

แก้ไหนดปัญหา

พระอาจารย์สงบ มนฺตสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๗ สิงหาคม ๒๕๕๑

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

ถาม : ๑๗๑. สอบถามวิธีภาวนาเบื้องต้น “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” กระผมภาวนามาช่วงแรก รู้สึกปวดหัวและอึดอัดมาก ก็ทนท่องไปประมาณ ๑ ปี หลังจากนั้น ๑ ปี อาการอึดอัดปวดหัวค่อยจางไป แล้วรู้สึกได้เลยครับ ว่าในชีวิตประจำวันอารมณ์พุ่งช่านจะน้อยลง เมื่อถูกขัดใจก็จะคิดแต่เรื่องของคนอื่นพูดกันนั้น เมื่อก่อนโกรธง่าย แต่เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยโกรธ อารมณ์โกรธน้อยลง แตกต่างจากเมื่อก่อนชัดเจน และมักจะนึกอยู่กับคำบริกรรมพุทโธมาพอสมควร

ที่นี้เวลาผมนั่งสมาธิ ผมจะท่องพุทโธพร้อมกับ ลมหายใจเข้าพุท ลมหายใจออกโธ เกิดความรู้สึกชัดที่ปลายจมูก ถ้าผมต้องการความสุขมาก ผมจะกำหนดที่ลมหายใจให้ชัดกว่าคำบริกรรม ถ้าหากต้องการให้ความรู้สึกที่ชัดเจน ผมจะทำความรู้สึกที่ชัดเจนที่คำบริกรรม โดยนึกในใจ การภาวนาของผมในการนั่งนาน ไม่เคยเห็นภาพอะไรทั้งสิ้น และไม่สนใจที่จะเห็นสวรรค์หรือวิมาน หรือเทวดา ตามที่บางคนชอบเล่าให้ฟัง

ที่นี้ผมคิดว่า การภาวนาของผมมีความสงบพอสมควร และอยากจะลองหัดภาวนาพิจารณาเบื้องต้น “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” โดยวิธีของผมคือการนึก และทำความรู้สึกให้ชัดที่ผม ที่ขน ที่เล็บ ที่ฟัน ที่หนัง ทำซ้ำๆ ทีละอย่าง อย่างนี้ถูกต้องไหมครับ

และผมฝึกหัดภาวนาโดยนั่งภาวนาทำสมาธินี้แหละ และทำความรู้สึกที่ชัดที่หน้าผาก และความรู้สึกชัดที่ตา ปลายจมูก ริมฝีปาก ฟัน ปลายคาง ไต่ลงมาทีละส่วนจนถึงนิ้วเท้า แล้วไต่กลับขึ้นไปซ้ำๆ แต่ทำความรู้สึกให้ชัดตรงส่วน แบบนี้ถูกต้องไหมครับ

เพราะผมทดลองทำแบบนี้ ทำให้ผมนั่งสมาธิได้นานขึ้น อย่างเห็นได้ชัดเจน เพราะผมต้องการฝึกให้ร่างกายและจิตใจจดทนต่อความเจ็บปวดด้วยครับ จึงลองทำแบบนี้ การภาวนาที่ผมทำ ที่เล่ามาทั้งหมดนี้ พระอาจารย์ชี้แนะด้วยครับ มีความผิดพลาดตรงไหน ควรแก้ไขอย่างไร

หลวงปู่ : ผลของมันบอกอยู่แล้วไง ที่บอกว่า “สอบถามการภาวนาเบื้องต้น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง”

ไอ้คำว่า “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” นี้ มันมีครูบาอาจารย์อยู่บางองค์ ท่านจะให้นึก “เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ” เห็นไหม ให้นึก ส่วนเราใช้คำว่าพุทโธ พุทโธ พุทโธ บางคนใช้รั้ม โม่ สั้งโฆ หรือใช้มรณานุสติ แต่ครูบาอาจารย์บางองค์ให้ “เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ”

“ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง มันก็อันเดียวกันนั่นแหละ !”

ทีนี้ “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” คือ เราทำความสงบของใจ แต่นี้คำว่า “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” ถ้าเราใช้เป็นคำบริกรรม มันก็เหมือนกับพุทโธ พุทโธ พุทโธ

แต่ที่เราพุทโธ พุทโธ พุทโธ พอจิตเราสงบพอสมควร แล้วเรามาที่ “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” อย่างนี้ถูกต้องไหม... ถูกต้อง !

การกระทำนี้ ก็เหมือนกับการปลูกต้นไม้ การปลูกต้นไม้ตั้งแต่กล้าต้นไม้ มันจะเติบโตขึ้น ถ้าเราดูแลรักษาดี แล้วในหน้าฝน หน้าแล้ง หน้าหนาว ฤดูกาลต่างๆ มันแตกต่างกัน ต้นไม้จะได้ความชุ่มชื้น ได้ปุ๋ยก็แตกต่างกัน บางทีในหน้าแล้ง ถ้าต้นไม้ทนแดดไม่ได้ ต้นไม้ก็จะตายไป

นี่ก็เหมือนกัน พอเราบอก “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” เห็นไหม ถ้าจิตเราดี จิตเรามีมาตรฐาน มันก็เหมือนกับเราปลูกกล้าต้นไม้ ถ้าเราปลูกกล้าต้นไม้ พอมันผ่านวิกฤติ ผ่านหน้าแล้ง ผ่านหน้าหนาวเข้าหน้าฝน ถ้าฝนตกน้ำท่วม ต้นไม้มันแช่น้ำมันก็ตาย

สิ่งต่างๆ อย่างเช่นการปลูกต้นไม้ เราต้องดูแลรักษา เหมือนกับ “การพัฒนาของใจใจ” ถ้าใจเราจะปฏิบัติ เราจะอยู่เฉยๆ ไม่ได้หรอก ถ้าอยู่เฉยๆ ก็มันจะแช่อยู่อย่างนั้น เห็นไหม

พอมานะ “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” ...นี่ใช่ ! “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” มันเป็นการฝึกหัด

อย่างเช่นเวลานักกีฬาเขาจะซ้อม เขาต้องออกกำลังกายก่อน เขาต้องบริหารร่างกายก่อน ต้องเอาความฟิตก่อน เสร็จแล้วเทคนิคต่างๆ เขาก็ค่อยมาฝึกของเขา เขาจะทบทวนของเขา เขาจะมาฝึกซ้อมของเขา

จิตเราก็เหมือนกัน พูดถึงถ้าเรายังไม่มีกำลังเลย เรายังไม่อบอุ่นร่างกาย เรายังไม่ได้ทำอะไรๆ เลย แล้วเราจะไปฝึกเทคนิคเลย มันก็ทำได้ แต่ทำไปแล้วนะ ร่างกายมันจะต่อต้าน แล้วร่างกายอาจจะพิการไปเลยก็ได้

ฉะนั้นเราพุทธโธ พุทธโธของเรา พอจิตมันมีความสงบพอสมควร แล้วเรานึกไปเห็นไหม เราลองหัดพิจารณาเบื้องต้น “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ด้วยวิธีการนี้ !”

ให้ความรู้ชัดที่ “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” ที่ทำซ้ำๆ ถูกไหม... ถูก !

ถูก.. เพราะถ้ามันมีความสงบ คุณก็เหมือนกับนักกีฬา ถ้าร่างกายเขาแข็งแรง พอเขาฝึกทางเทคนิค เขาทดสอบทางเทคนิคของเขา เขาจะมีความสบายใจ แต่ถ้านักกีฬาคนไหนเจ็บป่วย หรือว่าร่างกายของเขาไม่สมบูรณ์ พอเขามาฝึกทางเทคนิค เขาจะทำอะไรไม่ค่อยสะดวก

จิตเราถ้าไม่มีความสงบ เราไป “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” มันก็เครียด มันไม่มีประโยชน์อะไรขึ้นมาหรอก แต่ถ้าร่างกายนักกีฬาที่แข็งแรงขึ้นมา แล้วไปทบทวนตามความชำนาญของเขา เขาจะทำด้วยความสบายใจ แต่ถ้านักกีฬาคนไหนที่เจ็บ จะทำอะไรก็ไม่ถนัดหรอก

จิตใจก็เหมือนกัน ถ้าจิตใจนี้เรา “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” คือ จิตใจเราแข็งแรงแล้ว จิตใจเราก็มกำลังแล้ว คำว่า “แข็งแรง” เห็นไหม นักกีฬาที่เขาใช้อายุการใช้งานนะ ร่างกายของคนมีอายุการใช้งาน

สมารถก็เหมือนกัน เวลาจิตสงบแล้วมันมีอายุการใช้งาน ก็มันอยู่ไม่ได้นานไป

มันอยู่ชั่วคราว ถ้ามันแข็งแรง พักหนึ่งเดียวพอมันใช้ปัญญามากๆ เข้า มันก็ฟันเพื่อน เราก็ต้องกลับมาพักอีก ร่างกายก็เหมือนกัน เวลาร่างกายมันเหนื่อย มันก็ต้องการพัก พอได้พักขึ้นมา มันก็ทบทวนใหม่ ทำของเขาไปใหม่

นี่ทำอยู่อย่างนี้ถูกไหม... ถูก ! ทีนี้พอกำว่าถูกปั๊บ คนจะตีความเลย ว่าถูกปั๊บเป็นโสดาบันแล้ว เป็นสภิกทาคาแล้ว เป็นอนาคาแล้ว ...ไม่ใช่ !

“ถูกแล้วคือถูกทาง” เหมือนเราทำงาน เริ่มต้นเราต้องฝึกงาน อย่างเช่นต้นไม้ที่เขาเอามาใช้ประโยชน์ ต้นไม้ต้องมีอายุเป็นร้อยๆ ปีนะ มันต้องแข็งแรงพอสมควร เขาถึงมาใช้เป็นประโยชน์ได้

การฝึกหัดทางใจของเราก็เหมือนกัน ถ้าเราฝึกหัดจนเราเข้มแข็ง เราแข็งแรงขึ้นมา มันใช้ประโยชน์ได้ แต่ถ้ายังไม่เป็นประโยชน์ อย่างเช่น ต้นไม้เล็กๆ มันก็เป็นประโยชน์ คือใช้เป็นฟืน เป็นอาหารของสัตว์ มันก็ใช้ประโยชน์ได้ส่วนหนึ่ง

แต่ถ้าเป็นประโยชน์ที่ว่าเราจะเอาไปปลูกสร้างบ้านเรือนเลย ต้นไม้นั้นต้องแข็งแรงพอ ต้นไม้ต้องต้นใหญ่พอ เราถึงจะมาแปรรูปได้

จิตของเราเนี่ย เราพิจารณาของเรา “พิจารณาผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” นี้แหละ คือเราก็ดูแลต้นไม้ เราใส่ปุ๋ย เราพรวนดิน เราดูแลต้นไม้ของเรา ถ้ามันเป็นโรค เราก็รักษาโรค

นี่ก็เหมือนกัน “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” ทำไปเรื่อยๆ ทำไปเรื่อยๆ แล้วถ้าต้นไม้มันโตขึ้นมา เราเห็นใช้ไหมมันให้ร่มเงา แล้วพอเวลาเราโค่นล้มขึ้นมา มันก็เป็นประโยชน์กับเราได้

“จิตใจมันวัดได้” อย่างเช่น เมื่อก่อนปวด เดียวนี้ไม่ปวด เมื่อก่อนเวลาใครตีใครตีเยน หรือเวลาใครไม่ตีไม่ตีเยน มันก็ไปเอานะ อย่างคนเขาคุยกัน เช่น เขาไม่รู้จักชื่อเรา

แล้วเขานินทาเราอยู่ พอเราไปได้ยินนะ เราร้อนเป็นไฟเลย ถ้าเขาไม่รู้จักเราใช้ไหม แต่เขานินทาเรา นี่เราไปเอามาเลย

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเขาพูดอยู่นี่เราไปเอามาเลย แต่ถ้าจิตใจเราเข้มแข็ง เวลาเขาพูดอะไรเราก็ไม่สนใจ เมื่อก่อนอารมณ์ความรู้สึกนี้ โกรธง่าย แต่เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยคิดมาก อารมณ์โกรธก็น้อยลง

ถ้าผลของมันมีอย่างนี้ อารมณ์โกรธก็น้อยลง ทุกอย่างก็น้อยลง น้อยลงตรงไหน น้อยลงตรงที่สติปัญญาคินะ แต่ถ้ามันอ่อนมันก็ไปอีกแล้ว มันไปเอาคนอื่นแล้ว

ฉะนั้นถ้าทำอย่างนี้ ผลของมันวัดได้ เหมือนต้นไม้ที่มันโตขึ้น ๑ เมตร ๒ เมตร ๓ เมตร มันสูงขึ้น มันชะลูดขึ้น ลำต้นมันใหญ่ขึ้น คุณภาพดีขึ้น

เหมือนกับจิตใจเรานี้เห็นไหม โกรธน้อยลง ทุกอย่างน้อยลง แต่ต้นไม้มันเป็น ต้นไม้ มันเป็นวัตถุ แต่ “ความรู้สึกนี้เป็นนามธรรม” เดี่ยวดีเดี๋ยวชั่ว เดี่ยวร้าย มันคิดของมันไปตลอด นี่มันต้องพัฒนา เพราะว่า “การปลุกใจ การดูแลรักษาใจ มันเป็นนามธรรม”

ฉะนั้นทำสิ่งนี้ถูกไหม ... ถูก !

“แล้วพอภาวนามาบ่อยๆ ครั้ง นั่งสมาธิแล้วความรู้สึกชัดเจนขึ้นมาที่หน้าผาก”

พออย่างนี้พิจารณา “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” เราก็พิจารณาของเราไป “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” นี่มันเป็น “กรรมฐาน ๕”

ทีนี้พอมาคิ้ว ระหว่างคิ้ว จมูก ปลายลิ้น นี่มันคือพิจารณากาย เพราะคูติ “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” นี่ริมฝีปากก็มีหนัง ปลายคางก็มีหนัง ทุกอย่างก็มีหนัง แต่มันละเอียดเข้าไป

“ในชั้นนี้มีชั้นอะไรบ้าง” อย่างเช่น เวลารูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

“รูปคืออารมณ์ความรู้สึก ... เวทนาคือความรู้สึกชั่ว... สัญญาคือข้อมูล... สังขารคือความคิด ความปรุงแต่ง ความแสบส่าย... วิญญาณคือรับรู้” ในรูปมันก็มีชั้น ๕ ในเวทนามันก็มีรูป

นี่ก็เหมือนกัน “ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง” เห็นไหม ในหนังมันก็มีริมฝีปาก มีจมูก มีปลายคาง มีท่อนแขนท่อนขา มันก็มีหนังเหมือนกัน แต่ทำไมเราแยกย่อยลงไปล่ะ

เพราะมันบอกว่าถ้าผิวหนังเรื่อยๆ นี่มันจิต ผิวหนังมันก็มีตั้งแต่ข้อนิ้ว มีนิ้ว มีฝ่ามือ มีข้อศอก มีหัวไหล่ เห็นไหม นี่ปัญญามันไหลเข้าไป

“ในขันธุ์มีขันธุ์” ถ้าในขันธุ์มีขันธุ์ มันพิจารณาไปเรื่อยๆ เพราะถ้าจิตมันสงบขึ้นมา จิตมันมีหลักมีเกณฑ์ขึ้นมา ระหว่างผิวหนังนี้ มันจะเห็นรูปขุมขนเลย ถ้ามันเห็นภาพที่มันขยายรูปขุมขน นั่นแหละ “วิภาคะ”

นี่มันจะพัฒนาไปเรื่อยๆ ใจ ถ้าจิตมันพัฒนาไปเรื่อยๆ นะ เราเองถ้าเราแยกแยะตัวเราได้ มันเป็นประโยชน์มาก

อันนี้คือประโยชน์ในการปฏิบัติถูกต้องไหม... ถูกต้อง ! ถูกต้องแล้วให้ขยันหมั่นเพียร หมั่นเพียรๆ ทำไปเรื่อยๆ

ถาม : การภาวนาของผมที่เล่ามานี้ อยากให้พระอาจารย์ชี้แนะด้วย

หลวงพ่ : อันนี้ถูกแล้ว เพียงแต่การยืนยันกันว่าให้มันถูกแล้วนะ

ข้อ ๑๒๗. นี้ ปัญญามันขัดแย้งกัน มันเห็นระหว่างขาอกับคำเลยนะ อันนี้การทำมาถูกต้องนะ แต่อันนี้เขาสงสัย

ถาม : ๑๒๗. จิตนิ่งๆ เหมือนไม่รับรู้

หลวงพ่ : “จิตนิ่งๆ” เห็นไหม

ถาม : ผมมีข้อสงสัยในการปฏิบัติภาวนา เวลาจิตสงบแล้วออกพิจารณาสุภะ มีอาการขนลุกขนพอง มีมานาน ๔-๕ เดือน ขนลุกขนพองก็ยังไม่ปรากฏอยู่ แต่บางครั้ง

พิจารณาอสุภะแล้ว จิตมีอาการนิ่งๆ ไม่รับ แล้วเปลี่ยนอุบายพลิกแพลงต่างๆ จิตก็นิ่งๆ จึงเปลี่ยนมาพุทโธไปเรื่อยๆ ก็เข้าไปติดกับพุทโธ ไม่ได้มีความรับรู้

๑.ขอเมตตาตอบคำถาม กรณีจิตนิ่งๆ เกิดจากอะไร แล้วควรปฏิบัติต่อไปอย่างไร ในกรณีเช่นนี้ ควรพิจารณาไปเรื่อยๆ หรืออยู่กับความรู้ หรือควรทำอะไรต่อไปครับ

หลวงพ่ : “จิตนิ่งๆ” เห็นไหม เวลาเราพุทโธ พุทโธ พุทโธ บางทีก็จิตนิ่งๆ

ระหว่างจิตนิ่งๆ อย่างเช่น เราตั้งน้ำหุงข้าว ถ้าหุงข้าวแล้วอุณหภูมิมันร้อน ข้าวมันจะสุก มันจะไม่นิ่งคือมันสุกไปเลย

“จิตนิ่งๆ” เวลาเราหุงข้าวขึ้นมา แล้วไฟมันดับ ข้าวมันยังกึ่งดิบกึ่งสุกใจ คือมันจะดีก็ไม่ดี จะเสียก็ไม่เสีย มันจะดีขึ้นไปก็ไม่ดี คือ มันแช่อยู่ มันไม่มีประโยชน์หรอก

ฉะนั้นกรณีพิจารณาอสุภะไปแล้วมีอาการขนพอง พออาการอย่างนี้เกิดขึ้น แล้วมันต่อไปไม่ได้ พอ ๔-๕ เดือนไปแล้ว อาการขนพองยังปรากฏอยู่ แต่บางครั้งการพิจารณาอสุภะแล้วจิตมันนิ่งๆ นี้ ให้พิจารณาอสุภะซัดๆ สิ !

พอมันขนพองหรือมันนิ่งๆ ถ้านิ่งๆ ให้ออกมาพิจารณาอสุภะ คือว่าเอาออกมาทำงาน ถ้าไม่ทำงานมันนิ่งๆ อยู่

นิ่งๆ อยู่นี้ ถ้าจะว่า “ตกวงค์” ก็ได้

ฉะนั้นนิ่งๆ ไม่ได้ ! ถ้าเป็นสมาธินะ เหมือนกับเราจุดไฟ ไฟนี้มันต้องเผาเชื้อเพลิงหมด ถ้ามันนิ่งๆ อยู่ มันไม่มีสตินะ แวบหายไปแล้ว ถ้ามันนิ่งๆ อยู่นะ คือมันจะเสื่อม

ถ้ามันเป็นสมาธินะ มันไม่ใช่เนิ่ง มันเข้าไปสงบ สมาธินี้พอหมดกำลัง มันจะแบบว่าเหมือนคนเราเป็นเหน็บชา พอมันเป็นเหน็บชาขึ้นมา แล้วพอเราขยับ มีความรู้สึกตัวขึ้นมา

พอจิตมันลงเข้าไปนี่มันปล่อยหมด เวลาได้รับความรู้สึก อาการรับรู้ที่มันรับรู้ ออกมา ฉะนั้นการรับรู้ของมันนี่ คือ จิตเสื่อม !

แต่ถ้าเข้าไปเป็นสมาธิ ไม่ใช่หนึ่งๆ... ไม่ใช่หนึ่งๆ เพราะอะไร เพราะมันมีสติ มันมีสติอยู่ พุทโธ พุทโธจนจิตมันสงบ มันมีสติ มันมีความรับรู้ มันมีความสุขมาก “หนึ่งเดียว .. หนึ่งเดียวตลอดเวลา”

แต่มันเป็นหนึ่งเดียวได้เพราะอะไร

เป็นหนึ่งเดียวได้เพราะ “อานาปานสติ”

เป็นหนึ่งเดียวได้เพราะ “ปัญญาอบรมสมาธิ”

เป็นหนึ่งเดียวด้วย “คำบริกรรม พุทโธ ธัมโม สังโฆ มรณานุสติ”

จนมันเป็นหนึ่งเดียว

“หนึ่งเดียว” นี้เป็นเพราะอะไร เพราะคำบริกรรม จิตมันบริกรรมจนจิตมันรวมตัวเข้ามา มันหัดตัวเข้ามาเป็นตัวของมันเอง

แล้วธรรมชาติของจิต ธรรมชาติของมนุษย์ มันมีธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ มันมีจิตกับความคิด มันจะอยู่ของมันเฉยๆ ไม่ได้ ธรรมชาติของจิตนี้มันอยู่เฉยๆ ไม่ได้ ความรู้สึกมันเหมือนน้ำ ถ้าน้ำในแก้วน้ำมีเต็มแก้ว เราจะไม่ว่าในแก้วนั้นมีน้ำหรือไม่มีน้ำเลย แต่ถ้าน้ำมีสีขึ้นมาเราจะรู้เลย

จิตเฉยๆ นี้มันเหมือนน้ำในแก้วนั้นแหละ น้ำในแก้วนั้นมันมีภาชนะบรรจุไว้ แต่นามธรรม คือ อารมณ์ความรู้สึกนี้ มันจะอยู่อย่างนั้นไม่ได้ มันจะออกมาเป็นความรู้สึก ออกมาเป็นความคิด

พอออกมาเป็นความคิด คือ เราใช้ความคิดนั้นบริกรรมพุทโธ พุทโธ พุทโธ หรือ อานาปานสติ หรือมรณานุสติ จนมันหัดตัวเข้ามาเป็นตัวของมันเอง มันอยู่ได้เพราะเหตุที่มันมีคำบริกรรมนั้นเข้ามาไง มันถึงเป็นสมาธิ มันไม่ใช่หนึ่งๆ

ฉะนั้นนี่จะว่า “อุเบกขา” ก็ไม่ใช่ ! เพราะมันมีขณลูกขนพอง

“ขณลูกขนพอง คือ ปิติ” ปิติแล้วต้องกลับมาที่พุทโธ กลับมาที่พุทโธ แล้วพอพุทโธเสร็จแล้ว เราออกไปพิจารณาอีก ให้ทำอยู่อย่างนี้

ถ้านี้ๆ อยู่แล้ว มันเหมือนกับคนเฉื่อยชาไง หลวงปู่เจี๊ยะท่านพูดคำว่า “แซ่ไว้นะ” เวลาท่านเฝ้าพวกเราหรือเฝ้าพวกพระ ท่านพูดอย่างนี้จริงๆ “พวกท่านนะ ภาวนาผู้म्मั่ง เยี้ยยังไม่ได้เลย म्मั่งปัสสาวะอยู่นี้ ดีกว่าพวกท่านภาวนาอีก”

เพราะไปแช่อยู่อย่างนั้น คือนิ่งๆ นี่ไง ไปแช่อยู่ไง ! คือไปรับรู้อารมณ์เฉยๆ แล้วไปรับรู้อารมณ์เฉยๆ นี่ มีแต่วันเสื่อมไป เหมือนเรามีสมบัติแก้โทษ แล้วเราไม่ทำให้มันเพิ่มขึ้นไง มีแต่ใช้สอยไป มันก็มีแต่จะหมดไป

“นิ่งๆ” ถ้านี้ๆ นี้ต้องหาทางออกแล้ว เพราะนิ่งๆ หรือเราอยู่เฉยๆ นะ ถ้าไม่มีสติ นิ่งงัวงมก็เลย นิ่งๆ แล้วหายไปเลยนะ

แล้วส่วนใหญ่แล้ว เราเข้าข้างตัวเองว่า “รู้ตัวอยู่” แต่ความจริงไม่ใช่

ความจริงถ้ามันนิ่งๆ คือว่ามันหายไปหมดแล้ว โดยธรรมชาติแล้ว ส่วนใหญ่คนจะพูดเข้าข้างตัวเอง

จิตนิ่งๆ นี่ไม่ใช่ ! จิตนิ่งๆ ต้องมีคำบริกรรมตลอด ถ้าพูดถึงมีคำบริกรรมได้นะ หลวงตาท่านบอกเลย ตอนบวชใหม่ๆ ท่านกำหนดจิตอยู่แล้วมันเสื่อม มันทำสมาธิได้อยู่ คนเราถ้ามีความตั้งใจจริง มันทำความสงบระงับได้ แต่พอทำไปๆ แล้ว มันไม่มีจุดยืน ไม่มีหลักเกณฑ์

คนไม่มีจุดยืน คนไม่มีหลักเกณฑ์ ทำสิ่งใดก็เหลวไหล แต่พอมาใช้คำบริกรรม พุทโธ พุทโธ พุทโธ ท่านบอกว่า ใหม่ๆ นี้ต่อต้านมาก

คนเรานี้จะเคยปล่อยตัวเองให้สะควกสบาย จะบอกว่าคนปล่อยตัวเองตามสบายใจ ด้วยความเหลวไหลของเราเองนี่แหละ มันก็เลยเคยตัว พอมาบังคับตัวมันเอง ให้มันเป็นคนขยันหมั่นเพียร ให้เป็นคนมีสติปัญญาขึ้น มันต่อต้านมาก

ต่อต้านโดยสัญชาตญาณนะ ไม่ใช่เพราะเราจะต่อต้าน มันต่อต้านเพราะสัญชาตญาณเลย เพราะเคยปล่อยให้อยู่สะควกสบายอย่างนั้น ฉะนั้นพอพุทโธ พุทโธ พุทโธ ท่านบอก “หัวอกแทบแตกเลย”

ที่นี้พอพุทโธ พุทโธ พุทโธไปเรื่อยๆ ด้วยความลงใจแล้วว่าเรานิ่งๆ เราหายไป
นี่ มันเป็นเพราะเราไม่มีคำบริกรรม ท่านบริกรรมพุทโธ พุทโธ พุทโธ ... พุทโธจน
บริกรรมไม่ได้เลย

คำว่า “บริกรรมไม่ได้” นี้ คือมันนึกไม่ออก เห็นไหม ตัวของมันเอง จากสัญญา
อารมณ์ เข้าไปเป็นตัวมันเอง มันหดสั้นเข้ามาเป็นตัวของมันเอง พอเข้าไปนะ นี่ก็คน
ภavanaเริ่มต้นโดยข้อเท็จจริง

แต่ถ้าอ่านตำรา มา หรือศึกษามาขนาดไหน นี่มันเป็นการบอกเล่ามา แต่พอเราไป
เจอเองนะ มันซ็อก !

พอหลวงตาท่านนึกพุทโธไม่ได้ อ้าว... พุทโธ พุทโธเสร็จ จนพุทโธไม่ได้เลย ถ้า
พุทโธไม่ได้ ก็อยู่กับผู้รู้นี่ชะ !

แล้วพอมันออกไป ท่านบอกว่า “พอออกรับรู้... เอาพุทโธนี้ใส่เข้าไปทันทีเลย” ใส่
เพื่อไม่ให้มันนิ่งๆ ใจ มันจะเคยตัวไป

ใจของเรา ทั้งๆ ที่ตัวเราเองนี่นะ มันเปรียบเหมือนเด็กๆ เด็กๆ หมายถึงว่า ผู้
ปฏิบัติใหม่ เหมือนกับผู้ที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ มันพึ่งตัวเองไม่ได้ แต่พอเราทำความสงบ
บ่อยครั้งเข้า เรามีปัญญาบ่อยครั้งเข้า มันจะพึ่งตัวเองได้ เพราะมันมีเหตุมีผล มันลองผิด
ลองถูกนี้ มันจะเข้าใจตัวของมันเอง

“จะนั่นถ้านิ่งๆ มันจะมีแต่ทางถอย ไม่มีทางพัฒนา”

จะนั่นที่เขาถามว่า “ถ้าจิตนิ่งๆ เกิดขึ้นแล้วควรปฏิบัติต่อไปอย่างไร... ในกรณี
เช่นนี้ ควรพิจารณาไปเรื่อยๆ หรืออยู่กับความรู้ ควรทำอย่างไรต่อไป”

ถ้ามัน “นิ่งๆ” ต้องหยุดพุทโธเข้าไปทันที เพราะนิ่งๆแล้ว มันจะลงสู่ภวังค์ ถ้าพุท
โธ พุทโธเข้าไป มันเหมือนรีไซเคิลน้ำเสีย ถ้าขบวนการทำให้น้ำสะอาดทำอยู่ น้ำนั้นจะ
สะอาดต่อไป ถ้าเครื่องทำความสะอาดนั้นหยุด น้ำนี้เป็นน้ำเสีย แล้วขบวนการทำสะอาด
ของน้ำนี้เราได้เริ่มต้นไปแล้ว แล้วเครื่องมันหยุด ไฟมันดับ น้ำนั้นจะสะอาดไปได้ใหม่

นิ่งๆ นิ่งๆ มันเป็นอย่างนั้นแหละ ฉะนั้นขบวนการของมันต้องทำต่อเนื่อง ทำต่อเนื่องจากน้ำเสียจนเป็นน้ำสะอาดได้ น้ำเสียเป็นน้ำที่มันใช้ประโยชน์ได้

จิตก็เหมือนกัน ขบวนการการรีไซเคิลนั้นจะหยุดไม่ได้!

ฉะนั้นขบวนการการทำความสะอาดของมัน ขบวนการของมันต้องต่อเนื่องไป จนกว่าคุณภาพของน้ำนั้น มันจะสะอาดขึ้นมา น้ำเสียนี้มีกลิ่นเหม็น มันใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ พอขบวนการของมันทำงาน เราเห็นว่าจากน้ำเสียเป็นน้ำสะอาดเราก็รู้คุณภาพน้ำเราก็รู้

จิตของเรา.. เราก็รู้! นิ่งๆ นี่ถึงดีถึงแล้ว อยู่ในตัวของมันเอง

ฉะนั้นที่เขาถามว่า “ควรทำอย่างไรต่อไป”

ถ้ากำลังไม่พอ ถ้าพิจารณาไม่ได้ ให้กลับมาพุทโธชะ ! ถ้ากลับมาพุทโธ พุทโธอย่างเดียว เอาพุทโธใช้เข้าไปเลย พุทโธ พุทโธ พุทโธ ดึงบังคับให้จิตออกมาพุทโธเลย

ถ้าออกมาพุทโธ คือ ขบวนการการทำความสะอาดเกิดขึ้นแล้ว ถ้าขบวนการการทำความสะอาดเกิดขึ้น มันจะไม่นิ่งแล้ว ที่มันนิ่งนี่คือมันเข้าข้างตัวเอง

ขบวนการการทำความสะอาดนี้มันก็ขี้เกียจ เพราะมันต้องลงทุนลงแรง แล้วพอมันไม่ทำมันก็นิ่งๆ นิ่งๆ พอมันไม่ทำน้ำมันก็แช่อยู่อย่างนั้นแหละ

ฉะนั้นขบวนการของมันต้องพุทโธเลย แล้วพอพุทโธ พอน้ำสะอาดแล้ว บางทีขบวนการของมันทำให้น้ำสะอาด แต่ไม่ต้องสะอาดบริสุทธิ์เต็มที่ เขาก็สามารถเอาไปใช้ในผลประโยชน์ในการกสิกรรม ในการเกษตรได้แล้ว

นี่ก็เหมือนกัน พอน้ำผ่านขบวนการการทำความสะอาด พอน้ำสามารถใช้ได้ คือเปรียบเหมือนเราพิจารณาสุภะนี้ได้แล้ว

พิจารณาสุภะมันต้องมีความสงบของใจ ถ้าไม่มีความสงบของใจนะ ก็อย่างที่เขาวาเริ่มต้นจากเมื่อกี้ “คือผมก็คิดเอา คาคเอาไปก่อน”

ถ้า “คิดเอาคาดเอาไปก่อน” เห็นไหม เริ่มต้นขบวนการของมันต้องมี คุณติ นักธุรกิจทั้งหลายนะ สมัยโบราณเขา “เสื่อผืนหมอนใบ” แต่เป็นเศรษฐกิจกันนะ เศรษฐี มหาเศรษฐี ตอนเข้ามามีแค่ “เสื่อผืนหมอนใบ” เขามูมานะกันมา เขาทำงานเขามีหลักมีฐานขนาดนั้น

อันนี้ก็เหมือนกัน ถึงจะเป็นการ “คาดเอานึกเอา” ก็เหมือนกับ “เสื่อผืนหมอนใบ”

“เสื่อผืนหมอนใบ” ก็ชีวิตเรานี้แหละ เราก็ต้องทนเอา เราก็ต้องสู้ ถ้ามันทำขึ้นไปได้ เดียวมันจะเจริญเติบโตขึ้นมา

เขาบอก “โหนว่าสัญญาเป็นโทษ” ... เป็นโทษจริงๆ ! ความจนของเราเป็นโทษจริงๆ นะ เสื่อผืนหมอนใบนี้จนไหม เสื่อผืนหมอนใบนี้ทุกขั้ไหม... ทุกข์นะ

มันเป็นโทษไหม... เป็นโทษ ทุกคนอยากจะหนีจากมันใช่ไหม ทุกคนอยากร่ำอยากรวยทั้งนั้นแหละ อยากจะหนีจากมัน แต่เราจะหนีจากมันอย่างไร ก็เรามี “เสื่อผืนหมอนใบ” จริงๆ เราเกิดมาก็มีชีวิตจริงๆ นี้แหละ

ฉะนั้นเราเกิดมาก็มีธาตุ ๔ และขันธ ๕ เราก็มีสัญญาจริงๆ แล้วเราจะก้าวเดินจากตรงนี้ไป

แต่ถ้า “เสื่อผืนหมอนใบ” แต่เราคำรงชีวิตเรา หรือทำงานธุรกิจของเราให้มันมีเป็นทรัพย์สินสมบัติขึ้นมา แล้วเราจะรักษามันอย่างไร เราจะดูแลทรัพย์สินสมบัติเราอย่างไร

จะบอกว่ามีเงิน ๕๐๐ ล้าน กับเสื่อหนึ่งผืน หมอนหนึ่งใบ ราคามันต่างกันเท่าไร แล้วไอ้เงิน ๕๐๐ ล้านนั้นไม่เอาใช่ไหม จะเอาแค่เสื่อผืนหมอนใบอยู่ที่นี่หรือ

เสื่อผืนหมอนใบนี้มันเป็นเพราะเราจน เริ่มต้นเราทำอะไรไม่เป็น เราก็มีแค่ “เสื่อผืนหมอนใบ” นี้แหละ แต่พอเรามีเงินร้อยล้าน สิบล้านนะ ไอ้เสื่อผืนหมอนใบนี้ จะทำหีบทองคำใส่ เอาไว้บูชาบุญเลย แล้วเราจะบริหารไอ้เงิน ๕๐๐ ล้าน ๖๐๐ ล้านนี่

นี้ก็เหมือนกัน ถ้าเสื่อผืนหมอนใบคือสัญญามันมีเท่านั้น แล้วจะจำเอาเงิน ๕๐๐ ล้านนั้น ลดค่ามันให้เหลือแค่เสื่อผืนหมอนใบ อย่างนั้น...มันไม่ใช่ !

แต่เมื่อคืนหมอนใบนี้ มันเป็นสมบัติเริ่มต้นของเรา มันมีคุณกับเรา

“สัญญา” เริ่มต้นถ้ามันไม่มีอะไรเลย เราก็ต้องนึกเอา เทียบเคียงเอา แต่พอมันเจริญเติบโตขึ้นมา เราไปนุ่นแล้ว เราก็มาจากไหนละ “เราก็มาจากสัญญาของเรานี้แหละ” เราก็มาจากขบวนการเริ่มต้นความคิดเรานี้แหละ

แล้วพอความคิดเรานี้มันมี “สัมมาสมาธิ” มันย้อนกลับมาทำความสะอาดในใจของเรานี้แหละ แล้วมันจะสะอาดขึ้นมา เห็นใหม่

ฉะนั้นก็ใช้สัญญาไปก่อน คือว่า ขบวนการของมันมีนะ ขบวนการ หมายถึงว่าวิธีการ

“พระไตรปิฎกเป็นวิธีการทั้งหมด เป้าหมายคือผลที่เกิดจากใจเรา”

แต่ที่เขาเถียงกันอยู่นี้ เขาเถียงกันที่วิธีการ เเถียงกันที่ขบวนการว่าใครถูกใครผิดใจ

ทีนี้ไอ้ขบวนการถูกหรือผิด มันเหมือนกับผู้ที่ทำงานทุกคน เริ่มต้นกันครั้งแรกทำงานไม่เป็นหรอก ต้องไปฝึกงานกัน

นี่ก็เหมือนกัน เวลาอ่านพระไตรปิฎกมาแล้วนี้ ทางทฤษฎีรู้หมดแล้ว ทีนี้ต่อไปจะลงทำงานนี้จะทำอย่างไร พอลงไปทำงานนะ นุ่นก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ อู้ฮู.. ยึดแต่ทฤษฎีนะ มึงไปไหนไม่รอดหรอก แล้วเวลาลงไปทำงาน “ปรัยติ ปฏิบัติใจ” พอลงไปปฏิบัติแล้วนี้ “อะไร”

เราถึงบอกว่า “สัญญานี้เป็นโทษมาก” ถึงสัญญาจะเป็นโทษมาก แต่เริ่มต้น ก็เริ่มต้นจากใช้สัญญานี้แหละ !

ใช้สัญญาไปก่อน แล้วพอใช้สัญญาไปก่อน เราจะเห็นเอง ว่าเมื่อก่อนทุกคนมาจากพื้นฐาน ทุกคนก็เริ่มต้นจากทุนเดิมของเรานี้แหละ แต่พอถ้าขบวนการของมันไปข้างหน้าแล้วนะ มันจะเป็นประโยชน์มาก แล้วพอเป็นประโยชน์มากปั๊บ เหมือนคนที่ปฏิบัติ เขาจะรู้บุญรู้คุณ

ครูบาอาจารย์ท่านพูดบ่อย อย่างเช่นหลวงปู่มั่น ท่านสำเร็จที่ไหน ท่านระลึกถึงที่นั่นตลอด อย่างเช่นพระพุทธเจ้าของเรา เห็นไหม สำเร็จอยู่โคนต้นโพธิ์ ต้นโพธิ์นั้นก็เลยเป็นต้นไม้ในศาสนา

สำเร็จที่ไหน หรือว่าเคยมีประสบการณ์อะไรฝังใจที่ไหน มันจะฝังใจว่าเราเคยอยู่ที่นั่น เป็นอย่างนั้น

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราพิจารณาของเราไป เราทำขบวนการของเราไป เราจะรู้ของเรา นี่พูดถึงภาคปฏิบัตินะ

“จิตนิ่งๆ เหมือนไม่รับรู้” เหมือนไม่รับรู้นี้ ถ้ามันลงสมาธิไป มันจะชัดเจน ถ้าสมาธิมันได้พัก

คำว่า “ไม่รับรู้” คือมันตกวางค์ใจ คือไม่มีสติรับรู้ เพราะถ้าไม่รับรู้ จะนิ่งๆ ใดอย่างไร นิ่งๆ เพราะขบวนการเราเคยพิจารณาสุกๆมา นี่เห็นไหม ขนพองสยองเกล้ามา ๔ เดือน ๕ เดือน แล้วเดี๋ยวนี้ยังเป็นอยู่ เป็นอยู่ต่อเมื่อมันพิจารณานะ

ฉะนั้นจิตนิ่งๆ นี่ใช้ไม่ได้!

คำว่า “ใช้ไม่ได้” คือมันจะเป็นโทษให้ตัวเองคิด ว่าอย่างนั้นเลยละ

ถาม : ๑๗๓. จะทราบได้อย่างไร ว่าจิตของเราสงบเพียงพอที่จะใช้ปัญญาได้แล้วเจ้าคะ หลวงพ่อเทศน์บอกว่า “พอจิตสงบแล้ว ให้เริ่มออกใช้ปัญญาเจ้าคะ”

ทราบเรียนถามว่า ขณะนั่งสมาธิจะทราบได้อย่างไร ว่าจิตของเราสงบเพียงพอ จะออกใช้ปัญญาได้แล้วเจ้าคะ... แล้วเวลาใช้ปัญญา ใช้ในลักษณะไหนเจ้าคะ... และต้องบริกรรมพุทโธไปด้วยไหมเจ้าคะ

หลวงพ่ : “จิตสงบพอแล้วเริ่มใช้ปัญญา”

ทีนี้พ่อกำว่า “จิตสงบพอแล้วเริ่มใช้ปัญญา” นี้ “แม้แต่ทำความสงบก็ต้องใช้ปัญญา” แต่การใช้ปัญหานี้ ปัญญาแยกแยะในขบวนการ การทำถูกหรือผิด

ฉะนั้นการใช้ปัญญานี้ “ปัญญาอบรมสมาธิ” เราใช้ปัญญาใคร่ครวญในการกระทำแล้ว ผลของมันคือ “สมณะ” คือผลของมันเป็นสมาธิ ถ้าผลของมันเป็นสมาธิ เราก็ใช้ปัญญาต่อเนื่องกันไป แล้วพอใช้ปัญญาต่อเนื่องกันไป เราจะแบ่งแยกได้เอง

เหมือนอาหาร เห็นไหม อาหารที่มันกึ่งดิบกึ่งสุก กับอาหารที่สุก อาหารบางชนิดเขาไม่ให้สุกหมด เขาให้กึ่งดิบกึ่งสุก แล้วอาหารนั้นจะมีรสชาติมาก อาหารบางชนิดต้องให้สุก อาหารบางชนิดเขากินดิบๆ

นี่ก็เหมือนกัน จิตของเราเนี่ยมันดิบๆ “สันดานดิบของเราเองนี่ไง”

สันดานดิบ ความคิดดิบๆ นี่ พุทโธ พุทโธ พุทโธ หรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิเข้าไป มันจะทำให้จิตมันสุก เหมือนไม้ไผ่ ไม้เปียก ไม้ชื้น ไม้สด เขาเอามาจุดไฟแล้วไม่ค่อยติด แต่ถ้าไม้แห้งมันจะจุดไฟติด

การบริกรรมพุทโธหรือสมณะ เขาต้องการให้จิตดิบๆ นี่ เปลี่ยนจากไม้ดิบไม้สดให้เป็นไม้แห้ง เพื่อที่จะจุดไฟได้ง่าย

นี่ก็เหมือนกัน พุทโธ พุทโธ หรือปัญญาอบรมสมาธิ ก็เพื่อให้จิตมันมีหลักมีเกณฑ์ของมัน

ถาม : แล้วอยากทราบว่า จิตเราสงบเพียงพอขนาดไหนถึงจะออกใช้ปัญญาได้

หลวงพ่ : ปัญญานี้ใช้ได้ตลอด ! ที่นี้เพียงแต่ปัญญาที่มันใช้นี้ ผลของมันในการเริ่มต้นปฏิบัติ เหมือน “เสื่อผืนหมอนใบ” นั้นแหละ พอเราใช้เริ่มต้นเข้ามา มันก็จะสงบเข้ามาในตัวของมันเอง พอใช้ปัญญาก็สงบเข้ามา

นี่ตรงนี้ ! “พอใช้ปัญญาก็สงบเข้ามา” เขาคิดว่าไง เขาคิดว่า ถ้าพุทโธ พุทโธ คือสมณะ คือการทำความสงบ แต่เวลาเขาใช้ปัญญากัน เขาคิดว่านี่คือ “วิปัสสนา” แล้วผลของมันพอเวลาสงบเข้ามา เขาคิดว่านี่เป็น “มรรคผล” ไง

ที่เขาทำกันอยู่นี้ เขาคิดว่านี่คือ “มรรคผล” แล้วพอคิดว่าอันนี้เป็นผลใช้ใหม่ เขาก็ไม่มีสติ มันก็เลยเป็น “มิจฉา” มิจฉาเพราะมันไม่มีสติควบคุมจิตอันนี้ไง

ทีนี้พอถ้าเราเป็นสมาธิใช้ใหม่ โอ้โฮ.. ถ้าสมาธิไม่มีรสนะ สมาธิไม่มีหลักฐานนะ เราจะติดสมาธิได้อย่างไร บางคนภาวนาไปนะ คิดว่าสมาธิคือนิพพานนะ แต่สมาธินี้คือผล เพราะมันว่างๆ ว่างๆ แล้วว่างๆ ก็รักษาความว่าง อารมณ์ความว่างนั้นไว้

แต่ความจริง “ขบวนการปฏิบัติทั้งหมด ผลของมันคือสมณะ”

แล้วถ้าคนมีสติปัญญา “สมณะ... เราก็รู้ว่าเป็นสมณะ” เรารู้ว่าเป็นสมณะเพราะอะไร เพราะมันไม่ชำระกิเลสเราไง มันไม่ทำความสะอาดอะไรในใจเราขึ้นมาเลย

ความสะอาดแบบนี้ มันเป็นความสะอาดแบบว่า เหมือนเรากวาดบ้าน เราก็กวาดทุกวัน วันนี้ก็กวาดบ้าน พรุ่งนี้ก็กวาดบ้าน มะรืนก็กวาดบ้าน กวาดบ้านทุกวันเลยนะ กวาดให้มันสะอาด

อันนี้ก็เหมือนกัน พอทำความสงบของใจ มันเป็นการทำความสะอาดปกติของสามัญสำนึก แต่ถ้ามันเป็นความสะอาดของใจ มันสะอาดจากจิตได้สำนึก

“จิตได้สำนึก คือ ความเกาะเกี่ยวของใจเราเองไง” ความวิตกกังวลเล็กๆ ความคิดได้จิตสำนึกที่เราควบคุมไม่ได้ อันนี้คือ “กิเลส” แล้วถ้าจิตมันสงบเข้าไปนะ พอมันสงบมันเข้าไปถึง “สัมมาสมาธิ ถึงฐิติจิต” เวลามันออกใช้ปัญญา ปัญญาจะเกิดได้อย่างไร

ปัญญาทางโลก คือ ปัญญาที่ใช้ในการบริหารจัดการ คือปัญญาสมอง บริหารจัดการด้วยโครงการ ด้วยสถิติ ด้วยการเก็บข้อมูล นี่เขาใช้ปัญญาของเขา

แต่ถ้าเป็นปัญญาของใจ ปัญญาในพุทธศาสนา ปัญญาในอริยสัจ จิตเรานี้มันติดข้องกับอะไร ความรู้สึกของเราเนี่ย มันข้องกับอะไร มันก็ข้องกับตัวเรานี้แหละ ! มันก็ข้องกับไอ้หนังเรานี้แหละ ! ถ้าไม่มีตัวเรา เราจะไปเกี่ยวข้องกับอะไร

“สักกายทิฎฐิ ความเห็นผิด” ความเห็นผิดว่านี่เป็นเรา แล้วพอจิตมันสงบเข้าไป แล้วพอมันเกิดปัญญาขึ้นมา ปัญญามันเกิดที่นี้ เพราะมันคิดในอะไร คิดในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม นี่ปัญญามันจะเข้าไปถึงตรงนั้น

แต่เวลาเราใช้ปัญญา เห็นใหม่ ที่เขาถามว่า “ความสงบขนาดไหนถึงใช้ปัญญาได้”

การใช้ปัญญานี้ มันเพราะว่าเราพุทโธ พุทโธทุกวันนี้มันเบื่อ พุทโธ พุทโธแล้วมันไม่ลง พุทโธแล้วมันมีความเครียด เราก็ใช้ปัญญา ใช้ปัญญาว่า “เกิดมาทำไม.. ชีวิตนี้ใครให้มา... ชีวิตนี้ได้มาจากอะไร... แล้วชีวิตนี้จะไปไหน”

พอใช้ปัญญาอย่างนี้ปั๊บ มันจะรู้เลย อ้ออ้อ.. มันมีแต่ทุกข์กับทุกข์นั้นแหละ พอมีแต่ทุกข์กับทุกข์นะ พอเราใช้ปัญญาออกไปหาเหตุหาผลปั๊บนะ มันจะกลับมาพุทโธ เอาแล้ว พุทโธแล้ว

พุทโธเพราะอะไร เพราะมันเกิดมาทุกข์ไง พอกลับมาพุทโธ พุทโธมันก็ขยับใจ พอขยับๆ ไปชักพักหนึ่งมันก็เบื่อก็กแล้ว พอเบื่อก็กก็ใช้ปัญญา

“นี่ปัญญานี้มันเป็นปัญญาถาม-ตอบตัวเองไง”

“ชีวิตนี้มาจากไหน” วิทยาศาสตร์ก็บอกว่ามาจากแม่ ใครๆ ก็ว่ามาจากแม่ ก็ชีวิตนี้ก็มาจากแม่ทั้งนั้นแหละ ก็แม่คลอดมา

แต่ถ้าเป็นธรรมนะ.. ไซ้ ! มาจากสายบุญสายกรรม จากพ่อจากแม่ แต่กรรมล่ะทำไมเรามาเกิดเป็นพ่อเป็นแม่เป็นลูกกันล่ะ แล้วกรรมนี้มาอย่างไร

ถ้าเวลาปัญญามันเดินออกไปนะ พอมันเข้ามามันจะทำให้รื่นเริง อาจหาญนะ ทำให้ชีวิตนี้มีค่ามาก

พวกเรามองกันว่าทรัพย์สมบัติเรานี้มีค่ามาก แต่ในทางพุทธศาสนา “ชีวิตนี้มีค่ามาก ชีวิตเรามีค่าที่สุด” เพราะเรามีชีวิต เราถึงมีตำแหน่งหน้าที่การงาน เราถึงมีเงินมีทอง เราถึงมีสมบัติพัสถาน “เพราะมีเรา... สมบัติตามมาเป็นพรวนเลย” แต่ถ้าไม่มีเรา... สมบัติมันกองอยู่ที่นี่ สมบัติเป็นของใคร

“ทางพุทธศาสนา ชีวิตนี้มีค่าที่สุด เป็นอริยทรัพย์” แต่อริยทรัพย์นี้ทุกข์มากเลย เพราะอะไร เพราะมันต้องการปัจจัยเครื่องอาศัย

นี่ถ้าเราใช้ปัญญาอย่างนี้ มันทำให้เรารื่นเริง อาจหาญ ในการไปบริกรรมพุทโธ พุทโธ พุทโธ พอพุทโธปั๊บ พอมันเปื้อ มันเคียด มันเซ็ง เราก็ใช้ปัญญาของเรา นี่เขาเรียกว่า “ปัญญาอบรมสมาธิ”

มันเป็น “โลกีย์ปัญญา” ปัญญาเกิดจากสามัญสำนึก ปัญญาเกิดจากความคิดมนุษย์ เรานี่แหละ แต่ถ้าพอมันสงบไปแล้วนะ พอสงบบ่อยๆ ครั้งเข้า ปัญญาอย่างนี้ มันทำให้จิตกลับมาสู่สถานะเดิม คือ จิตฺติจิต คือปฏิสนธิจิต คือจุดกำเนิดของมนุษย์ คือสิ่งที่กำเนิดมนุษย์ สิ่งที่เป็นพลังงาน คือธาตุรู้นี้ มันจะกลับมาสู่ที่นี้ พอกลับมาสู่ที่นี้ เพราะที่นี้คือจิตฺติจิต คือความสงบของใจ แล้วถ้าตรงนี้ออกใช้ปัญญา มันจะมาชำระล้างไอ้จุดกำเนิดของชีวิตนี้ มันจะมาชำระล้างจุดกำเนิดของมัน จากวิญญูณปฏิสนธินี้

นี่ปัญญาในพุทธศาสนา นี้เรียกว่า “โลกุตตรปัญญา” ปัญญาในการชำระล้าง ปัญญาในการกำจัด กำจัดความไม่สะอาด ความไม่บริสุทธิ์ของใจ

ไอ้ที่ว่าใช้ปัญญาไปแล้ว มันสงบ มันสว่างอะไรนี้ นิพพานว่างๆ .. ว่างๆ นิพพาน

อันนี้มันเป็นโง่กับปัญญา โง่คืออวิชชา ปัญญาคือสติปัญญาของเรา คือเจ้าหน้าที่มันร่วมมือกันโง่ โง่การปฏิบัติของเรา โง่ชีวิตเราไป นั่นมันเรื่องของเขา แต่ถ้าเราปฏิบัติของเรา เราจะต้องมีสติปัญญาของเรา

ที่ถามว่า “แก้หนี้ควรใช้ปัญญา.. ความสงบแก้หนี้ จะเพียงพอออกใช้ปัญญาได้”

ให้เราใช้ปัญญาไปเรื่อยๆ แล้วคนที่ปฏิบัติอยู่นี่นะ พอเราใช้ปัญญาของเราบ่อยครั้งเข้าๆ มันก็เหมือนอย่างเช่นเราทำอะไรไม่เป็นเลยซักอย่างหนึ่ง บัตรเอทีเอ็มนี้ให้เราไปกด เรากดไม่เป็นหรอก เราไปกดครั้งแรกนี่กดผิดๆ ถูกๆ นะ แต่พอกดบ่อยๆ กดบ่อยๆ มันจะคล่อง

อันนี้ก็เหมือนกัน เราใช้ปัญญา เราฝึกของเราไป มันจะเกิดความชำนาญขึ้น มันจะติดๆ ซัดๆ นะ กดถูกหมดแล้วเงินทำไมไม่ออก กดแล้วกดอีกทำไมมันไม่ออก อ้าว.. ก็กดใหม่ กดแล้วกดเล่านะ พอมีความชำนาญขึ้นมา เดี่ยวออก.. พอออกขึ้นมาจะ กดไปแล้วมันไม่มีเงินจะออก เพราะเราไม่ได้ฝากเข้าไป กดถูกแต่มันไม่ออก

อันนี้ก็เหมือนกัน “ปัญญาแก้หนี้มันจะปฏิบัติได้” ... ฝึก ! ฝึกเถอะ ฝึกเข้าไป เพราะเราต้องศึกษา ถึงมีครูบาอาจารย์บอกขนาดไหน

อ้าว... เวลาอดเอทีเอ็มเราก็มาสาธิตกันนี่ แต่เราไม่ได้ไปกดที่ตู้นะ แล้วเราไม่มีเงินฝากไว้ในตู้ ถ้าเรามีเงินฝากไว้ในตู้ ไปกดมันก็ออกนะ

นี่เราก็แค่ฝึกกันนั่นแหละ แล้วทฤษฎีเราก็สอนกัน นี่คือเวลาครูบาอาจารย์สอน แต่เวลาเรากด เรากดใจเรานะ มันจะมีบุญกุศลกดออกมา มีความสุข

เวลาจิตมันสงบมันมีหลักมีเกณฑ์ของมัน มันจะมีความสุข กดออกมาแล้ว มีความสุข แล้วกดออกมาใครกด กดออกมาจากอะไรละ “กดออกมาจากอริยสัจ”

อย่างเช่นการทำบุญนี้ เขาบอกว่าทำบุญกับพระนี้ได้บุญ เราบอกว่าถ้าพระเป็นไปรษณีย์ แล้วไปรษณีย์โกงนะ ทำบุญไปเท่าไรก็ได้บุญหรือ พระโกงไปหมดเลยละ

ความจริงสิ่งที่ได้บุญขึ้นมา “คือสัจจะความจริงมันให้บุญเรานะ” พระดี พระเลว มันก็เป็นเรื่องของพระองค์นั้น ถ้าพระองค์นั้นดี เป็น “เนื้อนาบุญ” ของเรา เวลาเราทำบุญ เราจะได้บุญมาก ถ้าพระองค์นั้นเลว เราเอาของเราไปฝากกับดินที่มันไม่งอกงาม บุญเราก็ได้น้อย มันก็อยู่ที่เรานี้แหละ

นี่พูดถึง เราบอกว่า “บุญกุศลนี้เกิดจากอริยสัจ เกิดจากข้อเท็จจริงนั้น”

ในการปฏิบัติก็เหมือนกัน ในการปฏิบัตินี้เกิดจากการกระทำของเรา ถ้าเราทำถูกต้อง ตรงกับจริตนิสัย ทำความดีขึ้นมา มันออกมานะ สิ่งที่ว่ากดแล้วนี่ ออกมาเต็มไปหมดเลย ความสุขของเรา ความเข้าใจของเราจะออกมา

ฉะนั้นสิ่งที่มันเกิดขึ้นมานี้ สิ่งใดที่มันสมควรแก้หนี้ มันอยู่ที่เรามีสติปัญญา เลือกรัดแยกแยะไง เวลาปฏิบัติไปก็เหมือนเราทำงาน พอทำงานเสร็จแล้ว เราก็มาทบทวน ว่างานที่เราทำนั้นถูกต้องไหม ผลของมันเป็นอย่างไร

เวลาออกจากการนั่งสมาธิภาวนา หลวงตาท่านสอน “เวลากำหนดพุทโธ พุทโธ จนจิตสงบแล้ว อย่าพรวดพราดออกจากความสงบนั้น” ถ้าพรวดพราดออกมาะ มันเหมือนกับเวลาเราเหยงอะไรแล้วนี่ มันจะไม่เข้า

คำว่า “เหยง” นี่เรารู้นะ แต่ถ้าเป็นจิตใต้สำนึก เวลามันสงบแล้วมันพรวดพราดออก วันหลังจะเข้าได้ยาก

ฉะนั้นเวลาจิตมันสงบแล้วนะ ให้เราอยู่กับความสงบนั้น แล้วเดี๋ยวมันจะคลายตัวออกมา มันเหมือนกับอุณหภูมินี้แหละ เวลามันมีความร้อน มันจะมีอุณหภูมิมากขึ้น

จิต.. เวลามันสงบเข้าไป มันเหมือนกับศูนย์เลย อยู่กับที่เลย แล้วเวลามีอุณหภูมิตั้งขึ้นมา มันก็มีความรู้สึกออกมา นี่คือถ้ามันออกจากสมาธิ

เวลาเข้ามาสมาธิมันก็เหมือนกับอุณหภูมิมันไม่มากใช่ไหม เรารักษาอุณหภูมิมันก็ลดลงๆ ลดลงจนถึง เวลาเกิดความร้อนขึ้นมา มันก็กระจายออกมา นี่สมาธิเป็นอย่างนี้

เวลาเข้าสมาธิออกสมาธิ ก็นึกว่าก้าวข้ามประตูเป็นระยะทางอย่างนั้น ไม่ใช่ ตัวความรู้สึกเราเอง มันจะเข้ามา แล้วสงบนิ่งเลย มีมากมีน้อยนั้นเรารู้ได้ เราวัดได้ แล้วออกมาอย่างนี้เราก็ใช้ปัญญา

แต่ถ้ามันไม่สงบเลย มันคือดิ่ง มันไม่ยอมกระทำ เราก็ใช้ปัญญา แต่ปัญญาอย่างนั้น เป็นปัญญาขนาบความคิดเรา “ทำไมเอ็งคือขนาดนี้”

เวลาเราปฏิบัตินะ เราจะคอยตีตัวเองว่า เราเป็นคนไม่ดี พระพุทธเจ้าเป็นคนดี ครูบาอาจารย์เป็นคนดี เราเป็นคนไม่ดี ไม่ดีเพราะเหตุผลอะไร ยกเหตุผลขึ้นมาว่าไม่ดีๆ อย่างนี้ แล้วเราก็แปลกใจว่าเราทำอย่างนี้ถูกไหม เราไปถามครูบาอาจารย์หลายองค์เลย ท่านบอกว่า เออ.. เราก็ทำอย่างนี้

เราจะบอกเลยนะ ว่า “เราหาจุดบกพร่องของเรานี้แหละ นั่นจะเป็นประโยชน์มาก”

ฉะนั้นถ้ามันคือมันไม่ยอมทำ เราหาเหตุผลดี ทำไมครูบาอาจารย์ท่านทำได้ล่ะ พระพุทธเจ้าตำบักกว่าเราเยอะเลย พระพุทธเจ้าเป็นกษัตริย์นะ ชีวิตนี้ประณีตกว่าเรา

มากมาย แล้วท่านออกไปอยู่ในป่า ๖ ปี กับอยู่ในราชวังมันต่างกันอย่างไร แล้วเวลาเราขนาดนี้ ทำไมเราอ่อนแอขนาดนี้

แล้วบอกว่า โอ้โฮ.. พระพุทธเจ้าเห็นแก่ตัว นี่ทั้งหมดเลย ทั้งทั้งภรรยา ทั้งทั้งลูก
หมดเลย

คนเรานี้จะอยู่ในบ้าน เราจะเอาสมบัติอะไรมาใช้สอยกัน พ่อบ้านก็ต้องออกจากบ้านไป ออกไปเพื่อหาสมบัติพิสดาน เอามาเลี้ยงในบ้านของเรา

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าอยู่ในราชวัง มันก็เกิดตายชาตินั้น มันก็เวียนตายไปในบุญกุศลนั้น แต่ถ้าออกไปรื้อฟื้น ออกไปจนเป็นศาสดา ออกไปจนสิ้นกิเลส แล้วพอลกลับมา เห็นใหม่ สามเณรราหุลก็เป็นพระอรหันต์ นางพิมพาที่เป็นพระอรหันต์ พระเจ้าสุทโธทนะก็เป็นพระอรหันต์

นี่ไง มันต้องออกไปเพื่อประโยชน์นี้ ทีนี้พอออกไปเพื่อประโยชน์ ก็บอกว่า “เห็นแก่ตัวๆ” พวกเรานี้ใครทำอะไรไม่ได้เลยนะ ว่าเห็นแก่ตัวทั้งนั้นเลย แต่ถ้านอนจมด้วยกันนี้ โอ้... คนดี

นี่ปัญญามันไม่คิดใช้ไหม ถ้าปัญญามันคิด มันจะเกิดขึ้นมา

ถาม : อยากทราบว่าทำอย่างไรจิตสงบเพียงพอจะใช้ปัญญาได้เจ้าคะ

หลวงพ่ : ใช้ปัญญาได้ แต่ที่นี้คำว่า “ใช้ปัญญา” นี้ เวลาเราเทศน์ เราเทศน์ไปเยอะ แล้วปัญหามันเยอะมาก ทีนี้เวลาพูดถึงปัญญา เราจะบอกว่า

“โลกุตตรปัญญา... ถ้าไม่มีการใช้ปัญญาจะสิ้นกิเลสไม่ได้”

ฉะนั้นพอเราบอกอย่างนี้ ทุกคนก็ห้วงแต่เรื่องปัญญา ปัญญาจะเวลาทำสมณะ เวลาทำความสงบของใจ “ศีล สมาธิ ปัญญา... สมาธินี้เป็นมรรคองค์หนึ่งในมรรค ๘” ฉะนั้นสมาธินี้มีความจำเป็นมาก เพราะสมาธิเป็นการแบ่งแยกระหว่าง “โลกียะ” กับ “โลกุตตร”

ฉะนั้นพอมีสมาธิขึ้นมา การใช้ปัญญาก็เป็น “โลกุตตรปัญญา”

ฉะนั้นมันมี “โลกียปัญญา” กับ “โลกุตตรปัญญา” ที่เรานั้นปัญญาๆ เราต้องการให้คนรู้จักว่า

“ปัญญาอะไรเป็นปัญญาฆากิเลส...ปัญญาอะไรเป็นปัญญาที่ทำให้เกิดกำลังใจ”

นี่ปัญญามันมี ๒-๓ ปัญญา แล้วพอเข้าใจของปัญญา หลวงตาบอกว่า “ปัญญามันไม่มีขอบเขต” ข่ายของมันนี่เราใช้ได้กว้างขวางเลย แต่ว่าถ้าปัญญาเพื่อเตือนตน ปัญญาเพื่อจะให้เรามีกำลังใจ ปัญญานี้มันกุดค้วนง คือ ปัญญามันสิ้นสุดลงที่โลกนี้ไง สิ้นสุดลงที่ใจนี้

แต่ถ้าเป็น “โลกุตตรปัญญา” ปัญญานี้มันชำระให้สะอาดขึ้นไป

ฉะนั้นไม่ต้องไปหวังว่ามันจะผิดใจ ไอ้ที่เราบอกว่า “โลกุตตรกับโลกียะ” นี้ เราจะชี้ให้เห็นคนที่ทำงานมาแล้ว แล้วเอาผลงานมาตรวจสอบกันว่าถูกหรือผิด

แต่เราทำงานเริ่มต้น เรายังไม่มีผลงาน เราต้องเข้มแข็ง เราไม่ต้องเป็นห่วงใจ ไม่ต้องหวังว่าปัญญาเราจะผิด ไข้ไปเลย ... ไข้ไปเลย แล้วถูกผิดนี้เราค่อยมาว่ากันอีกทีหนึ่งนะ

ถูกผิดหมายถึงว่า เหมือนกับว่าข้อสอบของนักเรียน เวลาเราส่งข้อสอบ อาจารย์จะเป็นคนให้คะแนนถูกหรือผิด

แต่ความจริงนี้ “อริยสัจ ความจริงในหัวใจมันบอก” แต่ถ้าตัวเราเองนี้ เราจะเข้าข้างตัวเอง เราก็ต้องให้อาจารย์เป็นคนเช็คคะแนนว่าถูกหรือไม่ถูก จริงๆ แล้วครูบาอาจารย์ไม่ใช่ไปทำให้เราถูกหรือผิดได้หรอก เราเองต่างหาก ผู้ปฏิบัติต่างหากที่จะทำถูกทำผิดเอง แล้วครูบาอาจารย์ค่อยชี้บอกว่าถูกหรือผิดเท่านั้นนะ

เพียงแต่ว่าเวลาเราปฏิบัติไปแล้ว เราผิด... แต่เราเข้าใจว่าเราถูก ทีนี้ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่าผิด ก็เลยเถียงกันหน้าคำหน้าแดงเลย ทั้งๆ ที่จริงๆ แล้ว ครูบาอาจารย์จริงแล้วไม่ต้องเถียงหรอก เพราะมันเป็นประโยชน์ของคนที่ปฏิบัติตัวเอง ครูบาอาจารย์ไม่ได้ประโยชน์อะไรกับเรานะ

ที่เราพูดนี้ เรากลัวว่าโยมเขาจะวิตกกังวลจนเกินไปไง กลัวโยมจะวิตกกังวลเกินไปว่า “อะไรเป็นปัญญาจริง อะไรเป็นปัญญาเทียมไง”

“ปัญญาก็คือปัญญา มันเป็นโลกียะกับโลกุตตรเท่านั้น” ...ใช้ได้ ! ใช้เพื่อความสงบของใจ ใช้เพื่อทำการชำระกิเลส ใช้เพื่อการให้หลุดพ้นไปจากโลกนี้ได้

ฉะนั้นปัญญาถึงไม่มีขอบเขตนะ เอวัง