

เขาโค

พระอาจารย์สงบ มนัสสุนโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรม วันที่ ๒๑ ธันวาคม ๒๕๖๒

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

ถาม : เรื่อง “งกบุญ”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน ผมมีเพื่อนที่งกบุญมาก ยกตัวอย่าง เช่น ถ้าใครมาขอร่วมบุญมากมาย ก็จะไม่ค่อยพอใจ มันทำให้ใจเขาขุ่นมัว เราจะมีวิธีพูดอย่างไรให้เขาปรับตัวขึ้นมาครับ เพราะปัญหาคือเขากองอยู่ในสิ่งที่ดี แล้วผมไม่รู้จะไปบอกเขาอย่างไร กลัวเป็นกรรมครับ

ตอบ : คำว่า “กลัวเป็นกรรม” เพื่อนฝูงอยู่ด้วยกัน เพื่อนฝูงอยู่ด้วยกันเวลาเขาทำสิ่งใดเราทำยื่นหยัดของเราให้เขาเห็น ให้เขาเห็นใจ เวลาเขาพูด เพราะอะไร เพราะคำว่า “ติดดี”

เวลาแบบว่าทำความชั่วๆ มันเป็นความชั่ว ใครๆ ก็เห็นได้ ทำคุณงามความดีเป็นบุญเป็นกุศลใจ จะทำคุณงามความดีแล้วมันติดดีอะไรนั้นนะ ติดดีนี้แก้ยากกว่าติดชั่วอีก เพราะอะไร เพราะมันดี มันดีนะ ของมันดี ก็สอนให้ทำดีก็ทำดีใจ ความดี แต่ความดีอย่างนี้ถ้าเป็นความดีของเราเองมันก็เรื่องหนึ่งนะ

นี่คำว่า “งกบุญ” พองกบุญแล้วมันแบบว่าเวลาเพื่อนฝูงเขา มา รุ่มมาก ๆ เข้าเขาไม่ค่อยพอใจ พอไม่พอใจเขาก็ขุ่นมัว พอเขาขุ่นมัว เขาก็เป็นความทุกข์ของเขา แล้วเพื่อนเขาถามเขาจะบอกหรือเขาก็กลัวว่ามันจะเป็นกรรม

ถ้ากลัวว่าเป็นกรรม เห็นไหม ในสายตาของเรา ถ้าเรามีสติปัญญา เรามองเพื่อนมองฝูงคนนิสัยเป็นอย่างไร คนเห็นเป็นอย่างไร เรา รู้ของเราได้ ถ้าเรารู้ของเราได้ แล้วสิ่งใดสมควรทำ ไม่สมควรทำ มันสอนเราเองใจ มันสอนตัวเราก่อน ถ้ามันสอนตัวเราแล้ว ถ้างกบุญ มันเป็นที่อำนาจวาสนาของเขา ถ้าเป็นอำนาจวาสนาของเขา ใครๆ เขาก็ติด

เวลาครูบาอาจารย์ท่านสอน คูลี อย่างเช่นเวลาหลวงตาพระมหาบัวท่านอยู่กับหลวงปู่
มัน เวลาท่านอยู่กับหลวงปู่มันท่านเป็นคนอุปัฏฐากบาตรหลวงปู่มัน อุปัฏฐากบาตรหลวงปู่มัน
เลย แล้วเวลาบาตรของท่าน ท่านถืออุตงค์

เวลาพระกรรมฐานเขาจะรู้ว่า เวลาจัดอาหารเสร็จแล้ว ถ้าเอาผ้าปิดแล้ว เขาเอาไว้ไม่มี
ใครไปเปิดได้ เพราะอะไร ถ้าทำแล้วมันไปขาดอุตงค์เขา

เวลาหลวงปู่มันท่านก็รอจังหวะ รอจังหวะเวลาก่อนจะฉันอาหาร เพราะอะไร เพราะ
หลวงตาพระมหาบัวท่านเป็นคนจัดอาหารใส่บาตรหลวงปู่มันเอง เพราะเราเป็นคนจัดใส่บาตร
เรารู้ว่าอะไรเป็นอะไรอยู่ในบาตรนั้น แล้วก็ประเคนท่าน

เวลาท่านจะฉัน “ศรัทธามาสาย ศรัทธามาสาย ศรัทธามาสาย ขอใส่บาตรหน่อย”

ท่านบอกว่าหลวงปู่มันพูดบ๊ีบ มือท่านมาถึงปากบาตรแล้ว หย่อนไปในบาตรแล้ว นั่นนะ
แล้วท่านถืออุตงค์ไ้

ก็หลวงปู่มันท่านพยายามเทศน์ พยายามสั่งสอนนะ ปลุกปั้นพระให้มันคง ปลุกปั้นพระ
ให้เข้มแข็งแข็งแรงให้เป็นยอดคน เพื่ออะไร เพื่อชนะกิเลสของตน คนที่จะชนะความคิดตัว ชนะ
กิเลสตัว มันต้องมีสติมีปัญญา แล้วมีสัมมาสมาธิมันถึงชนะตัวได้ แล้วท่านก็สั่งสอนอย่างนั้น
ปลุกปั้นอย่างนั้น

แล้วหลวงตาท่านก็ถืออุตงค์ ดีไหม ดี แล้วเป็นอะไร เป็นที่หลวงปู่มันสอนด้วย แต่เวลา
มันติดในดีอันนั้นไ้ คำว่า “ติดในดีอันนั้น” มันก็คิดข้างเดียวไ้

เวลาหลวงปู่มันท่านจะสอนท่านก็เทศน์สอนแล้ว เทศน์เรื่องม้า ม้าพยศ ถ้าม้าพยศเขาก็
ไม่ให้มันกินหญ้า ถ้าพอมันดัดสันดานมัน พอมันดีขึ้น เขาให้มันกินพอสสมควร ถ้ามันใช้งานได้ดี
เขาถึงให้มันกินเป็นปกติ นี่เวลาท่านพูดอย่างนี้หลวงตาท่านก็เข้าใจ เข้าใจเพราะอะไร

เข้าใจเพราะท่านก็เป็นมหา ใ้มันอยู่ในตำรา อยู่ในพระไตรปิฎก ถ้าอยู่ใน
พระไตรปิฎก เราศึกษาเราค้นคว้าเราก็รู้เหมือนกัน เรารู้เหมือนกันแต่เราไม่เอามาใช้เวลาที่มัน
จำเป็นไ้

เวลาที่แบบว่า ถ้าอดอาหารมาก รุนแรงมาก เพราะว่าท่านจะเอาชนะกิเลสของท่านให้ได้ หลวงปู่มันท่านเห็นแล้วท่านสงสาร ว่านี่มันสุดโต่ง มันทำรุนแรงเกินไป ท่านก็เทศน์เรื่องม้าขึ้นมา เรื่องม้าพยศ

ถ้าม้าพยศเขาก็จะไม่ให้มันกิน แล้วก็มาฝึกฝนมัน ถ้ามันดีขึ้น เขาก็ผ่อนให้มันกินได้เล็กน้อย ถ้ามันเป็นม้าที่อยู่ในโอวาท เขาก็ให้มันกินโดยปกติ ท่านก็เรื่องอดอาหาร มันก็ผ่อนหนักผ่อนเบา แต่มันก็ถูกต้องนั่นแหละ แต่มันก็ผ่อนหนักผ่อนเบาเพื่อให้ร่างกายมันพอทรงตัวมันอยู่ได้

เวลาอยู่ด้วยกันที่หนองผือ ท่านถือธุดงค์ คำว่า “ถือธุดงค์” นี่ดินะ คนอื่นถือไม่ได้ เวลาหลวงตาพระมหาบัวท่านเทศน์ให้ฟัง เวลาท่านถือธุดงค์ แล้วพระในวัดถือธุดงค์แล้วล้มเลิกไปหมด เพราะอยู่ในป่าอาหารมันก็น้อยอยู่แล้ว แล้ววิ่งไปถือธุดงค์อีกก็กินข้าวเปล่าไง แล้วองค์อื่นเขาได้ฉันอาหารนะ ฉะนั้น เวลาคนที่ล้มเหลวไป คนที่ยกเลิกไป เห็นแล้วท่านบอกว่า พวกอย่างนี้ นิสสัยอย่างนี้มันนิสสัยจับจด นิสสัยไม่จริงจัง มันจะเป็นคนดีได้ยาก คนดีต้องมีจุดยืน

ท่านเห็นคนที่ทำด้วยกันกับท่านคือหลวงปู่หล้า หลวงปู่หล้า วัดภูจ้อยก่อ แล้วท่านเป็นพระที่อาวุโสกว่า ท่านบอกหลวงปู่หล้าว่า “หล้า ถ้าบิณฑบาตกลับมาถึง มันเป็นทางสองแพร่งจะเข้าวัด ถ้ายังไม่เจอผม ห้ามเข้าวัดนะ” คือมาแบ่งปันกัน

ท่านยังคิดถึงคนอื่น เห็นไหม ธุดงค์มันทุกข์มันยากมันขาดมันแคลนอยู่แล้ว ท่านยังคิดถึงหลวงปู่หล้า เพราะอะไร เพราะพระในวัดที่ธุดงค์ๆ แล้วมันเลิกไปหมดเลย เพราะมันทนอยู่ไม่ได้

เวลาท่านถือธุดงค์ของท่านมันก็เป็นความภูมิใจ คนอื่นเขาล้มเหลวไปหมดเลย เราเข้มแข็ง แต่พอเราเข้มแข็งแล้วมันก็มีแบบว่าเข้าข้างตัวเองนั่นแหละ เวลาถึงเวลาแล้วหลวงปู่มันท่านรอจังหวะให้เพลอ พอเพลอกี่ ศรัทธา ศรัทธาคือประชาชนเขาจะมาใส่บาตร เขาเรียกศรัทธา ศรัทธาไทย “ศรัทธามาสาย ขอใส่บาตรหน่อย” พับ! เสริจเรียบร้อย นี่ไง ท่านฝึกหัด มันติดไปทั้งนั้นนะ

หลวงตาท่านเป็นพระ ตอนสุดท้ายท่านสิ้นกิเลสท่านเป็นพระอรหันต์นะ แต่ตอนที่ท่านจะสู้กับตัวของท่าน จะสู้กับกิเลสในใจของท่าน ความรอบคอบของเราสู้กิเลสในใจของเราไม่ได้หรอก

กิเลสในใจของเราเหมือนสวะ ถ้าน้ำมันน้อยมันก็อยู่บนน้ำมันก็ต่ำ พอน้ำมันสูงขึ้นมันก็อยู่สูง กิเลสมันอยู่เหนือหัวใจพวกเราไง เราก็ต้องแก้ไข เราก็ต้องพยายามของเราไง ถ้าพยายามของเรา ถ้าเราทำได้มันก็ดีขึ้น ถ้าทำไม่ได้ ครูบาอาจารย์ท่านช่วยชี้แนะช่วยบอกไป

นี่ก็เหมือนกัน กลับมาที่ว่า เพื่อนผมงกบุญไ

คำว่า “งกบุญ” เพราะบุญมันเป็นความดี เขาก็ชักชวนคนอื่นให้ทำคุณงามความดี แต่เวลาใครมาร่วมบุญมากๆ เข้า เขาก็ไม่ค่อยพอใจ

แต่ถ้าถึงเวลาแล้วเขาจะเห็นว่า บุญ ทาน ศีล ภาวนา ทำบุญร้อยหนพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนหนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนหนึ่ง ทำสมาธิได้ร้อยหนพันหนไม่เท่ากับเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นมาหนหนึ่ง ถ้าเขาเข้าใจเรื่องอย่างนี้ได้ เขาก็จะพัฒนาของเขาขึ้นไป เขาก็จะไม่ติดอยู่ตรงเรื่องระดับของท่าน

ระดับของท่าน บุญกุศล แล้วเราไปติดมัน เราก็ทำ เวลาเห็นคนตกทุกข์ได้ยาก ทุกคนก็เห็นใจทั้งสิ้น มีครูบาอาจารย์ที่จะเป็นบุญกุศลของเรา เขาก็อุปัฏฐากอุปถัมภ์เพื่อให้เราภาวนาได้ดี

เราอยู่กับครูบาอาจารย์ เราพยายามเรียนะ รับบาตร เช็ดบาตร ดูแลบาตรท่านนะ ทำเพราะอะไร เพราะอยากภาวนาให้มันปลอดโปร่งไง อยากให้มีบุญกุศลช่วยส่งเสริม เพราะเวลาเข้าทางจกรรม นั่งสมาธิมันเกือบเป็นเกือบตาย อยากหวังบุญหวังกุศลเพื่อการทำคุณงามความดีของเราจะได้ตลอดรอดฝั่งไ

เราก็ชวนชวาย อยู่กับครูบาอาจารย์เราชวนชวายทั้งนั้นนะ สรงน้ำ ขัดหลัง สืบหลัง ต้มน้ำ ครูบาอาจารย์ เราทำมาทั้งนั้นนะ เพราะเราต้องการบุญกุศล คือว่าการทำความดีของเรา แล้วเวลามาภาวนามันก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งใช่ไหม

ทีนี้คำว่า “งกบุญ” เพื่อนงกบุญแล้วก็ไม่กล้าบอก

เราทำเป็นตัวอย่างของเขา เราจะบอกว่า มันเป็นลิมิต มันวัดกันไม่ได้ คนมันชอบอย่างนี้ มันชอบบุญอย่างนี้ เราจะบอกว่าอันนี้มันไม่ดีๆ ไม่ได้ อย่างเช่นรถดีเซลมันก็ต้องเติมโซลา รถเบนซินมันก็ต้องเติมเบนซิน เครื่องบินก็ต้องเติมน้ำมันเครื่องบิน มันตรงกับจิตตรงกับนิสัยอย่างไร เขาก็เห็นพอดีของเขา แต่ถ้าวันใดวันหนึ่งเขาทำของเขาได้ เขาก็จะพัฒนาของเขาขึ้นไป ถ้าพัฒนาของเขาขึ้นไป

เราเห็นแล้ว เห็นแล้วเราจะบอกว่า แล้วเราละ เอ็งติดหรือเปล่า

เขาติด เขางบบุญ เอ็งงกไม่เอาบุญ มันติดคนละอย่าง เห็นไหม เราก็ค่อยๆ ดูแล ค่อยๆ รักษา เราจะบอกว่า มันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ เวลาทำคุณงามความดี เราก็พยายามฝึกฝนให้คนเป็นคนดีทั้งสิ้น

เวลาคนดีๆ เวลาคนดีทะเลาะกัน โอ้โฮ! วุ่นวายไปหมดเลยละ คนดีกับคนชั่วทะเลาะกัน เราจะเห็นได้เลยว่าคนดีถูก คนชั่วผิด เวลาคนชั่วกับคนชั่วทะเลาะกัน ก็บอกว่าหนักแผ่นดินทั้งคู่ เวลาไอ้คนดีมันทะเลาะกัน โอ้ย! ไม่รู้ว่าใครเป็นคนดีไง

นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเขางบบุญๆ มันก็เป็นระดับของเขา ความคิดของเขา มุมมองของเขา แล้วมุมมองของเรา เราก็ว่าสิ่งนี้มันเป็นการงกเกินไป มันเป็นการทำให้เขาขุ่นมัวเกินไป ถ้าขุ่นมัวเกินไป ถ้าเขาคิดได้ เขาทำได้ของเขา ทำบุญกุศล ทำบุญกุศลที่ดีที่สุดคือนั่งลง แล้วหายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ เราถวายเป็นเราถวายเป็นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย

เราเอาร่างกายนี้นั่งลง หายใจเข้าลึกๆ หายใจออกลึกๆ เราบูชาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยหัวใจและร่างกายของเราเลย ใครจะมาแย่งชิงได้

แล้วเวลาพุทธะ พุทธะอยู่กลางหัวใจ เวลาจิตสงบแล้ว ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นตถาคต ทำสมาธิธรรม พุทธะ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน เราเอาตรงนี้ไง

นี่พูดถึงว่า ถ้างบบุญนะ เพราะมันวัดกันไม่ได้ไง มันมาขีดระดับไม่ได้ว่าแค่ไหน ว่าของใครแค่ไหนพอดี แต่ถ้าเป็นความเห็นของเขา ความเป็นจริงของเขาเนะ แค่นี้พอดี แล้วถ้าพอดีแล้วมันระดับของท่าน เพราะอะไร

เพราะคนนะ เวลาทุกตะเชียวใจเขาไม่มีเงิน ไม่มีอะไรจะทำทาน เขามีผ้าอยู่ผืนเดียว มีอยู่ผืนเดียวนะ สามีกับภรรยา ถ้าภรรยาออกจากบ้านก็นุ่งผ้าอันนั้นไป สามีต้องอยู่บ้าน ถ้าสามีออกจากบ้านก็ต้องนุ่งผ้าอันนั้นไป ภรรยาต้องอยู่บ้าน มีผ้าผืนเดียว แล้วไปถึงไปพึ่งเทศน์องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไ้

เวลาพึ่งเทศน์องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราจะถวาย จะถวายก็คิดถึงภรรยาที่บ้าน ถวายไม่ได้ ภรรยาไม่ได้ใช้ มันผูกพันไปหมดนะ ถึงที่สุดแล้วตั้งแต่ปฐมยาม มัชฌิมยาม ปัจฉิมยาม ถึงตัดสินใจว่าถวาย ถวายบับ เขาก็ไปเอาพวกใบไม้ นุ่งห่มใบไม้ แล้วก็ถวายไป แล้วก็ชิตังเมๆ ที่ว่ากันอยู่นี้ ขณะกิเลสในใจของตน

แล้วพอดีบังเอิญเวลาทำบุญกุศล ทำบุญกับองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า มีกษัตริย์อยู่ที่นั่นด้วย เขาบอกว่าเขาชนะๆ กษัตริย์บอกชนะอะไร ฉันท่างหากเป็นกษัตริย์ปกครอง เขาบอกว่า เขาชนะความตระหนี่ถี่เหนียวในใจของเขา

ไอ้โฮ! กษัตริย์ขอแบ่งบุญจากเขาเลยนะ เขาบอกบุญของเขา เขาให้ใครไม่ได้ กษัตริย์ก็เลยให้ทรัพย์สมบัติเขา นี่กุศลมาเต็มเลย นี้อยู่ในพระไตรปิฎก วัดทั่วไปเอาตรงนี้มาเป็นตัวปลูกใจให้คนทำบุญๆ กันไ้

ไอ้ทำบุญของใครก็แล้วแต่ เขาเป็นคนทุกข์คนจน คนร่ำคนรวย ระดับของคนมันไม่เหมือนกันไ้ แม้แต่คนทุกข์คนจน ผ้าเก่าๆ ผืนหนึ่งมันมีค่ากับชีวิตเขา เขาเสียสละได้ นี่เขาชนะใจของเขา

ไอ้นี้ก็เหมือนกัน มันจะมีเล็กมีน้อยขึ้นมา มันอยู่ที่น้ำใจของคนต่างหากละ ถ้าน้ำใจของคน อย่างเรา เราไม่มีอะไรเลย เราก็ถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยความเพียร บุญกิริยาวัตถุ เรามีสิทธิเสรีภาพ เรามีอิสรภาพจะทำอย่างไ้ก็ได้ เราไม่ทำ เราอดทน มาถวายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่ก็ได้บุญ

บุญนะ มันเกิดได้หลากหลาย บุญคือคุณงามความดี ไม่ใช่ว่าบุญจะต้องวัดกันด้วยตัวเลขว่าใครให้มากใครให้น้อย ไม่เกี่ยว ไม่เกี่ยว บุญคือว่าคนคนนั้นเป็นคนดี พ่อแม่ก็มีความสุข ทุกอย่างก็มีความดีงาม ถ้าความดีงามอันนั้น เห็นไหม

นี่พูดถึงว่า เขางกบุญ เขาเลยทำให้เขาชุนมัว แต่เขาเห็นเพื่อนเขาแล้วเขาทุกข์แทนเพื่อน เขา เขาเลยเขียนมาให้พระสงฆ์ด้วยคนหนึ่ง

กูก็ทุกข์ไปด้วยเลยนะ เพราะมันงกบุญ เราจะบอกว่าเราเคยเป็นเหมือนกัน บวชใหม่ๆ เข้าใจผิดใจ เข้าใจว่าเป็นของเราๆ เราก็จะบริหารทำเองหมด จะงกไม่ให้ใครเลย ของกูคนเดียว สุดท้ายแล้วไม่มีคน เขาก็เข้ามาขอร่วมด้วย แหม! มันชุนใจเหลือเกิน แต่สุดท้ายแล้ว สุดท้ายแล้วมันเป็นไปไม่ได้หรอก มันเป็นวัตถุภายนอก ถ้าหัวใจมันดีงามแล้วมันเป็นดีงาม

แต่เป็น เราก็เป็น เราจะบอกว่าเป็นเกือบทุกคนนะ เพราะอะไร เพราะเป็นคนมีกิเลสไง มันอยากได้อะไรดี อยากเป็นของเรา แต่มันไปยึดอะไรละ ของที่วางอยู่นี้ไม่มีเจ้าของ ไม่มีใครมองเลยนะ พอเราหยิบปั๊บ ทุกคนมองแล้ว เฮ้ย! ดีหรือเปล่า

ของ ดูลี ของที่เขาทิ้งไว้กลางถนนไม่มีอะไรเลย ชยะ ชยะที่ทิ้งตามถนน ใ้อพวกเดียวกัน ชยะเขาเก็บไปรีไซเคิล เขาทำเสื้อผ้า ทำรองเท้า อู๋! ชยะเป็นเงินเป็นทองเลย นี่ก็เหมือนกัน ใครเห็นคุณค่ามันละ พอเห็นคุณค่าขึ้นมาก็จะหยิบจะฉวยจะแย่งกัน

แต่ถ้าไม่หยิบฉวยแย่งกัน เราจะบอกว่า เวลาเรื่องหัวใจมันไม่มีวัดระดับกันได้ คนมีทัศนคติ มีความรู้สึกนึกคิดจิตนิสัยของคนแตกต่างกันมาก ถ้าแตกต่างกันมากนะ เพียงแต่ว่า ทาน ศีล ภาวนา ทานก็ส่วนทาน มันสามเส้าไง สามเส้า ตั้งกาน้ำก็ได้ ตั้งหม้อข้าวก็ได้ ทาน ศีล ภาวนา

ฝ่ายมหายานเขาบอก ทานไม่สำคัญ เขามีศีลกับภาวนา แล้วศีลกับภาวนา ทานนี้เขาบอกว่ามันเป็นเรื่องโลกๆ สุดท้ายแล้วความมั่นคงของศาสนา อันไหนสำคัญกว่า ความมั่นคงของการดำรงชีพ

แต่ทานของเรา ทานด้วยให้ธรรมเป็นทาน ให้วิชาการ ให้ความรู้ ให้ต่างๆ นี่ทานสูงสุดเลย ทานสูงสุดคือการให้สติ ให้ปัญญา ให้คนฉลาดขึ้นมา นียอดของทาน มันไม่ใช่ตัวเลข ไม่ใช่ว่าต้องให้ๆ ไม่ใช่ อันนี้เวลาคนที่ใจเป็นธรรมแล้วนะ

พอจะบอกว่า เราก็เป็น ตอนบวชใหม่ๆ เรื่องบริหารนี่เราก็เป็น เขาพยายามจะขอร่วมด้วย เหม! นอนไม่หลับแล้วกันนะกว่าจะเข้าใจได้ เฮ้อ! มึงนะบ้า เขากลับไปอยู่บ้านกันหมดแล้ว มึงยังนอนไม่หลับอยู่คนเดียว สุดท้ายแล้วจบ พอใจมันพัฒนาขึ้นสูงขึ้น

เป็น เราก็เป็น เราจะบอกว่า เป็นเกือบทุกคน แต่เป็นมากเป็นน้อย เป็นแล้วมันแสดงออกหรือไม่เป็น เพราะอะไรๆ ก็อยากหวังดี ความหวังใจ ความหวัง การคาดหวัง การเจตนาอยากได้ นี่มันเป็น แต่พอไม่มีเจตนาที่ไม่ได้ทำความดีใจ

ถ้าทำคุณงามความดีของเรา คนมีชีวิตใจ เราก็ต้องทำใจ แล้วถ้าทำแล้ว สิ่งต่างๆ มันก็เป็น แล้วเป็น เป็นอย่างที่ว่า เรายกหลวงตาพระมหาบัวที่บอกว่า ที่หลวงปู่มั่นใส่บาตรๆ นั่นก็คือแก้ แก้ให้จิตใจมันปลอดโปร่ง แก้ให้อย่าให้ติดสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ให้ผ่านไปให้ได้

สิ่งที่หลวงปู่มั่นทำกับหลวงตานั่นก็คือการแก้ แต่มันเป็นวิธีการของท่าน แล้วจิตใจที่สูงกว่า หลวงตา ครูบาอาจารย์ท่านสอนประจำ จิตใจที่สูงกว่าจะดึงจิตใจที่ต่ำกว่า

แล้วจิตใจที่ต่ำกว่ามันไม่รู้จักข้างบนดีงามอย่างไร ไอ้คนที่มันดีงามแล้วมันอยู่ที่สูงกว่า มันพยายามจะดึงจิตใจที่ต่ำกว่าขึ้นมาๆ แล้วถ้าขึ้นมา ครูบาอาจารย์ที่ดีงาม ขึ้นมาก็คุณธรรมในใจใจ

เวลาคุณธรรมในใจแล้ว เวลาหลวงตาท่านพูด ใครไปทำกับท่านอย่างนั้นไม่ได้เลย ยกเว้นไว้แต่หลวงปู่มั่น เจียบเลย แต่พอผ่านไปแล้วท่านก็รู้ เพราะไม่รู้มันติดอยู่อย่างนั้นไง ไอ้ที่ทำเพราะครูบาอาจารย์ท่านแก้

นี่พูดถึงว่าความมกบุญนะ

ฉะนั้นบอกว่า ลิมิตหรือความพอดีของใจของแต่ละคนมันไม่เหมือนกัน แต่ถ้าเราเห็นว่า มันเป็นการกระทบกระทั่งในหมู่เพื่อนฝูง เราค่อยๆ คุยกัน เราค่อยๆ คุยกันนะ

เถียงกันปากเปียกปากแฉะเลยแหละ หน้าแดงเลยแหละ ไม่ยอมลงกันนะ แต่ถ้าวันไหนคิดได้นะ ต่างคนต่างขอโทษ เฮ้ย! ขอโทษนะ วันนั้นกูแรงไปนิดหนึ่ง เวลาคิดได้นะ มันจะขอโทษนะ ถ้ายังคิดไม่ได้ มันจะเอาชนะคะคานกัน

ไอ้โฮ! กิเลสนี้ร้ายนัก มันเผาผลาญทุกเรื่อง มันทำลายทุกอย่าง ทำลายตัวเอง ทำลายครอบครัว ทำลายเพื่อนฝูง ทำลายประเทศชาติ เวลากิเลสมันฟู แต่เรามีศีลมีธรรม เราพยายามกดมันลง ทำคุณงามความดีดับมันให้มันเบาบางลง แล้วให้เราได้สติสัมปชัญญะดีขึ้น มันจะเป็นประโยชน์กับเรา จบ

ถาม : เรื่อง “ชนโคกับเขาโค”

กราบนมัสการหลวงพ่อก่อน ไม่ทราบความหมายของชนโคกับเขาโคที่ถูกทราบถูกหรือไม่ได้ ถ้าไม่ถูก ความหมายคืออะไรคะ

ลูกคิดว่า ความหมายของเขาคือบรรลุมรรคผลได้สักหนึ่งขึ้นตั้งแต่ชั้นโสดาบันขึ้นไป ไม่ทราบว่าถูกหรือเปล่าคะ

และเมื่อลูกนั่งสมาธิแล้วมีอาการแข็งเกร็ง เวลาจะออกจากสมาธิดึงมือออกจากกันไม่ได้ ไม่ทราบว่าคืออะไร แล้วต้องแก้ไขอย่างไรคะ

ตอบ : นี่พูดถึงเขาโคกับชนโค เขาโคกับชนโคอยู่ในพระไตรปิฎก เริ่มต้นจากองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านเปรียบเทียบ เปรียบเทียบถึงการทำความคุณงามความดี เปรียบเทียบว่าการอยู่ร่วมกัน

การอยู่ร่วมกัน คนที่จะเป็นคุณงามความดีได้มันมีน้อย มันมีน้อย คนที่สามัญสำนึกของสังคม คนที่เห็นแก่ตัว คนที่เอารัดเอาเปรียบคนมันเต็มไปหมดเลย มันเหมือนกับชนโค คนที่คนดี ๆ คนที่มีอำนาจวาสนาเหมือนเขาโค นี่พูดถึงว่าเปรียบเทียบถึงสังคม พูดถึงว่าอยู่ในพระไตรปิฎกนะ

แล้วเวลาเทียบเคียงขึ้นมา เวลาในหมู่พระ เวลาในหมู่พระก็อย่างนี้ที่ว่า หมู่พระ เขาโคกับชนโคใจ พระที่ทำตัวดีงาม พระที่ส่งเสริมดีงามเหมือนกับเขาโค คนที่บวชมาเป็นพระสักแต่ว่าพระ มันก็เป็นชนโค ชนโคมันก็อยู่ที่สังคม สังคมที่ดีงาม ในสังคมผู้ที่จะแหวกว่าย ผู้ที่กระเลื่อกระสนไปเหมือนเขาโค

หลวงตาท่านพูดบ่อยมาก เขาโคกับชนโค

หมายความว่า เหมือนกับเรื่องของเมื่อสักครู่นี้ เวลามันงกบุญต่างๆ ตัวเองก็คิดว่าตัวเองเป็นเขาโคใจ เขาโคมันก็ติดมันก็ยึดของมันไปอยู่อย่างนั้นไง แล้วจะเป็นชนโค ชนโคมันเต็มไปด้วยหมดใจ แต่ถ้าเป็นเขาโคที่ดั่งาม เขาโคที่ดั่งาม เป็นคนดั่งามต่างๆ มันก็พัฒนาของมันขึ้นมา

ไฉนก็เหมือนกัน เขาโคกับชนโค เขาโคกับชนโค คนชั่วมีมากหรือคนดีมีน้อย นี่ต่างกันอย่างไร องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเปรียบถึงชนโคกับเขาโค

ฉะนั้น ถ้าความหมายของเขาๆ เขาบอกว่า เขามีความคิดว่า ถ้าเขาโคต้องเป็นอริยบุคคลตั้งแต่ขั้นต้นขึ้นไปถึงจะเป็นเขาโค

อริยบุคคลขึ้นไป ในอริยบุคคล เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเทศนาว่าการ พระโสดาบัน พระสกิทาคามีเต็มไปด้วยหมดเลย แล้วอะไรเป็นชนโค อะไรเป็นเขาโค มันอยู่ที่ว่ามีมากมีน้อยไง

ถ้าเป็นพระอรหันต์ๆ วัดทั้งวัดเป็นพระอรหันต์หมดเลย ในสมัยพุทธกาลวัดทั้งวัดเป็นพระอรหันต์ตั้งแต่เจ้าอาวาส ตั้งแต่พระ ตั้งแต่เณรเป็นพระอรหันต์หมดเลย แล้วอะไรเป็นชนโค เป็นเขาโค สิ่งที่ดีงาม เรื่องชนโคกับเขาโคท่านเปรียบเทียบอย่างนั้น

แต่ถ้าว่า ลูกมีความคิดว่า ถ้าเป็นเขาโคตั้งแต่อริยบุคคลขั้นแรกขึ้นไป

อันนั้นมันก็เรื่องระหว่างโลกกับธรรมแล้ว สัจจะ อริยสัจจะ พวกสัจจะ พวกมีสัจธรรม มีต่างๆ เขามีอริยสัจธรรมในหัวใจ แล้วอริยสัจธรรมตั้งแต่มีขั้นที่ ๑ ขั้นที่ ๒ ขั้นที่ ๓ ขั้นที่ ๔ ขึ้นไป มันก็ส่งๆ กันขึ้นไปไง ถ้ามันเป็นประโยชน์ เป็นประโยชน์อย่างนั้น

เขาโคกับชนโคเป็นการเปรียบเทียบ เปรียบเทียบถึงสังคม เปรียบเทียบถึงสิ่งที่หาได้ยากในโคหนึ่งตัวจนเต็มเลย มีเขาสองเขา

เวลาพูดอย่างนี้ เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแสดงธรรม แสดงธรรมกับคนที่ยึดมั่นถือมั่น คนที่กำลังลั้งเลสงสัย เวลาแสดงธรรมอย่างนี้ ไฉนที่ฟัง บึง! หลุดเลยๆ ไฉนนั้นเป็นประโยชน์ตรงนั้นไง

แต่ของเรา เราศึกษาข้อมูลมา เราศึกษามาแล้วก็มาตีความ พอดีความ ดีความนะ เวลาศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วแก้จิตๆ เวลาแก้จิตขึ้นมา เรามีความลังเลสงสัยอย่างใดก็แล้วแต่ แล้วถ้ามันแก้ไขได้นี่เป็นประโยชน์

เวลาเราประพฤติปฏิบัติ หลวงปู่เสาร์ หลวงปู่มั่น ครูบาอาจารย์ของเราเวลาปฏิบัติขึ้นมา ศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้วใส่สมองลั่นชกไว้ แล้วให้ฝึกหัดภาวนาขึ้นมา

แล้วภาวนาขึ้นมาถ้ามันมีมรรคมีผล คือมันเป็นสมาธิ มันเกิดภาวนามยปัญญาขึ้นมา ถ้ามันลังเลสงสัยมันก็เปรียบเทียบตรงนี้ไง เปรียบเทียบกับธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไง ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นแนวทาง เป็นแนวทาง เป็นเป้าหมายที่เราจะประพฤติปฏิบัติ แล้วก็มาเปรียบเทียบเรา

ทีนี้คำถาม หนูมีความเห็นว่าเขาโคกับชนโค ความหมายอย่างนี้ถูกต้องหรือไม่เจ้าคะ

ความหมายอย่างนี้ เราก็เทียบกับหัวใจเราสิ เพื่อประโยชน์กับเราไง ทีนี้เขียนมาถามหลวงพ่อ เพราะเหมือนกับว่าคนที่เขามีวิฤติเขาคิดเขาสงสัย มีสิ่งใด พอมันเกิดธรรมะมันปลดล็อกในใจ ธรรมะมีประโยชน์อย่างนี้

ไฉนสงสัยเฉยๆ ไง แล้วเขียนมา หลวงพ่อยิ่งสงสัยเข้าไปใหญ่เลย เพราะหลวงพ่อกินเนื้อโค

มันเป็นเรื่องของความสงสัย เรื่องของไฉนนั้นไป แต่เราก็เปรียบเทียบได้ เพราะว่าเราจะคิดแบบโยมก็ได้ จะคิดแบบใครก็ได้ เพราะมันคิดเพื่อเป็นประโยชน์เพื่อเปรียบเทียบไง มันเป็นเชิงวิเคราะห์วิจารณ์เรื่องสังขธรรม แล้วถ้าหัวใจมันสูงส่งขึ้นมาละ มันเข้าใจแล้วมันก็ปล่อยวางได้หมดละ

นี่พูดถึงเขาโคกับชนโคเนาะ ความเข้าใจ ความเข้าใจ การเปรียบเทียบ เปรียบเทียบเวลาของชั่วร้าย ความชั่วร้ายคือชนโค ความดีงามคือเขาโค สังคมเป็นแบบนี้ แล้วเราจะปรารถนาให้เหมือนกัน ปรารถนาให้ดีงามหมด เราเองต่างหาก เราเองต่างหากคิดไม่ถูกต้อง

แล้วเราก็จะแบกทุกข์ของเราไว้ ถ้าแบกทุกข์ของเราไว้ “ทำไมไม่เป็นเช่นนั้น ทำไมมันไม่ดีขึ้น ทำไมคนอื่นไม่ดีหมดเลย” เรายังไม่ดีเลย เรายังไม่เข้าใจอะไรเลย

ถ้าเราเข้าใจแล้ว เห็นใหม่ หลวงตาท่านสอน ใครจะดีใครจะชั่วมันเรื่องของเขา

เพราะมันเป็นเจตนา เป็นทัศนคติ เป็นกิเลสในใจของเขา แล้วเราแก้เขาได้ยาก หน้าที่ของเราคือแก้ไขหัวใจของเรา

ใครจะดีใครจะชั่วเรื่องของเขา เราจะแก้ไขหัวใจของเราละ เราจะทำคุณงามความดีของเรา เราจะทำคุณงามความดีของเรา เราก็พยายามชวนชวายของเราให้เป็นขึ้นเป็นตอนขึ้นไป นี่พูดถึงเวลาเราเปรียบเทียบเป็นเชิงวิเคราะห์วิจารณ์เรื่องสังคม

“เวลาหนั่งภาวนา นั่งสมาธิแล้วตัวมันเกร็ง พอเป็นสมาธิแล้ว พอเข้าสมาธิ เวลาจะออกจากสมาธิดึงมือไม่ออกเลย มันเกร็งไปหมดเลย”

ถ้าตั้งสติไว้ ทุกอย่างจบหมด แล้วเวลาสิ่งใดที่เกิดขึ้นมันจะเป็นแผ่นเสียงตกร่อง เวลาเราภาวนาขึ้นมาแล้ว มันภาวนาขึ้นมาแล้วมันจะเป็นอย่างนี้ แล้วมันก็จะฝังใจ ภาวนาครั้งต่อไป มันก็จะเป็นแบบนี้ แล้วเป็นแบบนี้ เป็นแบบนี้จนมันเชื่อใจเลยว่ามันเป็นแบบนี้ แต่เวลาไม่ภาวนาไม่เห็นเป็นอะไรเลย

นี่ก็เหมือนกัน เวลาภาวนาแล้วมันเกร็ง เป็นสมาธิ

ถ้าเป็นสมาธิ การนั่งสมาธิ เข้าขึ้นมาตามสวนสาธารณะมีคนไปออกกำลังกายมากมาย มหาศาล การออกกำลังกายนั้นเพื่อสุขภาพกายของเขา ทางกายแพทย์เขาส่งเสริมมาก เพราะการป้องกันโรคดีกว่าการรักษาโรค

ถ้าใครไปออกกำลังกายแล้วสุขภาพแข็งแรงขึ้นมา โรคภัยไข้เจ็บมันไม่ถามหา มันเข้ามาสู่ร่างกายเราไม่ได้ เพราะร่างกายนั้นแข็งแรง นั่นไงเวลาเขาออกกำลังกายของเขา

ชาวพุทธ ชาวพุทธเราไปวัดไปวาทำบุญกุศลแล้วครูบาอาจารย์สอนให้ทำสมาธิ แล้วทำสมาธิก็ตั้งกันว่าสมาธิมันถูกมันผิด สมาธิต่างๆ

ไม่ใช่ ครูบาอาจารย์สอนว่า พยายามทำความสงบของใจ หลวงตาท่านสอนให้ดูแลรักษาหัวใจ

การดูแลรักษาหัวใจ สุขภาพจิตๆ สุขภาพจิตที่ดีงามขึ้นมา เราก็พยายามทำความสงบของใจเข้ามา ด้วยสติ ด้วยคำบริกรรม ด้วยอานาปานสติ ด้วยพุทโธ ด้วยธัมโม ด้วยสังฆโม ด้วยปัญญาอบรมสมาธิ เราพยายามจะรักษาสุขภาพจิตของเรา ถ้าทำความสงบของใจเข้ามา ถ้าใจมันสงบระงับเข้ามามีความสุขมาก มีความสุข มีความสุขตั้งแต่เรารักษาใจเราได้แล้ว

คูลี ทำงานนี้เก่งมาก เก็บกวาดในบ้านนี้เก่งไปหมดเลย ทำอะไรก็ได้ ถ้าเหนื่อยไหนๆ ย่อยทำได้ นั่งเฉยๆ ทำไม่ได้ เวลาให้นั่งเฉยๆ ให้นายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ มันทำไม่ได้ เพราะไม่เคยฝึกหัดใจ

แต่ถ้าบอกว่าฝึกหัด เวลาเราทำหน้าที่การงานขึ้นมาเหนื่อยไหนๆ ย่อยเราทำได้หมดนะ ทำความสะอาดบ้าน ทำงานเสร็จแล้วเราจะทำความสะอาดหัวใจ นั่งสมาธิลง พอนั่งสมาธิลง

คนไม่เคยทำนะ โอ้โฮ! ความคิดนี้มหาศาลเลยละ ถ้าเคลื่อนไหวอยู่นั้นมันพอรับรู้ ให้นั่งๆ นิ่งไม่ได้ แล้วพอนั่งๆ ขึ้นไปมันก็เกิดอาการเกร็ง เกิดอะไรต่างๆ แล้วมันก็จะเป่นแผ่นเสียงตก ร่อง

ถ้าเป็นสมาธิจะเกร็งอย่างนี้ พอเกร็งอย่างนี้แล้วมันจะไปเกร็งอย่างนี้

เราให้วางให้หมด

ไอ้ที่ว่า พอนั่งสมาธิแล้วมันจะตัวเกร็ง พอตัวเกร็งแล้ว เวลาเมื่อทำมันจะเกร็งไปหมดเลย ชักออกไม่ได้

ได้ วางใจให้ได้ ไอ้มันเกร็ง เกร็งมาจากหัวใจนั่นแหละ เกร็งมาจากจิต จิตมันเกร็ง จิตมันยึดอย่างนั้น พอยึดอย่างนั้นปั๊บมันก็แผ่นเสียงตกร่อง มันก็จะเป็นอย่างนั้น

เวลานั่งสมาธิถ้ามันสงบแล้ว มันสบายใจแล้ว เวลาออกมาเราก็ทำใจเราให้สบายๆ พอใจสบายๆ แล้วมันก็ปล่อยวางหมดนะ ปล่อยวางหมด ความเกร็งมันก็จะไม่มี

เป็นความเกร็ง เป็นการเอียงซ้าย เอียงขวา เอียงหน้า เอียงหลัง เวลาทำไปแล้ว อาการ
วูบวาบต่างๆ เป็นธรรมดา เรื่องธรรมดาเลย คนปฏิบัติใหม่เป็นทุกคน ทุกคนเป็นหมด

แล้วพอเป็นไปแล้วนะ อาการโยกซ้าย โยกขวา โยกหน้า โยกหลัง นี่เป็นอาการ แล้วจิต
ล่ะ พุทโธอยู่ไหนล่ะ

สติอยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธ มันจะเอียง มันจะโยกหน้า โยกหลัง มันจะเกร็ง มันจะอะไร
มันเรื่องอาการทั้งนั้น

คำว่า “อาการ” คืออารมณ์ แล้วพออารมณ์ เราไปยึดอารมณ์เราเอง พอยึดอารมณ์เรา
เอง เอียงซ้าย ทีนี้ก็ซ้ายไปตลอด เป็นหมดนะ

เพราะเราเคยเทศน์ แล้วมีผู้มานั่งภาวนาเต็มไปหมด พอมันเอียง เอียงไปเรื่อย “หลง
พ่อ มันเอียง เอียงจะล้ม”

ปล่อยมันล้มไปสิ ไม่ล้มหรอก หัวใจมันหลอกขนาดนั้นนะ

แล้วไอ้ที่ว่ามันไปแล้วมันเกร็ง ชักไม่ออก เขาบอก “หลงพ่อๆ ชักไม่ออก”

เราบอก ดึงมันก็ออกมา ดึงมันก็ออก เปิดมันก็ออก แต่มันเกร็งที่ใจใจ

อย่างเช่นร่างกายมนุษย์การเคลื่อนไหวนี้ประสาทมันสั่งไข้ไข้ใหม่ สมองสั่งไข้ไข้ใหม่ สมอง
มันสั่งร่างกายถึงเคลื่อนไหวไข้ไข้ใหม่ ไฉนี้ก็เหมือนกัน เวลาจิตมันสงบแล้ว อาการที่จะชักเข้าชัก
ออกมันอยู่ที่ไหน มันอยู่ที่ใจทั้งนั้นนะ

ถ้ามันเป็นไปได้ พุดถึงอาการเกร็ง อาการเกร็งต่างๆ สมาธิแล้วมันวูบวาบต่างๆ นะ อัน
นั้นเราไม่ต้องไปสนใจ มันเป็นเรื่องชั่วคราวทั้งสิ้น เหมือนการลุกนั่ง การลุกนั่ง เรานั่งอยู่ เราจะ
ลุกขึ้น เราก็ยกตัวขึ้น ยืนอยู่ ถ้าจะนั่ง เราก็นั่งลง

จิตก็เหมือนกัน มันพุ่งชานโดยธรรมชาติของมัน เวลามันจะปล่อย มันเหมือนกับลูกนั่งนี่
แหละ ยืนอยู่ก็นั่งลง นั่งเสร็จแล้วก็ลุกขึ้น จิตมันพุ่งชานมันก็สงบลง สงบลงมันก็พุ่งชาน

ทีนี้พอพุ่งชานไปแล้ว ลูก นั่ง ลูกไม่ไหว ไม่มีกำลัง ยืนอยู่ นั่งไม่ลง มันแข็ง นั่งไม่ลง

แต่ถ้ามันเป็นธรรมชาติ ลูกยืน นั่งลง ยืนขึ้น เหมือนกัน ใจก็เหมือนกัน แต่กว่าจะทำได้ หมอมันบอกเลยละ เรื่องธรรมดา แต่คนป่วยนะ แล้วถ้าตัวมันแข็งต่างๆ เส้นมันยึด อู้ฮู! กว่ามันจะนั่งได้เกือบเป็นเกือบตาย

นี่ก็เหมือนกัน จิตกว่ามันจะสงบระงับได้ แล้วสงบระงับได้ อาการมันร้อยแปด พอร้อยแปด นี่พูดถึงว่าอาการเกร็งนะ

เราไม่ค่อยอยากจะพูด เพราะพูดแล้วคนมันจะกลัวง ใจโฮ! อุปสรรคเยอะขนาดนั้นเล็ก ดึกว่า แต่ไม่ใช่ อุปสรรคมีทุกคนนะ แล้วมันเป็นเบสิกเป็นพื้นฐาน เป็นพื้นฐานของความรู้สึกนึก คิดเลย แล้วเราค่อยๆ ฝึกหัด ค่อยๆ ฝึกหัด พอมันเป็นไป เหมือนนักกีฬาเลย นักกีฬาพอมันเล่น อะไรเป็นนะ ฮู้! ง่ายๆ แต่ก่อนมันจะเป็นนะ ซ้อมแล้วซ้อมอีก ซ้อมแล้วซ้อมอีก

นี่สุขภาพกาย สุขภาพจิต การที่ว่ามันไปแล้วตัวเกร็ง แขนเกร็งต่างๆ เป็นสุขภาพจิต แล้ว สุขภาพจิต สุขภาพจิต สุขภาพกายยังรักษาง่ายกว่าสุขภาพจิต แล้วสุขภาพจิตเราฝึกหัดภาวนา

เราจะบอกว่า สิ่งที่ว่ามันเป็นๆ มันฝังใจเราคนเดียว คือเป็นคนเดียว เราเป็นเอง แต่ถ้าเราอ่อนคลายแล้ว เกร็งไม่มี ใจที่ชักเข้าชักออกไม่ได้ไม่มี ถ้าเป็นทางพระ อุปาทานว่าเป็นอย่าง นั้น แล้วถ้าอุปาทานอย่างนี้บ๊บ เดียวมันก็จะไปอุปาทานอย่างอื่น มันก็จะเกิดผลอย่างอื่น เกิด มาตลอด

นี่ไง อย่าโทษธรรมชาติ อย่าโทษใคร โทษกิเลสของตน กิเลสของตนที่ทำให้สับสน วุ่นวาย

คนจะทำคุณงามความดี เรารู้ เราก็คือเป็นชาวพุทธ เราลูกศิษย์พระพุทธเจ้า ลูกศิษย์พระ ธรรมฐานด้วย แล้วครูบาอาจารย์ก็สอนให้ฝึกหัดภาวนา เรารู้ว่าสิ่งเรื่องนี้เป็นสิ่งที่ดีงาม แล้ว ทำเพื่อสุขภาพจิต ทำเพื่อความดีงามของเรา นี่เป็นปัจจัยตั้ง เป็นสันติภูมิภายในใจของเรา แต่สิ่ง ที่เป็นอุปสรรคคือกิเลสทั้งสิ้น

สิ่งที่เป็นอุปสรรค กิเลสมันแค่ย่อยเหยื่อ แค่หลอก หลอกนิดๆ มันยังไม่ทำอะไรเลยนะ นี่ มันเกร็งไปหมดเลย

แต่ถ้าเรายึดมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเชื่อมั่นในสังฆธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อมั่นในการสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า การทำความสงบของใจเข้ามา เรื่องสุขภาพจิตขึ้นมา ถ้าจิตเราเข้มแข็ง จิตเราแข็งแรงขึ้นมาแล้วมันจะเข้าใจไปเรื่อยๆ ใจ เข้าใจมากขึ้นๆ อาการต่างๆ นี่มันวางได้หมดแหละ

อาการต่างๆ ที่มันเกิดขึ้นมาเพราะเราไม่รู้แล้วคิดว่ามันเป็นอย่างนั้น แล้วมันก็จะเป็นอย่างนั้นจริงๆ เพราะเราคิดว่ามันเป็น พอคิดว่ามันเป็น เห็นไหม แต่ถ้าเราวางหมดแล้ว มันไม่มีมันไม่เป็น เราคิดไปเอง

ถึงเวลาแล้วทำให้ใจให้ปลอดโปร่ง ทำให้สบายขึ้นมา ถ้าเป็นสมาธิแล้ว เราคลายออกมาแล้วเราก็ลุกขึ้นหรือขยับร่างกาย

การขยับร่างกาย หลวงตาท่านสอน ท่านบอก เวลาท่านนั่งสมาธิ ถ้าวันไหนจิตมันลงง่ายแล้วเป็นสมาธิ คลายออกจากสมาธิ ลุกขึ้นได้สบายๆ เลย แต่ถ้าวันไหนกิเลสมันรุนแรง กิเลสมันเจ้าเล่ห์เจ้ากลมาก ต้องต่อสู้ฟันฝ่ากับมันด้วยสติด้วยปัญญา ต่อสู้กันเต็มที่ วันนั้นจิตก็สงบได้เหมือนกัน เพราะไม่สงบ อยู่ไม่ได้หรอก ไม่สงบนั่งตลอดรุ่งไม่ได้ แต่พอสงบแล้วพอจะออกจากสมาธิ พอมันคลายตัวออกมา ลุกไม่ได้ ลุกไม่ได้เพราะว่าร่างกายมันบอบช้ำไป พอร่างกายมันบอบช้ำนะ ท่านบอกว่าท่านจะต้องจับเท้าท่านยืดออกไปที่ละข้าง แล้วนั่งเฉยๆ

คนที่เขารู้แล้ว คนที่มีสติปัญญาเขาไม่สนใจมันหรอก เขาเข้าใจว่าเขาควบคุมมันได้เองหมดใจ

พอเขาขยับเท้าซ้ายเท้าขวาออกไป แล้วปล่อยให้เลือดลมมันเดินได้ปกติของมันขึ้นมา แล้วขยับปลายนิ้วเท้า ถ้าปลายนิ้วเท้ามันขยับได้จนมันเป็นปกติแล้วท่านถึงลุกขึ้น ถ้าไม่อย่างนั้นลุกขึ้นแล้วล้มเลย คำว่า “ล้มเลย” มันบอบช้ำด้วยเรื่องร่างกาย นั่ง ๑๒ ชั่วโมงนะ

แต่ถ้าวันไหนนะ พอนั่งไปแล้วท่านใช้สติปัญญาของท่านควบคุมใจของท่าน ใจของท่านลงสมาธิได้ไว ร่างกายมันไม่บอบช้ำเพราะมันไม่ต้องทนเวทนา ไม่ต้องพิจารณากันด้วยสติด้วยปัญญา ร่างกายไม่ได้รับความกระทบกระเทือน ท่านบอกว่า เวลาออกจากสมาธิ ลุกขึ้นได้สบาย ลุกเดินได้เลย เห็นไหม

คำว่า “ลูกเดินได้สบาย” เรารู้ คราวที่เราออกจากสมาธิไปแล้ว ใจเราปลอดโปร่งเป็นสมาธิ แล้วจิตใจมันปลอดโปร่ง จิตใจไม่วิตกกังวลไขว่ไขว่ แต่เรารู้ได้ว่าร่างกายมันชา มันจะเกิดอาการชาเพราะว่าเรากดทับไว้นาน เลือดลมมันไม่ขยับ ร่างกายมันจะชา มันเหมือนไม่มีความรู้สึก ไม่มีความรู้สึกแต่จิตใจมันปลอดโปร่งนะ มันจะลึกลับเลย ลูกก็ลึกลับเลย เคยลึกลับแล้วลึกลับ

พอเคยลึกลับแล้วลึกลับ ท่านจะบอกว่า อ้อ! มันเป็นอย่างนี้ ถ้าวันไหนเป็นอาการที่มันชา เพราะมันบอบช้ำ ท่านนั่งแล้วท่านก็ยกขาท่านออกไปที่ละข้าง แล้วให้อาการชามันจะหายไป เพราะเลือดลมมันเดินดีแล้ว พอความรู้สึกสมบูรณ์แล้ว ท่านก็ลุกขึ้นด้วยความปกติ เห็นไหม นี่มันโดยข้อเท็จจริงเป็นวิทยาศาสตร์ เป็นสัจธรรม เป็นความจริง

แต่ถ้ามันเป็นการเกร็ง การต่างๆ เรากิเลสมันหลอก แล้วกิเลสมันหลอกแล้ว เรามันฝังใจอะไรถ้ามันสะกิดนะ แล้วมันทำให้ฝังใจนะ กิเลสมันร้ายอย่างนี้ มันป้ายไปที่จิตนั่นนะ ไอ้โฮ! มันฝังใจไปตลอดชีวิตเลย

แล้วกว่าจะแกะกว่าจะแก้ กว่าจะแกะกว่าจะแก้ก็ต้องพิสูจน์ เอ๊ย! มันไม่เกร็ง เอ๊ย! มันดี มันต้องเอาความดีเข้ามาลบล้าง กิเลสมันแปะไว้ เราต้องเอาศีล เอาสมาธิ เอาปัญญาคอยเช็ด คอยล้าง คอยเช็ดคอยล้างจนมันเช็ด เออ! มันไม่เกร็ง มันเป็นเพราะเราอุปาทานไปเอง จะเช็ดจะล้างจนกว่ามันจะออก เห็นไหม

หลวงตาท่านถึงบอกว่า การประพฤติปฏิบัติ สิ่งที่น่ากลัวที่สุดคือกิเลส คือความเห็นผิดของเรากันไปเอง อย่าโทษธรรมะ อย่าโทษศีล สมาธิ ปัญญา อย่าโทษการประพฤติปฏิบัติ ต้องโทษกิเลส ความเห็นของกิเลสมันป้ายลงที่จิตแล้วเราเชื่อ เชื่อแล้วมันก็ฝังใจ ฝังใจไปแล้วนะ แล้วก็กลับมา “เราไม่มีวาสนา เราไม่มีวาสนา”

มี ถ้าเราฉลาด เราแก้ไขของเราไป กิเลสเท่านั้นมันบดขยี้บดขยี้เราทั้งสิ้น ถ้าเราทำคุณงามความดีของเราจะเป็นประโยชน์กับเรา

ถ้าจะให้ตอบนะ นี่มันจะเป็นชนโคใจ ชนโคที่ส่วนมากมันจะเชื่ออย่างนี้ ถ้าเป็นเขาโคนะ เขาไม่เชื่อเรื่องเกร็ง เขาพิสูจน์แล้วเขาแก้ไข มันจะเป็นเขาโคใจ ให้เป็นเขาโคเพื่อการประพฤติปฏิบัติ เอวัง