

## รักตน

พระอาจารย์สงบ มนฺสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๖๑

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

**ถาม :** เรื่อง “ความเป็นของใจ”

กราบนมัสการหลวงพ่อ

ผมได้ภาวนามาเรื่อยๆ เมื่อติดขัดในการภาวนาในหลายๆ ครั้ง ก็ได้ส่งจดหมายมากราบเรียนถามท่านอาจารย์ ครั้งนี้ก็เช่นเดียวกันครับ ผมภาวนามาเรื่อยๆ ในระยะนี้ตั้งแต่ปี ๕๘ จนถึงปัจจุบัน รู้ขึ้นมาภายในใจตัวเองเป็นระยะหลายๆ ครั้ง จนแนชัดในใจว่าให้ผมพิจารณาทางด้านที่เกี่ยวกับกามราคะ ผมจึงได้ดำเนินโดยเน้นหยิบยกพิจารณาความเป็นปฏิถูลต่างๆ ของร่างกายทั้งหมด และผู้อื่นตามแต่จะสัมผัสขณะนั้น รวมถึงในบางครั้งที่ได้กำหนดตัดร่างกายอวัยวะแยกชิ้นส่วนร่างกาย (โดยใช้สมมุติ ใช้ปัญญา)

ผลคือหลายๆ ครั้งใจสงบร่มเย็นเข้ามาเรื่อยๆ แต่ผมสังเกตว่าวันไหนหรือช่วงไหนที่ผมพิจารณาตัดร่างกายหรือความเป็นปฏิถูล วันไหนที่ภาวนาดีๆ จิตใจสงบเยือกเย็นดี ในวันนั้นหรือระยะนั้นเมื่อผมนอนภาวนามักจะฝันถึงกรีดแยกอวัยวะต่างๆ ของตนเอง แต่ในบางครั้งก็จะฝันพบเพศตรงข้ามทั้งที่รู้จักและไม่รู้จักมายั่วชวนให้เสพกาม (กราบขออภัยที่ดื้อองใช้คำตรงๆ ครับผม) เพราะในความจริงที่ผมพบนั้นเป็นจริงแบบนี้ครับ ทั้งๆ ที่ผมพิจารณาหาอุบายให้เห็นโทษในสิ่งนี้ พยายามลด พยายามไม่เอาสิ่งนี้เข้ามามาก (ก่อนหน้านี้ตั้งแต่เริ่มภาวนาตั้งแต่ปี ๒๕๕๕ ใจก็ไม่เคยสัมผัสเรื่องแบบนี้)

คำถาม

๑. แนวทางที่ผมกำลังดำเนินอยู่ถูกต้องหรือไม่ครับ

๒. ควรแก้ไขหรือเพิ่มเติมอย่างไรหรือไม่อย่างไรครับ

**ตอบ :** นี่คำถามเนาะ คำถามถึงว่า “เวลาเขาพิจารณาไปแล้ว เขาพยายามจะแยกจับเรื่องของร่างกายแยกเป็นปฏิภูม แยกเป็นต่างๆ อย่างนี้ถูกต้องไหม” ถูก แต่คำว่า “ถูก” เพราะว่าเราตอบบ่อยมากเวลาคำว่า “ถูก” แล้วเขาก็ไปยกเมฆ ไปยกเมฆเลยที่ว่าที่นำมาเป็นได้มรรคได้ผล

คำว่า “ถูก” คำว่า “ถูก” ไง คำว่า “ถูก” เริ่มต้นในการถูก ชาวนา ชาวนาจะเริ่มต้นทำนาก็เริ่มไถนา ถูกไหม ถูก ไถนาแล้วฝนฟ้าตกต้องตามฤดูกาลหรือไม่ ถ้าตกต้องตามฤดูกาลแล้วมันมีต้นกล้าหรือไม่ มันมีเมล็ดพันธุ์ นาหว่านก็ต้องหว่านด้วยข้าว นาดำก็ต้องดำด้วยต้นกล้า พอต้นกล้าแล้ว นาดำ นาหว่านทำเสร็จแล้ว เห็นไหม ก็ต้องชักน้ำเข้านา ชักน้ำออกจากนา ถ้า น้ำมันน้อยไปก็ชักน้ำเข้านา ถ้าน้ำมากไปก็ต้องชักน้ำออกนา แล้วก็คอยดูวัชพืชว่ามีมารังแกต้นข้าวหรือไม่ ถ้าต้นข้าวมันโตแล้ว ต้นมันออกรวงแล้ว เราก็ดูความเหมาะสมของมัน

คำว่า “ถูก” มันถูกมาตั้งแต่ปู่่นะ มันถูกมาตั้งแต่เริ่มไถนา เริ่มจะปลูกต้นกล้า เริ่มจะมีเมล็ดพันธุ์ เริ่มตั้งแต่ทำปู่่นะ คำว่า “ถูก” ถูกมันเป็นขั้นเป็นตอนขึ้นมา นี่ก็เหมือนกัน เวลาถามว่า “สิ่งที่ทำอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่ สิ่งที่ทำมาอย่างนี้ควรแก้ไขหรือไม่” ถ้าแก้ไขมันอยู่ที่ว่า เวลาทำไปแล้วมันจี๊ดซี้ด เวลาทำไปแล้วมันคุ่นชิน ถ้าคุ่นชินมันก็มีอุบายวิธีการที่เราจะพลิกแพลง ถ้าพลิกแพลงไปเรื่อยใช้ใหม่

นี่ก็เหมือนกัน เวลาเขาบอกว่า “เขาพิจารณาของเขาไปแล้ว โดยเขาแน่ใจในใจชัดว่าให้ภาวนาในทางนี้ เห็นไหม ตัดด้วยวะเป็นขั้นๆ พิจารณาร่างกายเป็นแยกส่วนๆ ไป แล้วเขาก็ขีดวงเล็บมาเลย (ใช้โดยสมมุติ)”

สมมุติคือเรานี้ขึ้นมา ถูกไหม ถูก คนที่ฉลาดไง คนเราทำอะไรไม่เป็น เราจะทำอะไรเราก็ต้องฉลาดของเราใช้ใหม่ ดูสิ ประเทศที่เจริญแล้ว เทคโนโลยีเขาคิดค้นขึ้นมาเอง ประเทศด้อยพัฒนาขึ้นมาก็ชื่อของเขามา แล้วก็เลียนแบบ เลียนแบบแล้วพัฒนาต่อเนื่องไป พัฒนาให้มันเป็นสมบัติของเราให้ได้ พัฒนาๆ แบบที่เราคิดเองทำเองขึ้นมาให้ได้ นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราแยกชิ้นส่วน เรามาตัดชิ้นส่วน เห็นไหม ก็ชื่อเทคโนโลยีเขามา คำว่า “เราก็ชื่อของเขามา” ชื่อของเขามาแล้วเราก็พยายามพัฒนาตัวเราให้มันทำได้ แต่ถ้าคนที่มันคิดได้ขึ้นมาเอง เขาคิดค้นขึ้นมาเอง

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าจิตมันสงบแล้ว ครูบาอาจารย์ของเราถ้าจิตสงบแล้วท่านยกขึ้น วิปัสสนา เขาเห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง นั่นก็เห็นด้วยอำนาจ วิชาสมาธิของท่าน ถ้าเราไม่เห็น บางคนก็ภาวนาแล้วมันไม่เห็น พอไม่เห็นขึ้นมา เห็นไหม เราก็รำพึงขึ้น ก็นึกขึ้นมาได้แหละ รำพึงขึ้นมา รำพึงขึ้นมาก็ฝึกหัดๆ มันไป แต่เวลาฝึกหัดใช้ ใช้ หรือไม่ ถูกหรือไม่ ก็ถูก แต่ถ้ามันเป็นจริงหรือไม่ ก็ไม่จริง ถ้าไม่จริงขึ้นมา แล้วถ้ามันเป็นจริง ขึ้นมา เห็นไหม มันเป็นเรื่องจริงมากน้อยแค่ไหน เวลาทำขึ้นมา ทำขึ้นมา เห็นไหม มันเป็นเรื่องเป็น ตอนขึ้นไป

คำว่า “ถูกๆ” ถูกให้เราทำอะไรให้มันถูกต้องเพราะอะไร เพราะว่าถ้ามันไม่มีสิ่งใดให้เรา หยิบจับได้เลย เราก็จะฝึกงานได้อย่างไร เราจะฝึกหัดงาน เราต้องหยิบจับได้ เราต้องจับต้องได้ ว่าเราจะควรทำอะไร นี่ก็เหมือนกัน เราพยายามทำใจเราให้สงบ ใจเราสงบได้หรือไม่ ถ้าใจสงบ แล้วเราฝึกหัดของเรา เราฝึกหัดเป็นขึ้นเป็นอันหรือไม่ ถ้าเป็นขึ้นเป็นอันขึ้นมา ฝึกหัดๆ ถูกไหม ถูก แต่ไม่ต้องไปเตรียมยุ่งเตรียมฉวางเกี่ยวข้าวอะไร เพราะข้าวมันยังไม่ออกรวงเลย ถ้าข้าวมันจะ ออกรวง มันไปข้างหน้านู่น ข้างหน้าที่เรารักษาต้นข้าว รักษาของเรา ต้นข้าวมันจะออกไป ข้างหน้านู่น

**ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาสอนนะ รดน้ำที่โคน ผลมันจะ ออกที่ปลาย รดน้ำที่โคน นี่ก็เหมือนกัน เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมาก็รักษาหัวใจของ เรา แต่ผลขึ้นมามันจะออกมรรคผลนั้น ใต้นั้นจะไปเอาผลที่ปลาย ทำอะไรก็จะไปเอาผลที่ ปลาย แต่พวกเรา ธรรมเนียมเรารดน้ำที่โคนต้น แล้วดูแลรักษาลำต้น แล้วดูแลให้มันออกผล ออกผลมันออกที่ปลายต้นบนยอดต้นไม้นั้น นี่ก็เหมือนกัน เราภาวนาไป เราฝึกหัดภาวนาของ เราไปเพื่อภาวนาของเรา**

ถ้ามันทำอย่างนี้ คำถาม เห็นไหม ถามว่า “ที่ทำมาอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่ ที่ทำมานี้ ถูกต้องหรือไม่” เวลาถูกต้อง แต่ถ้ามันเป็นจริงๆ นะ คนเราถ้ามีอำนาจสมาธิขึ้นมามันมี ปัญญา เราจะพร้อมของเราเพื่ออะไร เพื่อเราไม่เป็นภาระคนอื่น เรายังจะไม่เป็นภาระใครทั้งสิ้น เราพยายามจะดูแลของเรา ถ้าไม่อย่างนั้นถ้าเราไม่ดูแลรักษาตัวเราเอง ตัวเราก็เป็นเรื่องของเรา แล้วยังไปเป็นภาระคนอื่นอีก นิสัยเราไม่เลยนะ

แล้วเวลากกรรมฐาน เห็นไหม ไปคนเดียวเหมือนนอแรด เราไปเหมือนนอแรดนะ ทุกอย่างอยู่ที่การกระทำของเราทั้งหมด ถ้าทำดีก็ได้ดี ทำชั่วก็ได้ชั่ว ปฏิบัติตรงก็ได้ความจริง ถ้าปฏิบัติไม่ได้ก็คือไม่ได้ แล้วถ้าปฏิบัติไม่ได้ก็พยายามรักษาของเราให้แยะ รักษาของเราขึ้นมาให้ได้ ถ้ารักษาขึ้นมาได้ เหมือนผู้ที่คำถาม “ผมทำของผมอย่างนี้ แล้วผมปฏิบัติอย่างนี้โดยแนใจเลยว่าจะต้องพิจารณาโดยการพิจารณากาม”

ถ้าพิจารณากามนะ คนเราโทสจริต โมหจริต โลภจริต ถ้าจริตตัวอย่างไร มันมีธรรมชาติที่เป็นคู่กันจะเป็นคู่กัน ถ้าเป็นกามวิตกเขาก็พิจารณาอย่างนี้เหมือนกัน แต่โดยธรรมชาติของสัตว์เป็นอย่างนั้นหมด เพียงแต่มันมากมันน้อยเท่านั้น ถ้ามันมากมันน้อยเราก็รักษาของเรา ถ้ารักษาของเรา ถ้าคนมีปัญญา มีปัญญานะ แล้วคนเราโลกนี้มันก็เรื่องกามราคะเป็นเรื่องคู่กับโลกทั้งสัตว์ ทั้งมนุษย์ ทั้งเทวดาเสวยทิพยสมบัติ เหมือนกันหมด

ถ้าเหมือนกันหมด เห็นไหม มันก็ฝังใจมา ถ้ามันฝังใจมา ใครที่มีปัญญามากน้อยแค่ไหน ก็แก้ไขตัวเอง เอาตัวเองให้รอดให้ได้ ถ้าเอาตัวเองรอดได้แล้วนะ รสของธรรมชนะซึ่งรสทั้งปวง รสของการเสพ เสพกาม **รสในโลกนี้รสของธรรมชนะทั้งหมดเลย** แต่เราทำความสงบของใจเข้ามา พอใจสงบมันว่างหมดมันก็มีหัตถ์จรรยแล้ว แล้วเวลามันเห็นอริยสัจ เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรม เวลาพิจารณาไป ใ้อโฮ! รสชาติ เพราะรสชาติของสมถธรรมกับรสชาติวิปัสสนามันแตกต่างกัน มันแตกต่างกันนะ ถ้าคนภาวนาจะรู้ แต่คนไม่เคยภาวนามันดันเดาไป มันไม้ตลอดไป เป็นอย่างนั้นๆ ไม่มีอยู่จริงเลย

รสของสมถธรรม จิตมันสงบ ใ้อโฮ! มันสงบมาก เวลามันสงบมาก เวลาสงบ เวลาครูปาอาจารย์นะ พอจิตสงบแล้วมันคิดนี่คือนิพพาน “อ้อ! นิพพานเป็นเช่นนี้เอง นิพพานมันว่างๆ” ว่างอะไรของมึง ถ้าว่างมันมีเหตุผลอะไรถึงว่าง ถ้าไม่มีเหตุมีผลมันมาจากไหน ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ ไม่มีเหตุอะไรเลย ชี้ลอยน้ำ พอชี้ลอยน้ำก็เรื่องหนึ่งนะ

เวลาจิตมันสงบแล้วมันจิตสงบ พอจิตสงบบ่อยครั้งเข้าๆ รสชาติมันจะจืดขึ้นเรื่อยๆ แล้วถ้าจิตสงบแล้วถ้าไม่ยกขึ้นสู่วิปัสสนานะ เวลามันเสื่อมมันคลายออกมานะ จบเลย เวลาเสื่อมออกมาแล้วนะ ดูลิ หลวงปู่มั่นเวลาท่านปฏิบัติของท่านนะ พิจารณาไปด้วย เวลาออกมาแล้วไม่เห็นมีอะไรดีขึ้นเลย “เอ๊ะ! ทำไมมันเป็นอย่างนี้ล่ะ” แล้วพิจารณาๆ ของท่านไป ไปลาบารมี

ธรรมของตน ไปลาพระโพธิสัตว์ เวลาพิจารณา “อ้อ! มันต้องเป็นอย่างนี้สิ” มันเบาออก มันเบาลง มันผ่อนคลาย สิ่งที่เกิดกับมันยกออก แล้วมันไม่มีเหลือสิ่งใด มันอ้อ! อ้อ! เลยนะ

นี่ก็เหมือนกัน เวลาจิต ธรรมของธรรม ธรรมของธรรมๆ ธรรมอะไร แล้วธรรมขึ้นไหน สติธรรม สมาธิธรรม ปัญญาธรรม ปัญญาอย่างหยาบๆ อย่างกลาง อย่างละเอียด ละเอียดสุด ปัญญาขึ้นไหน แล้ววัดกันตรงไหน โอ! มันยิ่งกว่ามาตราซึ่งตรงวัดอีก ถ้าเป็นธรรมๆ ไม่รู้พูดไม่ได้ ไม่มีมาตรฐาน ไม่มีตราซึ่งจะวัด เอาอะไรไปวัด ไม่มีมาตรฐานอะไรไปวัดเลย สิ่งที่คุณศึกษามากก็ธรรมะของพระพุทธเจ้า ไม่มีมาตราซึ่งตรงวัดเลย

แต่ถ้าเป็นจริงๆ ขึ้นมา เห็น เห็นอย่างไร กรณีนี้กรณีที่เวลาหลงตาท่านไปสนทนาธรรมกับหลวงปู่แหวน เริ่มต้น เห็นใหม่ แยกเข้าไปก่อนเลย ท่านบอกตอบมา ๑๐ กว่านาที เริ่มต้นถูกพอถูก ท่านก็แยกเข้าไปอีก ตอบมาอีก ๔๕ นาที “อ้าว! มหามีอะไรว่ามา ถ้ามันขัดแย้งให้บอกมา” “ไม่หรรอครับ ผมหาฟังธรรมะแบบนี้ ธรรมะแบบนี้มันไม่มีอยู่ในตำรา” หลวงตาท่านศึกษามาเป็นมหานะ ท่านบอกในตำราไม่มี ในตำรานะ เพราะถ้าในตำราไม่มี เราประพฤติปฏิบัติมาเราก็ฟังเทศน์ของครูบาอาจารย์มาเยอะ

เวลาหลวงปู่มัน เวลาท่านประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เวลาท่านเทศนาว่าการ ท่านบอกเลย “อะไรที่เป็นจุดสำคัญ อะไรที่มันจะเป็นการชำระล้างกิเลส ท่านบอกข้ามไปๆ บอกมันไม่ได้ เทศนาว่าการใครฉลาดไปจับมาแล้วมันจะเป็นสัญญา สัญญามันเป็นการสร้างภาพ” ในโลกเรา เราเปื้อนคนสร้างภาพ ใ้ที่เป็นคนไม่จริงแล้วพยายามสร้างภาพว่าเป็นคนจริงถึงเวลามันทำให้สังคมเหลวแหลกหมดเลย เพราะสังคมอยากจะฟังคนจริงก็คิดว่าเขาเป็นจริง เวลาเกิดวิกฤติขึ้นมามันไม่ทำหรอก มันไม่รู้ มันทำไม่เป็น เพราะอะไร เพราะมันสร้างภาพ มันไม่เป็นความจริง

แต่ถ้าเป็นความจริงเขาไม่สร้างภาพนะ มันจริงมาตั้งแต่เกิด จริงตั้งแต่ในนิสสัยใจคอของมัน จริงตั้งแต่ยังไม่มีสิ่งใดเลย มันจะรีบแก้ไขแล้ว แล้วถ้ามันแก้ไขมันหมด ถ้าคนจริงไม่ได้สร้างภาพนี้ไง เพราะในปัจจุบันนี้มันมีนักปฏิบัติสร้างภาพมันเยอะ แล้วพอมันสร้างภาพขึ้นมาเยอะ สิ่งต่างๆ ที่ว่าเวลาหลงตาท่านพูดไป ในตำราไม่มี ในตำราไม่มี ถ้าในตำราไม่มี ใ้มาตราซึ่งตรงวัดมันมาจากไหน ถ้าคนไม่มีมันไม่มีมาตราซึ่งตรงวัดในใจของมัน มันรักษาใจของมันไม่ได้ มันจะพูดอย่างไร มันจะเอาอะไรมาวัด

แต่หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเราท่านซึ่งตวงวัดสมบุรณ์หมดแล้ว ถ้าท่านไม่ซึ่งตวงวัดสมบุรณ์แล้ว เวลาหลวงปู่ขาว หลวงปู่แหวน ครูบาอาจารย์ไปหาหลวงปู่มั่น “เอ๊ย! ไปนี้ท่านจะรู้ความคิดเราหรือเปล่าเนาะ” เวลาเข้าไปถึงท่าน ท่านสวนเลย “ใจของตนละไม่ดู อยากจะให้คนอื่นดูให้ คนจะดีจะชั่วมันต้องดูที่ใจของตน ตนนั้นแหละเป็นผู้ที่รักษาใจของตนได้”

มาตราซึ่งตวงวัดเขาวัดเรียบร้อยแล้ว แล้ววัดเรียบร้อยแล้ว เวลาใครไปหาหลวงปู่มั่น ท่านสวนกลับหมด แคไหน มีความรู้แคไหน มาตรา มาตราอะไร วัด วัดอะไร ตวง ตวงอะไร มาตรฐาน มาตรฐานแคไหน **ธมฺมสากัจฉา เอตมฺมงฺคลมุตฺตมํ** ครูบาอาจารย์เราท่านเป็นแบบนี้ไง มันถึงเป็นสัจจะเป็นความจริง เป็นการยอมรับกันด้วยความเป็นจริง มันไม่ใช่การสร้างภาพ มันมีคุณธรรมในหัวใจสมบุรณ์แบบ ความสมบุรณ์แบบนั้นจับต้องได้ วัดได้ แต่ต้องคนเป็นเท่านั้น

ฉะนั้น เวลาคนเป็นเท่านั้น ทีนี้เวลาคนเป็นเท่านั้น เวลาภาวนา เห็นไหม เขาบอกว่า เขาทำอย่างนี้ถูกไหม ถูก แต่คำว่า “ถูก” มันถูกแบบสมมุติบัญญัติ ชีวิตเราก็คือสมมุติ จริงตามสมมุติ เวลาเราคิดขึ้นมาก็เป็นสมมุติ มันชั่วคราวเท่านั้น แต่ถ้าเราไม่เริ่มจากตรงนี้ เราจะเริ่มต้นที่ไหน เราก็คือเริ่มต้นจากความรู้สึกนึกคิดเรานี่แหละ ทั้งที่ความรู้สึกนึกคิดของเราเป็นโลกๆ ความรู้สึกนึกคิดของเรามันมีแต่กิเลสทั้งนั้น

แต่! แต่เราก็ไฝฝั้นอยากจะเป็นผู้ที่ปฏิบัติ อยากจะมีคุณธรรม ถ้าอยากมีคุณธรรมก็จับใช้สมมุติบัญญัติที่มันเสเพล จับใช้สมมุติบัญญัติที่มันไม่เอาไหน เริ่มต้นด้วยศีล ด้วยสมาธิ ด้วยปัญญา จับต้องมัน วัดค่าของมัน วัดค่าของมัน ถ้าธรรมะมีกำลังมากกว่า เห็นไหม มันก็สงบ ระวังเข้ามาอย่างที่ว่าถามนี้ “เวลาผมภาวนาไปแล้วรู้สึกว่ามันดีขึ้น จิตใจมีความสุข มีความสงบ จิตใจมันดีขึ้นๆ ในการภาวนามา เพียงแต่ที่ผมทำแบบนี้แล้ว คำถามว่า ๑. แนวทางที่ผมดำเนินถูกต้องหรือไม่ครับ” แนวทางที่ผมดำเนินถ้าถูกต้อง ก็ถูกต้องโดยจิตนิสัยของตน โดยจิตนิสัยของตนนะ ถ้ามันไม่ถูกต้องตามจิตนิสัยของตน คนอื่นมาเอาเลียนแบบ มันทำแล้ว เอ๊ะ! ทำไมเขาทำแล้วดี ทำไมเราทำไม่ดี

ดูสิ ในแหล่งท่องเที่ยวของเรา คนที่มาท่องเที่ยวก็มาจากสแกนดิเนเวีย ประเทศเขาเป็นประเทศที่แสงแดดหายาก ใ้พวกเรา ก็อยากจะไปตากหิมะกัน ใ้ประเทศร้อนก็อยากจะไป

เที่ยวหิมะ ใต้ประเทศหิมะมันก็อยากจะมานอนอาบแดด นี่ไง เวลามันเหมาะสม เวลามันถูกต้อง ถ้ามันถูกต้อง มันถูกต้องโดยที่ว่าตรงจริตตรงนิสัย ถ้าไม่ถูกต้อง เราอยู่ในเขตร้อน เราก็อยากจะไปตากหิมะ อยากจะใส่แพ้นสวยๆ เราไม่มีแพ้นสวยๆ ใส่ เพราะเป็นเมืองร้อน

เขาพูดกันประจําเนาะ เมืองหนาวเขาใช้จักรยานเป็นพาหนะ ใต้เราน่าจะใช้จักรยานเป็นพาหนะมาก แต่! แต่มันเป็นเมืองร้อน พอเมืองร้อนขึ้นมาพอขยับหน่อยหนึ่งก็เหงื่อโชก นี่ไง คำว่า “ถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง” ถ้าถูกต้อง ถูกต้องก็ตรงกับจริตตรงกับนิสัยของเรา ถ้าตรงกับจริต นิสัยของเรา เราอยู่เมืองร้อน เขตร้อน เขตศูนย์สูตร มันเป็นเขตที่อุดมสมบูรณ์ แต่เรื่องภูมิอากาศมันเป็นอีกเรื่องหนึ่ง แล้วคนอยู่ในภูมิอากาศ นี่พูดถึง เวลาเขาแสวงหาสิ่งที่ว่า มันเป็นเรื่องที่นอกจากชีวิตประจำวันของเขา

ใต้นี้ของเรา ของเรา เราก็ทำของเราให้มันถูกต้องของเรา ถ้าถูกต้องหมายความว่าจิตมันสงบ ถูกต้องแล้วมันไม่ฟุ้งซ่าน ชีวิตเรามันไม่ฟุ้งซ่าน มันไม่เดือดร้อน มันไม่หาสิ่งใดมากดทับมัน ให้มันปลอดโปร่ง ให้มันสุขสมบูรณ์ของมัน แล้วถ้ามันมีสติมีปัญญาขึ้นสู่วิปัสสนาได้นะ เราจะเป็นพระ-อริยเจ้า อริยบุคคล จิตนี้มันมีคุณธรรมของมัน ถ้ามีคุณธรรมของมันนะ แล้วมันมีคุณธรรมในหัวใจนั้นไม่มีใครรู้หรอก มันเป็นปัจเจกตั้ง สันติภูมิโก รู้จำเพาะตนในหัวใจของตน

เวลาเหลวแหลกทุกข์ยาก รู้ศูนย์กลางหัวอก เวลามันจะเป็นอริยบุคคล ทำไมมันจะไม่อยู่กลางหัวอก มันรู้ของมัน เพราะมันรู้ของมัน มันถึงไม่เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไง เพราะอยากรู้แต่ไม่รู้ มันถึงต้องเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะไง อยากรู้อยากเห็นแต่ไม่รู้ ไม่รู้ก็ประพฤติปฏิบัติไปนี่เขาถามว่า “ถูกต้องหรือไม่” ถ้าถูกต้อง เห็นไหม เราชักชาติตน เราประพฤติปฏิบัติรักษาตน ค้นคว้าหาใจของตน แล้วยกใจของตนขึ้นสู่วิปัสสนา

“๒. ควรใช้หรือควรเพิ่มเติมอย่างไรครับ” ควรใช้ก็ควรมีสติปัญญา เพิ่มเติม เพิ่มเติมให้มีสติปัญญาแล้วทดสอบ ต้องระวังของเราตลอดเวลา ประสาเราเนะ คนที่โดยธรรมชาติเขาก็มีสติ มีปัญญารักษาชีวิตเขาอยู่แล้ว นักปฏิบัติจะรอบคอบมากกว่านั้นไง ครูบาอาจารย์ของเรา รอบคอบมากกว่านั้นนะ เราอยู่กับครูบาอาจารย์ แม้แต่เดินอย่าเสี่ยงดังนะ นั่งเหม่อลอยไม่ได้ การเดิน การนั่ง หลวงตาท่านเอาหัวขาดเลย เวลาคนขาดสติ เวลาพูด สะเทือนใจนะ “นั่นนะ ซากศพเดินได้” ท่านเปรียบนักปฏิบัติที่ขาดสติเหมือนซากศพ

แล้วเราเป็นนักปฏิบัติแท้ๆ เราเดิน ใจคนเดินอยู่ยังโอ้อ่านะ ใจ! กรรณฐาน ใจ! มีชื่อเสียง หลวงตาบอก “ซากศพเดินได้” ซากศพคือสิ่งไม่มีชีวิต มันขาดสติของมัน เหมือนผีหัวขาด ผีหัวขาดมันยังเดินไปเดินมาอยู่นั่นนะ ผีหัวขาด เวลาหลวงตาท่านเตือนลูกศิษย์ไป ถ้าเดินไปเดินมา โดยขาดสติหรือเหม่อลอย ท่านบอก “ซากศพ” คือมันหมดที่พึ่งแล้ว ซากศพเดินได้

แล้วเราจะเป็นอย่างนั้นไหม นี่พูดถึงว่าเวลาจะรอบคอบๆ เราก็ว่า “อู๊ย! อย่างเราก็เคร่ง เต็มที่แล้ว” ไปเจอครูบาอาจารย์พร้อมนะ ท่านเห็นคนเหม่อๆ ลอยๆ เห็นคนที่ขาดสติ มันบาดตา มันคับอก หัวอกจะแตก เวลาท่านพูด เราฟังแล้ว แหม! แหม! เลยนะ แต่เพราะเป็นครูบา อาจารย์ที่ท่านผ่าน ผ่านกิเลสมาแล้วไง เหมือนเราอยู่ท่ามกลางไฟไหม้บ้าน ถ้าคนไม่เข้ามาช่วยไม่ทัน ตายหมดนะ เราอยู่ในบ้านแล้วไฟไหม้บ้านเรา หน่วยบรรเทาสาธารณภัยมันมาไม่ทัน ตายหมด

นี่ก็เหมือนกัน วันคืนล่วงไปๆ มันเผาอยู่ทุกวันตลอดเวลา กิเลสมันเผาอยู่ตลอดเวลา เราอยู่ท่ามกลางอายุขัย ๑๐๐ ปีแล้วต้องตายไปแล้วยังเบิกบาน ทัศนศึกษา นั่นนะถ้าเวลาครูบาอาจารย์ท่านเหน็บเอาเลยนะ เหน็บเอาแบบเจ็บๆ ด้วย เหน็บเอาเพื่ออะไร เพื่อให้ได้สติ เพื่อให้ได้คิด เพื่อให้ได้ชวนชวาย เพื่อให้ได้หาทางออก พูดถึงเวลาปฏิบัตินะ ฉะนั้น จะเพิ่มแนวทางอย่างไร ก็พยายามเปรียบเทียบเอา เพื่อเป็นประโยชน์กับเราได้อีก เป็นของเราไป จบ

**ถาม :** เรื่อง “บริกรรมเอง ๓ องค์รัตนตรัย”

กราบนมัสการหลวงพ่อดรับ

กระผมฝึกหัดนั่งสมาธิ เดินจงกรม สวดมนต์เป็นกิจวัตรเข้าเย็น ครั้งละประมาณ ๑ ชั่วโมงมาเป็นเวลา ๒ ปี เคยสงบเย็นใจบ้าง แต่ส่วนใหญ่จะฟุ้ง แต่ไม่ถึงกับหงุดหงิดรำคาญใจ แม้อกจากการปฏิบัติก็ยังพอเย็นใจบ้างครับ แต่ ๓ - ๔ เดือนที่ผ่านมา มารู้สึกว่าจะบริกรรมเองโดยอัตโนมัติ แต่ว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ (ขวาพุท ซ้ายโธ ขวาธัม ซ้ายโม ขวาสัง ซ้ายโฆ) ทั้งที่ฝึกมา ให้ว่าพุทโธคำเดียว ไม่ว่าจะทำอะไรก็ว่าไปอย่างนี้ครับ โดยเฉพาะการเดินจะรู้สึกชัดใน ๓ คำนี้ครับ



สำหรับผมหลังจากที่เริ่มปฏิบัติมา เวลาที่มีกามราคะเกิด บางครั้งแทบจะร้องไห้ครับ หรือเกิดโทสะก็จะรู้สึกแป๊บบๆ ที่ลึ้นปี๋ครับ หรือนึกถึงความตาย แต่ก่อนเสียขวานขวานวายเป็นหมด เดี่ยวนี้จะเหลือแป๊บบๆ ที่ลึ้นปี๋ครับ

กราบเรียนหลวงพ่อบุรตเมตตาทาแนะนำแนวทางแก่กระผมด้วยครับ

ตอบ : ใ้ฉันพูดถึงคำว่า “บริกรรมๆ” ถ้าบริกรรมพุทโธๆ ของเราไป ถ้ามันจะแบบว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ ขวาพุท ซ้ายโธ ซ้ายพุท ขวาโธ ถ้ามีสติ ไม่เสียหาย

เรากำหนดเราก็พยายามกำหนดพุทโธ ถ้าบริกรรมพุทโธๆ ก็พุทโธไป ถ้าหายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ ก็หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธไป เพราะอะไร นี่มันคือ อุบายวิธีการ อุบายวิธีการหมายถึงอาวุธ อาวุธเราควรจะมีหลากหลาย อาวุธของเรา ถ้ามีหลากหลายแล้วเราไม่เสียหายหรอก แต่เวลาเราใช้เราใช้อย่างเดียว เวลาเราจะใช้ งานเพราะเรามีมือเดียว เราจะใช้ปืนขนาดไหน เราก็ใช้ขนาดนั้น เราจะใช้มีด จะใช้ขวาน เราก็มีมือเดียว ใช้อย่างใดอย่างหนึ่ง

ฉะนั้น บอกว่า คำบริกรรมก็ได้ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธก็ได้ เวลามันพุทโธๆ อะไรก็ได้ คำว่า “ก็ได้” แต่! แต่เราใช้ด้วยมีสตินะ มีดเราใช้ฆัดพลาดมันก็ทำลายเรา ปืนทำสิ่งใด แล้วถ้าเราใช้ไม่ถูก มันก็ทำร้ายเรา ทำร้ายเราทั้งนั้น นี่ก็เหมือนกัน ซ้ายพุท ขวาโธ บริกรรมพุทโธๆ คำว่า “ต่างๆ” ถ้ามีสติ ถ้ามีสติควบคุมได้ เราบริกรรมของเราไป ไม่เสียหาย ไม่เสียหาย เพราะนี่คือวิธีการทั้งนั้น เราจะพุทโธ เราจะอานา-ปานสติ เราจะซ้ายพุท ขวาโธ เพราะนี่คือวิธีการ

วิธีการ ธรรมทั้งหลายมาแต่เหตุ เหตุของมันคือเป้าหมายของเรา คือเราจะควบคุมใจของเรา การควบคุมใจของเรา วิธีการควบคุมด้วยคำบริกรรม วิธีการควบคุมด้วยกำหนดอานาปานสติ วิธีการควบคุมใจของเรา ถ้าใจของเราควบคุมได้แล้ว ควบคุมจนเป็นอิสระแล้ว ไม่ต้องควบคุมมัน ถ้าไม่ควบคุมหมายถึงไม่ต้องพุทโธ จิตมันสงบของมันด้วยสติใช้ใหม่ สัมมาสมาธิ คือจิตตั้งมั่น จิตที่ไม่พาดพิงอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น จิตที่มีสติสมบูรณ์ในตัวของมันเอง นี่ไง เอกัคคตารมณ์ จิตตั้งมั่น มันมีคุณค่าของมัน ถ้ามันมีคุณค่าของมัน นั่นนะจิตเดิมแท้ จิตเดิมแท้ ที่มันเป็นสัมมาสมาธิที่มันถูกต้องดีงาม ที่เราทำ เราทำเพื่อเหตุนี้ไง ทำเพื่อเหตุนี้เพื่ออะไร

หนึ่ง จิตสงบแล้ว สุขอื่นใดเท่ากับจิตสงบไม่มี จิตสงบนี้เป็นบาทฐาน เป็นบาทฐาน ศีลสมาธิ ปัญญา ศีลที่สะอาดบริสุทธิ์ เวลาทำสมาธิเป็นสัมมาสมาธิสะอาดบริสุทธิ์ สัมมาสมาธิสะอาดบริสุทธิ์ควรแก่ที่ยกขึ้นสู่วิปัสสนาโดยใช้ปัญญา ถ้าปัญญาที่เกิดจากสัมมาสมาธิมันจะเป็นภาวนามยปัญญา ปัญญาที่เข้าไปรู้เห็นแจ้งกิเลสในใจของตน มันมีคุณค่าของมันอย่างไร ถ้ามีคุณค่าของมันอย่างไร นี่คือวิธีการๆ ฉะนั้น มันจะเป็นอย่างไร เราจะตั้งสติของเรา

แต่ผู้ที่ปฏิบัติใหม่ถ้าพุทโธต้องมีพุทโธ ถ้าเป็นธัมโมขึ้นมาก็เริ่มหงุดหงิดแล้ว เอ๊ะ! เอ๊ะ! พอเอ๊ะ! เอ๊ะ! อย่างนี้ กิเลสมันถึงเอาสิ่งนี้มาทำให้เราล่งเลงสย มาทำให้เราวิตกกังวล แต่ถ้าเป็นครูบาอาจารย์ของเรา นะ หรือผู้ที่ปฏิบัติคล่องๆ นะ อะไรก็ได้ สำคัญที่สติ ถ้าสติแล้วการกระทำนั้นมันก็เป็นสัมมาทิฏฐิถูกต้องดีงาม ถ้าขาดสติมันคือพลังเปลวไฟไหม้คนชั่วบอด คนชั่วบอดถ้าหลับใน ตาย คนชั่วบอดถ้าพลังเปลว มีอุบัติเหตุ คนชั่วบอด

นี่ก็เหมือนกัน เรากำหนดดูจิตของเรา เราควบคุมดูจิตของเรา ถ้าเรามีสติสัมปชัญญะ เพราะถนน เห็นไหม ถนนมันก็มีถนนที่มีอุปสรรค รถแน่น รถอะไร มันมี เราต้องควบคุมตลอดเวลา สติ สำคัญที่สติ นี่ก็เหมือนกัน ถ้าสติมันมีอยู่พร้อม มันจะเป็นอย่างไรนะ เรารู้เท่าทันมันหมด แล้วพอรู้เท่าทัน ทีนี้มันก็หลอกไปเรื่อย

เพราะเราเคยอยู่กับหลวงปู่เจี๊ยะ เขาบอกว่า “พวกที่นั่นักปฏิบัติ” เขาบอกว่า “ไอ้พวกพุทโธโง่ฉิบหายเลย อะไรก็พุทโธๆ โอ้ย! พวกนี้ไม่มีปัญญาเลย” พวกนี้เขาเป็นนักศึกษาด้วยนะ เขาเป็นมหาทั้งนั้น วันหนึ่งหลวงปู่เจี๊ยะก็นิมนต์พวกนี้มา พระมหา พระนักศึกษา นิมนต์มากี่ต้มน้ำชาเลี้ยงต้อนรับแล้วนั่งสนทนาธรรมกัน ท่านก็บอกว่า “ท่านเป็นฝ่ายปฏิบัติ การศึกษามันไม่มากมาย อยากจะถาม ถ้ามผู้มีการศึกษาว่า ไ้การหายใจเข้านิกพุท หายใจออกนิกโธ หรือคำว่า “พุทโธๆ” มันสามารถจะทำให้จิตสงบได้หรือไม่” เขาบอกว่า “ได้” “อ้าว! แล้วได้แล้วโง่ได้อย่างไรล่ะ”

เพราะที่เรียนมาเรียนมาเพื่ออะไรล่ะ ท่านบอกเลย เห็นไหม เพราะในตำราก็บอกอยู่แล้ว แล้วเวลาเราไปพุทโธๆ เขาบอกว่าโง่เง่ามากเลย ท่านบอกนะ ถ้าพูดถึงเขาบอกว่าไม่ได้ ถ้าไม่ได้ท่านจะบอกเลยให้บริกรรมชี้ ชี้ ชี้ มันสงบได้ไหม ชี้ ชี้ คำบริกรรมอะไรก็ได้ แต่! แต่สำคัญว่าจิตได้บริกรรมหรือเปล่า ถ้าจิตไม่ได้บริกรรมจริงๆ มันเหมือนนั่งเหม่อลอย คนนั่งเหม่อลอยแล้วจิตมันจะสงบได้อย่างไร แต่ถ้าเรานั่งโดยตั้งใจ แล้วมีคำบริกรรมชัดเจนคำบริกรรมเรา

ถ้าคำบริการชัดเจน เห็นใหม่ เวลาทำชัดเจน คนทำงานมันเบื่อหน่ายทั้งนั้น คนทำงานเด็กโดนบังคับมันเบื่อหน่ายทั้งนั้น เด็กโดนบังคับให้นั่งนิ่งๆ เด็กคนนั้นร้องไห้ตายเลย ถ้าเด็กร้องไห้มันวิ่งเล่นตามสบายของมัน ค्यू! ทั้งวันมันก็เล่นได้ ถ้าปล่อยให้มันคิดสามะเลเทเมา คิดตามแต่มันจะคิด สบาย โอ้ย! สบายๆ บังคับให้มันพุทโธมันจะเป็นจะตาย นี่ไง แต่ถ้ามันเป็นได้จริง ถ้าเด็กดีๆ เด็กที่มันไฝ่ดีมันพุทโธได้ง่ายๆ แบบว่าจิตนิสัยคนดีๆ มันทำได้ดี แต่ถ้าคนที่มีปัญหาไม่ได้เลย ถ้าไม่ได้เลยก็มาปัญญาอบรมสมาธิ นี่พูดถึงเป็นปัญญาอบรมสมาธิ

นี่พูดถึงเวลาบอกว่า “ถ้าพุทโธฯ ไปแล้วมันเป็นพุทโธซ้าย พุทโธขวา” พุทโธมัน มันหลอก เพราะเราพุทโธอยู่แล้ว เราพุทโธอยู่แล้วเราก็พุทโธของเราไป มันจะซ้าย มันจะขวา เราก็มีสติไป แต่ถ้ามันหลอกใช้ใหม่ แล้วเราตามไป การภาวนาของเรา เราประพฤติปฏิบัติธรรมเพื่อความงามความดี แต่กิเลสหน้าที่ของมันคือการทำลายล้าง กิเลสตัดทอนความทะยานอยาก งานของมันคือการทำลายล้างทุกๆ อย่างที่เราทำดี

**ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่เคยเบียดเบียนหรือทำลายใคร หรือทำให้ใครมีความลำบาก ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแวววาว ทำให้คนมีความสุข ทำให้คนมุ่งสู่ความดี ทำให้คนสิ้นสุดแห่งทุกข์ นี่คือธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า**

แต่ที่ประพฤติปฏิบัติไปแล้วล้มลุกคลุกคลานมีปัญหา นั่นกิเลสๆ กิเลสทั้งนั้น กิเลสในใจเราทั้งนั้น มันไม่มีใครทำเราเลย มีแต่กิเลสในใจของเราทั้งนั้น แล้วกิเลสใครทำมาละ เราเพราะเราทำมา เห็นใหม่ ดูสิ ทานอาหารชอบรสชาติอย่างไร ความเป็นอยู่ของเราชอบอย่างไร กิเลสมันก็คือสันดานเดิมเจ้านั้นแหละ สันดานเดิมของเรา เธออย่าอย่าคิดอย่าทำ อย่าคิดอย่าทำแล้วจะเป็นจิตจะเป็นนิสัย สิ่งที่เราเป็นๆ อยู่นี้ก็เพราะเราเคยอย่าคิดอย่าทำ ทำมาซ้ำๆ ซากๆ จนเป็นความคิดของเรา กิเลสมันเกิดตรงนั้นนะ แล้วกิเลสมันก็เกิดขึ้นมา เห็นใหม่

นี่พูดถึงว่า “ถ้าพุทโธแล้วมันมีปัญหา” เราอธิบายมายาวยืดเลยเพื่อให้เห็นว่า ไม่มีอะไรเป็นปัญหา มันจะพุทโธอย่างไรก็ช่างหัวมัน อย่ามาหลอกหลวงเรา มีสติสัมปชัญญะพร้อมตลอด แต่ต้องมีคำบริการ มีสติพร้อม ถ้ามีสตินั่งเหม่อลอยไม่ได้ ถ้าจะปล่อยให้มันสงบเอง ไม่มีเป็นไปไม่ได้ มันจะพาไปลงสู่วัฏจักร ลงสู่สุญญากาศโดยขาดสติ

แต่ถ้ามันเป็นความจริงมันต้องควบคุมทั้งหมด การประพฤติปฏิบัติสำคัญที่สุด สติ แต่เวลาปฏิบัติไปแล้วคำบริกรรมก็สำคัญ เวลายกขึ้นสู่วิปัสสนา ปัญญาที่สำคัญ เวลาสำคัญๆ แต่ถ้าขาดสติเริ่มต้นมามันจะโตขึ้นมาไม่ได้ ถ้าโตขึ้นมาก็โตขึ้นมาโดยลำดับของมัน นี่พูดถึงคำบริกรรมนะ

แต่สำหรับว่าเขาถามคำถามต่อไป “สำหรับผลของการปฏิบัติมา กามราคะที่เกิดขึ้น บางครั้งแทบจะร้องไห้ หรือเกิดโทสะก็จะรู้สึกแปลกๆ ที่ลิ้นปี หรือนึกถึงความตาย แต่ก่อนมันจะเสียวซ่าจนวุ่นวายไปหมด” นี่พูดถึงว่า ถ้าจิตมันยังไม่สงบ จิตมันไม่มีหลักมีเกณฑ์ เวลามันคิดสิ่งใดไปแล้ว มันก็คิดไปโดยกิเลส คิดไปโดยแรงเหวี่ยง แรงเหวี่ยงกิเลสมันเหวี่ยงไปแล้ว มันจะมีปัญหา

ถ้าใจมันสงบแล้วกลับมาพิจารณาเรื่องนี้ พิจารณาถึงการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย พูดถึงการเกิด การแก่ การเจ็บ การตาย เวลาโง่งม เห็นใหม่ ประดับประดาไว้สวยงาม ช่างในคือซากศพ ถ้าร่างกายเราก็เหมือนกัน เวลาผิวหนังของคนมันเต่งตึง เต็มมันก็เหี่ยวยุบ เต็มก็ทำลายไป เวลาถ้าเราคิด คิดอย่างนั้น คิดดักหน้า คิดลวงหน้าไว้เลย ถ้าคิดลวงหน้าไว้เลยนะ มันไม่มีสิ่งใดเป็นขึ้นเป็นอันทั้งนั้น มันไม่มีอะไรสวยคงที่ มันไม่มีสิ่งใดคงที่คงวาทั้งสิ้น แม้แต่ชีวิตของเราเหมือนกัน ชีวิตของเราเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะก็ภพก็ชาติแล้ว ก็มากงกรรมกงเกวียน รอยล้อเกวียนก็ทับรอยเก่า เราก็เกิดมาอย่างนี้ทุกภพทุกชาติ แล้วเราก็จะมาซ้ำซากอยู่อย่างนี้ ซ้ำซากอยู่อย่างนี้เพราะมันเป็นเรื่องเวรเรื่องกรรม

แต่เวลาเกิดมาแล้ว เกิดมาเป็นมนุษย์ เกิดมาพบพระ-พุทธศาสนา เราจะมาประพฤติปฏิบัติของเรา เราจะหลีกเลี่ยงไปจากรอยกงเกวียนกงกรรมอันนี้ ถ้ากงเกวียนกงกรรมอันนี้เราพิจารณาของเรา ถ้ามันจะหลีกเลี่ยงไปได้ก็ด้วยสติด้วยปัญญาเราเท่านั้น มันไม่มีอะไรจะทำให้เราหลีกเลี่ยงไปได้ ถ้าไม่มีอะไรจะทำให้หลีกเลี่ยงไปได้ ที่นี้มันก็ต้องเกิดเป็นเรื่องข้อเท็จจริง

เพราะในทางการแพทย์มันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ มันเป็นธรรมชาติ มันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ มันมีของมัน อย่างเรา มนุษย์เราก็มีการกิน การขับถ่าย ก็ธรรมชาติของมนุษย์ เวลาธรรมชาติของมนุษย์ ดุสิต สัมผัสสาธารณะเต็มไปหมดเลย สถานที่สวนสาธารณะก็มีสัมผัสสาธารณะ ถ้าสถานที่ต้องมีสัมผัสสาธารณะหมด เพราะคนเรามันก็กินกับถ่ายเป็นเรื่องธรรมดา

นี่ก็เหมือนกัน เรื่องของกามราคะต่างๆ ทางการแพทย์ก็เป็นเรื่องธรรมดา แต่ของเรามันเป็นการย่ำคิดย่ำทำให้หัวใจมันตอกย่ำ ตอกย่ำอยู่ในกามภพ แต่ถ้าเราเป็นธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราจะถือพรหมจรรย์ พรหมจรรย์คือสิ่งปฏิบัติพรหมจรรย์เพื่อพรหมจรรย์ ไม่ปฏิบัติพรหมจรรย์ว่า ถ้าปฏิบัติพรหมจรรย์เอาแล้วนะปฏิบัติพรหมจรรย์แล้วทำอย่างไร พรหมจรรย์ ทำไม่ถึงเป็นพรหมจรรย์ ปฏิบัติพรหมจรรย์เพื่อพรหมจรรย์ จบ

แล้วเราทำของเราให้ได้ ถ้าทำของเราให้ได้ ฉะนั้น สิ่งที่มีมันแปล็บๆ เราใช้ปัญญาอย่างนี้ ปัญญาอย่างนี้มันก็เป็นบัญญัติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ถ้าเป็นความจริงของเราๆ นะ มันจะรู้จริงขึ้นมา พอรู้จริงขึ้นมามันจะรู้เป็นขึ้นเป็นอันไหนละ

ถ้าจิตสงบแล้ว สงบแล้วเสื่อมน มันคลายออกมา เออ! มันเสื่อมอย่างนี้เข้าแสนยาก พอมันเข้าได้ พอมันเข้าได้รักษาได้ ถ้ายกขึ้นวิปัสสนาได้ มันใช้ปัญญาไปได้มันก็จะใช้ปัญญาไป มันถึงเป็นความจริง เห็นไหม รู้จักรักษาดน รู้จักค้นคว้าตน รู้จักหาตน รู้จักรักตน รักตนรักอย่างนี้ วิชาความรู้ วิชาชีพนั้นเป็นเรื่องหนึ่ง แต่วิชา วิชาจรณสมปนฺโน มีวิชาด้วย มีจรณะด้วย มีสัมปັນโน ความรู้จริงของเราด้วย ถ้าทำของเราได้ เราฝึกหัดของเราอย่างนี้ ถ้าฝึกหัดอย่างนี้มันก็จะประโยชน์กับเรา

คำถามมานะ คำถามมาตั้ง ๒ คำถาม จะบอกว่า “แล้วขอความเมตตาหลวงพ่อบรรณา ต่อเนื่อง” การแนะนำต่อเนื่อง การปฏิบัติทุกคนปฏิบัติมาแล้ว มันมีเหตุมีผลขึ้นมา มันก็เห็นวาศาสนาพุทธ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์มีอยู่จริง มรรคผลนิพพานมีอยู่จริง พอมีอยู่จริง มันก็มีแรงปรารถนาอยากจะทำปฏิบัติต่อไป ก้าวหน้าไปเพื่อประโยชน์อันนั้น

ที่นี้การประพฤติปฏิบัติก้าวหน้าไปมันก็ต้องย้อนกลับมาดูพื้นฐาน พื้นฐานว่า ศีล สมาธิ ปัญญาของเราให้สมบูรณ์ขึ้นไป แล้วพยายามปฏิบัติของเราขึ้นไปให้ได้มาตรฐานของเรา รักษามาตรฐานของเราให้สุดความสามารถของเรา สุดความสามารถของเรา ถ้าแค่นั้นก็ได้แค่นั้น แล้วถ้ามันมีอำนาจนามมากขึ้น พิจารณามากขึ้น พิจารณาได้มากขึ้น ถ้าถึงที่สุดนะมันตั้งแต่ตั้งคปหานคือรู้เท่าชั่วคราว รู้เท่าแล้วมันใช้สติปัญญารอบรัดทะเลแห่งชั่วคราว แต่มันไม่มีบทสรุป

ถ้าบทสรุป เวลาหลวงตาท่านพูดถึงขณะจิต ขณะจิต จิตต้องมีขณะของมัน ขณะของมันคือปิดโครงการ โครงการปิดไปแล้ว ชำระบัญชีเสร็จ โครงการนั้นก็ถือว่า

เสร็จ โครงการใดสร้างแล้วคาไว้อย่างนั้นนะ ปิดบัญชีไม่ได้ วางบิลแล้ววางบิลอีก เก็บเงินไม่ได้ เจ้าของโครงการก็ใช้ประโยชน์อะไรไม่ได้ คากันอยู่อย่างนั้นนะ นั้นนะตังคปหาน

เมื่อใดปิดโครงการ สมุจเฉตปหาน ขณะจิต กายเป็นกาย จิตเป็นจิต ทุกข์เป็นทุกข์ ถ้าพิจารณาไปแล้วมันจะทำทั้งหมดเลย แยกเป็น ๓ ทวีปแล้วกลับมารวมกันอีกไม่ได้เลย ต่างอันต่างจริง ทุกข์ก็เป็นความจริง จิตก็เป็นความจริง อริยสัจก็เป็นความจริง ต่างอันต่างจริง ชั้น ๕ ก็เป็นชั้น ๕ จริง กายก็เป็นกายจริง กิเลสก็เป็นกิเลสจริงๆ แต่ตายอยู่นั่น จิตก็เป็นจิตจริงๆ ที่พ้นออกมา นี้พูดถึงถ้าเป็นความจริง ถ้าเป็นความจริง นี่ขณะจิต

ถ้าภาวนาต่อเนื่องไปๆ ถ้าเราภาวนาต่อเนื่องไป เรายังรักษาของเราไป ถ้าทำได้ ถ้าทำได้มันก็เป็นการยืนยัน ปัจจัยตั้ง สันติปฏิภาณใจว่ามรรคผลมีอยู่จริง แล้วมีอยู่จริงๆ แล้วไม่ได้จริงที่อื่น จริงที่เราปฏิบัติแล้วรู้ท่ามกลางหัวใจของตน เพราะจิตนี้ เวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏะ แล้วถ้ามันถึงคุณธรรมเกิดอีก ๗ ชาติ มันรู้อยู่เต็มหัวใจเลย

แต่เราไม่รู้ว่าจะเกิดมาอย่างไร ตายอย่างไร แล้วไปไหนอย่างไรไม่รู้ แต่พระโสดาบันรู้อีก ๗ ชาติ รู้เลยว่าเกิดอีก ๗ ชาติ มันรู้ถึงเป้าหมายของตน รู้ถึงขอบเขตของตน พระโสดาบันจะรู้ถึงขอบเขตของความรู้อันแน่นอน ไม่อย่างนั้นเป็นพระโสดาบันไม่ได้ เอวัง