

# ทำใจให้เย็น

พระอาจารย์สงบ มนสฺสนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหารธรรม วันที่ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๑

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

**ถาม :** เรื่อง “ทำอย่างไรให้ใจเย็นครับ”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน ผมเริ่มฝึกนั่งสมาธิได้ ๑ เดือนแล้วครับ แต่ผมรู้สึกอารมณ์ร้อน ไข้หวัดหืด แต่ควบคุมตัวเองได้ดีขึ้น ไม่แสดงอาการให้คนรอบข้างเห็นเหมือนแต่ก่อน แต่ข้างในมันยังร้อนอยู่ อยากเป็นคนใจเย็นกว่านี้ ผมจะเริ่มฝึกทำสมาธิแต่ปัญหายังเหมือนเดิม กราบหลวงพ่อก่อนช่วยแนะนำด้วยครับ

**ตอบ :** นี่ด้วยของแค่นี้ ตอนนี้สังคมที่มีปัญหามาก กลางคืน เด็กแว่นๆ เด็กแว่นมันเล่นสนุกสนานครึกครื้นของมัน นั่นละมันสนุกสนานตามวัย พูดว่าตามวัยนะ เพราะอะไร พวกเราพวกลูกผู้ชายเด็กๆ ก็เป็นอย่างนี้ทั้งนั้นนะ เด็กๆ ก็อยากจะซ่าทุกคนนะ แต่มันเป็นไปตามวัย พอมันเป็นไปตามวัย แต่คนถ้ามันสำนึกได้ เวลามันสำนึกไม่ได้ กฎหมาย ม.๔๔ จับกุมพ่อแม่เลย พ่อแม่ให้เด็กออกไปแว่น จับทั้งนั้นนะ

ถ้าเราระลึกได้ว่า เราทำความเดือดร้อนให้กับพ่อกับแม่ เราทำความเดือดร้อนให้กับคนอื่น มันสำนึกได้ พอสำนึกได้ มันกลับจะเป็นคนดีได้ แต่คนส่วนใหญ่ที่มันยังแว่นอยู่ ยังเล่นสนุกครึกครื้นอยู่เพราะมันสำนึกไม่ได้

ถ้าสำนึกไม่ได้ก็เข้ามานี่ไง เข้ามาที่ว่า แค่ว่าคนที่สำนึกได้รู้ว่าอะไรถูกอะไรผิด แค่นี้ รู้จักผิดชอบชั่วดี นั่นนะจะเริ่มเป็นคนดีได้ แต่ไม่รู้จักผิดชอบชั่วดี ญูญูอยู่คนเดียว “คนอื่นก็ทำ คนอื่นก็ทำ” เวลามันจะเถียงมันไม่เถียงถึงว่าผิดชอบชั่วดีหรือ มันจะเถียงว่า “คนอื่นก็ทำ คนอื่นก็ทำ” แล้วคนอื่นเป็นคนดีหรือคนเลวละ

หลงตานะ ในพระไตรปิฎกสอนไว้ประจำ คนโง่มากหรือคนฉลาดมาก ในโลกนี้คนโง่มากกว่าคนฉลาด คนฉลาดเป็นคนส่วนน้อย แล้วคนที่เวลามันพาลมันเห็นแก่ตัว มันคนโง่หรือคนฉลาดละ

แต่เวลาคนที่มันจะอ้างมันก็อ้างตรงนั้นแหละ “ทำไมคนอื่นทำได้ละ ทำไมคนอื่นทำได้ละ”...ก็มันคนเลว ก็คนมันเลว มันทำตามประสาคนพาล แล้วเอ็งเอามาอ้างได้อย่างไรละ แต่นิสัยเด็กๆ เนาะ นิสัยวัยรุ่นมันก็ต้องว่า “ทำไมคนอื่นทำได้ละ ทำไมคนอื่นทำได้ละ”

**แต่ถ้าเรารู้จักผิดชอบชั่วดี มันไม่อ้างคนอื่น มันอ้างความผิด ความถูกต้อง ความชอบ ความดี ‘ผิด ชอบ ชั่ว ดี’**

เราต้องอ้างว่า ‘ผิด ชอบ ชั่ว ดี’

ไม่ใช่ว่า “คนอื่นทำ คนอื่นทำ” คนอื่นใครละ คนอื่นอ้างอะไรได้ นี่ไง **อเสวนา จ พาลานํ ปณฺทิตานญฺจ เสวนา** ไม่คบคนพาลๆ เราคบบัณฑิต แล้วคบบัณฑิต สูดยอดของมิตรคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

ในบรรดาสัตว์สองเท้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด เวลาเข้าไปใกล้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คบองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อยู่ใกล้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าประเสริฐที่สุด เพราะท่านไม่พาไปเสียหายแน่นอน แต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พุทธกาลก็มีองค์เดียว แล้วจะเจอตอนไหนละ

นี่พูดถึงว่าถ้าคนสำนึกได้ ทีนี้เขาบอกว่าเขาเริ่มนั่งสมาธิ แล้วเขาอยากให้อายุยืนๆ นั่งมา ๑ เดือนแล้วยังหงุดหงิดๆ แต่ดีขึ้น

แต่ดีขึ้น ดีขึ้นเพราะอะไรละ ดีขึ้นเพราะเรามีสติ เรามีสติ เราเท่าทันอารมณ์เรา เราเท่าทันความคิดเรา

แต่เดิมอารมณ์มันส่งออก เราคิดอะไรแล้วเราก็บวกกับต้นหาความทะยานอยาก บวกกับความพอใจของตน บวกกับทิฏฐิฐานะของตน กูถูก กูแน่ กูยอด นี่พุ่งออกหมดเลย

แต่ถ้ามีสติควบคุมได้บ้าง ถูกหรือผิด คิดดีหรือชั่ว นี่มันเริ่มคิดได้ พอเริ่มคิดได้ ธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบอกว่า สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือกิเลสของสัตว์โลก กิเลสของคนนั้นแหละ

กิเลสคือตัณหาความทะยานอยาก ตัณหาคือความอยากได้อะไรดี ไม่พอใจสิ่งใดก็จะผลัดไต่ ตัณหาความทะยานอยากมันควบคุมหัวใจ ถ้ามันควบคุมหัวใจ นี่ที่มันเผาผลาญอยู่นะ ถ้ามันเผาผลาญอยู่ ถ้ามีสติปัญญาเท่าทันความเห็นของตน

แล้วไม่ใช่เท่าทันแล้วมันจะจบนะ เท่าทันแล้วมันยังมีความดียิ่งกว่านี้ เท่าทันแล้วทำสมาธิได้ ทำสมาธิได้ ผีก็หนีไปใช้ปัญญาได้ เวลาผีหนีไปใช้ปัญญาได้แล้ว เวลาพิจารณาไปแล้วนะ บุคคล ๔ คู่ โสดาปัตติมรรค สกิทาคามิมรรค อนาคามิมรรค อรหัตตมรรค มันจะละเอียดขึ้นไปเป็นขั้นๆ ขึ้นไป

ไม่ใช่ที่เราเท่าทันแล้วเก่ง...ยัง ไม่ใช่หรอก เพิ่งฝึกหัด เพิ่งหัดตั้งใจ แล้วพยายามฝึกหัดของเราไป นี่พูดถึงว่า เวลาระยะเวลาที่เราจะต้องเดินขึ้นไป

แต่บอกว่า จะทำอย่างไรให้ใจมันเย็นขึ้น

ถ้าใจมันเย็นขึ้นก็ฝึกหัดด้วยสติด้วยปัญญานี้แหละ ถ้าด้วยใจเย็นขึ้นๆ อยู่ชั่วโลกเหนือชั่วโลกใต้  $-๔๐^{\circ}$  มันยังร้อนเลย  $-๔๐^{\circ}$  นะ  $-๖๐^{\circ}$  หนาวนะ เย็นไหมล่ะ มันร้อนมันเย็นที่ไหนล่ะ เวลา มันร้อนมันเย็นที่ในหัวใจของเรา มันร้อนมันเย็นด้วยสติปัญญาของเรา อากาศภายนอกมันจะร้อน มันจะเย็นก็อีกเรื่องหนึ่งนะ

นี่อยากให้อะไร

ใจเย็นด้วยสติด้วยปัญญาเท่าทันความคิดของตน

หลวงตาท่านสอน คำนี้ใช้ได้ตลอด แล้วสุดท้าย

“ใครจะดีจะชั่วมันเรื่องของเขา ใครจะดีจะชั่วมันเรื่องของเขา เราจะทำความดีวะ เราจะทำความดีวะ”

แต่คนทำความดีน้อยเนื้อต่ำใจทั้งนั้นนะ เราทำดีๆ แล้วมีแต่คนเหยียบย่ำทำลาย เราทำดีมีแต่คนเหยียบย่ำทำลาย

ทำดีก็ทำดีของเราสิ อย่าทำดีโดยเอาหน้าเอาตา ทำดีให้เขายอมรับ ไม่มีทาง ทำดี ไปซื้อความดี เขียนกฎหมายให้คนรัก เป็นไปไม่ได้หรอก

คนจะรักคนจะชอบอยู่ที่พฤติกรรมของเรา อยู่ที่ความเห็นที่เขารักหรือชอบเราเอง ไม่ใช่ไปเขียนบังคับให้คนนั้นรักคนนี้รัก เป็นไปไม่ได้ ถ้าจะบังคับให้คนอื่นรัก มึงตายเลย ทุ่มเทศนา ไหนเขาก็ไม่รักมึงหรอก แต่ถ้าคนทำความดีมีสติปัญญา เขารักเราเอง นี่พูดถึงว่าเวลาทางโลก ใด

ฉะนั้นบอกว่า “ทำอย่างไรหากอยากจะทำให้ใจเย็นมากกว่านี้ ผมจะเริ่มทำสมาธิแต่ปัญหายังเหมือนเดิม”

ปัญหายังเหมือนเดิม ปัญหามันมีของมันอยู่อย่างนั้นแหละ แล้วปัญหาไม่ใช่มีปัญหา อย่างนั้นนะ คนที่ฝึกหัดภาวนาแล้วทำสิ่งใดแล้วก็คิดว่าตัวเองได้ผลอย่างนั้นๆ ความจริงว่าจะได้ผลอย่างนั้นนะ มันเหมือนกับนักกีฬา นักมวย นักกีฬาทุกประเภทเขาฝึกทุกวัน ยิ่งฝึกมากเท่าไรเขายังแบบว่าทักษะเขาจะมั่นคงของเขาอย่างนั้น

นี่ก็เหมือนกัน การฝึกหัดๆ เหมือนนักกีฬา นักกีฬาฝึกหัดขนาดไหนแล้วจิตใจมันมั่นคงหรือไม่ แล้วเวลานักกีฬาถ้าไม่มีความฟิต คือปล่อยปละละเลยอ้วนอวบมเป่งเลย

นี่ก็เหมือนกัน ภาวนาๆ ไปถ้าขาดสติปัญญาจะเสื่อมหมด เวลาเสื่อมไปแล้วนะ ก็คิดว่าตัวเองทำแล้วทำได้ไง

มันไม่ใช่เบงกันะ เอาไว้ในตู้เซฟแล้วมันจะเป็นเบงกัตลอดไป ความรู้สึกของคนมั่นคงที่ไม่ได้หรอก มันแปรสภาพตลอด แต่เพราะธรรมชาติขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาแก้ไขตรงนี้ ถ้ามาแก้ไขตรงนี้ ฝึกหัดตรงนี้ขึ้นมา

ถ้าฝึกหัดตรงนี้ขึ้นมาแล้ว คนถ้ามีหลักเกณฑ์นะ เขาก็จะมีข้อวัตร เขาก็มีวัตรปฏิบัติของเขา หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่นท่านทำเป็นตัวอย่าง นี่ธรรมทายาทๆ ครูบาอาจารย์ที่เป็นธรรมๆ เช่น ดูหลวงตามหาบัว ดูหลวงปู่ลี ท่านเคยมาเที่ยวเทศบาลหนึ่ง เทศบาลสองใหม่

หลวงตาท่านเน้นย้ำเลย ธรรมะจะไม่เกิดในเทศบาลหนึ่ง เทศบาลสอง ไม่เกิดบนกระดุกหมู กระดุกหมา ไม่เกิดบนความอุดมสมบูรณ์

หลวงตาท่านเน้นย้ำประจำ คนภาวนามานานรู้ คนที่เขาเห็นสังฆกรรมคุณธรรมที่มีประโยชน์เขาไม่เห็นแก่กระดุกหมู กระดุกหมา

กระดุกหมูต้มผักโขง กระดุกหมูต้มมะระ ไร่! สูดยอด น้ำซุบยอดๆ เลย

แต่ครูบาอาจารย์ท่านบอกว่า ธรรมะไม่เกิดบนกระดุกหมู กระดุกหมา

ไอ้คนที่เห็นว่าน้ำซุบ เห็นว่าต้มผักสุดยอดนั้นนะ ไอ้พวกนั้นไอ้พวกเห็นแก่ปากแก่ท้อง เห็นแก่ปากแก่ท้องมันจะเห็นคุณธรรมหรือไม่ คนที่เห็นแก่คุณธรรมเขาไม่เห็นแก่เรื่องอย่างนี้เลย

เรื่องอย่างนี้แหละเป็นตัวชักนำให้ศาสนาเสื่อมไปเรื่อย จะเอาแต่ให้คนอุปัฏฐาก อุปถัมภ์ โฆษบุรุษตายเพราะลาภ แต่ถ้าคนเป็นจริงๆ เขาเอาศีล เอาสมาธิ เอาปัญญา ถ้าเอาศีล เอาสมาธิ เอาปัญญา เขาละเรื่องนี้

นี่พูดถึงว่าจะทำใจให้มันเย็นขึ้นไง

จะทำให้ใจเย็นขึ้น มีสติปัญญา มันมีสติมีปัญญานะ

นี่พูดถึง เพราะเราเห็นว่าคำถามนี้มันแบบที่เราพอใจใจ “ผมเพิ่งหัดภาวนามา ๑ เดือน”

เพราะว่าถ้าผมเพิ่งหัดภาวนามา ๑ เดือน แสดงว่าก่อนจะภาวนามันต้องตัดสินใจนาน จะเอาหรือไม่เอา จะภาวนาหรือไม่ภาวนา ศีรษะธรรมะมาก็เยอะแล้ว จะภาวนาจะกลัวเจ็บ กลัวปวด กลัวไปหมดเลย

แต่ถ้ามันได้ภาวนา ที่มันพอใจอยู่คำนี้แหละ “ผมภาวนามา ๑ เดือน” แสดงว่าเริ่มเอา ถ้าเริ่มเอามันก็เริ่มเอา

เป็นสิทธิ์ เวลาทานเริ่มต้นมันเป็นสิทธิ์ คนเราจะอยู่สะดวกสบายอย่างไรก็ได้ บุญกิริยา วัตถุ บุญกิริยา บุญกิริยา เราจะนั่งเราจะนอนอย่างไรก็ได้ เราเสียสละกิริยาวัตถุ นั่งขัดสมาธิ ถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เริ่มต้นของการภาวนานี้บุญกุศล บุญกิริยาวัตถุ เราเสียสละความสะดวกสบาย เสียสละ การนอน เสียสละทุกๆ อย่างมานั่งสมาธิ นี่บุญกิริยาวัตถุเพื่อถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ภาวนาพุทโธฯ ถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

แค่นั่งนิ่งๆ นี่แหละ แต่พอมันนั่งนิ่งๆ แล้ว เวลาไม่ทำมันก็ไม่ทำนะ พอมันนั่งปั๊บ มันเรียกห้องสมาธิเลย พอได้นั่งขัดสมาธิ “สมาธิก็ต้องมา ปัญญาก็ต้องมา มรรคผลนิพพานก็ต้องมา” มันเรียกห้องหมดเลย

การเรียกห้อง มันเป็นไฟมาเผา

การอยากได้ มันเป็นไฟมาเผา

ตัณหา วิภวตัณหา ตัณหาคือกิเลส ก่อนนั่งสมาธิบุญกุศลเต็มที่แล้ว บุญกิริยาวัตถุ เรา มีความเต็มใจเสียสละความสะดวกสบายของเราเพื่อมานั่งขัดสมาธิถวายองค์สมเด็จพระ สัมมาสัมพุทธเจ้า บุญกุศลเต็มตัวเลยละ แต่พอผ่านกิริยานี้ไปปั๊บ กิเลสมันก็โถมเข้าใส่เลย “นั่ง สมาธิ นั่งแล้วต้องได้สมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ มันตั้งแต่ปฐมฌาน ทุติย ฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสาัญญาายตนะ มันต้องได้สมาบัติ มันต้องได้โสดาปัตติมรรค สกิทาคามิมรรค อนาคามิมรรค อรหัตตมรรค”

ไอ้โฮ! มันคิดไปเลยนะ ทั้งๆ ที่เริ่มต้นมันเป็นบุญนะ แต่พอกิเลสมันแทรกเข้ามา ไอ้โฮ! ล้มลุกคดลูกคดลาน แล้วผู้ปฏิบัติทุกชีไปทั้งนั้นเลย

แต่ถ้าเราปฏิบัติบูชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราทำคุณงามความดีของเรา มันจะเกิดมรรคเกิดผลมันก็อยู่ที่ความเพียร ความเพียรชอบ ดำริชอบ งานชอบ เพียรชอบ ความชอบธรรมของเรา ถ้าความชอบธรรมของเรา ถ้าคนมีสติปัญญา ความชอบธรรมอันนั้นมันจะส่งเสริมขึ้นไป

แล้วพอส่งเสริมขึ้นไป มันเคยเจริญแล้วเสื่อม คนที่เคยเห็นเจริญแล้วเสื่อม เหมือนพ่อแม่หลอกเด็กเลย เอาจานข้าวมาวางไว้แล้วก็ชักกลับ นี่ก็เหมือนกัน เป็นสมาธิแล้วก็หายไป เป็นปัญญาแล้วก็หายไป เหมือนกับเอาข้าวมาให้เลย แล้วก็ชักกลับ ไม่ได้กิน

นี่ก็เหมือนกัน เจริญแล้วเสื่อมไป นี่มันเป็นสังขจะเป็นความจริง ครูบาอาจารย์ที่เป็นความจริงเป็นความจริงอย่างนี้

นี่พูดถึงว่า ทำอย่างไรจะให้มันเย็นขึ้น

ฝึกหัด เราฝึกหัด

เพราะเขียนคำถามมา เขาบอกว่ามันใจเย็นขึ้น ดีขึ้น

คำว่า “ใจเย็นขึ้น ดีขึ้น” มันไม่มีซื้อขายในท้องตลาด ในท้องตลาดไม่มีขาย ปัญญา ไม่มีสมาธิกับปัญญาชาย สมาธิกับปัญญาต้องฝึกหัดขึ้นมาด้วย พระพุทธศาสนา ด้วยการกระทำหายใจเข้านิกพุท หายใจออกนิกโธ ด้วยความขยันหมั่นเพียรของเราเอง แล้วทำอย่างนี้เป็นปัจจุตัง สันติภูมิจิโก ให้ทำตามนี้

เพราะเขาถามว่า จะทำอย่างไรให้ใจเย็นขึ้นไปมากกว่านี้

ที่เราพูดนี้เราพูดไว้ก่อน ดักหน้าไว้ว่า ถ้ามันเสื่อม มันไม่พอใจแล้วมันจะตีโพยตีพาย อย่างที่เราพูดมาเมื่อกี้เนี่ย อย่างที่เราบอกว่าพอนั่งแล้วจะเอานุ่นเอานี้ ถ้าไม่ได้ผลแล้วมันจะเอาอย่างนี้มาอ้าง พออ้างแล้วนะ เลิกดีกว่า กลับไปนอนสบาย กลับไปกินสบาย อยู่สบายของเราดีกว่า

แต่ถ้ามีสติปัญญาขึ้นมา บุญกิริยาวัตร เราได้เสียสละสิ่งนั้นมาเพื่อเป็นบุญกุศลแล้ว แล้วถ้าภาวนาได้มากได้น้อยขึ้นไปมันจะเป็นบุญกุศล เป็นการกระทำของเรา เป็นปัจจุตัง เป็น

สันติภูมิโกลในหัวใจของเรา ให้หมั่นเพียรฝึกหัดอย่างนี้ ทำใจให้เย็นขึ้น ทำใจให้ดีขึ้น เพื่อประโยชน์กับใจดวงนั้น จบ

ถาม : เรื่อง “ใจหาย”

ตอบ : คำว่า “ใจหายของเขา” ใจหายของเขาคือว่าเขาอยู่ในสังคมเพื่อนของเขา แล้วเขาให้เพื่อนยืมเงินไป พอเพื่อนยืมเงินไปแล้ว นัดจะชำระแล้วก็ไม่ได้ชำระ มีปัญหาไปตลอด แล้วก็มีเรื่องกันถึงกับขึ้นโรงขึ้นศาล อันนี้พูดถึงเป็นปัญหาของเขา

แต่เราจะพูดเฉพาะเป็นปัญหาสังคม ปัญหาสังคมมันไม่ใช่ปัญหาในวัด ถ้าปัญหาในวัดนะ พูดสิ่งใดไม่ได้ คุณสิ พระเวลาจะมาบวช เป็นหนี้มาหรือเปล่า มีหนี้มีสินหรือเปล่า หนี้คดีมาหรือเปล่า เป็นพระ เวลาบวชพระเขาก็ต้อง “อามะ ภัันเต อามะ ภัันเต” ต้องตอบอยู่ตลอดเวลา

แล้วคนที่มาวัดมาวา คนที่มีความทุกข์ความยากขึ้นมา มาวัดมาวาก็มาเพื่อประพฤติปฏิบัติ ใครมีหนี้มีสินขึ้นมาแล้วก็พยายามแก้ไขของเขาไปเอง แต่ถ้ามาวัดมาวาขึ้นมาแล้วเพื่อจะมากู้หนี้ยืมสินกันเพื่อที่จะมาหาผลประโยชน์กัน อันนั้นมันเป็นเรื่องโลก แล้วมันก็เป็นอย่างนั้นจริงๆ เป็นอย่างนั้นจริงๆ

วัดที่ไม่มีผู้คนเขาก็อยู่กับสะดวกลสบายใช้ใหม่ วัดที่มีผู้คนขึ้นมา เพราะมีผู้คนที่ไหนขึ้นมา มันมีชุมชนขึ้นมา มันก็มีผลประโยชน์ทั้งนั้นนะ ฉะนั้น มีผลประโยชน์ทั้งนั้น นี่เป็นเรื่องของโลก

เราจะบอก “โลกกับธรรม” ในวัดมันมีอยู่ ๒ ภาค ภาคหนึ่งคือภาคโลก โลกคือมันก็เหมือนกับธุรกิจ โลกก็เหมือนการตลาด โลกก็เหมือนการแสวงหาทางโลกเขา

แต่ถ้าเป็นธรรมๆ เขามาทำไม คนที่เขาีสถานะเขาเป็นเศรษฐีมหาเศรษฐี เวลาเข้ามาวัดนะเขาทำตัวเขาปอนๆ คนที่เขาไม่ติดในควมมีของเขา แล้วเขามาวัดมาวา มาวัดมาวาทำไม



มาวัดเพื่อปฏิบัติธรรม มาวัดเพื่อแสวงหาศีล สมาธิ ปัญญา ถ้าศีล สมาธิ ปัญญามันเกิดขึ้นมา นี่ภาคของธรรม ถ้าเป็นธรรมมันเป็นอย่างนี้ ถ้าภาคของธรรม เห็นไหม

สมัยอยู่กับหลวงตาเริ่มต้นไม่มี เรื่องโลกๆ ไม่ให้มีเลย ท่านจะกันไว้ข้างนอกหมด พอเข้ามาในวัดมีการปฏิบัติอย่างเดียว แต่มนุษย์เป็นสัตว์สังคม พอมีมนุษย์ขึ้นมาก็เป็นสังคมเกิดขึ้นที่นั่น พอสังคมเกิดขึ้นมันก็เป็นสิ่งที่แสวงหาผลประโยชน์ ถ้าแสวงหาผลประโยชน์ขึ้นมา เห็นไหม

ถ้าเป็นธรรมๆ ด้วยปัญหาสังคม ถ้าเราเป็นเพื่อนกันไม่คุยกัน เราไม่ยืมเงินกัน พอยืมเงินกันแล้วเดี๋ยวมันมีปัญหา ถ้าเป็นเพื่อนกัน เราไม่ยืมเงินกัน แต่เราช่วยเหลือกัน ให้ ให้อะไรๆ ไปเลย จบ เราก็ให้ เวลาเราให้ เราให้เลย แล้วให้แล้วจบ

แต่ถ้ามันยืม ยืมทำไม ยืม ถ้ามันมีปัญหาอะไรถึงต้องยืม เรามีปัญญาหรือเปล่าที่จะให้เขาได้ ถ้ามันไม่มีปัญญาให้เขามันก็เป็นกรรมของสัตว์ๆ เวลากรรมของสัตว์ แต่ถ้าไปยืมกันอะไรกัน มันก็อยู่ที่ทางโลก

ทางโลก ตอนนี้อ่าตรวจเขาจับตลอด ไข่แก๊งคอลเซ็นเตอร์ แก๊งต่างๆ มันก็เป็นการแสวงหา มันเป็นผู้ที่โง่หรือฉลาด ถ้าที่มันฉลาด มันฉลาดแล้วมันก็ไม่ไปเป็นเหยื่อของเขา

แต่คนเราสัญชาตญาณทุกคนกลัวผี ความกลัวๆ ใจ ไข่แก๊งคอลเซ็นเตอร์เวลามันโทรมาหลอก ฟอกเงินๆ ไม่เสียภาษี มีบัญชีต้องโอนมาเลย มาตรวจสอบก่อน...หมด ไม่มีติดกระเป๋าเลย

ทีนี้เราจะบอกว่า นี่ถือเป็นปัญหาสังคม

แล้วนี่เขาบอกว่าเขามาวัด แล้วโยมเพื่อนเขามายืมเงินเขาไป แล้วเขาก็คิดว่าจะใช้จะจ่ายขึ้นมา จะใช้แล้วก็ผิดนัดมาตลอดๆ

คำว่า “ผิดนัดมาตลอด” ผิดนัดมาตลอดนั่นมันก็เป็นจริง เป็นคนที่เห็นแก่ตัว คนที่พูดไม่มีสัจจะ ไข่คนที่ไม่มีสัจจะๆ มันก็เป็นคนที่มีสัจจะ

ไอ้การยืมเงินยืมทองกัน ยืมเงินยืมทองมันเรื่องมีปัญหานั้นแน่นอนอยู่แล้ว แต่ถ้าคนที่มันดีนะ มันดี ถ้ามันจะช่วยกันๆ ก็ช่วยกัน ถ้าช่วยก็คือช่วย ถ้าไม่ช่วยก็จบ ถ้าจะให้ก็ให้ไปเลย

ถ้าอย่างนี้มันมีปัญหานั้นนั่นนะ มันมีปัญหาก็เพราะมันเป็นเรื่องมายา มันเป็นเรื่องมายา นะ เพื่อนก็คือเพื่อน เวลาเพื่อนนะ เวลาถ้ามันมีปัญหาก็แล้วมันก็จบไป

แต่นี้มันเป็นอย่างนั้นนะ บอกว่า ถ้าเขามาคิดว่ามันจะเป็นเรื่องเวรเรื่องกรรม เมื่อก่อนก็ทำได้ เดียวนี้ทำใจไม่ได้ ใจที่จะภาวนาเดี๋ยวนี้มันฝึกหัดภาวนาไม่ได้เลย ทุกอย่างมันแบบว่า มันพุ่งชาน มันสะเทือนใจ

อันนี้มันก็เป็นเรื่องของเขา พูดถึงข้อที่ ๑. เรื่องเงิน

ข้อที่ ๒. ของเขา เขามีปัญหา สิ่งที่ว่าพอตอนแรกก็เป็นเพื่อนกัน พอมีปัญหาเรื่องเงิน เรื่องทองขึ้นมาแล้วมันก็มีเรื่องขึ้นโรงขึ้นศาล ทีนี้ก็กลายเป็นคู่ศัตรูต่อกัน

อันนี้มันเป็นเรื่องโลก ถ้าเป็นเรื่องโลก ถ้าบอกว่าเป็นเรื่องกรรมก็เป็นเรื่องหนึ่งนะ เป็นเรื่องกรรมคือว่ามันขาดสติขาดปัญญา

ถ้าคนมีสติปัญญาคนนะ มีประสบการณ์ชีวิตๆ สิ่งใดที่มันมีความขัดแย้ง สิ่งใดที่เราเสียหายไปแล้วครั้งหนึ่ง ครั้งที่สองที่สามจะไม่มี ถ้าครั้งที่สองที่สามมันมีอีกแสดงว่าเรานี้ใช้ไม่ได้ เรานี้ใช้ไม่ได้เลย

เราจะบอกว่า ทุกคนให้ยืมและคนที่ยืมเขา มันเป็นเรื่องมาฆาสาไถยทั้งนั้นนะ มันเป็นเรื่องมายาภาพ เวลาเราจะไปยืมเงินคนอื่น พูดอะไรได้ทั้งนั้นนะ แต่เวลาถึงทองเงินไม่ได้ทั้งนั้นนะ

เวลาจะยืม ได้ทุกเรื่อง เวลาจะคืน ไม่ได้ทุกเรื่อง มันเป็นเรื่องเท็จจริงอยู่ในสังคมอยู่แล้ว แต่เวลาเราให้ไปมันก็เป็นเพราะว่าเราไว้ใจเขา เราเชื่อเขาก็จบแล้ว มันต้องโทษตัวเอง ถ้าเราไม่โทษตัวเขา เราไม่ให้เขา มันก็ไม่เกิดเรื่องนี้ขึ้นมาซะใหม่

นี่เวลาพูดขึ้นมา คำถามเขาจะบอกว่า เป็นเพราะอย่างนั้น เป็นเพราะอย่างนี้

เราใจอ่อนเอง เราไปให้เขาเอง ใครๆ ก็เอาปืนมาขู่เอาเงินจากเราไม่ได้ถ้าเราไม่ควักให้เขา ถ้าเราควักให้เขาแล้วเราก็ต้องมีความรับผิดชอบครึ่งหนึ่ง ก็เราควักให้เขาเอง โง่ ถ้าไม่ควักให้เขามันก็จบไป แล้วนี่พอควักให้เขาไปแล้วที่นี้ก็โทษแต่เขาๆ แล้วเอ็งควักให้เขาทำไมละ

“อ้าว! ก็คนมันทุกข์มันยาก คนมันน่าเชื่อถือ”

ก็เอ็งควักให้เขาเอง จะโทษเขาข้างเดียวไม่ได้ ทั้งเขาทั้งเรา

๓. เขาบอกว่า เวลาสุดท้ายแล้วเขาไปหาคนที่มาใกล้เกลี่ย แล้วคนมาใกล้เกลี่ยเขาก็บอกว่าใกล้เกลี่ย กลับใกล้เกลี่ยไม่ได้

เวลาเรื่องอย่างนี้นะเรื่องโลกๆ ในวัดที่วัดทั่วๆ ไป ปัญหามันมีมาก ฉะนั้น วัดทั่วไป เขตอภัยทาน คำว่า “เขตอภัยทาน” เราไม่ทำร้ายกัน เราไม่ทำลายกัน

มันมีมาก เราสร้างวัดใหม่ๆ พอสร้างที่นี้มาปั๊บ มันมีพวกแม่ชี แม่ชีที่นู่นก็มา แม่ชีที่นี้ก็มา มาที่แรกก็ ใ้อโฮ! งามปัญหาปฏิบัติเลยนะ แหม! กำลังจะสิ้นกิเลสเลย โอโฮ! สูดยอดเลย ขอภาวนาที่นี้

อนุญาต เพราะเขาตั้งใจปฏิบัติ

พอเขามาปั๊บ เขาก็เทียบหาคนกุฎิข้างๆ แล้ว มีโฉนดมาแล้ว เสนอขายที่ เอาโฉนดมาขายที่กัน

คนเขาอาศัย คนที่มันจนตรอก คนที่ไม่มีตลาด เขาก็อาศัยวัดนี้เป็นตลาดเข้ามาแสวงหาผลประโยชน์ ใ้อพวกภาวนาเก่งๆ ใ้อพวกจะใกล้มรรคใกล้ผลแล้วละ ใ้อโฮ! มาอยู่วัดนี้

เราเห็นมาเยอะ แต่เวลาจะพูดอะไรไป ลูกศิษย์ส่วนใหญ่บอกว่า “หลวงพ่อใจดำ หลวงพ่อใจดำ”

ก็หลวงพ่อใจดำไง กูจะปั้นรูปใหม่ ปั้นหลวงพ่อใจดำเอาไว้กราบ

มันจะไปใจดำอะไร มายาทั้งนั้น มึงพกมายากันมาหลอกหลวง แล้วก็เอาธรรมะมาบังไว้ข้างหน้า “อู้ฮู! วัดปฏิบัติสายกรรมฐานมีแต่เมตตาธรรมๆ”

เวลามึงจะให้พระนะ บอกให้มีเมตตากรุณา แล้วพวกมึงก็เอาแต่มารยาสาไถยเข้ามา ปกป้องกัน เยอะนะ แต่เพราะอะไร แต่เพราะเราส่วนใหญ่แล้วจะเจียบ แล้วไล่ออกไปๆ พอการ ไล่ออกไปคือการกรอง

หัวหน้า ทุกคนไปวัดไหนเขาก็เชื่อใจหัวหน้านั้นเพราะหัวหน้านั้น แต่หัวหน้านั้นได้ผ่าน ประสบการณ์มาแล้ว อยู่ที่หัวหน้านั้นมีประสบการณ์มากหรือน้อย ถ้าประสบการณ์มากๆ นะ ใ้ พวกนี้คัดออกข้างๆ ไม่ให้เข้ามาเลย ส่วนใหญ่จะไม่ให้เข้ามาเลย

เรานี้โดน อยู่ที่โพธาราม นารีพิฆาต กำลังจะเอาเสบียงไปส่งที่หัวหิน ฉับเสร็จอย่างนี้ไป เลย กลับมานะ พระบอก ไ้โฮ! หลวงพ่อสุดยอด หลวงพ่อไปก่อน

เพราะมันเอารถพิกอัปมา มีผู้หญิงมา ๓-๔ คน แล้วมีผู้ชายมาด้วย พอจะลงจากรถ ไ้โฮ! เขาแต่งหน้าแต่งตาซังวับเลยละ จะเข้าไปหา บังเอิญเราไปส่งเสบียงก่อน แล้วพอเสร็จ แล้วเขาไม่ยอมออก เขาจะรอ พวกนี้ก็ไปจับ

แก๊งนารีพิฆาต นารีพิฆาตเขาจะมาถวายเป็นเหมือนกับพวกหน้าม้าณะ แล้วก็ให้ได้มุม กล้อง นั่งข้างๆ แล้วถ่ายนะ พอถ่ายได้รูปนะ แบล็กเมลร้อยแปด

อย่าคิดว่าทำดีแล้วคนจะส่งเสริมว่าเป็นดีหมด ทำดีนะ ทำดีส่วนทำดี ทำดีต้องมีสติมี สัมปชัญญะ อย่างที่บอกว่าเพิ่งปฏิบัติเดือนหนึ่งนั่นนะ ต้องมีสติ ต้องมีปัญญา ต้องรอบรู้ ไม่ได้ หรอก

นี่พูดถึงเขาถามเรื่องเพื่อนยืมเงินแล้วเขามีความทุกข์ความยาก

เรื่องอย่างนี้มันเป็นเรื่องโลก เรื่องโลกมันอยู่ที่จิตใจ ความสัตย์ ใครมีสัจจะมากน้อยแค่ ไหน แล้วเรื่องโลกๆ ฉะนั้น ถ้าเข้ามาในวัดแล้ว เรื่องนั้นต้องไว้ข้างนอก ไว้ที่ข้างนอก แต่คนส่วนใหญ่แล้วเขาจะดึงกันมาที่วัด เพราะอะไร

มันหลอกง่ายไง เพราะมาที่วัดแล้วทุกคนมีสัจย์หมด ทุกคนพูดจริงหมด เอาวัดเป็นที่ อ้าง เอาวัดเป็นที่การันตีถึงความซื่อสัตย์ เพื่อจะมาหลอกหลวงกัน เยอะแยะ

แต่ของเรา เราพยายามกันออกๆ เพื่อให้เป็นที่ไว้ใจได้ เหมือนที่หลวงตาท่านพูดไง วัดเหมือนกับสระน้ำ ถ้ารักษาไว้ไม่ให้คนมาขี้มาเยี่ยวใส่สระน้ำนั้น ใครหิวใครกระหายก็มาได้ น้ำนั้นใช้ประโยชน์

ถ้าปล่อยปละละเลยนะ คนนั้นก็มาขี้ใส่ คนนั้นก็มาเยี่ยวใส่ ทั้งขี้ทั้งเยี่ยวลดยเต็มไปหมดเลย คนที่เขาทุกข์เขายากเขาจะดื่มน้ำ เขากล้าดื่มน้ำนั้นใหม่

นี่ก็เหมือนกัน เรามากระทบกระทั่งกัน เรามีปัญหาทั้งนั้น มันก็เป็นขี้เป็นเยี่ยวในวัดนั้น แล้วใครมาหา มาที่ไรก็ “เฮ้อ! ไปวัดมีแต่ปัญหาวะ กลับบ้านดีกว่า”

นี่ไง เราพยายามกันออกๆ ทีนี้เวลากันออก เพราะว่าเรื่องมันแบบว่ามูมมอ แต่ถ้าปัญหาคือปัญหา นี่พูดถึงเราไม่อ่านเลย เราไม่ต้องการให้เข้ามาวุ่นวายเลย

มันอยู่ที่ว่าผู้ให้และผู้รับ เราไปให้เขาเอง แต่ไอ้พวกสืบทอดมรดกมันก็อาศัยอย่างนี้ อาศัยผู้ที่ทรงศีล อาศัยผู้ที่น่าเชื่อถือเข้าไปอยู่ข้างๆ แล้วก็อาศัยสิ่งนี้เที่ยวไปหลอกไปลวงไปปลิ้นไปปลัด้อนคนอื่นเยอะเยอะ

อยู่คนเดียว เห็นใหม่ ไม่ให้ใครเข้าใกล้เลย อยู่คนเดียวๆ อยู่คนเดียวก็ไม่เปลี่ยวใจ เพราะใจมันมีที่อยู่ อยู่คนเดียว จบ

**ถาม :** เรื่อง “ขอโอกาสค่ะ”

กราบนมัสการพระอาจารย์ที่เคารพอย่างสูง โยมเห็นว่ามิเทศน์พระที่จะถอดเทปออกมาเป็นตัวหนังสือ โยมไม่แน่ใจว่าโยมจะขอโอกาสในการช่วยถอดเทปและพิมพ์ส่งให้ทางวัดได้หรือไม่เจ้าคะ

หากได้รับโอกาส โยมจะทำให้สุดความสามารถค่ะ เพื่อเป็นโอกาสในการสนทนาคณะคุณครูบาอาจารย์ และได้สั่งสมบารมี และพัฒนาจิตใจตัวเองให้อยู่ใกล้ธรรมะมากขึ้นอีกด้วยค่ะ โยมกำลังพยายามหาสิ่งยึดเหนี่ยวให้มีความเพียรมากยิ่งขึ้น ขึ้นไปด้วยค่ะ กราบขอบพระคุณค่ะ

ตอบ : เราก็ตอบว่า ขอขอบคุณ ขอขอบคุณในน้ำใจนั้น ขอขอบคุณในน้ำใจนั้น แต่ไม่ต้อง ไม่นอนุญาติ เพราะในวัดเรามีเจ้าหน้าที่เกษมหมดแล้ว ในวัดเรามีเจ้าหน้าที่เกษมหมดแล้ว เราเกษมไว้หมดแล้ว แล้วก็เข้าไปในเว็บไซต์หมดแล้ว แล้วเราก็จะพิมพ์เป็นคราวๆ ต่อเนื่องไปเรื่อยๆ

ฉะนั้น เราจะบอกว่า เราทำไว้เสร็จสมบูรณ์แล้ว แต่มันออกในเว็บไซต์ไง แต่ยังไม่ได้อัพโหลด ถ้าไม่ได้พิมพ์ เราจะเก็บไว้

เขาบอกว่าเรื่องเทศน์พระ เขาเห็นว่าเขาอยากจะถอดไว้ให้ เขาจะเก็บไว้ให้

ขอบคุณในน้ำใจนะ แต่ถ้าทำแล้วมันซ้ำซ้อนกัน มันซ้ำซ้อนกับผู้ที่ทำอยู่ในวัดนี้แล้ว ในวัดของเรามีเจ้าหน้าที่ถอดเทปทุกกัณฑ์ที่เราเทศน์ เขาถอดแล้วเขาเก็บไว้ในเว็บไซต์ แล้วไว้คอยพิมพ์เป็นคราวๆ ไป แล้วถ้ามาถอดอีกมันจะซ้ำซ้อนกัน ถ้ามันซ้ำซ้อนกัน เพียงแต่เราขอบคุณว่าเป็นน้ำใจไง

เราทำของเราอยู่แล้ว เพราะว่าวัดหนึ่งหรือองค์กรหนึ่งมันต้องเสร็จสมบูรณ์ในตัวของมันเอง ไม่มีสิ่งใดขาดตกบกพร่อง ถ้ามีสิ่งใดขาดตกบกพร่องมันจะมีปัญหา

เพราะกรรมนี้อยู่ในวงกรรมฐาน พระกรรมฐานเป็นพระที่ประหัตมัจฉยัสถ์ พระกรรมฐานเป็นพระที่ไม่รำรวย พระกรรมฐานเป็นพระที่ไม่มีเบื้องหน้าเบื้องหลัง

ฉะนั้น เวลาเทศน์ว่ากันไปแล้ว เวลาหลวงตาท่านบอกว่า เวลาท่านเทศน์เข้มข้นขึ้นมาท่านไม่ให้อัดเทปนะ นั่นคือได้ยินเฉพาะท่านเทศน์กับพระที่ฟังอยู่ แล้วจะหายไปใ้อากาศเลย

ถ้ามันไหนถ้าท่านจะด่าพระแรงๆ ท่านจะบอกว่า “ห้ามอัด ห้ามอัด ไม่ให้อัดเทป” ตรวจเช็คแล้วท่านจะใส่เต็มทีเลย เทศน์อย่างนี้จะไม่ได้อัดเอาไว้ เทศน์อย่างใดที่ได้อัดไว้มันก็ได้แกะออกมา พอแกะออกมาก็คือเป็นประโยชน์ เห็นไหม

นี่พูดถึงว่า ถ้าพระกรรมฐานเป็นผู้ประหัตมัจฉยัสถ์ บางอย่างเมื่อก่อนที่มันไม่มีเลยมันก็คือสิ่งที่ไม่มี ครูบาอาจารย์ที่เป็นของจริง เวลาสิ่งใด หลวงปู่มัน หลวงตาท่านบ่นประจำว่า หลวง

ปุ้มมันสมัยนั้นยังไม่มีเทป มีเทปเห็นเทปเครื่องแรกที่มาในวงกรรมฐานที่วัดป่าสุทธาวาสคืองานศพหลวงปุ้มมัน เทปมาต่อเมื่อท่านเสียชีวิตไปแล้วไง

แต่ถ้ามีเทปก่อนหน้านั้น หลวงปุ้มมันเทศน์อย่างไร พวกเราจะได้ยินตลอดเลย นี่มันไม่มีไปแล้ว แล้วพอมາหลวงตา ท่านเห็นโทษอันนั้น ท่านก็เทศน์มาตั้งแต่สร้างวัดปี ๒๕๐๓ ๒๕๐๔ ท่านอัดมาตลอด แล้วก็เก็บไว้เป็นสมบัติของชาติเรา มีคนคิดทำ ทำใส่ไว้ในแคปซูลฝังไว้ มีคนคิดทำทั้งนั้นนะ

อันนี้ก็เหมือนกัน เทศน์พระที่มันดี ๆ มันดีแล้วเราก็เก็บไว้ เพราะเราเห็นถึงการขาดตกบกพร่อง เห็นถึงการกระจายกระจายของมันเมื่อสมัยที่เราอยู่กับครูบาอาจารย์ไง พอเรามาอยู่นี้ เราเป็นพระแบบว่ากระจอก เราเป็นพระกระจอก พระที่ไม่มีอำนาจวาสนาบารมี เราเป็นพระที่ไม่มีความสามารถ เราถึงต้องเก็บหอมรอมริบ เราเก็บเองหมดเลย

เราเป็นพระกระจอก ไม่มีใครดูแลให้ ไม่มีใครจัดการให้ ไม่มีใครบำรุงรักษา เราเก็บเอง พระกระจอกต้องเก็บแบบกระจอก เก็บไว้รักษาไว้ เพราะตอนนี้กระจอก แล้วให้เราตายไป สิ่งนี้ทิ้งไว้กับชาติ ทิ้งไว้กับโลกนี้ แต่ตอนมีชีวิตอยู่มันรับกันไม่ได้หรอก มันกระจอกงอกงอย มันเห็นกันไม่ได้

ฉะนั้น ของเรา เราทำของเราแล้ว

เขาขอที่จะมาช่วยแปลไง เราขอบคุณในน้ำใจ เราขอบคุณ แต่เราทำของเราแล้ว เพราะเราพระกระจอก ต้องทำเอง ต้องกระเสือกกระสน ต้องดิ้นรน ต้องทำไว้ ไม่ใช่เพื่อเรา ไม่ใช่เพื่อเรา เพราะเวลาหลวงตาท่านพูด ท่านเทศน์มา ๕๐-๖๐ ปีจนท่านนิพพานไป

ของเรานะ มันก็เกือบ ๔๐ ปีแล้ว เกือบ ๔๐ ปีแล้วที่เทศน์ แล้วพระกระจอกไม่มีใครสนใจหรอก เราเก็บไว้ เก็บไว้ในเว็บไซต์ เราเก็บของเราไว้เอง เราเก็บเอาไว้ ไม่ต้องการให้ใครยุ่ง ไม่ต้องการ

ฉะนั้น ขอขอบคุณในความคิด ขอขอบคุณ แต่เพราะว่าอย่างที่เรารู้ว่า เรากระจอก เราเจียมเนื้อเจียมตัว เราทำของเรามานะ เป็นขั้นเป็นตอนเก็บรักษาไว้ แล้วเราทำของเราเอาไว้เรียบร้อย

เพราะเวลาหลวงตาท่านพูดคำนี้ เราถึงเอาหลักนี้เป็นแนวยึด **พระไม่กวนบ้านกวนเมือง พระกรรมฐานไม่กวนบ้านไม่กวนเมือง ไม่ไปเป็นภาระของใคร ไม่ให้ใครมารับผิดชอบ**

ท่านพูดอย่างนี้ละ หลวงตาท่านพูดประจำ **ถ้าจะเป็นพระที่ดีต้องไม่กวนบ้านกวนเมือง ไม่เป็นภาระหนักของใคร ไม่ต้องให้ใครมาแบกรับ นั่นคือพระที่แท้**

เรายึดหลักนี้มาตั้งแต่ต้น ไม่เคยเหยียบบ้านใคร ไม่เคยไปหาใคร ไม่เคยยุ่งสูงส่งกับใคร ทำด้วยตัวเอง ทำด้วยตัวเอง

เป็นคนมาบวชเป็นพระในพระพุทธศาสนา แล้วก็อยู่ในพระพุทธศาสนา จบลงที่ในพระพุทธศาสนา จบลงที่เป็นธรรม ไม่กวนโลก ไม่กวนบ้านกวนเมือง เอวัง