

มาแต่เหตุ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๕๘

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

ถาม : เรื่อง “คำถามนี้ลูกไม่รู้ว่าจะถามหรือไม่”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อนที่เคารพ ลูกมีปัญหาที่แก้ไม่ได้เลยจริงๆ และลูกก็ไม่กล้าที่จะใส่ชื่อของตัวเองมาถาม ลูกต้องกราบขอมาหลวงพ่อก่อนเจ้าค่ะ จิตของลูกไม่รู้ว่าเป็นอะไร ทุกครั้งมันจะเป็นมโนภาพของตัวเองนั่งบนเศียรพระบ้าง หรือบางครั้งทำสมาธิอยู่ เดี๋ยวจกรรม มันก็หลุดความคิดชั่วเป็นมโนภาพว่าตัวเองทำอะไรอยู่กับพระ

ลูกขอกราบขอมาอีกครั้งหากเป็นคำถามที่ไม่สมควร และลูกรู้สึกที่ตัวเองปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย จะเป็นเพราะจิตที่คิดต่ำหรือเปล่าคะ มันเป็นความรู้สึกที่บอกไม่ถูกจริงๆ ลูกต้องทำอย่างไรจึงจะแก้ความคิดชั่วตรงนี้ออกไปได้ กราบสาธุ

ตอบ : นี่ เห็นไหม ถ้าภาวนาไปเห็นสภาวะแบบนี้ การเห็นสภาวะแบบนี้ ปัญหาที่ปัญหาเดิมๆ แต่คนถาม คนถามใหม่ เพราะคำถามที่แล้ว คำถามก่อนหน้านี้เขาก็เป็นอย่างนี้แล้วเขาก็เขียนคำถาม เขียนมารายงานว่า เขาทำความสงบของใจเข้าไป พุทโธๆ เข้าไปแล้วขอขมาลาโทษ จนมันทะลุไปเลย พอทะลุเข้าไปเลย เหมือนกับสิ่งที่อยู่ในหัวใจมันหลุดไปเลย มันสว่าง มันพอใจ มันมีความสุขของมัน เห็นไหม

คือแบบคนเรามันมีความทุกข์ เช่น ผู้ถาม ถ้าลองสภาวะแบบนี้เกิดกับเรา เรามีความทุกข์นะ แต่ก่อนถ้าเรายังไม่มีสติปัญญา ใจสิ่งนี้ที่มันคิด เราก็คิดว่ามันเป็นจินตนาการ มันเป็นเรื่องที่ว่ามันเกิดขึ้นโดยสุคติวิสัยที่มันจะเกิดกับใจเรา มันเกิดขึ้น เวลามันเกิดขึ้น มันเกิดกับเรา มันเกิดกับใจคนที่คิด พอใจคนที่คิด สิ่งที่เกิดขึ้นมาแล้ว ถ้าคนมีสามัญสำนึกมันก็จะรู้ผิดชอบชั่วดี มันก็รู้ว่าผิด มันรู้ว่าไม่ดี ถ้ารู้ว่าไม่ดี แล้วมันคิดได้อย่างไรละ สภาวะแบบนี้จะทำให้เราทุกข์มาก เราทุกข์มากเพราะเราเป็นคนดี เราตั้งใจทำสิ่งที่ดี

ถ้าตั้งใจทำสิ่งที่ดี ผลตอบสนองมันก็ต้องเป็นดีสิ คนเจตนาดี ทำดีทุกอย่างเลย ทำไมมันมีความคิดอย่างนี้เกิดขึ้นมาละ

ความคิดอย่างนี้มันเกิดขึ้นมามันเป็นของเก่า ของเก่าคือของเดิม เห็นใหม่ เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่าจิตเราเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ ฉะนั้น การเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไม่รู้ว่ามีภพใดชาติใด เพราะว่าเราก็ไม่ได้คิดว่าเราจะเกิดมาเป็นชาวพุทธมาตลอดทุกภพทุกชาติไป เวลาเราเกิดมาในภพชาติใดก็แล้วแต่ เราไปถือลัทธิศาสนาใด หรือเรามีความเชื่อสิ่งใด เราทำสิ่งใดไว้ บาปกรรมสิ่งนี้มันมีของมันอยู่ ถ้ามีของมันอยู่ ทำสิ่งใดไปแล้ว **อวิชชา ชาติภพจลา สงขาร ชาติภพจลา วิญญาน**

อวิชชา สิ่งที่เป็นกิเลสอย่างละเอียดมันเป็นอวิชชา มันอยู่ในจิตใต้สำนึก เวลาความโลภ ความโกรธ ความหลง มันเป็นสามัญสำนึก สามัญสำนึก เวลาความโลภ ความโกรธ ความหลง เรารับรู้ได้ แต่สิ่งที่เป็นอวิชชา สิ่งที่เราไม่รู้ได้ มันอยู่ที่จิตใต้สำนึก สิ่งอันนั้นมันซับซ้อนมาก ถ้าซับซ้อนมา เวลาถ้าเราจะเริ่มภาวนา ถ้าโดยปกติมันก็ไม่ได้คิดอะไรนะ ก็สามัญสำนึก มันก็เป็นปกติ แต่เวลาพอเราจะเริ่มภาวนา จิตเราเริ่มภาวนาหรือจิตเราละเอียดเข้าไป มันจะมีสิ่งนี้เกิดขึ้น ถ้าสิ่งนี้เกิดขึ้น

ถ้าของเรา จิตของเรา ถ้าสามัญสำนึกของเราคือว่าเราไม่ได้นับถือหรือว่าเราไม่ละเอียดพอ สิ่งที่เกิดขึ้นมา เราคิดเรื่องอื่น มันก็ลืมนะ เราพยายามสับหลักความคิดของเรา พยายามไป มันก็หายไป มันก็เจือจางไป แต่ถ้าเราตั้งใจ เพราะอะไร ภาวนาอะไร เวลาแกกิเลสไปแก้ที่ไหนก็แก้ที่ใจ แล้วมันอยู่ที่นั่นนะ เวลาเข้าไปต้องเข้าไปพบไปเจอมันอยู่แล้ว ถ้าไปพบไปเจอมันอยู่แล้ว เห็นใหม่

เวลาวิธีแก้ วิธีแก้ โดยสามัญสำนึกของคน ที่เราภาวนาไม่ลึกซึ้ง เราก็ขอขมาลาโทษไป เวลาเราสวดมนต์ทำวัตร **รัตนตตเย ปมาเทน ทวารตตเยน กตัม** ขอขมาลาโทษพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ สิ่งที่ทำมาไม่ว่าภพใดชาติใด ชาติสติ รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ได้ทำสิ่งนี้ไป แต่ตอนนี้เรามีสามัญสำนึก เราเข้าใจแล้วว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด สิ่งใดควรสิ่งใดไม่ควร สิ่งที่ทำมาแล้วมันก็เป็นกรรมเก่า เป็นสิ่งที่ประวัตินี้ เป็นอดีตที่แก้ไขไม่ได้ แต่ในปัจจุบันนี้ ในปัจจุบันนี้เราขอแก้ไข ในปัจจุบันนี้เรารู้ตัวชั่ว สิ่งใดผิดชอบชั่วดี เราเข้าใจ ขอขมาลาโทษ ขอขมาลาโทษจากภายนอก

ถ้าขอขมาลาโทษ คนใดทำผิดก็แล้วแต่ เราขอโทษขออภัย ถึงว่าสิ่งที่ทำไปแล้วเป็นกรรม ก็เป็นกรรมนะ แต่เราสำนึกได้ สำนึกได้ เป็นสุภาพบุรุษที่ขอโทษ เห็นใหม่ เวลาคนทำผิด เด็กถ้า มันทำผิด “แม่ หนูขอโทษนะ” ใจแม่จะดี ดีไม่ลงนะ ฉะนั้น ทำผิดมานี้มันจะพาดเลย ถือไม่มาเลย “หนูขอโทษๆ” แม่ก็ต้อง อืม! อย่างไรก็ตามก็ต้องเห็นใจ

อันนี้เหมือนกัน มันเป็นที่เรา ที่เราแบบว่ามันเข้มข้นเจือจางขนาดไหน กรรมของคนนะ ถ้ามันเข้มข้น มันก็ต้องขอขมาลาโทษกัน ต้องจิตสงบเข้าไปแล้วเข้าไปขออภัยกันที่นั่น มันเป็น ความทุกข์นะ มันเป็นความทุกข์เพราะอะไร เพราะว่าเรารู้ผิดชอบชั่วดี แล้วเวลามันเป็น ใจโง่! มันทุกข์มากเลย

แต่ถ้าเราไม่รู้ผิดชอบชั่วดีนะ ช่างมัน มันไม่เป็นไร มันเป็นเรื่องธรรมดา มันก็จบไปนะ แต่ ถ้ามีสามัญสำนึก ผิดแล้วทำนี่ แหม! มันเจ็บ มันเจ็บ ถ้ามันเจ็บ เราก็ขอขมาลาโทษของเรา ถ้า ขอขมาลาโทษนะ แล้วพยายามทำจิตของเราให้สงบ ทำจิตใจของเราพัฒนาขึ้นไป

เพราะเขาถามว่า ภาวนาไม่ก้าวหน้าเลย ภาวนาของเขาไม่ก้าวหน้าเลย แล้วเวลา ภาวนาไป มันไปรู้ไปเห็น

มันจะไปรู้ไปเห็น แล้วความรู้ความเห็นมันจะเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา นิमितของคนมัน เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มันเปลี่ยนแปลง สมมุติเราเห็นภาพนี้ แล้วเราแก้ไขภาพนี้ได้ มันก็ไป เกิดภาพใหม่

เขาบอกว่า เห็นเป็นเศียรพระ แล้วเห็นตัวเองนั่งอยู่บนเศียรพระ บางทีเห็นพระแล้วเห็น มโนภาพว่าตัวเองไปทำอะไรอยู่กับพระ

มันแปลกๆ ทั้งนั้นนะ คำว่า “แปลกๆ” นะ สิ่งของมันแปลกๆ มันแปลกสำหรับคนอื่นนะ แต่ มันไม่แปลกสำหรับคนเห็น เพราะคนเห็นมันเห็นชัดๆ มันแปลกได้อย่างไร ก็เห็นอยู่ที่นี่ ก็เห็นอยู่ที่นี่ ก็ทุกข์อยู่ที่นี่ มันจะไปแปลกตรงไหน แต่คนอื่นไม่เห็นกับเรา แปลกเลย ของมันแปลกๆ อยู่

ฉะนั้น มโนภาพส่วนมโนภาพ เราขอขมาลาโทษ เราขอขมาลาโทษของเรา แล้ว ถ้าทำจิตมันดีขึ้น ถ้าขอขมาลาโทษแล้ว เราสามารถมีโอกาสที่ทำความสงบของใจได้ ถ้าใจสงบแล้วนะ ถ้าตรงนั้น ถ้าจิตสงบแล้ว แล้วไปรับรู้ตรงนั้นนะ จบเลย แก้ได้จบเลย

แต่เริ่มต้นที่เราขอขมาลาโทษไป มันเหมือนสามัญสำนึก เหมือนคนขอโทษเรื่อยๆ ไป มันเป็นวิถีแก่นะ วิถีแก้

แล้วคนที่เป็นแบบนี้ มีคนเป็นแบบนี้ คนเคยเป็นแบบนี้ แล้วคนเคยหายจากการเป็นแบบนี้เขียนมาถามนี้แหละ แล้วก็เขียนมารายงานเลยว่า โอ้โฮ! โลงโถมหมดเลย แล้วสิ่งที่มันคาใจอยู่นี้จบ คนเป็นแบบนี้แก้ไขได้

ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ มันอยู่ที่เหตุ อยู่ที่ปัจจัย สิ่งที่เราไปเห็นมันก็อยู่ที่เหตุเหมือนกัน มันมีที่มานะ มันมีเหตุมีปัจจัย มันถึงมีความรู้สึกนึกคิดอย่างนี้ไง บางคนที่เขา มีสติปัญญา เพราะเขา ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ เขาสร้างเหตุคุณงามความดีมา ที่ว่าชิปปาภิญา ปฏิบัติง่ายรู้ง่าย เพราะอะไร เขาสร้างบุญมาทั้งนั้นนะ เขาทำของเขา มา เขาได้เสียสละของเขา มา เขาได้ทำคุณงามความดีของเขา มา

คูลี พระโมคคัลลานะ พระสารีบุตร เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งเป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายเบื้องขวา พระติเตียนเลย บอกว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าลำเอียงๆ

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า ของของเขา เขาทำของเขา มา เขาทำของเขา มา เพียงแต่ที่เราตั้งให้เขา สมบัติเขาทั้งนั้น

นี่ก็เหมือนกัน มันต้องมีที่มาที่ไปทั้งนั้นนะ ถ้าเราทำของเรา มา มันมีที่มาที่ไป ที่มาที่ไปมันเกิดขึ้นมา ที่มาที่ไป คนที่ไม่รู้มันก็ยังสะสมไปอย่างนั้น ที่มาที่ไปของคนไม่รู้ คนที่รู้ ที่มาที่ไปที่ไม่ดี เราก็ดัดแปลงให้มันดี ที่มาที่ไปที่มันดีอยู่แล้ว เราก็ส่งเสริมให้มันดีขึ้นไป ที่มาที่ไปมันดี เราก็ส่งเสริม เราก็ทำให้มันเจริญงอกงาม ถ้าที่มาที่ไปมันบิดเบี้ยวมา เข้มทิศมันชี้ไปที่ผิด มันพาให้ชีวิตเราไปที่ผิดไป เราพยายามอ่านเข้มทิศให้มันถูกต้องแล้วทำของเราให้ดี

ถ้าทำให้ดี ก็เหมือนต้นทุน ต้นทุน บางทีไม่มีต้นทุนมาเลย บางคนติดลบมา บางคนมีทุนมหาศาลเลย นี่เกิดเป็นคนเหมือนกัน แต่ไม่เหมือนกัน ไม่เหมือนกันที่อำนาจวาสนา ไม่เหมือนกันที่การกระทำ บางคนทำสิ่งใดประสบความสำเร็จไปทั้งนั้นเลย บางคนทำอะไรทุกซ่ๆ ยากๆ แต่ก็คนเหมือนกัน เขามีโอกาสเหมือนกัน แต่วิธีการที่กระทำมันแตกต่างกัน

อันนี้ก็เหมือนกัน ย้อนมาที่เราไป เขาบอกว่า คำถามนี้ไม่ควรถาม แต่จะถาม

นี่ไง เราก็รู้ว่าคำถามนี้ไม่ควรถาม เพราะขนาดเรารู้เราเห็น เรายังรู้ว่ามันเป็นของไม่สมควร ไม่ควรถาม คำถามที่ไม่ควรถาม แต่จะถาม แล้วถามแล้วมันจะแก้ไขอย่างไร

เพราะเรารู้ นี่ไง ความลับไม่มีในโลก ความลับของใคร คนนั้นนั่นแหละ แล้วมันมีความลับที่ไหนล่ะ แต่เวลาจะถามไปด้วยมารยาท เห็นไหม คำถามนี้ไม่ควรถาม แล้วคำถามนี้ถามพระเสียด้วย พระไม่ควรพูดเรื่องลามก เรื่องสิ่งที่ผิดพลาดเลย พระไม่ควรพูด แล้วไปแก้ตรงไหนล่ะ แล้วไปแก้อะไรล่ะ

กิเลสมันร้ายกาจยิ่งกว่านี้อีก ที่นี้เพียงแต่ว่าเวลาถามแล้ว พระก็รู้ว่าเป็นพระ สิ่งที่เป็นพระนะ พระถ้ามีศีลมีธรรม พระก็ต้องว่าไปตามข้อเท็จจริง ถ้าว่าไปตามข้อเท็จจริง ถ้าเราแก้ตามข้อเท็จจริงนั้นมันก็แก้ได้ ถ้าพระก็ยังอุบหนำปะจุมุกอยู่ โยมถามมาก็ “ไม่เป็นไรๆ วางไว้เดี๋ยวมันก็หายเอง อย่าไปนึกถึงมัน เดียวก็จบเอง” เห็นไหม มันก็ไม่ไขข้อเท็จจริง

เป็นจริงก็ต้องเป็นจริงสิ เหตุมันอยู่ที่ไหนก็ไปแก้ที่นั่น ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้แก้ที่เหตุนั่น ใ้เหตุมันมาจากจิตได้สำนึก เหตุมันเกิดจากกรรม จากเวรจากกรรมของเดิม ถ้าเหตุจากเวรจากกรรมของเดิม เวลาเป็นมนุษย์ขึ้นมา เกิดมาด้วยมีศัภภาพ แล้วตั้งใจจะประพฤติปฏิบัติด้วย เวลาประพฤติปฏิบัติไปมันก็ไปเห็นอย่างนั้นนะ มันผูกขึ้นมาๆ

ครูบาอาจารย์ท่านผูกขึ้นมา ผูกขึ้นมาเป็นธรรมนะ ผูกขึ้นมาเป็นคุณงามความดี ผูกขึ้นมาเป็นคติธรรมที่เตือนตัวเอง ควรทำอย่างนี้ ไม่ควรทำอย่างนี้ ผูกขึ้นมาๆ แต่เวลาของเราผูกขึ้นมา ผูกขึ้นมาเห็นเศียรพระ เห็นเราไปนั่งบนเศียรพระ นี่มันผูกขึ้นมา

ของที่ผูกขึ้นมา ถ้าผูกขึ้นมาแล้ว ถ้ามันเป็นของดี เราก็ปลื้มใจ เพราะเป็นธรรมที่มาสอนมาเทศนาว่าการ แต่เวลาผูกขึ้นมา ผูกขึ้นมาเป็นสิ่งที่ว่าเราเคยทำเวรทำกรรมสิ่งใดไว้ มันเป็นแบบว่าจิตของเราติดลบมา ติดลบมา ทั้งที่เราเกิดมาเป็นมนุษย์นี้ ติดลบมา ติดลบมาต้องแก้ชดใช้ตัวแดงให้มันจบ ชดใช้ตัวแดงให้มันจบนะ ที่นี้ก็เงินของเราแล้ว แต่เดี๋ยวนีนี้เป็นตัวแดงหมดเลย ต้องชดใช้ก่อน ชดใช้เสร็จแล้ว จบตัวแดง ที่นี้ก็เริ่มต้นเป็นของเรา ก็พิจารณา

เราจะพูดให้กำลังใจไง เราสงสารนะ เวลาพูดถึง เพราะว่าเรารู้ว่าเราทุกข์ อย่างเรา เรารู้ว่าเราทำผิด คนเรานะ ถ้าสำนึกผิดแล้วมันรู้ว่าผิด มันเสียใจนะ มันเสียใจแล้วมันทำอย่างไรต่อไป

นี่ก็เหมือนกัน ตัวเองเห็นตัวเองรู้ แล้วพูดด้วย คำถามที่ไม่ควรถาม รู้ว่ามันไม่ดี คำถามที่ไม่ควรถาม คือไม่ควรบอกใครเลย ความคิดนี้ไม่ควรบอกใครเลย แต่ก็ถามเพราะมันทุกข์ มันทุกข์ แล้วจะแก้ไขอย่างไร

ถ้ามันแก้ไข ขอขมาลาโทษ เพราะอะไร เพราะเรายังอ่อนแออยู่ เรายังภาวนาของเรา ยังไม่ได้อยู่ ขอขมาลาโทษไปเรื่อย ถ้าขอขมาลาโทษไปเรื่อย มันก็มีสติปัญญาให้เราภาวนาได้

ถ้าภาวนา ถ้าจิตมันสงบแล้วนะ จิตสงบ ระลึกได้ เขาเรียกจำพียง จำพียงเลยนะ พอจิตสงบนะ ขอขมาลาโทษ ขอขมาลาโทษ เพราะถ้าสภาวะเป็นอย่างนี้ เกิดจากรัตนตรัย พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ เราไปประมาท เราไปประมาท ไปทำอะไรได้ไว้ ไม่รู้ว่าชาติใดชาติหนึ่ง

ดูสิ เวลาคนเขาทำบุญกันนะ เขาไปทำบุญ ใ้คนที่เขาไม่เห็นด้วยเขาก็ติเตียน เวลาคนไปทำบุญกับพระ พระที่ดี คนไปทำบุญกันเยอะแยะ แล้วคนที่เห็นว่า โอ้ย! ทำไมพวกนี้ นี่เขาติเตียน นั่นนะ เวลาถึงเวลาแล้ว เวลาเขาจะทำดีบ้างเขาจะโดน เวลาถึงเวลาแล้วเขาจะทำ มันจะเกิดขึ้น พอเกิดขึ้นมาก็สิ่งนี้ไม่ดีเลย สิ่งที่ไม่ดีเลย เราอย่าไปทำ เราอย่าไปทำ เราทำสิ่งที่ดี

เวลาเห็นเขาไปทำบุญกุศล สาธุ อนุโมทนาไปกับเขา เขายังมีจิตใจที่คิดเสียสละได้ เราต่างหากไม่เคยคิดเสียสละให้ได้อย่างนั้นเลย แล้วเห็นเขาทำกัน แล้วยังไปอิจฉาตาร้อนเขไปอีก ยังไปติเตียนเขไปอีก ยังไปใส่ความเขา ไปใส่ความเขาใส่โคล้เขาให้เป็นบาปเป็นกรรมขึ้นมา เวลาเป็นบาปเป็นกรรมขึ้นมา เวร เวลาเวรกรรมมันเกิดขึ้นมา เวลามันให้ผลขึ้นมา คอตก เพราะเราทำมาทั้งนั้น มันเป็นของเรา ถ้าเราไม่ทำ ไม่เกิดขึ้นหรอก แล้วยังเกิดขึ้นจากจิตได้ สำนึกนี้ชัดๆ เลย

เวลาคนนั้นว่าเรา คนนี้ว่าเรา ไม่ได้ว่าเรา มันยังมาจากภายนอก โลกธรรม ๘ ตีฉิน นินทานี้มาจากภายนอก เราไม่ได้ทำอย่างนั้น ใครตีฉินนินทา เรื่องของเขา แต่เวลามันเกิดขึ้น จากภายใน เกิดขึ้นจากของเรา เกิดขึ้นจากของเราเป็นของเราหรือเปล่า

ก็เกิดมาตั้งแต่ชาตินี้เป็นคนดีมาตลอด ไม่เคยทำสิ่งใดเสียหายเลย เป็นคนดีเกิดมาตั้งแต่พ่อแม่เลี้ยงมา เป็นคนดีมาตลอดเลย ไม่เคยทำชั่วอะไรเลย ทำไมมันคิดอย่างนี้ ก็ทำดีเหมือนกันงี้ ก็ไม่ได้ทำมางี้ แต่ไม่รู้ว่ามีเหตุชาติใด ชาติใดชาติหนึ่ง มันมีของมัน ถ้าไม่มีของมัน มันเกิดขึ้นมาในใจเราไม่ได้ พูดอย่างนี้เลย ถ้าไม่มีเหตุ มันจะเกิดอย่างนี้ไม่ได้ ถ้าไม่มีเหตุ

เพราะเราฟังเรื่องอย่างนี้มาเยอะ เพราะฟังคนที่จิตใจเป็นอย่างนี้มาเยอะ พระก็เป็น โยมก็เป็น แล้วเราก็มานึกเปรียบเทียบนะ จะมีสิ่งใดก็แล้วแต่ เราจะคอยเปรียบเทียบ เปรียบเทียบหมายความว่า หาแบบศึกษา

เราไม่เคยมีอะไร ภูไม่เคยเป็น ไม่เคยเป็นอย่างนี้เลย ไม่เคยมีความคิดอย่างนี้เลย ดิอย่างหนึ่ง เออ! เอ็งดิอย่างหนึ่ง เอ็งไม่เคยมี พ่อไม่เคยมี เราก็ไม่รู้ว่าคุณมีเป็นอย่างไรใช้ไหม ใ้คนที่คิดมันทุกข์อย่างไร แต่ทุกข์

เคยมีพระมาถามปัญหานี้หลายองค์ “เพราะผมก็บวชพระ ผมก็ศรัทธาพระพุทธเจ้านะ ทำไมมันระลึกถึงพระพุทธเจ้าแล้วก็ด่าๆ ด่าอย่างเดียวเลย ผมก็ศรัทธานะ ผมก็อยากจะพ้นทุกข์นะ ผมไม่เคยทำผิดอะไรเลยนะ ทำไมผมเป็นอย่างนี้หลงพ่อ” มาถามอย่างนี้หลายองค์มาก เราก็แก้ แต่เรื่องโยมก็มี โยมเป็นอย่างนี้ ใ้โฮ! เยอะเลย

แปลกนะ เราเป็นพระที่แบบว่าไม่มีเบื้องหน้าเบื้องหลัง ถ้าเป็นเจ๊กก็เป็นเจ๊กอยู่อย่างนี้ คนถึงกล้ามาถามเยอะ เพราะคนมาถาม มาปรึกษาเรื่องนี้เยอะ ฉะนั้น มันเลยซับซ้อนไว้ที่นี่

คนถึงบอกไป “เอ๊! พระไม่เคยไปไหน รู้เรื่องได้อ่างไรวะ”

ก็เขามาถามภูที่วัด ก็เขามาหาภูที่วัดเลย แล้วถามเรื่องนี้เยอะ พอเยอะขึ้นมา มันเยอะขึ้นเรื่อยๆ ใ้โฮ! ทีแรกมาถามคนสองคน ก็นึกว่ามันแปลก แต่ดูไปๆ เยอะ พอดูไปเยอะบ๊ีบ เราก็คิดอย่างนี้เลย ดูสมัยพุทธกาลสิ สมัยพระพุทธเจ้า พระพุทธศาสนาเจริญขึ้นมา มันมีลัทธิอื่น มันมีลัทธิอื่น พวกเซน พวกเต๋ยรถียมันเต็มไปหมด แล้วในพระไตรปิฎกมันเกิดการปะทะกัน เกิดจากโต้เถียงกัน ได้แย้งกันเยอะมาก แล้วจิตพวกนี้มันเวียนว่ายตายเกิดมางี้

จิตนี้เวียนว่ายตายเกิดมา มันต้องมีที่มาที่ไป ถ้าไม่มีอย่างนี้ มันไม่มีกรณีอย่างนี้ มันต้องมีที่มาที่ไป มันไม่ใช่ที่เราเป็นชาวพุทธแล้ว อยู่ในสังคมพุทธแล้วจะเป็นพุทธกันไปหมดงี้

แล้วดูสิ สังคมอื่นสมัยพุทธกาลนะ ไอ้โฮ! พวกเดียรฉัตรนิมนต์พระไปฉันนะ เขารองแล้วเอา อุจจาระวางใส่ไว้ แล้วเอาไม้พาดไว้ เอาเสื่อปู แล้วนิมนต์พระไปฉัน สุดท้ายแล้วพอพระไปฉัน เขาชักไม้ออก ไม้มันเคลื่อน พระตกลงไปในหลุมมูตรหลุมคู ในพระไตรปิฎกเยอะเยอะ สมัยนั้นนะ สมัยพุทธกาล อย่าคิดว่าไม่โดนนะ พระโดนเยอะเยอะ เพราะพวกเดียรฉัตรมันเยอะ มานิมนต์พระไปฉันนะ มันแก้งัง มันจะเอาพระไปประจาน แล้วถ้าพระไม่ทัน นี่สมัยพุทธกาลก็มี เพราะ ความเชื่อมั่นแตกต่างกัน

พอความเชื่อมั่นแตกต่างกันแล้ว ดูสิ นางอะไรที่เอาหมอนใส่ยึดท้องไว้ว่าท้อง นั้นก็ เพราะอาจารย์ อาจารย์นั่งคอตกละ พวกเดียรฉัตรเหมือนกัน เพราะพุทธศาสนาเจริญ แล้วพวก ญาติโยมไปทั้งหมด แล้วลูกศิษย์เขาเคารพอาจารย์เขา เขาบอกถ้าเคารพอาจารย์เขา ให้ช่วย เขา ให้ช่วยเขา เขาเสียสละชีวิตเลย ช่วยอาจารย์เขา เพราะเชื่อมั่นอาจารย์เขา ก็เข้าไปหา พระพุทธเจ้า

เวลาคนเขากลับจากพระพุทธเจ้า เขาก็เดินสวนเข้าไป แล้วพอคนไป เขาก็เดินสวน ออกมา เหมือนกลางคืนมานอนกับพระพุทธเจ้า แล้วพระพุทธเจ้าก็เทศน์สอนไปเรื่อยๆ สุดท้าย แล้วเขาก็เอาหมอนผูกกับท้องไง แล้วก็ไปชี้หน้าพระพุทธเจ้าเลยว่าพระพุทธเจ้าดีแต่สอนคนอื่น แล้วทำหนูท้องอยู่

พระพุทธเจ้าพูดฉลาดมากนะ ไม่ปฏิเสธ พระพุทธเจ้าบอกว่า “เธอกับเรา น้องหญิงกับ เราสู้กันสองคน สู้กันสองคน” เพราะอะไร เพราะถ้าท้องไม่ท้อง มันต้องมีผู้ชายสัมพันธ์ใช่ไหม “เธอกับเราสู้กันสองคน” เสร็จแล้วเทวดาทนไม่ไหว ก็แปลงตัวเป็นหนูเข้าไปกัดเชือกหลุดออกมา ไอ้โฮ! โดนประชาทัณฑ์ พอเดินออกจากวัดไป ธรณีสูบเลย

นั่นนะเขาเสียสละชีวิตเขาให้อาจารย์เขาเลยนะ พวกเดียรฉัตรนะ แล้วคิดดูสิ เขาสละขนาด นั้นนะ เขามีการกระทำ ในสมัยพุทธกาลเรื่องนี้เยอะมากในพระไตรปิฎก อ่านพระไตรปิฎกมา แล้วพอในปัจจุบันนี้ พอมีใครมีปัญหาอะไรในหัวใจ สิ่งใดที่มันลึกๆ เวลามาพูดให้ฟัง เรา พยายามจะหาที่มาที่ไปไม่ว่ามันมีที่มาที่ไปอย่างไรมันถึงเกิดสภาวะแบบนี้

ฉะนั้น พูดอย่างนี้ไม่ใช่โยมเป็นนะ เพียงแต่เราบอกว่า ที่มาที่ไป เหตุประวัติศาตร์มัน มีมาอย่างนี้ แล้วมัน ๒,๐๐๐ กว่าปีมาแล้ว แล้วคนก็เวียนว่ายตายเกิด ถ้า ๑๐๐ ปีก็ ๒๕ ชั่วโมง

อายุคน เพราะ ๒,๕๐๐ เวียนว่ายตายเกิดมา ๒๕ ชั่วโมงคน ตั้งแต่สมัยพุทธกาลมา คนเวียนว่ายตายเกิดมา ๕-๖ ครั้ง แล้วถ้าเวียนว่ายตายเกิดมาแบบนี้ ถ้ามันเกิดมากับเราเนาะ ขอขมาลาโทษ เพราะตอนนั้นถ้าเรามีความเชื่อในลัทธิอื่นมันก็เป็นอันหนึ่ง

แต่ถ้าในปัจจุบันนี้เกิดมาพ่อแม่ก็เป็นพุทธ ตระกูลก็เป็นพุทธ หนูเกิดมาเข้าวัดมาตั้งแต่เด็กๆ เลย หนูไม่เคยทำอะไรผิดเลย แล้วมันเกิดมาได้อย่างไร

นี่ชาติปัจจุบัน ชาติปัจจุบันเราเกิดในประเทศอันสมควร เกิดจากพ่อแม่ที่ดี เกิดในชาติตระกูลที่ดี แต่จิตใจสำนึกๆ เมล็ดพันธุ์ที่มันเพาะมา เมล็ดพันธุ์ที่มันเก็บเกี่ยวมาแต่ภพชาติได้ก็ไม่รู้ มันต้องมีของมัน มันถึงแสดงออกมา เพราะมันแสดงออกมาจากจิตใจสำนึก เวลาภาวนาไปแล้วมันโผล่ขึ้นมา เห็นไหม โผล่เป็นเศียรพระ โผล่เป็นอะไรต่างๆ ขึ้นมา สิ่งนั้นมันเป็นอดีตสิ่งที่เคยทำมา ขอขมาลาโทษเสีย นี่เศษกรรมนะเนี่ย เศษที่เหลือ ขอขมาลาโทษเสีย ขอขมาลาโทษไปเรื่อย แล้วทำความสงบของใจเข้าไป ถ้าใจมันสงบขึ้น มันจะดีขึ้น

น่าสงสารนะ เพราะคำถามกราบขอขมามาตลอด แสดงว่าทุกข์มาก เราสงสารที่ว่าทุกข์มาก แต่ทุกข์ขนาดไหนมันก็ต้องแก้ไข เราต้องแก้ไขให้จบสิ้นกันไป แก้ไขให้ทุกข์เจือจางไป แก้ไขให้หมดเวรหมดกรรมกันไป

ฉะนั้น ที่ว่า “ปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย จะเป็นเพราะจิตนี้คิดต่ำหรือเปล่าเจ้าคะ มันเป็นความรู้สึกที่บอกไม่ถูกจริงๆ ลูกต้องทำอย่างไรเจ้าคะ”

มันคิดต่ำเพราะว่ามันมีกิเลสปิดหูปิดตามันดิ่งให้คิดต่ำ เราก็ต้องมีสติปัญญาคิดสูง เห็นไหม คุณสิ หลวงตาท่านพูดอยู่ จิตที่สูงกว่าจะดิ่งจิตที่ต่ำกว่าขึ้น จิตที่สูงกว่าคือจิตคนที่ภาวนาดีกว่าต่างๆ จะชักจูงจิตที่ต่ำกว่าให้ขึ้น

ธรรมะ ธรรมะสังฆธรรมเป็นน้ำสะอาด น้ำจืด น้ำใสสะอาด ให้ผลดีแก่ร่างกาย ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า สิ่งทีสะอาดเบาโลยขึ้น เราพยายามคิดตริกในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วขอขมาลาโทษกับสิ่งที่คิดไม่ดีๆ คิดไม่ดี มันมีที่มา มันมีเหตุมีปัจจัยของมัน แล้วเราก็เอาธรรมะไปชะไปล้าง ธรรมโอสถใจ แก้ไขไป

เขาบอกว่าเขาเสียใจมาก ปฏิบัติไม่ก้าวหน้าเลย เป็นเพราะจิตที่มันคิดต่ำหรือเปล่า

จิตมันคิดต่ำ จิตที่มันมีเหตุผลที่เรารู้เท่าทันมันไม่ได้ แต่เราใช้ปัญญาของเราแก้ไข แก้ไขเนาะ มันเป็นทุกข์ เป็นคำถามเดิมๆ อย่างที่ว่ามีคนถามเยอะมาก แต่นี้ถามมาอีกแล้ว คำถามเดิมๆ แต่คนถามคนใหม่ไง ฉะนั้น ที่พูดนี้พูดให้กำลังใจผู้ถาม เพราะเขาพรรณนามาเลย ทุกข์มาก

มันเป็นความทุกข์สุดๆ ร้อนๆ กับหัวใจดวงนั้น มันไม่ใช่หัวใจดวงอื่นใจ หัวใจที่มันคิดนั้นนะมันทุกข์ แต่หัวใจที่เขาไม่มี เขาก็ไม่ทุกข์ไง ฉะนั้น หัวใจที่มันทุกข์ เราพูดเพราะเหตุนี้

แต่ถ้าบอกว่า “หลวงพ่อดตอบปัญหาเก่าๆ ทั้งนั้นเลย”...ก็เก่าๆ จริงๆ ของเดิมๆ ทั้งนั้นนะ แต่ไอ้คนทุกข์มันคนใหม่ ไอ้หัวใจที่ทุกข์นี้หัวใจใหม่ ฉะนั้น แก้ตรงนี้ จบ

ถาม : เรื่อง “ข้อสงสัยในการนั่งสมาธิ”

กราบนมัสการหลวงพ่อด ภูมิข้อสงสัยในการปฏิบัติสมาธิ ขอหลวงพ่อดเมตตาตอบข้อสงสัยของลูกด้วยเจ้าคะ

ปกติลูกจะกำหนดพุทโธพร้อมไปกับลมหายใจเข้าออก มีความสงบระดับหนึ่ง คือลมหายใจแผ่วเบา แต่ก็ยังรับรู้ว่าลมหายใจมีอยู่ จากนั้นจะได้ยินเสียงหัวใจเต้นดังมาก พอได้ยินเสียงหัวใจเต้น จิตก็ไปรับรู้ทั้งสองอย่างคือพุทโธและเสียงที่ได้ยิน แต่ลูกพยายามกำหนดให้อยู่กับพุทโธ แต่ใจก็ยังติดกับเสียงนั้น ขอเมตตาหลวงพ่อดช่วยชี้แนะในการปฏิบัติต่อไปด้วยเจ้าคะ

ตอบ : กำหนดพุทโธ เห็นไหม เขาบอกว่าสงสัยในการนั่งสมาธิ

เราก็นั่งสมาธิ การนั่งสมาธิคือทำความสงบของใจ เราปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อค้นหาความจริง ถ้าค้นหาความจริงมันต้องมี **อตุตา หิ อตุตโน นาโถ ตนเป็นที่พึงแห่งตน** มันต้องค้นหาตนของเราให้ได้ก่อน

เวลาเรานั่งปฏิบัติ เรานั่งปฏิบัติเพื่อความสงบของใจ เวลานั้น ถ้าจิตสงบบ่อยๆ ครั้งเป็นสมาธิ สมาธิมันเกิดที่ไหน เกิดที่จิตทั้งนั้นนะ เราทำสมาธิ เราก็ก้นหา **อตุตา หิ อตุตโน นาโถ ตนเป็นที่พึงแห่งตน** เราก็ก้นหาหาตัวตนเราก่อน

บอกว่า นี่เพราะมีตัวมีตน เราถึงได้ติดใจ

ถ้ามีตัวมีตนก็หาตัวตนให้เจอๆ ก่อน ถ้าไม่มีตัวไม่มีตนเลย ทำอะไรก็ว่างเปล่า ทำอะไรก็เหมือนกับของสาธารณะ ไม่มีใครเป็นเจ้าของ ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมชาติเป็นธรรมชาติ ธรรมชาติสาธารณะทั้งนั้นนะ

แต่เราจะปฏิบัติใช้ใหม่ เราทำความเข้าใจของใจเข้ามา เราก็จะหาตัวเรานี่ไง หาตัวเราคือหาตัวตนของเรา ถ้าตัวตนของเราเนะ มันปล่อยวางหมด มันก็เป็นตัวตนของเรา มันเป็นส่วนมาสมาธิ

ถ้ามันยังมีความคิด มีความทุกข์ความยากอยู่เนะ นี่สาธารณะ สาธารณะเพราะเสวยอารมณ์ไง อารมณ์ความรู้สึกเกิดจากจิต แล้วเวลามันเกิดขึ้นมาแล้วมันก็คายพิษให้กับหัวใจเราทั้งนั้นนะ มันเกิดอะไรขึ้นมันก็บีบคั้นหัวใจของเรา

เราเกิดมาเป็นชาวพุทธ เกิดมาพบพระพุทธศาสนา เราอยากจะมีอัตตสมบัติ เราอยากจะมีความสุขของเรา เราอยากจะมีประพจน์ปฏิบัติของเรา เราก็มานั่งสมาธิ ทำความสงบของใจเข้ามา ทำความสงบของใจเข้ามาเพื่อจะฝึกหัดใช้ปัญญา

เราประพจน์ปฏิบัติกัน เราจะพ้นจากทุกข์ เราไม่ใช่ปฏิบัติเอาสมาธิ แต่มันเป็นพื้นฐานที่เราต้องหาตัวตนของเราให้ได้ก่อน ถ้าไม่มีตัวตนของเรา เราจะไปปฏิบัติอะไร เราจะไปทำอะไร เราจะทำอะไรมันต้องมีเจ้าของสิ ใครเป็นผู้ใช้สิทธิ์ ใครเป็นผู้มีสิทธิ์ ใครเป็นผู้ถือครองสิทธิ์นั้น เราก็พยายามหาตัวตนของเรา ถ้าหาตัวตนของเรา เราก็จะเริ่มทำคุณงามความดีของเรา

ถ้าความดีของโลก ที่เราทำกันอยู่เนะ เราว่าเราเป็นมนุษย์ เราเป็นคน ความคิดเราได้แค่นี้ เราก็ทำสมบัติของเราได้แค่นี้ แต่ถ้าเราจะประพจน์ปฏิบัติ เราทำความเข้าใจเข้ามา จิตสงบเข้ามา ถ้าจิตสงบเข้ามา นี่สมาธิสมาธิ ถ้าสมาธิสมาธิ กรรมฐาน พระกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน

คนจะเริ่มต้น เริ่มต้นจากตัวตนของเรา เริ่มต้นจากคุณงามความดี เริ่มต้นจากตัวตนของเรา แต่เวลาทำบุญกุศล ทำบุญโดยความเป็นมนุษย์ แต่ถ้าภาวนาขึ้นมา เราต้องเข้าไปหาสุจิตของเรา ถ้าหาสุจิตของเรา เราทำความเข้าใจของเรา ถ้าทำสมาธิ

นี่เขาบอกว่า เวลาทำสมาธิ เขากำหนดพุทโธพร้อมลมหายใจเข้าออก พอพุทโธเข้าไป พอลมหายใจมันเริ่มเบาลง มันเริ่มดีขึ้น มันไปได้ยินเสียงหัวใจเต้น เต้นแรงมาก เต้นดังมาก ตอนนี่เลยเป็นปัญหาแล้ว เป็นปัญหาว่าจะพุทโธด้วย จะมีเสียงเต้นของหัวใจด้วย มันเลยรับรู้ ๒ อย่าง แล้วทำอย่างไรต่อไปเจ้าคะ

มันเป็นเรื่องแปลก มันเป็นเรื่องแปลกที่เวลาคนปฏิบัตินะ เวลาคนที่ปฏิบัติเวลาจิตสงบ แล้วไปเห็นนิมิตก็อย่างหนึ่ง เวลาคนปฏิบัติ จิตสงบก็สงบไปโดยธรรมดาก็อย่างหนึ่ง ทีนี้พอจิตสงบ จิตของคนเวลามันสงบเข้ามา มันเบาบางเข้ามา เขาเรียกชวณ คือตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มันชัดเจน มันจะรับรู้อะไร นักปฏิบัติของเราที่มีปัญหากัน มีปัญหาตรงนี้ ถ้าเราไม่ปฏิบัตินะ มันก็อยู่ปกติ เวลาปฏิบัติ เสียงอะไรมากระทบหูหมด อะไรมาสะเทือนไปหมด เสียงเขาปิดประตูก็ไม่พอใจเขา นั่งอยู่เนี่ย เขาเข้าห้องน้ำก็ว่าเขาเข้าห้องน้ำประชิดเรา เขาทำอะไรประชิดเราหมดเลย เพราะชวณมันดี

นี่ไง พอจิตถ้าภาวนานะ เริ่มต้นทุกคนจะเป็นอย่างนี้ แต่คนที่เป็นอย่างนี้ได้มีสติสัมปชัญญะรู้สึกตัวหรือเปล่าเท่านั้นเอง ถ้าจิตมันจะดีขึ้น เขาเรียกชวณมันดี เสียงใส หูตาดีไปหมด แล้วมีอะไรกระทบกระเทือน กระทบกระเทือน เขาแก้งเราทั้งนั้น ไม่พอใจเขาไปหมดเลย นี่อันนี้อันหนึ่งใช่ไหม

ฉะนั้น พอจิตเขาดีขึ้น กำหนดพุทโธแล้วมันแผ่วเบาขึ้น ทีนี้มันไปได้ยินเสียงหัวใจเต้นนะ เต้นดังมาก

หลวงตาท่านบอก เวลาท่านอยู่ในป่านะ พอจิตมันสงบ มันสงบมาก จะได้ยินเสียงหมากร่ำหัวใจ ท่านใช้คำว่า “หมากหัวใจ” หัวใจมันเต้นตุบตุบๆ ได้ยิน เราก็คเคยเป็น พอจิตมันสงบ จิตมันดีๆ มันจะได้ยินตุบตุบๆ เลย โบไม้ตกนี้ได้ยินเลยนะ เสียงทุกอย่างได้ยินหมด ทีนี้พอได้ยินแล้ว ได้ยินแล้วก็คือได้ยินไง ได้ยินแล้วก็สั๊กแต่ว่า ขณะที่ได้ยินมันดี จิตเราดี เราถึงได้ยินอย่างนั้นไง

ทีนี้พอมันได้ยินอย่างนั้นแล้ว อันนี้มันไปยึดเข้าก็เลยเป็นโทษไง

ความได้ยินอย่างนั้นเขาให้รู้แล้วผ่าน นิมิตสิ่งใดเกิดขึ้น รู้แล้ววาง รู้แล้ววาง อย่ายึด รู้แล้ววาง ถ้าจิตมันดี รู้แล้วเราก็อ่านไปๆ ขณะที่ได้ยินนั้นแสดงว่าจิตเราดี จิตเราดีคือว่ามันดีกว่า

ปกติ มันก็ดีขึ้น แต่พอดีขึ้น มันไปรับรู้อะไรก็แล้วแต่ ถ้ากิเลสมันสวมรอย สวมรอย มันก็ไปยึด พอยึดนะ พอภาวนา พอพุทโธๆ พอมันดีขึ้น เสียงจะมาทันทีเลย เหมือนกับคนนั่ง ถ้านั่งธรรมดาก็ไม่มีอะไรนะ พอนั่งๆ ไป กลืนน้ำลายหนหนึ่ง พอกลิ้นน้ำลาย อึก! เท่านั้นละ จบเลย พอจิตสงบ อึก! จิตนี้ร้ายนัก กิเลสนี้ร้ายนัก มันติดหมดนะ มันไปติดใจ ทีนี้พอไปติดแล้ว พอไปติดแล้วจะแก้อย่างไร

พุทโธชัดๆ ถ้าจิตมันดี ได้ยินเสียงหัวใจเต้นครั้งแรกคือได้ยิน แต่ถ้าได้ยินครั้งต่อๆ ไป แล้วจิตมันคลายออกมาแล้วได้ยินเสียงหัวใจ มันเป็นสัญญา มันเป็นการคาดหมาย มันไม่เป็นปัจจุบันไง มันเป็นปัจจุบันขณะตอนที่ได้ยินครั้งแรก ถ้าจิตสงบแล้วได้ยิน นั่นของแท้ นั่นนะมันได้ยินตามข้อเท็จจริง แต่พอได้ยินแล้วมันยึดใจ เออ! ภูเขาได้ยิน ภูเขาได้ยิน มันก็เลยเอาเสียงที่ได้ยินไว้ มันก็เลยเป็นวิบากกับการปฏิบัตินี้ไง

ทีนี้พอปฏิบัติขึ้นมา “หลวงพ่อก ณะปฏิบัติกำหนดพุทโธด้วย ก็จะได้ยินเสียงด้วย ตบตบๆ ไปพร้อมกัน แล้วจะให้หนูทำอะไรละ ทำอย่างไร”

เวลาถ้าจิตมันดี สงบแล้วได้ยิน มันเป็นการบอกว่าจิตเราดีขึ้น มันเป็นผลดีทั้งนั้นนะ แต่ผลดี เวลากิเลสมันไปยึด ของดีๆ มันทำให้ไขว้เขวได้ มันทำให้ล้มลุกคลุกคลานได้ แล้วทีนี้ไปไม่เป็นแล้ว เห็นไหม ต้นคุด พอเริ่มต้นคุด มันไปไม่ได้แล้ว มันติดขัดไปหมดเลย ต้นคุด ปลายตรงไม่มี

ฉะนั้น เราต้องมาตัดตรงต้นให้มันตรง เรากำหนดพุทโธเพื่อความสงบ เราก็กลับไปกำหนดพุทโธให้มันสงบ แล้วพอสงบแล้วก็คือสงบ แล้วถ้ามันจะได้ยิน ถ้าได้ยินในปัจจุบันก็รับรู้ แล้วก็ปล่อยวาง พอได้ยินก็คือได้ยิน เพราะจิตมันดีก็ได้ยิน หัวใจเต้นก็คือหัวใจเต้น ดีไม่ดีได้ยินเสียงซีพอร์เต้นอีกต่างหาก ได้ยินไปหมดนะ ได้ยิน

เวลาคนจะได้ยิน เพราะอะไร เพราะเวลาอภิญญา เวลาหุทิพย์ ใ้ไฮ! มันยิ่งกว่านี้อีก ฉะนั้น คำว่า “ได้ยิน” เราได้ยินโดยความเป็นสามัญญสำนึก ความเป็นปกติใจ เพียงแต่จิตมันดีขึ้น ถ้าดีขึ้น ขณะได้ยิน เพราะเราจะบอกว่า ได้ยินแล้วเป็นเทวดาหรือ ได้ยินแล้วจะเป็นอะไรละ ได้ยินก็คือได้ยิน ถ้าได้ยินแล้วเป็นได้ยินมันก็จบ ถ้าได้ยินแล้ว ถ้าเป็นโดยกิเลส โดยลบ นี่ไง ติดพัน

แล้ว เราจะทำอะไรอยู่ เสียงนี้มากวนตลอด มันมากวนไง มันมากวน มันมายื้อ มันมาทำลาย ความเพียรเราไง มันควรจะต้องดีขึ้น

ฉะนั้น วิธีแก้ก็พุทโธชัดๆ แล้ววางไว้ แล้วถ้าวางไว้แล้ว ปู้บปู้บให้หาย ไม่มี หรอก มันจะเริ่มถึงความรู้สึกมาอยู่ที่พุทโธทั้งหมด ค่อยๆ มา ค่อยๆ มา จนเสียงนั้น หายไป จนเสียงนั้นหายไป

แล้วถ้ากิเลสเป็นอย่างนี้ละ มันก็จะไปเกิดอุปสรรคใหม่ข้างหน้า มันจะมีอุปสรรคอย่างอื่นเข้ามาข้างหน้า ก็ต้องแก้ไขไป นี่หญ้าปากคอก ในการปฏิบัติครั้งแรกมันยุ่ง ยุ่งอย่างนี้ มันยุ่งที่ว่า ซ้ายก็ไปไม่ถูก ขวาก็ไปไม่ถูก ไปก็ไปไม่ได้ ถอยก็ถอยไม่ได้ แล้วมันจะทำอย่างไร

“โอ้ย! ปฏิบัตินี้ยากน่าดูเลย เลิกดีกว่า” ปฏิบัติไปปฏิบัติมานะ “เออ! เลิกดีกว่า จบแล้วยุ่งทุกทีเลย ไม่ปฏิบัตินี่ดีดี ไม่ปฏิบัติ สบายใจ โอ้โฮ! ไปไหนมากี่สะดวกสบาย ปฏิบัตินี้ยุ่งไปหมดเลย”

ไม่ปฏิบัติมันนะของไร้ค่า สวะ ชีวิตนี้ใช้เหมือนขยะล่อยไปตามวิภูฏะ รอวันสิ้นชีวิต แต่ถ้ามันจะปฏิบัติมันก็ต้องฝึก ต้องสู้ต้องทน ต้องทำคุณงามความดี ถ้าคุณงามความดี เวลาปฏิบัติไปแล้ว พอผ่านจุดนี้ไปได้มันก็ผ่านไปเรื่อยๆ โอ้โฮ! เห็นคุณค่าเลยนะ บุคคล ๔ คู่ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิมรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ การก้าวเดินของจิต บุคคล ๔ คู่ เป็นบุคคล ๘ จากคนคนหนึ่ง จากคนที่ไร้ค่า มันพัฒนาขึ้นไปเป็นบุคคล ๔ คู่ สถานะทางสังคมมันได้ขึ้นมาเลย จากยศถาบรรดาศักดิ์สูงส่งขึ้นไปเลย บุคคล ๔ คู่ ถ้าทำได้มันเป็นประโยชน์ขนาดนั้นนะ ถ้าไปข้างหน้า

ฉะนั้น สิ่งที่ว่า ข้อสงสัยในการนั่งสมาธิ

เรากลับมาทำความเข้าใจของใจ สิ่งที่ได้ยินมาแล้วมันเคยประสบการณ์หนึ่ง อย่างนี้ มันคิดแบบวิทยาศาสตร์ไง วิทยาศาสตร์ ผাগเงินไว้ในธนาคาร ๕ บาท มันก็อยู่ในธนาคาร ๕ บาทตลอดไป แต่เป็นเวลาเป็นสมาธิ ขณิกสมาธิก็เหมือน ๕ บาท พอออกจากสมาธิ หมดเลย ๕ บาทนั้นเป็นอดีตไปแล้ว ไม่มี

นี่ก็เหมือนกัน สิ่งที่เราเชื่อมั่นเป็นนามธรรมทั้งนั้นนะ แต่พอเราจะคิดเป็นวิทยาศาสตร์ได้ ยินแล้วก็คือได้ยินตลอดไป อะไรก็ได้ยินตลอดไป

ก็ได้ยินก็คือผ่านไปแล้ว เสียงที่จะมาได้ยิน แล้วเสร็จแล้วเราเอาความสงบของเราปฏิบัติ รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง สมာธิธรรม ปัญญาธรรม เราปฏิบัติของเราเพื่อความจริงของเรา

นี่วิธีแก้ไข แล้วที่นี้แก้อย่างไร ให้แนะนำ

ให้แนะนำคือวางให้หมด เวลาเราจะปฏิบัติ สิ่งที่เคยได้ยินเสียงอะไรมา วางให้หมดเลย เริ่มต้นใหม่ ศูนย์ ลบหมดเลย แล้วเริ่มต้นนั่งให้ดี แล้วค่อยๆ ทำ ค่อยๆ จางไปๆ จนกว่าสิ่งที่เข้ามา กวมนั่นจะจบลง แล้วเราเริ่มต้นของเราใหม่ พุทโธก็ได้ ปัญญาอบรมสมาธิก็ได้ พุทโธ ธัมโม สังโฆ มรณานุสติ ระลึกถึงความตายก็ได้ อะไรก็ได้ เอาสิ่งที่ไม่ให้กิเลสมันตามทันนะ แล้วถ้า มันไม่ได้ ความคิด ความคิดก็ตริกในธรรมเสีย ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ รักษาของเรา ดูแลของเรา ถ้ามันถูกต้องดีงามแล้วมันจะเป็นปัจจัยตั้ง สันติภูมิโก

อตฺตา หิ อตฺตโน นาโถ **ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน** ตนจะรู้ ตนจะเห็น ตนจะพัฒนาการ ตน จะมั่นคง แล้วต่อไปนะ ถ้าหัวใจที่สูงส่งแล้วจะไปสอนคนอื่นเลย “อ้อ! เมื่อก่อนเราก็เป็นอย่างนี้” ถ้าปฏิบัติไปแล้วนะ “เมื่อก่อนตบๆ ตบๆ เราก็ได้ยินมาแล้ว” แต่ตอนนี้หันรีหันขวางเลย

แต่ถ้าพัฒนาไปแล้วนะ จะไปสอนเขาได้หมดเลย จิตใจที่สูงกว่า จิตใจที่เคยผ่านมาแล้ว มันจะเข้าใจหมด เสียงกรรมนี้ ครูบาอาจารย์ท่านผ่านมาแล้ว ท่านรู้แล้ว ฉะนั้น เราก็ปฏิบัติของเรา ทำความจริงของเราให้เป็นประโยชน์กับเรา เอวัง