

ชมเป็นยา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๖ กันยายน ๒๕๕๗

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

ถาม : เรื่อง “ทุกขเวทนาทางกาย”

กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ กระผมมีข้อสงสัยเรื่องทุกขเวทนาทางกาย จำเป็นต้องผ่านการพิจารณาทุกขเวทนาทางกายเสมอไหมครับ เราหลบทุกขเวทนาทางกายได้ไหมครับ ผมมักจะแพ้ช่วง ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที อุปสรรคที่ผมเจอเป็นประจำเวลาทำสมาธิมักจะเป็นเวทนาทางกาย ถ้าเวลาไหน จิตไม่ได้เกี่ยวกับเวทนาทางกาย เวลามีนิ้วบวมมากครับ กราบขอพระคุณ

ตอบ : คำถามว่า เราจะต้องผ่านการพิจารณาเวทนาทางกายโดยเสมอไปหรือไม่

โดยทั่วไป ความจริงนะ เวลาเราฟังเทศน์ มันเป็นจริงเป็นนิสัย มันเป็นวัฒนธรรม อย่างเช่นทางภาคใต้เขามีบุญกุศลเดือน ๑๐ ทางภาคอีสานจะมีข้าวประดับดิน ทางภาคเหนือ สิ่งนี้มันเกิดจากวัฒนธรรม เกิดจากครูบาอาจารย์ โบราณท่านชอบสิ่งใดแล้วท่านทำจนเป็นประเพณีวัฒนธรรม ถ้าวัฒนธรรมของเขามันแตกต่างกันแต่ละภาค แต่ละพื้นที่มันก็ไม่เหมือนกัน

ฉะนั้น กรณีที่ว่าการต้องผ่านเวทนา ส่วนใหญ่แล้วกรรมฐาน กรรมฐานถ้าเขาฟังครูบาอาจารย์ หรือว่ากรรมฐานที่เขามีครูบาอาจารย์ที่แนะนำในทางปัญญาอบรมสมาธิ แนะนำการใช้ปัญญา ก็ไปอีกอย่างหนึ่ง แต่ถ้าเป็นกรรมฐาน เป็นลูกศิษย์หลวงปู่มั่น ส่วนใหญ่แล้วจะพิจารณากาย

ถ้าการพิจารณากายนะ เวลาสติปัญญา ๔ กาย เวทนา จิต ธรรม โดยพื้นฐานของสังคม โดยพื้นฐานของชาวพุทธจะบอกว่า ในการปฏิบัติทุกสายจะปฏิบัติ

ในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ในทางสติปัฏฐาน ๔ จะพูดกันอย่างนั้นให้มันตรงกับ
พระไตรปิฎก ให้ตรงกับพระไตรปิฎก อริยสัจ ๔ สติปัฏฐาน ๔

ถ้าสติปัฏฐาน ๔ การพิจารณากาย การพิจารณากายที่ว่าพิจารณากายโดย
ใช้ปัญญาของเขาในทางสติปัฏฐาน ๔

แต่ในทางของครูบาอาจารย์ของเรา หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านจะสอนให้ทำ
ความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบแล้วให้พิจารณากาย

ถ้าการพิจารณากาย เวลาหลวงปู่หลุยท่านบอก ม้างกาย ม้างกาย ต้องม้าง
กายให้มีความชำนาญ ถ้าม้างกายชำนาญ กาย เวทนา จิต ธรรม ฉะนั้น เวลาลูกศิษย์
หลวงปู่มั่น เช่น หลวงปู่ฝั้นท่านก็สอน สอนการพิจารณากายเหมือนกัน เวลาครูบา
อาจารย์ที่ท่านเป็นธรรมๆ แต่ละองค์ ท่านจะเอาความชำนาญของท่าน ท่านเอา
ประสบการณ์ของท่าน

ฉะนั้น เวลาเราในสมัยปัจจุบันนี้ หลวงตาท่านเป็นพระปฏิบัติที่มีคนเชื่อถือ แล้ว
ท่านบอกว่าท่านสู้กับเวทนา เวลาท่านสู้กับเวทนา ท่านเข้าไปเจอกับเวทนา นั่งตลอด
รุ่ง เวทนา หลานมันมา ลูกมันมา พ่อมันมา ปู่มันมา ก็ชั่วโมงๆ เราได้ยืนได้ฟัง เราก็ก
เชื่อมั่น แล้วเราก็กพยายามจะทำแนวทางนี้เพราะเราเชื่อ

พอเราเชื่อ ถ้าเราเชื่อ เป็นความจริงของหลวงตา แต่พอเราไปฟังขึ้นมาเป็น
ทางทฤษฎีของเรา เพราะเราเชื่อว่าจะเป็นอย่างนั้น เราจะผ่านทางนั้น เพราะมีลูกศิษย์
กรรมฐานเราจะพูดอย่างนี้เยอะมาก จะสู้เวทนา จะผ่านเวทนา

ฉะนั้น ถ้าผ่านเวทนา โดยจิตนิสัย ถ้าใครผ่านเวทนา ใครผ่านเวทนาได้ คน
นั้นมีความเข้มแข็ง คนนั้นมีสติปัญญา ก็ผ่านเวทนาได้จริงๆ แต่เวลาคนเราสติปัญญา
อ่อนด้อย หรือว่ากำลังของเรามันไม่ถึง เราจะผ่านทางกาย พิจารณากายก็ได้ พิจารณา
จิตก็ได้ พิจารณาธรรมก็ได้ การพิจารณาธรรม

เขาถามว่า “จำเป็นต้องผ่านทุกขเวทนาทางกายเสมอไปหรือไม่”

ถ้าพิจารณาเสมอ ต้องพิจารณาเวทนาอย่างเดียว เช่น หลวงปู่คำดี หลวงปู่
เจียะ หลวงปู่ชอบ ท่านพิจารณาผ่านทางกาย ถ้าผ่านทางกาย กายมีเวทนาหรือไม่

กายก็มีเวทนา เวลาเราพิจารณากายไป ถ้ามันปล่อยวาง มีความสุขนะ นั่นสุขเวทนา แล้วถ้ามันเป็นความทุกข์ขึ้นมาละ เป็นความทุกข์ขึ้นมา เป็นความทุกข์ ทุกข์เป็น อริยสัจ ทุกข์เป็นความจริง ทุกข์คือสิ่งที่ทนไว้ไม่ไหว สิ่งที่เราทนไม่ได้คือทุกข์ ถ้ามัน เกิดเวทนาขึ้น มันเกิดความบีบคั้นขึ้น นี่ก็คือเวทนา แต่มันพิจารณาผ่านทางกายไป ถ้าผ่านทางกาย พิจารณากายไป เป้าหมายคือพิจารณากาย ผลข้างเคียง ผลข้างเคียง มันก็มีเวทนา ผลข้างเคียง

แต่ถ้าเราพิจารณาเวทนา เราจะเข้าไปเผชิญกับเวทนาเป็นเป้าหมาย ฉะนั้น ถ้าเผชิญเวทนาเป็นเป้าหมาย เราถึงบอกว่า จะต้องผ่านเวทนาเสมอไปหรือไม่

มันจะผ่านในแนวทางสติปัฏฐาน ๔ ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม

แต่นี้ถ้าพูดถึงโดยเนื้อแท้ การพิจารณากาย การพิจารณาจิต การพิจารณา ธรรม มันมีเวทนาหรือไม่

มี มันก็มีเวทนา เพราะมันมีสุขมีทุกข์ ถ้ามันไม่มีสุขไม่มีทุกข์ มันจะมีความรู้สึก มันจะเป็นความจริงได้อย่างไร มันก็เป็นความจริงนะ

ฉะนั้นบอกว่า “จะต้องผ่านเวทนาเสมอไปหรือไม่”

เราจะตอบว่า ไม่ จะผ่านทางกายก็ได้ ผ่านทางเวทณาก็ได้ ผ่านทางจิตก็ได้ ผ่านทางธรรมก็ได้

ทีนี้เพียงแต่ว่าเวลาภาวนาไป เวลาในภาคปฏิบัติมันต้องมีครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็นจริงของท่าน ท่านรู้ว่าควรทำอย่างไร เพราะถ้าเวลาเราพิจารณากาย พิจารณาเวทนา พิจารณาจิต พิจารณาธรรม บางคนบอกว่าพิจารณาไม่ได้ เวลาภาวนาไปนะ ภาวนาไป จิตสงบแล้วไม่มีงานทำ คือหากิเลสไม่เจอ จะหากายก็ไม่เจอกาย จะหาจิตก็ไม่เห็นมัน จะหาธรรมยังไม่รู้ว่าอยู่ที่ไหนเลย แล้วบอกว่าทำไปไม่ได้ ทำไปไม่ได้ ถ้าทำไปไม่ได้ เวทนามันมีจริง ๆ อยู่แล้ว นั่งไปนาน ๆ เวทนามันต้องเผชิญอยู่ แล้ว มันเห็นอยู่แล้ว

ฉะนั้น ถ้าบอกว่าไม่ต้องผ่านเวทนา จะผ่านทางอื่นก็ได้

แล้วถ้ามันจำเป็นต้องเจอเวทนาละ ถ้าเวลาเราไปพิจารณาทางอื่น มันไม่เห็น
ทุกข์ ไม่เห็นสัจจะความจริง ถ้าไม่เห็นสัจจะความจริง พอมันเข้ามาเวทนา มันมีอยู่
แล้ว ว่าอย่างนั้นเถอะ ถ้าหาอะไรไม่เจอ หนึ่งไป แล้วหนึ่งให้มีสติไป เตียวเวทนามันมา
แน่นอน ถ้ามาแน่นอน ถ้าจิตเรามีกำลัง เราจับตรงนั้นได้ วิปัสสนาได้ ใช้ปัญญาได้
มันก็ต้องผ่านทางเวทนาอยู่ดี

แต่ถ้าบอกว่า ถ้าเราจะบอกว่าต้องผ่านเวทนาเลย เหมือนกับเรามีหนทางเดียว
แล้วพอเวลาจิตมันจะไปเห็นกาย จิตมันจะไปเห็นความเฉาความเหงาของจิต หรือ
จิตมันจะไปเห็นธรรม เราบอกว่าสิ่งนี้ไม่ใช่ทางของเรา

ฉะนั้น ในสติปัฏฐาน ๔ เวลาเราจะพิจารณาอย่างใดอย่างหนึ่ง เวลา
ปฏิบัติเขาเรียกว่าปัจจุบัน ปัจจุบันถ้ามันเข้าไปเจอเวทนา นั่นละงานของเรา ถ้า
มันไปเจอกาย นั่นก็คืองานของเรา ถ้าเข้าไปเจอจิต นั่นก็คืองานของเรา ถ้าเข้า
ไปเจอธรรม นั่นก็คืองานของเรา ธรรมคืออารมณ์ ถ้าจิตสงบแล้วธรรมมันคือ
อารมณ์ จับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้ชัดเจน

เวลาละทุกข์ เห็นไหม “ละทุกข์แล้วต้องมารู้สมุทัย ต้องไปนิโรธ ต้องไป
มรรค”...ไม่ใช่

เวลาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ปัจจุบันเอาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ถ้าสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จับตรงนั้น
แล้วพิจารณาตรงนั้น

ฉะนั้น “จะต้องพิจารณาทุกขเวทนาเสมอไปหรือไม่”

เราจะบอกว่า ให้มันเป็นความจริง เป็นปัจจุบัน เราไม่จำเป็นที่จะต้อง
ตั้งเป้าหมายว่าจะต้องพิจารณาเวทนา ต้องผ่านเวทนาอย่างเดียว เพราะเราพึ่งครูบา
อาจารย์มาไง เราเป็นศิษย์มีครู องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นครูเอกของโลก

ครูบาอาจารย์ของเรา พระพุทธองค์ สิ่งทีบวชมาก็บวชมา ถ้าเอหิภิกขุ
พระพุทธเจ้าบวชให้ แล้วพระพุทธเจ้าสั่งสอนเอง เป็นพระอรหันต์ ๑,๒๕๐ องค์ ในวัน
มาฆบูชา กตัญญูกับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัม
พุทธเจ้าด้วยความกตัญญู ไปเจอพร้อมกันโดยไม่ได้นัดไม่ได้หมาย

นี่ก็เหมือนกัน เวลาครูบาอาจารย์ของท่านก็ทำตามแนวทางขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเหมือนกัน ฉะนั้น เวลาทำในแนวทางนั้น เวลาเราฟัง เราฟังว่า เวลาหลวงตาท่านพิจารณาของท่าน เราก็พยายามจะคิดว่าสิ่งนี้เป็นช่องทาง สิ่งนี้มันมีแนวทาง คือเราเห็นร่องเห็นรอยไง เห็นหลวงตาท่านทำไป พิจารณาเวทนาตลอดรุ่ง ๑๒ ชั่วโมง

มีหลายคนมากจะบอกว่า “ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างอื่น ต้องผ่านเวทนา” เราฟังอยู่บ่อย บางคนมาบอกว่าต้องผ่านกายๆ

คำว่า “ผ่าน” ของกรรมฐานหมายความว่า ชำระสำเร็จลุล่วงมา คำว่า “ผ่าน” ภาย ผ่านเวทนา ผ่านจิต ผ่านธรรม” คำว่า “ผ่าน” คือผ่านพ้นแล้ว ฉะนั้น พอคำว่า “ผ่าน” คือผ่านพ้นแล้ว มันเป็นศัพท์ของกรรมฐานเราไง คำว่า “ผ่าน” คือว่าผ่าน คือพิจารณาจบแล้ว ถ้าจบแล้วอย่างน้อยต้องเป็นโสดาบัน

ฉะนั้น พอคำว่า “ผ่าน” บ๊ีบ ทีนี้คนอยากผ่าน พอคนอยากผ่าน เพราะมันมีคนพยายามจะเข้าเผชิญกับเวทนา หนึ่งนะ หนึ่งทีหนึ่ง ๑๐ กว่าชั่วโมง ถ้ามันมีปัญญานะ ถ้ามีปัญญา ถ้าจิตสงบ ถ้ามีปัญญาพิจารณาแยกแยะไป ถ้ามีปัญญา เวลามันสมดุลง เวลาสมดุลงมันจะปล่อยหมดเลย มันจะว่างหมดเลย มันจะมีความสุขมหาศาลเลย นี่มันปล่อยด้วย มันปล่อยนะ มันปล่อยด้วย มันชำระกิเลสด้วย เวลามันปล่อยแล้วมันขาดด้วย อย่างนี้ นี่สังโยชน์ขาดเลย

แต่ถ้ามันปล่อย มันปล่อย แต่มันยังไม่ขาด คือมันปล่อย ปล่อยเพราะมีปัญญารู้เท่า มันปล่อย แต่มันไม่มีกำลังพอ มรรคไม่มรรคสามัคคี มรรคไม่สมดุลง มรรคไม่สมดุลงคือไม่มัชฌิมาปฏิบัติ มันปล่อยชั่วคราว ปล่อยชั่วคราว เต็มของมันมาอีก มันมาอีกๆ พอมันมาอีก พอกิเลสมันฟ่ายแพ้แล้วมันมาอีก มันมาที่แรงกว่า มันมาที่ลึกลึกกว่า ที่ปัญญาจะไล่ไม่ทัน ต้องสู้กันอีกมหาศาลเลย

เวลาที่ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติ ท่านปฏิบัติตัวอย่างนี้ เป็นครั้งเป็นคราว จนถึงที่สุด ลูกเวทนามันมา หลานเวทนา พ่อมันมา ปู่มันมา เวลามันขาด หลวงตาท่านเหยี่ยมันเลยนะ เวทนามันก็เป็นแบบนี้ เวทนามันก็เกิดกับเรานี่ แล้วเวลาปัญญามันไล่ต้อน

เสร็จแล้วมันขาด มันขาดต่อหน้านี้ แล้วต่อไปมันจะเอาเวทนาหน้าไหนมาหลอกเราอีกวะ ปุ่มันพ้อมันก็ฆ่าหมดแล้ว คือรู้เท่าหมดแล้ว แทงทะเลหมดแล้ว ก็ปุ่มัน เรายังชนะมาแล้ว มันจะไปเอาปุทวดมาจากไหนอีกล่ะ มันจะไปเอาเวทนาที่เข้มงวดกว่านี้มาจากไหน ถ้าเวทนามันขาด มันขาดแบบนี้ นี่ผ่านทางเวทนา หลวงตาทำผ่านแบบนี้แล้วท่านเทศน์อย่างนี้เน้นย้ำ เน้นย้ำเพราะท่านถนัด ท่านถนัด ท่านเอาความถูกต้องดีมีใจของท่านมาตีแผ่ มาตีแผ่ให้เราได้เห็นช่องทาง

ที่นี้พอเห็นช่องทาง พระหรือนักปฏิบัติหลายคนก็บอกว่าต้องผ่านเวทนาพยายามจะให้ผ่านเวทนา แล้วเวลานั้น หนึ่งด้วยขันติ ด้วยอดทน ออกจากการปฏิบัติมา ส่งโรงพยาบาลกันเลยนะ เพราะมีคนมาปรึกษาเราเรื่องนี้เยอะ ว่านี่จนแบบว่าจะเอาชนะ เอาชนะ จะผ่านนะ

คำว่า “ผ่าน” เวลาในศัพท์ในกรรมฐาน ผ่านคือชำระเด็ดขาด คือผ่าน ผ่านกาย ผ่านเวทนา ผ่านจิต ผ่านธรรม แล้วเวลาหลวงตาท่านพูดกับหลวงปู่เจี๊ยะ “เจี๊ยะเอ๊ย! หลวงตาบัวท่านเป็นนักมำกาย นักพิจารณากาย”

เพราะหลวงปู่เจี๊ยะเล่าให้เราฟังเองว่าเวลาใครไปให้หลวงตาแก่ อย่างที่ว่าลูกศิษย์ไปหาหลวงตาให้แก่ หลวงตาพยายามแก้ พอแก้เสร็จ หมอไซ้ไหม รักษาคนไข้มา คนไข้เคสไหน วิธีการไหน แล้วรักษามา ท่านจะรู้ของท่าน แล้วเวลาหมอเขาเจอกัน หมอเขาจะบอกว่าวิธีการรักษาเคสนี้ต้องทำอย่างนี้ ต้องทำอย่างนี้

“เจี๊ยะเอ๊ย! นี่นักมำกายผู้เฒ่า ผู้เฒ่ามำกายเก่ง ผู้เฒ่าพิจารณากาย ผู้เฒ่า”

นี่มันเคสการรักษา เคสมันจะบอกเล่ากันมา มันจะบอกต่อๆ กันมา เราถึงบอกว่า ในปฏิปทากรรมฐานมันเป็นความสำเร็จ ความสมดุขของแต่ละองค์ที่ผ่านมา ฉะนั้น พอผ่านมาอย่างนี้ เวลาคนที่จะไปบอกว่าต้องผ่านเวทนาๆ ก็คิดว่าอย่างนั้น ต้องทำอย่างนั้น ทำอย่างนั้นนะ จิตใจของเราละ ปัญญาของเราละ มันสมเหตุสมผลใหม่ ถ้าปัญญาของเราสมเหตุสมผลนะ เราสู้ไป เวลามันปล่อย มันปล่อย มันปล่อยแล้วก็ความสุขอันนั้น แต่มันปล่อยแล้ว ปล่อย แต่ไม่ขาด เวลาภาวนาไปมันจะมีนะ อย่างเช่น

สมาธิ ทำไม่ได้เลยก็เป็นสมาธิไม่ได้ พอเป็นสมาธิแล้วเดี๋ยวก็เสื่อมออกมา มันคลายตัวออกมา

แต่ถ้าคนมีสติปัญญามันรู้แล้ว อ้อ! มันเป็นธรรมดา มันเป็นอย่างนี้ ธาตุ ๔ และขันธ์ ๕ มันเป็นแบบนี้ แล้วถ้าเราชำนาญในวสี เราชำนาญในการเข้าการออก ในการควบคุม สมาธิไม่มีวันเสื่อม พอไม่มีวันเสื่อม ยกขึ้นวิปัสสนา ยกขึ้นวิปัสสนาก็เข้าไปเจอ ไปเจอเวทนา ไปเจออะไร เพราะจิตสงบแล้วถ้าเจอเวทนา มันจับเวทนาได้ ถ้าจิตไม่สงบนะ เราเข้าไปเจอ ถ้าผ่านเวทนา เวลาเวทนามันเกิด มันเจ็บปวดมาก เพราะเวทนาเป็นเรา

แต่ถ้าจิตมันสงบแล้ว จิตเป็นเรา จิตเป็นเรา เห็นไหม จิตมันสงบ แล้วมันออกไปจับเวทนา จิตเป็นเรา ก็จับเวทนา พอจับเวทนา มันพิจารณาของมันไป ที่ว่า หลวงตานั่งตลอดรุ่ง เดี๋ยวหลานมันมา ชนะมัน หลานมันร้องไห้ มันแพ้ มันไปเรียกพ่อ มันมา พอไปเรียกพ่อมันมา หลานไปเรียกลูกมันมา หลวงตาทำนพิจารณาต่อเนื่องไป ด้วยปัญญา ชำระลูกมัน ลูกมันแพ้ มันแพ้ มันเสียใจ มันก็ไปตามพ่อมันมา

พอหลายชั่วโมงเข้า เพราะมันมาครั้งต่อไป ตามพ่อมันมา ปัญญาเราต้องเข้มแข็งขึ้น ชำนาญในวสี ใช้ปัญญา เวลาจับได้ ใช้ปัญญา พอปัญญา ถ้าพ่อมันมา เล่ห์กลมันจะมากขึ้น ต้องมีสติปัญญามากขึ้น มีปัญญามากขึ้น ถ้ามันพิจารณาต่อสู้ไม่ได้ก็กลับมาทำความสงบ ปล่อยวางเข้ามา แล้วออกไป ถ้าออกจากความสงบมาก็จับเวทนา สู้กับพ่อมัน พิจารณาพ่อมัน จนปัญญามันสมดุล ชนะพ่อมัน พ่อมันไปเรียกปู่มันมา

ท่านบอกว่า ๒-๓ ชั่วโมง นี่หลานๆ มัน ๓-๔ ชั่วโมงนั้นนะลูกมัน ถ้า ๔-๕ ชั่วโมงนั้นนะพ่อมัน ๖-๗ ชั่วโมง เดี๋ยวปู่มันมา นี่ท่านชนะไปเรื่อยๆ

การทำความสงบของใจ ถ้าใจมันเสื่อมขึ้นมา เราก็ต้องชำนาญในวสี ให้มันสงบมากขึ้นๆ เราใช้ปัญญาขึ้นไป ปัญญา เวลามันออกไปใช้ปัญญาแล้ว มันใช้กำลังไปแล้ว สมาธิมันต้องอ่อนลง มันต้องกลับมา นี่คนที่มีความชำนาญ รู้เท่า มันจะมีขั้นตอนของมันขึ้นไป ถ้าขั้นตอน นี่มันเป็นความจริง ถ้าเป็นความจริงนะ

ฉะนั้น เพราะเขาบอกว่า “จำเป็นไหมจะต้องผ่านทุกขเวทนาทางกายเสมอไป”

ถ้าพูดถึงว่า ต้องผ่านทุกขเวทนาทางกายเสมอไป ทางกายคือความสงบของใจ คือทำสมาธิ ถ้าเรากำหนดพุทโธก่อนใช้ไหม เรากำหนดพุทโธๆ ถ้าจิตสงบแล้ว อย่างที่เขาก็บอกว่า เวลาไหนก็แล้วแต่ ถ้าจิตมันไม่เกี่ยวกับเวทนาทางกาย เวลามันวูบลง มันจะเบามาก ถ้าสติมันดี มันกำหนดพุทโธๆ มันจะสงบได้ เป็นสมาธิได้ เวทนายังไม่เกิด เราจะผ่านได้ เราจะมีความสุข นี่ในระดับของสมาธิ แล้วถ้าเดี๋ยวมันคลาย เวทนายังเกิดอีก

ฉะนั้น เราก็บอก เรากำหนดพุทโธไว้ พุทโธนี่นะ เรากำหนดคำบริกรรมไว้ มันเป็นขันติธรรม มันหลบก็ได้ หลบหลีกมาให้สงบ ถ้าสงบแล้ว ถ้ามันสงบแล้วเวทนามันไม่มีอำนาจเหนือจิตนี้ แต่ถ้าเราพุทโธๆ มันไม่ลง มันหลบไม่ได้ พุทโธไม่ลง เวทนาเจ็บปวดมากเลย

นี่ในขั้นของที่ว่า เราต้องผ่านเวทนาทางกายหรือไม่ ถ้าเราจะผ่านเวทนาทางกาย ถ้าจิตเรามีสติปัญญา เราสามารถทำสมาธิได้ เราสามารถทำความสงบได้ แต่ถ้าวันไหนมันทำความสงบอยู่ที่อารมณ์ อยู่ที่ผลกระทบของจิต จิตบางวันมันนุ่มนวล จิตบางวันมันสมดุลง มันก็ทำสมาธิได้ง่าย จิตบางวันมันกระทบกระทั่งมา มันมีสิ่งใดชวนข้องหมองใจ มันทำสมาธิได้ยาก การทำสมาธิเขาถึงจะต้องสำรวจระวัง ต้องรักษาตา หู จมูก ลิ้น กาย เพื่อจะให้มันทำได้ง่าย

นี่ในขั้นของสมณะบอกว่า ต้องผ่านทุกขเวทนาทางกายเสมอไปหรือไม่

ไอนี้มันอยู่ที่ว่า ขณะที่เกิด ขณะที่เป็นอย่างจริง มันเป็นอย่างใด มันไม่ใช่ว่าสูตรสำเร็จต้องทำอย่างนี้ตลอดไปไหม ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเวทนาๆ นี่นะ ถ้ามันเป็น มันเป็นสัจจะ มันเป็นความจริง แต่เราจะใช้อย่างไร จะทำอย่างไร หนึ่ง

สอง จริตนิสัยของคน จริตนิสัยของคนนะ ถ้าจริตนิสัยของเรานี้แหละ มันเป็นทางนี้ จริตนิสัยของเราที่หยาบๆ มันต้องผ่านสิ่งที่หยาบๆ ถ้าจริตนิสัยของคนทีละเอียดอ่อน ธรรมารมณ์ๆ อารมณ์ความรู้สึกความนึกคิดต่างๆ มันละเอียดกว่านี้ เวลา

จับต้องแล้วมันไม่ต้องสมบุกสมบัน ไม่ต้องทำให้ร่างกายนี้บอบช้ำจนเกินไป แต่ถ้าเราเป็นคนหยาบๆ คนที่ว่าทำอะไรก็ได้เลย จะต้องผ่านทางเวทนา มันก็ต้องเผชิญหน้ากัน

จะนั้นบอกว่า เวทนาๆ มันเป็นสิ่งที่เป็นทุกขเวทนา เป็นสิ่งที่เราต้องเผชิญที่มันเป็นทุกข์ มันเป็นความที่เราต้องขมขื่นอะไร...ไม่ใช่

ขมเป็นยา หวานเป็นลม ขมเป็นยา ถ้ามันเป็นยาขม แต่เป็นยาขมนี้มันเป็น เรื่องที่ว่าเราจะต้องพิสูจน์กันด้วยปัญญาของเรา ถ้าเราพิสูจน์ด้วยปัญญาของเรา ถ้าเป็นความจริงขึ้นมา มันจะมีคุณธรรมที่เหนือ ขมเป็นยา มันรักษาโรค หวานเป็นลม ขมเป็นยา

จะนั้นจะบอกว่า ต้องผ่านเวทนาหรือไม่

เราก็จะบอกว่า ไม่ ไม่จำเป็นจะต้องผ่านเวทนา แต่ถ้าไม่จำเป็นต้องผ่านเวทนา มันก็ต้องผ่านกาย ผ่านจิต ผ่านธรรม ถ้ามันตรงกับจริตินิสัย มันก็ต้องผ่านทางเวทนา เห็นไหม สติปัฏฐาน ๔ ๔ อย่างให้เลือก

ในอริยสัจ ๔ ก็เหมือนกัน บอกว่า “ทุกข์ต้องกำหนด แล้วก็ต้องไปละสมุทัย สมุทัยแล้วต้องไปนิโรธ”...มันก็ไม่ใช่อีก

เวลาธรรม เวลามันสมดุลง มันเป็นหนึ่งในเดียว มันเป็นปัจจุบันพร้อมกันหมดเลย แต่เวลาทางเลือก ทางเลือก เห็นไหม เราจะไปทางกาย จะไปทางเวทนา ไปทางจิต ทางธรรม

อย่างเช่นทุกข์ก็เหมือนกัน ทุกข์ควรกำหนด กำหนดในเรื่องอะไร มันเป็นทางเลือก แต่เราเลือกแล้ว ถ้าเราเลือกแล้วเราต้องมุ่งมันตรงนั้นเลย เราเลือกแล้วเราต้องทำสิ่งนั้น ขณะนั้น ให้ปัจจุบันนั้นสำเร็จหรือให้ปัจจุบันนั้นปล่อยวางกันตรงนั้น นี้ในการปฏิบัติ ถ้ามันเป็นทางเลือก แต่เราเลือกแล้วเราพรวดพราด นั่นนะที่บอกว่ามันจับจด พรวดพราดจับจด มันก็ไม่ได้ผล

ถ้าเราจะเอาจริง เอาจริงก็บอกว่าจะต้องผ่านทางเดียวหรือไม่

ก็ไม่อีกแหละ

จะเห็นว่า คนเป็นสอน ครูบาอาจารย์ที่เป็นสอน ท่านจะดูตรงนี้ ดูที่เป็นปัจจุบัน ปัจจุบันว่ามันจะเป็นไปได้หรือเป็นไปไม่ได้ อยู่ที่ว่าครูบาอาจารย์องค์ไหนท่านผ่านสิ่งใดมา ท่านมีความชำนาญมา อย่างเช่นเรื่องเวทนา มันมีคนมาปรึกษาเยอะไง มีคนมาปรึกษาเยอะ เพราะว่าต้องผ่านเวทนา เขาใช้คำว่า “ต้องผ่านเวทนา” แล้วก็พยายามจะต่อสู้กับเวทนา นั่งทีหนึ่ง ๑๘ ชั่วโมง ออกจากนั่งสมาธิก็เข้าโรงพยาบาลเลย เขาพูดให้ฟัง อันนี้ฝังใจมาก มันเป็นความมุ่งมั่น เป็นความตั้งใจ ตั้งใจมากๆ เลย แต่ความตั้งใจโดยความอดทนเอา

อดทนเพราะอะไร เพราะได้ฟังเทศน์หลวงตามาเยอะ ได้ยึดมั่น แล้วพยายามจะต่อสู้ด้วยใจที่เข้มแข็ง แต่มันยังไม่ได้ฝึกหัดให้ตัวเองมีความชำนาญพอ ไปทนเอานะทนเสร็จ นั่ง ๑๘ ชั่วโมง ออกจากสมาธิมา ลุกจากสมาธิก็ให้ญาติพี่น้องส่งโรงพยาบาลเลย

เราถามว่า ทำไมต้องทำแบบนี้

ก็จะผ่านเวทนา ก็คือเราเข้มแข็ง เราคิดว่าเราทำได้ แล้วหลวงตาท่านผ่านมาแล้ว ท่านทำได้ เราก็คิดว่าเราทำได้

แต่หลวงตาท่านมีความชำนาญ ท่านมีการฝึกฝนมา ท่านมีศีล สมาธิ ปัญญา คือปัญญาที่หลอกล่อ คำว่า “หลอกล่อ” คือล่อให้กิเลสออกมานะ พยายามหลอกล่อ การเผชิญหน้า การค้นคว้า ปัญญามันรอบตัว

แต่ของเรา เราเชื่อมั่นว่าหลวงตาท่านทำได้ เราจะทำได้ แล้วเราก็ทนเอา ทนเอา ๑๘ ชั่วโมง ออกจากการภาวนาก็ส่งโรงพยาบาล นี่เพราะความเชื่อมั่น

เรามีศรัทธาความเชื่อในครูบาอาจารย์ของเรา ถูกต้อง แต่ครูบาอาจารย์ของเราเวลาท่านพูด ท่านก็พูดเพื่อให้กำลังใจ ให้พวกเราเข้มแข็ง แต่เข้มแข็งแล้วมันต้องมีปัญญาด้วย ต้องมีการฝึกหัด ต้องมีประสบการณ์ แล้วประสบการณ์มันทำ

แล้วพออย่างนั้นปั๊บ เราก็พยายาม เขาก็ยังยึดอยู่อย่างนั้นว่า ต้องเป็นอย่างนี้ ต้องเป็นอย่างนี้

เราก็อโอเค ต้องเป็นอย่างนั้น แต่โดยสายตาของเรา เราเห็นแล้วเราก็อชื่นชมเขา ที่ว่าเขาเข้มแข็งนะ เราชื่นชมว่าเขาเอาจริง แต่ด้วยกิเลส คำว่า “กิเลส” คือว่าไม่สุขุม รอบคอบพอ ว่าอย่างนั้นเถอะ จะว่าเป็นกิเลสนะ ที่ว่าหลงตาบอกว่ามันเป็นมรรค เป็นความอยากได้ อยากกระทำ นี่เป็นมรรค แต่มรรคของเรามันไม่สมดุล มรรคของเรามันไม่สามัคคี มรรคของเรามันก็เลยไม่เป็นผลกับเรา แล้วมันไปกระทบกระเทือน ร่างกายจนเกินไป

ฉะนั้น “จำเป็นต้องผ่านทุกขเวทนาทางกายเสมอไปหรือไม่”

คำว่า “เสมอไป” ถ้ามันจำเป็นต้องผ่าน หรือถ้ามันไปหาสิ่งใดไม่เจอ เวทนาเรารู้อยู่แล้ว คือว่ามันใช้ประโยชน์ได้ แต่ไม่ต้องมีหนทางเดียว เป็นหนทางของการวิปัสสนา เป็นหนทางการใช้ประโยชน์ เป็นหนทางทำให้จิตใจเข้มแข็ง ถ้าเป็นในขั้นของสมาธิจะทำให้จิตใจนี้เข้มแข็ง ถ้าเป็นขั้นของปัญญา มันจะเป็นกิเลสมันใช้เวทนา กิเลสมันใช้ความสุขความทุกข์เป็นเครื่องล่อ เป็นเครื่องออกไปหาประโยชน์ แล้วเราก็จับเวทนาย้อนศรกิเลสเข้าไป

การวิปัสสนาคือย้อนศรกิเลสเข้าไป เพราะกิเลสเป็นนามธรรม ถ้าเราผ่านเวทนา เราใช้เวทนา กิเลสมันไม่มีเครื่องมือใช้ กิเลสมันโดนทำลาย กิเลสมันเข้าไปจนตรอก แล้วเราใช้ปัญญาต่อเนื่องเข้าไป จะเข้าไปเหยียบหัวมัน แล้วจะเข้าไปประหารมัน จะเข้าไปทำลายมัน นี่วิธีการวิปัสสนา

ฉะนั้น ถ้าบอกว่า จะต้องผ่านเสมอไป

ไม่

แต่บอกจะไม่ใช้มันเลย

ไม่ใช่ จำเป็นต้องใช้

ชมเป็นยา ความขมขื่น ความต่าง ๆ มันเป็นผลของกิเลสที่มันสำรอกมันคายมาในใจ ความขมขื่น ความทุกข์ความระทมมันมีอยู่แล้ว เป็นผลของกิเลส เราพยายามจะเข้าไปชำระล้าง เข้าไปต่อสู้กับมัน มันถึงว่าชมเป็นยา ความขมขื่นนั้นเป็นยา

ความขมขื่น ความทุกข์ระทมอันนั้นนะมันเป็นยา มันเป็นยาที่เราจะเข้าไปต่อสู้กับมัน ไปทำลายมัน ไปสำรวจมัน ไปคายมัน ไปทำอย่างนั้น นี่ชมเป็นยา

จะบอกว่า ทุกขเวทนามันทุกข์เหลือเกิน แล้วบอกว่า เราหลบทุกขเวทนาทางกายได้หรือไม่

เราหลบนี้เป็นวิธีการ อย่างเช่นเราสู้กับเวทนา เราสู้ไม่ไหว เราสู้ไม่ไหว กลับมาพุทโธนี่หลบแล้ว เห็นไหม ในวงกรรมฐาน ครูบาอาจารย์ท่านสอนว่าให้เป็นนักรบๆ ไม่ใช่หนีหลบๆ

แต่มันรบไม่ไหว ในเมื่อกำลังเราน้อยกว่า ทุกอย่าง กำลังเราไม่มี เราจะไปรบกับใครล่ะ กองทัพมันมาทั้งกองทัพเลย เรามีอยู่ ๒ คน เราไปสู้อะไรกับมันนะ เราก็ต้องหลบก่อน หลบก่อน พอกองทัพมา ลงใต้ดิน ไปช่องสุมผู้คนขึ้นมาจะไปสู้กับมัน เห็นไหม พอมันมา พุทโธก่อนเลย หลบเลย เพราะพุทโธนี่เป็นการหลบนะ เพราะคำบริการพุทโธๆ ให้จิตมันสงบ

นักรบคือเข้าไปเผชิญหน้ากับมัน เราต้องหลบก่อน ถ้าจิตเราไม่มีสมาธิ จิตเราไม่มีกำลัง เราต้องหลบก่อน

เห็นไหม เขาบอกว่า “เราหลบทุกขเวทนาทางกายได้หรือไม่”

ถ้ามันรุนแรงมา เราต้องหลบ เราสู้ไม่ได้ ถ้าเราสู้ไม่ได้นะ เวทนามันมาแล้วอยากให้หาย กองทัพใหญ่มาแล้วก็เผชิญหน้ามันเลยนะ มันเหยียบแบนเลย แล้วก็เหนื่อยใจแล้ว “ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าเจอเวทนา ให้สู้กับเวทนา เราเป็นนักรบ รบกับเวทนาแพ้อุบัติเลย ยิ่งรบยิ่งเจ็บ ยิ่งรบยิ่งทุกข์ ยิ่งรบยิ่งตายอย่างนี้ แล้วทำไมพระพุทโธเจ้าสอนอย่างนั้นนะ”

ก็บอกว่า อ้าว! ก็ให้รบกับมัน เพราะแพ้ชนะอยู่ที่การรบ อำนาจมาจากปลายกระบองปืน กองทัพของใครเข้มแข็งกว่า กลยุทธ์ดีกว่า กระบองปืนเข้มแข็งกว่า อำนาจจะเกิดตรงนั้น แล้วอำนาจมาจากปากกระบองปืน แต่เรามีแต่กระบองไม้ไผ่ เรามีแต่ไม้ซาง แล้วจะไปสู้กระบองปืน

ถ้าเราจะหลบทุกขเวทนา เราต้องหลบก่อน คือ สมาธิ ปัญญา ถ้ามีสมาธินะ ถ้าเราไม่ไหว เราพุทโธซัดๆ พุทโธๆๆ คำบริกรรมมันหลบมา พอมันลง มันลงก็เหมือนคำถามนี้ “เวลาจิตที่มันไม่เกี่ยวกับเวทนาทางกาย เวลามันวูบลง มันเบามาก”

เห็นไหม นี่ไปช่องสุ่มผู้คนก่อน พอเรามีกำลัง มีสติมีปัญญาขึ้นมาแล้ว เราเผชิญหน้ากับมัน ต้องเผชิญหน้า ต้องเป็นนักรบ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนนะ นักรบต้องมีมรรค มรรคญาณ ต้องมีมรรคญาณเข้าไปชำระ มีมรรค พุดกับสุภัททเวลาสุภัททเวลายุทธ “ศาสนาไหนก็ว่าดี ศาสนาไหนก็ว่าดี”

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะนิพนพาน **“สุภัททเวอย่าถามให้มากไปเลย ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนาไหนไม่มีผล”**

คำนี้เราจำฝังใจเลย แล้วคิดดูสิ ในการปฏิบัติตามวัฒนธรรมประเพณีเขามีมรรคอะไร เขาเชื่อตามๆ กันมา ใส่ชุดขาวเดินเป็นแถว แล้วก็ทำแค่นั้นนะ มรรคมันคืออะไรล่ะ

อ้อ! มรรคก็เขียนเลย งานชอบ เพียรชอบ ระลึกชอบ...อันนี้เป็นมรรคของฆราวาสเขาทำมาหากินเลี้ยงปาก มรรคของการดำรงชีวิต

ถ้าเป็นมรรค ถ้าเป็นธรรมจักร เลี้ยงชีพชอบ เลี้ยงหัวใจชอบ หัวใจคิดเรื่องสังขาร หัวใจน้อมไปทางปัญญา นั่นแหละเลี้ยงชีพชอบ งานชอบ งานชอบในอริยสัจ สติชอบ สมาธิชอบ ปัญญาชอบ

ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนาไหนไม่มีผล

ในการปฏิบัติ เราฟังมาตลอด ที่ไหนมีมรรคบ้าง ที่ไหนมีมรรคบ้าง ไม่เห็นมีมันไม่มีมรรคเพราะอะไร เพราะมันไม่มีสมาธิ มันไม่มีสติ ไม่มีสมาธิ ไม่มีปัญญา ไม่เกิดมรรค มรรคมันคือธรรมจักรๆ คือปัญญาหุนนะ

ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนาไหนไม่มีผล แล้วถ้ามันจะมีมรรค มรรคมันจะเกิดที่ไหนล่ะ มรรคมันเกิดที่ไหน ถ้ามรรคมันเกิด มันเกิดบนใจ ใจอยู่ที่ไหนล่ะ ถ้าไม่มีสมาธิ มันไม่รู้จักใจของตัวเอง สิ่งทีนี้กคิดอยู่นี่มันเป็นสถานะของมนุษย์ มนุษย์นี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ารู้แจ้งโลกนอกและโลกใน

โลกนอกคือโลกของวิญญูะ โลกของการเวียนว่ายตายเกิด โลกในคือภวาสวะ คือภพใด โลกในก็ที่ความคิดมันเกิดขึ้นนี่

รู้แจ้งโลกใน ถ้าไม่รู้แจ้งโลกใน ถอนกิเลสไม่ได้ กิเลสมันครอบครองอยู่บนภวาสวะ อยู่บนภพ อยู่โลกใน ถ้าโลกในไม่รู้แจ้ง จะรู้แจ้งโลกนอกไม่ได้

ถ้ารู้แจ้งโลกใน โลกในอยู่ที่ไหน ปัญญาเกิดที่ไหน มรรคเกิดที่ไหน ถ้ามันมีมรรค มันถึงจะมีผล ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล

ฉะนั้น “เราจะหลบทุกขเวทนาทางกายได้หรือไม่”

ถ้าเรายังอ่อนแออยู่ เราต้องหลบก่อน กำหนดพุทโธนี่คือหลบอยู่แล้ว พุทโธๆ พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง ระลึกถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

จนมันละเอียดลึกซึ้งขึ้นมา อ้าว! พุทธะอยู่นี้เอง พุทธะอยู่นี้เอง คือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่กลางหัวอกนี้เอง ถ้ามันเข้าไปสู่ความสงบใจ พอมันเข้าไปอยู่กับพุทธะ เรามีแม่ทัพแล้ว มีผู้ให้นโยบายแล้ว องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ที่นี้ สู้มันได้แล้ว ออกมาใช้ปัญญา เห็นไหม เวลากองทัพมันมารุนแรง เราหลบก่อน ต้องหลบ

“เราหลบทุกขเวทนาทางกายได้หรือไม่”

บริกรรมพุทโธคือการหลบอยู่แล้ว นี่แหละคือการหลบ หลบเข้าสมาธิ มีสมาธิแล้ว มีกำลังแล้ว เราจะออกไปรบกับมัน

“เราหลบทุกขเวทนาทางกายได้หรือไม่”

พุทโธๆ ถ้าจิตมันสงบได้ มันเหมือนคำตอบของคำถามเขานี้แหละ เวลาจิตที่มันไม่เกี่ยวข้องกับทางกายเลย มันจะวูบลง อย่างนี้ใช้ได้

ฉะนั้น เขาบอกว่า “ผมมักจะแพ้ช่วง ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที”

ไอ้กรณีนี้แปลกมากนะ เวลาคนนั่งสมาธิ ถ้าไม่ได้คิดถึงสิ่งใดเลย มันจะไม่มีสิ่งใดมารบกวนเท่าไร แต่ถ้าใครนะ มันมีสิ่งใดที่ฝังใจ เวลานั่งสมาธิไป ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาทีที่นี้แปลก ฉะนั้น เวลา ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที เวทนามันจะแรงทันทีเลย แปลก

เพราะมันมีนะ อย่างเรามีอยู่บ่อยมากการปฏิบัติ จิตนี้มันมหัศจรรย์ ธรรมดา เราก็อยู่กับปกติเนาะ เวลานั้นสมาธิ เวลากลิ่นน้ำลายที่หนึ่ง อ้อ! เท่านั้น พอนั่งๆ ไป เดี่ยวก็อ้อ! แค่นี้ พอจิตมันซบปั๊บ ตายเลย

มีคนมาหาบ่อย พอนั่งสมาธิไปสัก ๓๐ นาที เหนือจะแตกออก แล้วตรงนี้มันก็เป็น อุปสรรค มันก็ปกติของคน ถ้าวันไหนเรานั่งอากาศดีมันก็เย็นสบาย ถ้าวันไหนเราไปนั่ง อากาศที่มันร้อนนะ เวลาเหนือไคลมันแตก พอเหนือแตก มันผิงใจเลย อู้ฮู! เหนือแตก ฉะนั้น พอนั่งไปถึงจุดนี้ เดี่ยวก็เหนือแตก จิตมันจะสร้างเลยนะ ให้ร่างกายซบเหนือ ออกมา พอซบเหนือออกมานะ มันก็ทำให้ไม่สบายใจแล้ว เลิก เป็นอยู่อย่างนี้ แล้วก็ มาหาเรา

บางคนก็เอียง เอียงข้างหนึ่ง พอนั่งๆ ไป เอียงแล้ว มันเอียงๆ

ก็ดึงออกมามันก็หาย

“มันเอียงๆ”

ก็ดึงกลับมามันก็หาย แต่มันเชื่อใจ เชื่อว่าเอียง เราเชื่อว่าเราเอียง

“มันเอียงนะหลวงพ่อ”

๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที ก็เป็นแบบนี้

ฉะนั้น เรานั่งนะ เรานั่งของเราไป ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที ก็วันนั้น เรานั่งของเรา แล้วให้ผ่านอย่างนั้น สิ่งใดถ้ามันเป็นข้อมูล ในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า จิตนี้ ตัณหาความทะยานอยากเหมือนยางเหนียว มันติดไปหมด แล้วอะไร พอมันติดปั๊บ มันชดอยู่ตรงนั้นนะ แล้วกว่าจะปลดได้ ปลดทีละซ้อๆ ปลดอันนี้ปั๊บ มันก็ไปติดอันอื่น ปลดอย่างนั้น ก็มาติดอย่างนี้ ปลดอย่างนี้ ก็ไปติดอย่างนั้น

แต่พอมันปลดบ่อยๆ เข้า มันก็ อ้อ! เดี่ยวก็ติดๆ คราวนี้รู้เท่าแล้ว ไม่ติดอะไร เลย เห็นไหม ถ้ามันรู้เท่า มันก็ไม่ติดเองไง

แต่นี้มันไม่รู้เท่าณะ มันคิดจะไปปลดที่เป้าไป ไปปลดที่มันติด แต่ความจริงนะ อ้อ! ยางเหนียวมันอยู่ที่จิต จิตมันโง่ จิตมันไปติดเอง ถ้าปัญญามันรู้เท่าณะ ต่อไปรักษาที่จิต มันก็ไม่ติดอะไร

จะนั้น ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที เป็นอุปสรรคที่เจอประจำ เวลานั่งสมาธิแล้วเวทนาจะมาตอนนี้ มาตอน ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาที เราก็นั่งไป ตอนนี้ทุบนาฬิกาทั้งหมดเลย ไม่มีชั่วโมงและไม่มีนาที นั่งของเราไปเรื่อย พอเดี๋ยวมันเริ่มหายไป มันก็จะไม่เป็น ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาทีแล้ว มันจะมาภายใน ๑๐ นาทีก็ได้ มันจะมาภายใน ๒๐ นาทีก็ได้ มันจะมาภายในครึ่งชั่วโมงก็ได้ มันจะมาภายใน ๒ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมงก็ได้ มันจะมาตอนไหนให้มันมาตอนนั้น ถ้าจิตสงบแล้วสู้มัน

ถ้าสู้มันนะ พิจารณาไปเลย พิจารณา เวทนามันคืออะไร เวทนามันก็คือความฝึใจนั้นแหละ ใจมันคิดว่าเป็นเวทนา ถ้าใจ เขาเล่นไฟ ๗ วัน ๗ คืน เขาไม่เห็นมีเวทนาเลย คนที่เขาเพลินในการดูหนัง เขาไปดูหนัง อารมณ์เขาส่งไปที่หนังนะ เขาก็ไม่เห็นมีเวทนาเลย จิตมันส่งออก

แต่นี้ถ้าจิตเราสงบนะ ถ้าเวทนามา มันจับเวทนาได้ มันพิจารณาของมัน มันเป็นของมัน เห็นไหม เวทนามันเกิด เกิดเพราะจิตมันโง่ ถ้าจิตมันฉลาด จิตมันเข้าใจแล้วนะ มันเกิดไม่ได้เลย

เวลาหลวงตาท่านบอกเลย นี่เวลาฆ่าปุ้มมันแล้ว “มันจะเอาเวทนาไหนมาหลอกเราอีกวะ”

แล้วเวทนามันก็คือเวทนานี้ แล้วเวทนาอย่างนี้เราได้ฆ่ามันแล้ว แล้วมันจะเอาเวทนาไหนมาหลอกเราอีกวะ แต่มันก็มีเวทนาอีกแหละ เวทนา สามัญสำนึกของมนุษย์ มันก็มีสุขมีทุกข์ มันก็คือเวทนานั้นแหละ แต่เวทนาอย่างนี้เรารู้เท่าใช้ใหม่ เวทนานี้มันเป็นอารมณ์ใช้ใหม่ แต่ถ้าเราทุกข์กับมันไป ถ้าอะไรเกิดขึ้น เราทุกข์กับมัน มันจะเอาเวทนาไหนมาหลอกเราอีกวะ เรารู้เท่าหมดแล้ว มันจะมาหลอกเราได้อย่างไรวะ แต่มันก็มีกับเราอยู่วันยังค่ำแหละ เพราะความสุขความทุกข์มันมีกับเราตลอดไป นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราชนะแล้วมันก็จบ

จะนั้นบอกว่า “มักจะแพ้ใน ๑ ชั่วโมง ๒๐ นาทีนี้ อุปสรรคที่เจอเป็นประจำ เวลาทำสมาธิ เวทนาทางกาย”

ทำความเข้าใจอย่างที่เรารู้ตอนนี้ แต่มันก็เข้าใจได้ยาก เวลาเรารู้มันก็เป็นประเด็นหนึ่ง เวลาเขาบอกเขาเชื่ออย่างนี้ พอเชื่ออย่างนี้ มันก็หนักก็ไม่ใช่เวทนา นี่ก็ไม่ใช่เวทนา มันก็เลยจับต้นชนปลายไม่ถูกเหมือนกัน

มันต้องมีทางเดินใจ จิตนี้มันต้องมีทางเดิน อย่างเช่นคำบริกรรม ถ้าทำสิ่งใดไม่ได้ บริกรรมไว้ พุทโธๆ ไว้ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิไว้ ถ้าจิตสงบแล้ว จิตสงบแล้ว ฝึกหัดนุ่มไปสู่อาย สู่เวทนา สู่จิต สู่ธรรม แล้วหัดวิปัสสนาไป ถ้าวิปัสสนาไป ถ้ามันพิจารณาไม่ได้ก็กลับมาพุทโธอีก เห็นไหม มันมีสูตรทำความสงบของใจ ใจสงบแล้วถ้าวิปัสสนา มันก็มีสูตรของมันอยู่เหมือนกัน

เขาบอกว่า เวลาการสอนที่เขาเป็นสมมุติ เป็นทางโลก เป็นทางวิชาการ เขาจะมีสเต็มปะนะ เป็นอย่างนั้นๆ เลย กรรณฐานนี้ไม่มีเลย ทำอะไรก็ไม่รู้เรื่อง

มันมีของมัน แต่ครูบาอาจารย์ของเราท่านฉลาด ท่านไม่พูดออกมาให้คนจำเป็นสัญญา จำเป็นสัญญาแล้วก็ไปสร้างภาพว่าเป็นสเต็มปะไป สร้างภาพว่าเราจะขึ้น ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ใจ แล้วพอมันสร้างภาพเสร็จ มันทำจบแล้ว มันก็ว่ามันเป็นพระอรหันต์ใจ ทั้งๆ ที่มันไม่ได้อะไรเลย

มันมี ถ้ามันไม่มี ทำไมครูบาอาจารย์ท่านสนทนาธรรมท่านรู้กันล่ะว่าใครอยู่ตรงไหน ใครอยู่ตรงไหน

มันมี แต่ครูบาอาจารย์ที่ท่านฉลาดท่านไม่เอามาเป็นโทษกับนักปฏิบัติ นักปฏิบัติพอไปรู้สเต็มปะ รู้วิธีการแล้ว มันทำเหมือนเลย ของเทียมเขาดีกว่าของจริงอีกสังเกตได้ สิ้นค้าของเทียม โอโฮ! รูปแบบมันสวยกว่า ทุกอย่างมันดีกว่า สีดีกว่า คุณภาพ คุณภาพใช้ไม่ได้ แต่ของมันดีกว่า ถ้ากิเลสมันรู้ มันไปทำเลย

จะนั้นจะบอกว่า ในขั้นของสมณะ ในขั้นของการทำความสงบของใจ มันก็ต้องมีความสามารถ มีความจริงของมัน แล้วถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา

นี่เขาบอกว่า “ถ้าเวลาไหนจิตมันไม่เกี่ยวกับเวทนาทางกาย แล้วมันจะวูบลง เบามาก”

อันนี้เป็นสมาธิ ถ้ามันวางได้ ถ้าเราทำได้ เราถึงเป้าหมายก่อน คือเราถึงความสงบก่อน เวทนาจึงเกิดกับเราไม่ได้ นี่นักหลบ หลบเข้ามา แต่บางที ไม่ใช่บางที ทุกทีเลยล่ะ ถ้ากิเลสมันเข้มข้น กิเลสมันให้จิตนี้เคยได้สัมผัสธรรม มันจะหากลอบายที่จะปิดกั้น กลอบายที่จะหลอกลวง แล้วเราก็ไม่ทันมัน

ศาสนาไหนไม่มีมรรค ศาสนานั้นไม่มีผล

แต่ในจิตในการเกิดได้สำนึกมันมีวิชาอยู่แล้ว วิชาที่พญามาร มันมีหลาน มีลูก มีพ่อ มีปู่ มารมันก็มีหลายชั้นหลายชั้น ฉะนั้น การปฏิบัติให้เข้มแข็ง ให้เข้มแข็งแล้วทำของเราไป การปฏิบัติแบบนี้เราปฏิบัติเพื่อประโยชน์กับเราไง

จะนั้นบอกว่า เรื่องทุกข์เวทนาทางกายจะทำอย่างไร จะทำอย่างไรให้เราผ่านอุปสรรคอย่างนี้ จะทำอย่างไรให้เราภาวนาเจริญก้าวหน้าไป

เราถึงบอกว่า สิ่งนี้ชมเป็นยาๆ ถ้าเราจะทำให้มีแต่ความสุข มีแต่ความชื่นบาน มีแต่ทุกอย่างไปเลย สิ่งนั้นมันก็ทำได้ ทางโลกเขาทำกันอย่างนั้นนะ เขาบอกว่า มีแต่ความสุข ทำแล้วมีแต่ความดี

เราก็พูดเหมือนกัน ปฏิบัติต้องมีความสุข ความสุขมันเกิดจากผลของการปฏิบัติที่มันปล่อยวาง มันถึงมีความสุข แต่ในการปฏิบัติ การทำงานต้องเหนื่อยยากทั้งนั้นนะ ความเหนื่อยยาก การทำงานของเรา แต่เราเต็มใจทำเพราะเรารู้ว่างานอย่างนี้งานพ้นจากทุกข์ งานอย่างนี้เป็นงานอริยทรัพย์ งานอย่างนี้เป็นทรัพย์ของจิต

เราหาแก้วแหวนเงินทอง เราหา มา สมบัติเพื่อมาเป็นปัจจัยเครื่องอาศัยแก่ชีวิต มันต้องมีชีวิต มันต้องมีอาหาร มีเครื่องอยู่ แต่เวลางานของใจมันเป็นสมบัติของใจเลย เห็นไหม

ในทางโลก เราทำสิ่งใดมา ถ้าเป็นสมบัติของเรา ถ้าสมบัติของเรา เวลาเราเสียชีวิตไปมันก็เป็นมรดกตกทอดกับวงศ์ตระกูล แต่เวลาปฏิบัติ อริยทรัพย์เป็นของจิตดวงนั้นๆ

โดยเฉพาะ ดวงใจดวงใดที่ปฏิบัติได้เป็นทรัพย์สินสมบัติของใจดวงนั้น เวลาเขาตายไปก็จิตดวงนั้น สมบัตินั้นจะไปกับเขา มันจะโอนให้ใครไม่ได้ ส่งต่อใครไม่ได้ ทุกคนต้องประพฤติปฏิบัติขึ้นมาตามความเป็นจริงของใจดวงนั่นเอง ฉะนั้น ปฏิบัติจริง ให้รู้จริงตามความเป็นจริง มันจะเป็นสมบัติของใจดวงนั้น

ถึงบอกว่าขมเป็นยาๆ จะบอกว่าเวทนาทุกข์ทั้งนั้นนะ

“เถรวาทนี้ทุกข์นิยม เถรวาทมีแต่ความทุกข์ ทุกข์เป็นอริยสัจ”...ไม่ใช่หรอก มันเป็นสัจจะ มันเป็นความจริง ความจริงมันเป็นแบบนี้

สิ่งที่เขาบอกว่าเขามีความสุขๆ...เอาความสุขมาจากไหน เอาความสุขที่ไหนมา เพราะอริยสัจ สัจจะ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทุกข์นี้เป็นสัจจะ ทุกข์คือความทนอยู่ไม่ได้ แล้วเราทนอะไรได้บ้าง ชีวิตนี้ทนอะไรได้บ้าง ชีวิตนี้มันมีอะไรได้บ้าง มันก็มีความทุกข์เป็นสัจจะ แล้วเอาความทุกข์มาพิจารณา แล้วละตัณหา ละความอยากให้พ้นทุกข์ ใ้อทุกข์ที่เป็นสัจจะไม่ใช่ทุกข์เลย วางหมด จบ รู้เท่าทันหมด นี่มันเป็นความจริง สอนเรื่องสัจจะ สอนเรื่องความจริง

ฉะนั้นถึงบอกว่าขมเป็นยาๆ ทุกข์ สัจจะมันเป็นยา มันเป็นความขมขื่น แต่ความขมขื่นนั้นเรารู้เท่า เราสำรอกเรากายออกแล้วเราจะมีความสุขนะ วิมุตติสุขใจ ถึงไม่บอกว่าเป็นสุขสมมุติของโลกใจ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขา แล้ววิมุตติเป็นอย่างไรละ วิมุตติก็คือสุข สุขแท้ๆ มันเป็นอย่างไร

สุขแท้ๆ ไม่มีสุข ไม่มีทุกข์ ไม่มีอะไรเข้ามาเติมมันได้ มันคงที่ของมัน เราทำแบบนี้เพื่อแบบนี้ไง ทุกขเวทนาเราจะผ่านได้ ผ่านเพื่อสัจจะ เพื่อสมบัติของใจ มันเป็นอัตตสมบัติกับใจดวงนั้น เอวัง