

ปัญหาพื้นฐานของจิตในการปฏิบัติสมาธิ

ตามแนวสมถกรรมฐาน

พระอาจารย์สงบ มนฺสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

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

เขาฝากถามปัญหามา อันที่หนึ่งหลายวันแล้วละเราไม่อยู่...

ถาม : กระผมได้ภาวนาระยะหนึ่งครับ แต่ก่อนนี้เวลานั่งจะเริ่มจากพุทโธเลย แต่มาระยะหลังสังเกตตัวเองว่า ถ้าเริ่มจากพุทโธพร้อมตามลมหายใจเข้าออกไปสักกระยะหนึ่งก่อน แล้วค่อยทิ้งลมหายใจไปอยู่ที่คำบริกรรม จะมีความรู้สึกที่จิตนิ่งได้ดีกว่า จึงเริ่มยึดแนวทางนี้ การภาวนาของกระผมบางครั้งก็ดี บางครั้งก็ไม่ดีครับ แต่ช่วงที่ดีจะมีความรู้สึกที่คำภาวนามันเร็วขึ้น ๆ และทุกครั้งที่การภาวนาเป็นอย่างนี้ตัวจะสั่นมาก จะรู้ตัวและพยายามบังคับกลับไปพุทโธ แต่ก็ยังสั่นอยู่ครับ ช่วงระหว่างนี้จิตจะนึกว่าให้เกาะพุทโธไว้และบังคับอาการสั่น อาการสั่นก็หยุด แต่สักพักพอเร่งคำภาวนาก็สั่นอีก จนทำให้ผมหยุดนั่งสมาธิ

ได้ฟังเทศน์หลวงพ่อบุญในเว็บไซค์ เข้าใจว่าเป็นอาการแผ่นดินไหวหรืออะไรไหมครับ เพราะผมสังเกตว่าทุกครั้งจะเป็นเมื่อนั่งสมาธิไปได้เวลาใกล้เคียงกันครับประมาณ ๔๐ นาที ไม่ทราบว่าจะหาเวลาไปปฏิบัติที่วัดครับ

หลวงพ่อบุญ : ข้อ ๑. นะ เวลาที่นิ่งไปแล้วมันสั่นเห็นไหม มันสั่นมันต่าง ๆ นี่อาการพื้นฐานหมดนะ อันนี้ปัญหามันขัดแย้งกัน ที่แรกอันนี้ว่าจะเอาไว้ตอบทีหลัง แต่ปัญหามันมาแล้วมันจะเห็นความแตกต่าง

อันนี้คือปัญหาเวลานั่งไปแล้วมันแผ่นดินไหวจริง ๆ เดี่ยวจะอธิบายแผ่นดินไหวหรือเห็นไหม เวลาเมื่อไรเกิดขึ้น ตัวสั่น ตัวใหญ่ ตัวพอง ตัวต่าง ๆ หรือตกจากที่สูง หรือ มีอาการต่าง ๆ นี่อาการตัวสั่นแล้วเป็นบ่ออยู่ที่แผ่นดินไหวแล้วจะหาว่าทำไมถึงตกหรือ อันนี้มันแผ่นดินไหวหรือเหมือนกัน แต่มันตกหรือในทางตรงข้าม

ถาม : ผมนั่งสมาธิคุณลมหายใจและภาวนาพุทโธปฏิบัติมานาน คือ นานแบบทำเป็นพัก ๆ ๆ แต่ทำมาตั้งแต่วัยรุ่น ตอนนี่ ๓๕ ปีแล้วครับ มีอยู่วันหนึ่งผมนั่งสมาธิคุณลมแล้วภาวนาไปตามปกติ นั่งไปได้ประมาณไม่เกิน ๕ นาที อยู่ ๆ เสียงรกรากที่ผมได้ยินก็หายไป หายไปแบบดับสนิท เหมือนหลุดไปเลย แล้วความรู้สึกของกายก็เหมือนลอยอยู่ในที่มีดเคี้ยวกว้างความรู้สึกนี้เกิดขึ้นไม่กี่ปีก่อน เพราะผมรู้สึกตกใจผมลืมตาออกจากสมาธิ อาการแบบนี้คืออะไรครับ

หลวงพ่อบ : เห็นไหมอันหนึ่งพอนั่งไปแล้วมันจะเกิดมีอาการ เห็นไหม ตัวสั่นต่าง ๆ นี่ก็อาการพื้นฐาน อาการแผ่นดินไหวตกร่อง

ข้อ ๒. นั่งมานานแล้วนั่งพุทโธไปเรื่อย ๆ คุณลมไปเรื่อย ๆ แต่ถึงวันหนึ่งนั่งไปไม่ถึง ๕ นาที อยู่ ๆ เสียงดับหมดทุกอย่างดับหมด นี่มันตรงข้ามเห็นไหม อันหนึ่งตกร่องในทางที่ว่าเราไม่พอใจอันหนึ่งไปในทางที่ดี ถ้าอย่างนี้มันเป็นผลขึ้นมาโดยที่ไม่ได้ตั้งใจ คือเราไม่รู้วิธีการบังคับแต่จิตมันลงได้ พอจิตมาลงได้เราไม่รู้ว่ามันลงอย่างไร แล้วพอลงไปแล้วก็ตกใจอีก มันตกใจของมันเห็นไหม เสียงนี้ดับหมด กายหายไปอยู่ในความมืดที่เคี้ยวกว้างความรู้สึกนี้เกิดขึ้นไม่กี่ปีก่อน เพราะผมรู้สึกตกใจเลยลืมตา

มันไม่มีเหตุผลตอบนะเวลามันลง มันก็ไม่มีเหตุผลของมันใช่ไหม แต่อันนี้มันไม่มีปัญหาเพราะถ้ารู้ว่ามันเป็นความจริงแล้วอยากได้อีก แต่มาเริ่มต้นอันนี้ เริ่มต้นอันแรกก่อน แต่ทุกครั้ง เห็นไหม แต่ช่วงที่มีความรู้สึกพุทโธเร็วขึ้น ทุกครั้งมีการภาวนาเป็นอย่างนี้ตัวจะสั่นมาก ก็รู้สึกตัวและพยายามบังคับกลับไปพุทโธตัวก็ยังสั่นอยู่ ช่วงเวลานี้จิตจะนึกให้เกาะพุทโธเห็นไหม พยายามนึกจะช่วยเหลือตัวเอง เพราะว่าโดยพื้นฐานของคน เช่น เรามาน้ำหรือเราตกลงไปในน้ำ เราก็พยายามกระเสือกกระสนเพื่อจะเอาตัวเราให้พ้นจากการจมน้ำ ระหว่างที่จิตนี้นึกว่าให้เกาะพุทโธไว้และบังคับอาการสั่น อาการสั่นก็หยุด สักพักพอแรงคำภาวนาก็สั่นอีกจนต้องออกจากสมาธิ

เห็นไหม พอแรงสักพักก็สั่นอีกตรงนี้เราจะย้อนกลับมาถึงอำนาจวาสนาของคน บอกว่ามันเป็นพื้นฐาน มันเป็นปัญหาของพื้นฐานนะ พื้นฐานของมนุษย์มันเป็นอย่างนี้ พื้นฐานของจิตมันเป็นอย่างนี้ การปฏิบัติเราคิดว่าทุกคนอยากปฏิบัติให้ดีขึ้นทั้งนั้น ทุกคนต้องการทำความดี ทุกคนบอกปฏิบัติแล้วทุกคนทำความดีแล้ว ทุกอย่างอย่างน้อยใจนะ ทำความดีไม่ต้องน้อยใจเลย ความดีแล้วไม่มีใครส่งเสริมเลย ทำความดีแล้วสังคมไม่เห็นยอมรับเลย แหม.. ทำอยู่ตั้งนานไม่มีความดีเลยเห็นไหม

เพราะทำความดีปีบเราก็ต้องความดีต้องมีคนรับรู้กับเรา ๆ เป็นความดี แต่มันไม่คิดใจ มันคิดในมุมกลับ ๆ ของคน บางคนความรู้สึกหนา ความรู้สึกเบาบาง ความรู้สึกของคนมันแตกต่างกัน พอ

ความรู้สึกของคนมันแตกต่างกัน พอความรู้สึกของคนมันแตกต่างกัน พอไปเห็นอารมณ์บางเรื่อง บางคนมีความกระตือรือร้นแรงมาก บางคนเห็นเรื่องเป็นปกตินะ บางคนจิตใจอ่อนไหว บางคนต่าง ๆ สิ่งนี้มันเป็นเพราะเหตุใด นี่พื้นฐานของจิตมันมีของมันมาอย่างนี้ ถ้าพื้นฐานของจิตมันมีมาแตกต่างกัน หลากหลายใช่ไหม เวลาประพาศปฏิบัติพื้นฐานของจิตเรานี่จะเป็นตัวฟ้องตรงนี้ไง สิ่งที่เกิดขึ้นก็เป็นพื้นฐานของจิตแต่ละดวงที่จะเป็นไปนี่แหละ นี่พื้นฐานของจิตมันไม่เหมือนกัน พื้นฐานของจิตแต่ละคนไม่เหมือนกัน คำบริกรรมมันหลักตายตัวใช่ไหม

เหมือนรถเนีย คูตี ทดเกียร์.. เขาเรียกเกียร์ ๑ ๒ ๓ ๔ เกียร์เขาทมาพอดีของเขายู่แล้ว แต่คูตีรถเก่า ๆ เวลาเข้าเกียร์มันออกรถได้ไหม ยิ่งเครื่องนะสภาพของเครื่องมันชำรุดมาก เข้าเกียร์เนียเครื่องดับเลย เครื่องหมายถึงกำลังใจ เกียร์หมายถึงเขาทไว้วของเขาสมบูรณ์แบบแล้วใช่ไหม เกียร์ ๑ ๒ ๓ ๔ เขาทไว้วของเขาดีอยู่แล้ว เครื่องรถรุ่นนี้มันใช้เกียร์เหมือนกันรุ่นเดียวกัน เราจะบอกว่าคำบริกรรมพุทโธ อริยสัง สัจจะความจริง มันเป็นเหมือนเกียร์รถนี้ไง สัจจะความจริง ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค มันเป็นสัจจะความจริงอันหนึ่งใช่ไหม แต่เครื่องยนต์มันมีกำลังพอไหมที่จะมาทเกียร์นี้เพื่อใช้กำลังของมัน เพื่อจะให้เอากำลังของรถเคลื่อนที่ไป

จิตก็เหมือนกัน จิตเห็นไหมคูตีความรู้สึกของเราอารมณ์อ่อนไหว อารมณ์เข้มแข็ง อารมณ์ต่าง ๆ เหมือนกำลังเครื่อง ลูกสูบตี ทุกอย่างดี ๆ ดีหมดเลยนะ กำลังเครื่องดีหมด เกียร์ ๑ ๒ ๓ เกียร์ ๔ ยังออกตัวได้เลย ถ้าเครื่องกำลังดี ๆ นะเกียร์ ๔ ก็ยังออกตัวได้เลย แต่ออกตัวตามปกติเขาก็ออกรถเกียร์ ๑ กันนี่แหละ ถ้าจิตใจมันเข้มแข็ง ๆ เวลาที่เรา นั่งพุทโธ ๆ ไป หรือคำบริกรรมต่าง ๆ ไป อาการที่เกิดขึ้นมันจะไม่เกิดสภาวะแบบนี้ แต่สภาวะแบบนี้เห็นไหม คูตีเครื่องยนต์ของเราไม่มีกำลังเลย ใส่เกียร์ ๑ นะเลียคร้ออย่างดีเลย ออกหน้อยกระตุกปั๊บดับเลย นี่ไงพุทโธ ๆ ๆ ไปทำไมมันวูบหายไปละ พุทโธ ๆ ๆ ไม่เห็นมันได้เรื่องอะไรเลยละ

นี่มันเป็นปัญหาพื้นฐานนะถ้าปัญหาพื้นฐาน ถ้าครูบาอาจารย์ประพาศปฏิบัตินะ จะรู้ถึงปัญหาอย่างนี้ ถ้ารู้ถึงปัญหาอย่างนี้แล้ว ถ้าเรายังไม่สมควร เรายังไม่เข้มแข็งเห็นไหม เราเสียสละ เราทำทานของเรา เราเปิดใจของเรา เราถึงบอกพุทธศาสนาเถรวาทเรามันเป็น ๓ เส้า ทาน ศีล ภาวนา เห็นไหม ๓ เส้า นี่เราตั้งหม้อบนเตา มันไม่เอียงหรือ ทานไม่จำเป็นนะ.. มหายานเขาก็บอกว่าทำทานไม่ได้ให้ปฏิบัติเลย ปฏิบัติเลย คูตี ๒ เส้า ดียังไม่แฉวนหม้อไวนะ แฉวนหม้อไว้เดี๋ยวมันตกเลย นี่มันลอยไปเลย ใจ แต่นี่มัน ๒ เส้าเห็นไหม ปฏิบัติเลย นี่ ศีล แล้ว ภาวนาเลย แล้วมันจะอยู่ได้อย่างไร ไม่เห็นระบบของทาน แต่ระบบของทานมาคูตี

เวลาครูบาอาจารย์บอกพระพุทธเจ้าเกิดมาจากไหน เกิดมาจากทาน พอเกิดมาจากทาน มันฝึกใช้ใหม่ การเสียดสละ การฝึกนิสัยของเรา พอฝึกนิสัยของเราจิตมันมีพื้นฐานของมัน เนี่ยพื้นฐานของมัน มันเสียดสละจนมันคงของมัน พอเจออะไรกระทบ เราทำของเรา ๆ มันใจของเราอยู่แล้ว เรามั่นใจว่ามือของเราไม่มีแผล สิ่งใดที่เกิดขึ้นเราสามารถที่จะเผชิญได้ทั้งนั้น

อาการอะไรที่มันเกิดขึ้นแล้วกระทบนี้ มันเรื่องของสังคม มันเรื่องของโลก เราก็เกิดมากับโลก เราก็อยู่กับเขาเนี่ยแหละ นี่เราอยู่กับเขาเราจะมี...ถ้าเราตื่นตื่นไปกับเขาเราก็เป็นปัญหาไปกับเขาใช้ใหม่ แต่ถ้าเรามีจุดยืนของเราใช้ใหม่ จุดยืนของเราเรื่องที่เกิดขึ้นมาแล้ว เราจะแก้ไขสิ่งนี้อย่างไร นี่ถ้าจิตมันเข้มแข็งมันเห็นจากสภาวะสังคม สภาวะต่าง ๆ สิ่งปัญหาที่เกิดขึ้น มันจะมีจุดยืนของมัน ๆ จะมีสติปัญญาแก้ไขไม่ตื่นตระหนกไปกับเขา

แต่ถ้ามันไม่มีสติ เวลาสิ่งใดเกิดขึ้นมามันก็เป็นปัญหาของเราด้วย ตื่นตื่นไปกับเขาหมดเลย จิตของเราถ้าเรากำหนดพุทธโธ ๆ ๆ ๆ นี้ เราพยายามจะรักษาตัวเราเองนะ เพราะถ้าเราไม่กำหนดพุทธโธ ธรรมชาติของความคิดมันแผ่กระจายออกไปทั่ว เราพยายามให้มันเกาะกับพุทธโธไว้ก่อน พุทธโธ ๆ ๆ ๆ พอพุทธโธไปเห็นใหม่ กำลังของเครื่อง เครื่องยนต์กำลังมันไม่เข้มแข็ง เห็นใหม่มันมีอาการ เห็นใหม่เวลารถออกตัว ถ้าเราออกตัวไม่ดี เห็นใหม่มันจะไหวทั้งหมดเลย บางทีมันสั่นไปทั้งคันเลย นี่ก็เหมือนกันพอมืออาการตัวตรงตัวสั้น

จะบอกว่าวิธีแก้.. ใช้ มันเป็นแผ่นเสียงตรองใหม่ ตรอง ๆ เพราะอะไร ตรองเพราะกำลังของเครื่องมันเป็นอย่างนี้ ถ้าเราไม่ได้ซ่อมเครื่องของเรา เครื่องของเรากำลังมันไม่พอ เวลาออกรถถ้ารถออกได้นะ ก็ออกได้แบบเฉียดฉิวเลยนะ โอ้โฮ! ประคองมันอย่างดีเลยกว่ามันจะออกตัวไปได้ นี่ก็เหมือนกันกว่าจะลงสมาธิได้ กว่ามันจะเป็นความสุขของเราได้ โอ้โฮ! เหงื่อไหลไคลย้อยนะ แต่ถ้ากำลังเครื่องของเขาดีกี่ ๑ นะเขาออกตัวไปได้สะดวกสบายของเขาเลย

อันนี้มันวัดกันไม่ได้ มันวัดกันว่าอำนาจวาสนาของคน อำนาจวาสนาที่เราสร้างมาไม่เหมือนกัน มนุษย์เหมือนกัน คนเหมือนกันแต่ความคิดหลากหลาย ความคิดบางทีคนมันคิดอะไรจนเราแปลกใจนะว่าเขาคิดกันได้ขนาดนี้เชียวหรือเนี่ย เขาคิดอะไรเราคิดไม่ถึงนะ ว่าคนจะมีความคิดกันอย่างนั้น นี่ความคิดของมันหลากหลายขนาดนั้น แล้วสิ่งที่เกิดขึ้นมาอย่างนั้นมันเป็นสิ่งที่เขาสร้างของเขา มา ถ้ากลับมามีที่ตั้งสติ เราจะบอกว่าถ้ากำลังเครื่องเราอ่อนแอ การแก้แผ่นเสียงตรองมันก็ต้องพยายามสร้างฐาน อย่างเช่น พุทธโธ

พูดบ่อยเห็นใหม่ เราขับไปบนถนน ส่วนใหญ่เราไปบนถนนมันจะมีสะพานเห็นใหม่ เขาทำสะพานคอสสะพานเพื่อต่อข้ามสะพานไปถนนอีกฝั่งหนึ่ง มันก็จะเดินทางต่อไปได้ แต่ของเราพอถึงคอสสะพาน ๆ มันขาด รถเราวิ่งคอสสะพานขาดมันไปได้ใหม่ มันก็ตกคอสสะพานนั้น พุทโธ ๆ ๆ ๆ ถึงเวลามันก็ตกคอสสะพาน เราเปรียบคำว่า แผ่นเสียงตกร่อง แผ่นเสียงตกร่องคอสสะพาน รถวิ่งมามันก็ตกตรงนั้นแหละ นี่พอดตกตรงนั้นบ่อยครั้งเข้า ๆ ธรรมดาเราเห็นรถคนอื่นเขาวิ่งไปเขาก็ข้ามไปได้ เอ๊ะ..เราก็อ้างเหมือนเขา ทำไมเราไปไม่ได้ เราตกร่องตรงนี้ละ ๆ ไร้อดโดยทั่วไปมันเป็นวัตถุ มันเป็นวิทยาศาสตร์ที่เราเห็นได้ว่ารถมันข้ามสะพานไป ๆ อยู่อีกฝั่งหนึ่ง

ทีนี้ทุก ๆ คันก็วิ่งถนนเส้นเดียวกันใช่ไหม แต่ในเวลาเราปฏิบัติถนน “เอโกธัมโม ทางอันเอก” ทางของเราจิตของเรา สิ่งต่าง ๆ มันเกิดขึ้นมาจากเรา เวลาเราตกคอสสะพานเราตกของเราอยู่คนเดียว ไร้อื่นทำไมมันผ่านไปไม่ได้ละ แล้วมันก็น้อยเนื้อต่ำใจ ทำไมเขาก็ปฏิบัติ เราก็อปฏิบัติ เราปฏิบัติมาก่อนเขาด้วย เราเป็นคนชักชวนเขามาปฏิบัติเอง แต่เดิมเขาไม่เคยปฏิบัติเลย เราไปชวนเขามาทำไมรถเขาวิ่งไปโน้นแล้ว ไร้อะไรยังอยู่ข้างหลังเขาอยู่เลยละ มันเสียใจนะ เห็นใหม่ทั้ง ๆ ที่ผลอันนี้มันเกิดมาจากไหน เกิดมาจากอำนาจวาสนาของเราเอง อำนาจวาสนามันแข่งขันกันไม่ได้ แล้วมันแข่งขันกันไม่ได้ เราก็อึดของเราดี ถ้าเราเข้าใจตรงนี้ปัญหาพื้นฐานไม่ต้องไปน้อยเนื้อต่ำใจ ไม่ต้องไปเสียใจ มันแข่งขันกันไม่ได้ ทีนี้การแข่งขันไม่ได้เราก็อึดสร้างกำลังของเราไป

นี่คอสสะพานนั้นเราต้องถมพุทโธ ๆ ๆ ๆ ถมคอสสะพานนั้นให้เต็ม พุทโธ ๆ ๆ ๆ เหมือนกับเอาดินถม พุทโธ ๆ ๆ ๆ แล้วอยู่กับพุทโธไว้มันจะเกิดอะไร อาการอย่างไรช่างหัวมัน ๆ นะ เพราะคำว่า “ช่างหัวมัน” มันเป็นการแบบว่า กิเลสมันไม่มีเหตุผล เวลาเราคุยเหตุผลกัน แหม! เหตุผลร้อยแปดเลยนะ เพื่อจะแก้กิเลสไป กิเลสไม่ฟังหรอก มันมีเหตุผลดีกว่าด้วย เหตุผลที่เราสร้างมาขนาดนั้นนะ มันทิ่มทีเดียวเหตุผลนั้นล้มเลย นี่คำว่า พุทโธ พุทโธ เราไม่ฟังเหตุผลกิเลสไป

เราไม่ต้องหาเหตุผลทำไมเป็นอย่างนั้นทำไมเป็นอย่างนี้ พุทโธ ๆ ๆ ๆ ๆ ไปเนี่ย นี่ก็เหตุแล้วละ นี่ก็ข้อเท็จจริงที่เราจะถมคอสสะพานของเรา พุทโธ ๆ ๆ ๆ แล้วรักษา... ถ้าจิตของเราอยู่กับพุทโธเห็นใหม่ ถ้าจิตของเราอยู่กับพุทโธไม่ออกไปรับรู้อำนาจวาสนา รับรู้สิ่งที่เป็นไป เครื่องยนต์เรากำลังไม่ดี เห็นเขาถูกรถใหม่ ของเขาดีไอ้โฮ! รถของเขากำลังดี รถเขาถอยใหม่ป้ายแดงหมดเลย ไร้อดของเราจะเครื่องจะพังอยู่แล้วนะ เห็นเขาวิ่งมาแล้วไปนั่งเสียใจ ไม่ต้องไปยุ่งกับใคร ถมพุทโธ ๆ ๆ ๆ รถเรากำลังไม่ดี เราก็อึดถนนให้มันดี ถนนทำให้มันเรียบร้อย รถเราจะไต่ผ่านอันนี้เข้าไปได้

ที่นี้อาการตัวสั้น อาการต่าง ๆ มันพยายามจะดึงความรู้สึกของเราไปอยู่ที่ตัวสั้นนั้น เพราะอาการตัวสั้น อาการต่าง ๆ อาการแผ่นดินไหวตกร่อง ประสาเราจะบอกว่าเป็นกรรมเก่ากรรมใหม่ เป็นสิ่งที่เราสร้างมาเป็นจริตนิสัย เช่น โยมทานข้าวกันโยมชอบกินอะไร โยมก็ชอบกินอยู่วันยังค่ำ เราจะเปลี่ยนอาหารมาให้โยมกินโยมชอบใหม่ โยมก็ไม่ชอบวันยังค่ำ

จิตที่มันได้สร้างบุญสร้างกรรมของมันมา อาการตัวสั้นอาการรับรู้ มันเป็นจริตนิสัย มันเป็นกรรม มันเป็นที่จิตต้องรับรู้ แล้วเราเอาพุทโธ ๆ ๆ ๆ เอาทุกอย่างไปเปลี่ยนแปลงมัน เราเคยชอบกินอาหารอะไรล่ะ อันนี้อาหารกินแล้วอร่อยใช่ไหม แต่จิตมันไปรับรู้อาการสั้น อาการตกใจ มันไม่ใช่ของอร่อยเลย แต่มันก็ชอบ เห็นไหม เราบอกนี่คือเหตุผลแล้ว กำหนดพุทโธ ๆ ๆ ๆ คือเหตุผลแล้ว คือพยายามดึงพลังงาน ดึงกำลังของเครื่องทั้งหมด ให้มันมารวมตัวของมัน แล้วเราพยายามสร้างทางของเราขึ้นมา

ถ้า พุทโธ ๆ ๆ ๆ จนมันมีสติปัญญา มันควบคุม มันบริหารจัดการของมันได้ บริหารจัดการความรู้สึกของเราได้ รถนั้นจะผ่านไป ความรู้สึกนี้จะลงสู่สมาธิ ถ้าความรู้สึกนี้ลงสู่สมาธิเห็นไหม อ้อ.. เราก็แก้ไขเหตุการณ์นั้นได้ นี่การแก้ไขไง พอครั้งที่หนึ่งทำได้ สองทำได้ สามทำได้ มันก็จะไปเทียบย้อนกลับไป เทียบกับตัวสั้นคราวนั้น ๆ คือเราขับรถมาถึงคอสะพาน แล้วเคยเห็นคอสะพานนี้ถี่มาก นั่งตัวสั้นเลย กลั้วรถจะตกคอสะพานเห็นไหม เราถมจนเต็มแล้วอาการตัวสั้นมันไม่มี อาการตัวสั้น อาการตกใจ อาการต่าง ๆ มันจะหายไปเอง มันจะหายไปเองต่อเมื่อเราแก้ไขเหตุการณ์นั้นจนเป็นสิ่งที่ไม่น่าตกใจกลัว แล้วมันจะผ่านของมันไปเองเห็นไหม

นี่การแก้แผ่นดินไหวตกร่อง ที่นี่การแก้แผ่นดินไหวตกร่องแล้ว การแก้แผ่นดินไหวตกร่อง การที่เป็นตัวสั้น อาการที่โยกเขก โยกกลอน เนี่ยอาการเหงื่อไหลไคลย้อย อาการกลืนน้ำลาย อาการคิดต่าง ๆ มันเกิดเหมือนกันมันเป็นจริตนิสัยของคน นี่คือปัญหาพื้นฐาน พื้นฐานของจิตเป็นอย่างนี้

แต่เมื่อก่อนที่โยมไม่ได้ปฏิบัติอย่างนี้หรือไม่ได้ทำอย่างนี้ ทำไมมันไม่เกิด ทำไมมันไม่เป็น มันไม่เกิดไม่เป็นเพราะเราไม่ได้เข้าไปเผชิญกับความจริง เราอยู่กับความจอมปลอม พระพุทธศาสนาสอนให้ปล่อยวาง พุทธศาสนาคือความว่าง ว่าง ๆ ๆ ว่างแบบขี้ลอยน้ำไง ว่างแบบไม่มีอะไรเลย จับดินชนปลายไม่ได้ไง นี่เลยมันก็เลยไม่เกิดปัญหา เราจะแก้ตรงนี้ ถ้าไม่แก้ตรงนี้เขาจะบอกว่า ภาวนาพุทโธมันลำบาก พุทโธลำบากมาก ทำสมาธิไม่มีประโยชน์อะไรเลย ใช้ปัญญาแล้วมันจะมีปัญญา ๆ จะแก้กิเลสได้ ไม่จริง!

จะทำสิ่งใดก็แล้วแต่ เราจะแก้ไขสิ่งใดก็แล้วแต่ เราจะต้องไปสูบ้านของเรา เราเกิดจากบ้านเรา อยู่ในบ้าน เราเจริญเติบโตในบ้าน เราออกไปทำหน้าที่การทำงานเพื่อหาเงินกลับมาสูบ้านของเรา ให้บ้านของเรา ให้ตระกูลของเรา ให้ครอบครัวของเรามั่นคงแข็งแรงขึ้นมา ถ้าตระกูลมั่นคงแข็งแรงขึ้นมาหน้าที่การทำงานของเราอาจจะพลาดพลั้งได้ เราอาจจะเปลี่ยนงานได้ เราจะเปลี่ยนอะไรได้ทั้งนั้น แต่ในบ้านของเรามันต้องอบอุ่น ในบ้านของเราอยู่ด้วยความมั่นคง

จิตก็เหมือนกัน อาการความคิด อาการต่าง ๆ ที่คิดออกมาที่ว่าเป็นการทำงาน เราออกไปทำงาน เห็นไหม แล้วบ้านเรามีแต่ความทุกข์ บ้านเรามีแต่ปัญหา ในบ้านของเรามีแต่เชื้อโรค ในบ้านของเรามีแต่ความบกพร่องทั้งหมดเลย เราไปหาเงินจากข้างนอกมาขนาดไหน เราจะมาเลี้ยงครอบครัวในบ้าน เราจะมีความสุขจริงไหม มันไม่มี ฉะนั้นสิ่งที่ไม่มีบอกเลยว่า ว่าง ๆ ๆ ๆ เราไปหาความว่างกันนอกบ้านไปหาความว่าง ในบ้านเรามีปัญหาใช่ไหม เราก็ไปเที่ยวเตร็ดเตร่ มีความสุขมีความสุขเพลิดเพลินอยู่กับข้างนอกใช่ไหม เราได้แก้ปัญหาไหม เราไม่ได้แก้ปัญหาใด ๆ เลย การจะแก้ปัญหามาต้องแก้ปัญหามาในบ้านของเราให้ได้

ฉะนั้นการแก้ปัญหามาในบ้านของเราได้ มันจะต้องมาสู่จิตจิต กลับมาสู่สมาธิ กลับมาสู่พื้นฐานของเรา ถ้ากลับมาสู่พื้นฐานของเรา ก็ต้องทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาก่อน ฉะนั้นการทำความสงบของใจเข้ามา พุทโธ ๆ ๆ หรือว่าการทำปัญญญาอบรมสมาธิ มันไม่มีประโยชน์ มันทำไปก็ไม่ได้แก้ปัญหามาอะไรเลย ถ้าคนไม่มีพื้นฐานไม่มีกำลังเลย ไม่รู้จักว่าบ้านของเราอยู่ที่ไหนเลย ไม่รู้จักสิ่งใด

เหมือนคนไม่มีบ้าน ไปนอนตามสนามหลวงเดี๋ยวนี้โล่งแล้วนะ สนามหลวงห้ามนอน แล้วจะไปนอนที่ไหนกัน สนามหลวงก็นอนไม่ได้ไม่มีที่นอนแล้ว อยู่ที่ไหนก็ไม่ได้ จะไปอยู่กันที่ไหน เร่รอนกันไปอย่างนั้นหรือ ฉะนั้นถ้าพุทโธ ๆ ๆ ๆ กลับมาที่พุทโธ ๆ ๆ กลับมา นี่พอกลับมาพุทโธ ๆ ๆ ๆ เราจะเข้าบ้านของเรา บ้านใครบ้านมัน หลังเล็กหลังใหญ่ที่บ้านใครบ้านมัน ต้องเข้าบ้านของตัวเอง

ที่นี้การเข้าบ้านของตัวเอง มันก็อยู่ที่การสร้างมา การสร้างอำนาจวาสนามา การได้สร้างสิ่งต่าง ๆ มา จริตนิสัยคนแตกต่างหลากหลาย แต่โดยพื้นฐานมันจะเป็นอย่างนี้ เพราะคนเราเห็นไหม ถึงย้อนกลับมา.. พุทธศาสนาสอนว่า ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว สิ่งที่ทำมาเราทำของเราทั้งนั้น เราทำมา สิ่งต่าง ๆ พอเราจะเข้าไปสูบ้านเรา เราเข้าไปสูปัญหาเดิมของเรา เข้าไปสูจิตจิตของเรา เราเข้าไปสูต้นข้าวของเรา มันเข้าเผชิญกับความจริง เราจะบอกว่าเราต้องเผชิญกับความจริงกันนะ เราก็ต้องเผชิญกับความจริง และแก้ไขตามความเป็นจริง

สิ่งใดที่เป็นข้อเท็จจริงเราต้องเข้าไปแก้ไขตรงนั้น ไม่ใช่หนีความเป็นจริงของเราแล้วไปแก้ไขที่คนอื่น ปัญหาคนอื่นแก้ได้ง่ายมาก ปัญหาคนอื่น ๆ ใคร ๆ ก็แก้ไขได้ แต่ปัญหาของตัวเองทุกคนแก้ไม่ได้ แล้วการภาวนาจะกลับมาสู่การแก้ปัญหาของตัวเอง ถ้าต้องการแก้ไขตัวเองต้องค้นหาตัวเองให้เจอก่อน ฉะนั้นเราต้องพุทโธ ๆ ๆ แล้วทำความสงบของใจ เพื่อกลับไปสู่ข้อเท็จจริง กลับไปสู่จิตติดกลับไปสู่ข้อมูลเดิม กลับไปสู่ปฏิสนธิวิญญาณที่พาเกิดพาดาย ที่ทำให้เราเกิดเราตายอยู่นี้ การภาวนาของเรา ๆ ภาวนาเพื่อไปชำระกิเลส ไม่ใช่ภาวนา...

พระพุทธศาสนามีอยู่ซึ่ง ๆ หน้าเลย เราอยู่กับพุทธศาสนา แต่เราปฏิบัติกัน แต่ปฏิบัติไปเร่ร้อนอยู่ข้างนอก ไปเร่ร้อนไม่มีสิ่งใดเลย ว่าง ๆ ว่าง ๆ อุ้! สบายมาก สุขมาก ไม่รู้ไปสุขกันอยู่ที่ไหน หาความสุขยังหาความสุขไม่เจอเลย แล้วก็มีความสุขมาก ๆ แล้วทำตามข้อเท็จจริงเห็นใหม่ มันจะเกิดอาการอย่างนี้ทุกคน นี่คือเรื่องพื้นฐานนะ ทุกคนจะเจอบอกหรือน้อย เรากินอาหาร เราทำอาหารกินกัน เราไม่เคยเก็บล้างเลยหรือ ทุกคนกินอาหาร อาหารจะสมบูรณ์ทุกวันเลยหรือ มีเงินมหาศาลเลย อาหารบางที่เขายังส่งไม่ทันยังไม่ได้กินเลย

พื้นฐานของกรรม พื้นฐานของจิตมันมี... ทุกคน ครูบาอาจารย์ หลวงปู่มั่น ท่านถึงเป็นห่วงตรงนี้มาก แล้วท่าน...เห็นใหม่ หลวงตาท่านจะบอกว่า...หลวงปู่มั่นท่านเป็นพระอรหันต์ หลวงตาอยู่กับหลวงปู่มั่น ๘ ปีเห็นใหม่ เก็บเล็กผสมน้อย เป็นพระอรหันต์นะแต่ไม่ยอมทำผิดอะไรจากศีลเลย ไม่ยอมทำผิดเลย แม้จะแก่ชราภาพเป็นวันโรคกินอาหารตอนเช้านี้กินไม่ได้ คนอายุ ๘๐ ปี แล้วเป็นวันโรคกินอะไรไม่ได้เลย หลวงตาท่านพยายามเอาน้ำมะพร้าว ๆ ในเพลไปให้ท่านดื่มเพื่อประทังโรคภัยไข้เจ็บ ท่านบอกว่ากินไม่ได้ฉันไม่ได้ ทำไม.. ใ้อึดดำ ๆ มันมองอยู่เห็นใหม่ ท่านเอาชีวิตท่านเป็นแบบอย่างเห็นใหม่ ไม่ยอมทำอะไรถือธุดงค์วัตร ฉันมือเดียว ฉันหนเดียว ฉันได้ก็ได้ไม่ได้ก็ไม่จำเป็นทั้ง ๆ ที่คนป่วยนะ เห็นใหม่

เพราะอะไรเพราะท่านทำไว้เป็นแบบอย่าง เพราะท่านได้สมบุกสมบั้นมา เพราะท่านได้ผ่านวิกฤตในการประพฤติปฏิบัติมา ท่านรู้ว่ากำลังใจขนาดไหนมันถึงจะทำให้เราเอาชนะตัวเราเองได้ ถ้ากำลังใจอ่อนแอเราจะสู้ตัวเราเองอะไรไม่ได้เลย ทีนี้เราจะประพฤติปฏิบัติกันเพื่อเอาความจริงขึ้นมาเนี่ย พอเกิดอาการ อาการนี้มันแค่พื้นฐานมันหญาปากคอก เพียงแต่เริ่มต้นขึ้นมามันจะมีอาการ แต่หญาปากคอก มันทำให้พวกเราไม่มีกำลังใจแล้วล้มเหลวไปเลย

แต่ถ้าเรามีกำลังใจของเรา ๆ พยายามต่อสู้ของเรา ถ้าเราผ่านขั้นตอนอย่างนี้ไป พอมันเคยตัวมันเคยทำให้เราแผ่นเสียงตรอง คำว่า แผ่นเสียงตรองนะ มันก็ตรองจนอยู่ที่เก่า การปฏิบัติของเรา

วนอยู่นี่ ๑๐ ปี ๒๐ ปี มันไม่ไปสักที ๆ เป็นใหม่ คือ อาการแผ่นดินเสียงตกร่อง เราก็พยายามทำของเรา คูลิเห็นใหม่ เมื่อก่อนไม่มีรถไฟ เราขึ้นรถเมล์เกือบเป็นเกือบตาย เดี่ยวนี้มีรถไฟลีมรตล์หมดแล้ว นี่ก็เหมือนกัน พอมันแผ่นดินเสียงตกร่องพอมันผ่านไปก็ขึ้นรถไฟไปพรวดไปพรวดมา นี่ก็เหมือนกันถ้ามันแก้ตรงนี้อันนั้นก็ไปได้ ไม่ต้องไปห่วง รถไฟฟ้าไม่มีแต่รถเมล์เราก็นั่งรถเมล์กัน เมื่อก่อนเราทำไมนั่งได้ล่ะ พอมีรถไฟลีมรตล์มองข้าม ภูจะนั่งรถไฟ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันหม่นอยู่ มันแผ่นดินเสียงตกร่องอยู่ มันก็เหมือนเรานั่งรถเมล์อยู่เราก็พยายามของเรา เพราะมันยังไม่มีรถไฟ แต่ถ้ามันพ้นจากตกร่องไปมันก็จะไปรถไฟ มันก็จะไปได้ มันเป็นปัญหาพื้นฐานนะ แล้วปัญหาพื้นฐานไม่ต้องไปคิดมาก คำว่าคิดมาก เราจะเปรียบเทียบกับคนโน้น เปรียบเทียบกับคนนี่ การเปรียบเทียบนี้มันเปรียบเทียบเพื่อเป็นกำลังใจนะ เปรียบเทียบว่า คูลิ ทำไมเขาทำได้ เวลาเราปฏิบัติอยู่เราก็คิดอย่างนี้เหมือนกัน พระพุทธเจ้าก็คน หลวงปู่มั่นก็คน เราก็คือคน ท่านเป็นคนทำไมท่านทำได้ เราก็คือเป็นคนทำไมจะทำไมไม่ได้ ก็พยายามมูมานะ

แต่เวลามันท้อใจนะ เวลามันท้อใจ มันทุกข์ลำบากมาก ท่านก็บอกว่าความลำบากของเราสู้พระพุทธเจ้าไม่ได้หรอก สู้หลวงปู่มั่นไม่ได้หรอก สู้ครูบาอาจารย์ของเราไม่ได้หรอก เพราะครูบาอาจารย์ของท่านลำบากมากกว่าเรา เพราะสังคมยังไม่ยอมรับ สังคมเขาไม่เชื่อถือศรัทธา สังคมเขาไม่เห็นด้วยกับการประพฤติปฏิบัติ สังคมเขาเห็นด้วยในทฤษฎีในการศึกษา ในการว่ามีปัญญา ๆ ทางโลก เขาไม่คิดหรอกปัญญาที่มันลึกซึ้งขึ้นมา ปัญญาในการภาวนา ปัญญาการถอดถอนกิเลสมันเป็นอย่างไร

เนียครูบาอาจารย์ของท่านใช้ชีวิตทั้งชีวิตเลย หลวงปู่มั่นท่านใช้ชีวิตทั้งชีวิตเลย หลวงตา คิดถึงหลวงปู่มั่นที่ไร่นั่งร้องไห้ทุกทีว่าหลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติมาจนท่านนิพพานไป ท่านไม่เคยอยู่ในเมืองเลย ท่านอยู่ในป่าในเขาตลอด ท่านอยู่ในป่าในเขาท่านใช้ชีวิตท่านเป็นแบบอย่างมาตลอด ท่านต่อสู้กับกิเลสของท่าน ท่านต่อสู้กับอุปสรรคจากสังคมที่บีบคั้น ต่อสู้มาทุก ๆ อย่างเลย ท่านทำของท่านมาเป็นคติแบบอย่างให้เราประพฤติปฏิบัติ

แล้วเรามาประพฤติเนีย คูลิ มาเนียทางสังคมเขามีให้พร้อม ทุกอย่างมีให้พร้อมแล้วเราทำอะไรกัน นี่ถ้าเราจริงของเรา เราดูแบบอย่างนั้น พอดูแบบอย่าง อย่างนั้นบีบ มันก็ย้อนกลับมาซะ ท่านก็คนเราก็คือคน แต่เวลาทุกข์ท่านทุกข์กว่าเรามากเยอะแยะเลย มันก็สร้างกำลังใจให้เราขึ้นมาเห็นใหม่ สร้างกำลังใจของเราขึ้นมา เนี่ยถ้าเราไม่สร้างกำลังใจของเราเลย เราจะรอแต่.. นักมวยบอกให้พี่เลี้ยงต่อยแทน

มันไม่มีนะ พี่เลี้ยงให้น้ำนักมวดยได้ แต่เวลาต่อยนักมวดยต้องเข้าไปต่อยเอง นี่นักมวดยจะให้พี่เลี้ยงต่อยให้ พี่เลี้ยงต่อยให้ที มันจะนั่งอยู่ในมุมไง

จิตมันเวลาภาวนาเห็นใหม่ มันไม่ทำ โนนก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ ไม่มีใครช่วยกุเลย ทุกข์นะ คิดย้อนกลับนะปัญหาอย่างนี้เราคิดย้อนกลับมาแล้วมันจะมีกำลังใจ กำลังใจมันจะเกิดขึ้นมา แล้วเกิดขึ้นมาเราจะสู้ได้ ไม่มีอะไรหrok ไม่มีใครทำให้เราได้หrok ไม่มีใครจะมาแก้กูดเราได้ขนาดนี้ ครูบาอาจารย์เรานี้แก้กูดเรามาก คำว่า กู้กูด คือแก้กูดจากความรู้สึกนะ กู้กูดจากความเป็นห่วงอาลัยอาวรณ์ กู้กูดจากความถนอมรักษา ถนอมรักษาอะไร ไม่ได้ถนอมรักษาเรานะ ถนอมรักษาข้อวัตรปฏิบัติไง กตिकाข้อปฏิบัติถนอมรักษาไว้ให้พวกเรามาก้าวเดินไป

นี่ทางอันเอก ไม่ถนอมรักษาก็อุ้มหนูไปที่สี หนูยังภาวนาไม่ได้เลย นักมวดยต่อยเอง ไม่มีให้พี่เลี้ยงมาต่อยแทนหrok นักมวดยต้องออกต่อยเอง ครูบาอาจารย์ท่านคุณเลขขนาดนั้นนะ อันนี้ ไซ้! แผ่นเสียงตกร่อง แต่แผ่นเสียงตกร่องอันนี้มันเป็นศัพท์ของเราเอง เพราะเราก็เป็นไง เราเป็นปัญหาอย่างนี้มาเยอะ แล้วเราก็พยายามมาเทียบเคียง คำว่าเทียบเคียงคือศัพท์ของเรา คือพยายามพูดกับตัวเอง นี่คือการอย่างใด อาการอย่างนี้มันเปรียบเหมือนอะไร แล้วพอเราบอกนี้มันแผ่นเสียงตกร่อง เพราะมันวนมาที่เก่าทุกทีเลย มันวนกลับมาที่เดิม จนแผ่นเสียงตกร่องนี้ตกรวงค์ ตกรวงค์จิตหายไป จิตไม่รับรู้ นี่แผ่นเสียงตกร่องทั้งนั้น แล้วเราพยายามแก้ของเราไป เราแก้ของเราไป เราแก้ของเราไปแล้ว

เพราะฉะนั้นอาการอย่างนี้พอแก้.. การปฏิบัติส่วนใหญ่จะเจอหกดนะ และเวลาคนที่เขาเจอแล้ว พอเขาไปเจอปัญหาที่ใหญ่กว่า คือเวลาปัญญาออกไปพิจารณา หรือเกิดปัญหาสิ่งใด ปัญญาอย่างนี้เลยกลายเป็นปัญหาเล็กน้อย เขามองข้ามกันหมดไป แต่ปัญหาอย่างนี้มันจะเป็นปัญหากับผู้ปฏิบัติใหม่ ผู้ที่ยังไม่มีหลักเกณฑ์ พอเจอปัญหาแบบนี้ไปก็น้อยใจไป พอเจอปัญหาอย่างนี้ไป โอ๊ะ! ปฏิบัติทำไมไม่มีความสุขวะ ปฏิบัติแล้วต้องร่มเย็นสิ ทำไมยังปฏิบัติยิ่งร้อน ยิ่งปฏิบัติยิ่งทุกข์ เฮ้อ.. ก็ความจริงนะ ความจริงมันเป็นอย่างนี้ สู้จะเดียวจะรู้ สุขหรือทุกข์ใจ ที่สุดแห่งทุกข์ พอที่สุดแห่งทุกข์ทำลายหมดแล้วจะจบกันที กับเจอความทุกข์แล้วหลบหลีกมัน แล้วไม่จบสักที แล้วจะไปเจอข้างหน้าอีกนะ ข้างหน้าจะไปเจอมันอีกจะสู้ไม่สู้ นี่คิดถึงกับเรานะ นี่สู้มันนะ อันนี้พูดถึงแผ่นเสียงตกร่อง

อะนี่ไอ้ที่ว่านั่งสมาธิ ๒.มีวันหนึ่งนั่งสมาธิคุณมภาวนาไปตามปกติ นั่งไปถึงประมาณ ๕ นาที อยู่ ๆ เสียงรกรกที่ได้ยินก็หายไป ดับสนิททุดับเลย ความรู้สึกมีกายเลื่อนลอยอยู่ในมุมมืดคว้างคว้าง ความรู้สึกนี้เกิดขึ้นไม่ถี่นาที ผมรู้สึกตกใจมากอาการแบบนี้ คืออะไรครับ

หลวงพ่ : อาการแบบนี้ ตอนนี้นะให้เป็นบวกไว้ ให้เป็นบวกหมายถึงว่ามันลง แต่ลงแล้วมันตกใจ ตกใจเห็นไหม หลวงตาท่านสอนมากเวลาพุทธโธ ๆ ๆ ๆ แล้วเวลาจิตมันวูบลงเรากลับตายกันอะพอเรากลับตายเราเนี่ย เราก็บอกว่าถ้ามันวูบไปมันจะหายใจใหม่ เราก็พยายามเหมือนกับคนทะเล็งจากน้ำ ทะเล็งจากน้ำขึ้นมาให้รับรู้ไง ไอนี้ก็มันจะลงสมาธิ ไปขวางมันไม่ลงสมาธิมันก็กลับมาอีกเห็นไหม ถ้ามันกลับมาอาการหุดับ

อาการต่าง ๆ มันมี ๒ อย่าง ถ้าดับเลย อาการหุดับ ถ้ามันมันไม่ดับไปเลย เพราะรู้สึกตกใจ มีความรู้สึกอยู่ เพราะความรู้สึกตกใจมีสติอยู่ มีความรับรู้อยู่ แต่ถ้ามันเป็นตกภวังค์นะ มันวูบแล้วก็หายไปเลย ความรู้สึกอะไร ๆ ไม่มี เวลามันจะออกจากภวังค์ เหมือนคนตกใจตื่น เหมือนคนสะดุ้งจากตื่น อย่างนั้นคือมันหายไปเลย คำว่าหายไปเลยมันตัดช่วงไป ขณะที่ไปภวังค์มันไม่มีสติมันหายไปเลย แต่เพราะมีสติ ๆ รับรู้ตัวเองก็เหมือนกับรู้สึกตัวขึ้นมา อันนั้นขึ้นมาจากความรู้สึก อันนั้นขึ้นมาจากภวังค์แต่อันนี้มันมีความรู้สึกอยู่ เพียงแต่มีอาการตกใจ

ให้กลับไปกำหนดพุทธโธ ๆ ๆ ๆ อย่างเดิม แล้วพอกำหนดพุทธโธ ๆ ๆ ไปอย่างเดิมนะ นี่ก็รู้แล้วอาการลงสู่สมาธิ มันก็อยากได้อาการอย่างนั้น พออยากได้อาการอย่างนั้นก็จะไม่ได้อีกเลย เนี่ย โดยปกตินั่งสมาธิมานานทำเป็นพัก ๆ ๆ ตั้งแต่วัยรุ่นตอนนี้อายุ ๓๕ ปีแล้วครับ ตั้งแต่วัยรุ่นจนถึง ๓๕ ปีสิบกว่าปี ยี่สิบปี เห็นไหมมันไม่เคยเกิดอาการอย่างนี้เลย จิตไม่มีการเปลี่ยนแปลง เราจะชี้ให้เห็นว่าสมาธิไม่ใช่จิตปกติใจ ว่าง ๆ ๆ เราสร้างได้เวลาเราคิดสิ่งใดต่าง ๆ คิดอะไรที่มันกวนใจเห็นไหม คิดให้ว่างมันก็ว่างแต่ไม่ใช่สมาธิ

แต่สมาธิเห็นไหม ว่าง ๆ มันเป็นว่าง ๆ ของสามัญสำนึกใจใหม่ สมาธิมันลึกกว่านั้น มันลึกกว่านั้น เพราะอะไร เพราะมีสติเห็นไหม วูบ...ลงจนสะดุ้งเลยเห็นไหม เออจิตจะลงสมาธิมันแตกต่างจากจิตปกตินี้ใหม่ แตกต่างใหม่ ถ้ามันแตกต่าง มันแตกต่างอย่างไร เนี่ยถ้ามันมีความแตกต่างมันจะรู้เลยว่า ขณิกสมาธิเป็นอย่างไร อุปจารสมาธิเป็นอย่างไร อัปปนาสมาธิเป็นอย่างไร แล้วอัปปนาสมาธิมันรู้อย่างไร ก็ว่าสักแต่รู้ สักแต่รู้มันเป็นอย่างไร เนี่ยแค่ขั้นของสมาธิมันจะรับรู้อาการต่าง ๆ อย่างนี้หมดเลย

จะนั่นสิ่งที่ภาวนาตั้งแต่วัยรุ่นถึง ๓๕ ปี จะนั่นกำหนดพุทธโธ ๆ ๆ ทำมาเป็นพัก ๆ ๆ คราวนี้ทำเป็นพัก ๆ ๆ มันเป็นเครื่องอยู่นะ เนี่ยศีล สมาธิ ปัญญา ทำทานร้อยหนพันหนได้บุญไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง มีศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนได้บุญไม่เท่ากับเกิดสมาธิหนหนึ่งเห็นไหม การเกิดสมาธิหนหนึ่ง การเกิดสมาธิอย่างนี้แค่ ๕ นาที แล้วมันลงขนาดไหน นั่นละความรู้สึกอันนั้นจะฝังใจมาก...

เนี่ยธรรมดา รสของธรรมชาติทั้งปวงเห็นใหม่ จิตได้สัมผัส มันได้รับรสของสมาธิ มันได้รับรสใด รสหวาน รสเปรี้ยวต่าง ๆ ลิ้นได้รับรส มันจะจำรสนั้นได้ เวลาเขาเขียน เปรี้ยว หวาน มัน เค็ม เขาเขียนเป็นตัวอักษรเราก็อ่าน นักเรียนศึกษากันหมด เปรี้ยว หวาน มัน เค็ม แต่ลิ้นไม่เคยลิ้มรสเลย ก็ไม่รู้จักรสเลย แต่พอลิ้นได้ลิ้มรส มันก็อ้อ.. เปรี้ยว หวาน มัน เค็ม แต่ลิ้นได้รับรส อ้อ.. มันเป็นอย่างนี้

จิตหลงวูบ...เนี่ย มันก็ได้รับรู้ของมันแล้วเนี่ย รับรู้ของมัน ทฤษฎี คำสอนเป็นคำสอน แต่จิตได้สัมผัสอันนี้มันจะฝังใจอันนี้ตลอดไป ถ้ามันฝังใจตลอดไปเห็นใหม่ ถ้าปฏิบัติอีกไม่ได้หรืออย่างไรก็แล้วถ้าจิตมันมีกรรมมันต้องตายหรืออะไรก็แล้วแต่... ถ้าจิตมันเกาะตรงนี้ไป เกาะอาการอย่างนี้ อาการอย่างนี้คือจิตหนึ่ง จิตหนึ่งจะไปเกิดเป็นพรหม ถ้าทำสมาธินะ ภาวนาไปเกิดเป็นพรหม เพราะเหตุนี้ เพราะจิตเขาลงเป็นสมาธิได้ง่าย นี่สมาธิอย่างนี้มันได้สัมผัส

อันนี้เป็นข้อเท็จจริงเลย ข้อเท็จจริงที่จิตได้สัมผัสเองเลย เพราะจิตได้สัมผัสเองมันรู้ของมัน โดยสัญจะความจริงอันนั้น ทั้งที่ตัวเองสัมผัส ตัวเองรู้อะไรนะ แต่เวลาออกจากสมาธิไป อาการแบบนั้นคืออะไรครับ ทั้งที่สัมผัสเองนะ เพราะเราสัมผัสใหม่ เรายังเข้าใจสิ่งใดไม่ได้เพราะสมาธิมันมีหลากหลาย พอจิตเรามีหลากหลาย เราฝึกได้ใหม่ วิทก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตารมณ์

ปีติเห็นใหม่พอจิตมันลงสมาธิมันมีความรับรู้อะไรต่าง ๆ มันมีเกิดปีติของมัน เกิดความสุขของมัน เกิดเอกัคคตารมณ์ของมัน เพราะเกิดเอกัคคตารมณ์ การเข้าการออกการฝึกฝนบ่อย ๆ เข้า พอเอกัคคตารมณ์ผลของสมาธิเนี่ย เราจะมันคงกับมันเราจะมีอาการกับมัน เราจะรับรู้ถึงนั้นได้ พอมีสมาธิแล้ว อันนี้มันชัดเจนมากนะ ชัดเจนที่มันวูบ..ลงอะไรต่าง ๆ มันตกใจขนาดไหน เราจะบอกว่าจิตปกติกับจิตที่เป็นสมาธิ พอจิตที่เป็นสมาธิถ้ามันเกิดปัญญา ๆ อันนั้นเป็นโลกุตระปัญญา และปัญญา อันนี้มันจะถอดถอนกิเลสอย่างไร

แต่ปัญญาโดยปกติที่เราเกิดขึ้นมาเป็นโลกียปัญญา ปัญญาเกิดจากสมองเกิดจากสามัญสำนึกมันเป็นอย่างหนึ่ง แล้วถ้าปัญญาที่เกิดจากสมาธิมันเป็นอีกอย่างหนึ่ง มันมีความแตกต่างทั้งนั้นนะ มันจะมีความรู้ความเห็นของมัน แม้แต่สมาธิกับไม่เป็นสมาธิอย่างนี้ชัด ๆ มากเลย แล้วสมาธิจะมีความจำเป็นอีกไหม แล้วทำไมต้องทำสมาธิ ทำไมต้องทำความสงบของใจ แล้วทำไมต้องทำสมาธิ คำว่าสมาธิ... ถ้ามันยังไม่เกิดสมาธิเราก็ใช้ปัญญาได้ เพราะปัญญาอบรมสมาธิ สมาธิอบรมปัญญา ฉะนั้นถ้าสมาธิเรายังเกิดได้ยาก สมาธิมันไม่มีความเข้มแข็งของเรา เราก็ใช้ปัญญาของเราไปเรื่อย ๆ เพราะปัญญาอย่างนี้มันก็อบรมให้เกิดสมาธิมันแหละ แล้วเกิดสมาธิแล้วมันก็คุ้มค่า

ถ้าเป็นสมาธิมันจะมีความสุขมาก หลวงตาท่านพูดเองนะ เราคิดสมาธิ ๕ ปี เราเชื่อกันว่าตอนนี้ท่านเป็นพระอรหันต์ แล้วท่านคิดสมาธิมาใหม่ คิด ท่านคิดสมาธิตั้ง ๕ ปี ท่านพูดเอง ผมคิดสมาธิ ๕ ปี และคำว่าคิดสมาธิ... เราจะบอกว่าสมาธินี้มันมีคุณค่ามาก จนเราชื่นใจ เราพอใจกับผลอันนั้นเลยว่าเป็นนิพพาน ฉะนั้นทำไมถึงต้องทำสมาธิไง ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ สมาธิมันก็มีความสุขใจใหม่ คนที่คิดสมาธินั้นคิดว่าสมาธิเป็นนิพพานเลย

ฉะนั้นถ้าเรากำหนดทำสมาธิของเราเข้ามาได้ มันก็เป็นความสุข มันก็มีคุณค่าเหลือล้นอยู่แล้ว แล้วสมาธินี้ถ้ามีครูบาอาจารย์ของเราหรือมีองค์สมเด็จพระพุทธเจ้าให้ออกใช้ปัญญาไป ปัญญาที่เกิดจากสมาธิเกิดจากจิตที่เป็นสมาธิ ไม่มีอ้อโก้ อ้อโก้หรือตัวตนทำให้เกิดสมาธิไม่ได้หรอก เพราะสิ่งต่าง ๆ มันจะต้องยุบลง คำว่า หินทับหญ้า คำว่า ฝุ่นใต้พรม เห็นไหม ฝุ่นมันอยู่ใต้พรม พรมมันอยู่ข้างบนฝุ่น โอ้ มันสวยงามมาก หินทับหญ้า โอ้โฮ ก่อนหินเขาประดับสวน โอ้โฮหินสวยงามนะหินเป็นรูปต่าง ๆ เห็นไหม หินทับหญ้า หินทับหญ้า สมาธิมันทับกิเลสไว้ ถึงจะหินทับหญ้าก็ขอให้มันหินเถอะ ไปดูสวนญี่ปุ่นสิ หินสวย ๆ ทั้งนั้นเลย ก้อนละหลายตั้งคั่นนะ เขาว่าหินทับหญ้าไม่มีค่า ไม่มีค่าโธ่! หินก้อนละเป็นแสนนะ

จะบอกว่าแค่เป็นสมาธิมันก็มีความสุขแล้ว แล้วอย่างนี้เราปฏิบัติกันโดยตามข้อเท็จจริง คิดสมาธิ ปัญญา เราทำจิตเราให้สงบ ถ้าจิตเราสงบจะเกิดปัญญาขึ้นไปตามข้อเท็จจริง นี่มันจะทุกข์จะยากขนาดไหนเราก็ต้องสู้ ฉะนั้นนี่กรณีหนึ่ง กรณีนี้เวลาภาวนาไปจิตของเรามีความเห็นแตกต่าง ความเห็นแปลก ๆ ความเห็นต่าง ๆ กรณีนี้เป็นกรณีเล็กน้อยมากนะ เรานี้เป็นพระแล้วมีพระมาปรึกษาเราเยอะมาก เวลาจิตสงบแล้วจะตั้งครูบาอาจารย์องค์ที่เป็นครูบาอาจารย์ของเราขึ้นมา แล้วก็ฟังโทษพยายามกล่าวโทษ หลายองค์มาก มานานะหลวงพ่อกำลังเป็นอย่างนั้น

บางองค์นะ ถ้าจิตสงบหรือจิตมันมีหลักขึ้น จะตั้งพระพุทธเจ้าขึ้นมาแล้วก็ฟังโทษ คอยฟังโทษ เนี่ยอย่างนี้มันมี.. ถ้ามีอย่างนี้ทำไมพระพุทธเจ้ามีพระเทวทัต พระพุทธเจ้านี้ะ ถ้าไม่มีพระเทวทัต พระพุทธเจ้าก็ไม่เป็นพระโพธิสัตว์ ไม่ได้สร้างบุญกุศล เพราะพระพุทธเจ้ากับพระเทวทัตเป็นคู่เวรคู่กรรมกันมา เนี่ยก็เกิดมาร่วมภพร่วมชาติกันตลอด แม้แต่ชาติสุดท้ายนะเกิดเป็นพี่เป็นน้องกัน เป็นพี่เป็นน้องกันเพราะอะไร เพราะพระเจ้าสุปปพุทธะเป็นพ่อของพระเทวทัต เพราะเจ้าสุทโธทนะเป็นพ่อของพระพุทธเจ้า เป็นลูกพี่ลูกน้องกันนะ เวลาเกิดในชาติสุดท้ายเกิดเป็นพี่น้องกัน เกิดเป็นลูกพี่ลูกน้องกัน แล้วพระพุทธเจ้าออกบวชแล้วพระเทวทัตก็ออกบวชพร้อมกับพระนั่นแหละ พระอานนท์ไง ๕-๖ องค์ออกบวชพร้อมกัน เห็นไหมเวลาเกิด ๆ ร่วมกัน แต่เวลาที่มีความเห็น ทำไมมีความเห็นมันแตกต่างกันไป นี่เพราะเวร เพราะกรรม

ที่นี้ย้อนกลับมาที่จิตเรา เวลาเกิดขึ้นมา มันสร้างเวรสร้างกรรมอะไรมานั้น สิ่งใดที่เกิดขึ้นมาเราก็รู้ว่าสิ่งนั้นมันเป็นอกุศล สิ่งนั้นไม่ดีเลย ถ้าสิ่งนั้นไม่ดีเลยเราก็พยายามตั้งสติ ถ้ามันเกิดขึ้นมาแล้ว มันเป็นเรื่องสุคติวิสัย คำว่าสุคติวิสัย มันเกิดมาจากจิตใต้สำนึก ความคิดเห็นใหม่ มารเอย เธอเกิดจากความดำริของเรา เราจะไม่ดำริถึงเจ้า เจ้าก็เกิดกับจิตเราไม่ได้อีกเลย ความคิดเวลามันเกิดขึ้นมาเห็นใหม่ มารเอยเธอเกิดจากจิตของเรา พอความคิดเกิดมามันก็เกิดตาม สติปัญญาเราไม่ทัน พอมันไม่ทัน เราจะบอกว่ามันเป็นเรื่องสุคติวิสัย

แต่เราเป็นชาวพุทธและเราได้ศึกษาธรรม พอศึกษาธรรมสิ่งนี้เป็นสิ่งที่ไม่ดีต้องแก้ไข เราก็พยายามตั้งสติ สิ่งใดที่เกิดขึ้นแล้ว สิ่งใดที่เกิดขึ้นมา ที่มันเป็นเรื่องสุคติวิสัย เพราะว่าเราเป็นปุถุชน สิ่งใดเกิดขึ้นเรายังควบคุมใจเราไม่ได้ ความคิดมันเกิดขึ้นมา เราก็ตั้งสติไว้ ขอโทษขอขมา เราแนะนำนะให้ขอขมา ขอขมาเวลาเราอยู่ในบ้านนะ ห้องพระรณนะ ขอขมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แก้วสารพัดนึก พระพุทธ คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม คือ สัจธรรม พระสงฆ์ คือ พระอรหันต์ สิ่งที่ยังเกิดขึ้นมากับใจเรา ขอขมามันไม่เกิดเวรเกิดกรรม แก้วสารพัดนึก รัตนตรัยคือ แก้วสารพัดนึกเป็นรัตนตรัยของเรา แก้วสารพัดนึกเหมือนนิวเคลียร์ ถ้าใช้ทางที่บวกก็จะเห็นผลบวกกับเรามาก ถ้าใช้ในทางที่ลบก็จะลบมากเห็นใหม่

ดูดี เห็นใหม่ในธรรมของพระพุทธเจ้า ดิเตียนพระอรหันต์เป็นกรรม คำว่า ดิเตียน เขาบอกว่าศาสนาพุทธยุ่งมากเลย ถ้าไม่เชื่อก็เป็นบาป ไม่บาป ไม่เชื่อไม่บาป แต่ดิเตียนเพราะเหตุใด พอไม่เชื่อมันก็หาเหตุผล หาเหตุผลมาดิเตียน ดิเตียนพระพุทธเจ้ามันเป็นกรรม มันเป็นกรรมกับใจของเรา ถ้าเป็นกรรมกับใจของเรา เราก็ขอมาซะ เราขอมาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เวลาทำวัตร ขอขมาพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอขมาเพราะว่าเราควบคุมใจไม่ได้ เราควบคุมไม่ได้ แต่เราก็รู้ว่ามันผิดเห็นใหม่ เราขอมาเพื่อให้มันเจือจางลง เบาลง เพราะรู้ว่าผิดใจ

อย่างเช่นไฟ เรารู้ว่าไฟ เราก็ไม่อยากจะหยิบหรือก มันร้อน มือพองหมดเลย ที่นี้มันผลออกไปแตะเข้าทุกทีเลย ก็พยายามตั้งสติไว้ ตั้งสติไว้ อย่าให้มันเกิดขึ้นมา นี้เวลามันเกิดอกุศลใจ อกุศลอย่างนี้มีนะ มันเกิดมาเอง นี่ไงกิเลส มันเกิดมาโดยที่เราไม่ต้องการเราก็ไม่ตั้งใจ แต่มันก็เกิดมันมาอย่างไร แต่ถ้าพยายามต่อสู้เข้าไป มันแก้ไขได้ แก้ไขสิ่งนี้ได้ เพียงแต่ว่าหนาหรือบาง ถ้าหนามันหนักหนาสาครจร มันก็ โอ้โฮ ต้องต่อสู้เต็มที่ ถ้าบาง ๆ นะโดยใช้ปัญญาใคร่ครวญ มันไม่ดีแล้วคิดทำไมละ เห็นใหม่ พอคิดทำไมก็ไม่ได้ตั้งใจมันคิดเอง เอ้า..ครวหน้าจะตั้งสติให้ดี ๆ ถ้ามันเกิดขึ้นมาพยายามละมันก่อน

มันเหมือนเรา เราปฏิบัติใหม่ ๆ นะ นิมนต์โคตรมาเลย นิมนต์ต่อภาค ๑ ภาค ๒ ได้ตลอด แต่พอไปอ่านประวัติหลวงปู่เทศก์ กับหลวงปู่หลุย องค์หนึ่งติดสมาธิ ๑๗ ปี องค์หนึ่งติดสมาธิ ๑๑ ปี ไปอ่านเข้านะ กลัวมาก ตั้งแต่บัดนั้นมา นิมนต์ไม่เอา ถ้าเกิดนิมนต์ ไม่เอาเลย เวลานั้นสมาธิระตั้งใจเลย ไม่เอาอะไรทั้งสิ้น เอาความสงบไม่เอาอะไรเลย แล้วพอนั่งไปมันเคยเป็นไซ้ใหม่ เมื่อก่อนปฏิบัติใหม่มันจะเข้าภาค ๑ ภาค ๒ เพราะมันนั่งสมาธิบ่อยครั้ง ครั้งแรกก็มารอบหนึ่ง พอครั้งสอง ภาค ๒ ภาค ๓ ภาค ๔ มันต่อกันได้หมดเลย พอตอนหลังไม่เอา ไม่เอามันก็มานะ เพราะมันเคย

มันเคยแล้วนะ พอมันไม่เอา ๆ ๆ พอไม่เอา พอสติมันมาพร้อม เพราะฝึกไม่เอาจากข้างนอก พอมันมีสติข้างในนะ พอนี้มันจะมานะ มันบอกไป ไม่เอา ๆ ดับหมดนะ เราทำมากับเราเอง เรื่องนิมนต์เราทำกับเราเอง แล้วปฏิเสธมันตลอด ตั้งแต่อ่านประวัติหลวงปู่เทศก์ หลวงปู่หลุย ตั้งแต่วันนั้นมา มันปฏิบัติขึ้นมาในจิต ไม่เอา อะไรก็ไม่เอา เอาแต่ความสงบ อะไรก็ไม่เอา แล้วพอมาก็ปฏิเสธได้

ฉะนั้นเวลาใครมาถามปัญหาเรา จะบอกเลยไม่เอาแก้ได้ เขาเชื่อหรือไม่ก็เรื่องของเขานะ แต่เราทำมาแล้ว เราทำกับตัวเราเอง เราทำของเรามาแล้ว แล้วเราทำได้ผล ไม่ได้ผลเราจะเอาความผิดของเรา เอาอุปสรรคของเรามาให้โยมฟังได้อย่างไร ผิดเราก็ผิดมาก่อนโยม แล้วเราก็แก้ไขของเรามาแล้ว อ้าว ถ้าไม่แก้ไขจะรู้ผิดได้อย่างไรจะรู้ถูกได้อย่างไร ผิดก็รู้ว่าผิด ถูกก็รู้ว่าถูก อ้าว..แล้วก็แก้ไขมาแล้ว สิ่งที่เราสอนมันจะผิดไปไหนนะ เพียงแต่ที่เราจะทำหรือไม่ทำ เราทำถึงหรือไม่ถึง

ฉะนั้นสิ่งที่เป็นอกุศล สิ่งที่เกิดขึ้นมานี้ เราแก้ไขได้ แต่อย่างที่ว่าต้องเริ่มต้นเลยกำลังเครื่องเรานั้นทรุดโทรมมาก ลูกสูบก็แทบจะหลุดอยู่แล้ว แรงอัดก็ไม่มีเลย เครื่องมันเลยไม่มีกำลังเลย ใ้ส่เกียร์ ๑ เกียร์ ๑ ก็ดับ ฉะนั้นเราไปตั้งสติกัน พยายามมาฟื้นฟูเครื่องเปลี่ยนลูกสูบให้มันเข้มแข็งขึ้นมา แล้วเราจะทำของเราได้ การภาวนาจะเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้นสิ่งที่เป็นแผ่นเสียงตกร่อง ไซ้ใหม่ ไซ้! ก็ต้องแก้ไขแบบนี้ สิ่งของมันลงสมาธิวูบ.. ไปอย่างนี้มันก็เป็นอาการที่ผ่านไปแล้ว สิ่งที่เป็นอดีตผ่านไปแล้วมันก็ไม่เป็นประโยชน์กับเรา เพียงว่าเอามายืนยันว่าเราได้สัมผัสไซ้ใหม่ “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต” เราได้สัมผัสสติ เราได้สัมผัสสมาธิ เราได้สัมผัสปัญญา เราได้สัมผัสหมดเลย “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นได้เห็นตถาคต” เราได้สัมผัสเท่ากับเราได้จับต้องชายจิวรพระพุทธเจ้าเลย แล้วเราประพฤติปฏิบัติของเราไป เพื่อประโยชน์ของเรานะ ให้มีกำลังใจ สิ่งนี้มันเป็นปัญหาพื้นฐานนี้แหละ ปัญหาพื้นฐาน ปัญหาหญ้าปากคอก แต่กว่าจะแก้กันได้พยายามหน่อย แล้วเราจะผ่านปัญหาปากคอกไป แล้วเหมือนคนฝึกงานเห็นไหม นักกีฬาบอกว่าเขาจะ

คัดเข้าทีม ถ้าได้ทีมแล้วมีโอกาสที่จะแข่งขันตลอดไป เราประพฤติปฏิบัติของเราไป ผ่านปัญหาปากคอกนี้เข้าไป แล้วมีหลักมีเกณฑ์ของเราเราจะปฏิบัติของเราได้ เพื่อประโยชน์กับเรานะ เอวัง