

# วิปัสสนาเป็น

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺสฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒ เมษายน ๒๕๕๙

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

**ถาม :** เรื่อง “ล้มลุกคลุกคลาน”

กราบหลวงพ่อกับครูอาจารย์สูง เป็นเวลาเกือบ ๓ เดือนแล้วที่ลูกไม่ได้เขียนมากราบเรียนหลวงพ่อเลย การปฏิบัติของลูกที่ผ่านมาทั้งยามที่มีกำลังใจเต็มเปี่ยม จนบางครั้งก็เยอะเกินไป จนกลายเป็นมึนงงและคาดหวัง (กิเลสทั้งนั้น) ก็ต้องคอยปรับ บางครั้งก็วุ่นวายจนไปทำงานทางโลก จนหย่อนยานในการปฏิบัติ

แม้ในช่วงที่ผ่านมาจะล้มลุกคลุกคลาน แต่สิ่งที่ลูกได้เรียนรู้มากที่สุดคือหาสมดุลงใจให้เป็นธรรมดา ให้มีความเพียรต่อเนื่อง ไม่คาดหวังและไม่ย่อหย่อนในการปฏิบัติ โดยอาศัยคติคำสอนจากหลวงพ่อกับครูอาจารย์ว่า เรายอมทุกข์เพื่อจะพ้นทุกข์

ลูกขอโอกาสกราบรายงานการปฏิบัติ และความเมตตาหลวงพ่อกับครูอาจารย์

๑. ในบางครั้งที่นั่งสมาธิและกำหนดภาวนาพุทโธแล้วรู้สึกว้าวุ่นใจ การภาวนาครั้งนี้จึงมีความสงบอึดอึดและมีความสุข ขณะนั้นมีสติรู้ตัวตลอด เมื่อครั้งลูกลงนั่งสมาธิพิจารณา เช่น ให้นึกถึงร่างกายหรือนึกถึงความตาย พบว่าใจยังอยากอยู่ในสมาธิ ไม่ยอมพิจารณา เหมือนใจยังไม่อึดในสมาธิ อย่างนี้คือกำลังสมาธิยังไม่พอหรือเปล่าเจ้าคะ ลูกควรทำอย่างไรต่อไป

๒. ลูกนั่งสมาธิตอนเช้าก่อนไปทำงาน ถ้าเข้าวันไหนที่นั่งได้สงบดี ในระหว่างวันเมื่อกำหนดลมหายใจเข้าออกช้าๆ ยาวๆ จะมีความรู้สึกนั่งสงบอยู่ภายใน แต่ใจเรายังติด แต่ถ้าใจเรายังต้องใช้ชีวิตอยู่ทางโลก เราจะมีวิธีประคองให้ใจมีความสงบระงับได้อย่างไรเจ้าคะ

**ตอบ :** คำถาม ถ้าม ๒ ข้อ นี้ข้อที่ ๑. เห็นใหม่ ข้อที่ ๑. ถ้าเราต้องหาสมดุขของเรา นี้การประพฤติปฏิบัติมันก็เป็นแบบนี้ เวลาปฏิบัติแล้วมันไม่เหมือนทางการเรียนการศึกษา พอการศึกษาจบแล้วคือจบไง เวลาเรียนหมั่นชวนชวายเรียนให้จบ สอบแล้วจบก็คือจบ จบแล้วความรู้มีไม่มีก็อีกเรื่องหนึ่ง แต่มันได้ไปประกาศมาแล้ว

แต่ในการประพฤติปฏิบัติ ในการประพฤติปฏิบัติ เห็นใหม่ เราจะต้องรักษาใจเราตลอดไป รักษาใจเราตลอดไปนะ ปฏิบัติให้มันเจริญก้าวหน้าของมันไปตลอด นี้การเจริญก้าวหน้า แม้แต่ปฏิบัติเรารักษาดีๆ แล้วมันยังเสื่อม

ทีนี้ถ้าอยู่ทางโลก เห็นใหม่ ถ้าอยู่ทางโลก เราต้องอยู่กับโลกเขา ถ้าปฏิบัติ ปฏิบัติเพื่อประคองชีวิต ปฏิบัติเหมือนต้นไม้ เหมือนต้นไม้ ถ้ามันมีน้ำ ภัยแล้ง ภัยแล้งเวลาแล้งมันตายหมด ถ้ามันตายหมดนะ เพราะมันไม่มีน้ำ ไม่มีสิ่งใดคอยรดน้ำ คอยหล่อเลี้ยงมัน

ในการประพฤติปฏิบัติเราก็เหมือนกัน ในการปฏิบัติเรานะ เวลาเรามีสติมีปัญญาปฏิบัติ เหมือนกับเรารดน้ำใจเราตลอดเวลา ใจมันก็ไม่แห้งแล้งจนเกินไป ถ้าเป็นต้นไม้มันตาย แต่จิตมันไม่เคยตาย จิตเวลามันทุกข์ มันทุกข์ยากขนาดไหน มันทุกข์ของมันเวลาทุกข์แล้วมันประชด ประชดคือถ้าทุกข์แล้วมันก็จะดีคืนของมัน มันจะหาทางออกของมัน หาทางออกของมันก็สร้างบาปสร้างกรรมไป มันก็ไปสร้างเวรสร้างกรรมของมันต่อเนื่องไป

แล้วเวลาจะมาปฏิบัตินะ เวลาถ้ามันสร้างเวรสร้างกรรมต่อเนื่องไป พอมันคิดได้มันจะมาปฏิบัติ มันก็ต้องมาลบล้าง มันจะมาคอตกลงนี้ ตรงว่าไม่น่าเลย ไม่น่าเลย ไม่น่าเลย ไม่น่าเลยก็ทำไปแล้ว แต่ถ้าเราปฏิบัติต่อเนื่องไป ต่อไปเนือง ต้นไม้มันจะเหี่ยวมันจะเฉา เราพยายามฟื้นฟูมัน เราพยายามรดน้ำพรวนดินมัน ถ้าวรดน้ำพรวนดินมัน เห็นใหม่ มันก็ดีขึ้นมา

นี่ก็เหมือนกัน ในการปฏิบัติต้องปฏิบัติต่อเนื่องเพราะเป็นสิ่งมีชีวิต ทีนี้ถ้าสิ่งมีชีวิตทำมันก็ต้องเป็นแบบนี้ มันต้องล้มลุกคลุกคลานของมันตลอดไป ถ้าล้มลุกคลุกคลานนะ ถ้ารักษาไว้ไม่ดี ถ้ารักษาดี ถ้าปฏิบัติแล้วดีนะ พระไม่สึกหรอก พระจะอยู่ในวัดเต็มไปหมด เพราะเขาปฏิบัติแล้วเขาได้

แต่ใจมันดิ้นรน เวลาใจมันดิ้นรนแล้วกิเลสมันมาขุมมาแห่ พระปฏิบัติดีๆ นะ มันใจเลยองค์ไหนออกจากปามากก็พระอรหันต์ทั้งนั้น เวลาอยู่ไป อยู่ไป ไม่เหลือตกค้างไว้สักองค์ สึกหมด

ก็เที่ยวปาเที่ยวเขามาทั้งนั้น ใจมันเป็นแบบนี้ไง มันถึงบอกว่า **การปฏิบัติมันแสนยากๆ ใจแต่ไม่พ้นวิสัยของมนุษย์**

ถ้ามันปฏิบัติมันแสนยาก ถ้ามันแสนยากมันต้องทำจริงของมัน ถ้าทำจริงของมัน มันทำจริง ถ้าเราไม่ทำสิ่งนี้ เราไม่ประพฤติปฏิบัตินะ มันก็ออกนอกเรื่องนอกราว เพราะว่าเราแย่งเวลาของกิเลสที่มันจะควบคุมหัวใจเราด้วยความเพียร ความเพียร ความวิริยะ ความอุตสาหะ เป็นการแข่งขันกัน เวลาหลงตาท่านเทศน์ของท่าน ระหว่างกิเลสกับธรรมแข่งกันไนใจ ระหว่างกิเลสกับธรรม กิเลสกับธรรม

กิเลส กิเลสคือความท้อแท้ใจ กิเลสคือความน้อยเนื้อต่ำใจใจ กิเลสคือปฏิบัติแล้วคอตกลง กิเลส เวลาธรรม กิเลสกับธรรมมันแข่งกัน ถ้าปฏิบัติดีสดีดีๆ ใส้ใส! มันจิตดีมาก มหัศจรรย์มาก แล้วมันใช้สติปัญญาพิจารณาไป เวลาธรรม เห็นใหม่ เวลาธรรมมันเกิดขึ้น เวลาธรรมมันเจริญงอกงามขึ้นมา ระหว่างกิเลสกับธรรมแข่งกันกันในหัวใจ ในหัวใจก็ภาวสวะก็ภพในหัวใจ

ในหัวใจถ้ากิเลสมันครอบครองก็ทุกข์ของมันไป ถ้าใจมันครอบครองมันก็สุขมาชั่วคราว แล้วมันจะแข่งกันอยู่อย่างนี้ เพราะมันยังไม่จบสิ้น ก็ฟ้ามันยังไม่จบสิ้น ยังไม่รู้แพ้รู้ชนะ มันก็จะแข่งกันอยู่อย่างนี้ตลอดไป ถ้าแข่งกันตลอดไป ถ้ายังเป็นนักกีฬาอยู่ เห็นใหม่ คุณดี นักกีฬาอาชีพที่เขาอยู่ในวงการอยู่ เขายังมีเงินเดือน เขายังมีโบนัส เขายังมีรายได้เขาตลอดไป

ถ้านักกีฬาคนนั้นเวลาเขาหมดอายุการใช้งาน เขาออกจากวงการนั้นไป เขาจะไม่มีค่าตอบแทนใดๆ เลย นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราเลิก เราไม่ปฏิบัติหรือเราท้อแท้ไป เราจะได้อะไรเลย แต่ถ้าเรายังประพฤติปฏิบัติอยู่ เหมือนนักกีฬาอาชีพที่ยังอยู่ในวงการนั้นอยู่อย่างไรรู้ เขาก็มีผลตอบแทน

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราปฏิบัติมันต้องปฏิบัติแบบนี้ ถ้าปฏิบัตินี้ตามข้อเท็จจริง ถ้าไม่ข้อเท็จจริงแล้วมันก็เป็นแบบเขาไป เลิก แล้วเลิกไปนะ เวลาถามปัญหา “ผมเคยเป็นอย่างนี้” “เมื่อไหร่” “เมื่อ ๑๐ ปีที่แล้ว เมื่อ ๕ ปีที่แล้ว” จะเป็นอย่างนี้หมด เพราะเขาก็ท้อแท้ เขาก็เลิกของเขาไป พอเลิกของเขาไป ไปอยู่ทางโลกแล้วมันได้อะไรขึ้นมา มันไม่มีอะไรดีขึ้นหรอก

เพราะชีวิตนี้มีการพลัดพรากเป็นที่สุด เราต้องตายไปข้างหน้าแน่นอน เราจะมีสติ ความชั่วขนาดไหน มันจะเป็นเวรเป็นกรรมกับใจดวงนี้ไป แล้วถ้าออกไปมันจะมีสิ่งใดดีไปกว่า

การประพฤติปฏิบัติ มันจะมีสิ่งใดดีกว่าพุทธานุสติ เราอยู่กับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันจะมีอะไรดีไปกว่านี้ ถ้ามันไม่มีดีไปกว่านี้ เราก็ต้องเกาะสิ่งที่ดีที่สุด ถ้าดีที่สุด ก็การหมั่นเพียรของเรา

การภาวนาของเรา มันจะทุกข์มันจะยาก แน่นนอนทุกข์ยากทั้งนั้น ทำงานทางโลกก็ทุกข์ยาก เวลาปฏิบัติยิ่งทุกข์ยากใหญ่ แล้วยิ่งทุกข์ยาก ดุสิต ระหว่างกิเลสกับธรรมมันแข่งขันกันนะ เวลาธรรมมันมีคุณค่ามันจะเอาให้ได้ เอาให้ได้ มันอดนอนผ่อนอาหาร ครูบาอาจารย์ท่านปฏิบัติมาพากตายทั้งนั้น แต่พากตายแล้วเวลาชนะแล้วจบนะ เวลาชนะแล้วมันเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป เป็นขั้นเป็นตอน ออกุปปจรรวม ไม่เสื่อม ไม่แปรสภาพ แต่ถ้ามันยังไม่ได้ตรงนี้มันก็ยังเสื่อมยังแปรสภาพอยู่ของมันไป

นางวิสาขาได้เป็นพระโสดาบัน เห็นใหม่ เวลาหลานตายก็ยังร้องไห้ ไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

“วิสาขา เธอเป็นอะไร”

“ก็หลานตาย หลานตายก็เศร้าเสียใจ”

“แล้วถ้าในโลกนี้ สิ่งมีชีวิตเป็นหลานเธอหมด แล้วตายทุกวันๆ เธอจะไม่ร้องไห้ตลอดไปเลยหรือ”

ได้สติคิดขึ้นมา จบเลย ถึงเวลาแล้ว เวลาเป็นพระโสดาบันแล้วนะ อันนี้มันไม่เสื่อมสภาพ มันคงที่ของมัน ขนาดพระโสดาบันมันสังโยชน์ ๓ ละสังโยชน์ ๓ ไป แต่ยังมีทิฏฐิมานะ ยังมีความเห็นผิดเห็นชอบสูงๆ อยู่ ท่านก็ยังมีความทุกข์ความยากร้องไห้นั่นนะ ร้องไห้ร้องไห้เวลาหลานตาย

แต่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเตือนขึ้นมา นั่นนะออกุปปจรรวมไม่เสื่อมสภาพ แต่ของเราถ้ายังไม่สมุจเฉตพหวน ยังไม่กิเลสขาดไป มันจะเจริญแล้วเสื่อม เจริญแล้วเสื่อมอยู่อย่างนี้ ถ้าเจริญแล้วเสื่อมอย่างนี้ มันต้องมีสติมีปัญญาแล้วต่อสู้ เราพยายามต่อสู้ของเรา

ฉะนั้น เวลาที่ว่า “คำถามข้อที่ ๑. บางครั้งที่เรานั่งสมาธิ ถ้ากำหนดพุทโธ รู้สึกว่าพุทโธ ได้ออกมาจากใจ การภาวนานั้นจะมีความสงบอิมเมมและมีความสุข ขณะนั้นมีสติรู้ตัวตลอด

และลูกขोन้อมจิตไปพิจารณากาย พิจารณากาย นี้ถึงความตาย พบว่ามันยังอยู่ในสมาธิ ไม่ยอมพิจารณา เหมือนกับจิตที่ยังไม่อิมในสมาธิ”

ตรงนี้เวลาฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญานะ ทุกคนจะเรียกร้องว่า เราต้องทำสมาธิก่อน ต้องทำสมาธิก่อนแล้วเมื่อไหร่จะฝึกหัดใช้ปัญญา

ถ้าสมาธิมันสงบนะ หรือเรามีกำลังพอ เราฝึกหัดใช้ปัญญา ฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาต้องฝึกหัดใช้ ถ้าปัญญาไม่ฝึกหัดใช้ เวลาบอกว่า “เวลาเข้าสมาธิแล้วมันอยู่ในสมาธิ เวลาจะออกใช้ปัญญามันเหมือนกับกำลังจะไม่พอ ตรงนี้มันว่ายกขึ้นสู่วิปัสสนาหรือไม่ยกขึ้นวิปัสสนา”

ถ้ายกขึ้นวิปัสสนานะ จิตสงบแล้วสมถกรรมฐาน ฐานที่ตั้งแห่งการงาน มีฐานที่ตั้งแห่งการงาน คือเรามีสติมีปัญญา เรารู้จักตัวตนของเรา ปุถุชน กัลยาณปุถุชน ปุถุชนคนหนา คนหนาเป็นสมาธิก็ไม่ว่าเป็นสมาธิ แล้วเป็นสมาธิก็เข้าได้ยาก มันลุ่มๆ ดอนๆ ถ้ากัลยาณปุถุชนทำสมาธิได้ แล้วทำสมาธิได้ต้องฝึกหัดใช้ปัญญา พอจิตสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา มันถึงจะเป็นปัญญา หลวงตาท่านใช้คำว่า “วิปัสสนาอ่อนๆ”

การวิปัสสนา วิปัสสนาอ่อนๆ ฝึกหัดใช้มัน ถ้าฝึกหัดใช้มันนะ พอมันฝึกหัดใช้แล้วมันพุ่งชานไป มันติดขัดติดข้องไป เรากลับมาพุทโธต่อ เวลากลับมาพุทโธอีก ให้จิตมันสงบแนบแน่นขึ้น

แล้วพอบางทีแนบแน่นขึ้น เพราะกิเลสมันต่อรองตลอด เวลาทำสมาธิมันก็บอกว่ามันจะใช้ปัญญา เวลาจิตมันเป็นสมาธิแล้วมันก็บอกว่าสมาธิยังไม่พอ เวลาทำสมาธิมันก็อยากใช้ปัญญา เวลาจิตสงบ กว่าจะใช้ปัญญาได้ มันบอกว่าตอนนี้สมาธิยังไม่พอ ใช้ไม่ได้ ขณะทำสมาธิมันก็บอกว่าเป็นสมถะ ฆ่ากิเลสไม่ได้ ฆ่ากิเลสก็ต้องใช้ปัญญา

เวลาทำมันก็พุ่งชาน ก็ปัญญาอย่างนั้นเป็นโลกีย์ปัญญา ปัญญาที่เราคิด ปัญญาที่มันเกิดจากจิต ปัญญาสามัญสำนึกมันเกิดตลอดเวลา นี่เกิดตลอดเวลา เพราะเราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แต่เราจะเอาคุณงามความดี เราจะเอาจิตสงบไป **เราจะเอาสมาธิ เวลาสมาธิมันก็มาขูมาเหยยให้เราเรรวน** เวลาจิตมันจะสงบขึ้นมาบ้าง เวลาจิตสงบบ้างแล้วฝึกใช้ปัญญา มันก็บอกว่าสมาธิยังไม่พอ ต้องหยุดสมาธิก่อน

ฉะนั้น ถ้าวิปัสสนาเป็น วิปัสสนาเป็นก็ฝึกหัดใช้ปัญญา คือทดสอบเราไป จิตสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา ออกพิจารณา พิจารณาเรื่องธรรม พิจารณาเรื่องธรรมคือ พิจารณาความสังเวชของโลกของวิญญูะ ของสังคม ว่าอย่างนั้นเถอะ ในสังคมที่มันมี กระทบกระเทือนกันเพราะใครละ ก็เพราะมนุษย์ มนุษย์มันมีความรู้สึกนึกคิดแตกต่างกันทั้งนั้น แล้วมันก็มีการกระทบกระเทือนกันไป

ถ้าจิตสงบแล้วนะ มันมองแล้ว มันเหมือนเราดูเขาเล่นกีฬา เราอยู่ข้างสนาม เราเห็นหมด แต่ขณะที่จิตยังไม่สงบ เหมือนเราเล่นกีฬา เราอยู่ในสนาม ลงไปหมดเลยนะ ทำอะไร ผิดพลาดไปทุกอย่างเลย ไม่ทำอะไรประสบความสำเร็จสักอย่าง แต่พอไปอยู่ข้างสนามเห็นหมดเลย ควรทำอย่างนั้น ควรทำอย่างนั้น

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราจิตยังไม่สงบ มันก็เหมือนเราเล่นกีฬาอยู่ มันผิดพลาดไปหมด แต่ ถ้าเราพุทโธๆ จนจิตสงบแล้ว เราอยู่ข้างสนาม แล้วเราดูเขาเล่น เราจะฝึกหัดใช้ปัญญาแล้ว แล้วเราอยู่สถานะไหนละ สถานะผู้เล่นหรือสถานะของคนดู

ที่นี้จิตของเรามันเปลี่ยนแปลงตลอด นี่พูดถึงสถานะก็เป็นอย่างนั้น ผู้เล่นก็อยู่ในสนามตลอด คนดูก็อยู่ริมสนามตลอด แต่จิตมันไม่อย่างนั้นนะสิ เดียวมันคิดทำนั่น เดียวมันคิดทำนี่ เดียวมันเล่ห์เหลี่ยมอย่างนั้น เดียวมันเล่ห์เหลี่ยมอย่างนี้ แล้วมันสอดตลอดไป มันสอดตลอด ฉะนั้น ถึงบอกว่า ตรงนี้เราฝึกหัด เราต้องหาทางของเราไป

เวลาจะใช้ปัญญาอย่างนั้น ถ้าโดยทั่วไปสามัญสำนึก คนเรานะ เวลาทุกข์เวลายากเราก็หาที่พึ่งใช้ใหม่ คนเรานะ ถ้าพูดถึงเรานับถือพระพุทธศาสนาในทะเบียนบ้าน เราก็หาอยู่หากินของเราอย่างเดียว เพราะว่าชีวิตคนเราเกิดมาต้องมีหน้าที่การงาน เราก็จะชวนชวายของเรา มันก็อยู่กับโลกนั้น แต่ถ้าคนเขามีสติปัญญาบ้าง งานก็ทำของเราแล้ว ขณะทำงานอยู่ถ้ามันมีเวลาของเรา เราก็กำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออกของเรา เราก็ปฏิบัติได้

นี่พูดถึงว่า เวลาทางโลกเขาชวนชวายของเขาอย่างนั้น เขายังไม่ได้มีศรัทธามั่นคงพอ เขาก็ไม่มาประพฤติปฏิบัติ เวลาจะมาประพฤติปฏิบัติ เห็นใหม่ มันก็คิดแล้วว่าทำอย่างไร ถูกต้อง ทำอย่างไรมันจะได้ผลประโยชน์ แล้วในการปฏิบัติถ้าเขาปฏิบัติของเขา เขาปฏิบัติมา

เพื่อความสงบในใจของเขา อันนั้นมันก็ใช้ได้ มันก็แบบว่าเป็นชาวพุทธ เราเกิดมาแล้วไม่ใช่ พุทธทะเบียนบ้าน เราเป็นชาวพุทธแล้วเราก็อ้วนชวายเป็น

หลวงตาท่านใช้คำว่า “ศาสนาพุทธเหมือนห้างสรรพสินค้า” ใครมีสติปัญญา มากน้อยแค่ไหน เข้าไปในห้างสรรพสินค้าแล้วจะได้ประโยชน์มากน้อยแค่ไหน

นี่ก็เหมือนกัน เราเป็นชาวพุทธ ถ้าระดับของท่าน เราก็ได้แค่ท่าน มันก็ได้อามิส ได้ผลบุญ ถ้าเราจะปฏิบัติภาวนา ปฏิบัติภาวนา เห็นไหม ถ้าเราทำความสงบได้ เราก็ได้สมณะ เราได้สมณะคือได้สมาธิ ได้ตัวตนของเราด้วยความมั่นคง ได้จิตมีกำลังขึ้นมา ถ้าเรายกขึ้นสู่ใช้ปัญญา มันก็เป็นวิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาแล้วยกขึ้นวิปัสสนา มันก็จะเข้าบุคคล ๔ คู่

บุคคล ๔ คู่ จิตดวงเดียวเป็นถึง ๘ อย่าง เป็นโสดาปัตติ-มรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามิ มรรค สกิทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล บุคคลจิตดวงเดียว เป็นได้ถึง ๘ บุคคล บุคคล ๔ คู่ได้ ๘ บุคคล มรรค ๔ ผล ๔ แล้วยังเป็นนิพพาน ๑ อีก เป็น ๙ พอ ๙ แล้วมันเป็นศูนย์ เวลามันจะพัฒนาไปอย่างนั้นนะ

แต่เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เราก็เหมือนทางโลก ทางวิทยาศาสตร์ จะทำอยู่อย่างนี้ ต้องเป็นอย่างนี้ แต่ถ้าทางโลกเขาทำอย่างนั้นถูกต้องไหม ถูก เพราะวิธีการการกระทำมันเป็น วิธีการกระทำ ในการศึกษา เห็นไหม ในการศึกษาเราก็ต้องเรียนทางวิชาการ แต่ถ้าเราจบแล้ว เราจบเป็นชั้นเป็นตอนขึ้นมา เราเรียนจบ เราได้ความรู้ขึ้นมา ถ้าเราเรียนจากทางวิชาการตำรา นั้นนะ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราปฏิบัติมันก็ปฏิบัติอย่างนี้ แต่จิตใจมันพัฒนาหรือไม่ จิตใจมันสูงขึ้นหรือไม่ ถ้าจิตใจสูงขึ้นมาเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป เวลาที่ว่าจิตใจมันไม่ยอม วิปัสสนา มันไม่ยอมทำ เห็นไหม วิปัสสนามันทำเป็นหรือไม่เป็น ถ้าเป็นขึ้นไปแล้วมัน จะรู้จะเห็น มันต้องฝึกหัด สำคัญตรงนี้มาก สำคัญที่ว่า ถ้าเราทำสมถกรรมฐาน เราทำจิตใจให้สงบ ถ้าจิตใจไม่สงบมันเป็นโลกีย์ปัญญาทั้งหมด มันเป็นสามัญสำนึก มันเป็นเรื่องโลกๆ แล้วปฏิบัติไปเถอะ ปฏิบัติอย่างนั้น

แต่ทางโลกที่เขาปฏิบัติกัน เราเห็นด้วยนะ ไม่ใช่บอกว่าคนปฏิบัตินี้ผิดหมด แต่เวลาเขา จะปฏิบัติของเขา เขาปฏิบัติของเขาเพื่อความร่มเย็นเป็นสุข มันเหมือนกับว่าเขาปฏิบัติมา

ปฏิบัติเพื่อให้เขามีความร่มเย็นเป็นสุขเท่านั้น แต่เรื่องเอามรรคเอาผลยังอีกไกล พูดอย่างนี้โดยมันยังอีกไกล

แต่เรา เราปฏิบัติแล้ว ถ้าเราเชื่อมั่น เรามีศรัทธาในพระพุทธรศาสนา เรามีที่พึ่ง เราก็ร่มเย็นเป็นสุขแล้ว แต่ถ้าจะเอามรรคเอาผล เราทำของเราจริงจังขึ้นมา ถ้าทำจริงจัง เพราะเราทำงานแล้วใช่ไหม เหมือนทำงานแล้วเราต้องมีผลตอบแทน เราทำงานแล้วเราต้องมีมรรคมีผล เราทำงานแล้วเราต้องมีคุณธรรมในใจ แล้วคุณธรรมในใจเป็นกุปปธรรม อกุปปธรรม

**สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา** ธรรมทั้งหลายต้องเป็นอนัตตา เราทำอะไรแล้วมันก็เป็นอนัตตา คือมันว่างเปล่าไปหมด ไม่มีแก่นสาร อันนั้นมันเป็นความเข้าใจของปริยัติ

แต่ถ้าเป็นความเข้าใจของปฏิบัติ เห็นไหม กุปปธรรม อกุปปธรรม **สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา** ใช่ มันเป็นกุปปธรรม กุปปธรรมก็สภาพความเป็นจริงใจ ธรรมะเป็นธรรมชาติ ธรรมะเป็นธรรมชาติ มันก็เป็นธรรมชาติของมันจริงๆ นี่แหละ แล้วเราก็รับรู้อย่างนี้ เราก็รู้หมด ทางวิทยาศาสตร์รู้หมด ใครมีการศึกษารู้เท่าหมด ธรรมชาติเป็นแบบนี้

แต่อกุปปธรรมมันเหนือธรรมชาติ เพราะธรรมชาติไม่มีผลกับใจดวงนี้ ธรรมชาติไม่มีผลกับใจดวงที่เป็นพระโสดาบันขึ้นไป เป็นสกิทาคามี เป็นอนาคามี มีเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป จนถึงที่สุดแห่งทุกข์แล้วเหนือธรรมชาติทั้งหมด เพราะ เพราะ มันไม่เวียนไปธรรมชาติใจ มันไม่อยู่ในกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

เพราะธรรมชาติมันต้องเวียนว่ายตายเกิด สสารมันแปรสภาพของมันไป เป็นอนิจจัง ที่ว่าทางวิชาการมันพิสูจน์ได้ก็เท่านั้น แต่ถ้าเป็นวิมุตติสุขแล้วจบ เหนือไปหมดเลย ถ้าเหนือไปหมด สิ่งที่ทำ ถ้ามันเป็นจริงมันจะเป็นอย่างนั้น

กุปปธรรม อกุปปธรรม ถ้ากุปปธรรม ใช่ เพราะว่าทางปริยัติจะบอกว่า ในพระไตรปิฎกก็บอกว่าธรรมะเป็นธรรมชาติ ธรรมะเป็นอนัตตา มันเป็นอนัตตา เป็นธรรมชาติ ถ้าบอกว่าเหนือโลกไปเลย เหนือโลกเหนือสงสารไปเลย แล้วจะเดินกันทางไหนล่ะ เอ็งจะไปสูเป้าหมายอย่างไรล่ะ มันก็ต้องเอาความดีเป็นเครื่องดำเนินใจ เอาสัจจะความจริงเป็นเครื่องดำเนินใจ แต่ถ้าเอาความจริงเป็นเครื่องดำเนินใจ ไม่ทิ้งความจริงนั้นก็พ้นจากนั้นไปไม่ได้ ชัปรถมา รถของฉัน รถของ



ฉันอยู่นั้นนะ ไม่ลงจากรถ เป็นไปไม่ได้ ขับรถมาต้องทิ้งรถไว้ที่จุดรถนั้น แล้วเราต้องออกจากรถนั้นไป

นี่ก็เหมือนกัน วิธีการทั้งหมดที่เราใช้มา วิธีการทั้งหมดคือรถอันนั้น สิ่งเครื่องดำเนินอันนั้น ถึงที่สุดแล้วทิ้งมัน ต้องทิ้งมัน แล้วทิ้งให้เป็นด้วย เราทิ้งมันคือแกลังสัมไว้ เออ! รถทิ้งไว้เดี่ยวพอมีอุบัติเหตุเขาดูทะเลเบียนเลย รถของใคร ทิ้งมัน ทิ้งมัน ติดคุกครับ เขาไปปล้นไปจู่อยู่นั้น

ทิ้งมัน ต้องทิ้งมัน ต้องโอนให้หมด สละทิ้งไปเลย ถ้าเป็นจริงอย่างนั้นนี่คืออกุปปธรรม ฉะนั้น อกุปปธรรมมันอีกเรื่องหนึ่ง ฉะนั้น เวลาทำมันต้องทำให้จริงจังขึ้นไป

ฉะนั้น บอกว่า ถ้าวิปัสสนาเป็นหรือไม่เป็นนั่นอีกเรื่องหนึ่ง ทางโลกเขามันนกกแก้ว นกขุนทอง มันรู้เท่า รู้ธรรมะไปหมดละ แต่ตัวตนของมันไง ตัวตนของมันไม่รู้ไม่เห็นเพราะมันเข้าสู่สมาธิไม่ได้

เพราะเราบอกว่า ถ้าเราเข้าสู่สมาธิได้ แล้วสมาธิยกขึ้นสู่วิปัสสนา ก็ตัวเราไปรื้อค้นตัวเราเอง จิตแก้จิต มันถึงละเอียดอ่อน แล้วมันเป็นเส้นผมบังภูเขา มันอยู่ในเรานี่แหละ แต่เราจับต้นชนปลายไม่ได้แล้วกันแหละ เรื่องในใจเรานี่แหละ แต่จับต้นชนปลายไม่ถูกสักอย่าง แล้วค่อยๆ ฝึกหัดไป ค่อยๆ ฝึกหัดไป ผิดบ้างถูกบ้าง ผิดบ้างถูกบ้าง จนจับต้นชนปลายได้ ขึ้นต้นได้นะ

ฉะนั้น เวลาผู้ที่ชำนาญ อย่างหลวงตาท่านพูด เวลาติดสมาธิ ติดสมาธิ เวลาออกใช้ปัญญาไปแล้ว ใ้โฮ! ฟุ้งเต็มที่เลย แล้วไปหลวงปู่มัน “ไ้บ้ำสังขาร” คือว่าทำสุดโต่งไปอีกข้างหนึ่ง ท่านถึงบอกว่าต้องรั้งกลับมา รั้งกลับมา เห็นไหม รั้งกลับมาให้อยู่ในพุทธโอ รั้งกลับมาให้สงบ พอปล่อยผลัดจะไปเลย เวลามันทำเป็นแล้วนะ เวลามันพิจารณาของมัน มันจะไปทำเดี่ยวเลยๆ ต้องรั้งไว้ ต้องรั้งไว้ ผู้ที่รั้งไว้เคยมีนะ แต่ของเราไม่คิดว่าเรารั้งไว้หรือ เรายังไม่ได้รั้งหรือ พอออกรั้งไว้บ๊ีบ เดี่ยวมันจะคิดไปอีกอย่างหนึ่งเลย

นี่พูดถึงว่า “ถ้าพบว่าจิตมันอยากอยู่ในสมาธิ มันไม่ยอมพิจารณา เหมือนใจมันยังไม่อิมในสมาธิ อย่างนี้ยังมีสมาธิมากไม่พอใช่หรือไม่”

ต้องฝึกหัด กำลังบางที่ถ้ากิเลสมันไม่รุนแรง กำลังแค่นี้ก็พอ แต่ถ้ากิเลสมันรุนแรง เหมือนกระทบบารุณแรง สมาธิต้องแรงตาม มันเหมือนกับเวลาสัตว์เนื้อ ถ้ามันมีกระดูกหรือไม่มีกระดูกไง ถ้าเป็นเนื้อมันฉีกมันก็ขาด แต่ถ้าเป็นกระดูก ฉีกนอกรังไรก็ไม่ขาด มันต้องสับ เวลาอารมณ์มันแต่ละอารมณ์มันไม่เหมือนกัน เราถึงต้องตั้งสติของเรา

นี่พูดถึงว่า สมาธิพอหรือไม่พอ วิปัสสนาจะเริ่มต้นอย่างไร มันถึงทำของมันได้

“๒. ลูกนั่งสมาธิตอนเช้าก่อนไปทำงาน ถ้าเข้าวันไหนที่นั่งสงบดี ในระหว่างวันกำหนดลมหายใจเข้าออกยาว จะมีความรู้สึกนั่งสงบอยู่ในใจ ถ้าเราต้องใช้ชีวิตในการอยู่ทางโลก เราจะมีวิธีการประคองใจให้มีความสงบระงับอย่างไรเจ้าคะ”

ทางโลก ทางโลกตั้งสติไว้อย่างเดียว ทำงานให้จบ ถ้างานจบไปแล้ว เวลาผลกระทบบโลก ธรรม ๘ ถ้าสติเราเท่าทัน เรื่องที่กระทบมันปล่อยวางได้หมดละ แต่ถ้าสติเราเลื่อนวางหรือเราตั้งเครียดในหน้าที่การงาน มันต้องมีหลุดบ้าง ใจคำว่า “มีหลุด” หลุดแล้วเราก็ตั่งสติกลับมา แล้วเราก็มาทบทวนของเรา

ถึงเวลามันผ่านไปแล้วนะ อย่างนี้มันไม่ดี วันหลังไม่ทำอีก มันก็อาศัยประสบการณ์ที่เรา ผิดพลาดนั้นแหละ ถ้าไม่อาศัยประสบการณ์ที่เราผิดพลาด มันเรื่องของคนอื่นไง เรื่องของคนอื่นมันคิดแล้วมันก็จี๊ดๆ แต่ถ้าเป็นเรื่องของเราเนะ มันได้เสีย เราเป็นผู้ได้ผู้เสียในการกระทำนั้น มันก็ต้องมาคิดของเรา

นี่พูดถึงว่าเราอยู่ทางโลก ทางโลกเป็นทางคับแคบ แต่คับแคบขนาดไหนเราต้องอยู่กับเขา เราเห็นคนไม่ได้หรอก เวลาจิตเราเบื่อหน่าย เราก็บอกเราอยากจะหนีออกไป เวลาออกไปแล้ว ใจโฮ! รู้แบบนี้อย่าเพิ่งมาก็ดี เอาไว้แก่ๆ แล้วค่อยมาทำ เวลามันอยู่คนเดียวมันก็คิดไปอีกอย่างนะ ความคิด ใจโฮ! มันร้อยแปด ฉะนั้น เรายังรักษาของเราๆ ยังมีสติปัญญา รักษาของเราไป มันก็จะเป็นประโยชน์กับเรา

นี่อยู่ทางโลก ทางโลกเราก็อยู่ทางโลก มันหนีโลกไม่ได้หรอก ขนาดตายไปแล้วว่าจะหนีโลก ยังต้องหาสับเหวอเลย สับเหวอต้องเผาให้ มันเป็นเรื่องของสังคม เรื่องของโลก ถ้ามันจะหนีจริงๆ มันต้องหนีความรู้สึกนึกคิดของเรา ความรู้สึกนึกคิด อยู่กับโลกโดยไม่ติดโลกไง อยู่กับ

โลกนี้แหละ อยู่กับสังคมนี้อยู่แหละ แต่รักษาใจของเราได้ๆ จะรักษาใจของเราได้มันต้องฝึกหัด รักษาใจของเราได้ เราต้องผ่านการฝึกหัดมา

เวลาทุกคนรู้ธรรมะหมดเลย นี่มันเป็นปริยัติทั้งนั้น เรารู้ธรรมะหมดเลย ทำไมเขาแก้ไข กิเลสเขาไม่ได้ละ เพราะยังไม่ปฏิบัติไง ถ้าลองปฏิบัติขึ้นไปแล้ว ปฏิบัติแล้วมันก็เหมือนกับเรา ต้องแยกออกมาจากโลก ถ้าแยกออกจากโลกแล้วทำอย่างไร แยกออกจากโลก เราก็แยกเวลา เราปฏิบัติดี เวลาเราไปทำงานเราก็ทำงานของเรา แล้วเราก็หาหลักเร้นของเรา เราทำของเราจน เขาเชื่อถือได้ เดี่ยวเขาเห็นน้ำใจเอง

แล้วถ้าเราจะทำแล้ว ถ้าจิตใจเราเรียกร้องนะ โอ้โฮ! ทุกข์น่าดูเลย “ทำไมเป็นอย่างนั้น ทำไมเป็นอย่างนี้” จิตใจเราไม่ต้องเรียกร้อง เราทำอย่างนี้มาเอง กรรมของสัตว์ เมื่อก่อนเราก็ คลุกคลีอยู่กับเขา เมื่อก่อนเราเป็นหัวหน้าพาเขาเที่ยวด้วย แล้วตอนนี้เราจะแยกตัวออกมา เขา ไม่เชื่อหรอก เราต้องทำตัวให้เขาเชื่อถือได้ ถ้าเราเชื่อถือได้นะ มันถึงจะเป็นอย่างนั้นไป

เราอยู่กับโลก เพราะจิตใจคนมันจะพัฒนาขึ้นแล้วก็เสื่อมลง เวลาเสื่อมลงแล้ว “ไปไหน ทำไมไม่ชวนเลยละ ไปไหนไม่เห็นเรียกเลย” จะไปกับเขาอีกแล้ว ถ้ามันดีมันก็อย่างหนึ่ง เวลาไม่ดีก็อีกอย่างหนึ่ง แล้วอารมณ์มันเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เร็วมาก ฉะนั้น ถ้าอยู่กับโลก เราก็มีสติปัญญาของเราเพื่อโลก จบ

**ถาม :** เรื่อง “นอนฟังธรรมะ นอนฟังเทศน์หลวงพ่อบุญในเว็บไซต์”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญที่เคารพ โยมฟังธรรมของหลวงพ่อบุญในเว็บไซต์ บางทีนั่งฟัง นอน บ้าง จึงอยากกราบเรียนถามว่า ตอนนอนฟังจะเป็นบาปไหมคะ เนื่องจากเคยได้ฟังคำสั่งสอน ตอนเด็กๆ ว่า ห้ามนอนฟังธรรม ตายแล้วจะไปเกิดเป็นงูเจ้าคะ

ตอนนี้โยมก็มาปฏิบัติภาวนาโดยวิธีหลวงพ่อบุญมาได้ ๓ - ๔ เดือนแล้วเจ้าคะ มี ปัญญาอบรมสมาธิ โยมจะภาวนาตอนเช้าเวลาตี ๓ กว่าบ้าง ตี ๔ บ้าง บางวันตี ๕ ส่วน กลางคืนก็ก่อนนอนเจ้าคะ การภาวนาจิตสงบได้บ้างไม่ได้บ้าง เวลาสงบก็ตัวเบาได้นาน ประมาณชั่วโมงกว่า โดยมากจะเป็นตอนเช้า ตอนเย็นจะไม่ค่อยได้ถึงชั่วโมงเจ้าคะ เพราะทาน อาหารเย็น ส่วนทุกวันพระจะสมาทานอุโบสถศีล

วิถีภาวนาของโยมเปลี่ยนไปเรื่อยๆ บางทีก็มีสติตามลมหายใจเข้าออก ภาวนาพุทโธ บางทีเพลินไปคิด จิตส่งออก ก็ภาวนาว่าพุทโธ ธัมโม สังโฆ บางทีก็รัวพุทโธไวกๆ เพราะต้องการให้จิตมันสงบ ส่วนใหญ่จะสงบ และโยมไม่ค่อยได้เดินจงกรมเจ้าค่ะ เพราะยังไม่เข้าใจวิธีเดินจงกรมว่าเดินอย่างไร ภาวนาอย่างไร จึงกราบเรียนถามเจ้าค่ะ กราบอาราธนาหลวงพ่อสอนวิธีเดินจงกรมด้วย

**ตอบ :** เดินจงกรมก็เหมือนนั่งสมาธิ ถ้านั่งสมาธิเรากำหนดลมหายใจเข้าและลมหายใจออก หรือเรากำหนดพุทโธ แต่เรานั่งไว้ ใ้สนี้ก็เหมือนกัน เดินจงกรมเราก็เดิน ขามันเดินไป เราก็กำหนดลมหายใจเข้าออก หรือพุทโธเหมือนกัน เพียงแต่ว่าเปลี่ยนจากท่านั่งเป็นท่าเดิน แล้วเดินไปไม่ต้องวิตกกังวล เดียวจะรู้เอง เพราะเดินไปแล้ว พอชำนาญแล้วจะเข้าใจ ถ้าเข้าใจแล้ว ก็จบ

นี่พูดถึงว่า เขาจะเดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนานะ แล้วเพิ่งฝึกหัดปฏิบัติ

แต่เรื่องคำถาม คำถามที่ว่า “นอนฟังธรรม นอนฟังธรรม เวลาเป็นเด็กเป็นเล็ก ผู้ใหญ่เขาบอกไว้ว่าห้ามนอน ถ้านอนฟังธรรมแล้วเดี๋ยวจะเกิดเป็นงู”

เราก็เลยกลัวว่าจะเกิดเป็นงูไง เป็นงูคือมันนอนซมทั้งวันไง นี่ก็เหมือนกัน นอนฟังธรรม นอนฟังธรรม เราจะบอกว่าถ้าเป็นปัญญาชนนะ นอนฟังธรรมได้ไหม ได้ ถ้าบอกไม่ได้เลยเดี๋ยวมันไม่ฟัง เวลานั่งไปเรื่อยๆ แล้วมันก็อยากนอน นอนฟังธรรมได้ไหม ได้ ถ้าไม่ได้นะ หายไปครึ่งหนึ่งเลย ใ้อยากเปิดฟังเทศน์ไม่กล้าเปิดเลย เพราะเดี๋ยวมันนอนไม่ได้ มันจะนอนฟังธรรม

แต่โดยที่เราอยู่กับหลวงตานะ หลวงตาท่านไม่ให้ทำเลย ถ้าเป็นกรรมฐานเป็นผู้ที่มีคุณธรรมในใจ ท่านพูดว่ามันเป็นการไม่เคารพ เห็นไหม เวลาเขาเรียกเคารพศีล เคารพธรรม ทำไม่ต้องเคารพ ถ้าเราเคารพแล้ว ที่อยู่ของผู้ทรงศีลเขาจะเคารพนะ ในประวัติหลวงตา เห็นไหม ที่แม่ชีแก้วท่านบอกว่า เวลาหามันชื่ออะไรที่จันทบุรี ทางเดินจงกรมของพระมันไม่เดินข้ามนะ แม้แต่หมานะ สุนัขมันจะเดินผ่าน มันเดินอ้อมทางจงกรมมา

ถ้าหากที่มันมีความคิดดีๆ เห็นใหม่ แม้แต่ทางจงกรมมันยังไม่เดินข้ามเลย แล้วสังเกต  
ได้เวลาทางจงกรมของหลวงปู่มัน ทางจงกรมของครูบาอาจารย์เรา เขาจะเอาเชือกกั้นซึ่งไว้  
ไม่ให้คนเดินข้าม เพราะว่าเป็นการไม่เคารพใจ แล้วคนที่เคารพบูชา มันเหมือนเหยียบย่ำน้ำใจ  
เขา ถ้ามันคิดอย่างนั้นบ๊อบ จิตใจมัน เห็นใหม่ จิตใจมันลง จิตใจมันลง เวลาประพฤติปฏิบัติมัน  
จะง่าย จิตใจมันลงมันเชื่อฟัง

จิตใจคนที่เชื่อฟัง กับจิตใจที่แข็งกระด้างที่ทวิภูมิมานะไม่เชื่อฟังอะไรเลย แล้วเวลากิเลส  
มันเกิดในใจดวงนั้นเพราะมันมีทวิภูมิมานะ มันไม่เชื่อฟังใคร เวลามันเกิดอุปสรรคขึ้นมาแล้วมันก็  
ฟังใครไม่ได้ แล้วมันก็หาที่อยู่ไม่ได้ แล้วมันก็หาที่พึ่งไม่ได้ เพราะอะไร เพราะด้วยทวิภูมิมานะ  
ประชาติปไตยง ภูมิสิทธิ์ สิทธิเสรีภาพ ก็สิทธิเสรีภาพมันก็เป็นสิทธิ์ แต่เราก็ต้องฟังคุณธรรม ฟัง  
วิธีของครูบาอาจารย์ที่ท่านทำของท่าน แล้วมันเคารพบูชาไป

**เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพาน พระอนนทนะ จะไม่ก้าวก่าย  
จะไม่เข้าไปสิ่งที้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเคยนั่งเลย ท่านจะเข็ดจะถู จะ  
ปฏิบัติเหมือนองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังดำรงชีพอยู่เลย ที่เคยนั่ง เคยนอน  
นะ จะทำความสะอาดอย่างดีเลย นั่นเคารพ เคารพแม้แต่ว่าท่านนิพพานไปแล้วก็ยัง  
เคารพสถานที่นั้น**

นี่พูดถึงว่า เคารพสถานที่ เคารพสิ่งที่ผู้ที่ทรงศีล แล้วถ้าเคารพธรรมๆ มันทำด้วยความ  
เคารพ เหมือนไปหาหมอจะฉีดยานิ่งเลย กลัวหมอฉีดยาผิด ใ้อันนี้ก็เหมือนกัน จะฟังธรรมๆ ถ้าจิต  
มันนิ่ง จิตมันดี ที่มันเคารพมันจะได้ความดีใหม่

หมอมจะฉีดยา หมอมจะผ่าตัด ดิ้นใหญ่เลย อ้าว! ผ่าเลย ผ่าเลย อยากรู้ก็ได้ ใ้อันนี้จะฟัง  
ธรรม นอนก็ได้ ตีลังกาก็ได้ แต่ถ้าเรานั่งฟังธรรม เห็นใหม่ เหมือนหมอมจะผ่าตัดเราก็ให้ความ  
ร่วมมือกับหมอมเพื่ออะไร เพื่อบาดแผลเพื่อการผ่าตัดนั้นมันจะปลอดภัย การผ่าตัดนั้นมันจะ  
ประสบความสำเร็จ ฟังธรรม ฟังธรรมด้วยความเคารพ เขานั่ง

อยู่บ้านตาดขนาดเดินจงกรม ถ้าลองมือแกว่งมือ นะ หรือเอามือไขว้หลังนะ ประชุมพระ  
ใส่เลย ท่านบอกว่าดูไม่ได้ มันเป็นการทำด้วยความไม่เคารพ การทำด้วยความไม่เคารพมันจะ  
ไม่ได้ผล ถ้าได้ผลมันก็เป็นมิจฉา

ถ้าทำด้วยความเคารพ ศีล สมาธิ ปัญญา ด้วยความเคารพ จิตใจมันอ่อนนุ่ม เวลาเป็นขึ้นมามันก็เป็นสมาธิ คือมันไม่คิดออกนอกเรื่องนอกราว ถ้าเป็นมิจฉา เห็นใหม่ มันก็ปฏิบัติมานะอยู่แล้ว เรื่องของกุ กุแก่่ง กุแน่ เวลานั้นเป็นสมาธิมันก็นุ่ม อยู่บนพระจันทร์นูน มันไปดาวอังคารนูนเลย มันไม่อยู่กับตัวหรอก

นี่พูดถึงว่าครูบาอาจารย์ที่ท่านเป็น ท่านเห็นประโยชน์กับคนฟังนั่นแหละ ท่านเห็นประโยชน์กับคนที่รับฟัง เห็นประโยชน์กับคนกระทำ แต่เวลาพูดไปแล้ว “นูนก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ ใ้โฮ! ยุ่งมากเลย” เวลาเอ็งเจ็บใช้ได้ป่วยมันยุ่งกว่านี้ เวลาเจ็บใช้ได้ป่วยเอ็งต้องไปหาหมอ หมอเขาจะผ่าตัดดูแลรักษาเอ็งก็เพื่อประโยชน์กับเอ็งนั่นแหละ

นี่ก็เหมือนกัน เราจะฟังธรรม ทีนี้เขาบอกว่าพ่อแม่ผู้ใหญ่เขาสอนไว้ว่าถ้านอนฟังธรรมแล้วมันจะเป็นงู ใ้โฮมันก็เหมือนกับคำฟังเพยเนาะ เวลาเขาสอนเด็ก นูนก็ไม่ได้ นี่ก็ไม่ได้ แล้วเด็กมันไม่มีเหตุผลเขาก็สอนอย่างนี้ ว่าถ้าฟังธรรมแล้วมันจะเกิดเป็นงู เราก็กินด้วยนะ เกิดเป็นงู แต่นอนฟังธรรมได้ไหม ได้ ถ้าไม่ได้หายไปครึ่งหนึ่งแน่ๆ เลย ใ้โฮคนจะฟังๆ มันไม่ฟังเลย แต่เหตุผลไง เหตุผล

เราเคยอยู่กับหลวงตามา เราเคยเห็นสภาพแบบนี้มา เราเห็นท่านสั่งสอนมา แล้วเรามาประพฤติปฏิบัติ เรามาปฏิบัติ เอาผลของการปฏิบัติมาเทียบเคียงไง อ้อ! มันให้ผลร้ายอย่างนี้ มันให้ผลลบอย่างนี้ มันให้ผลลบกับตัวเราเองไง แต่เวลาท่านเมตตาเรา ท่านสั่งสอนเราก็กินเพื่อตัวเรา เพื่อประโยชน์กับเรานี้แหละ แต่กิเลสของเรามันก็เอาแต่คำสอนของท่านมาพลิกแพลง เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ เปื่อหน้าย ใ้โฮ! น่าเปื่อหน้าย แต่ความจริงท่านก็พูดเพื่อเรานี้แหละ พูดเพื่อประพฤติปฏิบัติ

ฉะนั้น การนอนฟังธรรม ถ้ามันเมื่อยมันเหนื่อยมันจะนอนฟังก็โอเคเนาะ แต่ถ้ามันจะเป็นงูหรือไม่เป็นงู มันเป็นเวรเป็นกรรม

แต่ถ้าครูบาอาจารย์เราสอน ท่านสอนอย่างนี้ ท่านพูดด้วยเหตุผลนะ เพราะอยู่กับท่าน ท่านประชุมเรื่องนี้หลายรอบ ประชุมเรื่องพระเดินจงกรมโดยที่สติแตก เดินจงกรมโดยที่ไม่สำรวจมรรวั้ง ประชุมพระเลย แล้วใส่เต็มทีเลย ท่านบอกว่า เห็นแล้วมันดูไม่ได้ ท่านมองไม่ได้เลยเพราะว่าท่านเคารพธรรมไง

กว่าท่านจะได้คุณธรรมมา มันแสนทุกข์แสนยาก แล้วถ้าท่านได้มาแล้วท่านก็อยาก让别人ได้ด้วย แล้ววิธีการที่มันจะได้มันควรทำอย่างนี้มันถึงจะได้ ใ้ทำอย่างนั้นมันจะไม่ได้ ถ้าได้มันก็เป็นมิจฉา ได้ความหลงผิด ได้อะไรไป ท่านกลับสงสัย ท่านกลับป้องกันเรา ท่านป้องกันพวกที่ประพฤติปฏิบัติ ท่านป้องกัน แต่ใ้เราไม่รู้ ไม่รู้แล้วยังเพ่งโทษท่านอีกนะ นี่พูดถึง การฟังธรรมด้วยความไม่เคารพ

ฉะนั้น ของท่านไม่ได้นะ เวลาจะเทศน์ขึ้นมาต้องเงี้ยบกริบ มันมีปัญหาก็ตอนโครงการช่วยชาติฯ นี่แหละ รถวิ่งขนาดไหนท่านก็ต้องเทศน์ เพราะว่ามันต้องการปัจจัยมาเพื่อสังคม แต่ถ้าจริงๆ แล้วเพราะท่านได้ทำมา ท่านชวนชวายมาทั้งชีวิต ทำไมท่านจะไม่เคารพ แล้วคนอื่นจะไม่เคารพมันเรื่องของเขา เพราะเขาไม่เคยรู้ไม่เคยเห็น เขาเคารพแต่เงินทอง เคารพแต่ยศถาบรรดาศักดิ์ แต่เขาไม่ได้เคารพคุณธรรมในใจของคน

แล้วคุณธรรมอันนั้นท่านได้ของท่านมา ท่านเคารพของท่าน แล้วท่านเห็นพวกเรา ท่านมีลูกศิษย์ พวกเราเป็นลูกศิษย์ ท่านก็จะสอน สอน ใ้พวกเรา ยังไม่มีคุณธรรมในใจมันก็เลยจืดชืดไป มันก็ไม่รู้รูสไป มันก็เลยเอ๊ะ! อยู่โน้นนะ ลองใครได้ใครเป็นดี มันจะเคารพบูชาขนาดไหน แต่พวกเรา ยังไม่เป็นมันก็เป็นแบบนี้ นี่พูดถึงนะ

แล้วเวลาเขาบอกว่า “จริงหรือไม่ นอนฟังธรรมแล้วจะเป็นงู” เป็น “แล้วนอนฟังธรรมได้ไหม” ได้ เพราะมันจะไม่มีใครฟัง แล้วมันจะไม่มีใครปฏิบัติได้ทั้งนั้น แต่มันก็เป็นจริงของมัน

แล้วถ้าเดินจงกรม เดินจงกรมเราพยายามทำของเรา ทำเพื่อประโยชน์กับเรา ทำเพื่อประโยชน์กับเราเนาะ เดินจงกรม นั่งสมาธิภาวนา เพื่อเป็นศาสนทายาทให้หัวใจเราเป็นธรรม มันจะเห็นคุณค่าของศาสนา ถ้ามีคุณค่าของศาสนา ศาสนาจะเป็นประโยชน์กับสัตว์โลกใจ จบ

ถาม : เรื่อง “กรรมใดหนอที่ทำให้ข้าได้เจอย่าอย่างนี้”

นมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ ชีวิตผมนั้นโดนยาทำร้ายจิตใจมาากเหลือ ทั้งเรื่องคำพูด การกระทำ ผมเบื่อเหลือเกิน ผมทำมาหลายครั้งหลายคราก็ไม่เคยปรับปรุง บอกคนนั้นว่าไม่ดี บอกว่าผมเป็นคนนิสัยไม่ดี ทำแต่เรื่องเสียหาย ขโมยของบ้าง ผมเบื่อนะครับหลวงพ่อกี่ แล้วผม

จะเอาคืนในสิ่งที่เขาทำกับผม แม่ก็พูดว่า เมตตาเขาเถอะ เราประเสริฐกว่าเขา แล้วผมก็ทนมาตลอดจนผมไม่ไหว ผมอยากให้หลวงพ่otechniqueในสิ่งที่ทำให้ผมไม่ต้องมาทุกข์กับย่าคนนี้ครับ

**ตอบ :** เรามันเหมือนคนที่ถ้าเปรียบเทียบกับเป็นวิทยาศาสตร์นะ เหมือนคนติดคุก ติดคุก ๒๐ ปี เขาต้องโทษ ๒๐ ปี เขาจะพ้นจากโทษ ถ้าติดคุก ๖ เดือน เขาต้องติดคุกครบ ๖ เดือน เขาจะพ้นความติดคุกนั้น

ไอ้เราก็เหมือนกัน เราเกิดมานะ เกิดมาจากพ่อจากแม่ แต่ย่าเป็นแม่ของพ่อ แล้วย่าเป็นแม่ของพ่อ เห็นไหม เราเกิดมา เกิดมาโดยเวรโดยกรรมไง เราเกิดมามีเวรมีกรรม เราถึงมาเกิดเป็นสายเลือดกันไง ถ้าเราเกิดเป็นสายเลือดกัน สิ่งนั้นเป็นสายเลือด มันทำใจยาก มันทำใจยาก เพราะอะไร

เพราะจิตใจเราเป็นโลก คือว่าคนที่มีมุมมอง มีคุณค่าเท่ากัน มันถึงกระทบกันไง แต่คนที่จะวางสิ่งนี้ได้ คนต้องจิตใจที่เป็นธรรม จิตใจที่เป็นธรรม จิตใจเห็นว่าเรื่องนี้เป็นโลกธรรม ๘ เห็นว่าเรื่องนี้นั้นเป็นเรื่องโลกใจ จิตใจที่เราสูงกว่าคือใจที่จะวางได้มันต้องพัฒนา มันต้องทำใจของเราวางได้

แต่ถ้าอย่างนี้ “ย่าของผมติเตียนผมมาตลอด” เหมือนกันทั้งนั้นนะ ว่ายรุ่นทนไม่ได้หรือ ว่ายรุ่นที่บ้านแตกสาแหรกขาด ที่ออกจากบ้านก็เพราะเหตุนี้ เพราะว่าเหตุที่ในบ้านกระทบกระเทือนใจ ในบ้านมีสิ่งใดบีบคั้นแล้วมันทนไม่ไหวนะ หนีออกจากบ้าน หนีออกจากบ้าน

ฉะนั้น เราจะบอกว่า เราจะเอาเรื่องของสังคมมาให้โยมเห็นไง แต่เราไม่ได้โยมให้โยมออกจากบ้านนะ ไม่ออก เราไม่ออกจากบ้าน ถ้าออกจากบ้านไปมันทำให้ชีวิตของเราเปลี่ยนแปลงไป เราเกิดมาด้วยบุญด้วยกุศลไง ด้วยจากพ่อจากแม่ มีปู่ มีย่า มีตา มียาย สิ่งนี้ที่กระเทือนมา แต่คนคิดอย่างนี้เยอะ คนคิดอย่างนี้หมายความว่า ย่าที่คิดอย่างนี้เขาถือว่าเขาเป็นสมบัติของเขา เขาถือว่าเขาเป็นแม่ของพ่อ แล้วพ่อเป็นพ่อของเรา โดยทิวฏฐิมานะเขาก็ก้นมาอย่างนี้

แต่จริงๆ แล้วใจของเขา เขาก็เมตตา เพราะว่าไม่มีความรักที่สะอาดบริสุทธิ์ ความรักของพ่อของแม่กับลูก ความรักที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่ได้หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งสิ้น แล้วลูกประสบ



ความสำเร็จอย่างไรก็ประสบความสำเร็จ แต่ตอนนี้ที่ว่าเขายังติเตียนเรา เขายังคอยติเตียน คอยว่าให้เราเจ็บช้ำ เราก็คิดว่าเขาปรารถนาดี ถ้าเขาปรารถนาดีของเขา เราก็ดำรงชีวิตของเรา แล้ววางใจเราไป ทำใจเราให้ได้ใจ

ทีนี้เขาบอก “ผมเบื่อเหลือเกิน คอยว่าผมเสียๆ หายๆ คอยทำลายผม”

ใช้อย่างนี้นั้นเป็นเวรเป็นกรรมๆ นะ เราเจอคนแบบนี้ไง เราถึงยกขึ้นไง ติดคุก ๒๐ ปี พัน จากคุก ใต้นี้ก็เหมือนกัน เราเกิดมา เห็นใหม่ เป็นเวรเป็นกรรม เวรกรรมมันครอบงำไว้ในสถานะ อย่างนี้ แล้วเราหนีไปอย่างไรก็ไม่พ้นหรอก มันต้องจบสิ้นกันไง มันต้องหมดเวรหมดกรรมมันก็ จบกันไป

หมดเวรหมดกรรมนะ คำว่า “หมดเวรหมดกรรม” ถ้าวันไหนยาระลึกได้ว่า “อ้อ! ฉันเป็นคนจู้จี้จุกจิกกับหลานคนนี้เหลือเกิน ฉันมีความผิดพลาด ต่อไปนี้ฉันจะเป็นคนดี” จบเลยนะ ถ้า เขาคิดของเขาได้ ถ้าเขาคิดของเขาไม่ได้ เขาก็มองอย่างนั้น เพราะมันไม่มีกฎหมายไปตัดสิ้นใจ กฎหมายในครอบครัวที่จะไปตัดสิ้นอย่างนั้นไม่มี เว้นไว้ทำผิดอาญา

ฉะนั้น จะบอกว่า **ถ้ามันจะแก้ได้ แก้ได้ที่ใจของเรา ใจที่สูงกว่า ใจที่สูงกว่า คำว่า “ใจที่สูงกว่า” มันมองเห็นปัญหาอย่างนี้เป็นปัญหาที่เข้าใจได้ มันวางได้**

แต่ใจที่ไม่สูงกว่า แล้วยังเป็นวัยรุ่นนะ วัยรุ่นนี้พลังงานเยอะ มันจะมีปัญหา ถ้ามีปัญหา ในบ้าน ในครอบครัวมันเป็นปัญหา ฉะนั้น เราแก้แบบนี้ เห็นใหม่ ดุสิ เราดุสิ ตอนนี้นะ เรามี สามแฉกน้อย เขาเอาเด็กน้อยไปบวช แล้วค่อยฝึกหัด ยิ้มแย้มแจ่มใส มันมีธรรมในหัวใจ เราดู รายการทีวีที่เขาเอาเด็กๆ ไปบวชกัน เขายังทำคุณงามความดีได้เลย

ฉะนั้น กรณีของเรา เราก็ทำคุณงามความดีของเราเพื่อเรา ถ้าอย่าจะมีมุมมองอย่างไรมัน เรื่องของย่า มันเรื่องของย่าเขา แล้วถ้าเขาจะมาพูดสิ่งใด ตั้งสติไว้ อย่าหลุด ไม่ใช่ใครจะพูด อะไร เขาเดินเข้ามาแล้วก็ล้วงจิ้งหรีดแล้ว เพราะคนมันเข็ดเนาะ คนมันเข็ด แต่เราก็รักษาใจของเราไป มันเป็นเรื่องในบ้าน แล้วอีกอย่างหนึ่งชีวิตของเราๆ ถ้ามันยังเป็นย่า มันมีพลังงานเหลือ ใช้อย่างไร เราต้องหาทางออกของเรา เป็นเวรเป็นกรรมนะ

ฉะนั้น เป็นเวรเป็นกรรม กรรมจำแนกสัตว์ให้เกิดต่างๆ กัน แล้วเวรกรรมมันเป็นอินโดย มันมีมาเก่ามาเก่า แล้วเราบอกว่าเรื่องกรรมๆ กรรมเป็นอินโดยเลยละ ถ้าเป็นอินโดย อินโดยคือว่าไม่ควรคิดเลยว่ามันจะมากเกิดเมื่อไหร่ มันมาอย่างไร แต่มันต้องมีที่มาที่ไปของมัน

ถ้าไม่มีที่มาที่ไปนะ ย่าจะรักเราน่าดูเลย ถ้าเป็นกรรมดินนะ ย่าจะรักเรามาก เพราะอะไร เพราะยาก็รักพ่อ แล้วพ่อก็รักมันก็มีหลาน มีหลานแล้วเขาก็อยากให้หลานเป็นหลานที่ดี เป็นเชิดชูสกุล ย่าเขาคิดอย่างนั้น แต่ด้วยจิตด้วยนิสัยของคนอย่างนี้ นี่ยังดินะไม่ไปเจอปุ้เจอย่าชี้มา แล้วชี้มาอยู่กลางถนน ใส้ใส! อย่างนี้น่าอาย กรณีอย่างนี้มันก็มีของมัน เห็นไหม

เราจะบอกว่า เราเห็นใจมาก เราเห็นใจมากนะ เราเห็นใจมาก มันเหมือนกับทางโลก ถ้าเจ็บไข้ได้ป่วยไปโรงพยาบาลเขาจะให้ยา โรคอะไร หมอจะฉีดยารักษา ถ้ามันควรผ่าตัดก็ผ่าตัด แล้วมันหายก็จบ เป็นโรคเป็นภัยมันรักษาแล้วหายเลย แต่นี่มันเป็นโรคเวรโรคกรรมอยู่ในบ้าน มันรักษาเราไม่ได้ หมอที่ไหนจะรักษาละ แล้วหมอคนไหนจะไปผ่าตัดหัวใจย่า แล้วหมอคนไหนจะไปพูดให้ย่าได้คิด

เราเจ็บไข้ได้ป่วยเข้าโรงพยาบาลยังจบนะ มีอะไรผ่าตัด ควรผ่าตัด มีอะไรแก้ ควรแก้เลย ใส้เรื่องความเจ็บไข้ได้ป่วย แต่เรื่องเวรเรื่องกรรมมันจะไปจบกันตรงไหนละ ถ้ามันจบไม่ได้ กลับมารักษาใจเรา รักษาใจเรา เอาธรรมะเป็นที่พึ่ง เอาธรรมะเป็นที่พึ่งนะ

ถ้าคิดอย่างนี้ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ญาติข้างพ่อกับญาติข้างแม่ เห็นไหม แย่งน้ำทำนากันนะ ไปห้ามถึงสองหน น้ำกับชีวิตอันไหนมีคุณค่ากว่ากัน ว่าชีวิตมีคุณค่ากว่า ก็เลิกกันไป ครั้งที่สองไปห้ามอีก ครั้งที่สามพระพุทธเจ้าไม่ได้ไป รบราฆ่าฟันกันตายทั้งสองฝ่าย ตายเกลื่อนหมดเลย เกิดศึกเกิดสงคราม

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าห้ามญาติ ปางห้ามญาติ อย่าทะเลาะอย่าเบาะแว้งกัน ใส้เรานี่ย่า มันเป็นเวรเป็นกรรม พระพุทธเจ้ายังห้ามญาติของตนรบกันไม่ได้เลย เห็นไหม อินโดย เรื่องเวรเรื่องกรรม นี่เรื่องเวรเรื่องกรรม ฉะนั้น กลับมาที่ใจเรา รักษาใจเรา เอาธรรมะ รักษาใจเรา เราพยายามแผ่เมตตา แผ่เมตตา แล้วถ้าใจมันสงบระงับได้ เรื่องนี้จะจบ

เหมือนเข้าโรงพยาบาล ถ้าหมอผีมีมือรักษาแล้วโรคหาย โรคหาย เราก็กลับมาปลอดภัย  
นี่ก็เหมือนกัน ไข้โรคเวรโรคกรรม โรคน้ำใจ มันเปื้อน่าย แล้วเรารักษาไม่หาย

แต่ถ้าเราดูแลรักษาหัวใจด้วยธรรมะ เดี่ยวรักษาหาย รักษาหายแล้ว ย่าจะพูดอย่างไร  
เรื่องขงยา ไข้เรานั่งเย็นๆ ใจร่มๆ นั่งสุขสบาย ตอนนี้อย่าเครียดเลย พูดอย่างไรมันก็ไม่สะเทือน  
พูดอย่างไรเราก็ยิ้มแย้มแจ่มใส เดี่ยวมันจะกลับไปหาย่าเอง เห็นไหม

เรารักษาใจเรา เพื่อประโยชน์กับเราเนาะ เอวัง