

สำคัญผิดที่

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๐

ณ วัดป่าสันติพุทธาราม (วัดป่าเขาแดงใหญ่)

ต.หนองขวาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ถาม : เรื่อง “อึดอัดกลางอกเวลาหายใจออก”

กราบนมัสการหลวงพ่อบุญถึงปัจจุบันผมยังปฏิบัติอยู่ครับ ปัญหาเรื่องคำดำ
พระพุทธรูปเจ้าหายไปแล้วครับ เรื่องตกแก้วต่อนี้ก็ไม่ใช่แล้วครับ ส่วนเรื่องอารมณ์รุนแรง
ของตัวเองที่เพิ่มขึ้นหลังนั่งสมาธิก็ยังคงอยู่ครับ ขอบคุณหลวงพ่อบอกครับ ตอนนี้อธิปฏิบัติ
ของผมเป็นดังต่อไปนี้ครับ

รู้สึกถึงลมหายใจเข้าออกและรู้ตัวเสมอเมื่อร่างกายขยับ เช่น นั่งกระดิกเท้า และรู้สึกว่า
ลมหายใจทำให้มีความรู้สึกเข้ามาว่าอึดอัดขึ้นมากกลางอก บางครั้งสั้นๆ เป็นมากเมื่อลม
หายใจออกที่ยาว และบางครั้งก็หายไป และก็กลับมาอีก รับรู้ความรู้สึกทั้งหมดจะจับคู่กัน
กับลมหายใจ และความรู้สึกอึดอัดกลางอก แต่ในชีวิตประจำวันที่ไม่ได้คิดถึงลมหายใจก็ไม่
อึดอัด แต่เมื่อไหร่ที่รู้ลมหายใจจะเป็นอาการแบบนี้ทุกครั้ง

ขอความกรุณาหลวงพ่อบอกด้วยครับว่า อาการที่ผมเป็นมันคืออะไรครับ ต้องแก้ไข
อย่างไรครับ และผมมีคำถามเพิ่มเติมครับ ปัจจุบันผมรักษาศีล ๕ มาโดยตลอดครับ

๑. ผมอยากทราบว่า ดูหนังโป๊และช่วยตัวเองทำให้ผิดศีลไหม หรือมันเป็นโทษ
ทางด้านไหน ขรวาสควรจะละเว้นไหมครับ

๒. หากเป็นแฟนกันโดยยังไม่แต่งงานและมีความสัมพันธ์กัน จะผิดศีลข้อที่ ๒ และ
๓ หรือไม่ครับ

ตอบ : ผิดแน่นอน ผิดหมดเลย ทั้งข้อ ๑. และข้อ ๒. เดี่ยวข้อ ๑. ข้อ ๒. มันเป็นคำถาม
เพิ่มเติมมา

แต่เอาผลของการปฏิบัติก่อน เวลาผลของการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติเริ่มต้น คนเราเวลาปฏิบัติทุกคนนะ ถ้ามีนิสัย คำว่า “มีนิสัย” คือว่ามีนิสัย คำว่า “มีวาสนา” ก็อยากจะเข้าวัดเข้าวา อยากจะคบแต่คนที่ดี

แต่ถ้ามันไม่มีวาสนาไปคบคนที่ดี เขาบอกว่า คนดีนี้ไม่ดีเลย ไม่ดีเพราะอะไร เพราะชอบแนะนำให้เราเสียสละ ชอบแนะนำให้เราเห็นแก่คนอื่น ไม่ให้เห็นแก่ตัว นี่มีคนคิดอย่างนี้ นะ ถ้าเราเป็นคนที่ได้แต่ผลประโยชน์ เป็นความดีหมดนะ

แต่ถ้าเป็นคนดี ๆ เขาจะเสียสละให้คนอื่นก่อน ๆ ถึงบอกว่า ถ้ามีอำนาจวาสนามันจะระลึกถึงเรื่องอย่างนี้ ระลึกถึงแต่เรื่องที่ดี ๆ ระลึกถึงแต่เรื่องของคนอื่น ระลึกถึงแต่เรื่องของ ประโยชน์ก่อน แล้วเราจะได้ประโยชน์ตามหลังมา เราจะได้ประโยชน์แน่นอน

ทำดีต้องได้ดี ทำชั่วต้องได้ชั่ว ทำดีต้องได้ดีแน่นอน แล้วได้ดีแบบความมั่นคงด้วย ได้ดีแบบความมั่นคงเพราะอะไร เพราะคนรอบข้างเราเป็นคนดี คนรอบข้างเราอบอุ่น เขาจะทำร้ายเราไหม สมบัติสิ่งใดที่เราหามา มันจะเป็นประโยชน์กับเรา แล้วเขาช่วยคุ้มครองด้วย

แต่ถ้าเราเห็นแก่ตัว ๆ เราทำสิ่งใดได้มา ไปเถอะ เขาทำลายหมดนะ แต่ถ้าเราเป็นคนดี แต่ถ้าเป็นคนดีนะ ถึงเวลาเป็นวาระของกรรมมันก็เป็นแบบนั้น

นี่พูดถึงว่า ต้องมีอำนาจวาสนา พอมิอำนาจวาสนา เราจะคิดแต่เรื่องดี ๆ แล้วเราจะแสวงหาสิ่งที่ดีงาม

เราเห็นประวัติของคนที่ปฏิบัติมากมาย เขาจะคิดว่าอะไรคือความดี แล้วตามหาความดี พอตตามหาความดีแล้ว ความดีที่ยิ่งขึ้นไปกว่านี้ยังมีไหม ความดีที่ดี ต่อเนื่องไป ความดี ถึงจนถึงที่สุด เขาจะปฏิบัติแล้วพยายามค้นคว้าไป

ไ้ว่าความดี ๆ ความดีคืออะไรละ

ส่วนใหญ่ของพวกเรบอก ทำดีแล้วไม่ได้ดี ทำดีแล้วไม่ได้ดี

ทำดี ทำดีทิ้งเหว คำว่า “ทำดีทิ้งเหว” นะ ทำดีโดยความไม่ปรารถนาผลตอบแทน ถ้าใครปรารถนาผลตอบแทน มันก็เหมือนธุรกิจ เหมือนกับการแลกเปลี่ยน ทำแล้วต้องให้มีคนชื่นชม แต่ถ้าเป็นอย่างเรา เราทำแล้วทิ้งเหวนะ จะทำอะไรแล้วทำได้ดิน

อยู่กับหลวงตามา หลวงตา ก่อนที่เราจะอยู่กับท่านนะ ท่านช่วยโลกมาเยอะ ก่อนที่ออกมาโครงการช่วยชาติฯ มาก แล้วไม่ให้ใครรู้ ใครจะจด ใครจะอะไร ท่านไม่ยอมให้ทำเลย ท่านทำได้ดินหมด

ฉะนั้น พอเรื่องโครงการช่วยชาติฯ มันเป็นเรื่องของชาติ มันเป็นเรื่องที่ใหญ่ มันเป็นเรื่องที่ทุกคนต้องมีความร่วมมือ ท่านถึงได้ประกาศออกมา ไม่อย่างนั้นท่านทำได้ดินทั้งนั้นนะ แล้วพอทำได้ดินแล้วจบ สบาย ไม่เดือดร้อน แล้วไม่วุ่นวาย ไม่มีปัญหาถ้าทำได้ดิน

แต่ถ้าทำแล้วยากให้คนรับรู้ นะ มีปัญหา มาก ฉะนั้น สิ่งที่ว่าทำบุญทิ้งเหวๆ คือว่าทำบุญแล้วไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งสิ้น ทำประโยชน์แล้วเพื่อเป็นประโยชน์อันนั้น ถ้าเป็นประโยชน์อันนั้นนะ ทำดีต้องได้ดี มันเป็นความดีในตัวของมันเอง เพียงแต่ว่าไม่มีใครมาชื่นชม ไม่มีใครมายกย่องสรรเสริญ นั่นเป็นเรื่องของโลก นั่นเป็นเรื่องของการประชาสัมพันธ์ ถ้าทางโลกมีความจำเป็น

แต่ถ้าทางธรรม ทางธรรมไม่ต้อง เพราะทางธรรมต้องการวิเวก ต้องการอยู่คนเดียว ต้องการความสงบ ต้องการการปฏิบัติ ไม่ต้องการเรื่องอย่างนั้น ถ้าไม่ต้องการเรื่องอย่างนั้นนะ ทำบุญทิ้งเหวแล้วไม่ต้องปรารถนาสิ่งใด แล้วไม่เรียกร้องอะไรเลย แล้วสบาย

แต่คนเรา “ทำดีแล้วไม่ได้ดี ทำดีไม่ได้ดี”

ทำดีไม่ได้ดีก็ทำเล็กน้อย แต่ต้องการผลตอบแทนมากๆ นั่นอีกเรื่องหนึ่งนะ

นี่พูดถึงว่า คนต้องมีวาสนา พอมีวาสนาขึ้นมา เข้าถึงคำถามนี้ไง

คำถามที่ว่า เมื่อก่อนคำถามนี้เขาถามมา ถามมาว่าเข้าไปใกล้พระพุทธรูปไม่ได้ เวลาเข้าไปใกล้พระมันจะมีคำต่อต้าน คือคำตักเตือนออกมาจากหัวใจ ออกมาจากเบื่องลิกนะ

แล้วเราก็บอกว่าให้ขอขมาลาโทษซะ แล้วให้พยายามขอภัย แล้วแผ่เมตตา แล้วพยายามปฏิบัติ พุทฺโธ คำว่าพุทฺโธก็หายไป แล้วพอภาวนาไปตกแก้วค์ ตกแก้วค์ก็หายไป แล้วแต่ปฏิบัติแล้วอารมณ์มันรุนแรง พอรุนแรงขึ้นมาแล้ว เวลาปฏิบัติไปมันก็เข้ามาตรงนี้ เข้ามาว่า ถ้ารู้สึกถึงลมหายใจเข้าออกมันจะมีอาการอึดอั้นกลางหน้าอก

เวลาการอัดอั้นกลางหน้าอก ถ้าอัดอั้นกลางหน้าอก เวลาคนกำหนดลมหายใจ กำหนดพุทโธ ถ้ามันมีแรงต่อต้าน มันมีกิเลสค้นหาความทะยานอยาก การปฏิบัติของเราไป มันจะมีอุปสรรค

แต่ถ้าเราไม่ได้ปฏิบัติเลยเราก็ไม่รู้ว่าจะมีอุปสรรคอะไร ถ้าเราไม่ได้ทำอะไรเลยนะ เหมือนกับเราคนแข็งแรง พอเราเข้าไปตรวจโรค โอโฮ! โรคเต็มเลย โอ้ย! สะดุ้ง

นี่ก็เหมือนกัน ถ้ายังไม่ได้ปฏิบัติมันก็เหมือนกับเราทำอะไรก็ได้ เราเป็นผู้ที่ทำอะไรประสบความสำเร็จทั้งนั้น เราเป็นคนดีทั้งนั้นนะ แต่เวลาไปปฏิบัติ ใจความดีๆ ของเรานะ มันกลายเป็นดาบสองคม มันกลายเป็นว่า เรารู้เช่นนั้น เราเข้าใจเช่นนั้น มันจะมีแรงต่อต้านอย่างนั้น

ถ้ามีแรงต่อต้าน แรงต่อต้านมันเกิดจากอะไร เกิดจากจริตนิสัย เกิดจากความชอบ เกิดจากต่าง ๆ

แต่เวลาประพฤติปฏิบัตินะ กรรมฐาน ๔๐ ห้อง กำหนดพุทโธ กำหนดอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ กำหนดมรณานุสติ การกำหนดนั้นคือคำบริกรรม การกำหนดนั้นคือการกระทำ

ถ้าการกระทำอยู่ตรงนั้นต่อเนื่อง ๆ จิตมันเหมือนกับการหวดแป้ง การตักน้ำใส่ตุ่ม ถ้าตักน้ำใส่ตุ่มตลอดเวลา น้ำต้องเต็มตุ่มแน่นอน เวลาเราหวดแป้ง ๆ ไป แป้งมันต้องนุ่มนวลแน่นอน นี่ก็เหมือนกัน เราบริกรรมพุทโธ ๆ ๆ ไป โดยข้อเท็จจริงมันจะต้องจิตสงบแน่นอน

แต่ที่มันไม่สงบเพราะอะไร มันมีแรงต่อต้านเพราะอะไร มีแรงต่อต้านเพราะกิเลสใจ กิเลสเป็นสิ่งที่ชีวิตจิตใจของเราใจ เวลาเราพยายามจะทำความสงบของใจเข้ามาคือการพยายามจะใช้คำบริกรรมให้กิเลสสงบตัวเอง การทำสมาธิคือกิเลสสงบตัวเอง สงบตัวเอง จิตตั้งมั่น จิตที่เป็นเอกเทศ พอจิตที่เป็นเอกเทศ

ก่อนที่มันจะเป็นเอกเทศ มันมีกิเลสอยู่ในใจ กิเลสในใจมันก็พลิกแพลงใจ มันก็เกิดอาการต่าง ๆ ขึ้นมาไง อย่างเช่นคำดำคำตาคำตึนตึนที่เกิดขึ้นมาจากการตั้งเดิม นั่นก็เป็นกรรมเก่า

กรรมที่ได้สร้างเวรสร้างกรรมสิ่งใดไว้ พอเรามีสติมีปัญญารู้เท่ารู้ทัน เราก็แก้ไขของเราได้ใช่ไหม

เวลามันตกวงค์ ตกวงค์เพราะความพลั้งเผลอ พอความพลั้งเผลอ เราตั้งสติไว้กำหนดไว้ มันก็จะลงสู่สมาธิ ถ้าลงสู่สมาธิ มันก็ยังมีเวรมีกรรมต่อไป เวลาจะลงสมาธิมีเกิดการอึดอัด เกิดการกดดันกลางหัวอก

นี่เวลาภาวนาไป เวลาภาวนาไปนะ โดยทั่วไปเขาบอกภาวนาแล้วต้องมีความสุข ภาวนาไปแล้วส่วนใหญ่จะไม่เกิดความทุกข์ ทำไมพวกเราภาวนาแล้วมีแต่ความทุกข์ความยากลำบาก

ภาวนาจะเกิดความสุขๆ ความสุขมันต้องเป็นสัมมาทิฏฐิถูกต้องตามความเป็นจริง ถ้าถูกต้องตามความเป็นจริงนะ เวลามันสงบลง โอโฮ! มันมหัศจรรย์ มหัศจรรย์มากกว่าความสุขที่เราคาดหวังเราจินตนาการอีก เพราะความสุขนั้นเป็นความสุขเหนือโลก

แต่สิ่งใดที่บอกภาวนาแล้วมีความสุขๆ คือการปฏิเสธ คือการไม่รับผิดชอบ เวลามันไม่รับผิดชอบ มันตกวงค์ไป มันหายไป ว่าไอนั้นเป็นสมาธิ

ความเข้าใจผิดของคนที่ภาวนาไม่เป็นมันก็บอกภาวนาอย่างนั้นมีความสุข มีมีความสุขเพราะมันพอใจมันชอบใจ ชอบใจว่าตัวเองทำได้ ทำแล้วประสบความสำเร็จ แต่ความจริงแล้วมันไม่สำเร็จ เพราะมันเป็นมิจฉา เป็นมิจฉาเพราะมันขาดสติ เพราะมันไม่ปฏิบัติตามความเป็นจริง

ถ้าเป็นความจริง สมาธิคือสมาธิ แล้วสมาธิเป็นอย่างไร

เราอยู่กับครูบาอาจารย์นะ หลวงตาท่านพูดเอง ท่านบอกนะ แม้แต่สมาธิมันยังทำกันไม่ได้ มันยังทำกันไม่เป็น แล้วมันจะไปภาวนาอะไรกัน หลวงตาท่านพูดบ่อยมาก

เพราะสมาธิจริงๆ มันไม่เป็นแบบที่เราคาดหวังหรอก ถ้ามันเป็นความจริงๆ ถ้าเป็นสมาธินะ สมาธิมันไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น

อารมณ์ความรู้สึกต่างๆ ที่ว่าเป็นสมาธิๆ ไม่ใช่ทั้งหมด เพราะถ้าเป็นสมาธิ จิตเป็นจิต จิตไม่พาดพิงอารมณ์ ไม่มีอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น แล้วมันเป็นความสุขสงบที่มันมหัศจรรย์ พอมหัศจรรย์มันจะสดชื่นมาก จิตที่ไม่เคยเห็นตัวมันเองได้เห็นตัวมันเอง นี่เป็นสมาธินะ

แต่ถ้ามันก่อนจะเข้าสมาธิมันมีปัญหาอย่างนี้ ถ้ามีปัญหาอย่างนี้เพราะอะไร เพราะว่าเราสำคัญกันผิดใจ สำคัญผิด สำคัญว่าไอนั้นจะเป็น ไอนี้จะเป็น ความสำคัญอันนั้นก็เลยเป็นตาบสองคม ก็เลยมันก็สร้างภาพ สร้างการต่อต้านขึ้นมา เพราะความสำคัญของเราไป

ถ้าเราสำคัญที่พุทโธสิ เราสำคัญที่อานาปานสติสิ เราสำคัญจริง จริงกับคำบริกรรมนั้น คำบริกรรมจริง ๆ นั้นนะ บริกรรมให้จริง

แต่ก็เลยมันก็บอกว่ามันหยาบๆ เพราะมันเป็นการท่องเอา เวลามันเป็นจริงแล้วอาการท่องต้องหายไป พออาการท่องต้องหายไป จิตมันต้องเป็นตัวมันเองได้ แต่อาการท่องที่หายไปเพราะทั้งทั้งการท่องและทั้งทั้งตัวจิต หายไปหมดเลย หายไปจนไม่มีอะไรเลย อันนี้เป็นสมาธิหรือ แล้วส่วนใหญ่เป็นอย่างนี้ทั้งนั้นนะ เป็นอย่างนี้เพราะอะไร

เป็นอย่างนี้เพราะอำนาจวาสนา อำนาจวาสนาของพวกเราอ่อนด้อยกันมาก ถ้าอำนาจวาสนาที่เขาเข้มข้นเข้มแข็งนะ เรื่องอย่างนี้เขาไม่เชื่อเลย

เวลาเราอยู่กับครูบาอาจารย์นะ แบบพวกพระฝรั่งที่มาปฏิบัติเขาเป็นนักวิชาการส่วนใหญ่เป็นนักวิชาการแล้วมาบวชพระ พอจิตเขาจะเป็นอะไรเขาไม่เชื่อ กรณีนี้มันก็เป็นอุปสรรคของเขาอันหนึ่ง ถ้าจิตเขาจะสงบหรือไม่สงบก็แล้วแต่ เขาไม่เชื่อ เขาจะตรวจสอบตลอด ทดสอบตลอด มันก็เลยไม่เข้าเสียที่ใจ มันก็เลยไม่เป็นเสียที่ เพราะเขาไม่เชื่ออารมณ์ของเขา เขาไม่เชื่อข้อเท็จจริงในใจของเขา เขาปฏิเสธตลอด นี่คือนิสัยของเขา

แต่นิสัยของเรา พวกเราอ่อนไหว มันเชื่อง่าย เชื่อไปเรื่อยๆ เลย ทำไมไม่ถามตัวเองล่ะ ถ้ามว่าอันนี้ใช่จริงหรือ ที่มันเป็นอยู่นี่จริงหรือ ถ้ามันไม่จริง มันไม่จริงเพราะอะไร อ้าว! ไม่จริงต้องหาเหตุผลสิ

ก็บอกให้กำหนดพุทโธ ให้กำหนดอานาปานสติ ก็กำหนดไปสิ แล้วกำหนดไปถ้ามันเป็นจริง เป็นจริงมันต้องทดสอบสิ เป็นจริง เพราะเราทำอย่างนี้มา

เราไม่เชื่อ แล้วเราลองตลอด ถ้ามันลง ลงอย่างไร ถ้าไม่ลง ไม่ลงอย่างไร อานาปานสติก็ลง บริกรรมพุทโธก็ลง เวลาลง ลงถึงอัปนาเลย ลงถึงสักแต่ว่าเลย เราทำมาหมดแล้วแหละ แต่ก่อนที่มันจะลงมันเป็นอย่างไร แล้วมันมีปัญหาอย่างไร

นี่พูดถึง เพราะเราไปสำคัญ ไปยึดอารมณ์ความรู้สึกที่ว่า พอบอกว่า เป็นภวังค์แล้วเราก็อธิษฐานใจใหม่ พอมันติดขัดขัดข้อง

ก็เราไปอธิษฐานขัดข้อง เราอยู่ที่พุทโธสิ เราอยู่ที่อานาปานสติสิ ถ้าอยู่ตรงนี้ ต่อเนื่องไปมันก็จะเข้าสู่ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสอนไว้ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ แล้วเหตุและผลในธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะไม่มีการขัดการแย้งกัน

มีการขัดการแย้ง การที่ไม่เหมือนกัน อันนั้นถือได้เลยว่าเป็นไม่ใช่ธรรม

ธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะไม่มีการขัดการแย้งกันนะ จะมีแต่การส่งเสริมกัน มีแต่ทาน ศีล ภาวนา มีแต่การส่งเสริมให้เจริญงอกงามขึ้น ถ้าขัดถ้าแย้งนั้นคือกิเลสทั้งนั้นนะ ถ้ากิเลสมันขัดมันแย้งมันเป็นอย่างนั้น

นี่พูดถึงว่า ถ้ามันบอกว่ามันติดขัดขึ้นมากกลางหัวอก

มีปัญหาทั้งนั้นนะ นี่คือปัญหา นี่คือปัญหาที่มันจะเข้ามาสู่ความสงบใจ ถ้ามันมีปัญหาอย่างนี้เราก็อธิษฐานใจใหม่ ไป เพราะแก้กันมาหลายเรื่องแล้วใจ

เพราะมันไปสำคัญตรงความรู้สึก ไม่สำคัญที่ลมหายใจ ไม่สำคัญที่พุทโธขัด ๆ ที่หลวงปู่มันทำนส่งหลวงตาไว้ใจ อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทโธ จะไม่เสียหาย อย่าทิ้งผู้รู้ อย่าทิ้งพุทโธ แน่نون นี่คือผลของการปฏิบัติ

แต่คำถามนะ “ผมอยากทราบว่าดูหนังไปและช่วยตัวเอง ทำให้ผิดศีลหรือไม่ หรือมันจะเป็นโทษทางด้านไหน ฆราวาสควรจะทำหรือไม่”

เป็นแน่นอน เป็นเพราะอะไร เป็นเพราะสิ่งที่ว่าสินค้า สินค้าที่มันคุ้มครองผู้บริโภค เขาบอกว่าสิ่งใดถ้ามันผิด เขาไม่ให้เข้ามาค้าขาย เขาไม่ให้มาเข้าตลาดเพื่อประชาชนเพื่อผู้บริโภคจะได้ผลกระทบที่เสียหาย

แล้วนี่ไปดูหนังไป หนังไปก็ต้องแอบต้องซ่อน มันผิดมาตั้งแต่ต้น มันผิดมาตลอด แล้วผิดแล้ว แล้วมันช่วยตัวเองผิดใหม่ ก็ผิดใจ ทำลายตัวเองไป แล้วมันทำลายตัวเอง สุขภาพของตัวเอง แล้วมันมีอะไร ผิดทั้งนั้นนะ

“๒. หากถ้าไม่ใช่แฟนกัน ไม่ได้แต่งงานกัน แล้วมีความสัมพันธ์ต่อกันจะผิดศีลหรือไม่”

ผิดอยู่ดี ผิดแน่นอน มันมีวัยรุ่นเขาคิดกันเองไป บอกว่า เขามีความสมัครใจทั้งคู่ ไม่ผิด

เราถามกลับเลย มันเกิดมาจากกระบอกไม้ไผ่หรือ มันไม่มีพ่อแม่ไม่มีแม่ใช่ไหม ถ้ามีพ่อแม่แม่หมายความว่าเขามีเจ้าของ พ่อแม่ของเขาเป็นเจ้าของใช่ไหม

เวลาทางโลกเรา เราก็มองข้ามกันใช่ไหม มันถึงจะพ้นจากสิทธิความเป็นเจ้าของ แต่ถ้าเขามีเจ้าของ ก็เหมือนเราหยิบฉวยของที่มีเจ้าของ เราลักของเขา ผิดทั้งนั้นนะ ถ้าพูดถึงผิดนะ

เราจะบอกว่า ปัญหาอย่างนี้ปัญหาที่เราเจอมาเยอะแยะ แล้วสังคมมันเสื่อมทราม ถ้าสังคมเสื่อมทรามเป็นเรื่องความเสื่อมทรามของสังคม พ่อเรื่องความเสื่อมทรามของสังคมนะ แล้วถ้าอยู่ในสังคม ถ้าไม่ประพฤติปฏิบัติเยี่ยงนี้ก็บอกว่าเราเป็นคนไม่ทันสมัย ถ้าทันสมัยก็ทันสมัยเกินไป ถ้าก็เลยเป็นอย่างนั้นก็เป็นเรื่องของก็เลย

ฉะนั้น บอกข้อที่ ๑. ผิดใหม่ ผิด เพราะอะไร เพราะพวกเราชาวพุทธ เราไม่ต้องการปรารถนาตรงนี้ไง ชาวพุทธมันต้องมีศีลมีธรรมใช่ไหม เราต้องการศีลต้องการธรรม ต้องการมรรคต้องการผล เรามาสนใจเรื่องอย่างนี้หรือ

พระ เวลาพระปฏิบัติ เวลาพระปฏิบัตินะ ยังคลุกคลีไม่ได้เลย แม้แต่คุยกันเรื่องธรรมะยังไม่สมควรเลย ท่านไม่ให้คลุกคลีกันทั้งนั้นนะ เพื่ออะไร เพื่อความอยู่วิเวก เพื่อความเป็นจริงในการปฏิบัติ

นี่พูดถึงว่า ผิดหรือไม่

ผิด ถ้าพูดต่อไป มันจะกลายเป็นว่าเราต้องอยู่คนเดียวในโลก จะอยู่กับใครไม่ได้ จบ
แค่นี้ก่อน นี่พูดถึงเรื่องโลก จบ

ถาม : เรื่อง “กราบขอขมาหลวงพ่อกับ”

ขอพระคุณหลวงพ่อกับที่ตอบคำถามเรื่องมีตเชือดคอครับ ต้องขอขมาหลวงพ่อกับใน
คำถามไม่สมเหตุผลครับ และขอพระคุณหลวงพ่อกับที่ให้สติครับ (ตอนนี้ไม่เห็นอะไรแล้ว
กลัวเสียสติครับ) ผมปกติดีครับ แต่เพื่อไม่ประมาท ผมติดต่อสถาบันสุขภาพทางจิตที่จุฬาย
เรื่องภาพหลอนครับ เคสเบื้องต้นไม่มีอาการหลอนในชีวิตประจำวันครับ ผมอาจจะลอง
ดับเบิลเช็คกับที่อื่นต่อไป กราบขอขมาหลวงพ่อกับ ณ ที่นี้ครับ

ตอบ : นี่เขาขอขมามานะ ไ้มันนี่เป็นคำถามครั้งที่แล้วว่า ภาวนาไปแล้วเหมือนมีมีตเชือด
คอ แล้วเห็นหัวของตัวเองตกลงไป

ไ้กรณีนี้ะ พูดถึงทางโลก เราไม่ได้ว่าใครทั้งสินะ เราหวังดีปรารถนาดีกับทุก
คน แต่เราก็ต้องปรารถนาดีหวังดีกับพระพุทธศาสนา

คำว่า “พระพุทธศาสนา” นะ สังคมโลกติเตียนกันมากกว่า มาภาวนาแล้วหลุด มา
ภาวนาแล้วเสียหาย มาภาวนาแล้วผิดปกติ บอกว่าภาวนานี้เสียหายทั้งนั้นเลย

แต่ในความเป็นจริงนะ ในการภาวนาจะพัฒนาหัวใจของคนให้ดีขึ้น พัฒนาหัวใจของ
คนจนถึงที่สุดแห่งทุกข์เป็นพระอรหันต์ไปเลย นั่นถ้าพูดถึงธรรมความเป็นจริง เวลาเราจะ
ปกป้องพระธรรมก็ตรงนี้ ตรงที่เวลาทำสิ่งใดไปแล้วมันจะเสียหายต่าง ๆ

มันมีไ้ มันมีเพราะเราอยู่กับหลวงตา เวลาผู้เฒ่าเขาปฏิบัติแล้วเขาหลง เขาพามาหา
ท่าน เราก็นั่งดูว่าท่านทำอย่างไร ท่านก็นั่งเฉย เพราะแก้เขาไม่ได้

ไ้นี้ก็เหมือนกัน มันมี มีอยู่ที่นี้แหละ มันมีพวกโยมที่ปฏิบัติแล้วมาหาเรา นุ่งขาวห่ม
ขาวมานี้ เขาพยายามจะพูดว่าเขาบรรลุนิพพาน เขามีคุณธรรม แต่ตาเขาลอย ๆ ไ้ คือเขาไม่ใช่
ภาษาเราคือว่าเขาหลุดอยู่แล้ว แต่เขาก็พยายามจะพูดว่าเขามีคุณธรรม

ไ้เราก็สงสารนะ เราก็พยายาม เราจะให้เขาเอออย่างเดียว แต่เราก็ปฏิเสธ เพราะ
เออไม่ได้ เออยิ่งเขาจะไปใหญ่ เราจะให้เขากลับไปหาหมอ

แล้วในสายปฏิบัติของหลวงปู่ชาน หลวงปู่ชาน เวลาพระปฏิบัติไปแล้วมันจะมีปัญหาบ้าง พอมีปัญหาบ้าง ส่วนใหญ่แล้วท่านจะให้ไปหาจิตแพทย์ พอหาจิตแพทย์ จิตแพทย์ก็จะให้ยา พอให้ยาขึ้นมาแล้ว แล้วก็มาประพจน์ปฏิบัติเพื่อบำบัดทั้งสองทาง

แต่ถ้าเราคนคนเดียวนะ อย่างเราภาวนาไปแล้วหลุด พอหลุดไปแล้วเราก็ควบคุมตัวเองไม่ได้ เพราะเรายังภาวนาต่อไป เราเองเราต้องต่อสู้กับจิตใจของเราเอง แต่ถ้าเราไปหาหมอ หมอเขาให้ยานะ การให้ยานั้นมันช่วยควบคุมประสาท ช่วยควบคุมการบังคับ แล้วเรามาช่วยภาวนา คือมันช่วยผ่อนแรงใจ

ฉะนั้น หลวงปู่ชานท่านจะบอกว่า ถ้าพระที่วัดท่านถ้าภาวนาแล้วมีปัญหา ท่านส่งไปหาหมอเลย ให้หมอช่วยใช้ยาควบคุม แล้วพยายามจะฟื้นฟูกลับมา

นี่ก็เหมือนกัน ในการปฏิบัตินะ เวลาปฏิบัติ เวลาคนเรา เวลาแบบว่ามันผิดปกติ ถ้าผิดปกติแล้วมาวัดมาหา เวลาปฏิบัติ เวลาที่เขามาปฏิบัติที่วัดนี้ ส่วนใหญ่มีหลายคนที่เขามาหาเราเลยบอกว่าเขาเป็นอย่างนี้อยู่

ถ้าเขาเป็นอย่างนี้อยู่ นะ ถ้าบอกเรานะ ถ้าเป็นอย่างนี้อยู่ ให้วาง ให้วางผลจากการใช้ปัญญา การใช้ปัญญามันพยายามจะให้เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม ใตตรงนี้มันจะกระตุ้นให้ความเห็นนี้มันส่งออกไป

แต่ถ้าเราไม่ปกติ เรามาปฏิบัตินะ เราพยายามพุทโธหรือใช้ลมหายใจเข้าออก เอาแค่นี้พอ เอาแค่นี้ขึ้นมาเพื่อให้จิตมันกลับมาเป็นปกติใจ

ธรรมะนี้มันให้ผลได้ทุก ๆ อย่างเลย ให้ผลกับทุก ๆ คนเลย แต่ทุก ๆ คนนั้นนะเราอยู่ในสถานะใด ถ้าเราอยู่ในสถานะที่ว่าผิดปกติ เราก็จะทำจิตของเราให้กลับมาเป็นปกติ พอเป็นปกติ ปกติคือสัมมาสมาธิ พอสัมมาสมาธิที่ตั้งมั่นตั้งงามแล้วเราค่อยยกขึ้นสู่วิปัสสนา ถ้าคนมีสติมีปัญญามันจะก้าวเป็นขั้น ๆ ขึ้นไปไง ถ้ามันก้าวเป็นขั้น ๆ ขึ้นไป

ฉะนั้น เวลาคำถามเขาถามมา ในความรู้สึกเรา เราเห็นว่ากิเลส กิเลสของคนนะ กิเลสคือมารมันพยายามจะชักนำไปในแนวทางทำร้ายตัวเอง

อย่างเช่นบอกว่า ภาวนาไปแล้วมันมีลมเย็น ๆ เขาว่านะ มีลมเย็น ๆ เหมือนกับมีลมมาเช็ดคอของตัวเอง แล้วพอนั่งภาวนาไปเห็นศีรษะของตัวเองหลุดลงไปอยู่ข้างหน้านี้

มันเห็นนิมิต มันเป็นการแบบว่าชักนำ เป็นการแบบว่าจูงใจไป เราถึงบอกว่าถ้าอย่างนี้แล้วเขาควรจะไปหาหมอก่อน ฉะนั้น ควรจะไปหาหมอก่อน เพราะหาหมอก่อน

เพราะเราพยายามจะปกป้องศาสนาพุทธเรานะ เราพยายามจะปกป้องคนที่มาภาวนามาแล้วไม่ควรจะมีสิ่งใดที่ไม่ไวใจ ไม่มีสิ่งใดที่คลอนแคลนใจ แล้วเราก็ดูติดตามข่าวสารในทางกระทรวงสาธารณสุข ในทางจิตแพทย์ ในกรมสุขภาพจิต จิตเภท จิตที่ผิดปกติ ประชากรไทย ๓๐ เปอร์เซ็นต์ ๓๐ เปอร์เซ็นต์นะ แล้วซึมเศร้า ซึมเศร้าในประชากรไทย ในกรมสุขภาพจิตนะ ๓ ล้านคน

ประชากรไทยตอนนี้เป็นโรคซึมเศร้า ๓ ล้านคน แล้ว ๑ ใน ๓ ล้านนั้นอายุต่ำกว่าจนตรวจเช็คไม่ได้ว่าเป็นโรคซึมเศร้า เพราะอายุขัยเขายังเด็กเกินไปที่จะรู้ได้ว่าเขาเป็นโรคซึมเศร้าหรือไม่ ถ้าเขาโตขึ้นมาจะ เวลาการตรวจเช็คเรื่องสุขภาพถึงจะรู้ว่าเขาเป็นโรคซึมเศร้า

ถ้าโรคซึมเศร้าพวกนี้ ถ้าเขาผิดปกติ ในกรมสุขภาพจิตมันเป็นวิทยาศาสตร์ ถ้าเป็นวิทยาศาสตร์แล้ว เราจะบอกว่า เราควรกลับมาช่วยกัน เราควรกลับมาพัฒนาให้มันดีขึ้น แต่อย่าให้มันเสียหาย เราถึงได้แนะนำให้เขาไปเช็คดูก่อน วันนี้คำตอบมาแล้ว

“ตอนนี้ผมไม่เห็นอะไรแล้วครับ กลัวเสียสติครับ ผมปกติดีครับ แต่ไม่ประมาท ผมติดต่อไปที่สถาบันสุขภาพจิตที่จุฬาฯ เรื่องภาพหลอน เคสเบื้องต้นไม่มีอาการหลอนครับ”

เราคิดอยากให้ไป ถ้าเราเป็นประชาชนชาวไทยนะ ในกระทรวงสาธารณสุข ในทางการแพทย์เขามีการรักษา ที่นี้การรักษา เรามาวัดมาวา ในการปฏิบัติ หัวใจของมนุษย์เท่านั้นที่สัมผัสธรรมได้ หัวใจของมนุษย์เท่านั้นที่สัมผัสธรรมได้ สิ่งที่ความสัมผัสธรรม ธรรมะมันประเสริฐมาก ฉะนั้น เวลามันประเสริฐมาก ที่เรามาประพฤติปฏิบัติกันก็เพื่อหัวใจของเราไง

แต่ถ้าเราไม่รู้ตัวว่าเรามีโรคภัยไข้เจ็บในจิตบ้างหรือเปล่า โรคกิเลสมันก็โรคร้ายแรงอยู่แล้ว กิเลสนี้เป็นเรื่องที่น่ากลัวที่สุด แต่ถ้ามันผิดปกติ มันมีโรคอย่างนี้อยู่บ้าง กิเลสมันก็ได้ช่อง กิเลสมันก็ได้เครื่องเสริม กิเลสมันก็ได้กำลัง เราต่างหากเป็นผู้เสียหาย เราต่างหากเป็นผู้ที่ผิดปกติ ถ้าเราไปหาหมอซะ หมอก็ช่วยแก้ไขในเรื่องโรคภัยไข้เจ็บ

ไอ้โรคกิเลสมันยังสุขอีกเต็มหัวใจนะ แล้วเราจะมาประพฤติปฏิบัติขึ้นมาเพื่อประโยชน์กับเรานะ ถ้าประโยชน์กับเรา ที่เราทำ เราทำแบบนี้

จะนั่น คำถามเขาถามว่า กราบขอมาหลวงพ่อกับ

ไม่เป็นโทษเป็นภัยกับใคร ไม่มีโทษหรือ เราเองต่างหากเวลาพูดไปแล้วผู้ที่ถามอาจจะเสียเกียรติอยู่บ้าง เสียหายบ้าง ที่นั่นมันก็ว่าเป็นความปรารถนาดีของเราเอง เป็นความปรารถนาดีของเรา

ถ้าจิตมีปัญหาไปหาหมอก่อน หมอเขาก็ช่วยในทางยา ช่วยควบคุม ช่วยดูแล แล้วเรา เราก็หายใจนะ ผู้ที่มีปัญหาอย่างนี้ให้หายใจเข้านิกพุท ให้หายใจออกนิกโซ เราหายใจเพื่อให้จิตกลับมาเป็นปกติ แล้วถ้ามันไปรู้ไปเห็นสิ่งใด เราจะไม่ตามไป เราจะสติระงับไว้ เอาสติยับยั้งไว้

อย่างเช่นเวลาคนที่ภาวนา ครูบาอาจารย์ของเราจะ เวลาจิตสงบแล้วไปรู้ไปเห็นสิ่งใด ถ้ามันสงสัยนะ ถ้าคนมีวาสนานะ ถาม ถามภาพที่เห็นเลย พอถามนั้นนะหายวับ ถ้ามันจะหลอกนะ ถามเลย

แต่ส่วนใหญ่แล้วเราไม่รู้จะถามตอนไหนไป พอเห็นเข้าไปก็เหมือนกับอยู่กลางอากาศแล้วแว้งแล้ว ทำอะไรไม่ถูกใจ แล้วก็เชื่อตรงนั้นไป แต่ถ้าเราไม่เชื่อสิ่งนั้น

นี่พูดถึงนะ มันเป็นโอกาสให้เราได้พูด เพราะในการปฏิบัติมีครูบาอาจารย์ช่วยคุ้มครอง ช่วยคุ้มครองดูแลพวกเราอยู่

ครูบาอาจารย์นะ เวลามันมีปัญหาขึ้นมา เวลากรรมมันให้ผลไป เวลาปฏิบัติไป อยู่ในวงปฏิบัติเห็น เมื่อก่อนเราปฏิบัติใหม่ ๆ เรื่องนี้เราต่อต้านมาก เราไม่เชื่อเลยนะว่าปฏิบัติแล้วจะเสีย ปฏิบัติแล้วต้องเป็นพระอรหันต์หมด เมื่อก่อนคิดอย่างนั้นเลยนะ แต่พออยู่ไป ๆ เห็นพระเป็นกันนะ เห็นพระหลุด เอ้...เอ้...แล้วเราก็ตีการศึกษา

พอมาศึกษาแล้ว ถ้าจะเป็นนะ ส่วนใหญ่มันมาจากโรคเดิมก่อน มาจากโรคเดิม แล้วพอปฏิบัติไปแล้ว โรคเดิมคือว่ามันบงการอยู่แล้ว พอบงการอยู่แล้ว แต่เราไม่รู้ใจ พอเราไม่รู้ขึ้นมา พอเราปฏิบัติไป ก็เลสมันอาศัยตรงนี้กระตุ้นเลย เพิ่มเข้าไปเลย เราก็เลยแว้งเลย

แล้วสุดท้ายก็กลับมาโทษการปฏิบัติๆ แต่ความจริงมันจะมีโรคเดิม มันจะมีของเดิมอยู่บ้าง แล้วถ้ามีของเดิมอยู่บ้าง

ฉะนั้น ในการปฏิบัติมันเป็นโอกาสของเรา มันเป็นสมบัติของเรา ถ้าจะทำเราก็ทำดีขึ้น เพราะถ้ารักษาก็รักษาทั้งโรคทางโลกคือบกพร่อง แล้วถ้าเราปฏิบัติ ธรรมโอสธ เราบำบัดโรคกิเลสด้วยอย่างนี้ โอโฮ! สุดยอดเลย เราเลยได้สองชั้น ได้ทั้งบำบัดโรคด้วย ได้ทั้งแก้กิเลสด้วย มันก็เป็นสองชั้นใช่ไหม

แต่ถ้าไม่ใช่ มันเป็นโอกาสที่เราได้อธิบาย เพราะอย่างที่ว่า มันเป็นกรรมของสัตว์นะ มันน่าเห็นใจทุกๆ คน พอเราเป็นขึ้นมา เพราะโดยทางโลกนะ กรรมพันธุ์มันเป็นโดยธรรมชาติ กรรมพันธุ์มันมีอยู่แล้ว แล้วกรรมละ

กรรมพันธุ์นี่เรื่องหนึ่งนะ กรรมพันธุ์เป็นเรื่องของร่างกายนะ กรรมพันธุ์ พ่อแม่ที่เป็นเบาหวาน ลูกก็มีโอกาสเป็นเบาหวานเยอะ อ้าว! พ่อแม่เป็นโรคสิ่งใด ลูกก็รับกรรมพันธุ์นั้นไป นี่กรรมพันธุ์

แต่กิเลสมันไม่ใช่กรรมพันธุ์นะ ถ้ากิเลสเป็นกรรมพันธุ์นะ พ่อแม่ที่ดี ลูกต้องดีหมดเลย พ่อแม่ที่เลว ลูกต้องเลวหมดเลย พ่อแม่ที่ดี ลูกก็ยกมือยกเท้าไป พ่อแม่ที่เลว ลูกดีมหาศาลก็ยกมือยกเท้าไป

เรื่องกิเลสไม่ใช่กรรมพันธุ์ แต่เรื่องร่างกายนี้เป็นกรรมพันธุ์ แล้วถ้าเป็นกรรมพันธุ์อย่างนี้ สิ่งที่ว่ามันผิดปกติ เราก็รักษาซะ ไม่เสียหายอะไร

นี่พูดถึงผลของการปฏิบัติเนาะ เหตุผลไง

ฉะนั้น เขาบอกว่าเขาได้ไปตรวจเช็กมาแล้ว

เราชอบใจตรงนี้ เราชอบใจว่า เราเป็นสุขภาพบุรุษด้วยกัน เราพูดกันด้วยเหตุด้วยผล เราเห็นว่ามันจะน้อมนำไปทางนั้น เราบอกว่าให้ไปหาหมอก่อน เขาบอกเขาไปหามาแล้ว แล้วจะดับเบิลเช็กอีกต่างหาก จะเช็กรอบสองรอบสามอีกด้วย

เห็นไหม ทุกคนรักตัวเอง “ผมไปตรวจมาแล้วครับ แล้วผมอาจจะลองดับเบิลเช็กอีกรอบหนึ่ง” ถ้าดับเบิลเช็กแล้วเราก็ดูแลรักษาตรงนั้น แล้วภาวนาไป

เพราะกรณีนี้ วันนั้นเราตอบเรื่องในพระไตรปิฎก ภิกษุประพฤติปฏิบัติพิจารณาสุ
ภา การว่าพิจารณาสุภะมันจะถอนกามราคะ แต่ทำไมเขาพิจารณาสุภะแล้วเขาไป
ขยะแขยงล่ะ เขาไปจ้วงขำกัลบกเชือดคอเขาตายล่ะ นี่ในสมัยพุทธกาล นี่องค์สมเด็จพระ
สัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นองค์อยู่นั้นนะ อยู่ในวัดองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย

แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก่อนจะถึงเคลสนี้ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธ
เจ้าจะเข้าวิเวกก่อน พอเข้าวิเวกก็ห้ามให้พระเข้าพบ พอห้ามพระเข้าพบมันก็เกิดเหตุการณ์
นี้ขึ้น พอเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น พระพุทธเจ้าออกจากวิเวกมา “ทำไมพระเป็นอย่างนี้ล่ะ”

พระอานนทรายงาน พอรายงาน เพราะมันเป็นกรรมของเขาที่รุนแรงที่แก้ไม่ได้ องค์
สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงเข้าวิเวก แล้วองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าถึงบอกว่า
กรรมของเขา เขาเคยเป็นนายพรานทำวัวล้อม ฆ่าสัตว์ฆ่าอะไรแล้วผลให้มาอย่างนั้น นี่
พระพุทธเจ้าย้อนกลับไป นี้อยู่ในพระไตรปิฎก กรณีอย่างนี้มันเป็น

เราบอกว่า การพิจารณาสุภะทุกคนก็ปรารถนา ทุกคนก็อยากได้ ทำไมพิจารณาสุ
ภะไปแล้วมันเกิดเป็นอย่างนี้ล่ะ

ถ้าพิจารณาสุภะมันถึงมัชฌิมาปฏิปทาไป อัตตกิลมถานุโยค กามสุขัลลิกานุโยคไป
ถ้ามันติดพันกันไป หลงกันไป มันก็เป็นอีกทางหนึ่ง ถ้ามันเข้มข้นเกินไป มันก็เป็นอีกทาง
หนึ่ง ถ้ามัชฌิมาปฏิปทาก็เป็นความพอดี มัชฌิมาปฏิปทาตรงไหนล่ะ นี่ไง ถ้ามันมีครูบา
อาจารย์ ครูบาอาจารย์จะคุ้มครองตรงนี้

แต่เราคิดดูสิ ใครๆ ก็พิจารณาอยากได้สุภะ ใครพิจารณาก็อยากให้รู้ให้เห็น แล้ว
พิจารณาไปเชือดคอตายเลย

เราเคยอยู่ เวลาพิจารณาสุภะๆ เวลาผิด มันไม่ใช่ๆ เวลามันเสื่อม เสื่อมหมด มี ไม่
อยากเอ่ยชื่อ ครูบาอาจารย์เรานี่แหละ เวลาพิจารณาสุภะๆ ถึงเวลาแล้วมันเสื่อม เพราะมัน
ไม่เป็นความจริงไง

ถ้าเป็นความจริงๆ มันต้องซ้ำแล้วซ้ำเล่า อย่างที่เวลาหลวงตาท่านทำ เวลาพิจารณา
สุภะๆ จนมันหายเจ็บหมดเลย หลวงตาบอกไม่เอา ไม่มีเหตุผล

คือมันไม่จบโดยข้อเท็จจริง ท่านถึงเอาสุภะมา เอาความสวยงามมาแนบไว้กับจิต วันแรกๆ มันก็ยังแฉกต์อยู่นะ ไม่มีๆ จน ๓-๔ วันมันตื่นออกมา รับรู้ออกมา...ไหนว่าไม่มีใจ

นี่เวลาครูบาอาจารย์เราท่านคุ้มครองดูแลกัน ท่านคุ้มครองดูแลกันอย่างนี้ ท่านรักษากันอย่างนี้ นี่หลวงปู่มันท่านดูแลคุ้มครองมานะ

ในการปฏิบัติไป เวลาเล่ห์เหลี่ยมของกิเลสมันพลิกมันแปลงนี่เหมือนเลย ปฏิบัติเหมือนดี เหมือนสุดยอดเลย แต่ไม่ใช่

แต่ถ้ามันต่อเนื่อง เหมือนดีเลย แล้วพิจารณาแยกแยะแล้วเอามาทบทวน แล้วถ้าอย่างไรแก้ไข แล้วต่อเนื่องไปๆ สุดยอดเลย นี่เวลาธรรมเป็นอย่างนี้

นี่พูดถึงว่าโรคของกิเลสมันถึงน่ากลัวไป

ฉะนั้น สิ่งที่น่ากลัวก็พูดถึงจำนวนประชากรของประเทศไทย ๓๐ เปอร์เซนต์คือเป็นจิตเภท ๓ ล้านคนโรคซึมเศร้า ๑ ล้านคนที่เป็นโรคซึมเศร้าแล้วตรวจวัดไม่ได้ กรมสุขภาพจิตออกเป็นตัวเลขของกรมสุขภาพจิตเลย

แล้วเพราะกรณีนี้เราถึงได้ย้อนกลับมา แล้วมาย้อนกลับมาดูแลพวกเรานี้ ถ้ามันมีสิ่งใดอย่างไรเราควรจะต้องดูแลรักษาเพื่อความดีงามในการปฏิบัติ ทั้งผู้ปฏิบัติและทั้งศาสนา

ทางศาสนาคือการประพฤติปฏิบัติแล้ว การประพฤติปฏิบัตินี้เป็นธรรมโอสภเพื่อความดีงาม เพื่อความปกติ เพื่อความสุข เพื่อความปกป้องคุ้มครองหัวใจของตน นี่พูดถึงในการปฏิบัตินะ เอวัง