรู้สึกของตอนแรกของตัวเองนี่ คือต้องการปฏิบัติธรรมแก่เหมือนให้มีทางออก ซึ่งเราจะได้แก้ปัญหา ทำให้ชีวิตเราที่มีปัญหาจะได้ดีขึ้น แต่มันกลับกลายเป็นตรงข้ามหลวงพ่อ คือผมยิ่งมาปฏิบัติธรรมนี้ มันยิ่งรู้สึกว่ายิ่งอยากบวชแทน คือตอนที่ผมกลับมาปฏิบัติธรรมมาฟังธรรมนี้ เพราะอยากจะเอาธรรมะมาช่วยแก้ปัญหา อยากให้ชีวิตเรานั้นดีขึ้น อยากให้เรามีอะไรที่ดี ไม่อยากให้มีทุกข์เหมือนก่อน

หลวงพ่อ : ก็ถูกแล้ว

โยม : แต่กลับกัน พอมาสนใจเรื่องการปฏิบัติธรรม ตอนแรกเป้าหมายต้องการเพื่อ เช่นให้เรารวยขึ้น ให้เรามีเงินใช้หนี้เขา ให้ปัญหามันหมดไป แต่พอมาฟังธรรมมาปฏิบัติธรรม มันกลับรู้สึกที่เราไม่อยากทำธุรกิจแล้ว เราอยากบวช แต่ว่ามันไม่รู้จะออกยังไง เพราะว่าตอนนี้ภาระเรานั้นเยอะ เราปล่อยมันก็คือทิ้งภาระให้คนอื่นเขา มันก็เลยทำให้เรานั้นเหมือนกับคนที่มันเหยียบเรือสองแคม

หลวงพ่อ : เอาทางใดทางหนึ่ง ปฏิบัติธรรมนี้ปฏิบัติเพื่อความร่มเย็นเป็นสุข แล้วทำหน้าที่การงานของเราไปในศีลในธรรม แต่โยมพูดนะถูก เราปฏิบัติธรรมมาเพื่อเป็นสมบัติจริงของเรา หลวงตาท่านสอนอย่างนี้ เวลาคนที่ยังบวชไม่ได้นี้ท่านบอกให้ถือ ๒ ตา ตาหนึ่งคือทางโลก ตาหนึ่งคือทางธรรม ทีนี้เราปฏิบัติของเราเพื่อความร่มเย็นเป็นสุขสังเกตได้ไหม ถ้าวันไหนเราเครียดมากนี้เราจะใช้ปัญญา ใช้สมองของเราบริหารจัดการได้ยาก มันคิดมันจะติดขัด ถ้าวันไหนเรานั้นสมาธิ หรือเราทำความสงบของใจ ปัญญาอย่างนั้นเราจะขบแตกหมดเลย

ฉะนั้นถ้าเราใช้ประโยชน์ตรงนี้ เราใช้ประโยชน์ตรงนี้ไปก่อน แล้วดูจังหวะแล้วรอโอกาส จังหวะและโอกาสของเรา บวชนะไม่ใช่ของง่ายหรือ นึกว่าบวชแล้วจะปฏิบัติให้มันถึงที่สุดแห่งทุกข์ ไม่ง่ายหรือ มีคนตั้งใจมาบวชในนี้เยอะ แล้วพยายามจะทำให้ได้นี่ เขาพยายามทำของเขาอยู่ แต่มันก็มีอุปสรรคของมันเหมือนกัน ความจริงใจของเรา ความมั่นคงของเราขนาดไหน เพราะว่าเวลาตัวเองหลอกตัวเองนี่สำคัญที่สุดเลย เวลาบอกว่า บวชไปชั่วครึ่งชั่วคราว ว่า แหม ให้ขึ้นสุขสบายไปเลย เอ้าบวชตลอดเลย โอ้โฮ มันทุกข์ไปหมดเลย พอบวชมันไม่ทางออกใจ ก็เลศนี่ยันร้ายนัก มันพลิกไปพลิกมาตลอดเวลา

ฉะนั้นถ้าเราอยู่ทางโลก ถ้าเราทำของเราได้ เราก็อำนาจของเราไปก่อน จนกว่าทางโลกอึดตัวหรือว่ามันคงที่ แล้วจะบวชจะเบ็ด นั้นค่อยอีกเรื่องหนึ่ง

โยม : บางครั้งเราดำเนินชีวิตประจำวัน มันมีทั้งโทสะ มันมีทั้งความฟุ้งซ่าน มีทั้งความเครียด บางครั้งเราก็จัดการกับมันได้ ผมบอกแล้วมันฟุ้ง พอเราพยายามกำหนดมันก็ไม่อยู่ครับหลวงพ่อบ้างทำยังไงดี

หลวงพ่อบ : ผู้บวชนะ ผู้บวชแล้วอย่างนี้เขาเรียกว่าจิตเสื่อม จิตของเรานี้มันมีโอกาสเสื่อม ฉะนั้น ครูบาอาจารย์ของเรานี้ท่านจะอยู่ในข้อวัตร คำว่าข้อวัตรคือกฎกติกา ถ้าอยู่ในข้อวัตรเห็นไหม อย่างเช่น โยมมาอะไรมานี่เราจะหลีกเลี่ยงของเราเพราะอะไร เพราะเราต้องถนอมสิ่งแวดล้อมของจิตให้มันคงที่ของมัน เวลาปฏิบัติมันจะได้ปฏิบัติได้ง่าย หนึ่ง แล้วพอเวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะไม่ค่อยเสื่อม หนึ่ง เพราะอะไร เพราะเหตุที่ทำให้มันเสื่อมเราถนอมรักษาไว้

แต่ถ้าเราปฏิบัติของเราโดยที่ไม่มีสติปัญญาของเรา แล้วเราปฏิบัติของเราแบบว่าไม่แคร์กับสิ่งใดๆ เลย มันก็ทำได้อยู่ แต่คิดดูสิ คนไม่ถนอมรักษา อย่างเครื่องมือเครื่องมือถ้าเราใช้แล้วไม่ดูแล มันก็เจ๊งของมันเป็นธรรมดา จิตของเรานี้ถ้าเราไม่ดูแลรักษามัน เห็นไหม

ฉะนั้นพอโยมอยู่ในโลกนี้ เขาเรียกว่าทางของคฤหัสถ์ ทางของโยมมันคับแคบ ทางของนักบวชกว้างขวาง ในพระไตรปิฎกใจ ทางของคฤหัสถ์ ทางของโยมนี่คับแคบ

ทางของนักบวชกว้างขวางเพราะอะไร เพราะอยู่ที่ฉลาดหรือโง่เงา ถ้าฉลาดเห็นใหม่
 บิณฑบาตแล้วฉัน นี่ ๒๔ ชั่วโมงเลยนะ คนในวัดเรานี้ปฏิบัติได้ ๒๔ ชั่วโมงเลย แต่ถ้า
 ทางของโลกเห็นใหม่ เราต้องทำสัมมาอาชีวะ เราจะได้ตอนเย็นตอนเช้า มันคับแคบตรง
 เวลาของเรา แต่ถ้าว่าเราจะบวชเลย ๒๔ ชั่วโมงตลอดไปเลยนะ แต่เราจะบอกว่ามันจะมี
 อุปสรรคทั้ง ๒ ทางนั่นละ บวชพระก็มีอุปสรรค อยู่ทางโลกก็มีอุปสรรค แต่อุปสรรค
 มันแตกต่างกัน แล้วเพียงแต่ว่าเราจะต่อสู้ยังไง ฟืนทนกับมันยังไงเพื่อจะผ่านอันนี้ไปให้
 ได้เท่านั้นเอง

ฉะนั้น มันอยู่ทางโลกแล้ว เราอยู่ทางโลกเราก็ปฏิบัติได้ แต่ที่นี้พอปฏิบัติแล้ว ดู
 อย่างที่เขาว่า การปฏิบัติในชีวิตประจำวันนี้ โอ้โฮ เขาก็เอาไปคิดเลย เอาชีวิตประจำวัน
 เป็นใหญ่แล้วเอาการปฏิบัติเป็นรอง แต่หลวงปู่มั่นเราไม่พูดอย่างนั้น หลวงปู่มั่นท่านพูด
 ในมุตโตทัยเห็นใหม่ การปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การเหยียด การตี้ม การสู้ มีสติตลอด นี้
 ก็เหมือนกันถ้าเรามีสติตลอดเห็นใหม่ เราไม่ปลั่งเปลอ นี่คือการปฏิบัติ

แต่การปฏิบัติ การถนอมรักษาใจไว้ แต่ถ้าจะได้จริยภูมิอะไรต่างๆ นี้ สิ่งต่างๆพอ
 ทำไปเดี๋ยวเราจะรู้ของเราเอง พอถึงช่วงนั้นนะ ถ้ามันเข้มข้น มันควรจะเป็นไป เราอาจจะ
 ลางานหรือให้ใครดูแลสักชั่วครั้งชั่วคราว แล้วมาพิสูจน์กันว่าจะได้หรือไม่ได้นี้ เออ พอ
 เห็นด้วย

โยม : แต่ช่วงนี้ผมก็พยายามนะครับหลวงพ่อ คือนั่งก็พยายามรู้ริยาบถตัวเอง
 ถ้ารู้สึกตัวเองคิดออกไปก็พยายามดึงกลับมาหาที่อยู่ให้มัน เช่น คุณมหายใจบ้าง พอตอน
 ก้าวเดิน เมื่อก่อนนี่คือ ฝึกใหม่ๆ อยากจะมีสติให้อยู่กับตัวตลอด ผมแม้แต่บอกกับตัวเอง
 ว่า เอ้า เดินเหมือน ร.ด. เลยแล้วกัน คิดเลย ซ้ายขวาซ้าย พอคิดๆ ไปสักพักหนึ่ง มันเริ่ม
 รู้สึกว่า ซ้ายขวาซ้ายมันไม่ทันกับที่เราก้าว ก็เลยไม่เอาแล้วมันหนัก ก็เลยทิ้งไอ้ซ้าย.. ให้
 แคร์รู้สึกว่าเรากำลังก้าวอยู่

พอรู้สึกก้าว ก็เอออๆ ใช้ได้ แต่มันก็แปลก สักพักหนึ่งพอเรารู้สึกว่าเรากำลังก้าว
 มันก็แว็บมาคุณมหายใจแทน สักพักหนึ่งกลับมาคุณมหายใจ เอ้าก็ช่างมัน ไม่เป็นไร ยังอยู่
 ในกาย มันก็พลอคิดไปเรื่องงานตอนไหนก็ไม่รู้ พอรู้สึกตัว เอ้า ไม่ได้สิเรามาคุหา ให้
 กำลังก้าวหรือกำลังขบรถ คือผมพยายามที่จะดึงเข้ามาอยู่ในกายให้ได้

หลวงพ่ : ไซ่

โยม : ทานข้าวอยู่ บางช่วงนี้ผมไปถือศีล ๘ แล้วก็กำลังกินข้าว เขาก็ให้สาวคบท
พิจารณาอาหาร

หลวงพ่ : ปฏิสังขาโย

โยม : ปฏิสังขาโย ก็รู้สึกว่าคุณอ่านคำนี้ปุ๊บ ตอนทานข้าวเราไม่รู้สึกว่าเราอร่อย
คือตอนดื่กข้าวนี้คนอื่นเขาจะดื่ก คือเป็นถาด เขาจะแยกกันเป็นหมู่ ผมไม่รู้ผมก็ดื่กมาอยู่
ในอินเดีย คือกินหมด นี้เรามาถือศีล ช่างมันเถอะ พอทานความรู้สึกมัน ไม่รู้ว่า เราไป
ทำให้มันเสวย มันรู้สึกของมันเองว่า มันก็แค่นี้กินไป มันรู้สึกด้วยตัวมันเองว่าแค่นี้
จริงๆ

ระหว่างที่เรากำลังพิจารณาตัวเองอยู่ พยายามดูเราเห็นเราเดินไป เมื่อก่อนเดินก็
คือเดินไปเลย แต่เดี๋ยวนี้พยายามจะมีสติเลย คือตอนจะเดินก็ทำความรู้สึกที่เรากำลังก้าว
เดิน จะช่างมันจะเป็นบัญญัติ มีความรู้สึกว่าคุณกำลัง ก้าวขาขวากำลังก้าวก็ช่างมัน
ถึงแม้มันจะเป็นบัญญัติ

ความรู้สึกของผมว่าผมเชื่อพระพุทธเจ้าว่า จิตมีแค่หนึ่ง ถ้าจิตที่มีหนึ่ง มันมีแค่
ได้กุศลกับอกุศล ถ้าเราไม่ยอมให้มีอกุศลมาอยู่ในจิตเรา เราก็เป็นกุศลซะ ถึงแม้กุศลนั้น
จะเป็นแค่บัญญัติก็ช่างมัน ดีกว่าอกุศลก็เลย คือฟังธรรมแล้วก็รู้สึกว่า ถ้าเราเชื่อเรื่อง
พระพุทธเจ้า เชื่อเรื่องแค่จิตมีหนึ่ง ผมก็เลยบอกช่างมัน ต่อให้เป็นบัญญัติ จะไปติด
บัญญัติก็ช่างมัน คือคิดไปมันก็ได้เสียหายหรือ ดีกว่าไป คือบางคนไปบอกแค่รูปรู
นาม ผมบอกบางคนมันท่องแล้วนะเนี่ย เขาไม่ได้รู้จริง ถ้ารู้จริงนี่มันต้องไม่บอกว่า นี่เดิน
เป็นรูป รู้เป็นนาม มันไม่ต้องท่องนะ มันไวกว่านั้นเยอะ

หลวงพ่ : ไวกว่ากันเยอะ

โยม : เวลาเรารู้สึกตัวเอง อย่างผมเดินไปที่ๆ หนึ่ง ผมเดินเข้าไปในวัด ผมเห็น
คุณพ่อคุณแม่พาลูกมา และพาปู่ย่ามา พอเห็นปั๊บ อยู่ดีๆ ความรู้สึกมันแว็บขึ้นมาว่า โห
ชีวิตเราอะไรกันเนี่ย มันแว็บมาเราไม่ทันคิดเลยนะ อยู่ดีๆ มันสลดขึ้นมาเฉยๆ เต็กแล้ว

เดี๋ยวก็ขึ้นมาเป็นหนุ่มสาว หนุ่มสาวเสร็จแล้วก็เป็นผู้แก่ แก่เสร็จแล้วก็ตาย แล้วชีวิตเรา.. คืออยู่ดีๆ มันแว็บขึ้นมา เราก็งงไม่ทันคิด กำลังเดินอยู่นะครับ มันรู้สึกทอถอนใจว่า โห แล้วเราทำอะไรอยู่นี้อะ เมื่อก่อนเราก็เป็นเด็กนะ แล้วเราก็เป็นหนุ่มสาว นี่เรากำลังจะก้าวเข้าสู่วัยแก่เหมือนกันเลย เราก็ไม่ต่างจากเขา แล้วเรากำลังทำอะไรกับชีวิตเราอยู่นี้อะ

หลวงพ่ : ของอย่างนี้ตลาดเขาเห็นกันอยู่ทุกๆ ไป ในชุมชนทุกคนเขาเดินสวนกัน ไปสวนกันมา เขาไม่ได้คิดเลย มันแบบว่า คือมันคิดไม่ถึงไง แล้วนี่จะบอกว่า นี่ปัญญา จากสมองปัญญาจากจิต ไอ้ที่มันเป็นอย่างนี้เพราะว่าเราได้ภาวนา จิตมันสงบเข้ามา ถ้า จิตเราสงบมีหลักเกณฑ์ มันจะมีความคิดอย่างนี้ออกมา มันจะมีความรู้สึกอย่างนี้ออกมา นี่เขาเรียกว่า ธรรมสังเวช

ธรรมมันเกิด ทำไมมันสลัดใจมาจากใจ ธรรมสังเวช ธรรมเกิดเกิดยังไง คน ปฏิบัติรู้ได้ยังไงว่าธรรมมันเกิด อย่างที่พูดเมื่อกี้เห็นไหม จะเป็นบัญญัติ ไม่เป็นบัญญัติ ไร้สาระ! มันจะเป็นบัญญัติไม่เป็นบัญญัติ มันก็ไปจากหนึ่งเดียวของจิต อย่างที่โยมพูด นะลูก! มันละเอียดเข้ามานี่ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ

เขาบอกสมณะ ไม่จำเป็น ไม่จำเป็นนะ ถ้ามันไม่เข้ามาสู่ต้นขั้วนะ มันปฏิบัติ ไม่ได้! เราเขียนยัน การปฏิบัติที่ว่าปฏิบัติกันไปในะ คุณนะ นกแก้วนกขุนทองทั้งนั้น ก็อบบี้ เขามา ไปโรเนียวเขามา แล้วก็จามา ไม่มีประโยชน์หรอก! แต่ถ้าเป็นจริง มันเป็นมาจากข้างใน ไม่ใช่โรเนียวมา ไม่ใช่ไปก็อบบี้เขามา ก็อบบี้ธรรมพระพุทธเจ้ามา แต่ตัวเองข้าง ใจชุ่มมัวหมดเลย

แต่ถ้าเป็นการปฏิบัติ มันจะโผลงมาจากข้างใน ข้างในมันจะทำลายออกมาจาก ข้างใน การทำลายออกมาจากข้างใน นี่คือการทำลายกิเลสโดยชัดเจน เป็นสมาธิก็รู้ว่า เป็นสมาธิ เป็นปัจเจกตั้ง สันติภูริโก เป็นปัญญาก็รู้ว่าเป็นปัญญา แล้วเป็นปัญญาที่รู้ด้วย ว่า เป็นปัญญาที่เกลียดไม่ขาด คือ ปัญญาตทังคปหาน มันปล่อยวางเฉยๆ ก็รู้ แต่กิเลสมัน ครอบงำไว้ โอ้ ดีแล้วๆ จะขาดแล้วทุกคนอ้างอิงแต่ไม่ใช่!

แต่ถ้าเป็นความจริง เวลาสมุทเททปหาน ทำให้สังโยชน์ขาดไป ๓ ตัว เป็นพระ โสดาบันมันเป็นอย่างไง ปัญญาที่แท้จริงมันเกิดจากภายใน ไม่ได้เกิดจากบัญญัติอย่างที่ว่า

แต่! แต่ธรรมชาติมันเป็นอย่างนี้ โดยการเราศึกษากันมากไป เราถึงบอกว่ามันเป็นสมมุติบัญญัติ เราจะเอาวิมุตติกัน เราจะเอาสังขารมกัน เราเลยพยายามจะทิ้งสมมุติบัญญัติว่ามันไม่มี ว่ามันเป็นของไม่ดี แล้วมันทิ้งได้หรือเปล่า

โอม : ไม่ได้..

หลวงพ่ : นี่ไง กรรมฐานเราถึงทำมาจากสิ่งที่มันมีอยู่

เขาบอกว่ามีกิเลสแล้วปฏิบัติไม่ได้ เอ้า ก็ผู้มีกิเลส กูรู้อยู่นี้แหละ กูอยากจะพ้นทุกข์ แล้วการปฏิบัติมันเป็นความอยาก เอ้า อยากก็เป็นมรรค อยากทำความดี เอ้า ไม่อยากเป็นคนดีกูก็คนรกโลกนะสิ กูก็นอนอยู่นี้ นอนเป็นภาระสังคมนี่สิ กูไม่ทำอะไรเลย เพราะกูมีความอยากกูจะไม่ทำอะไรเลย

สังคมดูแลมึงตายห้าเลย

ทุกคนก็ต้องดูแลตัวเอง ทุกคนดูแลตัวเองเป็นความอยากหรือ แล้วมันเป็นความอยาก มันเป็นมรรค มันเป็นความอยากเป็นกิเลสระอะ ทุกคนรับผิดชอบตัวเอง ทุกคนเอาตัวเองรอด สังคมดีเยี่ยมหมดเลย เป็นกิเลสระอะ แล้วก็ปล่อยวางๆ ปล่อยวางแบบขี้ลอยน้ำ ปล่อยวางแบบสิ่งไร้สาระอย่างนี้ มันจะเป็นธรรมตรงไหน ปฏิบัติธรรมๆ โห้ย เต็มโลกเต็มสงสาร ทำอะไรกัน แหม ชุดขาวห่มขาว โห้ นกกระยางคิดว่ามึงอีก! นกกระยางมันขาวปลอดเลยนะ มันยืนนิ่งๆ เลยนะ อย่าผลอนะ ผลอมันมับเลย แหม แต่งตัวขาวปลอด โอ้ย ไม่มีความอยาก

อย่างนินทากันนะ อย่างนินทา

ความจริงมันเป็นแบบนี้ แต่ไม่ยอมรับความจริงกัน ถ้าไม่ยอมรับความจริงกัน การปฏิบัติมันก็เป็นการหลอกตัวเอง เอาธรรมะพุทธเจ้ามาตั้งแล้วก็หลอกกัน แต่กรรมฐานเราทำตามความเป็นจริง ก็มีความอยาก ก็ผู้มีกิเลส ก็กูจะฆ่ามันนะ ก็กูจะสู้กับมันนะ จะทำไม!

มันต้องมีครูบาอาจารย์ของเรา ครูบาอาจารย์ของเราท่านปฏิบัติมาก่อน ท่านทำของท่านมาก่อน แล้วท่านมาสอนเรา เราถึงบอกว่า เราเกิดมาโชคดีมาก เราเกิดมาในยุค

ของนักปราชญ์ มีครูบาอาจารย์ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น เรายกเป็นประจำ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น เป็นผู้บุกเบิกมา แล้วพวกเรานี้ต่อสู้อันนี้มาแล้ว ใครทำได้เป็นประโยชน์ขึ้นมา เพราะการกระทำอย่างนี้ ความรู้สึกอย่างนี้มันเกิดมาจากใจ อย่างว่านี่มันเป็นปัจจัยตั้ง มันเป็นสันทิฐฐิโก มันเป็นคุณประโยชน์มาก แล้วโลกเขาจะว่ากันอย่างไร ปฏิบัติโดยโลก โลกเป็นใหญ่ใจ ปฏิบัติกันไปแล้วต้องสวยงาม ต้องมีรูปแบบ ไร้สาระ ไร้สาระมาก

แต่ของพวกเรานะ ของครูบาอาจารย์เรานะ หลวงปู่มั่นก็สอน การดื่ม การเหยียด การคู่ นี่ต้องมีสติตลอด คนปฏิบัติคนอยากจะทำทุกขั้นนะ อย่างที่โยมทำเห็นใหม่ การเคลื่อนไหวจะมีสติตลอด มีสติโดยข้อเท็จจริง ไม่ใช่เราทำแล้วเราก็บอกว่าเราต้องมีสติ อีกชั้นหนึ่ง อย่างเช่น กินเสร็จแล้วก็กินหน่อ อย่างหน่อ ก็มึงเดินอยู่แล้ว มึงมีสติก็จบ มึงก็รู้สึกตัวอยู่แล้ว

โยม : พอตอนแรกผมฝึก คือเมื่อ ๒ ปีที่เริ่มกลับมา ก็เลยว่า ฟังท่านเจ้าคุณ...คือเราก็พยายามจะทำให้เรารู้ คือเนื่องจากว่าเราใหม่ แต่พอลองใช้คู่สักพัก มันรู้สึกว่ามันไม่ใช่ เราไม่ต้องไปอะไร เราแค่รู้สึก ผมฟังหลวงปู่เทียนบอกให้ยกมือแล้วเดี๋ยวก็มี ผมก็ เอ๊ะผมก็กลับมาดู ผมก็ลองมา หลวงปู่เทียนพูดว่า ความรู้สึกตัว เออลองจับ เออก็ลองจับความรู้สึกดู ก็เลยลองเดินดู อารมณ์เหมือนกันก็เลยกลับมา นั่งดูลมหายใจ เออเฮ้ย อารมณ์ของความรู้สึกตรงนี้ คำว่าสติมันเหมือนกัน ต่อให้เปลี่ยนอิริยาบถมาถ้าเรามีสติคือมันมีเหมือนกันหมด ไม่ต้องไปนั่งคิด ไม่ต้องไปปรุงด้วย แคร์แคร์ตัวเอง ความรู้สึกของผม ไม่รู้ว่าถูกหรือผิด

หลวงปู่ : นั่นนะ นี่เป็นปัจจัยตั้ง แล้วทำไปเลย ให้อันอย่างนั้น ที่ว่าต้องเป็นอย่างนั้น ที่พูดเมื่อกี้ เห็นไหมโรเนียวมาไง ก็อบปี่มา พระพุทธเจ้าว่าอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้นๆ แล้วมันไม่เป็นนะ เขาบอกว่า ทองคำๆ ก็ก็มีขี้อยู่ มันไม่ใช่ทอง ภูเหม็นตายห้าเลย ขี้ ภูเนี่ยเหม็นถึงเลย แล้วบอกว่าทองคำสี่เหลี่ยมอะไร แล้วก็จะเอาขี้ไปเช็ดกับทองคำ ทองคำของพระพุทธเจ้านะตัวกูมีแต่ขี้! นี่ก็เหมือนกัน ต้องทำให้เหมือนเลย ต้องให้เหมือนเลย อันนั้นมันทองคำ พระพุทธเจ้าเป็นทองคำ แต่เรายังเป็นขี้อยู่ ใจยังเป็นขี้อยู่ ก็ต้องเอาธรรมะทำความสะอาดมัน โธ่ พูดเรื่องนี้ไม่ได้หรอกเราไม่ยอมรับ

โยม : หลวงพ่อครับ ขอคำปรึกษา คือมีอยู่หลายครั้ง ช่วง ๒ ปีที่ผ่านมา อยู่ดีๆ ผมเกิดโทสะอยู่ คือผมไปซื้อสินค้าแล้วเกิดโทสะ แล้วเราก็เลยตำหนิพนักงานขายเขา แต่พอตอนเราตำหนิปุ๊บ มันมีความรู้สึก...

หลวงพ่อ : มันเสียใจ?

โยม : มันเหมือนตัวผมเนี่ย อีกคนหลุมมาเห็นตัวผมคนนี้ กำลังตำหนิเขาอยู่ แล้วความรู้สึกโทสะที่มันกำลังจะบีบ มันเห็นเรากำลังตำหนิเขา แล้วหุมนั้นก็อื้อๆ แล้วโทสะมันเริ่มลงมา แต่เรากียังตำหนิ แต่สักพักโทสะมันเริ่มลงมาจนเราหยุดตำหนิเขา แล้วเรากียุ่ๆ แล้วเรากียังเห็นตัวเรากำลังตำหนิคนอื่นอยู่

หลวงพ่อ : ไซ้ เราเข้าใจ อันนี้เป็นธรรมชาตินะ เวลาธรรมเกิดขึ้น หลวงตาท่านเล่าอยู่ ว่ามีคนๆ หนึ่งแค้นเพื่อนมาก กำลังจะไปฆ่าเพื่อน วันนีเพื่อนต้องตายเด็ดขาด พกปืนไปเลยพอไปถึงกลางทาง อยู่ดีๆ รูปหลวงปู่มัน เห็นไหม เราเห็นคนอื่นมาเตือนเรา แต่นี้เป็นหลวงปู่มันเลย เป็นมนุษย์เลย หลวงปู่มันมาเตือนนะ นี้จะไปตกรรกรรมไหน ที่จะเอาเป็นไปยิงเขาจะไปตกรรกรรมไหน

นี่เขามีบุญของเขาจะ มันจะเตือนสติไง ถ้าไปยิงเขาตาย ยิงเขาก็ตายอยู่แล้ว เพื่อนกัน คำว่าเพื่อนสนิทนี่นะ เวลาไปยิงเขาเพื่อนไม่ได้ระวังตัวหรอก เพื่อนมาหาจริงไหม พอเข้ามาใกล้ๆ ตัว โป้งเดียวก็เสร็จละ ในเมื่อมันผิใจในเมื่อแค้นมาก ทีนี้พอจะไปฆ่าเขา หลวงปู่มันมายืนขวางกลางทางเลย นี้จะไปตกรรกรรมไหน ถ้ายิงเขาตาย ทางโลกมันก็ต้องติดคุกติดตาราง ฆ่าคนตายโดยเจตนามันก็มีโทษอยู่แล้ว แล้วฆ่าเขาตายนี้ ตายไปแล้วมันก็มีบาปกรรมอีกเห็นไหม พอหลวงปู่มันว่าอย่างนั้นปั๊บ ทรุดลงกราบหลวงปู่มัน โทสะหายหมดเลย พอลุกขึ้นมาหลวงปู่มันไม่มีแล้ว

อันนี้ก็เหมือนกัน ในเมื่อเราเห็นอย่างนี้มันเป็นเซนส์ของเราเอง มันเป็นเซนส์ของเราเอง ไม่มีใครเห็นกับเราเราเห็นของเราคนเดียว

โยม : เหมือนผมกำลังนั่งอยู่ครับหลวงพ่อ เหมือนมีผมอีกคนกำลังดูอยู่ตรงนี้ แล้วเห็นผม เห็นไอ้ผมคนนี้กำลังตำหนิเขาอยู่ คือความรู้สึกเหมือนหุมนั้นอื้อ แล้วเรากียังกำลังเห็นตัวเราเองกำลังมีโทสะ เรากำลังตำหนิเขา แล้วเรารู้สึกว่า เฮ้ย ทำไม..

หลวงพ่ : นี้นุญชของโยมนะ นุญชของโยมเพราะโยมมีสภาวะแบบนี้ แสดงว่ามีอะไรแปลกๆ ดี เรายังคิดตั้งแต่ตอนที่โยมเป็นเด็กแล้วละ ตอนที่เป็เด็กนี้มันเหมือน ประสาเราว่า โยมเวลาปฏิบัติที่ว่าเห็นนุ่น เอ๊ะนี่มันอนิจจังๆ เห็นแสงอะไรต่างๆ มันปฏิบัติมาง่าย คำว่าปฏิบัติมาง่าย เราทำเกือบตายนะกว่าจะได้แบบนี้กัน อันนั้นคือบุญเก่านะ ทีนี้ โยมจะบอกว่าโยมทุกข์มาก โยมทุกข์มาก โยมเครียดมากอะไรก็แล้วแต่ อันนี้คือเวรกรรม แต่โยมก็มีของดีๆ อยู่ในตัวเยะ

โยม : แล้วผมจะทำยังไงถึงจะกลับไป

หลวงพ่ : โยมต้องพยายามทำใจให้ดีขึ้น ทำให้มีหลักเกณฑ์ดีขึ้น แล้วสิ่งที่มันอยู่ในอยู่ในตัว สิ่งที่เราารู้มีเห็นมันจะส่งเสริมขึ้น พระพุทธเจ้าสอนว่า สุขโต อยากจะไปสุขโต ปัจจุบันต้องสุขโตใจ เดี่ยวนี้ต้องมีความร่มเย็นเป็นสุข แล้วความรู้สึกตรงนี้มันจะดีขึ้นมาเรื่อยๆ แต่ทีนี้โยมทำธุรกิจอย่างนี้ มันก็เป็นธรรมดาเพราะโยมต้องคลุกคลีกับสังคมโลก แล้วทั้งพาลทั้งมารมันอยู่เยอะ โลกมันเป็นอย่างนั้น

โยม : หลวงพ่ครับ ก่อนหน้านี้ สัก ๒-๓ อาทิตย์ที่แล้ว ผมรู้สึกว่สติผมค่อนข้างจะคืนะครับ คือผมจะโกรธนี้ผมจะรู้สึกว่ มันเริ่มมีโทสะขุ่นๆ บางทีเราก็ดึงกลับมาควบคุมหายใจบ้าง เราก็มามาทำอะไรบ้าง คือมันก็เบรคได้ แล้วบางทีพอเราเกิดโทสะปุ๊บ เรารู้สึกว่เราโกรธปุ๊บเราหยุด แต่ในความรู้สึกเราก็มพยายามทำอีก สักพักหนึ่งมันเหมือนกับเราอยู่กับคนที่เราทำงานด้วย หรือเราอยู่กับน้องชาย สักพักโทสะมันก็กลับมาอีก มันก็กลับไปตำหนิน้องชาย สักพักหนึ่งมันรู้สึก เอ๊ะเรานี้ยังงี้ เหมือนวันนี้เราสอบตก

หลวงพ่ : ใช่ นี่จะบอกว่ นะ เวลาโทสะนี้เราจะแก้ด้วยความเมตตา ถ้าความเมตตาจะคิดว่า สัตว์โลกทั้งหลายมันเป็นญาติเป็นพี่เป็นน้องกันมา คือญาติโดยธรรม แล้วยังเป็นญาติพี่น้องด้วยนะ ในเมื่อเป็นญาติเรา เราไม่ไปตำหนิมากจนเกินไป ให้อธิบายการงาน ถ้าผิดพลาดเราก็บอกเขา อันนี้เขาเรียกว่า โทสะจริต บางทีโทสะจริตนี้ต้องใช้ด้วยเมตตา นะ โลกะจริต ความหลงนี้ ความโลภะจริตคิดว่าถูกไปหมดเห็นไหม ให้อธิบายนี้มันต้องแก้ไข คำว่าแก้ไขของเรามันก็ต้องฝึกหัดนี้ละ เขาบอกว่าทุกคนรู้ธรรมะหมดละ แต่ทำไม

แก้ไขตัวไม่ได้ ขาดการฝึกใจ นี่พอโยมติน่องหนหนึ่ง กลับไปแล้วไปพิจารณา นี่เราผิดอีก แล้วอย่างที่โยมพูดเมื่อกี้สอบตกๆ ดีแล้วเขาก็เสียใจ แล้วเราก็เสียใจ

โยม : ใช่ครับ เราารู้สึกว่า โอ้โฮ มันก็เลยบอกตัวเองว่า บางทีสติเรานั้นไม่นิ่งจริงๆ อะ บางช่วงเรามีสติรู้แม่กระทั่งว่า โทสะกำลังเกิดแล้ว เราเอามันอยู่

หลวงพ่ : อนิจจัง จะให้อยู่นี้จิตเสื่อมๆ ลูกศิษย์มารำพันอยู่เนี่ย จิตเสื่อม

โยม : ช่วงนี้ผมโทสะเยอะมากแล้วก็ผมกลายเป็น.. คือเราไม่รู้รู้สึกตัว อย่างที่เรียนหลวงพ่ว่า ปัญหามันเยอะ บางช่วงเราวางได้ เราคิดว่าเรากำลังปรุ้งมันก็วาง แต่ช่วงนี้มันกลับวางไม่ลง

หลวงพ่ : วางไม่ลง ไม่ลงก็ต้องฝึกให้มันวาง

โยม : มันหนักหัว

หลวงพ่ : เพราะว่ามันมีอยู่ทางเดียวที่เราจะยับยั้งของเราเอง เราจะพูดว่าอย่างไรดี คุณติพระอาทิตย์มันต้องตก เศรษฐกิจจะดีแค่ไหนก็ต้องเสื่อม ไม่มีจิตใครคงที่ได้ สมาธิคงที่มันไม่มี สพฺพ ฌมฺมา อนตฺตา สภาวธรรมเป็นอนัตตาทั้งหมด เว้นไว้แต่โสคาบัน สกิทาคา อนาคา เว้นไว้เพราะเป็นกุปฺปธรรม อกุปฺปธรรม ฉะนั้นในเมื่อเรายังอยู่ในสภาวะที่ว่า มันยังอยู่ในวิภวฺจะ ยังเวียน ยังเป็นอนัตตา ยังเป็น สพฺพ ฌมฺมา อนตฺตา อยู่ มันก็มีเจริญแล้วเสื่อมเป็นธรรมดา เวลาดีเราก็ แหม ดีใจมากเลย เวลาเสื่อมเราก็เสียใจมากเลย เราก็มาดูโทษ คุณเหตุ คุณผลตรงนี้ เราก็ต้องแก้ไขของเรา ต้องแก้ไขเอง

โยม : ต้องแก้ไขนะครับ

หลวงพ่ : ใช่ พอเสียใจขึ้นมาหนึ่งแล้วนะ ลงไว้เลย หนึ่งแล้วนะ อย่าอีกนะ

โยม : แล้วพอปฏิบัติที่ผมจะให้ได้เหมือนเมื่อก่อน ก็ต้องหาช่องทางเรียนรู้เอง กลับไปทำเอง

หลวงพ่ : ไซ้ ต้องพื้่นกลับมา ถ้าไม่พื้่นกลับมา คุณนักกีฬา นักกีฬาที่เขาเป็นแชมป์โลก เขาต้องพื้่นเขาต้องมีความพื้ดของเขาตลอดเวลา ถ้าความพื้ดเขาไม่ถึงนี้ เขาจะโดนนักกีฬารุ่นใหม่แซงหน้าทันที

จิตของเรามันไม่มั่นคงไม่คลอนแคลนเห็นไหม เราต้องมาพื้ดให้จิตเรากลับมามีพื้่นฐานอันนั้น คือ สมาธิ ปัญญา พอมีสมาธิขึ้นมา มันจะเกิดโลกุตตรปัญญา ฉะนั้นแม้แต่เกิดสมาธินี้ มันเกิดความร้อนเป็นสุขแล้ว ถ้ามีความเป็นสมาธินี้ ใ้ที่ว่าความโกรธ โทสะๆ มันจะมีไม่ได้ ถ้ามีโทสะมันจะเกิดสมาธิไม่ได้ ตัวสมาธิเป็นเป้าหมายที่เราจะเข้าไปพักจิตเรา โดยที่เราไม่ไปอยู่กับโทสะ อยู่กับโมหะทั้งสิ้น พอไม่ไปอยู่มันก็มีความสุขโดยพื้่นฐานละ แล้วถ้าโดยสมาธิอันนี้ ถ้าเราเกิดศีล สมาธิ ปัญญา เกิดปัญญาขึ้นมาเห็นไหม ปัญญาชนมันจะสำรอกกิเลสให้บางลงๆ พอบางลงปั้บ ใ้โทสะโมหะมันก็จะเริ่มเบาลงๆ เห็นไหม มันเป็นสูตรสำเร็จของมันในตัวมันเอง เราก็ต้องค่อยๆ ฝึนของเราไป

โยม : เมื่อ ๒ อาทิตย์ที่ผ่านมา ผมฟังมาก มาคิดแล้วก็เลย คือผมวิ่งไปกราบหลวงปู่บุญฤทธิ์ แล้วก็เลยไปนั่งสมาธิอยู่กับท่าน วันนั้นนี้ปั้บก็คือ ๒ อย่าง คือ ๑.ผมวิ่งไปหาหลวงปู่ กับอีกอย่างคือวิ่งมาหาหลวงพ่ ๒ อย่างที่คิด วันนั้นนี้คือหลวงตาท่านจะจัดงานบุญประเพณีข้าวเปลือก ผมก็เลย เอ๊ะหลวงพ่ไปงานหรือเปล่า ผมก็เลยตัดสินใจเปลี่ยนวิ่งไปหาหลวงปู่บุญฤทธิ์แทน คืออ่านแล้วผมก็ มันฟังมาก คือมันฟังจนเราเอาตัวเองไม่อยู่นะครับ ผมก็เลยวิ่ง

ผมไม่รู้ที่ผมคิดไปเองหรือเปล่า แต่ผมรู้สึกมันแปลกอย่างว่า ผมไปนั่งสมาธิอยู่กับหลวงปู่ครับ ท่านก็ไม่ได้พูดอะไร ท่านก็เปิดซีดีแล้วก็นั่ง แต่ทุกครั้งนี้เรารู้สึกว่าเรากลับมานึกถึงอารมณ์ของเมื่อก่อนนี้ คือเรานึกไม่ถึง แต่วันนั้นเราก็นั่งดูมหายใจ เรารู้สึกว่าเราสงบกว่าเก่า มันสงบแบบยาวๆ ต่อเนื่อง

หลวงพ่ : ดีมาก

โยม : ผมก็เลยนั่งคิดว่า เอ๊ะ หลวงปู่คอยช่วยกำกับอารมณ์เราหรือเปล่า ผมไม่แน่ใจนะครับ แต่ก็รู้สึกว่ามันสว่างอยู่ แต่ว่าเราเคยทะเล่ ใ้ความสว่างนี้ไป แต่มันก็ไม่พื้่น

พอสว่างปุ๊บเราผลอไปส่งจิตไปข้างนอกปุ๊บ เรากำลังส่งจิตแต่เรารู้สึกว่าภายใต้ของการส่งจิตไปข้างนอกนี้ เรารู้สึกเหมือนเรารู้ รู้แบบนุ่มๆ แล้วเราก็ตึงกลับมา แต่มันก็ยังมีสติที่มันไม่ไปไกลมากไปกว่านั้นนะฮะ ก็เลยไม่รู้ เอ..เรา

หลวงพ่ : เป็นปัจเจกตั้ง สันติภูริโก เป็นสมบัติส่วนตัวทั้งหมด แต่อันที่ไปอยู่กับหลวงปู่ หลวงปู่ท่านนั่งด้วยนิมิตอันใจ นิมิตอันใจ นิมิตอันใจ นิมิตปลอดภัย นิมิตแบบว่าใจไม่กังวล ท่านช่วยตรงนี้ได้

โยม : ไซ้ คือตั้งแต่ ๒ ปีที่ผ่านมา

หลวงพ่ : มันอบอุ่นใจ

โยม : วันนั้นที่นั่งรู้สึกว่ามันเป็น ๒-๓ ชั่วโมงที่ถึงแม้มันจะมีฟุ้ง แต่ความฟุ้งมันก็ยังมีความสงบ ฟุ้งมันก็ยังมีความสงบ มันแปลก ผมยังกลับมา นั่ง เอ๊ะ ๒ ปีที่ผ่านมา มีวันนี้ที่มันมีความฟุ้ง แต่ก็ยังมีความสงบ

หลวงพ่ : มันมาแล้ว พอมันมาแล้วนี่ เราจะบอกว่ากรรมดีกรรมชั่วมันไม่ไปไหนหรอก อยู่ที่จิต สิ่งที่ทำมาแล้วก็อยู่ที่จิต อย่างที่เราพูดอธิบายตั้งแต่ตอนแรก ถ้าจิตมันได้สัมผัสนี้ละ มันแบบว่า หลวงตาถึงบอกว่า พุคจนชินปาก ฟังจนชินหู แต่ใจมันด้าน พอใจมันด้าน พอมันกระทบอะไรมันด้าน

ทีนี้ว่าพอจะด้านหรือไม่ด้านก็แล้วแต่ ถ้าเราฝึกไปแล้ว เพราะว่ากรรมดีกรรมชั่วอยู่ที่จิตทั้งหมด สิ่งที่ทำมาอยู่ที่จิตทั้งหมด มันพื้นได้หมดละ ถ้าพื้นไม่ได้ละ จิตเสื่อมแล้วไม่มีโอกาสได้พื้นมันหรอก แล้วพวกเราปฏิบัตินะ มีจิตเสื่อมกันมาตลอด เดี่ยวลงบ่อลงเหว เดี่ยวดีเดี๋ยวร้าย มันอย่างนี้มาตลอด มันลุ่มๆ ดอนๆ มาทั้งนั้นละ โยมไม่ต้องไปเสียใจตกใจ

อันนี้เพียงแต่ว่า พอจะทำผิดขึ้นมาก็ไม่อยากได้ อยากได้แต่ของดีๆ แล้วจะเอาที่ไหนละ ถ้าเราไม่ทำ

โยม : พอผมไปนั่งกับหลวงปู่มา รู้สึกจะเป็นวันพุธ แล้วพฤษศุกร์มานั่งปุ๊บผมก็เลยทบทวนประสบการณ์แล้วก็รู้สึกว่ เออ มันดี ผมนั่งอ่านหนังสือหลวงปู่ท่อน หลวง

ปู่ท่อนท่านบอกว่า เออ ถ้ามันฟังมากก็ตำหนิ แต่กำราบจิตมากๆ เดี่ยวจะไม่นอนนะ ผมก็เลยเอาบ้าง เออ มันก็คืนะ มันก็ได้ แต่ว่ามันก็ได้มา ๒-๓ วันนะครับหลวงพ่

หลวงพ่ : ต่อรองกับมัน ทรุดเลย เห็นไหมน้ำขึ้นน้ำลง เจริญแล้วเสื่อม เสื่อมแล้วเจริญ

โยม : มันทรุดเหมือนกับว่า ความรู้สึกมันบอกว่า เฮ้ย เราไม่ได้เจริญสติหรือเนี่ย มันเหมือนคนที่ไม่เคยปฏิบัติธรรม หลวงพ่มันมีโทษะแบบ เฮ้ย เราไม่ได้ปฏิบัติธรรมคือมันไม่สามารถ.. เมื่อก่อนนี้หลวงพ่ ผมนี่นะเครียดมาก ปกติถ้าเครียดก็น้อยๆ เออ เฮ้ย จิตมันปรุงอีกแล้วนะ ก็วาง กลับมาดูมันก็ยัง แต่วันนี้มันอะไรไม่ได้เลย

หลวงพ่ : คิดอย่างนั้นไม่ได้ คิดอย่างนั้นปั๊บเอามาเปรียบเทียบเห็นไหม เวลาเจริญมันก็เจริญ เวลาเสื่อมมันก็เสื่อม ถ้าเจริญแล้วเสื่อมอย่างนี้ ถ้าเป็นเรานะ ถ้าคิดอย่างนี้ปั๊บเราเห็นโทษของมันปั๊บนี้ เราจะรักษามันยังไง อย่างเช่นหลวงตาท่านพูดเห็นไหม กำหนดสติไว้เฉยๆ จูจิตไว้เฉยๆ อย่างนี้ แล้วเสื่อมไปปีกับ ๖ เดือนนะ แล้วว่าหาทางออกยังไง แล้วพอหาทางออกได้แล้วนะ ต้องอยู่พุทโธกับมัน พุทโธกับมัน ตั้งแต่บัดนี้ไปจะไม่เสื่อมเลย ถ้าอยู่กับพุทโธตลอดเวลา มันจะเป็นยังไงก็ช่างหัวมึง ถ้าเสื่อมคราวนี้ท่านจะพูดว่า ถ้าเสื่อมก็ฆ่าตัวตายเลยละ ท่านอยู่กับพุทโธตลอด อยู่ติดตัวตลอด แล้วท่านหาทางออกจนได้

หลวงตาท่านบอกเสื่อมไปปีกับ ๖ เดือนนะ เพราะขาดการบำเพ็ญกรรม เพราะมันไม่มีที่เกาะเห็นไหม จิตต้องมีที่เกาะไว้ นี้เราก็มืดที่เกาะไว้ กำหนดลมก็ได้ อะไรก็ได้ ต้องมีที่เกาะไว้เกาะ ๑. จิตอยู่กับมันไว้ อย่าปล่อยอิสระ ถ้าปล่อยอิสระทำไม่รู้ไหม กิเลสมันบังเงา พอคราวนี้เราทำความสงบได้นะ พอคราวหน้ามานะมันเอามึงเจ็บกว่านี้อีก กิเลสมันร้ายนัก แล้วกิเลสโยมเองไม่ต้องกิเลสใครละ

โยม : เพราะผมรู้สึกว่าจะพอหลังจากผมไปนั่งกับหลวงปู่บุญฤทธิ์มา แล้วผมอ่านหนังสือของหลวงปู่คุณกับหลวงปู่ท่อน ผมรู้สึกว่าเออ ใจมันสะท้อนกลับมา แล้วผมก็กลับมา นั่งนึกถึงว่า เมื่อก่อนนี้ที่ผมได้ ผมจำลักษณะอารมณ์และอาการได้ แล้วกลับมา นั่งแล้วผมเริ่มตั้ง ผมบอก ๒ ชั่วโมงนี้ผมจะอยู่กับลมหายใจ แต่ถ้าฟังเมื่อไหร่ปั๊บ ๒ ชั่วโมง

นั่นผมดึงกลับมา คือไม่ได้แนบแน่น แต่ว่าเราจะรู้สึกเลยว่า เผลอคิดแล้วผมดึงกลับมาดู
ลมหายใจ เผลอคิดแล้วดึงมาดูลมหายใจ คือมันทำได้ แต่หลังจากนั้นมานี้มันเหมือนกิเลส
มันเอากลับครึ่งหลวงพ่อกับมันเอาครึ่งเราแรง คือมันไม่ให้เรามีสติเลยอะ

หลวงพ่อ : ไม่เป็นไร นี่ไงมันถึง ครูบาอาจารย์พูดบ่อย คนอื่นหลอกเรานี้ยังต้องมี
ข้อมูลนะ ไอ้เราหลอกเรานี้แม่่งไม่มีเรื่องอะไรเลย เวลามันเจริญแล้วเชื่อมนี้ เวลามัน
หลอกนี้แม่่งหัวทิ่มเลย

จบเนอะ ชั่วโมงนี้แล้ว จบ เอวัง