

มารสะกิด

พระอาจารย์สงบ มนฺตฺสฺนฺโต

ถาม-ตอบ ปัญหาธรรมวันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๓

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

ถาม : เรื่อง “ห้วงกว้างซึ้ง”

หลวงพ่ : ห้วงกว้างซึ้งต้องมีหัวใจด้วย คำถามใจ “ห้วงกว้างซึ้ง”

ถาม : กราบนมัสการหลวงพ่ โยมขอรายงานการปฏิบัติก่อนนะครับ เวลาที่โยมภาวนา และฟังเทศน์ของหลวงพ่ในโทรศัพท์ โยมได้ตั้งสติในการฟังพร้อมกับหายใจเข้าหายใจออก ด้วยครับ

เวลาโยมฟังเทศน์ไปพร้อมกับหายใจเข้าหายใจออกไปเรื่อยๆ โยมรู้สึกเหมือน เหมือนกำลังกดแผลที่ห้วงกว้างซึ้งของตัวเองแล้วรู้สึกทรมานเหลือเกิน อยากจะเลิกนั่งสมาธิและปิดการฟังเทศน์ แต่โยมก็แก้วิธีโดยการเปลี่ยนจากนั่งหลังตรงเปลี่ยนเป็นนั่งหลังออสลับกับนั่งหลังตรงไปมาเพื่อที่จะฟังเทศน์ให้จบ

คำถามที่เรียนถามอาจารย์

๑. โยมสงสัยว่าความรู้สึกทรมานนี้มันคืออะไรครับ

๒. โยมปฏิบัติถูกต้องแล้วใช่ไหมครับ

กราบขอบพระคุณมาก

ตอบ : นี่คำถามเนาะ เวลาคำถามนะ เวลาคำถามเวลาถามมา เพราะคนที่ถามเวลาประพฤติปฏิบัติไปแล้วมันทุกข์มันทรมาน

เวลามันทุกข์มันทรมาน เวลามันเกิดการทรมาน แล้วเวลาเราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราชาวพุทธต้องมีการเสียสละเพื่อเป็นบุญกุศล มีทาน มีศีล มีภาวนา

เวลาภาวนาแล้วจะมีความสุข เวลาภาวนาแล้วจะชนะกิเลส เวลาภาวนาแล้วจะฆ่ากิเลส เวลาฆ่ากิเลสแล้วจะพ้นจากทุกข์ๆ เวลาเราศึกษาธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามันเป็นแนวทางที่เราเชื่อมัน ถ้าเราเชื่อมันแล้วเราประพฤติปฏิบัติใน

เวลาเราประพฤติปฏิบัติขึ้นมา เราว่าเราปฏิบัติไปแล้วมันจะสะดวกสบาย เวลาปฏิบัติไปแล้วมันจะประสบความสำเร็จ เวลาปฏิบัติแล้วจะสมความปรารถนา แต่เวลาปฏิบัติไปมันมีกิเลสก็ดขวาง มันคอยกีดคอยขวางคอยทำลาย มันพยายามจะบั่นหัว

เวลามันจะบั่นหัวให้เราล้มลุกคลุกคลาน เวลามันบั่นหัวให้ล้มลุกคลุกคลาน เวลาผู้ที่ปฏิบัติไปล้มลุกคลุกคลานแล้วมีแต่ความระทม มีแต่ความทุกข์ความยาก แล้วเมื่อไหร่มันจะประสบความสำเร็จเสียที เมื่อไหร่มันจะพ้นจากกิเลสเสียที นี่มันมีการคาดการณ์ล่วงหน้ามันตลอดไป มันก็เลยยิ่งล้มลุกคลุกคลานไปใหญ่

ความล้มลุกคลุกคลาน เห็นไหม เวลาประพฤติปฏิบัติ กิเลสมันจอมปลิ้นปล้อน มันอยู่ในหัวใจ เวลามันปลิ้นปล้อนมันก็ปลิ้นปล้อน มันหลอกหลวง หลอกว่า เราเกิดในชาตินี้เป็นบุคคลที่ยิ่งใหญ่ ทำอะไรก็ประสบความสำเร็จ มันก็หลอกไปทั่ว

อาบเหงื่อต่างน้ำพยายามแสวงหามาเพื่อมัน แล้วเวลาเพื่อมันแล้วมันก็ไม่พอใจสักที มันจะครองโลก จะครองจักรวาล จะครองสามโลกธาตุ มันยังไม่พอ กิเลสไม่เคยพอ

เวลากิเลสไม่เคยพอ เห็นไหม เวลาเราจะประพฤติปฏิบัติ เวลาที่มีศรัทธามีความเชื่อมั่นที่มีศรัทธาความเชื่อขึ้นมาพักหนึ่ง เวลาที่มีศรัทธามีความเชื่อในแนวทางของการประพฤติปฏิบัติ พระพุทธศาสนา ทาน ศีล ภาวนา เวลาจะทำทาน ศีล ภาวนา เวลาทำอะไรมันก็คอยทิ่มคอยตำ คอยทำให้ล้มลุกคลุกคลาน

เวลาทำขึ้นมา เพราะการกระทำนั้นมันจะเป็นบุญกุศล มันจะเป็นประสบการณ์ของจิตนั้น ถ้าเป็นประสบการณ์ของจิตนั้น คนที่มีอำนาจวาสนามันจะพาหัวใจนั้น พาจิตดวงนั้นให้พ้น

จากกิเลสไป ถ้าพ้นจากกิเลสไป พ้นจากการครอบครองของมันนะ มันบังงา มันมาแสดงตัวว่า มันเป็นธรรม แล้วมันก็จะหลอกให้เราล้มลุกคลุกคลานอยู่อย่างนี้ นี่พูดถึงว่าเวลากิเลสมันเปลี่ยน มันเปลี่ยนไป

ในการประพฤติปฏิบัตินะ สิ่งว่ามันจะไม่ประสบความสำเร็จ สิ่งว่ามันจะมีปัญหา เพราะกิเลสอย่างเดียว

เวลาเป็นสังขธรรมๆ ศีล สมาธิ ปัญญา สติสัมปชัญญะ เวลาที่มีสติสัมปชัญญะไม่ประมาทเลินเล่อ ทำสิ่งใดก็ประสบความสำเร็จทั้งสิ้น ทำให้แต่คุณค่า ทำให้แต่ผลคุณงามความดีทั้งสิ้น แต่เวลาเราปฏิบัติแล้วทำไมล้มลุกคลุกคลานล่ะ

มันล้มลุกคลุกคลานเพราะกิเลสมันเปลี่ยนไป กิเลสมันเปลี่ยนมันเปลี่ยนมันหลอกมันลวง เวลามันมีการกระทำนะ เวลามันต่อต้านไป

เวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัตินะ ให้ลงใจได้ว่า สิ่งว่ามันมาก็ดมาขวางเป็นเรื่องของกิเลสทั้งนั้น

แต่เวลาคนที่ไม่มีอำนาจวาสนานะ “เพราะปฏิบัติแล้วมันทุกข์มันยากอย่างนี้ ทำอะไรมันก็ได้ไม่ประสบความสำเร็จสักที เลิกดีกว่า” นี่เข้าทาง ถ้าเลิกดีกว่า เลิกดีกว่ามันจะไม่มุมานะ มันจะไม่มีการกระทำต่อเนื่องกันไป แล้วมันไม่มีการสร้างอำนาจวาสนา

ทำทานร้อยพันหนไม่เท่ากับถือศีลบริสุทธิ์หนึ่ง ถือศีลบริสุทธิ์ร้อยพันหนไม่เท่ากับทำสมาธิได้หนึ่ง ทำสมาธิได้ร้อยพันหนไม่เท่ากับเกิดปัญญาภาวนามยปัญญาขึ้นมาหนึ่ง

คำว่า “หนหนึ่งๆ” มันภาวนามันมีคุณค่าแค่ไหน แล้วการภาวนามันทำให้คนฉลาด มันทำให้หัวใจฉลาดต่อกิเลสของตน มันทำให้รู้จักหลบ รู้จักหลีก รู้จักหลบซ่อน รู้จักพยายาม ค้นคว้า รู้จักการจับตัวมัน รู้จักการใช้สติปัญญาฟาดฟันมัน เห็นไหม

เวลากิเลสมันจะบอบสลายไป มันจะถดถอยไปด้วยอำนาจของปัญญาๆ

ปัญญา โดยศีล โดยสมาธิ โดยปัญญา ถ้ามันมีสมาธิเป็นพื้นเป็นฐาน เวลามันฟาดมันฟันกับกิเลส กิเลสมันจะถอยกรูดๆ เลย ถอยกรูดๆ ตั้งแต่ทำสมาธิได้

ทำสมาธิได้คือกิเลสมันหลบไป กิเลสมันสงบตัวลงถึงเป็นสมาธิได้

ที่ไม่เป็นสมาธิกันอยู่นี้เพราะกิเลสมันคือมันด้าน เวลาทำนะ “สักแต่ว่าๆ” สักแต่ว่านั่นนะกิเลสมันซุกหลุมพรางไว้แล้ว แล้วเดี๋ยวมันจะตลบหลัง มันจะข้างหลัง มันจะทำให้ล้มลุกคลุกคลานเลย

“นี่มันสักแต่ว่า มันสักแต่ว่า มันไม่มีอะไรเลย”

พอเดี๋ยวมันตื่นขึ้นมานะ ล้มเลย นี่เวลากิเลสมันหลอกเป็นชั้นเป็นตอนไง

เราจะบอกว่า มันเป็นเรื่องของกิเลสทั้งนั้น ที่คำถามนี้ไง มันเป็นเรื่องของกิเลสทั้งสิ้น เวลาเรื่องของกิเลสทั้งสิ้น

“อ้าว! แล้วผมมีศีลนะ ผมปฏิบัติมาตั้งนานแล้วนะ กิเลสมันต้องกลัวผมบ้างสิ”

กิเลสมันไม่ไว้หน้าหรอก กิเลสมันยิ่งปฏิบัติมาก ปฏิบัติมาดีงาม มันยิ่งจะแบบว่ากิเลสที่มันจะซบซ้อนขึ้น มันจะเล่ห์เหลี่ยมมากขึ้น มันจะพลิกแพลงมากขึ้น มันจะทำให้เราเสียหายมากขึ้น ทำให้เสียหายๆ นะ

สิ่งที่เสียหาย สิ่งที่ย่อยยับ มันบอบสลายไปเพราะเป็นเรื่องของกิเลสๆ ทั้งสิ้น

ธรรมะมีแต่เต็มเต็ม

ดูสิ เวลาเกิดไฟไหม้บ้าน เขาดับไฟด้วยกรดดับเพลิง น้ำฉีดดับไฟๆ ธรรมะขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะดับไฟกิเลส ดับไฟในใจของตน จะดับไฟ ดับสิ่งที่มันเป็นสารพิษในใจของตน มันทำลายกิเลสค้นหาความทะยานอยาก ถ้ามันเป็นสัจจะเป็นความจริง ถ้าเป็นความจริงนะ

“แล้วผมก็ปฏิบัติตามความเป็นจริง แล้วเวลาปฏิบัติไปพึงเทศน์หลวงพ่อ หายใจเข้าหายใจออก แล้วมันเกิดอาการเจ็บอกขึ้นมา”

อันนั้นเป็นอาการหนึ่งนะ สิ่งที่ว่าเวลาจะพึงเทศน์ เราก็บอกว่า กำหนดไว้ ไม่ต้องหายใจเข้าและหายใจออก พึงแต่เทศน์นั่น เพราะเทศน์นั่นมันจะมีเสียงมา

เวลาเราอยู่โดยปกติ เราอยู่โดยปกติของเราใช่ไหม เราก็หายใจเข้านี่ก็พุท หายใจออกนี่ก็โบ หรือพุทโบๆ เราบริกรรม

แต่เวลาฟังเทศน์นะ ฟังเทศน์ฟังแต่เสียงนั้น ฟังแต่เสียงนั้นแล้วไม่ต้องส่งออกไปรับรู้เสียงนั้น กำหนดอยู่ในตัวของเรานี้ อยู่ที่จิตนี้ เสียงมันจะมากกระทบเอง

เราไม่ต้องไปว่าเราจะตั้งใจฟัง

ตั้งสติไว้เฉยๆ แล้วเสียงนั้นจะมาเอง

เวลาเสียงนั้นมาเอง เสียงนะ ฟังแล้ว สิ่งใดที่ฟังแล้วเข้าใจ ฟังแล้วมันเป็นธรรม เราก็ฟังต่อเนื่องไป แล้วถ้ามันเป็นคำ ฟังเทศน์แต่ละหน เอาคำสองคำก็พอ เอาคำที่มันแทงใจนะ

เทศน์กัณฑ์หนึ่ง เวลาคราวนี้เราฟังเทศน์ม้วนนี้กัณฑ์นี้มันไปสะดุดใจอยู่คำพูดคำพูดหนึ่ง มันเป็นหัวหอก เป็นคติธรรมให้เราได้อาศัยสิ่งนั้นเป็นประเด็น เป็นที่ครุ่นคิดเพื่อประโยชน์กับเรา

แล้วเวลาเราฟังเทศน์กัณฑ์นี้กัณฑ์ต่อไป กัณฑ์เดิมนี่แหละ แต่เวลาฟังไปแล้ว ใจตรงที่เคยเป็นประเด็นมันฟังแล้วมันเป็นธรรมดา มันจะไปถูกใจอีกคำคำหนึ่ง

เอาเฉพาะคำเดียวพอ เอาคำไหนก็ได้ที่มันกินใจ

มันไม่ต้องว่าฟังเทศน์แล้วจะต้องรู้เรื่องไปหมด ไม่ใช่

ฟังเทศน์เหมือนกับคำบริกรรม เวลาเทศน์ เทศน์ของครูบาอาจารย์ อย่างเช่น ๑๐๓.๒๕ ของหลวงตา เรากำหนดไว้เฉยๆ แล้วไม่ต้องไปเก็บหมดใจ

นี้จะเก็บให้หมด จะรู้ให้หมด ไม่จำเป็น เพราะสิ่งนั้น เสียงเทศน์นั้นมันเป็นคุณธรรมของครูบาอาจารย์ที่เทศน์ออกมา ท่านเทศน์ เวลาเทศน์ออกมา เวลาหลวงตาท่านพูดถึงหลวงปู่มั่น หลวงปู่มั่นเวลาท่านจะเทศน์ว่าการนะ ตั้งแต่เริ่มต้น เพราะผู้ที่ประพฤติปฏิบัติในวัดมันมีหลากหลาย

ท่านเทศน์ตั้งแต่เริ่มทำสมาธิเลย ทำสมาธิเป็นบาทเป็นฐานขึ้นมา ทำความสงบของใจ เข้ามา รักษาให้ดีขึ้นมา แล้วก็บุคคล ๔ คู่ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑

ทำไมมันเป็นอย่างนั้นล่ะ

เป็นอย่างนั้นเพราะว่าครูบาอาจารย์ หัวใจที่ท่านเสมอกัน ผู้ที่รู้ธรรมครบวงจรแล้วถึงจะบอกได้ว่าเป็น ๑ เป็น ๒ เป็น ๓ เป็น ๔

แต่เวลาคนที่ฟังอยู่ไม่รู้หรอก จะเป็น ๑ เป็น ๒ เป็น ๓ เป็น ๔ มันก็เทศน์เหมือนกันนะ เป็นเหตุเป็นผลอยู่อย่างนั้นนะ นั่นเป็นเหตุเป็นผลอยู่ในตัวของคำเทศน์นั่นเอง แต่เหตุผลคู่ที่ ๑ คู่ที่ ๒ คู่ที่ ๓ คู่ที่ ๔ มันแตกต่างกัน

อย่างเช่นว่า สมาธิก็เป็นสมาธิ เวลาเป็นสติ สติ มหาสติ สติอัตโนมติ เป็นปัญญา มหาปัญญา ปัญญาที่มันลึกซึ้งกว่า ปัญญาที่มันแยบคายกว่า ปัญญาที่มันละเอียดลึกซึ้งกว่า นี่เป็นขั้นเป็นตอนขึ้นไป นั่นเวลาองค์หลวงปู่มันเทศน์ท่านก็เทศน์แบบนั้น เทศน์แบบนั้นเพราะอะไร

เพราะว่าการเทศน์มันมีคนฟังหลากหลาย แล้วคนฟังหลากหลายนะ ระดับหัวใจของใครมันฟังแล้วมันเข้าใจในความรู้สึกของตน ในความรู้สึกในความเข้าใจของตน แต่ในเทศน์นั้นมันมีตั้งแต่ ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ แล้วเราเข้าใจอย่างใด เราก็เข้าใจอย่างนั้น เข้าใจตามความเห็นของเรา เพราะมันเป็นวิทยาศาสตร์เป็นโลก เป็นโลกคือเสมอภาคกัน เป็นอันเดียวกัน เป็นทฤษฎีเหมือนกัน เป็นคำพูดเหมือนกัน ไม่ได้มีหยาบมีละเอียดลึกซึ้งในสังขารเลย

ฉะนั้น เวลาฟังเทศน์ไม่ต้องหาใจนึกพุทนึกโธ กำหนดเฉยๆ แล้วฟังเทศน์เฉยๆ หนึ่ง แล้วพอฟังเทศน์จบไปแล้ว เพราะเสียงนั้นให้หัวใจเกาะ

คำว่า “คำบริกรรมกับลมหายใจ” เป็นคำบริกรรมเพื่อให้จิตมันเกาะ ไม่ให้มันหายไป ไม่ให้มันวูบไป ไม่ให้มันตกกังวลไป ไม่ให้มันหลับไหลไป ให้มันตื่นตัวๆ จนกว่ามันจะเป็นสมาธิได้ แต่ฟังเทศน์ก็ฟังเทศน์อันหนึ่ง

ฉะนั้น “เวลาฟังเทศน์ไปแล้ว พร้อมกับลมหายใจเข้าและลมหายใจออกไปเรื่อยๆ แล้วมันเหมือนกับว่ามันมีแผดกอดทับที่หัวอกด้านซ้าย”

คำว่า “มีแผลกดทับ” มันเป็นมาร เป็นกิเลส เป็นมาร มันสะกิด พอมันสะกิดอะไร เวลาคนที่ภาวนาไป สิ่งที่เราภาวนาไปแล้วเวลาที่มีสิ่งใดเกิดขึ้นแล้วมันฝังใจๆ มันจะฝังใจอยู่อย่างนั้นนะ ฝังใจอยู่อย่างนั้น เวลาภาวนาไปเดี๋ยวมันก็จะมาลงตรงที่ฝังใจนี้

ถ้าบอกว่ามารมันปักหมุดก็ได้ แต่มารมันสะกิดเฉยๆ ถ้าปักหมุดแล้วมันจะแก้ได้ยาก

พอมารมันมาสะกิดนะ สะกิดว่า เวลานั้นไปแล้ว บางคนเวลานั้นไปแล้วตัวโยกคลอน เวลาจะนั่งไปเดี่ยวก็โยกคลอนแล้ว เดี่ยวๆ นั่งไปก็โยกคลอน มันจะคอยทำลายอยู่ นี่ ใ้การโยกการคลอนนี้

แต่ผู้ถาม เวลาภาวนาไปแล้วนะ หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ พร้อมฟังเทศน์ไปด้วย แล้วมันเกิดเจ็บหัวอกด้านซ้าย เจ็บมาก เจ็บมาก เจ็บมาก

เราบอก นี่เวลามารมันสะกิด คำว่า “มาร” มารนี้เป็นกิเลส กิเลสนี้เป็นนามธรรม สิ่งที่เป็นกิเลสเป็นนามธรรม เวลามันสะกิดหัวใจของเราคือมันผุดผุกคิดขึ้นมา หรือมันมีความเจ็บช้ำน้ำใจขึ้นมา

แล้วเวลานั้นไปมันรู้สึกเจ็บหัวอกด้านซ้าย ฝังใจ พอฝังใจเข้าไปแล้ว พอมันนั่งไปสักพักหนึ่งนะ ใ้สิ่งที่ยามารมันสะกิดไว้ มันสะกิดแผลหัวใจไว้ พอมันสะกิดแผลหัวใจไว้ พอเริ่มภาวนาไปมันก็ไปสะกดที่แผลนั้นนะ พอสะกดที่แผลนั้น มันเป็นเรื่องมารที่มันสะกิดของมันไว้

แล้วเวลาสิ่งนี้จะแก้ไขๆ เห็นไหม เวลาผู้ที่ประพฤติปฏิบัติใหม่ เราบอกว่า นี่เป็นแผ่นเสียงตกร่อง แผ่นเสียงที่ตกร่อง เวลาเราเปิดแผ่นเสียง พอมันไปถึงร่องนั้นมันจะซ้าอยู่ตรงนั้นนะ มันจะหมุนอยู่ตรงนั้น มันไม่ไปไหนหรอก ซ้าอยู่ตรงนั้นนะ

ใ้นี้ก็เหมือนกัน เวลาที่มันเจ็บหัวอกด้านซ้าย แล้วมันเจ็บมากมันปวดมาก แล้วมันก็ฝังใจอยู่อย่างนั้นนะ ที่นี้เวลานั้นไปแล้ว เวลาผู้ที่จะแก้มัน เวลาเจ้าตัวที่เป็นมันเจ็บมากไป อยากจะเลิกฟังเทศน์เลย อยากจะเลิกปฏิบัติเลย แต่ก็ฝืนทำไป แล้ววิธีแก้ไขก็นั่งตัวลง หลังตรงขึ้น นั่งตัวลง หลังตรงขึ้น นี่ก็เป็นการแก้ไขของผู้ที่ปฏิบัติที่พบเห็นที่ปัญญารู้ได้แค่นั้น

แต่ถ้าเป็นความจริงๆ นะ ถ้ามีฟังก์ชันเราก็ฟังก์ชันไป ถ้าหายใจก็หายใจชัดๆ หายใจชัดๆ ดึงความรู้สึกนี้มาอยู่ที่ลมหายใจ ดึงความรู้สึกนี้มาอยู่ที่พุทโธ แล้วเข้มแข็งทำต่อเนื่องไปๆ เดี่ยวไอ้ที่เจ็บอกด้านซ้ายมันจะเฉื่อยไปเบาไปจนมันหายไปเอง

เราจะบอกว่า สิ่งที่เราฝึกฝนมันสะกิดได้ มันปักหมุดได้ แล้วกว่าที่จะแก้ไขได้ แก้ไขให้พ้นจากสิ่งที่เป็นความเจ็บอกด้านซ้ายนี้ไป มันจะแก้ไขไปๆ แก้ไขไปจนมันเป็นเรื่องปกติ แล้วการนั่งภาวนาต่อเนื่องไปๆ เดี่ยวมันก็ไปเจอบทใหม่ บททดสอบของกิเลส

กิเลสมันก็จะมาสะกิด มาสะกิดให้เรารู้สึกกดทับ รู้สึกย่ำคิดย่ำทำอยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง แล้วเวลาจะประพฤติปฏิบัติไป ใจเวลาปฏิบัติไปแล้วมันก็จะไปลงสู่ความย่ำคิดย่ำทำ จะลงไปสู่ความคิดที่มันเคยเจ็บปวดอยู่อย่างนั้นนะ สิ่งนั้นนะมันก็จะไปอุปสรรคของคนที่ปฏิบัติไป นี่ผู้ที่ปฏิบัติใหม่นะ

ฉะนั้น สิ่งที่ว่ารายงานผลของการปฏิบัติ เวลานั่งไปๆ ใจ มันเป็นแบบนี้มันคืออะไร

คือมันเป็นอาการของกิเลส มันเป็นความรู้สึกเท่านั้น ความรู้สึกเท่านั้น มันไม่มีสิ่งใดเลย

ถ้ามันมีสิ่งใด เห็นไหม เราเจ็บหัวอกด้านซ้าย

ถ้ามันเจ็บไข้ได้ป่วย เวลาเราเลิกจากการปฏิบัติแล้วมันก็จะเจ็บอยู่อย่างนั้นนะ แล้วจะเจ็บมากขึ้นด้วย

แต่นี้เวลามันจะเป็น เวลาจะนั่งภาวนามันก็ไม่เห็นเป็น เวลาจะนั่งภาวนานี้ แหม! มันสดชื่น มันอยากจะทำอยากจะทำปฏิบัติ เวลาปฏิบัติไปแล้วนะ มารมันสะกิดไว้ มารมันขีดเส้นของมันไว้ที่หัวใจ ที่การย่ำคิดย่ำทำ ที่เราไม่รู้เท่าทันมัน เวลาภาวนาไปนะ เดี่ยวก็จะไปลงอยู่ตรงนี้

แล้วเราก็แก้ไขของเรา นี่แก้ไขโดยทางสติปัญญาของตน นั่งตัวอลง แล้วก็นั่งให้ตัวตรงขึ้น นั่งให้ตัวอลง นั่งให้ตัวตรงขึ้น นี่คือการแก้ไขของเขา

แต่ถ้าภาษาเราจะ นี่คือขันติธรรม อดทนเอา แล้วถ้ามันหายใจเข้าหายใจออกก็หายใจเข้าไป

ถ้ามันใช้สติปัญญาแก้ไขไป เวลาที่มันนั่งมันไม่เห็นเป็น เวลาที่มันนั่งภาวนาแล้วทำไมมันเจ็บที่หัวใจนี้ แล้วเวลาที่มันเลิกไปแล้วมันก็ไม่เห็นมี แสดงว่ามันไม่มี เพราะแสดงว่ามันไม่มี แต่เพราะมารมันสะกิดไว้ที่หัวใจเรา ที่ความรู้สึกเรา มันก็จะฝังใจนั้นไป นี่คือมารมันสะกิดไว้ มารมันปักหมุดไว้ตรงที่เจ็บหัวใจนี้

ฉะนั้น เราแก้ไขของเราไปเรื่อยๆ นี่การปฏิบัติไปเรื่อยๆ นะ

นี่คำถาม “๑. โยมสงสัยว่าความรู้สึกที่ทรมานนี้มันเกิดอะไรหรือครับ”

การที่มันเกิดอย่างนี้ มันเกิดอย่างนี้มันเป็นวาระ มันเป็นวาระ มันเป็นเวรเป็นกรรมของสัตว์โลก เวลาเราภาวนาไปแต่ละคนมันจะเกิดไม่เหมือนกัน

เวลามันจะเกิดไม่เหมือนกันนะ เพราะการประพฤติปฏิบัติ เวลาเราจะปฏิบัติ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเวลาท่านจะชำระล้างกิเลส พญามาร กองทัพมารเข้าทำลายบัลลังก์ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเลย นี่เวลาต่อกรกัน ในสุดตันตปิฎก กองทัพมารยักษ์ พวกช้างม้าจะทำลายองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าใช้สติปัญญา สิ่งที่ทำมามันเป็นผลของวิญญูเรื่องเวร เรื่องกรรม ทำคุณงามความดีขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าก็ทำไว้มากมาย เวลาทำแล้ว เราได้กรวดน้ำไว้ๆ ให้แม่พระธรณีนี้เป็นพยาน แม่พระธรณีมาปืบมวยผม บุญกุศลนี้ทำไว้ๆ น้ำท่วมทันพัดพาเอาพญามาร กองทัพมารตายหมดเลย นี่ไง เวลาที่มันเป็นธรรมาธิฐาน

แต่เป็นความจริงๆ บุญเพนิวาसानุสติญาณ จุตูปปาตญาณ อาสวักขยญาณในใจขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น โดยการประพฤติปฏิบัติโดยทางสายกลาง

เวลาเจ้าชายสิทธัตถะเวลาประพฤติปฏิบัติอยู่ เทวดามาดีดพิน ๓ สายไ้ อันนี้มันตึงไป ปึง! ขาดเลย อันนี้มันหย่อนไป เสี่ยงไม่มี อันสายกลาง เสี่ยงพินเสี่ยงเพราะมาก นี่เป็นธรรมาธิฐาน เป็นสัจจะความจริงอันหนึ่ง นี่เวลาองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเผชิญกับมาร

เวลาเราผู้ที่ปฏิบัติใหม่ เวลาเราจะเผชิญกับกิเลสค้นหาความทะยานอยากของตนในเวลาที่ประพฤติปฏิบัติมาก่อนหน้านั้น เวลาปฏิบัติแล้วมันสงบระงับขึ้นมา มันด้วยมีสติมีปัญญา เราก็อิ่มใจ ขึ้นใจกับผลในการปฏิบัติของเรา

แต่คนที่ทำงานแล้วมันจะมีอุปสรรค คนที่ทำงานแล้วเวลามันมีสิ่งกีดขวางมีอุปสรรคในการประพฤติปฏิบัติ มันก็จะเกิดที่กิเลสมันปลิ้นมันปล้อน เวลากิเลสมันพลิกมันแปลงให้เรางให้เราสงสัย

ก่อนหน้านั้น ที่เราปฏิบัติมาก่อนหน้านั้นมันก็ไม่มีอาการอย่างนี้เลย แล้วปฏิบัติมามันก็มีความสุขมีความสุขสบายของมัน มันเป็นบาทฐานฝึกหัดให้หัวใจเข้มแข็งขึ้นมา เวลาปฏิบัติเข้มแข็งขึ้นมา เวลาถึงที่ว่ามันจะพัฒนาขึ้นไป มันก็มาเกิดอาการเจ็บหัวอก

มี คนปฏิบัติมาเป็นมามากมาย มันเจ็บในหัวอกก็อย่างหนึ่ง เวลาภาวนาไปๆ เวลากิเลสมันหลอก เกิดความสั่นไหว เกิดความฉงนสับสนในการปฏิบัติของเรา เราปฏิบัติมานี้จะถูกหรือผิด เราปฏิบัติมาแล้วมันจะไปได้หรือไม่ เวลาครูบาอาจารย์ที่สั่งสอนมา องค์ที่สั่งสอนมาถูกต้องก็มี แล้วเราปฏิบัติตามครูบาอาจารย์องค์นี้มันจะถูกต้องหรือไม่ มันก็เกิดความคิดขึ้นมา เห็นไหม เวลาเรามันพลิกมันแปลงไป

กรณีอย่างนี้ เวลาหลวงตาท่านเทศนาว่าการนะ เวลาท่านที่ประพฤติปฏิบัติเวลาเกิดอุปสรรค อุปสรรคก็อย่างนี้ เกิดอุปสรรค เกิดมารมันหลอก เกิดกิเลสมันปลิ้นมันปล้อน ถ้าแก้ไขเอง ท่านบอกท่านแก้ไขเองนะ ๓ วัน ๔ วันยังแก้ไข มันยังปลดปมที่เกิดขึ้นจากใจนี้ไม่ได้เลย

เวลาไปหาหลวงปู่มันนะ ผัวะ!

คือมันไม่มี มันไม่มีความเป็นจริงมาตั้งแต่ต้น แต่กิเลสมันหลอก กิเลสมันหลอกกิเลสมันพลิกมันแปลงไป เวลาวิ่งเข้าไปหาหลวงปู่มัน หลวงปู่มันท่านผัวะ! เดียว

เออ! เรามันโง่งนาดูเลย ทำไมมันไม่เห็นฉลาดสักที

แล้วเวลาลาหลวงปู่มันเข้าป่าเข้าเขาไป เดียวก็ไปเจออีก มันเจอพลิกแปลงเพราะอะไร

กิเลสอย่างหยาบ กิเลสอย่างกลาง กิเลสอย่างละเอียด กิเลสอย่างละเอียดสุด มันรักษาดูตัวทั้งนั้นนะ มันรักษาสถานะของมัน มันไม่ยอมแพ้เราง่ายๆ หรอก

ฉะนั้น เวลาปฏิบัติไปเวลามันเจอเหตุการณ์อย่างนี้ เราจะบอกว่า กิเลสมันสะกิดไว้ แล้วเราใช้สติปัญญานะ มันก็จะปล่อยวางไป มันก็จะปล่อย ปล่อยไปจนมันจางไปๆ จนภาวนาก้าวหน้าไปได้ เดียวก็ไปเจออันใหม่ กิเลสมันก็สร้างความฉงนสนเท่ห์ขึ้นมาอีกนะ นู่นมันคืออะไร นี่มันเป็นอย่างไร แล้วไปแล้วจะไปได้หรือไม่ได้ เวลาเจอนี้มันเป็นวิปัสสนาหรือไม่เป็นวิปัสสนา โอ้โฮ! มันมีปัญหามากไปหมดเลย

ปัญหาเพราะกิเลสมันกีดมันขวางอยู่แล้ว กิเลสมันต่อมันต้านในการประพฤติปฏิบัติทั้งสิ้น

ฉะนั้น สิ่งที่เราทำนะ เวลาสิ่งใดที่เรายังไม่เข้าใจ ไม่ต้องไปสนใจมัน หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโอ

หลวงปู่มั่นท่านสั่งหลวงตาไว้เลย ถ้าเวลาท่านนิพพานไปแล้ว เวลาประพฤติปฏิบัติไปแล้วแก้ไขสิ่งใดไม่ได้ อย่าทึงผู้รู้ อย่าทึงพุทโธ

ผู้รู้ พุทโธ ถ้าเราอยู่กับผู้รู้ อยู่กับพุทโธๆ ชัดๆ พุทโธดีขึ้น เวลาชัดๆ ดีขึ้นแสดงว่ามีกำลัง ถ้ามีกำลังมากขึ้นมันก็มีกำลังที่จะวินิจฉัย วินิจฉัยสิ่งที่เกิดขึ้นว่าใช่หรือไม่ใช่

แล้วมันก็คือว่า ไม่ใช่ ไม่มี แต่มันมี มีเพราะเรายึด มีเพราะเราไปยึดมันถือมัน มีเพราะเราไปรู้ไป

เวลาหลวงตาท่านประพฤติปฏิบัติท่านขึ้นไปหาหลวงปู่มั่นท่านว่าไง เกียจด้วยความเคารพ

บอกว่าอาการเสียดอกมันไม่มี

แหม! หลวงพ่อพูดได้อย่างไรว่ามันไม่มี ผมเจ็บเกือบตาย มันไม่มีตรงไหน ผมเจ็บเกือบตาย

เกือบตายเพราะว่าความรู้สึกของคนคนนั้น คนคนนั้นยึดเอง คนคนนั้นก็ต้องเจ็บต้องปวดเอง ถ้าคนคนนั้นมีสติมีปัญญาเข้าใจได้ ปล่อยวางสิ่งนั้นเอง ความเจ็บความปวดมันก็หายไปเอง เพราะอะไร เพราะเรายึดเรามันของเราว่ามันเจ็บมันปวดไป

เราถึงบอกว่า สิ่งที่มีมันเจ็บมันปวดมันคืออะไรครับ

คืออาการที่กิเลสหลอกครับ แล้วมันก็หลอกคนที่ปฏิบัติถ้วนๆ หน้าทุกๆ คนครับ โดนทุกคนนะ ไม่มีทางที่ใครจะไม่โดนหลอก แต่เวลามันโดนหลอกมันไม่บอกกิเลสหลอกครับ มันบอกว่ามันบรรลุนิพพานครับ

กิเลสหลอกมันเต็มๆ เลยนะ มันบอกว่าบรรลุนิพพานแล้วครับ นี่มันเป็นธรรมอย่างนี้ครับ...กิเลสทั้งนั้น

แต่ถ้ามันเป็นจริงๆ ไร สิ่งที่เป็นจริง มันเป็นจริง ผู้ที่ประพฤติกิเลสปฏิบัติบอกว่า เวลาปฏิบัติไปที่ว่า ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ทุกข์ดับ วิธีการดับทุกข์ แล้วกิเลสมันเป็นอย่างไร ไม่รู้จักกิเลสกิเลสไม่เคยเห็นมัน

ก็ไม่เคยเห็นมันไป ไม่เคยเห็นมัน นี่มันแค่หลอกนะ นี่เงาของมันเฉยๆ มารมันสะกิดไว้เฉยๆ มันยังไม่ได้แสดงตัวเลย

ถ้ามันแสดงตัว หมายความว่า จิตสงบแล้ว เห็นกาย เห็นเวทนา เห็นจิต เห็นธรรมตามความเป็นจริง ถ้าเราได้เห็นจริงขึ้นมาแล้ว เห็นจริงนะ เห็นจริงคือ จิต อาการของจิต เห็นจิต จิตจับอาการของจิต จิตจับขันธ ๕ ได้ นั่นนะมันจับกิเลสได้

แล้วเป็นอย่างไรละเวลาจับได้

เวลาถ้าจิตเห็นอาการของจิต ถ้ามันจับของมันได้ นั่นยกขึ้นสู่วิปัสสนา ถ้ายกขึ้นสู่วิปัสสนา นั่นนะเวลาวิปัสสนาไป แล้วเห็นกิเลสใหม่ รู้จักกิเลสใหม่ แล้วกิเลสมันตายดั่งแขนขาด ถ้ามันไม่ได้กิเลสขาดดั่งแขนขาด สมุจเฉทปหาน ขณะจิตคือนิโรธ ถ้ามันเป็นจริงๆ มันต้องเป็นจริงสิ มันไม่เป็นจริงมันจะแขนขาดได้อย่างไรละ มันไม่เป็นจริง กิเลสมันจะขาดไปได้ได้อย่างไรละ ถ้ากิเลสมันขาดไป มันถึงเป็นอนุปปิณธรรม กิเลสมันไม่ขาดมันก็ถูบๆ คลำๆ นี่ไง

นี่พูดถึงกิเลสขาดไม่ขาด มันต้องเห็นกิเลสแล้วนะ

แต่นี้มันไม่ใช่ ใ้ที่ว่ามันเจ็บหัวอกมันเป็นมารมันมาขีดร่องรอยไว้ แล้วเราก็จับปวดของเรา นี่ขนาดว่ากิเลสมันหลอกนะ

แล้วถ้ามีสติปัญญาที่เทียบเคียงอย่างที่สอนนี้ ก่อนนั่งมันก็ไม่ได้เป็นนะ แล้วถ้านั่งเฉยๆ มันก็ไม่มีนะ แล้วเวลาเลิกไปแล้วอาการเสียดอกมันก็ไม่มีหรอก แต่ถ้ามันมี มันเจ็บไข้ได้ป่วยก็ไปหาหมอ หมอก็ต้องพิสูจน์ว่าเส้นเลือดตีบหรือเปล่า ต้องทำบายพาสหรือไม่

ไม่เห็นมี นี่มันไม่ใช่ไง

ถ้าอาการเจ็บไข้ได้ป่วยทางโลกนะ เป็นวิทยาศาสตร์ เป็นเรื่องของร่างกาย ธาตุ ๔ คนเราร่างกายมันซบคร่ำคร่าได้เป็นเรื่องธรรมดา ถ้ามันมีมันต้องเป็นแบบนั้น คือมันมีสิ่งใด ผิดพลาดมันก็มีอาการเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมดา เขาก็แก้ไขไปตามการรักษาทางการแพทย์

แต่อันนี้พูดถึงว่า เพราะเราเกิดมาเรามีร่างกายและจิตใจ ถ้าร่างกายมันไม่มีความเจ็บไข้ได้ป่วย แล้วเวลาไม่นั่งก็ไม่เป็น เวลานั้นไปแล้วมันก็เริ่มมาเป็น แล้วเวลามันเคยเป็นแล้วมันก็ฝังใจ พอฝังใจแล้วมันก็เป็นอยู่อย่างนั้นนะ

แก้ไขอีกสักหนึ่งกว่าจะหาย

พอจะหายไปแล้วนะ อาการนี้หายไปมันก็เกิดอาการใหม่ เพราะกิเลสมันไม่ไว้น้ำ กิเลสมันก็มีการกิดการขวาง การจะเอาชนะเรา การที่จะไม่ต้องการให้เราประพฤติปฏิบัติเพื่อมีคุณธรรม เพื่อมีมรรคมีผลขึ้นมา เพื่อจะตัดแข่งตัดขาของกิเลส กิเลสมันไม่ยอมให้เราตัดแข่งตัด ขามันหรอก

นี่คือกลวิธีการของกิเลสที่มันจะขัดแข่งขัดขานักปฏิบัติ นี่! แต่เราไม่ได้มองว่ากิเลสมันทำร้ายเราเลย เราไปมองว่า อู๊ย! ปฏิบัติแล้วมันมีปัญหา ปฏิบัติแล้วมันเป็นไปไม่ได้ ปฏิบัติแล้วมีแต่ความทุกข์

อ้าว! ทุกข์เป็นอริยสัจ ทุกข์เป็นความจริง นี่คือการของมันเป็นนะ แต่เราพยายามทำ ความสงบของใจเข้ามา พอใจมันสงบระงับ อาการนี้จะหายไป อาการที่เจ็บปวดแสบร้อน

อาการที่มันเจ็บมันจะเริ่มหายไป เพราะเรารู้เท่าทันแล้วกิเลสมันอาย มันไม่กล้าหลอกอย่างนี้
 ใจ หลอกอย่างนี้ จิตดวงนี้ก็มีสติปัญญารู้เท่าทันมันก็อาย แล้วมันหลอกอย่างนี้ไม่ได้อีก...

แต่มันไปหลอกใหม่เล็กกว่านี้นะ

เวลามันหลอกใหม่ก็เชื่อมั่นอีก แล้วก็ต้องเจ็บปวดไปอีก แล้วก็แก้ไขไปเรื่อยๆ นี่คือการ
 แก้ไข ปลดความเจ็บไข้ได้ป่วย ปลดกลมายาของกิเลส เราต้องปลดไปเรื่อยๆ อย่างนี้แหละ
 ปลดไปเรื่อยๆ ปลดจนกว่าจิตใจเข้มแข็งไป

ทำความเข้าใจของใจคือใจตั้งมั่น จิตตั้งมั่น จิตเป็นสมาธิแล้วตั้งมั่น ถ้าตั้งมั่นแล้ว
 นะ กลับมาค้นคว้า กลับมาพิจารณาสิ่งที่เราเป็นอยู่ นี่คือการฝึกหัดการใช้ปัญญา

หลวงตาท่านสอนนะ จิตสงบแล้วฝึกหัดใช้ปัญญาๆ ถ้าการฝึกหัดใช้ปัญญาอย่างนี้เป็น
 วิปัสสนาอ่อนๆ

คำพูดคำนี้ท่านพูดให้กำลังใจคนปฏิบัติ

“แหม! ปฏิบัติเกือบตาย เอ๊ะ! ไม่เห็นทำอะไรได้ขึ้นมาเลย”

ท่านก็เลยบอกว่า ถ้าทำอย่างนี้เป็นการฝึกหัดใช้ปัญญา เป็นวิปัสสนาอ่อนๆ

ถ้ายังไม่ได้วิปัสสนา นี่ก็คือแนวทางของการวิปัสสนา ฝึกหัดใช้ปัญญา

ปัญญาไม่ฝึกหัด เราจะภาวนาไม่เป็นหรอก ปัญหานี้ต้องฝึกหัดค้นคว้า ฝึกหัดให้เรา
 ทำงานเป็น พอทำงานเป็นขึ้นมาแล้ว พอมันมีความชำนาญขึ้นมาะ เราก็จะมี ๒ เท้า เท้าหนึ่ง
 เท้าซ้ายเป็นสมาธิ เท้าขวาเป็นวิปัสสนา คำว่า “วิปัสสนา” คือรู้แจ้งในใจของตน เห็นใหม่

มันมีทั้งสมถะ มีสมาธิ ใช้ปัญญา มีสมาธิคือสมถะ เวลาปัญญาก็วิปัสสนา มันก็มี ๒
 เท้าขึ้นมา มันก็เดินไปพร้อมกันทั้งสมาธิกับวิปัสสนา ทำของเรา พยายามฝึกหัดของเรา
 เข้าไป

แล้วอาการเจ็บอาการปวดมันเป็นการที่กิเลสมันขุดบ่อล่อปลา มันขุดหลุมพรางไว้ให้เรา
 ท่อแท้ ให้เราไม่กล้าก้าวเดิน ให้เราล้มลุกคลุกคลาน

ถ้าจะพูดนะ มันมาจากอำนาจวาสนา มาจากกรรมของคน ใครทำกรรมไว้มาก ใครทำกรรมไว้รุนแรง เวลามันเกิดมันก็เกิดรุนแรง เวลาใครทำกรรมไว้บางเบา เวลามันเกิดนะ มันก็ทำให้แฉ่งๆ ใจ หันรีหันขวาง ไปไม่ถูก แต่ก็ต้องมีสติปัญญาแก้ไขมันไป

การแก้ไขไป มันด้วยเวรด้วยกรรมของแต่ละบุคคลมันไม่เหมือนกัน อุปสรรคในการประพฤติปฏิบัติของคนมันเลยแตกต่างหลากหลายกันทุกๆ คนไม่เหมือนกัน

แล้วขนาดคนคนเดียวกันเริ่มต้นมีอุปสรรคน้อยแค่ไหน เวลามันมีสติมีปัญญาก็มีความมั่นคงมีความอาจหาญมันก็แก้ไขได้ เวลาแก้ไขได้ พอมันไปเจออุปสรรคอีกมันท้อแท้ มันไม่มีความมั่นใจ มันท้อแท้อย่างนั้นนะ เยอะแยะไปหมดนะ

แต่ถ้าในการประพฤติปฏิบัติของเรานะ เราทำความเข้าใจว่า สิ่งที่เกิดขึ้นในใจของเราไม่มีใครมาตบมาแต่ง ใครมาทำให้หรือ มันเป็นผลจากที่จิตดวงนี้ จิตนิสัยดวงนี้มันสร้างสมมา ถ้ามันสร้างสมมานะ มันก็คือความสกปรกของใจในใจดวงนั้น แล้วใจดวงนั้นเวลาใช้สติใช้ปัญญาก็เอาสติปัญญาแก้ไขความสกปรกๆ ในใจดวงนั้น

ก็จิตแก้จิต จิตดวงนั้นแก้ไขจิตดวงนั้น มันเวรกรรมของใครมีมากน้อยขนาดไหน เราก็ต้องชำระล้างเวรกรรมของเราไปตามหน้าที่ของเรา เราทำมาเองทั้งนั้น ไม่ต้องไปโทษใครทั้งสิ้นของเราทั้งสิ้น แล้วเราแก้ไขของเราไป

นี่พูดถึงว่า การเจ็บหัวอกใจ

พูดถึงความเจ็บหัวอก ส่วนใหญ่แล้วคนที่ปฏิบัติไปมันจะเจอสภาพแบบนี้เยอะมาก แต่มันไม่เข้าใจ แล้วไม่เข้าใจว่านี่คืออะไร แต่ถ้าบอกว่า เราจะบอกว่ากิเลสปักหมุดมันก็จะเกินไป

เราบอกว่า มารมันสะกิดเป็นแผล แล้วมันเป็นร่อง แผ่นเสียงตกร่อง แล้วพอภาวนาไป มันก็จะลงร่องนี้ๆ ถ้าเราแก้ไขไปจนแผ่นเสียงเป็นปกติ พอใช้มากๆ ไปเดี๋ยวมันก็เกิดร่องใหม่ขึ้นมา เราก็แก้ไขของเราไป

ถ้าเราเข้าใจพื้นฐานว่า นี่มันเป็นวิชามาร นี่แหละวิชามาร แล้วมันทำให้ผู้ที่ประพฤติปฏิบัติล้มลุกคลุกคลาน แล้วเราพยายามประพฤติปฏิบัติทำให้เกิดศีล เกิดสมาธิ เกิดปัญญา

แล้วมันก็จะลบร่องรอยนี้ แล้วก็ประพฤติปฏิบัติไป ประพฤติปฏิบัติไปแล้วถ้ายังมีกิเลสอยู่ มันยังมีเล่ห์กลอีกเยอะๆ แล้วเราค่อยๆ แก้ไขของเราไป

นี่คือการฝึกหัดใช้ปัญญาของเราละ แล้วถ้าเรามีสติมีปัญญามั่นคง ทำมากขึ้นๆ ไป เดี๋ยวพอมันรู้เท่านั้น มันไม่กลัวเรื่องอย่างนี้

แต่เราจะบอกว่า มันก็จะมีเล่ห์กลใหม่ๆ ออกมาตลอด นี่การจะชำระล้างกิเลสมันจะมี อุปสรรคอย่างนี้ตลอดไป

นี่พูดถึงว่า “๑. โยมสงสัยว่าความรู้สึกที่ทรมาณนี้มันคืออะไรครับ”

มันคือกิเลสของเรามันมาหลอกมาลวงครับ

“แล้วผมเป็นคนปฏิบัติ ผมมีศีลมีธรรม กิเลสมันจะมาหลอกผมได้อย่างไรละ”

ก็มันหลอกแล้วครับ จนไปไม่ถูกนี่แหละครับ

กิเลสมันเป็นนามธรรมนะ กิเลสเกิดจากจิต ถ้าเรายังมีชีวิตอยู่ เรายังไม่เป็นพระอรหันต์ กิเลสในหัวใจนี้มันคายพิษตลอดเวลา ให้สงสัยในธรรม ให้ไม่มั่นคง ให้ล้มลุกคลุกคลาน ให้ ลังเลสงสัย มันทำทุกอย่างนะ

แต่ถ้าเรามีสติปัญญา เราเชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เราเชื่อมั่นในองค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เราเชื่อมั่นในหลวงปู่มั่น เราทำของเราไปต่อเนื่องไป ถ้ามันจะตาย เพราะการปฏิบัติให้มันตายไป

เวลาหลวงตาท่านพูดไง ถ้ามันจะตายเพราะการปฏิบัติ บุชาของค์สมเด็จพระสัมมาสัม พุทธเจ้าให้มันตายเลย

เวลาจะตายจริงๆ มันไม่ตาย กิเลสมันตาย ถ้าเราจริงจังของเราไป

ฉะนั้น “๑. โยมสงสัยว่าความรู้สึกที่ทรมาณนี้มันคืออะไร”

มารมันสะกิดไว้ ถ้ามารมันสะกิดไว้ เราก็รักษาแผลนี้ได้เหมือนกัน ถ้ารักษาแผลนี้ได้ อาการนี้จะหายไป เราพุทโธไว้ๆ ถ้าฟังเทศน์ก็ฟังเทศน์เฉยๆ ทำต่อเนื่องไปๆ แล้วไม่สนใจมัน

ถ้าไม่สนใจมัน มันหลอกไม่ได้ มันก็จะอายม้วนตัวไปเอง แต่กิเลสในหัวใจเรามีอยู่นะ มันจะหลอกเป็นรูปแบบใหม่ หลอกในสิ่งที่เราคาดไม่ถึง หลอกจนเราคิดว่ามันจะเป็นอย่างนั้นจริงๆ แต่มันเป็นสมมุติบัญญัติทั้งสิ้น ไม่จริงทั้งสิ้น หลอกให้เราล้มลุกคลุกคลาน

แต่มันเจ็บจริงๆ นะ เวลาเจ็บนี้เจ็บจริงๆ

เวลาหลวงตาท่านนั่ง ถ้าวันไหนถ้ามันนั่งตลอดรุ่งถ้ามันลงได้ยาก ลูกขึ้นนี้ล้มเลย แล้วเวลาท่านนั่งไปเหมือนกับคนที่เอาฟืนมาสูมใส่ตัวเราแล้วจุดไฟเผา เผาทั้งเป็น ความเจ็บปวดขนาดนั้นนะ แต่ท่านก็ใช้ขันติธรรม ใช้ปัญญาของท่านฟาดฟันจนมันราบเรียบสงบหมด แยกออก ว่างหมดเลย พอว่างหมดเลย ใจไฟที่มันเผาเผาอยู่นี้ท่านแยกออกได้หมดเลย จิตนี้เด่นชัดขึ้นมาเลย แล้วมันจะเอาเวทนาหน้าไหนมาหลอกเราอีกวะ

เวลาผู้ที่จะผ่านพ้นจากในน้ำมือของกิเลสต้องเข้มแข็งอดทนอย่างนั้น

มันไม่มีอะไรทั้งสิ้น เป็นนามธรรม เป็นการยึดมั่นถือมั่นของจิต เพราะมันสะกิดไว้ใจ เจ็บแล้วเจ็บหัวอกด้านซ้ายกลางหัวใจด้วย

“ไม่ได้นะ นั่งไปเดียวตายนะ ไม่ได้นะ เลิกเดี๋ยวนี้นะ”

จริงๆ มันไม่มีหรอก มันหลอก

ใช้สติปัญญานี้ใคร่ครวญ ให้ใช้ปัญญาสนใจสนใจเชื่อมั่น ใจฉลาด ใจอาภาวัญ แล้วเผชิญหน้ากับมัน กิเลสมันต้องอายุไป นี่ข้อที่ ๑.

“๒. โยมปฏิบัติถูกต้องแล้วใช่ไหมครับ”

ปฏิบัติ ถ้าฟังเทศน์นะ ถ้าฟังเทศน์ไม่ต้องหายใจ ไม่ใช่ไม่ต้องหายใจ...ไม่ต้องกำหนดลมหายใจ หายใจต้องหายใจอยู่แล้ว แต่อย่าไปกำหนด มันทำงานหลายหน้าที่

๑. สติต้องฟังเทศน์

๒. ต้องคอยกำหนดลมหายใจ

๓. ต้องพุทโธ

มันทำหน้าที่พร้อมๆ กันหลายหน้าที่ สติมันไม่ชัดเจนไง

เวลาเราทำสิ่งใดทำหน้าที่เดียว ถ้าไม่ได้ฟังเทศน์ก็หายใจกำหนดลมหายใจ ถ้าพุทโธก็พุทโธ แล้วถ้าฟังเทศน์ เราอยู่กับฟังเทศน์นั้น ทำหน้าที่ใดหน้าที่หนึ่งชัดๆ มันจะได้สะดวกในการปฏิบัติไง

นี่พูดถึงว่า โยมปฏิบัติถูกต้องหรือไม่

หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ เวลาเราอยู่โดยปกติ แต่ถ้าฟังเทศน์นะ ลองเปิดเทศน์แล้วตั้งสติไว้ แล้วเสียงนั้นมากกระทบหู ฟังไปเรื่อยๆ แล้วสิ่งที่ว่ามันเป็นมันเจ็บมันปวด กำหนดไว้เฉยๆ มันไม่มีมาตั้งแต่ต้น ต้นมันก็ไม่มี แล้วท่ามกลางมันเจ็บปวดอยู่เนี่ย ปลายก็ไม่มี แต่มันหลอกให้เจ็บ แล้วเจ็บจริงๆ ด้วย

เพราะมันเป็นความรู้สึก ความรู้สึกของใจไง แล้วถ้ามันมีสติมีปัญญาผ่านพ้นนี้ไปแล้ว มันก็จะผ่านพ้นไปแล้ว ถ้าผ่านพ้นไปแล้วนะ ก็ภาวนาต่อเนื่องไป

ทำอะไรถูกต้องหรือไม่

หายใจเข้านึกพุท หายใจออกนึกโธ แล้วถ้ามันใช้ปัญญาก็ใช้ปัญญาของเราไป เวลาใช้ปัญญามันก็หยุดพุทโธ ใช้ปัญญาคือความคิดไปเรื่อยๆ ความคิดปัญญาที่มีสัมมาสมาธิเป็นพื้นฐานมันจะมีกำลัง แล้วมีความชัดเจน

ถ้ามันไม่มีสมาธิเป็นพื้นฐานมันเป็นสัญญา คือสามัญสำนึกของมนุษย์เราธรรมดาเนี่ย แต่ถ้ามีสัมมาสมาธิรองรับแล้ว สมถกรรมฐาน

ถ้าไม่มีสมาธิ มันจะเกิดวิปัสสนาไม่ได้

ถ้าไม่มีสมาธิ มันจะเกิดภาวนามยปัญญาไม่ได้

ภาวนามยปัญญาเกิดจากสัมมาสมาธิ คือมันจะเหนือสามัญสำนึกของโลก นี่ถึงจะเป็นโลกุตตระไง

ถ้าโลกียะก็สามัญสำนึกที่คิดกันอยู่นี่ ถ้าเป็นสามัญสำนึกที่คิดกันอยู่นี้เป็นโลกียปัญญา
คือปัญญาอบรมสมาธิ เอวัง