

ผิดเป็นครู

พระอาจารย์สงบ มนสฺสฺสโต

ถาม-ตอบ ปัญหาคารม วันที่ ๒๗ ตุลาคม ๒๕๕๖

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

ถาม : เรื่อง “ทำผิดมาครับ”

กราบเท้าหลวงพ่อก่อน นั่งสมาธิตอนก่อนนอนกับเช้ามีด ผมอยากทำพุทโธให้เป็นหลัก และอยากทำให้ชัดๆ อย่างที่หลวงพ่อบอกสอน แต่ใจมันชอบแล่นไปดูลมตลอดเวลา ปกติผมไม่ได้จับเวลา ขึ้นอยู่กับว่ายอมแพ้มันเร็วแค่ไหน นั่งครั้งหนึ่งประมาณ ๑-๒ ชั่วโมง วันไหนว่าวุ่นๆมันว้าว แค่ชั่วโมงเดียวก็พอ ออกจะแตก บางครั้งนั่งได้ดี ๓ ชั่วโมงก็ไม่ได้ วันทีหนึ่งได้ดีมันจะมีอาการหวิวๆ โหวงๆ หน้าชา หน้าใหญ่ แต่ใจมันท่องพุทโธได้อยู่ จากนั้นมันจะมีอารมณ์อื่นแทรกเข้ามา ทำให้อาการนั้นหายไป

บางครั้งผมท่องพุทโธถี่ๆ แล้วพอมันเกิดอาการโหวงๆ หวิวๆ อยู่ดีๆ ใจมันก็โดดไปจับลม ทั้งลม ทั้งพุทโธ มั่วไปหมด สักพักความคิดก็เกิดขึ้น อาการนั้นก็หายไปอีก

ผมพยายามยึดคำเทศน์ของหลวงพ่อก่อน อันนี้มันปัญหาหญ้าปากคอก ใจมันสองอยู่ มันถึงไม่ลง แต่ก็อดคิดไม่ได้ว่า นี่อาจจะเป็นผลของความผิด ความชั่วที่เคยทำมา คือตอนที่ผมบวชเป็นพระเมื่อประมาณ ๑๕ ปีที่แล้ว บวชตามประเพณีครับ ไม่ได้มีครูอาจารย์พาประพฤติปฏิบัติ อยู่วัดก็อยู่กันไปให้ครบกำหนดบวชเท่านั้นเอง มีอยู่วันหนึ่งตอนตื่นเช้า อวัยวะมันแข็งตัว ผมก็ไปจับไปต้อมันด้วยเจตนาจะสำเร็จ ระหว่างที่ทำอยู่ มันมีสติกลับมาว่าเราเป็นพระ จึงหยุดการกระทำนั้น แต่กระผมมันใจมากกว่าอสุจิ มันยังไม่เคลื่อน จึงไม่ได้บอกเรื่องนี้ให้ใครรู้ แต่นึกถึงเมื่อไหร่มันก็ชัดเจนอยู่ตลอดเวลา

อาการภาวนาติดแบบนี้มันทำให้ผมล้มไปเมื่อ ๒ ปีก่อน ตอนนั้นผมกลับมาเริ่มปฏิบัติใหม่ได้ประมาณ ๑ เดือน มันเริ่มอีกแล้ว ผมควรแก้ไขอย่างไรดีครับเพื่อให้การปฏิบัติก้าวหน้า กราบนมัสการครับ

ตอบ : อันนี้พูดถึงเวลาภาวนาข้างหน้า หวิวๆ หวิวๆ เป็นอาการอันหนึ่ง แต่พอคนเราปฏิบัติไปแล้ว สิ่งทีพออาการมันเกิดขึ้น มันก็ไปวิตกสิ่งที่เคยทำมาตั้งแต่ตอนที่บวชเป็นพระ ตอนที่บวชเป็นพระ คนเรา ความลับไม่มีในโลก ใครทำอะไรได้ไว้มันจะฝังใจ ถ้าฝังใจ โดยประเพณีวัฒนธรรมนะ อย่างเช่นบ้านเราอยู่ข้างวัด อยู่ต่างๆ วัดมันมีผลไม้ในวัด มันเป็นของของสงฆ์ อะไรไปเก็บ ไปกิน ไปใช้ ถ้าเจ้าอาวาสที่ดีท่านทำผาติกรรมไว้ คือท่านอนุญาตให้หมด เวรกรรมมันก็เบาลง แต่ถ้าใครไม่รู้ มันเป็นของของสงฆ์ ของของสงฆ์ก็คือของของสงฆ์ไง ถ้าของของสงฆ์เราไปจับไปต้อง เราไปเอามาเป็นของส่วนตัว อันนั้นมันมีปัญหา

เวลาใครที่ไม่ได้ศึกษามันก็แล้วกันไป แต่ใครไปศึกษาแล้วมันก็รู้ว่ามีความผิด มีความผิดก็ไปทำผาติกรรมกับวัดนั้น ไปทำผาติกรรมวัดนั้น เพราะตอนเด็ก การไว้เตียงสา ธรรมเนียมของพระพุทธเจ้านี้ละ รู้หรือไม่รู้ มีความผิดเหมือนกัน ผิดเพราะรู้ ผิดเพราะไม่รู้ ผิดเพราะทำความผิด ผิดทั้งนั้นนะ ถ้าผิดทั้งนั้นแล้ว สิ่งผิด ถ้าเราฐานะใครศึกษาแล้วเข้าใจก็ไปทำผาติกรรม คือขอขมาลาโทษ เพราะตอนเป็นเด็ก เราไม่รู้นี่เป็นเด็กประชาบาลอยู่ตามวัดตามวาก็เก็บกินเก็บใช้ก็ไม้อู้หรือ

แต่เจ้าอาวาสท่านเป็นธรรมนะ ท่านทำผาติกรรม ท่านอนุญาตให้หมดแล้ว บอกว่าสิ่งของในวัดนี้ สิ่งที่เป็นผลไม้ เป็นต่างๆ ที่เด็กไม่เข้าใจ ที่นกกาอาศัย ท่านอนุญาต ถ้าอย่างนี้ อย่างนี้แบบว่าเจ้าอาวาสอนุญาต เพราะของนี่ของที่ให้ได้กับของที่ให้ไม่ได้

ของที่ให้ได้ เจ้าอาวาสเป็นเจ้าอาวาสให้ คืออนุญาต อนุญาตของที่เก็บกินได้ ของต่างๆ อนุญาตให้ชาวบ้านต่างๆ เขาเก็บกินอาศัยได้ แต่ถ้าคนที่เขาเป็นธรรมเขาจะขอก่อน ถ้าขอก่อน อย่างนี้ขอแล้ว การขอแล้ว ได้รับอนุญาตแล้วไม่มีความผิดเลย

แต่ถ้าเจ้าอาวาสเขาไม่ได้ให้ แล้วเราไปหยิบเอา มันก็มีเวรกรรม ถ้าเราระลึกได้ ระลึกได้เราก็ไปทำผาติกรรม ไปทำผาติกรรม ที่นี้ผาติกรรม กรรมมันก็คือกรรมนั้นแหละ แต่เราทำเพื่อให้ดีขึ้นเพราะอริยวินัย อริยวินัย ผู้ใดทำความผิดแล้วรู้ว่าผิด แล้วแก้ไข องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าชมมากเลย

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เป็นอดีตมาไม่มีใครสามารถรู้ได้ แต่ถ้าปัจจุบันเราศึกษาแล้ว เราเข้าใจได้ เราก็ไปทำกัน ทำให้หมดเวรหมดกรรม หรือให้เวรกรรมมันเบาลง นี่มันมี ของมันอยู่ ฉะนั้น มันฝังใจๆ ถ้าคนไม่ศึกษาก็แล้วกันไป แต่พอใครศึกษานี้หนาวทุกคนนะ ฉะนั้น เรื่องนี้ก็เหมือนกัน เรื่องว่าเมื่อก่อนบวช ๑๕ ปีที่แล้ว เมื่อ ๑๕ ปีที่แล้ว เราบวชใช้ใหม่ แล้วบวชมาไม่มีใครส่งใครสอน เราก็อยู่ของเราไป แล้วเราเกิดไปทำ เข้า แต่มันมีสติ มันมีสติกลับมาว่าเราเป็นพระ จึงหยุดการกระทำนั้น และมันใจว่า อสุจิมันไม่เคลื่อน

มันไม่เคลื่อนมันไม่มีความผิด คือมันไม่ครอบงำประกอบ ถ้ามันเศร้าหมอง ใหล เศร้าหมอง เศร้าหมองเพราะว่าเราไม่รู้เรื่อง เราไปจับต้องเข้า แต่มันยังไม่ครอบงำอ้อมคือไม่ผิดกฎหมาย มันยังไม่ผิดใจ

ถ้ามันผิดนะ มันมีผู้ที่ปฏิบัติไปแล้ว เวลาไปบวชแล้วบวชเป็นประเพณี บวช พรรษาหนึ่ง แล้วไปทำความผิดก็ปิดกันไว้ แต่พอสุดท้ายแล้วเรามาภาวนากัน เวลาภาวนามันวิตกกังวล นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เราวิตกกังวล เพราะเหตุนี้ทำให้เราเลิกปฏิบัติ ล้มไปแล้วมา ๒ ปี ๒ ปีเลิกไปแล้ว เราปฏิบัติใช้ใหม่ พอปฏิบัติไป พอเจออุปสรรคบ้าง อุปสรรคมันคืออุปสรรคอยู่แล้วแหละ แต่เรามีแผลใจ พอมีแผลใจมันก็ไปต่อเอาตรง นั้นนะ แล้วเราก็ก้มไป ๒ ปี แล้วนี่กลับมาปฏิบัติใหม่ เริ่มต้นประมาณ ๑ เดือน เอาอีก แล้วแผลเดิมมันมาอีกแล้ว ถ้าแผลเดิมมาอีกแล้ว

วันนี้เขียนมาตาม แล้วเราอธิบายให้ฟัง ถ้ามันไม่เป็นความผิด มันไม่เป็น ความผิด เพราะอะไร เพราะมันยังไม่สำเร็จ ความผิดมันยังไม่สมบูรณ์ใจ มันไม่มีความผิด เพราะอะไร เพราะเรามีสติ สติกลับมาว่าเราเป็นพระ เราถึงหยุดการกระทำ นั้น จบ มันไม่มีความผิด ความผิดมันไม่มี มันเศร้าหมอง เศร้าหมองส่วนเศร้าหมอง เรา

แก้ของเราเอง ฉะนั้น อันนี้มันไม่ครบองค์ประกอบของสังฆาทิเสส ว่าอย่างนั้นเลย ฉะนั้น ไม่ครบองค์ประกอบ ฉะนั้น จบ ที่นี้องค์ประกอบนี้จบนะ พอจบแล้วเราจะพูด ไม่ใช่เอาใจพูดให้สบายใจหรอก พูดตามความเป็นจริง ความจริงคือความผิดมันยังไม่สำเร็จ คนทำความผิดยังไม่สำเร็จมันจะเป็นผิดได้อย่างไร มันไม่ผิดหรอก

แต่มีคนมาปรึกษาเรื่องนี้เยอะ เพราะว่าเมื่อก่อน พอเสร็จแล้วก็แล้วกันไป แต่มาฟังเทศน์ทุกวันๆ จะมาถาม หลวงพ่อ ผมเคยบวชแล้วทำอย่างนั้นๆ มันมีความตกค้างในใจ ถ้าตกค้างในใจอย่างนั้นเราแก้ไขกัน คือบางคนมาบวช บวชเสร็จแล้วก็เข้ามาอยู่กรรม แล้วมาปลงอาบัติ แล้วก็จบกันไป ต้องทำอย่างนั้น ถ้าทำอย่างนั้นแล้วมันก็สบายใจ ถ้าคนทำไม่ได้ ทำไม่ได้เราพยายามผ่อนคลายเอา ถ้าผ่อนคลายเอามันก็จะมาตรงนี้ ตรงที่คำถาม “กราบนมัสการหลวงพ่อกับ ผมนั่งสมาธิตอนกลางคืนทั้งเข้ามีด ผมนั่งภาวนาพุทโธให้เป็นหลัก และอยากทำให้ชัดๆ อย่างที่หลวงพ่อสอน”

คำว่า “ชัดๆ” ของเรา มันจะตัดปลีกย่อย ปลีกย่อยของคนทีถามว่าต้องตั้งสติอย่างไร ต้องพุทโธอย่างไร ต้องกำหนดลมหายใจอย่างไร

คำว่า “ชัดๆ” มันสมบูรณ์โดยสติ ถ้าสติไม่สมบูรณ์มันจะชัดเจนไม่ได้ ฉะนั้น คำว่า “พุทโธชัดๆ” คือความสติสมบูรณ์ คำบริกรรมชัดเจน แล้วจิตไม่วอกแวก ไม่แฉลบออกไป ก็พุทโธชัดๆ นี่คำตอบสั้นๆ เพราะคนถามเยอะ

ฉะนั้น ถ้าพุทโธชัดๆ พยายามทำตามที่หลวงพ่อสอน แต่มันก็ชอบแลบไปดูลม ฉะนั้น ถ้าพุทโธชัดๆ ก็ได้ ลมชัดๆ ก็ได้ มรณานุสติชัดๆ ก็ได้ คิดถึงความตายชัดๆ ก็ได้ สิ่งใดสิ่งหนึ่งชัดๆ ไม่ใช่ว่าหลวงพ่อพุทโธชัดๆ ต้องพุทโธอย่างเดียว ไม่ใช่ลมก็ได้ สิ่งต่างๆ ก็ได้ ทำเพื่อประโยชน์กับเรา ถ้าทำเพื่อประโยชน์กับเรา ฉะนั้น สิ่งนี้เราตั้งใจทำ ตั้งใจทำ

เราหนึ่งบางวันนะ มันว่าวุ่นวุ่นมัวเป็นชั่วโมง ออกมันจะแตก คำว่า “ออกมันจะแตก” เห็นใจ ออกมันจะแตก คนทำความดี เวลาคนไหลไปตามกิเลสมันสะดวกสบายนะ สำมะเลเทเมาไปที่ไหน โอ้ย! มันไปได้คล่องเลย แต่จะทำความดี ออกมันจะแตก ทำความ

ดีมันทุกข์มันยากมากเลย แต่มันก็ต้องตั้งใจทำ เพราะเราเป็นชาวพุทธ เราเชื่อมั่นเราศรัทธาในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อมั่นในการกระทำขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ๑๐ ชาติสุดท้าย เป็นเตมียี่เป็ง เป็นขันติบารมี บารมี ๑๐ ทศ

กษัตริย์ไม่เชื่ออะ ตัดจมูก ตัดหู จะให้พูด ทุกข์ทรมานขนาดไหน นี่เวลาเป็นเตมียี่เป็ง เวลาเป็นพระสุวรรณสามที่หาบพ้อหาบแม่ทั้งชีวิตเลย บารมี ๑๐ ทศนะ มันมีศรัทธาบารมี ขันติบารมี ทานบารมี ปัญญาบารมี บารมี ๑๐ ทศ กว่าสร้างบารมี พันธุกรรมของจิตมันได้เติมแต่ง มันได้ตัดแต่งพันธุกรรมขนาดนั้นนะ พระโพธิสัตว์ที่ว่า จะสำเร็จเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

แล้วเวลาเรานั่ง เวลามันขุ่นมัวอกแทบแตกๆ ถ้าเราคิดว่าเราทำๆ เราก็ทุกข์ยาก แต่ถ้าเราคิดอย่างที่เรารู้ให้ฟัง คิดถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมขึ้นมา ย้อนกลับไป ๑๐ ชาติ แล้วย้อนกลับไป ที่สร้างมา ดุสิต ทานบารมี เป็นพระเวสสันดร ทานบารมี สละมาขนาดนั้น เป็นบารมีใน ๑๐ บารมีที่จะมาส่งเสริมกัน มาให้ตรัสรู้เป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันต้องสร้างกันมาขนาดนั้น

จะนั้น ถ้าว่าอกของเราจะแตก ให้มันระเบิดไปเลย มันไม่แตกหรอก เราไปอัดอันตันใจเอง ถ้าบอกว่าถ้าเรามีปัญญา เราคิดว่า อ้าว! ให้มันระเบิดไปเลย นั่งอยู่นี้มันจะระเบิด ให้อกมันระเบิดไป ใจเราก็จะนั่งอยู่นี้ เราจะตั้งสติ มีระเบิดได้ให้ระเบิดไป

มันก็ไม่ระเบิด ไม่ระเบิดหรอก มันเป็นเพราะความคิด “อกมันจะระเบิดแล้ว โอ้ย! มันเครียดมาก มันเครียด” นี่กิเลสมันยุ มันยุให้เล็ก มันยุให้เราลุกขึ้น มันยุให้เราไม่ปฏิบัติ นี่ฝีมือของมัน แล้วเราไปตามมันก็เสร็จมันนะสิ

จะนั้นว่า อกมันจะแตก ฟังแล้วมันก็เห็นใจนะ แต่ก็ต้องสู้กัน มันอยู่ที่เวรกรรมของใครไป

สิ่งที่เกิดขึ้น เวลามันดีขึ้นมา เวลานิ่งขึ้นไปแล้ว ถ้าพุทโธไปเรื่อยๆ พอวันไหนมันดี มันมีอาการหวิวๆ โหรงๆ หน้าชา หน้าใหญ่ นี่ปิติเกิดแล้ว หน้าชา หน้าใหญ่ ตัว

พอง ถ้าปีติมันเกิด เราก็พุทโธของเราต่อเนื่องไป พุทโธต่อเนื่องไป จากนั้นอารมณ์มันก็แทรกขึ้นมา อารมณ์แทรกขึ้นมา เราก็พุทโธของเราดึงกลับมา เวลาปีติ สุข เอกัคคตารมณ์ ฝึกหัดไปแบบนี้ เราฝึกหัดของเราไป พอเราฝึกหัดของเราไป ถ้ามันดีขึ้น มันก็จะดีขึ้นมา แล้วถ้ามันไม่ดีขึ้นมา เราก็ต้องพยายามทำของเรา มันเป็นอำนาจวาสนาของเรา เพราะอำนาจวาสนาของเรา ดี ยังมีทางออกไป ธรรมะเป็นที่พึ่งของหัวใจ

เราอยู่กับโลกนะ โลกต้องทำมาหากิน ต้องมีที่อยู่อาศัย เราก็ทำของเราไป แต่หัวใจ จะอยู่ที่ไหนก็แล้วแต่ จะอยู่ที่ไหน จะบนฟ้า บนบก จะอยู่ที่ใต้น้ำ ใจเหมือนกัน ทุกข์ยากเหมือนกัน ถ้ามันทุกข์ยากเหมือนกันนะ ใจมันไม่มีอะไรเป็นที่พึ่งหรอก มันก็มีสิ่งนี้เป็นที่พึ่ง เราจะหาอยู่หากินขนาดไหนมันก็เป็นแค่ดำรงชีวิตนี้เท่านั้น แต่ธรรมะมันจะข้ามภพข้ามชาติ เราต้องยึดตรงนี้ไว้

ถ้าอาการที่มันหาย บางครั้งท่องพุทโธถี่ๆ แล้วอาการมันเกิดขึ้น อยู่ดีๆ ใจมันก็โดดไปจับลม

ถ้าใจมันโดดไปจับลมนะ ถ้าเรามีสติเราก็ยับยั้งไว้ ถ้ามันจับแล้วเราก็จับลมต่อเนื่องไป เพราะมันหวิวๆ โหวงๆ เราจับลมแล้วอยู่กับลมไป ถ้าเดี๋ยวก็ไปลม เดียวก็มาพุทโธ

ถ้าเราไปลม เราก็อยู่กับลม ถ้ามันยังพุทโธ เราก็อยู่กับพุทโธ ถ้าเราบังคับได้ บางทีเราบังคับได้ เราก็อยู่กับอันใดอันหนึ่ง ถ้าบังคับไม่ได้ มันไปแล้ว เราก็ตั้งสติของเรา ฝึกหัดของเราไป ฝึกหัดไปมันก็เป็นประโยชน์

“สักพักมันก็เกิดอาการอย่างนี้ขึ้น อาการอย่างนี้ก็หายไป ผมพยายามทำพยายามตั้งใจ” อันนี้ใช้ได้เลย “ผมพยายามทำตาม ยึดเทศน์ของหลวงปู่ อันนี้มันเป็นปัญหาหญ้าปากคอก ใจมันเป็นสอง มันถึงไม่ลง”

ใจเป็นสองเพราะพุทโธกับใจเป็นสอง ถ้าพุทโธๆ พุทโธจนละเอียดจนเป็นหนึ่ง เป็นหนึ่งมันก็ลง แล้วถ้ามันลง เราก็เคยลง เราเกิดเป็นปีติ มันเกิดสุข เอกัคคตารมณ์ มันทำของมันไป แต่พอปฏิบัติไป พอปฏิบัติไป คนเรานี้ะ พออยากได้ความดี พออยาก

ได้ความดี มีเป้าหมาย ถ้ามีอุปสรรค มันก็เลยคิดใจ อ่างเล่ห์ อ่างเล่ห์ไปถึงว่าเมื่อตอนที่
เราเคยบวช

ถ้าเราเคยบวชนะ แล้วเรามีปัญหาขึ้นมา มันก็เป็นปัญหาได้เหมือนกัน แต่ถ้าเรา
เคยบวชมา ภาพมันชัดเจน เพราะเราเป็นคนทำเอง พอทำเองมันก็ขึ้นมา พอขึ้นมา
มันก็อ่างแล้ว อ่างเล่ห์เลยว่าเป็นอย่างนั้น

ปลงใจ ลงใจ ลงใจเลย วางให้หมด เพราะตอนนี้เราจะปฏิบัติ ถ้าตอนนี้สิ่งนี้
มันแก้ไขกันไม่ได้ เพราะตอนนั้นมันเป็นพระ ตอนนี้เป็นโยม โยมไปแก้เรื่องของพระ
ไม่ได้ ถ้าโยมไปแก้เรื่องของพระไม่ได้

ตอนนี้เราเป็นโยมแล้ว เป็นโยม ถ้าจะทำเรื่องความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ อัน
นั้นมันเรื่องของโยมแล้ว เพราะโยมมีศีล ๕ มันไม่ใช่ศีล ๒๒๗ แต่ถ้าเป็นพระ ถ้าเป็นพระ
เป็นอีกเรื่องหนึ่ง ฉะนั้น ตอนนั้นมันคนละเรื่องแล้ว เพราะมัน ๑๕ ปีที่แล้ว แล้วตอนนี้เรา
เป็นโยม เราเป็นฆราวาสแล้ว เราเป็นฆราวาสแล้ว สิ่งนั้นต้องวางไว้ วางไว้แล้วเราทำ
ให้จริง แล้วเราดูตามข้อเท็จจริงแล้ว

เพราะเขาบอกเขามั่นใจมาก ผมมั่นใจมากกว่าสัจจิมันไม่เคลื่อนไหว พอมันไม่
เคลื่อนไหวมันก็จบ มันจบ ถ้ามันมีปัญหาต่อไป แต่ตอนนี้พอมันภาวนาแล้วมันมีอุปสรรค มัน
อ่างเล่ห์ กิเลสมันอ่างเล่ห์ ตีวัวกระทบคราด อ่างเล่ห์ให้จิตเรามันมีทางออกของมันไป
ถ้าออกมันเป็นอย่างนั้น ฉะนั้น กลับมาใหม่ ทำของเราใหม่

เขาบอกว่า ทำผิดมาแล้วครับ

ผิดเป็นครู ทำผิดมาแล้วครับ สิ่งที่เป็นความผิด ความผิดก็คือว่าเมื่อ ๑๕ ปีที่
แล้ว แต่ถ้าความผิด อ่านตามตัวหนังสือนะ เพราะเรื่องเวรกรรมของใครเป็นเวรกรรมของ
มัน มันไม่มีใครจะไปรับรู้สิ่งที่เป็นกรรมของผู้อื่นได้ ฉะนั้น ตามหนังสือ “พอมีสติ เวลา
เป็นพระจึงหยุดการกระทำนั้น ผมมั่นใจว่า”

คำว่า “มั่นใจว่า” ในเมื่อสัจจิมันไม่เคลื่อนไหวก็จบ แล้วสิ่งที่การปฏิบัติที่มันเป็น
ความทุกข์ยากอย่างนี้ แล้วเราทำไป สิ่งที่ว่าอบัติหนักที่มันปิดกั้นมรรคผลนั้นเป็นอีก
เรื่องหนึ่ง อบัติหนักที่ปิดกั้นมรรคผลที่ทำแล้วทำได้ยาก ถ้าเราไม่ได้คิดอย่างนั้น เรา

ก็อยู่ตามกระแสโลก แต่ถ้าเราหวังมรรคหวังผล อันนี้มันต้องค่อยแก้กันเป็นขั้นเป็นตอน ในวงการปฏิบัติเขาต้องพยายามแก้กันอย่างนี้เพื่อประโยชน์กับการปฏิบัติ

นี้พูดถึงว่า เรื่อง “ทำความผิดครบ” อันนั้นผิดเป็นครูนะ

ถาม : กราบนมัสการหลวงพ่อบุญมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการภาวนาค่ะ เมื่อก่อนหนูทำสมาธิโดยใช้วิธีสวดมนต์ และใช้ความรู้สึกวิ่งไปตามอวัยวะทีละส่วน ปรากฏว่า จิตมีสมาธิรู้สึกสว่าง ไม่หลับเลย พร้อมเห็นอวัยวะภายในชัดเจน (เป็นภาพนิ่ง) หรือแม้กระทั่งสวดมนต์บทธรรมดา จิตจะตั้งรวมเป็นหนึ่งเดียว คิดอะไรไม่ได้ แต่ตอนนี้หนูทำวิธีทั้งสองไม่ได้เลย มีความคิดแทรกตลอด ทำวิธีไหน หลับตกภวังค์ไม่ได้เรื่อง ขอสอบถามว่า

๑. หนูจะมีวิธีแก้ไขปัญหานี้ได้อย่างไร

๒. เพื่อให้สติก้าวหน้า เราจำเป็นต้องใช้วิธีการภาวนาวิธีเดียวหรือหลายวิธีได้ใน ๑ วัน เพื่อให้เกิดสมาธิ เพราะทำวิธีไหนไม่ค่อยก้าวหน้า ดูจะมากมายหลายวิธี กลัวจะสะเปะสะปะ

ตอบ : อันนี้แน่นอน กรณีอย่างนี้มันอยู่ที่ เวลาเราบอกว่าเรื่องอำนาจวาสนา มันเหมือนกับเราผลึกความรับผิดชอบให้คนอื่นหมดเลย คำว่า “เรื่องวาสนา” มันจะทำให้คนมีจุดยืน คนมีจุดยืนจะฟังเรื่องอะไรมันต้องมีสติแยกแยะอะไรควรอะไรไม่ควร

ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระไตรปิฎกตั้งเดียวกัน ดูพระสิเวลาวิธีการสอนสิ วิธีชี้ไปคนละแนวทางไว้หลากหลายมากเลย ทั้งๆ ที่ตำราเล่มเดียวกัน มันเหมือนนักกฎหมายเลย เรียนออกมาจากตำราเล่มเดียวกัน แต่ความเห็นทางกฎหมายแตกต่างกันมาก

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าแบบว่าอำนาจวาสนาเรามีมันอยู่ตรงนี้ ตรงที่เรามีสติจุดยืนใหม่ เราฟังสิ่งใดแล้วเราแยกแยะถูกแยกแยะผิดว่าอะไรควรไม่ควร นี่มีวาสนา ถ้าไม่มีวาสนา ใครพูดอะไรก็เชื่อไปหมดเลย ทั้งๆ ที่ตำราเล่มเดียวกัน แต่ทำไมมันพูดกันแตกต่างขนาดนี้ล่ะ ทำไมคนนั้นพูดไปอย่าง ทำไมคนนี้พูดไปอย่าง มันก็ตำราเล่มเดียวกัน ทำไมมันเป็นแบบนี้ล่ะ

พอเป็นอย่างนั้นปั๊บ มันก็อยู่ที่จุดยืนของเราแล้ว ตำราก็คือตำรา ตำราที่เขาศึกษามา เขาเรียนมา เขาก็เรียนมาได้ใช่ไหม เราก็มีสิทธิ์เรียนเหมือนกัน เราก็เปิดได้ ตำราเล่มนั้นเราก็เปิดได้เหมือนกัน พระไตรปิฎกเราก็เปิดอ่าน เอ๊ะ! พระไตรปิฎกว่าอย่างนี้ ทำไมอาจารย์ท่านสอนไปทางนู่นเลยละ ทำไมองค์นี้ท่านสอนเหมือนเลย ทำไมองค์นี้ท่านสอนอันเดียวกันเลย ทำไมองค์นี้ท่านตีความไปอีกเรื่องหนึ่งเลย นี่มันก็ทำให้เราได้คิด ถ้าเราได้คิด อืม!

เวลากาลามสูตร ไม่ให้เชื่อแม้แต่อาจารย์ของเรา ไม่ให้เชื่อ ไม่ให้เชื่อใครเลย แล้วนี่ขณะที่เราศึกษาธรรมของพระพุทธเจ้าแล้วเราก้ยังไม่เชื่อ เราก้มาปฏิบัติอีก ถ้าปฏิบัติ ถ้ามันปฏิบัติแล้ว เออ! ถ้าเราศึกษาอย่างนี้ เราทำตามนี้ เออ! จิตมันดี เออ! ถ้าตำราเล่มนี้ แต่พระองค์อื่นเขาสอนไปอีกอย่างหนึ่งเลย แล้วเราไปทำกับเขา เอ๊ะ! มันรู้สึกว่ามันสบายๆ เพราะมันไม่มีกติกากะไรเลย ปลอมมันไปตามสบายเลย เอ๊ะ! มันน่าจะดี แต่มันไม่ดี

มันน่าจะดี เพราะมันไม่ต้องทำอะไรเลย ไม่มีกติกากะไรเลย ปลอมมันตามสบาย ปลอมมันซึ่ล่อยน้ำไปเลย แล้วมันก็หมดเรื่องกันไปเลย แล้วมันเป็นปฏิบัติจริงหรือ เปล่าละ

อ้าว! ถ้ามันเป็นปฏิบัติมันก็ต้องมีสติ มีสมาธิ มีปัญญา

อ้าว! แล้วปฏิบัติมันสบายๆ ไป มันไปแล้วมันไม่เห็นมีอะไรเลย เอ๊ะ! แล้วมันถูกหรือเปล่าละ

แต่ถ้าเราปฏิบัติมีกฎมีกติกา ต้องทำอย่างนี้ ต้องตั้งสติ ต้องควบคุมอย่างนี้ เอ๊ะ! มันลำบากไปหมดเลย เอ๊ะ! มันยุ่งไปหมดเลย

แต่ถ้ามันทำจริงทำจั้งขึ้นมา เออ! มันมีสติเนาะ มันมีสมาธิเนาะ มันรู้ถูกรู้ผิดเหมือนรถ เราควบคุมรถเราได้ จะหักซ้ายหักขวา เราถอยหน้าถอยหลัง เราไปได้หมดเลย แล้วมันปลอดโปร่งหมดเลย เออ! อย่างนี้ถูก

มันมีรถอยู่คันหนึ่ง แล้วเราก็นั่งอยู่ที่นี่ รถไปข้างหน้า รถไปข้างหลัง เรานึกเอา
รถมันก็จอดอยู่ที่นี่ มันไม่ไปไหน คือจิตมันไม่พัฒนาอะไรเลย แต่นึกเอาเอง แต่ถ้าเรา
มีรถ เราควบคุมดูแล เราขับรถไปได้ เออ!

รถถึงเวลาต้องเข้าอยู่ ถึงเวลาก็ต้องไปเช็คไปตรวจสอบตลอด เพราะรถมันจะ
ชำรุดเสียหาย มันทำให้ลำบาก นี่ก็เหมือนกัน ถึงเวลามันต้องมีข้อวัตร ถึงเวลาต้องมี
กติกากับเรา เราต้องดูแลใจเราเพื่อประโยชน์กับเรา ถ้าอย่างนี้ ที่เราใช้คำว่า “วาสนา”
วาสนามันอยู่ตรงนี้ เราใช้คำนี้บ่อย ต้องอยู่ที่วาสนา อยู่ที่กรรมของคน ถ้ากรรมของ
คน “เอ๊ะ! อาจารย์พูดแปลกๆ เว้ย เอ๊ะ! พูดแปลกๆ เอ๊ะ! มันจะจริงหรือ” เห็นไหม เรา
ต้องคิดแล้ว

แต่ถ้าคนไม่มีวาสนานะ เอ๊ะ! อาจารย์พูดแปลกๆ แต่ดี เข้าใจง่าย มันไปนะ นี่คือ
คนอ่อน วาสนาอ่อนแอ พอวาสนาอ่อนแอ ใครพูดอะไรก็เชื่อ

**กาลามสูตร ไม่ให้เชื่อนะ ถ้าไม่ให้เชื่อปั๊บ เราก็ต้องมี มันจุดยืน
มันแยกได้ ไม่ให้เชื่อๆ ถ้าไม่ให้เชื่อ มีตรงนี้ ถ้ามีอำนาจวาสนาบารมี
ใครพูดอะไรไม่เชื่อเขาง่ายๆ ถ้ามันจะฟังแล้วมันต้องมีเหตุมีผล
เทียบเคียงเอา เอาของครูบาอาจารย์มาตรวจสอบ ธรรมสภาจณา
เอตมมุงคฺลมุตฺตมํ ถ้ามันเป็นจริงมันก็เป็นจริงขึ้นมา ถ้าเป็นจริงขึ้นมา
ก็เป็นประโยชน์**

ฉะนั้น มันย้อนกลับมาที่คำถาม “เมื่อก่อนหนูภาวนา เมื่อก่อนทำสมาธิโดยใช้
วิธีสวดมนต์ หรือใช้รู้สึกไปที่อวัยวะที่ละส่วน ปรากฏว่าจิตมันเป็นสมาธิ รู้สึกสว่าง ไม่
หลับเลย พร้อมทั้งเห็นอวัยวะภายในเป็นภาพนิ่งชัดเจน”

คำสอนนี้หลวงปู่เจี๊ยะท่านสอนเอง ท่านบอกว่าให้จิตเคลื่อนไปตามกระดูก
เคลื่อนไปตามร่างกาย ให้อยู่ในร่างกายนี้เป็นชั่วโมงๆ ให้อยู่ในร่างกายเป็นชั่วโมงๆ

ถ้าคนเคยภาวนาเป็นนะ ถ้าพุทโธๆๆ มันก็จิตสงบเข้ามาได้ ถ้าพุทโธๆ จิต
อยู่กับพุทโธตลอดไปนะ

ถ้ามีรณาสติ จิตมันเกาะอยู่กับความตายตลอดเวลา พอคิดถึงความตาย มันไม่ออกข้างนอก มันอยู่กับความตาย ตายๆๆ จนมันสังเวช มันหดเข้ามา มันก็เป็นสมาธิ

อานาปานสติอยู่กับลมหายใจ ถ้าลมหายใจมันชัดๆ ลมหายใจ มันอยู่กับลมลมละเอียดขึ้นมา โอ๊ย! มันร่มเย็นเป็นสุขไปเลย มันหดตัวเข้ามา มันก็เป็นสมาธิ

ถ้ามันอยู่กับกระดูกตลอดเวลา เพราะเป็นความชำนาญของแต่ละบุคคล หลวงปู่เจี๊ยะท่านจะให้จิตอยู่ในข้อกระดูก ให้หมูนอนอยู่นี่เป็นชั่วโมงๆ นะ ท่านพูดอย่างนี้จริงๆ ท่านบอกว่า ให้จิตมันอยู่ในกระดูกของเรา ทั้งแขนซ้ายแขนขวา อยู่ที่ร่างกายลงไปเท้าซ้ายเท้าขวา ให้มันเวียนอยู่นี่เป็นชั่วโมงๆ ถ้ามันไม่ออกได้นะ นั่นสุดยอดเลย เพราะอะไร เพราะเหมือนพุทโธๆ ที่มันไม่ออกใจ เหมือนกัน ถ้าคนทำสมาธิเป็นนะ มันจะไปปรกกรรมอะไรมันก็เป็นสมาธิ

แต่ถ้าคนทำสมาธิไม่เป็น มันอ้านุ่นเป็นสมาธิ ทำอย่างนี้เป็นสมาธิ มันทำอะไรเป็นสมาธิ นอนหลับก็เป็นสมาธิ เอาหัวมุดดินก็เป็นสมาธิ...สมาธิอะไรของเอ็ง มันไม่มีที่มาที่ไป มันไม่มีอะไรรองรับไง ฉะนั้น ถ้ามีรองรับ มันเป็นอันเดียวกันนั้นนะ

ทีนี้เพียงแต่ที่เราเคยทำแบบนี้ได้ เราเคยนึกถึงอวัยวะชัดเจน มันสบาย มันนิ่ง จิตมันตั้งเป็นหนึ่งเดียว แต่ตอนนี้ทำไม่ได้ ตอนนี้ทำไม่ได้ มันก็เป็นเครื่องยืนยันว่า ถ้าเราอยู่ในอวัยวะ จิตเราเคยตั้งลง ถ้าจิตเราเคยตั้งลง เราก็พยายามบังคับสิ เมื่อก่อนทำไมทำได้ล่ะ อ้าว! เมื่อก่อนยังเด็กๆ ก็ยังทำได้สิ ตอนนี้เป็นผู้ใหญ่แล้วรับผิดชอบมากขึ้น ปัญญา มันเก่ง มันเลยทำไม่ได้

อ้าว! เราก็ต้องหาทางแยกแยะเอาสิ ถ้าเมื่อก่อนมันความเชื่อมั่นศรัทธา มันก็จงใจทำ มันก็ได้ใช่ไหม แต่ตอนนี้มันทำไม่ได้แล้ว ทำไมไม่ได้เพราะอะไร เพราะไปรับรู้เรื่องนั้น อาจารย์องค์นั้นว่าทางนั้นดีกว่า ทางนั้นว่าดีกว่า แล้วเราจะมาตั้งจิตอยู่กับอวัยวะ มันไม่ทันสมัย ทั้งๆ ที่มันเคยทำได้นะ

การทำได้มันเป็นการยืนยันว่าสักจะมี จิตมันลงเป็นสมาธิได้ แล้วเราก็เคยลงสมาธิ ถ้าเราลงสมาธิได้ นี่มันยืนยันนะ อย่างเช่นเราหาของเรา ของเราหาย ของ

เราถืออยู่แล้วมันหายไป เราหาของ เพราะมันหายไปจากเราเอง มันมีการหาย มันมีของนั้นอยู่ หาต้องเจอ นี่ก็เหมือนกัน จิตถ้ามันมีของมันอยู่ เวลาเราทำเคยได้ มันยืนยันว่าเราทำได้ ถ้าเราทำได้

สิ่งที่เราล้มลุกคลุกคลานเพราะเราไม่จริงเอง จะโทษหลักการ ภาวนาไม่ได้ โทษความไม่เอาไหนของเราเลย เพราะเราเคยทำได้ เราเคยทำได้ ทำไม่ตอนนี้ทำไม่ได้ มันก็คนคนเดียวแหละ ถ้าอย่างนี้ป๊อ ถ้าวงกรรมฐานนะ เวลาเราเคยทำอะไรมันจะเริ่มเข้มงวดกับตัวเองเลย เข้มงวดเรื่องผ่อนอาหาร เรื่องแยกออกไปอยู่คนเดียว ถ้าไม่ได้ เข้าป่าเข้าไปเลย ที่เขาทำกันอย่างนี้ก็เพื่อควบคุมจิตให้มันใช้ได้ เพราะของเราเคยทำได้

แต่นี้ของเราเคยทำได้ แล้วสิ่งที่ทำได้ เราวางเลย แล้วเราก็จะไปอ้อลู่จุกแจกเลย ไปกับทางไหนเขาชักนำไปก็ไปกับเขา แล้วเราเคยทำได้แบบนั้นใหม่ สิ่งที่เราเคยทำกับเขาแล้วเราทำได้ใหม่ แล้วสิ่งที่เราไปตามอวัยวะที่ครูบาอาจารย์สอนนี้ทำได้ชัดเจนแล้ว มันก็จบแล้ว มันง่าย ๆ เลย เพียงแต่เราโลเลเอง

“๑. หนูจะมีวิธีแก้ไขปัญหานี้อย่างไร”

หนูจะมีวิธีแก้ไขปัญหานี้อย่างไร หนูก็ต้องมีสติปัญญาแล้วถามตัวเองนะ ถามว่า เดี่ยวถามว่าเดี่ยวไปถามคนอื่น ถามว่า ถามตัวเอง เราจะภาวนาเพื่ออะไร ถ้าเราจะภาวนาเพื่อมรรคเพื่อผล เราก็ต้องมีสติปัญญาทำให้มันเป็นข้อเท็จจริง ถ้าเราจะภาวนาเพื่อกระแสโลก ที่ไหนเขาเฮ ที่ไหนเขาสร้างเป็นการประชาสัมพันธ์ ที่ไหนเขามีหน้าม้าว่าอย่างนี้เลยนะ ที่ไหนเขามีหน้าม้า

เวลาเราไปนะ ถ้าไม่มีคนไป ที่นั่นจะไม่มีคนเลย พอเราเข้าไปนะ อู๋! จะมีรถเข้ามาเต็มเลย ฉันทักปฏิบัติดี คนนั่นก็ปฏิบัติดี หน้าม้าทั้งนั้น แล้วหน้ามานะ หน้าม้า

ปฏิบัติ เดี่ยวจะสาวไส้ ไม่อยากสาวไส้กันเอง ถ้ามีหน้าม้า มีอะไร เราก็ไปฟังเขา แล้วเราไปตามเขาก็เข้ากระแสบอกเขาไป พอเข้ากระแสเขาไป นี่ปิดอบายแล้วแหละ คนคนนี้ได้โสดาบันแล้ว แต่มีข้อกติกาอย่างเดียว ห้ามจับผิดอาจารย์นะ ถ้าจับผิดอาจารย์ เสื่อมหมดเลย

โอ้! เราได้โสดาบันนะ เราห้ามมองอาจารย์เลย ถ้าไปมองอาจารย์ เพราะอาจารย์มันผิด พอมองอาจารย์ เดี่ยวโสดาบันจะเสื่อม กลัวโสดาบันตัวเองจะเสื่อม ไม่กล้ามองใครเลยนะ ไม่จับผิดใคร ไม่เปรียบเทียบอะไรเลย ยอมรับความเป็นโสดาบันนี้แล้วไม่กล้ามองใครเลย กลัวโสดาบันตัวเองจะเสื่อม

มีคนมาถามปัญหาอย่างนี้ไง เขาบอกว่า ในที่เขาไปปฏิบัติ คนนี้จะได้โสดาบัน คนนี้ได้สภิกขาคามี แต่มีข้อแม้อันหนึ่ง ห้ามจับผิดอาจารย์ ห้ามมองอาจารย์เลยนะ ถ้ามองอาจารย์บ๊ีบ โสดาบันจะเสื่อมหายเลย แล้วเรากล้าเปรียบเทียบอะไรอีกไหม เรากล้าแยกแยะภุมิธรรมในใจเราไหม เราไม่กล้าหอรอก เรากลัวโสดาบันจะเสื่อม กลัวโสดาบันเราจะหายไป นี่เป็นอย่างนี้

แต่ถ้ามันเป็นจริงนะ จะเป็นโสดาบันไม่เป็นโสดาบัน เราเป็นเอง เราตัวเอง จะเป็นโสดาบันนะ ดูสิ เวลาหลวงตาทำนปฏิบัติ ตอนที่ไปที่หนองผือ ตอนนั้นเป็นโรคเสียดอก จิตมันจับอารมณ์แล้วก็ปล่อย จิตมันจับอารมณ์แล้วก็ปล่อย ความคิดมันเกิดขึ้นเลย “เอ๊ะ! อย่างนี้ไม่ใช่พระอรหันต์หรือ”

เพราะด้วยท่านเรียนเป็นมหานะ ท่านพูดให้ฟังเอง บอกเอ๊ะ! เอ๊ะ! ไม่เอา เอ๊ะ! คือสงสัย ถ้าสงสัยไม่ใช่พระอรหันต์ ไม่ใช่ๆ ไม่ใช่พระอรหันต์ ไม่ใช่พระอรหันต์ ท่านโยนทิ้งเลย แล้วท่านก็หาของท่านๆ หาของท่าน เอาจริงเอาจังของท่าน ท่านทำของท่านขึ้นมา

ทั้งๆ ที่มันเกิดขึ้นกับใจนะ มันสววยใจ แล้วปล่อย ท่านบอกว่ามันสววย คือว่ามันจับรูป จับความรู้สึก แล้วมันก็ปล่อย ปล่อยก็โล่งหมดเลย พอจับความรู้สึกมันก็ปล่อย “เอ๊ะ! อย่างนี้ไม่ใช่พระอรหันต์หรือ” คำว่า “เอ๊ะ!” ท่านไม่เอาใจ ไม่เอาเลย

แต่ไม่ใช่อย่างนั้นนะ เพราะนั่งอยู่ที่นี่มีคนมาพูดให้ฟังเยอะ คนนั้นได้สภิกขาคามี คนนั้นได้อานาคามีในวัดเต็มไปหมดเลย แล้วเขาเองเขาก็ได้โสดาบัน เขาบอกว่านี่ปิด อบายภูมิแล้ว ได้โสดาบัน แต่เขาสงสัยตัวเขาเองไง เขาไม่เชื่อ เขาบอกว่า “หนูยัง สงสัยอยู่นะ หนูยังสงสัยอยู่”

“ห้ามสงสัยสิ เพราะอาจารย์ให้โสดาบันแล้วสงสัยได้อย่างไรละ ไม่ให้สงสัย”

นี่พูดถึง ตั้งแต่เริ่มต้น ถ้าสติเราไม่มีอำนาจวาสนาบารมี ใครพูดอย่างไร ด้วย ความเราปฏิบัติกันมาทุกข์ยาก เมื่อวานเขามาถามปัญหาที่แหละ เราก็บอกว่า เหตุที่นัก ปฏิบัติจะหลง หลงเพราะอะไรรู้ไหม หลงเพราะปฏิบัติมา ๕ ปี ๑๐ ปีแล้วไม่ก้าวหน้า พอมี ใครมาเสนอบอกว่าทางลัด มีใครมาเสนอว่าทางนี้ทางลัด ทางนี้ทางที่สะดวก ทางนี้มันมี โอกาส ทางนี้เร็วกว่า เชื่อเลย พอเชื่อไป เอ็งปฏิบัติมา ๕ ปี ๑๐ ปี เอ็งยังทำสมาธิหรือ ปฏิบัติได้ยาก แล้วเขาเสนอทางอะไรที่เป็นพิสดาร ไปเลย ไปอยู่กับเขา แล้วไปแล้วนะ ก็ สร้างภาพจินตนาการ พอจินตนาการ เขาให้แล้ว

เมื่อวานเขามาถาม บอกเขาให้โสดาบัน เขาบอกว่าปิดอบาย แล้วเขาสงสัย ตัวเขาอะ

ไม่ได้ ไม่เชื่อ

“ไม่เชื่อไม่ได้ อาจารย์ให้แล้ว”

เพราะอะไรรู้ไหม เพราะถ้าเขาไม่เชื่อ อาจารย์หน้าแดงใจ อาจารย์ไปให้เขา แล้วเขายังสงสัยอยู่

“หนูจะมีวิธีแก้ไขอย่างไร”

ปัญหานี้เราต้องแก้ไขของเรา เป็นปัจเจกตั้ง เป็นสันตสิทฺฐิโก เราจะรู้จริงเห็น จริงของเรา เราเชื่อใครไม่ได้ เราเชื่อใครไม่ได้ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า กาลามสูตร ไม่ให้เชื่อใครเลย ให้เชื่อความจริงของเรา ถ้าเชื่อความจริงของเรา วิธีแก้ ก็ต้องหา หาเหตุผลผลกับจิตของเรา คือสร้างกฎกติกากับใจเรา ว่าอย่างนั้นเถอะ

วิธีแก้คือสร้างกฎสร้างกติกาให้ใจเราไม่แฉลบ ไม่ออกนอกกลุ่ม
 นอกทาง แล้วมีความมุมานะ ความเพียรชอบ ความเพียร ความวิริยะ
 ความอดุสาหะ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม มีความเพียร มีความวิริยะ มี
 ความอดุสาหะ ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรมให้เป็นสัจธรรมขึ้นมากับ
 จิตของเรา ให้เป็นประโยชน์กับเรา อันนี้เป็นทางมัคโค ทางอันเอก ทาง
 แหน่หนอน

“๒. เพื่อให้สมาธิก้าวหน้า เราจำเป็นต้องใช้วิธีการภาวนาวิธีเดียวหรือหลายวิธี
 ใน ๑ วัน เพื่อให้เกิดสมาธิ เพราะการทำหลายวิธีไม่ค่อยก้าวหน้า”

ทำก็ทำวิธีเดียว กินข้าวกินที่ปาก เวลากินข้าวมีปากเดียว ไม่ใช่ตอนนั้นกิน
 ข้าวที่ปาก เย็นนี้เข้าทางหู พรุ้งนี้เข้าทางตา ไม่ใช่ มีปาก กินปากเดียว ทำสิ่งใดสิ่ง
 หนึ่งอันเดียว สิ่งเดียว

ถ้าเราพุทโธๆ ไปเรื่อย ใน ๑ วัน ถ้าเราจะเปลี่ยนแปลงอย่างไร อย่างที่ว่าพอ
 พุทโธไปแล้วมันเป็นลม เราเกาะลมไปเลย ถ้ากิเลสมันจะหลอกนะ พุทโธๆ มันเป็น
 ลม อยู่กับลม อยู่กับลม เป็นลมไปไหนอีกล่ะ จะไปไหนอีก เรามีสติไปกับมัน แล้วถ้า
 มันใช้ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ ใช้แก้ไขอะไรก็ได้ อันนี้เป็นอุบาย

คำว่า “อุบาย” อุบายมันอยู่ที่คนใช้ เราจะใช้อุบายอย่างไร เราใช้วิธีการอย่าง
 ใดอยู่ที่อุบายของเรา ถ้าอุบายของคน อุบายมันอยู่ที่ความถนัด จริตนิสัยอยู่ที่ความ
 ถนัด อยู่ที่ความชอบ ถ้าคนมีความถนัด ความชอบ อย่างเช่นอาจารย์สิงห์ทอง หลวงปู่
 เจื้อย หลวงตาชมมากเลยว่าเป็นร่องเลย แล้วหลวงปู่ชอบท่านจะนั่งทั้งวันทั้ง
 คืนเลย หลวงปู่ชอบไม่ถนัด หลวงปู่ชอบก็เดิน อาจารย์สิงห์ทองเดินตลอด แล้วองค์ที่
 ชอบนั่งก็นั่งตลอด มันอยู่ที่อุบาย อยู่ที่จริตนิสัย อยู่ที่ความชำนาญ แล้วเอาตรงนี้เป็นตัว
 ตั้ง

ไม่ใช่ว่าอยู่ที่ทฤษฎี ต้องทำอย่างนี้ๆ แล้วเราไม่ถนัด เราก็ต้องบังคับให้เรา
 เป็นอย่างนั้นๆ แต่ถ้าเราถนัดของเรา จะปึงย่างเขาก็ปึงย่างสิ ไอ้จะตัมจะแกงมันก็

ต้องใช้หม้อสิ อูบายอย่างนี้ แล้วถ้าอูบายอย่างนี้เราก็ก๊วไชของเรา เราทำของเราให้เป็นประโยชน์กับเรา

นี่พูดถึงว่า จะทำหลายวิธีหรือวิธีเดียวใน ๑ วัน

มันอยู่ที่ความสมดุล ปฏิบัติไปแล้วนะ ถ้าเกิดมันลงแล้ว ถ้าสิ่งนั้นมันดี เอาอย่างนั้นนะ แล้วถ้าครั้งต่อไปมันก็ไม่ได้แล้ว ไม่ได้เพราะอะไร เพราะมันเคยได้ ก็เลสมันพลิกแล้ว ก็เลสมันคอยตักหน้าเลย เป็นอย่างนั้นๆ มีแต่ปัญหาไปหมดเลย

แต่ถ้าเรากำหนดพุทฺโธไปเรื่อยๆ พอกิเลสมันเปลอนนะ เตี้ยก็ลงอีก พอลงอีกเตี้ยก็เป็นอย่างนั้น เพราะหลวงตาบอกว่า ตอนท่านเรียนอยู่ ๗ ปี ๗ ปีเป็นสมาธิอยู่ ๓ หน ไปฟังเทศน์หลวงตาสี ๗ ปี ตอนเรียนหนังสืออยู่ ๗ ปี จิตรวม ๓ ครั้ง รวมครั้งแรกดีใจ จะเอาให้ได้เลย ไม่ได้ ๗ ปี ๓ ครั้ง จิตรวม

แล้วคิดดูสิ พอท่านมาปฏิบัติจริงจัง พอปฏิบัติจริงจัง ออกมาปฏิบัติจริงจัง แล้วมันไม่ใช่รวม ๓ ครั้งหรือกร รวมตลอดเวลาเลย เพราะเวลามันเป็นบุคคล ๔ คู่ คู่ที่ ๑ คู่ที่ ๒ ไปมันยังชำนาญขึ้น พอมันชำนาญขึ้น จิตมันต้องมีพื้นฐานเป็นธรรมดาเลย ถ้าออกปฏิบัติแล้วไม่ใช่ ๗ ปีรวม ๓ ครั้งนะ จิตมันอยู่ในสมาธิทั้งวันทั้งคืนเลย

เวลาฟังหลวงปู่มั่นเทศน์ บอกจิตดับไป ๓ วัน จิตดับคือมันอยู่ในสมาธิ ไม่ออกรับรู้ถึง ๓ วัน จิตอยู่ในสมาธิตลอดเลย ๓ วัน ๔ วัน ไม่ใช่ ๗ ปี ๓ หนนะ

๗ ปี ๓ หน ท่านเอามาเทียบให้ดูว่าเวลาปฏิบัติเริ่มต้นมันยากอย่างนี้ ท่านมีอำนาจวาสนา ท่านเป็นพระอรหันต์ไปแล้ว หลวงตาเป็นพระอรหันต์ไปแล้ว แต่ปฏิบัติเริ่มต้นล้มลุกคลุกคลานแค่ไหน แต่เวลาท่านทำได้จริง เวลาขณะที่มันได้เสียขึ้นไป

ฉะนั้น เวลาเราพูดถึงว่า เสวยแล้วเป็นพระอรหันต์ไม่เป็นพระอรหันต์ นั่นคืออุปสรรค คือเวลาเทคนิคที่ท่านทำ แล้วท่านเอาประสบการณ์ของท่านมาสอนพวกเรา เอาประสบการณ์ปรากฏการณ์ในหัวใจของท่านมาเทศนาว่าการ ให้เราเอาอันนั้นนะ เอาอันนั้นมาเป็นครู เอาประสบการณ์ของท่านนั้นนะ แล้วก็มาเป็นต้นแบบ

ต้นแบบไม่ใช่จำนะ ต้นแบบไม่ใช่ทำให้เหมือนนะ ต้นแบบว่า
ปรากฏการณ์เวลาจิตมันหลอก กิเลสมันหลอกมันเป็นแบบนี้ แล้วเรา
ทำของเรา ทำความเป็นจริงขึ้นมา เราจะรู้จริงของเรา อย่างนี้เอามา
เป็นครู เป็นตัวอย่าง

จบ เอาอันใหม่

ถาม : ตอนนี้อนุมีประเด็นติดขัดอยู่ คือไม่สามารถแยกความคิดกับความจริงได้
 เนื่องจากเป็นคนที่ฟุ้งซ่าน ติดกับความคิด ความสงสัย จนเป็นสาเหตุให้ไม่สามารถ
 แยกระหว่างความจริงกับความคิดที่ปรุงแต่ง หนุอยากทราบว่า จะทำอย่างไรจึงจะวาง
 จากความคิด ความสงสัย และพบธรรมชาติและแก่นของจิตเรา เพราะความคิดนั้น
 เป็นอุปสรรคในการมองโลกให้ถูกต้องตามความเป็นจริง และแม้กระทั่งตอนนั่งสมาธิ
 ความคิดก็มักจะลวงจนทำให้เป็นอุปสรรคต่อความสงบ ขอขอบคุณค่ะ

ตอบ : ถ้ามันเป็นความคิดไง ความคิด ความจริงกับความคิด สิ่งที่เป็นความคิด ถ้า
 เป็นความคิด ถ้ามันมีอย่างนี้มันพุทโธไม่ค่อยได้ คนเรานะ สัทธาจริต พุทโธๆ คือสัทธา
 จริต สัทธาจริตเชื่อมั่นสิ่งใดแล้วทำด้วยความมั่นใจ สัทธาจริตเป็นเอกภาพ ทำสิ่งใด
 ความถนัดคุ้นเคย

แต่ถ้ามีความคิด มีความสงสัย ความคิดกับความจริงมันแยกมันแยะ ส่วน
 ใหญ่ปัญญาชน ถ้าปัญญาชนไปพุทโธ กิเลสมันจะอ้างว่าไม่มีเหตุไม่มีผล อะไรก็มา
 พุทโธๆ กำปั้นทุบดิน ไม่มีเหตุมีผลเลย ทำแบบคนโง่ๆ

หลวงตาท่านบอกว่า เวลากำหนดพุทโธๆ ท่านให้คิดว่าเหมือน
โลกนี้ไม่มีเลย โลกนี้ไม่มี มีเรากับพุทโธเท่านั้น โลกนี้จะเป็นอย่างไ
ถ้า
มีสัทธาจริตมันทำได้ แต่ถ้ามีความคิด มีความสงสัย มีความคิดฟุ้งซ่าน
อย่างนี้มันต้องใช้ปัญญาอบรมสมาธิ

ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ ความคิดคืออะไร ความคิดมันเกิดจากไหน มีสติตาม
 ความคิดไป ความคิด ความคิดมันเกิด ความคิดเหมือนไฟ โทสัคคินา โมหัคคินา ไฟ

มันแผดเผาตลอดเวลา แล้วทำไมเราโง่เอาไฟมาเผาตลอดเวลา ใช้ปัญญาอย่างนี้ไล่มันไปเลย เอาความคิดแก้ความคิด

ถ้าเวลาคนมีความคิด ความคิดที่มันรุนแรง เขาจะให้เอาความคิดแก้ความคิด แล้วความคิดที่มีสติมันก็เป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าความคิดไม่เป็นสติมันก็เป็นมาร มารมันก็ลากไป แต่ถ้ามีสติปั้บ ความคิดมันก็เป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันตามของมันไป ถ้ามันแยกแยะ ถ้าใช้ปัญญาอย่างนี้มันจะแยกความคิด แล้วพอความคิดมันดับ เวลาความคิดมันคิดมานี้มันรู้เรื่องเลย แต่เวลาใช้ปัญญาอบรมสมาธิ ความคิดมันดับคือมันปล่อย แล้วมันรู้อยู่เฉยๆ เราจะเห็นเลยว่า อ้อ! ความคิดมันไม่ใช่เรา นี่มันรู้มันเห็นของมันได้ถ้าปฏิบัตินะ

ถ้าปัญญาอบรมสมาธิมันมี ไปหานะ ไปหาหนังสือหลวงตา “ปัญญาอบรมสมาธิ” ไปอ่าน มีเล่มบางๆ “ปัญญาอบรมสมาธิ” ดูซิว่าวิธีทำปัญญาอบรมสมาธิทำอย่างไร ท่านเปรียบเทียบไว้ ท่านเปรียบพุทโธๆ เหมือนโคนต้นไม้ที่โคนต้น ต้นไม้ล้มจะล้มแรงมาก แต่ถ้าปัญญาอบรมสมาธิท่านบอกว่าเลาะกิ่งมันทีละกิ่ง เลาะกิ่งมันทีละกิ่ง เลาะกิ่งมันจนทั้งต้น โคนทั้งต้น คือลงสมาธิได้เหมือนกัน นี่คือปัญญาอบรมสมาธิ

แล้วถ้าแยกถูกแยกผิด ถ้าใช้ปัญญาอย่างนี้ขึ้นไป เราใช้ปัญญาอย่างนี้ปั้บต่อไปเราจะทันความคิดเรา แล้วจะไม่ให้ความคิดหลอก แล้วไม่ให้ความคิดหลอกแล้ว มันเกิดปัญญาขึ้น

อย่างที่ว่า เราอยากรู้ความจริง ความจริงกับความคิด ความจริงทางโลกนี้ มันได้ประโยชน์ ประโยชน์กับทางโลกด้วย ได้ประโยชน์กับทางธรรมด้วย ประโยชน์ทางโลกคือเรามีสติปัญญาเท่าทันโลกเขา เวลาทางธรรม ทางธรรมคือมีสติปัญญาทันความคิดเรา ถ้ามีสติปัญญาทันความคิดเรา ความคิดเรามันก็หยุด ถ้าความคิดหยุด มันก็เป็นจิตแท้ จิตแท้ รู้ดีจิต นั่นคือสมาธิ แต่แป็บเดียว แป็บ ออกแล้ว

ปัญญาอบรมสมาธิมันปัญญาวิมุตติ มันไม่เหมือนเจโตวิมุตติ ถ้าเจโตวิมุตติ เวลามันลง มันลงชุ่มเย็น มันลงแล้วมันเว้งว่าง มันลงแล้วมีความสุข อันนั้นเพราะพุทโธ ถ้าพุทโธเป็นอย่างนั้น พุทโธเป็นปฏิบัติแนวทางพระโมคคัลลานะ แต่ถ้าใช้ปัญญาๆ

เป็นปฏิบัติแนวทางพระสารีบุตร พระสารีบุตรเป็นปัญญาวิมุตติ เวลาพระโมคคัลลานะ เป็นเจโตวิมุตติ มันมีวิธีการปฏิบัติเยอะแยะเลย

มันก็เหมือนที่ว่กำหนดพุทโธๆ วิธีการมันต่างกัน ถ้าเราทำสมาธิเป็นแล้ว วิธีการมันหลากหลายไปหมดเลย แต่ผลของมันก็คือทำเพื่อความสงบของใจ ปัญญา อบรมสมาธิ ปัญญาอบรมสมาธิถ้าพูดถึงคนทำเป็น มันรู้ว่าสมาธิเป็นอย่างไร มันเข้าใจ ของมันได้

ถ้าพูดถึงว่า เขาถามว่า ความคิด ความคิดกับความจริง ความสงสัยมันทำให้การ ปฏิบัติยากมากเลย แล้วจะทำอย่างไร

ถ้ามันทำความจริง กำปั้นทุบดินก็พุทโธ กำปั้นทุบดินก็กำบริกรรมนั้นแหละ บังคับ บังคับให้มันอยู่กับตรงนั้น ไม่ให้มันแส่ส่าย แต่ถ้ามันแส่ส่าย มันแส่ส่ายคือมัน ใช้ปัญญา เราก็ใช้ปัญญา ปัญญาก็คือตาข่ายของปัญญาเข้าไปทะลอม เข้าไปไม่ให้มัน ออก นี่ไง เวลาปฏิบัติ ปัญญาอบรมสมาธิมันมี

ที่นี้ปัญญาอบรมสมาธิ ต้องพิมพ์ “ปัญญาอบรมสมาธิ” สักเล่มหนึ่งเนาะ เอาไว้แจก “ปัญญาอบรมสมาธิ” ของหลวงตา สงสัยต้องพิมพ์ “ปัญญาอบรมสมาธิ” มี มาแล้วมันหมด ของหลวงตาก็พิมพ์ เพราะหลวงตาเป็นคนพิมพ์เอง “ปัญญาอบรม สมาธิ” แล้วท่านอธิบาย

กรณีนี้ใช้กับปัญญาชน ปัญญาชนที่มีปัญญามาก ที่ไม่ยอมเชื่ออะไรง่าย ๆ ไม่ ยอมพุทโธ ช่มเขาโคกินหญ้าไม่ได้ ช่มเขาโคจิตให้ลงสู่พุทโธมันไม่ยอม ต้องใช้ปัญญา อบรมสมาธิ

ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ ใช้ปัญญาไล่เข้าไป ปัญญาไล่เข้าไป ไล่หัวใจเข้าไป พอ มันเห็นโทษของมัน มันปล่อยของมัน โอ๊ะ! มันก็เป็นสมาธิ แต่แป็บเดียว เดี่ยวมันก็คิด อีกแล้ว ต้องทัน ทำอย่างนั้นบ่อยๆ จนมันไม่เสวยอารมณ์ มันตั้งมั่นของมัน มันจะรู้ ของมันเลย แล้วถ้าเสวยก็สติปัฏฐาน ๔ เสวยคือเสวยกาย เวทนา จิต ธรรม แล้วจับ ได้ก็วิปัสสนาเกิดเลย นี่คือนิยามวิมุตติ แต่ถ้าเป็นเจโตวิมุตติ พุทโธๆ เป็นเจโตวิมุตติ

เพราะจิตมันสงบแล้ว แล้วเห็นกาย เห็นภาพ อันนั้นเป็นเจโตวิมุตติ ถ้าเป็นปัญญาวิมุตติ

นี่พูดถึงว่า แล้วหนูจะอย่างไร ความคิดกับความจริงไม่เป็นอันเดียวกัน แล้วทำไมหนุຍากมาก ทุกข์ยากมาก

ถ้าพุทโธได้ก็พุทโธไป ถ้าพุทโธไม่ได้ต้องปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าปัญญาอบรมสมาธิ มันเป็นปัญญาอบรมสมาธิ มันเป็นสมณะ ไม่ใช่วิปัสสนา แต่ด้วยความเข้าใจผิดของนักปฏิบัติหลายกลุ่มมากบอกว่า “ใช้ปัญญาไปเลย พอปัญญาไปแล้วเป็นวิปัสสนา”... เป็นไปไม่ได้ นั่นละสติปัญญาน ๔ ปลอม ปลอมเพราะจินตนาการ สันนิษฐานเอา จิตมันปลอมเพราะสันนิษฐาน สันนิษฐานจากกรรมของพระพุทธเจ้า แล้วสันนิษฐานจากการปฏิบัติ สันนิษฐานมันเป็นผลของสันนิษฐานไง แต่มันไม่เป็นความจริง ถ้าเป็นความจริงขึ้นมา นั่นแหละคือปัญญาอบรมสมาธิ แล้วเวลามันเกิดวิปัสสนาเป็นอย่างไร

ครูบาอาจารย์หลายกลุ่มมากที่ไม่มีผลตามความเป็นจริง แล้วเอาสิ่งนี้มาสอนว่านั่นเป็นวิปัสสนาๆ แล้วหลวงตาท่านถึงพูดไง มันเป็นไปไม่ได้ มันเป็นไปไม่ได้หรือก แล้วเขาก็อ้าง อ้างถึงว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไปเทศน์บัญญัติศีลไม่ได้สอนทำสมาธิ

หลวงตาท่านบอกว่า แล้วบัญญัติศีลอยู่กับพระพุทธเจ้ามา ๕ ปี ๖ ปี อยู่มา ๖ ปี ทำสมาธิอยู่ ๖ ปี แล้วทำไมต้องทำสมาธิอีก

เวลาคนมันจะตะแบงมันอ้างไปหมด อ้างว่าไม่ได้สอนบัญญัติศีลทำสมาธิเทศน์ธัมมจักขุ ไปเลย

เวลาพระพุทธเจ้าสอนใครท่านดูภูมิปัญญาของคนคนนั้นก่อน แล้วท่านสอนตามนั้น แล้วมันเป็นประโยชน์ตามนั้น

แล้วถ้าของเราถ้าเป็นปัญญาอบรมสมาธิ เป็นปัญญาอบรมสมาธิ ถ้าเราจะพุทโธก็พุทโธไป ถ้ามันพุทโธไม่ได้ก็เป็นปัญญาอบรมสมาธิ เอวัง