

บูรณาการ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๕๓

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

มันปัญหาข้อ ๒๕๗. อันนี้ปัญหาชีวิตประจำวันนะทุกคนเจอหมด

ถาม : ๒๕๗. เรื่อง “คลุมหายใจกับการบริโภคกรรมพุทโธ”

หนูเรียนถามหลวงพ่อดังนี้..

๑. เวลาคลุมหายใจจะชอบลืม เผลอนาน และบางครั้งเวลาเผลอไปแล้ว กลับมาระลึกถึงลมหายใจก็จะไม่ค่อยรู้สึกถึงลมหายใจ (มันเผลว) ก็ต้องพยายามทำให้ลมหายใจชัดๆ แล้วก็รู้สึกฝืนๆ นอกจากนี้บางเวลาจะรู้ลมหายใจไม่ได้ เช่นเวลาดื่มน้ำ หรือการทำอะไรบางอย่างที่ต้องกั้นหายใจ ต่อมาหนูได้ลองเปลี่ยนเป็นบริโภคกรรมพุทโธ ซึ่งทำให้มีสติได้ดี และสามารถบริโภคกรรมได้ตลอดเวลาที่นึกได้ แต่ก็มีข้อติดขัดคือเวลาพิมพ์งาน หรืออ่านหนังสือ หรือฟังคนพูดจะบริโภคกรรมพุทโธไม่ได้ ซึ่งต่างจากคลุมหายใจที่จะสามารถพิมพ์ หรืออ่าน หรือฟังได้ดีกว่า ถ้าไม่มีที่เกาะหนูชอบใจลอย จึงขอความกรุณาหลวงพ่อนำว่า หนูควรจะคลุมหายใจหรือพุทโธดีคะ

หลวงพ่ : นี่ไงที่แรกว่าคลุมหายใจมาก่อน เห็นไหม พอคลุมหายใจมาก่อนก็บอกว่า เวลาคลุมหายใจแล้ว เวลาดื่มน้ำหรือเวลาอะไรนี่ คือทุกคนอยากจะทำให้มันต่อเนื่อง ก็เลยเปลี่ยนมาบริโภคกรรมพุทโธ แต่เวลาพุทโธขึ้นมา เวลาฟังคนพูดหรือเวลาทำงาน นี่เวลาทำงานก็พุทโธไม่ได้ เพราะเรานี้เราคาดหมายกันไปเอง เราคาดหมายกันไปเอง อย่างเช่นที่เมื่อวานบอก เห็นไหม บอกว่าเวลาเขาพุทโธหรือลมหายใจนี้แย่งกันไปเอง

เราจะบอกอย่างนี้นะ คนเรานี้มันมีอายตนะ มีตา หู จมูก ลิ้น กาย อยู่นั้นตา หู จมูก ลิ้น กาย เวลาตาฝ้าฟางเราก็ต้องรักษาตาให้ใหม่ เวลาหูมันตึงเราก็ต้องรักษาหูให้

ไหม ฉะนั้นเวลาของคน เห็นไหม คนตาฝ้าฟางเขาต้องรักษาตาของเขา เราก็ต้องรักษาตาของเรา คนหูตึงเขาก็ต้องรักษาหูของเขา คนที่บิรกรรมพุทโธดีก็มี คนที่บิรกรรมใช้ลมหายใจ มันก็เหมือนอายตนะนี้ มันอยู่ที่ความถนัดใจ

นี่คำว่าความถนัดนะ แต่เราเทียบให้เห็นชัดเจนว่าถ้าคนเรานี้ตาฝ้าฟาง เราไปรักษาที่หูมันจะดีขึ้นได้ไหม หรือหูตึงนี้ไปรักษาที่จมูก ไปรักษาที่อื่นมันเป็นไปได้หรือ ถ้าตาฝ้าฟางก็ต้องรักษาไปที่ตา ถ้าหูตึงก็รักษาไปที่หู คนบิรกรรมพุทโธแล้วดี แสดงว่าตาเขาดี คนทำลมหายใจแล้วดี หูเขาดี มันคิดคนละอย่างไร คือว่าคนเราสิ่งใดบกพร่องต้องรักษาตรงนั้น

ฉะนั้นเวลาภาวนาไปนี่การรักษานะ ทีนี้คนเรามีตา หู จมูก ลิ้น กาย สิ่งที่มีน้ฝ้าฟาง สิ่งที่มีน้ขรุขระนี่มันมีทุกขบวนการของมัน ฉะนั้นการภาวนานี้เราเอาอย่างใดอย่างหนึ่งมันก็เฉพาะตาใช่ไหม เฉพาะตาก็ทำหน้าที่การดู หูทำหน้าที่การฟัง.. คำบิรกรรมพุทโธ เห็นไหม หน้าที่ของบิรกรรมพุทโธ ลมหายใจก็หน้าที่ของลมหายใจ เราสามารถบูรณาการได้ไง

เราสามารถบูรณาการได้ เราสามารถใช้แทนกันได้ เพราะสิ่งนี้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี่สิ่งที่ตามันไม่เห็น เสียงเราก็ได้ยินอยู่ เราก็กำนวนได้ เราก้เทียบเคียงได้ สมมุติถ้าหูไม่ได้ยินแต่ตาเราเห็นใช่ไหม เห็นภาพ เห็นการเคลื่อนไหวเราก้กำนวนได้

ฉะนั้นเวลาที่ว่าเอาสิ่งใดละ เอาสิ่งใด.. เอาสิ่งใดสิ่งหนึ่งนะมันตรงตรง นี่ตรงสองบาท ! ตรงสองบาทไม่รู้ว่าเขาสองบาทเพื่ออะไร เขาสองบาทเพื่อดูว่ามีรอยร้าวไหม มีรอยร้าวไหม เห็นเขาสองก็สองตามกันไป เห็นเขาพุทโธก็พุทโธกันไป นี่มันเลยสักแต่ว่าทำ เห็นไหม แต่ถ้าเรานี้กพุทโธเราจะรู้ของเราเองนะ พุทโธ พุทโธ พุทโธนี่จิตใจมันเกาะอยู่กับพุทโธ จิตมันมีการเปลี่ยนแปลง

พอจิตมีการเปลี่ยนแปลง เห็นไหม จิตมีการเปลี่ยนแปลงแล้วทุกคนเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงจะตกใจ ทุกคนบอกว่าเป็นสมณะ ทุกคนไปบอกว่าเป็นนิมิต.. เราบอกว่าการต้มน้ การต้มน้เราต้องการให้น้เดือด การต้มน้ให้เดือดนี่อุณหภูมิของน้มันเปลี่ยนแปลงไปมันต้องมีปฏิกิริยาของมัน

จิต.. จิตที่เวลาเราบริกรรมพุทโธ หรืออัปนาสมาธิ กำหนดลมหายใจนี้ ถ้าจิตมันสงบมันต้องมีอาการของมัน มันต้องมีพัฒนาการของมัน พอจิตมันพัฒนาการของมัน มันจะมีตัวพอง มีการโยกการคลอน นี่มันพัฒนาการของน้ำจะเดือด เห็นไหม น้ำจะเดือด อุณหภูมิมันต้องเปลี่ยนแปลงใช่ไหม อาการของน้ำดูเวลามันเดือดดี มันจะมีไอน้ำพองของมัน มีความร้อนของมัน

จิต ! ปกติของจิตมันก็ธรรมดาดีละ นี่จิตสามัญสำนึกของเรานี้ไง เห็นไหม จิตเราสามัญสำนึก แต่เราจะภาวนา เราจะภาวนาเพื่ออะไร เพื่อความสงบของใจใจ ถ้าเพื่อความสงบของใจ จิตมันพัฒนาการของมัน มันจะมีวิวัฒนาการ มีพัฒนาการของมัน พอพัฒนาของมันเราก้ไปตื่นตื่นว่าผิด ! ผิด ! ผิด ! ผิด !

เด็กมันจะหัดเขียนหนังสือ นี่เด็กให้มันหัดเขียนหนังสือมันเขียนทีแรกถูกไหม ถ้าเด็กเราไม่ให้มันหัดเขียนหนังสือมันจะเขียนหนังสือเป็นไหม มันก็เขียนหนังสือไม่เป็น.. จิตมันจะเข้าสมาธิ มันจะมีการเปลี่ยนแปลง เราไม่ยอมให้มันเปลี่ยนแปลงเลย เหมือนเด็กนี่ เด็กนะจะให้มันเป็นนักปราชญ์เลยนะ จะให้มันเป็นนักปราชญ์ให้มันเก่งไปหมดเลยนะ แต่มันจะหัดเขียนหนังสือก็ไม่ได้ ไม่เรียบร้อย จะให้ทำอะไรก็ไม่ได้

จิต.. จิตพอมันมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นมา นี่ก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ นี่ก็ผิด นี่ก็ผิด แล้วจิตมันจะพัฒนาการอย่างไร เราจะภาวนาอะไรกัน ที่เราภาวนากันเราก้ต้องการให้จิตนี้มันมั่นคงของมัน ถ้ามันคงของมันขึ้นมา นี่บริกรรมพุทโธ พุทโธซัดๆ เห็นไหม ซัดๆ แล้วถ้ามันมีสิ่งใด นี่เราจะฟังก็ได้ บางทีนะคนที่ภาวนาเป็นดีๆ นี่นะ เวลาพุทโธนี่ฟังไปด้วยจิตมันก็รักษาของมันไป หลวงตาท่านพูดอย่างนี้นะ ท่านบอกว่า “แม่แต่ฉันอาหารถ้ากิเลสมานี้ ท่านบอก ผลักบาตรทิ้งเลย ไหน ! จะพุ่งเข้าไปใส่กิเลสเลย”

นี่ก็เหมือนกัน เพราะมันมีสติขนาดนั้น ถ้าเริ่มต้นเราปฏิบัติเราบูรณาการไม่เป็นไง ถ้าพุทโธก็ตั้งพุทโธ.. พุทโธแบบพุทโธอย่างเดียว เวลาลมหายใจก็ลมหายใจอย่างเดียว.. เราจะบอกว่าพุทโธหรือลมหายใจนี้มันก็เป็นอันเดียวกัน คำว่าอันเดียวกันคือจิตเกาะ อานาปานสติคือลม แล้วจิตไปเกาะกับลมเพื่อให้จิตมันมั่นคง จิตมันมีที่เกาะมีเป็นบาทเป็นฐาน ให้จิตมันพัฒนาการมันคงได้

พุทฺโธ พุทฺโธเป็นคำบริกรรม จิตมันก็เกาะอยู่ที่พุทฺโธ พุทฺโธ เห็นไหม มันเหมือนเด็ก เด็กหัดเขียนหนังสือ เด็กหัดเดินมันก็ต้องมีที่เกาะที่อะไรไป จิตมันจะเกาะของมันไป ฉะนั้นเวลาเกาะไปแล้ว เห็นไหม เกาะราวนี่ไปก็เปลี่ยนไปราวนั้น เกาะราวนั้นไปก็เปลี่ยนไปราวนั้นก็ได้.. นี่เราพุทฺโธก็ได้ กำหนดลมหายใจก็ได้นะ.. นี้ว่าก็ได้นะ ! แต่เวลาภาวนานะ เวลาพุทฺโธ พุทฺโธนี้ถ้ามันพุทฺโธได้จริง จะฟังเสียงจะอะไรนี้มันก็ฟัง ฟังนะ แล้วรู้ได้ด้วย แล้วจิตมันก็อยู่ด้วย พอจบแล้วมันก็กลับมาที่พุทฺโธอีก

เราจะบอกว่า ถ้ามันภาวนาขึ้นไปแล้วเรื่องอย่างนี้ไม่เป็นปัญหาเลย เราจะบอกว่าจะ เวลาเราตอบปัญหา คนอื่นฟังนี่บอกโอ้โฮ.. หลวงพ่อตอบปัญหาดีนะ แต่ถ้าไปฟังหลวงตานะ ไปฟังหลวงปู่เจี๊ยะนะท่านจะบอกว่าโอ้หงบนี้มันบ้า.. มึงตอบปัญหาที่ไม่เป็นปัญหาไง ปัญหาไม่ได้เกิด แหม.. มึงตอบใหญ่เลยนะ ถ้าครูบาอาจารย์ที่เขาเป็นนะ เขาจะว่าโอ้หงบนี้มันบ้า เรื่องยังไม่เกิด แหม.. ตอบเขาจ้อย จ้อยเลย เพราะนี่มันยังไม่มีเรื่องเลย มันยังไม่เกิดเรื่อง คือภาวนายังไม่คิดหัดอะไรเลย เหมือนเรื่องมันยังไม่เกิด นี่ภาวนานี้ยังไม่ได้ภาวนาเลยนะ

“หนูแค่สงสัยว่าหนูจะพุทฺโธหรือหนูจะกำหนดอานาปานสติ”

นี่มันมีเรื่องหรือยัง มันภาวนาดีหรือยังเนี่ย.. ไม่มี ! นี่ไง ที่นี้พอเราตอบไปนี่คนที่ฟังโอ้โฮ.. หลวงพ่อตอบปัญหาดีนะ ปัญหาดีเพราะเราไม่รู้ แต่ถ้าหลวงตาคงจะบอกว่า อ้อ.. โอ้หงบมันคงจะว่างเกินไป มันคงไม่มีงานทำเลยตอบหมดเลย อะไรก็ตอบไปหมดเลย เพราะมันยังไม่มีเรื่องเลยไปตอบอะไรเขาเนี่ย แต่ถ้าคนฟังเป็นพื้นฐานว่า เออ.. หลวงพ่อตอบปัญหาดีนะๆ

นี่คุณวิภาวดี คนที่ภาวนายังไม่เป็นเลยยังไม่อะไรเลยนี่ก็ เออ.. นี่มันเป็นแนวทาง มันเป็นเรื่องที่ว่ามันเป็นแนวทางที่เราจะพัฒนาขึ้นไป แต่คนที่ปฏิบัติ เห็นไหม เราจะบอกว่าคนที่ปฏิบัติ.. จะพูดให้เห็นว่าสิ่งที่ภาวนาไปนี่มันต้องเริ่มจากพื้นฐาน พอพื้นฐานนี้หยาบปากคอก เห็นไหม หยาบปากคอกนี้มีปัญหามากเพราะพวกสัตว์มันไม่รู้จะกินอะไรดี มันลั้งเลไปหมดเลย หยาบปากคอกไง.. แต่ถ้ามันเลี้ยงจนโตขึ้นมาแล้ว มันกินอันนี้ของมันนะ เป็นอาหารประจำของมัน มันจะดำรงชีวิตของมันไป

นี่เรากวนาไป ลมหายใจหรือพุทโชนี่ถ้าทำไปแล้วนะ ทำไปอย่างนี้ "ไอ้สิ่งที่ว่านี่
ไม่เป็นปัญหาเลย มันเป็นปัญหาเพราะเราสงสัย มันเป็นปัญหาเพราะเราไม่แน่ใจตัวเอง
เอง มันเป็นปัญหาเพราะนี่มันเป็นวิทยาศาสตร์ มันเป็นวิทยาศาสตร์ที่เป็นเถรตรง
วิทยาศาสตร์นี้มันเป็นสูตรสำเร็จ

ทฤษฎี เห็นไหม นี่วิทยาศาสตร์บริสุทธิ์.. มันเป็นอย่างนั้นจริงๆ วิทยาศาสตร์เป็น
อย่างนั้นจริงๆ มันบริสุทธิ์ของมัน มันเป็นทฤษฎีมันต้องเป็นอย่างนี้ แต่มันเป็นโลกมันเป็น
เป็นกฎตายตัว แล้วพอเราพิจารณาธรรมชาติ ธรรมชาติเหนือวิทยาศาสตร์ เหนือวิทยาศาสตร์
เพราะอะไร เพราะมันมีเหตุมีผล มีกรรมมีเวร มีหนักมีเบา คนคิดมากคิดน้อย คนจิต
หยาบจิตละเอียด นี่วิทยาศาสตร์พิสูจน์ไม่ได้ คนเหมือนคน ! จิตวิทยานี้พอจะเทียบเคียง
ได้ จิตวิทยาว่าคนๆ นี้มันลึกซึ้งแตกต่างกันอย่างไร ความรู้สึกมันซับซ้อนอย่างไร

นี่ก็เหมือนกัน เวลาภาวนาไปมันมีเหตุผลตรงนี้ไง เหตุผลของใจของแต่ละบุคคล
ใจของแต่ละบุคคลมันมาแนวทางใด แล้วพอมีแนวทางที่ชอบใจ แนวทางที่ชอบใจ
เหมือนกินอาหารเลย อาหารนี้อร่อย.. ดีมากเลย อร่อยมากเลย พอกินข้าหลายหนเข้าซักเมื่อ
.. พุทโธ พุทโธไปนี่มันจะมีปัญหาของมัน พุทโธ พุทโธไป ถ้าพุทโธดี พุทโธแล้วจิตมัน
สงบ มันจะชื่นใจมาก พุทโธ พุทโธถ้าจิตมันไม่ลง.. พุทโธเหมือนกัน เมื่อก่อนพุทโธ
ชั่วโมงหนึ่งแล้วมันลงสมาธิ เคี้ยวนี้พุทโธ ๒ ชั่วโมงมันก็ไม่ลง นี่มันเป็นเพราะอะไร
วิทยาศาสตร์ก็ว่าพุทโธชั่วโมงหนึ่งแล้วมันลง ทำไมนี่มันไม่ลง

นี่ไงเพราะจิตได้เข้าไปสัมผัส มันได้เข้าไปรู้แล้ว มันเข้าไปรู้แล้วนี่มันรู้ทัน กิเลส
เป็นอย่างนี้ นี่ธรรม.. ถ้าวิทยาศาสตร์ เห็นไหม วิทยาศาสตร์นี่อย่างเช่นต้มน้ำไง อุณหภูมิ
ถึงจุดเดือดน้ำมันต้องเดือดแน่นอน นี่ก็เหมือนกันพุทโธ พุทโธไปแล้วทำไมมันไม่ลง ถึง
จุดเดือดทำไมมันไม่เห็นเดือดสักที นี่ก็เพราะมันมีกรรมไง มีกิเลสหนาภิเลสหยาบมันมา
บังไว้ไง

ฉะนั้นคราวนี้ลง คราวหน้าไม่ลง แต่เราก็ภาวนาของเราไป พอมันลงหรือไม่ลงนี่
เราหัดใช้ปัญญาของเรา เห็นไหม คำว่าหัดใช้ปัญญานะ คนที่ภาวนาไปแล้วนี่สังเกต
ความคิด ทำไมบางทีความคิดมันเล่นดีมากเลย ความคิดอันนี้ทำไมอยู่.. มันพิจารณาแล้ว

นี่มันจะปล่อยหมดเลย เราจะไม่ได้คิดอะไรเลย ทำไมมันเป็นอย่างนี้ล่ะ ทำไมบางทีคิดแล้ว
ทำไมมันไม่ปล่อยล่ะ มันขาดสมาธิ มันขาดจากจิตที่กิเลสมันเข้ามาบวก

ฉะนั้นทำความเข้าใจก็เพราะเหตุนี้ไง เหตุว่าเวลาถ้ามีสมาธิหรือจิตที่มันไม่
ละล้าละลังจนเกินไป ไม่หิวกระหายจนเกินไป พอออกใช้ปัญญาที่มันจะแยกแยะ มันจะ
เป็นสังขะ สังขะเพราะอะไร สังขะเพราะว่ากิเลสที่มันมาบังไว้ นีวรณธรรม ๕ ปิดกั้น
แม้แต่สมาธิ.. นีวรณธรรม ! นีวรณธรรม ๕ นี้ปิดกั้นมรรคผล ปิดหมดเลยเพราะอะไร
นีวรณธรรมล้างเลสงสัย วิชิจิฉา สัตถัพตปรามาสมันมีของมันไปหมด

นี่เขากล่าวว่า “แล้วให้หลวงพ่อนะนำว่าหนูควรทำอย่างไร”

เวลาคนไปถามหลวงตาเยอะมากกว่าหนูควรปฏิบัติอย่างไร หนูควรทำอย่างไร
หลวงตาท่านตอบเป็นสูตรสำเร็จเลย “ถ้าเรากำหนดสิ่งใดแล้วโล่งๆ ทำสะดวกแล้วสบาย
นั่นคือจริตของเรา”

ถ้าเรากำหนดพุทโธ หรืออานาปานสติ แล้วมันสะดวก มัน โล่งๆ เห็นไหม มันทำ
แล้วทำคล่องตัวได้ ทำสะดวกมาก นั่นล่ะคือจริตของเรา แต่ ! แต่พอไปข้างหน้าปั๊มน้ำมันก็
มีปัญหา การทำงานทุกคนมีปัญหาหมด การทำงาน ขึ้นชื่อว่างาน ขึ้นชื่อว่างานพอทำไป
แล้วงานมีหยาบมีละเอียด มีไปเรื่อยๆ แล้วหน้างานมันจะมีปัญหาของมัน หน้างาน.. คำ
ว่าหน้างานมันมีอุบัติเหตุ มันมีความขัดข้องมีอะไร ปฏิบัติไปมันจะมีอย่างนั้น กิเลสมัน
คอยเสียบเข้ามา คอยเข้ามา เพราะกิเลสมันอยู่กับเรา

กิเลสเป็นอนุสัยมันเกิดมากับเรา กิเลสนี่นะ ทำดีทำชั่วนี้มันซบลงที่ใจทั้งหมด
แล้วมันเกิดมากับเราตลอด แล้วเราทำสิ่งใดขึ้นไปสิ่งนี้มันอยู่กับเรามาตลอด เห็นไหม
มันจะปล่อยให้เราอิสระนี่เป็นไปได้ยากมาก แต่เราก็ใช้สติใช้ปัญญาพยายามของเรา แล้ว
ถ้าฝึกฝนไปมันจะเห็นสภาวะแบบนั้นว่าหนูควรทำอย่างไร ! เราจะบอกว่า เพราะว่าเขา
บอกว่าเวลาลมหายใจมันก็แบบว่ามันแผ่วมันไม่ได้ เวลามาทพุทโธก็คิดเรื่องงาน นี่เราพูด
แบบว่ามันยังไม่เป็นปัญหานั้น แต่ถ้าเราพูดแบบให้กำลังใจ เห็นไหม นี่คนที่เริ่มภาวนา
คือคนๆ นั้นมีโอกาสนี้แล้ว

เราเริ่มทำเริ่มมีความสนใจ คนมีความสนใจ.. โอกาสนี้ทุกคนเรียกร้องหา นี่ถ้าเราสนใจเราอยากปฏิบัติ เราเห็นทุกข์ของโลก นี่เรามีโอกาส เรามีบุญแล้ว แล้วนี่เรามีการกระทำแล้วศรัทธาถึงเข้ามา แล้วถ้าถึงเข้ามาแล้วนี่เราทำของเราไป พิสูจน์ของเราไป.. ไม่เสียเวลาเปล่า งานก็คืองาน การกระทำของเราก็คือการกระทำของเรา เพื่อประโยชน์กับเราเองนะ

ถาม : ๒. เวลาที่หนูเริ่มหัดคลุมหายใจหรือบริหารลมหายใจแรกๆ จะรู้สึกว่ามีสติดีมาก แต่พอหลังๆ จะไม่ดีเหมือนตอนแรก เหมือนกับเราชินกับลมหายใจหรือพุทโธเสียแล้ว กลายเป็นมีสติบ้างไม่มีสติบ้าง

หลวงพ่ : อันนี้มันก็เหมือนอุบายไง เวลาเราทำสิ่งใดนี้ทำคุ้นชินกับมัน หลวงตาเวลาท่านเตือนพระ เห็นไหม

“พุทธธรรมะนี้พูดจนชินปากฟังจนชินหู แต่หัวใจมันดัน”

เราพูดกันเราฟังกันทุกวี่ทุกวันนี่หัวใจมันดัน ฉะนั้นเราถึงต้องตื่นตัวตลอดเวลาเพื่อไม่ให้มันคือด้านกับสังขาร ทีนี้คำว่าคือด้านนี่จิตใจมันเป็น เห็นไหม โดยธรรมชาติของใจเป็นอย่างนั้น ด้วยความรักด้วยความอาลัยของเรา เราจะมีความคุ้นชินเราจะไปแบบความคุ้นเคยกัน ความคุ้นเคยนี้ละ ความคุ้นเคยกัน ไปมาหาสู่กันนี่ดีกว่าญาติอีกญาติเราเนี่ยยังไม่มาคุ้นเคยกับเรา ไม่มาดูแลเราขนาดนี้

ความคุ้นเคยทางโลกนี่ดีกว่าญาติ แต่ถ้ามันคุ้นเคยกับกิเลสมันจะทำอย่างนี้มันจะชินชา ทีนี้พอชินชาเราต้องเปลี่ยน นี่อุบายมันก็ยกไปข้อที่ ๑ ทั้งลมหายใจทั้งพุทโธนี่เราเปลี่ยนอุบาย เราเปลี่ยนอุบายเราซึ่งหนีก่อน เราทำวนำหน้าเขาอยู่ตลอดเวลา แล้วเราทำของเราแล้วกลับมาดูจิตว่าจิตนี้มันชุ่มชื้นไหม จิตมันเข้าใจสังขารเข้าใจชีวิตไหม

หน้าที่การงานเราก็ทำนะ เราทำหน้าที่การงานของเรา งานนี้มันเป็นงานในวิภูษะงานในการดำรงชีวิต แล้วดำรงชีวิตแล้ว สิ่งที่จะเป็นประโยชน์กับเราเพราะเราก็อยากมีความสุข เราเห็นคนอื่นเขาพัฒนาการไป เราก็อยากพัฒนาอย่างนั้น ฉะนั้นเราก็สะสมของเรา มันเป็นบุญของคน มันเป็นวาสนาของคน มันจะเทียบเคียงกันไม่ได้ มันจะวัดกันไม่ได้

ฉะนั้นสิ่งนี้เวลามันเป็นขึ้นมาแล้วเราก็ต้องขยันขันแข็งของเรา เพื่อประโยชน์กับเรา เวลางานเราทำของเรา ก็เพื่อประโยชน์กับเราใช่ไหม นี่พอมันเสร็จแล้วมันไปเป็นประโยชน์กับโลก เพราะประโยชน์นี้คุณิเราทำทางวิชาการเราวางไว้ เรามีไว้ในโลก โลกเขามาศึกษาเขาก็ได้ประโยชน์ไป เห็นไหม มันเป็นประโยชน์ของโลก แล้วเราละ.. เราได้บุญกุศล สิ่งใดที่เป็นวิชาการที่เป็นของเรา เขาจะได้ประโยชน์กับเราไปด้วย

อันนั้นเป็นบุญเรามีอำนาจมีบารมี แต่ถ้ามันเป็นความเข้าใจละ เป็นปัจจัยตั้งสันติภูมิจึงเห็นใหม่ เราเข้าไปเผชิญกับสมาธิเอง เราเข้าไปเผชิญกับปัญญาเอง เราเข้าไปเผชิญกับทุกๆ อย่างเอง เรารู้ของเราเอง ไม่ต้องมีใครบอกเลยมันวางได้หมดนะ สิ่งใดที่มันจะเป็นความขัดข้องของเรามันจะวางได้.. อันนี้เป็นอริยทรัพย์ อันนี้เป็นประโยชน์กับเรา อันนี้เราต้องแก้ไขของเราเพื่อประโยชน์กับเราเนาะ

ถาม : ข้อ ๒๕๘. เรื่อง “ไปรู้เรื่องของคนอื่นก่อนที่เขาจะพูด อี๊ดอัด ภวานายาก”

ช่วงนี้มีปัญหาอย่างหนึ่ง คือเวลาไปยังสถานที่ต่างๆ เจอคนที่รู้จักและไม่รู้จัก บางทีนั่งๆ อยู่จะสัมผัสได้ถึงเรื่องของคนอื่น เรื่องในใจของเขา หลังจากนั้นเขาก็จะพูดสิ่งนั้นๆ ออกมา บางครั้งก็เห็นเป็นความรู้สึกว่าเขาทำอะไร บางครั้งผมตอบดักก่อนได้ก็ตรงเป๊ะๆ อย่างเช่นคุยกันที่เกี่ยวกับตัวเลข เช่นถามอายุซึ่งบางทีก็ไปเห็นเรื่องส่วนตัวของคนอื่น สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นมาโดยไม่ได้กำหนดจิตอะไร เหมือนควบคุมไม่ได้

แต่ผมไม่ได้เคยพิสูจน์ว่ามันจะจริงหรือไม่จริงสักก็ส่วนนะครับ เพราะเพิ่งมาเป็นไม่นาน แต่ที่รู้คือเวลาอยู่ในที่ชุมชนมากๆ แม้ไม่ได้คุยอะไรกับใคร แต่จะรู้สึกหนักๆ ในความรู้สึก และรู้สึกเหนื่อยล้าสมองเมื่อนัก และก็เหนื่อยอ่อนล้า ไม่อยากภาวนาหรือไม่อยากทำอะไร ลองพยายามเค้นพยายามบริกรรมเรื่อยๆ ก็ยิ่งรู้สึกอี๊ดอัดแน่นขึ้นไปเรื่อยๆ จึงอยากทราบว่า จะมีอุบายวิธีอย่างไรที่จะควบคุมหรือเปิดและปิดได้ เพื่อจะให้ไม่มีสิ่งมารบกวนในการภาวนา

หลวงพ่ : กรณีอย่างนี้ ถ้ากรณีนี้โดยข้อเท็จจริงนะ โดยข้อเท็จจริงหมายถึงว่าจิตปกติ แต่ถ้าจิตไม่ปกติแล้วมีสิ่งนี้เกิดขึ้นมา นี่สิ่งนี้ควบคุมไม่ได้ พอควบคุมไม่ได้.. มันมี

นะมีผู้ที่จับบกพร่อง แล้วเวลาปฏิบัติไป พอไปรู้อะไรต่างๆ ก็คิดว่าเป็นการภาวนา มีอยู่บ้าง เเปอร์เซ็นต์ที่แบบว่า ประสาเราว่าจิตไม่สมบูรณ์ว่าอย่างนั้น เรื่องอย่างนี้มันจะเกิดได้ แล้วแก้ไขไม่ได้ แล้วเวลาคนพูดเขาพูดในความเห็นของเขาเอง แต่เราจะตอบในประเด็นของจิตปกติ

จิตปกติคือจิตที่ไม่ได้บกพร่อง จิตบกพร่องนี้มันเป็นเรื่องที่มีมันเกิดขึ้นมาโดยที่เป็นอุปาทาน เป็นสิ่งที่ว่าไม่เป็นความจริง แต่ถ้าจิตเป็นปกตินี้มันเกิดจริงๆ มันเกิดจริงๆ เกิดอย่างนี้จริงๆ แล้วนี่เห็นไหม ผู้ที่เป็นบอกว่ามันเพิ่งเป็นเร็วๆ นี้เอง แล้วเมื่อก่อนทำไมมันไม่เป็น..

“มันเพิ่งมาเป็นเมื่อไม่นานนี้”

นี่เมื่อไม่นานนี้ ถ้ามันเป็นเมื่อไม่นานนี้ เห็นไหม ถึงวาระถึงคราว.. มันเพิ่งมาเป็นไม่นานนี้ แล้วถ้าเป็นไปแล้วมันก็จะหายไปไม่นานนี้เหมือนกัน เพราะเมื่อก่อนมันไม่มี แล้วมันมาจากไหน แล้วเวลาที่มีขึ้นมา มันมีขึ้นมา มีมาทำไม.. ถ้าเรารู้เหตุรู้ผลใช้ไหม อย่างเช่นอาหารนี้เมื่อก่อนถ้าเราไม่รู้ว่าอาหารสิ่งนี้มันเป็นโทษ พวกเราก็ใช้อาหารกินอาหารนี้เป็นธรรมดา แต่พอเขาทำวิจัยแล้วว่าอาหารนี้เป็นโทษกินไม่ได้ พวกเราก็จะหยุดไปเป็นธรรมดา

จิตเวลามันเกิดสภาวะนี้สิ่งที่ควบคุมไม่ได้ เห็นไหม สิ่งที่ว่ารู้ความรู้สึกของเขา รู้สิ่งต่างๆ รู้ความรู้สึกของเขาหลวงปู่มั่นเคยสอนพระว่า “ความรู้สึกของเราเรายังรู้สึกไม่ได้ เราจะไปรู้ความรู้สึกคนอื่นมันจะมีประโยชน์อะไร”

แต่เวลาครูบาอาจารย์ท่านรู้ความรู้สึกของคนอื่นนี้ ท่านรู้แล้วท่านก็วางไว้ในเหมือนผู้ใหญ่ เห็นไหม ครูสอนนักเรียน นักเรียนคิดอะไรนี่ครูรู้หมดแหละ เพราะอะไร เพราะครูผ่านนักเรียนมาเยอะแยะ นักเรียนทำอะไรครูก็รู้ว่านักเรียนพูดอย่างนี้ นักเรียนต้องการอย่างนี้ นักเรียนมันอยากจะให้หมดเวลา มันอยากจะไปวิ่งเล่นครูก็รู้หมดแหละ.. แล้วมันได้อะไรล่ะ ?

ฉะนั้นเราบอกว่าสิ่งอย่างนี้ เรื่องของจิตมันมหัศจรรย์ของมันอยู่แล้ว ฉะนั้นสิ่งที่เราไปรู้ ถ้าเรามีสติปัฏฐานก็เรื่องปกติ.. ความจริงมันรู้อยู่ เมื่อก่อนไม่มีเรารู้ของเราอย่างนี้ แล้วมันไม่เห็นมีโทษอะไรกับเราละ

เราจะบอกว่า ถ้าเราเริ่มภาวนานะ พอจิตมันเริ่มพัฒนาการของมันไป ทุกคนจะเริ่มแปลกใจ เวลาแปลกใจนะ แล้วแปลกใจนี้เรื่องนี้มันเป็นเรื่องหยาบๆ อย่างเช่นที่เขาว่า กำหนดพุทโธ พุทโธแล้วจะเกิดนิมิต สมณะไม่มีประโยชน์อะไร.. เพราะพวกนี้เขาไม่เคยรู้ใจ ไม่เคยรู้ว่าโลกก็ปัญญากับโลกุตตรปัญญาแตกต่างกันอย่างไร

เขาไม่เข้าใจว่าปัญญาภาวนามยปัญญา ปัญญาชำระกิเลสกับปัญญาการศึกษา ปัญญาชี้โก่ง ปัญญาไปศึกษาวิชาการของเขามา แล้วก็โก่งว่าเป็นความรู้ของตัวเอง.. แต่ถ้ามันเกิดเป็นภาวนามยปัญญา ปัญญามันจะเกิดจากจิตดวงนั้น จิตดวงนั้นจะแก้จิตดวงนั้น แล้วถ้าจิตดวงนั้นแก้จิตดวงนั้นเสร็จแล้วนะ ถ้าจิตดวงนั้นแก้จิตดวงนั้นมันก็เหมือนกับปริยัติเหมือนกับคำสอนพระพุทธเจ้า เพราะพระพุทธเจ้าก็รู้อย่างนี้เหมือนกัน

พระพุทธเจ้าเป็นพระอรหันต์นะ แล้วครูบาอาจารย์เราอย่างเช่นหลวงปู่มั่น หลวงปู่เสาร์ เวลาปฏิบัติมาก็เป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์กับพระอรหันต์ก็เท่ากัน พระพุทธเจ้ากับพระอรหันต์ทุกๆ องค์ เหมือนกันด้วยความสะอาดบริสุทธิ์ แตกต่างกันด้วยอำนาจวาสนาบารมี ฉะนั้นความแตกต่างกันด้วยอำนาจวาสนาบารมีอันนั้น เห็นไหม นี่เพราะอะไร เพราะการสร้างสมมาแตกต่างกัน

ฉะนั้นเวลาที่จิตมันเริ่มเป็น มันพัฒนาการของมัน มันมีอะไรของมัน เราจะบอกว่าถ้าจิตผิดปกติ หมายถึงคนภาวนาหลุด.. จิตผิดปกตินี้มันรู้มันเห็นอะไรไป มันก็จะมึนปัญหากับจิตดวงนั้นไปเรื่อยๆ มันจะเป็นอุปาทานจนขาดสติไป เลื่อนลอยไป อันนั้นมันเป็นเวรเป็นกรรม แล้วมันเป็นจิตผิดปกติ แล้ววิธีการแก้ ! วิธีการแก้ก็ต้องพยายามฟื้นฟู อย่างเช่นเวลาคนผิดปกติเขาไปหาหมอเนี่ยหมอเขาจะให้ยา หมอเขาจะพยายามดึงจิตนั้นให้กลับมาเป็นปกติ

การรักษาของจิตแพทย์ก็คือการรักษาจิตที่ผิดปกติให้กลับมาปกติเท่านั้น แต่การปฏิบัติธรรม การรักษารธรรม เวลาจิตผิดปกติ เห็นไหม เราต้องมีสติ เราใช้พุทโธมีสติ กราบครูบาอาจารย์ให้จิตนั้นมีที่พึ่ง ให้จิตมันกลับมาเป็นปกติ พอจิตมันเป็นปกติแล้วเรา

พยายามทำ เรายังใช้ความสงบของใจ พอใจสงบเข้าไปนี่ความรู้.. ทางผู้ที่ปฏิบัติเขาถึงบอกว่า พระอรหันต์กับคนบ้านี้ใกล้เคียงกัน

คนบ้าก็คือจิตที่ปกติ มันก็รู้เห็นที่แปลกๆ ของมันไปแต่มันเป็นความปกติ แต่เวลาจิตที่เป็นปกติที่รู้เห็นใช้ใหม่ พระอรหันต์รู้เห็นนะพระอรหันต์มีสติ พระอรหันต์นี้รู้ไปหมด พระอรหันต์เข้าใจหมด พระอรหันต์ไม่ได้คิด รู้แล้ววางไว้ สิ่งนั้นมันเป็นจริงนิสสัย สิ่งนั้นมันเป็นเรื่องของโลก แต่พระอรหันต์นี้รู้เรื่องใจของเรา พระอรหันต์รู้เรื่องกิเลสของเรา พระอรหันต์ชำระกิเลสของเรา พอชำระกิเลสของเรามาหมดแล้ว เราเข้าใจจิตของเรา มันสิ้นกิเลสหมดแล้ว แล้วจิตดวงอื่นที่เขามีกิเลสอยู่มันก็หมุนเวียนไป มันก็เคลื่อนไหวไปตามสิ่งที่กิเลสขับเคลื่อนไป

นี่ใจพระอรหันต์รู้ชัดเจนหมดเลย แต่คนบ้า ! คนบ้าเวลามันรู้อะไรมันรู้แบบคนบ้า มันไม่รู้เรื่องอะไรเลยแต่มันรู้ว่าอู้อู.. มหัศจรรย์ เวลาพูดมา เราคนปกติฟังคนบ้าที่เรางงนะ อู้อู.. คนบ้ามันพูดถึงธรรมะ พูดถึงนิพพานนะ คนบ้ามันพูดนิพพานนะ เราก็อืม.. นิพพานเป็นอย่างนี้นะ เพราะเราไม่มีอะไรเทียบเคียง ฉะนั้นบอกว่าการที่จิตคิดปกตินี้มันมีอยู่จริงในโลกนี้ จิตของคนเวลามันเกิดขึ้นมาที่มันคิดปกติได้ ตามวาระตามกรรมได้

ในวินัยขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ภิกษุฉันเนื้อดิบเป็นอาบัติปาจิตตีย์ ภิกษุฉันของดิบไม่ได้ เว้นไว้แต่พระภิกษุเวลาปฏิบัติแล้วผีเข้า ภิกษุปฏิบัติแล้วเรามีวิกลจริตนี้ไม่เป็นอาบัติ แล้วภิกษุเวลาที่วิกลจริตไปนี่มันฟื้นขึ้นมาหายได้ พอหายได้แล้วนะถ้าทำอีกเป็นอาบัติ แต่ขณะที่ฟื้นเพื่อนอยู่นั้นไม่เป็นอาบัติ

นี่เวลาปฏิบัติ เวลาจิตมันเป็นไป มันมีเวรมีกรรมของคน มันมี.. ฉะนั้น เพราะจะตอบว่ามันเป็นปกติหมดนี่มันอีกเรื่องหนึ่ง แต่ถ้ามันคิดปกติมันเรื่องของเขานะ แต่ถ้าเราเป็นปกติ แล้วสิ่งนี้สิ่งที่มันจะเป็น สิ่งของมันไปรู้สิ่งต่างๆ เพราะจิตมันมีคุณสมบัติแล้ว พอมีคุณสมบัติปั๊บ ถ้าคนมีอำนาจาสนามันจะมีแบบว่ารู้รู้เห็น ออกรู้ใจ

ถ้าจิตออกรู้ถ้ามีสติใช้ใหม่เราก็พุทโธ พุทโธ แล้วออกรู้นี้ทำไมไม่ออกรู้ในกาย ออกรู้ในเวทนา ออกรู้ในจิต ออกรู้ในธรรมของเราละ เราไปรู้เรื่องราวอายุเขาเท่านั้น อายุเขาเท่านี้ แล้วถามว่าอายุเราเท่าไรละ แล้วมึงจะตายไหมละ เห็นไหม มันแตกต่างกัน ถ้าเราถามเรื่องอายุเรา ถามว่าการเกิดของเรา.. นี่สิ่งนี้ถ้ามีปัญญา ถ้ามันมีกำลัง กำลังที่มัน

ควรจะทำหน้าที่เป็นประโยชน์กับเรา มันไปทำประโยชน์เป็นสาธารณณะซะ ประโยชน์สาธารณณะคือเรื่องของวิญญูะไง

ประโยชน์สาธารณณะคือสังคมโลก ประโยชน์ของจิต ถ้าจิตมันไปทำประโยชน์สาธารณณะ ตัวมันเองจะไม่ได้ผลสิ่งใดเลย มันจะได้ผลสาธารณณะ คือผลของบุญกุศล ของบาปอกุศล.. บุญกุศลกับบาปอกุศลเป็นผลของวิญญูะ วิญญูะคือการมีบุญก็เกิดดีไป

ถ้ามันเป็นบาปก็เกิดทั่วไป เป็นผลของวิญญูะนี่คือผลสาธารณณะ.. แต่ถ้ามันกลับมาดูกาย เวทนา จิต ธรรม มันจะเป็นผลของจิต ถ้าผลของจิตเพราะอะไร เพราะจิต เพราะตัวเองมันหลง ตัวมันเองมันไม่เข้าใจสิ่งใดๆ เลย มันคิดว่ามันเป็นธรรมๆ มันเข้าใจไปหมดแหละแต่มันไม่เข้าใจตัวมันเอง พอมันชำระล้าง พอมันมีสติปัญญาขึ้นมา มันจะมากู้ตัวของมัน พอคูตัวของมัน มันมีปัญหาขึ้นมา มันจะเริ่มคลายออก

เราจะบอกว่า ถ้าทำจิตที่เป็นของเราเองจนมันสิ้นกิเลสได้ หรือกระบวนการการปฏิบัติ มันจบสิ้น มันกลับเป็นประโยชน์ยิ่งกว่าสาธารณณะ เพราะอะไร เพราะประโยชน์สาธารณณะนี้เราสอนได้ในวิญญูะ สอนได้ในสิ่งที่เขารู้เขาเห็นได้ แต่ถ้ามันเป็นประโยชน์ที่เหนือสาธารณณะ มันเหนือทุกๆ อย่าง นี่พระพุทธเจ้าสอนเทวดา สอนอินทร์ สอนพรหม..

ถ้าจิตที่มันพ้นจากสาธารณณะ สาธารณะคือผลของวิญญูะ คือมันหมุนไปในวิญญูะ มันรู้จริงของมัน เห็นไหม เพราะอะไร เพราะมันถอดถอนในใจของมัน พอถอดถอนในใจของมัน มันจะสอนเทวดา สอนอินทร์ สอนพรหม มันจะดีกว่าสาธารณณะอีกหลายเท่าเลย

เราพูดอย่างนี้เราจะพูดให้เห็นว่า เขาจะบอกว่าพระปฏิบัติเรานี้เห็นแก่ตัว เอาแต่ประโยชน์ของตนเองก่อน ก็เพราะว่าอยากจะช่วยประโยชน์สาธารณณะ เพราะตัวเองไม่มีหลักมีเกณฑ์มันถึงได้เหลวแหลกกันไปไง แต่ถ้าเราปฏิบัติของเรา เราเอาตัวเรารอดได้ก่อน เห็นไหม พอเราเอาตัวเรารอด เรารู้จริงแล้วเราสามารถจะสอนคนอื่น แล้วสามารถจะพาคนอื่นพ้นจากสิ่งที่เป็นสาธารณณะ เพราะมันพ้นจากต่างๆ มันจะเป็นประโยชน์กับตัวมันเอง มันจะเป็นประโยชน์มากกว่าไง

นี่คนมองไม่เข้าใจว่าผู้ที่ปฏิบัตินี้เห็นแก่ตัว หลับหูหลับตา ไม่ช่วยสังคม.. แต่ถ้าหลับหูหลับตานั้น ถึงเวลาที่ถอนสิ่งที่เป็นอุปาทานในหัวใจแล้วนะ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้อยู่ในป่าองค์เดียว เห็นไหม นี่เวลาออกมาสอนเทวดา สอนอินทร์ สอนพรหม สอนต่างๆ วางศาสนาไว้มหาศาลเลย ครูบาอาจารย์ของเราละ ถ้าเวลาท่านปฏิบัติของท่าน ท่านถึงที่สุดของท่านนะ ท่านจะเป็นประโยชน์มาก เป็นประโยชน์กับที่เรามองไม่เห็น เรามองไม่รู้แล้วเรามองไม่ได้

ฉะนั้นสิ่งที่ว่ามันออกธูนี้.. ถ้ามันเป็นความจริง ตอบโดยที่มันเป็นข้อเท็จจริง เป็นสิ่งที่ เป็นปกติ มันรู้ของมันแล้วมันส่งออกเราก็มีสติ เห็นไหม จะไปรู้เรื่องเลขหรือจะไปรู้สิ่งใด แล้วจะให้ผมทำอย่างไร.. นี่การว่าเวลามันเคย น้ำนี้มันไหลลงต่ำ ทุกอย่างมันปรับสภาพของมัน

จิตเรามีกิเลสอยู่ พอมันดีขึ้นแล้วมันก็เสื่อมลง พอมันเสื่อมลงนี่มันก็อ่อนล้า แล้วเราพยายามจะคืน พยายามบริกรรมเรื่อยๆ แล้วมันรู้สึกอึดอัด มันจะหนักแน่นของมัน.. เหมือนเราทำงาน นักกีฬาที่ขี้เกียจมากเรื่องซ้อม นักกีฬานี้อยากแข่งนะ อยากเอาคะแนน อยากชนะ อยากได้ผลประโยชน์ แต่เวลาซ้อมนี่นักกีฬาขี้เกียจมาก แต่ถ้านักกีฬาคนไหน เขามีวินัย เขาจะหมั่นฝึกซ้อมของเขา นักกีฬาคนนั้นจะประสบความสำเร็จตลอดชีวิต

การภาวนาของเรา เห็นไหม เวลามันอึดอัด มันหนักแน่น มันไม่เอาไหน มันไม่ยอม เวลาเราพุทโธนี่มันไม่เอา แต่เวลาออกธูนี้มันเอา ออกธูเรื่องอายุใคร ออกธูนี้มันออกธูไปทำไม..

นี่คืออุบาย ! นี่คืออุบายให้เราควบคุมใจเราไง ให้ควบคุมใจเรา ให้รักษาใจเรา แล้วเราดูแลหัวใจของเรา แล้วมันจะเป็นปัจเจกตั้ง มันจะรู้เลยอะไรเป็นการส่งออก คุณสิเราหาเงิน ลีนเดือนทุกคนได้รับเงินเดือนเท่ากัน คนหนึ่งเก็บเงินไว้ใช้สอยเป็นปกติ แล้วมีเงินเหลือเก็บไว้เพื่อประโยชน์กับตัวเอง อีกคนหนึ่งเวลาเงินเดือนออกนะใช้จ่ายจนหมดเนื้อหมดตัวเลย แล้วไปกู้ยืมคนอื่นมาใช้จ่ายอีก นี่อะไรจะดีกว่ากัน

จิตเวลามันเริ่มรู้ เห็นไหม มันพัฒนาของมัน มันก็เริ่มรู้อะไรแปลกๆ ใ้รู้อะไรแปลกๆ นี่มันเรื่องธรรมดา แต่สิ่งที่ถูกรู้คืออารมณ์ไปรู้เขา แต่ตัวพลังงานนี้เราไม่รักษามัน ถ้าเรากลับมารักษาที่ตัวพลังงาน คือพุทโธบ่อยๆ เข้ามาถึงตัวจิต สิ่งไปรู้นี้มันดับ

หมดละ มันคับหมด ! เพราะมันไม่ใช่เรื่องอะไรของเรา เรื่องของเราคือเรื่องความทุกข์ ความสุขในหัวใจของเรา.. ไอ้เรื่องนี้ โดยธรรมชาติภาษาหรือขั้น ๕ นี้เรามีไว้สื่อสารกัน คนเราถ้าไม่มีอะไรสื่อสารกัน เราจะอยู่กันได้อย่างไร

จิตมันสื่อสารของมัน มันออกฐูของมัน แล้วเราเชื่อมมันได้อย่างไรละเพราะเรายังมีกิเลสอยู่ ฉะนั้น ไอ้พวกเครื่องมือสื่อสารอย่างนี้เราพักไว้ก่อน เห็นไหม แม้แต่มือถือนี้เขาใช้กัน ใช้บ่อยๆ แบบๆ มันหมดนะเขาต้องมาชาร์จแบตฯ พอเวลาแบตฯ นี้หมดจะโทรได้ไหม.. นี้ก็ส่งออกหมดเลยแล้วจิตมันจะได้อะไรขึ้นมาละ ฉะนั้นถ้าเราไม่ออกฐู แบบๆ เราไม่ได้ใช้เลย เราจะชาร์จไฟจนแบตฯ เราเต็มอยู่ตลอดเวลา แล้วพอเวลาเป็นประโยชน์นะ โทรนิพพานเลยละ ไม่ต้องโทรไปเรื่องอื่น โทรถึงที่สุดมันก็จบเลย

ฉะนั้นสิ่งที่มันเค้น นี้เวลาเขาส่งออกเขาก็สงสัย แล้วพอเขาบอกว่าพอมานปฏิบัติ.. นี้มันต้องบูรณาการ ! บูรณาการลองคิดลองถูกใจ เวลาจิตพอพุทโธ พุทโธ พอจิตเริ่มสงบ มันก็ไปรู้งานนอก เวลาเราจะเอาพุทโธ เราจะให้จิตสงบมันก็มีอาการเค้น อาการหนัก เวลาทำความคิดนี้ะมันไม่ยากให้ทำหрок แต่เวลาทำส่งออกทำให้มันเสื่อมนี้ชอบ นี้มันก็ออกนอกกลุ่มนอกทาง เห็นไหม

นี่คืออะไรละ นี่คือกิเลสมันหลอกเราไง แม้แต่ทำดีกิเลสมันก็หลอกหลวง มันก็จะชักนำให้เราเสียหายไปทั้งนั้นละ เราคิดว่าเราปฏิบัติแล้วมันเป็นความดี ทุกอย่างมันต้องดีไปหมด.. ดี ! ปฏิบัตินี้ดี แต่กิเลสมันปฏิบัติกับเราด้วย เหมือน ! เหมือนกับสวะในน้ำ น้ำต่ำสวะมันก็อยู่ต่ำ พอน้ำขึ้นสวะก็อยู่สูงขึ้น

นี่ก็เหมือนกัน เราไม่ปฏิบัติเลยกิเลสมันก็อยู่กับเรา เราปฏิบัติกิเลสมันก็อยู่กับเรา เราปฏิบัติจนเป็นพระอนาคาแล้วกิเลสมันยังอยู่กับเรา กิเลสมันยังหลอกพระอนาคานะ ! กิเลสมันหลอกพระอนาคาว่าเป็นพระอรหันต์สิ้นกิเลสแล้ว.. ตั้งแต่ปุณฺณกิเลสมันก็อยู่กับเรา เป็นเพื่อนเรา ปฏิบัติไปจนถึงพระอนาคา กิเลสมันก็ยังตามไปหลอกอยู่ จนกว่าเราจะทำลายภวาสวะ ทำลายภพ จิตเดิมแท้ที่ส่องใส จนสิ้นกิเลสเป็นพระอรหันต์แล้ว นั่นกิเลสมันถึงตายทั้งสิ้นทั้งปวง

แต่เวลาเป็นพระโสดาบันนี้หลานกิเลสมันตาย เพราะฆ่าหลานกิเลส สักกายทิฏฐิ พอเป็นสกิทาคานี้ฆ่าลูกมัน เห็นไหม ฆ่าลูก เวลาเป็นถึงพระอนาคานี้ฆ่าพ่อแม่มัน เวลา

ถึงพระอรหันต์นี้ฆ่าปุ๋ยตายาย ฆ่าหมดเลย ! ฆ่าทั้งตระกูล กิเลสทั้งตระกูลตายหมดเลย.. จบ !

ฉะนั้นสิ่งต่างๆ เวลาปฏิบัติว่าทำดีแล้วกิเลสมันจะอยู่..เราต้องส่งเสริม.. ทุกคนจะน้อยใจ เห็นไหม ทำแล้วไม่ได้ดีนี้ทุกคนน้อยใจ พระพุทธเจ้านะ นางจิญจมาณวิกาใช้ไหม เมื่อวานพูดนางอะไร ยังจ้างคนมาค่า พระพุทธเจ้านี่นะ ขนาดเป็นพระพุทธเจ้าเขา ยังจ้างคนมาค่า เทวทัตยังทำลาย แล้วเราทำอะไรกัน จะไม่มีใครมาสะกิดเราเลย โอ้โฮ.. คิวนี้ห้ามใครสะกิด เป็นคนดี แล้วพออย่างนี้ทุกคนจะน้อยใจหมดนะ ทำดีแล้วไม่ได้ดี

ทำดีต้องได้ดีเรารู้ของเราเอง แต่ทุกคนมีเวรมีกรรม สร้างเวรสร้างกรรมมา คนที่สร้างบุญสร้างกุศลมา ชีวิตเขาจะมีความสุข ประสบความสำเร็จของเขาไปตลอด แต่ถ้านักเราสร้างเวรสร้างกรรมมาพอสมดุลต่อกัน ชีวิตของเขาก็มีความสุข เดี่ยวเขาก็เจอวิกฤติ เดี่ยวเขาก็จะเอาชีวิตเขาพลิกกลับมาเป็นดี เห็นไหม ชีวิตเขาก็ลุ่มๆ คอนๆ แต่ชีวิตเราถ้าเราสร้างแต่กรรมมานะ ชีวิตของเราจะต้องบีบคั้นมา

แต่อันนี้ก็เป็นเรื่องหนึ่งนะ อีกเรื่องหนึ่งหมายถึงว่า มันให้ค่าโดยตัวเอง ถ้าจิตใจเราดีนะ สิ่งที่ว่า เป็นวิกฤติ วิกฤติไม่มี.. วิกฤติเราแก้ไขได้หมด ถ้าจิตใจเราดีนะสิ่งที่ว่า เป็นวิกฤติ ไม่มีอะไรเป็นวิกฤติเลย แต่ถ้าจิตใจเราอ่อนแอนะ แม้แต่อุปสรรคเล็กน้อยก็บอก วิกฤติมาก เห็นไหม

มันมีอยู่ ๒ ประเด็น.. ประเด็นหนึ่งคือเวรกรรมที่มันให้ผล ประเด็นหนึ่งคือจิตใจเราอ่อนแอด้วย ถ้าจิตใจเราเข้มแข็งนะ สิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นมามันจะฝีกจิตใจนี้ให้เข้มแข็งทุกอย่างนะมันเกี่ยวกันได้หมดเลย

หลวงตาท่านชมหลวงปู่ขาว หลวงปู่ขาวนี้ท่านมีปัญหาครอบครัวแล้วออกบวช ตอนบวชนั้นก็ยังไม่ค่อยเข้าใจเท่าไรเพราะบวชอยู่วัดบ้าน เสร็จแล้วพอบวชมาแล้วนี่เห็นว่าชีวิตบวชอยู่เฉยๆ มันไม่เป็นประโยชน์ ถึงจะออกประพฤติปฏิบัติ ญาติโยมทั้งหมดเลย ญาติของหลวงปู่ขาวทั้งหมดเลยบอกไม่ให้ไป "ไม่ให้ไปมันทุกข์มันยาก หลวงปู่ขาว ท่านปฎิญาณในหัวใจของท่าน

“ก้าวออกจากวัดนี้ไป ถ้าไม่สำเร็จเป็นพระอรหันต์จะไม่เหลียวหน้ากลับมา”

นี่เพราะหลวงปู่ขาวท่านเล่าให้หลวงตาฟัง หลวงตาถึงขมน้ำใจหลวงปู่ขาวมาก.. ลองได้ก้าวออกจากวัดนี้ไป ถ้าไม่สำเร็จถ้ากิเลสไม่หมดจากใจ จะไม่หันหน้ากลับมา ! แล้วออกไปเลยนะ ออกไปก็ไปตามหาหลวงปู่มั่น ไปอยู่กับหลวงปู่มั่น จนไปสิ้นกิเลสที่หลวงตาบอกว่าไปสิ้นกิเลสที่เชียงใหม่ ๓ องค์ หลวงปู่มั่น หลวงปู่ขาว หลวงปู่แหวน นี่ที่ไปสำเร็จที่หลวงตารู้จัก แต่องค์อื่นยังมีอีก

นี่เวลาสำเร็จแล้วค่อยย้อนกลับมา เพราะอะไร เพราะจิตใจเข้มแข็ง เพราะถ้าเราจิตใจอ่อนแอเราก็จะอ่อนแอไปตลอด ถ้าจิตใจเราเข้มแข็ง เข้มแข็งนี้มันอยู่ที่ไหนล่ะ เข้มแข็งนี้มันอยู่ที่พละ อยู่ที่อินทรีย์ เห็นไหม อินทรีย์แก่กล้า ถ้าอินทรีย์แก่กล้า ทุกอย่างพร้อม

เหมือนร่างกายเรานี้ ร่างกายแข็งแรงเราทำงานได้ประสบความสำเร็จ ร่างกายเราอ่อนแอ เราพยายามทำงานเราก็พยายามทำของเรานะ เราต้องพยายามขวนขวายของเรา แต่ถ้าร่างกายแข็งแรงงานนั้นก็ต้องง่ายขึ้น.. จิตใจที่เข้มแข็ง มันจะมีหลักมีเกณฑ์ของมัน แล้วจะสู้วิกฤติได้ ถ้าจิตใจอ่อนแอ เห็นไหม อะไรก็สู้ไม่ไหว สู้ไม่ไหว

นี่พูดถึงว่ามันพัฒนาการของมันนะ เขาถามว่า “ไปรู้เรื่องของคนอื่นก่อนที่เขาจะพูด อี๊ดอ๊ด ภาวนายาก” ก็ไม่ไปรู้ก็จบ เพราะมันไม่ไปรู้ด้วยสติ ไม่ใช่ไม่ไปรู้แล้วทำอย่างไร เพราะจิตมันจะไป.. จิตมันจะไป มันอยากรู้ เพราะจิตมันพร่อง พอมันอยากรู้แล้วมันไปแล้วทำอย่างไร

สตินี้เราฝึกหัดเราควบคุมได้ พอเราควบคุมได้ เราหัดได้ เราทำได้ วันหลังมันจะรู้ของมัน แล้วเห็นเป็นประโยชน์กับมัน นี่ก็ประโยชน์กับมันนะ เอวัง