

เหมารวม

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๕๖

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

ข้อ ๑๔๓๒. เนาะ

ถาม : ข้อ ๑๔๓๒. เรื่อง "ได้สติคืน"

กราบนมัสการพระอาจารย์ เนื่องจากได้ฟังคำตอบจากคำถามเรื่อง "ใครรู้" ไตรลักษณ์" ต้องขอบพระคุณท่านอาจารย์ที่ได้กรุณากระแทกจนจิตคลายตัวจากการตั้งคำถาม กระผมมิได้คิดจะลบหลู่พระป่า แต่กลับชื่นชมในความเสียสละ กระผมอยากบวชเพื่อปฏิบัติ แต่คิดปัญหาเรื่องครอบครัว ยังต้องอยู่ทางโลกโดยหน้าที่ของสามีและพ่อ ซึ่งไม่อาจทิ้งภาระที่ตัวเองก่อขึ้นมาได้ จึงเกิดความกังวลขึ้นในจิต อยากจะให้จิตนี้หลุดออกจากการเวียนว่ายตายเกิด แต่ก็ยังห่วงครอบครัว จึงอยากจะทำให้ความห่วงนี้เป็นไตรลักษณ์ ให้ความกังวลนี้หมดไปจากจิต จนลืมผู้รู้คือพุทธโธ ต้องขอบพระคุณท่านอาจารย์ที่กระแทกจนได้สติ ไม่เคยท้อกับการปฏิบัติ เพราะได้ตั้งมั่นยึดแนวทางของครูบาอาจารย์ สายวัดป่าเป็นที่พึ่ง ไม่มีใครที่จะสามารถทำจิตให้หลุดพ้นได้นอกจากการปฏิบัติตามคำสอนของครูบาอาจารย์

ตอบ : นี้คำถามเหมือนกับไม่ได้ถาม ครั้งที่แล้วเขาถามมาเรื่องใครรู้"ไตรลักษณ์" ที่นี้คำว่าใครรู้"ไตรลักษณ์" โดยการปฏิบัติของโลกในปัจจุบันนี้ ในการปฏิบัติมันมีหลายแนวทางมาก ฉะนั้น บอกว่าอยากรู้"ไตรลักษณ์" อยากรู้มรรครู้ผล แล้วการปฏิบัติไปลูบๆ คลำๆ แล้วก็ได้มรรค ได้ผลกันไป ฉะนั้น บอกว่าใครรู้"ไตรลักษณ์" ที่นี้ใครรู้"ไตรลักษณ์" คำว่าอยากรู้ อยากรู้ อยากเห็น อยากรู้ อยากเห็นเรามีพื้นฐานอย่างไรถึงจะรู้จะเห็นได้ ถ้าเรามีพื้นฐาน การจะรู้จะเห็นมันต้องมีพื้นฐานก่อน

ถ้ามีพื้นฐาน เห็นไหม นี่เวลาคนที่อ้างอิงก็อ้างอิงว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปเทศน์บัญญัติก็ไม่ได้สอนเรื่องการทำสมาธิเลย ทำไมต้องทำสมาธิด้วย เวลาบัญญัติ เวลาไปเทศน์บัญญัติก็เทศน์ธัมมจักกฯ เลย และพระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตาเห็นธรรมไปแล้ว ทำไมไม่สอนทำสมาธิละ? แต่เขาไม่ได้คิดหрок เขาไม่ได้คิด เพราะว่าคนที่ภวานาเป็น อย่างหลงตาท่านพูดบอ่ยว่าบัญญัติคืออุปัฏฐากองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ ๖ ปี คนภวานาอยู่ ๖ ปี คนทำภวานามา ๖ ปี แล้วคนมีอำนาจวาสนา ไม่ใช่คนไม่มีอำนาจวาสนา

พระอัญญาโกณฑัญญะเป็นพราหมณ์พยากรณ์ตั้งแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเกิด ว่านี่จะเป็นศาสดาอย่างเดียว จะเป็นศาสดาอย่างเดียว เขาเป็นพราหมณ์ เขาเป็นนักบวชมาก่อน แล้วเขาได้ประพตปฏิบัติมา อุปัฏฐากมา ๖ ปีเขาทำความสงบของเขามาก่อน ถ้าเขาทำความสงบของเขามาก่อน เทศน์ธัมมจักกฯ เขาถึงมีดวงตาเห็นธรรม แต่อย่างพวกเรา อย่างพวกเราที่เราอยากใคร่รู้ๆ ถ้ารู้ในเรื่องศาสนา รู้เรื่องศาสนา เรื่องชาวพุทธมีวัฒนธรรมประเพณีอันนี้ก็เป็นวาสนาของคนเหมือนกัน

วาสนาของคนนะ คนที่ไม่มีหลักศาสนาในใจ มนุษย์ต่างจากสัตว์เพราะมีศีลธรรม ถ้าไม่มีศีลธรรมในใจ มนุษย์มันก็เหมือนสัตว์ตัวหนึ่ง ถ้าเหมือนสัตว์ตัวหนึ่ง เรามีอำนาจวาสนา เรามีศาสนาประจำหัวใจ นี่เราเป็นสัตว์ประเสริฐแล้ว แล้วเป็นสัตว์ประเสริฐแล้ว ถ้าเราใคร่รู้เรื่องไตรลักษณ์มันก็ต้องพูดกันถึงหลักการความเป็นจริง เพราะเราเป็นพระผู้ทรงศีล ความมีศีลมีสัจย์ ถ้าพูดคำสัจย์ คำสัจย์ก็ต้องเป็นความจริง ถ้าเป็นความจริง ถ้าใคร่รู้ด้วยอะไรละ? ที่พูดอย่างนั้นเขาขอบคุณมา เพราะขอบคุณว่านี่กระแทกจนได้สติคืนมา ได้สติคืนมาเพราะเราไปฟังการ โฆษณาชวนเชื่อ

นี่การชวนเชื่อนะ การปฏิบัติที่มันลัดสั้น การปฏิบัติที่มันง่ายตาย การปฏิบัติที่มันมีคุณธรรม การปฏิบัติที่มัน ไร้สาระ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าการสมาธิอย่างไรให้เชื่อ อย่าเชื่อแม้แต่ครูบาอาจารย์ของเรา อาจารย์ที่สอนอยู่นี้อย่าเพิ่งเชื่อ ต้องเอามาประพตปฏิบัติให้เป็นความจริงขึ้นมาก่อน นี่เชื่อสัญธรรมชาติความจริงในใจของเรา ฉะนั้นสิ่งที่คำถามมาเพราะว่า เพราะในปัจจุบันนี้ในสังคมมันหลากหลายมาก แล้วใครทำมาจับพดัดจับผล คนนั้นก็จะมีคุณธรรม คนนี้ก็จะมีคุณธรรม

หลวงตาท่านพูดนะ เวลาเทศน์บางกัณฑ์ของท่านฟังแล้วเศร้ามาก ท่านสลดใจ อยู่ มันดูถูกศาสนา มันเหยียบย่ำ มันทำลายศาสนากันได้ขนาดนั้น นี่เป็นพระแท้ๆ เป็นผู้ปฏิบัติแท้ๆ ทำลายศาสนากันได้ลงคอ โอ๊ย เวลาท่านพูดนะมันสะเทือนใจมาก แล้วเวลาเราจะปฏิบัติกัน ใครรู้ๆ แล้วก็จับพลัดจับผลูกันว่าจะให้รู้ให้เห็นไปตามนั้น มันจะเป็นไปตามนั้นจริงไหมล่ะ? มันไม่เป็นไปตามนั้นจริงเพราะมันไม่มีผู้รู้จริง ไม่รู้จริง นี่พูดสิ่งใดก็ตามทำตามกันไป ทำตามๆ กันไป แล้วทำตามๆ กันไปมันก็เป็นอุปาทานหมู่ อุปาทานหมู่ก็เป็นแบบนี้

ฉะนั้น บอกว่าใครรู้ไตรลักษณ์ พอใครรู้ไตรลักษณ์เราถึงบอกว่าจะรู้ในระดับของสิ่งใดล่ะ? ถ้ารู้ในระดับของการศึกษา การศึกษานะทางวิชาการใครก็รู้ได้ แล้วถ้าในการจะรู้ไตรลักษณ์ตามความหมายขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันก็ต้องมีความสงบของใจเข้ามาก่อน ถ้ามีความสงบของใจเข้ามาก่อน เพราะอะไร? เพราะหลวงตาท่านพูดบ่อยมาก สมุทัย สมุทัยมันบวกรเข้ามา เห็นไหม มันมีสมุทัยเจือปนมาตลอด ในการปฏิบัติของเรามันมีสมุทัย ในการปฏิบัติ สังโยชน์ ๓ นี่สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา วิจิกิจฉา สัตถัพพตปรามาส มันมีวิจิกิจฉามาทั้งนั้นแหละ

คนเราลองปฏิบัติ ใครบ้างไม่มีวิจิกิจฉา ใครไม่มีความสงสัย ใครไม่มีตะกอนในใจมันไม่มี ถ้ามันมีตะกอนในใจ สิ่งนั้นมันบวกรมาตลอด ที่นี้การกระทำของเรา เราจะแจ่มแจ้งขนาดไหนมันมีวิจิกิจฉาปนมาแน่นอน สมุทัยมันเจือมาแน่นอน เพราะมันอนุสัย มันนอนเนื่องมากับใจ น้ำนี้ น้ำก๊อก เราเปิดน้ำ พอน้ำมันมามันก็ต้องเอาสิ่งที่เจือปนกับน้ำนั้นมา ความคิด ความรู้สึกนึกคิดของเราที่ออกมา อนุสัยมันนอนเนื่องมากับจิตตลอด มันมีของมันออกมา ถ้ามันมีของมันออกมา เราไปพิจารณาสิ่งใด ใจวิจิกิจฉา ใจความลังเลสงสัย ใจสิ่งนี้มาเจือมาทั้งนั้นแหละ

ฉะนั้น เวลาพิจารณาไปแล้วมันจะสะอาดบริสุทธิ์อยู่ไหมล่ะ? ถ้ามันสะอาดบริสุทธิ์ ถ้าเราทำความสะอาดของใจเข้ามาเราก็กรองน้ำใช่ไหม? คุณสิเวลาปัจจุบันนี้ น้ำที่เป็นพิษเราไม่ยอมใช้กันหรอก ถ้าการประปาภูมิภาคที่ไค่น้ำของเขาขุ่น น้ำของเขามีสารพิษ ร่องเรียนทั้งนั้นแหละ บอกว่าน้ำนี้มันมีสารเจือปน มันใช้ไม่ได้ มันใช้ไม่ได้ เขาร่องเรียนเพราะอะไร? เพราะเขาไม่รู้ เขาเห็นของเขา เขาเห็นโทษของมัน แต่เวลาเราวิปัสสนากัน เราปฏิบัติกัน ความเห็นแก่ตัว สมุทัยในใจของเรา มันบวกรกับความรู้สึกนึกคิดของเรามี

ใครร้องเรียนบ้างล่ะ? มีแต่กิเลสมันอ้างอิงว่าใช่ ใช่ ใช่ แล้วเวลาถามมา เวลาถามมา เพราะที่เราพูดเพราะเราสังเวชไง เราสังเวช

ฉะนั้น ถ้าคนถามเขาว่าได้สติคืนมา เขาขอบุณมา อย่างนี้เราก็สาธุ สาธุว่าบัณฑิตด้วยกัน บัณฑิตนะ บัณฑิตซึ่งความขาดตกบกพร่อง ซึ่งจุดบกพร่อง แล้วเห็นว่าเป็นประโยชน์ นี่บัณฑิต ถ้าเป็นคนพาลนะ ทั้งๆ ที่ซึ่งความดีนี้แหละ เขาก็เป็นพาล เขาก็หาว่าเป็นการลำเอียง หาว่าพวกเขา พวกเรา มันไม่มีพวกหรือ หลวงป้อนบอกว่านิกายมันก็แค่ชื่อ ไก่มันยังมีชื่อเลย กลุ่มใครกลุ่มมันก็แค่ชื่อ แค่ชื่อ แค่มุมมอง แค่ความเห็น ถ้าใครมันมีทิวี่ มันมีมุมมอง มีความเห็น ถ้ามันเปลี่ยนแปลงนั้นก็เป็นกุศลของเขา นี่ไงมันก็แค่ชื่อ แค่ชื่อ แค่กลุ่ม แค่ก้อน กลุ่มก้อนของใคร เราจะเอากลุ่ม เอาก้อนอะไรแล้วมาแบ่งแยกกันมันมีประโยชน์อะไร? แต่ถ้าความจริงล่ะ? สัจจะความจริงที่มันจะเป็นความจริงขึ้นมาล่ะ?

ฉะนั้น ธรรมะมันต้องแยกแยะไง ฉะนั้น สิ่งที่ว่าถ้าเป็นผู้ที่ปฏิบัติใหม่ ผู้ที่ไม่มีศรัทธา เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเผยแผ่ธรรม เห็นไหม ถ้าเป็นฆราวาสอนุบุพพิกา นี่สอนเรื่องการเสียดสละ เรื่องของท่าน เรื่องของศีล เรื่องของเนกขัมมะ พอจิตใจควรแก่การงาน เนกขัมมะออกจากชุมชน ออกจากการคลุกคลี ถ้าออกมาได้จิตใจมีหลักมีเกณฑ์แล้วถึงจะเทศน์อริยสัจ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้เทศน์อริยสัจ อริยสัจๆ ไม่มีหรือ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเทศน์อริยสัจต่อเมื่อจิตใจควรแก่การงาน

จิตใจของคนที่มีนาควร จิตใจคนที่มีนอ่อนนุ่ม จิตใจคนที่ควร คนที่ไม่แข็งกระด้าง ถ้าจิตใจคนแข็งกระด้างองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็สอนเรื่องสวรรค์ เรื่องคุณงามความดีแล้วได้มรรค ได้ผลอย่างไร แล้วถ้าทำคุณงามความดีแล้วผลมันจะตอบแทนมาอย่างไร จิตใจเห็นคุณค่าแล้วมันควรแก่การงาน ควรแก่การงาน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงเทศน์อริยสัจ อริยสัจคืออะไร? ทุกข์คือสัจจะ ทุกข์คือความจริง แล้วความจริงเป็นอย่างไร? แก้ไขเข้าไปอย่างไร? นี่ก็เหมือนกัน อยากรู้ไตรลักษณ์ ใครรู้ไตรลักษณ์ ถ้าไตรลักษณ์เป็นอย่างนั้นมันเป็นของใคร ในเมื่อทางวิชาการใครๆ ก็อธิบายได้แล้วผู้ที่ปฏิบัติจริงเขาจะรู้ของเขา

ฉะนั้น สิ่งที่ถูกออกไป พุดออกไปเดือนสติสังคม ฉะนั้น สิ่งที่ถูกถามถ้ามันจะรุนแรงบ้างมันก็อย่างว่านี่ การประพุดปฏิบัติหลวงตาท่านพุดประจำ ในการปฏิบัติมันมีหนักมีเบา เวลาสิ่งใดที่หนักควรหนัก สิ่งใดเบาควรเบา อย่างจิตใจที่มันแข็งกระด้าง จิตใจที่มันไม่ลงเราต้องหนักแน่นกับมัน เราก็ต้องมีสัจจะ มีขันติ มีความเป็นจริงสู้กับกิเลสของเรา ถ้าจิตใจเรามันนุ่มนวล จิตใจเรามันเป็นสมาธิเราจะไปหนักทำไม?

คุณหลวงตาสิ หลวงตาท่านนั่งตลอดรุ่ง นั่งตลอดรุ่ง ขึ้นไปหลวงปู่มันชมหน้าคุณเลย ชมจนแบบว่า อู้ฮู ท่านก็พองเลย แต่เวลาถึงที่สุด คนเขาฝึกม้า ม้าที่มันพยศก็ต้องให้มันอดอาหาร ถ้าม้าที่มันพยศมันอ่อนลงเขาก็ให้กินพอประมาณ ถ้าม้าไหนที่มันอยู่ในคำสั่ง ม้าไหนที่มันเชื่องแล้วเขาก็เลี้ยงมันเป็นปกติ นี่ไงเตือน ใจ นี่เวลาจิตใจมันดึงมาขึ้นมาแล้วเขาก็ไม่ต้องรุนแรงกับมันหรือ? แต่ถ้ามันจะเริ่มเบาเป็นปุยนุ่น กับการปฏิบัติมันก็ไม่มีหรือ การปฏิบัติมีหนักมีเบา เวลาหนักควรหนัก เวลาจิตใจที่มันแข็งกระด้าง จิตใจที่มันคือก็ต้องรุนแรงกับมัน แต่ถ้าจิตใจมันควบคุมดูแลได้ง่าย ต้องไปรุนแรงกับมันทำไม? ไปรุนแรงกับมัน คนที่มันจะนุ่มนวล มันจะเข้าสู่ธรรม ไปรุนแรงกับมัน มันก็เลยไม่เข้าอีก

นี่กับการปฏิบัติมันมีอย่างนี้ เวลาหนักควรหนัก เวลาเบาควรเบา เวลาเบาหนักควรเบา แล้วการใช้ที่ความเหมาะสมสำคัญมากเลย เวลามันควรหนักก็ไปเบา เวลาควรเบาแล้วไปหนัก ควรเบา มันจะเข้าด้ายเข้าเข็มก็ไปหนักกับมัน มันก็เลยไม่เข้าด้ายเข้าเข็มอีก เวลาหนักควรหนัก เวลาเบาควรเบา แล้วคนทำมันจะรู้ ถ้ามันรู้อย่างนั้นแล้วมันก็เป็นการปฏิบัติ ภาคปฏิบัติเขาเป็นกันอย่างนี้ ฉะนั้น สิ่งที่เป็นจริงมันก็เป็นจริงแบบนี้

ฉะนั้น ที่ว่านี่เราอยากรู้ไหม? เราอยากรู้ อยากรู้ความอยากให้มันออกหน้าไป ความอยาก ถ้าความอยาก อยากเพื่อความดีเป็นมรรค ถ้าเป็นมรรคแล้วเราก็ปฏิบัติของเราไป ทีนี้เขาบอกว่าเขาอยากออกบวช เขามีครอบครัว อย่างนี้เป็นสุภาพบุรุษ สุภาพบุรุษสร้างสิ่งใดมาต้องรับผิดชอบ เราสร้างครอบครัวมาเอง ถ้าเราสร้างครอบครัวมาเองเราก็รับผิดชอบต่อของเรา ถ้ารับผิดชอบต่อของเรา เราก็รอวันเวลา ถ้ามีเวลาเมื่อไหร่ที่เราสามารถให้เขาขึ้นด้วยตัวเองได้ เราจะปฏิบัติตอนนั้นเราก็ทำได้ ตอนนี้เป็นคนสร้างขึ้นมาเราเป็นสุภาพบุรุษ เราทำสิ่งใดมาเราต้องรับผิดชอบ รับผิดชอบแล้วดูแลไป

พระกัศสพะพ่อแม่อยากให้แต่งงาน ทั้งๆ ที่อยากบวชใจจะขาด ลูกชายคนเดียว นี่เวลาอำนาจวาสนา เวลาเขา มีครอบครัวหนึ่ง เห็นไหม ลูกสาวก็เหมือนกัน เวลาแต่งงาน

กันมาเราอยู่พรหมจรรย์ด้วยกัน แต่งแต่ในนาม รोजนพ่อแม่ทั้งสองฝ่ายเสียชีวิตทั้งหมดนะ แล้วแจกข้าวของทั้งหมด ข้าวของเงินทองแจกหมดเลย แล้วต่างคนต่างออก ออกไปคนละทาง ภรรยาไปบวชภิกษุณี พระกัสสปะมาเป็นพระ มาบวชเมื่อผู้เฒ่าอายุมากแล้ว ก็ขอกรรมฐานองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปปฏิบัติจนเป็นพระอรหันต์ขึ้นมา เป็นพระอรหันต์ขึ้นมา แล้วพระอรหันต์ไม่ใช่ธรรมดา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า

"กัสสปะเอ๋ย เธอก็อายุปานเรา ๘๐ เหมือนกัน ทำไมถือธุดงค์วัตร"

นี่สั่งมาปะถึง ๗ ชั้น ขอแลก ขอแลกเลย "เธอทำอย่างนั้นทำไม?"

อ้าว พระอรหันต์ทำทำไม? พระอรหันต์ไม่ได้ทำเพื่ออยากดังหรือ พระอรหันต์ไม่ได้ทำเพื่อประโยชน์กับตัวเองหรือ พระกัสสปะบอกองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอก

"ข้าพเจ้าทำไว้เพื่อเป็นคติแบบอย่างให้กับอนุชนรุ่นหลัง"

อนุชนรุ่นหลังได้ถือคติแบบอย่างแบบพระกัสสปะ นี่เวลานิพพานไปแล้ว เห็นไหม

"อานนท์ นิพพานไป ๓ เดือน เขจะมีทำสังคายนา เธอจะได้เป็นพระอรหันต์วันนั้น"

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะนิพพาน เขาจะจุดไฟเผาเรือนร่างองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เทวดาไม่ให้ติดถ้าพระกัสสปะยังไม่มา พระกัสสปะมาไม่ต้องบอกติดเลย แล้วพระกัสสปะเป็นหัวหน้าเป็นผู้ทำสังคายนา นี่ใจคนเรามันเป็นสุภาพบุรุษรับผิดชอบมาตลอดเลย ถึงเวลาบวชมาแล้ว บวชเมื่อแก่ แต่บวชเมื่อแก่แล้วเป็นเอตทัคคะทางธุดงค์วัตร เป็นหัวหน้าผู้ที่พาพระทั้งหมดทำสังคายนา พระกัสสปะ นี่ถ้าเราเป็นสุภาพบุรุษเรารับผิดชอบ

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรามีครอบครัวไขว้ใหม่เราก็ดูแลของเราไป ทีนี้พอมันเป็นห่วงงนี่เขาบอกว่าอยากจะให้มันหายห่วง อยากให้มันเป็นไตรลักษณ์ คืออยากให้ความกังวลนั้นเป็นไตรลักษณ์ อยากให้ความกังวลนั้นมันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วดับไป ยิ่งกังวลมันก็ยิ่ง

ไปคู่แฝด นี่ยิ่งเชื่อมั่น แผลมันยิ่งขยายใหญ่โต นี่ก็เหมือนกัน กลับมาพุทโธถูกต้องแล้ว คนเรานะถึงกาล ถึงเวลามันเป็นไป นี่ก็เหมือนกัน สิ่งทีขออย่างเดียวขอให้รักษาเจตนา อันนี้ไว้ ขอให้รักษาเจตนาที่ว่าอยากพ้นทุกข์ อยากพ้นทุกข์ อยากปฏิบัติรักษาเจตนาไว้ โอกาสที่มันจะทำมันมี มันต้องแยกแยะใจ ไม่เหมารวมใจ

ทีนี้พอเราเหมารวมไปหมด เวลาอยู่กับโลกก็อยากจะปฏิบัติธรรม พอบวชมาเป็น พระขึ้นมาก็บอกว่าพระบวชมา ๓-๔ แสนองค์ทำไมไม่รุ่งดังกั้น เวลาบวชมาเป็นพระ พระเต็มเลย ปฏิบัติเอาจริงเอาจังเลย เวลาเขาเป็นโยมเขาก็อยากจะบวช ใ้อบวชมาแล้วจะ เอาจริงขนาดไหน ถ้าเอาจริงเอาจังมันต้องแยกแยะใจ ไม่เหมารวมใจ ถ้าเหมารวมมันมี ที่ว่าอยากรู้ไตรลักษณ์ อยากจะเห็นตามความเป็นจริง แล้วพอจิตของเรา จิตของเรามัน กังวลก็อยากให้จิตกังวลนี้เป็นไตรลักษณ์ คือไม่ให้มีटक้างอยู่ในหัวใจ เราไปคาดไป หมาย เห็นไหม เราไปคาดไปหมายเรายังคับธรรม ให้กะแนนธรรม ตัดกะแนนธรรม ไม่ได้ แต่เวลาเราปฏิบัติจริงขึ้นมาเราไปรู้จริงตามจริงมันเป็นปัจจุบัน เป็นอย่างนั้นตาม ความเป็นจริง แล้วเห็นแล้วคาดไม่ถึง

ใ้อคนที่คาด ที่หมายสิ่งใดไว้ในหัวใจนะ เวลาปฏิบัติไปแล้วไม่ได้สิ่งที่เราคาด หรอก ถ้าสิ่งที่เราคาดก็คือสัญญา สิ่งที่เราคาดมันก็เป็นอดีต อนาคตทั้งนั้นแหละ เวลา ปฏิบัติจริงๆ แล้วมันเหนือการคาดหมาย ทั้งๆ ที่เราศึกษามาขนาดนี้มันเหนือการ คาดหมาย ถ้ามันเป็นความจริงขึ้นมาอย่างนั้น มันจะเป็นความจริง นี่ความกังวลถ้ามัน หมดไปจากใจของเรา เราพยายามทำของเรา ถ้าทำได้มันก็เป็นสัจจะ เป็นความจริง ไม่ เหมารวมธรรมะใจ ในเมื่อสมควร เราเป็นสุภาพบุรุษ เราก็รับผิดชอบเรารับผิดชอบไป แล้วตั้งเจตนาอันนี้ไว้ ตั้งเจตนาอันนี้ไว้ หลวงปู่เ็นเวลาท่านมาเทศน์ที่กรุงเทพฯ คนถาม ว่าควรปฏิบัติอย่างไร ท่านบอกว่าให้พุทโธตลอดเวลา นั่งรถเมล์ เวลานั้นบนรถเมล์เราก็ พุทโธได้ คนเรามีลมหายใจเข้า ลมหายใจออกเรานึกของเราได้

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเรามีเจตนาของเรา แล้วเรารักษาเจตนาของเรา สิ่งที่ว่าพระไตร ลักษณ์ ไตรลักษณ์ะญาณ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค นี่เป็นอริยสัจ นี่เป็นความจริง แล้วเวลา มันสมุจเฉทไปหาน นี่ไตรลักษณ์ที่มันเป็นไตรลักษณ์มันเป็นความจริง อันนั้นให้มันไปรู้ จริง อันนี้เราคาด เราหมายไปนะ การคาด การหมายนี้ความรู้ของโลก สังคม วุฒิภาวะ ของใจ ใจคนที่มันรับผิดชอบมากมันก็ยึดมั่นถือมั่นของมันมาก คนที่ไม่รับผิดชอบสิ่งใด

เลยก็ผลักรถให้คนอื่นหมดเลย ตัวเองอยู่ขวางเขาไปทั่ว ไม่ยอมรับสิ่งใดเลย นี่เอาแต่ลอยตัวอยู่ตลอดเวลา นั่นก็เป็นลักษณะหนึ่ง

ไอ้คนที่รับผิดชอบมากมันก็แบกรับภาระ แยกหมไปจนเป็นทุกข์เป็นยากไปหมด แต่ถ้าเรามีสติ มีปัญญา เราดูแลใจเรา เราดูแลใจของเรา แล้วสังคมไหนเขาปฏิบัติอย่างไรมันก็เรื่องของเขา เราดูแลใจของเรา แล้วเราปฏิบัติของเรา อะไรเป็นความจริง ไม่เป็นความจริง ถ้าความจริง เห็นไหม ผู้ที่มีจุดยืน ผู้ที่เป็นสุภาพบุรุษมันฟังเหตุฟังผลไง นี่ถ้าเป็นนักปราชญ์ด้วยกันคุยกันง่าย แต่ถ้าเป็นพาลนะมันเอาสีข้างเข้าถู มันไม่ฟังเหตุฟังผล เอาสีข้างเข้าถู อะไรก็อ้างแต่ความถูกต้องของตัวเองอย่างเดียว อย่างนั้นเรายกไว้ เราไม่ต้องไปยุ่งกับเขา เราเอาความจริงของเราดีกว่า ถ้าความจริงอย่างนี้มันก็จบ

นี่พูดถึงว่าเขาว่าขอบคุณมานะ ขอขอบคุณว่าหลวงพ่อดีใจที่เตือนสติกลับมา ไม่อย่างนั้นมันก็ไปอยู่ที่นั่นหมด ถ้าเราเตือนสติกลับมาแล้วเราทำความจริงของเรา เราได้เนื้อหาระ เราได้เนื้อแท้ เราได้ความจริงเรา เราไม่เหมารวม การเหมารวม กำคลูกเกล้าไปหมดเลย แยกถูกแยกผิดไม่ได้ แล้วทำให้เรามีคมนไปตลอด แต่ถ้าเราแยกถูกแยกผิดกาลเวลา สิ่งที่เราทำแล้วเรารับผิดชอบของเรา เราทำของเราได้ พระในสมัยพุทธกาลนะ อยู่ในป่า เวลาเสื่อมันกิน ตั้งแต่ซื้อทำขึ้นไป ตั้งแต่หัวเข่า ก็ยังวิปัสสนายังไม่ถึง เวลาเคี้ยวเข้าไป กินเข้าไปถึงเอว สำเร็จเป็นพระอรหันต์ท่ามกลางปากเสือ เวลาจำเป็นอย่างนั้นเขามีปัญญาของเขา เขารักษาของเขาได้

นี่ก็เหมือนกัน ในเมื่อชีวิตเราจำเป็นอย่างนี้เราก็รับผิดชอบของเราไป ตั้งเจตนาอันนี้ไว้ที่สำคัญมาก เวลาตอนนี้มีเจตนาอยากออกบวชมาก เวลาเราก็ดูแลไป พอส่งเสียเขาไปหมดแล้วนะ เฮ้อ เหนื่อยพอแรงแล้ว เป็นผู้เฒ่าแล้ว ไม่บวชดีกว่า นี่ไงตั้งเจตนาไว้ตั้งแต่ตอนนั้น เพราะตอนนี้ส่งเสียถึงขั้นพังหมดแล้ว แล้วเราจะทำอย่างไร? ชีวิตเราจะทำอย่างไร? เราทำของเราเพื่อประโยชน์กับเรา ให้เป็นกิจจะลักษณะ เป็นวรรค เป็นตอน แล้วชีวิตเราจะได้ไม่ต้องให้กิเลสมันชักนำไปขนาดนั้น

ถาม : ข้อ ๑๔๓๓. เรื่อง "โปรแกรมของจิต"

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญคุณมหาหลวงพ่อบอกอาการของหนูเกิดจากโปรแกรมของจิตที่รู้สึกว่ามีอะไรเกาะหลังค้ำ หนูกินยาอยู่ หยุดยา รู้สึกจะมีอะไรมา

เกาะที่หลัง รู้สึกว่าอาการรู้สึกนี้เกาะหลังแล้วมันเกิดจากจิตของหนูเอง จึงมักจะไปรู้ตรงตำแหน่งนั้น ห้ามจิตไม่ได้ บางครั้งเป็นเสื้อผ้าที่กดทับหลัง พอจิตไปจับมันก็มีน้ำหนักขึ้นมา หนูไม่อยากพึ่งยาอะ

ตอบ : นี่พูดถึงการพึ่งยานะ จิตของเรา ถ้าจิตของเราเป็นปกติ ความเป็นอยู่ของเราเป็นปกติ ทีนี้เป็นปกติมันก็อยู่ที่สมาธิสั้น สมาธิยาว อยู่ที่คนวิตกกังวลมากหรือน้อย นี่มันเป็นจรตนิสัย เวลาทางโลกเจ็บไข้ได้ป่วยเขาไปหาหมอเพื่อรักษา แต่เวลาเราจะประพฤติปฏิบัติขึ้นมา ในเมื่อในหัวใจเรามันมีกิเลส กิเลสคือสิ่งที่เป็นโรค เป็นภัย ถ้าเราจะรักษาเรารักษาด้วยธรรมะ

ถ้าเรารักษาด้วยธรรมะ เห็นใหม่ จิตใจเราต้องการธรรม ธรรมโอสถเพื่อรักษาหัวใจ ถ้าผู้ปฏิบัติโดยความเป็นจริง แต่จิตใจของเรานะ จิตใจของคนที่มีมันผิดปกติ นี่ผิดปกติบ๊อบหนูดองกินยา ถ้าหนูกินยา เพราะกินยาขึ้นมาแสดงว่าจิตใจของเรา เราไม่สามารถมีสติสัมปชัญญะจะบริหารจัดการจิตใจของเราได้ เราถึงต้องอาศัยยาเพื่อบรรเทา ยาในทางการรักษาจิตมันกดทับประสาท กดทับประสาทเพื่อจะไม่ให้ไหลตามไปด้วยจิตที่มันขาดตกบกพร่อง ฉะนั้น มันกดทับประสาทเพื่อจะให้เราฟื้นฟูขึ้นมา ถ้าเรากำหนดพุทโธ หรือเราพยายามฝึกหัดตั้งสติของเรา ถ้าเราตั้งสติของเราจนจิตของเรากลับมาเป็นปกติ ยานี่เราผ่อนได้ เราให้จำนวนมันน้อยลง

ฉะนั้น ในทางการแพทย์ ในจิตแพทย์เขาจะบอกว่าต้องกินยาต่อเนื่อง กินยาต่อเนื่องแล้วห้ามภavanaพุทโธเด็ดขาด เพราะเขาถึงว่าสิ่งที่จิตที่เป็น เป็นเพราะการไปภavanaแล้วหลง ไปภavanaแล้วมีความตกใจ มีต่างๆ มันถึงเกิดเป็นจิตที่บกพร่องนี้ เขาถึงห้ามเด็ดขาด ทีนี้การห้ามเด็ดขาด ฉะนั้น สิ่งนี้มันเป็นความเห็นของจิตแพทย์ แต่ถ้าความเห็นของพระนะ พระที่นักปฏิบัติ พระที่เป็นจริง ถ้าจิตถ้ามันรุนแรง จิตที่มีความรุนแรง ถ้ามีสติปัญญามันสามารถทำให้หายก็ได้ แต่ถ้ามันรุนแรงเราสามารถทำให้กลับมาเป็นปกติได้ไหม? ถ้ากลับมาเป็นปกติไม่ได้มันก็ต้องมียาควบคุมไป

ไอ้มันก็เป็น เราไม่อยากจะใช้คำว่ากรรม พอใช้คำว่ากรรม ทางโลกเขาพยายามจะโจมตีว่าถ้ามีสิ่งใดยกให้กรรมเลย ถ้ามีสิ่งใดที่แก้ไขไม่ได้ยกให้กรรมเลย แต่ถ้ามีสิ่งใดที่เป็นประโยชน์ ของฉัน ฉันเป็นคนบริหารจัดการ ฉันเป็นคนดี แต่ถ้าบริหารจัดการไม่ได้เป็นกรรม ยกให้กรรม ผลักไปที่กรรมเลย นี่เขาก็บอกว่าพระเอาแต่ได้ พระไม่เอา

แต่ได้หรือก เพราะธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

สังฆกรรมๆ มันเป็นเรื่องจริง มันเป็นเรื่องจริง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไม่ได้ไปเพิ่ม ไปลดคุณงามความดีของใคร ความดี ความชั่วของใคร จิตดวงนั้นเป็นคนทำมา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้ไปเพิ่มให้ใจของใครดีขึ้นมา หรือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปทำให้จิตใจของใครเลวทรามไป ตกต่ำลงไป แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรมให้เราพิจารณาแยกแยะ แยกแยะว่าอะไรผิด อะไรถูก แล้วเราพยายามทำของเราเพื่อรักษาใจของเรา ใจของเรามันก็เป็นคุณงามความดี ในใจของเรา

ฉะนั้น สิ่งที่ว่ารัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สังฆกรรมมันเป็นอย่างนั้น ธรรมมันเป็นอย่างนั้น ธรรมมันเป็นอย่างนั้น แล้วเวลาเราเวียนว่ายตายเกิดในโลก เราเวียนว่ายตายเกิดมา ถ้ามันเป็นจิตของเรามันขาดตกบกพร่องมา โดยทางโลก โดยความบีบคั้นของโลก ความบีบคั้นทางเศรษฐกิจ ในความบีบคั้นในเรื่องของครอบครัว ความบีบคั้น ความบีบคั้นมาจนจิตมันผิดปกติ แล้วเวลามาภวานา มาภวานาเราก็มีปัญหาขึ้นมา แต่ถ้าเราฝึกหัดสตินะ เพราะเขาพูดเองว่าหนูไม่อยากพึ่งยาอะ

ถ้าไม่อยากพึ่งยานะเราก็ต้องควบคุมตัวเราให้ได้ แล้วเวลาไปหาหมอ หมอให้ยามาขนาดไหน เราก็กินยาตามนั้นแหละ กินยาตามนั้น แต่ถ้าเราพิจารณาว่าเราสามารถดูแลเราได้ เราสามารถดูแลเราได้ เราอ่อนได้ เราเบาได้ แต่ถ้ามันมีอาการขึ้นมาเราต้อง ในปัจจุบันนี้เพราะมันมีข่าวสารมาก พวกที่ติดยาๆ แล้วควบคุมตัวเองไม่ได้ ไปทำลายพ่อแม่ ไปทำลายคนข้างเคียง ตอนนี้อยู่ในโลก ในสังคมมันมีปัญหาขึ้นมา แล้วเวลาหาแพะไม่ได้ นะโยนให้ภวานาแล้วละ หาผู้รับผิดชอบตรงนี้ไม่ได้ นี่เพราะภวานา แล้วก่อนที่ภวานา เขาทำอะไรมาละ? อันนี้อันหนึ่งนะ อันนี้พูดถึงปัญหาสังคม ถ้าปัญหาสังคมเราถึงไม่ มันเป็นเรื่องกรรม จะไม่ยกให้กรรมก็ไม่ได้

ฉะนั้น ถ้าเป็นเรื่องของกรรม แต่กรรมดี เราจะทำกรรมดีกัน เราจะสร้างคุณงามความดีกัน ฉะนั้น ถ้าหนูไม่อยากพึ่งยา ในปัจจุบันถ้าเราควบคุมตัวเองไม่ได้ เราควบคุมตัวเองไม่ได้ เพราะขณะที่เราหลุดไป แล้วพอเรามีสติขึ้นมา ถ้าเรามีสติขึ้นมาเราจะเสียใจไหม? ถ้าเราเสียใจแสดงว่า ถ้าเราเป็นสุภาพบุรุษอีกเราจะรักษาตัวเราเอง ถ้ามันพินสติมา

สิ่งนี้เราควบคุมตัวเองไม่ได้ แล้วถ้าเราจะเป็นคนดีขึ้นมาเราต้องให้ยา อาศัยยาช่วย อาศัยยาช่วย แต่ถ้าเราไม่มีสิ่งใดที่มันหลุดหายไปเลย เวลานั้นรับผิดชอบไม่ได้เลยมันไม่มี สติ เราพร้อมหมด นี่เราฟื้นตรงนี้ ถ้าสติกลับมาตรงนี้ได้ เอาให้กลับมาเป็นปกติก่อน ถ้ากลับมาเป็นปกติ ยาก็เบาลงได้

ถ้าเบาลงได้ นี่เห็นไหม เขาพูดเอง ถ้าพูดถึงความรู้สึกเขากำหนด ถ้าเขารู้สึกว่า อาการที่รู้สึกนี้มีอาการก่อนหลังเกิดจากจิตหนูเอง เกิดจากจิตหนูเอง เกิดจากความรู้สึกที่เราไปรับรู้เอง แต่ห้ามไม่ได้ แต่ห้ามจิตไม่ได้ แต่ห้ามจิตไม่ได้ ถ้าห้ามจิตไม่ได้เรามีสติ แล้วเราพยายามฝืนมันๆ แล้วฝืนมันได้มันก็กลับมาเป็นปกติได้ นี่พูดถึงว่าโปรแกรมจิตหนึ่งนะ มีถ้ามมาซ้ำสองเลย

ถาม : ข้อ ๑๔๓๔ เรื่อง "โปรแกรมของจิตตอนสองค่ะ"

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญเคยได้ฝึกวิธีเอาใจไปไว้ที่มือขณะที่หยิบจับสิ่งของค่ะ เวลาเดินก็เอาใจไว้ที่เท้า ขณะนั่งสมาธิหลับตาเห็นแสงสว่างในความมืด เอาใจไปไว้ที่แสงสว่างนั้น ปัจจุบันหนูมาภาวนาพุทธโศคะ แต่ยังเคยชินกับใจที่ไปตามมือและเท้าค่ะ และมักไปรู้ที่หลัง ทำให้รู้สึกเหมือนมีอะไรมาเกาะแล้วรู้สึกปวดบางครั้ง ปัจจุบันหนูพยายามดึงใจมาอยู่ที่หัวใจค่ะ หรือไม่ให้ใจไปรู้แบบนั้น อาการเหมือนกับมีอะไรมาเกาะหลัง อาการปวดหลังก็หายค่ะ

สิ่งที่เป็นอย่างๆ จิตมันวิตกกังวล จิตที่มันคิดปกติไปมันเป็นไปไม่ได้ สิ่งที่เป็นไปไม่ได้ ถ้ามันเป็นไปแล้ว เห็นไหม เวลาเขาบอกว่าเคยไปฝึก ฝึกอย่างไรมาก็แล้วแต่ สิ่งนั้นเวลาพูดถึงการฝึกฝนนะ ถ้าพูดอย่างนี้บ่คิดถึงพระองค์คุณิมาล พระองค์คุณิมาลไปศึกษากับอาจารย์ของตัวนะ เป็นเด็กที่ไปรัทมาก เป็นเด็กที่ศึกษาวิชาการได้เร็วมาก จนลูกศิษย์ทั้งหมดในสำนักนั้นอิจฉา พออิจฉาขึ้นมา ก็ไปยุไปแหย่กับอาจารย์ว่ามันจะชิงความเป็นใหญ่ มันจะชิง อาจารย์ก็หนักแน่นไม่เชื่อ แต่สุดท้ายลูกศิษย์ก็รวมหัวกันไ้

นี่พระองค์คุณิมาล เขาจะเป็นชู้กับภรรยาอะ เออ เริ่มคลอนแคลน เริ่มคลอนแคลน พอเริ่มคลอนแคลนก็คิดแล้ว เริ่มมีความคลอนแคลน เริ่มคิด ถึงวางแผนไป วางแผนจะทำลายพระองค์คุณิมาล จะให้วิชา ให้วิชาสำคัญมาก แต่ต้องแลกด้วยนิ้วมือพั้นนี้ จะให้ไปฆ่าคนพั้นคน ก็ด้วยความคิดว่าถ้าไปฆ่าคนถึงพั้นคนฆ่าไม่ครบหรอก จะต้องมีหน่วย

ราชการต้องมาจัดการแน่นอน คือเขาหวังฆ่าโดยอุบายของเขาไง พูดถึงว่าถ้าอาจารย์ไม่ชื่อ อาจารย์ไม่สะอาดบริสุทธิ์อย่างนี้ ลูกศิษย์มีปัญหา นะ ลูกศิษย์เป็นคนดี ลูกศิษย์อยากได้วิชาการ ลูกศิษย์อยากได้ความรู้ แต่อาจารย์ตัวเองไม่มั่นใจในตัวของตัวเอง อาจารย์ตัวเองหัวน้ ไหว ไปสอนคนเสียหาย

นี่ก็เหมือนกัน ที่ว่าหนูเคยไปภาวนามาอะ หนูเคยทำอย่างนั้นมาอะ ถ้าไปภาวนามา การภาวนามา ถ้าเราเป็นชาวพุทธนะ กรรมฐาน ๔๐ ห้องมันเป็นความจริงอยู่แล้ว ฉะนั้น เวลาไปสอนภาวนา ภาวนากี่ว่ากัน ไปร้อยแปดพันเก้า สุดท้ายแล้วมันก็มีอาการกดทับ พออาการกดทับขึ้นมา แล้วทำอย่างไรล่ะ? ในปัจจุบันนี้กลับมาพุทธโธ ถ้ากลับมาพุทธโธ พุทธโธคือพุทธะ

เวลาเราบอกพุทธโธ หลวงปู่มั่นท่านสอนพุทธโธ เพราะพุทธโธนี้พุทธธานุสติ เพราะมันอยู่ในพระไตรปิฎก กรรมฐาน ๔๐ ห้อง พุทธธานุสติ ชัมมานุสติ สังฆานุสติ มันเป็นพุทธภายิต มันเป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้สอนเอง แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็เป็นศาสดาเอง เป็นพุทธะเอง แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็สอนพุทธธานุสติเอง เราก็ทำตามพุทธโธ พุทธโธ

ฉะนั้น เวลาเราสอนเราก็สอนนี้โดยหลัก ที่นี้จริตนิสัยของคนมันมากมายใช่ไหม? พอเราสอนพุทธโธขึ้นมา เวลาเขาปฏิบัติแนวทางอื่นเขาบอกว่าพุทธโธมันเป็นสมณะ พุทธโธนี้มันไม่เกิดปัญญา กี่ว่ากันไป จนผู้ปฏิบัติรังเกียจพุทธโธ ไม่อยากทำพุทธโธเพราะพุทธโธมันไม่ใช่วิปัสสนา ไม่ต้องการ อยากจะวิปัสสนา อยากจะมีปัญญา นี่มันมีมุมมองอย่างนี้ขึ้นมา

ฉะนั้น เวลาจะบอกว่าพุทธโธก็กลัวเขาจะรังเกียจ แต่ถ้าเป็นพุทธโธ คำว่าพุทธโธ พุทธโธมันเป็นพุทธภายิต มันเป็นพุทธภายิตกรรมฐาน ๔๐ ห้อง องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราจะบอกว่ามันมีแต่คุณ มันมีแต่คุณมันไม่มีโทษ มันมีแต่คุณ ถ้ามันมีแต่คุณมันไม่แลบไปนอกเรื่องนอกราว มันไม่ทำให้เสียหาย เพียงแต่พวกเราทำพุทธโธกันไม่ได้ พอเราพุทธโธไม่ได้ จิตมันสงบไม่ได้เราก็จะหาทางออกมาเป็นทางผ่อนคลาย

ฉะนั้น ถ้าบอกว่าพุทโธ พุทโธ ถ้าผู้ที่ปฏิบัติแนวทางอื่นเขาก็บอกว่ามันเป็นสมณะ ศาสนาพุทธเป็นศาสนาแห่งปัญญา ถ้ามันสมณะนี้พระพุทธรเจ้าไม่ได้สอน มันเป็นพุทธร ภาสิต มันไม่ได้สอนอย่างไรล่ะ? แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธรเจ้าเป็นศาสดา เวลา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธรเจ้าจะเทศน์ว่าการ เห็นไหม อนุบุพพิกถาให้คนมีระดับ ของท่านก่อน จิตใจควรแก่การงานแล้วถึงจะอริยสัจ

นี่ก็เหมือนกัน จิตใจควรแก่การงานก็จิตใจที่มันเข้าสัมมาสมาธิ จิตใจที่อ่อนน้อม จิตใจที่ควรแก่การงาน พุทโธ พุทโธทำให้จิตใจของเราควรแก่การงาน ควรที่จะทำสิ่งใด พอควรแล้วถ้าจิตที่มันสงบระงับ จิตใจที่เป็นสัมมาสมาธิแล้วออกฝึกหัดใช้ปัญญา นั่นล่ะ ปัญญาในพุทธศาสนา มันมีของมันไปนะ เขาไม่หมางแข่ง ไม่เหมารวม มันมีที่ไปที่ไป เด็ก ก็ควรเป็นเด็ก เด็ก เห็นไหม พัฒนาการขึ้นมาจนเป็นผู้ใหญ่ ผู้ใหญ่ทำให้สมควรแก่เป็นผู้ใหญ่ เราเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ ผู้เฒ่าผู้แก่ก็สมควรเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ เป็นผู้ที่นับหน้าถือตาของ สังคม มันเป็นวาระ

จิตใจก็เหมือนกัน มันพัฒนาเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา ไม่ใช่ว่าถึงเวลาแล้วตั้งแต่เด็ก อนุบาลจนผู้เฒ่า กินด้วยกัน คลุกคลีด้วยกัน อาหารเด็กอ่อนมันก็อย่างหนึ่ง อาหารของคน ไปทำงานก็อย่างหนึ่ง ผู้เฒ่าผู้แก่เขากินพอประทังชีวิตเท่านั้นแหละ เพราะว่ามันกินเข้าไป แล้วมันก็สะสมในร่างกาย อาหารที่เขากินเรื่องของร่างกาย ตามวัยมันยังกินแตกต่างกัน เลย แล้วจิตใจที่จะภาวนามันก็เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา ครูบาอาจารย์ที่ปฏิบัติมันจะมีระดับ ของมันขึ้นมา

ฉะนั้น ที่ว่าเคยไปภาวนามาแล้ว ถ้ามันเอามาไว้ที่มือ ไว้ที่เท้า วางไว้หมดเลย เพราะผลของมันทำให้โปรแกรมจิตหนึ่ง โปรแกรมจิตสองอยู่นี่ไง ถ้ามันเป็นความจริง นะเราทำเพื่อคุณงามความดี เราปฏิบัติเพื่อชำระกิเลส เราปฏิบัติเพื่อคุณงามความดี เรา ไม่ได้ปฏิบัติมาให้เราเจ็บไข้ได้ป่วย ป่วยทางจิตใจ เราไม่ใช่ปฏิบัติมาเพื่อความเจ็บไข้ได้ ป่วย เรานี้มีกิเลสคือไข้โรคของกิเลส เราจะชำระล้างมันให้กลับมาแข็งแรง ให้จิตใจ กลับมาเป็นอิสระ เราทำเพื่อคุณงามความดี เราทำเพื่อศีลธรรม ทำเพื่อหัวใจพ้นจากกิเลส แต่เราไม่ได้ไปทำขึ้นมาเพื่อให้มันเจ็บไข้ได้ป่วย เพื่อให้มันมีแต่ความวิตกกังวลอย่างนั้น ไม่ใช่

ฉะนั้น เวลาเราปฏิบัติกัน คนที่ปฏิบัติมันวิตกกังวลก็วิตกกังวลกลัวจะไม่ได้ วิตกกังวลแล้วมันเครียดต่างๆ อันนี้มันเป็นเรื่องของกิเลสมันบีบคั้นทั้งนั้นแหละ ฉะนั้น เรากลับมาที่นี้ ถ้ามันเป็นไปได้ละ นี่โปรแกรมจิตสองใจ

ถาม : ปัจจุบันนี้หนูพยายามตั้งใจมาอยู่ที่หัวใจค่ะ

ตอบ : ตั้งมาอยู่ที่พุทธโธ อยู่ที่หัวใจเราไม่มีที่ตั้งใจ เวลารูปฌาน อรูปฌาน รูปฌาน เห็นไหม พุทธโธ ธัมโม สังฆโมนี่รูปฌาน อรูปฌาน อรูปฌานคือความว่าง ว่างอย่างไร เราต้องมีสติปัญญาของเรา รูปฌาน อรูปฌาน เพราะสิ่งที่ว่าจิตของเรามันเป็นนามธรรม อยู่แล้ว ถ้าเรามีจุดยืน เรามีที่เกาะ เรามีที่เกาะเกี่ยว จิตใจมันจะทำให้มันตั้งมั่นได้ ถ้าจิตใจไม่มีที่เกาะมันก็เร่ร่อน

ฉะนั้น ถ้าตั้งมาอยู่ที่หัวใจ พุทธโธก็ได้ อานาปานสติก็ได้ กำหนดสิ่งใดกำหนดไว้ ให้มันเกาะไว้ที่นั่น แล้วรักษาไว้แบบนี้ ความเจ็บไข้ได้ป่วย สิ่งที่มีนกดทับต่างๆ ถ้าจิตใจมันไปรับรู้มันก็ไปแบกหาม ถ้าเราตั้งกลับมาสู่พุทธานุสติ ผู้รูปฌาน อรูปฌาน มันปล่อยวางตรงนี้มา ให้มันตั้งมั่นขึ้นมา ตั้งขึ้นมาจนจิตมันกลับมาเป็นปกติ จิตมันมีกำลังของมัน สิ่งที่เจ็บไข้ได้ป่วยมันก็จะบรรเทา บรรเทาเบาบางลง แผลเป็นนะ นี่ในปัจจุบันนี้เขาทำศีลกรรมแผลเป็นก็หาย แผลใจนะมันฝังใจ ค่อยๆ ชำระล้าง ค่อยๆ ทำไป เบาบางไปๆ หายได้ แต่ส่วนใหญ่แล้วเดี๋ยวนี้เมื่อก่อนเขากินยาสมุนไพรมันช้า เดี่ยวนี้แผนปัจจุบันเขากินยาแผนปัจจุบันมันจะหายเร็ว

นี่ก็เหมือนกัน ทำแล้วจะให้มันได้ตั้งใจ ได้ตั้งใจ มันก็ไม่ได้ตั้งใจ พอไม่ได้ตั้งใจ ขึ้นมามันช้าๆ ค่อยๆ ทำไปให้จิตใจของเรากลับมาฟื้นฟู ให้มันกลับมาเป็นปกติ นี่กลับมาทำที่นี้หาย หายได้ คนเราป่วยได้ก็หายได้ เห็นไหม เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไปเที่ยวสวน เห็นคนเกิด คนแก่ คนเจ็บ คนตายมีตรงข้าม ทำงานไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายแล้วรู้ที่ไหน? รู้ที่ใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เราเจ็บไข้ได้ป่วยนี้รู้กับเรา เวลาเราทำของเรา เรากลับมาอยู่ที่ใจของเรา เรากลับมาที่พุทธโธก็ได้ ที่นี้หมอ มันมีคำถามก่อนหน้านี้ไง เขาไปหาหมอเหมือนกัน แล้วหมอสั่งห้ามเลยห้ามพุทธโธเด็ดขาด ห้ามภavanaเด็ดขาด โอ๊ย อันนั้นก็ยก

ให้หมอนาะ แต่เราก็หาอุบายทำของเราไป เวลาเราหิว เราหิวเรากระหายเราต้องหาอาหารกินเองนะ หมอมันสั่งอยู่ที่บ้าน สั่งอยู่ที่คลินิกมัน มันไม่ได้มาดูแลเราหรอก

นี่ก็เหมือนกัน หมอสั่งห้ามพุทโธนะ หมอสั่งห้ามภาวนานะ แต่ถ้าเราหิว เรากระหาย เราจะมีอาหารอะไรเลี้ยงหัวใจเรา จิตใจของเราเจ็บไข้ได้ป่วย เราจะทำอย่างไร ให้จิตใจของเรากลับมาเป็นปกติ ถ้าจิตใจเราเป็นปกติ หมอก็คือหมอ หมอก็เป็นปุณฺชน แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นศาสดา เป็นแก้วสารพัดนึก นึกดีหรือนึกชั่วล่ะ? นึกดีเราก็ทำคุณงามความดีของเรา นึกชั่ว นึกชั่วกิเลสมันก็เหยียบย่ำไป กิเลสก็เหยียบย่ำทำลายหัวใจให้ตกต่ำไป นี่เรานึกเอง เราทำเอง เราทำลายให้จิตใจของเราตกต่ำเลย นึกดี นึกดีเราทำจิตใจของเราให้ดี ปฏิบัติจิตใจให้เราดี ถ้าจิตใจของเราดี นี่แก้วสารพัดนึก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สิ่งนี้เป็นที่พึ่ง

ฉะนั้น ถ้าหนูไม่อยากจะพึ่งยาอะ หนูพยายามจะดึงใจกลับมาอยู่ที่หัวใจของหนูล่ะ เราให้กำลังใจ เราให้กำลังใจ เราให้กำลังใจแบ่งแยกตั้งสติ ตั้งคำบริกรรม เราแบ่งแยกเราไม่เหมารวม ถ้าเราเหมารวมเราแก้สิ่งใดไม่ได้เลย เราแยกแยะเป็นขั้นเป็นตอน สิ่งใดถ้ามันกระทบรุนแรงเราก็กินยา แต่ถ้ามันพอควบคุมดูแลได้เราก็ก่อนผัน แล้วเรารักษาหัวใจของเรา ถ้ามันกลับมาเป็นปกติได้ สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี กลับมาเป็นปกติได้ กลับมาเป็นจิตใจที่สมบูรณ์ของเรา จิตใจที่สมบูรณ์ของเรา นี่การเกิดเป็นมนุษย์เป็นอริยทรัพย์ ทรัพย์อันนี้ รักษาทรัพย์อันนี้ เพื่อแสวงหาคุณงามความดีของเรา เพื่อชีวิตของเรา เอวัง