

คนมีบุญ

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๖๐

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่)

ต.หนองขาว อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

คำถามมันอ่านแล้วมันสะเทือนใจนะ แต่มันเป็นการที่เขาปฏิบัติแล้วมีปัญหา

ถาม : เรื่อง “เอียนพุทฺโธ”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน หนูพยายามฝึกจิตให้เป็นพุทฺโธด้วยการท่องพุทฺโธเท่านั้น
เดิน นั่ง นอน ติดต่อกันวันละ ๘-๑๐ ชม. ตั้งใจได้อยู่ ๒๒ วัน ตั้งได้คือจะนึกพุทฺโธเท่าไรก็ได้
มีความคิดเบาบางแรงบ้างแทรกเข้ามาก็ทิ้งความคิดได้ แล้ววกกลับมาจับพุทฺโธได้ วันหนึ่ง
สงบลงได้ ๑-๓ ครั้งทุกวัน สงบเบาๆ พอสบาย ทำเหตุเหมือนกันทุกอย่าง

แต่พอวันที่ ๒๓ เริ่มเบื่อพุทฺโธ วันที่ ๒๔ เริ่มเบื่อหนัก จิตคอยแต่เลื่อยลง ชี้เกียด
ซึมเศร้า จนเอียนพุทฺโธไปเลย ทีนี้จะจับจะตั้งอย่างไรก็ทำไม่ได้เสียแล้ว และทนอยู่กับความ
เบื่อหน่ายแบบนั้นไม่ได้ด้วย คิดว่า “นี่เราอุตส่าห์ไม่ไปทำงานหาเงินเพื่อจะมาสร้างทรัพย์
ภายใน แต่แล้วเรากลับมาเป็นเสียแบบนี้ อย่างนั้นออกไปทำงานซะ ให้มันได้อะไรบ้างสักอย่าง”

พอมาทำงาน ทีนี้จิตไม่สงบ ทีนี้ร้อน ความคิดเยอะแยะ ก็ได้ดูความคิดพิจารณา ทีนี้
รู้สึกจิตขยับ กระจาย ขยับคิดเพื่อปล่อยคลาย และเมื่อมีเวลาว่างก็กลับมาตั้งพุทฺโธได้ สงบ
สบาย พอเริ่มตั้งพุทฺโธได้อีก ทีนี้ก็เพิ่มเวลาให้พุทฺโธมากขึ้น ขอถามหลวงพ่อกว่า การรวนเวียน
ทำอยู่แบบนี้มันอยู่ในทิศทางที่ดีไหม

ตอบ : นี่คำถามเนาะ คำถามว่า “เอียนพุทฺโธ” คำว่า “เอียนพุทฺโธ”

เวลาเราอยู่กับหลวงปู่เจี๊ยะ อยู่กับครูบาอาจารย์ ท่านบอกหลวงปู่มันจะสอนพุทฺโธๆ
เวลาหลวงปู่เสาร์ท่านก็สอนพุทฺโธ แล้วเวลาเราพุทฺโธเราก็นอนกลับไปในพระไตรปิฎก
ย้อนกลับไปไปกรรมฐาน ๔๐ ห้อง อันดับหนึ่งคือพุทฺโธ

หลวงตาท่านก็บอกว่า จะภาวนาอย่างไรก็ได้ให้มีคำบริกรรม แต่เราชอบพุทโธ แต่เวลาครูบาอาจารย์ท่านเอาพุทโธๆ คำว่า “พุทโธ” ถ้าพุทโธถ้ามันทำได้ มันก็ทำได้

ถ้าคนที่พุทโธไม่ได้ โดยทั่วไปในสมัยปัจจุบันนี้ส่วนใหญ่เป็นปัญญาชน ถ้าปัญญาชนคือความคิดเยอะ แต่ถ้าสมัยในภาคอีสาน สมัยที่ครูบาอาจารย์นะ มันก็เป็นคนพื้นถิ่น พอพื้นถิ่นเขามีศรัทธา เขาเรียกว่า ถ้าเป็นพุทธานุสติ คำบริกรรมพุทโธๆ ส่วนใหญ่จะเป็นสัทธาจริต สัทธาจริต คนมีศรัทธาตั้งมั่น มีความเชื่อ มีความเชื่อมั่นคง มีความเชื่อมั่นคงแล้วพยายามชวนชวนกระทำมันจะมีเหตุมีผลให้กับการกระทำนั้น

แต่ส่วนใหญ่แล้วปัญญาชนๆ พวกเราปัญญาชน ถ้าพุทโธๆ มันเป็นคำบริกรรมบริกรรมคือท่องบ่น พอท่องบ่นขึ้นมามันซ้ำๆ ซากๆ ใจ พอมันซ้ำๆ ซากๆ ขึ้นมา แบบว่ามันเบื่อ พอมันเบื่อ มันอึดอันตันใจ

ถ้าอึดอันตันใจแล้วพอกิเลสมันแทรกเข้ามาใน พุทโธมันไม่มีเหตุมีผล มันเหมือนกับคนโง่โง่ เวลาปัญญาชน ปัญญาชนเขาจะมองว่าพุทโธมันโง่เง่าเต่าตุ่น มันทำอะไรโดยที่ไม่มีเหตุมีผลอะไร ทำอะไรโดยการเชื่อตามๆ กันมา มันไปฟังโทษอย่างนั้น พอฟังโทษอย่างนั้น บ๊ีบ พอมันจะทำ พอกิเลสมันเสี้ยนเข้ามาอย่างนี้ ไอ้คนกระทำมันก็เลยชักไม่แน่ใจ พอไม่แน่ใจมันก็คลอนแคลน พอคลอนแคลนขึ้นมา นี้โดยทั่วไป

ฉะนั้น เวลาในการปฏิบัติในสมัยปัจจุบันนี้ เวลาคนเขาว่าเรื่องพุทโธ เขาบอกว่าไม่ต้องพุทโธ เขาให้ดูจิตอะไรต่างๆ ที่เขาวางกันไปในนั้นนะ

ไอ้อย่างนั้นนะมันเหลวไหลเลยละ พอมันเหลวไหลขึ้นมาเพราะอะไร เพราะธรรมชาติของความคิดมันมีความคิดอยู่แล้ว ถ้ามีความคิดอยู่แล้ว เราก็ดูความคิดนั้นไป พอดูความคิดนั้นไปมันก็แบบว่าเหมือนกับปล่อยเด็กตามสบาย ปล่อยเด็กเร่ร่อน ปล่อยเด็กอย่างไรก็ได้ เด็กมันก็พอใจ เด็กพอให้มันอยู่ในกรอบ เด็กเราให้งานมันทำมันก็ต่อต้าน มันต่อต้าน มันเรียกร้อง นี่ก็เหมือนกัน จิตมันปล่อยตามสบายมันก็ไปของมันตามสบาย

แต่เราพุทโธๆ เหมือนเด็ก เด็กเราให้มันทำงานตั้งแต่ตามแต่วัยของมันใช้ไหม เด็กน้อยก็ทำงานเล็กน้อย พอโตขึ้นมารับผิดชอบมากขึ้นๆ ไอนี้ก็เหมือนกัน พุทโธๆ เวลาพุทโธ พุทโธเบาๆ ก็ได้ พุทโธแรงก็ได้ พุทโธเร็วก็ได้ พุทโธอย่างไรก็ได้ คำว่า “พุทโธๆ” ใจ

ฉะนั้น พุทฺโธ จริงๆ ถ้าทำได้ พุทฺโธนี้สุดยอด ในประวัติครูบาอาจารย์ของเราเนะ เวลาครูบาอาจารย์ของเราลูกศิษย์หลวงปู่มีพระอรหันต์ทั้งนั้นเลย แล้วถ้าพระอรหันต์ทั้งนั้นเลย มันต้องทำ มันต้องทำแล้วได้เหตุได้ผลขึ้นมา เวลาได้เหตุได้ผลขึ้นมา ทำมาจากอะไร

ดูสิ หลวงปู่ลีท่านก็พุทฺโธ หลวงปู่พรหมท่านก็พุทฺโธ พุทฺโธทั้งนั้นนะ เวลาพุทฺโธๆ ถ้าพุทฺโธมันเป็นจริงขึ้นมา พุทฺโธนี้มีค่ามาก พุทฺโธนี้พุทฺธะ พุทฺธะคือผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

ถ้าพุทฺโธ พุทฺโธ เราจะบอก พระพุทฺธเจ้า ถ้าใครดูถูกพุทฺโธก็เท่ากับดูถูก พระพุทฺธเจ้า แล้วถ้าดูถูกพระพุทฺธเจ้า เอ็งมาบวชเป็นพระทำไม ถ้าเอ็งมาบวชเป็นพระ เอ็งเป็นลูกศิษย์ของพระพุทฺธเจ้า พระพุทฺธเจ้านี้พุทฺธะ พระพุทฺธเจ้า พุทฺโธนี้พระพุทฺธเจ้า ชื่อของพระพุทฺธเจ้า แล้วเอ็งไปดูถูกพระพุทฺธเจ้าได้อย่างไร

แต่ถ้าพวกเรามีศรัทธามีความเชื่อ เวลาเราสอนไป ใจพวกที่ประพฤติปฏิบัติ เราบอกว่า สิ่งที่ทำแล้วไม่อันตราย ปลอดภัยที่สุด คือให้กอดองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทฺธเจ้าไว้ คือนึกพุทฺโธไว้ ถ้านึกพุทฺโธไว้เท่ากับเราอยู่กับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทฺธเจ้า ไม่มีเสีย

ที่นี้พอไม่มีเสีย พอไม่มีเสีย เขาก็โต้แย้ง โต้แย้งว่า เวลาพุทฺโธ พวกพุทฺโธจะเกิดนิमित พุทฺโธนี้มันจะเกิดนิमित พุทฺโธเป็นสมณะ ไม่ใช่ปัญญา

ขอให้พุทฺโธเถอะ คีล สมาธิ ปัญญา ถ้าไม่มีสมาธิเนะ เวลาปัญญาที่เกิดขึ้นมันเป็นจินตนาการ จินตมยปัญญา ปัญญาอย่างนั้นนะปัญญาเวลาตรีกในธรรมมันจะเกิดความรู้สึกนะ ซาบซึ้ง เกิดอาการว่าง เกิดต่างๆ อันนั้นมันเป็นจินตนาการ จินตมยปัญญา มันไม่เป็นความจริงหรอก

ถ้าเป็นความจริงนะ ต้องพุทฺโธๆ พุทฺโธจนจิตมันสงบ พอจิตมันสงบแล้วนะ ฝึกหัดใช้ปัญญา ปัญญาที่แตกต่าง ปัญญาที่แตกต่างคือภาวนามยปัญญา ปัญญาที่ไม่มีจินตนาการ ปัญญาที่ไม่มีตัวตน ปัญญาที่ไม่มีเราเข้าไปพัวพัน

ส่วนใหญ่เราคิดนี่ คำว่า “เราคิด” ต้องมีตัวตนของเรา ตัวตนของเรานี้คือสมุทัย ทุกข์ ควรกำหนด สมุทัยควรละ แต่เรากำหนดด้วยสมุทัย มันละได้อย่างไร

ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค อริยสัจ ๔ ถ้าจิตมันสงบแล้ว เวลาจิตสงบ สงบเพราะอะไร ถ้าเป็นสมาธิๆ ตัณหาคความทะยานอยาก สมุทัยมันเบาบางลงหรือมันสงบระงับไป พอสงบระงับไปมันก็เป็นอิสระ นี่สมาธิเป็นสากล

สมาธิเป็นสากล ลัทธิศาสนาไหนเขาก็สอนสมาธิเหมือนกัน ลัทธิศาสนาอื่นเขาก็สอนสมาธิ แต่สมาธิของเขาเป็นสมาธิเพื่อสมาธิไป

แต่พระพุทธศาสนา สมาธิเพื่อยกขึ้นสู่ภาวนามยปัญญา คือ สมาธิ พอเกิดสมาธิ สมาธิเป็นพื้นฐาน สมาธินี้เป็นบาทฐาน แต่ยกขึ้นสู่ปัญญาๆ ปัญญาที่เกิดบนสมาธิเขาเรียกภาวนามยปัญญา ปัญญาที่แตกต่างกับสิ่งที่เป็นความสามัญสำนึกของมนุษย์ทั้งหมด นี่มันถึงเป็นมรรคไป

ฉะนั้น มันถึงมีความสำคัญไป มีความสำคัญว่า ถ้าเรากำหนดพุทโธ เราใช้ปัญญา อบรมสมาธิ จนจิตเป็นสัมมาสมาธิแล้วเราค่อยยกขึ้นสู่วิปัสสนา ยกขึ้นสู่วิปัสสนา

ถ้าบอกว่า บางคนความไม่เข้าใจไป ทำสมาธิๆ แล้วรอให้มันเกิดปัญญา

เราคิดโดยอัตโนมติไป เหมือนเด็ก เด็กพอมันจะโตขึ้นไปโดยอัตโนมติ พอมันเป็นเด็กแล้วนะ มันก็ต้องหัดนั่งได้ ยืนได้ เดินได้ โดยธรรมชาติของสิ่งมีชีวิต

ไอ้เราก็คิดว่าเป็นสมาธิแล้วเดี๋ยวจะเกิดปัญญา

ไม่มีสิทธิ์ ถ้าเกิดปัญญา ปัญญาทางต่ำ ปัญญาทางโลกีย์ปัญญา ปัญญาโดยสามัญสำนึก ปัญญาทางโลกนี้ ถ้ามันจะเกิดปัญญา ปัญญาแบบเราๆ ปัญญาแบบนักวิชาการคิดนี้ แต่มันไม่เกิดภาวนามยปัญญา ปัญญาที่พระพุทธเจ้าปรารถนา

เวลาปัญญาที่พระพุทธเจ้าปรารถนา คือ สมาธิ ปัญญา ปัญญาที่ไม่เกิดจากสมุทัย ไม่เกิดจากจินตนาการ ถ้าปัญญาอันนี้ต้องฝึกหัด

ถ้าสมาธิมันจะเกิดปัญญาได้เอง

หลวงตาท่านบอกว่า ถ้าสมาธิมันจะเกิดปัญญาได้เองโดยที่ความเข้าใจของเรา เราจะไม่ติดสมาธิ ๕ ปี

แล้วถ้ามีชีไพรเขาก็ต้องมีปัญญาของเขา เขาก็ต้องเป็นพระอรหันต์ของเขา เพราะเขามีสมาธิ สมาธิเพื่อสมาธิมันเป็นแค่นั้น

แต่ของเราสมาธิเพื่อปัญญา สมาธิ จิตเป็นสมาธิแล้วฝึกหัดใช้ปัญญา ต้องฝึกหัดใช้ปัญญา แล้วปัญญาที่จะฝึกหัดใช้ ถ้าไม่ฝึกหัดใช้ สมาธิจะเกิดปัญญาขึ้นมาเอง มันคนละเหตุผลกัน มันจะเกิดไม่ได้ มันต้องฝึกหัดๆ

ที่นี้การฝึกหัด ตรงนี้สำคัญ คนที่ภาวนาเป็นหรือภาวนาไม่เป็นมันอยู่ตรงนี้ ถ้าเป็นสมาธิ ถ้าเป็นสัมมาสมาธิ สมาธิที่ถูกต้องดีงาม ถ้าเป็นมิจฉาสมาธิ สมาธิที่เอนเอียง สมาธิที่มีตัวตน สมาธิที่เราผูกมัดว่าสมาธิเพื่อสมาธิ

แต่ถ้าสมาธิเพื่อเป็นสัมมาทิฏฐิ ความเห็นที่ถูกต้องดีงาม เป็นสมาธิแล้ว โอโฮ! มันมีความสุขมีความสุขสบายมาก แล้วคนมีความสุขมีความสุขสบายมาก เหมือนในปัจจุบันนี้ไปถามประชาชนชาวไทยสิ ฉันเป็นคนดีแล้ว ฉันจะต้องไปวัดทำไม

นี่ก็เหมือนกัน ฉันมีสมาธิแล้ว ฉันมีความสุขแล้ว ฉันต้องใช้ปัญญาทำไม ทำไมฉันต้องออกไปทุกข์ล่ะ ฉันมีสมาธิแล้ว ฉันมีความสุขแล้ว

แต่ถ้ามีสมาธิ มีความสุขแล้วเดี๋ยวก็เสื่อม แต่ถ้าฝึกหัดใช้ปัญญามันก็ต้องฝึกหัดใช้ ถ้าฝึกหัดใช้ปัญญา นี่ไง ศิล สมาธิ ปัญญา ถ้าอย่างนี้ ความก้าวหน้าอย่างนี้มันถึงว่าเริ่มต้นบาทฐานจากพุทโธ

คำว่า “พุทโธ” ครูบาอาจารย์ของเราจะ เห็นคุณค่าของพุทโธมาก ถ้าเห็นคุณค่าของพุทโธมาก เพราะพุทโธจะทำให้จิตของปุถุชนเป็นกัลยาณชน แล้วปุถุชนยกขึ้นเห็นสติปัญญา ๔ มันจะเป็นโสดาปัตติมรรค มันจะเข้าสู่มรรคสู่ผลมันต้องเริ่มต้นจากตรงนี้ ถ้าไม่เริ่มต้นจากตรงนี้ มรรคมันเกิดที่ไหน เกิดที่ใจของคน

ถ้าเราหาใจของเราไม่เจอ เราไม่มีสมาธิ เราไม่มีพื้นฐานจากใจของเรา เวลาเราทำงาน สิทธิของเรา ทำแล้วเราได้ผลประโยชน์ของเรา แต่ถ้าเราไม่มีสิทธิ ไม่มีสิทธิที่จะได้ เราจะได้ผลประโยชน์นั้นไหม ถ้าไม่มีสมาธิ ใครจะได้ มันเป็นสมบัติกลางใจ มันเป็นการมฉกความรู้สึก มันไม่เป็นความจริง ถ้าเป็นสมาธิ อ้อ!

เขาบอกสมาธินี้เป็นตัวตน ใช้ สมาธิคือเรา สมาธิคือจิต จิตที่เวียนว่ายตายเกิดใน วัฏฏะ มันเห็นเรา พอเห็นเรามันถึงเป็นความจริงขึ้นมา

ฉะนั้น สิ่งทีบอกว่ พุทโธมันมีคุณค่าตรงนั้น แต่ถ้าพุทโธมีคุณค่า เขาก็ติเตียนตรงนี้ ว่า พุทโธเป็นสมาธิ พุทโธจะเกิดนิมิต พุทโธพวกที่หลับหูหลับตาจะไม่มีปัญญา

มันใช้ปัญญาไม่เป็นมันก็ไม่มี แต่ถ้าใช้ปัญญาเป็น นี่แหละบาทฐาน

ฉะนั้น จะเข้าสู่คำถามใ “หนูพยายามฝึกจิตให้เป็นพุทโธ” เป็นอย่างไร นี่ใ “หนูพยายามฝึกจิตให้เป็นพุทโธ”

พุทโธนี้เป็นคำบริกรรม พุทโธเหมือนบันไดบ้าน บันไดบ้านเป็นบันไดเพื่อก้าวสู่บ้าน เวลาก้าวสู่บ้านแล้ว บันไดนั้น ใครไปติดบันไดนั้น ไม่ติด

นี่ก็เหมือนกัน พุทโธๆ พุทโธเพื่อจิตสงบ ถ้าเราบอกพุทโธเพื่อพุทโธ แล้วพุทโธ ่างไร

เพราะพุทโธมันมีหยาบ มีกลาง มีละเอียด เริ่มตันพุทโธๆ พุทโธเป็นคำท่องคำ บริกรรม แล้วมันก็ตันขวางคือว่ามันไม่สะดวก มันขัดมันแย้งกันตลอด แต่เราพุทโธเรา ฝึกหัดเรื่อยๆ เราหาความสมดุลของมัน ถ้าหาความสมดุลของมันนะ เตี่ยวพุทโธกับจิตเป็น อันเดียวกัน คือมันสะดวก มันกลมกลื่นกัน มันกลมกลื่น เห็นไหม

จากหยาบ จากหยาบที่มันพุทโธแล้วมันสะดุด มันพุทโธแล้วมันไม่ค่อยลงรอยกัน พุทโธแล้วต้องคิดต้องจินตนาการ แต่พุทโธๆ แล้วมันสมดุลแล้ว น้อย่างกลางแล้ว

พุทโธๆๆๆ พุทโธจนมันละเอียด ละเอียดจนจะพุทโธไม่ได้เลย มันจะพุทโธไม่ได้เลย เพราะมันละเอียดมาก มันพุทโธไม่ได้ แต่จิตมันบริกรรมของมันอยู่ มันเคลื่อนไหวของมันอยู่ แล้วพอมันละเอียดจนมันพุทโธไม่ได้ นั่นแหละละเอียดสุด ละเอียดสุดคือมันพุทโธไม่ได้

ฉะนั้น เราบอกว่ “หนูพยายามฝึกจิตให้เป็นพุทโธ”

เราไปตั้งเป้าใว่เป็นพุทโธจะเป็นอย่างไร ถ้าเป็นอย่างไร จะเป็นอย่างไร ฉะนั้น เรา พุทโธซัดๆ แล้วผลทีจะเกิดขึ้นอยู่ที่วาสนา อยู่ที่ความเป็นไป

ฉะนั้นบอกว่ “หนูพยายามฝึกจิตให้เป็นพุทโธ”

มันมีเป้าหมาย มันมีเป้าหมาย มีที่ต้องการ มันก็ขัดแย้ง เราพุทธของเราชัดๆ แล้ว มันจะเป็นอย่างไรปล่อยไปโดยสัจจะโดยความเป็นจริง พุทธๆ ของเราไปเรื่อยๆ

ฉะนั้น เขาบอกว่าเขาพุทธอยู่ ๒๒ วัน ดีมากๆ เลย มันทั้งสงบ มันทั้งเบา มันทั้งมีความสุขของมัน แต่พอวันที่ ๒๓ เริ่มเบื่อหนัก เบื่อจนพุทธไม่ได้ เบื่อจนเอียน

อันนี้เราจะบอกว่า เวลาคนที่ประพฤติปฏิบัติเวลามันเจริญแล้วเสื่อม บางคนไม่เคยเจริญเลยมันก็ไม่รู้ว่าอะไรเจริญและอะไรเสื่อม แต่ถ้ามันไม่เคยเจริญเลยมันก็ทุกข์ยากตลอดไป แต่ถ้ามันเคยเจริญ เคยดีขึ้นแล้วมันเสื่อม เสื่อมเพราะมันเสื่อม เสื่อมแล้วมันจะมากออกฤทธิ์ออกเดชอย่างนี้

เวลากิเลสมันปิดหูปิดตา เวลามันเสื่อมนะ “เราทำมานี่ไร้สาระ เราทำมาเสียเวลาเปล่า เราทำมานี่”

ไอ้การกระทำวันนั้นนะมันเป็นประสบการณ์แล้ว ไอ้การกระทำอันนั้นเป็นบุญแล้ว เป็นบุญคือเรามีประสบการณ์ มีการกระทำของเรา ผลที่จะได้ไม่ได้มันอยู่ที่ข้อเท็จจริง ถ้าข้อเท็จจริงมันเป็นจริง มันก็เป็นจริง

ถ้าเป็นจริง ๒๒ วันเราได้ของเรา ผู้ถามได้ แต่ ๒๓-๒๔ ไปมันเริ่มเบื่อ มันเริ่มเบื่อเพราะว่าเราทำ เห็นใหม่

เวลาหลวงตาทำนสอนใจ เวลาประพฤติปฏิบัติไ้่อย่างกับหมาตาย

เราทำซ้ำซากไป เราทำอยู่แบบเดิมๆ ไป พอทำอยู่แบบเดิมๆ ก็เลสมันไม่ทัน มันก็ทำให้เราสงบได้บ้าง เวลากิเลสมันฟื้นขึ้นมามันตื่นขึ้นมา ล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้ ถ้าล้มลุกคลุกคลานอย่างนี้

แล้วบอกว่า จนมันเอียน มันรับไม่ได้

ไอ้เวลานั้นเวลาจิตมันเสื่อม เวลาจิตมันเสื่อม เห็นใหม่ หลวงตาทำนบอกว่า พระเราบวชแล้วเหมือนหมาบ้า เวลาหมาบ้า หนึ่ง ไม่เชื่อเรื่องนรกสวรรค์ ไม่เชื่อเรื่องมรรคเรื่องผล แล้วเวลาพระไตรปิฎกเอามาพูดเล่นกันไ้่ เอามาจบบ้างไ้่ ทำนบอกว่าไอ้พวกหมาบ้า

เวลาจิตเสื่อมมันเป็นแบบนี้ เหมือนหมาบ้าเลย เอาแต่ธรรมะของพระพุทธเจ้ามา วิเคราะห์วิจยมาตีแผ่ว่ามันจะมีจริงหรือไม่จริง นี่พวกหมาบ้า

แต่ถ้าผู้เป็นจริงนะ เขาเคารพพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เขาไม่กล้าจาบจ้วง ไม่กล้าเอาสิ่งนี้มาพูดเล่นพูดหัว เขาจะยกเทิดทูนไว้ นี่ถ้าจิตของคนมันเป็นปกติ จิตของคนถ้ามันมีคุณค่า เขาจะเคารพพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

แต่พอจิตเราเสื่อม มันจริงหรือเปล่า มันวิเคราะห์วิจยนะ ถ้าวิเคราะห์วิจย ถ้าไม่เชื่อ พระพุทธศาสนาเป็นบาปใหม่ ไม่ใช่ ไม่บาป แต่ถ้าติเตียน ตีเตียน เวลาวิเคราะห์วิจยมันก็ต้องทำแบบนั้นนะ นั่นนะมันจะเกิดบาปเกิดกรรมของมันขึ้นมา

ฉะนั้น เวลาบอกว่าเวลามันเอียน เวลามันเอียนก็คือมันเอียนไง มันอยู่ที่วาสนาของคน วาสนาที่ดีๆ นะ เวลาพุทธโธเห็นคุณค่า คุณค่าของพุทธะ คุณค่าขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เวลาหลวงตาท่านบรรลुरुธรรม กราบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ากราบแล้วกราบเล่าๆ กราบถึงบุญถึงคุณอันนั้นนะ ถ้าไม่มีองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ก่อน เป็นผู้บุกเบิกทางไป ใครจะทำได้ เพราะคนที่ทำได้แล้วมันมหัศจรรย์ใจ

เวลาทางโลกเขาว่าเส้นผมบังภูเขา มันอยู่ในความคิดเรานี่ แต่เราคิดไม่ได้ เหมือนเส้นผมบังภูเขา มันมีกิเลสบังอยู่นี่ มันบังเงาอยู่ในหัวใจนี้ แล้วมันรู้ไม่ได้ มันรู้ไม่ได้ ทำอย่างไรก็รู้ไม่ได้ ทำอย่างไรก็รู้ไม่ได้

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ครูบาอาจารย์ท่านถึงมีเทคนิคไป บอกเทคนิคบอกวิธีการให้มันรู้ได้ มันพลิกหัวใจขึ้นมา มันเห็นของมัน โอ้โฮ!

เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านบอกว่า “จะสอนใครได้หนอ จะสอนใครได้หนอ”

พูดไปเหมือนกับเขาว่าเราบ้าๆ แต่จริงๆ ก็เป็นความรู้สึกร้านี้แหละ แล้วมันต้องมีแหม! เวลาบอกว่าเส้นผมบังภูเขา มันก็เป็นเรื่องของเราเล็กน้อย แต่เวลาจริงๆ บารมีมันต้องเอาชนะใจตัวเองไป ถ้ามันเป็นไปได้

นี่พูดถึงว่าเอียนพุทโธไง เขาว่าเขาตั้งใจ เขาจะทำของเขา สุดท้ายเวลาจิตมันเสื่อม มันเอียน

เราจะบอกว่า มันอยู่ที่กิเลสค้นหาความทะยานอยากไง เวลากิเลสค้นหาความทะยานอยาก จิตมันเสื่อม มันเที่ยวจางจ้วงเที่ยวทำลายไปทั้งนั้น เวลาจิตมันส่งเสริม จิตมันดีขึ้นมา โอโฮ! มันเคารพบุชานะ

เคารพบุชา เห็นใหม่ “จะอยู่ไกลขนาดไหน แต่ปฏิบัติตามเราเหมือนอยู่ใกล้เรา” นี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าพูดอย่างนั้น “อยู่ใกล้เรา อยู่ติดเราเลย จับชายจีวรเราไว้ด้วย แต่ไม่ปฏิบัติตามเราเหมือนอยู่ห่างไกล”

นี่ก็เหมือนกัน หัวใจถ้ามันปฏิบัติไปแล้วมันเป็นไปได้หรือไม่ได้ ถ้ามันเอียนมันเสื่อมอย่างนี้มันก็เป็นประสบการณ์ของตน แต่เวลามันพลิกขึ้นมา ตอนหลังพอไปทำงานเข้ามันก็สงบได้บ้าง เวลามันทำได้บ้าง คำถามของเขา แล้วก็เขาทำอยู่ที่นี่ พอตั่งพุทโธได้ ทีนี้ก็พุทโธมากขึ้น การทำวนไปเวียนมาอย่างนี้ ทำแบบนี้มันจะเข้าสู่ทิศทางได้ไหม

การทำวนเวียนอย่างนี้ เวลามันดีขึ้นเราก็กังเกียด เราปฏิบัติ ๒๒ วัน เราไม่ทำงาน เราจะมาหาทรัพย์ภายใน แล้วเราหาทรัพย์ภายใน เวลาทำของเขามันมีความสุข มีความสงบ วันหนึ่งลงสมาธิได้ถึง ๒-๓ ครั้งต่อทุกๆ วัน

ลงสมาธิแล้วรักษาของเรา ดูแลของเรา แล้วพอลงสมาธิแล้วฝึกหัดใช้ปัญญาของเรา ปัญญาต้องฝึกหัดใช้ขึ้นมา ถ้าปัญญามันฝึกหัดใช้แล้ว ใช้ในอะไร

ในร่างกายนี้ ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม เพราะอะไร เพราะกิเลสเป็นนามธรรม กิเลสก็อยู่ในหัวใจเรานี้ แล้วมันก็ใช้กายกับใจเรานี้ออกไปหาเหยื่อ ออกไปทำดีทำชั่ว

แต่ถ้าเรามีสติปัญญาเราก็พิจารณา พอพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม พิจารณาสິงที่กิเลสมันอาศัยออกไปเป็นเครื่องมือ เราพิจารณาโดยเครื่องมือด้วยตัวตนของเรา เราพิจารณาไปแล้ว โอโฮ!

การศึกษามา ศึกษามาเป็นวิชาชีพ ศึกษาหาเงินหาทองไปเลี้ยงชีพ แต่การใช้ปัญญาตรึกตรองในร่างกาย ในความรู้สึกนึกคิดของเรา ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม นี้

คือจะถอดจะถอน จะถอดถอนสักกายทิฏฐิ ทิฏฐิวาสรรพสิ่งนี้เป็นเรา ของนี้เป็นเรา จิตเป็นเรา ทุกอย่างเป็นเราๆ มันก็เป็นเราจริงๆ เป็นตามสมมุติ เพราะเกิดตามเวรตามกรรม

เพราะมีเวรมีกรรมถึงได้เกิดเป็นมนุษย์ไง เกิดเป็นของเราก็คือเป็นของของเราไง แต่เวลาพิจารณาไปแล้วมันเป็นสมบัติกลาง มันเป็นเรื่องของวิภวัญจะ มันเป็นเรื่องของบทบาทในโลกละคร เราได้เกิดมาเป็นมนุษย์ไง แต่พิจารณาไปแล้วมันละบทบาทหมด มันถอนหมดเลย นั่นแหละฝึกหัดใช้ปัญญา ถ้าปัญญาอย่างนี้มันเกิดขึ้น

เขาทำอะไร สิ่งที่ทำๆ อยู่เนี่ยมันไปเวียนมามันจะดีขึ้นไหม มีทิศทางอย่างไร

มันก็เริ่มต้นจากตรงนี้ จากคำบริกรรม จากการฝึกฝนของเรา

นี่พูดถึงว่าเขาเอียนพุทโธ

แต่คำว่า “เอียน” อย่างไร มันน่าจะขมอย่างเดียวคือว่าได้ทำมาแล้วไง ได้ทำมา ๒๒ วัน วันที่ ๒๓ เริ่มเบื่อ เริ่มเอียน ๒๔ ยิ่งหนักไปเลย ขี้เกียจชิมเขาไปเลยนะ เอียนจนพุทโธไม่ได้

พุทโธไม่ได้ เราก็ใช้อุบาย เวลากิเลสมันต่อต้าน อันนี้คือกิเลสมันต่อต้าน คือกิเลสในใจของเรามันต่อต้าน พอต่อต้านแล้วมันก็สร้างสถานการณ์ขึ้นมา พอสร้างสถานการณ์ขึ้นมาให้เราจำนนต่อมันนะ

แต่ถ้าเรามีสติปัญญา เราแก้ไขไปนะ การภาวนานี้ก็สืบต่อเนื่องกันไปได้ ถ้าไม่มีครูบาอาจารย์แก้หรือเราแก้เราไม่ได้ แค่นี้จบแล้ว นี่คือการต้าน ต้านที่จิตมันติดแล้วมันไปไม่ได้ จบแล้วที่นี้ก็พยายามจะหาหนทางออก ถ้ามีครูบาอาจารย์แก้ไข มันก็แก้ไขของมันไปได้ นี่เป็นปัญหาหนึ่ง

ปัญหาต่อไปนะ

ถาม : เรื่อง “ปัญหาและอาการที่เกิดขึ้นระหว่างภาวนา”

กราบนมัสการหลวงพ่อกี่เคารพ ลูกขอความเมตตาจากหลวงพ่อด้วยเถิดเจ้าค่ะ คือลูกเพิ่งเริ่มฝึกหัดภาวนาใหม่ยังไม่ถึงปี (ฝึกโดยการอ่านหรือฟังจากอินเทอร์เน็ต) ดิฉันใช้วิธีหายใจเข้าพุท หายใจออกโธ กำหนดรู้ตรงปลายจมูก

ขณะนี้เกิดปัญหาคือมีอาการมีนชาตรงช่วงจมูก ไม่ค่อยรู้สึกถึงลม แต่ดิฉันก็นึกพุทโธตามเดิม พยายามไม่ให้พุทโธหาย บางครั้งมันก็หายใจโล่ง แต่ส่วนมากมันไม่โล่ง นี่คือนปัญหาที่หนึ่ง

ปัญหาที่สอง คือตอนแรกเวลานั่งมันปวดขามาก พอตีฟิงเทศน์ในอินเทอร์เนต ท่านให้กำหนดลมที่ปลายจมูกแล้วภาวนาพุทโธ แล้วพยายามหายใจให้เบาเพื่อที่จะได้ไม่ปวดมาก ดิฉันก็ทำตาม ก็ได้ผลปวดน้อยลง แต่นั่งไปมีอาการคือเหมือนข้อที่ ๑.

ต่อจากนั้นดิฉันก็พยายามไม่ใส่ใจ ภาวนาต่อไป มีอาการเคลิ้มๆ เหมือนจะหลับแต่ไม่หลับ ไม่วูบแต่ตั้งลง รู้สึกนิ่งๆ ไม่ฟุ้งซ่าน รู้สึกถึงลมเข้าออกตลอด ดิฉันเลยกำหนดรู้ลมตรงหน้าอก

ขอเรียนถามหลวงพ่อกว่า นี่คือการตกภวังค์หรือไม่

ขอหลวงพ่อช่วยเมตตาลูกด้วย ตอนนี้อูทำทุกครั้งก็จะมีอาการแบบนี้ จึงไม่รู้จะทำอย่างไร กราบขอบพระคุณหลวงพ่อเจ้าค่ะ ด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ینگเขลา ลูกเลยไปรับขันธุ์เทพหรือผีไม่ทราบมาบูชา แต่ตอนนี้ลูกเอาทิ้งแล้ว นับถือพระรัตนตรัยเท่านั้น ไม่ทราบมันเกี่ยวกับการมีนชาหรือไม่

ตอบ : ใ้ไนี้ที่ว่ามันตกวูบต่างๆ มันเป็นการตกภวังค์หรือไม่

ตก ตกแน่นอน ถ้ตกแน่นอน วิธีแก้ วิธีแก้ของเราะ ก็ตั้งสติไว้ แล้วกำหนดพุทโธอย่างที่ทำอยู่ที่นี่ ก็กำหนดอย่างที่ทำอยู่ที่นี่แล้วให้มันชัดๆ ชื่น ชัดๆ ชื่นมันก็อยู่ที่สติปัญญาของเรา

ทุกคนก็ว่าตัวเองทำชัดที่สุด แต่มันก็อยู่ที่วาสนานะ ถ้วาสนาของคนที่มีวาสนามาก คำว่า “มีวาสนา” มันทำสิ่งใดมันต้องค้นคว้าด้วยตัวเอง ถ้ไม่มีวาสนามันจะอ่อนวอน มันจะขอให้คนช่วย ถ้มันทำตามความเป็นจริง นี้อยู่ที่วาสนาของคน ถ้ทำไปแล้ว

แก้ภวังค์เดี๋ยวล่อยแก้ นี้กลับมาคำถามก่อน กลับมาคำถาม ฝึกหัดภาวนาใหม่ ถ้ฝึกหัดภาวนาใหม่ ภาวนาไม่ถึงปีแล้วฟังจากอินเทอร์เนต หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ

แต่ปัญหาของมันคือว่า “เวลาช่วงมีการมีนชาที่ปลายจุมก ไม่ค่อยรู้สึกลม แต่ดิฉันก็พุทโธตามเดิม พยายาม ไม่ค่อยรู้สึกลม”

ตั้งสติสิ คำว่า “เวลาการประพฤติปฏิบัติ” หลวงตาท่านจะสอนประจำ ถ้าการปฏิบัติถ้ามีสติ อันนั้นจะเป็นการประพฤติปฏิบัติ ถ้าขาดสติ ขาดสตินั้นสักแต่ว่าทำ ถ้าสักแต่ว่า ผลมันสักแต่ว่า เหมือนกับเราไม่ค่อยรับผิดชอบ ไม่ค่อยรับผิดชอบมันก็ผลน้อยลง ทั้ง ๆ ที่เราทำอยู่นะ

ฉะนั้น เวลาเราเดินหรือเรานั่งสมาธิ เราเดินด้วยกิริยานะ แต่จิตใจบางคนมันห่วงมันง่วงเหงาหาวนอน มันต่าง ๆ เรื่องความรู้สึกนี้เป็นเรื่องหนึ่ง กิริยาภายนอกเป็นเรื่องหนึ่ง แต่ถ้าบางทีเวลาเดินจงกรม เดินจงกรมเหมือนเซไปเซมา แต่จิตใจข้างในมันแจ่มแจ้งก็ได้ มันอยู่ที่กิริยา อยู่ที่วาสนาของคน ถ้าวาสนาของคน เห็นไหม

เวลามันมีนมันชา เวลามันมีนมันชา เราตั้งสติ ตั้งสติ เวลากำหนดลมแล้วถ้ามันมีนชา เราก็หายใจแรง ๆ หายใจชัด ๆ ขึ้นมาสักทีหนึ่ง แล้วเราก็รักษาของเราไป รักษาของเราไปอยู่อย่างนี้ถ้ามีสติมีปัญญาพอ ทำของเรา ความมีนชานั้นก็จะเบาบางลง เบาบางลงเดี๋ยวก็มีนชาอีก มีนชาอีก แล้วที่นี้มันก็ต้องย้อนกลับมาแล้ว ย้อนกลับมาเริ่มต้นจากภาวนา

เวลาเริ่มต้นภาวนา เราก็ดู วันนี้เราได้กระทบสิ่งใดมา ถ้ากระทบสิ่งใดมา เรารู้เลยวันนี้มันเดือดร้อน จิตใจมันเดือดร้อนมาก เดือดร้อนมาก เราก็ต้องทำให้มันมากขึ้น แต่ถ้าวันไหนจิตใจมันนุ่มนวล จิตใจมันไม่มีสิ่งใดกระทบรุนแรง เราก็ทำพอประมาณก็ได้ แล้วนี่เรื่องหนึ่งนะ

อีกเรื่องหนึ่งก็เรื่องงาน เราเป็นฆราวาส เรามีหน้าที่การงานของเรา วันนี้ทำงานมาทั้งวันเหนื่อยมาก ทางของคฤหัสถ์ไง เรามีความรับผิดชอบต่อหน้าที่การงานของเรา นี่ถ้าเราทำของเรา ถ้าเราทำได้เราก็ทำ ทำไม่ได้เราก็พักผ่อนชะ แล้วถ้าตื่นขึ้นมาเราค่อยภาวนาใหม่ เพราะมันเหนื่อยมาจากงาน เหนื่อยมาจากการใช้ชีวิต นี่ทางของคฤหัสถ์เป็นทางที่คับแคบ

ทางของพระ ๆ ทางของพระที่ปฏิบัตินะ พระมาฉันอาหารไม่ครบเพราะอดอาหารก็มี แล้วพระที่เร่งภาวนา เสร็จจากกิจในศาลากลับไปก็ภาวนาได้แล้ว ๒๔ ชั่วโมง ถ้าวัดปฏิบัติเขาปฏิบัติ ๒๔ ชั่วโมง ปฏิบัติตลอดเวลา ปฏิบัติของเขาไป

สิ่งนี้ถ้าเวลามันมีมันมันชา เราก็ย้อนกลับมาดูตรงนี้ ย้อนกลับมาที่ว่า จะบอกว่า ไขมัน เรื่องการอยู่การกินมันมีผลของการปฏิบัติเหมือนกัน ถ้ามันมีมันมันชา ไม่ใช่ไปกินให้มาก มีแต่ ผ่อนลงๆ ดื่มน้ำ ดื่มน้ำ กินแต่อาหารเบาๆ อย่าให้อาหารเป็นไขมันต่างๆ เวลาภาวนา ไปมันจะมีปัญหาอย่างนี้ เวลามันมีมันมันชาของมันไปไง นี่ข้อที่ ๑.

ที่นี้ข้อที่ ๒. เวลานั่งไปแล้วมันปวดขา เวลามันปวดขา

ถ้าเราพุทโธนะ เราก็อพุทโธชัดๆ iveau ไขมันที่มันเจ็บปวดมันจะเบาบางลง แต่ถ้าจิตมัน สงบแล้วนะ เวลามันปวดเราก็อไปดูอาการปวดนั้น แต่ถ้าไปดูอาการปวด ความปวดมันจะ ปวดมากขึ้นไป

ฉะนั้น เขาบอกว่าเขาดูในอินเทอร์เน็ทบอกให้กำหนดลมที่ปลายจมูกแล้วภาวนาพุท โธไป เขาพยายามทำแล้วมันเบาบางลง ความปวดมันไม่ปวดมาก ความปวดลดน้อยลง แต่ มันมีอาการเหมือนข้อที่ ๑. ก็มีชานั่นแหละ ถ้ามีชานะ ความมีชานอย่างนั้นมันจะตกวงค์ ใหม

เริ่มต้นการจะตกวงค์ก็เริ่มต้นจากตรงนี้ เริ่มต้นจากมีนจากชา จากความไม่รู้สึกรู้ตัว แล้ววูบหายไปเลย เวลามันวูบหายไปเลย บางทีมันไม่วูบหายไปก็คาอยู่อย่างนั้นนะ นี่มัน เป็นวงค์ เห็นไหม

คำว่า “วงค์” มันจะแก้วงค์ได้ด้วยพุทโธชัดๆ

เวลาเราจะพุทโธชัดๆ ของเรา พุทโธชัดๆ คำว่า “ชัดๆ” สติมันพร้อม ทำสิ่งใดมัน ต้องมีสติไป คำว่า “สติของคน” มันก็เหมือนจิตนิสัยของคน คนเราความรับรู้สึกรู้มันไม่ เหมือนกัน บางคนชัดเจนมาก บางคนก็พอประมาณ แต่เวลาทำของเรา เราก็อทำเพื่อ ประโยชน์กับเรา

ถ้ามันจะตกวงค์นะ เรากลับมาพุทโธ iveau อย่างนั้นก็ลุกขึ้นเดินจงกรมเลย อย่าให้มัน ลง นั้นเวลาเราแก้ของเรา

เราเคยเป็นอย่างนี้ เราแก้ของเราด้วยการภาวนาไม่เอาสมาธิ ภาวนาชัดๆ อยู่อย่าง นี้ เพราะเราคิดว่าเรามีเป้าหมายไป พุทโธๆๆ แล้วมันก็จะไปสมาธิ พอเป็นสมาธิ เราก็อคิดว่า สมาธิจะละเอียดขึ้น ละเอียดขึ้นคือความรับรู้ผิดชอบน้อยลง

ถ้าละเอียดโดยความเป็นจริงนะ เราชัดๆ แต่มันละเอียดขึ้น นั่นมันเป็นเรื่องหนึ่ง

แต่ทีนี้ถ้าอำนาจวาสนาเราเบาบาง เวลามันพุทโธชัดๆ เราว่ามันหายาบ เราก็จะให้มันละเอียด เราก็ภาวนาให้เบาๆ เบาๆ จนมันจะหายไปเลย นี่มันจะเป็นเหตุให้ตกภวังค์ เห็นไหม

ของเรา เวลาเราแก้ของเรานะ พุทโธโดยไม่เอาสมาธิ คือพุทโธชัดๆ ท่องบ่นทั้งวันเป็นเดือนๆ เลยนะ สุดท้ายเวลามันจะลงนะ พุทโธชัดๆ อยู่อย่างนี้ โอ้โฮ! มันคงลงนะ ความรู้สึก ลง โอ้โฮ! ลงจนหายเลย หายหมด ชัดๆ ต่อหน้าต่อตาเนี่ย เวลามันลง มันลงต่อหน้าต่อตา

แต่เนี่ยโดยความไม่เข้าใจ แต่ตอนแรก ตอนแรกถ้าเราพุทโธชัดๆ มันจะหายาบ ถ้ามันเบาบางลงคือมันจะลงสมาธิ มันจะหายไป มันไม่รู้ แล้วจากนั้นก็หายไป

ฉะนั้น เวลาแก้ของเรา เราใช้ปัญญาอย่างนี้ ปัญญาของเราคือเริ่มต้นจากว่า **ปฏิบัติสมาธิโดยไม่ต้องการสมาธิ**

มันจะอ้างว่าจะเข้าสมาธิแล้วนะ จิตมันจะดีขึ้นแล้วนะ แล้วมันก็จะเบาๆ เบาๆ จนหายไป หายก็คือลงภวังค์

เราแก้ของเรามาด้วยวิธีนี้ ด้วยวิธีภาวนาโดยไม่ต้องการสมาธิ แต่มันได้สมาธิ ภาวนาอยากได้สมาธิ มันไม่ได้ มันลงภวังค์ เพราะว่าอะไร เพราะเราอยากได้ ก็เลสมันก็อาศัยช่วงนี้เป็นช่วงที่ว่าพาให้เราหายไปเลย

เราแก้ของเราด้วยอย่างนี้ นี่พูดถึงว่าเวลาแก้ ให้พุทโธชัดๆ ไว้ ชัดๆ ไว้ เราก็มีสติปัญญาของเราใช้ไหม

ฉะนั้น สิ่งที่ว่าเขาถามมาว่า เหตุที่เกิดขึ้น เกิดขึ้นเพราะว่าก่อนหน้านั้นเขาโง่เขลาเบาปัญญาไปรับขันธุ์ รับขันธุ์คือรับการที่ว่าเขาจะมีการประทับทรงอะไรทำนองนั้นนะ มันเป็นเทพหรือเป็นผีหรือไม่ ฉะนั้น เพราะเป็นการรับขันธุ์นั้นหรือไม่ถึงได้มีอาการแบบนี้ ถ้าอาการ รับขันธุ์ไปแล้ว เราปฏิเสธไปแล้ว เราละทิ้งไปแล้ว แล้วเรามาถึงพระรัตนตรัย เรามาถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

เราถึงพระพุทธ พระพุทธคือพระพุทธเจ้า พระสงฆ์คือพระสาวกบุตร พระโมคคัลลานะ พระสงฆ์คือพระหลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น พระสงฆ์คือพระสงฆ์ที่มีคุณธรรม

เห็นไหม พระพุทธ พระธรรม พระธรรมคือคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเรายึดมั่นตรงนี้ ยึดมั่นตรงนี้แล้วเราพยายามทำของเรา สิ่งที่มีคนเคยรับชัณฑ์มาแล้วทิ้งไปแล้วนั้นเป็นอดีต อดีตแล้วก็ว่างแล้ว แล้วมาแก้ไขกันที่นี้ สิ่งนั้นเราวางไป ไม่ต้องไปวิตกกังวลนั้น

คำว่า “วิตกกังวล” นี้วิจรณธรรม วิจรณธรรมของเราคือความสงสัย ความง่วงเหงา หาวนอน ความวิตกกังวลของเรา นี้คือวิจรณธรรม วิจรณธรรมก็คืออารมณ์อารมณ์หนึ่ง มันเป็นอาการหนึ่งที่เกิดจากจิต

ฉะนั้น เวลาเรามีสติปัญญา เราก็จะทำให้จิตใจของเราเข้าใจแจ่มแจ้ง พอเข้าใจแจ่มแจ้ง วิจรณธรรม ความลังเลสงสัย ความง่วงเหงาหาวนอนมันก็จะเบาบางลง

วิจรณธรรมเป็นการกางกันไม่ให้จิตเราลงสู่สมาธิ วิจรณธรรมก็คืออารมณ์ความรู้สึก มันอารมณ์อารมณ์หนึ่ง ชื่อของมันใจ ที่นี้เวลาเรามีสติมีปัญญา เราชัดเจนของเรา ใจวิจรณธรรมมันก็จางไป มันก็หายไป มันก็ชัดเจน มันก็แจ่มแจ้ง แล้วเราก็พุทธโธของเราไป

ไม่ต้องไปกังวล ถ้าเราไปคิดมันเข้าสู่วิจรณ ที่ว่าเราเคยรับชัณฑ์มา เราเคยไปรับผิดชอบมา มันเป็นเหตุ เหตุให้เราเป็นชัณฑ์ เป็นเหตุให้เราเป็นอย่างนี้หรือไม่

ไอ้ของมันเป็นเรื่องอดีตไปแล้ว ในปัจจุบันนี้เราชัด ๆ ของเรา เราแก้ไขของเราที่นี้ ถ้าแก้ไขของเราที่นี้ เรากลับไปพุทธโธต่อไป เรากาวนาของเรานะ

ใครทำงาน สิ้นเดือนก็ได้รับเงินเดือน ไอ้นี้ก็เหมือนกัน ใครไม่ภาวนามันก็ได้แต่มีโครงการ ได้แต่นึกคิด แต่ถ้าเรากาวนาของเรา เราทำงานของเรา ถ้าทำงานของเราประสบความสำเร็จ เราก็ได้ผลตอบแทนของเรา

ถ้าเราทำงานของเราไม่ได้รับความสำเร็จ เราก็ฝึกงาน ฝึกงานทำงาน ปฏิบัติบูชา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราทำคุณงามความดีเพื่อเรา แต่เราทำคุณงามความดีเพื่อเรา แล้วทำอย่างไรล่ะ เริ่มต้นตรงไหนล่ะ แล้วจะทำอย่างไรล่ะ

แต่ถ้าเราบอกว่าเราจะทำของเรานบูชาพระพุทธเจ้า ทำบูชาพระพุทธเจ้า แต่ผลคือของเรา แต่เรานบูชาพระพุทธเจ้า เอาพระพุทธเจ้าเป็นหลัก เอาพระพุทธเจ้าเป็นประธาน แล้วเราทำเพื่อบูชาพระพุทธเจ้า แล้วปฏิบัติของเราไป พอปฏิบัติของเราไปมันก็มีจุดยืนใช่ไหม มันไม่ต้องไปกังวลใจว่ามันจะเป็นอย่างไร มันจะเป็นอย่างไร นี่บูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย

เวลาปฏิบัติ คนปฏิบัติแล้วไม่ได้ผล

เราบอก ได้ โยมมาทำบุญเป็นวัตถุทาน เวลาเรานั่งภาวนาเราเอาร่างกายถวายพระพุทธเจ้า นั่งสมาธิ เราเอาร่างกายใส่พานถวายพระพุทธเจ้าเลย เรานั่งได้ ๕ นาที เราก็ถวายพระพุทธเจ้า ๕ นาที ได้ ๑๐ นาที เราก็ถวายพระพุทธเจ้า ๑๐ นาที

เราเอาร่างกายนี้ เอาร่างกายและจิตใจบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มันจะไม่ได้บุญตรงไหน มันได้บุญแน่นอน มันได้บุญของมันอยู่แล้ว

เวลาหลวงตาท่านสอน เอ็งจะทำบุญมหาศาลขนาดไหน ถ้าจะพ้นจากทุกข์ต้องอยู่ที่การภาวนานี้

ทานก็คือทาน ศีลก็คือศีล ภาวนาก็คือภาวนา คนจะฉลาด คนจะมีปัญญาเกิดจากการภาวนา จิตใครสงบแล้ว ใจความที่คิดไม่ออก คิดไม่ได้นี่แจ่มแจ้งหมดเลย ใจทำงานอันตื้นคิดไม่ออกเลย ลองมาทำความสงบสิ เดี่ยวคิดออกหมด ปัญหานี้แก้ได้หมดเลย นี่เหมือนกันแล้วยิ่งถ้ามันละเอียดเข้าไปนะ มันจะไปแก้ภพแก้ชาติเลย มันจะแก้ปมข้างใน

ฉะนั้น สิ่งที่ว่า ผู้ปฏิบัติใหม่เขาพึ่งเทศน์จากอินเทอร์เนต

ถ้าอินเทอร์เนต ก็เอาตรงนั้นเป็นตัวตั้งแล้วเราก็พิจารณาของเรา ถ้าเวลาเทศน์เป็นคติธรรม อย่างเช่นของหลวงตาท่านเทศน์ของท่าน ประโยคของท่าน เราจับประโยค แล้วถ้าเราสงสัยสิ่งใด เวลาเราฟัง สิ่งที่เทศน์นั้นนะมันจะมาแก้ไขความสงสัยของเรา ถ้าแก้ความสงสัยของเรา แล้วปฏิบัติของเราไปด้วย แล้วถ้ามันเป็นจริงขึ้นมา เป็นสมบัติของเรา

เริ่มต้นก็จากฟัง หลวงตาท่านสอนว่า ในการประพฤติปฏิบัตินะ พระกรรมฐาน การฟังเทศน์สำคัญที่สุด

เพราะการฟังเทศน์ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านเป็นพระอรหันต์ เวลาท่านพูด ท่านพูดออกมาจากในใจของท่าน ท่านมีประสบการณ์ของท่าน ไอ้เราปฏิบัติมันติดขัดไปหมด ไอ้ นั่นนะเป็นแนวทาง เหมือนการจูงมือกันไป แล้วเวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะเป็นผลของเราใน

การฟังเทศน์สำคัญที่สุด แล้วก็เป็นการปฏิบัติบูชา เวลาปฏิบัติบูชา ปฏิบัติแล้วมันจะเป็นผลประโยชน์ของเรา นี้แก้ไขอย่างนี้

นี่เป็นคำถาม คำถามที่ ๑. เวลาปฏิบัติแล้วมันมีมันง มันทา

เราก็ตั้งสติซัดๆ

๒. เวลามันเจ็บมันปวดขึ้นมา

เวลามันเจ็บมันปวดขึ้นมา เวลามันเจ็บปวด มันเจ็บปวดเพราะว่ากิเลสมันมีคนจะเข้าไปเปิดหน้ามัน ไปเผชิญหน้ามัน มันถึงต่อต้าน

แต่ถ้าไม่ใช่การนั่งสมาธิภาวนา นั่งดูหนัง นั่งดูละคร นั่งเล่นการพนัน มันนั่งได้ทั้งวันเลย แต่พอ นั่งสมาธิ เราปิดทวารทั้งหมด เปิดแต่ใจไว้ มันอึดอั้น แต่ถ้า นั่งแล้วส่งออกหมด จบเลย

ฉะนั้น เวลานั้นทำอย่างอื่นทั้งวันทั้งคืนนั่งได้ เวลานั้นสมาธิทำไม่นั่งไม่ได้ นั่งไม่ได้เพราะอะไร

นั่งไม่ได้เพราะการนั่งสมาธิมันเป็นการนั่งสมาธิบูชาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มันจะเข้าไปเห็นกิเลสใน กิเลสมันถึงต่อต้าน

ฉะนั้น เวลานั้นจะมีจะซา มันจะเจ็บปวดอย่างไร เริ่มต้นเป็นแบบนี้ แต่ถ้าพอคนหนึ่งไปๆ ถ้ามันได้มรรคได้ผล ได้มีความสุขมีความสงบ มันจะเห็นเลย คนเวลาเขาถือศีล ๘ ศีล ๒๒๗ พระไม่เคยไปไหนเลย ทำไม่มีความสุขละ โยมเที่ยวรอบโลกเลย แล้วมีความสุขใหม่

สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี สุขอื่นใดเท่ากับใจฉันไม่ได้ ใจฉันสงบที่สุด ใจฉันสุขที่สุด

ไอนี้ไปหาความสุขกันข้างนอกใจ แต่เวลาเราเข้ามาแล้ว ดูลิ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแก่ใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้องค์เดียว เป็นครูสอนสามโลกธาตุ ครูบาอาจารย์ของเราท่านทำแบบนั้น

ฉะนั้น ถ้ามันตั้งใจแล้วทำของเรา นี่มีประโยชน์ เราจะบอกว่า คนจะฝึกหัดภาวนามันต้องมีวิฤทธิภาวะนะ จิตใจมันต้องละเอียด ว่าอย่างนั้นเถอะ มันเป็นนามธรรม แต่นามธรรมที่จับต้องได้ นามธรรมที่สัมผัสได้ ถ้านามธรรมที่สัมผัสได้ สติคืออะไร สมาธิคืออะไร ปัญญาคืออะไร แล้วจิตที่เกิดมันเกิดอย่างไร

ไอนี้เราเห็น เราเห็นวัตถุธาตุ ธาตุ ๔ แต่ไอนี้ปฏิสนธิจิตมันมองไม่เห็น เพราะว่ามีสเปิร์ม มีไข่ แล้วต้องมีปฏิสนธิจิตลง ถ้าไม่มีปฏิสนธิจิตลง ไม่เกิด

ปฏิสนธิจิตคืออะไร

ก็คือตัวเรา ตัวเราเกิดมา เวลาเราทำความสงบของใจเราก็จะเข้าไปตรงนั้นนะ เข้าไปสู่จิตเดิมแท้แล้วไปแก้ไขกันที่นั่น พอที่นั่นแก้ไขได้ ธรรมะสอนอย่างนี้

เวลาเราบอกว่า ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ก็นี้กว่าเกิดมานั่งอยู่นี้ไม่ตายเลย

พระพุทธเจ้ายังต้องตาย ที่ไหนมีการเกิด ที่นั่นมีการดับ เวลามันแก้ไขแล้วมันไม่ไปเกิดอีก คือมันไม่มีการเกิด ไม่มีการเกิดก็ไม่มีการไป ไม่มีการไปก็จบ จบคืออะไร นิพพานเที่ยง นี่พระพุทธศาสนาเวลาสอนนะ

นี่พูดถึงคนถามเขาเพิ่งเริ่มฝึกหัดปฏิบัติ

ไอนี้ที่พูดนี้พูดเพื่ออะไรรู้ไหม พูดเพื่อให้เขายังปฏิบัติต่อไป ใจคือพวกนี้พวกจะเลิกไอนั้นก็เอียนพุทโธจนไม่ไหวแล้ว ไอนี้ปฏิบัติไปแล้วก็ตกภวังค์หมดเลย

ไอนี้ที่พูดอยู่นี้พูดไว้ทำไมรู้ไหม พูดไว้เพื่อให้คนปฏิบัติมีสังคัมปฏิบัติ มีคนที่ยังปฏิบัติกันอยู่ ไม่ใช่พูดเพื่อให้ต่างคนต่างอันตื้นแล้วต่างคนต่างเลิกไปทางโลกหมดเลย

ย้อนกลับมาที่นี้ ย้อนกลับมาปฏิบัติของเรา ถ้าปฏิบัติของเราจะเป็นสมบัติของเรา แล้วสุขทุกข์มันอยู่ที่ใจ เอวัง