

อาการขาดยา

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๗ มีนาคม ๒๕๕๙

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

ถาม : เรื่อง “ธรรมโอสถ”

กราบเท้าหลวงพ่อกุ๊กศิษย์ขอความเมตตาขอคำแนะนำ มีเรื่องอยู่ว่า ชีวิตประจำวันงานมีมากขึ้น งานรับผิดชอบเพิ่มขึ้น ทำให้ความสงบน้อยลง ระยะเวลาประมาณ ๖ เดือน มีเหตุสะอึกใจ เริ่มมีอาการทางกาย มีความดันขึ้น เวียนหัวบ่อยๆ ก็ไม่ได้สนใจมากกับอาการ จนเป็นบ่อยขึ้น กิณยากี่ไม่ดีขึ้น

จึงกลับมานั่งสมาธิ ปรากฏว่านั่งไปประมาณไม่นานก็เบาเวียนหัว ลองมาวัดความดัน ผลก็ลดลง คำถาม เป็นการเตือนจิตได้สำนึกของเราที่ไม่ได้ทำการปฏิบัตินั่งสมาธิ จนทำให้มีอาการทางร่างกายใช่หรือไม่ หรือเราจิตฟุ้ง ร่างกายไม่ดี แต่เมื่อทำจิตสงบเป็นธรรมโอสถ

ตอบ : นี่ไง เขาถามปัญหาว่า “ธรรมโอสถ” คือเพลีนนะ คือเพลีนไปกับงานทางโลก เพลีนไปกับงานทางโลก เห็นไหม เขาเคยปฏิบัติ แล้วเวลาปฏิบัติ ปฏิบัติแล้วจิตมันมีสติมีปัญญาไง ถ้ามีสติปัญญาดีขึ้นก็ซาบซึ่งในพระพุทธานุศาสน์ ซาบซึ่งในการประพฤติปฏิบัติ

แต่ว่าเดี๋ยวนี้งานมากขึ้น ชีวิตประจำวันมีงานมากขึ้น ความรับผิดชอบมากขึ้น ก็เลยห่างเหินกับการปฏิบัติไป พอห่างเหินการปฏิบัติไป เห็นไหม นี่เกิดความดันขึ้น มีการปวดศีรษะบ่อยๆ มีต่างๆ กิณยากี่ไม่ดีขึ้น ฉะนั้น เลยกกลับมานั่งสมาธิ พอนั่งสมาธิขึ้นมาแล้วมันกลับดีขึ้นไง ถ้ามันกลับดีขึ้น มันเบา การเวียนหัว ความดันก็ลดลง ทุกอย่างก็ดีขึ้นหมดเลย อย่างนี้เป็นเพราะว่าเราจิตฟุ้งซ่านหรือเปล่า เราคิดไปเองหรือเปล่า

ฉะนั้น คำว่า “คิดไปเอง” หรือ “ไม่คิดไปเอง” มันเป็นผลที่มันแสดงออก มันเห็นชัดเจน อย่างนี้มันจะเป็นว่าเราฟุ้งซ่านไปหรือเปล่า เพียงแต่ถ้าเราไม่ฟุ้งซ่านไป เราต้องแบ่งเวลาไปปฏิบัติ กลัวงานมันจะไม่ได้เต็มเม็ดเต็มหน่วยใช่ไหม

งานก็ส่วนงานนะ ถ้างานทางโลก หน้าที่การงานของเรา เราต้องมีหน้าที่การงานของเรา เป็นเรื่องปกติ พอเราเป็นผู้ใหญ่ขึ้นมา เห็นไหม คนที่เขาไม่ทำธุรกิจ เขามีความรับผิดชอบ เขาจะผ่อนถ่ายให้ลูกเขาไป ถ้าผ่อนถ่ายให้ลูกได้ พ่อแม่ก็วางมือได้ ถ้าพ่อแม่วางมือได้ สิ่งนี้ก็ให้ลูกเขา ดูแลกันไป

เขาถึงเวลาแล้วผู้เฒ่าผู้แก่ในสังคมชาวพุทธ พ่อแก่เฒ่าเขาจะเข้าวัดเข้าวา เข้าวัดเข้าวา เพื่ออะไร เพื่อพร้อมที่จะไป แต่ในปัจจุบันนี้การเข้าวัดเข้าวามันเป็นที่ว่ามั่นเรื่องสื่อสารมวลชน การเสนอข่าวต่างๆ ทำให้เราไม่กล้าไปวัดไหนเลยนะ ถ้าไปวัดไหนแล้ว เรากลัวเรามีความผิดพลาดไปกับเขาไป

ฉะนั้น ถ้าพูดถึงไปวัด เราไม่ต้องว่า เราไปวัดแล้วเราต้องไปผูกพันกับวัดไหนทั้งสิ้น ที่เราไปวัดไปวา เราเพื่อจะไปวัดหัวใจของเรา เราไปวัดไปวาเพราะเราเป็นชาวพุทธไง วัดอารามเป็นที่อยู่ของผู้ทรงศีล ถ้าที่ไหนมีผู้ทรงศีล แล้วเป็นผู้ที่เราเห็นแล้วงามตางามหัวใจ เราก็ไปที่นั่น ไปที่นั่นเพื่ออะไร เพื่อวัดหัวใจของเราไป

ถ้าเราประพฤติปฏิบัติมันเป็นความจริง ผู้เฒ่าผู้แก่เขาไปวัดกัน ไปวัดกันก็เพื่อเตรียมตัว ใจ เตรียมตัวเพื่อเราจะเดินทาง เราต้องมีบุญกุศลเป็นเสบียงของเราไป ถ้าเป็นเสบียงของเราไปนะ ผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินะ ถ้าถึงสิ้นสุดแห่งทุกข์ มันจบที่นี้เลย ถ้ามันจบที่นี้ได้ ผู้ที่ไปวัดไปวามันมีประโยชน์อย่างนี้

แต่เราเกิดมา คนเกิดมา เห็นไหม มีพ่อแม่ มีพ่อแม่เกิดมาอยู่ในครรภ์ กินเลือดของแม่ อยู่ในครรภ์กินน้ำนมกินเลือดของแม่ เลือดเนื้อเชื้อไขมันมาอย่างนั้น แล้วมัน ๙ เดือนกว่ามันจะคลอดออกมา พอคลอดออกมาแล้วเป็นเด็กน้อย พ่อแม่ก็ต้องเลี้ยงดูมา เลี้ยงดูมา เรามีการศึกษา เราโตขึ้นมา เรามีหน้าที่การงานของเรา เรามีครอบครัวของเรา เห็นไหม เรามีครอบครัวของเรา เราก็มีลูกมีเต้าต่อไป แล้วเราก็ต้องชราภาพ มันชราภาพตั้งแต่อยู่ในครรภ์ ๙ เดือนนั้น มันแก่มาตั้งแต่ในครรภ์

แล้วพอเราเกิดมาเป็นมนุษย์ ถ้ามนุษย์มีสติปัญญาขึ้นมา เห็นไหม สมบัติทางโลกคือสมบัติในปัจจุบันนี้ สมบัติทางโลกคือว่าเรามีบุญกุศล เราถึงได้เกิดเป็นมนุษย์ ถ้าไม่มีบุญกุศลไปเกิดเป็นไก่ในฟาร์ม ๔๕ วันเชือด ไปเกิดในคอกหมู ๙ เดือน ๖ เดือนเชือด อายุมันไม่ถึงปีนะ

แต่ของเราอายุเกือบร้อย ถ้าอายุเกือบร้อยนะ แล้วมีสติปัญญา เห็นใหม่ แล้วเราก็ตัดเลือกเอา เราตัดเลือกเอา

คนเรานี้ละ ถ้าเป็นนิสัย คนนิสัยรับผิดชอบนะ การงานก็รับผิดชอบ ทำงานทุกอย่างจะประสบความสำเร็จ พ่อแม่จะอบอุ่นหัวใจ เพื่อนฝูงคบแล้วก็คบด้วยความเต็มใจ เพราะอะไร เพราะเขาเป็นคนจริง คนถ้าเป็นทางโลกเขาเป็นคนจริงนะ บวชมาเป็นพระก็จริง เพราะอะไร เพราะเขาจริงในหัวใจของเขา นิสัยเขาเป็นอย่างนั้น เวลาเขามาบวชเป็นพระ เขาก็จะมีสัตย์ เขาจะมีความซื่อสัตย์กับตัวเอง เขาจะตั้งกติกาของเขา เขาจะพยายามประพฤติปฏิบัติของเขา แล้วจะได้ไม่ได้อยู่ที่อำนาจวาสนา

คำว่า “อำนาจวาสนา” นะ คำว่า “อำนาจวาสนา” เห็นใหม่ ใครสร้างมามากน้อยแค่ไหน เวลาอำนาจวาสนาของพระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตั้งให้เป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายและเบื้องขวา เวลาพระติเตียนๆ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า บอกว่า

“ไม่ใช่ เราไม่ได้ว่าเราสามารถจะมอบให้ใครได้หรอก สิ่งนั้นมันเป็นสมบัติของเขา พระสารีบุตร พระโมคคัลลานะ ตั้งแต่อดีตชาติเขาปรารถนาเป็นอัครสาวกเบื้องซ้ายและเบื้องขวา เขาถึงได้สร้างบุญกุศลของเขา เขาปรารถนาของเขา แล้วเขาสร้างบุญกุศลของเขา”

พระองค์อื่นเขาก็สร้างบุญกุศลของเขา พระสิวลีท่านก็สละทานของท่าน ท่านเป็นเอตทัคคะในระดับของท่าน ใครสร้างบุญกุศลอย่างไร ใครทำอย่างไร เขาทำมาทั้งนั้นๆ เพราะเขาทำของเขา มาพอเราจะมาประพฤติปฏิบัติ มันก็อยู่ตรงนี้ เราทำอะไรมา ถ้าเราทำสัมมาทิฐิ เราทำความเห็นถูกต้องดีงามมา เราไปเจอครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมนะ ใ้อโฮ! ฟังแล้วมันชื่นใจ ไปฟังอะไรที่มันขัดแย้งนี้ไม่เอา

แต่ถ้าเราเคยเป็นสายบุญสายกรรมกับพวกนอกคอกมา พอเจอพวกนอกคอกมันเข้ากัน มันไปด้วยกันเลย มันชอบ สังเกตได้ใหม่เวลาคนพูดอะไรกับเรา เราจะชอบ ชอบเรื่องอย่างนี้ ชอบเรื่องอย่างนี้ บางอย่างมันต่อต้าน มันไม่เอา

แต่ถ้าเรามีสติมีปัญญานะ เรามีธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ พระไตรปิฎกเทียบเคียงวัดเคียงแล้ว เราเอาตรงนั้นๆ ถ้าจิตใจมันไม่ยอมนะ พยายามหาเหตุผล หาเหตุผลที่จิตใจมันยอมรับขึ้นมา ถ้าจิตใจมันยอมรับขึ้นมา เห็นใหม่ ยอมรับความจริง สัจจะ ความจริง แล้วมันพิสูจน์ได้ไง มันพิสูจน์ได้

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธัมมจักขุ พระอัญญาโกณฑัญญะมีดวงตา เห็นธรรม ท่านมีพยาน ที่มันมีพยานที่มันทดสอบได้ ทดสอบได้ นี่ก็เหมือนกัน เวลาประพฤติ ปฏิบัติ หลวงปู่มันท่านพูดถึงนะ ท่านบอกว่า หลวงปู่ขาว เราได้คุยแล้ว ครูบาอาจารย์ท่าน ได้คุยกันแล้ว ท่านได้ตรวจสอบ ได้ทดสอบแล้ว นี่ถ้าเราปฏิบัติมันรู้ทันได้ มันรู้เท่าได้ ถ้า มันรู้เท่าได้ สิ่งนี้เป็นประโยชน์นี้พูดถึงว่า คนถ้าเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ

ฉะนั้น เขาบอกว่า เวลาตอนที่เขาเคยปฏิบัติ แล้วเขาบอก เขามีความสุขมาก เขามีความสุขมาก เขามีความพอใจมาก แต่ตอนนี้มันทิ้งระยะไป มันทำให้เกิดเจ็บไข้ได้ป่วยไ้แล้ว เวลามานั่งสมาธิแล้วมันดีขึ้น

ถ้ามันดีขึ้น ธรรมโอสถของมันดีอยู่แล้ว ของดีอยู่แล้ว เห็นใหม่ คำว่า “ของดีอยู่แล้ว” เวลาพวกเราทำสมาธิพอจิตสงบทีหนึ่งก็คิดว่าสมาธิจะอยู่กับเราตลอดไป เราพูดบ่อย สมาธิมันเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็แปรปรวนไป ไม่มีอะไรคงที่หรอก สมาธิก็ไม่คงที่

สมาธิจะคงที่ได้ เราต้องรักษาใจ รักษาความชำนาญในการเข้าและการออก ถ้าเรา รักษาเหตุไว้ เหมือนเรารักษาอุณหภูมิจึงได้ เราตั้งเตาไฟรักษาไฟไว้ อะไรไปตั้งมันก็กำหนด ถ้าไฟ มันดับละ ของที่ตั้งไว้มันก็ดับ นี่ก็เหมือนกัน สมาธิถ้าเราไม่กำหนดพุทโธ เราไม่มีสติรักษานะ เต็มวันก็เสื่อม พอมันเสื่อมไป พอมันเสื่อม พอมันเสื่อมแล้วมันก็กลับมา พอเสื่อมแล้ว ทำแล้ว ก็ได้แค่นี้ ทำแล้วไม่เห็นจริงเห็นจัง ทีนี้ไปแล้ว คิดฟุ้งซ่านไปเรื่อย คิดโทษตัวเอง คิดโทษทำร้ายตัวเอง นี่เวลากิเลสมันคิดใจ

แต่ถ้ามันเป็นธรรมนะ ธรรม เราคิดถึงธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ ทำให้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าวิมุตติสุข พ้นจากทุกข์ไป ถ้าเรามีเป้าหมายตรงนั้น แต่เรายังทำไม่ถึง หน้าที่การงานเรา

รับผิดชอบ แต่เราก็แบ่งเวลาของเรา คนที่มีสติมีปัญหา ทรัพย์สมบัติ ทรัพย์ที่เป็นความจริง คือ ศีล สมาธิ ปัญญาในใจของเรา เราเอาตรงนี้เป็นตัวตั้ง ถ้าเอาตรงนี้เป็นตัวตั้ง เรากลับมาที่นี้

ฉะนั้น เขาถามว่า คำถามคือว่า “สิ่งที่เขาทำ ที่ว่าประพฤติปฏิบัติไปแล้ว มันใช้การ ฟุ้งซ่านหรือไม่ มันเป็นที่จิตมันฟุ้งไปเองหรือไม่ ร่างกายที่มันรับมันเป็นจริงหรือเปล่า”

เป็นจริงหรือไม่เป็นจริง เป็นปัจเจกตั้ง เพราะเวลาเขาเป็น คนเราเป็นนะ เวลาจิตมันสงบ หรือว่ามันมีความสุข ขนลุกเลย เวลาขนลุก เวลามันเงี้ยวเงี้ยวนี้ ใสนี้มันเป็นข้อเท็จจริง แต่มาถามเรา ใสนี้มันลมปาก มาถามเรา ต้องให้เรายืนยันใจว่าสิ่งนั้นเป็นจริงหรือเปล่า

มันเป็นจริงตั้งแต่ตอนที่มันเป็นนั้นนะ ถ้ามันเป็นจริง เห็นไหม เราจะบอกว่าระดับสติปัญญาของคน ถ้าระดับสติปัญญาของคนนะ เวลาถ้าจิตมันสงบมันรับรู้ได้เลย ถ้าระดับสติปัญญาของคนที่มีมันคง ระดับสติปัญญาของคนที่มีสัจจะ มันจะไม่เชื่ออะไรง่ายๆ มันต้องตรวจสอบ

ถ้าระดับสติปัญญาของเราอย่างนี้ ถ้ามันเกิดกับเรา ระดับสติปัญญาอย่างนี้เรารู้ไม่ได้ หรือ เรารู้ได้ ถ้าระดับสติปัญญาเรารู้ได้ นี่มันเป็นเครื่องเตือน ธรรมะมาเตือน ธรรมะมาเตือน เตือนเราเลยว่าเราควรทำตัวอย่างไร เราควรระวังตัวอย่างไร เราควรระวังเรื่องอะไร เราควรระวังเรื่องโลก หรือเราจะชวนชวายเป็นเรื่องธรรม

แต่ถ้าเราอยู่ทางโลกไซ้ใหม่ เราก็ต้องชวนชวายเป็นเรื่องโลกด้วย เรื่องโลกเพราะว่าความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของเรามันต้องมีปัจจัยเครื่องอาศัย แต่อาศัยแล้วเราก็แบ่งเวลา แบ่งให้ ถูกแบ่งให้ต้อง แบ่งให้ดี ให้ช่วงเวลา แล้วเราก็มาปฏิบัติของเราบ้าง ถ้าปฏิบัติแล้วมันอยู่กับจิต ที่ว่าจิตมันเงี้ยวเงี้ยว จิตไม่รับรู้ นี่ระดับสติปัญญาของจิต ระดับสติปัญญาของจิตมันก็อยู่กับจิต

ถ้าเวลาจิตเวลามันตายไป เด็กมันก็จะถามว่า “ตายแล้วไปไหน” ตายแล้วก็ไปตามเวร ตามกรรม คนโบราณเขาบอกว่าคนใกล้ตายให้ระลึกถึงพระไว้ก่อนนะ ระลึกถึงพระไว้ก่อน เพราะระลึกถึงพระก็ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ถ้าระลึกถึงพระ เวลาไปมันไปทางนี้ก่อน ถ้าไม่ระลึกถึงพระนะ เวลาจะตาย วิตกังวลไปทางอื่น

มันมีพระสมัยพุทธกาลไง เขาเดินทางไปทางน้ำ แล้วเขาเอามือราไปกับเรือ มันไปเกี่ยวเอาสาหร่ายขาด เกี่ยวสาหร่ายขาด ภิกษุพรากของเขี้ยวเป็นอาบัติปาจิตตีย์ ทีนี้เขาก็คิดอยู่ตรงนี้ว่าเขาเป็นปาจิตตีย์ฯ บังเอิญเขาตายปัจจุบันทันด่วน ตายตอนนั้นไปเกิดเป็นจระเข้ ไปเกิดอยู่นั้น

นี่ไง ตายแล้วไปไหน ตายแล้วไปไหน เป็นพระแท้ๆ ปฏิบัติมีศีล มีสมาธิ มีปัญญาณะ แต่เขาเดินทางทางเรือไง แล้วมือก็รากับเรือไป บังเอิญมันไปเกี่ยวเอาสาหร่ายขาด พอเกี่ยวเอาสาหร่ายขาด พอสาหร่ายขาด ภิกษุพรากของเขี้ยว ทำให้ของเขี้ยวหลุดจากขั้ว เป็นอาบัติปาจิตตีย์ เพราะระดับปัญญามันรู้ไม่ได้ตั้งใจ มือรำน้ำไป ไปเกี่ยวเอาสาหร่ายขาด พออย่างนั้นก็วิตกกังวล วิตกกังวลก็เกิดเป็นจระเข้ไปเลย

นี่พูดถึงว่ากรรมจำแนกสัตว์ให้เกิดต่างๆ กัน แต่เวลาคนโบราณเขาให้คิดถึงเรื่องพระเรื่องเจ้าก่อน ว่าเวลาตายไปแล้ว จะได้ตายแล้วไปได้

นี่ก็เหมือนกัน เขาพูดถึงใจว่า “นี่เป็นธรรมโอสถหรือไม่” ถ้าเป็นธรรมโอสถ ธรรมโอสถก็กำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก อานาปานสติ กำหนดพุทโธ ใช้ปัญญาอบรมสมาธิ แล้วฝึกหัดใช้ปัญญา ตริกในธรรมก็เป็นธรรมโอสถ ถ้าเป็นธรรมโอสถมันเป็นจริงๆ เพราะธรรมโอสถทำให้จิตใจร่มเย็น ธรรมโอสถทำให้ความดันก็ลดลง ผลของการเวียนศีรษะก็หาย ทุกอย่างก็หาย สิ่งนี้เป็นไปได้

เวลาครูบาอาจารย์ท่านเจ็บไข้ได้ป่วย ท่านใช้ธรรมโอสถรักษา พุทโธหรือใช้ปัญญาอบรมสมาธิ เวลาจิตมันเข้าสงบ ถ้าให้เข้าไปสู่อุปปนาสมาธิมันสว่างโพลงหมดเลย ความเจ็บไข้ได้ป่วยหายหมด ออกมาเหมือนกับไม่เป็นอะไรเลย แล้วร่างกายแข็งแรงด้วย แต่ต้องจิตใจเข้มแข็งนะ ถ้าจิตใจไม่เข้มแข็ง ธรรมโอสถ ธรรมโอสถ มันเรียกร่อง แต่ทำแล้วไม่เป็นความจริงนะ ร่างกายมันจะหลุดไปเรื่อยๆ แล้วเวลาไปหาหมอ หมอก็จะติเลย โईไฮ! ปล่อยไว้จนปานนี้แล้วค่อยมาหา

ก็จะเอาธรรมโอสถไง แต่เราไม่มีคุณสมบัติพอ เราทำของเราไม่ได้ไง พอทำไม่ได้ อาการไข้ก็หลุดไปเรื่อยๆ ใจ เราถึงบอกว่าถ้าอาการไข้เจ็บไข้ได้ป่วยไปหาหมอซะ แล้วธรรมโอสถรักษาหัวใจของเรา ถ้าหัวใจเราดีขึ้น หัวใจเราเข้มแข็งขึ้นมา มันจะเป็นประโยชน์กับเรา

นี่พูดถึงว่า “เป็นธรรมชาติหรือไม่”

เป็น แล้วพอเป็นธรรมชาติแล้ว มันต้องย้อนกลับมาเลยว่า เราควรจะทำอะไร เราควรจะทำสมาธิทางโลก หรือเราจะทำสมาธิทางธรรม ถ้าสมาธิทางธรรมก็สมาธิภายในของเรา แล้วเขาก็จะบอกว่า ทำงานก็ไม่มีเวลาอยู่แล้ว ยังต้องไปปฏิบัติอีก ยังเสียเวลาอีก คนเกิดมาแล้วไม่รู้จักทำมาหากิน คนเขาพูดไปนู่น เราก็เชื่อเขา ฉะนั้น เวลาถ้าใครพูดอย่างนั้น ถ้าเราล้มละเลเทเมา ไซ้

แต่ถ้าเราจะประพฤติปฏิบัติของเรา เป็นความจริงของเรา อันนี้เราเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อศาสดา เราไม่เชื่อโลกธรรม ๘ ไม่เชื่อเรื่องการดิ้นรนดิ้นหา แต่เราเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่ต้องทำจริงนะ ไม่ใช่คนที่เกียจคร้าน ฉนั้นจะปฏิบัติ แล้วก็ไปวัดก็ไปนั่งไปนอนไม่ทำอะไรเลย ไม่ทำอะไรก็ได้ทำอะไรเหมือนกัน ใครทำมาอย่างไรก็ได้ อย่างนั้น ใครไม่ทำอะไรก็ได้ทำอะไรอย่างที่ไม่ได้ทำนั้นแหละ ถ้าใครทำก็ทำจริง ถ้าทำจริงก็เป็นความจริง

ฉะนั้น สิ่งนี้ที่มันเกิดขึ้นแล้วให้เอามาเตือนตัวเองให้ ให้เอามาเตือนตัวเอง คำเตือนตัวเอง คนอื่นเขาชี้ขุมทรัพย์ให้เรา เขาบอกถึงความผิดพลาดของเรา เรายังได้แย้ง นี่เราคิดได้เองๆ เราเตือนตัวเองว่าเราควรทำอย่างไร ถ้าควรทำอย่างไร มันเป็นการยืนยันระดับวุฒิภาวะของสติปัญญา มันรู้ได้ ถ้ารู้ได้ เราแก้ไขของเราได้ จบ

ถาม : เรื่อง “ขอหลวงพ่เมตตา ถามปัญหาธรรมดังนี้ ไม่ทราบว่าเป็นการฟังธรรมของโยมมากเกินไปหรือไม่”

กราบนมัสการหลวงพ่เจ้าคะ โยมได้มาภาวนาที่วัด และได้ถามปัญหาธรรมเมื่อวันที่ ๒ มกราคม หลวงพ่ได้สอนแนะนำให้กลับไปเช็คเรื่องศีลและการทานอาหาร ซึ่ง ณ ปัจจุบันนี้โยมได้ทำบุญศีลธรรม เช็คเรื่องศีล ๕ การทานอาหาร การปฏิบัติภาวนา ดูแลควบคุมจิตให้เป็นกุศล ลงรายวันทุกวันก่อนนอน และได้ทานข้าวเพื่อเลี้ยงร่างกาย ใช้จ่ายเงินน้อยลง และได้เงินใส่บาตร พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตอนเช้าเกือบทุกวันเจ้าคะ แล้วเอาปัจจัยนั้นมาทำบุญกับหลวงพ่และบุญอื่นๆ ค่ะ

ขอหลวงพ่ومتตาตอบปัญหาดังนี้

๑. ทุกวันนี้โยมได้ฟังธรรมของหลวงพ่อและหลวงตาช่วงกลางวัน เวลาประมาณ ๔ - ๕ ชั่วโมง นอกจากใช้ความคิดด้านตัวเลขและตัวเงินเท่านั้น จะเสียบหลุดลอยในขณะที่ปฏิบัติงานประจำวัน ในช่วงหัวรุ่งได้ฟังธรรมหลวงตาเป็นหลัก พร้อมเดินจงกรมและนั่งสมาธิก่อนไปทำงาน

จิตดวงนี้ของโยมมันไม่มั่นคงไม่แข็งแรงคะ เคยบอกตัวเองว่าให้เปรียบเหมือนตัวเองเป็นต้นไม้ในป่าที่ทนแดดทนฝน และไม่ใช่ต้นไม้ในกระถางที่คอยรดน้ำพรวนดินใส่ปุ๋ยตลอดเวลา

คำถาม ไม่ทราบว่าการฟังธรรมของโยมมากไปหรือเปล่านั้น เพราะไม่ได้ภาวนาพุทโธเลย เพราะพักหลังนี้พุทโธไม่แนบนิ่งคะ จิตมันจะชอบฟังธรรมอย่างเดียว ไม่ได้ฝึกฝนในสนามคะ

๒. การปฏิบัติธรรมจะเจอทางโลก เจอโลกธรรม ๘ เยอะ โดยเฉพาะหมู่ทำงาน โดยทำแบบทดสอบอยู่เสมอ เพราะอยู่กับผู้หญิงด้วยกัน ดูหน้าปะจุมก มีการแบ่งพรรคแบ่งพวก โยมก็เคยเฉพาะเรื่องงานที่ต้องเชื่อมโยงกันเป็นหลัก ไม่คลุกคลีกันมาก

พักเที่ยงต้องไปปลีกวิเวก ไปปฏิบัติเพื่อผ่อนคลายจากการเครียดที่ทำงานคะ ฟังธรรมหลวงตาคะ โยมบอกตัวเองว่ามาทำงานเพื่อทำมาหากินและรับผิดชอบงานให้ดีที่สุด ชีวิตแบบนี้เหมือนใส่หน้ากากกัน หวังผลประโยชน์และของแถมกันทั้งนั้น ขอกราบหลวงพ่ومتตาให้กำลังใจเพื่อสู้กับชีวิตโลกที่มีแต่ความแข่งขันแย่งชิงดีกันคะ

ตอบ : พุถึงการฟังธรรม ฟังธรรมนะ การฟังธรรม พุถึงว่าถ้าโยมฟังมากไป ไม่มาก การฟังธรรมนี้สำคัญมาก เพราะการฟังธรรม ฟังธรรม เวลาหลวงตาท่านเทศน์ประจำ เวลาสิ่งทีอันดับหนึ่งในวงกรรมฐานเรา หนึ่งคือการเทศน์ การเทศน์คือการแสดงออกของครูบาอาจารย์

อย่างเช่น หลวงปู่มั่นท่านจะเทศน์ แล้วคนที่จะหาฟังเทศน์อย่างนี้มันหาได้ยาก หาได้ยากเพราะอะไร เพราะจิตใจอย่างหลวงปู่มั่น จิตใจแบบครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงมันหาได้ยาก ถ้าหาได้ยากนะ ครูบาอาจารย์ท่านแก่เพราะกินข้าว คือท่านแก่เพราะอายุพรรษา

เวลาเราบวชมาแล้วเราลงธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมา-สัมพุทธเจ้า เราเชื่อฟังธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะธรรมวินัยเป็นศาสดาของเรา ให้เคารพกันที่อาวุโส ภัณฑะ เราก็เคารพนะ เราเคารพกันตามกฎหมาย

เวลากฎหมายเราเคารพนะ คนที่มีพรรษามากกว่าคือคนที่บวชมาก่อน เราจะเคารพด้วยความอาวุโส ภัณฑะ ถ้าเราไม่เคารพ เราจะผิดธรรมวินัย แต่คนที่อาวุโส แต่จิตใจเขาไม่เหมือนหลวงปู่มั่น อย่างหลวงปู่มั่นท่านอาวุโสด้วย แล้วท่านมีคุณธรรมในหัวใจของท่านด้วย เขาเป็นอาวุโส แล้วเขามีคุณธรรมในใจ เขาพูดสิ่งใดมันถูกต้องดังามไปหมดเลย

เวลาหลวงปู่มั่นท่านเทศน์ว่าภรรษา ต้องทำสมาธิก่อน ทำความสงบของใจเข้ามาพอใจสงบแล้วยกขึ้นสู่วิปัสสนา วิปัสสนาแล้วซ้ำแล้วซ้ำเล่า ซ้ำแล้วซ้ำเล่า จากกุปปธรรมเป็นอกุปปธรรม ท่านจะบอกเป็นขั้นเป็นตอนเข้าไป แล้วท่านจะบอกว่า “ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น” คำว่า “ต้องเป็นอย่างนั้น” คือท่านทำของท่านมาถูกต้องดังามแล้ว

แต่เราทำไป พอเราทำปั๊บ กิเลสมันจะมายูมาเหย่ มันจะมาทำให้แตกแถว ทำให้มันมีปัญหา ทำให้มันทำแล้วไปไม่ได้ ทำแล้วมีแต่ความเศร้าหมอง ทำไปแล้วมีแต่ตรอมใจ แล้วที่นี้มันก็แตกแขนงไปเยอะแยะแล้ว แล้วเราจะไปทางไหน แต่หลวงปู่มั่นท่านรู้แล้วว่าสิ่งที่พอไปแล้วมันแตกแขนงหมดเลย ต้องมีความสงสัย มันมูมานะ มันทำแล้วมันมีแต่ความท้อแท้ แล้วเราจะไปทางไหนๆ จะไปทางไหน มันแตกแล้ว แตกประเด็นไปมหาศาลเลย

ฉะนั้น หลวงปู่มั่นท่านก็เคยเป็นอย่างนี้ หลวงปู่มั่นพรรษาแรกท่านออกไปกับหลวงปู่เสาร์ก็เป็นแบบนี้ ท่านกลับไปหาหลวงปู่เสาร์เลย บอกว่าท่านมีปัญหาเยอะมากเลย หลวงปู่เสาร์ตอบเลย “ปัญญาท่านเยอะ ท่านต้องแก้ตัวท่านเอง เราแก้ท่านไม่ได้ ท่านต้องแก้ตัวเอง”

ฉะนั้น พอหลวงปู่มั่นท่านปฏิบัติของท่านไป ท่านอาวุโสด้วย แล้วท่านมีคุณธรรม คือท่านรู้จริงของท่านด้วย ฉะนั้น เวลาท่านเทศน์ท่านสอนพวกเรา “ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็น

อย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้นเลย” ใ้เราน่าจะ มันหลากหลายมาก ใ้ไฮ! มันมีให้เลือกเยอะแยะไปหมดเลย แล้วเราจะไปทางไหนล่ะ แต่หลวงปู่มันบอก “ต้องเป็นอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น”

เราจะบอกว่า ถ้าเป็นอาวุธด้วย ถ้ามีคุณธรรมด้วย เราเคารพสุดหัวใจเลย

แต่ถ้ามันอาวุธแต่ไม่มีคุณธรรม นี่ไง แก่เพราะกินข้าว แต่พระพุทเจ้าให้เคารพนะ อาวุธ แก่เพราะกินข้าว ก็แก่กว่าก็แล้วกันแหละ ถ้าแก่กว่า เราเคารพด้วยธรรมวินัย คือเราเคารพตามประเพณีไง ธรรมวินัยเขาต้องเคารพนะ อาวุธก็ต้องอาวุธ แต่เขามีความรู้จริงหรือเปล่า เขาบอกเราได้ไหม เขาแก้ไขเราได้หรือเปล่า มันไม่ได้ ถ้ามันไม่ได้ เห็นไหม

ฉะนั้น เวลาฟังธรรม ฟังธรรมที่ว่า เราฟังธรรมที่มันต้องแสวงหา พระสมัยหลวงปู่มัน สมัยครูบาอาจารย์เราท่านจะชวนชวายเป็นมาก จะชวนชวาไปหาครูบาอาจารย์ที่ถูกต้อง มีปัญหาไปก็ให้ท่านเทศน์ท่านสอน ให้ท่านชี้ทางให้ ถ้าชี้ทางให้มันก็เป็นความจริง นี่การฟังธรรมๆ นะ

ฉะนั้น โยมเขาถามว่า “โยมฟังธรรมมากไปหรือเปล่า”

เวลาฟังธรรมนะ ฟังธรรมหลงตา หลงตายันยันได้ เพราะหลงตา หลงปู่มัน รับประกันแล้ว เพราะหลวงปู่มันท่านสั่งกับพระมาเลย บอกหมู่คณะจำไว้นะ เวลาทำ **นิพพานไปแล้วให้ฟังมหานะ มหาดีทั้งนอกทั้งใน** ทั้งนอก นอกก็คือวัตรปฏิบัติ นอกก็คือ ภิรยาคือความเป็นอยู่ ใน ในก็คือในใจ ก็เหมือนหลวงปู่มัน ดีทั้งนอกทั้งใน ถ้าดีทั้งนอกทั้งในนี้ เราฟังเทศน์หลงตาฟังได้ตลอดเลย

นี่ฟังเทศน์หลงตาสมัยแกงหม้อเล็ก คือสมัยที่ว่าท่านยังไม่ออกมาโครงการช่วยชาติช ท่านจะพูดเรื่องสัจจะ เรื่องอริยสัจ เรื่องสัจธรรมหมดเลย แต่พอเวลาท่านออกมาโครงการช่วย ชาติช พอโครงการช่วยชาติช ประชาชนมันหลากหลาย ประชาชนท้องไร่ ท้องนาเขามีแต่จับกัง จับปลาอยู่ แล้วเขาจะมาฟังธรรม มันคงไม่เข้าใจมาก ท่านเลยเทศน์เป็นแกงหม้อใหญ่ คือเทศน์ เรื่องระดับของท่าน

ฉะนั้น เวลาท่านเทศน์อย่างนี้ เราก็เปรียบเทียบไป เดียวจะบอกว่า “อู้ฮู! บอกว่าเป็นพระ อรหันต์เลย แต่เวลาเทศน์ก็เทศน์เรื่องพื้นๆ เทศน์เรื่องคุณงามความดี” แกงหม้อใหญ่ไป แต่ก่อน

หน้านั้นก่อนที่ท่านจะออกมาโครงการช่วยชาติฯ นั้นนะแกงหม้อเล็ก ๆ หม้อจิ๋ว ๆ นั้นนะ เวลาเทศน์บนศาลากับพระ ชัดกันในเรื่องกิเลสอย่างเดียว

ทีนี้พอออกมาโครงการช่วยชาติฯ เราจะบอกว่า เวลาฟังธรรม ฟังธรรม เราต้องดูด้วย อย่างเช่น ตอนกลางคืน เขาจะเอาเฉพาะเทศน์บนศาลาของท่าน นั้นนะเทศน์มีเนื้อหาสาระ น้อยหนึ่ง แต่เวลากลางวันท่านจะเทศน์โครงการช่วยชาติฯ โครงการช่วยชาติฯ ท่านก็ไปหาเงินหาทองเพื่อมาค้าชาติ แล้วก็คนที่ทุกข์ยากก็มีตรงนั้น

นี่พูดถึงฟังธรรมไง ทีนี้พอฟังๆ ไปแล้ว พอกิเลสมันตึกลับนะ ใ้มนุ่กัฟังแล้ว ใ้มนุ่กัรู้แล้ว ใ้มนุ่กัเข้าใจ ถ้าเวลากิเลสมันตึกลับ ต่อไปมันจะถอยร่นไปเรื่อยๆ ไ้

ฉะนั้น บอกว่าการฟังธรรมฟังจากสังฆธรรม หาฟังได้ยาก แต่ในปัจจุบันมันดีขึ้นเพราะมันมีเทป มันมีวิทยุไง สมัยพุทธกาลต้องฟังจากปากของคัมภีร์พระเจ้า พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฟังจากปากของพระสาวก พระโมคคัลลานะ ในสมัยหลวงปู่มั่นก็ต้องฟังจากปาก ฟังจากปากเลย

เพราะหลวงตาท่านบอกว่า เทปเครื่องแรกที่จะมาอัดเทปตอนหลวงปู่มั่นท่านนิพพานไปแล้ว หลวงตาถึงเห็นเทปเครื่องเบ้อเริ่มเต็มเลย สมัยนั้นเทคโนโลยีเพิ่งมี แต่ก่อนหน้านั้นไม่มี ถ้าก่อนหน้านั้นไม่มี มันก็ต้องฟังกันจากปากต่อปาก ฉะนั้น มันถึงแสนยากไป ฟังเทศน์นี้แสนยากแล้วฟังเทศน์ที่ครูบาอาจารย์ที่เป็นจริงด้วย ใ้โฮ! มันต้องกระเสือกกระสนนะ ต้องแสวงหาจริงๆ

แต่ในปัจจุบันนี้เทคโนโลยีมันเจริญขึ้น เราถึงได้ฟังกัน ถ้าฟังแล้ว เห็นใหม่ มันเป็นน้ำ มันเป็นสังฆธรรมที่เข้ามาชำระล้างใ้ความตระหนี่ถี่เหนียว ใ้ความคิดเฉพาะตน ใ้ความคิดว่า ใ้มนุ่กัถูก ใ้มนุ่กัดี ใ้มนุ่กัดี ถ้าไม่มีเทศน์คอยมาชี้ไว้ เดี่ยวเราก็ไปบริโภคนิยม ไปตามกิเลสมันต้องการ แต่ถ้าเราฟังเทศน์ไว้ อย่างน้อยมันก็ชี้ไว้

แล้วเขาบอกว่า “เพราะฟังเทศน์มากไป เขาไม่ได้ภาวนาพุทโธ เดี่ยวนี้พุทโธไม่แนบ มันไม่นิ่งเหมือนเดิม”

ฟังเทศน์ไปก่อน พอเทศน์ถ้าจิตใจมันกลมกล่อม จิตใจมันไม่ฟุ้งซ่าน แล้วเราค่อยมาพุทโธ ถ้าพุทโธถ้าจิตใจมันฟุ้งซ่าน จิตใจมันโดนกระทบมารุนแรง พอกระทบมารุนแรง พุทโธก็ไม่อยู่หรอก พุทโธคือว่าเราต้องใช้กำลังเราต่อสู้กับมันเองเลย

แต่ถ้าเราพึ่งเทศน์ พึ่งเทศน์ เราอาศัยครูบาอาจารย์ อาศัยพี่เลี้ยงให้น้ำๆ เราโดนมารุนแรง พี่เลี้ยงก็ให้น้ำน้อยหนึ่ง เราก็มีพี่เลี้ยงคอยดูแลหน่อยหนึ่ง มันก็ดีขึ้น เห็นไหม แล้วพอจิตใจมันกลมกล่อม จิตใจมันพอช่วยตัวเองได้ พี่เลี้ยงลงเวทีได้ ชกเองได้แล้ว แล้วเราก็มานุชโยของเรา หายใจเข้านี่ก็พุด หายใจออกนี่ก็โธ พังธรรม พังธรรม จิตสงบได้

หลวงตาบอก **การพังธรรมนี้ประเสริฐมาก** เวลาหลวงปู่มั่นเทศน์ ใ้อโฮ! ทุกพระยิ้มแย้มแจ่มใสมากเพราะอะไร เพราะเหมือนมันมีคนมาคอยชี้ทาง มันมีไม้เท้าอยู่ข้างหน้า มีสิ่งใดมาจะมาให้เป็นภัยต่อเรา ไม้เท้าเขี่ยทิ้งก่อน แล้วทางเดินเราสะดวก เห็นไหม การพังธรรม พังธรรม

ฉะนั้น บอก “โยมพึ่งมากไปหรือเปล่า” คำถามเขากังวลว่าเขาพึ่งเทศน์มากไปหรือเปล่า เพราะเดี๋ยวนี้เขาพุดโธแล้วมันไม่แนบนิ่ง เพราะเดี๋ยวไปคำถามที่ ๒ ไง เพราะเรามีอุปสรรค เรามีสิ่งกระทบหัวใจ พอมีสิ่งกระทบหัวใจ พุดโธมันก็ไม่ลง สิ่งใดมันก็ไม่ลง

เพราะคนที่ปฏิบัติ เห็นไหม เราปฏิบัติใหม่ๆ ถ้าวันไหนมันกระทบรุนแรงนะ เราเข้าภาวนา เดินจงกรมต้องเร็วๆ เลย เดินแบบเร็วสุดขีดเลย เดินจนเหงื่อแตกหมดเลย พอเหงื่อแตกปั๊บนะ มันเริ่มมีสติมาแล้ว พอเริ่มสติมานะ ใ้อสิ่งทีกระทบมาเบา กระทบมาไม่เห็นมีอะไรเลย เป็นเหมือนขนนก เบาๆ แต่ตอนมาใหม่ๆ นะ มันเหมือนภูเขาลอย มันทับเอาเกือบตาย

พอมันทับเอาเกือบตายนะ เข้าทางจงกรมไวๆ เลย เพราะมันกำลังต่อสู้กันรุนแรง ถ้าไม่อย่างนั้นนะ ภูเขามันทับแบนเลย แล้วมันจะคิดแต่เรื่องนั้น พอเข้าทางจงกรมเดินไวๆ แล้วพุดโธ แต่เดินไวๆ เลย ประมาณซัก ๒ - ๓ ชั่วโมงนะ พอเหงื่อชกเลยนะ เอาแล้วใ้อปัญหาที่เป็นภูเขามันเริ่มเบาเป็นขนนกแล้ว

พอเบาเป็นขนนกนะ เราพุดโธได้ช้าลง เดินได้ช้าลง แล้วมันก็เข้ามาสู่ความสงบได้ ไม่ให้กิเลสตัดทอนความทะยานอยากไปหยิบขวยเอาสิ่งที่ฝั่งใจแล้วกระพือ กระพือในใจของเรา ใจกระพือขึ้นมาแล้วทำลายเราตลอดโดยที่เราไม่รู้ตัวเลย

แต่เราเดินไวๆ สู้กับมัน สู้กับมัน พอสู้กับมันนะ เรามีสติปัญญาพื้นตัวมา พอพื้นตัวมานะ สิ่งทีมันกระทบที่รุนแรง แล้วเราควบคุมกิเลสของเรา กิเลสมันไปหยิบขวยสิ่งนั้นมา

กระพือในใจเราไม่ได้ไง พอมันเอามากกระพือใจเราไม่ได้มันก็เบาลง เบาลง เราก็เดินสมาธิได้ช้าลง เพราะเราควบคุมใจได้แล้ว นี่พูดถึงว่า เวลาพุทธโธแนบกับใจหรือไม่แนบกับใจ มันอยู่ที่ผลกระทบ มันอยู่ในชีวิตประจำวัน

ที่เขาบอกว่า “หลวงพ่อสั่งให้ไปดูเรื่องศีล สั่งให้ไปดูเรื่องการขบฉัน”

ไอ้เรื่องนี้มันมีผลต่อการปฏิบัติไง เวลาคนที่มาถามเรื่องการปฏิบัติ “หนูทำอย่างนี้ก็ได้ หนูทำอย่างนี้ก็ได้ หนูทำอย่างนี้แล้วให้หนูทำอย่างไร” ถ้าทำอย่างไรไม่ได้นะ ผ่อนอาหาร ผ่อนอาหาร พอผ่อนอาหารหิวไหม หิว หิวแต่มันเบา แต่ถ้าเรายังทานอาหาร เรายังทานแต่ของที่พอใจ ธาตุขันธ์มันอิมหนาสำราญ แล้วจิตใจมันก็โดนทับแบนแต่แต่อยู่อย่างนั้น

แต่ถ้าเราอยากให้อจิตใจเราฟื้นฟูขึ้นมา การขบการฉันน้อยลง กินผัก กินผักก็ได้ กินข้าวเปล่าๆ ก็ได้ กินเพื่อดำรงชีวิตเฉยๆ ไม่ได้กินเพื่อเอร็ดอร่อย กินเพื่อไม่ให้ตาย กินเพื่อประคองชีวิต แล้วพอเข้าทางจงกรมไปภาวนานะ ใ้ไฮ! จิตใจมันเป็นไปไม่ได้ไง

แต่นี้ไม่ หมอเขาสั่งครบ ๕ หมู่ ต้องร่างกายแข็งแรง หมอเขาสั่ง ไม่ใช่กิเลสสั่ง หมอเขาสั่ง มันอ้างไปทั่ว ฉะนั้น อย่างนั้นถ้าพอมันติดขัดบ๊ีบ พระปฏิบัตินะ คนที่ปฏิบัติเขาจะหาเหตุหาผลตลอด หาเหตุหาผลทุกๆ อย่าง แล้วเคลียร์ปัญหา แล้วมาปฏิบัติมันก็จะดีขึ้น

ฉะนั้น บอกว่า “โยมพึงธรรมมากไปหรือเปล่า”

ไม่ ไม่มากไป เพราะธรรมะของครูบาอาจารย์ ธรรมะของหลวงตาก็เป็นธรรมอยู่ นั่นแหละ แต่เราฟังแล้วเราฟังเป็นที่เลี้ยง แต่คนที่จะยืนอยู่ด้วยตัวเอง ปัจจุบัน สันติปฏิญญา โศก ตา หิ อุตตโน นาโถ ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน เราอาศัยครูบา-อาจารย์ อาศัยพี่เลี้ยงทั้งนั้นนะ

พระสารีบุตร เห็นไหม อาศัยองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เวลาพระสารีบุตรเป็นพระอรหันต์ขึ้นมาแล้ว มีพระเขาถามว่า “พระสารีบุตรเชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหรือไม่” นี่เป็นคำตอบของพระอรหันต์นะ “ถ้าบอกว่าเราเชื่อ เราเชื่อ เราเชื่อแสดงว่าเราช่วยตัวเองไม่ได้ เราต้องพึ่งพระพุทธเจ้าไปตลอดสิ ถ้าเรายังมีกิเลสอยู่ เราพึ่งแน่นอน เราช่วยตัวเองไม่ได้ เราต้องพึ่งอยู่แล้ว แต่เป็นพระอรหันต์แล้วมันไม่ต้องพึ่งใครอยู่แล้ว” ท่านถึงบอกท่านไม่เชื่อ พอไม่เชื่อ เขาไปฟ้องพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็เรียกพระสารีบุตรมาถามว่า

“เธอพูดอย่างนั้นจริงหรือ”

“จริง”

“ทำไมเธอพูดอย่างนั้นล่ะ”

“อ้าว! เมื่อก่อนข้าพเจ้ายังปฏิบัติไม่เป็น ข้าพเจ้าก็เชื่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็เชื่อศาสดา เพราะองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นคนเป่ากระหม่อมข้าพเจ้ามา แต่ในปัจจุบันนี้ข้าพเจ้ารู้เอง ข้าพเจ้ารู้ชัด ข้าพเจ้ารู้แจ้ง ข้าพเจ้ารู้แจ้งในใจของข้าพเจ้า แล้วจะเชื่อทำไมล่ะ ถ้าเชื่อมั่นก็ไม่รู้แจ้งนะสิ แล้วต้องเชื่อเขาตลอดไปหรือ แต่ในปัจจุบันข้าพเจ้ารู้แจ้ง ข้าพเจ้าเลยไม่เชื่อใครเลย”

พระพุทธเจ้าสาธุนะ “สาธุ” มันเป็นเรื่อง คนจริงต้องเป็นอย่างนั้น

ไฉนก็เหมือนกัน เราพึ่งเทศน์ของครูบาอาจารย์ เรายังต้องอาศัยอยู่ เราก็อาศัยของเราไป แต่ถ้าพอจิตใจเราดีขึ้น เราก็ปิดวิทญ์บ้าง มาพุทธโธบ้าง อะไรบ้าง ดูว่าใจของเรามันสู้ได้ไหม ใจของเราเป็นได้ไหม มันต้องพัฒนาไป

“แต่พึ่งเทศน์มากไป”

ไม่มากหรอก เราจะบอกว่า ถ้าไม่มีเทศน์นะ เดี่ยวมันไหลไป พอมันไหลไปนะ อืม! เสียเวลาไปตั้งนาน รู้แบบนี้เลิกตั้งนานแล้วแหละ ถ้ามันไหลไปแล้วนะ แต่ถ้ามันยังไม่ไหลไปยังดี ยังดีอยู่ มันจะไหลไปไหนก็แล้วแต่นะ ในโลกนี้ไม่มีที่พึ่งหรอก พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เท่านั้น

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากราบธรรม กราบธรรม พวกเรามีปัญญามากน้อยแค่ไหน ไหน องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังกราบธรรม กราบธรรมอยู่ตลอดเวลา เขาถามพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้ากราบอะไร พระพุทธเจ้าเป็นศาสดา พระพุทธเจ้าเป็นคนรู้ค้นขึ้นมา พระพุทธเจ้ากราบอะไรนะ เรากราบธรรม เรากราบธรรม กราบสังฆธรรมอันนั้น พระพุทธเจ้ายังพึ่งอย่างนั้นเลย

ฉะนั้น เราเอาตรงนี้เป็นที่ฟัง ฉะนั้น บอก ฟังธรรม ฟังธรรมไม่มากไป คำว่า “ฟังมาก” ไม่มี เพียงแต่ฟังแล้วเราพัฒนาตัวเราให้เข้มแข็งขึ้นมา เราฟังแล้ว เราพัฒนาให้ตัวเราเป็น **อตุตทา** **หิ อตุตโน นาโถ** ตนเป็นที่พึ่งแห่งตนได้ขึ้นมา

เริ่มต้นถ้ายังพึ่งตนเองไม่ได้ก็ต้องอาศัย เด็กๆ ต้องอาศัยพ่อ อาศัยแม่เลี้ยงดูมา โตขึ้นมาแล้วเราจะต้องหาอยู่หากินในตัวของเราให้ได้ อาศัยฟังเทศน์ครูบาอาจารย์มา แต่เราต้องพึ่งพู่ตัวเรา จนเราจะพึ่งตัวเราเองได้ ถ้าเราพึ่งตัวเราเองได้ เราก็มีคุณธรรมในใจของเรา พระปฏิบัติเขาสอนกันอย่างนี้

“จะฟังมากเกินไปไหม”

ไม่ ถ้าจิตใจยังพึ่งตัวเองไม่ได้ต้องฟัง เว้นไว้แต่จิตใจเราพึ่งตัวเองได้ แม้แต่พึ่งตัวเองได้ เราไปกราบหลวงปู่ลี ไปกราบหลวงปู่ลีเมื่อไหร่ หลวงปู่ลีก็เปิดเทศน์หลวงตาฟังทั้งวันทั้งคืนเลย หลวงปู่ลีเป็นพระอะไร หลวงปู่ลีเป็นพระอรหันต์นะ หลวงปู่ลี ผาแดงเป็นพระอรหันต์ ไปหาหลวงปู่ลีสิ วิทยุเครื่องหนึ่งติดอยู่กับตัวท่านเลย ท่านฟังเทศน์หลวงตาทั้งวันทั้งคืน หลวงปู่ลี ฟังเทศน์มากเกินไปไหม พระอรหันต์นะ พระอรหันต์ยังฟังเทศน์ทั้งวันทั้งคืนเลย นี่หลวงปู่ลี นี่พูดถึงข้อที่ ๑.

“๒. การปฏิบัติธรรมจะเจอทางโลก เจอโลกธรรม ๘ เยอะ โดยเฉพาะหมู่ที่ทำงานด้วยกัน มีบททดสอบอยู่เสมอ เพราะอยู่กับผู้หญิงด้วยกัน ลูกหน้าปะจมูก”

นี่พูดถึงการทำงานนะ การทำงานเรารักษาใจเรา ถ้ารักษาใจเรานะ ถ้าทำงานแล้วเรามีสติ เรามีสติ เราควบคุมตัวเราได้นะ เรามีจุดยืนของเรา ถ้ามีจุดยืนของเรา เดี่ยวเขาจะเห็นคุณงามความดีของเรา แต่ถ้าเขาไม่เห็นคุณงามความดีของเรา เพราะในหน่วยงานมันมีการแข่งขัน มันมีการทำงาน มีการแข่งขันทั้งนั้น

ถ้าการแข่งขัน ถ้าการแข่งขันเป็นธรรมนะ คือทุกคนอยากได้ของจริง อยากได้ของดี ถ้าเราทำคุณงามความดี ถ้าจิตใจเขาเป็นธรรม เขาเห็นเราทำถูกต้องดีงาม เขาจะชื่นชมเรา ชื่นชมในใจนะ ลึกๆ ไห้ไฮ้! ไห้นี้ใช้ได้ แต่ข้างหน้าไม่ยอมรับ ข้างหน้าไม่ยอมรับ แต่ข้างในมันยอมรับนะ เราทำอยู่อย่างนี้บ่อยๆ จนกว่าเขาจะยอมรับ ถ้าเขายอมรับได้ เห็นไหม ทำดีต้องได้ดี

แต่ความดีมันยอมรับกันช้า ความดีเนี่ย แต่ถ้าความชั่ว มันทำชั่วทีเดียวยตายเลยนะ เขาฟ้องเจ้านาย เขาสอบสวน เสียเลย แต่ทำความดี ความดีมันต้องอาศัยเวลา อาศัยการยอมรับ เพราะในจิตใจของคนมีกิเลสค้นหาความทะยานอยาก มีไฟลุกโชนอยู่ในใจทุกๆ ดวง ไขไฟที่ลุกโชนมันยอมรับใครยาก

แต่ถ้ามันมีความดีตลอดเวลา ใจของเขามันไม่มีไฟลุกโชนในใจของเขา ทำไมเราไม่ยอมรับเขา เขาก็ถูกต้องดีงามไปทั้งหมด เขาก็ความดีทั้งนั้น ทำไมเราไม่ยอมรับเขา ลองถามตัวเอง ถามตัวเอง ถ้าถามอย่างนี้ปั๊บ นี่ เห็นไหม คือน้ำดับไฟ

น้ำที่จะดับไฟที่โชนในใจของเรา แล้วไฟโชนในใจมีทุกคน มันมีอยู่ทุกคนโดยธรรมชาติ ถ้าไม่มี ธรรมชาติมันไม่มีไม่มานั่งอยู่นี้หรอก ไม่เกิดมาเป็นตัวเป็นตนอย่างนี้หรอก การเกิดมาเป็นตัวเป็นตนมันมี มันมี มันมีมารทั้งนั้น แล้วมารมันลุกโชนทั้งนั้น

ถ้าคิดอย่างนี้แล้วเขาจะน้อยใจไหม ถ้าใครเขาไม่ยอมรับเรา ในที่ทำงานมันก็ดูหน้าปะจุมุก นี่ก็สัญชาตญาณของมนุษย์ พฤติกรรมของสัตว์ สัตว์มนุษย์เป็นแบบนี้ แล้วเราอยู่ในสังคมของสัตว์มนุษย์ เพราะเราก็เป็นมนุษย์คนหนึ่ง สังคมมันเป็นแบบนี้

ถ้าเรารู้สังคมเป็นแบบนี้ละ เราอยู่กับโลกโดยไม่ทุกข์ใจ มันต้องอยู่นะ ไม่มีใครหนีไปอยู่คนเดียว พระบวชแล้วยังต้องบิณฑบาตกับโยมเลย เข้าขึ้นมายังเห็นหน้าโยมทุกวัน เกลียดขึ้นหน้าขนาดไหนก็ต้องเห็น ไม่เห็นไม่มีข้าวกิน มันต้องอยู่กับโลก ถ้ามันอยู่กับโลก นี่คือเรื่องข้อเท็จจริง

ถ้าเรื่องข้อเท็จจริง แล้วที่ธรรมะมันมาเกิดที่ใจนี้ ถ้าธรรมะมาเกิดที่ใจนี้ ธรรมะมารดไฟในใจนี้ ถ้ามารดไฟในใจนี้แล้ว เราก็อยู่กับเขา ถ้าเราเจอหมู่คณะที่ดี สาธุ วาสนาของเราเนาะ เพื่อนที่ทำงานก็ดี เจ้านายก็ดี ทุกอย่างดี ใส่อะไร! บุญกุศลของเรา

ถ้าเราตกไปนะ ใส่อะไร! เจ้านายก็เคียว เพื่อนๆ ก็น่าดู เออ! เราสร้างมาแบบนี้ เราทำของเราด้วยขวนขวายของเรา เรามีธรรมะเป็นที่พึ่ง มีสังฆธรรมเป็นที่พึ่ง มันเป็นแบบนี้ มันเป็นแบบนี้ แต่เราไม่ไปอาฆาตมาดร้ายกับใคร เวรย่อมระงับด้วยการไม่จองเวร เราจะไม่จองเวรจองกรรมใครนะ แต่ต้องฉลาดนะ เราฉลาด ฉลาดแล้วเราแยกแยะได้ ถูกผิด อะไรผิด อะไรถูก ถ้าไม่

ฉลาด เวย์ยอมระดับด้วยการไม่จองเวร ไปกับเขาเลย เขาจะจูบไปไหนก็ไป เขาจะพาไปไหนก็ไป
อย่างนี้ไม่เอา

เราเกิดมามีศักยภาพ เรามีศักยภาพในตัวเรา เรามีสติมีปัญญา เราแยกถูกแยกผิดได้
แต่เวย์ยอมระดับด้วยการไม่จองเวร เขาจะเป็นอย่างนั้น เขาจะทำอย่างนั้นมันเรื่องของเขา เรา
ชักนำเขาไม่ได้ เราชักนำเราก่อน เราชักนำเราก่อน เราทำของเราก่อน

เราจะบอกว่า เรื่องโลกมันเป็นเรื่องแบบว่า เวลา **อเสวนา จ พาลาน** ใจ เราไม่คบคน
พาล เราจะคบบัณฑิต แล้วจะคบบัณฑิตแล้วจะเอาบัณฑิตที่ไหนคบล่ะ มันมีแต่พาลทั้งนั้นนะ
แล้วความทุกข์ของบัณฑิตนะ ความทุกข์ของคนที่มีสติปัญญา คืออยู่กับคนพาลนะ อยู่
กับคนพาลเขาไม่มีเหตุผลใจ เอ็งพูดไปเถอะ ปากฉีกเลย มันฟังที่ไหน ความทุกข์ของบัณฑิต
คืออยู่กับคนพาล คนพาล คนหน้าด้าน คนไม่ฟังเหตุฟังผล แล้วมันเป็นอย่างนี้เกือบทั้งนั้น

เวลาเขาเขียนมามันน่าสงสารใจ ที่เรามาบวชก็ปัญหาหนึ่งปัญหาหนึ่ง เพื่อฉิบหายเลย แล้ว
ยังมาเจอที่อื่นนะ พอเมื่อแล้วไปคนเดียวเลย แล้วพอบวชไปแล้วนะ

มึงแน่จริงเอาให้ได้ ถ้ามึงแน่จริงนะ พระพุทธเจ้าก็มนุษย์ หลวงปู่มั่นก็มนุษย์ มึง
ก็มนุษย์ ถ้าครูบาอาจารย์ทำได้ มึงต้องทำได้ แล้วถ้าทำได้ เราต้องทำจริง เราทำจริง ๆ
ด้วย โหมกับมัน เพราะอะไร เพราะมันจริง มันต้องจริงต่อตัวเราใจ ตั้งสัตย์เลย นั่ง
ตลอดรุ่ง ต้องตลอดรุ่ง ไม่นอน ๓ เดือน ไม่ ๓ เดือน ๓ เดือนไม่นอนเลย บวชพรรษา
แรก

เอามาอย่างนี้เพราะอะไร เพราะโลกมันอย่างนี้ พูดถึงใจ เพราะเราเห็นอย่างนี้ เราถึง
หลีกเร้นมา แล้วเราก็ไม่อยากจะไปยุ่งด้วย แต่ผู้ถามหรือโยมทั่วๆ ไป เราอยู่ในโลกเนาะ เราอยู่
ในโลก เราต้องอยู่กับโลก ถ้าอยู่กับโลกเราจะมีธรรมโอสถ เราจะมีสติปัญญาแค่ไหน ดับไฟใน
ใจ ดับไฟในใจเรา อย่าให้มันร้อนจนเกินไป

เราต้องอยู่กับโลกนะ อยู่กับบ้านข้างเรือนเคียง เราต้องอยู่กับมนุษย์ด้วยกัน ไม่ต้องใคร
หอรอก ฟุ้งงในบ้านก็ทะเลาะกันแล้ว ไม่ต้องคนนอกหอรอก เอาเฉพาะในบ้าน ในบ้านยังไม่เห็น
เหมือนกันเลย เรากับพี่ชายยังทะเลาะกันเลย ทะเลาะกันมาตลอด มันเห็นต่างทั้งนั้น

นี่พูดถึงข้อที่ ๒. ไง เขาบอกว่ามันมีแต่ปัญหาในที่ทำงาน ถ้าที่ทำงานเราคิดของเราอย่างนั้นนะ ฉะนั้น เขาบอกว่า “โยมบอกตัวเองว่าเราทำงานเพื่อทำมาหากิน เพื่อรับผิดชอบหน้าที่การงานให้ดีที่สุด ชีวิตแบบนี้ใส่หน้ากากเข้าหากัน หวังแต่ผลประโยชน์ หวังแต่ของแถม”

เขาว่าอย่างนั้น เพราะอย่างไร้ คุนยการค้ำมันถึงทั้งแจกทั้งแถมไ้ มันต้องการให้คนเข้าไปซื้อ ซื้อหนึ่งแถมหนึ่งเลยละ ไม่ได้ต้องการใช้เลยก็ซื้อ ถ้าซื้อหนึ่งแถมหนึ่ง เข้าไปเป็นแถมเลย เพราะโลกเขาจับ โลกเขาจับความรู้สึกของคนได้ เขาถึงเอาสิ่งนี้มาเป็นประโยชน์กับเขา เราก็ต้องจับความรู้สึกของเราได้ แล้วเราก็เลือกเอา

สิ่งที่เลือกเอานะ นี่เห็นใจ เพราะเวลาเราพูดเห็นใจมาก เห็นใจมากเพราะอะไร **ที่ไหนมีการเกิด ที่นั่นมีความทุกข์ การเกิดเป็นทุกข์อย่างยิ่ง แต่มันต้องเกิด มันเกิดเพราะมันมีอวิชชา แต่ถ้าเราประพฤติปฏิบัติของเราจนถึงที่สุดแห่งทุกข์แล้วนะ มันไม่เกิดอีก ถ้าที่ไหนไม่เกิด มันก็ไม่มีความทุกข์อีกแล้วละ**

แต่ความทุกข์ขนาดนี้ มันทุกข์บีบคั้นหัวใจขนาดนี้ ถ้าทุกข์บีบคั้นหัวใจขนาดนี้ แล้วทางออกทางอื่นไม่มี ถ้าทางออกทางอื่นมีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนแล้ว

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสร้างบารมีมาเป็นศาสดา แล้วรู้คั่น ถ้าตัวเองก็ไม่อยากจะทำทุกข์หรอก ตัวเองก็อยากจะไปทางที่มันเรียบง่าย แต่มันไม่มี มันต้องเอาชนะตนเองให้ได้ เอาชนะกิเลสในใจให้ได้ แล้วการชนะกิเลสในใจให้ได้มันต้องมีศีล สมาธิ เพราะสมาธิทำให้หัวใจมันเป็นอิสระ ที่เราไม่เป็นสมาธิเพราะว่ากิเลสของเราคือความพอใจของเรามันครอบงำเราถึงเป็นสมาธิไม่ได้

เราทุกข์อยู่ อยู่ เพราะมันเป็นอิสระ พอเป็นอิสระขึ้นมาเป็นสัมมาสมาธิ มันถึงมาฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาที่มันเกิดขึ้นมันไม่ใช่เกิดจากกิเลส ไม่ใช่เกิดจากความพอใจ ไม่เกิดจากสัญชาตญาณ มันเกิดจากข้อเท็จจริง ถ้าข้อเท็จจริงมันเข้าไปรู้คั่น มันไปสำรวจ มันไปคายนอวิชา มันเป็นวิชา วิชาการ วิชา สัมบันโน มันเป็นวิชาที่ถูกต้องดีงาม เวลาพิจารณาเข้าไปแล้วมันจะสำรวจ มันจะคายน

ถ้าเราทำที่นั่นมันจบสิ้นได้ เห็นไหม จบสิ้นได้ เวลาจบสิ้นได้มันก็จะจบที่หัวใจของเรา ไปฟังเทศน์ครูบาอาจารย์ จะไปให้ใครสั่งสอนก็แล้วแต่ เวลามันจบ มันต้องจบที่พฤติกรรมของเรา

จบที่การกระทำของเรา จบที่มรรคที่ผลของเรา จบที่บนหัวใจของเรา ทำที่นี้ สร้างกำลังใจที่นี้
แล้วสู้กับชีวิต ต้องสู้ชีวิตไป

ถามหลวงพ่อก่อน ที่สุดแล้วหลวงพ่อก็บอกว่า **ให้มีสติปัญญาสู้กับความจริง สู้กับชีวิต**
ของเรา แล้วสู้กับความจริง เพื่อชีวิตนี้ เอวัง